# The effect of sports anxiety on the horizontal peripheral visual ability of Syrian soccer girl goalkeepers

**Dr. Reem Mohammed Salman***
**Issa Hamdan Hamdan****

**(Received 5 / 4 / 2022. Accepted 10 / 10 / 2022)**

## □ ABSTRACT □

Sports anxiety affects athletes′bodies that are led by eye abilities and the quality of visual information for performance.

This study aimed to identify the sports anxiety and the horizontal peripheral visual ability of girl goalkeepers. The study was applied on a sample of (14) goalkeepers out of (16) who participated in the Syrian Women's league 2019/2020. The study was applied to football studioms in the governorates of Syria. The study used the descriptive approach and the sports anxiety questionnaire which was designed by (KAFAFY, *et al*., 1985) and a test to measure horizontal peripheral visual ability due to its agreeability to the nature of this research.

The arithmetic mean and the Pearson correlation coefficient were used to find out the correlation between mathematical anxiety and horizontal peripheral visual ability. Through the results, it was concluded that there is no significant correlation between the variables of sports anxiety and horizontal peripheral visual ability.

**Key words:** anxiety, Visual abilities, horizontal peripheral visual ability, Visual Field, goalkeeper.

*Faculty Member - Head of Curriculum and Pedagogy Department - Faculty of Physical Education - Tishreen University - Lattakia - Syria.

** Postgraduate Student - Masters - Department of Curriculum and Pedagogy - Faculty of Physical Education - Tishreen University - Lattakia - Syria ihamdan980@gmail.com

# أثر القلق الرياضي على القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية

**د. ريم محمد سلمان***

**عيسى حمدان حمدان****

**(تاريخ الإيداع 5 / 4 / 2022. قُبِل للنشر في 10 / 10 / 2022)**

## □ ملخّص □

يؤثر القلق الرياضي على أجسام اللاعبات التي تقودها قدرات العين و نوعية المعلومات البصرية للأداء. هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق الرياضي، وعلى القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات المرمى. أجريت الدراسة على عينة (14) حارسة من أصل (16) ممن اشتركن بالدوري السوري للسيدات 2020/2019. طبقت الدراسة على ملاعب كرة القدم السورية، وتم استخدام المنهج الوصفي، و استبانة القلق الرياضي من تصميم (كفافي و آخرون، 1985) واختبار لقياس القدرة البصرية المحيطية الأفقية لملائمتهم طبيعة هذا البحث. و لمعرفة العلاقة الارتباطية بين القلق الرياضي والقدرة البصرية المحيطية الأفقية تم استخدام المتوسط الحسابي و معامل الارتباط بيرسون. و من خلال النتائج تم التوصل إلى عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية بين متغيري القلق الرياضي، و القدرة البصرية المحيطية الأفقية.

**الكلمات المفتاحية:** القلق، القدرات البصرية، القدرة البصرية المحيطية الأفقية، الساحة البصرية، حارس المرمى.

* عضو هيئة تدريسية- رئيس قسم المناهج و أصول التدريس-كلية التربية الرياضية- جامعة تشرين- اللاذقية- سورية.

** طالب دراسات عليا- ماجستير- قسم المناهج و أصول التدريس - كلية التربية الرياضية – جامعة تشرين – اللاذقية – سورية
ihamdan980@gmail.com

## مقدّمة

تعد كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتطلب تخطيط علمي واضح المعالم، و هي لعبة تهتم في توظيف كل ما من شأنه تحسين أداء اللاعبين لا سيما حارس المرمى الذي يمثل نصف الفريق و الذي يلقى عليه العبء الكبير في تحديد نتيجة المباراة، كما أن حساسية هذا المركز يجعل الحارسات تحت مستويات مختلفة من الضغط و القلق الذي قد يكون إيجابي يدفعهم لبذل المزيد من الجهد أو سلبي يعيق أدائهم الذي تتوقف نتيجته على نوعية المعلومات البصرية المستقبلة و كيفية تفسيرهم لها. يرتبط القلق ارتباطاً قوياً مع الرياضة و خصوصاً مع الرياضات ذات البيئة التنافسية العالية فالقلق ليس دائماً سيئ كونه في كثير من الأحيان يساعد اللاعبين في التنبيه و التركيز عند أداء أفعالهم، حيث أن المستوى المناسب من القلق من الممكن أن يعطي نتائج جيدة للحارسات، و يبرز دور و أهمية الجهاز البصري في جميع الألعاب الرياضية، لا سيما الألعاب الجماعية التي تتطلب من اللاعب إدراك وضعه بدقة و استيعاب التغيرات داخل مساحة الأداء مع الإدراك الجزئي للأهداف المتحركة أو الثابتة خلال التغير المستمر لمواقف اللعب (MEINEL & SCHNABEL, 2006).

ذكرت SABER (2008) نقلاً عن الجمعية الأمريكية المتخصصة في طب العيون أنه يمكن دراسة تأثيرات البصر من خلال محددين هما المحدد الداخلي و المحدد الخارجي الذي يعني تحسين كفاءة العين و كل ما يتعلق بالأداء النوعي و هو ما يشمل تحسين القدرة البصرية المحيطية، و الدقة البصرية المتحركة و الثابتة و الوعي الخارجي و التركيز البصري و غيرها إذ تستخدم في المجال الرياضي بشكل واسع و تكون نتائجها أكثر من المتوقع بفهم المواقف المختلفة للأداء الفني الصحيح أثناء التدريب و خلال المباريات.

أكد مركز هومر رايس (Homer Rice) و معهد اللياقة البصرية بأنه يمكن تعلم القدرات البصرية و التدرب عليها و القيام بتنميتها، فالأمر ليس مرتبط فقط بالإبصار أو قوته (6/6)[1] كونها أساسية، و لكن مدى إمكانية الرياضي من استخدام المعلومات المنتقلة إليه من عينيه ليقوم بالأداء في الملعب (FUAD & ZID, 2005).

### أهمية البحث

تتجلى أهمية هذه الدراسة في تسليطها الضوء على القلق الرياضي و أثره على القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية و الوقوف على أهميتها في أدائهم الحركي و إمكانية تنميتها و ضرورة تصميم برامج تدريبية خاصة بها.

### مشكلة البحث:

وزعنا استمارة استطلاعية لمعرفة مدى اعتمادية خطط تدريبية خاصة بالقدرات البصرية و مدى توظيف متغير القلق الرياضي المؤثر عليها. تضمنت الاستمارة 3 أسئلة:

1- هل يتخلل الوحدات التدريبية المتبعة برامج تدريبية خاصة بتنمية القدرات البصرية لدى حارسات مرمى كرة القدم ؟ نسبة الإجابة (لا) كانت 100%.

2- هل يوجد تمارين تتخللها الوحدات التدريبية و تؤدي إلى تنمية المهارات البصرية بشكل غير مقصود برأيك؟ نسبة الإجابة (نعم) كانت 100%.

**[1] يدل الرقم في البسط على المسافة الحقيقية التي تفصل بين العين (عين الشخص الذي يفحص نظره) و الشيء المراد رؤيته، أما الرقم بالمقام فيدل على أقصى مسافة مفترضة (للشخص ذو النظر الطبيعي و التي يرى هذا الشيء منها) يعني نتيجة الكسر تدل على مقياس دقة البصر مقارنة بدقة بصر شخص طبيعي النظر.**

3- هل يوجد برامج تدريبية توظف المتغيرات المؤثرة على القدرات البصرية كالقلق بغية تنمية مستواها قمت باتباعها في العمليات التدريبية للحارسات من قبل؟ نسبة الإجابة (لا) كانت 100%.

أجرينا مقابلة استطلاعية مع (8) من مدربي حارسات مرمى كرة القدم السورية اطلع خلالها على الخطط التدريبية لعام 2019/2020. يدرك المدربين دور البصر باعتباره عامل الحسم و التفوق، إلا إنهم لا يستخدمون التدريبات البصرية كجزء رئيسي من برامجهم ، فالعين لها (6) عضلات محركة لكرة العين، و عضلة رافعة للجفن العلوي Skeletal muscle و عضلات موجودة داخل مقلة العين (العضلة الهدبية Ciliary muscle و العضلة المصغرة للحدقة Sphincter papillae و العضلة الموسعة للحدقة Dilator pupillae) إذا لم تنمى بالتدريب فإنها تضعف مع مرور الوقت و تؤثر سلباً على أداء اللاعب (DONALD & CAROLINE, 1995). **مما سبق ثبت وجود مشكلة بحثية تجسدت بالآتي:** بالرغم من تسليم مدربي حارسات كرة القدم السورية لأهمية البصر في التفوق بأداء اللاعبين إلا أنهم لا يعطون الاهتمام الكافي للجهاز البصري و قدراته (القدرة البصرية المحيطية الأفقية) نتيجة قلة المعلومات حول هذا الموضوع و طريقة التوظيف الصحيح للمتغيرات المؤثرة عليه كالقلق الرياضي بشكل مقصود في برامجهم التدريبية و التي يمكن من خلال ضبطه دمجه في برامج الرؤية البصرية عند اعتمادها.

## أهداف البحث

1- التعرف على مستويات القلق الرياضي لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية.

2- التعرف على مستويات القلق الرياضي لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير مستوى اللاعبة، المؤهل العلمي.

3- التعرف على مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية.

4- التعرف على مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير مستوى اللاعبة، المؤهل العلمي..

5- محاولة التعرف على طبيعة العلاقة بين القلق الرياضي و القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية.

## تساؤلات البحث

1- ما هي مستويات القلق الرياضي لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستويات القلق الرياضي لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير مستوى اللاعبة، المؤهل العلمي؟

3- ما هي مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية؟

4- هل توجد فروق دالة إحصائياً في مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير مستوى اللاعبة، المؤهل العلمي؟

5- هل يوجد علاقة دالة إحصائياً بين القلق الرياضي و القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية؟

## مجالات الدراسة:

**المجال البشري:** حارسات مرمى كرة القدم المشاركات بالدوري السوري للسيدات لعام 2019 / 2020.

**المجال الزماني:** أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة بين 2020/11/3 إلى 2022/2/19

**المجال المكاني:** ملاعب كرة القدم السورية المتواجدة في محافظات (اللاذقية، حمص، دمشق، السويداء).

## مصطلحات البحث:

**الكرة:** "هي الأداة تستخدم في لعبة كرة القدم حتى أنها عرفت باسمها" (AL-NIMRI, 2013, p16) .

**كرة القدم (لغة):** إن كلمة لاتينية تعني القيام بركل الكرة بالقدم ففي أمريكا يعتبرون (الفوتبول) أو ما يسمى بكرة القدم الأمريكية أو الركبي، أما كرة القدم المعروفة اليوم تسمى SOCCER ( JAMIL, 1997).

**كرة القدم (اصطلاحاً):** هي "لعبة جماعية تلعب بين فريقين كل منهم يتكون من 11 لاعب و من ضمنهم حارس المرمى و يقوم أربع حكام أحدهم في وسط الميدان و اثنين حكام مساعدين على الخطوط الجانبية و حكم رابع احتياط بالإشراف على تحكيم المباراة" (AL-DULAIMI; ABDELHAK, 1997, p10).

**حارس المرمى:** "هو لاعب يقف في المرمى و يلبس زي خاص به و تكمن مهمته في منع الكرة من دخول المرمى و يستخدم لذلك كل جسمه مع يديه لأداء مهمته" (HAJJ, 2018, p13).

**حارس المرمى:**"هو لاعب مميز خصه قانون الكرة عن غيره يمسك الكرة أو حملها أو صدها باستخدام يديه داخل منطقته و بأن يرتدي قميص لونه مخالف عن جميع اللاعبين من الفريقين، و يرتدي زوج من القفازات في يديه، إضافةً إلى أنه الوحيد الذي يعالج داخل الملعب و اللعب يتوقف كلياً أثناء استبداله" (LEE, 2005, p3).

**القلق لغة:** "قلق: قلقل الشيء: حركه؛ قلق: قلقا: اضطراب و انزعج ؛ أقلقه: أزعجه" (MAALOUF, 2009, p651).

**القلق اصطلاحاً:**

**القلق:** هو " انفعال مركب من التوتر الداخلي و الشعور بالخوف و توقع الخطر و هو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله؛ كما أشارت ماي MAY إلى القلق بأنه: " توجس يصحبه تهديد لبعض قيم الفرد التي يتمسك بها و يعتقد بأنها أساسية لوجوده" (ALLAWI, 1997, p379-381).

**القلق في التنافس الرياضي:** "يشمل القلق بالإضافة لدرجة من التنشيط حالة انفعالية غير سارة، فالقلق مركب مكون من شدة السلوك و اتجاه الانفعال، عرف مارتنز سمة قلق المنافسة بأنها هي الميل لإدراك المواقف التنافسية كتهديد و الاستجابة لهذه المواقف بمشاعر الخشية و التوتر" (RATIB, 2007, p157).

**القدرات البصرية:** "هي (بناء متعدد الأبعاد) فردي يتضمن عوامل عديدة مرئية و غير مرئية مترابطة، مثل حدة البصر و التنقل و كالقدرة البدنية و مقاييس الاكتئاب و كالإدراك (التفكير و الفهم و التعلم و أيضاً التذكر)" (GOLDSTEIN, *et al*., 2014, as cited in DUFFY, 2014)[1].

[1] https://visionaware.org/blog/visionaware-blog/what-is-visual-ability-a-new-study-looks-at-low-vision-rehabilitation-1351

**الرؤية المحيطية:** تعرف بأنها هي: "القدرة على مشاهدة الأشياء خارج بؤرة التركيز من كلا الجانبين و للأعلى و للأسفل و أنها واحدة من أكثر المهارات البصرية قيمة يمكن للرياضيين أن يمتلكوها و الرؤية فيما وراء 180 درجة من كلا الجانبين و هي ظاهرة غير طبيعية تمكّن اللاعبين من مشاهدة مساحات لعب أكبر، حركة اللاعبين الآخرين، الكرة كل ذلك في وقت واحد" .(BROWN, 2001, as cited in Naji, 2008, p9-10)

**الساحة البصرية:** هي: "المنطقة من الفضاء التي ترى العين فيها الأشياء بينما تنظر إلى نقطة معينة أمامها و تثبت عليها"، و لها قسمان محيطي و مركزي (RAGAB, *et al*., 2009, p40).

## الإطار النظري:

## حارس المرمى

### أهمية حارس المرمى

إن نتيجة المباراة تتوقف على الحارس الذي لا يمكن الرجوع عن خطأه، إذ يمثل الحارس "العامود الفقري للفريق بسبب موقعه في الدفاع عن مرماه بشكل فعال و بصورة مركزة" (KAMASH, 1999).

### أهم النقاط التي يتوقف عليها نجاح حارس المرمى في مسك الكرة أو إبعادها

أشار IBRAHIM (no date) إلى أن نجاح الحارس في إبعاد الكرة أو التقاطها يتوقف على:

1- سرعة رد الفعل فالحارس يجب أن يتميز بسرعة رد فعل مناسبة تسمح له بالوصول إلى الكرة بوقت أبكر. 2- سرعة الكرة فكلما زادت سرعة الكرة كلما صعُب اللحاق بها.

3- بعد الكرة عن منتصف المرمى فكلما بعدت الكرة عنه كلما زاد الزمن اللازم للتمكن من الوصول إليها.

4- ارتفاع الكرة البعيدة عن منتصف المرمى فكلما ارتفعت الكرة كلما زاد الزمن اللازم للوصول إليها و كلما زادت الحاجة للقدرة العضلية (القوة X السرعة).

## القلق

### أنواع القلق

1- قلق السمة: هو عبارة عن فروق ثابتة في القابلية للقلق؛ أي تشير إلى الاختلافات بين الناس ميلهم إلى الاستجابة اتجاه المواقف التي يدركونها كمواقف مهددة و ذلك بارتفاع في شدة القلق.

2- قلق الحالة: "هو حالة انفعالية تتميز بمشاعر ذاتية و شعورية بتوقع الخطر و التوتر مع ارتباطها بتنشيط أو استثارة في الجهاز العصبي (اللاإرادي) وتتغير من وقت لآخر بصورة تتناسب مع التهديد الذي يدركه الفرد في الموقف الذي يكون فيه" (علاوي، 1997، ص 284).

3- القلق العصابي: هو أعقد أنواع القلق يعرفه فرويد بأنه خوف غامض غير مفهوم لا يستطيع الفرد أن يشعر به أو يعرفه إذ أنه رد فعل غريزي داخلي في الشخصية و له ثلاثة أنواع هي:

أ- القلق الهائم الطليق: يتعلق بأية فكرة أو مناسبة أو شخص خارجي و المصابين به يتوقعون أسوء النتائج.

ب- قلق المخاوف الشاذة: هو عبارة عن مخاوف تبدو غير معقولة و لا يستطيع المريض أن يفسر معناها و يتعلق هذا النوع بشيء خارجي معين.

ت- قلق الهستريا: يبدو هذا النوع مرضي ففي بعض الأحيان يرافقه أعراض كالرعشة، و الإغماء، و صعوبة التنفس و بذلك يصبح القلق غير واضح أو يزول الشعور به (علاوي، 1997، ص 281).

4- القلق الموضوعي: "يرى فرويد بأنه عبارة عن رد فعل لقلق خارجي معروف و يمكن تسميته بالقلق العادي أو الحقيقي" (علاوي، 1997، ص281).

5- القلق الذاتي العادي: "يفسر هنا القلق على أساس الجمع بين الناحية الوجدانية و الناحية الاجتماعية و يكون فيه القلق داخلي كخوف الفرد من تأنيب الضمير إذا أخطأ و اعتزم الخطأ" (علاوي، 1997، ص282؛ الطيب، 1994، ص391).

## الأعراض المصاحبة للقلق الرياضي

ذكر RATIB (2007)، و MURAR (1993)، و ALLAWI (1997)، و ABU SAIMA (1995) بأن أهم الأعراض الناتجة عن القلق تتمثل في أعراض فسيولوجية، و أعراض معرفية نفسية.

## مكونات القلق

إن للقلق مكونات تتمثل بأحاسيس و مشاعر و هي المكونات الانفعالية، و مكونات تتمثل في التأثير السلبي الناتج من هذه الأحاسيس و المشاعر و هي المكونات المعرفية، و مكونات تتعلق بما ينتج عن تنشيط الجهاز العصبي و ما يرافقه من تغييرات فيزيولوجية و هي المكونات الفيزيولوجية (ALLAWI, 1997).

## أهمية الاستعداد النفسي

أشار إلى أن كيفية الاستجابة للقلق تؤثر على الأداء و ليس وجود القلق بحد ذاته إذ أن "توجيه الانفعالات لدى الرياضيين يتوقف على طبيعية الشخصية الرياضية و على طبيعة الموقف (OSMAN, 2008, p199).

## التحليل النفسي لصد الحارس للكرة

أشار AL-HITI (2009) لقيام الحارس بتحويل انتباهه باتجاه سير الكرة حتى يتمكن من إبعادها، فالانتباه أولى العمليات العقلية التي يقوم بها الحارس عندما يهيئ نفسه لصد الكرة المقذوفة إليه من اللاعب و يكون تركيزه عليهما معاً، ثم ينظم استعداده لملاقاة الكرة و هو ما يتدخل به الجهاز العصبي المركزي بعد استقباله للمعلومات إذ تبدأ عملية تحليل و تفسير لهذه الحالة فيه، ثم تأتي عملية الإدراك و التي من خلالها يتم التعرف على ما يحيط به و معرفة الشيء الذي تم التركيز و الانتباه إليه، و بعد أن يدرك الحارس الموقف يسلك سلوكاً معينا و يتصرف تبعاً للموقف المدرك و بهذا الجانب يدخل التصور و التخيل و العودة للخبرة السابقة لديه عن الحالة، و يوصل بعدها للعملية الأخيرة و هي التفكير إذ يختار واحدة من العناصر المناسبة للأداء قبل إصدار السلوك مباشرةً فالتفكير يحدد و يوجه السلوك وهو عملية عقلية تعتمد على الإدراك الحسي و التذكر و التفكير الجيد يعني سرعة اتخاذ القرار الجيد، ليحصل رد الفعل الحركي للحارس باتجاه الكرة المقذوفة إليه.

## القدرات البصرية

أشار ARIEL (2004) إلى أن القدرات البصرية المستخدمة في المجال الرياضي تبلغ 20 قدرة منها القدرة البصرية المحيطية، و الدقة البصرية بأنواعها المتحركة و الثابتة و غيرها و أن هنالك 80% من المساهمات الإدراكية تعتبر بصرية و أن 30% من الممارسين الرياضيين لديهم قصور في الدقة أو الرؤية الصحيحة.

## مفهوم القدرة البصرية المحيطية

تستخدم الحارسة الرؤية المحيطية الأفقية عند رؤية الكرة أو اللاعبة أو حركتهما خارج زاوية عينها، و تعرف بأنها:"القدرة على رؤية الأشياء والحركة خارج خط الرؤية المباشر" [1](BEDINGHAUS& SHAH, 2020).

## النظام البصري للعين

العين هي: "عبارة عن كرة ممتلئة بسائل بمكونات مميزة" (MAGILL& ANDERSON, 2014, p124).

يشمل النظام البصري العيون و أعصاب، و مسالك إلى مختلف بنى الدماغ و فيما بينها، إذ تركز القرنية و العدسة الضوء الداخل للعين على الشبكية ثم يحول فيها لنبضات تنتقل عبر أعصاب إلى القشرة البصرية، ثم تبث لأجزاء دماغية أخرى لتندمج مع مدخلات كالسمع أو الذاكرة لتمكين الفرد من الفهم و الاستجابة (World report on vision, 2020). كما أشار RAGAB, *et al.* (2009) لتقسيم العين وظيفياً لقسم مستقبل للضوء يتألف من الشبكية، و قسم ناقل له، و لكي تسير عملية الرؤية تمر الأشعة الضوئية المنعكسة عن الأجسام خلال تراكيب متعاقبة هي: القرنية، و السائل المائي، و الحدقة، و عدسة العين، و السائل الزجاجي، إذ تنحني الأشعة الضوئية عند مرورها عبر الوسط الكثيف (BUSSIERES, 2016).

## الوظائف البصرية

يمكّن النظام البصري وظائف الإبصار من:

1- حدة الإبصار وهي قدرة رؤية التفاصيل بوضوح.

2- حدة الإبصار عن بعد.

3- حدة الإبصار عن قرب.

4- رؤية الألوان.

5- حساسية التباين تشير لقدرة تمييز الشيء من خلفيته.

6- الإبصار في المجالات البصرية المحيطية، و المركزية من المجال البصري يساعد على التنقل بأمان.

7- إبصار تجسيمي؛ (إدراك العمق) للحكم على مسافات و سرعة الأشياء المقتربة.

للجهاز البصري وظائف منها:"استقبال معلومات حسية داخلية عن طبيعة الحركة و الجزء المعني به، و استقبال حسي من خارج الجسم و استقبال حسي عميق من خلال تقديم الجهاز البصري معلومات عن وضع الجسم في البيئة باستخدام أبعاد الزمن و القوة و الانسيابية للتحكم بالحركة" (ABDEL HAFEZ, 2013, p163).

## البنية التشريحية للعين

ذكر BUSSIERES (2016) بأن العين تتكون من الطبقة الخارجية لمقلة العين تتكون من الصّلبة (Sclera) و هي عبارة عن غشاء سميك يعمل على تثبيت الأزواج الستة من عضلات العين الحركية (Oculomotor muscles) التي تتولى التحكم بحركة العين في محجرها من حيث مقدار و اتجاه الحركة و هي التي تحافظ على شكل العين و تحميها، و القرنية (Cornea) المتميزة بالشفافية؛ مما يسمح للضوء بالنفاذ للعين و هي الجزء الأمامي من المقلة، أما الطبقة الوسطى فتتكون من القزحية (Iris) التي تتحكم بحجم الحدقة و مقدار الأشعة الضوئية الداخلة، و الجسم

[1] https://www.verywellhealth.com/sports-vision-eye-health-for-the-athlete-4159307

الهدبي (Ciliary Body) الذي يحيط بالعدسة و يتحكم بقوتها الانكسارية، و المشيمة (Choroid) التي تغذي الشبكية و تمدها بالأوكسجين، أما الشبكية (Retina) تشكّل الطبقة الداخلية.

## العضلات الخارجية المسؤولة عن تحريك كرة العين

العين لها (6) عضلات محركة إذا لم تدرب فإنها تضعف مع الوقت، و تؤثر سلباً على الأداء( DONALD & CAROLINE, 1995). إن "العضلات الخارجية المحركة للعين تنشأ من حلقة زن في قبة الحجاج لتتجه للأمام و لترتكز على الصلبة بمسافات مختلفة من اللم" (RAGAB, *et al*., 2009, p307).

## المجال الطبيعي لحركة كرة العين

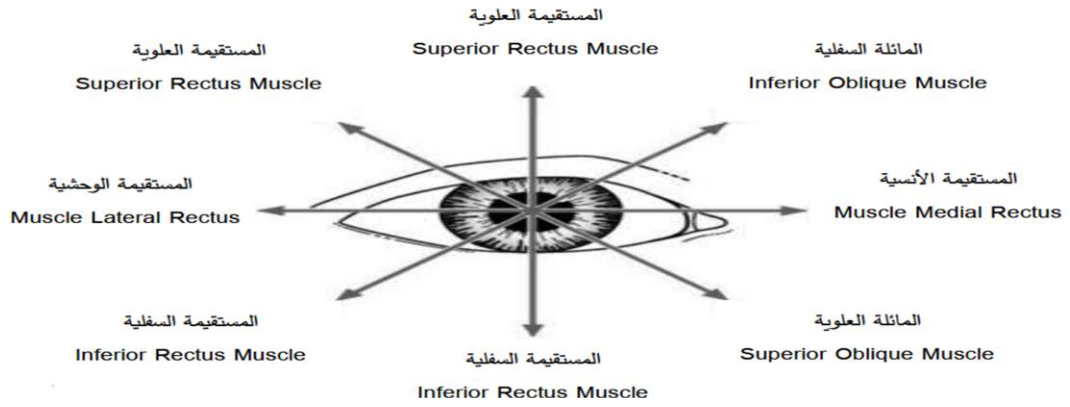
ذكر RAGAB, *et al*. (2009) بأن مجال حركة العين يعتبر طبيعي إذا كانت:

1- حركة العين إلى الوحشي: إذا كان اللم يلامس زاوية العين الخارجية.

2- حركة العين إلى الأنسي: إذا كان الخط الواصل بين النقطتين الدمعيتين يطابق الخط الفاصل بين الثلث الأنسي و المتوسط أو إذا كان اللم يلامس اللحمة الدمعية.

3- حركة العين إلى الأسفل: إذا غابت نصف القرنية خلف الجفن السفلي.

4- حركة العين للأعلى: الحركة الطبيعية هي غياب 2 ملم من القرنية خلف الجفن العلوي أو بواسطة منعكس ضوئي الذي يجب أن يكون على الصلبة 60 درجة. إن " جميع حركات العين تقريباً هي نتيجة جمع انقباض و استرخاء عضلات متعددة " و يوجد 8 أوضاع للنظرة الشكل (1) حيث توفر العضلة المهيمنة القوة ( WRIGHT *et al.*, 2006, p28).

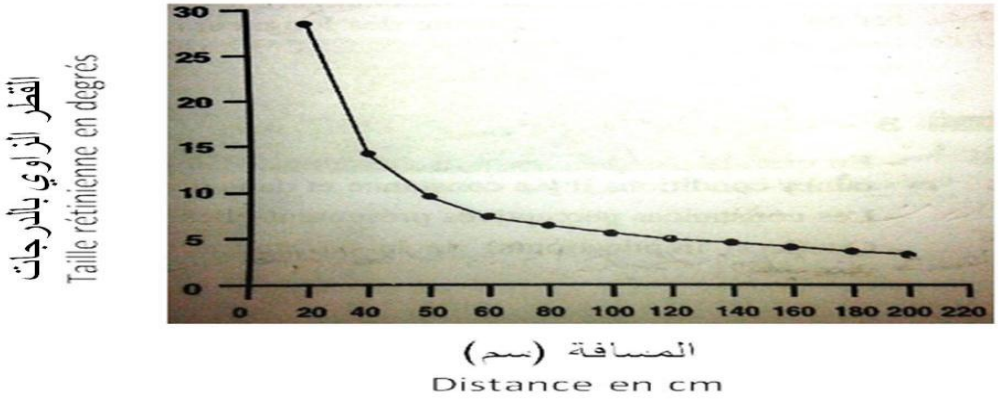



**الشكل (1) يوضح مجال عمل عضلات العين**

تشير الأسهم إلى الربع حيث تكون العضلة المحددة هي العضلة الرئيسية في تحريك كرة العين.

يتضاءل حجم الجسم المرئي كلّما ازدادت المسافة و يكون القطر الزّاوي للصّورة المعبّر عنها بدرجة زاوية البصر (å) كما يلي : å = (57.3 . a)/ d حيث a هي حجم الجسم و d هي بعده عن المشاهد و يعبر عن كلتا القيمتين باستخدام وحدة القياس نفسها مثلاً (سم). توحي تجارب الفرد اليومية له بأنّ الحجم المرئي لشخص ما يبدو له ثابتاً حتّى و إن كان على مسافات مختلفة منه بالنسبة للمسافات القربى على الأقلّ، و في حال كان الشخص بعيداً جدّاً فحجمه المرئي يتضاءل بازدياد المسافة و يتطابق مع حجم صورته المرئيّة، فعندما يتوافق الحجم المرئي مع الحجم الزّاوي للجسم الذي يتغيّر عكسيّاً مع مسافة المشاهدة، و إذا كان الحجم المدرك مستقلّاً عن مسافة المشاهدة هنا نتكلّم عن ثبات القيم أو

حجم مسافة ثابت، و يكون ثبات القيم عندما يكون الحجم المدرك للجسم مستقلاً عن حجم صورته المرئيّة الشّكل (2) .(Roulin, 2000, p130)




**الشّكل (2) يوضّح تغيير القطر الزّاوي وفقاً للمسافة**

## طرائق البحث و مواده:

### منهجية البحث

اعتمد في هذا البحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية.

### مجتمع البحث

تمثل مجتمع البحث بـ (16) حارسة اللواتي اشتركن بالدوري السوري للسيدات لعام 2019 / 2020.

### عينة البحث

يبين الجدول (1) توصيف عينة البحث حسب المتغيرات الديمغرافية.

**جدول (1) توصيف العينة حسب المتغيرات (الخبرة، العمر الزمني، العمر التدريبي، المؤهل العلمي)**

| المتغيرات / الحارسة | | الأولى | الثّانية | الثّالثة | الرّابعة | الخامسة | السّادسة | السّابعة | الثامنة | التاسعة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الخبرة | لاعبة منتخب | * | * | | | * | | | * | |
| | لاعبة نادي | | | * | * | | * | * | | * |
| العمر الزمني | 15–17 سنة | | | | | | * | | * | * |
| | 18–20 سنة | * | * | * | * | | | * | | |
| | 21–23 سنة | | | | | * | | | | |
| العمر التدريبي | 1– 5 سنوات | | * | * | * | * | * | * | * | |
| | 5–10 سنوات | | | | | | | | | * |
| | 10 سنوات فأكثر | * | | | | | | | | |
| المؤهل العلمي | دراسات عليا | | | | | | | | | |
| | بكالوريوس | * | * | | | | * | * | * | |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | معهد | | | | | | | | | |
| | ثانوية فما دون | * | * | * | | | | | | * |
| العين المهيمنة | العين اليمنى | * | * | * | * | * | * | * | * | * |
| | العين اليسرى | | | | | | | | | |
| حدة و قوة الإبصار لدى جميع الحارسات كانت 6/6 | | | | | | | | | | |
| المجموع الكلي لمجتمع الأصل 16 حارسة | | | | | النسبة المئوية لعينة الدراسة 56.25% | | | | | |

تمّ اختيار عيّنة البحث بالطّريقة العشوائيّة من حارسات كرة القدم للسيدات المسجلات في الاتحاد الرياضي السوري لكرة القدم و اللواتي تتراوح أعمارهم بين (15–23) سنة حيث تمّ اختيارهم من اللاعبات المشاركات بالدوري السوري للسيدات لعام 2019 م / 2020 م و بلغ حجم العينة (9) حارسة و ذلك بنسبة (56.25%) من المجتمع الأصلي. وأجرينا التجانس لعينة البحث في المتغيرات (العمر التدريبي، العمر الزمني، المستوى التعليمي) كما يبين الجدول (2).

**جدول (2) تجانس عينة البحث حسب المتغيرات (المستوى الرياضي، المؤهل العلمي، العمر الزمني، العمر التدريبي)**

| الإجراءات / المتغيرات | وحدة القياس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الاختلاف |
|---|---|---|---|---|
| **المستوى الرياضي** | رتبي(نادي، منتخب) | 1.44 | 0.52 | 0.27 |
| **المؤهل العلمي** | رتبي (ثانوية فما دون، معهد، بكالوريوس، دراسات عليا) | 1.78 | 0.66 | 0.25 |
| **العمر الزمني** | نسبي (سنة) | 2.89 | 1.05 | 0.27 |
| **العمر التدريبي** | رتبي (سنة) | 2.67 | 0.70 | -2.12 |

يبين الجدول (2) بأن معامل الالتواء للمستوى الرياضي 0.27، و كان معامل الالتواء للمؤهل العلمي0.25، و معامل الالتواء للعمر الزمني0.27 بينما معامل الالتواء للعمر التدريبي هو 2.12-، نلاحظ بأن قيم معامل الالتواء للمستوى الرياضي، و المؤهل العلمي و العمر الزمني كانت ضمن ±1 مما يدل على أن عينة البحث متجانسة و تندرج تحت المنحنى الاعتدالي في جميع هذه المتغيرات الأساسية عدا متغير العمر التدريبي حيث كانت معامل الالتواء له 2.12- و هو لا يندرج تحت المنحنى الاعتدالي.

## أدوات جمع بيانات البحث

– المصادر و المراجع. – استمارة استطّلاعية حول (تحديد أهم القدرات البصرية التي تعتمد عليها الحارسات) ملحق (1) بحسب آراء 7 خبراء و مختصين في المجال الرياضي (التدريبي والنفسي والتعلم الحركي والتقويم والقياس) ملحق (2). – اختبار القدرة البصرية المحيطية الأفقية. – مقياس القلق الرياضي الذي أعده (Kafafy, *et al*., 1985). – استبانة مقياس القلق الرياضي، و استمارة تسجيل درجات الاختبار ملحق (3).

## خطوات إجراء البحث

– **تصميم الاستبيان المستخدم:** بلغت فقرات الأداة 33 فقرة ذات اتجاه واحد، و استخدم مقياس ليكرات الثلاثي، ووزعت الدرجات كالآتي: موافقة (بدرجة مرتفعة= 1 ، بدرجة متوسطة= 2، بدرجة منخفضة= 3).

– **المعاملات العلمية للاستبيان قيد البحث:** أ– **الصدق:** قام (KAFAFY, *et al*., 1985) بإيجاد الصدق للمقياس باستخدام صدق التمييز، كما قمنا بعرض الاستبيان على 6 محكمين من المجال الرياضي و النفسي ملحق (4)، اعتبرت موافقتهم مع ملاحظات 80% منهم على إجراء تعديلات لغوية دليلاً على صدق الاستبانة.

**ب– الثبات:** قمنا بدراسة ثبات الاستبانة عن طريق تطبيقها على عينة استطلاعية عددها 5 حارسات إذ تم حساب معامل الاتساق الداخلي من خلال استخدام معامل ألفا كورنباخ للتأكد من ثبات الأداة، و بلغت (0.706) و هذا ما دل على ثباته، بعد حساب معامل التمييز لكل سؤال و لتحسين معامل الثبات تم حذف بعض الفقرات و التي بلغ عددها 5 و هي (12، 17، 28، 30، 32)، و من ثم تم إعادة حساب معامل الثبات للأداة باستخدام معامل ألفا كورنباخ بطريقة الاتساق الداخلي إذ بلغت (0.847)، و لكن ارتأينا إبقاء فقرات الاستبيان كما هي.

– **تصميم الاختبار المستخدم:** من خلال: دراسة (AL-FAQIH, 2018)، و دراسة (AL-MATOUKI, 2018)، و دراسة (AL-ZAMILI, 2012)، اطّلعنا على اختبارات مشابهة لاختبار بحثنا، و استفدنا من معلومات: دراسة (BINU, 2020)، و دراسة (AFSHAR, *et al*., 2019)، و دراسة (TOIT, *et al*., 2009). تم إخراج الاختبار الأولي و عرضه على (9) مختصين في المجال الطبي و النفسي و الرياضي ملحق (5) ثم تم إجراء التعديلات المطلوبة و إعادة عرضه عليهم ثم اعتماده.

**الغرض من الاختبار:** فحص القدرة البصريّة المحيطية الأفقية من الثبات لدى حارسات مرمى كرة القدم السّوريّة.

**الخاصية أو الظاهرة المطلوب قياسها:** القدرة البصرية المحيطية الأفقية.

**تحليل الخاصية أو الظاهرة المطلوب قياسها:** القدرة البصرية المحيطية الأفقية للعين اليمنى، و القدرة البصرية المحيطية الأفقية للعين اليسرى.

**الأدوات المستخدمة في الاختبار:** – ملعب كرة قدم يحتوي مرمى بالمقاييس و الأبعاد القانونية المعتمدة. – أداة قياس المسافة (المتر القماشي، و العادي). – لوحة كرتونية نصف دائرية مصممة بالاستفادة من المتر القماشي توضع على أرضية الملعب يبلغ طول نصف قطرها 1.5 متر محدّد عليها الزوايا المختلفة: (90، 120، 130، 140، 150، 160، 170، 175، 180، 185)[1] ملحق (6). – خوذة مثبتة لرأس الحارسة عدد 1 يركب عليها واقية متحركة لحد مجال رؤية الحارسة عدد 2 ذات لون أسود بطول 20 سم و عرض 20 سم تركب كل منها على جانبي الخوذة المثبتة لرأس الحارسة، سدادة عينية متحركة عدد 2 لونها أسود بطول 5 سم و عرض 5 سم تركب كل واحدة منها على السطح الداخلي للواقية المتحركة ملحق (7). – كرة تنس طاولة لونها أبيض نوع Stiga عدد 1. – حامل لونه أسود عدد 2 يبلغ قطره 6 مم بارتفاع 2 م يربط عليه البالونات الملونة. – حامل لونه أسود عدد 1 يبلغ قطره 22 مم قابل لتعديل الارتفاع من 130 سم حتى 2 م يحوي في رأسه قاعدة لتثبيت كرة تنس الطاولة البيضاء. – حامل لونه أسود عدد 1 يبلغ قطره 22 مم قابل لتعديل الارتفاع من 130 سم حتى 2 م يحوي في رأسه قاعدة توضع عليها الخوذة المثبتة لرأس الحارسة. – صندوق يحتوي 9 بالونات مختلفة الألوان (أرجواني، برتقالي، بني، رصاصي). – ساعة ميقاتية تقيس لأقرب 100/1 ثا عدد 1. – كاميرا نوع Canon 7D Lens 18:200mm عدد 1.

[1] **إنّ طول نصف قطر الدّائرة هو (150cm) قياس محيطها 943cm≈22/7×300 =π 2(150) =p=2πr و من المعلوم بأنّ قياس قوس الدّائرة 360° و هذا يعني أن كل 360° تقابل 943cm من الدّائرة التي تهمّنا إذاً كل 5° =X**
**X=5×943/360=4715/360=13.09≈13.1cm أي أنّ كلّ 13.1cm من خطّ الدّائرة التي نصف قطرها 150cm تقابل زاوية قياسها خمس درجات.**

**تحديد زمن الاختبار و طوله:**

- زمن الاختبار (10) دقيقة و يتوقف طول الاختبار على قدرة عين كل حارسة.
- تعطى الحارسة فترة 3 ثانية فقط للإجابة عن لون البالون.
- فترة الانتقال من نقطة إلى أخرى ممثلة للزاوية لا تتجاوز 30 ثانية عند اختبار نفس العين.
- فترة الانتقال من اختبار العين اليمنى إلى اليسرى 1 دقيقة.

**كتابة مفردات الاختبار و طريقة التنفيذ:**

- أن تكون البالونات ذات حجم واحد و لا تتعدى حجم قبضة اليد. - ألا تكون الكرة البيضاء أكبر أو أصغر من حجم كرة تنس الطاولة و ألا تكون من لون مختلف. - إجراء الاختبار بدءً من نقطة الزاوية 185 وهكذا حتى الوصول إلى نقطة الزاوية 120. - يجب أن تكون حوامل البالونات و الحامل المثبت للرأس عامودي تماماً مع النقاط الممثلة للزوايا المختلفة التي تم تحديدها على اللوحة الكرتونية. - لا مشكلة من رؤية الكرة البيضاء من قبل الحارسة قبل إجراء الاختبار و يراعى عدم رؤية الحارسة لألوان البالونات المتبقية قبل إجراء الاختبار لمنع عوامل التخمين و الصدفة من الظهور. - يؤخذ بعين الاعتبار بأن يكون الحامل الموجود على الزاوية 90 و التي تكون على خط مستقيم مع الحامل المثبت للرأس مثبتاً عليه الكرة البيضاء حيث لا يجب استبدالها طيلة فترة الاختبار. - يؤخذ بعين الاعتبار ألا يكون البالون المربوط بعيداً عن جسم الحامل بحيث يسمح بحركة خفيفة للبالون فقط كون العين حساسة للحركات أكثر من حساسيتها للألوان. - يعدل الحامل المثبت لرأس اللاعبة ليتناسب مع طولها، كما يجب أن يعدل ارتفاع ربط البالونات ليتناسب مع ارتفاع مستوى نظر كل الحارسة. - الوقت المستغرق لإجابة الحارسة عن لون البالون الموجودة على الحامل المحدد مكانه بالسؤال لا يتعدى 3 ثانية و كل إجابة تتعدى الوقت لا يؤخذ بها و يتم إكمال اختبار العين نفسها بوضع الحامل على الزاوية التي تليها مع مراعاة تغيير لون البالون. - قبل البدء و بعد الانتهاء من كل محاولة لمعرفة لون البالون المربوط بالحامل تعدّل السدادة العينية و الواقية المتحركة حسب ما تتطلبه طريقة إجراء الاختبار للجهة المفحوصة. - بين كل محاولة و أخرى يعطى وقت استراحة للعين نفسها على ألا يتعدى 30 ثانية و يعطى وقت استراحة لكلا العينين عند تبديل العين التي يتم فحصها على ألا يتعدى 1 دقيقة. - في حال حركت الحارسة عينها بعد طلب المُختَبِر منها تثبيتها تعتبر المحاولة فاشلة و تعاد مع تغيير لون البالون الموجود على الحامل. - محاولات الإجابة عن لون البالون تتوقف بمجرد إعطاء إجابة صحيحة و يتم الانتقال للعين الأخرى.

**شرح تعليمات الاختبار و طريقة تنفيذه:** يقوم المُختَبِر بتجهيز مكان الاختبار بنصب الحامل المثبت للرأس على نقطة مركز الدائرة التي يبلغ طول نصف قطرها 1.5 متر كما أن اللوحة تحدد الزوايا المختلفة الواقعة على خط الدائرة و هي: (90 ، 120، 130، 140، 150، 160، 170، 175، 180، 185). يعدل ارتفاع الحامل المثبت للرأس بما يتناسب مع طول الحارسة و يراعى أن تكون البالونات على ارتفاع مستوى نظر الحارسة في حال ربطها على الحامل و بعد إكمال تجهيز باقي الأدوات و نصب أحد الحوامل على نقطة الزاوية 90 تثبت الكرة البيضاء (كرة تنس الطاولة) عليه ليقف المُختَبِر بعدها خلف حامل الكرة البيضاء على بعد 2 متر عن نقطة مركز الدائرة و يطلب من الحارسة بمنبه صوتي (لفظي) الوقوف على النقطة المخصصة لها و وضع ذقنها على الحامل المثبت للرأس ليقوم المُختَبِر بعدها الطلب من مساعدته بمنبه صوتي (لفظي) أيضاً تحريك الواقية الموجود على جانبي الخوذة المثبتة لرأس الحارسة و ذلك لحد مجال الرؤية و منع الحارسة من رؤية لون البالونات التي سيتم ربطها على حواملها ثم تقوم المساعدة بربط أحد البالونات الملونة على الحامل الموجود على الجهة اليمنى من نقطة مركز الدائرة و التي تمثل نقطة

الزاوية 185 بعدها تقوم المساعدة بإغلاق العين اليسرى للحارسة بالسدادة العينية مع المحافظة على الواقية المتحركة اليسرى و اليمنى مرفوعة بعدها تقف المساعدة خلف الحارسة بانتظار إشارة المُختَبِر لها لإنزال الواقية المتحركة اليمنى عندها يطلب المُختَبِر من الحارسة بمنبه صوتي (لفظي) عدم تحريك العين المفتوحة و تثبيت نظرها على الكرة البيضاء حتى تنتهي من الإجابة على السؤال الذي سيطرحه عليها بعد إنزال الواقية المتحركة اليمنى. عندما تصبح الحارسة جاهزة و تثبت عينها المفتوحة على الكرة البيضاء يشير المُختَبِر للمساعدة بإنزال الواقية المتحركة اليمنى، بعدها و مع مراقبة المُختَبِر لثبات عين الحارسة دون تحريكها يسألها مباشرة ما هو لون البالون الموجود على الجهة اليمنى منك؟ و يراعى ألا تحرك الحارسة عينها ففي حال لم تلتزم تعتبر المحاولة فاشلة و يعاد إجراء الاختبار و يجب ألا تستغرق الحارسة وقتاً طويلاً بالإجابة فلا يتعدى الوقت المستغرق بالإجابة 3 ثانية و في حال تعدت الحارسة الوقت المسموح للإجابة لا يؤخذ بها أما إذا كانت إجابتها خاطئة يستمر بإجراء الاختبار لنفس العين للزاوية التي تليها بعد إعادة رفع الواقية المتحركة لحد مجال الرؤية لدى الحارسة من قبل المساعدة بينما إذا كانت إجابة الحارسة صحيحة لا يتم إكمال إجراء الاختبار لنفس العين وتعطى علامة الزاوية التي أجابت عليها و ينتقل لإجراء الاختبار للعين اليسرى بنفس التسلسل السابق.

**عمل خطة تسجيل نتائج الاختبار:** تسجل نتائج كل حارسة في استمارة خاصة بذلك ملحق (3) إذ تعطى كل حارسة حتى حدود 10 محاولات لكل جهة ففي حال الإجابة الصحيحة عن لون البالون لا يتم إكمال إجراء الاختبار لنفس الجهة و تعطى الحارسة درجة الزاوية الموجود عليها حامل البالون أما في حال عدم الإجابة الصحيحة أو استغراق الحارسة أكثر من الوقت المسموح للإجابة يتم إكمال إجراء الاختبار بالانتقال إلى النقطة التي تليها الممثلة بزاوية أقل لنفس الجهة التي يجري اختبارها حتى الحصول على الإجابة الصحيحة.

**حساب الدرجات:** – في حال الإجابة الصحيحة عن لون البالون الموجودة على الحامل المثبت على النقطة الممثلة للزاوية:

– 185 تعطى الحارسة 10 درجة.

– 180 تعطى الحارسة 9 درجة.

– 175 تعطى الحارسة 8 درجة.

– 170 تعطى الحارسة 7 درجة.

– 160 تعطى الحارسة 6 درجة.

– 150 تعطى الحارسة 5 درجة.

– 140 تعطى الحارسة 4 درجة.

– 130 تعطى الحارسة 3 درجة.

– 120 تعطى الحارسة 2 درجة.

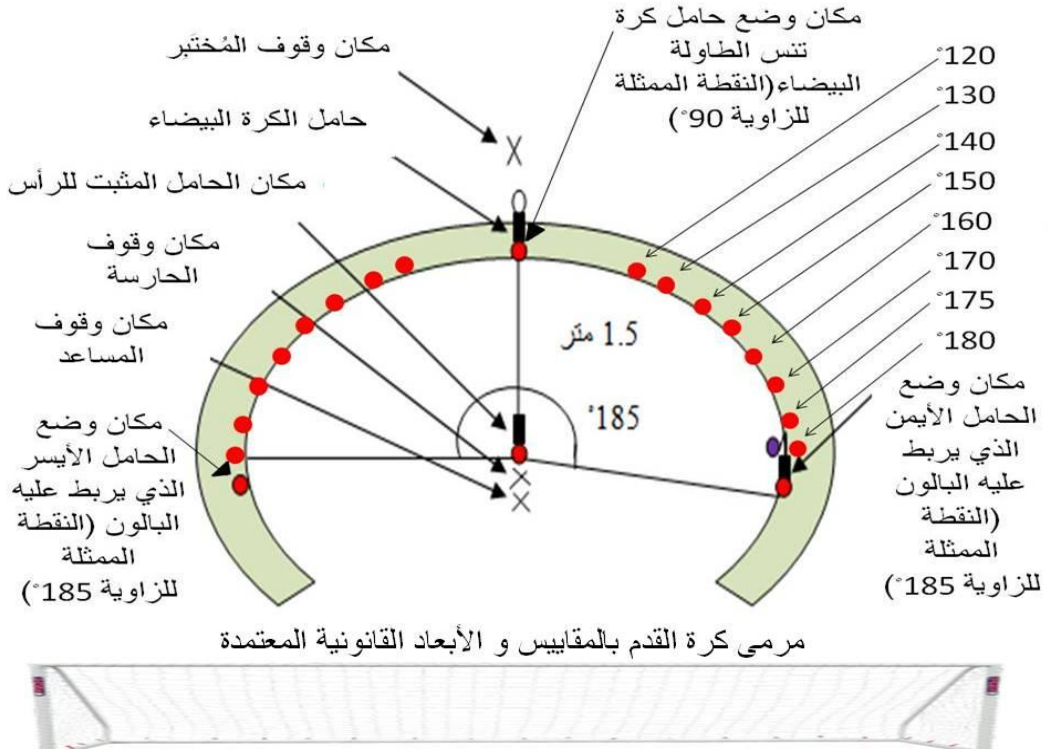
– في حال عدم الإجابة الصحيحة عن لون البالون الموجودة على الحامل المثبت على النقطة الممثلة للزاوية 120 تعطى الحارسة 1 درجة.

– تحسب الدرجة النهائية باستخراج المتوسط الحسابي لمجموع درجات كلتا العينين.

**التجربة الاستطلاعية (المبدئية لاختبار القدرة البصريّة المحيطيّة الأفقيّة):** هي عبارة عن تجربة استطلاعيّة على أرضيّة ملعب كرة قدم يحتوي مرمى بالأبعاد و المقاييس النّظامية و ذلك بغية تجريب الأجهزة و الأدوات المستخدمة ملحق (8)

و التّأكد من جاهزيّتها و التّعرف على الصّعوبات التي قد تعيق عملية تّطبيق الاختبار أجريت بتاريخ 2021/5/28 م و حتّى 2021/5/30 م و تمثّلت نتائجها في التّأكّد من صلاحية الأدوات و الأجهزة المستخدمة في البحث و من مناسبتها لأرضيّة الملعب.

**اختيار المحتويات النهائية للاختبار:** الاختبار المستخدم في هذا البحث هو (اختبار القدرة البصرية المحيطية الأفقية) الشكل (3)




**الشكل (3) اختبار القدرة البصرية المحيطية الأفقية من الثبات**

**الصورة (1) اختبار القدرة البصرية المحيطية الأفقية من الثبات**

**قياس معايير الصدق و الثبات و الموضوعية:**

تم حساب المعاملات العلمية للاختبار عن طريق عرضه على عدد (6) من الخبراء و المختصين في المجال الطبي، و النفسي، و الرياضي، كما قمنا بتطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (5) حارسات تنطبق عليهم نفس شروط العينة الأساسية، و تم إجراء هذه القياسات ثلاثة مرات بفاصل زمني7 أيام و تحت نفس الشروط.

**عرض فروق المتوسطات بين الاختبارات بشكل منفصل**

**الجدول (3) يبين المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لنتائج الحارسات في الثلاثة مرات التي طبقت بها الاختبارات**

| Std. Deviation | N | Mean | الاختبار | | |
|---|---|---|---|---|---|
| .57009 | 5 | 5.3000[a] | تطبيق الاختبار أول مرة | Pair 1 | القدرة البصرية المحيطية |
| .57009 | 5 | 5.3000[a] | تطبيق الاختبار ثاني مرة | | |
| .57009 | 5 | 5.3000[a] | تطبيق الاختبار ثاني مرة | Pair 2 | |
| .57009 | 5 | 5.3000[a] | تطبيق الاختبار ثالث مرة | | |

بين الجدول (3) اتساق و تمتع الاختبارات بقدر ثبات عالي و هي على درجة عالية من الموضوعية كونها واضحة و سهلة الفهم و بعيدة عن التقويم الذاتي إضافةً لوصفها بدقة قدرات اللاعبات كما هي.

## الخطوات التنفيذية للبحث

تم اختيار عينة استطلاعية من 5 حارسات للتأكد من المعاملات العلمية للاستبيان و من دقة الاختبار.

**الخطوات التنفيذية لإجراء الاستبيان:** بعد مراجعة الأدبيات المشابهة لدراستنا تم اختيار مقياس القلق الرياضي الذي أعده (Kafafy, *et al*., 1985) ثم عرضناه على (6) خبراء في المجال الرياضي و النفسي، ثم وزعناه على العينة الاستطلاعية و استخراجنا المعاملات العلمية له، ثم وزعناه على أفراد العينة الأساسية.

– قمنا بحساب المعاملات العلمية للاستبانة بالاستفادة من البرنامج الإحصائي (SPSS) إذ بلغ ثباتها باستخدام معامل ألفا كورنباخ Cronbach's Alpha (0.875)، و بطريقة التجزئة النصفية Coefficient Spearman-Brown بلغت (0.908)، و بطريقة جيتمان Guttman Split-Half Coefficient بلغت (0.823).

**الخطوات التنفيذية لإجراء الاختبار:** بعد الرجوع إلى المصادر و المراجع و الاطلاع على اختبارات مشابهة لاختبار البحث تم إخراجه بصورته النهائية، كما تم إجراء الفحص الطبي لعيون العينة الأساسية بعرضهم على أطباء مختصين قبل الشروع بالقياسات القبلية لهم، حيث أكدت النتائج بأن: أ– شكل و حجم العين طبيعي لدى العينة. ب– درجة النظر لديهم 6/6، و عيونهم خالية من أمراض الضغط العيني و بالمستوى الطبيعي. كان الهدف من الفحص هو تأمين أعلى درجات الضبط العلمي، و للتأكد من عدم وجود مسبب مرضي عيني يؤثر على دقة القياسات. كما تم استخرج المعاملات العلمية لاختبار القدرة البصرية المحيطية الأفقية، و تم تطبيق الاختبار على العينة الأساسية مباشرةً بعد الانتهاء من تطبيق استبيان القلق الرياضي عليها في تاريخ 2021/8/26 حتى 2021/9/10 ثم أجرينا المعالجات الإحصائية للنتائج بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS.

## الوسائل الإحصائية

لمعالجة البيانات استخدمنا البرنامج الإحصائي (SPSS): النسب المئوية، و المتوسطات الحسابية، و الانحرافات المعيارية، و معامل ألفا كورنباخ، و طريقة التجزئة النصفية، و طريقة جيتمان، و معامل الارتباط بيرسون، و اختبار (T)، و اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA).

## النتائج و المناقشة

**عرض نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لمستوى القلق الرياضي لدى الحارسات جدول (4).**

**جدول (4) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لفقرات الاستبيان**

| العبارات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|
| 1- أخشى أن يكون أداء الآخرين أفضل من أدائي عندما أكون مقبلة على مباراة هامة. | 1.78 | 0.83 |
| 2- أشعر بعدم الثقة في نفسي قبيل اشتراكي في المباريات. | 2.11 | 1.05 |
| 3- أتصبب عرقاً قبيل الدخول إلى الملعب لأداء المباريات الهامة. | 2.22 | 0.83 |
| 4- أثناء المباريات تشغلني النتائج التي تترتب على الفوز أو الخسارة. | 1.78 | 0.97 |
| 5- أشعر بحالة من الجمود و التبلد أثناء المباريات. | 2.00 | 1.00 |
| 6- عندما أشعر أن أدائي سيء في المباراة فأنني لا أستطيع استعادة السيطرة عليه. | 1.67 | 0.70 |
| 7- أشعر بالتوتر الشديد قبل بدء المباريات. | 1.56 | 0.72 |
| 8- يستمر توتري بسبب أدائي السيئ إلى ما بعد المباريات. | 1.89 | 0.78 |
| 9- خلال المباريات تخطر لي أشياء لا علاقة لها باللعب. | 2.11 | 0.92 |
| 10- ينخفض أدائي في اللعب رغم التدريب الجيد. | 2.33 | 0.70 |
| 11- تركيزي على ذاتي يقلل من مستوى أدائي في المباريات. | 2.22 | 0.83 |
| 12- استخدم الحمّام كثيراً قبيل المباريات. | 2.00 | 0.86 |
| 13- أشعر بأنه كان في إمكاني أن أودي أداء أفضل بعد انتهاء المباراة. | 1.67 | 0.70 |
| 14- عندما ألعب في أي مباراة أشعر أن عصبيتي تؤثر في مستوى أدائي تأثيراً سلبياً. | 2.00 | 0.70 |
| 15- مشاعر العداء من الجمهور تجاهي تقلل من مستوى أدائي إلى حد كبير. | 2.00 | 1.00 |
| 16- أحاول التخلص من توتري أثناء اللعب دون جدوى. | 2.00 | 0.86 |
| 17- لا يختلف مستوى استعدادي للمباريات مهما بلغت أهميتها. | 1.89 | 0.92 |
| 18- أفكر قبل المباريات بالاعتذار عن اللعب خشية ضعف أدائي. | 2.22 | 0.97 |
| 19- يهمل المشرفين على الفريق الظروف النفسية للاعبات. | 1.78 | 0.83 |
| 20- أدائي أثناء التدريب أفضل منه أثناء المباريات. | 2.11 | 0.60 |
| 21- خلال المباريات ينتابني شعور بالعصبية يقلل من مستوى أدائي. | 2.00 | 0.86 |
| 22- يشغلني أثناء المباريات فيما إذا كان المدرب سيعجب بأدائي أم لا. | 2.00 | 0.70 |
| 23- أشعر بقلبي يدق بسرعة قبيل المباريات الهامة. | 1.67 | 0.86 |
| 24- وجود جمهور كبير في المباراة يجعلني متوترة أثناء اللعب. | 1.78 | 0.97 |
| 25- تفكيري في مستوى أدائي أثناء المباراة يؤثر على أدائي تأثيراً سلبياً. | 2.00 | 1.00 |

| | | |
|---|---|---|
| 26- هتافات الجمهور في المباريات تشتت انتباهي و تزيد من توتري في الملعب. | 1.89 | 0.78 |
| 27- ينخفض حماسي في المباريات غير الهامة و لذا يكون أدائي فيها أسوء. | 1.89 | 0.92 |
| 28- أشعر أن الحكام بصفة عامة لا يراعون مشاعر اللاعبات و حالتهم النفسية. | 1.56 | 0.72 |
| 29- تشتت انتباهي يؤثر سلبياً على أدائي في المباريات الهامة. | 2.11 | 0.78 |
| 30- أفقد شهيتي للطعام قبيل المباريات. | 1.78 | 0.97 |
| 31- أشعر برعشة في يديَّ و قدميَّ قبيل المباريات الهامة. | 1.67 | 0.50 |
| 32- أشعر بالحاجة إلى تدريب إضافي قبل أي مباراة خاصةً إذا كانت هامة. | 1.44 | 0.52 |
| 33- حدث أن أصبت بنوبات مغص و اضطراب في المعدة قبل المباراة أو أثنائها. | 1.56 | 0.72 |

يبين الجدول (4) المعالجات الإحصائية للقلق الرياضي لدى الحارسات فقد تراوح المتوسط الحسابي له بين (1.44 – 2.33)، و كان الانحراف المعياري بين (1.05 – 0.50) حيث أن الفقرة (10) جاءت بالمرتبة الأولى، و جاءت بالمرتبة الثانية الفقرات (3)،(11)،(18)، بمتوسط حسابي (2.22)، و جاءت الفقرة (32) أخيراً، بمتوسط حسابي (1.44)، كما أن المتوسط الكلي للقلق الرياضي هو (1.89).

**عرض نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة (T) للقلق الرياضي لدى الحارسات تبعاً لمتغير المستوى الرياضي**

**جدول (5) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة (T) للقلق الرياضي لدى الحارسات تبعاً لمتغير المستوى الرياضي**

| الدرجة | المستوى الرياضي | N | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | T | Sig |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الكلية للقلق الرياضي | لاعبة منتخب | 4 | 66.50 | 13.82 | 0.81 | 0.44 |
| | لاعبة نادي | 5 | 59.60 | 11.58 | | |

يبين الجدول (5) بأن قيمة (ت)= 0.81 عند مستوى دلالة = 0.44 و هو أكبر من 0.05 أي لا يوجد فروق بين متوسطي درجات القلق الرياضي تبعاً لمتغير المستوى الرياضي.

**عرض نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للقلق الرياضي لدى الحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي**

**جدول (6) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لمستويات القلق الرياضي للحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي**

| للقلق | المؤهل العلمي | N | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|---|---|
| الرياضي | ثانوية عامة فما دون | 3 | 68.00 | 0.00 |
| | معهد | 2 | 64.00 | 9.89 |
| | بكالوريوس | 4 | 58.00 | 17.72 |

يبين الجدول (6) وجود فروق ظاهرية في مستوى القلق الرياضي لحارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي وللكشف عن مصادر هذه الفروق استخدمنا اختبار تحليل التباين الأحادي جدول (6).

**عرض نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للدلالة على الفروق بين المتوسطات الحسابية للقلق الرياضي لدى الحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.**

**جدول (7) تحليل التباين الأحادي للدلالة على الفروق بين متوسطات مستوى القلق الرياضي تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.**

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | F | Sig |
|---|---|---|---|---|---|
| بين المجموعات | 176.00 | 2 | 88.00 | 0.50 | 0.62 |
| داخل المجموعات | 1040.00 | 6 | 173.33 | | |
| المجموع الكلي | 1216.00 | 8 | | | |

يبين الجدول (7) بأن قيمة (F)= 0.50 عند مستوى دلالة 0.62 و هو أكبر من 0.05 أي لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق الرياضي لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

**عرض نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للقدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات.**

**جدول (8) المتوسطات الحسابية للقدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى أفراد العينة الأساسية**

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| متوسطات | 5.50 | 5.50 | 4.50 | 5.50 | 4.50 | 4.50 | 5.50 | 5.50 | 5.50 | مجموع |
| | | | | | | | | | | 5.16 |

يبين الجدول (8) بأن المتوسطات الحسابية للقدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية انحصرت بين 4.50 و 5.50 و بمتوسط حسابي عام= (5.16).

**عرض نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للقدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات تبعاً لمتغير المستوى الرياضي.**

**جدول (9) المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لمستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات تبعاً لمتغير المستوى الرياضي**

| القدرة البصرية المحيطية الأفقية | المستوى الرياضي | N | Means | Std. Deviation | T | Sig |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | لاعبة منتخب | 4 | 5.50 | 0.00 | 2.81 | 0.03 |
| | لاعبة نادي | 5 | 4.90 | 0.42 | | |

يبين الجدول (9) بأن قيمة (T)= 2.81 عند مستوى دلالة= 0.03 و هو أصغر من 0.05 أي يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الدرجات تبعاً لمتغير المستوى الرياضي، و لصالح حارسات المنتخب.

**عرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي**

**جدول (10) القيم الحسابية لمستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية للحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي**

| القدرة | المؤهل العلمي | N | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---|---|---|---|---|
| البصرية المحيطية الأفقية | ثانوية عامة فما دون | 3 | 4.83 | 0.57 |
| | معهد | 2 | 5.50 | 0.00 |
| | بكالوريوس | 4 | 5.25 | 0.50 |

يبين الجدول (10) وجود فروق ظاهرية في مستوى القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

**عرض نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للدلالة على الفروق بين المتوسطات الحسابية للقدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.**

**جدول (11) تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للدلالة على الفروق بين متوسطات القدرة البصرية المحيطية الأفقية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.**

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | F | Sig |
|---|---|---|---|---|---|
| بين المجموعات | 0.58 | 2 | 0.29 | 1.23 | 0.35 |
| داخل المجموعات | 1.41 | 6 | 0.23 | | |
| المجموع الكلي | 2.00 | 8 | | | |

يبين الجدول (11) بأن قيمة (F)= 1.23 عند مستوى دلالة= 0.35 أي لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

**عرض نتائج علاقة الارتباط بين قيم القلق الرياضي و القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات.**

**جدول (12) علاقة الارتباط بين القلق الرياضي و القدرة البصرية المحيطية الأفقية**

| طبيعة العلاقة | Pearson | Sig |
|---|---|---|
| القلق الرياضي& القدرة البصرية المحيطية الأفقية | 0.61 | 0.87 |

يبين الجدول (12) بأن معامل الارتباط بين المتغيرين= 0.61 و عند مستوى دلالة 0.87 =Sig و هو أكبر من (0.05) أي توجد علاقة ارتباط عكسي متوسط غير معنوية ما بين المتغيرين.

## تحليل و مناقشة النتائج

بالنظر إلى النتائج السابقة تبين أن القلق الرياضي عند الحارسات قابل الدرجة المتوسطة و قد يعزى هذا لقلة الاهتمام النفسي أو التعامل الخاطئ معه من قبل المدربين و إعطاء الاهتمام للجوانب البدنية و المهارية على حسابه. إن عدم وجد فروق بين متوسطي درجات القلق الرياضي تبعاً لمتغير المستوى الرياضي، قد يعزى ذلك إلى تشابه الظروف و الأجواء التدريبية و طريقة الإعداد النفسي التي تخضع لها الحارسات. كما أن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق الرياضي لدى الحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي قد يعزى إلى عدم خضوعهم خلال دراستهم لمساقات علم النفس، و يتشابه ما سبق مع ما أكد عليه RATIB (2007) بأن الظروف التي يعيشها اللاعبون و بيئاتهم الاجتماعية و الاقتصادية المتشابهة يبرر تقارب مستواهم النفسي.

يقابل مستوى القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات المستوى المتوسط و قد يعزى ذلك لكون هذه القدرة من أهم القدرات البصرية التي تعتمد عليها الحارسات و التي تتطور بطريقة غير مقصودة أثناء الأداءات الحركية المختلفة و التي يمكن إيصالها إلى المستوى الممتاز بوجود تدريبات خاصة بها و هذا يتفق مع دراسة KENBAR (2009) الذي أكد على أهمية ارتباط تدريبات البصر مع الأداءات الحركية المختلفة.

إن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية تبعاً لمتغير المستوى الرياضي و لصالح حارسات المنتخب، قد يعزى لخبرة حارسات المنتخب و تعرض عيونهم لنوعية معلومات بصرية مؤثرة إيجابياً على تطور مستوى القدرة البصرية المحيطية الأفقية عما هي لدى أقرانهم و هو ما يتفق مع دراسة TOIT, *et al*. (2009) التي توصلت إلى أن للرياضيين الخبراء ميزة كبيرة على منافسيهم بسبب التحسينات في التمارين، فأفضل اللاعبين ليسوا دائماً القادرين على رؤية الحركة المجردة بل هم القادرين على التقاط و التفسير الصحيح للمعلومات البصرية (WILLIAMS, *et al*., 2019).

إن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى الحارسات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي، قد يعزى ذلك إلى أن المؤثرات البصرية أو المواقف و الظروف التي تعرضوا لها خلال دراستهم متشابهة إضافةً لعدم وجود برامج تدريبية تتطلبها دراستهم و تستهدف القدرة البصرية المحيطية الأفقية لديهم، و هو ما يتفق مع ما أشار إليه SEILLER (2004) بأن القدرات البصرية الخاصة تقوّم و يتدرب عليها و تمارس و تحسن من خلال برامج الرؤية الرياضية. إن عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية بين متغيري القلق الرياضي، و القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية قد يعزى ذلك إلى أن خصوصية القدرة البصرية المحيطية الأفقية تتأثر بالقلق الرياضي فالحارسات اللواتي لديهم مستوى عالي من القلق الرياضي لديهم مستوى منخفض من القدرة البصرية المحيطة الأفقية و العكس صحيح، و هو ما يؤثر حتماً على أداء الحارسات، و يتفق هذا مع دراسة AL-ZAMILI (2012) التي توصلت إلى أن المهارات تتأثر بالرؤية البصرية الجيدة لجميع اللاعبين الذين يكونون دائماً في حاجة لمقدار عالي منها وقت اللعب، و دراسة VICKERS & LEWINSKI (2012) التي أكدت على دور التحكم الأمثل في النظرة عندما تكون تحت ضغط شديد فالقدرة على معالجة المعلومات و توقع أعمال الإجراءات الأخرى تحت ضغط الوقت الضيق يؤدي لبروز القلق كعنصر أساسي للأداء الرياضي، و دراسة WILSON, *et al.* (2009) التي توصلت إلى أن القلق يسبب اضطراب في سلوك النظر مما يؤدي لانخفاض كبير في دقة تسديد اللاعبين لضربات الجزاء.

## الاستنتاجات والتوصيات

### الاستنتاجات:

– تعاني حارسات مرمى كرة القدم السورية من مستوى قلق رياضي متوسط، كما أن مستوى القدرة البصرية المحيطية الأفقية متوسط لديهم. كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق الرياضي تبعاً لمتغير المستوى الرياضي، و المؤهل العلمي.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القدرة البصرية المحيطية الأفقية تبعاً لمتغير المستوى الرياضي و لصالح حارسات المنتخب، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

– لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين متغيري القلق الرياضي و القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية.

### التوصيات:

– إجراء دراسات إكلينيكية عن القلق الرياضي و القدرة البصرية المحيطية الأفقية، و القدرات البصرية الأخرى.

– ضرورة اتباع الحارسات لبرامج تدريبية خاصة بالقدرة البصرية المحيطية الأفقية و ربطها مع الأداءات الحركية المختلفة، و العمل على القدرات البصرية الأخرى و تمرير برامج خاصة بها في كرة القدم، و وجود أخصائي نفسي يرافق الحارسات بالتدريبات و المباريات، و تعريض الحارسة لمواقف نفسية غنية بالمثيرات البصرية و مساعدتهم على الاستثمار الأنسب لحالات القلق الرياضي التي يمكن أن يتعرضوا إليها.

**Reference**

- إبراهيم، محمد.مفتي. الإعداد و المباراة للاعبي كرة القدم حارس المرمى، دار الفكر العربي، مصر، بدون تاريخ، 304.

- IBRAHIM, M. M. Preparation and match for soccer goalkeeper players, Dar El Fikr El Arabi, Egypt, no date, 304. (in Arabic)

- جميل، روحي. كرة القدم. دار النفائس، بيروت، 1997، 120.

- JAMIL, R. soccer. Dar Annafaes, Beirut, 1997. 120. (in Arabic)

- حاج، بسلطان. تحديد مستويات معيارية لبعض القياسات و الاختبارات الأنثروبومترية و البدنية لاختيار حراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة [أطروحة]. قسم التدريب الرياضي – معهد التربية البدنية و الرياضية: جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم- الجزائر؛ 2018. [تم الاستشهاد به في 8 شباط 2021]. متاح على: http://hdl.handle.net/123456789/755

- HAJJ, S. Determining standard levels for some anthropometric and physical measurements and tests for the selection of soccer goalkeepers for the age group under 17 years [dissertation]. Ph.D. Department of Sports Training - Institute of Physical and Sports Education: University of Abdelhamid Ben Badis- Mostaganem - Algeria; 2018. [cited 2021 Feb 8]. Available from: http://hdl.handle.net/123456789/755. (in Arabic)

- الدليمي، فيصل؛ عبد الحق، لعمر. كرة القدم، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية، مستغانم - الجزائر، 1997،124.

- AL-DULAIMI F, ABDELHAK L. soccer, Higher School of Physical Education and Sports Teachers, Mostaganem - Algeria, 1997,124 (in Arabic)

- راتب، أسامة. كامل. علم النفس الرياضي (المفاهيم - التطبيقات)، الطبعة (الرابعة) دار الفكر العربي، القاهرة، 2007، 448.

-RATIB, O. K. Sports Psychology (Concepts - Applications). (4nd. ed), Dar El Fikr El Arabi, Cairo, 2007. 448. (in Arabic)

- رجب، محمود؛ كردغلي، نجوى؛ سليمان، يوسف؛ تعتاع، عبد القادر؛ جلول، قحطان؛ يوسف، حبيب. أمراض العين، مديرية الكتب و المطبوعات في جامعة تشرين، اللاذقية، 2009، 409.

-RAGAB, M. KURDAGHLI, N. SOLOMON, J. TATA'A, A. JALLOUL, Q. YOUSSEF, H. eye diseases, Directorate of Books and Publications at Tishreen University, Lattakia, 2009, 409. (in Arabic)

- الزّاملي، علي. *بعض القدرات البصريّة و علاقتها بأداء بعض المهارات الهجوميّة و الدّفاعيّة لدى لاعبي منتخب جامعة القادسيّة بخماسي كرة القدم*. مجلّة القادسية لعلوم التّربية الرّياضيّة العراق، 12 (1)، 2012، 185-206.

-AL-ZAMILI, A. *Some visual abilities and their relationship to the performance of some offensive and defensive skills among Al-Qadisiyah University five-football players*. Al-Qadisiyah Journal of Physical Education Sciences Iraq. Vol. 12, N. 1, 2012, 185-206. (in Arabic)

- الطيب، محمد. عبد الظاهر. مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1994، 496.

- AL-TAYEB, M. A. Principles of Mental Health, Knowledge House Academy, Alexandria, 1994, 496. (in Arabic)

- عايدة، أبو صايمة. عبد الله. القلق و التحصيل الدراسي، المركز العربي للخدمات الطلابيّة، عمان، 1995، 200.

- ABU SAIMA, A. A. Anxiety and academic achievement, The Arab Center for Student Services, Amman, 1995, 200. (in Arabic)

– عبد الحافظ، ثناء. عبد الودود. السّيطرة الانتباهيّة و الذّاكرة العاملة و السّرعة الإدراكيّة. دار من المحيط إلى الخليج، عمان، 2016، 312.

- ABDEL HAFEZ, TH. A. Attentional control, working memory, and cognitive speed. From the Ocean to the Gulf for publishing and distribution, Oman, 2016, 312. (in Arabic)

- عثمان، فاروق. السيد. القلق و إدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، مصر، 2008، 250.
- OSMAN, F. A. Anxiety and stress management, Dar El Fikr El Arabi, Egypt, 2008. 250. (in Arabic)
- علاوي، محمد. حسن. مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997، 447.
-ALLAWI, M. H. Introduction to Sports Psychology, Markaz El-kitab for publishing, Cairo, 1997, 447. (in Arabic)
- الفقيه، مستور. *فاعليّة تدريبات مقترحة للرّوية البصريّة على تطوير بعض القدرات التّوافقية الخاصّة و مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم*. مجلة علوم الرّياضة العراق، 10 (35)، 2018، 206-214.
-AL-FAQIH, M. *The effectiveness of suggested exercises for visual vision on developing some special combinatorial abilities and the level of skill performance for football players*. Sports Science Journal Iraq, Vol. 10, N. 35, 2018, 206 – 214. (in Arabic)
– فؤاد، جيهان؛ زيد، عبد الله. *فاعلية التدريب البصري على بعض المتغيرات المهارية والقدرات البصرية في الكرة الطائرة*. مجلة بحوث التربية الشاملة مصر، **2**(1)، 2005، 156-186.
- FUAD, J. ZID, E. *Effectiveness of Visual Training on Some Technical Variables and Visual Abilities in Volleyball.* Journal of Comprehensive Education Research Egypt, Vol. 2, N. 1, 2005, 156-186. (in Arabic)
- كفافي، أحمد؛ صلاح الدين، وفاء؛ روبي، أحمد. *بناء مقياس للقلق الرياضي*. حولية كلية التربية قطر، **7** (7)، 1990، 575-603.
-KAFAFY A, SALAHUDDIN, W; RUBY, A. *sport anxiety scale.* International yearbook of education, Qatar, Vol. 7, N. 7, 1990, 575-603. (in Arabic)
- كماش، يوسف. المهارات الأساسية بكرة القدم، دار الخليج للطباعة و النشر و التوزيع، عمان، 1999، 172.
- KAMASH, Y. Basic soccer skills, Dar alkhalij for press- printing and publishing, Oman, 1999, 172. (in Arabic)
– مرار، نجاة. إلياس. العلاقة بين القلق الحالة و القلق السمة و التحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة البكالوريوس بالجامعة الأردنية و اختلاف ذلك باختلاف الجنس و المستوى الدراسي و نوع الكلية [رسالة ماجستير على الانترنيت]. كلية التربية البدنية و علوم الرياضة– الدراسات العليا: الجامعة الأردنية– الأردن؛ 1993. [تم الاستشهاد به في 8 شباط 2021]. متاح على: http://search.mandumah.com/Record/551129 .
- MURAR, N. E. Relationship Between Anxiety State and Anxiety Trait and Academic Achievement of a Sample of University Graduates and the Difference by Gender Academic Levels and Type of Faculty [master's thesis on the Internet]. Faculty of physical education and sports sciences - Graduate Studies: University of Jordan- Jordan; 1993. [cited 2021 Feb 8]. Available from: http://search.mandumah.com/Record/551129. (in Arabic)
- المطوكي، عدي. عبادي. أثر تمرينات مقترحة في تطوير أهم القدرات البصرية و الإدراكية لدى لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة القدم للصّالات [رسالة ماجستير على الانترنيت]. كلية التربية البدنية و علوم الرياضة- الدراسات العليا: جامعة القادسيّة- العراق؛2018. [تم الاستشهاد به في 7 شباط 2021]. متاح على: https://mobt3ath.com/uplode/books/book-25919.pdf.
- AL-MATOUKI U E. The effect of suggested exercises in developing the most important visual and perceptual abilities of Al-Qadisiyah University soccer team players in futsal [master's thesis on the Internet]. Faculty of physical education and sports sciences - Graduate Studies: Al-Qadisiyah University - Iraq; 2018. [cited 2021 Feb 7]. Available from: https://mobt3ath.com/uplode/books/book-25919.pdf. (in Arabic)

، 1040- معلوف، لويس بن نقولا. ضاهر نجم . معجم المنجد الأبجدي عربي- عربي، المطبعة الكاثوليكية، بيروت، . 2009

-MAALOUF, L. D. Al-MUNAJJID ALPHABETICAL DICTIONARY ARABIC – ARABIC, Catholic Press, Beirut, 2009, 1040. (in Arabic)

- ناجي، محمود. عبد المحسن. تأثير تدريب الرؤية البصرية على أداء اللاعب المدافع الحر في الكرة الطائرة [أطروحة]. مصر: كلية التربية الرياضية، جامعة المينا؛ 207.2008ص.

- Naji M A. The impact of sports vision training on defensive specialist "LIBERO" performance in volleyball [dissertation]. Egypt: Faculty of Physical Education, El Mina University; 2008. 207p.(in Arabic)

- النمري، مشعل. عدي. مهارات كرة القدم و قوانينها. دار أسامة للنّشر و التّوزيع، الأردن، 2013، 352.

- AL-NIMRI, M. U. soccer skills and laws. Dar Osama for publishing and distribution, Jordan, 2013, 352. (in Arabic)

- الهيتي، موفق. أسعد. التّعلّم و المهارات الأساسيّة في كرة القدم، الطبعة (الثانية) دار دجلة، عمان، 2009، 348.

- AL-HITI, M. A. Learning and basic skills in soccer, (2nd.Ed) Dar Dijla, Amman, 2009, 348. (in Arabic)

- يوسف، هدى. حسن. تأثير استخدام التدريبات البصرية على تحسين دقة تسجيل النقاط و تركيز الانتباه لدى لاعبات الكوميتيّة [رسالة ماجستير على الانترنيت]. كلية التربية الرياضيّة للبنات: جامعة الزّقازيق- مصر؛2008. [تم الاستشهاد به في 5 شباط 2021]. متاح على: http://www.publications.zu.edu.eg/Pages/PubShow.aspx?ID=22001&pubID=19.

-YOUSSEF H. H. The effect of using visual exercises on improving the accuracy of point scoring and the concentration of attention of kumite players [master's thesis on the Internet]. Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University – Egypt; 2008. [cited 2021 Feb 5]. Available from: http://www.publications.zu.edu.eg/Pages/PubShow.aspx?ID=22001&pubID=19. (in Arabic)

- AFSHAR, A; BAQERLI, J; TAHERI, M. *The Effect of Visual Training on the Rate of performance Accuracy in Girl Soccer Players*. International Archives of Health Iran, Vol. 6, N. 2, 2019, p 108 – 113, DOI: 10.4103/iahs.iahs -5-19.

- ARIEL, B. *Sports Vision Training: An expert guide to improving performance by training the eyes*. Human Perception and Human Performance U. S. A. Vol. 8, N. 1, 2004, 127-136.

- BEDINGHAUS, T; SHAH, A. Vision and the Athlete [Internet]. U.S.A: Very well health; 2020 [cited 2021 Feb 25]. Available from: https://www.verywellhealth.com/sports-vision-eye-health-for-the-athlete-4159307.

- DUFFY, M. What Is Visual Ability? A New Study Looks at Low Vision Rehabilitation[Internet]. Frankfort Avenue - United State: Vision AWARE Blog; 2014 [cited 2021 Feb 22]. Available from: https://visionaware.org/blog/visionaware-blog/what-is-visual-ability-a-new-study-looks-at-low-vision-rehabilitation-1351/.

- BINU, A. Effect of vision training among skill ability of football players. Indian journal of applied research [Internet]. 2020 Jan [cited 2021 Feb 3]; 10(1): 20-21. Available from: https://www.worldwidejournals.com/indian-journal-of-applied-research-(IJAR)/article/effect-of-vision-training-among-skill-ability-of-football-players/MTk0OTE=/doi:10.36106/ijar/0912538.

- BUSSIERES, N. Manual in Vision Rehabilitation [Internet]. Amman: German Jordanian University; 2016 [cited 2021 Feb 22]. Available from: http://www.gju.edu.jo/sites/default/files/Vision%20Rehabilitation/publications/gju_manual_in_vision_rehabilitation.pdf.

- DONALD, I. J. & CAROLINE, H. Inspection of time and high speed ball games. Perception [Internet]. 1989 Dec [cited 2021 Feb 2]; 18(6): 789 - 792. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2628929/ doi: 10.1068/p180789.
- KENBAR, H, A. The Effect of Visual Vision Training in the Development of Attention Attitudes and Some Offensive Skills in soccer. [master's thesis on the Internet]. Baghdad: Mustansiriya University, College of Basic Education; 2009. [cited 2021 Feb 5]. Available from: https://doi.org/10.53543/jeps.vol9iss3pp557-570.
- LEE E. B, Vance A. F. Training for speed, Agility and Quickness, (2nd.Ed) Sport of Reation, U.S.A, 2005, 257.
- MAGILL, R. ANDERSON, D. Motor learning and control concepts and applications**.** (10th Ed) The Mc Graw- Hill Companies, New York, 2014, 496.
- MEINEL K, SCHNABEL G. Bewegungslehre Sportmotorik: Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt, (11th.Ed) Southwest, München, 2006, 501.
- ROULIN, J. L. Psychologie cognitive, Bréal, France, 2000, 445.
- SEILLER, B. *Positive Effects of a Visual Skills Development Program*, Optometry & Vision Science U. S. A. Vol. 79, N. 5, 2004, 279 - 280.
- TOIT, P. KRUGER, P. CHAMANE, N. CAMPHER, J. CRAFFORD, D. *Sport vision assessment in soccer players*. African journal for physical health education & Recreation and dance Grahamstown, Vol. 15, N. 4, 2009, 594 – 604.
- VICKERS, J. N. & LEWINSKI, W. Performing under pressure: Gaze control, decision making and shooting performance of elite and rookie police officers. Human Movement Science [Internet]. 2012 [cited 2021 Feb 2]; 31(1): 101 - 117. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21807433/ doi: 10.1016/j.humov.2011.04.004. Epub 2011 Jul 31.
- WILLIAMS, A. M.; BROADBENT, D. P.; MURPHY, C.; JANELLE, C. Anticipation in sport: From testing to training. Horn T. S, Smith A. L. Advances in sport and exercise psychology, Human Kinetics, Champaign - Illinois, 2019, 528.
- WILSON, M. WOOD, G. VINE, S. *Anxiety, Attentional Control, and Performance Impairment in penalty kicks.* Journal of Sport& exercise psychology UK, Vol. 31, N. 6, 2009, 75-761.
- World report on vision [Internet]. Geneva: World Health organization; 2020 [cited 2021 Feb 8]. 160. Report No. : IGO 0.3 SA-NC-BY CC. Available from: https://www.who.int/publications/i/item/9789241516570.
- WRIGHT K. W, SPIEGEL P. H, THOMPSON L.S. Handbook of Pediatric Strabismus and Ambylopia, Springer, New York, 2006, 576.

## ملحق (1) استمارة الدّراسة الاستطلاعيّة الأولى

**للتأكّد من مدى اعتماديّة مدربي الحارسات لبرامج تدريبيّة خاصّة بالقدرات البصريّة تحيّة طيّبة و بعد** : يقوم الطّالب عيسى حمدان بإجراء دراسة علميّة بعنوان: **(أثر القلق الرياضي على القدرة البصرية المحيطية الأفقية لدى حارسات مرمى كرة القدم السورية)**. عنوان الدّراسة باللّغة الإنكليزيّة: **(The effect of sports anxiety on the horizontal peripheral visual ability of Syrian soccer girl goalkeepers).**

و لذلك أقوم بهذه الدّراسة الاستطلاعيّة الأولى استكمالاً لمتطلّبات الحصول على درجة الماجستير قسم المناهج وأصول التّدريس بكلّيّة التّربية الرّياضيّة في جامعة تشرين. إلى مدربي حارسات كرة القدم السّوريّة يرجى منكم التّكرم بإبداء الرّأي المناسب بالإجابة على الأسئلة:

| الأسئلة | نعم | لا |
|---|---|---|
| 1–هل يتخلّل الوحدات التّدريبيّة المتّبعة برامج تدريبيّة خاصّة بتنمية القدرات البصريّة لدى حارسات مرمى كرة القدم ؟ | | |
| 2–هل يوجد تمارين تتخلّلها الوحدات التّدريبيّة و تؤدّي إلى تنمية المهارات البصريّة بشكل غير مقصود برأيك؟ | | |
| 3–هل للقدرات البصريّة تأثير في مستوى الاستباق لدى حارسات مرمى كرة القدم برأيك؟ | | |
| 4–اذكر بعض التّمارين المتّبعة لتنمية القدرات البصريّة في حال كانت الإجابة على السّؤال الأوّل نعم؟ | | |

**ملحق (2) أسماء الخبراء الذين تمّ أخذ آرائهم حول تحديد أهمّ القدرات البصريّة التي تعتمد عليها حارسات مرمى كرة القدم أثناء التّصدّي لركلات الجزاء**

| الاسم | الاختصاص | اسم الجامعة |
|---|---|---|
| أ.د فاضل دحام منصور | تدريب قدم | جامعة واسط– العراق |
| أ.م.د محمد كاظم عرب | علم نفس / كرة قدم / | |
| أ.م.د عامر راشد | تعلم حركي / كرة طائرة/ | |
| م.د حيدر محمود علاوي | علم نفس / كرة قدم/ | |
| أ.م.د جمال سعيد محمد أبو بشارة | التّدريب الرّياضي / كرة قدم/ | جامعة فلسطين التقنية – خضوري– فلسطين |
| د. قاسم خليل ابراهيم | اختبار و قياس | جامعة المعقل– العراق |
| د. فراس حسينو | التّدريب الرّياضي / كرة قدم/ | جامعة تشرين– سورية |

**ملحق (3) استمارة تسجيل درجات كل حارسة في اختبار القدرة البصريّة المحيطيّة الأفقيّة**

| **اسم النادي:** | **اسم الحارسة:** | **الطول:** |
|---|---|---|
| **الخبرة** | **عدد المباريات المشترك بها:** | **العمر التّدريبي:** **العمر الزّمني:** |
| **اختبار القدرة البصريّة المحيطيّة الأفقيّة** | | |
| **شروط احتساب درجة كل محاولة من 10 محاولات في حال الإجابة الصّحيحة عن لون البالون الموجودة على الحامل المثبّت على** | **الدرجات** | |
| | **العين اليمنى** | **العين اليسرى** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 185. | **10** | **10** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 180. | **9** | **9** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 175. | **8** | **8** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 170. | **7** | **7** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 160. | **6** | **6** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 150. | **5** | **5** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 140. | **4** | **4** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 130. | **3** | **3** |
| – النّقطة الممثّلة للزّاوية 120. | **2** | **2** |
| – في حال عدم الإجابة الصّحيحة عن لون البالون الموجودة على الحامل المثبّت على النّقطة الممثّلة للزّاوية 120. | **1** | **1** |
| **المتوسّط الحسابي لدرجات 10 محاولات** | | |

**ملحق (4) أسماء الخبراء الذين تم استطلاع آرائهم حول مدى صلاحية الاستبيان المحكم في قياس القلق الرياضي لدى حارسات مرمى كرة القدم السّوريّة**

| **الاسم** | **الاختصاص** | **اسم الجامعة** |
|---|---|---|
| أ.م.د جمال سعيد محمد أبو بشارة | التّدريب الرّياضي / كرة قدم/ | جامعة فلسطين التقنية – خضوري– فلسطين |
| د. سام صقور | علم النفس التجريبي | سورية– جامعة تشرين |
| أ.د أنساب شروف | علم نفس /ذوي الاحتياجات الخاصة/ | |
| أ.د صفاء صبح | الإرشاد النفسي | |
| أ.د منذر بوبو | الإحصاء التربوي | |
| د. حيدرة أصلان | طرائق تدريس التربية الرياضية | |

**ملحق (5) أسماء الخبراء و المختصّين اللذين عرضت عليهم استمارة اختبار القدرة البصريّة المحيطيّة الأفقيّة**

| الاسم | الاختصاص | اسم الجامعة |
|---|---|---|
| أ. م. د. جمال سعيد محمد أبو بشارة | تدريب رياضي / كرة قدم/ | جامعة فلسطين التّقنية – خضوري |
| د. قاسم خليل إبراهيم | اختبار و قياس | جامعة المعقل– العراق |
| د. عفراء سلمان | جراحة الشّبكيّة و الزّجاجي | جامعة تشرين |
| د. لؤي سالمة | علم النّفس الرّياضي | |
| د. انجيلا ماضي | طرائق البحث العلمي في التربية الرّياضيّة | |
| د. عزيز كفا | علم حركي رياضي | |
| د. فراس حسينو | علم التّدريب الرّياضي / كرة قدم / | |
| د. فؤاد صبيرة | علم نفس الصّحة | |
| أ. د. أنساب شروف | علم نفس ذوي الاحتياجات الخاصّة | |

**ملحق (6)**

**اللوحة الكرتونية المصممة لاختبار القدرة البصريّة المحيطيّة الأفقيّة**

**ملحق (7)**

**صورة توضح الخوذة المثبتة لرأس الحارسة**

**ملحق (8)**

**التجربة الاستطلاعية (المبدئية لاختبار القدرة البصريّة المحيطيّة الأفقيّة)**