الفصل الأول

الإطـــار العـام للبحث

المقدمـــــــــــــــة.

مشـــــكلة البحـــــث.

أهميـــــة البحـــــث.

أهـــــداف البحـــــث.

فـــــروض البحـــــث.

المصـــــــــطلحات.

obeikandl.com

الفصل الأول

الإطـــار العـام للبحث

المقـــدمة:

يتميز عالمنا المعاصر بنهضة علمية واسعة لما أحدثته ثورة تكنولوجيا المعلومات من تقدم هائل في مختلف المجالات العلمية والتطبيقية , وأصبح لزاما على كل دول العالم مواكبة هذا التطور لما تفرضه لغة التعامل التقني ووفقا للخريطة العالمية.

ويشير " **مدحت صالح السيد ومحمد عبد الرحيم إسماعيل** " (١٩٩٩) أن المجال الرياضي من المجالات التطبيقية الذي تأثر بدرجة كبيرة بهذه الثورة المعلوماتية حيث استخدم فيها أحدث وسائل التقنية الحديثة للوصول للأهداف الموضوعة , ولعل التقدم الهائل الذي نلاحظه اليوم في نتائج المستويات الرياضية ما هو إلى مؤشرات تعكس مستوى التطور العلمي والحضاري. (٥٥: ٤٤)

وتؤكد " **سناء عباس إبراهيم ومحمد حازم أبو يوسف**" (٢٠٠٠) أنه لما كانت النتائج في الرياضة العالمية لا يستطيع تحقيقها إلا أفراد قلائل من ذوي المواصفات الخاصة , فقد ظهرت ضرورة البحث عن تلك المواصفات والخصائص وكذلك عوامل التفوق الأخرى عند هؤلاء الأفراد والتي يمكن أن تكون مواصفات خاصة للرياضيين كل في نشاطه. (٢٦: ١٢٨)

ويضيف " **أبو العلا أحمد عبد الفتاح وإبراهيم شعلان**" (١٩٩٤) أن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية تتطلب توافر العديد من المتطلبات حتى يمكن تحقيق مستوى الأداء المتميز , وتعتبر القياسات الأنثروبومترية إحدى هذه المتطلبات , و هي إحدى الدعامات الأساسية التي يتحتم ضرورة تمتع الممارسين لكل نشاط رياضي بالمواصفات الأنثروبومترية الخاصة بهذا النشاط حيث يوضح العديد من العلماء إلى أن لكل نشاط رياضي متطلبات بدنية خاصة تميزه عن غيره من الأنشطة الأخرى. (٣: ٣ – ٤)

ويضيف " **نبيل عبد المقصود** (١٩٨٨) " إن دراسة القياسات الأنثروبومترية في نهاية القرن العشرين حظيت باهتمام من الباحثين في مجالات التربية الرياضية بصفة عامة , حيث أظهرت نتائج هذه الدراسات ضرورة تمتع اللاعبين ببعض القياسات الأنثروبومترية التي تتفق

ومتطلبات أداء نوع النشاط الرياضي , فممارسة الفرد للأنشطة الرياضية وصولا للمستويات العالية , ترتبط بمدى ملائمة بنيانه الجسماني لنوع النشاط الرياضي الممارس. (٦٢: ١ – ٢)

كذلك يضيف " **فراج عبد الحميد توفيق** " (٢٠٠٠) أن الحالة الوظيفية للفرد الرياضي تعتبر واحدة من أهم المؤشرات التي توضح قدرات الفرد على العمل والتي ترتبط بكثير من الحقائق حيث اخذ الجانب الفسيولوجي في التدريب يشغل حيز كبير من تفكير علماء فسيولوجيا التدريب الرياضى , واهتموا بدراسة الخلايا ومكوناتها وتركيبها الكيميائي والتغيرات التي تتم داخلها نتيجة أي جهد بدني يتعرض له الرياضي. لذا كان من الواجب على المشتغلين في حقل التدريب الرياضي الوقوف على المتغيرات الفسيولوجية والكيميائية التي تحدث للرياضي والتي قد تكون عقبة أمام تقدم مستواه . (٣٨: ١٧٤– ١٧٦)

ويشير " **أبو العلا أحمد عبد الفتاح** " (١٩٨٥) أن أهمية الأعداد الفسيولوجي تتضح في كونه يعتمد على الاختبارات والقياسات الفسيولوجية قبل التدريب والمصاحبة للبرنامج التدريبي, حتى يمكن التأكد من ملائمته لمستوى تقدم اللاعبين والتي على ضوئها يتحدد الارتفاع التدريجي لحمل التدريب , وتساعد تلك الاختبارات على الكشف عن أي خلل غير طبيعي في الحالة الصحية للاعب. (٦ – ٢٦٩)

ويؤكد " **محمد حسن علاوي وأبو العلا عبد الفتاح** "(١٩٨٤) أنه يمكن الاستفادة من تطبيقات فسيولوجيا التدريب في تطوير اللياقة البدنية والإعداد البدني للفرد , فإذا كانت اللياقة البدنية تعني بصفة عامة بأنها قدرة الفرد على مواجهة التحديات البدنية في الحياة بنجاح , فإن تحسين اللياقة البدنية للفرد يمكن أن تعرف بأنه تطبيقات المبادئ الأساسية لفسيولوجيا الرياضة لتحسين استجابة وتكيف الإنسان في التحديات البدنية الخاصة لنوع المنافسة الرياضية.(١٢:٤٣)

ولذلك ترى " **هناء محمود فهمي** " (١٩٩٩) أن التطور العلمي الهائل في مجال كرة السلة قد فرض أساليب علمية تستدعي اهتمام الباحثين في كل ماهو جديد في كرة السلة .(٦٤: ٢)

ويضيف " **أحمد سلامة صابر** " (١٩٩٥) أن كرة السلة قد تطورت من الناحية المهارية والبدنية والخططية والقانونية والتدريبية منذ نشأتها حتى يومنا هذا تطورا سريعا إذا ما قورنت بالألعاب الأخرى وهذا التطور أضفى عليها مزيدا من الإثارة والتشويق واكسبها مزيدا من

السرعة والدقة في تنفيذ ما يكلف به اللاعبين مما استلزم هذا التطور تطورا مماثلا في طرق تدريب اللاعبين في النواحي المهارية والبدنية والخططية, وطرق انتقائهم لضمان أعدادهم أعدادا جيدا لمسايرة هذا التقدم. (٧: ٢)

ويضيف في هذا الصدد " **وليد محمد هدية** " (١٩٩٧) في أنه تتطلب كرة السلة كنشاط رياضي ضرورة توافر مواصفات خاصة لدى ممارسيها وهذه المواصفات تختلف باختلاف الواجبات الحركية التي تقتضيها ظروف اللعب, وتوافر هذه المواصفات لدى اللاعبين يساعد في وصولهم إلى المستويات العالية. (٦٦: ٢)

وفي هذا الصدد أيضا يشير" **جرج – بريتنهام Greg Brittenham**" (١٩٩٦) إلى أن هناك عناصر أساسية للاعبي كرة السلة هي: لياقة الجهاز الدوري التنفسي – القوة العضلية – المرونة – التكوين الجسماني – السرعة – القدرة والرشاقة. (٧٢: ٢)

مشكلة البحث :

يرى " **أحمد عبد العزيز معارك** " (١٩٩٣) أن الأنشطة الرياضية تضفي على ممارسيها صفات فسيولوجية وأنثروبومترية نتيجة لتكيف الجسم للنشاط الرياضي ولكن بنسب متفاوتة ونوع النشاط الممارس. وتعتبر الحالة الوظيفية للفرد الرياضي واحدة من أهم المؤشرات التي توضح قدرات الفرد على العمل, ويتطلب الإعداد المتكامل للعمل بمهنة التدريب الرياضي توافر بعض القدرات والاستعدادات الفسيولوجية التي تؤهل اللاعبين للقيام بالواجبات البدنية المنوطة بهم على النحو المطلوب. (٩: ٦٥)

ولقد أكدت دراسة "**ستيفن شن Steven chin**" أن نجاح مدرب كرة السلة في الوصول للبطولة يتطلب وجود لاعبين يتميزون بقدرات هوائية ولا هوائية عالية بالإضافة إلى مواصفات أنثروبومترية مناسبة. (٩٥)

وتشير " **عائشة محمود مصطفى** " (٢٠٠١) أن الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين يعد معبرا جيدا عن كفائة الجسم في استهلاك الأكسجين وأيضا من القدرات الهامة التي يتطلبها النشاط البدني ولتحمل الأداء لفترة طويلة. (٣٠: ٤٥)

obeikandl.com

ويضيف"**على فهمي البيك وعبد المنعم بدير**" (١٩٨٢) أن الأكسجين يلعب الدور الأساسي في أنتاج الطاقة الهوائية فيزيد استهلاك العضلات للأكسجين مع زيادة فعالية نشاطها.

ولكل شخص حد لقدرته على استهلاك الأكسجين خلال المجهود البدني ويعتبر الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين من أهم المؤشرات للحكم على مدى سلامة وظائف أنظمة أنتاج الطاقة وإمكانية الحكم على قدرة الفرد على العمل. (٣٦: ١٧٤)

حيث يؤكد "**محمد نصر الدين رضوان**" (١٩٩٨) أن كرة السلة تعتبر من الأنشطة الرياضية التي تعتمد على مصادر الطاقة اللاهوائية الناتجة عن تحلل الروابط الكيميائية لثلاثي فوسفات الادينوسين ATB , وفوسفات الكرياتين CB , وجليكوجين العضلة , وذلك لأن الأعمال البدنية اللاهوائية لا تعتمد على نقل واستخلاص الأكسجين بواسطة الجهاز الدوري التنفسي , وإنما تعتمد على مصادر الطاقة الموجودة في العضلات. (٥٤: ١١)

ولقد أكد كل من "**عبد الناصر القدومي وعماد صالح عبد الحق ومالك شاكر**"(٢٠٠١) نقلا عن كلا من كاتش ومك أن كرة السلة تشمل كلا من العملين ألا كسجيني واللااوكسجيني ولذلك يجب على المدربين مراعاة ذلك في تدريبهم وانتقائهم. (٣٣: ٧٦)

ويؤكد "**أحمد نصر الدين السيد**" (١٩٩٠) أن القياسات الأنثروبومترية للرياضيين تعتبر من الجوانب الهامة التي تساعد على تدريب وانتقاء الموهوبين لممارسة نوع النشاط الرياضي الذي يتناسب مع إمكاناتهم ويناسب طبيعة النشاط الرياضى الممارس ومعتمدا في ذلك على الأسس العلمية المحددة لمعايير القياسات الأنثروبومترية. (١٠: ٢)

ويرى "**نبيل عبد المقصود** " (١٩٨٨) أنه أصبح من الأهمية ضرورة توافر الأفراد المتميزين بقياسات أنثروبومترية مناسبة كأحد العوامل التي تسهم في الوصول باللاعبين إلى المستويات الرياضية المتوقعة حيث أن لممارس كرة السلة مواصفات أنثروبومترية خاصة يجب أن تتوافر فيمن يمارسها حيث تلعب دورا هاما لوصول اللاعب إلي مستوى الأداء العالمي للاعب كرة السلة , وذلك في ظل الأعداد الجيد للجوانب البدنية. (٦٢: ٣)

ويؤكد " **عبد العزيز محمد عامر** " (١٩٩١) أنه قد ثبت أن وراء الأداء الناجح في كرة السلة صفات جسمية وبدنية وفسيولوجية أولية تتعلق باستعداد الفرد وإمكاناته , أن هذه المواصفات تؤدي وظائفها بشكل مترابط متتابع ينتج عنه في النهاية الحصول على الحركة الصحيحة الناجحة سواء كانت هذه الحركة بسيطة أم مركبة , فكرة السلة من الألعاب التي

obeikandl.com

تتطلب مواصفات جسمية تساعد اللاعب على الارتقاء بالمستوى المهاري أو الوفاء بمتطلبات الأداء , حيث أن لياقة الفرد للأنشطة الرياضية تتحدد على مدى ملائمة صفاته الجسمية لأداء العمل.

ولما كانت مباراة كرة السلة تتميز بالسرعة في التحول من الدفاع إلى الهجوم وبالعكس فهذا يلقي عبئ على أجهزة اللاعب الوظيفية كالجهاز الدوري التنفسي , لمواجهة المجهود البدني المبذول والتي تتميز به اللعبة. (٣٢: ٢)

ويذكر "**أحمد سلامة صابر عن مورجان**" (١٩٩٩)إن في السنوات الأخيرة قد تم التخلص من التحديد التقليدي لمراكز اللعب وأصبح الشائع بدلا منها أرقام لكل مركز وواجبات محددة لهذه الأرقام. (٨: ٢٨)

ويشير " **على البيك وشعبان إبراهيم**" (١٩٩٥) أن الأسس الهامة التي يجب أن يراعيها المدرب حالة اللاعبين وإمكاناتها حيث أن لعبة كرة السلة تتكون داخل الملعب من خمسة مراكز وخمس لاعبين ويمكن تحديد إمكانيات الفريق من خلال متطلبات كل مركز من مراكز اللعب وتحديد المواصفات الخاصة بكل لاعب وصلاحيته للعب في أي مركز من مراكز اللعب. (٣٥: ٢٩)

ومن خلال خبرة الباحث في العمل بمجال التدريب في كرة السلة وجد أن هناك مواصفات فسيولوجية وأنثروبومترية تحدد مراكز اللعب المختلفة لكرة السلة مما يساهم في تحقيق أفضل مستويات الأداء البدني والمهاري والخططي التي تعتبر من المتطلبات الواجب توافرها في اللاعب لأداء واجبات المركز المعين، وعلى الرغم من أن تكنيك اللعب الحديث يلزم جميع اللاعبين المتواجدين في مركز بإجادة اللعب في جميع المراكز, مع أهمية إجادة اللاعب اللعب في مركزه على الخصوص، وهذا يعني ضرورة وجود مواصفات فسيولوجية وأنثروبومترية خاصة تميز لاعب كل مركز من مراكز اللعب عن غيره، مما يسهل من أداء واجبات المركز المهارية والخططية.

وسوف يتناول الباحث المواصفات الفسيولوجية والأنثروبومترية لكل مركز, والذي استدعى انتباه الباحث كونه لاعب كرة سلة ومدرب للناشئين في قطاع غزة بفلسطين ومتابعته لقطاع الناشئين بمصر بهدف التعرف على الفروق بين الناشئين بمصر وفلسطين، للوقوف على مستوى الناشئين في فلسطين وكيفية النهوض بالمستوى العام للعبة كرة السلة .

obeikandi.com

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى:

١- التعرف على بعض المتغيرات الفسيولوجية والانثروبومترية المميزة لمراكز لعب الناشين فى كرة السلة في مصر وفلسطين .

٢- المقارنة بين ناشئى مصر وفلسطين فى متغيرات البحث طبقا لمراكز اللعب .

فروض البحث :

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض المتغيرات الفسولوجية بين ناشئيي كرة السلة في مصر وفلسطين طبقا لمراكز اللعب.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض القياسات الأنثروبومترية بين ناشئيي كرة السلة في مصر وفلسطين طبقا لمراكز اللعب .

مصطلحات البحث :

١ - القدرة اللاهوائية القصوى:

نتاج الطاقة فى أقل زمن ممكن لأداء عمل معين. (١٣: ١٩)

٢ – الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين " القدرة اللاهوائية القصوى" :

أكبر سرعة لاستهلاك الاكسوجين أثناء العمل العضلة باستخدام أكثر من ٥٠% من عضلات الجسم (١١: ٦٦)

٣ – القياسات الأنثروبومترية:

فرع من فروع الانثروبولوجيا ويبحث في قياسات الجسم البشري وكلمة أنثربومتري يعني بها قياس أعضاء جسم الانسان أو الجسم ككل , وهو مشتق من الكلمتين الأخيرتين Anthrop ويعني بها الإنسان و Metric وهو قياس الأنثروبومتري وهو العلم الذي يقيس حجم الإنسان أو أجزائه. (٦٤: ١٩)

٤ – مراكز اللعب:

يتحدد الاسم الذي يطلق على مركز اللاعب في رياضة كرة السلة بالمنطقة التي يشغلها في الملعب عندما يكون في حالة هجوم (٣: ٦) مع العلم بأنه قد تم التخلص من التحديد القديم لمراكز اللعب حيث أصبح هناك خمسة مراكز في كرة السلة ويشار لهذه المراكز بالأرقام. (٨: ٢٨)

obeikandl.com