

## "فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

\*م.د/ سلمى رستم محمود محمود

المقدمة ومشكلة البحث :

في إطار التقدم العلمي في العديد من المجالات المختلفة وخاصة في العديد من البرامج التربوية والتدريبية والنفسية والتي أصبحت محور اهتمام العديد من الخبراء في المجال الرياضي وخاصة المعلمون والمدرّبون لتنمية الجوانب البدنية والنفسية والتربوية المختلفة كي تتماشى مع المتغيرات المتسارعة للعصر الحالي لإعادة بناء المجتمع وتربية الناشئين تربية متكاملة بدنياً ونفسياً .

من خلال هذا المنطلق يحتاج الفرد الممارس لأي نشاط رياضي إلى الكثير من القدرات العقلية التي يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية التي تساعد على تحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي ، ويمثل التوقع الحركي بعداً حيويّاً حيث يعبر عن قدرة المتعلم على توظيف قدرته على تعلم وتصحيح وتنشيط المهارة وكذلك الارتقاء بمستوى الأداء وذلك للاستفادة منها إلى أقصى مدى في المجال الرياضي والمنافسات الرياضية المختلفة. (٣٠ : ١٥)

و يرتبط التوقع الحركي بحركات المنافس و ظروف اللعب حيث تبنى فيه الاستجابات على ما توقعه اللاعب من حركات بناءً على ما يقدمه من الإجراءات الحركية التي يوحى بها المنافس ، وهذا ما أشار إليه حسن معوض (٢٠٠٤) وشعبان ابراهيم (٢٠٠٦) على أن مكونات التوقع الحركي تساعد اللاعبين على إتخاذ القرارات والتعرف على استجابات أداء الزميل أو المنافس قبل حدوث الأداء وبالتالي يدخل كعامل أساسي في تحديد مدى نجاح تعامل اللاعب مع الموقف أثناء المباريات. (٢٥ : ١١)(٤٨ : ١٥)

يتفق كل من محمد علاوي (٢٠٠٢) وعبد الفتاح عبد الله (٢٠٠٥) على أن مكونات التوقع الحركي تتضمن مكونات بدنية تتمثل في السرعة والرشاقة والدقة والتوافق ومكونات عقلية تتمثل في إدراك الزمن وإدراك المسافة وإدراك المكان وإدراك الاتجاه وتركيز الانتباه والتصور العقلي والاسترخاء وجميع هذه المكونات تلعب دوراً هاماً في الأنشطة الرياضية المختلفة بصفة عامة ، وكرة السلة بصفة خاصة حيث أن رياضة كرة السلة تتميز بالسرعة والتغيير المستمر بين الدفاع والهجوم الأمر الذي يتطلب القدرة على التصرف الحكيم الملائم مع الظروف المتغيرة والمواقف المفاجئة . (٢١ : ٧٥)(١٧ : ٦٩)

تعد كرة السلة أحد الأنشطة الجماعية التي تتضمن العديد من المهارات الحركية كمتطلبات أساسية لممارستها ، وتعتبر مرحلة تعليم هذه المهارات من أصعب المراحل حيث أن إجادتها هو السبيل للإرتقاء نحو التفوق والامتياز . (٢٦ : ٣٧)

\*مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس ، بكلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية

يشير كل من **مصطفى زيدان ( ١٩٩٨ ) ، أحمد امين ( ٢٠٠٤ )** إلى أن طبيعة الأداء في كرة السلة نظرا لتمييزها بالحركات الارتدادية والجمال الحركية والتغير السريع في الاداء يتطلب توافر العديد من القدرات الحركية التي ترتبط بمهاراتها الأساسية كالسرعة والدقة والرشاقة والتوازن والتوافق وقدرة الذراعين والرجلين. ( ٢٨ : ٤٥ ) ( ٢ : ٢٥ )

كما يرى **حسن معوض ( ١٩٩٨ )** أن مرحلة تعليم المهارات الحركية الهجومية في كرة السلة تعد من أصعب المراحل التعليمية وذلك لتضمنها مهارات مركبة ، كما أنها تعد أولى المراحل نحو إتقان اللعبة والتقدم فيها . ( ١١ : ٥٣ )

ترى الباحثة أن أهمية التوقع الحركي تكمن في تحقيق التوافق الحركي في الألعاب الجماعية بصفة عامة وكرة السلة بصفة خاصة حيث تمكن اللاعب من التعرف على تفاصيل أداء الزميل أو المنافس قبل الأداء وبالتالي يدخل كعامل أساسي في تحديد مدى نجاح اللاعب في التعامل مع الموقف ، كما يتعلق بالظروف الخارجية المحيطة باللاعب سواء الخصم أو تحركات الزملاء أنفسهم أو حركة الأداء المتعلقة بالنشاط ذاته ، وهذا ما أكده **محمد علاوي ( ٢٠٠١ )** أن اللاعب الذي يمتلك التوقع الصحيح للحركة هو الذي يتحرك في التوقيت المناسب حتى يحقق الأداء المنشود من المهارة . ( ٢٢ : ١١٠ )

لقد اثبتت نتائج العديد من الدراسات والبحوث العلمية العربية والأجنبية كدراسة سليمان فاروق (٢٠٠١)، سعيد فهمي(٢٠٠٤)، ايمان مصطفى (٢٠٠٩)، احمد راضى (٢٠١٣) التي طبقت في مجال الأنشطة الرياضية المختلفة مدى أهمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى الأداء المهارى للمهارات المتعلمة من حيث الشكل والمدى والاتجاه . (١٤)(١٣)(٧)(٣)

من خلال عمل الباحثة كمعلمة ومدربة بمدارس تعليم كرة السلة للمبتدئات من ( ١٢ : ١٥ ) سنة بنادى سموحة الرياضى بالأسكندرية وكذلك بأكاديمية كرة السلة بكلية التربية الرياضية للبنات على نفس المرحلة السنوية لاحظت أن أداء المهارات للمبتدئات يفقر إلى دقة التحكم والتوجيه الدقيق للكرة وفق مسارها الحركى السليم وإنعدام التوافق بين عناصر الحركة بالإضافة إلى مصاحبة الأداء لبعض الأخطاء الفنية وأن الاهتمام الأكبر من قبل المعلمين والمدربين الموجودين بالمدارس التعليمية لكرة السلة ينصب على تعليم المهارات الأساسية لكرة السلة من الجانبين البدنى والمهارى فقط مع إغفال مكونات التوقع الحركى والتي يجب أن تكون مكملة للجانبين البدنى والمهارى نظرا لأهميتها فى الأنشطة الرياضية وهذا ما اكدته المراجع العلمية (١٩)(٢١)(٣١) وما أثبتته نتائج بعض الدراسات كدراسة لمياء رضوان (٢٠٠١)، ايهاب جمال(٢٠٠٧)، احمد راضى(٢٠١٦) ( ١٨ ) ( ٩ ) ( ٤ )

قد قامت الباحثة بالعديد من المقابلات الشخصية لبعض معلمى ومدربى كرة السلة تم اختيارهم عشوائياً من أندية محافظة الاسكندرية ( سموحة - سبورتنج - الاتحاد - الترام - الأولمبى ) وبلغ عددهم ( ١٥ ) معلم و مدرب حيث أكدوا جميعاً أن الاعداد البدنى الخاص للمبتدئات فى

تلك الفترة يقتصر على تنمية القدرات الحركية المرتبطة بالمهارات المتعلمة وأن مكونات التوقع الحركي لا يحظى بأى اهتمام ، ولا يوجد وقت أثناء العملية التعليمية أو التدريبية .

من هذا المنطلق ترى الباحثة أن هناك ضرورة لإجراء دراسة تساعد على تنمية التوقع الحركي للمبتدئات في كرة السلة أملاً منها أن يضيف بعداً جديداً يثرى عملية التعلم في كرة السلة ويحقق الهدف المراد الوصول إليه والذي يساعد في تحسين مستوى الأداء المهارى للمهارات الهجومية الأساسية في كرة السلة ( التمريرة الصدرية ، التمريرة من الكتف ، المحاورة ، حركات القدمين ، التصويب من الثبات ، التصويب من الحركة ) للمبتدئات من ( ١٢ : ١٥ ) سنة حيث أن هناك العديد من الدراسات التي طبقت في كرة السلة لتحسين العملية التعليمية أو باستخدام أساليب استراتيجيات تعليمية أو لتقويم أداء المهارات ولم تتطرق أى دراسة على حد علم الباحثة لمثل هذه الدراسة من قبل .

### أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات من ( ١٢ : ١٥ ) سنة وذلك من خلال :

- ١- تحديد مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( التمريرة الصدرية ، التمريرة من الكتف ، المحاورة ، حركات القدمين ، التصويب من الثبات ، التصويب من الحركة ) للمبتدئات من ( ١٢ : ١٥ ) سنة .
- ٢- بناء برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( التمريرة الصدرية ، التمريرة من الكتف ، المحاورة ، حركات القدمين ، التصويب من الثبات ، التصويب من الحركة ) للمبتدئات ( ١٢ : ١٥ ) سنة .  
( إعداد الباحثة )

### فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء الحركي في كرة السلة ( التمريرة الصدرية ، التمريرة من الكتف ، المحاورة ، حركات القدمين ، التصويب من الثبات ، التصويب من الحركة ) لصالح القياسات البعدية .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء الحركي في كرة السلة ( التمريرة الصدرية ، التمريرة من الكتف ، المحاورة ، حركات القدمين ، التصويب من الثبات ، التصويب من الحركة ) لصالح القياسات البعدية .
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء الحركي في كرة السلة ( التمريرة الصدرية ، التمريرة من الكتف ،

المحاورة ، حركات القدمين ، التصويب من الثبات ، التصويب من الحركة ) لصالح المجموعة التجريبية .

### إجراءات البحث:

#### ١- منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة هذا البحث وذلك باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة .

#### ٢- مجتمع البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من المبتدئات في كرة السلة سن (١٢ : ١٥) سنة بنادي سموحة الرياضى والبالغ عددهن ( ٧٥ ) مبتدئة .

#### عينة البحث :

وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث واشتملت على عدد (٧٥) مبتدئة وقد تم استبعاد عدد ( ١٥ ) مبتدئات من غير المنتظمات طوال فترة تطبيق تجربة البحث ، وبذلك تصبح العينة الأساسية (٦٠) مبتدئة ، تم تقسيمهن إلى مجموعتين قوام كل منهما (٢٠) مبتدئة إحداهما تجريبية طبق عليها البرنامج المقترح ، والأخرى ضابطة يطبق عليها البرنامج المتبع من قبل النادي. وتم تطبيق الدراسات الاستطلاعية على عينة استطلاعية قوامها ( ٢٠ ) مبتدئة من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية.

#### ٣- أدوات جمع البيانات :

وفقاً لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهدافه استعانت الباحثة بالأدوات التالية :

- ١- استمارة تحديد مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية مرفق ( ٤ ) ( قيد البحث )
- ٢- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول الاختبارات المناسبة لقياس مكونات التوقع الحركي ( قيد البحث ) مرفق (٥)
- ٣- اختبارات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( قيد البحث ) . مرفق (٦)
- ٤- اختبارات القدرات الحركية المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( قيد البحث ) مرفق (٢)
- ٥- اختبارات الأداء المهارى في كرة السلة ( قيد البحث ) . مرفق (٣)
- ٦- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول التدريبات المقترحة لتنمية مكونات التوقع الحركي ( قيد البحث ) مرفق (٧)
- ٧- الوحدات المقترحة لتدريبات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( قيد البحث ) مرفق (٨)
- ٨- استمارات تسجيل نتائج قياسات المتغيرات ( قيد البحث ) مرفق (٩)

كما تم الأستعانة ببعض الأدوات والأجهزة اللازمة لتنفيذ تجربة البحث اشتملت على ( جهاز الرستاميتير لقياس الطول ( سم) - ميزان طبي معايير لقياس الوزن ( كجم) - كرات سلة قانونية كرات طبية - حواجز - أقماع - ساعات إيقاف إلكترونية - شريط للقياس جبر للتخطيط)

## ٥- تحديد متغيرات البحث وتقنيها :

### ١- القدرات الحركية والاختبارات الخاصة بقياسها :

تم تحديد القدرات الحركية المرتبطة بمهارات كرة السلة والاختبارات التي تقيسها إستناداً إلى المراجع العلمية المتخصصة محمد عبد التواب (٢٠٠٧) (٢٣)، محمد صبحى حسانين، محمد عبد الدايم (١٩٩٨) (٢٤) ،مصطفى زيدان (١٩٩٧) (٢٧) والدراسات والبحوث المرتبطة ايهاب جمال (٢٠٠٧) (٩) رابحة لطفى (١٩٩٦) (١٢) هدى درويش (١٩٩٨) (٣٢) واشتملت على ( السرعة - الدقة- الرشاقة - القدرة للذراعين - القدرة للرجلين - التوافق بين العين و الرجل - التوافق بين العين واليد )، ومرفق (٢) يوضح شروط ومواصفات الأختبارات .

### ٢- المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة والاختبارات الخاصة بقياسها :

قامت الباحثة بتحليل عدد (١٠) مباريات للناشئات للتعرف على أكثر المهارات الهجومية استخداماً، وتمثلت المهارات (التمريرة الصدرية - التمير من فوق الكتف - الوقوف في عدة - الوقوف في عدتين - التصويب من الثبات - التصويب من الحركة )، من خلال المسح الشامل للمراجع العلمية العربية والأجنبية المتخصصة في مجال البحث محمد عبد التواب (٢٠٠٧) (٢٣) محمد صبحى ، محمد عبد الدايم (١٩٩٨) (٢٤) والدراسات والبحوث المرتبطة رابحة لطفى (١٩٩٦) (١٢) هدى درويش (١٩٩٨) (٣٢)، تم تحديد الاختبارات الخاصة بقياسها ومرفق (٣) يوضح شروط ومواصفات الأختبارات .

### ٣- مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الهجومية الأساسية في كرة السلة والاختبارات الخاصة بقياسها

من خلال المسح الشامل للمراجع العلمية العربية والأجنبية المتخصصة في مجال البحث أبو العلا عبد الفتاح، محمد صبحى حسانين (١٩٩٧) (١)، محمد العربي ، عبد النبي الجمال (١٩٩٦) (١٩) والدراسات والبحوث المرتبطة ايهاب جمال (٢٠٠٧) (٩)، ايمان ابو العلا (٢٠٠٩) (٧) احمد ابو المعاطى (٢٠٠٨) (٥) احمد هاشم (٢٠١٣) (٣) تم تحديد مكونات التوقع الحركي وتمثلت في (الأحساس بالزمن- الأحساس بالمسافة - الاحساس بالاتجاه - الأحساس بالمكان- التصور العقلي - الانتباه) وتم تحديد الاختبارات الخاصة بقياس هذه المكونات استناداً إلى المراجع العلمية المتخصصة أبو العلا عبد الفتاح، محمد صبحى حسانين (١٩٩٧) (١) محمد العربي ، ماجدة اسماعيل (٢٠٠١) (٢٠)، محمد علاوى (٢٠٠٢) (٢٢)، وقد قامت الباحثة بعرضها على السادة الخبراء المتخصصين في طرق التدريس ومجال تدريب كرة السلة مرفق (١) ، ذلك لتحديد مكونات التوقع الحركي المرتبطة بمستوى الأداء للمهارات (قيد البحث) مرفق (٤) والاختبارات التي تقيسها وإبداء الرأي حول مناسبتها وطبيعتها وخصائص العينة ويوضحها مرفق (٥) ومن خلال عرضها على السادة الخبراء وتعديل بعض

"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات "

الاختبارات تم اختيار انسب الاختبارات ومرفق (٦) يوضح شروط ومواصفات الاختبارات، تشير نتائج جدول (١) إلى مكونات التوقع الحركي التي تم عرضها على الخبراء والمتخصصين.

### جدول (١)

النسب المئوية لاتفاق الخبراء حول مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( قيد البحث )

النسبة المئوية	مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الهجومية	المهارات الهجومية الأساسية
%٩٨	الاحساس بالمسافة	التمريرة الصدرية باليدين
%٩٨	الاحساس بالاتجاه	
%٩٦	الاحساس بالزمن	
%٩٦	التصور العقلي	
%٩٨	الاحساس بالمسافة	التمرير من فوق الكتف
%٩٨	الاحساس بالاتجاه	
%٩٨	الاحساس بالمكان	
%٩٦	التصور العقلي	
%٩٨	الاحساس بالاتجاه	المحاوره
%٩٨	الاحساس بالمكان	
%٩٦	الاحساس بالمسافة	
%٩٦	الانتباه	
%٩٨	الاحساس الاتجاه	حركات القدمين ( الوقوف والارتكاز منه )
%٩٨	الاحساس بالمكان	
%٩٨	الاحساس بالمسافة	
%٩٨	التصور العقلي	
%٩٨	الاحساس بالمكان	التصويب من الثبات ( باليدين - بيد واحدة )
%٩٨	الاحساس بالزمن	
%٩٨	الاحساس بالمسافة	
%٩٨	الانتباه	
%٩٨	التصور العقلي	التصويب من الحركة
%٩٨	الاحساس الاتجاه	
%٩٨	الاحساس بالزمن	
%٩٨	الاحساس بالمسافة	
%٩٨	الاحساس بالمكان	
%٩٨	التصور العقلي	
%٩٨	الانتباه	

تشير نتائج جدول (١) مكونات التوقع الحركي التي حققت نسب اتفاق عالية تراوحت ما بين (٩٦%-٩٨%) اعتمدت عليها الباحثة كمتغيرات اساسية في البحث الحالي

### خطوات اعداد البرنامج المقترح لتنمية مكونات التوقع الحركي :

من خلال المسح المرجعي للمراجع العلمية (٦) (١٠) (٣١) وبعض الدراسات التي طبقت برامج مكونات التوقع الحركي في أنشطة مختلفة كدراسة احمد ابو المعاطي (٢٠٠٨)، ايمان مصطفى (٢٠٠٩)، احمد راضى (٢٠١٦) توصلت الباحثة إلى الخطوات التالية :

#### ١- هدف البرنامج :

يهدف البرنامج إلى تنمية مكونات التوقع الحركي لتحسين مستوى الأداء للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات من (١٢ : ١٥) سنوات

#### ٢- محتوى البرنامج :

تم تحديد محتوى البرنامج المقترح وفقاً للمراجع العلمية اسامة راتب ، ابراهيم عبد ربه (٢٠٠٥) (٦)،الين وديع (٢٠٠٢) (١٠)، محمد علاوى (٢٠٠٢) (٢١)، محمد العربي، عبد النبي (١٩٩٦) (١٩) والدراسات والبحوث المرتبطة محمد عبد التواب (٢٠٠٧) (٢٣)، لمياء رضوان (٢٠٠١) (١٨)، احمد هاشم (٢٠١٦) (٤) وتضمن مجموعة من التدريبات .

وقد حرصت الباحثة عند وضع محتوى البرنامج المقترح على مراعاة لآتى :

- ١- خصائص المرحلة السنوية (١٢ : ١٥) سنة وإحتياجاتها .
- ٢- الفروق الفردية بين المتعلمين .
- ٣- استغلال الامكانيات المتاحة بما يحقق أفضل النتائج .
- ٤- أن يكون الأداء فى التدريبات مسائراً للأداء الحركى للمهارات المتعلمة .
- ٥- الأهتمام بعوامل الأمن والسلامة أثناء الأداء .
- ٦- التدرج من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المركب .
- ٧- أن تكون التدريبات ممتعة ومشوقة للمتعلمين .
- ٨- تنوع التدريبات بما يثير دافعية المتعلمين وتوجيه طاقاتهم نحو إجادة الأداء .
- ٩- التغيير المستمر للواجبات الحركية وفقاً للتغير الظروف المحيطة (٦ : ٥٤)

وقد قامت الباحثة بعرض التدريبات فى استمارة تم عرضها على السادة الخبراء مرفق (١) وذلك بهدف التأكد مما يلى:

- مدى ملائمة التدريبات مع الهدف المحدد للبرنامج المقترح .
  - مدى مناسبة التدريبات للمرحلة السنوية ( قيد البحث ) وطبيعة وخصائص العينة .
  - تعديل أو حذف أو إضافة ما يروونه مناسباً لتحقيق هدف البحث .
- وبناءً على رأى السادة الخبراء تمت الموافقة على عدد(٣٥) تدريب بعد حذف عدد(٦) تدريب أجمع الخبراء على عدم مناسبتها للعينة ( قيد البحث) ويوضحها مرفق (٧)

#### الدراسات الاستطلاعية :

تم إجراء الدراسات الاستطلاعية على العينة الاستطلاعية بواقع (٢٠) مبدئة من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك خلال الفترة من (٢٠/٥ : ٢٠١٧/٢/١٩)

#### الدراسات الاستطلاعية الأولى :

تمت بهدف إجراء المعاملات العلمية للمتغيرات (قيد البحث ) ، والتأكد من مناسبتها وسهولة تطبيقها وصلاحيه الأدوات المستخدمة فى تنفيذها وتدريب المساعدات على دقة القياس والتسجيل ،

"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

وكيفية تنظيم تسلسل القياسات لسهولة الانتقال من إختبار لآخر وتوفير الوقت والجهد ومعرفة الزمن اللازم للتطبيق ، و أسفرت نتائجها عن مناسبتها وصلاحيه الأدوات للتطبيق وتم التوصل إلى أفضل ترتيب لأداء الأختبارات بما يضمن سهولة وسرعة التطبيق .

### ضبط متغيرات البحث :

تم إيجاد المعاملات العلمية للأختبارات على النحو التالي :

### - صدق الاختبارات :

تم إيجاد الصدق التجريبي لكل من اختبارات مكونات التوقع الحركي والمهارات الأساسية الهجومية بطريقة المقارنة الطرفية للأرباع الأعلى وذلك خلال الفترة من ( ٢/٥ : ٢٠١٧/٢/٧ ) وتم مقارنة متوسطات درجات الأرباعين الأعلى والأدنى، وحساب دلالة الفروق بينهما باستخدام اختبار "ت" ويوضحها جدول (٢)

### جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين الأرباعين الأعلى والأدنى للمتغيرات ( قيد البحث)

قيمة (ت)	الأرباع الأدنى		الأرباع الأعلى		المعالجات الإحصائية	المتغيرات
	ع/	س/	ع/	س/		
٢٩.٣٨	٠.٢٣	٦.١٦	٠.٢٢	٥.٦٨	العدو ٣٠متر / ث	القدرات الحركية
٦.١٤	١.٠٩	١٠.٦٥	٠.٧٤٢	١٣.٦٣	التمرير على الدوائر المتداخلة / درجة	
١٢.٢٥	٠.١٩	٨.٧٢	٠.٩٠	١١.٥٤	الجرى الزاجزي بين الأقماع / ث	
٦.٣١	٣.٠٤	١٧٢.٢٦	٧.٢٣	١٥٥.٨١	رمى كرة طبية لأبعد مسافة / م	
٦.٧٢	٠.٥٤٢	٤.٠٢	١.٣٢	٣.٦٥	الوثب العمودي من الحركة / م	
٤.١٧	٠.٣٦	٩.١٥	٠.٤٥	١٠.٣٦	القفز داخل الدوائر المرقمة / ث	
٩.٦٢	٣.٣٥	٢٠.٨٥	٠.٤٦	٢٧.٢٢	التمرير على الحائط / درجة	
٧.١٨	٢.٥٥	٣٩.٥٢	٠.٧٨	٣٠.١٤	الجرى في المكان (٢٠ث) / ث	مكونات التوقع الحركي
٩.٠٠	١٣٥.٨٤	٨.٣٦	١.٣٨	٨.٩٦	رمى كرة ناعمة معصوب العينين / م	
٦.٣١	٢.٨٧	٢٨.٧١	٣.٧٣	١٥.٥١	الجرى المكوكي مختلف الأبعاد / ث	
٩.٨٣	٠.٦٣	٥٨.١١	٠.١٢٤	٤٩.٦٣	المشى مع تعصيب العينين / م	
١.٥٤	٦.٣٥	٥٩.٣٢	٦.٨٧	٦٠.٦٢	التصور العقلي / درجة	
١.٢٢	٢.٢١	٨.١٦	٢.٢٣	٧.٦٦	الأنبهاه / درجة	
٩.٦٥	٣.٥٥	١٥.٤٦	٠.٤٦	٢٧.٨٣	التمريرة الصدرية داخل المستطيلات المتداخلة / درجة	مستوى الأداء المهاري
**٦٢.٨٤	٠.٥١	١٨.٥٧	٠.٤٧	٢٠.٦٥	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة / درجة	
**٤٢.٣٨	٠.٤٢	٩.٧٥	٠.٢٩	٨.٣٩	المحاورة في خط متعرج / ث	
**٢٥.٣٢	٠.٦١	١٠.٠٤	٠.٥٣	٧.٨٥	الوقوف في عدة والارتكاز / ث	
**١٦.٧٥	٠.٧٩	١٠.١٥	٠.٥١	٨.٦٣	الوقوف في عدتين والارتكاز / ث	
**١٣.٤٥	٠.٥٢	١.٥٥	٠.٦٩	٢.٩١	الرمية الحرة / درجة	
**٣.٧٧	١.٦٤	١.٤٥	٠.٨٨	٢.٧٥	التصويبة السلمية / درجة	

عند مستوى (٠.٠١) = \*\*٢.٨٣

قيمة (ت) عند مستوى (٠.٠٥) = \*٢.٠٦



"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

ويتضح وجود فروق دالة إحصائية في قيمة (ت) عند مستوى (٠.٠١) بين الأربعة بين الأعلى والأدنى لجميع الاختبارات مما يدل على صدقها .

### ثبات الاختبارات :

تم حساب الثبات عن طريق إعادة تطبيق الاختبارات بنفس الشروط والمواصفات بفارق زمني يومان خلال الفترة من (١٠ / ٢ : ١٢ / ٢ / ٢٠١٧) ، و حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني وبيوضها جدول (٣)

### جدول (3)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات ( قيد البحث )

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المعالجات الإحصائية	المتغيرات
	/ع	/س	/ع	/س		
٠.٨٧	٠.٢٣	٥.٤٢	٠.٢٢	٥.٤١	العدو ٣٠متر / ث	القدرات الحركية
٠.٦٩	٠.٧٦	١٣.٤٢	٠.٧٥	١٣.٤٥	التمرير على الدوائر المتداخلة / درجة	
٠.٨٥	٠.٩١	١٢.٥٤	٠.٩٠	١٢.٥٦	الجرى الزاججي بين الأقماع / ث	
٠.٨١	٧.٢١	١٥٤.٨١	٧.٢٣	١٥٥.٨١	رمى كرة طبية لأبعد مسافة / م	
٠.٧١	١.٣٢	٣.٦٣	١.٣٢	٣.٦٥	الوثب العمودي من الحركة / م	
٠.٧٤	٠.٤٥	١٠.٣٥	٠.٤٥	١٠.٣٦	القفز داخل الدوائر المرقمة / ث	
٠.٦٦	٠.٤٦	٢٧.٢٢	٠.٤٦	٢٧.٢٤	التمرير على الحائط / درجة	
٠.٥٢	٠.٧٨	٢٩.١٦	٠.٧٨	٢٩.١٤	الجرى في المكان (٢٠ث) / ث	مكونات التوقع الحركي
٠.٦١	١.٣٨	٩.٢٩	١.٣٨	٩.٢٧	رمى كرة ناعمة معصوب العينين / م	
٠.٧٤	٣.٧٢	١٥.٥٤	٣.٧٣	١٥.٥٥	الجرى المكوكي مختلف الأبعاد / ث	
٠.٧٥	٠.١٢٢	٤٨.٦١	٠.١٢٤	٤٨.٦٣	المشي مع تعصيب العينين / م	
٠.٩٣	٦.٨٧	٦٠.٦٢	٦.٨٧	٦٠.٦٢	التصور العقلي	
٠.٧١	٢.٢٢	٧.٦٥	٢.٢٣	٧.٦٦	الانتباه	
٠.٨٩	٠.٤٧	٢٥.٧٩	٠.٤٦	٢٥.٨١	التمريرة الصدرية داخل المستطيلات المتداخلة / درجة	مستوى الأداء المهاري
٠.٨١	٠.٤٨	٢٢.٦٥	٠.٤٧	٢١.٦٥	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة / درجة	
٠.٩٥	٠.٣١	٨.٤٢	٠.٣١	٨.٤١	المحاورة في خط متعرج / ث	
٠.٩٩	٠.٥٥	٧.٩٢	٠.٥٥	٧.٩١	الوقوف في عدة والارتكاز / ث	
٠.٥٩	٠.٥٣	٧.٧٢	٠.٥٣	٧.٧٤	الوقوف في عدتين والارتكاز / ث	
٠.٩٩	٠.٦٩	٢.٩٣	٠.٦٩	٢.٩٤	الرمية الحرة / درجة	
٠.٧٩	٠.٨٨	٢.٨٠	٠.٨٨	٢.٨١	التصويبة السلمية / درجة	

عند مستوى (٠.٠١) = ٢.٨٣\*\*

قيمة (ت) عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٦\*

يوضح جدول (٣) وجود ارتباط دال احصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين قيم معاملات الارتباط لكل من التطبيقين الأول والثاني في جميع الاختبارات مما يؤكد ثباتها ، وبذلك يكون قد تحقق للاختبارات الخصائص التي تؤهلها كأداة موثوق بها للتطبيق على عينة البحث الأساسية .

"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

### اعتدالية توزيع العينة :

قامت الباحثة بإيجاد التجانس بين أفراد العينة (قيد البحث) في كل من متغيرات النمو ومكونات التوقع الحركي (قيد البحث) والمهارات الأساسية الهجومية (قيد البحث) وذلك في الفترة من (١٣ / ٢ : ١٥ / ٢٠١٧) ويوضحها جدول (٤).

#### جدول ( ٤ )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل التواء والتفطح للمتغيرات (قيد البحث)

المعالجات الإحصائية				المتغيرات
معامل التفطح	معامل الالتواء	± ع □	س □	
-١.٤٠	٠.٢١	٠.٢٥	١٣.٤٣	العمر الزمني / سنة
-٠.٤١	٠.٧٦	١.٤١	١٤٣.٧٥	الطول / سم
٠.٦٨	٠.٦١	١.٦٢	٤٢.٥٣	الوزن / كجم
٠.١٥	-١.٢١	٠.٦٥	٥.٤٢	العدو ٣٠ متر / ث
١.٦٥	١.١٦	٢.٧٠	٧.٩٠	التمرير على الدوائر المتداخلة / درجة
-١.٢٤	٠.٩١	٠.٤٦	٧.٢٧	الجرى الزجراجي بين الأقماع / ث
-١.٧٥	-٠.١٢	٠.٦١	٤.٨٤	رمي كرة طبية لأبعد مسافة / م
-١.٤٥	٠.٥٠	٠.٥١	٢.٦٥	الوثب العمودي من الحركة / م
-٢.٠٠	٠.٣٢	٠.٥٠	١٠.٢٥	القفز داخل الدوائر المرقمة / ث
-٠.٧٤	-٠.١٧	٠.٧٢	١٥.٦٣	التمرير على الحائط / درجة
٢.٣٤	٠.٩١	٢.٥٤	٣٣.٩٦	الجرى في المكان (٢٠ ث) / ث
٠.٥٠	٠.٢٩	٦.٣٨	٥.٤٧	رمي كرة ناعمة معصوب العينين / م
٠.٥٤	٠.٤٠	٥.٢٦	١٩.٤١	الجرى المكوكي مختلف الأبعاد / ث
١.٦٣	١.١٩	٠.٧٥	٥٠.٤١	المشي مع تعصيب العينين / م
٠.٣	٠.٢٠	٦.٧٧	٦٦.٢٢	التصور العقلي
٠.٥٥	٠.٤٩	٢.٢٣	٨.٥٦	الانتباه
-٠.٦٥	-٠.٨١	٧.٩٥	٢٩.٢٧	التمريرة الصدرية داخل المستطيلات المتداخلة / درجة
-٠.٦٦	-٠.٨٤	٧.٢٦	٢٧.٢١	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة / درجة
١.١٥	٠.٤٦	٠.٣٣	١١.٦٥	المحاورة في خط متعرج / ث
-٠.٦٧	٠.٢٥	٠.٣١	١٢.٣٦	الوقوف في عدة والارتكاز / ث
-٠.٦٩	٠.٢٨	٠.٣٣	١٣.٦٤	الوقوف في عدتين والارتكاز / ث
٠.٨١	-٠.٦٤	١.٠٧	١.٩٢	الرمية الحرة / درجة
-٠.٦٧	٠.٤١	١.٠٣	١.٢٣	التصويبة السلمية / درجة

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الالتواء تنحصر ما بين (±٣) مما يشير إلى أن عينة البحث تضمن مجتمعاً إعتدالياً متجانساً ، وبعد التأكد من تجانس العينة (قيد البحث) تم تحقيق التكافؤ بين المجموعتين وذلك من خلال إختبارات مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء المهارى خلال الفترة من (٢/١٧) : (٢٠١٧/٢/١٩) وتسجيل البيانات في الاستمارات المعدة خصيصاً لذلك مرفق (٨) وقد اعتبرت الباحثة تلك القياسات بمثابة القياس القبلي للعينة (قيد البحث) ويوضحها جدول (٥) .

"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

### جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات مكونات التوقع الحركي والأداء المهاري لعينة البحث (القياس القبلي)

ن=٢٠

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالجات الإحصائية	المتغيرات
	ع/	س/	ع/	س/		
٠.٦٤٢	٠.٦٤	٤١.57	٠.٦٨	٤٢.٧٤	الجرى في المكان (٢٠ث) / ث	مكونات التوقع الحركي
٠.٤٤	٦.٣٤	٧.04	6.19	٧.٦٦	رمى كرة ناعمة معصوب العينين / م	
٠.٤٧	٥.٢٤	18.78	3.99	١٩.٣١	الجرى المكوكي مختلف الأبعاد / ث	
١.٩٨	٠.٨٧	٢٥.٢٢	.78	٢٤.٨٥	المشي مع تعصيب العينين / م	
١.٢٣	٦.١٥	٧٠.٥٥	٦.٧٧	٧٠.٣٩	التصور العقلي	
١.١١	٢.٢٥	٨.٢١	٢.٢٤	٨.٢٥	الانتباه	
٠.١٨	١.٠٣	٢٠.٤٨	١.٠٣	٢٠.٧٥	التمريرة الصدرية داخل المسيطلات المتداخلة / درجة	مستوى الأداء المهاري
٠.٣٣	١.٢٥	١٩.٥٥	١.٢٥	١٩.٢٧	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة / درجة	
٠.٥٨	٠.٧٢	٩.٤٥	٠.٧٢	٩.٨٢	المحاورة في خط متعرج / ث	
٠.١٦	٠.٦٣	١٦.٢٥	٠.٦٣	١٥.٦٦	الوقوف في عدة والارتكاز / ث	
٠.١٦	٠.٦٥	١٧.٥٩	٠.٦٥	١٧.٣٥	الوقوف في عدتين والارتكاز / ث	
٠.٢٩	٠.٨٤	٢.٢٥	٠.٨٤	٢.٦٣	الرمية الحرة / درجة	
٠.٤٧	٠.٣٦	٨.٥٢	٠.٣٦	٩.٥٢	التصويبة السلمية / درجة	

قيمة "ت" عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠١ عند مستوى (٠.٠١) = ٢.٧٠ يتضح

من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية في قيمة (ت) عند مستوى (٠.٠١) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات (قيد البحث).

### الدراسة الاستطلاعية الثانية :

استهدفت تجربة عدد (٢) تدريب لكل مكون للتوقع الحركي على العينة الاستطلاعية بهدف التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تعترض المبتدئات أثناء التطبيق ، ومدى تفهمهن للتدريبات ، والتأكد من ملائمة الزمن المخصص لكل منها ، وذلك خلال الفترة من (٢٠١٤/٢/١٦ : ٢٠١٧/٢/١٦) وقد أسفرت نتائجها عن سهولة التطبيق ووضوح التعليمات مما يؤكد مناسبتها للهدف الذي وضعت من أجله ، وبذلك أصبحت صالحة للتطبيق على العينة (قيد البحث) .

### الخطة الزمنية لتوزيع تدريبات مكونات التوقع الحركي داخل الوحدات التعليمية لكرة السلة :

توزيع الوحدات التعليمية	الوحدة التعليمية الأولى والثانية
التمرير باليدين وببدا واحدة	الوحدة التعليمية الثالثة
المحاورة	الوحدة التعليمية الرابعة
الوقوف في عدة ، و عدتين والارتكاز	الوحدة التعليمية الخامسة
الرمية الحرة	الوحدة التعليمية السادسة والسابعة
التصويب السلمى	الوحدة التعليمية الثامنة
تدريبات مركبة ومسابقات فريقية	

سادساً - الدراسة الأساسية :١- القياسات القبليّة :

وقد تمت أثناء إيجاد التكافؤ بين أفراد العينة خلال الفترة من (٢/١٧ : ١٩ / ٢ / ٢٠١٧) والموضحة بجدول (٥)

٢- التجربة الأساسية :

تم تطبيق الوحدات التعليمية لمجموعتي البحث في الفترة من (٢/٢٠ إلى ٢٠١٧/٤/١٧) لمدة (٨) أسابيع بأجمالي (٨) وحدات زمن الوحدة (٦٠) ق وفقاً للخطة الزمنية لتعليم مهارات كرة السلة (قيد البحث) للمجموعتين وقد تم التطبيق للمجموعة التجريبية وفقاً للبرنامج المقترح لتنمية مكونات التوقع الحركي والمعد من قبل الباحثة وللمجموعة الضابطة وفقاً للبرنامج المتبع وقد التطبيق للمجموعتين بواسطة الباحثة ولا يوجد اختلاف بين المجموعتين سوى أذخال المتغير التجريبي وحده (تدريبات مكونات التوقع الحركي) في جزء الأعداد البدني الخاص بالوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية مرفق (٨)، وإعداد الأدوات المستخدمة قبل بدء التطبيق ، مع مراعاة عوامل الأمن والسلامة أثناء تنفيذ التدريبات وتوحيد مكان التطبيق لكلا المجموعتين وتم ذلك بملعب كرة السلة بنادي سموحة ، و جدول (٦) يوضح محتوى الوحدات التعليمية المقترحة .

## جدول (٦)

## محتوى الوحدة التعليمية للمجموعتي البحث

أجزاء الوحدة	الزمن	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة
المقدمة	٥ق	التحية - التأكد من المظهر الرياضي - توضيح الهدف من الدرس	التحية - التأكد من المظهر الرياضي - توضيح الهدف من الدرس
الاعداد البدني العام	٥ق	حركات انقالية و غير انقالية لتنشيط الدورة الدموية والتنفسية وتهيئة عضلات الجسم للعمل	حركات انقالية و غير انقالية لتنشيط الدورة الدموية والتنفسية وتهيئة عضلات الجسم للعمل
الاعداد البدني الخاص	١٥ق	- تدريبات لتنمية القدرات الحركية المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة. - تدريبات لتنمية مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة.	- تدريبات لتنمية القدرات الحركية المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة
الجزء الرئيسي النشاط التعليمي	٢٠ق	تعليم المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة وفقاً للخطوات التعليمية المتدرجة	تعليم المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة وفقاً للخطوات التعليمية المتدرجة.
النشاط التطبيقي	١٠ق	تطبيق المهارات المتعلمة في أشكال من التدريبات الفردية والثنائية والجماعية البسيطة والمركبة	تطبيق المهارات المتعلمة في أشكال من التدريبات الفردية والثنائية والجماعية البسيطة والمركبة
الجزء الختامي	٥ق	مسابقات ترويحية - اعادة الادوات - التحية والانصراف	مسابقات ترويحية - اعادة الادوات - التحية والانصراف

## ٣- القياسات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة مباشرة تم تطبيق القياسات البعدية لاختبارات مكونات التوقع الحركي (قيد البحث) ومستوى الأداء المهارى للمهارات (قيد البحث) بنفس شروط ومواصفات القياس القبلى وذلك فى الفترة من (٤/١٨ : ٤/٢٠ / ٢٠١٧) وتم تسجيل النتائج تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

## للتحقق من عرض ومناقشة النتائج :

سوف يتم عرض ومناقشة النتائج من خلال فروض البحث والتحقق من صحة هذه الفروض .

## الفرض الأول :

للتحقق من صحة الفرض الأول والذي ينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلىة والبعدية للمجموعة التجريبية فى كل من مكونات التوقع الحركى ومستوى الأداء للمهارات الأساسية الهجومية فى كرة السلة ( قيد البحث ) لصالح القياسات البعدية" قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى المتغيرات ( قيد البحث) ويوضحها جدول (٨) وشكل رقم (١)

## جدول ( ٨ )

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات ( قيد البحث )

ن=٢٠

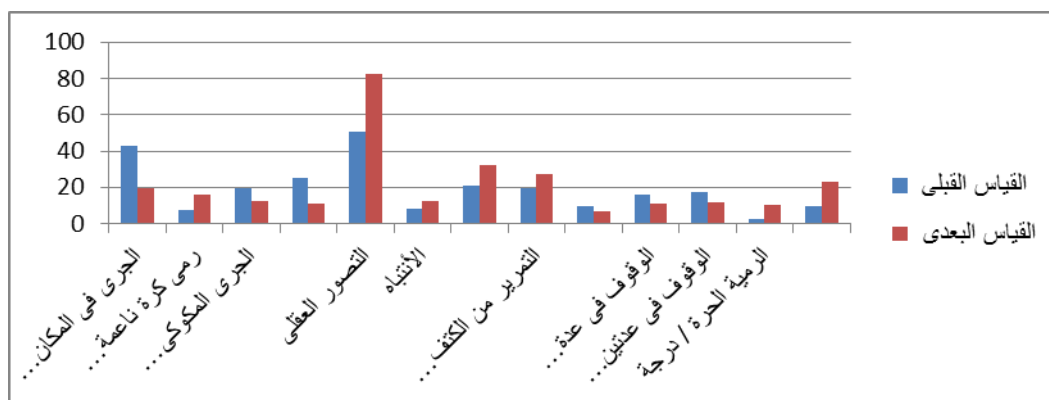
المتغيرات	المعالجات الإحصائية		القياس القبلى		القياس البعدى		ع ف	س ف	قيمة (ت)
	س /	ع /	س /	ع /	س /	ع /			
مكونات التوقع الحركى	الجرى فى المكان (٢٠ث) / ث	٤٢.٧٤	٠.٦٨	١٥.٢٥	٥.٧٥	٦.٦٣	١٢.٣٣		
	رمى كرة ناعمة معصوب العينين / م	٧.٦٦	6.19	١٧.٨٢	٥.١٢	٥.٢٥	٨.٢٧		
	الجرى المكوكى مختلف الأبعاد / ث	١٩.٣١	3.99	٩.٢٥	٣.١١	١.٠٤	١٤.٦٦		
	المشى مع تعصيب العينين / م	٢٤.٨٥	.78	١٠.٣٦	٠.٤٩	١.٢٢	٢٥.١٣		
	التصور العقلى	٧٠.٣٩	٦.٧٧	٨٢.٤٤	٤.٧٧	٠.٣٧	٩.٣٣		
	الانتباه	٨.٢٥	٢.٢٤	١٢.٥٧	١.٢٤	٥.١٧	٥.٦٦		
مستوى الأداء المهارى	التمريرة الصدرية داخل المستطلات المتداخلة /	٢٠.٧٥	١.٠٣	٣٢.٥٥	١.٦٢	٠.٥٦	٢٥.٨٧		
	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة /	١٩.٢٧	١.٢٥	٣٣.٦٣	١.١٤	٠.٣٣	٢٠.٣٠		
	المحاورة فى خط متعرج / ث	٩.٨٢	٠.٧٢	٥.٥٥	٠.٦٥	١.١٦	١٩.٦٢		
	الوقوف فى عدة والارتكاز / ث	١٥.٦٦	٠.٦٣	١٠.٢٣	٠.٤٧	٠.٨٩	١٠.٤١		
	الوقوف فى عدتين والارتكاز / ث	١٧.٣٥	٠.٦٥	١٠.٩٢	٠.٦١	٠.٥١	٨.٢٥		
	الرمية الحرة / درجة	٢.٦٣	٠.٨٤	٤.٩٧	٠.٨٦	١.١٤	٤٧.٥١		
	التصويبة السلمية / درجة	٩.٥٢	٠.٣٦	١٣.٢٧	٠.٤٩	١.٢٩	٣٣.٥٥		

عند مستوى (٠.٠١) = ٢.٧٠

قيمة "ت" عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠١

"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

الفروق بين نتائج القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة



شكل ( ١ )

يتضح من نتائج جدول (٧) وشكل (١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسط القياسين القبلي والبعدي فى كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء المهارى للمتغيرات ( قيد البحث ) لصالح القياس البعدي .

وترجع الباحثة أن هذه النتائج تعد مؤشراً قوياً لفعالية البرنامج المقترح لتنمية مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات الأساسية الهجومية ( قيد البحث) والمعد خصيصاً لتنمية تلك المكونات والذى تضمن العديد من التدريبات المتنوعة والمختارة بعناية ودقة بعضها بالأدوات والأخرى بدون أدوات روعى فى تصميمها لتتناسب شكل الأداء فيها مع نفس المسار الحركي للمهارات ( قيد البحث) كما جاءت التدريبات متنسقة مع طبيعة وخصائص العينة وتم استغلال جميع الامكانيات المتاحة بما يتفق مع الفروق الفردية للمبتدئات وبما يحقق عوامل الأمن والسلامة أثناء الأداء مما يمكن المبتدئات من الضبط والتحكم فى نوعية الحركة المطلوبة والتمثلة فى التوقع الزمنى والمكانى ووضع الجسم فى الفراغ واتضح ذلك جلياً فى نتائج القياس لجميع هذه المتغيرات . وتتفق هذه النتائج وما أشارت إليه دراسة كل من سعيد فهمى (٢٠٠٤)، ايهاب جمال (٢٠٠٧)، احمد ابو المعاطى (٢٠٠٨) والتي اثبتت الارتباط الإيجابى لمكونات التوقع الحركي بالجانب المهارى فى مختلف الأنشطة الرياضية والتي تناولتها تلك الدراسات. (١٣)(٩)(٥)

ويعضد ذلك ما أوضحه مفتى ابراهيم (٢٠٠٠) أنه يجب على المعلم تحديد أهم المكونات فعلياً فى الرياضة التخصصية لاستخدامها وتحقيق أكبر استفادة ممكنة فى تعليم وتحسين المهارات المختلفة وذلك من خلال وضع البرامج الخاصة بتنميتها. (٢٩: ١١٨)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من ايمان مصطفى (٢٠٠٩)، احمد راضى (٢٠١٣)، حيث أثبتت إيجابية تنمية مكونات التوقع الحركي وذلك لارتباطها بالقدرات الحركية والقدرات العقلية والتي تعتبر من أهم متطلبات لاعب كرة السلة نظراً لأنها تساعد على أداء المهارات بالسرعة المطلوبة وفى التوقيت المناسب والمسافة الصحيحة وكذلك القدرة على تغيير اتجاهات جسمه بسرعة ورشاقة لتنفيذ المهارات المختلفة تقادياً لحركات المنافس السريعة ، وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول.

## الفرض الثاني :

للتحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( قيد البحث ) لصالح القياسات البعديّة " قامت الباحثة بإيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات ( قيد البحث) ويوضحها جدول (٩) وشكل رقم (٢)

## جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات ( قيد البحث )

ن=٢٠

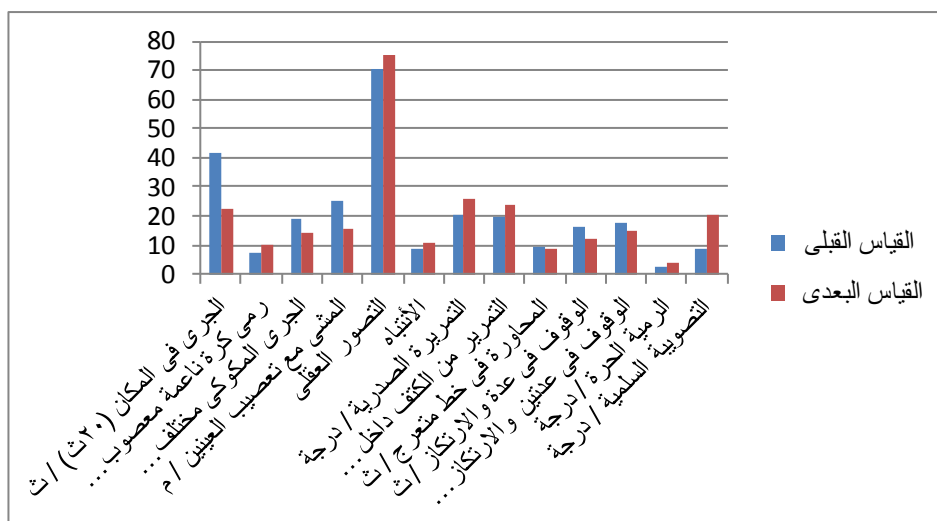
المتغيرات	المعالجات الإحصائية		القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)
	س	ع	س	ع	س	ع	
مكونات التوقع الحركي	الجرى في المكان (٢٠ث) / ث	٤١.57	٠.٦٤	٢٢.٢٥	٤.٧٥	٤٤.٦٢	٥.٤٩
	رمى كرة ناعمة معصوب العينين / م	٧.04	٦.٣٤	١٠.١٨	٧.٢٣	٢٨.٠٨	٦.٧٥
	الجرى الموكي مختلف الأبعاد / ث	18.78	٥.٢٤	١٤.٢٥	٣.٠١	١.٥٥	٠.٢٦
	المشي مع تعصيب العينين / م	٢٥.٢٢	٠.٨٧	١٥.٣٦	١.٣٦	١.٥٥	٠.٦٤
	التصور العقلي	٧٠.٥٩	٦.٧٥	٧٥.٤٤	٦.١٣	١.١٥	٠.٤٢
	الانتباه	٨.٨٥	٢.٢٢	١٠.٥٧	٢.٢١	١٢.٠٠	٢.٧٤
مستوى الاداء المهاري	التمريرة الصدرية داخل المستطلات المتداخلة / درجة	٢٠.٤٨	١.٠٣	٢٥.٥٥	١.٥٤	١.٢٣	٠.٥١
	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة / درجة	١٩.٥٥	١.٢٥	٢٣.٦٣	١.١٤	١.٩	١.٠٧
	المحاورة في خط متعرج / ث	٩.٤٥	٠.٧٢	٨.٥٥	٠.٦٥	١.٦٥	٠.٧٣
	الوقوف في عدة والارتكاز / ث	١٦.٢٥	٠.٦٣	١٢.٢٣	٠.٤٧	٣.٨	٠.٩٣
	الوقوف في عدتين والارتكاز / ث	١٧.٥٩	٠.٦٥	١٤.٩٢	٠.٤٨	٢.٠٠	٠.٧٤
	الرمية الحرة / درجة	٢.٢٥	٠.٨٤	٢.٦٦	٠.٤١	٢.٢٣	٠.٨٧
التصويبة السلمية / درجة	٨.٥٢	٠.٣٦	٩.٢٧	١.٤٩	١.٤٥	٠.٦٤	

عند مستوى (٠.٠١) = ٢.٧٠

قيمة "ت" عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠١

"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات"

الفروق بين نتائج القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة



شكل (٢)

يتضح من نتائج جدول (٩) وشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء المهارى للمتغيرات ( قيد البحث ) لصالح القياس البعدي.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى الخبرة الحركية التي أكتسبتها المبتدئات خلال تنفيذ الوحدات التعليمية المتبعة وحرصت فيه الباحثة على الشرح الوافي لكل مهارة من المهارات ( قيد البحث) مع عرض نموذج جيد لأداء كل مرحلة من المراحل التي تتكون منها المهارات وإتاحة الفرصة للممارسة من خلال المحاولات المتكررة للأداء أثناء أداء التدريبات الفردية والثنائية والجماعية البسيطة والمركبة مع الاهتمام بإصلاح الأخطاء أولاً بأول ، وتقديم التغذية الراجعة وتشجيع الأداء الجيد هذا بالإضافة إلى الاهتمام بتنمية القدرات الحركية المرتبطة بالمهارات المتعلمة والتي ساهمت بلا شك في هذا التحسن الواضح في مستوى الأداء وهذا ما أكده كل مصطفى زيدان (١٩٩٨) ،ألين وديع (٢٠٠٢) ، حسن معوض (٢٠٠٤) . (٢٨)(١٠)(١١) ويعضد ذلك ما أوضحه سنجر (١٩٨٠) أن القدرات الحركية تعد من العوامل البارزة والمؤثرة في تعليم وتحسين المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية ، وما أكده مفتي ابراهيم (٢٠٠٣) من أهمية التكامل بين تنمية المهارات الأساسية وتطوير القدرات الحركية. وهذا ما اثبتته دراسة كل من رابحة محمد (١٩٩٦) ، هدى درويش (١٩٩٨) وبذلك تتحقق صحة الفرض الثاني.

### الفرض الثالث :

للتحقق من صحة الفرض الثالث والذي ينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في كل من مكونات التوقع الحركي ومستوى الأداء للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة ( قيد البحث ) لصالح المجموعة التجريبية " قامت الباحثة بإيجاد المتوسط



"فعالية برنامج تعليمي لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى أداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات "

الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين القياسين البعديين في المتغيرات ( قيد البحث) ويوضحها جدول (١٠) وشكل رقم (٣)

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات ( قيد البحث )

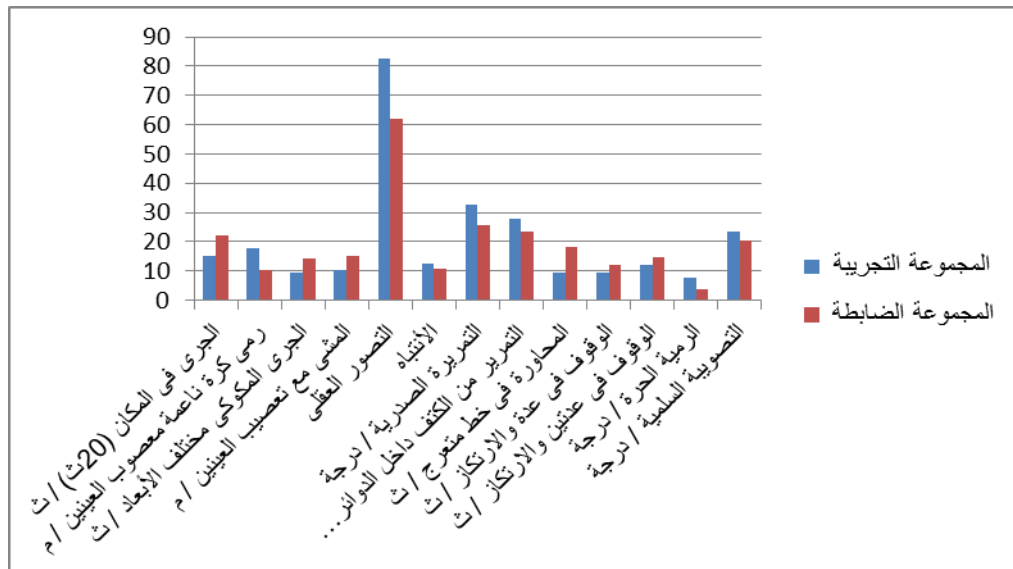
ن=٢٠

المتغيرات	المعالجات الإحصائية		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
	س/	ع/	س/	ع/	س/	ع/	
مكونات التوقع الحركي	الجرى في المكان (٢٠ ث) / ث	١٥.٢٥	٥.٧٥	٢٢.٢٥	٤.٧٥	٢٦.٣٤	
	رمي كرة ناعمة معصوب العينين / م	١٧.٨٢	٥.١٢	١٠.١٨	٧.٢٣	١٩.٥٥	
	الجرى المكوكي مختلف الأبعاد / ث	٩.٢٥	٣.١١	١٤.٢٥	٣.٠١	١٧.٨٦	
	المشي مع تعصيب العينين / م	١٠.٣٦	٠.٤٩	١٥.٣٦	١.٣٦	١٤.٢٢	
	التصور العقلي	٨٢.٤٤	٤.٧٧	٧٥.٤٤	٦.١٣	١٢.٥١	
مستوى الأداء المهاري	الانتباه	١٢.٥٧	١.٢٤	١٠.٥٧	٢.٢١	٦.٥٩	
	التمريرة الصدرية داخل المستطلات المتداخلة / درجة	٣٢.٥٥	١.٦٢	٢٥.٥٥	١.٥٤	٤.٧٢	
	التمرير من الكتف داخل الدوائر المتداخلة / درجة	٣٣.٦٣	١.١٤	٢٣.٦٣	١.١٤	١١.١٥	
	المحاورة في خط متعرج / ث	٥.٥٥	٠.٦٥	٨.٥٥	٠.٦٥	٦.٥٥	
	الوقوف في عدة والارتكاز / ث	١٠.٢٣	٠.٤٧	١٢.٢٣	٠.٤٧	٥.٧٤	
	الوقوف في عدتين والارتكاز / ث	١٠.٩٢	٠.٦١	١٤.٩٢	٠.٤٨	٨.٦٧	
	الرمية الحرة / درجة	٤.٩٧	٠.٨٦	٢.٦٦	٠.٤١	٣.٣٧	
	التصويبة السلمية / درجة	١٣.٢٧	٠.٤٩	٩.٢٧	١.٤٩	١٥.٧٨	

\*\*عند مستوى (٠.٠١) = ٢.٧١

معنوي عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٢

القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات ( قيد البحث )



شكل (٣)

تشير نتائج جدول (٩) وشكل (٣) إلى وجود دلالات إحصائية عند مستوى (٠.٠١) في قيمة (ت) للفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في كل من مستوى الأداء الحركي ومكونات التوقع الحركي (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين ( ٨.٢٧ إلى ٢٥.١٣) لمكونات التوقع الحركي و( ٨.٢٥ إلى ٤٧.٥١) للمهارات الأساسية للمجموعة التجريبية وما بين ( ٥.٦٠ إلى ٢٠.٢٣) لمكونات التوقع الحركي و( ٧.٣٥ إلى ٤٦.٥٨) لمكونات التوقع الحركي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠١) .

وبمقارنة نتائج القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة والتي يوضحها جدول (١٠) ، ترى الباحثة أنه على الرغم من تحسن نتائج المجموعة الضابطة في كل من مكونات التوقع الحركي ، ومستوى الأداء المهاري للمهارات (قيد البحث) إلا أنه بمقارنتها بنتائج المجموعة التجريبية يلاحظ تفوق الأخيرة في جميع المتغيرات وتحقيقها لنتائج أفضل وهذا يدل على شيء فانما يدل على التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح والذي طبق على المبتدئات في المجموعة التجريبية دون الضابطة ، وتم خلاله الاهتمام بدمج التدريبات الخاصة بتنمية مكونات التوقع الحركي المرتبطة بالمهارات (قيد البحث) لتسير جنباً إلى جنب مع التدريبات الخاصة بتنمية القدرات الحركية المرتبطة بهذه المهارات في جزء الاعداد البدني الخاص بالوحدات التعليمية والتي طبقت على المجموعة التجريبية ، وهو الاختلاف الوحيد بينها وبين الوحدات المتبعة بالمدارس التعليمية في كرة السلة والتي تم تطبيقها على المجموعة الضابطة ، حيث اقتصر الاعداد البدني الخاص بها على تنمية القدرات الحركية المرتبطة بالمهارات (قيد البحث) .

وهذه النتائج تبرهن على أهمية مكونات التوقع الحركي بما تتضمنه من توقعات حسية مختلفة سواء بالزمن أو المسافة أو الاتجاه أو المكان وتوقعات عقلية كالتصور العقلي والانتباه وهي مكونات هامة ظهر تأثيرها جلياً على زيادة القدرة على التحكم والتوجيه الواعي لحركة الجسم كله أو أجزاء من الجسم بالنسبة لبعضها البعض ، وتتفق هذه النتائج على ما أشار إليه أبو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي ( ١٩٩٧ ) أن تنمية جميع التوقعات الحسية يسهل من حركة اللاعب وإدخال طاقته والسيطرة على نفسه وعدم توتر العضلات حتى يمكن تشغيل المجموعات العضلية المشاركة في الأداء بشكل منسق ومتكامل .

ويعضد ذلك ما ذكره سنجر ( Singer ) (١٩٨٠) حيث أكد على أهمية الاحساسات البصرية في عملية التعلم ويرى أن القدرة على الأداء الحركي الجيد تأتي عن طريق دقة الإدراك البصري للمسافة والارتفاع والاتجاه مما يساعد على التوجيه الدقيق للحركة. (٣٦ : ٧٥) وهذه النتائج تعضدها دراسة كل من ايمان مصطفى (٢٠٠٩)، احمد ابو المعاطي (٢٠٠٨)، احمد راضى (٢٠١٦) (٥٦ : ٧) (٤٤ : ٥) (٥٢ : ٤)

وترى الباحثة أن جميع هذه النتائج تتفق في مضمونها مع ما اتفق عليه كل من اسامة وراتب (٢٠٠٥) وشعبان ابراهيم (٢٠٠٧) أنه لا يكفي أن يتعرف الفرد على التوقعات المشاركة في الأداء ولكن الأهم في أن يتعرف على التوقعات الأكثر ارتباطاً به (٦ : ٤٢) (١٦ : ٧٣) وبذلك تتحقق صحة الفرض الثالث .

### الاستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث وإطلاقاً من نتائجه ، أمكن الباحثة إستخلاص ما يلي :

- ١- فعالية التدريبات المقترحة لتنمية مكونات التوقع الحركي في تحسين مستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات من (١٢ : ١٥) سنة .
- ٢- فعالية الأسلوب المتبع ( التقليدي ) في تحسين مستوى الأداء المهارى للمهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمبتدئات من ( ١٢ : ١٥ ) سنة .
- ٣- البرنامج المقترح لتنمية مكونات التوقع الحركي أكثر فعالية من الأسلوب المتبع (التقليدي) في تحسين مستوى الأداء المهارى في كرة السلة للمبتدئات (١٢ : ١٥) سنة .

### التوصيات :

في ضوء ما اسفرت عنه نتائج الباحث توصي الباحثة ما يلي :

- ١- الاهتمام بتنمية مكونات التوقع الحركي بمدارس تعليم كرة السلة بنادى سموحة والأندية الرياضية الأخرى بمحافظة الأسكندرية .
- ٢- الاهتمام بتنمية مكونات التوقع الحركي في الأنشطة الرياضية الأخرى
- ٣- تطبيق البرنامج المقترح لتنمية مكونات التوقع الحركي بالمدارس التعليمية لكرة السلة بجميع الأندية .

### ثانياً- المراجع الأجنبية :

- 33 Farrow,Reid : **The contribution of situational information to anticipatory skill.**2012
- 34 Jancarbch : **The kinematics of the return of serventinnis the role of antisipatory information journal of sport .**2012
- 35 Li wing fuing : **Anticibation study master of science in sport science** University of HongKong .2005
- 36 Singer ،R.N : **Motor Learning & Human Performance ،**2 nd Macmllan ،N.Y
- VIVIENNE
- 37 WALKUP , Anita : **Psychology in Education ,** 2ed , England , 2013 woolfolk
- 38 Scott Lancastr : **Athletic fitness for kids human kinetics.**2008
- Gane : **Women Basketball , drill,book , human ,kinetics,**
- 39 s ,B USA, 2007
- 40 Kathy,M : **Coaching basket ball Teaching and Tactical**

skills , Human kinetics, USA, 2007

- 41 Tomas Jams, R : .: Physical education for children concert in to  
practice human Kinetic ,back champion London  
,1998

ثالثاً- شبكة المعلومات :

- 42 <http://www.Arabieagueonie.org/rabieaguea/aetan>  
-43 <http://www.Alrakib.com> 1007-24-2003/sport .htm  
-44 <http://www.ballmo.org/ar/web1> 246.htm/18k