



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية الأساسية  
الدراسات العليا

# نسبة مساهمة أهم القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية

أطروحة مقدمه من قبل

أفراح عبد القادر عباس المنصوري

إلى مجلس كلية التربية الأساسية- جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه  
فلسفة علوم التربية الرياضية

بإشراف

أ.د. فرات جبار سعد الله

2014م

1435هـ



وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ

حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾

صدق الله العظيم

الطلاق/2-3

## أقرار المشرف

أشهدُ إن إعداد هذه الأطروحة الموسومة بـ (( نسبة مساهمة اهم القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية )) المقدمة من طالبة الدكتوراه ( أفراح عبد القادر عباس ) تمت بأشرافي في جامعة ديالى كلية التربية الأساسية وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في علوم التربية الرياضية .

التوقيع

المشرف

أ . د فرات جبار سعد الله

2014 / /

بناءً على التعليمات والتوصيات نرشح هذه الأطروحة للمناقشة

التوقيع

أ.د فرات جبار سعد الله

معاون العميد للشؤون العلمية

والدراسات العليا

2014

## اقرار المقوم اللغوي

أشهد أن إعداد هذه الأطروحة الموسومة ب : (( نسبة مساهمة اهم القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية )) المقدمة من طالبة الدكتوراه ( أفراح عبدالقادر المنصوري ) تمت مراجعتها من الناحية اللغوية وأصبح أسلوبها سليماً وخالياً من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع

قاسم محمد اسود

2014 / 4 / 17

## اقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهدُ نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقويم أطلعنا على أطروحة الدكتوراه الموسومة بـ :  
 (( نسبة مساهمة أهم القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج لاعبي القوس والسهم في  
 البطولة العربية )) المقدمة من طالبة الدكتوراه (أفراح عبدالقادر عباس المنصوري ) وناقشنا  
 الطالبة في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونقدر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الدكتوراه في  
 علوم التربية الرياضية .

التوقيع :  
 أ.د. اخلاص حسين دحام  
 عضو اللجنة

التوقيع:  
 أ.د. فاطمة عبد مالح  
 عضو اللجنة

التوقيع :  
 أ.د.م فخر الدين قاسم  
 عضو اللجنة

التوقيع :  
 أ.د.م الاء زهير مصطفى  
 عضو اللجنة

التوقيع:  
 ا.د عامر سعيد الخيكاني  
 رئيس اللجنة

صادق مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى على قرار اللجنة .

التوقيع

أ . م . د حاتم جاسم عزيز

عميد كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى

2014 / /

## الإهداء

إلى روح الكريم أبي...

إلى روح الكريمة أمي...

إلى من غذى قلبي وعقلي نورا وحكمة من آيات الله  
 وإلى من غذى بحنانها ولبانها إلى هذين الكريمين اهدي  
 ما جنته اليدين فاللهم اخلص عملي وانفع به عبادك  
 اللهم وانفع به والدي وارحمهما كما ربياني صغيراً  
 إلى شمس الحياة إخوتي وأخواتي وأولادهم  
 إلى صديقات العمر عرفانا بالجميل ....

## الشكر والامتنان

كيف اشكرك ياربي ولساني عاجز عن الشكر كيف احمذك وقلبي ينبض كل يوم بفضل رحمتك اي شكر يوفيك حقك ياخالقي اشكرك بعدد خلقك وموجبات رحمتك التي وسعت كل شيء والصلاة والسلام على أفضل الخلق محمد صلى الله عليه وسلم وعلى اله الطيبين الطاهرين وصحبة أجمعين .

الشكر إلى عمادة كلية التربية الأساسية وأساتذتي في السنة التحضيرية وسنتي البحث والى كل من علمني حرفا منذ الصغر ولحد هذه اللحظة والشكر لمشرفي الأستاذ الدكتور فرات جبار سعد الله لإشرافه على أطروحتي وأخرجها بهذا الشكل فجزاه عني خير الجزاء وقسم التربية الرياضية جميعا, أما الشكر الذي لا اعرف كيف اعبر عنه ولن استطيع رده فهو لصديقتي فلقد فتحو لي القلوب وأعطوا بلا مقابل واخص بالذكر منهم صديقتي ست جنان وزوجها السيد فارس واولادهم جميعا جزأهم الله خير الجزاء وصديقه الأيام الصعبة المدرس الدكتور منى طه إدريس وزوجها السيد حجي فراس والحاجه أم فراس فلقد كانت اما لي جزاها الله عني خير الجزاء وأولادهم ,والشكر الاخوتي في جامعة ديالى المدرس المساعد الاخ عباس حسن والاخ نصير وزملائي اصحاب الخلق النبيل

وجمعيا , وأسمى معاني الشكر والتقدير و عرفانا بالجميل وامنتان وفضل طوق عنقي إلى يوم الدين الى صديقتي الأستاذ الدكتور فاطمة عبد مالح وزوجها الفاضل السيد محمد وابنهم نوفل والى رفيقه الدرب العلمي صديقتي الأستاذ الدكتور أخلاص حسين فهي من شجعني لإتمام دراستي العليا فقد تجلت صاحبة هذا الإخلاص أخلاصا وعلما و فلها مني كل الشكر واشكر ومن قضيت معهم أيام الدراسة ومعاناتها زملائي في الدكتوراه, أساتذتي الافاضل الأستاذ الدكتور رافع الكبيسي , الاستاذ الدكتور غازي صالح والاستاذ الدكتور علي يوسف لك مني ألف شكر وامنتان

وكذلك الاستاذ والدكتور عامر سعيد الدكتور عكله سلمان لانسى نصائحكم العلمية بارك الله بكم والشكر موصول لزملائي بالاتحاد العراقي بالقوس والسهم أمين سر الاتحاد كريم حمد كاظم والأمين المالي السيد فائق حمود والحكم الدولي السيد سرمد عبد الهادي فلقد كانوا نعم السند والعون لي بارك الله بيهم .

وزملائي أعضاء المكتب التنفيذي لاتحاد العربي للقوس والسهم ممثلاً برئيس الاتحاد الأستاذ الدكتور محمد صبحي حسانين والأستاذ الدكتور احمد فاروق وجميع رؤساء الاتحادات العربية والشكر كل الشكر لعينه البحث المتعاونة جدا أبطال العرب من جميع البلدان المشاركة في البطولة العربية التاسعة وفرق العمل المساعد المدرس المساعد عباس حسن وصديقاتي جنان , منى , لاعبات القوس والسهم غزوه, فرح ولاعبتي المنتخب سعد حسن علي عدنان , علي حمد , علي محي, محمد جاسم , حسين خلف والمترجمة زهراء وصفي التي ساعدتني في اللقاء مع المدربين الأجانب والاستفادة من خبراتهم في مجال اللعبة ولانسى أخي أبو احمد وزوجته ام احمد وأولاد أخي مروه, احمد, زهراء, عبدالقادر) الذين شاركوني صعوبة سنوات الدراسة وكانوا السند والعون لهم مني ألف شكر وأعانني الله على رد الجميل لهم أخواتي لكم كل الحب والشكر إخواني سندي في الحياة لكم إلف شكر وشكر.صديقاتي يسرى حسون التي لم تكف ان تدعو لي يوماً لها مني كل الشكر وصديقتي شيماء صاحبة المواقف النبيلة لها مني كل الشكر هي وعائلتها الكريمة ولاسيما اختها رجاء ووالدتهم الاخ الذي لم تلده امي المدرس المساعد نصير حميد كريم استاذ المساعد اسعد السلامي الذي لم يبخل عليه بالمعلومة ويعذرني من فاتتي ذكر اسمه.



رقم الصفحة	قائمة المحتويات	ت
1	العنوان.	
2	الآية القرآنية.	
3	إقرار المشرف وترشيح لجنة الدراسات العليا.	
4	إقرار المقوم اللغوي.	
5	إقرار لجنة المناقشة والتقويم.	
6	الإهداء.	
7	الشكر والتقدير.	
9	مستخلص الرسالة.	
13	قائمة المحتويات.	
20	قائمة الجداول.	
22	قائمة الإشكال.	
23	قائمة الصور.	
25	قائمة الملاحق	
	<b>الباب الأول</b>	
27	التعريف بالبحث:-	-1
27	مقدمة البحث وأهمية:-	1-1
28	مشكلة البحث.	2-1
29	أهداف البحث.	3-1
29	فرضيات البحث.	4-1
29	مجالات البحث:	5-1
29	المجال البشري:	1-5-1
29	المجال الزمني:	2-5-1
29	المجال المكاني:	3-5-1

	الباب الثاني	
32	الدراسات النظرية والدراسات السابقة:	-2
32	الدراسات النظرية :	1-2
32	القدرات البصرية :	1-1-2
34	العوامل الأساسية لعمل القدرات البصرية :	1-1-1-2
34	أولاً- الجهاز البصري :	
35	ثانياً- الضوء:	
35	ثالثاً- الحواف:	
36	رابعاً- الخبرة:	
37	خامساً- التغيير:	
37	سادساً- الحده:	
38	القدرات البصرية في المجال الرياضي :	2-1-1-2
41	أولاً- الدقة البصرية الثابتة:	
43	ثانياً- التتبع البصري :	
45	ثالثاً- التركيز البصري:	
45	رابعاً- تمايز الألوان:	
47	المهارات النفسية:	2-1-2
52	الانتباه:	1-2-1-2
52	أولاً - مفهومه:	
53	ثانياً- الانتباه في المجال الرياضي:	
54	ثالثاً- طبيعة عملية الانتباه:	
56	رابعاً-العوامل المؤثرة في الانتباه:	
58	خامساً- تركيز الانتباه:	
61	سادساً- طرائق تدريب تركيز الانتباه:	

63	الثقة بالنفس:	2-2-1-2
63	أولاً- مفهومها:	
64	ثانياً- فوائد الثقة بالنفس:	
65	ثالثاً- العوامل المؤثرة في بناء الثقة بالنفس	
66	رابعاً- أنواع الثقة بالنفس:	
68	التصور العقلي:	3-2-1-2
68	أولاً - مفهومه:	
70	ثانياً- أنواع التصور العقلي:	
71	ثالثاً- طرائق تطبيق التصور العقلي:	
73	رياضة القوس والسهم.	3-1-2
73	أولاً - أسسها وطبيعتها :	
75	ثانياً- الأدوات المستعملة في القوس والسهم.	
94	المهارات الأساسية والفنية للقوس والسهم:	1-3-1-2
99	أولاً- الوقوف:	
101	ثانياً - وضع أصابع اليد الساحبة للوتر:	
103	ثالثاً - وضع اليد الحاملة للقوس:	
104	رابعاً- وضع الذراع الممسكة بالقوس:	
105	خامساً- السحب:	
106	سادساً- التثبيت:	
107	سابعاً- الشد والانتظار:	
107	ثامناً- التهديف:	
108	تاسعاً- الإطلاق:	
109	عاشراً- المتابعة:	
110	الدراسات السابقة:	2-2

113	مناقشة الدراسات السابقة :	4-2-2
	<b>الباب الثالث</b>	
117	منهج البحث واجراءته الميدانية.	-3
117	منهج البحث.	-1-3
117	مجتمع البحث وعينته.	-2-3
118	الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات.	3-3
119	وسائل جمع المعلومات.	1-3-3
119	الأجهزة و الأدوات المستعملة في البحث.	2-3-3
120	إجراءات البحث الميدانية.	4-3
121	تحديد القدرات البصرية.	1-4-3
122	تحديد اختبارات القدرات البصرية.	2-4-3
122	اختبارات القدرات البصرية.	3-4-3
122	اختبار التركيز البصري.	1-3-4-3
123	اختبار تمايز الألوان .	2-3-4-3
124	اختبار الدقة البصرية.	3-3-4-3
125	اختبار التتبع البصري.	4-3-4-3
127	تحديد المهارات النفسية.	4-4-3
128	تحديد مقاييس المهارات النفسية.	1-4-4-3
129	مقياس تركيز الانتباه .	1-1-4-4-3
132	مقياس التصور العقلي.	2-1-4-4-3
133	مقياس الثقة بالنفس.	3-1-4-4-3
134	حساب نتائج المنافسات في رياضة القوس والسهم.	5-4-3
135	التجربة الاستطلاعية.	5-3
135	التجربة الاستطلاعية الأولى.	1- 5-3

136	التجربة الاستطلاعية الثانية.	2- 5-3
136	الأسس العلمية للاختبارات:-	3-5-3
136	صدق الاختبارات.	1-3-3-3
137	ثبات الاختبار.	2-3-5-3
137	موضوعية الاختبارات.	3-3-5-3
138	إجراء التجربة الرئيسية.	6-3
139	الوسائل الإحصائية.	7-3
<b>الباب الرابع</b>		
142	عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:	-4
142	عرض وتحليل نتائج القدرات البصرية.	1-4
145	عرض وتحليل المعالم الإحصائية لنتائج اختبارات بعض القدرات البصرية لإفراد عينة البحث:	1-1-4
145	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط و نسبة مساهمة بعض القدرات البصرية مع نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	2-1-4
145	عرض وتحليل نتائج اختبار التركيز البصري ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	1-2-1-4
146	عرض وتحليل اختبار الدقة البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	2-2-1-4
147	عرض وتحليل نتائج اختبار تمايز الالوان ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	3-2-1-4
148	عرض وتحليل نتائج اختبار التتبع البصري ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	4-2-1-4
149	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط المتعدد والانحدار	3-1-4

	الخطي ونسبة المساهمة بين بعض القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	
153	مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين بعض القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	4-1-4
155	عرض وتحليل نتائج المهارات النفسية.	2-4
155	عرض وتحليل المعالم الإحصائية لمقاييس لبعض المهارات النفسية لإفراد عينة البحث:	1-2-4
157	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط و نسبة مساهمة لبعض المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	2-2-4
158	عرض وتحليل نتائج مقياس تركيز الانتباه ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	1-2-2-4
158	عرض وتحليل نتائج مقياس التصور العقلي ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	2-2-2-4
159	عرض وتحليل نتائج مقياس الثقة ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	3-2-2-4
160	عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي ونسبة المساهمة بين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	3-2-4
162	مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين بعض المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	4-2-4
	<b>الباب الخامس</b>	
166	الاستنتاجات والتوصيات:	-5

166	الاستنتاجات :	1-5
167	التوصيات:	2-5
169	المصادر العربية والأجنبية	
169	أولا : المصادر العربية	
176	ثانيا : المصادر الأجنبية	
178	الملاحق	
A-D	الملخص اللغة الانكليزية	

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	ت
118	يبين عدد الفرق واللاعبين المشاركين	1
121	يبين الاهمية النسبية لاتفاق الخبراء والمتخصصين لتحديد القدرات البصرية	2
128	يبين الاهمية النسبية لاتفاق الخبراء والمتخصصين لتحديد المهارات النفسية	3
138	يبين معامل الصدق والثبات والموضوعية في اختبارات القدرات البصرية.	4
142	يبين المعالم الاحصائية لنتائج القدرات البصرية لافراد عينة البحث:	5
145	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار التركيز البصري ونتائج المنافسات.	6
146	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار الدقة البصرية ونتائج المنافسات	7
147	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار تمايز الالوان ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.	8
148	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار التتبع البصري ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .	9
155	يبين علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي ونسبة المساهمة بين القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.	10
157	يبين المعالم الاحصائية لنتائج المهارات النفسية لافراد عينة البحث	11
157	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين مقياس تركيز الانتباه ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.	12
158	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين التصور العقلي ونتائج	13



	منافسات لاعبي القوس والسهم.	
159	يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين مقياس الثقة بالنفس ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.	14
160	يبين علاقة الارتباط والانحدار الخطي ونسبة المساهمة بين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم	15

الصفحة	عنوان الشكل	ت
56	يوضح دور الانتباه في الإدراك واتخاذ القرار	1
67	يوضح منحى U المقلوب يوضح العلاقة بين الثقة بالنفس والأداء	2
144	يوضح مدى التوزيع الطبيعي لافراد عينة البحث في القدرات البصرية.	3
151	يوضح الانحدار الخطي لانتشار بعض القدرات البصرية مع نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم	4
157	يوضح مدى التوزيع الطبيعي لافراد عينة البحث في المهارات النفسية.	5
162	يوضح الانحدار الخطي لانتشار المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم	6

## قائمة الصور

الصفحة	عنوان الصورة	ت
75	توضح القوس	1
75	توضح المقبض .	2
77	توضح نقطة التثبيت	3
78	توضح المسند	4
79	توضح المنظار	5
80	توضح عصا الاتزان الامامية	6
80	توضح عصا الاتزان الجانبية .	7
81	توضح أجزاء القوس	8
82	توضح جسم السهم	9
83	توضح رأس السهم	10
83	توضح قاعدة السهم	11
84	توضح ريش السهم	12
86	توضح أحد ملاعب القوس والسهم	13
88	توضح وجه لوحة التهديد	14
89	توضح جهاز ( سكاپور ) رباط الشد	15
92	توضح بعض الملحقات بالقوس والسهم.	16
93	توضح بعض الحقائق والجعب.	17
94	توضح كيفية استخدام كلا العينين في رياضة رمية القوس والسهم	18
95	توضح استخدام الأستيك	19
95	توضح وضع الأقدام على خط الرمي.	20
99	توضح الوقفة الطبيعية	21
100	توضح الوقفة المفتوحة والمغلقة	22
100	توضح نقطة تثبيت نهاية السهم بالوتر	23

101	توضح وضع أصابع اليد الساحبة للوتر	24
102	توضح وضع اليد الحاملة للقوس.	25
103	توضح وضع الذراع الممسكة بالقوس	26
104	توضح عملية السحب	27
105	توضح عملية السحب والتثبيت.	28
107	توضح عملية الانتظار والتهديف	29
108	توضح عملية انطلاق السهم نحو الهدف	30
108	توضح عملية نزول القوس بعد انطلاق السهم	31
122	توضح إختبار التركيز البصري	32
123	توضح إختبار تمايز الالوان	33
124	توضح إختبار الدقة البصرية في مركز الهدف.	34
125	توضح إختبار التتبع البصري على الارقام .	35

### قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	ت
178	يوضح الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم القدرات البصرية واختباراتها .	1
179	استمارة استطلاع آراء الخبراء في تحديد أهم القدرات البصرية .	2
181	استمارة استطلاع آراء الخبراء في تحديد أهم المهارات النفسية .	3
183	يوضح قائمة حالة الثقة بالنفس .	4

184	يوضح مقياس التصور العقلي .	5
188	يوضح اختبار ( بوردن - انفيموف) المعدل للانتباه .	6
189	يوضح لوحة لقياس بعض القدرات البصريه .	7
190	يوضح فريق العمل المساعد .	8



## نسبة مساهمة بعض القدرات البصريه والمهارات النفسيه بنتائج لاعبي القوس والسهم في بطولة العربية

الباحثة : أفراح عبد القادر عباس المنصوري

ياشرف: أ.د. فرات جبار سعد الله

أن لعبة القوس والسهم من الألعاب الفردية التي تعتمد على الأرقام في حسم المنافسات, إذ إنّ النقطة تكون حاسمه في المنافسة . لذا يتوجب على اللاعب استغلال كل مايمتلك من قدرات والمهارات لإحراز التفوق وضمان الفوز بالمنافسة, ويسبب تنوع القدرات المطلوبة للاعبين لهذا النوع من الرياضة , وجب تحديدها وتحديد النسب المطلوبة في كل قدرة أو مهارة , ومدى تأثيرها في انجاز اللاعبين, لذا تكمن أهمية البحث في دراسة القدرات البصرية والمهارات النفسية للاعبي القوس والسهم, وهي من المحددات المهمة والضرورية في هذه الرياضة . والتي يجب أن تأخذ بنظر الاعتبار من قبل المدربين في تدريب اللاعبين واختيارهم لتمثيل المنتخبات الوطنية .

وكون الباحثة مارست هذه اللعبة ك لاعبة، وكمدربة، وكإدارية لسنوات طويلة، وجدت إن أغلب العاملين على تدريبها يجهل مساهمة هذه القدرات والنسب المطلوبة منها في تطوير الإنجاز، لذا عملت لحل هذه المشكلة، وإيضاح أي من القدرات البصرية، والمهارات النفسية يمكن أن تكون لها علاقة بالإنجاز وماهي النسب المطلوبه من هذه القدرات والمهارات، لكي تكون مستقبلا في اهتمام المدربين حين يضعون برامجهم التدريبية لهذه القدرات والمهارات، لتحقيق الانجاز العالي في رياضه القوس والسهم .

وهدفت الدراسة الى :

- التعرف على قيم بعض (القدرات البصرية والمهارات النفسية) لدى لاعبي القوس والسهم .

- التعرف على علاقة الارتباط بين بعض ( القدرات والبصرية والمهارات النفسية ) ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .

- التعرف على نسب مساهمة بعض ( القدرات البصرية والمهارات النفسية ) بنتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

لذا استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالدراسة الارتباطية على لاعبي القوس والسهم فئة المتقدمين، المشاركين في البطولة العربية التاسعة المقامه في السليمانية للفترة من6-

2013/9/11 , حيث أن عدد اللاعبين الكلي (34) لاعب الذين يمثلون مجتمع البحث الكلي.

بعد أن حددت القدرات البصرية على ضوء ما أفرزته الاستبانة الخاصة بها ، اطلعت الباحثة على الاختبارات المتوافرة في المصادر العلمية ، وجدتها اختبارات طبية للقدرات البصرية، او اختبارات صممت لقياس القدرات البصرية لرياضة محددة، لا تتواءم مع رياضة القوس والسهم، لذا عملت الباحثة على تصميم لوحة لقياس بعض القدرات البصرية)، ومن ثم اجراء الاسس العلمية لها.( وتضمن اللوحة الدقة البصرية والتركيز البصري والتتبع البصري وتمايز الالوان). اما المهارات النفسية فهي (تركيز الانتباه والتصور العقلي والثقة بالنفس )، وتم حساب نتائج المنافسات على وفق القانون الدولي، ومن ثم ترتيب اللاعبين حسب نتائجهم الفردية من الأول إلى الاخير، وتم اعتماد النقاط المباشرة التي تم الحصول عليها من استمارة التسجيل لجميع افراد العينة ، وبعد جمع النتائج تم معالجتها احصائيا وتحليلها ومناقشتها، فاستنتجت الباحثة ما يأتي:

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض ( القدرات البصرية والمهارات النفسية ) ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

- وجود نسب مساهمة متباينة لبعض القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.



- أظهرت الدقة البصرية وتركيز الانتباه نسبة مساهمة عالية في تحديد نتائج منافسات اللاعبين .

- تعد القدرات البصرية والمهارات النفسية من العوامل المهمة في تحديد نتائج لاعبي القوس والسهم.

بناءً على ما ورد في البحث من استنتاجات توصي الباحثة بالآتي :-

1- وجوب الاهتمام بالقدرات البصرية والمهارات النفسية في المجال الرياضي بصفة عامة وفي رياضة القوس والسهم بصفة خاصة، مع وضع منهاج تدريبي بالقدرات البصرية والمهارات النفسية للاعبين القوس والسهم.

2- الاخذ بنظر الاعتبار القدرات البصرية والمهارات النفسية عند انتقاء او اختيار اللاعبين لتمثيل المنتخب الوطني او ممارسة رياضة القوس والسهم.

# الباب الأول

- 1- التعريف بالبحث :
- 1-1 مقدمة البحث وأهميته .
- 1-2 مشكلة البحث .
- 1-3 أهداف البحث .
- 1-4 فروض البحث .
- 1-5 مجالات البحث .
- 1-5-1 المجال البشري .
- 1-5-2 المجال الزماني .
- 1-5-3 المجال المكاني .

# الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 القدرات البصرية :

2-1-1-1 العوامل الأساسية لعمل القدرات البصرية :

اولا- الجهاز البصري :

ثانيا- الضوء:

ثالثا- الحواف:

رابعا- الخبرة:

خامسا- التغيير:

سادسا- الحده:

2-1-1-2 القدرات البصرية في المجال الرياضي :

أولا- الدقة البصرية الثابتة:

ثانيا- التتبع البصري :

ثالثا- التركيز البصري

رابعا- تمايز الألوان:

2-1-2 المهارات النفسية:

2-1-2-1 الانتباه:

أولا - مفهومه:

ثانيا- الانتباه في المجال الرياضي:

ثالثا- طبيعة عملية الانتباه:

رابعا-العوامل المؤثرة في الانتباه:

خامسا- تركيز الانتباه:

سادسا- طرائق تدريب تركيز الانتباه:

2-1-2 الثقة بالنفس:

أولاً- مفهومها:

ثانيا- فوائد الثقة بالنفس:

ثالثا- العوامل المؤثرة في بناء الثقة بالنفس

رابعا-أنواع الثقة بالنفس:

2-1-2-3 التصور العقلي:

أولاً - مفهومه:

ثانيا- أنواع التصور العقلي:

ثالثا- طرائق تطبيق التصور العقلي:

2-1-3 رياضة القوس والسهم.

اولا - أسسها وطبيعتها :

ثانيا- الأدوات المستعملة في القوس والسهم.

2-1-3-1 المهارات الأساسية والفنية للقوس والسهم:

اولاً - الوقوف:

ثانياً - وضع أصابع اليد الساحبة للوتر:

ثالثاً - وضع اليد الحاملة للقوس:

رابعاً - وضع الذراع الممسكة بالقوس:

خامساً - السحب:

سادساً - التثبيت:

سابعاً - الشد والانتظار:

ثامناً - التهديف:

تاسعاً - الإطلاق:

عاشراً - المتابعة:

2-2 الدراسات السابقة:

2-2-4 مناقشة الدراسات السابقة :

# الباب الثالث

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية.

3-1- منهج البحث.

3-2- مجتمع البحث وعينته.

3-3 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات.

3-3-1 وسائل جمع المعلومات.

3-3-2 الأجهزة و الأدوات المستعملة في البحث.

3-4 إجراءات البحث الميدانية.

3-4-1 تحديد القدرات البصرية.

3-4-2 تحديد اختبارات القدرات البصرية.

3-4-3 اختبارات القدرات البصرية.

3-4-3-1 اختبار التركيز البصري.

3-4-3-2 اختبار تمايز الألوان .

3-4-3-3 اختبار الدقة البصرية.

4-3-4-3 اختبار التتبع البصري.

4-4-3 تحديد المهارات النفسية.

1-4-4-3 تحديد مقاييس المهارات النفسية.

1-1-4-4-3 مقياس تركيز الانتباه .

2-1-4-4-3 مقياس التصور العقلي.

3-1-4-4-3 مقياس الثقة بالنفس.

5-4-3 حساب نتائج المنافسات في رياضة القوس والسهم.

5-3 التجربة الاستطلاعية.

1- 5-3 التجربة الاستطلاعية الأولى.

2- 5-3 التجربة الاستطلاعية الثانية.

3-5-3 الأسس العلمية للاختبارات:-

1-3-3-3 صدق الاختبارات.

2-3-5-3 ثبات الاختبار.

3-3-5-3 موضوعية الاختبارات.

6-3 إجراء التجربة الرئيسية.

7-3 الوسائل الإحصائية.

# الباب الرابع

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض وتحليل نتائج القدرات البصرية.

4-1-1 عرض وتحليل المعالم الإحصائية لنتائج اختبارات بعض القدرات

البصرية لإفراد عينة البحث:

4-1-2 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط و نسبة مساهمة بعض

القدرات البصرية مع نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .

4-1-2-1 عرض وتحليل نتائج اختبار التركيز البصري ونتائج

منافسات لاعبي القوس والسهم .

4-1-2-2 عرض وتحليل اختبار الدقة البصرية ونتائج منافسات

لاعبي القوس والسهم .

4-1-2-3 عرض وتحليل نتائج اختبار تمايز الالوان ونتائج منافسات

لاعبي القوس والسهم .

4-1-2-4 عرض وتحليل نتائج اختبار التتبع البصري ونتائج منافسات

لاعبي القوس والسهم .

4-1-3 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي

ونسبة المساهمة بين بعض القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي

القوس والسهم .

4-1-4 مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين بعض

القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .

4-2 عرض وتحليل نتائج المهارات النفسية.

4-2-1 عرض وتحليل المعالم الإحصائية لمقاييس لبعض المهارات

النفسية لإفراد عينة البحث:

4-2-2 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط و نسبة مساهمة لبعض

المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .

4-2-2-1 عرض وتحليل نتائج مقياس تركيز الانتباه ونتائج منافسات

لاعبي القوس والسهم .

4-2-2-2 عرض وتحليل نتائج مقياس التصور العقلي ونتائج

منافسات لاعبي القوس والسهم .

4-2-2-3 عرض وتحليل نتائج مقياس الثقة ونتائج منافسات لاعبي

القوس والسهم .

4-2-3 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي

ونسبة المساهمة بين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس

والسهم .

4-2-4 مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين بعض

المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم .



# الباب الخامس

5- الإستنتاجات والتوصيات :

1-5 الإستنتاجات

2-5 التوصيات

المصادر

الخالق

### 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

#### 3-1 منهج البحث:-

يعد المنهج الملائم من أهم الخطوات التي يترتب عليها نجاح البحث" إذ يعتمد المنهج على طبيعة المشكلة والهدف المراد تحقيقه". (1)

لذا استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبي المسح والعلاقات الارتباطية" والذي يهدف إلى تحديد درجة العلاقة بين متغيرين أو أكثر". (2)

#### 3-2- مجتمع البحث وعينته:-

يعد اختيار عينة البحث من الأمور الواجبة في البحث العلمي التي تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً صادقاً حقيقياً، إذ يقوم الباحث عادة بتحديد مجتمع الأصل حسب المشكلة أو الظاهرة التي يريد دراستها، وتعرف بأنها النموذج يمثل جانبا آخر من وحدات المجتمع الأصل<sup>(3)</sup>.

مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو القوس والسهم فئة المتقدمين، المشاركين في البطولة العربية التاسعة المقامه في السليمانية للفترة من 6-2013/9/11 حيث أن عدد اللاعبين الكلي (34) لاعب الذين يمثلون مجتمع

1- وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط1: (بغداد ، دار الحكمة ، 1985 )، ص301

2- خير الدين عويس؛ دليل البحث العلمي: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ) ص116 .

3- عامر إبراهيم فندي لحي؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات: (دار اليازوري العلمية ، 1999) ص137.

البحث، شكلوا نسبة 100% من مجتمع البحث. والجدول (1) بين عدد الفرق وعدد اللاعبين المشاركين في البطولة العربية التاسعة المقامة في السلبيمانية

### الجدول (1)

يبين عدد الفرق واللاعبين المشاركين

عدد اللاعبين	اسم الفريق	التسلسل
15	الفريق العراقي	1
10	الفريق الليبي	2
1	تونس	3
3	المغرب	4
2	الجزائر	5
3	السودان	6

### 3-3 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

أن الخطوات العلمية التي يقوم بها الباحث ،لايمكن أن تتم من دون أجهزة وأدوات ووسائل يستعين بها لحل مشكلته، ليتمكن من خلالها الحصول على المعلومات والبيانات التي تجعله يدرس مشكلته دراسة علمية، ويجد الحل المناسب لها، لتحقيق أهداف بحثه مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة . (1)

1- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية. ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995)

## 3-3-1 وسائل جمع المعلومات:

- ✓ المصادر العربية و الأجنبية .
- ✓ شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) .
- ✓ المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (1) .
- ✓ استمارة استطلاع آراء الخبراء حول تحديد اهم القدرات البصرية, ملحق (2).
- ✓ استمارة استطلاع آراء الخبراء حول تحديد اهم المهارات النفسية , ملحق (3).
- ✓ لوحة اختبار بعض القدرات البصرية.
- ✓ استمارة قياس الثقة بالنفس, ملحق (4).
- ✓ استمارة قياس التصور العقلي, ملحق (5).
- ✓ استمارة قياس تركيز الانتباه, ملحق (6).
- ✓ فريق العمل المساعد ملحق رقم ( 8 )

## 3-3-2 الأجهزة و الأدوات المستعملة في البحث :

- ملعب القوس والسهم.
- دريئه عدد (2) .
- أقواس عدد(34).
- أسهم عدد (304) .
- أهداف لغرض الاختبار عدد(5).

- اقلام استمارات تسجيل.
- جهاز حاسوب ياباني الصنع عدد(1).
- ساعة توقيت يابانية الصنع عدد(3).
- كاميرا تصوير فوتوغرافية نوع (Sony) عدد واحد.
- كأميرة تصوير فيديو Sony عدد واحد.
- مثير ضوئي ومثير صوتي .(بروجكتر ملون + سماعات صوت )

### 4-3 إجراءات البحث الميدانية:

### 3-4-1 تحديد القدرات البصرية:

اطلعت الباحثة على العديد من المصادر العلمية الخاصة بما يتعلق بالقدرات البصرية المهمة التي يجب توافرها عند لاعب القوس والسهم، واعدت الباحثة استمارة إستبانة، اشتملت على خمس عشرة قدرة بصرية بغية ترشيح ما هو ملائم لأهداف البحث واتفق الخبراء الملحق (1) على أربع لا قدرات ، والتي حصلت على نسبة مئوية (75%) فما فوق كما مبين في الجدول (2) ، كما قد أخذت الباحثة بالملاحظات التي أدرجت من قبل الخبراء .

الجدول (2)

يبين الاهمية النسبية لاتفاق الخبراء والمتخصصين لتحديد القدرات البصرية

ت	القدرات البصرية	يصلح	لايصلح	نسبة الاتفاق
1.	تمايز الالوان			%90
2.	البحث البصري			%66
3.	رد الفعل البصري			%60
4.	توازن العينين			%65
5.	القدرة على تحديد الابعاد			%60
6.	مرونة العين			%65
7.	التقدير البصري			%71
8.	<b>التركيز البصري</b>			<b>%95</b>
9.	حدة الابصار			%70
10.	الساحة البصرية			%65
11.	<b>التتبع البصري</b>			<b>%93</b>
12.	الذاكرة البصرية			%55
13.	<b>الدقة البصرية</b>			<b>%100</b>
14.	التوافق بين العين واليد			%65
15.	الوعي الخارجي			%50
16.	الاضافات ان وجدت			



### 3-4-2 تحديد اختبارات القدرات البصرية:

تعد الاختبارات من الوسائل المهمة لمعرفة مستوى الرياضي وهي المصدر الحقيقي للتعرف على الحالة التي وصل إليها الرياضي لان نتائج الاختبارات هي "وسيله مستخدمه من إصدار الإحكام على الأفراد"<sup>(1)</sup>. لذا يجب الاهتمام بعملية الاختبارات, لما لها من أهميه في تحقيق الأهداف الموضوعية, وان الاختبار هو "تمرين او موقف مقنن يعبر عن شيء يراد قياسه"<sup>(2)</sup>.

بعد أن حددت القدرات البصرية على ضوء ما أفرزته الاستبانة الخاصة بها ، اطلعت الباحثة على الاختبارات المتوافرة في المصادر العلمية , ووجدتها اختبارات طبية للقدرات البصرية, او اختبارات صممت لقياس القدرات البصرية لرياضة محددة لا تتواءم مع رياضة القوس والسهم, لذا عملت الباحثة على تصميم لوحة لقياس بعض القدرات البصرية (الملحق 7) بعد عرضها على الخبراء والمختصين , ومن ثم إجراء الأسس العلمية لها.

### 3-4-3 اختبارات القدرات البصرية:

#### 3-4-3-1 اختبار التركيز البصري .

**الهدف من الاختبار:** قياس قدرة اللاعب في التركيز البصري .

**طريقة الأداء:** يقف اللاعب على بعد(10م) من الهدف ( لوحة القياس للقدرات البصرية التي صممها الباحثة والمرفقة في الملحق 7) يرمى ستة أسهم خلال ثلاث

1 - مروان عبد الحميد إبراهيم؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية. ( عمان , دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع, 1999) ص28.

2-[http://media.wiley.com/product\\_data/excerpt/9X/04714908/047149089X.pdf](http://media.wiley.com/product_data/excerpt/9X/04714908/047149089X.pdf).

دقائق, ويعطي المدرب نوع الشكل المطلوبة التصويب عليه بغض النظر عن اللون

كأن يكون شكل الوجه الضاحك على سبيل المثال .كما في الصورة (32).

**حساب النتيجة :** تحسب نقطه لكل سهم يصيب الشكل المطلوب وصفر عندما

يخطئ الشكل. وبذا تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها ست درجة واقل

درجة صفر.



الصورة (32)

توضح اختبار التركيز البصري

3-4-2 اختبار تمايز الألوان .

الهدف من الاختبار قياس قدرة اللاعب في تمايز الألوان .

طريقة الأداء: يقف اللاعب على بعد(عشرة امتار ) من الهدف ( لوحة القياس

للقدرات البصرية التي صممتها الباحثة ) يرمى ستة أسهم خلال ثلاث دقائق,

ويعطي المدرب اللون المطلوبة التصويب عليه بغض النظر عن نوع الشكل كان يكون اللون الأحمر على سبيل المثال. كما في الصورة (33).

**حساب النتيجة:** تحسب نقطه لكل سهم يصيب اللون المطلوب وصفر عندما يخطئ اللون. وبذا تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها ست درجات واقل درجة صفر.



الصورة (33)

توضح اختبار تمايز الالوان

**3-4-3 اختبار الدقة البصرية:**

**الهدف من الاختبار** قياس قدرة اللاعب في دقة اصابة الهدف .

**طريقة الأداء:** يقف اللاعب على بعد(عشرة امتار) من الهدف يرمى سهمين خلال

دقيقة واحدة على وسط الهدف وفي المناطق(9-10-x ) فقط. كما في الصورة

(34).

حساب النتيجة: تحسب نقطة واحدة عندما يصيب السهم منطقة (9) ونقطتان يصيب السهم منطقة (10)، وثلاث نقاط عندما يصيب السهم منطقة (X). وصفر عندما يصيب السهم خارج الهدف المحدد. وبذا تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها ( ستة ) درجات و اقل درجة صفر.



الصورة (34)

توضح إختبار الدقة البصرية في مركز الهدف.

### 3-4-3-4 اختبار التتبع البصري :

الهدف من الاختبار قياس قدرة اللاعب في التتبع البصري .

طريقة الأداء: يقف اللاعب على بعد(عشرة امتار ) من الهدف يرمى ستة أسهم خلال(ثلاث ) دقائق, وتكون الأسهم مرقمه من رقم (1 الى 6) بحيث السهم رقم واحد يرمى على رقم واحد في لوحه القياس وهكذا... الى رقم ستة. كما موضح في

الصورة (35).

**حساب النتيجة :** تحسب نقطة واحدة عندما يصيب السهم الرقم المطلوب, و صفر عندما يصيب السهم الرقم او المكان الغير مطلوب .وبذا تكون اعلى درجة يمكن الحصول عليها (ست) درجات و اقل درجة صفر.



الصورة (35)

توضح اختبار التتبع البصري على الارقام .

### 3-4-4 تحديد المهارات النفسية:

لغرض تحديد المهارات النفسية الخاصة بلعبة القوس والسهم صممت الباحثة استمارة استبانته خاصة بالاعتماد على انودج (ابراهيم عبد ربه)<sup>(1)</sup> لمكونات المهارات النفسية هي:

- ✓ الاسترخاء .
- ✓ التصور العقلي.
- ✓ تركيز الانتباه.
- ✓ الثقة بالنفس.
- ✓ بناء الأهداف.
- ✓ ادارة الضغوط النفسية.
- ✓ الطاقة النفسية.

وكما موضح في الملحق (3) وعرضها على مجموعة من الخبراء<sup>(\*)</sup> في مجال التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي لتحديد المناسبة منها لرياضة القوس والسهم. واتفق الخبراء على (3) مهارات نفسية ، والتي حصلت على نسبة مئوية (75%) فما فوق كما مبين في الجدول (3).

1 - إبراهيم عبد ربه؛ المصدر السابق، ص13.

\*- ملحق رقم (1) الخبراء .

### الجدول (3)

يبين الأهمية النسبية لاتفاق الخبراء والمتخصصين لتحديد المهارات النفسية

ت	المهارات النفسية	يصلح	لايصلح	نسبة الاتفاق
1	الاسترخاء.			%71
2	التصور العقلي.			%96
3	تركيز الانتباه.			%99
4	الثقة بالنفس.			%86
5	بناء الأهداف.			%66
6	ادارة الضغوط النفسية.			%57
7	الطاقة النفسية.			%70
	الإضافات ان وجدت			
1				

### 3-4-4-1 تحديد مقاييس المهارات النفسية:

بعد أن حددت المهارات النفسية على ضوء ما أفرزته الاستبانة الخاصة بها ،

اطلعت الباحثة على الاختبارات المتوفرة في المصادر العلمية وهي مقننه ولها

معاملات صدق وثبات وموضوعية ,وكما يلي.

### 3-4-4-1-1 مقياس تركيز الانتباه :

استخدمت الباحثة اختبار (بوردين - أفيموف) ويعد هذا الاختبار احد الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمستخدمة لقياس خمسة من مظاهر الانتباه وهي ( الحدة, التركيز, الثبات, التوزيع, التحويل) وهذا المقياس عبارة عن استمارة تحتوي (٣١) سطراً من الأرقام الانكليزية موزعة على هيئة مجموعات تتكون كل مجموعة من (3-5) أرقام يحتوي كل سطر على (١٠) مجموعات مجموع أرقامها (٤٠) رقماً أي أن الاختبار يحتوي على (١٢٤٠) رقماً. كما موضح في ملحق (6).

وقد وضعت أرقام هذه الاختبارات بترتيب وتسلسل مقنن كما روعي في وضعها أن تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية أيضاً لتفادي احتمالات الحفظ , وقبيل تطبيق الاختبار يتم شرحه للاعبين المختبرين عن طريق ملاحظة لاستمارة قياس تحوي المكونات نفسها ولكن بترتيب يختلف عن استمارة الاختبار الأصلية لكي لا يحفظ المختبر ترتيب الأرقام المطلوبة.

يتم شرح الاختبار للاعبين المختبرين عن طريق ملاحظتهم لورقة المقياس وكما يأتي:-

- انظر إلى الورقة التي بين يديك بحيث تلاحظ الأرقام والتراكيب الموجودة بصورة جيدة وحاول أن تبحث عن الأرقام المطلوب منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم الجاف، وعلى المختبر إن يراعي الدقة



والسرعة قدر المستطاع لان مدة الاختبار (دقيقة واحدة) فقط، بحيث يتم شطب كل مجموعة تنتهي بالرقمين (97) وتبدأ بالأسطر الواحد بعد الآخر من اليسار إلى اليمين.

- يبدأ الاختبار بكلمة (استعد) وعند سماعها يأخذ (المختبر) ورقة الاختبار الموضوعية إمامه بصورة مقلوبة تعطى بعدها كلمة (أبدأ) فيقوم اللاعب بشطب الأرقام المطلوبة وعند انتهاء وقت الاختبار وهو (دقيقة واحد) تعطى كلمة (قف) ثم يقوم المختبر بوضع خط تحت آخر مجموعة وصل ليها.
- ويؤدي اللاعب هذا الاختبار مرتين. الأول منها يكون في مكان هادي، إما في الثاني فيؤدي بوجود مثير ضوئي ومثير صوتي مقنن، وانه في الوقت الذي تعطى فيه كلمة (ابدأ) يشغل القائم بالاختبار جهاز كهربائي مشتت للانتباه فيه مصباح ضوئي (بروجكتر) يعطي ومضة كل (5) ثوان علماً إن الجهاز موضوع على منضدة بحيث يكون المصباح في مجال رؤية المختبر وعلى مسافة (1 م) من مكان العمل وكذلك يوجد في الجهاز مشتت صوتي يعطي (60) دقة في الدقيقة الواحدة.

### التسجيل :

من اجل التوصل إلى درجة تركيز الانتباه قامت الباحثة بالإجراءات الآتية:

1. استخراج الحجم العام للجزء المنظور من الاختبار أي (كمية الأرقام التي تم رؤيتها ) من البداية وحتى كلمة قف ويرمز لها بالرمز (ع).
2. استخراج عدد الأرقام أ(ل) (97) المفروض شطبها في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (ط) والتي يتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار.
3. العدد العام للأخطاء(عدد الأرقام الساقطة من الشطب + عدد الأرقام التي شطبت خطأ) ويرمز لها بالرمز (خ).
4. معدل صحة العمل بالمعادلة ويرمز لها بالرمز (ق) حيث.  $ق = ط - خ \times \%$   
بعدها يتم استخراج حدة الانتباه ويرمز لها بالمعادلة الآتية:

$$ها_1 = ق \times ع$$

بعد احتساب الحدة بالاختبارين بحيث نحصل على:-

1. صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في الحالة الهادئة وبدون مشتت (مثير) ويرمز لها بالرمز (ها<sub>1</sub>).
2. صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه مع المثير الصوتي ويرمز لها بالرمز (ها<sub>2</sub>).
3. أن تركيز الانتباه يرمز له بالرمز (ت) وهو يستخرج من المعادلة:-  
(ت=ها<sub>2</sub>-ها<sub>1</sub>) وكلما انخفضت القيمة المستخرجة دل هذا على ارتفاع التركيز عند المختبر. (1)

### 3-4-4-1-2 مقياس التصور العقلي:

استخدمت الباحثة مقياس التصور العقلي للرياضي, ويتضمن هذا المقياس أربعة مواقف رياضية الممارسة الفردية, مشاهدة الزميل, اللعب مع الآخرين, الاداء في المنافسة ) ويتم الاستجابة لكل موقف عن طريق الابعاد الستة الآتية:

1. التصور البصري .

2. التصور السمعي.

3. الاحساس الحركي.

4. الحالة الانفعالية المصاحبة .

5. التحكم في الصورة .

6. التصور العقلي من منظور داخلي.

وتتراوح درجة كل بعد بين (20) كحد أعلى و (4) كحد أدنى في كل موقف,

وكلما اقتربت الدرجة من (٢٠) دل ذلك على المهارة في هذا البعد والدرجة المنخفضة

تعني احتياج الفرد إلى تطوير هذا البعد.

كما ان البعد خامس يشمل درجة التحكم بالصورة والتي تأخذ (خمس مستويات من

التحكم ) ادنى حد فيها واحد واعلى حد فيها خمسة.

تقدير درجات التصور العقلي :

التصور البصري = جمع الدرجات في العبارة (١) للمواقف الأربعة

التصور السمعي = جمع الدرجات في العبارة (٢) للمواقف الأربعة

الإحساس الحركي = جمع الدرجات في العبارة (٣) للمواقف الأربعة

الحالة الانفعالية المصاحبة = جمع الدرجات في العبارة (٤) للمواقف الأربعة

درجة التحكم بالصورة = جمع الدرجات في العبارة (5) للمواقف الأربعة

التسجيل: الحد الأدنى للمقياس بشكل كامل (25) درجة والحد الأعلى

للمقياس (100) درجة<sup>(1)</sup>، والملحق (5) يوضح ذلك .

### 3-1-4-4-3 مقياس الثقة بالنفس:

صممت روبين فيلي (1986) قائمه لمحاولة قياس حالة الثقة الرياضية

وتتكون القائمة من 13 عبارة ويقوم اللاعب بالإجابة على العبارات على مقياس

مدرج من 9 نقاط يحدد درجة الثقة الرياضية التي يتميز بها في اللحظة التي تسبق

الاشتراك المباشر في منافسة مهمه وذلك بالمقارنة بلاعب آخر سواء في فريقه

أو فريق آخر يتميز بأعلى درجة من الثقة بالنفس قبل اشتراكه منافسه مهمه وقام

محمد علاوي (1995) بتعريب القائمة وتقنينها<sup>(2)</sup>. وكما موضح في الملحق (4).

---

1 - أسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة، المفاهيم التطبيقات. ط3: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000 ) ص321 , 322.

2 - محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين . ط1: ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 19989 ) ص342 - 350 .

### 3-4-5 حساب نتائج المنافسات في رياضة القوس والسهم.

يتم حساب الانجاز على وفق القانون الدولي, ومن ثم ترتيب اللاعبين حسب نتائجهم الفردية من الأول إلى الاخير, وتم اعتماد النقاط المباشرة التي تم الحصول عليها من استمارة التسجيل لجميع افراد العينة وهي كالآتي :

- لكل لاعب اربع مسافات هي (30م-50م-70م-90م).
- لكل مسافة نعطي 6 ارسالات .
- كل ارسال 6 اسهم .
- قيمة كل سهم 10 درجات وبذلك تكون قيمة الارسال الواحد 60 درجة .
- اما قيمة الدرجات لكل مسافة تكون 360 درجة .
- تم اعتماد مسافة 70م كونها تعطي الترتيب الفردي للاعبين على حسب نتائجهم ووفقا للقانون الاتحاد الدولي. وبذا تكون النتائج للاعبين(360درجة كحد اعلى وصفر كحد ادنى) .

### 3-5 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية من المسائل المهمة في إجراء اي بحث, حيث تمثل (تجربة مصغرة للتجربة الرئيسية ويجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها التي تكون فيها التجربة الرئيسية حتى يمكن الأخذ بالنتائج وكذلك من اجل التعرف على المعوقات التي قد ترافق إجراء البحث لتجاوزها)<sup>(1)</sup>. وعملت الباحثة تجربتين استطلاعية من اجل الوقوف على السلبيات والايجابيات التي قد ترافق تصميم الاختبارات للقدرات البصرية او إجراء التجربة الرئيسية للبحث<sup>(2)</sup>. وكما يلي :

### 3-5-1 التجربة الاستطلاعية الاولى :

أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية اولى بتاريخ 2013/5/6, على (6) لاعب من فئة الشباب من المنتخب الوطني للقوس والسهم, والتي تضمنت كيفية تصميم اختبارات القدرات البصرية. وكان الهدف منها:

- تحديد الالوان والاشكال والارقام وعددها.
- تحديد ابعاد اللوحة .
- تحديد زمن الاختبار .
- تحديد عدد الاسهم وكيفية حساب الدرجات .

---

1- قيس ناجي ،سطويس احم د؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء فى المجال الرياضى. ( بغداد ، مطبعة التعليم العالى ، 1987 ) ص95 .

1- نوري إبراهيم الشوك و رافع صالح الكبيسي؛ دليل الباحث لكتابة الأبحاث فى التربية الرياضية. (بغداد، 2004 ) ص 89 .

( \* ) فريق العمل المساعد ملحق (8) .

### 3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية :

أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 20/8/2013, على (سنة)

لاعب من فئة الشباب من المنتخب الوطني للقوس والسهم, وكان الهدف منها:

- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثة.
- معرفة الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات والقياسات .
- التأكد من كفاءة فريق العمل<sup>(\*)</sup> ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات والقياسات .
- اختبار صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة واستمارة جمع البيانات .
- إيجاد الشروط والأسس العلمية للاختبارات .

### 3-5-3 الأسس العلمية للاختبارات:-

#### 3-5-3-1 صدق الاختبارات:

يقصد بصدق الاختبار "أن يقيس الخاصية التي وضع من أجلها"<sup>(1)</sup>. وقد اعتمدت الباحثة على صدق المحكمين من خلال اتفاق الخبراء الذين اعتمدتهم في ترشيح الاختبارات، وقد اعتمدت الباحثة نسبة (75%) كحد أدنى لاتفاق آراء الخبراء والمتخصصين حول قبول الاختبار، إذ يذكر (بلوم ) أن"على الباحث

الحصول على موافقة بنسبة 75% فأكثر من آراء المحكمين في هذا النوع من  
الصدق<sup>(1)</sup>

### 3-5-3 ثبات الاختبار:

يعني ثبات الاختبار درجة التماسك والدقة التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة أن  
تقيس الظاهرة موضوع القياس<sup>(2)</sup>، وقد استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبارات  
بعد فاصل زمني على عينة من اللاعبين الشباب للمنتخب العراقي وهم (ست )  
لاعبين بتاريخ من 20-8-2013، ثم أعيد تطبيقها مرة ثانية بعد مرور  
(سبعة ايام)، بتاريخ 27-8-2013 واجري معامل الارتباط البسيط بين درجات  
الاختبارين و أظهرت نتائج معامل الارتباط أن هناك علاقة ارتباط عالية، مما يؤكد  
ثبات الاختبارات .

### 3-3-5-3 موضوعية الاختبارات:

"الموضوعية هي عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على  
موضوع معين"<sup>(3)</sup> وبالرغم من أن الاختبارات المستعملة هي سهلة وواضحة فضلا  
عن إن فريق العمل<sup>(4)</sup> من ذوي الاختصاص في مجال التربية الرياضية، فقد

---

1 - بنيامين بلوم واخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، (ترجمة ) محمد أمين المفتي واخرن : (دار الحكمة ماكجروهيل  
للنشر ، 1983)ص30.

2 - ليلي السيد فرحات ؛ القياس المعرفي الرياضي . ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2002)ص64.

3- مصطفى حسين الباهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق . ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر  
، 1999) ص64.

• - ملحق 8.



تحققت الباحثة منها، وذلك بتسجيل نتائج(سته) لاعبين من قبل حكمين(\*\*) ومن ثم إجراء معامل الارتباط بين درجاتهم ، فتيين أن الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية ،كما هو مبين في الجدول (4).

#### الجدول(4)

يبين معامل الصدق والثبات والموضوعية في اختبارات القدرات البصرية

ت	اختبارات القدرات البصرية	الصدق	الثبات	الموضوعية
1	التركيز البصري	%95	0,88	0,96
2	تمايز الالوان	%90	0,85	0,97
3	الدقة البصرية	%100	0,83	0,99
4	التتبع البصري	%93	0,89	0,96

#### 3-6 إجراء التجربة الرئيسية :-

طبقت اختبارات القدرات البصرية على عينة البحث يوم 2013/9/4 . في ملعب التربية في السليمانية .

- طبقت المقاييس النفسية على عينة البحث قبل المنافسة بيوم واحد وبتاريخ 2013/9/5.قاعة ملعب التربية في السليمانية .

•• - تم تحكيم الاختبار من قبل كل من :

- 1- السيد سرمد عبد الهادي . حكم دولي قوس وسهم .
- 2- السيد عدنان جلاب . حكم محلي ، قوس وسهم .

- بدأت البطولة يوم 2013/9/6 ولغاية 2013/9/11 ، في ملعب نادي  
السليمانية ، وتم جمع نتائج الانجاز من اللجنة التحكيمية في نهاية البطولة .

- 3-7 الوسائل الإحصائية :

- استعملت الباحثة الحقيبة الإحصائية الجاهزة (spss) وعلى وفق القوانين  
الآتية<sup>(1)</sup>.

1- الوسط الحسابي.

2 - الانحراف المعياري.

3 - معامل الالتواء البسيط.

4- قانون النسبة المئوية .

5- قانون الارتباط المتعدد (الانحدار الخطي).

6 - قانون نسبة المساهمة.

7- قانون الارتباط البسيط (بيرسون).

---

1 - جولي بالانت؛ التحليل الإحصائي باستخدام برنامج spss، ترجمة خالد العامري ؛ ط1:(القاهرة ،دار  
الفاروق،2006) ص56.

## 4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

## 4-1 عرض وتحليل نتائج القدرات البصرية.

## 4-1-1 عرض وتحليل المعالم الاحصائية لنتائج اختبارات بعض القدرات البصرية

لافراد عينة البحث:

## الجدول (5)

يبين المعالم الاحصائية لنتائج القدرات البصرية لافراد عينة البحث:

القدرات البصرية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	اكبر قيمة	اقل قيمة
تركيز البصري	درجة	4,11	1,09	0,19	6	2
الدقة البصرية	درجة	4,61	1,04	0,006	6	3
تمايز الالوان	درجة	3,38	1,75	0,04	6	1
التتبع البصري	درجة	3,14	1,7	0,19	6	1

تبين من الجدول (5) ان الوسط الحسابي لاختبار التركيز البصري بلغ

(4,11) درجة , وانحراف معياري بلغ (1,09) درجة, ومعامل الالتواء بين افراد

عينة البحث بلغ (0,19) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (6) درجة بينما اقل قيمة

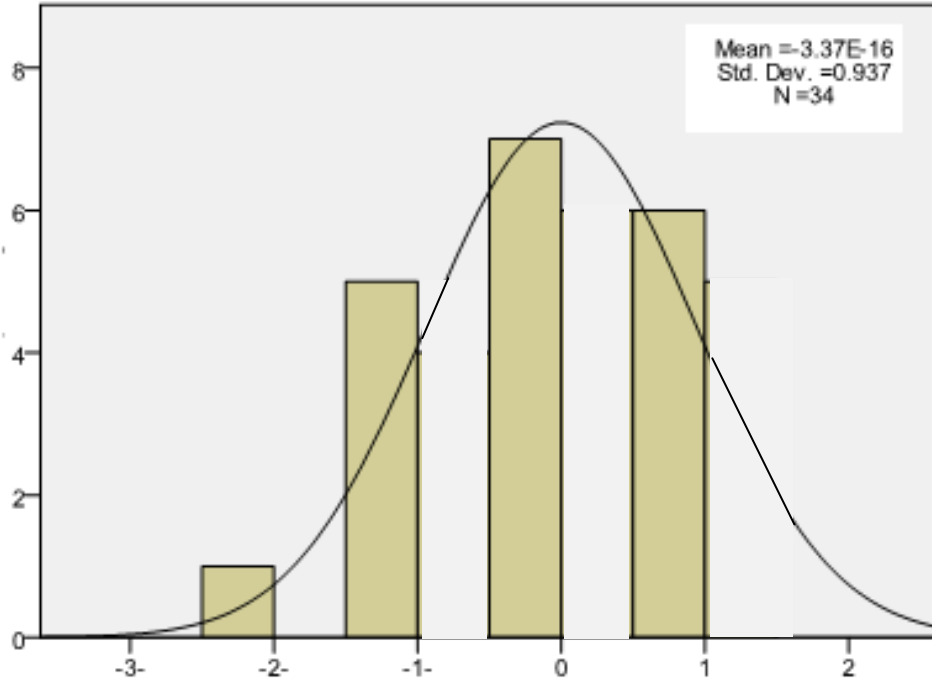
حققتها افراد العينة بلغت (2) درجة, وكلما زاد عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً

لدى افراد عينة البحث في اختبار التركيز البصري .

وفي اختبار الدقة البصرية بلغ الوسط الحسابي لافراد عينة البحث (4,61) درجة , وبانحراف معياري بلغ (1,04) درجة, ومعامل الالتواء بين افراد عينة البحث بلغ (0,006) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (ست ) درجات بينما اقل قيمة حققتها افراد العينة بلغت (ثلاث) درجة, وكلما زاد عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً لدى افراد عينة البحث في اختبار الدقة البصرية.

وفي اختبار تمايز الالوان بلغ الوسط الحسابي لافراد عينة البحث (3,38) درجة , وبانحراف معياري بلغ (1,75) درجة, ومعامل الالتواء بين افراد عينة البحث بلغ (0,04) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (سته) درجات بينما اقل قيمة حققتها افراد العينة بلغت (1) درجة, وكلما زاد عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً لدى افراد عينة البحث في اختبار تمايز الالوان.

وفي اختبار التتبع البصري بلغ الوسط الحسابي لافراد عينة البحث (3,14) درجة , وبانحراف معياري بلغ (1,7) درجة, ومعامل الالتواء بين افراد عينة البحث بلغ (0,19) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (سنة) درجات بينما اقل قيمة حققتها افراد العينة بلغت (1) درجة, وكلما زاد عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً لدى افراد عينة البحث في اختبار التتبع البصري.والشكل (3) يوضح مدى التوزيع الطبيعي لافراد عينة البحث في القدرات البصرية.



الشكل (3)

يوضح مدى التوزيع الطبيعي لافراد عينة البحث في القدرات البصرية.

4-1-2 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط و نسبة مساهمة بعض القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

4-1-2-1 عرض وتحليل نتائج اختبار التركيز البصري ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم

الجدول ( 6 )

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار التركيز البصري ونتائج المنافسات

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
طردية	معنوي	0,21	0,48	التركيز البصري
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال خطأ(0,05).				

تبين من الجدول (6) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار (التركيز البصري) ونتائج المنافسات بلغت (0,48) ونسبة مساهمة بلغت (0,21), وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين اختبار التركيز البصري ونتائج المنافسات كانت علاقة ارتباط معنوية وباتجاه (طردية) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ(0,05).

#### 4-1-2-2 عرض وتحليل نتائج اختبار الدقة البصرية ونتائج المنافسات لاعبي القوس والسهم.

##### الجدول ( 7 )

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار الدقة البصرية ونتائج المنافسات

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
طردي	معنوي	0.40	0,64	الدقة البصرية
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية ( 32 ) واحتمال خطأ(0,05).				

تبين من الجدول (7) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار (الدقة البصرية) ونتائج المنافسات بلغت (0,64) ونسبة مساهمة بلغت (0,40)، وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين اختبار الدقة ونتائج المنافسات كانت علاقة ارتباط معنوية وباتجاه (طردي) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05).

## 4-1-2-3 عرض وتحليل نتائج اختبار تمايز الالوان ونتائج منافسات لاعبي

القوس والسهم.

## الجدول ( 8 )

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار تمايز الالوان ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
طردية	معنوي	0,19	0,46	تمايز الالوان
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال خطأ(0,05).				

تبين من الجدول (8) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار (تمايز الالوان)

ونتائج المنافسات بلغت (0,46) وبنسبة مساهمة بلغت (0,19)، وهذا يعني أن

علاقة الارتباط بين اختبار تمايز الالوان ونتائج المنافسات كانت علاقة ارتباط

معنوية وباتجاه (طردية) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة

حرية (32) واحتمال الخطأ(0,05).



## 4-1-2-4 عرض وتحليل نتائج اختبار التتبع البصري ونتائج منافسات لاعبي

## القوس والسهم

## الجدول (9)

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين اختبار التتبع البصري ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
طردية	معنوي	0,18	0,45	التتبع البصري
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال خطأ (0,05).				

تبين من الجدول (9) أن قيمة معامل الارتباط بين اختبار (التتبع البصري) ونتائج المنافسات بلغت (0,45) ونسبة مساهمة بلغت (0,18), وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين اختبار التتبع البصري ونتائج المنافسات كانت علاقة ارتباط معنوية وباتجاه (طردية) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05).

## 3-1-4 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي ونسبة

المساهمة بين بعض القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم:

## الجدول (10)

يبين علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي ونسبة المساهمة بين القدرات

البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

الوسائل الإحصائية							القدرات البصرية
دلالة الارتباط	ترتيب التغير	قيمة التغير في نتائج المنافسات	نسبة المساهمة المعدلة	نسبة المساهمة	معامل الانحدار الخطي	قيمة الارتباط المتعدد المحسوبة	
معنوي	2	9,39	0,64	0,59	0,64	0,80	التركيز البصري
	1	21,7					الدقة البصرية
	4	5,72					تمايز الالوان
	3	7,25					الانتع البصري
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية ( 32 ) واحتمال خطأ(0,05).							

يتبين من الجدول (10) أن قيمة معامل الارتباط المتعدد بين القدرات البصرية

وننتائج منافسات لاعبي القوس والسهم بلغت (0,80) وبلغ مقدار الانحدار الخطي

(0,64) وبنسبة مساهمة (0,59) وبلغت القيمة المعدلة لنسبة المساهمة (0,64).

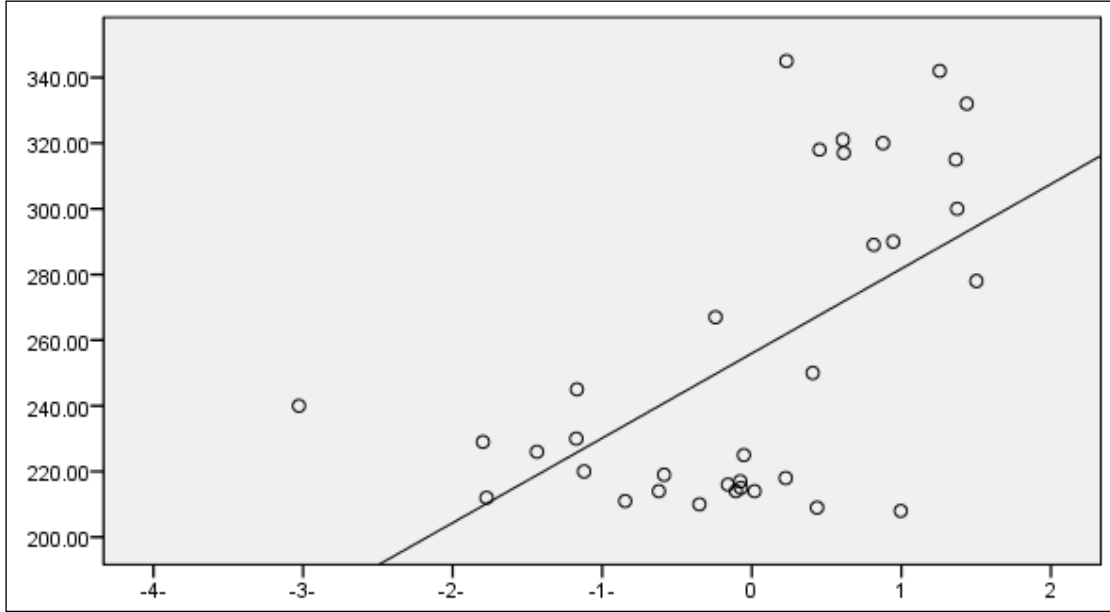
وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس

والسهم كانت علاقة ارتباط معنوية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة ( 0,33 )

عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05) ، و يدل هذا على أن القدرات البصرية لها تأثير كبير على نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم لان نسبة المساهمة كانت نسبة عالية جدا .

كما تبين ان القدرات البصرية عندما تتحسن بمقدار (1) درجة تقابلها تحسن في نتائج المنافسات للاعبي القوس والسهم بمقدار (9,39) درجة للتركيز البصري , وبمقدار (21,7) درجة للدقة البصرية, وبمقدار (5,72) درجة لتمايز الالوان, وبمقدار (7,25) درجة. للاتباع البصري.

ولو رتبنا نسبة مدى التأثير والتغير الذي تسهم فيه القدرات البصرية في نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم , نجد ان (الدقة البصرية ) تأتي بالمرتبة الاولى فاي تغيير بسيط فيها يحدث تغير في نتائج لاعبي القوس والسهم ويأتي بعدها (تركيز البصري) و(الاتباع البصري ) بالمرتبة الثانية والثالثة على التوالي, واحتل (تمايز الالوان) الترتيب الرابع, والشكل (4) يوضح ذلك.



الشكل (4)

يوضح الانحدار الخطي لانتشار بعض القدرات البصرية مع نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم

#### 4-1-4 مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين بعض القدرات

البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

من خلال عرض وتحليل النتائج تبين وجود علاقة ارتباط معنوية بين القدرات البصرية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم , مع وجود نسب مساهمة متباينة في نتائج المنافسات. اذ اظهرت الدقة البصرية نسبة مساهمة عالية وبعدها التركيز البصري والتتبع البصري ومن ثم تمايز الالوان .

وتعزو الباحثة علاقة الارتباط الايجابية ونسب المساهمة العالية للدقة البصرية ونتائج المنافسات للاعبين القوس والسهم ، "كون الدقة هي المحدد الاساسي للانجاز"<sup>(1)</sup> ، اذا كلما ارتفعت نسبة الدقة لدى اللاعب، كلما استطاع تحقيق اكبر عدد من النقاط. لذا نجدها احتلت المرتبة الاولى في نسبة المساهمة بنتائج لاعبي القوس والسهم.

إذ أن الدقة البصرية ودرجة دقة التصويب في الانجاز وثيقتا الصلة بعضهما ببعض وكل منهما تكمل الأخرى ، فاذا كانت الدقة البصرية عالية كان التصويت ناجح وسليم الامر الذي يؤدي بالتالي الى معرفة الاداء الجيد من غيره وصولا الى نتائج العالية.<sup>(2)</sup>

كما ترى الباحثة أن القدرات البصرية تلعب دوراً رئيسياً في القدرة على الإنجاز العالي لارتباطها بموضوع التركيز البصري، إذ أن العلاقة بينهما طردية فكلما زادت تدريبات الرؤية البصرية والمقدرة على التمييز اللوني أو العمق البصري ، زاد التركيز البصري وانعكس ذلك بشكل إيجابي على الأداء ليكون في أعلى مستوياته، وقد نحتاج إلى القدرات البصرية بشكل متفاوت من رياضة إلى أخرى بحسب نوع اللعبة. ان التتبع البصري يتضمن حركات مستمرة، فضلا عن حركات القفز والتحول،

1 - صالح شافي؛ التدريب الرياضي أفكاره وتطبيقاته. ( دار العراب والنور للنشر والطباعة ، سوريا ، 2011) ص355.

2 - ابو العلا احمد واحمد نصر الدين؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية. ( القاهرة ،دار الفكر العربي، 2003 ) ص64.

وهذه المهارة تتطلب الإستخدام الفعال لكلتا العينين معا<sup>(1)</sup>, والتي تمكن الرامي من الادراك الصحيح لنقطة اصابة الهدف وحركة السهم في الفراغ, اذا ان الحركات المتغيرة لكلتا العينين معا من القريب للبعيد بسرعة وبدقه سوف تؤثر على اتخاذ القرار المناسب. اذ ان توجيه العينين هي المهارة التي تسمح للاعب بان يشاهد حركة السهم غير المتوازن, ويؤثر على أدراك موضع اصابة السهم, واي النقص في توازن العينين من الممكن أن يتسبب في أخطاء توقيت سحب الوتر ودقة الاصابة

(2).

وترى الباحثة بأن القدرات البصرية مهمة في الألعاب الرياضية المختلفة إن كانت فردية أو جماعية وان الكثير منها تحتاج إلى التركيز والانتباه. فرياضة القوس والسهم إحدى هذه الرياضات التي يجب أن يتحلى اللاعب فيها بحاسة نظر جيدة والتركيز العالي لكي يكون لديه القدرة على الحصول على النقاط العالية في التصويب في القوس والسهم, وهذا لا يتحقق الا من خلال القدرات البصرية الجيدة للحصول على أفضل انجاز. ويعتمد اختبار تمايز الالوان على الإدراك اللوني , الذي " يعد من أكثر المدركات التي ليس لها مشنتت فقيمة اللون تعطيه تركيزاً عالياً,

1 – raig F. Bohren (2006). Fundamentals of Atmospheric Radiation: An Introduction with 400 Problems. Wiley-VCH.p78.

2- Neuronal mechanisms of visual perceptual learning ,

Authors: Kumano, H. Uka, T Journal: Behavioural Brain Research ISSN:

01664328 Year: 2013 Volume: 249 Pages: 75-80 Provider: Elsevier DOI:

10.1016/j.bbr.2013.04.034.

وان تداخل الألوان واشكالها يؤدي إلى التنبيه البصري الذي ينتج عنه أدراك العين للأشياء (1) . وهذا ينطبق على اللوحة التي صممها الباحثة اذ تحتوي على اشكال بالوان واحجام مختلفة وان التفوق في هذا الاختبار يعطي مؤشر ايجابي لقدرة الادراك البصري للالوان .

وتشير ( وفاء فائق ) الى ان قدرة التتبع البصري تعد صفة مهمة في النشاط الرياضي تعد الدقة فيه محدد للانجاز ، مما أدى ذلك إلى ظهور نسبة مساهمة عالية بنتائج المنافسات لما لها من أهمية لذا حقق التتبع البصري علاقة ارتباط عالية في نتائج المنافسات. (2)

وكلما كان لدى اللاعبين تركيز بصري جيد كانت الدقة في تنفيذ المهارات جيدة، إما إذا لم يكن هناك تركيز جيد لما يحدث أمامك فان الأداء لا يتحقق بالشكل الأمثل(3)، كما يشير ( أسامة كامل راتب ) "إلى أن التركيز يعد إحدى المهارات الأساسية العامة للرياضيين فهو الأساس لنجاح عملية التعلم أو التدريب والمنافسة في أشكالها المختلفة" (4).

1 - منى سالم فتحي ؛منهج تعليمي مقترح لتطوير المبركات البصرية وأثره في دقة بعض المهارات الأساسية في كرة اليد ،أطروحة دكتوراه: (جامعة بغداد ،كلية التربية الرياضية للبنات ،2005) ص86.

2 - وفاء فائق حمودي ، مصدر سبق ذكره ،ص91.

3 -Dorothy, V. Harris and Bettel, Harris; The athletic Guide to sport Psychology mental Skill for physical, people lisure press, New York, 1984, p82.

4 - أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي،ط1:(القاهرة ،دار الفكر العربي ،1955) ص361.

أن الأداء العالي يرتبط بالقدرات البصرية المثالية وان ضعف القدرات البصرية يتسبب في أعاقه الأداء، فإذا كانت المعلومات البصرية غير دقيقة فان الجسم يفقد للتوقيت المناسب ويتسبب ذلك في انخفاض مستوى الأداء<sup>(1)</sup> .

كما ذكر (زيمان) أن هناك العيد من القدرات البصرية المتنوعة التي لها دور كبير في الرياضة ،لذا فمن الطبيعي أن يكون لكل رياضة متطلبات خاصة من تلك القدرات البصرية المتنوعة<sup>(2)</sup> .

#### 2-4 عرض وتحليل نتائج المهارات النفسية.

#### 1-2-4 عرض وتحليل المعالم الاحصائية لنتائج المهارات النفسية لافراد عينة

البحث:

#### الجدول (11)

يبين المعالم الاحصائية لنتائج المهارات النفسية لافراد عينة البحث

المهارات النفسية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	اكبر قيمة	اقل قيمة
تركيز الانتباه	درجة	4,88	2,5	0,03-	10	1
التصور العقلي	درجة	77,05	9,5	0,06-	98	61
الثقة بالنفس	درجة	86,26	15,36	1,3-	105	45

تبين من الجدول (11) ان الوسط الحسابي لافراد عينة البحث في مقياس

تركيز الانتباه بلغ (4,88) درجة، وبانحراف معياري بلغ (2,5) درجة، ومعامل

1- Brien Ariel ،op.cit;p.125.

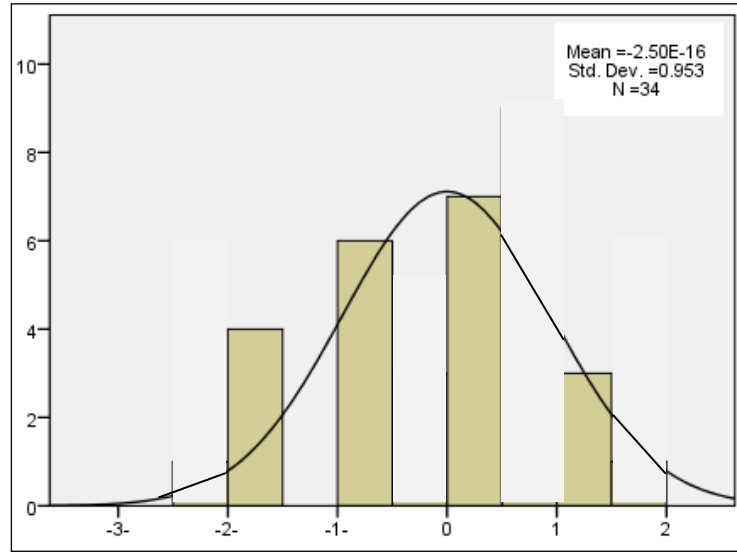
2- Zieman AN Hascelik Basgoze،op.cit,p.126.



الالتواء بين افراد عينة البحث بلغ ( -0,03) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت ( 10 ) درجة , بينما اقل قيمة حققتها افراد العينة بلغت (1) درجة . وكلما قلت عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً لدى افراد عينة البحث في مقياس تركيز الانتباه.

وفي مقياس التصور العقلي بلغ الوسط الحسابي لافراد عينة البحث ( 77,05 ) درجة وبانحراف معياري بلغ ( 9,5 ) درجة, ومعامل الالتواء بين افراد عينة البحث بلغ ( -0,06) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (98) درجة, بينما اقل قيمة حققتها افراد العينة بلغت ( 61 ) درجة. وكلما زاد عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً لدى افراد عينة البحث في مقياس التصور العقلي .

وفي مقياس الثقة بالنفس بلغ الوسط الحسابي لافراد عينة البحث ( 86,26 ) درجة وبانحراف معياري بلغ ( 15,36 ) درجة, ومعامل الالتواء بين افراد عينة البحث بلغ ( -1,3) واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (105) درجة, بينما اقل قيمة حققتها افراد العينة بلغت ( 45 ) درجة. وكلما زاد عدد الدرجات كلما اعطى مؤشراً جيداً لدى افراد عينة البحث في مقياس الثقة بالنفس. والشكل (5) يوضح مدى التوزيع الطبيعي لافراد عينة البحث في المهارات النفسية.



الشكل (5)

يوضح مدى التوزيع الطبيعي لافراد عينة البحث في المهارات النفسية.

2-2-4 عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط و نسبة مساهمة لبعض المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

1-2-2-4 عرض وتحليل علاقة مقياس تركيز الانتباه ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

الجدول ( 12 )

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين مقياس تركيز الانتباه ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
عكسي	معنوي	0,73	0,86-	تركيز الانتباه
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية ( 32 ) واحتمال خطأ(0,05).				

تبين من الجدول (12) أن قيمة معامل الارتباط بين مقياس (تركيز الانتباه) ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم بلغت (-0,86) وبنسبة مساهمة بلغت (0,73)، وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين تركيز الانتباه ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم كانت علاقة ارتباط معنوية وباتجاه (عكسي) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05).

4-2-2-2 عرض وتحليل علاقة مقياس التصور العقلي ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

### الجدول (13)

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين التصور العقلي ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
طردي	معنوي	0,62	0,79	التصور العقلي
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال خطأ (0,05).				

تبين من الجدول (13) أن قيمة معامل الارتباط بين مقياس (التصور العقلي) ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم بلغت (0,79) وبنسبة مساهمة بلغت (0,62)، وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين التصور العقلي ونتائج منافسات لاعبي

القوس والسهم كانت علاقة ارتباط معنوية وباتجاه (طردي) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05).

4-2-2-3 عرض وتحليل علاقة مقياس الثقة بالنفس ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

#### الجدول (14)

يبين نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين مقياس الثقة بالنفس ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

الوسائل الاحصائية				المتغيرات
اتجاه الارتباط	دلالة الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة معامل الارتباط البسيط	
طردي	معنوي	0,14	0,41	الثقة بالنفس
				نتائج المنافسات
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال خطأ (0,05).				

تبين من الجدول (14) أن قيمة معامل الارتباط بين مقياس (الثقة بالنفس) ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم بلغت (0,41) ونسبة مساهمة بلغت (0,14)، وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين مقياس الثقة بالنفس ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم كانت علاقة ارتباط معنوية وباتجاه (طردي) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05).

4-2-3- عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط المتعدد والانحدار الخطي ونسبة المساهمة بين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

الجدول (15)

يبين علاقة الارتباط والانحدار الخطي ونسبة المساهمة بين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم

الوسائل الإحصائية							المهارات النفسية
دلالة	ترتيب	قيمة	نسبة	نسبة	معامل	قيمة	
الارتباط	التغيير	التغيير	المساهمة	المساهمة	الانحدار	الارتباط	تركيز الانتباه
		في	المعدلة		الخطي	المتعدد	
		النتائج				المحسوبة	
معنوي	1	11,5-	0,83	0,81	0,83	0,91	تركيز الانتباه
	2	1,09					التصور العقلي
	3	0,79					الثقة بالنفس
قيمة الارتباط الجدولية (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال خطأ (0,05).							

يتبين من الجدول (15) أن قيمة معامل الارتباط المتعدد بين المهارات النفسية

ونائج منافسات لاعبي القوس والسهم بلغت (0,91) وبلغ مقدار الانحدار الخطي

(0,83) ، ونسبة مساهمة بلغت (0,81) وبلغت القيمة المعدلة لنسبة المساهمة

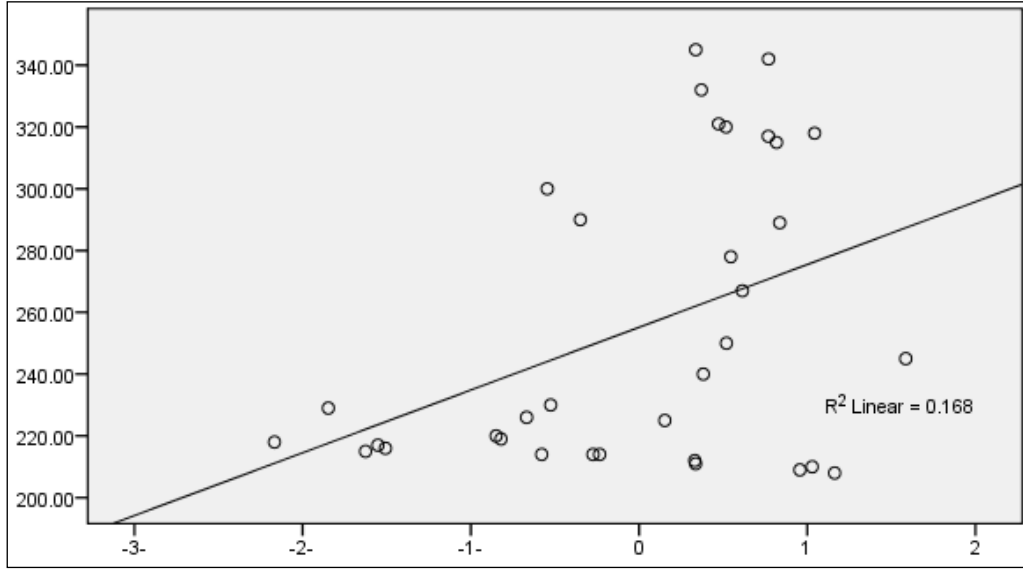
(0,83).

وهذا يعني أن علاقة الارتباط بين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي

القوس والسهم ، كانت علاقة ارتباط معنوية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية

البالغة (0,33) عند درجة حرية (32) واحتمال الخطأ (0,05)، و يدل هذا على أن المهارات النفسية لها تأثير كبير على نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم لأن نسبة المساهمة كانت نسبة عالية.

كما تبين ان المهارات النفسية عندما تتحسن بمقدار (1) درجة تقابلها تحسن في نتائج المنافسات للاعبي القوس والسهم بمقدار (-11,5) درجة لتركيز الانتباه , وبمقدار (1,09) درجة لمقياس التصور العقلي, وبمقدار (0,79) درجة لمقياس الثقة بالنفس، ولو رتبنا نسبة مدى التأثير والتغير الذي تسهم فيه المهارات النفسية في نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم , نجد ان (مقياس تركيز الانتباه ) تأتي بالمرتبة الاولى فاي تغيير بسيط فيها يحدث تغير في نتائج لاعبي القوس والسهم ويأتي بعدها (مقياس التصور العقلي) ومن ثم (مقياس الثقة بالنفس) , والشكل (6) يوضح ذلك.



الشكل (6)

يوضح الانحدار الخطي لانتشار المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

#### 4-2-4 مناقشة نتائج علاقة الارتباط ونسبة المساهمة بين بعض المهارات

النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.

تبين من الجدول (15) وجود علاقة ارتباط ونسب مساهمة بين بعض المهارات

النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم، الى ان اللاعب لكي يصل الى الاداء

المثالي يجب ان تتكامل لدي جميع القدرات والمهارات النفسية ، اذ ان نجاح او فشل

اللاعب في اظهار افضل ما عنده من قدرات ومهارات في المنافسة الرياضية تكمن

في "عملية التكامل ما بين المهارات والقدرات البدنية والحركية وما بين المهارات النفسية كالقدرة على التركيز و الاسترخاء والتصور العقلي وغيرها"<sup>(1)</sup>.

اذ ان تركيز الانتباه مهم ويلعب دور بارز في جميع الفعاليات وخاصة التي تكون الدقه هي محدد الانجاز في اللعبة التي تمارس وكذلك الرياضيات التي فيها تدخل الاجهزة والادوات.

كما اشار (بلال) ان التصور العقلي هو محدد مهم وضروري للانجاز الرياضي في اغلب الفعاليات الرياضية<sup>(2)</sup>.

كما اشير في احدى الدراسات" ان المهارات النفسية تركيز الانتباه والتصور العقلي والادراك الحسي حركي , لها علاقة ارتباط في الانجاز الرياضي ومستوى الاداء للفعاليات الرياضي<sup>(3)</sup>.

---

1 - شيماء سامي و بشار غالب؛ مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي التنس الأرضي والمبارزة لفئتي الشباب والمتقدمين . ( بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث، المجلد الثاني، 2009) ص188.

2 - بلال رحال؛ مستوى التصور العقلي لدى المنتخبات العربية للمبارزة(الأشبال والناشئين) وعلاقته بالانجاز. ( بحث منشور في مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، مجلد الأول، ٢٠١٠) ص295.

3 - عدنان هادي موسى؛ علاقة بعض القدرات العقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات أندية القطر للدرجة الأولى.( أطروحة دكتوراه جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية، 2004) ص20.



اذ ان المهارات النفسية تعد محددات مهمة للانجاز الرياضي لبعض الفعاليات الرياضية<sup>(1)</sup>. وهذا يتفق ويعزز نتائج الدراسة الحالية.

كما ان الافراد الذين يتمتعون بالثقة يكون لديهم استقرار وتوازن وبالتالي التركيز العالي , اذ ان الثقة بالنفس تجعل الفرد مدركاً لقدراته ومهاراته ومن ثمّ، القدرة على تطوير الذات وتنمية المهارات وتحقيق الانجاز العالي<sup>(2)</sup> .

---

1 - محمد العربي شمعون وآخرون؛ فعالية التصور العقلي خلال مراحل الموسم التدريبي على تطوير مستوى الأداء والانجاز الرقمي لمتسابقى الرمي في العاب القوى. (كلية التربية الرياضية للبنين بمصر , 2005) ص46.

2- <http://ar.wikipedia.org/wiki/>

## 5- الاستنتاجات والتوصيات

## 1-5 الاستنتاجات :

بعد معالجة النتائج وتحليلها استنتجت الباحثة الاتي

1. تحسين القدرة البصرية يؤدي الى تحسين نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.
2. تحسين القدرة البصرية يؤدي الى تحسين المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.
3. ظهرت الدقة البصرية نسبة مساهمة عالية وبعدها اختبار التركيز البصري والتتبع البصري بالمرتبة الثانية والثالثة على التوالي, واحتل تمايز الالوان الترتيب الرابع .
4. وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.
5. وجود نسب مساهمة متباينة لبعض المهارات النفسية ونتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.
6. اظهر تركيز الانتباه نسبة مساهمة عالية , ويأتي بعدها التصور العقلي ومن ثم الثقة بالنفس.

## 5-2 التوصيات

بناءً على ما ورد في البحث من استنتاجات توصي الباحثة بالآتي:-

1. ضرورة الاهتمام بالقدرات البصرية في المجال الرياضي بصفة عامة وفي رياضة القوس والسهم بصفة خاصة، مع وضع منهاج تدريبي بالقدرات البصرية للاعبين القوس والسهم.
2. الاخذ بنظر الاعتبار القدرات البصرية والمهارات النفسية عند انتقاء او اختيار اللاعبين لتمثيل المنتخب الوطني او ممارسة رياضة القوس والسهم.
3. تخصيص جزء من زمن الوحدات التدريبية لتمرينات الدقة البصرية والتركيز البصري والتتابع والتمايز البصري لما لها من اثر فعال في نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.
4. ضرورة الاهتمام بالمهارات النفسية من خلال برامج التدريب النفسي وأجراء الاختبارات الدورية اللازمة.
5. تخصيص جزء من زمن الوحدات التدريبية لتمرينات تركيز الانتباه والتصور العقلي والثقة بالنفس لما لها من اثر فعال في نتائج منافسات لاعبي القوس والسهم.
6. إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول اثر القدرات البصرية والمهارات النفسية في رياضات أخرى وعلى عينات مختلفة .
7. الاهتمام برياضة القوس والسهم من خلال اجراء دراسات مختلفة لتطوير الانجاز ولفئات عمرية اخرى.

## المصادر العربية والأجنبية :-

## أولا المصادر العربية :

## القرآن الكريم

- إبراهيم عبد الله فرج؛ الإعاقة البصرية. ط1: (عمان ،المسيرة للطباعة ،2006) .
- إبراهيم عبد ربه ؛ المهارات النفسية والأداء الرياضي. ( بحث غير منشور ، مشارك في المؤتمر الأول للتدريب وعلم النفس الرياضي ،كلية التربية الرياضية ، جامعة تشرين، سوريا ، 2006) .
- أبو العلا احمد عبد الفتاح واحمد عمر؛ انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي. (القاهرة، علام الكتب، 1989) .
- أبو العلا احمد عبد الفتاح واحمد عمر؛ انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي. (القاهرة، دار الكتب ،1986).
- ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد نصر الدين؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية. ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1992) .
- ابو العلا احمد واحمد نصر الدين؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية. ( القاهرة ،دار الفكر العربي، 2003) .
- احمد صلاح الدين خليل؛ موجات ألفا كمؤشر لتطوير المهارات العقلية ومستوى الأداء لدى بعض لاعبي المستويات العليا. ( بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، جامعة حلوان، العدد الخمسون ،مصر، 2007) .
- احمد عزت راجح؛ أصول علم النفس. ط9: ( الإسكندرية ، المكتب المصري الحديث ،1973).
- أرنوف وينتج؛ مقدمة في علم النفس. ترجمة عادل عز الدين وآخرون. ( القاهرة. دار ماكجروهيل ، 1977) .
- أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي، ط1: (القاهرة ،دار الفكر العربي ،1955) .

- أسامة كامل راتب ومصطفى محمد مرسى ؛ السمات الانفعالية لدى السباحين والسباحات الناشئين وعلاقتها بالإنجاز الرقمي، نظريات وتطبيقات ، العدد الثاني عشر : ( كلية التربية الرياضية للبنين، بالإسكندرية، 1991).
- أسامة كامل راتب؛ قلق المنافسة (ضغوط التدريب . احتراق الرياضي). (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1997) .
- أسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي. (القاهرة، دار الفكر العربي، 2000) .
- أسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة، المفاهيم التطبيقات. ط3: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000) .
- أفرح عباس عبد القادر عباس؛ مستوى الطموح وعلاقته بنتائج منافسات رياضة القوس والسهم. ( بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضة ، جامعة بابل، العدد ( ) 2013.
- أفرح عباس عبد القادر؛ الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدقة الرمي في رياضة القوس والسهم .( بحث منشور في مجلة الرياضة المعاصرة، كلية التربية الرياضة للبنات جامعة بغداد ، العدد التاسع عشر، 2013) .
- بلال رحال؛ مستوى التصور العقلي لدى المنتخبات العربية للمبارزة(الأشبال والناشئين) وعلاقته بالإنجاز. ( بحث منشور في مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، مجلد الأول ، ٢٠١٠).
- بنيامين بلوم واخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، (ترجمة ) محمد أمين المفتي واخرن : (دار الحكمة ماكجروهيل للنشر ، 1983).
- جميل صليبا؛ علم النفس. ط: ( بيروت، دار الكتب اللبناني، 1972).
- جولي بالانت؛ التحليل الإحصائي باستخدام برنامج spss، ترجمة خالد العامري ؛ ط1: (القاهرة ، دار الفاروق، 2006).

- جيهان محمد فؤاد، أيمن عبد الله زيد ؛ فعالية التدريب البصري على بعض متغيرات المهارة والقدرات البصرية في كرة الطائرة . ( بحث منشور في المؤتمر العلمي الثامن ، جامعة الزقازيق ,كلية التربية الرياضية للبين , 2005 ) .
- حامد عبد القادر ومحمد عطية الإبراشي ؛ علم النفس التربوي. ط4، ج2: ( الدار القومية للطباعة والنشر ، 1966 ) .
- حسين علي كنبار؛ تأثير تدريب الرؤية البصرية في تطوير مظاهر الانتباه وبعض المهارات الهجومية بكرة القدم. ( رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية الأساسية ، بغداد ، 2009 ) .
- خالدة ابراهيم احمد؛ مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي. ( المكتبة الوطنية بغداد لعام 2010 ) .
- خير الدين عويس؛ دليل البحث العلمي: ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ) .
- روبرت نايفر؛ دليل الرياضيين للتدريب الذهني. ترجمة. محمد رضا إبراهيم وهلال عبد الرزاق وظافر هاشم؛ ( الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990 ) .
- زكي محمد محمد؛ مهارات الرؤية البصرية للرياضيين. ( مصر، المكتبة المصرية للطباعة والنشر، 2004 ) .
- شذى علي مطشر؛ تمرينات خاصة لتطوير بعض القدرات البدنية والمتغيرات البيوكينماتيكية ودقة الرمي بالقوس والسهم للناشئات بعمر (14-17) سنة. ( جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية للبنات، 2011 ) .
- شيماء سامي و بشار غالب؛ مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي التنس الأرضي والمبارزة لفتي الشباب والمتقدمين . ( بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث، المجلد الثاني، 2009 ) .
- صالح شافي؛ التدريب الرياضي أفكاره وتطبيقاته. (دار العراب والنور للنشر والطباعة ، سوريا ، 2011 ) .

- عادل عبد البصير؛ التدريب الرياضي -التكامل بين النظرية والتطبيق. (القاهرة مركز الكتاب للنشر ، 1999 ) .
- العادل محمد ابو علام ؛ قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في الجامعة والثانوية.(الكويت ، مؤسسة علي جراح الصباح للنشر ، 1978) .
- عامر إبراهيم فندي لحي؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات: (دار اليازوري العلمية، 1999).
- عبد الرحمن محمود ،حسين علي غلوم؛ الأجهزة الطبية البصرية لمعاهد التعليم التقني. ( بغداد، دار الكتب والوثائق، 2001) .
- عبد الستار جبار الضمد؛ فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1: (دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان ٢٠٠٠).
- عبد الستار حسن الصراف؛ رمي السهام. ( بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1980 .
- عبد القادر كراجة؛ القياس والتقويم في علم النفس رؤية جديدة. (دار البازوري ،عمان ، 1997، .
- عدنان هادي موسى؛ علاقة بعض القدرات العقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات أندية القطر للدرجة الأولى. ( أطروحة دكتوراه جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية، 2004).
- علي جاسم عكلة الزبيدي؛ الثقة بالنفس عند الأطفال والمراهقين. (بغداد ، 1989) .
- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس و الاحصاء في المجال الرياضي . ( جامعة القادسية ، 2004 ) .
- فاطمة عبد مالح و أفراح عبد القادر؛ أسس رياضة القوس والسهم.(بغداد، 2012، .
- قاسم حسن حسين و عبد علي نصيف؛ علم التدريب الرياضي.( بغداد، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ) .

- قاسم حسن حسين؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضي. ط1: ( عمان، دار الفكر للطباعة، 1988).
- قيس ناجي ،سطويس احمد؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي.(بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ) .
- كريمة فياض؛ أثر إستراتيجيتي التعلم الذاتي وتدريب الأقران في مستوى الأداء الفني و لإنجاز لفعالية الرمي بالبندقية الهوائية.( أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد كلية التربية الرياضية للبنات، 2004 ) .
- لندا لدافيدوف؛ مدخل علم النفس. ترجمة ، سيد الطواب واخرون.القاهرة، دار الدولية للنشر، 1983 ) .
- ليلى السيد فرحات؛ القياس المعرفي الرياضي . ط1 : (القاهرة ،مركز الكتاب للنشر ،2002).
- ماجد نافع الكتاني؛ بناء نظام تعليمي لتطوير الإدراك الحسي في مادة المنظور.(أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية الفنون، 1998).
- محمد العربي شمعون و ماجدة محمد إسماعيل ؛ اللاعب والتدريب العقلي . ط1 : (مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001 ) .
- محمد العربي شمعون وآخرون؛ فعالية التصور العقلي خلال مراحل الموسم التدريبي على تطوير مستوى الأداء والانجاز الرقمي لمتسابقى الرمي في العاب القوى. (كلية التربية الرياضية للبنين بمصر ،2005 ) .
- محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي. (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 ) .
- محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين. ط1 : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 1998).
- محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي.(القاهرة، دار المعارف ، 1979).



- محمد حسن علاوي؛ علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية. (القاهرة، دار الفكر العربي، 2002).
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي. ط1: (القاهرة، دار المعارف، 1997).
- محمد حسن علاوي؛ علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ( القاهرة، دار الفكر العربي ، 2002 ) .
- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية. ط3: (القاهرة ،دار الفكر العربي، 1995).
- محمد عبد الرحيم إسماعيل؛ الدفاع في كرة السلة أساسيات حركية، استراتيجيات دفاعية، تدريبات. ( مطبعة الانتصار لطباعة الاوفست ، 1999 ) .
- محمود عبد الفتاح عنان؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية-النظرية والتطبيق والتجريب. ( القاهرة ، دار الفكر العربي، 1995) .
- محمود عبد المحسن عبد الرحمن ؛ تأثير تدريب الرؤية البصرية على اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة . ( أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة المنيا، كلية التربية الرياضية، مصر، 2008) .
- مروان عبد الحميد إبراهيم؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية. (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999).
- مصطفى باهي وسمير جاه؛ المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضية. ط1: (القاهرة، الدار العالمية للنشر والتوزيع، 2004).
- مصطفى حسين الباهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق. ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999).
- منى سالم فتحي؛ منهج تعليمي مقترح لتطوير المدركات البصرية وأثره في دقة بعض المهارات الأساسية في كرة اليد ،أطروحة دكتوراه: (جامعة بغداد ،كلية التربية الرياضية للبنات، 2005) .

- نوري إبراهيم الشوك و رافع صالح الكبيسي؛ دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية. (بغداد، 2004).
- هارة؛ علم التدريب الرياضي. ترجمة , عبد علي نصيف؛ ط2: ( الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1990).
- وجيه محجوب؛ التعلم الحركي. ( الموصل، دار الكتب للنشر، 1989).
- وجيه محجوب؛ التحليل الفيزيائي والفسلجي للحركات الرياضية. ( جامعة بغداد ، 1990).
- وجيه محجوب؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي . ط1 : (الأردن ، مطبعة الشروق ، 2000).
- وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط1 : ( بغداد ، دار الحكمة ، 1985).
- وجيه محجوب؛ علم الحركة. ( الموصل، مطبعة مديرية جامعة الموصل، 1989).
- وفاء فائق حمودي؛ نسبة مساهمة بعض القدرات البصرية وعلاقتها في نتائج المنافسات لدى لاعبي سلاح السيف. ( رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد، 2011).
- يحيى كاظم النقيب؛ علم النفس الرياضي. (السعودية، معهد إعداد القادة، 1990).
- يعرب خيون؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق: (جامعة بغداد، مكتبة الصخرة ، 2002).

- Brien Ariel ‘op.cit;p.125.
- Cuolford.J.P.Personality .NewYourk:McGraw-Hill.1959.
- Dorothy, V. Harris and Bettel, Harris; The athletic Guide to sport Psychology mental Skill for physical, people lisure press, New York, 1984.
- Guilford, J. P. Personality. New York : <e Grew – Hill, 1959.
- <http://ar.wikipedia.org/wiki/>.
- [http://media.wiley.com/product\\_data/excerpt/9X/04714908/047149089X.pdf](http://media.wiley.com/product_data/excerpt/9X/04714908/047149089X.pdf).
- <http://www.archersreference.pwp.blueyonder.co.uk>.
- <http://WWW.lebarmy.gov.16/arricl>.
- <http://www.tkne.net/vb/t21346.htm>.
- <http://www.zahra-eye-center.s5.com/ABSAR.htm>.
- Martens, R, (1987): Coach guide to sport psychology, Champaign, IL, Human Kinetics .
- Porter, k., Foster, j.; Visual Athlelies, Do Bouquet, Lowe: WM,c. Publisher, 1990, .
- raig F. Bohren (2006). Fundamentals of Atmospheric Radiation: An Introduction with 400 Problems. Wiley-VCH.
- Zieman AN Hascelik Basgoze‘op.cit,.
- المكتبة الافتراضية Neuronal mechanisms of visual perceptual learning , Authors: Kumano, H. Uka, T Journal: Behavioural Brain Research ISSN: 01664328 Year: 2013 Volume: 249 Pages: 75-80 Provider: Elsevier DOI: 10.1016/j.bbr.2013.04.034.

## ملحق (1)

يوضح الخبراء والمختصين في المجال الرياضي

## ملحق (1- أ)

يوضح الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم القدرات البصرية واختباراتها .

الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
محمد صبحي حسانين	أستاذ دكتور	جامعة القاهرة كلية التربية الرياضية   حلوان
رافع صالح الكبيسي	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية
مؤيد عبد الله	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات
ثائر داود سلمان	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية
ناظم كاظم جواد	أستاذ دكتور	جامعة ديالى /كلية التربية الأساسية
خالدة إبراهيم	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية للبنات
فاطمة عبد مالح	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات
سعاد عبد الحسين	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات
ميثاق محمد غازي	استاذ دكتور	جامعة ذي قار / كلية التربية الرياضية
مضفر شفيق	طبيب	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات

## ملحق (1- ب)

يوضح الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم المهارات النفسية .

الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
محمد صبحي حسانين	أستاذ دكتور	جامعة حلوان كلية التربية الرياضية للبنين
غازي صالح	أستاذ دكتور	جامعة المستنصرية /كلية التربية الرياضية
علي يوسف	ستاذ	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية للبنات
خالدة إبراهيم	أستاذ	جامعة /كلية التربية الرياضية
محمد عريبي	أستاذ دكتور	جامعة الموصل /كلية التربية الرياضية
عكلة سلمان	أستاذ دكتور	جامعة الموصل /كلية التربية الرياضية
عامر سعيد	أستاذ دكتور	جامعة بابل كلية التربية الرياضية
أميرة عبد الواحد	أستاذ دكتور	جامعة بغداد /كلية التربية الرياضية
مها صبري	أستاذ مساعد دكتور	جامعة ديالى   كلية التربية الرياضية
لوكاش اجاندا	ماجستير تربية رياضية	مدرب المنتخب الوطني للقوس والسهم

**ملحق (2)****استمارة استطلاع آراء الخبراء في تحديد أهم القدرات البصرية****الأستاذ الخبير المحترم**

تروم الباحثة إجراء الدراسة الموسومة ( نسبة مساهمة اهم القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج منافسات لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية).

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية في هذا المجال. يرجى تحديد اهم القدرات البصرية والمؤثرة في رياضة القوس والسهم .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي.... مع التقدير

أسم الخبير

اللقب العلمي

مكان العمل

التخصص

التوقيع

الباحثة

افراح عبد القادر عباس

ت	القدرات البصرية	يصلح	لا يصلح	نسبة الاتفاق
1.	تمايز الالوان			
2.	البحث البصري			
3.	رد الفعل البصري			
4.	توازن العينين			
5.	القدرة على تحديد الأبعاد			
6.	مرونة العين			
7.	التقدير البصري			
8.	التركيز البصري			
9.	حدة الابصار			
10.	الساحة البصرية			
11.	التتبع البصري			
12.	الذاكرة البصرية			
13.	الدقة البصرية			
14.	التوافق بين العين واليد			
15.	الوعي الخارجي			
	الإضافات ان وجدت			
1				

**ملحق (3)**

**استمارة استطلاع آراء الخبراء في تحديد أهم المهارات النفسية.**

**الأستاذ الخبير المحترم**

تروم الباحثة إجراء الدراسة الموسومة ( نسبة مساهمة اهم القدرات البصرية والمهارات النفسية بنتائج منافسات لاعبي القوس والسهم في البطولة العربية ) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية في هذا المجال . يرجى تحديدهم أهم المهارات النفسية والمؤثرة في رياضة القوس والسهم شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي...مع التقدير.

**أسم الخبير**

**اللقب العلمي**

**مكان العمل**

**التخصص**

**التوقيع**

**الباحثة**

**أفراح عبد القادر عباس**

ت	المهارات النفسية	يصلح	لايصلح	نسبة الاتفاق
1	الاسترخاء.			
2	التصور العقلي.			
3	تركيز الانتباه.			
4	الثقة بالنفس.			
5	بناء الأهداف.			
6	ادارة الضغوط النفسية.			
7	الطاقة النفسية.			
	الإضافات ان وجدت			
1				





## ملحق رقم (5) مقياس التصور العقلي

عزيزي اللاعب ..... المحترم

يرجى التفضل بالإجابة على الفقرات المدرجة في أدناه وذلك لأغراض البحث العلمي والدراسة في المجال الرياضي شاكرين تعاونكم معنا قبل أن تبدأ الإجابة عن هذا المقياس تذكر أن التصور العقلي أكثر من مجرد الرؤية لشيء ، إنه يتطلب استخدام الحواس المتعددة مثل ( السمع، اللمس، الشم، التذوق) فضلاً عن الحالة الانفعالية المصاحبة للموقف ، ويتضمن هذا الموقف أربعة مواقف رياضية (الممارسة بمفردك، الممارسة مع الآخرين، مشاهدة الزميل، الأداء في المنافسة) المطلوب منك أن تتصور الموقف الموضح لك وتستجيب لكل موقف وفقاً لميزان تقدير من خمسة أبعاد على النحو الآتي :

وفيما يأتي المواقف الرياضية المطلوب الإجابة عليها.

**موقف (1) : الممارسة بمفردك**

تصور ذاتك وأنت تؤدي إحدى الرميات في البولينغ في المكان الذي عادةً ما تتدرب عليها ملعب البولينغ أو قاعة التدريب بمفردك ، أغلق عينيك لدقيقة واحدة وحاول أن ترى ذاتك في المكان ، اسمع الأصوات اشعر بجسمك يؤدي المهارة واعياً لحالتك الذهنية والمزاجية .

العبارة	عدم وجود صورة	صورة غير واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة واضحة	صورة واضحة تماماً
1- كيف تجد نفسك وأنت تؤدي المهارة	1	2	3	4	5
2- كيف تجد الاستماع للأصوات المصاحبة للأداء					
3- كيف تشعر بجسمك يؤدي المهارة					
4- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية المصاحبة					

العبارة	عدم التحكم	صعوبة التحكم	تحكم متوسط	تحكم فوق المتوسط	تحكم كامل
الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة؟ 5-	1	2	3	4	5

العبارة	نعم	كلا
6- هل يمكن رؤية الصورة في داخلك؟		

**موقف (٢) : الممارسة مع الآخرين**

أداء التصور العقلي وانت تؤدي احدى رميات البولينغ ، ولكن في حضور مدربك وزملاءك في الفريق ، في هذه اللحظة ارتكبت خطأ واضح . أغلق عينيك حوالي دقيقة واستحضر الصورة العقلية لهذا الخطأ والمواقف التي تحدث بعده مباشرة .

صورة واضحة تماماً	صورة واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة غير واضحة	عدم وجود صورة	العبارة
5	4	3	2	1	
					1- كيف رايت نفسك في هذا الموقف؟
					2- كيف تجيد الاستماع إلى الأصوات في هذا الموقف؟
					3- كيف تجيد الإحساس الحركي في هذا الموقف؟
					4- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية في هذا الموقف؟

تحكم كامل	تحكم فوق المتوسط	تحكم متوسط	صعوبة التحكم	عدم التحكم	العبارة
5	4	3	2	1	
					5- الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة في هذا الموقف؟

العبارة	نعم	كلا
6- هل يمكن رؤية الصورة في داخلك؟		

## موقف ( ٣ ) : مشاهدة الزميل

التفكير في زميل او احد اللاعبين يؤدي مهارة او موقف معين في منافسة بتفوق ونجاح او موقف فشل وخسارة ، أغلق عينيك حوالي دقيقة استحضر الصورة العقلية بنشاط وواقعية لأداء زميلك.

صورة واضحة تماما	صورة واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة غير واضحة	عدم وجود صورة	العبارة
5	4	3	2	1	
					1- كيف تجيد رؤية زميلك ؟
					2- كيف تجيد الاستماع للأصوات ؟
					3- كيف تجيد الإحساس الحركي في هذا الموقف؟
					4- كيف تجيد الشعور بحالتك الانفعالية في هذا الموقف؟

تحكم كامل	تحكم فوق المتوسط	تحكم متوسط	صعوبة التحكم	عدم التحكم	العبارة
5	4	3	2	1	
					5- الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة في هذا الموقف؟؟

كلا	نعم	العبارة
		6 هل يمكن رؤية الصورة في داخلك؟

## موقف ( ٤ ) الأداء في المسابقة

التصور العقلي. تقوم بالأداء في إحدى المسابقات (المباريات) وأنت تلعب بمهارة فائقة ويوجد جمهور وزملاء يعبرون عن تقديرهم لك الآن أغلق عينيك حوالي دقيقة, وتصور هذا الموقف بواقعية ونشاط

صورة واضحة تماما	صورة واضحة	صورة متوسطة الوضوح	صورة غير واضحة	عدم وجود صورة	العبرة
5	4	3	2	1	
					1- كيف رايت نفسك في موقف المنافسة؟
					2- كيف تجد الاستماع للأصوات المصاحبة للأداء في موقف المنافسة؟
					3- كيف شعرت بالأداء الناجح في المنافسة؟
					4- كيف تشعر بالانفعالات في هذا الموقف؟

تحكم كامل	تحكم فوق المتوسط	تحكم متوسط	صعوبة التحكم	عدم التحكم	العبرة
5	4	3	2	1	
					5- الى اي مدى يمكن التحكم في الصورة؟

كلا	نعم	العبرة
		6- هل يمكن رؤية الصورة في داخلك؟

**ملحق رقم (6)****اختبار ( بوردن – انفيموف) المعدل للانتباه****عزيزي اللاعب ..... المحترم**

<b>العمر:</b>	<b>الاسم:</b>
<b>التاريخ:</b>	<b>وقت إجراء الاختبار:</b>
<b>العمر التدريبي:</b>	
<b>مظهر الاختبار: التركيز</b>	

2947 6492 62479 385 2496 2749 64279 583 6942 2497  
67429 2497 2974 2946 6492 583 2947 2496 538 92476  
29476 2497 2749 385 2947 2496 67249 6492 2497 385  
2497 2946 2947 2492 2947 67429 2497 583 2496 2492  
385 2496 385 6492 64279 2947 2749 2497 67249 6497  
67429 583 2496 385 92476 2497 583 6492 2947 62497  
92476 2497 385 64279 583 2946 3492 67249 2496 583  
2946 67249 2974 358 2497 583 67429 6742 2947 6492  
2492 385 62479 92476 67249 385 64279 583 2496 385  
375 64279 62479 385 2947 62479 583 6492 583 67429  
62479 2947 2492 2497 583 6492 2947 64279 385 6942  
6429 2497 583 2947 2946 2496 92476 538 2974 68429  
2947 92476 2492 2496 583 67249 2492 2947 2749 385  
2496 2947 67429 2497 6492 2497 2496 385 2629 2946  
2497 385 6492 385 64279 2749 2947 2497 67249 7496  
583 62479 2496 385 67429 2947 583 6492 2496 92476  
92476 385 2947 64279 2497 583 6492 2496 67249 538  
583 2497 385 2974 67249 2946 2942 2947 6492 67429  
385 67249 92476 583 2497 385 62479 62479 385 2416  
64239 583 62479 583 385 67429 358 6492 62479 2947  
2497 6429 853 64279 2749 2496 385 62479 2947 6492  
92476 538 2496 2947 583 6492 2946 2974 2497 67429  
2749 2947 92476 385 2497 6492 67249 2496 2947 385  
6492 2496 583 2497 67429 2947 2492 2497 2946 2496  
2497 67249 2496 2749 2947 64279 6492 385 2496 385  
62479 2947 6492 853 2497 62476 385 2496 583 67429  
583 2496 67249 6492 2947 538 62479 385 2497 92476  
6492 2947 6942 67429 583 2497 358 2974 67249 2946  
385 2469 583 64279 385 67249 92476 62479 385 2497  
67429 385 6492 583 62479 2947 358 62479 64279 583  
6942 385 64279 2947 6492 583 2497 2496 2947 62476

ملحق رقم (7) :  
لوحة لقياس بعض القدرات البصريه



**ملحق رقم (8)**  
**فريق العمل المساعد**

ت	الاسم	الاختصاص
1	د. منى طه إدريس	بايو ميكانيك . طائرة - الجامعة التكنولوجية .
2	جنان محمد نوروز	م.م كلية التربية الاساسية جامعة ديالى
3	م.م عباس حسن	التربية الريلضية جامعة ديالى
4	زهراء وصفي عبد القادر	لاعبة المنتخب الوطني بالقوس والسهم
5	م.م فرح علاء جعفر	لاعبة المنتخب الوطني بالقوس والسهم
6	غزوة إسماعيل محمود	لاعبة المنتخب الوطني بالقوس والسهم
7	نيراس محمد جاسم	لاعبة المنتخب الوطني بالقوس والسهم
8	السيد سرمد عبد الهادي	حكم دولي بالقوس والسهم
9	م.م سعد حسن	علم النفس /تربية ابن الرشد جامعة بغداد





Ministry of Higher Education and Scientific Research  
Diyala University  
College of Basic Education  
Graduate Studies

**Percentage contribution of some visual capabilities and the  
results of psychological skills players bow and arrow in the  
Arab Championship**

**Researcher:**

**Afrah Abdul Qader Abbas Al Missouri**

**To the Council of the College of Basic Education - University of  
Diyala, a part of the requirements for a degree of Doctor of  
Philosophy of Science Physical Education**

**Under the supervision of**

**PhD . Firat Jabbar Saadallah.**

**1435**

**2014**

## **Abstract**

### **Percentage contribution of some visual capabilities and the results of psychological skills players bow and arrow in the Arab Championship**

**Researcher: Afrah Abbas Abdul Qader Al Mansouri**

**Under the supervision of : a . D . Firat Jabbar Saadallah.**

That the game of bow and arrow of games that rely on individual numbers in resolving the competition , since the point be decisive in the competition. So should the player to use every Maimitlk of the capabilities and skills to achieve excellence and to ensure win competition , and because of the diversity of capabilities required for the players for this kind of sport , they must be identified and determine the ratios required in each ability or skill, and the extent of their impact on the completion of players , so is the importance of research in the study of capacity visual and mental skills of players bow and arrow , one of the determinants important and necessary in this sport. And that you should take into consideration by the coaches in training players selected to represent the national teams.

The fact that the researcher has exercised this game as a player and trainer , and Kadaria for many years , I found that most of the workers on the train unaware of the contribution of these capabilities and ratios required of them in the development of achievement , so I worked to resolve this problem , and to clarify any of the capacity optical, skills psychological can be related to the accomplishment ' What are the required percentages of these abilities and skills , in order to be interesting in the future while coaches are putting their training programs for these abilities and skills , to achieve high achievement in the sport of bow and arrow. The study aimed to:

-Identify the values of some ( visual capabilities and mental skills ) among players bow and arrow.

-To identify the correlation between some ( capacity , visual and mental skills ) and the results of competitions players bow and arrow.

-To identify the contribution of some ratios ( visual capabilities and mental skills ) the results of competitions players bow and arrow.

Therefore, the researcher used the descriptive study relational ambition bow and arrow class applicants, participants at the ninth Arab Championship held in Sulaymaniyah period of 6-11/9/2013 , where the total number of players ( 34 ) for the player who represent the overall research community.

Having identified the capacity optical light excreted by resolution of their own, informed the researcher on the tests available in the scientific sources , and her grandmother medical tests capacity optical, or tests designed to measure the capacity optical sport specific , do not be compatible with the sport bow and arrow , so I worked researcher on the plate design to measure some visual capacity ), and then a scientific basis to it. ( The painting included precision optical and visual focus and optical trackpad and differentiation of colors ) . The skills psychological They ( the focus of attention and perception of mental and self-confidence ), was calculated results of competitions on according to international law, and then arrange the players according to their findings individual from the first to the last , was adopted points directly obtained from the registration form for all members of the sample, and after collecting results were processed statistically and analysis and Menksta , Vastantjt researcher:

-The presence of a significant correlation between some ( visual capabilities and mental skills ) and the results of competitions players bow and arrow.

-The existence of different contribution rates for some visual abilities and mental skills, the results of competitions players bow and arrow.

-Precision optical and appeared to focus attention high contribution rate.

-Is optical capacity and mental skills are important factors in determining the outcome players bow and arrow.

Building on what was in search of the conclusions of the researcher recommends- :

The need for visual attention capacity and mental skills in the field of sports in general and sports a bow and arrow , in particular, with the development of training curriculum visual capabilities and mental skills of players bow and arrow.

Taking into account the capacity of the visual and psychological skills when you pick or choose the players to represent the national team or sport bow and arrow.