

فاعلية برنامج تعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة لتحسين بعض المهارات الاساسية والبدنية فى كرة السلة

م.د. محمود محمد محمد أبو العطا
مدرس بقسم تطبيقات الرياضيات الجماعية ورياضات المضرب
كلية التربية الرياضية
جامعة بنها

المقدمة ومشكلة البحث :

تحتل الرياضة مكانة متقدمة فى حياة الشعوب المتحضرة ، وقد ازداد الإهتمام بها فى العصر الحديث إدراكاً بقيمتها فى حياة المجتمعات ولضرورتها فى حياة الأفراد ذلك بعد أن أصبح النشاط البدنى المنظم من الأمور المسلم بها للإرتقاء بالصحة والمحافظة عليها واتسعت وامتدت خدماتها على جميع المستويات وأصبح الوصول إلى العالمية وتحقيق الأرقام القياسية هو الهدف الأساسى لها ، وحظت كرة السلة باهتمام كبير على المستويين المحلى والدولى، وشهدت انتشاراً مدهلاً خلال سنوات معدودة، وتطورت وتقدمت بسرعة متزايدة فى جميع نواحيها البدنية والخطية والمهارية والتي تتداخل ببعضها البعض للوصول باللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية من خلال التدريب المبني على الأسس والمبادئ العلمية .

ويؤكد أحمد على ، مدحت يونس ان رياضة كرة السلة من الألعاب ذات الشعبية العالمية فهى تعد اللعبة الأولى فى الكثير من بلاد العالم وتعتبر فى مصر اللعبة الشعبية الثانية وقد أولتها الدولة اهتماماً بالغاً نظراً لما تتمتع به هذه الرياضة من شعبية فى أنحاء الوطن وكذلك ما ترتبط به تقدم على المستوى العربى والافريقى والعالمى بالنسبة للفرق المصرية، فتعتبر رياضة كرة السلة منذ نشأتها صاحبة أكبر الانجازات الرياضية الدولية بمقارنتها بالألعاب الجماعية الأخرى . (٢ : ٢)

ويشير أبوبكر محمد مرسى أن معظم خبراء كرة السلة على أن نجاح أي فريق وتقدمه إنما يتوقف فى المقام الأول على حسن استخدام أفراده للمهارات الأساسية إلا أن البعض منهم قد فضل بعضها على الأخر ، ولكن البحث يتفق مع رأي بعض الخبراء الذين ذكروا أنه لا يوجد بين المهارات الأساسية للعبة ما هو مهم وما هو أهم ، لأن اللاعب طوال شوطي المباراة فى حاجة ماسة إلى كل مهارات اللعبة ، ولكنه قد يستغنى عن بعض المهارات التي قد لا تتيح له ظروف المباراة فرصة استخدامها. (١ : ٤٩)

يوضح كلا من مصطفى زيدان و جمال رمضان إن الشخص الذى يتمتع بمهارة عالية هو الذى يؤدي أداء ثابتاً نسبياً وتعد المهارات الأساسية لاي رياضة أو لعبة الطريق الوحيد للإجادة والتفوق فى هذه الرياضة . (١٧ : ٣٠، ٢٩)

ويؤكد إيلين وديع أن الألعاب التمهيدية والصغيرة هي أساس برنامج النشاط الحركي وهو ما يؤكد أهميتها وقيمتها كمواد دراسية ووسيلة تربوية تساعد اللاعب على التعرف بالبيئة المحيطة واستكمال لفهم المبادئ الأساسية التي يقوم بها المتعلم للارتقاء بمستوي الألعاب ينبغى إمداده ببعض المعلومات التي تساعده على شرح كيف يتم الأداء

الحركي، والأسباب التي يقوم عليها بمعنى لماذا تؤدي أو تعلم المهارة بطريقة ما، دون الاقتصار على تزويد المتعلم بأداء المهارة الحركية فقط؟

وبذلك تساعد على إدراك الحقائق والمبادئ العلمية التي يستند إليها اكتساب المهارات المتضمنة في الألعاب. (٥ : ١٦٧)

ويتفق كل من أمين انور، محمد عبدالله أن الألعاب التمهيدية والصغيرة أحد طرق تعلم الألعاب الرياضية الكبيرة فمن خلالها يكتسب اللاعب المهارات بطريقة أسرع وأقصر تشويقاً واستمتاعاً وفهماً ، كما تعتبر عنصراً أساسياً في مجال التدريب الحديث حيث أنها تعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية مع تطبيق المهارات الأساسية أثناء ممارسة تلك الألعاب حيث تتفق وطبيعة المرحلة من حيث السهولة أو التعقيد ، وتحقيق الغرض المطلوب . (٣ : ١٤٠) (١٢ : ١٤٨)

ويوضح مصطفى زيدان ، جمال رمضان ان الكثير من بلدان العالم المتفوقة في كرة السلة بتنمية اللياقة البدنية للاعبين إيماناً منها بأنها الأساس الذي يركز عليه إعداد اللاعبين وتحضيرهم على المستوى العالمي ، إذ يظهر ذلك واضحاً في الدور الذي تؤديه الكفاءة البدنية في كرة السلة الحديثة التي تتميز بالإيقاع السريع تحت ظروف اللعب المختلفة ووفق الخطط التكتيكية المتجددة ، فتقدم المستويات الرياضية في العقد الأخير من القرن العشرين جاء نتيجة التخطيط السليم المبني على أسس علمية متطورة مع الارتقاء بأساليب التدريب وتطوير الأدوات والأجهزة والملاعب والاهتمام بإعداد المدربين وتأهيلهم علمياً وعملياً، وتعدد طرق التدريب الرياضي التي تهدف إلى تطوير مستوى الأداء البدني والمهاري وصولاً لتحقيق مراكز متقدمة في الأنشطة المختلفة ، ويسعى المدربون إلى اختيار أفضل أنواع طرق التدريب وتطبيق أنسبها واستخدام أحدث الوسائل التي تتناسب مع نوع النشاط التخصصي ، وذلك بهدف الوصول إلى تحقيق استثمار أهم القدرات الخاصة بنوع النشاط المحدد لما لها من تأثير مباشر في ارتفاع مستوى الأداء البدني والمهاري و الوظيفي . (١٨ : ٦٦)

كما يتفق كلاً من جينفر ونانسي Genefer & Nancy ، محمد أحمد عبد الله على أن الألعاب التمهيدية هي ألعاب فرق معدلة تتضمن مهارة أساسية أو أكثر تقوم على بعض القواعد والقوانين المبسطة وتعمل على تطوير المهارات الأساسية وتمييزها ، وتتيح الفرصة لممارسة القواعد الأساسية للعبة . (٢١ : ٢٧٤) (١٣ : ١٤٥)

ويري الباحث أن استخدام أسلوب التعلم باللعب التمهيدية والصغيرة قد يتيح للمتعلمين فرصة للتقليد والأداء بما تتطلبه المهارة بدلاً من تعلم المهارات بصورة تقليدية يستطيع المتعلم فيها تطبيق المهارات وقوانينها بصورتها المطلوبة أثناء التعلم ويعني ذلك إلى التعلم باللعب التمهيدية والصغيرة يقوم فيه المعلم بإعطاء النواحي القانونية والنواحي الفنية والنواحي البدنية من خلال الألعاب التمهيدية والصغيرة ويتم تثبيت الأداء أثناء التطبيق مما يجعل فرصة ربط النواحي النظرية بالعملية متاح.

هدف البحث :

بناء برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب التمهيدية و الصغيرة والتعرف على تأثيرها على الأداء المهاري وبعض المتغيرات البدنية لمنهاج رياضة كرة السلة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين ببناها.

فروض البحث :

- ١- " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة السلة وبعض المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي " .
- ٢- "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة وبعض المتغيرات البدنية بريضة كرة السلة قيد البحث لصالح القياس البعدي " .
- ٣- " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم المهارات الأساسية وبعض المتغيرات البدنية لرياضة كرة السلة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية " .

إجراءات البحث :

أولاً : منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة هذا البحث مستعيناً بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياس القبلي و البعدي لكلا المجموعتين .

ثانياً : مجتمع وعينة البحث :

مجتمع البحث :-

يمثل مجتمع البحث طلاب كلية التربية الرياضية للبنين –جامعة بناها والذين تتراوح أعمارهم من (١٧-١٨) سنة والبالغ عددهم (٢٠٠) طالب مستجدين والمسجلين بالفرقة الأولى.

عينة البحث:-

بلغ حجم العينة الأساسية (١٠٠) طالب وبلغ حجم العينة الإستطلاعية (١٠) طلاب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث لإجراء الدراسة الإستطلاعية وقد استعان الباحث بعدد (١٠) لاعبين من فريق الشباب مواليد (١٩٩٠م) بنادي بناها الرياضي لإجراء (صدق التمايز).

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينة البحث

البيان	مجتمع البحث	عينة البحث الأساسية	العينة الإستطلاعية	المستبعدون
العدد	٢٠٠	١٠٠	١٠	٩٠

تجانس العينة :

للتأكد من تجانس العينة في المتغيرات المهارية والبدنية لرياضة كرة السلة قام الباحث بإيجاد معامل الإلتواء لتلك المتغيرات ، كما هو موضح في جدول رقم (٢)

جدول (٢)

تجانس عينة البحث في المتغيرات الأنثروبومترية

ن = ١١٠

الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
العمر الزمني	سنة	١٧,٣٨	٠,٤٩	١٧	٢,٣٢
الطول	سم	١٧٤,٥	٥,٦	١٧٤,٠٠	٠,٢٦
الوزن	كجم	٧٨,٤	٧,٣	٨٠,٠٠	٠,٦٥-

يتضح من الجدول (٢) أنه تراوحت معاملات الالتواء ما بين (-٠,٦٥ ، ٠,٤٨٠) أي أن معامل الالتواء انحصر بين (٣+) مما يدل على تجانس أفراد العينة في المتغيرات الأنثروبومترية .

جدول (٣)

تجانس عينة البحث في الاختبارات المهارية قيد البحث

ن = ١١٠

م	المحاور	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
١	التحكم في الكرة	قدم أمامية	٢٩,٤٤	٦,٢٤	٣٠,٠٠	٠,٢٦-
٢		الجزع	٢٣,٣٧	٤,٥٢	٢٣,٠٠	٠,٢٤
٣		الرأس	٢٦,٨٣	٥,٢٣	٢٧,٥٠	٠,٣٨-
٤	المحاورة	زمن	١٥,٨١	١,٠٨	١٥,٨٠	٠,٠٢
٥	التمرير	عدد	١٢,١١	٤,٣٠	١٣,٠٠	٠,٦٢-
٦	الرمية الحرة	عدد	٣,٩٧	٢,٠٩	٤,٠٠	٠,٠٤-
٧	سلامية يمين	عدد	٠,٣٩	٠,٥٨	٠,٠٠	٢,٠١

يتضح من الجدول (٣) أنه تراوحت معاملات الالتواء ما بين (-٠,٦٢ ، ٢,٠١) أي أن معامل الالتواء انحصر بين (٣+) مما يدل على تجانس أفراد العينة في المتغيرات المهارية قيد البحث .

جدول (٤)

تجانس عينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث ن = ١١٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
١	الوثب العمودي	سم	٣٦,٩٣	٦,٣٦	٣٦,٠٠	٠,٤٣
٢	الجلوس من الرقود (ثنى الركبتين)	عدد	٩٦,٩٢	٥٨,٦٣	٩٠,٠٠	٠,٣٥
٣	دفع كرة طبية ملاء ٣ كجم	سم	٣٧٥,٠٠	٥٥,٣٣	٣٩٠,٠٠	٠,٨١-
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٧٧,٠٦	١٦,٢٤	١٧٨,٥٠	٠,٢٦-
٥	انبطاح مائل ثنى الزراعين	عدد	٣١,٤٨	١٤,٥٤	٣٠,٠٠	٠,٣٠
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٤,٥٧	٠,٤٦	٤,٦٠	٠,١٩-

يتضح من الجدول (٤) أنه تراوحت معاملات الالتواء ما بين (٠,٤٣ ، ٠,٨١-) اي أن معامل الالتواء انحصر بين (٣+) مما يدل على تجانس أفراد العينة في المتغيرات البدنية قيد البحث.

جدول (٥)

تكافؤ عينة البحث في الاختبارات المهارية قيد البحث ن = ١١٠

م	المحاور	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	
			ع	س	ع	س			
١	التحكم في الكرة	قدم أمامية	عدد	٢٩,٨٦	٦,٧٤	٢٩,٠٢	٥,٧٤	٠,٨٤	٠,٦٧٤
٢	الكرة	الذراع	عدد	٢٤,٥٠	٥,١٧	٢٤,٢٤	٥,٤٦	٠,٢٦	٠,٥٦
٣		الرأس	عدد	٢٧,٢٢	٥,٣٤	٢٦,٤٤	٥,١٣	٠,٧٨	٠,٧٤٤
٤	المحاورة	زمن	١٥,٩٢	١,١٨	١٥,٧١	٠,٩٨	٠,٢٠٤	٠,٩٤١	
٥	التمرير	عدد	١٣,٠٠	٤,٤٤	١١,٢٢	٤,٠٠	١,٧٨٠	٢,١٠٣	
٧	الرمية الحرة	عدد	٣,٦٦	٢,٢٥	٤,٢٨	١,٨٨	٠,٦٢٠-	١,٤٩-	
٨	سلامية يمين	عدد	٠,٣٨٠	٠,٦٦	٠,٤٠	٠,٤٩٤	٠,٠٢٠-	٠,١٧٠-	

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية للعينة قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين -١,٤٩ : ٢,١٠٣ وكانت قيمتها اقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية قيد البحث.

جدول (٦)

ن = ١١٠

تكافؤ عينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين متوسطين	قيمة ت
			ع	س	ع	س		
١	الوثب العمودي	سم	٦,٣٤	٣٦,٩٦	٦,٤٤	٣٦,٩٠	٠,٠٦	٠,٠٤٧
٢	الجلوس من الرقود (ثنى الركبتين)	عدد	٧٠,٦٥	٩٧,٥٨	٤٤,٢٠	٩٦,٢٦	١,٣٢	٠,١١٢
٣	دفع كرة طبية ملساء ٣ كجم	سم	٥٨,١٣	٣٧٦,٤٠	٥٢,٩٤	٣٧٣,٦٠	٢,٨٠	٠,٢٥٢
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٦,٣٤	١٧٨,١٢	١٦,٢٥	١٧٦,٠٠	٢,١٢	٠,٦٥٠
٥	انبطاح مائل ثنى الذراعين	عدد	٣١,٤٨	٣١,٤٨	١٤,٦٢	٣١,٤٨	٠,٠٠	٠,٠٠
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٤,٥٧	٤,٥٧	٠,٤٧	٤,٥٨	٠,٠١٤-	٠,١٤٩-

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية للعينة قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين -٠,١٤٩ : ٠,٦٥٠ وكانت قيمتها اقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البدنية قيد البحث.

ثالثاً : وسائل جمع البيانات :-

في ضوء الأهداف التي يسعى البحث إلى تحقيقها قام الباحث بإتباع مجموعة من الخطوات العلمية لإعداد أدوات جمع البيانات والمتمثلة فيما يلي :

- البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة (إعداد الباحث) مرفق (٣).

الأجهزة والأدوات المستخدمة .

- الاختبارات المهارية . مرفق (٥) .
- الاختبارات البدنية . مرفق (٦) .
- البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة : مرفق (٣)

من خلال اطلاع الباحث علي العديد من الدراسات والبحوث السابقة المتعلقة بالمجال التربوي وتدريب المناهج من خلال استخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة والمتمثلة في ، بسطويسي أحمد(١٩٩٩م)(٦)،براند لنشمان (Prend Leshman (١٩٩٩ م)(٢٠)،خيرية إبراهيم السكري ، محمد جابر بريقع (٢٠٠١ م) (٧) ، عبد الحميد شرف (٢٠٠٢ م)

(٩) ، على فهمي البيك ، عماد الدين عباس (٢٠٠٣ م) (١٠) ، محمد أحمد عبد الله (٢٠٠٥ م) (١٣) ، محمد إبراهيم شحاتة (٢٠٠٦ م) (١٢) ، إيلين وديع فرج (٢٠٠٧ م) (٥) ، مصطفى السايح محمد (٢٠٠٧ م) (١٧) مصطفى زيدان وجمال رمضان (٢٠٠٦ م) (١٨)

قام الباحث باختيار مجموعة من الألعاب التمهيدية والصغيرة المناسبة لطبيعة العينة والإمكانات الموجودة مرفق (١) ، وفي ضوء ذلك تم توزيعها كوحدة للبرنامج المقترح تنفيذ مرفق (٣) .

٢- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث : قام الباحث باستخدام الأجهزة التالية :

جهاز روستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر ، ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلو جرام ، كور سلة ، كور طبية ، أكياس حبوب ، حواجز ، أقماع بلاستيكية ، حائط ، أعلام صغيرة ، أطواق ، شريط قياس ، صندوق بارتفاع ٥٠ سم ، بالونات ، كراسي ، مقاعد سويدية ، عارضة توازن ، مراتب حبال .

٣- الاختبارات المهارية : مرفق (٥)

اعتمد الباحث على الاختبارات المهارية التي سبق تقنينها علمياً في دراسة محمود أبو العطا (٢٠١٠ م) (١٥) وتم تطبيقها على المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

القياسات البدنية : مرفق (٦) .

من خلال إطلاع الباحث على المراجع العلمية المتمثلة في ، محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١ م) (١٤) ، إنجي عادل متولي (٢٠٠٦ م) (٤) ، عبد العليم موسى عبد العليم (٢٠٠٩) (٨) أمكن تحديد القياسات البدنية والأدوات المستخدمة في قياسها وتم تطبيقها على المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية .

- المعاملات العلمية للاختبارات المهارية والبدنية المستخدمة قيد البحث :

تم إيجاد معاملات الثبات والصدق للاختبارات المهارية والبدنية عن طريق:

أولاً : ثبات الاختبارات :-

لحساب معامل الثبات استخدم الباحث طريقة (إعادة تطبيق الاختبار - Test Retest) على عينة قوامها (١٠) طلاب من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنين وهم عينة مماثلة للمجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة من ٢٠١٥/ ٢/ ٢٠١٦ م إلى ٢٠١٦/ ٢/ ٢٠١٦ م ، ثم أعيد تطبيق نفس الاستمارة على نفس المجموعة بفاصل زمني قدره (٧) سبعة أيام وتم حساب معامل الثبات ، يوضح ذلك جدول (٧) (٨) .

جدول (٧)
معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات
المهارية قيد البحث
ن = ١٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
			ع	س	ع	س	
١	قدم أمامية	عدد	٣٠,٧٠	٥,٦١	٣٠,٥٠	٤,٨١	٠,٩٧٦
٢	التحكم في الكرة	عدد	٢١,٨٠	٣,٠٤	٢٤,٧٠	٣,١٦	٠,٢٤٧
٣		عدد	٢٤,٣٠	٤,٤٤	٢٤,٥٠	٣,٥٦	٠,٩٥٦
٤	المحاورة	زمن	١٥,٦٤	٠,٦٧	١٥,٧٥	٠,٥٧	٠,٤٩١-
٥	التمرير	عدد	١٦,٨٠	٢,٢٩٩	١٥,٥٠	٤,٤٠٣	٠,٢٩٦
٦	الرمية الحرة	عدد	٥,٦٠	١,١٧٣	٤,٥٠	١,٤٣٣	٠,٥٩٤
٧	سلامية يمين	عدد	٠,٨٠	١,٠٣٢	٠,٦٠	١,٢٦٤	٠,٧٨٢

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩ = ٢,٦١

يوضح جدول (٧) وجد ارتباط قوي بين التطبيقين الأول والثاني حيث انحصرت قيمة معامل الارتباط بين -٠,٤٩١ : ٠,٩٧٦ في الاختبارات المهارية حيث جاءت قيمتها المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث.

جدول (٨)
معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني
للاختبارات البدنية قيد البحث
ن = ١٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		قيمة ر
			ع	س	ع	س	
١	الوثب العمودي	سم	٣٩,٥٠	٦,٦٧	٣٨,٥٠	٧,٦٧	٠,٢٧٧
٢	الجلوس من الرقود(ثنى الركبتين)	عدد	٩٧,٩٠	٣٤,٤٢	١٣٩,٦٠	١٢١,١٠	٠,١٠٢
٣	دفع كرة طبية ملاء ٣ كجم	سم	٤١٧,٨٠	٣٣,٦٥	٣٥٥,٧٠	٧٠,٠٠	٠,٤٤٠
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٧٧,٩٠	٩,٨٢	١٨٢,١٠	٨,٢٣	٠,٦٥١
٥	انبطاح مائل ثنى الذراعين	عدد	٤٣,٣٠	١٢,٥٣	٣٩,٤٠	١٤,٥٣	٠,٢٣٢
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٤,٢٧	٠,٣٣	٤,٣٤	٠,١٨	٠,١٤٧

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩ = ٢,٦١

يوضح جدول (٨) وجد ارتباط قوي بين التطبيقين الأول والثاني حيث انحصرت قيمة معامل الارتباط بين ٠,١٠٢ : ٠,٦٥١ في الاختبارات البدنية حيث جاءت قيمتها المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على ثبات الاختبارات البدنية قيد البحث.

ثانياً : صدق الاختبار : استخدم الباحث صدق التميز للاختبارات المهارية والبدنية قيد البحث

جدول (٩)

صدق التمايز للاختبارات المهارية قيد البحث ن=١ ن=٢ =١٠

م	الاختبار المهارية	وحدة القياس	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		الفرق بين متوسطين	قيمة ت
			ع	س	ع	س		
١	التحكم في الكرة	عدد	٢٥,٧٠	٣,٦٥	٣٧,٠٠	٢,٠٦	١١,٣٠-	٨,١٦-
٢	الجزع الرأس	عدد	٢٠,٠٠	٣,٣٩	٣٠,٠٠	٣,٩٦	١٠,٠٠-	٥,٩١-
٣		عدد	٢١,٥٠	٣,٥٣	٣١,٠٠	٣,٧٧	٩,٥٠-	٥,٦٦-
٤	المحاورة	زمن	١٧,٩٢	١,٤٦	١٠,٥٩	٠,٩٤	٧,٣٢-	١٣,١٦-
٥	التمرير	عدد	٩,٤٠	١,١٧	١٩,٢٢	١,٠٩	٩,٨٢-	١٨,٨١-
٦	الرمية الحرة	عدد	٥,٤٠	٠,٨٤	١٣,١١	٢,٢٦	٧,٧١-	١٠,٠٦-
٧	سلامية يمين	عدد	٠,٨٠	١,٠٣	٩,٠٠	١,٠٠	٨,٢٠-	١٧,٥٧-

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٨ = ٢,٤٠

يوضح جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة غير المميزة والمميزة في الاختبارات المهارية حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين -١٨,٨١ :- ٥,٦٦ وكانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة مما يشير إلى صدق الاختبارات المهارية قيد البحث.

جدول (١٠)

صدق التمايز للاختبارات البدنية قيد البحث ن=١ ن=٢ =١٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		الفرق بين متوسطين	قيمة ت
			ع	س	ع	س		
١	الوثب العمودي	سم	٤٠,٠٠	٦,٤٨	٥١,٧٠	٧,٩٥	١١,٧٠-	٣,٦٠٥-
٢	الجلوس من الرقود(ثنى الركبتين)	عدد	١٠٤,٢٠	٣٤,٧٨	١٥٤,٥٠	٦٤,٨٥	٥٠,٣٠-	٢,١٦١-
٣	دفع كرة طبية ملساء ٣ كجم	سم	٤٠٦,٨٠	٥٦,٧٦	٤٦٧,٠٠	٣٤,٩٧	٦٠,٢٠-	٢,٨٥-
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٨٧,٠٠	١٤,٠٩	٢٤٢,٥٠	٢٦,٧٩	٥٥,٥٠-	٥,٧٩-
٥	انبطاح مائل ثنى الذراعين	عدد	٤٥,٦٠	١٤,١٢	٧٠,٤٠	٢٢,٨٦	٢٤,٨٠-	٢,٩١-
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٤,٢٦	٠,٢٧	٣,٨٠	٠,٤٣	٠,٤٦-	٢,٨٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٨ = ٢,٤٠

يوضح جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة غير المميزة والمميزة في الاختبارات البدنية حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين -٥,٧٩ : ٢,٨٢ وكانت قيمة ت المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة مما يشير إلى صدق الاختبارات البدنية قيد البحث.

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ٢٠١٦/٢/١٣م إلى ٢٠١٦/٢/١٨م على عينة من طلاب الفرقة الاولى وقوامها (١٠) طلاب بنسبة مئوية (٣,٥٦ %) وهم عينة مماثلة للمجتمع الأصلي ومن خارج عينة البحث الأساسية .

وذلك من أجل التعرف على :

- مدى مناسبة البرنامج التعليمي لقدرات الطلاب ومدى فهمهم واستيعابهم لها.
- تجربة الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث للتأكد من صلاحيتها .
- ترتيب الوحدة التعليمية.
- تدريب المساعدين على تطبيق القياسات وتسجيل النتائج .
- التعرف على المشاكل التي تقابل عملية التنفيذ .
- إيجاد الصدق والثبات للاختبارات المستخدمة في البحث .

وبناء على نتائج الدراسة الاستطلاعية قام الباحث بإجراء بعض التعديلات على البرنامج التعليمي .

رابعاً : البرنامج التعليمي المقترح مرفق (٣) :- أهداف البرنامج :

يهدف البرنامج المقترح إلى تحسين مستوى الأداء المهاري والبدني لطلاب الفرقة الاولى من خلال الأهداف الفرعية التالية

الأهداف مهارية و البدنية :

- تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية من خلال تمارين الإعداد البدني العام والخاص بكرة السلة.
- تطوير القدرات مهارية للوصول الى الأداء الأمثل في كرة السلة .
- تنفيذ الألعاب التمهيدية والصغيرة بدقة في جو من المنافسة .

الأهداف المعرفية :

- أن يعرف الطلاب بعض النواحي القانونية الخاصة بكرة السلة .
- أن يفهم الطلاب التسلسل الحركي والأداء الصحيح للمهارات قيد البحث .
- أن يكتسب الطلاب القدرة علي التفكير العلمي المنظم للمهارات الأساسية.
- أن يكتسب الطلاب طريقة جديدة للتعلم .
- أن يكتسب الطلاب المعلومات الفنية والتقنيكية لمراحل أداء المهارة .

الأهداف الوجدانية:

- تنمية وتطوير السمات الخلقية والنفسية للطلاب .
- اكتساب القدرة على المشاركة الايجابية فى عمل الجماعة والجهد التعاونى .
- ادراك العلاقة بين العطاء والمسئولية.
- الشعور بالسعادة والسرور أثناء ممارسة كرة السلة .
- الرغبة والإصرار في تحقيق الذات وتحمل المسئولية والولاء للجماعة .

وقد تم مراعاة الأسس التالية عند وضع البرنامج المقترح :

- أن تتناسب أوجه النشاط مع طبيعة الطلاب من حيث استعداداتهم وقدراتهم ومهاراتهم الحركية .
- تنوع أوجه النشاط وذلك حتى يتمكن الطلاب من اختيار ألوان النشاط التي تشبع ميولهم وحاجاتهم والتي تتماشى مع اتجاهاتهم .
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب عن طريق تنوع أوجه النشاط في عدة مستويات حتى يجد كل طالب المستوى الذي يتناسب مع قدراته .
- أن تتناسب أوجه النشاط مع الإمكانيات المتاحة من ميزانية مخصصة وأدوات .
- تحقيق مبدأ الأمن والسلامة ومراعاة التدرج أثناء ممارسة الأنشطة من السهل إلى الصعب ومن البطئ إلى السريع ومن البسيط إلى المركب .
- الاهتمام بإتاحة الفرصة للانتقال من الأجهزة والأدوات بأي طريقة يفضلها الطالب للتعرف على حركات متنوعة .
- مراعاة وجود عنصر الإثارة والتشويق في محتوى البرنامج .
- أن يتخلل الأداء الحركي تمارين للتهنئة والاسترخاء كراحة إيجابية .

محتوى البرنامج التعليمى المقترح باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة : مرفق (٣) .

١- مكونات البرنامج:

- إشتمل البرنامج التعليمى المقترح باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة علي (٤) مهارات أساسية من ضمن المهارات الأساسية فى كرة السلة لتحقيق هدف البرنامج وهو تعلم المهارات الأساسية لكرة السلة لطلاب الفرقة الاولى وهي كما يلي.
- مسك الكرة.
 - التمرير والاستلام.
 - المحاورة.
 - التصويب.

٢- الألعاب التمهيدية والصغيرة المستخدمة فى البرنامج:

- تم استخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة المقترحة من خلال اطلاع الباحث علي العديد من الدراسات والبحوث السابقة المتعلقة. مرفق (١)

٣- مدة البرنامج:

في ضوء الدراسات النظرية والمراجع العلمية تم تحدد زمن البرنامج علي النحو التالي:

- مدة تنفيذ البرنامج (١٤) أسبوع .
- عدد الوحدات التعليمية باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة في الأسبوع (١) وحدة واحدة .
- زمن الوحدة باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة (٩٠) دقيقة.
- إجمالي عدد الوحدات باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة (١٤) وحدة.
- التوزيع الزمني لمكونات الوحدة باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة [الجزء التمهيدي (١٠) دقيقة - الاعداد البدني (٢٠) دقيقة - والجزء الأساسي (٥٥) دقيقة - والجزء الختامي (٥) دقيقة].

٤ التقسيم الزمني للبرنامج:

قام الباحث بتقسيم مهارات البرنامج الالعاب التمهيدية والصغيرة من الناحية الزمنية علي النحو التالي.

جدول (١١)

التقسيم الزمني لمحتوي البرنامج التعليمي المقترح

عدد الوحدات	مهارات البرنامج
(٣) وحدات	الإحساس بالكرة
(٣) وحدات	التمرير والاستلام
(٣) وحدات	المحاورة
(٣) وحدات	التصويب
(٢) وحدات	تنمية اللعب الجماعي أثناء المنافسة

أ - الجزء التمهيدي " الإحماء " : ويهدف إلى :

- إعداد الجسم وتهيئته بدنياً وفسولوجياً لتقبل العمل في المرحلة التالية .
- زيادة الأنشطة الرياضية تدريجياً .
- الإعداد الجيد لتلافي الإصابات التي قد يتعرض لها الطالب أثناء الأداء الحركي .

وتتمثل أنشطة هذا الجزء من تمارينات المشي والجري والوثب وبعض أنشطة من الألعاب الصغيرة والتمهيدية ، ومدته من (١٠) دقيقة طوال فترة تنفيذ البرنامج .

ب - الاعداد البدني ، ويهدف إلى :

- تحسين النواحي البدنية.

وهذا الجزء يعتبر من أهم الأجزاء في الوحدة التعليمية حيث يحقق محتواه الهدف المطلوب ، وتتمثل أنشطته في مجموعة من الألعاب الصغيرة والتمهيدية المرتبطة ببعض المتغيرات البدنية ، ويجب أن تتنوع فيه الألعاب وفقاً للمجموعات العضلية العاملة حتى يمكن تلافي تحمل بعض العضلات أو المجموعات العضلية للجهد المبذول لفترة طويلة ،

كما يجب أن يتخلل الأداء الحركي تماريناً للتهديئة والاسترخاء وتماريناً للتنفس كراحة إيجابية نشطة ، ومدة هذا الجزء تتراوح ما بين (٢٠) دقيقة طوال فترة تنفيذ البرنامج .

ج - الجزء الرئيسي ، ويهدف إلى :

- تحسين النواحي المهارية .

وهذا الجزء يعتبر من أهم الأجزاء في الوحدة التعليمية حيث يحقق محتواه الهدف المطلوب ، وتتمثل أنشطته في مجموعة من الألعاب الصغيرة والتمهيدية المرتبطة بمهارات كرة السلة ، ومدة هذا الجزء تتراوح ما بين (٥٥) دقيقة طوال فترة تنفيذ البرنامج .

د - الجزء الختامي (التهديئة) :

قد راعا الباحث أن يعقب فترة التدريب الأساسية فترة تهديئة متدرجة وذلك باستخدام المشي والمرجات والجري الخفيف ، ويهدف هذا الجزء إلى الوصول بالجسم إلى حالته الطبيعية على أن تنتهي الوحدة بصيحة رياضية ، وتتراوح مدة هذا الجزء من (٥) دقيقة طوال فترة تنفيذ البرنامج .

- القياسات القبليّة :

تمت القياسات القبليّة في المتغيرات المهارية والبدنية قيد البحث في الفترة من ٢٠١٦/٢/٢٠م إلى ٢٠١٦/٢/٢١م بعد ممارسة المهارات بشكل عام لمدة اسبوعين للتعرف على المهارات .

- تنفيذ التجربة الأساسية :

تم تنفيذ البرنامج المقترح على مجموعة البحث التجريبية في الفترة من ٢٠١٦/٢/٢٧م إلى ٢٠١٦/٥/٢٨م أي (١٤) أسبوع ، بواقع (١) وحدة أسبوعياً .

- القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية بعد نهاية الأسبوع الرابع عشر من تطبيق البرنامج المقترح في الفترة من ٢٠١٦/٥/٢٩م إلى ٢٠١٦/٥/٣٠م وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياسات القبليّة للمتغيرات قيد البحث وبنفس الأسلوب الذي اتبع من قبل .

- المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - اختبارات (ت) لعينتان مترابطتان - النسبة المئوية لنسبة التغير - معامل الارتباط البسيط لبيرسون - معامل الالتواء .

رابعاً : عرض ومناقشة النتائج :-
- عرض النتائج :-

جدول (١٢)
دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات
المهارية للعينة قيد البحث .
ن = ٥٠

م	المحاور	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن	مستوى الدلالة
			س	ع	س	ع				
١	التحك	عدد	٢٩,٠٢	٥,٧٤	٣٠,٠٠	٢,٠٠	٠,٩٨-	١,١٤-	٣,٢%	*٠,٠٠٠
٢	م في الكرة	عدد	٢٢,٢٤	٣,٤٦	٢٤,٢٦	١,٤٨	٢,٠٢-	٣,٧٨-	٨,٣%	*٠,٠٠٠
٣	الرأس	عدد	٢٦,٤٤	٥,١٣	٢٧,٩٢	٣,٣٢	٠,٥٢-	٠,٣٢-	١,٩٦%	*٠,٠٠٠
٤	المحاورة	زمن	١٥,٧١	٠,٩٨	١٤,٦٦	١,٤٤	١,٠٥	٤,٢٥	٧,١٦%	*٠,٠٠٠
٥	التمرير	عدد	١١,٢٢	٤,٠٠	١٣,١٦	٢,٨٩	١,٩٤-	٢,٧٧-	١٤,٧٤%	*٠,٠٠١
٦	الرمية الحرة	عدد	٤,٢٨	١,٨٨	٧,٦٠	١,٣٤	٣,٣٢-	-	٤٣,٦٨%	*٠,٠٢٦
٧	سلامية يمين	عدد	٠,٤٠	٠,٤٩	٤,٦٢	١,٠٠	٤,٢٢-	-	٩١,٣٤%	*٠,٠٠٠

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين -٢٦,٥٧ : ٤,٢٥ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في جميع الاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة.

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في الاختبارات البدنية للعينة قيد البحث .
ن = ٥٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س				
١	الوثب العمودي	سم	٣٦,٩٠	٦,٤٤	٣٧,٢٢	٣,٦٧	٠,٣٢٠-	٠,٣٠٥-	٠,٨٥%	٠,٠٠٠*
٢	الجلوس من الرقود (ثنى الركبتين)	عدد	٩٦,٢٦	٤٤,٢٠	٩٨,٣٦	٥٧,٨٣	٠,٢١٠-	٠,٢٠٤-	٢,١٣%	٠,٢١٧*
٣	دفع كرة طبية ملساء ٣ كجم	سم	٣٧٣,٦٠	٥٢,٩٤	٣٧٥,٦٠	٥٦,٦٥	٠,٢٠٠-	٠,١٨٢-	٠,٥٣%	٠,٧٧٠*
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٧٦,٠٠	١٦,٢٥	١٧٨,٧٢	١٦,٨٢	٢,٧٢٠-	٠,٨٢٢-	١,٥٢%	٠,٨٨٢*
٥	انبطاح مائل ثنى الذراعين	عدد	٣١,٤٨	١٤,٦٢	٣٣,٦٨	١٣,٥٢	٢,٢٠٠-	٠,٧٨١-	٦,٥٣%	٠,٨٨٤*
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٤,٥٨	٠,٤٧	٤,٤٨	٠,٣٩	٠,١٠٤	١,١٨٤	٢,٢٣%	٠,٤٥٤*

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين ٠,١٨٢ : ١,١٨٤ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى لصالح القياس البعدى في جميع الاختبارات البدنية للمجموعة الضابطة.

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية للعينة قيد البحث .
ن = ٥٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س				
١	التحكم في الكرة	عدد	٢٩,٨٦	٦,٧٤	٣١,٩٤	٤,٥١	٢,٠٨-	١,٨١-	٦,٥١%	٠,٠٦٥*
٢	القدم أمامية	عدد	٢٤,٥٠	٥,١٧١	٢٦,٨٦	٣,٣٦	٢,٣٦-	٢,٧٠-	٨,٨٦%	٠,٠١٧*
٣	الرأس	عدد	٢٧,٢٢	٥,٣٤٦	٢٨,٢٤	٣,٣٢	١,٠٢-	١,٤٥-	٣,٦١%	٠,٠٠٠*
٤	المحاورة	زمن	١٥,٩٢	١,١٨٠	١٣,٩٢	١,٣٧	١,٩٩	٧,٨٠	١٤,٣٦%	٠,١٠٣*
٥	التمرير	عدد	١٣,٠٠	٤,٤٤٩	١٧,٥٠	٢,٢٢	٤,٥٠-	٦,٣٩-	٢٥,٧١%	٠,٠٠٠*
٦	الرمية الحرة	عدد	٣,٦٦	٢,٢٥٥	٨,٣٢	٢,٠٥	٤,٦٦-	١٠,٨٠-	٥٦,٠٠%	٠,٠١٧*
٧	سلامية يمين	عدد	٠,٣٨٠	٠,٦٦٦	٥,٢٢	١,٧٥	٤,٨٤-	١٨,٢٤-	٩٢,٧٢%	٠,٠٠٠*

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة

بين -١٨,٢٤ : ٧,٨٠ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية للعينة قيد البحث .
ن = ٥٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	نسبة التحسن	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س				
١	الوثب العمودي	سم	٦,٣٤	٣٦,٩٦	٤,٦٣	٣٨,٢٢	١,٢٦٠-	١,١٣-	٣,٢٩%	*٠,٠١٦
٢	الجلوس من الرقود(ثنى الركبتين)	عدد	٧٠,٦٥	٩٧,٥٨	٦٠,١١	١٠٣,٥٠	٥,٩٢-	٠,٤٥١-	٥,٧١%	*٠,٢٦٦
٣	دفع كرة طبية ملاء ٣ كجم	سم	٥٨,١٣	٣٧٦,٤٠	٥١,٥٨	٣٨١,٠٤	٤,٦٤-	٠,٤٢٢-	١,٢١%	*٠,٤١٣
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٦,٣٤	١٧٨,١٢	١٥,٧١	١٧٩,١٦	١,٠٤-	٠,٣٢٤-	٠,٥٨%	*٠,٨٦٠
٥	انبطاح مائل ثنى الزراعين	عدد	١٤,٦٢	٣١,٤٨	١٤,٦٤	٣٥,٢٦	٣,٧٨-	١,٢٩١-	١٠,٧٢%	*٠,٦٦٢
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٠,٤٦	٤,٥٧	٠,٦١٠	٤,٢٦	٠,٣٠٦	٢,٨٢٨	٧,٢٧%	*٠,٠٠٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة بين -١,٢٩١ : ٢,٨٢٨ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث .

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية للعينة قيد البحث
ن = ٥٠

م	المحاور	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	مستوى الدلالة
			ع	س	ع	س			
١	التحكم في الكرة	عدد	٣٠,٠٠	٢,٠٠	٣١,٩٤	٤,٥١	١,٩٤-	٢,٧٧-	*٠,٠٠٠
٢	الذراع	عدد	٢٤,٢٦	١,٤٨	٢٦,٨٦	٣,٣٦	٢,٦٠-	٥,٠٠-	*٠,٠٠٠
٣	الرأس	عدد	٢٧,٩٢	٣,٣٢	٢٨,٢٤	٣,٣٢	٢,٣٢-	٣,٤٨-	*٠,٨٨١
٤	المحاورة	زمن	١٤,٦٦	١,٤٤	١٣,٩٢	١,٣٧	٠,٧٤١	٢,٦٣	*٠,٣٢١
٥	التمرير	عدد	١٣,١٦	٢,٨٩	١٧,٥٠	٢,٢٢	٤,٣٤-	٨,٤٠-	*٠,٠٠١
٦	الرمية الحرة	عدد	٧,٦٠	١,٣٤	٨,٣٢	٢,٠٥	٠,٧٢٠-	٢,٠٧-	*٠,٣٣٠
٧	سلامية يمين	عدد	٤,٦٢	١,٠٠	٥,٢٢	١,٧٥	٠,٦٠٠-	٢,٠٩-	*٠,٠٠١

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢

يوضح جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة -٨,٤٠ : ٢,٦٣ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية أرقام ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية للاختبارات المهارية قيد البحث .

جدول (١٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية للعينة قيد البحث
ن = ١٠٠ = ٥٠

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين متوسطين	قيمة ت	مستوى الدلالة
			س	ع	س	ع			
١	الوثب العمودي	سم	٣٧,٢٢	٣,٦٧	٣٨,٢٢	٤,٦٣	١,٠٠-	١,١٩٥-	*٠,١١٨
٢	الجلوس من الرقود(ثنى الركبتين)	عدد	٩٨,٣٦	٥٧,٨٣	١٠٣,٥٠	٦٠,١١	٥,١٤٠-	٠,٤٣٦-	*٠,٦٤٢
٣	دفع كرة طبية ملساء ٣ كجم	سم	٣٧٥,٦٠	٥٦,٦٥	٣٨١,٠٤	٥١,٥٨	٥,٤٤-	٠,٥٠٢-	*٠,٤٩٠
٤	الوثب العريض من الثبات	سم	١٧٨,٧٢	١٦,٨٢	١٧٩,١٦	١٥,٧١	٠,٤٤-	٠,١٣٥-	*٠,٦٥٤
٥	انبطاح مائل ثنى الزراعين	عدد	٣٣,٦٨	١٣,٥٢	٣٥,٢٦	١٤,٦٤	١,٥٨٠-	٠,٥٦٠-	*٠,٥٢٦
٦	العدو ٣٠ متر من البدء المتحرك	ث	٤,٤٨	٠,٣٩	٤,٢٦	٠,٦١٠	٠,٢١٦	٢,١٠٠	*٠,٠٠١

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩٨ = ١,٦٦٢ يوضح جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة -١,٩٥ : ٢,١٠٠ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية أرقام ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية للاختبارات البدنية قيد البحث .

٢ - مناقشة النتائج :

في ضوء أهداف البحث وفروضه والنتائج التي توصل إليها الباحث من بيانات المجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة يتضح ما يلي :
يتضح من جدول رقم (١٢) ، (١٣) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث الضابطة في مستوى أداء الاختبارات المهارية والبدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي.

ويعزو الباحث هذه النتائج إلي استخدام الطريقة التقليدية (التلقين) حيث يقوم المعلم بالشرح وأداء النموذج للمهارة المتعلمة، يلي ذلك الأداء والتكرار من الطلاب، ثم يقوم المعلم بإعطاء التغذية الراجعة للطلاب وإعطاء التوجيه والإرشاد اللازم وإصلاح الأخطاء التي يقع فيها الطلاب، واداء بعض التدريبات البدنية المرتبطة برياضة كرة السلة وهذا أتاح

للطلاب فرصة جيدة للتعلم بصورة سليمة مطابقة للأداء ومن ثم أثر تأثيراً ايجابياً في كفاءة الأداء المهاري للمهارات الاساسية في كرة السلة قيد البحث.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من "محمود محمد أبو العطا" (١٥)، "عبدالعليم موسى عبدالعليم" (٨) ، "مصطفى يوسف حجاج" (١٩) ، "انجي عادل متولى" (٤) والتي أكدت نتائجهم علي أن للمعلم دور بالغ الأهمية في العملية التعليمية حيث يقوم بالتخطيط والتنفيذ والتقويم وإعطاء التغذية الراجعة والذي أدى إلي استيعاب المتعلم للمهارات الحركية وتعلمها بشكل جيد.

**** لذا يري الباحث أنه قد تحقق الفرض الأول للبحث والذي ينص علي :**

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تعلم بعض المهارات الاساسية لكرة السلة وبعض المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدي".

كما يتضح من جدول (١٤) ، (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة السلة وبعض المتطلبات البدنية برياضة كرة السلة مما يشير إلي أن البرنامج التعليمي باستخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة كان له تأثير ايجابي علي تعلم المهارات قد البحث .

ويعزو الباحث ذلك إلي أن البرنامج التعليمي المقترح يعتبر بيئة تعليمية جديدة علي الطلاب حيث يقدم مثيرات تشويق وتفاعل يعد جديد من نوعه .

كما يعزو الباحث أيضا سبب تقدم طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي إلي تكامل البرنامج التعليمي المقترح حيث ساعد في تنمية الكثير من القدرات العقلية والنقد والتحليل و التصور الحركي ، كما أن تقسيم المهارات إلي أجزاء صغيرة في ضوء التسلسل المنطقي لها بطريقة منظمة ومتتابعة وربط هذه الأجزاء الصغيرة بالمعلومات وعرضها في صورة العاب حركية تنافسية ، ساعد الطلاب علي تركيز الانتباه وتفهم كل جزء وتعلمه بسهولة.

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسات كلاً من "مروة يوسف محمد" (١٦) ، "انجي عادل متولى" (٤) ، "مصطفى يوسف حجاج" (١٩) ، (قحطاني جليل خليل) (١١) والتي أكدت نتائجهم علي أن استخدام الالعاب التمهيدية والصغيرة في العملية التعليمية أثر تأثير مباشر و ايجابي في تحسين مستوى أداء المتعلمين.

**** مما يحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص علي :**

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة وبعض المتغيرات البدنية برياضة كرة السلة قيد البحث لصالح القياس البعدي".

- كما يتضح من جدول (١٢) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث انحصرت نسبة التحسن بين ١,٩٦ : ٩١,٣٤ % .
- كما يتضح من جدول (١٣) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث انحصرت نسبة التحسن بين ٠,٥٣ : ٦,٥٣ % .
- كما يوضح جدول (١٤) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث انحصرت نسبة التحسن بين ٣,٦١ : ٩٢,٧٢ % .
- كما يتضح من جدول (١٥) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث انحصرت نسبة التحسن بين ٠,٥٨ : ١٠,٧٢ % .
- كما يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة -٨,٤٠ : ٢,٦٣ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع الاختبارات المهارية قيد البحث.
- كما يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث حيث انحصرت قيمة ت المحسوبة -١,٩٥ : ٢,١٠ وكانت قيمتها اكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع الاختبارات البدنية قيد البحث .

ويعزو الباحث ذلك إلى أن البرنامج التعليمي المقترح بما يحتويه من تفاعل إيجابي يعتبر رؤية جديدة في العملية التعليمية حيث ساعد ذلك علي إثارة اهتمام الطلاب وحثهم علي بذل المزيد من الجهد عمليا وعقليا للمتعلم حيث ساعد الطلاب علي التحليل والنقد والمقارنة كما أتاح الفرصة للطلاب لتعلم وإتقان المهارات قيد البحث لما تميز به البرنامج من تقسيم المهارات إلي أجزاء صغيرة مسلسلة حركيا ومعرضة بطريقة منظمة مما ساعد الطلاب علي تركيز انتباههم وتفهمهم للمهارات بسهولة ويسر وتتفق النتائج السابقة مع نتائج دراسات كلا من "مروة يوسف محمد" (١٦)، "مصطفى يوسف حجاج" (١٩)، (قحطاني جليل خليل) (١١)، محمود أبو العطا" (١٥)، "عبدالعليم موسى" (٨)، "انجي عادل متولى" (٤) والتي أكدت نتائجهم علي أهمية استخدام البرامج التعليمية سواء بالالعب التمهيدية والصغيرة او الاساليب المختلفة في تعليم المهارات الاساسية.

**** مما يحقق الفرض الثالث والذي ينص علي :**

- " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسيين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم المهارات الأساسية وبعض المتغيرات البدنية لرياضة كرة السلة قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية " .

: الاستنتاجات

- انه في حدود نتائج البحث وتفسيرها أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :
- البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة له تأثير ايجابي على الأداء المهاري لطلاب كرة السلة .
- البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة له تأثير ايجابي على بعض المتغيرات البدنية لطلاب كرة السلة.

التوصيات

- تطبيق البرنامج التعليمي المقترح لطلاب كرة السلة لما له من تأثيرات ايجابية على المتغيرات المهارية والبدنية .
- إجراء دراسات تهتم بوضع برامج تعليمية قائمة على أسس علمية سليمة تتناسب مع الخصائص البدنية والمهارية لباقي الرياضات المختلفة .

المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية :-

- ١- أبو بكر محمد مرسى : منهاج كرة السلة مقترح للتلاميذ المعاقين سمعياً بالمدارس الإعدادية ، جامعة المنيا ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية جامعه المنيا ، ٢٠٠٨ م .
- ٢- أحمد على ، مدحت يونس : المرجع فى كرة السلة ، مكتبة العزيزى للكمبيوتر ، الزقازيق ، ٢٠٠١ م .
- ٣- أمين أنور الخولى ، جمال الدين الشافعى : سلسلة المراجع فى التربية البدنية والرياضية "ألعاب صغيرة - ألعاب كبيرة" (الاطار المفاهيمى والتعليمى للألعاب) ذخيرة من الألعاب التمهيدية والترويحية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٩ م .
- ٤- إنجي عادل متولى : برنامج تدريبي مقترح لتنمية بعض المتغيرات البدنية الخاصة وتأثيره على سرعة الأداء المهاري لدى لاعبات كرة السلة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠٦ م .
- ٥- إيلين وديع فرج : خبرات فى الألعاب الصغيرة للصغار والكبار ، منشأة الناشر للمعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠٧ م .
- ٦- بسطويسى احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٧- خيرية السكرى ، محمد جابر بريقع : سلسلة التدريب المتكامل لصناعة البطل من ٦ - ٨ سنة ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، ٢٠٠١ م .
- ٨- عبد العليم موسى عبد العليم : برنامج تعليمى لبعض المهارات الاساسية فى كرة السلة وتأثيره على مفهوم الذات لدى اطفال المؤسسات الايوائية 'رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية للبنين ببنها ، جامعة بنها ، ٢٠٠٩ م
- ٩- عبد الحميد شرف : البرامج فى التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق للاسوياء والمعاقين ، ط٢ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٢ م .
- ١٠- على فهمى البيك ، عماد الدين عباس : المدرب الرياضى فى الألعاب الجماعية (تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية) نظريات - تطبيقات ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، ٢٠٠٣ م .
- ١١- قحطانى خليل خليل:أثر استخدام الألعاب الصغيرة فى تطوير بعض القدرات البدنية لدى حارس المرمى بكرة القدم بعمر ١٤ سنة، مجلة علوم الرياضة ،العدد الأول ،جامعة ديالى ،بغداد ،٢٠٠٩م .
- ١٢- محمد ابراهيم شحاتة : أساسيات التدريب الرياضى ، المكتبة المصرية ، الاسكندرية ، ٢٠٠٦ م .
- ١٣- محمد أحمد عبدالله :مدخل فى الألعاب الصغيرة ، المتحدون للطباعة ، الزقازيق ، ٢٠٠٥ م .
- ١٤- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ط ٣ ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .

- ١٥- محمود محمد ابوالعطا : تأثير التعليم عن بعد على المستوى المعرفى والمهارى لمنهاج كرة السلة ، رسالة ماجستير . كلية التربية الرياضية للبنين بينها ، ٢٠١٠ م .
- ١٦- مروة يوسف محمد : تأثير برنامج رياضي تربوي موجه علي مستوي اللياقة البدنية وبعض المتغيرات النفس اجتماعية لدي أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٤ .
- ١٧- مصطفى السايح محمد : موسوعة الالعاب الصغيرة ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الاسكندرية ، ٢٠٠٧ م .
- ١٨- مصطفى زيدان ، جمال رمضان : تعليم ناشئ كرة السلة ، ط ٣ ، ٢٠٠٦ م .
- ١٩- مصطفى يوسف حجاج : تأثير استخدام الألعاب الترويحية الغرضية علي تعلم بعض المهارات الأساسية للمصارعة لدي طلاب التربية الرياضية جامعة الأزهر ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٥ م .

ثانياً المراجع الاجنبية :-

- 20-.Brend Lichtman, : More immcenerative, Human kinet Kanda, Rhd 1999
- 21-.JENIFER W.AND NANCY M , : Children and morecnat phsical education in elementary school, g the end ww.cb.rowes co, Dubuque u.s.a 1994

الملخص

فاعلية برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية والصغيرة لتحسين بعض المهارات الاساسية والبدنية فى كرة السلة

م.د. محمود محمد محمد أبو العطا
مدرس بقسم تطبيقات الرياضيات الجماعية ورياضات المضرب
كلية التربية الرياضية
جامعة بنها

يهدف البحث إلى : بناء برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية و الصغيرة والتعرف على تأثيرها على الأداء المهاري وبعض المتغيرات البدنية لمنهاج رياضة كرة السلة .

منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة البحث مستعيناً بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام القياس القبلي و البعدي لكلا المجموعتين .

عينة البحث:- بلغ حجم العينة الأساسية (١٠٠) طالب وبلغت العينة الإستطلاعية (١٠) طلاب وقد استعان الباحث بعدد (١٠) لاعبين مواليد (١٩٩٠) بنادي بنها الرياضى.

مدة البرنامج : مدة تنفيذ البرنامج (١٤) أسبوع ، بواقع وحدة واحدة في الاسبوع ، زمن الوحدة (٩٠) دقيقة .

القياسات القبليّة : تمت القياسات القبليّة في المتغيرات المهارية والبدنية قيد البحث في الفترة من ٢٠١٦/٢/٢٠م إلى ٢٠١٦/٢/٢١م بعد ممارسة المهارات بشكل عام لمدة اسبوعين للتعرف على المهارات .

- تنفيذ التجربة الأساسية : تم تنفيذ البرنامج المقترح على مجموعة البحث التجريبية في الفترة من ٢٠١٦/٢/٢٧م إلى ٢٠١٦/٥/٢٨م .

- القياسات البعدية : تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من ٢٠١٦/٥/٢٩م إلى ٢٠١٦/٥/٣٠م وتمت القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياسات القبليّة وبنفس الاسلوب .

- أهم النتائج:

- * البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية و الصغيرة له تأثير ايجابي على الأداء المهاري لطلاب كرة السلة .
- * البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية و الصغيرة له تأثير ايجابي على بعض المتغيرات البدنية لطلاب كرة السلة.

Summary

The effectiveness of an educational program using pre and small games to improve some basic and physical skills in basketball

Mahmoud Mohammed Mohammed Abo EL ATA
Lecturer of group sports,
Faculty of Physical Education for Boys
Banha University

Goal of the research:

Building an educational program using motion, preliminary and small games and identifying their effect on the skill performance and some physical variables of the basketball sport .

Method of the research:

The researcher used the experimental method due to the suitability of the nature of this research with the help of one of the experimental designs which experimental design for two experimental and one other officer using tribal measurement and posttest for both groups.

Community and sample of the research :

The sample size was 100 students and the sample was 10 students. The researcher used 10 boys born in 1990 at Benha Sports Club.

Program Time:

Program Execution Time (14) weeks, with one unit per week, unit time (90) minutes.

Tribal measurements:

Tribal measurements were made in the technical and physical variables under study from 20/2/2016 to 21/2/2016 after the general skills exercise for two weeks to identify skills.

Implementation of the basic experiment:

The proposed program was implemented on the experimental research group from 27/2/2016 to 28/5/2016.

Dimension measurements:

Measurements were carried out in the period from 29/5/2016 to 30/5/2016. The measurements were carried out in the same way as in tribal measurements.

Main results:

- * The program proposed by using small games, motion and preliminary has a positive impact on the skill performance of basketball students.
- * The proposed program using small games, motion and preliminary has a positive impact on some physical variables for basketball students.