

ثبات وتوزيع الانتباه وأثره بالاستجابة الحركية عند إداء مهارة الدفاع من الغطس بالكرة الطائرة

Jasemjorden95@gmail.comكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة القادسية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة القادسية١ جاسم قاسم عباس
٢ ابراهيم حسن جاسم

قبول البحث : ٢٠٢٠/١٢/١٠

استلام البحث : ٢٠٢٠/١٢/٢

الملخص

يهدف الباحثون الى التعرف على معنويات الارتباط بين ثبات الانتباه والاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة واقتراض الباحثون وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من ثبات الانتباه والاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة واشتمل مجتمع البحث على لاعبي الفرات الاوسط وهم اندية القاسم، الدغارة، الهاشمية، والبالغ عددهم ٤٣ لاعب وتم اختبار عليه البحث من لاعبي الأندية (القاسم، الدغارة) وبلغ حجم العينة ٣٢ لاعب اي ما يعادل (٧٤,٤٪) من المجتمع الاصلي استخدم الباحث المنهج المسحي لملائمته لطبيعة البحث ومن الاختبارات المستخدمة في البحث اختبار ثبات توزيع الانتباه واختبار الاستجابة الحركية وكذلك اختبار لأداء مهارة الدفاع عن الملعب بالغطس

الكلمات المفتاحية (ثبات وتوزيع - الانتباه - الاستجابة الحركية - كرة الطائرة)

Constancy and distribution of attention and its impact on motor response in the performance of the defense skill of diving in volleyball

This research aims at exploring the mental connection between the steadiness of attention and motor response in volleyball players. The hypothesis of the study is that there is a mental connection between the steadiness of attention and the motor response. The community of the research contains volleyball players from the middle Euphrates: (Al-Qassem, Al-Dagharra, and Al-Hashmia's clubs)

and they are 43 players. The research sample has been chosen from (Al-Qassem, and Al-Dagharra's clubs) and the number of this sample is 32 players which is equal to (74.4% of the original sample. The screening method is used because it greatly fits the nature of the research. The research largely depends on many tests such as: the test of the distribution of attention and constancy, stability, the test of motor response and the test of the performance of the skill of defending the field by diving

Key words (attention- motor response- volleyball)

١ : المقدمة:-

من الواضح أن التطور الحاصل لدى لعبة الكرة الطائرة في الآونة الأخيرة جعلها ذات متطلبات عالية فهي تتميز بالتغير السريع المستمر في مواقفها الدفاعية والهجومية حيث نلاحظ انها أصبحت لعبة لاهوائية بنسبه ٨٥٪ وهوائية بنسبه ١٥٪ وكان من نتيجة التغير السريع للدفاع وتطوره وجعل الهجوم أكثر سرعة وفعالية وجعل المناورات الهجومية الفردية والجماعية على الشبكة أكثر فعالية ومن هنا فان استجابات اللاعبين للمواقف الدفاعية والهجومية السريعة والمتغيرة تحتاج الى سرعة والتوقع وحسن التصرف والسيطرة على المواقف المختلفة في أثناء اللعب وهذا اساسا تعتمد على العمليات العقلية العليا (كالانتباه والإدراك والتصور والتفكير والإحساس) وحيث ان الانتباه هو الأساس الذي تركز عليه سائر العمليات العقلية لأخرى لأنه (أي الانتباه) هو (الاستعداد لأن تدرك شيء وهو تهيؤ ذهني) (26:1) لذا تظهر أهمية البالغة في مهارة الدفاع عن الملعب في الكرة الطائرة وخصوصاً مهارة الغطس حيث يتحتم على اللاعبين ان يتمتعوا بدرجة عالية من سرعة وتركيز انتباههم للمواقف الإدراكية المختلفة في الملعب الذي تتعدد فيه المثيرات فهناك حركة اتجاه الكرة وحركة اللاعب وخطط الفريق الواحد وخطط المنافس والمدرّب والجهود وحدود الملعب والحكم والقوانين الخاصة باللعبة وغيرها من المثيرات المختلفة. وعندما تتساوى امكانيات اللاعبين في المتطلبات البدنية والمهارات والخططية يتجه الحسم الى العامل النفسي في المتطلبات لكونه احد العوامل المهمة في تحقيق الانجاز, فعلى سبيل المثال استغرقت المباراة بين الاتحاد السوفيتي وامريكا في بطولة العالم بفرنسا عام ١٩٨٦م ثلاث ساعات وخمسة وثلاثين دقيقة (٢:١) وذلك لتقارب المستوى بين الفريقين في الاداء الجيد والتحكم في سير المباراة من خلال حالة اللاعبين البدنية والمهارية وكذلك الخبرة (٥: ٥٨), لذلك كان هنالك قدرة على تحمل العبء البدني مع المحافظة على مستوى الانتباه ويعد ثبات الانتباه احد العمليات العقلية التي تلعب دور كبير في استمرار الاداء الحركي لأطول فترة زمنية لذا فهو يعد من اهم العناصر المتعلقة بمستوى الاعداد النفسي للاعب وقياس هذا

العنصر يعطي مؤشرا حقيقيا عن التغيرات التي تطرأ في اللحظة على النشاط النفسي للاعب بمختلف خصائصه طوال مدة المباراة وان لتهيئة الجانب النفسي دور كبير باستمرار اللاعب في تحقيق افضل انجاز له خلال المباراة ومن هنا تظهر اهمية البحث في التواصل الى معرفة ثبات الانتباه وعلاقته بالاستجابة الحركية أثناء أداء مهارة الدفاع بالغص لدى لاعبي كرة الطائرة.

٢- الغرض من الدراسة

التعرف على معنوية الارتباط بين ثبات الانتباه والاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة .

٣- الطريقة والاجراءات وتشمل

١-٣ - العينة

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي الفرات الاوسط وهم انديه القاسم , الدغاره , الهاشميه , والبالغ عددهم ٤٣ لاعب وتم اختيار عينه البحث من لاعبي انديه ((القاسم , الدغاره)) وبلغ حجم العينة ٣٢ لاعب اي ما يعادل (٧٤,٤٪) من المجتمع الاصلي والجدول رقم ١ يوضح حجم العينة ومواصفاتها

٢-٣- تصميم الدراسة :

استخدام الباحثان المنهج المسحي لملائمته لطبيعة البحث .

الجدول (١) يوضح حجم العينة ومواصفاتها

| العمر الزمني بالنسبة | | العمر التدريبي بالنسبة | | النسبة المئوية | عدد اللاعبين | اسم النادي |
|----------------------|------|------------------------|------|----------------|--------------|---------------|
| س | ع+ | س | ع+ | | | |
| 26.5 | 4.82 | 8.27 | 3.52 | 37.5% | 12 | نادي القاسم |
| 28.42 | 5.17 | 9.91 | 4.45 | 31.25% | 10 | نادي الدغاره |
| 27.63 | 3.28 | 7.17 | 3.55 | 31.25% | 10 | نادي الهاشميه |
| | | | | 100% | 32 | |

٣-٣- المتغيرات المدروسة :

(ثبات وتوزيع الانتباه - الاستجابة الحركية - أداء مهارة الدفاع من الغص)

٤-٣- الاختبارات المستخدمة في البحث

٣-٤-١ اختبار ثبات توزيع الانتباه : لقد طلبت الدراسه ايجاد ثبات وتوزيع الانتباه لكل لاعب التي ادت بالباحثين الى استخدام استماره لاندولتا لقياس ثبات وتوزيع الانتباه

٣-٤-١- مكونات استماره لاندولتا

استماره لاندولتا عبارته عن لوح عليها سطور مكونه من حلقات تشير فتحتها الى اتجاهات مختلفة واعاده تقسم اللوحه الى ثلاثة اقسام متساوية كل قسم يحتوي على خمس سطور كامله من الحلقات كل سطر به (٢٠) حلقة كل قسم يحتوي على ١٠٠ حلقة .

طريقه تطبيق الاختبار

يتم شرح الاختبار اسلوب اداء الصحيح للفرد المختبر يجلس المختبر امامه اللوحه وفي يده قلم رصاص وعليه ان يتأهب لبدا الاختبار فور سماع البدا التي يتبعها مباشره تشغيل ساعه إيقاف الحساب زمن الاداء الى اقرب ثانيه فور سماع اشارته البدء يقوم المختبر بحصر اي وضع علامه على دائرة عدد الحلقات التي تشير فتحتها الى اتجاه الساعه الخامسة تبدي ن اتجاه اليسرى الى الجهة اليمنى سطر تلو الاخر حتى نهايه الواجب المحدد له (الجزء الاول من الاختبار وهو السطور الخمسة الاولى ويجب ان يتم ذلك بدقة وفي اقل زمن ممكن تتوقف الساعه عند انتهاء المختبر من هذا الواجب طريقة التصحيح واحتساب النتائج :- يسجل للمختبر عدد الدوائر التي تم حصرها كذلك الزمن التي قطعها المختبر في اداء الجزء الاول من اي سطور الخمسة الاولى

راحه ١٥ ثانيه

يكرر العمل السابق دور ((الخبر الثاني من الاختبار)) على السطور الخمسة الثانيه ويتم التسجيل بنفس الاسلوب

راحه ١٥ ثانيه

يكرر العمل السابق ((الخبر الثالث من الاختبار)) على السطور الخمسة الثالثة ويتم التسجيل بنفس الاسلوب (العدد والزمن وبهذا يكون قد انتهى الاختبار ويتم حساب النسبة وخطاً للتسلسل)

٣-٤-٢- اختبار الاستجابة الحركية :-

اختبار نيلسون للاستجابة الحركية . (٦: ٦٦)

هدف الاختبار :- قياس الاستجابة الحركية

مواصفات الاختبار :- تخطط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط والمسافة بين كل خط وآخر (٦,٤٠) وطول الخط واحد متر اكم طريقه الاداء :-

يقف المختبر عند احداث نهايتي خط المنتصف في مواجهه المحكم الذي يقف عند الطرف الاخر للخط

يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين وبحيث ينحني بجسمه للأمام قليلا

يمسك المحكم بساعه الايقاف بإحدى يديه ويرفعها الى الاعلى ثم يقوم بسرعه بتحريك ذراعه اما ناحيه اليسار او اليمين وهي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة يستجيب المختبر بالإشارة اليد ١ بأقصى سرعه ممكنه بالاتجاه المحدد بالوصول الى الخط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة عندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة واذا بدء المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فان المحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر اتجاهه ويصل الى خط الجانب الصحيح

طريقه التسجيل :-

يعطي للمختبر (١٠) محاولات متتاليه راحه (٢٠) ثانيه وبواقع خمس محاولات في كل جانب

تختار المحاولات في كل جانب وبطريقه عشوائية

تحتسب الدرجة النهائية للمختبر من مجموع محاولات ١٠ للجانبين مقسومه

$$\text{درجة المختبر} = \frac{\text{مجموع عدد المحاولات العشره}}{10}$$

٣-٥- التجربة الرئيسية :

اختبار الاداء لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس :-

يقوم اللاعبون المختبرين بأداء مهارة الغطس ويقوم أثنان من المختصين بتسجيل درجة الاختبار باستمارة خاصة معدة لذلك لمعرفة درجة الاداء المهاري.

التسجيل : درجة المختصين من ١٠ .

٣-٦- الوسائل الاحصائية :-

الوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل الارتباط البسيط ليرسون

معامل الاختلاف

٤-١- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٤-١-١- عرض وتحليل النتائج

عرض وتحليل المعالجة الاحصائية لدرجه ثبات وتوزيع الانتباه والاستجابة الحركية والاداء المهاري للدفاع عن الملعب بالغطس .

الجدول (٢)

يوضح الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

| المتغيرات | س | ع + |
|---------------------------|-------|-------|
| درجة ثبات وتوزيع الانتباه | ٠,٦٩٢ | ٠,٢٠١ |
| استجابة الحركية | ١,٣٥١ | ٠,١٠١ |
| الدفاع عن الملعب بالغطس | ٧,١٧ | ٠,٨٩٧ |

من الجدول (٢) ظهر بان الوسط الحسابي لدرجه توزيع الانتباه لعينه البحث (٠,٦٩٢) بانحراف معياري قدره (٠,٢٠١+) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي للاستجابة الحركية (١,٣٥١) ثانيه وبانحراف معياري قدره (٠,١٠١) والوسط الحسابي لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس هي (٧,١٧) والوسط الحسابي (٠,٨٩٧) .

٤-١-٢- عرض وتحليل الارتباط بين مهاره الدفاع عن الملعب بالغطس و الانتباه والاستجابة الحركية .

الجدول قم (٣) يوضح معنويه الارتباط بين متغيرات البحث

| قيمة (ر) المحتسبة | درجة ثبات وتوزيع الانتباه | استجابة الحركية |
|-------------------------|---------------------------|-----------------|
| الدفاع عن الملعب بالغطس | ٠,٧٦٥ | ٠,٨٤٩ |

قيمة ر الجدولية تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجه حريه ٣٢-٢= (٠,٣٤٩)

من الجدول (٣) ظهر بان هناك ارتباطين ذات دلالة احصائية بين كل من الدفاع عن الملعب بالغطس بثبات الانتباه والاستجابة الحركية حيث بلغت (ر) المحتسبة على التوالي (٠,٧٦٥) و (٠,٨٤٩) وهي اكبر من قيمه (ر) الجدولية والبالغ قيمتها (٠,٣٤٩)

٤-٢- مناقشة النتائج

من عرض وتحليل النتائج اتضح بان هناك علاقه ارتباط ذات دلالة معنويه بين الدفاع عن الملعب بالغطس ودرجه ثبات وتوزيع الانتباه وسرعه الاستجابة الحركية وهذا يعني بانه كلما كان ثبات وتوزيع الانتباه ملائما ومناسبا للاستجابة الحركية كما كان الاداء افضل ويعزى ذلك الى ان قدره على الاحتفاظ بحاله النفسية المستمره خلال المنافسات يؤدي الى تحسين مستوى الاداء ويكون ثبات وتوزيع الانتباه هو من المظاهر الاساسيه للانتباه لذا فان الاحتفاظ لفترة زمنية مناسبة بما يلائم الواجب الحركي سوف يؤدي الى تحسين الاستجابة الحركية وتحسين الاداء لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس. ويذكر موسى عام (١٩٧٦) (تعتمد قدره الفرد على الاحتفاظ بالثبات على السرعه المناسبه لداء النشاط وكذلك حجم النشاط وشده) (٤): (٧٤) كما يعزى ذلك على طبيعه لعبه الطائر والي تتطلب من اللاعب ان يجمع قواه واختيار الاحظه المناسبه لتنفيذ الماره بما يتناسب مع الموقف وهنا يتطلب عمليه اعداد من قبل الجهاز العصبي ويؤثر فيه من الحالات النفسيه وبما يخدم ادره المهاره النشاط الرياضي ومزاويلته يؤثران ودرجات متفاوتة على مظاهر الانتباه المختلفه هذا يعني انه من خلال التدريب تنمي شتى العمليات العصبيه كالدارات والتفكير كما ان كثره الاشتراك في المباريات يمكن ان تكسب اللاعب درجه عاليه من التكيف العصبي والي تنعكس بدورها على مظاهر الانتباه وتركيزه يؤدي الى تأخير سرعه الاستجابة وبالتالي تشتت القوى من يتسبب عنه فشل اداء وهذا يعني تذبذب الانتباه وتكون الاستجابة الحركية من الصفات البدنيه المهمه في لعبه كله الطائره والي تلعب دور كبير في النقل والوزن والانسياب الحركي للاعبه ومن المكونات البدنيه ومظهر الثبات كسمه نفسيه لها تاثير مباشر في التصرف الحركي والحفاظ على اداء المهاره بافضل مستوى لاطول فتره زمنية ممكنه

٥-١- الاستنتاجات

١ - وجود ارتباط معنوي موجب بين الدفاع عن الملعب بالغطس بثبات الانتباه وسرعه الاستجابة الحركية لدى عينه البحث.

٢- كلما كان ثبات وتوزيع الانتباه ملائما ومناسبا للاستجابة الحركية كلما كان الاداء افضل

٥-٢- التوصيات

١- التاكيد على ثبات وتوزيع الانتباه لاطول فتره ممكنه بما يتلائم للنواحي الفنيه للعينه لكره الطائره

٢- التاكيد على مظاهر الانتباه باستخدام التصور والتدريب الذهني خلال الوحدات التدريبية.

٣- ضروره الاهتمام باستجابة الحركية كعنصر مهم من العناصر البدنيه الخاصه في اعداد البرامج التدريبية لكره الطائره

المصادر العربية والاجنبية

- ١- وجيهه محجوب : التعلم الحركي , الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , ١٩٨٩ .
- ٢- اسامه كامل راتب : تدريب المهارات النفسيه (تطبيقات في مجال الرياضي) , ط ١, القايره , دار الفكر العربي , ٢٠٠٠ , ص ١٨٠ .
- ٣- نجاح مهدي شلش , اكرم محمد صبحي : التعلم الحركي , البصره , دار الكتب للطباعة والنشر , ١٩٩٤ م , ص ١٨٠ ..

- ٤- -سمير مهنا الربيعي : بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمستوى اداء حكام كرة القدم , رساله ماجستير (غير منشوره) , جامعة بابل , ٢٠٠١م .
- ٥-خالد عبد المجيد : تركيز الانتباه قبيل اداء الارسال بكرة الطائرة , رسالة ماجستير ٠ غير منشوره) , جامعة بغداد , ١٩٨٩م .
- ٦-محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي , ط ١ , القاهرة , دار الفكر العربي , ١٩٩٦م .