"فاعلية تدريبات مقترحة للرؤية البصرية على تطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة ومستوى الأداء المهارى للاعبى كرة القدم

مستور على إبراهيم الفقيه

أستاذ مشارك بقسم التربية البدنية

الكلية الجامعية بالقنفذة

جامعة أم القرى

المملكة العربية السعودية

الكلمات المفتاحية: الرؤية البصرية، القدرات التوافقية، الاداء المهاري، كرة القدم.

الملخص:

يهدف البحث إلى تعرف فاعلية تدريبات مقترحة للرؤية البصرية على تطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة ومستوى الأداء المهارى للاعبى كرة القدم (تحت 20 سنه)،استخدم الباحث المنهج التجريبي لتحقيق أهداف وفروض الدراسة، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبى كرة القدم تحت 20 سنة لمنتخب جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية، وكانت أهم النتائج أن توصل الباحث الى تدريبات القدرات البصرية تساهم في تطوير بعض القدرات التوافقية (الربط الحركى– التوجية المكانى– سرعة الإستجابة الحركية) وأيضا تساهم في تطوير بعض الأداءات المهارية (الجري المتعرج بالكرة، دقة التمرير، دقة التصويب) للناشئين، لذا يوصى الباحث بضرورة إهتمام المدربين بتطوير القدرات البصرية وأن تكون جزء أساسياً من البرنامج التدريبى للاعبى كرة القدم، وإستخدام الإختبارات التى قام الباحث بتصميمها لقياس مستوي القدرات البصرية للاعبى كرة القدم.

Abstract

The effectiveness of proposed visual vision exercises on the development of some special compatibility capabilities, And the level of skillful performance of football players

Mastour Ali Ibrahim Faqih.

Associate Professor, Department of Physical Education, University College, Qunfudah, Umm Al-Qura University, Saudi Arabia.

This research aims to identify "the aim of the research is to identify the effectiveness of proposed exercises for visual vision on the development of some special compatibility abilities and the level of skilled performance of football players (under 20 years), the researcher used the experimental method to achieve the objectives and hypotheses of the study, Of the football players under the age of 20 years for the Umm Al-Qura University team in Saudi Arabia. The most important results were that the researcher's ability to perform visual training exercises contribute to the development of some compatibility abilities

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

(motor linkage, spatial orientation, speed of motor response) Therefore, it is recommended that the trainers should be interested in developing visual abilities and be an essential part of the training program for football players and using the tests that the researcher designed to measure the level of visual abilities of football players .

المقدمة:

تتضافر الجهود العلمية والخبرات العملية حاليا للنهوض برياضة كرة القدم والوصول بها لمستويات قمية في الاداء المهاري والبدني والخططي، بحيث تلاقي استحسان جميع المتابعين والمهتمين، لذا نجد أن الباحثين والمدربين اتجهوا موخرا إلي البحث عن طرق جديدة يمكن من خلالها الاستمرار في تطوير الأداء المهاري وقدرات الناشئين بالشكل الذي يمكنهم من المنافسة بفعالية.

ويعد تدريب الرؤية البصرية احدي المدخلات الحديثة في المجال الرياضي، وهو عبارة عن سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسين القدرات البصرية الأساسية للرياضيين مما يعطي لهم ميزة تنافسية خلال المسابقات المختلفة. (24 : 203).

حيث تؤكد **سوزانا كاثرينا Suzanna Cathrina (2003م)** أن تدريب الرؤية البصرية لم يكن له مكان فى الإعداد اليومى للرياضيين، وكان المدربون يقومون بالتدريب المرتبط بالرؤية بدون قصد ولكن الأبحاث قد برهنت على أهمية تقنين تدريبات القدرات البصرية للأداء الرياضى، كما كشفت أيضا بعض الدراسات أن التدريب يمكن أن يطور القدرات البصرية للرياضيين حيث وجدت نتائج ايجابية للتدريب المقنن بشكل علمي (31 : 54). كما يشير **هومر رايس Homer Rice (2004م)** إلى أن القدرات البصرية مثل كل المهارات البدنية الأخرى يمكن تعليمها والتدريب عليها وتحسينها (34). ويذكر **زيمان وآخرون Zieman, et al (1993م)** أنه بالرغم من أن التدريب البصري فى المجال الرياضى لا يمثل سوي منطقة صغيرة نسبيا فى منظومة التدريب، إلا أنه يعد ذا أهمية كبيرة جدا وأصبح عنصراً أساسياً للتفوق فى الفترات الأخيرة.(33: 234)

وتعتمد تدريبات الرؤية البصرية علي أساس علمي يتضمن أن العين تستقبل المعلومات الحس–بصرية وترسلها الي المخ، حيث تتم عملية إدراك وتفسير (معالجة) تلك المعلومات، ثم يتم بعد ذلك إرسال الإشارات الحركية التي تكون مسؤولة عن تنفيذ الأيدي والأرجل وغيرها من أجزاء الجسم للحركة أو الأداء، وهذا يحدث في جزء بسيط للغاية من الثانية، فإذا كانت هذه المعلومات الحسية غير دقيقة أو غير كاملة، أو مقدمة في وقت غير مناسب، واذا تم معالجة المعلومات بشكل غير سليم، فان ذلك ينعكس علي الأداء الحركي مما يجعله يتم بشكل غير صحيح.(2 : 178)

أن أهمية الحاسة البصرية في الرياضة يمكن تقسيمها على قسمين القسم الأول خاص بالتدريب والثاني خاص باللاعب نفسه، ففي أثناء المباريات المصغرة والتدريبات المركبة يلعب البصر دوراً هاماً في

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أداء المهارات فعن طريقها يستطيع اللاعب أن يعرف مكانه بالنسبة للآخرين ويستطيع تحديد نوع الحركات التي يستطيع أداءها، كما أن إدراك تحركات الفريق المنافس تمكنه من إتخاذ الموقف المناسب لذلك سواء هجومياً أو دفاعيا (4 : 269،270). كما يري العديد من الباحثين أن ثلثى الألعاب الرياضية يعتمد التفوق فيها علي القدرات البصرية، فالادراك البصرى بأبعاده المختلفة يمثل عاملاً مهماً للوصول إلى قمة الأداء، فامتلاك اللاعبين إلي القدرة البصرية يمكنهم من الأداء بسرعة وتنفيذ الواجبات المهارية والخططية فى ظروف صعبة تتميز بوجود ضغط تنافسى وديناميكى.(15 : 8)

فالقدرة الوظيفية للإبصار تلعب دوراً رئيساً في إمكانية تنفيذ اللاعب متطلبات الأداء المهارى بصورة فعالة في مختلف الأنشطة الرياضية و كرة القدم بصفة خاصة، فلاعب كرة القدم يلزمه كثير من المعلومات البصرية التي تتعلق بمواقف اللعب سريعة التغير حتي يتمكن من اتخاذ القرار المناسب خلال مواقف اللعب المختلفة، ونظرا لإتساع ملعب كرة القدم فإن إتساع مجال الرؤية للاعب يساعده على إدراك مواقف اللعب ادراكا جيدا مما يساعده على اختيار الأداء الأكثر ملائمة لظروف اللعب و استغلال الفرص المتاحة. (1 :135) (8 :3)(22: 18-20).

ولقد أشار ماينل وشنابل **Meinel K. & Schnabel G (2006م)** أنه في الألعاب الجماعية ومن بينها كرة القدم يجب على اللاعب أن يدرك تماما وضعه وكذلك التغيرات في الوضع داخل المساحة المتاحة للأداء الحركى (مساحة الملعب) مع الادراك الجزئي للعديد من الأهداف المتحركة الأخرى (الزملاء، المنافسون، الكرة) خلال مواقف اللعب المتغيرة باستمرار، ومن هنا تتضح أهمية الحسابات البصرية الحركية التي يقوم بها اللاعب خلال أداء الحركة (مثال مقابلة الكرة في أعلى نقطة عند ضرب الكرة بالرأس)، كذلك يتبين علاقة المعلومات البصرية وسرعة معالجتها بالوقت المناسب للبدء في تنفيذ أداء حركي بكرة القدم. (26:216-218)

ويؤكد كل من **بيتر هيرتز Peter Hirtz (1985م)**، **وبراتوريوس Prätorius (2008م)** على علاقة المعلومات البصرية بالقدرة على التوجيه المكاني والإستجابة الحركية السريعة كقدرات توافقية هامة في كرة القدم، حيث يتوقف نمو وتطور هذه القدرات في المقام الأول علي اسهامات المعلومات البصرية خلال تنفيذ المهام الحركية، والقدرات البصرية بذلك تعد أساساً جوهريا لتطوير القدرات التوافقية أو التوافق بشكل عام. (23:35) (28:102).

ويرى **الباحث** أن تدريب الرؤية البصرية يجب أن يأخذ مكانة ضمن برامج التدريب في الوطن العربي بشكل عام ورياضة كرة القدم بشكل خاص، بحيث تصبح تدريبات الرؤية البصرية جزء لا يتجزء من برامج التدريب للناشئين في كرة القدم.

فمن خلال مراجعة الباحث للعديد من الدراسات الاجنبية والعربية التي اجريت حول الرؤية البصرية، وجد أن تنمية وتطوير القدرات البصرية من خلال برامج تدريبية موجهة بشكل علمي يمكن ان

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يساهم في تطوير العديد من القدرات البدنية والتوافقية والمهارية في الرياضات المختلفة، ومع ذلك وجد الباحث أن هناك قلة في البحوث العربية التي إهتمت بهذا النوع من التدريب مقارنة بالبحوث الاجنبية.

وظهر للباحث أهمية وضع البرامج العلمية المقننة لتنمية القدرات البصرية للاعبى كرة القدم بالمملكة العربية السعودية وخاصة الناشئين. فلقد إسترعى إنتباه **الباحث** من خلال عمله كمدرب لقطاع الشباب لكرة القدم أن هناك تبايناً فى مستوى القدرات البصرية بين اللاعبين، والذي نتج عنه كثير من الاخطاء بالمهارات سوء الهجومية منها والدفاعية، حيث ظهر أن هناك افتقار لدي العديد من اللاعبين الشباب في تنفيذ الواجبات والمهارات بشكل يتسم بالربط والانسيابية، كما ظهر انخفاض في مستوي القدرة علي التوجيه المكاني وسرعة الاستجابة في المواقف المتغيرة، وهذا ما يعكس وجود خلل في قدرة اللاعبين علي استقبال المعلومات البصرية ومعالجتها بشكل صحيح وسريع خلال تنفيذهم للواجبات الدفاعية والمهارية المختلفة.

وبناء علي ما سبق وجد الباحث أنه من الاهمية بمكان وضع برنامج تدريبي مقترح لتنمية القدرات البصرية للاعبى كرة القدم الشباب تحت 20 سنة في ضوء مجموعة من الاسس العلمية بهدف معرفه فاعليته في تنمية بعض القدرات التوافقية المرتبطة بالقدرات البصرية وتطويرها، ومعرفه تاثير ذلك علي مستوي الاداء المهاري للناشئين.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى تعرف فاعلية تدريبات مقترحة للرؤية البصرية على تطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة ومستوى الأداء المهارى للاعبى كرة القدم (تحت 20 سنة).

وذلك من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية:

1. تصميم برنامج تدريبات للقدرات البصرية للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة.
2. تعرف تأثير تدريبات القدرات البصرية على بعض القدرات التوافقية (الربط الحركى- التوجية المكانى- سرعة الإستجابة الحركية- بذل الجهد المناسب) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة.
3. تعرف تأثير تدريبات القدرات البصرية على مستوى الأداء المهارى (التمرير- دقة التصويب- الجرى بالكرة) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة.

فروض البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة.

3. توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث) للاعبى كرة القدم تحت تحت 20 سنة.

مصطلحات البحث:

- **تدريب القدرات البصرية: Visual abilities**

هى القدرة على تحسين الرؤية واستبصار المساحة المكانية والزمانية فى الملعب سواء بالكرة أو بدونها فى مواقف اللعب المختلفة، وذلك من خلال سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسين الوظائف البصرية الأساسية.(47:32)

- **القدرة البصرية الثابتة: Static Visual ability**

هي رؤية الأهداف بدقة من الثبات فاللاعب والهدف ثابتين، مشابه لموقف الضربات الثابتة وضربة الجزاء فى كرة القدم.(47:32)

- **القدرة البصرية المتحركة: Dynamic Visual ability**

هي رؤية الأهداف بدقة في أثناء حركة اللاعب أى أن الهدف واللاعب متحركين، عندما يكون اللاعب والخصم والكرة كلهم فى وضع حركة وهذه القدرة تتكون من العديد من المهارات مثل التقارب، التركيز، التعقب، التفسير ومتابعة الفعل بالعينين.(47:32)

- **الوعي المحيطي المركزي: Central peripheral awareness**

قدرة اللاعب على الحفاظ على الثبات المركزي على الهدف ولكن مع الوعي بما حدث على الجوانب أو في المجال البصري. الوجه الخارجى للمجال البصرى يمتد تقريباً 60 درجة حادة و90 درجة و50 درجة نحو الأعلى و70 درجة نحو الأسفل.(47:32)

- **سرعة رد الفعل البصري: Visual reaction speed / time**

قدرة اللاعب على الاستجابة البصرية السريعة والدقيقة للأحداث المحيطة به مهما زادت سرعتها أو اختلفت.(47:32)

2- إجراءات البحث

2 – 1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذا المجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2 – 2 عينة البحث:

تم اختيار عينة قوامها (26) لاعب كرة قدم تحت (20) سنة بالطريقة العمدية والممثلين لمنتخب جامعة ام القري لكرة القدم، وجميع أفراد العينة من لاعبي الاندية بالمملكة العربية السعودية ومسجلين بالإتحاد السعودي لكرة القدم موسم 2017 / 2018 م، حيث تم تقسيمهم على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (13) لاعب.

2 – 3 اعتدالية توزيع وتكافؤ 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 (1)(2)(3).

جدول (1)

اعتدالية توزيع عينة البحث في القياس القبلي في بعض المتغيرات الاساسية

العينة	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
المجموعة التجريبية ن=13	السن	سنة	19.153	0.375	19	2.197
	الطول	سم	176.53	2.665	176	0.714
	الوزن	كجم	71	2.828	74	0.104-
	العمر التدريبى	سنة	8.846	0.800	9	0.307
المجموعة الضابطة ن=13	السن	سنة	19.384	0.374	19	0.385
	الطول	سم	176.69	1.931	176	0.351
	الوزن	كجم	72.692	1.601	72	0.307
	العمر التدريبى	سنة	8.615	0.869	9	0.032

يتضح من جدول (1) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الاساسية تقع بين ± 3 مما يدل على اعتدالية توزيع البيانات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (2)

اعتدالية توزيع عينة البحث في القياس القبلي في المتغيرات قيد البحث

العينة	المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
المجموعة التجريبية ن=13	القدرات البصرية	القدرة البصرية الثابتة	دقة	7	2	7	0.295-
		القدرة البصرية المتحركة	زمن	1.288	0.166	1.250	0.397
			دقة	2.384	1.043	2	0.101
		الوعي المحيطى المركزى	زمن	1.987	0.282	2	1.443
			دقة	2.307	1.315	2	0.365
		رد الفعل البصري	زمن	1.243	0.108	1.250	0.448
	القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	زمن	6.976	0.730	7.120	0.419-
		التوجيه المكانى	زمن	1.076	0.183	1	1.079
		سرعة الاستجابة الحركية	زمن	1.116	0.102	1.150	0.306-
		بذل الجهد المناسب	18م	85.384	17.849	90	0.854-
			22م	92.307	12.847	95	1.376-
	الأداء المهارى	التمرير	دقة	3.076	0.759	3	0.136-
		دقة التصويب	دقة	7	2.081	7	0.983-
		الجرى بالكرة	زمن	10.390	0.749	10.560	0.729-
العينة	المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	الوسيط	الالتواء
المجموعة الضابطة ن=13	القدرات البصرية	القدرة البصرية الثابتة	دقة	6.769	1.739	7	0.530
		القدرة البصرية المتحركة	زمن	1.337	0.180	1.300	0.172-
			دقة	2.076	1.187	2	0.887
		الوعى المحيطى المركزى	زمن	2.183	0.368	2.300	0.455-
			دقة	1.615	0.869	1	1.828
		رد الفعل البصرى	زمن	1.292	0.116	1.300	0.172
	القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	زمن	6.803	0.565	7	0.362-
		التوجيه المكانى	زمن	1.037	0.141	1	0.957
		الاستجابة السريعة	زمن	1.113	0.079	1.100	0.532
		بذل الجهد المناسب	18م	95	21.602	95	0.967-
			22م	97.307	16.280	100	1.448-
	الأداء المهارى	التمرير	دقة	2.538	1.050	2	0.136
		دقة التصويب	دقة	5.692	1.250	6	0.738-
		الجرى بالكرة	زمن	10.768	0.712	11	0.744

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتضح من جدول (2) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في المتغيرات قيد البحث تقع بين ± 3 مما يدل على اعتدالية توزيع البيانات.

جدول (3)

تكافؤ عينة البحث فى القياسات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات قيد البحث

ن1=ن2=13

المتغيرات		وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
القدرات البصرية	القدرة البصرية الثابتة	درجة	7	2	6.769	1.739	0.301
	القدرة البصرية المتحركة	زمن/ ث	1.288	0.166	1.377	0.180	0.694-
		دقة/ درجة	2.384	1.043	2.076	1.187	0.674
	الوعي المحيطى المركزى	زمن/ ث	1.987	0.282	2.183	0.368	1.458-
		دقة/ درجة	2.307	1.315	1.615	0.869	1.520
	سرعة رد الفعل البصري	ث	1.243	0.108	1.292	0.116	1.070-
القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	ث	6.976	0.730	6.803	0.565	0.646
	التوجية المكانى	ث	1.076	0.183	1.037	0.141	0.587
	سرعة الإستجابة الحركية	ث	1.116	0.102	1.113	0.079	0.102
	بذل الجهد المناسب	18م/سم	85.384	17.849	95	21.602	1.188-
		22م/سم	92.307	12.847	97.307	16.280	0.538-
مستوى الأداء المهاري	دقة التمرير	عدد	3.076	0.759	2.538	1.050	1.439
	دقة التصويب	النقاط	7	2.081	5.692	1.250	1.865
	الجري المتعرج بالكرة	ث	10.390	0.749	10.768	0.712	1.266-

ت الجدولية عند 0.05 = 2.06

يتضح من جدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات قيد البحث إذ إن جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 مما يدل على تكافؤ العينة فى المتغيرات قيد البحث.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2 – 4 أدوات جمع البيانات:

اولا الاستبانة: حيث تم استطلاع رأي الخبراء حول:مرفق(1)

1- أهم القدرات البصرية التى تلائم طبيعة البحث.

2- أهم القدرات التوافقية الخاصة والمرتبطة بالرؤية البصرية.

3- أهم المهارات في كرة القدم التي تلائم طبيعة البحث.

ثانيا الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث: قام الباحث بالاعتماد على الاختبارات العلمية المقننة كوسيلة لجمع بيانات هذه الدراسة ونتائجها، وتوصل الباحث لهذه الاختبارات من خلال الاطلاع علي المراجع والدراسات السابقة التالية: (9) (13) (14) (18) (32) وانقسمت الاختبارات وفقا للمتغيرات على اختبارات خاصة بـ: **مرفق (2)**

- **اختبارات القدرات البصرية:** قام الباحث بتصميم أربعة إختبارات لقياس القدرات (القدرة البصرية الثابتة- القدرة البصرية المتحركة- الوعي المحيطى المركزى- رد الفعل البصري).
- **اختبارات القدرات التوافقية:** وتم قياسها بإختبارات (التوجية المكانى- الربط الحركى- سرعة الإستجابة الحركية- بذل الجهد المناسب). (13) (9)
- **اختبارات الأداء المهارى:** وتم قياسها بإختبارات (دقة التمرير- دقة التصويب- الجري المتعرج بالكرة). (14) (18)

ثالثا الاجهزة والادوات:

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

2 – 5 الدراسات الإستطلاعية.

- **الدراسة الإستطلاعية الأولى:**

تم إجراؤها فى الفترة من 2018/1/6 م وحتى 2018/1/14م، بهدف التصميم الأولى للإختبارات الخاصة **بالقدرات البصرية** (القدرة البصرية الثابتة- القدرة البصرية المتحركة- الوعي المحيطى المركزى- رد الفعل البصري)، وذلك من خلال:

- تعرف المسافات المناسبة للتمرير والمسافات المناسبة للتصويب والجرى بالكرة.
- التأكد من مدى مناسبة الإختبارات للمرحلة السنية والتاكد من صدق المحتوي للاختبارات وذلك قبل إجراء المعاملات العلمية لهذه الإختبارات.

2 – 6 نتائج الدراسة:

- تم الوقوف على المسافات المناسبة للتمرير وأيضًا التصويب والجرى بالكرة لكل إختبار.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تم وضع الإختبارات فى تصميمها الأولى فى إستمارة إستطلاع رأى الخبراء وذلك للتأكد من مدى صلاحية الإختبارات لقياس القدرة البصرية الثابتة، القدرة البصرية المتحركة، الوعي المحيطى المركزى، سرعة رد الفعل البصري وصدقها من ناحية المحتوى قبل إجراء المعاملات العلمية لها.

- **إستطلاع رأى الخبراء:**

تم عرض الإختبارات الخاصة لقياس القدرة البصرية الثابتة، القدرة البصرية المتحركة، الوعي المحيطى المركزى، سرعة رد الفعل البصري للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة بعد التصميم الأولى لها على السادة الخبراء للتأكد من مدى مناسبتها لقياس ما وضعت من أجلة وقد تم الإستفادة من أرائهم فى الوقوف على المحتوي المناسب للاختبارات.**مرفق (7)**

- **شروط إختيار الخبير:**

1- الحصول على درجة الدكتوراة في التربية الرياضية في تخصص كرة القدم.

2- العمل في المجال التطبيقي في كرة القدم.

3- الخبرة العلمية والميدانية فى مجال الإختبارات والمقاييس.

- **الدراسة الإستطلاعية الثانية:**

تم إجراؤها بتاريخ 2018/1/16 م وذلك بهدف تدريب المساعدين على طرق القياس وتسجيل البيانات فى الإستمارات الخاصة بذلك.

- **الدراسة الإستطلاعية الثالثة:**

تم إجراؤها فى الفترة من 2018/1/20 م وحتى 2018/1/28م بعد تعديل الإختبارات وفقا لرأي الخبراء، حيث قام الباحث بإجراء دراسة بهدف تحديد المعاملات العلمية (صدق – ثبات– الموضوعية) لإختبارات القدرات البصرية التي صممها الباحث، وكذا (الصدق والثبات) لباقي الاختبارات التوافقية والمهارية، وذلك على عينة قوامها 20 لاعباً من خارج عينة البحث ومن داخل المجتمع الأصلى للبحث.

- **صدق الاختبارات الخاصة بالقدرات البصرية والقدرات التوافقية والأداء المهارى قيد البحث.**

استخدم الباحث طريقة صدق التمايز لحساب صدق الاختبارات قيد البحث وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات على مجموعتين متباينتين من لاعبى كرة القدم تحت 20 سنة المجموعة الأولى (غير مميزة) وعددهم 10 لاعبين والمجموعة الثانية (مميزة) وعددهم 10 لاعبين من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الاساسية، ثم مقارنة دلالة فروق المتوسطات بين المجموعتين كما هو موضح بجدول (4)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (4)

صدق التمايز ودلالة الفروق بين لاعبى كرة القدم المميزين وغير المميزين فى إختبارات القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث)

ن1=ن2=10

المتغيرات		وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		قيمة ت
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
القدرات البصرية	القدرة البصرية الثابتة	درجة	9.9	1.286	7.5	1.581	*3.713
	القدرة البصرية المتحركة	زمن / ث	0.974	0.131	1.295	0.164	*4.814-
		دقة/ درجة	3.7	0.483	2.1	0.875	*5.060
	الوعى المحيطى المركزى	زمن / ث	1.47	0.149	2.039	0.296	*5.414-
		دقة/ درجة	3.5	0.707	2	0.942	*4.025
	سرعة رد الفعل البصري	ث	0.869	0.073	1.251	0.118	*8.673-
القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	ث	6.03	0.276	7.166	0.438	*6.936-
	التوجية المكانى	ث	0.845	0.076	1.245	0.142	*7.836-
	سرعة الإستجابة الحركية	ث	0.887	0.031	1.318	0.111	*11.80-
	بذل الجهد المناسب	18م/سم	58	8.563	93.9	10.42	*8.413-
		22م/سم	55	9.718	96.5	11.79	*8.586-
مستوى الأداء المهاري	دقة التمرير	عدد	4.2	0.632	2.3	0.483	*7.550
	دقة التصويب	النقاط	9.8	1.032	6.6	0.699	*8.113
	الجري المتعرج بالكرة	ث	9.075	0.247	10.59	0.470	*9.055-

قيمة ت الجدولية عند 0.05 = 2.262

يتضح من جدول (4) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في الإختبارات المستخدمة قيد البحث عند مستوى معنوية (0.05)، مما يدل على صدق الإختبار قيد البحث.

– ثبات الاختبارات الخاصة بالقدرات البصرية والقدرات التوافقية والأداء المهارى قيد البحث.

وقد استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه لحساب ثبات الاختبارات قيد البحث على عينة التجربة الاستطلاعية الثالثة حيث تم إعادة تطبيق الاختبارات على نفس العينة الاستطلاعية بعد 3 أيام من التطبيق الأول وتم إيجاد قيمة (ت) ومعامل الارتباط بين القياسين الأول والثانى بهدف التأكد من ثبات الاختبارات قيد البحث وأوضحت النتائج ثبات الاختبار كما هو موضح بجدول (5).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (5)

ثبات الاختبارات الخاصة بالقدرات البصرية ومكونات التوافق الحركى والأداء المهارى ن= 10

المتغيرات		وحدة القياس	القياس الأول		القياس الثانى		قيمة ت	معامل الإرتباط
			س	±ع	س	±ع		
القدرات البصرية الخاصة	القدرة البصرية الثابتة	درجة	9.9	1.286	9.5	1.080	-1.110	0.759
	القدرة البصرية المتحركة	زمن / ث	0.974	0.131	0.962	0.113	-0.318	0.916
		دقة/ درجة	3.7	0.483	3.7	0.483	0	1
	الوعي المحيطى المركزى	زمن / ث	1.47	0.149	1.455	0.160	-0.280	0.909
		دقة/ درجة	3.5	0.707	3.5	0.707	0	1
	سرعة رد الفعل البصري	ث	0.869	0.073	0.885	0.057	0.827	0.779
القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	ث	6.03	0.276	6.02	0.255	-0.117	0.932
	التوجية المكانى	ث	0.845	0.076	0.868	0.066	1.032	0.674
	سرعة الإستجابة الحركية	ث	0.887	0.031	0.89	0.042	0.212	0.853
	بذل الجهد المناسب	18م/سم	58	8.563	57.5	7.168	-0.209	0.678
		22م/سم	55	9.718	56	10.21	0.293	0.671
مستوى الأداء المهاري	دقة التمرير	عدد	4.2	0.632	3.8	0.632	-1.897	0.666
	دقة التصويب	النقاط	9.8	1.032	9.5	0.971	-0.926	0.664
	الجري المتعرج بالكرة	ث	9.075	0.247	9.022	0.206	-0.771	0.950

قيمة معامل الارتباط عند 0.05 = 0.632

يتضح من الجدول رقم (5) أن هناك إرتباطاً دالاً بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى للإختبارات قيد البحث، حيث أن قيم "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية 0.05، كما تشير قيمة (ت) انه لا توجد فروق بين دالة معنوية بين القياس الاول والثاني وهذا يدل على ثبات درجات الاختبار عند إعادة تطبيقه تحت نفس الظروف.

- **الموضوعية:**

لحساب موضوعية الاختبارات الخاصة بالقدرات البصرية التي صممها الباحث قام بإيجاد معامل الإرتباط بين نتائج تطبيق الإختبار لإثنين من المحكمين كلاهما أعضاء هيئة تدريس وتخصصهما العلمى كرة قدم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (6)

معامل الإرتباط بين درجات اثنين من المحكمين للإختبارات الخاصة بالقدرات البصرية ن= 10

المتغيرات		وحدة القياس	المحكم الأول		المحكم الثانى		قيمة ت	معامل الإرتباط (ر)
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
القدرات البصرية الخاصة	القدرة البصرية الثابتة	درجة	9.9	1.286	9.9	1.286	0	*1
	القدرة البصرية المتحركة	زمن / ث	0.974	0.131	0.96	0.104	-0.402	*0.977
		دقة/ درجة	3.7	0.483	3.7	0.483	0	*1
	الوعى المحيطى المركزى	زمن / ث	1.47	0.149	1.431	0.193	-0.603	*0.779
		دقة/ درجة	3.5	0.707	3.5	0.707	0	*1
	سرعة رد الفعل البصري	ث	0.869	0.073	0.872	0.064	0.139	*0.944

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.632

دال*

يتضح من الجدول رقم (6) أن هناك إرتباطاً قوياً دالاً بين درجات المحكم الأول والثانى للإختبارات البصرية قيد البحث، حيث أن قيم "ر" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 مما يدل على موضوعية الإختبارات التى قام الباحث بتصميمها.

– تصميم للبرنامج التدريبى: مرفق(4)، (5)

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة والمراجع العلمية(3)(7)(10)(12)(16)(19)(20)(21)(25)(27)(30)(32) توصل الباحث إلى بعض النقاط التى يمكن من خلالها وضع وتصميم البرنامج التدريبي:

- مدة البرنامج التدريبي 8 أسابيع.
- زمن الوحدة التدريبية من 100 إلى 130 ق.
- زمن الجزء الخاص بالتدريب على القدرات البصرية داخل الوحدة التدريبية يتراوح بين(60:40) ق.
- طريقة التدريب المستخدمة – الفتري (منخفض – مرتفع الشدة).
- يتم وضع تدريبات القدرات البصرية عقب عملية الإحماء مباشرة.
- عدد التكرارات من (3 – 6) تكرار .
- عدد المجموعات من (3 : 4) مجموعات .
- الراحة بين المجموعات (1.5 – 2) دقيقة .
- عدد الوحدات التدريبية فى الأسبوع من (4) وحدات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (7)

نموذج للاسبوع الاول للبرنامج التدريبي المقترح

الأسبوع الأول										
الاحماء	تمرينات جري وهرولة + اطالة + تدريبات احساس للعين + تدريبات احساس بالكرة (20ق)									
اليوم والتاريخ	الوحدة التدريبية والزمن	رقم التدريب ورقم الصفحة		الهدف من التدريب		عدد التكرارات في المجموعة	عدد المجموعات	التكرارات	الراحة		متوسط الشدة في الوحدة التدريبية
				بصري	مهاري/توافقي				بين التكرارات	بين المجموعات	
2018/2/10	الاولي زمن الجزء البصري 45 ق	1	2	تنمية القدرة البصرية الثابتة	دقة التمرير/ القدرة علي بذل الجهد	5	4	20	3 :1	1.30 ق	% 75
		3	4		الاستلام والتمرير/ الجري بالكرة والمراوغة/ القدرة علي الربط الحركي	4	4	16	3 :1	1.30 ق	
		7	8		الجري بالكرة/ الربط الحركي	3	4	12	3 :1	1.30 ق	
2018/2/12	الثانية زمن الجزء البصري 40 ق	1	11	تنمية القدرة البصرية الحركية	الجري بالكرة والمراوغة/ التمرير/ الربط الحركي	5	4	20	3 :1	1.30 ق	% 80
		2	12		الجري بالكرة والمراوغة/ التمرير والتصويب/ الربط الحركي/ بذل الجهد المناسب	5	4	20	3 :1	1.30 ق	
		6	16		الجري بالكرة والمراوغة/ التمرير والتصويب/ الربط الحركي/ بذل الجهد المناسب	4	3	12	3 :1	1.30 ق	
الختام	تمرينات تهدئة واسترخاء (5) ق										

2 – 7 تطبيق التجربة الأساسية:

- **القياس القبلى:**

تم ذلك فى الفترة من 3 /2018/2 م الي 2018/2/5 م لأفراد عينة البحث.

- **تنفيذ التجربة الاساسية:**

تم تطبيق التجربة الأساسية فى الفترة من 2018/2/10م: 2018/4/6 م وذلك لمدة (8) أسابيع بواقع (4) وحدات أسبوعيا.

- **القياسات البعدية:**

تم ذلك فى الفترة من 2018/4/8 م: 2018/4/10م وذلك بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي.

2 – 8 المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج (SPSS) الاحصائي لمعالجة بيانات البحث وكانت أهم المعالجات الاحصائية:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- المتوسط الحسابي. – معادلة نسبة التغير. – الانحراف المعياري.
- قيمة ت. – الوسيط. – معامل الالتواء.

3 – عرض النتائج:

3 – 1 عرض نتائج دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث.

جدول (8)

دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات قيد البحث

ن=13

	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة ت	نسبة التغير
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
	القدرة البصرية الثابتة	درجة	7	2	12	1.581	*18.028-	٪71.43
القدرات البصرية الخاصة	القدرة البصرية المتحركة	زمن / ث	1.288	0.166	0.903	0.094	*12.407	٪29.89-
		دقة/ درجة	2.384	1.043	3.769	0.438	*6.501-	٪58.10
	الوعي المحيطى المركزى	زمن / ث	1.987	0.282	1.238	0.119	*8.706	٪37.70-
		دقة/ درجة	2.307	1.315	3.615	0.506	*4.250-	٪56.70
	سرعة رد الفعل البصري	ث	1.243	0.108	0.753	0.082	*32.619	٪39.42-
القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	ث	6.976	0.730	5.480	0.398	*10.549	٪21.44-
	التوجية المكانى	ث	1.076	0.183	0.780	0.083	*9.638	٪27.51-
	سرعة الإستجابة الحركية	ث	1.116	0.102	0.737	0.075	*11.112	٪33.96-
مستوى الأداء المهاري	بذل الجهد المناسب	18م/سم	85.384	17.849	45.230	14.371	*11.040	٪47.03-
		22م/سم	92.307	12.847	36.538	12.810	*16.453	٪60.42-
	دقة التمرير	عدد	3.076	0.759	4.923	0.640	*12 -	٪60.05
	دقة التصويب	النقاط	7	2.081	11.307	2.136	*10.399-	٪61.53
	الجري المتعرج بالكرة	ث	10.390	0.749	8.530	0.466	*12.540	٪17.90-

قيمة ت الجدولية عند 0.05 =2.179 *** دال**

يتضح من جدول (8) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلى والقياس البعدى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى قيد البحث للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى عند مستوى معنوية 0.05، حيث إنحصرت قيمة "ت" المحسوبة بين (4.250، 32.619) بينما كانت قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) تقدر بـ (2.179)، وكذلك إنحصرت نسبة التغير ما بين (-17.90٪، 71.43٪) حيث كانت أعلى نسبة تغير فى إختبار (القدرة البصرية الثابتة) بينما أقل نسبة تغير فى إختبار (الجري المتعرج بالكرة).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3 – 2 عرض دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات قيد البحث.

جدول (9)

دلالة الفروق بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات قيد البحث

ن=13

	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة ت	نسبة التغير
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
	القدرة البصرية الثابتة	درجة	6.769	1.739	8.923	1.656	*14 -	٪31.82
القدرات البصرية الخاصة	القدرة البصرية المتحركة	زمن / ث دقة/ درجة	1.337	0.180	1.023	0.103	*10.102	٪23.49-
			2.076	1.187	2.692	0.751	*3.411-	٪29.67
	الوعى المحيطى المركزى	زمن / ث دقة/ درجة	2.183	0.368	1.630	0.317	*13.936	٪25.33-
			1.615	0.869	2.384	0.506	*3.825-	٪47.62
	سرعة رد الفعل البصري	ث	1.292	0.116	0.957	0.083	*23.391	٪25.93-
القدرات التوافقية الخاصة	الربط الحركى	ث	6.803	0.565	6.473	0.847	*2.187	٪4.85-
	التوجية المكانى	ث	1.037	0.141	0.850	0.067	*6.864	٪18.03-
	سرعة الإستجابة الحركية	ث	1.113	0.079	0.896	0.055	*10.910	٪19.50-
مستوى الأداء المهاري	بذل الجهد المناسب	18م/سم	95	21.602	55.769	13.669	*8.540	٪41.30-
		22م/سم	97.307	16.280	52.307	12.181	*11.849	٪46.25-
	دقة التمرير	عدد	2.538	1.050	3.538	0.660	*5.099 -	٪39.40
	دقة التصويب	النقاط	4.769	1.786	7.461	1.713	*10.247-	٪56.44
	الجري المتعرج بالكرة	ث	10.768	0.712	9.606	0.520	*7.384	٪10.79-

قيمة ت الجدولية عند 0.05 =2.179 * دال

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القبلى و القياس البعدى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومتغيرات الأداء المهارى لصالح القياس البعدى عند مستوى معنوية 0.05 . حيث إنحصرت قيمة "ت" المحسوبة بين (2.187 ، 23.391) بينما كانت قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) (2.179) وكذلك إنحصرت نسبة التغير ما بين (-4.85٪ ، 56.44٪) إذ كانت أعلى نسبة تغير فى إختبار (دقة التصويب كمتغير مهارى) بينما أقل نسبة تغير فى إختبار (الربط الحركى كمكون من مكونات القدرات التوافقية).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3 – 3 عرض دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات قيد البحث.

جدول (10)

دلالة الفروق بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية

والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات قيد البحث ن=13

	المتغيرات	وحدة القياس	القياس البعدى للتجريبية		القياس البعدى للضابطة		قيمة ت
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
	القدرة البصرية الثابتة	درجة	12	1.581	8.923	1.656	*4.845
القدرات البصرية الخاصة	القدرة البصرية المتحركة	زمن / ث	0.903	0.094	1.023	0.103	*3.069-
		دقة/ درجة	3.769	0.438	2.692	0.751	*4.465
	الوعى المحيطى المركزى	زمن / ث	1.238	0.119	1.630	0.317	*4.173-
		دقة/ درجة	3.615	0.506	2.384	0.506	*6.197
	سرعة رد الفعل البصري	ث	0.753	0.082	0.957	0.083	*6.239-
	الربط الحركى	ث	5.480	0.398	6.473	0.847	*3.878-
القدرات التوافقية الخاصة	التوجية المكانى	ث	0.780	0.083	0.850	0.067	*2.330-
	سرعة الإستجابة الحركية	ث	0.737	0.075	0.896	0.055	*6.110-
	بذل الجهد المناسب	18م/سم	45.230	14.371	55.769	13.669	1.916-
		22م/سم	36.538	12.810	52.307	12.181	*3.216-
مستوى الأداء المهاري	دقة التمرير	عدد	4.923	0.640	3.538	0.660	*5.427
	دقة التصويب	النقاط	11.307	2.136	7.461	1.713	*5.064
	الجري المتعرج بالكرة	ث	8.530	0.466	9.606	0.520	*5.547-

قيمة ت الجدولية عند 0.05 =2.179 * دال

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومتغيرات الأداء المهاري لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية عند مستوى معنوية 0.05 **فيما عدا القدرة علي بذل الجهد المناسب (18م/ سم)**. وإنحصرت قيمة "ت" المحسوبة بين (-1.916، -6.239) بينما كانت قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) (2.179)، إذ بلغت قيمة ت المحسوبة بالنسبة لبذل الجهد المناسب لمسافة 18م كقدرة من القدرات التوافقية -1.916 ممثلة أقل قيمة (وهي قيمة غير معنوية) بينما بلغت قيمة ت المحسوبة بالنسبة لسرعة رد الفعل البصري كأحد المتغيرات البصرية -6.239 ممثلة بذلك أعلى قيمة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

اولا: مناقشة نتائج الفرض الأول

يتضح من جدول (8) وجود فروق بين القياس القبلى والقياس البعدى فى المتغيرات البصرية والقدرات التوافقية الخاصة ومستوى الأداء المهارى قيد البحث وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية ويرجع الباحث هذه الفروق إلى تدريبات الرؤية البصرية التى وضعها الباحث والمشابهة لطبيعة الأداء الحركى فى كرة القدم مما أدى إلى تحسن المتغيرات قيد البحث.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه كلا من **كولدر ونواكس Colder, Noake (2000م)(16)**، **اليزابيث و بريسان Elizabeths, Bressan (2003م)(21)**، **جيهان فؤاد، إيمان عبدالله (2005م)(3)**، **ليمنك وأخرون Lemmink et al (2005م)(25)**، **ماجد مصطفى أحمد، عبدالمحسن زكريا أحمد (2006م)(7)**، **محمود عبدالمحسن ناجى (2008م)(10)**، **تويت وآخرون Du Toit PJ, et. al, (2009م)(19)**، **تويت وآخرون Du Toit PJ, et. al, (2011م)(20)** إذ أشاروا إلى فاعلية استخدام تدريبات القدرات البصرية فى صورة برنامج تدريبى للعين يؤدي إلى تحسين الأداء البصرى للاعبين، كما أن هذه التدريبات لها أثر إيجابى فى تطوير قدرات اللاعبين لما لها من دور فعال فى الوصول إلى أفضل النتائج من خلال ربط أجزاء المنظومة الحركية وتعديل السلوك الحركى للاعبين.

وتؤكد **ستاين وسترن Stine,Stern (1998م)(30)** أن القدرات البصرية قابلة للتدريب وتكتسب بالتدريب وتساهم فى تنمية وتطوير الأداء الخاص للاعب.

وهذا ما يؤكده كلا من **ماجد مصطفى(1993م)(6)** **والجمعية الأمريكية لطب العيون(2004م)(35)** **وبارى سيلر Seiller B, (2004م)(29)** بأن القدرات البصرية يمكن تقويمها والتدريب عليها وتنميتها والتى ستنعكس بدورها على قدرات اللاعبين المختلفة.

ويتفق ذلك أيضا مع ما أشارت إليه **هدى حسن صابر (2008م)(12)** أن التدريبات البصرية تعمل على تحقيق الأداء الأمثل فى ظل ظروف اللعب وتعمل على تحسين العضلات البصرية والإدراك البصرى وتعمل على تنمية القدرة على تقدير المسافات والأشياء و تنمى القدرة على التركيز الجيد على الهدف بسرعة ودقة.

ويؤكد **دونالد وكارولين Donald F.C. & Caroline J (1995)(17)** **نقلا عن شيرمان** أن الرؤية هى الحاسة الأولى التى تستخدم للحصول على المعلومات (التفاصيل) من بيئتنا، وإنها مهمة للتمييز بين النظر والرؤية المرتبطة بالرياضة وأن تدريبات الرؤية البصرية تمد المخ بالمعلومات مع الحواس الأخرى (الحواس الداخلية المتوافقة) وتحسن الأنظمة الحركية للجسم (العضلى العصبى) للمخرجات (الاستجابة).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وهذا ما يؤكده أيضا **أسامة كامل راتب (1998م)**(2) أن الرؤية البصرية الرياضية تعتمد علي أن العين تقدم المعلومات الي المخ الذي بدوره يفسر المعلومات ويرسل الاشارات التي تجعل الأيدي والأرجل وغيرها من أجزاء الجسم تتحرك فى توافق تام، وهذا يحدث في جزء بسيط للغاية من الثانية، فاذا كانت هذه الرسالة غير دقيقة أو غير كاملة أو مقدمة في وقت غير مناسب فان ذلك ينعكس علي الأداء الذي يتم بشكل غير صحيح.

ويؤكد كلا من **عمرو شادى ومحمد محمد كشك (2013م)(5) و براتوريوس Prätorius (2008م)(28) وهيرتز Hirtz (1985م)(23)** على أن الأهمية الكبرى للقدرة على التوجيه المكاني والإستجابة الحركية السريعة تنبثق في المقام الأول من الدور التنفيذى للمعلومات البصرية خلال التعاملات الحركية، وهي بذلك تعد أساساً شاملاً لتطور التوافق.

كما أن التحسن الواضح فى مستوى الأداء المهارى يرجع إلى تدريبات الرؤية البصرية والمشابهة لطبيعة الأداء الحركى فى كرة القدم وهذا مايؤكده كلا من **ماجد مصطفى أحمد، عبدالمحسن زكريا أحمد (2006م)(7)** بأن عملية التعليم والتدريب بإستخدام تدريب الرؤية البصرية لها فاعليتها الإيجابية فى تقدم مستوى الأداء المهارى، وأن القدرات البصرية تلعب دورا هاما فى فاعلية الأداء وأنه يمكن تنمية تلك القدرات من خلال تصميم البرامج التدريبية البصرية بصورة جيدة.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول الذى ينص على "**أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة** ".

ثانيا: مناقشة نتائج الفرض الثانى

يتضح من جدول (9) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى قيد البحث لصالح القياس البعدى بدرجة معنوية واضحة، ويرجح الباحث التحسن الحادث في مستوي القدرات البصرية والتوافقية والمهارية لدي المجموعة الضابطة إلي عامل التدريب والنضج، فالتدريب (الممارسة) تعد من العوامل التي تساعد علي تحسين مستوي الفرد، ومن المسلم به أن معظم البرامج التدريبية تؤدي إلي تحسين مستوي اللاعبين ولكن يعتمد مقدار التحسن ونسبة علي جودة تصميم البرانامج ومراعاته للشروط والاعتبارات العلمية في التقنين وتوجيه الحمل، ويتوقف نتائج البرنامج علي محتوي البرنامج وأهدافه، ونظرا لان البرنامج التقليدي يتضمن تدريبات (غير مباشرة/ غير مقصودة) للقدرات البصرية والمهارية، لذا يعزو الباحث التحسن الحادث إلي البرنامج التقليدي والتدريب المستمر لمدة 8 اسابيع بواقع 4 ايام اسبوعيا والنضج البدني والمهاري خلال تلك الفترة. حيث تشير **سوزانا كاثرينا Suzanna Cathrina (2003 م)**(31) أن المدربين كانوا يقومون بالتدريب المرتبط بالرؤية البصرية بدون قصد وكان ذلك يؤدي الي تحسين مستوى الاداء بدرجة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ما، ولكن الأبحاث قد برهنت على ان تدريب القدرات البصرية بشكل مقصود يساهم فى تطوير أداء الرياضين بشكل كبير.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثانى الذى ينص على" **أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة** ".

ثالثا: مناقشة نتائج الفرض الثالث

يتضح من جدول (10) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة فى المتغيرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى قيد البحث لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية بدرجة معنوية واضحة (فيما عدا قدرة بذل الجهد المناسب) حيث إنحصرت قيمة "ت" المحسوبة بين (-1.916 ، -6.239) بينما كانت قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) تقدر بـ (2.179).

ويعزو **الباحث** النتائج التي توصل إليها بالنسبة لهذه القياسات إلى تدريبات الرؤية البصرية حيث تؤدى تلك التدريبات المطبقة على المجموعة التجريبية إلى إكتساب انماط حركية ذهنية جديدة تمكن الناشئين من التعامل الجيد مع المواقف الحركية المختلفة، وكذلك اكتسابهم القدرة علي التحكم والسيطرة حيث تساعد تلك التدريبات المخ علي تطوير نظم التحكم الحركي لديه وتوفير كم من المعلومات والخبرات والمدركات بالذكرة مما يساعد اللاعبين على سرعة التصرف والقدرة علي توجيه انفسهم داخل مناطق اللعب في توقيتات مطابقة لطبيعة الموقف داخل الملعب وهذا ينعكس علي تحسين أدائهم المهاري والخططي، وهذا مايؤكده **جاردنر، وشيرمان Gardner & Sherman نقلا عن كلورن وآخرون Cloran et al (1995م)(15)** إلى أن القدرات البصرية والادراك البصرى بأبعاده المختلفة تعد عاملا هاما للوصول إلى قمة الأداء، حيث تمكن اللاعب من الأداء بسرعة وتحكم واتقان فى ظل الضغط التنافسى الديناميكى.

وهذه النتائج تتفق مع ما ذكره كلا من **مفتى إبراهيم حماد (2002م)(11) وهدى حسن صابر(2008م)**(12) من أن تدريب اللاعب على تركيز الإنتباه البصرى بمعدلات مناسبة مع تحويل الإنتباه بسرعة للأجزاء المختلفة للملعب وفقا لمتطلبات الأداء يعد من المؤشرات الهامة فى تطوير مستوى الأداء للاعبين.

ويعزو الباحث عدم وجود تحسن ملحوظ في مستوي "القدرة علي بذل الجهد المناسب" إلي أن هذه القدرة تعتمد في الاساس علي تنمية القدرة علي الادراك الحس الحركي وليس القدرة البصرية، فالقدرة علي بذل الجهد المناسب يمكن ان تتطور بمعدل كبير من خلال تطوير الادارك الحس-حركي للقوة والمسافة والاتجاه وهي قدرات ترتبط بالمستقبلات الحسية الداخلية العميقة الموجودة بالمفاصل والاربطة واوتار

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

العضلات وليس بالقدرات البصرية. ولذا يري الباحث ان دمج بعض تدريبات الادارك الحس–حركي للبرنامج التدريبي قد يساهم في تطوير القدرة علي بذل الجهد المناسب.

ومما سبق يري **الباحث** أن تدريبات القدرات البصرية لها تاثير إيجابى فى تنمية وتطوير بعض قدرات الناشئين التوافقية (الربط الحركي، التوجيه المكاني، سرعة الاستجابة) وكذا مستوي الأداء المهاري (الجري المتعرج، دقة التمرير، دقة التصويب) في كرة القدم، لما لها من دور فعال فى تكوين خبرات حركية وانماط ذهنية داخل المنظومة الحركية بالجهاز العصبي، وهذا ما يمكن الناشئين من الوصول إلى أفضل النتائج والإرتقاء بالمستوى المهارى والخططي.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث الذى ينص على" **أنه توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى القدرات البصرية والقدرات التوافقية ومستوى الأداء المهارى (قيد البحث) للاعبى كرة القدم تحت 20 سنة** ".

4 – الخاتمة:

في ضوء نتائج الدراسة توصل الباحث الى أن تدريبات الرؤية البصرية تساهم في تنمية بعض القدرات التوافقية وهى (الربط الحركى– التوجية المكانى– سرعة الإستجابة الحركية) للاعبى كرة القدم الشباب تحت 20 سنة.أن تدريبات الرؤية البصرية تساهم في تنمية بعض الأداءات المهارية (دقة التمرير – دقة التصويب– الجرى المتعرج بالكرة) للاعبى كرة القدم الشباب تحت 20 سنة.تصميم أربعة إختبارات للقدرات البصرية للاعبى كرة القدم الشباب تحت 20 سنة وهى إختبار (القدرة البصرية الثابتة– القدرة البصرية المتحركة– الوعى المحيطى المركزى– سرعة رد الفعل البصرى).

المراجع

أولا : المراجع العربية

1 **أبو العلا عبد الفتاح، إبراهيم شعلان:** **فسيولوجيا التدريب فى كرة القدم.** دار الفكر العربى، القاهرة، **(1996).**

2 **أسامة كامل راتب:** **النمو الحركى (الطفولة – المراهقة).** ط4، دار الفكر العربى، القاهرة، 1998م.

3 **جيهان فؤاد ، إيمان عبـــــــــــدالله:** **فاعليـة التـدريب البصـرى علـى بعـض المتغيـرات المهاريـة والقـدرات البصرية فى الكرة الطائرة.** مجلة بحوث التربية الشامة، المجلد الثانى، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق، 2005م.

4 **زكى محمد حسن:** **طرق تدريس الكرة الطائرة (تعليم – تدريس – تطبيق – تقويم).** مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2008.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5 عمروعلى شادى، محمد محمد كشك: **تأثير تدريبات القدرة على بذل الجهد المناسب و التوجيه المكانى 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 ،2013 م.

6 ماجد مصطفى أحمد: **دراسة عاملية لقدرات الإدراك الحس- حركى للاعبى كرة القدم.** رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، 1993 م.

7 ماجد مصطفى أحمد، عبدالمحسن زكريا أحمد: **تأثير تدريبات الرؤية البصرية على بعض القدرات البصرية ومستوى الأداء المهارى فى كرة القدم.** بحث منشور، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد الثالث والعشرون، الجزء الرابع، 2006 م.

8 محسن صلاح الدين لمعى: **دراسة تحليلية لفاعلية المهارات الهجومية وعلاقتها بمجال الرؤيا وسرعة رد الفعل.** إنتاج علمى، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، 1996م.

9 محمد عبدالستار محمود: **تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئ كرة القدم.** رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية،جامعة المنصورة، 2012م.

10 محمود عبدالمحسن ناجى: **تدريب الرؤية البصرية على أداء اللاعب المدافع الحر فى الكرة الطائرة.** رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية،جامعة المنيا،2008م.

11 مفتى إبراهيم حماد: **المهارات الرياضية أسس التعليم والتدريب والدليل المصور.** مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 2002 م.

12 هدى حسن صابر: **تأثير استخدام التدريبات البصرية على تحسين دقة تسجيل النقاط وتركيز الإنتباه لدى لاعبات الكوميتيه.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، 2008 م.

ثانيا : المراجع الأجنبية

13 Amr Shady & Mohamed Abdelkader: **Effect of Spatial Orientation And Motor Rhythm Trainings on Motor Speed and Skill Performance Level of Soccer Juniors**, Theories

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

& Applications the International Edition, Mar. 2014.

14 Baatjes S.G. **Changes In The Anthropometric, Physical And Motor Characteristics Of Elite Soccer Players Aged 15 To 18 Years Within A Training Year , Master theses**. Faculty of Health Sciences at the Nelson Mandela Metropolitan University, 2006.

15 Cloran & Mace wen: **Sports Vision Batteworth – Heinemannitd – Linacre**. Jordan Hil, Oxford. Ox2. 8Dp. First Published, 1995.

16 Colder S. & Noakes: **Aspecefic Visual Skills Training Programme Improves field hockey performance**. 2000 pre. Olympic Congress Sports Medicine and Physical Education. International Congress on Sportscience 7-13 September- Brisbane, Australia, 2000.

17 Donald F.C. Loran & Caroline J. MacEwen: **Sports Vision**", 1st, 1995.

18 Drobe M. **Zur Talentförderung im Deutschen Fußballbund – eine empirische Untersuchung unter Berücksichtigung von Ausprägung und Trainierbarkeit koordinativer Fähigkeiten**. 1. Auflag, GrinVerlag, Dortmund,70-79,1999.

19 Du Toit PJ., Kruger PE., Chamane NZ., Campher J., Crafford D. **Sport vision assessment in soccer players**. African,Vol. 15, No. 4, 2009.

www.manaraa.com

20	Du Toit PJ., Krüger PE., Mahomed AF., Kleynhans M., Jay-Du Preez T., Govender C., Mercier J. :	**The effect of sports vision exercises on the visual skills of university students**, African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance ,Vol. 17, No. 3,2011.
21	Elizabeth S , Bressan:	**Effect of Visual Skills Training,Vision Coaching and Sport Vision Dynamics on the Performance of Sport Skills**. Africon Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance, Vol. 9 No. 1,2003.
22	Handry, B:	**The development of norms and protocols in sport vision evaluations**. Dissertation **m**. Phil, 2002.
23	Hirtz P:	**Koordinative Fähigkeiten im Schulsport**. Volkseigener Verlag, Berlin, 1985.
24	Isabel Walker:	**Why Visual training programs for Sport Don't Work**. Sports Sci, Vol. 3 Pp 203 – 212, Mar 2001.
25	Lemmink KA. , Dijkstra B. & Visscher C:	**Effects Of Limited Peripheral Vision On Shuttle Sprint Performance Of Soccer Players**. Precept. Motor Skills, Vol. 100, No. 1, Pp 167-175 , Feb. 2005.
26	Meinel K. & Schnabel G:	**Bewegungslehr Sportmotorik**,10 durchgesehene Verlag, Südwest verlag, München, Pp 216-218, 2006.
27	Neumaier A:	**Koordinative Anforderungsprofil und Koordinationstraining**. Sportverlag Strauß,4.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

überarbeitete Auflage, Köln, Pp 121-122, 2009.

28 Prätorius B: **Entwicklung eines Koordinations Tests für Kinder im Grundschulalter und dessen Validierung mit Hilfe biomechnischer Methoden**. Cuviller Verlag, Göttingen, 102,2008.

29 Seiller B: **Positive Effects Of A Visiual Skills Development Program**. Optometry & Vision Science, Vol. 79, No. 5, Pp 279-280, 2004.

30 Stein R, Stern: **Easter book m can vision training improve athletic performance can**. Opthalmol, 24, 1989.

31 Suzanna Cathrina Venter : **Acomparison of the Visual Skills of two Different Age Group high School Rugby Players**. Master Philosphiae, Faculty of Science, Rand A Frikaans University,2003.

32 William Darrel **Visual skills training the eyes bard for avincent**._U.S.A,1989.

33 Zieman AN, Hascelik, Z., Basgoze, 0. Turker, K, Narman, S., & Ozker, R: **The effects of physical training on physical fitness tests and auditory and visual reaction times of volleyball players**. Sports Medicine & Physical Fitness, Vol. 29, No. 3, Pp 234-239, 1993.

ثالثاً : الشبكة العالمية للمعلومات (الانترنت)

34 www.Theace.Com

35 WWW.Avca.org.Htm

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com