



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي التنافسي

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التحضير البدني الرياضي
تحت عنوان:

أثر التدريب البصري على تعلم و إتقان بعض المهارات الأساسية في كرة القدم

دراسة تجريبية على فرقي كرة القدم بولاية معسكر أقل من 19 سنة

إشراف:

❖ د/بن زيدان حسين.

إعداد الطالب:

❖ تليوين جيلالي

السنة الجامعية: 2018-2019

الإهداء:

اللهم لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك أما بعد أهدي هذا البحث
المتواضع:

إلى الحضن الدافئ والقلب الحي, العين التي قاطعت النمو للسهر على راحتني, إلى
منبع الحنان, إلى الاسم الذي يخفي حقيقة نجاحي أمي الغالية, إلى قدوتي في الحياة
إلى أبي العزيز .

إلى الإخوة الأعزاء والأخوات العزيزات, إلى البروفيسور المشرف: بن زيدان

الذي لم يبخل علينا بأي شيء.

وإلى كل من علمني حرفا, وأكسبني علما, ومنحني رأيا, وقدم لي نصحا إلى جميع

الأساتذة, وإلى جميع طلبة معهد التربية البدنية ورياضة مستغانم.

وإلى جميع طلبة الإقامة الجامعية المجذوب و بن يحي بلقاسم و إلى جميع العمال .

كما لاننسى جميع أساتذة المعهد .

- إلى كل هؤلاء أهدي هذه الرسالة

شكر وتقدير :

نشكر الله سبحانه وتعالى على التوفيق والنجاح في إتمام هذا البحث المتواضع

ثم نتوجه بجزيل الشكر والتقدير واحترام إلى الأستاذ المؤطر البروفيسور حسين بن زيدان

, الذي تابع مراحل إنجاز هذه المذكرة بكل اهتمام ومسؤولية منذ توليه

الإشراف على هذه المذكرة .

كما نتقدم بجزيل الشكر إلى أساتذة معهد التربية البدنية

والرياضة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

إلى رئيس قسم التدريب الرياضي لمعهد التربية البدنية والرياضة مستغانم

وأتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى السيد مدير المعهد على كل المساعدات والتسهيلات التي

كانت عوناً في إنجاز هذا البحث المتواضع على نحو أفضل

و شكرنا الجزيل للتنظيمات الطلابية والمناضلين .

وفي الأخير نتمنى أن نكون قد وفقنا في إعداد هذا العمل المتواضع وما توفيقنا إلى

بإله .

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	إهداء
ب	شكر وتقدير
ج	ملخص البحث
د	قائمة الجداول
هـ	قائمة الأشكال البيانية
التعريف بالبحث	
1	1. مقدمة
2	2. مشكلة البحث
3	3. أهداف البحث
4	4. فرضيات البحث
4	5. أهمية البحث
4	6. مصطلحات البحث
6	7. الدراسات السابقة والمشابهة
الباب الأول: الجانب النظري	
الفصل الأول: التدريب البصري	
13	تمهيد
13	1- التدريب البصري
15	2- أثر التدريب البصري في تحسين وتطوير الأداء
17	3- المبادئ الابصارية
18	4- القدرة البصرية المتحركة
الفصل الثاني: المهارات الرياضية الحركية في كرة القدم	
25	تمهيد
26	1- مفهوم المهارة و المهارة الحركية الرياضية

26	1-1- مفهوم المهارة
26	2- تعريف المهارة الحركية الرياضية
26	1-3- خصائص المهارة الحركية الرياضية
26	1-1-3- تعلم المهارة
27	4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية
28	5- المهارات الأساسية في كرة القدم
28	1-5- المهارات الأساسية بالكرة
28	1-1-5- التمرير
30	1-5-2- استقبال الكرة
30	1-5-3- الجري بالكرة
32	1-5-4- المراوغة
33	1-5-5- التصويب
34	5-2- المهارات الأساسية بدون كرة
34	1-2-5- الجري و تغير الاتجاه
35	5-2-3- مهارة الخداع و التمويه
36	خلاصة
الباب الثاني: الجانب الميداني	
الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية	
42	تمهيد
43	منهج البحث
43	مجتمع وعينة البحث
43	متغيرات البحث
43	مجالات البحث
44	الدراسة الاستطلاعية
44	الأسس العلمية للبحث

46	وسائل الدراسة
46	الدراسات الإحصائية
48	صعوبات البحث
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج	
55	عرض وتحليل النتائج
75	استنتاجات
76	مناقشة الفرضيات
79	اقتراحات
	قائمة المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	جدول (01) يمثل معامل الثبات و الصدق الاختبار المقترح .	45
02	الجدول رقم(2):يوضح مدى تجانس بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في	56

	نتائج الاختبارات القبلية باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت"	
57	الجدول رقم(3):يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	03
58	الجدول رقم(4):يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	04
60	الجدول رقم(5):يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة	05
62	الجدول رقم(6):يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي.	06
65	الجدول رقم(7):يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	07
67	الجدول رقم(8):يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث	08
68	الجدول رقم(9):يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	09
70	الجدول رقم(10):يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة	10
70	الجدول رقم(11):يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي	11
72	الجدول رقم(12):يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب:	12

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفحة
01	الشكل رقم(1): يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينتي البحث	57
02	الشكل رقم(2): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في	59

	اختبار دقة التصويب	
61	الشكل رقم(3): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة.	03
63	الشكل رقم(4): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي	04
65	الشكل رقم(5): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	05
68	الشكل رقم(6): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	06
70	الشكل رقم(7): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة.	07
72	الشكل رقم(8): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي	08
74	الشكل رقم(9): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب	09

1 تناول الطالب في هذه المذكرة موضوع هام جدا في كرة القدم ألا وهو التدريب البصري وانعكاسه على بعض مهارات كرة القدم ومنه بلورنا العنوان التالي: أثر التدريب البصري على تعلم وإتقان بعض المهارات الأساسية في كرة القدم. ومن خلال الدراسات السابقة والزيارات الميدانية تم التوصل إلى الإشكالية التالية: القدرات البصرية التي تعني الرؤية المحيطية والعمق البصري والرؤية المركزية بالإضافة إلى الذاكرة في بعض الأحيان البصرية في كرة القدم واهتمام المدربين والمعنيين بالتدريب الرياضي في موضوع الرؤية الرياضية البصرية وما لهذا الموضوع من أهمية كبيرة أراد الباحث الدخول في هذه المشكلة بغية الوصول إلى الحقائق. ومن أجل الوصول إلى نتائج واضحة تم استخدام المنهج التجريبي حيث تم اختيار عينات البحث بطريقة عشوائية تمثلت في 30 لاعب في فريقين ينشطون في قسم الجهوي الأول، فأخذنا 15 لاعب من فريق هلال البرج لعينة تجريبية و 15 لاعب من فريق مولودية عين فارس كعينة ضابطة فئة 19 سنة تمت عليهما الاختبارات والقياسات القبليّة وطبق البرنامج المقترح على العينة التجريبية فقط، وبعد انقضاء فترة تطبيق البرنامج تم إعادة نفس الاختبارات على العينتين فلاحظ تطور على العينة التجريبية أكثر من العينة الضابطة مما دل على صدق الاختبارات ونجاح البرنامج المقترح، مما سبق نتوصل إلى صدق الفرضيات الخاصة بالبحث المتمثلة في :

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة لتدريب البصري لدى الناشئين.

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية لتدريب البصري لدى الناشئين.

3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي للتدريب البصري على المستوى الأداء المهارى لدى الناشئين.

ومن خلال هذا البحث قد استفاد الطالب من معرفة مدى تأثير البرنامج المقترح بالتدريب البصري وكيفية تطبيقه بالطريقة الصحيحة والناجحة.

Résumé de l'étude:

1 - L'étudiant a traité dans cette note un sujet très important dans le football, à savoir l'entraînement visuel et sa réflexion sur certaines aptitudes au football, notamment: L'impact du programme d'entraînement par entraînement visuel destiné à combler certaines des habiletés de football des jeunes et à travers des études antérieures et des visites sur le terrain a été atteint. Les éléments suivants: capacités visuelles qui correspondent à la vision périphérique, à la profondeur visuelle, à la vision centrale, en plus de la mémoire, parfois visuelle au football, et de l'intérêt des entraîneurs et des entraîneurs sportifs dans le domaine de la vision mathématique visuelle. Pour entrer dans ce problème afin d'accéder aux faits. Pour obtenir des résultats clairs, nous avons utilisé la méthode expérimentale: des échantillons aléatoires ont été sélectionnés pour 30 joueurs de deux équipes actives dans la division régionale de Ghoul. Nous avons pris 15 joueurs de l'équipe Hilal Al Borg pour un échantillon pilote et 15 joueurs de l'équipe Mouloudia Ain Fares pour 19 Année après les tests et les mesures tribales et appliquait le programme proposé à l'échantillon expérimental uniquement, et à l'expiration de la période d'application du programme, les mêmes essais avaient-ils été développés sur les deux échantillons plus que sur l'échantillon témoin, indiquant la validité des essais et le succès du programme proposé, De ce qui précède, nous arrivons à la validité des hypothèses de la recherche est:

1-Il n'y a pas de différence statistiquement significative entre la pré-mesure et la post-mesure dans le groupe témoin pour l'entraînement visuel chez les jeunes.

2 - Il existe des différences statistiquement significatives entre la pré-mesure et la post-mesure dans la formation de groupe expérimental pour les jeunes visuels.

3 - Il existe des différences de signification statistique entre les membres des groupes expérimentaux et le contrôle de la post-mesure de la formation visuelle au niveau de performance des compétences chez les jeunes.

Study Summary:

1 - The student dealt in this note a very important subject in football, namely, visual training and its reflection on some football skills, including the following: The impact of training program by visual training to fill some of the football skills of youth and through previous studies and field visits was reached the problem The following: visual abilities that mean peripheral vision, visual depth, central vision, in addition to the memory, sometimes visual in football, and the interest of trainers and those involved in sports training in the field of visual mathematical vision. To enter into this problem in order to access the facts.

In order to arrive at clear results, the experimental method was used. Random samples were selected for 30 players in two teams active in the regional division of Ghoul. We took 15 players from Hilal Al Borg team for a pilot sample and 15 players from Mouloudia Ain Fares team as a 19 The tests were carried out on the experimental sample only, and after the period of application of the program, the same tests were repeated on both samples. The experimental sample was more than the control sample indicating the validity of the tests and the success of the proposed program. Own research of:

1- There were no statistically significant differences between pre-measurement and post-measurement in the control group for visual training among young people.

2 - There are statistically significant differences between the pre - measurement and post - measurement in the experimental group training for visual youth.

3 - There are differences of statistical significance between the members of the experimental groups and control on the post-measurement of visual training at the level of skill performance among young people. Through this research, the student benefited from knowledge of the impact of the proposed program on visual training and how to apply it in the correct and successful way.

المقدمة:

ان المدربين واللاعبين وعلماء الرياضة يبحثون بشكل دائم ومستمر عن الطرق التدريبية الحديثة بهدف تحسين الأداء الرياضي، والتدريب البصري يعتبر واحد من أهم هذه التقنيات المعروضة في المجال الرياضي، حيث التدريب البصري عبارة عن سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسين القدرات البصرية وهي هامة للرياضيين وغير الرياضيين.

حيث تشير إيزابيل والكر **Isabel Walker** (2000م) إلى أن المدربين الرياضيين واللاعبين وعلماء الرياضة يبحثون بشكل دائم ومستمر عن الطرق التدريبية الحديثة بهدف تحسين الأداء الرياضي واكتساب ميزة تنافسية، والتدريب البصري يعتبر إحدى هذه التقنيات المعروضة في المجال الرياضي. كما يذكر حسين علي العبودي (2015) نقلا عن حمزة (2004) أن التدريبات البصرية من الأهمية للرياضيين وغير الرياضيين حيث يجب أن يمارسها الجميع بلا استثناء وخاصة تدريبات العين وذلك للتغلب على الإجهاد البصري والذي يؤثر سلبا على وظائف الإبصار مع مرور الزمن ، وعن أرييل (2001) Ariel أن التدريب البصري احد فروع قياسات البصر وهو فرع يهتم بالنظر والإدراك وتقييم وتحسين مستوى الأداء البصري بالإضافة إلى تحديد الأدوات البصرية الأكثر ملائمة لطبيعة النشاط البدني والرياضي. ويضيف أن تدريب الرؤية البصرية من المواضيع المهمة في المجال الرياضي فقد يكون هناك تدريب بدني، مهاري وخططي ولكن مع الأسف لم تعط الحواس اهتمام مباشر في خصوصية التدريب لما لها من أهمية كبيرة في تحسين الأداء. ولقد ظهرت بعض الدراسات التي تشير إلى أن الأداء العالي يرتبط بالقدرة البصرية المثالية وان ضعفها يسبب في إعاقة الأداء، فإذا كانت المعلومات البصرية غير دقيقة فان الجسم يفقد للتوقيت المناسب ويتسبب ذلك في انخفاض مستوى الأداء (العبودي، 2015، ص557).

فالتدريب البصري عبارة عن شيء ما يمكن لكل فرد ان يقوم بأدائه، فالتدريبات مشوقة لا تتضمن أي جراحات ولا تتطلب شراء الكثير من المستلزمات البصرية، ولا أي شيء

يتوجب تناوله فكل ما يجب عمله هو ممارسة وتطبيق التدريبات (محسن، 2008، ص18)

حيث يتضمن الأداء الرياضي جانب حركي وجانب بصري الحركي، وإذا لم يعمل الجانب البصري بكفاءة فإن ذلك بطبيعة الحال سيؤثر على أداء الجانب وقد يبدو من الغير المعقول أو حتى لا يمكن تصديق فكرة أو من الممكن استعادة قوى الإبصار الطبيعية من خلال التدريب البصري ، ومع ذلك وحتى الآن هناك الكثير و الكثير من الأشخاص الذين استفادوا من التدريب البصري دون أن يتضمن ذلك الاستخدام أجهزة باهظة الثمن أو إجراءات مرهقة وقد دلت التجارب والفحوصات العلمية إن أكثر من 98 من الأشخاص حتى سن 6 سنوات لديهم إبصار نموذجي، في حين إن في سن 16 سنة يوجد أكثر من 25 من مجموع التلاميذ المدارس يحتاجون لعدسات التصحيح، كما إن هناك العديد من الأفراد في مرحلة طفولتهم تم تزويدهم بنظارات لكن لسبب أو لآخر لم يقوموا بارتدائها مطلقا وكنتيجة لذلك فهم اليوم لديهم إبصار نموذجي مثالي . .

المشكلة:

قديمًا لم يكن هناك الكثير من الاهتمام بالرؤية أو القدرات البصرية الإعداد اليومي للرياضيين ولم يكن ذلك الأمر بالنسبة للمتخصصين في البصر أو أخصائيو العيون فقط بل أيضا من جانب الكثير من المدربين واللاعبين أنفسهم ،حيث لم يدركوا أهمية الرؤية بالنسبة لأدائهم الرياضي على الرغم من قيامهم بتدريب الرؤية لكن دون قصد. أن من أهم المواضيع التي لم يتطرق لها الكثير هو موضوعا الحواس و أهميتها في المجال الرياضي حيث تلعب الحواس جميعا دوار أساسيا في التعرف على المثيرات الخارجية وبالتالي القدرة على إدراكها و استيعابها. و قد نحتاج إلى القدرات البصرية بشكل متفاوت من رياضة إلى أخرى حسب نوع اللعبة فمثلا في كرة القدم نحتاج الرؤية المحيطية والعمق البصري والرؤية المركزية بالإضافة إلى الذاكرة في بعض الأحيان البصرية لاسيما عند الهجوم وبشكل عام كلما ازدادت سرعة أداء اللعبة الرياضية أو

لمتطلباتها المتنوعة ازدادت الحاجة إلى وجود القدرات البصرية وإلى الرؤية البصرية ونتيجة لقلّة اهتمام المدربين والمعنيين بالتدريب الرياضي في موضوع الرؤية الرياضية البصرية.

وعليه اهتمت بعض الدراسات بموضوع التدريبات البصرية مثل دراية اسيمان واخرون (2005)، دراسة هدى حسن صابر يوسف (2008)، دراسة نادية حسن الصاوي و زينب علي حتوت (2008)، دراسة قطب إيمان عبد الله عبد المجيد (2010)، دراسة الصاوي محمد وعلي زينب (2010)، دراسة قطب إيمان (2010)، دراسة مصطفى طه محمود (2015) ودراسة حسين علي كنبار العبودي (2015) التي توصلت إلى أن المهارات البصرية هامة للأداء في الرياضات المختلفة، كما أن

المهارات البصرية للرياضيين تختلف عن غير الرياضيين ومن خلال بعض الزيارات الميدانية لبعض الفرق الرياضية لاحظنا ان المدربين يهتمون بدرجة كبيرة على الجانب البدني، اما الجانب المهاري فيتم تعليمه وتدريبه بطريقة كلية وشاملة لا تعتمد على الجزئيات في المهارة والتي تحتاج الى تدريبات بصرية لذلك . لذا جاء هذا البحث محاولة للتركيز على التدريب البصري في البرامج التدريبية ومعرفة أثره على تعلم بعض مهارات كرة القدم للاعبين (.....سنة).

التساؤلات:

- 1 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة في مهارات كرة القدم المدروسة لدى الناشئين
- 2 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية في مهارات كرة القدم المدروسة لدى الناشئين
- 3 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي في مهارات كرة القدم المدروسة لدى الناشئين .

أهداف البحث:

■ التركيز على التدريب البصري لتعلم بعض مهارات كرة القدم للناشئين

■ إبراز أهمية التدريب البصري ضمن البرامج التدريبية لتحسين الأداء المهاري في كرة القدم

■ معرفة الفروق بين العينة الضابطة والتجريبية في نتائج مهارات كرة القدم المدروسة

الفرضيات :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة في مهارات كرة القدم المدروسة لدى الناشئين لصالح القياس البعدي

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية في مهارات كرة القدم المدروسة لدى الناشئين لصالح القياس البعدي

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي في مهارات كرة القدم المدروسة لدى الناشئين لصالح العينة التجريبية

أهمية البحث :

1- من الجانب العلمي :

إثراء مكتبة معهد التربية البدنية والرياضة بمعطيات نظرية عن التدريب البصري .

2_ من الجانب العملي :

إثراء مكتبة معهد التربية البدنية والرياضة بمعطيات ميدانية .

إبراز أهمية التدريب البصري. وعلاقة التدريب البصري بتنمية مهارات كرة القدم.

استخدام أسلوب جديد في التدريب لإضافة معرفة جديدة لخبرة المدربين وزيادة كفاءتهم الرياضية.

مصطلحات البحث:

1 التدريب: هو وسيلة حديثة وفعالة لتحسين وتطوير أي مجال من المجالات الحياتية المختلفة، أكان ذلك في المجال الشخصي، الدراسي، المالي، العملي،

العائلي، الصحي أو أي مجال آخر، والتدريب اليوم يحتل مكانة مركزية بالعالم كوسيلة هامة وفعالة لتحقيق الأهداف عن طريق تقسيمها لمهام صغيرة.

2 التدريب البصري:

برنامج تخصصي تقدمي يهدف الى تحسين العلاقة بين العينين والمخ من خلال تنمية مهارات وقدرات الرؤية البصرية باستخدام تدريبات متدرجة في الصعوبة تعمل على تحسين توافق ومرونة عضلات العينين مع إمكانية التحكم في تلك العضلات (ناجي،2008).

ونقول انه سلسلة متكررة من تدريبات العين بهدف تحسين الوظائف البصرية الأساسية في لعبة كرة القدم الأداء المهاري: يستهدف تعليم وتطوير وصقل واتقان وتثبيت المهارات الحركية الرياضية التي يمكن استخدامها في المنافسات الرياضية لتحقيق أعلى الانجازات الرياضية.(البشتاوي،2005)

ونقول ان الاداء المهاري هو أداء مهارات كرة القدم بشكل متقن وبدرجة عالية

تعريف المهارة:

لفظ مهارة Skill يشير الى الاداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة،وهو بذلك يشمل كافة الاداءات الناجحة للتوصل الى اهداف سبق تحديدها شريطة ان يتميز هذا الاداء بالاتقان والدقة (مفتي،2002،ص13)

7. الدراسات السابقة والمثابرة:

الدراسة الأولى: دراسة أحمد محمد فكري سيد(2010)

موضوعها:تأثير برنامج للتدريب البصري على بعض القدرات البصرية و خصائص الإنتباه و مستوى الأداء الدفاعي لحارس مرمى كرة اليد.

تهدف : إلى معرفة تأثير برنامج التدريب البصري على بعض القدرات البصرية و خصائص الانتباه و مستوى الأداء الدفاعي لحارس مرمى كرة اليد .

استخدم المنهج: التجريبي

العينة: تتكون من 51 طالب من كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق الاختبارات: اختبار السيطرة .اختيار دقة التصويب . اختبار توجيه الكرة بالرأس. ركل الكرة مباشرة.

النتائج: أظهرت النتائج أن برنامج التدريب البصري أثر تأثيرا ايجابيا على مستوى الأداء الدفاعي لحارس مرمى كرة اليد .

الدراسة الثانية: دراسة عبد الصمد طارق فاروق (2010)

موضوعها: الإدراك البصري و علاقته ببعض مظاهر الانتباه كمؤشر للتحليل الحركي الكيفي لدى مدربي الكومتيه برياضة الكاراتيه.

تهدف إلى: معرفة الإدراك البصري و علاقته ببعض مظاهر الانتباه كمؤشر للتحليل الحركي الكيفي لدى مدربي الكومتيه برياضة الكاراتيه.

استخدم المنهج: الوصفي

العينة: 22 مدربا ممن لديهم الخبرة تزيد عن 10 سنوات تدريب .

النتائج: أظهرت النتائج أن العلاقة بين المتغيرات الثلاث جزئية الإدراك البصري و التحليل الكيفي و مظاهر الانتباه

التعليق على الدراسات:

- اختارت هذه الدراسات من فئتين عمريتين مختلفتين سواء من ممارسي كرة اليد أو الكومتيه.

-أوضحت هذه الدراسات أهمية البرامج التدريبية المهارية البصرية .

-أجريت هذه الدراسات على أنشطة الألعاب المختلفة مثل كرة اليد و الكوميتيه.

تمهيد:

يعتبر البصر مع السمع الجهاز المميز عند الإنسان، و النوافذ التي يطل منها على العالم الخارجي ، ويتلقى منها المدركات و وكيف وجوده حسب الأخبار التي تصل إليه من العالم الخارجي .

حيث كفاءة العين الخارجية من خلال تحسين كل ما يتعلق بالأداء النوعي في الحياة العامة و في المجال الرياضي بصفة خاصة و تشمل هذه التأثيرات على تحسين الدقة البصرية بأنواعها الثابتة و المتحركة و الوعي الخارجي و التركيز البصري و غيرها و هذه تستخدم في المجال الرياضي بصورة كبيرة و نتائجها دائما تكون أكثر من المتوقع .

تعريف التدريب البصري:

يعرف واكر (2001) التدريب البصري على أنه سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسين القدرات البصرية الأساسية ، وهي هامة للرياضيين في جميع الرياضات التنافسية (والكر، 2001، ص22).

يعرف ناجي (2008) نقلا عن فرانسيس إزير التدريب البصري أنه برنامج تخصصي تقدمي هدف إلى تحسين العلاقة بين العينين و المخ من خلال تنمية مهارات و قدرات الرؤية البصرية باستخدام تدريبات متدرجة في الصعوبة تعمل على تحسين توافق و مرونة عضلات العينين مع إمكانية التحكم في تلك العضلات (ناجي، 2008)

ويعرف كنبار حسين (2011) التدريب البصري ذلك البرنامج الخاص لمجموعة من التمارين تعمل على تقوية القدرات البصرية المتنوعة من خلال التدريبات المتنوعة ذات أداء بصري عقلي عالي تقود إلى زيادة المتكيفات العقلية المختلفة لعملية الإبصار في شتى الظروف و الأوضاع و بما يتناسب مع أشكال و أحجام و ألوان المثيرات التي تتعرض لها العين (كنبار، 2011) .

ويذكر حسن زكي (2004) أن حاسة البصر هي العنصر الحسي الخاص بالرؤية وبتحديد مسافة المرئيات ووجود العينيين معا يزيد من أفق الرؤية و مجال الرؤية وأهمية هذه الحاسة في الرياضة يمكن تقسيمها إلى قسمين الأول خاص بالتدريب و الثاني خاص باللعب نفسه ، ففي أثناء المباريات يلعب البصر دورا هاما في أداء المهارات فعن طريقها يستطيع اللاعب أن يعرف مكانه بالنسبة للمنافس ، و يستطيع تحديد نوع المهارات التي يمكن أدائها كما أن تحركات فريق المنافس تمكنه من اتخاذ الموقف المناسب لذلك سواء هجوميا أو دفاعيا

يشير براون جيم (2001) أن الرؤية البصرية علم نشأ كنتيجة طبيعية و منطقية لطبيعة الأداء في المنافسات الرياضية و تشمل الرؤية على عدة عناصر مثل الحدة و التعقب أو المتابعة و دقة التمييز الرؤية الإحاطة أو الطرفية و القدرة على تحديد الأبعاد و الرؤية الملونة ، حيث يعرف:

الرؤية المحيطية :

هي القدرة على مشاهدة الأشياء بؤرة التركيز من كلا الجانبية لأعلى و لأسفل و هي واحدة من أكثر المهارات البصرية قيمة يمكن للرياضي أن يمتلكها ، فالرؤية فيها وراء(180°) من كلا الجانبين هي ظاهرة غير طبيعية و هي تمكن اللاعبين من مشاهدة مساحات لعب أكبر.

تحديد الأبعاد:

هي القدرة على التعامل و بسرعة مع هدف أو شخص في الفراغ وهي أساس لكل من الحكم على الكرات تصويب الكرة الوثب تمرير واستلام الكرة.

المتابعة:

في العديد من الرياضات يتوجب على الرياضيين ليس فقط مشاهدة اللاعبين والأهداف التي تحت شروط وظروف متنوعة ولكنهم أيضا يتابعون الأشياء التي تتحرك بسرعة خاطفة وهذه المهارة البصرية تسمى حدة البصر (الدينامكية) المتغيرة.

تدريب الرؤية:

وهو برنامج تخصصي تقدمي يهدف إلى تحسين العلاقة بين العينين و المخ من خلال تنمية مهارات وقدرات الرؤية البصرية باستخدام تدريبات متدرجة في الصعوبة تعمل على تحسين توافق ومرونة عضلات العينين مع إمكانية التحكم في تلك العضلات. وفي مختلف الرياضات تظهر مساحات الرؤية البصرية في تحسين الأداء فاللاعب الظهر في كرة القدم يحتاج لرؤية جيدة لمشاهدة الملعب بالكامل و يستخدم أيضا الإحاطية لمشاهدة الملعب كله (براون، 2001، ص21).

أثر التدريب البصري في تحسين وتطوير الأداء :

- يشير بييري سيلر (2004) أن التدريب الرياضي للرؤية (البصر) يمكن ان يساعد على تحسين و تطوير الأداء في مجموعة متنوعة من الطرق :
- 1_ كم يمكن أن ترى: تدريب العين على استيعاب أشياء كثيرة في فترة قصيرة من الوقت يسمح لك بجمع المزيد من البيانات باتخاذ القرارات و تحسين زمن رد الفعل.
 - 2_ القدرة على تتبع العين: النظر بكفاءة من نقطة واحدة لأخرى في الحيز فيعمل على تحسين وضع اللاعب و تساعده على تجنب العقبات أو العوائق.
 - 3_ التركيز: الهدف يذهب من بقاء عينيك على الكرة إلى التركيز على رمز العلامة التجارية أي على شعار الكرة(رؤية دقيقة للأشياء).
 - 4_ تحديد الزوايا:تستطيع باستمرار ضبط المسار الخاص بك لتكون أقصر و أكفأ مسار بينك وبين الكائن الذي تحاول الوصول إليه.
 - 5_ الرؤية السرعة للمسار : نوعية المعلومات البصرية يؤثر على قدرتك على إدراك سرعة و اتجاه، مما يؤثر على التوقيت الصحيح على التوازن و صنع القرار .
 - 6_ العمق الإدراكي :أي بعد الأشياء و تأثير التوقيت و التوازن و صنع القرار .
 - 7_ التنسيق ما بين العين و اليد، العين و القدم، العين و الجسم:التأزر بين رؤيتك و الحركة الخاصة بك هو مهارة حاسمة و صعبة في كمية كبيرة من الألعاب الرياضية.
 - 8_ الوعي المكاني: يمكنك تحسين قدرتك على تحديد كيفية ارتباط موقفكم للرياضيين وغيرها من الأشياء.

9_ الوعي بالمحيط: زيادة قدرتك على رؤية الأشياء من حولك يوفر ميزة كبيرة في عدد من الرياضات المختلفة. (Barry,2004,127-136)

أشار ثوماس ولسون (2004) أن التدريب البصري يساعد الرياضيين في تطوير و تعزيز المهارات البصرية الهامة و منها التركيز البصري،و السرعة في تنظيم الأمور المحيطة ، والوقت المناسب لرد الفعل ،والرؤية المحيطية،الديناميكية الصحيحة لدقة البصر وزيادة مهارات التركيز،والذاكرة البصرية و التصور،بالإضافة الى التنسيق بين العين و اليد و الجسم ،ومن المهارات البصرية اللازمة للوصول إلى الأداء الرياضي للقامة:

- 1_ حدة البصر الديناميكية:القدرة على رؤية الأشياء تتحرك بشكل واضح.
- 2_ سرعة ومدى الإدراك:كم المعلومات اللاعب القادر على اتخاذ القرار في دفعة واحدة و بسرعة و كيف أنه قادر عل تفسير ذلك.
- 3_ التنسيق بين العين واليد:عيون قيادة الجسم، ولي س العكس.النظام البصري يقود الجهاز الحركي .لدينا اليدين أو القدمين أو الجسم الرد على المعلومات وقد أرسلت العينين إلى الدماغ.
- 4_ الوعي بالمحيط: ليست هذه هي نفس الرؤية المحيطية و التي لا يمكن تغييرها.الوعي طرفية متطورة تساعد اللاعب على رؤية كل شيء في آن واحد،للحفاظ على النمط كله أو تدفق للمكان حتى أنها تتحرك داخله.
- 5_ التوقيت المناسب: القدرة على إدراك بدقة أو توقع ما هو على وشك الحدوث.
- 6_ وقت رد الفعل البصري : مقدار الوقت المطلوب لمعالجة المعلومات البصرية و الشروع في الاستجابة.
- 7_ التركيز:القدرة على الحفاظ على مستوى عالي من التركيز على الهدف الرئيسي أو الهدف على الرغم من الانحرافات، مع إدراك ما يحدث من حولك.
- 8_ تتبع التركيز:وهذا يتطلب القدرة على تغيير التركيز على الفور كما نقل الأشياء إلى أقرب أو بعيد منك(السكن) فضلا عن القدرة على الحفاظ على كلتا العينين تعمل في انسجام لأنها تتبع الأجسام المتحركة بسرعة(التقارب/التباعد).

9_ عمق تصور كلتا العينين معا لتعطينا القدرة على الحكم على المسافة، والسرعة و التحرك الأجسام في الأماكن، العيون الضعيفة كفريق يمكن أن يسبب عينيك ليخطئ في الحكم على مسافة دقيقة من الهدف الخاص بك ، و الذي بدوره سوف يؤدي عقلك ليخطئ في الحكم على المسافة الصحيحة. إذا كنت تنظر إلى الهدف أقرب ، سوف تتفاعل في وقت قريب جدا. إذا كنت تتصور أنها أبعد، سيكون رد فعلك بعد فوات الاوان (thomas,2004).

المبادئ الابصارية:

يشير محمد لطفي الحسنيين (2011) ان هناك بعض المبادئ الابصارية و التي تمثل في مضمونها عددا من المعايير الإرشادية حركيا... هي

_المبدأ الأول..استمرارية الرؤية..فحينما ينتبه الرائي إلى ما يراه فهو في نفس الوقت ينتبه إلى جسده و ما يتم الشعور به‘ بمعنى انتقال اهتمامه و انتباهه إلى جسمه في محاولة منه لاستشعار كيف يتغير الضغط على باطن قدمه و ركبتيه و رقبتة..الخ، هذا التقبل الذاتي يحسن كل من البصر و الحركة إي ينمي و يطور الحركة البصرية.

_المبدأ الثاني..ترسيم الرؤية.. فبينما تقوم بالمشاهدة و الرؤية فنحن نعمل على بناء خريطة بصرية داخلية عن البيئة المحيطة ثم نبدأ في التنفيذ الفعلي وفقا لمسارات هذه الخريطة.

_المبدأ الثالث..و عي الرؤية. .يتم زيادة الرؤية إلى الحد الأقصى حين تكون على وعي بالمجال البصري، و لانجاز ذلك يتم توجيه أعيننا اتجاه الهدف مع الاهتمام بالرؤية المحيطة أثناء حركة المرئيات.

المبدأ الرابع .. تعزيز الرؤية .. يجب التمييز بين حركات كل من العين و الجسم .. هذا التمييز أو القدرة على رؤية أجزاء الجسم منفصلة عن بعضها البعض هو تطبيق و استخدام للعملية الخاصة بالنمو، فهو يشير الى ان الطفل حديث الولادة يقوم بحركات غير متميزة تماما فلا يمكنه أن يقبض العظلات القابضة او الباسطة، و من ثم فهو

يتدرج كالكرة إلى أن يتعلم الجلوس و الحبو و الجري بواسطة عضلات التمييز الدقيقة،

ولاتمام مثل هذه الحركات يجب ان يكون الجهاز البصري قادرا على تحديد الشيء المرئي بالنسبة للجسم و من أجل القيام بذلك يستخدم المخ المعلومات التي ترسلها العين و الإحساس الحركي بها، ومن ثم نحن نرى حركيا إلى مدى معين بأجسامنا إلى جانب الرؤية البصرية بأعيننا .

إننا بذلك نوجه أنفسنا تجاه الحركة بالاتفاق مع صورنا الذاتية عن الجسم من خلال خارطة بصرية حركية عن صور الجسم المخزونة بالمخ، و يتم التعلم لهذه الخارطة خلال مراحل النمو المتعاقبة من مرحلة الاحساس الداخلي الى مرحلة استكشاف البيئة ثم مرحلة الانتباه الخارجي(لطفي،2011، ص45) .

القدرة البصرية المتحركة:

- إن الحاسة الأولية المستخدمة في التحليل الكيفي للحركة الإنسانية هي الرؤية و حتى أواخر القرن التاسع عشر كانت الملاحظة هي الطريقة الأساسية لدراسة الحركة، وواقع الأمر أن هناك أوجه قصور رئيسية في قدرتنا على رؤية الحركات السريعة، و نجد أن التحسن الذي طرا في قوة الملاحظة الذي أسفر عن فنون التصوير الفوتوغرافي و السينمائي قد استحوذ على علم الميكانيكا الحيوية في هذا القرن منذ تطورها كما إن الانجاز أو الإبهار السينمائي الخاص بتحريك الصور الفوتوغرافية للناس و الحيوانات و الذي أنجزه كل من << مويردج و ميراس >> في نهاية القرن التاسع عشر عبارة عن إضافة كبيرة للقوة الإدراكية المحدودة للعين المجردة.

- إن الوقت المتاح للتركيز على شئ معين يؤثر بصورة قوية على الدقة البصرية المتحركة.. فكلما كان وقت الرؤية اكبر كلما كانت هناك فرصة اكبر لإجراء التمييزات البصرية و إذا لم يكن الشئ المرئي أو الملاحظ((الرئي)) نفسه في حالة حركة فان هذا ينقص من الوقت أو الزمن الذي تكون العين فيه قادرة على التركيز على الشئ ، و هذا يقودنا إلى التمييز البصري للشئ عندما تكون هناك حركة نسبية بين الشئ

المرئي و الرائي نفسه، و تتدهور هذه الدقة البصرية المتحركة بصورة سريعة عندما تتجاوز السرعة الزاوية << 20 أو 80 >> درجة في الثانية و كلما كان الشيء موجود في مجالنا البصري بزمان اقل كلما كنا اقل قدرة عادى رؤية الحركة بالشيء المرئي والحكم عليها.

- و تزداد دقة البصر المتحركة في سن 6-20 ثم تميل إلى الانخفاض، و هذا يفسر سبب ملائمة أنواع معينة من الكرات لهم في سن معينة (الطفي، 2011، ص-146-147).

تمهيد:

في كرة القدم الحديثة تعتبر المهارات قاعدة مهمة لأداء اللعبة، حيث تلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج ايجابية لصالح الفريق وتأثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف.

1 مفهوم المهارة و المهارة الحركية الرياضية :

1 1 مفهوم المهارة:

لفظ مهارة Skill يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان و الدقة.

هناك ثلاثة أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية cognitive skill مثل: الحساب، الجبر، الهندسة .
- مهارات إدراكية perceptual skill مثل : مهارات إدراك أشكال معينة.
- مهارات حركية Motors skill مثل:مهارات رياضية.

1 2 تعريف المهارة الحركية الرياضية:

- تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها " مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين " .
- تعرف المهارة الحركية الرياضية أيضا بأنها"مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن. (مفتي،2002،ص14/13)

1 3 خصائص المهارة الحركية الرياضية :

1-3:1 ♦ تعلم المهارة:

المهارة تتطلب التدريب و التحسن بالخبرة.

- ♦ التعلم يعرف عادة بأنه: " التغيير الدائم في السلوك و الأداء بمرور الوقت " و يجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا و نحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة، فقد يكون ذلك النجاح قد حدث بالصدفة.

♦ 2: المهارة لها نتيجة نهائية :

نعني بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء، و بالقطع فإن هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه " النتائج المحددة سالفا للأداء " .

3♦ المهارة تحقق النتائج بثبات :

نعني بذلك أن تنفيذ المهارة يتحقق خلال الهدف من أدائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية تقريبا (مفتي، 2002، ص13)

4♦ المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد و بفاعلية : وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق و تجانس و انسيابية و توقيت سليم، و بسرعة و بطئ طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها، فالمبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الأداء دون تحقيق نجاح في الأداء الماهر ، لكن اللاعبين اللذين يتميزون بالخبرة سوف يكونوا قادرين على الأداء بإنفاق الطاقة الضرورية فقط لإنجاز الأداء الصحيح و بفاعلية .

5♦-: مقدرة المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها : اللاعبين و اللاعبات المهرة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام المهارة في مواقف التنافس المختلفة ، ويستطيعون اتخاذ قرارات و تنفيذها بفاعلية، فالمهارة ليست فقط مجرد أداء فني جيد للحركات ولكن تعني أيضا المقدرة على استخدام هذا الأداء بفاعلية في التوقيت المناسب. (أحمد كشك، 2000، ص15)

2 تصنيف المهارات الحركية الرياضية:

يجب على المدربين و المعلمين حتى الأفراد الرياضيين أنفسهم أن يتعرفوا على تصنيف المهارات المختلفة حتى يتمكن كل منهم من تحليل الخصائص المخلفة التي يجب أن توضع في الاعتبار عند تعلمها و التدريب عليها وكذلك تحديد الأهمية النسبية للأساليب المؤثرة في إتقانها ومن ثم تحديد طرق التدريب عليها.

° صنف سينجر 1982 singer المهارات طبقا للمحددات الرئيسية التالية:

- أجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة.
- فترة دوام أداء المهارة.
- التغذية الراجعة المستخدمة في أداء المهارة (مفتي، 2002، ص15)
- *المهارات الأساسية في كرة القدم:

تعتبر القاعدة الأساسية لتحقيق المستويات العالية و الانجاز الجيد في كرة القدم. إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية و البرامج التدريبية إذ يتم التدريب عليها لفترات طويلة ولا تخلو الوحدة التدريبية من أساليب التدريب على هذه المهارات إلا أن يتم إتقانها لكون درجة إتقان المهارات الاساسية يعد من جوانب الأساسية التي يتوقف عليها التنفيذ الخطط في ظروف اللعبة المختلفة و الفريق الذي يستطيع لاعبيه أداء المهارات بخفة و رشاقة و توقيت سليم يكون باستطاعتهم تنفيذ الواجبات الخططية خلال سير المباراة. و تقسم المهارات الأساسية في كرة القدم إلى:

1-المهارات الأساسية بالكرة:

ضرب الكرى بالقدم

ضرب الكرة بالرأس

دحرجة الكرة

المراوغة والخداع

السيطرة على الكرة

المهاجمة و قطع الكرة

الإخماد

رمية التماس (مفتي، 1999، ص31)

1-التمرير: التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر, تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المناسبة من أجل أداء حركي محدد(التصويب) إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب, كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة و كذلك الدفاعية, كما تكسب الفريق الثقة في النفس و تزرع ثقة الفريق المنافس في نفسه, كما أن دقة و نجاح التمرير يرتبط ارتباطا وثيقا بالسيطرة على الكرة.

ولابد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير, بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير

كالتالي:

أ_ التمرير الأمامي:

يعتبر التمرير للأمام هو مفتاح التمرين فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة

إلى أنه يساعد على التخلص من الكثير من المدافعين.

ب_ التمرير العرضي:

أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فانه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغيير اتجاه اللعب أو يستطيع التمرير للأمام .

ج_ التمرير للخلف :

أما آخر خيار للاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدئ الهجوم او لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس وينبغي التدرج في تعليم للناشئ كالاتي :

_ التمرير بعد إيقاف الكرة بدون منافس

_ التمرير بعد إيقاف الكرة بوجود منافس سلبي

_ التمرير تحت ضغط المنافس من خلال التقسيمات المصغرة

و عند التدريب على مهارات بالتمرير يراعى التركيز على متابعة الناشئ لمواقف اللاعب المتغيرة و التحركات الخاصة بالزملاء و المنافسين و في أماكن اللعب التي يتم منها الأداء الخططي و ذلك قبل أن تأتي الكرة إليه.

كما انه من الضروري تعود الناشئ على اختيار الزميل المناسب لتنفيذ الأداء الخططي عند التمرير و أن يكون التمرير من خلال موقف ملائم يضمن نجاحه, بمعنى أن لا يتعرض مسار الكرة الممررة للزميل أي منافس يغير من هذا المسار فتصل بعيدة عن الزميل و في مكان سهل فقد الكرة ,و أيضا عند التدريب يراعى التنبيه باستمرار لدى الناشئين بأهمية استخدام النوع التمرير المناسب للموقف أي ما يضمن الدقة و الأمانة لوصول الكرة للزميل بالإضافة إلى اختيار الناشئ للحظة المناسبة لأداء التمرير و قد يكون متأخرا فيضغط عليه المنافس مما يؤدي إلى صعوبة الأداء و إعطاء الفرص للمدافعين و تغطية مساحات كانت

خالية و تصلح للتمرير , كما لا بد أن لا يكون التمرير أسرع من اللازم و قبل أن يكون الزميل مستعدا لاستقبال الكرة,و أيضا أن يستخدم الناشئ القوة (شعلان،1996)

استقبال الكرة:

التعريف:

هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللاعب و الهيمنة عليها و جعلها بعيدة عن متناول الخصم و طلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة و السيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات و المستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو منخفضة الارتفاع أو المرتفعة كذلك فان السيطرة على الكرة تتطلب توقيتا دقيقا للغاية و حساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب و التي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة و هذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة,كذلك يمكن القول إن هذه المهارة يجب إن يؤديها كل من المهاجم و المدافع بدرجة كبيرة من الإتقان و التحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب.

3_ الجري بالكرة:

عندما يجري اللاعب بالكرة فان هذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات والمهارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح علي تسمية هذه المهارة ,بالجري بالكرة, حيث أن اللاعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بالجري,غير أنها في بعض الأحيان تؤدي بالمشي,خاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية "خطئية".

ولتنفيذ هذه المهارة فان اللاعب غالبا ما يستخدم إحدى أجزاء القدم وأحيانا يجري بالكرة مستخدما الفخذ أو الفخذين معا,وقد يجري بالكرة مستخدما رأسه غير انه عندما يستخدم الفخذ أو الرأس فإننا نفضل التعبير عن ذلك بعبارة "التطيط بالكرة" فلا يجري اللاعب بالكرة برأسه أو فخذه لمسافة كبيرة حيث ليساعده ذلك على مجاراة سرعة و ظروف اللعب أو اللاعبين ,لذلك فان اللعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بإحدى أجزاء القدم التالية:

جزء القدم الأمامي الداخلي, جزء القدم الأمامي ومن الأجزاء التي قد يستخدمها اللاعب أحيانا سن القدم بالإضافة إلى الفخذ و الرأس . و الجري بالكرة هو عبارة عن خليط من

الجري و ركل الكرة بإحدى أجزاء القدم المعروفة ، و يتوقف تحديد سرعة الجري بالكرة ، وكذلك الجزء المستخدم في ضربها وقوة الضربة أثناء الجري بها على المسافة التي يتحرك فيها اللاعب وبعد الخصم عنها ، وأيضا الهدف من الجري بالكرة و مهما كانت الظروف فإن الجري بالكرة يستدعي من اللاعب استمرار السيطرة عليها وذلك بأن لا يطلقها بعيدا عن متناول قدميه، وأن لا تزيد المسافة بينه و بين الكرة عن متر أو مترين، وتقل هذه المسافة كلما قرب الخصم من اللاعب ، و من الطرق الأكثر شيوعا للجري بالكرة ، الجري باستخدام جزء القدم الأمامي الداخلي حيث يتمكن خلالها اللاعب من الجري لأكثر مسافة بالسرعة المطلوبة و بسهولة ، غالبا أيضا ما يجري اللاعب مستخدما جزء القدم الأمامي الخارجي و الداخلي معا، و إن كان ذلك يقلل من سرعة الجري بالكرة .

أما الجري بالكرة باستخدام الرأس (أو الجزء الأوسط من الجبهة) فإن ذلك نادرا و كم سبق القول فغن أداء هذه يكون لتطيط الكرة وتعليم الجري بالكرة للمبتدئين يتطلب مراعاة الأوضاع التشريحية للقدم التي يستخدمها اللاعب فالجري فمن الضروري البدء بتعليم اللاعب 'الناشئ' الجري بالكرة أولا بجزء القدم الخارجي حيث يضمن اللاعب بهذه الطريقة مرونة أكثر في الحركة بالإضافة إلى أن الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الخارجي يعتبر أكثر مناسبة لتحقيق السرعة المطلوبة في الجري . (محمد رضا، 2003، ص45)

و يرى البعض أن البدء في تعليم اللاعب الناشئ الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الداخلي و الخارجي بعد ذلك فقط يمكن البدء في تعليمه الجري بوجه القدم و سن القدم. وتعليم مهارة الجري بالكرة بأي جزء من الأجزاء يجب أن يمر بالخطوات التالية:

- أداء المهارة من المشي باستخدام كرة طيبة ثم بكرة عادية .
- أداء المهارة من الجري الخفيف بكرة عادية.
- أداء المهارة مع زيادة سرعة الجري .
- أداء المهارة من الجري العادي و المرور بين كرة طيبة او أرماع.
- أداء المهارة مع تغيير السرعات .
- أداء المهارة مع تعدية خصم أو حاجز

- المراوغة -

- تعريف المراوغة: هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدماً بعض حركات الخداع التي يؤديها إما بجذعه أو بقدميه، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية.

- والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم، لذلك يجب أن يجيدها المهاجم والمدافع على حد سواء مع احتفاظ كل لاعب بأسلوبه المميز في مهارة المراوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب أن يتمتع اللاعب المحاور بقدرته بدنية عالية تساعد على نجاح مهارة المراوغة، ومن أهم القدرات البدنية التي تساعد على ذلك الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على تحسين الأداء المهاري للمراوغة.

وفي كرة القدم الحديثة تعتبر مهارة المراوغة أقل أهمية من مهارات التمرير والسيطرة على الكرة لأن غالباً أقل بطيء، وتأثر في اكتساب مساحة خالية من مهارة التمرير التي تتصف بالسرعة والدقة وبالرغم من ذلك فإنه يوجد كثير من المواقف اللعبة التي تسمح للاعب المستحوذ على الكرة أن يؤدي مهارة التمرير بحرية نتيجة الدفاع الضاغط من الخصم في مساحات صغيرة أو استخدام الفريق المنافس لمصيصة التسلل

كخطة دفاعية ويصبح الحل الأمثل لاكتساب مساحة جديدة والتغلب على المواقف السابقة هو إجادة اللاعب للمراوغة.

وبالرغم من أهمية المراوغة للفريق فإنها سلاح ذو حدين، فإذا أجاد لاعبي الفريق في استخدام طرق المحاورة بنجاح فإن ذلك يعتبر مفيداً من الناحية الخططية للفريق لأنه ينقص من عدد المدافعين للفريق الأخر بالإضافة إلى اكتساب المهاجم الثقة بالنفس وعلى الجانب الآخر فإن سوء استخدام المراوغة وأدائها بصورة غير

مجدية يؤدي إلى هدم خطط الفريق الهجومية وإهدار الفرص في امتلاك الكرة (أبو عبده، 2002، ص17)

لذلك يجب أن يضع اللاعب المهاجم نصب عينيه أن المراوغة لا بد أن تكون بسبب ولها هدف لفائدة الفريق وليس الاستعراض ونسبة أداء المراوغة كبيرة بالنسبة للاعبين الهجوم وتقل بالنسبة لساعدي الدفاع وأقل لباقي أفراد الدفاع، وكلما امتاز اللاعب بطريقة أدائه السهلة لتنفيذ المراوغة وتزود بمهارة أداء الطرق المختلفة للمراوغة، كلما أفاده ذلك كثيرا في تنفيذ خطط الفريق الهجومية وأعطى فريقه فرصة تفصيل للفوز بالمباراة.

- التصويب

- تعريف التصويب:

هو إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم و تأتي فرصة التصويب دائما بعد لمحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس. (حنفي، 1997، ص45)

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أما الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكنيك التصويب تحت كل الظروف مثل:

- التدريب على التصويب في ظروف سهلة و بسيطة .

- الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء.
- استخدام الوسائل المساعدة (الحوائط المقسمة - الأقماع والشواخص - الحواجز ، المقاعد - المرمى متعدد المساحات).
- أن تؤدي تمارين التصويب من اتجاهات متغيرة لمسار الكرة.
- تثبت مهارة التصويب عن طريق تغيير الظروف الخارجية مثل استخدام مدافع سلبي ولكن بفاعلية.
- التدريب على المهارة نحن ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع ايجابي
- الاهتمام والتركيز على دقة التصويب لتثبيت التكنيك الصحيح .
- الاهتمام بتتمة خطط الهجوم الفردية والجماعية لإيجاد المزيد من المواقف المناسبة للتصويب .
- يجب على مدرب الناشئين إعطاء الحرية لهم للإظهار قدرهم على التصويب مع استخدام الأسلوب الأمثل للتوجيه . (شعلان ، 1997، ص32)

_ المهارات الأساسية بدون كرة:

يستخدم علياه بالمهارات البدنية، وهي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة في إطار اللعبة دون استعمال الكرة. ويكثر استخدامها في المباراة الواحدة مقارنة بالمهارات بالكرة، حيث أكدت الدراسات إن الوقت الذي يلمس فيه اللاعب الكرة خلال المباراة الواحدة لا يزيد عن دقيقتين أما بقية القوس و هو حوالي 87_88 يتحرك فيه اللاعب بدون كرة (السيد، 2002، ص28).

و تضم المهارات الأساسية بدون كرة في كرة القدم المهارات التالية:

1_ الجري و تغير الاتجاه:

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإقطاع و تمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم و العكس طوال زمن المباراة و هذا الأمر يستدعي من اللاعبين ايجادة الجري و التدريب عليه . و الجري بدون كرة للاعب كرى القدم يكون بخطوات قصيرة لكي يحتفظ بتوازنه باستمرار و التحكم في الكرة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسهولة. و تختلف

المسافة التي يتحرك فيها اللاعب بالجري بدون كرة سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة متوسطة لمسافات تتراوح ما بين 5-30م و يكون غالبا هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق بالكرة و الوصول إليها قبل أن تصبح في متناول الخصم. الوثب:

أصبح ضرب الكرة بالرأس في كرى القدم الحديثة عاملا مهما جدا كمهارة مؤثرة في نتائج المباريات. و يتطلب ذلك حسن ومقدرة اللاعب على أداء هذه المهارة بإتقان والكمال المطلوب إلى قدرته على الوثب بالطريقة السليمة للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن.

و هذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الارتقاء للاعب كرة القدم مع التوقيت السليم. و الهبوط المناسب ويكون ذلك الارتقاء أما برجل واحدة أو بالرجلين معامع ملاحظة عدم رفع الرجلين معامع ملاحظة عدم رفع الرجل الحرة أثناء الارتقاء و الوثب الأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس (السيد، 2002، ص28)

3_ مهارة الخداع و التمويه:

تكمن أهمية هذه المهارة في كونها تمكن اللاعب من التكيف بسرعة مع متغيرات اللعب المختلفة.

ة التعامل معها بصورة ناجحة مع إيجاد الحلول المناسبة و الفعالة و التمويه بالجدع أو الرجلين بتغير سرعة و اتجاه الجري أو خطوة جانبية ثم التحويل إلى الجهة الأخرى. وتتطلب هذه المهارة في أدائها الرشاقة و المرونة والتوافق العصبي العضلي (تامر، 1989، ص40).

خلاصة:

تعتبر المهارات الأساسية احد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية ،حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ويحاول إتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق اعلى مستويات ، ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في جميع المهارات الأساسية للعبة ، بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل ايطار قانون للعبة كرة القدم.

تمهيد:

من أجل الوصول إلى حل لمشكلة البحث المطروحة حول معرفة مدى تأثير البرنامج التدريبي بالتدريب البصري تأثيرا ايجابيا على الجانب المهاري للاعبي كرة القدم باختلاف فئاته و مستوياته العلمية وعليه كان من الضروري على الطالبان الباحثان توضيح المنهجية المتبعة و إجراءاتها الميدانية و هي كما يلي.

1-1-1 منهج البحث:

إن مجال البحث العلمي يعتمد على المنهج المناسب لكل مشكلة، مستندا على طبيعة المشكلة نفسها و تختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه. (تركي، 1984، صفحة 131)

استخدم الطالب الباحث المنهج التجريبي

2-1-2 مجتمع وعينة البحث:

تمت الدراسة على مجتمع من اللاعبين كرة القدم ينشطون في الجهوي الاول بولاية معسكر اما عينة البحث تمثلت في لاعبي كرة القدم فئة 19 سنة و يبلغ عددهم 40 لاعب. للموسم الرياضي 2019/2018. تم اختيارها بالطريقة مقصودة.

2-1-3-1 متغيرات البحث: يمكن تحديد متغيرات البحث كما يلي:

2-1-3-1-1 المتغير المستقل: التدريب البصري

2-1-3-1-2 المتغير التابع : مهارات كرة القدم

2-1-4-1 مجالات البحث:

المجال البشري:

عينة تجريبية من فريق هلال البرج معسكر أواسط عددهم 15 لاعب.
عينة ضابطة من فريق مولودية عين فارس معسكر أواسط عددهم 15 لاعب .
التجربة الاستطلاعية من فريق هلال البرج معسكر لاعبين أواسط عددهم 10 لاعبين.

المجال الزمني :

تاريخ التحكيم: من 01 الى 06 فيفري 2019.

تاريخ التجربة الاستطلاعية: من 08 إلى 10 فيفري 2019 .

تاريخ تطبيق البرنامج: من 18 فيفري الى 15 افريل 2019 .

المجال المكاني:

ملعب الإخوة بصافي البرج معسكر بالنسبة لفريق هلال البرج.
ملعب بلحساين لكحل عين فارس معسكر بالنسبة لفريق مولودية عين فارس.

2-6- الدراسة الإستطلاعية:

شملت بعض مهارات كرة القدم على عينة عددها 10 اللاعبين كرة القدم وذلك من أجل إيجاد المعاملات العلمية الآتية:

2-1-7- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

2-1-7-1- الثبات: يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين . (مقدم، 1993، صفحة 152)

كما يقول فان فالين (Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتاً إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الشروط. (حسانين م، 1995، صفحة 193)

واستخدام الطالب الباحث إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" (معامل الارتباط Test - Retest) للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار. وعلى هذا أساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة، نفس الأماكن، نفس التوقيت، نفس اللاعبين).

2-1-7-2- الصدق الاختبار:

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسانين، 1995 ص193) وباستعمال معامل الارتباط "ر" لبيرسون لحساب ثبات و صدق الاختبار.

جدول (01) يمثل معامل الثبات للاختبارات .

الاختبارات البدنية	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل الثبات	ر.جدولية
اختبار إحساس بالكرة	10	09	0.05	0.93	0,602
اختبار إيقاف الحركة بالكرة				0,91	
اختبار دقة التمرير العالي				0,97	
اختبار دقة التصويب				0.96	

قيمة " ر " الجدولية عند 0,602 عند مستوى الدلالة 0.05
ن=10

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط للاختبارات تراوحت ما بين 0.95-0.98 بعد استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات عند مستوى الدلالة 0.05 و هذه القيم دالة إحصائياً بالمقارنة مع " ر " الجدولية التي بلغت 0,602 وعليه يتبين للطالبان الباحثان أن الاختبارات تتميز بدرجة ثبات

2-1-7-4- الموضوعية: تعتبر الموضوعية من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في إجراء الاختبار وتسجيل النتائج (فرحات، 2003، صفحة 170) .

إن الطالب الباحث استخدم في البحث اختبارات مهارية بعد تقديم ه إلى مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال كرة القدم على مستوى معهد التربية البدنية و الرياضية التابع لجامعة مستغانم ،وذلك بغرض التحكيم ثم بعد ذلك قيام باختبارات مهارية بالنسبة للاعبين كرة القدم والتي شملت (اختبار إحساس بالكرة، إيقاف الحركة بالكرة،دقة التمرير العالي،دقة التصويب)

وبناء على الخطوات السابقة يمكن للطالب الباحث ث أن يستخلص أن أداة الدراسة (اختبارات المهارة) يتميز الموضوعية.

-1-8-1- وسائل الدراسة:

-2-1-8-1- الأدوات البيداغوجية:

1- صافرة.

2- ميقاتي.

3- شواخص.

4- صديرات

5- جهاز عرض بيانات بالحاسوب.

6-15 كرة القدم.

-2-1-8-2- الوسائل الإحصائية:

❖ المتوسط الحسابي.

❖ الوسيط.

❖ الانحراف المعياري.

❖ معامل الارتباط "ر" لكارل بيرسون.

❖ معامل الإنتواء.

❖ اختبار "ت" للفروق بين المتوسطات.

- تمت المعالجة بEXC-

من أجل فهم كيفية استعمالها يكون توضيحها كالتالي:

❖ المتوسط الحسابي :

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n} \text{ (ابراهيم، 1999، صفحة 135)}$$

❖ الوسيط :

✓ طريقة حساب الوسيط :

- ترتيب المفردات وفقا لمقدارها تصاعديا أو تنازليا .
- يسجل عدد القيم أو المفردات (ن) .
- تم تحديد ترتيب الوسيط .
- يجب مقدار قيمة الوسيط .

الوسيط هو القيمة التي تتوسط القي, (رضوان، 2003، صفحة 138)

❖ معامل الالتواء :

$$\text{معامل الالتواء} = \frac{3(\bar{x} - \text{وسيط})}{\sigma} \text{ (حسنين، 2000، صفحة 79)}$$

❖ الانحراف المعياري :

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n}} \text{ (الحكيم، 2004، صفحة 146)}$$

"ت" ستودنت: س ف

$$\frac{\sum \text{ح}^2 \text{ف}}{\sqrt{(ن-1)ن}}$$

$$\frac{\text{س} - 1 \text{س} 2}{\sqrt{2\text{ع}1 + 2\text{ع}2}}$$

ت" ستيودنت:

ن-1

❖ معامل الارتباط لبيرسون (معامل الثبات) :

نكتب معادلة الارتباط لبيرسون كالتالي :

$$r = \frac{ن (\text{سمجس}) - (\text{مج}) (\text{مجص})}{\sqrt{(ن \text{مجس}^2 - 2 (\text{مجس}) (\text{مجص}) + 2 (\text{مجص})^2)}} = \dots \text{ (الشرييني، 1995، صفحة 132)}$$

صعوبات البحث:

1- غياب بعض اللاعبين عن الحصص التدريبية.

2- صعوبة موافقة الفريق عن برامجنا التدريبية.

3- صعوبة تحكيم الاستمارات نظرا لالتزامها مع الطلبة .

4- صعوبة جمع المعلومات و البيانات نظرا لنقص المراجع و المصادر في هذا

الموضوع.

5- نقص في الأدوات والأجهزة الرياضية.

6- تزامن وقت تدريبات اللاعبين مع امتحاناتهم الدراسية.

1-تمهيد:

إن المعطيات والنتائج المتحصل عليها في أي دراسة أو بحث ما تتطلب من الباحث عرضها ومناقشتها وتحليلها , لهذا الغرض قام الباحث بكل التفاصيل التي تؤدي الى الفهم المقنن للدراسة والدلالات التي تقتضي أثر الفاعلية في البرنامج التدريبي على مستوى المواقف المنجزة والجانب المهاري ونوع النشاط مع طبيعة الاختبارات, هذا الأخير تطرقنا في هذا الفصل إلى تحليل النتائج وإظهار التوضيحات اللازمة للفهم مع إعطاء حوصلة لكل نتيجة توصلنا إليها وعرضها في شاکلة جداول خاصة وتحليلها بيانيا .

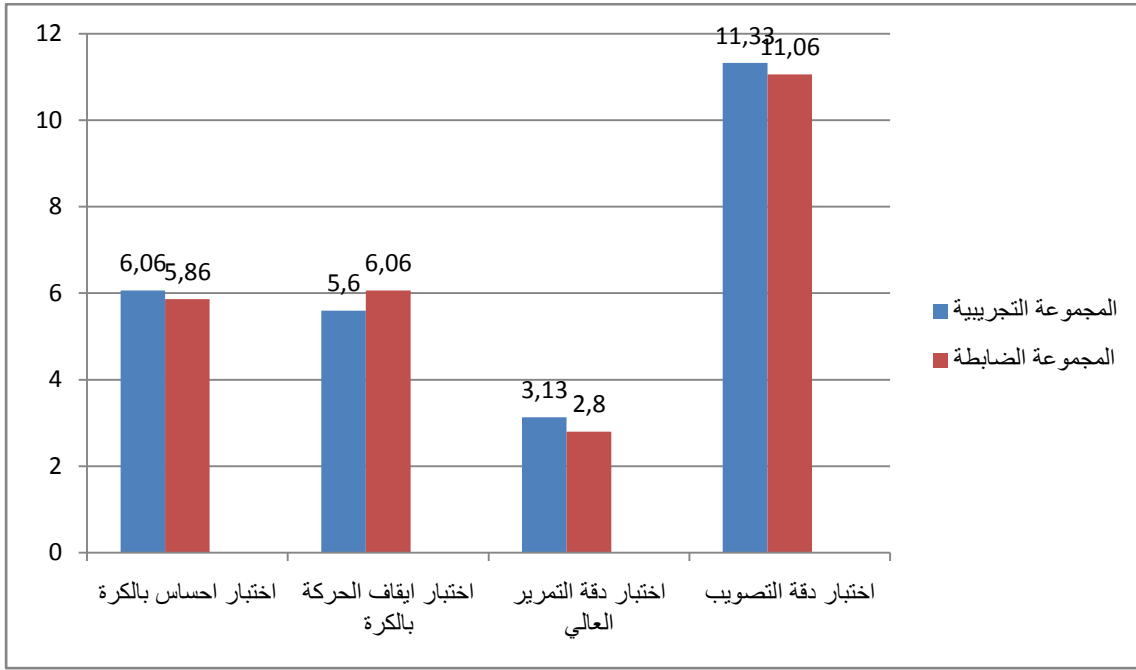
2-1 عرض ومناقشة نتائج البحث:

كما ذكرنا سابقا إن الدراسة تهدف إلى البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجابا على الجانب المهاري للاعبين كرة القدم والمتمثلة في اختبار إحساس بالكرة, وإيقاف الحركة بالكرة , ودقة التمرير العالي, ودقة التصويب, ولتحقيق ذلك أجري الباحثان مجموعة من الاختبارات المذكورة سلفا ونحن بصدد مناقشتها.

الجدول رقم(2):يوضح مدى تجانس بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في نتائج الاختبارات القبلية باستخدام اختبار دلالة الفروق"ت":

الاختبار القبلي	درجة الحرية	العينة التجريبية		العينة الضابطة		ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س				
اختبار إحساس بالكرة	28	1,62	6,06	1,45	5,86	0,34	2,05	0,05	غير دال
اختبار إيقاف الحركة بالكرة	28	2,74	5,60	2,51	6,06	0,48			
اختبار دقة التمرير العالي	28	1,18	3,13	1,14	2,8	0,78			
اختبار دقة التصويب	28	2,91	11,33	2,51	11,06	0,26			

لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية لمجموع نتائج الخام لعينتي البحث القبلية باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت" ستيودنت المحسوبة كما هي موضحة في الجدول رقم(2) أن جميع قيم "ت" المحسوبة تأرجحت بين 0,26 كأصغر قيمة و 0,78 كأكبر قيمة ,وهذه القيم أصغر من "ت" الجدولية التي بلغت 2,05 , عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 14 , مما تؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات , أي أن الفروق الحاصلة بين المتوسطات ليست لها دلالة إحصائية بالتالي فان هذا التحصيل الإحصائي يؤكد على مدى تجانس بين عينتي البحث القائم بين بعض مهارات للاعبي كرة القدم.



الشكل رقم (1): يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينتي البحث.

2-2 مناقشة عرض ونتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث:

الجدول رقم (3): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة

التصويب:

الاختبارات	مستوى الدلالة	د-ح	"ت" ج	"ت" م	ع2	س2	ع1	س1	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
إحساس بالكرة	0,05	14	2,14	5,8	0,96	6,93	2,08	5,06	15	العينة التجريبية
				1,97	1,23	5,66	1,55	6,46	15	العينة الضابطة
2,51				2,35	6,53	2,55	5,16	15	العينة التجريبية	
2,04				2,16	5,4	2,47	6,13	15	العينة الضابطة	
إيقاف حركة بالكرة										

دقة التمير العالى				4.58	1.27	3.93	1.18	3.13	15	العينة التجريبية
				0.58	1.32	2.8	1.76	3.13	15	العينة الضابطة
دقة التصويب				2.61	3.06	12.4	2.92	11.33	15	العينة التجريبية
				1.87	2.84	11.66	2.9	11.46	15	العينة الضابطة

1-2-2 عرض ومناقشة نتائج الاختبار دقة التصويب:

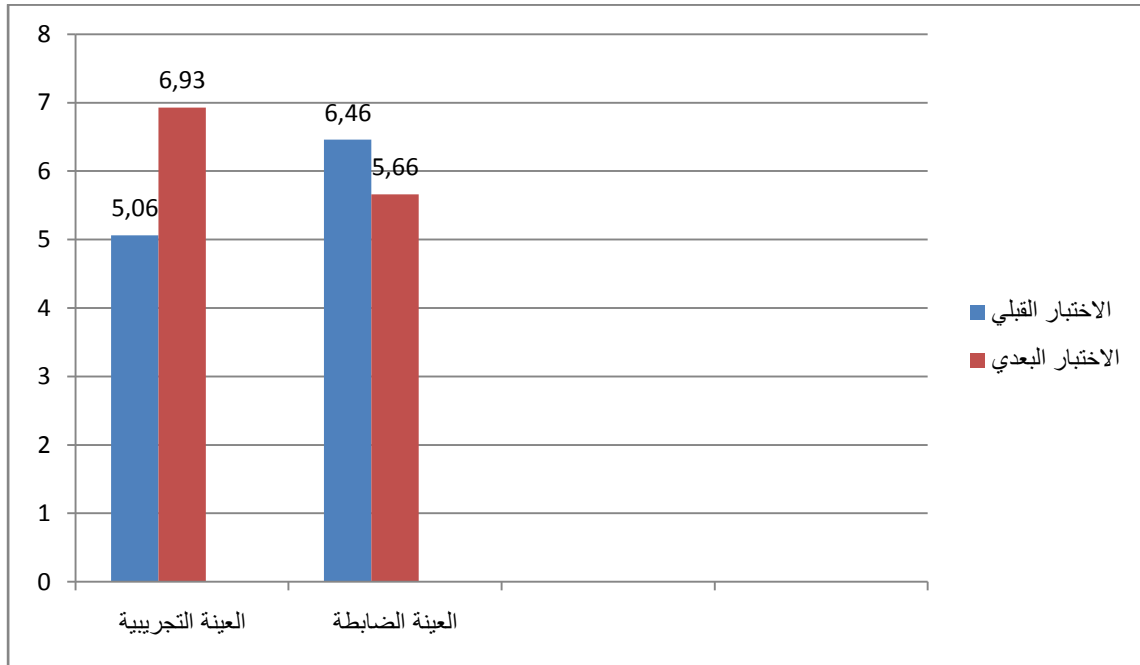
الجدول رقم(4): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب:

مستوى الدلالة	د-ح	"ت"ج	"ت"م	ع2	س2	ع1	س1	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
0,05	14	2,14	5,8	0,96	6,93	2,08	5,06	15	العينة التجريبية
			1,97	1,23	5,66	1,55	6,46	15	العينة الضابطة

لقد تبين من خلال النتائج المدون في الجدول رقم(4) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج دقة التصويب بلغت 6,46 والانحراف المعياري بلغ قدره 1,55 أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 5,66 والانحراف المعياري 1,30, بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجابا على الجانب المهاري للاعب كرة القدم, فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 5,06 وانحرافها المعياري 2,08 , أما في الاختبار البعدي فقد بلغ متوسط الحسابي قيمة

6,93 والانحراف المعياري 0,96 وبعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت وبعد عملية التوظيف والمعالجة الإحصائية, تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينه الضابطة التي بلغت 1,97 وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14, وبالنسبة للعينه التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة 5,8 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية 14 ومستوى الدلالة 0,05.

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينه الضابطة أصغر من "ت" الجدولية, وقيمة "ت" المحسوبة للعينه التجريبية أكبر من "ت" الجدولية, يستخلص الطالب الباحث أن الفروق الظاهرية بين متوسطات النتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر , بينما توجد دلالة إحصائية للعينه التجريبية لصالح الاختبار البعدي, وهذا راجع إلى مدى تطبيق البرنامج التدريبي بالتدريب البصري مما أثر إيجابا على اختبار دقة التصويب للاعبين كرة القدم.



الشكل رقم(2): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب.

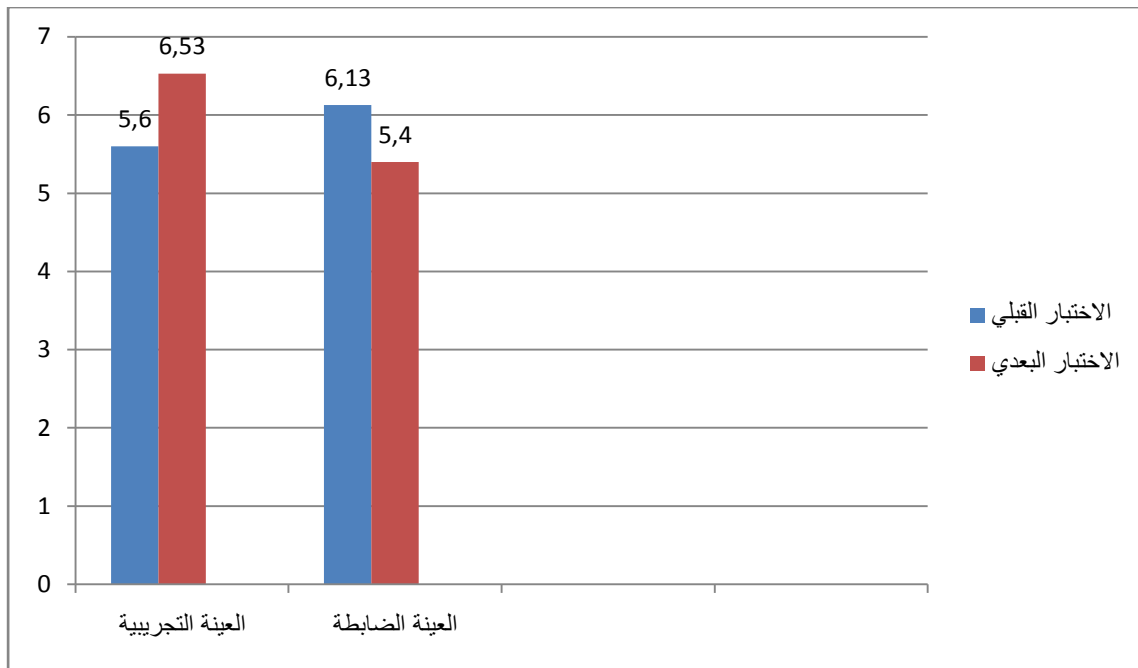
2-2-2 عرض ومناقشة نتائج الاختبار إيقاف حركة الكرة:

الجدول رقم(5): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة.

مستوى الدلالة	د-ح	"ت"ج	"ت"م	2ع	2س	1ع	1س	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
0,05	14	2,14	2,51	2,35	6,53	2,55	5,6	15	العينة التجريبية
			2,04	2,16	5,40	2,47	6,13	15	العينة الضابطة

لقد تبين من خلال النتائج المدون في الجدول رقم(5) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج إيقاف حركة الكرة بلغت 6,13 والانحراف المعياري بلغ قدره 2,47 أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 5,4 والانحراف المعياري 2,16, بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجابا على الجانب المهاري للاعبين كرة القدم, فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 6,5 وانحرافها المعياري 2,55 , أما في الاختبار البعدي فقد بلغ متوسط الحسابي قيمة 6,53 والانحراف المعياري 2,35 وبعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت وبعد عملية التوظيف والمعالجة الإحصائية, تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 2,04 وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14, وبالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة 2,51 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية 14 ومستوى الدلالة 0,05.

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية، وقيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية، يستخلص الطالب الباحث أن الفروق الظاهرية بين متوسطات النتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي، وهذا راجع إلى مدى تطبيق البرنامج التدريبي بالتدريب البصري مما أثر إيجاباً على اختبار إيقاف حركة الكرة للاعبين كرة القدم.



الشكل رقم(3): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة.

2-2-4 عرض ومناقشة نتائج الاختبار دقة التمرير العالي:

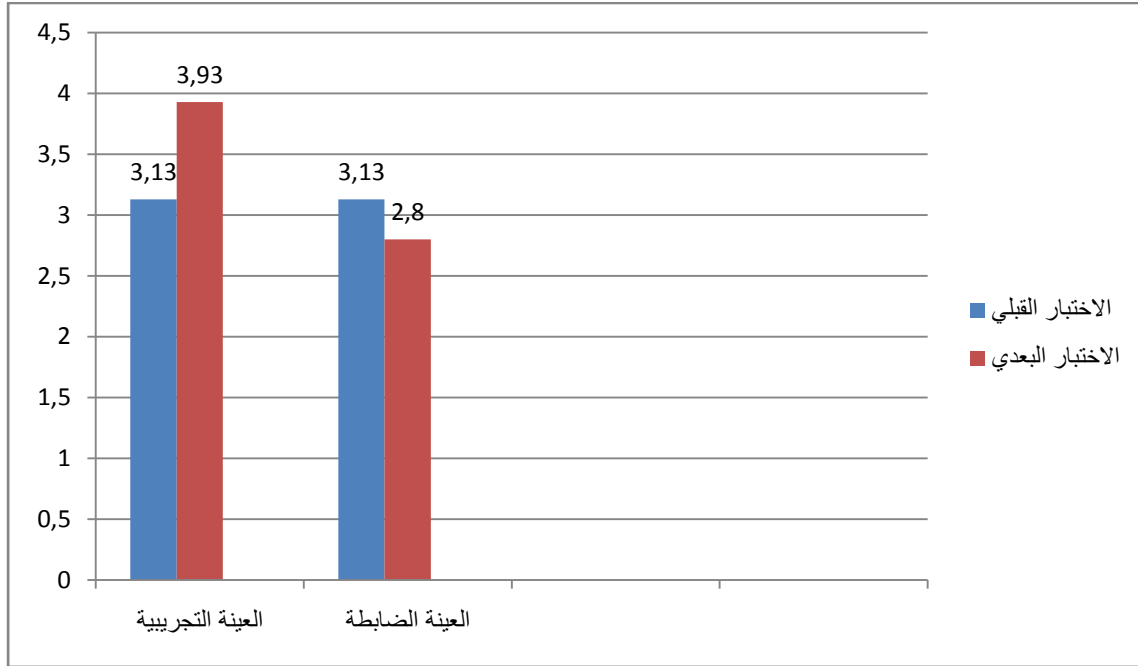
الجدول رقم(6): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي.

المقاييس الإحصائية	حجم العينة	س1	ع1	س2	ع2	"ت"م	"ت"ج	د-ح	مستوى الدلالة
العينة التجريبية	15	3,13	1,18	3,93	1,27	4,58	2,14	14	0,05
العينة الضابطة	15	3,13	1,76	2,8	1,32	0,58			

لقد تبين من خلال النتائج المدون في الجدول رقم (6) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج دقة التمرير العالي بلغت 3,13 والانحراف المعياري بلغ قدره 1,76 أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 2,8 والانحراف المعياري 1,32, بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجاباً على الجانب المهاري للاعب كرة القدم, فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 3,13 وانحرافها المعياري 1,18 , أما في الاختبار البعدي فقد بلغ متوسط الحسابي قيمة 3,93 والانحراف المعياري 1,27 وبعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت وبعد عملية التوظيف والمعالجة الإحصائية, تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 0,58 وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14, وبالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة 2,51 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 4,58 عند درجة الحرية 14 ومستوى الدلالة 0,05.

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية, وقيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية, يستخلص الطالب الباحث أن الفروق الظاهرية بين متوسطات النتائج للاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا

توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر , بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي, وهذا راجع إلى مدى تطبيق البرنامج التدريبي بالتدريب البصري مما أثر إيجاباً على اختبار دقة التمرير العالي للاعبين كرة القدم.



الشكل رقم(4): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي.

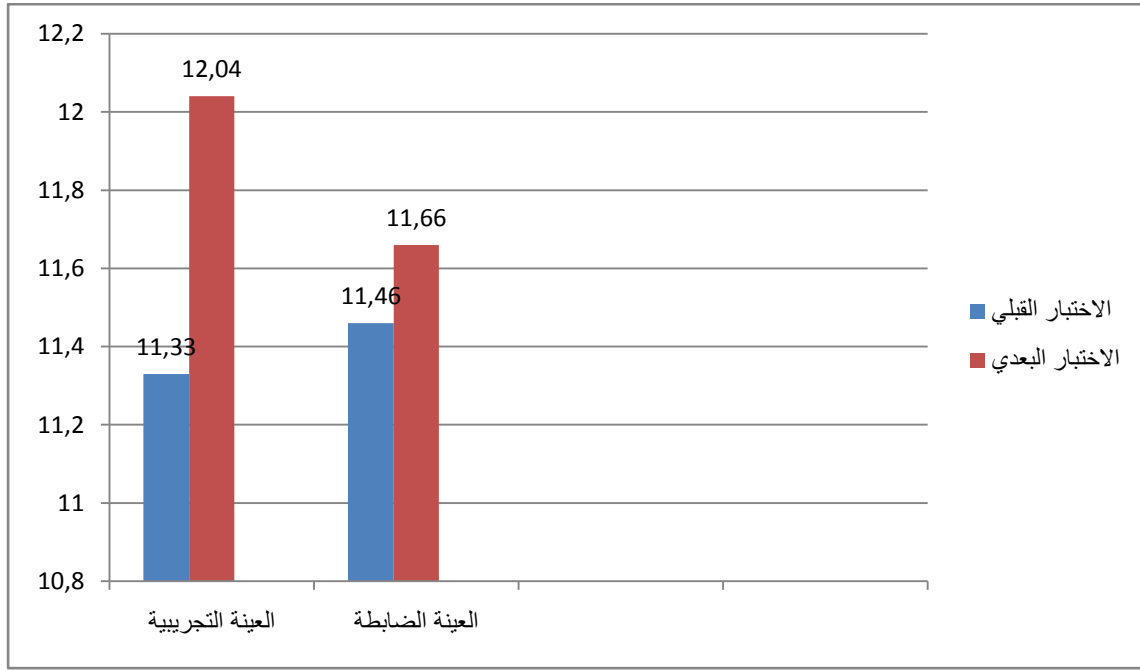
2-2-5 عرض ومناقشة نتائج الاختبار دقة التصويب:

الجدول رقم(7): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب.

مستوى الدلالة	د-ح	ت"ج	ت"م	ع2	س2	ع1	س1	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
0,05	14	2,14	2,61	3,06	12,4	2,92	11,33	15	العينة التجريبية
			1,87	2,84	11,66	2,9	11,46	15	العينة الضابطة

لقد تبين من خلال النتائج المدون في الجدول رقم (7) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج دقة التصويب بلغت 11,46 والانحراف المعياري بلغ قدره 2,9 أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي 11,66 والانحراف المعياري 2,84، بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجاباً على الجانب المهاري للاعب كرة القدم، فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 11,33 وانحرافها المعياري 2,92، أما في الاختبار البعدي فقد بلغ متوسط الحسابي قيمة 11,66 والانحراف المعياري 2,84 وبعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت وبعد عملية التوظيف والمعالجة الإحصائية، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 1,87 وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14، وبالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة 2,51 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,61 عند درجة الحرية 14 ومستوى الدلالة 0,05.

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية، وقيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية، يستخلص الطالب الباحث أن الفروق الظاهرية بين متوسطات النتائج للاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي، وهذا راجع إلى مدى تطبيق البرنامج التدريبي بالتدريب البصري مما أثر إيجاباً على اختبار دقة التصويب للاعب كرة القدم.



الشكل رقم(5): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب.

2-3 مناقشة عرض ونتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث:

الجدول رقم(8): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث:

الاختبارات	مستوى الدلالة	د-ح	ت"ج	ت"م	ع1	س1	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
إحساس بالكرة	0,05	28	2,05	3,13	0,96	6,93	15	العينة التجريبية
					1,23	5,66	15	العينة الضابطة
1,37				2,35	6,53	15	العينة التجريبية	
				2,16	5,4	15	العينة الضابطة	

دقة التمير العالى			2,38	1,28	3,93	15	العينة التجريبية
				1,32	2,8	15	العينة الضابطة
دقة التصويب			0,68	3,06	12,4	15	العينة التجريبية
				2,84	11,66	15	العينة الضابطة

2-3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبار دقة التصويب:

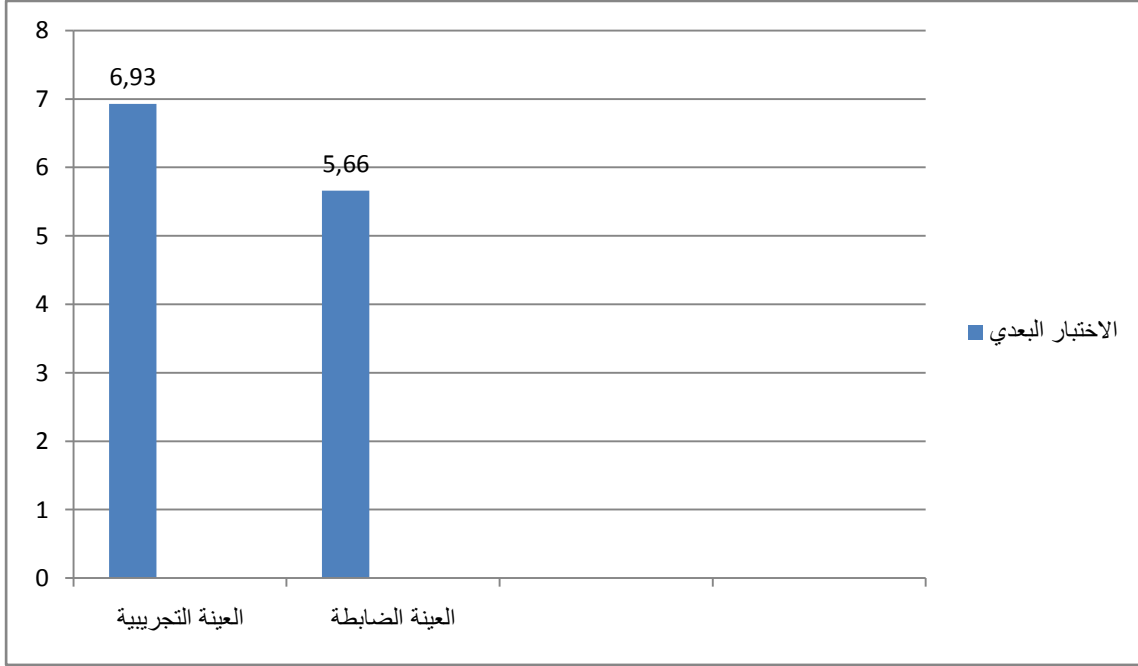
الجدول رقم(8):يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب:

المقاييس الإحصائية	حجم العينة	س1	ع1	"ت"م	"ت"ج	د-ح	مستوى الدلالة
العينة التجريبية	15	6,93	0,96	3,13	2,05	28	0,05
العينة الضابطة	15	5,66	1,23				

نلاحظ من خلال مقارنة النتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم(8) بين عينتي البحث في اختبار دقة التصويب , أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب5,66 والانحراف المعياري 1,23 بالنسبة للعينة الضابطة , وبمقدار 6,93 وانحراف المعياري 0,96 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري , يشير الى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية, لكن لا يعتبر هذا الحكم صحيحا وموضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستودنت , حيث بعد المعالجة الإحصائية لموضوع النتائج الخام المتحصل عليها بلغت قيمة "ت" المحسوبة 3,13 بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,05 عند درجة الحرية 2ن-2(28), وعند مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 , وهي أقل من "ت" المحسوبة.

وعلى أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرة الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة والتجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتحسين مهارة دقة التصويب التي تساهم بقدر كبير في ارتقاء بمستوى اللاعب, وهذا راجع إلى مدى أهمية البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجابا

على الجانب المهاري للاعب كرة القدم على العينة التجريبية بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريب من قبل المدرب فبدون برنامج لا يعود بالإيجاب على الجانب المهاري للاعب كرة القدم.



الشكل رقم(6): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب.

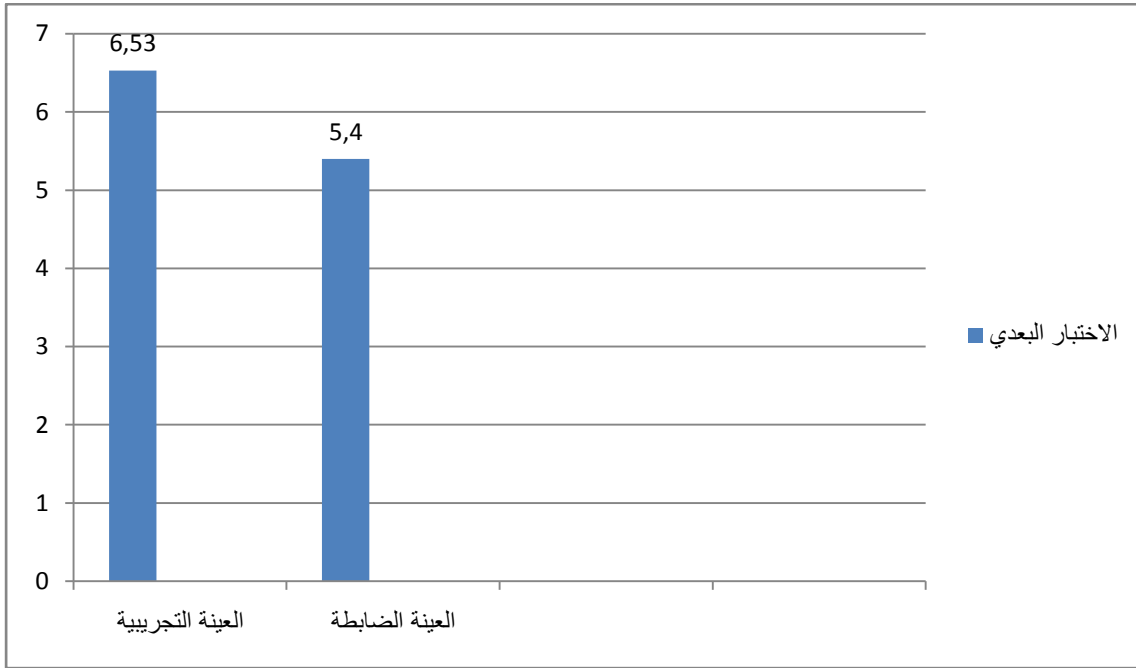
2-3-2 عرض ومناقشة نتائج الاختبار إيقاف حركة الكرة:

الجدول رقم(9): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة:

المقاييس الإحصائية	حجم العينة	س1	ع1	"ت"م	"ت"ج	د-ح	مستوى الدلالة
العينة التجريبية	15	6,53	2,35	1,37	2,05	28	0,05
العينة الضابطة	15	5,4	2,16				

نلاحظ من خلال مقارنة النتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (9) بين عينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب5,4 والانحراف المعياري 2,16 بالنسبة للعينة الضابطة ، وبمقدار 6,53 وانحراف المعياري 2,35 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري ، يشير الى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية، لكن لا يعتبر هذا الحكم صحيحا وموضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستودنت ، حيث بعد المعالجة الإحصائية لموضوع النتائج الخام المتحصل عليها بلغت قيمة "ت" المحسوبة 1,37 بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,05 عند درجة الحرية 2ن-2(28)، وعند مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 ، وهي أقل من "ت" المحسوبة.

وعلى أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرة الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة والتجريبية ليس لها دلالة إحصائية ألا أن كان تحسنا للعينة التجريبية لتحسين مهارة دقة التصويب التي تساهم بقدر كبير في ارتفاع بمستوى اللاعب، وهذا راجع إلى مدى أهمية البرنامج التدريبي بالتدريب البصري الذي يؤثر إيجابا على إيقاف حركة الكرة للاعب كرة القدم على العينة التجريبية بينما العينة الضابطة بالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريب من قبل المدرب فبدون برنامج لا يعود بالإيجاب على إيقاف حركة الكرة للاعب كرة القدم.



الشكل رقم(7): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار إيقاف حركة الكرة.

2-3-3 عرض ومناقشة نتائج الاختبار دقة التمرير العالي:

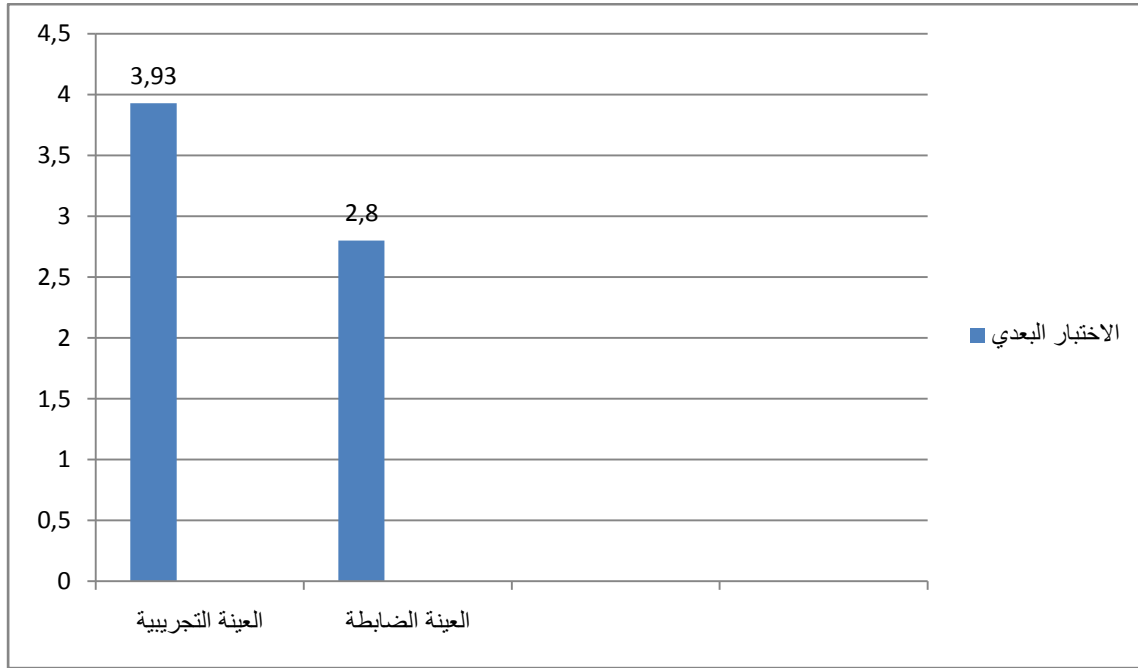
الجدول رقم(10): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي:

مستوى الدلالة	د-ح	"ت"ج	"ت"م	ع1	س1	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
0,05	28	2,05	2,38	1,28	3,93	15	العينة التجريبية
				1,32	2,8	15	العينة الضابطة

نلاحظ من خلال مقارنة النتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم(11) بين عينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي , أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب2,8 والانحراف المعياري 1,32 بالنسبة للعينة

الضابطة , وبمقدار 3,93 وانحراف المعياري 1,28 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري , يشير الى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية, لكن لا يعتبر هذا الحكم صحيحا وموضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت , حيث بعد المعالجة الإحصائية لموضوع النتائج الخام المتحصل عليها بلغت قيمة "ت" المحسوبة 2,38 بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,05 عند درجة الحرية 2ن-2(28), وعند مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 , وهي أقل من "ت" المحسوبة.

وعلى أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرة الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة والتجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتحسين مهارة دقة التمرير العالي التي تساهم بقدر كبير في ارتفاع بمستوى اللاعب, وهذا راجع إلى مدى أهمية البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجابا على الجانب المهاري للاعب كرة القدم على العينة التجريبية بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريب من قبل المدرب فبدون برنامج لا يعود بالإيجاب على دقة التمرير العالي للاعب كرة القدم.



الشكل رقم(8): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التمرير العالي.

2-3-4 عرض ومناقشة نتائج الاختبار دقة التصويب:

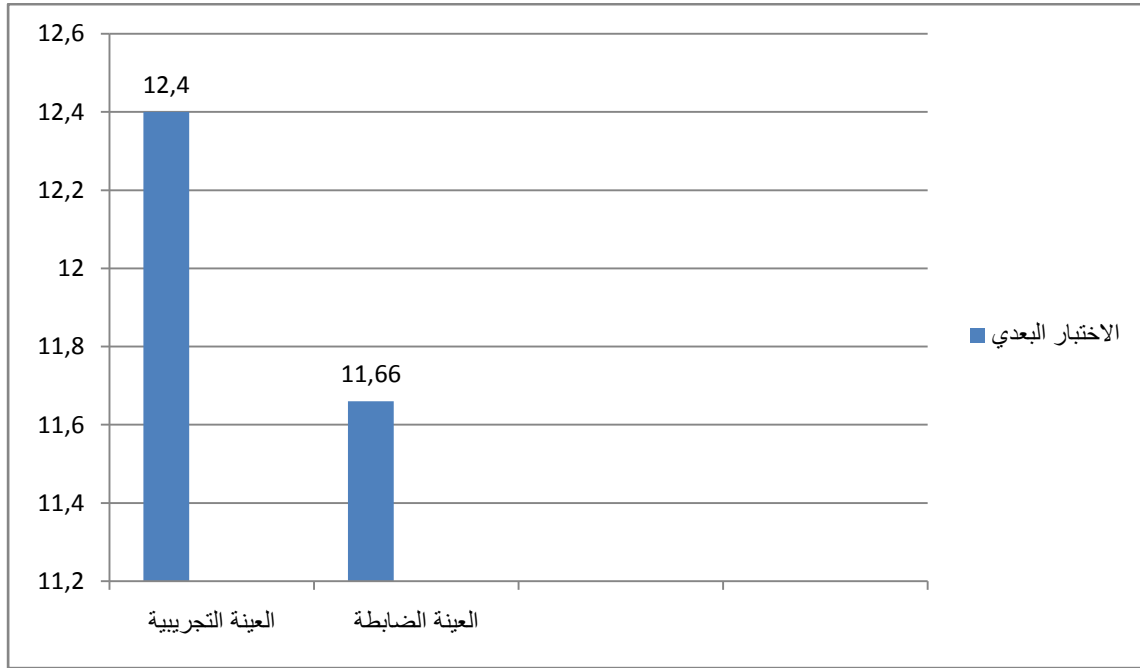
الجدول رقم(12): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب:

مستوى الدلالة	د-ح	"ت"ج	"ت"م	ع1	س1	حجم العينة	المقاييس الإحصائية
0,05	28	2,05	0,68	3,06	12,4	15	العينة التجريبية
				2,84	11,66	15	العينة الضابطة

نلاحظ من خلال مقارنة النتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم(12) بين عينتي البحث في اختبار دقة التصويب, أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب11,66 والانحراف المعياري 2,84 بالنسبة للعينة

الضابطة , وبمقدار 12,4 وانحراف المعياري 3,06 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي بالتدريب البصري , يشير الى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية, لكن لا يعتبر هذا الحكم صحيحا وموضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت , حيث بعد المعالجة الإحصائية لموضوع النتائج الخام المتحصل عليها بلغت قيمة "ت" المحسوبة 0,68 بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,05 عند درجة الحرية 2ن-2(28), وعند مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 , وهي أقل من "ت" المحسوبة.

وعلى أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرة الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة والتجريبية ليس لها دلالة إحصائية ألا أن كان تحسنا للعينة التجريبية لتحسين مهارة دقة التصويب التي تساهم بقدر كبير في ارتفاع بمستوى اللاعب, وهذا راجع إلى مدى أهمية البرنامج التدريبي بالتدريب البصري الذي يوتر إيجابا على اختبار دقة التصويب للاعب كرة القدم على العينة التجريبية بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريب من قبل المدرب فبدون برنامج لا يعود بالإيجاب على دقة التصويب للاعب كرة القدم.



الشكل رقم(9): يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار دقة التصويب.

2-2-2 الاستنتاجات :

- لا توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختبار القبلي في اختبار إحساس بالكرة، وإيقاف الحركة بالكرة ، ودقة التمرير العالي، ودقة التصويب، وهذا ما تؤكد أن هناك تجانس بين هذه العينات.
- لا توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة الضابطة في اختبار إحساس بالكرة، وإيقاف الحركة بالكرة ، ودقة التمرير العالي، ودقة التصويب.
- توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار إحساس بالكرة، وإيقاف الحركة بالكرة ، ودقة التمرير العالي، ودقة التصويب لصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في اختبارات إحساس بالكرة ، واختبار دقة التمرير العالي لصالح المجموعة التجريبية.

2-2-3 مناقشة النتائج بالفرضيات:

2-2-3-1 مناقشة الفرضية الأولى: G

- لا توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة الضابطة في اختبار إحساس بالكرة، وإيقاف الحركة بالكرة، ودقة التمرير العالي، ودقة التصويب.

على اثر المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج المتحصل عليها باستخدام اختبار دلالة "ت" غرض إصدار أحكام حول معنوية الفروق الحاصلة بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة تبين من خلال الجدول النتائج المستخلصة وكما هي مدونة في الجداول حسب أرقام التالية (4,5,6,7) تأكدنا أن التدريبات التي كانت تقوم بها العينة الضابطة تحت المدرب كان تأثيرها ليس ايجابيا في تحسين بعض مهارات كرة القدم وتبين هذا هذا من خلال قيم "ت" المحسوبة التي تراوحت ما بين (0,58-1,97) وقد بلغت "ت" الجدولية (2,14) وعند درجة الحرية (0,05) أي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا راجع حسب رأي الطالبان الباحثان إلى طريقة التي يتبعها المدرب في التدريب والملل عند اللاعبين وعدم مدهم مجهودات زائدة وعليه الفرضية محققة.

يري الطالب ان السبب في ذلك يعود ان هناك العديد من المهارات الضرورية والتي يجب ان يتقنها اللاعب حتى يستطيع ان يتفاعل مع مجريات رياضة كرة القدم، ويعود التقدم الحاصل في مهارة إيقاف الكرة ودقة التمرير إنهما من المهارات الأساسية المطلوبة في اي نشاط رياضي حيث تؤدي إلى الأداء السليم لباقي المهارات الاخرى

من استقبال وتصويب، وكل هذه المهارات تحتاج لمهارة التمير وإيقاف الكرة، أولاً، وهذا ما أكدته حيث أشار (محمود، موفق اسعد، 2008، التعلم المهارات الأساسية في كرة القدم، ط1، دار دجلة . عمان) ان إتقان هذه المهارات يستطيع اللاعب ان يتقدم في المهارات الأخرى

2-2-3-2 مناقشة الفرضية الثانية:

توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار إحساس بالكرة، وإيقاف الحركة بالكرة ، ودقة التمير العالي، ودقة التصويب لصالح الاختبار البعدي.

على اثر المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج المتحصل عليها باستخدام اختبار دلالة "ت" غرض إصدار أحكام حول معنوية الفروق الحاصلة بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية تبين من خلال الجدول النتائج المستخلصة وكما هي مدونة في الجداول حسب أرقام التالية (4,5,6,7) أن كل الفروق الظاهرة الحاصلة بين المتوسطات الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي المطبقة للبرنامج التدريبي، مما يعكس صدق الفرضية أن البرنامج التدريبي بالتدريب البصري يؤثر إيجاباً على الجانب المهاري للاعبين كرة القدم وبذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي.

جاءت هذه الدراسة متفقة مع دراسة كالدن ونواكس والتي توصلت الى تحسن المجموعة الضابطة لأربع مهارات عندما تم تطبيق البرنامج المقترح على العينة .

(Calder ,S.& Noakes .T. (2000):Aspecific Visual Skills Training Programme Emproves Field Hockey Performance,2000 pri-Olymic Congress sports medicine and physical education.9.loran).

وتعزى الطالب ذلك الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بنسبة بسيطة للمجموعة الضابطة حيث انه اكتفى بتدريب بالاسلوب المطبق الذي ادى الى حدوث فروق في مستوى الاداء المهاري بشكل بسيط ،وان التدريب على مهارات كرة القدم يحتاج الى التغيير والتطوير المستمر في وسائل تعليمها وتدريبها لزيادة استعابها .

2-2-3 مناقشة الفرضية الثالثة:

توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,05 بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في اختبارات إحساس بالكرة , واختبار دقة التمرير العالي لصالح المجموعة التجريبية.

على اثر المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج المتحصل عليها باستخدام اختبار دلالة"ت" غرض إصدار أحكام حول معنوية الفروق الحاصلة بين متوسطات نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختبار البعدي تبين من خلال الجدول النتائج المستخلصة وكما هي مدونة في الجداول حسب أرقام التالية(9,10,11,12) أن كل الفروق الظاهرة الحاصلة بين المتوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختبار البعدي لها دلالة إحصائية في اختبارات إحساس بالكرة, واختبار دقة التمرير العالي لصالح الاختبار البعدي المطبقة للبرنامج التدريبي أما في اختبار إيقاف الحركة بالكرة, واختبار دقة التصويب ليس لها دلالة إحصائية , إلا هناك تحسن بالنسبة للمجموعة التجريبية, مما يعكس صدق الفرضية أن البرنامج التدريبي بالتدريب

البصري يؤثر إيجاباً على الجانب المهاري للاعب كرة القدم وبذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار المجموعة التجريبية.

يعزوا الطالب الى فعالية استخدام لبرنامج التدريب الرؤية البصرية في صورة البرنامج التدريبي المقترح لتدريب العين والذي تضمن في محتواه المقومات التي تؤدي الى تنمية وتطوير القدرات البصرية .

وحول هذا يضيف على ذلك تأكيد ما توصل اليه اسيمان وآخرون فان البصر يؤثر

بشكل غير مباشر على الاداء والتحكم في القوام . (Assman f .Caron)

O.Gremieir.J(2005) Effects of the removal of vision on body

sway during different postures in elite gymnasts .Int J

_9 116 (2) 26.(Sports.Mar.

توصيات واقتراحات:

1-استخدام محتوى برنامجنا التدريبي المقترح يضمن برامج إعداد وتدريب النادي لما

له من فاعلية في تنمية وتطوير المهارات كرة القدم لدى اللاعبين.

2-العمل على توفير أدوات ووسائل متطورة للتدريبات الخاصة بالتدريب البصري وعدم

إغفالها في البرنامج التدريبي .

3-إجراء مثل هذه الدراسة على مهارات أخرى في كرة القدم ،يجب إعطاء أهمية كبيرة

لفئة الناشئين إذ تعد مرحلة في غاية الأهمية لتنمية المهارات .

4-الاهتمام بتنمية مهارات كرة القدم بشكل مستمر في برامج العمل التدريبي لاعتباره

عامل من عوامل النجاح للاعب داخل المستطيل الأخضر .

5-الاهتمام باختبارات التدريبات البصرية بصفة دورية للعبة كرة القدم.

6-الاهتمام بالتدريب البصري في كرة القدم باختلاف الفئات العمرية والجنس وخصوصا للفرق المحلية لكرة القدم.

7-ضرورة الاهتمام بتفعيل دور التدريبات البصرية من خلال تطوير خبرة المدربين وتزويدهم بالمعلومات والتدريبات اللازمة .

8-الاهتمام بتطوير الاختبارات وإجراء مزيد من الدراسات حتى تسهم في الارتقاء بالمستوى المهاري للاعبين

.

1. المصادر والمراجع باللغة العربية:

- 1- إبراهيم شعلان .محمد عفيفي :كرة القدم للناشئين ،مركز الكتاب للنشر ، ط 1 ، القاهرة ، مصر، 2001.
- 2- البشتاوي أحمد، مهند الخواجا ،(2005)، مبادئ التدريب الرياضي ، ط دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان
- 3- تامر محسن .واثق ناجي. كرة القدم وعناصرها الأساسية. مطبعة العراق 1989.
- 4- حسن السيد أبو عبد، الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر، 2002.
- 5- حسن السيد أبو عبده : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ،مكتبة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر، 2002.
- 6- حسين علي كنبار ، 2011، الرؤية البصرية في المجال الرياضي ، الأكاديمية الرياضية العراقية.
- 7- حنفي محمود مختار ،كرة القدم للناشئين دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر، 1997.
- 8- زكي محمد حسن ، 2004، مهارات الرؤية البصرية للرياضيين >>الخصائص- العوامل - الفحوصات-التدريبات)المكتبة المصرية الإسكندرية.
- 9- الكابتن رعد محمد عبد ربه، 2010 ،دار النشر الجنادرية،كرة القدم (رياضة الشعوب)

- 10- ليلي عبد العزيز زهران ،المناهج في التربية التدريبية ،دار زهوان القاهرة ،1999.
- 11- محمد الحماحي،برنامج مقترح للتربية الرياضية للمرحلة الابتدائية في ضوء تقويم برامجها الحالية ، القاهرة، 1990.
- 12- محمد رضا الوقاد : التخطيط الحديث في كرة القدم ، دار السعادة ، ط1،مصر
- 13- محمد لطفي السيد حسنين، 2011 الطابع البصري المميز في كرة الطائرة،مركز الكتاب للنشر.
- 14- محمود عبد المحسن ناجي، (2008) تاثير تدريب الرؤية البصرية على اداء اللاعب المدافع الحر في كرة الطائرة.اطروحة دكتوراه غير منشورة . مصر،جامعة المينا.
- 15- مفتي إبراهيم حماد: المهارات الرياضية مركز كتاب للنشر، ط 1، جامعة حلوان، مصر،2002.
- 16- مفتي ابراهيم حماد،(2002)،مركز الكتاب للنشر ،ط1،جامعة حلوان، مصر

المراجع باللغة الأجنبية:

- 1-Brown jim (2001)sport talent :how to identify and developoutstadingathlets ,april.
- 2-Barry seiller (2004) positive vision training an expert guide to improving performance by training the eyes. Human perception and human performance .

3-Thomas A. Wilson ,jeff (2004) .sport vision training for better performance . human kinetics Feb.

4-isabel walker (2001) why visual training programmers for sport dont work ,sports ,sci,mar.

5-isabel walker 2001 : why visual truning programmers for sport don't work , sport sci , mar.

6-Caron O.Gremieir.J(2005) Effects of the removal of vision on body sway during different postures in elite gymnasts .Int J Sports.Mar.

7-Calder ,S.&Noakes .T. (2000):Aspecific Visual Skills Training ProgrammeEmpoves Field Hockey Performance,2000 pri-Olymic Congress sports medicine and physical education.9.loran.

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
70 80	12 07 01	12 07	30 30	30 30	1 1	12 07	07 03	الخميس	الثاني	
70 80	15 04 1	15 04	30 30	30 30	1 1	15 03	08 01	الجمعة		
70 80	15 04 01	14 04	30 30	30 30	1 1	15 04	09 05	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء و للراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات(ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة(د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
60 70	16 01	16	30	30	02	08	10	الخميس	الثالث	
60 70	03 14 01	03 14	30 30	30 30	1 1	3 14	01 08	الجمعة		
60 70	12 05 01	12 05	30 30	30 30	01 01	12 05	09 02	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
70	14	14	30	30	01	15	09	الخميس	الرابع	الثاني
80	05 01	05	60	30	01	05	03			
70	04	04	30	30	1	01	04	الجمعة		
80	15 01	15	30	30	1	15	08			
70	14	14	60	30	02	07	03	السبت		
80	05 01	05	30	30	01	05	05			

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
60 70	12 08 01	12 08	30 30	30 30	01 01	12 08	07 10	الخميس	خامس	
60 70	15 05 01	15 05	30 30	30 30	01 01	15 05	09 02	الجمعة		
60 70	06 12 01	06 12	90 90	30 30	03 03	02 04	04 06	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
60 70	14 03 1.30	14 03	60 30	30 30	02 01	07 03	05 01	الخميس	سادس	
60 70	12 04 1.30	12 04	90 60	30 30	03 02	04 02	06 04	الجمعة		
70 80	14 01 1.30	14 07	30 60	30 30	02 01	07 07	03 02	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء و للراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات(ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة(د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
70 80	14 07 01.30	14 07	60 30	30 30	02 01	07 07	03 05	الخميس	سابع	
70 80	04 15 1.30	04 15	60 30	30 30	02 01	02 15	04 08	الجمعة		
70 80	20 01	20	60	30	02	10	09	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
80 90	16 04 1.30	16 04	60 30	30 30	02 01	08 04	10 05	الخميس	ثامن	
80 90	20	20	60	30	02	10	07	الجمعة		
	08 12 02	08 12	60 60	30 30	02 02	04 06	06 03	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
80 90	06 15 1.30	06 15	90 30	30 30	03 01	02 15	04 09	الخميس	تاسع	
80 90	10 10 1.30	10 10	60 30	30 30	02 01	05 10	03 08	الجمعة		
80 90	08 12 1	08 12	30 30	30 30	01 01	08 12	10 07	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
80 90	16 04 1.30	16 14	60 30	30 30	02 01	08 04	10 05	الخميس	عاشر	الثالث
70 80	20 01	20	60	30	02	10	07	الجمعة		
80 90	08 12 02	08 12	60 60	30 30	02 02	04 06	06 03	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء و للراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات(ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة(د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
80	06	06	90	30	03	02	04	الخميس	إحدى عشر	
90	15 1.30	15	30	30	01	15	09			
80	10	10	60	30	02	05	03	الجمعة		
90	10 1.30	10	30	30	01	10	08			
80	08	08	30	30	01	08	10	السبت		
90	12 1	12	30	30	01	12	07			

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
70 80	15 03 01	15 03	30 30	30 30	01 01	15 03	08 01	الخميس	ثاني عشر	
70 80	15 04 01	15 04	30 30	30 30	01 01	15 04	09 05	الجمعة		
60 70	16 01	16	60	30	02	08	10	السبت		

الشدة	الزمن الكلي للأداء وللراحة	زمن أداء التمرين	الزمن الكلي للراحة (ثا)	زمن الراحة بين التكرارات (ثا)	التكرار	زمن أداء المهارة (د)	التمرين	اليوم	لأسبوع	شهر
60	03	03	30	30	01	03	01	الخميس	ثالث	
70	14 01	14	30	30	01	14	08		عشر	
70	12	12	30	30	01	12	09	الجمعة		
80	05 01	05	30	30	01	05	02			
60	15	15	60	30	01	15	06	السبت		
70	05 01	05	30	30	01	05	02			

