

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير تدريب العين المهيمنة على كل من سرعة استجابة اليد والقدم المهيمنة واليد والقدم الغير مهيمنة لدى لاعبات الكرة الطائرة . وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث العمدية من مجموعة واحدة قوامها (15) لاعبة من طالبات كلية التربية الرياضية – جامعة المنيا – المشاركات في فريق الكلية للعبة الكرة الطائرة للعام الجامعي 2009/2008م ، وقد تم تطبيق برنامج التدريبات البصرية المقترحة للعين المهيمنة لمدة ثمانية أسابيع ، وأظهرت النتائج أن برنامج التدريب البصري المقترح للعين المهيمنة له تأثير إيجابي على سرعة استجابة اليد والقدم (المهيمنة / الغير مهيمنة) ، وأن الفروق بين نسب التحسن المئوية لسرعة استجابة اليد والقدم (المهيمنة / الغير مهيمنة) كانت لصالح اليد والقدم المهيمنة. ومن أهم التوصيات ضرورة الاهتمام بالتدريبات البصرية سواء للعين المهيمنة أو الغير مهيمنة في ضوء طبيعة ونمط الهيمنة (الطرفية و العكسية) لما لهما من تأثير على الأداء .

The aim of this research To recognize the impact of the dominant eye training on both hand and foot speed response of dominant and non dominant hand and foot in volleyball players. The researcher use heuristic research sample consisted of one group of intentional (15) Player from physical education college students participating in the Minia University College team to play volleyball for the academic year 2008/2009, Application of Visual training programme proposed for the dominant eye for eight weeks, The results showed that visual training programme proposed for the dominant eye is having a positive impact on the hand and foot speed response (dominant/non dominant), although differences between percentages percentage improvement of hand and foot speed response (dominant/non dominant) For the dominant hand and foot. One of the most important recommendations The need for attention to Visual exercises for both dominant or non dominant eye in light of the nature and pattern of (Uncrossed, Crossed) domination for their impact on performance.