

الرشاقة وتركيز الانتباه وعلاقتها بدقة التهديف (بالاتجاه المغاير) من الحركة بخماسي كرة القدم

م.م.وليد سمير هادي

ملخص البحث

إن علاقة الرشاقة وتركيز الانتباه بدقة التهديف من الحركة بخماسي الكرة لها الأثر الكبير الذي يدخل في حركة التهديف نظرا لقلة المساحات في هذه اللعبة وصغر المرمى .

أما مشكلة البحث . هل توجد علاقة للرشاقة وتركيز الانتباه بدقة التهديف من الحركة بخماسي كرة القدم لدى عينة البحث .

ويفترض الباحث وجود علاقة ارتباط معنوي بين مستوى الرشاقة ودقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011.

ويفترض الباحث وجود علاقة ارتباط معنوي بين مستوى تركيز الانتباه ودقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011 .

Agility and focus attention and their relationship strictly scoring heterosexual direction of movement Plate football

M.. Waleed Samir Hadi

Research Summary

The relationship between agility and focus attention accurately scoring unintentional movement of the ball have a significant impact that enters in the scoring movement due to lack of space in this game and the small goal.

The research problem. Is there a relationship of agility and focus attention accurately scoring unintentional movement of soccer in a sample search.

The researcher assumes the presence of a significant correlation between the level of agility and precision scoring (heterosexual direction) five football players to the team Faculty of Physical Education - University of Qadisiyah for the year 2010 - 2011.

The researcher assumes the presence of a significant correlation between the level of concentration of attention and accuracy scoring (heterosexual direction) five football players to the team Faculty of Physical Education - University of Qadisiyah for the year 2010 - 2011.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الشعبية المشهورة في العالم والعراق خاصة ولقد حظيت باهتمام خبراء الرياضة بكافة اختصاصاتهم ونظرا لتطور الوسائل والطرق العلمية التي لها دور أساسي وبناء في كرة القدم أصبحت ذات اهتمام الكثيرين في العالم والعراق .

إن لعبة كرة القدم الخماسي واحدة من تطورات كرة القدم الحديثة فهي أسلوب لعب جديد وتعد ركيزة أساسية لتطور كرة القدم وهي لعبة قديمة حديثة ، قديمة الأصل والمنبع وحديثة بأسلوبها واستقلاليتها ، كما تسعى الدول المتقدمة والعراق بشكل خاص إلى تطوير خماسي كرة القدم وتطوير كفاءه القوانين التي تختص بهذه اللعبة ورفع درجة المستوى المهاري والإعدادي لدى ممارسيها لكي تصبح القاعدة الأساسية قوية حتى تكون هذه اللعبة في العراق لعبة تنافسية وتصبح ذات اهتمام الرياضيين والمختصين فيها .

إن علاقة الرشاقة بدقة التهديف من الحركة بخماسي الكرة لها الأثر الكبير والانسحاب الحركي لدى لاعبي خماسي كرة القدم وللرشاقة التكتيك الكبير الذي يدخل في حركة التهديف في خماسي الكرة وجمالية الحركة التي يؤديها اللاعب أثناء التهديف من الحركة (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم وان أهمية البحث وحسب خبرتي المتواضعة كأكاديمي ولاعب بان الرشاقة لها الأثر الكبير في التهديف من الحركة في خماسي كرة القدم لان التهديف من الحركة يحتاج إلى انسيابية وإيقاع وتوازن حركي أي حركة رشيقة وسلسة يمتلكها اللاعبون أثناء التهديف من الحركة بخماسي كرة القدم .

كما إن تركيز الانتباه له أهمية بدقة التهديف نظرا لقلة المساحات في هذه اللعبة وصغر المرمى وبالتالي يحتاج اللاعب إلى تركيز انتباه عالي ورشاقة كبيرة من اجل الارتقاء بدقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لان هذه المهارة تحتاج إلى تقنية عالية من اللاعبين .

2-1 مشكلة البحث :

إن دور الصفات البدنية هو خدمة للجوانب المهارية بشكل عام ولعبة خماسي كرة القدم من الألعاب التي تتطلب جوانب بدنية عالية المستوى ومن بين هذه الصفات البدنية هو عنصر الرشاقة لما لها من دور في أداء المهارات ومن بين هذه المهارات هي مهارة دقة التهديف إذ إن التهديف له الأثر الواضح في حسم نتيجة المباراة لكون عدد الأهداف المسجلة هو الفاصل النهائي لنتائج المباريات في كثير من الأوقات ، كما إن تركيز الانتباه له أهمية في دقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم بسبب ضيق الفراغات وصغر حجم الهدف في هذه اللعبة .

ولغرض الوصول إلى هذه الحقيقة العلمية ارتأى الباحث الخوض في هذه المشكلة من خلال التوصل إلى دور عنصر الرشاقة وتركيز الانتباه بدقة التهديف من الحركة (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم ومنها يمكن صياغة المشكلة بالشكل التالي :

هل توجد علاقة للرشاقة وتركيز الانتباه بدقة التهديف من الحركة (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية .

3-1 هدفا البحث :

1-3-1 التعرف على العلاقة بين الرشاقة ودقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011م .

2-3-1 التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011م .

4-1 فرضا البحث :

1-4-1 يفترض الباحث وجود علاقة ارتباط معنوي بين مستوى الرشاقة ودقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011م .

2-4-1 يفترض الباحث وجود علاقة ارتباط معنوي بين مستوى تركيز الانتباه ودقة التهديف (الاتجاه المغاير) بخماسي كرة القدم لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011م .

1-5 مجالات البحث :

المجال البشري: لاعبو خماسي كرة القدم في كلية التربية الرياضية-جامعة القادسية لعام 2010-2011م

المجال الزماني : للمدة من 2010/11/20 إلى 2011/5/5 م .

المجال المكاني : قاعة كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية .

1-6 تحديد المصطلحات :

1-6-1 تغير الاتجاه : وهي عملية تغير مركز اللاعب من جهته إلى الجهة المعاكسة لرجله المفضلة من أجل فتح ثغرة والحصول على فرصة أكبر للتسجيل ، بنفس الرجل المفضلة .

1-6-2 خماسي كرة القدم (FUTSAL) (1)

"هي الشكل الرسمي الوحيد لكرة القدم داخل ملاعب مغلقة دون استخدام الجدران الجانبية ، كما وافقت عليه أليفيا ، إذ تلعب كرة الصالات في جميع البلدان وفي أكثر من مئة بلد وتلعب في ملعب كرة اليد على الرغم من إمكانيات لعبها على أرضيات أخرى إن لعبة خماسي الكرة تطور المهارات بشكل كبير لأنها تتطلب استجابات سريعة ، ومناولات دقيقة فضلا عن إنها تعد مضمارا تعليميا ممتازا لتحسين السرعة والرشاقة وتوفير اللعبة تدريبيا ممتازا للاعبين الذين يرغبون الانتقال إلى كرة القدم الاعتيادية مستقبلا لأنها تطور المهارات بشكل كبير ونجوم اللعبة الكبار مثل بيليه وزيكو وسقراط وجميعهم قد مارسوا هذه اللعبة وهم بدؤوا في خماسي كرة القدم في تطوير مهاراتهم فهي لعبة مثيرة للأطفال كما للكبار ."

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 الرشاقة:

هي قدرة اللاعب على تغيير أوضاع واتجاهات جسمه بأكمله أو جزء منه على الأرض أو في الهواء ، بسرعة وتوقيت ، دقة وتنسيق ، توافق واقتصاد في الجهد الحركي واتجاه صحيح وربط وتركيب وتطابق الأداء المهاري بما يتناسب مع ظروف المنافسة أعاده اتزانته فور ذلك مباشرة .

1-1-1-2 تقسيمات الرشاقة:

الرشاقة العامة :هي مقدار الفرد لحل واجب حركي في عدة أوجه مختلفة في ألوان النشاط الرياضي بتصرف منطقي سليم .

الرشاقة الخاصة : هي القدرة على الأداء الحركي في تناسق وتطابق مع خواص وتكوين الحركة في المنافسة وهذه الحركات تختلف باختلاف الأداء المهاري لنوع النشاط الرياضي (1) .

2-1-2 مفهوم الانتباه:

الانتباه تشعر بأنك تفهمه ولكنك تجد صعوبة في تعريفه . ويشير إلى مستوى عام من التيقظ والتنبه وحالة عامة من الإثارة والتوجه نحو المثيرات مقابل التعود والقدرة على التركيز أو توزيع أو إدامة النشاط العقلي (2). ويعرف الانتباه أحيانا بأنه تركيز الذهن تركيزا شعوريا على شيء موضوعي أو فكرة تتصل بشيء موضوعي.أو التركيز على فكرة مجردة(3) .

تركيز الانتباه : هو القدرة على تضيق أو تثبيت أو تأكيد الانتباه على مثير أو مثيرات مختارة لفترة من الزمن (4) .

1-2-1-2 أهمية الانتباه:

يتفق الكثير من العلماء على إن حدوث الإنجازات يرتبط بوجود اللاعب في منطقة الطاقة النفسية المثلى ، وقد وجد إن أهم ما يميزها هو أن يكون الانتباه قد تم توجيهه كله إلى أداء المهارة .وتعدّ مهارة الانتباه إحدى المهارات النفسية المهمة للأداء المميز (5) .

1- عبد الله حسين اللامي : التدريب الرياضي ط1 ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، ص212 .

2 محمد عبد الرحمن الشقيرات : مقدمة في علم النفس العصبي ، ط1 ، دار الشروق، فلسطين ، 2005 م ، ص210 ، 211 .

3- عبد العلي الجسماني : علم النفس وتطبيقاته الاجتماعية والتربوية ، ط1،الدار العربية للعلوم ، لبنان ، 1994 م ، ص 103 .

4- محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، ط1،دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002 م ، ص283 .

5- محمد العربي : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ص 247 .

2-2-1-2 الانتباه عند اللاعبين:

إن النجاح التكتيكي للرياضيين في المستويات المتقدمة , يحدده إلى درجة كبيرة المستوى المرتفع لنمو خاصية الانتباه (1) .

فتشتت الانتباه , أو عدم التركيز يؤثر سلباً على الأداء . كما يعزو المدربون ضعف مستوى أداء فرقهم التي يدربونها إلى فقدان تركيزها أثناء المنافسة(2) .

3-1-2 التهديد (التصويب) :

إن أهمية التهديد في خماسي كرة القدم يعتبر الجزء المهم والأكثر إثارة في اللعبة والهدف النهائي لكل فريق يكون في خلق فرصة أو فرص لتسجيل الأهداف وفي خماسي كرة القدم تكون فرص التهديد كثيرة لكون مساحة الملعب صغيرة ولعب الكرة ضمن إطار اللعبة يتم بالسرعة والحركة وان وقت الوصول إلى فرص الخصم بسرعة خاطفة(3) .

4-1-2 التهديد من الحركة في خماسي الكرة:

إن التهديد من الحركة يعد من أحسن واقوي أنواع التهديد لان الكرة تسير وفي حالة الحركة سواء كانت الكرة في حركة مستقيمة أو متعرجة ولان الكرة تسير أطول مسافة ممكنة بالإضافة إلى وصولها في اقل زمن ممكن (4) .

1- عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة - تحليل - تدريب - قياس ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، 2000 م، ص 68.

2- أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 م ، ص 361

3 - عمار زبير احمد : التشكيك والتكتيك في خماسي كرة القدم ، ط1 ، بغداد ، دار الكتب للوثائق ، 2005 ، ص 87 .

4- بهاء الدين سلامة : الإعداد المهارى في كرة القدم ، الرياض ، مكتبة الطالب الجامعي ، 1987 ، ص 68 .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث :

إن طبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج المناسب الذي يعتمد عليه الباحث لتحقيق أهدافه وذلك عن طريق دراسة ما يتعلق من ظواهر وأدلة لمشكلة البحث إذ إن (تقدم البحث العلمي رهين بالمنهج يدور معه وجوداً وعدداً)¹ لقد عمد الباحث إلى استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية .

2-3 مجتمع وعينه البحث

إن (أهداف البحث والإجراءات التي يستخدمها الباحث تحدد طبيعة العينة التي تختارها والتي تمثل مجتمع الدراسة) (²) لذا لابد من اختيارها اختياراً دقيقاً لكونها من (الوسائل الأساسية المهمة في اثر البحوث العلمية) (³)

اشتمل البحث على لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية بكرة القدم للعام 2010 - 2011 حيث كان عدد العينة (8) طلاب من أصل (12) طالب يمثلون نسبة 66,6 % من مجتمع الأصل .

3-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في البحث :

1-3-3 أدوات البحث :

لكي يتمكن الباحث من إتمام بحثه لابد من الاستعانة بالأدوات والوسائل التي تمكنه من ذلك ، ويقصد بأدوات البحث (الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث على حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات ، بيانات ، عينات ، أجهزة الخ)

كرات خماسي كرة القدم القانونية عددها (3) كرة

شواخص بلاستيكية عدد (10)

أهداف خماسي كرة القدم عدد (2)

1 - جلال عبد الحميد موسى : منهج البحث العلمي عن العرب ، بروف ، دار الكتاب اللبناني ، 1982 ، ص 281 .

2 - ريسان خريبط مجيد : منهج البحث في التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987 ، ص 41 .

3 - وجيه محجوب : طريق البحث العلمي ومنهجه ، ط 2 ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1988 ، ص 133 .

3-2-3 استخدم الباحث الوسائل البحثية الآتية :

المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

1- المقابلات الشخصية *

2- الاستبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول تحديد علاقة الرشاقة * بدقة التهديف من الحركة بخماسي كرة القدم .

3- الاستبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول تحديد أهم الاختبارات الخاصة بعلاقة الرشاقة في دقة التهديف من الحركة بخماسي كرة القدم .

4- استمارة جمع البيانات الخاصة بالبحث والخاصة بالرشاقة ودقة التهديف .

5- استمارة جمع البيانات الخاصة بالبحث والخاصة بتركيز الانتباه .

6- استمارة جمع البيانات الخاصة بالبحث والخاصة بدقة التهديف .

¹ .وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط2 ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 . ، ص 133 .

* ينظر الملحق (1)

3-3-3 الأجهزة المستخدمة في البحث :

استخدم الباحث الأجهزة العينية التالية وهي :

ساعة توقيت الكترونية نوعها (Kasuo)

3-4 تحديد الاختبارات المهارية :*

تم عرض مجموعة من الاختبارات المهارية على مجموعة من الخبراء ** وكما في الجدول (1)

جدول (1)

ت	اسم الاختبار	الخبراء		نسبة الموافقين	نسبة الغير الموافقين	قيمة كا	الدالة
		موافق	غير موافق				
1	دقة التهديد	5	0	100%	0	5	معنوي
2	التهديد من مسافة 12 م	0	5	0	100%	5	غير معنوي
3	التهديد الجانبي	0	5	0	100%	5	غير معنوي

- صدق الاختبار :

تم إيجاد صدق الاختبار من خلال قيمة مربع كا للاختبارات الثلاثة والخاصة للتهديد إذ تم عرض استمارة استبيان على الخبراء والمختصين* لبيان صدق الاختبار وكانت الاستمارة تحتوي على بديلين هما (موافق) و(غير موافق) ومن خلال استخراج قيمة مربع كا وجد إن عدد الموافقين على الاختبار الأول (اختبار دقة التهديد) هم (5) وعدد الغير موافقين هم (صفر) إذ تكون نسبة الموافقة هي 100% وان قيمة مربع كا بلغت (5) لصالح البديل موافق أي إن الاختبار صادق لما وضع من اجله .

* ملحق (4)

** ملحق (1)

أما الاختبار الثاني فقد بلغ عدد الموافقين صفر وغير الموافقين (5) أي إن نسبة الموافقة 0% وبذلك تكون قيمة مربع كا (5) وهي معنوية لصالح البديل غير موافق أي إن الاختبار غير صادق لقياس متغير البحث

أما الاختبار الثالث فقد بلغ عدد الموافقين صفر وغير الموافقين (5) أي إن نسبة الموافقة 0% وبذلك تكون قيمة مربع كا (5) وهي معنوية لصالح البديل غير موافق أي إن الاختبار غير صادق لقياس متغير البحث

- الثبات :

وقد تم إجراء الثبات بطريقة إعادة الاختبار إذ أجرى الباحث اختباراً في يوم الثلاثاء الموافق 2011/3/1 وتم إعادة الاختبار بعد سبعة أيام أي في يوم الثلاثاء الموافق 8 / 3 / 2011 على عينة خارج عينة البحث وبعد اخذ نتائج الاختبارين استخرج لهما قيمة الارتباط البسيط (بيرسون) فوجدها معنوية إذ بلغت (0,893) وهذا يدل على إن الاختبار ثابت .

- الموضوعية :

أجرى الباحث اختباراً على عينة من خارج عينة البحث و استخدم مسجلين* اثنين لإعطاء الدرجات للمختبرين وبعد اخذ نتائج المسجلين استخرج الباحث لهما قيمة الارتباط البسيط (بيرسون) فوجدها معنوية إذ بلغت (0,988) أي عدم وجود اختلاف كبير بين درجات المسجلين وهذا يدل على إن الاختبار موضوعي .

*(المسجلين)

م. رأفت عبد الهادي

م. فايز حسن

3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث .

3-5-1 اختبار الرشاقة (1)

اختبار جري الزجراج بطريقة (بارو) $3 \times 4,5$ م

الهدف من الاختبار :

قياس الرشاقة الكلية للجسم أثناء حركته الانتقالية .

الأدوات :

ميدان للجري مستطيل الشكل يقام على ارض صلبه وخشنة بطول 5,47 وعرض 3م

تحدد خمس من القوائم التي تستخدم في الوثب العالي أو رايات ركنية كالتى تستخدم في كرة

القدم أو كرسي مع ملاحظة أن لا يقل طول القوائم أو الراية أو الكرسي اقل من 30سم

تخطط منطقة الاختبار وفقا للشكل المبين شكل (1)

يحدد خطي البدء والانتهاى بشكل واضح _ طريقة الأداء :

يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي خلف البداية

عند إعطائه إشارة البدء يقوم بالجري المتعرج بين القوائم الخمسة ثلاث مرات متتالية

يبدأ المختبر بالجري في وضع الوقوف عند خط البداية (أ)

يكون اتجاه الجري وفقا للشكل المحدد بالرسم والذي يكون على شكل رقم (8) في اللغة الانجليزية .

يجب عدم شد أو وقع أو نزع القوائم أو الكراسي أو نقلها من أماكنها أو الاصطدام بها ، وإنما المطلوب هو

الدوران حولها

1- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001 م ، ص 256-258.

عندما يكمل المختبر الجري ثلاث مرات دوران عليه أن يستمر في الجري حتى يقطع خط النهاية (ب)

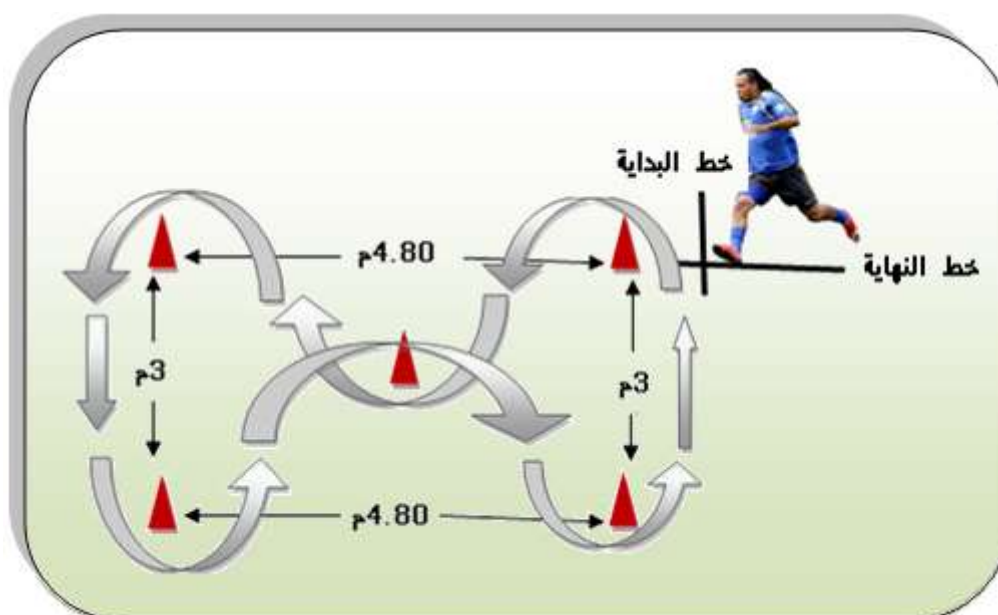
عند الفشل في أداء الاختبار أو عند حدوث خطأ في شروط الأداء يعاد الاختبار مرة واحدة

يعطي المختبر محاولة واحدة فقط ، يجب شرح الاختبار وعمل نموذج له قبل التطبيق

حساب الدرجات :

يسجل الزمن الذي يستغرق المختبر في قطع المستطيل ثلاث مرات لأقرب 1/10 ث ، ويبدأ من لحظة

إعطاء إشارة البدء حتى يقطع خط النهاية بعد الانتهاء من ألفه الثالثة



شكل (1)

اختبار الجري المتعرج على شكل (8) (1)

- الوصف

اختبار شبكة التركيز يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه وخاصة قبل الاشتراك مباشرة في المنافسة الرياضية ولاسيما المنافسات التي تتطلب بالدرجة الأولى تركيز الانتباه منذ اللحظة الأولى كرياضات الجمباز والغطس والرمية وغيرها , نظرا لأن تميز اللاعب بالقلق أو الاضطراب أو تشتت الفكر يؤدي إلى انخفاض درجة تركيز انتباهه وبالتالي عدم قدرته على الأداء بصورة جيدة.

وهذا الاختبار قدمته دورثي هاريس (1984) وقام بتعريبه محمد حسن علاوي . فاختبار شبكة التركيز يمكن أن يساعد في حسن اختيار اللاعبين الذي يستطيعون تركيز انتباههم بدرجة أفضل .

ومدة الاختبار دقيقة واحدة ويطلب من اللاعب أن يضع شرطة (/) على أكبر عدد ممكن من الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدده المدرب الرياضي أو الأخصائي النفسي الرياضي ويفضل أن يكون الرقم المحدد أقل من الرقم 65 مع مراعاة أن تتابع الأرقام بطريقة متتالية .

فمثلا عند تحديد رقم البدء بالرقم 17 فينبغي على اللاعب أن يقوم بوضع شرطة (/) على الرقم 18 ثم الرقم 19 ثم الرقم 20 وهكذا وعدم محاولة وضع شرطة (/) على الرقم 19 أولا ثم الرقم 18 ثانية . ومما لاشك فيه أن اللاعب الذي يسجل عددا اكبر من الأرقام مقارنةً بزملائه يكون لديه تركيز أفضل. ويمكن استخدام هذا الاختبار عدة مرات مع تغيير الرقم الابتدائي المحدد في كل مرة تالية . كما يمكن تغيير أرقام شبكة التركيز وعمل نسخ متعددة منها مع تغبر مكان أرقامها حتى لا يتعود اللاعبون على حفظ و مكان الأرقام وتذكرها .

ويراعى أن تكون جميعها مكونة من عددين مثل (01),(02) , كما يمكن إجراء الاختبار في العديد من المواقف التجريبية مثل الأداء أمام الزملاء أو بإضافة بعض المتغيرات المشتتة للانتباه .

المعاملات العلمية :

- الثبات : بلغ "معامل ألفا" للاتساق الداخلي للاختبار عند تطبيقه على عينات متعددة من اللاعبين الرياضيين 0,85

- الصدق : الاختبار له قدرة تمييزية عالية بالنسبة للاعبين ذوي القدرة العالية على تركيز الانتباه.

- التصحيح

يتم إحصاء الأرقام التي قام اللاعب الرياضي بشطبها بطريقة صحيحة في غضون مدة الدقيقة المحددة لإجراء الاختبار ، ويتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب بطريقة صحيحة وكلما ارتفعت درجات اللاعب الرياضي دل ذلك على قدرته العالية على تركيز الانتباه .

3-5-3 اختبار دقة التهديف : (1)

لأجل الحصول على اختبار دقة التهديف بكرة القدم الخماسي فقد تم عرض ثلاث اختبارات على الخبراء * والمختصين في مجال اللعبة لاختيار أكثرها صلاحية ودقة في تحقيق الهدف من الاختبار . كما تم إجراء بعض التعديلات عليه ليلتئم متطلبات البحث بعد استشارة الخبراء * كما تم إجراء الصدق والثبات والموضوعية عليه .

وقد وقع الاختيار على الاختبار الذي حصل على اتفاق (5) خبراء أي ما نسبته (100%) من آراء الخبراء والمختصين ، علما إن كل لاعب يؤدي ثلاث محاولات وذلك لإعطاء مؤشر حقيقي للاختبار وهذا ما اتفق عليه الخبراء والمختصون وفي أدناه وصف للاختبار :

اسم الاختبار : دقة التهديف بخماسي كرة القدم .

هدف الاختبار : قياس دقة التهديف بخماسي كر القدم .

1- زهير قاسم ومحمد خضر : كرة القدم ، ط1 ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص214 ، 215 .

* ملحق (1)

الأدوات اللازمة :-

ملعب خماسي كرة القدم

هدف خماسي كرة القدم تقسم على ثلاث أقسام قياس كل مربع 40سم

كرات قدم خماسي عدد (3)

شريط قياس

حبال لتقسيم الهدف .

مسحوق ابيض (بورك) لتقسيم ولتحديد مسافة التهديد وتتراوح من (14 - 16) متر .

تعليمات الاختبار :-

توضع (3) كرات قدم خماسي في أماكن مختلفة على خط خارج منطقة الجراء ، حيث يقوم اللاعب بالتصويب والمناطق المؤثرة هي الاختبار وحسب أهميتها وصعوبتها وشكل متسلسل الواحدة بعد الأخرى، على أن يتم أداء الاختبار من وضع الركض .

يبدأ الاختبار من الكرة رقم (1) وينتهي بالكرة رقم (3) .

لا تعد المحاولة صحيحة في مجال عدم إصابة أي هدف من الأهداف الثلاثة في كل جهة .

طريقة التسجيل :

يحسب عدد الإصابات التي تدخل أو تمس جوانب التقسيمات المحددة في كل جهة من التقسيمات وبأي قدم من القدمين بحيث تحسب درجات كل كرة من الكرات (الثلاثة) وكالاتي :

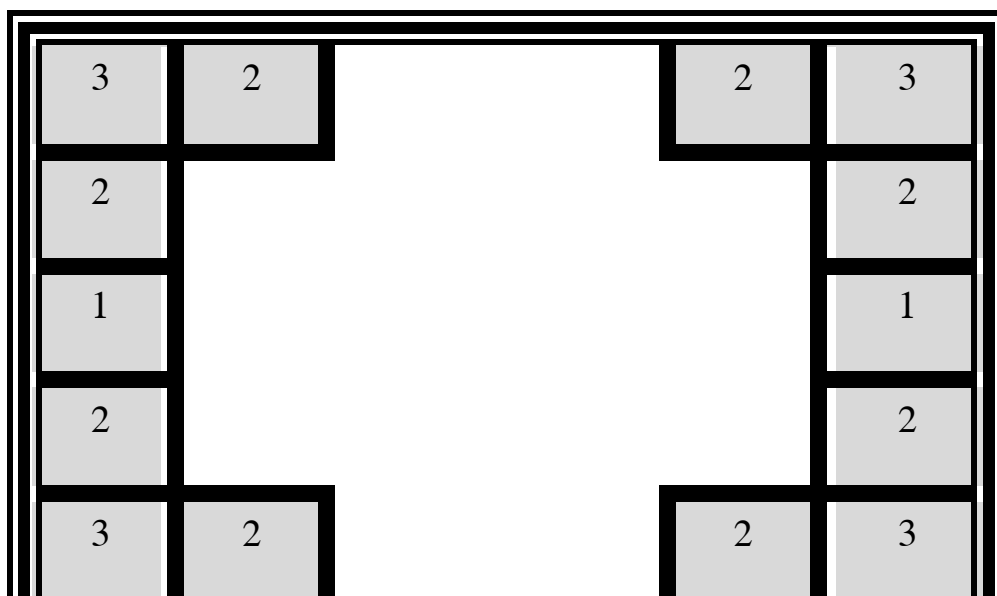
(3) درجات عند التهديد في مجال رقم (3)

(2) درجتان عند التهديد في مجال رقم (2)

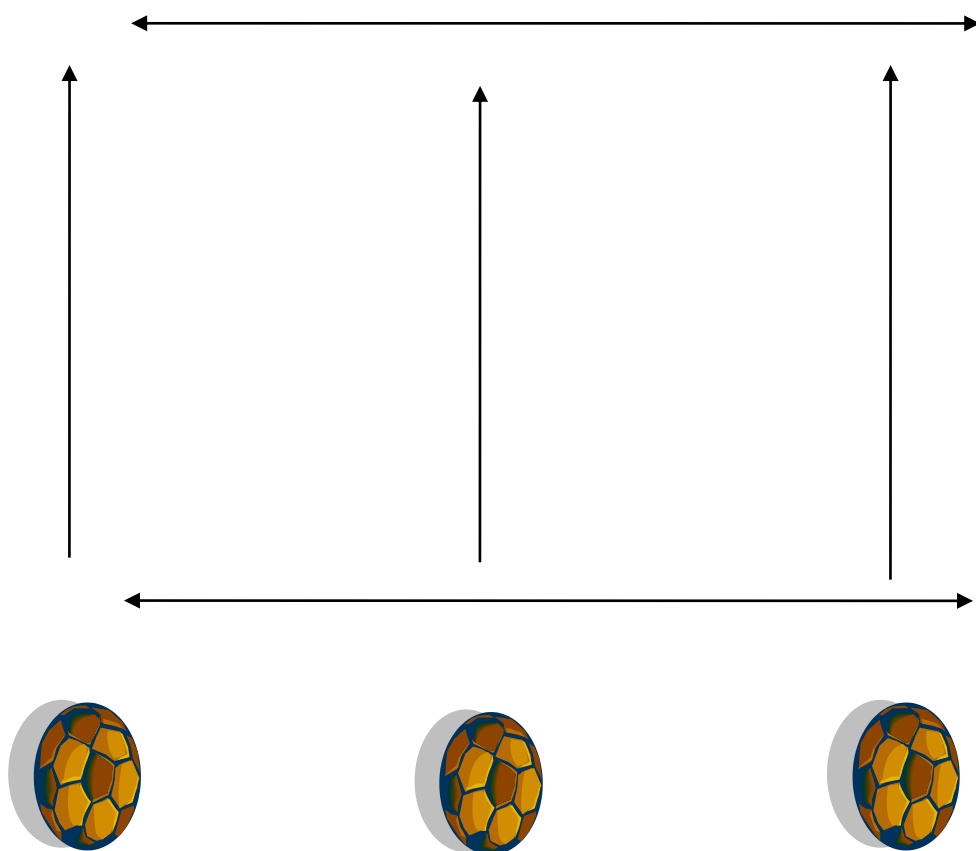
(1) درجة واحدة عند التهديد في مجال رقم (1)

(0) صفر في بقية مجالات التقسيمات الأخرى

الشكل (2) يوضح تقسيمات هدف خماسي كرة القدم 2م العرض و3م الارتفاع



المسافة من 14 - 16 متر من الكرة إلى المرمى



3-6 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من لاعبي منتخب جامعة القادسية للعام 2010 - 2011 والبالغ عددهم (4) لاعبين وهم خارج عينة البحث وأقيمت التجربة الاستطلاعية في قاعة كلية التربية الرياضية يوم الثلاثاء الموافق 2011/3/15 الساعة العاشرة صباحا وهدفت التجربة إلى ما يلي :

1- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات للعبة

2- التأكد من جاهزية الأدوات

3- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلا عن وقت الاختبارات الكلية

4- التأكد من تسلسل الاختبارات

5- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد *

ومن خلالها تم التأكد من ملائمة الوقت والكفاءة لفريق العمل المساعد وجاهزية الأدوات وملائمة الاختبارات للبحث .

3-7 التجربة الرئيسية :

بعد إكمال الإجراءات التي تؤهل قيام التجربة الرئيسية والتي أكدت صلاحية الاختبارات البدنية والمهارية المرشحة للتصنيف وصلاحية الأجهزة والأدوات . أجرى الباحث الاختبارات على عينة منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لعام 2010 - 2011 م والبالغ عددهم (8) لاعبين وتمت الاختبارات في قاعة كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية ، بتاريخ 2011/3/22 المصادف يوم الثلاثاء .

3-8 الوسائل الإحصائية

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - مربع كا - معامل الارتباط بيرسون (1)

* ملحق (2)

1 - وديع ياسين ومحمد حسن : تطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في البحوث التربوية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ص 71 - 102 - 156.

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها: لقد تمت المناقشة على أساس هدف البحث الموضوع ومنها كالاتي :

1-4 عرض وتحليل علاقة الرشاقة بدقة التهديف ومناقشتها :

جدول (2) يبين معامل الارتباط بيرسون وكذلك القيمة الجدولية لعينه حجمها (8) لاعبين

المتغيرات	س	ع	معامل الارتباط البسيط	درجة الحرية	القيمة الجدولية	الدلالة
دقة التهديف	6 درجة	1	- 0,98	7	0,66	معنوي
الرشاقة	33 ثانية	2				

2-4- عرض وتحليل علاقة تركيز الانتباه بدقة التهديف ومناقشتها :

جدول (3) يبين معامل الارتباط بيرسون وكذلك القيمة الجدولية لعينه حجمها (8) لاعبين

المتغيرات	س	ع	معامل الارتباط البسيط	درجة الحرية	القيمة الجدولية	الدلالة
دقة التهديف	6 درجة	1	0,78	7	0,66	معنوي
تركيز الانتباه	4	2				

من خلال الجدول (2) نلاحظ إن الوسط الحسابي لاختبار دقة التهديف هو (6 درجة) وانحراف معياري (1) أما الوسط الحسابي لاختبار الرشاقة فقد بلغ (33 ثانية) وانحراف معياري قدره (2) أما معامل الارتباط بيرسون يساوي (- 0,98) وهذا ما يعرف بالقيمة المحسوبة وعند معرفة القيمة الجدولية نجدها

(0,66) عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة (0,05) وبالتالي نجد إن الدلالة معنوية وهذا مؤشر على وجود علاقة لعنصر الرشاقة بدقة التهديف بكرة القدم ويعزو الباحث هذا الارتباط بين عنصر الرشاقة وعلاقته وارتباطه بدقة التهديف إلى كون الجوانب البدنية هي تخدم بالأساس الجوانب المهارية حيث يعطي توفر الصفات الحركية الدور الأبرز في ظهور الجوانب المهارية والقدرة على تركيز اللاعب في أداء الحركات الصعبة حيث :

(تعتبر الرشاقة من الصفات البدنية المركبة حيث تتضمن العديد من الصفات البدنية الأخرى مثل التوازن والدقة والسرعة والقوة والتوافق الحركي ، كل هذه الصفات مجتمعة في تداخل منسجم تجعل اللاعب قادرا على اتخاذ الأوضاع المختلفة بسمه ككل أو الأجزاء المختلفة منه حتى يتحقق الأداء الجيد المطلوب) (1) ،

1-عماد الدين عباس أبو زيد ، التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الألعاب الجماعية ، ط1 ، 2005 ، ص272.2 -2-أسامه كامل راتب : علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 م ، ص 361 .

وبالنسبة للرشاقة فإنها تقاس بالزمن أي أنه كلما قل الزمن كان ذلك ايجابيا ولصالح عينة البحث وهو رقم بالسالب أي (النقصان) أما دقة التهديف فيقاس بالدرجات فكلما ارتفعت الدرجات كان ذلك ايجابيا أي إن الدقة عالية .

من خلال الجدول (3) نلاحظ إن الوسط الحسابي لاختبار دقة التهديف هو (6 درجة) وانحراف معياري (1) أما الوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه فقد بلغ (4) وانحراف معياري قدره (2) أما معامل الارتباط بيرسون يساوي (0,78) وهذا ما يعرف بالقيمة المحسوبة وعند معرفة القيمة الجدولية نجدها

(0,66) عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة (0,05) وبالتالي نجد إن الدلالة معنوية وهذا مؤشر على وجود علاقة لاختبار تركيز الانتباه بدقة التهديف بكرة القدم ويعزو الباحث هذا الارتباط بين اختبار تركيز الانتباه وعلاقته وارتباطه بدقة التهديف إلى إن تركيز الانتباه يعد من العملات العقلية الذي يؤدي بدوره إلى زياد دقة التهديف بسبب التركيز على الزاوية الأكبر المتاحة للتسجيل وذلك من خلال الرؤية والإحساس (الحس التهديفي) للعب بحركة المنافس أو حركة حامي الهدف وتموقعه وحسب خبرة الباحث إن الرياضي كلما كان محافظا على التركيز طول فترة المباراة تكون لديه فرصة اكبر في تسجيل الهدف في أي لحظة من لحظات المباراة (إذ إن جهد المباراة يولد ضعف في تركيز الانتباه) (1) وبالتالي لا يمكن تسخير الصفات البدنية وحدها فقط لأجل الصفات المهارية بل لتركيز الانتباه دور كبير في دقة التهديف . كما إن القدم المفضلة للاعب تكون أكثر فعالية عندما تواجه المرمى كالمكانت زاوية التهديف ذات رؤية اكبر للاعب إذ تكون هناك فرصة اكبر لاختيار تسديد الكرة إلى أكثر من

اتجاه وبزوايا وارتفاعات مختلفة من خلال التهديف بعكس الاتجاه (تغير الاتجاه) ، أي عكس التهديف بالرجل المفضلة من خلال الوضع التقليدي والمعروف عندما يكون اللاعب الأيمن أي ذو الرجل المفضلة اليمين على جهة اليمين واللاعب الأيسر على جهة اليسار لأن المرمى يكون أضيق وتقل زاوية التهديف وتكون الحلول اقل لأن اللاعب أثناء المباراة يكون من الصعب عليه اجتياز المنافس إلى داخل الملعب والتسديد بنفس الرجل المفضلة لأن الكرة تكون أمام الرجل الغير مفضلة مما يفقد من مهارة دقة التهديف لأنها ومهما تطورت الرجل المفضلة لن تصبح بنفس دقة الرجل المفضلة للاعب .

أما فيما يخص التهديف بنفس الاتجاه فمن وجهة نظر الباحث المتواضعة إن اللاعب عندما يكون بقرب خط الجانب كالم يقرب من منطقة المنافس بشكل مستقيم (بنفس الاتجاه) كلما صغرت زوايا التهديف أمامه . بسبب صعوبة اختراق أو مراوغة اللاعب المنافس لأن الرجل المفضلة للمدافع تكون أكثر فعالية من الرجل الأخرى المرتكزة ويكون سهل التحرك من خلال رجله بوضعها بطريق التهديف . وبسبب تغطية حامي الهدف للزاوية القريبة بنسبة كبيرة ، وبالتالي يتعسر عليه التهديف إلى الزاوية البعيدة .

أما إذا كانت الرجل المفضلة للاعب بعكس الاتجاه (بتغير الاتجاه) تكون فرصتها اكبر للمراوغة والتهديف وذلك لأن قدم الارتكاز للاعب المنافس تكون إلى داخل الملعب ويجد صعوبة اكبر في قطع الكرة بها حينما تتم المراوغة إلى داخل الملعب بخارج الرجل المفضلة وبالتالي تحقيق فرصة أفضل للتهديف .

1- محمد العربي : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001م ، ص247 .

5- الاستنتاجات والوصيات :

1-5 الاستنتاجات

استنتج الباحث ما يلي :

- 1- تلعب الرشاقة دور كبير بمهارة دقة التهديف من الحركة بخماسي كرة القدم .
- 2- لتركيز الانتباه دور مهم في دقة التهديف بخماسي كرة القدم .

2-5 التوصيات

يوصي الباحث بما يلي :

- 1- ضرورة الاهتمام بعنصر الرشاقة لدى لاعبي خماسي كرة القدم لما لها من دور كبير .
- 2- ضرورة الاهتمام بعنصر تركيز الانتباه لدى لاعبي خماسي كرة القدم لما له من دور كبير .
- 3- ضرورة إجراء دراسات تبين مدى مساهمة كل صفة بدنية تجاه أي مهارة
- 4- ضرورة اهتمام المدربين بتنمية العناصر البدنية والتي بدورها تؤثر في عنصر الرشاقة لغرض خدمة الجوانب المهارية .
- 5- تأكيد المدربين على استخدام التهديف بباطن أو مقدمة القدم للتهديف بتغيير الاتجاه ، بسبب قدم اللاعب المفضلة الضاربة للكرة تكون أكثر فعالية ضد قدم ارتكاز المنافس وبالتالي تحقيق فرصة للتسجيل اكبر من خلال رؤية زوايا الهدف بشكل أوضح .

المصادر

- 1- احمد فاهم نغيش : تحديد مستويات معيارية لأهم المحددات البدنية والمهارية كمؤشر لانتقاء لاعبي خماسي كرة القدم المتقدمين في منطقة الفرات الأوسط ، رسالة ماجستير ، جامعة القادسية ، 2009 م .
- 2- بهاء الدين سلامة : الإعداد المهاري في كرة القدم ، الرياض ، مكتبة الطالب الجامعي ، 1987 م .
- 3- جلال عبد الحميد موسى : منهج البحث العلمي عن العرب ، بروف ، دار الكتاب اللبناني ، 1982 م .
- 4- ريسان خريبط مجيد : منهاج البحث العلمي في التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987 م .
- 5- زهير قاسم ومحمد خضر : كرة القدم ، ط1 ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص 214 ، 215 .
- 6- عبد الله حسين اللامي : التدريب الرياضي ، ط1 ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2000 م .
- 7- عماد الدين عباس أبو زيد ، التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الألعاب الجماعية ، ط1 ، 2005 م .
- 8- عمار زبير احمد : التشكيك والتكتيك في خماسي كرة القدم ، ط1 ، بغداد ، دار الكتب للوثائق ، 2005 م .
- 9- محمد العربي : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001 م ، ص 247 .
- 10- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 م .
- 11- وجيه محجوب : طرق البحث العلمي ومناهجه ، ط2 ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1988 م .
- 12- وديع ياسين ومحمد حسن : تطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في البحوث التربوية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 م .
- 13 - 1 - http : // www. FUTSAL belg lum . com , (what is FUTSAL) , 2000 .

الملاحق

ملحق (1)

الخبراء والمختصين

1	م. علاء جبار عبود	جامعة القادسية
2	د. هشام هندراوي	جامعة القادسية
3	د. أكرم حسين الجنابي	جامعة القادسية
4	م. رأفت عبد الهادي	جامعة القادسية
5	م.م. فايز حسن	جامعة القادسية

ملحق (2)

فريق العمل المساعد

1	م. علاء جبار عبود	جامعة القادسية
2	د. أكرم حسين الجنابي	جامعة القادسية
3	م. رأفت عبد الهادي	جامعة القادسية

ملحق (3)

استمارة توضح اختبار شبكة تركيز الانتباه

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	07
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

ملحق (4)

استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين

لتحديد اختبار دقة التهديف

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة.....

في النية إجراء بحث بعنوان (الرشاقة وتركيز الانتباه وعلاقتها بدقة التهديف) بالاتجاه المغاير) من الحركة بخماسي كرة القدم) ، لذا أرجو من حضرتكم تحديد الاختبار الذي ترونه مناسباً لغرض قياس دقة التهديف ، هذا ولكم فائق الاحترام والتقدير.

ت	الاختبارات	علامة ✓
1	دقة التهديف	
2	التهديف من مسافة 12 م	
3	التهديف الجانبي	

ملاحظة /- ضع علامة (✓) أمام الاختبار الذي ترونه مناسباً لإتمام البحث

- يمكن إضافة ما ترونه مناسباً ويخدم البحث

الاسم الكامل :

اللقب العلمي :

مكان العمل :

الباحث

التاريخ :

وليد سمير هادي العارضي