الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
-البويرة-

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التدريب الرياضي.

الموضوع:

تأثير طول الأطراف العلوية لجسم الإنسان على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس

-دراسة ميدانية على نادي تيكجدة للرمي فئة (تحت 15 سنة)-

* *إعداد الطالب:*

* – ***شعبان شاوش محمد نسيم***

* *إشراف الدكتور:*

* – ***يونسي محمد***

السنة الدراسية : 2018/2017.

شكر وتقدير

في بادئ الأمر نحمد الله عز وجل الذي لا يطيب شيء الا بذكره ولا يفلح عمل الا بإذنه ونحمده حمدا كثيرا لتوفيقنا على إتمام هذا العمل المتواضع.

كما نتوجه بالشكر الجزيل الى كل من ساعدنا في هذا العمل المتواضع سوآءا من قريب او من بعيد. ونخص بالذكر النادي الرياضي تيكجدة للرمي بكل عماله وكل طاقمه الإداري والفني.

كما يشرفنا أن نتوجه بأصدق وأكبر عبارات الشكر والتقدير الى الأستاذ المشرف "الدكتور يونسي محمد".

الذي ساعدنا كثيرا في عملنا ولم يبخل علينا بنصائحه القيمة التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذا العمل.

وأخيرا وليس أخرا نتقدم بجزيل الشكر والعرفان الى كل من قدم لنا يد المساعدة دون نسيان عمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من أساتذة واداريين وطلبة.

إهداء

الى من سهرت الليالي من أجلي، الى من أضاء دربي بدعواتها، الى من لا يكفيها المدح

الى من أقول لها أنت الدنيا ومن اجلك كافحت ومن أجلك درست

امي الغالية

الى من أفنى حياته من أجلنا، الى من كان لنا دائما عونا، الى من أعتبر فرحتنا هي فرحته

أبي العزيز

الى سندي الذي أستند اليه، الى ملجئي الذي ألجئ اليه، الى شمعة تضيء دربي

اخي الكريم

الى استاذنا "الدكتور يونسي محمد" القدير الذي ساعدنا كثيرا في إتمام هذا البحث

الى جميع من ساعدنا من قريب أو بعيد، الى كل من مد لنا يد العون، الى كل من نحب

نهدي ثمرة جهدنا المتواضع

محتوى البحث

الموضوع	الورقة
-شكر وتقدير	أ
إهداء	ب
-محتوى البحث	ت
-قائمة الجداول	ح
-قائمة الأشكال	خ
-ملخص البحث	د
-مقدمة	ذ
مدخل عام: التعريف بالبحث	
1-الإشكالية	01
2-الفرضيات	02
3-أسباب اختيار الموضوع	02
4-أهمية البحث	03
5-أهداف البحث	03
6-تحديد المصطلحات والمفاهيم	04
الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسة المرتبطة بالبحث	
الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة	
- تمهيد	07
1-المحور الأول: رياضة الرمي بالقوس	08
1-1-تعريف رياضة الرمي بالقوس	08
1-2-تاريخ رياضة الرمي بالقوس	08
1-3-الشروط الواجب توفرها في ميدان الرماية بالقوس	09
1-4-أدوات رياضة الرمي بالقوس	11

1-4-1-القوس	11
1-4-2-السهم	12
1-4-3-هدف الرماية	13
1-5-المصطلحات التي تستخدم في رياضة الرمي بالقوس	13
2-المحور الثاني: الأطراف العلوية لجسم الإنسان	14
2-1-تعريف الأطراف العلوية	14
2-2-مكونات الطرف العلوي لجسم الإنسان	14
2-3-العظام المكونة للأطراف العلوية	16
الفصل الثالث: مهارة دقة التصويب	18
3-1-مفهوم المهارة	18
3-2-مهارة التصويب	18
3-3-مفهوم الدقة	20
4-المحور الرابع: فئة الأشبال (تحت15سنة)	21
4-1-مفهوم فئة الأشبال (المراهقة)	21
4-2-خصائص النمو في فئة الأشبال (مرحلة المراهقة)	21
4-3-علاقة المراهق مع الرياضة	23
-خلاصة	24
الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث	
-تمهيد	
1-الدراسات المشابهة	25
2-التعليق على الدراسات	29
-خلاصة	
الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث	
الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته الميدانية	
-تمهيد	30
1-الدراسة الاستطلاعية	31
2-الدراسة الأساسية	31
3-الاختبارات المستخدمة	34
4-الوسائل الإحصائية	41

-خلاصة	42
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
-تمهيد	43
1-عرض وتحليل النتائج	44
4-2-مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات	52
-خلاصة	55
-الاستنتاج العام	56
-الخاتمة	
-اقتراحات وفروض مستقبلية	
-البيبليوغرافيا	
-الملاحق	
-الملحق رقم (01)	
-الملحق رقم(02)	

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	طول الأطراف العلوية لعينة البحث	32
02	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 1	34
03	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 2	35
04	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رق3	36
05	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم4	37
06	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم5	39
07	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم6	40
08	يمثل عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين في الاختبارات ال(06) السابقة	50

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	قياسات ميدان الرماية	10
02	مكونات القوس	11
03	مكونات السهم	12
04	قياسات هدف الرماية	13
05	يوضح عدد نقاط الرياضيين في الاختبار رقم(01)	44
06	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من الرياضيين في الاختبار رقم (02)	45
07	يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من الرياضيين في الاختبار رقم (03)	46
08	يوضح عدد نقاط الرياضيين المتحصل عليها في الاختبار رقم (04)	47
09	يوضح عدد نقاط الرياضيين المتحصل عليها من الاختبار رقم (05)	48
10	يوضح عدد نقاط الرياضيين المتحصل عليها من الاختبار رقم(06)	49
11	يوضح عدد نقاط الرياضيين المتحصل عليها في الاختبارات الستة السابقة	51

-ملخص البحث:

تأثير طول الأطراف العلوية على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

هدفت الدراسة الى دراسة تأثير طول الأطراف العلوية على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس لدى رياضيي فئة تحت (15سنة)، اعتمدنا في هذه الدراسة على المهج الوصفي بأسلوبه التحليلي للتأكد من فرضيات البحث التي تضمنت: *طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس، *طول الأطراف العلوية لها تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس، *ليس لطول الأطراف أي تأثير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. شملت عينة الدراسة 12 رياضيي من نادي تيكجدة للرمي فئة تحت15سنة تم اختيارهم بطريقة غير عشوائية. ولقد قمنا بإجراء اختبارات على الرياضيين تضمنت تسديد 42 سهم مقسمة على 06 اختبارات حيث يسدد الرامي في كل اختبار 07 تسديدات، وهذا من مسافات مختلفة وباستعمال أدوات مختلفة أيضا. وبعد تحليل نتائج هذه الاختبارات والتأكد من معامل ترابطها وحساب دلالتها الإحصائية توصلت دراستنا الى النتائج التالية: *طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. * طول الأطراف العلوية لها تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس، *القياسات الجسمية لها علاقة كبيرة بمستوى الأداء المهاري في رياضة الرمي بالقوس. والتي من خلالها توصلنا إعطاء بعض الاقتراحات وأهمها: * مراعاة الفروق الفردية الجسمية اثناء الانتقاء الرياضي في رياضة الرمي بالقوس، * زيادة التجارب والاختبارات في مجال القياسات الجسمية الخاصة برياضة الرمي بالقوس، * العمل على تحسين مستوى الأداء المهاري (دقة التصويب) في رياضة الرمي بالقوس من خلال برامج تدريبية خاصة. وكذالك بعض الفروض المستقبلية وأهمها: * لطول الأطراف السفلية تأثير كبير على مستوى الأداء المهاري في رياضة الرمي بالقوس، * القوة العضلية لها علاقة كبيرة بمستوى الإنجاز الرياضي في رياضة الرمي بالقوس، * القياسات الجسمية عامل أساسي في الانتقاء الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.

الكلمات المفتاحية: رياضة الرمي بالقوس، الأطراف العلوية، مهارة التصويب.

-المقدمة:

تحتل الرياضة مكانة عالية في المجتمع المعاصر وذالك بنوعيها الترفيهي والتنافسي وقد اهتم الإنسان بهذه الظاهرة منذ أن كانت مجرد حركات إما معبرة عن مشاعر أو دفاعية ضد العوائق الطبيعية، الى ان أصبحت تخضع لقوانين وقواعد قابلة للتطور والدراسة والتصنيف من حيث الأهمية وطرق الأداء، وكذا من حيث التخصصات سوآءا الفردية أو الجماعية، ومن بين أقدم الرياضات التي مارسها الإنسان هي رياضة القوس والسهم. وتعد هذه الرياضة واحدة من أكثر الرياضات انتشارا في العالم رغم قلت ممارستها في بلدنا، ولقد غرقت هذه الرياضة تطورا كبيرا مثلها مثل الرياضة الأخرى وهذا في مختلف المجالات والجوانب.

ومن اهم هذه الجوانب، الجانب المهاري والذي يرتبط في رياضة الرمي بالقوس بدقة التصويب حيث تعتبر هي أساس هذه الرياضة في تحصيل النقاط وتحسين مستوى الأداء والإنجاز الرياضي.

حيث يستعمل الرياضي (الرامي) في رياضة الرمي بالقوس أداتين مهمتين هما القوس والسهم حيث أنه يقوم بوضع السهم في القوس ثم يقوم بسحبه وبعدها يقوم إطلاقه بقوة مناسبة ووفق اتجاه مناسب، ويستعمل الرياضي في هذه العملية بعض الخصائص البدنية والجميلة وعدد من أعضاء الجسم كذالك ومن أهمها الأطراف العلوية لجسم الإنسان.

وعلى ضوء كل هذا جاء بحثنا والذي من خلاله سنقوم بدراسة تأثير طول الأطراف العلوية على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. ولقد قمنا بتقسيم بحثنا الى ثلاثة جوانب هي: المدخل العام للبحث، الجانب النظري للبحث والجانب التطبيقي للبحث.

حيث أنه قمنا في المدخل العام للبحث بتعريف البحث، أهدافه، أهميته مع تحديد المصطلحات والمفاهيم الخاصة بالبحث، ثم قمنا في الجانب النظري بالطرق الى كل جوانب البحث بشكل نظري عن طريق أربعة محاور وهي: رياضة الرمي بالقوس، الأطراف العلوية لجسم الإنسان، مهارة التصويب، فئة العمرية تحت 15سنة. ثم انتقلنا الى الجانب التطبيقي حيث قمنا بتحديد مجتمع وعينة البحث ومنهج البحث ثم قمنا بعرض الاختبارات التي قمنا بها وهي 06 اختبارات تهدف الى قياس دقة التصويب من خلال تسديد مجموع 42 رمية مقسمة ب 7 رميات في كل اختبار بالنسبة لكل رياضي وفي الأخير قمنا بتحليل نتائج الاختبارات ومناقشتها ثم مقارنة النتائج بالفرضيات مع الخروج باستنتاج ونتيجة عامة مع إعطاء توصيات وفروض مستقبلية.

مدخل عام

التعريف بالبحث

1-الإشكالية:

يعتبر الانسان كائنا يميل الى الحركة بفطرته مثله مثل باقي الكائنات الحية الأخرى، وبالتالي فان الانسان ومنذ قديم العصور يمارس الرياضة والتي تعتبر الحركة حجرها الأساسي وهذا سوآءا بصفة ارادية او لا ارادية، حيث ان الانسان ومنذ قديم العصور يستعمل الحركة في جميع متطلباته المعيشية والتي اهمها هي البقاء على قيد الحياة والتي تتطلب الدفاع عن النفس وتوفير الاكل والشرب. ومن أول وسائل الحياة التي استعملها الانسان هي الصيد بمختلف ادوات الصيد والتي كانت تساعده في توفير الأكل وفي الدفاع عن النفس، ومن أقدم هذه الوسائل وأولها طريق الرمي بالقوس والتي تقوم على طريقة رمي سهام بأحجام معينة عن طريق قوس مصنوع بشكل خاص وهذا من أجل صيد الحيوانات والفرائس. ولقد تطورت هذه الطريقة مع مرور الوقت فأصبحت تستخدم في الحروب وتنوعت أشكالها وأنواعها، وواصلت التطور والتقدم حتى أصبحت في أواخر القرن التاسع عشر رياضة تمارس بهدف التسلية بعدما كانت تستعمل للصيد وللحرب، ومع مرور الوقت تطورت أكثر في القرن العشرين وتشكلت العديد من الاتحاديات الدولية لهذه الرياضة وأصبح لهل قوانين خاصة ومسابقات ومنافسات محددة وانتشرت في الكثير من الدول ومنها الجزائر والتي بدأت مؤخرا التوسع في ربوعها شيء فشيء.

وتعتمد هذه الرياضة مثلها مثل باقي الرياضات على البنية والقوة الفيزيولوجية والمورفولوجيا لجسم الانسان وكذالك قوة التركيز والقوة النفسية والعقلية، وتعتمد هذه الرياضة بشكل كبير على الأطراف العلوية لجسم الأنسان وذالك لسحب السهم والسعي على اطلاقه وفق القوة والجهة المناسبتين وهو ما يسمى دقة التصويب. ومن خلال كل ما سبق يمكننا طرح التساؤل التالي:

- هل هناك تأثير لطول الأطراف العلوية على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس؟

والذي من خلاله يمكن طرح التساؤلات التالية:

-هل لطول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى) تأثير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس؟

-هل طول الأطراف العلوية (الجهة اليسرى) تأثير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة

طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

2-2-الفرضيات الجزئية

-لطول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى) تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

-لطول الأطراف العلوية (الجهة اليسرى) تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

3-أسباب اختيار الموضوع:

تعتبر رياضة الرمي بالقوس من الرياضات التي يمكن ممارستها من طرف جميع طبقات المجتمع ومن طرف كل الفئات السنية المختلفة ويمكن ممارستها كذالك من طرف الذكور والاناث، بمختلف البنيات الفيزيولوجية والمورفولوجية بدون وجود فوارق كبيرة. وهو ما سمح لها بأن تنتشر بشكل كبير في كل انحاء العالم وتصبح من الرياضات المحبوبة وواحدة من أكثرها متعة وتشويقا، وهذا نظرا لارتباطها بالإنسان وغريزته منذ قديم العصور.

ورغم هذه الشعبية الكبيرة والانتشار الواسع لهذه الرياضة الى انها تعتبر حديثة النشأة في بلدنا الجزائر وغير معروفة لدى الجميع، رغم النقالات النوعية والكمية التي قامت بها في السنوات الأخيرة وانشاء عدد من الرابطات الولائية والفرق الرياضية كذالك. ونحن ومن خلال مشاركتنا في انشاء فريق تيكجدة للرمي بولاية البويرة، وسعيا منا الى المساهمة في تحسين هذه الرياضة ومحاولة لنشر ممارسة هذه الرياضة بشكل أوسع وكذالك لتطوير الأداء الرياضي والتنافسي، قمنا من خلال بحثنا الى محاولة معرفة تأثير طول الأطراف العلوية في رياضة الرمي بالقوس.

4-أهمية البحث:

تعتبر رياضة الرمي بالقوس من الرياضات التنافسية والمدرجة في مختلف المسابقات والمنافسات الدولية وكذالك في الألعاب الأولمبية، وهي من الرياضات التي تعتمد على البنية الفيزيولوجية والمورفولوجية للرياضي بجانب قوة التركيز والقوة النفسية. ونحن من خلال بحثنا الى ابراز الفروق الفيزيولوجية والمتمثلة في الأطراف العلوية للرياضيين وكيفية تأثيرها على مستوى الأداء الرياضي ومع محاولة معرفة هذه الفروق بشكل دقيق وتصنيفها وترتيبها حسب نوع الاستعمال والحاجة اليها في رياضة الرمي بالقوس.

اما من الناحية العملية فنحن نسعى من خلال بحثنا بشكل أساسي الى رفع مستوى الأداء الرياضي والمساعدة في عملية الانتقاء وتصنيف الرياضيين كل حسب قدراته ومميزاته.

5-أهداف البحث:

يمكن تحديد اهداف البحث فيما يلي:

- تطوير مستوى الأداء والإنجاز الرياضي.
- المساهم في عملية الانتقاء الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.
- التعريف بهذه الرياضة والمساهمة في نشرها.
- توفير ممارسة سليمة وصحيحة لهذه الرياضة.
- إعطاء فرصة ممارسة هذه الرياضة لجميع الافراد بمختلف الفروقات.

6-تحديد المصطلحات والمفاهيم:

6-1-رياضة الرمي بالقوس:

6-1-1-التعريف النظري:

هي من رياضات الرماية حيث يصوب فيها اللاعب على قرص مقسم إلى خمس حلقات مختلفة ألوانها، ولكن بترتيب معين من الخارج إلى الداخل (أبيض – أسود – أزرق – أحمر – أصفر)، وتتدرج النقاط من 1 إلى 10 باختلاف لون ومنطقة الحلقة، فإذا رمي السهم في الحلقة البيضاء يكون الرامي قد سجل هدفا، أما إذا صوب في الحلقة الصفراء فيكون حقق 10 أهداف...و هكذا، ويختلف عدد الأسهم من مسابقة لأخرى، ففي المباريات الأولمبية يطلق النبال 36 سهما في الجولة الواحدة، ومن أربع مسافات مختلفة، فيكون مجموع الأسهم الذي يصوبها 144 سهما فقط أما في نهائي الأولمبياد، فإن النبال يرمي 12 سهما فقط في الجولة الواحدة في سلسلة من المباريات بين لاعبين اثنين. وهي رياضة المبينة تمارس في ميدان مقفل او في الهواء الطلق، ويكون الميدان مربع الشكل او مستطيل حيث يستعمل الرامي كلا من القوس والسهم في إصابة الهدف المحقق بدقة وفن والتي تمكنه من احراز أكبر عدد ممكن من النقاط (أسامة صلاح فؤاد، القوس والسهم،2013، ص1).

6-1-2-التعريف الإجرائي:

رياضة الرمي بالقوس هي من رياضات الرماية وهي تعتبر من أحد أقدم الرياضات ممارسة على وجه الأرض، تعتمد هذه الرياضة على مبدئ رمي سهم او عدد من السهام باستعمال قوس محددة وهذا من اجل إصابة الهدف الموجود على مسافات مختلفة حسب الفئات السنية، ويختوي هذا الهدف على مجموعة من الألوان (أبيض –أسود –أزرق –أحمر –أصفر) والتي تحدد عدد النقاط بحيث كل لون بعدد معين من النقاط الخاص به، وعادة ما تقام منافسات بين لاعبين أثنين او فريقين أثنين.

6-2-الأطراف العلوية لجسم الانسان:

6-2-1-التعريف النظري:

الطرف العلوي في علم تشريح الانسان، هو ما يشار إليه في اللغة العربية بـ*الذراع*.وهي المنطقة ما بين الكتف وحتى أطراف الأصابع. ويشمل أعضاء الطرف كله، ولذلك هو ليس مسماً آخر للذراع العلوي.
ويتألف كل طرف من مجموعة من العظام تصل بينها مفاصل وتسترها أنسجة رخوة تتألف من العضلات والأوعية والأعصاب ويغلفها جميعاً الجلد.

وظيفة الطرفين العلويين القيام بالحركات التي تساعد اليد على قيامها بوظائفها الكثيرة المختلفة كالإمساك والقبض والكتابة والرسم والأعمال المهنية المختلفة(Omer Mathijs, Upper Extremity, 2011) .

6-2-2-التعريف الإجرائي:

يحتوي جسم الانسان على نوعين من الأطراف وهي الأطراف العلوية والأطراف السفلية التي تساعده في القيام بمختلف الحركات والمهام اليومية. والأطراف السفلية التي هي الرجلين والعلوية التي هي الذراعين والتي تساعده على حمل الأشياء، السحب، الدفع، الكتابة...

وفي رياضة الرمي بالقوس الطراف العلوية هي المسؤولة عن حمل القوس ووضع السهم ثم سحب وإطلاق السهم وفق القوة والاتجاه المناسبين.

6-3-مهارة التصويب:

6-3-1-التعريف النظري:

ان التصويب يمثل حصيلة الأداء الفني والخططي الفردي أو الجماعي والفرقي، فهو يمثل مهارة إنهاء الهجوم بكل ما يتضمنه من مهارات وتصرفات خططيه ومهما تعددت أنواعه وطرق أدائه فأنها تؤدي غرضاً واحداً وهو الوصول الى الهدف المطلوب.

إن هناك دافعيه كبيره لدى اللاعبين تجاه أداء مهارة التصويب في أثناء التدريب، كون هدف المهارة مشوقاً لدرجه لا توجد حاجه إلى حث اللاعبين او تشجيعهم لممارسة التصويب، وهذا ما يوجب على المدربين استغلاله من خلال استخدام طرائق التعلم المناسبة لهذه المهارة المفتوحة والتنويع في نوع المثيرات المستخدمة، لان ذلك يساعد على تكوين برنامج عام لمهارة التصويب ليتمكن اللاعب من خلال تنفيذه الوصول إلى الأداء الصحيح وفق ما يتطلبه الموقف لتسجيل الأهداف.

ويعرف وكتريل (1999,21) Cottrell المهارة بأنها: القدرة على الأداء والتعلم الجيد وقتما نريد. والمهارة نشاط متعلم يتم تطويره خلال ممارسة نشاط ما تدعمه التغذية الراجعة. وكل مهارة من المهارات تتكون من مهارات فرعية أصغر منها، والقصور في أي من المهارات الفرعية يؤثر على جودة الأداء الكلي.

6-3-2-التعريف الإجرائي:

ان مهارة التصويب تعتبر من أهم المهارات في مختلف الرياضات وتكتسي الدور الأساسي في رياضات الرمي وجل الرياضات التي تتطلب تسجيل الأهداف او تحصيل النقاط. وهي ككل مهارة عبارة عن إعطاء نوع من الجمالية والفعالية للحركة الرياضية وهذا من أجل الوصول الى الهدف أو تحقيق النقاط وفق شروط الرياضة الممارسة وبأعلى مستوى من الدقة والفعالية.

6-4-فئة الأشبال (U15):

6-4-1-التعريف النظري:

الفئات السنية أو الفئات العمرية هو مصطلح رياضي أو مصطلح يستخدم للتفريق أو التقسيم بين الفئات العمرية المختلفة. كما يستخدم للدلالة على برنامج شبابي لتخريج لاعبين للمستقبل ضمن فريق أو دوري رياضي معين. ويمكن تحديد صنف الأواسط بالشبان الذين تتراوح أعماهم من بين 12 الى 14 سنة أي تحت 15سنة.

يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي. كما يعني مصطلح المراهقة في علم النفس مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين (حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو،1999، ص100).

6-4-2-التعريف الإجرائي:

تعتبر فئة الأواسط من أهم الفئات العمرية ومن أهم المراحل العمرية في حياة الرياض ففي هذه المرحلة تتكون شخصية الرياضي وكذالك هي مرحلة النمو وبداية تشكل جسم الرياضي، وعادة ما يتميز الرياضي في هذه المرحلة بقابلية كبيرة لتعلم المهارة وصقلها وتطويرها وهي تعتبر مرحلة تشكيل المواهب وبناء الرياضي سوآءا من الناحية النفسية والفيزيولوجية.

الجانب النظري

الخلفية النظرية للدراسة

والدراسات المرتبطة بالبحث

الفصل الأول

الخلفية النظرية للدراسة

تمهيد:

تعتبر علاقة الانسان بالرياضة علاقة قديمة جدا صاحبته منذ قديم العصور، فالإنسان يميل الى الحركة والنشاط بغريزته الطبيعية، ولقد اخترع الانسان الكثير من الوسائل التي يحتاجه في حياته وفي مختلف انشطته اليومية وأحد أقدم هذه الأدوات هو القوس والسهام حيث كان يستعملها في الصيد من اجل الاكل ومن اجل الدفاع عن النفس كذالك ضد الحيوانات وكذالك في الحروب ضد بني جنسه الاخرين.

ولقد تطورت هذه الأداة مع مرور الوقت وأصبحت كثيرة الأشكال والأنواع سوآءا القوس أو السهم وأصبحت تنظم شيأ فشيا حتى أصبحت رياضة تمارس في مختلف انحاء العالم ومن أكثرها انتشارا. وتشكلت الاتحادات الدولية والوطنية والنوادي الرياضية التي طورت من التدريبات وأصبحت هناك علوم وتقنيات خاصة بهذه الرياضية.

وسنحاول من خلال الخلفية النظرية لدراستنا أن نتطرق بشكل نظري الى كل ما يخص رياضة القوس والسهم، حيث سنعرف هذه الرياضة ونعطي نبذة عن تاريخها العتيق ونبرز كذالك اهم الأدوات الأساسية المستعملة في هذه الرياضة مع ذكر اهم المصطلحات والعبارات المعمول بها دوليا.

وسنتطرق كذالك الى موضوع الدقة في التصويب والذي هو موضوع دراستنا حيث سنعرف مهارة التصويب والعوامل المؤثرة فيها والمساعدة في تطويرها. وفي الأخير سنتطرق الى فئة الاشبال (تحت15 سنة) والتي الفشة العمرية التي سنجري حولها دراستنا.

1-المحور الأول: رياضة الرمي بالقوس:

1-1-تعريف رياضة الرمي بالقوس:

تسمى أيضا (النبالة القوس والسهم، القوس والنشاب، الرماية بالسهام) .من رياضات الرماية ,يصوب فيها اللاعب على قرص مقسم إلى خمس حلقات مختلفة ألوانها، ولكن بترتيب معين من الخارج إلى الداخل (أبيض – أسود – أزرق – أحمر – أصفر)، وتتدرج النقاط من 1 إلى 10 باختلاف لون ومنطقة الحلقة، فإذا رمي السهم في الحلقة البيضاء يكون الرامي قد سجل هدفا، أما إذا صوب في الحلقة الصفراء فيكون حقق 10 أهداف...و هكذا، ويختلف عدد الأسهم من مسابقة لأخرى، ففي المباريات الأولمبية يطلق النبال 36 سهما في الجولة الواحدة، ومن أربع مسافات مختلفة، فيكون مجموع الأسهم الذي يصوبها 144 سهما فقط أما في نهائي الأولمبياد، فإن النبال يرمي 12 سهما فقط في الجولة الواحدة في سلسلة من المباريات بين لاعبين اثنين.وهي رياضة المبينة تمارس في ميدان مقفل او في الهواء الطلق ، ويكون الميدان مربع الشكل او مستطيل حيث يستعمل الرامي كلا من القوس والسهم في إصابة الهدف المحقق بدقة وفن والتي تمكنه من احراز اكبر عدد ممكن من النقاط (أسامة صلاح فؤاد، القوس و السهم،2013،ص1).

1-2-تاريخ رياضة الرمي بالقوس:

تعتبر رياضة الرماية بالقوس والسهم من الرياضات العريقة والتي يرجع تاريخها إلى آلاف السنين، حيث يختلف العديد من المؤرخين حول نشأة هذه الرياضة، ويعتبر القدماء المصريين من أقدم الشعوب التي استخدمت القوس والسهم في الحروب، ويتضح ذلك من خلال الرسومات الموجودة على جدران المعابد الفرعونية قبل 5 آلاف سنة .واستخدم الإنسان القوس والسهم من أجل الحصول على قوته في رحلات الصيد ومن ثم استعملها في الحروب ولهذا اشتهرت الآلة عند جميع شعوب الأرض. وكانت الحضارات المقدونية والإغريقية والفارسية والهندية والصينية أشهر من استعمل القوس والسهم وخاصة في جيوشهم حيث كانت فرق القوس والسهم تلعب الدور الأبرز في الفوز او عدم الفوز في المعارك، ونسبت الأساطير حول الرماة الذين أصبحوا آنذاك بمثابة الأبطال والآلهة .

ومع مرور الوقت تناقلت الأجيال هذه الرياضة وأصبحت جزءاً من التقاليد والعادات ومع اختراع البندقية وتلاشي دور القوس والسهم في حياة الإنسان أصبح هذا الفن القديم رياضة تمارس كهواية في الاحتفالات السنوية إلى أن أدرجت رياضة القوس والسهم في أول دورة أولمبية في أثينا عام 1896 م، واستمرت ضمن البرنامج الأولمبي حتى الأولمبياد السابعة عام 1920م، في انفير ببلجيكا ثم أبعدت حتى أولمبياد ميونخ عام 1972 التي عادت فيها مسابقات القوس والسهم كنتيجة لزيادة الدول الممارسة لهذه الرياضة.

ولكن ومع ولادة أول اتحاد لهذه اللعبة عام 1930 وضعت القوانين والأنظمة وأصبحت رياضة القوس والسهم رياضة معرفة دولياً وعلى الصعيد العالمي. وفي سنة 1972 عادت رياضة القوس والسهم لتدخل الألعاب الأولمبية من جديد وفي عام 1982 أدخلت على هذه الرياضة بعض التعديلات حيث أصبحت أكثر حماسا واتخذت الشكل الذي تعرفه اليوم.

ومن أشهر المنتخبات التي سيطرت على هذه اللعبة المنتخب الكوري الجنوبي، خاصة على مستوى السيدات، وذلك منذ دورة لوس أنجلوس عام 1984كما احتلوا المراكز الثلاثة الأولى في مسابقات الفردي في أولمبياد سيدني بالإضافة إلى انتزاعهم الذهبية في مسابقة الفرق علماً أن هذه الرياضة تمارس على الصعيد الفردي أو على صعيد الفرق. وتابع الكوريون سيطرتهم على هذه اللعبة في أولمبياد أثينا عام 2004 ولكن اليوم بدأت تبرز بعض المنتخبات الآسيوية الأخرى كالصين وتايوان واليابان.

أما على المستوى العربي فتعتبر المملكة العربية السعودية أول دولة عربية تنضم للاتحاد الدولي وذلك في عام 1983 م، ثم تلتها الكويت وسوريا ولبنان وليبيا وقطر ومصر حيث تكون الاتحاد العربي في 29 مايو 1998 م بلبنان وضم كل من المملكة العربية السعودية ولبنان ومصر وليبيا وقطر(حسام الجزمي،2018، تاريخ القوس والسهم،http://archeryacademy.net).

1-3-الشروط الواجب توفرها في ميدان الرماية بالقوس:

-أن يكون ميدان الرماية مربع أو مستطيل.

-أن تقاس الحدود بكل دقة وتكون مسافة الرماية من منطقة عمودية على الأرض (أسفل مركز هدف المنطقة الذهبية الموجودة على كل هدف) وحتى خط الرماية الذي يقف عليه الرماة.

-أن يكون مقدار الاختلاف المسموح به في أبعاد ميدان الرماية (±30سم) وذالك في مسافات الرماية (90/70/60م) ويكون مقدار الاختلاف (±15سم) في مسافات الرماية (50/40/30م)

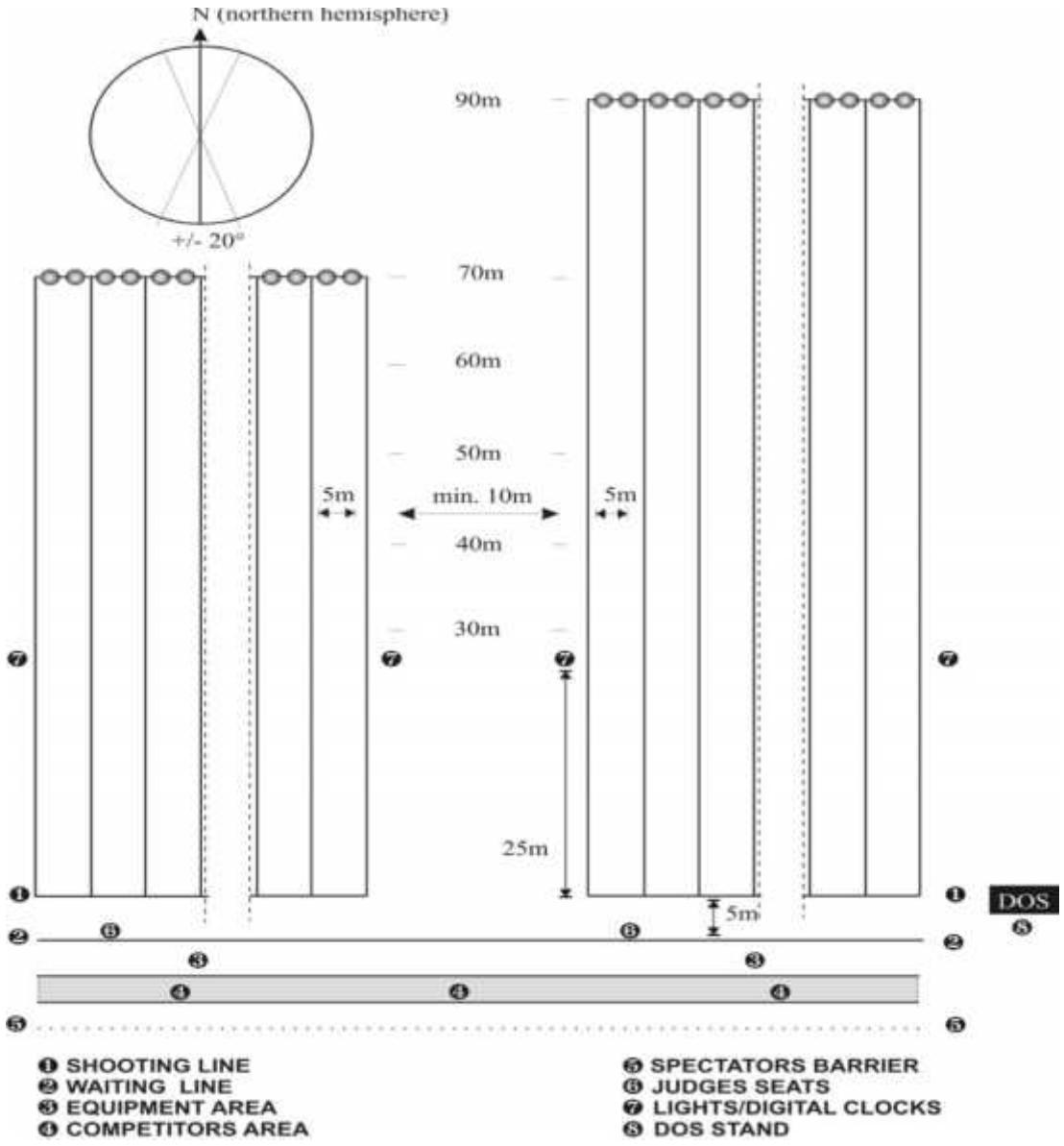
-أن يتم تحديد خط الانتظار خلف خط الرماية بمسافة 5 أمتار على الأقل.

- أن يتم ترقيم كل هدف وتجهيزه بحيث يكون الهدف مائلا للخلف ويكون بزاوية مقدارها من (10الى 15 درجة) عن مستوى الرأس، ولابد ان تكون جميع الأهداف بنفس زاوية الميل.

-أن تكون ارتفاعات جميع مراكز الأهداف خطا مستقيما في جميع الأوقات.

-أن يتنافس جميع الرماة من نفس الفئة في ميدان واحد للرماية، ويجب أن ينفصل المكان المخصص للسيدات عن المكان المخصص للرجال بحارة خالية لا يقل عرضها عن 5 أمتار وبالنسبة للجولة الأولمبية فان عرض هذه الحارة يكون 10 أمتار.

-أن يشترط ألا يزيد عدد الرماة على كل هدف عن ثلاثة رماة ان كان ممكنا وإذا لم يسمح ميدان الرماية بذالك فان العدد الأقصى للرماة عل كل هدف يكون 4 رماة (أسامة صلاح فؤاد، مرجع سابق، ص3).

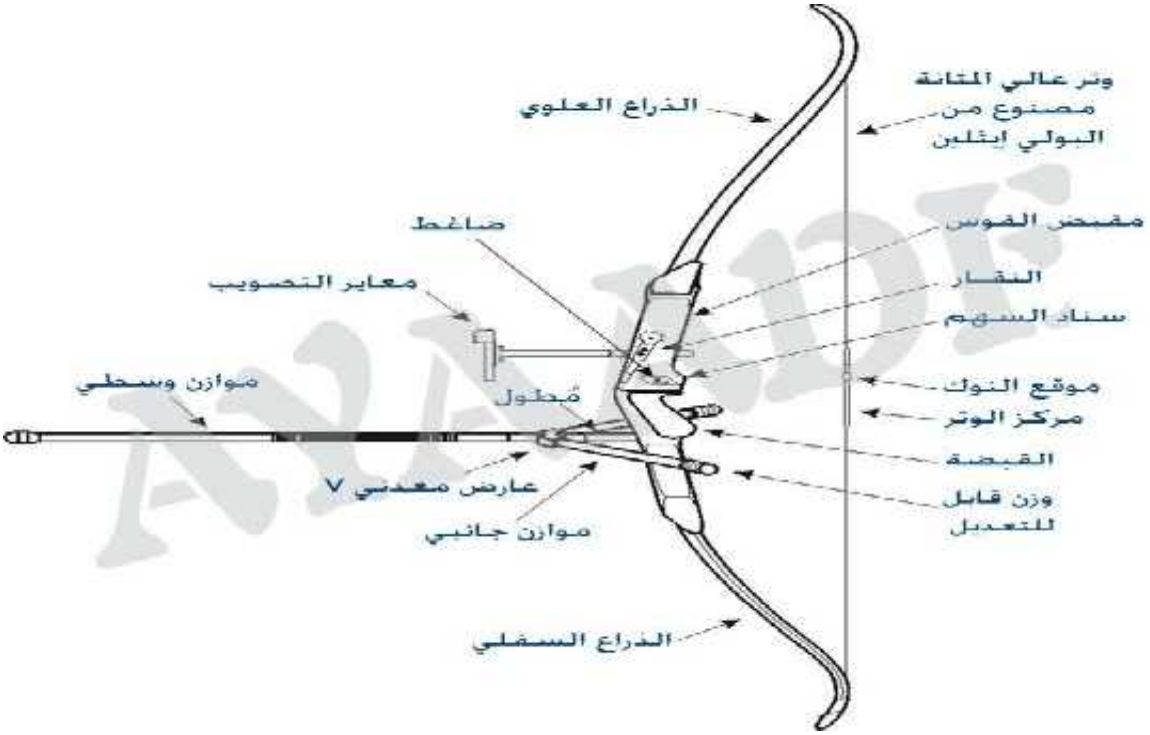


الشكل (رقم1)

1-4-أدوات رياضة الرمي بالقوس:

1-4-1-القوس:

وهي تعتبر الأداة الأساسية في رياضة الرمي بالقوس والتي حسب القانون الدولي تتكون من ما يلي:



الشكل(2)

1-4-2-السهم: ويتكون من أربعة أجزاء أساسية وهي:

-النصل

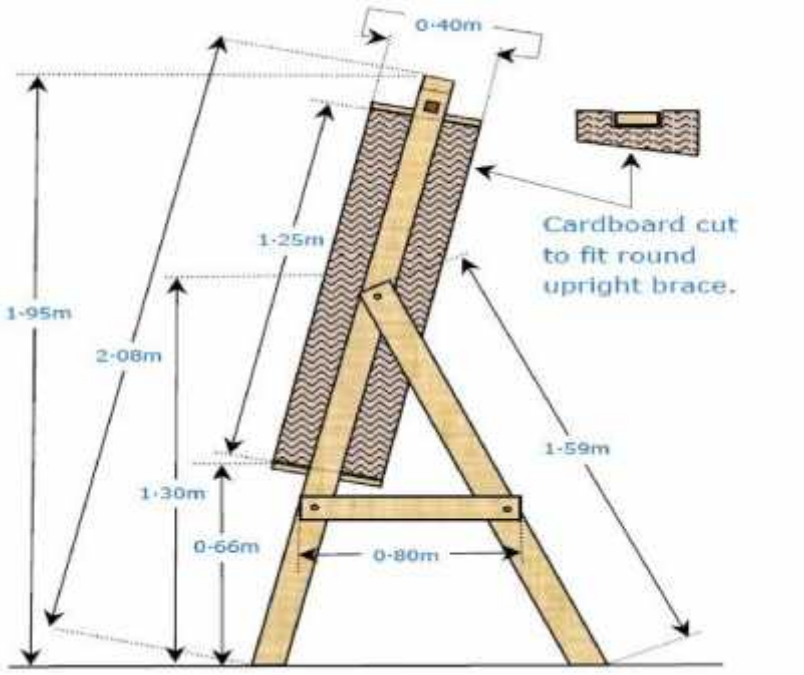
-الريش

-السلمة

-راس السهم

الشكل(3)

1-4-3-هدف الرماية: ووفق القوانين الدولية فانه يبعد من مسافة (30الى90 متر) وفق الفئات العمرية والجنسية المختلفة ويكون على الشكل التالي:



الشكل(4)

1-5-المصطلحات التي تستخدم في رياضة الرمي بالقوس:

-القوس Bow

-يد القوس Bow Handle

- القبض grip

-ذراع القوس limp

-الوتر string

-منظار القوس bow sight

-مسند السهم Arrow Set

-نظام التثبيت Nock point

-عصا الاتزان الأمامية stabilizer (أسامة صلاح فؤاد، مرجع سابق، ص7).

2-المحور الثاني: الأطراف العلوية لجسم الإنسان:

2-1-تعريف الأطراف العلوية:

أطراف الإنسان هي استطالات من جذع الإنسان وعددها أربعة، اثنان منها علويان أيمن وأيسر يسميان الطرفين العلويين واثنان سفليان أيمن وأيسر يسميان الطرفين السفليين.ويتألف كل طرف من مجموعة من العظام تصل بينها مفاصل وتسترها أنسجة رخوة تتألف من العضلات والأوعية والأعصاب ويغلفها جميعاً الجلد.

الطرف العلوي في علم تشريح الانسان، هو ما يشار إليه في اللغة العربية بـ*الذراع*. وهي المنطقة ما بين الكتف وحتى أطراف الأصابع. ويشمل أعضاء الطرف كله، ولذلك هو ليس مسماً آخر للذراع العلوي(Omer Mathijs, Upper Extremity, 2011) .

2-2-مكونات الطرف العلوي لجسم الإنسان:

2-2-1-الكتف:

هي المنطقة التي تربط الذراع مع الجذع. تتكون من 3 عظام الترقوة ولوح الكتف والجزء العلوي من عظمة العضد. مفصل الكتف هو مفصل في الجسم من نوع للمفصل كرة والحقي تكون الكرة هنا كبيرة الحجم والحفرة ضحلة. والتالي فانه يكون معرُض ّللخلع (أي خروج رأس العظم من الحفرة التي يجلس فيها). وكما هو الحال في بقية المفاصل من نفس النوع فان المناطق المتلامسة في مفصل الكتف تكون مغطاة بغضروف من النوع الهلامي لكي تسهل الحركة بين العظام المتلامسة في المفصل. احفرة يحيط بحافتها غضروف فيجعلها أعمق وهو الglenoid AL Labrum وهو غضروف ليفي ومع ذلك فالحفرة تبقى ضحلة، يحيط بالمفصل الكبسولة. وتحيط اربطة بالكبسولة، والاربطة تكون خفيفة وترتبط قريبا جدا من سطح التفصل، عدا في الأسفل فإنها تمتد لتلتصق بالرقبة الجراحية لعظم العضد (عنق العضد الجراحي) لذلك تسمح هذه الأربطة في أسفل مفصل الكتف بالحركة الواسعة برفع الذراع إلى الأعلى (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، تشريح جسم الانسان،2000، ص142).

2-2-2-الذراع:

في التشريح، الذراع (بالإنجليزية: Arm) هي القطعة التي تربط الكتف مع المرفق. ذراع الإنسان تحتوي على عظام، مفاصل، عضلات، أعصاب، وأوعية دموية. العديد من هذه العضلات تُستخدم في الأمور اليومية (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص142).

2-2-3-المرفق:

المرفق (باللاتينية Cubitus): هو مفصل يربط عظم العضد مع عظمتي الزند والكعبرة. مفصل المرفق هو مفصل رزّي (يتحرك مثل حركة الباب) بين النهاية البعيدة لعظم العضد والنهايتين القريبتين لعظمي الزند والكعبرة. من الصعب جداً أن يُكسر العظم العلوي حيث إنه مبني لتحمل ضغط يبلغ حتى ال 135 كغم (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص142).

2-2-4-الساعد:

الساعد (Forearm) هو الوحدة القاصية للطرف العلوي، ويمتد من الكوع إلى رسغ اليد. يتكون هيكل الساعد من عظمتين، وفيه الكثير من العضلات. تقوم كل من العضلات بتحريك الساعد والبعض الاخر يمتد إلى اليد ويحركها. يقوم الساعد بحركتين رئيسيتين – الثني والانبساط، ومهمته الأساسية هي التحكم باليد.

الساعد نفسه هو جزء قليل الحركة، مقارنة بالكتف او باليد حيث يقوم الساعد بحركتين أساسيتين:

-ثني الساعد: هو اقتراب الساعد من الذراع.

-بسط الساعد: هو ابتعاد الساعد عن الذراع.

وتوجد حركتين اضافيتين – الانبطاح (Pronation) وهي التفاف الساعد نحو الجسم، والاستلقاء (Supination) أي التفاف الساعد بعيداً عن الجسم.

العضلات التي تتحكم بالساعد تمتد من الذراع إلى الساعد، وخاصة تلك التي تقوم بثني أو بسط الساعد. لكن العضلات التي تقوم بالانبطاح والاستلقاء تنشأ وتنتهي في الساعد نفسه.

2-2-5-رسغ اليد:

الرُّسْغ أو الرُّسُغ هو عظمة عنقودية توجد لدى الفقاريات رباعية الأطراف تربط ما بين الكعبرة والزند من جهة ومشط اليد من جهة أخرى والرسغ لا يعتبر جزء من اليد. عظام الرُّسغ صغيرة ومكعبة وتصطف بشكل زوجي وعددها ثمانية وهي تسمح للرُّسغ بالتحرك والدوران بشكل عمودي وأفقي (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص143).

2-2-6-اليد:

عند الإنسان، اليد (بالإنجليزية: Hand) طرف من الأطراف العلوية، يتصل بالساعد عبر المعصم. باليد خمس أصابع تسمح بتحسس الأشياء وتلمسها كما تساعد في مسكها. تشكل اليد أداة مهمة للإنسان تسمح له بأداء أعماله المختلفة.تستخدم الأيدي كذلك، للَّمس وتحسس الأشياء. وتحتوي اليد البشرية على الأقل على أربعة أنواع من النهايات العصبية التي تجعل الأصابع شديدة الحساسية. ويعتمد الكفيف كلياً على حاسة اللّمس عند القراءة، حيث يمرر أصابعه على الحروف البارزة في كتب بريل. تتصل اليد بالساعد عبر المعصم. يوجد في اليد خمس أصابع تسمح بتحسس الأشياء وتلمسها كما تساعد في مسكها. تشكل اليد أداة مهمة للإنسان تسمح له بأداء أعماله المختلفة (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص143).

2-3-العظام المكونة للأطراف العلوية:

2-3-1-الترقوة: يُصَنَّف عظم التَّرْقُوَة في تشريح جسم الانسان كأحد العظام الطويلة، وهي تعمل كدعامة بين لوح الكتف في الظهر وعظمة القصفي منتصف الصدر. هناك ترقوتان، واحدة على اليمين والأخرى على اليسار، وهي العظم الطويل الوحيد الذي يقع أفقياً في جسم الإنسان.

تُشكّل الترقوة مع لوح الكتف ما يُعرف بالحزام الصدري الذي يُسمّى أيضا الحزام الكتفي والتي هي مجموعة العظام التي تصل الذراع عظم العد مع الهيكل المحوري على كلى الجانبين في الإنسان.عظم الترقوة هو عظم قابل للجس يمكن رؤية موضع عظم الترقوة بشكل واضح حيث يشكّل نتوءاً على الجلد عند بعض الأشخاص وخاصة الذين يملكون قدراً أقل من الشحم في هذه المنطقة (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص124) .

2-3-2-لوح الكتف:

عَظْم الكَتِف أو عظم اللَّوْح أو لوح الكتف (بالإنجليزية Scapula): عظمة مسطحة زوجية تقع في الجزء الخلفي من منطقة الحزام الكتفي. العظمة كبيرة نسبياً وقريبة من شكل المثلث. وهي تتصل بعظمتي الترقوة والعضد. يوصل لوح الكتف ما بين عظم العضد (في الذراع) والترقوة. وكما أن هناك عضدين وترقوتين، فهناك لوح كتف أيمن، وآخر أيسر، وكلاهما صورة معكوسة تقريبا من الآخر. في الإنسان

يكون لوح الكتف قطعة عظم مسطحة، شبه مثلثية الشكل، وتقع في الجانب الخلفي الوحشي من القفص الصدري (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص124) .

2-3-3-عظمة العضد:

عضوم العضد (بالإنجليزية Humerus): من العظام الطويلة وهو جزء من الهيكل العظمي البشري ويوجد في الذراع حيث يصل الكتف مع المرفق. ويرتبط مع عظم الكتف علويا ومع عظمي الزند والكعبرة سفلياً، وينقسم تشريحيا إلى ثلاثة أقسام وهي:

-الطرف العلوي

-الجسم

-الطرف السفلي (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، تشريح جسم الانسان،2000، ص125).

2-3-4-عظمة الكعبرة:

الكعبرة هي إحدى عظمتي الساعد الكبيرتين، الأول كعبرة والأخر زند. الكعبرة تمتد من الجزء الجانبي من الكوع إلى جانب الإبهام من المعصم ويسير بشكل مواز للزند، وهو ما يتجاوز ذلك في الطول والحجم. هي عظمة على شكل منشور ومنحنية قليلا طوليا. في الكعبرة تتقاطع مع العضد رأسيا وأيضا الزند يتقاطع رأسيا مع العضد. الكعبرة هي العظمة المقابلة للساق في الأسفل. (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص127).

2-3-5-عظام الرسغ:

الرُّسْغ أو الرُّسُغ هو عظمة عنقودية توجد لدى الفقاريات رباعية الأطراف تربط ما بين الكعبرة والزند من جهة ومشط اليد من جهة أخرى والرسغ لا يعتبر جزء من اليد. عظام الرُّسغ صغيرة ومكعبة وتصطف بشكل زوجي وعددها ثمانية وهي تسمح للرُّسغ بالتحرك والدوران بشكل عمودي وأفقي تنظم في صفين وعددها ثمانية (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، مرجع سابق، ص128).

2-3-6-السلاميات: تُصنّف السُّلَامَيَات على أنّها عظام طويلة (لأن طول عظمها أكبر من عرضها)، وتُقسَم إلى:

-سلاميات دنيا: تتمفصل مع مشط اليد أو مشط القدم.

-سلاميات وسطى: تقع بين الدنيا والقصوى

-سلاميات قصوى: تقع في النهاية الطرفية للإصبع (الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، تشريح جسم الانسان،2000، ص129).

3-الفصل الثالث: مهارة دقة التصويب:

3-1-مفهوم المهارة:

المهارة هي: أداء مهمة ما أو نشاط معين بصورة مقنعة وبالأساليب والإجراءات الملائمة وبطريقة صحيحة وهي التمكن من إنجاز مهمة معينة بكيفية محددة، وبدقة متناهية وسرعة في التنفيذ.

يقصد بالمهارة " عدة معان مرتبطة، منها: خصائص النشاط المعقد الذي يتطلب فترة من التدريب المقصود، والممارسة المنظمة، بحيث يؤدى بطريقة ملائمة، وعادة ما يكون لهذا النشاط وظيفة مفيدة. ومن معاني المهارة أيضا الكفاءة والجودة في الأداء. وسواء استخدم المصطلح بهذا المعنى أو ذاك، فإن المهارة تدل على السلوك المتعلم أو المكتسب الذي يتوافر له شرطان جوهريان، أولهما: أن يكون موجها نحو إحراز هدف أو غرض معين، وثانيهما: أن يكون منظما بحيث يؤدي إلى إحراز الهدف في أقصر وقت ممكن. وهذا السلوك المتعلم يجب أن يتوافر فيه خصائص السلوك الماهر. (آمال صادق، وفؤاد أبو حطب، 1994م، ص330).

ويعرف وكتريل (1999,21) Cottrell المهارة بأنها: القدرة على الأداء والتعلم الجيد وقتما نريد. والمهارة نشاط متعلم يتم تطويره خلال ممارسة نشاط ما تدعمه التغذية الراجعة. وكل مهارة من المهارات تتكون من مهارات فرعية أصغر منها، والقصور في أي من المهارات الفرعية يؤثر على جودة الأداء الكلي. ويستخلص عبد الشافي رحاب تعريفا للمهارة بأنها " شيء يمكن تعلمه أو اكتسابه أو تكوينه لدى المتعلم، عن طريق المحاكاة والتدريب، وأن ما يتعلمه يختلف باختلاف نوع المادة وطبيعتها وخصائصها والهدف من تعلمها".

3-2-مهارة التصويب:

يعتبر التصويب الوسيلة الأساسية لإحراز الأهداف وبواسطته يمكن إاء الجهد المبذول في بدء الهجوم وبنائه وتطويره وإنهائه حيث أن ميزة التصويب من مسافة بعيدة هو اجتياز كل المعيقات والعوائق التي قد تحول بين الرياضي والهدف، ويجب ألا يفوت اللاعب أي فرصة للتهديف والتصويب، كلما ازدادت خبرة

اللاعب وتدريبه على التصويب أمكنه التصويب في مكان المناسب والقوة المناسبة (إبراهيم حماد، الهجوم في كرة القدم،1990، ص137).

3-3-مفهوم الدقة:

كلمة الدقة بمعناها العلمي هي القدرة على توجيه الحركات اللاإرادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين، وهذا يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي والعصبي، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات اللاإرادية لتوجيهها نحو هدف معين، كما يتطلب الأمر أن تكون الإشارات العصبية الواردة إلى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه، سواء كانت موجهة إلى العضلات المقابلة لها، حتى تؤدى الحركة في الاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لإصابة الهدف فإذا حدث خلل في الإشارات الواردة فإن ذلك يؤثر على دقة ا لحركة ومن المشاهد أن الحركات الدقيقة يكون فيها الفرق بين قوة انقباض العضلات العاملة والعضلات المقابلة لها قليلا.

ومن كل هذا يتضح أن الدقة تعني الكفاءة في إصابة الهدف، وقد يكون هذا الهدف هو المرمى، كما هو الحال في كرة القدم وتعتبر الدقة كعامل مهم في جل الرياضات إذ يتطلب معظمها إصابة الهدف وبالتالي تحقيق الفوز ، ويجب أن تقاس في المجالات الرياضية وفقا لطبيعة اللعبة ، والقدرة مرتبطة بالاتزان كما أثبتت دراسات حديثة كدراسة "محمد حسنين صبحي" عن العلاقة بين الذكاء وبعض مكونات اللياقة البدنية منها الدقة التي تثبت وجود ارتباط بين الدقة والتوازن بعامل +19.0 عند درجة معنوية 01.0ويعرف "لارسون ويكوم" الدقة بكوا قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف معين (محمد صبحي حسين، القياس والتقديم في التربية البدنية والرياضية ،1995،ص11).

4-المحور الرابع: فئة الأشبال (تحت15سنة)

4-1-مفهوم فئة الأشبال (المراهقة):

يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي. كما يعني مصطلح المراهقة في علم النفس مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين (حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو،1999، ص100).

ولقد أشار "ستانلي هول" في كتابه المراهقة الذي ألفه سنة 1904 إلى اعتقاده أن طبيعة المراهق أن يتأرجح بين النقيض من الحالات النفسية في تتابع سريع متلاحق وصار يعرف هذا الميل إلى الانتقال من مزاج إلى آخر في وقت قصير عند المراهق بأزمة إشارة إلى حتمية التلازم بين فترة المراهقة والأزمات النفسية (محمد عماد الدين إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة،1982، ص20).

وهذا ما ذهب إليه الدكتور" مصطفى فهمي" في نفس المذهب فيحدد المراهقة بأنها:" التدرج نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والانفعالي". كذلك قد تؤدي حالات المرض الطويل أو الضعف العام إلى تأخر النضج الجنسي فالمراهقة إذا ما هي إلا محصلة التفاعل بين العوامل البيولوجية والثقافية والاقتصادية التي يتأثر بها المراهق.

4-2-خصائص النمو في فئة الأشبال (مرحلة المراهقة):

4-2-1-النمو الجسمي:

ان البعد الجسمي هو أحد الأبعاد البارزة في نمو المراهق، ويشمل مظهرين أساسيين من مظاهر النمو وهما النمو الفيزيولوجي أو التشريحي والنمو العضوي، والمقصود بالنمو الفيزيولوجي هو النمو في الأجهزة الداخلية غير الظاهرة للعيان التي يتعرض لها المراهق أثناء البلوغ وما بعده، ويمل ذلك بوجه خاص النمو في الغدد الجنسية، أما النمو العضوي. فيتمثل في الأبعاد الخارجية كالطول، الوزن والعرض، حيث يكون متوسط النمو بالنسبة للوزن 3كغ في السنة، 29 سم بالنسبة للطول.

ويؤدي النمو الجسمي إلى الاهتمام بالجنس الآخر، ويهتم المراهق بمظهره الجسمي وصحته الجسمية وقوة عضلاته ومهاراته الحركية، لما تحمله من أهمية في التوافق الاجتماعي وإذا لاحظ المراهق أي انحراف في مظهره الشخصي فإنه يبذل قصارى جهده لتصحيح الوضع وإذا أخفق ينتابه الضيق والقلق وهو يؤدي ذلك إلى الانطواء والانسحاب (نورث الحافظ، المراهقة،1990، ص48).

4-2-2-النمو الحركي:

يتفق معنى النمو الحركي إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من التغيرات المتتابعة التي تسير حسب أسلوب ونظام مترابط متكامل خلال حياة الإنسان، ولكن وجه الاختلاف هو مدى التركيز على دراسة السلوك الحركي والعوامل المؤثرة فيه، وقد جاء تعريف أكاديمية النمو الحركي التي قدمت تعريف النمو الحركي "Motor Développement Acadimy" أنه عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان.

والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات، ومن مظاهر النمو الحركي لدى المراهق أن حركاته تصبح أكثر توافقا وانسجاما، ويزداد نشاطه وقوته ويزداد عنده" زمن الرجع وهو الزمن"Réaction Time" ، وهو الزمن الذي يمضي بين المثير والاستجابة (حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص339)

ويرى مروان عبد المجيد إبراهيم (2002) ميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية من مظاهره تصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما ويزداد نشاطه وقوته ، وتزداد سرعة زمن الرجع ، وهو الزمن الذي يمضي بين مثير وبين استجابة لهذا المثير كما أن النمو الحركي يتفق معناه إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من التغيرات المتابعة التي تسير حسب أسلوب ونظام مترابط خلال حياة الإنسان ولكن وجه الاختلاف هو مدى التركيز على دراسة السلوك الحركي والعوامل المؤثرة فيه ، وقد جاء تعريف أكاديمية النمو الحركي على أنه عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان ، والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات.

4-2-3-النمو النفسي:

حسب ما ذكرناه في تعريف المراهقة تعد مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد وهذا ما ذهب إليه" فؤاد البهي" بأن المراهقة من أهم مراحل النمو الحساسة التي يفاجئ فيها المراهق بتغيرات عضوية وكذا نفسية سريعة تجعله شديد الميل إلى التمرد والطغيان والعنف والاندفاع لذا تسمى هذه الم رحلة أحيانا بالمرحلة السلبية خاصة من الناحية النفسية. ويتأثر النمو الانفعالي لدى المراهقين بالبيئة الاجتماعية والأسرية التي يعيش فيها المراهق، وما يحيط به من عادات وأعراف وتقاليد واتجاهات وميول، حيث توجه سلوكه وتكيفه مع الآخرين أو مع نفسه (فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو،1985، ص250).

4-3-علاقة المراهق مع الرياضة:

يتفق ريتشارد أولرمان (1983) مع فرويد في اعتبار اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للتوتر والإحباط الذي من شأنه أن يعطل الطاقة الغريزية للهو، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة، ويستطيع المراهق التحكم في صراعاته اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة وبالتالي والتحكم في ذاته والواقع.

وبفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقويم وتقييم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت عن الواقع بحثا عن صدى واقعي لهوامه في عالم الأشياء وعالم الأشخاص. كما يرى منيجيتر (1924) أن اللعب والرياضة من أنماط الصراع الرمزي الذي يرتكز أساسا على العدوانية والسلوكيات الغير مقبولة اجتماعيا. كما أن الضغط الذي تولده التوترات الجنسية والعدوانية، يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل الممارسة الرياضية باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعيا وباعتبارها كذلك الطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاتيته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي. إن من أزمات الشباب المعاصر كما قال (أريك أريكسون) تتمحور حول مسألة تكوين الهوية، فيتوقف نجاح الشباب في تخطي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم للمشاكل التي تعترضهم والمشكلة الأساسية في هذه المرحلة هي تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية والمسلوكات العدوانية حيث يتم التحكم فيها دون كبتها (محمود الأندية، علم النفس الرياضي،1965، ص245).

-خلاصة:

ان الخلفية النظرية للدراسة تعد فصلا أساسيا من فصول البحوث والدراسات العلمية فهي تعطي للبحاث وللقارئ معلومات شاملة وكلية عن مختلف عناصر الدراسة وعن متغيرات البحث. وهو الامر الذي سيساعده كثيرا في الفصول القادمة للبحث والفصل التطبيقي خاصة وكذالك يساعد ويسهل من مهمة الباحثين الاخرين.

ومن خلال الخلفية النظرية لدراستنا المتمثلة في "تأثير طول الأطراف العلوية على دقة التصويب في رياضة القوس والسهم". نستخلص ان هذه الرياضة عريقة جدا صاحبة الانسان منذ القديم وهي رياضة تمارس من طرف الصغار والكبار والذكور والاناث.

ونستخلص كذالك ان مهارة التصويب هي مهارة أساسية في هذه الرياضة وتتطلب تدريبات كثيرة ومجهودات كبيرة للتطوير الدقة في أدائها وكذالك تتطلب هذا المهارة عدة أعضاء من جسم الانسان لأدائها بشكل صحيح وسليم وأهمها هو الأطراف العلوية لجسم الانسان والتي تختلف من شخص الى أخر ومن فئة عمرية الى أخرى، ولعلى أبرز هذه المراحل العمرية هو ما يعرف بمرحلة المراهقة والتي يطرأ فيها تطورات واختلافات جسدية ونفسية هامة وكبيرة جدا على الأطفال بصفة عامة والرياضيين بصفة خاصة.

الفصل الثانـي

الدراسات المرتبطة بالبحث

تمهيد:

يعتبر فصل الدراسات المرتبطة بالبحث فصلا أساسيا في البحوث والدراسات العلمية فهة يعطي للباحثين نظرة ومعلومات كبيرة عن البحوث والدراسات المرتبطة ببحثه والمشابهة لها. وهو الامر الذي سيساعده في تحديد متغيرات بحثه بشكل دقيق ومعرفة أنواع المناهج والأساليب المتبعة من طرف الباحثين الأخرين وكذالك طرق جمع المعلومات ووسائل الإحصاء المختلفة. مع العمل بأهم توصيات الباحثين السابقين والعمل على تطوير وتحسي النتائج التي خرج بها الباحثون من قبله.

1-الدراسات المشابهة:

1-1-دراسة أزهار عبد الوهاب محمد تحت عنوان: طول الأطراف العليا والسفلى وعلاقتها بمهارة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة للشباب بأعمار (17-19سنة). والتي أجريت سنة 2010 لنيل شهادة الماجستير بجامعة بغداد في العراق.

1-1-1-مشكلة البحث:

يعد توفر القياسات الجسمية المناسبة من قبل المدرب لأي نشاط رياضي أحد الركائز الأساسية والمهمة للوصول باللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة فالمدرب مهما بلغت خبرته العلمية والعملية لا يستطيع إن يعد لاعبا من جسم لا تتوفر فيه القياسات المناسبة لنوع الفعالية.

إذ إن لكل لعبة أو فعالية قياسات جسمية تختلف عن الأنشطة والفعاليات الأخرى تتلاءم وطبيعة الأداء والقوانين الخاصة باللعبة ومن خلال متابعة الباحثة الميدانية وممارسة هذه اللعبة رغبت في التعرف على القياسات الجسمية وبعض القدرات البدنية وعلاقتها بمهارة الإرسال الساحق للاعبي الكرة الطائرة بأعمار 17 ـ19.

1-1-2-هدف البحث:

التعرف على العلاقة بين قياسات الأطراف العليا والسفلى ومهارة الإرسال الساحق.

القياسات الانثروبومترية ودورها في التحسين من مستوى الأداء الرياضي في رياضة الكرة الطائرة.

1-1-3-منهج البحث:

استخدمت الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث وأهدافه، إذ إن الأسلوب المسحي يسعى إلى جمع البيانات من الإفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير أو متغيرات معينة.

1-1-4-العينة وكيفية اختيارها:

عينة مجتمع البحث اللاعبون الشباب نادي الصناعة (24)، ب أعمار 17 .19سنة للموسم الرياضي 2010.

ولقد قام الباحث باختيار العينة بطريقة غير عشوائية وقصدية.

1-1-5-أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث والتوصل إلى نتائجه تم استعمال الوسائل الآتية:

-المصادر العربية والأجنبية.

-المقابلات الشخصية.

-الاختبارات والقياس.

-استمارة لتسجيل البيانات.

-استمارة لتفريغ البيانات.

-جهاز كمبيوتر.

-صفارة

-شريط قياس جلدي.

-شريط قياس حديدي.

1-1-6-أهم النتائج والاقتراحات التي توصل اليها الباحث:

- أن للقياسات الجسمية الدور البارز في تحسين الأداء المهارى لمهارة الإرسال من القفز ومن جميع الاتجاهات.

– أن العلاقات الارتباطية البينية فيما بين المتغيرات الجسمية والمهارية جميعها بدرجات معنوية مقارنة في درجات المعنوية لمستوى الدلالة ولأغلب هذه المتغيرات.

– لم ترتبط بعض القياسات الجسمية الخاصة بطول الجسم الكلي مع بعض المهارات الخاصة بالإرسال من القفز من منطقة جهة اليمين ومن الوسط.

– ترتبط مهارة الإرسال بالقياسات الطولية بشكل مباشر بهذه اللعبة وهذا ما يثبته نتائج البحث.

1-2–دراسة علي بن محمد جباري تحت عنوان: علاقة بعض القياسات الجسمية والخصائص البدنية بمستوى الأداء المهاري للاعبي القوس والسهم السعوديين. ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير بكلية التربية البدنية والرياضية في السعودية سنة 2011.

1-2-2-مشكلة البحث:

نظراً لحداثة هذه الرياضة في المملكة العربية السعودية وبعض الدول العربية الأخرى بالإضافة إلى ندرة الدراسات فيها، في حدود علم وحيث أن مهارات الرماية يمكن تعلمها، في وقت قصير بينما التميز في الأداء يحتاج إلى وقت وتدريب، أطول بالإضافة إلى إن هذه الرياضة كغيريها تتأثر بالقياسات الجسمية والخصائص البدنية للاعب التي تساعد على تطوير وتحسين مستوى الأداء المهاري. ومن خلال خبرة الباحث وعملة في الاتحاد السعودي للرماية والسهام ومن خلال إمامه بطبيعة الأداء في هذه الرياضة لاحظ الباحث إهمال دراسة، الجوانب البدنية والجسمية للرامي السعودي مما دفعة إلى إجراء هذه الدراسة بهدف التعرف على علاقة قياسات التركيب الجسمي وبعض الخصائص البدنية) العضلي، القوة والتحمل والمرونة (المهاري وايضا، بمستوى الأداء التعرف على أكثر المتغيرات ارتباطاً بمستوى الأداء لمسافات الرمي المختلفة.

1-2-2-هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة التعرف على:

–مستوى القياسات الجسمية والخصائص البدنية للاعبي المنتخب السعودي رجال (رياضة القوس والسهم).

– علاقة كل من القياسات الجسمية والخصائص البدنية للاعبي المنتخب السعودي رجال بمستوى الأداء المهارى في رياضة القوس والسهم.

– العلاقة الارتباطية التنبؤية بين القياسات الجسمية والخصائص البدنية ومستوى الأداء المهاري (مسافة الرمي) لرياضة القوس والسهم.

1-2-3-منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة وتحقيق أهدافها.

1-2-4-العينة وكيفية اختيارها:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية وهم جميع لاعبي المنتخب السعودي للرماية لرياضة القوس والسهم رجال وعددهم (10 رماة) تتراوح أعمارهم بين (44– 24) سنة.

1-2-5-أدوات البحث:

تم اجراء القياسات الجسمية والبدنية على جميع اللاعبين قبل انطلاق البطولة العربية للرماية بالقوس والسهم التي أقيمت بالرياض في شهر مارس 2009 وهي على النحو التالي:

-القياسات الجسمية

– الاختبارات البدنية: اختبار القوة العضلية، اختبار قوة وتحمل عضلات الكتفين وحزام الصدر، اختبار قوة عضلات الساقين واختبار المرونة.

1-1-6-أهم النتائج والاقتراحات التي توصل اليها الباحث:

-وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمك طيه الجلد عند العضلة العضدية ثلاثية الرؤوس وبين مستوى الأداء المهارى وعلى مسافات (30–90) متر.

-لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين مستوى الأداء المهارى وبين الخصائص الجسمية الأخرى قيد الدراسة.

– وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا (عند مستوى دلالة اقل من 0.01) بين التحمل العضلي وبين الأداء المهارى عند مسافة90م، ومستوى الأداء المهاري، عند مسافة 30م.

-التعليق على الدراسات:

نلاحظ ان كلتا الدراستين السابقتين تعبر حديثة فالدراسة الأولى أجريت سنة 2010 والدراسة الثانية سنة 2011 وهو ما ضمن استخدام وسائل ومناهج حديثة. ورغم اختلاف في نوع الرياضة التي أجريت عليها البحث فالدراسة الأولى أجريت على رياضة كرة الطائرة أما الدراسة الثانية فأجريت على رياضة القوس والسهم الى انا الدراستين تتناولان وتعالجان موضوع واحد وهو القياسات الفيزيولجية لجسم الانسان وعلاقته بمهارة التصويب سوآءا في رياضة الكرة الطائرة او رياضة القوس والسهم.

ونلاحظ ان كلا الباحثين استخدما المنهج الوصفي، فهو يعتبر المنهج الأنسب لهذا النوع من الدراسات، وكذالك قام كلا الباحثين باختيار عينة البحث بطريقة عمدية وغير عشوائية في نوادي رياضية محددة. ولقد قاما كلا الباحثين باختيار أدوات ووسائل لجمع المعلومات وقياسها متناسبة مع موضوع الدراسة مثل أدوات القياسات الجسمية، الاختبارات البدنية والعضلية المختلفة.

ونلاحظ ان من اهم النتائج المستخلصة من كلتا الدراستين ان للقياسات الجسمية المختلفة تأثير ملحوظ وبارز على مهارة التصويب ودقتها وهذا في رياضة الكرة الطائرة ورياضة القوس والسهم.

الخلاصة:

يمكن القول ان فصل الدراسات السابقة يعتبر مثل معلومات رجعية يكتسبها الباحث فهي تعطيه معلومات كبيرة حول موضوع دراسته وتجعله يعرف الاتجاه المناسب لهذه والدراسة وتجعله كذالك يتنبأ ولو بشكل صغير حول مسار ونتائج هذه الدراسة.

ونستخلص من خلال الدراسات السابقة ان القياسات والخصائص الفيزيولوجية التي تميز كل انسان عن الاخر لها دور كبير وتأثير كبير على مختلف المهارات المستعلمة في مختلف الرياضات، وكذالك نلاحظ ان من بين اهم الأساليب المستعملة في هذا النوع من الدراسات هو الأسلوب الوصفي بمختلف أنواعه، وان من بيان أهم وسائل البحث وجمع المعلومات المستعملة في هذه الدراسات هي القياسات الجسمية والاختبارات البدنية والعضلية.

الجانب التطبيقي

الدراسة الميدانية للبحث

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته الميدانية

-تمهيد:

تعتبر منهجية البحث والإجراءات الميدانية الخاصة به من أهم خطوات البحث العلمي التي يجب على الباحث أن يدركها ويتقن خطواتها، حيث لابد له أن يتمكن من الانتقال بين مختلف الخطوات بطريقة منطقية ومنسقة تجعل من بحثه دراسة منظمة ومنسقة، وعليه ان يدك طريقة استعمال مختلف الأدوات الخاصة بهذه العملية وكذا كيفية صياغتها واستغلالها في خدمة هدف البحث، ونحن في هذا الفصل سنوضح مختلف هذه الإجراءات التي يجب علينا الاعتماد عليها من أجل الوصول الى حل لمشكلة البحث, وسنوضح المجالات التي سيتم اجراء البحث فيها من مجال زماني و مكاني, وسنحدد كل من مجتمع الدراسة و العينة المختارة لذألك و نوع المنهج المتبع لإنجاز هذا الموضوع و تحقيق الهدف المرجو منه, و سيحتوي الفصل على عرض مفصل للاختبارات وأدوات الدراسة المستعملة و كيفية معالجتها و تسجيل نتائجها.

كما سيساعدنا هذا الفصل في ضبط مختلف الطرق والوسائل المستعملة لمعالجة هذه النتائج معالجة علمية وتحويلها إلى معطيات تعمل على تفسير وتبرير مختلف أراء وفرضيات البحث، والتي تسعى إلى تحقيق الهدف الخاص بالدراسة، وكذا إيجاد حلول لمشكلة البحث.

1-الدراسة الاستطلاعية:

نظرا لانخراطنا في النادي الرياضي للرمي تيكجدة وكوننا أحد الأعضاء المؤسسين له. ونظرا لتنقلنا الى امكان التدريب فإننا قمنا بملاحظة موضوع دراستنا والتعرف على الرياضيين وعينة البحث عن قرب. والدعم والتسهيلات التي تحصلنا عليها من طرف الطاقم الإداري والفني للنادي. فإننا قمنا بدراسة استطلاعية قمنا من خلالها تحديد الفئة العمرية التي سنجري عليها دراستنا وكذالك المهارة التي سنطبق عليها دراستنا وكذالك قمن بتحديد نوع الأدوات الموجودة والتي ستلزمنا في دراستنا.

2-الدراسة الأساسية:

2-1-منهج البحث:

لقد استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي بأسلوب تحليلي، وهذا نظرا لملائمة هذا الأسلوب مع طبيعة هذه الدراسة ولتحقيق أهدافها. حيث اننا سنقوم بأجراء اختبارات وجمع معلومات حول نتائج هذه الاختبارات ثم تحليلها للوصول الى نتائج واهداف الدراسة.

2-2-متغيرات البحث:

1-المتغير المستقل: طول الأطراف العلوية لجسم الانسان.

2-المتغير التابع: دقة التصويب.

2-3-مجتمع البحث:

مجتمع البحث الخاص بدراستنا هو رياضي نادي تيكجدة للرمي.

2-4-عينة البحث:

عينة البحث هو رياضي نادي تيكجدة للرمي فئة الأشبال (تحت15سنة) والبالغ عددهم 12رياضي ذكور. وقمنا باختيار عينة البحث بأسلوب الحصر الشامل (جميع أفراد الدراسة) وبطريقة عمدية (غير عشوائية). ولقد قمنا بعطاء أرقام للرياضيين من1 الى 12 وقمنا بترتيبهم بشكل تصاعدي حسب طول الأطراف العلوية الأجسام الرياضيين كما يظهر في الجدول التالي:

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم)	
	أطراف الجهة اليمنى	أطراف الجهة اليسرى
1	77	77
2	76	76
3	73	73
4	69	69
5	67	67
6	66	66
7	65	65
8	63	63
9	63	63
10	60	60
11	59	59
12	58	58

جدول رقم(1) طول الأطراف العلوية لعينة البحث.

مجالات البحث:

-المجال البشري: 12 رياضي (ذكور) فئة الأشبال (تحت15سنة) لنادي تيكجدة للرمي.

-المجال المكاني: قاعة متعددة الرياضات لثانوية مناقلاتي علي في بلدية تاغزوت-ولاية البويرة-.

-المجال الزماني:

2-5-أدوات البحث:

تم اجراء القياسات الجسمية على جميع الرياضيين(الرماة) ال 12 حيث قمنا بقياس طول الأطراف العلوية سوآءا الجهة اليمنى واليسرى، باستعمال شريط قياس مرقم. وهذا في يوم 2018/06/09.

وكذالك قمنا بقياس مستوى الأداء المهارى عن طريق رصد عدد النقاط التي يحصل عليها الرامي عند التصويب على الهف من مسافات (10-15-20متر)، عن طريق عدة محاولات (07 محاولات) في كل مسافة وباستعمال أدوات رمي (القوس والسهم) ملائمة مع الفئة العمرية المدروسة ونقاط الأهداف الملائمة كذالك.

2-5-1-الأسس العلمية للأداة:

-**ثبات الاختبار:** هو مدى استقرار ظاهرة معينة، أي ان الاختبار يعطي نفس النتائج إذا أعيد على نفس الافراد وفي نفس الظروف حيث قمنا بتطبيق الاختبارات على رياضيي نادي تيكجدة للرمي فئة الأشبال (تحت15سنة) ثم بعد مدة معينة قمنا بإعادة الاختبارات على نفس الأفراد في نفس الظروف (نفس الأدوات. نفس الميدان...). وبتنظيم النتائج المتحصل عليها استخدمنا معامل الارتباط سبيرمان لمعرفة مدى ثبات الاختبار فكانت النتيجة: 0.91. وهو ما يؤكد ثبات الاختبار.

-**صدق الاختبار:**

للحصول على صدق الاختبار قمنا باستخدام معامل الصدق الذاتي والذي يحسب بواسطة الجذر الربيعي لمعامل ثبات سبيرمان: وحصلنا على نتيجة 0.95. وهو ما يؤكد صدق الاختبار.

-**الموضوعية:** بما ان نوع الاختبارات يحتاج الى قياسات جسيمة واضحة المعالم والمقاسات وبما أن نوع الأدوات والوسائل (القوس والسهام والأهداف) المستعملة هي نفسها والتي استعملها كل أطراف العينة وبما ان طريقة حساب النقاط اثناء التصويب واحدة وواضحة المعالم. وأيضا بما ان طريقة اجراء الاختبارات تحتاج الي حكم واحد ولا تحتاج الي مساعدين، وعليه فان معامل الموضوعية =1. ومنه فان موضوعية الاختبار مؤكدة وواضحة.

3-الاختبارات المستخدمة:

تم قياس مستوى الأداء المهارى للرماة عينة البحث عن طريق رصد نقاط المتحصل عليها من تسديد 36 سهم مقسمة على 6إختبارات (مختلفة في مسافة الرمي ونوع الأدوات المستعملة) حيث يسدد الرامي في كل اختبار 6تسديدات. يرتبط مستوى الأداء المهارى في رياضة القوس والسهم بدقة التصويب على الأهداف اثناء الأداء الفعلي، وهو الهدف الرئيسي من هذه الرياضة لإحراز أكبر عدد من النقاط لذألك فهو أفضل اختبار لدقة.(Douglass, archery fundamentals, 2005).

كما هو موضح في الجداول التالية:

1-اختبار دقة التصويب (من مسافة عشوائية):

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم) (الجهة اليمنى + الجهة اليسرى)	النقاط المتحصل عليها من 6 محاولات
1	154	58
2	152	58
3	146	57
4	138	53
5	134	53
6	132	52
7	130	52
8	126	50
9	126	49
10	120	49
11	118	48

12	116	48

جدول رقم(02) النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 1.

نلاحظ من خلال الجدول رقم(02) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرفي الرياضيين ال 12 وهذا من خلال 07 محاولات تصويب على الهدف من مسافة عشوائية وهو ما يسمح لنا بالحصول على معلومات مبدئية عن دقة التصويب لكل رياضي في ظروف طبيعية وسهلة. ونلاحظ من خلال الجدول ان نقاط الرياضيين متفاوتة وفيها فرق يصل الى عشرة نقاط بين الرياضي صاحب أعلى معدل نقاط مع صاحب أقل مستوى من النقاط.

2-اختبار دقة التصويب من مسافة 10 أمتار:

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم) (الجهة اليمنى + الجهة اليسرى)	النقاط المتحصل عليها من 6 محاولات
1	154	59
2	152	58
3	146	56
4	138	51
5	134	50
6	132	51
7	130	50
8	126	47
9	126	46
10	120	45
11	118	42

12	116	43

جدول رقم(03) النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 2.

نلاحظ من خلال الجدول رقم(03) والذي يمثل عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين من مسافة تصويب تصل ال 10 أمتار ان النتائج تبدو أكثر اختلاف من الاختبار السابق والفرق بين الرياضي رقم (01) صاحب أعلى معدل نقاط والرياضي رقم (12) صاحب أقل عدد من النقاط تصل إلى 16 نقطة وكذالك النقاط تظهر انها متفاوتة بين الرياضيين حسب الترتيب.

3-اختبار دقة التصويب من مسافة 15 أمتار:

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم) (الجهة اليمنى + الجهة اليسرى)	النقاط المتحصل عليها من 6 محاولات
1	154	57
2	152	57
3	146	54
4	138	50
5	134	51
6	132	49
7	130	47
8	126	47
9	126	46
10	120	45
11	118	41
12	116	40

جدول رقم(04) النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم3.

نلاحظ من خلال الجدول رقم(04) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من قبل الرياضيين من مسافة تصويب 15 أمتار وهي مسافة أكبر من المسافات السابقة، نلاحظ أن الفارق بين اعلى معدل من النقاط وأقل معدل من النقاط يصل الى 17 نقطة والفرق بين الرياضيين الأوائل والرياضيين الأدنى منهم أصبح أكبر وبدأ يظهر الفرق بشكل أوضح.

4-اختبار دقة التصويب باستعمال قوس مختلف (قوس المنافسة):

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم) (الجهة اليمنى + الجهة اليسرى)	النقاط المتحصل عليها من 6 محاولات
1	154	55
2	152	55
3	146	53
4	138	50
5	134	49
6	132	46
7	130	42
8	126	42
9	126	41
10	120	39
11	118	38
12	116	38

جدول رقم(05) يوضح عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم4.

نلاحظ من خلال الجذول رقم (05) الذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين باستعمال قوس مختلفة عن السابقة (قوس المنافسة) نلاحظ ان عدد نقاط الرياضيين الأوائل نقص بشكل خفيف وكذالك باقي الرياضيين أيضا والفرق بين الرياضي الأول والرياضي الأخير وصل الى 17 نقطة.

5-اختبار دقة التصويب باستعمال سهام طويلة:

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم) (الجهة اليمنى + الجهة اليسرى)	النقاط المتحصل عليها من 6 محاولات
1	154	59
2	152	58
3	146	58
4	138	52
5	134	52
6	132	51
7	130	50
8	126	48
9	126	47
10	120	46
11	118	45
12	116	45

جدول رقم(06) النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم5.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين باستعمال سهام طويلة ومختلفة عن السهام السابقة. نلاحظ ان عدد نقاط الرياضيين الأوائل وصل الى اعلى عدد وكذالك تحسن عدد نقاط باقي المتسابقين بشكل واضح ووصل الفرق بين الرياضي الأول والرياضي الأخير 14 نقطة.

6-اختبار دقة التصويب من مسافة 20 متر:

الرياضي	طول الأطراف العلوية(سم) (الجهة اليمنى + الجهة اليسرى)	النقاط المتحصل عليها من 6 محاولات
1	154	54
2	152	54
3	146	52
4	138	50
5	134	48
6	132	45
7	130	46
8	126	42
9	126	41
10	120	39
11	118	35
12	116	32

جدول رقم(07) النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم6.

نلاحظ من خلال الجدول رقم(07) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين من مسافة تسديد تصل الى 20 متر وهي أطول مسافة في الاختبارات السابقة. نلاحظ ان عدد نقاط الرياضيين الأوائل تراجع قليلا ووصل الى اقل عدد من الاختبارات السابقة وكذالك الحال بالنسبة لباقي الرياضيين بالترتيب والفرق بين الرياضي الأول والرياضي الأخير وصل الى اعلى فرق وهو 22نقطة.

4-الوسائل الإحصائية:

-جداول جمع المعلومات الخاصة بالقياسات الجسمية.

- معامل الارتباط سبيرمان.

-جهاز كمبيوتر (برنامج spss) وبرنامج (Excel)

-معامل الارتباط بيرسون.

- الأعمدة البيانية.

-اختبار (كا^2)

-خلاصة:

من خلال هذا الفصل بينا الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة، وكذا توضيح أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتنظيمها، كما قمنا بعرض هذه الطرق والأدوات بالتفصيل وتوضيح كيفية استعمالها، بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة من مجال مكاني وزماني، كما أننا حددنا كل من مجتمع وعينة البحث الذي تمحورت حولها الدراسة، كل هذه الإجراءات تعمل على جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور.

ونستخلص كذالك من هذا الفصل بأن الإجراءات الميدانية مهمة جدا في أي بحث علمي وأنه بواسطة الدراسة الاستطلاعية يمكن التأكد من صلاحية الاختبارات والأدوات المستعملة وصعوبات الدراسة الميدانية، وكذالك بالنسبة للمنهج المتبع في الدراسة الذي بدوره يقودنا الى اختيار مجتمع وعينة الدراسة ويه تتحدد طبيعة أدوات جمع البيانات والمعلومات ومنه القيام بالإجراءات التطبيقية الميدانية للأداة وبداية تجسيد الأساليب الإحصائية وتطبيق القوانين الخاصة بذالك ومنه المرور الى الفصل الخاص بعرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.

الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

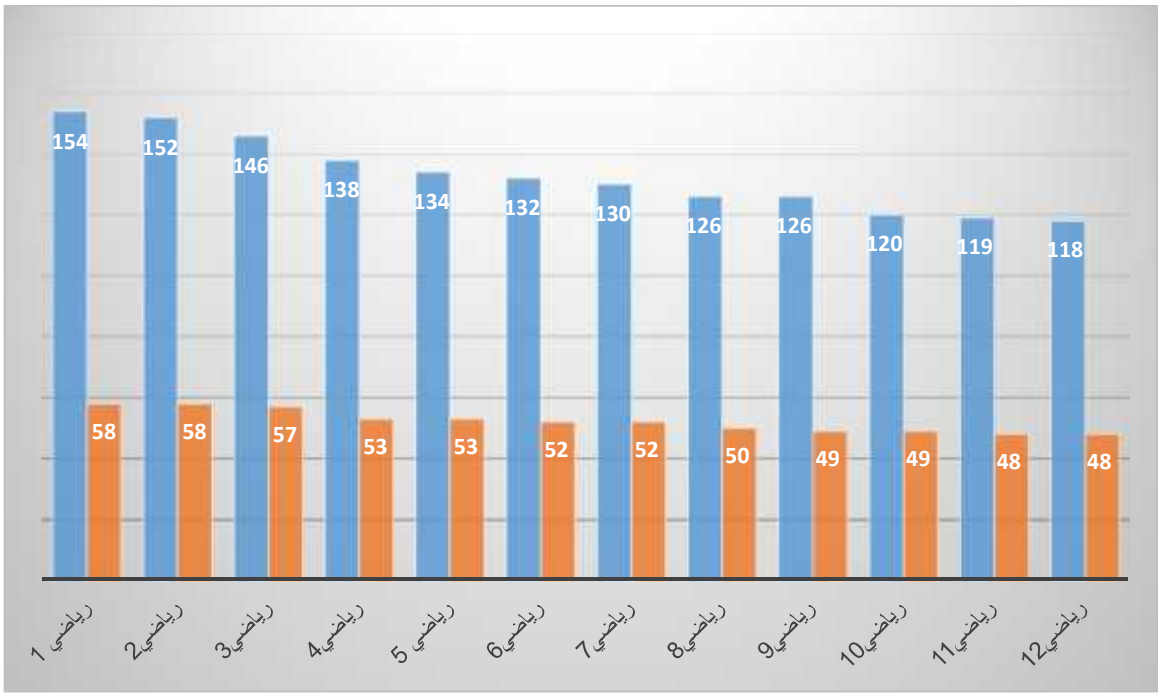
-تمهيد:

ان عملية عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها له أهمية بالغة في الدراسة الميدانية، حيث انه من خلال هذه العملية يتم التعرف على مدى تحقيق الفرضيات أو عدم تحقيقها، وسنحاول في هذا الفصل من خلال عرض النتائج بيانيا وتحليلها ثم مناقشتها ومقابلتها بالفرضيات ومستعينا بما أتيح لنا من مكتسبات ومعلومات نظرية مع الدراسات السابقة قصد التوصل الى اثبات الفرضيات أو نفيها.

وسنحاول من خلال هذا الفصل عرض نتائج الاختبارات الستة السابقة وتحليلها وكذالك مناقشتها والتأكد من نتائجها عن طريق الوسائل الإحصائية المختلفة (معامل بيرسون، اختبار كا^2) ثم سنقوم بربط هذه النتائج مع فرضيات البحث الجزئية والفضية العامة والتأكد منها. ثم في الأخير سنحصل على استنتاج عام للدراسة.

1-عرض وتحليل النتائج:

1-1-1-اختبار دقة التصويب (من مسافة عشوائية):

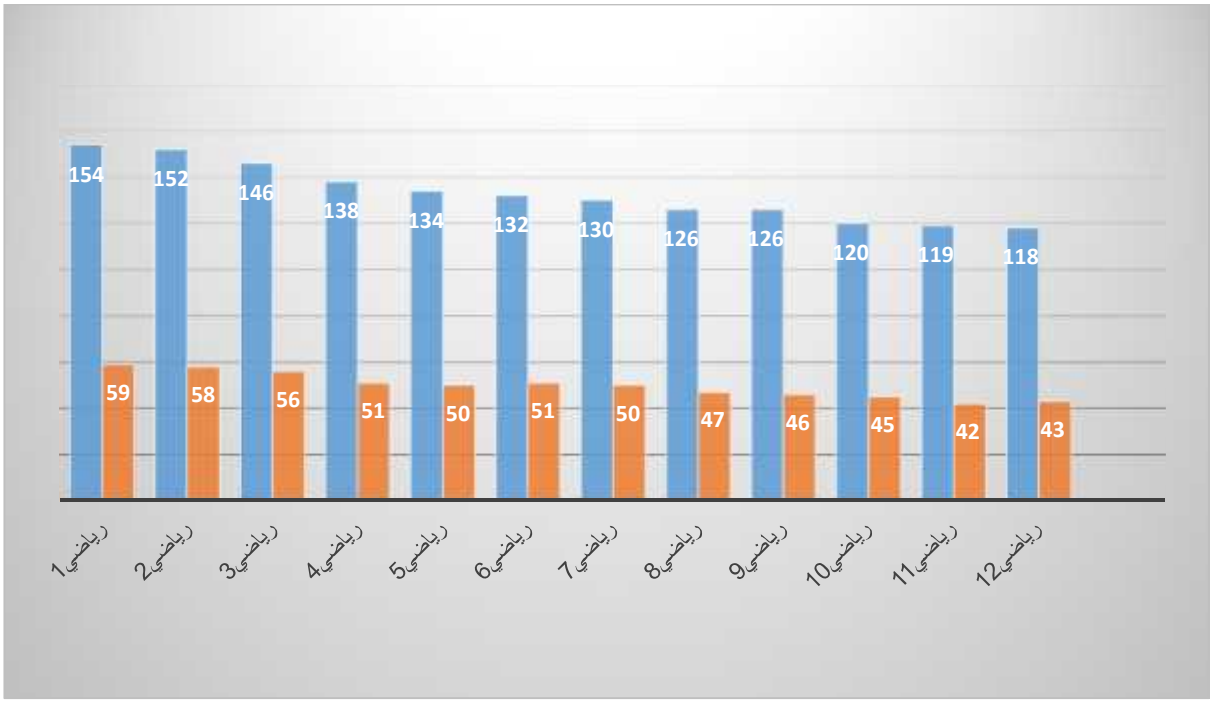


الشكل (05) نقاط الرياضيين في الاختبار رقم(01).

نلاحظ من خلال الشكل رقم (05) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين خلال الاختبار رقم(01) والذي يهدف الي حساب عدد النقاط المتحصل عليها من مسافة عشوائية وعن طريق 07 محاولات رماية. نلاحظ ان الرياضي رقم 01 و الذي يعتبر صاحب أعلى طول أطراف علوية و المقدرة ب (154سم) تحصل على اعلى نسبة نقاط وهي 58 نقطة ثم يليه الرياضيين رقم 02 ورقم 03 وبنسبة أقل الرياضي رقم 04 وهم أصحاب الأطراف العلوية ذات المقاس الأكبر في عينة البحث، ثم يتناقص عدد النقاط بشكل صغير حتى يصل الى اقل عدد من النقاط بالنسبة للرياضي رقم 09 , رقم 10, رقم 11 ورقم 12 وهم أصحاب الأطراف العلوية ذات المقاس الأصغر في عينة البحث حيث تتراوح من (126 الى 116 سم).

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين والموضحة سابقا في الجدول رقم(01) مع عدد النقاط المتحصلة في الاختبار رقم (01) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون بالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة 0.98. وهو ما يوضح وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب وهذا في الرمي من مسافة عشوائية.

1-1-2-اختبار دقة التصويب من مسافة 10 أمتار:



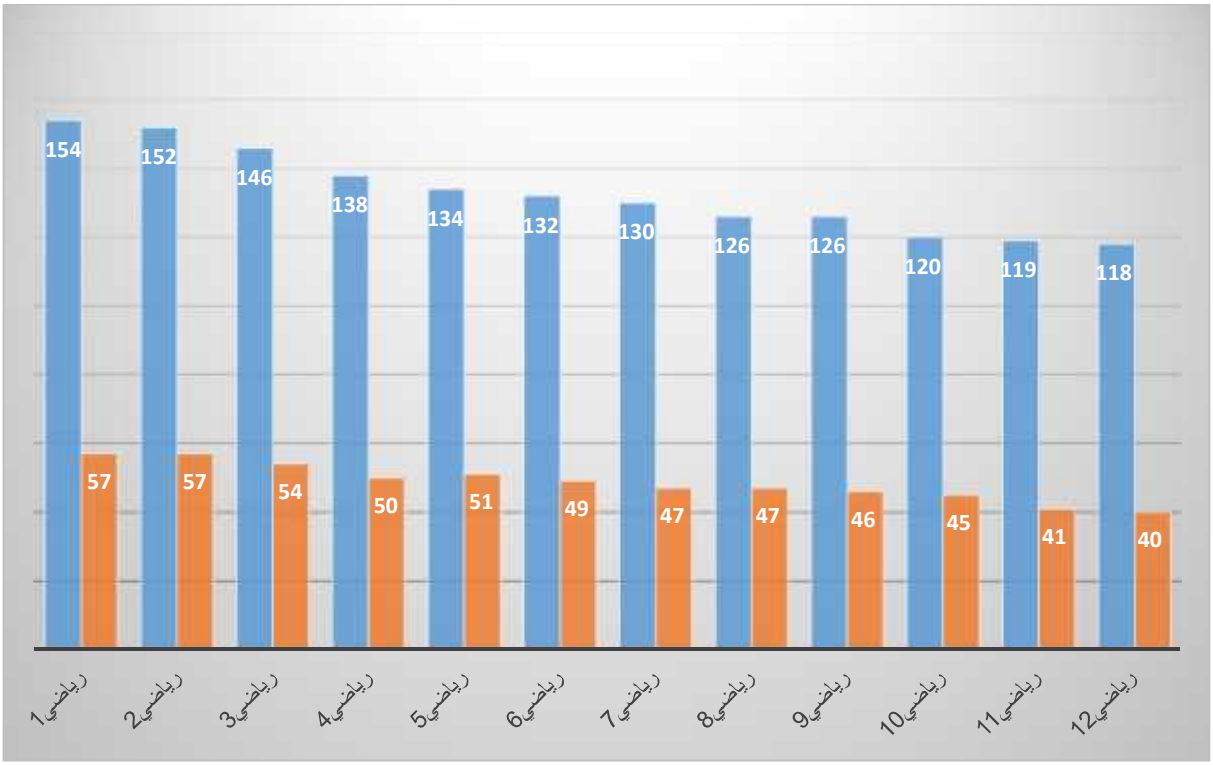
شكل قم (06) النقاط المتحصل عليها من الرياضيين في الاختبار رقم (02).

من خلال الشكل رقم (06 والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف عينة البحث في الاختبار رقم(02) والذي يهدف الى الرمي من مسافة (10أمتار) عن طريق 07 محاولات رمي. نلاحظ أن الرياضي رقم 01 ورقم 02 ورقم 03 تحصلوا على أعلى عدد نقاط وهو 58,59 ,56 بالترتيب ونلاحظ أيضا أن عدد نقاط الرياضيين رقم 04، رقم05، رقم06 ورقم 07 قد تحصلوا على عدد متساوي من النقاط تقريبا وهو 51 و50 نقطة. ثم بدأ عدد النقاط بالانخفاض من الرياضي رقم 08 والذي تحصل على 47 نقطة وصولا الى الرياضي رقم12 ورقم 11 اللذان تحصلا على 43 و42 نقطة.

حيث يظهر بشكل واضح تناقص عدد النقاط بداية من الرياضي رقم(01) وهو صاحب أعلى طول أطراف علوية بشكل تدريجي حتى يصل الى أدني عدد نقاط عند الرياضيين رقم 11 ورقم 12 وهما صاحبا أصغر طول أطراف علوية حيث وصل الفارق الى 17 نقطة.

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين الموضحة سابقا في الجدول رقم (01) مع عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 02 وباستعمال معامل الارتباط بيرسون وبالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة: 0.98. ومنه نستنتج وجود علاقة كبيرة جدا لطول الأطراف العلوية على دقة التصويب من مسافة 10أمتار.

1-1-3-اختبار دقة التصويب من مسافة 15متر.

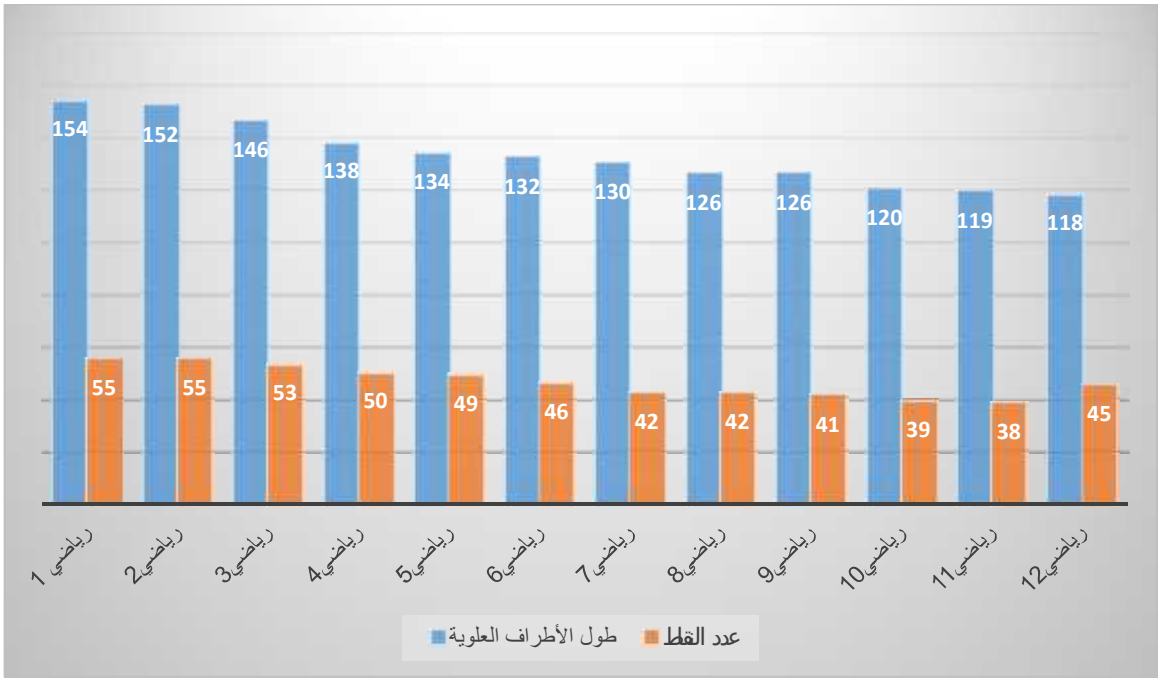


شكل رقم (07) النقاط المتحصل عليها من الرياضيين في الاختبار رقم (03).

من خلال الشكل رقم (07) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف عينة البحث في الاختبار رقم(03) والذي يهدف الى الرمي من مسافة (15 متر) عن طريق 07 محاولات رمي. نلاحظ ان الرياضيين أصحاب اعلى طول أطراف علوية قد تحصلوا على أعدد عدد من النقاط وهو 57,54 و50نقطة.ونلاحظ كذالك تناقص عدد النقاط بشكل تدريجي من الرياضي رقم 05 وصولا الري الرياضي رقم 12. ونلاحظ كذالك ان الفرق بين الرياضي رقم (01) وهو صاحب أكبر طول أطراف علوية وبين الرياضي رقم (12) وهو صاحب أصغر طول أطراف علوية وصل الى فارق 16 نقطة.

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين الموضحة سابقا في الجدول رقم (01) مع عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 03 وباستعمال معامل الارتباط بيرسون وبالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة: 0.97. ومنه نستنتج وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 15 متر.

4-1-1-اختبار دقة التصويب باستعمال قوس مختلف (قوس المنافسة).



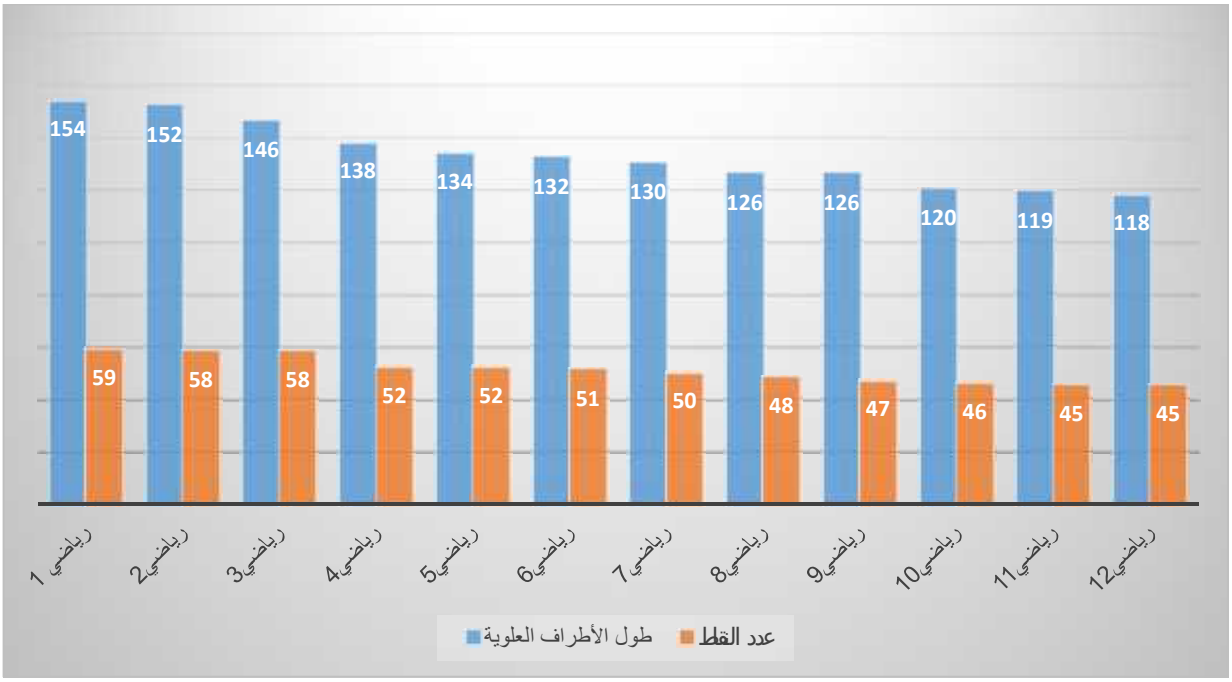
شكل رقم(08) نقاط الرياضيين المتحصل عليها في الاختبار رقم (04).

من خلال الشكل رقم (08) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف عينة البحث في الاختبار رقم(04) والذي يهدف الى الرمي باستعمال قوس مختلفة (قوس المنافسة) عن طريق 07 محاولات رمي. نلاحظ ان معدل عدد النقاط بدأ بالانخفاض حيث ان الرياضي رقم(01) صاحب أكبر طول أطراف علوية تحصل على أصغر عدد نقاط من باقي الاختبارات وهو 55 نقطة وهو نفس الامر لباقي الرياضيين وصولا الى الرياضي رقم (12) الذي تحصي على 38 نقطة. ونلاحظ كذالك أن الفرق بين الرياضي رقم (01) والرياضي رقم (12) وصل الى اعلى فرق وهو 17 نقطة.

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين الموضحة سابقا في الجدول رقم (01) مع عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 04 وباستعمال معامل الارتباط بيرسون وبالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة: 0.97.

ومنه نستنتج وجود علاقة كبيرة جدا بين طول أطراف الرياضي العلوية ودقة التصويب باستعمال قوس المنافسة.

1-1-5-اختبار دقة التصويب باستعمال سهام طويلة:



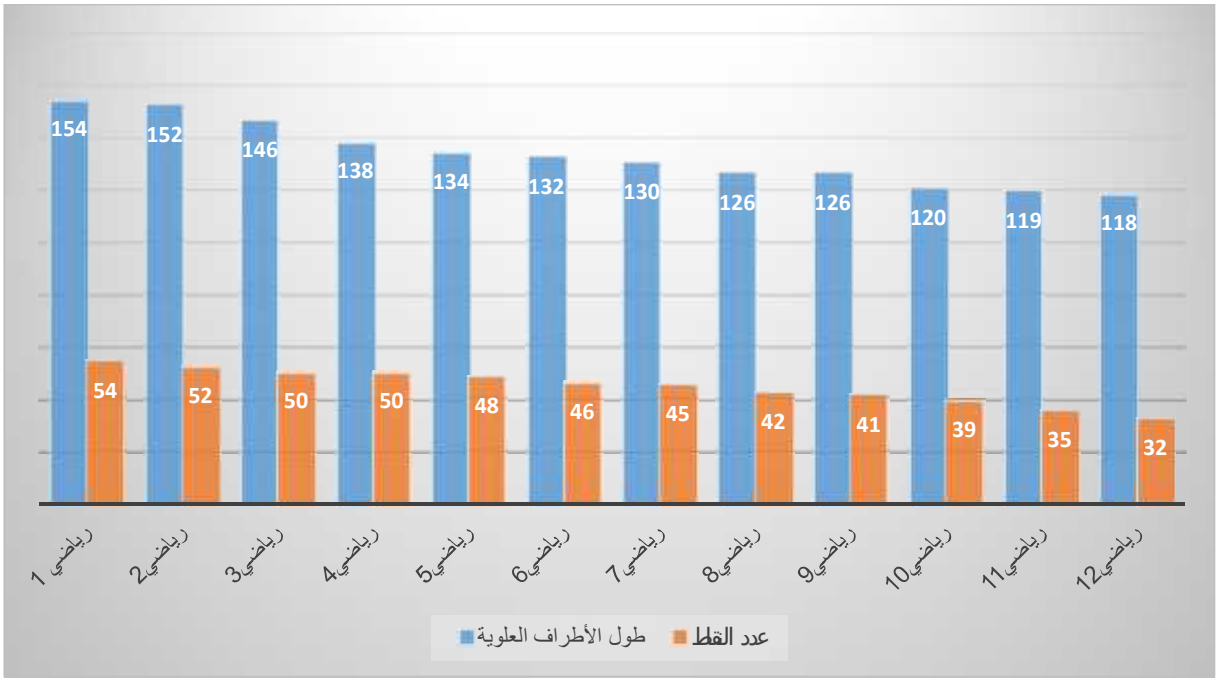
شكل رقم(09) نقاط الرياضيين المتحصل عليها من الاختبار رقم (05)

من خلال الشكل رقم (09) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف عينة البحث في الاختبار رقم(05) والذي يهدف الى الرمي باستعمال سهام طويلة عن طريق 07 محاولات رمي. نلاحظ ان عدد النقاط المتحصل عليها من طرف الرماة هو الأفضل من كل الاختبارات السابقة وهذا بالنسبة لجميع الرياضيين ال(12) حيث ملاحظ ان الرياضي رقم(01) ورقم(02) ورقم(03) تحصلوا على 59 و58 نقطة، ونلاحظ كذالك تتدرج النقاط بشكل تناقصي من الرياضي رقم (04) حتى الرياضي رقم(12) والفرق بين الرياضي صاحب اعلى عدد نقاط وهو الرياضي رقم (01) والذي هو صاحب أكبر طول أطرف علوية وبين صاحب أدنى عدد نقاط وهو الرياضي رقم (12) والذي هو صاحب أصغر طول أطراف علوية وصل الى 14 نقطة وهو أصغر فرق في الاختبارات.

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين الموضحة سابقا في الجدول رقم (01) مع عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 05 وباستعمال معامل الارتباط بيرسون وبالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة: 0.99.

ومنه نستنتج وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية وبين دقة التصويب باستعمال سهام طويلة.

1-1-6-اختبار دقة التصويب من مسافة 20 متر.



شكل رقم(10) نقاط الرياضيين المتحصل عليها من الاختبار رقم (06).

من خلال الشكل رقم (10) والذي يوضح عدد النقاط المتحصل عليها من طرف عينة البحث في الاختبار رقم(06) والذي يهدف الى الرمي من مسافة (20 متر) عن طريق 07 محاولات رمي. نلاحظ ان عدد النقاط تراجع بالمقارنة مع عدد نقاط المسافات السابقة ونلاحظ ان الرياضيين رقم 1 ورقم2 ورقم 3 أصحاب أكبر الأطراف العلوية قد تحصلوا على عدد نقاط وهو 54و52 بينما تراجع عدد نقاط الرماة الباقيين من 50 نقطة للرياضي رقم 04 و48 نقطة للرياضي رقم 05 حتى وصل الى 32 نقطة للرياضي رقم 12 وهو أدنى مستوى نقاط في كل الاختبارات السابقة.

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين الموضحة سابقا في الجدول رقم (01) مع عدد النقاط المتحصل عليها في الاختبار رقم 06 وباستعمال معامل الارتباط بيرسون وبالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة: 0.94.

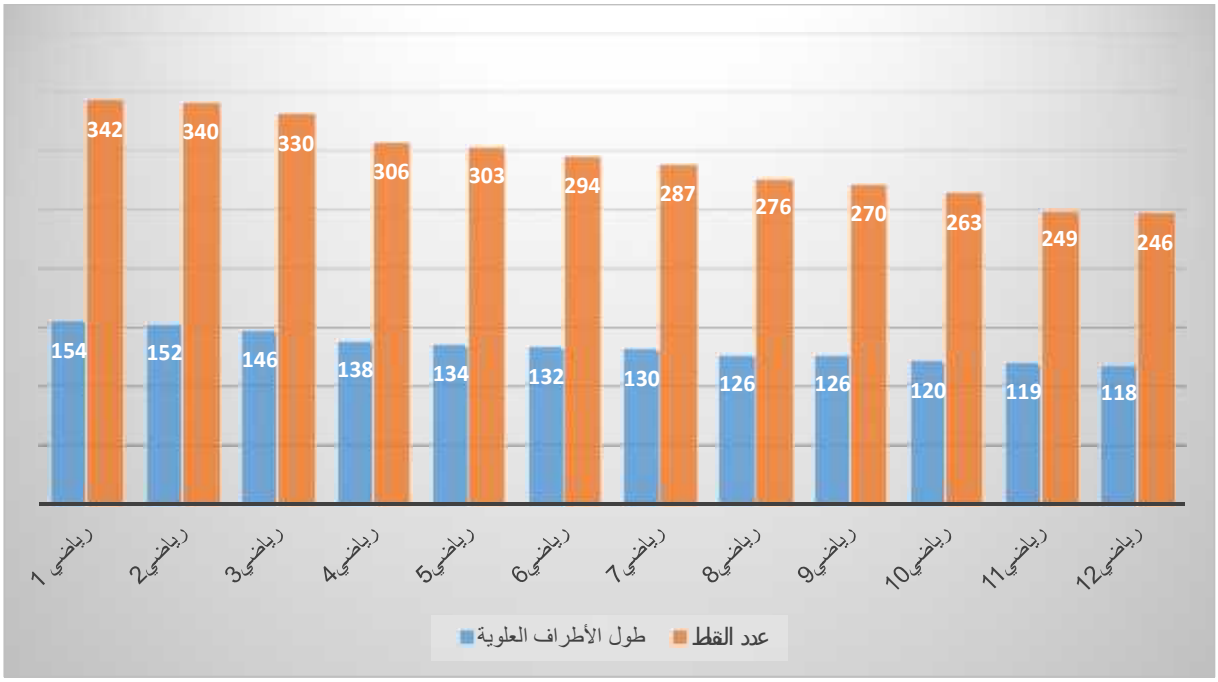
ومنه نستنتج وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 20 متر.

1-1-7-النتائج الكلية للاختبارات:

الرياضي	طول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى+ الجهة اليسرى)	عدد النقاط المتحصل عليها من الاختبارات(06) السابقة
الرياضي رقم(01)	154	342
الرياضي رقم(02)	152	340
الرياضي رقم(03)	146	330
الرياضي رقم(04)	138	306
الرياضي رقم(05)	134	303
الرياضي رقم(06)	132	294
الرياضي رقم(07)	130	287
الرياضي رقم(08)	126	276
الرياضي رقم(09)	126	270
الرياضي رقم(10)	120	263
الرياضي رقم(11)	118	249
الرياضي رقم (12)	116	246

جدول رقم(08) النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين في الاختبارات ال(06) السابقة.

-التمثيل البياني للنتائج الكلية للاختبارات السابقة:



شكل رقم (11) النقاط المتحصل عليها من طرف الرياضيين في الاختبارات ال(06) السابقة.

من خلال الجول رقم(08) والشكل رقم (11) والذات يمثلان عدد نقاط الرماة من الاختبارات ال(06) السابقة وهذا من خلال تسديد 42 سهم مقسمة بشكل 7 أسهم في كل اختبار. نلاحظ ان الرياضيين رقم 01، رقم02 ورقم 03 أصحاب أكبر طول أطراف علوية تحصلوا على أكبر عدد من النقاط والتي تبدأ بالتناقص مع تناقص طول الأطراف العلوية للرياضيين وهذا بشكل متفاوت من الرياضي رقم 05 حتى الرياضي رقم 07 ثم ينخفض حتى يصل الى أصغر عدد نقاط عند الرياضيين أرقام 10،11و12 وهم أصحاب أصغر طول أطراف علوية في عينة البحث.

ومن خلال مقارنة طول الأطراف العلوية للرياضيين الموضحة سابقا في الجدول رقم (08) مع عدد النقاط المتحصل عليها من نتائج الاختيارات ال(06) السابقة. وباستعمال معامل الارتباط بيرسون وبالاستعانة ببرنامج (Excel) تحصلنا على نتيجة: 0.98.

ومنه نستنتج وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية وبين دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس وهذا بالرمي من مختلف المسافات المحددة في الاختبارات السابقة وباستعمال مختلف الأدوات كما هو موضح في الاختبارات السابقة.

2-مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

2-1-الفرضية الأولى:

كان الهدف من الفرضية الأولى هو التأكد من أن طول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى) لها تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. ومن تحليل نتائج الاختبارات الستة السابقة التي أجريت على عينة البحث.

نلاحظ أنه في الاختبار رقم (01) والذي ينص على اختبار دقة التصويب من مسافة عشوائية وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم اثبات وجود علاقة كبيرة جدا لطول الأطراف العلوية مع دقة التصويب وهذا بنتيجة: 0.98. ومن خلال الاختبار رقم (02) واستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين ان لطول الأطراف العلوية تأثير كبير على دقة التصويب من مسافة 10 أمتار وهذا بنتيجة: 0.98. ومن خلال نتائج الاختبار رقم (03) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 15 متر وهذا بنتيجة: 0.97.

وكذالك يتضح من خلال نتائج الاختبار رقم (04) واستعمال معامل الارتباط بيرسون وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب وهذا باستعمال قوس المنافسة، وهذا بنتيجة: 0.97. ومن خلال نتائج الاختبار رقم (05) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود تأثير كبير لطول الأطراف العلوية على دقة التصويب باستعمال سهام طويلة وهذا بنتيجة: 0.99. ثم من نتائج الاختبار رقم (06) يتضح وجود علاقة كبيرة بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 20 متر وهذا بنتيجة: 0.94.

وباستعمال اختبار (كا^2) على نتائج الاختبارات السابقة تبين أن قيمة (كا^2) المحسوبة هو (6) وقيمة (كا^2) المجدولة هو (3.841)، وبالتالي فإن قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر (كا^2) المجدولة وهو ما يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا ما يدعم نتائج الاختبارات.

ومنه نستنتج تحقق الفرضية الأولى وهي: طول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى) لها تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

2-2-الفرضية الثانية:

كان الهدف من الفرضية الثانية هو التحقق من أنه ليس لطول الأطراف أي تأثير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. ومن تحليل نتائج الاختبارات الستة السابقة التي أجريت على عينة البحث.

نلاحظ أنه في الاختبار رقم (01) والذي ينص على اختبار دقة التصويب من مسافة عشوائية واستعمال معامل الارتباط بيرسون تم اثبات وجود تأثير وعلاقة كبيرة جدا لطول الأطراف العلوية مع دقة التصويب وهذا بنتيجة: 0.98. ومن خلال الاختبار رقم (02) واستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين ان لطول الأطراف العلوية تأثير كبير على دقة التصويب من مسافة 10 أمتار وهذا بنتيجة: 0.98. ومن خلال نتائج الاختبار رقم (03) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 15 متر وهذا بنتيجة: 0.97.

وكذالك يتضح من خلال نتائج الاختبار رقم (04) واستعمال معامل الارتباط بيرسون وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب وهذا باستعمال قوس المنافسة، وهذا بنتيجة: 0.97. ومن خلال نتائج الاختبار رقم (05) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود تأثير كبير لطول الأطراف العلوية على دقة التصويب باستعمال سهام طويلة وهذا بنتيجة: 0.99. ثم من نتائج الاختبار رقم (06) يتضح وجود علاقة كبيرة بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 20 متر وهذا بنتيجة: 0.94.

وباستعمال اختبار (كا^2) على نتائج الاختبارات السابقة تبين أن قيمة (كا^2) المحسوبة هو (6-) وقيمة (كا^2) المجدولة هو (3.841)، وبالتالي فإن قيمة (كا^2) المحسوبة اصغر (كا^2) المجدولة وهو ماين وجود فروق ذات دلالة غير إحصائية.

ومنه نستنتج تحقق الفرضية الثانية وهي: لطول الأطراف العلوية (الجهة اليسرى) أي تأثير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

2-3-الفرضية العامة:

كان الهدف من الفرضية العامة هو التأكد من أن طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. ومن خلال تحليل نتائج الاختبارات الستة السابقة والنتائج الكلية الموضحة في الجدول (08) التي أجريت على عينة البحث.

نلاحظ أنه في الاختبار رقم (01) والذي ينص على اختبار دقة التصويب من مسافة عشوائية واستعمال معامل الارتباط بيرسون تم اثبات وجود تأثير وعلاقة كبيرة جدا لطول الأطراف العلوية مع دقة التصويب وهذا بنتيجة: 0.98. ومن خلال الاختبار رقم (02) واستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين ان لطول الأطراف العلوية تأثير كبير على دقة التصويب من مسافة 10 أمتار وهذا بنتيجة: 0.98. ومن خلال نتائج الاختبار رقم (03) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 15 متر وهذا بنتيجة: 0.97.

وكذالك يتضح من خلال نتائج الاختبار رقم (04) واستعمال معامل الارتباط بيرسون وجود علاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب وهذا باستعمال قوس المنافسة، وهذا بنتيجة: 0.97. ومن خلال نتائج الاختبار رقم (05) وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود تأثير كبير لطول الأطراف العلوية على دقة التصويب باستعمال سهام طويلة وهذا بنتيجة: 0.99. ثم من نتائج الاختبار رقم (06) يتضح وجود علاقة كبيرة بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب من مسافة 20 متر وهذا بنتيجة: 0.94.

وأخيرا من خلال نتائج الجدول رقم (08) والتي توضح النتائج الكلية للاختبارات السابقة واستعمال معامل الارتباط بيرسون تبين وجود تأثير وعلاقة كبيرة جدا بين طول الأطراف العلوية ودقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس وهذا من مختلف مسافات الرمي وباستعمال مختلف أدوات الرمي.

وباستعمال اختبار (كا^2) على نتائج الاختبارات السابقة تبين أن قيمة (كا^2) المحسوبة هو (6) وقيمة (كا^2) المجدولة هو (3.841)، وبالتالي فإن قيمة (كا^2) المحسوبة أكبر (كا^2) المجدولة وهو ما يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا ما يدعم نتائج الاختبارات.

وهذا ما يؤكد تحقق النظرية العامة وهي: طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

-الخلاصة:

وكخلاصة لهذا الفصل نستنتج انه فصل مهم جدا في مجال البحث العلمي، فبفضله استطعنا الوصول الى نتائج الاختبارات وقيم جدولية استطعنا بواسطتها الوصول الى نتائج كمية يمكن تحليلها والوصول بها الى نتائج واستنتاجات لها أهمية كبيرة بالنسبة لدراساتنا، والتي أتاحت لنا فرصة مناقشة ومعرفة مدى صلاحية فرضياتنا التي قمنا بطرحها في الفصول السابقة.

حيث قمنا بعرض الاختبارات الستة كل واحد على حدي مع مناقشة وتحليل نتائجه ثم إظهار علاقة الترابط بين متغيراته باستعمال معامل الارتباط بيرسون ثم توصلنا الى نتائج الاختبارات الستة في جدول موحد يوضح جميع النتائج. وفي الأخير قمنا بالتأكد من صحة او عدم صحة الفرضيات الجزئية والفرضية العامة ثم التأكد من النتائج باستعمال اختبار (كا^2).

-الإستنتاج العام:

من خلال كل ما تم تقديمه في كلا الجانبين النظري والتطبيقي، يمكننا القول اننا وصلنا الى زبدة هذا العمل المتواضع وخاصة من خلال الدراسة الميدانية التي توصلنا من خلالها الى نتيجة عامة توضح لنا الحقيقة التي أثبتها بحثنا وهو أن طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. حيث أنه توصلنا من خلال الاختبارات المستعملة الى نتائج توضح أنه كلما كان طول الأطراف العلوية كبير كلما كانت نسبة الدقة عالية عن رياضيي فئة تحت 15 سنة في رياضة الرمي بالقوس.

ونستخلص كذالك أن الأداء المهارية في رياضة الرمي بالقوس يرتبط بالدقة في التسديد فهي الهدف الأساسي من هذه الرياضة، ومن بين أهم العوامل التي تأثير في دقة التسديد هي العوامل او الصفات الجسمية وبالتالي يمكننا القول ان القياسات الجسمية للرياضيين له تأثير على مستوى الأداء المهاري (دقة التصويب) في رياضة الرمي بالقوس.

ومن بين اهم النتائج التي نستخلصها من دراستنا هو وجود اختلافات وفروقات كثيرة ومتعددة لدى الرياضيين في الفئات العمرية الصغيرة عامة وفي فئة تحت (15 سنة) خاصة كونها مرحلة انتقالية في مسيرة الرياضي وبالتالي يجب مراعاة هذه الفروق الجسمية وخاصة في مجال الانتقاء الرياضي بصفة عامة وفي رياضة الرمي بالقوس بصفة خاصة والذي من شأنه سيرفع بمستوى الأداء والإنجاز الرياضي في هذه الرياضة.

-الخاتمة:

لقد تناولنا في دراستنا ثلاث جوانب مهمة هي: الجانب التمهيدي، الجانب النظري، والجانب التطبيقي.

حيث انه في الجانب التمهيدي تناولنا طرح إشكالية البحث مع الفرضيات التابعة لها، كما قبنا بتوضيح أسباب اختيار الموضوع، أهمية البحث وأهدافه، وكذالك قمنا بتحديد الدراسات المرتبطة بالبحث وتحديد المصطلحات والمفاهيم. وفي الجانب النظري قسمناه الي فصلين هما: أ) -الخلفية النظرية للدراسة والتي قسمناها الى 4 محاور أساسية مرتبطة بدراستنا وهي: *المحور الأول: رياضة الرمي بالقوس. *المحور الثاني: الأطراف العلوية لجسم الانسان. *المحور الثالث: مهارة دقة التصويب. *المحور الرابع: فئة الأشبال (تحت15سنة).

الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث حيث قمنا من خلال هذا الفصل بعرض الدراسات السابقة والمشابهة لدراستنا ثم التعليق عليها. وبعدها انتقلنا الى الجانب التطبيقي والذي بدوره قمنا بتقسيميه الى فصلين هما:1-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية: حيث قمنا في هذا الفصل بتحديد المنهج المستخدم ومتغيرات البحث ثم قمنا بتحديد مجتمع البحث والعينة ثم تطرقنا الى مجالات وأدوات البحث والاختبارات المستعملة ثم قمنا بعرض الوسائل الإحصائية.2-عرض وتحليل ومناقشة النتائج: حيث قمنا في هذا الفصل بعرض وتحليل النتائج المتحصل عليها من خلال الاختبارات ثم مقارنتها بفرضيات البحث (الفرضية العامة والفرضيات الجزئية) حيث توصلنا الى تأكيد الفرضية العامة والتي مفادها: طول الأطراف العلوية له تأثير كبير على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس. وقمنا بتأكيد الفرضية الجزئية الأولى وهي: أ) -طول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى) لها تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.ب) وتأكيد الفرضية الجزئية الثانية وهي: لطول الأطراف العلوية (الجهة اليسرى) تأثير إيجابي على دقة التصويب في رياضة الرمي بالقوس.

أما خلاصة القول فتتمحور حلول ان الخصائص الجسمية للرياضيين له تأثير كبير بمستوى الأداء المهاري والإنجاز الرياضي بصفة عامة وبصفة خاصة فإن طول الأطراف العلوية خاصة له تأثير كبير على الأداء المهاري (دقة التصويب) وكذالك الإنجاز الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.

-الإقتراحات والفرضيات مستقبلية:

-الاقتراحات:

-مراعاة الفروق الفردية الجسمية اثناء الانتقاء الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.

-زيادة التجارب والاختبارات في مجال القياسات الجسمية الخاصة برياضة الرمي بالقوس.

-العمل على تحسين مستوى الأداء المهاري (دقة التصويب) في رياضة الرمي بالقوس من خلال برامج تدريبية خاصة.

-نشر هذه الرياضة بشكل أوسع نظرا لسهولتها ومتعتها.

-الاهتمام بالفئة العمرية الصغرى وتوفير ظروف ووسائل عمل مناسبة وملائمة.

-الفروض المستقبلية:

-لطول الأطراف السفلية تأثير كبير على مستوى الأداء المهاري في رياضة الرمي بالقوس.

-القوة العضلية لها علاقة كبيرة بمستوى الإنجاز الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.

-القياسات الجسمية عامل أساسي في الانتقاء الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.

طول الأطراف العلوية له علاقة كبيرة بمستوى الإنجاز الرياضي في رياضة الرمي بالقوس.

البيبليوغرافيا

أ/باللغة العربية:

-الكتب:

1-أسامة صلاح فؤاد، القوس والسهم، ط1، القاهرة مصر، دار الفكر العربي،2005.

2-آمال صادق، وفؤاد أبو حطب، نمو الإنسان، القاهرة مصر، مكتبة الأنجلو المصرية،1994.

3-إبراهيم حماد، الهجوم في كرة القدم، القاهرة مصر، دار الفكر العربي،1990.

4-حامد عبد السلام زهران، مصر، علم النفس النمو، درا عالم الكتاب،1999.

5-الدكتور حكمت عبد الكريم فرحات، تشريح جسم الانسان، ط1، دار الشروق،2000.

6-محمد صبحي حسين، القياس والتقديم في التربية البدنية والرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي،1995.

7- محمد عماد الدين إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، دار الفكر العربي،1982.

8-محمود الأفندي، علم النفس الرياضي، المكتبة المصرية الطبع، ط1،1965.

9-نورث الحافظ، المراهقة، مصر، ط1، دار التفكير للنشر،1990.

10-فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، القاهرة مصر، دار الفكر العربي ،1985.ص

ب/باللغات الأجنبية:

1-Douglass، archery fundamentals، Human kinetic، publisher، Inc. USA,2005.

2-Omer Mathijs, Upper Extremity, natural development, USA, 2011.

الملاحق

-الملحق رقم(01)

-نتائج الاختبارات ونتائج إعادة الاختبارات:

الرياضي	طول الأطراف العلوية (الجهة اليمنى+ الجهة اليسرى)	عدد النقاط المتحصل عليها من الاختبارات(06) السابقة	عدد النقاط المتحصل عليه من إعادة الاختبارات
الرياضي رقم(01)	154	342	340
الرياضي رقم(02)	152	340	338
الرياضي رقم(03)	146	330	331
الرياضي رقم(04)	138	306	308
الرياضي رقم(05)	134	303	301
الرياضي رقم(06)	132	294	291
الرياضي رقم(07)	130	287	283
الرياضي رقم(08)	126	276	271
الرياضي رقم(09)	126	270	266
الرياضي رقم(10)	120	263	260
الرياضي رقم(11)	118	249	246
الرياضي رقم (12)	116	246	245

Résumé de L'étude :

L’impact de la Longueur des membres supérieurs sur la précision de tir dans

Le tir à l'arc −catégories (u15)−

L'étude visait à étudier L’impact de la Longueur des membres supérieurs sur la précision de tir dans le tir à l'arc chez la catégorie d'âge (u15), nous avons utilisé l’approche descriptive، analitique comme méthodologie de recherche.Pour s'assurer des hypothèses qui sont:* la longueur des membres supérieurs du corps Humain a un grand impact sur la précision de tir dans le tir à l'arc,* la longueur des membres supérieurs du corps humain a un impact positif sur la précision de tir dans le tir à l'arc,* la longueur des membres supérieurs du corps humain n'a aucun impact sur la précision de tir dans le tir à l'arc.L’échantillon de la recherche est: 12 athlètes de club amateur tikjda de tir catégorie d'âge (u15).Et nous Avon fait des test qui consiste a tirer 42 flèches diminué sur 6 test dont l'athlète tir 7 flèches dans chaque test. Après l'analyse des résultats de ces tests et l'assurance de leur corrélation nous obtenue les résultats suivant : * la longueur des membres supérieurs du corps Humain a un grand impact sur la précision de tir dans le tir à l'arc, *la longueur des membres supérieurs du corps humain a un impact positif sur la précision de tir dans le tir à l'arc,* les mesures de Corps humain a un grand impact sur la performance technique dans le tir à l'arc. Ainsi nous avons fait des suggestions: *Il faut prendre en compte les différences corporelles antre les athlètes dans la sélection sportive dans le tir à l'arc,*Augmenter les tests et les recherche dans le domaine des mesures corporelles dans le tir à l'.Et des future hypothèses: ***** la longueur des membres inférieure du corps Humain a un grand impact sur la précision de tir dans le tir à l'arc, *la force musculaire a un grand impact sur la performance sportive dans le tir à l'arc.

Les Mots clé : Le tir à l'arc, les membres supérieurs du corps Humain, la précision de tir.