

مستخلص البحث

" تأثير تدريبات لسرعة حركات الرجلين الخاصة علي مستوى الرؤية البصرية والأداء الفني
لناشئي حراس مرمي كرة القدم "

أحمد عبد المولي السيد

محمد شوقي كشك

يهدف هذا البحث إلى التعرف على " تأثير تدريبات لسرعة حركات الرجلين المتقاطعة
علي مستوى الرؤية البصرية والأداء الفني لناشئي حراس مرمي كرة القدم " ، استخدم الباحثان المنهج
شبه التجريبي لتحقيق أهداف وفروض الدراسة، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي حراس
المرمي تحت ١٧ سنة بمنطقة الدقهلية لكرة القدم والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم موسم
٢٠٢٠/٢٠١٩ م، وبلغ عدد عينة البحث (١٠) حراس، وطبق البرنامج التدريبي لمدة (١٠) اسابيع بواقع
(٣) وحدات تدريبية في الأسبوع.

وكانت أهم النتائج أن توصل الباحثان إلى تصميم إختبار جديد لسرعة حركات الرجلين المتقاطعة
وأن التدريبات الموضوعية من أجلها قد حسنت مستوى بعض متغيرات الرؤية البصرية والأداء الفني
لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.

لذا يوصى الباحثان بضرورة اهتمام المدربين بادراج تدريبات الرؤية البصرية قيد الدراسة كجزء
أساسي من برامج التدريب لناشئي حراس كرة القدم في المراحل السنوية المختلفة، وإستخدام الإختبار التي
قام الباحثان بتصميمه للوقوف على مستواهم الفني وأيضاً ضرورة إجراء المزيد من الدراسات المماثلة
على عينات من حراس المرمي في مراحل سنوية أخرى.

Abstract

" Effect of crossed legs movements speed exercises on visual vision level and technical performance for Soccer goalkeepers' Juniors"

Ahmed Abdelmawla Elsayed

Mohammed Mohammed Shawky Keshk

This research aims to recognizing the " Effect of crossed legs movements speed exercises on visual vision level and technical performance for Soccer goalkeepers' Juniors". The researchers use the semi-experimental approach to achieve the hypotheses and aims of the study. The research sample was chosen intentionally from soccer juniors under ١٧ years, registered at the Egyptian Football Federation for ٢٠١٩/٢٠٢٠ season, and the number of the research sample was (١٠) goalkeepers, The training program was implemented for a period of (١٠) weeks, at the rate of (٣) training units per week.

The most important result of the study was the ability of researchers to design a test for crossed legs movements speed which had improved the level of some visual vision variations and the technical performance of the under-١٧ soccer goalkeepers. Therefore, the researchers recommended that the coaches 'interest to include the visual vision training under study as an essential part of the training programs for soccer goalkeepers' youngsters at various age levels, use the test that the researchers designed to determine their technical leve and finally conducting more similar studies on samples from the goalkeepers in other dental stages.

تأثير تدريبات لسرعة حركات الرجلين الخاصة علي مستوي الرؤية البصرية والأداء الفني لناشئي حراس مرمي كرة القدم"

* أحمد عبدالمولى السيد إبراهيم

** محمد محمد شوقي كشك

مقدمة ومشكلة البحث

تعد كرة القدم واحدة من أكثر الرياضات شعبية علي المستوي المحلي والعالمي، وهي تتميز بكثرة وتنوع المواقف المتغيرة بها، حيث يمارسها اللاعبون في كل المراحل السنوية ومختلف المستويات، وقد تطور أداء لاعبيها بشكل واضح ومذهل، صاحبه ارتفاع مستوي الأداء الفردي والجماعي للفرق، وأصبح تنفيذ اللاعبين للمهارات وخطط اللعب المختلفة يؤدي بمستوي بدني متميز بالسرعة والرشاقة والقوة في الأداء مما أضيفي متعة كبيرة تعكس مقدرة عالية لهم علي الفهم والاتقان لتفصيلات مواقف اللعب التنافسية والتي تتنوع وتتغير تبعاً لأشكال وأنماط أساليب ومحتويات البرامج التدريبية سواء للناشئين أو الكبار.

هذا ويتضح مفهوم اتقان الأداء الحركي (الفني) للاعبي كرة القدم ومن بينهم حراس المرمي في مقدرتهم علي ادماج وتكامل كل ما يمتلكونه من امكانات لتنفيذ هذا الأداء الحركي بتوظيف قدراتهم البدنية والمهارية والعقلية، الي جانب الاستفادة من كل العمليات التي تشترك في تنظيم ضبط وتوجيه الحركات، حيث تعمل المراكز العليا بالمخ بطريقة مغلقة لاستغلال المعلومات الاضافية والتغذية الراجعة Feed Back لعمل مقارنات وتعديلات في برامج الحركة لاختيار الاستجابة الصحيحة او تعديل اختيارها بناءً علي عمليات التصحيح التي تحدث. (١٧: ١١٦-٢٠٢)

ويذكر هشام حمدون (١٩٩٥م) أن التوظيف السليم للقدرات الحركية المشتركة في الأداء المهاري مضافاً اليه القدرة الحسية المناسبة للاعب يؤدي الي أداء وانجاز مهاري أمثل، وأن ظهور أي قصور في القدرات الحسية سوف يؤدي الي ايقاع حركي غير متناغم (خاطئ) غير هادف. (٢٧: ١٤)

* أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .

* مدرس بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة .

ويضيف محمد كشك (١٩٩١م) نقلاً عن شميدت **Shmidt** ، وويليامز وأريكسون **Williams** **AM, Ericsson KA** (٢٠٠٥م) أن تحقيق التوافق الحركي لانجاز هدف الأداء للاعب (الرياضي) يعتبر نتاج للتتابع الدقيق في عمل الخلايا العصبية ومراكزها في المخ التي توجه عمل العضلات المشتركة في الأداء، وهذا يتطلب توافر المعلومات الحسية لدي مراكز التوجيه في الجهاز العصبي المركزي. (٣٠:١٧) (٣٦: ٢٨٣-٣٠٧)، ويؤكد ذلك مارتين دروب **Martin Drobe** (١٩٩٩م)، وويلسون وفالكل **Wilson T, Falkel J.** (٢٠٠٤)، حميد تعبان (٢٠١٥م) بقولهم أن هناك حاجة لتحقيق أقصى درجة من الضبط للأداء الحركي وحركة أجزاء الجسم المختلفة للوصول الي الدقة والاقتصاد في الجهد لهذا الأداء الحركي الذي يتأسس علي قاعدة من الدقة الحركية (الاحساس بالقوة واستخدامها بالجرعة المثلي) وكذا التنوع ومعالجة المعلومات الحس-حركية. (٣٧:٣٣)(٢٩:٣٣)، (١٥:٧) ويشير كل من يوليوس كاسا **Julius Kasa** (٢٠٠٥م)، وعصام عبد الخالق (٢٠٠٥م)، وكروس وآخرون **Cross ES,et.al** (٢٠١٣م) الي أن التوافق في الأداء الحركي للرياضيين (ومن بينهم لاعبي وحراس كرة القدم) يؤدي الي الاستجابة السريعة والدقيقة للمثيرات الحركية وذلك من خلال حدوث تآزر وتعاون بين أجزاء الجسم لأداء الحركات الجزئية للأداء الحركي المركب بجودة عالية واختزال زمن تعلم واكتساب المهارات الحركية في وقت قصير، بالإضافة الي التحكم الحركي الذاتي وتنفيذ الأداء المهاري بشكل اقتصادي مع الاستفادة بالمسافة والتوقيت المثل للأداء المهاري المتنوع. (٣٢: ١٢٩)(١١: ١٨٩) (٣٠: ٨٦-٤٦٧)

ويذكر ماجد مصطفى (٢٠٠٦م)، حسين كنباز (٢٠١٤م) أن لاعبي كرة القدم (ومن بينهم حارس المرمي) يتفاعلون مع الزملاء والمنافسين وحركة الكرة في الاتجاهات المختلفة من خلال قدراتهم البصرية التي تجعلهم يدركون بحواسهم وتوقعهم البصري مجال الرؤية والوعي الخارجي وعمق المسافات مما تجعلهم قادرين علي ادراك مكان الكرة وسرعتها وقوة ركلها واتجاهها سواء علي الأرض أو في الهواء. (١٥: ١٢) (٥: ٤٢،٤١)

وتعتبر تحركات الرجلين من أهم المهارات الأساسية لحراس مرمي كرة القدم، ذلك أن التوافق بينها وبين الرؤية المحيطية الجيدة للزملاء والمنافسين والكرة تسمح لهم بالتحرك الجيد داخل منطقة الجزاء وأداء هذا التحرك في كل الاتجاهات بتنوع وسرعة ليتمكن في اللحظة المناسبة من دفع الأرض بغرض الوثب لالنقاط العالية أو الارتقاء علي الأرض لمسك الكرة باليدين أو ابعادها بيد واحدة.. وفي هذا يذكر مفتي ابراهيم (١٩٩٤م)، حسن أبو عبده (٢٠١٣م) أن حارس المرمي يجب أن يتفاعل ويتحرك تبعاً لمسار الكرة (أرضية-عالية) ومكانها في الملعب لتحقيق أفضل زاوية تمركز للدفاع عن مرماه لحظة تصويب الكرة عليه، الي جانب قدرته علي تغيير وضع جسمه تبعاً للتغيرات المستمرة في مواقف اللعب.

(٢٦: ٣٣٧) (٣: ٢٠٤-٢٠٩)

وارتباطاً بهذا المفهوم يذكر **محمد عبد الستار (٢٠١٢م)** ضرورة وجود علاقة وطيدة بين التوجيه المكاني (تقدير الوضع) وبين التوقيت أو التزامن Timing وهو ضرورة التعامل الحركي المنظم والدقيق في التوقيت الصحيح (الحسابات البصرية الحركية للأداءات الحركية)، ولذا يجب أن تؤدي هذه التحركات والأداءات الحركية بسرعة عالية لتحقيق الهدف من الأداء. (٢١: ٢٣)

ومن خلال اطلاع الباحثان علي العديد من الدراسات والبحوث العلمية المرتبطة باتجاهات هذه الدراسة مثل دراسة **اكرامي ابراهيم (٢٠٠٤م)** (٢)، **خالد سعيد النبي صيام (٢٠٠٦م)** (٨)، **ماجد مصطفى، عبد المحسن زكريا (٢٠٠٦م)** (١٥)، **محمود محمد متولي، هيثم فتح الله عبد الحفيظ (٢٠٠٧م)** (٢٣)، **محمد عبدالحميد حسن (٢٠٠٨م)** (٢٠)، **رائد عيسي حسن (٢٠١١م)** (١٠)، **عمرو شادي، أحمد عبد المولي (٢٠١٤م)** (١٣)، **أحمد عادل فتحي (٢٠١٥م)** (١)، **حميد حسن تعبان (٢٠١٥م)** (٧)، **محمد شوقي كشك، عمرو شادي (٢٠١٦م)** (١٨)، **خالد مخلوف (٢٠١٧م)** (٩)، لم يجدا الا دراسة سابقة تجريبية لأحد الباحثين محمد محمد كشك (٢٠١٤م) (٢٢) قد تعرضت لتأثير تدريبات القدرات التوافقية علي مستوي أداء تحركات الرجلين لدي حراس المرمي الناشئين في كرة القدم..وفي ضوء ذلك ومن خلال ممارسة الباحثان للتدريب في مجال كرة القدم ومشاهدتهم للعديد من المباريات الخاصة بمراحل الناشئين تم ملاحظة قصور في مستوي أدائهم الحركي الذي يعتمد علي تحركات الرجلين الخاصة وقدرتهم علي الاحساس بالمكان والفراغ والزمن يترتب عليه عدم التمرکز الصحيح بصورة تتناسب مع مواقف اللعب المتغيرة والمستمرة مما ينعكس علي ضعف دقة المسارات الحركية والاقتصادية في أداء المهارات الفنية الخاصة لحراس المرمي والتي ترتبط بقدرتهم علي التوقع الحركي والاحساس بالزمن والفراغ والقدرة علي التحكم العضلي لأداء الحركات الوحيدة والمندمجة الخاصة بهم.. انطلاقاً من أن حارس المرمي هو أحد مراكز اللعب في فريق كرة القدم والتي تتوقف نتائجه علي مستواه الحركي والمهاري النوعي الذي يختلف عن باقي اللاعبين.

لذا فقد قام **الباحثان** بتصميم برنامج تدريبي للارتقاء بسرعة حركات الرجلين الخاصة ومعرفة تأثير ذلك على مستوى الرؤية البصرية (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري) وكذا الأداء الفني لحراس مرمي كرة القدم الناشئين المتمثل في (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والطيوان للمسك الكرة او ابعادها).

هدف البحث

يهدف البحث الي "تصميم برنامج تدريبي لسرعة حركات الرجلين المتقاطعة وتأثيره علي مستوي الرؤية البصرية والأداء الفني لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة" من خلال التعرف علي:

- تأثير البرنامج التدريبي علي سرعة حركات الرجلين المتقاطعة لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- تأثير سرعة حركات الرجلين المتقاطعة علي مستوي الرؤية البصرية (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- تأثير سرعة حركات الرجلين المتقاطعة علي مستوي الأداء الفني (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والظيران للمسك الكرة او ابعادها) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- التعرف على نسب التحسن في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة ومستوي الرؤية البصرية والأداء الفني قيد البحث لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- **فروض البحث:**
- توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي في مستوي الرؤية البصرية (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي في مستوي الأداء الفني (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة أو ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والظيران للمسك الكرة أو ابعادها) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي.
- تتباين نسب التحسن في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة ومستوي الرؤية البصرية والأداء الفني قيد البحث لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- **مصطلحات البحث:**
- **سرعة حركات الرجلين المتقاطعة:**
- هي التحرك السريع لحارس المرمي خطوات جانبية بشكل متقاطع بالقدم في الاتجاه الذي يتابع فيه الكرة ليتمكن من صد أو مسك الكرة والزود عن مرماه.
- **إجراءات البحث**
- **منهج البحث**
- استخدم الباحثان المنهج شبه تجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة باستخدام أسلوب القياس القبلي والبعدي وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.
- **عينة البحث**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي حراس المرمي تحت ١٧ سنة بمنطقة الدقهلية لكرة القدم والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم موسم ٢٠١٩/٢٠٢٠ م، وبلغ عدد عينة البحث الأساسية (١٠) حراس تم اختيارهم من أندية (المنصورة، كهرياء طلخا، سعاد طلخا، نبروه). أما العينة الاستطلاعية بلغ عدد الحراس (٤) من نادي عمال المنصورة- شها وفي نفس المرحلة السنوية للعينة الأساسية وعدد (٤) حراس تحت ١٥ سنة.

جدول (١)

توصيف عينة البحث

م	نوع العينة	النادي	عدد حراس المرمي	
			تحت ١٧ سنة	تحت ١٥ سنة
١	العينة الأساسية	المنصورة	٣	-
٢		كهرياء طلخا	٢	-
٣		سعاد طلخا	٢	-
٤		نبروه	٣	-
٥	العينة الاستطلاعية	عمال المنصورة	٢	٢
٦		شها	٢	٢
اجمالي عدد العينة			١٨	

- اعتدالية توزيع و تكافؤ عينة البحث

تم التأكد من اعتدالية توزيع وتكافؤ عينة البحث في المتغيرات الأساسية السن والطول والوزن والعمر التدريبي والمتغيرات قيد البحث كما هو موضح بجدول (٢)، (٣).

جدول (٢)

اعتدالية توزيع أفراد البحث في القياس القبلي لمتغيرات

(السن-الطول-الوزن-العمر التدريبي) ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
السن	سنة	١٦,٤٠	٠,٥٠٩	١٦,٤٠٠	٠,٠٧٥-
الطول	سم	١٧٤,٦	٤,٤٢٩	١٧٤,٥٠	٠,٣١٩
الوزن	كجم	٧٠,٨٠	٤,٦١٩	٠,٠٠٧١	٠,١٨٨-

			٠		
	٥,٠٠٠	٠,٧٠٧	٤,٥٠٠	سنة	العمر التدريبي
١,١٧٩-					

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأساسية تقع بين ± 3 مما يدل على اعتدالية توزيع البيانات.

جدول (٣)

اعتدالية توزيع أفراد البحث في القياس القبلي للمتغيرات قيد البحث ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
سرعة حركات الرجلين المتقاطعة	يمين	١٠,٥٩	٠,٥٧٤٠	١٠,٥٠	٠,٥٥٢
	شمال	١٠,٨٠	٠,٥٣٤٢	١٠,٨٣	٠,١٠٩
القدرات البصرية	القدرة البصرية المتحركة	١٠,٦٠	٠,٦٨٧٤	١٠,٨٦٠	-٠,٨٩٧
	التتبع البصري	٢,٣٠٠	٠,٨٢٣٢	٢,٥٠٠	-٠,٦٨٧
		١٢,٨٢	٠,٥٨١٥	١٢,٦٤٥	٠,٥٢٧
		٣,٠٠٠	٠,٤٧١٤٠	٣,٠٠٠	٠,٠٠٠
الأداء الفني لحارس المرمي	التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها	٩,٧٩٠	٠,٤٦٥٧	٩,٦٩٥	٠,٤٤٦
	التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والظيران للمسك الكرة او ابعادها	١٢,٦٩	٠,٨٠٦١	١٢,٨٣	٠,١١١

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في متغيرات ضبط العينة تقع بين ± 3 مما يدل على اعتدالية توزيع البيانات.

- وسائل جمع البيانات

قام الباحثان بتنفيذ عدد من الإجراءات الضرورية كوسائل لجمع البيانات والاعتماد عليها في تحقيق أهداف البحث.. وتتمثل في:

- تصميم إختبار جديد لسرعة حركات الرجلين المتقاطعة لحراس مرمي كرة القدم مرفق (١)..

حيث قام الباحثان باتباع خطوات بناء وتصميم الاختبار حسبما ورد في المراجع العلمية المتخصصة في القياس والتقويم **محمد صبحي حسانين (١٩٩٥م)** (١٩)، **محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٨م)** (١٦)

وقد قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى بهدف التصميم الأولى لاختبار يومي الأحد والاثنين ١١/١٠/٢٠١٩م وهدفت الدراسة الي:

- تحديد المسافات المناسبة لأداء حارس المرمي لمفردات اختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة، وكانت أهم نتائجها: أن الدراسة قد أسفرت عن بعض التعديلات خلافاً لما تم اعداده مبدئياً وتمثلت في:
- تعديل المسافة بين نقطة البداية في منتصف المرمي ونقطة ارتقاء الحارس لالتقاط الكرة العالية من ٤م الي ٣,٤٠ م .
- تعديل المسافة بين المدرب المواجه للمرمي ونقطة ارتقاء الحارس لالتقاط الكرة العالية من ٣م الي ٢,٧٥ م.
- يقف المدرب الأول المواجه لحارس المرمي خارج خط ال ٦ ياردات بمسافة ٥٥ سم.
- يمسك المدرب الثالث كرتين في يديه لرمي كرة عالية وأخري نصف طائرة للحارس.
- ثم عرض الإختبار فى صورته النهائية علي مجموعة من الخبراء في مجال تدريب كرة القدم وعددهم (٦) خبراء للتأكد من صلاحيته وتناسبه مع الأداء الحركي لحارس المرمي داخل منطقة جزائه...مرفق(٥)
- الدراسة الإستطلاعية الثانية:

تم إجراء المعاملات العلمية(صدق - ثبات) لاختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة يوم الخميس ٢٠١٩/٢/١٤م حيث قام الباحثان بتجربة الإختبار بعد وضعه فى صورته النهائية علي عدد (٨) حراس مرمي-(٤) منهم من نفس المجتمع الخاص بعينة البحث الأساسية (مميزين) بالاضافة الي (٤) حراس آخرين تحت ١٥ سنة (غير مميزين) وذلك لحساب صدق التمايز، حيث تم استخدام إختبار مان ويتني Man witny للفروق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين بإيجاد قيمة (ذ) ومستوى دلالتها.. ثم تم اجراء الثبات بطريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه (Test& Re Test) بعد أسبوع علي عدد من اللاعبين المميزين فقط (نفس السن لعينة البحث) يوم الخميس ٢٠١٩/٢/٢١م، ويوضح جدول (٤)،(٥) قيم معاملات الصدق والثبات لهذا الاختبار .

جدول (٤)

معامل الصدق بين ناشئى حراس مرمي كرة القدم المميزين وغير المميزين في اختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة

(ن=١ ن=٢=٤)

الاختبارات		وحدة القياس	مميزة		غير مميزة		اختبار مان ويتني	
يمين	شمال		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (ذ)	مستوى الدلالة
سرعة حركات الرجلين المتقاطعة	يمين	ثانية	٥,٣٨	٤٣,٠٠	١١,٦٢	٩٣,٠٠	-٢,٦٢٦	٠,٠٠٩
	شمال	ثانية	٥,٧٥	٤٦,٠٠	١١,٢٥	٩٠,٠٠	-٢,٣١٠	٠,٠٢١

* قيمة (ذ) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (١,٩٦)

يتبين من الجدول السابق، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين اللاعبين المميزين وغير المميزين في اختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة، حيث أن قيمة (ذ) المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يدل على صدق الاختبار وأنه يقاس ما وضع من أجله.

جدول (٥)

ثبات اختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة لناشئى حراس مرمي كرة القدم

(ن=٨)

مستوى الدلالة	قيمة الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		يمين	شمال
٠,٠٠٢	*٠,٩٠ ٥	٠,٤١٢	٩,٦٤ ٧	٠,٤١٧	٩,٧٢ ٨	ثانية	يمين	سرعة حركات الرجلين المتقاطعة
٠,٠٠١	٠,٩٢*	٠,٣٥٦	١٠,٠ ١	٠,٣٥٧	١٠,٢	ثانية	شمال	

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = (٠,٧١٤)

يتبين من الجدول السابق، أن معاملات ثبات اختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة بتطبيق معامل ارتباط سبيرمان براون، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يدل على استقرار الاختبار وثباته.

٣- تحديد اختبارات الرؤية البصرية (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري)، حيث تم اختيارها بعد اطلاع الباحثين علي المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة (٦)(٧)(١٣)(١٥)(١٨)(٢٣)(٢٤)(٢٥) وثبوت وجود معاملات علمية لها في ضوء مفردات تطبيقها علي عينة حراس مرمي مشابهة من حيث (السن-المستوي) مع خصائص عينة الدراسة الأساسية في دراسة **محمد محمد كمشك** (٢٠١٨م) (٢٣: ٦٩،٨٤) ، والي جانب ما تضمنته الدراسة السابقة (٢٣: ٦٩،٨٥) أيضاً من اختباري الأداء الفني لحراس المرمي (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والطيران للمسك الكرة او ابعادها) ثم استخدامهما والاستعانة بهما في الحكم علي المستوي الفني لحراس المرمي عينة البحث حيث يوضح الجدول رقم (٦)، (٧) معاملات الصدق والثبات لاختباري الرؤية البصرية، واختباري الأداء الفني لحراس المرمي.

جدول (٦)

معامل الصدق لاختبارات الرؤية البصرية، الأداء الفني لناشئ حراس مرمي كرة القدم

معامل الصدق	وحدة القياس	الاختبارات	معامل الصدق	وحدة القياس	الاختبارات	مجال الاختبار
*٤,٥٨٦	ثانية	التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها	*٢,٨٣٥	ثانية	القدرة البصرية المتحركة	مجال الاختبار البصري
			*٦,٩٩١	عدد		
*٣,٠٨١	ثانية	التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والظيران للمسك الكرة او ابعادها	*٧,٢٥٤	ثانية	التتبع البصري	
			*٦,٤٢٥	عدد		

جدول (٧)

ثبات اختبارات الرؤية البصرية، الأداء الفني لناشئ حراس مرمي كرة القدم

معامل الثبات	وحدة القياس	الاختبارات	معامل الثبات	وحدة القياس	الاختبارات	مجال الاختبار
*٠,٨٩٦	ثانية	التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها	*٠,٨٣٤	ثانية	القدرة البصرية المتحركة	مجال الاختبار البصري
			*٠,٩١١	عدد		
*٠,٩٠٤	ثانية	التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والظيران للمسك الكرة او ابعادها	*٠,٩٦٧	ثانية	التتبع البصري	
			*٠,٩٦٤	عدد		

• أجهزة وأدوات البحث:

- شريط قياس. - ساعة إيقاف. - أقماع / أطباق. - عصا. - أطواق
- حواجز. - كرات قدم. - مقاعد سويدية. - مرامي

٤- الإجراءات التطبيقية للبرنامج التدريبي

أ- الأسس العلمية للبرنامج:

في ضوء الإطلاع على الدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة (١)(٤)(٧)(٩) (١٠)(٢٣)(٢٨) توصل الباحثان إلى بعض النقاط التي يمكن من خلالها وضع البرنامج التدريبي. مرفق (٣)

- مدة البرنامج التدريبي (١٠) أسابيع، بواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع.
- زمن تدريبات سرعة حركات الرجلين المتقاطعة في الوحدة التدريبية يتراوح بين (٤٠:٦٠) دقيقة.
- طريقة التدريب المستخدمة - الفترتي (منخفض - مرتفع الشدة).

- عدد التكرارات من (٤ - ٥) تكرر .
- عدد المجموعات من (٣ : ٤) مجموعات .
- الراحة البينية بين التكرارات (٣٠ ث) .
- الراحة بين المجموعات (١,٥ - ٢) دقيقة .

ب- تحديد التدريبات الخاصة بحركات الرجلين لحراس المرمي: حيث قام الباحثان باعداد تدريبات بدون الكرة، وبالكرة لتحسين تردد حركات الرجلين والتي تتميز بالقوة والرشاقة وسرعة الحركة التي يتطلبها الأداء الفني لحارس المرمي. مرفق (٤)

ج- تطبيق التجربة الأساسية :

- القياس القبلي :

تم ذلك في يومي الاثنين والثلاثاء ٢٥، ٢٦/٢/٢٠١٩ م لأفراد عينة البحث.

الاختبارات	اليوم والتاريخ
- سرعة حركات الرجلين المتقاطعة	
- الرؤية البصرية: (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري)	يوم الاثنين الموافق (٢٥/٢/٢٠١٩م)
- الأداء الفني لحارس المرمي: (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والطيوان	يوم الثلاثاء الموافق (٢٦/٢/٢٠١٩م)
للمسك الكرة او ابعادها).	

- تنفيذ التجربة الأساسية :

تم تطبيق التجربة الأساسية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢/٣/٢٠١٩ م الي يوم الأربعاء الموافق ٨/٥/٢٠١٩ م وذلك لمدة (١٠) أسابيع بواقع (٣) وحدات أسبوعيا.

- القياسات البعدية :

تم ذلك يومي الجمعة والسبت ١١، ١٠/٥/٢٠١٩ م وذلك بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي وبنفس ترتيب اجراء القياسات القبليه.

- المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - الوسيط. - معامل الالتواء.

- ويلكسون قيمة Z. - مان ويتني. - نسبة التغير. - قيمة ت.

- عرض ومناقشة النتائج :

١- عرض ومناقشة نتائج دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة

لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة ن=١٠

المتغيرات	وحدة القياس	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوي المعنوية
سرعة حركات الرجلين المتقاطعة	يمين	ثانية	٩	٦,٠٠	٥٤,٠٠	٢,٧٠٥	٠,٠٠٧
		الموجبة	١	١,٠٠	١,٠٠	*	
	شمال	ثانية	٩	٦,٠٠	٥٤,٠٠	٢,٧٠٣	٠,٠٠٧
		الموجبة	١	١,٠٠	١,٠٠	*	

* دال

قيمة "Z" الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,١٧٩

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدي في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

ويرجع الباحثان هذه الفروق إلى تأثير تدريبات حركات الرجلين التي وضعها الباحثان والمشابهة لطبيعة الأداء الحركي في كرة القدم كمحتوي برنامج تدريبي مقنن وتدريب حراس المرمي عليها بكثافة خلال الوحدات التدريبية المتعاقبة مما أدى الي تحسن ايجابي في مستوي القدرات الحركية خاصة القوة والسرعة وانعكس ذلك علي تحسن فس مستوي الرشاقة وسرعة الحركة والادراك الحسي بالمكان والتوقيت وزيادة الفعالية في الحركات السريعة لحراس المرمي

ويتفق هذا مع نتائج دراسة كلا من محمد شوقي (٢٠١٤م) (٢٢) ، حسن منير (٢٠١٥م) (٤) ، حميد حسن تعبان (٢٠١٥م) (٧) ، خالد مخلوف عبد النظير (٢٠١٧م) (٩) فضلاً عن أن هذا التحسن في مستوي حركات الرجلين كان منطقياً ويتمشي مع المفهوم الخاص بأن الأساس لأي مسار حركي متوافق هو عملية التنظيم التي تتم بين عمليات عليا في المخ (استقبال وارسال اشارات المواقف الحسية وبين عمل العضلات العاملة في الأداء .. وهذا ما تحقق من تنفيذ البرنامج التدريبي.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول الذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي".

٢- عرض ومناقشة نتائج دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في متغيرات الرؤية البصرية لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في متغيرات الرؤية البصرية
لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة ن=١٠

المتغيرات	وحدة القياس	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوي المعنوية
القدرات البصرية	ثانية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	*٢,٨٠٣	٠,٠٠٥
		الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	عدد	السالبة	١	٤,٥٠	٤,٥٠	*٢,٤٨٦	٠,٠١٣
		الموجبة	٩	٥,٦١	٥٠,٥٠		
النتج البصري	ثانية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	*٢,٨٠٣	٠,٠٠٥
		الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	عدد	السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	*٢,٩٧٢	٠,٠٠٣
		الموجبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠		

* دال

قيمة "ذ" الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,١٧٩

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى الرؤية البصرية قيد البحث لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كل من ستاين وسترن Stine, Stern (١٩٩٨ م) (٣٥)، وباري سيلر, Seiler B (٢٠٠٤ م) (٣٤)، عزام أفشار وآخرون Azam Afshar (٢٠١٩ م) (٢٩) ذلك أنهم أشاروا الي أن القدرات البصرية قابلة للتدريب ويمكن تمميتها والتي ستنعكس بدورها على قدرات اللاعبين المختلفة، وهذا ما اتضح علي حراس عينة البحث بعد انتهاء تطبيق البرنامج التدريبي. ويشير أن التدريبات الرياضية البصرية النوعية يمكن أن يكون أكثر فائدة في تحسين أداء المهاري مثل مهارة التصويب في كرة القدم.

وكذلك مع ما ذكره دونالد وكارولين Donald F.C. & Caroline J (١٩٩٥) (٣١) نقلا عن شيرمان أن الرؤية تمثل الحاسة الأولى التي تستخدم للحصول على المعلومات (التفاصيل)، وإنها مهمة للممارسين للأنشطة الرياضية وأن تدريبات الرؤية البصرية تمد المخ بالمعلومات مع الحواس الأخرى

(الحواس الداخلية المتوافقة) وتحسن من الأنظمة الحركية للجسم (العضلى العصبى) للمخرجات (الاستجابة).

وتتفق تلك النتائج أيضاً مع مذكره ويلسون وفالكل Wilson T, Falkel J. (٢٠٠٤) (٣٧)، كروس وآخرون Cross ES et al- (٢٠١٣) (٣٠) أن الرؤية هي المسؤولة عن التحكم في وضع الجسم في الفراغ، وهو أمر مهم بشكل خاص أثناء ممارسة التمارين والأنشطة البدنية، ويجب أن يكون لها دور أساسي في المحتوى أثناء تصميم البرامج التدريبية، وأن اللاعبين الذين يتمتعون بمزيد من التكامل والتفاعل بين الرؤية والحواس الأخرى يحققون أداءً أفضل في الرياضة التخصصية. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثانى الذى ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى في مستوي الرؤية البصرية (القدرة البصرية المتحركة -توافق العين مع القدم-التتبع البصري) لناشئى حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدى".

٣- عرض ومناقشة نتائج دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى في متغيرات الأداء الفني لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى في الأداء الفني

لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة z	مستوي المعنوية
الأداء الفني لحراس المرمي	ثانية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	*٢,٨٠٣	٠,٠٠٥
		الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
الأداء الفني لحراس المرمي	ثانية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	*٢,٨٠٣	٠,٠٠٥
		الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		

* دال

قيمة "ذ" الجدولية عند ٠,٠٥ = ٢,١٧٩

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلي والبعدي فى مستوى الأداء الفني قيد البحث لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

ويعزى الباحثان هذالنتائج التي توصلوا إليها بالنسبة لهذه القياسات إلى تدريبات سرعة حركات الرجلين الموضوعه بشكل علمي مقنن والتي تتشابه جزئياتها مع طبيعة الأداء الحركي الخاص للحراس خلال مواقف اللعب داخل التدريب والمنافسة وهذا أثر ايجابيا علي تطوير وتنمية الأداءات الفنية قيد البحث.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من حسن منير (٢٠١٥) (٤) ودراسة محمد كشك (٢٠١٤) (٢٢) التي أظهرت أن التنوع في أشكال تدريبات حركات الرجلين يؤدي إلى إكتساب نماذج حركية جديدة للتعاملات الحركية الخاصة والتحكم فيها مما يؤثر إيجابيا على تحسن الأداءات المهارية للاعبين كرة القدم (ومن بينهم حراس المرمي).

ويؤكد الباحثان أن تدريبات سرعة حركات الرجلين المتقاطعة التي تم التدريب عليها لها أثر إيجابى فى تنمية وتطوير القدرات الخاصة لحراس المرمي حيث أسهمت بشكل فعال فى تكوين وربط أجزاء المنظومة الحركية للأداء الفني المركب الخاص بالحراسوأدي هذا إلى نتائج جيدة مظهرها تعديل السلوك الحركى لحراس المرمي وأدي إلى الإرتقاء بالمستوى المهارى والحركى للمتدربين منهم.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث الذى ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الأداء الفني (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة أو ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والطيران للمسك الكرة أو ابعادها) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة لصالح القياس البعدي".

٤- عرض ومناقشة نسب التحسن بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات قيد البحث لحراس المرمي الناشئين تحت ١٧ سنة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (١١)

النسبة المئوية لمعدل التحسن لناشئي حراس مرمي كرة القدم
تحت ١٧ سنة في المتغيرات قيد البحث (ن=١٠)

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق	المتوسط الحسابي	الفرق بين المتوسطين	النسبة المئوية لمعدل
-----------	-------------	---------	-----------------	---------------------	----------------------

التحسن						
%٨,٥٩٩	٠,٨٣٩	١٠,٥٩٥	القبلي	ثانية	يميد ن	سرعة حركات الرجلين المتقاطعة
		٩,٧٥٦	البعدي			
%٨,٦١٢	٠,٨٥٧	١٠,٨٠٨	القبلي	ثانية	شما ل	
		٩,٩٥١	البعدي			
%١٣,٣١٤	١,٢٤٦	١٠,٦٠٤	القبلي	ثانية		القدرة البصرية المتحركة
		٩,٣٥٨	البعدي			
%٣٠,٣٠٣-	١ -	٢,٣	القبلي	عدد		
		٣,٣	البعدي			
%٧,٢٤١	٠,٨٦٦	١٢,٨٢٥	القبلي	ثانية		النتبع البصري
		١١,٩٥٩	البعدي			
%٢٨,٥٧١-	١,٢ -	٣	القبلي	عدد		
		٤,٢	البعدي			
%١١,٨٧٢	١,٠٣٩	٩,٧٩	القبلي	ثانية		الأداء الفني لحراس المرمي
		٨,٧٥١	البعدي			
%٧,٠٦٧	٠,٨٣٨	١٢,٦٩٥	القبلي	ثانية		
		١١,٨٥٧	البعدي			

أظهرت نتائج الدراسة في جدول (١١) وجود فروق في نسب التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة من الناحية اليمني بنسبة تحسن بلغت (%٨,٥٩٩)، من الناحية اليسري بنسبة تحسن بلغت (%٨,٦١٢).

وفى متغيرات الرؤية البصرية : القدرة البصرية المتحركة (زمن ، درجة) حيث تراوحت نسب التحسن ما بين (%١٣,٣١٤ ، -%٣٠,٣٠٣) لصالح القياس، التتبع البصري (زمن ، درجة) البعدي حيث تراوحت نسب التحسن (%٧,٢٤١ - %٢٨,٥٧١) لصالح القياس.

كما زادت نسب التحسن في مستوى الأداء الفني لحراس المرمي (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها) ليصل الي ١١,٨٧٢ % ، كما تحسنت نسب أداء التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والظيران لمسك الكرة او ابعادها) لصالح القياس البعدي حيث بلغت نسبة التحسن (%٧,٠٦٧).

ويعزي الباحثان التحسن الحادث لمجموعة حراس مرمي كرة القدم الناشئين عينة البحث في كل المتغيرات قيد البحث (سرعة حركات الرجلين المتقاطعة، متغيرات الرؤية البصرية، ومستوي الأداء الفني لحراس المرمي إلى فعالية وتأثير محتوى البرنامج التدريبي المقترح لحركات الرجلين لدي ناشئي حراس مرمي كرة القدم.

وبذا يكون الفرض الرابع قد تحقق والذي ينص على أنه "تتباين نسب التحسن في سرعة حركات الرجلين المتقاطعة ومستوي الرؤية البصرية والأداء الفني قيد البحث لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة".

الاستنتاجات :

- من خلال نتائج الدراسة توصل الباحثان الى :
- توصل الباحثان إلى تصميم اختبار جديد لسرعة حركات الرجلين المتقاطعة ذو معاملات (صدق، ثبات) لحراس مرمي كرة القدم الناشئين تحت ١٧ سنة.
- أن تدريبات سرعة حركات الرجلين المتقاطعة قد حسنت بشكل معنوي بعض مكونات الرؤية البصرية وهي (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- أن تدريبات سرعة حركات الرجلين المتقاطعة قد حسنت بنسب متفاوتة بعض الأداءات الفنية (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والطيوان للمسك الكرة او ابعادها) لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٧ سنة.
- وجود نسب تحسن متفاوتة لكل من متغيرات البحث (سرعة حركات الرجلين المتقاطعة)، الرؤية البصرية وهي (القدرة البصرية المتحركة - التتبع البصري)، الأداء الفني (التحرك الأمامي ثم الجانبي لمسك الكرة او ابعادها- التحرك الأمامي ثم الرجوع قطري والطيوان للمسك الكرة او ابعادها)

التوصيات :

- إستخدام إختبار سرعة حركات الرجلين المتقاطعة التي قام الباحثان بتصميمه في تقييم مستوى أداء ناشئي حراس مرمي كرة القدم.
- على المدربين الاهتمام بادراج تدريبات الرؤية البصرية قيد الدراسة كجزء أساسي من برامج التدريب لناشئي حراس كرة القدم في المراحل السنوية المختلفة.
- اهتمام المدربين بتصميم تدريبات موقفية مشابهة لما يؤديه حراس المرمي من أداءات حركية خاصة داخل منطقة الجزاء .
- إجراء المزيد من الدراسات المماثلة على عينات من حراس المرمي في مراحل سنوية أخرى.
- إجراء دراسات مماثلة باستخدام قدرات أخرى من قدرات الرؤية البصرية علي عينة حراس في نفس المرحلة السنوية ومراحل سنوية أخرى.

المراجع

أولا : المراجع العربية

- ١ أحمد عادل فتحي برنامج تدريبي لتحسين بعض الأداءات المهارية المركبة لحراس مرمي كرة القدم الناشئين في ضوء تحليل بعض مباريات كأس الأمم الأوروبية بركات: ٢٠١٢م، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٥م.
- ٢ اكرامي ابراهيم محمد: مساهمة بعض المتغيرات البيوميكانيكية والجسمية والبدنية المؤثرة في مهارة الارتماء للامساك بالكرة لدى حراس المرمي في كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٤م.
- ٣ حسن السيد أبو عبده: الاعداد المهارية بين النظرية والتطبيق في كرة القدم، مطابع الاشعاع، الاسكندرية، ٢٠١٣م.
- ٤ حسن منير عبد الشكور: تأثير تدريبات لتردد حركات القدمين على التسارع ومستوى بعض الأداءات المهارية للاعبين كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٥م.
- ٥ حسين على كنبار العبودي: الوظائف والمهارات البصرية في المجال الرياضي، دار الكتب العالمية، ط١، بيروت، ٢٠١٤م.
- ٦ حسين على كنبار العبودي: تأثير تدريبات الرؤية البصرية في تطوير مظاهر الانتباه وبعض المهارات الهجومية بكرة القدم للاعبين الناشئين"، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، سلطنة عمان، المجلد رقم (٩) العدد (٣)، يوليو.
- ٧ حميد حسين تعبان: تأثير برنامج تدريبي لتطوير الادراك الحس-حركي لأداء مهارة صد الكرة لدى حراس المرمي بكرة القدم تحت ٢٠ سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٥م.
- ٨ خالد سعيد النبي إبراهيم صيام: تحليل بعض الأداءات الدفاعية والهجومية لحراس المرمي في البطولة الأفريقية بتونس ٢٠٠٤ - مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة بنها - المجلد (١٦)، العدد ٦٦، ٢٠٠٦م.
- ٩ خالد مخلوف عبد النظر: الادراك الحس حركي وعلاقته بمستوى الاداء المهاري لدى حراس مرمي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠١٧م.
- ١٠ رائد عيس حسن تأثير تنمية القدرات التوافقية علي تحسين الأداءات المهارية لحراس

- الخضور: المرمي الناشئين في كرة القدم بدولة فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، ٢٠١١م.
- ١١ عصام الدين عبد الخالق: التدريب الرياضي - نظريات وتطبيقات، ط ١٢، دار المعارف، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ١٢ عمر أحمد عبد الله عمر: تحليل بعض الأداءات المهارية الدفاعية والهجومية لحراس مرمى كرة القم فى بطولة كأس العالم بالبرازيل ٢٠١٢، رسالة ماجستير غير منشورة- كلية التربية الرياضية- جامعة بنها ٢٠١٦م.
- ١٣ عمرو على شادى، أحمد عبد المولى السيد: تأثير تدريبات القدرات البصرية الخاصة علي بعض مكونات التوافق الحركي ومستوي الأداء المهاري لناشئي كرة القدم، بحث منشور، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية، العدد ٨٢، الجزء ٢، ٢٠١٤م.
- ١٤ عمرو على شادى، محمد كمشك: تأثير تدريبات القدرة على بذل الجهد المناسب و التوجيه المكاني على مستوى بعض المتغيرات البدنية ومهارة تحركات القدمين لحراس المرمى الناشئين فى كرة القدم، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، العدد الحادى والعشرون، المجلد الأول، سبتمبر، ٢٠١٣م.
- ١٥ ماجد مصطفى أحمد ، عبدالمحسن زكريا أحمد: تأثير تدريبات الرؤية البصرية على بعض القدرات البصرية ومستوى الأداء المهارى فى كرة القدم، بحث منشور، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد الثالث والعشرون، الجزء الرابع، ٢٠٠٦م.
- ١٦ محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان:: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط ٣، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٨م.
- ١٧ محمد شوقي كمشك: دراسة تطور بعض القدرات الحركية وعلاقتها بالأداء الحركي لبعض الأنشطة ذات المواقف المتغيرة في المرحلة السنية ٩-١٢ سنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ١٩٩١م.
- ١٨ محمد شوقي كمشك، عمرو على شادى: علاقة الادراك البصري بمستوي أداء بعض الأداءات الحركية المركبة للاعبى كرة القدم، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية نظريات وتطبيقات، العدد ٥٣، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة

- الاسكندرية، ٢٠١٦م.
- ١٩ محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الأول، ط٣، دار الفكر العربي القاهرة، ١٩٩٥م.
- ٢٠ محمد عبد الحميد حسن: فاعلية الأداء المهاري لبعض حراس مرمى كرة القدم فى البطولة الأفريقية بمصر ٢٠٠٦، مجلة علوم وفنون - كلية التربية الرياضية- جامعة أسيوط المجلد ٢٥، عدد ١، ٢٠٠٨م.
- ٢١ محمد عبدالستار محمود: تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٢م.
- ٢٢ محمد محمد شوقي كشك: تأثير بعض تدريبات القدرات التوافقية على مستوى أداء تحركات الرجلين لدى حراس المرمى الناشئين فى كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٤م.
- ٢٣ محمد محمد شوقي كشك: نسب مساهمة بعض القدرات البصرية فى مستوى انجاز الأداء الحركي المركب لحراس المرمى فى كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٨م.
- ٢٤ محمود محمد محمود متولي، هيثم فتح الله عبد الحفيظ: تأثير تنمية التدريب البصري على القدرات البصرية والأداء الحركي لناشئ كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد ٥١، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٧م.
- ٢٥ مصعب مفتاح محمد الشريف: تأثير التدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية والأداءات مهارية المركبة للاعبى كرة القدم الصم داخل الصالات، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٧م.
- ٢٦ مفتى إبراهيم حماد: الاعداد والمباراة للاعبى كرة القدم-حارس المرمى-، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤م.
- ٢٧ هشام محمد حمدون: بعض القدرات الحس-حركية وعلاقتها بالأداء الفني لبعض المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ١٩٩٥م.

ثانيا : المراجع الأجنبية

- ٢٨ Amr Shady & Mohamed Abdelkader: **Effect of Spatial Orientation And Motor Rhythm Trainings on Motor Speed and Skill Performance Level of Soccer Juniors,** Theories & Applications the International Edition, Mar. ٢٠١٤ [under publication]
- ٢٩ Azam Afshar , Jaleh Baqerli , Morteza Taheri: **The effect of visual training on the rate of performance accuracy in girl soccer players** ,Volume ٦ , Issue ٢ , Page : ١٠٨-١١٣,٢٠١٩.
- ٣٠ Cross ES, Stadler W, Parkinson J, Schutz-Bosbach S, Prinz W.: **The influence of visual training on predicting complex action sequences.** Human brain mapping. ٢٠١٣;٣٤(٢):٤٦٧-٨٦.Comenius University, Brat, Slava, Slovakia, ٢٠٠٥.
- ٣١ Donald F.C. Loran & Caroline J. MacEwen: **Sports Vision**", ١st, ١٩٩٥.
- ٣٢ Julius Kasa: **Relationship of motor abilities and motor skills in sport Games** ", Faculty of Physical Education and sport, Comenius University, Brat, Slava, Slovakia, ٢٠٠٥.
- ٣٣ Martin Drob: **Coordinative abilities,** chap^v in psychology for Physical Education, by auweele et al, human kinetic, champaign, ١٩٩٩.
- ٣٤ Seiller B: **Positive Effects Of A Visual Skills Development Program.** Optometry & Vision Science, Vol. ٧٩, No. ٥, Pp ٢٧٩-٢٨٠, ٢٠٠٤.
- ٣٥ Stein R, Stern: **Easter book m can vision training improve athletic performance,** Ophthalmol, ٢٤, ١٩٨٩.
- ٣٦ Williams AM, Ericsson KA.: **Perceptual-cognitive expertise in sport: Some considerations when applying the expert performance approach.** Hum Mov Sci ٢٠٠٥;٢٤:٢٨٣-٣٠٧.
- ٣٧ Wilson T, Falkel J.: **SportsVision eBook: Training for Better Performance:** HUMAN KINETICS; ٢٠٠٤.