

## تأثير تدريبات القدرات البصرية الخاصة على سرعة حركة الرجلين وبعض مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين

أ.م.د/ محمد رفاعي مصطفى مصطفى

أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية  
وألعاب المضرب - كلية التربية الرياضية (بنين - بنات)  
جامعة بورسعيد

Doi: 10.21608/jsbsh.2024.335876.2865

### مشكلة البحث وأهميته:

يسعى التدريب الرياضي للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الممكنة، وأصبح يتميز بالخصوصية بشكل كبير ودقيق ويعتمد على أساليب حديثة تواكب التطور الحادث في جميع الألعاب الرياضية، وشمل ذلك بكل تأكيد كرة القدم حيث أصبحت تدريباتها أكثر تخصصية وتناسب مع متطلبات وواجبات كل مركز من مراكز اللاعبين حتى يمكن للاعبين أداء واجباتهم المكلفون بها على أكمل وجه مما يساهم في تحقيق أفضل النتائج خلال المباريات.

ويتفق كلاً من روي روس وكور فان ديرمير Roy Ross & Cor Van Dremer

(١٩٩٧م)، عصام عبد الخالق (٢٠٠٥م)، رفاعي مصطفى (٢٠٠٥م)، حسن أبو عبده (٢٠١٩م) على أن كرة القدم الحديثة الآن تتميز بتنافسية كبيرة وسرعة عالية وتتطلب قدرات عالية لذلك فإن العمليات التدريبية تغيرت بشكل كبير عن الماضي حتى تواكب هذا المستوى العالي من خلال استخدام التكنولوجيا وأساليب حديثة في التدريب، وكذلك يتم التدريب وفقاً لمركز كل لاعب وأدواره المطلوبة منه لكي يكون في أتم استعداد للمواقف المختلفة التي تحدث بالمباريات من جميع الجوانب البدنية والمهارية والخطئية والنفسية والذهنية. (٣١ : ٥٧)، (١٣ : ٢٥)، (٩ : ٢٢)، (٥ : ٧)

تعتمد معظم الألعاب الرياضية على البصر وأن أكثر من ٨٠٪ من مدخلات الإدراك تكون عن طريق البصر ولذلك تتطلب الرياضات إلى تمتع اللاعبين بقدرات بصرية عالية، فاللاعب يحتاج عند الأداء إلى القدرة على التركيز والاستجابة والتحرك بسرعة والتتبع البصري والوعي بالمكان وحدة ووقت رد الفعل البصري وكذلك التنسيق بين اليدين والرجلين والعين والجسم وكل هذا عوامل تؤثر في أدائه بالمباريات.

ويتفق كلاً من جيم براون Jim Brown (٢٠٠١م)، برايان أرييل Brian Ariel (٢٠٠٤م)

على أن الرؤية البصرية ترتبط بشكل وثيق بطبيعة الأداء في المنافسات الرياضية فالرياضة تعتمد على (٢٠) قدرة بصرية مثل سرعة رد الفعل البصري والدقة البصرية بمختلف أنواعها والوعي الخارجي والتتبع البصري وغيرها، فهذه القدرات تساهم بنسبة ٨٠٪ في الإدراك وتوصلت الدراسات

إلى أن ٣٠٪ من الرياضيين لديهم قصور في الدقة البصرية أو الرؤية الصحيحة فنتيجة فحص أعين لاعبي ولاعبات المستويات العالية توضح أن من بين كل أربعة واحد لديه صعوبات بصرية بنسبة ١٩,٩٥٪ منهم ٣.٢٪ يرتدي نظارات ويستخدمها أثناء ممارسة النشاط الرياضي والباقي يرتدي عدسات لاصقة. (٢٩ : ١١٤)، (٢٢ : ١٢٧)

ويشير زكي حسن (٢٠٠٤م) أن المهارات البصرية التالية (حدة البصر - الرؤية المحيطية - الحساسية للتباين - التأقلم - اندماج العينين - الحدة المجسمة الديناميكية - سيطرة العينين - التوافق بين العين والجسم - جنوح العينين - زمن رد الفعل البصري) جميعها يستخدمها الرياضيين بجميع الرياضات وتعتبر الجوهر في تحقيق النجاح الرياضي. (١٥ : ١٠)

ويتفق كلاً من ايزابيل ولكر Isabel Walker (٢٠٠١م)، فرانسيس أيزنر Francis Eisner (٢٠٠٨م)، حسين عبودي (٢٠١٥م)، جراهام اريكسون Graham Erickson (٢٠٢١م) على أنه من خلال البحث المستمر حول الأساليب التدريبية الحديثة من أجل رفع مستوى أداء اللاعبين، تم التوصل إلى أهمية التدريب البصري واعتباره من الأساليب الهامة التي تساعد اللاعبين على تطوير أدائهم في جميع الألعاب الرياضية، وهو يهدف إلى تحسين وظائف العينين وعلاقتها بالمخ عن طريق تنمية قدرات الرؤية البصرية باستخدام تدريبات متكررة ومنتظمة في صعوبتها والعمل على تحسين توافق ومرونة العينين مع إمكانية التحكم بهذه العضلات، بأن ممارسة المهام البصرية والإدراكية والحسية الصعبة ستؤدي إلى تحسين الرؤية مما يؤدي إلى سرعة المعالجة الحسية، أداء حركي سريع وأكثر دقة وبالتالي ينعكس ذلك على الأداء الرياضي. (٢٨ : ١٥)، (٢٤ : ٢٣)، (٧ : ٢٥)، (٢٧ : ١٨٤)

ويتفق كلاً من رفاعي مصطفى (٢٠٠٥م)، قاسم لزام وآخرون (٢٠٠٥م)، مفتي حماد (٢٠١٣م)، إبراهيم شعلان وأحمد ناجي (٢٠١٦م)، حسن أبو عبده (٢٠١٩م)، موفق المولى وآخرون (٢٠١٩م) حسين الدنيناوي وعلي الفرطوسي (٢٠٢٠م) على أن طبيعة الأداء المهاري لحارس المرمى تختلف عن باقي لاعبي الفريق وذلك لأن القانون يسمح له باستخدام اليدين ولذلك فإن الصفات التي يجب أن يتميز بها مختلفة عن باقي مراكز اللعب، وكذلك ليست مهمته فقط هو الدفاع عن مرماه ولكن أصبح له مهام هجومية مكلف بها وخاصة عند بدء الهجوم، وتتعدد مهاراته ومنها وقفة الاستعداد وتحركاته داخل المرمى السيطرة على الكرة والتعامل مع الكرات الأرضية والعرضية والمرتفعة وكذلك رمي الكرة وركل الكرة بالقدم، وحراس المرمى يجب أن يتمتعوا بقدرات بدنية عالية مثل القدرة وسرعة رد الفعل وسرعة تحركات القدمين والمرونة والرشاقة والتوافق من أجل أداء المتطلبات المهارية والخطية بأفضل صورة ممكنة. (٩ : ١٤٧)، (١٥ : ١٩٨)، (٢٠ : ١٧٧)، (١ : ١٨٠)، (٥ : ٢٤٣)، (٢١ : ١٠٠)، (٦ : ١٧)

ويشير توني إنجلاند وجون باسكرا Tony Englund & John Pascarella Kasa

(٢٠١٧م) إلى أهمية سرعة حركة الرجلين لحارس المرمى فقدرته على التحرك بسرعة وسلاسة تعد عنصراً حاسماً في الأداء الفني، كذلك يحتاج إلى رؤية جيدة وحادة حيث أنه يتابع اللعب ويتحرك ليكون جاهزاً للتصرف المناسب والحركة المناسبة للموقف. (٣٢ : ٣٨، ١٤٨)

ومن خلال المسح للمراجع والأبحاث والدراسات العلمية التي أظهرت أهمية القدرات البصرية وتدريباتها وتأثيرها على مستوى الأداء مثل دراسة دو تويت وآخرون Du Toit & etc.al (٢٠٠٩م) (٢٣)، ودراسة جيرت سافيلسبرج وآخرون Geert Savelsbergh & etc.al (٢٠١٣م) (٢٥)، ودراسة عبد الله أحمد (٢٠١٧م) (١٢)، ودراسة أمر الله البساطي وآخرون (٢٠١٨م) (٤)، ودراسة محمد كشك (٢٠١٨م) (١٨)، ودراسة أحمد السيد ومحمد كشك (٢٠٢٠م) (٣)، ودراسة شريف عبد الله (٢٠٢١م) (١١)، ودراسة قيصر عبد الحميد (٢٠٢١م) (١٦)، لاحظ الباحث قلة الأبحاث التي تناولت تدريبات القدرات البصرية وتأثيرها على حراس المرمى بشكل عام وعلى سرعة حركة الرجلين بشكل خاص، وأيضاً من خلال بعض المقابلات مع بعض مدربي حراس المرمى للتعرف على مدى معرفتهم بالقدرات البصرية الخاصة بحراس المرمى وتدريباتها لاحظ افتقار مجال تدريب حراس المرمى إلى استخدام هذه التدريبات ومحاولة تحسين القدرات البصرية الخاصة بالرغم من أهميتها لحراس مرمى كرة القدم، مما جعل الباحث يتساءل هل استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة ستؤثر إيجابياً على حراس مرمى كرة القدم الناشئين؟ وهذا ما دفع الباحث لإجراء هذه الدراسة للتعرف على تأثير تدريبات القدرات البصرية الخاصة على سرعة حركة الرجلين وبعض مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين.

وتبرز أهمية هذه الدراسة في إمداد مدربي حراس مرمى كرة القدم بشكل عام ومدربي ناشئين حراس مرمى كرة القدم بمجموعة من تدريبات القدرات البصرية يمكنهم الاسترشاد بها وتدريب حراسهم عليها وتعريفهم بمدى أهميتها وكيفية تطبيقها مما قد يساهم في تحسين القدرات البصرية لحراسهم وبالتالي الارتقاء بمستواهم البدني والمهاري.

**أهداف البحث:** يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

- ١- تأثير استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة على سرعة حركة الرجلين لحراس مرمى كرة القدم الناشئين.
- ٢- تأثير استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة على بعض مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين.

**فروض البحث:**

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في سرعة

حركة الرجلين لحراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض

مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي.

### مصطلحات البحث:

- **تدريبات القدرات البصرية الخاصة:** هي مجموعة من تدريبات المهارات البصرية المرتبطة بالأداء الرياضي من خلال تحسين التوازن والإدراك والعمق والتوافق بين العين والمخ وتعزيز المسارات العصبية بينهم ومعالجة كميات كبيرة من المعلومات في فترة زمنية أقصر مما يؤدي إلى تحسن سرعة وكفاءة آلية اتخاذ القرار وبالتالي أدائه الرياضي. (٢٧ : ١٨٦)

### إجراءات البحث:

**منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

**مجتمع البحث:** لاعبي كرة القدم تحت ١٦ سنة المقيدون في الموسم الرياضي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ بالاتحاد المصري لكرة القدم فرع الإسماعيلية.

**عينة البحث:** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من حراس مرمى كرة القدم الناشئين تحت (١٦) سنة بنادي بلدية الإسماعيلية والبالغ عددهم (٦) حراس، كما استعان الباحث بعدد (١٠) حراس من خارج عينة البحث الأساسية لإجراء الدراسات الاستطلاعية.

جدول (١) توصيف عينة البحث

العينة	العدد	نوع العينة	النادي
المجموعة التجريبية	٦	أساسية	بلدية الإسماعيلية
الدراسة الاستطلاعية	١٠	غير أساسية	النوبي الرياضي
المجموع	١٦	-	-

### تجانس عينة البحث:

جدول (٢) معامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات (السن، الطول، الوزن، العمر التدريبي) ن = ٦

م	المتغيرات	وحدة القياس	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	سنة	١٥,٢٦	٠,٢٩	١٥,٣٠	٠,٢٧-
٢	الطول	سم	١٦٩,٠٠	٣,١٠	١٦٨,٥٠	٠,٣٠
٣	الوزن	كجم	٦٢,٨٣	١,٤٧	٦٢,٥٠	٠,٤٢
٤	العمر التدريبي	سنة	٦,٦٧	٠,٥٢	٧,٠٠	٠,٩٧-

تظهر نتائج الجدول (٢) أن قيم معامل الالتواء في متغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي قد تراوحت من (- ٠.٢٧) إلى (٠.٤٢) وتلك القيم قد انحصرت ما بين (±٣)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في تلك المتغيرات.

جدول (٣) معامل الالتواء لعينة البحث في سرعة حركة الرجلين قيد البحث ن = ٦

م	المتغيرات	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء
١	رد الفعل البسيط	١٢٩,٣٨	٢٨,٤٢	١٣٢,٠٠	٠,١٥
٢	رد الفعل المركب	١,٦٤	٠,٠٣	١,٦٤	٠,٨٨
٣	القدرة على الوثب	١٠,٥٨	٠,٣٦	١٠,٥٠	٠,٤٢
٤	سرعة حركة الرجلين	٥,٥٢	٠,٠٥	٥,٥٢	٠,١٥-

تظهر نتائج الجدول (٣) أن قيم معامل الالتواء في سرعة حركة الرجلين قيد البحث قد تراوحت من (- ٠.١٥) الى (٠.٤٢) وتلك القيم قد انحصرت ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في سرعة حركة الرجلين قيد البحث.

جدول (٤) معامل الالتواء لعينة البحث في مهارات حراس المرمى قيد البحث ن = ٢٤

م	المتغيرات	وحدة القياس	س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء
١	تمرير الكرة باليد	درجة	١,١١	٠,٤٨	١,١٧	٠,٧١-
٢	السيطرة على الكرة	درجة	١,٦٧	٠,٣٠	١,٦٣	٠,٠٨-
٣	الكرات الأرضية	درجة	٥,٥٦	٠,٣٤	٥,٦٧	٠,٦٧-
٤	الكرات متوسطة الارتفاع	درجة	١,٧١	٠,٢٩	١,٧٥	٠,٦٧-
٥	الكرات العرضية	درجة	٤,٧٨	٠,٧٥	٤,٨٣	٠,٦٤
٦	ركل الكرة بالقدم	درجة	٠,٧٨	٠,١٧	٠,٦٧	٠,٩٧

يتضح من الجدول (٤) أن قيم معامل الالتواء في مهارات حراس المرمى قيد البحث قد تراوحت من (- ٠.٠٨) الى (٠.٩٧) وتلك القيم قد انحصرت ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في مهارات حراس المرمى قيد البحث.

#### وسائل وأدوات جمع البيانات:

■ **المسح المرجعي:** من خلال المسح المرجعي للمراجع والدراسات والبحوث العلمية والمواقع البحثية المرتبطة بكرة القدم ومجال الرؤية البصرية (٢٣)، (٢٥)، (١٢)، (٤)، (١٨)، (٣)، (١١)، (١٦) للتعرف على القدرات البصرية لكرة القدم بصفة عامة وبصفة خاصة حراس المرمى وتحديد أنسب تدريبات عليها وكذلك تحديد الاختبارات الخاصة بسرعة حركة الرجلين ومهارات حراس المرمى وكانت كما يلي:

- **تدريبات القدرات البصرية** واشتملت على (حدة الإبصار الثابتة، حدة الإبصار المتحرك، التتبع البصري، زمن رد الفعل البصري، إدراك العمق البصري، التركيز البصري)
- **سرعة حركة الرجلين:** استخدم الباحث جهاز **Trazer V.1 مرفق (١)** والذي يعطي المتغيرات التالية: - سرعة رد الفعل البسيط (ث) - سرعة رد الفعل المركب (ث)

- القدرة (الوثب من الحركة) (سم)

- سرعة حركة الرجلين (ث)

- اختبارات مهارات حراس المرمى: مرفق (٢) تم الاستعانة بالاختبارات المستخلصة من التحليل العاملي للدراسة التي أجراها أحمد الشافعي (٢٠٠٦م) (٢) لقياس مهارات حراس المرمى وكانت كالتالي:

١- اختبار دقة تمرير الكرة باليد من مستوى الكتف ٢- اختبار السيطرة على الكرة من الحركة ٣- اختبار امسك الكرات الأرضية ٤- اختبار الارتماء لإمسك الكرات متوسطة الارتفاع ٥- اختبار الاستحواذ أو إبعاد الكرات العرضية ٦- اختبار دقة ركل الكرة نصف طائرة بالقدم.

#### ■ الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث:

- ساعة إيقاف لأقرب (٠.١) من الثانية
- شريط قياس
- ميزان طبي إلكتروني
- مسطرة مدرجة
- جهاز حاسب آلي محمول
- كرات قدم
- أطواق وعلامات بلاستيك ملونة.
- عصا الرؤية الملونة
- حبل الرؤية
- جهاز القرص المجسم الدوار.
- علامات وحروف وأرقام ملونة.
- استمارات تسجيل.

#### الدراسة الإستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الأولى: أجرى الباحث هذه الدراسة خلال الفترة من ٢٠/٨/٢٠٢٢م إلى ٢٥/٨/٢٠٢٢م على عينة استطلاعية عددها (١٠) حراس مرمى من ناشئين النادي النوبي الرياضي من أجل معرفة مدى سلامة وصلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة، وكذلك إجراء المعاملات العلمية للاختبارات.

#### المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة:

أولاً: ثبات الاختبارات المستخدمة: تم إيجاد معامل ثبات الاختبارات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفاصل زمني قدرة سبعة أيام بين التطبيقين على عينة استطلاعية عددها (٥) حراس مرمى من الناشئين تحت ١٦ سنة بالنادي النوبي الرياضي بالإسماعيلية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج القياسين والجدول (٥) (٦) توضح ثبات الاختبارات.

جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين كل من

التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات سرعة حركة الرجلين قيد البحث ن = ٥

قيمة "ر" المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات	سرعة حركة الرجلين
	ع±	س-	ع±	س-		
٠,٩١٦	٠,٠٥	٠,٩٢	٠,٠٧	٠,٩٨	رد الفعل البسيط	
٠,٩٢٨	٠,٢٧	١,٨٠	٠,٢٩	١,٦٧	رد الفعل المركب	
٠,٨٩٢	١,٧١	١,٦٥	١,٣٦	١,٢٥	القدرة على الوثب	
٠,٩٦٤	١,٤٣	٦,٤٥	١,٣٠	٥,٩٤	سرعة حركة الرجلين	

\* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٨٧٨

تظهر نتائج الجدول (٥) أن معامل الارتباط لاختبارات سرعة حركة الرجلين قد تراوحت من (٠.٨٩٢) الى (٠.٩٦٤) وجميعها ذات معامل ارتباط عالي مما يدل على ثبات اختبارات سرعة حركة الرجلين قيد البحث.

جدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين كل من

التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات مهارات حراس المرمى قيد البحث ن=٥

م	الاختبار	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
			ع	س	ع	س	
١	تمرير الكرة باليد	درجة	٠,٧٠	٠,٣٠	٠,٥٧	٠,٣٧	٠,٨٩٣
٢	السيطرة على الكرة	درجة	١,٤٠	٠,١٤	١,٥٠	٠,٤٧	٠,٩٧٦
٣	الكرات الأرضية	درجة	٤,٥٣	٠,٦٩	٤,٥٣	٠,٦٩	٠,٩٩٩
٤	الكرات متوسطة الارتفاع	درجة	١,٥٥	٠,٤١	١,٥٠	٠,٤٧	٠,٩٠١
٥	الكرات العرضية	درجة	٤,٢٠	٠,٧٣	٣,٨٠	٠,٤٤	٠,٩٩٩
٦	ركل الكرة بالقدم	درجة	٠,٦٧	٠,٢٤	٠,٦٧	٠,٢٤	٠,٩٩٩

\* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٨٧٨

تظهر نتائج الجدول (٦) أن معاملات الارتباط للاختبارات قد تراوحت قد تراوحت من (٠.٨٧٦) الى (٠.٩٩٩) وجميعها ذات معامل ارتباط عالي مما يدل على ثبات اختبارات وسائل تنفيذ الخطط الهجومية الفردية قيد البحث.

ثانياً: صدق الاختبارات المستخدمة: تم استخدام صدق التمايز بين مجموعتين للتأكد من صدق الاختبارات المستخدمة بالبحث حيث تم تطبيقها على العينة الاستطلاعية (١٠) حراس مرمى من ناشئين النادي النوبي الرياضي بالإسماعيلية مقسمين إلى (٥) حراس تحت ١٦ سنة مجموعة مميزة (٥) حراس تحت ١٤ سنة مجموعة غير مميزة وجداول (٧ ، ٨) توضح صدق الاختبارات المستخدمة قيد البحث.

جدول (٧) صدق التمايز لاختبارات سرعة حركة الرجلين قيد البحث

بين كل من المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة ن=١ ن=٢=٥

مستوى الدلالة الاحصائية	قيمة "ذ" المحسوبة	المجموعة الغير مميزة		المجموعة المميزة		المتغيرات
		مجموع الترتب	متوسط الترتب	مجموع الترتب	متوسط الترتب	
٠,٠٢	٢,٣٧٨-	٣٨,٥٠	٧,٧٠	١٦,٥٠	٣,٣٠	رد الفعل البسيط
٠,٠٠	٢,٥٩٥-	٣٩,٥٠	٧,٩٠	١٥,٥٠	٣,١٠	رد الفعل المركب
٠,٠٢	٢,٤٣٢-	٣٩,٠٠	٧,٨٠	١٦,٠٠	٣,٢٠	القدرة على الوثب
٠,٠٢	٢,٤٣٢-	٣٩,٠٠	٧,٨٠	١٦,٠٠	٣,٢٠	سرعة حركة الرجلين

\* قيمة "ذ" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١,٩٦

تظهر نتائج الجدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المميزة والغير مميزة في اختبارات سرعة حركة الرجلين قيد البحث حيث أن قيمة (ذ) المحسوبة أقل من قيمة (ذ) الجدولية عند

مستوى دلالة ٠.٠٥ مما يدل على صدق اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث.  
جدول (٨) صدق التمايز لاختبارات مهارات حراس المرمى قيد البحث

$$n=2n=5$$

بين كل من المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة

م	الاختبار	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		قيمة "ذ" المحسوبة	مستوى الدلالة الاحصائية
			متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب		
١	تمرير الكرة باليد	درجة	٨,٠٠	٣,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٢,٧٣٠-	٠,٠١
٢	السيطرة على الكرة	درجة	٨,٠٠	٣,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٢,٨٣٥-	٠,٠١
٣	الكرات الأرضية	درجة	٧,٧٠	٣,٣٠	١٦,٥٠	٣٨,٥٠	٢,٣١٩-	٠,٠٢
٤	الكرات متوسطة الارتفاع	درجة	٨,٠٠	٣,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٢,٦٢٧-	٠,٠١
٥	الكرات العرضية	درجة	٧,٦٠	٣,٤٠	٣٨,٠٠	١٧,٠٠	٢,٢١٤-	٠,٠٣
٦	ركل الكرة بالقدم	درجة	٨,٠٠	٣,٠٠	٤٠,٠٠	١٥,٠٠	٢,٧٣٠-	٠,٠١

\* قيمة "ذ" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٩٦

تظهر نتائج الجدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة والغير مميزة في اختبارات مهارات حراس المرمى قيد البحث حيث أن قيمة (ذ) المحسوبة أقل من (ذ) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥، مما يدل على صدق اختبارات مهارات حراس المرمى قيد البحث.  
الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تم إجراء هذه الدراسة يومي السبت والأحد ٢٧، ٢٨/٨/٢٠٢٢م على عينة استطلاعية عددها (٥) حراس مرمى ناشئين تحت ١٦ سنة النادي النوبي الرياضي بالإسماعيلية من مجتمع البحث وخارج العينة الأصلية، من أجل معرفة كيفية تنفيذ وتطبيق تدريبات القدرات البصرية والصعوبات التي قد تظهر عند التطبيق، مدى مناسبة مكان التطبيق، تنفيذ بعض التدريبات كتجربة.  
البرنامج التدريبي المقترح:

يهدف البرنامج إلى تحسين سرعة حركة الرجلين وبعض مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين تحت ١٦ سنة من خلال استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة.  
أسس وخطوات وضع البرنامج:

- مناسبة تدريبات القدرات البصرية الخاصة لتحقيق الهدف.
- توافر الأدوات والأجهزة اللازمة لتدريبات القدرات البصرية الخاصة.
- مراعاة المبادئ الخاصة بتدريبات القدرات البصرية والالتزام بالجدية عند تنفيذها.
- وتم تحديد تدريبات القدرات البصرية الخاصة وأزمنتها من خلال المسح المرجعي وبلغت ٤٠ تدريب، وكانت كالتالي: تراوح زمن أداء التدريب الواحد من (٤٥ث - ٣ق) وعدد مرات تكراره في المجموعة الواحدة (٢ - ٣مرة)، وعدد المجموعات من (١ - ٣)، والراحة البينية من (١٥ - ٤٥ث)، وبذلك بلغ زمن الوحدة اليومي من (٦٠ - ٦٥ق) مكونة من الإحماء (١٠ - ١٢ق)، تدريبات القدرات

البصرية الخاصة (٤٠ - ٤٥ق)، الختام (٧ - ١٠ق)

### خطوات تنفيذ البحث:

١- القياس القبلي: أجريت القياسات القبليّة على عينة البحث الأساسية يومي الثلاثاء ٣٠/٨/٢٠٢٢م والأربعاء ٣١/٨/٢٠٢٢م.

٢- تطبيق التجربة الأساسية: تم تنفيذ تدريبات القدرات البصرية الخاصة المقترحة بالبحث على العينة الأساسية لمدة ثمانية أسابيع في الفترة من الأحد ٤/٩/٢٠٢٢م حتى الخميس ٢٧/١٠/٢٠٢٢م، بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً أيام (الأحد - الثلاثاء - الخميس) ليكون إجمالي عدد الوحدات (٢٤) وحدة.

٣- القياس البعدي: أجريت القياسات البعديّة على العينة الأساسية يومي الأحد ٣٠/١٠/٢٠٢٢م والإثنين ٣١/١٠/٢٠٢٢م وبنفس شروط إجراء تطبيق القياسات القبليّة.

المعالجات الإحصائية: تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS باستخدام الحاسب الآلي وذلك من خلال المعالجات الإحصائية التالية:

(١) المتوسط الحسابي Mean (٢) الانحراف المعياري Standard Deviation

(٣) معامل الارتباط Correlation (٤) إختبار (ذ) (Z Test)

### عرض النتائج:

جدول (٩) الإحصاء الوصفية للقياسين القبلي والبعدي في اختبارات سرعة حركة الرجلين قيد البحث ن=٦

القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
ع±	س-	ع±	س-	
٠,٠١	٠,٨٢	٠,٠١	٠,٩١	رد الفعل البسيط
٠,٠٨	١,٣٥	٠,٠٣	١,٦٤	رد الفعل المركب
٠,٢٧	٩,٢٣	٠,٣٦	١٠,٥٨	القدرة على الوثب
٠,٠٥	٤,٤٢	٠,٠٥	٥,٥٢	سرعة حركة الرجلين

يشير الجدول (٩) أن قيم المتوسط الحسابي في القياس القبلي لاختبارات سرعة حركة الرجلين قد تراوحت من (٠.٩١) الى (١٠.٥٨) بينما تراوحت في القياس البعدي من (٠.٨٢) الى (٩.٢٣)، مما يدل على أفضلية القياس البعدي في تلك الاختبارات.

جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسط رتب تكرارات القياس القبلي والبعدي في اختبارات سرعة حركة الرجلين قيد البحث ن=٦

المتغيرات	مجموع الرتب		متوسط الرتب		قيمة "Z" المحسوبة	مستوى الدلالة الإحصائية
	+	-	+	-		
رد الفعل البسيط	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٠,٠٠	٢,٢٢٠-	٠,٠٢٦
رد الفعل المركب	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٠,٠٠	٢,٢٠٧-	٠,٠٢٧
القدرة على الوثب	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٠,٠٠	٢,٢٠٧-	٠,٠٢٧
سرعة حركة الرجلين	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٠,٠٠	٢,٤٤٩-	٠,٠١٤

\* قيمة "Z" الجدولية عند مستوى مغنوية ٠.٠٥ = ١.٩٦

يوضح الجدول (١٠) أن قيمة (Z) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات سرعة حركة الرجلين قد تراوحت من (-٢.٢٠٧) الى (-٢.٤٤٩)، وتلك القيم أصغر من قيمة (Z) الجدولية البالغة (١.٩٦) وبمستوى دلالة إحصائية أصغر من (٠.٠٥)، ويشير ذلك أن الفروق بين القياسين حقيقية ولصالح القياس البعدي.

جدول (١١) الإحصاء الوصفية للقياسين القبلي والبعدي في اختبارات مهارات حراس المرمى قيد البحث ن=٦

م	الاختبار	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي	
			س-	ع±	س-	ع±
١	تمرير الكرة باليد	درجة	١,١١	٠,٤٨	٢,٠٦	٠,٥٨
٢	السيطرة على الكرة	درجة	١,٦٧	٠,٣٠	٢,٨٣	٠,٦١
٣	الكرات الأرضية	درجة	٥,٥٦	٠,٣٤	٨,٦٧	١,٤٩
٤	الكرات متوسطة الارتفاع	درجة	١,٧١	٠,٢٩	٢,٩٢	٠,٥٨
٥	الكرات العرضية	درجة	٤,٧٨	٠,٧٥	٦,٧٢	٠,٨٣
٦	ركل الكرة بالقدم	درجة	٠,٧٨	٠,١٧	١,٩٤	٠,٢٥

يتضح من الجدول (١١) أن قيم المتوسط الحسابي في القياس القبلي لاختبارات مهارات حراس المرمى قد تراوحت من (٠.٧٨) الى (٥.٥٦) بينما تراوحت في القياس البعدي من (١.٩٤) الى (٨.٦٧)، مما يدل على أفضلية القياس البعدي في تلك الاختبارات.

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسط رتب تكرارات القياس القبلي والبعدي في مهارات حراس المرمى قيد البحث ن=٦

م	الاختبار	وحدة القياس	مجموع الرتب		متوسط الرتب		قيمة "Z" المحسوبة	مستوى الدلالة الاحصائية
			+	-	+	-		
١	تمرير الكرة باليد	درجة	٠,٠٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٢,٢١٤-	٠,٠٢٧
٢	السيطرة على الكرة	درجة	٠,٠٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٢,٢٢٦-	٠,٠٢٦
٣	الكرات الأرضية	درجة	٠,٠٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٢,٢٠١-	٠,٠٢٨
٤	الكرات متوسطة الارتفاع	درجة	٠,٠٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٢,٢١٤-	٠,٠٢٧
٥	الكرات العرضية	درجة	٠,٠٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٢,٢٣٢-	٠,٠٢٦
٦	ركل الكرة بالقدم	درجة	٠,٠٠	٢١,٠٠	٠,٠٠	٣,٥٠	٢,٢٥١-	٠,٠٢٤

\* قيمة "Z" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٩٦

يوضح الجدول (١٢) أن قيمة (Z) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات مهارات حراس المرمى قد تراوحت من (-٢.٢٠١) الى (-٢.٢٥١)، وتلك القيم أصغر من قيمة (Z) الجدولية البالغة (١.٩٦) وبمستوى دلالة إحصائية أصغر من (٠.٠٥)، ويشير ذلك أن الفروق بين القياسين حقيقية ولصالح القياس البعدي.

## ثانياً: مناقشة النتائج:

### ١ - مناقشة نتائج الفرض الأول:

أشارت جداول (٩)، (١٠) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس القبلي للمجموعة التجريبية في اختبارات سرعة حركة الرجلين (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي ذي المتوسط الأفضل في هذه الاختبارات.

مما يظهر أن هناك تحسن في مستوى سرعة حركة الرجلين لحراس مرمى كرة القدم الناشئين ويرجع الباحث ذلك إلى استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة المستخدمة حيث أنها متشابهة مع متطلبات الأداء وفيها يتعرض الحارس للعديد من المثيرات التي تتطلب منه سرعة في الاستجابة لها مما يعمل على تحسن العمليات البصرية لدى الحارس ومن ثم تساهم في تحسن القدرات العقلية ورفع كفاءة الجهاز العصبي وبالتالي تقليل زمن استجابته لأي مثير يتعرض إليه، فكل هذه العمليات تنعكس بشكل إيجابي على سرعة حركة الرجلين.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كلاً من عمرو شادي ومحمد كشك (٢٠١٣م) (١٤)، محمود الحوفي (٢٠١٣م) (١٩)، محمد كشك (٢٠١٤م) (١٧)، حميد تعبان (٢٠١٨م) (٨) التي أشارت إلى حدوث تحسن في حركات الرجلين لحراس المرمى نتيجة للتدريب وذلك لأن الأداء الحركي وسرعته يرتبط بسرعة رد الفعل والتوافق بين العين واليدين والرجلين.

كما تتفق مع نتائج دراسات كلاً من جيرت سافيلسبرج وآخرون **Geert Savelsbergh & etc.al** (٢٠١٣م) (٢٥)، شريف عبد الله (٢٠٢١م) (١١)، التي أكدت أهمية تدريبات القدرات البصرية لحراس المرمى وأنها ساهمت في رفع مستوى الإدراك الحس حركي لديهم ورفع كفاءة الجهاز العصبي العضلي مما حسن من سرعة حركات الرجلين لديهم.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض القائل

توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في سرعة

حركة الرجلين ولصالح القياس البعدي

٢- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

أشارت جداول (١١)، (١٢) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس القبلي للمجموعة التجريبية في اختبارات مهارات حراس المرمى (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي ذي المتوسط الأفضل في هذه الاختبارات.

مما يظهر أن هناك تحسن في مستوى مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين ويرجع الباحث ذلك إلى استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة المستخدمة والتي تحتوي على تدريبات لتنمية التتبع البصري والحدة البصرية الثابتة والحدة البصرية المتحركة وكذلك التركيز البصري وسرعة رد الفعل البصري فجميعها يهدف إلى تحسين عملية الرؤية البصرية للحراس ومستوى التوافق بين العينين والمخ وبالتالي ساهمت في تحسن زمن استجابتهم للمثير وزيادة إدراكهم للمواقف المتغيرة وهذه القدرات ترتبط بالأداء المهاري لحراس المرمى والذي يعتمد على رد الفعل وتحليل الموقف المحيط والقدرة على التوقع والتقدير المناسب للمكان والزمان.

ويرى جورج هونج وجاني باليس **George Hung & Jani Pallis** (٢٠٠٤م) أن

الخطوة الأولى للعمليات الإدراكية تتم عن طريق البصر حيث يتم من خلاله إعطاء معلومات دقيقة وسريعة وكلما كانت تلك المعلومات واضحة تم الاستجابة لها بصورة أفضل والعكس، والقدرات البصرية هي مجموعة مهارات من الممكن تنميتها عن طريق التدريب من خلال تحسين عمل الجهاز العصبي البصري والقدرة على التكيف والتتبع البصري العصبي. (٢٦ : ٤٠٨)

ويتفق كلاً من جراهام اريكسون **Graham Erickson** (٢٠٢١م) لاري كيني وآخرون **Larry Kenney & etc.al** (٢٠٢١م) أن الرؤية مهمة جداً في العديد من الرياضات خاصة ألعاب الكرة، وقد أظهرت برامج التدريب على الرؤية نتائج واعدة بالأداء الرياضي، ويتم التركيز في التدريبات البصرية بالرياضة على تحسين معالجة المعلومات البصرية والتفاعل معها وترجمتها أثناء الأداء، وتحسين الرؤية المحيطية والمتحركة ورد الفعل بشكل أسرع للمعلومات المرئية مما يؤدي إلى تحسن الأداء الرياضي. (٢٧ : ٢١٩)، (٣٠ : ٤٠٨).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من دو تويت وآخرون **Du Toit & etc.al** (٢٠٠٩م) (٢٣)، جيرت سافيلسبرج وآخرون **Geert Savelsbergh & etc.al** (٢٠١٣م) (٢٥)، عبد الله أحمد (٢٠١٧م) (١٢)، محمد كشك (٢٠١٨م) (١٨)، أحمد السيد ومحمد كشك (٢٠٢٠م) (٣)، شريف عبد الله (٢٠٢١م) (١١)، قيصر عبد الحميد (٢٠٢١م) (١٦)، حيث أكدت أن تدريبات القدرات البصرية قد أثرت إيجابياً على مستوى الرؤية البصرية والمستوى المهاري لحراس مرمى كرة القدم.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض القائل: توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي. الاستنتاجات: في ضوء طبيعة البحث والعينة والمنهج المستخدم ونتائج التحليل الإحصائي توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في سرعة حركة الرجلين لحراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي.
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي.

**التوصيات:** من خلال ما أظهرته استنتاجات البحث يوصي الباحث بما يلي:

١. استعانة مدربي حراس مرمى كرة القدم بصفة عامة والناشئين بصفة خاصة بتدريبات القدرات البصرية الخاصة المقترحة بالبحث لما لها من تأثير إيجابي على سرعة حركة الرجلين ومهارات حراس مرمى كرة القدم.
٢. الاهتمام بتدريبات القدرات البصرية للاعبين كرة القدم ولحراس المرمى بصفة خاصة.
٣. قياس القدرات البصرية عند انتقاء حراس المرمى ومتابعة الحالة الصحية للعنين وسلامتها.
٤. إجراء دراسات مشابهة للمراحل السنوية المختلفة وكذلك مراكز اللعب الأخرى.

## المراجع

## أولاً: المراجع العربية:

١. إبراهيم شعلان واحمد ناجي (٢٠١٦م): موسوعة التدريب في حراسة المرمى لكرة القدم من الناشئين إلى الدرجة الأولى (الانتقاء - التخطيط والبرمجة - الأداء المهاري والفني والخططي - الوحدة)، مركز الكتاب والنشر، القاهرة.
٢. أحمد أمين أحمد الشافعي (٢٠٠٦م): البناء العاملي لاختبارات بعض المهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
٣. أحمد عبد المولى السيد ومحمد شوقي كشك (٢٠٢٠م): تأثير تدريبات لسرعة حركات الرجلين الخاصة على مستوى الرؤية البصرية والأداء الفني لناشئي حراس مرمى كرة القدم، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، م ٢٤ ع ١٧، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.
٤. أمر الله أحمد البساطي وأحمد عبد المولى السيد ومحمد شوقي كشك (٢٠١٨م): تصميم اختبارات لتقييم بعض القدرات البصرية الخاصة بحراس المرمى الناشئين في كرة القدم، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، ع ٣٢، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
٥. حسن السيد أبو عبده (٢٠١٩م): الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
٦. حسين جبار الدنيني وعلي سموم الفرطوسي (٢٠٢٠م): حارس مرمى كرة القدم (مهارات - تدريب - اختبار - تصرف خططي)، دار الفكر العربي، القاهرة.
٧. حسين علي كنبار العبودي (٢٠١٥م): الوظائف والمهارات البصرية في المجال الرياضي، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.
٨. حميد حسن تعبان (٢٠١٨م): تأثير التدريبات البصرية باستخدام اتجاهات حركية متنوعة لتحسين زمن رد الفعل لناشئي حراس المرمى في كرة القدم، رسالة دكتوراة، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
٩. رفاعي مصطفى مصطفى (٢٠٠٥م): أصول تدريب كرة القدم، مطبعة عامر، المنصورة.
١٠. زكي محمد محمد حسن (٢٠٠٤م): مهارات الرؤية البصرية للرياضيين (الخصائص - العوامل - الفحوصات - التدريبات)، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية.
١١. شريف إبراهيم عبده عبد الله (٢٠٢١م): تأثير تدريبات الرؤية البصرية باستخدام تقنية (Fit Light Trainer) على تركيز الانتباه وبعض المدركات الحس - حركية والأداءات مهارية لحراس مرمى كرة القدم الناشئين من (١٣ - ١٥ سنة)، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، م ٤ ع ١، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

١٢. عبد الله عمر محمد أحمد (٢٠١٧م): تأثير استخدام تدريبات الرؤية البصرية على بعض المتغيرات المهارية والقدرات التوافقية لحراس مرمى الناشئين في كرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
١٣. عصام الدين عبد الخالق (٢٠٠٥م): التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، ط ١٢، منشأة المعارف، الإسكندرية.
١٤. عمرو على فتحي شادي ومحمد محمد شوقي كشك (٢٠١٣م): تأثير تدريبات القدرة على بذل الجهد المناسب والتوجيه المكاني على مستوى بعض المتغيرات البدنية ومهارة تحركات القدمين لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم، مجلة كلية التربية الرياضية، ع ٢١، جامعة المنصورة.
١٥. قاسم لزام صبر، يوسف لازم كماش، صالح بشير سعد ابو خيط (٢٠٠٥م): اسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، دار الوفاء، الإسكندرية.
١٦. قيصر فارس عبد الحميد (٢٠٢١م): تأثير تدريبات الرؤية البصرية على بعض الاداءات المهارية لناشئين حراس مرمى كرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
١٧. محمد محمد شوقي كشك (٢٠١٤م): تأثير بعض تدريبات القدرات التوافقية على مستوى أداء تحركات الرجلين لدى حراس المرمى الناشئين في كرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
١٨. محمد محمد شوقي كشك (٢٠١٨م): نسب مساهمة بعض القدرات البصرية في مستوى إنجاز الأداء الحركي المركب لحراس المرمى في كرة القدم، رسالة دكتوراة، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
١٩. محمود حسن محمود الحوفي (٢٠١٣م): القدرات التوافقية الخاصة كأحد متطلبات تطوير عمل الرجلين وبعض مهارات حراس مرمى كرة القدم للناشئين، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، ع ٦٩، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
٢٠. مفتي إبراهيم حماد (٢٠١٣م): المرجع الشامل في كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
٢١. موفق مجيد المولى وجبار رحيمة الكعبي وفاطمة عبد البصري (٢٠١٩م): المنهجية الحديثة في التخطيط والتدريب بكرة القدم، ط ٢، الفيصل للنشر، العراق.
- ثانياً: المراجع الأجنبية:

22. Brian Ariel (2004): Sports vision training an expert guide to improving performance by training the eyes, Human Perception and Human Performance.

23. Du Toit, P.E Krüger, N.Z Chamane, J. Campher & D. Crafford (2009):

Sport vision assessment in soccer players, African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance (AJPHERD),

24. **Francine Eisner (2008)**: An Introduction to Training International Society for the Enhancement of Eyesight, U. S. A.

25. **Geert P. Savelsbergh, John Van der Kamp, A. Mark Williams & Paul Ward (2013)**: Anticipation and visual search behaviour in expert soccer goalkeepers, Ergonomics, 48:11-14, 1686-1697.

26. **George K. Hung and Jani Macari Pallis (2004)**: Biomedical Engineering Principles in Sports, Kluwer / Plenum Publishers, New York, USA.

27. **Graham B. Erickson (2021)**: Sports Vision (Vision Care for the Enhancement of Sports Performance), 2nd Edition, Elsevier Publishers.

28. **Isabel Walker (2001)**: Why visual training programmers for sport do not work, Sports Sci., Mar (3), p203-22.

29. **Jim Brown (2001)**: Sport talent, how to identify and develop outstanding athletes, human kinetics, USA.

30. **Larry Kenney, Jack Wilmore & David Costill (2021)**: Physiology of Sport and Exercise, Eighth Edition, Human Kinetics.

31. **Roy Ress & Corvan Dermeer (1997)**: Coaching soccer successfully, Human Kinetics.

32. **Tony Englund & John Pascarella (2017)**: Soccer Goalkeeper Training, Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd.

## ملخص البحث

## تأثير تدريبات القدرات البصرية الخاصة على سرعة حركة الرجلين وبعض

## مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين

أ.م.د/ محمد رفاعي مصطفى مصطفى

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة على سرعة حركة الرجلين لحراس مرمى كرة القدم الناشئين، وكذلك تأثير استخدام تدريبات القدرات البصرية الخاصة على بعض مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من حراس مرمى كرة القدم الناشئين تحت (١٦) سنة بنادي بلدية الإسماعيلية والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري لكرة القدم والبالغ عددهم (٦) حراس، وقد أظهرت نتائج البحث وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في سرعة حركة الرجلين لحراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي، وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارات حراس مرمى كرة القدم الناشئين ولصالح القياس البعدي، ويوصي الباحث مدربي حراس مرمى كرة القدم بصفة عامة والناشئين بصفة خاصة بتدريبات القدرات البصرية الخاصة المقترحة بالبحث لما لها من تأثير إيجابي على سرعة حركة الرجلين ومهارات حراس مرمى كرة القدم.

الكلمات المفتاحية: القدرات البصرية، حركة الرجلين، حراس المرمى، كرة القدم

**Abstract****Effect of special visual abilities training on speed of legs movement and some skills of junior soccer goalkeepers****Dr. Mohamed Rafei Mustafa Mustafa**

The research aims to identify effect of using special visual abilities training on speed of legs movement and some skills of Junior soccer goalkeepers. Researcher used the experimental method by designing a single experimental group. Research sample was deliberately selected from junior soccer goalkeepers under (16) years old from El-Noby Sports Club on Ismailia, numbering (6) goalkeepers. The research results showed statistically significant differences between the pre- and post-measurements of experimental group in speed of legs movement for Junior soccer goalkeepers in favor of the post-measurement. There were statistically significant differences between the pre- and post-measurements of the experimental group in skills of Junior soccer goalkeepers in favor of the post-measurement. Researcher recommends soccer goalkeeper coaches in general and Junior soccer goalkeepers in particular to use special visual abilities training proposed in the research due to its positive impact on speed of legs movement and skills of Junior soccer goalkeepers.

**Keywords: Visual abilities, Legs movement, Goalkeepers, Soccer**