

The effect of a proposed (physical-skills) training-curriculum to develop the direct shooting skill of Wheelchair basketball players

Researcher : Mohammed-J-Mnadi

mohammed.jabbar@utq.edu.iq

**College of Physical Education and Sport Science, University of Thi-Qar,
Thi-Qar, 64001, Iraq**

Abstract

The importance of the research was highlighted by the fact that the cases of disability are many and different according to the activities and games that individuals practice, including what is done using wheelchairs, which prompted the researcher to pay attention to this aspect and how to use wheelchairs in the game of basketball for the disabled, as it is one of the important games that is included in world championships. As for the problem of the research, it emerged through the researcher's observation that there was a weakness in the performance of the direct shooting skill in basketball, and the reason may be physical or skillful, which prompted the researcher to study this case to develop the level of shooting skill performance for the players of the Thi Qar Committee in basketball for the disabled. Then the researcher touched on the most important There are two objectives for the research and the most important hypotheses of the researcher. As for the field of research, it was represented by the players of the Thi Qar Committee in wheelchair basketball. As for the research methodology, the researcher used the experimental method to suit the nature of the problem to be studied. The researcher's sample was chosen intentionally. Then the researcher touched on the most important means and tools used in Then the researcher began the research procedures, which included conducting the selected tests that were appropriate for the research sample, conducting the scientific foundations for the tests, then starting to implement the training program prepared by the researcher, which lasted for 12 weeks, with three training units per week. Then the researcher touched on presenting and Analyze and discuss the results he reached after completing the application of his training program, as shown in the third chapter of the research. The most important conclusions were that haste, lack of calm, relaxation, and self-control during shooting had a negative impact on the accuracy of hitting the target, and after training they achieved a lot of progress. This was done through post-tests, and as for the recommendations, they were represented by several points, the most important of which were:

1. Focus on developing the strength of the muscles of the upper limbs, during the training units and according to the degree of disability
2. Developing physical qualities such as strength, speed, stamina, motor abilities, and the skill and psychological aspects, as they have a significant positive impact on shooting accuracy

مستخلص البحث:

برزت أهمية البحث من خلال ان حالات الإعاقة كثيرة ومختلفة باختلاف الفعاليات والالعاب التي يزاولونها الخواص ، منها ما يتم باستخدام الكراسي المتحركة ، والذي دفع الباحث للاهتمام بهذا الجانب و كيفية استخدام الكراسي المتحركة في لعبة كرة السلة للمعاقين ، كونها احدى الالعاب المهمة التي دخلت في البطولات العالمية ، أما مشكلة البحث فقد برزت من خلال ملاحظة الباحث بوجود ضعف في اداء مهارة التصويب المباشر بكرة السلة ، وقد يكون السبب بدياً أو مهارياً مما دفع الباحث لدراسة هذه الحالة لتطوير مستوى اداء مهارة التصويب للاعبين لجنة ذي قار بكرة السلة للمعاقين، ثم تطرق الباحث الى اهم هدفان للبحث و اهم فروض الباحث أما مجال البحث فقد تمثل بلاعبين لجنة ذي قار بكرة السلة للكراسي المتحركة اما منهج البحث فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة المراد دراستها وتم اختيار عينة الباحث بالطريقة العمدية ثم تطرق الباحث الى اهم الوسائل و الادوات المستعملة في البحث ثم بدء الباحث بإجراءات البحث و التي اشتملت على اجراء الاختبارات المختارة والملائمة لعينة البحث و اجراء الاسس العلمية للاختبارات ثم البدء بتطبيق البرنامج التدريبي المعد من قبل الباحث و الذي استمر لـ 12 اسبوعا و بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع الواحد ثم تطرق الباحث الى عرض و تحليل و مناقشة النتائج التي توصل إليها بعد الانتهاء من تطبيق برنامجه التدريبي وكما مبين في الفصل الثالث من البحث اما اهم الاستنتاجات فقد تمثلت في ان التسرع وعدم الهدوء والاسترخاء وضبط النفس في أثناء التصويب أثر بشكل سلبي في دقة اصابة الهدف وبعد التدريب حققوا الكثير من التقدم توضح ذلك من خلال الاختبارات البعدية و بالنسبة للتوصيات فقد تمثلت بعدة نقاط كان اهمها:

- 1- التركيز على تطوير قوة عضلات الاطراف العليا ، في أثناء الوحدات التدريبية وعلى وفق درجات العوق
- 2- تطوير الصفات البدنية كالقوة والسرعة والمطاولة والقدرات الحركية والنواحي المهارية والنفسية لما لها من تأثير ايجابي كبير في دقة التصويب .

1-1 مقدمة البحث وأهميته

تُعد رياضة المعاقين (ذوي الاحتياجات الخاصة) احدى الرياضات الخاصة المهمة في الوقت الحاضر لما لها من دور كبير في تأهيل المعاقين لتحقيق انجازات رياضية عالية ، ورفع اسم بلدانهم في المحافل الدولية. ان حالات الإعاقة كثيرة ومختلفة باختلاف الفعاليات والالعاب التي يزاولونها الخواص ، منها ما يتم باستخدام الكراسي المتحركة ، والذي دفع الباحث للاهتمام بهذا الجانب و كيفية استخدام الكراسي المتحركة في لعبة كرة السلة للمعاقين ، كونها احدى الالعاب المهمة التي دخلت في البطولات العالمية حيث يحتاج اللاعب فيها الى رفع قابلياته البدنية(مثل القوة والسرعة والمطاولة) والناحية الوظيفية (الجهاز الدوري والتنفسي) والناحية النفسية ورفع مستوى الاداء المهاري وخاصة مهارة التصويب من اجل تحقيق نتائج جيدة على المستوى العربي والعالمي.

2-1 مشكلة البحث

ان رياضة كرة السلة بالكراسي المتحركة ، رياضة حركية وعلى قدر كبير من الفائدة الوظيفية والنفسية وتشارك اجهزة الجسم جميعها في ادائها ولا سيما الجهاز العضلي العصبي والجهازين الدوري والتنفسي ،كذلك السيطرة على الكرة والتحكم في حركات ومناورات الكرسي المتحرك وذلك يتطلب توافراً كبيراً وسرعة ومرونة وقوة في اثناء الطبطبة والمراوغة والحجز والتصويب والجري بالكراسي المتحركة مع تغير الاتجاه من الامام إلى الجانبين والخلف في ضوء الهدف الأساس للحركة.

ان ذلك كله يتطلب قدرة عالية من التحمل ، بالإضافة الى ما تتطلبه هذه اللعبة من تعاون بين اللاعبين خلال المباراة.

ونظراً لخصوصية الاوضاع التي يتخذها جسم اللاعب في هذه اللعبة التي تتطلب منه ان تتفق مع شروط اداء المهارات الخاصة بها وخصوصاً مهارة التصويب ، ولقلة وجود البحوث المتخصصة التي تؤكد ذلك خلال تدريب هذه الفئة الخاصة ومن خلال كون الباحث مدرب سابق للجنة ذي قار لكرة السلة للكراسي المتحركة ومتابعته للعديد من المباريات لاحظ وجود ضعف في اداء مهارة التصويب المباشر لكرة السلة ، وقد يكون السبب بندياً أو مهارياً مما دفع الباحث لدراسة هذه الحالة لتطوير مستوى اداء مهارة التصويب للاعبين لجانة ذي قار لكرة السلة للمعاقين ، من اجل الوصول إلى نتائج إيجابية لخدمة هذه اللعبة الخاصة ، وتحقيق نتائج رياضية جيدة على المستويين العربي والعالمية.

3-1 - أهداف البحث

- 1) وضع برنامج تدريبي مقترح لتطوير القدرة البدنية المختارة في البحث و مهارة التصويب لدى لاعبي كرة السلة بالكراسي المتحركة وعلى وفق درجات الإعاقة.
- 2) التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تطوير القدرة البدنية المختارة في البحث و مهارة التصويب لدى لاعبي كرة السلة بالكراسي المتحركة وعلى وفق درجات العوق.

4-1- فروض البحث

- 1) هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في النواحي المهارية والبدنية بين الاختبارين القلبي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .
- 2) للبرنامج التدريبي المقترح أثر على تطوير القدرة البدنية المختارة في البحث و مهارة التصويب المباشر لدى لاعبي كرة السلة للكراسي المتحركة على وفق درجات العوق.

5-1- مجالات البحث**1-5-1- المجال البشري**

لاعبوا لجنة ذي قار لكرة السلة للكراسي المتحركة

1-5-2- المجال الزمني

المدة من (2024/1/14) م لغاية (2024/4/2) م

1-5-3- المجال المكاني

قاعة الشهيد حيد كامل برهان الرياضية المغلقة في محافظة ذي قار

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية**2 - 1 منهج البحث**

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة المراد دراستها و لكونه " اكثر الوسائل كفاية في الوصول الى معرفة موثوق بها " (1)

2-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، وتكونت من لاعبي لجنة ذي قار لكرة السلة بالكراسي المتحركة وعددهم (12) لاعباً ، وأخذ الباحث بنظر الاعتبار درجات الاعاقة وهذه العينة مثلت مجتمع البحث بنسبة 100% . من خلال النظر الى الجدول رقم (1) يتضح لنا أن عينة البحث تختلف من حيث نوع الاعاقة ودرجته ، وهذا بدوره يؤدي الى الاختلاف في تنفيذ عملية التصويب بكرة السلة من قبل اللاعبين مما دعى الباحث للانتباه الى ذلك خلال الاختبارين القبلي والبعدي كذلك في اعداد البرنامج التدريبي المقترح لتطوير مهارة التصويب في ضوء قدرات وامكانيات اللاعبين المعاقين وعلى وفق و نوع الاعاقة ودرجتها " ويقصد بذلك ان يعامل كل رياضي كحالة خاصة على الرغم من عضويته لفريق متكامل" (2)

جدول (1)

يبين تقسيم درجات الاعاقة

سبب العوق	نوع العوق	عدد اللاعبين	درجة العوق
حادث سير	اصابة العمود الفقري-شلل الاطراف السفلى	1	1
معوق حرب	1 بتر الاطراف السفلى فوق الركبة مع بتر اصابع اليد اليمنى ما عدا الابهام	2	1,5
شلل اطفال	2 شلل الاطراف السفلى		
شلل اطفال	1 شلل الاطراف السفلى	2	2
شلل اطفال	2 شلل الاطراف السفلى		
حادث سير	شلل الاطراف- 1 اصابة العمود الفقري السفلى	2	2,5
معوق حرب	فوق الركبة - 2 بتر الاطراف السفلى (بتر عالي)		
معوق حرب	فوق الركبة - 1 بتر الاطراف السفلى	1	3,5

(1) ديوب فان دالين : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1984م ، ص 40 .
(2) ابو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997م ، ص 16 .

معوق حرب	1- بتر الأطراف السفلى الايسر فوق الركبة والطرف الايمن تحت الركبة	4	4
معوق حرب	2- بتر الأطراف السفلى الايسر فوق الركبة والايمن تحت الركبة		
شلل اطفال	3 شلل الأطراف السفلى 4 بتر الطرف الايسر تحت الركبة		
معوق حرب			

عند الحديث عن لاعبي كرة السلة بالكراسي المتحركة ، لا بد أن نعلم ان الكرسي المتحرك هو جزء مهم لا يتجزأ عن اللاعب المعاق فهو الوسيلة التي بواسطتها يؤدي الرياضي المعاق الواجبات الدفاعية والهجومية والمهارية والخطية ، لذلك يجب ان يمتاز الكرسي المتحرك بالخفة والسرعة والمرونة في أثناء التقدم للأمام والدوران للجانبين وللخلف وان مواصفات الكراسي المتحركة لعينة البحث هي :-

- 1) كرسي سوبر /12
- 2) ارتفاعه 53 سم
- 3) وزنه 9 كغم (وزن الكرسي الدولي 7كغم)
- 4) حجم الإطار 24

2 - 3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات المستخدمة

2 - 3 - 1 وسائل جمع المعلومات :

- 1) المصادر العربية والاجنبية
- 2) (internetشبكة المعلومات الدولية)
- 3) (hp pavilion dv6جهاز حاسوب الكتروني)

2 - 3 - 2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- 1) حاسبة يدوية
- 2) ساعة توقيت يدوية
- 3) كراسي متحركة
- 4) كرات طينية (1كغم ،3كغم)
- 5) شواخص بلاستيكية وشريط قياس
- 6) مقياس رسم بطول (1م)
- 7) الوسائل الإحصائية

2 - 4 إجراءات البحث

2 - 4 - 1 اختبار التصويب من الامام⁽³⁾

محمد محمود عبد الدائم ومحمد صبحي حسنين : الحديث في كرة السلة ، الأسس العلمية والتطبيقية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999م⁽³⁾ ، ص 43-60

- 1) الغرض من الاختبار : قياس دقة التصويب
- 2) الأدوات والتنظيم
كرة سلة ، هدف سلة
مواصفات الأداء: يجلس اللاعب على الكرسي المتحرك خلف العلامة المحددة للتصويب ، وعند سماع إشارة البدء من الباحث يأخذ اللاعب الكرة ثم يقوم بالتصويب من الثبات ويستمر اللاعب المختبر بالتصويب لـ(10).
من خلال اجراء التجربة الاستطلاعية لهذا الاختبار تم تجاوز كل المعوقات والمشاكل في تنفيذ الاختبار القبلي لعينة البحث.

2 - 4 - 2 رمي كرة طبية (1كغم ، 3كغم) من خلف الرأس وعلى وفق درجات الاعاقة

الهدف من الاختبار / قياس القوة القسوى للذراعين 0

- 1) اداء الاختبار يتم من الجلوس على الكرسي المتحرك، مسك كرة طبية (تزن من 1كغم و3كغم) وعلى وفق درجات الاعاقة يحرك اللاعب المعاق الكرة الطبية باليدين إلى خلف الرأس كما في الرمية من فوق الرأس في كرة السلة مع حدوث ثني في مفصل المرفق ويجب ان يتم رمي الكرة الطبية عندما تصل إلى أعلى نقطة فوق الرأس
- 2) أسلوب القياس : يتم قياس المسافة من خط الرمي والى مكان سقوط الكرة الطبية ، تؤدي ثلاث محاولات تحسب أفضلها

2 - 5 صدق الاختبار

ان الصدق صفة اساسية من صفات الاختبار الجيد ولا بد ان يقيس الاختبار وبدقة متناهية الحالة التي وضع من اجلها إذ " إن الاختبار الصادق اختبر يقيس الوظيفة التي يزعم ان يقيسها ولا يقيس شيئاً آخر منها او بالإضافة إليها (4)"

ولمعرفة صدق الاختبار الذي استخدمه الباحث لاختبار مهارة التصويب بكرة السلة بالكراسي المتحركة استخدم الصدق الذاتي كونه يعتمد على قانون احصائي يعطي نتائج جيدة وبشكل علمي صحيح إذ يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وعلى النحو الآتي :

معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات (5)

$$\bullet \bullet \bullet 0.80 = \text{معامل الصدق الذاتي}$$

$$0.90 =$$

ومن خلال ذلك نستطيع القول أن معامل الصدق الذاتي عالي جداً وإن الاختبار صادق وثبات عالٍ

2 - 6 ثبات الاختبار

ان مفهوم ثبات الاختبار " انه لو اعيد تطبيق الاختبار على الافراد انفسهم فانه يعطي النتائج نفسها او نتائج متقاربة(6) " إذ يستطيع الباحثون الحصول على معامل ثبات الاختبارات من خلال حساب معامل الارتباط في تنفيذ الاختبارات للمرة الأولى ونتائجها للمرة الثانية على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها وذلك عند إعادة الاختبارات(7)

(4) سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط1 (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000م) ص273

(5) ممدوح عبد المنعم الكنانى وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسى والتربوي ، ط 1 (بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995) ص181

(6) مروان عبد الحميد ابراهيم : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999) ص70

(7) قيس ناجي عبد الجبار وبسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي (بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1984) ص143

وبناءً على ذلك قام الباحث بتطبيق الاختبار يوم الأربعاء الموافق (2024/1/3) على عينة البحث نفسها ثم أعيد الاختبار يوم الثلاثاء الموافق (2024/1/9) لاستخراج معامل ثبات الاختبار واعتمد الباحث على قانون معامل الارتباط (بيرسون) .

وفي ضوء استخدام هذه المعادلة حصلنا على (0.85) لثبات الاختبار وهذا يدل بوضوح ان هناك ارتباطاً وثيقاً بين الاختبارين الاول والثاني لمهارة التهديد بكرة السلة بالكراسي المتحركة

ولمعرفة مدى ثبات الاختبار استخدم الباحث جداول الدلالة الاحصائية لمعامل الارتباط وبدرجة حرية 9-2 وبمستوى دلالة (0.04) وكانت القيمة الجدولية المقابلة لها هي (0.781) اقل من القيمة المحسوبة وهي (0.80) وهذا يدل على ان الارتباط ذو دلالة معنوية.

2 - 7 موضوعية الاختبار

ان موضوعية أي اختبار تبنى على اساس وضوح التعليمات وادارة الاختبار بشكل علمي ومن الصفات المهمة للاختبار الجيد ان يكون موضوعياً لقياس الظاهرة التي أعد أصلاً لقياسها ، وان هناك فهماً كاملاً من المختبرين جميعهم بما سيؤدونه ولا بد ان يكون هناك تفسيراً واحداً للجميع وان عدم تحقيق الموضوعية في الاختبار يؤدي الى التأثير في صدقه وفي ثباته أي ان موضوعية الاختبار تتحقق باتفاق الجميع وكلما ارتفعت نسبة الاتفاق كلما دل ذلك على موضوعية الاختبار (8)

2 - 8 الاختبارات القبليّة

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبليّة على عينة البحث في يوم الخميس الموافق (2024/1/11) في الساعة (العاشرة) صباحاً في قاعة الشهيد حيدر كامل برهان الرياضية المغلقة في محافظة ذي قار

وكان تسلسل اجراء الاختبارات كما يأتي :

- 1) اختبار التهديد من الثبات من الامام (منطقة الرمية الحرة)
- 2) اختبار رمي كرة طيبية من خلف الرأس (1كغم، 3كغم) وعلى وفق درجات العوق

2 - 9 البرنامج التدريبي

اعتمد الباحث في تدريب عينة البحث على البرنامج التدريبي الذي اعده ونفذ بإشرافه ، إذ احتوى على عدد من الوحدات التدريبية وعدد أيام التدريب خلال الأسبوع ولمدة ثلاثة اشهر

وضع البرنامج التدريبي على ضوء المتغيرات الميكانيكية لمهارة التصويب التي اختارها الباحث وكذلك الاعتماد على رأي الخبراء الاختصاص في البايوميكانيك والتحليل الحركي والتدريب الرياضي مع مراعاة درجة عوق كل لاعب في عينة البحث

بدأ العمل في تطبيق البرنامج التدريبي في يوم الاحد الموافق (2024/1/14) إذ احتوى على (12) اسبوعاً وبواقع

ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع إذ تكونت الوحدة التدريبية اليومية من ثلاثة أقسام وكما يأتي :-

1. القسم الإعدادي : - 25 د 36× وحدة تدريبية = 900 د = 15 ساعة

أ- شرح مفردات الوحدة التدريبية وتهيئة مستلزمات التدريب

(8) مروان عبد الحميد ابراهيم : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999، ص70

- الأحماء - اعطاء تمارين متنوعة لتهيئة اللاعبين إلى أداء الفعاليات والتمارين في القسم الرئيسي
2. القسم الرئيسي :- 60 د $36 \times$ وحدة تدريبية = 2160 د = 36 ساعة
- تعليم وتطوير المهارات الفنية وخاصة مهارة التهديف إضافة إلى تطوير عناصر اللياقة البدنية
3. القسم الختامي :- 5 د $36 \times$ وحدة تدريبية = 180 د = 3 ساعات
- تهدئة أجسام اللاعبين عن طريق الجري الخفيف بالكراسي والتمارين البدنية الخفيفة بالإضافة الى (4) وحدات تدريبية للاختبارين القبلي والبعدي ، ليكون المجموع الكلي (40) وحدة تدريبية ، نفذت الوحدات التدريبية في قاعة الشهيد حيدر كامل برهان الرياضية المغلقة لأيام (الأحد والثلاثاء والخميس)
- قام الباحث اختيار مجموعة من التمارين البدنية والمهارية وتنفيذها بشكل علمي وتقنين الحمل التدريبي لها بما يتناسب وقدرات وامكانيات عينة البحث وعلى وفق درجة العوق ونوعه

2 - 10 الاختبارات البعدية :

- تم الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي يوم السبت الموافق (2024/3/30) .
- تم اجراء الاختبارات البعدية صباح يوم الثلاثاء الموافق (2024/4/3) :
- أ- اختبار رمي الكرة الطبية من خلف الرأس (1كغم ، 3كغم) على وفق درجات الإعاقة
- ب- التصويب من الامام من الثبات
- وحرص الباحث على تهيئة الظروف والامكانيات اللازمة لنجاح هذه المهمة وبمساعدة فريق العمل المساعد وافراد عينة البحث ، تحت ظروف الاختبارات القبلية نفسها ، من اجل الوصول الى نتائج علمية دقيقة

2 - 11 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية لمعالجة نتائج البحث⁽⁹⁾

(للعينه الواحدة T-1 اختبار)

2 - قانون معامل الارتباط (بيرسون)

3 - عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها

3 - 1 عرض نتائج اختبارات مهارة التصويب من الامام وتحليلها ومناقشتها

الجدول رقم (2)

(المحتسبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارة التصويب T يوضح قيمة ف و ه وقيمة)

الفروق	T(قيمة) الجدولية	T (قيمة) المحتسبة	ف ه	ف	جهة التهديف	درجة العوق الناصية
						1,5-1
						2,5-2
معنوي	2.78	6.47	0.53	3.43	الامام	
معنوي	4.30	7.57	0.37	2.28	الامام	

وديع ياسين وحسن محمد : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، جامعة الموصل ، 1999،⁽⁹⁾

تظهر في الجدول أيضاً نتائج اختبار مهارة التصويب من الامام ، إذ كانت قيمة ف (3.43) وقيمة ف هـ (0.53) ، اما (المحتسبة (6.47) وهي اكبر من القيمة الجدولية (2.78) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (6) Tقيمة (مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي ، لدرجات العوق الناصية كما تظهر في الجدول نفسه نتائج (المحتسبة (7.57) Tاختبار مهارة التصويب من الامام ، إذ كانت قيمة ف (2.28) وقيمة ف هـ (0.37) ، اما قيمة (وهي اكبر من القيمة الجدولية (4.30) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (4) ، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح الاختبار البعدي لدرجات العوق العالية O

يُعرف التصويب : بأنه عملية دفع الكرة باتجاه الهدف على شكل حركة رمي باستخدام ذراع او ذراعين (10) . ان الفريق الذي يجيد لاعبيه مهارة التصويب بشكل جيد ، ترتفع معنوياتهم مما يؤدي ذلك الى ثقة عالية في تحقيق الفوز في المباراة ، إن هذا البحث اختص في كشف العيوب والاطفاء في اداء مهارة التصويب لدى افراد عينة البحث من خلال الاختبارات القبلي التي قام بها الباحث

وتم بناء الوحدات التدريبية خلال المدة الزمنية المحددة على وفق الاخطاء الفنية والفروق الفردية وعلى وفق درجات العوق لكل فرد في العينة ، إذ احتوت هذه الوحدات التدريبية على عدد كبير من التمارين البسيطة والمركبة الخاصة بالتصويب سواء أكان من الثبات او الحركة إذ اجاد اللاعبون اتقان هذه المهارة وادائها بدقة متناهية وبتقنة عالية في النفس .

ان التقدم والتطور الكبيران في اداء عملية التصويب لأفراد عينة البحث بمختلف نوع ودرجات عوقهم لم يأت الا من خلال التدريب المتواصل على التصويب من مناطق ومسافات مختلفة وبتكرارات كثيرة جداً ، أن تطوير دقة التصويب والتركيز وضبط النفس وارتخاء الاعصاب والابتعاد عن الشد العضلي الذي يؤثر سلباً في التوافق العضلي العصبي وفقدان ضبط مسار الكرة نحو الهدف مما يؤثر سلباً في عدم دخول الكرة في الشبكة.

وكان لعامل التكرارات الكثيرة تحقيق الانسجام الواعي بين مسافة التصويب والقوة المطلوبة لرمي الكرة ووصولها الى الهدف ودخولها فيه وهذه الناحية تتطلب ان يكون قوس طيران الكرة عالياً ، لأن قوس طيران الكرة كلما كان عالياً تكون نسبة تسجيل الاهداف عالية ايضاً ((ان معرفة القوانين والأسس الخاصة بالميكانيكا الحيوية لفن الأداء الرياضي لا يعتبر أمراً هاماً لاختيار مادة التدريب فقط ، بل تمتد أهميته ايضاً لعملية الاعداد للمهارات الحركية)) (11).

3 - 2 عرض نتائج اختبارات رمي الكرة الطبية (1كغم ، 3كغم) من خلف الرأس وببند واحدة وتحليلها ومناقشتها

الجدول رقم (3)

(المحتسبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لرمي الكرة الطبية Tيوضح قيمة ف و ف هـ وقيمة ((1كغم،3كغم) على وفق درجات العوق

مادة الاختبار	T(قيمة)	T(قيمة)	الفروق
---------------	---------	---------	--------

(10) رعد جابر باقر الرشيد وكمال عارف طاهر : المهارات الفنية بكرة السلة ، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987، ص143

(11) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين : أسس التدريب الرياضي ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي للطبع ولانشر ، 1997،

درجة العوق	ف	ف هـ	المحتسبة	الجدولية	معنوي
الناصية 1-5, 2-5	01.4	36.0	14.11	78.2	رمي كرة طبية من خلف الرأس (1كغم)
	27.4	49.0	71.8	78.2	رمي كرة طبية بيد واحدة (1كغم)
العالية 3-4, 5	7.5	39.0	62.14	30.4	رمي كرة طبية من خلف الرأس (3كغم)
	12.6	55.0	15.11	30.4	رمي كرة طبية بيد واحدة (3كغم)

تظهر في الجدول رقم (3) نتائج اختبار رمي كرة طبية من خلف الرأس إذ كانت قيمة ف (01.4) وقيمة ف هـ (36.0) (المحتسبة (14.11) وهي اكبر بكثير من القيمة الجدولية (78.2) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة T، اما قيمة (حرية (6) مما يدل بشكل كبير على وجود فرق معنوي عالٍ لصالح الاختبار البعدي لدرجات العوق الناصية . كما تظهر في الجدول نفسه نتائج اختبار رمي كرة طبية بيد واحدة (1كغم) إذ كانت قيمة ف (27.4) وقيمة ف هـ (المحتسبة (71.8) وهي اكبر بكثير من القيمة الجدولية (78.2) تحت مستوى دلالة (0,05) T(49.0)، اما قيمة (ودرجة حرية (6) مما يدل على وجود فرق معنوي كبير لصالح الاختبار البعدي ، لدرجات العوق الناصية. كما تظهر في الجدول أيضاً نتائج اختبار رمي كرة طبية من خلف الرأس (3كغم) إذ كانت قيمة ف (7.5) وقيمة ف هـ (المحتسبة (62.14) وهي اكبر بكثير من القيمة الجدولية (30.4) تحت مستوى دلالة (0,05) T(39.0) ، اما قيمة (ودرجة حرية (4) مما يدل على وجود فرق معنوي عالٍ لصالح الاختبار البعدي ، لدرجات العوق العالية . كما تظهر في الجدول نفسه نتائج اختبار رمي كرة طبية بيد واحدة (3كغم) إذ كانت قيمة ف (12.6) وقيمة ف هـ (الجدولية (30.4) تحت مستوى دلالة T(11.15) وهي اكبر بكثير من قيمة (0,05) T(55.0) ، اما قيمة (0,05) ودرجة حرية (4) مما يدل على وجود فرق معنوي عالٍ لصالح الاختبار البعدي لدرجات العوق العالية . أن الاعداد البدني ، هو تنمية القابلية البدنية وبصورة خاصة إمكانات التحمل والقوة والسرعة والرشاقة والمرونة ، التي تعد من اهم الأسس للوصول الى المستويات العالمية التي يتوقف الفوز فيها بدرجة كبيرة الى جانب اتقان النواحي المهارة والتكتيكية العديدة التي تتطلبها لعبة كرة السلة (12).

ويذكر هارة " ان المحتوى المهم لتهيئة الجسم تكمن في تطوير القابلية الجسمية لتحمل والقوة والسرعة والقابلية الحركية ان هذه العناصر المهمة التي يمكن ان يعبر عنها مجتمعة باصطلاح اللياقة البدنية هي التي تقرر درجة قابلية الرياضي في الحصول على المستويات الرياضية العالية " (13)

في هذه الدراسة تم كشف الأخطاء الفنية في أداء مهارة التهديد المباشر بكرة السلة لأفراد عينة البحث ومنها عدم وصول الكرة إلى السلة أثناء التهديد ، قد يكون سبب ذلك هو ضعف قوة رمي أو دفع الكرة نحو الهدف وهذا يؤكد ضعف اللياقة البدنية لدى عينة البحث إذ تم إجراء اختبارات بدنية قبلية لعينة البحث في (رمي كرة طيبة من خلف الرأس ورمي كرة طيبة بيد واحدة ، 1 كغم و3 كغم ، على وفق درجات العوق) مما أكد وجود ضعف واضح في اللياقة البدنية للاعبين .

وبعد ذلك قام الباحث في اعداد وحدات تدريبية خلال المدة الزمنية المحددة للدراسة على وفق إمكانيات وقدرات اللاعبين وعلى وفق درجة اعاقه كل لاعب احتوت هذه الوحدات على كثير من التمارين البدنية ومنها استخدام الكرات وتمارين الجري بالكراسي المتحركة كالسرعة والقوة والمطاولة والرشاقة والمرونة وكان multy gym الطيبة وجهاز لذلك دور فاعل في تطوير قوة الذراعين الانفجارية لهذه الفئة الخاصة التي لا تمتلك الا (الذراعان) في دفع الكرسي المتحرك واداء كافة المهارات الاساسية والتكتيكية فيهما ، إذ تركت تلك التمارين اثراً واضحاً في تطوير اللياقة البدنية لأفراد عينة البحث ، و تعزز ذلك علمياً من خلال الاختبارات البعدية إذ اظهرت فروقاً معنوية كبيرة في تقدم اللاعبين في اداء مهارة التصويب من الامام (الرمية الحرة) وبناءً على ذلك نستطيع ان نقول ان التدريب المنظم وفق الأسس العلمية الحديثة المبني على مبدأ الاستمرارية يحقق الهدف المرسوم له إذ يقول كمال جمال الربضي " لا شك ان الاستمرارية في عملية التدريب هي القاعدة الاساسية للأداء الحركي ، إذ تتغير العضلات بشكلها وحجمها ووظائفها عند الاستمرارية على التدريب ، كي تتمكن من ان تعتاد على الأداء الفني للمهارة " (14) .

4- الاستنتاجات والتوصيات

4 - 1 الاستنتاجات

1. كان لضعف عضلات الأطراف العليا لأفراد عينة البحث أثر سلبي واضح ، في عملية التصويب بكرة السلة ، لعدم وصول الكرة إلى الهدف ، مما سبب ضياعاً كبيراً في فرص التسجيل ، وبعد التدريب تطورت القوة لرمي الكرة وإيصالها إلى الهدف توضح ذلك من خلال الاختبارات البدنية البعدية
2. ان التسرع وعدم الهدوء والاسترخاء وضبط النفس في أثناء التصويب أثر بشكل سلبي في دقة اصابة الهدف وبعد التدريب حققوا الكثير من التقدم توضح ذلك من خلال الاختبارات البعدية

5-2- التوصيات

1. التركيز على تطوير قوة عضلات الاطراف العليا ، في أثناء الوحدات التدريبية وعلى وفق درجات العوق

(13) هارة :اصول التدريب : ترجمة عبد علي نصيف ، ط2،الموصل مطابع التعليم العالي،1990، ص25

(14) كمال جميل الربضي : التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين ، عمان ، نشر بدعم من الجامعة الاردنية ، 2001 ، ص204

2. تطوير الصفات البدنية كالقوة والسرعة والمطاولة والقدرات الحركية والنواحي المهارية والنفسية لما لها من تأثير ايجابي كبير في دقة التصويب .
3. العمل على تنوع تمارين التصويب البسيطة والمركبة سواء أكان ذلك من الثبات او الحركة وعدم الاعتماد على تمارين معينة وثابتة خلال الوحدات التدريبية مما يجعل الملل والضجر يدخل الى نفوس أعضاء الفريق ويتعبهم
4. دعم وتشجيع تأسيس اندية متخصصة في رياضة المعاقين في كافة محافظات العراق ، على أن يؤسس نادي واحد في كل محافظة على الأقل

المصادر العربية و الاجنبية

المصادر العربية

- ابو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية ، ط1، القاهرة ،دار الفكر العربي ، 1997م.
- ديوب فان دالين : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1984م
- رعد جابر باقر الرشيد وكمال عارف طاهر : المهارات الفنية بكرة السلة ، بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987 ، ص143
- سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000م
- قيس ناجي عبد الجبار وبسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1984م

- كمال جميل الربضي : التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين ، عمان ، نشر بدعم من الجامعة الاردنية ، 2001
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين : أسس التدريب الرياضي ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي للطبع والنشر ، 1997
- محمد محمود عبد الدائم ومحمد صبحي حسانين : الحديث في كرة السلة ، الأسس العلمية والتطبيقية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999م
- مروان عبد الحميد ابراهيم : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999
- مروان عبد الحميد ابراهيم : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999) ص70
- ممدوح عبد المنعم الكناني وعيسى عبد الله جابر : القياس والتقويم النفسي والتربوي ، ط 1 ، بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1995
- هارة : اصول التدريب : ترجمة عبد علي نصيف ، ط2، الموصل مطابع التعليم العالي، 1990.
- وديع ياسين وحسن محمد : التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، جامعة الموصل

نموذج للوحدات التدريبية

الوحدة التدريبية /3 اليوم /الثلاثاء

الهدف من الوحدة التدريبية / تطوير قوة الذراعين والتصويب المباشر من الامام الأسبوع /1

الزمن /90 دقيقة الأدوات /شواخص /كرات سلة /كرات طيبة

ت	التمارين / المهارات	الجرعة التدريبية	الملاحظات
1	شرح مفردات الوحدة التدريبية وكيفية تنفيذها من قبل اللاعبين تهيئة مستلزمات التدريب -	٥د	تركيز اللاعبين على توجيهات وتعليمات المدرب

<p>مراعاة سلامة اللاعبين ذوي درجات العوق الناصية</p>	<p>20د 10د 10مرات 6مرات 4مرات 2مرتين 10د</p>	<p>الأحماء</p> <ul style="list-style-type: none"> - جري بالكراسي حول الساحة - تدوير الذراعين للأمام والخلف - رفع الذراعين للجانبين ثني ومد الجذع لليمن واليسار بالعد(1،2) - جري بالكراسي مع اتجاه الاشارة - الجري الزكزاكي على الخط الجانبي - Weav مناولات بين اللاعبين) 	2
		<ul style="list-style-type: none"> - التهديد من منطقة الرمية الحرة (فاول شوت) - كل لاعبين أثنين بكرة إذ يقوم احدهم بالهدف ل(10) - رميات والآخر يناول ويحسب له الرميات الناجحة والفاشلة ثم يتبادلان التهديد - يجلس اللاعب أمام منطقة الرمية الحرة ، - إذ يستلم مناولة من الزميل ، - ثم يقوم بالتهديد ويجري نحو الشاخص في الزاوية - اليمنى من منتصف الملعب حتى منطقة الرمية الحرة - الأخرى ويستلم مناولة من الزميل ويقوم بالتهديد - ثم يؤدي ذلك من المنطقة الأخرى وبنفس الطريقة - وهكذا يؤدي كافة اللاعبين ذلك وبنفس الطريقة - مناولات بالكرات الطبية بين اللاعبين على طول الملعب - ذهاباً وأياب شكل رقم (6) - جري بين الشواخص ومناولات بين اللاعبين بالكرات الطبية - تهديد من منطقة الرمية الحرة فاوول شوت لعب فريقين 	3
<p>- تهدئة اللاعبين إعادة الأدوات للمخزن</p>	<p>5د</p>	<ul style="list-style-type: none"> - جري خفيف بالكراسي - تمارين خفيفة ومتنوعة للذراعين 	4