



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الرقم التسلسلي:.....

القسم : تدريب رياضي

الرمز:.....

الشعبة : تدريب رياضي

التخصص: تحضير بدني

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

بعنوان:

تأثير المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية على

الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

دراسة ميدانية على عينة فريق كرة سلة ولاية المسيلة أكابر

تحت إشراف الأستاذ:

غيدي عبد القادر

من إعداد الطالب :

بلمهريت امحمد

السنة الجامعية 2024/2023

إهداء

الى والدي الكريمين أطال الله في عمرهما وأمدهما بوافر الصحة
والهناء
الى كامل الاخوة
الى أحب الأصدقاء والزملاء الباحثين
أهدي هذا العمل المتواضع.

بلمهريت امحمد

شكر وعرّفان

أقدم بأسمى عبارات الشكر والعرّفان لأستاذي المشرف، غيدي عبد القادر
على كل توجيهاته ونصائحه طيلة إنجاز العمل
أقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساهم في إنجاز هذا العمل
المتواضع على دعمهم المتواصل لي من أجل اتمام هذا العمل البحثي.
أقدم بالشكر إلى الزملاء الدفعة

بلمهريت امحمد

قائمة المحتويات

	إهداء
	شكر وعرهان
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال البيانية
	مقدمة
	الفصل الأول الإطار العام للدراسة
02	1 - 1 - إشكالية الدراسة
03	1 - 2 - فرضيات الدراسة
04	1-3- مبررات اختيار الدراسة:
04	1 - 4 - أهداف الدراسة
04	1-5- أهمية الدراسة
05	1-6- . تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
08	1-7- الدراسات العلمية السابقة
16	1-8- مقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة
17	1-9- ما يميز الدراسة الحالية على الدراسات السابقة
	الفصل الثاني الإطار النظري للسمعي البصري والتكنولوجيا
18	تمهيد
20	1-2 السمعي البصري
24	2-2- تكنولوجيا

26	3-2-الأداء الوظيفي والتقني
31	خلاصة
33	الفصل الثالث : الاطار النظري كرة سلة
33	تمهيد
34	3-1-نشأة كرة السلة:
36	3-2- تعريف كرة السلة
37	3-3-ملعب كرة السلة
38	3-4-مقاييس الملعب كرة السلة
40	3-5-الخصائص المميزة لكرة السلة
40	3-6-قوانين كرة السلة :
41	3-7- المهارات الأساسية في كرة السلة
59	خلاصة
	الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية
62	تمهيد
62	4-1-إجراءات الدراسة الاستطلاعية
63	4-2-أهداف الدراسة الاستطلاعية
64	4-3-منهج الدراسة
64	4-4-أداة البحث
65	4-5-عينة الدراسة
66	4-6-حدود الدراسة:
67	4-7-الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

68	4-8- الخصائص السيكومترية الأدوات الدراسة الصدق، الثبات، الموضوعية
69	خلاصة
70	الفصل الخامس: عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة
70	5-1- عرض البيانات الإحصائية
73	5-2- عرض النتائج
78	5-3- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات
	الفصل السادس: الاستنتاجات و الاقتراحات
81	6-1- الاستنتاج العام
82	6-2- التوصيات
82	6-3- آفاق الدراسة المستقبلية
83	6-4- قائمة المصادر و المراجع
88	6-5- قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الترتيب	عناوين الجداول	الصفحة
01	الجدول رقم 01 : مقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة	16
02	جدول رقم 02 يبين أنواع وسائل السمعية البصرية	23
03	الجدول رقم 03 يوضح مقياس ثبات ألفا كرونباخ	67
04	الجدول رقم 04 يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاوّر مع الدرجة الكلية للاستبيان	67
05	الجدول رقم 05 يوضح التحقق من شرط إعتدالية التوزيع بالنسبة لمتغيرات	73
06	الجدول رقم 06 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحور الثاني	74
07	الجدول رقم 07 يوضح ترتيب أسئلة المحور الثاني حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية	74
08	الجدول رقم 08 يوضح درجة وسائل السمع البصري و التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة	78
09	الجدول رقم 09 يوضح درجة الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة	79

قائمة الأشكال البيانية

الترتيب	عنوان الشكل	الصفحة
01	الشكل رقم 01 يوضح عمر اللاعبين نوادي كرة السلة	70
02	الشكل رقم 02 يوضح مستوى التعليمي للاعبين نوادي كرة السلة	70
03	الشكل رقم 03 يوضح نوادي كرة السلة حسب درجة النادي	71
04	الشكل رقم 04 يوضح سنوات اللعب مع النادي للاعبين نوادي كرة السلة	71
05	الشكل رقم 05 يوضح سنوات اللعب سنوات اللعب كرة سلة	72
06	الشكل رقم 06 يوضح حسب منصب اللعب كرة سلة	72
07	الشكل رقم 07 يوضح ترتيب عبارات المحور الثاني حسب متوسطات الحسابية	75
08	الشكل رقم 08 يوضح ترتيب عبارات المحور الثالث حسب متوسطات الحسابية	76

مقدمة

وقد حظيت رياضة كرة السلة باهتمام متزايد في علم الرياضي باعتبارها اللعبة الشعبية الأولى في عدد من دول العالم مما أدى إلى تطويرها وتقدمها بشكل كبير حتى وصلت إلى ما هي عليه الآن وكان ذلك نتيجة لاستخدام أساليب علمية للتمارين المعطاة خلال الوحدات التدريبية في جميع فترات التدريب، ومع هذا التطور في برامج الإعداد في كرة السلة وجل التحديات و المتغيرات التي تصاغ كل فترة لازال واقع كرة السلة في بلدان الدول العربي وخاصة في بلدنا يعاني من ضعف ونقص بليغ في ما يتعلق بمستوى تحسين أداء اللاعبين في شتى الفئات العمرية مقارنة بدول الغرب، حيث تعتبر الولايات المتحدة الأمريكية المهيمن على معظم البطولات العالمية والأرقام القياسية في كرة السلة، ويعتبر دوري ال NBA ذروة ما وصل إليه الإنجاز الرياضي في كرة السلة بدون منازع يمكننا القول أن المستوى العالي الذي عرفته كرة السلة في وقتنا الحاضر وخاصة في الولايات المتحدة الأمريكية (NBA) راجع بالأساس إلى التكوين الجيد للمدربين و حسن إعداد و تطوير اللاعبين في مختلف المراحل و الفئات العمرية، و لا يتم ذلك إلا من خلال توفير الإمكانيات و بناء البرامج التدريبية بأسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث، فالبرامج التدريبية المقننة و المبنية على أسس علمية تحترم القوانين و نظريات التدريب الرياضي الحديث هي وحدها الكفيلة بوصول اللاعبين و خاصة الفئات الصغرى منها إلى المستوى العالي.

تتميز كرة السلة الحديثة بأنها لعبة رياضية مرتفعة النسق و الندية أثناء المنافسة، وعليه فهي تحتاج من اللاعبين امتلاك مستوى بدني و مهاري مرتفع، ومنه فمدربي كرة السلة يحتاجون إلى الإحاطة بجميع طرق التدريب الحديث، و التدريب الحديث اليوم لا يفصل بين الجانب البدني و المهاري كما هو في التدريب التقليدي بل يعمل على تطويرهما بشكل شامل و هذا هو الأساس في طريقة التدريب الشامل و المدمج، وهذه الطريقة تسمح لنا بتطوير المستوى البدني و المهاري للاعب كرة السلة إلى أعلى

المستويات باختصار الوقت و الجهد. و أصبحت طريقة التدريب الشامل و المدمج شائعة في الوسط
التدريبي لكرة السلة في المستويات العالية خاصة في دوري NBA.

يشهد العالم ثروة هائلة في التكنولوجيا والتقدم العلمي الواسع، بحيث أصبح التنافس بين الدول يركز
أساسا على القدرات والإمكانات العلمية والتكنولوجيا، لذلك كان لا بد أن تتكاتف الجهود ويستيقظ لديها
النشاط والفكر العلمي في معركة التقدم العلمي، لكي تستطيع أن تواكب تلك الثورة التكنولوجية الهائلة. "
إن استخدام الوسائل التعليمية المختلفة في العملية التعليمية يجعل عملية التعلم الحركي أكثر فاعلية
وإيجابية، بحيث يصبح المتعلم مسؤولا ومشاركا وإيجابيا على نحو كبير، بعد أن كان مستقبلا ومقلدا.

ويعد الفيديو من الاتجاهات الحديثة للتكنولوجيا التعليم، باعتباره أهم وأحدث أدوات تفريد التعلم، وهو نظام
يجمع بين إمكانيات وخصائص الفيديو والحاسوب، ويعتمد على أساس الخصائص التفاعلية للحاسوب
بحيث تكون برامج الفيديو وبرامج الحاسوب تحت تحكم المتعلم، سواء في التشغيل، أو الحصول على
مصادر التعلم، أو اختيار التبعات المطلوبة من لقطات الفيديو، أو الصوت، أو النصوص، أو الصورة

وغيرها لها آثار على أداء الوظيفي والتقني للاعبين

الفصل الأول

الاطار العام للدراسة

1-1- إشكالية الدراسة

1-2- فرضيات الدراسة

1-3- مبررات اختيار الدراسة:

1-4- أهداف الدراسة

1-5- أهمية الدراسة

1-6- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة

1-7- الدراسات العلمية السابقة

1-8- مقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة

1-9- ما يميز الدراسة الحالية على الدراسات السابقة

1-1-الإشكالية:

تعد كرة السلة رياضة من الرياضات التي تتطلب من اللاعب اكتساب و إتقان مجموعة من المهارات الأساسية، فضلا عن إتقان العمل الجماعي المشترك، الذي يستند على التطبيق الجيد للخطط الموضوعية سواء في الهجوم أو الدفاع، وهذا لا يمكن تحقيقه بدون توفر لياقة بدنية عالية و التي غالبا ما تكون العامل الحاسم في المباريات، أضف إلى ذلك المواصفات الجسمية التي تناسب متطلبات هذه اللعبة، الأمر الذي دفع العديد من الدول المتقدمة في كرة السلة إلى الاهتمام بتنمية اللياقة البدنية للاعبين كرة السلة، لأن اللياقة البدنية ترتبط معنويا بالمستوى المهاري، فعلى سبيل المثال لا يستطيع لاعب كرة السلة إتقان مهارة متابعة الكرة أو إتقان التصويب من القفز في حالة الافتقار لصفة القوة الانفجارية لعضلات الرجلين التي تساعد اللاعب على الوثب عاليا، ويجب الإشارة أيضا إلى أن لعبة كرة السلة تعد أسرع لعبة جماعية في العالم، لهذا تتطلب مستوى عال من اللياقةرياضة كرة السلة من الرياضات الواسعة الإنتشار في العالم، و نظرا لطبيعتها التنافسية الشديدة يحتاج كل فريق من فرق كرة السلة أن يكون لاعبه في أفضل حال من ناحية الإعداد البدني التقني، النفسي، من الناحية البنيوية ... الخ، ، فلغرض الوصول باللاعبين للمستويات العليا في هذه الرياضة يحتاج مسؤولو الفرق و مدربوها إلى الإهتمام بمختلف هاته الجوانب حيث يجب أن تتبع لاعب كرة السلة منذ بداياته الأولى و إلى غاية وصوله لفئات الأكاير، وبشكل عام تتميز الرياضات الجماعية المختلفة بخصائص و متطلبات تتميز بها عن بعضها البعض، و بدورها تتميز كل رياضة جماعية لطبيعة لعبها وقوانينها بمتغيرات في طبيعة أفرادها (اللاعبين)، و تتنوع في المتطلبات الواجب توافرها فيهم إنطلاقا من الصفات البدنية المهارات الحركية ... إلى آخرها من الصفات، حيث نجد أن صاحب كل منصب لعب في رياضة ما يتمتع بخصائص و مواصفات تميزه عن غيره من بقية المناصب. و في رياضة كرة السلة تتضح أهمية هذا التنوع في الخصائص المختلفة الميزة المراكز اللعب، حيث يتطلب كل مركز من مراكز اللعب وجود صفات معينة (صفات بدنية مهارية، تكوين جسماني ... الخ) يستحسن توافرها لدى شاغله عليها، وذلك لتحقيق أقصى أداء و أفضل نتيجة ممكنة و بالتالي إضافة إلى عمليات الإعداد الجيد في المراحل التدريبية الأولى المنتاغمة والمستمرة، يمكن للمدربين و مسؤولي الفرق من خلال تحديد القياسات الأنثروبومترية للاعبين تشكيل فرق رياضية قوية تنافس على أعلى المستويات في الفئات السنبة للأكاير.

و يعد الإنتقاء الرياضي واحدا من العمليات الهامة جدا في التدريب الرياضي على طول مراحل المختلفة، حيث يساهم بشكل فعال في تحديد أكثر الأفراد إستعدادا لممارسة نوع نشاط رياضي معين، وفقا لمستواهم و صفاتهم المختلفة. فمن خلال عمليات الإنتقاء يمكننا تحديد الكثير من الأمور (مستوى الرياضيين، قياس مستوى تقدمهم في عملية التدريب، إجراء عمليات التوجيه الرياضي .. الخ)، و يعد الإنتقاء في مرحلته النهائية على مستوى الناشئين (13 - 16 سنة) واحدا من أهم العمليات خلال هاته المرحلة، حيث أنه يركز على جميع الجوانب المختلفة و يهتم بها مستوى الإعداد البدني الإعداد المهاري الإعداد النفسي القياسات الجسمانية، ... الخ)، حيث بناء على نتائجه يتم إختيار و توجيه الناشئين نحو مركز اللعب الأكثر مناسبة له، أو في بعض الأحيان توجيههم لنوع رياضي مختلف يتناسب أفضل مع نتائجهم وخصائصهم المختلفة، و أيضا من خلال الإنتقاء يمكننا معرفة الفروقات الفردية بين اللاعبين بشكل دقيق وبالتالي التسهيل من عمل المدرب لاحقا. وفي رياضة كرة السلة نجد أن الإنتقاء في هاته المرحلة يركز على الجوانب المختلفة كغيره من باقي الرياضات، إلا أنه يولي عناية خاصة بجانب تحديد القياسات الأنثروبومترية للاعبين، كون أن بعض مراكز اللعب تحتاج للاعبين ذو طبيعة بنيوية محددة لتحقيق نتائج أفضل، فالقياسات الأنثروبومترية من المعايير الهامة التي يجب الإهتمام بها خاصة في هاته المرحلة، فبالإضافة للصفات البدنية والقدرات المهارية و الحركية وغيرها، يمكننا من خلال معرفة القياسات الأنثروبومترية التي يتميز بها كل فرد إختيار أفضل اللاعبين إستعدادا لممارسة نوع نشاط رياضي معين وتوجيههم لمراكز لعب معينة تلائم استعدادهم .و نظرا لأهمية تطبيق هذا الجانب القياسات الأنثروبومترية على مستوى الفرق والنادي الرياضية لكرة السلة بالجزائر و خاصة أثناء فترة عملية الإنتقاء، إرتأينا القيام بدراسة على أرض الواقع المحاولة معرفة واقع هذه العملية، بالإضافة لمحاولة وضع معايير محددة في مجال القياسات الأنثروبومترية يمكن الإعتماد عليها مستقبلا،

أولا : إشكالية الدراسة

على ضوء ما قدم يتمحور موضوع الدراسة حول مشكلة جوهرية و يمكن صياغتها على النحو التالي :
مادور المؤثر السمعي و البصري و الوسائل التكنولوجية على الأداء الوظيفي و التقني لدى لاعبي كرة السلة ؟

ولمعالجة وتحليل الإشكالية المدروسة يمكننا طرح مجموعة من الأسئلة الفرعية:

- مادور المؤثر السمعي و البصري على الأداء الوظيفي والتقني على لاعبي كرة السلة ؟
- مادور الوسائل التكنولوجية على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة ؟

1-2- فرضيات الدراسة

ولإجابة على هذه التساؤلات المطروحة نقدم الفرضية العامة التالية :

الفرضية العامة

للمؤثر السمعي و البصري و الوسائل التكنولوجية دور على الأداء الوظيفي و التقني لدى لاعبي كرة السلة

الفرضيات الجزئية

- للمؤثر السمعي و البصري دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة
 - للوسائل التكنولوجية دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة
- 1-3- مبررات اختيار الدراسة:

تتلخص أهم مبررات اختيارنا لهذا الموضوع في الأسباب التالية:

- السبب الذاتي الرغبة الشخصية للبحث في دراسة موضوع الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة و إضافة كل ما هو جديد بالنسبة لي في هذا الموضوع.
- علاقة الموضوع بالتخصص من خلال دراسة والبحث في معرفة المؤثرات على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة الجزائرية
- الكشف عن درجة تباين في الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

1-4- أهداف الدراسة :

- نسعى من خلال هذه الدراسة إلى تحقيق جملة من الأهداف نوردتها فيما يلي:
- معرفة واقع إستخدام الأساليب السمعية البصرية في العملية التدريبية لكرة السلة
 - معرفة واقع إستخدام التكنولوجيا الحديثة في العملية التدريبية لكرة السلة
 - المساهمة من خلال الدارسة الميدانية في تقديم جملة من الإقتراحات المساهمة في تحسين الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة
 - إبراز مدى إهتمام الدولة بلاعبي كرة السلة من خلال سن قوانين في هذا الشأن
 - تقديم تصور مقترح لتحقيق الأداء الوظيفي والتقني عالي عند لاعبي كرة السلة

1-5- أهمية الدراسة

تستمد هذه الدراسة أهميتها النظرية والتطبيقية من عدة اعتبارات، فعلى صعيد الأهمية النظرية، تستمد الدراسة أهميتها من الجوانب التالية :

"أصالتها" كونها إحدى أولى الدراسات التي تهتم لقياس مدى مساهمة المثرات السمعية والبصرية والتكنولوجية على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة ، لما لها من الخصائص من دور مهم في وقتنا الحالي ومدى استعمالها من طرف الجمهور الرياضي

"مواكبتها للأحداث المعاصرة في العالم و البلاد والمؤسسات من خلال تشجيع لاعبي كرة السلة لذا فإن هذه الدراسة يمكن لها أن تمد المكتبة الجامعة الجزائرية و العربية بمجموعة المعارف والأسس النظرية اللازمة حول الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

كما تستمد هذه الدراسة أهميتها التطبيقية من خلال الجوانب التالية :إمكانية استخدام نتائجها لدى النوادي والفرق الوطنية

1-6- مفاهيم و مصطلحات الدراسة :

السمعي البصري:

أ/ اصطلاحاً: السمعية البصرية تضم الوسائل التي تجمع بين الصوت والصورة، سواء كانت صورة صناعية أو طبيعية مثل العروض (السينمائية والتلفزيون والمسرح) .

ب / إجرائياً : هي تلك المنشأة أو الهيئة التي تتولى بث الأخبار، والإخراج السمعي البصري والإعلان وتتخذ هذه الوحدة الاقتصادية الشكل القانوني وتختار الكيان القانوني الذي يتلاءم مع اعتبارات كثيرة

ويتصل الأفراد خلالها ببعضهم البعض من أجل تقديم خدمة إعلامية تبرز وتظهر في شكل إشهار أو نشرة إخبارية بصرية، تحقق أهدافهم الخاصة والعامة في ظل ترتيب منظم للأفراد والتقنيات المستخدمة في ذلك (مصطفى حسان عبد المجيد البدوي، 1991)

التلفزيون:

لغة: إن التلفزيون من الناحية اللغوية هو : "الرؤية عن بعد" .

كلمة مركبة من مقطعين (tele) ومعناه عن بعد" و (vision) ومعناه " الرؤية " . وبهذا يكون معنى كلمة التلفزيون هو " الرؤية عن بعد" .

اصطلاحاً: "وهو وسيلة نقل الصوت والصورة، في الوقت واحد بطريقة الدفع وهي أهم وسائل السمعية البصرية للاتصال بالجمهور عن طريق بث برامج معينة (رانيا ممدوح طارق، 2012)

- مفهوم التكنولوجيا

يعتبر مفهوم التكنولوجيا من المفاهيم التي ناقشها الكثير من الباحثين والمفكرين، واختلفوا في نظرته له بسبب اختلاف تخصصهم وتطور خصائص التكنولوجيا نفسها، ولكن من الأمور المتفق عليها أن ماهية التكنولوجيا قديمة قدم المخترعات البشرية نفسها، حيث كانت تعتبر وسيلة من الوسائل التي اكتشفها الإنسان عند تطويعه البدائي للطبيعة، وبعدها أصبحت أداة يستعملها لخدمته ومساعدته لقضاء حاجياته المتنامية، ثم تطور استعمالها وعم إلى درجة أصبحت مهمة جدا في حياته العامة والخاصة. مما جعل البعض من المفكرين يعتقدون بأنها المسؤولة عن معظم التغيرات التي تحدث داخل المجتمع المعاصر . هذا من حيث مضمونها، أما من حيث اللفظ ذاته فقد استعمل حديثا، حيث ورد في بعض المصادر أن أول ظهور المصطلح "تكنولوجيا (Technologie)" كان في ألمانيا عام (1770) م، وهو مركب من مقطعين (techno): وتعني في اللغة اليونانية "الفن" أو "صناعة يدوية" و (Logie) وتعني "علم" أو "نظرية". وينتج عن تركيب المقطعين معنى "علم صناعة المعرفة النظامية في فنون الصناعة أو العلم التطبيقي". وليس لديها مقابل أصيل في اللغة العربية بل عربت بنسخ لفظها حرفيا "تكنولوجيا": (Technologie)

ويلخص "حسين كامل بهاء الدين" رؤيته لمفهوم التكنولوجيا قائلاً: "إن التكنولوجيا فكر وأداء وحلول للمشكلات قبل أن تكون مجرد اقتناء معدات. ويعتقد كل من "ماهر إسماعيل صبري" و"صلاح الدين محمد توفيق أن التكنولوجيا ليست مجرد علم أو تطبيق العلم أو مجرد أجهزة، بل هي أعم وأشمل من ذلك بكثير فهي نشاط إنساني يشمل الجانب العلمي والجانب التطبيقي. من خلال هذا العرض يمكننا تعريف التكنولوجيا على أنها جهد إنساني وطريقة للتفكير في استخدام المعلومات والمهارات والخبرات والعناصر البشرية وغير البشرية المتاحة في مجال معين وتطبيقها في اكتشاف وسائل تكنولوجية لحل مشكلات الإنسان وإشباع حاجاته وزيادة قدراته(فضيل دليو،، 2010)

الأداء التقني: هو سلوك معين للفرد يحدده عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح والفرض الموجود وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت في الجهد وهو أيضا "مستوى اللاعبين ومدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة، كما أنه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة (كحلوش ابراهيم زكرياء، ، 2022)

تعريف كرة السلة

الإجرائي كرة السلة هي لعبة شعبية جماعية تجرى بين فريقين تقوم على قواعد وقوانين ويجب على كل فريق أن يسجل هدف في سلة الآخر.

الإصطلاحي كرة السلة هي لعبة تقوم بين فريقين يتكون كل منهما من خمسة لاعبين وفرض كل فريق هو أن يقذف الكرة في سلة الآخر أو في سلة الفريق المنافس وأن يمنع يمنع الفريق الآخر أن يستحوذ على الكرة أو إصابة الهدف، ويجوز تمرير الكرة أو قذفها أو دفعها بخفة أو دحرجتها أو المحاورة بها في أي إتجاه وذلك في حدود الأحكام المنصوص عليها (زبان حربيط ، 2003)

كرة السلة:هي رياضة يمارسها 5 لاعبين أساسيين موزعين على فريقين مع سبعة لاعبين احتياطيين من كل جهة يسعى كل فريق إلى إدخال الكرة في سلة الفريق الآخر بدون استعمال الأرجل في فترة مقدارها 40 دقيقة. (حسن سيد معوض2004،ص40)

التعريف الإجرائي: هي رياضة جماعية وشعبية يتنافس فيها فريقان يتألف كل منهما من خمسة لاعبين يحاول كلاهما إدخال الكرة في سلة الخصم وإحراز الأهداف وكسب النقاط بحيث يتم إحراز النقاط من خلال إدخال الكرة في السلة الموجودة على ارتفاع 3.05 متر وهكذا يفوز الفريق الذي يتحصل على أعلى عدد من النقاط عند نهاية المباراة تضبط اللعبة مجموعة من القواعد والقوانين تضمن السير الحسن للعبة.

1-7- الدراسات العلمية السابقة:

إستندنا في موضوع بحثنا علي نتائج و خلاصات الدراسات العلمية السابقة التي تناولت موضوع إشكالية المطروحة وقد تم إختيار الدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة وعلى هذا الأساس سنعمل علي تقديم ملخص لكل دراسة

دراسة ضياء ياسين ، اقترح أداة تقويم المهارات الفنية الأساسية في كرة السلة من خلال تحليل النشاط التنافسي لتلاميذ الرابعة المتوسط دراسة ميدانية على بعض متوسطات ولاية الطارف أطروحة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في العلوم تخصص نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر، السنة الجامعية 2017-2018

اقترح أداة تقويم المهارات الفنية الأساسية في كرة السلة من خلال تحليل النشاط التنافسي للتلاميذ الرابعة المتوسط. (دراسة ميدانية على بعض متوسطات ولاية الطارف

التساؤل العام للدراسة من خلال إشكالية التقويم الموضوعي للأداء الفني في كرة السلة التي يواجهها مدرسو التربية البدنية و الرياضية يمكن طرح التساؤل التالي: هل يمكن تصميم اختبار على شكل مسلك فني لتقييم المهارات الفنية الأساسية في كرة السلة من خلال تحليل النشاط التنافسي يراعي إمكانات واستعدادات تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

فرضيات الدراسة وجاءت الفرضية العامة كما يلي: تصميم اختبار على شكل مسلك فني لتقييم المهارات الفنية الأساسية في كرة السلة من خلال تحليل النشاط التنافسي يراعي إمكانات واستعدادات تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

أما الفرضيات الجزئية فكانت الآتية:

المسلك الفني المقترح لتقييم المهارات الأساسية في كرة السلة عند الذكور من خلال تحليل نشاطهم التنافسي يلاءم إمكاناتهم.

المسلك الفني المقترح لتقييم المهارات الأساسية في كرة السلة لدى الإناث من خلال تحليل نشاطهم التنافسي يلاءم إمكاناتهم. - هناك علاقة ارتباط دال بين معدل نتائج المسار المقترح ونتائج معدل زمن الأداء التنافسي الأمثل عند الجنسين.

الهدف الرئيسي من الدراسة هو اقتراح مسلك فني لتقويم المهارات الدفاعية والهجومية الأساسية في كرة السلة و ذلك من خلال تحليل الأداء الفني لتلاميذ الرابعة متوسط خلال النشاط التنافسي.

أهمية الدراسة : تكتسي الدراسة أهمية كبيرة في المجال التربوي عموماً و في حصة التربية البدنية والرياضية الخاصة بنشاط كرة السلة خصوصاً، كونها تساهم في تدعيم العملية التعليمية من خلال التقييم الموضوعي المبني على أسس منهجية تتماشى مع متطلبات وانشغالات الأساتذة و التلاميذ أمام إشكالية التقييم في الرياضيات الجماعية عموماً وفي كرة السلة خصوصاً. منهج الدراسة اتبعنا المنهج الوصفي التحليلي و هو الأكثر ملائمة لطبيعة الدراسة و للإجابة على التساؤلات و الفرضيات.

مجتمع الدراسة: اشتمل مجتمع الدراسة على تلاميذ الرابعة متوسط لولاية الطارف و التابعة للمتوسطات التي تحتوى تحتوي على مرافق كرة السلة.

عينة الدراسة: اختيرت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة و قد انقسمت الدراسة إلى عينتين وهما العينة الأولى و هي خاصة ببطاقة الملاحظة للتحليل النشاط التنافسي و قد احتوت على بعض تلاميذ من ثلاث متوسطات من دائرة القالة ولاية الطارف و تكونت من 80 تلميذ و 80 تلميذة، أما العينة الثانية و هي خاصة بالمسلك الفني و قد احتوت على مجموعة من تلاميذ الرابعة متوسط من خمسة متوسطات عبر ولاية الطارف تتوفر على إمكانيات ووسائل ممارسة نشاط كرة السلة، وتشتمل عموماً على 100 تلميذ و 100 تلميذة.

أدوات الدراسة: استبيان بطاقة الملاحظة، بطاقة الملاحظة استبيان المسلك الفني، اختبار المسلك الفني. وسائل المعالجة الإحصائية: لقد تمت معالجة بيانات و نتائج الدراسة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss

الاستنتاجات : اختباري المسارين الفنيين المقترحين لتلاميذ وتلميذات الرابعة متوسط من خلال تحليل النشاط التنافسي عن طريق بطاقة الملاحظة ملائمين و يراعيان استعداداتهم ويتجلى ذلك في تحقيقهما للخصائص السيكومترية للاختبارات الصدق، الثبات والموضوعية، كما استنتجنا وجود علاقة ارتباط دالة ما بين نتائج المسلك الفني و معدل الأداء التنافسي الأمثل و للجنسين مما يدعم فكرة الطرح.

دراسة تقيق جمال ،أثر تكنولوجيا التعليم "الفيديو" بجودة تعلم مهارة التصويب لدى طلبة تخصص كرة السلة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

إن موضوع علاقة تكنولوجيا التعليم (الفيديو) بجودة تعلم مهارات التصويب لدى طلبة تخصص كرة السلة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، التعليم بالوسائل التعليمية (الفيديو) لها دور كبير في تطوير المهارات الرياضية بصفة عامة ومهارة التصويب بصفة خاصة ولهذا فنحن بحاجة ماسة إلى المزيد من الاهتمام والبحوث العلمية التي من شأنها أن تسموا بمستوى التعليم وتعتبر تكنولوجيا التعليم أحد المتغيرات الهامة والتي أثبتنا فاعليتها في هذا المجال والتي كانت سببا في تطوير مستوى أداء لاعبي كرة السلة وبدل المزيد من الجهود في سبيل التعلم خاصة في مجال التربية البدنية والرياضية إلى أنها تبقى لا تزال بحاجة إلى المزيد من الدراسات والتطلعات المستقبلية من أجل تطويرها أكثر

منهج الدراسة: استخدمنا المنهج تجريبي الميداني ذو التصميم الثنائي باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعتين متكافئتين أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية
الدراسة الاستطلاعية

-التجربة الاستطلاعية: قمنا بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم 08/02/2016 على عينة من طلاب السنة الثالثة ليسانس تخصص تربية بدنية ورياضية والبالغ عددهم 04 طلاب تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، حيث كان الهدف من هذه التجربة التعرف على المعوقات والأخطاء التي يمكن أن تحدث أثناء تطبيق البرنامج

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة قصديه قوامها (20) طالبا من طلبة تخصص كرة السلة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية موزعة عشوائيا على عينتين (10) تجريبية و (10) ضابطة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.مجالات البحث:

المجال البشري : بلغت عينت البحث (20) طالب موزعة عشوائيا إلى مجموعتين إحدهما ضابطة و الأخرى تجريبية

دراسة نواصيرية منى ،دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية والمهارية حسب مراكز اللعب لدى لاعبي كرة السلة دراسة ميدانية لفريق أم البواقي لكرة السلة 015 ، العدد 2 ، 2022 مجلة الابداع الرياضي هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الصفات البدنية والمهارية في كرة السلة حسب مناصب اللعب. وتكونت عينة الدراسة من لاعبي كرة السلة 15 لفريق ASSOB أم البواقي، وتم اختيار هذه الاخيرة بصفة عمدية واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي الملائمة طبيعة بحثه.استخدم الباحث الاختبارات البدنية (اختبار سارجنت واختبار السرعة الانتقالية والمهارية (اختبار مهارة التصويب) المتعلقة بالدراسة، وتوصل الباحث إلى ما يلي: وجود فروق دالة إحصائيا في بعض الصفات البدنية والمهارية حسب مناصب اللعب في كرة السلة

المجال المكاني: تم إجراء الاختبارات في المركب الرياضي بغو عبد الحميد أم البواقي أين يتدرب فريق كرة السلة ASSOB

المجال الزمني: تمت الدراسة في الموسم الدراسي 2019/2020

المجال البشري فريق كرة السلة ASSOB فئة 015

الدراسة الاستطلاعية: إن موضوع الدراسة يفرض على أي باحث بالقيام بدراسة استطلاعية لعينة بحثه، ولذلك قمنا بزيارة فريق كرة السلة لأم البواقي ASSOB فئة

تحت 15 سنة، أثناء فترة تدريبه ومن أهم النقاط التي تمحورت حولها الزيارة هي: - التعرف على الطاقم الإداري للفريق أخذ الموافقة منهم من أجل إجراء الدراسة، وكذلك اطلعه على الموضوع. التعرف على المدرب واللاعبين والتحدث بشأن موضوع البحث من خلال إطلاعهم على طريقة إجراء الاختبارات البدنية والمهارية وشرح الهدف منها.

أخذ نظرة عن واقع تدريب الفريق، وكذلك عن الأجهزة والوسائل المتاحة من أجل الدراسة.

قمنا بهذه الزيارة على يومين 09 و 11 مارس 2020

الاختبارات البدنية والمهارية

الأسس العلمية للاختبارات:

أ- **ثبات الاختبار:** يقول مقدم عبد الحفيظ " إن ثبات الاختبار هو مدى الدقة أو الاتساق واستقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين " أي يعني إذا

ما أعيد نفس الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف يعطي نفس النتائج.
ب صدق الاختبار يعد الصدق من الشروط الضرورية التي ينبغي توفرها في الأداة أو الوسيلة التي يعتمد عليها الباحث في دراسته ويقصد بهدف الاختبار أن يقيس الاختبار الصفة المراد قياسها كما ونوعا ولا يقيس شيئا آخر.

دراسة جمال الدين حداد، كنزة عبد الله خوجة، خصائص بعض القياسات المورفولوجية لدى لاعبي كرة السلة ذكور بأعمار (16-18) سنة حسب مراكز اللعب في الرابطة الوطنية للرياضة المدرسية في الجزائر (دراسة بولاية قالمة) المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات. المجلد -05 العدد 01 جانفي 2022)

يهدف البحث الى مقارنة بعض القياسات المورفولوجية لدى لاعبي كرة السلة ذكور بأعمار (16-18) سنة حسب كل مركز لعب (موزع جناح مركز في الرابطة الوطنية للرياضة المدرسية، باستخدام المنهج الوصفي المقارن على عينة عمدية بلغ عددها 47 لاعب (13) موزع 18 اجنحة 16 مركز حيث تم جمع القياسات باستعمال الادوات الانثروبومترية الخاصة بالقياس وللمعالجة الاحصائية استخدم الباحث الاحصاء الوصفي، اختبار تحليل التباين (anova) اقل فرق الفروق المعنوية (LSD) حيث اظهرت النتائج وجود فروق في القياسات المورفولوجية التالية:الوزن الطول، طول الذراع مع الكف عرض الكتفين محيط العضد)، وعدم وجود فروق في: محيط الصدر طبيعي، سمك التنية للننوء الحرقفي سمانة الساق للاعبي كرة السلة ذكور بأعمار (16 - 18) سنة حسب مراكز اللعب.

منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن باعتباره أفضل المناهج لتحقيق مجتمع وعينة البحث:

أ- المجتمع التلاميذ الذكور بأعمار (16-18) سنة للثانويات المشاركة في البطولة الوطنية للرياضة المدرسية

بولاية قالمة والتي بلغ عددهم 91 لاعب. ب العينة: الفرق الأربعة المتفوقة و المتأهلة للدور النصف النهائي و التي بلغ عدد لاعبيها 48 لاعب ج - عينة البحث حسب مراكز اللعب : تم اعتماد ثلاث مراكز لعب اساسية حسب مهام اللاعبين في الملعب

وهي موزعة كالتالي : صانع اللعب : 14 لاعب، الأجنحة : 18 لاعب، الارتكاز 16 لاعب. 3 2 وسائل جمع المعلومات

أ- الأدوات و الاجهزة المستخدمة جهاز لقياس الطول والوزن، شريط قياس مرن لقياس الاطوال والمحيطات، برجل منزلق لقياس الأعراض، ممسك لقياس سمك الثنايا الجلدية استمارات جمع البيانات للتجارب الاستطلاعية والرئيسية.

ب ادوات البحث المراجع العربية و الاجنبية شبكة الانترنت الدولية، القياسات المورفولوجية، الدراسات السابقة و المشابهة الوسائل الإحصائية

دراسة شريفي محمد أمين ،المهارات النفسية المميزة للاعبى السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية دراسة مسحية على عينة لاعبي كرة السلة لرابطة الجزائر)، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، ، المجلد 18 ، العدد 2، (أوت 2019

تعتبر كرة السلة أحد الأنشطة الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير والذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المبادرة ، كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين فريقين ، إلى أنها تزخر بالعديد من المواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعة تغيرها ، و الذي من شأنه أن يؤثر على الأداء المهاري والخططي للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة ولذلك كان لا زما على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعب كرة السلة حتى تمكنهم من تحقيق الفوز في المنافسات بجانب إعدادهم البدني والمهاريو الخططي. ومن هذا المنطق اتجه الباحث إلى هذه الدراسة والتي تهدف إلى التعرف على المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية التي يتصف بها لاعبي السلة مما قد يسهم في الاستفادة من برامج الإعداد النفسي لزيادة الدافعية الرياضية للاعبين مما يؤثر بصورة جيدة في أدائهم ونتائج المباريات

منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج الوصفي الدراسة المسحية) وذلك لملائمته لأهداف البحث وفروضة.

عينة الدراسة

تم تطبيق القياس على عينة عمدية قوامها (45) لاعب من لاعبي كرة السلة من نادي رويبة ونادي

الدار البيضاء وقد بلغ متوسط العمر 18.11 سنة بانحراف معياري 7690 ، والعمر التدريبي بمتوسط 6.33 و بانحراف معياري 20 40 و الجدول التالي رقم (1) يوضح عدد أفراد فريق كرة السلة بالناديين أدوات الدراسة

أ- استخبارات المهارات النفسية:

ويسمى استخبار المهارات العقلية MENTAL SKILLS QUESTIONNAIRE صممه كل من ستيفان بل Bull ، وجون البنسون Albinson ، وكريستوفر شامبروك (1996) Shambrook لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) الهامة للأداء الرياضي وهي تشتمل على الأبعاد التالية:

القدرة على التصور ؛ القدرة على الاسترخاء ؛ القدرة على تركيز الانتباه ؛ القدرة على مواجهة القلق ؛ الثقة بالنفس ؛ دافعية الإنجاز الرياضي . ب أدوات الإحصائية

المتوسط الحسابي ؛ معامل ألفا ؛ الانحراف المعياري ؛ معامل الارتباط سبيرمان ؛ معامل الالتواء اختبار ب "

دراسة حسين شنافي ، دور الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين أداء التمارين أثناء التدريب في كرة القدم دراسة ميدانية لبعض فرق كرة القدم بولاية المسيلة، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس، جامعة محمد بوضياف المسيلة 2020/201

دور الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين أداء التمرينات أثناء التدريب في كرة القدم . الإشكالية : ما هو دور الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين أداء التمرينات أثناء التدريب في كرة القدم . فرضية الدراسة : هناك دور لوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين أداء التمرينات أثناء التدريب في كرة القدم . هدف الدراسة : التعرف على الدور الذي تلعبه الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين أداء التمارين أثناء التدريب في كرة القدم . منهج الدراسة : المنهج الوصفي.

عينة الدراسة : شملت 12 مدرباً لفرق كرة القدم بولاية المسيلة . أدوات الدراسة : الإستبيان أهم النتائج : تلعب الوسائل التكنولوجية الحديثة دور هام في تحسين أداء التمارين في كرة القدم . الاقتراحات : العمل على تحسين أوضاع المدربين بتوفير الوسائل التكنولوجية الحديثة في الأندية والرفع من مستوى التدريب الرياضي وذلك بإعطاء الفرصة لحاملي الشهادات والمختصين في المجال لضمان الاستغلال الأمثل للوسائل

التكنولوجية الحديثة في مجال تدريب كرة القدم.

من خلا ما قام به قام الباحثان من مجهودات لمحاولة تحليل وتمحيص دراسات سابقة تتناول متغير أو متغيرين من بحثنا هذا بهدف الاستفادة منها والخروج بأفضل الحلول والنتائج الممكنة ولما لا بعض التوصيات التي قد تعيد مستقبلا وتكون نقطة انطلاق لعديد البحوث المثمرة التي نأمل أن تكون في المستقبل القريب ومن مجمل النتائج التي توصل إليها الباحثان من خلال تحليله وتمحيصه للدراسات السابقة ومن خلال الدراسة النظرية المفصلة لمتغيرات البحث نصل إلى القول: أن الوسائل التكنولوجية الحديثة دور في تطوير وتحسين أداء التمرينات أثناء التدريب في كرة القدم، باعتبار أنها وسيلة عصرية تواكب التطورات الحاصلة. فاستخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة في مجال التدريب الرياضي لكرة القدم يمكن المدرب من القيام بدوره بسهولة واختصار في الوقت والجهد، لسهولة التقنيات التي توفرها التكنولوجيا الحديثة، وحتى التدريب على التمارين الرياضية دون تكرارها العديد من المرات، إضافة إلى تحسين أداء المدرب وتطويره، فكلما تعددت الوسائل والتقنيات التكنولوجية زادت نسبة تحقيق التدريب لأهدافه ، ورغم كل هذا إلا أنه لا تزال العديد من الصعوبات التي تواجه مدربي فرق الأندية المحلية من حيث ندرة الوسائل التكنولوجية لعدة أسباب

1-8- مقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة

من خلال استعراضنا لبعض الدراسات السابقة العربية وتم استخلاص العديد من النتائج والتوصيات التي من شأنها أن تثري الدراسة الحالية، ويمكن إيضاح أوجه الشبه والاختلاف في الجدول الآتي:

الجدول رقم 01 : مقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة

المجال	أوجه التشابه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية	أوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية
البيئة	ستتم دراسة الحالية في ولاية المسيلة دراسة حالة لاعبي نوادي المسيلة لكرة السلة	تم إجراء الدراسات السابقة في بيئة اجنبية و وطنية على مختلف ولايات الوطن ومختلف الرياضات
أدوات الدراسة	سنعتمد على الاستبيان في الدراسة الحالية من أجل تحقيق أهداف الدراسة	الإعتماد على المقابلة والاستبيان في الدراسات السابقة و الدراسة الحالية
المنهج	سوف نستخدم المنهج الوصفي التحليلي في الدراسة	إعتمدت جميع الدراسات السابقة على المنهج الوصفي
العينة	شملت عينة الدراسة مختلف أندية كرة السلة لولاية مسيلة	تم توجيه الاستبيان الى عينات الدراسة مختلفة في مختلف الرياضات والنوادي
الهدف	هدفت الدراسة الحالية إلى إبراز تأثير السمع البصري وتكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني	تناولت الدراسات السابقة متغير واحد هو لاعبي كرة سلة

المصدر: من إعداد الطالب بناء على ما سبق

1-9- ما يميز الدراسة الحالية على الدراسات السابقة

من خلال استعراضنا لبعض الدراسات السابقة العربية و الاجنبية تم استخلاص العديد من النتائج والتوصيات التي من شأنها أن تثري الدراسة الحالية، ويمكن إيضاح أوجه إختلاف بين دراستنا الحالية و الدراسات السابقة منها المنهجية المستخدمة، طبيعة النادي مجل الدراسة ، الفترة الزمنية ، كما أن هذه الدراسة تتفق هذه الدراسة مع الدراسات السابقة الوطنية في المتغير لاعبي كرة سلة ، و ما يميز الدراسة الحالية في المتغير المستقل المؤثرات على لاعبين هيا الوسائل السمعية والبصرية والوسائل التكنولوجية عن الدراسات السابقة أما ما يميزها في المتغير التابع هو الأداء الوظيفي والأداء التقني حيث لا توجد دراسات تناولت هاذين المتغيرين

الفصل الثاني

الاطار النظري السمعي والبصري و التكنولوجيا

تمهيد :

تعد لعبة كرة السلة من الألعاب الرياضية التي تتأثر بمجموعة من المؤثرات السمعية والبصرية وفق أسس علمية مدروسة لكونها من الألعاب التي ترتبط بكثرة متغيراتها وتركيبها وسرعة التغيير وكلها تحتاج إلى دراسة أهم المؤثرات السمعية والبصري على الأداء التقني والوظيفي للاعبين وتركز هذه الدراسة إلى معرفة إلى أهم المؤثرات على لاعبي كرة السلة من خلال التطرق إلى الأطار النظري و المفاهيمي للمتغيرات الدراسة الأطار النظري إلى السمعي والبصري و التكنولوجيا ، الأداء الوظيفي والتقني ، كرة السلة

2-1 السمعي البصري

2-1-1- تعريف الوسائل السمعية البصرية

لقد تعددت التسميات و الألفاظ التي سميت بها الوسائل السمعية البصرية، فهناك من يطلق عليها المواد الغير مطبوعة باعتبارها مواد لا تعتمد على الطباعة و مواد مطبوعة كالدوريات و النشرات و يتم إعدادها باستخدام طرق و أجهزة تكنولوجية، والبعض الآخر يسميها المواد غير التقليدية و الملاحظ أن جميع التسميات تتفق على أن المواد السمعية البصرية مواد غير مطبوعة تعتمد على حاسة السمع و البصر أو عليهما معا في إدراك المعلومات المسجلة (قطاف سفيان، 2021/2020، صفحة 41)

يمكن تعريف الوسائل السمعية والبصرية بشكل بسيط بأنها أي مادة صممت لتساعد في التعلم باستخدام حاستي السمع والبصر بشكل رئيسي، وبشكل عام يمكن أن نطلق لفظ وسيلة (الوسيلة) السمعية والبصرية على المواد والأدوات والمعدات وطرق استخدامها

و يرى محسن علي عطية 2008، أن الوسائل السمعية والبصرية تمثل جميع الوسائل التي تخاطب المتعلم عن طريق حاستي السمع والبصر معا ، ونستخدمها كمنفذ إلى ذهن المتعلم، ومن هذه الوسائل الأفلام السينمائية ، وتمتاز هذه الوسائل عن سابقتها في أنها تشرك عددا كبيرا من حواس المتعلم في عملية التعلم، وتجعل التعليم قريبا من الواقع فيكون التعليم بها أكثر ثباتا في ذهن المتعلم، وتجعل مردود المعلومات والخبرات التي تكتسب أكثر فعالية وذلك لأن الحواس قدرات تتكامل مع بعضها وإهمال بعضها سيؤثر سلبا في عملية التعلم (زروالي عماد، 2019، صفحة 35)

2-2-2 أنواع الوسائل السمعية البصرية

يتصف الفيديو بالمزايا الأساسية والشاملة للوسيلة التعليمية، مثل الصور المتحركة مع الصوت وتوجد أشكال عديدة متباينة للفيديو، هنالك مثلا أشرطة التسجيل وأقراص الفيديو وقصاصات الصور رقمية النظام، ويمكن صنع الفيديو أو استخدامه بنماذج إنتاج متنوعة، تتضمن المحاضرات والنقاشات أو الحوارات داخل الأستوديو أو التمثيلات أو الأفلام الوثائقية أو دراسات لحالات معينة أو قصاصات الصور رقمية أو قاعد المعلومات الصوتية والمرئية معا

1-2-1- الفيديو :

كلمة فيديو video مشتقة من الأصل اللاتيني، وتعني هذه الكلمة في اللغة اللاتينية " أنا أرى غير أن مصطلح فيديو لا يقتصر على الجانب البصري، بل يشمل على الجانبين البصري والسمعي مجتمعين معا (بن حمزة رضوان ، 2021/2020، صفحة 22)

1-2-2- جهاز الفيديو كاسيت " BETA "

تم اكتشاف هذا النظام من طرف الشركة اليابانية سوني وهي أول شركة استخدمت هذا النظام في صناعة الفيديو، أما الشركات الأخرى التي أنتجت هذا النظام فهي أيوا ، بيرزتيك) وتأتي اشروطة هذا النظام على شكل كاسيت يعرض نصف بوصة ثم يتم التسجيل عليها باتجاه واحد لفترات زمنية مختلفة بين شريط وآخر تتراوح بين ساعة وثلاث ساعات ويتم تسجيل وإعادة التسجيل على هذه الأشروطة وأجهزتها بشكل الأنظمة العالمية Palsecaminidisc، حيث يتم التغيير من نظام إلى آخر أوتوماتيكيا عند عرض الشريط المسجل. أما الأجهزة الجديدة فيوجد بها سرعة متوسطة ما بين سرعة العرض والإرجاع، وتسمى سرعة البحث أو تمرير الشريط بسرعة، ويمكن من خلالها مشاهدة المادة المسجلة على الشريط باختيار ما تريد مشاهدته

1-2-3- جهاز فيديو نظام (v.h.s)

تم اكتشاف هذا البرنامج من طرف شركة "جي. في. سي" J.V.C اليابانية وقد تم إنتاج هذا النظام في الوقت الذي تم فيه إنتاج نظام "أكيتا" من قبل شركة "سولي". ومن أهم الشركات العالمية المنتجة لهذا النظام نجد " . ر. س. ي " "IRACI الأمريكية و "اكاي" "هياشي" اليابانية و "شارب" سلوفينيا

شهد عالم الفيديو تقدما تكنولوجيا ملحوظا وظهور المستجدات والمستحدثات في مجال عرض العلوم والمعرفة ونقلها بتطوير اجهزة تسجيل الفيديو وتوظيف "SONY" ، فقد ظهرت تطورات حديثة نحو الرقمية، حيث قامت شركة على شريط واحد وتحويلها إلى Acadio إمكانيات أجهزة الفيديو الرقمية والذي يستطيع أن يسهل بدقة كل شيء وحدات الإنتاج المتكاملة (عشب عادل خشاب زكرياء، 2021/2020، صفحة 25)

1-2-4- التلفزيون

هي وسيلة لنقل الصور المتحركة والصوت عبر الأثير لتصل إلى الجماهير الغفيرة من الناس في منازلهم وفي الأماكن العامة وفي النوادي.. الخ. وتصابح انتشاره وإقبال الناس عليه تحسينات كبيرة في الإرسال والاستقبال معا فأمكن في بحر السنوات قليلة بدء الإرسال التلفزيوني تكبير شاشة جهاز الاستقبال من ستة بوصات حتى وصلت 23 بوصة، من إرسال غير ملون إلى إرسال ملون، بالإضافة إلى تحسين أساليب الإخراج التلفزيوني مما جعل التلفزيون وسيلة صعبة يوجهها الإنسان وفق ما يرى لتكون أكثر جذبا للانتباه المشاهد، وأعمق أثرا على شخصيته

(عبسي محمد خليل، 2019/2018، صفحة 41)

1-2-5-آلة التصوير:

تطور فن التصوير الرياضي الفوتوغرافي و أصبحت له قواعده و أساليبه في التعبير و اكتشفت إمكانيات آلة التصوير في تسجيل أو تكبير المظاهر قد تعجز حواس الإنسان عن إدراكها، فأمكن في سبيل المثال تصوير المباريات مثلا في كرة القدم بتركيب آلة التصوير فوق الميكروسكوب. لذلك احتلت الصورة الفوتوغرافية بفضل هذه التطورات في إمكانية آلة التصوير وقواعد التصوير أصبحت من أدوات التعبير و أصبحت تؤدي في الاتصال لا يقل أهمية عن دور الكلام.

1-2-6-أجهزة عرض الأفلام المتحركة Motion Films proector cinema :

تستخدم هذه الأجهزة في الأصل لعرض الأفلام السينمائية، وقد سخرت لأغراض التعليم بوصفها تشكل جزءا من تقنيات الاتصال الفعال في التعليم، وتتميز هذه الأجهزة بكونها قادرة على عرض الصور متحركة اعتمادا على مبدأ خداع البصر لأنها تعرض الصور بسرعة تفوق قدرة العين على إدراك الفاصلة بين الصورة وأخرى، فتبدو الصورة متحركة تمثل حركة الشيء الذي تم تصويره بشكل واقعي. بمعنى الصورة التي تظهر أمامنا متحركة هي في الأصل مكونة من عدد كبير من الصور ولكنها تعرض بطريقة لا تتمكن العين من إدراكها مجزأة لأن سرعة العرض أكثر من سرعة الإدراك البصري، إن الأجهزة العرض السينمائي أكثر من نوع بحسب مقاسات الأفلام التي تعرض بها.

1-2-7-آلة التصوير المتحركة

تمكن العالم "إديسون" من اختراع آلة التصوير المتحركة عام 1889 صور أول فيلم متحرك قصير، ثم بدأت في الظهور في فرنسا، ألمانيا وأمريكا وتقدمت فنون تصوير الصور المتحركة وعرضها، وأصبحت للسينما قواعد في التعبير وبذلك تمكن الإنسان من إضافة وسيلة إلى وسائل الاتصال المعروفة تجمع بين الصورة والصوت وانتشرت السينما في جميع أنحاء العالم ولم تقتصر وظيفة السينما على التربية والتوجيه فقط بل شملت علم التدريب والتعليم والدعاية أيضا كما أنها أصبحت من أهم الوسائل التي تستعمل في المجال الرياضي وذلك في تصوير المباريات في جميع الرياضات والألعاب.

جدول رقم 02 يبين أنواع وسائل السمعية البصرية

شكل العرض	نوع الوسيلة	أدوات العرض
بصري - ثابت	- صورة ورسومات ثابتة صورة ثابتة تسقط	عرض مباشر إسقاط ضوئي
سمعي	مواد سمعية أشرطة تسجيل	أجهزة تسجيل الكترونية الاتصال عن بعد
سمعي بصري ثابت	سمعي بصري أفلام ثابتة وشرائح	أجهزة تسجيل الكترونية وإسقاط ضوئي
سمعي وبصري ثابت متحرك	5 صورة متحركة ناطقة	أجهزة تسجيل الكترونية
سمعي بصري	التلفزيون	الاتصال عن بعد
سمعي وبصري متحرك	7 - الفيديو والتلفزيون	أجهزة متعددة

المصدر : ربحي مصطفى عليان (2001) : البحث العلمي أسسه مناهجه وأساليبه قراءاته، جامعة البلقان

التطبيقية، بيت الأفكار الدولية، عمان، الأردن

2-2-2- تكنولوجيا

ذا نظرنا إلى مجال تكنولوجيا المعلومات و الاتصال نجده شهد تطورا كبيرا، من الحواسيب إلى البرمجيات و الأقمار الصناعية، و الانترنت و تعزيز شبكات الاتصال المختلفة أشكالها و أنواعها، كل ذلك ساهم في خلق تنافسية كبيرة حادة بين مختلف القطاعات و المؤسسات.

2-2-2-1- مفهوم تكنولوجيا

هناك عدة تعاريف لتكنولوجيا المعلومات والاتصال و من أهمها:

يعرفها محمد الهادي "خليط من أجهزة الكمبيوتر ووسائل والاتصال، بداية من الألياف الضوئية إلى الأقمار الصناعية (حيدر، 2002، صفحة 253)

كما تعرف أيضا "تكنولوجيا المعلومات والاتصال هي مجموعة من الأجهزة والأدوات التي توفر عملية تخزين المعلومات و معالجتها ومن ثم استرجاعها و كذلك توصيلها عبر أجهزة الاتصالات المختلفة إلى أي مكان في العال (الهادي،، 2009، صفحة 32)

بأنها " مجموعة من الأدوات والبرمجيات التقنية الحديثة والمتطورة تعمل على جمع وتخزين ومعالجة المعلومات وإتاحتها في الوقت المناسب ، وإيصالها باستخدام أجهزة الاتصال المختلفة

2-2-2-2 وظائف تكنولوجيا :

تساعد تكنولوجيا المعلومات على توفير المعلومات المطلوبة للمستفيد بالدقة وفي الوقت المناسب، ومن أهم الوظائف الأساسية لهذه التكنولوجيا

الحصول على البيانات وتكون من خلال تخزين البيانات لأجل التعامل معها لاحقا

-المعالجة : وهي تحويل أشكال البيانات والمعلومات وتحليلها نتيجة ارتباطها مع الحاسوب وتشمل المعالجة على عدة عمليات ومنها: معالجة البيانات كالموز، أرقام خام، رسائل و تحويلها الى معلومات ذات فائدة. هناك أيضا معالجة المعلومات وهي تحويل أي من المعلومات الى أشكال مختلفة أكثر تفصيلا وتنوعا ودقة، إذ تكون معلومات نهائية واضحة وهادفة. نجد كذلك معالجة النصوص التي تعني صياغة وثائق نصية كالتقارير والنشرات الإخبارية وغيرها، تعمل على المساعدة في إدخال البيانات والنصوص والأشكال وعرضها بصورة جذابة. إضافة إلى معالجة

الأصوات بمعنى معالجة المعلومات الضوئية ، إذ شهدت هذه المعالجات تطورا نوعيا فقد وجدت نظما تسمح للأفراد بالتحدث مباشرة الى نظام الحاسوب لتوجيهه و لتنفيذ إجراءات محددة. وأخيرا من نظم المعالجة نجد معالجة الصورة أي تحويل المعلومات المرئية والرسوم والصور الى أشكال يمكن إدارتها ضمن الحاسوب أو تحويلها بين الأفراد و الحواسيب الأخرى؛

-خلق وتوليد المعلومات: تستخدم تكنولوجيا المعلومات دائما لخلق المعلومات من خلال المعالجة. ويقصد به معالجة البيانات وتنظيم المعلومات بشكل مفيد سواء على شكل أرقام، أو نصوص أو صور أو أصوات، و أحيانا إعادة توليد المعلومات بشكل أصلي وفي أحيان أخرى يجري تولدها بشكل جديد

-خزن البيانات والمعلومات: من خلال هذه الخطوة تحافظ الحواسيب أو الأجهزة الأخرى لتكنولوجيا المعلومات لاستخدام المعلومات و البيانات في وقت لاحق عند الحاجة لها-

الاسترجاع: وتعني وضع واستنساخ البيانات والمعلومات من أجل معالجة مستقبلية أو لنقلها إلى مستخدم آخر ولهذا يجب على مستخدم الحاسوب أن يحتفظ بعناوين الأوساط التي خزنت المعلومات عليها وجعلها جاهزة للاسترجاع والمعالجة

النقل: إرسال المعلومات من موقع إلى آخر فعلى سبيل المثال يقوم جهاز الهاتف أو الحاسوب المربوط مع الشبكة بنقل المحادثات والمعلومات من موقع الى آخر ويتم ذلك من خلال اعتماد أوساط مختلفة كالأقمار الصناعية و الألياف الضوئية.... الخ؛ (أشتيه، 2004/2003، صفحة 23)

2-2-3- خصائص تكنولوجيا:

تتميز تكنولوجيا المعلومات بمجموعة من الخصائص أهمها :

- **تقليص الوقت** : فالتكنولوجيا تجعل كل الأماكن الإلكترونية متجاورة، مثال على ذلك شبكة الانترنت التي تسمح لكل واحد منها بالحصول على ما يلزمه من معلومات و معطيات في وقت قصير مهما كان موقعه الجغرافي،
- **رفع الإنتاجية** : تعمل تكنولوجيا المعلومات على رفع الإنتاجية حين يتم استعمالها بشكل جيد و فعال؛
- **المرونة** : تعددت استعمالات تكنولوجيا المعلومات لتعدد احتياجاتها لها، أبسط مثال على ذلك الحاسوب الذي نستعمله في حياتنا اليومية والعملية، فهو أداة للكتابة والقيام بمختلف العمليات المعقدة مثل الاتصال عن البعد أو

القربالخ. كما أنها تمنح للإنتاج كفاءة عالية وهذا بكسب تكنولوجيا المعلومات مرونة كبيرة بالمقارنة مع آلة محدودة الاستعمال؛

- التتممة ويقصد بها الأسرع و الأصغر و الأقل تكلفة وهي من أهم مميزات تكنولوجيا المعلومات فهي تتميز بالتحسن الدائم في سرعتها وسعة ذاكرتها (معراج، 22 و 23 أبريل 2011، صفحة 110)

2-2-4- مكونات تكنولوجيا

تتكون تكنولوجيا المعلومات والاتصال من ثالث مكونات أساسية نذكرها كما يلي

الأجهزة والمعدات : وهي أجهزة قادرة على معالجة البيانات من خلال استقبالها و تخزينها واسترجاعها وتهدف إلى استخلاص النتائج التي يحتاجها متخذي القرار , كما أنها تتميز بسرعة تنفيذ العمليات والكفاءة العالية في نقل المعلومات ودقة النتائج , ومن أمثلتها : الكمبيوتر الثابت والمحمول , أجهزة شبكات العمل أجهزة المزود serveur , أجهزة خاصة بالمهندسين... الخ .

- البرمجيات :تؤدي الأجهزة و الآلات وظائفها من خلال البرمجيات التي تخبرها عن كيفية أداء مهمة معينة كتخزين ونقل وفتح البيانات والملفات ,ونجد من بينها : نظام التشغيل ,البرامج الخدمية , المترجمات ...الخ .

- شبكات الاتصال :تسمح هذه الشبكات باستغلال قدرات الاتصال عن بعد ,وهذا ما يسمح بتبادل المعلومات الكترونيا بكل سهولة ,ويمكن من الاتصال بمختلف الأطراف وتتمثل في : الانترنت الانترانت ,الإكسترانت.

-قاعدة البيانات : وهي عبارة على مجموعة متكاملة من البيانات المرتبطة منطقيا والمخزنة بطريقة جيدة ,يمكن الوصول إليها بسهولة ,تقوم بتحسين العمل و الأنظمة التطبيقية لمؤسسة ما من خلال المعلومات المخزنة مسبقا , ويعمل على التقليل من الأخطاء وتوفير الوقت

- القدرات البشرية : على الرغم من التطور الحاصل إلا أنه يبقى دور الإنسان متطلبا ضروريا وذلك للتحكم

ولتشغيل واستخدام هذه المكونات ,وكذا التنبؤ بأخطارها واختراع الجديد منها (عباوي، 2016/2017، صفحة 13)

2-2-5- متطلبات تكنولوجيا

يجب على المؤسسة توفير متطلبات أساسية تمكنها من تطبيق تكنولوجيا المعلومات والاتصال وتتمثل هذه المتطلبات فيما يلي

- متطلبات إدارية وتنظيمية وبشرية: وذلك بغية إيجاد نظام فعال يشجع ويحمس كل الإطارات العاملة في المؤسسة لإخراج كل ما لديهم من إمكانيات واستعدادات لتطبيقها .

-متطلبات تقنية :ويستلزم توفير الأجهزة المادية والبرامج و إدخالها في كل مفاصل و عمليات المؤسسة .

-متطلبات مالية :يستلزم توفير الدعم المالي لإدخال تكنولوجيا المعلومات والاتصال بحسب حاجة كل جهة إدارية، وكذا القيام بالتحليل المالي تجاه استخدامها ، كما يجب على المؤسسة اعتماد دراسة جدوى قبل إدخالها وذلك من أجل تأكيد فوائدها على المدى البعيد.

- متطلبات ثقافية ومعرفية ونفسية :وهو القيام بتنمية قدرات العاملين و مواكبتهم لكل ما هو جديد حتى يتم التكيف والتأقلم مع البيئة الخارجية للمؤسسة (محمد، 2014 / 2015 ، ، صفحة 180)

2-3-الأداء الوظيفي والتقني

2-3-1- مفهوم الأداء

إن أصل مصطلح الأداء هو لاتيني (performance)، فاللغة الإنجليزية هي التي أعطت له معنأ واضحاً ومحدداً (to perform)بمعنى تأدية عمل أو إنجاز نشاط أو تنفيذ مهمة، أو بمعنى القيام بفعل يساعد على الوصول إلى الأهداف المسطرة.

ويعرف الأداء لغويا حسب قاموس (Le Petit Robert) بأنه: "تحقيق النتيجة المطلوبة من طرف عداء" وذلك في التعريف الأول، بينما في التعريف الثاني له في نفس القاموس فهو يعني "النتيجة الاقتصادية التي يمكن أن تحققها آلة".

أمأ فيما يخص التعاريف الاصطلاحية التي قدمها المفكرون والباحثون لمفهوم الأداء فسندقم أهمها وأبرزها من خلال الآتي:

يشير قود (Good) للأداء على أنه "الإنجاز الفعلي كما يصنف من القابلية أو الطاقة أو القدرة الكامنة وخلق فرص التعلم التي تمكن الطلبة من اكتساب المعرفة والمهارات. (بوعطيط جلال الدين، 2009، صفحة 72) عرف أحمد زكي بدوي الأداء " هو تنفيذ أمر أو واجب أو عمل ما أسند إلى شخص أو مجموعة للقيام به

تعريف الأداء حسب : (D. Kaisergruber et J. handrien) يعبر الأداء حسب هذين الكاتبين عن: " إصدار حكم على الشرعية الاجتماعية لنشاط معين". نستنتج من هذا التعريف أن الأداء مرتبط بفعل ومعرفة اجتماعية، بما يقود إلى اكتساب قبول اجتماعي للأنشطة التي تقوم بها المؤسسة إلى جانب الشرعية الاقتصادية. (الشيخ الداوي، 2010 ، صفحة 3)

كثيرا ما يستعمل مصطلح الأداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنجز، فيذكر (1989) THOMAS (ان الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل، سايرتها بحوث أخرى في الرياضة وترتبط كثيرا بين العمل والرياضة العمل - والفريق لذا فإن اغلب التعارف

التي أعطيت للأداء كانت ذا صلة كبيرة بالإنتاج ". وكان تعريف (منصور (1973) للأداء " بأنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة " وتأسيسا على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد ترتكز على أمرين اثنين: - الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي واجباته ومسؤولياته

الثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أداءه العملة ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكانية الاعتماد على العامل وتفكيره المتزن والاستعداد الشخصي له كما ورد في (زعيتر بهاء الدين، 2021/2020، صفحة 48)

هو كفاءة العامل لعلمه و مسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله و تحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة، وبناءً على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد ترتكز على اثنين هما:

أولاً: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي واجبات و مسؤولياته. ثانياً: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أداءه لعمله Thomas 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كا : القدرة الاستعداد الدافعية و أغلبها تشكل مفهوم الأداء، مضيفاً أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة (). ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى ويستعمل بشكل واسع لتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها و ملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي و التي تتطلب تذكر المعلومات و إظهار القدرات و المهارات

3-2-2-أنواع الأداء :

1.2-الأداء والمواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ واللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد.

2.2-الأداء الدائري:

طريقة هادفة لتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة.

3.2-الأداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة (قاسم حسن حسين، 1998 ، صفحة 42)

تحليل الأداء :

يتطلب تحليل الأداء لرياضة معينة الأخذ في الإعتبار طبيعة الموقف وخصائص المهارة كما يمكن تحليل أداء رياضة ما الى

مهارات نوعية، والتي يمكن أن تتفرغ حسب نوع الموقف.

وهذا وتجدر الإشارة الى أن تحليل الأداء يتطلب من المدرب المعرفة الكاملة بالأداء المهاري ومكوناته لرياضة معينة، ويمكن تحقيق الاستعانة ببعض المراجع المتخصصة.

قياس الأداء :

يمكن قياس الأداء جيدا كلما أمكن القياس الكمي الموضوعي بشكل أفضل، ومن أمثلة القياسات الكمية الموضوعية استخدام الزمن، كما هو الحال في مسابقات السباحة أو المضمار و استخدام المسافة كما هو الحال في مسابقات دفع الجلة والوثب العالي بينما توجد رياضات أخرى يصعب معها هذا النوع في القياس الكمي مثل كرة القدم، المصارعة،

الجمباز ... الخ . وبالرغم من ذلك يمكن التفكير و الابتكار في استخدام التقدير الكمي (طوبال عنتر،

2017/2016، صفحة 26)

2-3-3-الأداء التقني: "هو سلوك معين للفرد يحدده عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح والفرض الموجود وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت في الجهد وهو أيضا "مستوى اللاعبين ومدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة، كما أنه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة". (كحلوش ابراهيم، 2022، صفحة 6)

الأداء التكتيكي: هو "فن أداء المهارات في المنافسات بطريقة مباشرة أو غير مباشرة وذلك من خلال صياغة مفاهيم تتفق وإمكانية إحراز الفوز. وهو وسيلة لاستخدام القدرات البدنية و المهارية والذهنية والنفسية للاعبين الفريق من خلال تحركات معينة طبقاً لظروف المباراة بهدف الحد من مميزات الفريق المنافس والاستفادة من نقاط ضعفه لتحقيق الفوز للفريق في الإطار القانوني للعبة

2-3-4- الأداء الوظيفي:

"هو ذلك النشاط أو المهارة أو الأداء المبذول من طرف الفرد سواء كان هذا الجهد عضليا أو فكريا من أجل اتمام مهام الوظيفة الموكلة له، حيث يحدث هذا السلوك تغييرا بكفاءة وفعالية يُحقق من خلالها الأهداف المسطرة من قبل المنظمة

ونعرفه إجرائيا: "المردود الذي يقدمه المدرب خلال العملية التدريبية بمختلف مراحلها وخلال المنافسات الرسمية مباريات كرة القدم) ويتعلق بدرجة كبيرة بجانب تسيير وإدارة المجموعة الرياضية لبلوغ أهدافها المسطرة، والذي تتحكم فيه مجموعة كبيرة من العوامل مثل الجانب التنظيمي والجانب الخططي والجانب النفسي والجانب الانفعالي وغيرها (أحمد عماد الدين يونس ، 2024 ، صفحة 4)

يشير الأداء الوظيفي إلى درجة تحقيق وإتمام المهام المكونة لوظيفة الفرد، وهو يعكس الكيفية التي يتحقق بها، أو يشبع الفرد بها متطلبات الوظيفة، وغالبا ما يحدث لبس وتداخل بين الأداء والجهد، فالجهد يشير إلى الطاقة المبذولة، أما الأداء فيقاس على أساس النتائج التي حققها الفرد، فمثلا الطالب قد يبذل جهدا كبيرا في الاستعداد لامتحان، ولكنه يحصل على درجات منخفضة، وفي مثل هذه الحالة يكون الجهد المبذول عالي بينما الأداء منخفض

أما نيكولاس (F.W.Nickolas) فقد عرف الأداء الوظيفي (Performance) أنه نتاج السلوك، كما أن الأداء الوظيفي "إنجاز الأعمال كما يجب أن تتجزه" أي أن إسهامات الفرد في تحقيق أهداف المنظمة مرتبطة بدرجة تحقيق وإتمام مهام وظيفية، فالأداء إذن سلوك يسهم فيه الفرد في التعبير عن إسهاماته في تحقيق

أهداف المنظمة على أن يدعم هذا السلوك ويبرر من قبل إدارة المنظمة بما يضمن النوعية والجودة من خلال التدريب (عمر حمداوي ، أحمد بخوش، 2012، صفحة 10)

خلاصة الفصل

من خلال ما تطرقنا له في الفصل النظري للموضوع للمتغيرات الدراسة من خلال تقديم مفاهيم حول السمعي والبصري و الأداء الوظيفي و كرة السلة ، بما أن كرة السلة من الرياضات ذات النسق العالي و الندية الكبيرة في المنافسة فهي تتطلب إمكانيات و قدرات بدنية عالية سواء في الهجوم أو الدفاع متمثلة في القوة بأنواعها خاصة القوة المميزة بالسرعة و المداومة و السرعة و الرشاقة و المرونة، وذلك استجابة لشكل الأداء و الفورمة الرياضية التي أصبحت تميز أغلب لاعبي كرة السلة لمواجهة منافسين يتمتعون في الغالب بنفس الصفات البدنية و المهارية مما يجعل معظم الفرق العالمية على حد سواء تقريبا

الفصل الثالث

الإطار النظري كرة السلة

تمهيد

كرة السلة من الرياضات ذات النسق العالي و الندية الكبيرة في المنافسة فهي تتطلب إمكانيات و قدرات بدنية عالية سواء في الهجوم أو الدفاع متمثلة في القوة بأنواعها خاصة القوة المميزة بالسرعة و المداومة و السرعة و الرشاقة و المرونة، وذلك استجابة لشكل الأداء و الفورمة الرياضية التي أصبحت تميز أغلب لاعبي كرة السلة لمواجهة منافسين يتمتعون في الغالب بنفس الصفات البدنية و المهارية مما يجعل معظم الفرق العالمية على حد سواء تقريبا. و تعتبر المهارات الأساسية في كرة السلة الركيزة الأولى للتحكم في اللعبة أنها من الأنشطة الجماعية التي تمارس بين فريقين يتنافسان في مساحة صغيرة نسبيا إذا ما قورنت بغيرها من الأنشطة الأخرى، فهي تتسم بالتفاعل الإيجابي المستمر للعديد من العمليات الدفاعية والهجومية بنسبة عالية

3-1- نشأة كرة السلة:

إن هذه اللعبة الأمريكية الأصل ابتكرها "جايمس نايسميث" وهذا الابتكار جاء نتيجة لحاجة المجتمع للتطور والحركة في فصل الشتاء حيث المطر والبرد في الملاعب المكشوفة يسبب توقف الأنشطة الرياضية في تلك الفترة، فجاء التفكير لإيجاد قاعة داخلية تمارس فيها ألعاب غير التي تمارس في الملاعب المكشوفة، حيث أن هذا السبب دعا العاملين في حقل التربية الرياضية لإيجاد لعبة تمارس في الملاعب الداخلية فعدوا اجتماعا في صيف (1891) في كلية "سبرينغفيلد" برئاسة لوثر جوليك وقد تم اختيار الدكتور جايمس نايسميث ليدرس التمرينات السويدية وبعد فترة جاء تقرير الدكتور جايمس في خريف (1891) بأن هذا النوع من النشاط لا يفي بالغرض المنشود، فأخذ يفكر في إيجاد حل للمشكلة وبعد التحليل والتركيب للألعاب المختلفة جاء تفكيره بلعبة تلعب باليدين بدل القدمين وجعل الهدف سلة الخوخ ولذلك أطلق عليها كرة السلة وقد وضع قانون من ثلاثة عشر مادة لا يزال مطبق لحد الآن وأخذت تنتشر في الولايات والمناطق الأمريكية وكان عدد اللاعبين تسعة، ثلاثة لاعبين في الهجوم، ثلاثة في الوسط وثلاثة في الدفاع حتى أصبح الآن خمسة لاعبين.

اجتذبت كرة السلة الكثير من الشباب في ذلك الوقت ثم انتقلت إلى المدارس والجامعات الأمريكية وتولت جمعية الشبان المسيحية نشر اللعبة عن طريق فروعها المنتشرة في معظم الولايات الأمريكية، وبدأ شباب العالم يتعرف على لعبة كرة السلة خاصة في دورة الألعاب الأولمبية التي أقيمت سنة 1904م بمدينة سان لويس الأمريكية حيث قدمت بعض الفرق الأمريكية عروضاً لفنون اللعبة أمام مجموعة من الدول المشاركة في هذه الدورة، وأدت هذه العروض إلى الاعتراف بلعبة كرة السلة وإدراجها ضمن برنامج الألعاب الأولمبية (مصطفى زيدان ، 1997 ، صفحة 15)

وفي عام 1915 اجتمعت هيئة ممثلي الكليات والمدارس الثانوية ومراكز جمعية الشبان المسيحية بالولايات المتحدة لوضع قوانين موحدة لكرة السلة إذ كان المتبع حتى ذلك التاريخ، إذ تشكل كل ولاية لجنة خاصة بها لوضع طريقة تطبيق القوانين ، فاختلقت بذلك طرق التطبيق من ولاية لأخرى .
وفي أثناء الحرب العالمية الأولى (1914-1918) انتشرت اللعبة عن طريق الجنود الأمريكيين في أنحاء العالم .

وفي عام 1920 إتضح أن عدد الدول التي تبنت هذه اللعبة قد بلغت 49 دولة .
وفي عام 1936 أقيمت الألعاب الأولمبية ببرلين ، ودخلت كرة السلة الميدان الأولمبي واشترك في هذه اللعبة في تلك الدورة 21 دولة كان من بينها جمهورية مصر العربية ، وفي عام 1940-1941 احتفل بذكرى مرور 50 سنة على اختراع لعبة كرة السلة ، وكان من ضمن الإحصاءات التي قدمت في هذه المناسبة أن 90 مليون نسمة شاهدوا مباريات كرة السلة في ذلك العام بأمريكا فقط (: كرة السلة للجميع دار الفكر العربي ، ط 7 القاهرة ، ، ، الصفحات 24-25).

وفي أثناء الحرب العالمية الثانية كان هناك 2000 فريق أمريكي لكرة السلة في إنجلترا و 1500 في إيطاليا .

وفي أمريكا الآن أكثر من 20 مليون لاعب كرة سلة ، كما يباع كل عام ما يزيد على 100.000 نسخة من القانون المطبوع للعبة .

ومن البلدان التي انتشرت فيها هذه اللعبة انتشارا واسعا الصين الشعبية وروسيا ، كما أن جميع دول العالم تمارس هذه اللعبة في الوقت الحاضر .

وقد خضعت قوانين اللعبة لكثير من التعديل والتغيير منذ نشأتها حتى لأن ، إذ بدأت بثلاثة عشر مادة وهي الآن أكثر من مائة مادة ، وكان التغيير دائما يرمي إلى إصلاح بعض المآخذ الموجودة ، أو العمل على الارتفاع بالمهارات المختلفة كالسرعة مثلا ، وحتى عصرنا هذا ، وفي كل اجتماع اولمبي تؤلف لجنة لتعديل قانون اللعبة حسب ما يجد من ظروف قد تستدعي هذا التعديل ، وفيما يلي نبذة عن بعض ما تناولته يد التعديل من قوانين :

* **السلتان** : كانتا سلتي خوخ فعلا ، وكانتا معلقتين على الحائط ، وكان القاع موجودا بها ، ثم عدلتا حتى أصبحتا من نسيج ذي مواصفات خاصة .

* **صالة اللعب** : كانت في بادئ الأمر عبارة عن أي مساحة مغطاة ، فكان كمخزن التبن وغير ذلك من بنايات يكفي ويعتبر مناسبا للعب حتى لو كان به بعض العمد التي تسند هذا البناء ثم أصبح الملعب ذا مقاييس وأبعاد ومواصفات خاصة .

* **عدد اللاعبين** : كان 9 ثم 7 لاعبين حسب اتفاق رئيسي الفريقين ثم عدل حتى أصبح الآن 5 عدد أفراد الفريق 12 .

* **الكرة** : كانت كرة قدم عند اختراع اللعبة ، وأصبحت كرة خاصة بالعبة .

* **الرمية الحرة** : كان في كل فريق شخص واحد هو الذي يتولى جميع رمياته الحرة والآن يتولى كل لاعب رمي الرميات الحرة التي نالها هو نتيجة ارتكاب الخطأ ضده .

* **كرة القفز** : كان الحكم يقوم برمي الكرة بين قلبي الهجوم بعد كل هدف ، ثم ألغى هذا القانون وأصبح الفريق الذي تصاب سلة هو الذين يتولى إدخالها من خارج الحدود النهائية ، وليست هذه الأمثلة للحصر ، ولكنها أمثلة طريفة لما كانت عليه اللعبة في بداية أمرها ، إن دل التغيير والتبديل في قواعد اللعبة على شيء ، فهو يدل على حيوية اللعبة وتفاعلها ، إلا إن كثرة هذا التعديل تستلزم تعديلا في تكتيك اللعبة الدفاعي والهجوم ، وهذا ما يحدث حتى الآن بالفعل (سيد حسن معوض ، 2003 ، الصفحات 24-26)

3-2- تعريف كرة السلة

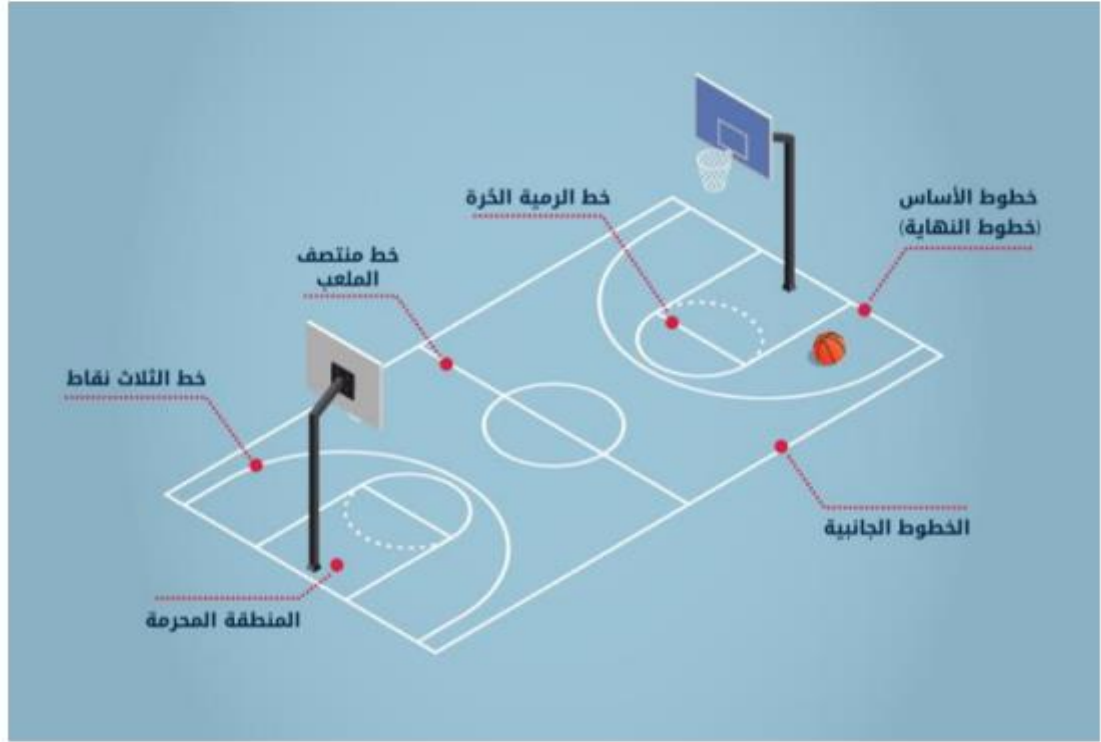
يرى مدحت صالح أن لعبة كرة السلة تعد لعبة ذات إيقاع سريع و التي يتحول فيها اللاعب من الهجوم إلى الدفاع ومن الدفاع إلى الهجوم بسرعة شديدة و هي لعبة الرشاقة سواء بالكرة أو بدونها، كما يتميز الأداء في هذه اللعبة بالانطلاقات الفجائية السريعة والتوقف غير المتوقع والوثب والدوران و تغيير الاتجاه و السرعة واستخدام العاب الخداع و بالإضافة إلى الإثارة وتنوع المهارات والخطط التي تتميز بها هذه اللعبة ، فهي من أكثر الألعاب الجماعية التي تكسب لاعبيها قدرات بدنية وعقلية و انفعالية واجتماعية تؤهلهم للتكيف مع المجتمع ومع البيئة بكل متغيراتها و صراعاتها. (رزيق كمال، 2023 2022 ،، صفحة 30)

كما يعرفها حسن عبد الجواد (1987) "بأن كرة السلة كأى رياضة أخرى لها مبادئها الأساسية المتعددة التي تعتمد في إتقانها على إتباع السلوك السليم في طرق التدريب صحيح، ويصوب نحو السلة بإحكام، ويتحرك بخفة وتصمي، ويحاور الكرة بمهارة عند اللزوم ويستعمل الارتكاز في أوسع مدى للخداع والحيلة". وهي لعبة تجري بين فريقين، يسعى كل فريق لإدخال الكرة في سلة مرتفعة عن أرض الملعب بارتفاع 3.05 متر. وفي كل جهة من الملعب سلة لفريق يركض أعضاء الفريق لإدخال الكرة في السلة التسجيل نقطة تفوق. وتستطيع السيدات والرجال ممارستها ضمن القوانين نفسها والقواعد المهارية ذاتها. (حسن عبد الجواد، 1987، صفحة 119)

3-3- ملعب كرة السلة:

يكون شكل ملعب كرة السلة على شكل مستطيل ، طول الملعب يسمى بالخط الجانبي (28م) وعرضه يسمى بالخط النهائي (15م)، يبلغ ارتفاع سقف الملعب 8 م ، قطر الدائرة المركزية وسط الملعب 3.60م يباغ ارتفاع السلة 3,05م وعرضها 45 سم ، ويبعد مكان الرمية الحرة ب 4.8م، وخط قوس المنطقة الثلاثية 6.75م (بهلولي صدام، 2022/2021، صفحة 71)

الشكل رقم 01 : ملعب كرة السلة



المصدر: (بهلولي صدام، 2022/2021، صفحة 72)

3-4- مقاييس الملعب كرة السلة

- في سنة 1907: (100×60) قدم لعدد 9 لاعبين .
- (72×50) قدم لعدد 5 لاعبين .
- في سنة 1922: (70×45) قدم .
- في سنة 1983: (72×40) قدم .
- (85×45) قدم .
- في سنة 1953: الإبقاء على اعتماد اللاعبين ولكن تحويل القياس إلى المتر .
- (24×13) مترا
- (28×15) مترا
- في سنة 1956: ثم اعتماد ثلاثة مقاييس للملاعب
- الملعب المتوسط (26×14) مترا.
- الملعب الكبير (28×15) مترا .
- الملعب الصغير (24×13) مترا.

- في سنة 1985: تم رسم نصف دائرة حول الهدف تبعد عنه مسافة 6متر وتحسب الإصابة بثلاثة نقاط إذا أجريت من هذه المسافة .

- في سنة 1999: تم اعتماد مقياسين للمعرب هما :
- (15×28) مترا للمنافسات الدولية .
- (14×26) مترا للمنافسات المحلية

اللاعبون

- في سنة 1905 : 9 لاعبين .
- في سنة 1907 : من 5 إلى 9 لاعبين حسب اتفاق الفريقين .
- في سنة 1922 : من 6 إلى 9 لاعبين حسب اتفاق الفريقين .
- في سنة 1924 : 6 لاعبين فقط .
- في سنة 1928 : 5 لاعبين فقط .

*وقت المباراة

- في سنة 1905 : شوطين مدة كل شوط 12 دقيقة .
- في سنة 1907 : شوطان مدة كل شوط 15 دقيقة .
- في سنة 1924 : أربعة أشواط مدة كل شوط 8 دقائق .
- في سنة 1928 : شوطان مدة كل شوط 20 دقيقة .
- في سنة 1999 : شوطان مدة كل شوط 20 دقيقة يتم تقسمها إلى فترتين كل فترة 10 دقائق وبينهما دقيقتان للراحة

3-5- الخصائص المميزة لكرة السلة:

- الكرة : كروية الشكل وزنها وحجمها متغيرين حسب السن والجنس والمحيط (75-780 سم).

- الوزن

- الملعب مستطيل طول من 26-28 م (وعرضه 14) م.15).

- السلة : هي حلقة أفقية قطرها 45 سم, تقع على ارتفاع (3.05م) من الأرض تحتسب نقطة عند اختيار الكرة الحلقة من الأعلى نحو الأسفل.

- اللاعبون 05 لاعبون لكل فريق (كمال خباز،، 2018/2017، صفحة 81)

3-6- قوانين كرة السلة:

-يتكون اللقاء من 4 فترات بـ 10 دقائق.

- توجد راحة قدرها 2 د تقصّل بين الفترات الأولى والثانية والثالثة والرابعة وقبل كل تمديد

-توجد راحة قدرها 15 دقيقة بين الشوطين.

-ينبغي على الفريقين التبادل بالسلة في الفترة الثالثة.

-الحق للمستقبل في اختيار السلة ومقعد الفريق وينبغي أن يعلم الحكم بذلك قبل 20 دقيقة

على الأقل من بداية اللقاء.

-يبدأ اللقاء رسمياً بين اثنين داخل الدائرة المركزية لحظة ضرب الكرة بطريقة قانونية.

-إن سجل لاعب عن غير قصد في سلة لعب فريقه فإن النقاط تسجل لصالح فريق الخصم.

-إن سجل لاعب عمداً سلة من الملعب في سلة فريقه فهذا يعد خرق ولا تحتسب النقاط.

-إذا قام لاعب بإدخال كرة من أسفل فهذا خرق وانتهاك.

-لا يمكن بدأ اللقاء إذا لم يدخل احد الفريقين بخمس لاعبين مستعدين للعب على ارض الملعب.

-يمكن منح كل فريق من فترات اللعب الثلاث الأولى وقت مستقطع ويمكن منح الفريق

مرتين وقت مستقطع في الفترة الرابعة, ووقت مستقطع واحد أثناء كل تمديد.

- يبدأ الوقت المستقطع الفريق عندما يصفر الحكم ويقوم بالإشارة المناسبة
- يمكن منح كل فريق من فترات اللعب الثلاث الأولى وقت مستقطع ويمكن منح الفريق مرتين وقت مستقطع في الفترة الرابعة، ووقت مستقطع واحد أثناء كل تمديد.
- يبدأ الوقت المستقطع للفريق عندما يصفر الحكم ويقوم بالإشارة المناسبة.
- إذا طلب التبديل فإن الوقت المستقطع ينبغي على لاعب الاحتكاك التقدم نحو السجل قبل دخول الملعب
- تلعب الكرة في لعبة كرة السلة باليد أو اليدين فقط.
- يعتبر الجري بالكرة أو ضربها بالرجل أو إيقافها بالرجل خرق وانتهاك.
- يكون نجاح دخول الكرة كالتالي:
- نجاح سلة من جرة رمية حرة تحتسب نقطة واحدة.
- نجاح سلة من داخل منطقة ثلاثة نقاط تحتسب نقطتين.
- نجاح سلة من خارج منطقة ثلاثة نقاط تحتسب ثلاث 3 نقاط (حسن سيد معوض، 1997، صفحة 74)

3-7- المهارات الأساسية في كرة السلة:

تعتبر المهارات الأساسية في كرة السلة الركيزة الأولى للتحكم في اللعبة حيث يشير أحمد مهدي أنها من الأنشطة الجماعية التي تمارس بين فريقين يتنافسان في مساحة صغيرة نسبياً إذا ما قورنت بغيرها من الأنشطة الأخرى، فهي تتسم بالتفاعل الإيجابي المستمر للعديد من العمليات الدفاعية والهجومية بنسبة عالية وكذا التهديد، ويذكر مصطفى زيدان وجمال موسى أنها رياضة جماعية ذات شعبية واسعة يمارسها أعداد كبيرة من الرياضيين على مستوى العالم وتعد واحدة من الألعاب الرياضية الأسرع تطوراً ونمواً، ويتطلب الأداء الجيد السرعة والتحمل ودرجة عالية من المهارة وهي تمارس على مستوى الهواية والاحتراف.

وتعد المهارات الأساسية لكرة السلة على أنها كل مفردات الحركة ذات الواجبات المختلفة والتي يؤدي في إطار قانون اللعبة، سواء كانت بالكرة أو بدونها ويعد مدى إجابة أفراد أي فريق لكافة أشكال المهارات الأساسية من أهم العوامل التي تؤدي إلى النجاح والتفوق، إذ لا يوجد بين المهارات الأساسية ما هو مهم وما هو أقل أهمية، لأن اللاعب في حاجة ماسة لكل مهارات اللعبة طوال المباريات بالرغم أنه قد لا يستخدم بعضها لأن ظروف المباراة لا تتيح فرصة استخدامه .

(Jerry krause et autre, 2011, p25)

تنقسم المهارات الأساسية في كرة السلة إلى نوعين:

أ) مهارات فردية هجومية:

وتتمثل في كل من:

- مسك الكرة واستلامها.
- التحكم في الكرة.
- التمرير
- المحاورة.
- التصويب.
- الحركات الخداعية.

ب) مهارات فردية دفاعية و تتمثل في:

- وقفة الاستعداد الدفاعية.
- حركات القدمان الدفاعية.
- المكان الدفاعي.
- المسافة الدفاعية.
- الدفاع ضد المحاور.
- الدفاع ضد المصوب.
- قطع التمريرات.
- جمع الكرات المرتدة.

2-3-1 مهارة التصويب:

تحدد نتيجة مباراة كرة السلة بعدد التصويبات الناجحة التي يحرزها في سلة الفريق المنافس كذلك فإن كل ما يؤدي اللاعبون من مهارات هجومية كالتمرير والمحاورة وحركات القدمين الهجومية، وغيرها من مهارات اللعبة الفردية والجماعية كألعاب الستار وألعاب التعاون مع رجل الارتكاز، كل ذلك ما هو إلا إعداد وخلق ظروف مناسبة وأمنة لعملية التصويب على السلة. (مصطفى محمد زيدان، 1997، ص70)

التصويب هو عملية دفع الكرة باتجاه الهدف على شكل حركة رمي باستخدام ذراع أو ذراعين والتصويب يكون الهدف الأساسي الذي يتوج جميع العمليات التي تحدث بكرة السلة إذ يعد المهارة الأساسية الأولى من حيث الأهمية والتي عن طريقها يمكن تحقيق الانتصار في المباراة لذا يعتمد على أربع عناصر مهمة:

- ❖ اتخاذ القرار الصحيح للتصويب.
- ❖ إعطاء الارتفاع الصحيح للتصويب.
- ❖ إعطاء المسار الصحيح للتصويب.
- ❖ التصويب بالكرة عند المسافة المناسبة. (أمجد محمد العثوم وأخرون، 1998، ص29)

❖

2-3-1-1- من أجل تطوير التصويب:

فإنه يجب:

- ❖ أداء التصويب المستخدم في الهجوم. (التصويب من القفز وغيره)
- ❖ أداء التصويب من الحركة حتى يتمكن من الحصول على موقف تصويبي مفتوح والتكيف مع ظروف المباراة.
- ❖ أن يتم أداء التصويب بدون دفاع من فترة الإعداد الأولية حتى يتمكن من تطوير عامل الثقة بالنسبة للاعبين في قدراتهم على التسجيل من نقاط مختلفة.
- ❖ أن يأخذ اللاعبون فترة كافية لتصويب الرمية الحرة قبل بدء التدريب.
- ❖ يتم تطوير السرعة الحركية مع الاحتفاظ بالدقة وهي التي سوف تؤدي في ظروف المباراة وهي تؤدي من حركات قطع السريعة وغيرها
- ❖ التركيز على أداء التصويب من الاستلام ومن الحركة دون استعمال المحاورة.
- ❖ تعليم اللاعبين الحركات المطلوبة حتى يصبح المجال مفتوح
- ❖ أن يؤدي اللاعبون التصويب والحركات الخاصة بالتصويب من أماكن متعددة.
- ❖ تدريبات التصويب التنافسية وتسجيل نسب التصويب يجب أن يتم إنجازها.
- ❖ أن يتخيل اللاعب نفسه في حالات المباراة أثناء أداء تدريبات التصويب.
- ❖ أن يكون هناك تفكير سائد عند اللاعبين وهو أن كل تصويبة ناجحة تجعل الفريق متقدم في المباراة.
- ❖ في معظم تدريبات التصويب بعد فترة الإعداد الأساسية يجب إدماج اللاعب المدافع الزيادة التصويب في وجود المضايقة الدفاعية. (محمد عبد الرحيم إسماعيل، 1990، ص 77-78)

2-3-1-2- متى تصوب:

- ❖ إذا وانتك الفرصة وأنت في مركز تعودت منه إصابة الهدف فلا تتردد في التصويب.
- ❖ إذا انحرقت منك الكرة في المحاولات الأولى أثناء المباراة فلا تحجم نهائياً عن التصويب ويحتويك اليأس ولكن حاول أن تخلق لنفسك مواقف أخرى أكثر أمناً وأكثر راحة.
- ❖ تذكر أن نجاحك في إصابة الهدف مرة أو أكثر في أول مباراة، إنما يمنحك قسطاً كبيراً من الثقة في النفس فلا تتسرع بل أصبر حتى تأتيك الفرصة المناسبة.
- ❖ إذا كانت حالتك اليوم جيدة ونسبة تصويبكم حسنة فاغتنم الفرصة وأعمل على رفع رصيد فريقك.
- ❖ إذا واجهك خصمك بدفاع المنطقة فاعلم أن الفرصة قد حانت لتمطرحهم بتصويباتك البعيدة والمتوسطة، فالتصويب في مثل هذا الموقف الهجومي يجبر الخصم على ترك مواقعه الدفاعية تحت السلة فتتاح لك ولزملائك فرصة الدخول والتصويب عن قرب.
- ❖ إذا واجهك خصمك بدفاع رجل لرجل فاعلم أن فرصة التصويب السلمي واخترق الدفاع سوف تكون هي الغالبة بعد تخلصك من مراقبيك.

❖ تأكد من إمكانية متابعة زملائك لتصويباتك قبل الشروع في أي محاولة فالمتابعة جزء متمم للتصويب.

(محمد عبد العزيز سلامة، 2013، ص21-22)

2-3-1-3- أهمية التصويب:

إن الغرض الأساسي في مباريات كرة السلة هو التهديد في سلة الفريق أكبر عدد من المرات أن عدد الإصابات هو الذي يحدد الفريق الفائز والفريق المهزوم.

فالتصويب هو المهارة التي تتوج جميع المهارات، ففي أي لعبة يكون الغرض منها إصابة الهدف بأكبر عدد من النقاط لذلك فإن جميع المهارات الأساسية تصبح عديمة الجودة إذا لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح ويوضح جلين ويلكس أن التصويب من الأساسيات المهمة جدا في كرة السلة بغض النظر عن إتقان الفريق لأي مهارة أخرى، فبدون التصويب الجيد لن يتمكن الفريق من الفوز بالمباراة.

ويؤكد أحمد كامل حسين أن مهارة التصويب تعتبر من أهم المهارات في كرة السلة التي يجب إجادتها من جميع أعضاء الفريق باعتبارها المرحلة النهائية لجميع الخطط المدروسة والحركات الخداعية لمجهودات اللاعبين أثناء الهجوم.

2-3-1-4- أنواع التصويب:

وينقسم أنواع التصويب إلى الآتي:

أ- التصويب من الثبات:

يقسم إلى عدة أنواع هي:

-التصويبة الصدرية من الثبات:

يقتصر استخدام هذا النوع من التصويب على اللاعبين الناشئين ويستخدمها المبتدئون كتصويبه ميدانية تمهيدا لتعلم مهارة التصويب من القفز وتؤدي بأخذ اللاعب الابتدائي وضعية الثبات مع ثني الركبتين قليلا للمساعدة في دفع الكرة إلى السلة ثم تمتد الركبتان وتستقيم الذراع المصوبة أماما عاليا في توقيت انسيابي وحركة إضافية لرسغ اليد يعطي بها اللاعب للكرة السرعة اللازمة للانطلاق والدوران اللازم لها، كذلك المدار المطلوب تبعا للمسافة التي تقطعها الكرة إلى السلة مع ملاحظة التصويب على مقدمة الحلقة القريبة من اللاعب المصوب ويراعي أهمية أن تتم جمع حركات فرد الركبتين والجذع والذراع بحيث تتم في حركة انسيابية واحدة متصلة.

-التصويبة باليدين من فوق الرأس:

هذا النوع من التصويب يشابه تماما الصدرية إلا أن في هذا النوع تبدأ الكرة من نفس الرأس مع مراعاة نفس الوضعية السابقة عند الأداء الحركي لهذه التصويبة. ويجب أن تبدأ الحركة من مد مفصلي الركبتين بحيث يكون الجسم عمودي ومرجحة الذراعين أماما عاليا مع امتدادها ومتابعة الكرة بالسبابين في الأخير كما يجب أن تكون القدمان مفتوحتين بقدر الصدر أو قدم متقدمة على الأخرى مع انثناء بسيط للركبتين واسترخاء كلي قبل التصويب. من خلال هذا يمكن للناشئ تأدية المهارة بدون صعوبات حركية أو ميكانيكية تؤثر على مسار الكرة وعملية التهديد على السلة، يجب التركيز على مغادرة الكرة لليد عند أعلى نقطة في مسار القفز وعلى اللاعب اختيار الطريقة التي

تناسبه في مسك الكرة والمهم في هذه التقنية هو الحفاظ على التوازن أثناء القفز .

التصويب من الكتف:

يستخدم هذا النوع من التصويب عادة للتصويب من المسافات المتوسطة، وهو أكثر استعمالاً من التصويب من اليدين لأنه أسرع في الأداء في هذا النوع يجب أن تكون أصابع اليد الماسكة للكرة منتشرة على أكبر جزء مع تثبيت الكرة باليد الأخرى. عند انطلاقها ومتابعة مسار الكرة بحركة اليد حتى لا تتحرف عن مسارها وتتعدد الأشكال في هذا النوع حسب ارتفاع المرفق مع مراعاة الوقفة الصحيحة بثني الركبتين على مداومة النظر إلى السلة وعدم قطع حركة اليد

ب- التصويب من القفز:

تعد مهارة التصويب من القفز إحدى أهم التصويبات في المباراة مع السلمية والتصويب من الثبات للرمية الحرة وتؤدي بمسك الكرة باليدين أمام الوجه مع وصول اللاعب أعلى نقطة يتم الدوران وعلى امتدادها تدفع الكرة إلى آخر نقطة في الحركة في الخلقه وتتطلب امتداد قوي

ج- التصويب السلمي:

يؤدي هذا النوع من التصويب في حالة ترك اللاعب بسرعة في اتجاه الهدف بعد عمل محاورة بالكرة أو بعد استلام الكرة من الزميل، ويستخدم اللاعب خطوات اقتراب خاصة بعد انتهائه من المحاورة أو بعد استلامه للكرة حتى يتسنى له الاقتراب أكثر من السلة. وتؤدي التصويبة السلمية عند استلام اللاعب الكرة من الزميل أو مسكها عقب المحاورة ويمكن حيازة الكرة في كلتا الحالتين مع لمس القدم اليمنى للأرض يقترب اللاعب نحو الهدف ويأخذ خطوة واحدة بالقدم اليسرى والارتقاء عليها الوثب عالياً مع رفع الركبة اليمنى أثناء التصويب باليد اليمنى ومتابعة الذراع المصوبة للكرة الرسغ والأصابع ثم الهبوط على القدمين معاً، ولا يندفع اللاعب بعيداً عن الهدف ليتمكن من متابعة الكرة مرة أخرى في حالة فشل الإصابة، وفي هذا النوع من التصويب يستحسن أن يكون توجيه الكرة غير مباشر على السلة وذلك باستعمال اللوحة الخلفية والمستطيل الأسود المرسوم عليها حيث تكون ملاسة الكرة للوحة على الخط الأسود الرأسي القريب من اللاعب وهذا لضمان إصابة الهدف. (حسن سيد معوض، 2003، ص128)

د- التصويب من رمية حرة:

تعد الرمية الحرة من أسهل أنواع التصويب في كرة السلة لأنها في كرة السلة الوحيدة التي تؤدي في المباراة بدون إعاقة من المدافعين، وتؤدي بحمل اللاعب الكرة على أصابع اليد اليمنى دون ملاسة راحة اليد وتكون أمام الوجه حيث يشكل الرسغ مع الساعد زاوية قائمة والساعد مع العضد زاوية قائمة والعضد مع الجذع زاوية قائمة ويشير المرفق لاتجاه الحلقة وتكون الذراع الأخرى (اليسرى) سند للكرة من الجانب. وعند التصويب يقدم اللاعب بفرد الذراع الحاملة للكرة والمتابعة برسغ اليد حيث تكون الأصابع مشيرة الطرف الحلقة، ويكون النظر موجه لطرف الحلقة والرأس على استقامة، كما يكون الجذع على استقامة دون تصلب. أما القدمان تكونان باتساع الخوض وانثناء خفيف

للركبتين، ثم عند أداء التصويب يقو اللاعب بمد الرجلين الأعلى لاكتساب الكرة القوة الدافعية المطلوبة.

2-3-2- المحاورة:

تعتبر المحاورة الوسيلة الثانية للتحرك والتقدم بالكرة بعد التمرير لكن تتعدى أهميتها بالنظر بالمجريات اللعب الذي يفرض على كل اللاعبين إتقان هذه التقنية بغرض التحكم والتنقل بالكرة، حيث أصبح من أهم مميزات اللعب الحديث التحكم في الكرة بصورة جيدة وغي جميع الظروف مما يسمح بتجاوز الخصم وإتاحة الفرص للفريق والسيطرة على مجريات اللعب والوصول إلى أهداف الفريق المضاد عدة مرات ويتفق معظم الباحثين والاختصاصيين في كرة السلة على أن المحاورة هي أصل المهارات الأساسية في اللعبة وعلى مدى إتقانها يتوقف مستوى أداء الفريق ويعتبر **حسن عبد الجواد (1987)** " المحاورة هي عبارة عن توافق عضلي عصبي بين جميع أعضاء الجسم حيث تؤدي بتناسق وانسجام دون أي تصلب عضلي عصبي "

ويؤكد **عصام الدين الدياسطي (1993)** أنها عبارة عن عملية دفع الكرة بالرسغ واستقبالها لدفعها مرة أخرى حيث تكون حركة الكرة مستمرة ومتصلة بين الأرض واليد، وهي حركة متوافقة منسجمة بين الذراع والرسغ والأصابع والرجلين والعينين والكرة، وهي الوسيلة الفنية الوحيدة التي تمكننا من المشي والجري في الملعب بحياسة الكرة وتؤدي المهارة انطلاقاً من وضعية الجسم المنحني للأمام مع ثني الركبتين قليلاً ويكون الساعد الأيمن موازياً للأرض مع تراخي عضلات الذراع تماماً، وتتم بالدفع المتتابع لكرة الساعد الأيمن موازياً للأرض بواسطة أصابع اليد، كما تكون هذه الأخيرة متباعدة وذلك للسيطرة على أكبر مساحة من الكرة لتوجيهها وتكون أصابع اليد المحاورة تشير إلى الأمام في اتجاه حركة الكرة، وحركة رسغ اليد المحاورة ومقدار فرد ثني ومد الرسغ والذراع يجب أن تكون انسيابية وتوافق اليد والكرة، كأنها مرتبطة بالأرسغ.

ويراعى أهمية دوام النظر إلى الأمام أثناء المحاورة، عند المحاورة باليد اليمنى توضع اليسرى أمام الجسم مع ثني الكوع وذلك للعمل على حماية الكرة من المدافع والعكس عند المحاورة باليد اليسرى، ويتوقف ارتفاع الكرة على 3 عناصر متمثلة في طول فرد وميله الطبيعي أنواع معين من الأداء وكذا سرعة المحاورة. (حسن سيد معوض، 1994، ص 83)

2-3-2-1- أنواع المحاورة:

كما ورد في أغلب المصادر الخاصة باللعبة أن المحاورة نوعان رئيسيان ويؤكد على ذلك **Peter Vary** وهما:
أ- المحاورة العليا:

فتستخدم بغرض الحركة السريعة أماما كما يحدث في الهجوم الخاطف وفي حالة عدم وجود مدافع بحيث يمكن اللاعب أخذ عدة خطوات مادامت الكرة لم تلامس يده وفي هذا النوع يكون الجسم ممدود أو مائل إلى الأمام حيث يكون ارتداد الكرة بأصابعه ثم يدفعها وهذا مع النظر إلى مساحة اللعب، ويكون مكان تنطيط الكرة خارج القدم المتقدمة.

(Gérard boc et Bernard creuse, 1985, p96)

ب- المحاورة المنخفضة:

وتستخدم أثناء وجود مدافع وذلك لتحاكي محاولاته لقطع الكرة، وتؤدي بنفس طريقة المحاورة السابقة الذكر ما عدا أن يكون التنطيط في حذاء الجسم وذلك لحماية الكرة من المدافع ويكون ارتفاع الكرة أقل من النوع الأول مع انثناء الجسم أكثر من ارتداد الكرة ويكون بمستوى الركبة.

وهناك العديد من مناورات التغيير للمحاورة المنخفضة وهي تنقسم إلى:

- المحاورة بتغيير الكرة من جانب إلى جانب من "يد إلى يد" أمام الجسم.
- المحاورة بتغيير الكرة من يد إلى يد بالارتكاز الخلفي.
- المحاورة بتقويت الكرة من تحت الرجل الأمامية.
- المحاورة بتقويت الكرة من تحت الرجل الخلفية.
- المحاورة بتقويت الكرة خلف الظهر

ج- المحاورة السريعة والجيدة:

إن المحاورة السريعة والجيدة تتحكم فيها عدة عوامل وأسباب إذا أتقنت تمكن الرياضي من إتقان المحاورة بطريقة صحيحة من بينها:

- بدأ التنطيط والجسم منحني قليلا إلى الأمام ثم اعتدال القامة والمحاورة بكتلي اليدين.
- دفع الكرة بالأصابع لمسافة معينة أمام الجسم وتتوقف سرعة المحاورة على هذه المسافة فإذا كانت المحاورة كبيرة كانت المسافة كبيرة.
- يجب التعود على المحاورة بكلتا اليدين وتغيير السرعة أثناء المحاورة.

2-3-3- التمرير:

إذا التمرير هو عبارة عن عملية رمي الكرة من لاعب إلى آخر وبصورة دقيقة تجنباً لقطعها من جانب الخصم وعلى هذا تعتبر مهارة التمريرة الطريقة الأساسية لنقل الكرة أثناء المباراة نحو الهدف، وتتجلى أهمية التمرير في أنه حتى وإن كان الفريق لا يحسن لاعبه التصويب فبإمكانهم الاحتفاظ بالكرة لفترة أطول وبالتالي فبإمكانهم ربح الوقت حيث يؤكد حسن معوض أنه في المباراة القوية التي يكون فيها المستوى متقارب يعود الفوز للفريق الذي يحسن أفراده التمرير وذلك من خلال الاحتفاظ بالكرة لأطول فترة ممكنة، وبالتالي البقاء في وضعية المهاجم يعتبر تعليم مهارة التمرير ذو أهمية كبيرة في البرامج التعليمية وذلك لكثرة استعماله وتعدد أنواعه في المباريات. (حسن سيد معوض، 245، 1994)

كما يقول **Gerard Bosc** و**Theyr Poulin** نظرا لتعدد ظروف اللعب وتنوع المواد واختلافها فإن ذلك يتطلب أنواع متعددة من التمرير والتي هي موحدة في أغلب المصادر الخاصة بلعبة كرة السلة.

والتي تتمثل في نوعان هما: (Gerard Bosc et Theyr Poulin, 1996, p58)

أ- التمرير باليدين: وتشمل

❖ التمريرة الصدرية

❖ التميررة من فوق الرأس

❖ التميررة المرتدة

❖ تميررة الدفعة البسيطة

ب- التميرر باليد الواحدة: وتشمل

❖ التميررة الصدرية

❖ التميررة من فوق الرأس

❖ التميررة الخاطفة.

❖ التميررة من خلف الظهر

❖ التميرر من المحاورة

2-4- المتطلبات البدنية الأساسية في كرة السلة:

تمهيد:

لعبة كرة السلة من أكثر الألعاب الجماعية التي تتضمن حركات متعددة سواء أكانت حركات بسيطة أو حركات مركبة، وتزداد الحاجة إلى اللياقة البدنية للاعب كرة السلة مع صغر مساحة الملعب إذا ما قيس مع الملاعب الأخرى، وقد أثبتت الدراسات أن لاعب كرة السلة من أكثر لاعبي الألعاب الرياضية لياقة بدنية فهو يبذل جهوداً جبارة خلال ممارسة لعبته حيث ينطو ويمرر ويصوب كرة ثقيلة الوزن، وهو يواجه ارتفاع في الهدف وهذا كله يتطلب أن يتمتع اللاعب بالقوة والسرعة والتحمل والرشاقة من أجل القيام بواجباته الدفاعية والهجومية والفنية على أكمل وجه وكذلك فهو بحاجة إلى القدرة على التوافق والتركيز في أدائه ومن هنا فلا بد من العناية بنواحي اللياقة البدنية للاعب خاصة وقد أصبحت من الأمور التي يمكن أن يكون لها الدور الكبير في حسم النتيجة لصالح الفريق.

2-4-1- القوة العضلية:

2-4-1-1- تعريف القوة العضلية:

يعرف نولان تاكستون القوة العضلية بأنها: قدرة العضلة أو المجموعة العضلية على إنتاج أقصى قوة ممكنة ضد مقاومة.

ويركز شاركي على إلقاء الضوء حول دور الجهاز العصبي في القوة العضلية حيث يعرفها بأنها:

أقصى جهد يمكن إنتاجه لأداء انقباض عضلي إرادي واحد. وكلمة إرادي هنا تعبر عن مدى سيطرة وتحكم الجهاز العصبي في القوة العضلية، وهذا يعني أن العضلة يمكن أن تنقبض بطريقة أخرى لا إرادية مثلما يحدث عند التنبيه الكهربائي للعضلة.

ويؤكد لامب على أن القوة العضلية هي:

أقصى مقدار للقوة يمكن للعضلة أدائه في أقصى انقباض عضلي واحد

وفي ضوء هذه التعريفات يمكن أن يتحدد مفهوم القوة العضلية في النقاط التالية:

- ◀ أن القوة العضلية هي المحصلة الناتجة عن أقصى انقباض عضلي دون تحديد الثابت أم المتحرك.
- ◀ أن يكون الانقباض ذا درجة قصوى ويؤدي لمرة واحدة.
- ◀ أن يكون الانقباض إراديا أي تحت سيطرة الجهاز العصبي الإرادي.
- ◀ أن ترتبط القوة بوجود مقاومة تواجهها سواء كانت هذه المقاومة متمثلة في ثقل خارجي أم ثقل الجسم نفسه أم مقاومة منافس أم مقاومة الاحتكاك. (أبو العلا احمد عبد الفتاح، 2003، ص83)

2-4-1-2- أنواع القوة العضلية:

على الرغم من أن تعريفات القوة العضلية قد ركزت على أنها أقصى انقباض عضلي يمكن تأديته لمرة واحدة إلا أن نوعية هذا الانقباض لم تتحدد، فقد يأخذ شكل أقصى انقباض عضلي ثابت، أو أقصى انقباض عضلي متحرك مع اختلاف أشكال النوع الأخير، ولذا فإنه عند التدريب لتنمية القوة العضلية يجب أن يوضع في الاعتبار نوعية القوة المطلوب تنميتها حيث يمكن في ذلك تحديد ثلاثة أنواع من القوة تنحصر فيما يلي:

أ- القوة القصوى Force Maximal:

وهي تعني قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج أقصى انقباض عضلي إرادي، كما أنها تعني قدرة العضلة في التغلب على مقاومة خارجية أو مواجهتها، ويتضح من ذلك أن القوة القصوى عندما تستطيع أن تواجه مقاومة كبيرة تسمى في هذه الحالة بالقوة القصوى الثابتة، ويظهر هذا النوع من القوة عند الاحتفاظ بوضع معين للجسم ضد تأثير الجاذبية الأرضية مثلما يحدث في بعض حركات الجمباز والمصارعة، وعندما تستطيع القوة القصوى التغلب على المقاومة التي تواجهها فهي في تلك الحالة تسمى بالقوة القصوى المتحركة، وهذا ما يطلق على رفع الأثقال.

ب- القوة المميزة بالسرعة Force Vitesse:

وهي تعني قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج قوة سريعة، الأمر الذي يتطلب درجة من التوافق في دمج صفة القوة وصفة السرعة في مكون واحد، وترتبط القوة المميزة بالسرعة بالأنشطة التي تتطلب حركات قوية وسريعة في آن واحد كالعاب الوثب والرمي بأنواعه المختلفة والعباد العدو السريع ومهارات ركل الكرة.

ج- مداومة القوة Endurance de Force:

وتعني قدرة الجهاز العصبي في التغلب على مقاومة معينة لأطول فترة ممكنة في مواجهة التعب، وعادة ما تتراوح هذه الفترة ما بين 6 إلى 8 دقائق، ويظهر هذا النوع من القوة في رياضات التجديف والسباحة والجري، حيث أن قوة الدفع أو الشد تؤدي إلى زيادة المسافة المقطوعة كمحصلة لزيادة السرعة، وذلك مع الاحتفاظ بدرجة عالية من تحمل الأداء خلال تلك الفترة الزمنية المحددة. (أبو العلا احمد عبد الفتاح، 2003، ص84-85)

2-4-1-3- أهمية القوة العضلية:

ترجع أهمية القوة العضلية بالنسبة للرياضيين إلى ارتباطها الوطيد ببعض المكونات المركبة للياقة البدنية كالقدرة التي تتطلبها طبيعة الأداء في رياضة كرة السلة متمثلة في القفز و التسديد والتمرير.. إذ تتطلب هذه المهارات إنتاج القوة المميزة بالسرعة أي محصلة القوة في السرعة والقوة الانفجارية ومداومة القوة.

2-4-1-4- تدريب القوة العضلية:

أ- التدريب الإيزومتري Isometrique:

يرتكز التدريب الإيزومتري للقوة العضلية على تمارين الانقباض العضلي الثابت الذي لا تحدث فيه أية تغيرات لطول العضلة أثناء الانقباض ولا تحدث حركة نتيجة هذا الانقباض، ويستخدم هذا التدريب أنواع من المقاومات الثابتة مثل جدار الحائط أو البار الحديدي المثبت أو استخدام آلات الأثقال أو باستخدام عمل عضلي لمجموعة عضلية ضد عمل عضلي لمجموعة أخرى مثل دفع أو شد احد الذراعين للآخر.

ب- التدريب الإيزوتوني المركزي Concentrique:

في التدريب الإيزوتوني يستخدم الانقباض العضلي المتحرك، ولذلك يمكن تقسيمه إلى نوعين هما:

- الانقباض المتحرك المركزي: حيث تنقبض العضلة وهي تقتصر في اتجاه مركزها.
 - الانقباض العضلي اللامركزي: حيث تنقبض العضلة في اتجاه أطرافها بعيدا عن مركزها وهي تطول.
- ويقصد بالتدريب الإيزوتوني ذلك الانقباض العضلي الذي تنتج فيه العضلة انقباضا ذا قوة ثابتة، ولذلك فإنه ليس من الضروري أن يكون كل تدريب تستخدم فيه الأثقال الحرة أو آلات الأثقال.. إيزوتونيا، حيث يختلف مقدار القوة تبعا لاختلاف ظروف العمل الميكانيكي للمفصل الذي تعمل عليه العضلة، وهذا يعني أن المقاومة للانقباض الإيزوتوني لا تتغير، وهذا النوع من الانقباض العضلي يستخدم في معظم الأنشطة الرياضية.

ج- التدريب الإيزوتوني اللامركزي Excentrique:

الانقباض اللامركزي هو الانقباض الذي تؤثر فيه العضلة في الاتجاه الخارج بعيدا عن مركزها وهي تطول، وهذا النوع من الانقباض موجود في مظاهر الحياة اليومية فمثلا النزول من السلم يتطلب من العضلة ذات الأربع رؤوس الفخذية العمل بالتطويل ويدخل أيضا هذا النوع من الانقباض العضلي كمكلا لطبيعة الحركة عند تدريبات المقاومة الإيزوتونية المركزية، وخاصة عندما تكون المقاومة اقل من القوة حيث أن رفع النقل يتطلب أن تنقبض العضلة مركزيا بالتقصير، ويستخدم الانقباض الإيزوتوني بالتطويل عند هبوط النقل لإبطاء سرعة نزوله تحت تأثير الجاذبية الأرضية.

د- التدريب الإيزوكينتيك:

يستخدم في هذا التدريب نوع من الانقباض العضلي يطلق عليه إيزوكينتيك أي المشابه للحركة، وهو يعرف بأنه: أقصى انقباض عضلي يتم بسرعة ثابتة تشابه سرعة الأداء الحركي، وخلال المدى الكامل للحركة، وأفضل مثال على هذا النوع هو حركة الشد تحت الماء في سباحة الزحف (الكرول) حيث تقوم اليد بالشد في الماء ابتداء من نقطة دخولها الماء حتى تنتهي بجانب الفخذ وبسرعة ثابتة تقريبا، كما أن مقاومة الماء تعتبر مقاومة ثابتة إلى حد ما، ويلاحظ أن هناك تشابها بين الانقباض المتحرك والانقباض الإيزوكينتيك إذ أن كليهما من النوع الإيزوتوني المركزي حيث تنقبض العضلة في اتجاه مركزها إلا أن أقصى انقباض العضلة يستمر على مدى الحركة الكامل. كما أن سرعة الحركة تكون مقننة، وهذا خلافا للانقباض المتحرك الإيزوتوني، وحتى تتاح الظروف لكي يتم العمل العضلي بناء على هذه المتطلبات. وتستخدم لذلك آلات التدريب بالأثقال مثل جهاز الميني جيم ومثل هذه الأجهزة

مزودة بجهاز لضبط السرعة والتحكم فيها بدرجات متفاوتة، كما يحتوي الجهاز على مؤشر لتحديد مدى القوة المبذولة، ولذا يمكن الاستفادة منه في قياسات القوة أو تقنين جرعات التدريب.

هـ- التدريب البليومتري:

يرجع النجاح الذي حققه لاعبو أوروبا الشرقية في ألعاب القوى بداية من منتصف الستينيات إلى استخدامهم لطريقة التدريب البليومتري، حيث حقق به اللاعبون أرقاماً قياسية وهي من المكونات البنوية التي تحتاج إلى معظم التخصصات الرياضية، ويستخدم لهذا النوع من التدريب نوع من التمرينات تجعل العضلة تستجيب بصورة سريعة بطريقة تحط فيها أولاً ثم يلي ذلك انقباض ايزوتوني مركزي سريع كرد فعل انعكاس للمطاطية تقوم به المغازل العضلية.

وينقسم الانقباض العضلي في هذه الحالة إلى ثلاث مراحل هي:

أ- مرحلة اللامركزية: حيث تطول العضلة نتيجة تعرضها لشدة عالية بصورة سريعة مفاجئة.

ب- مرحلة التعادل: حيث تبدأ قوة الانقباض العضلي في التكافؤ مع المقاومة.

ج- مرحلة المركزية: حيث تبدأ العضلة في القصر نحو مركزها فتغلبه على المقاومة. كما يمكن تقسيم ذلك إلى مرحلتين بدلاً من ثلاث وهما:

• مرحلة تغلب المقاومة على القوة العضلية حيث تطول العضلة.

• مرحلة تغلب القوة العضلية على المقاومة حيث تقصر العضلة.

ويساعد هذا النوع في تنمية المهارات الحركية لمعظم التخصصات الرياضية في كرة القدم وكرة السلة والسباحة ورفع الأثقال. (أبو العلا احمد عبد الفتاح، 2003، ص102-107)

2-4-2- السرعة:

تعرف السرعة أنها من الصفات البدنية الأساسية ومن القدرات المرتبطة بالبناء العصبي للفرد، ويمكن للتدريب الحديث والمبرمج أن يؤدي دوراً كبيراً وبارزاً في تطوير هذه الصفة الأساسية إلى درجة عالية فضلاً عن أثر العوامل المورفولوجية والفيسيولوجية التي تشكل نقطة جوهرية في تطويرها. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2001، ص50)

وقد عرف العلماء والباحثين السرعة بتعاريف متعددة، إذ عرفت بأنها "قدرة الجهاز العضلي العصبي على أداء الحركات البدنية في أقل من ممكن". (محمد عثمان، 1987، ص114)

وتعرف بأنها "قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة". (ساري احمد حمدان، 2001، ص45)

وعرفت السرعة أيضاً بأنها "المقدرة على أداء حركات معينة في أقل زمن ممكن". (مفتي إبراهيم، 1998، ص161)

من وجهة النظر البيولوجية تعني السرعة: "عمليات فسلجية وإثارة عضلية تظهر في وقت قصير وتحدث الطاقة، الحركة للأعصاب كما أن هذه الإثارات مقرونة بدرجة إمكانية الإنسان، فسرعة الإثارة للعضلات و درجة التقلص في الأنسجة الموجودة في الجسم تكسب الرياضي السرعة المطلوبة". (عبد الله حسين اللامي، 2004، ص58) ومن وجهة النظر الميكانيكية تعني: "معدل التغيير في المسافات بالنسبة للزمن". (قاسم حسن حسين، 1998، ص30)

وفي المجال الرياضي تعرف بأنها "تلك المكونات الوظيفية المركبة التي تمكن الفرد من الأداء الحركي في أقل زمن وترتبط السرعة بتأثير الجهاز العصبي ومن جهة أخرى بالألياف العضلية". (أبو العلا احمد عبد الفتاح، 1997، ص187)

2-4-2-1- أنواع السرعة:

هناك ثلاثة أنواع أساسية للسرعة هي:

أ- السرعة الانتقالية: (سرعة التردد الحركي)

هي إمكانية الانتقال من مكان لآخر بسرعة اعتيادية. (المفهوم العام) وتعرف أيضا " أنها القدرة على الانتقال أو التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة وهذا يعني أنها عبارة عن محاولة التغلب على مسافة معينة في أقصر زمن ممكن مثل العدو". (ريسان خريبط مجيد، 1991، ص319)

وتعرف السرعة الانتقالية من وجهة النظر الفيزيائية " حركة الجسم وانتقال جميع أجزائه في مدة زمنية معينة على المسافة نفسها". (قاسم حسن حسين: مصدر سبق ذكره. سنة 1998، ص30)

ب- السرعة الحركية: (سرعة الحركة الوحيدة)

تعرف على أنها سرعة الأداء أي سرعة انقباض المجموعة العضلية المشتركة في الحركة وتتمثل بسرعة الحركة بصورة واضحة في الحركات التي يقوم بها حارس المرمى بهدف ضد الكرة. والحركات المركبة والوحيدة. (محمد عثمان، 1987، ص369)

كذلك تعرف على أنها سرعة التغيرات الداخلية التي يحصل عليها الرياضي من الطبيعة وتنتج من تفاعل واجبات الجهاز العصبي المركزي والجهاز العضلي. (قاسم حسن حسين، 1998، ص31)

كما تعرف سرعة انقباض العضلة أو مجموعة عضلية عند أداء حركات ذات صفة ثلاثية كما في الوثب إضافة إلى الحركات المركبة من حركتين. (ريسان خريبط مجيد، 1991، ص320)

والسرعة الحركية والانتقالية تأتيان في تقسيمهما الفسيولوجي ضمن القدرات اللاهوائية التي تشتمل بالإضافة إلى عنصر السرعة قدرات أخرى قد يدخل ضمنها العمل العضلي الثابت وهنا تختلف فسيولوجية السرعة حيث أن الإنسان لا يستطيع أن يظهر أقصى سرعة له إلا لبضع ثوان قليلة، فإذا ما زاد زمن الأداء أنخفض معدل السرعة وعلى هذا يمكن أدراج السرعة خلال مدة زمنية تتراوح من 5-10 ثا تحت مفهوم القدرة اللاهوائية القصوى التي تشمل الأنشطة الخاصة بسرعة الحركة الوحيدة مثل. (الرمي، رفع ثقل، ركل كرة)

كما تشمل بعض مسافات العدو حتى 100 م وجري الاقتراب وحركة الوثب أو الجمباز ومن هذا المنطلق رأينا أن نتناول مناقشة عنصري السرعة الانتقالية والحركية خلال موضوع واحد دون فصل قد يفسد طبيعة العلاقة الارتباطية بين هذين العنصرين من الوجهة الفسيولوجية.

وترتبط السرعة الحركية والانتقالية فسيولوجيا بالجهاز العصبي المركزي الذي عليه أن يقوم بوظيفته المهمة من خلال التبادلات السريعة المتكرر لعمليات الاستثارة (Inhabitation) وعمليات الكف (stimulation) للخلايا العصبية وكذلك الاختبار الدقيق والتنظيم المستمر لعمل الوحدات الحركية والوحدات الحركية ومن خلال ذلك يمكن تحقيق سرعة عالية سواء كان ذلك بالنسبة للسرعة الحركية أو الانتقالية. (أبو العلا احمد عبد الفتاح و احمد نصر الدين، 2003، ص172)

وعلى الجانب الآخر ترتبط السرعة الحركية والانتقالية بالعمل العضلي الذي هو نتاج تنفيذ توجيهات الجهاز العصبي حيث تقوم العضلة بإنتاج الطاقة المطلوبة لإحداث الانقباضات العضلية السريعة.

ج- سرعة رد الفعل الحركي:

تعرف على: "أنها المدة الزمنية بين حدوث المثير وبداية الاستجابة الحركية لهذا المثير. (محمد صبحي حسنين، 1987، ص459)

وقد عرف "جونزن" سرعة الاستجابة الحركية " أنها المدة الزمنية بين الإيعاز والحركة. (Janus,1983, p212)

تعرف فسيولوجيا" بأنها القدرة على الاستجابة الحركية البسيطة لمثير معين في أقصر زمن ممكن. وبعبارة أخرى هي سرعة الفرد في الاستجابة لمنبهه. (مثير) برد فعل إرادي". (محمد حسن علاوي، 1972، ص178)

وأن رد الفعل" يتحدد بالمدة الزمنية اللازمة للأداء عند لحظة وصول الحافز بأنواعه. (البصري والسمعي والحسي) وحتى لحظة الاستجابة الحركية للعضلة. (محمد عثمان، 1987م ص369)

ويعرف رد الفعل في المجال الرياضي: "الحركة الإرادية التي تتطلب استجابة حركية سريعة للعضو الذي يراد حركته حيث تكون الحاجة ماسة إلى اكتساب الرياضيين رد فعل سريع يمكنهم من أداء الواجبات الحركية بالشكل المطلوب". كما تلعب سرعة رد الفعل دورا أساسيا في تطوير مستوى الرياضي وتفوقه في الألعاب الرياضية حيث أن لكل لعبة رد فعل حركي خاص يختلف من حيث كون الحافز سمعيا أو حسيا أو بصريا فسرعة رد الفعل تشتمل على الزمن المستخدم للحافز والى الإحساس الأول للانقباض العضلي. أي أنه عبارة الاستجابة السريعة من قبل الأجهزة الوظيفية والعضلية والعصبية. (sage,1984, p32)

أما زمن رد الفعل فيعرف على أنه " الزمن منذ لحظة دخول المثير عن طريق الحواس إلى أول إشارة لحركة الألياف العضلية ". وزمن رد الفعل الصوتي أسرع من زمن رد الفعل البصري. (sage,1984, p32)

وزمن الحركة هو الزمن المستغرق لإنهاء الحركة من لحظة بدئها، وهذا الزمن يستبعد زمن رد الفعل أي عدم حساب الزمن منذ لحظة دخول المثير، وإنما لحظة أول حركة تظهر على أجزاء الجسم. أما زمن الاستجابة. (الزمن المستغرق بين دخول المثير حتى إنهاء الحركة وزمن الاستجابة يحوي كل من زمن رد الفعل وزمن الحركة) (يعرب خيون، 2003، ص31)

وترتبط سرعة رد الفعل الحركي في الألعاب الرياضية بالعوامل التالية:

- ◀ دقة الإدراك البصري.
- ◀ القدرة على صدق التوقع والحدس والتبصر في مواقف اللعب المختلفة.
- ◀ مستوى الرياضي وقدرته على اختيار نوع رد الفعل المناسب للموقف.
- ◀ السرعة الحركية الخاصة.
- ◀ استخدام تمارين رد الفعل على جسم متحرك يؤدي إلى تطوير سرعة رد الفعل، فكلما كانت التمارين صعبة ومفاجئة لمسافة قصيرة كلما ازدادت سرعة رد الفعل. (أسامة كامل راتب، 1999، ص318)

2-4-2-2- العوامل المؤثرة في السرعة:

- ◀ تحتاج السرعة إلى إحماء قبل الأداء إذ يعمل على تحسين مطاطية العضلات وتنبيه الجهاز العصبي.
- ◀ ترتبط السرعة بالتردد. (عدد الخطوات) أي المسافة، طول الخطوة. (طول الرجل وقوتها)
- ◀ تتأثر السرعة بالعامل الوراثي الذي يتحكم في تشكيل نسبة الألياف العضلية السريعة والبطيئة.
- ◀ تتميز السرعة بخصوصيتها، معنى أن لكل نشاط تخصصي نوعية للسرعة ترتبط بطبيعة الأداء كذلك لا توجد علاقة بين أنواع السرعة المختلفة بعضها البعض كما يمكن أداء حركة بسرعة عالية وفي نفس الوقت الذي يؤدي فيه حركة أخرى بسرعة بطيئة. (ساري احمد حمدان، 2001، ص47)
- ◀ سرعة سماع الصوت. (سرعة الجهاز العصبي في استقبال الصوت أو الحركة)
- ◀ نوعية أداء الحركة وما تمتاز به من صعوبة أو سهولة. (كمال جمال الربضي، 2001، ص58)

2-4-2-3- مراحل ظهور السرعة:

إن مبدأ البناء العام المتعدد الجوانب له أهمية خاصة في تدريب الرياضيين وخاصة بالنسبة إلى عمر المراهقة إذ أنها تتسم بالبناء فأن نوع من أنواع التمارين سواء كانت ايجابية أو سلبية يكون أثرها واضحا فالتخطيط لبناء مراحل ظهور السرعة يتطلب ملاحظة خصوصية بناء الجسم في المرحلة العمرية المعينة وقوانين تطور الجهاز العصبي المركزي والعضلي ومراحلها والعلاقة المتبادلة بينهما أثناء الفعاليات الحركية فتطوير السرعة يحصل في المراحل العمرية من 6-15 سنة.

ويتأثر تطور السرعة كثيرا عند عدم استقرار الجهاز العصبي-العضلي أي ما بين 6-15 سنة فالعمليات العصبية تؤدي دورا مهما في ظهور السرعة حيث تحقق تطور السرعة خلال أقصى تردد حركي باستقرار الجهاز العصبي. (قاسم حسن حسين، 1998، ص52)

2-4-2-4- طرق تنمية السرعة:

يمكن تطوير السرعة بشكل منفصل أو بشكل عام في القسم الثاني من المرحلة التحضيرية وخلال مرحلة المنافسات، ويتم تطوير السرعة من خلال مايلي:

أ- طريقة التكرار بأقصى جهد:

وفيها يتم تكرار الحركة البسيطة والمعقدة مع أقصى قوة ممكنة وفترة استراحة يجب أن تكون كافية للعودة إلى الحالة الطبيعية.

ب- طريقة تنفيذ رد الفعل على حافز غير متوقع:

تتطور سرعة رد الفعل عند اللاعب بتقويم الحالة التي تساعده بسرعة وبشكل مؤثر على حل الواجب المطلوب في اللعب و يستخدم لذلك رد الفعل البسيط ورد الفعل المعقد.

2-3-4- التحمل:

ويعني التحمل أن اللاعب يستطيع أن يستمر طوال زمن المباراة مستخدماً صفاته البدنية و كذلك قدراته المهارية والخطئية بإيجابية وفعالية بدون أن يطرأ عليه التعب أو الإجهاد الذي يعرقله عن دقة وتكامل الأداء بالقدر المطلوب طول المباراة. (rentaelman,1990, p 25)

2-3-4-1- أنواع التحمل:

يمكن تقسيم التحمل إلى نوعين:

- تحمل عام.

- تحمل خاص.

- أولاً: التحمل العام:

وهو أن يكون الرياضي قادراً على اللعب خلال مدة اللعب القانونية المحددة للمباراة، دون صعوبات بدنية، وعليه يجب أن يكون قادراً على الجري بسرعة متوسطة طيلة فترة المباراة ويكون الاهتمام بالتحمل العام في الفترة الإعدادية الأولى في مرحلة الإعداد البدني، ويعتبر التحمل العام أساس التحمل الخاص.

- ثانياً: التحمل الخاص:

ويقصد به الاستمرارية في الأداء بصفات بدنية عالية وقدرات مهارية وخطئية متقنة طول مدة المباراة دون أن يطرأ على اللاعب التعب. (حنفي محمود مختار، 1988، ص71)

ومن الممكن أن تقتزن صفة التحمل بالصفات البدنية الأخرى، فنجد ما يسمى بتحمل القوة وتحمل السرعة أي القدرة على أداء نشاط متميز أو بالسرعة لفترة طويلة، من أهم الصفات البدنية للاعب كرة القدم الحديثة، وهذا لا يعني أن يستطيع أن يجري بأقصى سرعة ممكنة له في أي وقت خلال زمن المباراة. (بطرس رزق الله، 1994، ص516)

2-3-4-2- طرق تطوير التحمل:

إن الوصول إلى مستوى بناء وتطوير صفة التحمل يتطلب استعمال طرق ووسائل رئيسية مختلفة واختيار واحد مكن الطرق ونسب حصتها في التدريب الفردي ومقدار البناء ومرحلة التدريب، فهناك طرق ووسائل مباشرة وغير

مباشرة، بحيث إذا توفرت مستلزمات الألعاب والفعاليات الرياضية يؤدي ذلك إلى استعمال واجبات البناء والتطور المناسب في الإعداد العام والخاص، ويظهر الترابط الأمثل بين الطرق والوسائل لبناء التحمل وتطويره عند التدريب الرياضي، حيث يجب انسجام صفة التمرين مع تبادل العلاقة بين مسار مكونات التحمل وعناصره، وأكد الباحثون أهمية طرائق التدريب في زيادة بناء التحمل العام والخاص وتطويرها.

إن التغيرات الإرادية للشدة والوزن الحركي تؤدي إلى إزالة التعب خلال التحمل، بينما تؤدي تغيرات المسار الحركي إلى بناء قابلية التحمل وتطويره، حيث تؤكد الدراسات على أهمية تكييف الأجهزة الوظيفية من أجل الحصول على المستوى العالي في الألعاب وفعاليات التحمل. كما تؤكد على توافر علاقة وثيقة بين تطور التحمل الخاص وزمن التدريب الفترتي، إذا تم تحقيق نظرية التكيف، ففي حالة صعوبة انسجام وظيفة الأجهزة جميعا يجب تغيير الشدة وتكييف الأجهزة الوظيفية على الحمل الدائم. (قاسم حسن حسين، 1998، ص481)

2-4-3- أهمية التحمل:

يلعب التحمل دورا هاما في مختلف الفعاليات الرياضية وهو الأساس في إعداد الرياضي بدنيا حيث أظهرت البحوث العلمية في هذا المجال أهمية التحمل فهو يطور الجهاز التنفسي ويزيد من حجم القلب واتساعه وينظم الدورة الدموية ويرفع من الاستهلاك الأقصى للأوكسجين. (02) كماله أهمية كبيرة من الناحية البيوكيميائية فهو يساعد على رفع النشاط الإنزيمي ورفع محسوس المصادر الطاقة ويزيد من فعالية ميكانيزمات التنظيم، بالإضافة إلى الفوائد البدنية الفيزيولوجية التي يعمل التحمل على تطويرها. كما يعمل على تنمية الجانب النفسي للرياضي وذلك بتطوير صفة الإرادة في مواجهة التعب.

(بطرس رزق الله، 1994، ص516)

3 - خصائص المرحلة العمرية (15-17 سنة):

توازي هذه الفئة مرحلة المراهقة في التصنيف العلمي لمراحل النمو، حيث تعد أهم الفوارق لما تحدثه من ثورة في الناشئ بكل مكوناته نتيجة للتغيرات الجسمية، النفسية، الاجتماعية، العقلية، الحركية التي تشهدها.

فإذا كان أفراد هذه الفئة يظهرن مختلفين في النواحي الجسمية والنفسية والوظيفية، فإنهم يبدون جملة من الخصائص المشتركة التي تظهر خلال هذه الفترة من النمو، والتي تعد الدراية بها من أهم شروط العمل مع هذه الفئة، ولما كانت دراستنا تهتم بفئة الناشئين فقد ارتأينا أن نخصص هذا الجزء لتسليط الضوء على كل ما يتعلق بالمراهقة، من خلال تطرقنا لظاهرة النمو و أسسها النظرية كخطوة أولى ثم لأهم خصائص النمو التي تميزها.

ويكاد يتفق المختصون في مجال دراسة النمو الإنساني على أنه سلسلة متابعة من التغييرات التي تسير حسب أسلوب و نظام مترابط وتكامل، تهدف إلى غاية واحدة وهي اكتمال النضج ومدى استمراره وبدء انحداره.

3-1- مظاهر النمو عند فئة (15-17 سنة):

تميز هذه الفئة جملة من التغييرات الخاصة (البنوية، الوظيفية، النفسية، الاجتماعية، العقلية) التي تحدث نتيجة تفاعل عدة عوامل ومؤثرات، تظهر على الطفل خاصة من الناحية الفزيولوجية، كما تسجل فيها وجود فروق بين أبناء السن الواحد وفيها يتحول الطفل من كائن لا جنسي إلى كائن جنسي قادر على أن يحافظ على سلالته.

وتؤثر هذه التغييرات بشكل كبير على هذه الفئة التي تعتبر مرحلة من مراحل المراهقة حيث يجد الفرد نفسه أمام مرحلة ليست كسابقتها، وعليه أن يعيشها بمشاكلها كلها، واضطراباتها، وتبدو هذه التغييرات في المظاهر التالية:

أ- المظاهر الجسمية:

تبدو مظاهر النمو الجسمي في النمو الغددي الوظيفي و في نمو الأعضاء الداخلية ووظائفها المختلفة، و في نمو الجهاز العظمي والقوة العضلية، وفي أثر هذه النواحي على النمو الطولي و الوزني. وقد دلت الدراسات التي أجريت على المراهقين أن سرعة النمو الجسمي تتباطأ ما بين (16-18 سنة) ونلاحظ استعادة الناشئ لتناسق شكل جسمه وتخضع درجة النمو الجسمي، كما أشرنا سابقا لعدة مؤثرات تتمثل في الصفات الوراثية، التغذية، الغدد، وكذلك الجنس، وتبدو مظاهر النمو الجسمي في هذه المرحلة في التغييرات التي تطرأ على النواحي الموفورولوجية (الهيكل العظمي، الجهاز العضلي) وكذلك النواحي الفزيولوجية التي تتجلى في النمو الغددي الوظيفي ونمو الأعضاء الداخلية ووظائفها المختلفة. (هوارى وآخرون، 2013، ص43)

إن الخصائص الجسمية للمراهقة تنظر في زيادة الطول والحجم حيث يتأخر نمو الجهاز العضلي بمقدار سنة تقريبا، ويتسبب ذلك تعباً وإرهاقاً، كما يزيد نمو العضلات والعظام وينتج عنه اتساع الكتفين والصدر وطول الجذع ومحيط الأطراف وطول الساقين وهذا النمو السريع في فترته الأولى يجعل حركات الطفل غير دقيقة ويميل نحو الكسل والتراخي، حيث يقلل التوافق العضلي والعصبي ويقلل الحركات وتكون غير متزنة كما يقل عند الذكور عنصر الرشاقة وتظهر عليهم علامات التعب بسرعة، أما عند البنات ظهور خصائص جنسية أولية تتمثل في ظهور الأعضاء التناسلية ونضجها كاتساع الحوض وبروز الثديين بنبوت الشعر تحت الإبطين بالنسبة للجنسين كما نلاحظ وصول البنات إلى مرحلة المراهقة قبل البنين. (محمد حسن علاوي، 1996، ص 12)

ب- المظاهر المورفولوجية:

تتمثل في التغيرات التي تحدث إثر نمو الهيكل العظمي والجهاز العضلي، حيث تبدو في زيادة الطول والوزن، ويكون بدرجة أوضح عند الذكور مقارنة بالإناث، وتمر هذه الزيادة بمرحلتين الأولى سريعة تمتد ما بين (11-13 سنة) عند الإناث وبين (12-15 سنة) عند الذكور حيث تصل إلى 10 سم في السنة بالنسبة للطول، و من 5 إلى 9 كلغ بالنسبة للوزن، أما المرحلة الثانية فتمتد بين (13-18 سنة) عند الإناث، بينما تستمر حتى 19 سنة عند الذكور، وتتميز بتباطؤ النمو في جميع مظاهره، حيث لا تتجاوز في زيادة الطول من 1-2 سم في السنة، أما الوزن فيزيد بمعدل 5 كلغ فقط.

كما تظهر الفروق المميزة في تركيب الجسم بين الذكور والإناث بصورة واضحة ويزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة كبيرة مقارنة بنمو العظام حتى يستعيد الفرد اتزانه الجسمي، ويصل الذكور إلى نضجهم البدني الكامل تقريبا، إذ تتخذ ملامح الوجه والجسم صورتها الكاملة تقريبا وتصبح العضلات قوية ومتينة ويتحسن شكل القوام، وفيها يحس الناشئ بالألم النمو الجسمي لتأخر النمو العضلي في بعض نواحيه عن النمو العظمي الطولي، والعضلات المتصلة المناسبة لتطوره.

ج- المظاهر الفيزيولوجية:

يعتبر الجسد بمثابة العنصر الأساسي والركيزة التي تعتمد عليها فترة المراهقة فالتحولات التي تظهر عليه تحت تأثير الإفرازات الهرمونية الخاصة بالبلوغ هي التي تتسبب في التغيرات والمظاهر الخاصة بالمراهقة.

إن جسد المراهق يبرز خصوصية مكانته النفسية فهو كاشف ووسيلة تعبيرية مفضلة إذ يشارك بشكل حميمي في الحياة النفسية. الجانب المادي للجسد و الإدراك الجيد لهذا الجانب يقربه من الواقع الخارجي والفيزيقي للأشياء، كما تتغير وظائف كل جهاز من أجهزة الجسم ففي بداية البلوغ (14-15 سنة) يتواصل نمو حجم عضلة القلب بشكل كبير ويفوق في جوهه سعة وحجم وقوة الشرايين، وتبلغ سعة مصب القلب سعة الشرايين ثم تتطور في مرحلة البلوغ ويزداد بذلك ضغط الدم من 8 ملل في بداية

البلوغ ليصل إلى 15 ملل في نهاية المراهقة، ويؤثر الضغط المرتفع على الناشئ حيث تبدو آثاره في حالات الإغماء والصداع والتوتر والقلق، وعكس ما يظهر على الناشئ من حيوية ونشاط وتحمل التعب، كما تزداد سعة المعدة ويرتفع معدل الأيض الذي يستعمل في بناء الخلايا والأنسجة حيث يصل إلى نسبة 30 - 20 بالمائة أكثر من معدل الأيض عند الراشد، فتزداد بذلك حاجة الناشئ إلى الفيتامينات والأملاح المعدنية وخاصة حاجته للبروتينات حتى تصل إلى 2.5 غ لكل كيلوغرام من وزن الجسم وهو ما يعادل نسبة حاجة الراشد الممارس للرياضة، كما يزداد معدل (التستوستيرون) مما يزيد قدرة المراهق اللاهوائية.

كما تشمل نمو الأجهزة الداخلية حيث تظهر الغدة التيموسية في المراهقة النشاط الجنسي، ويبقى هرمون النمو الذي تفرزه الغدة النخامية قويا في تأثيره على النمو العضلي خلال المراهقة حتى تؤثر عليه هرمونات الغدة الجنسية، فتحد نشاطه وتعيق عمله، وتتأثر أيضا هرمونات الغدة الدرقية فتزداد في بادئ المراهقة ثم تقل بعد ذلك قرب النهاية.

خلاصة

تعد لعبة كرة السلة من الألعاب الرياضية التي تحتاج إلى التقنية العالية في التدريب على وفق أسس علمية مدروسة لكونها من الألعاب التي ترتبط بكثرة متغيراتها وتركيبها وسرعة التغيير وكلها تحتاج إلى عمق تدريبي تقني وعالي وامتلاك اللاعبين الصفات البدنية المختلفة الممزوجة في الأداء البدني والمهاري وتم التركيز على تقديم الاطار المفاهيمي لكرة السلة

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

4-1- إجراءات الدراسة الاستطلاعية

4-2- أهداف الدراسة الاستطلاعية

4-3- منهج الدراسة

4-4- أداة البحث

4-5- عينة الدراسة

4-6- حدود الدراسة:

4-7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

4-8- الخصائص السيكمترية الأدوات الدراسة الصدق، الثبات

خلاصة

تمهيد:

يعتبر فصل الإجراءات المنهجية في كل دراسة علمية، حلقة وصل بين الجانب النظري و الجانب التطبيقي، ولا يخفى على أحد أن للمنهجية أهمية كبيرة في نشأة العلم، بل إن العلم لا يبدأ بالمنهجية التي تشكل جوهره الأساس ، فالمنهج يمثل لب العلم و آلياته الفاعلة. ندرك انه لكل بحث إطار منهجي يجب إتباعه من اجل مواصلة مشروع البحث في جانبه الميداني حيث أن هذا الجانب لا بد أن يكون له صلة بالجانب النظري وما جاء فيه من فروض وضعت من اجل التأكد من مدى صدقها او بطلانها من خلال ما يتم في الجانب الميداني من تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها فيه وقمنا في هذا الفصل بتحديد حدوث البحث اي مجالاته : المكاني البشري ، الزمني ، مجتمع الدراسة المنهج المتبع والأدوات المستخدمة فيه ، كل ذلك من اجل الوصول إلى الغاية التي تسعى إليها مختلف العلوم ، وهي البحث عن الحقيقة لذلك كان لزم علينا لتريث في وضع المنهجية قبل عرض النتائج

4-1- إجراءات الدراسة الاستطلاعية

الدراسة الاستطلاعية

يعتمد البحث العلمي على مجموعة من الخطوات الأساسية هذه الأخيرة تمكننا من الوصول إلى النتائج التطبيقية السليمة ، وأول هذه الخطوات هي الدراسة الاستطلاعية التي تعطينا إحاطة والإلمام بمشكلة البحث المراد دراستها ، كما أنها تعمل على توضيح المفاهيم المختلفة الخاصة بالمشكلة وطرح الفرضيات ودراساتها لتأكيدا أو نفيها وكذلك توضح المفاهيم المختلفة ، الخاصة بالمشكلة كما تساعد على إيجاد حلول الدراسة التي تمكننا من بناء الاستمارة والتعمق في معرفة الموضوع من الناحية النظرية والتطبيقية ، كما تمكن الباحث من بناء منهج دراسته من خلال تحديد فرضيات البحث وأهدافه وطرق ووسائل البحث.

4-2- أهداف الدراسة الاستطلاعية

لقد تعددت أهداف الدراسة الاستطلاعية إلى عدة أهداف تتمثل فيما يلي:

التعرف على مدى فهم واستيعاب المفحوصين تعليمات أداة الدراسة.

التعرف على خصائص العينة المراد دراستها.

التأكد من جدوى الدراسة.

التحديد الدقيق لميدان الدراسة.

. التعرف على أهم الصعوبات التي قد تعرقل سير الدراسة الأساسية

التعرف على أهم الصعوبات التي قد تعرقل سير الدراسة الأساسية

وعليه فإن دراستنا الاستطلاعية كانت ببعض نوادي كرة السلة بمدينة المسيلة، حيث

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (43) لاعب من نوادي كرة سلة .

4-3- منهج الدراسة

إن تحديد الأسلوب أو المنهج العلمي الذي يتبعه الباحث في بحثه يرتبط ارتباطا وثيقا بمحتوى وموضوع

الظاهرة المدروسة، وبهذا يعد اختيار المنهج المناسب للدراسة أحد العوامل التي تساهم في نجاح الدراسة.

وعليه يعرف المنهج بأنه "عبارة عن مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية الوصول إلى

أهدافه وتحقيق بحثه (رشيد زرواتي،، 2004، صفحة 104)

وبما أن دراستنا تتمحور حول الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة فإنها تندرج ضمن الدراسات الوصفية، التي تعتمد على وصف الظاهرة وعناصرها وعلاقتها في الوضع الراهن، من خلال جمع المعلومات والبيانات واستخلاص دلالاتها وتعميمها عن الظاهرة المدروسة. .

المنهج الوصفي المسحي وهو المنهج الأكثر استخداما في البحوث العلمية الكمية، في مختلف المعارف والموضوعات، يعتمد عليه الباحثون في الحصول على بيانات ومعلومات وافية ودقيقة، تصور الواقع والحياتي، والذي يؤثر في كافة الأنشطة الإدارية والاقتصادية والتربوية والثقافية، والسياسية والعلمية. وتسهم مثل تلك البيانات والمعلومات في تحليل الظواهر ...

وهو أيضا الذي يعنى بدراسة الظاهرة وتحديدتها وتبرير الظروف وأيضا الممارسات أو التقييم والمقارنة. تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو عدة فترات من أجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى والمضمون، والوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على التساؤلات المطروحة سوف نعلم في بحثنا هذا تحليل احصائي تبعاً لمتغير الجنس ، المستوى التعليمي وإعطاء صورة واضحة باستخدام عرض تحليلي لمختلف الجداول والأشكال بالاعتماد على المعلومات المتحصل عليها التي تساعدنا في تقديم تحليل وتفسير النتائج، فيما يتعلق بالأدوات والوسائل المعتمدة في الدراسة وبهدف تحليل الإشكاليات الجزئية وإختبار فرضيات الدراسة، فقد استخدمنا بعض أدوات التحليل الإحصائي المتمثلة في أدوات القياس كما سيتم الاستعانة بمجموعة من برامج المعالجة الآلية للبيانات و تحليلها فقد تم الاعتماد على كل من برنامج **SPSS.22**

4-4-أداة البحث

تتطلب البحوث العلمية في مجال العلوم الاجتماعية بصفة عامة وعلوم الرياضة بصفة خاصة تتبع خطوات منهجية للوصول إلى الحقائق العلمية حول الظاهرة، المدروسة وبناء أي دراسة علمية مرهونة على اختيار الأدوات المناسبة والتي تتطلب التوافق مع موضوع البحث وإمكانيات الباحث للتوصل الى البيانات والنتائج التي تخدم طبيعة الموضوع وأهدافه، وأدوات البحث هي تلك الوسائل المختلفة التي يستخدمها الباحث في جمع المعلومات والبيانات المستهدفة ضمن استخدامه لمنهج معين أو أكثر للوصول إلى نتائج موضوعية ودقيقة وقد اعتمدنا في دراستنا هذه على استمارة الاستبيان للإلمام بالموضوع بدقة

يعد الاستبيان من الأدوات الأساسية لجمع المعلومات من الأفراد والتي تضم مجموعة من الأسئلة تمكن من التعرف على آراء وأفكار المبحوثين حول موضوع البحث، وتعرف على أنها أداة للحصول على حقائق وجمع البيانات والأساليب، (صلاح الدين عمراوي يوسف مقعاش، 2022،، صفحة 10) وتعتمد على إعداد مجموعة من الأسئلة ترسل لعدد كبير من أفراد المجتمع واستمارة الاستبيان عبارة عن مجموعة من الأسئلة الدقيقة والموضوعية حول موضوع، يتم وضعها في استمارة وترسل للأشخاص المعنيين تختلف طريقة توزيعها سواء عن طريق البريد أو تسلّم باليد أو ترسل عبر مختلف الشبكات التكنولوجية تمهيدا للحصول على أجوبة للأسئلة الواردة فيها، وبواسطتها يمكن التوصل إلى حقائق دقيقة عن الموضوع المطروح و قد قمنا بربط مضمون الاستمارة بإشكالية الدراسة وفروضها

وقد قمنا بتصميم استمارة استبيان مقسمة الى ثلاثة محاور

محاور الاستبيان:

المحور الأول معلومات الشخصية

المحور الثاني: للمؤثر السمعي و البصري دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة

المحور الثالث : للوسائل التكنولوجية دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة

4-5- عينة الدراسة:

مجتمع البحث

يتمثل مجتمع دراستنا في مختلف اللاعبين نوادي كرة السلة لولاية المسيلة

عينة الدراسة

العينة بأنها "هي فئة تمثل مجتمع البحث، أو جمهور البحث، أي جمع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث، أو جميع الأفراد أو الأشخاص أو الذين يكونون موضوع مشكلة البحث حيث تمثلت عينة الدراسة الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة تم اختيار 43 و تقديم لهم الاستبيان شخصيا مع تقديم الشروحات والتفسيرات المطلوبة في بعض الأسئلة التي يلقونها صعوبة في فهمها

4-6- حدود الدراسة:

المجال الزمني :

إن الدراسة لها حد زمني يضم دراسة حالة نوادي كرة سلة لولاية المسيلة لذلك سنتحصر هذه الدراسة في الفترة الزمنية من جانفي إلى أفريل الانطلاق في دراسة والقيام بالدراسة المسحية والميدانية و في شهر ماي تقديم النتائج النهائية وتوصيات الدراسة

المجال البشري:

تتحصر دراستنا هذه المجال البشري الذي سنجري عليه بحثنا ودراستنا لاعبي نوادي كرة سلة

المجال المكاني: نوادي كرة سلة لولاية المسيلة

4-7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

لكل بحث علمي تقنيات إحصائية خاصة به، حيث تعددت الأدوات الإحصائية المستعملة بتعدد أغراض الدراسة، وهذا من أجل الوصول إلى معالجة وتحليل البيانات بطريقة علمية وموضوعية، لذا قمنا باستخدام الأساليب الإحصائية التي يوفرها برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) وهو مجموعة من التقنيات الإحصائية للبيانات، ويقوم هذا البرنامج بإدخال المعطيات في جهاز الإعلام الآلي، لفرزها، وترميزها، من أجل دراسة مستوى الارتباط والفروق وبحث مستوى الدلالة لكل نتيجة .بعد تفريغ الاستمارات في برنامج (SPSS) تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية :

فيما يتعلق الخصائص السكومترية تم استخدام

- مقياس الفا كرونباخ Alpha s' Cronbach لقياس الاعتمادية وثبات الاستبانة .

- معامل ارتباط بيرسون Coefficient Correlation Pearson لقياس صدق الاتساق الداخلي بين

درجات كل مجال من المجالات والدرجة الكلية لاستبانة

فيما يتعلق بنتائج فرضيات الدراسة تم استخدام

-الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية

اختبار Test-T في حال عينتين مستقلتين واختبار تحليل التباين الاحادي ANOVA Way-One

لمعرفة الفروق بين ثالث مجموعات او أكثر

- استخدام مقياس الثلاثي

4-8- الخصائص السيكومترية الأدوات الدراسة الصدق، الثبات، الموضوعية

3-8-1- مقياس معامل الثبات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha

معامل ألفا -كرونباخ من أشهر مقاييس ثبات الاستبيان، وهو يعتمد على حساب الارتباط الداخلي بين إجابات الأسئلة. باستخدام معادلة ألفا كرونباخ القائمة على أساس حساب معدل الارتباطات بين عبارات الاستبيان ككل حيث بلغ 0,859، ومنه نستطيع القول بأن قيمة الثبات بالنسبة لهذا الاستبيان مقبولة، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم 03 يوضح مقياس ثبات ألفا كرونباخ

عدد العبارات Nombre d'éléments	ألفا كرونباخ Alpha de Cronbach	عبارات الاستبيان
30	,859	

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

يمثل لنا هذا الجدول معامل الثبات لألفا-كرونباخ، ونلاحظ فيه عمودين العامود الأيمن يظهر عدد الأسئلة أو المتحولات التي دخلت في حساب معامل ألفا، والعمود الثاني يعطينا قيمة معامل الثبات ونلاحظ هنا أنها تساوي 0,859 وبالتالي يمكننا القول بأن الاستبيان ثابت بدرجة عالية

3-8-2- صدق الاتساق الداخلي : الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للاستبيان ككل:

بعد التأكد من الصدق الظاهري لأداة البحث تم حساب الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل حيث جاءت هي الأخرى كلها دالة إحصائياً حيث بلغت قيمة ارتباط الدرجة الكلية للمحور الأول مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل (0.448) ، أما ارتباط الدرجة الكلية للمحور الثاني مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل فقد بلغ (0.45)، أما ارتباط الدرجة الكلية للمحور الثالث مع الدرجة الكلية للاستبيان ككل فقد بلغ (0.45) وهذا يعني أن الاستبيان

صديق، كما هو موضح في الجدول التالي

الجدول رقم 04 يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاور مع الدرجة الكلية للاستبيان

الدرجة الكلية	المحاور والدرجة الكلية
,448**	المحور الأول
453**	المحور الثاني
453**	المحور الثالث

.La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral) .**

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

خلاصة:

من خلال ما تم تقديمه في هذا الفصل لقد تطرقنا لاهم الإجراءات المنهجية التي يتبعها الباحث في إنجاز دراسته الميدانية، فهي بذلك تسهل لهم عملية جمع البيانات ومعالجتها بطرق علمية بحيث يمكن الاعتماد على نتائجها، حيث يبدأ الباحثون دراستهم الميدانية بدراسة استطلاعية تمهيدية لدراستهم الأساسية، ثم التعريف بالمنهج المستخدم في الدراسة، بالإضافة إلى مجالاتها والأدوات المستخدمة إلى جانب الأساليب الإحصائية المستعملة

الفصل الخامس: عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة

1-5- عرض البيانات الإحصائية

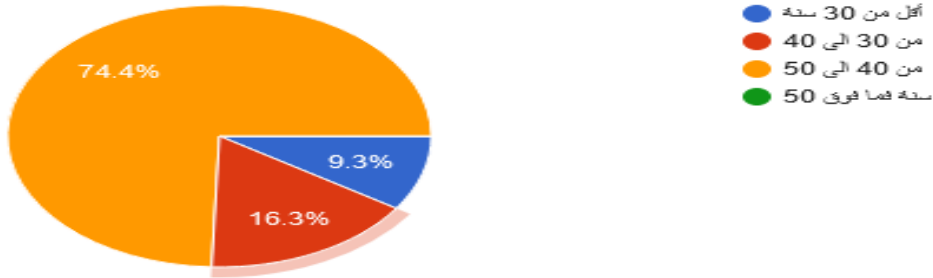
2-5- عرض النتائج

3-5- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات

1-5: عرض وتحليل بيانات الإحصائيات الوصفية

1-1-4-البيانات الإحصائية حسب العمر

الشكل رقم 01 يوضح عمر اللاعبين نوادي كرة السلة

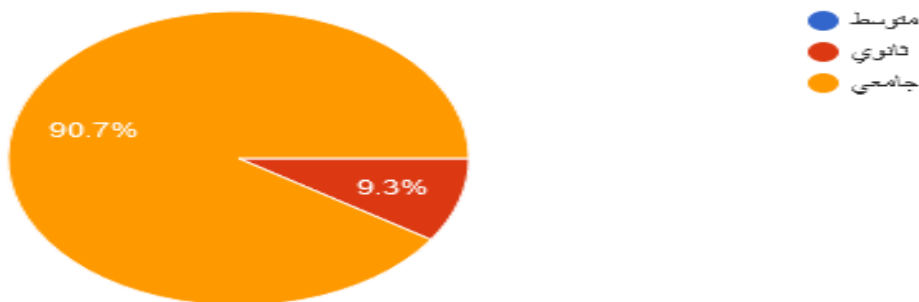


المصدر : مخرجات تحليل برنامج spss22

نلاحظ من خلال الجدول والشكل أن الفئة العمرية التي أخذت أكبر نسبة في العينة المدروسة هي الفئة من 40 سنة إلى 50 سنة بنسبة 74.4%، ثم تليها الفئة العمرية التي يتراوح سنها بين 30 إلى 40 سنة بنسبة 16.3%، ثم تليها في المرتبة الثالثة الفئة العمرية أقل من 30 سنة بنسبة 9.3%،

2-1-5 : البيانات الإحصائية حسب المستوى التعليمي

الشكل رقم 02 يوضح مستوى التعليمي للاعبين نوادي كرة السلة



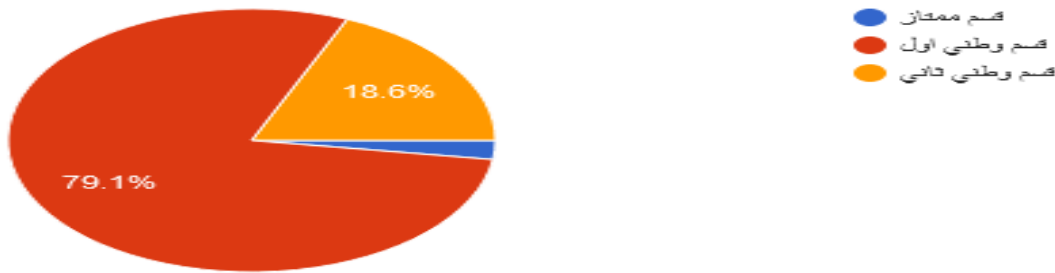
المصدر : مخرجات تحليل برنامج spss22

نلاحظ من خلال الشكل أن البيانات الإحصائية حسب المستوى التعليمي ان المستوى التعليمي لمعظم اللاعبين جامعي بنسبة 90 % و الفئة الثانية حسب مستوى الثانوي بنسبة 9.3 % اما

مستوى متوسط لا يوجد وهذا ما يعكس ويدل على مستوى التعليمي والثقافي للاعبين النوادي كرة سلة بولاية مسيلة

5-1-3 : البيانات الإحصائية حسب درجة النادي

الشكل رقم 03 يوضح نوادي كرة السلة حسب درجة النادي

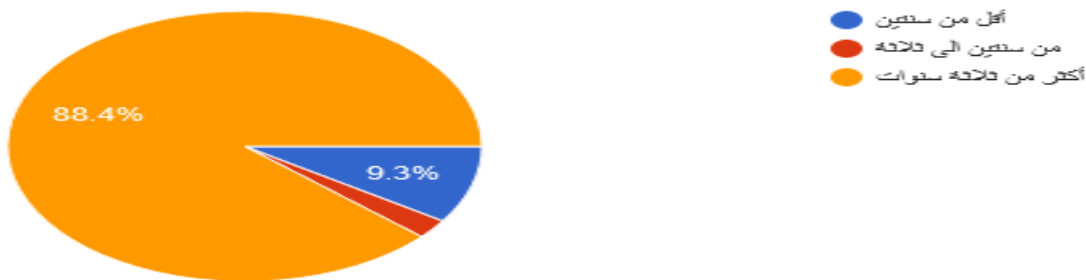


المصدر : مخرجات تحليل برنامج spss22

نلاحظ من خلال الشكل أعلاه الذي يوضح درجة التي يلعب فيها نادي كرة السلة قسم وطني أول بنسبة 79.10% و قسم وطني ثاني بنسبة 18.60%

5-1-4 : البيانات الإحصائية حسب سنوات اللعب مع النادي

الشكل رقم 04 يوضح سنوات اللعب مع النادي للاعبين نوادي كرة السلة

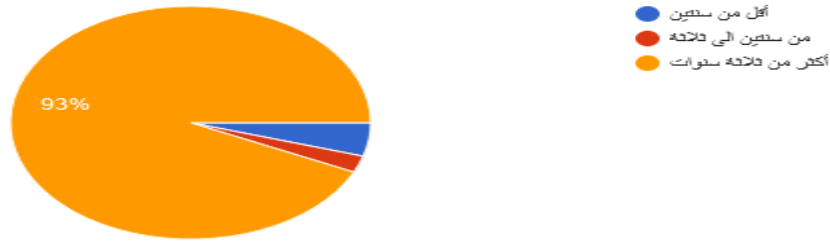


المصدر : مخرجات تحليل برنامج spss22

نلاحظ من خلال الشكل البيانات الإحصائية حسب سنوات اللعب مع النادي ان جل اللاعبين لديهم أكثر من ثلاثة سنوات مع ناديتهم حيث تشكل نسبة 88.4% اما أقل من سنتين فشكلت 9.3%

5-1-5 : البيانات الإحصائية حسب سنوات اللعب كرة سلة

الشكل رقم 05 يوضح سنوات اللعب سنوات اللعب كرة سلة

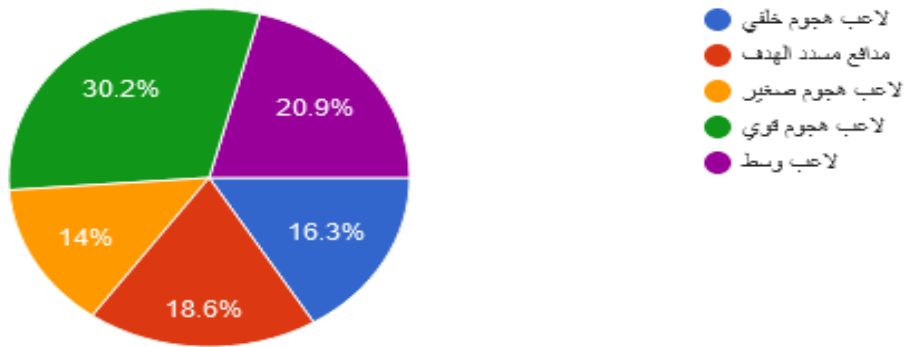


المصدر : مخرجات تحليل برنامج spss22

نلاحظ من خلال الشكل الذي يبين لنا البيانات الإحصائية حسب سنوات اللعب كرة سلة حيث ان اللاعبين لديهم خبرة أكثر من ثلاثة سنوات بنسبة 93 %

6-1-5 : البيانات الإحصائية حسب منصب اللعب

الشكل رقم 06 يوضح حسب منصب اللعب كرة سلة



المصدر : مخرجات تحليل برنامج spss22

نلاحظ من خلال الشكل البيانات الإحصائية حسب منصب اللعب ان 20.9 % تمركزهم لاعب وسط اما لاعب هجوم خلفي نسبة 16.60 % و مدافع مسدد 18.60 % و لاعب هجومي قوي نسبة 30.20 %

5-2- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

5-2-1 التحقق من شرط اعتدالية التوزيع:

لتوزيع الطبيعي أهم التوزيعات الاحصائية على الإطلاق لعدة اسباب منها السبب الأول أن أغلب الظواهر الحياتية تتبع هذا التوزيع (الطول، الوزن، العمر، الذكاء...) السبب الثاني بيانات الظواهر التي لا تتبع التوزيع الطبيعي أي التي تتبع توزيعات أخرى عند زيادة حجمها فإنها تتوزع طبيعياً.

يستخدم إختبار الإعتدالية للتحقق من بعض الشروط النظامية في الإختبارات المعلمية

(البارامترية). يتم الكشف عن مدى ملائمة البيانات للتوزيع الطبيعي من خلال عدة إختبارات

منها: إختبار كولموجوروف - سميرنوف Kolmogorov-Smirnov

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة ولجب

أولا التحقق من شرط اعتدالية التوزيع Normality Test بالنسبة لمتغيرات محل الدراسة الحالية،

والجدول التالي يوضح ذلك

الجدول رقم 05 يوضح التحقق من شرط إعتدالية التوزيع بالنسبة لمتغيرات

Shapiro-Wilk		Kolmogorov-Smirnov ^a		
مستوى الدلالة	الاحصائيات	مستوى الدلالة	الاحصائيات	
,003	,913	,013	,153	المحور الثاني
,083	,954	,161	,117	المحور الثالث

a. Correction de signification de Lilliefors

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم إختبار كولموغوروف سميرنوف وكذا إختبار شبيرو ويلك في درجات أفراد عينة الدراسة على الاستبيان ككل كانت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.003) ، و(0.083) أي أنها تتوزع توزيعاً طبيعياً وهذا يعني أن كل الاساليب الاحصائية التي ستستخدم في المعالجة هي أساليب بارامترية

5-2-2- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحور الثاني

بالنسبة لعبارات المحور الثاني المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية تم ترتيب عبارات المحور الثاني حسب درجة تشبعها عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

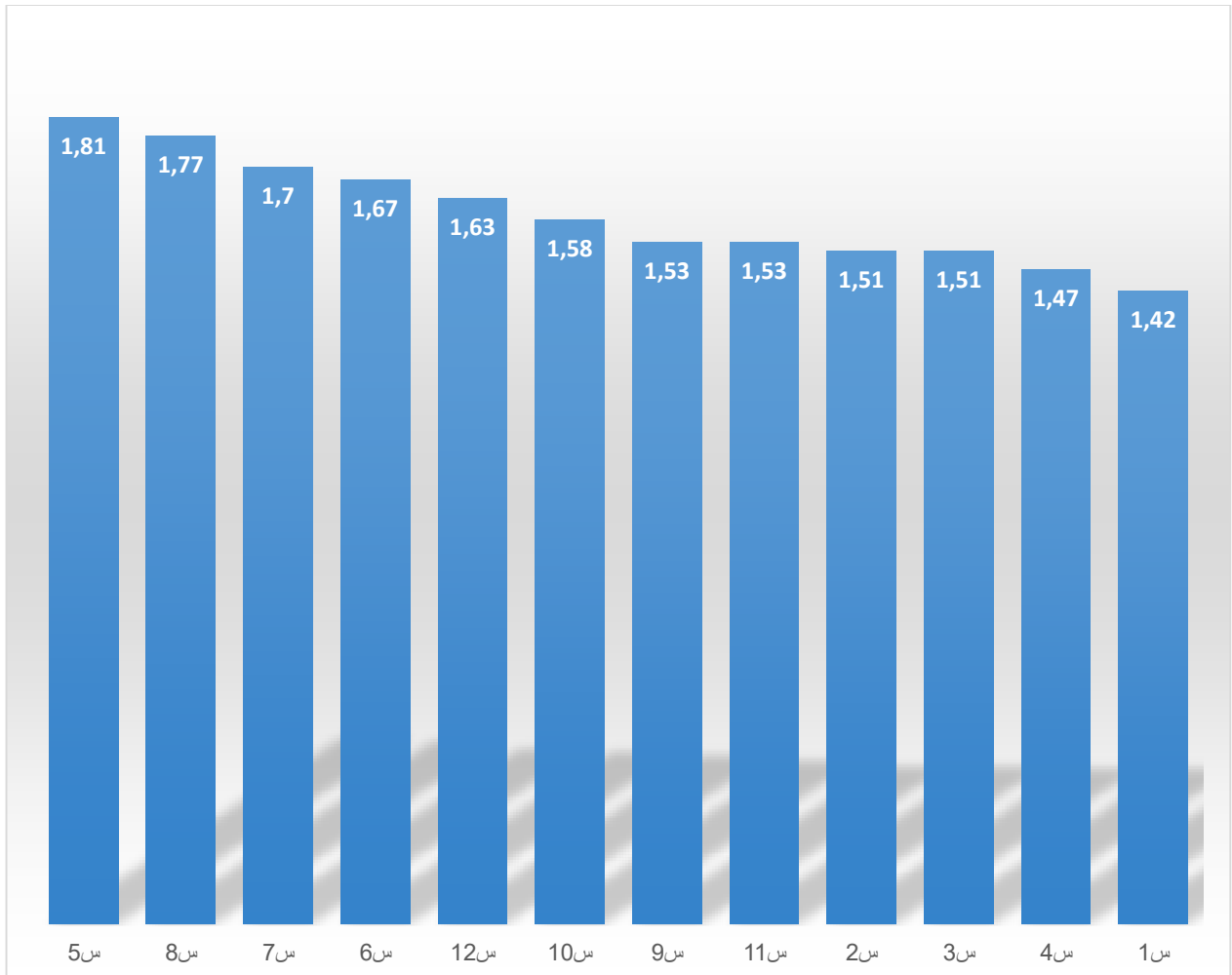
الجدول رقم 06 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحور الثاني

رقم	العبارات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
01	يستخدم النادي الوسائل السمعية والبصرية في التدريب و في النادي عموما	43	1.42	.663
02	يستعمل النادي وسيلة الفوتراغراف من أجل تحسين أداء اللاعبين في المباريات	43	1.51	.736
03	يستعمل النادي في برنامجه التدريبي اليومي مشغل الأشرطة	43	1.51	.736
04	يعتمد النادي على السبورة في التدريب او عند اعداد خطة مباره	43	1.47	.631
05	يحتوي النادي على مكتبة تضم كتب حول كرة السلة	43	1.81	.852
06	تستخدم النادي جهاز العرض في عرض الخطط المباراة وفي التدريبات	43	1.67	.808
07	توفير الحواسيب أجهزة الكمبيوتر من اجل البحث والحصول على معلومات حول النادي الخصم	43	1.70	.832
08	توفير روابط الكترونية على حواسيب تطور وتحسن من الأداء الوظيفي والتقني للاعبين	43	1.77	.841
09	الاعتماد على الأفلام كألية لتحفيز وتشجيع اللاعبين لتحسين أدائهم	43	1.53	.797
10	تساهم مواقع التواصل مع الأصدقاء في النادي من اجل تنمية مهارات الرياضية	43	1.58	.763
11	يتم تقاسم ومشاهدة الفيديوهات المنشورة من طرف اللاعبين في نوادي كبيرة في كرة سلة	43	1.53	.767
12	نعتمد على تجارب في كرة السلة من مواقع التواصل الاجتماعي	43	1.63	.787
	المجموع		19.13	6.00

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المستخرجة من استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من عبارات المحور الثاني المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة فكلها تنتمي إلى المجال 1.40-1.81 ، والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة فكلها كانت ما بين 0.62 الى 0.83 وبالتالي يمكن القول بأن درجة المؤثرات السمعية البصرية والوسائل التكنولوجية مرتفعة من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، وهذا ما هو موضح في الشكل التالي:

الشكل رقم 07 يوضح ترتيب عبارات المحور الثاني حسب متوسطات الحسابية



المصدر : مخرجات برنامج spss.22

3-2-5 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحور الثالث

تم حساب عبارات الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة حسب درجة تشبعها عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

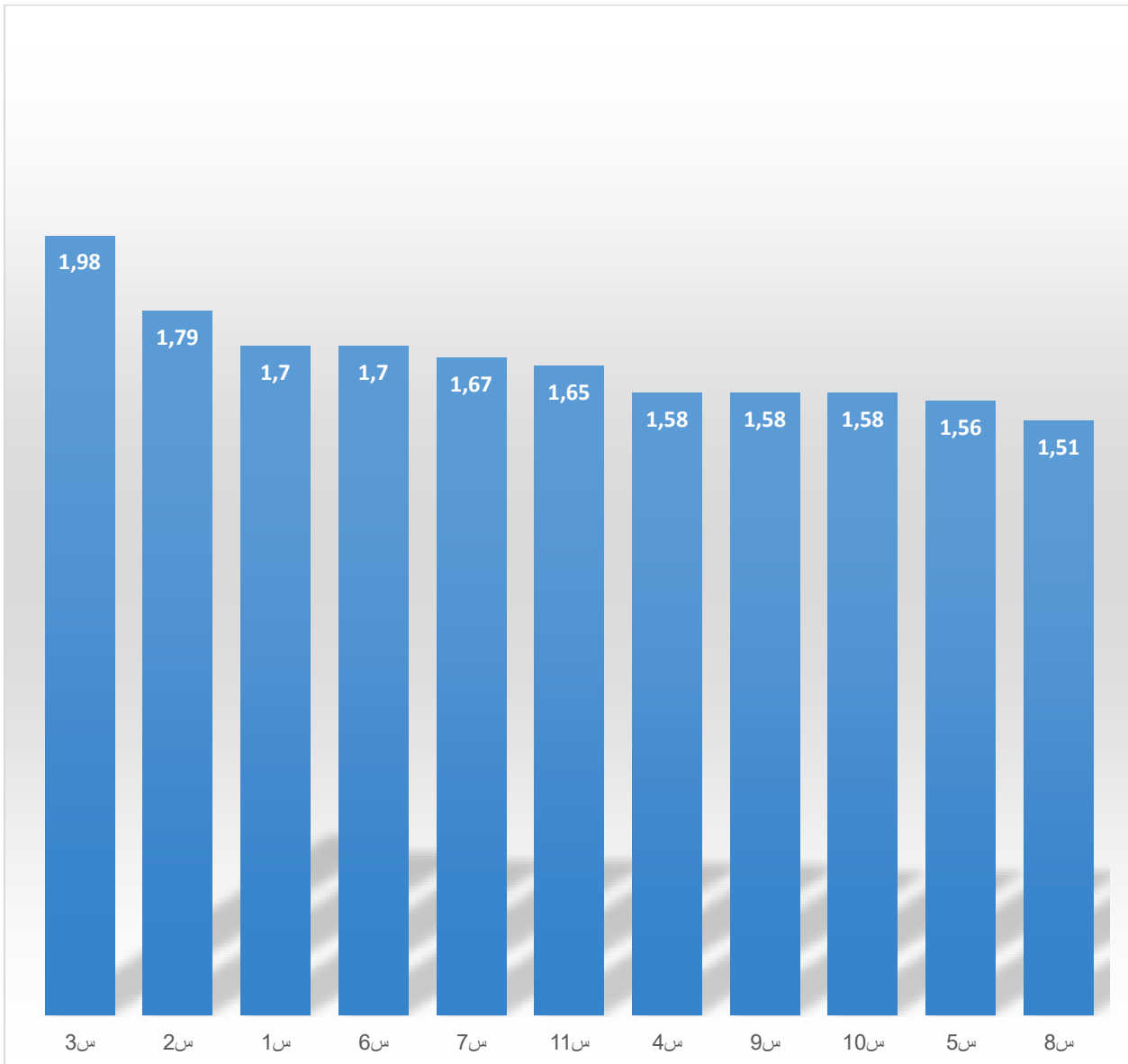
الجدول رقم 07 يوضح ترتيب أسئلة المحور الثاني حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

رقم	العبارات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
01	يتحسن الأداء الوظيفي والتقني حسب الاعتماد على برنامج السمعي بصري من طرف إدارة النادي	43	1.70	.674
02	يملك النادي اشتراك سنوي في القنوات الرياضية المهمة بكرة السلة من اجل رفع أداء اللاعبين	43	1.79	.888
3	توفير مختلف الوسائل الإلكترونية كاللوحات الالكترونية للاعبين	43	1.98	.913
04	توجد وسائل تعليمية حديثة لتلقي مهارات تساهم في تحسين الأداء الوظيفي والتقني	43	1.58	.823
05	مواجهة فرق قوية يساهم في رفع من الأداء كلاعب	43	1.56	.700
06	يتحسن مستوى أداء اللاعبين بالمؤثرات التكنولوجية	43	1.70	.803
07	يقدم النادي تقييم الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية عرض المباراة عن طريق التصوير	43	1.67	.808
08	نحقق أفضل أداء وظيفي وتقني في مختلف مباريات الموسم	43	1.51	.703
09	ساهمت التقنيات المستخدمة من طرف النادي في رفع من أداء اللاعبين	43	1.58	.731
10	يتحسن الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كلما زادت صعوبة الأداء	43	1.58	.731
11	نحدد أهداف الأداء المطلوبة تحقيقها عند كل مباراة	43	1.65	.783
	المجموع		18.3023	4.73354

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المستخرجة من استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من عبارات المحور الثالث مساهمة الوسائل التكنولوجية التعليمية (وسائل الإيضاح في تحقيق أهداف الحصة التدريبية نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة فكلها تنتمي إلى المجال 1.56 الى 1.98 وبالتالي يمكن القول بأن درجة مساهمة الوسائل التكنولوجية التعليمية (وسائل الإيضاح في تحقيق أهداف الحصة التدريبية مرتفعة من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، وهذا ما هو موضح في الشكل التالي:

الشكل رقم 08 يوضح ترتيب عبارات المحور الثالث حسب متوسطات الحسابية



المصدر : مخرجات برنامج spss.22

5-3- عرض ومناقشة نتائج الفرضيات:

5-3-1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى :

نصت الفرضية الأولى لهاته الدراسة على - هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التأثير وسائل التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الأول الجدول التالي:

الجدول رقم 08 للمؤثر السمعي و البصري دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة

المحور	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	t	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	43	19,1395	6,00231	,91534	20,910	,000

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على المحور الثاني من الاستبيان والذي بلغ (19.13) بناء عليه فإن هناك درجة استخدام الوسائل السمعية والبصرية مرتفعة ، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (20.91) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01) وهذا يعني أن الفرق كان لصالح المتوسط الحسابي للمحور الأول، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد فرضية البحث الأولى والقائلة " تستخدم الوسائل السمعية والبصرية وسائل التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99% ، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

5-3-2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثالثة لهاته الدراسة على هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات أفراد العينة على المحور الثالث من الاستبيان والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول ادناه

الجدول رقم 09 للوسائل التكنولوجية دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة

المحور	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	t	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	43	18,3023	4,73354	,72186	25,354	,000

المصدر : مخرجات برنامج spss.22

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على المحور الثالث من الاستبيان والذي بلغ 18.30 أنه اما الانحراف المعياري 4.73 عليه فإن درجة الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة مرتفعة ، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (25.35) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.000) وهذا يعني أن الفرق كان لصالح المتوسط الحسابي للمحور الثاني، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد فرضية البحث الثانية والقائلة " توجد درجة تأثير على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

الفصل السادس : الاستنتاجات و الاقتراحات

6-1- الاستنتاج العام

6-2- اقتراحات مستقبلية

6-3- الأفاق المستقبلية للدراسة

6-4- قائمة المراجع والمصادر

6-5- قائمة الملاحق

6-1- الاستنتاج العام :

تتميز كرة السلة الحديثة بأنها لعبة رياضية مرتفعة النسق و الندية أثناء المنافسة، وعليه فهي تحتاج من اللاعبين امتلاك مستوى بدني و مهاري مرتفع، تطوير اللاعبين في مختلف المراحل و الفئات العمرية، و لا يتم ذلك إلا من خلال توفير الإمكانيات ومنه فمدربي كرة السلة يحتاجون إلى الإحاطة بجميع طرق التدريب الحديثة المعتمد على التكنولوجيا، وهذه الطريقة تسمح لنا بتطوير المستوى البدني و المهاري للاعبين كرة السلة إلى أعلى المستويات باختصار الوقت و الجهد.

من خلال الدراسة الميدانية لموضوع الدراسة وتحليل البيانات إحصائياً توصلنا إلى مجموعة من النتائج والتي سنعرضها فيما يلي:

- لاعبي نوادي كرة السلة متوسط أعمارهم من الفئة من 40 سنة الى 50 سنة بنسبة %74.4 ثم تليها الفئة العمرية التي يتراوح سنها بين 30 الى 40 سنة بنسبة %16.3

-يتميز اللاعبين بمستوى تعليمي جامعي أي حاملي الشهادة الجامعية

- ان نوادي كرة السلة تنشط في القسم وطني أول بنسبة %79.10 و قسم وطني ثاني بنسبة %18.60

جل اللاعبين لديهم أكثر من ثلاثة سنوات مع ناديهم حيث تشكل نسبة %88.4

مساهمة الوسائل السمعية والبصرية ووسائل التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة

تستخدم الوسائل السمعية والبصرية ووسائل التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

توجد درجة تأثير على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

-إن رياضة كرة السلة تنافسية تعتمد فعلاً الوسائل السمعية والبصرية ووسائل التكنولوجيا للتأثير على أداء اللاعبين

6-2 اقتراحات مستقبلية:

- من خلال النتائج المتوصل إليها في دراستنا و نتائج بعض الدراسات السابقة و من خلال الخبرة الميدانية المكتسبة من الميدان التدريبي في كرة السلة ننصح ببعض الاقتراحات و الفرضيات التي تسمح بترك مجال البحث مفتوح في طريقة التدريب الشامل و المدمج، و ندرجها كما يلي:
- إدراج مختلف الوسائل الحديثة والرقمية للتطوير كرة سلة لجميع الفئات العمرية لكرة السلة.
- توفير جميع الأجهزة العصرية والتكنولوجية المساهمة في تحسين أداء اللاعبين .
- توفير جميع الإمكانيات المادية (الملاعب، المنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية..
- الاهتمام الكبير لرياضة كرة السلة و على رياضات أخرى ككرة اليد، كرة الطائرة وكذلك الرياضات الفردية و رياضات الفنون القتالية .
- الاهتمام بالتكوين القاعدي في مجال التكنولوجيا للفئات الصغرى و ذلك لتسهيل تدريبهم باستخدام طريقة التدريب الشامل و المدمج عند الوصول إلى فئة الأكابر .

-رفع القدرات استخدام للمدربين للوسائل السمعية والبصرية والتكنولوجية في مجال التدريب الرياضي

6-3 الأفاق المستقبلية للدراسة:

- تطوير مهارات التكنولوجية. للاعبين والمدربين
- توسيع إجراء دراسة أوسع بدمج عدد أكبر من حيث المتغيرات و مكان و عينة الدراسة.
- محاولة تبني مقارنة المرجعية للنادي عالمي في كرة و إجراء دراسة مشابهة على نادي لكرة السلة في الجزائر..
- دراسات مقارنة بين مختلف النوادي في استخدام التكنولوجيا في التدريب

6-4- قائمة المراجع والمصادر

6-4-1-الكتب

- حسن سيد معوض. (1997). تدريب كرة السلة، دار الفكر العربي، .
- حسن سيد معوض. (2004). كرة السلة للجميع، ط8، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي.
- حسن عبد الجواد. (1987). كرة السلة، القاهرة، مصر، دار العلم للملايين.
- رانيا ممدوح طارق. (2012). ، الإعلان التلفزيوني التصميم والإنتاج، . دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- رشيد زرواتي،. (2004). منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط1، دار الكتاب الحديث، ، 2004. القاهرة.
- زبان حربيط . (2003). كرة السلة، الدار الدولية ص 05. العلمية للنشر والتوزيع 1- الإصدار الأول
- على سلمى. (2001). إدارة الموارد البشرية الإستراتيجية،. دار غريب، القاهرة مصر،.
- فضيل دليو،. (2010). التكنولوجيا الجديدة للإعلام والاتصال المفهوم الاستعمالات - الآفاق، . دار الثقافة، المملكة الأردنية الهاشمية، عمان.
- قاسم حسن حسين. (1998) . ، الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة ، 15 ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، الأردن ، ، .
- قاسم حسين حسن. (1989). : الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة 1، دار الفكر للنشر والتوزيع الأردن
- محمد الهادي،. (2009). تكنولوجيا المعلومات وتطبيقاتها، الطبعة الاولى. مصر: دار الشروق.
- معالي فهمي حيدر. (2002). نظم المعلومات مدخل لتحقيق الميزة التنافسية. مصر: دار الجامعية الإسكندرية.

6-4-2-المقالات العلمية

- أحمد عماد الدين يونس . (2024). دراسة بعض عوامل الضغط المهني التي تؤثر على الأداء الوظيفي لمدرربي كرة القدم. مجلة المجتمع والرياضة.
- الشيخ الداوي. (2010). تحليل الأسس النظرية لمفهوم الأداء مجلة الباحث عدد7 ، .
- افراح رحمان كاظم. (2015). علاقة بعض القدرات البدنية الخاصة والاداء المهاري ببعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي كرة السلة الشباب بكرة السلة جامعة القادسية 2015.
- جمال الدين حداد"، كنزة عبد الله خوجة ،خصائص بعض القياسات المورفولوجية لدى لاعبي كرة السلة ذكور بأعمار (16-18) سنة حسب مراكز اللعب في الرابطة الوطنية للرياضة المدرسية في الجزائر (دراسة بولاية قالمة) المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات.المجلد -05 العدد 01 جانفي (2022
- حاج عيسى امال ، هواري معراج. (22 و23 أبريل 2011). دور تكنولوجيا المعلومات في تحسين قدرات المؤسسة . الملتقى الوطني الأول المؤسسة الاقتصادية وتحديات المناخ الاقتصادي الجديد.
- شريفي محمد أمين ،المهارات النفسية المميزة للاعبين السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية دراسة مسحية على عينة لاعبي كرة السلة لرابطة الجزائر)، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، ، المجلد 18 ، العدد 2، (أوت 2019
- صلاح الدين عمراوي يوسف مقعاش. (2022)،. أثر خطاب الكراهية في موقع الفايسبوك على الجمهور المجلد09 العدد01 . المجلة الدولية للاتصال الاجتماعي بجامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.
- عمر حمداوي ، أحمد بخوش. (2012). انعكاس الأداء الوظيفي في جودة البحث العلمي من منظور بعض الأساتذة بجامعة ورقلة، ، . مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ورقلة.
- فريد كورتل ،موساوي زهية. (24 أبريل 2005). الادارة فعالة للمعرفة مصدر لتحقيق الميزة التنافسية في ظل المحيط الاقتصادي الجديد الملتقى العلمي الخامس حول إقتصاد المعرفة . جامعة الزيتونة الاردنية .
- كحلوش ابراهيم. (2022). زكرياء ، بزويو عادل دور التصور العقلي في تحسين الأداء التقني والتكتيكي والوقاية من الإصابات من وجهة نظر لاعبي كرة القدم صنف أكابر ، . مجلة المنظومة الرياضية العدد1

- نواصرية منى ،دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية والمهارية حسب مراكز اللعب لدى لاعبي كرة السلة دراسة ميدانية لفريق أم البواقي لكرة السلة 015 ، العدد 2، 2022 مجلة الابداع الرياضي

6-4-3- الأطروحات والمذكرات

-بن حمزة رضوان . (2021/2020). ، أثر برنامج تعليمي باستخدام الألعاب شبه رياضية والوسائل السمعية البصرية في تعلم الحركات الأساسية لطفل ما قبل المدرسي بين (4) - (5) سنوات دراسة تجريبية على عينة من أطفال روضة ثنية المطحنة شير - باتنة -أطروحة الدكتوراه جامعة أمحمد بوقرة بومرد.

-بهلولي صدام. (2022/2021). دافعية الإنجاز وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى لاعبي السلة حسب مراكز اللعب دراسة ميدانية على بعض أندية كرة السلة - أكابر -) أطروحة الدكتوراه ل م د لنيل شهادة الدكتوراه ل م د في :شعبة التدريب الرياضي جامعة أمحمد بوقرة - بومرداس ، .

-بوعطيط جلال الدين. (2009). ، الاتصال التنظيمي وعلاقته بالأداء الوظيفي دراسة ميدانية على العمال المنفذين بمؤسسة سونلغاز ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير ، جامعة منتوري محمود، قسنطينة ، ، .

-تقيق جمال ،أثر تكنولوجيا التعليم "الفيديو" بجودة تعلم مهارة التصويب لدى طلبة تخصص كرة السلة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

- حسين شنافي ،دور الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين أداء التمارين أثناء التدريب في كرة القدم دراسة ميدانية لبعض فرق كرة القدم بولاية المسيلة، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس، جامعة محمد بوضياف المسيلة 2020/201

-خديجة حريق. (2011). إستراتيجيات التدريب في ظل إدارة الجودة الشاملة من أجل تحقيق ميزة تنافسية ، مذكرة ماجستير تخصص علوم تسيير. جامعة تلمسان.

-رزيق كمال. (2023 2022 ،). محاضرات في مادة كرة السلة مطبوعة موجهة لطلبة السنة الأولى جدع مشترك كل الاختصاصات.

- زروالي عماد. (2019). تأثير الوسائل السمعية البصرية في تدريب المهارات الأساسية لدى الفئة الغير
ممارسة في كرة السلة دراسة تجريبية على تلاميذ متوسطة غانم إبراهيم . مليلي مذكرة التخرج
لنيل شهادة ماستر تخصص تدريب رياضي نخبوي جامعة محمد خيضر - بسكرة.
- زعيتر بهاء الدين. (2021/2020). المحددات النفسية والجسمية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي
وتأثيره على الأداء دراسة ميدانية على مدربي كرة السلة على الكراسي المتحركة ولاية المسيلة ،
جامعة محمد بوضياف -.
- سلوى, سلوى الشرفاء. (2008). دور إدارة المعرفة وتكنولوجيا المعلومات في تحقيق المزايا التنافسية في
المصارف العاملة في قطاع غزة. الجامعة الاسلامية غزة، غزة: مذكرة ماجستير علوم إقتصادية.
- ضياء ياسين ، اقتراح أداة تقويم المهارات الفنية الأساسية في كرة السلة من خلال تحليل النشاط التنافسي
لتلاميذ الرابعة المتوسط دراسة ميدانية على بعض متوسطات ولاية الطارف أطروحة مقدمة ضمن متطلبات
نيل شهادة الدكتوراه في العلوم تخصص نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر، السنة
الجامعية 2017-2018
- طوبال عنتر. (2017/2016). التحضير النفسي لدى لاعبي كرة السلة وعلاقته بالأداء الرياضي
دراسة ميدانية على بعض غرق ولاية سطيف مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي جامعة
محمد بوضياف - المسيلة .
- عيسي محمد خليل. (2019/2018). أثر الوسائل السمعية البصرية في عمليات الاعداد الخططي
والمهاري لدى لاعبي كرة القدم (دراسة ميدانية على مستوى أندية الرابطة الجهوية لكرة القدم باتنة
مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص : تدريب رياضي .
- عشب عادل خشاب زكرياء. (2021/2020). واقع استعمال الوسائل السمعية البصرية في تدريب
الناشئين في الكراتي دو دراسة ميدانية على مستوى بعض أندية الكاراتي دو بمدينة المسيلة مذكرة
ضمن متطلبات نيل شهادة الماسترالسنة الجامعية2.
- قطاف سفيان. (2021/2020). واقع استخدام الوسائط السمعية والبصريةمذكرة مقدمة لنيل شهادة
الماستر تكنولوجيا المعلومات موسومة بهجامعة ابن خلدون تيارت.

- كمال خباز،. (2018/2017). تأثير تدريبات الأثقال للقوة المميزة بالسرعة على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة السلة. دراسة ميدانية لحالة المجمع البترولي خلال الموسم الرياضي 2018 - 2019 أطروحة دكتوراه مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في نظرية ومنهجية التربية البدنية.
- محمد قريشي. (2005/2004). الابداع التكنولوجي كمدخل لتعزيز التنافسية للمؤسسات الوطنية رسالة ماجستير غري منشورة يف علوم التسيير، تخصص تسيير المؤسسات، كلية العلوم. جامعة بسكرة، .
- منصوري رقية. (2008/2007). دور نظام المعلومات في تعزيز القدرة التنافسية للمؤسسة الجزائرية- دراسة حالة بنك ، رسالة ماجستير غير منشورة،. بسكرة: جامعة محمدا، خيضر بسكرة.
- هجيرة شيقارة. (2005). الاستراتيجية التنافسية ودورها في أداء المؤسسة ،مذكرة ماجستير تخصص علوم إقتصادية. جامعة الجزائر 03.

6-5- قائمة الملاحق

6-5-1 إستمارة الاستبيان

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة إستمبيان

في إطار التحضير مذكرة لنيل شهادة ماستر تخصص تحضير بدني

والتي يدور موضوعها حول:

تأثير المؤثر السمي البصري والوسائل التكنولوجية على الأداء الوظيفي
والتقني عند لاعبي كرة السلة
دراسة ميدانية على عينة فريق كرة سلة ولاية المسيلة أكابر

الإخوة الأفاضل أن هدف الدراسة هو غرض علمي فقط ومن أجل إنجاز هذا الدراسة التي بصددنا ، نرجو منكم التكرم بتعبئة هذه الاستمارة الاستبيان ولتقتنا العالية بكم وبحرصكم على خدمة البحث العلمي نرجوا منكم التفضل بالاجابة على الاستبانة ،حيث ان البيانات التي سيتم جمعها ستكون محورية وهامة لإنجاح هذا العمل كما ان الإجابة على الاستبيان عمل تطوعي ولن تستخدم البيانات التي سيتم جمعها الا لأغراض البحث العلمي شاكرين ومقدرين تعاونكم

الطالب :. بلمهريت امحمد

الرجاء منكم وضع اشارة (×) في الخانة المناسبة

المحور الأول : معلومات الشخصية

الجنس

نكر

انثى

-العمر

-أقل من 30 سنة

-من 30 الى 40

- من 40 الى 50

- 50 سنة فما فوق

المستوى الدراسي

- متوسط

- ثانوي

- جامعي

درجة النادي

قسم ممتاز

قسم وطني اول

قسم وطني ثاني

سنوات اللعب مع النادي

أقل من سنتين

من سنتين الى ثلاثة

أكثر من ثلاثة سنوات

سنوات اللعب كرة سلة

سنوات اللعب مع النادي

أقل من سنتين

من سنتين الى ثلاثة

أكثر من ثلاثة سنوات



منصب اللعب: لاعب هجوم خلفي مدافع مسدد الهدف: لاعب هجوم صغير لاعب هجوم قوي
 لاعب وسط

المحور الثاني: للمؤثر السمعي و البصري دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعب كرة السلة

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	يستخدم النادي الوسائل السمعية والبصرية في التدريب و في النادي عموما			
02	يستعمل النادي وسيلة الفوتوغراف من أجل تحسين أداء اللاعبين في المباريات			
03	يستعمل النادي في برنامجه التدريبي اليومي مشغل الأشرطة			
04	يعتمد النادي على السبورة في التدريب او عند اعداد خطة مباراة			
05	يحتوي النادي على مكتبة تضم كتب حول كرة السلة			
06	تستخدم النادي جهاز العرض في عرض الخطط المباراة وفي التدريبات			
07	توفير الحواسيب أجهزة الكمبيوتر من اجل البحث والحصول على معلومات حول النادي الخصم			
08	توفير روابط الكترونية على حواسيب تطور وتحسن من الأداء الوظيفي والتقني للاعبين			
09	الاعتماد على الأفلام كألية لتحفيز وتشجيع اللاعبين لتحسين أدائهم			
10	تساهم مواقع التواصل مع الأصدقاء في النادي من اجل تنمية مهارات الرياضية			

			11	يتم تقاسم ومشاهدة الفيديوهات المنشورة من طرف اللاعبين في نوادي كبيرة في كرة سلة
			12	نعتمد على تجارب في كرة السلة من مواقع التواصل الاجتماعي

المحور الثالث : للوسائل التكنولوجية دور على الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كرة السلة

الرقم	العبارات	دائماً	أحياناً	أبداً
01	يتحسن الأداء الوظيفي والتقني حسب الاعتماد على برنامج السمعي بصري من طرف إدارة النادي			
02	يملك النادي اشتراك سنوي في القنوات الرياضية المهمة بكرة السلة من اجل رفع أداء اللاعبين			
03	توفير مختلف الوسائل الالكترونية كاللوحات الالكترونية للاعبين			
04	توجد وسائل تعليمية حديثة لتلقي مهارات تساهم في تحسين الأداء الوظيفي والتقني			
05	مواجهة فرق قوية يساهم في رفع من الأداء كلاعب			
06	يتحسن مستوى أداء اللاعبين بالمؤثرات التكنولوجية			
07	يقدم النادي تقييم الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية عرض المباراة عن طريق التصوير			
08	نحقق أفضل أداء وظيفي وتقني في مختلف مباريات الموسم			
09	ساهمت التقنيات المستخدمة من طرف النادي في رفع من أداء اللاعبين			
10	يتحسن الأداء الوظيفي والتقني للاعبين كلما زادت صعوبة الأداء			

			نحدد أهداف الأداء المطلوبة تحقيقها عند كل مباراة	11
--	--	--	--	----

شكرا جزيلاً لتعاونكم معنا

2-5-6 قائمة الأساتذة المحكمين الاستبيان

الامضاء	الجامعة	التخصص	الرتبة	الاسم اللقب
	جامعة نيبازة	علم النفس الرياضي	استاذ محاضر أ	هوارية أحمد
	جامعة المسيلة	تدريب رياضي	استاذ محاضر أ	حسن ترش
	جامعة المسيلة	تدريب رياضي	استاذ محاضر أ	بن رجم الدريس
	جامعة الجزائر (1)	نظرية ومنهجية التربية الرياضية	استاذ محاضر أ	مزيلى مسعود
	جامعة المسيلة	تدريب رياضي	استاذ محاضر أ	سليم العياشي

6-5-2 نتائج الدراسة مخرجات spss

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	43	100,0
	Exclue ^a	0	,0
	Total	43	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,859	30

Statistiques

	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [يتحسن الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [يمتلك النادي اشتراك سنوي في القنوات الرياضية برنامج السمعي بصرى من طرف إدارة النادي]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [توفر مختلف الوسائل الالكترونية كاللوحات الالكترونية للاعبين]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [توجد وسائل تعليمية حديثة لتلقي مهارات تساهم في رفع أداء اللاعبين والتقني]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تواجه فرق قوية يساهم في رفع من أداء اللاعبين بالتكنولوجيا]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن مستوى أداء اللاعبين بالمؤثرات التكنولوجية]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [يتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]	الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة [تتحسن الأداء بعد كل مباراة باستخدام تقنية أداء اللاعبين عرض المباراة عن طريق التصوير]
N Valide	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43
Manquant	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Moyenne	1,70	1,79	1,98	1,58	1,56	1,70	1,67	1,51	1,58	1,58	1,65	18,3023	
Ecart type	,674	,888	,913	,823	,700	,803	,808	,703	,731	,731	,783	4,73354	

	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية	المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية
N Valide	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43	43
Manquant	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Moyenne	1,42	1,51	1,51	1,47	1,81	1,67	1,70	1,77	1,53	1,58	1,53	1,63
Ecart type	,663	,736	,736	,631	,852	,808	,832	,841	,797	,763	,767	,787

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 0					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
الوسائل البصري السمعي المؤثر التكنولوجية	20,910	42	,000	19,13953	17,2923	20,9868

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 0					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
لاعبى عند والتقنى الوظيفى الأداء السللة كرة	25,354	42	,000	18,30233	16,8456	19,7591

ملخص الدراسة:

العنوان : تأثير المؤثر السمعي البصري والوسائل التكنولوجية على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة
دراسة ميدانية على عينة فريق كرة سلة ولاية المسيلة أكابر

أهداف الدراسة :

- تهدف الدراسة إلى معرفة واقع الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة وتم المساهمة من خلال الدراسة الميدانية في تقديم جملة من الاقتراحات المساهمة في تحسين الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة مع إبراز مدى إهتمام الدولة بلاعبي كرة السلة من خلال سن قوانين في هذا الشأن
 - معرفة واقع استخدام الأساليب السمعية البصرية في العملية التدريبية لكرة السلة
 - معرفة واقع استخدام التكنولوجيا الحديثة في العملية التدريبية لكرة السلة
 - المساهمة من خلال الدراسة الميدانية في تقديم جملة من الاقتراحات المساهمة في تحسين الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة
 - إبراز مدى إهتمام الدولة بلاعبي كرة السلة من خلال سن قوانين في هذا الشأن
 - تقديم تصور مقترح لتحقيق الأداء الوظيفي والتقني عالي عند لاعبي كرة السلة
- منهج الدراسة :** أن دراستنا تدرج ضمن الدراسات الوصفية، التي تعتمد على وصف الظاهرة وعناصرها وعلاقتها في الوضع الراهن، من خلال جمع المعلومات والبيانات واستخلاص دلالاتها وتعميمها عن الظاهرة المدروسة. اعتمادنا المنهج الوصفي
- أداة الدراسة:** الاستبيان من الأدوات الأساسية لجمع المعلومات من الأفراد والتي تضم مجموعة من الأسئلة

عينة الدراسة: 43 لاعب من مختلف نوادي كرة السلة بولاية المسيلة

نتائج الدراسة:

- لاعبي نوادي كرة السلة متوسط أعمارهم من الفئة من 40 سنة الى 50 سنة بنسبة ،74.4% ثم تليها الفئة العمرية التي يتراوح سنها بين 30 الى 40 سنة بنسبة ،16.3%
- يتميز اللاعبين بمستوى تعليمي جامعي أي حاملي الشهادة الجامعية
- ان نوادي كرة السلة تنشط في القسم وطني أول بنسبة 79.10 % و قسم وطني ثاني بنسبة 18.60 %
- جل اللاعبين لديهم أكثر من ثلاثة سنوات مع ناديهم حيث تشكل نسبة 88.4 %

مساهمة الوسائل السمعية والبصرية وسائل التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت مرتفعة تستخدم الوسائل السمعية والبصرية وسائل التكنولوجيا على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة توجد درجة تأثير على الأداء الوظيفي والتقني عند لاعبي كرة السلة

-إن رياضة كرة السلة رياضة تنافسية تعتمد فعلا الوسائل السمعية والبصرية وسائل التكنولوجيا للتأثير على أداء اللاعبين

الاقتراحات و الفرضيات المستقبلية

من خلال النتائج المتوصل إليها في دراستنا و نتائج بعض الدراسات السابقة و من خلال الخبرة الميدانية المكتسبة من الميدان التدريبي في كرة السلة ننصح ببعض الاقتراحات و الفرضيات التي تسمح بترك مجال البحث مفتوح في طريقة التدريب الشامل و المدمج، و ندرجها كما يلي:

-إدراج مختلف الوسائل الحديثة والرقمية للتطوير كرة سلة لجميع الفئات العمرية لكرة السلة.

-توفير جميع الأجهزة العصرية والتكنولوجية المساهمة في تحسين أداء اللاعبين.

-توفير جميع الإمكانيات المادية (الملاعب، المنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية..

-الاهتمام الكبير لرياضة كرة السلة و على رياضات أخرى ككرة اليد، كرة الطائرة وكذلك الرياضات الفردية و رياضات الفنون القتالية .

-الاهتمام بالتكوين القاعدي في مجال التكنولوجيا للفئات الصغرى و ذلك لتسهيل تدريبهم باستخدام طريقة التدريب الشامل و المدمج عند الوصول إلى فئة الأكابر.

-رفع القدرات استخدام للمدربين للوسائل السمعية والبصرية والتكنولوجية في مجال التدريب الرياضي

الكلمات المفتاحية: السمي البصري ، التكنولوجيا ، الأداء الوظيفي، الأداء التقني، كرة السلة

Abstract

Title: The effect of audio-visual effects and technological means on the functional and technical performance of basketball players

A field study on a sample of the M'Sila Akbar state basketball team

Objectives of the study :

The study aims to know the reality of the functional and technical performance of basketball players, and the field study contributed to presenting a number of suggestions that contribute to improving the functional and technical performance of basketball players, while highlighting the extent of the state's interest in basketball players by enacting laws in this regard.

- Knowing the reality of using audio-visual methods in the basketball training process
- Knowing the reality of using modern technology in the basketball training process
- Contributing through the field study to providing a set of suggestions that contribute to improving the functional and technical performance of basketball players
- Highlighting the state's interest in basketball players by enacting laws in this regard
- Providing a proposed vision for achieving high functional and technical performance among basketball players

Study methodology: Our study falls within the descriptive studies, which depend on describing the phenomenon, its elements, and their relationship to the current situation, by collecting information and data, extracting their implications, and generalizing them about the studied phenomenon. We adopted the descriptive approach

Study tool: The questionnaire is one of the basic tools for collecting information from individuals, which includes a set of questions

Study sample: 43 players from various basketball clubs in the state of M'Sila

Results :

- Basketball club players have an average age of 40 to 50 years, with a percentage of 74.4%, followed by the age group between 30 and 40 years, with a percentage of 16.3%.
- Players have a university education level, meaning they hold a university degree
- Basketball clubs are active in the first national division with a percentage of 79.10% and a second national division with a percentage of 18.60%.

Most of the players have more than three years with their club, making up a percentage of 88.4%

The contribution of audio-visual means and technological means to the functional and technical performance of basketball players. We note that all the statements in their saturations through arithmetic means and standard deviations were high.

Audio-visual and technological means are used to improve the functional and technical performance of basketball players

There is a degree of influence on the functional and technical performance of basketball players

Basketball, as a competitive sport, actually relies on audio-visual and technological means to influence players' performance

Future suggestions and hypotheses

Through the results obtained in our study, the results of some previous studies, and through the field experience gained from the basketball training field, we recommend some suggestions and hypotheses that allow leaving the field of research open in the comprehensive and integrated training method, and we list them as follows:

- Including various modern and digital means of basketball development for all basketball age groups.
- Providing all modern and technological devices that contribute to improving the players' performance.
- Providing all material capabilities (stadiums, sports facilities with all necessary facilities...
- Great interest in basketball and other sports such as handball, volleyball, as well as individual sports and martial arts sports.
- Paying attention to basic training in the field of technology for younger groups in order to facilitate their training using the comprehensive and integrated training method when they reach the senior category.
- Raising the capabilities of coaches' use of audio-visual and technological means in the field of sports training

Keywords: audio-visual, technology, job performance, technical performance, basketball