European Journal of Sports Science Technology (EJSST)
DOI prefix: 10.58305
ISSN: (**Print**) 2958-2571, (**Online**) 2409-2908
https://ej.ejsst.com

The effect of visual vision exercises on developing perception of the surroundings and some offensive skills for young basketball players

Asst. Dr Ikram Youssef *
University of Babylon, Iraq
Ikram65@gmail.com

Research submission date: 22/7/2023 **Publication date: 12/25/2023**

Abstract

Visual vision is one of the important topics in the sports field in general and the basketball field in particular. The researchers' interest was focused on developing physical, skill, tactical and psychological abilities, and there was little interest in visual vision despite its utmost importance as the dominant sense. The use of visual vision exercises, which work to achieve the desired goal and reach the highest levels of achievement by focusing on performance requirements, and given the need for the game of basketball to see the variables surrounding the player and the depth of visual perception. The faster the game and performance increase, the greater the need for good visual vision due to the lack of attention. Through visual training and placing visual exercises in their planning of training units to achieve the best results using visual vision exercises. The aim of the research is to prepare visual vision exercises for emerging players and know their impact on developing perception of the surrounding basketball. The researcher concluded:

1-The visual vision exercises under study have a positive effect on developing perception of the environment and some basic skills for basketball players.

2 -Training using visual exercises has a fundamental role in developing the level of performance of basketball players' visual abilities.

Keywords: visual vision exercises - surrounding awareness - offensive skills in basketball.

https://doi.org/ 10.58305/ejsst.v13i49.370
Email: Ikram65@gmail.com
This is an open access article.

تأثير تمرينات الرؤية البصرية في تطوير إدراك المحيط وبعض المهارات الهجومية للناشئين بكرة السلة

م.د.اكرام يوسف*

جامعة بابل، العراق

Ikram65@gmail.com

تاريخ تسليم البحث 2023/7/12 **تاريخ النشر/2023/12/25**

الملخص

إن الرؤية البصرية من المواضيع المهمة في المجال الرياضي عامة ومجال كرة السلة خاصة ، إذ كان اهتمام الباحثين مركزاً على تطوير القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية وضعف الاهتمام بالرؤية البصرية بالرغم من أهميتها القصوى باعتبارها الحاسة المسيطرة . ان استخدام تمرينات الرؤية البصرية والتي تعمل على تحقيق الهدف المنشود والوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز من خلال التركيز على متطلبات الأداء وبالنظر لما تحتاجه لعبة كرة السلة من رؤية المتغيرات المحيطة باللاعب وعمق إدراك بصري فكلما زادت سرعة اللعب والأداء ازدادت الحاجة إلى رؤية بصرية جيدة وذلك لقلة الاهتمام بالتدريب البصري ووضع تمرينات بصرية في تخطيطهم للوحدات التدريبية إلى تحقيق أفضل النتائج باستخدام تمرينات الرؤية البصرية.وهدف البحث الى إعداد تمرينات الرؤية البصرية للاعبين الناشئين ومعرفة تاثيرها في تطوير ادلراك المحيط بكرة السلة . وقد استنتج الباحث:-

1. إن لتمرينات الرؤية البصرية قيد البحث التأثير الايجابي في تطوير ادراك المحيط وبعض المهارات الاساسية للاعبين بكرة السلة .
2. إن التدريب باستخدام تمرينات الرؤية البصرية له دور اساس في تطوير مستوى أداء القدرات البصرية للاعبين بكرة السلة.

الكلمات المفتاحية: تمرينات الرؤية البصرية – إدراك المحيط – المهارات الهجومية بكرة السلة.

1 – التعريف بالبحث:

1 – 1 مقدمة البحث وأهميته:

إن التطور الحاصل في مختلف العلوم بشكل عام وعلوم التربية الرياضية بشكل خاص يدفع الباحثين إلى إيجاد أنسب الحلول للمشكلات التي تواجه اللاعبين والمدربين وحتى الأكاديميين.

ويعدّ البحث العلمي أحد أهم العوامل التي تسعى لتطوير المجتمعات للوصول لأعلى المستويات في جميع المجالات ، والمجال الرياضي بصفة خاصة، وذلك عن طريق التعرف على ما وهب الله الإنسان من قدرات وطاقات متعددة ، والإفادة من النظريات العلمية الحديثة في المجال الرياضي، فالتربية البدنية والرياضة إحدى المجالات التي تعمل على بناء الفرد، وإعداده بصورة متكاملة على أسس علمية، فقدرة الفرد في تطوير الأداء الرياضي تتوقف على كثير من المتغيرات وفي مقدمتها الرؤية البصرية ومدى تأثرها بالمتغيرات التدريبية ؛ إذ لم يكن هناك الكثير من الاهتمام بالرؤية البصرية خلال مراحل الإعداد للرياضيين من جانب الكثير من المدربين واللاعبين أنفسهم ، كما لم يدرك اللاعبون أهمية الرؤية البصرية بالنسبة لأدائهم الرياضي فالرؤية البصرية السليمة تساعد في إدراك للواجب الحركي.

وتعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الرياضية الفرقية المهمة المنتشرة في كثير من بلدان العالم ويومياً يزداد عدد ممارسيها لانها من الالعاب الممتعة التي تلائم مختلف الاعمار كل على وفق امكانياته وقدراته لذلك تناسب كلا الجنسين , وإن لهذه اللعبة العديد من المزايا والخصائص التربوية والبدنية والمهارية التي جعلتها تختلف عن باقي الالعاب الاخرى الأمر الذي جعل عدد متابعي تلك اللعبة يأخذ بالازدياد وأصبحت تنافس ألعابا سبقتها بمدة طويلة .

إن الأداء في لعبة كرة السلة يمتاز بالسرعة والمباغتة وتحرك اللاعبين في أماكن واتجاهات مختلفة وقيام العينين بحركات مستمرة لتتبع مسار الكرة وتحركات زملائه في الفريق وتحركات الفريق المنافس أيضا فضلا عن مهاراتها المتتالية والمتسلسلة والتي تتطلب مستوى عالياً من الدقة في الأداء المهاري وسرعة الانتباه والتركيز على التفاصيل الدقيقة والابتعاد عن التخبط والعشوائية في الأداء وجب على المختصين والمدربين الاهتمام بالرؤية البصرية لزيادة نسبة الملاحظة الدقيقة وإتقان المهارة المطلوبة للوصول إلى تحقيق أفضل النتائج التي تساعد في النهوض بواقع لاعبي كرة السلة . مما تقدم تتجلى أهمية الدراسة باستخدام التمرينات البصرية في تحقيق أفضل مستوى من خلال تطوير قابليته في إدراك المحيط والمتغيرات المتعددة المحيطة به أثناء المباراة والقدرة على التصرف بسرعة ودقة لأداء الواجب الحركي، فضلا عن فتح مجالات لبحوث تطبيقية جديدة تمكن من تحديد فوائد ممارسة النشاط الرياضي المنتظم وممارسة تمرينات

الرؤية البصرية بشكل منتظم لتطوير قدرات اللاعب البصرية والإدراكية التي تعمل بدورها على تطوير دقة المهارات الهجومية.

1 – 2 مشكلة البحث :

إن الرؤية البصرية من المواضيع المهمة في المجال الرياضي عامة ومجال كرة السلة خاصة ، إذ كان اهتمام الباحثين مركزاً على تطوير القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية وضعف الاهتمام بالرؤية البصرية بالرغم من أهميتها القصوى باعتبارها الحاسة المسيطرة على باقي الحواس في استقبال المعلومات من المحيط الخارجي، وخاصة للاعبي كرة السلة لأنهم بأمس الحاجة إلى قدرة إبصار وانتباه وتركيز عالية أثناء اللعب وأداء المهارات الأساسية الهجومية ولطبيعة اللعبة التي تمتاز بها من اللعب السريع والدقة وعدم وجود وقت محدد للمباراة وجب على لاعبيها أن يمتازوا بمعايير خاصة سواء كانت متعلقة بالأداء الحركي، أو بالقدرات الخاصة، إذ يتطلب أن يتجه منحى التدريب إلى التخصص الدقيق ولاسيما استخدام تمرينات الرؤية البصرية والتي تعمل على تحقيق الهدف المنشود والوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز من خلال التركيز على متطلبات الأداء وبالنظر لما تحتاجه لعبة كرة السلة من رؤية المتغيرات المحيطة باللاعب وعمق إدراك بصري فكلما زادت سرعة اللعب والأداء ازدادت الحاجة إلى رؤية بصرية جيدة وذلك لقلة الاهتمام بالتدريب البصري ووضع تمرينات بصرية في تخطيطهم للوحدات التدريبية أسوة بالتمرينات البدنية والمهارية لتطوير قدرات اللاعبين البصرية وقدرتها على إدراك ما يحيط بهم من متغيرات بصرية مختلفة أثناء المباراة مما ينعكس سلبا على دقة أدائهم والقدرة على اختيار الاستجابة الدقيقة للواجب الحركي المطلوب أداؤه اضافة الى ضعف الاداء في المهارات الهجومية، لذلك أراد الباحث إجراء هذه الدراسة محاولة منه لتطوير دقة أداء اللاعبين والوصول إلى تحقيق أفضل النتائج باستخدام تمرينات الرؤية البصرية

1 – 3 أهداف البحث :

1-إعداد تمرينات الرؤية البصرية للاعبين الناشئين بكرة السلة .

1. معرفة تأثير تمرينات الرؤية البصرية في تطوير إدراك المحيط وبعض المهارات الهجومية للناشئين بكرة السلة.

1– 4 فرضيات البحث :

1. لتمرينات الرؤية البصرية تاثير ايجابي في تطوير إدراك المحيط وبعض المهارات الهجومية للناشئين بكرة السلة.

1– 5 مجالات البحث:

1– 5 – 1 المجال البشري: اللاعبون الناشئون في نادي الحلة الرياضي للموسم 2022 – 2023 م .

1 – 5 – 2 المجال الزماني : 15 /2022/8 الى 2023/2/30 .

1 – 5 – 3 **المجال المكاني**:القاعة المغلقة في الحلة.

1– 6 تعريف المصطلحات:

1 – 6 – 1 الرؤية البصرية: " تغذية العينين بالمعلومات الحسية الى الدماغ الذي يقوم بتفسير ودمج البيانات البصرية مع المعلومات الحسية الأخرى ومن ثم إرسال الإشارات الحركية المناسبة للعضلات العاملة " .

1 – 6 – 2 ادراك المحيط : " هو عملية عقلية منظمة تمكّن الفرد من فهم العالم الخارجي للمحيط به والتكيف معه عن طريق اختيار الأنماط السلوكية المناسبة أو هو اختبار قدرة الرياضي على ادراك ومعالجة المنبهات المحيطة به "

3– منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3 – 1 منهج البحث :اعتمد الباحث التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة.

3–2 مجتمع البحث وعينته : اشتمل مجتمع البحث على اللاعبون الناشئون في نادي الحلة الرياضي للموسم 2022 – 2023 م والبالغ عددهم (16) لاعباً وتم استبعاد ثلاث لاعبين تم أجراء التجارب الاستطلاعية عليهم، وجاء اختيار الباحث لعينة البحث بالطريقة العمدية .

3–3 تجانس العينة : تعد عينة البحث متجانسة من حيث العمر الزمني وهم فئـة الناشئون وقام الباحث بإجراء التجانس للمتغيرات التالية (الطول والكتلة والعمر التدريبي)، إذ استخدم الباحث قانون معامل الالتواء وظهرت النتائج غير دالة إحصائيا ومحصوراً بين (±1) مما يدل على تجانس العينة في تلك المتغيرات كما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)يبين تجانس عينة البحث في المتغيرات (الطول ، الكتلة ، العمر التدريبي)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول	سم	183.31	7.95	179.50	0.274
2	الكتلة	كغم	75.43	8.99	76.00	0.189-
3	العمر التدريبي	سنة	3.61	1.25	4.00	0.930-

3-4 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث .

3-4-1 الأجهزة المستخدمة في البحث :

1. منظومة فيينا (جهاز اختبار إدراك المحيط)عدد 1 . -كاميرا فيديو ياباني المنشأ نوع (sony)عدد 2 . - كاميرا فوتوغرافي ياباني المنشأ نوع (sony)عدد 2 . لابتوب (hp) صيني المنشأ عدد 1.

3 – 4 – 1 – 1 جهاز فحص إدراك المحيط :

اعتمد الباحث الجهاز العائد إلى منظومة اختبارات فيينا لشركة(شوفريدGernot Schuhfrid) و(جورغ بريلر Jorg Prieler) و(ويرنر بوير Werner Bauer) مؤسسي شركة شوفريد النمساوية، هو جزء من منظومة اختبارات فيينا المدعمة بالحواسيب Vienna Test System. الموجود في المختبر النفسي التابع لمركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية في رئاسة جامعة بغداد، الذي يعد أول مختبر نفسي معاصر من نوعه في العراق و يعد هذا الجهاز من أحدث وسائل فحص إدراك المحيط على مستوى العالم، إذ يستخدم لفحص إمكانيات المفحوص على إدراك أو الشعور بالمحرضات النابعة من المحيط المجاور له واستيعابها ويعدّ قياساً موضوعياً دقيقاً لحقل أو مجال الإدراك البصري أيضاً. ولهذا الغرض يقوم الجهاز بشدّ انتباه المفحوص في مركز مجال رؤيته، إذ يجب عليه القيام بتمرين متابعة الحركة. في الوقت ذاته يتم إرسال محفزات ضوئية محيطية يتوجب أن يولّد المفحوص ردود فعل تجاهها. وتتطلّب هذه الوحدة منفذاً تسلسلياً USP إضافياً على الحاسوب لغرض ربطها. كما تم تصميم هذا الاختبار لتقيم إدراك ومعالجة المعلومات المرئية الخارجية. إذ يعدّ الإ دراك البصري الجيد ضرورة بالنسبة للعديد من الفعاليات التي يمارسها البشر والآلات معاً وخاصة في المجال الرياضي.

3-4-2 الأدوات المستخدمة في البحث :

– ملعب كرة السلة القانوني . كرات قانونية عدد (20) .كرات قانونية ملونة بألوان (احمر ، اخضر، ازرق ، برتقالي ، سمائي) عدد (20) .شريط قياس بطول (10) متر . ساعة توقيت نوع (Diamond) يابانية المنشأ عدد (2) . تباشير ملون . أشرطة لاصقة ملونة بعرض (5) سم . شاخص بلاستيكي ملون عدد (4) . أقلام رصاص عدد (13)صافرة عدد (2) .

3 – 4 – 3 وسائل جمع المعلومات

- المصادر العلمية (العربية والأجنبية). –المقابلات الشخصية. –الاختبارات والمقياس.
- استبانة استطلاع آراء الخبراء والمختصين .

3 – 5 إختبارات المهارات الهجومية بكرة السلة :

تم عرض اختبارات المهارات الهجومية المختارة قيد البحث (المناولة والطبطبة والتصويب) على السادة الخبراء والمختصين لبيان صلاحيتها لعينة البحث بعد تحديدها من المصادر العلمية . وقد اتفق السادة الخبراء على صلاحية اختبارات معينة لقياس المهارات قيد البحث للعينة قيد الدراسة ، كما موضح بالجدول (2) .

الجدول (2) يبين النسب المئوية لترشيح اختبارات المهارات الهجومية

ت	المهارة	الاختبارات	التكرار	النسبة المئوية
1	المناولة الصدرية	أ. مناولة الكرة وإستلامها نحو الدوائر المتداخلة على الحائط من مسافة 7.5م (مجموع عشر مناولات متتالية)	7	%70
		ب. مناولة الكرة وإستلامها نحو الدوائر المتداخلة على الحائط من مسافة 3م (مجموع المناولات الصحيحة لمدة 30 ثانية) .	2	%20
2	الطبطبة	أ. من البدء العالي الطبطبة بتغيير الاتجاه بين 4 كراسي بمسافة 19.50م ذهاباً وأياباً .	2	%20
		ب. من البدء العالي الطبطبة بتغيير الاتجاه بين 6 شواخص لمسافة 13.50م ذهاباً وأياباً	7	% 70
	التصويب من القفز	أ. التصويب بالقفز من الأمام يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال نصف دائرياً إلى الوسط واليمين (مجموع 15 رمية)	8	%80

3		ب. التصويب بالقفز من الجانب وعلى بعد 6 م ثم الانتقال إلى الجانب الآخر من على نفس المسافة (مجموع 20 رمية)	1	%10

3 – 8 التجارب الاستطلاعية : لكي يعزو الباحث النتائج التي تظهر على العينة بعد تطبيق تمرينات الرؤية البصرية الى المتغير المستقل فقط، قام بعرضهم على طبيب العيون وفاحص البصر لمعرفة مدى سلامة عيون اللاعبين من أي مشكلو في البصر او تمييز للألوان(أي فحص عمى الالوان) التي قد تؤثر على قدرته في الابصار بشكل طبيعي مما ينعكس سلبا على تطبيق تمرينات الرؤية البصرية المعدة من قبل الباحث وبعد اتمام عملية الفحص تبين ان العينة سليمة ولا يعاني أي لاعب من أية مشكلة ويمتازون ببصر طبيعي، اذ كانت درجة الفحص تتراوح بين (6/6 و6/9) وهو مؤشر طبيعي للبصر السليم وبدون الحاجة لاستخدام العدسات اللاصقة او النظارات الطبية . وقد تم أجراء تجربتين استطلاعية على ثلاث لاعبين تم استبعادهما من عينة البحث وإن الهدف من إجراء التجارب الاستطلاعية هو :-

1 – التعرف على مدى الفهم والاستيعاب لاختبار إدراك المحيط ولاختبارات و المهارية من قبل أفراد العينة .

2 – التعرف على الوقت الذي يمكن أن تستغرق الاختبارات المستخدمة في البحث.

4 – التعرف على صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .

5 – التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد في تطبيق التجربة الرئيسة .

6 – التعرف على صعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء تطبيق إجراءات البحث .

3 – 8 – 1 التجربة الاستطلاعية الأولى :-

لغرض الوقوف على السلبيات التي قد تواجه تطبيق اختبار إدراك المحيط ولبيان مدى صلاحيته لعينة البحث، ولغرض الحصول على نتائج صحيحة ودقيقة قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2022/8/20 م على عينة استطلاعية من ثلاثة لاعبين في مركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية في كلية التربية الاساسية جامعة بابل وتم إجراء الاختبار بإشراف مدير المركز وبعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية الأولى تم التوصل إلى :

1 – إمكانية تطبيق اختبار إدراك المحيط على عينة البحث .

2 – تفهم العينة للاختبار وخطوات إجرائه بعد شرحها من قبل مدير المركز.

4 – ان الوقت المطلوب لأداء الاختبار لكل لاعب(15) دقيقة،(5) دقائق للتعليمات والتدريب و(10) دقائق للاختبار الفعلي .

3 – 8 – 2 التجربة الاستطلاعية الثانية :-

بعد تحديد الاختبارات المهارية الهجومية بكرة السلة، قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية على عينة التجربة الاستطلاعية بعد تحديد الأدوات المستخدمة وتهيئتها وتهيئة فريق العمل المساعد وتوضيح وشرح الاختبار لكل قدرة حركية ومهارة اساسية على أفراد العينة بوضوح تم إجراء التجربة بتاريخ 2022/8/27 وهم ثلاثة لاعبين في القاعة المغلقة في بابل . وقد توصل الباحث بعد إجراء التجربة الاستطلاعية الأولى والثانية إلى :

1- التقيد بالوقت المحدد للعينة ضمن الجدول الزمني لتدريب الفرق في القاعة المغلقة.

2 – صلاحية الاختبارات المستعملة وملاءمتها لعينة البحث .

3- تفهم عينة للاختبارات قيد البحث وتطبيقها بشكل جيد .

4 – كفاءة فريق العمل المساعد في تطبيق الاختبارات .

3 – 9 الاختبارات القبلية : قام الباحث بإجراء الاختبارات القبلية على المتغيرات التابعة قيد البحث، وقد تم إجراء الاختبار القبلي لاختبار إدراك المحيط بتاريخ(2022/9/2) في جامعة بابل بعد أعطاء وحدة تعريفية عن الجهاز وطريق إجراء الاختبار واختبارات دقة أداء المهارات الهجومية بكرة السلة بتاريخ (2022/9/3).

3 – 10 التجربة الرئيسة (تطبيق تمرينات الرؤية البصرية قيد البحث):

بعد اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث قام الباحث بتطبيق تمرينات الرؤية البصرية لمدة (8) أسابيع وبواقع ثلاث وحدات في الأسبوع اعتباراً من تاريخ 2022/9/15 ولغاية 2022/11/16 في القاعة المغلقة في محافظة بابل وبإشراف مباشر من الباحث، إذ قام الباحث بتطبيق تمرينين للرؤية البصرية بدون كرة في كل وحدة تدريبية مع إعطاء تمرين أو اثنين لكل مهارة مع مراعاة التقيد بالوقت المخصص لكل تمرين. وفي ما يلي توضيح لأنموذج للقسم الرئيسي للوحدة التدريبية .

القسم الرئيسي : هو القسم الذي يتم فيه تدريب المهارة وإعطاء تمرينات الرؤية البصرية ومدته (60) دقيقة، ويتم فيه شرح تمرينات الرؤية البصرية المخصصة لأداء الوحدة التدريبية ومن ثم عرض نموذج للتمرين من قبل المدرب لتوضيح طريقة الأداء بصورة صحيحة، إذ يتم إعطاء خمسة تمارين في كل وحدة تدريبية يكون زمن كل تمرين(10) دقائق ووقت راحة بين كل تمرين وآخر دقيقتان .وقد أكد الباحث على ضرورة مراعاة النقاط الآتية :

1. إعطاء التغذية الراجعة الآنية للأداء لكل لاعب .

2. أداء اللاعبين أكثر تكرار خلال الوقت المحدد للتمرين الواحد .
3. مراعاة مبدأ التدرج بإعطاء التمرينات من السهل إلى الصعب .
4. مراعاة التنوع بإعطاء التمرينات خلال الوحدة التدريبية كي لا يشعر اللاعبون بالملل .
5. مراعاة ان تكوت الراحة ايجابية بين التمرينات .

الجدول (3) يبين أقسام الوحدة التدريبية وتوقيتاتها والنسبة المئوية لكل جزء

أقسام الوحدة التدريبية		الزمن خلال وحدة التدريبية الواحدة	مجموع الزمن (24) وحدة تدريبية	النسبة المئوية
القسم الإعدادي	المقدمة	5 د	120 د	5.55
	الإعداد العام	10 د	240 د	11.11
	الإعداد الخاص	5 د	120 د	5.55
القسم الرئيسي	شرح وتطبيق تمرينات الرؤية البصرية	60 د	1440 د	66.66
القسم الختامي	تمارين تهدئة	10 د	240	11.11
المجموع		90 د	2160 د	%100

3 –12 الاختبارات البعدية : قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث البالغ عددها(13) لاعباً مع مراعاة توفير ظروف الزمانية والمكانية التي استخدمت في الاختبارات القبلية ولنفس فريق العمل المساعد، إذ اجري اختبار إدراك المحيط بتاريخ (2022/11/18) في جامعة بابل، وتم إجراء اختبارات المهارات الأساسية الهجومية بكرة السلة بتاريخ(2022/11/19)في القاعة المغلقة في محافظة بابل .

3 – 13 الوسائل الإحصائية : استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم النظرية (spss) ، إذ تم استخدام الوسائل التالية لاستخراج النتائج :

- مربع كاي (كا^2) . – الوسط الحسابي . –الانحراف المعياري . –معامل الالتواء .
- T.test للعينات المرتبطة . –نسبة التطور . –معادلة حساب الانتباه المنقسم = عدد الإصابات الصحيحة ÷ 40 × 100%.

4 – عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها : –

4 – 1 عرض نتائج اختبار إدراك المحيط القبلي والبعدي لعينة البحث، وتحليلها :

الجدول (4) يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي ونسبة التطور لعينة البحث في اختبار إدراك المحيط

ت	الاختبار	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة التطور
			س	± ع	س	± ع	
1	مجال الرؤية الكلي	زاوية	171.81	4.59	173.72	4.25	1.11
2	التركيز البصري	زاوية	52.76	5.48	55.15	5.39	4.51
3	الانتباه المنقسم	درجة	80.03	6.87	83.34	6.01	4.13
4	النضج الانفعالي	درجة	2.46	1.94	0.92	1.18	62.49
5	زمن رد الفعل	ثانية	0.73	0.07	0.69	0.56	6.23

يبين الجدول(4) قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار القبلي والبعدي ونسبة التطور لكل متغيرات اختبار إدراك المحيط لعينة البحث.

الجدول (5) يبين فروق الاوساط والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار إدراك المحيط

ت	الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة (T) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	± ع	س	± ع					
1	مجال الرؤية الكلي	171.81	4.59	173.72	4.25	1.90	0.91	7.55	0.000	معنوي
2	التركيز البصري	52.76	5.48	55.15	5.39	2.38	0.96	8.94	0.000	معنوي
3	الانتباه المنقسم	80.03	6.87	83.34	6.01	3.30	2.57	4.64	0.001	معنوي
4	النضج الانفعالي	2.46	1.94	0.92	1.18	1.53	0.96	5.73	0.000	معنوي
5	زمن رد الفعل	0.73	0.07	0.69	0.56	0.04	0.03	4.20	0.002	معنوي

يبين الجدول (5) قيم فروق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيمة(T)

المحسوبة، ونسبة الخطأ لكل الاختبارات اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث ولصالح الاختبار البعدي .

4 – 1 – 2 مناقشة نتائج اختبار إدراك المحيط القبلي والبعدي لعينة البحث

يتضح من الجداول السابقة وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في مجال الرؤية البصرية ولصالح الاختبارات البعدية ويعزو الباحث تلك الفروق إلى تمرينات الرؤية البصرية المستخدمة في البحث وذلك لتركيز التمرينات على حاسة البصر كونها من الحواس المهمة في عملية التعلم أو التدريب، إذ يرى (محمود عبد المحسن2008)" أنَّ البصر يعد مرتكزا لرفع طاقة لاعبي الرياضة, ولا يقل دوره عن دور العضلات والعظام والجهاز التنفسي....الخ . ولحاسة البصر دور مهم في التعليم والتدريب, وذلك من خلال عرض نماذج على المتعلم والمتدرب حتى يكون له صورة للحركة ويحاول التوصل إليها" . كما يرى الباحث بأن تمرينات الرؤية البصرية المستخدمة ساعدت في إدراك اللاعب لمحيطه البصري وتحديد نوع التحركات التي يستطيع أداءها ، ويتفق في ذلك (زكي محمد حسن2002) إذ يرى" أن حاسة البصر لها دور مهم في عملية تأدية المهارات لاسيما الهجومية فعن طريقها يستطيع اللاعب معرفة مكانه بالنسبة للخصم وتحديد نوع التحركات التي يستطيع أداءها، ويدرك اللاعب عن طريق هذه الحاسة تحركات الفريق المنافس وبالتالي يستطيع اتخاذ الموقف المناسب" ، وإن لتمرينات الرؤية البصرية الأثر المباشر في تطوير مجال الرؤية البصرية وزيادة مقدرة اللاعبين على تفسير المعلومات ويؤكد(Iván González **2011**) على" إن امتلاك اللاعب لمجال رؤية واسع يكون أكثر قدرة على تفسير المعلومات وإدراكها وإعطاء الاستجابة الحركية المطلوبة بدقة وجودة عالية" . ويعزو الباحث الفروق المعنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية التي ظهرت في الانتباه المنقسم إلى تمرينات الرؤية البصرية المستخدمة، وذلك من خلال تركيزها على إدراك العديد من الأحداث، فمثلا يقوم اللاعب المعد بتقسيم انتباهه بين اللاعب المنافس واللاعب المصوب فضلاً عن الانتباه للمسافة مع الزميل وبالتالي تمكن اللاعب من تجاوز الأخطاء التي قد تحصل أثناء المباراة وهذا ما أكده (P.S.Silva2008) "الانتباه المنقسم يمكن اللاعب من متابعة تحركات اثنين أو أكثر من اللاعبين وتغطية المنطقة التي يشغلونها " ، كما يرى الباحث إن استخدام تمرينات متنوعة بوجود اللاعب الزميل واللاعب المنافس تحتم على اللاعب الاستجابة لأكثر من متغير خلال أداء هذه التمارين ويؤدي ذلك إلى

تطوير قدرة الرياضي على تقسيم انتباهه نحو متغيرات معينة ويتفق مع ذلك(**محمد الزاملي2011)** إذ يرى" أن أداء المهارات الأساسية بوجود المنافس يؤدي إلى أن يكون تنفيذها مشابها للمنافسة ويكون أداؤها أوتوماتيكيا وبذلك يتفرغ الجهاز العصبي للتركيز على مثيرات أخرى " . كما إن الحالة النفسية الايجابية والتدريب المنتظم من العوامل الأساسية التي تمكن اللاعبين من التميز والتفوق على منافسهم وارتفاع مستوى انجازهم العقلي والذهني مما يؤدي إلى تنفيذ الواجب الحركي بدقة وكفاءة عالية"إذ أن الأفراد ذوي القدرة العالية على تقسيم انتباههم على أكثر من مثير وأداء عدد من المهمات في آن واحد، يتمتعون بطموح عال وثقة بالنفس، وي ميلون نحو تحقيق أداء مميز، والحرص على الدقة في أداء الفعاليات بصورة متقنة، فضلاً عن الميل للانتباه نحو التفاصيل والجزئيات الدقيقة في الأداء " .ويرى الباحث أنَّ لتمرينات الرؤية البصرية المستخدمة في الدراسة الأثر الكبير في تطوير التركيز البصري من خلال استخدام مثيرات مختلفة الألوان مما ساعد على حدوث رد فعل جيد ومن ثم استجابة حركية جيدة، إذ يرى **(صباح نوري واخرون2011)** "بأنه كلما كان التركيز عاليا لدى اللاعبين كانت الدقة في تنفيذ المهارات هجومية جيدة ، والتركيز يساعد على حدوث رد فعل جيد ومِنْ ثَمَّ استجابة حركية جيدة ، كما يرى الباحث أنَّ عملية التركيز من الأمور المهمة التي تأخذ بالحسبان وتساعد على السيطرة على الحركات الإرادية لتحقيق هذه المهارة ودقتها عند تنفيذ المهارات الهجومية؛ لأنَّ العمليات العقلية تعمل بدورها على تكوين الصورة اللازمة للأداء الأمثل واختيار لحظة التنفيذ، ويؤكد **(أسامة كامل راتب1955)** على" إن التركيز يعد إحدى المهارات الأساسية العامة للرياضيين فهو الأساس في نجاح عملية التعلم أو التدريب والمنافسة في أشكالها المختلفة " .ولقد اهتمت التمرينات بتطوير التركيز من خلال وضع المتغيرات التي تساعد على تدريب العين وهذا ماتراه **(عفراء حسين2013)** إن " التركيز هو تدريب العين على رؤية أدق التفاصيل والاستمتاع بمعانيها. والعين ليست مجرد عضو استقبال الضوء ورؤية المحيط الخارجي, لأن دورها أكبر من ذلك بكثير. فالرؤية هي عمل مهم وبلوغها لا يتطلب موهبة أو إبداعاً بل تدريباً وتركيزاً ووعياً لأهمية هذا الدور وقد أشاد علماء النفس الرياضي بأهمية التركيز البصري أثناء التدريب والمنافسة وضرورة تدريب اللاعبين عليه لما له من أهمية في إدراك المتغيرات المحيطة باللاعب طول مدة المباراة، إذ يصف **(عكلة وخالد 2000)** " أهمية التركيز بأنه قمة الاستعداد التعبوي في ظروف التدريب واللعب.

لذلك يجب مراعاة تعويد اللاعبين على تركيز الانتباه في التدريب لتنمية قدرة اللاعب على الاحتفاظ بتركيزه في ظروف المباراة الصعبة . كما اهتم الباحث من خلال تمريناته بتطوير زمن رد الفعل نتيجة لحركات الهجوم المفاجئة والسريعة التي تتطلبها اللعبة وخاصة في مرحلة الشباب وهذا مايراه **(وجيه محجوب2002)**

" إن القرارات التي تتخذ بشأن اختيار الحركة تكون مهمة ، وهذا يعتمد على رد الفعل الذي تختلف أهميته من مهارة إلى أخرى كما انه يتطور بالتدريب والممارسة كذلك يعتمد على قدرة الحواس باستقبال المثير" ، كما إن التمرينات اهتمت بتقليل زمن رد الفعل بتطوير إدراك المحيط البصري من خلال إدراك مكان اللاعب المنافس وموقع الكرة، وهذا ما أشار له(Maman Paul and other2011) " إذ يرى أنَّ التطور في معالجة المعلومات نتيجة لتعزيز الربط العصبي بين الإدراك الحسي للمحيط الخارجي والاستجابة الحركية، إذ من خلال تدريب الرؤية تتحسن دقة الاستجابة ودقة تقييم الموقع البصري نتيجة لتقليل زمن رد الفعل" ، وقد استخدم زمن رد الفعل البصري لتقييم الإدراك الحسي من خلال القدرة المعرفية للاعب كرة السلة، وذلك لان اللاعب يجمع المعلومات البصرية من المجال الرؤية البصري المحيطي ويرى (Soich2010) " إن الاستجابة للمحفزات البصرية الطرفية في أسرع وقت ممكن تلعب دوراً مهماً في دقة الأداء" ، إن التنسيق الجيد بي ن العين واليد والعين والقدم لأداء لاعبي الكرة الطائرة يعتمد على سرعة رد الفعل البصري والاستجابة الحركية الدقيقة لأداء الواجب الحركيلقد اهتم الباحث من خلال تمريناته بتنمية النضج الانفعالي والذي يعد له الدور المهم في إدراكنا للمحيط، إذ إن حالة الفرد الانفعالية تؤثر في إدراكه للأشياء، ويرى **(احمد عزت2009)**" إن انفعالات الأفراد تقودهم إلى إدراك الأشياء بطرائق تتفق وحاجاتهم .ولقد راعت التمرينات المستخدمة في الدراسة الحالية لمجال النضج الانفعالي من خلال تعرض اللاعبين لمجهودات ذهنية وبدنية مع مراعاة السيطرة على ا نفعالاتهم، ولكون لعبة الكرة السلة من الألعاب التي تمتاز بسعة الأداء والتغير المفاجئ في مركبات اللعب، كل ذلك يتطلب سرعة إدراك العلاقات في مواقف اللعب المختلفة والتعامل مع هذه المواقف بدرجة انفعال ايجابية تساعد اللاعب على تحقيق الفوز، ويرى **(حامد سليمان2012)** أنَّ الانفعالات الميسرة " هي الانفعالات المعتدلة والمناسبة الشدة بصرف النظر عن كونها ايجابية أو سلبية والتي تساعد الرياضي على التفكير الصحيح وبذل الجهد المطلوب لمواجهة الموقف التنـافسي وتحقيـق الأهداف المنشودة"

4 –2عرض وتحليل نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T.test) في أداء مهارات (المناولة والطبطبة والتصويب) في الاختبارين القبلي لعينة البحث ومناقشتها :

الجدول (6) يبين الاوساط الحسابية وقيمة (t) للمهارات الهجومية بكرة السلة

ت	الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	sig	الدلالة
		س–	ع	س–	ع			
1	المناولة	11.40	1.51	19.20	0.89	9.39	0.000	معنوي
2	الطبطبة	21.84	3.45	17.46	2.37	6.57	0.000	معنوي
3	التصويب	4.20	0.83	9.40	1.14	10.61	0.000	معنوي

يبين الجدول (6) قيم فروق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيمة(T) المحسوبة، ونسبة الخطأ لكل الاختبارات اقل من (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث ولصالح الاختبار البعدي .

4–3 مناقشة نتائج البحث:

يتبين من الجدول(6) وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمهارات الأساسية قيد البحث، ويعزو الباحث تلك الفروق إلى تمرينات الرؤية البصرية المستخدمة في البحث ولصالح الاختبار البعدي، إذ ركزت التمرينات على أهمية الرؤية البصرية في إدراك المحيط ودوره في دقة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة السلة، وان لسرعة الإدراك فاعلية مؤثرة في أداء لاعبي كرة السلة، فالقدرة على سرعة إدراك وتحديد مواقع الزملاء والمنافسين في الملعب بدقة تؤثر في دقة وسرعة تنفيذ العديد من المهارات، فاللاعب يجب أن يراعي عند مناولة الكرة المنافس وبعد اللاعبين وأماكن توزيعهم في الملعب وغيرها، ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية التمرينات المستخدمة لعينة البحث، إذ تعمل التمرينات على تنمية الإدراك الذي يساعد اللاعب في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة أداء المهارات مما يجعله ينجح في أداء المهارات الحركية في مواقف اللعب المختلفة من خلال التمرينات التي تعرض لها أفراد العينة".

إذ تعد عملية الإحساس والإدراك في المجال الرياضي من المؤهلات المهمة لرفع الانجاز الرياضي، فعن طريق التدريب يمكن أن يطور قابلية الإحساس والإدراك لدى اللاعب، إذ تمكنه من السيطرة على الأداء الحركي، ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ظهور مهارته في أداء الحركة بشكل مميز" إن تطوير إدراك

المحيط البصري من خلال ممارسة تمرينات الرؤية البصرية تعمل على تطوير دقة الأداء المهاري فضلاً عن القدرة على تنظيم تحركات الفريق في ضوء رؤية تحركات المنافس والثغرات الموجودة في الملعب، علاوة على تطوير القدرات العقلية والتكتيكية وهذا يتفق مع(Tarek&Osama3013)" بان التمرينات البصرية لها فاعلية في تحسين مستوى الأداء المهاري وتحسين القدرة البصرية وقادرة التغلب على الصعوبات البصرية المرتبطة بنوع الرياضة وخاصة لعبة كرة السلة بسبب صغر حجم الملعب وعدد اللاعبين وتحركاتهم.

كما إن التمرينات التي وضعت اعتمد اللاعب في أدائها على دور حاسة البصر لكي تصبح هي المسؤولة عن إرسال الإشارات العصبية للجهاز العصبي المركزي الذي يقوم بالتالي وبتوجيه الجسم لأداء الحركات المطلوبة، إذ إن تطوير المهارات الهجومية عمل متواصل وأساليب تدريبية فعالة من أجل رفع مستوى الأداء المهاري وتطوير المهارات الحركية ومساعدة اللاعب على معالجة بعض نواحي القصور المرتبطة بالأداء الحركي للمهارة ويشير **(خاطر وآخرون 1997)** إلى " أنَّ التدريب لاكتساب القدرة على أداء علم لمدة طويلة وبنفس الكفاءة تتطلب أن تكون فترات الممارسة طويلة " .وإن استخدام التمرينات المناسبة في الوحدات التدريبية يمكنها أن تخدم التعلم الإدراكي الحركي جيدا من خلال اختيار التمرين الذي فيه متطلبات إدراكية متعددة ويساهم في نمو الإدراك من خلال أدائه إذ يعتمد أداء أي حركة على نقطتين هما: (دقة الإدراك، والقدرة على تفسير هذه المدركات) إلى مجموعة من الأفعال الحركية التوافقية، ويشير **(محمد حسن علاوي 1992)** إلى أن" المتطلبات الحركية المتعددة للتمرينات واستخدامها الأدوات يسهم بقدر كبير في تنمية الحواس المختلفة وتنمية القدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم، ويعمل على إكساب الفرد الخبرات الحركية المتعددة مما يؤدي إلى ترقية القدرات الإدراكية الحركية "

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

1. إن لتمرينات الرؤية البصرية قيد البحث التأثير الايجابي في تطوير ادراك المحيط للاعبين بكرة السلة .
2. إن لتمرينات الرؤية البصرية قيد البحث التأثير الايجابي في تطوير بعض المهارات الأساسية (المناولة والطبطبة والتهديف) للاعبين بكرة السلة.
3. إن التدريب باستخدام تمرينات الرؤية البصرية له دور اساس في تطوير مستوى أداء القدرات البصرية للاعبين بكرة السلة.
4. الحصول على نتائج دقيقة من خلال استخدام اختبار إدراك المحيط ضمن أجهزة منظومة اختبار فيننا (مختبرياً).

5-2 التوصيات :

1. ضرورة تطبيق تمرينات الرؤية البصرية على للاعبين بكرة السلة.
2. ضرورة الاهتمام بتفعيل دور تمرينات الرؤية البصرية في تطوير دقة اداء المهارات الأساسية للاعبين بكرة السلة.
3. استخدام الأدوات والأجهزة الرياضية الحديثة التي تعمل على تطوير القدرات البصرية للاعبين بكرة السلة.
4. ضرورة توافر أخصائي بصري يقوم بتقويم الوظائف والقدرات البصرية للاعبين بصورة عامة ولاعبي كرة السلة بصورة خاصة .
5. ضرورة اجراء فحص دوري للعين وجعل التدريبات البصرية جزءاً أساسياً في الحياة اليومية .
6. استخدام (اختبار إدراك المحيط) ضمن منظومة اختبارات فيينا في مختلف الألعاب الرياضة ولعبة كرة السلة بشكل خاص , لما له من صدق و ثبات عالٍ جداً في قياس ما وضع من أجله .

المصادر والمراجع

-أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي .ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، 1955).

–احمد عزت راجح ؛ أصول علم النفس : (عمان ، دار الفكر ناشرون وموزعون ، 2009)

– احمد خاطر (وآخرون) ؛ دراسات في العلم الحركي : (الإسكندرية ، دار المعارف ، 1997).

– حامد سليمان حمد ؛ علم النفس الرياضي . ط1 : (دمشق ، دار العرب ودار النور للنشر ، 2012) .

– زكي محمد حسن؛ طرق تدريس الكرة الطائرة تعليم – تدريس – تطبيق – تقويم : (الإسكندرية ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، 2002) .

- صباح نوري حافظ (وآخرون) ؛ المبادئ النظرية في تعلم المبارزة . ط1:(بغداد، مطبعة النور،2011).

– عفراء حسن حمزة الربيعي ؛ استخدام تمرينات خاصة لتطوير بعض القدرات البصرية والقوة الانفجارية وأثرها بمستوى دقة مهارة الضربة الساحقة الأمامية لفئة الناشئين للريشة الطائرة : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 2013) .

– قاسم حسن حسين ؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1990) .

- محمد على حسين هاشم الزاملي ؛ علاقة بعض القدرات العقلية في بعض المتغيرات (النفس– جسمية) لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى بخماسي كرة القدم:(مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، المجلد 11، العدد 3 ،2011).

–محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الألعاب الرياضية .ط3 : (القاهرة ، دار المعارف ، 1992).

- محمود عبد المحسن ؛ التدريب الرياضي البصري،دار الامارة،2020 .

- Maman Paul and other; ROLE OF SPORTS VISION AND EYE HAND COORDINATION TRAINING IN PERFORMANCE OF TABLE TENNIS PLAYERS, Faculty of Sports Medicine & Physiotherapy, Guru Nanak Dev University, Amritsar, Punjab, India, 2011.

- Soichi Ando Kyoto; The effects of exercise on reaction time to visual stimuli peripheral, Japan, Kyoto University School of Nursing provinces Medicine,2010.

- Iván González García& Luis Casáis Martínez; Comparison of the visual attention and visual field in athletes depending on their expertise level on their expertis, International Journal of Sport Science, ISSN: 18853137, 2011.

- P.S. Silva & L.E. Ribeiro-do-Valle, Evidence for divided automatic attention; Braz J Med Biol Res, February 2008, Volume 41(2) 159-
- Sebastian Schwab & Daniel Memmert; THE IMPACT OF A SPORTS VISION TRAINING PROGRAM IN YOUTH FIELD HOCKEY PLAYERS, University of Uludag: Journal of Sports Science and Medicine ISSN: 13032968, 2012,Volume: 11.
-Tarek Mohamed Gaber &Osama Ibrahim Emara; The impact of an educational program using visual exercises on the visual capacity and some individual offensive skills in soccer, Hurghada, Sport Science in the Heart of the Arab Spring,2013.