

تركيز الانتباه وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك
جامعة بغداد / كلية اللغات / قسم النشاطات الطلابية
قبول البحث ٢٠٢١/٩/١٦ **استلام البحث ٢٠٢١/٦/٣٠**

ملخص البحث

يهدف البحث الى :

١- التعرف على العلاقة بين ترکیز الانتباه وأداء بعض المهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك
 اما فرض البحث فكان وجود علاقة ارتباط بين ترکیز الانتباه وأداء بعض المهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك اشتمل البحث على (١٣) لاعب يمثلون منتخب نادي امانه بغداد الرياضي في الجمانتك للموسم الرياضي ٢٠٢٠-٢٠١٩ وقد تم اختيار العينة بالطريقة العدمية اما عينة البحث فقد بلغت (١٠) لاعبين (٣) لاعبين مثلوا ١ التجربة الاستطلاعية استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ذات العلاقات الارتباطية وهو يتلاءم وطبيعة مشكلة البحث .
 وتم اختيار اختيار التصميم بوردن - لقياس ترکیز لانتباه وتم تحديد الاختبارات المهاريه الأساسية على (جهاز المتوازي)وكاتي(الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا .الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا .من وضع التعلق على العارضة العليا مرحلة الجسم خلفاً لعبور العارضة السفلی .
 وتم اجراء التجربة الاستطلاعية من (٣) لاعبين وقامت الباحثة بتطبيق الأسس العلمية بأستخدام منظومة البرامج الجاهزة (SPSS) لأستخراج نتائج البحث وبعد عرض النتائج ومناقشتها تم التوصل الى الاستنتاجات التالية : وجود علاقة ارتباط معنوية بين ترکیز الانتباه وأداء بعض المهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك
الكلمات الافتتاحية (تركيز الانتباه- مهارات على جهاز المتوازي - لاعبي الجمانتك)

Focus of attention and its relationship to performing some basic skills on the parallel device in the gym for beginners

Tahreer Ibrahim Ismail Mohammed Saleh

University of Baghdad / Faculty of Languages / Department of Student Activities

Abstract

The research aims at exploring the relationship between focusing attention and performing some basic skills on the parallel device of gymnasts

The hypothesis of the research is a correlation between focusing attention and performing some basic skills on the parallel device of the gymnasts.

The sample of the research includes (13) players representing the Baghdad Secretariat Sports Club team in Gymnastics for the 2019-2020 sports season, selected in the intentional manner. Three players of the sample represent the pilot experiment. The descriptive approach is used because it greatly fits the nature of the problem of the research. Borden's Design has been used for measuring the focus of attention, and the basic skill tests have been determined on the balance beam and Katie based on the lower crossbar, snatching the two men to move to the upper crossbar.

The pilot experiment is conducted by (3) players. The system of ready-made programs (SPSS) has been used by the researcher to extract the results of the research. Results of the research have been presented and discussed. The research comes up with some conclusions. There is a significant correlation between focusing attention and performing some basic skills on the parallel device of the gymnasts

Key words: (focus of attention - basic skills – gymnastic

١- المقدمة:

لقد شهد العالم تطويراً ملماً في جميع المجالات الرياضية وحقق في هذا المجال خطوات واسعة وكبيرة ساهمت في رفع مستوى الأداء الفني وتحقيق الإنجاز فيها ودرجة كبيرة من الإبداع . وإن سبب هذا التقدم يعود إلى الجهد الكبير الذي بذلها الخبراء والمختصون والمدربين في وضع الأسس والقواعد العلمية في أعداد اللاعبين بعد أن أخذت الألعاب الرياضية مكانها من هذا التطور وخاصةً الجمانتك .

بعد الانتباه احد الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية إذ بدونه لا يستطيع الفرد أن يعي أو يتذكر أو يتخيل أو يفكـر . فالانتباه شرط هام ليتعرف الإنسان على البيئة وتكيفـه معها والاتصال بها . "والانتباه هو عملية إرادية لتوجيهـه الشعور وتركيزـه نحو جهة معينة" (١. ٢٤١).

ويرغم من أن الانتباه ظاهرة عامة في البيئة المحيطة بالفرد إلا أنه يختلف إلى حد كبير في البيئة الرياضية وان كل نشاط يحتاج إلى هذه المظاهر لكن بدرجات متفاوتة وعندما يؤدي الرياضيين مهارتهم الحركية يحتاج إلى حالة من الانتباه والتركيزـ لأنهم يحصلون على نتائج إيجابية في أدائهم .

والجمانتك احد الألعاب الفردية التي تحتاج إلى درجة عالية من تركيزـ الانتباه في اداء مهاراتها والتي تسـاهم بشكل مباشر في تحسـين مستوى اللاعب وان تـشتـتـ أفـكارـ الـلـاعـبـ وـضـعـفـ تركـيزـ تـعدـ منـ الصـعـوبـاتـ التـيـ تـؤـثـرـ فيـ دـقـةـ الأـدـاءـ .

ولما كانت رياضة الجمانتك تتميز بصعوبة مهاراتها ، فمن هنا تـبرـزـ أهمـيـةـ درـاسـةـ تركـيزـ الـانتـبـاهـ والتـيـ منـ خـلـالـهـ تـحدـدـ مـدـىـ إـمـكـانـيـةـ أـدـاءـ مـخـلـفـ مـهـارـاتـهـ بـنـجـاحـ .ـ لـذـكـ وجـبـ عـلـىـ المـدـرـبـ انـ يـجـيدـ اـخـتـيـارـ المـثـيرـاتـ التـيـ تـحـفـزـ الـلـاعـبـ عـلـىـ تـركـيزـ الـانتـبـاهـ ،ـ وـعـلـىـ الـعـكـسـ مـنـ ذـلـكـ ،ـ فـكـثـيرـاـ مـاـ يـفـشـلـ الـلـاعـبـ فـيـ تـحـقـيقـ مـسـتـوـيـاتـ أـفـضـلـ فـيـ الـادـاءـ ،ـ وـذـلـكـ بـسـبـبـ دـمـرـتـهـ عـلـىـ تـركـيزـ الـانتـبـاهـ ،ـ فـيـتـمـلـكـ الـمـلـلـ ،ـ وـيـتـأـصـلـ فـيـ نـفـسـهـ الشـرـودـ ،ـ وـتـكـونـ النـتـيـجـةـ التـرـددـ وـارـتكـابـ الـاـخـطـاءـ .

ان مهارات جهاز المتوازي (الاستناد على العارضة السفلـىـ خـطـفـ الرـجـلـينـ لـلـانـتـقـالـ لـلـعـارـضـةـ العـلـيـاـ _ـ الـاسـتـنـادـ الـرـبـاعـيـ عـلـىـ العـارـضـةـ السـفـلـىـ وـمـسـكـ العـارـضـةـ العـلـيـاـ -ـ مـنـ وـضـعـ التـعـلـقـ عـلـىـ العـارـضـةـ العـلـيـاـ مـرـجـحةـ الـجـسـمـ خـلـفـاـ لـعـبـورـ العـارـضـةـ السـفـلـىـ) تـتـطـلـبـ جـهـداـ كـبـيرـاـ وـتـركـيزـاـ وـتـوـافـقـ فـيـ الـأـدـاءـ فـيـ الـفـنـيـ لـهـ وـهـذـاـ يـعـنـيـ مـرـاعـةـ كـيـفـيـةـ تـوـصـيـلـ مـتـطـلـبـاتـ تـلـكـ الـحـرـكـاتـ لـلـاعـبـ لـلـلـعـابـ بـسـلـاسـةـ وـدـقـةـ .

ولـأـهـمـيـةـ الـانتـبـاهـ لـلـاعـبـ وـمـاـ يـحـقـقـهـ مـنـ الـفـهـمـ وـالـسـتـيعـابـ فـلـابـدـ مـنـ تـنـاـولـ هـذـاـ الـمـتـغـيرـ وـالـذـيـ طـبـقـ عـلـىـ عـيـنـةـ مـنـ لـاعـيـ الـجـمـانـسـتـكـ وـرـبـطـهـ بـعـضـ الـمـهـارـاتـ عـلـىـ جـهـاـزـ الـمـتـواـزـيـ حـتـىـ يـتـمـكـنـ الـلـاعـبـ مـنـ إـقـانـهـ وـالـعـمـلـ بـمـوجـبـهـ .

٢- الغرض من الدراسة:

وـمـنـ خـلـالـ تـجـرـيـةـ الـبـاحـثـةـ فـيـ مـجـالـ الـجـمـانـسـتـكـ كـوـنـهـ لـاعـبـ وـمـحـكـمـةـ وـمـدـرـبـةـ فـيـ هـذـاـ الـمـجـالـ لـاحـظـتـ أـنـ الـجـوـانـبـ الـعـقـلـيـةـ أـحـدـ الـإـبـاعـ الـهـامـةـ فـيـ إـحـراـزـ النـجـاحـ وـتـحـقـيقـ مـسـتـوـيـ أـفـضـلـ فـيـ الـأـدـاءـ لـلـعـابـ الـجـمـانـسـتـكـ .ـ وـيـعـتـبـرـ تـركـيزـ الـانتـبـاهـ أـحـدـ الـجـوـانـبـ الـنـفـسـيـةـ التـيـ تـؤـدـيـ إـلـىـ تـوـجـيـهـ الشـعـورـ بـاتـجـاهـ مـعـيـنـ وـأـنـ أـدـاءـ هـذـهـ الـحـرـكـاتـ عـلـىـ جـهـاـزـ الـمـتـواـزـيـ يـتـطـلـبـ قـدـرـةـ عـالـيـةـ مـنـ الـعـمـلـيـاتـ الـعـقـلـيـةـ الـأـمـرـ الـذـيـ يـتـطـلـبـ مـسـتـوـيـ عـالـيـ مـنـ تـركـيزـ الـانتـبـاهـ إـضـافـةـ إـلـىـ ذـلـكـ الـأـهـمـيـةـ الـكـبـيرـةـ لـلـانـتـبـاهـ فـيـ أـظـهـارـ جـمـالـيـةـ الـأـدـاءـ فـيـ الـجـمـانـسـتـكـ ،ـ وـتـكـمـنـ مـشـكـلـةـ الـبـحـثـ فـيـ الـإـجـابـةـ عـلـىـ السـؤـالـ التـالـيـ:ـ هـلـ تـوـجـدـ عـلـاقـةـ اـرـتـبـاطـ بـيـنـ تـركـيزـ الـانتـبـاهـ وـأـدـاءـ بـعـضـ الـمـهـارـاتـ الـأـسـاسـيـةـ عـلـىـ جـهـاـزـ الـمـتـواـزـيـ لـلـاعـبـيـ الـجـمـانـسـتـكـ؟

٣- الطريقة والإجراءات:**١-٣ مجتمع وعينه البحث:**

اشتملت مجتمع البحث على (١٣) لاعب يمثلون منتخب نادي امانه بغداد الرياضي في لعبة الجمانتك باعمر (١٤-١٢) سنة للموسم الرياضي ٢٠٢٠-٢٠١٩ وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية. اما عينة البحث فقد بلغت (١٠) لاعبين و(٣) لاعبين مثـلـواـ الـتـجـرـيـةـ الـاسـطـلـاعـيـةـ تـمـ اـخـتـيـارـهـمـ عـشـوـانـيـاـ .

٢- تصميم الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ذات العلاقات الارتباطية وهو يتلاءم وطبيعة مشكلة البحث .

٣- المتغيرات المدروسة:

تم تحديد متغير البحث المتمثلة تركيزـ الـانتـبـاهـ وـعـضـ الـمـهـارـاتـ عـلـىـ جـهـاـزـ الـمـتـواـزـيـ لـلـاعـبـيـ الـجـمـانـسـتـكـ

٤- الاختبارات المستخدمة:

٣-٤-١ تم استخدام اختيار تركيز الانتباه من تصميم (بوردن) * (٢ : ١٠٤) وهي عبارة عن استماراة تحتوي على (٣١) سطرا من الأرقام العربية يحوي كل سطر على (٤٠) رقم فبذلك يحتوي الاختبار على (١٢٤٠) رقما وتكون الأرقام في كل سطر من مجموعات موضوعية بطريقة متقدمة وتكون كل منها من (٥-٣) أرقام مختلفة التوزيع والترتيب لضمان عدم حفظها من قبل اللاعب . وقد طبقت على عينة البحث بعد ان تم عرضها على عدد من الخبراء والمحترفين في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي والجنسناتك لتحديد الاختبارات الملائمة .

١-١-٤-٣ مكونات الاختبار:

يتكون اختبار تركيز الانتباه (شبكة هاريس) من (١٠٠) فقرة وتكون هذه الأرقام موزعة بشكل عشوائي وغير مرتبة تبدأ بالصفر وتنتهي برقم (٩٩) ومدة الاختبار لهذا المقياس (دقيقة واحدة) ويطبق الاختبار مرتين المرة الأولى أثناء الهدوء والمرة الثانية بوضع مصدر مشتت (صوت وضوضاء عالية) وتكون الأرقام جميعها مكون من رقمين مثلا (٠١) (٠٢) وتستطيع عمل نسخ متعددة من شبكة التركيز وذلك عن طريق تغيير أرقام الشبكة .

٢-١-٤-٣ طريقة تطبيق المقياس

يتم شرح الاختبار للطلاب المختبرات عن طريق ملاحظتهم لدقة المقياس وكالاتي: انظر الى الاختبار الذي بين يديك بحيث تلاحظ الأرقام بشكل جيد وحاولي ان تبحث عن الأرقام المطلوب شطها وذلك بوضع اشارة (صح) على الأرقام التي تجدينها ويكون التأشير بالقلم الرصاص ، وعلى اللاعب ان يراعي الدقة والسرعة قدر الامكان. ومع كلمة ابداً وبتوقيت ساعة إلكترونية (لحساب الزمن) الذي هو دقيقة واحدة يقوم اللاعب بشطب الأرقام وهي تبدأ من الرقم (١٧) وتنتهي بالرقم اقل من (٦٥) . وعند انتهاء الزمن المحدد وبكلمة (قف) يقوم اللاعب بوضع اخر علامة على الرقم الذي وصلت إليه وتسليم ورقة الاختبار . هذا في وقت الهدوء ونفس التطبيق الأول وبنفس الملاحظات تؤدي في وقت التشتت وذلك بوضع جهاز خاص (استخدمت الباحثة الموبایل) يحتوي على صوت عالي يحاول ان يحدث ضوضاء في مكان تشتت اللاعب مع كلمة ابداً يأخذ اللاعب استماراة الاختبار وتبدأ بعملية الشطب ونفس الوقت يكون تشغيل (اصوات عالية بواسطة الموبایل) الذي يغير كل (٥) ثوان الصوت بصوت اخر وهو موضوع على منضدة بحيث يكون مستوى الصوت على مسافة (١) متر من مكان تطبيق الاختبار .

٣-١-٤-٣ تصحح الاختبار

يتم احتساب النتائج اللاعبين عن طريق احصاء الأرقام التي قام اللاعب بشطها بالطريقة الصحيحة وبشكل متالي في غضون فترة الدقيقة الواحدة المحددة لإجراء الاختبار ، حيث يتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب في الاستمارة فكلما ارتفعت درجة اللاعب كلما دل ذلك على قدرة اللاعب على تركيز الانتباه ، وبالترتيب كلما انخفضت درجة اللاعب دل على قلة تركيز الانتباه لديها ، وتحسب الدرجة في كل الحالتين أثناء تركيز الانتباه وتشتت الانتباه .

٣-٤-٣ تحديد بعض المهارات الأساسية على (جهاز المتوازي):

اعتمدت الباحثة على تحديد بعض المهارات على جهاز المتوازي حيث ان هناك سلسلة تؤدي على جهاز المتوازي وتكون هذه السلسلة من الحركات والمهارات وقد تم اختيار المهارات التالية بحسب اراء الخبراء والمحترفين ^١ وكاتي:

- ١- الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا .
- ٢- الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا .
- ٣- من وضع التعلق على العارضة العليا مرحلة الجسم للانتقال لعبور العارضة السفلی .

٣-٥ التجربة الاستطاعية :

تعد التجربة الاستطاعية من المسائل المهمة في إجراء اي بحث حيث تمثل (تجربة مصغرة للتجربة الرئيسية و يجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها التي تكون فيها التجربة الرئيسية حتى يمكن الأخذ بالنتائج وكذلك من اجل التعرف على المعوقات التي قد ترافق الباحث لتجاوزها (٣ : ٩٥) وقد تم اختيار (٣) عشوائيا من عينة المجتمع الاصلي. وقد تم تطبيق التجربة الاستطاعية

الخبراء:

- / أ.د. زينب حسن فليح / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية / علم النفس الرياضي .
 أ.د. مها صبرى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة كركوك / علم النفس الرياضي ./ جنسناتك
 أ.م. د. فريال يونس / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية / جنسناتك
 أ.د. سعد عباس الجنابي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة تكريت / علم النفس الرياضي .
 مدرب الفريق الاستاذ احمد سكران

يوم الاثنين الموافق ١١/٤/٢٠١٩) وتم تطبيق مقياس تركيز الانتباه والمهارات قيد البحث على عينة التجربة الاستطلاعية من أجل التأكيد من مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث والوقف على مدى كفاءة وصلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة . تجاوز الأخطاء التي تحدث عند تنفيذ الاختبارات و الوقت المستغرق لإجراء الاختبارات وتشخيص السلبيات والمعوقات التي قد تواجه الباحثة .

٦-٣ الأسس العلمية للاختبارات:

للغرض التعرف على النقل العلمي للاختبارات الخاصة بالبحث قامت الباحثة بإيجاد الأسس العلمية (الصدق، الثبات، الموضوعية) وكما يأتي:

٦-٣-١ الصدق:

لأجل التعرف على صدق الاختبارات من خلال نتائج العينة التي ظهرت بالتجربة الاستطلاعية فقد تحققت الباحثة من صدق المحتوى الذي " هو قياس لمدى تمثيل الاختبار للنواحي أو المكونات المختلفة للجانب المراد قياسه " (٤: ١٠٣) وذلك من خلال :

٦-٣-١-١ الصدق الظاهري:

ويبين هذا النوع من الصدق بالفحص لمحتويات الاختبار من لجنة من المختصين والخبراء لتقويمها في مدى مطابقتها للغرض الذي وضعت من أجله (٣: ١٩٨)

٦-٣-٢ الصدق العيني:

يتطلب هذا النوع من الصدق تحديداً للمجال أو الموضوعات التي يغطيها الاختبار، وكلما كانت هذه الموضوعات أكثر تحديداً فسوف يكون الصدق العيني أعلى، ويركز هذا النوع من الصدق على عدد الاختبارات، بينما يركز الصدق الظاهري على محتوى الاختبارات بصرف النظر عن عددها " (٥: ١٩٨) .

وقد تحققت الباحثة من صدق المحتوى بنوعيه الظاهري والعيني عند بداية إجراءات البحث بعد تحديد الاختبارات التي عرضت على الخبراء والمختصين لغرض التعرف على صدق هذه الاختبارات.*

٦-٣-٣ الثبات:

ولمعرفة درجة الثبات التي تعد هي درجات الاختبار التي لا تتأثر بتغيير العوامل أو الظروف الخارجية، وهذا يعني دلالة الاختبار على الأداء العقلي أو الحقيقي للفرد مهما تغيرت الظروف . (٦: ١٦).

وقد استخدمت الباحثة طريقة طرفية معامل الفاکرونباخ، وبعد هذا النوع أكثر مقياسات الثبات شيوعاً لأنه يدعى بالتجانس الداخلي وهو يشير إلى قوة الارتباط بين الاختبارات . (٧: ٦١) وقد اعتمدت الباحثة على درجات الاختبارات لعينة البحث والبالغ عددهم (١٠)، لاعبين ويبين الجدول (١) معامل ثبات الفاکرونباخ لاختبارات البحث.

جدول (١)

يبين ثبات الاختبارات قيد البحث

معامل الفاکرونباخ	المتغيرات
٠.٨٤	اختبار تركيز الانتباه
٠.٨٩	الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا .
٠.٨١	الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا .
٠.٩٢	من وضع التعلق على العارضة العليا مرحة الجسم خلفاً لعبور العارضة السفلی .

٦-٣-٣ الموضوعية:

إن موضوعية الاختبار " هي عدم اختلاف المقدرين بالحكم على شيء ما أو على موضوع معين و درجة الاتفاق بين الخبراء والمختصين والابتعاد عن الآراء الذاتية، وان الاختبار ذو الموضوعية الجيدة " هو الاختبار الذي يبعد الشك وعدم الموافقة من قبل المختبرين عند تطبيقه " (٨: ٦٤) وان الاختبارات المستخدمة في هذا البحث واضحة وذو مفردات سهلة وبسيطة وبعيدة عن التقويم الذاتي والاجتهاد، ولهذا تعد هذه الاختبارات المستخدمة بالبحث ذات موضوعية عالية.

٧-٣ التجربة الرئيسية:

قامت الباحثة بتوزيع مقياس (تركيز الانتباه) على عينة البحث بعد شرح تفاصيل كل اختبار وبعد جمع الاستمرارات الخاصة تجمع الاختبارات ثم تفريغ البيانات اعتماداً على مفتاح اختبار المعادلة لحساب الدرجات - وبذلك حصلت الباحثة على الدرجات

نتائج لهذه الاختبارات وبعد ذلك أجراء المعالجات الإحصائية وارتباط بمظاهر الانتباه لبعض المهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك في نادي امانة بغداد الرياضي . وأجرت الباحثة الاختبارات المهارية على جهاز المتوازي على وفق قواعد القانون الخاص بها .

٣ - ٨ الوسائل الأحصائية

تم استخدام منظومة البرامج الاحصائية SPSS لاستخراج نتائج البحث وكما يلي : - (النسبة المئوية . - الوسط الحسابي . - الانحراف المعياري . - اختبار (ت) للعينات المستقلة . - الارتباط البسيط لبيرسون . معامل الفاکرونباخ)

٤- النتائج :

٤-١ عرض نتائج اختبار تركيز الانتباه للاعبين الجمانتك .

جدول (٢)

يبين نتائج اختبار تركيز الانتباه للاعبين الجمانتك

الاختبار	درجة	وحدة القياس	المعالم الاحصائية
تركيز الانتباه	٨.٥٠	س	١.٦٦ ع

من خلال الجدول (٢) نجد ان قيمة الوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه قد بلغ (٨.٥٠) بانحراف معياري بلغ قيمته (١.٦٦) مما يدل على تمنع عينة البحث بدرجة عالية من تركيز الانتباه .

٤-٢ عرض نتائج اختبار المهارات الأساسية بجهاز المتوازي للاعبين الجمانتك .

جدول (٣)

يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري للمهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك

المعالم الاحصائية	المعالجات الاحصائية			المتغيرات
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	
الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا.	١.٧١	٧.٣٢	درجة	
. الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا	١.٨٢	٧.٥٤	درجة	
الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا من وضع التعلق على العارضة السفلی.	١.٨٩	٧.٠٩	درجة	

من خلال الجدول (٣) نجد ان قيمة الوسط الحسابي لاختبار مهارة الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا قد بلغ (٧.٣٢) بانحراف معياري بلغ قيمته (١.٧١) اما مهارة الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا فقد بلغ الوسط الحسابي (٧.٥٤) بانحراف معياري بلغ قيمته (١.٨٢) واخيرا بلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا من وضع التعلق على العارضة السفلی (٧.٠٩) بانحراف معياري (١.٨٩) .

٤-٣ عرض وتحليل العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض مهارات جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك

جدول (٤)

يبين العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض مهارات جهاز المتوازي للاعبين الجمانتك

المتغير	المهارة	المعالجات الاحصائية	معامل الارتباط
تركيز الانتباه	الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضة العليا		٠.٦٧
	. الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا		٠.٧٨

٧٠	الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا لعبور العارضة السفلی.	الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا لعبور العارضة السفلی.
----	---	---

نجد من خلال الجدول (٤) ظهرت لنا علاقة ارتباط قوية بين تركيز الانتباه وبعض مهارات جهاز المتوازي للاعبى الجمнаستك .

٤- مناقشة النتائج:

من خلال الجدول (٤) والذي يبين علاقة الارتباط الدالة احصائياً بين تركيز الانتباه وبعض مهارات جهاز المتوازي للاعبى الجمнаستك وهي مهارة الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا و الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا والاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا من وضع التعلق على العارضة العليا مرحجة الجسم خلفاً لعبور العارضة السفلی .

وتعزو الباحثة سبب وجود العلاقة ان تركيز الانتباه ان تركيز الانتباه دوراً مهماً في تنفيذ متطلبات الأداء المهاري المناسب إذ أن الانتقال من مكان لآخر في المهارة يتطلب تركيزاً عالياً وأدراك التقييم المكاني للحركة. وأن تركيز الانتباه واحد من البواعث المهمة المؤدية إلى ربط مختلف العناصر الحركية المستقلة في الوحدة الكلية للأداء المهاري "أن المهارات الحركية على جهاز المتوازي تتباين في متطلباتها الأدراكيه على وفق طبيعتها الأدائية ودرجة تركيز الانتباه عند اللاعب. (١ ، ٩٧ :).

وترى الباحثة ان الأهمية الكبيرة التي يشكلها تركيز الانتباه في رياضة الجمнаستك ومهاراتها المركبة يوفر مناخاً ملائماً لتأدية المهارات الأساسية بشكل أفضل يعد الانتباه من الوظائف المهمة للجهاز العصبي المركزي وينشأ من تأثير مستقبلات حسية خاصة بالعضلات والأوتار والأربطة والمفاصل فتتزوّد المراكز الحسية بالدماغ معلومات لذا فهي تؤثر على الطبيعة الأدائية للمهارات. "ان أعطاء المهارات القدرة الكافية من تركيز الانتباه وفي الوقت المناسب يساعده في تطوير أداء المهارات الأساسية لجميع الالعاب واتقانها" (١٠ ، ٦٧ :).

وعلى الرغم من كون تركيز الانتباه يعد من العناصر الفردية والتي تتباين من شخص لآخر إلا أنه يشكل عنصراً جاماً للعديد من المهارات المؤدية في رياضة الجمнаستك وبالتحديد جمнаستك الأجهزة بصفته أداءً حركياً يرتبط بأدائه (جهاز) وبالتالي فإن ترك الأدلة أو الرجوع إليها والطلوع عليها أو النزول منها يضيف نوعاً من التعقيد إلى العمل الحركي ، وأن تطور تلك العمليات العقلية يسهم في تحسين الأداء .

ويرى مونرو ، ١٩٩٣ نقلأً عن محمد علاوي" إن لتركيز الانتباه التي تتولد عن طريق تنمية الإحساس العضلي - الحركي" أهمية كبيرة حيث تحسن درجة الأداء بناءً على هذه الخبرة فكلما زادت هذه الخبرة زادت درجة الأداء (١٠ : ٥٦) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات :-

٥-١- الاستنتاجات:-

في ضوء النتائج التي حصلت عليها الباحثة استنتج ما يأتي:-

- ١- وجود علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه وأداء بعض المهارات الأساسية على جهاز المتوازي للاعبى الجمнаستك
- ٢- وجود علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه وأداء مهارة - الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا .

- ٣- وجود علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه وأداء مهارة الاستناد الرباعي على العارضة السفلی ومسك العارضة العليا
- ٤- وجود علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه وأداء مهارة الاستناد على العارضة السفلی خطف الرجلين للانتقال للعارضه العليا من وضع التعلق على العارضة العليا مرحجة الجسم خلفاً لعبور العارضة السفلی .

٥-٢/ التوصيات:-

في ضوء النتائج التي ظهرت توصي الباحثة بما يأتي :-

- ١- التأكيد على تطوير مظاهر الانتباه من خلال الوحدات التدريبية لوجود علاقة بين هذه المظاهر واداء المهارات الأساسية بالجمناستك .

- ٢- التأكيد على اجراء بحوث ودراسات شاملة ترکز على جميع مظاهر الانتباه وربطها بمتغيرات اخرى
- ٣- الاعتماد على اختبار تركيز الانتباه كأحد الأسس المعتمدة في اختبار اللاعبين في لعبة الجمнаستك

المصادر:-

- ١- علي الامير - *فسلجة النفس* ، ط١/ ، بغداد . دار الشؤون الثقافية العامة ٢٠٠٢
- ٢- احمد سليمان عودة وفتحي حسن ملکاوي؛ أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية: (عمان، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، ١٩٩٧) .
- ٣- قيس ناجي،سطوسي احمد . الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧

- ٤- نادية محمد زكي . أثر برنامج مقترح لتنمية كل في الأحساس "العضلي - الحركي" والأحساس البصري على مستوى أداء الوثب الطويل ، (أطروحة دكتوراه) ، الاسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩
- ٥- صديق طولان ، وأخرون : العلاقة بين الأحساس العضلي - الحركي والاحساس البصري وبين مستوى الأداء الفني لنمرين الشفالية الأمامية على اليدين في رياضة الجمباز ، القاهرة : (بحث منشور) بمجلة المعهد العالي للصحة العامة ، ١٩٨٥
- ٦- احمد عمر سليمان . القدرات الأدراكية - الحركية للطفل ، قطر : دار الفكر ، ١٩٩٥ ، ساهره عبد الله فياض: بناء مقياس مفهوم الذات لتلاميذ المرحلة الابتدائية: (رسالة ماجستير، كلية التربية - ابن الرشد، جامعة بغداد، ١٩٨٦).
- ٧- محمد لطفي طه . أثر ممارسة رياضة الجمباز على (نمو) الأحساس "العضلي - حركي" والأحساس البصري لدى تلاميذ المرحلة الأعدادية بحي وسط الأسكندرية ، بحث منشور ، القاهرة : مجلة المعهد العالي للصحة العامة ، ١٩٨٢ .
- ٨- محمد حسن علاوي ، باسمة كامل البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة دار الفكر العربي، ١٩٩٩ .
- ٩- رعد رمضان احمد الداغستاني؛ تأثير تمارين تركيز وتحويل الانتباه لتطوير أداء بعض المهارات الأساسية للاعب بسلاح الشيش ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٤ .
- ١٠- عدنان هادي موسى؛ علاقة بعض القدرات العقلية بفن الاداء المهاري ومستوى الانجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات اندية القطر للدرجة الاولى . رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، ٢٠٠٤ .

ملحق (١) اختبار ترکيز الانتهاء

ملاحة

بيان استمارة اختبار (بـ دونـ انفسموفـ للانتسـاءـ)