# الفصل الأول

## ١/٠ الإطار العام للبحث

**١/١ المقدمة ومشكلة البحث.**

**٢/١ هدف البحث.**

**٣/١ فروض البحث.**

**٤/١ المصطلحات المستخدمة في البحث.**

## الفصل الأول

## ١/٠ الإطار العام للبحث

### ١/١ المقدمة ومشكلة البحث:-

لقد تطورت الرياضة في الآونة الأخيرة تطوراً كبيراً وذلك نتيجة إرتباطها بمختلف العلوم الأخرى، مما نتج عن ذلك العديد من الآراء والدراسات والتي أسفرت عن نتائج قدمت للرياضة الكثير من النظريات والمعلومات التي ساهمت بدورها في تطوير وتحسين مستوى الأداء الرياضى وفتح آفاق لأبحاث تطبيقية جديدة مكنت من تحديد فوائد ممارسة النشاط الرياضي بشكل منظم مما انعكس على مستويات الأداء.(٢:١٦)

يعتبر التعليم أحد أهم المجالات وذلك لأنه من الوسائل المهمة التى تلعب دوراً حيوياً فى تقدم الشعوب ومن له من آثار إيجابية على هذا التقدم فأنه يعتبر الوسيلة إلى تطوير وتحديث أساليب ومناهج تعلم لمواكبة هذا العصر.(٦٥: ٢٢)

وعلماء الرياضة كما أشارت إليهم "**إيزابيل والكر Isabel walker**" (٢٠٠١م) يبحثون بشكل دائم ومستمر عن الطرق التعليمية والتدريبية الحديثة بهدف تحسن الأداء الرياضي واكتساب ميزة تنافسية، وتعتبر تمرينات الرؤية البصرية إحدى هذه التقنيات الحديثة فى المجال الرياضي حيث يعد سلسلة متكررة لتدريبات العين بهدف تحسين القدرات البصرية الأساسية وهي هامة للرياضيين فى جميع الرياضات التنافسية.(٨٣: ٢٠٣-٢٠٤)

والإحساس البصري يلعب درواً مهما ورئيسياً فى مختلف أنواع النشاط الحركي كما أشار إليه" **ماجد مصطفى إسماعيل ،عبد المحسن زكريا احمد**" **(٢٠٠٦م)**، حيث يتعاون مع جميع أنواع الاحساسات الأخرى فى إدراك وفهم طبيعة الأداء الحركي ومطابقته لظروف وأوضاع النشاط الحركي. (٤٦: ٨٢)

ويذكر "**براين Brian**"(٢٠٠٧م) أن حاسه الإبصار من الحواس التي تلعب دوراً مهماً في النشاط الرياضي فهي تقدم للرياضين ما يقدر بـ (٨٠%) من المدخلات الحسية خلال النشاط الرياضي خاصة الأنشطة التي تحتاج إلى مستوى عالي من الإدراك الحسي، فالمهارة البصرية تقدم للرياضي معلومات دقيقة وسريعة ، وهي مهارة يمكن تطويرها بالتدريب، وكلما كانت المعلومات أو البيانات غير واضحة أو مكتملة أو مشوشة بإي درجة فإن درجة الإستجابة في هذه الحالة تكون أقل مما هو متوقع.(٧٤: ٧٤)

ويرى"**زيمان Ziemane**" (١٩٩٣م)، أن تدريب المهارات البصرية فى المجال الرياضي يعتبر منطقة صغيرة نسبياً فى منظومة الأداء الرياضي ولكنها كبيرة الأهمية وأصبح الإهتمام بها كبير وبشكل متزايد ونشط فى الفترات الأخيرة.(٩٨: ٢٣٤ ،٢٣٥)

ويشير"**باري سيلر bary L.Silar**" (٢٠٠٤م) إلى أن أحد عوامل الاختلاف بين مستوى الرياضين هي قدرتهم على استخدام مهاراتهم البصرية أثناء الأداء، حيث يتأثر أداء الرياضي بالقدرات البصرية المختلفة مثل (إدراك مجال الرؤية – إدراك العمق –حدة الرؤية المتحركة– توافق العين)، كما يذكر أن المهارات البصرية تختلف من رياضة لأخرى ولكنها تظل أحد العوامل الهامة للوصول للأداء الأفضل، فهي مثل القدرات البدنية يمكن تعلمها والتدريب عليها وتحسينها.(٧٢: ١٨٦)

ويذكر "**كالدر calder**" (٢٠٠٠م) أن المهارات البصرية عبارة عن مجموعة من المهارات العقلية العصبية التى من الممكن نقلها وتطويرها وتشمل العديد من المكونات مثل الرؤية ثلاثية الأبعاد والتتبع البصري والتركيز البصري.(٧٦: ١٥)

وقد أثبت مركز "**هومر رايس The Homer rice. Center**" **ومعهد اللياقة البصرية** "**The in statically disulfides**" (٢٠٠٤م) أن المهارات البصرية مثل كل المهارات البدنية يمكن تعلمها والتدريب عليها وتحسينها.(١٠٣)

وسباقات المضمار ومسابقات الميدان تعتبر من أقدم الأنشطة الرياضية التى مارسها الإنسان ليس فقط منذ فجر التاريخ فحسب بل عندما يشتد عوده للمشي والجري والوثب والرمي، فكلها أنشطة حركية فطرية ووسائل يستخدمها الفرد لتحقيق أغراض مختلفة فى كل مرحلة من مراحل نموه وتطوره.(١٣ : ٧)

لذلك تعد مسابقات الميدان والمضمار من الرياضات الأساسية التى تكسب الشباب اللياقة البدنية العالية فضلاً عن أنها تخلق فى الفرد التكامل البدني والخلقي والنفسي، كما تعد مقياساً وعصب الألعاب الأولمبية القديمة وعصب الألعاب الأولمبية الحديثة لتنوع فروعها وتعدد مسابقاتها كما أنها تعد مقياساً لتقدم ورقي الدول، كما أنها تتناسب مختلف الأعمار والجنسيات. (٦٢ : ١٥)

إن البحث العلمي يقف وراء المستوى الانجازي للعداء من خلال الإعداد المتكامل للعملية التعليمية والتدريبية أي الارتقاء بدرجات الاستجابة الحيوية والنفسية والحركية والخططية والفنية وهي الجوانب الرئيسية التى تبنى عليها جميع العمليات والبرامج التعليمية والتدريبية .

ولقد تزايد الاهتمام في الأونة الاخيرة علي الأساليب والطرق التي تعمل علي تحسين وتطوير الأداء الرياضي لتحقيق الإنجازات الرياضية، ومما لاشك فيه أن تطوير الأداء الرياضي

كناتج نهائي مرهون بتطوير مدخلاته المختلفة سواء أكانت بدنية أو مهارية لتعلم وإتقان المهارات المختلفة.

وقد ظهرت عدة دراسات مثل دراسة **محمد فكرى سيد (٢٠١٠م)**(٥٦)، ودراسة **محمد لطفى السيد ، محمود رجائى محمد (٢٠٠٨م)**(٥٧)، ودراسة **مصطفي طه محمود (٢٠١٥م)**(٦٣)، ودراسة **نادية حسن الصاوي ، زينب حتحوت (٢٠٠٨م)**(٦٥)، ودراسة **نيفين فاروق محمود (٢٠١٢م)**(٦٧) والتي تشير إلى أن الأداء العالي يرتبط بالقدرات البصرية المثالية وأن ضعف القدرات البصرية تسبب فى إعاقة الأداء، فإذا كانت المعلومات البصرية غير دقيقة فإن الجسم يفقد التوقيت المناسب ويتسبب ذلك فى انخفاض مستوى الأداء، وكنتيجة لتلك الدراسات قام الباحثين بتطوير بطاريات للاختبار، والتي تستخدم للتقييم وتحسين مستوى القدرات البصرية للرياضين، ونظراً لاختلاف المتطلبات البصرية الخاصة بكل رياضة فإن إجراءات التدريب تتم بشكل يتلائم مع الاحتياجات الخاصة باللاعبين.

ومن خلال عمل الباحث معيد بقسم المناهج وتدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية – جامعة سوهاج تخصص تدريس ألعاب القوى ومعاونته في تدريس مقرر أساسيات المضمار لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة سوهاج، تبين له انخفاض في مستوى الأداء المهاري لسباقات المضمار المنهجية، وذلك علي الرغم من القيام بشرح وإعطاء النموذج الخاص بكل سباق مع تكرار التدريب عليها أثناء المحاضرات وتقويمها بشكل جيد فبالرغم من ذلك لاحظ الباحث على حد علمه الانخفاض في مستوى الأداء لتلك السباقات(سباق ٢٠٠متر عدو ، سباق ١١٠متر حواجز ، سباق ٤×١٠٠متر تتابع) وقد يرجع الباحث هذا الانخفاض إلى عدم وجود أساليب وبرامج تعليمية متنوعة ومناسبة قد تكون قائمة على التدريبات البصرية، وبالتالي إفتقار الطلاب للتركيز البصري أثناء التعلم وهذا ما يسمى بتركيز الإنتباه مع عدم القدرة على إدراك المسافات أثناء أدائهم للسباق وهذا ما يسمى بإدراك المسافة وإدراك العمق، وأيضا إلي التوافق بين العين واليد والقدم في أداء سباقات المضمار حيث يحتاج الطالب بدرجة كبيرة إلى التوافق بين العين واليد والقدم وأيضا الدقة البصرية المتحركة والتتبع البصري بصورة كبيرة في أداء سباقات المضمار التي تتطلب درجة عالية من استخدام هذه القدرات البصرية أثناء الأداء.

كما أوضحت بعض الدراسات مثل (٥)،(٨)،(٩)،(١٤)،(١٦) من خلال استخدامها للتدريبات البصرية في البرامج التعليمية المقننة فى نتائجها، أن التدريبات البصرية أثرت تأثيراً إيجابياً على مستوى الأداء المهاري للرياضات والألعاب المختلفة، وأن تلك الدراسات تناولت

رياضات والعاب مختلفة دون التطرق الى سباقات المضمار وذلك ما لاحظه الباحث على حد علمه من ندرة الدراسات التى تناولت تأثير التدريبات البصرية على سباقات المضمار.

لذلك يرى الباحث أن التدريبات البصرية من الموضوعات الهامة التى لم تحظى باهتمام كبير من الباحثين فى سابقات المضمار، حيث أن حاسة الإبصار لها أهمية كبيرة لدى لاعبي سباقات المضمار، حيث تعتمد هذه المسابقات اعتماداً كبيراً على كثير من المهارات البصرية مثل (إدراك العمق- إدراك المسافة- التتبع البصري- الدقة البصرية المتحركة)، واستخدام التدريبات البصرية داخل البرامج التعليمية بصورة مقننة قد يساعد على إتقان وتثبيت الأداء المهاري عند الطلاب، وقد تعمل هذه التدريبات على جذب إنتباه المتعلمين وزيادة دافعيتهم نحو التعلم وتثبيت الخبرات التعليمية، مما قد يعمل ذلك على تحسين مستوى الأداء المهاري لسباقات المضمار المنهجية.

ذلك ما دعى الباحث إلى القيام بدراسة عنوانها" **تأثير برنامج تعليمي باستخدام التدريبات البصرية على مستوى أداء سباقات المضمار المنهجية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج**"

**٢/١ هدف البحث:-**

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

١- بعض المهارات البصرية (الدقة البصرية الثابتة – الدقة البصرية المتحركة – الوعي الخارجي – التوافق بين العين واليد –التوافق بين العين والقدم – التتبع البصري- إدراك العمق) لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج.

٢- مستوى الأداء المهاري لسباقات المضمار المنهجية (سباق ٢٠٠متر عدو، سباق ١١٠متر حواجز، سباق ٤×١٠٠متر تتابع) لدى طلاب كلية التربية التربية الرياضية جامعة سوهاج.

٣- العلاقة بين المهارات البصرية وسباقات المضمار المنهجية (سباق ٢٠٠متر عدو، سباق ١١٠متر حواجز، سباق ٤×١٠٠متر تتابع) لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج.

**٣/١ فروض البحث:-**

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات البصرية ومستوى أداء سباقات

المضمار المنهجية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج لصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات البصرية ومستوى أداء سباقات المضمار المنهجية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج لصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥) بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة فى المهارات البصرية ومستوى أداء سباقات المضمار المنهجية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج لصالح المجموعة التجريبية.

٤- توجد علاقة إرتباطية دالة احصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في المهارات البصرية ومستوى أداء سباقات المضمار المنهجية لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة سوهاج.

**٤/١ المصطلحات المستخدمة في البحث:-**

**البرنامج التعليمي:The Learning Program**

" تصور أو خطة يقوم المعلم بإعدادها وتتضمن الإجراءات والمواد التعليمية اللازمة لعرضها من خلال قناة من قنوات الاتصال التعليمية".(٣: ٤١)

**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".(٤٦: ٨٧)

**المهارات البصرية :Visual skills**

"مختلف أنشطة العين، مثل إدراك العمق، التركيز والتتبع، إدراك المسافة، التقارب والتباعد، القدرة علي التكيف".(١٠٥)

**الدقة البصرية المتحركة: Dynamic visual Acuity**

"رؤية الأهداف بدقة أثناء حركة إتزان اللاعبين أي أن الهدف ثابت واللاعب متحرك".(٨٩ :٢)

**إدراك العمق Depth perception**

"التقدير السليم للسرعة والمسافة النسبية المطلوبة أثناء الأداء".(٤٧: ٨٧)

**سباقات المضمار:**

مجموعة منوعة من السباقات ،مثل سباقات المسافات القصيرة يعدو فيها العداء بأقصى سرعة ، وسباقات المسافات الطويلة تتطلب قوة وتحمل أكبر ،وسباقات الحواجز، وسباقات الموانع، يتوجب على العدائين أن يقفزوا فوق العوائق ،أما سباقات التتابع فأن فرقاً من العدائين تشترك فيها.(٢:٣٨)