



( تأثير تمرينات وقائية مقترحة في تحسين التتبع وحدة الإبصار وعلاقتها بدقة التصويب  
بالبنديقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة)

م.د لقاء علي النداوي  
كلية التربية البدنية وعلوم  
الرياضة للبنات/جامعة بغداد

(ملخص البحث)

إن التفوق والانجاز الرياضي هو محصلة التدريب القائم على الأسس والمبادئ والنظريات والأساليب الحديثة اما المشكلة للاعبين فانهم يفتقدون القدرات البصرية والدقة في أداء التصويب بالبنديقية بالهوائية كما لوحظ ضعفاً في القدرات البصرية ومنها التتبع والحدة البصرية. وهدف وضع والتعرف تأثير تمرينات وقائية مقترحة في تحسين التتبع وحدة الإبصار وعلاقتها بدقة التصويب بالبنديقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة. وفرض البحث هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية اما المنهج البحث لذا استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة. وعينة البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من لاعبي نادي وسام المجد للرمية بالبنديقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة والبالغ عددهم (16) لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة) و (تجريبية) وعن طريق القرعة بواقع (8) لاعبين لكل مجموعة اما الاستنتاجات]- للتمرينات الخاصة تأثير جيد في تطوير التتبع البصري وحدة الإبصار والدقة في التصويب بالبنديقية بالهوائية لدى المجموعة التجريبية من لاعبي الرماية بالبنديقية بالهوائية للاحتياجات الخاصة. والتوصيات - الاهتمام بتطوير التتبع البصري وحدة الإبصار والدقة والصفات الأخرى لدى لاعبي الرماية بالبنديقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة .

( Effect of proposed preventive exercises in improving traceability and visual acuity with )  
(relation to accuracy of pneumatic shotgun for people with special needs

(Research Summary)

Mathematical excellence and achievement is the result of training based on principles, principles, theories and modern methods. The problem is that the players lack the visual abilities and accuracy in the performance of rifle shooting with aerodynamics. He also noted weaknesses in visual abilities, such as traceability and visual acuity. The aim was to develop and identify the effect of proposed preventive exercises in improving traceability, The accuracy of the correction rifle aerobics for people with special needs. The study found there are significant differences between the results of the tests of the experimental and control groups for the benefit of the experimental group, The researchers tested the experimental method for its suitability to the nature of the problem. The sample of the search by deliberate method is a group of players of the Wissam al-Majd club for shooting in Venice with special needs (16) players and were divided into two groups (control) and (experimental) and by lot (8) For each group either the conclusions1 - Special exercises have a good effect in the development of visual tracking and the unit of sight and precision in shooting rifle with aerodynamics in the experimental group of players in Venice shooting for special needs. Recommendations - attention to the development of visual tracking and vision unit accuracy and accuracy Other qualities of the players rifle shooting Balhoaiah for people with special need

1-التعريف بالبحث  
1-1مقدمة البحث وأهميته :



إن التفوق والانجاز الرياضي هو محصلة التدريب القائم على الأسس والمبادئ والنظريات والأساليب الحديثة ، إذ إن التدريب الرياضي بخصائصه التدريبية ظاهرة مميزة ومصاحبة للرياضي من خلال الأنشطة الرياضية المتنوعة سواء للأصحاء أو المعاقين ، لهذا اتجه المدربون في مجال التدريب إلى استخدام وابتكار أدوات وأساليب تدريبية متطورة تتناسب مع الفئة المراد تدريبها لتحقيق تأثيرات ايجابية من حيث الأداء البدني والمهاري والصحي .والإعاقة الحركية واحدة من المشكلات التي تتسبب في عدم إمكانية العضلات والعظام أو المفاصل القيام بوظيفتها الاعتيادية ، وقد يكون فقدان الحركة مصحوب بفقدان حسي ايضا في الاجزاء المصابة مما يترتب عليها الكثير من الأبعاد النفسية والصحية والاجتماعية والتربوية<sup>(1)</sup>. مما يستدعي ضرورة تطبيق البرامج والتمرينات الخاصة لخدمة المعاقين حركيا ، وذلك من خلال تحسين القدرة على الاداء والسيطرة الإرادية والوقاية من حدوث التشنجات العضلية والعظمية ، فإذا كانت التمرينات البدنية مهمة وضرورية للشخص السليم فأنها تصبح أكثر ضرورة للمعاق ويتطلب لاعب البندقية الهوائية الى قدرات بصرية ومنها التتبع البصري وحدة الابصار ودقة في التصويب فالانجاز (الاداء) المهاري يعتمد بصورة كبيرة على القدرات البصرية التي يتم فيها التتبع والحدة البصرية وهذا يأتي متوافقا مع أهمية الأداء المهاري من خلال الإحساس ان فعالية الإحساسات المختلفة يكتسبها اللاعب من خبرته المتنوعة والتدريب ، ولإتقان دقة مهارات هذه اللعبة لابد من استعمال الطرائق والأساليب والأدوات والبرامج التدريبية الملائمة التي تسهم في بناء المعلومات و تخزينها والاستفادة منها في المواقف الحقيقية الواجب إدراكها.

1-2مشكلة البحث :

لقد أصبحت العملية التدريبية للمعاقين من الركائز الأساسية في تنميتهم تنمية مترابطة ما بين قدراتهم البصرية ومنها التتبع البصرية والحدة البصرية والمهارية ، كما وتعتمد التمرينات الخاصة بالمعاقين حركيا على نوع إعاقته ومدى تأثيرها بها ، فكلما زاد شدة الإعاقة كلما تطلب جهد وعمل أكبر ، وتكون التمرينات باتجاه المحافظة على تنمية الأجهزة الوظيفية وما تبقى لدى المعاق من قدرات بصرية وتطويرها . فمن خلال خبرة الباحثة المتواضعة ومتابعتها المستمرة للدوري لاحظت إن الكثير من اللاعبين يفتقدون القدرات البصرية والدقة في أداء التصويب بالبندقية بالهوائية كما ولوحظ ايضا ضعفاً في القدرات البصرية ومنها التتبع وحدة الإبصار والذي يعتمد على كثير من المتغيرات وتأثيرها في تطوير الدقة التصويب وجد أن أداء لاعبي المعاق في القدرات والدقة يتسم بالبطيء وعدم الدقة وذلك بسبب إن التمرينات المستخدمة تُعد تقليدية لا تثير في اللاعب الحماسة والاندفاع وبذل الجهد لإتقانها وعليه فأن الباحثة حاولت تطوير القدرات البصرية ومنها التتبع وحدة الإبصار ودقة التصويب من خلال تطبيق تمرينات خاصة تم اختيارها بدقة لغرض رفع وتطوير المستوى فعالية الرمي بالبندقية بالهوائية لدى لاعبي الاحتياجات الخاصة.

### 1-3 هدف البحث :

- 1- اعداد تمرينات وقائية مقترحة في تحسين التتبع وحدة الإبصار وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة
  - 2- التعرف على تأثير تأثير تمرينات وقائية مقترحة في تحسين التتبع وحدة الإبصار وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة .
- 1-4 فرضا البحث:

(1) عصام حمدي الصفدي. الإعاقة الحركية والشلل الدماغي، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 2007،



1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعديّة.

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري : لاعبي نادي وسام المجد للرمية بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة وعددهم (16) لاعباً .

2-5-1 المجال الزمني : 2018/10/1 ولغاية 2018/2/1

3-5-1 المجال المكاني : قاعة وساحة اللجنة البارالمبية في نادي وسام المجد .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهجية البحث : إن منهج البحث المراد دراسته يجب أن يكون ملائماً لطبيعة المشكلة ومعبراً عنها بصورة لا تقبل الخطأ ، لذا استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة. وتم تقسيم أفراد العينة على مجموعتين التجريبيتين المتكافئتين.

2-3 عينة البحث

. فالعينة "هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحثين عليه مجمل و محور عمله" (1). فقد تم اختيار عدد من اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من لاعبي نادي وسام المجد للرمية بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة والبالغ عددهم (16) لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (ضابطة) و (تجريبية) وعن طريق القرعة بواقع (8) لاعبين لكل مجموعة (ومن اجل إرجاع الفروق إلى العامل التجريبي لابد أن تكون المجموعتان التجريبية والضابطة متكافئتين تماماً في الظروف جميعاً ما عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية). (2) أجرت الباحثة التكافؤ على أفراد المجموعتين كما في الجدول رقم (1) الذي يوضح التكافؤ.

1995

وقائع المؤتمر العلمي الدولي الأول

1416 هـ

الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحتمسبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية اسم الاختبار
			±ع	س	±ع	س		
غير دال	0.172	1.44	0.64	2.12	0.74	1.62	درجة	التتبع البصرية
غير دال	0.642	0.475	1.06	5.00	1.03	5.25	درجة	حدة الأبصار

(1) وجيه محجوب ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه : ( بغداد ، مديرية دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2002 ) ص 164 .  
(2) ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي مفهومه ، أدواته ، أساليبه ، عمان دار الفكر والنشر والتوزيع . (1988) ص 22.

دقة الرمي بالبندقية الهوائية	درجة	4.25	0.88	4.50	0.92	0.552	0.590	غير دال
------------------------------	------	------	------	------	------	-------	-------	---------

### جدول (1)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات المستخدمة  
 وبطبيق قانون (T) للعينات المستقلة على البيانات الخاصة بالاختبارات كانت قيمة (T) المحسوبة أقل  
 من قيمة (T) الجدولية مما يشير إلى أن الفروق ما بين المجموعتين غير معنوية أي أن المجموعتين  
 متكافئتان .

### 3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- 3-3-1 الأدوات المستخدمة في البحث:  
 (المصادر العربية والأجنبية، شبكة المعلومات الدولي (الانترنت، التجربة الاستطلاعية ، الاختبارات  
 والقياسات ، الوسائل الإحصائية لنظام ، (SPSS) ، المقابلات الشخصية)  
 3-3-2 الأجهزة المستخدمة في البحث :  
 1- جهاز حاسوب لابتوب نوع (Dell) بانتيوم (4).  
 1- طابعة ليزيرية نوع Canon 2900 .  
 2- ساعة توقيت عدد (2) بنوع (Sony)  
 3- المسدس بالهوائية .

### 3-4 إجراءات البحث الميدانية:

3-4-1 تحديد الاختبارات:  
 قامت الباحثة بإعداد استمارة لاختيار الاختبارات المناسبة للمهارات قيد الدراسة وتم عرض الاستمارة على مجموعة من  
 المختصين في التعلم الحركي والتدريب الرياضي وعددهم (4) ملحق (1) و(2). وبعد جمع الاستمارات وتفرغها تم اختيار  
 الاختبارات التي حققت نسبة اتفاق (70%) فما فوق والجدول (2) يوضح ذلك.

#### جدول (2)

يبين النسب المئوية لاختيار الخبراء للاختبارات قيد الدراسة

النسبة	التكرار	الاختبارات	المهارات
%75	3	قياس التتبع البصري	التتبع البصري
%25	1	قياس التتبع والتصور البصري من الحركة	
%75	3	قياس حدة الأبصار للمسافات البصرية	حدة الأبصار
%25	1	اختبار الرؤية المحيطية	
%25	1	اختبار الوضع الصحيح للرمي (الرمي الجاف)	دقة الرمي بالبندقية الهوائية
%75	3	اختبار الرمي الحقيقي	

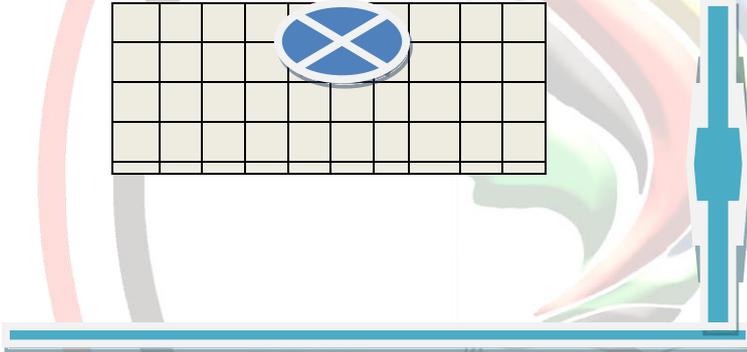
### 3-4-2 اختبارات البحث :

#### 1- اسم الاختبار : التتبع البصري<sup>(1)</sup>

(1) لقاء علي عناد ، حسين علي كمبار : الرؤية البصرية والنشاط الرياضي قياسات ، اختبارات ، تدريبات ، دار الكتاب العلمية ، 2016 ، ص



- الغرض من الاختبار : قياس التتبع البصري.
  - أدوات الاختبار كرة خماسي عليها استيكر , حاجز خشبي , ملعب كرة قدم (قانوني).
  - طريقة الاداء : يقوم اللاعب بالوقوف خلف الشبكة (في مواجهة الكرة ) يقوم المدرب بالأداء (اوفر) من خلف الحاجز الخشبي وفي اتجاه وقوف اللاعب على ان تمر الكرة من فوق الرأس اللاعب ويقوم اللاعب بتجديد لون الاستيكر الموضوع على الكرة وقبل ان تعبر الكرة الشبكة.
  - شروط الاختبار : يؤدي الاختبار بتغيير لون الاستيكر في كل محاولة مع الوضع في الاعتبار الاستيكر بوضع في جهة واحدة واحدة فقط من الكرة
  - حساب الدرجات
- 1-يعطي للاعب خمس محاولات  
2- يتم حساب درجة واحدة في حالة تجديد الصواب فقط .



2-اسم الاختبار: حدة الأبصار (1)

- الهدف من الاختبار : قياس الدقة البصرية او حدة الابصار للمسافات البصرية.
  - أدوات الاختبار : لوحة سنلين.
  - وصف الجهاز: تتكون لوحة سنلين من صفوف من أحرف أبجدية باللغة الانكليزية تكون متباينة في حجمها حيث توضع الاحرف بشكل تدريجي من الأعلى الاكبر الحروف الى الأسفل الأصغر الحروف.
  - شرح الاختبار : قبل البدء بالخطوات المتبعة لقياس حدة الابصار يجب الانتباه الى مطبوعات الاختبار اذ يجب تكون مطبوعة بوضوح وقابلة للقراءة ومن الضروري ان تكون مضاءة بصورة جيدة ومنتظمة , ومن اجل تامين شكل موحد للاختبار يجب ان تؤخذ الرؤية تحت الضوء الصناعي.
- ويتم تطبيق الخطوات الآتية لأجراء الاختبار.



- 1- يجلس المختبر على بعد (6م) من لوحة سنلين واذا لم تكن ابعاد الغرفة التي يتم فيها الفحص ملائمة للحصول على البعد المذكور توضع اللوحة فوق راس المختبر, وينظر اليها بصورة معكوسة بوساطة مرآة مستوية توضع على الحائط المقابل. في هذه الحالة ينتقل الضوء الى المرآة ثم من المرآة الى عين المختبر وبذلك يكون بعد الغرفة الملائم هو (3م).
- 2- يطلب من المختبر ان يطلق بصره الى البعيد وذلك لكي تكون العين في حالة راحة تامة .
- 3- يطلب من المختبر ان يغلق العين غير المفحوصة بيده ويتم فحص العين المفتوحة وبالتناوب , اذ يتم فحص العينين بطريقة مماثلة .

• طريقة التسجيل : يجري الفحص عادة لكل الاسطر من مسافة واحدة وهي المسافة المخصصة لكل سطر وهي عادة (6م) او (20 قدم) وحسب اللوحة المستعملة ويحدد السطر الاصغر الذي يمكن رؤيته من هذه المسافة , ويتم تحديد حدة الابصار بواسطة لوحة سنلين باستخدام المعادلة الاتية : حدة الابصار للعين = المسافة التي ترى منها احرف السطر ..على....المسافة التي تقرض ان ترى منها.

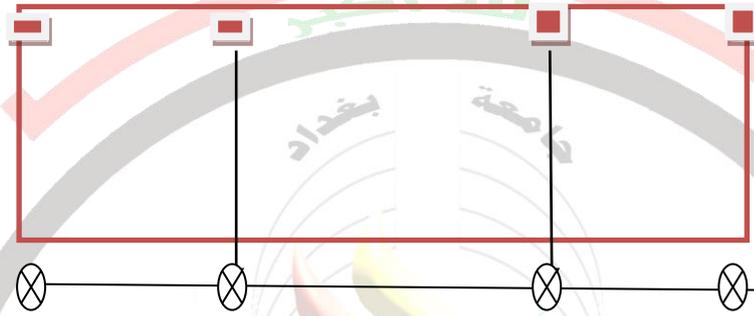
E
M E
3 W M
E W E 3
E W 3 E M
M 3 3 W W
E 3 W w ME 3

- 3- اسم الاختبار: الرمي الحقيقي للمسدس الهوائي (1).
- الغرض من الاختبار: دقة الرمي الحقيقي للمسدس الهوائي.
- الأدوات :
  - 1- حاملات نقل الاهداف (عتلات لسحب الأهداف وارجاعها)
  - 2- أسلحة هوائية بنادق 5 كغم
  - 3- إطلاقات عبارة 4,5
  - 4- أهداف بمواصفات قانونية (كارتات)
- شرح الاختبار
  - 1- يقف اللاعب عند منطقة الرمي بجانب العتلة وبخط مستقيم مع خط الرمي
  - 2- عند إعطاء أيعاز البدء يقوم المختبر بإملاء البندقية باطلاق واحدة في كل محاولة حيث تمتلك كل مختبر 10 إطلاقات
  - 3- رفع السلاح وتوجيهه نحو الهدف والتسديد على المركز وبعد الحصول على يتم سحب الزناد لخروج الاطلاق
  - 4- يعطي لكل رامي 5 محاولات
  - 5- يرمي على الهدف (كارت 2 إطلاقه)
- تعليمات الاختبار:

(1) كريمة فياض : اثر استراتيجيتي التعلم الذاتي وتدريب الأقران في مستوى الأداء الفني والانجاز لفعالية الرمي بالبندقية الهوائية , اطروحه دكتوراه , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات , جامعة بغداد , 2004 , ص 56



- 1- يجب التعامل مع عتلة البندقية عند فتحها برفق.
  - 2- يجب سحب الزناد عند مرحلة الرمي بشكل انسيابي وعدم نشبه.
  - 3- لا يجوز أنزال السلاح بعد الرمي مباشره بل الانتظار 3 ثواني.
- حساب الدرجات :
- 1- تحسب 10 درجات عند إصابة مركز الهدف .
  - 2- تحسب الدرجة النهائية بعد الرمي 2 إطلاقاً على كل هدف
  - 3- تحسب النتيجة النهائية للرامي من 100 نقطة ثم تم ترجيحها الى 10 %



### 3-4-3 التجربة الاستطلاعية :

أجرت الباحثة تجربة استطلاعية في يوم الأربعاء بتاريخ 2018/ 9/5 على عينة لاعبي نادي وسام المجد للرمية بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة والبالغ عددهم (5) لاعباً قبل قيامها ببحثها بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته .

### 3-5 الاختبارات القبليّة:

قامت الباحثة بأجراء الاختبارات القبليّة قبل البدء بالمنهج التدريبي، وقد اشتملت على الاختبارات (التتبع البصري , وحدة الابصار , ودقة الرمي ) يوم الاثنين في تمام الساعة العاشرة صباحاً بتاريخ 2018/9 في قاعة وساحات نادي وسام المجد.

### 3-6 المنهج التدريبي:

من أجل تحقيق أهداف البحث أعدت الباحثة منهجاً تدريبياً يرمي إلى التطوير التتبع البصري وحدة الابصار الخاصة ومنها بدقة التصويب بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة , عن طريق تمارين أعدت لهذا الغرض.

أذا اعتمدت الباحثة عند تصميم المنهج على التدريب تمرينات بصرية وقائية مقترحة في تحسين التتبع البصري وحدة الأبصار البصرية بدقة التصويب بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة .

ثم طبقت الباحثة هذه التمرينات على عينة بحثها المتمثلة بالمجموعة التجريبية التي يبلغ عدد أفرادها (8) لاعبين إذ طبقت هذه المجموعة التمرينات لمدة (8) أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع وقد خضعت هذه العينة إلى قياسين قبلي وبعدي في الاختبارات قيد الدراسة.

أما المجموعة الثانية فلم تطبق التمرينات الخاصة بل عملت وفق المنهج المعد من قبل مدرب الفريق وخضعت كذلك إلى قياسين قبلي وبعدي في ذات الاختبارات التي خضعت لها المجموعة التجريبية.

أن الباحثة قد راعت الملاحظات التالية عند تطبيق تمريناته الخاصة:

- ان التمرينات الخاصة قد طبقت في بداية القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية .
- اعتمدت شدة التمرينات على شدة الوحدة التدريبية الموضوعه من قبل مدرب الفريق, وقد بلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحده تدريبيه وكان الوقت المستغرق لإعطاء هذه التمرينات قد تباين من أسبوع



إلى آخره, إذ إن زمن هذه التمرينات بدأ بالتصاعد منذ الأسبوع الثاني وحتى الأسبوع الثامن إذ بلغ مجمل وقت التمرينات خلال (8) أسابيع (456د) د قيد الدراسة والجدول (3) يبين ذلك.

جدول (3)

يبين زمن التمرينات في الوحدة التدريبية الواحدة وفي الأسبوع الواحد والزمن الكلي للتمرينات خلال (8) أسابيع

الأسابيع		الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	الأول
ألازمه										
زمن التمرينات في الوحدة التدريبية الواحدة		12د	14د	15د	17د	19د	23د	25د	27د	
زمن التمرينات في الأسبوع الواحد		36د	42د	48د	51د	57د	69د	75د	81د	456د

### 3-7 الاختبارات البعدية:

أجرت الباحثة الاختبارات البعدية لعينة بحثه (المجموعة التجريبية والضابطة) يوم الجمعة المصادف 2018/11/16 وقد اتبعت الطريقة نفسها التي اتبعتها في الاختبارات القبلية وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة للتجربة والتي استغرقت 8 أسابيع, وقد حرصت الباحثة على إيجاد جميع الظروف للاختبارات القبلية ومتطلباتها عند إجراء الاختبارات البعدية من ناحية الوقت والمكان ووسائل الاختبار.

### 3-8 الوسائل الإحصائية: (1)

من أجل تحقيق هدف الدراسة قامت الباحثة باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) : (قانون النسبة المئوية, الوسط الحسابي, الانحراف المعياري, الوسيط, اختبار (t-test) للعينات المترابطة, اختبار (t-test) للعينات غير المترابطة, معامل الالتواء, t – test لمتوسطين مرتبطين).

### 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها.

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الاختبارات التتبع البصري وحدة الأبصار ودقة التصويب في البندقية الهوائية تحليلها ومناقشتها:

بعد تقرير البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية من قبل الباحثة, ومعالجتها إحصائياً تبين كما في الجدول (4).

### الجدول (4)

يبين نتاج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات التتبع البصري وحدة الأبصار ودقة البندقية الهوائية

الدالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحسوبة	البعدى		القبلى		وحدة القياس	اسم الاختبار
			±ع	س	±ع	س		

(1) مصطفى حسين باهي. الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية. ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999، ص133.



التتبع البصرية	الدرجة	2.125	0.64	3.75	0.46	6.177	0.00	دال
حدة الأبصار	الدرجة	4.50	1.30	2.75	0.70	5.584	0.00	دال
دقة الرمي بالبندقية الهوائية	الدرجة	4.51	0.92	7.50	0.75	9.165	0.00	دال

درجة الحرية (ن-1) (8-1=7) ومستوى الدلالة (0.05).

من خلال الاطلاع على الجدول (4) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للتتبع البصرية ، يتضح لنا ان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ ( 2,125 ) درجة ، وبانحراف معياري (0,64)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي ( 3,75 ) درجة ، وبانحراف معياري ( 0,46). وعند استخدام قانون (t-test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (t) المحسوبة (6,177) وتحت مستوى دلالة ( 0.05 ) وبدرجة حرية (7)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي .

أما في اختبار حدة الأبصار بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (4,50) درجة ، وبانحراف معياري (1,30)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (2,75) درجة ، وبانحراف معياري (0,70). وعند استخدام قانون (t-test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (t) المحسوبة ( 5,584 ) وتحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (7) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي

أما في اختبار دقة الرمي بالبندقية الهوائية بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (4,51) درجة ، وبانحراف معياري (0,92)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (7,50) درجة ، وبانحراف معياري (0,75). وعند استخدام قانون (t-test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (t) المحسوبة ( 9,165 ) وتحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (7) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدي

2-1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبالية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات التتبع البصري وحادّة الأبصار ودقة البندقية بالهوائية وتحليلها ومناقشتها:

بعد أن انتهت الباحثة من اختباراتها القبالية والبعديّة للمجموعة الضابطة من عينة البحث عمدت إلى تفرّغ البيانات ومعالجتها إحصائياً كما في الجدول (5).

### الجدول (5)

يبين نتائج الاختبارات القبالية والبعديّة للمجموعة الضابطة في الاختبارات التتبع البصري وحادّة الأبصار ودقة البندقية بالهوائية

الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعاملات الاحصائية
			±ع	س	±ع	س		
اسم الاختبار								



التتبع البصرية	الدرجة	1.50	0.534	2.125	0.353	3.416	0.01	دال
حدة الأبصار	الدرجة	5.25	1.03	5.00	1.51	0.424	0.685	غير دال
دقة الرمي بالبندقية الهوائية	الدرجة	4.25	0.88	4.75	1.03	2.646	0.03	دال

درجة الحرية (ن-1) (7=1-8) ومستوى الدلالة (0.05) من خلال الاطلاع على الجدول (5) والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدى التتبع البصري، يتضح لنا ان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (1,50) درجة ، وبانحراف معياري (0,534)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدى (2,125) درجة، وبانحراف معياري (0,353). وعند استخدام قانون (t-test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (t) المحسوبة (3,416) و القيمة الاحتمالية (0,01) وتحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (7)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً. من خلال الجدول (5) نلاحظ وجود فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة ، في اختبار التتبع البصري. اما في اختبار حدة الأبصار بلغ المتوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي (5,25) درجة ، وبانحراف معياري (1,03) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدى (5,00) درجة ، وبانحراف معياري (1,51). وعند استخدام قانون (t-test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (t) المحسوبة (0,424) والقيمة الاحتمالية (0,685) وتحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (7) ، وبذلك يكون الفرق غير دال إحصائياً، يعزو الباحثان عدم هذه الفروق إلى هذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدى. اما في اختبار دقة الرمي للبندقية الهوائية ان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (25,4) درجة ، وبانحراف معياري (0,88)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدى (4,75) درجة، وبانحراف معياري (1,03). وعند استخدام قانون (t-test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (t) المحسوبة (2,646) و القيمة الاحتمالية (0,03) وتحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (7)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً. من خلال الجدول (5) نلاحظ وجود فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة ، في اختبار دقة الرمي للبندقية الهوائية. 3-1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات القدرات البصرية ودقة المسدس بالهوائية وتحليلها ومناقشتها: بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة من الباحثان ، ومعالجتها إحصائياً تبين كما في الجدول (6).

#### الجدول (6)

يبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات للتتبع البصري وحده الأبصار ودقة المسدس بالهوائية



الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة (T) المحتسبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعاملات الاحصائية	اسم الاختبار
			±ع	س	±ع	س			
دال	0.00	7.891	0.46	3.75	0.35	2.12	الدرجة	التتبع البصرية	
دال	0.00	3.813	0.70	2.75	1.51	5.00	الدرجة	حدة الأبصار	
دال	0.00	6.068	0.75	7.50	1.03	4.75	الدرجة	دقة الرمي بالبندقية الهوائية	

درجة الحرية (ن-2) (16-2=14) ومستوى الدلالة (0.05) من خلال عرض الجدول أعلاه ، نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة يتضح لنا بأن المتوسط الحسابي لاختبار التتبع البصري قد بلغ (2,12) درجة للمجموعة التجريبية ، وبإنحراف معياري بلغ (0,35) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (3,75) درجة ، وبإنحراف معياري (0,46) .

وعند استعمال قانون (t-test) للعينات غير المترابطة ، أذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (7,891) والقيمة الاحتمالية (0,00) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) وبذلك يكون الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية .

وفي اختبار حدة الأبصار بلغ المتوسط الحسابي (5,00) درجة للمجموعة التجريبية ، وبإنحراف معياري بلغ (1,51) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (2,75) درجة ، وبإنحراف معياري (0,70) . وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة ، أذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (3,813) والقيمة الاحتمالية (0,00) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) وبذلك يكون الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية .

وفي اختبار دقة الرمي بالبندقية الهوائية بلغ المتوسط الحسابي (4,75) درجة للمجموعة التجريبية ، وبإنحراف معياري بلغ (1,03) ، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (7,50) درجة ، وبإنحراف معياري (0,75) . وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة ، أذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (6,068) والقيمة الاحتمالية (0,00) تحت مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14) وبذلك يكون الفرق معنوي ولصالح المجموعة التجريبية .

تعزو الباحثة سبب التطور الحاصل للمجموعة التجريبية في اختبار التتبع البصري وحدة الابصار ودقة الرمي بالبندقية الهوائية إلى هذا يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

وعليه فقد توصلت الباحثة ومن خلال مقارنة قيم الدرجات المحتسبة للاختبارين مع القيمة الجدولية، الى ان جميعها هي اكبر وهذا دلالة على وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية - البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

2-4 مناقشة النتائج:

وتعزو الباحثة هذه النتيجة ذلك إلى فاعلية التمرينات المستخدمة للتتبع البصري وحدة الأبصار ودقة البندقية الهوائية كان لديها اختلاف واضح في متغير بسبب التمارين التي وضعت في المنهج



التعليمي. كما ترى الباحثة ان المنهج التعليمي تم اعطاؤها للمتعلمين، وجعل كل متعلم لديه بندقية هوائية اثناء أدائه التمارين وفق الوحدات التعليمية المخصصة وكل حسب التمرين ونوعيته مما أدى الى المحافظة على عدد التكرارات وأدائها بالوقت المحدد لها ووفق ما يقتضيه أداء التمرين أو المهارة ويتفق هذا مع ما اشار اليه (محبوب، 2001) من أن "التمرين مع الأداة ينقل المتعلم الى الاداء الافضل خلال الممارسة"<sup>(1)</sup>.

كذلك فإن تأثير التمرينات المتنوعة والخاصة بقدرتي التتبع البصري وحدة الأبصار ودقة الرمي بالبندقية الهوائية والتي تضمنها المنهج التعليمي، بحيث كان العمل بها من السهل الى الصعب، ومن الثبات لانهم ذو الاحتياجات الخاصة مع التأكيد على الأداء الصحيح في أثناء تعليم ، جعل التقدم لدى المتعلمين واضحاً في هذه القدرات فضلاً عن ان تعميم التمرينات التي تم تعليمها للمتعلمين من خلال المنهج التعليمي والاستفادة منها من قبلهم جاء نتيجة التكرارات والأداء الصحيح لهذه القدرات من قبل المتعلمين. تعد هذه القدرة مهمة بالتأكيد للرياضة المعاق التي تتطلب تركيز عالي وسرعة فيها<sup>(1)</sup>.

من خلال الجدول (4) نلاحظ وجود فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ، في اختبار التتبع البصري وحدة الأبصار ودقة الرمي بالبندقية الهوائية ويعزو الباحثان هذه النتائج إلى طبيعة التمارين المستخدمة من خلال الوحدات التعليمية إذ إن التدريبات التي تحدث لدى اللاعبين هي نتيجة الانتظام في المناهج التعليمية الحاصل في اختبارات اختبار التتبع البصري وحدة الأبصار ودقة الرمي بالبندقية الهوائية .

ما أكدته الدراسات التي تنص ويتفق الباحثان مع ما أشار إليه (برابن) أن الأداء العالي يرتبط بالقدرات البصرية المثالية وان ضعف القدرات البصرية يتسبب في أعاقه الأداء ،فاذا كانت المعلومات البصرية غير دقيقة فان الجسم يفتقد للتوقيت المناسب وتسبب ذلك في انخفاض في مستوى الأداء والانجاز<sup>(2)</sup> وان حدة الأبصار رسمت بواسطة طريقة علمية خاصة بناء على حقائق بصرية وفسولوجية وأكثر هذه العلامات هي ترسم على شكل حلقات ناقصة الاستدارة.

ويعزو الباحثان الى ان سبب ذلك ان طبيعة الأداء تتطلب من اللاعب الى تلك القدرة المهمة والمؤثرة في أداء المنافسة الا وهي قدرة التتبع البصري وحدة الأبصار

كما ذكر (زيمان) ان هناك العيد في القدرات البصرية المتنوعة التي لها دور كبير في الرياضة لذا فمن الطبيعي ان يكون لكل رياضة متطلبات خاصة من تلك القدرات البصرية المتنوعة<sup>(3)</sup>

ويرى الباحثان وان هذه القدرة تعد من الركائز الأساسية المهمة حيث تستخدم حركة العين التتبعية وذلك لتتبع نصل الرامي ودقة التهدف والتتبع البصري هو استخدام حركات العين لمسح المنطقة وتعقب الهدف المطلوب في الرماية.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1- للتمرينات الخاصة تأثير جيد في تطوير التتبع البصري وحدة الأبصار والدقة في التصويب بالبندقية بالهوائية لدى ألمجموعه التجريبية من لاعبي الرماية بالبندقية بالهوائية للاحتياجات الخاصة .

(2) وجيه محبوب: التعلم وجدولة التدريب الرياضي، عمان ، دار وائل للنشر، 2001. ص48.

1- Alan Bermah, oD Lnstitute for sports vision ,WWW.opt.pacificu, edu ce 2011 p 46

2-Brian Ariel, sport vision Training an expert guide to improving performance by training the eye human perception and human performance .2004 ,p125.

3- ziaman AN hascelik Basgozw ;The effects of physical training on physical fitness tests and visual reaction time of volleyboll players 1993 .p 126



2- أفضليه أالمجموعه التجريبية في تطوير التتبع البصري وحدة الأبصار والدقة في التصويب بالبندقية بالهوائية لدى أالمجموعه التجريبية من لاعبي الرماية بالبندقية بالهوائية للاحتياجات الخاصة.

2-5 التوصيات

1- الاهتمام بتطوير التتبع البصري وحدة الأبصار والدقة والصفات الأخرى لدى لاعبي الرماية بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة

2- أعطاء الوقت الكافي للتدريب على مهارة الدقة التصويب بأنواعه المختلفة في الوحدات التدريبية بما يؤدي إلى تطويرها لكونها خاتمة المهارات وأهميتها في تسجيل النقاط.

4- التركيز على تدريب اللاعب على مهارة دقة التصويب وأنواعه المختلفة بوجود خصم وبظروف مشابهة لظروف العب.

المصادر العربية:

ديوبولد مان دالين: مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس ترجمة محمود نبيل نوفل وآخرين، القاهرة، مكتبة أنجلو المصرية، 1984.

• ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي مفهومه ، أدواته، أساليبه ، عمان دار الفكر والنشر والتوزيع. (1988) .

• لقاء علي عناد , حسين علي كمبار : الرؤية البصرية والنشاط الرياضي قياسات, اختبارات , تدريبات , دار الكتاب العلمية , 2016 , ص 71-72 .

• عصام حمدي الصفدي. الإعاقة الحركية والشلل الدماغي ، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 2007، ص18.

• كريمة فياض : اثر استراتيجتي التعلم الذاتي وتدريب الأقران في مستوى الأداء الفني والانجاز لفعالية الرمي بالبندقية الهوائية , اطروحه دكتوراه , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات , جامعة بغداد , 2004 , ص 56

• مصطفى حسين باهي. الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية. ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1999 .

• وجيه محجوب: التعلم وجدولة التدريب الرياضي، عمان ، دار وائل للنشر، 2001. ص48.

• وجيه محجوب ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه : ( بغداد ، مديرية دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2002 ) .

المصادر الاجنبية

• 1- Alan Bermah, oD Lnstute for sports vision ,WWW.opt.pacificu, edu ce 2011 p 46

• 2-Brian Ariel, sport vision Traning an expert guide to improving performance by training the eye human perception and human performance .2004 ,p125.

• 3- ziaman AN hascelik Basgozw ;The effects of physical training on physical fitness tests and visual reaction time of volleyball players 1993 .p 126

بسم الله الرحمن الرحيم

ملحق (1)

ترشيح الاختبارات من قبل السادة الخبراء

المحترم

إلى .....

تحية طيبة:-

تروم الباحثة (لقاء علي النداوي) بإجراء بحثها الموسوم (تأثير تمرينات وقائية مقترحة في تحسين التتبع وحدة الإبصار وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية بالهوائية لذوي الاحتياجات الخاصة )

ونظراً لما تتمتعون به من مكانة علمية وكفاءة مشهود بها..... يرجى تفضلكم باختيار اختبار واحد لكل من التتبع البصري وحدة الابصار ودقة الرمي قيد الدراسة الموجودة في الاستمارة المرفقة لكي يتسنى لنا إكمال متطلبات البحث..... وتقبل فائق التقدير والاحترام

الباحثة

م.د لقاء علي النداوي

ملاحظة:- يرجى وضع علامة ( / ) أمام الاختبار المناسب.

الاختبار	الاختبارات	المتغيرات
	قياس التتبع البصري	التتبع البصري



قياس التتبع والتصوير البصري من الحركة	حدة الأبصار
قياس حدة الأبصار للمسافات البصرية	
اختبار الرؤية المحيطية	دقة الرمي بالبندقية الهوائية
اختبار الوضع الصحيح للرمي (الرمي الجاف)	
اختبار الرمي الحقيقي	

## ملحق (2)

أسماء الخبراء الذين وزعت عليهم استمارة الاستبيان لتحديد أهم الاختبارات الخاصة بلاعب الرماية للاحتياجات الخاصة

الاختصاص	مكان العمل	الاسم	ت
التدريب المعاقين	جامعة بابل/ كلية التربية البدنية علوم الرياضة	أ.م. د أحمد عامر	1
التدريب المعاقين	جامعة ميسان/ كلية التربية البدنية علوم الرياضة	أ.م.د علي حسن فليح	2
التدريب المعاقين	جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية علوم الرياضة	م.د زهير سالم عبد الرزاق	3

الأسبوع التدريبي الأول  
التدريبية الأولى: 2018/9/16

نموذج للوحدات التدريبية خلال الأسبوع

هدف الوحدة التدريبية: تحسين أهم التتبع البصري وحدة الأبصار وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية بالهوائية لنوي الاحتياجات الخاصة.

الملاحظات	الزمن الكلي	الراحة بين المراجع	المراجع	الراحة بين التكرارات	زمن التمرين	التكرار	الشدة	نوع المرمين	الوحدات التدريبية	الأسبوع
	960ثا	60ثا	2	30ثا	45ثا	2	65%	رقم (6,3,1)	السبت	الأول
	680ثا	60ثا	4	15ثا	10ثا	5				
	990ثا	60ثا	3	30ثا	30ثا	5				
	960ثا	60ثا	2	30ثا	45ثا	2				
	1140ثا	60ثا	5	30ثا	30ثا	4	65%	رقم(5,2,4) تمارين	الاثنين	
	680ثا	60ثا	4	15ثا	10ثا	5				
	990ثا	60ثا	3	30ثا	30ثا	5				
	1180ثا	70ثا	2	40ثا	40ثا	7				
	1530ثا	90ثا	3	60ثا	60ثا	4	75%	(6,1,2) تمارين	الأربعاء	
	1320ثا	60ثا	2	20ثا	40ثا	8				
	393ثا	45ثا	3		20ثا	4				

- التمرين (1): يقف الرامي في أي محطة من المحطات الرمي حاملاً السلاح وفي الاستعداد للرمي ,وعكس اتجاه ميدان الرمي وياخذ إشارة من المدرب نداء الصوتي (مثل TRAP)
- التمرين (2): أداء التصويب من الثبات بالبندقية على 3 لوحات وهو معصوب العينين إلى الوحة مثلثة أمامه بصورة مستقيمة ، وعلى بعد 20م)، والمسافة بين الوحات (1) متر.
- التمرين (3): توضع علامتان على الجدار بشكل مستقيم بينهما مسافة (3 م) أمام جانط مستو ، تبعد العلامتان عن المستوي (20 م ، 20 م) ، يقف لاعبان على العلامتين ، يؤديان التصويب ، مع تغيير أماكنهما.
- التمرين (4): يقف الرامي في أي محطة من المحطات الرمي حامل السلاح ثم يبدا بتوجيه السلاح الى جميع الاتجاهات (يمين ,يسار , أعلى , أسفل) ..
- التمرين (5): أداء التصويب من الثبات بالبندقية على 6 لوحات وهو معصوب العينين إلى الوحة أمامه بصورة مستقيمة ، وعلى بعد 20م)، والمسافة بين الوحات (1) متر.
- التمرين (6): يضع اللاعب واقية العينين واداء التصويب البعيد من الثبات من أمام السلة ومن جانب اليمين واليسار