

## تأثير برنامج تعليمي باستخدام التدريبات البصرية علي تنمية بعض المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة

\*د/ محمد كمال خليل

### مقدمة البحث:

إن التطور المستمر في مجال التربية البدنية والرياضية يدفع البحوث العلمية إلى التوصل إلى البحث عن أفضل الوسائل لحل المشكلات التي تواجه اللاعبين والمدرسين وحتى الأكاديميين وذلك عن طريق التعرف على ما وهب الله الإنسان من قدرات وطاقات متعددة في محاولة لتحقيق أكبر قدر من الاستفادة من النظريات العلمية الحديثة في المجال الرياضي.

والتربية البدنية والرياضة أحد المجالات التي تؤثر في الإنسان باعتبارها عنصراً هاماً وأساسياً في بناء الفرد، وإعداده بصورة متكاملة على أسس علمية، وتتوقف قدرة الفرد على كثير من المتغيرات، ويأتي في مقدمتها المتغيرات البصرية لذا وجب علينا الاهتمام بتلك المتغيرات. (١٢)

ويذكر "كالدر Calder" (٢٠٠٠م) أن المهارات البصرية عبارة عن مجموعة من المهارات العقلية العصبية التي من الممكن نقلها وتطويرها وتشمل العديد من المكونات مثل الرؤية ثلاثية الأبعاد والتتبع البصري والتركيز البصري. (٤٣ : ١٥)

وتلعب المهارات البصرية درواً مهماً ورئيسياً في مختلف أنواع النشاط الحركي وفي هذا الصدد يشير كل من "ماجد مصطفى إسماعيل، عبد المحسن زكريا احمد" (٢٠٠٦م)، علي إن المهارات البصرية تتعاون مع جميع أنواع الإحساسات الأخرى في إدراك وفهم طبيعة الأداء الحركي ومطابقته لظروف وأوضاع النشاط الحركي. (٢٣ : ٨٢)

\* مدرس بقسم المناهج وتدریس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة سوهاج.

ويعد التدريب البصري أحد الأساليب التدريبية الحديثة في المجال الرياضي، فهو يتكون من سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسدين القدرات البصرية الأساسية، إذ يلاحظ أن هناك العديد من المتغيرات التي تؤثر في قدرة الرياضي على الأداء، وتأتي المتغيرات البصرية للعين أحد أهم تلك المتغيرات، ومن هنا ينبغي إعطائها اهتماماً عالياً وعدم تجاهل قيمتها في الأداء باعتبارها مطلباً ضرورياً للرياضيين في جميع الألعاب سواء الفردية أم الجماعية . (٢:١٨)

وفي هذا الصدد يشير "K potgiter" (٢٠٠٩)، و"علي حسين" (٢٠١٢) بأن الرؤية البصرية هي أحد الأنظمة الحسية الأكثر أهمية في أداء المهارات الرياضية وبالرغم من ذلك فإنها نادراً ما يتم أخذها في الاعتبار عند تصميم البرامج التدريبية والتعليمية من قبل المدربين، كما تعد من أهم المواضيع التي لم يتطرق لها الكثير من الباحثين في المجال الرياضي وقد نحتاج إلي القدرات البصرية بشكل متفاوت من رياضة إلي أخرى. (٤٤: ١٣٧)، (٢٠: ١٨٦)

وتمتاز لعبة كرة السلة بطبيعة خاصة عن سائر ألعاب الكرة الأخرى وذلك من حيث طريقة الأداء الفني والخططي وكيفية احتساب النقاط وكذلك وتيرة السرعة في الأداء التي يشجع عليها قانون اللعبة مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى الإثارة خاصة في أثناء تنفيذ مطالب اللعبة العالية المستوى وصغر مساحة الملعب قياساً بعدد اللاعبين فضلاً عن صغر قطر الحلقة قياساً بحجم الكرة، وكل هذه المطالب يمكن تطويرها والارتقاء بها عن طريق استخدام طرق وأساليب تعليمية وتدريبية متنوعة تمكن اللاعب من الوصول إلي المستويات العالية. (١١:٢٠)

ويعد التهديد المحصلة النهائية لجهد الفريق وان الإعداد والتدريب الجيد من الناحية التكتيكية أو التكتيكية يساعد في إنجاح جهد الفريق وتحويله إلى

نقاط تسجل ضد الفريق المنافس كما أن إتقان المبادئ الأساسية جميعها والخطط والمناورات الهجومية في كرة السلة لا يغني عن التمييز في إتقان مهارة التصويب على الهدف، فالتصويب يعد الوسيلة الوحيدة للوصول إلى الفوز من خلال إصابة سلة الفريق الخصم بأكبر عدد من الإصابات، كما يعد المهارة الأساسية الأولى من حيث الأهمية ولأهميتها في هذه اللعبة يجب أن يصل اللاعب في النهاية إلى موقف يسهل عليه إصابة سلة الفريق الخصم، إذ إن التصويب على السلة هو المحصلة النهائية لإتقان مهارات كرة السلة جميعها وبرامج التدريب وخطط اللعب. (٣١: ١٥)، (٢٢: ٢٠)

ويعتبر تعدد مواقف اللعب في مباريات كرة السلة أثراً كبيراً في تنوع مهارات التصويب إذ نرى اللاعبين يصبون من الثبات ومن القفز ومن الجري ومن الجانب كما نجدهم أيضاً يصبون من مسافات قريبة وأحياناً من مسافات بعيدة ويصبون من ظروف سهلة وظروف صعبة ومعقدة وقد كان لتقدم طرائق الدفاع أثر كبير في ظهور مهارات كثيرة خاصة بالتصويب، فبعد أن أجاد المدافعون استخدام أساليب تشتت الكرة أثناء تصويبها من الثبات لجأ المهاجمون إلى الوثب قبل أداء التصويب وذلك لتفادي أساليب وطرائق الدفاع المستخدمة ضدهم، وإن التصويب على الرغم من تعدد أنواعه له غرض واضح هو إصابة الهدف. (٩: ١٧) (٣٦: ٤٠)

وقد أظهرت عدة دراسات مثل دراسة "محمد لطفي السيد، محمود رجائي محمد (٢٠٠٨م) (٢٨)، نادية حسن الصاوي، زينب تحتوت (٢٠٠٨م) (٣٤)، محمد فكري سيد (٢٠١٠م) (٢٧)، مصطفى طه محمود (٢٠١٥م) (٣٢)، نفين فاروق محمود (٢٠١٢م) (٣٧)، أحمد عادل" (٢٠١٤) (١) علي أن الأداء العالي يرتبط بالقدرات البصرية المثالية وأن ضعف القدرات البصرية لدي اللاعب تسبب في انخفاض مستوى الأداء، وإن المعلومات البصرية غير الدقيقة تفقد الجسم التوقيت المناسب، مما يتسبب في انخفاض مستوى الأداء،

كما أوصت الدراسات بتطوير بطاريات للاختبارات البصرية في الأنشطة الرياضية المختلفة والتي تستخدم للتقييم وتحسين مستوى القدرات البصرية للرياضيين، نظراً لاختلاف المتطلبات البصرية الخاصة بكل رياضة مع تقنين إجراءات التدريب بشكل يتلاءم مع الاحتياجات الخاصة بكل لعبة.

ومن خلال خبرة الباحث العملية في تدريس مقرر أساسيات كرة السلة بكلية التربية الرياضية وعمله مدرباً لفريق الكلية في رياضة كرة السلة واشتراك الكلية في دوري الجامعة بين الكليات، لاحظ إن الكثير من اللاعبين يفقدون الدقة في أداء مهارة التصويب بأنواعها المختلفة (التصويب من الثبات- الرمية الحرة- التصويب من الحركة- التصويبه الثلاثية- التصويب من القفز- التصويبه الجانبية) وخاصة في مواقف اللعب التي تتطلب توافق وتآزر بين حركات (اليد المصوبة والرجلين مع العين) من حيث الوعي الخارجي- التتبع البصري- التركيز البصري- والدقة البصرية الثابتة والمتحركة خاصة أن ذلك يتطلب درجة عالية من الربط بين أداء بعض المهارات الهجومية والدفاعية التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة والتي تمثل جزءاً هاماً من إستراتيجية اللعب فكل هذه المتغيرات إذا توافرت في لاعب كرة السلة فأنها تساعده على رفع قدرته على أداء مهارات التصويب والقدرة علي تسجيل الأهداف بطريقة صحيحة وسريعة.

ومن خلال إطلاع الباحث على الدراسات المرتبطة بالمهارات البصرية في كرة السلة مثل دراسة "أحمد فاروق خلف (٢٠٠٨) (٤)، نيرمين فكرى الغلمى (٢٠٠٩) (٣٤)، عبد العليم موسى عبد العليم" (٢٠١٣) (١٨)، فقد أثبتت هذه الدراسات من خلال نتائجها أن هناك تأثيراً إيجابياً في استخدام المهارات البصرية على مستوى الأداء المهارى وتنمية مهارات التصويب.

وتأكيداً لأهمية التدريبات البصرية وارتباطها المباشر وتأثيرها في تنميه وتطوير المهارات الهجومية والدفاعية في كرة السلة بوجه عام وتنميه وتطوير

مهارات التصويب بوجه خاص وجد الباحث وحدد مشكلة بحثه في قلة استخدام هذا الأسلوب وبشكله العلمي المقنن وقلة الاهتمام به مقارنةً بالجوانب البدنية والمهارية والخططية التي يعطيها المدربون نصب اهتمامهم، فضلاً عن إن هذا الأسلوب يستخدم في العديد من دول العالم المتطورة في المجال الرياضي لذا رأى الباحث دراسة استخدام هذا الأسلوب ومعرفة تأثيره في تنمية مهارات التصويب في كرة السلة.

ومن هنا تظهر الحاجة لإجراء مثل هذا البحث للتعرف علي مدى تأثير استخدام التدريبات البصرية لدى العينة قيد البحث في تنمية المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة ومن هنا يمكن صياغة المشكلة بالسؤال التالي: ما هو تأثير استخدام التدريبات البصرية في تنمية المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة لدى طلاب كلية التربية الرياضية

**أهداف البحث:**

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام التدريبات البصرية ومعرفة تأثيره على:

- ١- تنمية بعض المهارات البصرية لدى العينة قيد البحث.
- ٢- تنمية بعض مهارة التصويب في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.
- ٣- معرفة العلاقة الارتباطية بين المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة لدى العينة قيد البحث.

#### **فروض البحث:**

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات البصرية لدى العينة قيد البحث لصالح القياس البعدي.

- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الأداء المهاري لمهارات التصويب في كرة السلة لدى العينة قيد البحث لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمو المهارات البصرية لدى العينة قيد البحث ومستوى أدائهم لمهارات التصويب في كرة السلة.

### مصطلحات البحث:

#### - التدريبات البصرية: **Visual Training**

"أسلوب من أساليب التدريب يشمل على بعض التدريبات التي تطبق باستخدام العين لإحداث تغيير في استجابات العين كمستقبل حسي متمثلة في الرؤية المرتبطة بها. (٨٧ : ٢٤)

#### - المهارات البصرية: **Visual skills**

"مختلف أنشطة العين، مثل إدراك العمق، التركيز والتتبع، إدراك المسافة، التقارب والتباعد، القدرة علي التكيف". (٢٠ : ١٥)

#### - الدقة البصرية المتحركة: **Dynamic visual Acuity**

"رؤية الأهداف بدقة أثناء حركة اتران اللاعبين أي أن الهدف ثابت واللاعب متحرك" (٤٧:٢)

#### - التتبع البصري: **Visual Concentration**

مقدرة العين على تتبع الأجسام المتحركة. (١٧ : ١٥)

#### - التوافق بين العين واليد: **Eye – Hand coordinahion**

يقصد بها استجابة اليدين مع المعلومات التي تجمعها العينين. (٢٠ : ١٥)

#### - الدقة البصرية الثابتة: **Static Visual Acuity**

هي القدرة على رؤية الأهداف بدقة من الثبات فاللاعب والهدف ثابتان.

#### - التتبع البصري: **Eye Tracking**

هو تتبع وملاحظة سمات الهدف (عصا التتابع) مهما زادت سرعتها أو اختلفت. بمعنى قدرة المتعلم علي تذكر الصور أو الأحرف التي شاهدها وترتيبها بشكل صحيح هذه المهارة مهمة عند النسخ من كتاب أو من السبورة. (١٧: ١٥)

### - التركيز البصري: Visual Focusing

يقصد بها مدى تغير بؤرة العين لأهداف مختلفة المسافات ويكون هذا بسرعة وبأقل فاصل زمني بسيط. (٢٠: ١٢)

### - الوعي الخارجي: External awareness

إدراك ما يحيط بالهدف من أفراد أو أجسام دون فقد التركيز على الهدف. (١٥: ١٨)

الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

- دراسة "مصطفى طه محمود" (٢٠١٥) (٣٢) بعنوان "تأثير التدريبات البصرية على تطوير سرعة ودقة بعض المهارات الهجومية والمدرجات الحس- حركية لناشئ هوكي الميدان" واستهدف البحث معرفة أثر التدريبات البصرية علي تطوير سرعه ودقة بعض المهارات الهجومية والمدرجات الحس- حركية لناشئ هوكي الميدان، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعة واحدة علي عينه من ناشئ الهوكي تحت ١٨ سنة والمسجلين بالاتحاد المصري للهوكي وبلغ عدد العينة (٢٩) لاعب مقسمين إلى (٢٠) ناشئ للدراسة الأساسية و(٩) ناشئ للدراسة الاستطلاعية واستخدم الباحث المقابلة الشخصية والاختبارات المهارية قيد البحث وتحليل المباريات وتوصل البحث إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في نتائج اختبارات الإدراك الحس- حركي وفي اختبارات المهارات الهجومية قيد البحث.

- دراسة "عمر احمد عبد النعيم" (٢٠١٤) (٢١) بعنوان "فاعلية التدريبات البصرية على أداء مهارة الشقلبة الأمامية على طاولة القفز" واستهدف البحث إلي معرفة مستوي أداء المهارات البصرية قيد البحث ومستوي أداء مهارة الشقلبة الأمامية علي اليدين علي طاولة القفز، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعه واحده وبلغ عدد العينة (١٤) طالبا من الفرقة الثالثة والرابعة من طلاب كلية التربية الرياضية تخصص جمباز واستخدم الباحث الاختبارات المهارية واختبارات القدرات البصرية قيد البحث وتوصل نتائج البحث إلي وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في مستوي أداء المهارات البصرية ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في مستوي أداء مهارة الشقلبة الأمامية علي اليدين علي طاولة القفز.

- دراسة "عبد العليم موسي عبد العليم" (٢٠١٣) (١٩) بعنوان "برنامج تدريبي لتنمية بعض القدرات البصرية المساهمة في تحسين مستوي أداء بعض مهارات كرة السلة" واستهدف البحث معرفة أثر استخدام برنامج تدريبي في تنمية بعض القدرات البصرية المساهمة في تحسين مستوي أداء بعض مهارات كرة السلة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الطريقة المسحية كما استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبة لطبيعة البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة، علي عينه من لاعبي كرة السلة تحت ١٨ سنة بنادي بنها الرياضي ونادي طوخ الرياضي بلغ قوامها (٣٠) لاعبا، واستخدم الباحث استمارة تسجيل بيانات لكل فرد من العينة واستمارة تحليل الأداء المهاري كما استخدم الاختبارات المهارية الخاصة بكرة السلة قيد البحث، وتوصل البحث إلي التدريبات البصرية ساهمت في تحسين أداء القدرات البصرية قيد البحث كما



- ساهمت في تحسين المهارات الأساسية وتحسين المتطلبات الخاصة بالأداء الفني للمهارات الدفاعية والهجومية للاعب كرة السلة كما إنها تختلف باختلاف الأفراد لذا يوجب تدريبها بشكل فردي.
- دراسة "حاتم فتح الله" (٢٠١١م) (٩) بعنوان: "تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام التدريبات البصرية ومعرفة تأثيره على دقة وسرعة أداء بعض المهارات الهجومية والدفاعية في رياضة المبارزة" واستهدف البحث تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام التدريبات البصرية ومعرفة تأثيره على دقة وسرعة أداء بعض المهارات الهجومية والدفاعية في رياضة المبارزة"، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٤) طالباً من لاعبي منتخب الجامعة، وكانت من أهم النتائج التدريبات البصرية قد أثرت إيجابياً على تنمية المتغيرات البصرية التالية الوعي الخارجي -التتبع البصري -الدقة البصرية الثابتة -الدقة البصرية المتحركة -إدراك العمق -التركيز البصري -السكون البصري)، وأثرت إيجابياً على سرعة ودقة أداء الهجمة المغيرة -سرعة ودقة أداء الهجمة العددية الثنائية -سرعة ودقة الدفاع في الرابع والرد بالطعن -سرعة ودقة الدفاع في السادس والرد بالطعن -سرعة ودقة الدفاع في السابع والرد بالطعن -سرعة ودقة الدفاع الدائري، وأثر إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية والدفاعية.
- دراسة "أحمد عامر محمد علي" (٢٠٠٨) (٢) بعنوان "تأثير تمارين خاصة في تطوير بعض القدرات البصرية ودقة المهارات الهجومية بكرة السلة لطلاب بأعمار (١٥-١٧) سنة" استهدف البحث معرفة تأثير التمارين الخاصة في تطوير بعض القدرات البصرية ومعرفة تأثير التمارين الخاصة في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية للاعب كرة السلة بأعمار (١٥-١٧) سنة، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتان المتكافئتان لحل مشكلة البحث من خلال العينة المكونة من

(١٦) طالباً يمثلون أندية مركز محافظة بابل تم تقسيمهم على مجموعتين متكافئتين ومن خلال الاختبارات المستخدمة في القدرات البصرية والمهارية بكرة السلة أجريت الاختبارات القبلية ومن ثم تم تطبيق التمرينات البصرية للمجموعة التجريبية من خلال دمجها مع المنهج المعد من قبل المدرب بواقع (٣) وحدات أسبوعياً ولمدة (٨) أسابيع وبعدها أجريت الاختبارات البعيدة وتوصلت النتائج إلي ظهور تطور للمجموعة التجريبية في جميع الاختبارات البصرية والمهارية بكرة السلة عدا اختبار (إدراك عمق الرؤية) وكذلك المجموعة الضابطة عدا اختبار إدراك عمق الرؤية واختبار دقة المناولة الصدرية بادراك مجال الرؤية كما توصلت أيضاً إلي إن التمرينات البصرية لم تحدث تطوراً في إدراك عمق الرؤية ودقة أداء التهديف من القفز بادراك مجال الرؤية لمجموعتي البحث.

#### الدراسات الأجنبية:

- دراسة **Meysam Rezaee1** (٢٠١٢) (٤٨) بعنوان "التدريب البصري علي تحسن مستوى أداء الرياضيين" واستهدف البحث إلي التعرف علي أثر التدريبات البصرية علي مجموعه من الطلاب في رياضات مختلفة مثل كرة السلة والتنس وبلغ عدد عينه البحث (٩٠) لاعب تم تقسيمهم إلي (٦) مجموعات متساوية في العدد خمسة منهم تجريبية تستخدم التدريبات البصرية وواحدة ضابطة واستغرق تطبيق البرنامج (٨) أسابيع وأسفرت نتائج البحث عن تقدم مستوي المجموعات الخمس في المهارات البصرية وكذلك المهارات الحركية في رياضه السلة والتنس وان مهارات التنس تحسنت أكثر وبصفه خاصة عن مهارات كرة السلة.
- دراسة "**Michael Zupan**" (٢٠٠٦) (٤٧) بعنوان "التكيفات البصرية لتدريب تحسين الرؤية الرياضية" واستهدف البحث إلي فحص التغيرات طويلة المدى المحتملة لتدريب الرؤية الرياضية واستخدم الباحث المنهج

الوصفي علي عينه عددها (٤٩٩) لاعب وتوصلت النتائج على أن الفرد الذي 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 البصري سوف يستمر في التحسن مع استمرار التدريب.

- دراسة ليمنك وآخرون **lemmink,et all** (٢٠٠٥) (٤٥) بعنوان "تأثيرات الرؤية الخارجية المحدودة على مستوى أداء الجري المكوكي للاعبين كرة القدم" واستهدف البحث إلي التعرف على تأثير الرؤية الخارجية على تقليل معدل زمن الأداء أثناء الجري واستخدم الباحث المنهج التجريبي علي عينه عددها (١٤) لاعبا وتوصلت البحث إلي تناقص زمن الأداء عند استخدام الرؤية الخارجية المحدودة حيث ساهمت في تحسين القدرة علي تغيير الاتجاهات بسرعة .

- دراسة " ابرينسي **Abernethy et al** " (٢٠٠٤) (٤٠) بعنوان " هل برامج التدريب البصري ذات جدوى في المجال الرياضي " واستهدف البحث التعرف علي أن برامج التدريب البصري ذات جدوى في المجال الرياض واستخدم الباحث المنهج التجريبي لعينه عددها (٤٠) ناشئي ومن أهم نتائج البحث وجود فروق بين القياسات القبليّة و البعديّة للمجموعات الأربعة علي الرغم من وجود تحسن واضح للمجموعتين.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

في ضوء أهداف وفروض البحث استخدام الباحث المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لنوع وطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي باستخدام القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة.

مجتمع وعينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي فريق كلية التربية الرياضية لكرة السلة حيث بلغ قوام العينة الأساسية (١٤) لاعباً، بالإضافة إلى عينة البحث الاستطلاعية وعددهم (١٠) لاعبين .  
**أدوات جمع البيانات:**

استخدم الباحث الأدوات الآتية:

الأدوات و الأجهزة العلمية .

- الاختبارات المهارية والبصرية.

- استمارات استطلاع رأي السادة الخبراء .

**الأجهزة والأدوات العلمية:**

- جهاز الرستامير لقياس الارتفاع (الطول) بالسنتيمتر .

- جهاز الميزان الطبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.

- جهاز قياس عمق الرؤية لكريجنسكى ( لقياس عمق الرؤية) .

**تجانس أفراد العينة:**

تم التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغير التجريبي وهي:

١- متغيرات أنثروبومترية وهي (العمر الزمني- الطول- الوزن).

٢- متغيرات بصرية وهي (الدقة البصرية الثابتة- الدقة البصرية المتحركة- الوعي الخارجي- التوافق بين العين واليد - التركيز لبصري - التتبع البصري- إدراك العمق).

٢- متغيرات مهارية وهي (التصويب من الثبات- التصويب من القفز- التصويبه الجانبية- التصويبه السلامية).

وقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد العينة للتأكد من أنها موزعة توزيعاً اعتدالياً من خلال حساب معامل الالتواء وهذا ما يوضحه جدول (١) في ضوء المتغيرات الآتية:

**جدول (١)**

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث  
(ن = ١٤)

عينه البحث					وحدة القياس	المتغيرات	
معامل التقلطم	معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
-1.19	-0.63	0.68	0.83	19.29	سنة	السن	
-0.81	0.21	20.40	4.52	177.36	سم	الطول	
1.10	1.00	53.91	7.34	80.71	كجم	الوزن	
-0.07	0.70	21.38	4.62	18.00	درجة	الدقة البصرية الثابتة	
-1.00	0.49	1.21	1.10	1.14	درجة	اليد اليمنى	الدقة
-1.64	0.31	0.75	0.86	0.86	درجة	اليد اليسرى	البصرية المتحركة
-0.65	0.04	0.84	0.91	2.29	عدد	التركيز البصري	
-1.51	0.14	0.69	0.83	2.93	درجة	اليد اليمنى	التوافق
-1.12	0.26	0.59	0.77	2.86	درجة	اليد اليسرى	بين العين واليد
-0.81	-0.44	1.10	1.05	1.79	درجة	العين اليمنى	الوعي
-0.18	0.07	0.71	0.84	1.36	درجة	العين اليسرى	الخارجي
0.18	-0.98	0.42	0.65	1.50	درجة	إدراك العمق	
-0.79	0.19	0.86	0.93	1.64	درجة	التتبع البصري	
-1.25	0.00	1.17	1.08	4.64	بالعدد	مهارة التصويب من الثبات	
-0.62	0.16	1.41	1.19	3.79	بالعدد	مهارة التصويب من القفز	
0.22	0.49	1.10	1.05	2.79	بالعدد	مهارة التصويب الجانبية	
1.53	-0.89	0.53	0.73	2.71	بالعدد	مهارة التصويب السلامة	

يتضح من الجدول رقم (١) أن جميع قيم معامل الالتواء للعينة انحصرت فيما بين (٣±) لمتغيرات السن والطول والوزن والمتغيرات الأساسية للدراسة (الاختبارات البصرية- الاختبارات المهارية) حيث تراوحت قيمة معامل الالتواء ما بين (1.53 :-1.64) وهذا يؤكد تجانس أفراد العينة قيد البحث في تلك المتغيرات.

أولاً: الاختبارات المهارية:

- ١- استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد مهارات التصويب في كرة السلة المرتبطة بالمتغيرات البصرية مرفق (٢)
- قام الباحث بتصميم استمارة استبيان تضم المهارات الخاصة بالتصويب في كرة السلة وعرضها على السادة الخبراء في مجال المناهج وتدريب التربية الرياضية والتدريب الرياضي ومجال رياضة كرة السلة في صورة استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء للتعرف على أنسب مهارات التصويب المرتبطة بالمتغيرات البصرية.
- تم عرض الاستمارة على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين في مجال رياضة كرة السلة لإبداء آرائهم وحساب النسبة المئوية وتحديد المهارات الخاصة بالتصويب في كرة السلة المرتبطة بالمتغيرات البصرية حيث تم وضع المهارات الخاصة بالتصويب في كرة السلة وعددهم (٦) مهارات في الاستمارة، وتم اتفاق السادة الخبراء على (٤) مهارات أساسية وهامة مرتبطة بالمتغيرات البصرية، وذلك من خلال حساب النسبة المئوية لآراء الخبراء وذلك ما يوضحه جدول (٢).

## جدول (٢) المهارات الخاصة بالتصويب في كرة السلة المرتبطة بالمتغيرات البصرية

م	مهارات التصويب	التكرار	النسبة المئوية
١	التصويب من الثبات ( الرمية الحرة)	١٠	١٠٠%
٢	التصويب من الحركة	٥٠	٥٠%
٣	التصويب من القفز	١٠	١٠٠%
٤	التصويبه الثلاثية	٦	٦٠%
٥	التصويبه الجانبية	٧	٧٠%
٦	التصويبه السالامية	١٠	١٠٠%

تشير نتائج جدول (٢) حسب آراء السادة الخبراء في تحديد أنسب مهارات التصويب في كرة السلة والمرتبطة بالمتغيرات البصرية إلى أن النسبة المئوية قد تراوحت ما بين (٤٠% - ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة (٧٠% فأكثر) وبذلك أصبحت مهارات التصويب قيد البحث (٤) مهارات .  
ثانياً: الاختبارات البصرية:

- ١- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد أنسب المتغيرات البصرية المرتبطة بمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث) مرفق (٣).
- هدفت الاستمارة إلى تحديد المتغيرات البصرية الأكثر ارتباطاً بمهارات التصويب .
- قام الباحث بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة لتحديد المتغيرات البصرية مثل دراسة كل من : "ميثاق غازي (٢٠١٣) (٣٣)، محمد أحمد عبد الله (٢٠١١م) (٢٥)، حاتم فتح الله الحفني (٢٠١١م) (٩)، حنان محمد جعيسة (٢٠١٠م) (١٣)، إيهاب صابر إسماعيل (٢٠٠٩م) (٧)، احمد عامر محمد (٢٠٠٨) (١)، أشرف خطاب، ميرفت رشاد (٢٠٠٥م) (٥)، "بسمة محمد الحسوني (٢٠١٤م) (٨)، ماجد مصطفى احمد، عبد المحسن زكريا (٢٠٠٦م) (٢٣)، دعاء محمد محمود

(٢٠٠٢م) (١٤)، أحمد عبد المولى السيد (٢٠١٢م) (٣)، هدى حسن

صابر (٢٠٠٨م) (٣٨)، محمد مصطفى يونس" (٢٠٠٩م) (٢٩).

- قام الباحث بتحديد المتغيرات البصرية في صورتها المبدئية ثم عرضها على السادة الخبراء في صورة إستمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد أهم المتغيرات البصرية المرتبطة بدقة وتطوير مهارات التصويب في كرة السلة الأكثر مناسبة لقدرات عينة البحث.

- قام الباحث بإعداد الاستمارات في صورتها النهائية ثم عرضها على السادة الخبراء في مجال رياضة كرة السلة لإبداء آرائهم .

- قام الباحث بحساب صدق الاستمارة باستخدام صدق المحكمين حيث تم عرض الاستمارة على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين:-

وتم حساب النسبة المئوية لآراء الخبراء وتحديد المتغيرات البصرية المرتبطة بتنمية المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة بما يناسب مستوى وقدرات عينة البحث، وذلك من خلال حساب النسبة المئوية لآراء الخبراء وذلك ما يوضحه جدول (٣).

### جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء لتحديد المتغيرات البصرية الأكثر ارتباطاً بمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث)

النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	م	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	م	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	م	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	م
٦٠%	التوافق بين العين والقدم	١٦	٤٠%	توجيه العين	١١	٨٠%	التركيز البصري	٦	٦٠%	إدراك مجال الرؤية	١
٥٠%	الإدراك البصري	١٧	٢٠%	مرونة العين	١٢	١٠٠%	الاتباع البصري	٧	٨٠%	إدراك عمق الرؤية	٢

### تابع جدول (٣)



## النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء لتحديد المتغيرات البصرية الأكثر ارتباطاً بمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث)

النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	النسبة المئوية %	المتغيرات البصرية	
٦٠%	التميز البصري	١٨	٥٠%	التصور البصري	١٣	٦٠%	سرعة رد الفعل البصري	٨	٩٠%	الدقة البصرية الثانية
٦٠%	الإغلاق البصري	١٩	٥٠%	الذاكرة البصرية	١٤	٩٠%	التوافق بين العين واليد	٩	١٠٠%	الدقة البصرية المتحركة
٢٠%	تركيز الانتباه	٢٠	١٠%	التحقق البصري	١٥	٥٠%	السكون البصري	١٠	٧٠%	الوعي الخارجي

تشير نتائج جدول (٣) حسب آراء السادة الخبراء في تحديد المتغيرات البصرية المرتبطة بتنمية وتطوير مهارات التصويب في كرة السلة إلى أن النسبة المئوية قد تراوحت ما بين (١٠% - ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة (٧٠% فأكثر) وبذلك أصبحت المتغيرات البصرية (٧) متغيرات بصرية.

٢- إستمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد مدى ملائمة التدريبات البصرية بمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث) مرفق (٦)

- قام الباحث بالإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة في مجال رياضة كرة السلة والتدريبات البصرية ومنها دراسة "ميثاق غازي (٢٠١٣) (٣٣)، أحمد عبد المولى السيد (٢٠١٢) (٣)، حاتم فتح الله (٢٠١١) (٩)، هدى حسن صابر (٢٠٠٨) (٣٨)، أحمد فاروق خلف (٢٠٠٨) (٤)، نيرمين فكرى الغلمى (٢٠٠٩) (٣٥)، سعيد غريب محمد (٢٠٠٤) (١٦)، محمد صبحي حسانين" (٢٠٠١) (٢٦).

- قام الباحث بوضع مجموعة من التدريبات البصرية العامة والخاصة المرتبطة بتنمية المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة (قيد

البحث) وعرضها على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين في صورة إستمارة استطلاع رأى الخبراء، لتحديد أهم التدريبات المناسبة لتنمية المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة.

- قام الباحث بالتعديل في الاستمارة حسب رأى السادة الخبراء ثم أعد الاستمارة في صورتها النهائية.

٣- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول تحديد أهم الاختبارات البصرية المرتبطة بمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث) مرفق (٤).

- تهدف الاستمارة إلي تحديد أنسب الاختبارات البصرية لقياس المتغيرات البصرية المرتبطة بمهارات التصويب في كرة السلة.

- قام الباحث بتحليل المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الاختبارات البصرية مثل دراسة كل من "ميثاق غازي (٢٠١٣) (٣٣)، نيرمين فكرى الغلمى (٢٠٠٩) (٣٥)، هدى حسن صابر (٢٠٠٨) (٣٨)، أحمد فاروق خلف (٢٠٠٨) (٤)، سعيد غريب محمد (٢٠٠٤) (١٦).

- قام الباحث بوضع الاختبارات البصرية في صورتها المبدئية ثم عرضها على السادة الخبراء في صورة إستمارة إستطلاع رأى السادة الخبراء للتعرف على أنسب الاختبارات البصرية التي تقيس المتغيرات البصرية المرتبطة بمهارات التصويب في كرة السلة .

- تم استخدام صدق المحكمين حيث تم عرض الاستمارة على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين (١٠) خبراء في رياضة كرة السلة.

#### جدول (٤)

النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء لتحديد الاختبارات البصرية

### المرتبطة بمهارات التصويب في كرة السلة

م	الاختبارات البصرية	التكرار	النسبة المئوية
١	الدقة البصرية الثابتة	١٠	١٠٠%
٢	الدقة البصرية المتحركة	٩	٩٠%
	اختبار القدرة على الإبصار أثناء الحركة	١	١٠%
٣	الوعي الخارجي	١٠	١٠٠%
	اختبار الرؤية ثلاثية الأبعاد	—	صفر%
٤	التتبع البصري	٨	٧٠%
	اختبار قاذف كرات تنس الطاولة	—	صفر%
	اختبار الثلاث لوحات	٢	٢٠%
٥	التوافق بين العين واليد	٩	٩٠%
	اختبار الدوائر المرقمة	١	١٠%
٦	التركيز البصري	١٠	١٠٠%
٧	إدراك العمق	٩	٩٠%

يتضح من جدول (٤) أن آراء السادة الخبراء تراوحت ما بين (صفر% : ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بالاختبارات التي حصلت على نسبة (٧٠%) فأكثر وبذلك أصبح عدد الاختبارات البصرية التي تم اختيارها (٧) اختبارات بصرية مرفق (٥)

#### ١- المعاملات العلمية للاختبارات المهارية:

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية للاختبارات المهارية (صدق وثبات) وذلك للوقوف على صدق وثبات محتوى الاختبارات ومدى صلاحيتها.

#### • صدق الاختبار:

قام الباحث بحساب صدق التمايز لإيجاد صدق الاختبارات وذلك بتطبيقها على مجموعتين متساويتين قوام كل منهما (١٠) طلاب من الطلاب المميزين من لاعبي الدرجة الأولى والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة السلة،

ولهم نفس مواصفات العينة الأصلية والمجموعة الثانية (١٠) طلاب من غير مميزين وجدول (٥) يوضح ذلك

### جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة  
في مهارات التصويب قيد البحث (ن = ٢ = ١٠)

مستوى الدلالة	قيمة ت	العينة الغير المميزة		العينة المميزة		وحدة القياس	المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
دال	4.882	1.18	4.50	1.25	7.30	بالعدد	مهارة التصويب من الثبات
دال	5.291	1.23	3.80	1.37	6.90	بالعدد	مهارة التصويب من القفز
دال	6.500	0.99	3.10	1.34	5.70	بالعدد	مهارة التصويبه الجانبية
دال	6.862	0.63	2.80	0.48	4.70	بالعدد	مهارة التصويبه السلامية

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة ولصالح المجموعة المميزة مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعتين حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (4.882: 6.862) وهى أعلى من قيمتها الجدولية وبالتالي تصبح الاختبارات صادقة.

#### • ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث:

لإيجاد ثبات الاختبارات قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) طلاب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية بفارق زمني أسبوع واحد وإيجاد معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني وجدول (٦) يوضح ذلك.

### جدول (٦)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المهارية قيد  
البحث (ن=١٠)

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	ع±	س	ع±	س		
0.968	1.23	7.20	1.25	7.30	بالعدد	مهارة التصويب من الثبات
0.958	1.16	6.70	1.37	6.90	بالعدد	مهارة التصويب من القفز
0.974	1.60	5.90	1.34	5.70	بالعدد	مهارة التصويبه الجانبية
0.655	0.53	4.50	0.48	4.70	بالعدد	مهارة التصويبه السلامية

قيمة (ر) الجدولية مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٦٠٢

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات المهارية حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٦٥٥ : ٠.٩٧٤) مما يدل علي ثبات الاختبارات المهارية قيد البحث.

#### ١- المعاملات العلمية للاختبارات البصرية:

##### صدق الاختبار:

قام الباحث بحساب صدق التمايز لإيجاد صدق الاختبارات وذلك بتطبيقها على مجموعتين متساويتين قوام كل منهما (١٠) طلاب من الطلاب المميزين من لاعبي الدرجة الأولى والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة السلة، ولهم نفس مواصفات العينة الأصلية والمجموعة الثانية (١٠) طلاب من غير مميزين وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)  
دلالة الفروق بين العينة المميزة والعينة الغير مميزة في الاختبارات البصرية  
قيد البحث (ن = ٢ = ١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير المميزة		قيمة (ت)
			ع±	س	ع±	س	
١	اختبار الدقة البصرية الثابتة	درجة	1.25	28.30	2.58	17.30	10.541
٢	اختبار الدقة البصرية المتحركة	اليد اليمنى	0.67	2.30	1.16	1.30	2.882
		اليد اليسرى	0.53	2.50	1.05	1.00	3.737
٣	اختبار الوعي الخارجي	العين اليمنى	0.88	5.10	0.85	2.50	9.75
		العين اليسرى	0.48	4.30	0.74	3.10	4.811
٤	اختبار التوافق بين العين واليد	اليد اليمنى	0.67	4.30	0.67	3.00	3.881
		اليد اليسرى	0.53	3.50	1.20	1.90	3.207
٥	اختبار التتبع البصري	درجة	0.67	4.00	0.71	1.50	9.303
٦	اختبار التركيز البصري	درجة	0.67	4.00	0.74	1.90	9
٧	اختبار إدراك العمق	درجة	0.47	4.00	0.88	2.10	8.143

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة وغير المميزة ولصالح المجموعة المميزة مما يدل على قدرة الاختبارات على التمييز بين المجموعتين حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة ما بين (2.882: 10.541) وهى أعلى من قيمتها الجدولية وبالتالي تصبح الاختبارات صادقة.

• ثبات الاختبار:-

لإيجاد ثبات الاختبارات قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها على عينة قوامها (١٠) طلاب من مجتمع البحث ومن خارج

العينة الأصلية بفارق زمني أسبوع واحد وإيجاد معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني وجدول (٨) يوضح ذلك.

### جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات البصرية قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)
			س	ع±	س	ع±	
١	اختبار الدقة البصرية الثابتة	درجة	28.30	1.25	28.20	1.32	0.971
٢	اختبار الدقة البصرية المتحركة	اليد اليمنى	2.30	0.67	2.55	0.50	0.954
		اليد اليسرى	2.50	0.53	2.60	0.52	0.816
٣	اختبار الوعي الخارجي	العين اليمنى	5.10	0.88	5.20	1.03	0.958
		العين اليسرى	4.30	0.48	4.50	0.53	0.655
٤	اختبار التوافق بين العين واليد	اليد اليمنى	4.30	0.67	4.40	0.70	0.895
		اليد اليسرى	3.50	0.53	3.55	0.50	0.954
٥	اختبار التتبع البصري	درجة	4.00	0.67	4.10	0.57	0.881
٦	اختبار التركيز البصري	درجة	4.00	0.67	4.10	0.74	0.904
٧	اختبار إدراك العمق	درجة	4.00	0.47	4.10	0.57	0.830

قيمه (ر) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٦٠٢

يتضح من نتائج جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول والثاني في جميع الاختبارات البصرية المستخدمة (قيد البحث) حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٦٥٥ : ٠.٩٧١) وهو أكبر من قيمته الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على ثبات الاختبارات البصرية قيد البحث.

ثالثاً: البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التدريبات البصرية:

قام الباحث بوضع برنامج تعليمي باستخدام التدريبات البصرية في تنمية المهارات البصرية ومهارات التصوير في كرة السلة قيد البحث لفريق الكلية في رياضه كرة السلة وفقاً للأسس العلمية التعليمية وذلك بعد الإطلاع على المراجع

والدراسات السابقة المرتبطة بمجال رياضه كرة السلة ومجال المناهج وطرق التدريس مثل دراسة "صادق خالد محمد (١٩٩٣) (١٧)، سعيد غريب محمد (٢٠٠٤م) (١٦)، أحمد فاروق خلف (٢٠٠٨م) (٤)، أحمد عامر محمد (٢٠٠٨م) (٢)، نيرمين فكرى الغلمى" (٢٠٠٩م) (٣٥)، وأيضاً الاطلاع على العديد من الدراسات في مجال التدريبات البصرية مثل دراسة "مصطفى طه محمود (٢٠١٥م) (٣٢)، ضياء أحمد طلعت (٢٠١٢م) (١٨)، محمد فكري سيد (٢٠١٠م) (٢٧)، محمد لطفي السيد، محمود رجائي محمد (٢٠٠٨م) (٢٨)، هدى صابر حسن (٢٠٠٨) (٣٨)، نادية حسن الصاوي، زينب تحتوت" (٢٠٠٨م) (٣٤).

وقد تضمنت تلك المراجع والدراسات إعداد وتصميم البرامج والخطط التعليمية وكذلك تضمنت حيثيات التدريبات البصرية مما ساعد الباحث في تكوين البرنامج التعليمي التدريبي المقترح بإستخدام التدريبات البصرية.

**هدف البرنامج التعليمي:**

- الهدف العام من البرنامج التعليمي (برنامج التدريبات البصرية المقترح) يهدف البرنامج المقترح إلى تنمية وتطوير المهارات البصرية ومهارات التصويب في كرة السلة قيد البحث من خلال استخدام التدريبات البصرية لدى أفراد عينة البحث .

- أسس البرنامج التعليمي (برنامج التدريبات البصرية المقترح): -
- أعتمد الباحث عند وضع برنامج التدريبات البصرية على الأسس التالية:-
- ١- مراعاة الهدف من التدريب البصري.
- ٢- توفير الإمكانيات الفنية وتصميم الأدوات والأجهزة البصرية.
- ٣- مرونة التنفيذ والتطبيق بما يتناسب مع عينه البحث.



- ٤- مراعاة المبادئ الخاصة بتدريب العين: ( التنفس Breathe، الرمش Blink، الابتسام Smile ، تحقيق المتعة Have Fun، الاستمرار والجدية Commit، الثقة والاعتقاد بفاعليه التدريب Believe).
- ٥- توافر عنصر التشويق والجدية للتدريبات المقترحة.
- ٦- مراعاة تشابه شكل أداء التدريبات المقترحة مع طبيعة الأداء التخصصي للاعبين.
- ٧- التدرج من السهل إلى الصعب أثناء تطبيق التدريبات البصرية.
- ٨- استعان الباحث بالدراسات والبحوث السابقة التي تناولت البرامج في رياضة كرة السلة بصفه عامه والتدريبات البصرية بصفه خاصة وكذلك استعان الباحث بأراء الخبراء والمتخصصين في مجال(التعليم - التدريب) في كرة السلة من سبق لهم استخدام التدريبات البصرية في تصميم برامج التعليم والتدريب وذلك في وضع البرنامج المقترح لتحقيق هدف البحث.
- الإطار الزمني المقترح لتنفيذ البرنامج:

### جدول (٩)

#### التوصيف الزمني للبرنامج المقترح باستخدام التدريبات البصرية

المهارات البصرية	مهارات التصويب	عدد الدروس	الزمن الكلي لتنمية المهارة
الدقة البصرية الثابتة - التركيز البصري التوافق بين العين واليد	مهارة التصويب من الثبات	٣	٦
الدقة البصرية المتحركة- التركيز البصري الوعي الخارجي إدراك العمق - التوافق بين العين واليد	مهارة التصويب من القفز	٣	٦
الدقة البصرية الثابتة -التتبع البصري- التركيز البصري الوعي الخارجي-إدراك العمق - التوافق بين العين واليد	مهارة التصويبه الجانبية	٣	٦
الدقة البصرية المتحركة - التوافق بين العين واليد الوعي الخارجي- إدراك العمق- التتبع البصري	مهارة التصويبه السلامية	٣	٦
الاجمالي		١٢	٢٤ ساعة

- \* بلغ الزمن الكلى للبرنامج التعليمي المقترح لتنمية المهارات البصرية مهارات التصويب في كرة السلة (٢٤) ساعة .
- زمن الدرس التعليمي التدريبي الكلى مشتمل الإحماء والختام = ٢ ساعة.
  - زمن الجزء الرئيسي = ٩٠ق.
  - عدد الدروس التعليمية التدريبية في الأسبوع = ٢ درس .
  - الدروس التعليمية التدريبية الشهرية = ٨ دروس.
- وهنا سوف يستخدم الباحث طريقة الدمج في توزيع هذا الزمن على أجزاء الوحدة الأساسية وهما (الإعداد العام - الإعداد الخاص- الإعداد المهارى - التدريبات البصرية)
- **تقويم البرنامج:**

قام الباحث بعرض البرنامج التعليمي التدريبي المقترح على عدد (١٠) في مجال المناهج وطرق التدريس ورياضة كرة السلة وذلك للتعرف على مدى مناسبة البرنامج المقترح للهدف العام من البحث ومدى مناسبة التدريبات البصرية المقترحة للهدف من البرنامج مرفق (٨).

**الدراسات الاستطلاعية:**

- بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمين قام الباحث بتطبيق البرنامج علي على عينه قوامها (١٠) طلاب كعينه استطلاعيه من مجتمع البحث، وأستهدف البحث ما يلي:
- اختيار المساعدين وتدريبهم على إجراء القياسات.
  - التعرف على الأدوات والأجهزة المتوافرة ومدى صلاحيتها.
  - تحديد زمن وإجراءات الاختبارات وكيفية تسلسلها.
  - معرفة الطرق الصحيحة التي تستخدم لأجراء القياسات بطريقة سليمة.
  - ترتيب الاختبارات المختارة وذلك لتحقيق النتائج المرجوة وتوفير الوقت والجهد.

## إجراءات تنفيذ البحث:

### - القياس القبلي:

تم تنفيذ القياس القبلي على عينة البحث وذلك في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠١٦/٣/٥م إلى يوم الاثنين الموافق ٢٠١٦/٣/٧م.

### - التجربة الأساسية:

بعد تحديد عينة البحث ومتغيراته والتحقق من المعاملات العلمية للاختبارات ومعايرة الأجهزة المستخدمة تم تنفيذ وتطبيق البرنامج باستخدام التدريبات البصرية على عينة البحث بواقع (٢) درس تعليمي تدريبي أسبوعياً وزمن الدرس (٢) ساعة، وذلك في الفترة من ١٢ / ٢٠١٦/٣م إلى ٢٥ / ٢٠١٦/٤م، وقد استغرق التطبيق مدة ستة أسابيع.

### - القياس البعدي:

تم إجراء القياس البعدي في الاختبارات البصرية والمهارية قيد البحث، وذلك في الفترة من ٢٦ / ٢٠١٦/٤م إلى ٢٨ / ٢٠١٦/٤م.

### - المعالجات الإحصائية المستخدمة:

- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري.

- الدرجة المقدرة. - اختبار (ت) .

- معامل الارتباط. - معامل الالتواء.

### عرض النتائج ومناقشتها:

في ضوء فروض البحث سوف يستعرض الباحث النتائج التي تم التوصل إليها كالتالي:

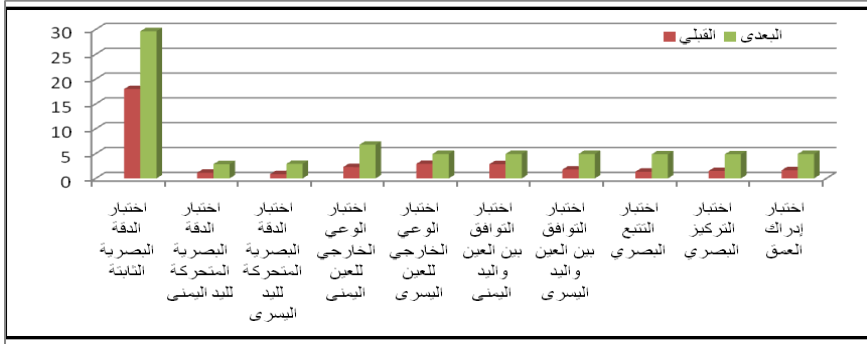
١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات البصرية لدى العينة قيد البحث لصالح القياس البعدي.

## جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية  
فى اختبارات المهارات البصرية قيد البحث (ن = ١٤)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		فرق المتوسطين	نسبة التحسن %	قيمة (ت)
			س	ع ±	س	ع ±			
١	اختبار الدقة البصرية الثابتة	درجة	18.00	4.62	29.64	0.50	11.64	64.67	9,268
٢	اختبار اليد اليمنى الدقة	درجة	1.14	1.10	2.86	0.36	1.72	150.88	5,633
	البصرية المتحركة	درجة	0.86	0.86	2.93	0.27	2.07	240.70	9,352
٣	اختبار العين اليمنى الوعى	درجة	2.29	0.91	6.79	0.43	4.5	196.51	16,523
	الخارجى	درجة	2.93	0.83	4.93	0.27	2	68.26	7,789
٤	اختبار التوافق بين العين واليد	درجة	2.86	0.77	4.93	0.27	2.07	72.38	8,453
	اختبار اليد اليسرى	درجة	1.79	1.05	4.93	0.27	3.14	175.42	11,449
٥	اختبار التنوع البصري	درجة	1.36	0.84	4.86	0.36	3.5	257.35	13,924
٦	اختبار التركيز البصري	درجة	1.50	0.65	4.86	0.36	3.36	224.00	14,920
٧	اختبار إدراك العمق	درجة	1.64	0.93	4.93	0.27	3.29	200.61	12,362

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٣٦



شكل (١) يوضح فروق المتوسطات بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات لمهارات البصرية

يتضح من جدول (١٠) أن هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى القدرات البصرية المرتبطة بمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث) لصالح القياس البعدي، وبذلك أمكن التحقق من صحة الفرض الأول من فروض البحث.

ويرجع الباحث سبب التحسن في القدرات البصرية إلى تطبيق البرنامج التعليمي الذي يحتوي على التدريبات البصرية التي روعي في تصميمها المتطلبات البصرية للنموذج الحركي للأداء المهارى الخاص بمهارات التصويب في رياضة كرة السلة، وذلك لما للمهارات البصرية من أهميه كبيره في تطوير القدرات البصرية وبعض مهارات التصويب المتعلقة بها (قيد البحث) وإن البصر (كأداة حس) تدخل كعنصر مهم جداً وبشكل كبير في أداء المهارات الأساسية بكرة السلة ويجب الاهتمام بها وممارستها.

كما يرى الباحث إن استخدام التدريبات البصرية يسهم بشكل كبير في تطوير القدرات البصرية لأن القدرة على اتخاذ القرار والأداء السليم يبني على رؤية جيدة فاللاعب ينقل ما يراه عن طريق المستقبلات الحسية (البصرية) إلى المخ الذي يقوم بدوره بتنظيم الأداء في ضوء المعطيات التي حصل عليها من

العين وبالتالي فالرؤية الخاطئة يتعامل معها المخ بطريقة تنعكس على الأداء بصورة غير جيدة داخل الملعب لان لحاسة البصر دورا مهماً في عملية أداء المهارات خاصة مهارات التصويب ومع تواجد المدافعين لتمثل عائقاً لحجب الرؤية لذلك فان الفروق المعنوية التي ظهرت عند إدراك مجال الرؤية أنعكس بشكل إيجابي على أداء مهارات التصويب بادراك مجال الرؤية.

حيث تتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه "ضياء أحمد طلعت" (٢٠١٢) (١٨)، ودراسة "محمود عبد المحسن" (٢٠٠٨) (٣٠)، إلى إن البصر يلعب دورا هاماً أثناء المباريات حيث يمكن اللاعب تحديد مكان منافسه وبالتالي يدرك ويبصر حركات منافسه ويستطيع اتخاذ القرارات المناسبة لذلك.

ويؤكد كلا من كالدر ونواكس "Calder & Noakes" (٢٠٠٠) (٤٣)، مازين وآخرون "Mazyn et, al" (٢٠٠٤) (٤٦)، وباري سيلر "Barry Sellier" (٢٠٠٤) (٤٢) في إن برامج التدريب البصري تسهم في تحسين القدرات البصرية ومستوى الأداء المهارى.

ويؤكد أيضا "حامد حسين وآخرون" (٢٠٠٦) (١٠) بضرورة تطبيق برامج التدريب البصري الطلاب في جميع الرياضيات والاهتمام بتفعيل دور التدريبات البصرية في المجال الرياضي وكذلك إنشاء معامل خاصة بالقياسات البصرية داخل معامل كليات التربية الرياضية على مستوى الجمهورية عن طريق تواجد أخصائي بصري يقوم بتقويم القدرات الوظائف البصرية الطلاب.

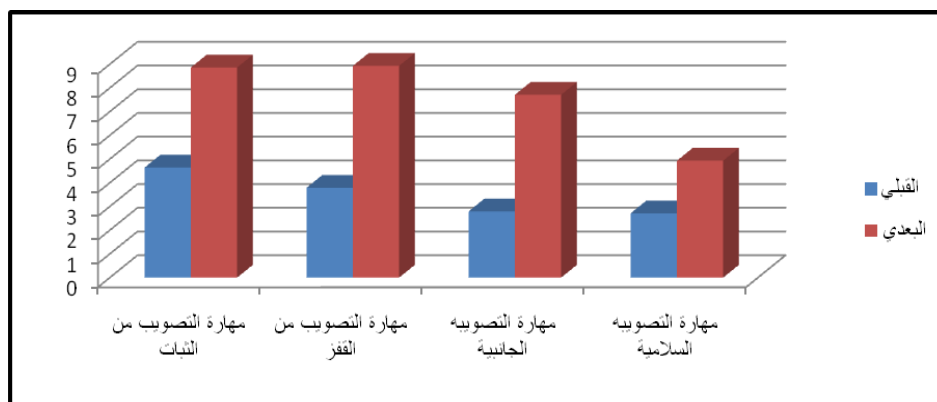
٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الأداء المهاري لمهارات التصويب في كرة السلة لدى العينة قيد البحث لصالح القياس البعدي.

## جدول (١١)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الأداء المهاري لمهارات التصويب في كرة السلة قيد البحث (ن=١٤)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فرق المتوسطين	نسبة التحسن %	قيمة (ت)
			ع	س	ع	س			
١	مهارة التصويب من الثبات	بالعدد	1.08	4.64	0.36	8.86	4.22	90.95	15,005
٢	مهارة التصويب من القفز	بالعدد	1.19	3.79	0.27	8.93	5.14	135.62	16,485
٣	مهارة التصويبه الجانبية	بالعدد	1.05	2.79	0.61	7.71	4.92	176.34	14,534
٤	مهارة التصويبه السلامية	بالعدد	0.73	2.71	0.27	4.93	2.22	81.92	10,333

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٣٦



شكل (٢) يوضح فروق المتوسطات بين القياسين القبلي والبعدي لمهارات التصويب في كرة السلة

يتضح من جدول (١١) أن هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهارى لمهارات التصويب في كرة السلة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (10,333: 16,485) كما تراوحت نسب التحسن ما بين (81.92: 176.34) وبذلك أمكن التحقق من صحة الفرض الثاني من فروض البحث.

ويرجع الباحث هذا التقدم في القياس البعدي عن القياس القبلي بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى تطبيق البرنامج التعليمي المقترح الذي يحتوي على التدريبات البصرية التي روعي في تصميمها المتطلبات البصرية الخاصة بمهارات التصويب برياضة كرة السلة وذلك لما للقدرة البصرية من أهمية كبيرة في كرة السلة حيث أنعكس أثر ذلك على الأداء الفعلي للاعبين، كما تنمي القدرة علي التركيز الجيد علي الهدف بسرعة ودقه باستخدام سلسله من حركات العين ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من "Calder & "NoakesK" (٢٠٠٠) (٤٣)، "Abernethy & Wood" (٢٠٠٤) (٤٠)، "اشرف خطاب وميرفت رشاد" (٢٠٠٥) (٥)، "حامد حسين وآخرون" (٢٠٠٦) (١٠)، "ناديه حسن وزينب تحتوت" (٢٠٠٨) (٣٤)، "إيهاب صابر" (٢٠٠٩) (٦)، "ومحمد احمد عبد الله" (٢٠١١) (٢٥) علي إن برامج التدريب البصري تسهم في تحسين مستوى الأداء الحركي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية.

٣- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمو المهارات البصرية لدى العينة قيد البحث ومستوى أدائهم لمهارات التصويب في كرة السلة .



جدول (١٢)  
العلاقة الارتباطية بين نمو المهارات البصرية لدى طلاب عينه البحث ومستوى أدائهم لمهارات التصويب في كرة السلة (ن = ١٤)

٥	المتغيرات المهارية الاختبارات البصرية	وحدة القياس	التصويب من الثبات	التصويب من القفز	التصويبه الجانبية	التصويبه السلامية
١	اختبار الدقة البصرية الثابتة	درجة	0.503	0.602	0.616	0.766
٢	اختبار الدقة اليمنى	درجة	0.630	0.723	0.692	0.759
	البصرية المتحركة اليسرى	درجة	0.625	0.694	0.713	0.752
٣	اختبار الوعي الخارجي	درجة	0.828	0.819	0.874	0.782
	العين اليسرى	درجة	0.841	0.684	0.551	0.749
٤	اختبار التوافق بين العين واليد	درجة	0.771	0.705	0.821	0.960
	اليمنى اليسرى	درجة	0.983	0.688	0.828	0.988
٥	اختبار التتبع البصري	درجة	0.780	0.890	0.841	0.981
٦	اختبار التركيز البصري	درجة	0.983	0.544	0.771	0.684
٧	اختبار إدراك العمق	درجة	0.780	0.459	0.611	0.797

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = 0,497

يتضح من جدول (١٢) وجود ارتباط دال إحصائياً بين نمو المهارات البصرية لدى طلاب عينه البحث ومستوى أدائهم لمهارات التصويب في كرة السلة، وجاءت قيمة معامل الارتباط المحسوب أكبر من قيمته الجدولية عند

مستوى (٠.٠٥)، وبذلك أمكن التحقق من صحة الفرض الثاني من فروض البحث.

ويرجع الباحث هذا التقدم في القياس البعدى للمجموعة التجريبية عن القياس البعدى إلى تطبيق البرنامج التعليمي المقترح الذي يحتوى على المهارات البصرية التي روعي في تصميمها المتطلبات البصرية للنموذج الحركي للأداء المهارى الخاص بمهارات التصويب برياضة كرة السلة، وذلك لما للمهارات البصرية من أهميه كبيره حيث أنعكس اثر ذلك على الأداء الفعلي للاعبين بفريق الكلية .

ويؤكد ذلك ما توصل إليه كل من كالدردر "Calder" (٢٠٠٠م) (٤٣)، ابرينس وود "Abernethy and Wood" (٢٠٠٢م) (٤٠)، ويلسون "Wilson" (١٩٩٣م) (٤٩) علي أن مثل هذا النوع من البرامج التدريبية لها أثرها الإيجابي في تنمية وتطوير قدرات الفرد ومنها القدرات البصرية لما لها من دورها الفعال في تكوين وربط أجزاء المنظومة الحركية والوصول إلى أفضل النتائج بتعديل السلوك الحركي للمتدرب باعتبارها الآثار الإيجابية لهذا التدريب التي تؤدي إلى الارتقاء بالمستوى الفني والرقمي.

#### الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث، وفي حدود عينه البحث، ومن واقع البيانات والنتائج التي توصل إليها الباحث ومن خلال نتائج المعالجات الإحصائية للبيانات تم استنتاج الأتي:

- البرنامج التعليمي باستخدام التدريبات البصرية قد أثر إيجابياً على تنميه المهارات البصرية التالية (الدقة البصرية الثابتة- الدقة البصرية المتحركة- الوعي الخارجي- التوافق بين العين واليد- التتبع البصري- التركيز البصري- إدراك العمق).

- البرنامج التعليمي باستخدام التدريبات البصرية قد أثر إيجابياً على مهارات التصويب (من الثبات- من الوثب- التصويبه الجانبية- التصويبه السلامية).
- البرنامج التعليمي باستخدام التدريبات البصرية أدى إلى تفوق المجموعة التجريبية في المهارت البصرية والمهارية، ويرجع الباحث هذا التحسن إلى برنامج التدريبات البصرية والاستمرار في التدريب المنتظم لعينه البحث.
- وجود علاقة ارتباطيه بين نمو المهارت البصرية لدى طلاب عينه البحث ومستوى أدائهم لمهارات التصويب في كرة السلة في بعض المتغيرات قيد البحث.

#### التوصيات:

- في ضوء استنتاجات البحث واستناداً إلى البيانات والنتائج التي توصل إليها الباحث يوصى بالآتي:
- ١- الاهتمام باستخدام التدريبات البصرية لما لها من أثر فعال في تطوير مستوى الأداء للاعبين كرة السلة.
  - ٢- ضرورة الاهتمام بتفعيل دور التدريبات البصرية في المجال الرياضي بصفة عامة وفي رياضة كرة السلة خاصة.
  - ٣- إنشاء معمل خاص بالقياسات البصرية داخل معامل كليات التربية الرياضية .
  - ٤- توجيه نتائج البحث التدريبات المستخدمة وخطوات تنفيذها إلى القائمين بالتدريس علي جميع الألعاب المختلفة لإمكانية الاستفادة من هذه النتائج.
  - ٥- إتباع الأسلوب العلمي عند اختيار أو تصميم التدريبات البصرية مع مراعاة مناسبتها لطبيعة وخصائص واحتياجات لاعبي كرة السلة وأن يتم التدريب بشكل فردي ووفقاً لمبدأ الفروق الفردية بين اللاعبين.

- ٦- الاهتمام بقياس المهارات البصرية بصفه دورية (الدقة البصرية الثابتة - الدقة البصرية المتحركة - التوافق بين العين واليد- التتبع البصري- التركيز البصري - إدراك العمق) للوقوف على المستوى البصري للطلاب حتى يمكننا الارتقاء بمستوى رياضة كرة السلة.

## (( المراجــــــــــــــــم ))

### أولاً- المراجع العربية:

- ١- أحمد عادل تميم: "تأثير برنامج تعليمي باستخدام المهارات البصرية على مستوى أداء المهارات الأساسية لهوكي الميدان"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠١٣م.
- ٢- أحمد عامر محمد: "تأثير تمرينات خاصة في تطوير بعض القدرات البصرية ودقة المهارات الهجومية بكره السله للاعبين بأعمار (٥-١٧ سنة)"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠٠٨م.
- ٣- أحمد عبد المولى السيد: "تأثير تدريبات نوعية لتنمية القدرات البصرية الخاصة على بعض الأداءات الخططية لناشئ كره القدم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٢م.
- ٤- أحمد فاروق خلف: "تأثير برنامج للرؤية البصرية على مستوى أداء بعض المتغيرات البصرية والمهارية للاعبى كره السله"، بحث علمى منشور المؤتمر الإقليمى الرابع للمجلس الدولى للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركى

لمنطقة الشرق الأوسط، الجزء الرابع، كلية التربية الرياضية

للبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٨م.

٥- أشرف إسماعيل خطاب، ميرفت رشاد الباز: "فاعلية برنامج تدريبي

للمهارات البصرية النوعية على بعض المتغيرات البصرية

والتوازن الثابت ومستوى الأداء في المباراة"، بحث علمي

منشور مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية

بنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٥م.

٦- إيهاب صابر إسماعيل: "فاعلية التدريبات البصرية على بعض المهارات

الهجومية لناشئي الإسكواش"، رسالة ماجستير غير منشورة،

كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٩م.

٧- بسمة محمد الحسوني: "تأثير التدريبات الرؤية على بعض القدرات

البصرية ومستوى الأداء المهارى للاعبى تنس الطاولة"،

رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة

كفر الشيخ، ٢٠١٤م.

٨- حاتم فتح الله الحفني: "تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام التدريبات

البصرية ومعرفة تأثيره على دقة وسرعة أداء بعض

المهارات الهجومية والدفاعية في رياضة المباراة"، رسالة

دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط،

٢٠١١م.

٩- حامد حسين، محمود احمد عيسى، محمود عبد السلام فرج: "تأثير

تدريب الرؤية على بعض القدرات البصرية ومستوى الأداء

الفني والرقمي في القفز بالزانة"، مجلة بحوث التربية

الرياضية، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق،

٢٠٠٦م.

١٠- **حسين سيد أيوب وآخرون**: المبادئ الحديثة في كرة السلة، الزقازيق المتحدون للطباعة، ٢٠٠٥م.

١١- **حسين علي كنبار**: الرؤية البصرية في المجال الرياضي عضو الأكاديمية الرياضية العراقية  
org/?p=389,iraqacad.http://blog

١٢- **حنان محمد جعيصة**: "برنامج بصري نوعي وأثره على مستوى أداء بعض المهارات الدفاعية لحارس مرمى كرة اليد"، بحث علمي منشور، المجلة العلمية للعلوم التربوية الرياضية، العدد السابع عشر، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠١٠م.

١٣- **دعاء محمد محمود**: "تأثير برنامج لتدريب العين في المباراة وأثره على بعض المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالتوتر ومستوى الأداء"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٢م.

١٤- **زكي محمد حسن**: مهارات الرؤية البصرية للرياضيين، الخصائص- العوامل- الفحوصات- التدريبات، المكتبة المصرية، الإسكندرية، ٢٠٠٤م.

١٥- **سعيد غريب محمد**: "تأثير برنامج تدريبي مقترح علي بعض المدركات الحس - حركية ودقة التصويب لدي ناشئي كرة السلة تحت ٤ سنة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٤م.

١٦- **صادق خالد محمد الحايك**: "اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير مهارة دقة التصويب لدى ناشئي كرة السلة في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن، ١٩٩٣م .

١٧- ضياء أحمد طلعت: "فاعلية التدريبات البصرية على دقة أداء بعض المهارات الأساسية لناشئ هوكي الميدان"، مجلة علوم وفنون، المجلد الثالث والأربعون، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، أكتوبر، ٢٠١٢ م.

١٨- عبد العليم موسى عبد العليم: "برنامج تدريبي لتنمية بعض القدرات البصرية المساهمة في تحسين مستوى أداء بعض مهارات كرة السلة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة بنها، ٢٠١٣ م.

١٩- علي حسين هاشم: "بعض القدرات البصرية وعلاقتها بأداء بعض المهارات الهجومية والدفاعية لدي لاعبي منتخب جامعته القادسية بخصاسي كرة القدم"، مجلة القاسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد ١٢، العدد (١)، ٢٠١٢ م.

٢٠- عمر احمد عبد النعيم: " فاعلية التدريبات البصرية على أداء مهارة الشقلبة الأمامية على طاولة القفز" بحث علمي، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية مجلد ٣٢، العدد ٧٢، مايو، ٢٠١٤.

٢١- قاسم محمد عباس، قيس سعيد دايم: " العلاقة بين نسب نجاح أنواع التهديف بكرة السلة والترتيب النهائي لفرق المدرسية"، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الثاني، المجلد الخامس، ٢٠٠٦ م.

٢٢- ماجد مصطفى احمد وآخرون: " فاعلية برنامج للتدريب البصري على بعض المهارات البصرية والمهارات الإدراكية البصرية وعلاقتها بمستوى أداء بعض مهارات التحكم والسيطرة لناشئات الجمباز الإيقاعي"، مجلة بحوث التربية الشاملة،

المجلد الأول، النصف الثاني، كلية التربية الرياضية بنات،  
جامعة الزقازيق، ٢٠٠٦م.

٢٣- ماجد مصطفى احمد، عبد المحسن زكريا احمد: "تأثير تدريبات الرؤية  
على بعض القدرات البصرية ومستوى الأداء المهارى في  
كرة القدم"، بحث علمي منشور مجلة أسبوط لعلوم وفنون  
التربية الرياضية، العدد الثالث والعشرون الجزء الرابع،  
نوفمبر، ٢٠٠٦م.

٢٤- محمد أحمد عبد الله: "تأثير برنامج تدريبي للمهارات البصرية النوعية على  
بعض القدرات البصرية ودقة أداء ضربات الإرسال في  
التنس الأرض"، العدد الثاني والأربعون، المجلة العلمية  
للترية البدنية والرياضية كلية التربية الرياضية للبنات،  
جامعة المنصورة، ٢٠١١م.

٢٥- محمد صبحي حسانين: "القياس والتقويم في الترية البدنية والقومية"، الجزء  
الأول، الطبعة السادسة، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٤م.

٢٦- محمد فكرى سيد: "تأثير برنامج للتدريب البصري على بعض القدرات  
البصرية وخصائص الانتباه ومستوى الأداء الدفاعي لحارس  
مرمى كرة اليد"، العدد الخامس والثلاثون، بحث علمي  
منشور المجلة العلمية الرياضية علوم وفنون، كلية التربية  
الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠١٠م.

٢٧- محمد لطفي السيد، محمود رجائي محمد: "تأثير استخدام التدريب البصرى  
في زيادة معدل انتباه لاعبي الكرة الطائرة المقعدين جوساً  
على الأرض"، العدد الواحد والثلاثون، بحث علمي منشور  
المجلة العلمية الرياضية علوم وفنون، كلية التربية الرياضية  
للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٨م.



- ٢٨- **محمد مصطفى يونس:** "دراسة تحليلية لتأثير مستوى المهارات البصرية وعلاقتها بفاعلية الأداء المهارى للاعبى كرة القدم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٩م.
- ٢٩- **محمود عبد المحسن عبد الرحمن:** "تأثير تدريبات الرؤية البصرية علي أداء اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، ٢٠٠٨م.
- ٣٠- **مختار سالم:** مع كرة السلة، مؤسسة المعارف ط ١، بيروت، ١٩٩١م.
- ٣١- **مصطفى طه محمود:** "تأثير التدريبات البصرية على سرعة ودقة بعض المهارات الهجومية والمدركات الحس حركية \_حركية لناشئ هوكي الميدان"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة بنها، ٢٠١٥م.
- ٣٢- **ميثاق غازي محمد:** "علاقة بعض مهارات الرؤية البصرية بالمهارات الأساسية في كرة السلة، مجلة المثني لعلوم التربية الرياضية"، المجلد (٢)، العدد (١)، الجزء (١)، ٢٠١٣م.
- ٣٣- **نادية حسن الصاوي، زينب علي محمد:** "فاعلية التدريبات البصرية على المهارات الإدراكية والقدرات البصرية وتحسين المستوى المهارى الهجومي في كرة اليد"، بحث علمي منشور، مجلة المؤتمر العلمي الدولي الثالث، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٨م.
- ٣٤- **نرمين فكرى الغلمى:** "فاعلية برنامج للرؤية البصرية على بعض القدرات البصرية والمهارات الإدراكية البصرية ومستوى الأداء المهارى في كرة السلة"، بحث علمي منشور، مجلة علوم

- وفنون الرياضة، المجلد (٣٢)، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٩م.
- ٣٥- نصر حسين عبد الأمير: " تأثير منهج مقترح باستخدام الوسائل المساعدة في تعلم أداء مهارتي الطبطبة والتهديف بكرة السلة المصغرة"، رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٤م.
- ٣٦- نيفين فاروق محمود: "فاعلية برنامج مقترح لتحسين بعض المتغيرات البصرية على دقة الإرسال في الكرة الطائرة للمبتدئات بمدارس الأنشطة التخصصية"، بحث علمي منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد الخامس والأربعون، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٢م.
- ٣٧- هدى حسن صابر: "تأثير استخدام التدريبات البصرية على تحسين دقة تسجيل النقاط وتركيز الانتباه لدى لاعبات الكوميتية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٨م.
- ٣٨- يحيى السيد الحاوي: "الملاكمة أسس نظرية - تطبيقات علمية"، ط5، المركز العربي للنير، الزقازيق، ٢٠٠٣م.

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 39- Abernethy and wood (2004): Do, Generalized visual training programs for, Sports really work? An experimental investigation, J of Sports Sci.

- 40- **Abernethy, Joanne M, Wood (2004):** Do Generalized Visual Training Programmers For Sport Really Work? An Experimental Investigation, *Journal Of Sport Sciences*,, 19, 203-222.
- 41- **Barry L, Seiller (2004):** Visual Skills And Volleyball, Visual Performance Center Georgia Tech Athletic Association Visual Fitness Institute, Oct, 29.
- 42- **Calder,S,Noakes,t(2000):**"A specific visual skills training programmed improves field hockey performan ,2000 pre-Olympic congress sports medicine and physical Education international congress of sport science (7-13) ,September ,Brisbane, ustralia.
- 43- **K Potgieter and JT Ferreira (2009):** The effects of visual skills on Rhythmic gymnastics, *Afr Optom* (3) 137-154 ,.
- 44- **Leminkk,a, dijkistra B &Visscher C (2005):** effect of perfect peripheral vision on shuttle sprint performance of soccer players, *journal of perceptual motor skills* ,vole 100,p 167-177.
- 45- **Mazyn,Lenoir Montagne G,J, (2004):** the contribution of stereo vision to one –handed

catches "experiment brain research vol.157 p383-390 ".

- 46- Michael F, Zupan, Alan W, Arata, Alfred Wile and Ryan Parker (2006):** Visual adaptations to sports vision enhancement training, A study of collegiate athletes at the US Air Force Academy.
- 47- Meysam Rezaee<sup>1</sup>, Abdollah Ghasemi<sup>2</sup> and Maryam Momeni<sup>3</sup>:** Visual and athletic skills training enhance sport performance European Journal of Experimental Biology, 2012, 2 (6):2243-2250.
- 48- Wilson, S,J, Gluep, Ball, Nutt, D(1993):** saccadic eyes Movement parameters in Normal Subjects, Electroencephalography and Clinical Neuro physidogy, 86.

**ثالثاً: مراجع شبكة المعلومات الدولية (الانترنت):-**

1. <http://www.sportsvision.us/sports/sportsOver.htm>,
2. <http://www.Iraqacad.org>
3. <http://www.iraqacad.org/Lip/amro.htm>