

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS)

على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو

* أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام

** د/ أحمد عيد يوسف قطب

ملخص البحث باللغة العربية

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو ، وقد إستخدام الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة المطبق عليها القياس القبلى والبعدى ، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (١٥) لاعباً للمرحلة السنوية تحت ٢٠ سنة ، والمقيدين بالاتحاد المصرى لرياضة الجودو بأندية (الشبان المسيحيين ، الاتحاد السكندرى ، سموحه ، المؤسسة العسكرية) ، وقد تم تحديد (اختبارات منظومة فيينا) لقياس القدرات النفس حركية لعدد ٩ اختبار وهم (RT, الأداء الهجومي لبعض مهارات رياضة الجودو وهى (UCHI-MATA , IPPON SEO , NAGI , O-SOTO-GARI , HARAI-GOSHI TAI-OTOSHI , O-UCHI-GARI) خلال زمن المباراة ، وقام الباحثان بتصميم برنامج تدريبي لتطوير القدرات الحس حركية والتدريب عليه لمدة (١٠) أسابيع، بواقع (٣) وحدات تدريبية أسبوعية زمن الوحدة التدريبية (٩٠ : ١٢٠) دقيقة ، وكانت من أهم النتائج تحقيق المجموعة التجريبية تفوقا في القياسات البعدية على القياسات القبلىة في القدرات الحس حركية بدلالة اختبارات منظومه فيينا (Vienna test system) وكذلك فاعلية الأداء الهجومي لبعض مهارات رياضة الجودو خلال زمن المباراة .

* أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بابو قير - جامعة الاسكندرية

** مدرس بكلية التربية الرياضية بابو قير - جامعة الاسكندرية

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

وكانت من أهم التوصيات توجيه المدربين واللاعبين إلى استخدام منظومة فيينا (Vienna Test System) والمعنية بالقياس والتشخيص للقدرات الحس حركية وعلى فترات منتظمة من أجل تطوير البرامج التدريبية للاعبى الجودو ، الاهتمام بتطوير القدرات الحس حركية في رياضة الجودو لضمان فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو ، توعية المدربين باستخدام البرامج التدريبية لتطوير القدرات الحس حركية ، لما لها من تأثير فعال في تطوير مستوى الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

الكلمات المفتاحية : القدرات الحس حركية - منظومة فيينا (VTS) - فاعلية الأداء الهجومي .

Abstract

The effect of developing some abilities on physical movement , Vienna test system (VTS) On the effectiveness of the offensive performance of judo players

The research aims to identify the effect of developing some sensory-motor abilities in terms of the (VTS) system on the effectiveness of the offensive performance of judo players under ٢٠ year, and those registered in the Egyptian Judo Federation in clubs (Christian Youth, Alexandrian Federation, Smouha, and the Military Institution). and (Vienna System Tests) were determined to measure the psychomotor abilities of ٩ tests, which are (RT, DT, ZBA, DAUF , B١٩ , ٢ Hand, LVT, SIGNAL, SMK) and determining the effectiveness of the offensive performance of some judo sports skills (UCHI-MATA, IPPON SEO NAGI, O-SOTO-GARI, HARAI-GOSHI TAI-OTOSHI, O-UCHI-GARI), The researchers designed a training program to improve the sensorimotor abilities and train on it for a period of (١٠) weeks, with (٣) training units weekly, and one of the most important results was that the experimental group achieved superiority in the dimensional measurements over the tribal measurements in the sensorimotor abilities in terms of the Vienna test system), the effectiveness of the offensive performance of some judo

sports skills during the time of the tour, and one of the most important recommendations is to direct coaches and players to use the Vienna system (Vienna test system), which is concerned with measurement and diagnosis of sensory-motor abilities and at regular intervals in order to develop training programs for judo players, Awareness of trainers to use training programs to develop kinesthetic abilities, because of their effective impact in developing the level of offensive performance of judo players.

Keywords: psychomotor abilities - Vienna test system - The effectiveness of the offensive performance

المقدمة ومشكلة البحث:

العلم هو أساس تقدم الأمم ، وتحديد وتحليل المشكلات للعمل على حلها وتحقيق الإنجازات، وبالعلم والتفكير نستطيع إدراك مواطن الضعف والقصور، ومن ثم نتغلب عليها ونعمل على حلها ونكتشف قدرات الفرد الكامنة داخله لتبرز مصاحبة لمظاهر قوته وتميزه(٥) وتشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام بالمجال التطبيقي لعلم النفس الرياضي وأصبح من المألوف تخصيص برامج لتدريب المهارات النفسية تسير جنباً إلى جنب مع تطوير المهارات الحركية والقدرات البدنية والنواحي الخطئية . (٢ : ٢٠)

ويؤكد أسامة كامل راتب (٢٠٠٧ م) أن الدراسات الحديثة التي أجريت على عينة كبيرة من المدربين المؤهلين أظهرت أن علم النفس في مقدمة العلوم المساعدة على نجاح المدرب وتطوير الأداء الرياضي . (٢ : ١٨)

كما يذكر كل من محمد حسن علاوى (١٩٩٢ م) ، مسعد على محمود (٢٠٠١ م) أن الأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة في المستوى البدنى والفنى وأصبح العامل النفسى هو الذى يحسم نتائج المباريات فى أغلب الأحيان . (٩ : ١٦) ، (١٥٣ : ١٥)

ويشير طارق محمد بدر الدين (٢٠٠٢ م) إلى أن تحقيق الإنجاز الرياضى فى المنافسات الرياضية يتوقف على مدى قدرة اللاعب على حسن توظيف واستثمار قدراته

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

الذاتية سواء كانت بدنية أو حركية أو عقلية خلال مواقف التدريب والمنافسة الرياضية .
(٨١٣:٧)

ويشير مسعد على محمود (٢٠٠١ م) أن المنازلات الفردية ذات طابع خاص لما فيها من احتكاك جسماني وتزال مباشر بين لاعبين يحاول كل لاعب منهما ان يخضع جسم الاخر لإرادته واحباط الأهداف التي يحاول منافسه ان يحققها من خلال القواعد الدولية المنظمة لكل منازلة على حدة ، ولهذا لا بد ان يستغل اللاعب المنازل كل قواه البدنية وال نفسية لتحقيق الفوز في المنافسة . (١٥ : ٣)

وتعد رياضة الجودو من الرياضات التي احتلت مركزاً متقدماً بين الألعاب الفردية التي يتم التنافس فيها عالمياً وأولمبياً وقارياً ودولياً ، حيث تطورت تطوراً كبيراً من الناحية الفنية والخطية والقانونية والمهارية والبدنية ، ومن الطبيعي أن يواكب هذا التطور تطوراً مماثلاً في مستوى إعداد اللاعب الذي هو دعامة من دعائم الوصول إلى المستويات العليا في تلك الرياضة . (١٢ : ١٣)

فرياضة الجودو كمثيلتها من الالعب الرياضية تهتم إلي كل ما هو جديد للارتقاء باللاعب دفاعيا وهجوميا في مواقف اللعب المختلفة ويشير في هذا الصدد " روجرز Rogers " (٢٠٠٣ م) أنه للوصول لدرجة الإتقان الجيد أثناء المنافسة في رياضة الجودو لا بد وأن يكون اللاعب علي درجة كفاءة عالية من أداء فعاليات التكنيك الهجومي لجميع فنون الرمي . (٨ : ١٣٦) .

وتعتبر رياضة الجودو من الرياضات الفردية التي تتميز بالعديد من المهارات الفنية الهجومية والدفاعية التي تتفد بإسلوب فردي أو مركب ، وتستخدم بنجاح من خلال وضعي الصراع سواء كان من أعلى (ناجي وازا) أو تثبيت ارضي (أوسايكومي وازا) وكذا الاثنين معا مما يؤثر على تحقيق النتائج المرجوة والفوز في المنافسة (١٤ : ٣٢)

ويشير محمد علاوى (٢٠٠٢) إلى أن المنافسة الرياضية موقف أو حدث رياضى محدد بقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها وفيها يحاول اللاعب الرياضى لإظهار وابرار أقصى ما لديه من قدرات ومهارات واستعدادات كنتيجة لعملية التدريب المنظمة لمحاولة تحقيق النجاح أو الفوز على منافس أو لمحاولة تحقيق مستوى الأداء المتوقع من اللاعب (٢٥: ٢٩). كما يتضمن الموقف التنافسى الذاتى إدراكات وتفسيرات وتقييمات اللاعب للموقف التنافسى الموضوعى وفى هذه المرحلة تلعب الجوانب الذاتية للاعب دورا هاما مثل قدرات اللاعب المدركة ومدى ثقته فى نفسه ودافعيته ومدى تقديره لمستوى المنافس أو المنافسين . (٢٥ : ٣٠) .

ويشير كلا من " نيل اهلكين Neil Ohleiken " (٢٠٠٦ م) و " نيفين حسين محمود " (٢٠١٤ م) إن إعداد لاعب الجودو يجب أن يتأسس على الإعداد البدني المتمثل في مكونات القدرات الحركية الخاصة بنوع الأداء الممارس وكذلك الإعداد المهاري والنفسي ، وبما أن ممارسة هذه الرياضة تتطلب التفكير الدائم نظراً لتميزها بالاحتكاك المباشر ولصعوبة الأداء وتعدد وتنوع مهاراتها لذلك يجب على لاعبيها أن يكون ذوي مستوى بدني لمواجهة هذه التغيرات وتركيز الجزء الأكبر من عمليات التفكير فى الأداء المهارى والتي يحتاج إلى القوة الحركية والاستدارة والتحكم فى الأداء فى سلسلة فنية متحركة متناغمة لأن كل ذلك يمثل جوهر عملية التدريب للكاتا (٣٥) (٥١)

ويتفق كلا من مفتى ابراهيم (١٩٩١) وحلفي مختار (١٩٩٤) أن امتلاك اللاعب الأشكال متنوعة من الأداءات المهارية بما يشابه متطلبات المباراة تتيح له اختيار أفضلها فى معظم مواقف اللعب الفعلية وتزيد من قدرته على المناورة وتنمية الخطط من أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بموقف ما لم يتدرب عليه ، ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق فى تنفيذ الواجب المطلوب منه . (٣١ : ١٣١) (٧ : ١٣٨)

وتعد رياضة الجودو Judo sport من الرياضيات التي تتطلب أداء فنيا دقيقا يحتاج إلى إمكانيات ومتطلبات حركية خاصة تستند على مبادئ وأسس علمية يتطلب معه استجابات

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

حركية توافقية تكتسب تدريجيا حتى يظهر في شكل سلوك حركي راقي يتميز بالتناسق والانسائية مع الاقتصاد في الجهد والزمن اللازم للأداء . (٥٣ : ١٤)

ومن ثم فإن رياضة الجودو تحتاج إلى القدرات التوافقية coordinative abilities والتي تلعب دورا هاما و أساسيا عند اكتساب وإتقان المهارات الحركية حيث تذكر جوليوس كاسا Julius Kasa أن امتلاك اللاعبين للقدرات التوافقية في مختلف الأنشطة الرياضية يساعد على اختزال زمن اكتساب المهارات الحركية وإتقانها و أن تطور مستوى الأداء الفني للاعبين يتوقف على مدى الارتقاء بتطور مستوى القدرات التوافقية لديهم (٤٩ : ١٣١) .

ويؤدي الإدراك الحس حركي دورا مهما وأساسيا في عملية التوافق الحركي عند الأداء من خلال الإحساس بالجهد العضلي أو الإحساس بالمقاومة أو بسرعة الحركة، فضلا عن أن جميع حركات التوازن والارتقاء تتطلب من اللاعب امتلاك قدرة عالية للإدراك الحس حركي، من حيث العديد من المتغيرات، كالإدراك الحسي للمسافة والزمن والقوة والاتجاه، وأن تطوير الإدراك لدى اللاعب، ساعده على اتخاذ القرار الصحيح للاستجابة الحركية الملائمة مع الموقف في أثناء المباراة، وكذلك اتخاذ القرار للأداء في الوقت المناسب، ما يؤدي إلى نجاح ناتج الأداء الحركي . (١٨ : ١٦٣)

وتعرف القدرات الحس حركية بأنها "عبارة عن إمكانيات الفرد البدنية والمهارية والحركية والإدراكية الأصلية التي يمتلكها بصورة أولية والتي تحدد مستوى الفرد ومقدرته على تعلم واكتساب المهارات الرياضية والحركية"، وتشمل مهارات مختلفة مثل التأثر بين اليد والعين، والتوازن، وزمن رد الفعل التي تنشأ عن وحدة من الوظائف المعرفية والبدنية. (٥٥ : ٥٨) (٤٠ : ٣٥)

ويرى شميدت وريتشارد (Schmidt & Richard) (٢٠٠٠) أن القدرات الحس حركية تعنى أشكال الوظائف التي تتعامل مع تفسير المثير والوصول للأداء الصحيح ومرونة الحركات ودقتها وتغيير أوضاع الجسم، والإحساس بالمكان والاتجاه والزمن . (١٨)

ويري ميكلينج وايفنبرج (٢٠٠٠ م) mechling and effenbegt بأنه إذا لم يتصاعد الإدراك الحس حركي بوجه عام في الحركات المركبة سيكون الأداء الحركي غير صحيح مع صعوبة أداء الحركات فتصبح غير مسلسلة وعدم المقدرة علي تأديتها ، وتصبح هناك أعاقه عند اتصال الحركة ببعضها . (٣٢)

وتري " سوزان صلاح الدين (٢٠٠٤ م) " أن الإدراك الحس حركي يساعد الناشئ على التحكم العضلي الدقيق وقيادة أجزاء الجسم المختلفة ، كما يزيد من قدرته علي سرعة تثبيت الأداء الحركي وفهم خصائص ومتطلبات الحركة بما يتفق مع الاداء الصحيح . (٣ : ٣٨٨-٣٨٩)

ويعد نظام اختبار فيينا (VTS) قادرعلى تحليل العديد من القدرات النفس حركية في المجال الرياضى ، وقد وضع نظام (VTS) من قبل (Schuhfried GmbH (Moedling, Austria) كأداة صالحة وموثوق بها للتقييم النفسي ويحتوي على عدد لا يحصى من الاختبارات التي لها صلة بعلم النفس الرياضي وهي مناسبة لتقييم كل من القدرة والشخصية للرياضيين ، وتشمل اختبارات لقياس قوة الملاحظة وسرعة رد الفعل والتتبع البصري لهدف متحرك ، زمن رد الفعل ، القدرة علي تقدير(توقع) الوقت والسرعة والمسافة المقطوعة لهدف متحرك ، سرعة رد الفعل والانتباه والتركيز ، قياس التتبع البصرى ، قياس قوة الملاحظة وسرعة رد الفعل والتتبع البصري لهدف متحرك ، الانتباه والتركيز ومواصلة الاداء وسط مشتتات ، تذكر تعليمات شفوية، ذاكرة قصيرة المدى . (٥٧ : ٩٨) .

كما تستخدم منظومة فيينا (VTS) على نطاق واسع لإجراء الاختبارات النفس حركية للرياضيين في مختلف الأنشطة الرياضية الأخرى . (٦١ : ٣٥)

وتعد منظومة اختبارات فيينا أداة لتحديد الاختلافات التي توجد بين مختلف الأنشطة الرياضية، ومساعدة علماء النفس الرياضى فى فهم مختلف المتطلبات التي يواجهها الرياضيون في كل نشاط رياضى وهذا ما ظهر في العلاقة الارتباطية بين اختبار سرعة رد الفعل وتركيز الانتباه والتميز بين الأصوات والألوان وبدالات القدم ، اختبار قياس التتبع

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

البصري وسط مشتتات من خلال قياس القدرة على الملاحظة وتتبع بصرى لهدف معين وسط مشتتات جانبية - قياس قوة التركيز الأمامي وسط وجود مشتتات جانبية. (١٨)

وقد أصبح الهدف للوصول الي المستويات العليا هو إيجاد طرق لتشخيص قدرات اللاعبين بشكل موضوعي ورصد مستوى التقدم لديهم ، حيث تتطلب رياضات المستوى العالى وسائل التدريب الجديدة التي تمكن التقدم المستمر في قدرات البدنية والنفسية للاعبين وذلك من خلال تطبيق منظومة فيينا على هذا النحو كوسيلة للقياس والتدريب على القدرات النفس حركية بالإضافة الي دعم التشخيص النفسي في العديد من المجالات، بما في ذلك علم النفس الرياضى. (٥٧ : ١٢٣)

ويرى محمد حامد شداد (١٩٩٦) أن الإحساس بالبساط بالنسبة للاعبى الجودو يرتبط بقواعد المنافسات التي تجبر اللاعبين على الكفاح في منطقة معينة (٨×٨ أو ١٠×١٠) وإدراك الأحساس بالبساط عبارة عن إدراك مركب ويرتبط به الإحساسات البصرية والحركية واللمسية ، فاللاعب لا يقدر المسافة بالنسبة لنهاية البساط بواسطة الإدراك البصري فقط ولكن يدخل في ذلك أيضا إدراكه لاتساع أو كبر الحركة اللازمة بالنسبة للمكان الذي يكون فيه وتساعد نقطة المنتصف المحددة على البساط من توجيه حركات المصارع ، كما أن عامل خبره له أثر كبير في تصور المسافة بين منتصف البساط وحافته . (٢٤)

ومن خلال خبرة أحد الباحثان كلاعب في نادي الرياضي البحري الإسكندري ، ومدرّب جودو في بعض أندية الإسكندرية ، ومن خلال متابعة الباحثان لبطولات الجمهورية لرياضة الجودو تلاحظ انخفاض مستوى الأداء الفني للاعبى الجودو الذى انعكس على نتائج اللاعبين في هذه البطولات ويرجع ذلك إلى عدم إدراك اللاعبين لبعض مناطق البساط خلال المباراة ، كذلك عدم تقدير الوقت والإحساس بالمسافة القانونية داخل البساط ، وكذلك رد الفعل البطيء خلال بعض مواقف اللعب ، وانخفاض مستوى تركيز اللاعب أثناء الأداء خلال المنافسات وهذا الأمر جاء نتيجة ضعف استعمال المدربين للوسائل التدريبية التي تعمل على تشخيص وتطوير القدرات الحس حركية للاعبى الجودو مما استدعى الباحثان إلي إجراء هذه الدراسة

كمحاولة للتغلب على البرامج التقليدية المستخدمة وذلك من خلال برنامج تدريبي لتنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو وذلك من خلال:

- التعرف على نسبة التحسن في بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) للاعبين الجودو .

- التعرف على نسبة تحسن فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو خلال زمن المباراة.

فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في بعض القدرات النفس حركية للاعبين الجودو لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو لصالح القياس البعدي.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة، حيث اتبع الباحثان التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة باستخدام القياسات القبلي والبعدي.

مجالات البحث :

المجال المكاني: صالة المنازل والرياضات الفردية ، معمل علوم الرياضة بكلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية.

المجال الزمني: تم إجراء البحث خلال الفترة من يناير ٢٠٢١ الي مايو ٢٠٢١ والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني لإجراءات البحث :

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

جدول (١)

التوزيع الزمنى لإجراءات البحث

الإجراءات	الفترة الزمنية
القياسات القبليّة	في الفترة من ٢ / ١ / ٢٠٢١ إلى ٣١ / ٢٠٢١/١
التجربة الأساسية	في الفترة من ٦ / ٢ / ٢٠٢١ إلى ٢٣ / ٢٠٢١/٤
القياسات البعدية	في الفترة من ١ / ٥ / ٢٠٢١ إلى ٢٩ / ٢٠٢١/٥

المجال البشرى: أجريت الدراسة الأساسية على عينة عشوائية قوامها (١٥) لاعبا للمرحلة السنوية تحت ٢٠ سنة و المقيدين بالاتحاد المصرى لرياضة الجودو بأندية (الشبان المسيحيين ، الاتحاد السكندرى ، سموحه ، المؤسسة العسكرية) ٢٠٢٠-٢٠٢١م

شروط اختيار العينة:

- تقارب المستوى السنوي لأفراد العينة.
- العمر التدريبي للعينة لا يقل عن (٥) سنوات .
- لا تقل درجة حصول اللاعب للأحزمة عن الحزام البنى .
- أن يكون اللاعب مسجل بالاتحاد المصرى للجودو للموسم (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) .
- انتظام اللاعبين خلال فترة تنفيذ البرنامج التدريبى .

الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

- بساط جودو طبقا للمقاييس الدولية .
- ساعة إيقاف لحساب الزمن لأقرب ١/١٠ ثانية .
- إشارات مرئية ومسموعة .
- أحزمة بدل جودو .

- ميزان طبي .
- كرات طبية وزنها ٣ كجم ، ٥ كجم .
- أثقال حديدية متعددة الأوزان .
- أشرطة قياس .
- أدوات جمع البيانات:**
- استمارة تسجيل البيانات الشخصية . مرفق (١)
- استمارة استطلاع رأي الخبراء . مرفق (٣)
- منظومة اختبارات فيينا (Vienna test System) لقياس القدرات الحس حركية.مرفق(٤)
- استمارة تقييم فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو خلال زمن المباراة . مرفق(٥)

اختيار المساعدين :

- تم اختيار عدد (٣) مساعدين حاصلين على درجة الدكتوراه في رياضة الجودو وحاصلين على الحزام الأسود ولديهم خبرة في مجال التدريب أكثر من ١٠ سنوات وذلك للمساعدة في إجراء القياسات والاختبارات المستخدمة وتحليل فاعلية الأداء الهجومي .

تجانس عينة البحث :

- تم اجراء التجانس على عينة البحث الاجمالية في المتغيرات الأساسية والجدول رقم (٢) يوضح ذلك .

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

جدول (٢)

الدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات الأساسية للعينة الإجمالية قيد البحث

ن = ١٥

الدلالات الإحصائية المتغيرات الأساسية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
السن	(سنة)	١٨.٦٠	٠.٦٣	٠.٥٥	٠.٣٩
الطول	(سم)	١٧٤.٦٧	١.٨٤	١.٧٦	٤.٤٥
الوزن	(كجم)	٧٣.٦٧	٤.٨٤	٠.٢٣	٢.٠٩

يتضح من الجداول رقم (٢) أن قيم معامل الالتواء تراوحت بين ما بين (٠.٢٣) إلى (١.٧٦)، وهي قيم تنحصر بين ± 3 وتقترب من الصفر، وهذا يؤكد على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية، وتجانسها في المتغيرات الأساسية الخاصة بالعينة قيد البحث قبل التجربة.

الدراسة الإستطلاعية :

هدف الدراسة :

- تحديد اهم مهارات الرمي من أعلى (NAGI WAZA) الأكثر شيوعا للمرحلة السنوية تحت ٢٠ سنة.
- تحديد مدة ومحتوى البرنامج التدريبي المقترح .

إجراءات الدراسة :

- تم تصميم إستمارة لإستطلاع رأي الخبراء حيث اشتملت تلك الإستمارة على مهارات (إيبون سيو ناجي- دي آشي باراي- أو أوتش جاري- كاتا جوروما- هاراي جوشي- كو أو تش جاري- أو سوتو جاري- اوتشي ماتا- ساساي تسوريكومي أشي- تاي أو توشي)

- تم تصميم إستمارة لإستطلاع رأي الخبراء حيث اشتملت تلك الإستمارة على (مدة البرنامج - عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية المناسبة- زمن الوحدة التدريبية اليومية المناسبة- دورة الحمل-طريقة التدريب المناسبة للبرنامج)

الفترة الزمنية :

- تم إجراء الدراسة في الفترة من ٢٠٢١/١/١٠ إلى ٢٠٢١/١/٢٠م

نتائج الدراسة :

- تم التوصل إلى أكثر مهارات الرمي من أعلى شيوعاً للمرحلة السنوية تحت ٢٠ سنة.جدول رقم (٢)

- تم تحديد محتوى ومدة البرنامج التدريبي المقترح مرفق (٦)

جدول (٣)

النسبة المئوية لمهارات الرمي من أعلى (NAGI WAZA) الأكثر شيوعاً للمرحلة

السنوية تحت ٢٠ سنة

نسبة المساهمة		المهارات	
نسبة الاتفاق	نسبة الاتفاق		
١٠٠%	١٠	إيبون سيو ناجي	.
٦٠%	٦	دي أشي باراي	
٨٠%	٨	أو أوتش جاري	
٧٠%	٧	كاتا جوروما	
٩٠%	٩	هاراي جوشي	
٥٠%	٥	كو أو تش جاري	
١٠٠%	١٠	أو سوتو جاري	
٩٠%	٩	اوتشي ماتا	
٥٠%	٥	ساساي تسوريكومى أشي	
٨٠%	٨	تاي أو توشي	

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

التجربة الأساسية:

خضعت المجموعة التجريبية لبرنامج تدريبي لتنمية القدرات الحس حركية مرفق (٦)

كما يلي :

- استغرق تنفيذ البرنامج المقترح ١٠ أسابيع من ٦ فبراير ٢٠٢١ إلى ٢٣ ابريل ٢٠٢١ على المجموعة التجريبية وذلك بواقع ٣ وحدات تدريبية في الأسبوع .
- بلغ عدد الوحدات التعليمية التدريبية للعرض (٣٢) وحدة بما يعادل (٩٦) ساعة تعليمية / تدريبية.
- تم استخدام مبدأ الحمل والراحة كقاعدة للتدريب.

البرنامج التدريبي المقترح :

قام الباحثان بإعداد البرنامج التدريبي وفقا للأسس العلمية من خلال الاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في علم التدريب وعلم النفس الرياضى ورياضة الجودو والدراسات المرتبطة المتاحة ، واشتمل البرنامج التدريبي المقترح على ١٠ أسبوعا بواقع ٣ وحدات في الأسبوع ، زمن الوحدات (٩٠ : ١٢٠) دقيقة .مرفق(٦)

وقد قام الباحثان بوضع البرنامج التدريبي وفقا لما يلي :

الهدف من البرنامج :

يهدف البرنامج الى:

- تطوير القدرات الحس حركية للاعبى الجودو.
- تطوير فاعلية الأداء الهجومي خلال زمن المباراة لبعض مهارات رياضية الجودو .

الفترة الزمنية للبرنامج :

يرى مفتي إبراهيم ١٩٩٦ ، وليد شيبوب ١٩٩٧ ، محمد سعد ١٩٩٩ م ، وجيه شمندى ٢٠٠٢ م ، أحمد المهدي ٢٠٠٥ ، على أن ١٠ أسابيع تعد فترة كافية ومناسبة لتطوير وتحسين القدرات الحس حركية ، فاعلية الأداء الهجومي خلال زمن المباراة لبعض مهارات رياضة الجودو . (٣٢: ١٨٥) (٣٨: ١٠٠) (٢٧: ٥١) (٣٧: ٢٧٥) (٣: ٧٣) .

عدد مرات التدريب في الإِسبوع :

يذكر طلحة حسام الدين ١٩٩٤ أن تردد التدريب يعتبر عاملا هاما في نجاح أي برنامج تدريبي وقد يختلف عدد مرات التدريب في الأسبوع وفقا للهدف من البرنامج ، أو تبعا لنوع أو طبيعة النشاط الممارس ، وقد تتراوح عدد مرات التدريب في الأسبوع من ٣-٥ مرات أسبوعيا أو أكثر وفقا للهدف المراد تحقيقه . (١٦ : ٦٧ ، ٦٩) .

قام الباحثان بإعداد البرنامج التدريبي وفقا لنتائج استطلاع آراء الخبراء وأيضا وفقا للأسس العلمية من خلال المراجع (١٥) (١٧) (٢) (١٢) (٨) (٩) (١٩) (٢٣) (٣٦)

- مدة البرنامج : ١٠ أسابيع .
- عدد الوحدات في الأسبوع : ٣ وحدات .
- زمن الوحدات : (٩٠ : ١٢٠) دقيقة .

القياس البعدي :

تم اجراء القياس البعدي على عينة البحث الأساسية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية من ١ / ٥ / ٢٠٢١ إلى ٢٩ / ٥ / ٢٠٢١ واشتملت القياسات البعدية قيد البحث على التالي :

- قياس القدرات الحس حركية باستخدام منظومة VTS.
- قياس فاعلية الأداء الهجومي خلال زمن المباراة لبعض مهارات رياضة الجودو .

المعالجات الإحصائية: تم استخدام برنامج SPSS في إيجاد المعاملات الاحصائية

التالية :

- المتوسط الحسابي. Average
- الانحراف المعياري. Stander deviation
- معامل التفلطح Kurtosis
- معامل الإلتواء. Skewness
- إختبار " ت" للمشاهدات المزدوجة. Paired-samples T Test
- النسبة المئوية للتحسن. Percentile of improvement

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً : عرض النتائج :

جدول (٤)

الدلالات الإحصائية الخاصة باختبارات القدرات النفس حركية بدلالة منظومة فيينا

(Vienna test System) لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة ن=١٥

نسبة التحسن %	مسد توي الدلالة	قيمة "ت"	الفروق بين المتوسطات		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية اختبارات القدرات النفس حركية
			±ع	س	±ع	س	±ع	س	
٢١.٨٧	٠.٠	٥.٩	٨.٦	١٣.١٣	٨.٢	٧٨.١٣	٥.٣	٩١.٢٧	إختبار زمن رد الفعل
٤٢.٢٠	٠.٠	٦.٤	٦.٧	١١.٢٠	٥.٠	٥٧.٨٠	٥.٧	٦٩.٠٠	
٢٣.٨٠	٠.٠	٨.٢	٤.٢	٩.٠	٥.٥	٧٦.٢٠	٤.٠	٨٥.٢٠	
٥١.٨٠	٠.٠	١٠.٢٢	٥.٠	١٣.٣٣	٧.٢	٤٨.٢٠	٣.٧	٦١.٥٣	
٥٧.٣٣	٠.٠	٨.٥	٤.٧	١٠.٥٣	٤.٥	٤٢.٦٧	٤.١	٣٢.١٣	إختبار الانتباه والتركيز
٨٣.٨٠	٠.٠	٦.٨	٢.٩	٥.٢	٢.٩	١٦.٢٠	٣.٨	٢١.٤٧	
٩٨.٨٠	٠.٠	٥.٣	٠.٨	١.٢	٠.٤	١.٢	٠.٨	٢.٤	
١١.٨٠	٠.٠	٧.٩	٤.٩	١٠.٠٧	٥.٥	٨٨.٢٠	١.٦	٩٨.٢٧	ر القدرة على تقدير توقع الوقت والسرعة والمسافة المقطوعة لهدف متحرك
٢٢.٠٧	٠.٠	٧.١	١٧.٧٠	٣٢.٦٧	١٠.٠٨	٧٧.٩٣	١٥.٤٤	٤٥.٢٧	
٤٩.٨٧	٠.٠	١٦.١٤	٥.٩	٢٤.٩٣	٦.٥	٥٠.١٣	٤.٥	٢٥.٢٠	إختبار الانتباه - التركيز (مواصلة)

١٤.	٠.٠	٦.١	٥.٤	٨.٦	٣.٣	٨٥.	٣.١	٧٧.	وقت الاستجابات	العمل وسط (مشتتات)
٢٧	.	٤	٢	.	٣	٧٣	٨	١٣	الصحيحة	
٩٢.	٠.٠	٧.٠	٥.٨	١٠.	٣.٢	٧.٣	٤.٨	١٨.	الاستجابات	
٦٧	.	٦	٩	٧٣	.	٣	.	٠.٧	الخاطئة	
٣٨.	٠.٠	١٢.	٧.٩	٢٥.	٦.٠	٦١.	٦.٧	٣٥.	متوسط معدل	توافق الذراعين مع العين"
٢٧	.	٦٠	٥	٨٧	٦	٧٣	٤	٨٧	السرعة اثناء اداء الاختبار	
١٥.	٠.٠	١٩.	٦.٤	٣٢.	٦.٢	٨٤.	٨.٨	٥٢.	(متوسط معدل	
٧٣	.	٠.٩	٩	٠٠	.	٢٧	.	٢٧	الدقة اثناء اداء الاختبار)	
٣٤.	٠.٠	١٥.	٥.٠	٢٠.	٤.٤	٦٥.	٥.٤	٨٥.	(اجمالي نسبة	
٦٧	.	٨٦	.	٤٧	٢	٣٣	٥	٨٠	الخطأ للدقة اثناء اداء الاختبار)	
٣٧.	٠.٠	٧.٨	٤.٩	١٠.	٤.٤	٦٢.	٣.١	٧٢.	اجمالي معدل	إختبار توافق الذراعين مع العين (إختبار متاهة مزدوجة) لكل يد على حدي
٨٠	.	٨	١	٠٠	١	٢٠	.	٢٠	الخطأ	
٣٨.	٠.٠	٨.٣	٥.٧	١٢.	٥.٩	٦١.	٥.٥	٧٤.	معدل الخطأ	
٢٠	.	٨	٣	٤٠	٤	٨٠	٧	٢٠	للبيد اليسرى	
٤٢.	٠.٠	٨.٩	٦.٤	١٤.	٦.١	٥٧.	٦.٧	٧٢.	معدل الخطأ للبيد	
١٣	.	٢	.	٧٣	٩	٨٧	.	٦٠	اليمنى	
٥٦.	٠.٠	٣٠.	٥.٠	٣٩.	٨.٤	٤٣.	٧.٩	٨٢.	عدد الاخطاء	
٩٣	.	٠.٣	٨	٤٠	٦	٠.٧	٨	٤٧		
٥٨.	٠.٠	١٢.	١١.	٣٥.	١٠.	٤١.	١٢.	٧٦.	الاخطاء اليد	
٣٣	.	٣١	٠.٧	٢٠	٥١	٦٧	٤٤	٨٧	اليسرى	
٦٠.	٠.٠	٢٦.	٥.٨	٣٩.	١١.	٣٩.	١٠.	٧٨.	الاخطاء اليد	
٧٣	.	١١	٥	٤٧	٥٩	٢٧	٨٨	٧٣	اليمنى	
١٦.	٠.٠	١٣.	٨.٥	٢٩.	٧.٦	٨٣.	٨.٦	٥٤.	الدرجة	أختبار التتبع البصرى
٣٣	.	٢٨	١	٢٠	٩	٦٧	٨	٤٧		
٢٢.	٠.٠	١١.	١٣.	٣٧.	١١.	٧٧.	٩.٣	٣٩.	استجابات	قوة الملاحظة(سر عة رد الفعل)تتبع بصرى
٤٧	.	١٩	١٣	٩٣	٦٩	٥٣	٢	٦٠	صحيحة	
٨١.	٠.٠	١٧.	٢.٤	١٠.	١.٨	١٨.	٣.٤	٢٨.	متوسط انحراف	إختبار التوافق الحس حركي
٩٣	.	٢٩	.	٧٣	٧	٠.٧	٥	٨٠	للزاوية	
٢٢.	٠.٠	١٢.	٢.٥	٧.٨	٢.٣	٧٧.	٣.٥	٨٥.	متوسط انحراف	
١٣	.	٠.٢	١	.	٦	٨٧	٤	٦٧	الافقى	
٢٨.	٠.٠	١٠.	٤.١	١٠.	٣.٠	٧٢.	٣.٨	٨٢.	متوسط انحراف	
٠٠	.	١٥	.	٧٣	٢	٠٠	٨	٧٣	الرأسى	
٧٩.	٠.٠	٩.٦	٣.٦	٩.٠	٢.٩	٢٠.	٤.٦	٢٩.	مدى تشتت فى	
٥٣	.	٧	١	.	٢	٤٧	.	٤٧	انحراف	

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

٢١.	٠.٠	١٢.	٣.٢	١٠.	٥.٣	٧٨.	٣.٣	٨٨.	مدى التشتت في الانحراف الافقى
٨٧	٠	٥٦	٧	٦٠	٣	١٣	١	٧٣	
٢٨.	٠.٠	١١.	٣.٠	٨.٨	٤.٩	٧١.	٣.١	٨٠.	مدى التشتت في الانحراف الرأسى
٢٧	٠	٤٦	٠	٧	٦	٧٣	٨	٦٠	
٣٨.	٠.٠	٩.١	٦.٤	١٥.	٥.٢	٦١.	٦.١	٧٦.	الوقت المستهلك فى نطاق التصميم
٦٠	٠	١	٦	٢٠	٨	٤٠	٢	٦٠	

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٥

يتضح من الجدول رقم (٤) والشكل البياني رقم (١) الخاص بالدلالات الاحصائية الخاصة باختبارات القدرات النفس حركية بدلالة منظومة فيينا (Vienna test System) للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى جميع اختبارات القدرات النفس حركية بدلالة منظومة فيينا (Vienna test System) لصالح القياس البعدى ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٥.٣٩)، (٣٠.٠٣) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.١٤٥) وذلك بنسبة تحسن تراوحت ما بين (١١.٨٠ %) ، (٩٨.٨٠ %) .



شكل (١)

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

الدلالات الاحصائية الخاصة باختبارات القدرات الحس حركية بدلالة منظومة فيينا (للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة

جدول (٥)

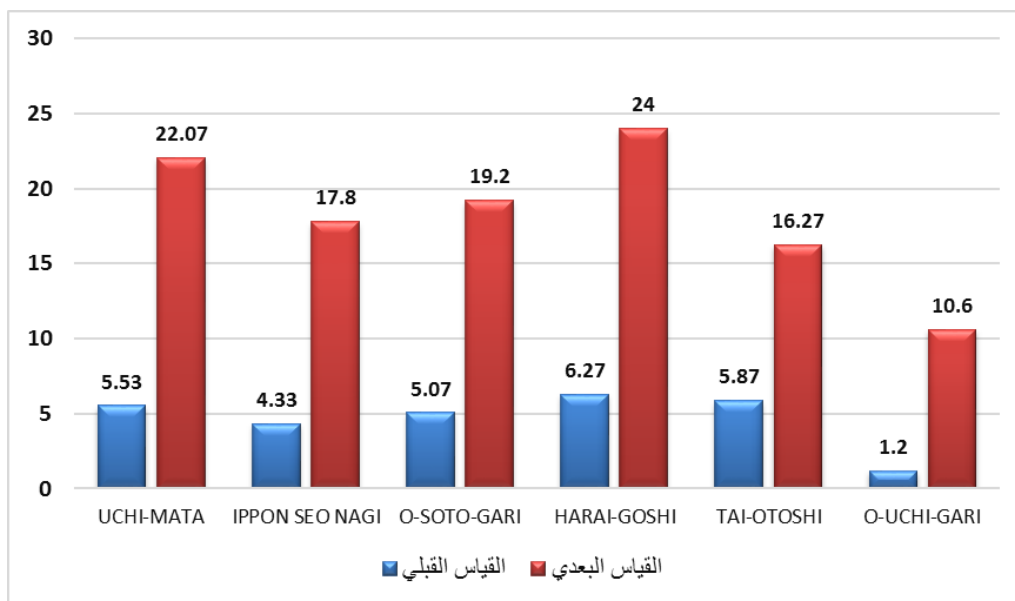
الدلالات الاحصائية الخاصة بفعالية الأداء الهجومي خلال زمن المباراة

ونسبة التحسن قبل وبعد التجربة ن = ١٥

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدى		القياس القبلى		الدلالات الاحصائية الاختبارات
			ع ±	س	ع ±	س	ع ±	س	
٩٤.٤٧	٠.٠٠	٨.٠٠	٨.٠١	١٦.٥٣	٢.٧٢	٢٢.٠٧	٧.٧٦	٥.٥٣	UCHI-MATA
٩٥.٦٧	٠.٠٠	٩.٥٧	٥.٤٥	١٣.٤٧	٢.٦٩	١٧.٨	٦.٧٢	٤.٣٣	IPPON SEO NAGI
٩٤.٩٣	٠.٠٠	٧.٩٩	٦.٨٥	١٤.١٣	٣.٢٠	١٩.٢	٨.١١	٥.٠٧	O-SOTO-GARI
٩٣.٧٣	٠.٠٠	٨.٥٦	٨.٠٢	١٧.٧٣	٣.٧٩	٢٤	١٠.٢٧	٦.٢٧	HARAI-GOSHI
٩٤.١٣	٠.٠٠	٤.٢٥	٩.٤٩	١٠.٤٠	٤.١٤	١٦.٢٧	١٠.١٥	٥.٨٧	TAI-OTOSHI
٩٨.٨٠	٠.٠٠	٥.٨٢	٦.٢٥	٩.٤٠	١.٩٠	١٠.٦	٧.٦٧	١.٢٠	O-UCHI-GARI

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.١٤٥

يتضح من الجدول رقم (٥) والشكل البياني رقم (٢) الخاص بالدلالات الاحصائية الخاصة بفاعلية الأداء الهجومي قبل وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) فى جميع درجات الاختبارات لصالح القياس البعدى ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٤.٢٥)،(٩.٥٧) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = (٢.١٤٥) وذلك بنسبة تحسن تراوحت ما بين (٩٣.٧٣%)، (٩٨.٨٠%) .



شكل (٢)

الدلالات الإحصائية الخاصة بفعالية الأداء الهجومي خلال زمن المباراة قبل وبعد التجربة

ثانياً: مناقشة النتائج :

يتضح من الجدول (٤) والشكل البياني (١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياس القبلي والقياس البعدي في اختبارات القدرات النفس حركية بدلالة منظومة فيينا (Vienna test System) لمجموعة البحث التجريبية لصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٥.٣٩)، (٣٠.٠٣) وذلك بنسبة تحسن تراوحت ما بين (١١.٨٠ %) ، (٩٨.٨٠ %) لاختبارات منظومة فيينا (Vienna test System) للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة .

ويرجع الباحثان التحسن في القدرات الحس حركية لدى أفراد عينة البحث إلى التأثير الفعال للاشتراك في البرنامج التدريبي لمدة ١٠ اسابيع بصورة منتظمة لتطوير القدرات الحس حركية حيث تعتبر من أهم المتغيرات التي تسهم في دقة أداء المهارات الحركية للاعبين

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

الجودو خاصة تلك المهارات وما تتطلبه من قدرات (التوافق بين العين واليد ، تذكر التعليمات ، التتبع البصرى وسط مشتتات ، القدرة على توقع الوقت والسرعة والمسافة ، تنسيق الإحساس الحركي ، سرعة رد الفعل ، كما تحتاج الى قدرة عالية على تركيز الانتباه وسط مشتتات) .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من Turosz et al (٢٠٠٧) ، Johne et al (٢٠١٣) ، Mańkowska et al (٢٠١٥) وتشير الدراسات إلى ارتباطات مختلفة في القدرات النفس حركية للرياضيين في الاستجابة على اختبارات منظومة فيينا (VTS) وذلك بسبب المستوى الرياضى ومدة التدريب . (١٤ : ٢٥ - ٣٤) (٢٤ : ١٤٩ - ١٥٤) (١٦ : ١٤ - ٣)

وهذا ما تؤكده العديد من الدراسات لوجود ارتباطات مختلفة في القدرات النفس حركية للرياضيين في الاستجابة على اختبارات منظومة فيينا (VTS) وذلك بسبب المستوى الرياضى ومدة التدريب . (١٩ : ٢٥) (٢٧ : ١٤٩) (٢١ : ٣)

وتشير نتائج الدراسات الى أن القدرات الحس حركية لمهارات الصراع العلوي من أهم المتطلبات الاساسية للارتقاء بمستوى دقة اداء الكثير من المهارات مثل مهارة إيون سيو ناجي ، أو أوتش جاري ، هاراي جوشي ، أو سوتو جاري ، اوتشي ماتا ، تاي أو توشي . (٣٩ : ٣٩٥ - ٤١٥)

كما تتفق مع دراسة سامح يوسف ١٩٩٠ الى أن هناك بعض القدرات الحس حركية التي تساهم في اداء العديد من المهارات بدرجة عالية من الدقة ، مما يؤكد وجود علاقة ايجابية بين متغيرات الادراك الحس حركي ودقة الاداء المهاري ويرجع الباحث هذه العلاقة الايجابية إلى وجود تشابهة في الأداء الحركي بين تلك الاختبارات ومجموعة المهارات المؤداة . (١٠ : ١١٧)

ويؤكد جمال علاء الدين وناهد الصباغ (٢٠٠٧ م) أن القدرات الحس حركية دوراً هاماً في المنازلات والألعاب الفردية ، ويمثل التركيز على تكرار الإستجابة لفعل ظهور مثير

محدد ومشروط سلفاً مثل صافرة الحكم مع استهداف تقليل زمن رد الفعل ، ويمثل ذلك القاعدة الأساسية لمبدأ تنمية وتكوين فعل حركي موجه . (٦ : ٢٢٥)

حيث أن أعضاء الإحساس الحركي تقوم بنقل المعلومات المختلفة عن أوضاع الجسم وتساعد الرياضي في تنفيذ المهارات الحركية والإحساس بالأداء وتقدير المسافة للوصول للهدف المحدد بصورة أفضل . (١ : ٧٥)

ويؤكد بعض الباحثين أن برامج التدريب البصرية والتي تهدف الي التدريب على المشتتات البصرية تؤدي الي تحسين الادراك البصرى وسرعة رد الفعل . (٤١ : ١٣٤) (٥٨ : ٣٣) (٤٥ : ٦٩) (٦٠ : ٣٤) .

ويتفق ذلك مع ما ذكره محمد رضا الروبى ٢٠٠٧ بأن القدرات الحس حركية تلعب أهمية كبيرة في تحقيق التفوق والوصول للمستويات العليا في الأداء الحركي بالنسبة للأنشطة الرياضية ، وهي من أهم عناصر نجاح الرياضي لأنها تمثل أهمية خاصة للأنشطة التي تتميز بسرعة الأداء الخاطف والمتغير ، مما يدعو الي تطويرها جنباً الى جنب مع تطوير القوة المميزة بالسرعة ومرونة المفاصل والتي تعد جميعاً من العوامل المساعدة في تحسين السرعة الحركية للمصارعين (٢٦ : ١٨٨)

ومما سبق يتضح لنا أهمية القدرات الحس حركية في الأنشطة الرياضية وتزداد أهميتها عندما تتضمن تلك الأنشطة الرياضية مجموعة من المهارات الحركية المعقدة والتي تلعب فيها دقة الأداء دوراً هاماً وحيوياً كما يتحقق ذلك الهدف من تلك المهارات خاصة التي تتطلب التوجيه الواعي لاجزاء الجسم في الفراغ كما في حركات اليدين (Tewaza) (تى وازا) وحركات الوسط (Goshi Waza) (جوش وازا) وحركات الرجلين (Ashi waza) (اش وازا) في رياضة الجودو ، حيث يعتمد هذا النشاط على مجموعة من المهارات الحركية ، التي تتطلب دقة توجيه المهارات ، كما يعتمد عليها نجاح لاعبي الجودو والتي تتمثل في مدى دقته على توجيه مجموعات حركات الرمي ، وفي المناطق المصرح فيها بالرمي على البساط

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

وبالتالي تكون قد تحققت نتائج الفرض الأول والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في بعض القدرات النفس حركية للاعبى الجودو لصالح القياس البعدي."

كما يتضح من الجدول رقم (٥) والشكل البياني رقم (٢) الخاص بالدلالات الاحصائية الخاصة بفاعلية الأداء الهجومي قبل وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في جميع درجات الاختبارات لصالح القياس البعدي ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٤.٢٥)،(٩.٥٧) وذلك بنسبة تحسن تراوحت ما بين (٩٣.٧٣%) ،(٩٨.٨٠%) . ويرجع الباحث هذا التقدم الملحوظ في مستوى فاعلية الأداء الهجومي الي تحسن القدرات الحس حركية للاعبى الجودو.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة عماد صبرى صليب سعد ، حسام السيد محمد عوض ٢٠١٨ (٢٠ : ٢٠٨ : ٢٢٣) ، دراسة أمجد زكريا أحمد عبد العال " (٢٠١٧ م) (٥) ، محمد عبده محمد خضر " (٢٠١٥ م) (٢٩) ، فيرى و موريزوت (Morizort & Ellard (٢٠١٢) (٤٣) ، ميادة حمدى إبراهيم يحيى " (٢٠٠٩ م) (٣٤) ، إيلارد (Ellard (٢٠٠٣) (٤٢) ، وتشير نتائج هذه الدراسات إلى الدور الإيجابي و المؤثر للقدرات الحس حركية ، وما لذلك من تأثير فعال على تطوير الأداء المهاري ، حيث أن نتائج الدراسة الحالية تشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث التجريبية في القدرات الحس حركية وفعالية الأداء الهجومي لصالح القياس البعدي ، مما يعني تحسن أفراد عينة البحث فى مستوى الأداء الهجومي للأداءات المهارية قيد البحث وهذه نتيجة واقعية لتحسن القدرات الحس حركية ، ويعزى الباحثان ذلك التحسن إلى أنه بتحسن القدرات الحس حركية يتمكن بالتبعية الى أداء معظم الأداءات المهارية بكفاءة وفعالية ويدرك بشكل جيد وضع جسمه بالنسبة لوضع المنافس و مكانة على البساط.

ويؤكد كلا من هيتسمان Hitzeman ، بيكرمان Beckerman (٢٠٠٣) أن تحقيق

أفضل النتائج في الرياضة مرتبط بلا شك بمستوى عالٍ من القدرات الإدراكية والحركية

والبدنية. مقارنة بأي نشاط آخر ، تضع المنافسة الرياضية متطلبات صارمة للغاية لعمل النظام البصري .(٤٥ : ١٦٩-١٤٥)

ويشير بعض الباحثين أيضا إلى دور برامج التدريب البصرية المحددة لتحسين القدرات البصرية (ستاين وآخرون، ١٩٨٢، هيتزمان وبيكرمان، ١٩٩٣؛ ويليامز، ٢٠٠٣).

(٦٠) (٤٥) (٥٨)

ويتفق كلا من مفتى ابراهيم (١٩٩١) وحلفي مختار (١٩٩٤) أن امتلاك اللاعب الأشكال متنوعة من الأداءات المهارية بما يشابه متطلبات المباراة تتيح له اختيار أفضلها في معظم مواقف اللعب الفعلية وتزيد من قدرته على المناورة وتنمية الخطط من أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بموقف ما لم يتدرب عليه ، ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجب المطلوب منه . (٣١ : ١٣١) (٧ : ١٣٨)

وتشير الدراسات إلى ارتباطات مختلفة في القدرات النفس حركية للرياضيين في الاستجابة على اختبارات منظومة فيينا (vts) وذلك بسبب المستوى الرياضى ومدة التدريب (٥٩) (٤٦) (٤٧)

ويذكر محمد علاوى ان اختبارات الادراك الحس حركي تسهم بشكل كبير في دقة تقدير اللاعب لأدائه الحركة من خلال تحكم الجهاز العصبي في أداء الحركات وارتقائها . رمي (٣٥)

كما تشير الدراسات إلى أن الوصول لمستوى أعلى من قدرات الإدراك ينتج عن مهارة التعرف على المنبهات والاستجابة لها بسرعة أكبر مما ينتج عن عمل الرؤية المحيطية . (٤٤ : ١-١٨)

ويؤكد " عمرو حمزة وآخرون " (٢٠١٧ م) أن اللاعب الذي يمتلك المهارة والسرعة والرشاقة ويفتقد القدرة علي قراءة مواقف اللعب والاستجابة لها بسرعة ودقة فهو لاعب يفقد الي الموهبة الرياضية وأن اللاعب يؤدي بكفاءة عالية داخل التدريب مقارنة بالمنافسات الرياضية ، وذلك لأن اللاعب يفقد تحليل البيئة المحيطة به وتوقع الحركة . (١ : ٧٨)

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

ويتفق كلا من مفتى ابراهيم (١٩٩١) وحنفى مختار (١٩٩٤) أن إمتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداءات المهارية بما يشابه متطلبات المباراة تتيح له اختيار أفضلها في معظم مواقف اللعب الفعلية وتزيد من قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط من أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بموقف ما لم يتدرب عليه ، ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجب المطلوب منه .

(٤١ : ١٣١) (١٥ : ١٣٨)

وفي هذا الصدد يشير " فراس حمادي (٢٠١٥ م) أن الإدراك الحس حركي هو الأساس الذي تقوم عليه تأثر العمليات العقلية الأخرى فلولاها ما أستطاع الفرد أن يعي أو يتذكر أو يتخيل أو يتعلم أو يؤدي شيئاً أو يفكر فيه فلكي نتعلم شيئاً أو نفكر فيه يجب أن ننتبه إلية أو ندرکه ، فالإدراك هو عبارة عن استجابة عقلية لمثيرات حسية معينة لا من حيث أن هذه المثيرات أشكال حسية ، ولكن من حيث معناها أو من حيث هي رموز لها دلالة معينة . (٧ : ٨)

ويذكر " محمد شحاته " (٢٠٠٦ م) أن تطوير الإدراك الحس الحركي يمكن أن يتم من خلال استخدام أنشطة وتمارين حركية تهدف إلى تكوين رصيد من المعلومات الحس حركية اللازمة لفهم التكنيك (بناء التصور أو البرنامج الحركي) وبالتالي ينتج عنه إتقان وتحكم أفضل في التكنيك الحركي . (١٠ : ١٧٥)

ويضيف " عصام عبد الخالق " (٢٠٠١ م) أن أحد الشروط الهامة لفهم ومعرفة الأداء الحركي (تكوين المخطط أو البرنامج الحركي) الخاص بالمهارة الجديدة المراد تعلمها حيث تعتمد سرعة تعلم وإتقان هذه المهارة على سرعة اكتساب المدركات الحس حركية اللازمة لتطوير عمليات التصور والبرمجة الحركية الذهنية ومن ثم ينعكس ذلك على عمليات الضبط والتحكم أثناء الأداء . (٤ : ١٧٣-١٧٢)

وبالتالي تكون قد تحققت نتائج الفرض الثاني والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية في فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو لصالح القياس البعدي.

الاستنتاجات:

- حققت المجموعة التجريبية تفوقا في القياسات البعدية على القياسات القبلية في القدرات الحس حركية بدلالة اختبارات منظومه فيينا (Vienna test system) لدى عينة البحث.

- حققت المجموعة التجريبية تفوقا في القياس البعدي على القياس القبلي في فاعلية الأداء الهجومي لدى عينة البحث .

- ان استخدام التقنيات الحديثة كمنظومة فيينا (Vienna test system) ، ساعدت في الحصول على النتائج الدقيقة والحقيقية لمتغيرات الدراسة التي كان من الصعب قياسها بنفس الدقة والمصادقية باستخدام الوسائل التقليدية .

- الإعتماد على الأجهزة الحديثة في القياس مثل منظومة فيينا (Vienna test system) ساعد بشكل كبير على تنمية القدرات الحس حركية لاعبي الجودو.

- تنمية القدرات الحس حركية من خلال البرنامج التدريبي أدى إلي تطوير فاعلية الأداء الهجومي للمهارات الفنية قيد البحث.

التوصيات:

إنطلاقاً من الدراسات النظرية والنتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة ، يوصي الباحثان بما يلي:

- توجيه المدربين إلى التعرف على أجهزة القياس الحديثة في المجال الرياضي مثل (Vienna test system) والتي تساهم بشكل كبير في تطوير الرياضة بصفة عامة وفي تطوير رياضة الجودو بصفة خاصة.

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

أ.م.د / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

- توعية المدربين باستخدام البرامج التدريبية لتطوير القدرات الحس حركية ، لما لها من تأثير فعال في تطوير مستوى الأداء الهجومي للاعبين الجودو .
- عمل دورات نقل المدربين من قبل الإتحاد المصري للجودو والأيكيدو والسومو لتوضيح أهمية تنمية القدرات الحس حركية لاعبي الجودو.
- الإستعانة بالبرنامج التدريبي على كل من يعمل في مجال تدريب رياضة الجودو كدليلاً ومرشداً في العملية التدريبية.
- ضرورة إجراء قياسات تتبعية على لاعبي الجودو ، وعلى فترات منتظمة وفق منظومة فيينا (Vienna test System) للقياس والفحص والتشخيص، لمعرفة مستوى أداء اللاعبين في القدرات الحس حركية من اجل تطوير البرامج التدريبية لديهم.
- استخدام منظومة فيينا (Vienna test System) والمعنية بالفحص والقياس والتشخيص عند إجراء أي قياس حس حركي أو نفسي او معرفي ، وذلك لانها تعطي نتائج صحيحة ودقيقة وتعمل على تشخيص كل حالات الضعف للاعبين من خلال المعلومات التي تظهر في النهاية على شكل بيانات وجداول ورسوم بيانية خاصة عن حالة كل لاعب .
- ضرورة استخدام التقنيات الحديثة عند القيام بإجراء أي إختبارات نفسية وذلك لأنها تتسم بالدقة والمصدقية وتعطي نتائج حقيقية ودقيقة وملموسة، بدلا من استخدام الوسائل التقليدية المعروفة والمتبعة في السابق ، والتي لا تعطي نفس الدقة والمصدقية التي تعطيها التقنيات الحديثة.
- إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة على مختلف المراحل السنوية في رياضة الجودو للوقوف على مستوى القدرات الحس حركية للاعبين الجودو في كل مرحلة سنوية .

المراجع

١. أبو العلا أحمد عبد الفتاح : فسيولوجي ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس ، محمد صبحي حسانين ، والتقويم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
٢. أبو العلا عبد الفتاح : التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
٣. أحمد المهدي حسن : تأثير التدريبات النوعية على معدلات التقدم لبعض المهارات الأساسية لناشئ الكارتيه (٨:١٠) سنوات " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٥ .
٤. أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة ، المفاهيم والتطبيقات ، ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٧ .
٥. أمجد زكريا عبد العال : تأثير بعض القدرات الحس حركية على فعالية أداء السنثير الأمامي للمصارعين- بحث منشور - مجلة تطبيقات علوم الرياضة - عدد ٩٩ - جامعة الإسكندرية - كلية التربية الرياضية للبنين أوقير ٢٠١٩ .
٦. جمال علاء الدين ، ناهد : الأسس المترولوجية لتقويم مستوى الأداء البدني وأنور الصباغ والمهاري والخططي للرياضيين ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠٧ .
٧. حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤ .
٨. خلف محمود الدسوقي : تأثير تدريبات المنافسة على الصفات البدنية الخاصة ومستوى بعض المهارات الحركية المركبة

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبين الجودو.

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

للرمي من أعلي لناشئ الجودو " ، بحث انتاج
علمي ، العدد ٢١ ، كلية التربية الرياضية للبنين
والبنات ببورسعيد ، ، جامعة بورسعيد ، ٢٠١١.

٩. خلف محمود الدسوقي : تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات الإدراكات
الحس حركية الخاصة على مستوى أداء بعض
المهارات الحركية للرمي من اعلي (ناجي وازا)
لناشئ الجودو " ، بحث انتاج علمي ، كلية التربية
الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ٢٠١٤ .

١٠. سامح يوسف عبد الرؤوف : مقارنة بعض متغيرات الادراك الحس حركي لدى
ناشئ بعض المنازلات " ، بحث منشور ، مجلة علوم
الرياضة كلية التربية الرياضية للبنين بالمنيا ، جامعة
المنيا ١٩٩٠.

١١. سوزان صلاح الدين عيسي : تحليل القدرات الحس - حركية المؤدية لتمايز الأداء
في الجمباز الإيقاعي ، مجلة نظريات وتطبيقات ،
العدد ٥٣ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة
الإسكندرية ٢٠٠٤ .

١٢. السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي ، توجيه وتعديل مستوى
الإنجاز ، مكتبة الحساء ، القاهرة ، ١٩٩٤ .

١٣. طارق محمد بدر الدين : المهارات العقلية وسمات الدافعية الرياضية المميزة
لمتسابقات الميدان والمضمار ، المؤتمر العلمي
الدولي ، إستراتيجيات انتقاء وإعداد المواهب الرياضية
في ضوء التطور التكنولوجي والثورة المعلوماتية ،
الجزء الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة
الإسكندرية ٢٠٠٢ .

١٤. طارق محمد عوض : تأثير تطوير التحمل الخاص في نهاية الوحدة التدريبية على بعض المتغيرات الفسيولوجي والمستوى المهاري للتثبيت الارضي " اوسايكومي وازا " لدى الناشئين (١٠-١٧) سنة في رياضة الجودو ، المجلة العلمية التربية البدنية والرياضة ، ٢٠٠٤ .
١٥. طارق محمد عوض : تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الناشئين في رياضة الجودو ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٧ .
١٦. طلحة حسين حسام الدين : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤ .
١٧. عادل عبد البصير على : التدريب الرياضي التكامل بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، ١٩٩٩ .
١٨. عايد حسين عبد الأمير : تأثير وسائل تدريبية في تطوير الادراك الحس حركي والتوافق الحركي ودقة أشكال التصويب لناشئي كرة السلة ، المجلد الخامس، العدد الثالث (ج٢) ، مجلة علوم التربية الرياضية ، بغداد ، ٢٠١٢ .
١٩. عصام الدين عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات - تطبيقات) ، منشأة مصطفى المعارف ، الإسكندرية ، ط ١٢ ، ٢٠٠٥ .
٢٠. عماد صبرى صليب سعد ، : تأثير تدريبات القدرات الحس حركية على أداء مهارة رمية الذراع لتلاميذ الصم في رياضة المصارعة ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ع ١ ، ٢٠١٨ .
٢١. عمرو صابر حمزة، نجلاء : تدريبات الساكيو ، الرشاقة التفاعلية - السرعة البدري نور الدين ، بديعة الحركية التفاعلية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،

تأثير تنمية بعض القدرات الحس حركية بدلالة منظومة (VTS) على فاعلية الأداء الهجومي للاعبى الجودو.

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

- علي عبد السميع
٢٢. فراس طالب حمادي : تأثير ترمينات مهارية (إدراكية حس حركية) لتطوير الاداء الفني لمهارة الرد للاعبى سلاح الشيش ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية ٢٠١٥ .
٢٣. محمد أحمد جمعة : تأثير التدريبات البالستية الخاصة على هرموني الادرينو كورتروفيين والثيروكسين ودرجة أداء بعض مهارات فنون اللعب من أعلى للاعبى الجودو " ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات بورسعيد ، جامعة بورسعيد ، ٢٠١٣ .
٢٤. محمد حامد شداد : المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية المساهمة في مستوى أداء لاعبي الجودو ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٦ .
٢٥. محمد حسن علاوى : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٢ .
٢٦. محمد رضا الروبي : برامج التدريب والتمرينات وتمرينات الأعداد ، ماهي للنشر والتوزيع ، الاسكندرية ٢٠٠٧ .
٢٧. محمد سعد على : أثر تطوير بعض القدرات الحركية الخاصة على فعالية الأداء المهاري لركلات لاعبي الكاراتيه مرحلة (١٢-١٣) سنة ناشئين " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بأبي قير ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩ .
٢٨. محمد صبحي حسانيين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، الجزء الثاني ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ، القاهرة

، ٢٠٠٠ .

٢٩. محمد عبدة محمد خضر : تأثير تدريبات الإدراك الحس - حركي على مستوى

الإنجاز الرقمي لفئة المكفوفين في مسابقة رمي الرمح

، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ،

جامعة الزقازيق ، ٢٠١٥ م

٣٠. مسعد على محمود : المبادئ الأساسية للمصارعة الرومانية والحرّة للهواة ،

ط ٢ ، دار الطباعة للنشر والتوزيع ، كلية التربية

الرياضية ، جامعة المنصورة ٢٠٠١ .

٣١. مفتى إبراهيم حماد : الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،

١٩٩١ .

٣٢. مفتى إبراهيم حماد : التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة ، دار

الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٦ .

٣٣. مفتى إبراهيم حماد : الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،

١٩٩١ .

٣٤. ميادة حمدي أبراهيم يحيى : ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية بمهارة العدو

في المرحلة الأولى من التعليم الأساسي ، رسالة

ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة

الزقازيق ، ٢٠٠٩ م

٣٥. نيفين حسين محمود : فنون الجودو ، ط٢ ، دار المنهل ، الزقازيق ، ٢٠١٤ .

٣٦. هانى عادل مرسى : تأثير برنامج تدريبي لبعض المهارات الهجومية

المركبة على مستوى أداء لاعبي رياضة الجودو " ،

رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا

، ٢٠٠٤ .

٣٧. وجيه أحمد شمندی : إعداد لاعب الكاراتيه للبطولة ، مطبعة خطاب ،

القاهرة ، ٢٠٠٢ .

أ.م.د. / أحمد محمد عبد المنعم علام - د/ أحمد عيد يوسف قطب

٣٨. وليد محمد شيبوب : تأثير تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة على مستوى أداء اللكمات الأكثر استخداماً للاعبين الكاراتيه " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية جامعة الفاتح ، ١٩٩٧ م .

٣٩. يحيى الصاوي محمود : القدرات الحس حركية وعلاقتها بدقة الأداء المهاري لبعض حركات لاعبي الجودو، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين، ع ٣ ، ٢٠٠١.

٤٠.Biddle, Start Psychology of physical Education and Sports: A Practical Guide for Teachers", ٣rd ed, F.I.T. Systems Ltd, U.K (١٩٩٦):

٤١.Blundell N.L. A multivariate analysis of the visual-perceptual attributes of male and female tennis players of varying ability levels. Psychology of Motor Behaviour and Sport: North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity. University of Maryland, .١٣٤-١٤٢ (٢٠١٢):

٤٢.Ellard , C . , The effect of sense motion exercises on walking , S.D.S.rivista , di cultura sportiva , Roma jan . , ٢٠٠٣ .

٤٣.Ferry , D . & Morizort , A . imagine On motor skills physical education and reaction , U.S.A. , ٢٠١٢. (٢٠١٢):

٤٤.Ghasemi A., The Difference in Visual Skills Between Expert Momeni M., Rezaee Versus Novice Soccer Referees. Journal of M., Gholami A. Human Kinetics ٢٢, ١٥-٢٠. DOI: (٢٠٠٩). ١٠.٢٤٧٨/٧١٠٠٧٨-٠٠٩-٠٠١٨-١.

٤٥.Hitzeman S.A., What the literature says about sports vision. Beckerman S.A. Optom Clin. ٣(١):١٤٥-١٦٩.

(٢٠٠٣):

٤٦. John M, A. Asymmetry of complex reaction time in
Poliszczuk T, female epee fencers of different sport classes.
Poliszczuk D, movement anticipation in elite female basketball
Dąbrowska-Perzyna players. Pol J Sport Tourism. .

(٢٠١٣) :

٤٧. Mańkowska M, Visual perception and its effect on re action time
Poliszczuk T, and time - movement anticipation in elite female
Poliszczuk D, John basketball players. Pol J Sport Tourism.

M. (٢٠١٥) :

٤٨. Mechling & Motor - Acoustic Trans Formation , instate of
Effenhry (٢٠٠٠) : sport - science and sport , university of bonee ,
nachtigallemweg , D. ٥٣ / ٢٧ , bonee , Germany.

٤٩. Mtkowic B & Morphological characteristics of female
Ivanek M (١٩٩٤) : basketball players Biology of sport.

٥٠. Nathanael Ong The use of the Vienna Test System in sport
(٢٠١٥) : psychology research: A review , International
Review of Sport and Exercise Psychology .

<https://www.researchgate.net/publication/٢٨٢٤٤٨١٣٠>

٥١. Neil Ohlenkan Judo Unleashed includes theory , principles and
(٢٠٠٦) : techniques.

٥٢. Ong, N. C. H. The use of the Vienna Test System in sport
(٢٠١٥): psychology research: A review. International
Review of Sport and Exercise Psychology, ١(١),
٢٠٤-٢٢٣.

٥٣. Robert V. Physical fitness , " the pathway to healthy living
Hockey (٢٠٠٠) " ٤th ed CV , Mosby company

٥٤. Rogers.C.C.,(٢٠٠٣): Judo a sport fit for everybody physical and
sports medicen (Minneapolis) ١٤ (٤) .

٥٥. Sanjiv Dutta , A Comparative Study Of Psychomotor Abilities
Dr.Agyajit Of School And University Level Athletes ,
Singh(٢٠١٣): International Journal Of Behavioral Social And
Movement Sciences .

٥٦. Schmidt , L . , & Motor learning and performance human kinetics
Richard , K . (٢٠٠٠) , USA .

:

٥٧.Schuhfried, G. Vienna Test System: Psychological assessment. (٢٠١٣) : Moedling, Austria: Schuhfried. www.schuhfried.com

٥٨.Stine C.D., Vision and sports: a review of the literature. J Arterburn M.R., Am Optom Assoc. ٥٣(٨):٦٢٧-٣٣. Stern N.S. (٢٠٠٢):

٥٩.Turosz MA, interkorelacje zdolności koordynacyjnych ze Sadowski J, zmiennymi psychicznymi w okresie Graczyk M., and przygotowawczym i startowym Kadry Polski Zróznicowanie wioślarzy [Individual differences and interactions of coordination abilities and mental variables in preparatory and starting periods of Polish national team rowers]. Medycyna Sportowa. ٢٠٠٧;٣(٦):١٤٩-١٥٤.

٦٠.Williams A.M. Perceptual expertise. In: Expert performance in sports.(ed Starkes, J.L. and Ericsson, K.A.). Human Kinetics: Champaign, Illinois.

٦١.Sport psychological ability and personality assessment with the Vienna Test System SPORT. (٢٠٢٠) :Retrieved October ٢١, ٢٠٢٠, from <http://www.schuhfried.com/viennatestsystem١٠/vienna-test-system-vts/vienna-test-system-sport/>

