

DOI: <https://doi.org/10.54702/ms.2022.21.4.0051>

تأثير تدريبات السرعة الذهنية في بعض القدرات البصرية لدى لاعبات سلاح الشيش

مأرب جواد كاظم¹ ، فاطمة عبد مالح² 

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات/ جامعة بغداد

البريد الإلكتروني: ¹ @yahoo.commemo.sport9924 , ² fatimaa@copew.uobaghdad.edu.iq

Physical Education and Sport Sciences College for Women/ University of Baghdad

Received: 23/08/2022, Accepted: 17/10/2022



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

يتطلب الوصول إلى الإنجاز العالي في رياضة المبارزة تفكيراً وأدراكاً وتتبعاً بصرياً حيث يعدّ التتبع البصري من القدرات البصرية المهمة التي تحتاجها لاعبة المبارزة وتعتبر من القدرات البصرية الخاصة كونها تسهم وتساعد في الاداء الحركي والعقلي والذهني الصحيح وتعطي للمبارزة قدرة على الأداء المثالي والمنجز في التدريب والمنافسة. حيث تكمن مشكلة البحث في ضعف الأداء المهاري لدى لاعبات المبارزة نتيجة الضعف في امتلاك القدرات البصرية والذهنية ومن أجل معالجة تلك المشكلة تم إعداد تدريبات للسرعة الذهنية والتعرف على تأثيرها في تطوير بعض القدرات البصرية في سلاح الشيش لدى عينة البحث. واستعملت الباحثتان المنهج التجريبي بأسلوب الضبط المحكم (المجموعتين التجريبية والضابطة) ذو الاختبار القبلي والبعدي وتم تحديد مجتمع البحث بـ (لاعبات منتخب رياضة المبارزة) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات للعام الدراسي (2021-2022) والبالغ عددهن (14) لاعبة تم تقسيم العينة بشكل عشوائي (الأرقام الزوجية والفردية) إلى:

- (6) لاعبات (المجموعة التجريبية) تنفذ التمرينات التجريبية (المستقل) تمرينات خاصة
- (6) لاعبة (المجموعة الضابطة) تنفذ التمرينات المعتادة في تدريب رياضة المبارزة.
- (2) لاعبة لأجراء التجربة الاستطلاعية، وقد أجري التجانس بين أفراد عينة البحث والتكافؤ بين المجموعتين في الاختبارات القبالية. نفذت المجموعة التجريبية تدريبات السرعة الذهنية في بداية القسم الرئيس من الوحدة التدريبية بعد الإحماء مباشرة وبزمن من 10-15 دقيقة. وبواقع وحدتين في الأسبوع وعلى مدى 10 أسابيع أما المجموعة الضابطة نفذت التدريب الاعتيادي وبعد الانتهاء التدريبات اجري الاختبار البعدي ومن ثم معالجة النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتجت الباحثتان ان تدريبات السرعة الذهنية أثرت بشكل إيجابي في تطوير القدرات البصرية لدى عينة البحث التجريبية أفضل من الضابطة. لذا توصي الباحثتان بضرورة الاهتمام بالأداء المهاري لدى لاعبات المبارزة من خلال استثمار تدريبات السرعة الذهنية والحركية والبدنية مركبة والمشبهة للأداء المهاري. مع الاهتمام بالقدرات البصرية والحركية والمهارية من خلال أعداد تدريبات خاصة وبأساليب مختلفة لزيادة الإثارة والتشويق لدى لاعبات رياضة المبارزة

ملخص البحث

الكلمات المفتاحية: تدريبات السرعة الذهنية ، القدرات البصرية ، سلاح الشيش

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

أن رياضة المبارزة من الرياضات التي تحتاج الى قدرات ذهنية وحركية وبصرية وبدنية عالية وذلك لما تتمتع به من سرعة في الأداء والدقة الحركية أثناء الدفاع والهجوم ضد المنافس بهدف أحرار لمسة صحيحة ، لذلك تحتاج رياضة المبارزة الى تدريب متواصل لتطوير القدرات الذهنية والحركية والبصرية والبدنية من أجل اكتساب الوقت الكافي في استقبال المثير وتفسيره وتحليل حركة المنافس ومن ثم اتخاذ القرار المناسب والصحيح من أجل الرد ضد حركة المنافس ، فهي تحتاج إلى ثلاث عناصر مهمة تتمثل بـ

(التوقع ، التمييز ورد الفعل) ، حيث يتمثل التوقع بالاستعداد الذهني لحركة المنافس ورد الفعل المناسب لهجمات ، أما التمييز يتمثل بسرعة اتخاذ القرار والتحرك أتجاه المنافس ، أما رد الفعل فهو سلسلة من العمليات العصبية العضلية التي ينتج منها الكفاءة العالية في تنفيذ الواجب الحركي . (1: 48) ومن جانب آخر تعد القدرات البصرية مهمة في الألعاب الرياضية سواء كانت فردية أو جماعية حيث تحتاج إلى التركيز والانتباه وأن رياضة المبارزة إحدى هذه الرياضات التي يجب أن يمتلك فيها المبارز حاسة نظر جيدة لكي يكون

1-4-2 المجال الزماني: الفترة من 15 / 2 / 2022 لغاية الفترة 5 / 5 / 2022 م .

1-4-3 المجال المكاني: قاعة المبارزة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات – جامعة بغداد.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهجية البحث:

أن تحديد منهج البحث من الخطوات المهمة في البحث العلمي حيث استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي بأسلوب الضبط المحكم (المجموعتين التجريبية والضابطة) ذو الاختبار القبلي والبعدي لما يلائم طبيعة حل مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بـ (لاعبات منتخب رياضة المبارزة) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات للعام الدراسي (2021-2022) والبالغ عددهن (14) لاعبه وهن يمثلن عينة البحث بنسبة 100%، وبعد استبعاد (2) لاعبه لغرض إجراء التجربة الاستطلاعية أصبح عدد العينة (12) لاعبه، وقد تم تقسيم العينة بشكل عشوائي (الأرقام الزوجية والفردية) إلى:

- (6) لاعبات (المجموعة التجريبية) تنفذ المتغير التجريبي (المستقل) تمرينات خاصة

- (6) لاعبه (المجموعة الضابطة) تنفذ التمرينات المعتادة في تدريب رياضة المبارزة.

- (2) لاعبه لإجراء التجربة الاستطلاعية، وبعد انتهاء التجربة الاستطلاعية تم توزيعهن خلال تنفيذ التجربة الرئيسية بين المجموعتين التجريبية والضابطة وبواقع (1) لاعبه في كل مجموعة، دون احتساب نتائجهن إحصائياً ضمن المجموعتين، لغرض تحقيق رغبتهن في الاستفادة من التدريب مع المجموعتين وتطوير قدراتهن في رياضة المبارزة.

وقد أجري التجانس بين أفراد عينة البحث في متغيرات (العمر الزمني – الطول – الكتلة) باستعمال معامل الالتواء، بعد أن تم استخراج الأوساط الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومن ثم معامل الالتواء لكل متغير. وكما هو مبين في الجدول (1).

لديه القدرة على الحصول على لمسة في المكان المحدد وكون منطقة التهديف صغيرة ومحددة , وهذا لا يتحقق إلا من خلال امتلاك القدرات البصرية من أجل الحصول على أفضل انجاز , ومن أهم هذه القدرات (التتبع البصري , التوافق بين العين والرجل والذراع المسلحة , الدقة البصرية المتحركة , الرؤية المحيطية والتركيز البصري) (2:109) حيث كلما زادت سرعة الاداء زادت الحاجة الى القدرات البصرية لأن فهم وأدراك الحركة له دور كبير في عملية التعلم وعلى تحسين قابلية اللاعب حيث تقوم حاسة البصر بأرسال الإشارات العصبية الى الدماغ ويقوم بالتمييز بين ما هو مهم وما هو أهم وعلى ضوء ذلك يرسل المخ الأوامر عن طريق الأعصاب الى العضلات لتنفيذ الواجب الحركي والتصرف الصحيح في الوقت المناسب أثناء المنافسات, وهنا يأتي دور التدريب بمساعدة الأدوات والأجهزة التكنولوجية الحديثة التي تساهم في زيادة استجابة الرياضي نتيجة التأثير المباشر بالمشيرات الحسية والمعنوية . (5:138)

لذلك تكمن أهمية البحث في استثمار مميزات وخصائص تدريبات السرعة الذهنية في تطوير القدرات البصرية , إذ وجدت الباحثتان ضعف في الأداء المهاري للاعبات وكذلك صعوبة في مرحلة التعلم الأولى للمهارات والنتائج من ضعف في امتلاك القدرات البصرية ومن أجل معالجة تلك المشكلة تم أعداد تدريبات للسرعة الذهنية والاستفادة منها من اجل الوصول الى المستوى المطلوب خلال النزالات .

1-2 هدفاً للبحث:

1- أعداد تدريبات السرعة الذهنية لتطوير بعض القدرات البصرية في سلاح الشيش لدى عينة البحث.

2- التعرف على تأثير تدريبات السرعة الذهنية في تطوير بعض القدرات البصرية في سلاح الشيش لدى عينة البحث.

1-3 فرضية البحث:

تدريبات السرعة الذهنية لها تأثير إيجابي في تطوير بعض القدرات البصرية في سلاح الشيش لدى عينة البحث.

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: لاعبات فريق رياضة المبارزة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد والبالغ عددهن 16 طالبة.

الجدول (1) يبين تجانس عينة البحث بمعامل الالتواء في متغيرات الطول والعمر الزمني والكتلة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر الزمني	سنة	22,4	22	2,04	0,17
الطول	سم	167,3	165	5,12	0,49
الكتلة	كغم	65,8	64	4,23	0,89

المروحة بالدوران على احدى السرعة التي يحددها المدرب، عند سماع ايعاز المدرب بإعطاء(لون) من احد الألوان الأربعة تتقدم اللاعبة وتطعن باتجاه لون ريشة المروحة التي حددها المدرب لتوقف المروحة بذبابة السلاح خلال زمن ثلاث ثواني لكل محاولة(من بداية ايعاز المدرب الى لمس الريشة بذبابة السلاح) على ان يكون الأداء صحيحا، يكرر الأداء 10 محاولات بمعدل محاولتين على كل سرعة مع اختلاف الألوان، أي 30 ثا ل(10محاولات)، إذا اخطأت اللاعبة في تحديد او لمس اللون المطلوب تعد المحاولة فاشلة. كذلك إذا تجاوزت زمن الأداء 3 ثواني. التسجيل: تحتسب عدد النقاط المسجلة خلال 10محاولات مرتان على كل سرعة. واعلى درجة تحصل عليها اللاعبة 10 درجات واقل درجة صفر. والصورة (1) توضح ذلك.



تبين من الجدول (1) صحة توزيع العينة وتجانسها، لان من خواص التجانس إن يكون معامل الالتواء محصورا بين القيمتين (1+) إذا كان حجم العينة اقل من (30) فردا. (455:4)

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية الإلكترونية (الأنترنت).
- الملاحظة والتجريب.
- المقابلات الشخصية.
- سلاح شيش عدد 14 سلاح.
- ملعب مبارزة.
- شريط قياس متري.
- طباشير.
- شاخص تدريب معلق على الجدار مع مساند وأعمدة ملونه
- كرات ملونه + وأوراق ملونه.
- اشرطه ملونه ولاصقة.
- مساطب خشبية.
- ساعة توقيت الكترونية.
- جهاز المحمول الشخصي (حاسبة لاب توب نوع hp).
- كاميرا تصوير فيديو + فوتو (نوع sonny)
- 4-2 الاختبارات المستعملة بالبحث
- 1-4-2 اختبار القدرة البصرية الحركية للطعن: (3: 346)
- الأدوات: سلاح شيش، جهاز قياس دقة الطعن، ساعة توقيت.
- طريقة أداء الاختبار: من وضع الاونكارد وعلى مسافة التبارز المناسبة من الجهاز يشغل المدرب الجهاز تبدأ

2-4-2 اختبار الرؤية المحيطية (8 : 56)

أدوات الاختبار: عصا خشبية بها كرتين ملونتين في نهايتها. طريقة أداء الاختبار: يقوم المدرب بإعطاء اللاعبة عصا خشبية بها كرتين ملونتين في نهايتها لتمسكها من خلف الظهر ودون النظر إليها، وتقوم اللاعبة بتدوير العصا من الخلف مع ثبات الرأس مع فرد الذراع الممسك بالعصا جانباً وعلى اللاعب تحديد لون الكرة التي في الأعلى أو في الأسفل، ويؤدي الاختبار مرة يمين ومرة يسار . التسجيل: يعطي لكل مختبره خمسة محاولات يمين وخمسة محاولات يسار.

2-4-3 اختبار التتبع البصري (9 : 75)

الأدوات المستخدمة: لوحات كذك -دفيك، ساعة توقيت، ضوء كاشف، ماسك الرأس. طريقة أداء الاختبار: تجلس المختبرة على كرسي وتمسك بيدها وعلى مسافة مد اليدين أمام الرأس كتيب الاختبار والذي يحتوي على 4 لوحات قياس A4)) يتم الاداء بواسطتها بالتتابع من لوحة رقم 2 ولغاية لوحة 4 نهاية لاختبار وعند البدء بالإشارة من قبل الفاحص وانطلاق الزمن من ساعة الايقاف عند الموقت تبدأ المختبرة بتتبع الأرقام في لوحة 2 الى نهاية الأرقام بالتسلسل وبصوت

التي على الحائط , وفي نفس الوقت تلامس الرجل الامامية نفس الشكل الموجود على اللوحة الارضية يكرر الاداء خلال زمن قدره 60 ثانية .

طريقة التسجيل: يتم حساب عدد المحاولات الصحيحة بالاختبار وملامسة السلاح للشكل الامامي والرجل للشكل الارضي خلال الزمن الذي استغرقته اللاعب في أداء هذا الاختبار , ويعطى للاعبة محاولتان وتحسب أفضلها .

5-2 التجريبتان الاستطلاعية:

أجرت الباحثتان تجربة استطلاعية يوم الثلاثاء الموافق (2022/2/15) الساعة العاشرة التجربة صباحا , على عينة البحث الاستطلاعية والبالغ عددهن (4) طالبات وذلك للتعرف على المعوقات وكفاءة الفريق المساعد في تنفيذ الاختبارات وتطبيق تدريبات السرعة الذهنية واختيار المكان والوقت المناسب لتطبيقها وكفاءة الأدوات المستخدمة .

6-2 إجراءات التجربة الرئيسية:

1-6-2 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية على عيني البحث التجريبية والضابطة بعد إجراء الإحماء لأفراد عيني البحث في يوم 2022-2-17م وتثبيت كافة المتغيرات والظروف التي قد تؤثر على إجراء الاختبار البعدي. وبعد توزيع عينة البحث بشكل عشوائي تم التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية , واستخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة , لبيان الفروق بين المجموعتين , حيث تبين ان قيم (ت) المحسوبة حققت مستوى الخطأ اكبر من مستوى دلالة (0,05) وهذا يعني ان المجموعتين التجريبية والضابطة لا توجد بينهم فروق معنوية في الاختبارات القبلية , وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين المعالم الإحصائية بين مجموعتي البحث في الاختبارات القبلية لغرض التكافؤ

الاختبارات		الوسط الحسابي		الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
القدرة البصرية الحركية للطن	تجريبية	2.66	1.03	0.620	0.549	غير معنوي	
	ضابطة	2.33	0.81				
الرؤية المحيطية	تجريبية	2.5	1.04	0.632	0.541	غير معنوي	
	ضابطة	2.16	0.75				
التتبع البصري	تجريبية	36.5	1.87	0.133	0.897	غير معنوي	
	ضابطة	36.3	2.42				
التركيز البصري	تجريبية	2.16	0.75	0.349	0.734	غير معنوي	
	ضابطة	2	0.89				
التوافق بين العين والرجل والذراع المسلحة	تجريبية	4.16	1.47	0.148	0.885	غير معنوي	
	ضابطة	4.33	2.33				
معنوى عند مستوى دلالة > (0.05)							

مرتفع ليتمكن الفاحص من تتبع الأرقام الصحيحة مع المختبرة ولحين إكمال اللوحة رقم 2 يتم إيقاف الزمن , ويبدأ اللوحة رقم 3 بنفس الطريقة الاولى ثم اللوحة رقم 4 الاخيرة. التسجيل: يحسب الوقت لكل اختبار في اللوحات الثلاثة كل اختبار على حدة فضلاً عن تتبع الأرقام الصحيحة من قبل الفاحص اذ ان هنالك عدد محدد للأخطاء وعلى عكسه تكون المختبرة قد فشلت بالمحاولة.

4-4-2 اختبار التركيز البصري: (6 : 10)

الأدوات المستخدمة: لوحة قياس القدرات البصرية، ساعة توقيت، سلاح الشيش.

طريقة أداء الاختبار: تقف اللاعب أمام لوحة قياس القدرات البصرية وبوضع الأونكارد على بعد مسافة مد الذراع مع السلاح نحو لوحة القياس المعلقة على الحائط، ويطلب من اللاعب التأشير بذبابة السلاح الى الشكل المتشابهة بغض النظر عن اللون ويعطى خمسة ثوان وثلاث محاولات متتالية ومختلفة (مثلث، معين، دائرة) .

التسجيل: يتم احتساب الوسط الحسابي لعدد الأشكال التي تمت تأشيرها خلال ثلاث محاولات محددة بزمن.

5-4-2 اختبار التوافق بين العين والرجل والذراع المسلحة

(6 : 12)

الأدوات المستخدمة: لوحتان لقياس القدرات البصرية، ساعة توقيت، شريط قياس، سلاح الشيش طريقة الأداء الاختبار: توضع لوحتان لقياس القدرات البصرية احدهما على الجدار وبارتفاع موازي لصدر اللاعب والثانية على الارض وعلى بعد مسافة الطعن التي تناسب اللاعب ايضاً، ويطلب من اللاعب ومن وضع الاستعداد الطعن على اي شكل او لون او رقم يطلب منه بحيث تلامس ذبابة السلاح الشكل في اللوحة

تنفذ أفراد مجموعتي البحث وحدتين تدريبيتين في الأسبوع، وزمن الوحدة تدريبيتين بين (90-120) دقيقة من ضمنها الإحماء والتهئية، ويعتمد تنفيذ الوحدة التدريبية وفقاً للهدف منها واستثمار الطريقة التدريبية التي تحقق الهدف.

2-6-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الرئيسة أجرت الباحثتان الاختبارات البعدية على عيني البحث التجريبية والضابطة بتاريخ 2022/5/8 المصادف يوم الأحد لأفراد عيني البحث، وتم تثبيت كافة الظروف الزمانية والمكانية لغرض توحيدها مع الاختبارات القبلية.

2-7 الوسائل الإحصائية:

تم معالجة النتائج إحصائياً بواسطة نظام spss وباستخدام القوانين الآتية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء البسيط.
- قانون النسبة المئوية.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- اختبار (ت) لمتوسطين غير مرتبطين.
- اختبار (ت) لمتوسطين مرتبطين.

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

2-6-2 تدريبات السرعة الذهنية:

بعد أن تم أعداد تدريبات السرعة الذهنية حيث تتصف بالتميز والتوقع والرد السريع أمام أداء المنافس وتحركاته وتحسن التوقيت والتوقع الحركي والرشاقة والانسائية في نفس التمرين والتي تهدف إلى تطوير القدرات البصرية فضلاً عن القدرات الحركية الضرورية للأداء المهاري في سلاح الشيش. تم البدء بتنفيذ العمل مع المجموعتين من يوم الأحد الموافق 2022 / 2 / 20 م ولغاية يوم الخميس المصادف 2022/5/5. وبواقع وحدتين في الأسبوع يومي الأحد والأربعاء من كل أسبوع، على مدى (10) أسابيع وبواقع شهرين ونصف. وبلغ مجموع الوحدات التدريبية (20) وحدة تدريبية.

يتم تنفيذ تدريبات السرعة الذهنية في بداية القسم الرئيس من الوحدة التدريبية بعد الإحماء مباشرةً وبزمن من 10-15 دقيقة. وتم تنفيذ الإحماء والقسم الختامي من الوحدة التدريبية معاً للمجموعتين التجريبية والضابطة.

نفذت تدريبات السرعة الذهنية في بداية القسم الرئيس وهنا يتم فصل المجموعة التجريبية عن الضابطة، إذ تنفذ المجموعة التجريبية تدريبات السرعة الذهنية.

أما المجموعة الضابطة تنفذ تمريناتها التقليدية بشكل عام وبعد انتهاء الوقت تدمج المجموعتين لتكملة باقي مكونات الوحدات التدريبية.

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T-Test) بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	س ف	ع هـ	قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
القدرة البصرية الحركية للطعن	قبلي	2.66	1.03	3.83	1.94	4.83	0.005
	بعدي	6.5	1.04				
الرؤية المحيطية	قبلي	2.5	1.04	3.66	1.63	5.5	0.003
	بعدي	6.16	0.75				
التتبع البصري	قبلي	36.5	1.87	12.5	1.87	16.36	0.000
	بعدي	24	0.89				
التركيز البصري	قبلي	2.16	0.75	5	1.41	8.66	0.000
	بعدي	7.16	0.72				
التوافق بين العين والرجل والذراع المسلحة	قبلي	4.16	1.47	9	1.41	15.58	0.000
	بعدي	13.1	0.75				

معنوي عند مستوى دلالة $\geq (0.05)$

جدول (4)
يبين المعالم الإحصائية بين الاختبار القبلي والبدي للمجموعة الضابطة

الاختبارات	الوسط الحسابي		الانحراف المعياري	س ف	ع هـ	قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
القدرة البصرية الحركية للطن	قبلي	2.33	0.81	1.66	0.81	5	0.004	معنوي
	بعدي	4	0.89					
الرؤية المحيطية	قبلي	2.16	0.75	2.16	1.16	4.54	0.006	معنوي
	بعدي	4.3	0.51					
التتبع البصري	قبلي	36.3	2.4	5.33	2.73	4.7	0.005	معنوي
	بعدي	31	0.89					
التركيز البصري	قبلي	2	0.86	2	0.63	7.74	0.001	معنوي
	بعدي	4	0.88					
التوافق بين العين والرجل والذراع المسلحة	قبلي	4.3	2.3	3	1.54	4.74	0.005	معنوي
	بعدي	7.3	1.75					
معنوي عند مستوى دلالة $\geq (0.05)$								

مسافة التبارز خلال النزال بحيث تستطيع أن تقدر المسافة بين ذبابة سلاحها وهدف الخصم، وفي نفس الوقت ان تدرك المسافة التي تقدم بها الرجل الطاعنة باتجاه الخصم ، بحيث تحصل على لمسة في الوقت المناسب وبحركة واحدة بدون أن تلجا إلى عمل حركات إضافية تكميلية ،الاستعادة هجومها مرة ثانية، وكذلك قدرتها على بقاء هدفها بعيد عن ذبابة المنافس كي تتفادي لمسات الخصم. (9: 78)

تبين من الجدول (4+3) وجود فروق بين قيم الأوساط الحسابية وقيم الانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبدي لدى المجموعة التجريبية والضابطة ، ولجميع الاختبارات، إذ حقق قيم (ت) المحسوبة مستويات خطأ لجميع الاختبارات أقل من مستوى الدلالة (0.05) فهذا يعني وجود فروق معنوية لصالح الاختبارات البديعية أي أن عينة البحث التجريبية والضابطة قد تطورت في اختبارات بعض القدرات البصرية . أن القدرات البصرية تساعد في ادراك

جدول (5)
يبين المعالم الإحصائية بين المجموعتين في الاختبارات البديعية

الاختبارات		الوسط الحسابي		الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
القدرة البصرية الحركية للطن		تجريبية	6.5	1.04	4.44	0.001	معنوي
		ضابطة	4	0.89			
الرؤية المحيطية		تجريبية	6.16	0.75	4.91	0.001	معنوي
		ضابطة	4.33	0.51			
التتبع البصري		تجريبية	24	0.89	13.5	0.000	معنوي
		ضابطة	31	0.88			
التركيز البصري		تجريبية	7.16	0.75	6.63	0.000	معنوي
		ضابطة	4	0.89			
التوافق بين العين والرجل والذراع المسلحة		تجريبية	13.16	0.75	7.49	0.000	معنوي
		ضابطة	7.33	1.75			
معنوي عند مستوى دلالة $\geq (0.05)$							

الدلالة (0.05) فهذا يعني وجود فروق معنوية لصالح عينة البحث التجريبية في اختبارات بعض القدرات البصرية. أن استيعاب وإدراك التوافق المعقد للواجب الحركي فيقدر ما تكون الخبرة الحركية ثرية تكون قدرة الفرد كبيرة في تحديد المسارات الحركية الدقيقة داخل الجهاز العصبي

تبين من الجدول (5) وجود فروق بين قيم الأوساط الحسابية وقيم الانحرافات المعيارية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات البديعية، إذ حقق قيم (ت) المحسوبة مستويات خطأ لجميع الاختبارات، أقل من مستوى

International Journal of Advanced sport sciences Research-ASSR

2- Fatimah abed malih (2008). The effect of vehicle exercises on the development of the cognitive harmonic ability of the man and the arm armed with fencing. Journal of Physical Education Studies and Research, pp. 109-125. Retrieved from

<https://www.iasj.net/iasj/article/54050>

3- Fatima Abed malih, Nour Hatem, and Aseel Naji. (2017). Design and manufacture of optical motion meter for back stabbing chips. Journal of Physical Education Studies and Research, p. 346-358. Retrieved from

www.iasj.net/iasj/article/147725

4- Fouad Al-Sayed Al-Bahhi (2008). Statistical Psychology and Measurement of the Human Mind (Volume 1). Egypt, Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi Printing and Publishing, P 455.

5- Fatima Abd Malih; Abbas, Zeina Abdel Karim; (2021). An Analytical Study of Smart Tennis Sensor Technology Data and Its Relationship To Transmission Accuracy In Wheelchair Tennis Players. Modern Sport, 20, p. 138 .

<https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.2.0137>

6- Fatima Abd Malih; Abd al-Rasul, Muhammad Zia; Hamoudi, Wafa Faiq; (2012). Designing a panel to measure visual abilities and their relationship to teaching some shish weapon skills. Journal of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, page 10

7- Muhammad Ibrahim and Muhammad Jaber Bargaa; (1995), Manual of Body Measurements and Motor Performance Tests (Volume 1) (Egypt, Alexandria: Knowledge Facility.

8- Naji, Mahmoud Abdel Mohsen; (2008), The effect of visual vision training on the performance of the free defender player in volleyball (volume doctoral thesis). Egypt: Elmina University.

المركزي، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على القدرة الحسية الإدراكية في الأداء وتنفيذ الواجبات الحركية الجديدة على أحسن وجه وبأقل وقت وهذا يعتمد على القدرات البصرية التي يمتلكها اللاعب. (8 : 62) كما إن تطبيق وتنفيذ التمرينات الخاصة بالعملية التدريبية أصبح يعتمد حديثاً على الاستعانة بالأدوات التدريبية المختلفة ووفقاً للتكنولوجيا والتقنيات الحديثة، كونها تعطي حافزاً ودافعاً خلال التدريب وتحدد الهدف المطلوب بشكل سهل ومبسط لدى المدرب واللاعب، ومنها الأدوات التي تعتمد على الرؤيا البصرية ومثيراتها. (10 : 102)

فالأدوات والأجهزة التي تستعمل لأداء التمرينات الخاصة تأخذ أشكالاً متعددة وأحجاماً مختلفة وتخدم أهدافاً متباينة وتدخل في أجزاء المهارات الحركية وسرعتها ودقتها وتوصيلاتها شكلاً ومضموناً، فضلاً عن المعلومات التي تعطي للمدرب حول قدرات وإمكانيات اللاعب وتحليل وتشخيص الأخطاء في الأداء المهاري والبدني وإمكانية المدرب في تصحيح تلك الأخطاء من خلال رؤيا وتبصير وإدراك تلك الأخطاء من خلال القدرات البصرية. (5 : 138)

4-الخاتمة:

من خلال النتائج التي توصلت لها الدراسة استنتجت الباحثان ما يلي:

- 1- أثرت تدريبات السرعة الذهنية بشكل إيجابي في تطوير القدرات البصرية لدى عينة البحث التجريبية.
- 2- أثرت التمرينات التقليدية بشكل إيجابي في تطوير بعض قدرات البصرية لدى عينة البحث الضابطة.
- 3- تدريبات السرعة الذهنية طورت القدرات البصرية لدى عينة البحث التجريبية أفضل من الضابطة.

وتوصي الباحثان بما يلي:

- 1- ضرورة الاهتمام بالأداء المهاري لدى لاعبات المباراة من خلال استثمار تدريبات ذهنية وحركية وبدنية مركبة ومشابهة للأداء المهاري.
- 2- العمل على إيجاد اختبارات للسرعة الذهنية في رياضة المباراة ومن ثم العمل على تطويرها في تدريبات خاصة.
- 3- الاهتمام بالقدرات البصرية والحركية والمهارية من خلال أعداد تدريبات خاصة وبأساليب مختلفة لزيادة الإثارة والتشويق لدى لاعبات رياضة المباراة.
- 4- العمل على ابتكار أجهزة الكترونية تقيس وتطور السرعة الذهنية في رياضة المباراة.
- 5- إجراء بحوث ودراسات مشابهة ولمهارات وفئات عمرية مختلفة في رياضة المباراة.

References:

- 1- Malih, fatimah abed. (March, 2016). (The effect of using rope retinal exercises on some of the motor abilities of fencing players, p:46.

Several Handball Players (Ages 16-17). of Research in Social Sciences and Humanitie, 5(9), p.102. Retrieved from: <http://www.ijrssh.com>

11- Iman Benjamin Joseph, Fatima Abdel Mala. (oct-dec, 2019) Comparative Study Of Pre-Effort Skill And Several Handball Players (Ages 16-17). International Journal of Research in Social Sciences and Humanitie , 5(9) ,page102 <http://www.ijrssh.com>

9- Wafa Faiq Hamoudi; (2011), Percentage of contribution of certain visual abilities and their relationship to the results of competitions among sword players (Volume 1). Baghdad, Iraq: University of Baghdad College of Physical Education and Sports Sciences for women

10- Comparative Study Of Pre- (2019) Iman Benjamin Joseph, Fatima Abdel Mala International Journal . Effort Skill And

The effect of mental speed drills on some visual abilities in shish weapon players

Maarib Jawad Kadhum, Fatima Abid Malih

Physical Education and Sport Sciences College for Women/ University of Baghdad

Abstract

Achieving high achievement in the sport of fencing requires thinking, awareness and visual tracking, as visual tracking is one of the important visual abilities that a fencing player needs and is considered one of the special visual abilities as it contributes and helps in the correct motor, mental and mental performance and gives the fencing the ability to perfect and accomplished performance in training and competition. Where the research problem lies in the weak skill performance of the fencing players as a result of the weakness in possessing visual and mental abilities . The two researchers used the experimental method in a controlled manner (experimental and control groups) with a pre and post-test. The research community was identified with (the female fencing team players) in the College of Physical Education and Sports Science for Girls for the academic year (2021-2022), which numbered (14) players. The sample was divided randomly (even and odd numbers) to:

(6) -Female players (experimental group) perform the experimental (independent) variable special exercises
(6) - Female player (the control group) performs the usual exercises in training the sport of fencing.

(2) A player to conduct the exploratory experiment, and the homogeneity between the members of the research sample and parity between the two groups was conducted in the tribal tests. The experimental group carried out mental speed exercises at the beginning of the main part of the training unit, immediately after warming up, with a time of 10-15 minutes. With two units per week and over a period of 10 weeks, the control group carried out the usual training, and after completing the exercises, the post-test was conducted, and then the results of the study were processed. Therefore, the two researchers recommend the necessity of paying attention to the skill performance of the female fencing players by investing in the mental, motor and physical speed exercises similar to the skill performance. With attention to visual, motor and skill abilities through the preparation of special exercises and different methods to increase the excitement and suspense of the female fencing players

Keywords

mental speed exercises - visual abilities - shish weapon