

دراسة مقارنة لتركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة لفئتي الشباب والمتقدمين

م.م. سعد جاسم حمود السعيد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة بابل

ملخص البحث باللغة العربية

ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة لمعرفة تركيز الانتباه للاعبين الريشة الطائرة وكرة الطاولة فئتي الشباب والمتقدمين والمقارنة بينهما للوصول إلى نتائج ووضع التوصيات من أجل الارتقاء بمستوى اللاعبين وصولاً لتحقيق الانجازات الرياضية. حيث برزت مشكلة البحث في عدم معرفة تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة والمقارنة بينهما، إذ إن التعرف على هذه الظاهرة النفسية يساعدنا في تطوير احد العوامل الهامة والمساعدة في نجاح العملية التدريبية العالية. اما اهداف البحث فهي:

1. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة - فئة الشباب.
2. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة- فئة المتقدمين.

وافترض الباحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة-فئة الشباب.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة وكرة الطاولة -فئة المتقدمين.

اما مجالات البحث فكانت:

- المجال البشري: لاعبي منتخب محافظة بابل بلعبة الريشة الطائرة وكرة الطاولة فئة الشباب والمتقدمين.
المجال المكاني: ملعب الريشة الطائرة وقاعة كرة الطاولة في منتدى شباب المحاول/ بابل.
المجال الزمني: الفترة من 2012/11/12 ولغاية 2013/4/15.

اما منهج البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة لملائمته وطبيعة البحث. وكان مجتمع البحث وعينته تكونت عينة البحث من لاعبي منتخب محافظة ديالى بلعبة الريشة الطائرة وكرة الطاولة وبيواقع (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (13) لاعباً ، و(8) لاعباً لفئة المتقدمين في لعبة الريشة الطائرة من اصل (10) لاعبين ، إما في لعبة كرة الطاولة فقد بلغ عدد اللاعبين (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (15) لاعباً و (8) لاعباً لفئة المتقدمين من اصل (11) لاعب ، وبهذا فقد أصبحت عينة البحث مكونة من (32) لاعباً من اصل (49) لاعباً وبهذا اصبت نسبة العينة هي (65,3 %) في حين كانت التجربة الاستطلاعية متكونة من (15)مختبر توزعوا على التوالي (4,4) لكل من المتقدمين والشباب في لعبه الريشة الطائرة وعلى التوالي ايضا(3,4) للمتقدمين والشباب بلعبه كرة الطاولة ،أي بنسبة (30,61) من المجتمع الاصلي للبحث. أما اهم الاستنتاجات:

1. لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبى كره الطاولة فئة الشباب في

متغير تركيز الانتباه

2. ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشة الطائرة وكره الطاولة فئة المتقدمين ، ولصالح لاعبي كره الطاولة في مقدار تركيز الانتباه ، مما يعني وجود ضعف في التدريب على تركيز الانتباه لدى لاعبي كره الطاولة مقارنة بلعبي الريشة الطائرة المتقدمين. وأهم التوصيات . ضرورة الاهتمام بشكل اكبر في تركيز الانتباه عند لاعبي كره الطاولة أسوة بلعبي الريشة الطائرة .
3. ضرورة إجراء تمارين تطويرية ووحدات تدريبية خاصة في تركيز الانتباه للاعبي كره الطاولة أسوة بلعبي الريشة الطائرة .
4. ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه

Abstract

A comparative study to attention concentration between badminton and table tennis for young and advanced players

By

Saad Jassim Hamoud Al Saidi, M.Sc.

College of Physical Education and Sports Science

Babylon university

The aim of the current research was to:

1. The Comparison in attention concentration between badminton and table tennis for young players.
2. The Comparison in attention concentration between badminton and table tennis for advanced players.

The researcher hypothesizes that:

1. There were no statistics differences in attention concentration between badminton and table tennis for young players.
2. There were no statistics differences in attention concentration between badminton and table tennis for advanced players.

The researchers used the descriptive approach (survey & correlation) for the methodology. Eight young badminton players out of (13), and (8) advanced players out of (10), in addition, (8) young table tennis players out of (15), and (8) advanced players out of (11) have been chosen as a sample, while (70) have been chosen as a main sample.

The research concluded that:

1. There were no significant differences between badminton table tennis youth players in attention concentration.
2. There were a significant differences between the badminton and table tennis advanced players for the table tennis players in the attention concentration, which means there is a weakness in training to attention concentration on the table tennis players compared to the players of badminton.

The research recommended that:

1. The need to pay more interest to attention concentration of the players of the table tennis players as a badminton players.
2. The need to conduct special development exercises and training units in attention concentration of the players of the table tennis players as a badminton players

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

تسهم الكثير من العمليات العقلية لدى الإنسان في عملية التعليم ، والتعلم الحركي جزء مهم منها ، ومن العمليات العقلية العليا التي تساهم في عملية التعلم الحركي الانتباه والتركيز والإدراك والتفكير والتصور ورد الفعل الحركي.

ويعد الانتباه احد العمليات العقلية العليا والذي يلعب دوراً هاماً في المجال الرياضي إذ يعد من المتطلبات الأساسية للأداء الجيد في أي لون من ألوان النشاط الرياضي. ويؤكد المدربون أهمية الانتباه في المساهمة في الوصول إلى الأداء الأمثل، ويعد التركيز احد مظاهر الانتباه المهمة والذي له دور فاعل في التهيؤ والاستعداد قبل الأداء، لذلك يتم توجيه اللاعب إلى تركيز الانتباه واليقظة، إذ يمثل فقدان الانتباه احد العوامل الرئيسية في الأداء الضعيف والذي يؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة، إذ إن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل، يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي والتحكم في مهاراته الحركية.

إذ يشير (محمد حسن علاوي) بان تركيز الانتباه " هو حالة موجودة وجوهية يدركها كل الرياضيين على أنها شرط أساسي للإنجاز الرياضي الجيد. فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادراً على التوافق البدني والانفعالي والعقلي وتركيز هذه العوامل لتكون كافة الأمور في متناول اليد لغرض الإنجاز الرياضي"⁽¹⁾. كما تشير (أميرة حنا، 1994) " إلى أن اللاعبين يتميزون بظاهرة معينة من الانتباه تنمو بالتدريب تبعاً لشدته وحجمه وطبيعة النشاط الممارس وتطبيق إلى إن الانتباه في المجال الرياضي يشمل عدة مظاهر تتمثل في (الحدة، التركيز، التوزيع، التحويل، الثبات) وان الوصول إلى المستويات الرياضية العالية يتوقف إلى حد كبير على النمو وارتقاء تلك المظاهر وان كل نشاط يحتاج لهذه المظاهر لكن بدرجات متفاوتة"⁽²⁾. وتعد لعبة الريشه الطائرة وكرة الطاولة من الألعاب الفردية التي تبرز فيها أهمية تركيز الانتباه نظراً لطبيعة هذه الألعاب والتي تتميز بالعديد من المواقف المفاجئة والسريعة خلال مواقف اللعب سواء في الهجوم أو الدفاع فهي أنشطة رياضية تتميز بالديناميكية والتفاعل المستمر نتيجة إيقاع اللعب وتعدد مهاراتها، فمن الملاحظ أن جميع الألعاب الفردية والفرقية عندما يؤدي اللاعب مهاراتهم الحركية بحالة من التركيز فأنهم يحصلون على نتائج ايجابية في أدائهم.

وبناءً على ما سبق ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة لمعرفة تركيز الانتباه للاعبين الريشه الطائرة وكرة الطاولة فنتي الشباب والمتقدمين والمقارنة بينهما للوصول إلى نتائج ووضع التوصيات من اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين وصولاً لتحقيق الانجازات الرياضية العالية.

2-1 مشكلة البحث

أن إحدى أكبر المشكلات في الرياضة سواء كانت تنافسية أو ودية هي مشكلة نقص التركيز إذ أن ذهن الشارد قد يخلق قصوراً ذهنياً ويسبب أخطاء ذهنية خلال أداء الفعالية الرياضية، فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً على الأداء، إذ أن الكثير من الرياضيين يرجعون بسبب انخفاض مستوى أدائهم في المنافسة إلى فقدان التركيز، كذلك يعزوا المدربون ضعف مستوى أداء لاعبيهم إلى نفس السبب أعلاه.

(1) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، النمو والدافعية في التربية الرياضية، ط2، مصر، دار المعارف، 1975، ص39.
(2) أميرة حنة مرقس : بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب لكرة اليد رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 1994 ص 15.

كما أن لكل فعالية رياضية مميزات مهارية وبدنية وانفعالية وذهنية خاصة بها تميزها عن غيرها من الألعاب الرياضية الأخرى، وتنعكس هذه المميزات على المواصفات التي يجب توافرها عند الممارسين لهذه الألعاب.

وهنا برزت مشكلة البحث في عدم معرفة تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة والمقارنة بينهما، إذ إن التعرف على هذه الظاهرة النفسية يساعدنا في تطوير احد العوامل الهامة والمساعدة في نجاح العملية التدريبية.

1-3 أهداف البحث

1. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة -فئة الشباب.
2. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة -فئة المتقدمين.

1-4 فرضا البحث

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة-فئة الشباب.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطائرة وكرة الطاولة -فئة المتقدمين.

1-5 مجالات البحث

المجال البشري: لاعبي منتخب محافظة بابل بلعبة الريشه الطائرة وكرة الطاولة فئة الشباب والمتقدمين.
المجال المكاني: ملعبالريشه الطائرة وقاعة كرة الطاولة في مركز شباب المحاويل/ بابل.

المجال الزماني: الفترة من 2012/11/12 ولغاية 2013./4/15

1-6 تحديد المصطلحات:

تركيز الانتباه: هو القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن⁽¹⁾

2. الدراسات النظرية والمشابهة

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 ماهية الانتباه:

يعد الانتباه احد الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية الأخرى كالتذكر أو التخيل أو التصور أو التفكير أو التعلم، إذ أن الإنسان عندما يتعامل مع المحيط يجب أن يعرف هذا المحيط حتى يستطيع حماية نفسه من الإخطار، والشرط الأول هو إن ينتبه إلى ما يهمله من هذه البيئة وان يدركها بحواسه كي يستطيع أن يؤثر فيها وان يسيطر عليها بعقله وعضلاته، إذا فالانتباه هو الخطوة الأولى لتكيف الفرد مع المحيط.

لقد تناول علماء النفس موضوع الانتباه بالعديد من التعاريف فقد عرفه (حلمي المليجي،2000) بأنه توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه⁽¹⁾. كما عرف الانتباه بأنه

(1) محمد العربي شمعون:التدريب العقلي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1996،ص44.
(1)حلمي المليجي:علم النفس المعاصر . ط8،بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر،2000،ص197.

(استعداد إدراكي عام يقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف معين ككل أو كجزء)⁽²⁾. في حين عرفه (فاخر عاقل، 1981) بأنه (العملية النفسية التي تقوم باختيار عدد من المثبرات المتواردة على النفس والتركيز عليها وتجاهل المثبرات الأخرى)⁽³⁾.

أن هذه التعاريف التي ورد ذكرها تنطبق على الانتباه ومن وجهة نظر علم النفس العام، لكنها لا تنطبق عليه ومن وجهة نظر علم النفس الرياضي، فبرغم من الانتباه ظاهرة عامة في البيئة المحيطة بالفرد إلا انه يختلف إلى حد كبير في المجال الرياضي، فيقول عنه (يحيى النقيب) بان مصطلح الانتباه يستخدم في وصف العملية التي يقوم الرياضي من خلالها بادراك البيئة المحيطة به عن طريق استخدام أعضاء الحس المختلفة لديه عندما يركز انتباهه على شيء معين، وهذا يعني انه أصبح مدركاً لهذا الشيء دون أدراك الأشياء الأخرى⁽⁴⁾. ويعرفه (وجيه محجوب، 1988) بأنه (قدرة الفرد على أداء النشاط الحركي ومعرفة ما يحدث بالتفاعل مع الأجهزة والأدوات والمهارات كلها عنصر انتباهي مهم في الحركات الصعبة)⁽⁵⁾. كما يعرف الانتباه بأنه تكيف حركي عقلي معاً لشيء من الأشياء، فهو تكيف حركي لان الانتباه تصاحبه ردود أفعال تعمل على كف جميع الحركات التي لا تلائم الموقف، وهو تكيف عقلي فيه اختيار وكف في أن واحد⁽⁶⁾. ومن خلال الاطلاع على التعاريف التي ورد ذكرها يمكن تعريف الانتباه بأنه العملية التي يتم من خلالها التركيز على اختيار منبهات حسية دون غيرها عن طريق استعداد الفرد إدراكياً، لأنه لكي يتعلم الفرد شيئاً يجب أن ينتبه ثم يدرك وبالتالي فالانتباه يساعدنا في معرفة الأشياء وسرعة فهمها.

2-1-2 أنواع الانتباه:

أولاً: يقسم من حيث الدافع إليه إلى ما يأتي⁽⁷⁾:-

أ) الانتباه الإرادي (الطوعي)

وهو التوجيه المقصود للإحساس نحو موضوع بذاته ، وفيه يتجه الفرد إلى هدف يختاره مثل توجيه الفرد انتباهه إلى عمل ما أو فكرة معينة.

ب) الانتباه اللاإرادي (القسري):

هو اتجاه الإحساس نحو موضوع معين دون تدخل الشخص في ذلك ، وفيه يتخذ الفرد موقفاً سلبياً من الانتباه إذ تصل إليه المؤثرات من البيئة مسترعية انتباهه دون أرادة الشخص مثل الانتباه إلى الأصوات العالية كأطلاقة مسدس مثلاً.

ج) الانتباه التلقائي (العادي):

وهو الانتباه إلى شيء ما بدافع فطري غريزي، وهو انتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهداً، بل يمضي سهلاً طبيعياً، وفي الوقت نفسه لا تختفي الإرادة منه كلياً، ولا يبذل لقاء ذلك جهداً ولا صراعاً مع رغباته.

د) الانتباه الاستباقي:

(2) نجاح مهدي شلش واكم محمد صبحي: التعلم الحركي. جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص181.

(3) فاخر عاقل: علم النفس ط7، بيروت: دار العلم للملايين، 1981، ص621.

(4) يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي ط3، معهد أعداد القادة الرياضي، 1990، ص213.

(5) ووجيه محجوب. علم الحركة، التعلم الحركي. جامعة بغداد: بيت الحكمة ، 1989، ص181.

(6) محمد مختار متولي ومحمد إسماعيل إبراهيم: ميادئ علم النفس ط10، السعودية: وزارة المعارف 1985، ص198.

(7) خالد عبد المجيد عبد الحميد: تركيز الانتباه قبيل أداء الإرسال بالكرة الطائرة-رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 1989، ص26.

وهو توجيه وتجميع الإحساسات حول موضوع معين لم يظهر في مجال الانتباه مثل تركيز انتباه الفرد وتأهبه لمثير لم يظهر بعد، أي توقع الفرد حدوث شيء مثل انتظار أطلاقة المطلق في سباقات السباحة والعدو وكذلك صافرة الحم في الكرة الطائرة قبل الإرسال.

هـ) الانتباه المشتق:

وهو تغير نوع الانتباه حسب المؤثر المنتبه إليه أو المؤثر الذي أجبرنا على الانتباه إليه قسرياً، مثلاً تحول الانتباه اللاإرادي أحياناً إلى انتباه أراي أو انتباه استباقي. ثانياً: ويقسم الانتباه من حيث طبيعة الموضوع إلى ما يأتي⁽⁸⁾:-

أ) الانتباه الداخلي:

وهو الانتباه وتركيز الذهن إلى الأحاسيس الداخلية وحول الشعور والتفكير، مثلاً التأمل في كيفية أداء الإرسال بالكرة الطائرة أو كيفية أداء التصويب على الهدف في لعبة كرة اليد أو كرة السلة.

ب) الانتباه الخارجي:

وهو الانتباه وتركيز الذهن إلى المواضيع أو المؤثرات الخارجية أي البيئة المحيطة بالفرد مثلاً، ارض الملعب، المنافس، الجمهور، درجة الحرارة، الضوء، الأداة. ثالثاً: ويقسم الانتباه من حيث السمة إلى ما يأتي⁽⁹⁾:-

أ) الانتباه الواسع: ويتناسب مع اغلب الألعاب الجماعية إذ أن المطلوب أن يكون

اللاعب يقظاً وواعياً لتحركات المنافسين وفي نفس الوقت متابعاً لتحركات زملائه.

ب) الانتباه الضيق: ويعني أن يكون الرياضي يقظاً أو واعياً بشيء واحد أو منطقة صغيرة

نسبياً كما في ألعاب الرماية أو عند أداء لاعب كرة السلة الرمية الحرة أو التصويب.

2-1-3 مظاهر الانتباه⁽¹⁰⁾:

أ) حجم الانتباه Amount:

يقصد بحجم الانتباه عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن.

فعلى سبيل المثال قد يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في كرة القدم في موقف معين يتضمن كل من الكرة وبعض اللاعبين المنافسين وبعض اللاعبين الزملاء والحكم مثلاً، في حين يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في موقف آخر يتضمن اللاعب المنافس فقط كما هو الحال بالنسبة لركلة الجزاء في كرة القدم.

ب) شدة الانتباه Inxensity:

يقصد بشدة الانتباه درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات معينة وبالتالي كلما زادت شدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه.

ج) انتقاء الانتباه Selection:

⁽⁸⁾ هاشم احمد سليمان: علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة الماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 1998، ص23.

⁽⁹⁾ أسامة كامل راتب. علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات. ط2، القاهرة: دار الفكر العربي، 1997، ص36.

⁽¹⁰⁾ عبد الستار جبار الصمد. فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000، ص66.

يقصد بانتقاء الانتباه القدرة على اختيار المثير الهام الذي ينبغي التركيز عليه وإغفال المثيرات الأخرى غير الهامة.

د. ثبات الانتباه **Stability**:

يقصد بثبات الانتباه قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً.

هـ) توزيع الانتباه **Distribution**:

يقصد بتوزيع الانتباه قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد، أو توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة وقت واحد.

و. تحويل الانتباه **Shifting**:

يقصد بتحويل الانتباه هو قدرة اللاعب على سرعة وتوجيه انتباهه من مثير معين إلى مثير آخر.

ز. تشتت الانتباه **Distraction**:

تشتت الانتباه هو عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً (أي ثبات الانتباه) وانتقال الانتباه بين مثيرات متعددة في نفس الوقت.

ح) تركيز الانتباه **Concentration**:

يستخدم مصطلح التركيز والانتباه بصورة مترادفة في المجال الرياضي ، ولكن عند معرفة معنى الانتباه يكون الأمر سهلاً للتفريق بين المصطلحين، إذ إن هنالك فرقاً بينهما من حيث الدرجة وليس النوع فالانتباه أهم من التركيز والأخير نوع من تضيق الانتباه وتثبيته على مثير معين فالتركيز يعكس مقدرة الفرد على توجيه الانتباه وشدته⁽¹¹⁾. ويمكن تعريف التركيز بأنه

((القدرة على عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد فقط))⁽¹²⁾

أن تركيز الانتباه هو (اصطلاح يشار به إلى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز صوب فكرة معينة أو إحدى محتويات الذاكرة الحركية، أو إلى موضوع معين بحيث تنصب الطاقة العقلية أو تتجه صوبه)⁽¹³⁾.

كما يعرف تركيز الانتباه بأنه الاستعداد الإدراكي العام الذي يقوم بتوجيه شعور الرياضي نحو موقف معين ككل أو جزء، فإذا كان الموقف معروف للرياضي يكون الانتباه، أما إذا كان الموقف جديد كلياً فيزداد الانتباه ويتم التركيز على هذا الموقف الجديد⁽¹⁴⁾.

2-1-4 تركيز الانتباه في المجال الرياضي :

تلعب معظم مظاهر الانتباه في المجال الرياضي دوراً فعالاً في إتقان المهارات الحركية وتعبئة القوى النفسية، ويعد تركيز الانتباه من بين المظاهر الهامة في الانتباه والذي ثبت تأثيره على مستوى الأداء في النشاط الرياضي.

أن تطور الحركات المختلفة مقترن بقابلية الفرد على تركيز الانتباه، فهو يؤثر على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لإجراء المهارة الحركية، ويعد أساساً مهماً لنجاح المهارات الحركية وبخاصة في أنواع الأنشطة التي تعتمد بصورة كبيرة على حالات البداية.

(11) أسامة كامل راتب المصدر السابق، ص 361.

(12) يعرب خيون. التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد: مكتب الصخرة للطباعة، 2002، ص 48.

(13) سعد رزوقي. موسوعة علم النفس. ط 1، بيروت: الموسوعة العربية للدراسات والنشر، 1998، ص 74.

(14) معيوف ذنونحتوش. علم النفس الرياضي. جامعة الموصل: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، 1987، ص 62.

وهذا ما أكده (خالد عبد المجيد، 1989) إذ يشير إلى أن (ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الرياضية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية)⁽¹⁵⁾.

وتعد عملية تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تتم بواسطة القوة المناسبة للمؤثرات المرتبطة بنوع واحد من النشاط على أجزاء معينة من لحاء المخ وفي الوقت نفسه يتم عدم التأثير في باقي أجزاء اللحاء حتى لا تقوم هذه الأجزاء بالتشويش على الجزء الخاص بالتركيز مما يؤدي إلى تشتت الانتباه⁽¹⁶⁾.

أن لتركيز الانتباه دوراً مهماً في عملية التدريب الرياضي، إذ يمكن استخدامه في عملية التعلم الحركي خلال مراحل البناء الرياضي، كما يمكن استخدامه في عملية الإعداد النفسي للمنافسة، إذ يشير (هاشم سليمان، 1988) (إلى تأكيد علماء النفس الرياضي على أهمية تركيز الانتباه بوصفه قمة الاستعداد التعبوي في التدريب والمنافسات ونظراً لذلك يجب مراعاة تعويد الرياضي على تركيز انتباهه في غضون عملية التدريب حتى يكون العمل على تنمية وتطوير القدرة على تحمل تركيز الانتباه في غضون المنافسات)⁽¹⁷⁾.

وتختلف القدرة على تركيز بين اللاعبين، فالبعض لديه القدرة الكبيرة على التركيز على الآخرين والبعض الآخر يكون أكثر عرضه للإضراب وذلك لضعف القدرة على انتقاء الانتباه، وتجدر الإشارة إلى أن التوتر النفسي من الممكن أن يمنع تركيز الانتباه الكامل قبل وإثناء المباراة وخاصة

في بداية الدقائق الأولى للمباراة إذ يشير (كامل الويس، 1984) بأنه يجب أن لا تخفى عن المدربين بان التركيز يتأثر سلبياً في حالة حمى البداية، إذ نلاحظ إن هنالك نقصاً في قدرة اللاعب على التركيز فضلاً عن الشرود الذهني والتهيج العام المصحوب بقلّة الاستعداد للأداء⁽¹⁸⁾.

ويذكر (عبد الستار الضمد، 2000) أن (خاصية الانتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها، فتارة يتميز بالشدة وتارة أخرى بالتشتت، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن إن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية)⁽¹⁹⁾.

2-2 الدراسات المشابهة :

2-2-1 دراسة (بسمة نعيم وهناء عبد الكريم 2005)⁽²⁰⁾

عنوانها (دراسة مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة).

أهداف البحث:

1. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، فئة الشباب .
2. المقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، فئة المتقدمين .

عينة البحث:

(15) خالد عبد المجيد عبد الحميد. المصدر السابق، ص34.

(16) خالد عبد المجيد عبد الحميد. نفس المصدر السابق، ص39.

(17) هاشم احمد سليمان. المصدر السابق، ص29.

(18) كامل طه الويس. علم النفس الرياضي في التربية الرياضية. بغداد: مطبعة جامعة بغداد، 1984، ص120.

(19) عبد الستار جبار الصمد. المصدر السابق، ص68.

(20) بسمة نعيم ، هناء عبد الكريم ، دراسة مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2005 ، ص 15.

اشتمل مجتمع البحث على طلابي منتخب محافظة بابل بلعبة كرة اليد والكرة الطائرة فئة الشباب والمتقدمين وعددهم 54 لاعب. الاختبارات والقياسات المستخدمة:

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 المنهج المستخدم:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والدراسات المقارنة لملائمته وطبيعة البحث.

3-2 عينة البحث:

تكونت عينة البحث من لاعبي منتخب محافظة بابل بلعبة الريشة الطائرة وكرة الطاولة وواقع (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (13) لاعباً ، و(8) لاعباً لفئة المتقدمين في لعبة الريشة الطائرة من اصل (10) لاعبين ، إما في لعبة كرة الطاولة فقد بلغ عدد اللاعبين (8) لاعباً لفئة الشباب من اصل (15) لاعباً و (8) لاعباً لفئة المتقدمين من اصل (11) لاعب ، وبهذا فقد أصبحت عينة البحث مكونة من (32) لاعباً من اصل (49) لاعباً وبهذا أصبحت نسبة العينة هي (65,3 %) في حين كانت تجربتها الاستطلاعية متكونه من (15) مختبر توزعوا على التوالي (4,4) لكل من المتقدمين والشباب في لعبه الريشه الطائره وعلى التوالي ايضا (3,4) للمتقدمين والشباب بلعبه كرة الطاولة، أي بمانسبتها (30,61) من المجتمع الاصلي للبحث. والجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1) يبين مجتمع وعينه البحث

ت	اللعبة	مجتمع البحث	عينه البحث للتجربة الرئيسية	عينه البحث للتجربة الاستطلاعية
1	الريشة الطائرة	10	8	4
		13	8	4
2	كرة الطاولة	11	8	3
		15	8	4
	المجموع	49	32	15
	النسبة المئوية		%65,3	%30,61

3-3 الادوات والأجهزة والوسائل المستخدمة بالبحث:

1. اقلام رصاص عدد (32) صنع في بالهند
2. اقلام جاف (4) نوع Lexi صنع في الصين
3. اوراق (1) بند نوع AA صنع في الصين
4. مسجل (1) نوع SIMO صنع في الصين
5. مصباح كهربائي شحن (1) MINOR صنع في الصين
6. ساعه توقيت (1) صنع في الصين

7. كرسي عدد(2) بلاستيك صنع في الاردن

8. منضدة (1) بلاستيك صنع بالاردن

9. حاسبه (1) نوع KASIO صنع في الصين

10.لابتوب (1) نوع LENOVO CORE i5

3-4 صلاحية اختبار بردون-انفيوموف:

قام الباحث بعرض استبيان صلاحية اختبار بردون - انفيوموف على (13) خبيراً ومختصاً لغرض بيان صلاحية هذه الاختبار الذي يقيس تركيز الانتباه (ينظر ملحق 1)، إذ ظهر إن هذا الاختبار يتمتع بصلاحية القياس و النتائج في الجدول (2) تبين ذلك ، إذ بعد استخدام قانون (كا²) ظهرت قيم كل (كا²) المحسوبة من اختبار بردون- انفيوموف اكبر من القيمة الجدولية إذ حصل اختبار بردون - انفيوموف على (9,3) من قيمة(كا²) المحسوبة من خلال موافقه(12) من الخبراء والمختصين البالغ عددهم (13) وبالتالي فان قيمتها اكبر من قيمة (كا²) الجدولية المقدره بـ(3,84)، عند درجة حرية مقدارها(1) ومستوى دلالة (0,05). وهذا يعني ان الاختبار مرشح للعمل به عندما خاصه اذا علمنا يحصل على تكرار مقداره(11)من اتفاق الآراء للخبراء وهو ما يقابل نسبة مئوية مقداره(84,61) اويزيد عنها.

جدول(2)

يوضح صلاحية مقياس (بردون-انفيوموف)

صلاحية الفقرات		قيمة(كا ²) الجدولية	قيمة(كا ²) المحسوبة	النسبة المئوية للقبول	درجة القبول	الاختبار	القدرات العقلية
تصلح	لا تصلح						
√		3,84	9,3	92,30	12	بردون-انفيوموف	تركيز الانتباه

3-5 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة تم اختيارها عشوائياً من المتقدمين والشباب في لعبتي الريشهالطائرة وكره الطاولة كما هو مبين في جدول (1)، وذلك بتاريخ 1/4 /2013 حيث استغرق تنفيذ الاختبار يوم واحد ، وتم إعادة نفس الاختبار على نفس العينة في تاريخ 18/1/2013 اي لا تتجاوز مدة الاختبار وإعادته عن (14) يوم، علماً ان الهدف من تنفيذ التجربة الاستطلاعية هذه :-

1. التأكد من مدى إمكانية تنفيذ الاختبار من قبل أفراد العينة .
2. معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبار ومدى ملائمة لعينه البحث .
3. وضوح الاستمارات الخاصة بالاختبار .
4. كفاءة فريق العمل المساعد .
5. تحديد الفترة الزمنية المناسبة لإجراء الاختبار .
6. التأكد من الأسس العلمية (الصدق والثبات والموضوعية) للاختبار .

3-6 الأسس العلمية للاختبار:

3-6-1 صدق الاختبار:

يعد صدق الاختبار من الأسس العلمية المهمة للاختبار الجيد، و الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يكون صادقاً فيما يقيسه ويؤدي وظيفته حيث ذكر كل من (عبد المجيد والياسري) " ان الاختبار يجب ان يكون صادقاً في قياس ما وضع من اجله"⁽²¹⁾ وبما إن الباحث قد وضع الاختبار في استبيان وعرضه على الخبراء والمختصين لذلك فإنها استخدم الصدق الظاهري لملائمته طبيعة العمل حيث إن الصدق الظاهري يعني " إمكانية تحقيق الاختبار للهدف الذي وضع من اجله وبنفس الظروف"⁽²²⁾ (ينظر ملحق 1).

3-6-2 ثبات الاختبار:

لغرض التأكد من ثبات الاختبار قام الباحث باستعمال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار إذ إن الاختبار الثابت " هو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة"⁽²³⁾ وبما أن احد أغراض التجربة الاستطلاعية هو التأكد من المعاملات العلمية للاختبار قام بإجراء الاختبارات وإعادةتها . إذ إجراء الاختبارات على العينة (عينة التجربة الاستطلاعية) بتاريخ 4 / 1 / 2013 وإعادة التجربة في 2013/1/18 أي فارق اربعة عشر يوم بين مرحلتي التجربة الاستطلاعية ولكون الثبات هو احد الأسس العلمية التي يبني عليها الاختبارات وكذلك لمعرفة مدى ثبات قيم الاختبار عند إجراء الاختبار وإعادةها ضمن الفترة الزمنية المحددة ، استعمل الباحث معامل ارتباط (بيرسون) لإيجاد علاقات الارتباط بين نتائج القياس الاول ودرجات القياس الثاني ولتأكيد معنوية الارتباط عمد الباحث الى استخراج قيمة (ت) لمعاملات الارتباط وتبين إنها موثوق بثباتها لكون القيم المحسوبة لـ(ت) اكبر من القيمة الجدولية وباللغة (2,16) عند درجة حرية (13) و مستوى دلالة (0,05) والجدول (3) يبين ذلك .

3-6-3 موضوعية البحث:

من اجل إيجاد قيم معامل الموضوعية للاختبار لابد من الاستعانة بحكمين لتسجيل نتائج الاختبار إذ يشير (عبد المجيد والياسري) إلى أن الاختبار الموضوعي لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكمين القائمين على ذلك الاختبار⁽²⁴⁾. ولغرض التعرف على موضوعية الاختبارات قام الباحث بأخذ نتائج الإجراء الثاني للتجربة الاستطلاعية (إعادة الاختبار) التي تمت بتاريخ 18 / 1 / 2013 والذي قام خلالها الباحث بتكليف حكمين* لتقدير درجات الاختبار . وبعد ذلك قام بمعاملة الدرجات التي أشار إليها المحكمون إحصائياً من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون إضافة على ذلك قام الباحث باستخدام قانون (ت ر) لمعنوية الارتباط حيث جاءت جميع الارتباطات بمعنوية عالية، إذ ظهرت نتائج قيمة (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية وباللغة (2,16) عند درجة حرية (13) وبمستوى دلالة (0,05) والجدول (3) يبين ذلك .

ت	الاختبار	معامل الثبات	(ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية	معامل الموضوعية	(ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
---	----------	--------------	--------------	-------------------	-----------------	--------------	-------------------

(21) مروان عبد المجيد و محمد جاسم الياسري ؛ مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط 1 (عمان ، مؤسسة الوراق 2002)، ص 35 .

(22) علي سلوم جواد الحكيم؛ علي سلوم جواد الحكيم؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، ط 1 (القادسية ، الطيف للطباعة ، 2004)، ص 24 .

(23) نادر فهمي الزبود ، هشام عامر عليان ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط 1 (عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2005)

ص 145

(24) مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري ؛ المصدر السابق ، 2002، ص 80 .

* قام بتقويم الاختبارات : (م.م احمد مجيد، م.م علي هاشم)

21	تركيز الانتباه	0,79	4,64	معنوي	0,91	10,93	معنوي
----	----------------	------	------	-------	------	-------	-------

3-7 توصيف اختبار بردون - انفيوموف لقياس تركيز الانتباه:

تطلبت الدراسة مقياس تركيز الانتباه الذي يعرف باسم (بوردين-انفيومون) ويعد هذا الاختبار من الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمتقدم لقياس مظاهر خمسة من مظاهر الانتباه وهي (الحدة-التركيز-التوزيع-التحويل-الثبات). حيث تمت استجابته المختبرين على استمارة خاصة (ينظر ملحق (2)

مكونات المقياس

أن المقياس الموضح في الملحق (2) عبارة عن ورقة تحتوي على (31) سطر من الأرقام الانكليزية الموزعة على شكل مجموعات تتكون كل مجموعة من (3-5) أرقام ويحتوي كل سطر على (10) مجموعات مجموع أرقامها (40) رقماً أي أن الاختبار يحتوي على (1240) رقماً. وقد وضع أرقام هذا الاختبار تحت ترتيب وتسلسل مقتن كما روعي في وضعها إن تكون غير منظمة في توزيعها وغير متساوية لتفادي احتمالات الحفظ.

طريقة تطبيق المقياس

يتم شرح الاختبار للاعبين المختبرين عن طريق ملاحظتهم لورقة المقياس وكما يأتي:-
انظر إلى الورقة التي بين يديك بحيث تلاحظ الأرقام والتراكيب الموجودة بصورة جيدة وحاول أن تبحث عن الأرقام المطلوب منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم الرصاص ، وعلى المختبر إن يراعي الدقة والسرعة قدر المستطاع لان مدة الاختبار (دقيقة واحدة) فقط بحيث يشطب كل مجموعة تنتهي بالرقمين (97) وتبدأ بالأسطر الواحد بعد الآخر من اليسار إلى اليمين.

يبدأ الاختبار بكلمة (استعد) وعند سماعها يأخذ (المختبر) ورقة الاختبار الموضوعه إمامه بصورة مقلوبة تعطى بعدها كلمة (أبدأ) فيقوم المختبر بشطب الأرقام المطلوبة وعند انتهاء وقت الاختبار وهو (دقيقة واحد) تعطى كلمة (قف) ثم يقوم المختبر بوضع خط تحت آخر مجموعة وصل ليها.

ويؤدي المختبر هذا الاختبار مرتين. الأول منها يكون في مكان هادي، إما في الثاني فيؤدي بوجود مثير ضوئي ومثير صوتي مقتن، وانه في الوقت الذي تعطى فيه كلمة (ابدأ) يقوم الباحث بتشغيل جهاز كهربائي مشنت للانتباه فيه مصباح ضوئي يعطي ومضة كل (5) ثوان علماً إن الجهاز موضوع على منضدة بحيث يكون المصباح في مجال رؤية المختبر وعلى مسافة (1 م) من مكان العمل وكذلك يوجد في الجهاز مشنت صوتي يعطي (60) دقة في الدقيقة الواحدة.

طريقة تطبيق المقياس واحتساب النتائج

من اجل التوصل إلى درجة تركيز الانتباه قام الباحث بالإجراءات الآتية:

1. استخراج الحجم العام للجزء المنظور من الاختبار أي (كمية الأرقام التي تم رؤيتها) من البداية وحتى كلمة قف ويرمز لها بالرمز (ع).
2. استخراج عدد الأرقام الـ(97) المفروض شطبها في الجزء المنظور ويرمز لها بالرمز (ط) والتي يتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار.

3. العدد العام للأخطاء (عدد الأرقام الساقطة من الشطب + عدد الأرقام التي شطبت خطأ) ويرمز لها بالرمز (خ).

4. معدل صحة العمل بالمعادلة ويرمز لها بالرمز (ق) حيث. ق=ط-خ×% بعدها يتم استخراج حدة الانتباه ويرمز لها بالمعادلة الآتية:

$$ها_1 = ق \times ع$$

بعد احتساب الحدة بالاختبارين بحيث نحصل على:-

1. صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في الحالة الهادئة وبدون مشتت (مثير) ويرمز لها بالرمز (ها₁).

2. صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه مع المثير الصوتي ويرمز لها بالرمز (ها₂).

3. أن تركيز الانتباه يرمز له بالرمز (ت) وهو يستخرج من المعادلة:-

(ت=ها₂-ها₁) وكلما انخفضت القيمة المستخرجة دل هذا على ارتفاع التركيز عند المختبر.

3-8 التجربة الرئيسية:

بعد التأكد من الأسس العلمية للاختبارات (الصدق والثبات والموضوعية) ومعرفة صلاحية الاختبار من خلال معرفة مستوى صعوبة الاختبارات والقدرة التمييزية لم يتبقى للباحث إلا القيام بالتجربة الرئيسية، حيث أجريت التجربة الرئيسية في 2013/2/1 وبصورة ناجحة مستفيدا من ما أفرزته التجربة الاستطلاعية من نتائج.

3-9 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات وتم استخدام الحقيبة في المواضيع الآتية :-

1- الوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3-معامل ارتباط بيرسون

4- اختبار (ت ر)

5-اختبار (ت) للعينات المستقلة المتساوية

4-عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض الفروقات لتركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبي كرة الطاولة فئة الشباب

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة t المحسوبة والدلالة الإحصائية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبي كرة الطاولة فئة الشباب .

المجموعات	المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
-----------	---------	-------	---------------	-------------------	-----------------	-----------------	-------------	---------------	-------------

غير معنوي	0.05	14	2.14	0.04	21.08	150.75	8	قوة التركيز	شباب الريشهالطائره
					20.13	150.25	8		شباب كره الطاولة

بعد إجراء المعالجات الإحصائية التي يوضحها الجدول أعلاه يتبين إن قيمة t المحسوبة البالغة (0.04) هي أقل من قيمة t الجدولية البالغة (2.14) مما يشير إلى عدم ظهور فروق حقيقية ذات دلالة معنوية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي الريشهالطائره ولاعبي كره الطاولة فئة الشباب . مما يدل على انه لم يتم الاهتمام بقدر كافي بتطوير تركيز الانتباه لدى لاعبين الشباب في كلا اللعبتين ، حيث يقول (أسامة راتب) " الرياضي الذي يمتلك التركيز العالي العميق هو الذي يستطيع أن يوفق بين مواقفه الجسدية والعقلية لكيانه الخاص"⁽²⁵⁾.

4-2 عرض الفروقات لتركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطاولة وكره الطاولة فئة المتقدمين .

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفئة t المحسوبة والدلالة الإحصائية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي الريشه الطاولة ولاعبي كره الطاولة فئة المتقدمين .

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة الجدولي t	قيمة المحتسب t	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المتغير	المجموعات
معنوي	0.05	14	2.14	2.24	8.33	132.62 5	8	تركيز الانتباه	متقدمين الريشهالطائره
					9.37	120.13	8		متقدمين كره الطاولة

بعد إجراء المعالجات الإحصائية التي يوضحها الجدول أعلاه يتبين إن t المحسوبة البالغة (2.14) مما يشير إلى ظهور فروق حقيقية ذات دلالة معنوية لمتغير تركيز الانتباه بين لاعبي كره الطاولة ولاعبي التنس فئة المتقدمين ولصالح لاعبي كره الطاولة . وفي هذا الخصوص يشير (عبد الستار جبار ، 2000) (26) بأنه عندما يكون مثير في بؤرة الانتباه فهذا يعني بان أنتباه الفرد مركز عليه خلال لحظة معينة ، وان الموضوعات الأخرى المرتبطة به تكون في هامش الانتباه ان تركيز الانتباه مهم ويلعب دور بارز في جميع الفعاليات وخاصة التي فيها عنصر الجسم هو الدقة في اللعبة التي تمارس وكذلك الرياضيات التي فيها تدخل الاجهزة والادوات كذلك الحالة النفسية تلعب دوراً بارزاً في تركيز الانتباه ، حيث يقوم (عبد الستار جبار) ان التوتر النفسي والحالة النفسية والحالة الانفعالية السلبية الملازمة للظرف في البدايه واثناء المباراة من الممكن ان تمنع تركيز الانتباه بصورة كاملة وخاصة عند دخول هدف مبكر او حصول نقطه ، مما يؤدي إلى

(25) أسامة كامل راتب . المصدر السابق ، 1997 ، ص 342 .

(26) عبد الستار جبار الصمد. فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة . ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000، ص 87 .

انخفاض حاد في شدة الانتباه كما ان اللاعب لكي يصل الى الاداء المثالي يجب ان تتكامل لدي جميع الصفات والقدرات ، وبهذا الخصوص ان (نجاح او فشل اللاعب في اظهار افضل ما عنده من قدرات ومهارات في المنافسة الرياضية تكمن في عملية التكامل ما بين المهارات والقدرات البدنية والحركية وما بين المهارات النفسية كالقدرة على الاسترخاء والتصور العقلي وغيرها)⁽²⁷⁾

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات :

1. لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشة الطائرة ولاعبي كرة الطاولة فئة الشباب في متغير تركيز الانتباه.
2. ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الريشهالطائره وكره الطاولة فئة المتقدمين، ولصالح لاعبي كره الطاولة في مقدار تركيز الانتباه،مما يعني وجود ضعف في التدريب على تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة الطاولة مقارنة بلاعبي الريشه الطائرة المتقدمين.

2-5 التوصيات :

1. ضرورة الاهتمام بشكل اكبر في تركيز الانتباه عند لاعبي كره الطاولة أسوة بلاعبي الريشهالطائره.
2. ضرورة إجراء تمارين تطويرية ووحدات تدريبية خاصة في تركيز الانتباه للاعبي كره الطاولة أسوة بلاعبي الريشهالطائره .
3. ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه

المصادر

- احمد خاطر فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي، القاهرة ، دار المعارف،1978.
- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات. ط2، القاهرة : دار الفكر العربي،1997.
- أميرة حنة مرقس : بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب لكرة اليد رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 1994
- بسمة نعيم ، هناء عبد الكريم: دراسة مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2005
- حلمي المليجي: علم النفس المعاصر . ط8،بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر،2000.
- خالد عبد المجيد عبد الحميد. تركيز الانتباه قبيل أداء الإرسال بالكرة الطائرة - رسالة ماجستير، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية،1989.
- سعد رزوقي: موسوعة علم النفس. ط1، بيروت: الموسوعة العربية للدراسات والنشر،1977.

⁽²⁷⁾عبد الستار جبار الصمد.المصدر السابق،ص88.

- عبد الستار جبار الصمد: فسولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1، عمان: دار الفكر العربي، 2000.
- عبد الحميد احمد: التنس الارضي. ط3، القاهرة: دار الفكر العربي، 1978.
- فاخر عاقل: علم النفس. ط7، بيروت: دار العلم للملايين، 1981.
- كامل طه الويس: علم النفس الرياضي في التربية الرياضية. بغداد: مطبعة جامعة بغداد، 1984، ص 120.
- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، النمو والدافعية في التربية الرياضية، ط2، مصر، دار المعارف، 1975.
- محمد مختار متولي ومحمد إسماعيل ابراهيم: مبادئ علم النفس. ط10، السعودية : وزارة المعارف 1985.
- محمد العربي شمعون: التدريب العقلي في المجال الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي ، 1996 .
- معيوف ذنونحنوش: علم النفس الرياضي. جامعة الموصل: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي 1987،
- نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي. التعلم الحركي. جامعة الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر 2000،
- هاشم احمد سليمان: علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة الماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، 1988.
- وجيه محبوب: التعلم الحركي. جامعة بغداد: بيت الحكمة ، 1989.
- يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي. ط3، معهد أعداد القادة الرياضي، 1990.
- يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد: مكتب الصخرة للطباعة ، 2002.

ملحق (1)

اسماء السادة الخبراء والمختصين وأماكن عملهم

ت	الاسم	اللقب العلمي	التخصص	مكان العمل
1.	د. نزار الطالب	استاذ	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد
2.	د. محمد جاسم الياسري	استاذ	الاختبار والقياس	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
3.	د. ياسين علوان	استاذ	علم النفس التربوي	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
4.	د. علي يوسف	أستاذ	الكرة الطائرة	جامعة بغداد - مديرية

الانشطة الطلابية				
كلية التربية – جامعة بابل	علم النفس التربوي	أستاذ	د. حسين ربيع	5.
كلية التربية – جامعة بابل	علم النفس التربوي	أستاذ	د. فاهم حسين الطريحي	6.
كلية التربية – جامعة بابل	علم النفس وتربية التفكير والابداع	أستاذ	د. كاظم عبد نور	7.
كلية التربية الرياضي – جامعة بابل	علم النفس الرياضي	أستاذ	د. عامر سعيد الخيكاني	8.
كلية التربية الرياضية – جامعة بابل	الكرة الطائرة	أستاذ	د. ناهدة عبد زيد	9.
كلية التربية الاساسية – جامعة بابل	علم النفس	أستاذ	د. عبد السلام جودت	10.
كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد	الكرة الطائرة	أستاذ مساعد	د. طارق حسن رزوقي	11.
كلية التربية الرياضية – جامعة الكوفة	علم النفس الرياضي	أستاذ مساعد	د. نزار النفاخ	12.
كلية التربية الرياضية – جامعة بابل	الاختبار والقياس	أستاذ مساعد	د. حيدر عبد الرضا	13.