

## الفصل الرابع

" عرض النتائج ومناقشتها "

أولا .. عرض النتائج :

جدول رقم ( ١٣ )  
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت "  
في القياس القبلي والبعدى  
للمجموعة التجريبية

ن = ٢٠

| م الاختبارات                   | القياس القبلي      القياس البعدى |       |        |       | قيمة ت |
|--------------------------------|----------------------------------|-------|--------|-------|--------|
|                                | ١س                               | ١ع    | ٢س     | ٢ع    |        |
| ١ الوثب العمودي                | ٢٩,٣٥                            | ٤,٥٣  | ٣٤,٨٥  | ٣,٧٥  | ٦,١٤   |
| ٢ دفع كرة طبية بيد واحدة       | ٦,٢٧                             | ,٩٤   | ٧,٣٦   | ,٨١   | ٥,٧٦   |
| ٣ الوقوف على مشط القدم         | ٨,٦٨                             | ٨,٥٦  | ٢٢,٤٥  | ١٢,٧٨ | ٥,٣٣   |
| ٤ رمي وإستقبال الكرات          | ٧,١٥                             | ٣,٢٥  | ١٠,٤٥  | ٢,٦٩  | ٤,٢٢   |
| ٥ التصويب باليد على المستطيلات | ٦,٨                              | ٢,٢٢  | ٨,٤٥   | ٢,٢٦  | ٢,٩٣   |
| ٦ السرعة في تمرير الكرة        | ١١,٢٠                            | ١,٨٤  | ١٠,٣٢  | ١,٤٨  | ٢,١٧   |
| ٧ اللمس السفلي الجانبي         | ٥٢,٥                             | ٥,٧٧  | ٨٥     | ٥,٧٩  | ٣,٤٧   |
| ٨ مرونة رسغ اليد               | ١٥٠,٧                            | ٢٨,٨١ | ١٧٣,٢٥ | ٢١,٥٤ | ٣,٠٢   |
| ٩ قوة القبضة                   | ٢٤,١                             | ٤,٢٧  | ٢٧,٣   | ٤,٧٤  | ٢,١٩   |
| ١٠ الجري المكوكي               | ١٢,٦١                            | ,٦٢   | ١٣,٩٧  | ,٧٠   | ٦,٣٣   |
| ١١ التصويب على السلة ٣٠ ث      | ٦,٩٥                             | ٢,٢٨  | ٨,٧٥   | ١,٩٤  | ٣,٦٤   |
| ١٢ الرمية الحرة ٥ مرات         | ,٩٥                              | ١,١٩  | ٢,٤٥   | ١,١٠  | ٣,٦٨   |
| ١٣ التصويب الثلاثي ١٥ مرة      | ٦,٧٥                             | ٤,٥٨  | ١٧,٤٥  | ٤,٦٢  | ٧,٧٣   |
| ١٤ الدقة في تمرير الكرة        | ١٧,٣٥                            | ٢,٥٢  | ٢٠,٦   | ٣,٠٢  | ٤,١٨   |
| ١٥ سرعة المحاور حول عوائق      | ١٢,٩٨                            | ,٧٣   | ١١,٩   | ,٦٨   | ٧,٨٣   |

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى ٠,٥ = ٢,٠٩٣

يتضح من الجدول السابق أن جميع الاختبارات الصفاتية دالة إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية حيث أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمة ( ت ) الجدولية ، وذلك لصالح القياس البعدى .

جدول رقم (١٤)  
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت "  
في القياس القبلي والبعدى  
للمجموعة الضابطة

ن - ٢٠

| م  | الاختبارات                   | القياس القبلي |       | القياس البعدى |       | قيمة ت |
|----|------------------------------|---------------|-------|---------------|-------|--------|
|    |                              | س١            | ع١    | س٢            | ع٢    |        |
| ١  | الوثب العمودي                | ٢٦            | ٥,٤٣  | ٢٧,٣٥         | ٤,٦١  | ١,٢١   |
| ٢  | دفع كرة طبية بيد واحدة       | ٦,٤٥          | ,٦٩   | ٦,٧٧          | ,٨١   | ٢,٥٥   |
| ٣  | الوقوف على مشط القدم         | ٤,٤٩          | ٣,٢٨  | ٦,٥٥          | ٥,١٢  | ١,٠٨   |
| ٤  | رمي وإستقبال الكرات          | ٦,٩٩          | ٢,٠٩  | ٨,١٥          | ٣,٠٨  | ١,٣٦   |
| ٥  | التصويب باليد على المستطيلات | ٥,٧٥          | ٢,٥٩  | ٨,٧           | ٢,٧٧  | ٣,٠٩   |
| ٦  | السرعة في تمرير الكرة        | ١١,٨١         | ٢,٠٣  | ١٢,٧٩         | ١,٩٧  | ١,٥١   |
| ٧  | اللمس السفلي الجانبي         | ٥٠,٢          | ٤,٨٣  | ٥٢,٦٥         | ٥,٦٩  | ١,٤٢   |
| ٨  | مرونة رسيغ اليد              | ١٦٢           | ٢٠,٣٥ | ١٥٤,٢٥        | ٣٠,١٤ | ١,٣٤   |
| ٩  | قوة القبضة                   | ٢٢,٨          | ٥,٤٤  | ٢٢,٧٥         | ٥,٩٧  | ,٠٨    |
| ١٠ | الجري المكوكي                | ١٢,٥٩         | ,٨٤   | ١٣,٤٧         | ١,١١  | ٢,٧٦   |
| ١١ | التصويب على السلة ٣٠ ث       | ٦             | ٣,١٦  | ٦             | ٢,٧٩  | ١      |
| ١٢ | الرمية الحرة ٥ مرات          | ١             | ,٩٢   | ١,٧٥          | ١,٢١  | ٣,١٤   |
| ١٣ | التصويب الثلاثي ١٥ مرة       | ٥,٤٥          | ٣,٧٢  | ٦,٧٥          | ٣,٤٦  | ١,٣٠   |
| ١٤ | الدقة في تمرير الكرة         | ١٦,١          | ٢,٢٥  | ١٧,٧٥         | ٣,١١  | ٣,٠٦   |
| ١٥ | سرعة المحاورة حول عوائق      | ١٢,٧٨         | ١,٧٥  | ١٣,٩١         | ١,٧   | ٢,٠٢   |

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٩٣

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في اختبارات ( دفع كرة طبية بيد واحدة ، التصويب باليد على المستطيلات ، الجري المكوكي ، الرمية الحرة ٥ مرات ، الدقة في تمرير الكرة لصالح القياس البعدى بينما كانت هناك فروق غير دالة إحصائية في باقي الاختبارات .

جدول رقم ( ١٥ )  
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت"  
في القياس البعدي  
لمجموعة البحث

ن = ٢٠

| م الاختبارات                   | المجموعة التجريبية |       | المجموعة الضابطة |       | قيمة "ت" |
|--------------------------------|--------------------|-------|------------------|-------|----------|
|                                | س                  | ع     | س                | ع     |          |
| ١ الوثب العمودي                | ٣٤,٨٥              | ٣,٧٥  | ٢٧,٣٥            | ٤,٦١  | ٥,٠٥     |
| ٢ دفع كرة طبية بيد واحدة       | ٧,٣٦               | ,٨١   | ٦,٧٧             | ,٨١   | ٢,١٤     |
| ٣ الوقوف على مشط القدم         | ٢٢,٤٥              | ١٢,٧٨ | ٦,٥٥             | ٥,١٢  | ٥,٦٩     |
| ٤ رمي وإستقبال الكرات          | ١٠,٤٥              | ٢,٦٩  | ٨,١٥             | ٣,٠٨  | ٢,٧٣     |
| ٥ التصويب باليد على المستطيلات | ٨,٤٥               | ٢,٢٦  | ٨,٧              | ٢,٧٧  | ,٤٢      |
| ٦ السرعة في تمرير الكرة        | ١٠,٣٢              | ١,٤٨  | ١٢,٧٩            | ١,٩٧  | ٤,٦٢     |
| ٧ اللمس السفلي الجانبي         | ٥٨                 | ٥,٧٩  | ٥٢,٦٥            | ٥,٦٩  | ٢,٨١     |
| ٨ مرونة رسغ اليد               | ١٧٣,٢٥             | ٢١,٥٤ | ١٥٤,٢٥           | ٣٠,١٤ | ٢,٣١     |
| ٩ قوة القبضة                   | ٢٧,٣               | ٤,٧٤  | ٢٢,٧٥            | ٥,٩٧  | ٢,٦٠     |
| ١٠ الجري المكوكي               | ١٣,٩٧              | ,٧٠   | ١٣,٤٧            | ١,١١  | ١,٦٨     |
| ١١ التصويب من أسفل السلة ٣٠ ث  | ٨,٧٥               | ١,٩٤  | ٦                | ٢,٧٩  | ٣,١٥     |
| ١٢ الرمية الحرة ٥ مرات         | ٢,٤٥               | ١,١٠  | ١,٧٥             | ١,٢١  | ٢,١٠     |
| ١٣ التصويب الثلاثي ١٥ مرة      | ١٧,٤٥              | ٤,٦٢  | ٦,٧٥             | ٣,٤٦  | ٦,٧٩     |
| ١٤ الدقة في تمرير الكرة        | ٢٠,٦               | ٣,٠٢  | ١٧,٧٥            | ٣,١١  | ٢,٧٣     |
| ١٥ سرعة المحاور حول عوائق      | ١١,٩               | ,٦٨   | ١٣,٩١            | ١,٧   | ٤,٤٤     |

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٩٣

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية في القياس البعدي لمجموعتي البحث في إختبارات البحث ولصالح المجموعة التجريبية ما عدا إختباري ( التصويب باليد على المستطيلات ، الجري المكوكي ) حيث كانا غير دالين إحصائيا .

## ثانيا .. مناقشة النتائج :-

في ضوء نتائج التحليل الإحصائي ، وفي نطاق هذا البحث توصلت الباحثة إلى ما يلي :

- من جدول رقم ( ١٣ ) لدلالة الفروق بين المتوسطات للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية يتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ( ٥٠ . ) في جميع اختبارات البحث .

مما يوضح مدى فاعلية وتأثير البرنامج التدريبي المقترح ، والذي إحتوى على تدريبات لتنمية الجانبين البدني والمهاري ، فكان للبرنامج بهذه الصورة تأثيرا إيجابيا مزدوجا على طابقت المجموعة التجريبية .

وفي هذا الصدد يرى محمد حسن علاوي ( ٣٧ ) أن تنمية العناصر البدنية الضرورية ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية المهارات الحركية . إذ لن يستطيع الفرد الرياضي إتقان المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي التخصصي في حالة إفتقاره للصفات البدنية الضرورية لهذا النوع المعين من النشاط الرياضي ، وأن الطابع المميز للمهارة الحركية الأساسية هو الذي يحدد نوعية العناصر البدنية الضرورية التي يجب تنميتها ، وتطويرها

( ٣٧ : ٨٠ ) كذلك تؤكد دراسات كل من أحمد كامل ( ٤ ) ، فاطمة عبد المقصود ( ٢٩ ) وعائشة رزق ( ٢٢ ) على ضرورة الإهتمام بتنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة ، والتي تبني عليها المهارة الحركية .. حيث توصلت الدراسات الثلاثة السابقة إلى أن القدرة العضلية للرجلين والذراعين والسرعة والدقة من أهم العناصر البدنية المؤثرة على نسبة التصويب البعيد خارج قوس الثلاث نقاط . وهذا ما راعته الباحثة في دراستها حيث تم تنمية تلك العناصر بالإضافة إلى عناصر القوة ، الرشاقة ، المرونة ، التوازن ، التوافق ، وذلك خلال البرنامج المقترح ، والذي أحدث نتائج إيجابية لصالح المجموعة التجريبية . كما يشير حنفي مختار ( ٥٥ ) إلى أن التخطيط السليم لبرامج التدريب الرياضي وإختيار التمرينات المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت يعمل على إتقان اللاعب للمهارات الأساسية .

- كذلك أظهرت المجموعة التجريبية تقدما ملحوظا في مستوى أداء مهارة التصويب الثلاثي موضوع البحث حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في القياس القبلي لهذه المهارة ( ٦.٧٥ ) بينما ارتفع هذا المتوسط في القياس البعدي ( ١٧.٤٥ ) مما يوضح مدى تأثير البرنامج المقترح على المجموعة التجريبية في تنمية تلك المهارة .

وفي هذا الصدد يذكر حسن معوض ( ١٠ ) أن بلوغ المهارة في التصويب ممكنة لكل فرد ، وهذا يتطلب التدريب المستمر الصحيح .

يبين أيضا جدول ( ١٣ ) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في إختبارات ( التصويب على السلة ٣٠ ث ) ، ( الرمية الحرة ٥ مرات ) مما يوضح انتقال أثر التدريب من التصويب البعيد المتمثل في مهارة التصويب الثلاثي إلى كل من التصويب المتوسط المتمثل في مهارة الرمية الحرة ، والتصويب القريب المتمثل في مهارة التصويب أسفل السلة .

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي ، والبعدي للمجموعة التجريبية في إختباري ( الدقة في تمرير الكرة ) والمحدد لقياس مهارة التمرير ، ( سرعة المحلورة حول عوائق ) والمحدد لقياس مهارة المحلورة ، وتعزي الباحثة هذا التقدم إلى إحتواء البرنامج المقترح على تدريبات مهارية مركبة إشتملت على أكثر من مهارة كالتمرير والمحلورة بالإضافة إلى التصويب ، وهو المهارة الأساسية في التدريب مما أدى إلى تحسن هاتين المهارتين .

ويتفق هذا مع ما أشار إليه كل من حسن معوض ( ١٠ ) ، أدولف روب Adolph . R ( ٥٦ ) ، بارنز Barnes ( ٥٧ ) ، فيلد Field ( ٥٨ ) ، محمد محمود عبد الدايم ( ٤٨ ) بأن البرامج التدريبية تعمل على تنمية المهارات الأساسية بصفة عامة ، وأن التدريب المستمر على أداء مهارة ما يؤدي إلى تنميتها وتطويرها .

بينما يتضح من جدول رقم ( ١٤ ) لدالة الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وجود فروق دالة إحصائية في خمسة إختبارات هي : ( دفع كرة طبية بيد واحدة ، التصويب باليد على المستطيلات ، الجري المكوكي ، الرمية الحرة ٥ مرات الدقة في تمرير الكرة ) مما يوضح تقدم المجموعة الضابطة في بعض العناصر البدنية ، والمهارات الأساسية ، وهي ( القدرة العضلية للزراعين ، الدقة ، الرشاقة ، التصويب من الرمية الحرة ، التمرير )

وترى الباحثة أن هذا التقدم قد يرجع إلى التأثير الإيجابي للمنهج الدراسي المقرر على الصف الرابع في مادة كرة السلة ، وذلك بعد زيادة الفترة الزمنية المحددة لتدريس هذا المقرر بينما لم يؤثر نفس المنهج على العناصر البدنية ، والمهارات الأساسية الأخرى ، وهي ( القدرة العضلية للرجلين ، التوازن ، التوافق ، السرعة الحركية ، المرونة ، القوة ، التصويب من أسفل السلة ، التصويب الثلاثي ، المحاورة ) حيث أظهرت نتائج إختبارات هذه المتغيرات عدم وجود دلالة إحصائية ، وترى الباحثة أن غالبية المتغيرات السابقة تمثل العناصر البدنية .. الأمر الذي تفسره الباحثة بإفتقار المنهج الدراسي المقرر على الصف الرابع في مادة كرة السلة للجانب البدني ، والذي بالتالي أثر على المستوى المهاري .

ومن جدول رقم (١٥) لدلالة الفروق بين متوسطات الإختبارات المختارة للمجموعتين التجريبية ، والضابطة في القياس البعدي ، يتضح وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في إختبار ( التصويب الثلاثي ١٥ مرة ) حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية ( ١٧،٤٥ ) بينما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ( ٦،٧٥ ) وهذا يحقق الفرض الأول من فروض البحث ، والذي ينص على " وجود فروق دالة إحصائية في مهارة التصويب الثلاثي بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة التجريبية "

يتبين أيضا من جدول رقم ( ١٥ ) وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي ، حيث أظهرت المجموعة التجريبية تقدما ملحوظا في مهارات كرة السلة ، وهي ( الرمية الحرة ، والتصويب من أسفل السلة ، والتمرير ، والمحاورة ) عن المجموعة الضابطة ، وهذا يحقق الفرض الثاني من فروض البحث ، والذي ينص على " وجود فروق دالة إحصائية في مهارات كرة السلة ( التصويب والتمرير والمحاورة ) بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة التجريبية "

ويتضح أيضا من جدول رقم (١٥) وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي في عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمهارة التصويب الثلاثي وهي ( القوة ، القدرة، السرعة ، التوازن ، التوافق ، المرونة ) .

بينما لم يظهر إختباري ( التصويب باليد على المستطيلات ، والجري المكوكي ) دلالة إحصائية في القياس البعدي للمجموعتين .. التجريبية ، والضابطة على الرغم من دلالة هذين الإختبارين في القياس القبلي البعدي للمجموعة التجريبية والقياس القبلي البعدي للمجموعة الضابطة ، وقد ترجع الباحثة عدم وجود دلالة في القياس البعدي للمجموعتين .. التجريبية ، والضابطة إلى تأثير كل من البرنامج المقترح على المجموعة التجريبية ، والمنهاج التقليدي على المجموعة الضابطة بنفس القدر تقريبا مما أدى إلى عدم وجود دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث في القياس البعدي في عنصري الدقة والرشاقة .

وهذا يحقق الفرض الثالث جزئيا .. حيث ينص على " وجود فروق دالة إحصائية في عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمهارة التصويب الثلاثي ، وهي ( القدرة ، السرعة ، القوة ، المرونة ، التوازن ، التوافق ، الرشاقة ، الدقة ) بين مجموعتي البحث لصالح التجريبية "

وبوجه عام ترجع الباحثة تفوق المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة إلى محتوى البرنامج ( بدنيا ومهاريا ) وإلى تقنين الحمل داخل الوحدات التدريبية : والمزج بين العمل البدني والعمل المهارى باستخدام الأداء المهارى في التنمية البدنية ، بالإضافة إلى استخدام أسلوب التدريب بالأنقال في تقوية العضلات العاملة في مهارة التصويب الثلاثي والذي أدى إلى تحسين الناحية الفنية والبدنية ، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كل من عصام الدياسطي (٢٥) وفريال درويش (٣٠) وفاطمة عبد المقصود (٢٩) وهى جون Hey John (٥٩) ومحمد محمود عبد الدايم (٤٨) بأن التدريب بالأنقال له تأثير إيجابي على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية مثل القوة بأشكالها المختلفة والسرعة والتحمل وهذه بدورها تسهم في الإرتقاء بمستوى الأداء المهارى والخططي للاعب .