

## دراسة مقارنة بعض أوجه القوة العضلية بدقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين.

ا.م.د. ضمياء علي عبدالله  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
جامعة اربيل

### ملخص البحث العربي:

ان قلة توجه الباحثين الى هذه الفئة لقياس أوجه القوة والتصويب بكرة اليد ظنا في ان الاختلاف يكمن في أدوات القياس ، ومن هنا تولد السؤال الآتي : هل هناك فروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين .

وقد هدف البحث الى التعرف على الفروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين

وافترضت الباحثة : بانه لا توجد فروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين

وتم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنات لملائمته لطبيعة البحث ، وتكون مجتمع البحث من طلاب الصف الثالث المتوسط بعمر (14-15) سنة من مدرسة كوران المتوسطة ومعهد هيووا للإعاقة السمعية في مركز محافظة أربيل للعام الدراسي 2015-2016، إذ بلغ عدد طلاب معهد هيووا ( 17 ) طالبا من فئة ضعاف السمع والصم التام ، وتوصلت الدراسة الى الاستنتاجات الآتية :

- 1-تفوق الطلاب الأسوياء على الطلاب ضعاف السمع في القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ودقة التصويب بكرة اليد
- 2- تفوق الطلاب الأسوياء على الطلاب الصم التام في القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ودقة التصويب بكرة اليد

ومن توصيات الباحثة :

- 1-ضرورة الأهتمام بمهارات كرة اليد في معاهد الإعاقة السمعية فضلا عن ضرورة توفير أماكن مادية من أدوات وساحة واسعة وكادر رياضي متخصص لتطوير تلك المهارات عند الطلاب .
- 2-ضرورة أشتراك طلاب الإعاقة السمعية في الأنشطة الرياضية التي تتضمن على القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة في الأداء إذ أن ذلك سيشبع التعطش الحركي لديهم ويزيد من ثقتهم بأنفسهم .

**Compared to some of the muscle strength accurately shooting hand reel between students with disabilities and their peers ordinary audio study**  
**Dr.Dhamiaa ali abdullah**

**Summary**

The lack of directed researchers to this category to measure the strengths and correction hand reel , thinking that the difference lies in the measurement tools , hence generate the following question : Are there differences in some aspects of muscle strength and accuracy correction roller hand between students with hearing disabilities and ordinary peers.

The research aims is to identify the differences in some aspects of muscle strength and accuracy correction roller hand between students with hearing disabilities ordinary and associate them

I suppose the researcher: that there are no differences in some aspects of muscle strength and accuracy correction roller hand between students with disabilities and ordinary audio associate them

It was used the descriptive manner comparisons of the suitability of the nature of search, be research community graders Aaii average age (14-15 years) from the Curran Middle School and the Institute of Hewa Hearing Impairment in Erbil province, for the academic year 2015-2016, as the number of students Hiwa Institute was ( 17) students from a class full hearing-impaired and deaf, and the study reached the following conclusions:

1-outweigh normal students to hearing-impaired students in explosive power and distinctive strengths speed and accuracy shooting hand reel

2. outweigh normal students to complete the deaf in explosiveness and strength characteristic speed and accuracy shooting hand reel force students

The researcher recommended the following:

1. The need to focus on the skills of handball in the hearing disability institutes as well as the need to provide physical possibilities of tools and yard wide and a dedicated cadre athlete to develop those skills in students.

2-necessity Subscribe hearing impaired students in sports activities, which include distinctive explosiveness and strength as quickly as strength in performance since that would satisfy the thirst locomotor have and increases their self-confidence.

**1-التعريف بالبحث**

**1-1 المقدمة وأهمية البحث :-**

مما لا شك فيه أن المستوى الرياضي المتقدم الذي وصلت إليه دول عديدة هو نتيجة للنقد العلمي الذي أعتمد على نتائج البحوث والدراسات التي أجريت في هذا المجال ولم تتوقف عجلة التطور بل ما زالت الدراسات مستمرة إلى حد الآن ، يعد عنصر القوة من أهم العناصر التي تعتمد عليها اللياقة البدنية لما لها من تأثير كبير في إمكانية الرياضة الحركية ، ولا تخلو أية فعالية رياضية من أحد أنواع القوة ، والتي تشكل عند الرياضي أحد العناصر الأساسية والمساعدة في تحقيق الإنجاز بكل أشكاله في تلك الفعالية، فالقوة لا يمكن إخراجها إلا بوجود مثير معين أي "أنها المؤثر الذي يحاول أن يغير من الجسم من حيث الشكل أو الحركة بمقدار أو اتجاه" (حسين ، 1977 ، 66) . فضلاً عن أن القوة لا يمكن إظهارها بشكلها السليم إلا من خلال التغلب على مجموعة من المقاومات المتسلطة على العضلة العاملة أو مجموعة العضلات العاملة وعلى هذا فإن القوة "هي قدرة العضلة في التغلب على مقاومات خارجية أو مواجهتها" (حنتوش وسعودي ، 1988 ، 54)

وكرة اليد واحدة من الألعاب الفرقية التي تتميز بالأحتكاك المستمرة بين لاعبي الطرفين المتنافسين والتي بدأت تحظى بشعبية كبيرة على المستويين المحلي والدولي لما تتميز به اللعبة من مزيج رائع في الأداء الفني والإيقاع السريع مما يثير إعجاب الجمهور ولاسيما عند تسجيل الأهداف بمهارة عالية من الدقة ، وأن طبيعة الأداء البدني في هذه اللعبة يكاد يختلف عن بقية الألعاب الأخرى من حيث صغر ساحة اللعب وسرعة الأداء ، لذلك تبرز بعض المتطلبات الأساسية والمتمثلة ببعض أوجه القوة العضلية لتأخذ مكانها في الطليعة قياساً بالحاجة إلى المتطلبات الأخرى المهارية لتمييز ممارسي هذه اللعبة عن بقية الألعاب الأخرى. (غزال و علاوي، 1998، 57)

وللتصويب أهمية كبيرة في لعبة كرة اليد فجميع المهارات والقدرات الأساسية والمركبة التي يمتلكها لاعب كرة اليد تصبح بلا فائدة إذا لم يستطع تتويجها بإصابة هدف الخصم وهذا من أهم الواجبات المهمة في ممارسة كرة اليد إذ تتوقف نتيجة المباراة على اجادة اللاعب قوة ودقة التصويب.

وتعد مشكلة الإعاقة السمعية مشكلة عالمية ولا يخلوا أي مجتمع منها وأن الاهتمام بهذه الفئة تعد من الدلائل على تقدم ورقي أي مجتمع من المجتمعات فالأنسان يعتمد اعتماداً جوهرياً على حواسه في استقبال المعلومات وان فقدانه لأي حاسة من حواسه يحد من خبرته وبحرمه من ممارسة النشاطات المختلفة ومن ضمنها النشاط الرياضي والذ له دور في تكوين وبناء الشخصية ، ورغم أن المعاق السمعي لديه طاقة معطلة إلا أنه يمتلك قوة عضلية ومهارية تساعده على أداء الأنشطة الرياضية مقارنة بإقرانهم العاديين وحيث ان كرة اليد من الالعاب الرياضية التي لها شعبية كبيرة في العالم والتي تحتاج الى قوة عضلية لممارستها لذا برزت أهمية البحث في معرفة الفروق بين الطلاب العاديين والطلاب ذوي الاعاقة السمعية بما يتمتعون به من قوة عضلية مختلفة ودقة تصويب بكرة اليد .

## 1-2 مشكلة البحث

أُلفت العديد من الدراسات في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم مجال الاختبارات والتدريب الرياضي والتعلم الحركي الضوء على أوجه القوة العضلية والتصويب بكرة اليد وجميع تلك الدراسات كانت مقتصرة على العاديين وقله من تلك الدراسات اهتمت بالمعاق سمعياً في هذا المجال بالرغم من أن المعاق هو أنسان لديه قوة وقابلية مهارية في الوصول إلى مستويات جيدة إذا توفرت له الظروف الملائمة لذلك وقد يعود السبب في قلة الاهتمام بهذه الفئة في الآتي :

1. صعوبة القياس لتلك المتغيرات وعدم التمكن من فهم هؤلاء الأفراد فالجميع لا يتقن لغة الإشارة لمعرفة ما يملكه هذا الفرد وما يرغب في القيام به .

2- قلة توجه الباحثين إلى هذه الفئة لقياس أوجه القوة والتصويب بكرة اليد ظناً في اختلاف أدوات القياس ، ومن هنا تولد السؤال الآتي : هل هناك فروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين

الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين

**3-1 هدف البحث:** التعرف على الفروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين

**4-1 فرض البحث:** لا توجد فروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وإقرانهم العاديين

### **5-1 مجالات البحث**

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثالث المتوسط لمعهد هيووا للإعاقة السمعية ومدرسة كوران المتوسطة في مركز محافظة أربيل

1-5-2 المجال الزمني: 2016/2/14 ولغاية 2016/2/17

3-5-1 المجال المكاني: الساحة الرياضية لكل من معهد هيووا للإعاقة السمعية ومدرسة كوران المتوسطة

### **6-1 تعريف المصطلحات**

1-6-1 القوة الانفجارية : تعرف "بأعلى قوة ديناميكية يمكن أن تنتجها العضلة أو مجموعة عضلية لمرّة واحدة" (بسطويسي ، 1999 ، 116)

2-6-1 القوة المميزة بالسرعة: أنها "كفاءة الفرد في التغلب على مقاومات مختلفة في عجلة تزايدية عالية وسرعة حركية مرتفعة" (عبد الخالق، 128، 1999)

3-6-1 الدقة : "بأنها قابلية التوافق الحركي التي تساعد على الحل السريع للواجبات الحركية وبصورة هادئة" (حماد ، 1998 ، 93)

4-6-1 التصويب: "هو أداء مهاري مركب توافقي يتصف بالقوة والسرعة ودقة رمي الكرة نحو الهدف ، والتصويب هو التتويج النهائي لتكوينات اللعب (شتاين ، 12، 1974)

5-6-1 الأصم : ويقصد به الذي يعاني من عجز سمعي ( 70 ديسبل ) فاكثر لايمكنه من الناحية الوظيفية من مباشرة الكلام وفهم اللغة اللفظية وبالتالي يعجز عن التعامل بفعالية في مواقف الحياة الاجتماعية حتى مع استخدام معينات سمعية مكبرة للصوت (القريطي، 1996، 38).

6-6-1 ضعيف السمع : هو الفرد الذي يعاني من صعوبات او قصور في حاسة السمع يتراوح ما بين ( 30 ديسبل واقل من ( 70 ) ديسبل ويمكنه الاستفادة من المعلومات المنقولة في صورة لغة منطوقه وذلك بإستخدام المعينات السمعية المناسبة لحاسة السمع المتبقي لديه (الدمايطي ، 2000، 18)

## **2- الأطار النظري والدراسات السابقة**

### **1-2 الأطار النظري**

#### **1-1-2 القوة :**

يعد عنصر القوة من أهم العناصر التي تعتمد عليها اللياقة البدنية لما لها من تأثير كبير في مستوى أداء الأنشطة الرياضية ، ولا تخلو أية فعالية رياضية من أحد أنواع القوة ، والتي تشكل عند الرياضي أحد العناصر الأساسية والمساعدة في تحقيق الإنجاز بكل أشكاله في تلك الفعالية . وقد أتجه التدريب الرياضي لتطوير القوة لكونها أحد العوامل المساعدة على التفوق الرياضي (التكريتي ومحمد علي ، 1986 ، 49) . كما أن القوة مطلوبة من الناحية الرياضية لدفع أو تحريك أو زيادة سرعة الأجهزة المستعملة كالكرة مثلاً وعند التصويب ، وكذلك فهي عامل أساسي تمكن اللاعب من التغلب على وزن جسمه عندما يحاول الخداع وتغيير إتجاهه وسرعته للمرور من المنافس ، لذا فإن عنصر القوة يجب توفره بصورة مختلفة على سبيل المثال في التهديف الجاد وفي المهاجمة والقفز إلى الكرة والتمرير البعيد أو ضربة الرأس وكذلك التنافس الثنائي مع الخصم إذ يتطلب استخدام الجسم كله إذ نجد أن عضلات الرجلين هي التي أولاً وقبل كل شيء يجب أن تكون على درجة عالية من القوة (كنزة ، 1980 ، 183)

## 2-1-2 أنواع القوة العضلية

من خلال إطلاع الباحثة على العديد من المصادر العلمية وجد أن قلة من العلماء قد قسموا القوة على عدة أشكال أو عدة أوجه وهي كما يأتي :

القوة القصوى (العظمى)	مطاولة القوة (تحمل القوة)	دقة القوة	القوة الانفجارية
القوة المطلقة	مطاولة القوة المميزة بالسرعة	رشاقة القوة	القوة المميزة بالسرعة

وستتناول الباحثة صفتي القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة لأنهما موضوع البحث :

1- القوة الانفجارية : تعرف "بأعلى قوة ديناميكية يمكن أن تنتجها العضلة أو مجموعة عضلية لمرة واحدة" (بسطويسي ، 1999 ، 116) . ويتفق كل من (حسانين وأسعد) على أن "صفة القوة الانفجارية تحتل المرتبة الأولى بين ترتيب القدرات البدنية في معظم الأنشطة الرياضية" (محمد ، 1997 ، 245) . وأن "الفرد الذي يمتلك هذه الصفة له القدرة على إطلاق القوة من العضلات المشتركة في الحركة والتي تتضمن صفتي السرعة والقوة العضلية" (الصوفي ، 1999 ، 22) . كما أن القوة الانفجارية تؤدي دوراً كبيراً وبارزاً في كثير من الأنشطة الرياضية التي تتطلب من لاعب كرة اليد أثناء أداء المهارات الأساسية وبخاصة القفز إلى الأعلى أثناء التصويب على الهدف (الزيدي ، 2004 ، 33)

2- القوة المميزة بالسرعة : تعد هذه الصفة من الصفات الأساسية في تحديد مستوى الأداء في كثير من المنافسات الرياضية مثل كرة اليد وهي من أكثر أنواع القوة المستخدمة في كرة اليد ونظراً لأهمية هذا النوع من القوة للاعب كرة اليد فإنه يحتل نسبة كبيرة من الزمن المخصص لتنمية القوة العضلية في المناهج التدريبية نظراً لتميز أداء اللاعب بهذا النوع من النشاط ، تؤدي صفة القوة المميزة بالسرعة دوراً مهماً بوصفها إحدى الصفات الأساسية في تحديد مستوى الأداء في كثير من المنافسات الرياضية (الربيعي ، 2000 ، 17)

(الدرعة، 1999، 49) .

وعلى المدرب عند تدريب القوة ملاحظة عدد من النقاط المهمة التي ربما يؤدي إهمالها إلى إصابة اللاعب وأبتهاده عن الملاعب ومنها التسخين الجيد ولجميع عضلات الجسم ، والعناية بفترة الراحة بين تمرين وآخر وإعطاء تمارين الأسترخاء فيها، ويجب أيضاً ملاحظة تناسب التمارين مع الإمكانيات الحقيقية للاعبين (عودة، 1998، 209).

## 2-1-3 مفهوم التصويب

أن التطور السريع الذي طرأ على فعالية كرة اليد في السنوات الأخيرة أعطى مهارة التصويب حيزاً كبيراً ومهما لما لهذه المهارة من دور كبير وفعال لترجمة جهود أعضاء الفريق في المباراة حيث أن ضبط التكتيك والتكتيك في اللعب ما هو إلا لخدمة مهارة التصويب ونجاحها ووصول أحد لاعبي الفريق المهاجم الى المركز الذي يسهل منه التصويب لتحقيق الإصابه ، كما أن إمكانيات التصويب وأجادته للاعبين الفريق تعطي إمكانيات ارتفاع معنويات اللاعبين والثقة بالنفس وروح الأنفعال وأثار الدوافع لبذل الجهد والكفاح من أجل الفوز وتسجيل أفضل النتائج إذ يعد "التصويب قمة اللعب وأن نوعيته ومستواه هو الذي يحدد الفوز أو الخسارة لذا ينبغي إنجازه أو أدائه بتركيز عال ودقة جيدة، وتعد لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي يكون هدفها الأساس إصابة هدف المنافس ويعد التصويب من المهارات الحركية الأساسية المهمة في لعبة كرة اليد بحيث تهدف كل حركات الهجوم إلى الأنتهاء بالتصويب على مرمى الفريق الخصم وهذا من أهم الواجبات المهمة في ممارسة كرة اليد إذ تتوقف نتيجة المباراة على دقة الأداء الفني لهذه المهارة وأكد تلك الأهمية (الدليلي ، 1994) فقد ذكر أن "المبادئ الأولية والخطة المدروسة تصبح عديمة الفائدة إذا لم تتوج بإصابة الهدف (الدليلي ، 1994، 102). ويعرف (أسماعيل ، 1984) التصويب "انه المحاولة الفعلية والجادة للاعب المهاجم لإدخال الكرة الى هدف الخصم مستثمراً في ذلك قابليته الفنية والبدنية والنفسية والذهنية ضمن إطار القانون الدولي (الدليلي ، 1994، 102) .

## 2-1-4 دقة التصويب

وهي قابلية اللاعب على إصابة المرمى عن طريق توجيه الحركات الإرادية للعضلات العاملة والعضلات المقابلة لها في تنفيذ الحركات عن طريق دائرة التوجيه في المخيخ إذ تقوم نوى القنطرة بالسيطرة على الفعاليات الإرادية المتعددة فتتنسق بينها وتنظم شدتها وأتجاهها ومدتها اعتماداً على الذاكرة الحركية الناتجة من جراء التدريب والتكرار للحركة (الهالي ، 1972 ، 490) . ودقة الحركات ناتجة من توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها اللاعب نحو هدف معين (حسانين ، 1979 ، 447) . ويذكر (قاسم المندلوي) أن دقة الأداء هو إجراء الحركة في الزمان والمكان المحدد بتناسق وضبط الأجزاء الدقيقة بها (المندلوي والشاطي ، 1987 ، 70) .

## 2-1-5 مفهوم الإعاقة السمعية وتصنيفاتها

يغطي مصطلح الإعاقة السمعية أو القصور السمعي مدى واسع من درجات فقدان السمع تتراوح بين الصم أو فقدان الشديدي الذي يعوق عملية تعلم الكلام واللغة، والفقدان الخفيف الذي لا يعوق استخدام الاذن في السمع وتعلم الكلام واللغة (الدماطي ، 28، 2000) . وقد تم تصنيف الإعاقة السمعية الى : (متولي ، 20، 2015-21)

أولاً/ التصنيف الإعاقة السمعية وفقا للعمر الذي حدث فيه.

ثانياً / التصنيف الطبي للإعاقة السمعية .

ثالثاً :- تصنيف طبقاً لدرجة الفقد السمعي . ( فاروق ، 2012 ، 55 )

### 3- إجراءات البحث الميدانية

**3-1 منهج البحث:** تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنات لملائمته لطبيعة البحث .

**3-2 مجتمع البحث وعينته:** تم اختيار مجتمع البحث بطريقة عمدية من طلاب الصف الثالث المتوسط بعمر

(14-15) سنة من مدرسة كوران المتوسطة (طلاب اصحاء ) ومعهد هيووا للإعاقة السمعية (طلاب معاقين

سمعيًا ) في مركز محافظة أربيل للعام الدراسي 2015-2016، إذ بلغ عدد طلاب معهد هيووا (17) طالبا من

فئة ضعاف السمع والصم التام وتم استبعاد طالب واحد صم كامل لإصابته بعوق حركي وبهذا بلغت عينة

البحث في معهد هيووا (16) طالبا وبواقع (8) طلاب ضعاف السمع و(8) طلاب صم كامل ،اما عدد طلاب

مدرسة كوران المتوسطة بلغ ( 30 ) طالب اذ تم الاختيار العشوائي وبالقرعة ل( 8 ) طلاب، وبذا بلغت عينة

البحث (24) طالبا في مدرسة كوران المتوسطة ومعهد هيووا وبواقع ( 8 ) طلاب عاديين و(8) طلاب ضعاف

السمع و(8) طلاب صم تام وتم تجانس العينة في بعض المتغيرات ذات العلاقة بالبحث وذلك في يوم

الاحد والاثنين الموافق 14-15/2/2016 وكما مبين في الجدول (1)

### الجدول (1)

تجانس العينة في المتغيرات العمر - الكتلة - الطول

المتغيرات	وحدة القياس	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الالتواء
1-العمر	السنة	14.667	0.637	0.522
2-الطول	سم	177.625	6.479	0.868
3-الكتلة	كغم	71.375	8.968	0.962

يتبين من الجدول (1) أن جميع قيم معامل الالتواء اقل من (+1) لجميع المتغيرات مما يدل على تجانس

العينة في تلك المتغيرات

### 3-3 أداة البحث

3-3-1 أختبارات بعض أوجه القوه العضلية (القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة)

بعد الإطلاع على العديد من الأدبيات الخاصة بالقوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للرجلين تم أعداد أستبيان لتحديد أنسب الأختبارات لتلك العناصر الملحق ( 1 ) وتم عرض الأستبيان على مجموعة من ذوي الخبرة والأختصاص في كرة اليد \* والذين أختاروا الأختبارات الأنسب لتلك العناصر والملائمة لعمر العينة ومستواهم وشملت تلك الأختبارات على :

### 1-أختبار الوثب العمودي :

الغرض من الأختبار : قياس القوة الانفجارية للرجلين .

الأدوات : سبورة تثبيت على الحائط بحيث تكون حافتها السفلى مرتفعة عن الأرض (150سم) ، على أن تدرج بعد ذلك من (151) - (400سم) ، مانيزيا ، شريط قياس.

مواصفات الأداء : يغمس المختبر أصابع اليد المميزة في المانيزيا ، ثم يقف بحيث تكون ذراعه المميزة بجانب السبورة ، يقوم المختبر برفع الذراع المميزة على كامل أمتدادها لعمل علامة بالأصابع على السبورة ، ويجب ملاحظة عدم رفع الركبتين من على الأرض أثناء قيام المختبر بهذا العمل ، يسجل الرقم الذي وضعت العلامة أمامه .

من وضع الوقوف يمرجح المختبر الذراعين أماماً عالياً ثم أماماً أسفل خلفاً مع ثني الركبتين نصفاً ثم مرجحتها أماماً عالياً مع فرد الركبتين للوثب العمودي إلى أقصى مسافة يستطيع الوصول إليها لعمل علامة أخرى بإصبع اليد المميزة وهي على كامل أمتدادها ، يسجل الرقم الذي وضعت العلامة الثانية أمامه الشروط : عند أداء العلامة الأولى يجب عدم رفع إحدى الكعبين أو كليهما من الأرض كما يجب عدم رفع الذراع المميزة عن مستوى الكتف الأخرى أثناء وضع العلامة ، إذ يجب أن يكون الكتفان على استقامة واحدة للمختبر الحق في مرجحتين (إذا رغب في ذلك) عند التحضير للوثب . لكل مختبر محاولتان يسجل له أفضلهما .

التسجيل : تعبر المسافة بين العلامة الأولى والثانية عن مقدار ما يتمتع به المختبر من القوة المتفجرة للرجلين مقاسة بال (سم) (الخياط والحيالي ، 2001 ، 462-463) .

### 2- أختبار الوثب الطويل إلى الأمام لمدة (باستمرار 10 ثا)

الغرض من الأختبار : قياس صفة القوة المميزة بالسرعة للرجلين

الأدوات : أرض الملعب - ساعة إيقاف - الأدوات - صافرة - شريط قياس

\* ذوي الخبرة والأختصاص :

أ.د حامد مصطفى حمد - طرائق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين

ا.م.د سعيد نزار سعيد - علم النفس - كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين

م.د عثمان مصطفى عثمان - قياس وتقويم - كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين



مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع الصافرة يقوم بعمل وثبات إلى الأمام ثم تقاس المسافة التي قطعها خلال ( 10 ) ثوان مع ملاحظة عدم لمس أي جزء من الجسم للأرض في أثناء أدائه الوثبات ما عدا القدمين وبذل أقصى جهد من قبل المختبر لتسجيل أكبر مسافة .  
التسجيل : تسجل للمختبر أكبر مسافة قطعها من خلال وقت الاختبار وهو ( 10 ) ثوان وتعطى له ثلاث محاولات ومدة الراحة بين محاولة وأخرى (5-7) دقائق لاستعادة الشفاء وتسجل له أفضل محاولة (عبد الجبار وبسطويسي ، 1987 ، 346-347)

### 3- اختبار رمي الكرة الطبية (1) كغم من الجلوس على الكرسي :

الغرض من الاختبار : قياس القوة السريعة لعضلات الذراع الرامية.  
الأدوات المستعملة: كرات طبية عدد (2) ، شريط قياس.  
مواصفات الاختبار: يجلس اللاعب على كرسي الرمي ويمسك بالكرة الطبية ثم يقوم اللاعب برمي الكرة من مستوى الكتف.

الشروط: يعطى اللاعب ثلاث محاولات تسجل أفضلها.

التسجيل: حساب أفضل مسافة وعدد المحاولات . (حسانين،110،1995)

### 4- اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات للذراعين :

اسم الاختبار : اختبار ثني ومد الذراعين (شناو) من وضع الانبطاح المائل خلال (10) ثا  
الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين .  
الأدوات : ملعب كرة اليد ، ساعة توقيت ، صافرة لإعطاء إشارة البداية والنهاية .  
مواصفات الاداء : من وضع الانبطاح المائل ثني ومد الذراعين أقصى عدد ممكن في (10 ثا ) .  
الشروط :

1. اخذ الجسم الوضع الانبطاح المائل ( الجيد.

2. يراعي ملامسة الصدر للأرض أثناء ثني الذراعين ثم مدها كاملاً .

التسجيل : تسجل للمختبر عدد مرات أداء الثني والمد خلال 10 ثا.(حسانين،399،1995- 400)

### 3-2-3 اختبار دقة التصويب

بعد الإطلاع على العديد من الأدبيات الخاصة بدقة التصويب بكرة اليد تم أعداد أستبيان لتحديد أنسب الأختبارات لتلك العناصر الملحق ( 1 ) وتم عرض الأستبيان على مجموعة من ذوي الخبرة والأختصاص والمشار إليهم سابقاً والذين أختاروا الأختبار الأكثر ملائمة لعمر العينة ومستواهم وخصوصيتهم وشملت على:

- أختبار دقة التصويب من خلف (9)م.

الهدف من الأختبار : قياس دقة التهديف.

الأدوات اللازمة: كرة يد، مرمى كرة يد مرسوم على حائط (3×2م) ثم يقسم المرمى إلى تسع مستطيلات لقياس دقة التصويب ويرسم خط على الأرض يبعد (9م) عن المرمى.

طريقة الأداء: يقوم التلميذ بالتهديف من خلف الخط بخطوة إرتكاز مع مراعاة ما يأتي:

- إصابة المستطيلات (1،3،7،9) والتي تمثل زوايا المرمى البالغة إبعادها (60×100سم) ينال أربع درجات.  
- إصابة المستطيلات (2،8) التي تمثل المنطقة فوق رأس حارس المرمى وبين قدميه والتي تبلغ إبعادها (60×100سم) ينال ثلاث درجات.

- إصابة المستطيلات (4،6) والتي تمثل منطقة بدأ ذراعي حارس المرمى والتي أبعادها (80×100سم) ينال درجتين.

- إصابة المستطيل (5) يمثل منطقة صدر وجذع حارس المرمى والذي يبلغ إبعادها (80×100سم) ينال درجة واحدة.

- إذا جاءت الكرة خارج ذلك ينال التلميذ صفراً.

- يؤدي كل تلميذ عشر محاولات. (عودة ، 1998،279)

### 3-4 التجربة الرئيسية

3-4-1 تم إجراء اختبارات القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة والتصويب على طلاب ذوي الإعاقة السمعية في معهد هيويا في يوم الثلاثاء الموافق 2016/2/16

3-4-2 تم إجراء اختبارات القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة والتصويب على طلاب مدرسة زمانكو الابتدائية في يوم الاربعاء الموافق 2016/2/17

### 3-5 الوسائل الإحصائية

1. الوسط الحسابي

2. الانحراف المعياري

3. اختبار (ت) لعينتين غير مرتبطتين ومتساويتين بالعدد

4. معامل الالتواء

باستخدام الحزمة الإحصائية spss

4- عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض نتائج الفروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب العاديين

وضعاف السمع وكما مبين في الجدول (2)

## الجدول (2)

معامل الإحصائية لبعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بين الطلاب العاديين وضعاف السمع

الاختبارات	وحدة القياس	العاديين		ضعاف السمع		قيمة (ت) المحسويه
		ع +	س -	ع +	س -	
رمي كرة طبية من الجلوس (1) كغم	سم	0.932	5.037	0.496	4.100	*2.512

*2.496	1.035	7.250	0.744	8.375	تكرار	ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل (10) ثا
*2.859	2.559	27.625	3.642	32.125	سم	القفز العمودي
*2.880	1.035	13.750	1.669	15.750	تكرار	الوثب الطويل اماما بإستمرار
*2.731	2.268	16.500	2.828	20.000	درجة	دقة التصويب

\*معنوي عند نسبة خطأ > وأمام درجة حرية (16-2=14) قيمة (ت) الجدولية = (2.14)

يتبين من الجدول (2) أن جميع قيم (ت) المحسوبة لاختبارات بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة > (0.05) وأمام درجة حرية (14) وبالباغة (2.14) وهذا يشير إلى وجود فروق معنوية بين الطلاب العاديين وضعاف السمع في تلك الاختبارات ولصالح الطلاب العاديين .  
4-2 عرض نتائج الفروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب العاديين والصم التام وكما مبين في الجدول (3)

### الجدول (3)

معامل الإحصائية لبعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بين العاديين والصم التام

قيمة (ت) المحسوبة	الصم التام		العاديين		وحدة القياس	الاختبارات
	ع +	س-	ع +	س-		
*2.551	0.547	4.062	0.932	5.037	سم	رمي كرة طبية من الجلوس (1) كغم
*2.762	1.195	7.000	0.744	8.375	تكرار	ثني ومد الذراعين من الانبطاح المائل (10) ثا
*2.579	2.188	28.250	3.642	32.125	سم	القفز العمودي
*3.257	1.553	13.125	1.669	15.750	تكرار	الوثب الطويل اماما بإستمرار
*2.953	3.251	15.500	2.828	20.000	درجة	دقة التصويب

\*معنوي عند نسبة خطأ > وأمام درجة حرية (16-2=14) قيمة (ت) الجدولية = (2.14)

يتبين من الجدول (3) أن جميع قسم (ت) المحسوبة لاختبارات بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة > (0.05) وأمام درجة حرية (14) وبالباغة (2.14) وهذا يشير إلى وجود فروق معنوية بين العاديين الصم التام في تلك الاختبارات ولصالح العاديين.

4-3 مناقشة نتائج الفروق في بعض أوجه القوة العضلية ودقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب العاديين وكل من الطلاب ضعاف السمع والصم التام

يتبين من الجدولان (2) (3) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الطلاب العاديين وكل من الطلاب

ضعاف السمع والصم التام وتعزو الباحثة ذلك إلى :

1- أن الأفراد العاديين لديهم فرصة أكبر للمشاركة في الأنشطة الرياضية مقارنة بالمعاقين سمعياً كما أنهم يميلون في مزاوله الأنشطة الرياضية التي تبرز القوة الانفجارية لديهم إذ يشير (محمد، 1997) بأن "صفة القوة الانفجارية تحتل المرتبة الأولى بين ترتيب القدرات البدنية في معظم الأنشطة الرياضية" (محمد ، 1997 ،

245) . ويضيف (الصوفي ، 1999) بأن "الفرد الذي يمتلك هذه الصفة له القدرة على إطلاق القوة من العضلات المشتركة في الحركة والتي تتضمن صفتي السرعة والقوة العضلية" (الصوفي ، 1999 ، 22) . فهي تعد من أهم الصفات البدنية للاعب كرة اليد وبخاصة لعضلات الأطراف السفلى التي لها أهمية كبيرة في أثناء أداء الكثير من المهارات الأساسية في الهجوم والدفاع لاحتياج لاعب كرة اليد إلى الوثب إلى الأمام وإلى الأعلى للقيام بعملية التصويب وعمل البلوك لصد كرات المهاجمين وعدم وصولها للمرمى (عودة ، 1998 ، 209) .

كما إن كل نوع من الألعاب الرياضية يحتاج إلى نوع خاص من القوة وعلى المدرب أن يكون لديه الإلمام التام عند تطوير أي نوع من القوة لأن كل نوع من القوة له طريقته الخاصة في التدريب (المندلوي والشاطي،1987،90) .

2-الطلاب العاديين في هذه المرحلة العمرية يقضون معظم أوقاتهم باللعب خارج المنزل ويميلون إلى المشاركة في الألعاب التي تتميز بالأحتكاك والتي تحتاج إلى قوة بدنية في مزاولتها وتحتاج إلى سرعة في الأداء ومنها كرة اليد وهذا ما يفتقره الطلاب المعاقين سمعياً نظراً لقله أحتكاكهم بالبيئة إذ يشير (الزبيدي،2004) إلى أن صفة القوة المميزة بالسرعة للاعب كرة اليد تعد مهمة جداً في المهارات والحركات التي تحتاج إلى انقباضات عضلية سريعة وقوية والتي يكون فيها الدور المهم والأكبر للجهاز العصبي العضلي في إخراج هذه الانقباضات . (الزبيدي ، 28،2004) . وتتميز هذه الصفة بالأرتباط المتبادل لمستويات متباينة لكل من خصائص القوة وخصائص السرعة تتماشى مع طبيعة الأداء للمهارة في النشاط الممارس بحيث تضمن أعلى فاعلية لهذا الأداء تحت ظروف وشروط المسابقة (علاء الدين وآخرون ، 1980 ، 93) . وفي "أثناء أرتباط القوة بالسرعة يعني بحصول الرياضي على صفة مميزة تسمى سرعة القوة (القوة المميزة بالسرعة) وهي ذات أهمية في الأداء الحركي (حسين ونصيف،1980،69) وهي خاصية بدنية مركبة . وتظهر مثل هذه القوة في حالات التهديد القوي السريع والقفز إلى الأعلى وفي سرعة أداء الرميات الجانبية والمباغثة السريعة في المراوغة والأنطلاق السريع وكذلك القدرة على أداء المهارات المطلوبة بالسرعة المناسبة .

3- درس التربية الرياضية في المدارس تركز على تعليم الطلاب لأغلبية مهارات كرة اليد كما أن اشتراك الطالب في جو اللعب يجعله يشعر بالثقة بالنفس والحماس لتسجيل هدف لأجل الفوز ، فضلا عن أن معظم المدارس للطلاب العاديين تحتوي على ساحات واسعة لمزاولة لعبة كرة اليد وجميع تلك الأمور تفتقدها معهد المعاقين سمعياً وهذا يشكل عائق كبير في مستوى تعلمهم وتقدمهم باللعبة رغم أنهم يمتلكون طاقة حركية كبيرة لإنجاز جيد .

4- الطلاب العاديين يتميزون بالدقة والتركيز لأنهم قادرون على تمييز المثيرات الخارجية ومنها السمعية مقارنة بالمعاقين سمعياً الذين يفتقدون للمثير السمعي كما أن تكرار الأداء بشكل منظم يجعله أكثر إليه، كما يميل الأولاد إلى مهارة التصويب أكثر من بقية المهارات في كرة اليد كونها حاسمة لتحقيق هدف المنافس،

ويعد التصويب من المهارات الحركية الأساسية المهمة في لعبة كرة اليد بحيث تهدف كل حركات الهجوم إلى الانتهاء بالتصويب على مرمى الفريق الخصم وهذا من أهم الواجبات المهمة في ممارسة كرة اليد إذ تتوقف نتيجة المباراة على دقة الأداء الفني لهذه المهارة وأكد تلك الأهمية (الدليلي ، 1994) فقد ذكر ان "المبادئ الأولية والخطة المدروسة تصبح عديمة الفائدة إذا لم تتوج بإصابة الهدف(الدليلي ،102،1994) .

كما ان قابلية التوجيه هي إحدى قابليات الدقة الحركية وهي تعبير جامع لقابلية الترابط الحركي إذ يمتلك الرياضي هذه الصفة عندما يؤدي حركات ذات درجة من الصعوبة كالتصويب والقفز وهذه القابلية مهمة لألعاب رياضية كثيرة وهي مهمة لحل الواجبات الحركية بشكل سريع (ماينل ، 1980 ، 118) .

## 5- الأستنتاجات والتوصيات

### 5-1 الأستنتاجات

- 1-تفوق الطلاب الأسوياء على الطلاب ضعاف السمع في القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ودقة التصويب بكرة اليد .
- 2- تفوق الطلاب الأسوياء على الطلاب الصم التام في القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ودقة التصويب بكرة اليد .

### 5-2 التوصيات

- 1-ضرورة الأهتمام بمهارات كرة اليد في معاهد الإعاقة السمعية فضلاً عن ضرورة توفير إمكانيات مادية من أدوات وساحة واسعة وكادر رياضي متخصص لتطوير تلك المهارات عند الطلاب .
- 2-ضرورة أشتراك طلاب الإعاقة السمعية في الأنشطة الرياضية التي تتضمن على القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة في الأداء إذ أن ذلك سيثبع التعطش الحركي لديهم ويزيد من ثقتهم بأنفسهم .
- 3-أجراء دراسات مشابهة على أنواع أخرى من أوجه القوة العضلية والتصويب بكرة اليد ومقارنة نتائجها مع الدراسة الحالية .

## المصادر العربية

- إلهام عبد الرحمن محمد ( 1997 ) : "فاعلية التدريب البليومتري على مسافة الوثب العمودي وأثرها على الضربة الساحقة وبعض القدرات البدنية الخاصة بالكرة طائرة" ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد (12) ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية .
- إيثار عبد الكريم قاسم غزال ، وعلاوي، وثيلا م يونس (1998): دراسة أثر القوى القصوى الثابتة القياسات الجسمية على القوة الانفجارية للذراع الرامية بكرة اليد. مجلة الرافدين، المجلد الرابع، العدد الثامن.
- أحمد بسطويسي (1999): أسس ونظريات التدريب الرياضي. دار الفكر العربي، القاهرة.
- أحمد عربي عودة (1998) : كرة اليد وعناصرها الأساسية ، جامعة الفاتح ، دار المطبوعات والنشر .

- أحمد عناد جرجيس الصوفي ( 1999 ) : "دراسة مقارنة لأثر استخدام تدريبات البليومتر كس وتدريبات الأثقال على الإنجاز بالوثب الطويل وبعض الصفات البدنية والانثروبومترية " أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامع الموصل ، كلية التربية الرياضية .
- أسامة فاروق مصطفى(2012) :مقدمة في التربية الخاصة سيكولوجية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ،كتاب منهجي ،كلية التربية ،جامعة الطائف ،المملكة العربية السعودية .
- أسماعيل عبدالجبار الزبيدي ( 2004 ) : "أثر استخدام ارتفاعات مختلفة للقفز العميق في بعض أوجهة القوة العضلية ومهارة التهديف بالقفز عاليًا بكرة اليد "رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة موصل .
- ثامر محسن إسماعيل ( 1984 ) : واقع التصويب عند لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم في العراق :رسالة ماجستير ، بغداد ، مطبعة أركان .
- جمال علاء الدين وآخرون ( 1980 ) : "أثر استخدام بعض الأساليب المقترحة لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين مسافة الوثب العمودي للناشئين " ، المؤتمر العلمي لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية .
- سوسن عبد المنعم وآخرون ( 1977 ) : البايوميكانيك في المجال الرياضي ، دار المعارف ، مصر ، ج1.
- شاكر فرهود الدرعه ( 1999 ) : "تأثير تدريبات البليومتري على تطوير القوة العضلية لعضلات الرجلين للاعب كرة اليد " ،المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد ( 17 ) ،جامعة الإسكندرية.
- صادق الهلالي(1972) : فسلجة الجهاز العصبي ، مطبعة الأديب ، بغداد .
- ضياء الخياط، ونوفل محمد الحيايالي ( 2001 ) : "كرة اليد" ، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- عبدالغفار الدماطي ( 2000 ) : المدخل الى الاعاقة السموية ،بحث غير منشور ،جامعة الملك مسعود ،الرياضي
- عبدالمطلب أمين القريطي (1996): سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة .
- عصام الدين عبد الخالق ( 1999 ) : "التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات" دار المعارف ، الطبعة التاسعة ، الإسكندرية .
- فكري لطيف متولي (2015):مدخل الى التربية الخاصة ،مطبعة التربية العربية في دول الخليج ،الرياض.
- قاسم حسن المندلوي ، ومحمود عبد الله الشاطي ( 1987 ) : "التدريب الرياضي والأرقام القياسية" ، دار الكتب للطباعة والنشر في جامعة الموصل .
- قاسم حسن حسين ( 1977 ) : "القواعد الأساسية لتعليم ألعاب الساحة والميدان في فعاليات الرمي والقذف" ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد .

- قاسم حسن حسين ،وعبد علي نصيف ( 1980): علم التدريب الرياضي للمراحل الرابعة ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
- قيس ناجي عبد الجبار ، وأحمد بسطويسي ( 1987 ) : "الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي" ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد .
- كنزة فريدو (1980) : "كرة القدم" ، ترجمة ماهر البياتي وسليمان على حسن ، مطبعة جامعة الموصل ، جامعة الموصل .
- كورت ماينل (1980) : التعلم الحركي ، ترجمة عبد علي نصيف مؤسسة دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل .
- محمد توفيق الدليلي؛ كرة اليد تعليم-تدريب- تكتيك : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994.
- محمد صبحي أحمد حسانين(1979) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، مصر ، ج 2 ، ط 1 .
- محمد صبحي أحمد حسانين(1995) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، مصر ، ج 1 ، ط 3 .
- معيوف ذنون حنتوش، وعامر محمد سعودي (1988). "المدخل في الحركات الأساس لجمباس الرجال"، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- مفتي إبراهيم حماد (1998) : "التدريب الرياضي - تخطيط وتطبيق وقيادة" ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- نجاح سلمان الربيعي ( 2000 ) : "تأثير مناهج تدريبية في تنمية القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة للذراعين على قوة الرمي ودقة التصويب بكرة اليد " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
- هانز جيرت شتاين ، وأدبار فيدرهون ، كرة اليد ، ترجمة ، كمال عبد الحميد، ط 2 :مصر، دار المعارف ، 1974.
- وديع ياسين التكريتي، وياسين طه محمد علي ( 1986 ) : "الإعداد البدني للنساء" ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .

### الملحق (1)

#### أستمارة أستبيان

تحديد أهم الأختبارات البدنية والمهارية

الأستاذ المحترم .....

تحية طيبة ..

ارتأت الباحثة دراسة ( دراسة مقارنة بعض أوجه القوة العضلية بدقة التصويب بكرة اليد بين الطلاب ذوي الإعاقة السمعية وقرأنهم العاديين ) . وبما أنكم من ذوي الخبرة والاختصاص أرجو التفضل بالإطلاع على الاختبارات وكتابة الملاحظات اللازمة أو تحديد أفضل الاختبارات لأجرائها مع الشكر والتقدير

### الملحق (1)

#### يبين متغيرات البحث واختباراتها

لا يصلح	يصلح	الاختبار الذي يقيسها	الصفات البدنية والمهارية
		اختبار القفز العمودي .	القوة الانفجارية للرجلين
		الوثب الطويل من الثبات .	
		الوثب الطويل من الحركة .	
		الوثب الطويل إلى الأمام لمدة (10) ثوان .	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
		القفز العمودي لـ (10) ثوان .	
		ثلاث حجلات بالقدمين بوقت .	
		اختبار التصويب بالوثب عالياً .	دقة التصويب
		اختبار دقة التصويب القريب من القفز .	
		اختبار دقة التصويب على المرمى من مسافة (9م) .	