

## تأثير التدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية ودقة بعض المهارات الأساسية في ظل جائحة كورونا للاعبين سيف المبارزة

أ.م. د / محمد محمد فتوم غنيم

(\*) أستاذ مساعد وقائم بعمل رئيس قسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات الفردية  
بكلية التربية الرياضية – جامعة قناة السويس .

### المقدمة ومشكلة البحث :

شهد العالم في الآونة الأخيرة ظهور فيروس كورونا الذي تسبب في أكبر اضطراب في مجال الرياضة على مستوى العالم منذ الحرب العالمية الثانية ، وقد أدى هذا الاضطراب في تقويم البطولات الرياضية وآليات تنفيذها ، وتوقف العديد من اللاعبين عن التدريب ، وبالبرغم من ذلك فقد ساعد التطور في تقنيات المعلومات ، والاتصالات الحديثة في إعادة النظر في العملية التدريبية من خلال تجاوز الأزمات الرياضية التي صاحبت ظهور فيروس كورونا من خلال الاهتمام بالتدريب الذاتي واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي الموجودة على الهواتف الذكية والتواصل المستمر بين المدربين واللاعبين والذي كان لها أبلغ الأثر في الحفاظ على مستوى اللاعبين لحين عودة اللاعبين إلى صالات التدريب .

ولقد أصبح التدريب الحديث عملية تربوية مخططة ومبنية على أسس علمية سليمة ، وتعد المهمة الرئيسية للمدربين الرياضيين اليوم هي الكشف عن أساليب حديثة في العملية التدريبية ، وتعتبر التدريبات البصرية من الأساليب الحديثة التي يمكن استخدامها بهدف تحسين الأداء الرياضي واكتساب ميزة تنافسية بجانب الأساليب الأخرى لما لها من أهمية كبيرة أثناء المنافسة . (١٨ : ٢٠٣)

وتعتبر التدريبات البصرية هي إحدى التقنيات الحديثة في المجال الرياضي ، وتمثل التدريبات البصرية منطقة صغيرة نسبياً في منظومة الأداء الرياضي، ولكنها كبيرة الأهمية خاصة للاعبين قطاع البطولة . (١٧ : ٤٤)

ويرى الباحث أن التدريبات البصرية من الموضوعات الهامة التي يجب تحظى باهتمام كبير من الباحثين في المجال الرياضي بصفة عامة وفي رياضة المبارزة بصفة خاصة ،

خاصة في الآونة الأخيرة والتي توقف فيها التدريب المباشر في مجال المبارزة بداية من الصالات والأندية وصولاً إلى المنتخبات القومية لذا كان لزاماً أن نتجه لوسائل بديلة للتدريب يستطيع اللاعب من خلالها الحفاظ على مستوي قدراته البصرية التي على أساسها يستطيع اللاعب إدراك مسافة المنافس وتحديد نوع المهارات التي يمكن أدائها وأخذ الموقف المناسب هجوماً أو دفاعاً أو رد في التوقيت والمسافة المناسبين للوصول إلى إنهاء الموقف التنافسي لصالحه .

وهذا ما تؤكد وفاء محمد درويش (٢٠٠٨) أن الإحساس من النواحي الهامة التي تركز عليها رياضة المبارزة ، فالإحساس بالزمن وتقدير المسافات تعتبر من الأسس الهامة بالنسبة للمبارزين بجانب اللياقة البدنية والمهارية والفيولوجية والنفسية ( ١٥ : ٢٤٦ )

كما يتفق كل من عباس عبد الفتاح الرملي ( ١٩٩٣ ) ، وجمال عبد الحميد عابدين ( ١٩٨٤ ) ، إبراهيم نبيل وتامر نبيل ( ٢٠١٦ ) ( ١ ) على أن دقة الأداء الحركي للمهارات المستخدمة في المبارزة تعتبر العنصر الأول في المبارزة ودقة تصويبه طرف السيف يعتبر العنصر الثاني نحو الهدف ، وكل منهما يكمل الآخر ، حيث أن دقة التسديد تعتبر مؤشراً جيداً للإحساس السليم والناجح وذلك لتقدير المسافة والزمن الذي يستغرقه اللاعب فكلما ارتفعت دقة التصويب كلما ارتفع مستوي الإحساس البصري ( ٧ : ٦١ ) ، ( ٥ : ٢٣ ) ( ١ : ١١٦ ) .

ولقد أجريت العديد من الدراسات التجريبية التي أوضحت الأهمية الكبيرة للإحساس البصري وعلاقته بالأداءات المهارية والتي منها دراسة ، عمرو حسن السكري ( ١٩٨٦ ) ( ٨ ) ، وفاء محمد درويش ( ١٩٩٤ ) ( ١٥ ) ، دراسة محمد فكري السيد أحمد ( ٢٠١٠ ) ( ١٠ ) ، دراسة إسلام خليل عبد القادر ( ٢٠١١ ) ( ٣ ) ، دراسة أحمد محمد زينة ( ٢٠١٣ ) ( ٢ ) ، دراسة محمود عامر المتولي ( ٢٠١٣ ) ( ١١ ) .

وقد رأى الباحث من خلال خبراته العلمية في مجال رياضة المبارزة أنه نظراً لظروف توقف العملية التدريبية المباشرة يجب توفير وسيلة بديلة لتدريب اللاعب على الإحساس بالتحركات السليمة من خلال التقنيات الحديثة والتي من خلالها يستطيع اللاعب الإستمرار في التدريب والحفاظ على مستواه دون التعرض لخطر التعامل المباشر مع الآخرين في ظل الإجراءات الاحترازية للوقاية من فيروس كورونا وان لا يكون عرضه للأصابة من غيره أو

أصابه غيره ، هذا ما دفع الباحث إلى وضع تدريبات للرؤية البصرية وذلك للتعرف على تأثيرها على دقة بعض المهارات الأساسية في ظل جائحة كورونا للاعب سيف المبارزة .

#### هدف البحث :

يهدف البحث إلى معرفة تأثير التدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية ودقة بعض المهارات الأساسية في ظل جائحة كورونا للاعب سيف المبارزة كم خلال معرفة :-  
١- تأثير استخدام التدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية قيد البحث للاعب سيف المبارزة .

٢- تأثير استخدام التدريبات البصرية على دقة بعض المهارات الأساسية للاعب سيف المبارزة.

#### فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في بعض القدرات البصرية للاعب سيف المبارزة .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في دقة بعض المهارات الأساسية للاعب سيف المبارزة .

#### إجراءات البحث :

##### منهج البحث :

استخدام الباحث المنهج التجريبي بنظام المجموعة الواحدة باستخدام القياسين القبلي والبعدي .

##### مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي سيف المبارزة بنادي أعضاء هيئة التدريس بجامعة قناة السويس حيث بلغ مجتمع البحث (٣٢) لاعب سيف مبارزة والمسجلين بالإتحاد المصري للسلاح للموسم التدريبي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ وبلغ عددهم (١٠) لاعبين ، وقد قام الباحث بحساب اعتدالية عينة البحث في المتغيرات الوصفية ( السن - الطول - العمر التدريبي ) وكذلك بعض القدرات البصرية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية في المبارزة ويوضح ذلك جدول رقم (١) .

## جدول (١)

اعتدالية عينة البحث في المتغيرات الوصفية والقدرات البصرية  
ودقة أداء بعض المهارات الأساسية للاعبين سيف المبارزة (ن = ١٠)

| المتغيرات         | وحدة القياس                     | المتوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|-------------------|---------------------------------|-----------------|--------|-------------------|----------------|
| الصفات الوصفية    | السن                            | ٢٠.٠٣           | ٢٠.٠٠  | ٠.٤٢٨٧            | ٠.٥٧٤          |
|                   | الطول                           | ١٧٨.١           | ١٧٩.٠  | ٠.٧٩٢٠            | ٠.١٢٤          |
|                   | الوزن                           | ٦٦.٣٣           | ٦٧.٠٠  | ٣.٤٦٧             | ٠.١٧٩-         |
| القدرات البصرية   | العمر التدريبي                  | ٣.٠٠٦           | ٣.٠٠   | ٠.٤٤٩             | ٢.٦٧           |
|                   | الرؤية المحيطة العين اليمنى     | ٢.٧٥            | ٣.٠١   | ٠.٤٨٦             | ١.٠٣٣-         |
|                   | الرؤية المحيطة العين اليسرى     | ٢.٣٥            | ١.٩٨   | ٠.٥١٣             | ٠.٤٨٢          |
|                   | الدقة البصرية للذراع المسلحة    | ١.٤٢            | ١.٠١   | ٠.٥١٧             | ٠.٤٨٥          |
|                   | إدراك عمق الرؤية من مسافة ٢٠ سم | ٥.٩             | ٦.٠١   | ٠.٧٣٨             | ٠.١٧٥          |
|                   | التتبع البصري                   | ٤.٦٥            | ٤.٧١   | ٠.٩٦٨             | ٠.١١٢-         |
|                   | التوافق بين العين واليد         | ١١.٨٥           | ١٢.٠١  | ٠.٧٨٦             | ٠.٢٢٤          |
| المهارات الأساسية | فرد الذراع المسلحة              | ٤٣.٤٠           | ٤٢.٠٥  | ٠.٦٦٨             | ٠.٧٢٠          |
|                   | التقدم مع فرد الذراع المسلحة    | ٧٤.١٠           | ٤٧.٥٤  | ٠.٠٦٠             | ٠.١٤٤          |
|                   | الطعن                           | ٥٤.١٠           | ٥١.٠٩  | ٠.٠٥٩             | ١.٠٣٩          |

يتضح من جدول (١) أن قيم معامل الالتواء للمتغيرات الوصفية والقدرات البصرية ودقة أداء المهارات الأساسية قيد البحث انحصرت بين (-٠.١٧٩) و (١.٠٣٩) أى بين  $(\pm ٣)$  مما يدل على اعتدالية أفراد عينة البحث فى تلك المتغيرات .

كما قام الباحث بتحديد العين المهيمنة لعينة البحث وهى العين التى تفوق الجسم والتى تختص بإرسال الإشارات العصبية للمخ وذلك عن طريق اختبار تحديد العين المهيمنة او المسيطرة مرفق رقم (١) حيث بلغ عدد (٨) لاعبين العين المهيمنة هى العين اليمنى وعدد (٢) لاعبين العين المهيمنة هى العين اليسرى وكان الهدف من هذا الاختبار هو التعرف على العين التى تفوق وتوجه الأخرى من خلال حركات العين حيث أنها تكون العين المسيطرة والتى باستطاعتها أن تقوم بعملية تجميع المعلومات بسرعة أكثر من العين الأخرى .

**أدوات جمع البيانات :**

أولاً : الأدوات والأجهزة المستخدمة :-

- تطبيق نماذج ( Google Form )
- مقياس BMI الرقمي لقياس الطول والوزن .
- استمارات التسجيل .
- سلاح سيف مبارزة .
- مخدة طعن .

- قناع .

- كرات .

### ثانياً :- الاختبارات البدنية : مرفق رقم (١)

من خلال البحث المرجعي للبحوث والمراجع العلمية التي تناولت اختبارات للقدرات البصرية قام الباحث بتحديد الاختبارات البصرية التالية :

١- إختبار الرؤية المحيطة .

٢- إختبار الدقة البصرية الثابتة .

٣- إختبار الدقة البصرية المتحركة .

٤- إختبار عمق الإدراك .

٥- إختبار التتبع البصرى .

٦- اختبار التوافق بين العين واليد .

### ثانياً :- الاختبارات المهارية (مستوى أداء دقة بعض المهارات الأساسية) : مرفق رقم (٢)

- فرد الذراع المسلحة .

- التقدم للأمام بفرد الذراع المسلحة .

- الطعن .

### الدراسة الاستطلاعية :-

أجريت هذه الدراسة فى الفترة من ٢٠٢٠/٤/٩ إلى ٢٠٢٠/٤/١٦ وكان والهدف منها :

- حساب المعاملات العلمية (الثبات - الصدق) للإختبارات البصرية المستخدمة فى البحث .

- التعرف على مدى صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث .

- تحديد الأسلوب الأمثل لشرح الاختبارات .

- التعرف على الصعوبات التى قد تواجه الباحث أثناء القياس .

- الوصول الأفضل لترتيب لإجراء القياسات .

### المعاملات العلمية للإختبارات المستخدمة :-

قام الباحث بحساب معامل الثبات والصدق للإختبارات قيد البحث عن طريق تطبيق تلك

الإختبارات على عينة الدراسة الإستطلاعية وقوامها (١٠) من لاعبي سيف المبارزة بنادي

أعضاء هيئة التدريس بجامعة قناة السويس بالإسماعيلية ممن تنطبق عليهم نفس شروط عينة

الدراسة الأساسية .

وتم إجراء هذه القياسات يوم الخميس ٢٠٢٠/٤/٩ وإعاد تطبيقها يوم الخميس

٢٠٢٠/٤/١٦ وبفاصل زمنى (٧) أيام وذلك على قدر الامكان وتم حساب معامل الارتباط

البسيط لبيرسون وذلك لإيجاد معامل الارتباط بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني لإيجاد ثبات هذه الاختبارات ، ولما كانت الاختبارات المستخدمة قيد البحث قد طبقت على أبحاث ودراسات سابقة وقد حظيت على معاملات صدق عالية مما يعضد صدق المحتوى أو المضمون فقد قام الباحث بحساب صدق الاختبارات عن طريق حساب الصدق الذاتي للاختبارات (معامل الثبات) وذلك عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات ، والجدول رقم (٢) يوضح معامل ثبات وصدق الاختبارات المستخدمة في البحث .

### جدول (٢)

معامل الارتباط لحساب ثبات وصدق اختبارات القدرات البصرية  
ومستوى أداء مهارة الطعن قيد البحث  $n = 10$

| المتغيرات                      | وحدة القياس                     | التطبيق |       | إعادة التطبيق |       | معامل الارتباط الذاتي | الصدق الذاتي |
|--------------------------------|---------------------------------|---------|-------|---------------|-------|-----------------------|--------------|
|                                |                                 | س١      | س٢    | س١            | س٢    |                       |              |
| القدرات البصرية                | الرؤية المحيطة العين اليمنى     | ٢.٧٥    | ٠.٤٨٦ | ٢.٨٥          | ٠.٥٣٧ | ٠.٨١٦                 | ٠.٩٠٣        |
|                                | الرؤية المحيطة العين اليسرى     | ٢.٣٥    | ٠.٥١٣ | ٢.٤٥          | ٠.٤٢٨ | ٠.٨٢٩                 | ٠.٩١٠        |
|                                | الدقة البصرية للذراع المسلحة    | ١.٤٢    | ٠.٥١٧ | ١.٦٠          | ٠.٤٨٣ | ٠.٨١٣                 | ٠.٩٠١        |
|                                | إدراك عمق الرؤية من مسافة ٢٠ سم | ٥.٩٠    | ٠.٧٣٨ | ٦.٤٠          | ١.٧٥  | ٠.٦٦٥                 | ٠.٨١٥        |
|                                | التنوع البصري                   | ٤.٦٥    | ٠.٩٦٨ | ٤.٩٥          | ٠.٩٤٨ | ٠.٧١٧                 | ٠.٨٤٦        |
|                                | التوافق بين العين واليد         | ١١.٨٥   | ٠.٧٨٦ | ١٢.٤٥         | ١.١٥٩ | ٠.٧٧٤                 | ٠.٨٧٩        |
| دقة أداء بعض المهارات الأساسية | فرد الذراع المسلحة              | ٤٣.٤٠   | ٠.٦٦٨ | ٤٢.٥٦         | ٠.٠٠٩ | *٠.٩٩٦                | ٠.٧٨٩        |
|                                | التقدم مع فرد الذراع المسلحة    | ٧٤.١٠   | ٠.٠٦٠ | ٤٤.٣٥         | ٠.٠٨٢ | *٠.٩٩٠                | ٠.٦٩٨        |
|                                | الطعن                           | ٥٤.١٠   | ٠.٠٥٩ | ٥٤.٦٨         | ٠.٠٧٢ | *٠.٠٩٩                | ٠.٩٨١        |

• قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول السابق رقم (٢) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطي التطبيق وإعادة التطبيق في جميع الاختبارات (القدرات البصرية — دقة أداء بعض المهارات الأساسية) قيد البحث مما يدل على ثبات هذه الاختبارات ، كما يتضح الصدق الذاتي لهذه الاختبارات المختارة حيث أن جميعها تقترب من الواحد الصحيح وهذا يدل على صدق هذه الاختبارات .

### الخطوات التنفيذية للبحث :-

#### تصميم برنامج التدريب البصري :

قام الباحث بمسح مرجعي للمراجع العملية المتخصصة والدراسات السابقة في مجال تدريب العين وتحسين الرؤية البصرية وذلك لتحديد طبيعة وشكل التدريب البصري واستناداً لما

سبق تم تصميم برنامج التدريب البصرى لمدة (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات أسبوعية . مرفق رقم (٣)

### تطبيق البرنامج

#### أ- القياس القبلى :

تم إجراء القياس القبلى يوم الاثنين الموافق ٢٧/٤/٢٠٢٠ وذلك على عينة البحث الأساسية بتطبيق إختبارات القدرات البصرية ، واختبارات دقة أداء بعض المهارات الأساسية .  
تنفيذ البرنامج :

قام الباحث بتطبيق برنامج التدريب البصرى على عينة البحث الأساسية فى الفترة من ٢٠٢٠/٣/٣٠ وحتى ٢٠٢٠/٥/٢١ وكانت فترة تطبيق البرنامج (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات تدريبية وذلك أيام الأحد ، الثلاثاء ، الخميس من كل أسبوع . مرفق رقم ( ٣ )

#### أسس ومبادئ التدريب المستخدمة في إعداد وتصميم البرنامج التدريبي :

- الإحماء والتهدئة : يبدأ كل تدريب بالإحماء وينتهي بالتهدئة.
- الخصوصية : لتطوير الأداء يجب التدريب بنفس طريقة الأداء من خلال نفس الوضع الذي سوف ينفذ من خلاله.
- التقدم بدرجات حمل التدريب : درجة الحمل يجب ألا تكون ثابتة ولكن يجب أن تزداد بمرور الوقت وطبقا للقدرات والتكيف.
- التنوع : ضرورة التغيير في التدريب من الأداء إلى الراحة ومن الصعب إلى السهل.
- الشكل التموجي لحمل التدريب : ويقصد بذلك الارتفاع والانخفاض لحمل التدريب وعدم السير على وتيرة واحدة أو مستوى واحد.

#### الحجم التدريبي الكلى للبرنامج التدريبي :

- مدة البرنامج التدريبي = شهرين .
- عدد الأسابيع = ٨ أسابيع .
- عدد الوحدات = ٢٤ وحدة تدريبية

#### جدول (١١-٣)

##### الحجم التدريبي الكلى للبرنامج التدريبي

| المرحلة  | الفترة          | اتجاه التدريب | عدد الأسابيع | عدد الوحدات الأسبوع | اجمالي الوحدات فى الشهر |
|----------|-----------------|---------------|--------------|---------------------|-------------------------|
| الأولى   | الإعداد العام   |               | ٢            | ٣                   | ١٢                      |
| الثانية  | الإعداد الخاص   |               | ٣            | ٣                   | ١٢                      |
| الثالثة  | مقابل المنافسات |               | ٣            | ٣                   | ١٢                      |
| الاجمالي | -               | -             | ٨ أسابيع     | -                   | وحدة تدريبية            |

- زمن الوحدة التدريبية = ١٢٠ دقيقة .
- عدد ساعات التدريب الفعلى فى الثلاث شهور = ٣٦٠٠ دقيقة.
- عدد ساعات التدريب فى الثلاث شهور = ٤٣٢٠ دقيقة

## جدول (١٢-٣)

## النسب المئوية لمحتوى البرنامج التدريبى المقترح

| الخطى | المهارى | البدى | الاسبوع            |              |
|-------|---------|-------|--------------------|--------------|
|       | ١٠      | ٩٠    | الاسبوع الاول      | الشهر الاول  |
|       | ١٠      | ٩٠    |                    |              |
|       | ١٠      | ٩٠    |                    |              |
|       | ١٠      | ٩٠    |                    |              |
|       | ٢٠      | ٨٠    | الاسبوع الثانى     |              |
|       | ٢٠      | ٨٠    |                    |              |
|       | ٢٠      | ٨٠    |                    |              |
|       | ٢٠      | ٨٠    | الاسبوع الثالث     |              |
|       | ٣٠      | ٧٠    |                    |              |
|       | ٣٠      | ٧٠    |                    |              |
|       | ٣٠      | ٧٠    | الاسبوع الرابع     |              |
|       | ٣٠      | ٧٠    |                    |              |
| ١٠    | ٣٠      | ٦٠    | الاسبوع الخامس     | الشهر الثانى |
| ١٠    | ٤٠      | ٥٠    |                    |              |
| ١٠    | ٤٠      | ٥٠    |                    |              |
| ١٠    | ٥٠      | ٤٠    | الاسبوع السادس     |              |
| ١٥    | ٥٠      | ٣٥    |                    |              |
| ١٥    | ٥٥      | ٣٠    | الاسبوع السابع     |              |
| ٢٠    | ٦٠      | ٢٠    |                    |              |
| ٢٠    | ٦٥      | ١٥    |                    |              |
| ٢٠    | ٧٠      | ١٠    | الاسبوع الثامن     |              |
| ٢٠    | ٧٠      | ١٠    |                    |              |
| ٢٠    | ٧٠      | ١٠    |                    |              |
| ٣٠    | ٦٠      | ١٠    | الاسبوع التاسع     | الشهر الثالث |
| ٣٥    | ٥٥      | ١٠    |                    |              |
| ٤٠    | ٥٠      | ١٠    |                    |              |
| ٤٥    | ٤٥      | ١٠    | الاسبوع العاشر     |              |
| ٥٠    | ٤٠      | ١٠    |                    |              |
| ٥٥    | ٣٥      | ١٠    |                    |              |
| ٦٠    | ٣٠      | ١٠    | الاسبوع الحادى عشر |              |
| ٦٥    | ٢٥      | ١٠    |                    |              |
| ٧٠    | ٢٠      | ١٠    |                    |              |
| ٨٠    | ١٠      | ١٠    | الاسبوع الثانى عشر |              |
| ٨٥    | ٥       | ١٠    |                    |              |
| ٨٥    | ٥       | ١٠    |                    |              |

## ج- القياس البعدى :

بعد الإنتهاء من تنفيذ البرنامج قام الباحث بإجراء القياس البعدى يوم الأحد الموافق ٢٠٢٠/٦/٥ وتحت نفس شروط وظروف إجراء القياس القبلى قدر الإمكان .

## عرض ومناقشة النتائج :

## ١- عرض ومناقشة نتائج القدرات البصرية :

## جدول (٣)

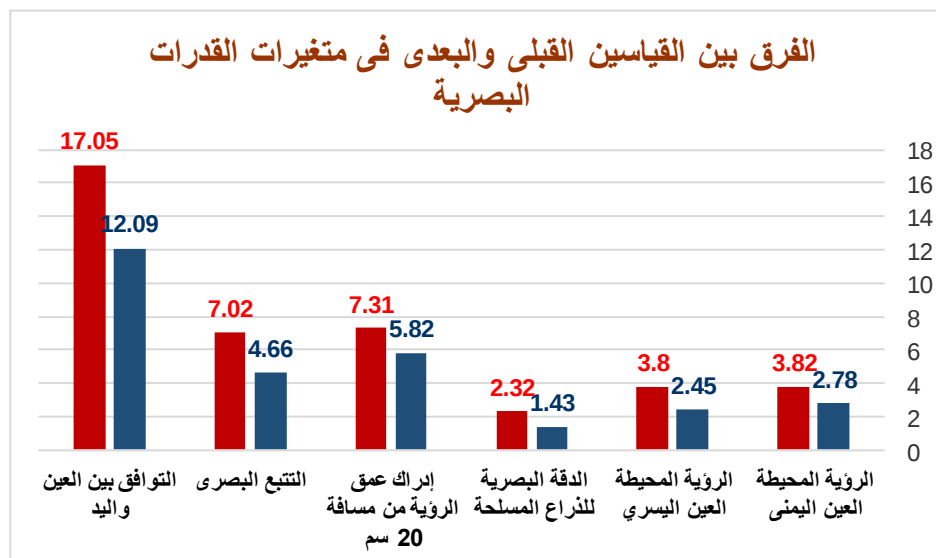
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ونسبة التحسن لعينة البحث  
في متغيرات القدرات البصرية

ن = ١٠

| المتغيرات                       | وحدة القياس | القياس القبلي |       | القياس البعدي |       | الفرق بين المتوسطين | قيمة ت | نسبة التحسن |
|---------------------------------|-------------|---------------|-------|---------------|-------|---------------------|--------|-------------|
|                                 |             | ع             | س     | ع             | س     |                     |        |             |
| الرؤية المحيطة العين اليمنى     | درجة        | ٢.٧٨          | ٠.٤٨٣ | ٣.٨٢          | ٠.٧٨٨ | ١.٠٤                | ٤.٧١٤  | ٣٧.٤١%      |
| الرؤية المحيطة العين اليسرى     | درجة        | ٢.٤٥          | ٠.٦٧٤ | ٣.٨٠          | ٠.٧٣٧ | ١.٣٥                | ٣.٦٧٤  | ٥٥.١٠%      |
| الدقة البصرية للذراع المسلحة    | درجة        | ١.٤٣          | ٠.٥١٦ | ٢.٣٢          | ٠.٦٣٢ | ٠.٨٩                | ٣.٢٠٧  | ٦٢.٢٤%      |
| إدراك عمق الرؤية من مسافة ٢٠ سم | درجة        | ٥.٨٢          | ٠.٨٤٣ | ٧.٣١          | ١.٠٣٢ | ١.٤٩                | ٥.٥١١  | ٢٥.٦٠%      |
| التتبع البصري                   | درجة        | ٤.٦٦          | ٠.٩٦٦ | ٧.٠٢          | ١.٢٨٦ | ٢.٣٦                | ٥.٠٠٠  | ٥٠.٦٤%      |
| التوافق بين العين واليد         | درجة        | ١٢.٠٩         | ٠.٨٧٥ | ١٧.٠٥         | ١.٣١٦ | ٤.٩٦                | ١١.٠٠٠ | ٤١.٠٣%      |

• قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٢٦

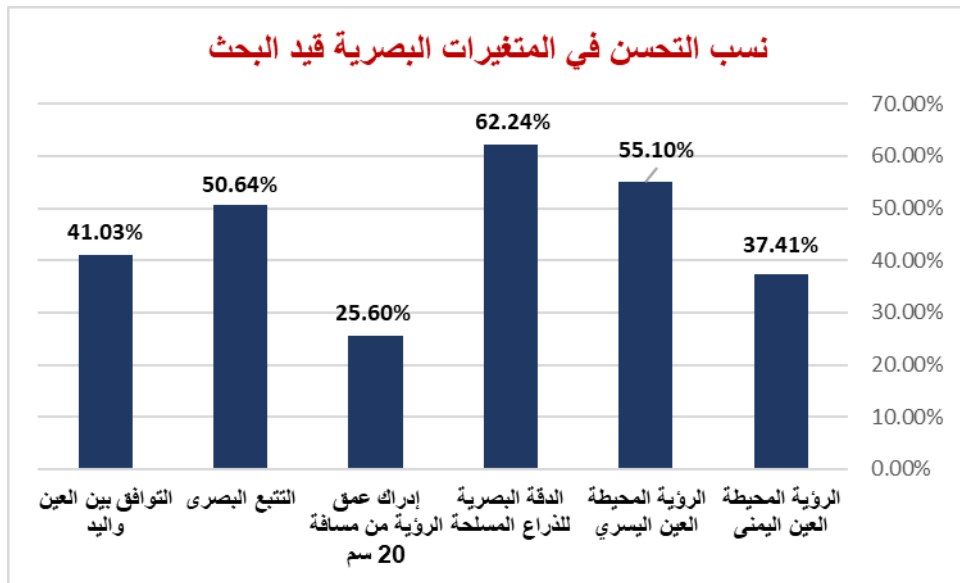
يتضح من جدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي عند مستوى (٠.٠٥) في متغيرات القدرات البصرية ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية كما يوضح أيضاً نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث في متغيرات القدرات البصرية حيث انحصرت نسبة التحسن ما بين ٢٥.٦٠ % لإدراك عمق الرؤية من مسافة ٢٠ سم إلي ٦٢.٢٤ % الدقة البصرية للذراع المسلحة .



## شكل رقم (١)

الفرق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للعينة الأساسية

## في متغيرات القدرات البصرية قيد البحث



شكل رقم (٢)

نسب التحسن للعينة الأساسية في متغيرات القدرات البصرية قيد البحث

يتضح من جدول (٣) وشكل (١)، (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في اختبارات القدرات البصرية حيث كانت أكبر نسبة تحسن للدقة البصرية للذراع المسلحة بنسبة تحسن ٦٢.٢٤ % بينما كانت أقل نسبة تحسن لإدراك عمق الرؤية بنسبة تحسن ٢٥.٦٠ % مما يدل على تقدم مستوى اللاعبين في القدرات البصرية .

ويرجع الباحث ذلك إلى فاعلية التدريبات البصرية في البرنامج وتأثيرها الإيجابي على مستوى القدرات البصرية حيث روعي في تصميم هذه التدريبات المتطلبات البصرية للاعب سيف المبارزة بالإضافة إلى دوام التدريب والتدرج في أداء التدريبات البصرية ومحاولة الوصول إلى الأداء الجيد أنعكس أثره على تنمية وتحسين القدرات البصرية للاعب سيف عينة البحث .

ويتفق ذلك مع ما ذكره بارى سيللر Barry Seiller (٢٠٠٦) (١٦) ومعهد اللياقة البصرية (٤) من أن القدرات البصرية يمكن تقويمها والتدريب عليها وممارستها وتحسينها .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلاً من مازين وآخرون Mazyn.et.al (٢٠٠٤م)  
 (١٩) ، ميلسا جل Millsa Gle (٢٠٠٤) (٢٠) ، توماس وآخرون  
 Thomas.et.al (٢٠٠٥) (٢١) ، نرمين القلمى (٢٠٠٩) (١٢) ، محمد فكرى سيد (٢٠١٠)  
 (١٠) نشوة محمد حلمى (٢٠١٠) (١٤) ، اسلام خليل عبد القادر (٢٠١١) (٣) ، أحمد  
 محمد زينة (٢٠١٣) (٢) ، محمود المتولي عامر (٢٠١٣) (١١) فقد بينت نتائجها  
 التأثير الإيجابي للتدريب البصرى وأن القدرات البصرية يمكن تنميتها وتطويرها من خلال  
 استخدام التدريبات البصرية سواء لدى لاعبي الرياضات الفردية أو الجماعية .

وهذا يدل على صحة الفرض الأول والذي ينص على "توجد فروق دالة  
 إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى بعض القدرات  
 البصرية قيد البحث " .

عرض ومناقشة نتائج دقة أداء بعض المهارات الأساسية :

جدول (٥)

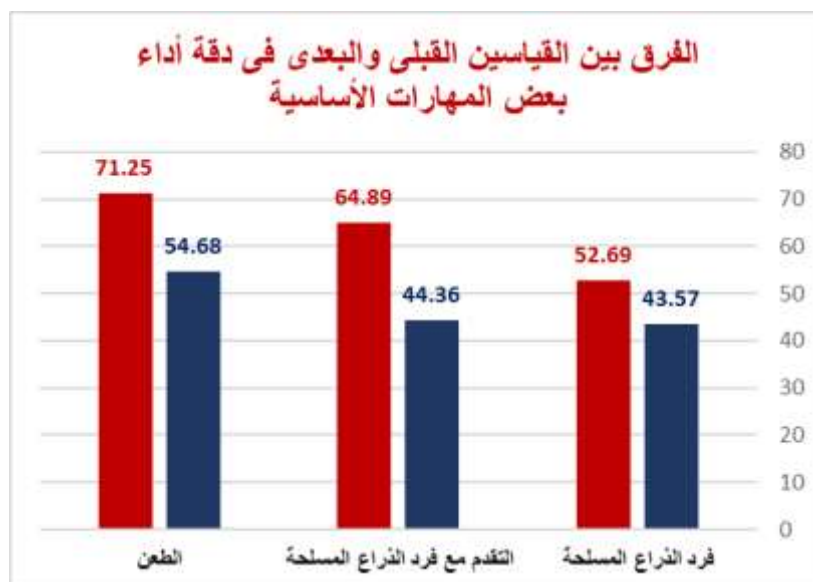
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ونسبة التحسن لعينة البحث

في دقة أداء بعض المهارات الأساسية ن = ١٠

| المتغيرات               | وحدة القياس | القياس القبلي |       | القياس البعدي |       | الفرق بين المتوسطين | قيمة ت | نسبة التحسن |
|-------------------------|-------------|---------------|-------|---------------|-------|---------------------|--------|-------------|
|                         |             | س             | ع     | س             | ع     |                     |        |             |
| الطعن<br>دقة أداء مهارة | عدد         | ٤٣.٥٧         | ٥٢.٦٩ | ٥٠.٦١         | ٥٠.٠٦ | ٩.١٢                | ١٩.٠٧  | %٢٠.٩٣      |
|                         | عدد         | ٤٤.٣٦         | ٦٤.٨٩ | ٥٠.٤٦         | ٥٠.٠٤ | ٢٠.٥٣               | ١٣.٢٠  | %٤٦.٢٨      |
|                         | ث           | ٥٤.٦٨         | ٧١.٢٥ | ٥٠.٥٨         | ٥٠.٠٥ | ١٦.٥٧               | ١٠.٩٥  | %٣٠.٣٠      |

• قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٢٦

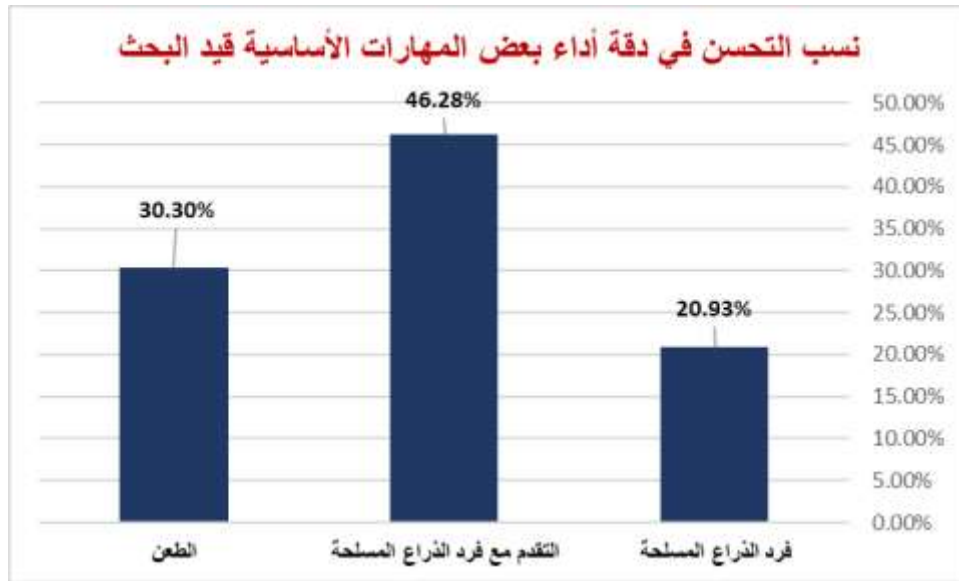
يتضح من جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي عند مستوى ٠.٠٥ في مستوى دقة بعض المهارات الأساسية ( فرد الذراع المسلحة - التقدم مع فرد الذراع المسلحة - الطعن ) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، حيث تراوحت نسب التحسن ما بين ٢٠.٩٣% لمهارة فرد الذراع المسلحة ، و ٤٦.٢٨% لمهارة التقدم مع فرد الذراع المسلحة .



شكل (٣)

الفرق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في

دقة أداء بعض المهارات الأساسية قيد البحث



شكل (٤)

نسب التحسن في دقة أداء بعض المهارات الأساسية قيد البحث

يتضح من جدول (٥) وشكل رقم (٣) ، (٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في مستوى دقة أداء بعض المهارات الأساسية حيث كانت أكبر نسبة تحسن لمهارة التقدم مع فرد الذراع المسلحة بنسبة ٤٦.٢٨% بينما كانت أقل نسبة تحسن لمهارة فرد الذراع المسلحة ٢٠.٩٣% مما يدل على تقدم مستوي اللاعبين في دقة أداء بعض المهارات الأساسية قيد البحث .

ويرجع الباحث ذلك إلى برنامج التدريب البصري وذلك لما يحتويه من تدريبات بصرية متنوعة تهدف إلى تحسن وتثبيت ودقة أداء بعض المهارات الأساسية حيث قد انعكس أثر ذلك على مستوى أداء اللاعبين ويتفق هذا مع ما تذكره فتنات جبريل وآخرون (٢٠٠٠) (٩) إلى أن الهدف في المبارزة الحديثة هو تسجيل أكبر عدد من اللمسات بأستخدام أسهل الطرق ويتم ذلك بفرد الذراع المسلحة أو فرد الذراع مع التقدم أو الطعن .

كما يرجع الباحث تباين نسب التحسن في دقة المهارات الأساسية إلى التدريبات البصرية التي تدرجت من السهل إلى المركب وكذلك تناسبت وفقا لقدرات كل لاعب وتتماشي مع طبيعة أداء المهارات في المبارزة ويتفق هذا مع نتائج نبيل فوزي (١٩٩٦) (١٣) والتي أشارت إلى تحسين وتطوير القدرات الحركية الخاصة مع استخدام التمرينات التي تؤدي بصورة تتفق

وطبيعة الأداء والمهارة الحركية وفي نفس المسار الحركي كان له أكبر الأثر في تحسن مستوى الأداء المهاري .

ويتفق ذلك ما توصل إليه كلاً ، دعاء محمد محمود (٢٠٠٢) (٦) ، ميلسا جل Millsa Gle (٢٠٠٤) (٢٠) ، جيهان محمد فؤاد ، إيمان عبدالله زيد (٢٠٠٥) (٤) ، نرمين فكرى الغلمى (٢٠٠٩) (١٢) ، نشوه محمد حلمى (٢٠١٠) (١٤) ، اسلام خليل عبدالقادر (٢٠١١) (٣) ، أحمد محمد زينة (٢٠١٣) (٢) ، محمود المتولي عامر (٢٠١٣) (١١) أن التدريبات البصرية تسهم بشكل كبير في الإرتقاء بمستوى أداء اللاعبين وذلك لأن الأداء السليم يبنى على رؤية جيدة .

وهذا يدل على صحة الفرض الثاني والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى دقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي سيف المبارزة . "

#### الاستخلاصات :-

فى ضوء أهداف البحث وفروضه وفى حدود عينة البحث والمعالجات الإحصائية يمكن استخلاص النتائج التالية :-

- ١- برنامج التدريب البصرى أدى إلى حدوث تحسن و تنمية فى متغيرات القدرات البصرية (الرؤية المحيطية - الدقة البصرية الثابتة - الدقة البصرية المتحركة - إدراك عمق الرؤية - التتبع البصرى - التوافق بين العين واليد) حيث بلغت أكبر نسبة تحسن للدقة البصرية للذراع المسلحة بنسبة تحسن ٦٢.٢٤ % بينما كانت أقل نسبة تحسن لإدراك عمق الرؤية بنسبة تحسن ٢٥.٦٠ % مما يدل على تقدم مستوى اللاعبين فى القدرات البصرية .
- ٢- برنامج التدريب البصرى أدى إلى تحسن فى مستوى دقة بعض المهارات الأساسية ( فرد الذراع المسلحة - التقجم للأمام مع فرد الذراع المسلحة - الطعن ) حيث كانت أكبر نسبة تحسن لمهارة التقدم مع فرد الذراع المسلحة بنسبة ٤٦.٢٨ % بينما كانت أقل نسبة تحسن لمهارة فرد الذراع المسلحة ٢٠.٩٣ % مما يدل على تقدم مستوى اللاعبين فى دقة أداء بعض المهارات الأساسية قيد البحث .

**التوصيات :-**

- في ضوء أهداف البحث ونتائجه وما تم استخلاصه يوصي الباحث بما يلي :-
- ١- الاهتمام باستخدام التدريب البصرى كجزء أساسى فى برامج إعداد لاعبي سيف المبارزة
  - ٢- الاهتمام بإجراء دورات تدريبية للمدربين من قبل الإتحاد المصرى للسلح لتعريفهم بأهمية التدريب البصرى فى تنمية وتحسين القدرات البصرية ومظاهر الإنتباه ومستوى الأداء المهارى .
  - ٣- الاهتمام بإجراء دراسات تستخدم برامج التدريب البصرى على عينات مختلفة من لاعبي المبارزة في الأسلحة الأخرى ( السيف - الشيش ) .

## المراجع :-

١. إبراهيم نبيل عبد العزيز ، تامر إبراهيم نبيل ( ٢٠١٦ ) : المرجع الحديث في المبارزة ، مركز الكتاب الحديث للنشر ، القاهرة .
٢. أحمد محمد زينة ( ٢٠١٣ ) : تأثير التدريب البصري على بعض القدرات البصرية ومظاهر الانتباه ومستوي أداء الكلمات المستقيمة لناشئ الملاكمة ، بحث منشور ، مجلة سيناء لعلوم الرياضة ، المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، البحث العلمي والإبداع الأولمبي ، كلية التربية الرياضية بالعريش ، جامعة قناة السويس .
٣. إسلام خليل عبد القادر (٢٠١١) : فاعلية التدريب البصري على تطوير المهارات الأساسية والمدرجات الحس حركية للاعبى الكرة الطائرة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها .
٤. جيهان محمد فؤاد ، إيمان عبد الله زيد (٢٠٠٥) : فاعلية التدريب البصري على بعض المتغيرات المهارية والقدرات البصرية فى الكرة الطائرة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد الأول كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
٥. جمال عبد الحميد عابدين ( ١٩٨٤ ) : أصول المبارزة ، دار المعارف ، القاهرة .
٦. دعاء محمد محمود (٢٠٠٢) : تأثير برنامج لتدريب العين فى المبارزة على بعض المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالتوتر ومستوى الأداء " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
٧. عباس عبد الفتاح الرملي (١٩٩٣) : المبارزة ، سلاح الشيش ، دار افكر العربي ، القاهرة .
٨. عمرو حسن السكري ( ١٩٨٦ ) : إدراك الإحساس البصري بمسافة التبارز وعلاقته بنتائج المباريات لدى لاعبي المبارزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٩. فتنات محمد جبريل وآخرون (٢٠٠٠) : المبارزة بين النظرية والتطبيق ، ملتقى الفكر العربي .

١٠. محمد فكري السيد ( ٢٠١٠ ) : تأثير برنامج للتدريب البصري على بعض القدرات البصرية وخصائص الانتباه ومستوى الأداء الدفاعي لحارس مرمى كرة اليد " ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان المجلد (٣٥) ، فبراير .
١١. محمود المتولي عامر ( ٢٠١٣ ) : فاعلية التدريبات البصرية على دقة أداء بعض الركلات الهجومية للاعبين الكوميتية ، بحث منشور ، مجلة سيناء لعلوم الرياضة ، المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، البحث العلمي والإبداع الأولمبي ، كلية التربية الرياضية بالعريش ، جامعة قناة السويس .
١٢. نرمين فكرى الغلمى (٢٠٠٩) : فاعلية برنامج للرؤية البصرية على بعض القدرات البصرية والمهارات الإدراكية البصرية ومستوى الأداء المهارى فى كرة السلة " ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان المجلد الثانى والثلاثون ، العدد الثانى ، فبراير .
١٣. نبيل محمد فوزي ( ١٩٩٦ ) : تأثير برنامج مقترح لبعض العناصر البدنية على المستوى المهارى وبعض القياسات الوظيفية للاعبين سلاح الشيش ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
١٤. نشوه محمد حلمى (٢٠١٠) : " تأثير برنامج مقترح للتدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية والانتباه ومستوى أداء بعض مهارات الهجوم والدفاع فى رياضة المبارزة " ، المجلة العالمية للعلوم الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، وعلوم الرياضة ، جامعة طهران ، إيران .
١٥. وفاء محمد درويش (٢٠٠٨) : دراسات وتطبيقات علمية فى مجال علم النفس الرياضي ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الأسكندرية .
١٦. Brain ariel (٢٠٠٦) : *sports vision – how enhancing your vision can give you that extra edge in competition peak performance*,
١٧. Brian Ariel (٢٠٠٥) : " Visual skill and pole vaulting national pole vault chair for Canada" peak performance, <http://www.ppoline.co.uk> . عامر ١٠
١٨. Isabel Walker (٢٠٠١) : " Why Visual training programmers for sport don't work " , sport science , Mar ١٩(٣)p٢٠٣-٢٢ . عامر ١١

١٩. Mazyn , l., lenoir , m., montagene , g ., save isbergh g . (٢٠٠٤) : *the contribution of stereo vision to one – handed catching ,exp brain res aug ., ١٥٧(٣); ٣٨٣-٣٩٠ epub . Jun ٢٥ .*

٢٠. Millsagle , d (٢٠٠٤) : *coincidence anticipation and dynamic visual accuracy in young a dolescents. Percept mot skills . Dec , ٩٩/٣pt ٢; ١١٤٧-١١٥٦ .*

٢١. Thomoas.let al (٢٠٠٥) : *visual evoked potent tails reaction times and of the wit waters and johannesburg . South afica . Journal of edge dominance in cricketers – university sports medicine and physical fitness vol . ٤ .*

## تأثير التدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية ودقة بعض المهارات الأساسية في ظل جائحة كورونا للاعبي سيف المبارزة

أ.م. د/ محمد محمد فتوح غنيم

يهدف البحث إلى معرفة تأثير التدريبات البصرية على بعض القدرات البصرية ودقة بعض المهارات الأساسية في ظل جائحة كورونا للاعبي سيف المبارزة واستخدام الباحث المنهج التجريبي بنظام المجموعة الواحدة باستخدام القياسين القبلي والبعدي . وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي سيف المبارزة بنادي أعضاء هيئة التدريس بجامعة قناة السويس حيث بلغ مجتمع البحث (٣٢) لاعب سيف مبارزة والمسجلين بالإتحاد المصري للسلاح للموسم التدريبي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ وبلغ عددهم (١٠) لاعبين ، وقد قام الباحث بحساب اعتدالية عينة البحث في المتغيرات الوصفية ( السن - الطول - العمر التدريبي ) وكذلك بعض القدرات البصرية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية في المبارزة وأشارت اهم النتائج الى ان برنامج التدريب البصري أدى إلى حدوث تحسن و تنمية فى متغيرات القدرات البصرية (الرؤية المحيطية - الدقة البصرية الثابتة - الدقة البصرية المتحركة - إدراك عمق الرؤية - التتبع البصرى - التوافق بين العين واليد) ويوصى الباحث بضرورة الاهتمام باستخدام التدريب البصرى كجزء أساسى فى برامج إعداد لاعبي سيف المبارزة

## **The effect of visual training on some visual abilities and the accuracy of some basic skills under the Corona pandemic for sword fencing players**

Prof. Dr. Mohamed Mohamed Fattouh Ghoneim(\*)

The research aims to know the effect of visual exercises on some visual abilities and the accuracy of some basic skills in light of the Corona pandemic for sword fencing players. The researcher used the experimental method in a one-group system using the pre and post measurements. Selection of the sample in the intentional way from the fencing sword players in the faculty members club at Suez Canal University, where the research community reached (٣٢) fencing sword players who are registered with the Egyptian Federation of Weapons for the training season ٢٠٢٠-٢٠٢١, and their number reached (١٠) players. The most important results indicated that the visual training program led to an improvement and development in the variables of visual abilities (peripheral vision - fixed visual accuracy - moving visual accuracy - perception of depth of vision - visual tracking - eye-hand compatibility), where the largest percentage of improvement was the visual accuracy of the arm. Armed with an improvement of ٦٢.٢٤%, while the lowest percentage of improvement in the perception of depth of vision was an improvement of ٢٥.٦٠%, which indicates the progress of the players' level in visual abilities. The researcher recommends the necessity of paying attention to the use of visual training as an essential part of the programs for preparing fencing players.