



سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بأداء التصويبة السلمية بالكرة السلة

م.م رشا قيدار عبد الحميد النائب

2015 م

1437 هـ

الملخص

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وأداء التصويبة السلمية لطالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات، إذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث الحالي، أما عينة البحث فقد تمثلت بطالبات المرحلة الأولى لقسم التربية الرياضية والبالغ عددهن (20) طالبة، وقد استخدمت الباحثة الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط كوسائل إحصائية لتحليل النتائج التي توصلت إليها الباحثة، وقد استنتجت الباحثة وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية وأداء التصويبة السلمية لطالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات. وتوصي الباحثة بضرورة التأكيد على تنمية وتطوير سرعة الاستجابة الحركية للاعبين لما له من أثر كبير ومهم في نجاح الأداء الهجومي.

الكلمات المفتاحية (سرعة استجابة، كرة سلة)

Rapidity of kinetic response and its Relation with Performance of Accurate shoot for Basketball

Assist. Lecturer. Rasha Qaidar Abdul-Hameed Al-Naeb

Abstract

The objective of this study is to understand the relationship between the reaction speed of movement respond and the performance of accurate shoots of the Students of Sports Department of Education in the College of Education for Girls (their number were 20), the researcher have been used the descriptive approach in a manner relations connectivity for suitability nature of current research, the research sample was represented by students of the first phase of the Department of Physical Education and of their number (20) student, researcher used the arithmetic mean and standard deviation and coefficient of simple correlation means for statistical analysis of these findings, the researcher



has concluded that there were significant correlation between the motor response speed and performance of accurate shoots for the students of Department of Physical Education at the College of Education for Girls relationship. The researcher recommends the need to emphasize the development of kinetic response of the players because of its large and significant impact on the success of the offensive performance speed.

1- المقدمة

لم تحظى التربية البدنية و الرياضية بالاهتمام الكبير من الباحثين والمتخصصين في شتى المجالات العلمية فحسب، ولكن حتى من قبل عامة الناس من شباب وشيوخ وأطفال رجال ونساء، وذلك لأنها لم تعد تمثل حاجات مهمة تثري الحياة فقط بل تعدتها لتكون أسلوباً في الحياة، ومن أجل إثراء التفوق الرياضي والوصول إلى المستويات المتميزة عالمياً نجد أن الدول البارزة والمهيمنة على الرياضة بشكل عام عالمياً لا تدخر وسعاً أو باباً في البحث العلمي إلا طرقتة بحثاً عن كل ما هو مبتكر ولإعداد طرائق التعلم والتدريب ووسائله وتكنولوجياته وتطويرها كذلك وتحديث طرق القياس والتقويم والتحليل، وقد خطى الباحثون والمهتمون بالرياضة خطوات جبارة نحو التقدم مستنديين في ذلك إلى نتائج وأبحاث ودراسات في علوم التربية البدنية والرياضية من أجل الارتقاء بالأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي لممارسي لعبة كرة السلة (8:6).

ولقد شهد مجال التعلم الحركي تطوراً كبيراً وخصوصاً فيما يتعلق بتهيئة المواقف التعليمية بشكلٍ يستثير دوافع الطالبات من أجل الوصول إلى الهدف من العملية التعليمية، إذ أن عملية التعلم ترتكز على وسيلة مهمة لنقل المعارف والمعلومات من المدرب إلى اللاعب وهذه الوسيلة هي طريقة التعلم التي كلما كانت مناسبة تمت عملية التعلم بصورة أفضل وأسرع وبجهدٍ أقل (8:193). وإن من الأمور المهمة و الرئيسية من جوانب العملية التعليمية هو الاختيار الأنسب للأساليب التعليمية و أكثرها اقتصاداً بالوقت والجهد و ذلك عند تعليم المهارات الحركية (9:2).

إن الباحثين في مجال التربية الرياضية يسعون دائماً إلى اكتشاف الصفات الحركية التي من شأنها المساهمة في تقدم الألعاب الرياضية عموماً ولعبة كرة السلة على وجه الخصوص، حيث تعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الجماعية التي تمارس بشكل كبير وواسع في الأندية والمؤسسات الرياضية، وإنها تعتمد على المهارات الأساسية بوصفها قاعدة للتقدم على مستوى اللاعبين أو الفريق (عبد الدائم وحسانين، 1999، 43). إذ يتوقف نجاح أي فريق على مدى إجادته أفراداً للمهارات الأساسية بكرة السلة (20:4)



ومن هنا تبرز أهمية البحث الحالي في محاولة التعرف على العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية ومهارة التصويبة السلمية بكرة السلة، لان طبيعة الأداء في لعبة كرة السلة يتميز بالسرعة فضلاً عن أداء أكثر من مهارة خلال وقت قصير، لذا على الطالبات التكيف والاستعداد لتلك المواقف للوصول إلى الأداء الصحيح والمتميز .

من خلال اطلاع الباحثة على المصادر والأدبيات لاحظت قلة الدراسات والبحوث التي تناولت العلاقة بين مفردات التعلم الحركي ولعبة كرة السلة، لذا ارتأت الباحثة تسليط الضوء على الاستجابة الحركية لما لها من دور بارز ومهم في لعبة كرة السلة، إذ تعتبر الاستجابة الحركية من الصفات الحركية التي يجب أن تتمتع بها الطالبات عموماً ولأعبات كرة السلة على وجه الخصوص والتي تساعدن على سرعة التصرف السليم في أداء أسلوب الهجومى سريع يتناسب مع الحركات الدفاعية، وبما أن مهارة التصويب السلمي من المهارات الهجومية المهمة في لعبة كرة السلة والتي يمكن من خلالها الوصول إلى سلة المنافسين وإصابتها بنسبة عالية، لذا يجب التركيز من قبل القائمين على العملية التعليمية الاهتمام بتطوير سرعة الاستجابة الحركية الصحيحة لما لها من دور كبير في نجاح أداء المهارات لأنها من الصفات البدنية المهمة في كثير من الألعاب وتختلف الحاجة إليها من لعبة إلى أخرى بل من مهارة إلى أخرى وحسب متطلبات وخصوصية اللعبة والمهارة التي تؤديها للاعبة.

يهدف البحث الحالي في:

- معرفة العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وأداء التصويبة السلمية بالكرة السلة.

2- إجراءات البحث

2-1 منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته وطبيعة البحث. إذ يمثل المنهج الوصفي تشخيصاً علمياً للمشكلات أو الظواهر بقدر ما يتوفر من أدوات موضوعية، ثم يعبر عن هذا الشخص برموز لغوية ورياضية مضبوطة على وفق تنظيم محكم (74:7).

2-2 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث الحالي على طالبات المرحلة الاولى في قسم التربية الرياضية / كلية التربية للبنات في جامعة الموصل للعام الدراسي 2014/2013 والبالغ عددهن (25) طالبة، وبعد استبعاد (5) طالبات نتيجة عدم التزامهم بالحضور تم استبعادهم من عينة البحث وبذلك بلغت النسبة المئوية لعينة البحث وتمثل ما نسبته (80%) من مجتمع البحث الكلي.



2-3 وسائل جمع البيانات

اعتمدت الباحثة مجموعة من الوسائل المناسبة لجمع البيانات وهي:

- المصادر والمراجع والدراسات النظرية العربية.
- الاستبيان.
- الانترنت.

2-4 تحديد اختبارات البحث

من أجل تحديد الاختبارات المناسبة لطبيعة البحث الحالي، قامت الباحثة بالاطلاع على الادبيات والمصادر العلمية المتعلقة بموضوع سرعة الاستجابة الحركية فضلاً عن خبرة الباحثة المتواضعة في هذا المجال والتي مكنتها من تحديد مجموعة من الاختبارات والموضحة في الملحق (1) إذ تم توزيعها على السادة الخبراء الواردة أسمائهم في الملحق رقم (3)، وقد حصل اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية على نسبة اتفاق (100%) من قبل السادة الخبراء، لذا تم اعتماده من قبل الباحثة كاختبار لقياس سرعة الاستجابة الحركية لعينة البحث. أما فيما يخص اختبار التصويب السلمي فقد اعتمدت الباحثة اختبار دقة التصويب السلمي من منتصف الملعب (5) محاولات والملحق (2) يوضح تفاصيل الاختبارين المعتمدين في البحث.

2-5 الأجهزة والادوات المستخدمة

إن توفر مجموعة من الأجهزة والادوات الضرورية لغرض استخدامها لحل المشكلة مهما كانت تلك الأدوات والتأكد من أن هذه الأدوات تلائم البحث لتحقيق الفروض (10:179). وعليه فقد استخدمت الباحثة الأجهزة والادوات والوسائل التي ساعدتها على إجراء بحثها وهي كالآتي:

1. ملعب كرة سلة + كرات سلة.
2. صافرات + ساعة توقيت.
3. شريط قياس + شواخص.
4. دفتر + أقلام.

2-6 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الأساسية ويجب أن تتوفر فيها الشروط والظروف نفسها التي تطبق فيها التجربة الرئيسية ما أمكن ذلك حتى يمكن الأخذ بنتائجها (12:108). أجريت



التجربة الاستطلاعية على (3) طالبات يوم الأحد الموافق (2014/3/19) في الساعة التاسعة صباحاً في القاعة الداخلية لقسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات بجامعة الموصل.

2-7 التجربة الرئيسية

تم إجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث المتمثلة بطالبات المرحلة الأولى في قسم التربية الرياضية / كلية التربية للبنات والبلغ عددهن (20) طالبة يوم 2014/3/25-23 في القاعة الداخلية لقسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات.

2-8 الوسائل الاحصائية

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- النسبة المئوية.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3- عرض النتائج ومناقشتها

عرض نتائج العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وأداء التصويبة السلمية لدى طالبات المرحلة الأولى في قسم التربية الرياضية بكلية التربية للبنات.

الجدول (1)

يبين نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط

المتغيرات	وحدة القياس	س-	\pm ع	قيمة (ر) الجدولية	قيمة (ر) المحتسبة
سرعة الاستجابة الحركية <td>الثانية <td>3.01</td> <td>0.31</td> <td>0.43</td> <td>0.80</td> </td>	الثانية <td>3.01</td> <td>0.31</td> <td>0.43</td> <td>0.80</td>	3.01	0.31	0.43	0.80
مهارة التصويب السلمي <td>درجة <td>5.27</td> <td>0.47</td> <td></td> <td></td> </td>	درجة <td>5.27</td> <td>0.47</td> <td></td> <td></td>	5.27	0.47		

يتبين من الجدول رقم (1) أن الوسط الحسابي لسرعة الاستجابة الحركية بلغ (3.01) والانحراف المعياري (0.31)، أما الوسط الحسابي لمهارة التصويب السلمي بكرة السلة فقد بلغ (5.27) والانحراف



المعياري (0.47). أما فيما يخص قيمة معامل الارتباط بين سرعة الاستجابة الحركية والتصويب السلمي فقد بلغ (0.80) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (0.43) عند نسبة خطأ (0.05). من خلال النتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي يمكن للباحثة أن تعزو هذه المعنوية في العلاقة إلى الدور المهم والأساسي الذي تلعبه سرعة الاستجابة الحركية في نجاح التصويبة السلمية للوصول إلى سلة الخصم بصورة سليمة وصحيحة تفادياً للحركات الدفاعية التي من شأنها العمل على إعاقة حركة المهاجم لمنعه من الوصول إلى سلة الفريق، إذ تعتبر هذه الصفة الحركية من الصفات المهمة للاعبين كرة السلة نتيجة لصغر الملعب وكثافة اللاعبين في المنطقة القريبة من السلة. ويرى (خيون، 2002) إن لتنوع واختلاف التمارين أثره في تطوير السرعة الحركية بتهيئة مواقف مختلفة وكثيرة في فترة زمنية قصيرة (33:2). كما أن الحركة تتطور بالتردد المنتظم والمستمر للتمرين نتيجة لتطور المستوى الذهني والفكري وتطور الصفات البدنية والحركية، فضلاً عن زيادة ما مخزون في الدماغ من تجارب حركية (161:10).

4- الخاتمة

4-1 الاستنتاجات

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين سرعة الاستجابة الحركية وأداء التصويبة السلمية لطالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات في جامعة الموصل.

4-2 التوصيات

- التأكيد على تنمية وتطوير سرعة الاستجابة الحركية للاعبين لما له من علاقة كبيرة ومهمة في نجاح التصويبة السلمية.

قائمة المصادر

1. إسماعيل، محمد عبد الرحيم (2003): الأساسيات المهارية والخططية الهجومية في كرة السلة، ط2، منشأة المعارف الإسكندرية، مصر.
2. خيون، يعرب (2002): التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، مكتب الصخرة، بغداد.
3. الربيضي، كمال جميل (2004): التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون، ط2، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
4. زيدان، مصطفى محمد (1999): كرة السلة للمدرب والمدرس، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.



5. سبع، أحمد رمضان (2011): اثر تمارين سرعة الاستجابة الحركية على بعض الصفات البدنية لحراس مرمى الشباب بكرة القدم للصالات، بحث منشور، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 11، العدد 1، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل.
6. سلامي، عبد الرحيم (2002): أثر برنامج مقترح لأسلوبين من التدريب الذهني في بعض المهارات الأساسية ومستوى الرضا الحركي بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.
7. العتري، يوسف (1999): منهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق، ط1، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
8. عثمان ، إسماعيل حامد (1980) : أثر كل من الطريقتين الكلية والجزئية في تعلم الملاكمة للمبتدئين، مجلة دراسات وبحوث، المجلد الثالث، جامعة حلوان، القاهرة.
9. المالكي ، محمد عبد الحسين (1998) : أثر التدريب الذهني في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
10. محجوب، وجيه (1987): التطور الحركي منذ الولادة حتى سن الشيخوخة، مطابع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، ج2، بغداد.
11. محجوب، وجيه (1993): طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، العراق.
12. المندلوي، قاسم وآخران (1989): الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، مطابع التعليم العالي، جامعة الموصل، العراق.



الملاحق

ملحق رقم (1)

قائمة الاختبارات الخاصة بسرعة الاستجابة الحركية

الأستاذ المحترم

تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء البحث الموسوم بـ (سرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بأداء التصويبة السلمية لطالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية عميقة في مجالي التعلم الحركي ولعبة كرة السلة تود الباحثة أن تضع بين يديكم مجموعة من الاختبارات لقياس سرعة الاستجابة الحركية لطالبات المرحلة الاولى راجية منكم الاطلاع عليها وتحديد الاختبار الملائم لعينة البحث، وذلك بوضع علامة (√) أمام الاختبار الأكثر ملائمة لعينة البحث.

مع التقدير..

الاسم:

1995 م

1416 هـ

التخصص العلمي:

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
College of Physical Education and Sport Sciences For Women

اللقب العلمي:

التاريخ:

التوقيع:

م.م رشا قيدار عبد الحميد النائب



ت	الاختبار	يصلح	لا يصلح	الملاحظات
1.	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية			
2.	اختبار نيلسون للسرعة الحركية			
3.	اختبار نيلسون لقياس زمن الرجوع لليد			

ملحق رقم (2)

يبين مواصفات الاختبارات المعتمدة في البحث

1. اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية:

أسم الاختبار: اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية.
 الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختبار المثير.
 الأدوات المستخدمة: منطقة فضاء مستوية خالية من العوائق بطول 20 متر، ساعة توقيت الكترونية، شريط قياس، شريط لاصق.
 عدد المحاولات: (6) محاولات
 طريقة الأداء:

يقف المختبر عند نهايتي خط المنتصف في مواجهة المحكم الذي يقف عند نهايتي الطرف الآخر للخط يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين بحيث ينحني بجسمه للأمام قليلاً يمسك الحكم بساعة التوقيت بإحدى يديه ويرفعها إلى الأعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعيه إما ناحية اليسار أو اليمين وفي نفس الوقت تقوم بتشغيل الساعة يستجيب المختبر لإشارة اليد ويحاول الجري بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب إذ يبعد عن خط المنتصف (6.40) متر، وعندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة، وإذا بدأ المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فإن المحكم يستمر في تشغيل ساعته حتى يغير المختبر من اتجاهه ويصل إلى خط الجانب الصحيح يعطى للمختبر (6) محاولات متتالية بين كل محاولة وأخرى (20) ثانية ويواقع (3) محاولات لكل جانب، نختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية متعاقبة ولتحقيق ذلك نعد (6) قطع



كروت من الورق المقوى موحد الحجم واللون ويكتب على (3) منها يسار وال (3) الأخرى يمين ثم تقلب جيداً وتوضع في كيس ثم تسحب بدون النظر إليها.

طريقة التسجيل:

يحتسب الزمن الخاص لكل محاولة بالثواني، ودرجة المختبر هي متوسط الحالات أ ل (6).

2. اختبار دقة التصويب السلمي من منتصف الملعب (5) محاولات:

أسم الاختبار: دقة التصويب السلمي من منتصف الملعب (5) محاولات.

الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب السلمي.

عدد المحاولات: (5) محاولات.

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة سلة، كرة سلة، صافرة.

طريقة الأداء:

تقوم الطالبة بأداء الطبطة من منتصف ملعب كرة السلة باتجاه الهدف لأداء التصويبة السلمية، ثم القيام بعملية التهديف، تعطى الطالبة (5) محاولات إذ تحتسب دقة التصويب.

طريقة التسجيل:

احتساب النقاط يكون (2) نقطة في حالة إصابة السلة و(1) نقطة في حال لمس الكرة للحلقة فقط و(صفر) إذا فشلت الطالبة في إصابة الهدف أو لمس الكرة للحلقة.

ملحق رقم (3)

أسماء السادة الخبراء الذين تم الاستعانة بهم

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1.	أ. د مؤيد عبد الله جاسم	قياس وتقويم / كرة سلة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد
2.	أ.د انتصار عويد	تعلم حركي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد
3.	أ.م.د لقاء عبد الله علي	تدريب رياضي/ كرة سلة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد