

## تأثير برنامج تمارين نوعية باستخدام الكرة السويسرية علي تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة

د. لبنة عماد الدين فريد

كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

المقدمة ومشكلة البحث :

إن التعلم في المجال الرياضي قد تأثر بالثورة العلمية والتكنولوجية إلى حد كبير حيث اتخذت العملية التعليمية شكلا وتنظيما يتفق مع التطور الجديد في الوسائل والأساليب التعليمية المستخدمة في عملية التعلم الحركي التي يمكن من خلالها دفع العملية التعليمية حيث يتم إعداد التلميذ بدرجة عالية من الكفاءة تؤهلها لمواجهة تحديات العصر (٢٩ : ١).

يذكر "محمد حسن" (٢٠٠٩م) أن هناك بعض التحديات التي هي محل ومحور الأبحاث العلمية في المجال الرياضي ومن ضمن هذه المشكلات هي اختيار الأسلوب المناسب للتعلم الذي يتمشى مع قدرات التلاميذ (٢٠ : ٢).

ويرى "محمد إبراهيم" (٢٠٠٣م) أن أهمية التمارين النوعية تتمثل في أنها تحتوي على نمط مشابه للأداء الفني الأساسي للمهارة وتؤدي إلى تنمية وتطوير الأداء الصحيح للمهارة الحركية وأنة لمن الأهمية الأستعانة بالتدريبات النوعية التي تتفق مع طبيعة الأداء للمهارة باستخدام المجموعة العضلية العاملة في نفس المهارات وكذلك في المسار الحركي والزمني والمكاني ، مما يكون له أفضل الأثر في تحسين الصفات البدنية والمهارية (١٩ : ٢٤، ٢٠).

يشير "عماد بليدي" (٢٠٠١م) إلى أنه من خلال الألعاب الصغيرة يمكن لأى متعلم أن يحقق نجاحا في النشاط الممارس ، الأمر الذي يزيد من حماسه وميوله نحو الممارسة وبذلك يزداد مستواه المهاري والبدني (١٦ : ٣).

ويشير طارق المصري (٢٠٠٠م) إلى انه يمكن عن طريق الألعاب الصغيرة تحقيق الكثير من الأغراض التعليمية على جانب إسهامها في تنمية المهارات الأساسية والخصائص الانفعالية والنواحي الاجتماعية للتلاميذ مما تعاونهم على تكوين شخصيتهم بشكل سوى (١٢ : ٢٠).

ويوضح حسن السيد (٢٠٠٤م) أن الألعاب الصغيرة والتي تعتبر مرحلة بداية للألعاب التمهيدية من أهم وأنجح وسائل وطرق التعليم والتدريب الحديثة ، حيث تعد لأداء المهارات الأساسية في مواقف مشابهة أثناء التعلم (٧ : ١٣٤).

وتعمل الوسائل والادوات على مساعدة التلميذ في إكتساب الصفات البدنية والحركية ، كما أنها تعتبر عامل مساعد على رفع مستوى الأداء الفني للمهارات المتعلمة، وعدم سريان الملل وإضافة عنصر التشويق وذلك بالتدريب على الأدوات والوسائل المساعدة كما أنها تتميز برخص ثمنها وسهولة

إستخدامها وتوزيعها وجمعها (١٤ : ٣٤ ، ٣٥).

وكذلك يؤدي إستخدامها على مساعدة التلاميذ في تقديم الخبرات الحثية التي تثرى الموقف التعليمي ، كما أنها ترسخ المعلومات في ذهن التلميذ للمهارات المختارة وتستدعي إنتباهه مما يعمل على زيادة قدرته على التعلم وتسهيل عملية التعلم (١٣ : ٩٠).

وتعتبر الكرة السويسرية إحدى الوسائل والأدوات المساعدة ذات الحداثة ، والتي يطلق عليها (Swiss ball) حيث يشير " جونير Jonir " (٢٠٠٥م) إلى أن أول مخترع لها هو إيطالي الأصل وأول من طبقتها طبيبة سويسرية هي سوزان كلين Susan Klein (١٩٨١م) واستخدمتها في العلاج الطبيعي ، كما أنها أصبحت من أحدث أدوات اللياقة البدنية التي تعمل على إكتساب عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية وتحسين الحالة النفسية ، ومن ثم أصبح الأهتمام بالوسائل والأجهزة التعليمية في المجال الرياضي ، وقد إحتلت الأدوار الأساسية التي يهتم بها الباحثون في هذا المجال والقائمين (٣٣ : ٢٠١).

ويشير "بيتر دي Better, D" (٢٠٠٤م) أن التدريب بشكل منتظم بالكرة السويسرية يؤدي إلي تنمية العديد من الصفات البدنية مثل القوة العضلية والمرونة والرشاقة والتوافق والتحمل العضلي والتوازن كما أنها تساعد علي تحسين الحالة النفسية والمزاجية للممارسين (٣٢ : ٢٠).

ويرى "محسن درويش" (٢٠١٣) أن مناهج التربية الرياضية المدرسية تعتبر أساس البناء الرياضي للدولة لان هذه المرحلة هي أنسب فترة لتعليم المهارات الحركية فكلما تعلم التلميذ للعبة المناسبة مبكرا ، كلما كانت الفرصة أكبر في إتقانها والنبوغ فيها ، كما أن تنظيم المناهج التعليمية بصورة متدرجة تتيح للتلاميذ العمل لأقصى نمو رياضي ممكن وبالتالي التحسن في مستوى أداء التلاميذ بالشكل المناسب لتلك المرحلة السنية (١٨ : ٢٧).

وتري "أسماء الجزائر" (٢٠١٣) أن التعلم المهارى هو عملية لا بصرية ، حيث أننا نرى نتائج التعلم المهارى عندما يتحسن الأداء ولكن العملية التعليمية تشكل داخل عقل وجسم اللاعب إذ أن التعلم يشترك الجهاز العصبي والمخ والذاكرة ، فمهما قمنا بأداء المهارات الحركية فإن تذكر المحاولات السابقة التي تؤدي بدينا يؤثر في أداء الحركة مرة أخرى ومع استمرار التدريب فإن وضوح الذاكرة للحركة تشكل حتى يمكن استرجعها عند الحاجة إليها ، إن تذكر الحركة التي شكلت في المخ تسمى (البرنامج الحركى) أو مجموعة التوجيهات أو التعليمات الحركية ، فالبرنامج الحركى يبدأ خلال المراحل الأولى للتعلم الحركى (٥ : ٢٣).

ومن خلال إطلاع الباحثة على العديد من الدراسات السابقة والبحوث المرتبطة وجدت أن جميع الدراسات والبحوث تناولت تأثير بعض البرامج على الكرة السويسرية مثل دراسة "جونير أى Jonir.A" (٢٠٠٥) (٣٤) ، منير عابدين ، نرمين العلمى (٢٠٠٨) (٢٩) هويدا العصرة ، سناء مأمون، بسمة حيدر (٢٠٠٨) (٣٠) دعاء عبدالمنعم (٢٠١١) (٨) Baljinde singh (٢٠١٣) (٣٢) وأظهرت النتائج أن

البرنامج المقترح أدى إلى تنمية مهارات كرة السلة.

وعلى حد علم الباحثة لم تجد دراسة تناولت " تأثير برنامج تدريبات نوعية باستخدام الكرة السوسرية علي تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة " مما يضيف صفة الحدائة على البحث الحالي ونتيجة لذلك تري الباحثة أن التعلم باستخدام الكرة السوسرية على الشعور بالسعادة والأثارة ويضيف التشويق في أثناء استخدامها وبالتالي تكرار أداء المهارات بصورة غير ممله وبالتالي تزداد فرصة تعلم وإتقان المهارات.

ومن خلال عمل الباحثة في تدريس " كرة السلة "، وجدت أن هناك قصور شديد في برامج تعليم التلاميذ للمهارات في الألعاب الجماعية وخاصة كرة السلة كما لاحظت الباحثة إلى انه هناك أن هناك قصور شديد في المناهج التعليمية لهذه المرحلة السنية وإنخفاض في مستوى تعلم وفي الأداء المهاري بصورة ملحوظة لدى التلاميذ من هذه المرحلة وذلك يمكن أن يكون نتيجة أن الفترات الزمنية للعلم في المدرسة أو الوقت المسموح لأتمام عملية التعلم في الحصص الدراسية غير كافية وكذلك إلى ضعف الإمكانيات وقلة الأدوات والأجهزة المساعدة في العملية التعليمية.

لذلك وجدت الباحثة إلى أن التفكير في الأستعانة بالكرة السوسرية التي تساعد على تعلم التلاميذ المهارات الحركية الخاصة بكرة السلة حيث ركزت الباحثة على أستخدام الكرة السوسرية لتعمل على زيادة التحكم بالكرة بشكل عام وإجادة أداء المهارات الحركية لكرة السلة بشكل خاص وكذلك على إكتساب سرعة التعلم وسرعة أداء المهارة المتعلمة حيث أنها تركز على أداء مهارات كرة السلة من خلال الكرة السوسرية بشكل بطيء نسبيًا مما يجعل تعلم مهارات كرة السلة ، كما يعمل إستخدام الكرة السوسرية على تحسن الحالة النفسية للتلميذ نتيجة إدخال أداة مساعدة لعدم الأحساس بالملل وزيادة التشويق التي تعتبر من النقاط الواجب التدقيق عليها لهذه المرحلة السنية وكذلك إن استخدام الكرة السوسرية يساعد التلاميذ على تحسين عناصر اللياقة البدنية بشكل عام وعلى تعلم المهارات الهجومية لكرة السلة بشكل خاص، ومن هنا جاءت فكرة البحث وهي تصميم برنامج تدريبات نوعية باستخدام الكرة السوسرية لتعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة.

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى:

- تصميم برنامج تدريبات نوعية باستخدام الكرة السوسرية .
- التعرف على تأثير البرنامج المقترح على المهارات الهجومية في كرة السلة (التمريرة الصدرية ، تنطيط الكرة ، التصويبة السلمية).

فروض البحث :

في ضوء هدف البحث الحالي تفرض الباحثة ما يلي :

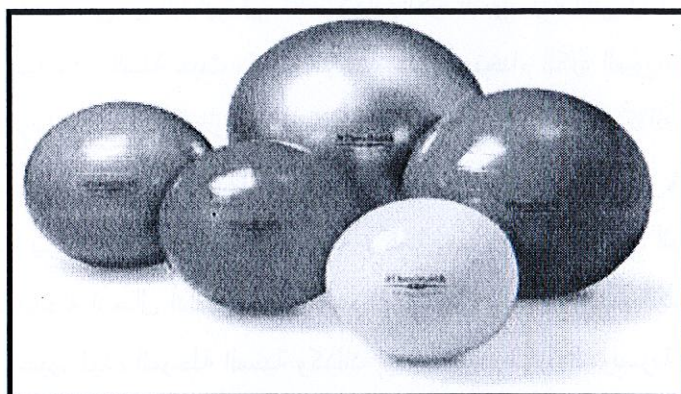
١. توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة التجريبية

- في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة.
٢. توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة.
٣. توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين البعديين للتلاميذ أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة.
٤. توجد فروق في نسبة تحسن أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث :

الكرة السويسرية : Swiss ball

هي عبارة عن كرة مطاطية الصنع صغيرة الحجم توجد منها عدة ألوان مملوءة بضغط مناسب من الهواء يتراوح قطرها من ٥٥سم إلى ٩٥سم وذلك ليتناسب مع أحجام كل من يتدرب عليها (١ : ١٠).



شكل (١) الكرة السويسرية

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باتباع التصميم التجريبي لمجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بإتباع القياسات القبلية والبعدي لكلا المجموعتين.

مجتمع وعينة البحث :

اشتمل مجتمع البحث على تلاميذ مدرسة المنيا الرسمية للغات للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ والبالغ عددهم ( ١٤٨ ) تلميذ وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وبلغ قوامها (٥٠) خمسون تلميذاً بنسبة بنسبة مئوية ٢٧,٠٢ % من مجتمع البحث الأصلي ، حيث تبلغ أعمارهم (١٤) سنة وقد تم تقسيمهم إلي مجموعتين المجموعة التجريبية وتستخدم برنامج تمرينات نوعية باستخدام الكرة السويسرية وتأثيره على تعلم بعض المهارات الهجومية قيد البحث والمجموعة الضابطة تستخدم الطريقة التقليدية المتبعة من قبل المدرسة في تنمية نفس المهارات في كرة السلة قيد البحث ، ولقد تم استبعاد التلاميذ الغير منتظمون في

الحضور والتلاميذ المشاركين في التجارب الاستطلاعية.

اعتدالية توزيع عينة البحث:

للتحقق من إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث تم إجراء القياسات الاحصائية الخاصة بعينة البحث الأساسية والاستطلاعية من تلاميذ الصف الأول الإعدادي، وذلك بإيجاد معاملات الإلتواء للمتغيرات الأساسية (السن، الطول، الوزن) والذكاء والقياسات البدنية والإختبارات المهارية في كرة السلة قبل بدء تطبيق برنامج تدريبات الكرة السويسرية، والجدول رقم (١) يبين ذلك:

جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لعينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن والذكاء والإختبارات البدنية والمهارية الخاصة بالتلاميذ قيد البحث (ن = ٧٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الإلتواء
المتغيرات الأساسية					
السن	عام	13.18	13.25	3.91	0.92
الطول	سم	144.54	145.3	1.17	0.58
الوزن	كجم	43.58	41.60	4.63	0.99
الذكاء	درجة	40.06	39.00	4.72	1.61
الإختبارات البدنية					
الوثب العمودي لسيرجنت	سم	28.3	28.00	1.6٢	٠,54
الجلوس من الرقود	عدد	25.16	25.50	2.77	0.96
ثني الجذع أماماً	سم	5.19	5.00	0.81	0.39
تمرير كرة تنس على الحائط	عدد	9.54	9.00	1.89	0.94
جري ارتدادي ١٠×٤ م	ثانية	11.51	11.45	0.74	0.57
٣٠ م عدو من البدء الطائر	ثانية	4.38	4.30	1.19	0.49
الإختبارات المهارية					
التصويبة السلمية (دقة التصويب)	١٠ درجة	2.87	2.77	1.43	0.90
التمريرة الصدرية (دقة التمريرة الصدرية)	٣٠ درجة	5.60	5.45	1.57	1.01
المحاورة (سرعة المحاورة)	ثانية	27.28	27.00	2.05	0.58

يتضح من جدول (١) أن معاملات الإلتواء للعينة قيد البحث في متغيرات السن والطول والوزن والذكاء والإختبارات البدنية والمهارية الخاصة بتلاميذ الصف الأول الإعدادي قيد البحث تراوحت ما بين (1.01 ، 0.39) أي أنها انحصرت ما بين (٣±) مما يدل على اعتدالية توزيع عينة البحث لوجود قيم الإلتواء داخل المنحنى الإعتدالي.

تكافؤ مجموعتي البحث:

توضح الجداول التالية نتائج التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في كل من المتغيرات المتغيرات الأساسية (السن، الطول، الوزن) والذكاء والإختبارات البدنية وإختبارات مستوى الأداء المهاري في

المهاري في كرة السلة قيد البحث ، حيث يوضح الجدول رقم (٢) نتائج التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في كل من المتغيرات الأساسية (السن، الطول، الوزن) والذكاء .  
جدول (٢) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (السن والطول والوزن) والذكاء (ن=١ ن=٢ = ٢٥)

المتغير	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الدلالات الإحصائية
		٢ م	٢ ع	١ م	١ ع	
السن	سنة	13.21	6.992	6.393	13.26	غير دال
الطول	سم	144	0.034	0.043	143	غير دال
الوزن	كجم	44.01	7.672	5.533	43.15	غير دال
الذكاء	درجة	39.72	4.549	5.131	40.34	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 2.021

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات السن والطول والوزن والذكاء ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات.

جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبارات البدنية قيد البحث (ن=١ ن=٢ = ٢٥)

المتغير	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الدلالات الإحصائية
		٢ م	٢ ع	١ م	١ ع	
الوثب العمودي لسيرجنت	سم	27.68	1.725	1.447	28.48	غير دال
الجلوس من الرقود	عدد	24.52	3.124	2.255	25.80	غير دال
ثني الجذع أماما	سم	5.00	0.646	0.945	5.32	غير دال
تمرير كرة تنس على الحائط	عدد	9.16	2.075	1.656	9.92	غير دال
جري ارتدادي ١٠×٤ م	ثانية	11.56	0.339	0.343	11.46	غير دال
٣٠ م عدو من البدء الطائر	ثانية	4.49	1.254	1.156	4.28	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 2.021

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع الإختبارات البدنية قيد البحث ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك القياسات.

جدول (٤) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في إختبارات مستوى الأداء المهاري قيد البحث (ن=١ ن=٢ = ٢٥)

المتغير	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الدلالات الإحصائية
		٢ م	٢ ع	١ م	١ ع	
التصويبة السلامية	درجة	2.76	0.724	0.546	2.98	غير دال
التمريرة الصدرية	درجة	5.6	1.391	1.761	5.6	غير دال

المحاور	ثانية	27.10	1.681	27.46	2.397	0.627	غير دال
---------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.021$

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الإختبارات الثلاثة الخاصة بقياس مستوى الأداء المهاري لمهارات (التصويب والتمرير والمحاور) في كرة السلة ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $0.05$  مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في تلك المتغيرات.

#### وسائل جمع البيانات

لجمع البيانات استخدمت الباحثة ما يلي :

- الأجهزة والأدوات
  - الإختبارات
  - البرنامج التعليمي باستخدام الكرة السويسرية.
- أولاً: الأجهزة والأدوات:

- ١- جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- ٢- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام .
- ٣- ساعة إيقاف وشريط قياس .
- ٤- كرات سلة
- ٥- ملعب كرة سلة
- ٦- أدوات مساعدة (أقماع - مقاعد سويدية - كرات طبية)

#### ثانياً: الإختبارات:

##### ١- اختبار الذكاء

##### ٢- الإختبارات البدنية: ملحق (5)

- اختبار الوثب العمودي لسيرجنت .
- اختبار الجلوس من الرقود .
- اختبار ثني الجذع أماماً .
- اختبار رمي واستقبال كرة تنس من الحائط .
- اختبار الجري الإرتدادي  $10 \times 4$  متر .
- اختبار عدو  $30$  متر من البدء الطائر .

##### ٣- الإختبارات المهارية: ملحق (٦)

- اختبار التصويبة السلمية .
- اختبار التمريرة الصدرية .

## • اختبار المحاورة.

## المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث:

قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية لإختبار الذكاء والإختبارات البدنية والمهارية قيد البحث على عينة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بلغ قوامها (٢٠) عشرون تلميذاً وذلك في الفترة من يوم ٣٠/٩/٢٠١٨م إلى ٣/١٠/٢٠١٨م. وعلى النحو التالي :

أولاً: اختبار كاتل للذكاء (ملحق ٣)

اختارت الباحثة اختبار الذكاء الذي قام بوضعه ريمون كاتل REMON B. KATELL عام (١٩٧٠) (٩) وقد أعد صورته العربية "فؤاد أبو حطب، آمال صادق، مصطفى عبد العزيز" وهو اختبار غير لفظي لا يعتمد على اللغة ولكن يخضع أداء الأفراد لقدرتهم على تحديد علاقة التشابه والاختلاف بين الأشكال الموجودة بالاختبار.

ويهدف هذا الاختبار إلى تقدير القدرة العقلية العامة "نسبة الذكاء". وقد اختارت الباحثة هذا الاختبار لأنه يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات، فقد أشارت العديد من الدراسات إلي صدق هذا الاختبار في قياس القدرة العقلية العامة، كما أشارت أن معاملات ثباته عن طريق التجزئة النصفية أو عن طريق تحليل التباين عالية مما يمكن الوثوق به علمياً. ويتكون الاختبار من عدد (٩٢) اثنان وتسعون عبارة ويهتم الاختبار بقياس القدرة على التركيز والانتباه والقدرة على إدراك العلاقات بين الأشكال. وقد تم حساب صدق وثبات الاختبار عن طريق تطبيق الاختبار على عينة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية بفواصل زمني قدره عشرة أيام وقد بلغ معدل ثباته (٠,٨٢) ومعامل صدقه (٠,٩١) مما يدل على صدق وثبات الاختبار.

## ثانياً: الإختبارات البدنية والمهارية :

للقوف على مجموعة الإختبارات الملائمة لقياس المستوى البدني والمهاري للتلاميذ عينة البحث قامت الباحثة بحصر العديد من الإختبارات البدنية التي تقيس القدرات البدنية المرتبطة بكرة السلة، بالإضافة إلى الإختبارات المهارية التي تقيس المهارات الثلاث قيد البحث (التصويبية السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة)، وذلك من خلال المسح المرجعي للعديد من المراجع العلمية في القياس والتقويم وكرة السلة مثل "أحمد خاطر وعلي البيك (١٩٨٤) (٣)، محمد علاوي ونصر الدين رضوان (١٩٩٤) (٢٢)، محمد صبحي (١٩٩٥) (٢٣)، والدراسات والبحوث التي أشارت إليها كدراسة أحمد فاروق (٢٠٠٦) (٢) ثم تم وضعها في استمارة عرضها على (١٠) عشرة من الأساتذة المتخصصين في كرة السلة والتدريب الرياضي والقياس والتقويم، وقد اشترطت الباحثة نسبة اتفاق لا تقل عن ٨٠% ومن خلال هذا الإجراء تم التوصل إلى الإختبارات البدنية والمهارية التالية:



## ١- الأختبارات البدنية (ملحق ٥)

## أ- الصدق:

لحساب صدق الاختبارات البدنية استخدمت الباحثة صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من مجتمع البحث ومن خارج عينته الأصلية إحداهما من ذوي المستوى المرتفع والأخرى من ذوي المستوى المنخفض قوام كل منها (10) عشرة تلاميذ والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) دلالة الفروق بين المجموعتين ذات المستوى المرتفع وذات المستوى المنخفض

في الإختبارات البدنية قيد البحث (ن=١ ن=٢ = ١٠)

قيمة (ت)	المستوى المنخفض		المستوى المرتفع		وحدة القياس	المتغيرات
	٢ع	٢م	١ع	١م		
3.117	1.77	27.69	1.69	31.00	سم	الوثب العمودي لسيرجنت
2.835	1.92	25.40	2.01	29.30	عدد	الجلوس من الرقود
3.078	1.52	5.22	1.89	7.18	سم	ثني الجذع أماما
3.970	1.42	8.82	2.51	10.33	عدد	تمرير كرة تنس على الحائط
2.223	1.53	11.84	1.44	11.32	ثانية	جري ارتدادي ١٠×٤ م
3.481	1.56	4.77	1.24	4.27	ثانية	٣٠ م عدو من البدء الطائر

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 1.734

يتضح من الجدول السابق (٥) ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة ذات المستوى المرتفع والمجموعة ذات المستوى المنخفض في الاختبارات البدنية ولصالح المستوى المرتفع حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعات المختلفة وهذا يؤكد صدقها.

## ب- الثبات:

تم تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) عشرة تلاميذ وهي عينة مماثلة لعينة البحث ومن غير العينة الأصلية بفارق زمني (٣) ثلاثة أيام وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني كما هو موضح في جدول (٦).

جدول (٦) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الإختبارات البدنية قيد البحث

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	٢ع	٢م	١ع	١م		
.637	1.78	28.17	1.34	28	سم	الوثب العمودي لسيرجنت
.531	1.89	25.19	2.02	25.25	عدد	الجلوس من الرقود
.611	1.68	5.47	1.30	5.40	سم	ثني الجذع أماما
.543	1.27	9.51	0.94	9.41	عدد	تمرير كرة تنس على الحائط
.606	1.33	11.53	1.76	11.55	ثانية	جري ارتدادي ١٠×٤ م

٠.491	0.97	4.40	0.87	4.39	ثانية	٣٠ م عدو من البدء الطائر
-------	------	------	------	------	-------	--------------------------

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤١

يتضح من الجدول السابق (٦) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط للإختبارات البدنية قيد البحث بين ( 0.491 ، 0.637 ) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على ثبات تلك الاختبارات.

## ٢- الإختبارات المهارية (ملحق ٦)

أ- الصدق:

لحساب صدق الاختبارات المهارية استخدمت الباحثة صدق التمايز وذلك بتطبيق الاختبارات على مجموعتين من مجتمع البحث ومن خارج عينة الأصلية إحداهما من ذوي المستوى المرتفع والأخرى من ذوي المستوى المنخفض قوام كل منها (5) خمسة تلاميذ والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) دلالة الفروق بين المجموعتين ذات المستوى المرتفع وذات المستوى المنخفض

في الاختبارات المهارية قيد البحث (ن=١ ن=٢ = 5)

المتغيرات	وحدة القياس	المستوى المرتفع		المستوى المنخفض		قيمة (ت)
		١م	١ع	٢م	٢ع	
التصويبة السلامية	درجة	5.61	1.03	2.97	1.78	11.858
التمريرة الصدرية	درجة	14.56	2.76	4.59	2.20	9.694
المحاورة	ثانية	22.67	3.89	26.44	5.02	10.683

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 1.86

يتضح من الجدول السابق (٧) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة ذات المستوى المرتفع والمجموعة ذات المستوى المنخفض في الاختبارات المهارية ولصالح المستوى المرتفع حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعات المختلفة وهذا يؤكد صدقها.

ب- الثبات:

تم تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) عشرة تلاميذ وهي عينة مماثلة لعينة البحث ومن غير العينة الأصلية بفارق زمني (٣) ثلاثة أيام وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني كما هو موضح في جدول (٨).

جدول (٨) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد البحث

المتغير	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		١م	١ع	٢م	٢ع	
التصويبة السلامية	درجة	2.80	1.34	2.88	1.69	.597
التمريرة الصدرية	درجة	5.69	1.65	5.87	1.07	.494

المحاورة	ثانية	27.21	3.29	26.87	3.91	.603
----------	-------	-------	------	-------	------	------

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى  $0.05 = 0.441$

يتضح من الجدول السابق (٨) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط للاختبارات المهارية قيد البحث بين (0.494 ، 0.603) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيا مما يدل على ثبات تلك الاختبارات.

ثالثا : البرنامج التعليمي باستخدام الكرة السويسرية : (ملحق ٨)

بعد مراجعة الباحثة للمراجع العلمية والبحوث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث توصلت الباحثة من خلال مشاهدة الأفلام والصور والمراجع الخاصة بالكرة السويسرية وتعلم مهارات كرة السلة ، حيث قامت الباحثة بحصر مجموعة من التدريبات والألعاب الخاصة بتعليم مهارات كرة السلة للتلاميذ وبما يتلائم مع هذه المرحلة السنوية وبما يحقق للتلاميذ المستوى المراد تعليمه للتلاميذ.

١- الهدف العام للبرنامج :

يهدف البرنامج التعليمي إلى التعرف على تأثير برنامج تمارين نوعية باستخدام الكرة السويسرية السوسرية على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة (التمريرة الصدرية ، المحاورة ، التصويبة التصويبة السلمية) لتلاميذ المرحلة الإعدادية.

٢- أغراض البرنامج :

يسعى البرنامج إلى تحقيق الأغراض التالية :

- اكتساب التلاميذ المهارات كرة السلة (التمريرة الصدرية ، المحاورة ، التصويبة السلمية) لتلاميذ قيد البحث
- أن يتمكن التلاميذ من تطبيق الأداء الصحيح للمهارات الهجومية لكرة السلة قيد البحث.
- اكتساب التلاميذ القدرة على استخدام الكرة السويسرية من خلال المهارات الهجومية لكرة السلة
- أن يتم تنمية التلميذ لذاته وثقته بنفسه .
- أن يتم مساعدة التلاميذ على التحكم في كرة السلة من خلال تدريبات الكرة السويسرية.

٣- أسس البرنامج :

راعت الباحثة عند وضع البرنامج التعليمي الأسس التالية :

- أن يتناسب البرنامج مع خصائص المرحلة السنوية قيد البحث .
- أن يشبع ميول واحتياجات التلاميذ .
- أن يتميز بالشمول والسهولة والمرونة والسهولة في الفهم مع بساطة المجهود المطلوب للأداء
- أن ينمي لدي التلاميذ المهارات الهجومية الخاصة بكرة السلة.
- أن يراعي التدرج من السهل إلى الصعب .
- أن يتناسب البرنامج مع قدرات وإمكانات التلاميذ .
- أن ينمي البرنامج قدرة التلميذ على تعلم المهارات الهجومية لكرة السلة .

- ح- أن يراعي محتوى البرنامج الفروق الفردية ويثير دافعيتهم للتعلم .  
 ط- أن يتم توفير الأدوات لكل التلاميذ للممارسة والعمل في وقت واحد والتقدم في تعلمهم لتحقيق الهدف.  
 ي- مراعاة توفير المكان المناسب والإمكانيات اللازمة وعوامل الأمن والسلامة لتنفيذ البرنامج.  
 ك- مراعاة أن يتدرج البرنامج من السهل إلي الصعب بما يناسب مستوى كل التلاميذ .  
 ل- أن يتم تقديم المعلومات للتلاميذ التي يتضمنها البرنامج التعليمي في إطار متكامل ومتربط وفعال.

#### ٤- محتوى البرنامج التعليمي :

قامت الباحثة بتحديد مكونات البرنامج التعليمي بناءا علي المحتوى للمقرر المستهدف بمدرسة المنيا الرسمية للغات في ضوء الأهداف العامة والأهداف التعليمية المحددة حيث تم اختيار المهارات الهجومية لكرة السلة (التمريرة الصدرية ، المحاوره ، التصويبة السلمية) ، وقد تضمن محتوى البرنامج التعليمي للتمرينات النوعية بإستخدام الكرة السويسرية علي ما يلي :

- تمرينات والعباب صغيرة للمهارات الهجومية لكرة السلة.

#### ٥- إمكانات تنفيذ البرنامج :

قامت الباحثة بتحديد الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج من حيث مكان تنفيذ التجربة والأدوات والأجهزة اللازمة لتنفيذ العمل في ضوء إستخدام التمرينات النوعية بإستخدام الكرة السويسرية وقد استخدمت الباحثة ما يلي :

أ- عدد من الكرات السويسري.

ب- عدد من كرات السلة.

ج- ملعب سلة.

د- صفارة وساعات إيقاف.

هـ- عدد من الكور والأطواق.

#### ٦- الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

- قامت الباحثة باستطلاع رأي الخبراء ( ملحق ١) لتحديد زمن وشكل أجزاء الوحدة التعليمية على أن يكون شكل وتوزيع الوحدة كالاتي :
- أ- ينفذ البرنامج من خلال الوحدة وذلك بواقع وحدة كل أسبوع لكل مجموعة.  
 ب- ينفذ البرنامج التعليمي لمدة (٨) ثمانية أسابيع وذلك في الفصل الدراسي الأول.  
 ج- أن يكون زمن تنفيذ الوحدة (٩٠) تسعون دقيقة وذلك كما هو وارد بالمدرسة .  
 د- أن يكون الشكل التنظيمي للوحدة بعد إدخال البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية على النحو التالي :

٧ دقائق

-الأعمال الإدارية

١٥ دقيقة

-الأحماء

-الجزء التعليمي

٦٠ دقيقة

-الختام

٨ دقائق

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد استبدلت الباحثة الجزء التعليمي في شرح طريقة الأداء للمهارة المتعلمة وإعطاء نموذج لها ويوضح (ملحق ٩) نموذج لوحدة تعليمية بإستخدام الكرة السويسرية ، ونموذج لوحدة تعليمية بالأسلوب التقليدي.

٧- أسلوب التقييم :

من أجل تقويم البرنامج قيد البحث والأسلوب التقليدي قامت الباحثة باستخدام مجموعة من اختبارات المهارات الهجومية لكرة السلة ( التمريرة الصدرية - المحاوره - التصويبة السلمية ) قيد البحث.

الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجرائها في الفترة من من ٢٠١٨/٩/٣٠م إلى ٢٠١٨/١٠/٣م. وذلك على عينة بلغ قوامها ( ٢٠ ) عشرون تلميذ من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وذلك بهدف التعرف على :

- مدى مناسبة البرنامج لقدرات التلاميذ ومدى فهمهم واستيعابهم.

- حساب المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث.

إجراءات تنفيذ التجربة :

القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لمجموعتي البحث للمتغيرات قيد البحث وذلك في الفترة من

يوم الاثنين والثلاثاء الموافق ٨ ، ٩ / ١٠ / ٢٠١٨م.

التجريبية الأساسية:

قامت الباحثة عقب انتهاء القياس القبلي بتطبيق البرنامج المقترح تمرينات نوعية لتعلم المهارات

الهجومية في كرة السلة قيد البحث على المجموعة التجريبية وتطبيق الطريقة التقليدية المتبعة من قبل

المدرسة على المجموعة الضابطة وذلك خلال الفترة من يوم ١١ / ١٠ / ٢٠١٨م إلى ٣ / ١٢ / ٢٠١٨م وقد

الترمت الباحثة أثناء تنفيذ التجربة بما يلي :

١- قامت الباحثة بتصميم برنامج تعليمي يحتوي على مجموعة من التمرينات النوعية للمهارات الهجومية

في كرة السلة بإستخدام الكرة السويسرية (التمريرة الصدرية - المحاوره - التصويبة السلمية ).

٢- قامت الباحثة بالتدريس لتلاميذ المجموعة التجريبية ، وتستخدم البرنامج المقترح وذلك يوم الأحد

والاثنين من كل أسبوع بواقع وحدة تعليمية زمن الوحدة ( ٩٠ ق ) تسعون دقيقة لمدة (٨) ثمانية

أسابيع بواقع (٨) ثمانية وحدة تعليمية وذلك في الفترة من يوم الخميس الموافق ١١ / ١٠ / ٢٠١٨م

إلى يوم الأثنين الموافق ٣ / ١٢ / ٢٠١٨م

٣- قامت الباحثة بالتدريس لتلاميذ المجموعة الضابطة وتستخدم الطريقة التقليدية المتبعة من قبل المدرسة وهي قيام ( الباحثة ) بعمل بعض التمارين لأجزاء الجسم وكذلك لتعلم بعض المهارات الهجومية تبعا للمنهج المتبع من قبل المدرسة .

#### القياس البعدي :

قامت الباحثة بعد الانتهاء من المدة المحددة لتنفيذ التجربة لمجموعتي البحث المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بإجراء القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث وذلك خلال الفترة من يوم وذلك يومي الثلاثاء والأربعاء الموافق ٤ ، ٥ / ١٢ / ٢٠١٨م .  
وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه في القياس القبلي .

#### المعالجة الإحصائية:

قامت الباحثة بمعالجة البيانات الخاصة بنتائج البحث إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS v22 ومن خلال المعاملات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار (ت) لدلالة الفروق .
- نسبة التحسن .

✓ وقد ارتضت الباحثة بنسبة دلالة عند مستوى (٠,٠٥) .

#### عرض النتائج ومناقشتها:

#### أولاً: عرض النتائج:

#### تستعرض الباحثة نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي:

١. دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة .
٢. دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة .
٣. دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة .
٤. نسبة تحسن أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة .

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعه التجريبيه  
في إختبارات مستوى الأداء المهاري قيد البحث (ن = 25)

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الدلالات الإحصائية	
		١م	١ع	٢م	٢ع	(ت)	الدلالة
التصويبة السلمية	درجة	2.98	0.55	8.36	0.76	27.48	دال
التمريرة الصدرية	درجة	5.60	1.76	23.64	2.18	35.09	دال
المحاورة	ثانية	27.10	1.68	14.75	0.68	36.49	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 1.71

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في إختبارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة لتلاميذ الصف الأول الإعدادي العينة قيد البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ .

تعزو الباحثة تلك النتيجة إلي أن البرنامج المقترح قيد البحث و الذي يحتوي على مجموعة متنوعة من التمرينات المشابهة بإستخدام الكرة السويسرية لدي تلاميذ المجموعة التجريبية له تأثيراً إيجابياً في تنمية المهارات الهجومية لكرة السلة (التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة)، كما أن استخدام الكرة السويسرية أثناء تعلم المهارات قيد البحث له تأثير إيجابي في التحكم والسيطرة على الكرة أثناء تعلم وأداء المهارات الهجومية في كرة السلة ، وبالتالي يمكن تحسن و تنمية تلك المهارات من خلال التدريب بشكل متكرر على هذه المهارات بإستخدام الكرة السويسرية.

وفي هذا الصدد يذكر "زاهر أحمد" (١٩٩٧) أن الادوات المساعدة والوسائل التعليمية التي تعين أو تساعد على نقل الخبرة من الباحثة للتلاميذ بطريقة مباشرة وفي أقل وقت وجهد مستطاع ويشير "محمود إبراهيم" (٢٠١٧) أن تكرار أداء المهارة بأساليب وطرق وأدوات مختلفة يعتبر من انصب الوسائل لتنمية الصفات البدنية والمهارية الخاصة التي تتطلبها اللعبة (١٠ : ٣٧٠) (٢٥ : ٤٢).

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة كل من " منير عابدين ، عماد السيد (٢٠٠٦) (٢٨) ، إيمان عبد الله (٢٠٠٥) (٦) ، مصطفى عاطف (٢٠٠٠) (٢٧) والتي تشير أهم نتائجهم إلى أهمية استخدام الوسائل التعليمية المساعدة في تحسين الأداء المهاري في مختلف الأنشطة الرياضية قيد أبحاثهم.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة أيضا إلي التأثير الإيجابي لتمرينات الكرة السويسرية في المستخدمة لتعلم المهارات الهجومية لكرة السلة (التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة) حيث راعت الباحثة الباحثة تصميم التمرينات التعليمية والالعب بصورة تخدم تعلم المهارات الهجومية في كرة السلة ، كما تعزو الباحثة هذا التقدم إلي مدي مناسبة التمرينات لتلاميذ المدرسة وتوفير عامل التشويق بإستخدام الكرة

الكرة السويسرية وبالتالي تنمية الشعور لدى التلاميذ بالنشاط والحماس وأداء المهارات المتعلمة بأعلى كفاءة طوال فترة التمرين الأمر الذي أدى إلى ارتفاع مستوى نمو وتطور المهارات الهجومية لكرة السلة السلة قيد البحث كما راعت الباحثة التدرج في التمرينات المستخدمة من السهل إلى الصعب حيث أثر ذلك إيجابياً في تطوير المهارات الهجومية في كرة السلة للمجموعة التجريبية وبذلك يتحقق الفرض الأول الأول للبحث والذي ينص على " دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة قيد البحث.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث والذي ينص على " توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة.

جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في إختبارات مستوى الأداء المهاري قيد البحث (ن = 25)

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الدلالات الإحصائية	
		م ١	ع ١	م ٢	ع ٢	الدالة	(ت)
التصويبة السلمية	درجة	2.76	0.72	6.44	1.56	10.87	دال
التمريرة الصدرية	درجة	5.60	1.39	19.60	2.66	26.68	دال
المحاورة	ثانية	27.46	2.40	17.43	1.11	17.33	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $\alpha = 0.05 = 1.71$

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في إختبارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة للتلاميذ عينة البحث ولصالح القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى  $\alpha = 0.05$ . كما يتضح من نتائج جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الهجومية لكرة السلة قيد البحث (التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطريقة التقليدية المعتادة التي تقوم على الشرح اللفظي للمعلومات وأداء المهارات وتصحيح الأخطاء من قبل الباحثة والممارسة والتكرار من جهة الباحثة يساعد التلميذ على تكوين التصور الموضح لتلك المهارات وبالتالي تعمل على تكوين صورة موضحة لدى التلميذ مستوى وكفاءة الأداء المهاري وبالتالي ساهمت بشكل إيجابي في تحسن تعلم المهارات الهجومية في كرة السلة.

كما تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى استمرار التلاميذ في ممارسة وأداء هذه المهارات ويتفق ذلك مع



مع دراسة سعاد عزت (٢٠١٤) (١١) ، محمود نجيب (٢٠١٣) (٢٦) ، أسامة علي (٢٠٠٥) (٤) ، حيث أشاروا إلى أن الطريقة التقليدية التي تعتمد على الشرح اللفظي والنموذج العملي والتي أدت إلى إستيعاب المهارات الهجومية وتعلمها بشكل إيجابي وتحسين القياسات البعدية عن القبلية إلى أن الطريقة الطريقة المتبعة تؤثر إيجابياً في تحسن بعض المهارات الهجومية.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني للبحث والذي ينص على " توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للتلاميذ أفراد المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة.

جدول (١١) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في إختبارات مستوى الأداء المهاري قيد البحث (ن=١ ن=٢ = 25)

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الدلالات الإحصائية	
		١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	(ت)	الدلالة
التصويبة السلمية	درجة	8.36	0.76	6.44	1.56	5.55	دال
التمريرة الصدرية	درجة	23.64	2.18	19.60	2.66	5.88	دال
المحاورة	ثانية	14.75	0.68	17.43	1.11	10.26	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = 2.021

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في إختبارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة لتلاميذ الصف الأول الإعدادي عينة البحث ولصالح المجموعة التجريبية حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ .

وتعزو الباحثة هذه الفروق إلى فاعلية التعلم بإستخدام الكرة السويسرية لما لها من تأثير إيجابي على تعلم المهارات الهجومية في كرة السلة وذلك يتضح من خلال الأداء العملي لمهارات كرة السلة بإستخدام الكرة السويسرية الذي يساعد التلاميذ من تعلم وإتقان تلك المهارات حيث تساعدهم على على التعلم بصورة تتميز ببذل الكثير من المجهود في التعلم مع عدم الشعور بالملل وأداء كل جزء من أجزاء المهارات الهجومية بصورة تتميز بالتحكم في سرعة والسيطرة بأداء المهارات وبالتالي الوصول إلى مرحلة التوافق العضلي العصبي في المهارات المتعلمة ، بينما الأسلوب التقليدي الشرح اللفظي والنموذج لا تعطى التلاميذ فرصة لأستخدام الأدوات المساعدة والأداء بالتركرات والأداء الذي يتميز بالتشويق والأثارة والحدائة مع عدم توافر الإمكانيات ولا الوقت للعمل بالصورة المقبولة في المدارس بشكل عام.

كما تتفق الباحثة بهذه النتيجة الإيجابية في تحسن مهارات كرة السلة الهجومية إلى تلك النتائج الإيجابية التي أشارت لها تلك الدراسات مثل دراسة كل من "جونى رأى Jonir.A (٣٣)، منير عابدين ،

نرمين العلمي (٢٠٠٨)(٢٩) هويدا العصرة ، سناء مأمون ، بسمة حيدر (٢٠٠٨) (٣٠) دعاء عبد المنعم (٢٠١١)(٨) Baljinde singh (٢٠١٣) (٣١) والتي توصلت أهم نتائجهم إلى أن استخدام الكرة الكرة السويسرية في البرامج المقترحة أدت إلى تحسن في مستوى الأداء المهاري قيد أبحاثهم. وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث للبحث والذي ينص على " توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي القياسين البعديين للتلاميذ أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري مهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة.

جدول (١٢) نسب التحسن في مستوى الأداء المهاري في كرة السلة لأفراد مجموعتي

البحث التجريبية والضابطة (ن = ١٠ = ٢٥ = ٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			نسبة التحسن
		٢م	١م	١م - ٢م	٢م	١م	١م - ٢م	
التصويبة السلمية	الدرجة	8.36	2.98	5.38	6.44	2.76	3.68	133%
التمريرة الصدرية	الدرجة	23.64	5.60	18.04	19.60	5.60	14	250%
المحاورة	الثانية	14.75	27.10	12.35	17.43	27.46	10.03	58%

يتضح من جدول رقم (١٢) ما يلي :

تحسن درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في إختبارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة في كرة السلة لتلاميذ الصف الأول الإعدادي عينة البحث بنسب كبيرة ، حيث تراوحت نسب تحسن المجموعة التجريبية بين (84% ، 322%) في حين تراوحت النسب المئوية لتحسن درجات المجموعة الضابطة بين (58% ، 250%).

وبالرجوع إلى نتائج جدول (١٢) يتضح أن نسبة تحسن درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في إختبارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة في كرة السلة لتلاميذ الصف الأول الإعدادي عينة البحث بنسب كبيرة ، حيث تراوحت نسب تحسن المجموعة التجريبية بين (84% ، 322%) في حين تراوحت النسب المئوية لتحسن درجات المجموعة الضابطة بين (58% ، 250%).

وترجع الباحثة تلك النتيجة دلالة علي ايجابية البرنامج المقترح باستخدام تدريبات الكرة السويسرية الأمر الذي ترجمه الباحثة إلي فاعلية البرنامج باستخدام تدريبات الكرة السويسرية الذي أسهم في تنمية عناصر اللياقة البدنية قيد البحث والذي انعكس أثره ايجابيا علي تطوير مهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة في كرة السلة حيث راعت الباحثة في تدريبات الكرة السويسرية للتلاميذ التدرج بالتدريبات من السهل للصعب وترتيب التدريبات وفقا لتشابهها في الأداء المهاري مما يساعد علي ارتفاع مستوى أداء المهاري للتلاميذ.

ويشير " بيتر Better" (٢٠٠٤) إلي أن من فوائد التمرينات بالكرة السويسرية مقارنة بأداء التدريبات علي الأرض انه يتم الأداء علي الكرة المطاطية فتزداد المقاومة علي العضلات العاملة ، ومن

ومن فوائدها السيطرة علي العضلات العاملة وتقويتها وتحسين الثبات الداخلي للمتعلم ، كما أنها تسهل من أداء التمرينات عليها حيث أن طبيعتها الممتلئة بالهواء تجعلها تأخذ شكل انحناءات الجسم مما يجعلها أكثر راحة عند أداء التمرينات عليها (٣٢ : ٢٠).

وتعزو الباحثة هذا التحسن إلي برنامج تدريبات الكرة السويسرية والذي يحتوي علي تمرينات متنوعة موجهة لتنمية المتغيرات قيد البحث كذلك مراعاة الباحثة للتنوع في تلك التمرينات عند وضع البرنامج بما يتناسب مع العينة وذلك للبعد عن عامل الملل فهذا التنوع والتغيير كان له أكبر الأثر في زيادة الدافعية لدي التلاميذ لأداء بحماس وبدون إنقطاع مما كان له أكبر الأثر علي الأداء البدني والمهاري ، كما أنها راعت مستوى وقدرات وميول وحاجات التلاميذ قيد البحث والفروق الفردية بينهم مما أدى إلي تحسن الأداء المهاري لديهم وهذا يتفق مع ما ذكره "مارتن وديفيد Martin & David (٢٠٠٠)" إلي ضرورة أن يدرس المعلم لكل التلاميذ بطرق وأساليب مختلفة تراعي الفروق الفردية بينهم واختلاف قدراتهم (٣٤ : ٣٣).

وفي هذا الصدد يشير "كمال عبد الحميد وآخرون" (٢٠٠٢) أن التنوع يزيد من نشاط المتعلم ومن دافعيته ، وهذا ما تم تحقيقه من خلال تدريبات الكرة السويسرية المتنوعة والتي أدت إلي تنمية المهارات الهجومية قيد البحث مما انعكس علي الأداء المهاري للمتعلمين (١٧ : ٤٠).

وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع للبحث والذي ينص علي "توجد فروق في نسبة تحسن أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارات التصويبة السلمية والتمريرة الصدرية والمحاورة لصالح المجموعة التجريبية.

الاستخلاصات والتوصيات :

أولاً الاستخلاصات :

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة إلي الاستخلاصات الآتية :

- ١ . البرنامج التعليمي له تأثير إيجابي على تنمية المهارات الهجومية في كرة السلة (التمريرة الصدرية ، تنطيط الكرة ، التصويبة السلمية) للتلاميذ سن (١٤) سنة.
- ٢ . الطريقة المتبعة من قبل المدرسة (التقليدية) لها تأثير إيجابي على تنمية بعض المهارات الهجومية في كرة السلة قيد البحث (التمريرة الصدرية ، المحاورة ، التصويبة السلمية).

ثانياً : التوصيات :

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي :

- ١ . ضرورة استخدام تدريبات الكرة السويسرية من قبل المعلمين في الألعاب المختلفة كنوع من الابتكار والتحديث في طرق تنمية المهارات البنية والمهارية.
- ٢ . ضرورة الاهتمام بتعلم مهارات كرة السلة من خلال التمرينات النوعية المخصصة لكل مهارة الرياضية المختلفة.

٣ . ضرورة الاهتمام ببرامج التربية الرياضية المقدمة للتلاميذ في هذه المرحلة بوضع الأدوات والوسائل التعليمية الحديثة في تعليم المهارات في الألعاب الرياضية بشكل عام وفي كرة السلة بشكل خاص.

٤ . إجراء دراسات مشابهة لتطوير مستوى الأداء المهاري في كرة السلة.

#### قائمة المراجع

#### أولا المراجع العربية :

١. إجلال محمد إبراهيم ، نادية محمد درويش : الرقص الأبتكارى الحديث ، دار الفكر العربى ، القاهرة، ١٩٩٤م.

٢. أحمد فاروق خلف : فاعلية استخدام أسلوبى التعلم البنائى والمتباين على تعلم بعض والحصائل المعرفية التحصيل المعرفي في كرة السلة ، بحث منشور، المؤتمر الدولي العاشر، اتجاهات حديثة في التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الأردن ، ٢٠٠٦م.

٣. أحمد محمد خاطر ، علي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي ، ط٢ ، دار المعارف، القاهرة ، ١٩٨٤م .

٤. أسامة محمد علي مصطفى : تأثير تنمية بعض المتطلبات البدنية الخاصة علي التصويب للاعبى كرة السلة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٥م

٥. أسماء محمد الجزار : كرة السلة ، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ٢٠١٣.

٦. إيمان يحيى عبدالله : فاعلية استخدام بعض معينات التعلم على مهارة التصويب فى كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠٠٥م.

٧. حسن السيد أبو عبده : الاتجاهات الحديثة فى تخطيط وتدريب كرة القدم ، (ط ٤)، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.

٨. دعاء محمد عبدالمنعم: فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الكرة السويسرية على تطوير بعض القدرات الحركية الخاصة ومستوى أداء الحركات المعلقة والمتأرجحة فى الرقص الحديث ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠١١م.

٩. ريمون بى كاتل : اختبار الذكاء ، ترجمة فؤاد أبو حطب، آمال صادق ، مصطفى عبد العزيز ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، ١٩٧٠م.

١٠. زاهر أحمد : تكنولوجيا التعليم ،تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية ، المكتبة الأكاديمية ، مطابع الكتب المصرية الحديثة ، القاهرة ، ١٩٩٧م.

١١. سعاد عبدالله عزت محمد : تأثير إستخدام التدريب المتقاطع علي بعض المتغيرات البدنية

- والمهارية والفسولوجية في كرة السلة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، رسالة دكتوراة ، جامعة جامعة الزقازيق ، ٢٠١٤م .
١٢. طارق زكريا محمد : أثر الألعاب التمهيدية على تنمية بعض المكونات البدنية والمهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ٢٠٠٠م
١٣. عاطف السيد: تكنولوجيا التعليم والمعلومات ، مطبعة رمضان ، القاهرة ، ٢٠٠٠م .
١٤. عصام الدين الدياسطي ، طارق عبدالرؤوف : كرة السلة ، تطبيقات عملي لطرق التدريس والتعليم مع القانون الدولي ، القاهرة، ٢٠٠٠م .
١٥. عماد الدين عباس أبو زيد : التخطيط والأسس العلمية لبناء وأعداد الفريق للألعاب الجماعية (نظريات - تطبيقات ) ، الطبعة الثانية ، منشأة المعارف، الإسكندرية ، ٢٠٠٧م .
١٦. عماد حمدي بليدي: تأثير استخدام الألعاب الصغيرة على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية الرياضية الملائمة، رسالة ماجستير، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان، ٢٠٠١م .
١٧. كمال عبد الرحمن ، قدرى سيد ، عماد الدين عباس: القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ٢٠٠٢م .
١٨. محسن محمد درويش حمص: إعداد طلاب كليات التربية الرياضية في التدريب الميداني ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠١٣م .
١٩. محمد أبراهيم : دليل الجمباز الحديث ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠٣م .
٢٠. محمد حسن : برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية على التوافق الحركي ومستوى الأداء في رفع الأثقال ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٩م .
٢١. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان: الأختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٧م .
٢٢. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م .
٢٣. محمد صبحي حسنين : القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية ، ط ٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥م .
٢٤. محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحي حسنين: كرة السلة (تدريب-مهارات-قياسات) دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٨٤ .
٢٥. محمود إبراهيم (٢٠١٧) : تأثير برنامج تدريب باستخدام الكرة السويسرية علي تنمية بعض

- المتغيرات البدنية والمهارية في جهاز الحركات الأرضية لناشئي الجمباز ، رسالة ماجستير ،  
قسم التدريب الرياضي ، جامعة المنيا .
٢٦. محمود محمد نجيب حسين ربيع : برنامج تدريبي باستخدام المواقف التنافسية وعلاقتها بمستوي  
الأداء الخططي للهجوم الخاطف لناشئي كرة السلة ، بحث ماجستير ،كلية التربية الرياضية ،  
جامعة بنها ، ٢٠١٣م.
٢٧. مصطفى عاطف: تصميم وسيلة مقترحة لتنمية دقة التصويب المباشر فى كرة السلة ، رسالة  
ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٠م.
٢٨. منير عابدين ، عماد السيد : تأثير إستخدام الوسائل المعينة على تعلم مهارة التصويب فى كرة  
السلة ، مجلة التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٦م.
٢٩. منير مصطفى عابدين ، نرمين فكري العلمى: تأثير أستخدام الكرة السويسرية على تعلم بعض  
المهارات الهجومية فى كرة السلة ، المؤتمر العلمي الدولى الثالث لتطوير المناهج التعليمية فى  
ضوء الاتجاهات الحديثة وحاجات سوق العمل ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الزقازيق ،  
٢٠٠٨م.
٣٠. هويدا العصرة ، سناء محمد مأمون ، بسمة شريف حيدر: تأثير برنامج اليوجا بإستخدام الكرة  
السويسرية على بعض المتغيرات البدنية والنفسية ، مجلة رابطة خريجي ومعاهد كليات التربية  
، أكتوبر ، ٢٠٠٨م.

## المراجع الأجنبية :

31. **Baljinde singh bal,kulroop kaur,Davinder singh** : Effect of an exercises Program with  
swiss ball on selected co-or dinative abilities in inter university basketball players,  
medicina sports society,India,2013.
32. **Better, D**: The best abdominal Exercises you have heard Of. Grey Lake Inc. Box r t "  
Illinois USA2004
33. **Jonir .A**: Swiss ball juggling the fit Kitexercise ball,united Kingdom, p201. 2005
34. **Martin D David j**: Elementary Science Methods A Constructivist Approach Wads Worth  
Belmont Second Edition USA,2000