

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 معانيات الارتباط بين ثبات الانتباه والاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة وافترض الباحثون وجود علاقه ارتباط معنوية بين كل من ثبات الانتباه والاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة واشتمل مجتمع البحث على لاعبي الفرات الاوسط وهم اندية القاسم، الدغاره، الهاشمية، والبالغ عددهم ٤٣ لاعب وتم اختبار عليه البحث من لاعبي الأندية (القاسم، الدغاره) وبلغ حجم العينة ٣٢ لاعب اي ما يعادل (٧٤٪) 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-Daghara, and Al-Hashmia's clubs)

and they are 43 players. The research sample has been chosen from (Al-Qassem, and Al-Daghara'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 الأونة الأخيرة جعلها ذات متطلبات عالية فهي تميز بالتغيير السريع المستمر في مواقفها الدفاعية والهجومية حيث نلاحظ أنها أصبحت لعبه لا هوائية بنسبة ٨٥٪ وهوائية بنسبة ١٥٪ وكان من نتيجة التغير السريع للدفاع وتطوره وجعل الهجوم أكثر سرعة وفعالية وجعل المناورات الهجومية الفردية والجماعية على الشبكة أكثر فعالية ومن هنا فإن استجابات اللاعبين للمواقف الدفاعية والهجومية السريعة والمتحيرة تحتاج إلى سرعة والتوقع وحسن التصرف والسيطرة على المواقف المختلفة في أثناء العب وهذا أساساً تعتمد على العمليات العقلية العليا كالانتباه والإدراك والتصور والتفكير والإحساس(وحيث ان الانتباه هو الاساس الذي ترتكز عليه سائر العمليات العقلية الأخرى لأنه (أي الانتباه) هو (الاستعداد لأن تدرك شيء وهو تهيؤ ذهنی)(٢٦:١) 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 انتباهم للمواقف الادراكية المختلفة في الملعب الذي تتعدد فيه المثيرات فهناك حركة اتجاه الكرة وحركة اللاعب وخطط الفريق الواحد وخطط المنافس والمدرب والجهود وحدود الملعب والحكم والقوانين الخاصة باللعبة وغيرها من المثيرات المختلفة. وعندما تتساوى امكانيات اللاعبين في المتطلبات البدنية والمهارات والخططية يتوجه الجسم إلى العامل النفسي في المتطلبات لكونه أحد العوامل المهمة في تحقيق الانجاز، فعلى سبيل المثال استغرقت المباراة بين الاتحاد السوفياتي وامريكا في بطولة العالم بفرنسا عام ١٩٨٦م ثلث ساعات وخمسة وثلاثين دقيقة (١:٢) وذلك لنقارب المستوى بين الفريقين في الاداء الجيد والتحكم في سير المباراة من خلال حالة اللاعبين البدنية والمهارية وكذلك الخبرة(٥:٥٨)، لذلك كان هناك فترة على تحمل العبء البدني مع المحافظة على مستوى الانتباه وبعد 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 مؤشرًا حقيقياً عن التغيرات التي تطرأ في اللحظة على النشاط النفسي للأعاب بمختلف خصائصه طوال مدة المباراة وان لتهيئة الجانب النفسي دور كبير باستمرار اللاعب في تحقيق أفضل إنجاز له خلال المباراة ومن هنا تظهر أهمية البحث في التواصل إلى معرفة ثبات الانتباه وعلاقته بالاستجابة الحركية أثناء أداء مهارة الدفاع بالغطس 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 الأوسط وهم اندية القاسم، الدغاره، الهاشميه ، والبالغ عددهم ٤٣ لاعب وتم اختيار عينه البحث من لاعبي اندية ((القاسم ، الدغاره)) وبلغ حجم العينة ٣٢ لاعب اي ما يعادل (٧٤,٤٪) من المجتمع الاولي والجدول رقم ١ يوضح حجم العينة ومواصفاتها

٢-٣ - تصميم الدراسة :

استخدام الباحثان المنهج المسمحي لملايئته لطبيعة البحث .

الجدول (١) يوضح حجم العينة ومواصفاتها

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

٣-٣ - المتغيرات المدروسة :

(ثبات وتوزيع الانتباه – الاستجابة الحركية – اداء مهارة الدفاع من الغطس)

٤-٣ - الاختبارات المستخدمة في البحث

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

٤-٣-١- مكونات استماره لاندولنا

استماره لاندولنا عباره عن لوح عليها سطور مكونه من حلقات تشير فتحتها إلى 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 يتاهب لبدا الاختبار فور سماع البدا التي يتبعها مباشره تشغيل ساعه ايقاف الحساب زمن الاداء الى اقرب ثانيه

فور سماع اشاره البدا يقوم المختبر بحصر اي وضع علامه على دائرة عدد الحلقات التي تشير فتحتها إلى اتجاه الساعه الخامسه تبدء من الجهة اليسرى الى الجهة اليمنى سطر تلو الاخر حتى نهايه الواجب المحدد له (الجزء الاول من الاختبار وهو السطور الخامسة الاولى ويجب ان يتم ذلك بدقه وفي اقل زمان 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 الخامس الاولى

راحه ١٥ ثانية

يكسر العمل السابق دور ((الخبير الثاني من الاختبار)) على السطور الخامسه الثانية ويتم التسجيل بنفس الاسلوب راحه ١٥ ثانية

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

٤-٣-٢- اختبار الاستجابة الحركية :-

اختبار نيلسون للاستجابة الحركية . (٦٦:٦)

هدف الاختبار :- قياس الاستجابة الحركية

مواصفات الاختبار :- تخطط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط و المسافة بين كل خط واخر (٦٠,٤٠) و طول الخط واحد متراكم طريقه الاداء :-

يقف المختبر عند احداث نهايتي خط المنتصف في مواجهه المحكم الذي يقف عند الطرف الآخر للخط يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين وبحيث ينحني بجسمه للأمام قليلا يمسك المحكم بساعده الاياف بإحدى يديه ويرفعها الى الاعلى ثم يقوم بسرعه بذراعه اما ناحيه اليسار او اليمين وهي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة يستجيب المختبر الاشاره اليه ١ بأقصى سرعه ممكنه بالاتجاه المحدد بالوصول الى الخط الجانب الصحيح يقوم المحكم بايقاف الساعة عندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بايقاف الساعة اذا 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 متتالية راحه (٢٠) ثانية و يوضع خمس محاولات في كل جانب

تختار المحاولات في كل جانب وبطريقه عشوائية

تحسب الدرجة النهائية للمختبر من مجموع محاولات ١٠ للجانبين مقسمه

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

٥-٣- التجربة الرئيسية :

اختبار الاداء لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس :-

يقوم اللاعبين المختبرين بأداء مهارة الغطس ويقوم اثنين من المختصين بتسجيل درجة الاختبار باستماره خاصة معدة لذلك لمعرفة درجة الاداء المهاري.

التسجيل : درجة المختصين من ١٠ .

٦-٣- الوسائل الاحصائيه :-

الوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل الارتباط البسيط ليرسون

معامل الاختلاف

٤-١- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٤-١-١- عرض وتحليل النتائج

عرض وتحليل المعالجه الاحصائيه لدرجه ثبات وتوزيع الانتباه والاستجابة الحركيه والاداء المهاري للدفاع عن الملعب بالغطس .

الجدول (٢)

يوضح الوسط الحسابي والانحرافات المعياريه لمتغيرات البحث

المتغيرات	س	ع
درجة ثبات وتوزيع الانتباه	٠,٦٩٢	٠,٢٠١
استجابة الحركيه	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 قيمه الوسط الحسابي للاستجابة الحركيه (١,٣٥١) ثانبيه وبانحراف معياري قدره (٠,١٠١) والوسط الحسابي لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس هي (٧,١٧) والوسط الحسابي (٠,٨٩٧) .

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

الجدول قم (٣) يوضح معنويه الارتباط بين متغيرات البحث

قيمة (ر) المحسوبة	درجة ثبات وتوزيع الانتباه	استجابة الحركيه
٠,٣٤٩	٠,٧٦٥	الدفاع عن الملعب بالغطس

قيمة ر الجدولية تحت مستوى دلالة (٥,٠٠٥) و درجه حريه (٣٢-٢)= (٣٤٩,٠)

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

٤-٢-٤ مناقشة النتائج

من عرض وتحليل النتائج اتضح بان هناك علاقه ارتباط ذات دلالة معنويه بين الدفاع عن الملعب بالغطس و درجه ثبات وتوزيع الانتباه وسرعه الاستجابة الحركيه وهذا يعني بانه كلما كان ثبات وتوزيع الانتباه ملائماً ومناسباً للاستجابة الحركيه كما كان الاداء افضل ويعزى ذلك الى ان القدرة على الاحتفاظ بالحاله النفسيه المستمرة خلال المنافسات يؤدي الى تحسين مستوى الاداء ويكون ثبات وتوزيع الانتباه هو من المظاهر الاساسيه للانتباه لذا فان الاحتفاظ لفتره زمنيه مناسبه بما يلائم الواجب الحركي سوف يؤدي الى تحسين الاستجابة الحركيه وتحسين الاداء لمهاره الدفاع عن الملعب بالغطس. ويدرك موسى عام (١٩٧٦) (تعتمد قدره الفرد على الاحتفاظ بالثبات على السرعه المناسبه لداء النشاط وكذلك حجم النشاط وشده (٤): كما يعزى ذلك على طبيعة لعبه الطائره والتي تتطلب من الاعب ان يجمع قوه و اختيار الاحظه المناسبه لتنفيذ الماره بما يتناسب مع الموقف وهنا يتطلب عملية اعداد من قبل الجهاز العصبي و يؤثر فيه من الحالات النفسيه وبما يخدم ادراه المهاره النشاط الرياضي ومزاولته يؤثران ودرجات متفاوتة على مظاهر الانتباه المختلفه هذا يعني انه من خلال التدريب تتم شتى العمليات العصبية كالدارارات والتفكير كما ان كثره الاشتراك في المباريات يمكن ان تكسب اللاعب درجه عاليه من التكيف العصبي والتي تتعكس بدورها على مظاهر الانتباه وتركيزه يؤدي الى تأخير سرعه الاستجابة وبالتالي تشتت القوى من يتسبب عنه فشل اداء وهذا يعني تذبذب الانتباه وتكون الاستجابة الحركيه من الصفات البدنيه المهمه في لعبه كله الطائره والتي 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 زمنيه ممكنه

٤-١-٥ الاستنتاجات

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

٢ - كلما كان ثبات وتوزيع الانتباه ملائماً ومناسباً للاستجابة الحركيه كلما كان الاداء افضل

٤-٥ التوصيات

١-التأكيد على ثبات وتوزيع الانتباه لاطول فتره ممكنه بما يتلائم للنواحي الفنية لعينه لكره الطائره

٢-التأكد على مظاهر الانتباه باستخدام التصور والتدريب الذهني خلال الوحدات التدريبيه.

٣- ضرورة الاهتمام باستجابة الحركيه كعنصر مهم من العناصر البدنيه الخاصه في اعداد البرامج التدريبيه لكره الطائره

المصادر العربية والاجنبية

١-وجيه محجوب : التعليم الحركي , الموصل , دار الكتب للطباعة والنشر , ١٩٨٩ .

٢-اسامه كامل راتب : تدريب المهارات النفسيه (تطبيقات في مجال الرياضي) , ط١, القاهرة , دار الفكر العربي , ٢٠٠٠ ص ١٨٠ .

٣-نجاح مهدي شلش , اكرم محمد صبحي : التعليم الحركي , البصره , دار الكتب للطباعة والنشر , ١٩٩٤ م , ص ١٨٠ ..

- ٤- سمير مهنا الريبيعي : بعض مظاهر الانتباة وعلاقتها بمستوى اداء حكام كره القدم ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، جامعة بابل ، ٢٠٠١ م.
- ٥- خالد عبد المجيد : تركيز الانتباة قبل اداء الارسال بكره الطائرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، ١٩٨٩ م.
- ٦- محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط١ ، الثاشره ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦ م.