

الفصل الأول

٠/١ المقدمة

١/١ مقدمة البحث.

٢/١ مشكلة البحث وأهميته.

٣/١ أهداف البحث.

٤/١ فروض البحث.

٥/١ مصطلحات البحث.

١/١ مقدمة البحث :

أصبح التقدم العلمى فى كافة المجالات العلمية سمة هذا العصر ، الأمر الذى دفع العديد من الدول إلى إخضاع الإمكانيات للبحث العلمى والتجريب والقياس حتى تتمكن من مسايرة التطور العلمى الكبير ، وتعتبر الأنشطة الرياضية من أهم المجالات لأنها تسهم فى تقدم المجتمعات وتطورها إذا أحسن إعداد ممارسيها .

والتطور السريع الذى تسعى إليه الكثير من دول العالم يعكس بوضوح حتمية الاتجاه للأساليب الحديثة خلال عملية التدريب ، وكذلك لأعداد منتخباتهم ومدربين ولاعبين بفكر جديد لتمثل بلادهم وتحقيق الانجازات الرياضية .

وتعتبر كرة السلة من الأنشطة ذات المواقف المتغيرة المتميزة التى تتباين وتتعدد طبيعة وظروف المنافسة بها من خلال أماكن الترملاء والمنافسين وزمن استحواذ الفريق على الكرة ، فضلاً عن احتوائها على مهارات فنية متعددة يتعين على اللاعب تنفيذها من الحركة للتغلب على سرعة ومهارة الخصم ، وأنه لكى تحسن سرعة ودقة التوافق الحركى للاعب يلزم تنمية المهارات المركبة للأداءات المهارية لدية أى أداء المهارات خاصة التى يكثر اللاعب من أدائها خلال المباراة باختلاف المواقف و تباينها .

وهذا ويتميز كل نشاط رياضى بأداءات حركية تختلف من حيث الشكل والتكوين من نشاط لآخر تبعاً لاختلاف متطلباتها فيما بينها من حيث طبيعة الممارسة (المنافسة) وخصائص النشاط ونوعية الأداءات الحركية وكمياتها . (٣٢ : ١٥) ، (٧١ : ٧١)

ويتفق شعبان إبراهيم (١٩٨٩) ، عامر المنسى (١٩٩٥) أن الاهتمام بالتدريب يعتمد أساساً على زيادة الاهتمام بالأعداد المهارى للاعبين وضرورة التعامل حول تنمية المهارات المتلازمة وتطورها والقدرة على ربط المهارات بعضها ببعض وامتلاك الأداءات المهارية المركبة والتى نستخدم كثيراً منها ولكن باختلاف أسلوب تنفيذها لتكون أكثر فاعلية فى مواقف المباراة (٢٣ : ١) ، (٢٠ : ٧)

ويؤكد عمرو أحمد على و يحيى احمد كامل (٢٠٠٣) على أن الأداءات المهارية المركبة تعد العمود الفقرى فى التدريب الحديث لأى نشاط رياضى وتعتبر حجر الزاوية فى الأداء خلال المباريات ، كما أنها وسيلة هامة جداً فى تنفيذ خطط اللعب فكل خطة مجموعة مهارات معينة ، لذلك فإن إتقان اللاعبين للأداءات المهارية المركبة عملية ضرورية لنجاح خطط اللعب . (٣٠ : ٣١٨)

وفى هذا الصدر يشير هبل وسيل Hal & Wissel (١٩٩٤) إلى أن أكثر الطرق فاعلية لتطوير مهارات كرة السلة هي التمرين مع تنفيذ هذه المهارات بشكل قريب للمنافسة وهذا التنفيذ أطلق عليه أساسيات كرة السلة فالمهارات هي القدرات الممنوحة بينما الأساسيات هي تنفيذ تلك القدرات (٦٥ : ٤٣)

ومن هنا فإن المهارات فى كرة السلة يمكن أن تؤدي بصورة منفردة أو مع بعضها البعض كواجب حركى يظهر فى شكل سلسلة من المهارات الحركية وهذا ما يطلق عليه المهارات المركبة والتي يجب أن يوضع فى الاعتبار عند التخطيط للبرامج التدريبية أهمية إتقان اللاعبين لتلك المهارات للوصول إلى قمة الأداء الرياضى فى المنافسات .

٢/١ مشكلة البحث وأهميته :

تتميز كرة السلة بكثير من الأداءات المهارية المنفردة والمركبة ونعنى بالاداء المهارى المنفرد بأنه الحركة الوحيدة التى لها بداية ونهاية أما الاداء المركب فتندمج فيه المرحلة النهائية من المهارة الأولى مع المرحلة التمهيدية من المهارة الثانية ، ولذلك فإن طبيعة كرة السلة تحتم على اللاعبين استخدام تدريبات حركية فى أشكال مختلفة بحيث تؤدي كل مهارة دورها المحدد فى الاداء الكلى بالطريقة التى تتناسب مع الهدف العام للاداء المهارى . (٢٩ : ٣)

ويؤكد ماهر وألان Maher D., M., & Alan. E. (٢٠٠٠) أن الهدف من تدريب الناشئين هو خلق قاعدة عريضة تنمى إمكانياتهم وقدراتهم الرياضية الخاصة لذا وجب الاهتمام بهذه المرحلة وتنميتهم التنمية القصوى وفق متطلبات ومتغيرات الاداء الحديث بأسلوب يتشابه وظروف المباريات ، وتدريبهم على امتلاك العديد من الاداءات المهارية المركبة لإتاحة الفرصة أمام هؤلاء الناشئ من اختيار أفضلها وأنسبها وتنفيذها فى مواقف اللعب المختلفة أثناء المباراة . (٦٨ : ٧٣)

ويؤكد كل من بيرسون ورينولدز Whidsonm & Rynolds (١٩٩٣) ، محمد عبد العزيز سلامة (٢٠٠١) ، محمد كشك وأمر الله البساطى (٢٠٠٢) ، أشرف كامل (٢٠٠٦) ، أن امتلاك اللاعب المبكر للاداءات المهارية الهجومية المركبة وفق متطلبات المباراة يتم له اختيار أنسبها لمواقف اللعب المختلفة وكذلك تنفيذ الخطط فى أماكن

واتجاهات مختلفة حتى لا يفاجأ بموقف ما يتم التدريب عليه ، ومن ثم يتحقق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق فى تنفيذ الواجب الخططى المطلوب .

كما أن استيعاب الخطة سهل من الناحية العقلية ولكن الأهم لنجاح تلك الخطة هو التطبيق العملى الذى يعتمد على مدى ما يمتلك اللاعب لمثل هذه الأداءات المختلفة. (٣٦ : ٣) ، (٤٢ : ٦٢) ، (٤٩ : ٣٠) ، (٧٥ : ٢٣)

ومن خلال خبرة الباحث كلاعب بالدورى الممتاز ومدرّب فى قطاع الناشئين لاحظ إغفال العديد من المدربين لتدريب المهارات الأساسية فى كرة السلة بصورة مركبة تتشابه مع طبيعة أدائها خلال المباريات كما لاحظ الباحث أن التدريب على المهارات الهجومية المركبة باتى فى مرحلة متأخرة من عمر اللاعب التدريبى علاوة على أن أغلب المدربين يهتمون بتدريب المهارات بصورة منفردة فى المراحل المبكرة من عمر اللاعب التدريبى الأمر الذى يؤدى باللاعب أثناء المنافسة لأداء المهارات بصورة يشوبها بعض الأخطاء أثناء دمج المهارات المنفردة بعضها ببعض .

وتعد المرحلة السنية تحت ١٦ سنة من المراحل الرئيسة الهامة فى حياة ناشئ كرة السلة والذى يتأسس خلالها للوصول إلى أعلى المستويات مهارية الممكنة ، مما دفع الاتحاد المصرى لكرة السلة من ربط نتائج هذه المرحلة بنتائج الفرق المشاركة بالدورى الممتاز " أ " رجال وهذا يؤكد أهمية ومناسبة هذه المرحلة السنية فى تطوير الأداء المهارى ، ومن خلال متابعة الباحث لمباريات فرق الدوى الممتاز لهذه المرحلة (تحت ١٦ سنة) لاحظ الباحث ضعف مستوى أداء المهارات الهجومية المركبة أثناء سير المباراة لدى معظم لاعبي هذه المرحلة مما يؤدى إلى سوء النتائج وانخفاض المستوى العام للأداء المهارى الهجومى للفرق ، ومن هنا تكمن مشكلة هذه الدراسة فى كونها دراسة علمية موجهة للتعرف على تأثير كلا من التدريبات الحركية المنفردة والتدريبات الحركية المركبة فى تحسين مستوى الأداء المهارى الهجومى للاعبى كرة السلة تحت (١٦) سنة .

ولذلك وجب الاهتمام بضرورة التخطيط لبرامج أعداء الناشئين فى مرحلة مبكرة ووضع مثل هذه المتطلبات من الأداءات المهارية المركبة عين الاعتبار خلال مراحل التدريب وهذا ما أكد عليه محمد كشك وأمر الله البساطى (٢٠٠٢) كارلوس جارسب Carlos Garcia (٢٠٠١) ، أمر الله البساطى (١٩٩٤) .

ومن خلال العرض السابق تتضح أهمية البحث والحاجة إليه نحو التدريب والارتقاء بمستوى الأداءات المهارية الهجومية المركبة بالكرة من خلال ربط المهارات المنفردة بعضها بعض في أشكال ومواقف مشابهة لظروف المباراة وخاصة في تلك المرحلة السنوية الحساسة لتصبح أكثر دقة وفاعلية ، حيث أنه في حدود علم الباحث لم تتطرق دراسة علمية موجهة لهذا الموضوع بالنسبة لهذه المرحلة السنوية قيد البحث .

٢/١ أهداف البحث :

يهدف البحث للتعرف على :

١/٣/١ تأثير التدريبات الحركية المنفردة في مستوى الأداء المهارى الهجومى للاعبى كرة السلة .

٢/٣/١ تأثير التدريبات الحركية المركبة في مستوى الأداء المهارى الهجومى للاعبى كرة السلة .

٣/٣/١ الفروق بين التدريبات الحركية المنفردة والتدريبات الحركية المركبة فى مستوى الأداء المهارى الهجومى للاعبى كرة السلة .

٤/١ فروض البحث :

١/٤/١ توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى فى مستوى الأداء المهارى الهجومى للتدريبات الحركية المنفردة لصالح القياس البعدى .

٢/٤/١ توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى فى مستوى الأداء المهارى الهجومى للتدريبات المهارية المركبة لصالح القياس البعدى .

٣/٤/١ توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدى لتدريبات الحركية المنفردة والقياس البعدى لتدريبات الحركية المركبة لصالح القياس البعدى للتدريبات الحركية المركبة .

٥/١ مصطلحات البحث :

١/٥/١ المهارة المنفردة :

تعنى الحركة الوحيدة التى لها بداية ونهاية. (٢٩ : ٣)

٢/٥/١ المهارة المركبة :

هى مجموعة مهارات مندمجة تؤدى كمنظومة حركية وتتسم بالإلية والسرعة والدقة فى الأداء بحيث تكون إحدى هذه المهارات بعضاً منها المرحلة التمهيدية للجزء الأساسى من الحركة . (١٠ : ١٠٦)

٣/٥/١ مستوى الأداء :

هو انعكاس لما يتم تحقيقه من نتائج فى النشاط الرياضى الممارس وعلى قدر تحقيق الهدف يمكن تحديد مستوى الأداء. (٢ : ٤٥)