

العلاقة بين مظاهر الانتباه و مهارة دقة التصويب بكرة القدم

د.محجوب إبراهيم ياسين

الباب الأول

١-١ المقدمة و أهمية البحث :

يعد العامل النفسي احد العوامل المهمة للفوز و تحقيق الانجازات الرياضية العالمية لمعظم الأبطال الدوليين وذلك لتقاربهم في المستوى البدني و المهاري والخططي .
إن العمليات العقلية و منها الانتباه احد الموضوعات النفسية المهمة التي لها علاقة بالأداء الحركي ، و يعد الانتباه من الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية العليا ، فبدون الانتباه لا يستطيع الإنسان ان يتعلم او يتذكر او يفكر باي شي. فلكي يتعلم الانسان شيئاً يجب ان ينتبه اولاً ثم يدركه و بذلك فالانتباه يساعد في معرفة الاشياء و سرعة فهمها او استنتاجها^١ .

ان الانتباه في المجال الرياضي يشمل عدة مظاهر و ان الوصول الى المستويات الرياضية العالية يتوقف الى حد كبير على نمو و ارتفاع تلك المظاهر ، حيث ان كل نشاط يحتاج الى هذه المظاهر لكن بدرجات متفاوتة ، و يتطلب من الرياضي ان يتعلم المهارات الحركية ثم يتقنها و لا يتم ذلك الا عن طريق الاعداد المتكامل من النواحي البدنية و النفسية والمهارية و الخططية .

و في كرة القدم تظهر اهمية الانتباه بصورة واضحة نظراً لطبيعة اللعبة التي تتميز بالسرعة و كثرة المواقف المتغيرة لتعدد خططها الدفاعية و الهجومية و مهاراتها الاساسية ، و من هذه المهارات مهارة التصويب التي تعد من اهم المهارات بل ان كل المهارات والخطط تصبح عديمة الفائدة اذا لم تتوج في النهاية بالتصويب .

ومن هنا يتطلب من لاعبي كرة القدم الاحتفاظ بمستوى عالي من الانتباه بمظاهره المتعددة لتاثر دقة التصويب بشكل او بآخر بهذه المظاهر التي تتميز لدى لاعبي الالعاب الفرقية بصورة عامة و كرة القدم بصفة خاصة لما يتضمنه مواقف اللعب ، لذا يحتاج اللاعب الى الانتباه الدقيق للاعبين الذين يستمرون معه بنفس السرعة و القوة و النشاط لاجل التهديد في الوقت و المكان المناسب .

^١ - محمد لطفي محمد ، خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة و علاقتها بمستوى اللاعب . اطروحة ماجستير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٧٥ .

٢-١ مشكلة البحث :

تمثل الجوانب النفسية و العمليات العقلية احدى المحددات المهمة في احراز النجاح وتحقيق المستوى الافضل في الاداء لجميع الالعاب الرياضية و كرة القدم احدى هذه الالعاب التي تشكل فيها العمليات العقلية ركناً مهماً في التعامل مع طبيعة اللعب ذات المهارات المتعددة و الخطط التكتيكية المعقدة فضلا عن متغيرات اللعب و ظروف المباريات و اماكن اقامتها . و لكون مهارة التصويب تعد من اهم مهارات اللعب بل يقف عليها حسم المباريات لذا كانت جل اهتمام المدربين و الباحثين و تؤثر في هذه المهارة عدد غير قليل من الامور التي تعززها ، و من هذه الامور الانتباه الذي يشكل عنصراً هاماً في المهارات الاساسية بكرة القدم و باقي الالعاب الرياضية حيث يجب ان يتوافر عند لاعبي كرة القدم الانتباه و الملاحظة الدقيقة بصورة مستمرة لحركات اللاعبين ، اللاعب الذي بحوزته الكرة ، فان غياب الانتباه وفقدان الكفاءة في المتابعة و الملاحظة للاعبين يؤدي الى خسارة الجهد المبذول و الى فشل الخطة و من خلال اطلاع الباحث على العديد من المصادر العلمية فضلا عن كونه احد المختصين في مجال كرة القدم لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة و العرف عليها من خلال معرفة العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه و مهارة دقة التصويب بكرة القدم.

٣-١ هدف البحث :

معرفة العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه و مهارة دقة التصويب بكرة القدم.

٤-١ فروض البحث :

هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين بعض مظاهر الانتباه و دقة التصويب بكرة القدم.

٥-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : لاعبي فريق كلية المعلمين ، الجامعة المستنصرية الذين شاركوا

بالدوري الجامعي لعام ٢٠٠٠ - ٢٠٠١ .

١-٥-٢ المجال الزمني : ١٧ / ١٠ / ٢٠٠٠ و لغاية ١٣ / ١١ / ٢٠٠١ .

١-٥-٣ المجال المكاني : - كلية المعلمين - بغداد .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية و الدراسات السابقة

٢-١ الدراسات النظرية

٢-١-١ الانتباه

يعد الانتباه من الاسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية فبدون الانتباه لا يستطيع الانسان ان يتعلم او يتذكر او يفكر اي شي فلكي يتعلم الانسان شيئاً يجب ان ينتبه اولاً ثم يدركه و بذلك فالانتباه يساعدنا في معرفة الاشياء و سرعة فهمها و استنتاجها^٢ .

ينفق (عبد الحميد مع روديك)^٣ على ان الانتباه في المجال الرياضي يتميز بعدة مظاهر و ان الوصول الى المستويات الرياضية العالية يتوقف الى حد كبير على نمو و اتقان تلك المظاهر لدى الافراد و بدرجات متفاوتة تختلف باختلاف طبيعة كل نشاط . و يعد الانتباه شرطاً ضرورياً من شروط الملاحظة الناجحة و يتميز بوجود حالة تأهب عقلي او حالة من اليقظة لكي يحسن او يدرك و قانع وظروف او اشياء^٤ .

ان من اهم مظاهر الانتباه التي ثبت تأثيرها على مستوى الاداء في النشاط الرياضي عملية تركيز الانتباه ، فتركيز الانتباه يؤثر على دقة ووضوح و اتقان النواحي الفنية لاجزاء المهارة الحركية ، كما له اهمية في تجنب حدوث الاصابات^٥ .
مما تقدم يتضح ان الانتباه عبارة عن استعداد الفرد ادراكيا لتوجيه و تركيز النشاط العقلي نحو موقف معين ، اذ ان الانتباه هو تركيز الشعور في شيء استعدادا لملاحظته او ادائه او التفكير فيه .

٢-١-٢ انواع الانتباه من ناحية مثيراته الى ثلاثة اقسام :-

١. الانتباه الارادي : و هو الانتباه الذي يقتضي من المنتبه بذل جهد قد يكون كبيرا ، و في هذه الحالة يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الانتباه ، و هو جهد ينجم عن محاولة الفرد التغلب على ما يعترضه من سأم او شرود ذهني ، ويتوقف مقدار الجهد المبذول على شدة الدافع الى الانتباه وعلى وضوح الهدف من الانتباه^٦ .
٢. الانتباه اللاإرادي (القسري) : و هو اتجاه الانتباه الى المثير رغم ارادة الفرد ، و هنا يفرض المثير نفسه فرضا فيرغمنا على اختياره دون غيره من المثيرات^٧ .

^٢ - محمد لطفي محمد، خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بمستوى اللاعبين و مركزه، اطروحة ماجستير ، القاهرة: جامعة حلوان ، ١٩٧٥ .

^٣ - عبد الحميد احمد ، الملاكمة لمعاهد التربية الرياضية والعاملين في حقل الملاكمة . القاهرة : دار نشر الجامعات المصرية ، ١٩٧٣ ، ص٣٢٤ .

^٤ - Radic D. A. psycologic Voikand Volsdgener Verage . Berlin , 1989 . P. 15

^٥ - وجيه محجوب ، طرائق البحث و مناهجه ، بغداد : دار الحكمة للطباعة و النشر ١٩٩٣ ، ص١٢٩ .

^٦ - المركز القومي للبحوث الرياضية . الانتقاد الانثريومتري البدني للناشئين في مسابقات الميدان ، مصر، بحث منشور مركز المعلومات و التوثيق ١٩٩٢ ، ص ٣٠ - ٣١ .

^٧ - احمد عزت راجح ، اصول علم النفس ، القاهرة : مطابع روز اليوسف ، ١٩٧٦ ، ص ١٧٧ - ١٧٨ .

^٨ - الالوسي ، جمال حسين ، علم النفس العام ، بغداد : مطبعة التعليم العالي ١٩٨٧ ، ص٢٢٧ .

٣. الانتباه التلقائي : وهو انتباه الفرد الى شيء يهتم به و يميل اليه وهو انتباه لا يبذل

الفرد في سبيله جهدا بل سهلاً^١.

٣-١ العوامل التي تؤثر في تشتت الانتباه

يوجد هناك العديد من العوامل التي تؤثر في عملية الانتباه لدى الفرد و تعمل على تشتت انتباهه بحيث يصبح عاجزاً عن الانتباه لفترة وجيزة ومن ثم يتوجه انتباهه الى شيء آخر ومن ثم يعيد انتباهه الى الموضوع نفسه و يعود ذلك الى عوامل عدة بعضها يرجع الى الفرد نفسه و بعضها عوامل خارجية^١.

١-٢-١-٣ العوامل الداخلية

أ. العوامل الجسمية ، قد يرجع شرود الانتباه الى التعب و الارهاق الجسمي و عدم النوم او عدم الانتظام في وجبات الطعام او سوء التغذية ، هذه العوامل من شأنها ان تنقص حيوية الفرد او تضعف قدرته على المقاومة بما يشتمل انتباهه .

ب. العوامل النفسية ، كثيراً ما يرجع تشتت الانتباه الى عوامل نفسية و الميل الى المادة او عدم اهتمامه بها ، او انشغال فكره او سبب القلق او الاضطهاد .

١-٢-٢ العوامل الخارجية

أ. العوامل الاجتماعية ، مثل المشكلات غير المحسوسة ، او نزاع مستمر في العائلة صعوبة علاقته الاجتماعية او صعوبات مالية و غيرها .

ب.العوامل الطبيعية ، مثل عدم كفاءة الاضاءة ، سوء التهوية ، ارتفاع درجة الحرارة والرطوبة ، الضوضاء .

١-٢-٤ العوامل التي تساعد على جذب الانتباه

١-٢-٤-١ العوامل الداخلية

هناك عدة عوامل داخلية مختلفة ، مؤقتة و دائمية تهيأ الفرد للانتباه الى موضوعات

خاصة دون غيرها من العوامل منها :-

١. الحاجة الى العضوية .

٢. الوجه الذهنية .

٣. الدوافع الهامة .

^١ - عبد الله عبد الحي موسى ، المدخل الى علم النفس ، القاهرة، مكتبة الخانجي ، ١٩٧٦ ، ص ٢٠٥ .
^٢ - محمد لطفي ، ، المصدر السابق ، ١٩٧٥ ، ص ٢٠ .

٤. الميول المكتسبة .

٢-١-٤-٢ العوامل الخارجية

و يقصد بها العوامل المتعلقة بالمنبهات و المثيرات الموجودة في البيئة المحيطة بالفرد و التي تساعد على جذب الانتباه و يحتفظ به مدة من الزمن ، مثل الاصوات العالية و الالوان و الحركة و تعتمد على :-

١. شدة المثير .

٢. تكرار المنبه .

٣. تغيير المنبه .

٤. التباين .

٥. حركة المنبه .

٦. موضع المنبه^{١١} .

٢-١-٥ مظاهر الانتباه و الاداء الحركي

يعد الانتباه من الموضوعات النفسية المهمة التي لها علاقة بالاداء الحركي حيث يلعب هذا العنصر دورا فاعلا في تحقيق الانجاز للغرض ، كونه الحد الفاصل بين هذه الفرق عند تساويهم في قابليتهم البدنية و مهارية و الخطئية ، حيث ان الانتباه في المجال الرياضي يشمل عدة مظاهر هي :-

حدة الانتباه	تحويل الانتباه
تركيز الانتباه	ثبات الانتباه
توزيع الانتباه	حجم الانتباه

و ان الوصول الى الانجاز يتطلب نمو و ارتفاع هذه المظاهر ، غير ان تمييزها تختلف بحسب نوع اللعبة و بحسب الفترة التدريبية ، و يتطلب من المدرب ان يكون له الالمام الكافي بالمظاهر المميزة للعبة و ان يعمل على تطويرها لدى لاعبيه حسب تخصصهم في المراكز^{١٢} .
و قد ارتأى الباحث توضيح بعض مظاهر الانتباه التي لها علاقة بالبحث الحالي :-

^{١١} - احمد عزت راجح ، المصدر السابق ص ١٨٠ - ١٨٧ .
^{١٢} - عبد الحميد احمد ، المصدر السابق ، ١٩٧٨ ، ص ٢٨٧ .

٢-١-٥-١ حدة الانتباه : و تعرف بانها " اكبر طاقة عصبية يمكن فقدها اثناء النشاط الذي تشترك فيه العمليات النفسية التي تحدث بدقة ووضوح " فعند اداء المهارات الحركية فان عملية الانتباه تحدث بدرجات مختلفة فتارة يكون الانتباه حادا و تارة يكون ضعيفا ففي حالة التعب تقل حدة الانتباه بسبب اجهاد الجهاز العصبي^{١٣} .

٢-١-٥-٢ تركيز الانتباه : و تعد هذه الصفة من اهم مظاهر الانتباه و تلعب دورا هاما في الوصول الى المستويات العليا ، لما لها من تأثير على دقة ووضوح و اتقان النواحي الفنية لاجزاء المهارة الحركية ، ومن المعروف ان درجة الاتقان للمهارات الحركية لا ترتبط فقط بمؤهلات التدريب بل ترتبط ايضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه لغرض التحكم في مهارته الحركية^{١٤} .

٢-١-٥-٣ توزيع الانتباه: و يعني الانتباه الموجه نحو عدة اشياء او أنشطة في وقت واحد فلاعب كرة القدم يوزع انتباهه الى الكرة في وقت واحد و بهذا يتوقف على قدرة اللاعب في توجيه انتباهه الى اشياء مختلفة في وقت واحد^{١٥} .

٢-١-٥-٤ تحويل الانتباه: و هو القدرة على سرعة توجيه الانتباه من نشاط الى نشاط اخر و بنفس الحدة و تختلف المقدرة على تحويل الانتباه من فرد لآخر وفق الخصائص و المميزات الفردية^{١٦} .

٢-١-٦ دقة التصويب

الدقة معناها " القدرة على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين و توجيه الحركات الارادية نحو هدف محدد يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي و العصبي ، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الارادية لتوجيهها نحو هدف معين^{١٧} .

^{١٣} - عبد الحميد احمد ، نفس المصدر ، ص ٢٨٨ .

^{١٤} - محمد حسن علاوي - علم التدريب الرياضي : دار المعارف ، ١٩٧٧ . ص ٢٩٠ .

^{١٥} - عبد الحميد احمد ، المصدر السابق ، ١٩٧٥ . ص ٢٩ .

^{١٦} - محمد لطفي ، المصدر السابق ، ١٩٧٥ ، ص ٢٩ .

^{١٧} - محمد صبحي حسنين ، التقويم و القياس في التربية الرياضية ، ط ١ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ ، ص ٤٤٧ .

وفي كرة القدم فالدقة تعني الكفاءة في اصابة الهدف اذ انها عامل مهم ويتوقف عليها اصابة الهدف وبالتالي تحقيق الفوز ويجب ان تقاس الدقة عن طريق تصويب الكرة على المرمى بالقدم ويجب ان يكون التهديف بدقة كافية وان التركيز في التهديف هام جدا^{١٨}.
وعليه فالدقة تعتبر من النواحي الوظيفية للجهاز العصبي وبصفة خاصة الاعضاء الحسية الخاصة بالعضلات والعينين فلاعب كرة القدم يجب ان يكون لديه القدرة على تحديد المكان الذي يستطيع ان يرسل اليه الكرة في التوقيت السليم وبالسرعة المطلوبة^{١٩} وبهذا واجب على لاعب كرة القدم ان يتميز بتكتيك دقة التصويب بحيث لافائدة تذكر من توفير جميع الصفات الاخرى اذا لم يكن التهديف دقيقا حيث ان التهديف هو النهاية الطبيعية لعملية الهجوم وهو فعالية هجومية يقوم بها المهاجم بمفرده لتحقيق الهدف من المباراة ويعتبر الفريق الذي يحرز على اكبر عدد من التصويبات خلال المباراة فائزا.
لذا وجب على المدربين التدريب المستمر على دقة التصويب ومن مسافات مختلفة لانه السلاح القوي الذي يملكه الفريق لتهديد الفريق الاخر واللاعب الذي يجيد التصويب لاعب تخشاه الفرق الاخرى وتسجيل الاهداف على الفريق المضاد هو تحقيق للهدف من المباراة^{٢٠}.

٢-٢ الدراسات السابقة

لقد اطلع الباحث على البحوث والدراسات المتوفرة والتي يمكن ان تساعده على زيادة كفاية عمله ونوعه ونذكر منها :-

١-٢-٢ دراسة محمد لطفي-١٩٧٥ تحت عنوان خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة القدم السلة وعلاقتها بمستوى اللاعب ومركزه رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان و قد هدف البحث الى :-

١. التعرف على خصائص الانتباه المميزة للاعبي كرة السلة .

^{١٨} - الفريد كونزه-كرة القدم- ترجمة ماهر البياتي سليمان علي حسن الموصل دار الكتب والطباعة والنشر جامعة الموصل ١٩٨١ ص ١٢١

^{١٩} - احمد محمد ناصر علي فهمي القياس في المجال الرياضي مصر

^{٢٠} - ناصر محسن اسماعيل واقع التهديف عند لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم في العراق.

٢. ايجاد العلاقة بين مظاهر الانتباه المختلفة و كل من مستوى اللاعب
بمركزه باللعبة .

وكانت عينة البحث-٢٠-٢٥ لاعبا من القرية القاهرة .

واستنتج الباحث:-

- يتفق اللاعبون الاوليون على لاعب من الدرجة الاولى في بعض

مظاهر الانتباه مثل (التوزيع ، الحجم) وبفروق معنوية.

٢-٢-٢ دراسة اميرة حنا يرقص ١٩٨٩ بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب بكرة

اليد وكانت عينة البحث ٢٤ لاعبة من لاعبات الدرجة الاولى واستنتج الباحث :-

١. وجود علاقة ارتباط بين تركيز الانتباه ودقة التصويب .

٢. ضعف علاقة الارتباط في الجوانب الاخرى ودقة التصويب .

٢-٢-٣ دراسة هاشم احمد سلمان^{٢١} ١٩٨٨- علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية

الحرّة بكرة السلة رسالة ماجستير غير منشورة جامعة بغداد وكان هدف الدراسة :-

١. التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه والدقة في التصويب بين الرمية

الحرّة بكرة السلة .

٢. التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه والفترة الزمنية قبيل اداء الرمية

الحرّة الناجحة.

عينة البحث : اشتملت على ٩٦ لاعبا من لاعبي اندية بغداد الدرجة الاولى بكرة السلة .

وقد استنتج الباحث :-

١. وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب

في الرمية الحرّة .

٢. تزداد قوة العلاقة بين درجة التركيز الانتباه ودقة التصويب كلما زادت

درجة تركيز الانتباه .

الباب الثالث

٣. منهج البحث واجراءاته الميدانية

^{٢١} - هاشم احمد سليمان علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرّة بكرة السلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ١٩٨٨ .

٣-١ منهج البحث

اعتمد الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب الحي لكونه انسب الطرق لتحقيق اهداف البحث

٣-٢ عينة البحث

اشتملت عينة البحث على لاعبي فريق كرة القدم لكلية المعلمين والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا من الذين شاركوا ببطولة الجامعة المستنصرية للعام الدراسي ٢٠٠٠-٢٠٠١ ولقد لجأ الباحث الى اختيار العينة بالطريقة العمدية لان افراد العينة يمثلون المجتمع الاصل تمثيلا صادقا وسيزودونه بالمعلومات المطلوبة .

٣-٣ ادوات البحث

يقصد بالوسيلة والطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة مهما كانت تلك الادوات - بيانات عينات اجهزة^{٢٢} لذا فقد استخدم الباحث الادوات التالية :-

- المراجع والمصادر العربية .
- الاختيارات والقياسات .
- الملاحظة والتجريب .

٣-٤ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث

- جهاز لتشثيت الانتباه لتوجيه اشارة ضوئية كل خمس ثواني.
- ساعة توقيت.
- كرات قدم عدد ٥ .
- حبال.
- طباشير.
- اشربة ملونة.
- صافرة.

^{٢٢} - وجيه محجوب طرائق البحث العلمي ومناهجه ،الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل ١٩٨٨ ، ص ١٣٣ .

٣-٥ الشروط العلمية لاختبارات المرشحة

٣-٥-١ صدق الاختيار

استخدم الباحث طريقة صدق المحتوى لاستخراج صدق الاختيار حيث اكتفى الباحث بعرض الاختبارات المرشحة على مجموعة من الخبراء المختصين* و قد اتفق الخبراء على صدق الاختبارات في تحقيق الغرض الذي وضعت من اجله و بهذا اثبت الباحث صدق اختياراته .

٣-٥-٢ ثبات الاختيار

ويقصد بها هو ان يعطي الاختيار نفس النتائج اذا اعيد اختباره على نفس الافراد وفي الظروف نفسها^{٢٣} فقد قام الباحث باستخدام طريقة اعادة الاختيار حيث طبق الاختبار على عينة مكونة من (٦ لاعبين) من خارج عينة البحث ثم اعيد الاختبار مرة ثانية على العينة نفسها بعد سبعة ايام ثم تم استخدام معامل الارتباط بين الاختبارين وبلغت قيمة الارتباط على النحو التالي :-

جدول (١) يوضح قيمة معامل الارتباط

ت	الاختبار	الثبات
١	دقة التصويب	٠,٩١٠
٢	تركيز الانتباه	٠,٨٩٠
٣	توزيع الانتباه	٠,٨٤٥
٤	تحويل الانتباه	٠,٨١٠
٥	حدة الانتباه	٠,٩٤٥

* الخبراء هم :-

- د. ايمان حمد شهاب استاذ مساعد كلية المعلمين الجامعة المستنصرية.
 - د. طه الحيايي استاذ مساعد كلية المعلمين الجامعة المستنصرية.
 - د. ماهر احمد عاصي مدرس كلية المعلمين الجامعة المستنصرية.
 - قيس محمد سليمان مدرس كلية المعلمين الجامعة المستنصرية.
- ^{٢٣} - قاسم المنذلاوي وآخرون ، الاختبارات والقياس والتقديم في التربية الرياضية الموصل مطبعة التعليم العالي ١٩٨٩ ص ٦٨.

٣-٥-٣ موضوعية الاختبار

الموضوعية تعني استغلال النتائج عن الحكم الذاتي للمفهوم فقد قام الباحث باستخدام الجهاز الكهربائي وساعة التوقيت لقياس زمن الاختبار واعطاء درجات خاصة في دقة التصويب وبذلك تعد القياسات والاختبارات ذات موضوعية عالية .

٣-٦ الاختبارات

٣-٦-١ اختبار بوردن - انغيموف^{٢٤}

ان هذا الاختبار عبارة عن استمارة تحتوي على (٣١) سطرا من الارقام الروسية يحتوي كل سطر على (٤٠) رقم فبذلك يحتوي الاختبار على (١٢٤٠) رقما وتتكون الارقام في كل سطر من مجموعات موضوعية بطريقة مقننة وتتكون كل منها من ٣-٥ ارقام مختلفة التوزيع والترتيب لضمان عدم حفظها من قبل المختبر (انظر الملحق ١) ولغرض حساب مظاهر الانتباه المختلفة يجب معرفة مايلي :-

- عدد الحروف التي نظرها اللاعب خلال الاختبار (الحجم العام) = a
 - عدد التراكيب المفروض ان يقوم بشطبها في ورقة الاختبار = b
 - عدد الاخطاء العام (عدد التراكيب الخاطا التي شطبها + عدد التراكيب التي لم يشطبها
- . B =
- عدد التراكيب الصحيحة التي شطبها = r
 - معامل دقة العمل وتنفيذ الاختبار = e

$$e = \frac{b-B}{b}$$

أ. حدة الانتباه (ينفذ الاختبار في مدة دقيقة واحدة)

طريقة الاداء

يطلب من اللاعب ان يقلب الصفحة ويشطب التركيب (C.B) وبسرعة وبدقة بدون اخطاء وعند الاشارة (قف) يمتنع عن الاستمرار ويضع شرط مستعرضة عند نقطة التوقف ثم تحسب شدة الانتباه من :-

تحسب بالطريقة السابقة

$$U = ax.e \cdot u$$

حدة الانتباه =

^{٢٤} - احمد خاطر ، علي فهمي البيك، القياس في المجال الرياضي دار المعارف ١٩٧٨ ص ٤٩٢ .

ب. تركيز الانتباه

طريقة الاداء

هو نفس نظام الاداء المتبع في حدة الانتباه لكن هنا عندما يقوم اللاعب بالشطب توجه الاشارة ضوئية كل خمس ثوان فيكون عددها ١٢ اشارة ضوئية وقد طلب من اللاعب في البحث الحالي شطب تركيب (BC) .

- طريقة حساب تركيز الانتباه عن طريقه

حيث ان UI هي شدة الانتباه في مدة دقيقة واحدة بدون استخدام اشارة ضوئية وان U2 هي شدة الانتباه في مدة دقيقة واحدة مع استخدام الاشارة الضوئية وهذا يعني ان الاختبار يؤدي اولا بدون اشارة ضوئية بأستخدام الاشارات الضوئية وحساب الفارق بين الاداء.

ج. توزيع الانتباه

طريقة الاداء

الاداء الخاص بأختصار الشدة نفسة بالاضافة الى:-

- عند اعطاء اشارة البدء وتشغيل ساعة الايقاف يبدأ اللاعب البحث وتشطيب من التركيبيين (Cx,xB) في ان واحد والاسلوب السابق نفسة بحيث يضع خط مائل من اعلى يسار الى اليمين .
- عند سماع كلمة قف يضع اللاعب خط رأسي عند اخر تشطيب وصل اليه اللاعب .
- زمن الاختبار دقيقتان
- طريقة حساب توزيع الانتباه

$$C = \frac{(U_3 - U_4)100}{(U_3 + U_4)}$$

حيث ان :-

انتاجية الاداء بالنسبة للتركيب (xB)

انتاجية الاداء بالنسبة للتركيب (Cx)

انتاجية الاداء = $U = a x e$ كما في شدة الانتباه .

د. تحويل الانتباه

- زمن الاختبار دقيقتان .

- طريقة الاداء .

- عند الإشارة يبدأ الاختبار بشطب التركيب (CX) و لمدة بين ثانية ثم مع الإشارة " حول " ينتقل اللاعب الى شطب التركيب (BC) و لمدة ٣٠ ثانية و ان سماع " حول " ينتقل مرة اخرى لشطب (CX) و لمدة ٣٠ ثانية اخرى ثم للمرة الثالثة " حول " فيقوم اللاعب بشطب (BC) فتنتهي الدقيقتان حساب تحويل الانتباه .

$$U = \frac{U = M + H + O}{3}$$

حيث M تعادل الفارق بين انتاجية العمل للثلاثين ثانية الاولى UI و الثانية U_2

$$M = U_1 - U_2$$

H تعادل الفارق بين انتاجية العمل الثانية U_2 و الثالثة U_3

$$H = U_2 - U_3$$

تعادل الفارق بين انتاجية العمل الثالثة U_3 و الرابعة U_4

$$O = U_3 - U_4$$

و انتاجية العمل يتم حسابها في مدة ٣٠ ثانية بالنسبة لكل تركيب حر في (CX) و (BC) في مقطع من المقاطع وذلك عن طريق المعادلة :-

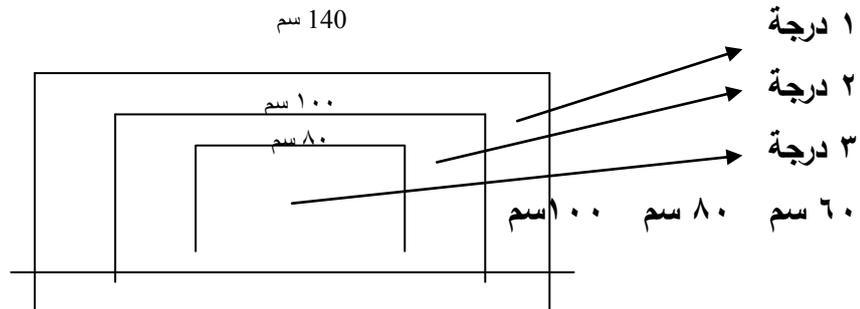
كما في شدة الانتباه

$$U = axc$$

٣-٦-٢ اختبار دقة التصويب^{٢٥}

الغرض من الاختبار (قياس دقة الرجل)

الادوات - خمس كرات قدم ، حائط امامه ارض ممهدة - يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة ابعادها موضحة كالآتي :-



مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف الحائط ، ثم يقوم بتصويب الكرات الخمسة (متتالية) على المستطيلات محاولا اصابة المستطيل الصغير ، للمختبر الحرية في استخدام اي من القدمين .

التسجيل :

^{٢٥} - محمد صبحي حسنين ، المصدر السابق ١٩٧٩ ، ص ٤٥١ .

١. اذا اصابت الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل او على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر ثلاث درجات .
٢. اذا اصابت المستطيل الوسط (داخل المستطيل او على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجتان .
٣. اذا اصابت الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل او على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجة واحدة .
٤. اذا جاءت الكرة خارج المستطيلات الثلاثة يحسب للمختبر صفر و قد اعطى ثبات ٠,٨٨٣ و موضوعية ٠,٩٩٤ ، صدق عند مستوى معنوية ١% .

الباب الرابع

٤-١ عرض النتائج

لغرض اثبات صحة الغرض المقدم في هذا البحث و المتضمن هناك علاقة ارتباطية بين بعض مظاهر الانتباه و دقة التصويب بكرة القدم فقد تم استخراج معامل الارتباط البسيط بين كل مظهر من مظاهر الانتباه المبحوثة من جهة و بين دقة التصويب من جهة اخرى

والجدول رقم (٢) يوضح ذلك :-

جدول رقم (٢)

يبين قيمة (ر) الخاصة بالعلاقة بين بعض مظاهر الانتباه و دقة التصويب

مستوى دلالاتها	قيمة (ر) الجدولية	قيمة (ر) المحسبة	مظاهر الانتباه دقة التصويب
٠,٠٥	٠,٤٤٤	٠,٦٥٢	حدة الانتباه
		٠,٧٤٠	تركيز الانتباه
		٠,٣٣١	توزيع الانتباه
		٠,٢٩١	تحويل الانتباه

٤-٢ علاقة درجة حدة الانتباه و دقة التصويب

بخصوص مظهر (حدة الانتباه) تم استخراج معامل الارتباط البسيط حيث اشارة النتائج الى وجود ارتباط بين هذا المظهر و دقة التصويب اذ كان معامل الارتباط يساوي ٠,٦٥٢ و لغرض معرفة معنوية الارتباط ثم مقارنة هذه القيمة (ر) الجدولية التي تساوي ٠,٤٤٤ و تحت مستوى دلالة ٥% حيث اظهرت ان (ر) المحسوبة اكبر من (ر) الجدولية حيث دل هذا الى وجود علاقة ارتباط معنوية الارتباط بين هذه المتغيرين .

يعتقد البحث هذا طبيعي و موضوعي لان حدة الانتباه ضرورية جدا لدى اللاعب لما تتطلبه الخطة الدفاعية و الهجومية و كل الواجبات المطلوبة منه ، فهو بحاجة كبيرة الى حدة الانتباه لكي يكون عوناً له للابداع في المباراة .

كما اكد في هذا الجانب اسامة كامل راتب ١٩٩٥ بانه يتطلب من المدربين التاكيد على حضور لاعبيهم و هم في حالة جيدة لضمان توفر اعلى مستوى من حدة الانتباه لديهم^{٢٦} .

٤-٣ علاقة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب

اما بخصوص مظهر (تركيز الانتباه) تم استخراج معامل الارتباط البسيط حيث اشارت النتائج الى وجود ارتباط عالي من هذا المظهر و دقة التصويب اذ كان معامل الارتباط يساوي (٠,٧٤٠) و لغرض معنوية الارتباط تم مقارنة هذه القيمة مع قيمة (ر) الجدولية حيث اظهرت ان (ر) المحسوبة اكبر من (ر) الجدولية حيث دل هذا على وجود علاقة ارتباط عالية بين هذين المظهرين و تعتبر هذه العلاقة منطقية و علمية اذ ان مهارة دقة التصويب تتطلب تركيز عالي من قبل اللاعبين ، اذ لا تعتمد على الجانب الفني فقط و انما تتطلب مهارات ذهنية و نفسية منها بالدرجة الاولى تركيز الانتباه حيث يؤكد هذا زهير الخشاب و آخرون ١٩٨٨^{٢٧} ، ان من العوامل الاساسية التي تتوقف عليها دقة التصويب هي قدرة اللاعب على التركيز عند التصويب.

كما يؤكد هذا اسامة كامل راتب ١٩٩٥^{٢٨} حيث يرى ، يعتبر التركيز او توجيه الانتباه احد المهارات الاساسية العامة للرياضيين فهو الاساس لنجاح عملية التعلم او التدريب او المنافسة في اشكالها المختلفة .

^{٢٦} - اسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة ، طم القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ ، ص ٣٦٣ .

^{٢٧} - زهير الخشاب و آخرون ، كرة القدم ، الموصل ، دار الطباعة و النشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٨ ، ص ١٠٥ .

^{٢٨} - اسامة كامل راتب ، عالم النفس الرياضي ، ط ١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ ، ص ٣٦١ .

لذا فمن الضروري على اللاعب ان يركز انتباهه عند اداء مهارة التصويب حيث يكون استعداداه في اعلى درجاته عند هذه اللحظة كما تظهر امكانية اللاعب في محاولته لعزل جميع المؤثرات الخارجية و تركيز انتباهه في نقطة واحدة هي دقة التصويب .

٤-٤ علاقة درجة توزيع الانتباه و دقة التصويب

اما بخصوص المظهر الثالث (توزيع الانتباه) فقد تم استخراج معامل الارتباط البسيط حيث كانت قيمة (ر) المحسبة و التي تساوي (٠,٣٣١) و هي اقل من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٤٤٤) و تحت مستوى دلالة ٥% كما تشير الى عدم معنوية الارتباط بين هذه المتغيرين .

٥-٤ علاقة درجة تحويل ورقة التصويب

اما بخصوص المظهر الرابع (تحويل الانتباه) فقد تم استخراج معامل الارتباط البسيط ايضا حيث كانت قيمة المحسبة تساوي (٠,٢٩١) و عند مقارنتها (ر) الجدولية والبالغة (٠,٤٤٤) و تحت مستوى دلالة فكانت منها و هذا يدل على ان هناك ضعف في علاقة الارتباط بين درجة تحويل الانتباه و دقة التصويب .

من خلال عرض و مناقشة النتائج لقد تبين ان هناك ضعف في العلاقة الارتباطية ما بين بعض مظاهر الانتباه و هي (توزيع الانتباه ، تحويل الانتباه) ودقة التصويب بالرغم من اهمية هذه المظاهر لكثرة المواقف المتغيرة فيها و تعدد خططها الدفاعية و الهجومية و يعزو الباحث من خلال خبرته التدريسية و التدريبية سبب ذلك يعود الى قلة التمارين التي تؤدي الى تحية هذه المظاهر لدى اللاعب فمن المعروف تنمية كل مظهر يعتمد على نوع النشاط الممارس و يمكن تحيته عن طريق تدريبات خاصة به.

يعزو الباحث كذلك هذا الضعف الى قلة الوحدات التدريبية الى التمارين الخاصة التي تؤدي الى تحية و تطوير هذين المظهرين حيث ان الوحدة التدريبية الاعتيادية اليومية يجب ان تحتوي على شكل من اشكال تمارين التهديد . و على المدربين ان تكون لديهم فكرة واضحة عن مظاهر الانتباه و عن الكيفية التي تتم فيها تمارين التهديد من ناحية عدد مرات تدريبها في الاسبوع ووقتها و اسلوب اخراجها و المستلزمات الضرورية لنجاحها .

و من خلال مناقشة النتائج توصل الباحث الى تحقيق هدف البحث (معرفة علاقة بعض مظاهر الانتباه بدقة التصويب بكرة القدم) و بذلك تحقق فرض البحث .

الباب الخامس

الاستنتاجات و التوصيات

١-٥ الاستنتاجات

من خلال عرض النتائج و مناقشتها توصل الباحث الى ما يلي :-

١. وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لكرة القدم .
٢. وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة حدة الانتباه و دقة التصويب بكرة القدم .
٣. عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة توزيع الانتباه و دقة التصويب بكرة القدم .
٤. عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة تحويل الانتباه و دقة التصويب بكرة القدم .

٢-٥ التوصيات و المقترحات

١. التاكيد على عملية تركيز الانتباه وحدة الانتباه في الوحدات التدريبية لغرض تطوير دقة التهديف .
٢. ضرورة التعرف على خصائص و مظاهر الانتباه من قبل المدربين و ذلك للتعرف على الفروق بين اللاعبين .
٣. التاكيد على اجراء الاختبارات الخاصة بمظاهر الانتباه لفترات متباينة للتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين لاهميته في تطوير دقة التهديف .
٤. ضرورة شمول الوحدات التدريبية على التمرينات الخاصة بتنمية شدة الانتباه لتطوير دقة التهديف .
٥. ضرورة التدريب على التمرينات الخاصة بالتهديف و على ضربات الجزاء من اجل تطوير الحالة النفسية التي يجب ان يتوافر فيها الانتباه اثناء التهديف من حالات اللعب و تنفيذ ضربات الجزاء .
٦. ضرورة اخضاع اللاعبين الى مواقف و ظروف مشابهة لظروف المباريات اثناء بعض الوحدات التدريبية لتعويد اللاعبين على التعامل على المواقف المختلفة بدرجات عالية من الانتباه و بشكل مستمر .
٧. التاكيد على اهمية مواضيع علم النفس الرياضي في الدورات التدريبية و خاصة المواضيع المتعلقة بالانتباه و مظاهره المتعددة .

المقترحات

- اجراء دراسة مشابهة و على عينات مختلفة و كبيرة لغرض معرفة العلاقة الارتباطية بين مظاهر الانتباه و دقة التصويب بشكل اوسع .

المصادر العربية و الاجنبية

١. الفريد كونز ، كرة القدم ماهر البياتي ، سليمان علي حسن ، الموصل : دار الكتب للطباعة و النشر ، جطامعة الموصل ، ١٩٨١ .
٢. الالوسي ، جمال حسين ، علم النفس العام ، بغداد مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧ .
٣. احمد عزت . اصول علم النفس ، القاهرة ، مطابع روز اكبرسن ، ١٩٧٦ .
٤. احمد محمد خاطر ، علي البيك ، القياس و التقدير ، مصر : دار المعارف ١٩٧٨ .
٥. اسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة ، القاهرة : دار الفكر العربي ١٩٩٥ .
٦. امير حنا يرقص . بعض الانتباه و علاقتها بدقة التصويب بكرة اليد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٨٩ .

٧. المركز القومي للبحوث الرياضية ، الانتقاد الانتروبيومتري البدني للناشئين في مسابقات الميدان والمضمار ، مصر : بحث منشور ، مركز المعلومات التوثيق ، ١٩٩٢ .
٨. ثامر محسن اسماعيل . واقع التهذيب عند لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم في العراق ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ١٩٨٤ .
٩. زكريا محمد الظاهر . مبادئ القياس و التقويم في التربية ، عمان : مكتبة دار الثقافة، ١٩٩١ .
١٠. زهير الخشاب و اخرون ، كرة القدم ، الموصل : دار الطباعة و النشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٨ .
١١. عبد الحميد احمد ، الملاكمة لمعاهد التربية الرياضية و العاملين في حقل الملاكمة ، القاهرة : دار نشر الجامعات المصرية ، ١٩٧٣ .
١٢. عبد الله عبد الحي موسى ، المدخل الى علم النفس ، القاهرة : مكتبة الخانجي ، ١٩٧٦ .
١٣. قاسم المندلوي و آخرون ، الاختبارات و القياس و التقويم في التربية الرياضية ، الموصل مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٩ .
١٤. محمد حسن علاوي ، علم التدريب الرياضي ، القاهرة : دار المعارف ، ١٩٧٧ .
١٥. محمد صبحي حسانين ، القياس و التقديم في التربية الرياضية ، ط٢ ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ .
١٦. محمد لطفي محمد . خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة و علاقتها بمستوى اللاعب ، مصر : اطروحة ماجستير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٧٥ .
١٧. هاشم ، علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، ١٩٨٨ .
١٨. وجيه محجوب . طرائق البحث العلمي و مناهجه ، الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل ، ١٩٨٨ .
١٩. وجيه محجوب ، طرائق البحث العلمي و مناهجه ، بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣ .
٢٠. Radia D.A. Psychologic Roikaond Wiyen volselgener verlag Berlin , 1989

مجلة علوم الرياضة
جامعة ديالى