ISSJ JOURAL
The International Sports Science Journal, Vol. 7, Issue. 4, April. 2025
ISSN: 1658- 8452

التحمل العضلي للذراعين وعلاقته بدقة التصويب في القوس والسهم للمعاقين على الكراسي المتحركة

م.م حسين علي فاضل [1]
[1] الجامعة التقنية الوسطى/المعهد التقني الصويرة/وحدة النشاطات الطلابية
[1]hussein_ar@mtu.edu.iq

المستخلص: هداف دراسة: إلى تحقيق لتعرف بصفة تحمل العضلي عند لاعبين السهم والقوس معاقين الجزء الاسفل والتعرف على دقة تصويب لدى لاعبين السهم و القوس معاقين الجزء الاسفل، فضلا عن ايجاد تحمل العضلي للذراعين ودقة التصويب لدى لاعبين القوس والسهم المعاقين على الكراسي المتحركة ... مجتمع البحث بالإفراد المصابين بشلل الأطراف السفلى شلل الأطفال والذين يمثلون لاعبي المنتخب الوطني للشباب بفاعلية القوس والسهم على الكراسي المتحركة لعام 2025/2024 والذين تتراوح أعمارهم من (16–22) سنة إذ قام الباحث باختيار العينة بصورة عمديه والذين بلغ عددهم (6) لاعبين وتم استبعاد احد اللاعبين لوجود إصابة لديه فبلغ إفراد عينة البحث الذين تم اختيارهم (5) لاعبين فقط. استنتج الباحث. ايجاد فرق ذات دلاله إحصائية بين صفة تحمل العضلي للذراعين ومع دقة تصويب السهم والقوس . وتوصيات .. التأكيد خلال وحدات التدريب على تطوير صفة تحمل العضلي للذراعين للاعبين السهم و القوس معاقين .. ضرورة إتباع الأسس العلمية خلال منهاج تدريبي لتنمية صفة تحمل
تلا العضلي للذراعين لدى إفراد الدراسة ... إجراء بحوث تشابه هذه الدراسة عينة أخرى ... تعميم بحث هذا على الأندية والمراكز العلمية التابعة للجنه البار أولمبية العراقية والتي تهتم في رياضة القوس والسهم للمعاقين.

الكلمات المفتاحية: تدريب – تحمل العضلي – الدقة – معاقين – البار أولمبيه.

ISSJ JOURAL
The International Sports Science Journal, Vol. 7, Issue. 4, April. 2025
ISSN: 1658- 8452

1-المقدمة:

لقد خلق الله البشرية في أفضل صورة وتقويم وتشاء إرادته أن يكون بيننا نحن الأصحاء إخوة حرموا من بعض نعمه التي انعم بها على عباده فظهرت فئة المعاقين بين هذه المجتمعات مهما كانت صغيرة أو كبيرة الغنية والفقيرة .وفئة المعاقين لم تعد بمعزل عن العالم الاجتماعي إذا أنهم إفراد في العالم الاجتماعي ولهم مطلق الحرية والتعايش والنمو بما تمكنهم طاقاتهم كما عن تغير رؤية العالم الاجتماعي لهؤلاء الإفراد كطاقة بشرية التي تحتم علينا تنميتها والانتفاع منها وممكن العمل على سرعة رجعه الى عالمه الاجتماعي وتألفه مره أخرى فيه كفرد منتج مع إفراده ومتفاعلا معه فظهرت مجالات كثيرة ومنها معترك الرياضي مهم للمعاقين. تمثلت بالعديد من بوزارة الشباب والرياضة عن طريق برامجها التي تتناسب مع درجة وطبيعة الإعاقة . وتعد لعبة القوس والسهم واحدة من هذه الألعاب التي أصبحت في يومنا هذا لم تكن لعبة لترفيه فقط بل أصبحت رياضة انجاز لها حضور واسع على مستوى العالم . فهي وإحدى من الرياضات الممتعة والمثيرة وتحتل درجة جيدة في الألعاب والرياضات الأخرى التي مارسها هذه الفئة وحققت شعبية كبيرة وانتشارا ملحوظا على العالم لاسيما في السنوات الأخيرة لما تمتاز به هذه اللعبة من عوامل المتعة والمنافسة من خلال استخدام طرائق تكنيك وأساليب دقيقة وسعيا لتحقيق الانجاز. لا بد من جلب وسائل تعليميه- نفسيه لذوي العجز البدني لأنها حق أنساني وواجب وطني مقدس ومشروع أكدته القوانين والأعراف في معظم بلدان العالم. وفي ضوء ما تقدم تكمن اهمية البحث ان التحمل العضلي للذراعين في أداء اللاعبين وانجازهم في لعبة السهم والقوس للمعاقين على الكراسي وعلاقته بدقة التصويب وعن نظرة الباحثين لأهمية هذه الشريحة والمتمثلة بالمعاقين جسديا وكواجب أنساني وأخلاقي تفرضه الإنسانية بل هي واجب تفرضه طبيعة التكافل الاجتماعي ولذلك فرض علي إن أقوم بهذه الدراسة .

مشكله بحث:

على الرغم من امتلاك رماة السهام من ذوي الإعاقة ورماة الكراسي المتحركة العديد من الصفات البدنية المناسبة لهذه الرياضة، إلا أن الباحث ولاحظ أنهم يجب تأكيد على تدريبات دقة التصويب ومن خلال المتابعة المتكررة لعينة الدراسة والرجوع إلى نتائج البطولات الأخرى (المحلية والأجنبية). بعد تشخيص أهم الصفات البدنية لهذه الرياضة، توصل الباحث إلى وجود نقص في قدرة تحمل عضلات الذراع، مما يؤثر بدوره بشكل كبير على أداء المنافسة. لذا أراد الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال الوقوف على مدى العلاقة ما بين قدرة تحمل العضلي ودقة التصويب عند عينه بحث .

أهداف البحث:

1-تعرف على قدرة التحمل العضلي لرماة الكراسي المتحركة.

2-تعرف على دقة التصويب لرماة الكراسي المتحركة.

3-تعرف على العلاقة بين قدرة التحمل العضلي للذراع ودقة التصويب لرماة الكراسي المتحركة..

فرض البحث:

-هناك علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين صفة التحمل العضلي للذراعين ودقة التصويب بالقوس والسهم للمعاقين على الكراسي المتحركة .

مجالات البحث:

المجال البشري: المنتخب الوطني للشباب في نادي الذرى الرياضي لعام 2024.

المجال المكاني: ميدان الرماية في نادي الذرى الرياضي للمعاقين .

المجال الزماني: 2024/12/1 ولغاية 2025/4/5.

2- منهجية البحث وأهميته الميدانية:

2-1 منهج البحث: إن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد الأساليب التي ينبغي للباحث استخدامها لحل مشكلة بحثهم بشكل كامل وصحيح. لذا ارتى الباحث القيام بهذه الدراسة من خلال استخدام احد أنواع المناهج في البحث العلمي وهو المنهج الوصفي.

2-2 مجتمع البحث وعينته: تمثل مجتمع البحث بالإفراد المصابين بشلل الأطراف السفلى شلل الأطفال والذين يمثلون لاعبي المنتخب الوطني للشباب بفاعلية القوس والسهم على الكراسي المتحركة لعام 2025/2024 والذين تتراوح أعمارهم

ISSJ JOURAL
The International Sports Science Journal, Vol. 7, Issue. 4, April. 2025
ISSN: 1658- 8452

من (16–22) سنة إذ قام الباحث باختيار العينة بصورة عمديه والذين بلغ عددهم (6) لاعبين وتم استبعاد احد اللاعبين لوجود إصابة لديه فبلغ إفراد عينة البحث الذين تم اختيارهم (5) لاعبين فقط.

2-3 تقسيم العينة واعتبارات تجانسها: لغرض تحقيق مبدأ التجانس قام الباحث باعتماد بعض المتغيرات لغرض تحقيق التجانس لدى عينة البحث:

الجدول (1) يبين تجانس افراد عينة البحث.

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل التواء
الطول	سم	176.0	789.92	11.5	0.67
الوزن	كغم	81.2	301.70	11.5	0.001
العمر	سنه	22.04	99.80	11.5	0.330
العمر التدريبي	سنة	3.7	78.89	4.7	0.201

التجانس بنوع الإصابة: إذا كان إفراد العينة جميع مصابين بشلل الأطفال وشلل الأطراف السفلى. وذلك من خلال الاطلاع على السجلات والتقارير الخاصة باللاعبين والمثبتة في مقر اللجنة البار اولمبية الوطنية العراقية.

2-5 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة:

2-5-1 وسائل جمع المعلومات:

2-5-1-1 المقابلات الشخصية: " تعد المقابلة الشخصية من أفضل الوسائل في جمع البيانات والحقائق وهي عملية من عمليات التفاعل الاجتماعي كما أنها من الوسائل المهمة في جمع البيانات وأكثرها استخداماً "(نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي: 2004، ص80). قام الباحث بمقابلات شخصية مع مجموعة من الذوات الذين لديهم الخبرة الكافية في مجال لعبة القوس والسهم، والملحق (1) يبين ذلك.

2-5-1=2 المصادر العربية والأجنبية والانترنيت: قام الباحث المصادر من الكتب ذات الاختصاص وكذلك (الانترنيت) من اجل دعم الرصانة العلمية للبحث.

2-5-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة: (ساعة توقيت نوع diamond ياباني الصنع، صافرة إطلاق، كأمره نوع LG، ملعب خاص بالقوس والسهم، دريئة رمي لمسافة 30 متر، استخدام شريط قياس بطول 5 متر، قوس عدد 3، سهام عدد 15، مسطبة تمرين عدد 10).

2-6 الاختبارات المستخدمة في البحث: وضع الباحث عدداً من الاختبارات المناسبة مستنداً في ذلك إلى آراء الخبراء والمختصين، انظر للملحق (1)، والدراسات والمصادر العلمية كونها من الوسائل الرئيسة.

2-6-1 اختبار شناو 60 ثانية (قاسم المندلاوي وآخرون: 1989، ص11):

الغرض: معرفة قوة للذراعين.

طريق الأداء: من وضع الاستناد المائل على الذراعين يقوم اللاعب بثني ومد الذراعين كاملا.

طريقه التسجيل: تسجيل عدد التكرارات الصحيحة خلال 60 ثانية .

2-6-2 اختبار استناد خلفي (ثني ومد الذراعين خلال 60 ثانية)(محمد صبحي حسانين: 1987، ص 43):

الغرض من الاختبار: معرفة قوة للذراعين خلال 60 ثانية .

طريق الأداء: من وضع الاستناد الخلفي على المسطبة يقوم اللاعب بثني ومد الذراعين بشكل كامل .

طريقه التسجيل: تسجيل عدد التكرارات الصحيحة خلال 60 ثانية .

2-6-3 اختبار قياس دقة الرمي بالقوس والسهم (على الهدف الثابت المقسم)(محمد صبحي حسانين: 1987، ص43):

الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب في القوس والسهم .

الاجهزة والادوات: دريئة قوس (3) سهام (15)

عملية التطبيق: قف ألاعب 30 متر قبل منطقة التصويب المقسم ويقوم برمي السهام باتجاه الهدف ويعطي لكل لاعب خمس محاولات للتصويب.

طريقة التسجيل: الهدف مقسم إلى (5) مساحات دائرية متداخلة ومرقمة من الخارج إلى الداخل وكل إصابة لإحدى المساحات تسجل له نقاط بنفس رقم المساحة.

ISSJ JOURAL
The International Sports Science Journal, Vol. 7, Issue. 4, April. 2025
ISSN: 1658- 8452

2-7 التجربة الاستطلاعية: إذ اجري الباحث تجربة استطلاعية في يوم الاثنين 2025/2/6 في الساعة الواحدة ظهرا على عينة مؤلفة من لاعبين المنتخب الوطني للشباب بالقوس والسهم وتم إعادة التجربة الاستطلاعية بعد 3 أيام إي يوم الخميس المصادف 2025/2/9 الساعة الواحدة ظهرا لهدف إيجاد المعادلات العلمية للاختبار الصدق والثبات والموضوعية . وكذلك لمعرفة مدى ملائمة الاختبارات لمستوى إفراد العينة ومدى تفهمهم لاستخدمها كذلك من اجل التأكد من ملائمة الزمان والمكان لتنفيذ الاختبارات والتأكد من معرفة عمل المعدات المستخدمة في تطبيق الاختبارات والتعرف اهم المعرقلات خلال تنفيذ الاختبارات فضلا عن ذلك التعرف على كفاية فريق العمل المساعد.

2-8 الأسس العلمية للاختبارات:

2-8-1 صدق الاختبار: استخدم الباحث (صدق المحتوى) أو المضمون لاستخراج صدق الاختبار، والذي يعني "فحص محتوى الاختبار بعناية والاعتماد على رأي الخبراء لتحديد مدى تمثيل الاختبار لكل جانب من جوانب القدرة أو السمة أو المعرفة التي يتم قياسها "(علي سلمان الطرفي: 2010، ص134)، وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين، ينظر الملحق (1)، إذ قرروا صلاحية هذه الاختبارات وصدقها لعينة البحث، وبذلك ثبت صدق الاختبار .

2-8-2 صدق الثبات: وتم استخراج معامل الثبات الذي يعني " أنه لو أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فأنه يعطي النتائج نفسها أو نتائج متقاربة "(مروان عبد المجيد إبراهيم: 1999، ص 70).

2-8-3 صدق الموضوعية: يقصد بالموضوعية " عدم تأثر نتائج الاختبار أو القياس بالعوامل الذاتية للمصحح مثل حالته المزاجية وتقديره النسبي "(إبراهيم عبد ربة خليفة وحبيب حبيب العدوي: 2002، ص193)، إذ أن الشخص المصحح يصف أو يقيم الشيء الذي يراه كما هو موجود فعلاً لاكما نريده، ومن الجدير بالذكر أن الموضوعية تعطي الرأي نفسه أو الدرجة نفسها للحالة بغض النظر عمن يصححها أو يقيمها.

2-9 التجربة الرئيسة: تم البدء بالتجربة الرئيسة وتنفيذ اختبار المرشحة على افراد وعينة بحث في يوم الاثنين بتاريخ 2025/3/2 الساعة الثالثة عصرا على ميدان نادي الذرى الرياضي.

2-10 الوسائل الإحصائية: لغرض معالجة البيانات إحصائياً، استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS).

3-عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد إجراء الخطوات الخاصة بتنفيذ الاختبارات الخاصة بالبحث، استطاع الباحث الحصول على الدرجات الخام للاختبارات. فضلا عن ذلك: الحصول على الدرجات الخام ليس بالأمر الصعب ولكن الصعوبة تكمن في موازنة هذه الدرجات-مجموعة مفردات الاختبار- وذلك لاختلاف وسائل القياس من اختبار إلى أخر (ضياء الخياط ونوفل محمد: 2001، ص470)، لذا قام الباحث بترتيب نتائج البحث ومعالجة هذه البيانات إحصائيا ومن ثم وضعها على شكل جداول توضيحية من اجل تحليل واقع الارتباطات بين المتغيرات المبحوثة وهن قيم اختبارات دقة التصويب وقيم اختبارات التحمل العضلي للذراعين. وتعد هذه الجداول (1، 2، 3) أداة توضيحية تقلل من احتمالات الخطأ وتعزز الأدلة العلمية وتمنحها قوة (ضياء الخياط ونوفل محمد: 2001، ص526)، ثم قام الباحث بمناقشة النتائج لغرض التوصل إلى تحقيق أهداف البحث وفروضه .

3-1 عرض وتحليل الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج الاختبارات المستخدمة في البحث:

3-1-1 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج الاختبارات المستخدمة في البحث:

يبين الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية وقيم الانحرافات المعيارية للاختبارات المستخدمة في البحث.

الاختبارات	وحدة القياس	قيم الأوساط الحسابية (س)	قيم الانحرافات المعيارية (ع)
اختبار دقة التصويب	مجموع الدرجات	13,00	3,535
اختبار استناد أمامي	عدد مرات التكرار خلال 60 ثانية	32,200	8,843
اختبار استناد خلفي	عدد مرات التكرار خلال 60 ثانية	24,200	5,215

ISSJ JOURAL
The International Sports Science Journal, Vol. 7, Issue. 4, April. 2025
ISSN: 1658- 8452

3-1-2 تحليل نتائج الاختبارات المستخدمة في البحث:

يتبين لنا من الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية التي الحصول عليها من خلال الاختبارات التي تم تطبيقها على عينة البحث. إذ ظهرت قيمة الوسط الحسابي بمقدار (13.00) في اختبار دقة التصويب وبانحراف معياري بلغ مقداره (3.535) وظهرت قيمة الوسط الحسابي بمقدار (32.200) في اختبار الاستناد الأمامي وبانحراف معياري بلغ مقداره (8.843) في حين بلغ مقدار الوسط الحسابي لاختبار الاستناد الخلفي (24.200) وبانحراف معياري مقداره (5.215).

3-2 عرض وتحليل قيم المعالجات الإحصائية لنتائج الاختبارات الخاصة بالبحث لمعاملات الارتباطات بين اختبار دقة التصويب واختبارات التحمل العضلي للذراعين ومناقشتها:

3-2-1 عرض قيم المعالجات الإحصائية لنتائج الاختبارات الخاصة بالبحث لمعاملات الارتباطات بين اختبار دقة التصويب واختبارات التحمل العضلي للذراعين:

الجدول (3) يبين قيم المعالجات الإحصائية لنتائج الاختبارات الخاصة بالبحث لمعاملات الارتباطات بين اختبار دقة التصويب واختبارات التحمل العضلي للذراعين .

المعالجات الإحصائية / الاختبارات	قيمة معامل الارتباط البسيط المحتسبة من المعالجة الإحصائية	قيمة معامل الارتباط الجد ولية	الدلالة الإحصائية
اختبار دقة التصويب	0,898	0,87	معنوي
اختبار استناد أمامي			

الجدول (4) يبين قيم المعالجات الإحصائية لنتائج الاختبارات الخاصة بالبحث لمعاملات الارتباطات بين اختبار دقة التصويب مع اختبار الاستناد الخلفي .

المعالجات الإحصائية / الاختبارات	قيمة معامل الارتباط البسيط المحتسبة من المعالجة الإحصائية	قيمة معامل الارتباط الجد ولية	الدلالة الإحصائية
اختبار دقة التصويب	0,883	0,87	معنوي
اختبار الاستناد الخلفي			

3-2-2 تحليل نتائج الاختبارات الخاصة بالبحث لمعاملات الارتباطات بين اختبار دقة التصويب واختبارات التحمل العضلي للذراعين ومناقشتها:

يبين من خلال الجدول (3) إن قيمة معامل الارتباط البسيط المحتسبة من المعالجات الإحصائية بلغت (0.898) في حين كانت قيمة معامل الارتباط الجدولية (0.87) تحت مستوى خطا (0.05) ودرجة حرية (ن-2) وهذا يدل على وجود فرق معنوي لان قيمة (ر) المحتسبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية.

إما من خلال الجدول (4) تبين لنا إن قيمة معامل الارتباط البسيط المحتسبة بلغت (0.883) في حين كانت قيمة معامل الجدولية (0.87) وتحت مستوى خطا (0.05) ودرجه حرية (ن-2) وهذا يدل على عدم وجود فرق معنوي لان قيمة (ر) المحتسبة اكبر من الجدولية.

3-3 مناقشة النتائج:

يتضح لنا من خلال التحليل والتوصيف الذي اعتمده الباحث في هذا البحث بأن القيم الخاصة بالارتباطات فيما بين متغيرات البحث هي قيم تعبر عن قيمة العلاقة الارتباطية الحقيقة بين متغيرات دقة التصويب بالقوس والسهم ومتغيرات التحمل العضلي للذراعين .

وقد أظهرت وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغير دقة التصويب بالقوس والسهم مع متغير الاستناد الأمامي خلال 60 ثانية وكذلك وجود علاقة ارتباط معنوي بين متغير دقة التصويب والاستناد الخلفي خلال 60 ثانية . ويرجع السبب إلى ذلك إلى أداء مهارة التصويب بالقوس والسهم للمعاقين من وضع الجلوس يحتاج إلى تحمل عضلي عالي للذراعين وهذا ما أكدته المصادر العلمية من إن: كل ما تمتع لاعب القوس والسهم بدرجه عالية من القوة العضلية للذراعين وكذلك قدرة عضلات الذراعين على مقاومة التعب اثر ذلك بشكل ايجابي في متغير الدقة أثناء التصويب (محاضرات: 2011، ص22)، وكذلك يعزو الباحث وجود مثل هذه القيم من الارتباطات إلى فعاليات التدريب المعتمد من قبل مدربي فرق القوس والسهم والمبني على الأسس العلمية والذي يعكس بشكل ايجابي على أداء مهارة التصويب.

4-الخاتمة:

بناء على ما اسفرت عنه نتائج البحث تمكن الباحث من التوصل الى التالي:

1-ان اعطاء تمرينات التحمل العضلي لاعبين المعاقين ينعكس بشكل جيد على ادائهم وانجازهم

2-هناك فرق ملحوظ على لاعبين القوس والسهم على الكراسي المتحركة في دقة التصويب

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث فانه يضع التوصيات التالية:

1-التأكيد خلال الوحدات التدريبية على تنمية صفة التحمل العضلي للذراعين للاعبي القوس والسهم المعاقين.

2-ضرورة إتباع الأسس العلمية خلال وضع البرامج التدريبية لتطوير صفة التحمل العضلي للذراعين لدى إفراد عينة البحث.

3-إجراء بحوث مشابهة على عينات أخرى وبأعمار مختلفة.

المصادر:

[1] إبراهيم عبد ربة خليفة وحبيب حبيب العدوي؛ **الانتقاء النفسي (تطبيقات التربية البدنية والرياضية) إدارة-تدريب-تعليم**: (القاهرة، مطبعة العمرانية، 2002)، ص193.

[2] ضياء الخياط ونوفل محمد؛ **كرة اليد**، ط2: (الموصل، مطابع جامعة الموصل، 2001)، ص47.

[3] قاسم المندلاوي وآخرون؛ **الاختبار والقياس والتقويم في التربية الرياضية**، ط1: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1989)، ص11.

[4] نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي؛ **دليل البحاث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية**: (بغداد، 2004)، ص80.

[5] محمد صبحي حسانين؛ **القياس والتقويم في التربية البدنية**، ط2،ج2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1987)، ص43.

[6] مروان عبد المجيد إبراهيم؛ **الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية**، ط1: (عمان، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، 1999)، ص70.

[7] محاضرات؛ **علم التدريب الرياضي للمعاقين**: (المانيا، لايبزيك، 2011)، ص22.

الملاحق:

الملحق (1) يبين أسماء الخبراء الذين تم مقابلتهم للأفراد من خبراتهم .

ت	الاسم الثلاثي	مكان العمل والمنصب
1	احمد فليح عجاج	رئيس الاتحاد العراقي نادي مدينة الذرى الرياضي
2	إسماعيل محمد علاوي	عضو اتحاد بنادي مدينة الذرى الرياضي
3	لوكش جاند	المدرب الهندي للمنتخب الوطني بمدينة الذرى الرياضي