

التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة التصويب بكرة السلة

م. د. احمد عبد الائمة كاظم

م. م. ضياء ثامر مطر

م. م. علي يعقوب يوسف

م. م. ثامر حسين كحط

الملخص العربي

اشتمل البحث على خمسة ابواب حيث تضمن الباب الاول

المقدمة واهمية البحث حيث تطرق الباحثون في مقدمة البحث الى التقدم العلمي في الحياة وفي امجال الرياضي بصفة خاصة وكذلك كرة السلة واهميتها ومناقشتها في الالونة الاخيرة لكرة القدم وكذلك ما يمتاز به هذه اللعبة من ايقاع سريع وكذلك انها خضعت للتغيرات الاخيرة في قانون اللعبة والذي دفع بدوره الباحثين للعمل والبحث العلمي المستمر، وكذلك تطرق الباحثون للتهديف بصفته احد المهارات الاساسية الهجومية الفعالة باعتبارها الطريق الفعال للوصول الى الفوز.

وكذلك تطرق الباحثون في هذا الباب الى مشكلة البحث والتي ذكر فيها الباحثون الضعف الواضح لافراد عينة البحث في مهارة التصويب من خلال الفارق بين النقاط التي يحصلون عليها مقارنة بباقي الفرق الاخرى وكذلك ذكر الباحثون ان دقة التصويب تبني على اساس عدة امور، وقدرات وعوامل متعددة ومنها التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة التصويب، وفي محاولة جادة من الباحثون لمعرفة العلاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة اداء التهديف للعبين من افراد عينة البحث. وكذلك اشتمل هذا الباب على هدف الدراسة وهو (العلاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة اداء التصويب بكرة السلة) وكذلك اشتمل على فض البحث وهو (هناك علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين التوافق العضلي العصبي ودقة اداء التصويب بكرة السلة) وكذلك اشتمل على مجالات البحث والتي هي :

المجال البشري المتضمن لاعبو منتخب كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية بكرة السلة للعام الدراسي (٢٠١١-٢٠١٢)

المجال الزماني : الفترة من ١٥/١١/٢٠١١ الى غاية ٢٠١٢/٢/١

المجال المكاني : القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية. اما بالنسبة للباب الثاني والذي اشتمل على المواضيع المتضمنة للدراسات النظرية المتعلقة بموضوع الدراسة. اما الباب الثالث والذي اشتمل على عدة امور منها منها منهج البحث المستخدم وهو المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وكذلك اشتمل هذا الباب على مجتمع البحث وعينته وقد حدد الباحثون مجتمع بحثهم وهم لاعبو منتخب كلية التربية الرياضية جامعة القادسية بكرة السلة والبالغ عددهم (١٢) وتم اختيار عينة منهم بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) اذا اختار الباحثون (٦) لاعبين من مجتمع البحث اذ شكلت العينة نسبة ٥٠% من مجتمع البحث الاصلي. وكذلك اشتمل هذا الباب على الادوات والالجهزة المستخدمة في البحث وكذلك كيفية تحديد متغيرات الدراسة وكذلك الاختبار المستخدم لقياس دقة التصويب بكرة السلة، وطريقة اداء الاختبار وكيفية حاب الدرجة وكذلك الاسس العلمية لهذا الاختبار المستخدم في البحث وكذلك التجربة الاستطلاعية الرئيسية والوسائل الاحصائية المستخدمة في الدراسة. اما الباب الرابع فقد وضع اشتمل على عرض النتائج التي توصل اليها الباحثون في دراستهم ومناقشة تلك النتائج مدومة بالدلة العلمية. اما الباب الخامس فقد اشتمل على اهم الاستنتاجات ومنها :

(ان للتوافق العضلي العصبي علاقة ارتباط معنوية بدقة اداء مهارة الرمية الحرة لكرة السلة لافراد عينة البحث)

(وجود علاقة ارتباط معنوية طردية ما بين التوافق العضلي العصبي ودقة أداء الرمية الحرة لكرة السلة) اما اهم التوصيات التي
وضها الباحث ومنها :

(التأكيد على تطوير التوافق العضلي العصبي للاعبين كرة السلة لما له من تأثير ايجابي على أدائهم الهجومي وحتى الدفاعي)

(ضرورة إجراء اختبارات دورية للاعبين كرة السلة للتوافق العضلي العصبي إلى جانب الاختبارات البدنية)

(إجراء دراسات مشابهة أخرى لأنواع أخرى من التوافق وعلاقتها بمهارات أخرى متعلقة بنفس اللعبة).

**The nervous themsele coorespond ence and it is relation with the shooting
precisely.**

M. Dr. Ahmed Abdel Kazem imams

m. M. Zia Thamer rain

**M. M. Ali Yacoub Yousef
Kaht**

m. M. Thamer Hussein

The research contains five chapter:

The first chapter concluded the intrudaction and the importance of the research . In it the sesearchers tackle that the scientific progress in the all field of the life :the athietic room is one of that pieids. The researchers tackle to the basket ball and it is important in maney countries wich be the eyual with football,s .famauce:because this game has the excitement a 6 quick rethem . the speed cheracherstic and the changes which is happen in the game law (basket ball) .

Also the researchers tacklea the effort of the previous studies about the studies changes which stay the mantal abilities and the shooting precisely . The researchers tackle the discrepencies between the previous studies and this one

This chapter contains the proplem of research which the researcher explain that the shooting operation is done the under different conditions duriwy the matches . the researcher explain that each player shold have good and sutiable amaunt from the decision that the nervous the museale coaresponding is founding and this connection is very impoytant 6. Get the points the problem is found when the researcherfolow the players performance of the physical education college team of Al-Qadissiya univercity in Baskt ball:they explain that there is a weak in their performace (the shooting) when they comparing the point rumber with the other teams that push the researcher to study this expreimence to develop the shooting becaute it is consider the basic the team win .

Also the first chapter contains the research aim which is mean:the relation stay between the nerrause muscle coorespoudecce and the shooting precisely in Baskt ball. This chapter also containis the research hypo theses. Which point to the connectin relation which have the statistic indicatin between the nerrause muscle cooresponding and the shooting precisely in Basket ball.

The second chapter :it contains same of the subject that connect with studies rooms.

The third chapter : it is contain the field processdure and the currioulum of the study .

The researchers use the descreption curricu lum by the connection relation style

The specimen of the research they wene the education collage plays of the Al. Qadissya univercity.the how to choose them ,Also the researcher yackly abut the eqnipment and the usiy :tools,this chapter contaiss the way that wy to deter mine the studis changes,Also it contains the explaina tion of the study changes . this chapter contains the scientific basic of the tests,Also this chapter contains the field processdure ,the main experimentand the styles statistic by them the researchers gaim the study results.

The fourth chapter .It shows ,discussion and analysis of the results the fifth chapter :It contains the conclusion which is the nervous muscle coarepondiwy has a moral connection relation precisely with the free shoting skill performance in Baskt ball for the research comunity .Also the reserachers recommended that put more atknction toward the development of nervous muscle for the Baskt ball players because it has a positine effect in players, offensive and the players defrnstive . Also they recommended to make the course tests for the Basket ball players in the nervous muscle cooresponding b eside to the physical teses. Also the researchers show the scientific resources thatconnected with study.

١ - التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة وأهمية البحث:

لقد حقق التقدم العلمي تطورا ملحوظا في كل مجالات الحياة وأحد هذا المجالات هو المجال الرياضي الذي حظي بنسبة كبيرة من هذا التطور وهذا التطور لم يأتي من فراغ بل جاء بفضل الدراسات والبحوث وهذا ما جعل المجال الرياضي علما قائم بحد ذاته حاله حال العلوم الأخرى .

وان لعبة كرة السلة التي أصبحت الآن وفي كثير من الدول المختلفة في العالم المنافس الأول للعبة كرة القدم من حيث اجتذاب اكبر عدد من اللاعبين والمشاهدين وذلك لما تمتاز به هذه اللعبة من إثارة وجماالية وإيقاع سريع في اللعب من الناحية الهجومية والدفاعية . ولعبة كرة السلة من الألعاب الفرقية المنظمة التي تمتاز بطايع السرعة وان التغيرات في قانون اللعبة التي حصلت مؤخرا وضعت بعض الصعوبة أمام المدربين في مواجهة متطلبات اللعب الحديث وهذا ما يجعل المدربين دائما يبحثون عن طرق جديدة في التدريب واللعب وفي لعبة كرة السلة يشكل التصويب جانبا مهما من جوانب اللعبة أن لم يكن الأهم . فالتصويب يجلب النقاط والنقاط تجلب الفوز وتحتاج لعبة كرة السلة إلى المزيد من الجهود العلمية للوصول باللاعبين إلى مستوى متقدم وتقديم الأداء المثالي في المباريات وفق أسلوب علمي مبني على أساس الملاحظة والتجريب . ونظرا لأهمية التصويب بكرة السلة قام الباحثين بدراساتها لأنها الطريق الأفضل للحصول على النقاط ومن ثم الفوز بالمباريات فضلا عن دراسته التوافق العضلي العصبي الذي يعتقد الباحثين ان هناك علاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقت التصويب وبالتالي يعمل ذلك على تطوير اللعب والذي يرجع بظائره على اللاعبين أنفسهم في تقدم مستوى الفرق ونتائجها .

وهناك العديد من الجهود المبذولة في عدة دراسات والتي تطرقت إلى بعض المتغيرات المدروسة والتي تطرقت إلى دراسة بعض القدرات العقلية وكذلك دراسات أخرى تطرقت إلى دراسة المتغيرات الوظيفية وعلاقتها بدقة التصويب بكرة السلة . ويمكن الفرق بين

هذه الدراسات والدراسات السابقة كون هذه الدراسة تطرقت إلى العلاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة التصويب للاعبين كرة السلة . وهناك تكمن أهمية البحث في الارتقاء بمستوى لاعبي كرة السلة وذلك من خلال دراسة العلاقة بينة التوافق العضلي العصبي وبعض أنواع التصويب بكرة السلة بتطوير أداء اللاعبين .

١-١ مشكلة البحث: قد حدثت في العالم تغيرات كثيرة في جميع المجالات بصفة عامة وفي مجال التدريب بصفة خاصة ، الأمر الذي يضيف على التدريب صورا للاستثمار الراقي في الدولة مما يدفع الكثير من الدول إلى اختبار سبل متنوعة لتطوير نظمها وممارستها التدريبية ، لذلك أن المدرب هو العامل الأساسي لتحقيق تلك الأهداف والسياسات المنشودة ويعتبر عصب العملية التدريبية فبدونه لا يمكن لأي منهج مهما احكم وضعه أن يؤدي هدفه ، يضاف إلى ذلك اهتماماته واختباره الأمثل والمناسب للاعبية ومناهجة التدريبية وان يكشف ما هو جديد من الطرق كي يؤدي إلى الاستثمار الأمثل لقدرات اللاعبين والوصول بهم إلى مستوى أفضل ان عملية التصويب بكرة السلة تتم تحت ظروف مختلفة أثناء المباراة لذا يجب ان يتمتع اللاعبين وفي أي مركز بمقدار جيد ومناسب من القدرات ومنها التوافق العضلي العصبي في نفس الوقت من اجل التحكم بالكرة.

ومن خلال ذلك يكون حسم المباراة على أساس الأداء الهجومي (التصويب) لدى الفريق وذلك بتسجيل اكبر عدد من النقاط للفوز بالمباراة ومن خلال متابعة الباحثين لأداء لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية بجامعة القادسية لكرة السلة وجد الباحثين ان هناك ضعف في أداء اللاعبين الهجومي (التصويب) ويظهر ذلك من خلال عدد النقاط الذين يحصلون عليها مقارنة بباقي الفرق. ويرى الباحثين ان دقة تصويب اللاعبين تبنى على أساس عدة قدرات أو عوامل مختلفة ومن هنا تجلت مشكلة البحث في معرفة العلاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة التصويب لغرض الاستناد عليها في عملية تطوير الأداء الهجومي للاعبين وهذا ما دفع الباحثين في خوض هذه التجربة في تطوير التصويب كونه الأساس في فوز الفرق.

٣-١ هدف البحث:

١- العلاقة بين التوافق العضلي العصبي ودقة أداء التصويب بكرة السلة.

٤-١ فرض البحث:

١- هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التوافق العضلي العصبي ودقة أداء التصويب بكرة السلة.

٥-١ مجالات البحث:

١- المجال البشري : لاعبو منتخب كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية بكرة السلة للعام الدراسي (٢٠١٢ -

٢٠١٣)

٢- المجال الزماني : الفترة من ١٥/١١/٢٠١٢ إلى غاية ٢٠١٣/٢/١

٣- المجال المكاني : القاعة الرياضية المغلقة في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية.

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٣ منهج البحث:

استخدم الباحثين المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وذلك للملائمة وطبيعة مشكلة البحث.

٢-٣ مجتمع وعينة البحث

حدد الباحثين مجتمع بحثهما وهم لاعبو منتخب كلية التربية الرياضية جامعة القادسية بكرة السلة والبالغ عددهم (١٢) وتم اختيار عينة منهم بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) إذ اختار الباحثين (٦) لاعبين من مجتمع البحث إذ شكلت العينة نسبة ٥٠% من مجتمع البحث الأصلي.

٣-٣ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث:

٣-٣-١ الوسائل والأدوات المستخدمة بالبحث:

- المصادر والمراجع العربية
- استمارة تفريغ البيانات
- الاستبيان
- الملاحظة

٣-٣-٢ الأجهزة المستخدمة بالبحث:

حاسوب الكتروني من نوع Dell.

- كرات سلة عدد ٢.
- هدف كرة سلة.

٣-٣-٤ تحديد متغيرات الدراسة:

لقد قام الباحثين بالاطلاع على العديد من المصادر العلمية وكذلك الرسائل والاطاريح فضلا عن إجراء العديد من المقابلات الشخصية مع الخبراء المختصين في ميدان كرة السلة وكذلك مدربو كرة السلة لفريق كلية التربية الرياضية وبعدها قام الباحثين بتحديد متغيرات الدراسة وفقا لما توصلوا اليه من خلال المقابلات مع ذوي الخبرة والاختصاص وقد تم اختيار المتغيرات التي وجدها الباحثين بأنها جديرة بالدراسة ومتعلقة بمشكلة البحث.

٣-٤-١ تحديد اختبارات متغيرات الدراسة:

٣-٤-٢ تحديد اختبار التوافق العضلي العصبي:

من أجل تحديد اختبار لمتغير التوافق العضلي العصبي لكرة السلة عمد الباحث الى الاطلاع على عدة اختبارات خاصة بالمتغير وبعدها تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين وذلك لتحديد الاختبار الأنسب لموضوع الدراسة من خلال الأهمية النسبية، وبعدها تم اختيار اختبار نط الجبل المذكور في البحث.

٣-٤-٢ تحديد دقة التصويب بكرة السلة:

من أجل تحديد اختبار دقة التصويب بكرة السلة قام الباحث بالاطلاع على العديد من المصادر الخاصة بالاختبارات المهارية وبعدها وجد الباحثين أن هناك اختبار مصمم من قبل الباحث (قاسم محمد عباس)^(١) وهذا الاختبار مصمم لقياس دقة التهديف بكرة السلة.

وقام الباحث (قاسم محمد عباس) بعرض هذا الاختبار على الخبراء والمختصين وقد اجمعوا أن هذا الاختبار يعكس الواقع المراد قياسه وهو دقة التصويب. وبما أن هذا الاختبار يتمتع بالأسس العلمية الصادقة عمد الباحث على اختياره.

٣-٥ وصف الاختبارات:

^١ قاسم محمد عباس: علاقة بعض المتغيرات الكينماتيكية بدقة تصويب الرمية الحرة لدى لاعبي المنتخب الوطني العراقي لكرة السلة، رسالة ماجستير، ٢٠٠٢، ص ٥٤.

٣-٥-١١ اختبار التوافق العضلي العصبي:

– وصف الاختبار: يستخدم المختبر حبل بطول (٢٤ بوصة) * يعقد من طرفيه على ان تكون المسافة بين العقدتين (١٦ بوصة) وهي المسافة التي سيتم الوثب من بينها وتترك مسافة (٤ بوصة) خارج كل عقدة لاستخدامها في مسك الحبل حيث يمكك المختبر من الأماكن المخصصة.

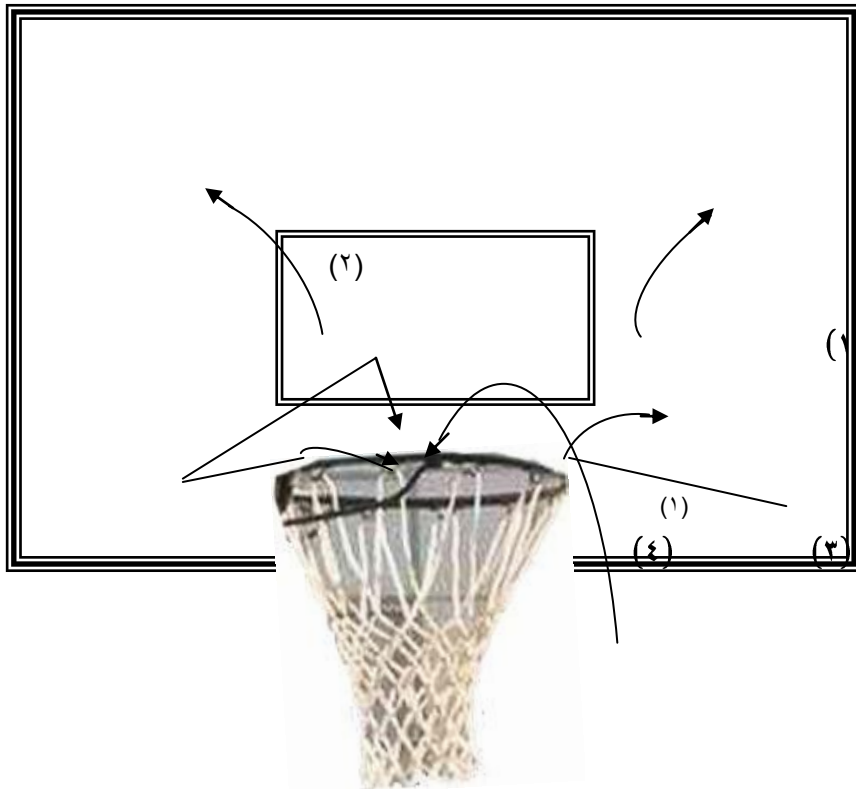
يقوم المختبر بالوثب من فوق الحبل حيث يمر الحبل من أمام وأسفل القدمين يكرر هذا العمل خمس مرات يتم ومن خلال اليدين . تسجل عدد مرات الوثب الصحيح من خمس محاولات التي يقوم بها المختبر .

٣-٥-٢ اختبار دقة التصويب بكرة السلة:

اختبار دقة التصويب بكرة السلة المصمم من قبل الباحث (قاسم محمد عباس) ^(١)

وصف الاختبار: يقف اللاعب في وضع الاستعداد للرمي على السلة من خط الرمية الحرة ومن ثم يرمي الكرة على السلة.

شكل رقم (١) يوضح طريقة أداء اختبار دقة التصويب بكرة السلة



تعطى النقاط للمختبر على الوفق التالي:

- حين تضرب الكرة اللوحة الخشبية فقط وفي مكان رقم (١) وتخرج ، يعطى اللاعب (درجة واحدة)
- حين تضرب الكرة اللوحة الخشبية في مكان رقم (٢) وتخرج ، يعطى اللاعب (درجتان)
- حين تمس الكرة الحلقة وتخرج يعطى اللاعب (ثلاثة درجات)
- حين تمس الكرة الحلقة او المربع الصغير وتدخل ، يعطى اللاعب (أربعة درجات)

^١ قاسم محمد عباس: علاقة بعض المتغيرات الكينماتيكية بدقة تصويب الرمية الحرة لدى لاعبي المنتخب الوطني العراقي لكرة السلة ، رسالة ماجستير ، ٢٠٠٢، ص ٥٤.

- حين تدخل الكرة مباشرة في الحلقة من دون ان تمس أي شيء ، يعطى اللاعب (خمس درجات) .
ومن ثم أعطى كل لاعب من عينة البحث (٣) محاولات لذب بلغ عدد المحاولات (١٨) محاولة لكل أفراد العينة وبعدها يتم جمع نتائج المحاولات الثلاثة لكل لاعب بعد الاعتماد على نتائج دقة التصويب .

٣-٦ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ ٢٥/٢/٢٠١٢ في تمام الساعة العاشرة صباحاً على عينة* من مجتمع البحث وكان عددهم (٣) لاعبين من منتخب كلية التربية الرياضية جامعة القادسية لكرة السلة وكان غرض إجراء التجربة الاستطلاعية ما يلي :

- ١- التأكد من تفهم عينة البحث لمفردات اختبارات البحث
- ٢- معرفة الوقت الذي تستغرقه التجربة
- ٣- معرفة الصعوبات والمعوقات التي تواجه العمل ومعالجتها
- ٤- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث
- ٥- التأكد من كافة فريق العمل المساعد*
- ٦- استخراج الأسس العلمية للاختبارات

٣-٨ إجراءات البحث الميدانية:

٣-٨ التجربة الرئيسية:

تمثلت إجراءات البحث الرئيسية بإجراء اختبارات التوافق العضلي العصبي واختبارات دقة التهديف بكرة السلة. والتي قام بتطبيقها الباحثين على عينة البحث والبالغ عددهم (٦) لاعبين اذ قام الباحثين بإجراء اختبارات التوافق العضلي العصبي (اختبار نط الجبل) واختبار (دقة التهديف) على مدى يومين وابتداء من يوم الخميس المصادف ٢٠١٢/٣/٤ وعلى مدى يومين شمل اليوم الاول من التجربة الرئيسية اختبارات دقة التهديف بكرة السلة وبمساعدة فريق العمل المساعد وفي اليوم الثاني تم إجراء اختبارات التوافق العضلي العصبي (نط الجبل) وبعدها قام الباحثين بتفريغ النتائج للتعامل معها إحصائياً وذلك بتحقيق اهداف الدراسة .

٣-٩ الوسائل الإحصائية: استخدام الباحثون الحقيبة الاحصائية (spss) لمعالجة النتائج.

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج اختبارات الدراسة :

٤-١-١ عرض وتحليل نتائج اختبار التوافق العضلي العصبي:

جدول (٣) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار نط الجبل لأفراد عينة البحث

الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نط الجبل	١١، ١٦٦	٢، ٩٢٦

وبين الجدول رقم (٣) نتائج اختبارات نط الجبل لأفراد عينة البحث حيث بلغ الوسط الحسابي لنتائج الاختبار (١١، ١٦٦) وبانحراف معياري (٢، ٩٢٦) .

٤-١-٢ عرض وتحليل نتائج اختبار أداء دقة التصويب بكرة السلة:

جدول (٤) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار دقة التصويب لكرة السلة لإفراد عينة البحث

الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
دقة التصويب	٢٠,٥	١٠,٠٤

يبين الجدول (٤) نتائج اختبار دقة التصويب بكرة السلة لإفراد عينة البحث حيث بلغ الوسط الحسابي لنتائج الاختبار (٢٠,٥) وبانحراف معياري مقداره (١٠,٠٤).

٤-١-٣ عرض وتحليل نتائج الارتباط البسيط ما بين التوافق العضلي العصبي ودقة التصويب بكرة السلة

جدول (٥) يبين نتائج الارتباط البسيط ما بين اختبار نط الحبل واختبار دقة التصويب بكرة السلة

المتغيرات	المعامل الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة
نط الحبل	١١,١٦٦	٢٠,٩٢٦	٠,٨١٨	معنوي	
دقة التصويب	٢٠,٥	١٠,٠٤			

القيمة الجدولية (٠,٨١١) عند درجة حرية (٤) وبمستوى دلالة (٠,٠٥)

يبين الجدول (٥) الوسط الحسابي لاختبار نط الحبل حيث يبلغ (١١,١٦٦) وكذلك بين الجدول نفسه الانحراف المعياري بنفس الاختبار حيث يبلغ (٢٠,٩٢٦) وكذلك يبين الجدول قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة التصويب حيث يبلغ (٢٠,٥) وبانحراف معياري مقداره (١٠,٠٤) وكذلك بين الجدول نفسه قيمة معامل الارتباط البسيط ما بين اختبار نط الحبل واختبار دقة التصويب بكرة السلة لإفراد عينة البحث حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨١٨) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,٨١١) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يدل على معنوية الارتباط.

٤-٢ مناقشة النتائج:

٤-٢-١ مناقشة نتائج الارتباط البسيط ما بين اختبار نط الحبل واختبار دقة التصويب لكرة السلة:

يبين الجدول (٥) نتائج الارتباط البسيط بين اختبار نط الحبل واختبار دقة التصويب لأداء الرمية الحرة لكرة السلة لإفراد عينة البحث وقد اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط معنوية بين المتغيرين. ويرى الباحثان ان سبب وجود هذه العلاقة المعنوية بين التوافق العضلي العصبي ودقة أداء الرمية الحرة يعود إلى ان قوة أي علاقة تتحدد في مستوى إمكانية أفراد العينة في ذلك المتغير وهذا يعني ان أفراد عينة البحث يمتلكون قدر معين من التوافق بصورة عامة وقد نجم عن هذا التوافق زيادة في مدى إمكانية توافقيهم العضلي العصبي وهذا التوافق جاء من التدريب المستمر كون أفراد عينة البحث هم من لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية وهذا جاء بدوره من تدريباتهم المستمرة خلال سنوات الدراسة

في الكلية وهذا ما يميز لاعب كرة السلة من خلال امتلاكه إلى العديد من الصفات والقدرات المتعددة ومن هذه القدرات هي القدرات التوافقية في أدائهم العضلي العصبي .

فان وجود مثل هذه العلاقة الطردية المعنوية في الارتباط سوف يعمل في زيادة دقة التصويب لديهم خلال أدائهم الهجومي وعند أداء التهديف بصورة خاصة .

فالعلاقة الطردية تعني انه أي زيادة في المتغير المستقل تعمل على زيادة في المتغير التابع وهذا ما ظهر خلال هذه الدراسة فكلما زاد التوافق العضلي العصبي زادت الدقة في التصويب ولو بقدر معين وهذا يصب في مصلحة البحث والدراسة.

١-٥ الاستنتاجات:

- ١- إن للتوافق العضلي العصبي له علاقة ارتباط معنوية بدقة أداء مهارة الرمية الحرة لكرة السلة لإفراد عينة البحث.
- ٢- وجود علاقة ارتباط معنوية طردية ما بين التوافق العضلي العصبي ودقة أداء الرمية الحرة لكرة السلة.

٢-٥ التوصيات

- ١- التأكيد على تطوير التوافق العضلي العصبي للاعبين كرة السلة لما له من تأثير ايجابي على أدائهم الهجومي وحتى الدفاعي.
- ٢- ضرورة إجراء اختبارات دورية للاعبين كرة السلة للتوافق العضلي العصبي إلى جانب الاختبارات البدنية.
- ٣- إجراء دراسات مشابهة أخرى لأنواع أخرى من التوافق وعلاقتها بمهارات أخرى متعلقة بنفس اللعبة.

المصادر العربية والأجنبية

- ١- جابر عبد الحميد واحمد خيرى : مناهج البحث في التربية الرياضية ، القاهرة ، مطبعة دارالتأليف ، ١٩٩٣ ، ص ٢٣٠
- ٢- حكمة محمد الطائي : كرة السلة لفروع التربية الرياضية في معاهد المعلمين المركزية معاهد المعلمين والمعلمات ، ط ١ ، بغداد ، مديرية مطبعة وزارة التربية رقم (١) ، ١٩٩١ ، ص ٦
- ٣- ساري احمد حمدان ونورما رزاق عبد الرحيم : اللياقة البدنية والصحية ، ط ١ ، داروائل للطباعة والنشر ، ٢٠٠١ ، ص ٥٢
- ٤- سعد محمد قطب ولؤي غانم الصميدعي : الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق ، ط ١ ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٥ ، ص ٦٧
- ٥- ريسان خريط مجيد ، مؤيد عبد الله جاسم : التمارين الفردية لكرة السلة ، مطبعة التعليم العالي ، جامعة الموصل ، ١٩٩٠ ، ص ٤٦
- ٦- رعد جابر باقر كمال عارف صافر : المهارات الفنية لكرة السلة ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، ١٩٨٧ ، ص ٤٣
- ٧- رمزية الغريب : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٨٧ ، ص ٤٠ .
- ٨- شعبان ابراهيم محمد : دراسة نتيجة تصويب للاعبين كرة السلة في ظروف تجريب المنافسة ، رسالة دكتوراه مجازة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٩ ، ص ٧٠
- ٩- عقيل الكاتب : الكرة الطائرة بين التدريب والتخطيط الجماعي واللياقة البدنية ، ج ١ ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٨ ، ص ١٦٨ .
- ١٠- فائز بشير : أسس مبادئ كرة السلة ، مطبعة جامعة الموصل ، مطبعة الجامعة ، ١٩٨٥ ، ص ٣٩ .
- ١١- ليلى السيد فرحات : القياس المعرفي الرياضي ، ط ١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١ ، ص ٢٧ .

- ١٢- محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية ، ج١ ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٧ ، ص٣٩١ .
- ١٣- محمد صبحي حسانين ومهدي عبد المنعم : الاسس العلمية لكرة الطائرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٦ ، ص٣٩٢ .
- ١٤- مهدي نجم واخرون : التقدم في مراحل التدريب بكرة السلة ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٨ ، ص٣٧٥ .
- ١٥- مصطفى محمد زيدان : كرة السلة للمدرب والمدرس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٩ ، ص٢٧ .
- ١٦- محمد عبد اسماعيل : دراسة حول اقتصادية التمرير من الناحية التكتيكية ، بحث منشور بالمجلة العلمية لكلية التربية الرياضية ، جامعة الاسكندرية ، مصر ، ١٩٨٩ ، ص٨٩ .
- ١٧- مصطفى محمد زيدان : موسوعة تدريب كرة السلة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ ، ص٢١ .
- ١٨- محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط٤ ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٨ ، ص٧٤ .
- ١٩- مصطفى باهي : المعلومات العلمية بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ ، ص١٢٩ .
- ٢٠- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس ، ط١ ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ ، ص١٢٧ .
- ٢١- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رخوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ ، ص٢٨٣ .
- ٢٢- مروان عبد المجيد ابراهيم : أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية ، ط١ ، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والطباعة ، ٢٠٠٠ ، ص٤٤ .
- ٢٣- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب ، ١٩٩٦ ، ص١١٢ .
- ٢٤- نزار الطالب ومحمد السامرائي : مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨١ ، ص١٤٢ .
- ٢٥- وجيه محفوظ : طرائق البحث العلمي ، دار الحكمة للطباعة ، ١٩٩٣ ، ص١٧٨ .
- ٢٦- يوسف البازي ومهدي نجم : المبادئ الاساسية لكرة الطائرة لكليات التربية الرياضية ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٨ ، ص٤٠ .

المصادر الاجنبية

- 27- Bob cousey and frank power : basket ball concept and teaching use allyh and bacon , inc , boslon , 1974.
- 28- james and hamphrey : sport skills of bays and girls , library of corgess, U.S.A ,1980 .
- 29- Vic Ambler : basket ball , WM.c.bbrown.publishers,10 ,1984,p:395

ملحق رقم (١) يبين أسماء فريق العمل المساعد والاختصاص ومكان العمل

الاسم	التخصص	اللقب العلمي	مكان العمل
قاسم محمد عباس	كرة سلة	مدرس دكتور	كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية
فايز حسن عبد السادة	كرة سلة	مدرس مساعد	كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية
محمد منعثر	كرة سلة	مدرب ألعاب	كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية

ملحق رقم (٢) يبين استمارة تفريغ البيانات الخاصة باختبار نط الجبل

الاسم الثلاثي	المحاولات					الدرجة النهائية
	١م	٢م	٣م	٤م	٥م	
حيدر جمال كاظم	×	×	✓	✓	×	٢
علي حميد	✓	×	×	×	✓	٢
علي رعد	✓	✓	×	✓	✓	٤
علي زغير	✓	✓	✓	×	×	٣
حسين عبد الامير	✓	×	✓	×	✓	٣
ظافر هاشم	×	×	×	✓	×	١

الملحق رقم (٣) يبين استمارات البيانات الخاصة باختبار دقة التصويب

الاسم الثلاثي	المحاولات			الدرجة النهائية
	١م	٢م	٣م	
حيدر جمال كاظم	٣	٣	٥	١١
علي حميد	٥	٥	٥	١٥
علي رعد	٣	٤	٥	١٢
علي زغير	٤	٣	٥	١٢
حسين عبد الامير	١	٣	٣	١٧
ظافر هاشم	٢	١	١	٦

ملحق رقم (٤) يبين أسماء الخبراء والمختصين الذي تم إجراء المقابلات معهم

الاسم	التخصص	اللقب العلمي	مكان العمل
فلاح حسن	كرة السلة	أ.م.د	جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية
قاسم محمد عباس	كرة السلة	أ.م.د	جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية
علي عبد لائمة كاظم	كرة سلة	م.د	جامعة ميسان - كلية التربية الرياضية
احمد عامر	كرة سلة	م.د	جامعة ميسان - كلية التربية الرياضية
فايز حسن	كرة السلة	م.م	جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية

ملحق رقم (٥) يبين أسماء عينة التجربة الاستطلاعية

- ١- علي رعد. المرحلة الرابعة
- ٢- ظافر هاشم. المرحلة الثالثة
- ٣- حسين عبد الامير. المرحلة الرابعة