Misan Journal for Physical Education Sciences
مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية
Vol. 29, Year 2024, pp. 1-7
المجلد:29 ملحق، السنة 2024، الصفحات 1-7
ISSN: 3007-7508

القوة الانفجارية وعلاقتها في إنجاز مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) جلوس

Explosive force and its relationship to the performance of the throwing phase in the javelin throwing event among athletics players for people with disabilities, category (57), sitting

م.د نبراس عدنان حتروش
Dr. Nibras Adnan Hatroush
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، العراق
Nibras.adnan@uodiyala.edu.iq

ا.د اقبال عمار لفته
Prof. Dr. Iqbal Ammar Lafta
وزارة التربية الكلية التلابوية المفتوحة، المركز الرصافة الدارسي، العراق
dr.ikbal93@gmail.com

ا.د عدي عبد الحسين كريم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، العراق

الملخص

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على القوة الانفجارية وعلاقتها في إنجاز مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) جلوس. أما مشكلة البحث فتكمن في ان هذه الدراسات قد تناولت جانباً معيناً للفعالية, كدراسة الصفات البدنية العامة للاعب متجاهلة بذلك الجانب التدريبي للقوة العضلية العصبية المؤثرة في اداء الفعالية الافضل للعمل على تعزيز حالات القوة وتدريب الحالات التي يمكن إن يتطور الانجاز من خلالها, مما ادى الباحثان الاهتمام بهذه الرياضة كونها إحدى الألعاب المهمة التي دخلت في الميادين والبطولات الاولمبية والعالمية، فضلا عن أنَّها واحدة من أهم الرياضات المنتشرة في العراق وعليه جاء هذا البحث محاولة لتطوير القوة الانفجارية ورمي الرمح لذوي الاحتياجات الخاصة لفئة (57) رجال بشكل خاص, من اجل تجنب نقاط الضعف والمساهمة في زيادة الفهم لمكونات تكنيك الاداء حتى يمكن تطويره في ظل تلك الإعاقة, إذ استخدم الباحثتان المنهج الوصفي لذلك فان المنهج الوصفي " يهتم في تصوير الوضع الراهن وتحديد العلاقات التي توجد بين الظاهرات والاتجاهات التي تسير في طريق النمو أو التطور مجتمع و عينة البحث إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي تستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي يختارها ". لذا اختار الباحثان مجتمع البحث بالطريقة العشوائية وهم لاعبي لجنة ديالى لفعالية العاب القوى فئة 57 وبعدد (6) لاعب ،وقد تم أجراء التجربة الرئيسية للاختبارات المحددة. ، وقد استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية) الوسائل الإحصائية الآتيـة:- الوسـط الحسـابي، الانحراف المعياري،.(*T-Test*) يتوقع الباحثان النتائج الاتية: توجد علاقات إيجابية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات.

الكلمات المفتاحية : فئة57 كل شخص يعاني من نقص أو فقدان جزء مفصلي من الاطراف السفلى على ان يكون البتر احادي مفصلي او بتر احدى الساقين او كليهما .

ABSTRACT

The current research aims to identify explosive force and its relationship to the performance of the throwing phase in the javelin throwing event among athletes with disabilities in the 57-seated category. The problem of the research lies in the fact that these studies have dealt with a specific aspect of effectiveness, such as studying the general physical characteristics of the player, ignoring the training aspect of the neuromuscular strength that affects the performance of the best effectiveness, working to enhance states of strength and training conditions through which achievement can develop, which led the researchers to pay attention. With this sport, it is one of the important games that entered the Olympic and international fields and tournaments, in addition to being one of the most important sports spread in Iraq. Accordingly, this research came as an attempt to develop explosive power and javelin throwing for people with special needs, for the category (57) men in particular, in order to avoid weak points. And to contribute to increasing understanding of the components of performance technique so that it can be developed in light of this disability, as the two researchers used the descriptive approach. Therefore, the descriptive approach "is concerned with portraying the current situation and identifying the relationships that exist between the phenomena and trends that are moving in the path of growth or development for the society and the research sample. The objectives are: Which the researcher develops for his research and the procedures he uses will determine the nature of the sample he chooses." Therefore, the researchers chose the research population in a random way, namely the players of the Diyala Committee for Athletics Events, category 57, with a number of (6) players. The main experiment was conducted for the specific tests. The researchers used the following statistical methods: the arithmetic mean, the standard deviation, and the T-Test. The researchers expect the following results: There are statistically significant positive relationships between the variables.

1- المقدمة :

ان التطور العلمي المستمر لكافة العلوم المختلفة أحدث الكثير من التغيرات في أنماط الحياة المختلفة والتدريب الرياضي أحد أهم المجالات التي حظيت بأهتمام العلوم المختلفة مما ساعد هذا الأهتمام بأكتشاف الكثير من الأساليب مما ساعد الكثير من الرياضيين في كافة الفعاليات الرياضية في رفع انجازاتهم ومنها فعالية رمي الرمح لذوي الاعاقة فئة 57 بشكل خاص ولهذا نلاحظ أن هنالك أنجازات مذهلة حصلت في مستوى هذه الفعالية على الصعيد العربي والأسيوي والعالمي من خلال ما تم من أستخدام للأساليب التدريبية الحديثة وقياس بعض المتغيرات الخاصة للقوة وأختيار المدربين التمرينات المناسبة وبصورة علمية ضمن المناهج التدريبية لرياضييهم مما يساعد في رفع إنجازات رياضييهم. وقد كان لفعاليات العاب القوى بشكل عام وفعالية رمي الرمح نصيب من هذا التطور في تلك البلدان من خلال استخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي باستخدام احدث الوسائل والاجهزة الدقيقة ،فمثلما كان هناك مناهج تدريبية للاعبين الأسوياء فقد وضعت أيضا مناهج تدريبية لذوي الاحتياجات الخاصة (رمي الرمح فئة 57) من قبل خبراء ومختصين في مجال التدريب الرياضي ولإعاقة الحركية ولكن مهما تجدد الزمن وتنوعت قدرات اللاعبين فلابد من أن يكون هناك تحديث في تلك المناهج التدريبية ، اذ أن تلك المناهج لا تبنى على وفق طاقه أو أمكانية لاعب معين ومن ثم تؤخذ على الكل الى مالا نهاية وإنما هذه المناهج تبنى على ضوء قدرات اللاعبين ومدى امكانيه تحقيق الأهداف الموضوعة لهذا المنهاج في وقت معين وعليه عندما يكون هناك فشل او بطء في تحقيق تلك الأهداف التي يصبو أليها كل من المدرب واللاعب فيجب ان يكون هناك تعديل أو تطوير لتلك المناهج لكي يتسنى للمدرب الوصول باللاعب الى المستوى الذي يطمح له من خلالها وهذا ما تطلب البحث أولا فيما تحتاجه فعالية رمي الرمح من قدرات بدنية و النواحي البدنية والنفسية والعقلية Modamgna, R.1(2015). P. P: effects of various uphill Downhill 187:) … فهي " الوسيلة المثلى والأفضل لسرعة عودة المعاق الى مجتمعه وتآلفه مرة أخرى معه ونجاحه كفرد منتج من أفراد هذا المجتمع مندمجا فيه متفاعلا معه أسامة رياض احمد ، واحمد عبد المجيد أمين: 1988:ص26) ومن هنا تتجلى أهمية البحث ومن خلال معرفة القوة الانفجارية وعلاقتها في إنجاز مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) , ومن هنا تجلت مشكلة البحث في التعرف على القوة الانفجارية وما هي علاقتها في إنجاز مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) جلوس و حيث يهدف البحث الى التعرف على القوة الانفجارية وعلاقتها بأداء مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) جلوس وفرض البحث الى وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين القوة الانفجارية وعلاقتها في إنجاز مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) جلوس

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث:

اعتمد الباحثون على المنهج البحث الوصفي كونه يلائم مع حل المشكلة المراد بحثها ولأنه من الوسائل المهمة للوصول إلى معرفة يوثق بها. واستخدم الباحثان تصميم المجموعة الواحدة.(فان دالين ديويولد:1985,33) .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

اختار الباحثون عينة بحثهم بالطريقة العمدية المقصودة وعددهم (6) لاعبين هم اللاعبين المصنفين من قبل لجنه ديالى المشرفة على فعاليات العاب القوى وبالتحديد فعالية رمي الرمح فئة (57) جلوس والذين يتم تأهيلهم للمشاركة في المنافسات القادمة .

3-2 الاجهزة والأدوات:

1-جهاز حاسوب لابتوب نوع (Dell) بانتيوم (4).2-طابعة ليزرية نوع Canon 2900, ارماح.

4-2 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحثون تجربة استطلاعية يوم السبت و بتاريخ 2023/9/23 على عينة لاعبي من لجنة ديالى والبالغ عددهم (2) لاعباً قبل قيامهم ببحثهم بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته .

5-2 الاختبارات المستخدمة بالبحث:

6-2 اختبار دفع كرة طبية (1 كغم) من الجلوس Ball Put Test(علي فهمي البيك:2015,ص88.

الغرض من الاختبار

_ قياس القدرة العضلية لمنطقة الذراع و الكتف.

- الادوات:

كرات طبية زنة الواحدة منها لا يقل عن 1 كغم ولا يزيد عن 2 كغم , شريط قياس , عدد مناسب من الاعلام او الرايات ,

- مساحة مستوية من الارض بطول 15 متر وبعض 7 و نصف متر على ان يحدد بخطين متوازيين تكون المسافة بينهما 4 و نصف متر.

طريقة الاداء:

- يجلس المختبر غلى كرسي خاص بين الخطين ،في مواجهة جانب منطقة الرمي، ويضع الكرة الطبية على إحدى يديه، وتسند اليد الأخرى فوق الكرة.

تعليمات الاختبار :

- يجب أن يجلس المختبر ثم يرمي الكرة الطبية في منطقة الاقتراب بين الخطين مواجهـا . - يجب أن يتم دفع الكرة الطبية (وليس رميها) في اتجاه منطقة الرمي.

- يعطي للمختبر ثلاث محاولات متتالية يسجل له أفضلها.

اداء الاختبار:

-مسجل : ويقوم بالنداء على الأسماء وتسجيل المسافة.

- عدد ٢ مراقب ويقومان بتحديد مكان سقوط الكرة الطبية وقياس المسافة ومراقبة الأداء ويكون واحد منهم عند خط البداية والآخر داخل منطقة الرمي.

حساب النتائج:

-تسجل المحاولة الصحيحة من اقرب نقطة ناحية خط البداية (الرمي).

2-7 اختبار رمي الرمح [1]:(القانون الدولي لالعاب القوى:2000,ص22)

الغرض من الاختبار :- قياس المستوى الرقمي لرمي الرمح.

الأدوات اللازمة :- مكان مناسب للرمي يشمل دائرة مجال قانوني لرمي الرمح بعرض 4 امتار وطول لايقل عن 20 متراً وقطاع رمي بزاوية 34.29˚ (بحسب التعديلات الجديدة للقانون) [1] ، شريط قياس.دائرة الرمي وهي دائرة قطرها (2.135 متر) مكساة بالأسمنت في وسط الدائرة ويوجد في وسط الدائرة كرسي خاص مثبت بالأرض.

- مواصفات الأداء :

يجلس المختبر على الكرسي الخاص فيه في نصف دائرة الرمي و يأخذ الوضع المناسب له ويجب وضع الرمح فوق الراس ثم عمل حركة الرجوع بالجسم الى الخلف وبعدها رمي الرمح الى ابعد نقطة ممكنة داخل قطاع الرمي ويكون رمي الرمح يكون بيد واحدة.

- الشروط :

يتم تطبيق القانون الخاص بفعالية رمي الرمح فئة (57) جلوس وفي حالة ارتكاب المختبر مخالفة تعد المحاولة فاشلة ويسمح له بثلاث محاولات فقط حسب قانون اللعبة .

حساب الدرجات:-

يكون القياس من الحافة الداخلية للوحة الإيقاف(جهة الدائرة) إلى أقرب اثر يتركه الرمح لحظة لمسه الأرض من ناحية قوس الدائرة التي تحدد نهاية مجال الرمي ، بواسطة شريط قياس معدني ويتم القياس لاقرب سنتيمترين . تعطى ثلاث محاولات تحتسب أفضلها من ناحية الإنجاز.

2-8 الوسائل الإحصائية:

لقد أستخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات .

[1] **القانون الدولي لالعاب القوى : ترجمة صريح عبد الكريم واخرون ، مكتب العادل للطباعة ،بغداد،2004.**

[1]) القانون الدولي ، المصدر السابق نفسه ص68

3 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (r) المحتسبة ومستوى الدلالة لمتغيرات البحث

ت	ن	س	ع	معامل الارتباط	الخطأ	
1القوة	6	8.2333	1.30945	1	0.081	توجد علاقة
2الانجاز	6	16.4167	1.38335	75.		

درجة الحرية (ن-2) ومستوى الدلالة (0.05)

3-2 مناقشة النتائج:

بعد إن قام الباحثون بعرض جميع الفروق بين اللاعبين والتي أظهرت بان جميع الفروق كانت فروق معنوية ويعزز ذلك الباحثان إلى ممارسة عينة البحث بالجانب الرياضي قد اثر بشكل ايجابي على عينة البحث وخصوصا فيما يخص بالانجاز والذي نعرفه بان مزاولة الرياضة بأشكالها المختلفة له تأثير ايجابي على الحفاظ على الاداء النهائي بشكل قريب من الاداء المشابهة لأجواء البطولة , وخصوصا عندما تكون العينة ممارسة للرياضة بنفس الوقت الزمني وكذلك الحال نفسه فيما يتعلق بالقوة الانفجارية الذي يتأثر بدرجة التكيف للاداء الذي يصل اليه اللاعب الرامي .

ويستنتج الباحثون من ذلك أن التغيير في استخدام المقاومات والذي نفذ على عينة البحث كان له تأثير على تطوير القوة الانفجارية للذراعين والتي تعد من الصفات الأساسية في هذا الاختبار وأيضا عند أداء مرحلة الرمي الأخيرة من خلال رمي الرمح مما أعطى ذلك دليلا على أن افراد عينة البحث من الممكـن أن يحققوا انحازاً جيداً سواء في هذا الاختبار أم عند أداء مرحلة الرمي النهائية في رمي الرمح(الانجاز)، وهذا يعني ان العضلات العاملة قد تطورت نتيجة التدريب المتمثل في مقدار المقاومة آلتي تمثلت بالأثقال والكرات الطبية والأوزان المشابهة لرمي الرمح عند تدريبات القوة الانفجارية للذراعين والتي عدت أهم عامل من عوامل تنمية القوة والقدرة العضلية (طلحة حسام الدين, 2011,ص59)، حيث انه يمكن تحقيق مستوى افضل من القوة والقدرة العضلية يعتمد اساساً على اختبار الوسيلة التدريبية المناسبة الموضوعة من قبل المدرب.

4- الخاتمة:

وفي ضوء الاستنتاجات التي توصلو اليها الباحثون الى التوصيات الاتية : هناك علاقة قوية بين القوة الانفجارية وعلاقتها و مرحلة الرمي في فعالية رمي الرمح لدى لاعبي العاب القوى لذوي الإعاقة فئة (57) جلوس **و** ان لرمي الكرة الطبية تأثير في تطوير القوة الانفجارية للأطراف العليا لعينة البحث و ايضا تطور مستوى الأداء الفني (التكنيك) لعينة البحث في الاختبارات**, وتوصل الباحثان التوصيات الاتية** التأكيد على تطور القوة الانفجارية (كقوة خاصة) لتطوير قوة المسارات الحركية للاعبي رمي الرمح الاعتماد على الاختبارات التي استخدمت بالبحث بوصفها مؤشراً لتطور القوة الانفجارية والتي لها علاقة بأداء رمي الرمح.

المصادر و المراجع:

1- أســـامة رياض احمد ، واحمد عبد المجيد أمين ،قواعد الطبيعية لرياضـــة المعاقين, ط1 ، دار هلال للأوفيس , 1988.

2- أسامة رياض:رياضة المعاقين للاسس الطبية والرياضية , (القاهرة , دار النشر العربي ,2000م).

3- أمل سويدان ,ومنى الجزار ,استخدام تكنلوجيا في التربية الخاصة,مركز الكتاب للنشر. القاهرة, 2007.

4- -علي فهمي البيك,عماد الدين ابو زيد, طرق قياس القدرات الهوائية واللاهوائية , ط2, الاسكندرية, 2015.

5- علي ســـلوم . الاختبارات والقياس والأحصـــاء في مجال الرياضـــي . الطيف للطباعة ،وزارة التعليم العالي و البحث العلمي ،جامعة القادسية،2004 .

6- فان دالين ديوبولد . مناهج البحث في التربية وعلم النفس . (ترجمة) محمد نبيل (وآخرون: القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية للطباعة. 1985).

7- 1 القانون الدولي لالعاب القوى : ترجمة صريح عبد الكريم واخرون ، مكتب العادل للطباعة ،بغداد،2004.

8- ديو بولد ، فان دالين ؛ مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس ،(ترجمة) محمد نبيل (واخرون)، القاهرة ،مكتبة الانجلو المصرية، 1985م،.

9- محمد عاطف الأبحر ومحمد سعيد:اللياقة البدنية,عناصرها, وتنميتها, السعودية, دار الإصلاح الدمام,1984, ص50.

1-Bullard & Knth Dlop jumping as Atraining method for jumping ability I.A.A.F. ((1 .aval . may. Vol: No, 3- 1995 p. 38-39

2-Modamgna, R.1(2015). P. P. 187 effects of various uphill Downhill, combination of uphill, downhill and programs anspvinting. level training Speed.