



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بغداد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

تأثير برنامج للتدريب الجاف باستعمال وسائل مساعدة في نتائج مقاييس الخطء وتطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي

بحث تقدمت به الطالبة

آيت طامرق سلمان

الى اللجنة المناقشة وهو جزء من متطلبات الحصول على درجة البكالوريوس في
التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

بإشراف

أ.م. د غصون ناطق

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسَ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُورًا وَقَدَّرَهُ مَنَازِلَ لِتَعْلَمُوا عَدَدَ
السِّنِينَ وَالْحِسَابَ مَا خَلَقَ ذَلِكَ إِلَّا بِالْحَقِّ يُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ
يَعْلَمُونَ

صدق الله العلي العظيم

[يونس: ٥]

الاهداء

الحمد لله الذي وفقنا لثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية وحصد ثمرة الجهد
والنجاح بفضلہ تعالیٰ مهداة الى امي (هند ناطق)
وابي (طارق سلمان) حفظهما الله وادامهما نورا لسري
الى عائلتي الكريمة التي ساندتني ولا تزال من إخوة زياد طارق_أبراهيم طارق
_يوسف طارق)
وأخوات (فاذية طارق_رائيا طارق)
والى صديقتي وخالتي شذى ناطق
والى رفيقة المشوار مشرفة نخشي الدكتور غصون ناطق الوادي
والى الروح التي فارقتني في الدنيا والخالدة في قلبي الى الشهيد محمد ناطق

مستخلص البحث باللغة العربية

يعد التدريب الجاف احد الأساليب التعليمية لإتقان جميع العناصر الفنية والحسية والحركية السابقة للأداء ، وهوة جزء اساسي لعملية التعلم والتدريب في الرمي بالأسلحة الهوائي من دون استخدام الذخيرة ، اذ يعد التدريب الجاف احد الأساليب التعليمية والتدريبية لاتقان جميع العناصر الفنية والحسية السابقة للأداء ، وهو ليس بديلا عن التدريب المباشر او الرمي المباشر وانما جزء أساسي لعملية التدريب في الاسلحة الهوائية بشكل عام وسلاح المسدس الهوائي بشكل خاص، أي بناء صورة مثالية لمواقف مختلفة من الرمي بالمسدس او البندقية وبناء صورة ذهنية لمواقف الأداء المتمثلة بدقة التصويب. من هنا، هدفت الدراسة لاعداد برنامج للتدريب الجاف باستعمال وسائل مساعدة في رماية المسدس الهوائي للناشئات وكذلك، التعرف على تأثير برنامج للتدريب الجاف باستعمال وسائل مساعدة في نتائج مقياس الخطأ في دقة التصويب بالمسدس الهوائي للناشئات. افترضت الباحثة وجود فروض ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في نتائج مقياس الخطأ ودقة التصويب بالمسدس الهوائي للناشئات. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته وطبيعة المشكلة. فيما شمل مجتمع البحث على راميات اندية العراق بالأسلحة الهوائية (مسدس/بندقية) والبالغ عددهن (١٥) رامية وهن يمثلن مجتمع البحث ١٠٠% وقد اختارت الباحثة عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة (٧) راميات بأعمار (١٢-١٤ سنة).

اعدت الباحثة (١٠) تمرينات متنوعة باستعمال وسائل مساعده للتدريب الجاف لغرض تطوير دقة التصويب اذا تم تقسيم التمرينات الى (٥) تمارين لكل شهر واعادتها في كل وحده تدريبية واستمر تطبيق التمرينات لمدة شهرين بواقع وحدتين تدريبيه اسبوعيا.

توصل البحث الى عدة استنتاجات منها وجود تأثير ايجابي لتمرينات التدريب الجاف المعدة باستعمال وسائل مساعدة في تطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي، بالإضافة الى وجود نسب تطور معنوية لتأثير التمرينات المعدة باستعمال الوسائل المساعدة في نتائج دقة التصويب بالمسدس الهوائي. اوصت الدراسة بضرورة استعمال الأجهزة والوسائل المساعدة خلال الوحدات التدريبية كما لها دور في تطوير الاداء في رماية الاسلحة الهوائية، كذلك اجراء دراسات مشابهه على عينات وفئات عمرية مختلفة وفي الرماية بكل انواعها

ثبت المحتويات

رقم الصفحة	العناوين	التسلسل
٩-٥	الباب الاول	
٥	التعريف بالبحث	-١
٥	مقدمة واهمية البحث	١-١
٦	مشكلة البحث	٢-١
٧	اهداف البحث	٣-١
٨	فرضا البحث	٤-١
٨	مجالات البحث	٥-١
٨	المجال البشري	١-٥-١
٨	المجال الزماني	٢-٥-١
٨	المجال المكاني	٣-٥-١
٩	تحديد المصطلحات	٦-١
١٠	الباب الثاني	
١٠	الدراسات النظرية والدراسات المترابطة	-٢
١٠	الدراسات النظرية	١-٢
١١	الرماية	١-١-٢
١١	المهارات الاساسية في الرماية	٢-١-٢
١٢	رماية المسدس الهوائي	٣-١-٢
١٣	التدريب الجاف المستخدم في مهارة الرماية	٤-١-٢

١٤	مفهوم التدريب الجاف	١-٤-١-٢
١٦	مفهوم الوسائل المساعدة	١-٥-١-٢
٢٠	مقاييس الخطأ	٦-١-٢
٢١	مقاييس الخطأ الشعاعي	١-٦-١-٦
٢٢	مقاييس الخطأ الثابت	٢-٦-١-٦
٢٣	الدراسات المترابطة	٢-٢
٢٤	دراسة اسراء هاشم جايات نعمة	١-٢-٢
٢٥	دراسة حامد عبد الشهيد هادي	٢-٢-٢
٢٦	مناقشة الدراساتين السابقتين	٣-٢-٢
-٢٧	الباب الثالث	
٢٧	منهجية البحث واجراءاته الميدانية	-٣
٢٧	منهج البحث	١-٣
٢٧	مجتمع البحث وعينة	٢-٣
٢٨	وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة بالبحث	٣-٣
٢٨	وسائل جمع المعلومات	١-٣-٣
٢٨	الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث	٢-٣-٣
٢٩	إجراءات البحث الميدانية	٤-٣
٢٩	تحديد متغيرات البحث	١-٤-٣
٢٩	الاختبارات المستخدمة في البحث	٢-٤-٣
٢٩	تعليمات الاختبار	-٢-٤-٣ ١

٢٩	اختبار دقة التصويب بالمسدس الهوائي	٣-٤-٢ ٢
٢٩	اختبار مقياسي الخطأ (الشعاعي والثابت) في دقة التصويب	٣-٤-٢ ٢
٣٠	التجربة الاستطلاعية	٣-٥
٣٠	الوحدة التعريفية	٣-٦
٣١	إجراءات البحث	٣-٧
٣٢	الاختبارات القبلية	٣-٧-١
٣٢	التمرينات المستخدمة في البحث	٣-٧-٢
٣٢	الاختبارات البعدية	٣-٧-٣
٣٣	الوسائل الاحصائية	٣-٨
	الباب الرابع	
٣٤	عرض وتحليل ومناقشة النتائج	٤-
٣٧	عرض فرق النتائج القبلية والبعدية لأفراد عينة البحث	٤-١
	الباب الخامس	
٣٨	الاستنتاجات والتوصيات	٥-
٣٩	الاستنتاجات	٥-١
٣٩	التوصيات	٥-٢
٤٠	المصادر	
٤٢	الملاحق	

الباب الأول

١- التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته

٢-١ مشكلة البحث

٣-١ أهداف البحث

٤-١ فرضا البحث

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري

٢-٥-١ المجال الزماني

٣-٥-١ المجال المكاني

الباب الاول

١_ التعريف بالبحث

١_١ مقدمة واهمية البحث

اصبح العالم يواكب التطور في كل مجالاته نتيجة ما يقوم به العلماء من السعي في تطوير علمي وتكنولوجي مستمر ، وكان للمجال الرياضي حيزا بليغا من الجانب التطور في كافة الاختصاصات، وهو ما نشاهده اليوم من الأرقام القياسية والانجازات العالية والمتقدمة في كافة انشطتها . فقد شهدت رياضة الرماية تطورا ملحوظا بسبب تنوع اساليبها وتطور وسائل التعليم المساعدة ، وكان لزاما ان تتطور وسائل التعلم والتدريب على مراحل عملية الرمي ومن هنا اصبح من الضروري وواجبا علينا ايجاد وسائل جديدة تضمن الاسراع بتعليم الرامي من جهة ، ومساعدة المتدرب على الوصول الى المستوى المخطط له من جهة اخرى ولتسهيل عملية التعليم مادام هناك استعداد عالي على اداء مراحل عملية الرمي من الرماة .

يعد التدريب الجاف للطلاب احد الأساليب التعليمية لإتقان جميع العناصر الفنية والحسية والحركية السابقة للأداء ، وهوة جزء اساسي لعملية التعلم والتدريب في الرمي بالأسلحة الهوائي من دون استخدام الذخيرة ، اذ يعد التدريب الجاف احد الأساليب التعليمية والتدريبية لتقان جميع العناصر الفنية والحسية السابقة للأداء ، وهو ليس بديلا عن التدريب المباشر او الرمي المباشر وانما جزء أساسي لعملية التدريب في الاسلحة الهوائية بشكل عام وسلاح المسدس الهوائي بشكل خاص، أي بناء صورة مثالية لمواقف مختلفة من الرمي بالمسدس او البندقية وبناء صورة ذهنية لمواقف الأداء المتمثلة بدقة التصويب وبذلك فهو يعد احد الأساليب التدريبية في تعلم مهارات الرماية بالأسلحة الهوائية وتعد الوسائل المساعدة ذات تأثير فعال في عملية التعلم والتدريب ، ولها دور اساسي في تطوير الجانب المهارى لدى الرماة ، على وفق التوجه الحديث في تصنيع الاجهزة والوسائل التعليمية من مواد اولية متوافرة في البيئة المحلية وبكلفة بسيطة في تطوير دقة التصويب في المسدس الهوائي لدى الناشئات

ويستخدم الباحثون العديد من الاساليب للوقوف على اهم الخطأ التي تحدث عند اداء المهارات ومن اشهرها واكثر ملائمة لمهارة الرمي هي مقياس الخطأ الشعاعي والثابت والمتغير ، لأن اغلب المهارات تتعامل مع الدقة بشكل اساسي ، وفي الوقت الحاضر تم اعتماد قياس الاخطاء لكي تكون واضحة لدى الرامي والمدرّب لمعرفة اسباب الضعف او الاخطاء المرتكبة .

ومن هنا تأتي اهمية البحث في وضع برنامج تدريبي للتدريب الجاف باستعمال وسائل مساعدة من خلال معرفة الأخطاء التي تحدث عند دقة التصويب ومدى انحراف الاطلاق عن مركز الهدف بواسطة مقياس الخطأ سعيا من الباحثة في تقليل ومعالجة اخطاء الاداء ونقاط الضعف قدر

الإمكان ، لرفع القدرات المهارية لدقة التصويب بالمسدس الهوائي والوصول الى مستويات عالية وتحقيق ارقام قياسية جيدة .

٢_١ مشكلة البحث

ان الرماية بالأسلحة الهوائية حالياً يعتمد على الكثير من البرامج التعليمية والتدريبية في المهارات الاساسية للرماية كقاعدة هامة للتقدم اذ تجعل المدربين يقضون معظم الوقت في تعلم وتدريب الرماة على اداء هذه المهارات وتعليمها بأساليب تقليدية لا تفي بالغرض نتيجة التطور الكبير في طرائق واساليب تعلم الرماية بالأسلحة الهوائية ، التي تفرضها قواعد اللعبة ، فهناك الكثير من الاساليب التي تساعد على سرعة اتقان مهارات الرماية واكتسابها ومنها التدريب الجاف حيث يعمل هذا التدريب على تخفيف العبء الملقى على المتعلم باستعمال الوسائل المساعدة كوسيلة لتقليل نسبة الخطأ .

وقد لاحظت الباحثة كونها لاعبة منتخب وطني بأن هناك اخفاقات في دقة التصويب بالنسبة للناشئات دون المستوى المطلوب ولا يرتقي الى المستويات العالمية او الدولية وان طريقه استخدام التدريب الجاف التقليدية لم تعطي النتائج المطلوبة لذا سعت الباحثة في استخدام وسائل مساعدة مصاحبة لتدريب الجاف ، والخروج عن المألوف حيث ان جميع المدربين لا يستعملون وسائل مساعدة ومن جانب اخر عدم الاستفادة من ابعاد مقاييس الخطأ للتعرف على كمية واتجاه وتغاير الخطأ ، وبالتالي اكتشاف الحقيقة المسببة للخطأ وذلك لتطوير كفاءة دقة التصويب بالمسدس الهوائي .

١_٣ اهداف البحث

- ❖ اعداد برنامج للتدريب الجاف باستعمال وسائل مساعدة في رماية المسدس الهوائي للناشئات
- ❖ التعرف على تأثير برنامج للتدريب الجاف باستعمال وسائل مساعدة في نتائج مقياس الخطأ في دقة التصويب بالمسدس الهوائي للناشئات

١_٤ فروض البحث

- ❖ هناك فروض ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية في نتائج مقياس الخطأ ودقة التصويب بالمسدس الهوائي للناشئات

١_٥ مجالات البحث

١_٥_١ المجال البشري :- عينة من رماة الناشئات في رماية المسدس الهوائي

١_٥_٢ المجال الزمني :- للمدة الممتدة من ١٩/١١/٢٠٢١ لغاية ١٠/٤/٢٠٢٢

١_٥_٣ المجال المكاني :- ميدان الرماية للأسلحة الهوائية في الاتحاد العراقي المركزي للرماية

١-٦ تحديد المصطلحات

التدريب الجاف :- هوة الاسم الجامع لأي شكل من التدريب مع المسدس او البندقية التي لا تطوي على اطلاق النار في الواقع على الهدف. والغرض من ذلك هوة تدريب الحركات المختلفة والمعقدة التي تؤدي الى تكوين لقطة او لقطات بدون تشتيت الهدف (١)

الوسائل المساعدة :- يقصد بأنها كل مايمكن إستخدامه من أماكن متاحة تسهم بدرجة كبيرة في أكتساب اللاعب للمهارات الحركية وأتقانها . (٢)

مقاييس الخطأ Error Measures

وهي مقاييس تسمح لنا بتقييم أداء المهارات والتي تتطلب دقة ، وأيضا تمثل ابعاد قياس الخطا وهناك ثلاث مقاييس للخطا (الشعاعي ، الثابت ، المتغير) يمكن حسابها لتقييم مقاييس خطأ باتجاه واحد وباتجاهين ورياضة الرماية تعتمد على مقاييس ذات الاتجاهين وهو مايسمى (بالخطأ الشعاعي ،والخطأ الثابت) (٣)

١) حسين عليوي راضي علي: اثر برنامج لتدريب الجاف باستخدام وسائل مساعده في تطوير بعض المدركات البصرية ومظاهر الانتباه في رماية المسدس الهوائي للطلاب ،رسالة ماجستير ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،جامعة بابل ،٢٠١٩.

٢) نور عبدالمنعم عبدالحسين علي: تأثير تمرينات خاصه باستعمال وسائل مساعده وفق نتائج مقاييس الخطأ في تطوير دق التصويب بالبندقية الهوائية لدى لاعبين الشباب ،رسالة ماجستير ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،جامعة بابل ،٢٠١٩.

٣) محمد معاذ عارف الحافظ : اثر منهج تعليمي باستخدام وسائل مساعده بالاسلوبيين العشوائى والاتقانى وفق مقاييس الخطأ في تطوير بعض المهارات والقدرات الحركية بالتنس الأرضي للناشئين . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، ٢٠١٣ .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ الرماية

٢-١-٢ مبادئ أساسية في الرماية

٣-١-٢ رماية المسدس الهوائي

٤-١-٢ التدريب الجاف المستخدم في مهارة الرماية

١-٤-١-٢ مفهوم التدريب الجاف

٥-١-٢ الوسائل المساعدة

١-٥-١-٢ مفهوم الوسائل المساعدة

٦-١-٢ مقاييس الخطأ

١-٦-١-٢ الخطأ الشعاعي وطريقة قياسه

٣-١-٦-١-٢ الخطأ الشعاعي

٤-١-٦-١-٢ الخطأ الثابت

٥-١-٦-١-٢ الخطأ المتغير

٢-٢ الدراسات النظرية

١-٢-٢ دراسة حامد عبد الشهيد هادي (٢٠١٦)

٢-٢-٢ مناقشة الدراسات المشابهة

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ الرماية

ان فعالية الرماية الاولمبية تعد من الفعاليات التي تتميز بطابع مهاري خاص ، وتعدد مهاراتها من اهمها ، ضغط الزناد ، وضغط القبض على السلاح ، والمهارة الاساسية والمهمة والتي من خلالها يتم التحكم على نتائج الرماة ويتم التنافس فيها بدقة التصويب والتي هي محور الذي يدور عليه البحث والذي تناولته الباحثة كجانب اساسي مع بعض المتغيرات التي قد تعيق الوصول الى قمة الانجاز (٤)

فلا بد ان يتمتع الرامي بدقة عالية في الاداء ، ويمكننا ملاحظة ذلك من خلال الاستجابة الحسية الحركية وهذا بدوره يعكس المهارة في الرمي بدقة متناهية عند المتقدمين ، ويحدث ذلك من خلال التركيز على العمليات العصبية واختيار المجاميع العضلية المطلوب عملها وبالتالي التسديد نحو الهدف بالسرعة والدقة المطلوبة (٥)

٢-١-٢ المهارات الاساسية في الرماية (٦)

- الوقوف الصحيحة
- القبضة
- التحكم في التنفس
- الاتجاه الصحيح صوب الهدف
- التسديد وصور والمواجهات
- السيطرة على الزناد
- مواصله التسديد بعد الرماية
- عدم توقع خروج الاطلاقه
- مبادئ الثانوية :-
- غلق العين غير المستعملة
- تثبيت اليد الغير المستخدمة

(٤) منظر هاشم الخطيب : تاريخ التربية الرياضية ، بغداد ، مطبعة الاديب ، ١٩٨٤ .

(٥) يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بدون طبعة ، بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ، ٢٠٠٢ .

(٦) Uwe Riesterer : Standing Shooting Position : (Leg work , issf news , ٢٠١٦)

٢-١-٣ رماية المسدس الهوائي :-

المسدس الهوائي يحكمه وضع الجسم وان ما يحققه الوضع الصحيح للجسم في اثناء الرمي من نتائج جيدة يأتي من خلال التدريب لساعات طويلة ، ولأجل الوصول الى الوضع الصحيح للرمي بالمسدس بوضع المسدس اولا باتجاه خط الهدف وبصورة منخفضة قليلا ثم يقوم الرامي بإغماض العينين ثم بوضع المسدس الى وضع التصويب وبعدها تفتح العينان فاذا كان المسدس يشير يمينا او يسارا من مركز الهدف فعليه تغيير موضع القدمين حتى يتم توجيه المسدسات (فرضة وشعيرة) باتجاه مركز الهدف مرة ثانية تكرر هذه العملية عدة مرات حتى يشير المسدس الى مركز الهدف بصورة طبيعية عندما تكون العين مغلقة .

اما وضع المسدس يكون المحور الطولي للمسدس اثناء الرمي على امتداد الخط الوهمي المار بكتفي الرامي تقريبا . ويكون المحور الطولي للمسدس موازيا للارض ، ويتم ضبط وضع المسدس بناء على وضع الجسم ليس العكس ، ويتم وضع خطط التسديد للحصول على وضع قائم ومنتصب للراس (٧).

ويكون مستوى المسدسات بمستوى نظر الرامي وتكون المسافة بين عيني الرامي والمسدس في هذا الوضع اكبر منه في الوضع المواجهة .

٢-١-٤ التدريب الجاف المستخدم في مهارة الرماية

٢-٤-١-١ مفهوم التدريب الجاف

التدريب الجاف هو الاسم الجامع لأي شكل من أشكال التدريب مع المسدس او البندقية التي لا تتطوي على إطلاق النار في الواقع على الهدف . والغرض من ذلك هو تدريب الحركات المختلفة والمعقدة التي تؤدي إلى تكوين لقطة أو لقطات بدون تشتيت الهدف.

يتطلب التدريب التقليدي على المسدس او البندقية أن يركز الطالب على الهدف الثابت او سريع الحركة بينما يقوم في نفس الوقت بتنسيق عدة حركات للوصول الى التركيز على نقطة الهدف. من الطبيعي أن يحظى الهدف بأكبر قدر من الاهتمام بينما تتلقى الاعتبارات التقنية القليل . هذا قد يؤدي الى تكوين ممارسة خاطئة وتكرارها تصبح عادة. هو في الواقع ليس كذلك ، لأنه يعني أن الطالب يكتسب ممارسات خاطئة تحد من إمكاناته ، وبالتالي يجب أن تكون غير مكتسبة في مرحلة ما . (٨)

(٧) Laslo Antal . op . Cit , p . ٥٦ .

(٨) Magill , A.Richard Motor Learning and Applications , Mc Graw-Hill

وفي اثناء مدة التعلم والتدريب يتم التوصل إلى نوع من الحلول التوافقية اذا يتم استهداف الأهداف اثناء استخدام التدريب الجاف الذي يساعد المتعلم على بناء برامج حركية صورية من خلال المدركات الحسية والبصرية والتركيز على الهدف من دون الرمي الحي ، وينظر إلى هذا الأسلوب على أنه نوع من التقدم في الأداء من خلال بناء برامج ذهنية للرمي .

٥-١-٢ الوسائل المساعدة

يعد المجال الرياضي أحد المجالات التي تحتاج إلى الوسائل المساعدة وتم الخوض في هذا المجال من خلال الدراسات والأبحاث التي أدخلت الوسائل المساعدة في عمليات التعلم والتدريب ، وكانت نتائج هذه الأبحاث إيجابية إلى حد ما ، ولها أهمية كبيرة ، إذ لم تعد موضوعاً هامشياً في العملية التعليمية أو التدريبية بل أصبحت جزءاً لا يتجزأ من مقوماتها الأساسية بدليل الزيادة في إستخدامها من قبل المعلمين والمدربين في أنحاء العالم .

لهذا تؤدي الوسائل المساعدة دوراً كبيراً في مساعدة المتعلم أو المتدرب على تقبل التمرينات أذ أن التركيز على التمرينات المحددة يولد الملل فأستخدم هذه التمرينات على عدة وسائل وبوضعيات وأماكن وظروف مختلفة سوف تولد حالة من التشويق والأثارة في عملية التعلم والتدريب ويرى الباحثة إن الوسائل المساعدة هي الوسيلة التي يستطيع بواسطتها المدرب أو المدرس أن يرفع من مستوى اللاعب التكنيكي لتحسين عملية التعلم والتدريب في أثناء الوحدة التعليمية والأسراع بتعلم وتطوير المهارة بأقل جهد ممكن .^(٩)

٦-١-٢ مقاييس الخطأ Error Measures

إن لكمية الخطأ في ناتج الأداء تقدير مهماً ومكاناً بارزاً في أبحاث الأداء والتعلم الحركي ، فهي تسمح لنا في تقييم أداء المهارات التي تتطلب الدقة في الأداء ، ومن هذه المهارات مهارة التصويب بالبندقية الهوائية . ففي تقييم مخرجات الأداء لمثل هذه المهارة ، إن لكمية الخطأ التي يؤديها المفحوصون بالنسبة لتحقيق الهدف تعد مقياساً مفيداً لتقييم الأداء . إن مقاييس الخطأ لا تزودنا فقط مؤشرات دقة الأداء ولكن تخبرنا أيضاً الأسباب الكامنة لمشاكل الأداء وخاصة إن قيم الأداء أكثر من مرة ، ولهذا السبب تم اختيار مقاييس الخطأ من قبل الباحثة لكون هذه المقاييس تعتبر مؤشر لدقة الأداء أضافه إلى أنه يوضح سبب المشكلة التي جعلت الباحثة يخوض هذا المضمار وهناك عدة أنواع لمقاييس الخطأ وهي :

١-٦-١-٢ الشعاعي (RE Radial Error) وطريقة قياسية :

يتطلب قياس الخطأ في الدقة لبعض المهارات في مختلف الألعاب الإعتماد على إتجاهين الرأسي والأفقي (حركات ذات اتجاهين) ، منها رياضة الرماية والتي يفضل قياسها بهذه الصورة

وليس باتجاه واحد ، والتي يعتمد قياس الخطأ فيها على ذات الإتجاهين أي ما يسمى الخطأ الشعاعي ((Radial error) (RE) والذي يقابل في المفهوم الخطأ المطلق في قياس المهارة ذات الدقة في إتجاه واحد .^(٩) عندما يتطلب ناتج اداء المهارة الدقة في الإتجاهين العمودي والأفقي . فتقييم الفرد للخطأ يجب أن يكون فيه تعديلات لطريقة تقييم الإتجاه الواحد . إن الطريقة العامة للقياس في المواقف ذات الإتجاهين تدعى الخطأ الشعاعي ((Radial error) (RE) والذي يشبه الخطأ المطلق (AE) في حالة البعد الواحد .

لحساب الخطأ الشعاعي لتكرار واحد يجب قياس الخطأ في المحور الإفقي (حساب المسافة بين نقطة الإصابة والمحور الأفقي (س)) وكذلك حساب الخطأ في المحور العمودي (حساب المسافة بين نقطة الإصابة والمحور العمودي (ص)) ومن ثم تربيع كلا القيمتين ثم جمعها معاً ثم جذر المجموع للوصول الى قيمة الخطأ الشعاعي لمحاولة واحدة . ولحساب الخطأ الشعاعي لعدد من المحاولات يتم حساب الوسط الحسابي لقيم الخطأ الشعاعي لهذه المحاولات . ولحساب هذا النوع الخطأ (RE) لمحاولة واحدة ، يتم قياس المسافة الأفقية والعمودية عن كلا المحورين ، ومن ثم تربيع كل قيمة ، ثم جمعها معاً وبعد ذلك جذر المجموع للوصول الى قيمة الخطأ الشعاعي .

ثانياً : الخطأ الثابت (CE Constant Error) وطريقة قياسه :

إن الإنحياز والإتساق للأداء جداً صعب عند التقييم في حالة الإتجاهين أكثر من الإتجاه الواحد بسبب ان الإشارات الجبرية (+ و-) ذو معنى قليل بالنسبة لحالة الإتجاهين . (Hancock) و (Butler) و (Fischman) عام ١٩٩٥ قدموا وصف مفصل لحساب مقاييس الإنحياز والإتساق في المواقف ذات الإتجاهين , بدلاً من الذهاب الى تفاصيل هذا الحساب والتي هي شائعة فقط في التعلم الحركي وبحوث السيطرة الحركية , نحن ننظر الى الطريقة العامة لحل المشكله هنا . إن تقييم مدى إنحراف وثبات الإستجابات للحركات ذات الإتجاهين نعتمد على الملاحظة الذاتية للتجمع الحقيقي لموقع الإستجابات ، فإذا كان التجمع يميل بالقرب من مركز الهدف فإن إنحراف الأداء يكون واضحاً ، أما إذا كانت الإستجابات متناثرة عن مركز الهدف فإن ذلك يدل على عدم وجود إنحراف في ناتج الأداء ، أما عن الثبات فإن الحالة الأولى أفضل من الحالة الثانية . لذلك نستدل على أن الرامي في الحالة الأولى يقع ضمن مراحل تعلم أفضل من الحالة الثانية لذلك

^٩ (حامد عبد الشهيد هادي الخيكاني . تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائل المساعدة وفق مقياسي الخطأ في تطوير الاداء وسرعة ودقة الهجوم البسيط للاعبين المبارزة بسلاح الشيش بأعمار (١٣ — ١٦) سنة , أطروحة دكتوراه , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة بابل , ٢٠١٦ , ص ٣٥ — ٣٦ .

يحتاج الى تمارين خاصة أما الرامي في الحالة الثانية فإنه يحتاج الى وحدات تعليمية وتكرارات أكثر لكي يتقدم في مراحل التعلم لتطوير الأداء الحركي بالشكل الجيد . (١٠)

٢-١-٦-٢ الخطأ الثابت (CE) Constant Error

ويمثل هذا المفهوم بكمية واتجاه الانحراف المرتبط بالهدف وفي بعض الاحيان يطلق عليه (الانحياز) ويمكن حسابه من خلال المعادله :

$$CE = S (xi - T)/n$$

حيث ان (n,T,xi) تم تعريفهم مسبقاً .

٢-١-٤-٢-٣ الخطأ المتغير (VE) Error Variable

هو مقياس التضارب في نتيجة الحركة . انه التغير في اداءات الموضوع عن معنى القيمة ويمكن حسابه من خلال المعادله :

$$VE = \sqrt{S (xi - M)^2/n}$$

حيث ان (n,T,xi) تم تعريفهم مسبقاً .

ويمكن الاستفادة من دلالات هذه المعادله وقيمت نتيجتها بحيث ان كلما قلته القيمة لمجموعة من المحاولات كانت النتيجة ايجابية لهذ الفرد والعكس صحيح

٢-٢ الدراسات المترابطة

١-٢-٢ دراسة أسراء هاشم جاين نعمة (٢٠١٥) (١١)

العنوان (تأثير تمارين خاصة بجهاز مبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية لتطوير بعض القدرات العقلية ودقة التصويب بالمسدس الهوائي) .

أهداف الدراسة

- ١ . تصميم جهاز مبتكر وفق الأنظمة التمثيلية للأعبي رياضة الرماية .
- ٢ . أعداد تمارين خاصة بالجهاز المبتكر وفق الأنظمة التمثيلية للأعبي رياضة الرماية

١٠ op.cit Magill , ٢٠١٧ , . ٣٥-٣٤ p

١١ أسراء هاشم جاين نعمة . تأثير تمارين خاصة بجهاز مبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية لتطوير بعض القدرات العقلية ودقة التصويب بالمسدس الهوائي , رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية , الجامعة المستنصرية , ٢٠١٥ .

٣. التعرف على تأثير التمرينات الخاصة بالجهاز المبتكر وفق الأنظمة التمثيلية في تطوير بعض القدرات العقلية ودقة التصويب بالمسدس الهوائي .

منهج البحث

استخدمت الباحثة في الدراسة المنهج التجريبي بأسلوب (المجموعات المتكافئة) لملائمته طبيعة المشكلة ، أذ قامت الباحثة بتحديد عينة البحث بالطريقة العمدية على عينة مكونة من (١٠) رماة تتراوح اعمارهم من (٢٥-٣٠) سنة وقسموا كالأتي المجموعة تجريبية تمثل نادي أمانة بغداد والبالغ عددهم (٥) رماة , والمجموعة الضابطة تمثل نادي الكاظمية والبالغ عددهم (٥) رماة , إذ إشمتمت الوحدة التدريبية على (٢٤) وحدة تدريبية وبواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع وعلى مدى (٨) أسابيع .

وقد توصلت الباحثة الى أهم الاستنتاجات الآتية :

١. للتمرينات الخاصة بالجهاز المبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية تأثير إيجابي في تحسين سرعة الإستجابة الحركية لدى اللاعبين الرماة بالمسدس الهوائي ، وتفوقهم على اللاعبين الذين تدربوا بدونه .
٢. تساعد التمرينات الخاصة بالجهاز المبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية في تطوير تركيز الإنتباه لدى اللاعبين الرماة بالمسدس الهوائي ، وتفوقهم على اللاعبين الذين تدربوا بدونه
٣. تساعد التمرينات الخاصة بالجهاز المبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية في تطوير أو تصحيح المسار الحركي للذراع , ومن ثم تصحيح مسار الإطلاقة .

٢-٢-٢ دراسة حامد عبد الشهيد هادي (٢٠١٦) (١٢)

- العنوان (تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائل المساعدة وفق مقياسي الخطأ في تطوير الأداء وسرعة ودقة الهجوم البسيط للاعبين المبارزة بسلاح الشيش بأعمار (١٦-١٣) سنة) .
- أهداف الدراسة
١. تصميم برنامج تعليمي باستخدام الوسائل المساعدة وفق مقياسي الخطأ لتطوير الأداء وسرعة ودقة الهجوم البسيط للاعبين المبارزة بسلاح الشيش بأعمار (١٦-١٣) سنة .
 ٢. معرفة تأثير البرنامج التعليمي باستخدام الوسائل المساعدة وفق مقياسي الخطأ لتطوير الاداء وسرعة ودقة الهجوم البسيط للاعبين المبارزة بسلاح الشيش بأعمار (١٦-١٣) سنة .
 ٣. تصميم جهاز لتطوير وضبط مسار وسرعة الأداء الحركي للهجوم البسيط .
 ٤. تعديل إختبار خاص لقياس سرعة ودقة مهارات الهجوم البسيط (الهجمة المستقيمة المباشرة والهجمة بتغيير الإتجاه والهجمة القاطعة) .

١٢ حامد عبد الشهيد هادي الخيكاني . تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائل المساعدة وفق مقياسي الخطأ في تطوير الاداء وسرعة ودقة الهجوم البسيط للاعبين المبارزة بسلاح الشيش بأعمار (١٣) — (١٦) سنة , اطروحة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية البنينة وعلوم الرياضة , جامعة بابل , ٢٠١٦ .

٥. بناء إختبار لقياس مقياسي الخطأ المطلق ذو الإتجاهين (الشعاعي) والخطأ الثابت .
٦. التعرف على نسبة تطور للمجموعتين الضابطة والتجريبية بين الإختبارين القبلي والبعدي .

منهج البحث

استخدمت الباحثة في الدراسة المنهج التجريبي بأسلوب (المجموعات المتكافئة) لملاءمته طبيعة المشكلة ، إذ أجري البحث على عينة مكونة من (١٤) لاعبا ل سلاح الشيش وقسمها على مجموعتين مجموعة تجريبية بواقع (٧) لاعبين ومجموعة ضابطة بواقع (٧) لاعبين ، حيث قام الباحثة بتصميم البرنامج التعليمي التطويري وفق مقياسي الخطأ ، إذ احتوى البرنامج على التمرينات الخاصة بالهجوم البسيط والوسائل والأدوات التعليمية المساعدة والجهاز المصنع من قبل الباحثة . إذ إشتملت الوحدات التعليمية التطويرية على (٢٤) وحدة تعليمية وبواقع (٣) وحدات في الإسبوع وإستمر لفترة (٨) أسابيع .

وقد توصل الباحثة الى أهم الاستنتاجات الآتية :

١. تأثير إيجابي للبرنامج التعليمي التطويري بإستعمال الأجهزة والوسائل المساعدة والجهاز المصنع في تطوير سرعة ودقة الأداء لمهارات الهجوم البسيط بأنواعه الثلاث قيد البحث
٢. إستعمال مقياسي الخطأ في توجيه بناء البرامج التعليمية ومعالجة الأخطاء والمشاكل التي تحدث أثناء الأداء في الوحدات التعليمية .
٣. حققت المجموعة التجريبية نسب تطور أكثر مقارنة بالمجموعة الضابطة نتيجة إستعمال البرنامج التعليمي وفق مقياسي الخطأ فضلاً عن الوسائل المساعدة لتنفيذ التمرينات .

٢-٢-٣ مناقشة الدراساتين السابقتين

- من خلال الإطلاع على الدراسات المشابهة وما أظهرته من نتائج لاحظ الباحثة أنّ جميع الدراسات هدفت إلى رفع مستوى الأداء للمتعلم ، وقد تم التوصل إلى أوجه التشابه والإختلاف بينهما وهي :
١. هدفت الدراسة الحالية مع الدراسة الأولى الى إعداد تمرينات خاصة ومدى تأثيرها في تطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي للأعبي المنتخب العراقي ، فيظهر هناك تشابه في بعض المتغيرات وأختلاف في العينة المستخدمة في البحث .
 ٢. تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسة الأولى في أعداد برنامج لتمرينات خاصة ، ولكن على عينات مختلفة في دقة التصويب بالمسدس الهوائي في البحث .
 ٣. تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسة الثانية في إستخدام الوسائل المساعدة في دقة التصويب بالبندقية الهوائية للرامي .

- ٤ . تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسة الثانية في إستخدام مقاييس الخطأ ذات الإتجاهين في الوحدات التعليمية في دقة التصويب بالبندقية الهوائية للرامي .
- ٥ . اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة الأولى والثانية في التطبيق على العينة وهم اللاعبين الشباب .
- ٦ . اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة الأولى في إستخدام أثر التمرينات الخاصة بوسائل المساعدة وفق مقاييس الخطأ ، إذ إستخدمت الدراسة الأولى تأثير التمرينات الخاصة بجهاز مبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية لتطوير بعض القدرات العقلية ودقة التصويب بالمسدس الهوائي .
- ٧ . اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة الثانية في أستخدام التمرينات الخاصة بوسائل مساعدة , إذ إستخدمت الدراسة الثانية البرنامج التعليمي بأستخدام الوسائل المساعدة .

الباب الثالث

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	٣
منهج البحث.	١-٣
مجتمع البحث وعينته.	٢-٣
وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث	٣-٣
وسائل جمع المعلومات.	١-٣-٣
أجهزة وأدوات البحث.	٢-٣-٣
تحديد الاختبارات.	٤-٣
التجربة الاستطلاعية.	٥-٣
الأسس العلمية (الصدق _ الثبات _ الموضوعية).	٦-٣
إجراءات البحث.	٧-٣
الوسائل الإحصائية	٨-٣

الباب الثالث

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٣ منهج البحث:

إنّ اختيار المناهج المناسبة يعتمد على طبيعة مشكلة البحث، وذلك لاختلاف المشاكل اذا لا يتم حلها بطريقة واحدة، فتحديد المنهج يرتبط الى حد كبير بنوع المشكلة وطبيعة الاختبارات والبيانات المتوفرة، لذا استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته وطبيعة المشكلة ولتحقق من فروض البحث .

٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على راميات اندية العراق بالأسلحة الهوائية (مسدس/بندقية) والبالغ عددهن (١٥) رامية وهن يمثلن مجتمع البحث ١٠٠% وقد اختارت الباحثة عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بالراميات الناشئات لسلاح المسدس الهوائي والبالغ عددهن (٧) راميات بأعمار (١٢-١٤ سنة) تم استبعاد (٢) رامية للأغراض التجربة الاستطلاعية و(٥) راميات لتطبيق البرنامج التدريبي المعد وذلك لبلوغ الهدف الذي ارتأت الباحثة الوصول اليه، اذا بلغت نسيه العينة (٣٣,٣٣%) من مجتمع البحث.

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث:

١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- الاختبار والقياس.
- شبكة المعلومات العالمية الأنترنت.
- المقابلات الشخصية.*
- الملاحظة

*ملحق (١)

٣-٢-٢ أدوات البحث:

- ١-مسدس هوائي عدد(٥)
- ٢-عتاد للأسلحة الهوائية عيار ٤,٥ ملم
- ٣-ميدان رماية اولمبي للأسلحة الهوائية (١٠)م
- ٤-اهداف ورقية قانونية خاصه بالأسلحة الهوائية
- ٥- حبال مطاطيه
- ٦-كرات اسفنجية
- ٧-الطين الاصطناعي
- ٨-قطع اسفنجيه
- ٩-المواد الخشبية
- ١٠- مرآة.
- ١١- حزام الكف .

٣-٤ اجراءات البحث الميدانية :

٣-٤-١ تحديد اختبارات المتغيرات المبحوثة

تم اختيار اختبار دقه التصويب ونتائج مقياس (الخط الشعاعي والثابت)من قبل الخبراء وذوي الخبرة والاختصاص. **

٣-٤-٢ اختبار دقه التصويب بالمسدس الهوائي (١٣)

- ✓ **الغرض من الاختبار :-** قياس مستوى دقه التصويب بالمسدس الهوائي
- ✓ **ادوات الاختبار :-** مسدس هوائي عدد(٥)،اهداف ورقية مرقمه على وفق ما ينص عليه القانون الدولي للرماية
- ✓ **وصف الاداء :-**
- ❖ تقف الرامية على خط الرمي المواجه للهدف بمسافة ١٠ متر

١٣ غصون ناطق عبد الحميد الوادي : دراسة التدريب في فترة المنافسات على بعض المتغيرات البدنية والوظيفية وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية الهوائية , رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية للبنات , جامعة بغداد , ٢٠٠٤
** ملحق (٢)

- ❖ تحمل الرامية المدس الهوائي وعمل جميع المتطلبات الفنية للأداء
- ❖ تبدأ الرامية بالتسديد نحو الهدف ومن ثم التصويب في مركز الهدف

✓ طريقة التسجيل :-

يعطى لكل رامية (١٠) اطلاقات ترميها على الهدف من المسافة ١٠ متر على (٢) هدف يتم استخدامها على التوالي بمعدل (٥) اطلاقات في كل هدف ، وكلمة اقرب الإطلاقة من مركز الهدف دل ذلك على دقة التصويب، اذا تعد افضل اطلاقة (١٠) نقطه والتي تسمى مركز الهدف وادنى قيمه هي صفر ، كذلك يتم تحديد الوقت لكل اطلاقة (١,١٥)د للرمية الواحدة

٣-٤-٣ اختبار مقياسي الخطأ (الشعاعي والثابت) في دقه

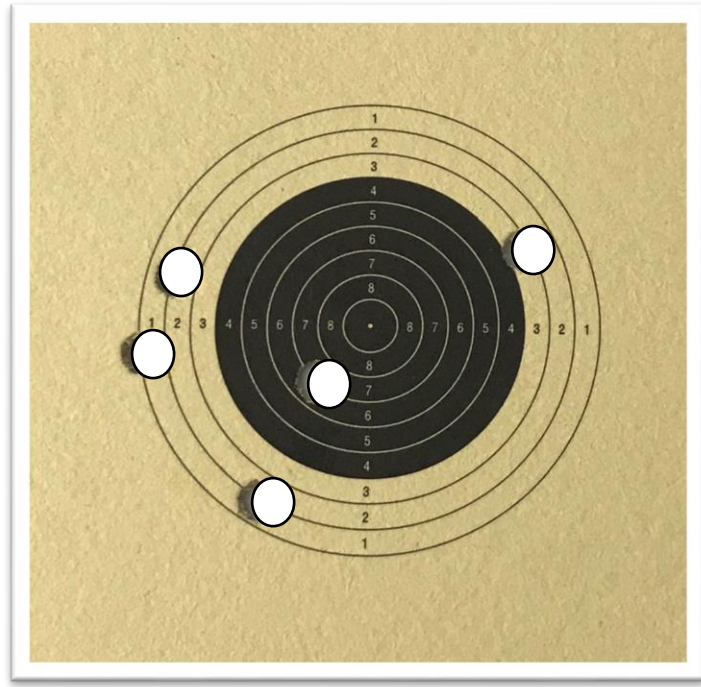
التصويب

أ = (الافقية)

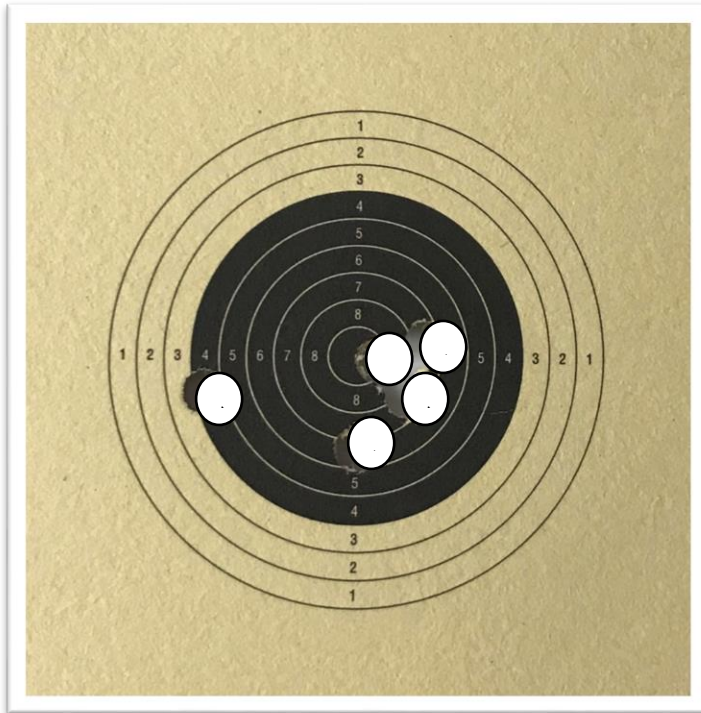
ع = (العمودية)

$$RE = \sqrt{A^2 + E^2}$$

لسلسلة من التكرارات فالمدرس أو المدرب يعمل على تقييم نوعي للانحياز والاتساق بواسطة النظر الى التجمع الحقيقي للإمكان . على سبيل المثال اذا كان لاعبين الرماية (A-B) كلاهما وضعا خمسة إطلاقات في كارت الرمي وكانت كما في الشكل (١) .



الشكل (١)
يوضح الرامي (A)



الشكل (٢)
يوضح الرامي (B)

الشكل (٢-١) يوضحان إن رياضة الرماية تعطي مثلاً لجودة التقييم خطأ ناتج أداء
باتجاهين .

إن الرماة في رياضة الرماية (A و B) يضعون خمسة إطلاقات في كارت الرمي أن تجمع خمسة إطلاقات وضعت بواسطة الرامي (A) يبين درجات عالية لمتغيرات الأداء , بينما الرامي (B) يبين انحياز قوي في الأداء بوضعه الإطلاقات في الجانب الأيمن .

إن التقييم السريع لتجمع الإطلاقات للاعبين رياضة الرماية كشفت إن اللاعبين لهم خصوصية لكن مشاكل مختلفة في ناتج الأداء لتطوير أداء رمياتهم .

وبرغم أن كلاً اللاعبين تمكنوا من وضع خمسة إطلاقات في الهدف , اللاعب (A) نشر الإطلاقات الأخرى حول الهدف , والتي تشير الى مشكلة اتساق الحركة , بينما اللاعب (B) جمع الإطلاقات الخمسة الأخرى بالجانب الأيمن للهدف , والتي تشير الى مشكلة انحياز الحركة^(١٤) .

٣ - ٥ التجربة الاستطلاعية :

اجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق ١٠/١/٢٠٢٢ الساعة ٨ صباحا في ميدان الرماية الأولمبي للأسلحة الهوائية على عينة من الراميات الناشئات البالغ عددهن (٢) رامية وذلك لأسباب التالية:-

- ١- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.
- ٢- معرفة المعوقات التي تظهر عند تنفيذ الاختبارات الأساسية للتجربة.
- ٣- مدى استعداد فريق العمل المساعد
- ٤- التأكد من الثبات للاختبار لمقياس الخط (الشعاعي والثابت)

٣-٦ الاسس العلمية للاختبارات:

المعاملات العلمية لاختبار مقياس الخط (الشعاعي والثابت) :
اجرت الباحثة المعاملات العلمية (الصدق والثبات والموضوعية) من خلال التجربة الاستطلاعية لاختبار مقياس الخط (الشعاعي والثابت) لدقه التصويب بالمسدس الهوائي ،وكما يأتي

^(١٤) Richard A .Magill. motor learning and control concepts and applications. eleventh edition, ٢٠١٧, p ٣٣-٣٤ .

١-٦-٣ صدق الاختبار

تم استخراج صدق المضمون او المحتوى للاختبار من خلال عرضة على مجموعه من الخبراء والمختصين وقد اجمعوا على ان هذا الاختبار صالح لعينه ،ويقيس المهارة المراد قياسها

٢-٦-٣ ثبات الاختبار

حصات الباحثة على معامل الثبات من خلال الاختبار واعادته اذا تم تطبيق الاختبار على عينه عددها (٥) راميات في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٢/١ وتم اعاده الاختبار يوم الثلاثاء ٢٠٢٢/٢/٨ ،وباستعمال قانون الارتباط بيرسون ثم استخراج معامل الثبات للاختبارات المرشحة وبعد الثبات مؤشر ممكن الوثوق به في دقه التصويب في رماية المسدس الهوائي

٣-٦-٣ موضوعية الاختبار

ان الاختبار يتمتع بموضوعية بشكل واضح كونه يتضمن التصويب على اهداف قانونيه ويممن للقائم بالاختبار حساب مسافه الخطأ باستخدام المسطرة او التأشيرت الموجودة على الهدف ولغرض التحقق من موضوعية الاختبار اعتمدت الباحثة على النتائج محكمين اثناء اعاده الاختبار وتم استخراج معامل الارتباط البسيط بين نتائج المحكمين ،وكما مبين في الجدول (١) وقد اسفرت النتائج ان الاختبارات تتمتع بدرجة جيده من الموضوعية

جدول (١)

يبين معاملات (الثبات - الموضوعية) للاختبارات

الاختبارات	معامل الثبات	Sig	الدلالة الإحصائية	معامل الموضوعية	Sig	الدلالة الإحصائية
مقياس الخطأ	٠,٨٦٥	٠,٠٠٠	معنوي	٠,٩٢١	٠,٠٠٠	معنوي
دقة التصويب	٠,٨٨٤	٠,٠٠٠	معنوي	٠,٩٠٨	٠,٠٠٠	معنوي

٧-٣ إجراءات البحث:

٣-٧-١ الاختبارات القبلية

اجرت الباحثة الاختبارات القبلية على عينه البحث المتمثلة بناشئات الرماية بالمسدس الهوائي يوم الثلاثاء الموافق ١١/١/٢٠٢٢ الساعة ٨ صباحا في ميدان الرماية الأولمبي للأسلحة الهوائية

❖ التجربة الرئيسية

البرنامج التدريبي *** (٣)

اعدت الباحثة (١٠) تمارين متنوعة باستعمال وسائل مساعده للتدريب الجاف لغرض تطوير دقه التصويب اذا تم تقسيم التمارين الى (٥) تمارين لكل شهر واعادتها في كل وحده تدريبية اذا استمر تطبيق التمارين لمدة شهرين فنرى مرتفع الشدة بواقع وحدتين تدريبيه اسبوعيا في ايام السبت والاثنين (١٦) وحده تدريبيه وكل وحده تدريبيه تتكون من (٥) تمارين.

وقد تم تطبيق التمارين في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية البالغ زمنها (٦٠)د اما الزمن المستغرق لتطبيق التمارين (١٥-٢٥) د، وقد كانت التمارين في الاسبوع الاول والثاني بنفس الزمن والتكرار ولكن بزياده زمن كل تمرين الى (١٥) ثا مع تثبيت التكرار والراحة وثم استخدام مبدا تطبيق التمارين تدريجيا من السهل الى الصعب وكما موضح في الملحق **** (٤)

٣-٧-٢ الاختبارات البعدية

بعد اكمال التجربة الرئيسية اجرت الباحثة الاختبارات البعدية لدقة التصويب يوم السبت الموافق ١٩/٣/٢٠٢٢ الساعة ٨ صباحا وقد راعت الباحثة ضمان نفس الظروف التي اجريت فيه الاختبارات القبلية

٣ - ٨ الوسائل الاحصائية : -

(الوسيط _ الوسط الحسابي _ الانحراف المعياري _ T المستقلة)

*** ملحق (٣)

**** ملحق (٤)

الباب الرابع

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٤-١ عرض فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد عينة البحث

٤-١-١ عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعديّة لأفراد مجموعة

٤-٢ مناقشة القياس القبلي والبعدي لعينة البحث للاختبار دقة التصويب

بالمسدس الهوائي

الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

تضمن هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها والتي توصل إليها الباحثة من خلال إجراء نتائج الاختبارات القبليّة وإجراء الاختبارات البعدية لمجموعة البحث، وقد تم جمع البيانات وتنظيمها وتبويبها في جداول توضيحية ثم تم معالجتها إحصائياً للوصول إلى النتائج النهائية لتحقيق أهداف وفروض البحث وكما يلي :

جدول (٢)

بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية المحسوبة بين الاختبار القبلي والبدي في مجموعة البحث والاختبارات البدي لمجموعه البحث في دقة التصويب

المتغير	الاختبار	القبلي	الاختبار	البدي	ت	الدلالة
ت	ار	ع	س	ع	س	ف
دقة	٦٢,٨٤	٥,٣٢	٧٨,٥٢	٤,٩٥	١٥,٦	٤,٧٨
التصويب	١	١	٩	٨	٣	٧,٣٣

بلغت قيمه ت الجدولية (٥,٢٢) تحت مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ٤

جدول (٣)

يبين نسبة التطور في دقة التصويب

المتغيرات	الوسط الحسابي للاختبار القبلي	الوسط الحسابي للاختبار البدي	الفرق	نسبة التطور
دقة التصويب	٦٢,٨٤	٧٨,٥٢	١٥,٦٨	١٩,٩٦%

من خلال تحليل الجدول (٣) عينة التطور في دقة التصويب بالمسند الهوائي لعينة البحث تبين وجود فروق معنوية لدقة التصويب بالمسند الهوائي ويعزو الباحثة ذلك لي استخدام مقياس الخطأ في توجيه الوحدات التدريبية لتتبع الخطأ لمعرفة اسبابه والوقوف عليه لتعديل، ومن خلال

القيام باختبار مقياس الخطأ لاستخراج الخطأ (الشعاعي، والثبات) يتم تشخيص مقدار واتجاه الأخطاء التي يقع فيها الرماة اثناء الاداء وبذلك تمكن الباحثة بأعاده النظر وتصميم الأخطاء وحسب متطلبات ادائهم بشكل اسبوعي كي تتم معالجة الأخطاء وفق خصوصية كل رامي، وكذلك معرفة مقدار وكمية التكرارات في حالة (التجميع في اتجاه معين) او في حالة ثبات الاداء الذي يمثل مقدار انحراف الاستجابة من مركز الهدف اذا كلما كان تشتت الاستجابة باتجاه معين كان مؤشرا في وجود حط فني وحركي، كما تقرر الباحثة نسبة التطور الى تنوع الوسائل المساعدة الذي يؤدي الى زياده قابليه الرماة على الاداء وخروج عن المؤلف الذي كان لها دورا في دقة الاداء وتزى الباحثة ان استعمال الوسائل المساعدة في الوحدات التدريبية لها خصوصية في زياده القدرات البدنية والمهارية ولعقلية، اذا انها تزيد في عملية تسهيل وتسريع قدره الاداء الجيد (اذا ان الأجهزة والادوات المساعدة تساعد على تبسيط المهارات وانتقال المعرفة والمعلومات والمهارات المختلفة والمتعددة وترفع القدرة على تطوير المهارات والقدرات الحركية بشكل اسرع (١٥)

١-١- عرض نتائج فرق القياسات القبليّة والبعدية لأفراد مجموعة

بين الاوساط الحسائية والانحرافات المعيارية ت المحسوبة بين الاختبار القبلي والبعدى في مجموعة البحث والاختبارات البعدى لمجموعه البحث في دقة التصويب وحسب الجدول رقم (٢).

حيث بينت النتائج تطور واضح بين الاختبار القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى وكان النتائج تدل على معنوية الاختبار و بلغت قيمه ت الجدولية (٥,٢٢) تحت مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ٤ وهذا يمثل التطور الحاصل من التدريبات التي قام بها الباحثة

٤-٢ مناقشة القياس القبلي والبعدى لعينة البحث للاختبار دقة التصويب

بالمسدس الهوائى

من خلال النتائج التي عرضت في الجدول (٢) الخاصة بنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لعينة البحث في دقة التصويب بالمسدس الهوائى فقت اظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدى في تطور دقة التصويب ولصالح القياس البعدى وتعزو الباحثة تلك النتائج

• (١٥) محمد فهمي: الرماية للعالم العربي، القاهرة، مركز الكتاب للنشؤ، ١٩٩٢، ص٥٥.

الى ان طبيعة التمرينات المعدة باستعمال وسائل مساعده كانت ملائمه لمستوى عينة البحث وكان لها الاثر المناسب في تطوير دقة التصويب في المسدس الهوائي ومما يدل على تأثير التدريب الجاف الذي كان له الدور الاساسي في تطوير الاحساس والادراك بالأداء الفني النموذجي ، كما تعزو الباحثة ذلك الى تأثير التدريب بالتمرينات المعدة باستعمال الوسائل المساعدة والوحدات التدريبية المقننة ويؤكد وجيهه محجوب^(١٦) ان في المهارة الحسية تكون الحركة ولكن القرارات تتأخذ شأن اتخاذ الحركة تكون مهمه وهذا يعتمد على رد الفعل الذي تختلف أهميته من مهاره الى اخرى كما انه يتطور بالتدريب والممارسة^(١٦)

لذى تأكد الباحثة ان التمرينات المعدة ضمن الوحدات التدريبية خلال ١٦ وحده تدريبيه قد ادت الى حدوث تأثير وتطور وظهور فاعلية التدريب حيث ان التمرينات التقليدية المعتادة ادت الى ثبات المستوى المهاري الى تغير اسلوب التدريب في رماية المسدس الهوائي وخلال اضافة الوسائل المساعدة للخروج عن المألوف والتي كان لها دور فعال في تطور كل المتطلبات الفنية والعقلية لرمية الاسلحة الهوائية بشكل عام والمسدس الهوائي بشكل خاص ومن الجدير بالذكر ان فعالية الرماية احدى الالعاب الرياضية التي تحتاج سرعة استجابة ودقة تطوير الاداء ((اذا لا يعد من الضروري تفسير الاوامر العصبية عن طريق الجهاز العصبي وانما اصبح اليعاز ينفذ حين وصوله الى النخاع الشوكي والرجوع الى العضلات المنفذة

وبذلك فقد عملت التمرينات المعدة الى التأزر ما بين الاداء الفني وزمن الرمي وسرعة اتخاذ القرار.

^{١٦} (صبا محمد جعفر: علاقة زمن الاستجابة الحركية وتركيز الانباه بنتائج الرمي بالأسلحة الهوائية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد، ٢٠٠٨، ص٢٩).

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات .

٥-١ الاستنتاجات .

٥-٢ التوصيات .

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

٥-١ الاستنتاجات :

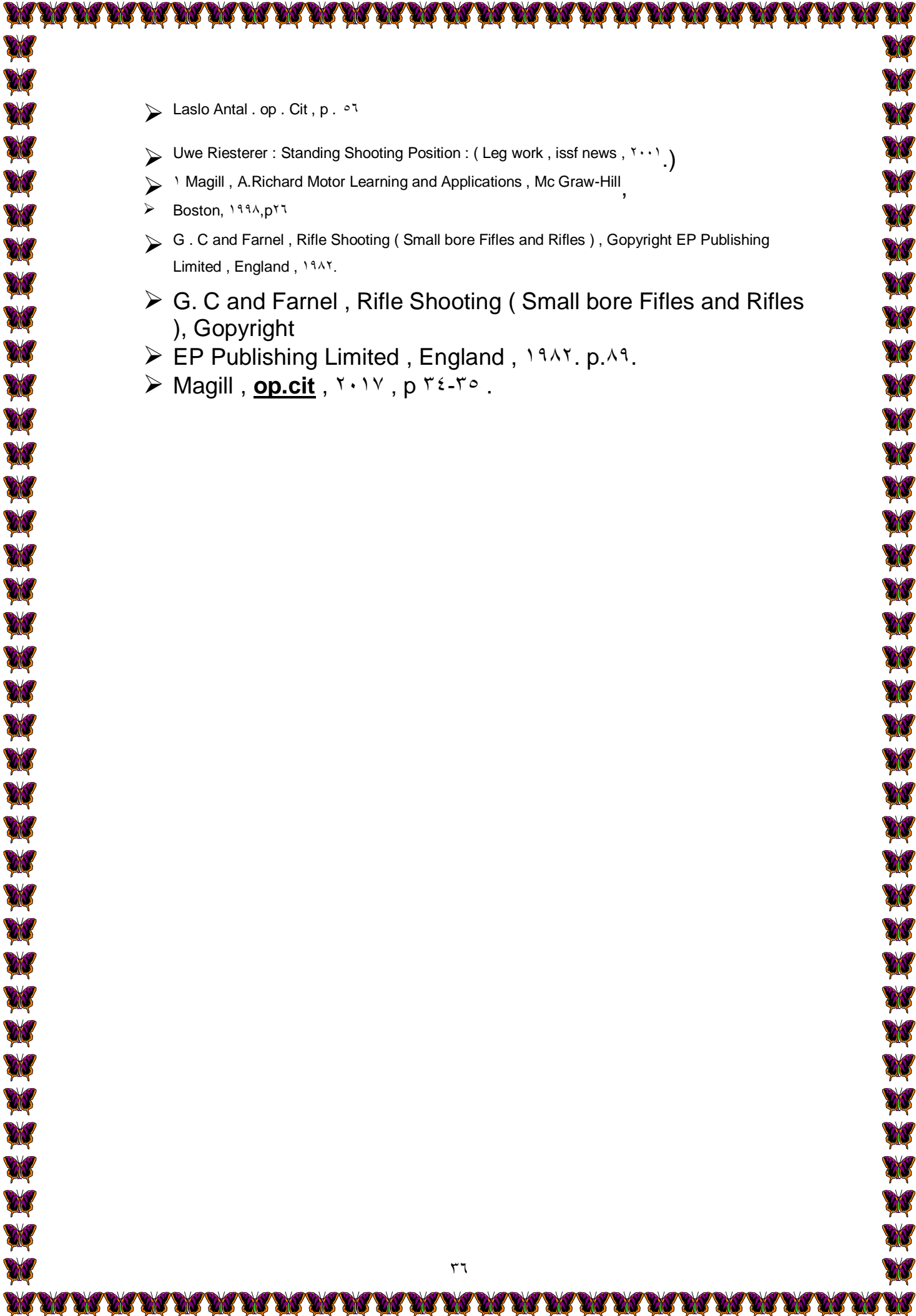
- ١- وجود تأثير ايجابي لتمرينات التدريب الجاف المعدة باستعمال وسائل مساعدة في تطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي
- ٢- استخدام مقياس الخطأ (الشعاعي – والثابت) كان له اثر في توجيه الوحدات التدريبية ومعالجة الاخطاء التي تحدث اثناء الاداء
- ٣- وجود نسب تطور معنوية لتأثير التمرينات المعدة باستعمال الوسائل المساعدة في نتائج دقة التصويب بالمسدس الهوائي

٥-٢ التوصيات

- من خلال الاستنتاجات التي توصلت اليها الباحثة يوصي بما يأتي
- ١- استخدام مقياس الخطأ (الشعاعي والثابت) كمؤشر في بناء وتتبع البرامج التدريبية في تطوير دقة التصويب بالمسدس الهوائي
 - ٢- ضرورة استعمال الأجهزة والوسائل المساعدة خلال الوحدات التدريبية كما لها دور في تطوير الاداء في رماية الاسلحة الهوائية
 - ٣- اجراء دراسات مشابهه على عينات وفئات عمرية مختلفة وفي الرماية بكل انواعها

المصادر

- حسين عليوي راضي علي: اثر برنامج لتدريب الجاف باستخدام وسائل مساعده في تطوير بعض المدركات البصرية ومظاهر الانتباه في رماية المسدس الهوائي للطلاب ،رسالة ماجستير ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،جامعة بابل ، ٢٠١٩ .
- نور عبدالمنعم عبدالحسين علي :تأثير تمرينات خاصه باستعمال وسائل مساعده وفق نتائج مقياس الخطأ في تطوير دق التصويب بالبندقية الهوائية لدى لاعبين الشباب ،رسالة ماجستير ،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،جامعة بابل ، ٢٠١٩ .
- محمد معاذ عارف الحافظ : أثر منهج تعليمي باستخدام وسائل مساعدة بالأسلوبين العشوائي والأتقاني وفق مقياس الخطأ في تطوير بعض المهارات والقدرات الحركية بالتنس الأرضي للناشئين ،رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، ٢٠١٣ .
- يعرب خيون . التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، بدون طبعة ، بغداد ، مكتب الصخرة للطباعة ، ٢٠٠٢ .
- غصون ناطق عبد الحميد الوادي . دراسة التدريب في فترة المنافسات على بعض المتغيرات البدنية والوظيفية وعلاقتها بدقة التصويب بالبندقية الهوائية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٤ .
- وجيه محجوب . التعلم والتعليم والبرامج الحركية ، ط١ ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ٢٠٠١ .
- أسراء هاشم جايان نعمة . تأثير تمرينات خاصة بجهاز مبتكر على وفق الأنظمة التمثيلية لتطوير بعض القدرات العقلية ودقة التصويب بالمسدس الهوائي ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة المستنصرية ، ٢٠١٥ .
- حامد عبد الشهيد هادي الخيكاني . تأثير برنامج تعليمي باستخدام الوسائل المساعدة وفق مقياسي الخطأ في تطوير الاداء وسرعة ودقة الهجوم البسيط للاعبين المبارزة بسلاح الشيش بأعمار (١٣ — ١٦) سنة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بابل ، ٢٠١٦ .

- 
- Laslo Antal . op . Cit , p . ٥٦
 - Uwe Riesterer : Standing Shooting Position : (Leg work , issf news , ٢٠٠١ .)
 - ١ Magill , A.Richard Motor Learning and Applications , Mc Graw-Hill ,
Boston, ١٩٩٨,p٢٦
 - G . C and Farnel , Rifle Shooting (Small bore Fifles and Rifles) , Gopyright EP Publishing
Limited , England , ١٩٨٢.
 - G. C and Farnel , Rifle Shooting (Small bore Fifles and Rifles
) , Gopyright
EP Publishing Limited , England , ١٩٨٢. p.٨٩.
 - Magill , op.cit , ٢٠١٧ , p ٣٤-٣٥ .

ملحق (١)

المقابلات الشخصية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	مصطفى عبدالكريم	أ.م.د.	علم نفس/الرماية	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	غصون ناطق عبدالحميد	أ.م.د.	فلسفه تدريب/الرماية	جامعة بغداد-كلية التربية الرياضية للبنات
٣	رحيم كاظم محمد الشويلي	خبير	حكم دولي A	مدير فني للمنتخبات الوطنية للرماية
٤	عبدالباسط	خبير	مدرّب منتخب	الأولمبية ميدان الرماية
٥	طلال مدحت سري	خبير	حكم دولي-مدرّب وطني سابق	الأولمبية ميدان الرماية

ملحق (٢)

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	مصطفى عبدالكريم	أ.م.د.	علم نفس/الرماية	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	غصون ناطق عبدالحميد	أ.م.د.	فلسفه تدريب/الرماية	جامعة بغداد-كلية التربية الرياضية للبنات
٣	رحيم كاظم محمد الشويلي	خبير	حكم دولي A	مدير فني للمنتخبات الوطنية للرماية
٤	عبدالباسط	خبير	مدرّب منتخب	الأولمبية ميدان الرماية
٥	طلال مدحت سري	خبير	حكم دولي-مدرّب وطني سابق	الأولمبية ميدان الرماية
٦	أ.م.د. هاشم شاكر عبدالكريم	خبير	تدريب رياضي _رماية	جامعة البصرة _ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٧	ضياء منصور	خبير	مدرّب منتخب	اتحاد الرماية العراقي المركزي

ملحق (٣)

نموذج الوحدة التدريبية

الشهري	الاسبوع	الوحدة	زمن الوحدة	زمن التمرين	الراحة	التكرار	الزمن	الهدف	ر	ت
الاول	الاول	١	١٥ د	٣	٢-١	٤	١٠ اث	تحسين مهارة دقة التصويب	٢	١
		+		٣	٢-١	٤	١٠ اث	تحسين مهارة دقة التصويب	٤	٢
		٢		٣	٢-١	٤	١٠ اث	تقوية عضلات اليد والاصابع	١	٣
الاول				٣	٢-١	٤	١٠ اث	تحسين مهارة سحب الزناد ودقة التصويب	٣	٤
				٣	٢-١	٤	١٠ اث	تحسين سرعة الاستجابة	٥	٥

الملحق (٤)

يبين التمارين المعدة

الهدف من التمرين	محتوى التمرين	اسم التمرين
تقوية عضلات اليد والاصابع	نقوم الرامية بالضغط على الكره الاسفنجية قابضتا على الكره بجميع اصابع وكف اليد	١-تمرين الكرات الإسفنجية الطبية
تحسين مهارة دقة التصويب	تضع الرامية الحبل المطاطي علي اصبع السبابة وتمسك الطرف الثاني باليد الاخرى وتقوم بثني الاصبع السبابة كما لو انها تسحب الزناد	٢- تمرين بالحبال المطاطية
تحسين مهارة سحب الزناد ودقة التصويب	عندما تكون الرامية مهياً للرمي بالمسدس يكون التركيز الساعة ٦ تحت الهلال الاسود للمركز وهنا يأتي التركيز من خلال ملاحظه الفرضة والشعيرة بتجاه الهدف وتكون الحركة جدا بطيئة وهنا يأتي سحب الزناد	٣-تمرين التركيز على الهدف
تحسين مهارة دقة التصويب	تقوم الرامية بعمل لوح صغير من الطين الاصطناعي وتقوم بالضغط داخل اللوح بأصبع السبابة بحركة مشابهة لحركة التصويب على الهدف	٤-التمرين بالطين الصناعي
تحسين سرعة الاستجابة	من وضع الرمي من الوقوف يطلب المدرب من الرامي التركيز على الهدف وهو عبارة عن نقطة قطرها ٥ ملم	٥-التمرين بالتركيز على نقطة معينة
تحسين مهارة دقة التصويب وسرعة الاستجابة	من وضع الرمي من الوقوف يطلب المدرب من الرامي التركيز على الهدف وهو عبارة عن نقطة قطرها ٥ملم مع وضع قطعة اسفنجية خلف الزناد ويكون الرمي غير حقيقي بهذا التمرين	٦-تمرين مركب باستخدام نقطة معينة وقطع اسفنجية
تحسين سرعة الاستجابة	من وضع الرمي من الوقوف يتم الرمي على الهدف مخطط عاموديا بالوان متعددة ويجب ان يتم الرمي على اللون المحدد من قبل المدرب	٧- التمرين بهدف ملون عاموديا
تحسين زمن الرمي	من وضع الرمي من الوقوف يتم الرمي عشر اطلاقات خلال وقت محدد	٨- التمرين بزمن معين
تحسين مهارة دقة التصويب	من وضع الرمي يقوم الرامي وضع حزام الكف حول الذراع الرامية وتوجه المسدس نحو الهدف من دون رمي حقيقي	٩- تمرين حزام الكف المغناطيسي
تحسين دقة التصويب	من وضع الوقوف يقوم الرامي بالوقوف امام المرآة وتوجه المسدس نحوها مع ملاحظة الفرضة والشعيرة من خلال المرآة من دون رمي حقيقي	١٠- تمرين المرآة