الفصل الخامس

عرض ومناقشة النتائج

- عرض نتائج الفرض الأول
- مناقشة نتائج الفرض الأول
- عرض نتائج الفرض الثاني
- مناقشة نتائج الفرض الثاني
- عرض نتائج الفرض الثالث
- مناقشة نتائج الفرض الثالث

obeikandl.com

عرض ومناقشة النتائج:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح لتحمل سرعة الأداء الهجومي في كرة السلة والتعرف على تأثير البرنامج التدريبى المقترح على كل من تحمل سرعة الأداء الهجومي لأفراد عينة البحث،فاعلية الهجوم الخاطف لدى أفراد عينة البحث،العلاقة بين تحمل سرعة الأداء الهجومي وفاعلية الهجوم الخاطف لدى أفراد عينة البحث.

أولاً: عرض نتائج الفرض الأول :

"توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى لتحمل سرعة الأداء الهجومى لدى أفراد عينة البحث لصالح القياس البعدى" .

وبدراسة نتائج هذا الفرض اتضح مايلى:

جدول (٢٣) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء للجزء الأول من اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي في كرة السلة لأفراد عينة

تكرار الأداء الخاص بالجزء الأول من الاختبار	عدد اللاعبين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	نسبة التحسن %
تكرارالأداء للقياس القبلي الخاص بالجزء الأول من الاختبار	١٤	٦,٨٢١٤	٠,٩٠١٠	**١٠,٩٦٥٠	١٧,٨
تكرار الأداء للقياس البعدي الخاص بالجزء الأول من الاختبار	١٤	٨,٠٣٥٧	٠,٧٥٢٣		

** دال عند ١% قيمة الدلالة عند ١% > ٢,٥٨

يوضح الجدول رقم (٢٣) قيمة المتوسط الحسابي لعدد مرات تكرار الأداء للقياس القبلي والبعدي للجزء الأول من الاختبار وكانت على التوالي هي (٦,٨٢١٤) (٨,٠٣٥٧)،بينما كان الانحراف المعياري لهم على التوالي هو(٠,٩٠١٠) (٠,٧٥٢٣)،كما إتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء وكذلك نسبة التحسن الخاصة بها في الجزء الأول من الاختبار، وقد بلغت قيمة ت (١٠,٩٦٥٠) لصالح القياس البعدي وهي قيمة دالة عند مستوى ١%، بينما بلغت قيمة نسبة التحسن هي (١٧,٨%) لصالح القياس البعدي .

جدول (٢٤) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لتكرار الأهداف الناجحة للجزء الأول من اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي في كرة السلة لآفراد عينة البحث

تكرار الأهداف الناجحة الخاصة بالجزء الأول من الاختبار	عدد اللاعبين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	نسبة التحسن %
تكرار الأهداف الناجحة للقياس القبلي الخاص بالجزء الأول من الاختبار	١٤	٥,٤٢٨٦	٠,٨٥١٦	١١,٤٤٩٠	٢٨,٩٥
تكرار الأهداف الناجحة للقياس البعدي الخاص بالجزء الأول من الاختبار	١٤	٧,٠٠٠٠	٠,٧٨٤٥		

** دال عند ١% قيمة الدلالة عند ١% > ٢,٥٨

يوضح الجدول رقم (٢٤) قيمة المتوسط الحسابي لتكرار الأهداف الناجحة للقياس القبلي والبعدي للجزء الأول من الاختبار وكانت على التوالي هي(٥,٤٢٨٦) (٧,٠٠٠٠) بينما كان الانحراف المعياري لهم على التواليه هو(٠,٨٥١٦) (٠,٧٨٤٥) كما إتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للعدد مرات تكرار الأهداف الناجحة وكذلك نسبة التحسن الخاصة بها في الجزء الأول من الاختبار،وقد كانت قيمة ت (١١,٤٤٩٠) لصالح القياس البعدي وهي قيمة دالة عند مستوى ١% ،بينما كانت قيمة نسبة التحسن هي (٢٨,٩٥%) لصالح القياس البعدي .

جدول (٢٥) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء للجزء الثاني من اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي في كرة السلة لآفراد عينة البحث الأساسية

التكرار الأداء الخاص بالجزء الثاني من الاختبار	عدد اللاعبين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت والدلاله	نسبة التحسن
تكرارالأداء للقياس القبلي الخاص بالجزء الثاني من الاختبار	١٤	٧,١٤٢٩	٠,٨٣٠٤	**١٢,٠٢٤٠	١٤,٧٥
تكرار الأداء للقياس البعدي الخاص بالجزء الثاني من الاختبار	١٤	٨,١٩٦٤	٠,٧٢١٨		

** دال عند ١% قيمة الدلالة عند ١% > ٢,٥٨

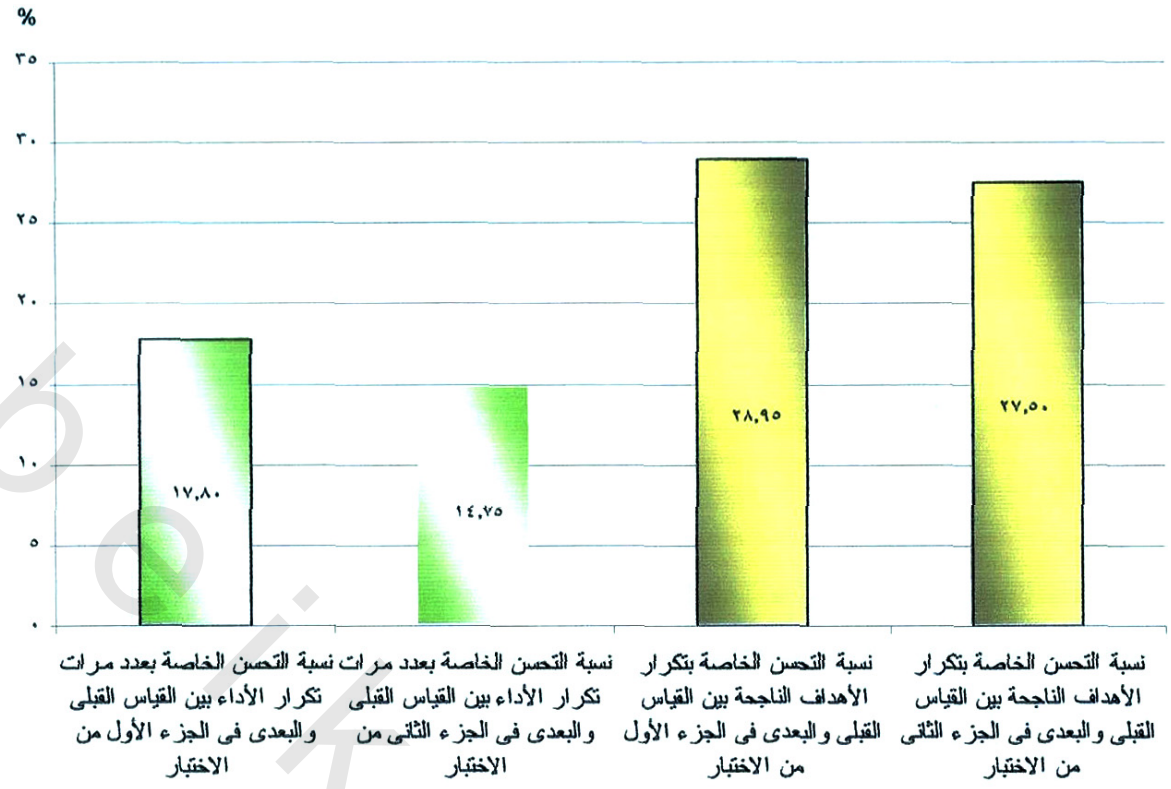
يوضح الجدول رقم (٢٥) قيمة المتوسط الحسابي لعدد مرات تكرار الأداء للقياس القبلي والبعدي للجزء الثاني من الاختبار وكانت على التوالي هي (٧,١٤٢٩) (٨,١٩٦٤)،بينما كان الانحراف المعياري لهم على التواليه هو(٠,٨٣٠٤) (٠,٧٢١٨)، كما اتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء وكذلك نسبة التحسن الخاصة بها في الجزء الثاني من الاختبار، وقد بلغت قيمة ت (١٢,٠٢٤٠) لصالح القياس البعدي وهي قيمة دالة عند مستوى ١% ،بينما بلغت نسبة التحسن هي (١٤,٧٥%) لصالح القياس البعدي .

جدول (٢٦) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لتكرار الأهداف الناجحة للجزء الثاني من اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي في كرة السلة لآفراد عينة البحث

تكرار الأهداف الناجحة الخاصة بالجزء الثاني من الاختبار	عدد اللاعبين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت و الدلاله
تكرار الأهداف الناجحة للقياس القبلي الخاص بالجزء الثاني من الاختبار	١٤	٥,٧١٤٣	٠,٩١٣٩	٧,٧٧٨٠ **
تكرار الأهداف الناجحة للقياس البعدي الخاص بالجزء الثاني من الاختبار	١٤	٧,٢٨٥٧	٠,٦١١٢	نسبة التحسن ٢٧,٥٠

** دال عند ١% قيمة الدلالة عند ١% > ٢,٥٨

يوضح الجدول رقم (٢٦) قيمة المتوسط الحسابي لتكرار الأهداف الناجحة للقياس القبلي والبعدي للجزء الثاني من الاختبار وكانت على التوالي هي(٥,٧١٤٣) (٧,٢٨٥٧) بينما كان الانحراف المعياري لهم على التوالي هو(٠,٩١٣٩) (٠,٦١١٢) كما إتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأهداف الناجحة وكذلك نسبة التحسن الخاصة بها في الجزء الثاني من الاختبار، وقد بلغت قيمة ت (٧,٧٧٨٠) لصالح القياس البعدي وهي قيمة دالة عند مستوى ١%، بينما بلغت نسبة التحسن (٢٧,٥٠%) لصالح القياس البعدي .



شكل (٣٠)

نسب التحسن الخاصة بجزئى اختبار تحمل سرعة الأداء

تشير الجداول رقم (٢٣) (٢٤) (٢٥) (٢٦) وشكل (٣٠) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي و البعدي لكل من عدد مرات تكرار الأداء ونسبة التحسن، وتكرار الأهداف الناجحة ونسبة التحسن لجزئي اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي، وبلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء الخاصة بالجزء الاول من الاختبار (١٧,٨%) لصالح القياس البعدي، بينما بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء الخاصة بالجزء الثاني من الاختبار (١٤,٧٥%) لصالح القياس البعدي أيضاً.

كما إتضح أيضاً أن قيمة نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي الخاصة بتكرار الأهداف الناجحة للجزء الأول من الاختبار (٢٨,٩٥%) لصالح القياس البعدي، وكذلك بلغت قيمة نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي الخاصة بتكرار الأهداف الناجحة للجزء الثاني من الاختبار (٢٧,٥٠%) لصالح القياس البعدي أيضاً .

ثانياً: مناقشة نتائج الفرض الأول

ومن العرض السابق لنتائج الفرض الأول ترى الباحثة أن نسبة تحسن تحمل سرعة الأداء الهجومي لعينة البحث ترجع إلى البرنامج التدريبي المقترح، حيث يشير طارق جمعة (٢٠٠٠) إلى أن البرنامج التدريب المخطط بطريقة علمية وفقا لاستكشاف حالة الفريق التدريبية للوقوف على المستوى الحقيقى وبالتالى التخطيط له بما يتفق مع المرحلة السنية للاعبي الفريق، بالإضافة إلى مراعاة التشكيل المناسب للحمل من حيث الشده والحجم وفترات الراحة،والتدرج المناسب لهم، وتحديد محتوى التدريب بما يتناسب مع تحقيق الاهداف يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج للموسم الرياضي.(٢:٢٤، ٢٢)

وقد حرصت الباحثة على بناء البرنامج التدريبي بطريقة علمية معتمدة في ذلك على نظام إنتاج الطاقة (اللاهوائي المشترك) المستخدم في المباريات بنسبة مرتفعة،حيث بلغت النسبة الزمنية المخصصه له داخل البرنامج إلى ٤١% في فترة الإعداد الخاص،بينما تزايدت هذه النسبة في فترة ما قبل المنافسات حتى بلغت ٥٠%،واستندت الباحثة في ذلك إلى ما أكد عليه كل من أحمد إبراهيم ويوسف عبد الرسول(٢٠٠١)،وأبو العلا أحمد(١٩٩٧) فريال درويش (٢٠٠٣)على أن النظام اللاهوائي المشترك هو النظام المستخدم بنسبة أكبر في المباريات قد تصل الي ٨٠ %.(٥:٩٧) (٣٢:١٨٩) (٢:٨٥)

كما اعتمدت الباحثة على أن يتم توجيه الأداء للعمل بديناميكية عمل و زمن راحة ومعدل نبض بما يتلاءم وخصائص هذا النظام (اللاهوائي المشترك)، وقد أكد كل من عادل عبد البصير(١٩٩٩) والسيد عبد المقصود (١٩٩٤) على أهمية أن تتضمن التدريبات أداءات تعمل أثنائها العضلة بنفس الطريقة أو بطريقة مشابهه للطريقة التي تعمل بها أثناء المنافسة وذلك من حيث اتجاه الحركة،وقوة وزمن أدائها وهذا ما استندت عليه الباحثة فى وضع البرنامج (٢٥:٩٢) (٦:١٥، ١٥٨)

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل وائل الدياسطي(٢٠٠١)، ودراسة أحمد كامل (١٩٩٩) فى أن الإعتماد على البرامج التدريبية المخططه بطريقة علمية يحقق أفضل النتائج.

كذلك ترجع الباحثة ارتفاع قيمة نسبة التحسن الخاصة بتكرار الأهداف الناجحة عن القيمة الخاص بنسبة عدد مرات تكرار الأداء الناجح لجزئي الاختبار إلى أن النسبة الزمنية الخاصة بالتصويب داخل البرنامج التدريبي كبيرة نسبياً نظراً لانتهاء معظم التدريبات الخاصة بالبرنامج التدريبى بمهارة التصويب، وبالتالي فإن التركيز على دقة التصويب داخل البرنامج يأخذ نسبة زمنية أكبر من تحمل سرعة الأداء ،مما أدى إلى زيادة تركيز اللاعبين في إصابة الهدف. وبذلك تحقق صحة الفرض الأول.

ثالثاً: عرض نتائج الفرض الثاني :

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى لفاعلية الهجوم الخاطف لدى أفراد عينة البحث لصالح القياس البعدى .

وبدراسة نتائج هذا الفرض اتضح مايلى :

جدول (٢٧) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لمتوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف

درجة الفاعلية	القياس	عدد الهجمات	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة ت
	قبلي	١٠٩	٢,٩٣٣٥٥	٢,٥٣٩٥٨	١٠,١٥٦٠٠**
	بعدي	١٤٥	٨,٢٢٦٥١	٤,٩٧٣٩٣	

** دال عند ١% قيمة الدلالة عند ١% < ٢,٥٨

يوضح جدول رقم (٢٧) أن عدد مرات أداء الهجوم الخاطف في القياس القبلي هو(١٠٩)، بينما بلغ عدد مرات أداء الهجوم الخاطف في القياس البعدي (١٤٥)، كما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لدرجات فاعلية الهجوم الخاطف للقياس القبلي(٢,٩٣٣٥٥)، وقيمة المتوسط الحسابي للقياس البعدي هو(٨,٢٢٦٥١) ، وبلغت قيمة الانحراف المعياري لمتوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف لكل من القياس القبلي والبعدي على التوالي هي (٢,٥٣٩٥٨) (٤,٩٧٣٩٣)، واتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لمتوسط درجات الفاعلية لجميع هجمات مباريات عينة البحث وقد كانت قيمة ت (١٠,١٥٦٠٠) لصالح القياس البعدي وهي قيمة دالة عند مستوى ١%.

جدول (٢٨) تحليل التباين الأحادي بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي لمتوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف

الشوط	ن	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة ف
١	٢٩	٣,٩٦٢٧٦	٣,٠٨٤٧٠	٣,٥١٥ *
٢	٢٩	٣,٢٣٧٣١	٢,٩٠٤٦٣	
٣	٢٣	٢,٣٢٠٣٠	١,٥٣١٢٨	
٤	٢٨	٢,٠٥٦٧١	١,٧٠٧٥٣	
المجموع	١٠٩	٢,٩٣٣٥٥	٢,٥٣٩٥٨	

* دالة إحصائياً عند ٥% قيمة الدلالة عند ٥% من ٢,٦٨ إلى ٣,٩٥

يوضح الجدول رقم (٢٨) أن قيمة المتوسط الحسابي للأشواط الأربعه الخاصة بمباريات القياس القبلي على التوالي هي (٣,٩٦٢٧٦) (٢,٢٣٧٣١) (٢,٣٢٠٣٠) (٢,٠٥٦٧١) بينما بلغت قيمة الانحراف المعياري لهم على التوالي هي (٣,٠٨٤٧٠) (٢,٩٠٤٦٣) (١,٥٣١٢٨) (١,٧٠٧٥٣)، وقد اتضح أيضاً جود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربعه الخاصة بمباريات القياس القبلي في متوسط درجات الفاعلية ،كانت قيمة تحليل التباين الأحادي (٣,٥١٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٥%.

جدول (٢٩) تحليل التباين الأحادي بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس البعدي لمتوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف

الشوط	ن	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة ف
١	٣٧	٨,٨٠٩٠٣٠	٥,٨١٥٨٦	
٢	٣٣	٨,٤٩١٠٣	٤,٢٨٨١٧	
٣	٣٥	٧,٩٧٩٦٦	٤,١٦٤٤٢	٠,٣٨٢
٤	٤٠	٧,٦٨٥٢٠	٥,٤٠٢٠١	
المجموع	١٤٥	٨,٢٢٦٥١	٤,٩٧٣٩٣	

يوضح الجدول رقم (٢٩) أن قيمة المتوسط الحسابي للأشواط الأربعه الخاصة بمباريات القياس البعدي على التوالي هي (٨,٨٠٩٠٣٠) (٨,٤٩١٠٣) (٧,٩٧٩٦٦) (٧,٦٨٥٢٠) بينما بلغت قيمة الانحراف المعياري لهم على التوالي هي (٥,٨١٥٨٦) (٤,٢٨٨١٧) (٤,١٦٤٤٢) (٥,٤٠٢٠١)، وقد اتضح أيضاًعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربعه الخاصة بمباريات القياس البعدي في متوسط درجات الفاعلية ،وقد بلغت قيمة تحليل التباين الأحادي (٠,٣٨٢) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

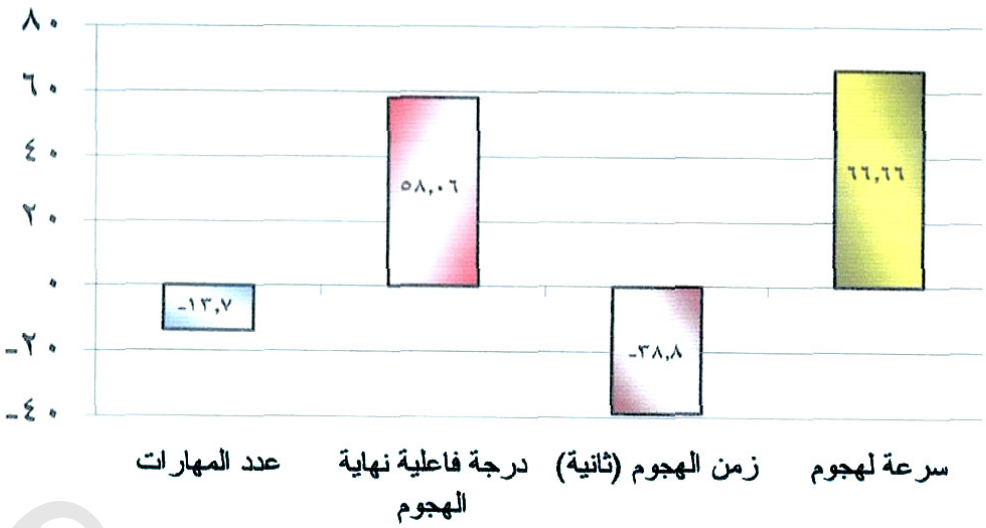
obeikandi.com

جدول (٣٠) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات متغيرات الهجوم الخاطف

المتغيرات	القياس	عدد الهجمات	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	نسبة التحسن	قيمة ت
عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف	قبلي	١٠٩	٣,٢٨	٠,٩٧	١٣,٧-	**٣,٩٤٣
	بعدي	١٤٥	٢,٨٣	٠,٨٤		
درجة فاعلية نهاية الهجوم	قبلي	١٠٩	٣,٤١	١,٧٣	٥٨,٠٦	**٩,١٢٨
	بعدي	١٤٥	٥,٣٩	.١,٦٨		
(ثانية) زمن الهجوم	قبلي	١٠٩	٨,٠٦	٢,٣٣	٣٨,٨-	**١٣,٣٧٤
	بعدي	١٤٥	٤,٩٩	١,٢٩		
مسافة الهجوم	قبلي	١٠٩	١٨,٣٢	٦,٠٤	١,٥٣	٠,٤٠٨
	بعدي	١٤٥	١٨,٦٠	٤,٦٤		
سرعة الهجوم	قبلي	١٠٩	٢,٣٤	٠,٧٧	٦٦,٦٦	**١١,٣٧٧
	بعدي	١٤٥	٣,٩٠	١,٢٧		

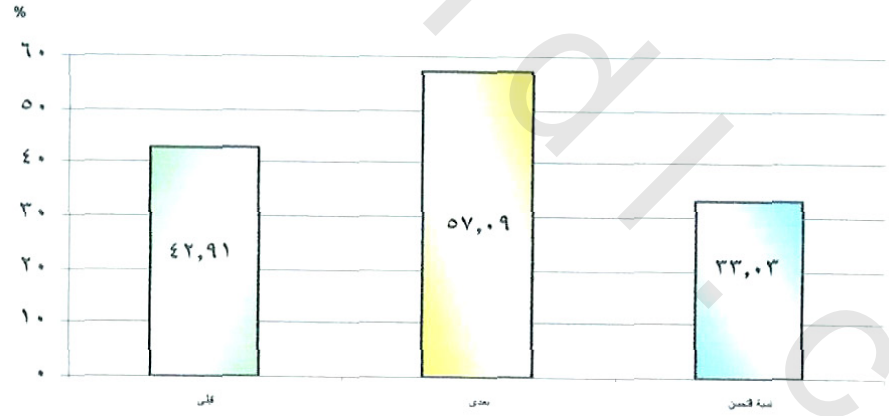
** دال عند ١% قيمة الدلالة عند ١% أكبر من ٢,٥٨

يتضح من جدول رقم (٣٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات كل من عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف، درجات فاعلية نهاية الهجوم الخاطف، زمن وسرعة الهجوم الخاطف،وكانت قيمة دلالة الفروق الخاصة بهم على التوالي هي (٣,٩٤٣) (٩,١٢٨) (١٣,٣٧٤) (١١,٣٧٧) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى ١%، كما يتضح أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لمتوسط مسافة الهجوم الخاطف، بالإضافه إلى العدد الكلي لتكرار أداء الهجوم الخاطف في مباريات القياس القبلي والبعدي وهو (٢٥٤)،كما يتضمن الجدول عدد مرات تكرار الهجوم الخاطف في مباريات القياس القبلي هو (١٠٩) ،بينما وصل تكرار أداء الهجوم الخاطف في مباريات القياس البعدي إلى(١٤٥).



شكل (٣١) نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات متغيرات الهجوم الخاطف

يوضح الشكل رقم (٣١) قيم نسب التحسن الخاصة بكل من عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف،درجات الفاعلية الهجوم الخاطف،زمن وسرعة الهجوم الخاطف حيث بلغت قيمة نسب التحسن على التوالي هي (-١٣,٧) (٥٨,٠٦) (-٣٨,٨) (٦٦,٦٦) لصالح القياس البعدي .



شكل (٣٢) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للعدد الكلي للهجوم الخاطف

يوضح شكل (٣٢) نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للعدد الكلي للهجوم الخاطف وهي (٣٣%) تقريباً.

obeikandl.com

جدول (٣١) دلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمهارات المستخدمة فى الهجوم الخاطف

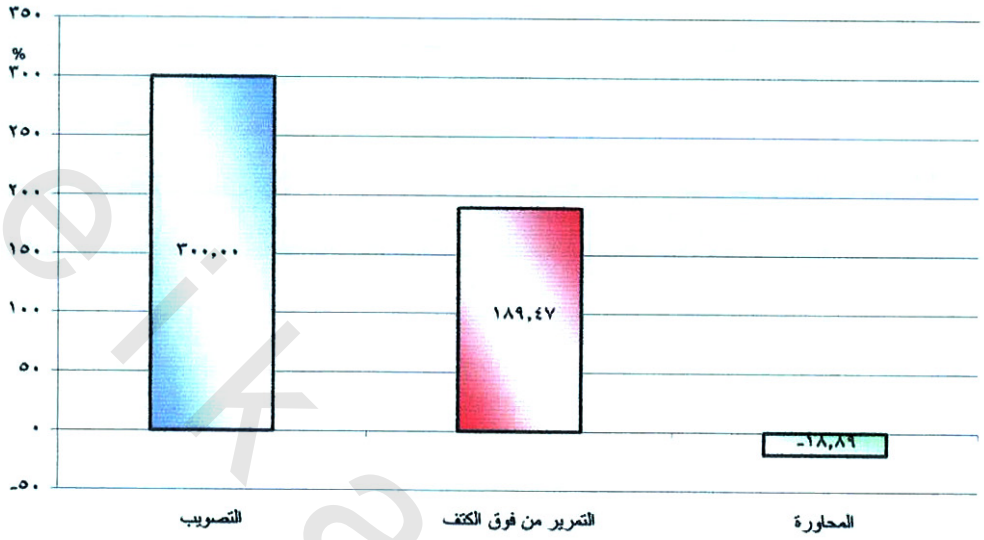
المهارة	القياس	فاشل		ناجح		المجموع		الدلالة
		العدد	النسبة%	العدد	النسبة%	العدد	النسبة%	
التصويب	قبلى	٤٣	٧٠,٥	١٨	٢٩,٥	٦١	١٠٠	مربع كاى ١٤,٦٠١**
	بعدى	٤٩	٤٠,٥	٧٢	٥٩,٥	١٢١	١٠٠	
	مجموع	٩٢	٥٠,٥	٩٠	٤٩,٥	١٨٢	١٠٠	
التمريرة المرتدة	قبلى	٩	٢٩	٢٢	٧١	٣١	١٠٠	مربع كاى ٠,٩٤٢
	بعدى	٣	١٦,٧	١٥	٨٣,٣	١٨	١٠٠	
	مجموع	١٢	٢٤,٥	٣٧	٧٥,٥	٤٩	١٠٠	
التمريرة الصدرية	قبلى	٣	٣,٣	٨٨	٩٦,٧	٩١	١٠٠	مربع كاى ٠,١١٩
	بعدى	٠	٠	٩٣	١٠٠	٩٣	١٠٠	
	مجموع	٣	١,٦	١٨١	٩٨,٤	١٨٤	١٠٠	
التمريرة من فوق الرأس	قبلى	١	٣,٢	٣٠	٩٦,٨	٣١	١٠٠	اختبار فيشر ١,٠٠
	بعدى	١	٣,٦	٢٧	٩٦,٤	٢٨	١٠٠	
	مجموع	٢	٣,٤	٥٧	٩٦,٦	٥٩	١٠٠	
التمريرة من فوق الكتف	قبلى	٤	١٧,٤	١٩	٨٢,٦	٢٣	١٠٠	اختبار فيشر ٠,٠٢٣*
	بعدى	١	١,٨	٥٥	٩٨,٢	٥٦	١٠٠	
	مجموع	٥	٦,٣	٧٤	٩٣,٧	٧٩	١٠٠	
المحاورة	قبلى	١٢	١١,٨	٩٠	٨٨,٢	١٠٢	١٠٠	مربع كاى ٤,٩١*
	بعدى	٢	٢,٧	٧٣	٩٧,٣	٧٥	١٠٠	
	مجموع	١٤	٧,٩	١٦٣	٩٢,١	١٧٧	١٠٠	
المجموع	قبلى	٧٢	٢١,٢٤	٢٦٧	٧٨,٧٦	٣٣٩	١٠٠	
	بعدى	٥٦	١٤,٣٢	٣٣٥	٨٥,٦٨	٣٩١	١٠٠	
	مجموع	١٢٨	١٧,٥٣	٦٠٢	٨٢,٤٧	٧٣٠	١٠٠	

* دال عند ٥% قيمة الدلالة عند مستوى ٥% من ٣,٤٨ إلى ٦,٦٣

** دال عند ١% قيمة الدلالة عند مستوى ١% > ٦,٦٣

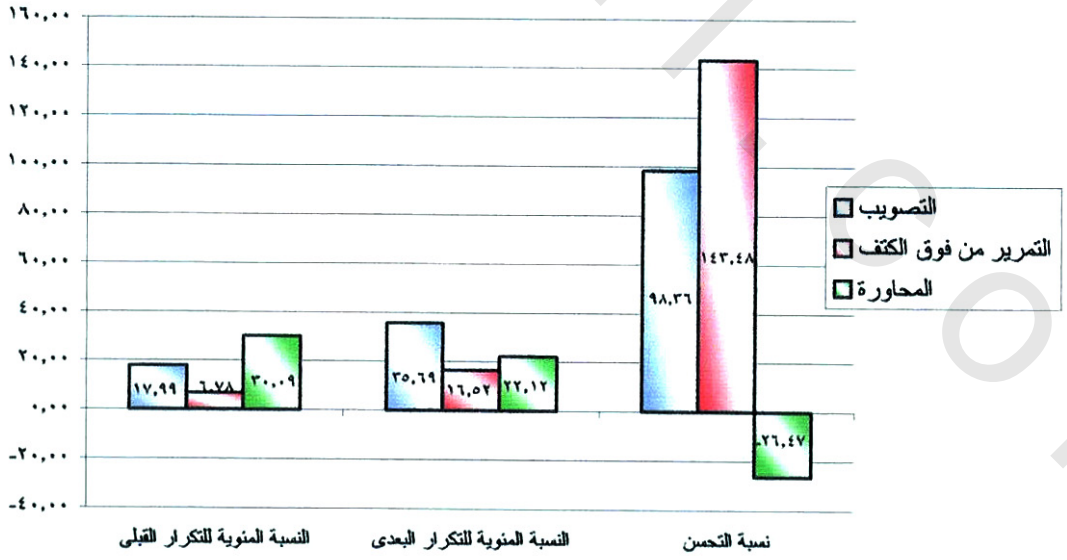
يوضح الجدول رقم(٣١) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لكل من التصويب،التمرير من فوق الكتف،والمحاورة، حيث بلغت قيمة مربع كاي للتصويب هي (١٤,٦٠١) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ١% ،بينما بلغت قيمة مربع كاي للمحاورة هي (٤,٩١) وهي قيمة دالة إحصائياً البعدي عند مستوى٥%،كما بلغت قيمة اختبار فيشر للتمرير من فوق الكتف هي (٠,٠٢٣) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٥%،كما أوضح الجدول أيضاً القيم الخاصة بالتكرار الكلي لمهارات الهجوم الخاطف ونسب نجاح وفشل كل منهم في كل من القياس القبلي والبعدي،وكانت هذه القيم هي التصويب (٦١)، (٢٩,٥%) (٧٠,٥%) قبلي، (١٢١) ،(٥٩,٥%) (٤٠,٥%) بعدي، التمريرة المرتدة(٣١)، (٧١%) (٢٩%) قبلي، (١٨) ، (٨٣,٣%) (١٦,٧%) بعدي،التمريرة

الصدرية(٩١)، (٩٦,٧%) (٣,٣%) قبلي، (٩٣) (١٠٠%) ناجح في القياس البعدي،التمريرة من فوق الرأس(٣١)، (٩٦,٨%) (٣,٢%) قبلي، (٢٨) (٩٦,٤%) (٣,٦%) بعدي،التمرير من فوق الكتف(٢٣)، (٨٢,٦) (١٧,٤%) قبلي،(٥٦)، (٩٨,٢%) (١,٨%) بعدي،المحاورة(١٠٢)، (٨٨,٢%) (١١,٨%) قبلي،(٧٥)، (٩٧,٣%) (٢,٧%) بعدي.



شكل (٣٣) نسب التحسن الخاصة بالتصويب،التمرير من فوق الكتف،و المحاوره

يوضح شكل (٣٣) نسب التحسن الخاصة بالعدد الكلي لكل من التصويب والتمرير من فوق الكتف و المحاورة وكانت نسب التحسن على التوالي هي (٣٠٠)، (١٨٩,٤٧) ، (-١٨,٨٩)



شكل (٣٤)النسبه المئويه ونسب التحسن الخاصه بالتصويب والتمرير من فوق الكتف و المحاوره بالنسبه للعدد الكلي للمهارات المستخدمه في الهجوم الخاطف

يوضح شكل (٣٤) النسبة المئوية ونسب التحسن الخاصة بالتصويب والتمرير من فوق الكتف و المحاورة بالنسبة للعدد الكلي للمهارات المستخدمة في الهجوم الخاطف في كل من القياس القبلي والقياس البعدي وكانت نسب التحسن على التوالى هى (٩٨,٣٦)، (١٤٣,٤٨)، (-٢٦,٤٧).

جدول (٣٢) تحليل التباين الأحادي بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي لمتوسطات متغيرات الهجوم الخاطف

الشوط	المعالجات الإحصائية	عدد المهارات	درجة فاعلية نهاية الهجوم	زمن الهجوم	مسافة الهجوم	سرعة الهجوم
١ (ن=٢٩)	المتوسط الحسابى	٣,٠٧	٤,١٠	٧,٣٤	١٧,٧٩	٢,٥٥
	الانحراف المعيارى	٢,٩٠	١,٨٨	١,٩٣	٤,٦٥	٠,٨٣
٢ (ن=٢٩)	المتوسط الحسابى	٣,٣٤	٣,٦٢	٧,٨٣	١٩,٤٦	٢,٤١
	الانحراف المعيارى	٠,٢١	١,٩٢	٢,٣٩	٨,٩٩	٠,٨٤
٣ (ن=٢٣)	المتوسط الحسابى	٣,٢٢	٢,٧٨	٧,٥٧	١٧,١٢	٢,٣٦
	الانحراف المعيارى	٠,٩٠	١,٢٨	٢,٠٠	٤,٣٨	٠,٧٢
٤ (ن=٢٨)	المتوسط الحسابى	٣,٥٠	٣,٠٠	٩,٤٣	١٨,٥٠	٢,٠٣
	الانحراف المعيارى	٠,٧٩	١,٤٧	٢,٤٣	٤,٦٠	٠,٥٩
المجموع (ن = ١٠٩)	المتوسط الحسابى	٣,٢٨	٣,٤١	٨,٠٦	١٨,٣٢	٢,٣٤
	الانحراف المعيارى	٠,٩٧	١,٧٣	٢,٣٣	٦,٠٤	٠,٧٧
قيمة ف		١,٠٧	*٣,٤٣٥	**٥,٠٩٩	٠,٦٧٨	٢,٤٣٠

* دال عند ٥%　　قيمة الدلالة عند مستوى ٥% من ٢,٦٨ إلى ٣,٩٥

** دال عند ١%　　قيمة الدلالة عند مستوى ١% > ٣,٩٥

وتوضح نتيجة الجدول رقم (٣٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي في متوسطات كل من درجات فاعلية نهاية الهجوم، وزمن الهجوم،وقد كانت قيمة تحليل التباين الاحادي لكل منهم على التوالي هي (٣,٤٣٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٥% و(٥,٠٩٩) وهي قيمة دالة إحصائياً عند ١%، بينما أظهرت عدم وجود فروق دالة

إحصائياً بين الأشواط الأربعه الخاصة بمباريات القياس القبلي لمتوسطات كل من عدد المهـارات داخل الهجوم الخاطف،مسافة وسرعة الهجوم الخاطف.

جدول (٣٣) تحليل التباين الأحادي بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس البعدي لمتوسطات متغيرات الهجوم الخاطف

الشوط	المعالجات الإحصائية	عدد المهارات	درجة فاعلية نهاية الهجوم	زمن الهجوم	مسافة الهجوم	سرعة الهجوم
١ (ن=٣٧)	المتوسط الحسابي	٢,٧٣	٥,٣٨	٥,٠٠	١٨,٩٥	٤,٠٢
	الانحراف المعيارى	٠,٧٧	١,٧٤	١,٣٥	٤,٣٨	١,٣٧
٢ (ن=٣٣)	المتوسط الحسابي	٣,٠٣	٥,٦٧	٤,٩١	١٩,٠٩	٤,٠٤
	الانحراف المعيارى	٠,٩٨	١,٥٧	١,١٠	٣,٣١	٠,٩٧
٣ (ن=٣٥)	المتوسط الحسابي	٢,٨٠	٥,٢٦	٤,٩١	١٩,٠٦	٤,٠٤
	الانحراف المعيارى	٠,٥٨	١,٦٧	١,١٧	٤,٧٧	١,٣٤
٤ (ن=٤٠)	المتوسط الحسابي	٢,٨٠	٥,٢٨	٥,١٠	١٧,٤٦	٣,٥٦
	الانحراف المعيارى	٠,٩٧	١,٧٧	١,٥٠	٥,٥٦	١,٣٠
المجموع (ن = ١٤٥)	المتوسط الحسابي	٢,٨٣	٥,٣٩	٤,٩٩	١٨,٦٠	٣,٩٠
	الانحراف المعيارى	٠,٨٤	١,٦٨	١,٢٩	٤,٦٤	١,٢٧
قيمة ف		٠,٨٢٥	٠,٤٢٧	٠,١٧٧	١,١٢٤	١,٣٥٦

يوضح جدول رقم (٣٣) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشـواط الأربـع الخاصـة بمباريات القياس البعدي في متوسطات كل من المهارات داخل الهجوم الخاطف،درجـات فاعليـة نهاية الهجوم الخاطف، زمن ومسافة وسرعة الهجوم الخاطف.

obeikandi.com

رابعاً: مناقشة نتائج الفرض الثانى :

تظهر نتائج جدول رقم (٢٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى لفاعلية الهجوم الخاطف لدى أفراد عينة البحث لصالح القياس البعدى حيث كانت قيمة دلالة الفروق هي(١٠,١٥٦٠) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٥%، وتعزي الباحثة سبب تحسن فاعلية الهجوم الخاطف إلى حرص الباحثة على تخطيط وتطبيق البرنامج التدريبي المقترح بما يتفق مع ما أشار اليه كل من بهاء الدين سلامه (٢٠٠٠) وأبو العلا أحمد (١٩٩٧) يوسف دهب (١٩٩٤) مع فوكس ايدوارد (Fox Edward) (١٩٩٣) على أن زيادة فاعلية برامج التدريب لن تاتي إلا من خلال تنميه موجهة لنظم إنتاج الطاقة وبالتالي رفع كفاءة جسم اللاعب الوظيفية طبقاً لاحتياجات ومتطلبات الأداء البدني والمهاري في المباريات دون إهدار الوقت و الجهد المبذول في اتجاهات تدريبية آخرى غير مطلوبه في الوقت الراهن.(١١:١٠٩-١١٠) (١:٣٠) (٥:٧٧) (٦٢:٣٤-٣٧)

كما أوضحت نتائج جدول (٢٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي في متوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف، وقد كانت قيمة تحليل التباين الأحادي (٣,٥١٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٥%، ويشير ذلك إلى أن هناك فرق واضح في متوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف في كل شوط عن الشوط التالي حيث تناقص متوسط درجات الفاعلية في الأشواط الأخيرة عن الأشواط الأولى وتعزي الباحثة إلى وصول اللاعبين إلى درجة من التعب يتعذر معها القدرة على الاحتفاظ بدرجة عالية من الفاعلية وذلك لعدم تعود اللاعبين على الأداء في ظروف المباراة (ظروف تحمل سرعة الأداء أو العمل اللاهوائي المشترك).

بينما يوضح جدول رقم (٢٩) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس البعدي في متوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف، وقد كانت قيمة تحليل التباين الأحادي (٠,٣٨٢) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.ويشير ذلك إلى أن اللاعبين استطاعوا الاحتفاظ بفاعليتهم في أداء الهجوم الخاطف خلال الأشواط الأربع مما يؤكد أنهم لم يصلوا إلى درجة من التعب تؤثر على مستوى أدائهم، حيث تقاربت قيم متوسط درجات فاعلية الهجوم الخاطف بهم.وتعزي الباحثة هذه النتيجة إلى الاهتمام بما أشار اليه فائز بشير (١٩٨٥) وهو ضرورة أن يتم إعداد لاعبي كرة السلة عن طريق استخدام تدريبات لها نفس الاتجاه الحركى المستخدم فى اللعبة وأن يتم التدريب عليها تحت ظروف مشابهة لظروف المباريات مثل التدريب فى نفس زمن المباراة أو تنفيذ خطة معينة.(٣١:٢٩)

بينما يوضح الجدول رقم (٣٠) وشكل رقم (٣١) (٣٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات متغيرات الهجوم الخاطف وهي متوسط عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف، ومتوسط درجات فاعلية و زمن وسرعة الهجوم الخاطف لصالح القياس البعدى، وقد بلغت قيمة نسب التحسن على التوالي هي (-١٣,٧) (٥٨,٠٦) (-٣٨,٨) (٦٦,٦٦) لصالح القياس البعدي،وتحسن تكرار أداء الهجوم الخاطف بين القياس القبلي والبعدي بنسبة (٣٣,٠٣%) لصالح القياس البعدي،وقد يكون سبب هذا التحسن إلى أن اللاعبين تمكنوا من الاحتفاظ بمعدل سرعة عالي طوال زمن المباراة في مباريات القياس البعدي مما أدى الي زيادة نسبة تكرار الهجوم الخاطف عن القياس القبلى، بينما أوضح نفس الجدول عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لمتوسط مسافة الهجوم الخاطف، ويدل ذلك على تحسن مستوى فاعلية لاعبي الفريق وقد ظهر هذا التحسن من خلال زيادة نسبة التحسن الخاصة بهذه المتغيرات التي تؤثر بصورة مباشرة على فاعلية الهجوم الخاطف،وترجع الباحثة هذا التحسن إلى أن أداء اللاعبين للمهارات أصبح أسرع وبالتالي قل متوسط عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف في القياس البعدي، مما أدى إلى زيادة سرعة اللاعبين وبالتالي تحسن زمن الهجوم، كما ترى الباحثة أن تحسن متوسط درجات الفاعلية للقياس البعدي عن القبلي نتج عن زيادة نسبة التصويب الناجح له والذي بلغ (٣٠٠%) ويتضح ذلك من الشكل (٣٣) مما زاد من متوسط درجة نهاية الهجوم، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى طريقة تقنين الحمل داخل البرنامج التدريبي و التي تساعد اللاعبين على الأداء المهاري بأقصى سرعة من خلال أقصى درجة حمل والتي يعبر عنها بأقصى تكرار أداء للاعب داخل زمن تحمل سرعة الأداء الهجومي، حيث كانت دورة الحمل ١:٣ (٣ حمل عالي أو اقصى،١ حمل متوسط)، مما ساعد على تعود اللاعب على الأداء بسرعة عالية وفي ظروف مشابهة لظروف المباراة، وتشير إلى أن اللاعبين استطاعوا الاحتفاظ بأداء مهاري وبدني عالي طوال مباريات القياس البعدي، وترى الباحثة أنه قد يكون سبب عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لمتوسط مسافة الهجوم الخاطف إلى انخفاض نسبة التصويب الناجح للفرق المنافسة مما أدى إلى بداية الهجوم الخاطف إثر تصويبة فاشلة بنسبة اكبر بكثير من باقية حالات بداية الهجوم لخاطف،وكذلك إنخفاض مستوى دفاع الفرق المنافسة مما يمكن لاعبي فريق عينة البحث من إنهاء هجومهم بالتصويب على الهدف بنسبة اكبر من بقية حالات نهاية الهجوم، وبذلك كان اللاعبون يقطعوا نفس المسافة تقريباً من بداية الهجوم الخاطف حتى نهايته .

يوضح الجدول رقم (٣١) والشكل رقم (٣٣) (٣٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لكل من التصويب،التمرير من فوق الكتف،والمحاورة،لصالح القياس البعدي، كما

أوضح الشكل أيضاً القيم الخاصة بالتكرار الخاص بكل مهاره من هذه المهارات ونسب نجاح وفشل كل منهم في كل من القياس القبلي والبعدي، حيث بلغ عدد التصويبات فى القياس القبلى(٦١) تصويبة، بنسبة نجاح (٢٩,٥%)، ونسبة فشل (٧٠,٥%) ، بينما بلغ عدد التصويبات فى القياس البعدى (١٢١) تصويبة، بنسبة نجاح (٥٩,٥%)، ونسبة فشل (٤٠,٥%) ، وبلغت نسبة التحسن (٩٨,٣٦%)، بينما بلغ عدد التمريرات من فوق الكتف فى القياس القبلى (٢٣) تمريرة، بنسبة نجاح (٨٢,٦) ونسبة فشل (١٧,٤%) ، بينما بلغ عدد التمريرات من فوق الكتف فى القياس البعدى (٥٦) تمريرة، بنسبة نجاح (٩٨,٢%) ونسبة فشل (١,٨%) ، وبلغت نسبة التحسن (١٤٣,٤٨%) ، بينما بلغ عدد مرات تكرار المحاورة فى القياس القبلى (١٠٢) مرة ، بنسبة نجاح (٨٨,٢%) ونسبة فشل (١١,٨%) ، بينما بلغ عدد مرات تكرار المحاورة فى القياس البعدى (٥٧) مرة، بنسبة نجاح (٩٧,٣%) ونسبة فشل (٢,٧%) ، وبلغت نسبة التحسن (-٢٦,٤٧%)، بالإضافه إلى ظهور تحسن في نسبة نجاح كل منهم لصالح القياس البعدي حيث كانت نسب التحسن الخاصة بنجاحهم على التوالي كما يلي (٣٠٠%) (١٨٩,٤٧%) (-١٨,٨٩%).

وتعزي الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً لكل من التصويب،والتمرير من فوق الكتف،إلى زيادة نسبة تكرار أداء كل منهم في القياس البعدي عن القبلي ، حيث بلغت نسبة تحسن التكرار لكل منهما على التوالي (٩٨,٣٦%) (١٤٣,٤٨%) ، وكذلك تحسن نسبة التصويب الناجح والتمرير الناجح على التوالي هي (٣٠٠%) (١٨٩,٤٧%) لصالح القياس البعدي، كما تعزي دلاله الفروق الخاصة بالمحاورة إلى انخفاض عدد مرات تكرار المحاورة في القياس البعدي بنسبة (٢٦,٤٧%) ، وبلغت نسبة تحسن أداء المحاورة الناجحة هي (-١٨,٨٩%) لصالح القياس البعدي وترجع الباحثة ذلك إلى أنه تم التركيز في البرنامج التدريبي المقترح على إعطاء نسبة زمنية أكبر لكل من التصويب، والتمرير من فوق الكتف عن باقي المهارات الخاصة بالهجوم ،وقد خصصت هذه النسب طبقاً لما توصلت اليه الباحثة من خلال تحليل الهجوم الخاطف عن طريق برنامج الحاسب الآلى المصمم من قبل الباحثة حيث أظهر أن نسبة التصويب الفاشل في مباريات القياس القبلي هي (٧٠,٥%) وبينما فى القياس البعدى قلت نسبة التصويب الفاشل إلى (٤٠,٥%)، كما ارتفعت نسبة التصويب الناجح من (٢٩,٥%) إلى(٥٩,٥%) فى القياس البعدى، كما أظهرت أيضاً نتائج تحليل مباريات القياس القبلي أيضاً أن العدد الكلي لتكرار أداء التمرير من فوق الكتف (٢٣) مرة وهي تمثل (١٧,٩٩) تقريباً من المجموع الكلي لعدد تكرارات جميع (المهارات) وهي نسبة ضئيله جداً مقارنتاً ببقيه المهارات، بالإضافه إلى أن فلسفة مدرب الفريق في تطبيق الهجوم الخاطف تعتمد في المقام لأول على التمرير الطويل حيث يعمل على إختصار زمن الهجوم،وبالتالي يحد من عدد المدافعين أسفل

السلة، بينما كان العدد الكلي لتكرار أداء المحاورة في القياس القبلي (١٠٢) مرة وهي تمثل (٣٠,٠٩%) تقريباً من المجموع الكلي لعدد تكرارات جميع المهارات وهي نسبة كبيره نسبياً نظراً لأن السرعة من أهم العوامل التي تساعد على تحقيق الفاعلية في أداء الهجوم الخاطف وتعد المحاورة من العوامل التي قد تؤثر على سرعة الأداء،ولذلك كانت تم تقليل النسبة الزمنية المخصصة للمحاورة حتى يقل استخدامها في المباريات.

لذا كان الاهتمام بالتركيز على إصابة الهدف وزيادة استخدام التمرير من فوق الكتف والإقلال من استخدام المحاورة في ظروف تحمل سرعة الأداء الهجومي من خلال البرنامج لتلافي العوامل التي تؤدي إلى عدم إصابة الهدف نتيجة عدم تكيف اللاعبين لأداءه في ظروف المباراة المتغيره التي تؤدي إلى التعب وبالتالي يقل تركيز اللاعبين لإصابة الهدف،وهذا طبقاً لما أشار اليه السيد عبد المقصود (١٩٩٢) أن هدف التدريب هو التكيف مع الاحتمالات المختلفة التى يمكن حدوثها أثناء المنافسة وبالذات مع احتمال حدوث أصعب الظروف والتكيف مع الاحتمالات التى تتميز بشده أعلى من المعتاد عليها، لذا يجب على المدرب أن يعد الاعبين للتغلب على أقصى حمل منافسات يتوقع حدوثه.(١٧٢:٧، ٢٧١)

وتوضح نتيجة الجدول رقم (٣٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي في متوسطات كل من درجات الفاعلية، وزمن الهجوم، فبلغت قيمة تحليل التباين الاحادي لكل منهم على التوالي هي (٣,٤٣٥) وهي قيمة دالة إحصائياًعند مستوى ٥%، بينما حقق زمن الهجوم قيمة (٥,٠٩٩) وهي قيمة دالة إحصائياً عند ١%، بينما اتضح أيضاً من نفس الجدول عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي لمتوسطات كل من عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف،مسافة وسرعة الهجوم الخاطف،وترى الباحثة أنه قد يكون بطء الأداء الخططي للاعبين وعدم المقدرة على إنهاء الهجوم الخاطف بحالات لها درجة فاعلية عالية طوال زمن المباراة أدى إلى تناقص متوسطات هذين المتغيرين وبذلك ظهرت فروق دالة لهم ،وترجع الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائياً لبقيه المتغيرات إلى إنخفاض مستوى الأداء الدفاعي لدى لاعبين الفرق المنافسة.

بينما أشار جدول رقم (٣٣) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأشواط الأربع الخاصة بمباريات القياس القبلي في متوسطات كل من عدد المهارات داخل الهجوم الخاطف، ودرجات فاعلية الهجوم الخاطف، وزمن ومسافة وسرعة الهجوم الخاطف، وتعزي الباحثة ذلك إلى قدرة اللاعبين على الاحتفاظ بالسرعة مع إنهاء الهجوم الخاطف بحالات لها درجة عالية من الفاعلية ،وبأقل عدد من المهارات مما ادى إلى الاحتفاظ بمتوسط زمن الهجوم الخاطف ثابت طوال زمن المباراة.وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى.

ثالثاً: عرض نتائج الفرض الثالث :

تحسين تحمل سرعة الأداء الهجومي يؤثر على فاعلية الهجوم الخاطف لدى أفراد عينة البحث.

وبدراسة نتائج هذا الفرض اتضح مايلى :

يتضح من جداول رقم (٢٣) (٢٥) وشكل رقم (٣٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لعدد مرات تكرار الأداء وكذلك نسبة التحسن الخاصة بها في الجزء الأول من والثاني من الاختبار على التوالي هي (١٧,٨%)، (١٤,٧٥%) لصالح القياس البعدي .

ويتضح من جدول رقم (٣٠) وشكل رقم (٣١) (٣٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات كل من زمن وسرعة الهجوم الخاطف،وكانت قيمة دلالة الفروق الخاصة بهم على التوالي هي (١٣,٣٧٤) (١١,٣٧٧) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى ١%، كما تبين أن نسب التحسن الخاصة بكل منهم على التوالي هي (-٣٨,٨، ٦٦,٦٦) لصالح القياس البعدي،وتحسن نسبة تكرار أداء الهجوم الخاطف بنسبة (٣٣,٠٣%) تقريباً.

بينما يوضح جدول(٢٤) (٢٦) وشكل (٣٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للعدد مرات تكرار الأهداف الناجحة وكذلك نسبة التحسن الخاصة بها في الجزء الأول والثاني من الاختبار، وكانت قيمة نسبة التحسن على التوالي هي (٢٨,٩٥%) (٢٧,٤٩%) لصالح القياس البعدي .

ويوضح الجدول رقم (٣١) الشكل رقم (٣٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للتصويب، لصالح القياس البعدي، كما أوضح الشكل أيضاً القيمة الخاصة بالتكرار الكلى ونسب نجاح وفشل تكرار التصويب لكل من القياس القبلي والبعدي، حيث بلغ عدد التكرارت (٦١) تصويبة فى القياس القبلى، و (١٢١) تصويبة فى القياس البعدى ، بنسبة نجاح (٢٩,٥%) فى القياس القبلى ، و(٥٩,٥%) فى القياس البعدى، ونسبة فشل (٧٠,٥%) فى القياس القبلى ، و (٤٠,٥%) فى القياس البعدى، وكذلك ارتفاع تكرار التصويب في القياس البعدي بفارق (٦٠) مرة عن القبلي، وكانت قيمة نسبة التحسن لتصويب الناجح هي (٣٠٠%) لصالح القياس البعدي.

رابعاً: مناقشة نتائج الفرض الثالث :

ومما سبق يتضح أنه قد يرجع وجود فروق دالة إحصائياً، وكذلك نسبة التحسن لكل من زمن وسرعة الهجوم الخاطف وزيادة معدل الهجوم الخاطف في مباريات القياس البعدي إلى تحسن

سرعة الأداء الهجومي لدى اللاعبين والذي ظهر في تحسن نسبة عدد مرات تكرار الأداء داخل اختبار تحمل سرعة الأداء الهجومي.

وترجع الباحثة تحسن أداء اللاعبين لمهاره التصويب والقدرة على التركيز في إصابة الهدف والتي ظهرت من خلال تحسن نسبة التصويب الناجح في مباريات القياس البعدي إلى تحسن تحمل سرعة الأداء الهجومي، والذي كان نتيجة للبرنامج التدريبي المقترح الذي يراعي كافه الجوانب التي تسهم في الارتقاء بمستوى الأداء الخططي بالإضافه إلى نسبة زمنية مرتفعه للتدريب على التصويب داخل البرنامج وفي ظروف تحمل السرعة وهي الظروف التى يجب التدريب عليها لتحقيق أعلى مستوى فى الأداء طبقاً للظروف التى يواجهها اللاعب اثناء المنافسات حيث يتطلب من اللاعب أداء يتميز بالسرعة و الدقة (القدرة على التركيز) في نفس الوقت .

فقد قامت الباحثة بمراعاة ما اكد العديد من الخبراء عند تخطيط وبناء البرنامج التدريبي، وهو ما أكد عليه كل من وائل الدياسطى (٢٠٠١) وأحمد مهدي (١٩٩٩) وهو ضرورة استخدام تدريبات يدمج بها الأداء البدني و المهاري وتأخذ شكل الأداء داخل المباريات لما لها من اثر كبير على تحسن مستوى أداء اللاعبين أثناء المنافسة. (٤٤:٥٤) (١:٤، ١٦)

بالإضافه إلى ما أشار اليه السيد عبد المقصود(١٩٩٢) ضرورة أن تعمل التدريبات على التكيف مع أصعب الظروف المحتمل حدوثها أثناء المباريات،والتي تتميز بدرجات حمل مرتفعة وقصوى. (٧:٢٧١-٢٧٢) ، وبذلك يتحقق الفرض الثالث.