

علاقة بعض المهارات العقلية بدقه التصويب بكرة السلة

م. سحر حر مجيد

طالبة دكتوراه / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

ملخص البحث:

لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الرياضية المنظمة والتي تحتاج إلى مهارات عقلية في أداء معظم مهاراتها الأساسية لخصوصية هذه اللعبة في صغر مساحة الملعب وطبيعة التنقلات القصيرة والسريعة للكرة واللاعبين على حد سواء، وصغر مساحة الهدف (الحلق) والذي يحتاج إلى امتلاك الممارس لهذه اللعبة للمهارات العقلية مثل تركيز الانتباه والإدراك الحسركي حتى يتمكن من تعلم وإتقان المهارات الأساسية للعبة والإجادة في أدائها، وتأتي هذه الدراسة في التعرف على نوع العلاقة بين بعض المهارات العقلية ومهارة التصويب بكرة السلة، إذ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لتحقيق أهداف البحث، إذ تم تطبيق الاختبارات المعتمدة في هذه الدراسة عينة من طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه ومهارة التصويب بكرة السلة لدى أفراد العينة، ووجود علاقة ارتباطية معنوية بين الإدراك الحسركي والاستجابة الحركية والتصور العقلي ومهارة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

Focus attention and kinesthetic sense and its relationship to the correction basketball

The game of basketball and one of the sports organization and that you need to skills mentality in the performance of most skills essential for privacy this game in the small area of the pitch and the nature of movements short and quick to the ball and players alike, and the small size of the target (throat) and that needs to acquire practitioner of this game for the skills of mental such as focusing attention and cognition so he can learn and master the basic skills of the game and mastery of the performance, and come this study to identify the type of relationship between the concentration of attention and perception and skill correction from the bottom of the basket, as the researcher used the descriptive manner relations relational to achieve research objectives, as was application tests employed

in this study sample of students the second phase in the College of Physical Education University of Diyala, and the results showed no correlation between the concentration of attention and skill correction from the bottom of the basket in the sample, and the presence of correlation between perception and skill correction from the bottom of the basket with individuals The research sample.

الباب الأول

١ التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تعد المهارات العقلية من المكونات الأساسية التي يحتاجها لاعب كرة السلة إذ أنها تعمل على تنمية المهارات الحركية وتطوير الأداء المهاري والخططي وتساعد في ربط وتسلسل الحركي من خلال تطوير المهارات الحركية وتركيز الانتباه والإدراك الحسركي عند اللاعبين من خلال الاقتصاد بالجهد وتقليل الحركات الزائدة ودقة في اتخاذ القرار وإعداد برامج حركية متنوعة مخزونه في الذاكرة مما يؤدي إلى استجابة حركية صحيحة ومستوى انجاز أفضل ويعد التركيز احد مظاهر الانتباه المهمة التي لهل دور فعال في الاستعداد والتهيؤ للعمل الإرادي حيث يتطلب من اللاعب التدريب المتواصل على تطوير المهارات العقلية والبدنية والمهارية ومن هذه المهارات العقلية تركيز الانتباه والإدراك الحسركي اذ يذكر راجح(١٩٧٣) " لولا الانتباه والإدراك الحسركي لما استطاع الفرد ان يعي أو يتذكر أو يتعلم شيئاً أو إن يفكر فيه ، فلكي تتعلم شيئاً أو تفكر فيه يجب ان تنتبه إليه وتدركه"(عزت،١٩٧٣: ١٩٣) ، كما تحتل عملية الإدراك الحسركي مكانة متميزة في تنفيذ مهارة التصويب بكرة السلة فتقدير المسافة وزمن الأداء والشعور بالمسافة والإحساس بالكرة تبدو حاجة ملحة لإتقان الأداء المهاري ورفع مستواه ،لذا ينبغي علي اللاعب ان يشعر ويدرك مواقف اللعب المتعددة من ناحية متى يسرع ومتى يبطئ ومتى يحتل المكان المناسب إثناء اللعب حسب المواقف التي يمر بها في اللعب .والتصور العقلي هو مهارة عقلية أو مهارة نفسية تساعد على رفع مستوى لأداء الفني وذلك من خلال بناء وتحسين التصور الحركي لدى اللاعبين وإتقان المهارات الحركية وخطط اللعب وتطبيقها في المواقف اللعب المتغيرة والمتعددة بالإضافة إلى إعداد اللاعب نفسياً من الناحية العقلية للأداء الفعلي للعبة كرة السلة، إذ ان التصور العقلي يمنحنا الفرصة للتعامل مع المشكلة أو المهارة عند ظهورها بشكل أفضل. ' أما (يعرب خيون ،٢٠٠٢: ٣١) فيعرف زمن رد الفعل على "أنه الزمن منذ لحظة دخول المثير عن طريق الحواس إلى أول إشارة لحركة الألياف العضلية" ، ان استجابات الفرد تتولد نتيجة تفاعله مع المحيط بظروفه المختلفة.

٢-١ مشكلة البحث:

إن عملية التدريب على المهارات العقلية تعد من العوامل المساعدة التي تسهل عملية الإعداد البدني والمهاري والخططي، فالتدريب على الأداء المهاري للحركات غير كافي لتعلمها وإتقانها بصورة كاملة ما لم يرتبط المهارات العقلية. ومن خلال خبرة الباحثة في مجال لعبة كرة السلة كونها مدرسة لهذه المادة فقد لاحظت ضعف واضح في تركيز الانتباه والإدراك الحسركي، والتصور العقلي، والاستجابة الحركية، إذ نجد مجهود الفريق كله يذهب سدى بسبب عدم النجاح في (دقة) تصويب الكرة نحو الهدف أو سوى اختيار المكان المناسب للتصويب نتيجة نقص التركيز والقصور في عملية تركيز الانتباه والإدراك الحسركي والاستجابة الحركية الصحيحة لذا ارتأت الباحثة إجراء هذا البحث للتعرف على العلاقة بين بعض المهارات العقلية ودقة التصويب بكرة السلة .

٣-١ هدف البحث:

- التعرف على العلاقة بين بعض المهارات العقلية ودقة التصويب بكرة السلة.

٤-١ فرضية البحث:

- وجود علاقات ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات العقلية المبحوثة ودقة التصويب بكرة السلة.

٥-١ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية ديالى.
- ٢-٥-١ المجال الزمني: الفترة من ٢٠١٢/١١/١٥ ولغاية ٢٠١٢/١٢/١٥
- ٣-٥-١ المجال المكاني: قاعة الألعاب المغلقة في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى .

الباب الثاني**٢ الدراسات النظرية والمشابهة:****١-٢ الدراسات النظرية:****١-١-٢ الانتباه:**

الانتباه "يعد من المهارات العقلية التي يتم خلالها التركيز على مثير معين قد يكون داخليا أو خارجيا، ومحاولة عزل جميع المثيرات الأخرى، وهذا بدوره يؤدي

إلى استجابة فعالة للمثيرات ذات العلاقة والتعامل معها بشكل أكثر فاعلية ينتج من خلاله استجابة حركية وعقلية ملائمة لنوع النشاط الممارس" (مولود، ٢٠٠٧: ٣٣) ، والانتباه هو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعدادا لملاحظته أو أدائها والتفكير فيه (المليجي، ٢٠٠٠: ١٧٣) ، وهو عملية إرادية ينتخب من خلالها الرياضي منها أو موضوعا معيناً يهمله ويحصر شعوره وحواسه فيه (الأمير، ٢٠٠٢: ٢٤١).

٢-١-١-١ أنواع الانتباه:

١. الانتباه الإرادي : وهو التوجيه المقصود للإحساس نحو موضوع قائم بذاته . مثل توجيه الفرد الانتباه بإرادته إلى عمل ما أو فكرة معينة .

٢. الانتباه اللاإرادي : وهو اتجاه الإحساس نحو موضوع معين دون تدخل الفرد في ذلك مثل الانتباه إلى الأصوات العالية أو الأضواء الساطعة أو الأشياء المتحركة (ذنون، ١٩٨٧: ٦٤).

٢-١-١-٢ تركيز الانتباه:

يعرف تركيز الانتباه بأنه "الاستعداد الإدراكي العام الذي يقوم بتوجيه شعور الرياضي نحو موقف معين ككل أو جزء ، فإذا كان الموقف معروف للرياضي يكون الانتباه ، أما إذا كان الموقف جديد كلياً فيزداد الانتباه ويتم التركيز على هذا الموقف الجديد" (حنوش، ١٩٨٧: ٦٢) ، وهو اصطلاح يشار به إلى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز صوب فكرة معينة أو إلى إحدى محتويات الذاكرة الحركية أو إلى موضوع معين تنصب عليه الطاقة العقلية وتتجه صوبه (سليمان، ١٩٨٩: ٤٢) ، في حين عرفه محمد العربي بأنه "القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين في بؤرة الانتباه فهذا يعني ان انتباه الفرد مركزاً عالية خلال لحظة معينة" (العربي، ١٩٩٦: ٢٧٨) ، ان تركيز الانتباه على مثير معين لا يعني بالضرورة جمود الانتباه وتوقفه وإنما يتحرك الانتباه أثناء تركيزه في مجال أو امتداد أو اتساع أكبر يطلق عليه امتداد أو اتساع الانتباه ولكن في حدود تتبع المثير المختار الذي يتم التركيز عليه كما ويطلق على النقطة التي يتركز فيها مصطلح بؤرة الانتباه.

٢-١-٢ الادراك الحسركي:

إن العمليات العقلية هي في الحقيقة عمليات إحساس وإدراك وتفكير بشكل عام والإدراك لا يمكن أن يكون بلا إحساس حيث أن عملية الإدراك الحسي تستند على نشاط الأجهزة الحسية . ويعرفه " وجيه محجوب ١٩٨٩ " بأنه " استجابة عقلية لمثيرات حسية معينة أو تفسير المعلومات المكتشفة بواسطة حواس الإنسان من حيث معناها أو رموز لها دلالاتها " (محجوب، ١٩٨٩: ٣١).

كما يعرف الإدراك (الحسركي) بأنه " عبارة عن إثارة الأعضاء الحسية الموجودة في العضلات والأعصاب والمفاصل ، فهي تزود العقل بالمعلومات مما يجب ان تفعله أجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي مهارة " (حسين، ١٩٨٨: ٨٤١).

أما إبراهيم عبد ربه وحبيب حبيب العدوى ٢٠٠٥ " فيشيران إلى أنه " الإدراك هو تفسير الفرد المباشر لإحساسه بالطبيعة ، ويبدأ الإدراك بالاستجابات العصبية

لنشاط أعضاء الحس ، ثم توصيلها إلى الجهاز العصبي المركزي ، فالإدراك هو الإحاطة والإلمام بالبيئة الخارجية للفرد من خلال الحواس ويمثل الإحساس الأساس في عملية الإدراك " (العدوي، ٢٠٠٥: ١٢٩) .

والإدراك (الحس- حركي) هو "عملية تنظيم المدخلة الحسية وإعطائها معنى ، وبذلك دليل على السلوك" (محجوب، ٢٠٠٢: ١٥٣).

٢-١-٣ التصور العقلي:

التصور العقلي هو مهارة عقلية أو مهارة نفسية تساعد على رفع مستوى لأداء الفني وذلك من خلال بناء وتحسين التصور الحركي لدى اللاعبين وإتقان المهارات الحركية وخطط اللعب وتطبيقها في المواقف اللعب المتغيرة والمتعددة بالإضافة إلى إعداد اللاعب نفسياً من الناحية العقلية للأداء الفعلي للعبة كرة السلة، إذ إن التصور العقلي يمنحنا الفرصة للتعامل مع المشكلة أو المهارة عند ظهورها بشكل أفضل.

فالتصور العقلي هو "وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات سابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل بغرض الإعداد العقلي للأداء" (راتب، ٢٠٠٠: ١١٧) ، ويعرف بأنه " محاولة استرجاع الأحداث أو الخبرات الحسية السابقة أو بناء صورة جديدة لحدث جديد وتكرارها أكثر من مرة" (صبر، ٢٠٠٥: ٢٢٦) ، "والتصور العقلي لا يعتمد فقط على حاسة البصر ولكن يجب أن يشمل أكبر قدر من الحواس مجتمعة حتى يمكن تحقيق التكامل في التصور لأنها على جانب كبير من الأهمية" (شمعون، ١٩٩٦: ٥٠) ، ويعرفه وجيه (١٩٨٩) على أنه " الصورة التي يأخذها المتعلم عن طريق النظر والشرح للحركة وتتطبع بالدماغ وتلعب الممارسة والخبرة في ثبات هذه الصورة ، وتكون هذه الصورة الموجودة في الدماغ أساس أولي لتأدية المتعلم أو المبتدئ الحركة" (محجوب: ١٩٨٩: ٣٢).

٢-١-٤ الإدراك الحسركي :

وهو " الحاسة التي يمكننا تحديد وضع أجزاء الجسم وحالته وامتداده واتجاهه في الحركة وكذلك الوضع للجسم ومواصفات حركة الجسم ككل" (راتب، ١٩٨٢: ١٩٨).

ويمكن تعريف الإدراك (الحس - حركي) بأنه "عبارة عن إثارة الأعضاء الحسية الموجودة في العضلات والأعصاب والمفاصل ، فهي تزود العقل بالمعلومات مما يجب ان تفعله أجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ أي مهارة" (حسين، ١٩٨٨: ٨٤١).

والإدراك (الحس- حركي) هو "عملية تنظيم المدخلة الحسية واعطائها معنى ، وبذلك دليل على السلوك" (محجوب، ٢٠٠٢: ١٥٣).

٢-١-٣ التصويب في كرة السلة:

إن الغرض الأساسي من لعبة كرة السلة هو إصابة أكبر عدد من النقاط في سلة الخصم ، ونتيجة لتطور أنواع الدفاع و تطوير قانون اللعبة دفع الفريق إلى إيجاد طرق وأساليب متعددة للتصويب من مواضع ومسافات مختلفة.

يعرفها (خالد ، ١٩٩٠) على أنها " محاولة فعلية جادة للاعب المهاجم لإدخال الكرة إلى سلة الخصم مستثمراً في ذلك قابليته البدنية والفنية والذهنية والنفسية ضمن إطار القانون الدولي " (عزيز، ١٩٩٠: ٧). كما عرفت على "أنها رمي الكرة على السلة" (Wooden, 1966: 71) ، وانطلاقاً من هذا الفهم فإن مهارة التصويب بأنواعها أو إشكاله المختلفة تعد العامل المهم والمؤثر في نتيجة المباراة حيث يؤكد عبد العزيز " إن نتيجة المباراة تتوقف على مدى نجاح مهارة التصويب " (احمد وصالح، ١٩٩٧: ٥٢) ، لهذا نرى بان مهارة التصويب تأتي على رأس جميع مهارات اللعبة، إذ إن كل ما يؤديه اللاعب من مهارات داخل الملعب، ما هي إلا لإيجاد فرصة للتصويب على سلة الفريق المنافس، وعليه فإن التصويب هو المرحلة النهائية والختامية لجميع المهارات.

٢-٢ الدراسات المشابهة:

٢-٢-١-٢-٢ دراسة خالد عبد المجيد الخطيب وزهير يحيى محمد علي (٢٠٠٥) (الخطيب وعلي: ٢٠٠٥)
(تركيز الانتباه والإدراك الحس حركي وعلاقتها بدقة الإرسال الطويل بالكرة الطائرة)

هدف البحث إلى التعرف على:

١. التعرف على العلاقة بين اختبار درجة تركيز الانتباه ودقة الإرسال الطويل بالكرة الطائرة.
٢. التعرف على العلاقة بين اختبار درجة مستوى الإدراك الحس-حركي ودقة الإرسال الطويل بالكرة الطائرة.

منهج البحث

استخدام الباحثان المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث.

مجتمع البحث وعينته:

تضمنت عينة البحث ١٠ لاعبين يمثلون شباب نادي شقلاوة الرياضي في محافظة اربيل لعام ٢٠٠٥.

أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان:

١. هناك ضعف في دقة الإرسال الطويل بالكرة الطائرة ودرجة تركيز الانتباه.
٢. يعاني أفراد عينة البحث من ضعف في دقة الإرسال الطويل بالكرة الطائرة ودرجة الإدراك الحس -حركي.

الباب الثالث

٣ منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

٣-١ منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته ومشكلة البحث.

٣-٢ عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١٣ والبالغ عددهن (٥٦) طالبة ، وتم استبعاد (٦) طالبات من الغير مباشرات في الدوام الرسمي، والاستعانة بـ(١٠) طالبات لتطبيق التجربة الاستطلاعية، وبلغ مجموعة عينة البحث التجريبية (٤٠) طالبة، وهن يمثلن نسبة (٧١.٤٢%) من مجتمع البحث.

٣-٢-١ تجانس أفراد العينة:

لغرض عزل المتغيرات التي من شأنها ان تؤثر في درجات أفراد العينة سواء في متغيرات النمو أو في المتغيرات النفسية ومهارة التصويب من أسفل السلة لجأت الباحثة إلى استخراج التجانس في هذه المتغيرات للتأكد من خلو العينة من القيم المتطرفة والتي من شأنها ان تؤثر على مصداقية النتائج، وتم استخدام معامل الالتواء لهذه المتغيرات وظهرت النتائج جميعها محصورة بين (٣±) وهذا يدل على تجانس العينة، وكما مبين في الجدول (١)

جدول (١)

تجانس العينة في متغيرات النمو ومتغيرات البحث

ت	المتغيرات	س	و	ع	معامل الالتواء
١	العمر	٢٠.٥٥	٢٠	٠.٨٨٧	٠.٥٨٧
٢	الطول	١.٦٠٧	١.٦٢	٠.٠٥٥	٠.٠٤٠
٣	الوزن	٥٨.٣٥	٥٥.٥	٩.٣٨	٠.٨٥٢
٤	تركيز الانتباه	٢٧٠.٥	٢٧٠.٤	١٢٣.٤	٠.٤٤٧
٥	الإدراك الحسركي	٥١.٣٢	٥٠	١٩.٥١	٠.٢٧٩-
٦	التصور العقلي	٥٤.٣٢	٥٣.٥	٨.٨٧	٢.٠١٦
	الاستجابة الحركية	١.٦٧	١.٦٦	٠.٢٠٧	٠.١٧٩-
	دقة التصويب	٣.٩٢	٤	٢.٤٢	٠.٢٤٠

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

٣-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر والمراجع العربية .
- الاختبارات والمقاييس

٣-٣-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز حاسوب نوع (DELL) صيني المنشأ.
- ساعة توقيت الكترونية نوع (CASEO) يابانية المنشأ.
- كرة سلة عدد ١ نوع (molten).
- هدف كرة سلة عدد ١
- ملعب كرة سلة
- أقلام رصاص
- شريط قياس معدني بطول ١٠ م.

• غطاء للعين

٣-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث:

٣-٤-١ اختبارات المهارات النفسية:

أولاً: اختبار تركيز الانتباه:

اختبار بوردن انفيومف لتركيز الانتباه

ثانياً: اختبار الإدراك الحسركي:

اختبار الإدراك الحسركي للوثب الطويل من الثبات للأمام(عبد الفتاح

وحسين، ١٩٩٧: ١٧٥)

ثالثاً: اختبار التصور العقلي:

اختبار مقياس التصور العقلي الرياضي(راتب، ٢٠٠٤: ١٤٥)

رابعاً اختبار الاستجابة الحركية:

اختبار الجري لمسافة ١٠ متر لمثير غير معلوم(علي، ٢٠٠٤: ٧٢)

٣-٤-٢ اختبار التصويب:

اختبار التصويب من أسفل السلة لمدة ٣٠ ثانية:(علاوي ورضوان، ٣٨٨: ١٩٩٨)

٣-٥ التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة تتكون من (١٠) طالبات لم يكن ضمن

العينة الأساسية في يوم الأحد الموافق ١١/١٨ / ٢٠١٢ تم فيها تطبيق الاختبارات

العقلية للمهارات العقلية قيد البحث وكان الهدف منها:

- التأكد من ملائمة الاختبارات لأفراد عينة البحث.
- ضبط توقيتات إجراء التجربة والوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات.
- التعرف على المعوقات التي قد تظهر أثناء تنفيذ الاختبارات لتلافيها في التجربة الرئيسية.

٣-٦ التجربة الرئيسية:

تم إجراء الاختبارات الخاصة بالبحث على أفراد المجموعة التجريبية في

يومي الأربعاء والخميس الموافق ٢١ و ٢٢/١٢/٢٠١٢ في تمام الساعة التاسعة

صباحاً وعلى ملعب كرة السلة في كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى.

اليوم الأول: تنفيذ اختبارات المهارات العقلية(تركيز الانتباه والإدراك الحسركي،

والاستجابة الحركية).

اليوم الثاني: تنفيذ اختبار التصويب والتصوير العقلي.

وقد راعت الباحثة الخطوات التالية:

- تهيئة مستلزمات تنفيذ الاختبارات قبل وصول الطالبات إلى مكان الاختبار.
- شرح الاختبارات العقلية بالتفصيل على أفراد عينة البحث.
- شرح وعرض الاختبارات المهارية بالتفصيل على أفراد عينة البحث.
- أداء إحماء كافي لتنفيذ الاختبارات.
- تسجيل نتائج الاختبارات في استمارات أعدت مسبقاً لكل اختبار.

٣-٧ الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحث البرنامج الإحصائي (spss) في استخراج نتائج البحث مستعينة بالوسائل الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط البسيط بيرسون.

الباب الرابع:

٤ عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة التصويب من أسفل السلة لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٢)

قيم الأوساط والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط لتركيز الانتباه ودقة التصويب بكرة السلة

المهارة	ر المحسوبة	ر الجدولية	الدلالة
تركيز الانتباه	٠.١٢	٠.٣٢	غير معنوي
دقة التصويب			

يبين الجدول (٢) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط المحسوبة لتركيز الانتباه ودقة التصويب بكرة السلة لأفراد عينة البحث، إذ قيمة معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (٠.١٢) وهو اصغر من قيمة معامل الارتباط الجدولية والبالغة (٠.٣٢) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٨) وهذا يدل على عدم وجود علاقة بين تركيز الانتباه ومهارة دقة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى ان المتعلمين المبتدئين يكون من الصعب عليهم ان يركزو انتباههم بشكل كبير على أداء التصويب بكرة السلة لوجود مشتتات انتباه كثيرة فهو يركز اهتمامه على طريقة الأداء وكذلك ينتبه لوجود المدرس والزميل مما يزيد من صعوبة تركيز انتباهه على إصابة الهدف، وبهذا الخصوص يذكر نبيل محمود (٢٠٠٧) "ان تشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبيا في

الأداء" (شاكر، ١٠١:٢٠٠٧) ، كما وان المتعلمين الجدد لا يمتلكون خبرات حركية في مجال الأداء يكون من الصعب عليهم أداء التصويب بشكل متقن كون هذه المهارة تحتاج إلى تكرارات وممارسة كثيرة للوصول إلى عملية الإتقان ، مما أدى إلى ضعف مستوى الأداء المهاري، "فالرياضي الذي يمتلك تركيز ضعيف هو الذي لا يستطيع ان يوفق بين مواقفه الجسدية والعقلية لكيانه الخاص" (Syer,1983:90).

٢-٤ عرض نتائج العلاقة بين الإدراك الحس حركي ومهارة التصويب من أسفل السلة لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها.

جدول (٣)

قيم الأوساط والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط بين مهارة الإدراك الحسحركي ودقة التصويب بكرة السلة

المهارة	ر المحسوبة	ر الجدولية	الدلالة
الإدراك الحسحركي	٠.٤٤٩	٠.٣٢	معنوي
دقة التصويب			

يبين الجدول (٣) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط المحسوبة للإدراك الحسحركي ودقة التصويب بكرة السلة لأفراد عينة البحث، إذ قيمة معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (٠.٤٤٩) وهي اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية والبالغة (٠.٣٢) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٨) وهذا يدل على وجود علاقة بين الإدراك الحسحركي ومهارة دقة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى فاعلية عملية التعلم لدى أفراد عينة البحث والذي يعمل على التوافق العضلي العصبي وتنمية الحواس، إذ يتطور الإدراك الحسحركي من خلال التجربة والتكرار والممارسة، ويذكر كل من نزار الطالب وكامل لويس (٢٠٠٠) "ان المعرفة الحسية ذات أهمية في تطوير المهارة الحركية الرياضية حيث ان القابلية على إدراك الظواهر تتطور في التدريب الرياضي" (الطالب والويس، ٢٠٠٠: ١٦٣) ، ويبين كل من وجيه محجوب وقاسم حسن (١٩٨٢) "ان الإدراك هو الإحساس بالظواهر المحيطة بالنشاط الرياضي ومعرفة تلك الظواهر من اجل الوصول إلى نتائج أفضل وان كل لاعب في التدريب يمكن ان يطور هذه الظاهرة المحيطة للنشاط الرياضي الذي يزاوله" (محجوب والمندلأوي، ١٩٨٢: ٥٣).
٣-٤ عرض نتائج العلاقة بين التصور العقلي ودقة التصويب بكرة السلة لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٤)

قيم الأوساط والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط لتركيز الانتباه ودقة التصويب بكرة السلة

المهارة	ر المحسوبة	ر الجدولية	الدلالة

معنوي	٠.٣٢	٠.٣٢١	التصور العقلي
			دقة التصويب

يبين الجدول (٢) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط المحسوبة للتصور العقلي ودقة التصويب بكرة السلة لأفراد عينة البحث، إذ قيمة معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (٠.٣٢١) وهي أكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية والبالغة (٠.٣٢) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٨) وهذا يدل على وجود علاقة بين مهارة التصور العقلي ودقة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

وتعزو الباحثة هذه العلاقة المعنوية إلى وجود تكامل ما بين هاتين المهارتين كون مهارة التصويب تعتمد بشكل كبير على الصورة الموجودة في ذاكرة المتعلم ويعتمد أدائها على نوعية ووضوح وتسلسل الصورة المخزونة في الدماغ مما يعطي تغذية راجعة داخلية قبل الأداء مما يساعد على توجيه الجهاز الحركي والعضلي للمتعلم والخروج باستجابة حركية صحيحة، وهذا ما يؤكد نبييل محمود (٢٠٠٧) "ان التصور الذهني للمهارات الحركية يساعد اللاعب في وضوح وفهم طبيعة أداء المهارات مما يجعله اقرب لمتطلبات نجاح أداء المهارات الحركية" (شاكرا، ٢٠٠٧: ٩٦).

٤-٤ عرض نتائج العلاقة بين مهارة الاستجابة الحركية ودقة التصويب بكرة السلة لأفراد عينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

جدول (٥)

قيم الأوساط والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط بين الاستجابة الحركية ودقة التصويب بكرة السلة

المهارة	ر المحسوبة	ر الجدولية	الدلالة
الاستجابة الحركية دقة التصويب	٠.٦٤٩	٠.٣٢	معنوي

يبين الجدول (٢) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط المحسوبة للاستجابة الحركية ودقة التصويب بكرة السلة لأفراد عينة البحث، إذ قيمة معامل الارتباط بين هذين المتغيرين (٠.٦٤٩) وهي أكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية والبالغة (٠.٣٢) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٨) وهذا يدل على وجود علاقة بين مهارة الاستجابة الحركية ودقة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

وتعزو الباحثة هذه العلاقة المعنوية إلى ان عملية الاختيار الدقيق والسليم للاستجابة الداخلية لمثير خارجي ينعكس ايجابيا على النتيجة النهائية للأداء من خلال توجيه سرعة الإيعاز العصبي للعضلات العاملة مما يزيد من سرعة الأداء والاقتصاد بالجهد المبذول، إذ يذكر قاسم حسن حسين (١٩٨٨) " ان الاستجابة الحركية ظاهرة تطراً على الغدد والعضلات وينعكس على السلوك نتيجة تنبيه معين

مما يدعوه إلى التكيف وفقا للوضع الجديد الناشئ في فعل التنبيه والإثارة
"(حسين، ٤٠٧: ١٩٨٨).

الباب الخامس

٥ الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:

- من خلال النتائج التي توصلت إليها الباحثة خرجت بالاستنتاجات التالية:
١. وجود ضعف في مستوى تركيز الانتباه لدى طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية.
 ٢. وجود علاقة ارتباط ضعيفة بين مستوى تركيز الانتباه ومهارة دقة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.
 ٣. وجود علاقة ارتباط معنوية بين الإدراك الحسركي ومهارة دقة التصويب بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

٥-٢ التوصيات:

وتوصي الباحثة بالاتي:

١. الاهتمام بتنمية تركيز الانتباه لما له أهمية كبيرة في أداء الكثير من المهارات الأساسية في الألعاب الرياضية التي تدرس ضمن مناهج كليات التربية الرياضية.
٢. الاهتمام بتنمية الإدراك الحسركي لأهميته الكبيرة في تعلم وإتقان المهارات الأساسية في الألعاب الرياضية كافة.
٣. دراسة العلاقة بين المهارات العقلية وأداء المهارات الأساسية الأخرى في لعبة كرة السلة.

المصادر:

- إبراهيم عبد ربه ، و حبيب حبيب العدوى ؛ الانتقاء النفسي - تطبيقات في التربية البدنية والرياضية : (القاهرة ، ب.م ، ٢٠٠٥).
- أبو العلا احمد عبد الفتاح ومحمد صبحي حسنين؛ فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق قياس التقويم: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٧) .
- حلمي المليجي؛ علم النفس المعاصر : ط٨ (بيروت ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، ٢٠٠٠)
- خالد عبد المجيد الخطيب وزهير يحيى محمد علي؛ تركيز الانتباه والإدراك الحسركي وعلاقتها بدقة الإرسال الطويل بالكرة الطائرة:(بحث منشور مجلة الرافدين للعلوم الرياضية جامعة الموصل ،المجلد ١٢، العدد ٤١، ٢٠٠٦،
- راجح حمد عزت : أصول علم النفس: ط٢ (مصر ، دار المعارف، ١٩٧٣).

- ضياء حمود ؛ تأثير التمرينات المركبة في تطوير بعض المهارات العقلية والأساسية للناشئين بكرة القدم : (رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية | جامعة ديالى ،٢٠٠٧)
- عبد علي نصيف؛ أصول التدريب الرياضي: (جامعة بغداد، مطابع جامعة بغداد، ١٩٧٥).
- قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ، ط ١ : (دار الطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٨)
- محمد العربي؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦).
- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، ط ١ (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨).
- معيوف ذنون؛ علم النفس الرياضي: (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي – جامعة الموصل، ١٩٨٧).
- نزار الطالب وكامل الويس؛ علم النفس الرياضية: (بغداد، مطبعة المكتبة الوطنية، ٢٠٠٠).
- هاشم احمد سليمان ؛ تركيز الانتباه في السلة: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد، ١٩٨٩).
- وجيه محجوب ؛ علم الحركة ، التعلم الحركي : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٩)
- وجيه محجوب ؛ فسيولوجيا التعلم ، ط ١ ، (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢) ،
- وجيه محجوب وقاسم حسن المنديلاوي؛ المدخل في علم التدريب الرياضي: (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ١٩٨٢)

-John syer; Sporting body sporting mind: united king on
Cambridge 1983, p90.