

تأثير تدريبات التحركات الهجومية الفردية على فاعلية الهجوم الخاطف وبعض المهارات الأساسية لدى ناشئات كرة السلة

*د/ نجلاء احمد رضوان احمد

المقدمة ومشكلة البحث:

إن التطور السريع والمتلاحق الذي تشهده جميع نواحي الحياة الاجتماعية والثقافية والرياضية في الآونة الأخيرة نتيجة للتكنولوجيا الحديثة والأفكار والنظريات التي أفرزتها العلوم المختلفة، والتدريب الرياضي أحد مجالات التربية البدنية والرياضية والذي استحوذ على جزءاً كبيراً من تلك المستحدثات العلمية التي أفرزتها العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي.

ويعد التدريب الرياضي هو أحد أهم أشكال الممارسة الرياضية المنظمة وهو وسيلة هامة من وسائل التربية البدنية والرياضية في تحقيق أهدافها خاصة ما يتعلق منها بتطوير المستوى بكل أشكاله البدنية والمهارية والفنية والخططية من أجل تحقيق الإنجاز الرياضي على المستويين الفردي والجماعي. (15 : 280)

وتعتبر رياضة كرة السلة من الألعاب ذات الشعبية على مستوى العالم لما تتمتع به من قوة وإثارة ومتعة ونظراً لأهمية هذه اللعبة على مستوى العالم أصبح وجودها أمراً ضرورياً وهاماً لجميع الدول وهذا الأمر أثر تأثيراً إيجابياً على المستوى الفني للعبة بشكل ملحوظ وسريع، فطبيعة الأداء في كرة السلة يعتمد على حسن استخدام متطلبات الأداء المهاري الهجومي للوصول إلى سلة الفريق المنافس وتسجيل النقاط وكذلك استغلال متطلبات الأداء الدفاعي لمنع التحركات أو تسجيل النقاط .

ولقد تطورت رياضة كرة السلة الآن وأخذت شكلاً جديداً في كثير من الجوانب التي يتطلبها شكل الأداء التنافسي فنرى أن طرق التدريب قد تباينت ونتج عن ذلك اختلاف في تطوير القدرات لدى اللاعب ، الأمر الذي يتطلب أن يكون اللاعب قادر على بذل الجهد في كل مناطق الملعب مشاركاً في الواجبات الدفاعية والهجومية إضافة إلى سرعة وكثافة التحركات وهذا الأداء يتطلب من اللاعبين مستوى عالي في القدرات المهارية والبدنية والخططية.

* مدرس بقسم الالعاب - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق.

ويشير "ديل هاريس Del Harris " 1997م أن فريق كرة السلة الناجح يجب أن تتم تحركات أفراد الخمسة فى نماذج لأداءات خطية منسقة ، حيث أنها تؤثر بشكل كبير فى تحقيق نتيجة المباراة (16 : 86) .

ويؤكد " أحمد أمين فوزى ، عبد العزيز سلامة " 1996م على أن كرة السلة تمتلك محتوى من الأداءات الحركية الهجومية التى تعبر عن التنفيذ الواعى بواسطة اللاعبين لمجموعة من المبادئ والمهارات المختلفة أثناء المباراة بغرض تحقيق واجبات معينة يكون الهدف منها فى النهاية هو تحقيق الفوز وتحقيق النتيجة المرجوة فى ظل ظروف اللعب المتباينة ومسايرة التغير الذى يحدث فى المواقف المختلفة فإنه يجب على اللاعب أن يكون قادراً على أداء كل المبادئ والأداءات الحركية الهجومية للعبة بأكبر قدر من المهارة وسرعة ودقة.(3 : 136)

ويضيف " فائز بشير حمودات وآخران " 1995م أن خطط اللعب الهجومية هى أعمال مدروسة يقوم بها لاعبي الفريق سواء كان لاعب بمفرده أو أكثر أو الفريق كله طبقاً لنظام متفق عليه مسبقاً يمكن اللاعبين من الاحتفاظ بالكرة وفتح الثغرات الدفاعية، ومحاولة إختراق الخطوط الدفاعية بهدف إتاحة الفرصة والمكان المناسب لأحد اللاعبين للقطع لإستلام تمريرة والتصويب بدون دفاع(8 : 51).

وقد قام الاتحاد الدولى لكرة السلة F.I.B.A. بتدوين التعديلات الجديدة ، والتى من شأنها زيادة فاعلية الهجوم الخاطف ، وزيادة نسبة إحرار النقاط ؛ حيث تم إنقاص زمن الهجوم من (30ث) إلى(24ث) وأصبح زمن التقدم بالكرة من المنطقة الخلفية إلى المنطقة الأمامية لا يتعدى (8ث) ، وبذلك أصبح على الفريق المهاجم محاولة إنهاء هجومه بسرعة وهذا لن يتأتى إلا من خلال هجوم يتميز بأقل عدد من التمريرات ، بالإضافة إلى سرعة أدائها ؛ وبالتالي أصبح الهجوم الخاطف هو الاحتمال الأول الذى يوصى به المدرب فريقه فور استحواذه على الكرة ، وبالتالي تزايد متوسط عدد الهجمات المطلوب من الفريق أدائها أثناء المباراة مما يؤدي إلى إبرز أهمية الهجوم الخاطف ، باعتباره أول وأسرع وسيلة لإنهاء الهجمة وإصابة الهدف (5 : 46).

ويؤكد " أحمد أمين فوزى " 2004م على أن فريق كرة السلة يعتبر فى حالة هجوم بمجرد حيازته على الكرة ، وفى هذه الحالة يحاول التقدم بأقصى سرعة نحو الهدف لأداء خطته الهجومية فى زمن لا يتجاوز(24ث) ، ويكون ذلك عن طريق أحد نوعى الهجوم فى كرة السلة . إما الهجوم الخاطف أو الهجوم الموقى وكل نوع من هذين النوعين يمكن أن يتم فى كل مساحة الملعب ، أو فى المساحة القريبة من الهدف ، حيث تزداد فرصة إصابة الهدف ، وذلك حسب خطة الفريق ويؤدى

الهجوم الخاطف من خلال هجوم حر أو هجوم منظم . وينقسم الهجوم الموقى الى الهجوم ضد دفاع رجل لرجل ، والهجوم ضد دفاع المنطقة (1 : 267 - 268).

ويتفق كل من " حسن سيد معوض " 2003م ، و " مورجان ووتن Morgan Wootten " 2003م، مع "جون أوليفر Jon Oliver" 2004م على أن الهجوم الخاطف هو أسرع طريقة هجومية لتحقيق هدف ،حيث تؤدي بطريقة لا تسمح للفريق الأخر بتنظيم دفاعاته . ويعتبر الهجوم الخاطف هو الاحتمال الأول لأى فريق عند استحواضه على الكرة فى أى وقت من المباراة (6 : 24)،(17 : 81)،(18 : 38).

وفى هذا الصدد أشار "مصطفى محمد زيدان وجمال رمضان موسى" 2005م إلى أن الهجوم الخاطف من الألعاب التى تسعد الجماهير ويستمتعون بها كثيراً . إلا أن بعض المدربين يرون أن تحريك الكرة بأقصى سرعة يؤدي إلى حدوث أخطاء فى التعامل مع الكرة ، ولذا فإن العديد من المدربين يشعرون أن المميزات التى يحققها الهجوم الخاطف لا تعادل ما يقع من أخطاء عند محاولة القيام بالهجوم ؛ لذلك لا يسمحون للاعبين باستخدام طريقة الهجوم السريع كسلاح هجومى . كما أن بعض اللاعبين – وخصوصاً صانع اللعب – يحتفظ بالكرة أكثر من اللازم ، مما يؤدي إلى تمكن الفريق المدافع من العودة وسد الثغرات الدفاعية وإفشال الهجوم (12:151) .

وقد لاحظت الباحثة من خلال خبرتها فى مجال كرة السلة ك لاعبة سابقة ومدربة للناشئين ومن خلال قيامها بتدريس مهارات كرة السلة لطلاب التخصص انخفاض مستوى أداء الهجوم الخاطف لناشئ كرة السلة، وقد أعزت الباحثة هذا الانخفاض إلى عدم أداء التحركات الهجومية اللازمة لتنفيذ الهجوم الخاطف بصورة صحيحة وسريعة وبالتالي عدم اتخاذ الوضع السليم للجسم أثناء الأداء، هذا بجانب ضعف الأداء المهارى لديهم وعدم قدرتهم على تنفيذها بالشكل المطلوب.

ومن جانب آخر فقد استشعرت الباحثة أهمية استخدام التحركات الهجومية فى التدريب على أهميتها فى تحقيق المستوى المهارى المطلوب الذى يمكن اللاعب من تحقيق أفضل استفادة من أداء الهجوم الخاطف.

ولقد تبلورت فكرة البحث فى ذهن الباحثة من خلال إخضاع التحركات الهجومية للدراسة وذلك بهدف التعرف على تأثيرها على أداء الهجوم الخاطف وبعض المهارات الأساسية فى كرة السلة.

ويعتبر الهجوم الخاطف إثارة كرة السلة وهو شيق للاعبين وممتع للمشاهدين والمدربين فهو يساعد على زيادة رتم المباراة ويخلق فرصاً عديدة من أخطاء الفريق المضاد ويساعد على

زيادة الكفاح فى الاستحواز على الكرات المرتدة وسرعة رد الفعل للفريق المهاجم. ويعتمد على الانطلاق السريع والاستغلال الجيد لجانبى الملعب وتغيير الأماكن والسرعة والدقة والاستخدام الجيد للرؤية المحيطة وكل هذا فهو يعتبر تحركات هجومية سريعة.

(13: 118-120)

وترى الباحثة أن هناك ارتباط وثيق بين إتقان اللاعبين التحركات الهجومية (بكرة وبدون كرة) وبين تنفيذ خطط الهجوم الخاطف وتحركاته بنجاح فى أقل زمن ممكن وبأقصى سرعة حيث التحرك المستمر أماماً لاستقبال التميريرات والقطع وتبادل الأماكن وتغير الاتجاه، أي كلما زادت فاعلية وقدرة اللاعبين فى القطع والحجز والدوران والارتكاز والتوقف كلما زادت قوتها وسرعتها وقدرتها ومهاراتها فى المحاورة والتمرير للزميل والاستحواز على الكرات المرتدة والانطلاق بسرعة والرؤية المحيطة ثم التصويب وبذلك يتم نجاح الهجوم الخاطف فى أقل زمن ممكن وترتفع نسبة التسجيل ويرتفع مستوى الأداء الفعلى للاعبات.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث التعرف على :

- 1- تأثير تدريبات التحركات الهجومية الفردية على فاعلية المهارات الهجومية الأساسية بالكرة لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.
- 2- تأثير تدريبات التحركات الهجومية الفردية على فاعلية المهارات الهجومية الأساسية بدون كرة لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.
- 3- العلاقة الارتباطية بين التحركات الهجومية وفاعلية الهجوم الخاطف لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.

فروض البحث :

سعيًا لتحقيق أهداف البحث افترضت الباحثة ما يلى:

- 1- توجد فروق دالة إحصائية فى القياس البعدى عن القياسين القبلي والتتبعي فى مستوى أداء بعض المهارات الأساسية الهجومية بالكرة (القدرة على المحاورة - المحاورة بين القدمين وخلف الظهر - دقة وسرعة التميرير - دقة التميرير بيد واحدة من خلف الظهر - دقة التصويب الخطافى - سرعة التصويب) لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.

2- توجد فروق دالة إحصائياً في القياس البعدى عن القياسين القبلي والتتبعي فى المهارات الهجومية بدون كرة (العدو السريع - تغير الاتجاه - التوقف والارتكاز) لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.

3- توجد علاقة ارتباطية بين التحركات الهجومية ومراحل تنفيذ الهجوم الخاطف لناشئى كرة السلة (قيد البحث).

الدراسات السابقة:

(1) دراسة " هوايبنج كوان **Hua Bing quan 1990** " (19) عنوان البحث: استراتيجية تحسين الاستقرار الهجومى فى كرة السلة" أهداف الدراسة: معرفة العوامل الحاسمة التى تؤدى إلى الاستقرار الهجومى فى مباريات كرة السلة. المنهج المستخدم: المنهج الوصفى التحليلى. عينة الدراسة: استخدم الباحث 20 دليلاً إحصائياً فورياً من بطولة بكين 1987. أهم النتائج: أشار التحليل إلى أن العوامل الأكثر تأثيراً فى الاستقرار الهجومى كانت بالترتيب التالى:

1- نسبة التسجيل فى الرميات الحرة ، الرميات الخاطئة.

2- نسبة الرميات من مسافات متوسطة.

3- نسبة الرمية الثلاثية.

وقد اقترح الباحث استراتيجية لتطوير الهجوم الخاطف وتقوية الجماعية فى الهجوم أثناء اللعب وزيادة الرميات الثلاثية وتحسين الدفاع القوى والإيجابى.

(2) دراسة " فرناندو تافاريس و نوبيو جوميس **Fernando Tavares & Nubio Gomes 1999** م (20) عنوان الدراسة : دراسة العمل الهجومى لفرق ناشئى كرة

السلة ذات المستوى العالى" هدف البحث: مقارنة العمل الهجومى لفرق ناشئى كرة السلة ذات المستوى العالى بناء على متغيرات كمية ووصفية للأداء الفنى والخططى فى مباريات بطولة العالم للناشئين 1999م. المنهج المستخدم: المنهج الوصفى. عينة الدراسة: عينة عمدية مكونة من 4 فرق ناشئى كرة السلة ذوى المستويات العالية، والمشاركين فى بطولة العالم السادسة لكرة السلة ، والمقامة بالبرتغال 1999 والفرق هى: أسبانيا - الولايات المتحدة - كرواتيا - البرازيل. أدوات الدراسة: جهاز فيديو - تليفزيون - الملاحظة الموضوعية. أهم النتائج: أن الهجوم الموقى هو الأسلوب الهجومى الرئيسى والأكثر استخداماً فى مباريات عينة الدراسة ، هناك فروق دالة إحصائياً عند فريق البرازيل والولايات المتحدة بين الأسلوبين (الهجوم المنظم - الهجوم الخاطف) ، هناك فروق دالة إحصائياً بين الفرق الأربع فى النقاط المسجلة ومعدل الهجوم ، متوسط زمن

الهجوم المنظم يتراوح من 13 إلى 18 ث ومتوسط زمن الهجوم الخاطف من 4 إلى 6 ث.

(3) دراسة " أوكياما " وآخرون " Uchiyama H , Taki-M, Oga.K.Otaka-T.

2001 Sasaki-K م (21) عنوان الدراسة: دراسة تحليلية لعملية الانتقال من الدفاع للهجوم والعكس ، كخطط جماعية فى كرة السلة فى بطولة آسيا لكرة السلة الثامنة عشر للسيدات. الهدف من الدراسة: توضيح عملية الانتقال من الدفاع للهجوم ، والعكس كخطط هجومية فى لعبة كرة السلة ، وأيضاً تدريب وتدريب اللاعبين على عملية الانتقال من الدفاع للهجوم ، والعكس. منهج البحث: المنهج الوصفي التحليلي. عينة الدراسة: استخدم الباحث عينة عمدية عبارة عن 10 مباريات لأربع فرق مشاركة فى بطولة آسيا الـ 18 للسيدات لكرة السلة وهى (كوريا واليابان والصين وتايوان). أهم النتائج: يمكن تلخيص نتائج الدراسة فيما يلي:

1- عند الانتقال من الدفاع للهجوم هناك أربعة عناصر يمكن عملها ، وهى: (الانتقال إلى منتصف الملعب - الانتقال إلى الهجوم الخاطف - الانتقال إلى الهجوم المبكر أو الثانوى - الانتقال إلى الهجوم العادى).

2- عند الانتقال من الهجوم للدفاع هناك سبعة عناصر يمكن عملها هى (تكوين مثلث من اللاعبين على منطقة الهجوم - الضغط على اللاعب الذى قام بالمتابعة الدفاعية - تراجع اللاعبين الذين كونوا المثلث الهجومى بسرعة فى شكل خطوط مستقيمة - استكشاف الجانب القوى من الفريق الخصم والعمل ضده - تغطية الجانب الضعيف من الفريق عند الارتداد weak side - الضغط على الكرة طوال فترة الارتداد - تبادل الدفاع ضد الهجوم الخاطف).

(4) دراسة " هشام محمد أحمد عبد الله 2001م " (14) عنوان البحث: تأثير الارتقاء ببعض

النواحى البدنية على فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لدى لاعبي كرة القدم" هدف البحث: التعرف على تأثير البرنامج التدريبي لتنمية بعض النواحى البدنية الخاصة على فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لدى لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة. منهج البحث: استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والمنهج التجريبي. عينة البحث: تم تطبيق البرنامج على عينة الدراسة الأساسية من لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة بالنادى الأولمبى المصرى ، وكان قوامها 30 لاعبا. أهم النتائج: توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى النواحى البدنية لصالح القياس

البعدي ، وكذلك في فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لصالح القياس البعدي.

(5) دراسة " نيفين ممدوح محمد عبد المجيد 2005م " (13) عنوان البحث: برنامج تدريبي مقترح لتحمل سرعة الأداء الهجومي وفقا للاستكشاف التقني لفاعلية الهجوم الخاطف في كرة السلة". هدف البحث: تصميم برنامج تدريبي لتحمل سرعة الأداء الهجومي والتعرف على تأثير البرنامج المقترح على كل من تحمل سرعة الأداء الهجومي وفاعلية الهجوم الخاطف. منهج البحث: استخدم المنهج التجريبي والمنهج الوصفي. عينة البحث: ثمانية مباريات لفريق نادي سان مارك الرياضى تحت 18 سنة في كرة السلة ، كما استخدم كرات سلة و ساعة إيقاف و أقمار و اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي و برنامج الكمبيوتر المصمم كوسائل لجمع البيانات. أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لتحمل سرعة الأداء الهجومي للاعبى الفريق (عينة البحث) لصالح القياس البعدي ، توجد علاقة طردية بين تحمل سرعة الأداء الهجومي وفاعلية الهجوم الخاطف فى المباريات لدى لاعبي الفريق (عينة البحث).

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياسات القبليّة التتبعية والبعديّة نظراً لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة ولتحقيق الهدف منها.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

اختارت الباحثة مجتمع البحث بالطريقة العمدية من ناشئات كرة السلة بمركز شباب ساحة بحري بمدينة الزقازيق بمحافظة الشرقية للناشئات تحت 16 سنة والمسجلين بالاتحاد المصرى لكرة السلة فى الموسم الرياضى (2011/2012) وعددهن (20) لاعبة، وتم استبعاد (6) لاعبات لإجراء التجربة الاستطلاعية من العينة الأصلية ومن غير مجتمع البحث فأصبحت عينة البحث الأساسية (14) لاعبة.

تجانس عينة البحث:

قامت الباحثة بإجراء التجانس لعينة البحث باستخدام معامل الالتواء فى متغيرات (السن - الطول - الوزن - المتغيرات البدنية - المتغيرات المهارية - متغيرات التحركات الهجومية). والجدول أرقام (1)، (2)، (3) توضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط والالتواء للمتغيرات (قيد البحث).

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

ن=20

لعينة البحث في متغيرات النمو

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	14.96	0.50	15.00	0.24
الطول	سنتيمتر	168.07	6.34	168.5	0.20-
الوزن	كيلوجرام	60.46	7.89	61.5	0.40-
العمر التدريبي	سنة	4.04	0.84	4.00	0.14

يوضح جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات قيد البحث، معدلات النمو (السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي)، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء لهذه المتغيرات قد انحصرت ما بين (± 3) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات.

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث الأساسية

ن=20

في المتغيرات المهارية بالكرة وبدون كرة

المتغيرات المهارية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	
الكرة	القدرة على المحاورة	درجة	9.17	1.33	9.00	0.38
	المحاورة بين القدمين وخلف الظهر	ث	17.29	2.21	17.00	0.39
	دقة وسرعة التمرير	درجة	15.29	1.41	15.00	0.62
	دقة التمرير بيد واحدة من خلف الظهر	درجة	4.86	1.27	4.5	0.85
	دقة التصويب الخطافي	درجة	12.63	0.23	12.60	0.39
	سرعة التصويب	ث	2.18	1.09	2.00	0.50
بدون كرة	العدو السريع	ث	5.79	0.41	5.8	0.07-
	تغيير الاتجاه	ث	8.13	0.308	8.10	0.87
	التوقف والارتكاز.	ث	8.16	0.150	8.10	0.308

يوضح جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث الأساسية في المتغيرات المهارية، حيث يتضح أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث انحصرت ما بين (3±) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات.

ثالثاً: أدوات جمع البيانات:

1 - الاستثمارات:

- استثمارات التحركات الهجومية. مرفق (4)
- استمارة تحليل الهجوم الخاطف. مرفق (5)

2- الأدوات:

- جهاز فيديو لعرض مباريات التحليل + شرائط المباريات.

3- الاختبارات المهارية: مرفق (2)

تم تحديد الاختبارات المهارية لقياس المهارات الفنية قيد الدراسة من خلال المسح المرجعي للمراجع والدراسات السابقة والتي تم عرضها على الخبراء لتحديد أفضلها وقد ارتضت الباحثة الاختبارات التي حصلت على نسبة 80% فأكثر من آراء الخبراء والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (3)

النسب المئوية لآراء الخبراء في الاختبارات المهارية لقياس مستوى المتغيرات المهارية بالكرة

م	المتغيرات المهارية بالكرة	الاختبار المناسب	التكرار	النسبة المئوية
1	المحاورة	المحاورة بالزجاج	7	70%
		القدرة على المحاورة.	9	90%
		المحاورة بين الأقماع	7	70%
		المحاورة بين القدمين وخلف الظهر.	10	100%
2	التصويب	الرمية الحرة (10 رميات)	7	70%
		سرعة التصويب	10	100%
		التصويب السلمى.	7	70%
		دقة التصويب الخطافى	10	100%
3	التمرير	التمرير إلى الحائط (15ث)	7	70%
		دقة وسرعة التمرير.	10	100%
		التمريرة الصدرية	7	70%
		دقة التمرير بيد واحدة من خلف الظهر.	9	90%

4- تدريبات التحركات الهجومية:

قامت الباحثة بعد الاطلاع على المراجع والبحوث السابقة التي تناولت متغير الهجوم في كرة السلة، وكذلك المراجع العلمية المتخصصة في رياضة كرة السلة وذلك لبناء التدريبات الخاصة بالتحركات الهجومية لناشئ كرة السلة، ثم قامت الباحثة بوضع تلك التدريبات في استمارة وعرضها على السادة الخبراء المتخصصين. مرفق (1) لاستطلاع رأيهم في مدى مناسبة تلك التدريبات لتنفيذ الهجوم الخاطف.

5- تحليل الهجوم الخاطف :

قامت الباحثة بتحديد متغيرات الهجوم الخاطف من خلال المسح المرجعي الذي قامت به من خلال المراجع العلمية السابقة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (4) المسح المرجعي لتحديد متغيرات الهجوم الخاطف

م	الاسم	السنة	متغيرات الهجوم الخاطف				
			زمن الهجمة	المحاورة	التمرير	التصويب	مسار الهجمة
1	أحمد أمين فوزى	2004	✓	✓	✓	✓	✓
2	أحمد علي حسين ومدحت يونس	2002	✓		✓	✓	✓
3	أحمد كامل مهدى وهشام أحمد	2003	✓	✓	✓	✓	✓
4	حسن سيد معوض	2003	✓	✓	✓	✓	✓
5	حسينى أيوب وآخران	1994	✓	✓	✓	✓	✓
6	عصام الدين الدياسطى	2002	✓		✓	✓	✓
7	فانز بشير ومؤيد عبد الله	1988	✓	✓	✓	✓	✓
8	محمد حسن أبو عبيه	1975	✓	✓	✓	✓	✓
9	محمد عبد الرحيم إسماعيل	2003	✓		✓	✓	✓
10	مدحت سيد صالح	2005	✓	✓	✓	✓	✓
11	مصطفى زيدان وجمال موسى	2005	✓	✓	✓	✓	✓
12	جيل هيتشسون Jill Hitchison	1989	✓	✓	✓	✓	
13	جون أوليفر Jon Oliver	2004	✓	✓	✓	✓	✓
14	لي روز Lee, Rose	2004	✓	✓	✓	✓	✓
15	مورجان ووتن Morgan W.	2003	✓	✓	✓	✓	✓
	التكرار		15	12	15	15	12
	النسبة المئوية		%100	%80	%100	%100	%80

وقد تم تحديد متغيرات الهجوم الخاطف من المسح المرجعي كما يلي:

- زمن الهجوم الخاطف الناجح.
- عدد المحاورات المستخدمة في الهجوم الخاطف.
- عدد التمريرات ونوع التمريرات المستخدمة في الهجوم الخاطف.
- نوع التصويب المستخدم في الهجوم الخاطف.

- مسار الهجوم الخاطف.
 - موقف بداية الهجمة.
 - العلاقة بين الهجوم الخاطف ومستوى المهارات الهجومية.
- ومن خلال المسح المرجعي أيضاً قامت الباحثة بتصميم الاختبارات الخاصة بالتحركات الهجومية المستخلصة لناشئ كرة السلة. مرفق رقم (3)
- الدراسة الاستطلاعية:**

- قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية، في يوم الاثنين والثلاثاء الموافق 5-2012/3/6 وكان الهدف من هذه الدراسة هو:
- تدريب المساعدين على تسجيل البيانات.
 - التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تقابل تطبيق البحث.
 - تحديد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المستخدمة.
- وكان من أهم نتائج الدراسات الاستطلاعية التي أجريت:
- تفهم المساعدين عملية التحليل وتسجيل البيانات.
 - إيجاد الحلول التي يمكن أن تقابل تطبيق الاختبارات.
- المعاملات العلمية للمتغيرات قيد البحث:**
- الصدق:**

لحساب معامل الصدق استخدمت الباحثة طريقة صدق التمايز، حيث قامت بمقارنة درجات أفراد عينة البحث الاستطلاعية بمجموعة أخرى أكبر في العمر الزمني (18) سنة لإيجاد صدق التمايز. كما هو موضح في الجدول التالي.

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات المهارية بالكرة وبدون كرة

$$n_1=2, n_2=6$$

قيمة "ت"	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		المتغيرات المهارية
	ع	س	ع	س	
*14.18	1.55	10.20	1.51	20.6	القدرة على المحاورة.
*5.63	2.77	19.10	1.40	24.8	المحاورة بين القدمين وخلف الظهر.
*7.48	1.85	16.10	1.49	21.7	دقة وسرعة التمرير.
*17.75	1.08	5.50	0.85	12.5	دقة التمرير بيد واحدة من خلف الظهر.
*4.93	1.36	11.74	0.83	9.82	دقة التصويب الخطافي
*4.79	1.08	2.50	0.67	5.00	سرعة التصويب
*10.84	1.24	5.45	0.15	4.38	العدو السريع
*2.87	0.34	8.16	0.25	7.03	تغيير الاتجاه
*9.20	0.166	8.17	0.150	7.64	التوقف والارتكاز.

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية $0.05 = 2.26$

يتضح من الجدول رقم (5) أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية 0.05 مما يدل علي صدق تلك الاختبارات.
النتائج:

قامت الباحثة بحساب الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق بفارق زمني يومين وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددها (6) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، حيث تم تطبيق الاختبارات تحت نفس الظروف، وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني.

جدول (6)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المتغيرات المهارية بالكرة وبدون كرة
ن=6

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات المهارية
	ع	س	ع	س	
*0.94	1.34	10.70	1.55	10.20	القدرة على المحاورة.
*0.97	2.67	19.40	2.77	19.10	المحاورة بين القدمين وخلف الظهر.
*0.91	1.91	19.60	1.85	16.10	دقة وسرعة التميرير.
*0.92	0.95	5.70	1.08	5.50	دقة التميرير بيد واحدة من خلف الظهر.
*0.99	1.38	11.60	1.36	11.74	دقة التصويب الخطافي
*0.91	0.74	2.9	1.08	2.50	سرعة التصويب
*0.96	3.27	4.56	1.24	5.45	العدو السريع
*0.981	0.385	8.15	0.341	8.16	تغيير الاتجاه
*0.913	0.169	8.18	0.166	8.17	التوقف والارتكاز.

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية 0.05 = 0.549

يوضح جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في المتغيرات المهارية بالكرة وبدون كرة ، حيث يتضح وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التطبيق الأول والثاني للمتغيرات قيد الدراسة الأمر الذي يشير إلى ثبات الاختبارات.

الدراسة الأساسية :

القياسات القبليّة :

تم القياس القبلي لعينة البحث يوم السبت الموافق 2012/3/10 في مركز شباب ساحة بحري ، وقد تم قياس الاختبارات المهارية - واختبارات التحركات الهجومية بعد الإحماء مباشرة وتم تفرغ النتائج في استمارة تسجيل نتائج الاختبارات.

تطبيق تدريبات التحركات الهجومية المقترحة:

بعد الانتهاء من القياسات القبليّة لأفراد عينة البحث تم تطبيق تدريبات التحركات الهجومية لتطوير الهجوم الخاطف لناشئ كرة السلة تحت 16 سنة بالإضافة إلى التدريبات

الخاصة بتنمية المهارات الأساسية بالكرة وذلك من يوم الاثنين الموافق 2012/3/12م حتى يوم الثلاثاء الموافق 2012/5/15 فى مركز شباب ساحة بحري.

القياس التتبعي :

قامت الباحثة بإجراء القياس التتبعي للتعرف على مدى تقدم العينة خلال تطبيق تدريبات التحركات الهجومية للوقوف على مناسبتها لخصائص العينة وكان القياس التتبعي بعد (5) أسابيع من بداية تطبيق التدريبات ثم تفرغ النتائج فى استمارة تسجيل نتائج الاختبارات.

القياسات البعدية :

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية بعد نهاية الأسبوع العاشر يوم السبت الموافق 2012/6/2 حتى يوم الأحد الموافق 2012/6/3 وذلك فى مركز شباب ساحة بحري وقد قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية تحت نفس ظروف وشروط القياسات القبلية وتم تفرغ النتائج فى استمارة تسجيل نتائج الاختبارات تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

المعالجة الإحصائية :

استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائى (SPSS / الإصدار الحادى عشر) * لمعالجة البيانات إحصائياً، واستعانته بالأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابى.
 - الانحراف المعياري .
 - معاملات الارتباط.
 - الوسيط.
 - تحليل التباين.
 - اختبار "ت" T.test
 - اختبار أقل فرق معنوى L.S.D
- وقد ارتضت الباحثة مستوى الدلالة الإحصائية عند مستوى معنوية (0.05).

SPSS تُشير إلى الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وهى باختصار الحروف :
The Statistical Package for the Social Sciences.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج الخاصة بالاختبارات المهارية والتحركات الهجومية بدون كرة :

جدول (7)

تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - التتبعي - البعدي)

في الاختبارات المهارية بالكرة

الاختبارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
القدرة على المحاورة	بين المجموعات	674.07	2	337.70	*330.91
	داخل المجموعات	24.44	24	1.02	
المحاورة بين القدمين وخلف الظهر	بين المجموعات	401.85	2	200.93	*109.60
	داخل المجموعات	44.00	24	1.83	
دقة وسرعة التمير	بين المجموعات	289.85	2	144.93	*186.33
	داخل المجموعات	18.67	24	0.78	
دقة التمير بيد واحدة من خلف الظهر	بين المجموعات	343.63	2	171.81	*118.95
	داخل المجموعات	34.67	24	1.44	
دقة التصويب الخطافي	بين المجموعات	2.02	2	1.01	*16.67
	داخل المجموعات	1.45	24	0.06	
سرعة التصويب	بين المجموعات	112.96	2	56.48	*58.10
	داخل المجموعات	23.33	24	0.97	

الاختبارات المهارية بالكرة

يوضح جدول (7) تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة في الاختبارات المهارية بالكرة في القياس (القبلي - التتبعي - البعدي) حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - التتبعي - البعدي) وبناء على ذلك ستقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين متوسطات القياسات باستخدام اختبار اقل فرق معنوي **L.S.D**

جدول (8)

دلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة
في الاختبارات المهارية بالكرة

الدلالة 0.05	الفرق بين المتوسطات			المتوسط	القياسات	الاختبارات
	بعدي	تتبعي	قبلي			
0.83	*12.22	*5.55		8.67	القبلي	القدرة على المحاورة
	*6.67			14.22	التتبعي	
				20.89	البعدي	
1.11	*9.45	*5.00		16.11	القبلي	المحاورة بين القدمين وخلف الظهر
	*4.45			21.11	التتبعي	
				25.56	البعدي	
0.73	*8.00	*3.44		14.78	القبلي	دقة وسرعة التمرير
	*4.56			18.22	التتبعي	
				22.78	البعدي	
0.99	*8.34	*6.45		4.44	القبلي	دقة التمرير بيد واحدة من خلف الظهر
	*1.89			10.89	التتبعي	
				12.78	البعدي	
0.05	*0.66	*0.21		12.57	القبلي	دقة التصويب الخطافي
	*0.45			12.36	التتبعي	
				11.91	البعدي	
0.47	*3.22	*1.45		1.22	القبلي	سرعة التصويب
	*1.77			2.67	التتبعي	
				4.44	البعدي	

الاختبارات المهارية بالكرة

يوضح جدول (8) دلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلي - التتبعي - البعدي) في الاختبارات المهارية بالكرة حيث يتضح وجود فروق داله إحصائياً بين القياس التتبعي والقبلي لصالح القياس التتبعي في جميع الاختبارات المهارية بالكرة كما يتضح وجود فروق بين القياس البعدي وكلا من القياسين القبلي والتتبعي لصالح القياس البعدي في جميع الاختبارات المهارية بالكرة.

جدول (9)

تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - التتبعي - البعدي) في الاختبارات المهارية بدون كرة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
بدون كرة	العدو السريع	بين المجموعات	2	1.56	*10.35
		داخل المجموعات	24	0.15	
	تغيير الاتجاه	بين المجموعات	2	6.59	77.52
		داخل المجموعات	24	0.085	
	التوقف والارتكاز	بين المجموعات	2	1.48	67.27
		داخل المجموعات	24	0.022	

* قيمة (ف) الجدولية = 3.40

يوضح جدول (9) تحليل التباين بين قياسات البحث الثلاثة في المهارات الهجومية بدون كرة في القياس (القبلي - التتبعي - البعدي) حيث يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين قياسات البحث الثلاثة (القبلي - التتبعي - البعدي) وبناء على ذلك ستقوم الباحثة بحساب دلالة الفروق بين متوسطات القياسات باستخدام اختبار اقل فرق معنوي L.S.D

جدول (10)

دلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة في الاختبارات المهارية بدون كرة

الدلالة	الفرق بين المتوسطات			المتوسط	القياسات	الاختبارات
	بعدي	تتبعي	قبلي			
0.05						
	*0.79	0.17		5.80	القبلي	العدو السريع
	*0.62			5.63	التتبعي	
			5.01	البعدي		
0.185	*1.15	*0.52		8.13	القبلي	تغيير الاتجاه
	*0.63			7.61	التتبعي	
				6.98	البعدي	
0.094	*0.54	*0.35		8.16	القبلي	التوقف والارتكاز
	*0.19			7.81	التتبعي	
				7.62	البعدي	

يوضح جدول (10) دلالة الفروق بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلي -
التتبعي - البعدي) في الاختبارات المهارية بدون كرة حيث يتضح وجود فروق داله إحصائياً
بين القياس التتبعي والقبلي لصالح القياس التتبعي في جميع الاختبارات المهارية بدون كرة كما
يتضح وجود فروق بين القياس البعدي وكلا من القياسين القبلي والتتبعي لصالح القياس البعدي
في جميع الاختبارات المهارية بدون كرة.

جدول (11)

مصفوفة معامل الارتباط بين الاختبارات المهارية بالكرة وبدون كرة

ن = 14

التحركات الهجومية الفردية			الاختبارات المهارية
التوقف والارتكاز	تغيير الاتجاه	العدو السريع	
* 0.48	* 0.58	* 0.41	القدرة على المحاورة.
* 0.51	* 0.58	* 0.46	المحاورة بين القدمين وخلف الظهر.
* 0.40	* 0.60	* 0.56	دقة وسرعة التمرير.
* 0.72	* 0.61	* 0.45	دقة التمرير بيد واحدة من خلف الظهر.
* 0.49	* 0.54	* 0.51	دقة التصويب الخطافي
* 0.61	* 0.57	* 0.64	سرعة التصويب

* دال عند مستوى معنوية (0.05)

يتضح من جدول (11) أنه توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين جميع الاختبارات المهارية
بالكرة وبدون كرة تتراوح ما بين (0.41 - 0.72) وهو ما يشير إلى وجود علاقة إرتباطية بين
التحركات الهجومية الفردية والمتغيرات المهارية (قيد البحث).

ثانياً: عرض نتائج متغيرات الهجوم الخاطف:

جدول (12)

مُعاملات الارتباط بين زمن الهجمة والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

الهجوم الخاطف	8 ثوان	7 ثوان	6 ثوان	5 ثوان	4 ثوان	3 ثوان	زمن الهجمة
						-	(3) ثوانى
					-	0.19-	(4) ثوانى
				-	0.01-	0.05	(5) ثوانى
			-	0.03-	0.21	0.26	(6) ثوانى
		-	0.20-	0.14	0.24	0.15-	(7) ثوانى
	-	0.29	0.21	0.17-	0.26	0.29-	(8) ثوانى
الهجوم الخاطف	0.20	0.26	*0.41	* 0.60	* 0.54	*0.49	

* قيمة " ر " الجدولية مستوى معنوية (0.05) = 0.361

يتضح من الجدول (12) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين زمن الهجمة (4) ثوان ، (5) ثوان ، (3) ثوان ، (6) ثوان وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي، بينما توجد علاقة ارتباطية (طردية) غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين زمن الهجمة ، (7) ، (8) ثوان وبين الهجوم الخاطف الناجح.

جدول (13)

مُعاملات الارتباط بين عدد المحاوره والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

عدد المحاوره	عدد1 محاوره	عدد2 محاوره	عدد3 محاوره	عدد4 محاوره	عدد5 محاوره	عدد6 محاوره	بدون محاوره	الهجوم الخاطف
عدد 1 محاوره	-							
عدد 2 محاوره	0.22	-						
عدد 3 محاوره	0.04	0.08	-					
عدد 4 محاوره	0.07	0.06-	0.03-	-				
عدد 5 محاوره	0.19	0.14-	0.14	0.08-	-			
عدد 6 محاوره	0.08	0.05-	0.15	0.26-	0.23-	-		
بدون محاوره	0.08-	0.21	0.12	0.21	0.04	0.11	-	
الهجوم الخاطف	*0.47	*0.55	*0.62	0.31	0.31	0.04	0.31	-

قيمة "ر" الجدولية ومستوى معنوية $0.05 = 0.361$

يتضح من الجدول (13) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين عدد المحاوره (3)، (2)، (1) وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي، بينما توجد علاقة ارتباطية (طردية) غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين عدد المحاوره (4)، (5)، (6)، (بدون محاوره) وبين الهجوم الخاطف الناجح.

جدول (14)

مُعاملات الارتباط بين نوع التمرير والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

نوع التمرير	صدرية	مرتدة	بيد واحدة	الهجوم الخاطف
صدرية	-			
مرتدة	0.52	-		
بيد واحدة	0.34	0.51	-	
الهجوم الخاطف	* 0.83	*0.64	*0.56	-

قيمة "ر" الجدولية ومستوى معنوية $0.05 = 0.361$

يتضح من الجدول (14) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين أنواع التمرير (الصدرية، المرتدة، بيد واحدة) وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي.

جدول (15)

مُعاملات الارتباط بين عدد التمريرات والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

عدد التمريرات	بدون تمرير	تمريرة واحدة	تمريرتين	ثلاث تمريرات	أربع تمريرات	خمسة تمريرات	الهجوم الخاطف
بدون تمرير	-						
تمريرة واحدة	0.09	-					
تمريرتين	0.16	0.09-	-				
ثلاث تمريرات	0.18	0.15-	0.38	-			
أربع تمريرات	0.11-	0.11	0.52	0.06	-		
خمسة تمريرات	0.05-	0.19	0.10	0.13	0.12-	-	
الهجوم الخاطف	*0.49	* 0.52	* 0.76	*0.44	*0.43	0.20	-

يتضح من الجدول (15) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين عدد التمريرات (2)، (1) وبدون تمرير و(3) تمريرات و(4) تمريرات وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي، بينما توجد علاقة ارتباطية(طردية) غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين عدد التمريرات (5) وبين الهجوم الخاطف الناجح.

جدول (16)

مُعاملات الارتباط بين نوع التصويب والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

نوع التصويب	سلامية	ثنائية	ثلاثية	الهجوم الخاطف
سلمية	-			
ثنائية	0.25	-		
ثلاثية	0.11	0.19	-	
الهجوم الخاطف	* 0.86	*0.49	*0.56	-

قيمة "ر" الجدولية ومستوى معنوية $0.05 = 0.361$

يتضح من الجدول (16) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين نوع التصويب (السلمى، من الوثب بثلاث نقاط ، من الوثب بنطقتين) وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي.

جدول (17)

مُعاملات الارتباط بين مسار الهجمة والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

الهجوم الخاطف	جانبى الملعب	جانب واحد	مسار الهجمة
		-	جانب واحد
	-	0.35	جانبى الملعب
-	* 0.69	* 0.91	الهجوم الخاطف

قيمة "ر" الجدولية ومستوى معنوية 0.05 = 0.361

يتضح من الجدول (17) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين مسار الهجمة من (جانب واحد، جانبى الملعب) وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي.

جدول (18)

مُعاملات الارتباط بين موقف بداية الهجمة والهجوم الخاطف الناجح لعينة البحث

الهجوم الخاطف	بعد تصويب ناجح	متابعة دفاعية	قطع الكرة	موقف بداية الهجمة
			-	قطع الكرة
		-	0.24	متابعة دفاعية
	-	0.15-	0.19-	بعد تصويب ناجح
-	0.31	* 0.80	* 0.71	الهجوم الخاطف

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية (28) ومستوى معنوية 0.05 = 0.361

يتضح من الجدول (18) وجود علاقة ارتباطية (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين موقف بداية الهجمة (المتابعة الدفاعية، قطع الكرة) وبين الهجوم الخاطف الناجح على التوالي، بينما توجد علاقة ارتباطية (طردية) غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين موقف بداية الهجمة (بعد التصويب الناجح) وبين الهجوم الخاطف الناجح.

مناقشة النتائج:

مناقشة الفرض الأول: والذي ينص على (توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والتتبعي والبعدي في المتغيرات المهارية):

يتضح من نتائج الجدول رقم (8) والخاص بدلالة الفروق بين قياسات البحث (القبلي - التتبعي - البعدي) في الاختبارات المهارية. وجود فروق داله إحصائياً بين القياس التتبعي والقبلي لصالح القياس التتبعي في جميع الاختبارات المهارية كما يتضح وجود فروق بين القياس البعدي وكلا من القياسين القبلي والتتبعي لصالح القياس البعدي في جميع الاختبارات المهارية. وترجع الباحثة تلك الفروق إلى استخدام تدريبات التحركات الهجومية المقترحة التي كان لها الأثر الإيجابي في تنمية المهارات الأساسية الهجومية بالكرة (القدرة على المحاورة - المحاورة بين القدمين وخلف الظهر - دقة وسرعة التمرير - دقة التمرير بيد واحدة من خلف الظهر - دقة التصويب الخطافي - سرعة التصويب) لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة ومن هنا تظهر أهمية تدريب اللاعبين على التحركات الهجومية.

وفي هذا الصدد يشير "محمد عبد العزيز سلامة" (2003م) إلى أن كرة السلة من أسرع اللعبات الجماعية هجوماً ودفاعاً ومن ثم ابتكر المدربون العديد من التحركات الهجومية والدفاعية المشتركة للتغلب على مواقف اللعب في الهجوم والدفاع وقد اتفق معظم خبراء اللعبة أن حُسن استخدام المهارات والخطط المتعددة في الوقت المناسب يمثل فن التاكتك في كرة السلة. (10: 11-12)

وتعزى الباحثة أيضاً هذه الفروق إلى أن التدريب على التحركات الهجومية الفردية والجرى السريع والمحاورة بأقصى سرعة أمام الخصم والوقوف المفاجئ بعد الجرى السريع والتمرير إلى الزميل في الوقت المناسب يؤثر بشكل إيجابي على تنمية مهارة المحاورة لدى اللاعبين. كما أن ملاحظة تأثير التحركات الهجومية كان تأثيراً إيجابياً في تنمية ورفع مستوى اللاعبين من الناحية المهارية في المهارات الهجومية (المحاورة والتمرير والتصويب) لأن اللاعبين في المواقف الهجومية (1 على 1) أو (2 على 1) أو (2 على 3) يكون لديهم الفرصة الأكيدة في إحراز هدف أو أخذ خطأ على المدافع أو خطأ مع رمية حرة ففي تلك الأحوال تؤثر التحركات الهجومية في الاستفادة من فرصة إحراز النقاط في سلة المنافس.

وهذا يعني أن التدريب على التحركات الهجومية يؤثر بشكل إيجابي على تنمية المهارات الهجومية وفعاليتها وذلك بدلالة الفروق التي تم الوصول إليها من خلال قياسات البحث الثلاثة في زيادة مستوى التحركات الهجومية الفردية.

وتتفق النتائج أيضاً مع " أمجد محمد التوم وحسن محمود الحمادى " (2012م) إلى أن مهارة التمير تحتاج إلى دقة كبيرة جداً فى التوجيه السليم للزميل وقوة لتوصيلها إلى المكان المراد حيث أن عدم إتقان توجيهه الكرة يسبب ضياع فرصة كبيرة على الفريق من حيث فقد نقطتين إذا كانت الكرة سوف تمرر إلى لاعب قريب من السلة ويحتاج اللاعب أيضاً إلى سرعة التلبية وسرعة رد الفعل. (4: 125)

وهذا يؤكد رأي الباحثة فى أن التحركات الهجومية الفردية هى جوهر المناورات التكتيكية فى كرة السلة وأن التمير هو أساس التحركات الهجومية لنقل الكرة إلى أماكن مختلفة فى الملعب. وتتفق النتائج أيضاً مع "أحمد أمين فوزى" (1980م) إلى أنه كلما تم وصول الكرة إلى الزميل فى أقل زمن ممكن يعنى الاقتصاد فى الوقت المحدد لزمن الهجمة مما يزد من كفاءة المحاولات الهجومية للفريق ويعمل على زيادة رصيدة من النقاط. (3: 54)

كما أن كثير من اللاعبين عند استلام الكرة فى حالات الهجوم الخاطف يحاولون الوصول بسرعة إلى أقرب مكان للهدف بمجرد حيازة أحد زملائه للكرة ليمررها إليه أثناء الجرى والتقدم ويحاول الاستلام والجرى والدوران للتصويب وإذا استطاع أحد اللاعبين أن يمرر الكرة بسرعة بمجرد حصوله عليها إلى زميل آخر استطاع الوصول إلى الهدف قبل المدافعين وهذه التحركات يمكن تنفيذها بلاعبين اثنين فقط ، حيث يجب أن يتقدم لاعب أو اثنين من اللاعبين لمتابعة الكرة بعد تصويبها إذا فشلت بذلك يمكن أن يتم الهجوم الخاطف بتمريرة واحدة بمنتهى السرعة والقوة.

(3: 44-280)

كما تعزى الباحثة هذه الفروق إلى أن التدريب على التحركات الهجومية الفردية بثبات الشدة وزيادة التكرارات تحت وجود خصم مع المهاجم تحت ضغط فى وقت معين والتصويب الناجح أو أخذ خطأ من المدافع. كما أن التكتيك فى كرة السلة يعنى الأداء الفردى أو الجماعى أو الفريقى الفعال لمهارات اللعبة المختلفة فى توقيت مناسب تبعاً لتحركات الخصم ومواقف زملاء من أجل الفوز فى المباراة.

وفى هذا الصدد أشار كل من "أمجد محمد وحسن محمود" (2012م) إلى أن فريق كرة السلة المميز هو الذى يستطيع أفراده أن يؤدوا التميريات بسرعة وإحكام وتوقيت مضبوط وأن يصبوا نحو الهدف بسرعة ودقة وأن يحركوا أرجلهم بخفة وتحكم وخداع. (4: 120)

وهذا ما تم تأكيده من خلال ما تم الوصول إليه من خلال ما قامت به الباحثة من تدريب عينة البحث على التحركات الهجومية وتنميتها وتنمية مهارات المحاورة والتمير والتصويب. كما ترى الباحثة أن هناك ارتباط وثيق بين إتقان اللاعبات

للتحركات الهجومية الفردية المركبة وبين مستواهم المهارى فى المهارات الهجومية الأساسية بالكرة (المحاورة - التمير - التصويب)، أى كلما زادت فاعلية اللاعب فى الجرى الصحيح والخداع ومهارات البدء والتوقف وتغيير الاتجاه والارتكاز والدوران وإحساس وإدراكها لمسافات الملعب ورؤيتها الجيدة لباقي الفريق كلما زاد مستواها فى مهارة المحاورة فوجد أن المحاورة السريعة مع تغير السرعة وتغير الاتجاه من المناورات الممتازة للاختراق وكذلك التمير بأنواعه والتصويب فاللاعب الذى يتقن التحركات الهجومية يعتبر عضو ناجح ومؤثر فى الفريق و متميز لأنه بالتالى يكون متميز فى المهارات الهجومية. من العرض السابق يكون قد تحقق الفرض الأول. والذى ينص على: توجد فروق دالة إحصائياً فى القياس البعدى عن القياسين القبلي والتبعي فى مستوى أداء بعض المهارات الأساسية الهجومية بالكرة (القدرة على المحاورة - المحاورة بين القدمين وخلف الظهر - دقة وسرعة التمير - دقة التمير بيد واحدة من خلف الظهر - دقة التصويب الخطافى - سرعة التصويب) لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة".

مناقشة الفرض الثانى والذى ينص على: توجد فروق دالة إحصائياً فى القياس البعدى عن القياسين القبلي والتبعي فى المهارات الهجومية بدون كرة (العدو السريع-تغير الاتجاه - التوقف والارتكاز) لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة:

حيث يتضح من الجدول (10)،(11) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات قياسات البحث الثلاثة (القبلى - التبعى - البعدى) فى التحركات الهجومية بدون كرة حيث يتضح وجود فروق داله إحصائياً بين القياس التبعي والقبلي لصالح القياس التبعي فى جميع التحركات الهجومية بدون كرة كما يتضح وجود فروق بين القياس البعدى وكلا من القياسين القبلي والتبعي لصالح القياس البعدى فى جميع التحركات الهجومية بدون كرة.

وترجع الباحثة تلك الفروق فى اختبار (السرعة) إلى تدريبات التحركات الهجومية حيث قامت الباحثة بتثبيت شدة المقننة لهذه التدريبات وزيادة التكرارات حيث استخدمت الباحثة تدريبات بطول الملعب للجرى والتوقف وتغير السرعة والوقوف المفاجئ.

وتتفق هذه النتائج مع " محمد عبد العزيز سلامة" (2003م) فى أن اللاعب الذى ينطلق بأقصى سرعة محاوراً بالكرة فى اتجاه الهدف أو اللاعب الذى يقف فجأة من الجرى السريع يستطيع أن يشتت انتباه المنافس. (10: 172، 173)

ومن هنا تظهر أهمية تدريب اللاعب على الجرى فى الملعب دون كرة لاكتساب السرعة مع كثرة الدورانات و الوقوف المفاجئ وتغير السرعة.

كما أكد " مصطفى زيدان " (1997م) على أن لسرعة الرجلين أهمية كبرى ليس فقط في استخدامها في الففز ولكن في توظيفها في كل التحركات الدفاعية والهجومية، فسرعة الرجلين لها الأثر الإيجابي على حركة الخداع والوثب والتصويب وتغير الاتجاه وتغير السرعة. (11: 191)

وتتفق هذه النتائج أيضاً مع نتائج " فريال عبد الفتاح " (1999م) في أن المناورات الفردية هي المهارات التي تستطيع اللاعب القيام بها بمفردها وهي (تغير السرعة وتغير الاتجاه والخداع) وهذه المناورات والتحركات الهجومية تؤثر على مستواها في الأداء وعلى المهارات الأخرى، ونلاحظ أن اللاعب التي تستطيع تغيير اتجاهها بأقصى سرعة تستطيع في ثواني معدودة أن تقوم بالتصويب الناجح وإحراز هدف. (9: 289)

وترى الباحثة الباحثة من خلال ما تم الوصول إليه من نتائج تؤكد أهمية التحركات الهجومية لكي تتعلم وتدريب اللاعب عليها حتى تستطيع أن تحاور وتغير اتجاهها بسرعة وتقوم بأداء التوقيت الصحيح والخداع بصورة سليمة وكيفية استخدام قدميها بطريقة صحيحة للقيام بعمل الهجوم الخاطف السريع.

وكذلك يتضح من الجدول (10) ، (11) وجود فروق في اختبارات (العدو السريع - تغيير الاتجاه - الارتكاز والتوقف - الوثب) لصالح المجموعة التجريبية في القياسات وبالتالي تحقق الفرض الثاني والذي نص على " توجد فروق دالة إحصائياً للقياسات القبلية والتتبعية والبعديّة في المتغيرات المهارية الهجومية بدون كرة (العدو السريع - تغيير الاتجاه - التوقف والارتكاز - الوثب) لصالح المجموعة التجريبية. من العرض السابق يكون قد تحقق الفرض الثاني للبحث. من العرض السابق يكون قد تحقق الفرض الثاني للبحث والذي نص على: توجد فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي عن القياسين القبلي والتتبعي في المهارات الهجومية بدون كرة (العدو السريع - تغيير الاتجاه - التوقف والارتكاز) لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة".

مناقشة الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية بين التحركات الهجومية ومراحل تنفيذ الهجوم الخاطف لناشئ كرة السلة (قيد البحث).

يتضح من الجدول رقم (12)، (13)، (14)، (15)، (16)، (17)، (18) وجود فروق في جميع متغيرات الهجوم الخاطف (زمن الهجمة - عدد المحاورة - نوع التميرير - عدد التميريرات - نوع التصويب - مسار الهجمة - موقف بداية الهجمة) على التوالي.

ويعتبر الهجوم الخاطف إثارة كرة السلة وهو شيق للاعبين وممتع للمشاهدين والمدربين فهو يساعد على زيادة رتم المباراة ويخلق فرصاً عديدة من أخطاء الفريق المضاد ويساعد على زيادة الكفاح في الاستحواز على الكرات المرتدة وسرعة رد الفعل للفريق المهاجم ويعتمد على الانطلاق

السريع والاستغلال الجيد لجانبى الملعب وتغيير الأماكن والسرعة والدقة والاستخدام الجيد للرؤية المحيطة وكل هذا فهو يعتبر تحركات هجومية سريعة. (13: 118-120).

وترى الباحثة أن هناك ارتباط وثيق بين إتقان اللاعبين للتحركات الهجومية الفردية وبين تنفيذ خطط الهجوم الخاطف وتحركاته بنجاح فى أقل زمن ممكن وبأقصى سرعة حيث التحرك المستمر أماماً لاستقبال التمريرات والقطع وتبادل الأماكن وتغيير الاتجاه، أي كلما زادت فاعلية وقدرات اللاعبين فى القطع والحجز والدوران والارتكاز والتوقف كلما زادت قوتها وسرعتها وقدرتها ومهاراتها فى المحاورة والتمرير للزميل والاستحواز على الكرات المرتدة والانطلاق بسرعة والرؤية المحيطة ثم التصويب وبذلك يتم نجاح الهجوم الخاطف فى أقل زمن ممكن وترتفع نسبة التسجيل ويرتفع مستوى الأداء الفعلى للاعبات. من العرض السابق يكون قد تحقق الفرض الثالث للبحث والذي نص على: توجد علاقة ارتباطية بين التحركات الهجومية ومراحل تنفيذ الهجوم الخاطف لناشئى كرة السلة (قيد البحث).

الاستخلاصات والتوصيات:

من خلال أهداف البحث وفروضه وإجراءاته تستخلص الباحثة ما يلي :

1. تؤثر تدريبات التحركات الهجومية الفردية (بالكرة - بدون كرة) تأثيراً إيجابياً على المهارات الهجومية الأساسية لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.
2. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التحركات الهجومية الفردية (بالكرة - بدون كرة) والهجوم الخاطف.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث واستخلاصاته .. توصي الباحثة بما يلي :

- 1- تخطيط البرنامج التدريبي ليتضمن عدداً مكثفاً من تدريبات التحركات الهجومية (بالكرة وبدون كرة)
- 2- ضرورة استخدام مدربي كرة السلة الهجوم الخاطف ، وتدريب اللاعبين عليه، والعمل على الوصول به إلى المميزات التي تؤدي لنجاحه.
- 3-زيادة جرعات التدريب على الهجوم الخاطف الذي ينتهي بالتصويب من القفز بنقطتين وثلاثة نقاط.
- 4- يجب أن يصطبغ طابع التدريبات بالشكل التنافسي.

المراجع

- 1- أحمد أمين فوزى : كرة السلة للناشئين، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، 2004م.
- 2- أحمد أمين فوزى: سيكولوجية التعليم للمهارات الحركية الرياضية، دار المعارف ، الاسكندرية، 1980م.
- 3- أحمد أمين فوزى ، محمد عبد العزيز سلامة (1996م): كرة السلة للناشئين، الفنية للطباعة والنشر، الإسكندرية.
- 4- أمجد محمد التوم وآخرون: عالم كرة السلة، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2012م.
- 5- القانون الدولي لكرة السلة: الاتحاد الدولي لكرة السلة FIBA، اللجنة الفنية الدولية، نشرة التعديلات الجديدة الصادرة ، مايو 2004م.
- 6- حسن سيد معوض : كرة السلة للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة الطبعة السابعة، 2003م.
- 7- فائز بشير حمودات ، ضياء قاسم الخياط ، مازن عبد الرحمن حديث : أسس ومبادئ كرة السلة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق، 1995م.
- 8- فائز بشير حمودات ، مؤيد عبد الله جاسم: كرة السلة، دار الكتب، 1987م.
- 9- فريال عبد الفتاح درويش: كرة السلة (قانون - تاريخ - لياقة - مهارات - خطط تدريب)، 1993م.
- 10- محمد عبد العزيز سلامة: أسس الأداء الفني فى كرة السلة، منشأة المعارف، الاسكندرية، 2003م.
- 11- مصطفى محمد زيدان : موسوعة تدريب كرة السلة (برامج التدريب البدنى والمهارى والعقلى)، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، 1997م.
- 12- مصطفى محمد زيدان ، جمال رمضان موسى: تعليم ناشئى كرة السلة، دار الفكر العربى، القاهرة ، الطبعة الثانية، 2005م.
- 13- نيفين ممدوح زيدان :برنامج تدريبي مقترح لتحمل سرعة الأداء الهجومي وفقا للاستكشاف التقنى لفاعلية الهجوم الخاطف فى كرة السلة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 2005م.

14- هشام محمد أحمد عبد الله: تأثير الارتقاء ببعض النواحي البدنية على فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لدى لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الإسكندرية، 2001م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

15. Mativeyev (2000): Fundamental of sports training progress publishers, Mosco, 2nd, chapter 10, translated from the Russian by Albert P. Z. or Nykh.
16. Del Harris,(1997) : Winning defense” Master press.
17. Morgan Wooten: Coaching Basket Ball Successfully” Second Edition. Human kinetics. U.S.A. 2003.
18. Jon Oliver:Basket Ball Fundamentals Human Kinetics Publishers inc. Illinois. U.S.A, 2004.
19. Hua Bing Quan: (Strategies of Improving Stability in Basket Ball Offense) Sport Science, Beijing – China 1990.
20. Fernando Tavares, Nubio Gomes: The Offensive Process In Basketball: www.theconferneass.com1999
21. Uchiyama. H. Taki . M. Oga. K.Otaka. T. (Sasaki – K. (A case study on transition as collective tactics in Basket Ball) Bulletin of institute of Health and Sports Sciences. University of Tsukuba ، Japan, 2001.

تأثير تدريبات التحركات الهجومية الفردية على فاعلية الهجوم الخاطف وبعض
المهارات الأساسية
لدى ناشئات كرة السلة

*د/ نجلاء احمد رضوان احمد

المقدمة ومشكلة البحث:

إن التطور السريع والمتلاحق الذى تشهده جميع نواحي الحياة الاجتماعية والثقافية والرياضية فى الآونة الأخيرة نتيجة للتكنولوجيا الحديثة والأفكار والنظريات التى أفرزتها العلوم المختلفة، والتدريب الرياضى أحد مجالات التربية البدنية والرياضية والذى استحوذ على جزءاً كبيراً من تلك المستحدثات العلمية التى أفرزتها العلوم المرتبطة بالمجال الرياضى.

يهدف هذا البحث التعرف على (تأثير تدريبات التحركات الهجومية الفردية على فاعلية المهارات الهجومية الأساسية بالكرة وبدون كرة لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة وأيضاً التعرف على العلاقة الارتباطية بين التحركات الهجومية وفاعلية الهجوم الخاطف لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.

استخدمت الباحثة المنهج التجريب واشتملت العينة على ناشئات كرة السلة بمركز شباب ساحة بحري بمدينة الزقازيق بمحافظة الشرقية قوامها (20) ناشئة تحت 16 سنة. وكان من أدوات البحث الاختبارات البدنية والمهارية وتدريبات التحركات الهجومية. وكان من أهم النتائج: 3. تؤثر تدريبات التحركات الهجومية الفردية (بالكرة - بدون كرة) تأثيراً إيجابياً على المهارات الهجومية الأساسية لناشئات كرة السلة تحت 16 سنة.

4. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التحركات الهجومية الفردية (بالكرة - بدون كرة) والهجوم الخاطف.

* مدرس بقسم الالعاب - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق.

The impact of training on individual offensive moves effective blitz And some basic skills at the junior basketball

Introduction and research problem:

The rapid development and successive, who witnessed all aspects of social and cultural life and sports in recent times as a result of modern technology, ideas and theories that emerged from the various sciences, sports training one of the areas of physical education and sports, which accounted for a significant portion of those innovations scientific created by science-related field sports

This research aims to identify (the impact of training on individual offensive moves effective attacking skills of basic ball and without the ball to junior basketball under 16 years of age and also recognize the correlation between the movements and the effectiveness of the offensive blitz for junior basketball under 16 years of age.

The researcher used the method of experimentation and sample included junior basketball Youth Center Square sea in the eastern province of Zagazig of (20) arising under 16 years of age. One of the research tools and tests of physical skill and training of offensive moves. One of the most important results:

- 1 - exercises affect individual offensive moves (the ball - without the ball) a positive impact on the basic skills of offensive basketball junior under 16 years of age.
- 2 - There is a statistically significant correlation between the individual offensive moves (the ball - without the ball) and blitz.