

تأثير استخدام وسيلة مساعدة مبتكرة على تعلم و تحسين دقة المناولة الصدرية بكرة السلة
أ.د فائزة عبد الجبار

Fazah456@gmail.com

فاطمة عبد الرضا

Fatima455@gmail.com

الكلمات الافتتاحية (وسيلة مساعدة، تعلم و تحسين، دقة المناولة الصدرية بكرة السلة)
مقدمة البحث: توصف المناولة الصدرية ب مناولة الفريق كونها من اكثر المهارات استخداما بكرة السلة اذا لم تكن اكثرها استخداما و هي قد تكون في معظم الاحيان اللبنة الاساسية التي يبنى على اساسها الاداء الفرقي لذلك هي من اهم المهارات التي قد تأخذ وقتا و جهدا في تعليمها و من هنا تظهر اهمية التدريب بوسائل متعددة لغرض تسريع عملية التعلم فضلا عن اتقان متطلبات الاداء المهاري. تم تشخيص اهمية اعداد وسائل تعليمية مبتكرة تتلائم متطلبات الاداء المهاري و الحركي لمهارة المناولة الصدرية و ذلك بهدف اغناء المناهج التعليمية او حتى التدريبية بالوسائل التي تسهم في تسريع عملية التعلم و تساهم في اتقان متطلباتها مهارية بشكل خاص و ان مهارة المناولة الصدرية بوصفها اكثر المناولات استخداما في لعبة كرة السلة لها اهمية بالغة و تحديدا مؤشر الدقة لما له من دور مباشر في انجاح الاهداف الخططية فضلا عن الاهداف الحركية المتعلقة بالاداء الخططي ، لذلك فأن المشكلة تتلخص في عدم وجود او ندرة الوسائل التي تساهم في تعليم اللاعب المهارة وفق متطلباتها المباشرة و في المناولة الصدرية فأن ابرز هذه المتطلبات هو عنصر الدقة.

The effect of using an innovative aid method on learning and improving the accuracy of basketball chest handling

Prof. Dr. Faizah Abdul-Jabbar

Fazah456@gmail.com

Fatima Abdel Reda

Fatima455@gmail.com

Keywords (aid, learning and improvement, basketball chest handling accuracy)

Research introduction: Chest handling is described as team handling, as it is one of the most used skills in basketball if it is not the most used one, and it may in most cases be the basic building block on which differential performance is built. Therefore, it is one of the most important skills that may take time and effort to teach it From here, the importance of training in various means appears to accelerate the learning process, as well as perfect the requirements for skill performance.

The importance of preparing innovative educational methods that are compatible with the requirements of the skillful and kinetic performance of the skill of chest handling has been diagnosed with the aim of enriching the educational curricula or even training methods that contribute to the acceleration of the learning process and contribute to the mastery of its skill requirements in particular. The basketball game is of great importance, and specifically the accuracy indicator because of its direct role in the success of the planning goals as well as the kinetic goals related to the planning performance, so the problem is summarized in the absence or scarcity of the means that contribute to teaching the player the skill according to its direct

requirements and in the chest. The most prominent of these requirements is the element of accuracy.

١-١ المقدمة واهمية البحث:

اصبحت الفعاليات ذات المتطلبات المهارية العالية تعتمد بشكل اكثر وضوحا على جملة من الاهداف الفرعية التي هي بطبعة الحال اهداف ذات طابع مهاري عالي تهدف الى تحقيق مبتغى هذه المهارات بكفاءة عالية و مضمونة دائما لان تقارب المستويات للرياضيين لا يدع مجالا لاي خلل ولو في مكونات المهارة الصغيرة. ان لعبة كرة السلة من الالعاب التي توصف بأنها لعبة مهارة بامتياز و هذه المهارات اصبحت ذات متطلبات تتصف ظاهريا بأنها بدنية لكن بدراستها المكثفة يظهر لنا انها متطلبات مهارة مباشرة و ما الدقة الا الوجه الاوضح لمعظم مهارات كرة السلة بسبب طبيعة الاداء المتصفة بالسرعة من جهة و من جهة اخرى دقة الاهداف الحركية الواجب على اللاعب ادائها. ان تصاعد المستويات و نمو القدرات الفردية للاعبين اوجد مزيدا من المتطلبات الفرعية التي تعتمد على فهم جزئيات الأداء لكل مهارة من خلال دراسة متطلباتها المختلفة و خصوصا الجانب المهاري المتقن و ذلك بهدف التوصل الى افضل اداء فردي يحقق الهدف من هذه المهارة تحقيق الاستفادة القصوى من تطوير متطلبات ذلك الأداء سواء بدنيا او مهارياً لم تعد اساليب التدريب مقتصرة على تطوير هدف واحد سواء كان بدني او مهاري بل اصبح من الضروري ان تكون الوحدات التدريبية اكثر تخصصية من جهة و ذات شمولية من جهة أخرى لذلك فأن استخدام الوسائل المتعددة و خصوصا المبتكرة منها في مراحل التعلم الاولى قد تساهم بشكل كبير في تسريع عملية التعلم للمهارة فضلا عن اتقان متطلباتها الخاصة وصولا الى القابلية على ادائها دائما بنفس الاتقات و تحت مختلف الظروف الضاغطة و هذا بطبيعة الحال هو ما يمثل الانجاز العالي لهذه المهارات فضلا عن ان الاداء الماهر الفردي سيرفع من امكانية الفريق الجماعية ككل و التي تمثل الحد الفاصل بين الفوز و الخسارة.

توصف المناولة الصدرية ب مناولة الفريق كونها من اكثر المهارات استخداما بكرة السلة اذا لم تكن اكثرها استخداما و هي قد تكون في معظم الاحيان اللبنة الاساسية التي يبني على اساسها الاداء الفردي لذلك هي من اهم المهارات التي قد تأخذ وقتا و جهدا في تعليمها و من هنا تظهر اهمية التدريب بوسائل متعددة لغرض تسريع عملية التعلم فضلا عن اتقان متطلبات الاداء المهاري.

مشكلة البحث:

تم تشخيص اهمية اعداد وسائل تعليمية مبتكرة تتلائم متطلبات الاداء المهاري و الحركي لمهارة المناولة الصدرية و ذلك بهدف اغناء المناهج التعليمية او حتى التدريبية بالوسائل التي تسهم في تسريع عملية التعلم و تساهم في اتقان متطلباتها المهارية بشكل خاص و ان مهارة المناولة الصدرية بوصفها اكثر المناولات استخداما في لعبة كرة السلة لها اهمية بالغة و تحديدا مؤثر الدقة لما له من دور مباشر في انجاح الاهداف الخطئية فضلا عن الاهداف الحركية المتعلقة بالاداء الخططي ، لذلك فأن المشكلة تتلخص في عدم وجود او ندرة الوسائل التي تساهم في تعليم اللاعب المهارة وفق متطلباتها المباشرة و في المناولة الصدرية فأن ابرز هذه المتطلبات هو عنصر الدقة.

اهداف البحث:

- ١- اعداد وسيلة تعليمية لتعلم و تحسين الدقة في المناولة الصدرية بكرة السلة .
- ٢- التعرف على مدى فاعلية الوسيلة المساعدة في تعلم و تحسين دقة المناولة الصدرية بكرة السلة .

فرض البحث:

ان للوسيلة المساعدة المقترحة دورا ايجابيا في تعلم و تحسين دقة المناولة الصدرية.

مجالات البحث:

١ المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية العام الدراسي (٢٠١٩-٢٠١٨) .

٢ المجال الزماني: المدة من ٨ / ١ / ٢٠١٨ لغاية ١٥ / ٩ / ٢٠١٨.

٣ المجال المكاني: قاعة وملعب كرة السلة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

٢ منهج البحث و اجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته لحل مشكلة البحث.

٢-٢ عينة البحث: تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل بطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2018-2019) والبالغ عددهن (33) طالبة وبنسبة (100%) إذ تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية.

٣-٢ الأجهزة و الأدوات المستخدمة في البحث:

تم تصميم الوسيلة المساعدة في البحث بعد التشاور مع السادة الخبراء من حمة الشهادات العليا في مجال التربية البدنية و علومها فضلا عن المختصين من السادة مدربي كرة السلة و خلص التصميم النهائي الى ما يأتي: **جهاز تنمية دقة المناولة الصدرية من الثبات و الحركة:** و هو عبارة عن جهاز مكون من ٦ دوائر بقطر ٥٠ سنتيمر بأرتفاعات مختلفة (٧٠ سنتيمتر ، ٩٠ سنتيمتر ، ١٤٠ سنتيمتر) حساسة للحركة الحاصلة داخل قطرها و تكون مزودة بشريط ضوئي، توضع هذه الدوائر الحساسة على جانبي خط وسطي و متعامدة معه على بعد ٣ متر و للجانبين و بمسافة ٣ متر عن الخط الوسطي.

آلية عمل هذا الجهاز هم بعد انطلاق اللاعب مع الكرة يتجاوز حساس حركة الكتروني يقوم بأطلاق اشارة عشوائية تضئ احدى الدوائر ال الستة على الجانبين و على اللاعب القيام بمناولة صدرية للجانب و لوسط الدائرة و سيقوم الجهاز بحساب الزمن حال مرور الكرة للداخل بشكل صحيح (بدقة).



٢-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث:

إختبار المناولة الصدرية :

اسم الإختبار : المناولة الصدرية (الدفع على الحائط) .

الغرض من الإختبار : قياس سرعة ودقة المناولة في التمرير .

الأدوات اللازمة : كرة سلة قانونية ، ملعب كرة سلة ، ساعة إيقاف ، صافرة .

الإجراءات : حائط أملس عامودي على الارض ، تحدد عليه ثلاث دوائر متداخلة قطرها كالاتي :

أ- الدائرة الكبيرة نصف قطرها (٣٠ بوصة) .

ب- الدائرة الوسطى نصف قطرها (٢٠ بوصة) .

ج- الدائرة الصغيرة نصف قطرها (١٠ بوصات) .

- محيط كل دائرة عرضه ١/٢ بوصة ويدخل بمساحة الدائرة .

- يرسم على الارض وفي مواجهة الحائط وموازي لها خطاً للبداية على بعد ١٠ اقدام من الحائط .

- يكون إرتفاع قطر الدائرة الكبيرة عن الأرض (٢٤ بوصة)

- تقف اللاعب خلف خط البداية ممسكة بالكرة باليدين .

- عندما تعطى إشارة البدء تقوم بتمرير الكرة باليدين تمريرة صدرية (chest pass) نحو الدائرة الصغيرة المرسومة على الحائط ثم استلامها باليدين ، سواء أكانت الكرة في الهواء أم على الأرض .

- يكرر هذا الاداء أكبر عدد من المرات خلال زمن (٣٠ ثانية) .

- تعطى اللاعب محاولتين متتاليتين، تسجل لها نتائج أحسن محاولة .

تعليمات الإختبار :

- يبدأ العد منذ لحظة إعطاء اللاعب إشارة البدء وحتى تنتهي زمن (٣٠ ثانية) ، ولا تحسب أية تمريرات بعد انتهاء الزمن المقرر لها .

- يجب أن تحتفظ اللاعب بالقدمين كليهما خلف خط البداية ، يمكنها في بعض الحالات اجتياز هذا الخط لألتقاط الكرة ، لكنها يجب ان تستأنف التمرير خلف الخط .

- لا تحتسب التمريرات إذا اجتازت اللاعب خط البداية في أثناء التمرير .

- إذا لمست الكرة محيط الدائرة تعد كأنها لمست الكرة الدائرة من الداخل .

حساب الدرجات :

- تعطى اللاعب محاولتين وتحسب لها الدرجة في كل محاولة كالاتي :

أ- إذا لمست الكرة الدائرة الصغيرة تمنح اللاعب (٥) درجات .

ب- إذا لمست الكرة الدائرة المتوسطة تمنح اللاعب (٣) درجات .

ج- إذا لمست الكرة الدائرة الكبيرة تمنح اللاعب (١) درجة .

د- إذا لمست الكرة خارج محيط الدائرة الكبيرة لا تمنح اللاعب اي درجة .

- درجة اللاعب هي مجموعة التمريرات الصحيحة التي تسجلها خلال زمن (٣٠ ثانية)

- يحتسب للاعب نتائج أحسن محاولة من المحاولتين .

إختبار دقة المناولة الصدرية بعد أداء الطبطبة

غرض الإختبار : قياس دقة المناولة الصدرية من الحركة اي الربط بين الطبطبة ودقة المناولة الصدرية .

الأدوات : حائط أملس ، كرة سلة ، شريط قياس ، طباشير ، حائط غير مطاط ، مسمار لغرض تحديد مركز مشترك للدوائر الثلاثة المربوطة في نهاية الحبل المقسم الى عقد - العقدة الأولى تبعد عن المسمار ٢٢,٥ سم .

العقدة الثانية تبعد عن المسمار ٤٩ سم -

العقدة الثالثة تبعد عن المسمار ٧٥ سم

عدد المحاولات . يمنح كل لاعب (١٠ محاولات) .

طريقة الاداء : يقوم المختبر باداء الطبطبة من خط يبعد (٢٥ قدم) عن الهدف وعند وصوله الى خط الموازي للجدار (الهدف) والذي يبعد (٩ قدم) يقوم المختبر باداء المناولة الى الهدف المرسوم على الجدار بدون توقف .
احتساب النقاط : يمنح اللاعب ثلاث نقاط إذا لمست الكرة الدائرة الداخلية ونقطتين إذا لمست الدائرة الوسطى ونقطة إذا لمست الدائرة الخارجية ، أعلى نقاط يمكن أن يحصل عليها اللاعب (٣٠ نقطة).

٢-٥ تم اجراء الاختبار القبلي في تاريخ ١١-١-٢٠١٨ .

٢-٦ التجربة الرئيسية :

تم اجراء التجربة الرئيسية في يوم ١٢-١-٢٠١٨ و على ملاعب كلية التربية البدنية و علوم الرياضة بأستخدام الوسيلة المبتكرة.

التمرينات بالوسائل المساعدة :

في أدناه توضيح للخطوات التي تم استعمال التمرينات بالوسائل المساعدة لتعليم المهارات الأساسية والمركبة بكرة السلة لطالبات المرحلة الأولى:

- هدف الوسائل المساعدة والتمرينات هو تعليم المهارات الأساسية والمركبة بكرة السلة .
- إستمرت مدة التعليم (١٠) أسابيع .
- عدد الوحدات التعليمية الكلية (٢٠) وحدة تعليمية .
- عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع (٢) وحدة تعليمية .
- أيام التعليم الأسبوعية (الثلاثاء ، الخميس) على وفق جدول الكلية .
- مدة الوحدة التعليمية بالدقائق (٩٠ د) والكلية (١,٨٠٠ د) .
- الزمن الكلي للجزء الإعدادي بالدقائق (٣٠٠ د) .
- الزمن الكلي للقسم الرئيس بالدقائق (١٤٠٠ د) .
- مدة الزمن التعليمي (٢٠) والكلية (٤٠٠) .
- مدة الزمن التطبيقي (٥٠ د) اما الكلية (١٠٠٠ د) .
- الزمن الكلي للجزء الختامي (١٠٠ د) .
- تتنوع التمرينات انسجماً متطلبات مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة و بواسطة الوسيلة المساعدة مع إمكانية اللاعب بأرتفاعات الدوائر او المسافة بين واحدة و أخرى او بالتالعّب بزمن الاداء .
- يتم إعطاء راحة بين التمرينات المعدة من قبل الباحثة .
- تم البدء بالتمرينات بالوسائل المساعدة في يوم (٢٤ / ١ / ٢٠١٨) وانتهى بتاريخ (٦ / ٤ / ٢٠١٨) .

١-٣ عرض النتائج:

الجدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الأوساط والانحرافات وقيمة (T) المحتسبة للاختبارات القبلي والبعدي للمتغير دقة المناولة لعينة البحث.

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة التجريبية		ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	الدالة
		س	ع ±	س	ع ±				
مناولة صدرية	درجة	٣٤,٣٥٧	٤,٢٧ ١	٤٩,٥٠٠	٦,١٤٨	١٥,١٤٢	٤,٧٠٤	١٢,٤٢٦	معنوي

الجدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة فرق الأوساط والانحرافات وقيمة (T) المحتسبة للاختبارات القبلي والبعدي لمتغير الطبطبة و المناولة الصدرية لعينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة التجريبية		ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	الدالة
		س	ع ±	س	ع ±				
الطبطبة والمناولة الصدرية	درجة	١٧,٧٨٥	١,٦٧ ٢	٢٧,٥٠٠	٢,٠٢٨	٩,٧١٤	٢,٠٥٤	١٧,٦٩٤	معنوي

٢-٣ مناقشة النتائج:

١-٢-٣ مناقشة نتائج اختبار المناولة الصدرية:

من خلال الاطلاع على الجدول (١) نلاحظ معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المناولة الصدرية ولصالح الاختبار البعدي ، حيث تعزو الباحثان هذا الفرق إلى استخدام الوسيلة المبتكرة فضلا عن تنوع التمرينات بواسطة هذه الوسيلة المستعملة في الوحدة التعليمية و من خلال تغير المسافة عند أداء المناولة. إذا يؤكد (Magil) " التنوع في مسافات التمرين وفي مستوى صعوبة الحركة سيزيد من اكتساب الخبرة التعليمية التي تساعد على أداء المهارة بشكل أفضل " ، ان استعمال الوسيلة المصممة قد ساعدت في تعلم مهارة المناولة الصدرية بصورة أفضل وذلك من خلال الافادة من خاصية التلاعب بالازمان و ذلك لغرض إضافة عبئ إضافي يجبر الطالب على التركيز اكثر على الهدف و هو الدقة و بالتالي مكنت الطالبة من اداء المناولة واستلام الكرة بشكل اكثر فعالية و دقة.

٣-٢-٢ مناقشة الطبطبة و المناولة الصدرية:

الطبطبة ومناولة الصدرية :

من خلال الإطلاع على الجدول (٢) نلاحظ معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الطبطبة والمناولة الصدرية ولصالح الاختبار البعدي حيث تعزو الباحثان هذا الفرق في الأداء إلى تمرينات بالوسيلة المساعدة المبتكرة المستعملة من خلال توظيفها لتمرارين مختلفة تجمع ما بين الطبطبة و الحركة و من ثم المناولة باتجاه الدوائر المضيئة ، وأن سبب تحسن هذه المهارة المركبة يعود الى تعلم المهارات كل منها على حدى أولا من خلال الدرس و بالتالي جمعها معا في هذه التمارين و بواسطة الوسيلة المبتكرة ، الذي أسهم في تسهيل تعليم اداء ربط هذه المهارتين من خلال التمرينات الموضوعه حيث ان ربط المهارات يؤدي إلى ايصال المتعلم إلى حالة اللعب التي تتطلبها لعبة كرة السلة وكذلك فإن الممارسة على اداء التمرين تنمي مستوى المتعلم ، وكما اشار (Schmidt) " لغرض الحصول على التعلم لا بد من أن تكون هناك محاولات من ممارسة التمرين وان أهم متغير في التعلم الحركي هو الممارسة الحركية والتمرين نفسه " .

الخاتمة

الاستنتاجات:

- ١ بينت الدراسة فعالية الوسيلة المصممة في تعلم و تطوير مهارة المناولة الصدرية بكرة السلة.
- ٢ ان تعلم مهارة المناولة الصدرية من خلال زيادة الأهداف المهارية فعال جدا في سرعة اتقان متطابقات هذه المهارة من الحركة فضلا عن الدقة.

التوصيات:

- ١ توصي الباحثان باستخدام الوسيلة المقترحة كأداة مساعدة في تطوير إمكانيات اللاعبين و الطلاب على حد سواء و لمختلف الفئات العمرية.
- ٢ ضرورة اعتماد الوسائل المساعدة بما يتلائم مع اهداف الوحدة التحليمية لغرض تحقيق افضل النتائج

المصادر:

- محمد حسن علاوي ، إسامة كامل راتب : الباحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩).
- فائز بشير حمودات ، (واخرون) : اسس مبادئ كرة السلة ، مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة الموصل ، ١٩٨٣.

Magill ، A ، Motor Learning ، Richard : (Boston ، Mc ، grow ، Hill ، 1998 -
(Human Kinetics Publishers ، : Arichard; Motor control and learning، Schmidt
Champion.III,1982)