

## تمرينات الرؤية البصرية وفق الاسلوب المتوزع واثرها بأهم الصفات البدنية لدى المعاقين بلعبة كرة اليد

أ.م.د. محمد ماجد محمد صالح

جامعة ميسان / كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. محمد عبد الرضا كريم

جامعة ميسان / كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة

**الكلمات المفتاحية:** كرة اليد، الرؤية البصرية، الاسلوب المتوزع.

### ملخص البحث

هدف البحث الى تعرف تمرينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب المتوزع واهم الصفات البدنية واثرها على المعاقين بلعبة كرة اليد، والتقييم والمقارنة بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين المشمولتين في البحث، وافترض الباحثان أن تمارين الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع تؤثر إيجابيا في تنمية اهم الصفات البدنية للمعاقين بلعبة كرة اليد. استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث ، واشتملت عينة البحث على (62) لاعبا، تم اجراء التجانس بينهم في المتغيرات (العمر الزمني ،العمر التدريبي ، الطول ، الوزن)، فضلا عن اجراء التكافؤ في اختبارات اهم الصفات البدنية، قامت المجموعة الضابطة بتنفيذ البرنامج المعد من قبل المدرب ، بينما نفذت المجموعة التجريبية تمرينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع ، واستغرق تنفيذ كل برنامج (8) اسابيع وبواقع وحدتين تدريبيتين في الاسبوع الواحد، ، وبلغ زمن التمارين لكل وحدة (30-40) دقيقة ، وتم بدء تنفيذ التمارين بتاريخ 2018/2/2 ولغاية يوم 2018/4/2، واستنتج الباحثان أن للتمرينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع تطورا في جميع الصفات البدنية لدى المعاقين بلعبة كرة اليد عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، فضلا عن ظهور فروق ذات دلالة إحصائية بعد تطبيق تمرينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع في جميع الصفات البدنية لدى المعاقين بلعبة كرة اليد وكانت الاكثر تطورا اختبار السير بالكرسي المتحرك على عارضتين عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

**Visual vision exercises according to the distributed method and its impact on the most important physical features of the disabled handball**

**Assist.Prof.Dr. Mohammed Abdul-Ridha Kareem**

**Assist.Prof.Dr.Mohammed Majid Mohammed Salih**

**The current research aims to the following points :**

1-Learning the visual vision exercises according to the distributed method and its impact on the most important physical features of the disabled handball game .

2-Evaluation and comparison between pre-test and post-tests for the groups that are included in the research .



The researchers hypothesized that the visual vision exercises according to the distributed method positively affect the development of the most important physical characteristics of the disabled handball game. The researchers used the experimental approach to suit the nature of the research, and the sample included (62) players . They were homogenized in variables (age, age, training age, height, weight), as well as equivalence in tests of the most important physical characteristics . The control group carried out the program that is prepared by the trainer while the experimental group carried out visual vision exercises according to the distributed method . Each program lasts 8 weeks with two training units per week. The time for the exercise lasts (30-40) minutes per unit. The exercises Start on 2/2/2018 until 2/4/2018 .

**The researchers conclude the followings :**

1- The visual vision exercises according to the distributed method achieved a development in all the physical characteristics of the disabled handball game through the comparison between the pre-l and post-experimental tests of the experimental group .

2-There are statistical significant differences after the application of visual vision exercises according to the distributed method in all the physical characteristics of the disabled handball game. The most advanced test was the wheelchair walk on the two models through the comparison between the pre and post -tests of the experimental group .

**The researchers recommend the followings :**

1- Adopting the visual vision exercises according to the results achieved in the development of the physical characteristics of disabled people with handball game .

2- Carrying out similar studies and researches for longer periods to find the better ways to perpetuate the relationship between the disabled and sports activity .

The research problem and through several questions are, do the players they vary in the level of these two qualities depending on the game type? Do you have a high level of them and the others have the level and Atie and according to the type of game or are they all possess the same level of it? It is through these questions identified research problem that has been studied by the researcher and work on it to see the results It may be of help for the professionals to give new information adds to them some important psychological solutions to the players, clubs, and study aimed to compare the level of prescription mental toughness with players clubs Najaf (Premier ) (Solidarity Club, Club Khurnq, Club Mashkhab) in my game football and basketball, the researcher used the descriptive method survey manner, either sample pits (141) players, who are the players clubs Najaf excellent degree of young people in my game football and basketball, adopted researcher psychological hardness scale, which formulated a two-way paragraphs (negative and positive) and three alternatives were given weights ranged between (2-1-0) By sequence answer for paragraphs and given the positive weights ranged between (0-1-2) for the paragraphs of the negative, and concluded researcher The football players are the best in the level of mental toughness of basketball players for the Premier League clubs in Najaf, and recommended to deal with the players in accordance with the psychological foundations are recognized through psychological scales to reach the best achievement.

## 1-المقدمة:

إن العوق طاقة بناءه تنميها روح الأسرة الواحدة وحسن التعامل التي يتلقاها المعوق من المجتمع ، ومستقبل بلدنا مرهون بقدرات أبنائه وإذا كانت اهتماماتنا منصبه في تطوير عقول وأجسام أطفالنا الأسوياء فلا بد أن يتضاعف مرات ومرات بالنسبة للمعاقين من خلال المناهج التدريبية والتمارين الهادفة، وتكمن أهمية البحث في اعداد تمارين الرؤية البصرية على وفق الأسلوب الموزع ومعرفة الاثر على اهم الصفات البدنية لدى المعاقين بلعبة كرة اليد .

وان عدم وجود تقييم موضوعي لتمارين الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع تعنى بذوي العوق مما دفع الباحثين الى اعداد تمارين ومعرفة اثرها على اهم الصفات البدنية .

يشارك المعوقون في العديد من السباقات الرسمية ضمن أنشطة اللجنة البارالمبية ومدارس المعاقون المنتشرة في جميع محافظات العراق ولمختلف الإعاقات ومختلف الألعاب والسباقات الرياضية الخاصة بهم كل حسب نوع العوق والفئة التي صنف بها ، وان البيئة التي يحثك بها المعاقين في هذه المرحلة تمثل الاسرة والمدرسة التخصصية التي ينتمون اليها اذ لا بد من ان يعملوا جنباً الى جنب في تطوير المعاق تطويراً علمياً سليماً ولعل من ابرز الاسباب التي دفعت الباحثين لاجراء هذه الدراسة ، هو ان النشاط السائد في مناهج التربية البدنية وعلوم الرياضة محاط بغلاف تقليدي في محتواه ويعتمد على الاسلوب الامري في التنفيذ وان ذلك قد لا يفسح المجال امام المعاق للتعبير عن ذاتهم وامكانياتهم الحركية ولا يشبع الفضول لديهم ، كما ان ندرة الدراسات حول الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع في المجال الرياضي للمعاقين فئة المتقدمين لذا قام الباحثان بأنتقاء المعاقين المتواجدين في المدارس التأهيلية التخصصية في جمهورية العراق والمتخصصين بلعبة كرة اليد .

ومن هنا برزت مشكلة البحث في التساؤل حول فاعلية تمارين الرؤيا البصرية على وفق

الاسلوب الموزع لدى المعاقين بلعبة كرة اليد واثرها في تطوير اهم المهارات الصفات البدنية

## 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

### 2-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة ومشكلة البحث

2-2 مجتمع البحث وعينته : تكون مجتمع البحث من المعاقين بالطرف السفلي المستمرين بالحضور الى المدارس التخصصية للبنين بلعبة كرة اليد فئة المتقدمين والمسجلين للعام 2018 ممن تتراوح اعمارهم ما بين (20-24) سنة ، وتم اختيار المدارس التخصصية بصورة عمدية ولمجموعتي البحث لعدة ضوابط اعتمدها الباحثان:

- توفر الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث .



- وجود ساحة رياضية معتاد عليها المعاقين .
- كبر حجم مجتمع البحث .

ولقد بلغ حجم مجتمع البحث (62) معاق بالطرف السفلي بلعبة كرة اليد ، في حين بلغ عدد افراد عينة البحث الاستطلاعية (10) معاقين في حين بلغ عدد عينة البحث الرئيسية (52) معاق ، بواقع (26) للمجموعة التجريبية و(26) للمجموعة الضابطة وتم تقسيمهم بالقرعة الى مجموعتين متساوية لكل اذ مارست المجموعة التجريبية تمارين الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع ومارست المجموعة الضابطة المنهج والتمارين المعتمده من قبل المدرب والجدول (1) يوضح مجتمع البحث وعينته وكلا الجنسين.

الجدول (1) مجتمع البحث وعينته

| المجموع الكلي |        | الفئة               |
|---------------|--------|---------------------|
| العدد         | النسبة |                     |
| 62            | 100%   | مجتمع البحث         |
| 62            | 100%   | عينة البحث          |
| 26            | 41,93% | المجموعة التجريبية  |
| 26            | 41,93% | المجموعة الضابطة    |
| 10            | 16,13% | التجارب الاستطلاعية |

وتمت مجانسة أفراد البحث حسب متغيرات العمر والعمر التدريبي والوزن والطول وكما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين معامل الالتواء لأفراد البحث لمتغيرات العمر والعمر التدريبي والوزن والطول للذكور

| المتغير المتغيرات    | الوسط | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|----------------------|-------|--------|-------------------|----------------|
| العمر الزمني (سنة)   | 21,86 | 22     | 1.06              | 0.55           |
| العمر التدريبي (سنة) | 6,74  | 6      | 0.20              | 1.25           |
| الوزن (كغم)          | 69,53 | 70     | 2.54              | 2.20           |
| الطول (سم)           | 168.6 | 167    | 5.547             | 2.19           |

وأجرى الباحثان تكافؤاً للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الصفات البدنية المستخدمة بالبحث وذلك باستخدام اختبار ( ت ) الإحصائي لعينتين متساويتين للاختبار القبلي قيد الدراسة وكما مبين في الجدول (3)



### جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في اختبارات التكافؤ للمجموعتين الضابطة والتجريبية وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة sig ودلالاتها الإحصائية.

| الاختبارات                             | المجموعة الضابطة |      | المجموعة التجريبية |      | قيمة ت المحتسبة | قيمة sig | الدلالة الإحصائية |
|--|------------------|------|--------------------|------|-----------------|----------|-------------------|
|  | س                | ع±   | س                  | ع±   |                 |          |                   |
| السير بالكرسي المتحرك على عارضتين      | 14.40            | 2.19 | 14.95              | 2.11 | 0.89            | 0.789    | غير دال           |
| تدوير العصا الخشبية                    | 59.96            | 6.47 | 58.44              | 2.42 | 1.02            | 0.546    | غير دال           |
| مد الذراعين وتثبيتهما على مسندي الكرسي | 28.86            | 4.13 | 28.78              | 3.15 | 1.16            | 0.528    | غير دال           |
| دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين  | 2.08             | 0.24 | 2.43               | 0.26 | 0.97            | 0.693    | غير دال           |

يتبين من الجدول (3) إن قيمة (ت) المحتسبة أصغر من قيمة (sig) في اختبارات التكافؤ مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المستوى البدني بينهما.

2- 3 أدوات ووسائل البحث : استخدم الباحثان أدوات عده استطاع من خلالها الخروج بنتائج البحث ( ساعة توقيت يدوية نوع سوني عدد (3) ، عصا خشبية طولها (150سم)، شريط قياس بطول (60م) وعرض (5 سم)، كراه طائرة قانونية عدد (4)، كرسي متحرك خاص بالمعاقين عدد (3) كرات تنس عدد (2 سيت)، شريط لاصق ملون عدد (2) صافرة قانونية عدد (3)، حزام تثبيت الجذع عدد (4)، كرات طبية زنة (2كغم) عدد (4)، مثبت للعلّة الخلفي للكرسي المتحرك عدد (8)، سلات بلاستيك عدد (8)، عارضة خشبية عدد (3) بطول (8م) وعرض (20سم) وارتفاع (5سم).

2-4 الاختبارات المستخدمة بالبحث : قام الباحثان بتطبيق بطارية ظافر حرب (الابراهيمي:2007: 155-161) لقياس الصفات البدنية وهي :

1. اختبار السير بالكرسي المتحرك على عارضتين خشبيتين ذهاباً وإياباً .
2. اختبار تدوير العصا الخشبية خلف الرأس بكلتا اليدين .
3. اختبار مد الذراعين وتثبيتهما على مسندي المرسي المتحرك مع رفع الجسم على الكرسي وخفضة حتى التعب .

4. اختبار دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين امام الصدر لابعد مسافة ممكنه من وضع الجلوس على الكرسي المتحرك .

## 2 - 5 التجارب الاستطلاعية

اجريت التجربة الاستطلاعية الاولى على عدد من المعاقين بلعبة كرة اليد فئة المتقدمين والبالغ عددهم (10) في اليوم الاحد الموافق 2018/1/16 ، وكان الهدف من هذه التجارب هو :

- معرفة مدى استجابة المعاقين لهذه الاختبارات .
- تعرف الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثين اثناء تنفيذ الاختبارات .
- تحديد الفترة الزمنية التي سيستغرقها كل اختبار .
- امكانية فريق العمل\* من حيث الكفاءة .
- مدى كفاءة الاجهزة والادوات المستخدمة.

## 2-6 الاختبارات القبلية

تم إجراء الاختبار القبلي بتاريخ 25 / 2018/1 في قاعة الرياضة للمركز التخصصي بمحافظة (ميسان - البصرة) بواقع اختبارين لكل ليوم وقام الباحثان بنثبيت جميع الظروف للاختبارات من حيث المكان والوقت والطريقة ليتسنى لهم إجراء الاختبارات القبلية بنفس الظروف ولجميع المحترين وللمجموعتين الضابطة والتجريبية .

## 2-7 تمارين الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع

تم اعداد تمارين الرؤية البصرية واختبارها التي تتلائم مع مستوى العينة وعمرها وجنسها في المجموعتين وبعد الاطلاع على المصادر والمراجع المتعلقة بموضوع البحث وبعد إجراء المزيد من اللقاءات مع الخبراء من ذوي الاختصاص في مجال التدريب والمعوقين لغرض تقويمه ووضع اللمسات الأخيرة واللازمة ليتم وضعة بما يتلاءم ومتغيرات البحث وخصوصية العينة . وبعد أن تم إعداد التمارين واصبحت جاهزة ثم تطبيقه على أفراد المجموعتين يوم الجمعة المصادف 2/2 /2018 لمدة ( 8 أسابيع ) بمعدل (وحدتين) أسبوعيا يتراوح زمن تطبيق التمارين في الوحدة التدريبية الواحدة (30-40) دقيقة ، وموزعين بحسب الجدول الاتي:

\* أ.م.د علي حسن فليح- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ميسان.  
م.عدنان راضي فرج - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ميسان.  
م.م ماجد محمد مساعد المركز التخصصي للمعاقين فرع ميسان.

#### جدول (4) يبين المجموعات والاختبار القبلي والبعدي والتمارين المستخدمة

| المجموعات         | الاختبار القبلي    | تمارين الرؤية           | الاختبار البعدي    |
|-------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|
| التجريبية الأولى  | المعاقين بكرة اليد | الأسلوب التقليدي المتبع | المعاقين بكرة اليد |
| التجريبية الثانية | المعاقين بكرة اليد | وفق الأسلوب الموزع      | المعاقين بكرة اليد |

وقد استخدم الباحثان العديد من أساليب التحفيز والإثارة المرئية باتجاه النشاط الحركي كاستخدام الألوان بالأدوات والأصوات المختلفة ككرات الجرس وعرض مقاطع الفيديو ، وقد انتهى الباحثان من تطبيق التمرينات لكلا المجموعتين يوم الاحد المصادف 2 / 4 / 2018 .  
اما عدد الاسابيع والوحدات التدريبية وعدد التمرينات المستخدمة للرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع فكما مبين بالجدول (5) .

#### جدول (5) يبين عدد الوحدات التدريبية وعدد التمرينات المستخدمة و وقت العمل والراحة والوقت الكلي لمجموعة البحث التجريبية لتمرينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع

| الاسابيع   | الوحدة     | عدد تكرار التمرينات | وقت العمل | وقت الراحة | الوقت الكلي |
|------------|------------|---------------------|-----------|------------|-------------|
| 3 - 1      | الاولى من  | 3                   | 3 دقيقة   | 3 دقيقة    | 18 دقيقة    |
|            | الاسابيع   | 2                   | 3 دقيقة   | 3 دقيقة    | 12 دقيقة    |
| 30 دقيقة   |            |                     |           |            |             |
| 7 - 5      | الثانية من | 3                   | 3 دقيقة   | 3 دقيقة    | 18 دقيقة    |
|            | الاسابيع   | 2                   | 3 دقيقة   | 3 دقيقة    | 12 دقيقة    |
|            |            | 1                   | 3 دقيقة   | 3 دقيقة    | 6 دقيقة     |
| 36 دقيقة   |            |                     |           |            |             |
| 4 - 2      | الاولى من  | 2                   | 2 دقيقة   | 2 دقيقة    | 8 دقيقة     |
|            | الاسابيع   | 2                   | 2 دقيقة   | 2 دقيقة    | 8 دقيقة     |
| 8 - 6      |            | 3                   | 3 دقيقة   | 3 دقيقة    | 18 دقيقة    |
|            | 34 دقيقة   |                     |           |            |             |
| الثانية من | الاسابيع   | 1                   | 4 دقيقة   | 4 دقيقة    | 8 دقيقة     |
|            |            | 2                   | 4 دقيقة   | 4 دقيقة    | 16 دقيقة    |
|            |            | 2                   | 4 دقيقة   | 4 دقيقة    | 16 دقيقة    |
| 40 دقيقة   |            |                     |           |            |             |

## 2-8 الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم الاربعاء المصادف 3/ 4/ 2018 وبنفس التسلسل والظروف التي تم بها الاختبار القبلي .

2-9 الوسائل الإحصائية : استخدم الباحثان البرنامج الاحصائي (spss.v.24) لمعالجة بيانات البحث واستخر البرنامج البيانات التالية : (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، اختبار t.taset لمتوسطين مستقلين مرتبطين متساويين بالعدد، اختبار t.taset لمتوسطين مستقلين غير مرتبطين متساويين بالعدد).

### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

#### 3-1 عرض نتائج البحث

#### جدول (6)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي والبعدى

| الاختبار البعدي |       | الاختبار القبلي |       | الاختبارات                            | المجموعة ت |
|-----------------|-------|-----------------|-------|---------------------------------------|------------|
| ±ع              | س     | ±ع              | س     |                                       |            |
| 2.42            | 13.16 | 2.19            | 14.40 | السير بالكرسي المتحرك على عارضتين     | الضابطة    |
| 5.84            | 60.52 | 6.47            | 59.96 | تدوير العصا الخشبية                   |            |
| 5.56            | 33.93 | 3.22            | 28.60 | مد الذراعين وتهيما على مسندي الكرسي   |            |
| 0.76            | 2.40  | 0.33            | 1.83  | دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين |            |
| 2.42            | 13.16 | 2.11            | 14.95 | السير بالكرسي المتحرك على عارضتين     | التجريبية  |
| 5.84            | 65.52 | 2.42            | 58.44 | تدوير العصا الخشبية                   |            |
| 4.77            | 36.73 | 3.15            | 28.78 | مد الذراعين وتهيما على مسندي الكرسي   |            |
| 2.63            | 3.62  | 0.26            | 2.43  | دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين |            |



### جدول (7)

يبين قيمة t المحتسبة والجدولية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي والبعدي

| المجموعات | ت | الاختبارات                            | t المحتسبة | sig   | الدلالة |
|-----------|---|---------------------------------------|------------|-------|---------|
| الضابطة   | 1 | السير بالكرسي المتحرك على عارضتين     | 1.95       | 0.634 | غير دال |
|           | 2 | تدوير العصا الخشبية                   | 1.48       | 0.711 | غير دال |
|           | 3 | مد الذراعين وثنيهما على مسندي الكرسي  | 0.99       | 0.338 | غير دال |
|           | 4 | دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين | 1.08       | 0.318 | غير دال |
| التجريبية | 1 | السير بالكرسي المتحرك على عارضتين     | 2.27       | 0.000 | دال     |
|           | 2 | تدوير العصا الخشبية                   | -4.69      | 0.011 | دال     |
|           | 3 | مد الذراعين وثنيهما على مسندي الكرسي  | 3.22       | 0.001 | دال     |
|           | 4 | دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين | 4.25       | 0.002 | دال     |

### جدول (8)

يبين قيمة t المحتسبة والجدولية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية

| ت | الاختبارات                            | t المحتسبة | sig   | الدلالة |
|---|---------------------------------------|------------|-------|---------|
| 1 | السير بالكرسي المتحرك على عارضتين     | -2.40      | 0.004 | دال     |
| 2 | تدوير العصا الخشبية                   | 2.71       | 0.008 | دال     |
| 3 | مد الذراعين وثنيهما على مسندي الكرسي  | 1.93       | 0.07  | دال     |
| 4 | دفع كرة طبية زنة (2 كغم) بكلتا اليدين | 1.85       | 0.003 | دال     |

### 4-2 مناقشة نتائج البحث

يعزو الباحثان سبب التطور في اختبارات الصفات البدنية التي تمت بعد تمارين الروية البصرية على وفق الاسلوب الموزع للمجموعة التجريبية قد احتوت على العديد من الالعاب الحركية والالعاب الصغيرة والالعاب المنافسة والتي ساهمت في جانب ما على تزويد المعاقين بلعبة كرة اليد بالخبرات الحركية والتي بدورها ساعدت في تنمية المهارات الحركية ، ومن جانب

آخر ساهمت هذه الالعاب في بث روح المرح والتشويق في اداء التمارين لانها قامت على عنصر المنافسة فضلا عن ان المعاقين في هذه المرحلة يتميزون بالحيوية والنمو السريع في عضلاتهم اذا تم استغلال ذلك بشكل ايجابي ، حيث يؤكد كمال درويش وهدي مصطفى ( الى ان هذه المرحلة تتميز بسرعة النمو بصفة عامة وسرعة نمو العضلات الكبيرة بصفة خاصة) (درويش: د.ت: 198) .

وعلى الرغم من ان الاسلوب الموزع كان مدعوما بفترات الراحة المناسبة فأنها تؤدي الى زيادة التوافق العضلي العصبي لدى اللاعبين بما ينسجم مع الحركة ومدى انسيابيتها اذ يشير علي بن صالح 1994(الى ان الراحة هي مدة زمنية تمنح المتعلم بقصد مساعدته على استرجاع قدرته العملية ليتمكن من مواصلة الاداء والمشاركة في التمرين بصورة فعالة) (الههوري:1994: 135) واعتماد الاسلوب الارادي في التنفيذ ساعد في تطوير المهارات الحركية الاساسية لان المعاق يجد في هذه المرحلة المتعة في ممارسة اللعب ويتشوق لأدائها عندما يشعر بان هناك فترات للراحة قد يعيد اللاعب نشاطه فيها على وفق الاسلوب المتبع ، فضلا عن ان المعاقين عندما تتاح لهم فرصة الممارسة الحركية المنظمة من خلال الانشطة والالعاب المتنوعة واستخدام التمرينات الجديدة تؤدي الى تظافر العمل العقلي مع العمل الحركي مما ادى الى تحسن الاداء البدني . وتتفق هذه النتائج مع ما اشار اليه Ginsburg (من ان المعاق في هذه المرحلة يستطيعون اظهار نتائج ملموسة في الانشطة الحركية عن طريق الممارسة المنظمة تحت اشراف الكبار وذلك بشيء من الصبر والمعاملة الطيبة والبعد عن المقارنات حيث يتميزون بحماس جاد للتدريب). (Ginsburg:2009: 146)

وكذلك يتضح من الجداول اعلاه تفوق عينة المجموعة التجريبية والسبب يعود الى احتواء التمارين الرياضية المعده على بعض الالعاب الحركية المفيدة التي تتميز بطابع الغرابة مما ادى ذلك الى انجذاب المعاق الى كل ما هو غريب محاولةً استكشافها وتطبيقها ولعل ذلك كان السبب في تفوق المعاقين في المجموعة التجريبية فضلا عن وجود تمرينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع .

حيث يؤكد رمضان وآخرون (الى ان المعاق في هذه المرحلة يجد في اللعب مجالا خصبا لنمو نزعاته الفردية والجماعية وهو دائما ما يحاول تحقيق ذاته من خلال معرفته لكل شيء حوله ، لذا يكون في حاجة ماسة للأشراف والتوجيه والتشجيع لمساعدته على فهم البيئة التي يعيش فيها والتكيف مع متطلباتها واكد على انه لا بد من ان نأخذ بعين الاعتبار كل مفردات هذه المرحلة والخصائص المميزة لكل جوانبها باعتبارها البداية الحقيقية لما يسمى بمرحلة النمو

المتكامل الذي تتأثر فيه كل جوانب النمو بعضها بالبعض الآخر) (رمضان وآخرون:1999:148).

#### 4-الخاتمة:

من خلال ما تقدم استنتج الباحثون ان حققت تمارينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع تطوراً في جميع الصفات البدنية لدى المعاقين بلعبة كرة اليد عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وان للأسلوب الموزع دوراً كبيراً في التعلم كونه وسيله جيده من خلالها يستطيع اللاعب ان يحصل على الراحة المناسبه التي تمكنه من المحافظة على ادائه، وعدم ظهور فروق ذات دلالة احصائية بين الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي في المجموعة الضابطة، فضلاً عن ظهور فروق ذات دلالة احصائية بين الأوساط الحسابية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية، وظهر فروق ذات دلالة إحصائية بعد تطبيق تمارينات الرؤية البصرية على وفق الاسلوب الموزع في جميع الصفات البدنية لدى المعاقين بلعبة كرة اليد وكانت الأكثر تطوراً اختبار السير بالكرسي المتحرك على عارضتين عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

#### المصادر والمراجع

1. ظافر حرب الابراهيمى : بناء وتقنين بطارية اختبار اللياقة البدنية للمعاقين على الكراسي المتحركة (شلال الاطراف السفلى) ، رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ، 2007
2. كمال درويش ، هدى مصطفى: تأثير النشاط الحركي المنظم على بعض المهارات الحركية الاساسية والتكيف العام لمرحلة رياض الاطفال ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد 16، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، القاهرة .
3. محمد رفعت رمضان ، وآخرون: اصول التربية وعلم النفس ، دار الفكر ، القاهرة 1999.
4. علي بن صالح الهرهوري ، علم التدريب الرياضي ، بنغازي جامعة فان يونس ، 1994
5. Ginsburg ,H. & Sylvia Oppen 2009: paiget's theory of intelligence development an introducti