

مرفقات البحث

م	رقم المرفق	اسم المرفق
١	مرفق (١)	أسماء السادة الخبراء
٢	مرفق (٢)	استمارة الملاحظة
٣	مرفق (٣)	استمارة استطلاع رأي الخبراء حول أهم العناصر البدنية الخاصة بمهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات
٤	مرفق (٤)	استمارة استطلاع رأي الخبراء حول أهم الاختبارات تقيس كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية لمهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات
٥	مرفق (٥)	استمارة استطلاع رأي الخبراء حول أهم الاختبارات المهارية الخاصة لقياس مهارتي التصويب من القفز والتصويب من الثبات
٦	مرفق (٦)	استمارة تفريغ بيانات اللاعب الشخصية من حيث السن والطول و الوزن و طول الذراع و طول الكف والاختبارات البدنية والمهارية
٧	مرفق (٧)	الوسيلة التعليمية المستخدمة (آلة الذراع المصوبة)
٨	مرفق (٨)	الاختبارات التي تقيس القدرات البدنية (قيد البحث)
٩	مرفق (٩)	الاختبارات التي تقيس القدرات المهارية (قيد البحث)
١٠	مرفق (١٠)	البرنامج التعليمي المقترح
١١	مرفق (١١)	تدريبات البرنامج التعليمي

موفق (1)

أسماء السادة الخبراء

أسماء السادة الخبراء *

الوظيفة	الاسم	م
مدرس بقسم المناهج و طرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة	أحمد محمد الطنطاوي	١
أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة	ثروت محمد الجندي	٢
أستاذ كرة السلة بقسم تدريب الألعاب بكلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة - جامعة حلوان	رضا حفني أحمد	٣
أستاذ كرة السلة ووكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث - كلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة - جامعة حلوان	عائشة رزق مصطفى	٤
أستاذ كرة السلة ورئيس قسم تدريب الألعاب بكلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة - جامعة حلوان	عزة عبد الفتاح الشيمي	٥
مدرس بقسم المناهج و طرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة	عماد محمد سيد	٦
مدرس بقسم تدريب الألعاب بكلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة - جامعة حلوان	منال مصطفى محمد	٧
أستاذ مساعد بقسم المناهج و طرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة	منير مصطفى عابدين	٨
أستاذ مساعد بقسم تدريب الألعاب بكلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة - جامعة حلوان	نرمين فكري الغلمي	٩
أستاذ متفرغ ورئيس قسم تدريب الألعاب سابقاً بكلية التربية الرياضية بنات بالجزيرة - جامعة حلوان	وفاء صلاح الدين محمد	١٠

* تم ترتيب السادة الخبراء وفقاً للترتيب الأبجدي .

موفق (١٢)

استمارة الملاحظة

استمارة الملاحظة

المجموع	التصويب من الوثب		التصويب السلمي		الرمية الحرة		رقم اللاعب
	فاشلة	ناجحة	فاشلة	ناجحة	فاشلة	ناجحة	
٣-	١١١١	١١١١	١١١١	١١١	١١١	١	٤
٤	١١١١	١١١١	-	١١١	١١	١١	٥
							٦
							٧
							٨
							٩
							١٠
							١١
							١٢
							١٣
							١٤
							١٥
١+	٩	١٠	٤	٦	٥	٣	المجموع

مرفق (٣)

استمارة استطلاع رأي الخبراء

حول أهم العناصر البدنية الخاصة

بمهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات



جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية
قسم مناهج و طرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة ... وبعد ،،،

يقوم الباحث / تامر توكل إبراهيم متولي بإجراء دراسة تحت عنوان :-

" تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارة التصويب لناشئي كرة السلة "

وبما أن سيادتكم من الخبراء في مجال كرة السلة لذا يرجى من سيادتكم التفضل بتحديد أهم العناصر البدنية الخاصة بمهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات في كرة السلة وذلك بوضع علامة (√) أمام العنصر الملائم .

مع قبول شكري و تقديري على تعاونكم الصادق لاستكمال جوانب ذلك البحث

الباحث

عناصر اللياقة البدنية

م	عناصر اللياقة البدنية	رأي الخبير
١	الدقة	
٢	الرشاقة	
٣	التوافق	
٤	السرعة	
٥	القدرة	
	عضلة الرطين	
	عضلة التراعن	
٦	المرونة	
٧	الاتزان	
٨	التحمل	
٩	القوة	

مرفق (٤)

استمارة استطلاع رأي الخبراء

حول أهم الاختبارات التي تقيس كل عنصر من عناصر

اللياقة البدنية لمهاتمي التصويب من القفز والتصويب من الثبات



جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية
قسم مناهج و طرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة ٠٠٠٠ وبعد ،،،

يقوم الباحث / تامر توكل إبراهيم متولي بإجراء دراسة تحت عنوان :-

" تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارة التصويب لناشئي كرة السلة "

وبما أن سيادتكم من الخبراء في مجال كرة السلة لذا يرجى من سيادتكم التفضل بتحديد أهم الاختبارات التي تقيس كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية لمهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات في كرة السلة وذلك بوضع علامة (√) أمام الاختبار الذي ترونه مناسباً .

مع قبول شكري و تقديري على تعاونكم الصادق لاستكمال جوانب ذلك البحث

الباحث

الاختبارات البدنية

العنصر	اسم الاختبار	رأي الخبير
الدقة	التصويب على المربعات المتداخلة	
	التصويب على المستطيلات المتداخلة	
	التصويب على الدوائر المتداخلة	
التوافق	الوثب داخل الدوائر المرفمة	
	نط الحبل	
	رمي و استقبال الكرة	
الرشاقة	الانبطاح المائل من الوقوف	
	الجري الزجراجي	
	الخطوات الجانبية ١٠ ث	
المرونة	ثني الجزع خلفا من الانبطاح	
	ثني الجزع اماما من الجلوس طولا	
	ثني الجزع من الوقوف	
السرعة	العدو ٦ ث من البدء العالي	
	العدو ٤٠ ث	
	العدو ٣٠ م من البدء المنطلق	
القدرة	الوثبات المتتالية في المكان لأقصى ارتفاع	
	الوثب العريض من الثبات	العضلية للرجلين
	الوثب العمودي من الثبات	
	رمي كرة ناعمة لأقصى مسافة	
	رمي كرة سلة لأقصى مسافة	
	رمي كرة طبية زنة ٣ كجم	العضلية للذراعين
التوازن	اختبار الوقوف على مشط القدم	
	اختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي	
	اختبار الوقوف على العارضة بمشط القدم	
التحمل	عدو ١٠٠ متر	
	عدو ٣٠ × ٥ متر	
القوة	الجري في المكان مع رفع الركبتين عالياً واحد دقيقة	
	اختبار قوة القبضة (الديناموميتر)	
	الشد لأعلى على العقلة	
	الانبطاح المائل ثني الذراعين	

مرفق (٥)

استمارة استطلاع رأي الخبراء

حول أهم الاختبارات المهارية الخاصة

لقياس مهارتي التصويب من القفز والتصويب من الثبات



جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية
قسم مناهج و طرق التدريس

استمارة استطلاع رأي الخبراء

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة ٠٠٠٠ وبعد ،،،

يقوم الباحث / تامر توكل إبراهيم متولي بإجراء دراسة تحت عنوان :-

" تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارة التصويب لناشئي كرة السلة "

وبما أن سيادتكم من الخبراء في مجال كرة السلة لذا يرجى من سيادتكم التفضل بتحديد أهم الاختبارات المهارية الخاصة لقياس مهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات في كرة السلة وذلك بوضع علامة (√) أمام الاختبار الذي ترونه مناسباً .

مع قبول شكري و تقديري على تعاونكم الصادق لاستكمال جوانب ذلك البحث

الباحث

الاختبارات المهارية

المهارة	اسم الاختبار	رأي الخبير
التصويب من الثبات	الرمية الحرة	
التصويب من القفز	اختبار التصويب من الوثب	
	التصويب من خارج الثلاث نقاط	
	التصويب السريع لمدة ٣٠ ث	
التصويب من الثبات	اختبارات أخرى ترونها سيادتكم	
التصويب من القفز		

مرفق (٦)

استمارة تفريغ بيانات اللاعب الشخصية

من حيث السن و الطول و الوزن و طول الذراع

و طول الكف و الاختبارات البدنية و مهارية

مرفق (٧)

الوسيلة المستخدمة

(آلة الذراع المصوبية)

الوسيلة المستخدمة (آلة الذراع المصوبة)

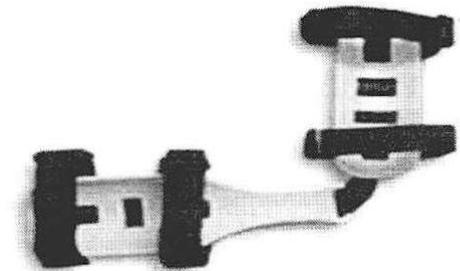
آلة الذراع المصوبة

" هي وسيلة مساعدة صممت خصيصاً لتساعد اللاعب على الحفاظ على الزاوية القائمة بين الساعد والعضد و تتكون من قطعتين من الخشب تثبت أحدهما على الساعد و الأخرى على العضد و يتصلان ببعضهما بالمطاط " .

مميزاتها

- ١- تتميز بقلّة التكاليف مما يساعد على استخدامها مع أعداد كبيرة من المتعلمين .
- ٢- تعمل على تحسين شكل الأداء لمهارة التصويب وذلك من خلال تأثيرها على مسار حركة الكرة عن طريق تحكمها في مسار حركة الذراع المصوبة .
- ٣- تعمل على سرعة تعلم مهارة التصويب .
- ٤- تساعد على دقة مهارة التصويب عن طريق تحسين الأداء الفني لهذه المهارة وذلك من خلال الوصول للزاوية القائمة بين الساعد و العضد .

صورة آلة الذراع المصوبة

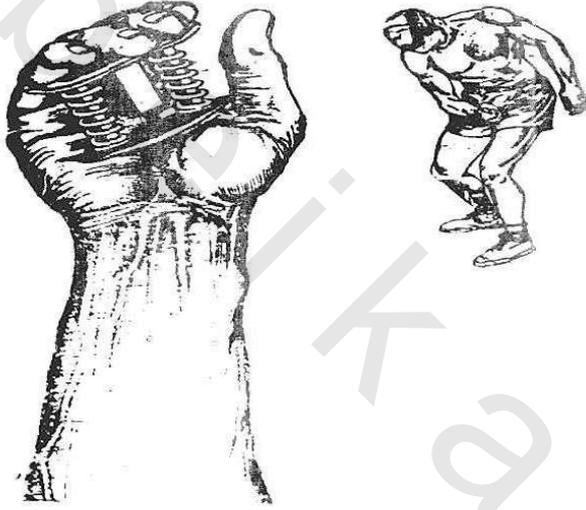


مرفق (٨)

الاختبارات التي تقيس

القدرات البدنية (قيد البحث)

اختبار قياس قوة القبضة



الغرض من الاختبار

قياس قوة القبضة

الأدوات المستخدمة

جهاز ديناموميتر القبضة

وصف الاختبار

يمسك المختبر الديناموميتر بقبضة يده ثم يقوم المختبر بالضغط بقبضة اليد على الديناموميتر لإخراج أقصى قوة ممكنة

تعليمات الاختبار

يجب على المختبر ألا يلمس باليدين أى جزء من جسمه أو أى شئ آخر

حساب الدرجات

يعطى لكل مختبر ثلاث محاولات متتالية وتحسب أفضلهم.

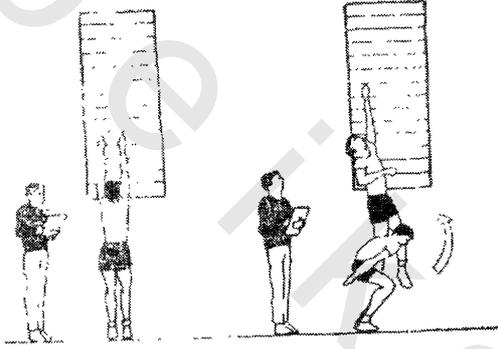
اختبار الوثب العمودي لسارجينت

الغرض من الاختبار

- قياس القدرة العضلية المتفجرة بالرجلين .

الأدوات

- مسطره أو شريط قياس - حائط - قطعه طباشير .



وصف الأداء

- ١- تثبيت المسطرة على الحائط أو شريط القياس وذلك لقياس مسافة الوثب العمودي بين علامتين
- ٢- ويقف المختبر جانبا بجوار الحائط حافي القدمين ممسكا بيده قطعه من الطباشير (طولها بوصة واحدة) في اليد بجوار الحائط .
- ٣- يفرده على كامل امتدادها بأقصى ما يستطيع ليضع علامة على الحائط بالطباشير.
- ٤- يقوم المختبر بثني الركبتين طالما مع احتفاظه بذراعه لأعلى والرأس والظهر على استقامة واحدة .
- ٥- يبدأ المختبر في الوثب العمودي لأعلى بأقصى ما يستطيع ليضع علامة بالطباشير في أعلى نقطه يصل إليها

حساب درجات الاختبار

- ١- يعطى المختبر ثلاث محاولات وتسجيل أفضل محاولة له .
- ٢- يتم القياس من العلامة الأولى حتى العلامة الثانية.

(٥٣ : ٨٤ ، ٨٥)

اختبار دفع كرة طبية ٣ كجم للأمام

الغرض من الاختبار

- قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين .

الأدوات اللازمة

- شريط قياس ، كرة طبية وزنها ٣ كجم ، دائرة رمي منطقته فضاء (مقطع رمي) .

وصف الأداء

- يتخذ المختبر وضع الوقوف مواجهها موضع الرمي ، ويحمل الكرة باليدين معا ثم يقوم بثني الركبتين ويقوم بمرجحه اليدين بالكرة الطبية والرمي للأمام لأبعد مسافة .

التسجيل

- يحسب المسافة لأقرب ١ سم من حافة دائرة الرمي إلى اقرب اثر للكرة من حافة دائرة الرمي .

(٢٠٨ : ٤)

اختبار الدوائر المرقمة

الغرض

- قياس توافق الرجلين والعين .

الأدوات

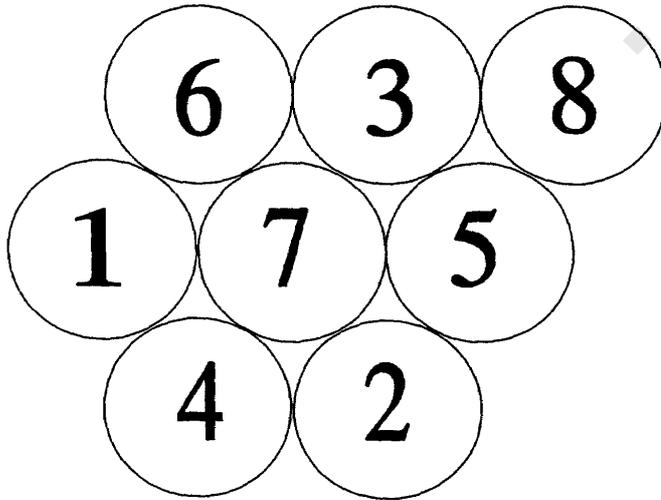
- ساعة إيقاف ، يرسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منهما ٦٠ سم ، ترقيم الدوائر كما هو موضح بالشكل التالي .

مواصفات الأداء

- يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١) وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معاً للدائرة رقم (٢) ثم الدائرة رقم (٣) وهكذا حتى الدائرة رقم (٨) ويتم ذلك بأقصى سرعة .

حساب الدرجات

- يسجل الزمن الذي يستغرقه المختبر في الانتقال عبر الدوائر الثمانية بالثواني لأقرب عُشر ثانية .



مرفق (٩)

الاختبارات التي تقيس

القدرات المهنية (قيد البحث)

اختبار الرمية الحرة

الغرض

قياس مهارة الرمية الحرة من خلف خط الرمية الحرة

الأدوات

كرات سلة ، هدف كرة سلة .

مواصفات الأداء

- يتم أداء الرميات من خلف خط الرمية الحرة ، ولكل مختبر عشر محاولات .

الشروط

- لكل مختبر الحق في أداء عشر رميات .
- يجب أن يتم الرمي من خلف خط الرمية الحرة .
- تتم الرميات العشر في شكل مجموعتين تتكون كل مجموعة من خمس رميات .

حساب الدرجات

- تحتسب درجة واحدة لكل إصابة صحيحة (دخول الكرة في السلة) يقوم بها المختبر ، ويحسب (صفر) إذا لم يتحقق ذلك و بذلك يكون الحد الأقصى للدرجات عشرة درجات .

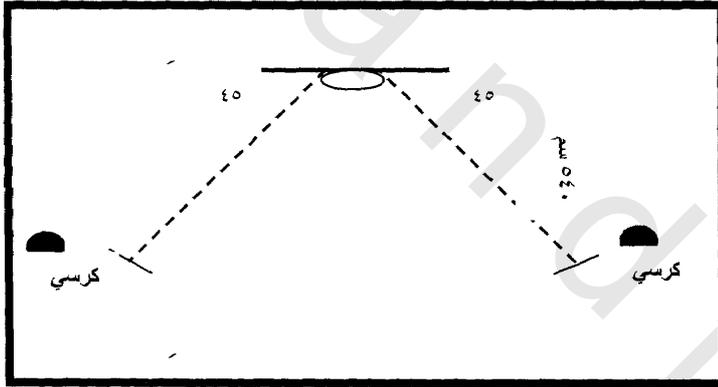
اختبار التصويب من الوثب

الغرض من الاختبار

قياس دقة التصويب من الوثب

الأدوات و التنظيم

(٢) كرة سلة ، هدف كرة سلة ، ساعة إيقاف ، (٢) كرسي يرسم خط طوله ١٨ قدماً (٥٤٠ سم) يصنع زاوية قدرها (٤٥) درجة مع خط النهاية ، ينتهي هذا الخط بعلامة صغيرة (مستعرضة مع الخط) تحدد المنطقة التي سيتحرك فيها المختبر وهي تحدد بـ ٢٤ بوصة (٤٥,٧٢ سم) كرسي ، و عليه كرة سلة ، نفس المواصفات على الجانب الآخر .



مواصفات الأداء

يجلس المختبر خلف الكرسي و عند سماع إشارة البدء من المحكم يلتقط الكرة من على الكرسي و يتجه ناحية العلامة المرسومة على الخط و التي تبعد ١٨ قدماً (٥٤٠ سم) عند خط النهاية ، حيث يقوم بالتصويب من الوثب .

يمكن أن يؤدي مختبران الاختبار في نفس الوقت ، على أن يؤدي كل منهما الاختبار من على أحد جانبي الهدف (منطقة (أ) ، منطقة (ب)) ، على أن يبدأ المختبر الآخر من المنطقة (ب) أداء الاختبار عند جري اللاعب الأول لالتقاط الكرة المرتدة من على اللوحة بعد تصويبه الأولى .
يستمر في أداء العمل السابق شرحه على أن يؤدي خمس تصويبات من على كل جانب (المجموع عشر تصويبات) .

الشروط

- يتم الوثب من خلف العلامة .
- يؤدي التصويب من الوثب .
- بعد التصويب على المختبر أن يلتقط الكرة بعد ارتدادها من الهدف ليعود إلى مكان التصويب ليعاود الأداء .
- يؤدي المختبر خمسة تصويبات من على كل جانب .

التسجيل

- يحسب الزمن من لحظة صدور الأمر بالبداية ، إلى أن يلتقط المختبر الكرة بعد ارتدادها من الهدف عقب التصويبة العاشرة .
- تسجل الإصابات الصحيحة التي يحققها المختبر خلال العشر تصويبات المكاف بأدائها ، ويحسب عنها نقاط وفقاً للشروط التالية :-
- يحسب نقطتان لكل إصابة صحيحة للهدف .
- يحسب نقطة واحدة لكل كرة تلمس حافة اللوحة أو الحلقة و لكنها لم تدخل الهدف .
- لا يحسب نقاط في حالة عدم لمس الكرة للوحة أو السلة و لم تحرز هدفاً .

(٦٥ : ٩٧ ، ٩٨)

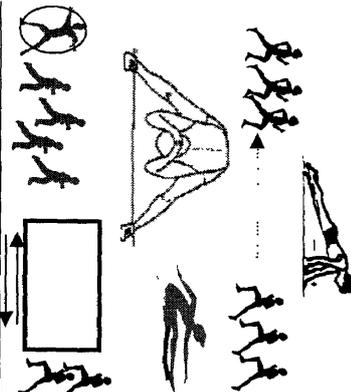
موفق (١٠)

البرنامج التعليمي المقترح

زمن الوحدة : ٩٠ ق

البرنامج التعليمي المقترح
في الفترة من / / ٢٠٠٠ م إلى / / ٢٠٠٠ م
رقم الوحدة : (٣٠ ، ٢ ، ١)

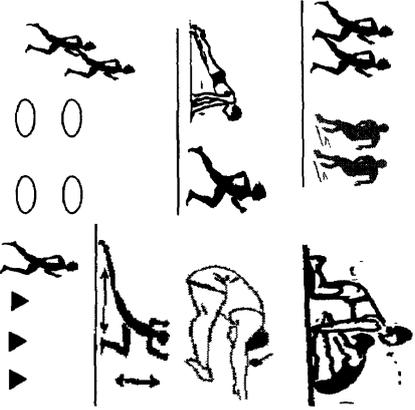
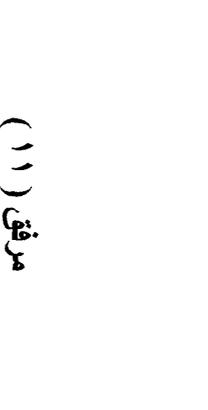
الأسبوع : الأول
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الثبات

الإخراج	الأدوات	محتوى الوحدة	الهدف	الزمن	أجزاء الوحدة
	—	<p>(وقوف) الجري حول الملعب . (وقوف) الجري في المكان مع رفع الركبتين عاليًا . (وقوف) الجري الجانبي حول الملعب . (انبطاح مائل) ثني الركبتين . (وقوف) تبادل ثني الركبتين كاملاً مع رفع الذراعين أمامًا . (وقوف) العدو السريع بطول الملعب (وقوف) سباق تبادل القاطرات (جلوس طولاً-الذراعين أمامًا) تبادل ثني الجوزع أمامًا (وقوف فحاً) تشبيك اليدين خلف الرقبة) ثني الجوزع أمامًا أسفل والضغط لأقصى مدى .</p>	<p>تهيئة أجزاء الجسم المختلفة تنمية القوة تنمية السرعة تنمية المرونة تنمية الرشاقة</p>	١٠ ق ٣٠ ق	التهيئة الإعداد البدني
	كرات سلة	<p>شرح ماهية المهارة و أهميتها أداء نموذج جيد للمهارة من المدرس شرح و أداء الخطوات التعليمية للمهارة التطبيق على المهارة من خلال :- - تدريب ٣ - تدريب ١١ - تدريب ١٤ - تدريب ١٧</p>	تعليم مهارة التصويب من الثبات	٥٥ ق	التعليم والتطبيق
	—	<p>الجري الخفيف حول الملعب - المشي مع عمل دوائر بالذراعين مع تبادل الشدق والرفير</p>	التهيئة والاسترخاء	٥ ق	الجزء الختامي

زمن الوحدة : ٩٠ ق

في الفترة من / ٢٠٠٠ م إلى / ٢٠٠٠ م
رقم الوحدة : (٤ ، ٥ ، ٦)

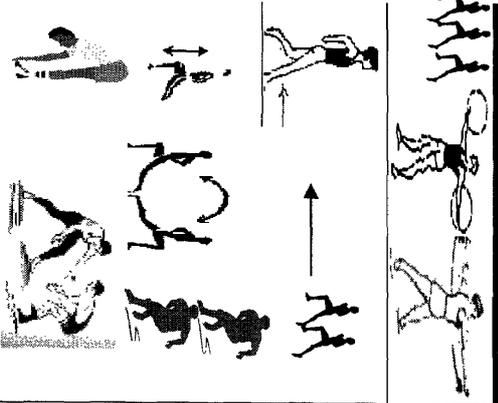
الأسبوع : الثاني
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الثبات

الأجزاء	الوحدة	الزمن	الهدف	محتوى الوحدة	الأدوات	الإخراج
أجزاء الوحدة	التهيئة	١٠ ق	تهيئة أجزاء الجسم المختلفة	(وقوف) الحري حول الملعب . (وقوف) دوران الرأس في دائرة. (وقوف) الحري مع عمل دورانات بالذراعين .	—	
الإعداد البدني	تنمية السرعة	٢٠ ق	تنمية السرعة	(وقوف) الحري للأمام بأقصى سرعة و عند الإشارة الحري الجانبي . (انبطاح مائل) عند سماع الإشارة الحري للمس خط نهاية الملعب .	كرات طيئة - أقفاح - أطواق	
	تنمية المرونة		(وقوف) الطعن أماما مع عمل زاوية في الذراعين و اللف بالذراع جانباً . (جلوس حواجز) ثني الجرع أماما أسفل مع مسك مشط القم الأمامية ٢٠ ث			
	تنمية الرشاقة		(وقوف) الحري الجزاجي بين الأقفاح . (وقوف) وضع أطواق و الحري حولها .			
أجزاء الختامي	التعليم و التطبيق	٥٥ ق	تعليم مهارة التصويب من الثبات	شرح ماهية المهارة و أهميتها • أداء نموذج جيد للمهارة من أحد اللاعبين المتميزين • شرح و أداء الخطوات التعليمية للمهارة • التطبيق على المهارة من خلال :- - تدريب ٤ - تدريب ١٢ - تدريب ١٥ - تدريب ١٩	كرات سلة	
		٥ ق	التهدئة و الاسترخاء	الحري الخفيف حول الملعب - المشي مع عمل دوائر بالذراعين مع تبادل الشبوق و الزفير .	—	

زمن الوحدة : ٩٠ ق

في الفترة من / ٢٠٠٠ م الي / ٢٠٠٠ م
رقم الوحدة : (٩٠٨٠٧)

الأسبوع : الثالث
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الثبات

الأجزاء	الزمن	الهدف	محتوى الوحدة	الأدوات	الإخراج
الجزء الرئيسي	٣٠ ق	تهيبة أجزاء الجسم المختلفة	(وقوف) الجري حول الملعب (وقوف فتحاً . الذراعان جانباً) تبادل لف الجذع جانباً . (وقوف . الذراعان جانباً) عمل دوائر بالذراعين . (وقوف رفع العقبين عن الأرض) تبادل ثني الركبتين (وقوف - ثبات الوسط) التقدم أماماً بالحجل على قدم واحدة . (وقوف) الجري ٢٠ متر من البدء المنخفض بأقصى سرعة (وقوف) الجري السريع للخلف .	—	
		تنمية القوة	(وقوف فتحاً للذراعين عاليًا) ميل الجذع أماماً في أربع عدات . (وقوف . ثبات الوسط) الطعن أماماً .		
		تنمية السرعة	(وقوف) الجري عند الإشارة . (وقوف مواجهة الزميل) لمس ركلة الزميل .		
		تنمية المرونة			
الجزء الختامي	٥٥ ق	التهيبة و الاسترخاء	شرح ماهية المهارة و أهميتها أداء نموذج جيد للمهارة من أحد اللاعبين المتميزين شرح و أداء الخطوات التعليمية للمهارة التطبيق على المهارة من خلال :- - تدريب ٣ - تدريب ١٥ - تدريب ١٧ - تدريب ٢٠	كرات كرة	مرفق (١١)
		التهديبة و الاسترخاء	الجري الخفيف حول الملعب المشي مع عمل دوائر بالذراعين مع تبادل الشهيق و الزفير	—	

زمن الوحدة : ٩٠ ق

في الفترة من / / ٢٠٠٠ م إلى / / ٢٠٠٠ م
رقم الوحدة : (١٠ ، ١١ ، ١٢)

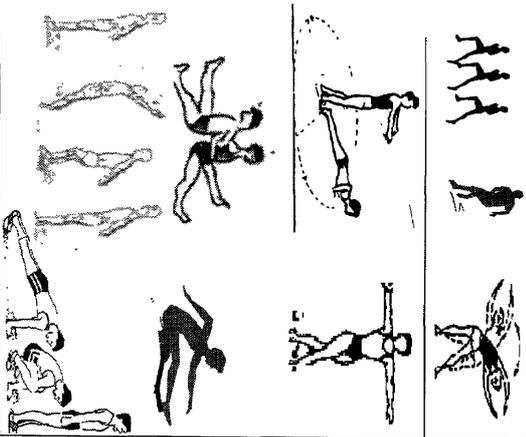
الأسبوع : الرابع
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الوثب

الإخراج	الأدوات	محتوى الوحدة	الهدف	الزمن	أجزاء الوحدة
	—	<p>(وقوف) الجري حول الملعب . (وقوف فتحة - التراجع جانباً - ميل) دوران الخدع على الجانبين . (وقوف) الاقتراب والوثب لمحاولة لمس لوحة السلة . (وقوف) مسك كرة سلة (الجري مع الوثب عرضاً بالتقدمين فوق مقعد سويدي . الذراعين أمام حمل كرة طبية) قذف الكرة عالياً . (وقوف) عند الإشارة الجري السريع على خط منتصف الملعب و العودة . (وقوف) في قطار على خط النهاية . لمس خط النهاية و العودة في نهاية القطار .</p>	<p>تهيئة أجزاء الجسم المختلفة</p>	١٠ ق	التهيئة
	كرات طبية - مقعد سويدي - كرات سلة	<p>(جئو نصفاً) لمس عقب القدم اليسرى للمقعدة . الذراع اليمنى مائلًا خلفًا أسفل مسك مشط القدم . استناد كف الذراع الأخرى على الأرض . ميل) ثني الجذع أماماً مع ضغط منطقة الحوض لأسفل (جلوس طولاً) مسك كرة سلة(لف الجذع جانباً لتسليم الكرة للزميل . (وقوف) الوثب عالياً مع قفح وضم الرطين وتحريك الذراعين للجانبين . (وقوف) الوثب للأمام وللخلف عند سماع الإشارة .</p>	<p>تنمية القوة</p> <p>تنمية السرعة</p> <p>تنمية المرونة</p> <p>تنمية الرشاقة</p>	٢٠ ق	الإعداد البدني
	كرات سلة	<p>شرح ماهية المهارة و أهميتها • أداء نموذج جيد للمهارة من المدرس • شرح و أداء الخطوات التعليمية للمهارة • التطبيق على المهارة من خلال :- - تدريب ٢ - تدريب ٥ - تدريب ٧ - تدريب ١٨</p>	<p>تعليم مهارة التصويب من الوثب</p>	٥٥ ق	التعليم و التطبيق
	—	<p>الجرى الخفيف حول الملعب - المشي مع عمل دوائر بالذراعين مع تبادل الشبقتين والرفير</p>	<p>التهيئة و الاسترخاء</p>	٥ق	الجزء الختامي

زمن الوحدة : ٩٠ ق

في الفترة من / / ٢٠٠٠م الي / / ٢٠٠٠م
رقم الوحدة : (١٣ ، ١٤ ، ١٥)

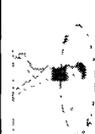
الأسبوع : الخامس
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الوثب

الأجزاء	الوقت	الهدف	محتوى الوحدة	الأدوات	الإخراج
التهيئة	١٠ ق	تهيئة أجزاء الجسم المختلفة	(وقوف) الجري حول الملعب . (وقوف) الجري الجانبي حول الملعب . (وقوف) فحفا - الارتفاعات العالية) دوران الجذع على الجانبين . (الانبطاح المائل) الدوران حول دائرة . (وقوف مواجه مسك كرة طبية) تمريره صدرية من علي بعد ٢م . (وقوف) الجري للأمام بوزناتة المقعد السويدي للدوران حوله و العودة بالجري للخلف . (وقوف) الجري الجانبي مع تقاطع الرجلين . (جلوس) طويل فحفا . ظهرا الظهر . تشبيك المرفقين) تبادل ميل الجذع أماما ضد مقارمة الزميل . (جلوس) طولا . الارتفاعات أماما) تبادل ثني الجذع أماما .	—	
		تنمية القوة	(وقوف) ثني الركبتين .قذف الرجلين خلفا و العكس . (وقوف) الوثب للأمام وللخلف عند سماع الإشارة .		
الجزء الختامي	٥٥ ق	تنمية الرشاقة	شرح ماهية المهارة و أهميتها أداء نموذج جيد للمهارة من أحد اللاعبين المتميزين شرح و أداء الخطوات التعليمية للمهارة التطبيق على المهارة من خلال :- - تدريب ١ - تدريب ٩ - تدريب ١٣ - تدريب ١٦	كرات كرة	مرفق (١١)
		تنمية التهنية و الاسترخاء	الجزء الختامي	الجزء الختامي	—

زمن الوحدة : ٩٠ ق

في الفترة من / / م ٢٠٠٠ إلى م ٢٠٠٠ / /
رقم الوحدة : (١٦ ، ١٧ ، ١٨)

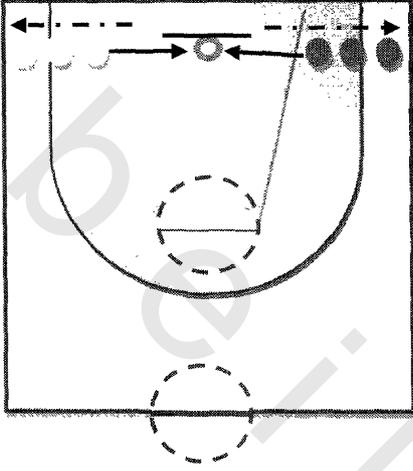
الأسبوع : السادس
الهدف : تعليم مهارة التصويب من الوثب

الأجزاء الوحدة	الزمن	الهدف	محتوى الوحدة	الأدوات	الإخراج
التهيئة	١٠ ق	تهيئة أجزاء الجسم المختلفة	(وقوف) الحرى حول الملعب . (وقوف) دوران الذراعين للأمام . (وقوف) الاقتراب والوثب لمحاولة لمس لوحة السلة .	—	
	٣٠ ق	تنمية القوة تنمية السرعة تنمية المرونة	(وقوف) الحرى ثلاث خطوات متتالية مع التركيز على الدفع خلال الاتصال بالأرض (وقوف) العدو بطول الملعب من فوق كرات طبية (جلوس طويل) .الذراعان عاليا) ثنى الخدع أماما أسفل لأقصى مدى . (جلوس تربييع نصفا) .الذراعان مائلتا أماما أسفل) مد ركبة إحدى الرجلين أماما ميل الخدع أماما أسفل للمس مشط الرجل المفرودة (وقوف) الوثبة الرياضية . (وقوف) الحرى والوثب داخل أطواق .	كرات طبية - أطواق	  
الجزء الرئيسي	٥٥ ق	تعليم مهارة التصويب من الوثب	شرح ماهية المهارة و أهميتها أداء نموذج جيد للمهارة من أحد اللاعبين المتميزين شرح و أداء الخطوات التعليمية للمهارة التطبيق على المهارة من خلال :- - تدريب ٦ - تدريب ٨ - تدريب ١٠ - تدريب ١٨	كرات سلة	مرفق (١١)
	٥٥ ق	التهنئة و الاسترخاء	الحرى اللفيف حول الملعب عمل دوائر بالذراعين مع تبادل الشتيق والرفير	—	

مرفق (11)

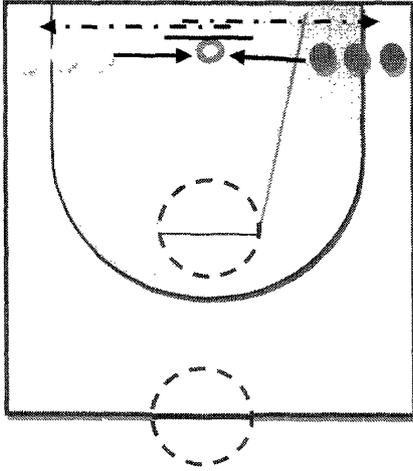
تدريبات البرنامج التعليمي

	التمريض
	التصويب
	المحاورة
	الجرى بدون كرة
	لاعبى المجموعة (أ)
	لاعبى المجموعة (ب)
	دحرجة الكرة على الأرض



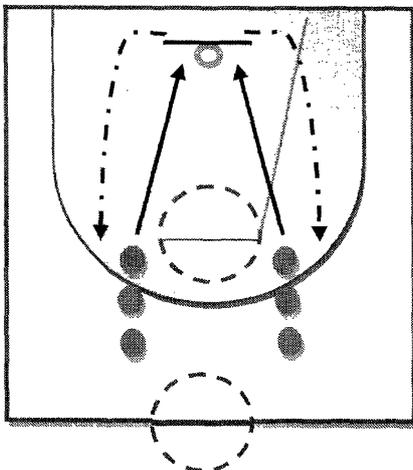
تدريب رقم (١)

يقف اللاعبون في مجموعتين بمحاذاة الحد النهائي حيث يقوم اللاعب الأول بالتصويب ثم بمتابعة الكرة الخاصة به والعودة في نهاية المجموعة .



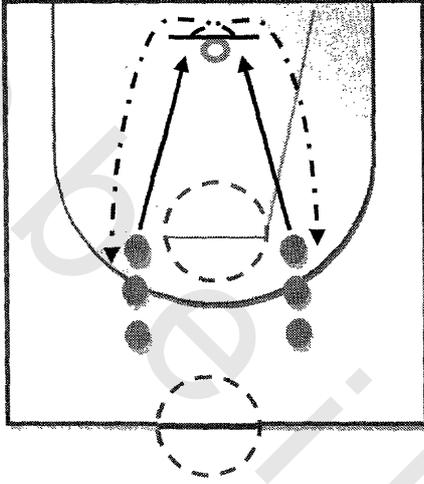
تدريب رقم (٢)

يقف اللاعبون في مجموعتين بمحاذاة الحد النهائي حيث يقوم اللاعب الأول بالتصويب ثم بمتابعة الكرة الخاصة به والذهاب إلى المجموعة الأخرى .



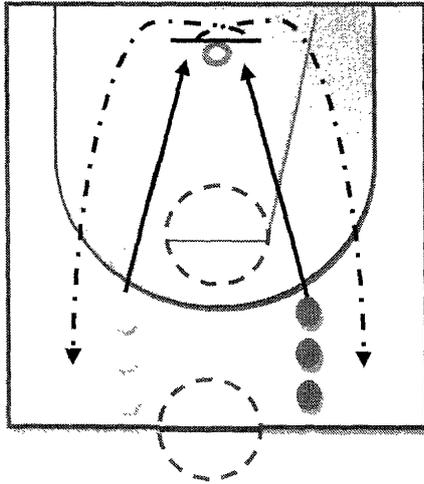
تدريب رقم (٣)

يقف اللاعبون في مجموعتين بمحاذاة خط الرمية الحرة حيث يقوم اللاعب الأول بالتصويب ثم بمتابعة الكرة الخاصة به والعودة في نهاية المجموعة .



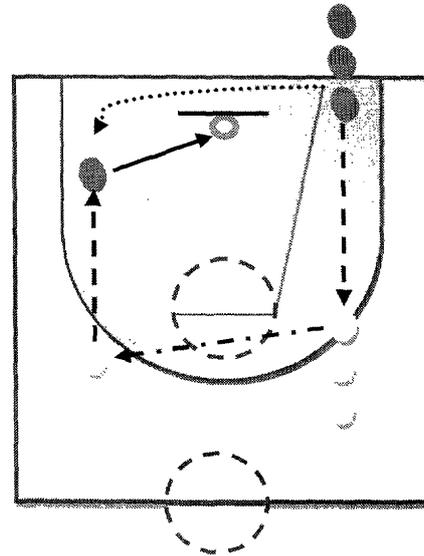
تدريب رقم (٤)

يقف اللاعبون في مجموعتين بمحاذاة خط الرمية الحرة حيث يقوم اللاعب الأول بالتصويب ثم بمتابعة الكرة الخاصة به والذهاب إلى المجموعة الأخرى .



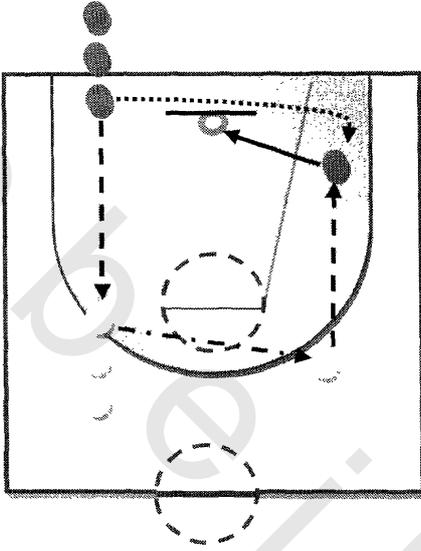
تدريب رقم (٥)

يقف اللاعبون على خط الثلاث نقاط ثم يقوم اللاعب بالتصويب والانتقال إلى المجموعة الأخرى والتصويب الثلاثي المواجه .



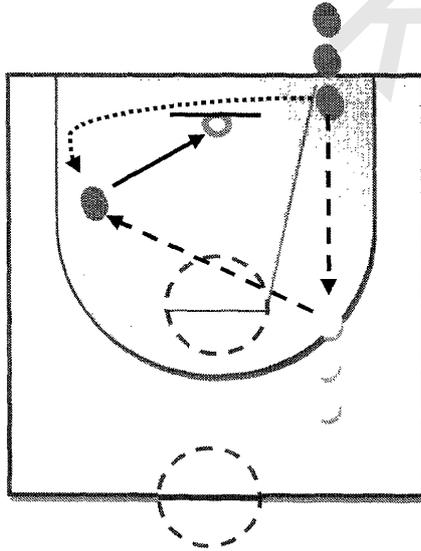
تدريب رقم (٦)

يقف اللاعبون في مجموعتين المجموعة (أ) خلف خط الحد النهائي والأخرى موازية خلف الرمية الحرة حيث تقوم المجموعة (أ) بالتمرير إلى المجموعة (ب) والتحرك للجهة الأخرى من الحد النهائي ويقوم اللاعب (ب) بعمل محاورة لفتح زاوية للتمرير إلى اللاعب (أ) الذي يقوم بالتصويب المتوسط ثم يتم تغير المجموعتين .



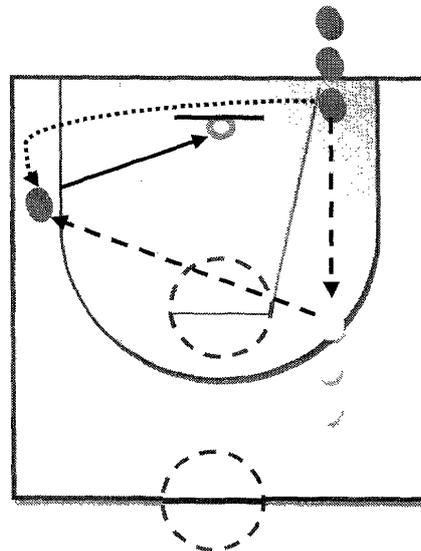
تدريب رقم (٧)

يقف اللاعبون في مجموعتين الأولى خلف خط الحد النهائي والأخرى موازية خلف الرمية الحرة حيث يقوم المجموعة (أ) بالتمرير إلى المجموعة (ب) والتحرك للجهة الأخرى من الحد النهائي ويقوم اللاعب (ب) بعمل محاورة لفتح زاوية للتمرير إلى اللاعب (أ) الذي يقوم بالتصويب المتوسط من الجهة الأخرى ثم يتم تغيير المجموعتين .



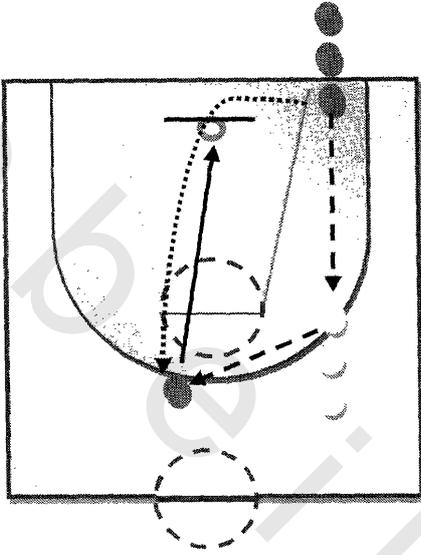
تدريب رقم (٨)

يقف اللاعبون في مجموعتين الأولى خلف خط الحد النهائي والأخرى موازية خلف الرمية الحرة تقوم المجموعة (أ) بالتمرير إلى المجموعة (ب) والتحرك للجهة الأخرى من الحد النهائي ويقوم اللاعب (ب) بالتمرير بدون محاورة إلى اللاعب (أ) الذي يقوم بالتصويب المتوسط ثم يتم تغيير الأماكن بين اللاعبين .



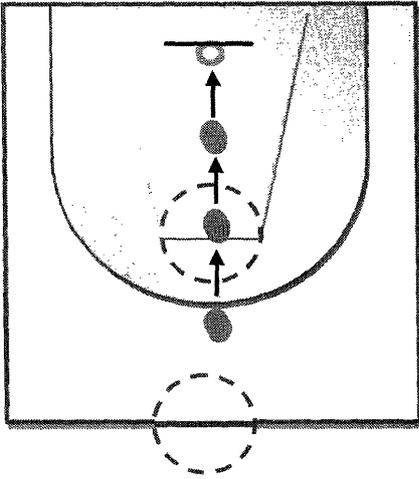
تدريب رقم (٩)

يقف اللاعبون في مجموعتين الأولى خلف خط الحد النهائي والأخرى موازية خلف الرمية الحرة حيث تقوم المجموعة (أ) بالتمرير إلى المجموعة (ب) والتحرك للجهة الأخرى من الحد النهائي ويقوم اللاعب (ب) بالتمرير بدون محاورة إلى اللاعب (أ) الذي يقوم بالتصويب البعيد ثم يتم تغيير الأماكن بين اللاعبين .



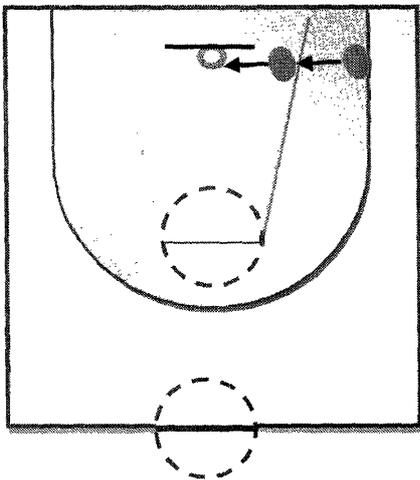
تدريب رقم (١٠)

يقف اللاعبون في مجموعتين المجموعة الأولى خلف خط الحد النهائي والأخرى موازية خلف الرمية الحرة وتقوم المجموعة (أ) بالتمرير إلى المجموعة (ب) والتحرك حتى تصل مواجهة للسلة (خارج قوس الثلاث نقاط من المواجهة) ويقوم بالتصويب واللاعب (ب) يقوم بالتمرير بدون محاورة ويتم تغيير الأماكن بين اللاعبين .



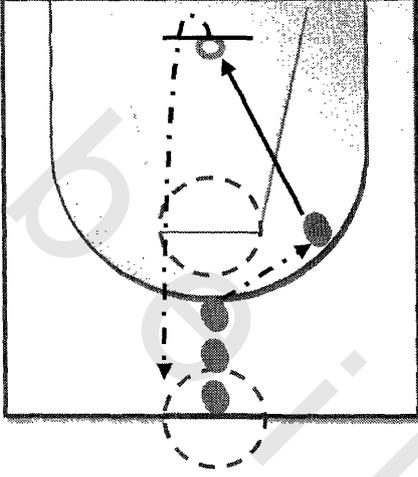
تدريب رقم (١١)

يقوم اللاعب بالتصويب من أسفل السلة وعند تسجيل تصويبتين متتاليتين يتحرك خطوة للخلف وهكذا حتى يصل إلى التصويب البعيد وينتهي بتسجيل تصويبتين متتاليتين من خلف خط التصويبة الثلاثية .



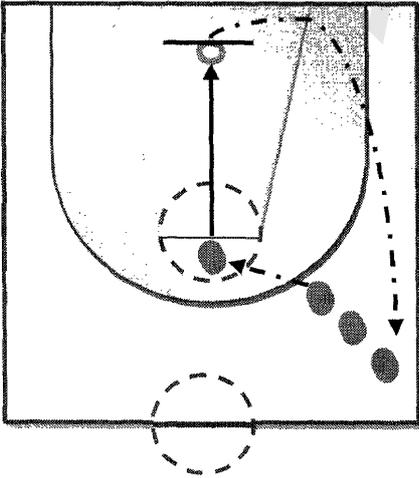
تدريب رقم (١٢)

يقوم اللاعب بالتصويب من أسفل السلة وعند تسجيل تصويبتين متتاليتين يتحرك خطوة في يمين الحد النهائي وهكذا حتى تصل إلى التصويب البعيد وينتهي بتسجيل تصويبتين متتاليتين من خلف خط التصويبة الثلاثية .



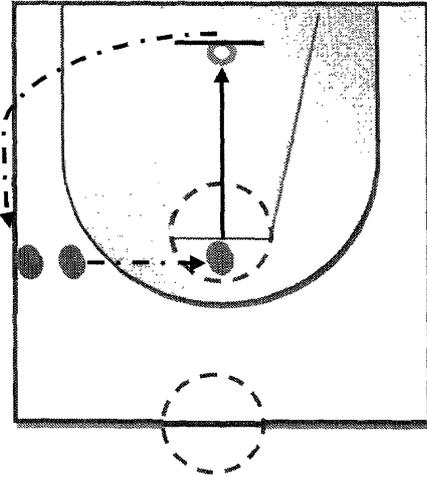
تدريب رقم (١٣)

يقف اللاعبون في مجموعة خارج خط الثلاث النقاط بالواجهة ثم يقوم اللاعب بتنطيط الكرة حتى يصل يمين خط الرمية الحرة ويقوم بالتصويب من المسافات المتوسطة ويقوم بمتابعة الكرة والعودة إلى نهاية المجموعة .



تدريب رقم (١٤)

يقف اللاعبون في مجموعة خارج خط الثلاث نقاط جهة اليمين ثم يقوم اللاعب بتنطيط الكرة حتى يصل خلف خط الرمية الحرة بالواجهة وتقوم بالتصويب من المسافات المتوسطة ثم يقوم بمتابعة الكرة والعودة إلى نهاية المجموعة .

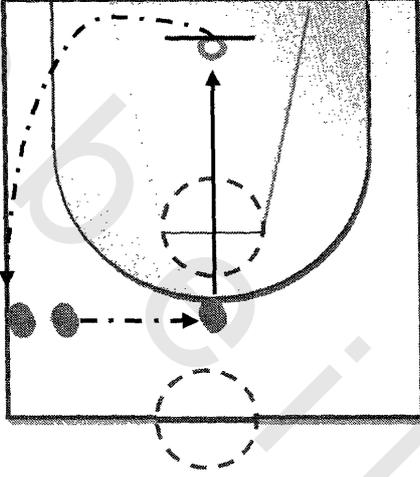


تدريب رقم (١٥)

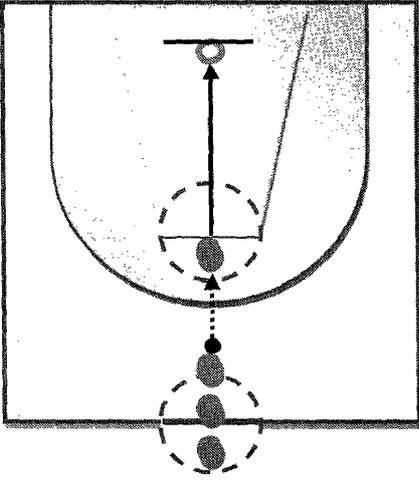
يقف اللاعبون في مجموعة خارج خط الثلاث نقاط جهة اليسار ثم يقوم اللاعب بتنطيط الكرة حتى يصل خلف خط الرمية الحرة بالواجهة ويقوم بالتصويب من المسافات المتوسطة ثم يقوم بمتابعة الكرة والعودة إلى نهاية المجموعة .

تدريب رقم (١٦)

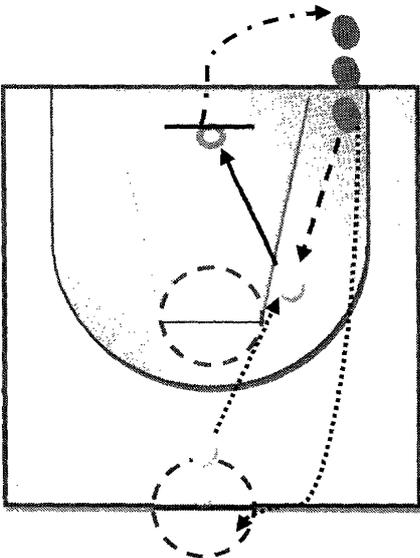
يقف اللاعبون في مجموعة خارج خط الثلاث نقاط جهة اليسار ثم يقوم اللاعب بتنطيط الكرة حتى يصل خلف خط الرمية الثلاثية بالمواجهة ويقوم بالتصويب من المسافات البعيدة .

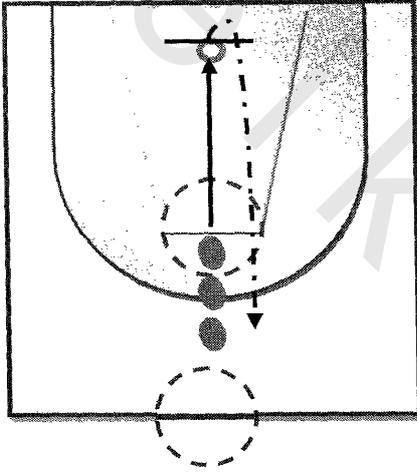
**تدريب رقم (١٧)**

يقف اللاعبون في مجموعة خارج خط الثلاث نقاط ثم يقوم اللاعب بدحرجة الكرة للأمام على الأرض ثم محاولة مسكها للتصويب .

**تدريب رقم (١٨)**

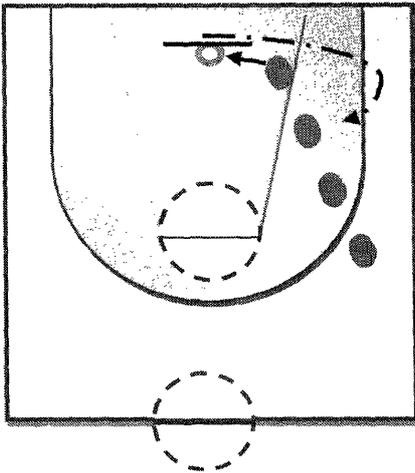
يقف اللاعبون في مجموعتين المجموعة الأولى خلف خط الحد النهائي والأخرى قبل خط منتصف الملعب يتحرك اللاعب (ب) ليتسلم تمريرة اللاعب (أ) قرب المنطقة المحرمة ويقف ويصوب ثم يتبادل اللاعبان مكانيهما في المجموعة .





تدريب رقم (١٩)

يقف اللاعبون على خط الرمية الحرة والتصويب ثم متابعة الكرة ثم العودة إلى نهاية المجموعة .



تدريب رقم (٢٠)

يقوم اللاعب بالتصويب من أسفل السلة (جهة اليمين) وعند تسجيل تصويبتين متتاليتين يتحرك خطوة في يمين الحد النهائي وبزاوية ٤٥ حتى تصل إلى موازاة خط الرمية الحرة وينتهي بتسجيل تصويبتين متتاليتين من خلف خط التصويبة الثلاثية .

ملخصات و استخلاصات البحث

- **ملخص البحث باللغة العربية**
- **مستخلص البحث باللغة العربية**
- **ملخص البحث باللغة الإنجليزية**
- **مستخلص البحث باللغة الإنجليزية**

ملخص البحث باللغة العربية

تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارة التصويب لناشئي كرة السلة

اسم الباحث :- تامر توكل ابراهيم متولي

المقدمة

شهدت السنوات الأخيرة تطوراً تكنولوجياً ملحوظاً في شتى المجالات المختلفة ومجالات التعلم بصفة خاصة ، فإلى جانب الاهتمام بالمعلومات في العملية التعليمية زاد الاهتمام بشكل ملحوظ بالمتعلم ، مما دفع المتخصصين في المجال الرياضي من الاستفادة مما تقدمه التكنولوجيا الحديثة في التخطيط لبرامج التعليم الرياضي مستخدمين في ذلك أحدث الوسائل التعليمية باعتبارها إحدى صور تكنولوجيا التعليم لما لها من أهمية كبيرة في تخفيف العبء الواقع على كل من طرفي العملية التعليمية (المعلم - المتعلم) .

و تشير إيمان رزق (٢٠٠٥) أن شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت) تعد من أهم وسائل التعرف على أحدث و أفضل الآلات و الأجهزة التي يمكن استخدامها في تعلم المبتدئين في كرة السلة لتساعدهم على إتقان جميع المهارات في كرة السلة و بالأخص مهارة التصويب ، وخاصة أن كرة السلة من الأنشطة التي يواجه القائمين عليها صعوبة كبيرة في عملية تعلم بعض المهارات بصفة عامة والتصويب بصفة خاصة .

ويعد التصويب من أهم المهارات المعروفة لدى أي لاعب ويعتبر من أكثر المهارات جذاباً للاعبين حتى ولو كان مبتدئاً فإن أول ما يدور في ذهنه هو تسجيل النقاط ومن هنا يجب أن يتعلم اللاعب كيف يصبح مصوباً جيداً وليس مؤدياً للمهارة فقط .

و يتفق كل من جلين ويلكس *Glenn Wilkes* (١٩٩٨) و بات هيتسوميت *P.T Heayt* *summit* (٢٠٠٠) وهال وينزل *Hall Wissel* (١٩٩٤) على أن التصويب الدقيق عنصراً هاماً في إنجاح مهام الفريق للفوز بالمباراة حيث أن المعامل الأساسي بين فرق كرة السلة العادية وبين فرق

كرة السلة التي تبلغ القمة في نهاية الموسم تكمن في القدرة على استمرارية دقة التصويب لذلك يجب تنمية دقة التصويب والتدريب عليها .

ويرى الباحث أن عملية تعلم مهارة التصويب والوصول بها إلى أعلى مستوى من الدقة يجب أن تدعم بكثير من العوامل التي ترتقي بها ، وأحد هذه العوامل استخدام الأجهزة والأدوات والوسائل التعليمية والتي من خلالها يتم تحقيق المتطلبات الفردية الخاص بهذه المهارة والارتقاء بها لوصولها إلى أعلى مستوى من الأداء والدقة في أقل وقت وأقل مجهود ممكن .

ومن خلال إطلاعه على شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) وجد أن هناك وسيلة تعليمية جديدة مقترحة تساعد على تعلم مهارة التصويب وهذه الوسيلة هي آلة الذراع المصوبية حيث أنها تعمل على سرعة تعلم ودقة أداء مهارة التصويب كما أنها تتميز بقلّة التكاليف بالنسبة للوسائل الأخرى مما يساعد على استخدامها مع أعداد كبيرة من المتعلمين ، كما أنها تنقل الفرد المتعلم من مستقبل سلبي للمعلومات إلى مسئول ومشارك في العملية التعليمية .

مشكلة البحث

من خلال مشاهدة الباحث لمعظم مباريات الدوري الممتاز لكرة السلة موسم (٢٠٠٥ - ٢٠٠٦) فقد لاحظ أن نسبة التصويب الناجحة منخفضة لدى معظم اللاعبين ، وذلك بناءً على ما تم تسجيله في استمارة الملاحظة التي صممها الباحث و التي طبقها على نهائي الدوري الممتاز لعام (٢٠٠٥-٢٠٠٦) و التي أثبتت أن هناك انخفاض في نسبة التصويب لدى معظم لاعبي فريق الجزيرة على الرغم من حصوله على بطولة الدوري لهذا الموسم .

ونظراً لما أشار إليه كل من أحمد أمين و ألفت هلال (١٩٩٣) و مصطفى زيدان (١٩٩٨) و عمر تمام (٢٠٠٠) و منير عابدين و عماد السيد (٢٠٠٦) إلى أن مهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات (الرمية الحرة) يعدا من أكثر أنواع التصويب استخداماً و تحديداً لنتائج المباريات فكان هذا دافعاً للباحث لاختيارهما مجالاً للبحث و هذا بالإضافة إلى مناسبتها للوسيلة المستخدمة

ومن خلال إطلاع الباحث على شبكة المعلومات الدولية وجد أن هناك وسيلة جديدة مقترحة وهي آلة

على تعلم

الذراع المصوبية فكان هذا دافعاً للباحث للتعرف على "

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى :-

- التعرف على تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارتي التصويب من القفز والتصويب من الثبات .

فروض البحث

- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعات البحث في تعلم مهارتي التصويب من القفز والتصويب من الثبات لصالح القياس البعدي .
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية لكل من المجموعة التجريبية التي استخدمت الوسيلة التعليمية ، والمجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية في تعلم مهارتي التصويب من القفز والتصويب من الثبات لصالح المجموعة التجريبية .

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، نظراً لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة ولتحقيق الهدف منها .

مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث علي ناشئي مدرسة كرة السلة تحت ١٤ سنة بنادي ستاد دمياط وقد تم اختيارهم جميعاً بالطريقة العمدية العشوائية وبلغ الحجم الكلي لمجتمع البحث ٥٠ لاعب .

عينة البحث

اقتصرت عينة البحث على عدد (٣٠) لاعب وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين قوام كل منهما (١٥) لاعب كمجموعة تجريبية و(١٥) لاعب كمجموعة ضابطة كما تم اختيار عدد ٢٠ لاعب كعينة استطلاعية تم تقسيمهم إلى مجموعتين (متميزين - غير متميزين) وقد راعى فيها الباحث أن تكون من نفس مجتمع البحث و من نفس المرحلة السنوية.

وسائل جمع البيانات

المراجع العلمية و الدراسات المرتبطة

قام الباحث بالإطلاع على المراجع العلمية و الدراسات السابقة و المرتبطة بموضوع البحث و ذلك بغرض تحديد المتغيرات و طرق قياسها .

الاستمارات

قام الباحث من خلال الإطلاع على المراجع العلمية و الدراسات المرتبطة بتصميم ثلاثة استمارات و تم عرضهم على عدد (١٠) خبراء في كرة السلة لاستطلاع رأيهم فيما يتعلق بتحديد اللآتي:-

- أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بمهارات قيد البحث .
- أهم اختبارات عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمهارات قيد البحث .
- أهم الاختبارات المهارية الخاصة بالمهارات قيد البحث.

الأجهزة و الأدوات

- أقمّاع .
- شريط قياس .
- ساعة إيقاف .
- كاميرا تصوير .
- كرات سلة قانونية .
- جهاز فيديو متعدد السرعات .
- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام .
- جهاز قوة القبضة (الديناموميتر) .
- جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- وسيلة آلة الذراع المصوبة (المتغير التجريبي) .

الاختبارات المستخدمة

الاختبارات الخاصة بتجانس و تكافؤ عينة البحث:-

- اختبار الطول - اختبار الوزن - اختبار السن - اختبار طول الذراع - اختبار طول الكف

الاختبارات البدنية الخاصة بمهارات قيد البحث :-

- اختبار الوثب العمودي - اختبار قوة القبضة - اختبار رمي كرة طيية زنة ٣ كجم

الاختبارات المهارية الخاصة بمهارات قيد البحث :-

- اختبار الرمية الحرة . - اختبار ليليتش للتصويب من الوثب.

الدراسة الاستطلاعية

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٥/٣/٢٠٠٧م حتى يوم الاثنين الموافق ٢/٤/٢٠٠٧م و ذلك على مجموعة من نفس مجتمع البحث و خارج نطاق العينة

الأساسية و عددهم (١٠) ناشئين و ذلك بهدف التعرف على :-

- مدى قدرة اللاعبين على أداء المهارات قيد الدراسة .
- مدى مناسبة الأدوات و الأجهزة المستخدمة في القياس .

- تفهم المساعدين لطرق القياس .
- مدى ملائمة البرنامج مع طبيعة المرحلة السنية .
- تحديد أماكن إجراء الاختبارات و القياسات البدنية و المهارية لعينة البحث .
- مدى الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث أثناء تطبيق البرنامج التعليمي و كذلك عند إجراء الاختبارات و القياسات و كيفية التغلب عليها .
- حساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات المستخدمة .

خطوات البحث

١/٨/٣ القياسات القبليّة

قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة في الفترة من يوم الأربعاء الموافق ٢٠٠٧/٤/٤م حتى يوم الخميس الموافق ٢٠٠٧/٤/٥م و لمدة يومان على أفراد العينة في متغيرات (السن - الطول - الوزن - طول الذراع - طول الكف) و كذلك المتغيرات البدنية و المتغيرات المهارية قيد البحث .

و قد تم قياس المستوى البدني بواسطة الاختبارات البدنية (الوثب العمودي من الثبات - رمي كرة طبية ٣ كيلو جرام - اختبار قوة القبضة بالديناموميتر) ، و كذلك تم قياس المستوى الفني و المهارى بواسطة الاختبارات المهارية (اختبار الرمية الحرة - اختبار ليلتس للتصويب من الوثب) ، حيث قام كل لاعب بأداء الاختبارات بالصيغة القانونية المنفق عليها و التي تم شرحها للاعبين من حيث عدد مرات التكرار أو الزمن المحدد لتنفيذ الاختبار.

٢/٨/٣ تطبيق التجربة الأساسية

قام الباحث بتنفيذ التجربة الأساسية للبحث في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٠٧/٤/٧م حتى يوم الخميس الموافق ٢٠٠٧/٥/١٧م و قد استغرق تطبيق التجربة (٦) أسابيع بواقع (١٨) وحدة تعليمية أي بمعدل (٣) وحدات في الأسبوع بزمّن قدره (٩٠) دقيقة للوحدة الواحدة ، بحيث كانت المجموعة التجريبية أيام (السبت - الاثنين - الأربعاء) ، و المجموعة الضابطة أيام (الأحد - الثلاثاء - الخميس) وقد راعى الباحث ما يلي :-

- الالتزام بمحتوى البرنامج التعليمي بالنسبة للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة .
- استخدام المجموعة التجريبية وسيلة آلة الذراع المصوبة للتدريب بها (المتغير التجريبي للتجربة)
- استخدام المجموعة الضابطة نفس تدريبات المجموعة التجريبية و لكن بدون وسيلة آلة الذراع المصوبة .

• الالتزام بزمّن الوحدة المحدد (٩٠) دقيقة و هي موزعة كالآتي :-

- الإحماء (١٠) ق

- الإعداد البدني (٢٠) ق

- الإعداد المهاري (٥٥) ق
- الختام (٥) ق

القياسات البعدية

أجرى الباحث القياسات البعدية بعد ستة أسابيع من بدأ تطبيق البرنامج و ذلك في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٠٧/٥/١٩م حتى يوم الأحد الموافق ٢٠٠٧/٥/٢٠م ولمدة يومين بنفس شروط وظروف القياسات القبالية .

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :-

- المتوسط الحسابي .
- معامل الالتواء .
- الوسيط .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط .
- اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات .
- قيمة (ت) .

الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة و تفسيرها و من خلال الأهداف و الفروض و في حدود العينة و المعالجة الإحصائية للبيانات أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :-

- صلاحية استخدام وسيلة آلة الذراع المصوبة على عينة البحث و نجاحها في تعليم مهارة التصويب .
- حققت وسيلة آلة الذراع المصوبة نتائج ايجابية أكثر من الطريقة المتبعة في تعليم مهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات .
- حقق البرنامج المستخدم مع المجموعة الضابطة تحسن ملحوظ في القياس البعدي عنه في القياس القبلي في كل من المتغيرات البدنية و المتغيرات المهارية (قيد البحث) .

مستخلص البحث باللغة العربية

تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارة التصويب لناشئي كرة السلة

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام آلة الذراع المصوبة على تعلم مهارتي التصويب من القفز والتصويب من الثبات حيث استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، واقتصرت عينة البحث على عدد (٣٠) لاعب من ناشئي مدرسة كرة السلة تحت ١٤ سنة بنادي ستاد دمياط وقد تم اختيارهم جميعا بالطريقة العمدية العشوائية وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين قوام كل منهما (١٥) لاعب كمجموعة تجريبية و (١٥) لاعب كمجموعة ضابطة كما تم اختيار عدد (٢٠) لاعب كعينة استطلاعية تم تقسيمهم إلى مجموعتين (متميزين - غير متميزين) وقد راعى فيها الباحث أن تكون من نفس مجتمع البحث و من نفس المرحلة السنوية ، وكانت أهم النتائج :-

- صلاحية استخدام وسيلة آلة الذراع المصوبة على عينة البحث و نجاحها في تعليم مهارة التصويب.
- حققت وسيلة آلة الذراع المصوبة نتائج ايجابية أكثر من الطريقة المتبعة في تعليم مهارتي التصويب من القفز و التصويب من الثبات .
- حقق البرنامج المستخدم مع المجموعة الضابطة تحسن ملحوظ في القياس البعدي عنه في القياس القبلي في كل من المتغيرات البدنية و المتغيرات المهارية (قيد البحث) .



Mansoura University

Faculty of Sports Education

Ph Edu. Curricula & Teaching Methods Department

Effect of Using Shooting Arm Machine on Learning Shooting skill for Basket ball Juniors

Prepared by

Tamer Tawakal Ibrahim Metwaly

Submitted in Partial Fulfillment of the requirements
For Master Degree in Sports education

Supervisors

Dr. Mouner Mostafa Abdeen

Assistant Professor in Curriculum And Teaching
Methods Department
Faculty of sports Education
Mansoura University

Dr. Emad Mohamed Abd El Maged

Lecturer in Curriculum And Teaching
Methods Department
Faculty of sports Education
Mansoura University



Mansoura University

Faculty of Sports Education

Ph Edu. Curricula & Teaching Methods Department

Effect of Using Shooting Arm Machine on Learning Shooting skill for Basket ball Juniors

Prepared by

Tamer Tawakal Ibrahim Metwaly

Submitted in Partial Fulfillment of the requirements
For Master Degree in Sports education

Supervisors

Dr. Mouner Mostafa Abdeen

Assis.Professor in Curriculum And Teaching
Methods Department
Faculty of sports Education
Mansoura University

Dr. Emad Mohamed Abd El Maged

Lecturer in Curriculum And Teaching
Methods Department
Faculty of sports Education
Mansoura University

1429 -2008

SUMMARY OF THE RESEARCH

Effect of using shooting Arm machine on learning shooting skill for Basket ball juniors

Recent years have seen a remarkable progress technology in many various fields and specially of learning apart from the interest in information in the educational process markedly increased attention learner , prompting specialists in the field of sports by using the modern technology in planning to sports education programs, using the latest methods as one of the pictures for educational technology , because of their great importance in easing the burden on both parties to the educational process (teacher - learner) .

Iman Rizk indicate (2005) that the international information network (the Internet) is one of the most important means to identify the latest and best machines which can be used to learn in beginner basketball to help them to master all the skills in basketball, particularly the skill shooting , specially that basketball activities which staff faces great difficulty in the process of learning some skills in general and in particular shooting .

The shooting is the most important skill known to any player and is one of the most attractive for skilled players, even if beginner is the first thing in his mind is to record the points . here the player must learn how to become good shooter and not act for the skill only .

And both agree and Glenn Wilkes Glenn Wilkes (1998) and P.T Heayt summit (2000), HALL Wissel (1994) agree that the accurate shoot important element in success of the functions for team to win the match where the basic difference normal basketball and regular - basketball teams that reach the summit at the end of the season lies in the ability to the continues accurate shooting, therefore, accurate shooting must developed correction and trained .

The researcher see that the process of learning the skill of shooting and reach to the highest level of accuracy must be supported with much of the factors which raise, and one of these factors is using, tools and teaching aids, which can be achieved the individual requirements for this and upgrading to the highest level of performance and precision in less time and less effort possible.

Through informed of the international information network (the Internet) found that there was a proposed new educational help to learn the skill of correction and this is the way god arm corrected as they work to learn the speed and accuracy of performance skill correction as it is characterized by low cost to other means which would help to use with large numbers of educated, as well as the movement of the individual learner of the future of negative information to the responsible participant in the educational process

Research Problem

Through watching researcher for most final league matches for basketball season (2005-2006) has noted that the low percentage of successful shooting is low the most players and this according what has been recorded in watching form designed by the researcher and applied on the final league for the year (2005-2006) where the team found that the algezeera winner for the league championship this season, which proved that there is a decrease in the ratio shooting with most of team players although he had the league championship, as well as other participating team.

according to what Ahmad Ameen and olfat Hilal (1993),noted Mustafa Zaidan (1998), Omar tamam (2000), Munir Abdeen, Imad El sayed (2006) noted that shooting from jumping skills and shooting from steadiness (Free shot) regarded the most of shooting and used specifically for the results of the matches this was a motivation for researchers to choice them to discuss in and the addition to the used method .

Through the researcher using the international information network he that there is a new way proposed and a arm machine was shooting this was motivation to the researcher to identify " Effect of using shooting Arm machine on learning shooting skill for Basket ball juniors "

Research aims:

The study aims to :

- Identify the impact of the use of shooting arm machine to learn skills shooting from the pole and shooting of steadiness.
- developing the education process shooting by introducing a new educational aids .

The synthesis of the study

- there is remarked differences exist between tribal and dimensional measures for research groups to learn skills shooting from pole and shooting from steadiness for telemetric measure .
- there is differences statistically between the function measurements "for each training group used the education aids , and law enforcement group, which used the traditional method of learning shooting skills from the pole and shooting of steadiness for the training group .

The method:

The researcher used the experimental curriculum for relevance to the nature of the search aided design using experimental groups (control - experimental) using tribal and dimensional measurement sets .

The sample

The sample (30) Player from Basketball School stadium of Damietta under 14 years, They divided into two groups,(10)Player in control group and the other experimental group was (10) Player and there are (20) of

players for the exploratory study as an exploratory search of the same community .

The means of data collection

- References and scientific studies associated .
- The Forms .
- Equipments and tools .
 - measure tape.
 - stopwatch .
 - camera .
 - video multi speed .
 - balance to measure weight with k.g .
 - dynamometer .
 - Restametre to measure height .
 - shooting arm machine (experimental changing).
 - The tests .

Steps of the research:

1. The pre measurement

The researcher conducting tribal measurements in the period from Wednesday, 04/04/2007 until Thursday, 04/05/2007 and for a period of two days in the sample variables (age-height-weight-length arm-length desist), as well as physical variables and skill under discussion .

2. implementation of the basic experiment:

The experiment has been applied basic research in the period from Saturday, 04/07/2007 until Thursday, 05/17/2007 and the application of experience (6) weeks at (18) Unit educational any rate (3) units in the

week ended in (90) minutes per unit, so the group experimental during (Saturday-Monday-Wednesday), and the control group during (Sunday-Tuesday-Thursday) .

3. *The post measurement*

The researcher measurements "six weeks after the program started, in the period from Saturday, 05/19/2007 to Sunday, 05/20/2007 for two days the same terms and the tribal conditional measurements .

Conclusions

In light of the results of the study, and interpretation through the objectives and assumptions and the limits of the sample and statistical treatment of data possible to reach the following conclusions:-

- validity of the use of an shooting arm machine sample search and success in teaching skill correction.
- achieved a machine arm corrected results in more positive method of teaching skills correction from the pole and correction of steadiness .
- The program has used the law control group with a marked improvement in the telemetric measurement in the tribal in each of the variables and physical variables bills, the researcher attributed to the validity of the program and its relevance to the ager stage, and also the effectiveness of physical exercise and the used skill .

ABSTRACT

The title :-

Effect of using shooting Arm machine on learning shooting skill for Basket ball juniors

The aim :-

The research aims to Identify the impact of the using of shooting arm machine to learning shooting skill for Basket ball juniors.

The sample :-

The sample (30) Player from Basketball School stadium of Damietta under 14 years, They divided into two groups,(10)Player in control group and the other experimental group was (10) Player and there are (20) of players for the exploratory study as an exploratory search of the same community .

Conclusions and Recommendations :-

- validity of the use of an shooting arm machine sample search and success in teaching skill correction.
- achieved a machine arm corrected results in more positive method of teaching skills correction from the pole and correction of steadiness .
- The program has used the law control group with a marked improvement in the telemetric measurement in the tribal in each of the variables and physical variables bills, the researcher attributed to the validity of the program and its relevance to the ager stage, and also the effectiveness of physical exercise and the used skill .