



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية

تأثير تمرينات الرؤية البصرية في تطوير إدراك المحيط وبعض القدرات الحركية ودقة أداء المهارات الأساسية للشباب بالكرة الطائرة

أطروحة دكتوراه قدمها الطالب

حسنين ناجي حسين

إلى مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة

الدكتوراه في علوم التربية الرياضية

بإشراف

أ.م. د مجاهد حميد رشيد

2014 م

1436 هـ

1 - التعريف بالبحث:

1 - 1 مقدمة البحث وأهمية:

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، ففكرة الفرد في تطوير الأداء الرياضي تتوقف على كثير من المتغيرات وفي مقدمتها الرؤية البصرية ومدى تأثيرها 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 اللواجب الحركي.

لقد تطور مستوى الأداء في جميع الرياضات ومنها لعبة الكرة الطائرة في الدول المتقدمة رياضيا والتي أصبح لها طابع متميز في النواحي العقلية والبدنية والفنية والنفسية، وتعدد طرائق اللعب المختلفة وارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعب، نتيجة الإلمام بالأسس والمبادئ العلمية التي تعمل على تطور هذه اللعبة .

إن الأداء في لعبة الكرة الطائرة يمتاز بالسرعة والمباغنة وتحرك اللاعبين في أماكن واتجاهات مختلفة وقيام العينين بحركات مستمرة لتتبع مسار الكرة وتحركات زملائه في الفريق وتحديد موقع الشبكة 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 الكرة الطائرة .

مما تقدم تتجلى أهمية الدراسة باستخدام التمرينات البصرية في تطوير قدرات اللاعب على 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 الحركية، وفي حدود علم الباحث لا توجد دراسة عراقية عن متغيرات الدراسة في لعبة الكرة الطائرة لذلك عمد الباحث إلى إجراء هذه الدراسة إسهاما منه في تطوير قدرات لاعبي الكرة الطائرة البصرية والإدراكية والحركية.

1 - 2 مشكلة البحث :

إن الرؤية البصرية من المواضيع المهمة في المجال الرياضي عامة ومجال الكرة الطائرة خاصة ، إذ كان اهتمام الباحثين مركزاً على تطوير القدرات البدنية والمهارية والخطئية والنفسية وضعف الاهتمام بالرؤية البصرية بالرغم من أهميتها القصوى باعتبارها الحاسة المسيطرة على باقي الحواس في استقبال المعلومات من المحيط الخارجي، وخاصة للاعبين الكرة الطائرة لأنهم بأمرّ الحاجة إلى قدرة إبصار وانتباه وتركيز عالية أثناء اللعب وأداء المهارات الأساسية ولطبيعة لعبة الكرة الطائرة التي تمتاز بها من اللعب السريع والدقة وعدم وجود وقت محدد للمباراة وجب على لاعبي الكرة

الباب الأول التعرف بالبحث

الطائرة أن يمتازوا بمعايير خاصة سواء كانت متعلقة بالأداء الحركي، أو بالقدرات الخاصة، إذ يتطلب أن يتجه منحى التدريب إلى التخصص الدقيق ولاسيما استخدام تمارين الرؤية البصرية والتي تعمل على تحقيق الهدف المنشود والوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز من خلال التركيز على متطلبات الأداء وبالنظر لما تحتاجه لعبة الكرة الطائرة من رؤية المتغيرات المحيطة باللاعب وعمق إدراك بصري فكلما زادت سرعة اللعب والأداء ازدادت الحاجة إلى رؤية بصرية جيدة وذلك لقلّة الاهتمام بالتدريب البصري ووضع تمارين بصرية في تخطيطهم للوحدات التدريبية أسوة بالتمارين البدنية والمهارية لتطوير قدرات اللاعبين البصرية وقدرتها على إدراك ما يحيط بهم من متغيرات بصرية مختلفة أثناء المباراة مما ينعكس سلباً على دقة أدائهم والقدرة على اختيار الاستجابة الدقيقة للواجب الحركي المطلوب أدائه إضافة إلى ضعف الأداء في مهارات قيد البحث، لذلك أراد الباحث إجراء هذه الدراسة محاولة منه لتطوير دقة أداء اللاعبين والوصول إلى تحقيق أفضل النتائج باستخدام تمارين الرؤية البصرية.

1 - 3 أهداف البحث :

1. إعداد تمارين الرؤية البصرية للشباب بالكرة الطائرة .
2. التعرف على تأثير تمارين الرؤية البصرية في تطوير إدراك المحيط للشباب بالكرة الطائرة .
3. التعرف على تأثير تمارين الرؤية البصرية في تطوير بعض القدرات الحركية للشباب بالكرة الطائرة .
4. التعرف على تأثير تمارين الرؤية البصرية في دقة أداء المهارات الأساسية للشباب بالكرة الطائرة .

1- 4 فرضيات البحث :

1. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في إدراك المحيط ولصالح الاختبارات البعدية .
2. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في بعض القدرات الحركية ولصالح الاختبارات البعدية .
3. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في دقة أداء المهارات الاساسية ولصالح الاختبارات البعدية .

1- 5 مجالات البحث:

1- 5 - 1 المجال البشري:

لاعبو شباب محافظة ديالى بالكرة الطائرة بأعمار (17 - 19) للموسم 2013 - 2014 م

1- 5 - 2 المجال الزمني :

15 / 4 / 2013 الى 30 / 9 / 2014 .

1- 5 - 3 المجال المكاني:

القاعة المغلقة لمديرية الشباب والرياضة في ديالى .

مختبر الابحاث والدراسات التربوية والنفسية / جامعة بغداد

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⁾.

(1) Michael F. Zupan (and other) ; Visual adaptations to spors vision enhancement training , A study of collegiate athletes at the US Air Force Academy , 2006 , p43

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 " (1).

1 - 6 - 3 القدرات الحركية:

"هي الاستعداد الفطري والمستوى الحركي الذي اكتسبه الفرد ويظهر في المهارات الحركية الأساسية (جري ، وثب ، تسلق ،..... الخ) وذلك اكثر من كونها مستوى عالياً من التخصص في المسابقات والألعاب " (2) .

(1) <http://www.schuhfried.ae/index.php?id=570&type2014>

(2) محمد صبحي حسنين ؛ التقويم والقياس في التربية البدنية . ط 2 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987) ص 305.

Abstract

The effect of optical vision exercises in the development of surrounding areas perception, some motor skills, and performance accuracy of the basic skills for youth volleyball .

Researcher

Asst. Inst.

HassaneinNaji Hussein

Supervisor

Asst. Prof.

Mujahid Hamid Rashid (Ph.D.)

The thesis included five chapters :

In chapter one , the researcher dealt with the importance of visual exercises and visual training in the development of player's capacity to achieve the best level through developing his/her ability to realize the multiple variables surrounding him /her during the game. Also the ability to act quickly and accurately in the performance of duty motor, as well as opening up new areas for novice applied research to identify the benefits of regular physical activity and practicing visual exercises orderly to develop the capabilities of the player's visual and cognitive work in turn on the development of accurate performance.

The study problem lies in the lack of coaches' interests due to insert visual exercises in the planning of the training modules, similar to physical and skills exercises to develop players' ability to be aware of their surroundings from different visual variables during the game, which will reflect negatively on the accuracy of their performance and the ability to choose the exact response required for duty motor performance on the one hand, while on the other hand, the researcher noted weakness in the accuracy of skills performance in current research.

The current study aims at :

1. Preparing visual display exercise in volleyball for youth .
2. Identifying the effect of optical vision exercises in the development of surrounding areas perception in basic volleyball skills for youth .
3. Identifying the effect of optical vision exercises in the development of some motor skills in basic volleyball skills for youth .
4. Identifying the effect of optical vision exercises in performance accuracy of the basic volleyball skills for youth .

The research hypotheses are;

1. There are statistically significant differences between pre and posttests in the surrounding areas perception in favor of posttest.
2. There are statistically significant differences between pre and posttests in some motor abilities and in favor of posttests .
3. There are statistically significant differences between pre and posttests in performance accuracy of basic skills and in favor of posttests .

In chapter two, the researcher tackled with vision and its relationship to motor performance and optical vision and its importance in the field of sports as well as the factors that must be met for the vision process and visual training, and then the realization of the surrounding areas and its main variables which included the visual field and the focusing power of vision , then the split-attention, emotional maturity, time reaction, motor capacities like fitness, compatibility and volleyball basic skills representing by; serving, setting, and blocking as well as studies related to the current study .

In the third chapter, the researcher used the experimental design in accordance with the suitability of the study problem and aims. The study sample consisted of youth volleyball players at Diyala province , the number of players are (16) of the season 2013-2014 who were intentionally selected,

(3) players were excluded to conduct the three pilot studies, the final total of the sample was (13) players, the researcher conducted their homogeneity and equivalence , then the researcher deliberately determined the most important motor and basic skills to conduct the study and prepare optical vision exercises and exposing then to the experts in volleyball game and then testifying the pre-tests and after application optical vision exercises in the current study sample within training approach for (8) weeks, in the amount three units per week , in order to be (24) unit training, then the researcher conducted the tests under the same conditions of the pre-tests, as well as the use of appropriate statistical methods for data processing that have been obtained .

In chapter five, the researcher deliberately researcher showed ,analyzed and discussed the results after statistically treatment, and then display the data in tables and graphs, the results indicate that there are statistically significant differences between pretest and posttest for the study sample in variables of surrounding areas perception, some motor skills and accuracy performance of basic skills and this is what achieved the study hypotheses and aims .

The most important conclusions are :

1. The optical vision exercises have a positive effect on the development of awareness of the surrounding areas for young players in volleyball .
2. The optical vision exercises have a positive effect on the development of some motor skills (fitness and compatibility) for young players in volleyball .
3. The optical vision exercises have a positive effect on the development of some basic skills (serving, setting, and blocking) for young players in volleyball .