

الفصل الأول

- مقدمة البحث .
- مشكلة البحث وأهميته
- أهداف البحث .
- فروض البحث .
- مصطلحات البحث .

- مقدمة البحث :

إن من أبرز ما يميز عالمنا المعاصر ذلك التغيير والتطوير في جميع جوانب الحياة وفي كافة المجالات وخاصة المجال الرياضي ومما لا شك فيه أن الأسلوب العلمي أساس الوصول للمستويات الرياضية العالمية ، حيث أصبح تحقيق المستويات العالية من أهم مظاهر التقدم الحضارى للدول بل أن تقدم الدول أصبح يقاس بمدى ما حققته من إنجازات رياضية .

ولعبة كرة السلة تعد إحدى الألعاب التي نالت إهتماماً واسعاً على الصعيدين الدولى والمحلى فهي تتميز بتعدد وتنوع المبادئ الأساسية كمتطلبات رئيسية لممارستها ، حيث تتطلب طبيعة الأداء فى كرة السلة من اللاعب القيام بالأداء المهارى والخطى فى ظروف اللعب المتباينة بالتوقيت الدقيق السريع . (٤٦ : ٣)

ولما كان الدفاع والهجوم فى كرة السلة وجهان لعملة واحدة هي المبلرة وأن الغرض الأساسى هو إصابة سلة الخصم بأكبر عدد من المحاولات الناجحة فى نفس الوقت الذى يواجه ذلك محاولات دفاعية تقلل من إصابات الفريق المنافس ، كان لابد من الاهتمام بالتدريب على النواحي الدفاعية والهجومية على حد سواء . (١١ : ١٢)

ويذكر محمد عبد الرحيم (١٩٨٥) أن تعدد أساليب وأشكال الهجوم أدى إلى تنوع أساليب وأشكال الدفاع وأصبح التأكيد على الدفاع سمة من سمات كرة السلة الحديثة . (٤٤ : ١١)

وتذكر نانسى ليبرمان وآخرون Nancy Librman et. al (١٩٩٦) أن الدفاع المتناسك هو الوسيلة التى تمكن الفرق ذات المستويات العادية من الصمود

ضد الفرق ذات المستويات العالية حيث تعتمد الفرق ذات المستوى المتميز على الدفاع وليس الهجوم . (٧٩ : ٣٨)

وينصح جيم بروت Jim Praitt (١٩٨٠) مدربى كرة السلة أن يجعلوا لاعبيهم مدافعين من النوع الجيد حيث أن الدفاع هو الذى يتحكم فى إيقاع المباراة خصوصاً عندما ينخفض فاعلية الأداء الهجومي . (٧٢ : ٦٧)

ويشير كلاً من رولاند لازينبى Rolanld Lazenby (١٩٨٧) ، وعصام الدياسطى (١٩٩٣) أن نجاح أى نوع من أنواع الدفاع فى كرة السلة يتوقف على مدى إتقان اللاعبين للدفاع الفردى . (٨١ : ٨١) ، (٩٨ : ٣٤)

ويشير حسن معوض (د . ت) إلى أن الدفاع الفردى فن أساسى لا غنى عنه مطلقاً فى أى نوع من أنواع الدفاع فإجادة الدفاع الفردى ضرورة سواء فى دفاع رجل لرجل أو الدفاع عند المنطقة ، فالدفاع الفردى هو أساس يمكن أن تبنى عليه مبادئ الدفاع الأخرى . (١٥ : ١٧)

ويشير أحمد أمين فوزى وعبد العزيز سلامة (١٩٨٦) أن خطة أى فريق الدفاعية لا يمكن أن تحقق الهدف منها إلا من خلال الدفاع الفردى .
(٢٨٤ : ٣)

لذا يعتبر الدفاع الفردى حجر الزاوية الذى يرتكز عليه الدفاع الجماعى والفريقى فى كرة السلة فهو يمثل الأساس الأول الذى تقوم عليه الإستراتيجية الدفاعية فى كرة السلة . (٨ : ٣٥)

- مشكلة البحث وأهميته :

أجمع الخبراء على أن مستوى الأداء الدفاعي في كرة السلة يتمثل في إتقان اللاعبين لمهارات الدفاع المختلفة وقد لاحظ الباحث من خلال خبرته العملية كلاعب ومدرّب كرة السلة ، إن إتقان اللاعبين لمهارات الدفاع الفردي من أهم عوامل الأداء التي تؤثر تأثيراً مباشراً وفعالاً على نتائج المباريات من خلال المنافسة ، حيث أن أي فريق يشترك في منافسة رياضية وهو معد إعداداً عالياً من حيث الأداء المهاري الهجومي فقط فإن إعداده لا يكون بالقدر الكافي حيث أن الأداء المهاري الدفاعي هو الفيصل في المنافسات حين تتساوى أو تتقارب المهارات الهجومية وأنه كلما زاد إتقان الفريق لعدد أكبر من المهارات الدفاعية دل على قوة هذا الفريق وبالتالي يصعب التفوق عليه أو هزيمته .

ويرى فائز بشير حمودات وآخرون (د . ت) أن الجانب الدفاعي لا ينال الإهتمام الكافي سواء من المدربين واللاعبين فمعظم اللاعبين في بداية لعبهم كرة السلة يمارسون اللعبة بشكل هجومي أكثر من الدفاع والسبب في ذلك يعود إلى سهولة المهارات الهجومية وما بها من إثارة وتشويق متناسين المهارات الدفاعية حتى يبلغوا مرحلة لا بأس بها من المهارة ثم يبدأ الإهتمام بالدفاع . (٤٠ : ١٩)

يؤكد ذلك عمرو عبد اللاه (١٩٩٩) أن هناك قصور واضح في برامج إعداد اللاعبين من النواحي الخاصة بالدفاع لاسيما الدفاع الفردي وهذا ما أشار إليه بوب كوزي وفرانك باور Bob Cousy and Frank Power (١٩٧٤) أن مهارات الدفاع تعتبر من أهم المهارات الخاصة بكرة السلة . (٣٨ : ٩) ، (٥٩ : ٢٦)

ويرى الباحث أن التعديلات المستمرة في قانون كرة السلة تشكل عبئاً واضحاً على اللاعبين في عملية الدفاع وخاصة الدفاع الفردي حتى يسايروا إيقاع اللعب بسرعة ، مما جعل من عملية الدفاع ركن هام جداً يجب الإهتمام به .

ويؤيد أحمد أمين ، عبد العزيز سلامة (١٩٨٦) الرأى القائل بأن الدفاع هو خير وسيلة للهجوم فى كرة السلة لأن الدفاع الجيد هو الأساس الأول لبناء هجوم فعال . (٣ : ٢٤٦)

ويذكر كل من عبد العزيز أحمد النمر ومدحت صالح (١٩٩٨) أن المبادئ الأساسية للدفاع الفردى هى الأساس لكل أنواع الدفاع فى رياضة كرة السلة ويجب على كل لاعب أن يتعلم كيفية الدفاع ضد المهاجم بالكرة أو بدونها بغض النظر عن نوع الدفاع الذى يستخدمه الفريق سواء كان رجل لرجل أو دفاع منطقة أو غيرها من أنواع الدفاع المختلفة . (٣٢ : ٨٩)

ويشير جيرى .ف. كروس Jery . V. Krause (١٩٩١) أن الدفاع يمثل تحدياً كبيراً للمدربين واللاعبين فهو يتضمن تطوير المبادئ الأساسية التى لا تعتمد على قدرة اللاعب بقدر إعتمادها على التدريب . (٧٠ : ١٦٥)

لذا ينصح مورجان Morgan (١٩٩٢) المدربين قبل البدء فى تدريب الدفاع الفريقى الإهتمام بتدريب اللاعبين على إجادة الدفاع الفردى لإعتباره الأساس للدفاع الفريقى وإجادة اللاعبين لمهاراتهم الدفاعية الفردية يؤدى إلى نجاح الفريق . (٧٤ : ٢٢٣)

من هنا وفى حدود علم الباحث يرى أن الواقع الحالى فى تدريب كرة السلة يفتقر لبرنامج الجانب الدفاعى بصفة عامة والبرامج الخاصة بالأداء الدفاعى الفردى بصفة خاصة وبذلك يمكن تحديد مشكلة هذا البحث فى كونها محاولة موجهة لتصميم برنامج لتنمية وتطوير مهارات الدفاع الفردى (وقفة دفاعية - تحرك دفاعى - ارتداد دفاعى - ضغط دفاعى - مساعدة دفاعية - تغطية دفاعية - طرد دفاعى - دفاع ضد الهجوم الخاطف - المكان الدفاعى - الدفاع ضد المرر - المحاور -

المصوب - القاطع - رجل الارتكاز - الدفاع ضد الحمل الهجومي
الزائد (٢ ÷ ١) (٣ ÷ ١) .

من خلال أساليب الدفاع ضد (لاعب مستحوذ على الكرة - لاعب قريب من
الكرة - لاعب بعيد عن الكرة) لتوظيفها في نوع الدفاع المستخدم .

- أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- ١- تصميم برنامج تدريبي للدفاع الفردي للاعبى كرة السلة .
- ٢- التعرف على تأثير البرنامج المقترح على فاعلية الدفاع الفردي لدى لاعبى كرة
السلة .

- فروض البحث :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البينى للمتغيرات
قيد البحث .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البينى والقياس البعدى للمتغيرات
قيد البحث .
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى للمتغيرات
قيد البحث .
- ٤- تختلف نسب التحسن للمتغيرات المهارية الدفاعية قيد البحث .
- ٥- يؤثر البرنامج المقترح بصورة إيجابية على أداء مهارات الدفاع الفردي لدى
عينة البحث .

- مصطلحات البحث :

- الدفاع الفردي :

متابعة اللاعب المهاجم في جميع تحركاته وسكاناته والعمل على الحد من خطورته سواء كان حائزا على الكرة أو بدونها وذلك في إطار الخطة الدفاعية العامة للفريق . (٤٦ : ٢٧)

- البرنامج :

هو مجموعة من التدريبات التي تحتويها الوحدة التدريبية داخل إطار المنهج الموضوع للعملية التدريبية لتحقيق الهدف الموضوع للنشاط الذي يقوم به الفرد .
(٤ : ٩)

- الدفاع في كرة السلة :

يعتبر الفريق في كرة السلة في حالة دفاع لمجرد أن يفقد الكرة وتصبح في حيازة الفريق الآخر وفي هذه الحالة يحاول أعضاء هذا الفريق المدافع منع الفريق الحائز على الكرة من غزو السلة قبل وصولهم إليها والدفاع عنها . (٤٦ : ١٩٦)

- قياس الأداء الفعلي :

يطلق هذا النوع على ما يقوم به اللاعب أثناء المباراة من حيث المحتوى أو الغرض .

- قياس الأداء الأقصى :

يستخدم هذا النوع من القياس لتحديد الحد الأقصى الذي يستطيع اللاعب أدائه لمهارة معينة أو مجموعة من المهارات ويستخدم لهذا الغرض اختبارات عديدة وهو ما يعرف بالإنتاجية . (٣ : ٣٨٩)