



تأثير تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة
للأعمار (15-16) سنة .

م.م محمد حسيب زامل

مديرة تربية الرصافة الثانية

mohameedhaseep@gmail.com

2019

مستخلص البحث

يحتل الانتباه موقع بارز في كيفية أعداد وصقل لاعبي الكرة الطائرة ، إذ أن كل حالة من حالات اللعب تحتاج إلى عملية الانتباه ويختلف في خصائصه من حدة أو تركيز أو تحويل هذا الانتباه ، لذلك يحتاج نوع النشاط الرياضي مظهراً معيناً من مظاهر الانتباه ، وقد يشترك أكثر من مظهر من مظاهر الانتباه في فعالية معينة وتختلف هذه المظاهر باختلاف الفعاليات وحتى تختلف بين اللاعبين أنفسهم . أن ضعف أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة يعود الى قلة استخدام تمارين لمظاهر الانتباه في تأدية المهارات الأساسية كونها تحسم المباراة وأصبح في أمس الحاجة للتدريب على مظاهر الانتباه كونها تحدد مصير الفريق ، لذا ارتى الباحث وضع تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه ومن خلالها تؤثر في تعلم بعض العمليات العقلية المهمة والمرشحة التي تخدم تعلم المهارات الأساسية للعبة كرة الطائرة ، هدف الباحث أعداد تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للأعمار (15-16) سنة والتعرف على تأثير تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للأعمار (15-16) سنة . فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ذا المجموعة الواحدة، وحدد عينة البحث بالطريقة العمدية التي شملت طلاب الصف الرابع الإعدادي ، إذ تم تطبيق التمارين خلال المنهج التعليمي الذي استمر لمدة (8) أسابيع بواقع وحدتين وبزمن (45دقيقة) للوحدة الواحدة وفق الطلاقة التصورية باستخدام الأدوات المساعدة، وبعد الحصول على النتائج الخام تم معالجتها إحصائياً ، واستنتج الباحث أثرت التمارين الخاصة بتأثير ايجابي وواضح في تنمية لأهم مظاهر الانتباه وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى مجموعة البحث.

الكلمات المفتاحية : تمارين خاصة ، مظاهر الانتباه ، الكرة الطائرة .





The effect of special exercises on the most important aspects of attention in learning some basic skills of volleyball for ages 15-16 years.

M. Muhammad Haseeb Zamil

The Directorate of Education, the second Rusafa

mohameedhaseep@gmail.com

2019

Summary

Attention occupies a prominent position on how to prepare and refine volleyball players, as each case of play requires a process of attention and differs in its characteristics in terms of sharpness, focus or diversion of this attention, so the type of sports activity needs a certain aspect of attention, and may participate more than A manifestation of attention in a specific event, and these aspects vary according to different events and even differ between the players themselves. That the poor performance of some basic skills in volleyball is due to the lack of using exercises for aspects of attention in performing the basic skills, as they settle the game and became desperately in need of training on aspects of attention as it determines the fate of the team, so the researcher decided to develop special exercises for the most important aspects of attention and through it influenced learning Some important and candidate mental processes that serve learning the basic skills of volleyball, the researcher's goal is to prepare special exercises for the most important aspects of attention in learning some basic skills of volleyball for ages (15-16) years and to identify the effect of special exercises for the most important aspects of attention in Learn some basic skills of volleyball for ages (15-16) years. The researcher used the experimental method with one group, and determined the research sample by the intentional method that included the fourth preparatory students, as exercises were applied during the educational curriculum that lasted for (8) weeks with two units and a time (45 minutes) per unit according to the conceptual fluency using the auxiliary tools, After obtaining the raw results, they were statistically treated, and the researcher concluded that the special exercises had a positive and clear effect in developing the most important aspects of attention and learning some basic skills of volleyball in the research group. Key words: special exercises, aspects of attention, volleyb



أن لعبة كرة الطائرة من اكثر الألعاب الشعبية انتشارا اذ يمكن مزاولتها كلا الجنسين لكونها لا يحدث فيها احتكاك وتمتاز بعدم الثبات على حالة واحدة خلال سير المباراة وهي في حالة تبادل مستمر وتغيير دائم إذ أصبحت أكثر تعقيداً في الوقت الحاضر لأنها تمتاز بسرعة والتكنيك والأداء المهاري وكلما ازدادت صعوبة يحتاج اللاعب إلى مظاهر الانتباه وكيفية التصرف السليم والصحيح أثناء المباراة .

يعد الانتباه من العمليات العقلية العليا بل هو الأساس الذي تقوم عليه سائر العمليات الأخرى ، فإن أهميته تتضح في كافة الأنشطة الرياضية ، إذ تحتاج جميعها على مواقف إدراكية معينة تتطلب من اللاعب أن يكون على درجة عالية من الأداء .

يحتل الانتباه موقع بارز في كيفية أعداد وصقل لاعبي الكرة الطائرة ، إذ أن كل حالة من حالات اللعب تحتاج إلى عملية الانتباه ويختلف في خصائصه من حدة أو تركيز أو تحويل هذا الانتباه ، لذلك يحتاج نوع النشاط الرياضي مظهراً معيناً من مظاهر الانتباه ، وقد يشترك أكثر من مظهر من مظاهر الانتباه في فعالية معينة وتختلف هذه المظاهر باختلاف الفعاليات وحتى تختلف بين اللاعبين أنفسهم . وتكمن مشكلة في ضعف ضبط الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة يعود الى قلة وجود تمارين لمظاهر الانتباه في تأدية المهارات الأساسية كونها تحسم المباراة وأصبح في أمس الحاجة للتدريب على مظاهر الانتباه كونها تحدد مصير الفريق ، لذا ارتى الباحث وضع تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه ومن خلالها تؤثر في تعلم بعض العمليات العقلية المهمة والمرشحة التي تخدم تعلم المهارات الأساسية للعبة كرة الطائرة ، وهدف البحث أعداد تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية وكذلك التعرف على تأثير تمارين خاصة لأهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة للأعمار (15-16) سنة والتعرف على الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لأهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث ويفرض البحث على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين (القبلي والبعدي) لأهم مظاهر الانتباه لأفراد عينة البحث. وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين (القبلي والبعدي) في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لأفراد عينة البحث .مجالات البحث تضمن المجال البشري : طلاب الصف الرابع الإعدادية في مدرسة إعدادية عقبة بن نافع للبنين الكائنة في بغداد / شارع فلسطين

التابعة لمديرية تربية الرصافة الثانية . المجال الزمني : المدة من 2019/2/17 إلى 2019/4/25 ،
المجال المكاني : ملعب ساحة مدرسة عقبة بن نافع للبنين .

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث:

أن طبيعة المشكلة تلزم الباحث اختيار المنهج الملائم لها لتحقيق أهداف البحث ، والتحقق من صحة فرضيته ، إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي ذا المجموعة الواحدة ذات الاختبارات القبليّة والبعدية وذلك لملاءمته وانسجامه لطبيعة المشكلة المتعلقة بالبحث إذ "تعد البحوث التجريبية أدق أنواع البحوث العلمية التي يمكن أن تؤثر في العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع في التجربة". (عبد الحفيظ و باهي ، 2000، 107)

2-2 مجتمع البحث وعينته:

يعني مجتمع البحث "جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها حيث يمثل جميع الأفراد أو الأشخاص الذين يكونون مشكلة البحث" (كاظم كريم ، 2000 ، 245). أختار الباحث بطريقة عمدية مجتمع البحث الذي تمثل بطلاب الصف الرابع الإعدادي في إعدادية عقبة بن نافع للبنين في مديرية تربية بغداد الرصافة الثانية للعام الدراسي (2018 - 2019)

2-3 وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستخدمة:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

استخدم الباحث الوسائل الآتية في جمع البيانات الخاصة بالبحث وهي:

- المصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية (Internet).
- المقابلات الشخصية.
- استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصون.
- استمارة لتسجيل البيانات.
- الملاحظة :-
- 1- الشخصية: تعني قيام الباحث بجمع الحقائق بنفسه.
- 2- الإلية : فهي تشمل الحقائق باستخدام أجهزه معينة كالآلات التصوير
- التجريب.
- الاختبارات والقياسات.



2-3-2 الأدوات والأجهزة المستعملة بالبحث:

- آلة تصوير فيديو نوع (SONY).
- ميزان طبي لقياس الكتلة عدد (1).
- جهاز لابتوب نوع Lenovo Eg530.
- جهاز داتة شو (عارضة)
- أقراص ليزرية (DVD).
- مقياس لقياس المسافة (1)
- شريط لاصق ملون عدد 2
- ملعب الكرة الطائرة + شبكة الكرة الطائرة .
- كرات طائرة نوع (MIKASA) عدد (20).
- دريس وشورت عدد (40).
- ساعة توقيت عدد (2).
- صافرات عدد (3).
- وسائل إيضاح.
- أدوات مكتبية.
- جهاز لقياس مظاهر الانتباه (مصنع محلي)
- بروجتر إضاءة + تايمر توقيت

2-4 وصف الاختبارات المهارية المستخدمة:

الاختبار الاول : اختبار الإرسال من أعلى ومن أسفل. (حسانين وعبد المنعم، 1997 ، 224)

- الغرض من الاختبار : قياس دقة الإرسال من أعلى ومن أسفل.
- الأدوات : يقسم الملعب الى ثلاث مناطق ، وعشرة كرات طائرة ،ملعب الكرة الطائرة قانوني (يعدل ارتفاع الشبكة للناشئين والسيدات)، شريط قياس. تحدد النقاط الممنوحة على المناطق المستهدفة وتكتب على الارض .

- مواصفات الأداء:



1- يقوم المختبر بأداء خمسة ارسالات متتالية من اسفل, محاولا توجيه الكرة الى المنطقة التي كتب بداخلها اعلى درجة.

2- ثم يقوم المختبر مرة اخرى بأداء خمسة ارسالات اخرى متتالية من اعلى (ارسال تنسي), محاولا توجيه الكرة الى المنطقة التي كتب بداخلها اعلى درجة.

• الشروط :

1- لكل مختبر عشر محاولات(خمس يستخدم فيها الارسال من اسفل, وخمس يستخدم فيها الارسال من اعلى).

2- تحسب النقاط بموجب سقوط الكرة في المنطقة المحددة بالملاعب, بحيث يحصل المختبر على الدرجة التي بداخل المنطقة التي سقطت فيها الكرة.

3- إذا لمست الكرة الشبكة أو خرجت خارج الملعب يحصل المختبر على (صفر).

4- إذا سقطت الكرة على الخط تحسب وكأنها سقطت في المنطقة التي يحددها هذا الخط, وإذا سقطت على خط مشترك بين منطقتين يمنح المختبر الدرجة التي تتضمنها المنطقة الأعلى في الدرجات.

• التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات العشر التي قام بها, علماً بأن الدرجة النهائية هي 50 درجة.

الاختبار الثاني : اختبار دقة الاستقبال من الكرات المرمية. (حسانين وعبد المنعم، 1997 ، 204)
الغرض: قياس دقة الاستقبال.

الادوات: ملعب الكرة الطائرة مرتبة تمرينات Torn matte موضوعة على الجزء العلوي من صندوق الوثب بحيث يكون الإرتفاع 180 سم ,الكرة الطائرة .

مواصفات الأداء: توضع المرتبة على صندوق في مركز (3) يقف المختبر في المركز (6) يقوم لاعب آخر بالوقوف في المركز (6) من نصف الملعب الثاني يرمي الكرة إلى المختبر الذي يمررها بدوره لتسقط الكرة على المرتبة, يعطي اللاعب (10) محاولات .

التسجيل : (4) نقاط إذا وقعت الكرة داخل الصندوق أو المرتبة.

(3) نقاط لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة بحيث تلامس حدود المرتبة.

(2) نقطتان لكل تمريره صحيحة تسقط فيها الكرة داخل حدود منطقة ال3م.

الاختبار الثالث : اختبار التمرير باليدين من أعلى لمسافة : (علي الطرفي ، 2013 ،

(396



- الغرض من الاختبار: قياس القدرة على التمرير لأبعد مسافة ممكنة باستخدام التمرير باليدين من أعلى.

- الأدوات: ملعب الكرة الطائرة، خمس كرات طائرة، شريط قياس، يقسم الملعب كما في الشكل (3) إلى خطوط عرضية المسافة بين كل خطين منها (1م)، يكتب بجانب كل خط المسافة التي يبعدها هذا الخط عمودياً مع نقطة وقوف المختبر (داخل مربع في النصف الثاني من الملعب حيث يقف داخل هذا المربع الموسوم على خط الـ (3م) ومساحته (1×1م).

مواصفات الأداء: يقف المختبر داخل المربع المخصص له (1×1م) ثم يقوم بالتمرير باليدين من أعلى جهة النصف المقابل من الملعب وإلى أبعد مسافة ممكنة، يكرر هذا العمل خمس مرات.

- يراعى في التحضير للتمرير أن يلقى المختبر بالكرة إلى الأعلى ثم يمررها عند سقوطها إلى نصف الملعب الثاني وفقاً للشروط الموضوعه لهذا الاختبار.

الشروط :

- 1- لكل مختبر خمس محاولات.
- 3- يستخدم التمرير من أعلى باليدين دون غيره من أنواع التمريرات المعروفة. كما يجب أداء المحاولات الخمس المقررة للمختبر من داخل المربع المخصص لذلك.
- التسجيل: يسجل للمختبر أبعد مسافة يحصل عليها من المحاولات الخمس الممنوحة للمختبر.

2-5 وصف اداء اختبارات العمليات العقلية :

❖ اختبارات الانتباه : بوردن انفيموف

استخدم الباحث اختبار بوردون انفيموف المعدل للانتباه من قبل عبد الجواد طه (خاطر وأبيك، 1978، 492)، ويعد هذا الاختبار احد الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمستخدمين لقياس خمسة من مظاهر الانتباه وهي (الحدة والثبات والتركيز والتوزيع والتحويل) . وهذا المقياس عبارة عن استمارة تحتوي (31) سطراً من الأرقام العربية موزعة على هيئة مجموعات تتكون كل مجموعة من (3-5) ارقام يحتوي كل سطر على (10) مجموعات، مجموع أرقامها (40) رقماً أي أن



الاختبار يحتوي على (1240) رقما وقد وضعت ارقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقنن كما روعي في وضعها أن تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية أيضاً لتقادي احتمالات الحفظ. يوضح استمارة اختبار بوردون انفيوموف وقبل تطبيق الاختبار يتم شرحه للطلاب المختبرين عن طريق ملاحظتهم لاستمارة المقياس.*

أ- اختبار حدة الانتباه:

وصف الاختبار: عند سماع كلمة استعداد يمسك المختبر (الطالب) بيده القلم وعند الإشارة (أبدا) يقوم اللاعب بقلب نموذج المقياس في لحظة تشغيل الساعة ويبدأ اللاعب بشطب الرقم (47) بالأسطر واحدا تلو الآخر من اليسار وإلى اليمين وينتهي الاختبار عند سماع كلمة (قف) يضع اللاعب علامة رأسية عند اخر رقم شطبت أو وصلت اليه .

هدف الاختبار : قياس حدة الانتباه .

الأدوات المستعملة : أقلام ، ساعة إيقاف.

الشروط : زمن الاختبار دقيقة واحدة .

التسجيل وطريقة احتساب النتائج :

1- إحصاء العدد الكلي للأرقام التي وصل إليها المختبر خلال الدقيقة الواحدة للاختبار أي الحجم الكلي للجزء المنظور ويرمز له بالرمز (A).

2- إحصاء عدد الأرقام (47) التي قام المختبر بشطبه في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (C) وتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار المعد من قبل الباحث . إحصاء عدد الأرقام المنسية التي لم يشطبها المختبر أي الساقطة من معدل الشطب في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (O).

3- إحصاء عدد الأرقام التي قام المختبر بشطبها عن طريق الخطأ في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (W).

4- يتم استخراج مستوى حدة الانتباه لدى المختبر عن طريق المعادلة الآتية:

عدد الأرقام المشطوبة صحيحا - عدد الأرقام المشطوبة خطأ

* لقد استخدم الباحث عند شرح الاختبار استمارة تحوي المكونات نفسها ولكن بترتيب يختلف عن استمارة الاختبار الاصلية وذلك لكي لا يحفظ المختبر ترتيب الحروف المطلوب تطبيقها .

ملاحظة: كلما ارتفع ناتج الحدة كلما ارتفع مستوى الحدة لدى اللاعب . (مصطفى حسين و صديقة محمد ، 1989 ، 195)

ب - اختبار تركيز الانتباه :

- يؤدي الطالب هذا الاختبار مرتين الاول منها في مكان هادئ، اما الثاني فيؤدي بوجود مثير ضوئي ومثير صوتي مقنن ، وانه في الوقت الذي تعطى فيه كلمة (ابدأ) يقوم الباحث بتشغيل جهاز كهربائي مشتمل للانتباه فيه مصباح ضوئي يعطي ومضة كل (5) ثواني علما ان الجهاز موضوع على منضدة بحيث يكون المصباح في مجال رؤية المختبر وعلى مسافة (1م) من مكان العمل وكذلك يوجد في الجهاز مشتمل صوتي يعطي (60) دقة في الدقيقة الواحدة .
- الرقم المختار لهذا الاختبار (97) .
- زمن الاختبار دقيقة واحدة

طريقة تطبيق المقياس واحتساب النتائج :

- ❖ المعادلة نفسها التي استخدمت في حدة الانتباه تستخدم في التركيز .
- ❖ صافي إنتاجية العمل في حدة الانتباه يرمز لها بالرمز (U_1) اي بدون مثير .
- ❖ أما صافي الإنتاجية في التركيز (أي الحدة مع المثير) فيرمز لها بالرمز (U_2) .
- ❖ تركيز الانتباه يستخرج في النتيجة النهائية عن طريق المعادلة الاتية:

$$\longrightarrow K = U_1 - U_2$$

تركيز الانتباه = الاختبار بدون مثير - الاختبار مع المثير

وبهذه الحالة يكون زمن الاختبار دقيقتين (دقيقة بدون مثير ودقيقة بمثير)

ملاحظة: كلما انخفضت الدلالية (الناتج) كلما ارتفع مستوى تركيز الانتباه أي أنه كلما كانت القيمة النهائية لتركيز الانتباه صغيرة كلما كان التركيز عاليا والعكس صحيح أي أنه كلما اقتربت (U_1) من (U_2) كلما كان التركيز أفضل . (مصطفى حسين و صديقة محمد ، 1989 ، 200)

ج - اختبار تحويل الانتباه

الغرض من الاختبار : قياس تحويل الانتباه .

الادوات : استمارة القياس, ساعة توقيت , قلم .

- تضاف المتغيرات الآتية في هوا الاختبار م المقارنة بالاختبارات السابقة:

- يشطب اللاعب رقمين مثلا (97) (47) ولكن كل رقم منفصل عن الاخر ولمدة (30) ثانية ,
ولكل رقم جولتان و كما موضح في أدناه:

1-عندما يسمع اللاعب كلمة (أبدا) يبدأ الطالب بالشطب(97) فقط ولمدة(30) ثا وعندما ينتهي من (30) ثانية ويسمع كلمة حول لرقم (47) (يضع علامة (X) عند النهاية ويكمل بدون توقف لشطب رقم آخر هو(47)

2- عند سماع كلمة حول لرقم (97) يشطب هذا الرقم ولمدة (30) ثانية اخرى وعندما ينتهي الوقت ويسمع كلمة أكمل لرقم (47) (يضع علامة (X) عند نهاية الرقم دون توقف لشطب الرقم (47) .

3-عند سماع كلمة أكمل لرقم (97) يكمل بالشطب من وضع علامة(X) الاولى ولمدة 30 ثانية الثالثة, وعندما ينتهي الوقت يضع علامة (X) ويكمل دون توقف لشطب الرقم(97)

4- عند سماع كلمة أكمل لرقم (47) يكمل بالشطب من وضع(X) الثانية للرقم (47) ولمدة (30) ثانية الرابعة وعندما ينتهي الوقت يضع علامة(X) وينتهي الاختبار.

❖ زمن الاختبار دقيقتان دقيقة لكل رقم.

احتساب النتائج :

1- يتم احتساب الحدة لأربعة أوقات (30) ثانية كما في احتساب حدة الانتباه في الاختبار الاول.

2- بعد ذلك يتم حساب الفرق بين ال (30) ثانية الأولى والثانية والثالثة والرابعة بطرح واحدة من

الاخري لاستخراج صافي الإنتاجية وعلى النحو الآتي:

يرمز M للفرق بين إنتاجية العمل بين جزء الوقت الأول والثاني (M = U1-U2).

يرمز H للفرق بين إنتاجية العمل بين جزء الوقت الثاني والثالث (H = U2- U3).

يرمز O للفرق بين إنتاجية العمل بين جزء الوقت الثالث والرابع (O = U3- U4).

وتحويل الانتباه في المعادلة النهائية يساوي: $N = (M + H + O) / 3$

2-6 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء التجارب الاستطلاعية على طلاب من خارج عينة البحث وذلك للوصول إلى نتائج دقيقة قبل تنفيذ التمرينات الخاصة بالمنهج وعلى النحو الآتي :

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الأربعاء يوم الموافق 2019/4/24 اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ويوم الخميس الموافق 2019 /4/25 اختبارات العمليات العقلية المرشحة وبمساعدة فريق العمل المساعد .

وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو :-

- 1- التأكد من مدى ملاءمة ووضوح تعليمات اختبارات عينة البحث.
 - 2- التأكد من قدرة وإمكانية فريق العمل المساعد لتنفيذ القياسات والاختبارات.
 - 3- مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات.
 - 4- حساب الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات .
- وكان من نتائج التجربة:
- 1- ملاءمة ووضوح تعليمات اختبارات عينة البحث وقدرة وإمكانية فريق العمل المساعد .
 - 3- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات ومعرفة الوقت اللازم لتنفيذ .

2-7 الاختبارات القبليّة والتجربة الرئيسيّة والاختبارات البعديّة

2-7-1 الاختبارات القبليّة :

اختبارات العمليات العقلية : تم إجراء اختبارات العمليات العقلية القبليّة المرشحة لمجموعة البحث يوم الاثنين الموافق 2019/4/29 من قبل الفريق المساعد وتحت إشراف الباحث على وفق الشروط والتعليمات لكل اختبار .

اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة : تم إجراء اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة القبليّة لمجموعة البحث يوم الثلاثاء الموافق 2019/4/30 من قبل الفريق المساعد وتحت إشراف الباحث على وفق الشروط والتعليمات لكل اختبار .

2-7-2 التجربة الرئيسيّة:

قام الباحث بتنفيذ منهج البحث على مجموعة البحث يوم الأحد الموافق 2019/5/5 ، وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع وعلى وفق الجدول الأسبوعي للمدرسة في الفصل الثاني ولغاية يوم الثلاثاء الموافق 2019/6/25 ، وبإشراف الباحث ومدرسي المادة.

2-7-3 الاختبارات البعدية :

اختبارات العمليات العقلية

تم إجراء اختبارات العمليات العقلية البعدية المرشحة لمجموعة البحث يوم الأربعاء الموافق 2019/6/26 من قبل الفريق المساعد وتحت إشراف الباحث على وفق الشروط والتعليمات لكل اختبار.

اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة

تم إجراء اختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة البعدية لمجموعتي البحث يوم الخميس الموافق 2019/6/27 من قبل الفريق المساعد وتحت إشراف الباحث على وفق الشروط والتعليمات لكل اختبار.

2-8 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) في معالجة نتائج البحث والوسائل الإحصائية

3- عرض نتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الفروق لاختبارات مظاهر الانتباه (القبلية والبعدية) لأفراد عينة البحث وتحليلها

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطاء والدلالة لاختبارات العمليات العقلية الالية والبعدية لمجموعة البحث

معنوية عندما تكون (Sig) > (0.05) ، درجة الحرية (ن - 1) = 19 = 20 - 1 ، مستوى الدلالة (0.05)

يتضح من الجدول رقم (1) في اختبار حدة الانتباه أن قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي لمجموعة البحث بلغت (12.50) وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.95) أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (13.54)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.66) ، في حين كانت قيمة (ف=1.04)، وقيمة (ف ع=0.90) عند مستوى الدلالة (0.05) تحت درجة حرية (ن-1)، (19=1-20)، اما قيمة (t) المحسوبة (5.11)، اما قيمة (sig) بلغت (0.000) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

يتضح من الجدول رقم (1) في اختبار تركيز الانتباه أن قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغت

| المعالجات الإحصائية | الاختبار القبلي | الاختبار البعدي | ف | ف ع | قيمة (t) | قيمة (sig) | الدلالة |
|---------------------|-----------------|-----------------|------|-------|----------|------------|---------|
| حدة الانتباه | 12.50 | 13.54 | 0.95 | 0.66 | 1.04 | 0.90 | 0.000 |
| تركيز الانتباه | 5.34 | 4.26 | 0.77 | 0.577 | 1.08 | 1.46 | 0.004 |
| تحويل الانتباه | 8.25 | 6.72 | 0.80 | 0.67 | 1.53 | 1.45 | 0.000 |

(5.34) وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.77) أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (4.26)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.577) ، في حين كانت قيمة (ف=1.08)، وقيمة (ف ع = 1.46) ، اما قيمة (t) المحسوبة (3.31)، اما قيمة (sig) بلغت (0.004) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

يتضح من الجدول رقم (1) في اختبار تحويل الانتباه أن قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغت (8.25) وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.80) أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (6.72)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.67) ، في حين كانت قيمة (ف=1.53)، وقيمة (ف ع = 1.45) ، أما قيمة (t) المحسوبة (4.70)، أما قيمة (sig) بلغت (0.000) ، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

3-2 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات المهارية (القبليّة والبعديّة) لمجموعة البحث وتحليلها:

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطاء والدلالة للاختبارات المهارية القبليّة والبعديّة لمجموعة البحث

| المتغيرات | القياس | س- | ع ± | س- | ع ± | (t) المحسوبة | معنوي |
|----------------------------------|--------|------|------|-------|------|-------------------|-------|
| إرسال من أعلى ومن أسفل | درجة | 9.65 | 1.75 | 27.90 | 3.52 | 1.82 | 0.000 |
| التمرير من الأسفل | درجة | 7.50 | 0.76 | 22.30 | 4.32 | 1.48 | 0.000 |
| التمرير من الأعلى لأبعد مسافة | درجة | 7.05 | 0.51 | 9.30 | 0.47 | 2.25 | 0.000 |

معنوية عندما تكون (Sig) > (0.05) ، درجة الحرية (ن - 1) = 19 - 1 = 18 ، مستوى الدلالة (0.05)

يتضح من الجدول رقم (2) في اختبار إرسال من أعلى ومن أسفل أن قيمة الوسط الحسابي لمجموعة البحث للاختبار القبلي بلغت (9.65) وقيمة الانحراف المعياري بلغت (1.75)، أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (27.90)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (3.52) ، في حين كانت قيمة (ف=1.82)، وقيمة (ف ع =3.89) ، اما قيمة (t) المحسوبة (20.97) تحت درجة حرية (ن-1) = 18-1 = 17، اما قيمة (sig) بلغت (0.000)، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لكون قيمة (sig) اصغر من (0.05)، وبهذا يتحقق صحة الفرض الاول للبحث .

يتضح من الجدول رقم (2) في اختبار التمرير من الأسفل أن قيمة الوسط الحسابي لمجموعة البحث للاختبار القبلي بلغت (7.50) وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.76) أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (22.30)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (4.32)، في حين كانت قيمة (ف=1.48)، وقيمة (ف ع=4.51)، اما قيمة (t) المحسوبة (14.66)، اما قيمة (sig) بلغت (0.000) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لكون قيمة (sig) اصغر من (0.05).

يتضح من الجدول رقم (2) في اختبار التمرير من الأعلى لأبعد مسافة أن قيمة الوسط الحسابي لمجموعة البحث للاختبار القبلي بلغت (7.05) وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.51) أما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي فبلغت (9.30)، وقيمة الانحراف المعياري بلغت (0.470)، في حين كانت قيمة (ف=2.25)، وقيمة (ف ع=0.71)، اما قيمة (t) المحسوبة (14.04)، اما قيمة (sig) بلغت (0.000) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لكون قيمة (sig) اصغر من (0.05).

3-3 مناقشة النتائج

في ضوء النتائج التي تم الحصول عليها وكما مبينة في الجدول (1)، وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في تنمية أهم مظاهر الانتباه (حدة الانتباه ، تركيز الانتباه ، تحويل الانتباه) ولمصلحة الاختبار البعدي ويعزو الباحث التطور الحاصل الى التأثير الايجابي السبب يعود إلى أن تنفيذ المهارة ، وهذا يتطلب من اللاعب أن يكون حاد الانتباه من اجل متابعة ومراقبة حركة اللاعب المنافس ومعرفة الجهة التي يغطي منطقتها المحددة له وهذا كله يحتاج من اللاعب المنفذ للمهارة حدة انتباه عالية لإدراك ومتابعة حركة المنافس المستمرة ويشير إن حدة الانتباه مهمة للاعب الكرة الطائرة لكي يتمكن من الإدراك الحقيقي والتدقيق للموقف بحيث يستطيع أن يؤدي العمليات الذهنية بالسرعة المطلوبة وبالطريقة السليمة.(حنفي المختار ، 1984 ، 312)

فيعزوه الباحث إلى أن اللاعب الذي ينفذ المهارات الأساسية عليه أن يوجه تركيزه بشكل يكفي لتحقيق الهدف المنشود ألا وهو تسجيل النقطة إذ أن الفترة الذي يمنح للاعب لتنفيذ النقطة يتيح له أن يركز انتباهه ويكون في حالة من التهيؤ والاستعداد التعبوي الذي يمكنه من انجاز عمل بمقدار من الجهد العضلي والدقة وتناسق الحركات الضرورية لانجاز العمل “ لذا فان تنفيذ الحركة في حالة الاستعداد التعبوي والذي يكون فيه انتباه الفرد في القمة يساعده على نجاحها (وديع النكريتي ، 1978، 234)، ويضيف (شوكت وآخران ، 1991، 136) “ انه كلما كانت قدرة اللاعب على التركيز ، جيدة أدى ذلك إلى تحسين مستوى الأداء”.

يتبين من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في تعلم المهارات الاساسية بالكرة الطائرة لمهارة (الارسال من الاعلى والاسفل ، والتمرير من الاسفل ، التمرير من الاعلى) ولمصلحة الاختبار البعدي ويعزو الباحث الى ان استخدام اجهزة عرض فيديو الى المتعلمين وادوات في التعلم والممارسة المتواصلة ادت الى امكانية تنفيذ المهارة المتعلمة باداء جيد ومؤثر من خلال جعل صور عقلية وتوفير طلاقة تصويرية للمهارة وجعلها على شكل معلومات برمجية حركية مخزونة بالدماغ تتبلور لتخرج بحركات مشابه لما يجب ان يتم عند الاداء وكذلك تم تطوير تنفيذ مهارتي الارسال والتمرير بنوعيه من خلال التكرار للتمرينات المنفذة في الوحدات التعليمية وهذا ما يشير اليه " ياتي التعلم عن طريق التكرار والتصحيح ، وهذا التكرار يعطي الدماغ فرصة خزن ما تعلمناه وامكانية اظهاره في المستقبل". (يعرب خيون ، 2010، 15) ومن خلال الرؤية الى المهارة باجزائها الدقيقة بوسائل حديثة ومشوقة خلال الوحدات التعليمية تكون مؤثر جيد مع التركيز والانتباه وابعاد مشتتات الساحة وبالتالي يتحسن الاداء المهاري وهذا يؤكد ان " الرياضي يتفاعل مع مجموعة من المحفزات عند الاداء باستمرار وسوف يؤدي ذلك إلى زيادة مستواه ولا سيما في الالعب التنافسية" . (Williams, 1999، 60)



MA. & Others ويضيف الباحث ان مجموعة التمرينات المقترحة التي تم توظيفها اثرت وبشكل ايجابي في اكتساب مهارات البحث التي تميز بها افراد المجموعة البحث عند الاداء " يجب ان يكون اكتساب واتقان المهارة الحركية في بداية الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية حيث يكون الرياضي في حالة بدنية ونفسية جيدة وغير متعب لكي يستطيع ان يركز انتباهه وقدراته لتحسين الاداء" . (عصام عبد الخالق ، 2003 ، 234)، وان التفاعل مع اجواء الدرس بروح من الجد والتشويق بدون حصول الملل في اثناء الاداء فضلا عن ان التمرينات المنفذة ضمن المنهج على المتعلمين ادت الى بث روح المشاركة الفعلية هذا وان " الحركة تتطور بالتدريب الرياضي المنتظم نتيجة لتطور المستوى الذهني والفكر وتطور الصفات البدنية والحركية فضلا عن زيادة ما خزن في الدماغ من تجارب حركية " وان التنوع والتكرارات في أداء المهارة يلعب دورا فعالا في اكتسابها لانه يعطي للمتعلم التدرج والانتقان في اكتساب التوافق العضلي والعصبي خلال عدد من المحاولات التكرارية.

الخاتمة :

توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية - أثرت التمرينات الخاصة بتأثير ايجابي وواضح في تنمية أهم مظاهر الانتباه في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى مجموعة البحث وحققت التمرينات الخاصة تطور واضح لمجموعة البحث مما أدى الى ظهور فروق ذات دلالة احصائية معنوية بين الطريقة التقليدية المتبعة والتمرينات المقترحة في تنمية أهم مظاهر الانتباه وتعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة وقد أوصى الباحث على العمل على تطوير مظاهر الانتباه خلال الوحدات التعليمية من خلال ربطها بتنفيذ المهارة وعلى المعلم أن يلاحظ مدى تطور مظاهر الانتباه لدى الطلاب ويقومه عن طريق الاختبارات بين فترة وأخرى وكذلك إجراء دراسات علمية مشابهة على مظاهر أخرى للانتباه وحالات ثابتة أخرى منها المهارات الأساسية بالكرة الطائرة .

المصادر :

- احمد محمود خاطر , علي فهمي الببيك : القياس في المجال الرياضي , دار المعارف , الاسكندرية , مصر , 1978 .
- اخلاص عبد الحفيظ و مصطفى حسين باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية , القاهرة , مركز الكتاب للنشر , 2000م
- حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في التدريب , دار الفكر العربي , الكويت , 1984 .
- عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات) , ط2 بغداد , منشأة المعارف , 2003.
- علي سلمان عبد الطرقي : الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية بدنية - حركية - مهارية , بغداد , مكتب النور , 2013 .

- كاظم كريم رضا: مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1، بغداد ، مكتب النعيمي للطباعة والاستنساخ، 2000.
- محمد صبحي حسنين، حمدي عبد المنعم : الاسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقييم، القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، 1997 .
- مصطفى حسين ، صديقة محمد محمود: مظاهر الانتباه لدى لاعبي بعض الأنشطة دراسة مقارنة ، المجلة العلمية للتربية الرياضية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنين بالهرم ، العدد الاول ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1989 .
- هلال شوكت وآخر : الإعداد الفني والخططي بالتنس ، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل ، 1991.
- وديع ياسين التكريتي :_دراسة تركيز الانتباه في مسابقات رفع الأثقال قبل البدء بالرفع ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، مصر، 1978 .
- يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق_، ط2 ، مطبعة الكلمة الطيبة، بغداد، 2010.
- Williams, MA. & Others: Visual perception action in sport, ,Rutledge, London, .1999

نموذج خطة الوحدات التعليمية المتبعة في منهج البحث لمجموعة البحث

| الأسبوع الاول 2019 / 4 / 23 | | اسم الفعالية : كرة الطائرة | | الوحدة التعليمية الأولى | |
|---|---|--|------------|---|----------------|
| الأهداف التعليمية : تعلم (مهارة التمير من الأعلى) | | الأهداف التربوية : 1- تعويدهم على الثقة بالنفس 2- تعويدهم على الضبط والنظام 3- روح التعاون | | المدرسة : إعدادية عقبة بن نافع المرحلة : الرابع الإعدادي الوقت : 45 دقيقة | |
| الملاحظات | التنظيم | النشاط البدني والمهاري | الوقت | النشاط | أقسام الوحدة |
| التأكيد على النظام | بشكل منتظم | الدخول الى القاعة واخذ الغياب | 1 دقيقة | المقدمة | القسم التحضيري |
| الالتزام بالهدوء والانتباه | الجلوس أمام العارضة بشكل وضوح الرؤية للجميع | عرض المهارة المطلوبة عبر أجهزة العرض (الداتا شو) مع الصور الكافية يتخلل الشرح الوافي من قبل المدرس ومشاركة الطلاب للتوضيح بعد الانتهاء (الانتقال الى الساحة) | 12- 15د | الجانب المعرفي (النظري) داخل القاعة | |
| رياضة نشاط | ***** * | بدء الدرس بتحية الرياضة | 1 د | التهيئة والتحية | |
| في ساحة كرة الطائرة | xxxxxxx x x x xxxxxxx | السير والهرولة مع اداء تمارين القفز للاعلى مع الصافرة والهرولة للخلف ثم للامام مع الصافرة | 3 د | الاحماء العام | |
| تمارين تخدم | xxxxx xxxxx | تمارين الذراعين: (الوقوف انثناء عرضي) دوران العضدين أماماً. تمارين للجذع : الوقوف فتحاً مع ضغط الجذع | 5 د | الاحماء الخاص | |



| | | | | | |
|--|-------------------------|---|------------|--------------------|------------------|
| المهارة | x xxx xxxxx xxxxx | لأسفل 3 عدات وال 4 للأعلى. تمرين للرجلين : (الوقوف) القفز بفتح وضم القدمين ... حر. | | | |
| التأكيد على الاداء السليم وتصحيح الايخطاء | | تطبيق نموذج المهارة امام الطلاب من قبل المدرس وتقسيمهم الى مجاميع لاداء التمارين المهارية العقلية تمرين (1) التمرير من الأعلى يقف الطلاب على شكل صفيين متقابلين متساويين (أ - ب) كل طالب من (أ) يقابل زميله من (ب) يقوم مجموعة (أ) بمسك الكرة وتمريرها من الأعلى بعد سماع الصافرة الى زميله في (ب) ويقوم بارجاعها له وهكذا بالتبادل (30X3 مرات) (الاحساس بالكرة والمهارة). تمرين (2) التمرير من الأعلى طالبين متقابلان ولديهما الكرة الطائرة الأول ياخذ وضع الجلوس من الطويل والثاني واقف امامه يرمي الى الأول الكرة ويعيدها له من الأعلى وهكذا يتبادلان أماكنهما كل (20X2) مرة . (انتباه وتقدير المسافة) . تمرين (3) التمرير من الأعلى طالبين متقابلان ولديهما الكرة الطائرة الأول يمررها من الأعلى إلى الثاني ليففز ويمسكها من الأعلى بطريق القفز ثم يقوم بتمريرها إلى الاول من خلاله (يقدر توقيت القفز الصحيح وتقدير المسافة) تكرر (X 2 20) مرة . | -18 15د | الجانب التطبيقي | القسم الرئيسي |
| الالتزام | ملحق (10) | لعبة رقم (1) | 3 د | لعبة ترويحية | القسم الختامي |
| انصراف بهدهء | XXXXXXXXXX XXX X | الغرض منها الاسترخاء وبعدها الوقوف لاداء التحية والانصراف | 2 د | تمارين تهدئة | |

