

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

- أولاً : عرض النتائج .
- ثانياً : مناقشة النتائج .

أولاً : عرض النتائج :

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطات القياس القبلي والبعدي
في المتغيرات البدنية لعينة البحث

ن = ١٥

قيمة ت	الفروق	القياس البعدي		القياس القبلي		إسم الاختبار
		ع ±	س	ع ±	س	
*٣٠,٢٤٩	٣٧,٨٨٠	٢٧,٣٢٧	١٧٠,٦٤٠	٢٧,٠٧٨	١٣٢,٧٦٠	اختبار قوة عضلات الرجلين
*٤,٨٨٩	٣٣,٢٨٠	٢٦,٩٢٦	١٥٦,٨٦٦	٢٨,٢٥٩	١٢٣,٥٨٦	اختبار قوة عضلات الظهر
*١٠,٩٧٨	٠,٣٨٤	٠,٢٧١	٢,٥٥٨	٠,٢٤٨	٢,١٧٤	اختبار الوثب العريض
*١٨,٩٢٤	٢٢,٥٣٣	٨,٨٦٢	٦٤,٦٠٠	٩,٧٤٢	٤٢,٠٦٦	اختبار الوثب العمودي من الثبات
*١٤,٥٦٩	٣٣,٣٣٣	١٨,٧٩٨	١٠٠,٦٠٠	٢٢,٩٣٣	٦٧,٢٦٦	الجلوس من الرقود
*٩,١٩٥	٠,٩٥٣	٠,٢٤٩	٥,٧٦٦	٠,٤٣٧	٦,٧٢٠	اختبار عدو ٣٠م
*٢٠,٤٨٢	١,٤٥٣	٠,٦٦٠	٧,٨٢٦	٠,٦٦٨	٩,٢٨٠	اختبار التحكم في الجسم

قيمة ت عند ٠,٠٥ = ٢,١٤

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لجميع الإختبارات ، وكانت أعلى قيمة للإختبار رقم (٧) وقيمتها ٤,٨٨٩ وأقل قيمة للإختبار رقم (٢) وقيمتها ٢٠,٤٨٢ .

جدول (١٤)

تحليل التباين بين القياس (القبلي - البيني - البعدي)
للاختبارات المهارية الدفاعية قيد البحث

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف
اختبار التحركات الدفاعية	بين القياسات	٢	١٣٦,٥٨٢	٦٨,٢٩١	*١٠٤,٩٣٦
	داخل القياسات	٤٢	٢٧,٣٣٣	٠,٦٥١	
	المجموع الكلي	٤٤	١٦٣,٩١٦		
اختبار الخطوات الجانبية	بين القياسات	٢	٥٢,٠٤٤	٢٦,٠٢٢	*٤٧,١٠٩
	داخل القياسات	٤٢	٢٣,٢٠٠	٠,٥٢٢	
	المجموع الكلي	٤٤	٧٥,٢٤٤		
اختبار المتابعة المستمرة	بين القياسات	٢	٣٥٢,٧١١	١٧٦,٣٥٦	*٥٥,١٦٦
	داخل القياسات	٤٢	١٣٤,٢٦٧	٣,١٩٧	
	المجموع الكلي	٤٤	٤٨٦,٩٧٨		
اختبار التحركات الدفاعية	بين القياسات	٢	٢١,٢٥٦	١٠,٦٢٨	*١٦,٠١٠
	داخل القياسات	٤٢	٢٧,٨٨١	٠,٦٦٤	
	المجموع الكلي	٤٤	٤٩,١٣٨		
اختبار الأداء الدفاعي	بين القياسات	٢	٦٥,٥٨٠	٣٢,٧٩٠	*٣٩,٣١٢
	داخل القياسات	٤٢	٣٥,٠٣٢	٠,٨٣٤	
	المجموع الكلي	٤٤	١٠٠,٦١٢		

* معنوية عند مستوى $٠,٠٥ = ٣,٢٢$.

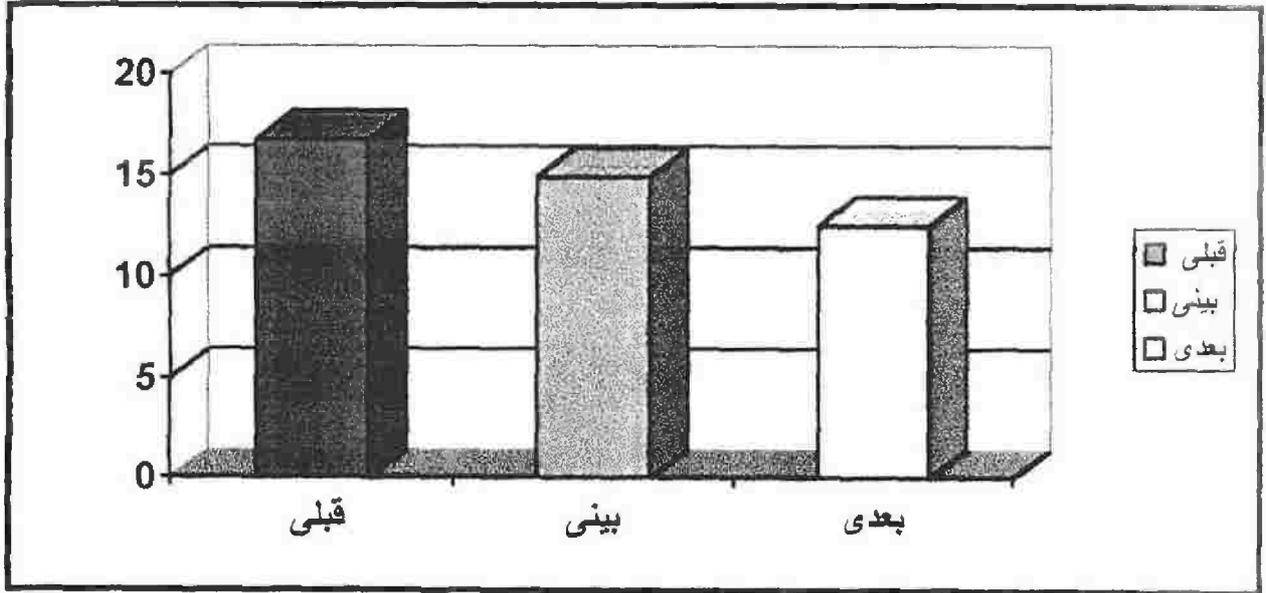
يتضح من الجدول السابق وجود فروق معنوية عند $٠,٠٥$ بين القياس (القبلي - البيني - البعدي) للاختبارات المهارية حيث كانت قيمة ف دالة في جميع الاختبارات وكانت أعلى قيمة لها عند الإختبار رقم (١) وقيمتها (١٠٤,٩٣) وأقل قيمة عند الإختبار رقم (٤) وقيمتها (١٦,٠١٠) ، وسوف يستخدم الباحث إختبار (L.S.D) للتعرف على تلك الفروق .

جدول (١٥)

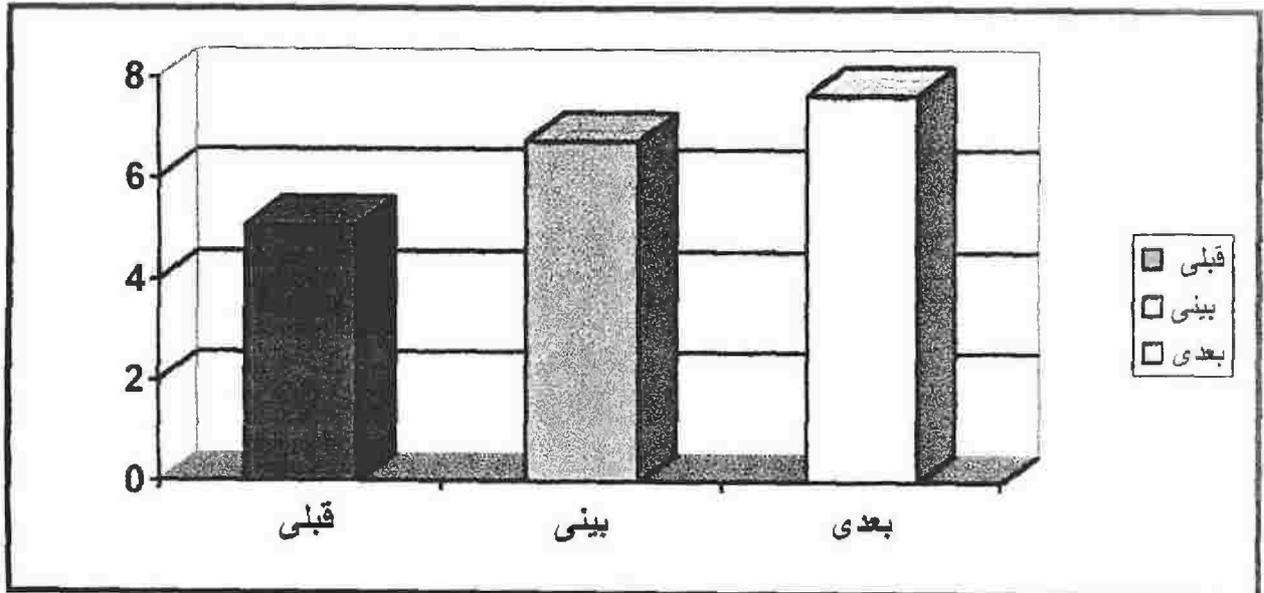
دلالة الفروق بين متوسطات القياسات (القبلى - البينى - البعدى)
للاختبارات المهارية قيد البحث باستخدام أقل فرق معنوى (L.S.D)

المتغيرات	المتوسطات	القياسات	قبلى	بينى	بعدى	قيمة L.S.D عند ٠,٠٥
إختبار التحركات الدفاعية	١٦,٧٨٠	قبلى	-	*١,٨٣٤٠↑	*٤,٢٥٤٠↑	٠,٥٩
	١٤,٩٤٦	بينى	-	-	*٢,٤٢٠٠↑	
	١٢,٥٢٦	بعدى				
إختبار الخطوات الجانبية	٥,٠٦٦	قبلى	-	*١,٦٦٦٧↑	*٢,٦٠٠٠↑	٠,٥٤
	٦,٧٣٣	بينى		-	*٠,٩٣٣٣↑	
	٧,٦٦٦	بعدى				
إختبار المتابعة المستمرة	١٢,٦٦٦	قبلى	-	*٥,٣٣٣↑	*٦,٤٠٠↑	١,٣٢
	١٨	بينى			١,٠٦٦٧	
	١٩,٠٦٦	بعدى		-		
إختبار التحركات الدفاعية	١٠,١٤٦	قبلى	-	*١,١٢٦٧↑	*١,٦٤٧↑	٠,٦٠
	٩,٠٢٥	بينى		-	٠,٥٢٥٠	
	٨,٥٠٠	بعدى		-		
إختبار الأداء الدفاعى	٢٢,٣٣٦	قبلى	-	*٢,١٣٣↑	*٢,٨٤٠٠↑	٠,٦٧
	٢٠,٢٥٣	بينى		-	*٠,٧٠٦٧↑	
	١٩,٥٤٦	بعدى			-	

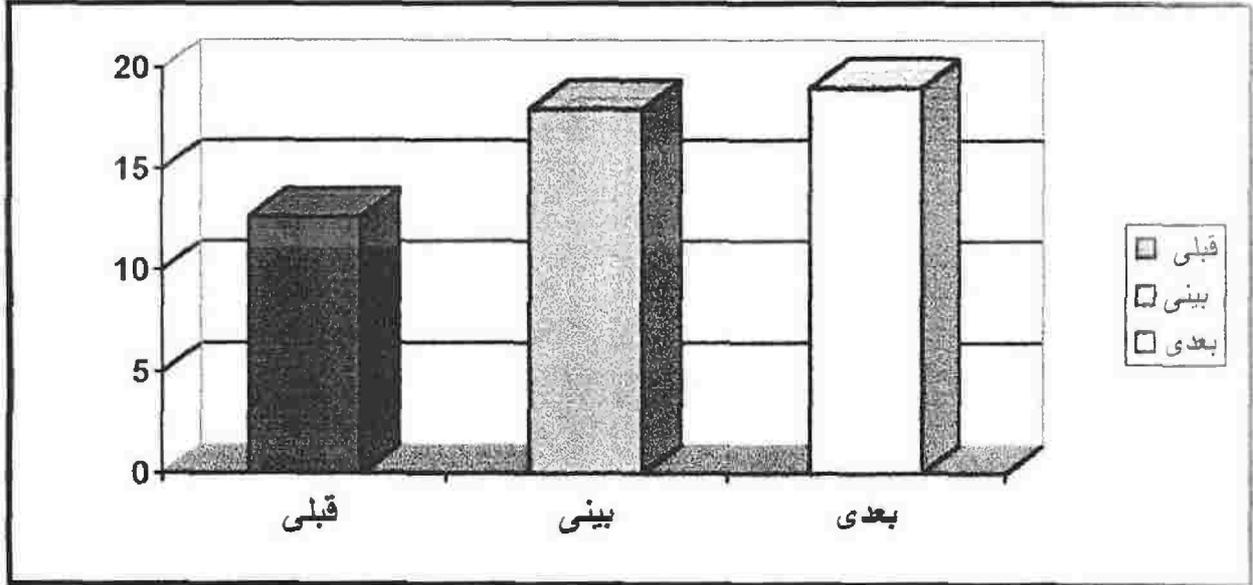
يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطات فى القياسات القبلى والبينى ، البينى والبعدى ، القبلى والبعدى فى جميع المتغيرات قيد البحث عدا متوسط القياس البينى والبعدى لإختبار المتابعة المستمرة وإختبار التحركات الدفاعية حيث كانت غير معنوية عند مستوى ٠,٠٥ .



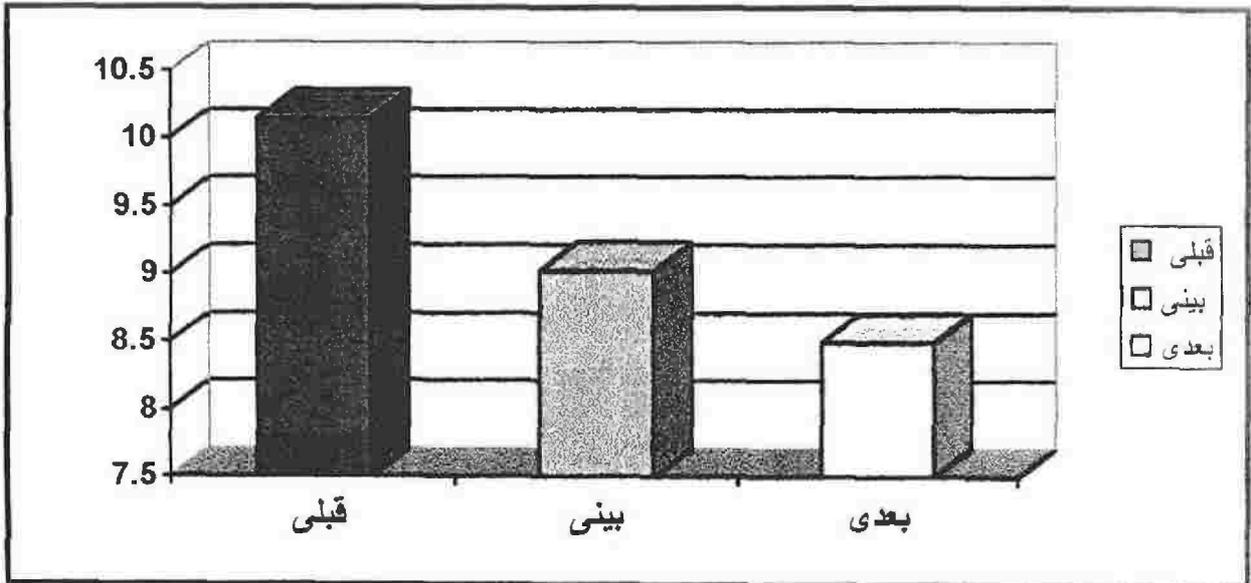
شكل (١)
متوسطات القياس (القبلي والبيني والبعدي)
لإختبار التحركات الدفاعية



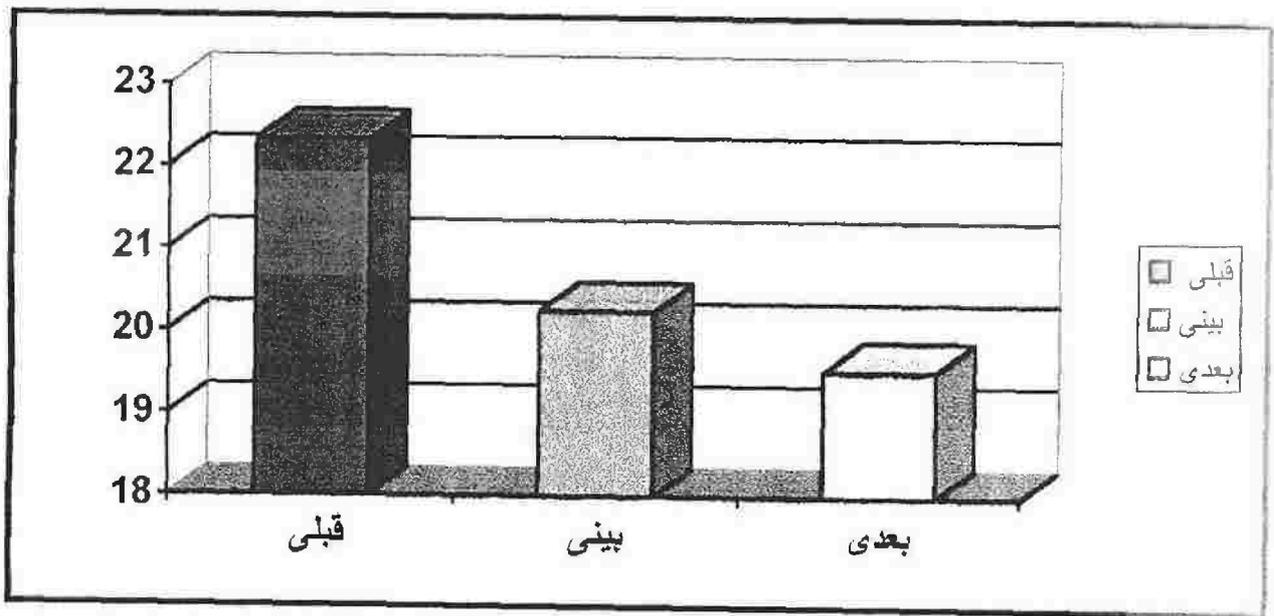
شكل (٢)
متوسطات القياس (القبلي والبيني والبعدي)
لإختبار الخطوات الجانبية



شكل (٣)
متوسطات القياس (القبلي والبيني والبعدي)
لإختبار المتابعة المستمرة



شكل (٤)
متوسطات القياس (القبلي والبيني والبعدي)
لإختبار التحركات الدفاعية المصمم



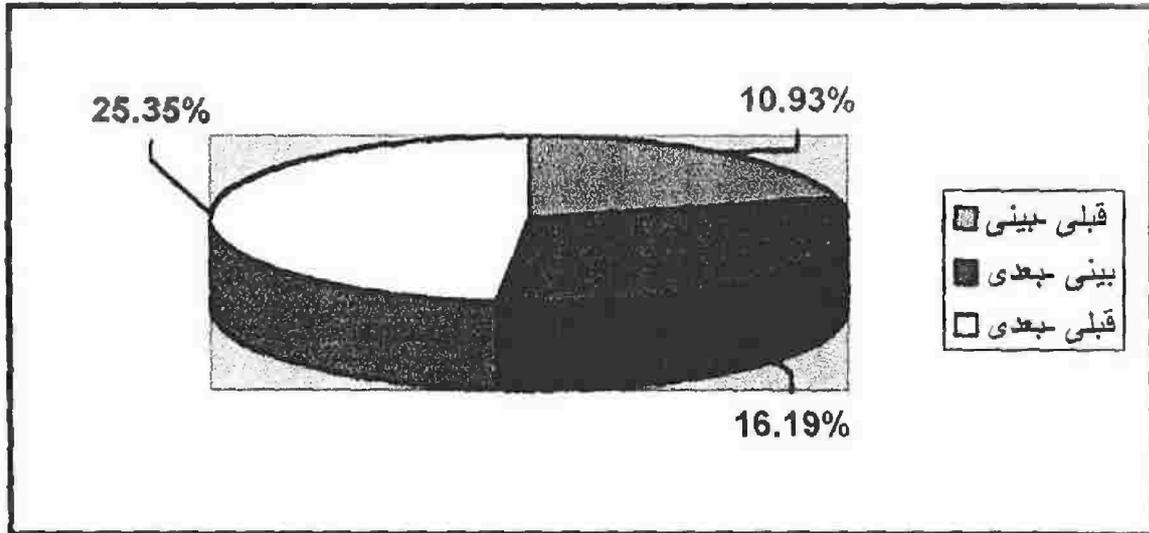
شكل (٥)
متوسطات القياس (القبلي والبيني والبعدي)
لإختبار الأداء الدفاعي المصمم

جدول (١٦)

نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
لإختبار التحركات الدفاعية

قبلي	بيني	بعدي	
-	١٠,٩٢٩	٢٥,٣٥١	قبلي
-	-	١٦,١٩١	بيني
-	-	-	بعدي

يتضح من الجدول السابق وجود نسب تحسن بين القياس القبلي والبيني لصالح القياس البيني وبين القياس البيني والبعدي لصالح القياس البيني والبعدي لصالح القياس البيني .



شكل (٦)

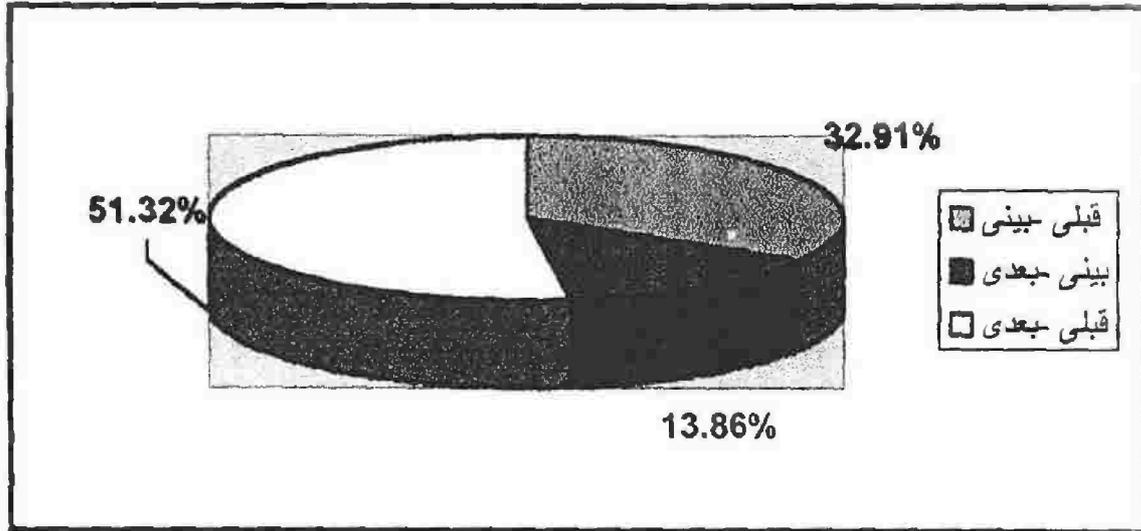
نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
في إختبار التحركات الدفاعية

جدول (١٧)

نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدي)
لإختبار الخطوات الجانبية

بعدي	بيني	قبلي	
٥١,٣٢٢	٣٢,٩٠٥	-	قبلي
١٣,٨٥٧	-		بيني
-			بعدي

يتضح من الجدول السابق وجود نسب تحسن بين القياس القبلي والبيني لصالح القياس البيني وبين القياس البيني والبعدي لصالح القياس البعدي ، وبين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .



شكل (٧)

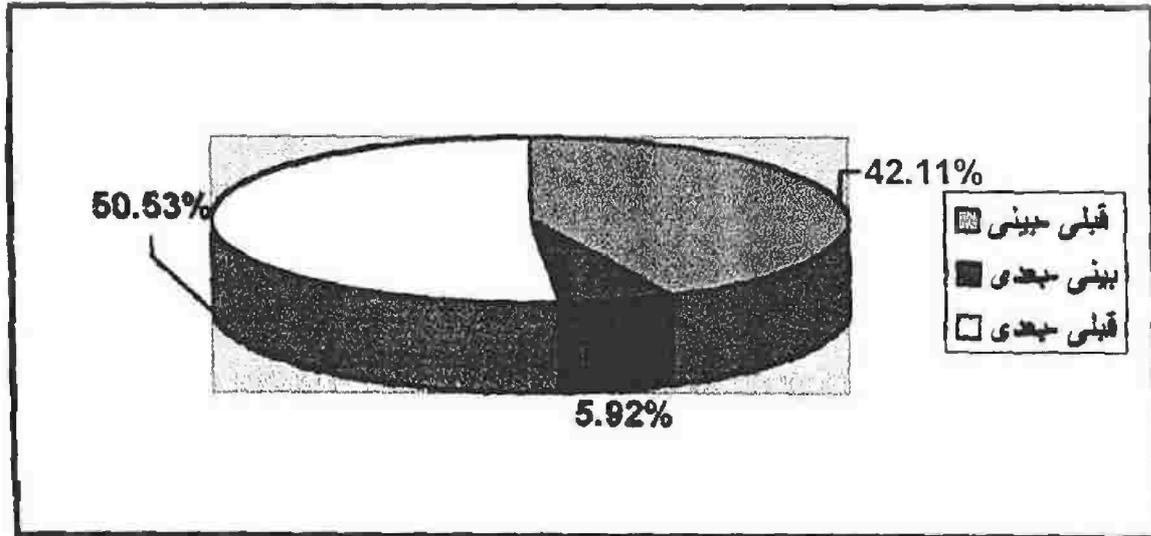
نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدي)
في إختبار الخطوات الجانبية

جدول (١٨)

نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
لإختبار المتابعة المستمرة

قبلي	بيني	بعدي
قبلي	٤٢,١١٢	٥٠,٥٢٨
بيني	-	٥,٩٢٢
بعدي	-	-

يتضح من الجدول السابق وجود نسب تحسن بين القياس القبلي والبيني
لصالح القياس البيني وبين القياس البيني والبعدي لصالح القياس البيني وبين القياس
القبلي والبعدي لصالح القياس البيني .



شكل (٨)

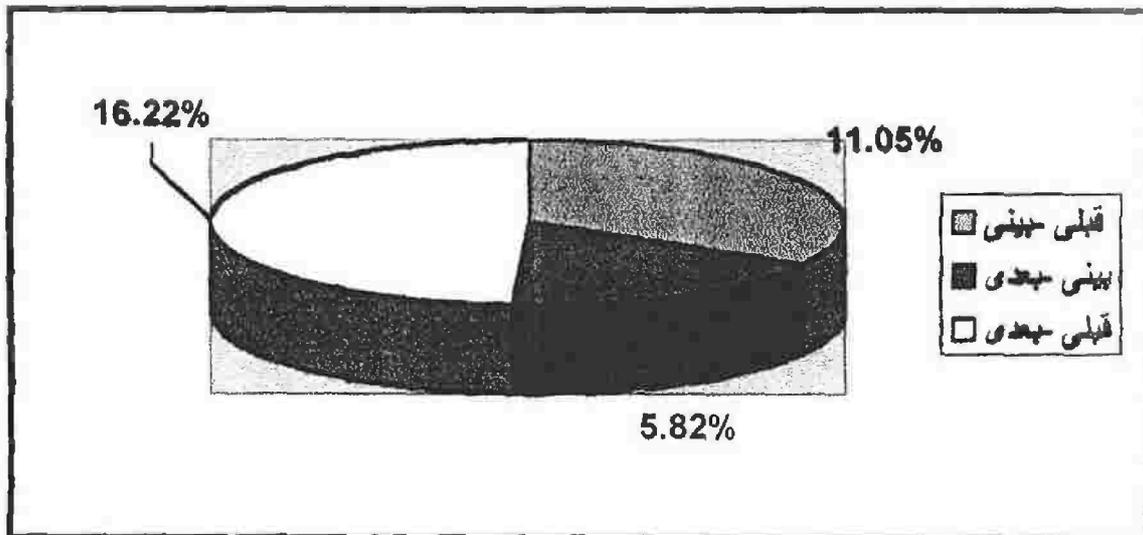
نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
في إختبار المتابعة المستمرة

جدول (١٩)

نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
لإختبار التحركات الدفاعية المصمم

بعدى	بيني	قبلي	
١٦,٢٢٣	١١,٠٤٨	-	قبلي
٥,٨١٧	-		بيني
-			بعدى

يتضح من الجدول السابق وجود نسب تحسن بين القياس القبلي والبيني لصالح القياس البيني والبيني والبعدى لصالح القياس البيني وبين القياس القبلي والبعدى لصالح القياس البعدى .



شكل (٩)

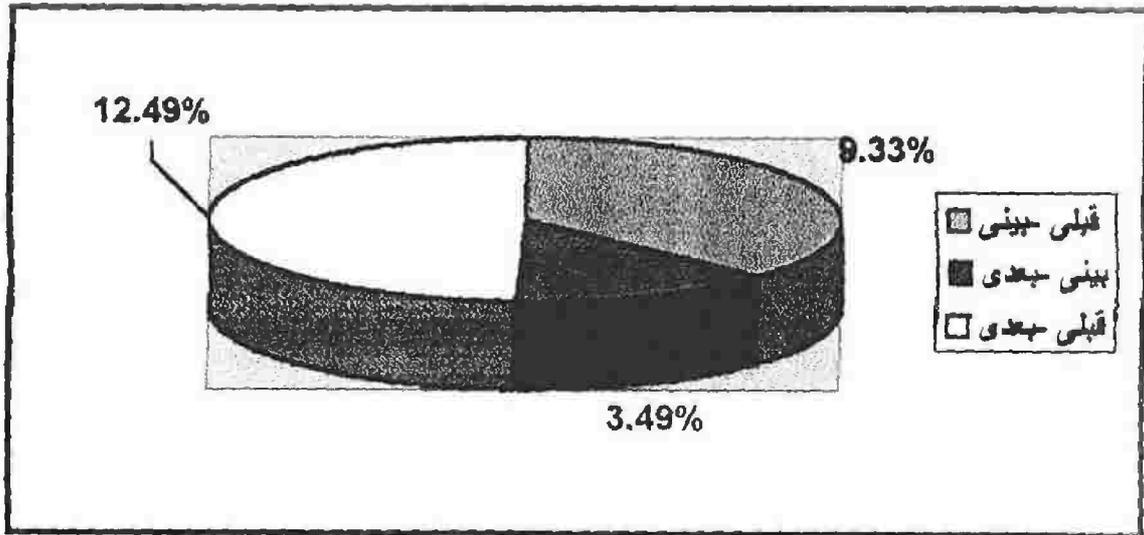
نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
فى إختبار التحركات الدفاعية المصمم

جدول (٢٠)

نسبة التحسن بين القياس (القبلي - البيني - البعدى)
لإختبار الأداء الدفاعى

قبلى	بيني	بعدى	
-	٩,٣٢٥	١٢,٤٩١	قبلى
-	-	٣,٤٩٠	بيني
-	-	-	بعدى

يتضح من الجدول السابق وجود نسب تحسن بين القياس القبلى والبينى
لصالح القياس البينى وبين القياس البينى والبعدى لصالح القياس البعدى وبين القياس
القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى .



شكل (١٠)

نسبة التحسن بين القياس (القبلى - البينى - البعدى)
فى إختبار الاداء الدفاعى المصمم

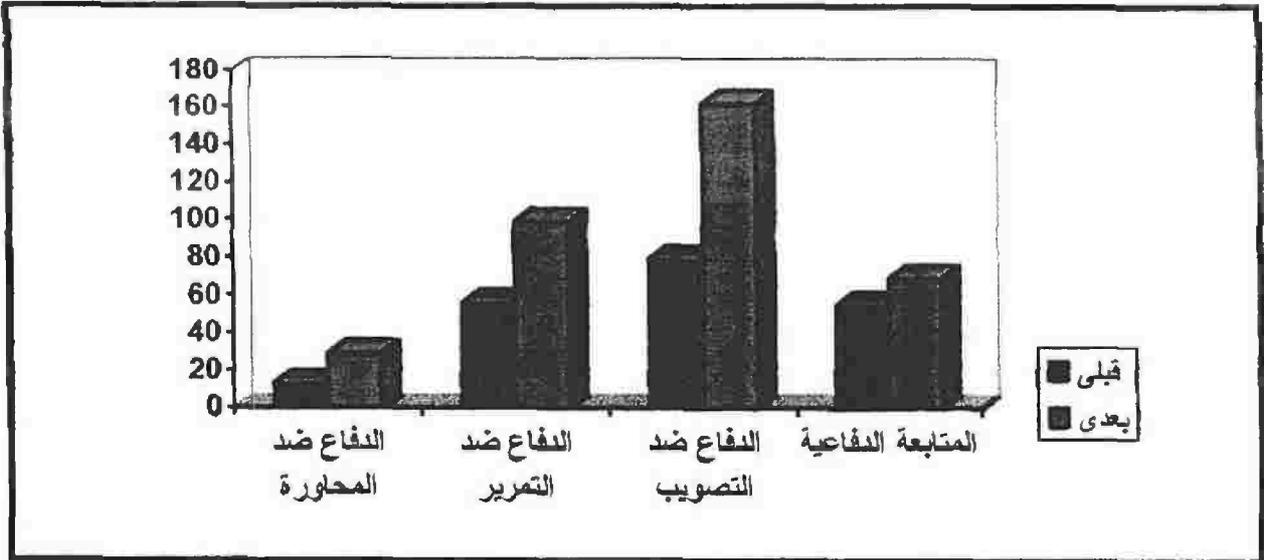
جدول (٢١)

التكرارات والنسبة المئوية الخاصة بأداء الدفاع الفردي
لعينة البحث في القياس (القبلى - البعدى)

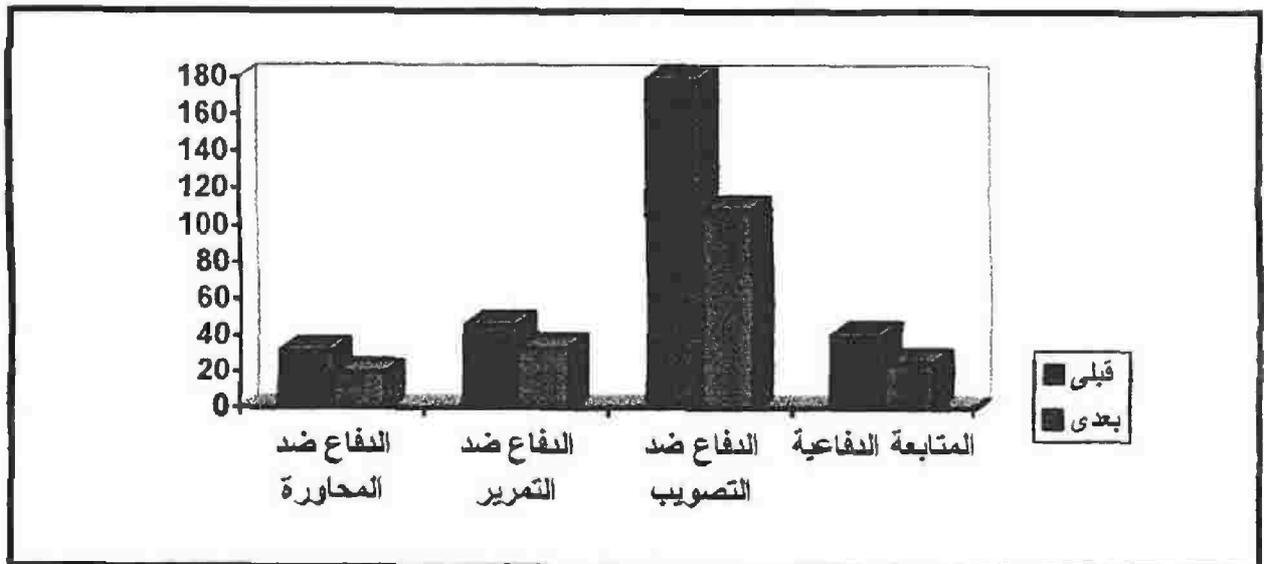
القياس		قبلى				بعدى		متغيرات الأداء الدفاعى الفردي
		سلبى		إيجابى		سلبى		
		%	ك	%	ك	%	ك	
الدفاع ضد المحاور		٢٦%	١٣	٧٤%	٣٧	٥٩,١%	٢٩	٤٠,٨%
الدفاع ضد التمرير		٥٠,٤%	٥٦	٤٩,٥%	٥٥	٧٤,٤%	٩٩	٢٥,٥%
الدفاع ضد التصويب		٣٠,٦%	٧٩	٦٩,٣%	١٧٩	٥٩,٧%	١٦٢	٤٠,٢%
المتابعة الدفاعية		٥٥,٥%	٥٥	٤٤,٤%	٤٤	٧٢,٦%	٦٩	٢٧,٣%

يوضح الجدول السابق النسب المئوية للقياس القبلى والبعدى لمتغيرات الأداء الدفاع الفردي للمحاولات الإيجابية والسلبية حيث كانت النسبة المئوية لمتغير الدفاع ضد المحاور الإيجابية فى القياس القبلى ٢٦% وفى القياس البعدى ٥٩,١% ، أما فى المحاولات السلبية لنفس المتغير فكانت ٧٤% فى القياس القبلى ، ٤٠,٨% فى القياس البعدى ، أما متغير الدفاع ضد المحاور فكانت النسبة المئوية فى القياس القبلى الإيجابى ٥٠,٤% وفى القياس البعدى ٧٤,٤% ، أما فى المحاولات السلبية لنفس المتغير فكانت فى القياس القبلى ٤٩,٥% وفى القياس البعدى ٢٥,٥% ، أما بالنسبة لمتغير الدفاع ضد التصويب فكانت النسبة المئوية فى القياس القبلى الإيجابى ٣٠,٦% فى القياس البعدى ٥٩,٧% ، أما فى المحاولات السلبية لنفس المتغير فكانت ٦٩,٣% فى القياس القبلى و ٤٠,٢% فى القياس البعدى ، أما فى المتابعة الدفاعية فكانت النسبة المئوية فى القياس القبلى الإيجابى ٥٥,٥% ، وفى القياس البعدى ٧٢,٦% ، أما بالنسبة للمحاولات السلبية لنفس المتغير فكانت ٤٤,٤% فى القياس القبلى ٢٧,٣% فى القياس البعدى .

من هنا يتضح من الجدول وجود تحسن فى النسبة المئوية بين القياس (القبلى - البعدى) لمتغيرات الأداء الدفاعى الفردي الإيجابية والسلبية .



شكل (١١)
التكرارات الايجابية للقياس (القبلي - البعدي)
في متغيرات الأداء الدفاعي الفردي



شكل (١٢)
التكرارات السلبية في القياس (القبلي - البعدي)
في متغيرات الأداء الدفاعي الفردي

جدول (٢٢)

دلالة الفروق لتكرارات أداء الدفاع الفردي الإيجابية والسلبية
بين القياس (القبلى - البعدى) لعينة البحث

٢١٤	سلبى		٢١٤	إيجابى		القياس متغيرات الأداء الدفاعى الفردي
	بعدى	قبلى		بعدى	قبلى	
*٥,٠٧٠	٢٠	٣٧	*٦٠,٠٩٥	٢٩	١٣	الدفاع ضد المحاور
*٤,٩٥٥	٣٤	٥٥	*١١,٩٢٩	٩٩	٥٦	الدفاع ضد التميرير
*١٧,٠١٤	١٠٩	١٧٩	*٢٨,٥٨٥	١٦٢	٧٩	الدفاع ضد التصويب
*٤,٦٢٩	٢٦	٤٤	١,٥٨١	٦٩	٥٥	المتابعة الدفاعية

* مستوى معنوية عن ٠,٥ = ٣,٨٤١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً لجميع القياسات البعدية عن القبلىة للمتغيرات ٣,٢٠١ ما عدا المتابعة الدفاعية غير دالة عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

ثانياً : مناقشة النتائج :

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدى لعناصر اللياقة البدنية ، ويرجع الباحث هذه الفروق إلى فاعلية البرنامج المقترح بالإضافة إلى صحة تشكيل التمرينات البدنية للبرنامج التدريبي ، وقد إتفق كل من محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحى حسنين (١٩٨٤) على أن البرنامج التدريبي الموضوع على أسس علمية مقننة لابد وأن يسهم فى تحسين مستوى الأداء وأنه هو الضمان الوحيد لإحداث التقدم المطلوب ويرى الباحث أن برنامج الأثقال المستخدم أدى إلى زيادة وارتفاع نسب عناصر اللياقة البدنية بصورة واضحة وهذا ما أكده عبد العزيز النمر (١٩٩٦) أن برنامج الأثقال المقنن بجانب برامج الإعداد للصفات البدنية يعد أحد الأسباب التى تساعد على التفوق فى المجال الرياضى وعند تحليل النتائج الخاصة للمجموعة قيد البحث للقياسات البدنية نجد أن نتائج القياسات معنوية عند مستوى ٠,٠٥ ، وكانت قيمة إختبار قوة عضلات الرجلين وإختبار قوة

عضلات الظهر والذان ينميان عنصر القوة (٣٠,٢٤) ، (٤,٨٩) وهذا يؤكد ارتفاع عنصر القوة نتيجة للبرنامج التدريبي المقترح وهذا يتفق مع نتائج وفاء محمد (١٩٨٩) حيث أكدت على أهمية القوة العضلية كصفة مساهمة أساسية في مهارات الدفاع لكرة السلة ، وكانت قيمة إختبار الوثب العريض وإختبار الوثب العمودي من الثبات والذان يقيسان القدرة على الوثب لأعلى وللأمام (١٠,٩٨) ، (١٨,٩٢) وقد كانت النتائج إيجابية لصالح القياس البعدي وهذا يتفق مع دراسة وفاء محمد صلاح الدين (١٩٨٩) في أن عنصر القدرة عنصر مساهم في المهارات الدفاعية في كرة السلة ويظهر واضحاً في مهارات المتابعة الدفاعية والدفاع ضد التصويب على السلة

ويرجع الباحث أن نتائج كلا من محمد عبد الرحيم (١٩٨٧) ، (١٩٩٨) الخاصة بالمتابعة الدفاعية والدفاع ضد التصويب كانت دائماً لصالح الفرق ذات المستوى الأعلى في التدريب وكذلك وضح إرتفاع مستوى لاعبي الفرق الأفريقية عن الفرق المصرية في المتابعة الدفاعية حيث كانت نسبة المتابعة الدفاعية لديهم أعلى وذلك لأن لاعبي الفرق الأفريقية يتميزون بقدر أكبر من الصفات البدنية ويرى الباحث ضرورة الاهتمام بعنصر القدرة لما له من دور فعال في المتابعة الدفاعية .

وكانت قيمة إختبار الجلوس من الرقود والذي يقيس عنصر تحمل القوة (٩,١٩٥) ذات دالة معنوية وتتفق نتيجة الدراسة مع ما توصلت إليه داليا محمد أبو النصر (١٩٩٨) في أهمية عنصر تحمل القوة في الخطوات الجانبية والتحركت الدفاعية الخاصة بالدفاع الفردي في كرة السلة ، وكانت قيمة إختبار العدو ٣٠ م والذي ينمي عنصر السرعة (١٤,٥٧) ذات دلالة معنوية عالية وهذا يتفق مع دراسة داليا محمد أبو النصر (١٩٩٨) في أهمية السرعة كعنصر أساسي للخطوات الدفاعية وكانت تتيح لذلك قدرة عينة البحث على الاستحواذ على التمرير والمحلورة بصورة كبيرة ، كذلك تتفق نتيجة الدراسة مع ما أظهرته وفاء محمد (١٩٨٩) في أهمية عنصر السرعة كعنصر مساهم في تنمية الدفاع الفردي للاعبي كرة السلة ، وكانت قيمة إختبار التحكم في الجسم والذي ينمي عنصر الرشاقة (٢٠,٤٨٢) ذات

دلالة معنوية عالية وتتفق نتيجة الدراسة مع ما توصل إليه عمرو عبد اللاه (١٩٩٩) فى أن تحسن صفة الرشاقة يعمل على تحسين الأداء الدفاعى الفردى للاعبى كرة السلة وهذا ما أكده عبد العزيز النمر (١٩٨٩) فى أن الرشاقة تساعد اللاعب على تنمية التوافق الجيد للحركات التى يقوم بها اللاعب بالكرة وبدونها والقدرة على تغيير الاتجاه ووضع الجسم فى الهواء .

ويرى الباحث أن البرنامج التدريبى كان له أثر واضح فى تنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالدفاع فى كرة السلة وهذا يتفق مع كلام السيد بسيونى (١٩٩٦) عمرو عبد اللاه (١٩٩٩) وعبد العزيز النمر (١٩٩١) ومدحت صالح (١٩٨٦) وعويس الجبالى (١٩٨٥) وناريمان الخطيب (١٩٩١) ، وعماد محى الدين (١٩٩٥) ، وثروت الجندى (١٩٩٧) على أن التدريب البدنى المنظم وفق برنامج معد على أسس علمية يؤدى إلى تطوير مختلف الصفات البدنية .

ويتضح من جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى للمجموعة قيد البحث وهذا ما أكدته دراسة عمرو عبد اللاه (١٩٩٩) فى أن البرامج التدريبية تعمل على تنمية الدفاع الفردى للاعب كرة السلة بصورة واضحة ، وهذا ما أكده نتيجة تحليل التباين بين القياسات (القبلى - البينى - البعدى) حيث كانت قيم (ف) ذات دلالة معنوية عند مستوى ٠,٠٥ لجميع الاختبارات وهذا يشير أن هناك فروق ذات دلالة معنوية للاختبارات المهارية وقام الباحث بالكشف عن هذه الدلالة باستخدام أقل فرق معنوى (L.S.D) .

- مناقشة الفرض الأول وينص على :

توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلى والبينى .
من جدول (١٥) يتضح وجود فروق فى الإختبارات المهارية قيد البحث بين القياس القبلى والقياس البينى حيث أن قيمة المتوسطات أكبر من قيم L.S.D وهذا يحقق الفرض الأول .

- مناقشة الفرض الثانى وينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البينى والبعدى .
من جدول (١٥) يتضح وجود فروق فى الإختبارات المهارية قيد البحث بين
القياس البينى والقياس البعدى حيث أن قيمة المتوسطات أكبر من قيم L.S. D وهذا
يحقق الفرض الثانى .

- مناقشة الفرض الثالث وينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى .
من جدول (١٥) يتضح وجود فروق فى الإختبارات المهارية قيد البحث بين
القياس القبلى والقياس البعدى حيث أن قيمة المتوسطات أكبر من قيم L.S. D وهذا
يحقق الفرض الثالث .

وتتفق النتائج التى توصل إليها الباحث مع نتائج دراسة عمرو عبد اللاه
(١٩٩٩) فى أن البرامج التدريبية والمقننة بصورة علمية تعمل على تنمية مهارات
الدفاع الفردى للاعب كرة السلة بصورة واضحة ، كما تتفق نتائج الإختبارات
المهارية مع نتائج دراسة داليا أبو النصر (١٩٩٨) حيث أدى البرنامج المقترح
لتنمية الدفاع الفردى فى زيادة فاعلية التحركات الدفاعية والخطوات الجانبية والأداء
الدفاعى بصورة واضحة .

- مناقشة الفرض الرابع وينص على :

تختلف نسب التحسن للمتغيرات قيد البحث .
يتضح من جداول (١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠) الخاصة بنسب التحسن وجود نسب
تحسن بين القياس القبلى والقياس البينى لصالح القياس البينى ، كما يظهر وجود
نسب تحسن بين القياس البينى والبعدى ، كما يظهر وجود نسب تحسن بين القياس
القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى وبذلك يتحقق الفرض الرابع .

- مناقشة الفرض الثانى وينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البينى والبعدى .
من جدول (١٥) يتضح وجود فروق فى الإختبارات المهارية قيد البحث بين القياس البينى والقياس البعدى حيث أن قيمة المتوسطات أكبر من قيم L.S. D وهذا يحقق الفرض الثانى .

- مناقشة الفرض الثالث وينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى .
من جدول (١٥) يتضح وجود فروق فى الإختبارات المهارية قيد البحث بين القياس القبلى والقياس البعدى حيث أن قيمة المتوسطات أكبر من قيم L.S. D وهذا يحقق الفرض الثالث .

وتتفق النتائج التى توصل إليها الباحث مع نتائج دراسة عمرو عبد اللاه (١٩٩٩) فى أن البرامج التدريبية والمقننة بصورة علمية تعمل على تنمية مهارات الدفاع الفردى للاعب كرة السلة بصورة واضحة ، كما تتفق نتائج الاختبارات المهارية مع نتائج دراسة داليا أبو النصر (١٩٩٨) حيث أدى البرنامج المقترح لتنمية الدفاع الفردى فى زيادة فاعلية التحركات الدفاعية والخطوات الجانبية والأداء الدفاعى بصورة واضحة .

- مناقشة الفرض الرابع وينص على :

تختلف نسب التحسن للمتغيرات قيد البحث .
يتضح من جداول (١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠) الخاصة بنسب التحسن وجود نسب تحسن بين القياس القبلى والقياس البينى لصالح القياس البينى حيث كانت نسبة التحسن فى اختبار التحركات الدفاعية ١٠,٩% و لاختبار الخطوات الجانبية ٣٢,٩% و لاختبار المتابعة المستمرة ٤٢,١% و لاختبار التحركات الدفاعية المصمم ١١,٥% و لاختبار الأداء الدفاعى ٩,٣٣% ، كما يظهر وجود نسب تحسن بين القياس البينى

والبعدي لصالح القياس البعدي حيث كانت نسبة التحسن لاختبار التحركات الدفاعية ١٦,١% و لاختبار الخطوات الجانبية ١٣,٨% و لاختبار المتابعة المستمرة ٥,٩% و لاختبار التحركات الدفاعية المصمم ٥,٨% و لاختبار الأداء الدفاعي ٣,٤% كما يظهر وجود نسب تحسن بين القياس القبلي و البعدي لصالح القياس البعدي حيث كانت نسبة التحسن لاختبار التحركات الدفاعية ٢٥,٣% و لاختبار الخطوات الجانبية ٥١,٣% و لاختبار المتابعة المستمرة ٥٠,٥% و لاختبار التحركات الدفاعية المصمم ١٦,٢% وبذلك يتحقق الفرض الرابع .

ويرى الباحث أن صحة تشكيل التمرينات المهارية و البدنية للبرنامج التدريبي و أداءها تحت ظروف و مواقف مشابهة للمنافسة ساهمت بشكل واضح و ملموس فى ارتفاع المستوى الأداء الدفاعي للاعبين فى المباريات و يظهر ذلك فى جدول (٢١) الخاص بمتابعة الأداء الدفاعي لعينة البحث فى المباريات التي تم تحليلها للفريق بعد البرنامج عن المباريات التي كانت قبل البرنامج و هذا يتفق مع ما أشار إليه محمد حسن أبو عبيدة (١٩٧٥) إلى أهمية تحسين العادات الحركية للاعب فى ظروف و مواقف أقرب ما يكون لظروف المباراة و هذا ما وضحه طارق عبد الرؤوف (١٩٩٥) أنه يمكن تنظيم التدريب بحيث يكون ظروفه أصعب من ظروف المنافسة ذاتها و يظهر من جدول (٢١) أن نسبة الدفاع ضد المحاورة الإيجابية ٢٦% فى القياس الفعلي القبلي ، و زادت إلى ٥٩,١% فى القياس الفعلي البعدي و تتفق النتائج مع ما توصل إليه Pauletto (١٩٩٤) أن الدفاع ضد المحاور يحتاج إلى تدريبات تعتمد على السرعة و خفة حركة القدمين و تماثل أداء اللاعب فى المباراة .

وتظهر نسبة الأداء الفعلي للقياس القبلي للدفاع ضد التمرير ٥٠,٤% و كانت نسبة الأداء الفعلي للقياس البعدي (٧٤,٤%) ، و يرجع الباحث زيادة إرتفاع نسبة الدفاع ضد التمرير إلى أن هذه المهارة تعتبر من أكثر المهارات الدفاعية شيوعا داخل المباراة و هذا يتفق مع عصام الدياسطي (١٩٩٣) حيث أشار إلى أن التمرير هو مفتاح اللعب الجيد و الاستخدام الصحيح له تأثير كبير فى سير اللعب ، وأن

التمرير يحتاج إلى سرعة عالية لأن الكرة تنقل بين أفراد الفريق في الوقت المناسب بمنتهى الدقة والسرعة التي تساعد على الاستلام الجيد ، وأن التمرير السريع ضرورى جداً ولذلك لابد أن يقابله تدريب على الدفاع بصورة تتناسب مع سرعة أداء الهجوم وتظهر نسبة الأداء الفعلى للقياس القبلى للدفاع ضد التصويب (٣٠,٦ %) وكانت نسبة الأداء الفعلى للقياس البعدى (٥٩,٧ %) ، ويرجع الباحث ارتفاع هذه النسبة إلى أن التدريبات الخاصة بالقوة والسرعة كانت لها أثر بالغ فى زيادة هذه المعدلات وهذا يتفق مع Fleck (١٩٩٧) فى أن تدريبات القوة والسرعة والرشاقة التى تتقن بصورة مناسبة طوال فترات الإعداد يكون لها أثر واضح على أداء اللاعب ، وتظهر نسبة الأداء الفعلى للقياس القبلى للمتابعة الدفاعية (٥٥,٥ %) وكانت نسبة الأداء الفعلى للقياس البعدى (٧٢,٦ %) ويتفق الباحث مع أحمد الروبى (١٩٩٤) فى أن تدريبات الأثقال تعمل على رفع المستوى المهارى لمهارة المتابعة (الهجومية - الدفاعية) وكذلك تدريبات التنافس التى تتم فى شكل المباراة يكون لها أثر بالغ فى إرتفاع معدلات المتابعة داخل المباراة .

يتضح من جدول (٢٢) وجود فروق دالة إحصائية لمتغيرات الأداء الدفاعى ضد المحاورة ، الدفاع ضد التمرير ، الدفاع ضد التصويب بينما لم يكن هناك فروق دالة معنوية عند مستوى ٠,٠٥ للمتابعة الدفاعية وبذلك يتحقق الفرض الخامس ، ويرى الباحث أن دلالة هذه المتغيرات إحصائياً أو عدم دلالتها تتوقف بصورة رئيسية على متطلبات الأداء الدفاعى الفردى وذلك وفقاً لإمكانيات اللاعب البدنية والمهارية ، ويتفق الباحث مع Morgn Wattin (١٩٩٢) فى أن هناك اختلاف بين التدريب على المهارات داخل الوحدة التدريبية وبين ظروف المنافسة ويظهر ذلك فى عدم معنوية متطلب المتابعة الدفاعية الإيجابى فعلى الرغم من أن هناك دلالة معنوية للقياس الأقصى للمتابعة الدفاعية الإيجابى إلا أنه لم يظهر ذلك فى الأداء الفعلى حيث أن هذه المهارة تعتبر من أهم مهارات الدفاع للاعبى كرة السلة ، كذلك فإن المرحلة السنوية قد يكون بها طفرات فى الفرق المنافسة قد تعيق من زيادة فعالية

المهارة فى الأداء الفعلى ، كما أن زيادة درجة تحسن متغيرات الأداء الدفاعى ضد المحاورة والتمرير والتصويب أدى إلى نقصان الوصول لمرحلة المتابعة حيث كانت الكرة دائماً تحت حالة ضغط دفاعى فردى مستمر وتظهر إيجابياً فى زيادة نسبتهم المئوية .