

تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التهديف القريب للشباب بكرة السلة

م.م احمد كريم لطيف
جامعة المنثى/كلية التربية الرياضية
م.م سجاد حسين ناصر
جامعة بابل/كلية التربية الرياضية

١-١ مقدمة البحث واهميته:

"تعد لعبة كرة ألسله إحدى الألعاب التي اخدت مكانة متميزة وبارزة على مستوى اللاعبين الجماعية ولهذا دأب المختصون الى تطوير هذه اللعبة من خلال رفع مستويات اللاعبين من النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية والوظيفية والتربوية مما انعكس ذلك في تطوير أساليب اللعب والخطط والقوانين التي أسهمت في إعطاء جمالية الأداء من خلال إتقان المهارات والوصول الى المستوى للعبة إن تقارب مستوى الأداء لدى الفرق من النواحي البدنية والمهارية والخططية جعل الخبراء والمختصون يبحثون عن وسائل حديثة للتدريب الرياضي من اجل تطوير ورفع مستوى اداء اللاعبين للمهارات الأساسية بكرة السلة وخاصة مهارة التهديف اذ تتحدد نتيجة المباريات على ضوء التهديفات الناجحة التي يحرزها الفريق على سلة الفريق المنافس لذلك فان كل ما يؤديه اللاعبون من مهارات هجومية فردية وجماعية كل ذلك ما هو الى أعداد وايجاد ظروف مناسبة وأمنة لعملية التهديف على ألسله.

وتوجد أنواع عدة للتهديف ومنها "التهديف من القفز حيث انتشر هذا النوع قبل عام ١٩٥٠م واصبح ذا فاعلية وتأثير اكثر من بقية انواع التهديف بسبب كثرة استخدامه لحاجة اللاعبين ألاماسه اليه أثناء المباريات لكونه سلاحا ناجحا في تسجيل النقاط بكرة السلة وكونه يحقق الضروريات البايوميكانكية أي حيث كلما ارتفع مركز الثقل اضافه لى اللاعب ارتفاع مناسب لتحقيق تهديف ناجح اذ ان المهارة الأساسية الأولى من حيث الأهمية التي عن طريقها يمكن للفريق إن يحقق النجاح والانتصار في المباراة وهذا يعني ان جميع المهارات الاساسية مع أهميتها في هذه اللعبة يجب أن تنصب جميعها في خدمة اللاعب من اجل إصابة الهدف وتكون المرحلة الأخيرة والختامية للفريق المهاجم"^١ وهناك اعتبارات كثيرة تتوقف عليها مهارة التهديف ومنها عملية تركيز الانتباه وهي إحدى العمليات العقلية التي لها اهمية بالغة في إمكانية تحقيق التهديف"لذا فان تركيز الانتباه هو من العمليات العقلية المتعلقة بالفعل الحركي والتي تحدث داخل الدماغ حيث توجد (٤٠٠) مليار خلية عصبية ، والعمليات الناتجة عن الفعل الحركي ومنها (الانتباه) تحصل نتيجة حدوث مثير خارج جسم الإنسان وان استقبال الحواس لهذا المثير يحدد نوع الحافر للاختيار الاستجابية وبرمجتها لتكون هذه البرمجة الفعل الحركي ،

^١ - محمد محمود عبد الدائم ومحمد صبحي حسانين :القياس في كرة السلة، ط١ ، القاهرة ، دار عطرة للطباعة، ١٩٨٤، ص٦٥.

لذلك يجب على اللاعبين اثناء اداء النشاط الرياضي الذي تكثر فيه المتغيرات التي تؤثر سلبا في انتباههم ان يتمتعوا بقدرة وكفاءة عالية من مظاهر الانتباه حتى يتمكنوا من الأداء الدقيق لمواجهة ظروف المباراة المتغيرة^١. ويرى اسامه كامل راتب ان الانتباه "هو توجيه الوعي نحو المثيرات المعينة بحيث تصبح بمتناول الحواس"^٢ وتتجسد اهمية البحث في التعرف على مدى العلاقة بين دقة التهديف بكرة السلة وتركيز الانتباه للشباب بكرة السلة.

٢-١ مشكلة البحث :

من خلال متابعة الباحثان لمباريات كرة السلة كونهما لاعبين ومختصين في هذه اللعبة لاحظا أن هنالك مهارات هجومية في كرة السلة مثل التهديف القريب للاعبين القدرة على أداءه بنجاح حتى يتحقق الهدف من هذه المهارة في اللعب طوال مدة المباراة لان في اللحظات المهمة من المباراة تصبح قدرة اللعب على التهديف ليست بالمستوى المطلوب منه على الرغم من وضعه الجيد لحظة التهديف وذلك لكثرة المثيرات التي تعرض لها خلال اللعب وكذلك يظهر دور التركيز في تحديد المسافة بين اللاعب والهدف يعني ذلك بالضرورة تحديد مقدار القوة الصادرة من الذراع الرامية نحو الهدف حيث ان التهديف من مسافة ٣-٤ م تختلف في مقدار القوة الصادرة من ذراع الرامية . وهناك العديد من المؤثرات التي تعمل على تشتيت الانتباه سواء كانت خارجية مثل التلميحات البيئية وهتاف الجمهور ، او داخلية مثل الإحساس بالتعب والتوتر النفسي لذا تحتم ضرورة تنمية تركيز الانتباه وما لهو من دور ايجابي في الحصول على الدقة في التهديف.

٣-١ أهداف البحث :

١- التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التهديف القريب للشباب بكرة السلة

٤-١ فروض البحث:

١- توجد علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه ودقة التهديف القريب للاعبين الشباب بكرة السلة.

٥-١ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري: لاعبون الشباب في ناديي الحلة والتضامن.
٢-٥-١ المجال الزماني: من ٢٠٠١/٦/١ الى ٢٠٠١/١٠/١
٣-٥-١ المجال المكاني: قاعة الشهيد حمزة نوري في محافظة بابل وقاعة اسعد شكر في محافظة النجف الاشرف

^١ - نجاح مهدي شلش ، اكرم محمد صبحي : التعلم الحركي ، البصرة ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٤ ، ص ١٨١ .

^٢ - احمد عزت راجح : اصول علم النفس ، القاهرة ، مطابع الاهرام التجارية ، ١٩٧٠ ، ص ١٧٩ .

٢- الدراسات النظرية والسابقة:**١-٢ الدراسات النظرية:****١-١-٢ تركيز الانتباه :**

يعرف تركيز الانتباه " بأنه العمليات والنشاط النفسي (أي الانتباه) الموجه نحو الشئ او نشاط واحد فقط

وتعد هذه الصفة من أهم المظاهر الانتباه وتلعب دورا هاما في الوصول إلى المستوى العليا له من تأثير على دقة ووضوح وإتقان للنواحي الفنية لأجزاء المهارة الحركية"^١ ومن المعروف ان دقة الإتقان للمهارات الحركية لاترتبط فقط بمؤهلات التدريب بل ترتبط أيضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه على الإسهام الواعي في مهارته الحركية"^٢ كما ان التركيز في بعض الأوقات يجب ان يكون تاما بصوره كلية لأجل الوصول إلى حالة الترابط الذهني والبدني فان جميع الطاقة البدنية والذهنية يجب ان تتفق باتجاه واحد"^٣ يناثر تركيز الانتباه تأثيراً سلبياً في حالة حمى البدايةاذ يلاحظ ان هناك نقص في قدرة الرياضي على التركيز وكذلك الشروذ الذهني والتهيج العام المصحوب بقله الاستعداد للاداء"^٤ ويعد التركيز من مظاهر الانتباه المهمة في كرة السلة وخاصة عند اداء اللاعبين

تصنيفات تركيز الانتباه:"**أولاً : وفقاً لمجال التركيز:**

- ١- ويعني ان يكون الرياضي يقضا او واعيا بشئ واحد او منطقة صغيرة نسبياً
- ٢- تركيز الانتباه الواسع وهو ان يكون الرياضي يقضا وواعيا بتحركات المنافسين في نفس الوقت متابعاً لحركات زملاءه ، وان يتميز بمقدرة على تحويل الانتباه في المجال الواسع الى الضيق والعودة مره أخرى إلى المجال الواسع

ثانياً: على أساس مصدر المنبه:

- ١- التركيز الداخلي: وهو من داخل الفرد نفسه أي الأحاسيس والمشاعر والأفكار الداخلية الخاص بالفرد نفسه ويوجه أساساً نحو الذات
- ٢- التركيز الخارجي: وهو يوجه أساساً نحو البيئة الرياضية التي تحدث خارج الفرد وهناك علاقة عكسية بين هذين النوعين من تركيز الانتباه"^٥

٢-١-٢ التهديد -أنواعه-أهميته

يعد التهديد من اهم المهارات الهجومية في لعبة كرة السلة لانه الهدف الاساس الذي يتوج جميع العمليات التي تحدث حيث يتم تسجيل النقاط ي سلة الخصم من خلال استخدام التهديد بأنواعه

^١ - ابو العلا احمد ،احمد عموري : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، عالم الكتب في القاهرة ، ١٩٧٦، ص٧٤.

^٢ -محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، ط٣، القاهرة ، دار المعارف، ١٩٧٢، ص٢٩٠.

^٣ - روبرت نابير مز : دليل الرياضي للتدريب الذهني ،ترجمة محمد رضا إبراهيم وآخرون ،مطبعة الحكمة ، الموصل، ١٩٩١، ص١٢٤

^٤ - كامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، الموصل ،مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨١، ص١٢٠

^٥ - اسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات) ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٢، ص٦٢.

المختلفة من أي منطقة من الملعب وهذا ما اكده صالح نقلًا عن جيمس وجوي "بان التهديف يتربع على قائمة مهارات كرة السلة"^١ وهو ايضاً "المبدأ الأساسي الذي يعطيه المدربون وقت اكثر من غيره اثناء التدريب"^٢ لذا وجب على المدربين ان يمضوا اكثر من الوقت والجهد في التدريب على هذه المهارة و بوسائل مختلفة التعلم وذلك يعتمد بطبيعة الحال على عدة عوامل هي"^٣

- *التنوع في عملية التهديف.
- *السرعة في التهديف.
- *التنوع في اختيار لمسافة
- *تحسين النسبة المؤوية الخاصة بالتهديف وتتضمن:

- أ- مكان استلام الكرة المناسب
- ب- الاختيار المناسب للتهديف
- ج- معرفة الاخطاء الفنية(الاداء الفني) في عملية التهديف.

التهديف من الحركة:

"جاء هذا النوع من التهديف للتخلص من رقبة المدافعين، بعد التقدم و التطور الكبير في الاساليب الدفاعية المستخدمة اثناء المباريات و لكي يتمكن اللاعب المهاجم من مقابلة اساليب الدفاع المتطورة يجب عليه ان يكون متمكناً من اداء مهارة التهديف من الحركة لتعذر حصوله على فرصة للتهديف من الثبات و لكي يستثمر كل فرصة جيدة لاداء التهديف في كل الظروف المتغيرة للعب"^٤.

أنوع التهديف من الحركة:

- *التهديف من القفز
- *التهديف السلمي
- *التهديف بالمتابعة
- *التهديف الخطافي

نحن نقتصر في هذا البحث التحدث عن التهديف من القفز لأنه يرتبط بصلب موضوعنا و خصوصاً التهديف القريب.

التهديف من القفز:

انتشر التهديف من القفز قبل عام ١٩٥٠ واصبح ذا فعالية وتأثير م بين بقية اتهديفا بسبب كثرة استخدامه لحاجة اللاعبين اليه اثناء المباراة لكونه سلاحاً ناجحاً في تسجيل النقاط بكرة السلة ، وهذا ما اكده محمد محمود عبد الديم و محمد صبحي حسانين إذ عدها "المهارة الأساسية الأولى من حيث

^١ -جيمس و جوي ١٩٨٠: اقتبس محمد صالح ،منهج تدريبي مقترح بالانتقال لتطوير القوة العضلية و تأثيره في بعض المهارات الهجومية الفردية و المركبة بكرة السلة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٠، ص ٢٥.

^٢ -حسن سيد معوض ١٩٨٧: اقتبس عبد الجبار سعيد محسن، التحليل الحركي للرمية الحرة في كرة السلة ،مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، العدد ١٤، ١٩٩٦، ص ٧٩.

^٣ -Touiu ozarzi: ١٩٨٣: اقتبس سلوان صالح، تحليل و تقويم علاقتها بنتائج مباريات كرة السلة ن رسالة ماجستير ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٨، ص ١٧.

^٤ -فانز بشير حمودات و آخرون: المصدر السابق، ص ٧٢.

الاهمية التي عن طريقها يمكن للفريق ان يحقق النجاح و الانتصار في المباراة و هذا يعني ان جميع المهارات الاساسية مع اهميتها في هذه اللعبة يجب ان تصب جميعها في خدمة اللاعب من اجل اصابة الهدف، فتكون المرحلة الأخيرة و لختامية للفريق المهاجم"¹
فهو "يجعل اللاعب المهاجم من القيام بالتهديد وهو في الهواء، مما يصعب على اللاعب المدافع من اعاقته او عرقلة التهديد"²
وهنا تكمن أهمية التركيز في التهديد خصوصاً عندما يقوم اللاعب في حالة التعلق في الهواء فإن التهديد من القفز يحتاج الى تركيز اكثر من التهديد من الثبات لأن اللاعب يبذل جهد اكثر جهد اكثر في عملية القفز خصوصاً من المناطق القريبة عن الهدف لأن هناك لاعبين طوال القامة كما هو معروف يتواجدون في المناطق القريبة من السلة و هذا كله يؤخذ بنظر الاعتبار في التأثير على التركيز أثناء التهديد

اهم العوامل التي تساعد على نجاح التهديد هي:

* الدقة

*التركيز

*الارتقاء

*التوازن

*الثقة

*حدة الابصار

ان طريقة اداء التهديد من القفز تكون " بعد تسليم اللاعب الكرة في المكان المناسب وتوافر الفرصة الجيدة للتهديد تثني الركبتين مع رفع الكعبين تدفع الارض بمشطي القدمين للقفز للاعلى عموديا على نقطة دفع الارض ،اثناء القفز يجب ان تصل الكرة امام اعلى الراس وعلى اليد الدافعة للكرة مع سندها باليد الاخرى عند الوصول الى اعلى نقطة من القفز تدفع الكرة بالاصابع بمد الذراع للاعلى وللأمام باتجاه الهدف ،على ان يتبع مد الذراع ثني الرسغ للأمام والاسفل،ثم يتم هبوط اللاعب على كلتا القدمين وفي المكان الذي قفز منه ليصوب"³

ويعد"التوازن من العوامل المهمة لنجاح اداء هذا النوع من التهديد ،ذلك لانه كثيرا من المهدفين يملون للأمام وللخلف او لاحد الجانبين اثناء عملية التهديد ،وهذا يؤدي الى ارتكاب اخطاء شخصية ،لذلك يجب مراعات التوازن الجيد للجسم وان يكون القفز عموديا ويجب ان يتدرب اللاعب على ذلك من خلال الماقف المختلفة الآتية"⁴

أ- من اماكن مختلفة.

ب-عقب انتهاء المحاورة.

ج- عند قطع الكرة او استلامها من الزميل.

¹ -محمد محمود عبد الدايم و محمد صبحي حسانين: المصدر السابق، ص ٦٥.

^٢ -محمد صالح محمد:المصدر السابق ، ص ٢٩.

^٣ - خالد نجم عبدالله: المصدر السابق، ص ١٧.

^٤ - فائز بشير حمودات: المصدر السابق، ص ٧٤.

اما اهمية التهديد تكمن في :^١

- ان الفريق الذي يجيد أفراده التهديد على السلة تكون ثقته بنفسه كبيرة دائماً اثناء الاداء ،وان هذه الثقة من اهم دعائم الفوز وفي المقابل تنخفض وتندنى الثقة عند لاعبي الفريق الاخر مما يجعله يشعر بالتوتر وعدم الطمئينه بسبب التهديد المستمر.
- الفريق الذي يجيد أفراده التهديد بشكل ادق تكون كفته راجحة للوصول الى الفوز.
- إصابة الهدف هي التي تبت روح الحماس في المباراة وتشجع اللاعب على زيادة مجهوده كما تزيد من متعة المشاهدة عند الجمهور

٢-١-٩ الدقة^٢

تعد الدقة من العوامل الفعالة و المهمة في اغلب الانشطة الرياضية او من الاسس المهمة في تعلم المهارات الحركية الرياضية و اتقانها بصورة عامة و المهارات الاساسية لكرة السلة خاصة وتعرف الدقة بانها:انها المقدره على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها اللاعب نحو هدف معين .مما سبق يتضح ان الدقة تعني الكفاءة في اصابة الهدف و قد يكون الهدف هدف كرة السلة مثلاً و يؤكد العديد من المؤلفين و اصحاب الاختصاص من العاملين في المجال الرياضي على ضرورة سلامة و كفاءة الجهازين العصبي و العضلي و كذلك سلامة الحواس و بالخاص البصر و السمع لارتباط الدقة بهذه العوامل اذ يتطلب الامر ان يكون نقل المعلومات الى الدماغ ن طريق الحواس دقيقاً و ان تكون الاشارات العصبية الواردة الى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوصية سواء كان ذلك موجهاً الى العضلات العامة او الى العضلات المقابلة و كذلك ان تكون العضلات جيدة التكوين و مدربة كي تقوم بالعمل المطلوب على وفق ظروف اللعبة المختلفة. إن مركز الدقة في المخ هي المنطقة السادسة التي تنطلق منها الاشارات العصبية للنخاع الشوكي و الاعصاب الى العضلات لاداء حركة معينة و يمكن تعريف الدقة بأنها (السيطرة الفسيولوجية على اداء الحركات الارادية لتوجيهها نحو هدف معين) و ان كلمة (دقة) بمعناها العلمي هو القدرة على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين ،و يتضح من يسند قولنا ان الدقة تعتمد على اصابة الهدف و قد يكون هذا الهدف حلقة كرة سلة كما اشرنا سابقاً وتكون الدقة مرتبطة بالتوازن كما اثبتت الدراسات الحديثة : أنها تتأثر بالارهاق و التدخين ومقدار استهلاك المشروبات الروحية

٢-٢-١ الدراسات السابقة:^٣

دراسة أميرة حنا مرقس (١٩٩٤)"

عنوانها ((بعض مظاهر الانتباه و علاقتها بدقة التصويب بكرة اليد))

*هدف البحث

^١ -صادق خالد محمد :اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير ودقة التصويب لدى ناشئي كرة السلة في الاردن، رسالة ماجستير ،١٩٩٣، ص١٩.

^٢ -كيفان حيكي : المبادئ الاساسية في تكنيك الملائمة ، ترجمة د. محمود جسام عرب و زيد محمود ، مطبعة نازة اربيل ، ٢٠٠٦ ، ص٢٠.

^٣ - أميرة حنا مرقس : بعض مظاهر الانتباه و علاقتها بدقة التصويب بكرة اليد ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، ١٩٩٤ .

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مظاهر الانتباه و دقة التصويب بكرة اليد

* عينة البحث

اشتملت عينة البحث على لاعبي أندية بغداد للدرجة الأولى بكرة اليد و البالغ عددهم (٤٢) لاعباً مثلوا اندية (الكرخ ، الطلبة ، الشباب ، الشرطة ، الجيش ، الارمني ، الزوراء)

* الاستنتاجات و اهمها :

١- وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه و دقة التصويب .

٢- ضعف علاقة الارتباط بين توزيع الانتباه و دقة التصويب .

٣- ضعف علاقة الارتباط بين تحويل الانتباه و دقة التصويب .

* التوصيات و اهمها :

١- التأكيد على تطوير مظاهر الانتباه من خلال الوحدات التدريبية لوجد علاقة بين المظاهر و دقة التصويب .

٢- تطوير مظاهر الانتباه لدى اللاعبين بحسب مراكزهم .

٣- التأكيد على اجراء بحوث و دراسات تؤكد على مظاهر الانتباه و ليس على مظهر واحد

٣- منهجية البحث واجراءته الميدانية:

٣-١ منهج البحث :

ان طبيعة المشكلة المطروحة هي التي تحدد المنهج لذلك استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية

٣-٢ ادوات البحث:

٣-٢-١ عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (٢٠) لاعباً من لاعبي الحلة والتضامن وقد تم اختيارهم بالطريقة العمدية للموسم الرياضي (٢٠٠٩-٢٠١٠) وتم اختبار (١٠) لاعبين من نادي الحلة و(١٠) لاعبين من نادي التضامن وهم يمثلون نسبة ٦٠,٦ من مجتمع البحث وكما مبين بالجدول (١)

جدول (١)

يبين توزيع أفراد العينة وفق أندية ومواقعها الجغرافي

ت	اسم النادي	الموقع الجغرافي	عدد اللاعبين	العدد الكلي	النسبة المئوية
١-	الحلة	بابل	١٠	١٢	٦٦,٦٦
٢-	التضامن	النجف	١٠	١٨	٥٥,٥٥

٣-٢-٢ وسائل جمع البيانات:

لكي يتمكن الباحثان من انجاز بحثه وإتمامه على أفضل وجه لابد من استخدام بعض الاجهزه والأدوات التي تساعد .
ويقصد بأدوات البحث " الوسائل التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات وحل مشكلاته وتحقيق أهداف البحث"^١
واستعمل الباحثان الادوات والوسائل العلمية الاتية:

١- المراجع والمصادر العربية والأجنبية

٣-٤ الاجهزه والأدوات المستخدمة:

- ساعة توقيت عدد (٢)
- جهاز حاسوب نوع (acer)
- استمارة تسجيل نتائج اختبار دقة التهديد قيد البحث.
- استمارة اختبارات تركيز الانتباه قيد البحث كما في ملحق (١)

٣-٤ إجراءات البحث الميدانية :**٣-٤-١ تحديد متغيرات البحث:**

من اجل تحديد المتغيرات التي يعوّل الباحثان في أتمام متطلبات بحثهم قاموا بعملية مسح لأهم المصادر والمراجع ذات العلاقة بموضوع البحث والتي تمخضت عن أعداد بعض الاختبارات التي تخص تركيز الانتباه ودقة التهديد ومن ثم أعداد استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول ما يرونه مناسب في قياس تلك الاختبارات.

١- اختبارات مهارة دقة التهديد وتركيز الانتباه بكرة السلة:

من اجل تحديد صلاحية اختبارات دقة التهديد المستخدمة تم عرضها على عدد من الخبراء والمختصين بلغ عددهم (١٢) وبعد جمع استمارات الاستبيان والاطلاع على ماجاء فيها على ضوء النتائج تم تحديد اختبار واحد فقط. حصل على نسبة اتفاق عالية وذلك باستخدام اختبار (كا) للمقارنة بين الموافقين وغير الموافقين عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)

ت	اسم الاختبار	عدد الخبراء			قيمة (كا)		الدلالة الاحصائية
		موافق	%	غير موافق	%	المحسوبة	
١	التهديد بالقفز من يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال دائريا الى الوسط واليسار	١١	٩١,٦	١	٨,٣	٨,٣٣	٣,٨٤
٢	التهديد من اسفل السلة يسارا ثم الانتقال يمينا بالتناوب على اللوحة	٧	٥٨,٣	٥	٤١,٦	٠,٣٣	٣,٨٤
٣	بردون - انفي موف	١١	٩١,٦	١	٨,٣	٨,٣٣	٣,٨٤

^١ - وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط٢، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨، ص١٣٣

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية:

ان التجربة الاستطلاعية عبارة عن " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحثان على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته " لذلك قام الباحثان بإجراء تجربتهم يوم الجمعة المصادف ٢٠١٠/٢/١٩ على فريق كرة السلة لنادي الحلة وكان الهدف من التجربة هو التعرف على الصعوبات وكذلك التعرف على كفاءة فريق العمل^١ ودقة التنفيذ للاختبارات والوقت المستغرق والتأكد من صلاحية الأجهزة .

٣-٥ الأسس العلمية للاختبار:**١- الصدق :**

يعني الصدق " ان يقيس الاختبار وبدرجة عالية من الصحة والصلاحية ما يدعي ان يقيسه "٢ وقد استعمل الباحثون صدق المضمون وصدق المحتوى حيث اتفق الخبراء الذين اطلعوا على الاختبارات بأنها مطابقة لقياس ما وضعت لأجله .

٢- ثبات الاختبار:

المقصود به " هو ان يعطي الاختبار النتائج نفسها اذا ما أعيد الاختبار في الظروف نفسها "٣ وقد استخدم الباحثان طريقة الاختبار واعادة الاختبار في استخراج الثبات

٣- موضوعية الاختبار:

يقصد بها "التحرر من التحيز والتعصب، وعدم ادخال العوامل الشخصية فيما يصدر من الباحثان من احكام "٤ لذلك تم تقويم الاختبارات مقومين اثنين هما الدكتور نصر حسين والاستاد سامر احمد

جدول (٣)

يبين معامل الصدق والثبات والموضوعية لاختباري التركيز ودقة التهديد بكرة السلة.

ت	مفردات الاختبار	معامل الصدق	معامل الثبات	معامل الموضوعية
١	تركيز الانتباه	٠,٨٩	٠,٨٠	٠,٨٠
٢	التهديد بالقفز من يسار خط الرمية الحرة ثم الانتقال دائريا الى الوسط واليمين	٠,٨٨	٠,٧٩	٠,٨٩

^١ - مجمع اللغة العربية : معجم علم النفس والتربية ، ج١، القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الامرية ، ١٩٨٤، ص٧٩.

^٢ - م.م بشار عبد الطيف و م.م حسن جمع عصرى

^٣ - قيس ناجي وبسطويسي احمد : الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٨، ص١٧١

^٤ - مصطفى حسين باهي: المصدر السابق ، ص٤٦.

^٥ - قيس ناجي وبسطويسي احمد: نفس المصدر السابق، ص١٧٣.

٣-٦ التوصيف الخاص للاختبارات المرشحة للعمل:

٣-٦-١ اختبار بردون - انفيموف:^١

* الغرض من الاختبار: قياس تركيز الانتباه

* الادوات المستخدمة:

ان الاختبار الموضوع في ملحق* عبارة عن ورقة تحتوي على (٣٢) سطرا من الأرقام العربية موزعة على هيئة مجموعات، تتكون كل مجموعة (٣-٥) أرقام ويحتوي كل سطر على (١٠) مجموعات، مجموع ارقامها (٤٠) رقما أي ان الاختبار يحتوي على (١٢٥٠) رقماً، وقد وضعت ارقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقنن كما روعي وضعها ان تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية ايضا لتفادي احتمالات الحفظ.

* وصف الاداء: انظر الى الصفحة امامك بانتباه بحيث تلاحظ ماتراه رقما وتركيباً وتبحث فيما تراه من الارقام المطلوب منك شطبها ، وذلك بوضع علامة مناسبة عليها، و عليك ان تنفذ هذا بسرعة ودقة .

* طريقة تنفيذ الاختبار: زمن الاختبار (دقيقتان فقط)

عند سماع كلمة ابد يقوم اللاعب بقلب الورقة في لحظة تشغيل الساعة للتوقيت يبدأ اللاعب بالبحث والشطب للرقم (٧٩) سطرا تلو الاخر ومن اليسار الى اليمين لمدة دقيقة واحدة ، وعند سماع كلمة قف يضع اللاعب رأسية بجانب الارقام التي وصل اليها .

* طريقة القياس (التصحيح واحتساب النتائج للدقيقة الاول)

تم استخراج الدلالات الاتية :

A- (الحجم العام) هو عدد الارقام التي نظرها اللاعب منذ بداية الاختبار وحتى كلمة قف.

p- عدد التراكيب المفروض شطبها في ورقة الاختبار منذ البداية وحتى كلمة قف.

B- عدد الاخطاء العامة(عدد التراكيب الخطا التي شطبها + عدد التركيب الصحيحة التي تم شطبها)

E- معامل دقة العمل:

p-B

E=— —،

U1=a*E

p

* بعد الانتهاء من الدقيقة الاولى يتم اعادة الاختبار نفسه ولمدة دقيقة واحدة. ايضا ولكن بوجود مثير صوتي ، فعند اعطاء اشارة البدء ، يتم تشغيل الجهاز الذي يعطي صوتا منتظما بمعدل دقيقة واحدة لكل ثانية ، وكذلك يعطي اشارة ضوئية كل خمس ثواني ، علما ان الجهاز يوضع على منضدة في مجال رؤية اللاعب وعلى مفاة ١ متر من مكان جلوس اللاعب المختبر .

* طريقة التصحيح واحتساب النتائج للدقيقة الثانية .

يتم استخراج الدلالات السابقة نفسها ، أي استخراج قيمة (u2) حيث

$$U2= A*E$$

بعدها يتم حساب تركيز الانتباه عن طريق المعادلة التالية:

$$K= u1-u2$$

١- احمد خاطر ، علي فهمي البيك: المصدر السابق، ص٥٢٣.

* - هذا الاختبار وضع لقياس (٤) مظاهر الانتباه (شدة الانتباه ، توزيع الانتباه، تركيز الانتباه، ثبات الانتباه)

٣-٦-٢ التهديف بالقفز من خط الرمية الحرة ثم الانتقال دائريا الى الوسط واليمين:^١

الادوات الازمة : ملعب كرة سلة ،شريط قياس كرات سلة عدد(٢) وهدف كرة سلة ،طباشير .
الاجراءات: رسم ثلاث نقاط على شكل دائرة صغيرة قطرها (١٥) سم كعلامات دلالة على المناطق الثلاثة التي يتم من خلالها اداء الاختبار على النحو الاتي
العلامة الاولى على يسار نهاية خط الرمية الحرة ، وعلى بعد (٣٠) سم .
العلامة الثانية منتصف خط الرمية الحرة وعلى بعد (٩٠) سم من خط الرمية الحرة باتجاه خط الثلاث نقاط

العلامة الثالثة يمين خط الرمية الحرة وعلى بعد(٣٠) سم.
* وصف الاداء :يتخذ اللاعب وضع الوقوف من المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة من جهة اليسار معه الكرة. يؤدي اللاعب التهديف بالقفز باتجاه السلة.
للاعب (١٥) رميه يؤديها بوقع ثلاث مجموعات حيث كل مجموعة خمس رميات

المجموعة الاولى يسار خط الرمية الحرة.
المجموعة الثانية وسط خط الرمية الحرة.
المجموعة يمين خط الرمية الحرة.
* حساب الدرجات : تحتسب للاعب (٢) درجة عندما تدخل الكرة الهدف ،وتحتسب للاعب درجة واحدة لكل رمية تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل ،ولا تحتسب درجة لكل كرة لا تلمس الحلقة نهائيا.

٣-٧ الوسائل الاحصائية :

لغرض تحقيق اجراءات البحث والتوصل الى النتائج استعمل الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية.

- ١- النسبة المئوية
- ٢- الوسط الحسابي
- ٣- اختبار(كا٢)
- ٤- معامل ارتباط بيرسون
- ٥- معنوية الارتباط

^١ -علي سلوم الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي: جامعة القادسية ،الطيف للطباعة ،٢٠٠٤،ص١٧٦.

٤- عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها:
٤-١ عرض نتائج العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التهديد بكرة السلة وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (٤)

يوضح العلاقة بين مظهر تركيز الانتباه ودقة التهديد بكرة السلة

معنوية الارتباط	قيمة (ت ر) المحسوبة	قيمة معامل الارتباط	ع	س-	المعالم الإحصائية المتغيرات المبحوثة
معنوي	6.05	0.72	1.95	16.36	تركيز الانتباه
			1.87	21.8	دقة التهديد بكرة السلة

يبين الجدول (٤) النتائج الإحصائية الخاصة بمظهر تركيز الانتباه ودقة التهديد بكرة السلة حيث بلغت قيمتا الوسط الحسابي عندهما على التوالي (16.36, 21.8) وكذلك قيمتا الانحراف المعياري عندهما على التوالي (1.95, 1.87) وهي قيم مختلف بعضها عن بعض ، استنتب الباحثان علاقة ارتباط مقدارها (0.72) وهي علاقة طردية موجبة.

ولبيان دلالة هذا الارتباط استخدم الباحثان الاختبار التائي حيث جاءت قيمة (ت ر) المحسوبة (6.11) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1.99) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) مما يوحي بقوة هذه العلاقة ويعزو الباحثان ذلك الارتباط إلى أن ذلك الارتباط الذي يقوم بالتهديد تركيز انتباهه على السلة لغرض رمي الكرة بشكل متقن وناجح وبالتالي نجاح التهديد حيث ان فوز أي فريق يتشك بنسبة عالية على نجاح التهديد إضافة الى المهارات الأخرى المعروفة بكرة السلة (الدفاع واستغلال أماكن الفراغ والتنفيذ الخططي الجيد.....الخ) ويرى الباحثان ان على اللاعب الذي يقوم بالتهديد ان يتميز بقفز جيد ودقة في رمي الكرة على السلة فضلا عن قابلية تركيز انتباهه .

اد^١ ان ارتفاع درجة إتقان المهارات الحركية لا يرتبط فقط بموالاتة التدريب بل ترتبط ايضا بقدرة الفرد على التركيز والانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية وتجنب الوقوع بالأخطاء".

وهذا يعني انه كلما ازداد إتقان اللاعب للمهارة الحركية قل الجهد المبذول في محاولة الأداء المثالي.

^١ - زكي محمد محمد حسن : الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية والخططية) ، ط١ ، الاسكندرية ، منشأة المعارف ، ١٩٩٨ ، ص٣٨.

٥- الاستنتاجات والتوصيات:**٥-١ الاستنتاجات :**

من واقع النتائج التي توصل إليها الباحثان وفي ضوء المعالجات الإحصائية لهذه النتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

١- وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة معنوية بين مظهر تركيز الانتباه ودقة أداء التهديف بكرة السلة.

٥-٢ التوصيات :

في ضوء ماتحقق من نتائج يوصي الباحثان بما يلي

١- إجراء اختبارات لقياس مظاهرا لانتباه المختلفة عند الاختبار بين لاعبين. خاصة إذا ما تساوى لاعبان أو أكثر في الأداء البدني والمهاري فيمكن الاستعانة. بنتائج اختبارات مظاهر الانتباه ضمن اختبارات نفسية أخرى.