تأثير استخدام تمرينات الرؤية على الدقة البصرية الثابتة والمتحركة ودقة أداء بعض المهارات الهجومية فى الكرة الطائرة

د/ بكر أنور تهامي محمد

مقدمة ومشكلة البحث:

أصبح التطور في مستوى الأداء المهارى لأي نشاط رياضي يعتمد على الأسس العلمية في تعلم المهارات المنهجية لكل نشاط حيث تمثل تلك المهارات الحركات الهادفة والاقتصادية التي يحتاجها المتعلم ليؤديها في جميع المواقف، وإتجه الإهتمام نحو حواس الإنسان لما لها من دور حيوي فى تطور الأداء المهاري فى الأنشطة الرياضية، وتلعب حاسة البصر دوراً هاماً خاصة في الكرة الطائرة والتي تتطلب توافقاً بين العين واليد وبين العين والكرة وذلك لإتمام المتطلبات الحركية والمهارية الخاصة باللعبة بشكل جيد، وقد اعتمد المربون في الآونة الأخيرة على النظام البصري أثناء الأداء الرياضي ذلك لأن الرؤية تؤثر في مقدرة وكفاءة المتعلمين في أداء متطلبات الرياضات المختلفة، وقد اتجه معظم الباحثين نحو تحديد القدرات البصرية الضرورية وتحديد إذ ما كانت تلك القدرات البصرية الخاصة بالرياضيين تختلف عن غير الرياضيين.

ويري **فرانسين ايزنر Francine Eisner** (٢٠٠٢م) أن علماء الرياضة يبحثوا بشكل دائم ومستمر عن الطرق التعليمية والتدريبية الحديثة بهدف تحسين الأداء الرياضي واكتساب ميزة تنافسية، وتمرينات الرؤية تعتبر إحدى هذه التقنيات المعروفة في المجال الرياضي، كما أنها عبارة عن سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسين الوظائف البصرية الأساسية، وهى هامة للرياضيين في جميع الرياضات التنافسية. (٣٤: ١٥)

ويذكر" براين " Brian (٢٠٠٧م) أن الرؤية من الحواس التي تلعب دوراً هاماً في النشاط الرياضي فهي تقدم للرياضيين ما يقدر ب ٨٠ % من المُدخلات الحسية خلال النشاط الرياضي خاصة الأنشطة التي تحتاج إلى مستوى عالي من الإدراك الحسي، وتعتبر الخطوة الأولى للعمليات المعلوماتية، وهى مهارة يمكن تطويرها بالتدريب، وكلما كانت المعلومات أو البيانات غير واضحة أو غير مكتملة أو مشوشة بأي درجة فإن درجة الاستجابة في هذه الحالة تكون أقل مما هو متوقع. (٢٥ :٧٤)

ويوضح "**زكي محمد محمد حسن**" **(٢٠٠٤)** أن الرؤية البصرية الرياضية تعتمد على أن العين تقدم المعلومات إلى المخ الذي بدوره يفسر المعلومات ويرسل الإشارات التي تجعل الأيدي والأرجل وغيرها من أجزاء الجسم تتحرك، وهذا يحدث في جزء بسيط للغاية من

الثانية، فإذا كانت هذه الرسالة غير دقيقة أو غير كاملة أو مقدمة في وقت غير مناسب فإن ذلك ينعكس على الأداء الذي يتم بشكل غير صحيح. (١٠: ١٧٨)

وتعتبر الرؤية البصرية مشتركة في مجال واسع من الرياضات والأنشطة الرياضية تتطلب بوجه عام نظاماً من الدقة البصرية الثابتة والمتحركة، والدقة البصرية الثابتة تعنى قدرة المتعلم علي رؤية الهدف الغير متحرك علي مسافة ثابتة وعادة ما يتم إستخدام خرائط الحروف والحلقات علي مسافة تبعد ٢٠ قدم (٦م) لقياس حدة الرؤية وهو ما يسمي باختبار حدة الرؤية الساكنة، وهى أيضا القدرة على رؤية الأهداف بدقة من الثبات فالمتعلم والهدف ثابتين.(٢٨ : ٨٧) (٢٣ : ٥٤).

أما الدقة البصرية المتحركة تُعرف بحدة الرؤية الحركية ويتم تحديدها عندما يكون هدف الاختبار أو المتعلم في حركة وأيضاً بقدرة المتعلم علي تتبع التفاصيل عندما تكون الحركة نسبية بين المتعلم والهدف وحدة الرؤية الحركية تقل أهميتها لدي الرياضيين الذين ليسوا في حاجة إلي تتبع أهداف تتحرك بسرعة. (٢٤ :٢٥،٢٦)

كما يذكر **عبد الستار جبار** (**٢٠٠٠م**) ان النظر تكون فائقة في تعليم الحركات واتقانها والتعلم بصورة عامة. فأن رؤية الحركات حيث تؤدى كنموذج امام اللاعب تستطيع من خلالها أدراك الحركة في شكلها الجديد وتستطيع ايضاً أن تدرك الأجزاء العامة من الحركة، واذا عرضت الحركة مرة ثانية وببطء فان المتعلم يستطيع أن يكون صورة أكثر من الاولى ويحاول الوصول اليها من خلال التدريب. (١٤:٣٠)

ويرى الباحث ايضا أن الرؤية البصرية هي اللبنة الأساسية في تطوير اللاعب الذي يقوم بالأداء المهاري (الضرب الساحق الإعداد، استقبال الارسال، الدفاع عن الملعب، حائط الصد)، لأنها تساعده في إدراك حركة اللاعب الزميل المنافس والكرة، وادراكه بالمكان، والإ حساس بجميع المثيرات المحيطة به في أثناء الأداء المهاري، مما يؤدي الى تكوين الاستجابة السريعة والدقيقة للمثيرات الحركية داخل الممعب.

ويؤكد "**أيمن عبده محمد**" (٢٠٠٦م) أن لعبة الكرة الطائرة لعبة غنية بمهاراتها المختلفة فقد قسمها البعض إلى مهارات هجومية وأخرى دفاعية وقسمها البعض إلى مهارات تؤدى بيد واحدة وأخرى تؤدى باليدين، وتناولها البعض على أنها تؤدى من الثبات وأخرى تؤدى من الحركة.(٧ :١٥)

ويعتبر الهجوم في الكرة الطائرة أحد السمات أو الخصائص التي تميز أي فريق كرة طائرة فكثيراً ما نسمع من الكثير أن هذا الفريق يتميز بالهجوم من مراكز(١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦)، أو هذا الفريق يتميز بأداءه العالي للهجوم السريع من الخصائص التي تميزه عن غيره من

الفرق الأخرى، وعموماً فالهجوم الناجح في الكرة الطائرة هو ذلك الهجوم الذي يتم بالتوافق التام بين اللاعب المستقبل للإرسال ثم اللاعب المعد.(٥ :٣٨)

وبناءً على ما سبق فقد لاحظ الباحث من خلال تدريس مقرر الكرة الطائرة لطلاب الفرقة الأولي بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط أن هناك انخفاض واضح في دقة أداء الارسال من أعلى ومن أسفل والاعداد وصعوبات في التعلم لدى الطلاب أثناء عملية تعليم المهارات الأساسية وذلك من خلال الملاحظة المقننة التي استعان بها الباحث بالاساتذة المتخصصين في الكرة الطائرة، على الرغم من شرح المهارة وتقديم الخطوات التعليمية، وأيضاً تقديم التغذية الرجعية للمتعلمين، حيث إنهم يفتقدون إلى الرؤية الجيدة لأماكن تواجدهم داخل أجزاء الملعب المختلفة لأداء المهارات المطلوبة منهم في المواقف المختلفة الأمر الذي يؤثر بالسلب على المستوى المهارى لديهم، وأيضا ضعف القدرة على توجيه الارسال لمكان مقابلة الكرة، مما يؤدى إلى الفشل في توجيه الكرة المرسلة بالصورة التي تتيح له أداء المهارات التالية بنجاح، ويرجع الباحث السبب في عدم تمكن الطالب من تعلم وإتقان المهارات الأساسية في الكرة الطائرة إلى القصور في الدقة البصرية الثابتة والمتحركة، وهى من أهم المهارات البصرية اللازمة لممارسة الكرة الطائرة، ومن خلال إطلاع الباحث على الدراسات المرتبطة بالمهارات البصرية مثل دراسة "**دعاء محمد محمود** (٢٠٠٢م) (٩)، دراسة **أشرف خطاب، ميرفت رشاد** (٢٠٠٥م) (٤)، دراسة **ماجد مصطفى أحمد إسماعيل، عبد المحسن زكريا أحمد** (٢٠٠٦م) (١٦)، دراسة **أحمد فاروق خلف**" (٢٠٠٨م) (٢)، أثبتت هذه الدراسات من خلال نتائجها تأثيرا ايجابياً في استخدام تمرينات الرؤية على مستوى الأداء المهارى لبعض الالعاب الرياضية المختلفة.

وأيضاً هناك ندرة للأبحاث التي تطرقت إلى تأثير استخدام تمرينات الرؤية في الكرة الطائرة واستثار ذلك الباحث للقيام ببحث تلك العلاقة، لذا فقد تبلورت أبعاد مشكلة البحث وأهميته لدى الباحث في محاولة التعرف على فاعلية تمرينات الرؤية على الدقة البصرية الثابتة والمتحركة ودقة أداء بعض المهارات الهجومية في الكرة الطائرة.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام تمرينات الرؤية ومعرفة تأثيره على كل من :

١- الدقة البصرية الثابتة والمتحركة لدى طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.

٢- دقة أداء مهارات (الأرسال من أعلى مواجه أمامى- الارسال من أسفل مواجه أمامى- الاعداد من أعلى للامام) لدى طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط.

فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في المتغيرات قيد البحث.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في المتغيرات قيد البحث.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

بعض المصطلحات الواردة بالبحث :

- البرنامج:

هو مجموعة من الخبرات التعليمية المتوقعة التي تنبع من المنهاج وكل ما يتعلق بتنفيذه من (متعلم- معلم- طرق تدريس- الإمكانات- الزمن- تكنولوجيا التعلم- المحتوى – التقويم). (١: ١٢)

- تمرينات الرؤية:

سلسلة من تكرارات تمارين العين تعمل على تحسين العلاقة بين العينين والمخ من خلال تنمية قدرات الرؤية باستخدام تدريبات متدرجة تعمل على تحسين توافق ومرونة عضلات العين مع إمكانية التحكم في تلك العضلات في محاولة لتحسين الوظائف البصرية الأساسية وبالتالي الأداء الرياضي. (٣٤: ٦٣)

- الهيمنة البصرية:

وتسمى أحياناً هيمنة أو سيطرة العين، وهى تعبر عن الميل إلى تفضيل استعمال المثيرات البصرية لإحدى العينين عن الأخرى وتعرف أيضاً بالسيادة البصرية وهى تفضيل استعمال إحدى العينين عند النظر أكثر من العين الأخرى. (١٦ : ٩٤)

- الدقة :

المقدرة على توجيه الحركات الإرادية للفرد نحو هدف معين" كما تعني" التحكم العصبي العضلي في الحركة لتوجيهها لهدف معين ". (٦ : ١٦)

- الدقة البصرية الثابتة:

هى القدرة على رؤية الأهداف بدقة من الثبات فاللاعب والهدف ثابتين. (٢٢: ١٥)

- الدقة البصرية المتحركة:

هي القدرة على رؤية الأهداف بدقة أثناء اللعب أي أن الهدف ثابت واللاعب متحرك. (٢٤: ٢٢)

الدراسات السابقة :

١- دراسة **عبدالله عمر محمد أحمد** (٢٠١٧م)(١٣) بعنوان **تأثير استخدام تدريبات الرؤية البصرية على بعض المتغيرات المهارية والقدرات التوافقية لحراس مرمى الناشئين في كرة القدم** وهدفت إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام التمرينات البصرية لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم، من خلال التعرف على تأثير البرنامج على بعض القدرات التوافقية وبعض المهارات الأساسية لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعة واحدة، وتمثل مجتمع البحث حراس المرمى الناشئين والمقيدين في الاتحاد المصري لكرة القدم (منطقة المنيا) تحت ١٩ سنة، شملت عينة الدراسة (١١ حارس مرمى) تحت ١٩ سنة، وكانت أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث في اختبارات الرؤية البصرية، واختبارات القدرات التوافقية لصالح القياس البعدي.

٢- دراسة **نيفين فاروق محمود** (٢٠١٢م) (٢٠) بعنوان **فاعلية برنامج مقترح لتحسين بعض المتغيرات البصرية على دقة الإرسال فى الكرة الطائرة للمبتدئات بمدارس الأنشطة التخصصية** وهدفت إلى وضع برنامج للتدريبات البصرية لتحسين بعض المهارات البصرية ودقة أداء الإرسال المواجه من اعلى، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية لعينة قوامها ١٥ لاعبة من براعم الكرة الطائرة بنادى الاسكندرية الرياضي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة، وكانت أهم النتائج أن برنامج التدريبات البصرية المقترح له تأثير إيجابى على تحسين المهارات الإدراكية البصرية كذلك له تاثير إيجابي على دقة الارسال المواجه من أعلى فى الكرة الطائرة.

٣- دراسة **ياسمين محمد أحمد سلامة** (٢٠٠٨م) (٢١) بعنوان **تأثير تمرينات الرؤية البصرية على تنمية بعض المدركات الحس حركية والأداءات المهارية لناشئ الكوميتيه** وهدفت إلى التعرف على تأثير تمرينات الرؤية البصرية على تنمية بعض المدركات

الحس حركية والأداءات المهارية لناشئ الكوميتيه، واختيرت العينة بالطريقة العمدية قوامها ٤٠ طالب، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وكانت أهم النتائج أن البرنامج المقترح باستخدام تمرينات الرؤية البصرية قيد البحث المطبق على المجموعة التجريبية له أثر ايجابي أفضل من البرنامج التقليدي والمطبق على المجموعة الضابطة حيث أدى إلى تنمية المدركات الحس حركية والأداءات المهارية قيد البحث بنسبة أعلى.

٤- دراسة "**محمود عبد المحسن ناجي**" (٢٠٠٨) (١٨) بعنوان "**تأثير تدريب الرؤية البصرية على أداء اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة**" وهدفت إلى التعرف على تأثير الرؤية البصرية على أداء اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، بنظام المجموعة الواحدة على عينة قوامها (١) لاعب الليبرو بنادي المنيا الرياضي، وتم تصوير (٣٠) محاولة له (الاستقبال الإرسال) في المراكز الخلفية (٥، ٦)، تم إخضاع تلك المحاولات للتحليل الكينماتيكي لمقارنة الأداء، وتم تطبيق برنامج التدريبات البصرية، وأشارت أهم النتائج أن التدريبات البصرية قد أدى إلى رفع مستوى أداء القدرات البصرية قيد البحث للاعب المدافع الحر في لعبة الكرة الطائرة.

٥- دراسة "**أحمد فاروق خلف**" (٢٠٠٨) (٢) بعنوان "**تأثير برنامج للرؤية البصرية على مستوى أداء بعض المتغيرات البصرية والمهارية للاعبي كرة السلة** "وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج للرؤية البصرية للاعبي كرة السلة ومعرفة تأثيره على مستوى أداء بعض المتغيرات البصرية والمهارية واستخدم الباحث المنهج التجريبي واستعان بمجموعتان أحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بلغ قوام العينة (٢٠) لاعبًا، وأشارت أهم النتائج إلى وجود تحسن ملحوظ في المتغيرات البصرية والمهارية لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي.

٦- دراسة **مايكل زوبن، آلان، آرتا، ألفريد وايل، رايان باركر. (Michael F Zupan, " W.AlanArata, Alfred Wile and Ryan Parker** (٢٠٠٦م)(٢٩) بعنوان **التكيفات البصرية لتدريب تحسين الرؤية الرياضية**، هدفت الدراسة إلى فحص التغيرات طويلة المدى المحتملة لتدريب الرؤية الرياضية، وبلغ حجم العينة ٩٢٢ رياضي (٧٥٢ ذكور، ١٦٣ إناث) جميعهم من بين الرياضيين بالأقسام المختلفة بأكاديمية القوة الجوية بالولايات المتحدة وكلهم من بين الخاضعين للبرنامج الذى يعتمد بالفعل على المدخلات البصرية والمشاركين في تدريب الرؤية الرياضية، وقد تم تجميع اختبارات الرؤية

الرياضية وتمرينات التدريب لكل من حركات العين الجانبية، التكيف، التوافق وسرعة العين– واليد وأشارت نتائج هذه الدراسة على أن الفرد الذى يتمكن من معالجة معلومات بصرية أكثر في فترة زمنية قصيرة ويقوم بالاستجابة المناسبة سوف يستفيد من ذلك أثناء المنافسة الفعلية، كما أن الفرد إذا قام بأداء تدريب الرؤية فإن الجهاز البصرى سوف يستمر في التحسن مع استمرار التدريب مثل ما يحدث مع باقي أنواع التدريب الأخرى.

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة :

- التعرف علي أفضل الإجراءات المناسبة لهذا البحث والتي يمكن أن تؤدي إلي تحقيق أهدافه.
- وجهت اهتمام الباحث لإجراء الدراسة الحالية وبنائها بأسلوب موضوعي سليم والتعرف علي تأثير تمرينات الرؤية علي دقة أداء بعض المهارات الهجومية فى الكرة الطائرة.
- أفادت الباحث في تحديد المنهج العلمي المناسب، وعدد وحجم العينة، والأساليب الإحصائية المناسبة للبحث.
- ساهمت بقدر كبير في تصميم البرنامج التعليمى الملائم للدراسة من حيث المدة وعدد الوحدات والدروس.
- التعرف علي الاختبارات البصرية والمهارية المناسبة لعينة البحث.
- التعرف علي طريقة عرض البيانات وتحليلها وتفسيرها وساهمت أيضاً في صياغة الأهداف والفروض بدقة.

خطة وإجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية مع استخدام القياس القبلي والبعدي لكلا المجموعتين.

مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث فى طلاب الفرقة الأولي بكلية التربية الرياضية – جامعة أسيوط والبالغ عددهم ١١٠٠ طالباً.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية– جامعة أسيوط للعام الجامعي ٢٠٢٣م/٢٠٢٤م، (وجميع أفراد العينة من أصحاب الهيمنة الطرفية فالعين واليد والقدم في نفس الجانب من الجسم، وتم استبعاد الطلاب

أصحاب الهيمنة العكسية) وقد بلغ إجمالي العينة ٦٠ طالباً، وقد حدد الباحث عدد (٢٠) طالب من عينة البحث الأساسية تم استخدامهم كعينة للدراسة الاستطلاعية، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٤٠) طالباً تم تقسيمهم لمجموعتين متساويتين أحداهما تجريبية والاخرى ضابطة، وقد قام الباحث بتحديد هيمنة (العين) لعينة البحث قبل البدء بالقياسات القبلية، وجدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول (١)
توزيع هيمنة كل من (العين- اليد- القدم) لعينة البحث (ن١= ن٢ = ٢٠)

م	البيان / المتغيرات	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية		
		اليمنى	اليسرى	المجموع	اليمنى	اليسرى	المجموع
١	العين المهيمنة	٢٠	–	٢٠	٢٠	–	٢٠

- توزيع أفراد عينة البحث توزيعاً إعتدالياً :

قام الباحث بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد العينة في المتغيرات الاساسية (العمر الزمنى- الطول- الوزن) والمتغيرات البدنية والمهارية والبصرية، وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)
التوصيف الإحصائي لعينة البحث (ن = ٤٠)

م	المتغيرات		وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
متغيرات النمو	العمر الزمنى		سنة	٢٠,١٨	٣٩٣,	٢٠,٠٠	١,٣٧
	طول القامة		سم	١٦٣,٩	٢,٣٤	١٦٢,٠٠	٢.٥٢
	وزن الجسم		كجم	٦١,٢٣	٩,٣٨	٦١,٢٤	٠,٠٣-
المتغيرات البدنية	سرعه رد الفعل لليد.		سم	١٤,٩٤	٢,٠٦٨	١٥,٠٠	٠,٠٨٧-
	سرعه رد الفعل للقدم.		سم	٣,٦٣	٠,٢٦	٣,٦٠	٠.٣٤٦
	الدقة.		درجة	١,٤٢	٠,٣٢	١,٣٧	٠,٤٤١
	الرشاقة.		ثانية	٦,٧٤	٠,٢٣	٦,٧١	٠,٣٩١
	التوافق.		درجة	١٢,٨٤	٤,٤٥	١٣,٠٠	٠,١٠٧
المتغيرات المهارية	دقة الارسال من اسفل المواجه.		درجة	١٨.٧٧	٣.٢٢	١٩.٠٠	٠.٩٢
	دقة الارسال من اعلى المواجة.		درجة	٢٠.٤٠	٢.٨٥	٢١.٠٠	٠.٥٥
	دقة الاعداد من اعلى للامام.		عدد	١٣.٠٣	١.٩٣	١٣.٠٠	٠.١٩
الدقة البصرية	الدقة البصرية الثابتة		درجة	٥.٨٣	٢.١٦	٦.٠٠	٠.٠١
	الدقة البصرية المتحركة	اليد اليمنى المهيمنة	درجة	١.٦٥	٠.٤٨	٢.٠٠	٠.٦٥
		اليد اليسري	درجة	١.٦٥	٠.٤٨	٢.٠٠	٠.٦٥

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت بين (-.٠٨٧، ١.٣٧) في جميع المتغيرات للعينة الأساسية، وهذه القيم تنحصر بين + ٣ مما يدل على تجانس مجموعتي البحث.

- تكافؤ مجموعات البحث (التجريبية- الضابطة):

قام الباحث بإجراء التكافؤ لمجموعتي البحث للتأكد من عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المتغيرات قيد البحث، ويتضح ذلك من خلال الجدول (٣).

جدول (٣)

دلالةالفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى المتغيرات قيد البحث(ن١=ن٢= ٢٠)

المتغيرات		وحدة القياس	المجموعة	المتوسط	الانحراف	قيمة ت	الدلالة
متغيرات النمو	العمر الزمني	سنة	ضابطة	٢٠.٠٠	٠.٣٨٢	٠.٧٩	غير دال
			تجريبية	٢٠.٣٠	١.٣٢		
	طول القامة	سم	ضابطة	١٦٣.٩٦	٢.٢٤	٠.٥٨	غير دال
			تجريبية	١٦٣,٩٧	٢,٣٤		
	وزن الجسم	كجم	ضابطة	٦١.٤٦	٩.٤٦	٠.١٢	غير دال
			تجريبية	٦١,٢٣	٩,٣٨		
المتغيرات البدنية	سرعه رد الفعل لليد	سم	ضابطة	١٤.١٥	٢.٠٢	٠.٣٢	غير دال
			تجريبية	١٤,٠٠	٢,٠٦		
	سرعه رد الفعل للقدم	سم	ضابطة	٣.٥٠	٠.٢٤	٠.١٤	غير دال
			تجريبية	٣,٦٠	٠,٣٩		
	الدقة	درجة	ضابطة	١.٥٢	٠.٣٦	٠.٣٩	غير دال
			تجريبية	١,٥٦	٠,٢٦		
	الرشاقة	ث	ضابطة	٧,١٠	٠,٣٥	٠.٢٨	غير دال
			تجريبية	٦,٨٥	٠,٢١		
	التوافق	عدد	ضابطة	١٢,٨٤	٤,٤٥	٠.٢٠	غير دال
			تجريبية	١٢,٢٠	٤,٢٥		
المتغيرات المهارية	دقة الارسال من اسفل المواجه.	درجة	ضابطة	١٣.٠٩	١.٢٣	٠.٨٦	غير دال
			تجريبية	١٨.٧٧	١,١٠		
	دقة الارسال من اعلي المواجة.	درجة	ضابطة	١٢.٤٢	٠,٨٥	٠.١٦	غير دال
			تجريبية	٢٠.٤٠	٠.٣٣		
	دقة الاعداد من اعلي للامام.	درجة	ضابطة	٩.٦١	٠.١٨	٠.٤٥	غير دال
			تجريبية	١٣.٠٣	٠.٢١		
الدقة البصرية	الدقة البصرية الثابتة	درجة	ضابطة	٥.٨٠	٢.٠٩	٠.٤٨	غير دال
			تجريبية	٥.٧٧	٢.١٤		
	الدقة البصرية المتحركة (اليد اليمنى المهيمنة)	درجة	ضابطة	١.٦٧	١.٤٦	٠.٣٧	غير دال
			تجريبية	١.٧١	١.٤٠		
	الدقة البصرية المتحركة (اليد اليسري)	درجة	ضابطة	١.٦٩	١.٤٣	٠.٤٠	غير دال
			تجريبية	١.٦٨	١.٥٠		

* قيمة ت الجدولية عند مستوى٠.٠٥ = ٢.٠٣١

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٠.١٢: ٠.٨٦) وهى اقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات النمو والمتغيرات البدنية والمهارية والدقة البصرية الثابتة والمتحركة (قيد البحث).

أدوات جمع البيانات :

١- الاختبارات البصرية قيد البحث مرفق(٤)

اختبار تحديد العين المهيمنة - اختبار الدقة البصرية الثابتة - اختبار الدقة البصرية المتحركة.

٢- الاختبارات البدنية قيد البحث مرفق (٢).

- الاختبارات المهارية قيد البحث مرفق (٣).

قام الباحث بتحليل محتوى بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة المرتبطة بلعبة الكرة الطائرة والاختبارات والمقاييس مثل (٥)،(٧)،(٨)،(١١)، (١٩)، (٢٠) ثم قام الباحث بحصر مجموعة من الاختبارات المهارية والمرتبطة بالمهارات الأساسية (قيد البحث) وتم وضعها في استمارة استطلاع رأى الخبراء ملحق (٣) وعرضها على السادة الخبراء ملحق (١) لتحديد أنسب الاختبارات المهارية المرتبطة بالمهارات الأساسية (قيد البحث) في لعبة الكرة الطائرة والمناسبة لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط، وتم حساب التكرار والنسبة المئوية لهذه الآراء، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول الاختبارات المهارية التى تقيس المهارات الأساسية (قيد البحث) (ن=١٠)

م	المهارات قيد البحث	الاختبارات المهارية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
١	الإرسال من أسفل	١- اختبار " ايفر" للإرسال.	درجة	٧	%٧٠
		٢- اختبار الإرسال لـــ " فرنش وكوبر ".	درجة	١٠	%١٠٠
		٣- اختبار دقة الإرسال الطويل.	درجة	٧	%٧٠
		٤- اختبار " برمباخ " للأرسال.	درجة	٦	%٦٠
		٥- اختبار دقة الأرسال لنقاط صعبة ومحددة.	درجة	٦	%٦٠
٢	الارسال من اعلي	١- اختبار " ايفر" للإرسال.	درجة	٧	%٧٠
		٢- اختبار الإرسال لـــ " فرنش وكوبر ".	درجة	١٠	%١٠٠
		٣- اختبار دقة الإرسال الطويل.	درجة	٧	%٧٠

تابع جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول الاختبارات المهارية التى تقيس المهارات الأساسية (قيد البحث) (ن=١٠)

م	المهارات قيد البحث	الاختبارات المهارية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
		٤– اختبار " برمباخ " للأرسال.	درجة	٦	%٦٠
		٥– اختبار دقة الأرسال لنقاط صعبة ومحددة.	درجة	٦	%٦٠
٣	الاعداد من أعلي	١– اختبار الاعداد من الخط الخلفي.	درجة	٦	%٦٠
		٢– اختبار الإعداد القريب من الشبكة	درجة	٧	%٧٠
		٣– اختبار الإعداد "Set Up".	درجة	٦	%٦٠
		٤– اختبار "فرنش وكوبر" لتمرير الكرة على الحائط.	درجة	٦	%٦٠
		٥– اختبار " ايفر" لأعداد الكرة.	درجة	١٠	%١٠٠

يتضح من جدول (٤) تراوح النسب المئوية لآراء الخبراء في الاختبارات المهارية ما بين (٦٠%، ١٠٠%)، وقد ارتضى الباحث استخدام الاختبارات المهارية التي حصلت على نسبة مئوية ٨٠% فأكثر وبذلك أصبح عدد الاختبارات المهارية التي تم اختيارها هي (ثلاث اختبارات) ملحق (٣).

– الأجهزة والأدوات المستخدمة في تنفيذ تدريبات العين المهيمنة :

كرات طائرة– أحبال وشبكات ملعب– استيكرز (علامات ملونة / حروف وأرقام)– كرات ملونة (أبيض، أصفر، أزرق)– أطواق بلاستيك ملونة– نظارة بيضاء نصف مظللة– عصا الرؤية الملونة والرقمية– كروت ورقية– أطواق خشبية– مرآة– لوحة توازن– عصابة للعين– قلم جاف– بندول.

الدراسة الاستطلاعية الأولى :

أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة استطلاعية من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية للبحث في الفترة من السبت الموافق ٢٠٢٤/٢/١١م وحتى الخميس ٢٠٢٤/٢/١٥م واستهدفت هذه الدراسة :

– التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة، معرفة زمن تطبيق الاختبارات، إيجاد المعاملات العلمية.

أولاً: الصدق :

قام الباحث بحساب الصدق للاختبارات قيد البحث عن طريق المقارنة الطرفية وذلك على عينة استطلاعية من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وعددهم (٢٠) طالباً من

طلاب الفرقة الأولي بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط، وتم ترتيب درجات الطلاب تصاعدياً لتحديد الربيعي الأعلى لتمثل مجموعة الطلاب ذوى المستوى المرتفع في تلك الاختبارات وعددهم (٥) طلاب وبنسبة مئوية (٢٥%)، والربيعي الأدنى لتمثل مجموعة الطلاب ذوي المستوى المنخفض في تلك الاختبارات وعددهم (٥) طلاب وبنسبة مئوية (٢٥%)، وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين في الاختبارات قيد البحث كما هو موضح في جدول (٥).

جدول (٥)

دلالة الفروق بين الرُبيع الأعلى والربيع الأدنى في الاختبارات قيد البحث (ن= ٢٠)

الاختبارات			وحدة القياس	الربيعي الأعلى		الربيعي الأدنى		قيمة ت المحسوبة	الإحصائية
				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الاختبارات المهارية		دقة الارسال من اسفل المواجه.	درجة	٨.٢٠٠	٠.٩٩٦	٥.٨٨	٠.٧٨٦	٢.١٧	دال
		دقة الارسال من اعلي المواجة.	درجة	٧.٠٨	٠.٨٧٩	٤.٦٨	٠.٨٩٨	٣.١٢	دال
		دقة الاعداد من اعلي للامام.	درجة	٨.١٤	٠.٧٤٥	٦.١٣	٠.٦٨٧	٢.٩٨	دال
اختبارات الدقة البصرية		الثابتة	درجة	٥.٠٠	٢.١٤	٤.٧٠	٢.١١	٢.١٠	دال
	المتحركة	اليد اليمنى المهيمنة	درجة	١.٧٥	١.٣٥	١.٦٠	٠.٨٥	١.٩٠	دال
		اليد اليسري	درجة	١.٧٠	١.٥٢	١.٦٦	٠.٨٧	٣.٠١	دال

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٧٣٤

يتضح من جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة ذات الربيعي الأعلى والتي تمثل المتعلمين ذوى المستوى المرتفع في الاختبارات قيد البحث، وبين المجموعة ذوى الربيعي الأدنى والتي تمثل المتعلمين ذوى المستوى المنخفض في الاختبارات قيد البحث ولصالح المجموعة ذات الربيعي الأعلى مما يشير إلى صدق تلك الاختبارات وقدرتها على التمييز بين المجموعات.

ثانياً: الثبات

ولحساب الثبات قام الباحث بتطبيق الاختبارات يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٤/٢/١٢م وإعادة تطبيقها بفاصل زمني ٧ أيام على عينة قوامها (٢٠) طالب من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وتحت نفس الشروط والظروف لإيجاد معاملات الارتباط، كما هو موضح في جدول (٦).

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث (ن = ٢٠)

الاختبارات		وحدة القياس	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		قيمة ر	الدلالة الإحصائية
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الاختبارات المهارية	دقة الارسال من اسفل المواجه.	درجة	٧.٨٩	٠,٨٠	٨.٠٤	١.٢١	٠.٧٦٥	دال
	دقة الارسال من اعلي المواجة.	درجة	٦.٥٣	٠.١١	٦.٨٨	٠.١٣	٠.٨١٠	دال
	دقة الاعداد من اعلي للامام.	درجة	٧.٥٦	٠,١٠	٨.٢٥	٠.٣٢	٠.٧٨٠	دال
اختبارات الدقة البصرية	الثابتة	درجة	٤.٧٠	٢.١٧	٤.٨٠	٢.١١	٠.٩١١	دال
	المتحركة – اليد اليمنى المهيمنة	درجة	١.٩٠	١.٢٥	١.٩٥	٠.١٢	٠.٨٣٠	دال
	المتحركة – اليد اليسرى	درجة	١.٧٥	١.٥٠	١.٨٠	٠.٩٦	٠.٧٤٠	دال

قيمة (ر) الجدولية عند ومستوى دلالة (٠.٠٥)= ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق للاختبارات قد انحصرت ما بين (٠.٧٤٠– ٠.٩١١) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات.

البرنامج المقترح:

حرص الباحث عند تصميم البرنامج التعليمي ما يلي:

فلسفة البرنامج:

تتمثل فلسفة البرنامج في تطوير القدرات البصرية الثابتة والمتحركة وعلاقة ذلك بمستوى تحسن المهارات الهجومية قيد البحث في الكرة الطائرة.

– الهدف العام للبرنامج المقترح :

يهدف البرنامج الى الارتقاء بمستوى أداء الرؤية البصرية الثابتة والمتحركة ومستوى أداء المهارات المنهجية الارسال من أعلى ومن أسفل والاعداد من أعلى للامام لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.

– الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

تم تطبيق الوحدات التعليمية لتحسين الرؤية البصرية الثابتة والتحركة ومستوى الأداء للمهارات قيد البحث وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

التوزيع الزمني للدروس

المتغيرات	وحدات البرنامج		عدد الدروس	عدد الأسابيع	محتوى وزمن الدرس (١٣٠) دقيقة			
					الأعمال الادارية (١٠) دقائق	الإعداد البدني العام +الخاص (٣٥) دقيقة العام +الخاص	الجزء الرئيسي (٧٥) دقيقة	الختام (١٠) دقائق
المهارات قيد البحث	الوحدة الأولى	الارسال من أسفل	٤	أسبوعين	تغيير الملابس أخذ الغياب اعطاء التعليمات النظامية	الجري حول ملعب كرة الطائرة +تمرينات لتهيئة الأجزاء المشتركة في الأداء	تمرينات بصرية وتمرينات للمهارات قيد البحث	تمرينات استرخاء/مباريات مصغرة
	الوحدة الثانية	الارسال من اعلى	٤	أسبوعين				
	الوحدة الثالثة	الاعداد من اعلى للامام	٤	أسبوعين				
المجموع	٣ وحدات		١٢ درس	٦ أسابيع	الزمن الكلي للبرنامج لكل مجموعة (١٦٢٠) دقيقة			

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

تمت هذه الدراسة بهدف تطبيق تمرينات الرؤية، وذلك بعد إجراء مسح للمراجع والدراسات السابقة للوقوف على التمرينات المناسبة والأزمنة المناسبة لكل منها وعدد مرات التكرار.

خطوات تنفيذ البحث :

القياسات القبلية :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي على عينة البحث يوم الاحد ٢٠٢٤/٢/١٨م.

خطوات تصميم وتطبيق برنامج تدريبات العين المهيمنة :

١. قام الباحث بمسح مرجعي للمراجع المتخصصة والدراسات السابقة فى مجال تمرينات تحسين الرؤية.
٢. تصميم تمرينات الرؤية وقد اعتمد الباحث على الأسس التالية :

- مراعاة الهدف من التمرين ومناسبة المحتوى لإمكانات وقدرات المتعلمين.

- مراعاة المبادئ الخاصة بتدريب العين:(التنفس، الرمش، الابتسام، المتعة، الاستمرار والجدية، الثقة).
- توفير الإمكانات وتصميم الأدوات والأجهزة البصرية.
- مرونة التنفيذ والتطبيق بما يتناسب والوضع الحالي لعينة البحث فنياً وبصرياً.
- مراعاة تشابه شكل أداء التمرينات المقترحة مع طبيعة الأداء الخاص بمهارات الكرة الطائرة.

٣. قام الباحث بتحديد الفترة الزمنية لتطبيق التدريبات البصرية للعين المهيمنة بثمانية أسابيع تبدا من يوم الثلاثاء ٢٠٢٤/٢/٢٠م الى ٢٠٢٤/٤/١٦م.

٤. قام الباحث بتحديد الدروس التعليمية بدرسين أسبوعياً.

القياسات البعدية :

قام الباحث بالقياس البعدي لعينة البحث يوم الاربعاء ٢٠٢٤/٤/١٧م وبنفس الأسلوب الذي اتبع في القياس القبلي وفى ظل نفس الظروف والشروط.

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث :

قام الباحث بإعداد البيانات وجدولتها وتحليلها إحصائياً باستخدام برنامج Microsoft excel لكل من الأساليب الإحصائية المستخدمة بالدراسة وذلك عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

عرض النتائج ومناقشتها:

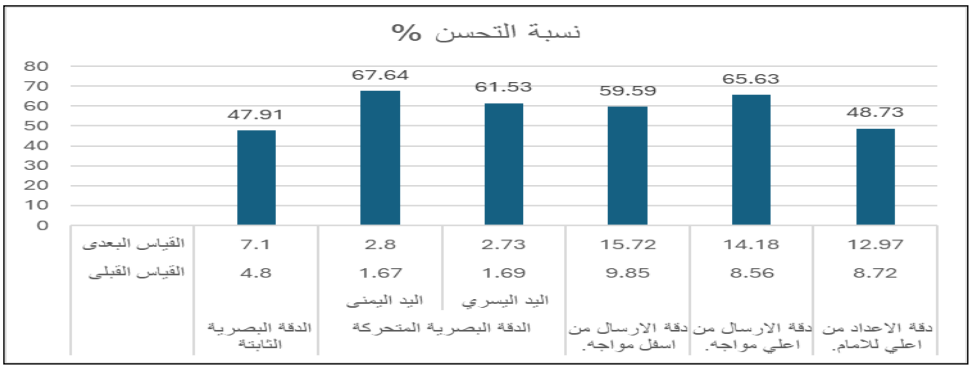
أولا/ عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في الدقة البصرية الثابتة والمتحركة ودقة أداء بعض المهارات ن= ٢٠

الاختبارات		وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة ت	نسبة التحسن ٪
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
الدقة البصرية الثابتة		درجة	٤.٨٠	٢.٠٩	٧.١٠	٠.٢١	٣.٢٣	٤٧.٩١
الدقة البصرية المتحركة	اليد اليمنى	درجة	١.٦٧	١.٤٦	٢.٨٠	٠.١٢	٣.٢٢	٦٧.٦٤
	اليد اليسرى	درجة	١.٦٩	١.٤٣	٢.٧٣	٠.٥١	٣.٣٨	٦١.٥٣
دقة الارسال من اسفل مواجه.		درجة	٩.٨٥	٠,٨٠	١٥.٧٢	١.٢١	٥.٢٨	٥٩.٥٩
دقة الارسال من اعلى مواجه.		درجة	٨.٥٦	٠.١١	١٤.١٨	٠.١٣	٤.١٣	٦٥.٦٣
دقة الاعداد من اعلى للامام.		درجة	٨.٧٢	٠,١٠	١٢.٩٧	٠.٣٢	٤.٠٧	٤٨.٧٣

* قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) =١.٧٢٩



شكل (١)

يتضح من نتائج جدول (٨) وشكل (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح متوسط درجات القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين(٣.٢٢: ٥.٢٨) وهى اعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) فيما تراوحت نسبة التحسن ما بين (٤٧.٩١%: ٦٧.٦٤%)، ويرجع ذلك لان المتغيرات قيد الدراسة يتم ممارستها بصورة طبيعية من خلال التدريبات المهارية الخاصة بالكرة الطائرة حيث أن تلك التدريبات تؤدى من الثبات ومن الحركة مع ضرورة وجود توافق بين العين واليد أثناء الأداء وكلها تدريبات تعمل على تنمية تلك المتغيرات قيد الدراسة، وهذا يعنى أن الأسلوب التقليدي المتبع والذي أثر في استجابات المتعلمين لعملية التعلم كنتيجة للتدريب والممارسة والمران وكذلك تشابه المجموعة الضابطة مع المجموعة التجريبية في البيئة التعليمية من حيث الإمكانات والفترة الزمنية للتعلم، ومعرفة المتعلم مضمون الأداء الخاص بالمهارات الحركية يساعد على تكوين الصورة الواضحة لتلك المهارات، وكذلك أهمية وجود المعلم الذي يعطى فكرة واضحة عن كيفية الأداء السليم (النموذج) الذي يجعله أكثر فعالية، وتقديم التغذية الراجعة التصحيحية للطلاب من وقت لأخر أثناء الدرس الأمر الذي أدي إلى تحسن مستوي أداء طلاب المجموعة الضابطة في الدقة البصرية ودقة الأداء المهاري للمهارات قيد الدراسة.

ويرجع الباحث فوارق التحسن البسيط فى الدقة البصرية الثابتة والمتحركة بين القياس القبلى والبعدى إلى أن البرنامج التعليمي المستخدم للمجموعة الضابطة لم يؤثر بالقدر الكافى على تحسن تلك المتغيرات حيث ان البرنامج التقليدى المتبع لا يحتوى على تدريبات نوعية وموجهة لتحسين المتغيرات البصرية حيث أن تلك البرامج لا تعطى الاهتمام الكافى لتحسين القدرات البصرية عامة والدقة البصرية على وجه الخصوص.

ويؤكد ذلك ما توصل إليه، **ابرينس وود Abernethy and Wood (٢٠٠٤م) (٢٢)** أن مثل هذا النوع من البرامج التعليمية لها أثرها البسيط في تنمية وتطوير قدرات الفرد ومنها القدرات البصرية لما لها من دورها الفعال في تكوين وربط الأجزاء الحركية والوصول إلى أفضل النتائج بتعديل السلوك الحركي للمتعلم.

أما عن التحسن فى الاداء المهاري نتيجة تطبيق البرنامج التقليدى المتبع فتوضح "**إيناس أحمد على**" **(٢٠٠٦م) (٨)** أن الممارسة تؤدى دورا رئيسيا في التعلم بشكل عام وتعلم المهارات الحركية بشكل خاص.

ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كل من "**أحمد عبد الحميد العميرى**" **(٢٠٠٢م) (٣)**، "**محمد محمد الشحات**" **(٢٠٠٣م)(١٧)**، و"**مروى أحمد عامر**" **(٢٠١٠م) (١٩)** إلى أن أسلوب الأوامر له تأثير إيجابي محدود على تحسين مستوي الأداء المهاري ونتائج التعلم.

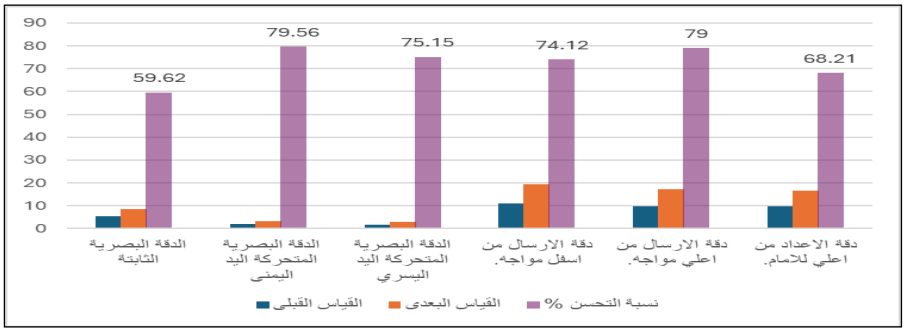
وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول الذى ينص على انه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في المتغيرات قيد البحث"

ثانياً/عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٩)
دلالة الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في الدقة البصرية الثابتة والمتحركة ودقة أداء بعض المهارات ن = ٢٠

الاختبارات		وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة ت المحسوبة	نسبة التحسن ٪
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
الدقة البصرية الثابتة		درجة	٥.٤٠	٢.٠٩	٨.٦٢	٠.٢١	٣.٠٤	٥٩.٦٢
الدقة البصرية المتحركة	اليد اليمنى	درجة	١.٨٦	١.٤٦	٣.٣٤	٠.١٢	٢.٨٩	٧٩.٥٦
	اليد اليسري	درجة	١.٦٥	١.٤٣	٢.٨٩	٠.٥١	٣.٠٩	٧٥.١٥
دقة الارسال من اسفل مواجه.		درجة	١١.٠٩	٠,٨٧	١٩.٣١	١.١٩	٤.٠٨	٧٤.١٢
دقة الارسال من اعلى مواجه.		درجة	٩.٦٧	٠.١٣	١٧.٣١	٠.١٧	٥.١٣	٧٩.٠٠
دقة الاعداد من اعلى للامام.		درجة	٩.٩١	٠,٨٨	١٦.٦٧	٠.٣٨	٤.٦٧	٦٨.٢١

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٧٢٩



شكل (٢)

يتضح من نتائج جدول (٩) وشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح متوسط درجات القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين(٢.٨٩: ٥.١٣) وهى أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) فيما تراوحت نسبة التحسن ما بين (59.62%: 79.56%) وذلك لان تمرينات الرؤية يمكن ممارستها والتدريب عليها، ولا يتعلق الأمر بقوة الإبصار فقط والتي هي أساسية ولكن مدى إمكانية المتعلمين لاستخدام المعلومات المنقلة إليهم من أعينهم لكي يقوموا بالأداء داخل الملعب.

ويرجع الباحث هذا التقدم في القياس البعدي عن القياس القبلي بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى تطبيق البرنامج التعليمي الذي يحتوى على تمرينات للرؤية، والتي روعي في تصميمها المتطلبات البصرية للنموذج الحركي للأداء المهاري للمهارات قيد البحث، وذلك لما لها من أهمية كبيرة في الكرة الطائرة حيث أنعكس اثر ذلك على الأداء الفعلي للمتعلمين.

ويتفق ذلك ونتائج دراسة **ماجد مصطفي أحمد إسماعيل، عبد المحسن زكريا أحمد (٢٠٠٦م) (١٦)** حيث أشاروا إلى فاعلية استخدام تمرينات الرؤية في صورة برنامج لتدريب العين، حيث يؤدى ذلك إلى تحسين الأداء البصري للمتعلم مما ينعكس إيجاباً على الأداء المهاري.

ويتفق ايضاً مع هذه النتائج دراسة **محمود عبد المحسن عبد الرحمن (٢٠٠٨م)(١٨)** أن البرنامج التعليمى للرؤية البصرية له تأثير ملحوظ وقوى على تحسين الدقة البصرية والمهارية لممارسي الأنشطة الرياضية.

وأشار **"ابرينسى وورد Abernethy & Wood (٢٠٠٤م)(٢٢)** عن أهمية تدريبات الرؤية فى تحسين مرونة وتوافق عضلات العين كما أشار أيضاً إلى أن البرنامج يجب إن يبدأ من البسيط إلى المركب.

كما أضاف " **براين اَرييل Brian Ariel (٢٠٠٤م)(٢٥)** أن الدقة البصرية تشبه المهارات البدنية يمكن تعلمها وتدريبها وممارستها وتنميتها، ولا يتعلق الأمر بقوة الابصار ٢٠/٢٠ والتي هى أساسية ولكن مدى أمكانية الرياضيين لإستخدام المعلومات المنتقلة اليهم من أعينهم لكى يقوم بالاداء داخل الملعب.

ويتفق ذلك أيضاً مع دراسة **دعاء محمد محمود (٢٠٠٢م)(٩)** حيث ترى أن تمرينات الرؤية تساعد على تطور كلا من الدقة البصرية الثابتة والمتحركة وإدراك العمق والرؤية المحيطية وتركيز الانتباه مما ينعكس إيجابياً على تحسن دقة الاداء المهاري فى الانشطة الرياضية المختلفة.

ومن خلال ما سبق تستنتج الباحث أن استخدام تمرينات الرؤية ضمن البرنامج أدى إلى تحسن المتغيرات قيد البحث.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثانى الذى ينص على انه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في المتغيرات قيد البحث"

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

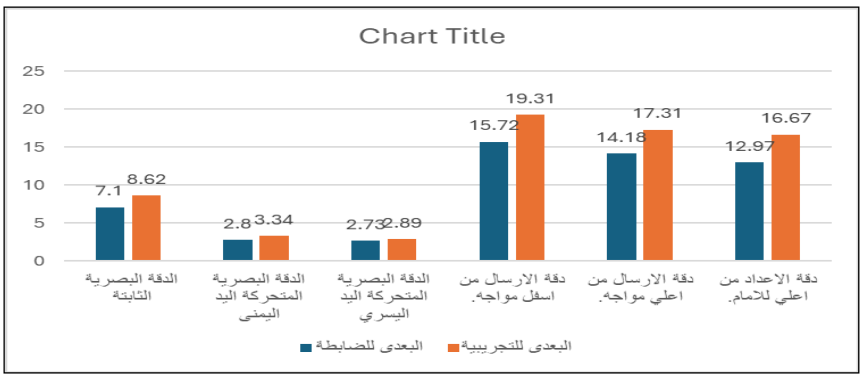
توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث ن١ =ن٢=٢٠

الاختبارات		وحدة القياس	البعدى للضابطة		البعدى للتجريبية		قيمة ت المحسوبة
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
الدقة البصرية الثابتة		درجة	٧.١٠	٠.٢١	٨.٦٢	٠.٢١	٦.٥٩
الدقة البصرية المتحركة	اليد اليمنى	درجة	٢.٨٠	٠.١٢	٣.٣٤	٠.٣٦	٥.٢٠
	اليد اليسرى	درجة	٢.٧٣	٠.٥١	٢.٨٩	٠.٦٥	٥.٩٠
دقة الارسال من اسفل مواجه.		درجة	١٥.٧٢	١.٢١	١٩.٣١	١.١٩	٥.١١
دقة الارسال من اعلي مواجه.		درجة	١٤.١٨	٠.١٣	١٧.٣١	٠.١٧	٩.٤٥
دقة الاعداد من اعلي للامام.		درجة	١٢.٩٧	٠.٣٢	١٦.٦٧	٠.٣٨	٩.٩٥

* قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) =٢.٠٣١



شكل (٣)

يتضح من نتائج جدول (١٠) وشكل (٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٥.١١: ٩.٩٥) وهي نسبة عالية جداً بالنسبة لقيمة (ت) الجدولية وذلك مما يدل على مستوى دلالتها المرتفع.

ويرجع الباحث فوارق التحسن في المتغيرات قيد البحث بين متوسطات درجات القياسين البعديين إلى أن البرنامج التقليدى المستخدم للمجموعة الضابطة لم يؤثر بالقدر الكافي كما في المجموعة التجريبية التي تحتوى على تمرينات الرؤية ضمن البرنامج.

ويؤكد ذلك ما توصل إليه كل من **ابرينس وود Abernethy and Wood)** **٢٠٠٢م)(٢٢)** الي أهمية برامج تمرينات الرؤية فى تطوير القدرات البصرية لدى لاعبي الرياضيات الفردية والجماعية.

ويعزي الباحث ذلك التحسن فى المتغيرات قيد البحث لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية محتوى برنامج تمرينات الرؤية، والذي اشتمل على مجموعة من التدريبات العامة والخاصة بالمهارات البصرية، وهذه المقومات تعتبر أساس تحسين المهارات الاساسية قيد البحث.

وكذلك نتائج "**جونز، كلاس، هيستر، هيريز**" **Classe JG, Hester M, Jones LF , Harris K** (١٩٩٦)(٢٦) أن دقة التصويب في الرياضات المختلفة تتاثر إيجابا بذلك النوع من التمرينات.

وتتفق نتائج البحث الحالية مع الدراسات السابقة التي توفرت للباحث مثل البحث رقم (٢) (٨) (٩)(١٣)(١٦)(٢٠) والتي توصلت في نتائجها إلى أهمية تدريبات الرؤية ودورها في زيادة فاعلية الأداء.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث الذى ينص على انه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية "

الاستنتاجات :

١- البرنامج التقليدى المتبع له تأثير ملحوظ على مستوى الدقة البصرية الثابتة والمتحركة ودقة أداء بعض المهارات الهجومية في الكرة الطائرة.

٢- برنامج تمرينات الرؤية البصرية المقترح له تأثير إيجابي على الدقة البصرية الثابتة والمتحركة.

٣- هناك تحسن في مستوى دقة أداء بعض المهارات الهجومية في الكرة الطائرة لدى عينة البحث.

٤- هناك فروق في نسب التحسن المئوية للمتغيرات قيد البحث بين عينة البحث التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

التوصيات :

١- ضرورة الاهتمام باستخدام تدريبات الرؤية في المجال الرياضي بصفة عامة ولعبة الكرة الطائرة بصفة خاصة، فالمهارات البصرية يمكن تدريبها وبالتالي يمكن تحسينها.

٢- الاهتمام بعمل وتصميم الاختبارات التي تقيس المهارات البصرية النوعية للعبة الكرة الطائرة لكي يمكن تحسينها وتنميتها.

٣- تطبيق هذا البرنامج على المهارات الأساسية للعبة الكرة الطائرة ومعرفة تأثيره أثناء المنافسة.

((المراجـــــــــــــع))

أولا/ المراجع باللغة العربية:

١. **أبو النجا أحمد عز الدين:** المناهج في التربية الرياضية، مكتبة شجرة الدرة، المنصورة، **٢٠٠٣م.**

٢. **أحمد فاروق خلف :** تأثير برنامج للرؤية البصرية على مستوى أداء بعض المتغيرات البصرية والمهارية للاعبي كرة السلة، المؤتمر الإقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي للشرق الأوسط، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٨م.

٣. **أحمد عبد الحميد العميري :** تأثير أسلوبي التعلم التعاوني والأوامر علـــى مســـتوى أداء رفعة النطر في رفع الأثقال لطلاب كلية التربية الرياضية "دراسة مقارنة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان**٢٠٠٢م.**

٤. **أشرف خطاب، ميرفت رشاد :** فاعلية برنامج تدريبي للمهارات البصرية النوعيـــة علـــي بعض المتغيرات البصرية والتوازن ومستوى الأداء في المبارزة، المؤتمر العاشر للعلوم الرياضية الأوربية بلغراد، يوليو، ٢٠٠٥م.

٥. **أمجد حامد بدر:** دراسة مقارنة بين منتخبي شباب العراق مصر للكرة الطائرة في بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية ومكونات الجسم"، رســـالة ماجســـتير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠١٣.

٦. **أمين أنور الخولي :** دائرة معارف الرياضية وعلوم التربية البدنية، السلسلة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٤م.

٧. **أيمن عبده محمـــد:** الاسس المنهجية لتدريس الكرة الطائرة، هابى رايت للطباعة والنشر، أسيوط، ٢٠٠٦م.

٨. **إيناس أحمد على :** فعالية أنواع متباينة التقنيات التربوية على نـــواتج الـــتعلم لمهـــارتى الإعداد والإرسال في الكرة الطائرة للمرحلة الإعدادية، رسالة دكتـــوراه، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٦م.

٩. **دعاء محمد محمود :** تأثير برنامج لتدريب العين في المبـــارزة وأثـــره علـــى بعـــض المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالتوتر ومستوى الأداء، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٢م.

١٠. **زكي محمد محمد حسن:** مهارات الرؤية البصرية للرياضيين، (الخصائص – العوامل – الفحوصات – تدريبات)، المكتبة المصرية، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.

١١. **زكى محمد محمد حسن:** الكرة الطائرة تقنيات حديثة في التعليم والتدريب، ملتقى الفكر العربى، الإسكندرية، ٢٠٠٢م.

١٢. **صادق الهلالي، محمد حكمت وليد:** معجم العين وأمراضها، المكتب الإقليمي لشرق البحر المتوسط (منظمة الصحة العالمية)، الإسكندرية، ١٩٩٣م

١٣. **عبدالله عمر محمد أحمد :** تأثير استخدام تدريبات الرؤية البصرية على بعض المتغيرات المهارية والقدرات التوافقية لحراس مرمى الناشئين في كرة القدم، رســـالة ماجستير، جامعة المنيا، ٢٠١٧م.

١٤. **عبد الستار جبار الضمد** :فسيولوجيا العمليات في الرياضة، ط ١، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ٢٠٠٠م.

١٥. **عبد النبي الجمال:** الموسوعة العربية للتنس للمبتدئين – للمتقدمين – للاعبي المسابقات، دار الفكر العربي، القاهرة**٢٠٠٠م.**

١٦. **ماجد مصطفى أحمد إسماعيل،عبد المحسن زكريا أحمد** : تأثير تدريبات الرؤية على بعض القدرات البصرية ومستوى الأداء المهارى في كرة القدم، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية العدد الثالث والعشرون،الجزء الرابع،كلية التربية الرياضية،جامعة أسيوط، ٢٠٠٦م.

١٧. **محمد محمد الشحات :** تأثير استخدام أسلوبي التعلم التعاوني والأوامر على أداء بعض مهارات اللعب بالوجه المعكوس للمضرب في رياضة الهوكي، العدد الأول، سبتمبر، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، **٢٠٠٣م.**

١٨. **محمود عبد المحسن ناجي:** تأثير تدريب الرؤية البصرية على أداء اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، ٢٠٠٨.

١٩. **مروى أحمد محمد عامر :** فعالية أسلوب التنافس على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٠م.

٢٠. **نيفين فاروق محمود:** فاعلية برنامج مقترح لتحسين بعض المتغيرات البصرية على دقة الارسال فى الكرة الطائرة للمبتدئات بمدارس الأنشطة التخصصية، المجلة العلمية البدنية والرياضية، العدد الخامس والاربعون، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية، **٢٠١٢م.**

٢١. **ياسمين محمد أحمد سلامة** : تأثير تمرينات الرؤية البصرية على تنمية بعض المدركات الحس حركية والأداءات المهارية لناشئ الكوميتيه، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٨م.

ثانيا: المراجع باللغة الأجنبية:

22- Abernethy B.wood JM: Do generalized visual Training programmers For sport really work An experimental

invest Tigation, University of queen sland Journal sport Sci, (19), (3), 2002.

23- Alida Anelia Ludeke: The Visual Skills of Professional and Amateur Rugby Players, Magister Philosophiae, Faculty Of Science, Rand Afrikaans University, 2003.

24- Beckerman S, Hitzeman SA: Sports vision testing of selected athletic participants in the 1997 and 1998 AAU Junior Olympic Games Optometry Indiana University, School of Optometry, Bloomington 47405, USA.; 74(8): Aug 2003.

25- Brian Ariel: Sports Vision Training: An Expert Guide To Improving Performance By Training The Eyes, Human Perception And Human Performance**,2007**.

26- Classe JG, Hester M, Harris K.: Association between eye dominance and training for rifle marksmanship: a pilot study, , May 1996.

27- Elmurr p.: Assessing and training Eye Hard coordination Sports vision summer,2000.

28- Griffiths G.: Eye dominance in sport: a comparative study. Optometry Today 43 (16): 34-40, 15 August ,2003.

29- Michael F. Zupan, Alan W. Arata, Alfred Wile and Ryan Parker. : Visual adaptations to sports vision enhancement training, A study of collegiate athletes at the US Air Force Academy, Clinical Sports vision, 2006.

30- Isabel Walker: Sports Vision-Now Enhancing Your Vision Can Give You That Extra Edye In Competition, Optometry Today, 2004**.**

31- Francine Eisner: An Introduction to Vision Training. December 10,2002.