



دراسة مقارنة بين اللاعبين الأساسيين والبدلاء في الأداء (البدني – والمهاري) والوظيفي لدى لاعبي نادي نفط الجنوب بكرة السلة (٥)

أ.م.د عادل ناجي حسن

adelnaji53@gmail.com

أ.م.د شكري شاکر فالج

shukri1972@gmail.com

المخلص

تتلخص أهمية البحث بوقوف معظم المدربين بالاهتمام باللاعبين البدلاء ومعرفة مستواهم الحقيقي من خلال اظهار الاداء الفني والمهاري والوظيفي والذي يجب ان يوازي مستوى اللاعبين الاساسيين ، بينما ظهرت مشكلة البحث ان معظم اللاعبين البدلاء هم ليس بنفس كفاءة ومستوى اللاعبين الاساسيين في معظم المهارات الحركية والمؤشرات الوظيفية ، اما هدف البحث فيشير الى التعرف على الفروق بين اللاعبين البدلاء والاساسيين في بعض المهارات الحركية والمؤشرات الوظيفية ، اما فرض البحث فتبين (وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اللاعبين البدلاء والاساسيين في المهارات الحركية والوظيفية لدى عينة البحث) اما مجالات البحث حيث تضمن المجال البشري لاعبي نادي نفط الجنوب للموسم (٢٠١٧-٢٠١٨) ، بينما اشتملت الدراسة النظرية على التدريب الرياضي وتأثير الجهد البدني على المؤشرات الوظيفية ، وقد اعتمد الباحث المنهج الوصفي على عينة مكونة من (١٢) لاعب وتضمن الفصل الرابع عرض ومناقشة النتائج وقد ظهرت ان قيمة (T) المحسوبة في جميع النتائج هي اكبر من قيمة (T) الجدولية ، اما اهم الاستنتاجات فقد توصل الباحثان الى (جميع المؤشرات الوظيفية وسكر الدم احدثت فروق معنوية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) ، اما اهم التوصيات فكانت (التأكيد على رفع مستوى اللياقة البدنية والمؤشرات الوظيفية لدى اللاعبين البدلاء بشكل ينسجم مع اللاعبين الاساسيين) .

A Comparative study between basic and substitute players in physical – technical and functional performance of south oil club basketball players

Assis . prof . Dr. Adel Naji Hessen . prof . Dr. Shukri Shaker Faleh

The importance of the study represents on that most coach focusing on substitute players and knowing their real level in technical – physical and functional performance , it must be equal the basic players level , the problem of the study shows that most substitute players are not the same level of basic players in most motoric skills and functional indicators , However , the aim of the study is identifying the differences between substitute and basic players in some motoric skills and functional indicators , whereas the hypnosis of the research is that there are statistical differences between substitute and basic players in some motoric skills and functional indicators of the samples of the study , Concerning the samples , they are the players of south oil club for the season ٢٠١٧\٢٠١٨ , the theoretical part deals with sport training and the effect of physical stress on the functional indicators , the researcher depends on the descriptive method on the sample which consists of (١٢) players , the fourth chapter presents the discussion of the results that shows the calculating vector (T) of all the results is bigger than the stander vector (T) , the vital conclusion is that all functional indicators and blood sugar make differences between the pro and after tests ,



while the main recommend at ion is that the enforcing on sising the physical fitness level and functional indicators of substitute players in corresponding with basic players .

١-التعريف بالبحث

١ ١ المقدمة وأهمية البحث

من أوليات مهام المدربين التدريبيه لتطوير مستوى أداء اللاعبين تقع على عاتقهم متطلبات عديدة نحو التدريب الحديث لكي توظيفها وتطبيقها داخل مساحة اللعب . والتدريب الحديث في كرة السلة يتجه نحو تدريب أنظمة إنتاج الطاقة وفقاً لمساهمة كل نظام في تحسين العمليات الفسيولوجية والكيميائية التي تحدث للأجهزة وأعضاء جسم اللاعب ويكون من خلال زيادة حجم التدريبات الخاصة والمشابهة للمباريات والتي تتسجم مع نظام الطاقة الخاص باللعبة . لكي إن لا تقلل من مستوى الأداء اللاعبين البدلاء عن اللاعبين الأساسيين من ناحية القدرات البدنية والمهارية والوظيفية لغرض المحافظة على نتيجة المباراة أو الفوز بها ، وكرة السلة واحدة من الألعاب الفخرية التي تمتاز بالسرعة والأداء النهاري ولا يمكن أن نتصور إن لاعب كرة السلة الجيد يشترك بالهجوم والدفاع وإمكانياته الأوكسجين تحت المستوى المطلوب ولا يمتلك ألقدره على تحمل العب بشدة عالية وفترات طويلة ومن خلال مشاهدة ومتابعة الباحثان لعديد للمباريات التي خاضها لاعبي نادي نفط الجنوب الرياضي بكرة السلة لوحظ إن خسارة الفريق في الفترة الثالثة أو الرابعة هو نتيجة خروج اللاعبين الأساسيين نتيجة ارتكابهم الأخطاء الفنية الخمسة ونزول اللاعبين البدلاء والذين تظهر عليهم الانخفاض والإخفاق والتراجع في مستواهم دون المستوى الحقيقي للاعبين الأساسيين ، مما دعي الباحثان للوقوف على هذه الحالة ودراستها لغرض وقوف المدربين على كيفية انتقاء أهم اللاعبين الذين لهم القدرة من الناحية البدنية والمهارية مع مجموعة من المؤشرات الوظيفية لأهميتها وارتباطها المترابطة بالأداء الفني داخل الملعب حت نمكنهم بالحفاظ أو تغيير نتيجة المباراة ، ومن هنا تمكن أهمية البحث لمعرفة مدى اهتمام المدربين باللاعبين البدلاء ومعرفة المستوى الحقيقي لهم من خلال الأداء النهاري والبدني والذي يوازي مستوى اللاعبين الأساسيين على كيفية التعويض والحفاظ على نتيجة المباريات .

من خلال مشاهدة الباحثان مباريات التي خاضها فريق نادي نفط الجنوب بكرة السلة لوحظ ان انخفاض وتراجع المستوى لدى اللاعبين ونتيجة الفريق في الفترات الاخيرة ، انعكاسا عن مستوى الاداء المتواضع والفروقات الفردية بين اللاعبين الاساسيين والبدلاء ، واتضح ايضا ذلك ان هذا التراجع في المستوى نتيجة انخفاض القدرات البدنية والاداء المهاري والمؤشرات الوظيفية لدى اللاعبين لحد علم الباحثان ، وهذا يعطي دليلاً لتغير أسلوب التدريب مع اللاعبين وحسب الفروق الفردية التي يكشفها البحث وهو ما تمكن للاعبين البدلاء من الاضافة بالحفاظ او تغيير نتيجة المباريات اثناء اشتراكهم فيها ، لذا ظهرت مشكلة البحث إن اللاعبين البدلاء هم ليس بنفس قابلية اللاعبين الاساسيين في المهارات الحركية والمؤشرات الوظيفية والتي تساعد على المحافظة على مستوى اللاعبين الاساسيين في تحقيق الفوز والمحافظة عليه .

٢-١ اهداف البحث

يهدف البحث الى مكاييلي :-

١- التعرف على الفروق بين اللاعبين البدلاء والأساسيين في الأداء البدني والنهاري لدى لاعبي نفط الجنوب بكرة السلة .

٢- التعرف على الفروق بين اللاعبين البدلاء والاساسيين في المؤشرات الوظيفية لدى لاعبي نفط الجنوب بكرة السلة .

٣-١ فروض البحث

يفترض الباحثان على ماييلي :-



١- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اللاعبين البدلاء والاساسيين في الأداء البدني والنهاري لدى لاعبي نفط الجنوب لكرة السلة.

٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اللاعبين البدلاء والاساسيين في المؤشرات الوظيفية لدى لاعبي نادي نفط الجنوب لكرة السلة .

٤-١ مجالات البحث

١-٤-١ المجال البشري : لاعبي فريق نادي نفط الجنوب لكرة السلة للموسم ٢٠١٧-٢٠١٨ .

١-٤-٢ المجال الزمني : من الفترة ٢٠١٧/١١/١٥ ولغاية ٢٠١٨/٣/٦ .

١-٤-٣ المجال المكاني : قاعة نادي نفط الجنوب الرياضي في محافظة البصرة .

٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

١-٢ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لحل المشكلة البحث .

٢-٢ عينة البحث

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو فريق نادي نفط الجنوب لكرة السلة المشارك بدوري القطر لكرة السلة للموسم ٢٠١٧-٢٠١٨ وقد اختار الباحثان (١٢) لاعب وبنسبة (١٠٠%) وقد قام الباحثان بإجراء التجانس لعينة البحث في عدد من المتغيرات والموضحة في الجدولين (٢-١) .

جدول (١)

يبين التجانس لعينة البحث في القياسات المورفولوجية للاعبين البدلاء

ت	المتغيرات الحسابية المتغيرات المورفولوجية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
١	الطول	متر	١٨٥,٢	٥,١٦٧	٢,٧٨٩
٢	الوزن	كغم	٨٠,٣	٥,٩٧٢	٩,٩٢٧
٣	العمر	سنة	٢٣,١٤	١,٥١٦	٦,٤٧٨

يتضح من الجدول (١) عدم وجود اختلاف بين عينة البحث كون معامل الاختلاف اقل من (٣٠%) وعليه تعد عينة البدلاء متجانسة في المتغيرات المورفولوجية .

جدول (٢)

يبين التجانس لعينة البحث في القياسات المورفولوجية للاعبين الاساسيين

ت	المتغيرات الحسابية المتغيرات المورفولوجية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
١	الطول	متر	١٨,٤	٨,٥٦١	٤,٦٩٣
٢	الوزن	كغم	٧٥	١١,٢٧٨	١٥,٣٧
٣	العمر	سنة	٧,٨	١,٦٤٣	٧,٥٣٦

يتضح من الجدول (٢) عدم وجود اختلاف بين عينة البحث كون معامل الاختلاف اقل من (٣٠%) وعليه تعد عينة الاساسيين متجانسة في المتغيرات المورفولوجية .



٢-٣ وسائل جمع المعلومات

شملت وسائل جمع المعلومات عن ما يلي :-

- ١- الاختبارات والقياسات .
- ٢- استمارة جمع البيانات .
- ٣- نتائج اللاعبين (الاساسيين والبدلاء) .
- ٢-٣-١ الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث
- ١- ملعب كرة السلة .
- ٢- صافرة .
- ٣- ساعة توقيت عدد (٢) .
- ٤- شواخص عدد (٢٠) .
- ٥- كرات سلة عدد (١٥) .
- ٦- جهاز قياس الضغط الدموي ومعدل ضربات القلب عدد (١) .
- ٧- جهاز قياس سكر الدم عدد (١) .

٢-٤ الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث

٢-٤-١ الاختبارات والقياسات (البدنية والمهارية) بكرة السلة (٥ : ٦٥)

استخدم الباحثان الاختبارات المقننة .

اولا: الاختبار المركب (البدني ، المهاري) لقياس السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب السلمي بعد اداء المحاورة.
ثانيا : الاختبار المركب (البدني ، المهاري) لقياس السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب من القفز (نقطتان) بعد اداء التسليم والاستلام من الجدار .

ثالثا : الاختبار المركب (البدني ، المهاري) لقياس السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب (٣ نقاط) بعد اداء المحاورة .

٢-٤-٢ القياس الوظيفية (١١ : ٦٩)

اولا : قياس معدل ضربات القلب في الدقيقة في حالة الاستلقاء بواسطة جهاز لقياس معدل ضربات القلب .

٢-٥ التجربة الرئيسية

قام الباحثان بتاريخ ٢٠١٨/١/١٨ بإجراء الاختبارات على عينة البحث في تمام الساعة (٤) مساء وفي قاعة نادي نطف الجنوب ، وقد تم القياس والاختبار حسب الالية الاتية :-

- ١- معدل ضربات القلب من الاستلقاء .
- ٢- معدل الضغط الدموي الشرياني من الاستلقاء .
- ٣- معدل التنفس الدموي الشرياني من الاستلقاء .
- ٤- الاختبار الاول للأداء المهاري (قياس السرعة الانتقالية والتصويب السلمي) بعد اداء المحاورة .
- ٥- قياس السكر .
- ٦- الاختبار الثاني للأداء النهاري (قياس السرعة الانتقالية والتصويب من القفز (نقطتان) بعد اداء المحاورة .
- ٧- الاختبار الثالث للأداء النهاري (قياس السرعة الانتقالية بالتصويب (٣ نقاط) بعد اداء المحاورة .
- ٨- اعادة جميع القياسات (ضربات القلب والضغط الدموي ومعدل التنفس وسكر الدم) بعد الاختبار المهاري البدني الثالث



٦-٢ الوسائل الأحصائية
استخدم الباحثان الحقيبة الأحصائية spas

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٣-١ عرض ومناقشة نتائج الفروق قبل وبعد الجهد لمجموعة اللاعبين الأساسيين

جدول (٣) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة الاحصائية قبل وبعد الجهد لمجموعة اللاعبين الأساسيين في المتغيرات قيد البحث

الدلالة المعنى	قيمة (T)		بعد الجهد		قبل الجهد		وحدة القياس	متغيرات البحث
	الجدول	المحسوبة	ع	س	ع	س		
معنوي	٢,٢٦	٢٦,٩٤ ٤	١,٤٢ ٩	١٩,٦	١,٣٩٨	١٥,٢	عدد/ دقيقة	السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب السلمي
معنوي		٢٢,٣٣	٠,٧٨ ٨	٧,٨	٠,٨٤	٥,٥	عدد/ دقيقة	السرعة الانتقالية المنتهية من القفز (نقطتان)
معنوي		٦,٠٦٨	١,٠٥	١٤,٣	٠,٩٨١	١١,٤٢	عدد/ دقيقة	السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب (٣ نقاط)
معنوي		٣,٤٥٥	١٧,٤ ١	١٥٩,٦	١٤,٦٣ ٥٥٧	١٣٨,٢	ملم/ز	ضغط عالي
معنوي		٣,٠٠٩	١٠,٩ ٦٨١٤	٨٧,٦٠	٩,٤٨٦ ٨٣	٧٦,٠	ملم/ز	ضغط واطى
معنوي		٢٣,٧١	٣,٥	٣٨,٨٠	٥,٤٧٧ ٢	١٥,٤٠	عدد المرات دقيقة	التنفس
معنوي		٢٨,٥٥ ٧	١,٨١ ٦	١٤١,٤	١,٦٢	٥٧,٦٠	ضربة دقيقة/ دقيقة	ضربات القلب
معنوي		٣,٧٧٢	٣,٧٧ ٢	١٢٨,٠	٣,٨٤٨	١٢٠,٤	ملم غرام/ لتر	السكر

• قيمة T الجدوليه تحت درجة حرية (١٠) ومستوى دلالة (٠,٠٥) يساوي (٢,٢٦)

٣-٢ عرض ومناقشة نتائج الفروق قبل وبعد الجهد لمجموعة اللاعبين البدلاء

جدول (٤) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية والدلالة الاحصائية قبل وبعد الجهد لمجموعة اللاعبين البدلاء في المتغيرات قيد البحث

الدلالة المعنى	قيمة (T)		بعد الجهد		قبل الجهد		وحدة القياس	متغيرات البحث
	الجدول	المحسوبة	ع	س	ع	س		
معنوي	٢,٢٦	٨,٨٢٠	١,٧٠٢	١٦,٧	١,٣٥٤	١٤,٥	عدد/ دقيقة	السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب السلمي
معنوي		٦,٧٠٨	٠,٨٢٣	٦,٣	١,٠٣	٤,٨	عدد/ دقيقة	السرعة الانتقالية المنتهية من القفز (نقطتان)



معنوي	٧,٩٦٥	٠,٨١٦	١٣	٠,٩٤٨	١١,٣	عدد/ دقيقة	السرعة الانتقالية المنتهية بالتصويب (٣ نقاط)
معنوي	٢,٧٩٩	٢٠,٤٣	١٤٠,٨	١٣,٣٤	١٢٨,	ملم/ز	ضغط عالي
معنوي	٥,٠٤٥	١٤,٠٦	٩٣,٨٠	١٤,٢١	٧٩,٠	ملم/ز	ضغط واطئ
معنوي	١٧,٦١	٤,٢١٩	٤٧,٤٠	٤,٤٧٢	١٥,٢	عدد/ دقيقة	التنفس
معنوي	٩,٦١	١٠,٠٨	١٦٥,٦	٣,٣٤٦	٧٢,٨	ضربة/ دقيقة	ضربات القلب
معنوي	٥,٣٩١	١١,٧٣	١٢٤,٢	٨,٥٦١	١٠,٦	ملي/لتر	السكر

• قيمة T الجدولي تحت درجة حرية (١٠) ومستوى دلالة (٠,٠٥) يساوي (٢,٢٦)

٣-٣ مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لعينة البحث

من خلال ملاحظة جميع النتائج والفروق المعنوية الحاصلة لجميع متغيرات البحث لدى اللاعبين الاساسيين والبدلاء نتيجة اثر المجهود البدني أدى الى تغيرات كيميائية نتيجة عملها الوظيفي لخلايا الجسم لتحرير الطاقة اللازمة لضمان استمرار اللعب دون هبوط في مستوى الأداء وتحمل العب بشدة عالية ولفترات طويلة مع بقاء معدل ضربات القلب مرتفعا مما يدل على قدرة كفاءة الأجهزة الوظيفية في اداء عملياتها في المستوى المطلوب والتي تحتاج الى حلول سريعة لحسب مواقف اللعب المتعددة سواء كانت الهجومية أو الدفاعية وهذا ما يؤكد (باسم عبد خنجر وآخرون ٢٠٠٧) (نتيجة لأداء تدريبات بدنية مرتفعة الشدة تحدث زيادة كبيرة في معدل معدل ضربات القلب تصل حوالي ٢٠٠ ضربة بالدقيقة , ومن خلال ذلك نجد ان هناك علاقة بين شدة الحمل التدريبي وزيادة معدل ضربات القلب) (٣١:٢). وتعتمد عملية انتقاء اللاعبين والتدريب الرياضي على الدور القيادي للمدرب الذي يتمتع بمقدرة عالية من الكفاءة على تدريب لاعبيه وتعليمهم الاعتماد على النفس واستغلال طاقاتهم السلطوية وطريقة تدريبية تبعاً للفروق الفردية مما يوجب تعزيز مواطن القوة في الجانب البدني والنهاري والخططي ومعالجة مواطن الضعف لديهم وأيضا له القدرة والقابلية على جعل هؤلاء اللاعبين بالشعور كأنهم وحدة واحدة أثناء اختيارهم وليس على أساس من هو هناك لاعب أساسي أو لاعب بديل ، ثم بعد خلق العلاقة الجيدة بينه وبين لاعبيه وبين اللاعبين أنفسهم حيث يلعب دورا أساسيا في تعزيز ونجاح عمل الفريق والوصول بهم الى أعلى المستويات ، هذا ما يؤكد (علي بن صالح الهوروري ١٩٩٤) (لكي يحسن المدرب انتقاء الرياضيين ، يجب ان يكون واضحا لديه النموذج المثالي للرياضي المراد إعداده من حيث جميع المواصفات وفق متطلبات الفعالية الرياضية المراد التخصص فيها ، وهذا ما يحتم علينا ضرورة الاعتماد على الخامات الموجودة لدينا والعمل على إعداد النموذج المثالي للرياضي المراد إعداده وانطلاقا من ذلك يمكننا تحديد المواصفات والمتطلبات المهارية والبدنية والبنوية والنفسية لكي يكون انتقادنا تابعا من نموذج نريد إيجاده وتأهيله ليكون قادرا على تحقيق الهدف المخطط له) (٢٢٣:٥).

كما يعزو الباحثان بأن التوجه الحديث للتدريب في كرة السلة يتجه نحو تدريب أنظمة الطاقة وفقا لتداخل كل نظام في تحسين العمليات الفسيولوجية الكيميائية التي تحدث للأجهزة وأعضاء جسم اللاعب ويكون ذلك من أوليات مهام المدربين من خلال زيادة الأحجام التدريبية الخاصة والمباشرة للمباريات والتي تنسجم مع الطاقة الخاص باللعبه حيث تضع اللاعب في مستوى وظيفي وضغط نفسي كما لو كان في اداء مباراة وهذا ما أشار إليه (باسم عبد خنجر وآخرون ٢٠٠٧) (يهدف التدريب الاوكسجيني الى تحسين كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي الذي يؤدي بدوره الى تحسين قابلية استعادة الشفاء بعد الجهد البدني من خلال زيادة القابلية على امتصاص الأوكسجين من الرئتين ونقله ونقله من الرئتين الى الانسجة بواسطة الدم وتحسين كفاءة العضلات على امتصاص الأوكسجين من الدم لإنتاج الطاقة اللازمة للعمل العضلي) (٣٩:٢) . كما أن استخدام تدريبات نظام الطاقة الأوكسجينية الخاصة بشدة عالية بين الأفراد يهدف الى تحسين عمل العضلات



والأوتار والأربطة على مقاومة التعب لأجل أداء خالي من الأخطاء يمنعه التفوق ميدانيا ويعد عاملا مؤثر على أدائهم ويعطي مؤشرا حقيقيا لحالة اللاعب الأنبيه ، ويتفق الباحثان مع ما أشار إليه (غايتين ١٩٩٧) (نجد إن معظم اللاعبين عند ممارسة التدريب يكون بدور عضلة القلب في كمية الدم المدفوع الى الجسم ونقل كمية الأوكسجين من خلال عمليتي الشهيق والزفير الى عضلات الجسم العاملة لأجل الاستمرار بالعمل لهذا تستهلك الخلايا العضلية في التمارين الأوكسجينية بسرعة عالية تكون نسبة انتقال الأوكسجين الى الأنسجة ثلاث إضعاف كمية الأوكسجين في المستوى الطبيعي التي تبلغ حوالي (M1100 / M150 من الدم) (٦: ٦٠٨). كما الباحثان إن زيادة ونقصان مستوى السكر عن الحدود الطبيعية عند الإنسان بشكل عام والرياضي بشكل خاص يؤدي الى حالة مرضية لديه , ولهذا ينصح الأشخاص المصابين بمرض الداء السكري بمزاولة الرياضة لأجل حرق السكر الزائد الموجود في الدم لكي إن يبقى ضمن الحدود الطبيعية , لذا نجد معظم الرياضي ناو اللاعبين يحتاجون الى توفير الطاقة لأجل الاستمرار بمزاولة النشاط الرياضي الخاص بهم , ولذا يعد السكر واحد من أهم عناصر توفير الطاقة لأجل الاستمرار بالأداء دون الشعور بالتعب مما يؤدي الى هبوط مستواه بسبب عدم توفير الطاقة اللازمة , وهذا ما يشير إليه (سعد شاهين حمادي وآخرون ٢٠٠٩) (من خلال أيجاد العلاقة بين ممارسة النشاط البدني على زيادة امتصاص الأنسولين وان الهدف منه إنجاز حالة أفيضية يبقى فيها مستوى السكر في الدم ضمن الحدود والمدى الطبيعي (٧٠_١١٠) ملغم/١٠٠٠ ملي لتر في الدم .

ويعزو الباحثان سبب ذلك الاختلاف والتباين في متطلبات الاداء عند منافسة بين افراد عينة البحث على عدة متطلبات نهائية وبدنية ووظيفية ، اذ تلاحظ ان اللاعبين في المنافسة يحتاجون الى اداء خاليا من الأخطاء يمنحهم التفوق ميدانيا ، فضلا عن المتغير الوظيفي (بنسبة الاوكسجين بالدم) وهذا مؤشر لكفاءة الجهاز التنفسي والدوري في اوصول الاوكسجين الى العضلات العاملة وتعويض النقص الحاصل جراء الجهد البدني ، حيث تبين ان هناك علاقة عكسية كلما قلت نسبة الاوكسجين للعضلات العاملة يعتبر عامل مؤشر على اداء اللاعبين ويعطي مؤشرا حقيقيا لحالة اللاعب الاتية وفقا لمستويات التكيف ، ويتفق الباحث مع ما اشار اليه ومن هنا عبد الله يهود (٢٠٠٩) (إن البناء البدني و الوظيفي يكون عصب السبق في تحقيق النتيجة الايجابية للمباراة ويأتي ذلك من خلال العلاقة الطردية بين كافة المهارات المتوفرة بدنية كانت أو نهائية أو وظيفية كانت أو خطئية ولا يتم ذلك إلا من خلال التفاعل الهادف بين هذا وذلك للوصول الى أفضل مستوى لذا فان أي انحدار أو انخفاض في احدهما يؤدي الى عدم قدرة اللاعب على الأداء بشكل متكامل أو مثالي) . (١٠:١٢٣)

ومن هنا يرى الباحثان إن الأداء النهاري يتطلب درجة عالية من تحمل الاداء اثناء فترات المباراة ، اذ تعمل هذه القدرات البدنية على تعزيز امكانية اللاعب في قدرته على الاداء طول المباراة بدون او قلة حدوث الاخطاء ، والذي بالتالي ينعكس ايجابيا على نتيجة المباراة وهذا ما نلاحظه عند المباريات ، اذ يعطينا مؤشرا لمدى ارتباط القدرات البدنية والوظيفية ومدى تأثيرها على الاداء المهاري ويتفق الباحث الى ما اشار اليه بيان علي عبد علي وآخرون (٢٠٠٩) (ان الطابع المميز للمهارات الحركية لنوع النشاط التخصصي الذي يمارسه الفرد ويهدف فيه الى تحقيق اعلى مستوى ممكن هو الذي يحدد نوع المكونات البدنية الضرورية التي تمكنه من الوصول الى اعلى المستويات) . (٢: ٣٠)

كما يرى الباحثان إن تنوع وتغير طبيعة الاداء حسب مواقف اللعب ، نلاحظ ان المتطلبات الوظيفية هنا تلعب دورا كبيرا وفق عدة عوامل من اهمها مدة اللعب وقوة المنافس وهنا يلعب متغير الناتج القلبي دورا كبيرا في مدى امكانية القلب على دفع الدم ويصل حجم الدم المدفوع الى اضعافه خلال اداء الجهد مما يزيد من كمية الدم المحمل بالأوكسجين الواصل للعضلات العاملة ، ويتفق الباحث الى ما اشار اليه محمد عبد الرزاق نعمة (٢٠١٤) (ان تعدد المواقف التي يتطلبها الاداء المهاري من عمليات في اتقان الاداء الحركي نتيجة لتعدد هذه المواقف فان اللاعب يجد نفسه غير قادر على اتمام ما مطلوب منه اذا لم تتوفر فيه قدرات بدنية كثيرة بين السرعة واداء المهارة وفق متطلبات اللعب لذلك ترى ان المتطلبات البدنية الخاصة تعد من اهم مميزات التوافق البدني لما لها من تأثير متبادل مع المهارات الحركية وهذا يحتاج الى امكانية توفيق الاجهزة الحيوية بالجسم وخاصة الجهاز التنفسي لما له من اثر كبير في اوصول الاوكسجين الى العضلات العاملة لإنتاج الطاقة وبالتالي حدوث النقل العضلي اللازم للأداء) . (٩: ١١٠)



٤- الخاتمة

توصل الباحث من خلال نتائج البحث الى الاستنتاجات التالية :

- ١- ان المدرب الجيد الذي يستطيع ان يعد مجموعة من اللاعبين الاكفاء ذات الشعور بالمسؤولية اتجاه فريقهم وتحملهم اصعب الظروف وحل مواقف اللعب الصعبة .
- ٢- استطاع المدرب ان يخلق مدى التفاهم والتجانس عند اللاعبين الاساسيين والبدلاء وقدرتهم على حل مواقف اللعب الصعبة .
- ٣- ان مستوى المؤشرات الوظيفية وسكر الدم احدثت فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لعينة البحث الاساسيين والبدلاء ذلك من جراء الجهد البدني .
- ٤- ان التغيرات الحادثة في الجانب الوظيفي وسكر الدم تدل على انسجام عينة الاساسيين للجهود البدنية بسبب كثرة الممارسة واداء المنافسات .
- ٥- ان مستوى الاداء البدني المهاري لعينة اللاعبين الاساسيين هو افضل من عينة اللاعبين البدلاء .

اهم ما يوصي به الباحث ما يلي :-

- ١- التأكيد على رفع اللياقة البدنية لعينة اللاعبين البدلاء .
- ٢- الاهتمام بالصفات الخاصة لعينة البدلاء بشكل ينسجم مع عينة الاساسيين .
- ٣- الاهتمام بإجراء الاختبارات بشكل دوري على عينة البدلاء لمعرفة الفروق الفردية والمستوى مقارنة باللاعبين الاساسيين .
- ٤- التأكيد على اجراء الفحوصات التي استخدمها الباحث .
- ٥- الاهتمام بالتمارين مهارية المشابهة لنوع لعبة كرة السلة .

المصادر العربية

- ١- أمر الله ألبساطي : قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته ، مطبعة الانتصار لطباعة الأوفس ، الإسكندرية ، ١٩٩٨ .
- ٢- باسم عبد خنجر وآخرون : كرة السلة فلسخة تعليم تدريب ، مطبعة الحضارة ، بصرة ، أعشار ، ٢٠٠٧ .
- ٣- بيان علي عبد علي وآخرون : أسس رياضة المبارزة ، طبع في مكتب دار الأرقم للطباعة ، بغداد ، ٢٠٠٩ .
- ٤- حسن سيد معوض : كرة السلة للجميع ، مطابع الجوزي ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
- ٥- علي بن صالح الهرهوري : علم التدريب الرياضي ، جامعة قان بونس ، بنغازي ، ط ١ ، ١٩٩٤ .
- ٦- علي عاشور عبید : تصميم وتقنين اختبارات لقياس الأداء (البدني ، المهاري ، الهجومية) المركب بدلالة السرعة الانتقالية وتحمل السرعة لدى لاعبي كرة السلة المتقدمين ، أطروحة دكتوراه ، العراق ، البصرة ، ٢٠١٤ .
- ٧- غايتون وهول (ترجمة) صادق الهلالي : المرجع في الفيزيولوجيا الطبية ، منظمة الصحة العالمية ، المكتب الاقليمي الشرق الاوسط ، ١٩٩٧ .
- ٨- سعد شاهين حمادي وآخرون: علاج داء السكري بالتدريب الرياضي ، الطبعة الاولى، مطبعة النخيل، بصرة ، عشار ، ٢٠٠٩ .
- ٩- مانفيل ل . ب : اسس التدريب الرياضي ، موسكو الاتحاد السوفياتي سابقا ، ١٩٧٧ .
- ١٠- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٦ .
- ١١- محمد عبد الرزاق نعمة الضرباوي : تصميم وتقنين اختبارات مركبة لتقييم الاداء بدلالة بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للاعبين المبارزة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الاساسية ، جامعة المستنصرية ، ٢٠١٤ .
- ١٠- محمد عبد الله صيهود : تحديد معيار مرجعي بالأداء النهاري بدلالة القدرات البدنية والمتغيرات البايوكيميائية لمؤشر لانتقاء اللاعبين الخماسي بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، جامعة البصرة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ٢٠٠٩ .
- ١١- محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، ١٩٩٨ .