



جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

إعداد

أحمد عوده مفضي المعاينة

إشراف

الدكتور معن أحمد محمود الشعلان

المشرف المشارك

الأستاذ الدكتور زين العابدين محمد بني هاني

رسالة مقدمة إلى كلية الدراسات العليا استكمالاً
لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير
في التربية الرياضية/ قسم التربية الرياضية

جامعة مؤتة، 2022

الآراء الواردة في الرسالة الجامعية لا تعبر
بالضرورة عن وجهة نظر جامعة مؤتة



قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب
احمد عوده مفضي المعايطة
تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشني كرة اليد في الأردن
والموسومة بـ:

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة
الماجستير في التربية الرياضية
التخصص: التربية الرياضية
في تاريخ 2022/08/17

من الساعة 10 إلى الساعة 12 قرار رقم

التوقيع

أعضاء اللجنة:

مشرفاً ومقرراً
عضواً
عضواً
مشرف مساعداً
عضواً خارجياً

د. معن أحمد محمود الشعلان
أ.د حسن طلال احمد الطويل
د. عصام ناجح قاسم ابو شهاب
أ.د زين العابدين محمد علي بني هاني
د.محمود عايد علي حتامله

عميد كلية الدراسات العليا

أ.د مخلص سليمان الطراونة



الإهداء

إلى والدي.. السند العظيم، عمود بيتنا الذي لا يميل، الذي زرع في نفسي بذرة الدين والخلق والعزم والإصرار وفتح أمامي مجال العلم حفظه الله ورعاه.

إلى من ربنتي في الصغر، وسهرت على راحتني، وكانت خير معين لي بعد الله -عز وجل- بدعائها ودعمها، إلى الإنسانية الحنونة التي حظيت بشرف أمومتها، إلى أمي العزيزة لا حرمني الله برها ودعاءها، وجعل ما قدمته في ميزان حسناتها .

إلى السند والعضد والساعد أخي وأخواتي أؤف لكم الإهداء حبا ورفعة وكرامة

إلى كل من علمني حرفا إلى كل من ساندني ولو بابتسامه

الباحث

أحمد المعايطه

الشكر والتقدير

" وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ " صدق الله العظيم (سورة النمل: آية 19)

الرحمان الرحيم الواهب الكريم الحليم العليم والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين سيدنا محمد وعلى اله وصحبه وسلم ومن اهتدى بهدية إلى يوم الدين وبعد.....

اسجد لله حمدا وشكرا وتعظيما الذي هداني ويسر لي امري ومنحني العزم والصبر وحبب لي البحث العلمي وأعانني على انجاز هذا العمل العلمي المتواضع حتى وما توفيقى إلا بالله الذي علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم .
وإهداء بهدي النبي صلى الله عليه وسلم في قوله "من لا يشكر الناس لا يشكر الله " .

فمن هنا اغتتم هذه الفرصه كي أتقدم بجزيل الشكر والامتنان والعرفان إلى كل من أفاض على حبه فأثمر ذلك وساهم في غرس بذور هذه العمل المتواضع حتى ظهر إلى النور واخص بالشكر والدي ووالدتي الذي هم نبع الحنان والعطاء .
أتقدم بجزيل الشكر والعرفان لأستاذي الفاضل الدكتور معن أحمد الشعلان والاساذ الدكتور زين العابدين محمد بني هاني لتفضلهم بالإشراف على هذه الدراسة، وتقديمهم النصح والإرشاد لإخراج هذه الدراسة إلى النور، فجزاه الله عني كل خير، كما لا يسعني إلا إن أتقدم بالشكر والعرفان للأساتذة الأفاضل الأستاذ الدكتور حسن طلال أحمد الطويل والدكتور عصام ناجح ابو شهاب والأستاذ الدكتور محمود عايد علي الحتامه الذين تكرموا بتحكيم هذه الدراسة .

كما وأتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى جامعة مؤتة ممثلة في عمادة الدراسات العليا التي أتاحت لي الفرصه لإكمال دراستي والشكر الموصول للاتحاد الرياضي لكره اليد على مساعدتي وتسهيل مهمتي للدراسة .

الباحث

أحمد المعايطه

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	الإهداء
ب	الشكر والتقدير
ج	قائمة المحتويات
هـ	قائمة الجداول
و	قائمة الملاحق
ز	الملخص بالعربية
ح	الملخص باللغة الإنجليزية
1	الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها
1	1.1 مقدمة الدراسة
3	2.1 مشكلة الدراسة
4	3.1 أهمية الدراسة
5	4.1 أهداف الدراسة
5	5.1 فرضيات الدراسة
5	6.1 مصطلحات الدراسة
5	7.1 محددات الدراسة
6	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
6	1.2 الإطار النظري
17	2.2 الدراسات السابقة
21	2.3 التعليق على الدراسات السابقة
25	الفصل الثالث: المنهجية والتصميم
25	1.3 منهج الدراسة
25	2.3 مجتمع الدراسة
25	3.3 عينة الدراسة
26	4.3 أدوات الدراسة

الصفحة	المحتويات
26	5.3 الاختبارات المستخدمة في الدراسة
29	6.3 متغيرات الدراسة
29	7.3 المعالجات الإحصائية
30	الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات
30	1.4 عرض النتائج ومناقشتها
33	2.4 الاستنتاجات
33	3.4 التوصيات
34	المصادر والمراجع
38	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوانه	الرقم
25	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة الدراسة حسب متغيري الوزن والطول	1.
25	وصف عينة الدراسة تبعا لمتغيري تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد (ن=76)	2.
28	معامل ارتباط بيرسون بين التطبيق وإعادة التطبيق لاختبارات الدراسة والمتمثلة بـ.	3.
30	نتائج معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن	4.
30	معامل التحديد لتحديد مدى مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن	5.
31	قيمة ف للكشف عن معنوية مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن	6.
31	مكونات معادلة خط الانحدار لمدى مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن	7.

قائمة الملاحق

الصفحة

عنوانه

الرمز

39

قائمة المحكمين

أ.

المخلص

تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

إعداد: أحمد المعاينة

جامعة مؤتة، 2022

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى درجة تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن، وتم استخدام المنهج الوصفي، تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية وتكونت من (76) لاعباً من ناشئي كرة اليد في الأردن للموسم الرياضي 2022/2021 ، وتم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه واختبار دقة التصويب كأدوات لجمع البيانات، واستخدم المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، معامل ارتباط بيرسون، معامل التحديد كأساليب إحصائية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط ايجابية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن، التأكيد على المدربين ضرورة التركيز على الاعداد النفسي بشكل عام وتركيز الانتباه بشكل خاص من اجل تطوير دقة التصويب للاعبين .

الكلمات المفتاحية: تركيز الانتباه، دقة التصويب، ناشئي كرة اليد.

Abstract

Focusing attention and its relationship to shooting accuracy among junior handball players in Jordan

**Prepared by: Ahmed Al-Maaytah
Mutah University, 2022**

This study aimed to identify the degree of concentration of attention and its relationship to the accuracy of shooting among junior handball players in Jordan, and the descriptive approach was used. The attention focus network and the shooting accuracy test as tools for data collection, and using the arithmetic means, standard deviation, Pearson correlation coefficient, coefficient of determination as statistical methods. The results of the study showed a positive correlation between the degree of concentration of attention and accuracy of shooting among handball juniors in Jordan, and the study recommended emphasizing coaches using the determination equation that was found in the study when selecting handball juniors.

Keywords: concentration of attention, accuracy of shooting, handball juniors.

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 مقدمة الدراسة:

إن التفوق الرياضي والوصول إلى المستويات الرياضية يعتمد على الارتقاء بمجموعة من العناصر البدنية والمهارية والخططية والنفسية، ويعد العامل النفسي من العوامل المهمة التي يعتمد عليها التدريب والانجاز الرياضي، فعلم النفس الرياضي في عصرنا الحالي يعتبر احد الركائز الأساسية في التدريب الرياضي والذي يسهم بقدر كبير في تنمية وتطوير مستويات اللاعبين.

وقد اشار روبينز (Robbins, 2006) بأن العامل النفسي يؤثر في تحديد نتيجة جهد اللاعبين اثناء المنافسات الرياضية لتحقيق الفوز وتسجيل الأهداف فإذا أتيح للاعبين فرصة وأخذ الوقت الكافي للتدريب على المهارات النفسية والانتظام في التدريب على المتطلبات الفنية المرتبطة بنوع النشاط الرياضي الممارس سوف يكون هناك استقرار في مستوى الاداء الذي يقترب من أقصى قدرات اللاعبين.

ويعد الانتباه أحد 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 أحد مظاهر الانتباه المهمة والذي له دور فاعل في التهيؤ والاستعداد قبل الأداء، لذلك يتم توجيه اللاعب إلى تركيز الانتباه واليقظة، إذ يمثل فقدان الانتباه أحد العوامل الرئيسية في الأداء الضعيف والذي يؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة، إذ أن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام والوعي والتحكم في مهاراته الحركية (سعيدى وبن شرنين، 2020).

يرتبط الانتباه بالاداء الحركي ويعتبر التركيز أحد مكونات الانتباه المهمة وله دور فاعل في الاستعداد والتهيؤ قبل تنفيذ الاداء المهاري وبناء عليه تتحدد دقة تنفيذ المهارة وهذا بدوره يتطلب من اللاعبين التدريب المستمر على تطوير العمليات العقلية

والصفات النفسية لأنه زيادة درجة اتقان الاداء المهاري لا يرتبط فقط بالتدريب البدني والمهاري بل يرتبط ايضاً بقدرة اللاعبين على تركيز انتباههم (مغايرة، 2018).

أن تركيز الانتباه له دور جوهري يدركه الرياضيون والمدربون على أنه شرط أساسي للإنجاز الرياضي كما أن الافتقار للتركيز واحد من المشكلات المهمة في الرياضة سواء الترويحية أو التنافسية لأنه يؤدي لحدوث الأخطاء اثناء الاداء (مصطفى، 2007).

ويشير ميغيل وديف (Miguel & Dave, 2002) ألى ان التركيز من اهم المهارات العقلية لأنه أثناء الاداء يكون مجال انتباه اللاعبين على البيئة المحيطة سواء الخارجية أو الداخلية فالتركيز السيء على الاشياء الغير مرتبطة بالاداء يشتم انتباه اللاعبين ويفقدهم التركيز فالتركيز هو مفتاح تحكم اللاعب في الجانب الانفعالي الخاص به ويساعده على توجيه افكاره على الاساسيات المرتبطة بالاداء.

كما ويشير علاوي (1997) بأن تركيز الانتباه حالة موجودة وجوهية يدركها كل الرياضيين على أنها شرط أساسي للإنجاز الرياضي الجيد، فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادرًا على التوافق البدني والانفعالي والعقلي وتركيز هذه العوامل لتكون كافة الأمور في متناول اليد لغرض الإنجاز الرياضي.

ويرى شيمدت ولي (Schmidt & Lee, 2011) أن تركيز الانتباه هو القدرة على تمركز بؤرة الاهتمام على الرموز المناسبة في البيئة والمحافظة على تلك البؤرة أثناء المنافسة الرياضية، والاحتفاظ بهذا التمرکز لفترة زمنية تحقق امتلاك الوعي الإدراكي المؤقت. واللاعبين قد يتعرضون لمواقف كثيرة خلال المباريات وهذا يتطلب الزيادة في تركيز الانتباه من أجل الوصول لسرعة الاستجابة والقيام بالواجبات الحركية المطلوبة بالوقت المناسب فعملية تشتيت الانتباه وفقدان التركيز قد يؤدي لاختأ فنية وتكتيكية خلال الاداء الحركي (jim & Gregory, 2005)

تعد كرة اليد من الألعاب السريعة جدا سواء في تمرير الكرة أو تصويبها وبما أن عدد الأهداف هو الحد الفاصل في حسم المباراة، وجب على الفرق إعطاء مهارة التصويب أهمية خاصة تفرد بها عن باقي المهارات الأساسية (درويش، 2002).

إن غرض كرة اليد هو إصابة الهدف ويعتبر التصويب الحركة النهائية لكافة الجهود المهارية والخطئية التي استخدمت لوصول اللاعب الى وضع التصويب الناجح على المرمى، ولكي يكمل التصويب بالنجاح ينبغي ان يقترن بالقوة والدقة العاليتين وهذا يعني ضرورة ارتباط الصفات البدنية والوظيفية والنفسية بمهارة التصويب لتكون أكثر فعالية إثناء المنافسة (سعيدى، 2015).

فالتصويب على المرمى هو التتويج النهائي لجميع خطط اللعب ويشكل الحد الفاصل بين الهزيمة والفوز لذلك يجب ان تؤدي مهارة التصويب دائما بأقصى ما يمكن من التركيز وبأقوى جهد (الشعلان والخطاطبة والرابعه، 2016).

فتركيز الانتباه له علاقة واهمية بدقة التصويب في رياضة كرة اليد وذلك لقلة المساحات المتاحة للاعبين وصغر مساحة المرمى في هذه الرياضة وبالتالي يحتاج اللاعبون لتركيز عالي عند تنفيذ مهارة التصويب. (الحوري، 2007).

ويرى الباحث أنه في كرة اليد تظهر اهمية الانتباه بصورة واضحة نظرا لطبيعة اللعبة التي تتميز بالسرعة والقوة والتركيز وكثرة المواقف المتغيرة لتعدد خططها الدفاعية والهجومية ومهاراتها الاساسية، ومن هذه المهارات مهارة التصويب التي تعد من اهم المهارات بل ان كل المهارات والخطط تصبح عديمة الفائدة اذا لم تتوج في النهاية بالتصويب ومن هنا يتطلب من العبي كرة اليد الاحتفاظ بمستوى عالي من الانتباه بمظاهره المتعددة ومنها (تركيز الانتباه) لتأثر دقة التصويب على مجريات اللعب، كما وانا لعبة كرة اليد من الالعاب الجماعية، فهي تحتاج الى الانتباه الدقيق للاعبين الذين يستمرون مع بعضهم بنفس السرعة والقوة والنشاط في الوقت والمكان المناسب لتحقيق الفوز.

2.1 مشكلة الدراسة:

إن عدم إصابة الهدف في كرة اليد قد يؤدي الى ضياع فرص سهلة للتهديف يكون الفريق بأمس الحاجة لها ويتحول الفريق من مهاجم الى مدافع اثر هذا الفشل الذي غالبا ما يؤدي إلى خسارة الفريق بخاصة عند تقارب المستوى الفريقين فلا بد من

توفير مجموعة من العناصر الأساسية لاتقان هذا الأداء والذي يمكن تطويره من خلال عملية التدريب والممارسة.

ومن خلال متابعة الباحث للبطولات المحلية لكرة اليد وبالذات ناشئي كرة اليد لاحظ خلال هذه المباريات إهدار الناشئين للعديد من الفرص سهلة التسجيل نتيجة ضعف التصويب وافتقارهم لدقة التصويب، ويرى الباحث إن عدم قيام ناشئي كرة اليد بتوجيه الكرة في حالة التصويب إلى المكان المناسب مما يؤدي إلى إهدار فرصة التسجيل الهدف وهذا يؤثر على نتيجة الفريق، وإن إهدار الفرص وعدم التسجيل من قبل اللاعبين يمكن إن يعود إلى قلة التركيز لديهم ومن خلال ما تقدم ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة للتعرف على العلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن .

3.1 أهمية الدراسة

وتكمن أهمية الدراسة في النقاط التالية:

- 1- تتعامل مع شريحة مهمة في المجتمع الرياضي وهم ناشئي كرة اليد، التي تمثل القاعدة الأساسية لمستقبل اللعبة في الأردن.
- 2- زيادة الجانب المعرفي للمدربين واللاعبين والمحيطين بالفرق بالأسس الحديثة في علم النفس الرياضي.
- 3- تركيز الانتباه من الموضوعات المهمة والحيوية التي تسهم في تنمية قدرات اللاعبين خلال الاداء المهاري وله دور مهم في تحديد نتيجة المنافسات الرياضية.
- 4- يأمل الباحث بأن تثري هذه الدراسة المكتبة العربية وتكون مرجعاً يستفاد منه من قبل الباحثين والمختصين في المجال الرياضي.
- 5- الكشف عن درجة العلاقة ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الاردن .

4.1 هدف الدراسة

هدفت هذه الدراسة التعرف الى:

العلاقة بين مستوى تركيز الانتباه ومستوى دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن.

5.1 فرضية الدراسة

هل هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن؟

6.1 مصطلحات الدراسة

تركيز الانتباه: عبارة عن تضيق الانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة، والاحتفاظ بالانتباه نحو تلك المثيرات. (راتب، 2000)

دقة التصويب: قدرة ناشئي كرة اليد على توجيه الكرة نحو المرمى المقسم في المكان المحدد لأحراز أعلى نتيجة ممكنة على اختبار دقة التصويب، (اجرائي).

7.1 محددات الدراسة

1. **المحدود الجغرافي:** المملكة الاردنية الهاشمية
2. **المحدود المكاني:** اماكن تدريب فرق ناشئين كرة اليد المشاركة في دوري الناشئين مواليد 2006/2007.
3. **المحدود البشري:** اجريت الدراسة على عينه من ناشئي كرة اليد المشاركين في دوري الناشئين الاردني للموسم 2021/2022.
4. **المحدود الزمني:** اجريت الدراسة خلال فترة الذهاب من الموسم الرياضي 2021/2022

الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري:

الانتباه :

يمثل الانتباه أهميه كبيره وحيوية في مجال التعليم والتدريب والتنافس في مجالات الرياضية ، حيث يعد من أهم مفاتيح التعليم والتدريب الجيد وهو أساس الوصول إلى اعلي قمة في الأداء في مجال التدريب والمنافسة، حيث استخدم الكثير في مجال علم النفس الرياضي مصطلح الانتباه وتركيز كمراديين إلا انه يجب التمييز بينهما، بينما في مجال علم النفس الرياضي يستخدم الانتباه أولاً للمتغيرات ويكون التركيز ثانياً، الذي يقصد به تضيق الانتباه وتثبيته والاحتفاظ به على مثير معين، كما يمثل التركيز احد إبعاد الانتباه، حيث قد يكون الفرق بينهما فرق الدرجة وليس النوع بالتركيز بينما يعكس مقدرة الفرد على توجيه الانتباه فدرجة عالية من الدق والحد لبعض المثيرات المرتبطة بالأداء وفي المقابل عزل نفسه عن المثيرات غير المترابطة بالأداء والاحتفاظ بهذا التركيز للفترة اللازمة للأداء لضمان نجاح الأداء (محمد، 2005).

حيث يشير (أحمد، 2012) بان الانتباه يعني تلقي الإحساس بمثير ما سواء كان هذا الإحساس على مستوى الحواس الخارجية أو الإحساس الباطني أو على مستوى الإدراك الفعلي بحيث أن يشعر الفرد في هذا الإحساس بطريقة واضحة، بمعنى أن هذا الانتباه من هذا المنطلق هو تركيز الإحساس وانتباه الفرد في لحظة معينة حيث لا يكون عادة في موضوع معين، حيث إن الانتباه لا يتوقف ولكن ينتقل بطريقة مستمرة وسرعة خاطفة خلال أجزاء من الثانية مما يشير إلى إن مجال الانتباه متعدد وواسع، حيث يتخيل المدرب آلية انه منتبه إلى جميع اللاعبين في كل لحظة لكن الحقيقة أنه لا يكاد ينتبه في لحظة معينة إلا إلى لاعب واحد ويكون في بؤرة انتباهه، حيث إن للسرعة الفائقة في نقل بؤرة الانتباه من مثير إلى آخر يتخيل إلى ذلك المدرب أنه ينتبه إلى جميع اللاعبين في نفس اللحظة معينه، وان الموضوعات الأخرى المرتبطة به تكون في هامش الانتباه لان الفرد يكون فيها أقل انتباها .

كما عرف (الختاتنة، 2010) الانتباه على انه عملية وظيفية تقوم على توجيه الفرد نحو موقف سلوكي جديد أو إلى أجزاء المجال الإدراكي إذا كان الموقف مألوفاً بالنسبة له، وأن الانتباه عملية تركيز الشعور على عمليات حسية معينة حيث تنشأ من المثيرات الخارجية الموجودة في المجال السلوكي للفرد وفي أي وقت من الأوقات يمكن أن تغير الفرد انتباهه إلى أي من المثيرات التي يمر فيها .

مفهوم الانتباه :

حيث يعرف (سليم، 2003) الانتباه بأنه استجابة مركزة وموجهة نحو مثير معين يهم الفرد وهو الحالة التي يحدث أثناءها معظم التعلم ويجري تخزينه في الذاكرة والاحتفاظ به الى حين الحاجة إليه، بينما يعرف كل من (عبد القادر وقشوش، 2015) نقلاً عن جيمس (James,1978) حيث يرى بان كل ما ندركه أو نعرفه أو نتذكره، ما هو إلا نتائج لعملية الانتباه، حيث ولا يمكن للفرد أن يوزع انتباهه إلى أكثر من مثير في نفس الوقت إلا في حالة كون احدها مألوفاً أو اعتيادياً بالنسبة له .

يعتبر الانتباه من العمليات العقلية المهمة والتي لها دوراً ايجابياً في تطوير الأداء المهاري والبدني، حيث اشار (سعد الله، 2015) بان للانتباه مظاهر عدة في المجال الرياضي وقد صنفت الى ستة مظاهر وهي :

- 1) حدة الانتباه: حيث تعرف بأنها الطاقة العصبية التي يفقدها الفرد أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية الذي يشترك فيها والتي تؤدي إلى الإدراك والفهم الواضح والدقيق لتلك الأنشطة وبسرعة
- 2) تركيز الانتباه: كما يعرف بأنه القدرة الفرد على إدارة انتباهه في نشاط معين وعزل تفكيره بما يحيط بهذه الظاهرة .
- 3) توزيع الانتباه: بينما يعرف انه القدرة على توجيه الانتباه إلى عدة موضوعات في وقت واحد.
- 4) تحويل الانتباه: يعرف بالقدرة على سرعة توجيه انتباهه بالانتقال من حالة إلى أخرى بالدرجة نفسها من الحدة والوضوح .
- 5) حجم الانتباه: بينما يعرف بأنه كمية المواد والعناصر التي يمكن إدراكها في وقت واحد وبدرجة واحدة من الدقة والوضوح .

6) ثبات الانتباه: كما يعرف بأنه مقدرة الفرد على تحقيق مستوى عالي من الانتباه الحاد والاحتفاظ بهذا المستوى من الحد لأطول فتره ممكنة .

تفسير أسلوب الانتباه :

تعد نظرية أسلوب الانتباه نظرية في الأداء، بحيث تؤكد أن الأداء الكفاء يحتاج إلى تركيز بصفة أساسية، لذلك تتعامل مع مهارات التركيز بوصفها محددات حاسمة للأداء (ابو المكارم 2007)، بينما تعد هذه النظرية إطارا نظريا متميزا لفحص العلاقة بين العمليات المعرفية والاستثارة والانفعالية والأداء، حيث تقدم تفسيراً للعوامل النفسية التي تؤدي إلى الإعاقة والإخفاق من ناحية والدخول في نطاق أو حالة التدفق من ناحية الأخرى، بينما توفر هذه النظرية إطار لفهم الظروف التي يؤدي تحتها الأفراد بأقصى طاقتهم، والتنبؤ بها، ومن ثم فإنها تعد وثيقة الصلة بكل من الأداء البدني تنفيذ المهارة الحركية والعقلي لصنع القرار، وحل المشكلات في أي من ميدان من ميادين الأداء (ابو المكارم 2014) فهي توضح الظروف الميسرة والمعوقة للأداء سواء كان أداء جسميا وعقليا (Nideffer, 2006).

حيث وتشمل هذه النظرية على عدد من فروض على النحو التالي :

الأول: بان بؤرة التركيز أبؤرة الانتباه تتغير بطول بعدين هما: السعة بان يعد الانتباه واسعا مركزا على العديد من الأشياء في بالموقف نفسه) أو ضيقا مركزا على شيء واحد والاتجاه إذ تكون بؤرة التركيز الخارجية مركزة على الأشياء الخارجية او داخلية مركزة على ما هو داخل العقل (Nideffer, 2006). بينما وينتج عن التفاعل بين هذين البعدين عده أساليب انتباهية، والتي يحتاج الشخص الى تغيير بينها كالتالي

1-بؤرة الانتباه الخارجية الواسعة: حيث يستخدم لأدراك البيئة المحيطة بسرعة ولذا يعتمد عليه الرياضي لكي يتعلم الأنشطة الحركية بينما يتطلب الموقف منه الهجوم من في اتجاه (Lowen, 2010) .

2-بؤرة الانتباه الداخلية الواسعة: بينما يستخدم للتحليل والتخطيط وحل المشكلات اذ تتطلب القدرة على حل المشكلات تغيير اتجاه البور الانتباه إلى داخل وان يستدعي المعلومات والخبرات الماضية وان يقارنها بالموقف الخارجي الحالي، ويعتمد الشخص على هذا التغيير في بؤرة انتباهه عند

عبور شارع مزدحم، وعندما يجيب عن سؤال في الامتحان، وبينما يظهر انتباها اقل للبيئة من حوله (Nideffer,2002) .

3-بؤرة الانتباه الخارجية الضيقة: حيث تستخدم لكي يتم تنفيذ بعض الأعمال مثل ما يسمح للرياضي بضرب الكرة، وللخطاط والجراح لتجنب تشتت الانتباه، وكذلك فان الخياط يحتاج إلى تضيق بؤرة انتباه عندما يضع الخيط في الإبرة، كما إننا نحتاج إلى بؤرة انتباه ضيقة عندما نقرأ كتابا، فإذا كان من ممكن ان تؤثر بؤرة الانتباه في الأداء الحركي في المهام البسيطة، فان هذا التأثير يمتد إلى أداء الراضيين (lowen,2010) .

4-- بؤرة الانتباه الداخلية الضيقة: حيث تستخدم في حل المشكلة بطريقة منظمة ومنطقية، ثم يستخدمه المدير لوضع مجموعة من القوانين او الخطوات التي تؤدي إلى انجاز الأهداف المطلوبة، كذلك يستخدم هذا الأسلوب في العمليات الحسابية (nideffer,2006) .

عوامل تشتيت الانتباه :

يشر كل من عبد القادر وقشقوش (2015) إلى عدد من العوامل التي تؤدي إلى تشتيت الانتباه وقد وردوها كما يلي :

1- العوامل الجسمية: حيث إن سبب شرود الانتباه إلى الإرهاق والتعب الجسم وقلّة النوم أو الاستحمام بقدر المطلوب أو عدم الانتظام في تناول وجبات الطعام، أو اضطرابات إفرازات الغدد الصماء، حيث لوحظ ان اضطراب الجهازين التنفسي والهضمي مسئولين بشكل اكبر عن حالات الشرود لدى الأطفال، حيث لوحظ بان العلاج هذه الاضطرابات مثل نزع اللوزتين أو تطهير الأمعاء من الديدان أدى إلى تحسن قدراتهم على التركيز .

2-العوامل الاجتماعية: حيث يرجع شرود الذهن إلى العوامل الاجتماعية كل مشكلات المستمرة والنزاعات الغير محسومة بين الوالدين أو الصعوبات المدية والمالية ومتاعب عائلية لذا يشرذ ذهن الشخص ويلتجئ إلى أحلام اليقظة التي يجد فيها مهربا من هذا الواقع المؤلم، ويلاحظ إن الأثر النفسي لهذه العوامل الاجتماعية يختلف باختلاف قدرة الناس على الأحمال .

3-عوامل النفسية: بينما يرجع تشتت الانتباه إلى العوامل النفسية وعدم استمرار اللاعب بالتمرين واللعب وانشغاله بأمور عائلية أو اجتماعية أو أنه يشكو من مشاعر أليمة أو الشعور بالنقص والقلق أو أن الناس يفرون منه أو ان الناس تكرهه ولا يحبون الحديث معه .

التداخل في الانتباه :

يشير الضمدي (2000) إلى أن التداخل في الانتباه إذا حاول اللاعب الانتباه إلى العديد من المثيرات مرة واحدة ويتم ذلك في اتجاهين هما :

1-سعة الانتباه: حيث يظهر في سعة الانتباه إذا طلب من اللاعب أداء مهارتين في وقت واحد حيث فإن المهارة الثانية تتأثر بالمهارة الأولى، وبينما يتوقف على درجة صعوبة المهارة الأولى ألن سعة الانتباه ثابتة، حيث كانت المهارة الأولى سهلة فإن سعة الانتباه المتبقية سوف تسمح بأداء المهارة الثانية بطريقة جيدة.

2-تركيب الانتباه.

كما يتطلب من اللاعب أداء المهارتين في الوقت نفسه وكلا المهارتين تتطلب استخدام عضو الاستقبال الحسي نفسه مثل الأذن، كما يوصي بعدم توجيه نصائح من أكثر من مدرب واحد في الوقت نفسه في الأنشطة الرياضية التي تسمح بذلك مثل الوقت المستقطع في كرة اليد أو الطائرة، أو بين الأشواط حيث أن التداخل في أجهزة الاستقبال السمعية التي يمكن للاعب من استيعاب التوجيهات المطلوبة .

محاور الانتباه

يوضح ليندر فولد (Lundervoid ,2008) بعدين لمحاور الانتباه هما :

أولا :سعة الانتباه (مدى الانتباه)

إنما هيه المثيرات المثيرات التي يجب على اللاعب الرياضي الانتباه إليها، حيث السعة خاصة فحجم المعلومات واتساع المجال الإدراكي الذي يتعامل معه الرياضي في وقت ما، كما تقسم سعة الانتباه من حيث الدرجة الى :
أ - تركيز الواسع .

ب - تركيز الانتباه الضيق .

ثانيا: اتجاه الانتباه :

حيث يمكن توجيه الانتباه في مشاعر وأفكار الرياضي وهو ما يطلق عليه التركيز الذاتي، وكما يمكن توجيه الانتباه خارجيا نحو البيئة المحيطة بالرياضي .

1- الانتباه من حيث السمة:

يقسم(راتب، 1997) الانتباه من حيث السمة إلى نوعين

أ- **الانتباه الواسع:** ويتناسب مع أغلب الألعاب الجماعية إذ أن المطلوب أن يكون اللاعب يقضا وواعيا لتحركات المنافسين وفي نفس الوقت متابعا لحركات زملائه.

ب- **الانتباه الضيق:** ويقصد أن يكون الرياضي مركز أو واعيا بشيء واحد أو منطقة صغيرة نسبيا كما في ألعاب الرماية أو عند أداء العب في كل من كرة السلة أو كرة اليد الرمية الحرة أو التصويب.

هناك عدة عوامل تؤثر في تحويل الانتباه:

ويشير (الضمدي، 2000) إلى وجود عدة عوامل تؤثر على تحويل الانتباه :

1-توقيت تحويل الانتباه .

2-اختيار طريقة الانتباه.

3-الضغط العصبي.

2-الانتباه عند لاعبي كرة اليد:

حيث تسهم النشاطات الحركية بكرة اليد بشكل عالي وكبير وملموس في النمو الجيد والايجابي للشخصية الجماعية والفردية أو صورتها التي يبيدها من خلال نطاق اللعب والتزامن الشديد بين الإدراك والتفكير الخططي، حيث يصبح النشاط الحركي جزءا من طبيعة اللاعب كما يتطلب منه التحويل السريع والمستمر بين الانتباه الضيق والواسع بشكل خاصة أثناء المباريات التي تتطلب سرعة الحركة والتصرف الخططي، كما يرتبط هذا التزامن في تأثيراته بصورة كبيرة بالدقة والقدرة على تحويل الانتباه من المجال الواسع إلى المجال الضيق العكسي وتبدو أهمية ذلك بوجه خاص أثناء محاولات المناولة والتصويب على المرمي (سعيد، 2012).

تركيز الانتباه :

حيث ان مصطلح التركيز والانتباه يستخدم بشكل كبير و مترادفة في المجال الرياضي، حيث عند معرفة معنى الانتباه يكون الأمر بسيط للتفريق بين المصطلحين، حيث يوجد فرقا بينهما من حيث الدرجة وليس النوع فالانتباه أهم من التركيز والأخير نوع من تضيق الانتباه وتثبيته على مثير معين فالتركيز مقدرة الفرد على توجيه الانتباه وشدته (راتب، 2007).

حيث عرف (خيون، 2002) تركيز الانتباه على أنه قدرة الفرد على عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد فقط .

كما ارتبطت عملية تركيز الانتباه بشكل مباشرة حيث تعتبر مرحلة مكتملة لها وتؤدي دور كبير في معظم الفعاليات الرياضية والتركيز هو كما عرفه (اللامي، 2006) تجمع كافة الأفكار والعمليات الفكرية بنقطة واحدة .

دور تركيز الانتباه في الأداء الحركي للاعب كرة اليد:

يشير كل من بوستة وفنري (2016) بان التنفيذ الدقيق للمهارات الحركية سواء بالكرة أو بدونها، بشكل خاص خاصة تلك المركبة منها تحتاج إلى نوعية خاصة من القوة والسرعة والرشاقة كذلك بالإضافة إلى الإنتاج الحركي، وعند قيام اللاعب بمهارة التصويب حيث يستدعي أن يكون الأداء الحركي في قمته أثناء أداء هذه المهارة، ولا فإن الخطأ يكون واضحا لعدم تركيز اللاعب في توجيهه ا أجزاء جسمه أثناء مرحلة التصويب كما يعتبر تركيز الانتباه أو واحدة من أهم شروط نجاح عملية الإحساس بالكرة فأى تحويل للانتباه سواء أسباب ذاتية أو موضوعية يمكن أن يؤدي إلى ضعف مؤقت لخاصية الإدراك الحسي، وفي هذه الأحوال تدل بالقدرة على الإحساس المرهق للاختلافات الحسية حيث تنشأ وتتكون عند اللاعبين، (علاوي، وآخرون، 2003) كما تؤكد دراسات على أن في حالة عدم وجود عوائق قد تؤدي إلى زيادة الحاجة إلى مزيد من تركيز الانتباه من جانب الزملاء اللاعبين في الفريق، كما يؤدي بدوره إلى انخفاض في عدد التصويبات والتمريرات الناجحة في لعبة كرة اليد، بينما يفسر عدم ألقده على النجاح في التصويب على المرمى لدى اللاعبين، كما يمكن أن تعزي

ذلك إلى حقيقة موضوعية وهي أن مدى الانتباه يتسع خلال عملية التصويب مما يجعل من الصعب أن يكون المرمى وحده هو بؤرة الهدف .

أهمية تركيز الانتباه في دقة التصويب:

يشير محجوب (1989) بان تركيز الانتباه احد المظاهر المهمة في الانتباه حيث فإن زمن تركيز الانتباه يعطينا مؤشر للحالة النفسية عند للاعب قبيل الأداء وهذا لأهمية الزمن المستغرق قبل الأداء لتكوين حالة من التهيؤ المسبق لجمع القوى النفسية والبدنية والفنية، (فرحان، 1991) وحيث يلعب الانتباه دورا كبير وفعال لتخفيف من حدة التوتر عند الرياضي بشكل عام المؤدي إلى الاتزان الانفعالي وبعاد القلق كما تعد ألقدره على التركيز الانتباه من أهم العناصر لتقليل القلق الذي يصاحب تأدية الوظيفة .

دقه التصويب في كرة اليد:

تعتبر لعبة كرة اليد واحده من الألعاب السريعة جدا أن كان ذلك في مناولة الكرة أو تصويبها وكما يعد عدد الأهداف هو الحد الفاصل في حسم المباراة، كما يجب على الفرق منح مهارة التصويب أهمية كبيرة تتميز فيها عن باقي المهارات الأساسية (درويش، 2002)، حيث يعتبر الهدف الأسمى والأساسي في كرة اليد هو إصابة الهدف، حيث تعتبر مهارة التصويب من المهارات تصبجي عديمة الفائدة في حال عدم تتوج في النهاية التصويب الناجح، وبالرغم من كثر أنواع التصويب المختلفة ألان الهدف هو إدخال الكرة بنجاح داخل الهدف (الخياط والخليلي 2001) .

حيث يشير كل من (عباس وعبد العالي، 2007) بان مهارة التصويب تعتبر الحد الفاصل بين الفوز والخسارة من خلال الأهداف المسجلة في المباراة عن طريق التصويب، كما اشار (فرج، 2002) بان المهارة تتطلب درجة عالية من الدقة كما ويتم تعلمها عن طريق مهارتي المناولة والاستلام بعد التدريب الجيد على مهارة المناولة تمهيدا للتصويب الناجح على المرمى، حيث تتأثر هذه الفعالية بالسرعة والمسافة والاتجاه فكلما اكتسب الكرة قوة أكبر زادت سرعتها غير عن أن حركة رسغ اليد وقصر المسافة حيث تساعد على توجيه التصويب ودقته .

كما تمتاز مهارة التصويب بالدقة العالية والدقة معا كما تتأثر بالعوامل الخارجية كالسرعة والمسافة والهواء حيث تعتبر مهارة مشوقة لكل من اللاعب والمتفرج لذا تعتبر إحدى وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية والفردية والتي تشال المراوغة والخداع والحجز وتغيير الاتجاه المفاجئ والتصويب.

مفهوم دقة التصويب في كرة اليد :

يشير كل من بوسنة وفنري (2016) إلي ان الدقة بمفهومها العام هي العبارة عن النجاح في تنفيذ الواجب الحركي وتحقيق الهدف المطلوب منه، حيث تشتمل على الدقة التنفيذ الواجب الحركي بتسلسل انقباضي للعضلات المشتركة بأداء ذلك الواجب الحركي بشكل بحيث يضمن الصورة المثالية له بانسيابية وأقل جهد ممكن، كما تعني الدقة الكفاءة في إصابة هدف مثل دقة التصويب في كرة اليد، وحيث تعني الدقة بمعنى أوضح وأدق هي قدرة اللاعب على توجيه الحركات الإرادية نحو هدف معين أي أن الدقة تعني الكفاءة في إصابة الهدف، حيث أن للدقة معناها إمكانية توجيه الحركة الإرادية باتجاه هدف معين الذي تم تحديده حيث وتتطلب كفاءة عالية من الجهازين العصبي والعضلي، كذلك يتطلب الأمر بأن تكون الإشارات العصبية الواردة من الجهاز العصبي محكمة التوجيه، سواء ما كان منها موجه للعضلات العاملة أو العضلات المقابلة لها حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لإصابة الهدف.

أنواع التصويب في كرة اليد :

ويشير كل من بوسنة وفنري (2016) بان تقسم أنواع التصويب إلى نوعين أساسيان وهما :

1-التصويب من الثبات :

حيث يعد التصويب من الثبات من تصويب مفاجئ ومباغت وقد يكون أضمن حيث يؤدي من المسافات القريبة والبعيدة ولكنه بطئ في الأداء .

2-التصويب من الحركة :

ويعتبر التصويب من الحركة متعدد الجوانب بينما يرتبط بطريقة وخطط اللب ويتطلب الإعداد البدني والمهاري الجيدين، حيث ينقسم هذا النوع إلى عدة أقسام :

أ- التصويب من القفز: وهو على نوعين:

1-التصويب من القفز إلى الأعلى: حيث هذا النوع من التصويب يستخدم للتخلص من الجدار الدفاعي والاقتراب من الفريق المنافس ويستخدم خاصة من قبل المهاجمين في الخط الخلفي، كما يتخلص الأداء الحركي لهذا النوع من التصويب والارتقاء للأعلى بالساق المعاكسة للذراع الرامية في الهواء إلى جهة اليمين بالنسبة للاعب الأيمن حسب الكرة بالذراع الرامية إلى الخلف ثم إلى الأعلى وكما يصوب اللاعب عند وصوله إلى أعلى نقطة وسرعته حيث يهبط على قدم الارتقاء نفسها.

2- التصويب من القفز أماما: حيث بهذا النوع يتمكن المهاجم التخلص من المدافعين والتصويب بقوة خارج خط 6م حيث بهذه الطريقة تكون المسافة بين المهاجم وحارس المرمى قصيرة تسهل على المهاجم توجيه الكرة بالمكان الصحيح او من المرمى كما وطريقة تنفيذه تكون تتم بعدما استلام الكرة ويقوم اللاعب الوقوف بالساق المعاكسة للذراع الرامية بحيث يدفع المهاجم الأرض بقوة لكي يحصل على مسافة أكبر لإمام مع الاحتفاظ بالكرة أمام الصدر باليد بينما يتم سحب بعد ذلك الكرة بالذراع للأسفل والخلف ولف الجذع بالاتجاه المعاكس للتصويب مما يساعد على قوة التصويب ويكون الهبوط على قدم الارتقاء نفسها.(قاسم وخميس، 2011).

ب_ التصويب من الصقوط حيث ينقسم :

1- التصويب من الصقوط الأمامي.

2- التصويب من الصقوط الجانبي. (الخياط والخيالي، 2001) .

وحيث يمكن التمييز في كرة اليد بين :

1. التصويب البعيد: كما نقصد به التصويب على حدود 9م أو خارجه في حالة وجود ثغرة بالدفاع المنافس.

2. التصويب القريب: كما وهو الذي يتم في دائرة الهدف، حيث بحالة حيازة مهاجم الدائرة على الكرة، كذلك في حالة الهجوم الخاطف، وقطع كرة من طرف المهاجم

في اتجاه المرمى، وفي حالة قطعها من طرف العب آخر وتميرها بسرعة لمهاجم في اتجاه الدائرة للتصويب.

3. الرمية الحرة المباشرة: من القليل ما تنتج عن هذه الرمية في إصابة الهدف وخاصة في حالة أحسن قيام المدافعين لحائط الصد إلا عقب بعض حركات الخداع أو في الحالات المفاجئة .

4. رمية الجزاء: حيث تعد عباره عن كفاح بين الرامي والحارس وحيث يلعب فيها عامل القدرة على التركيز وقوة الأعصاب بالنسبة للرامي دورا هاما.

العوامل الأساسية في دقة التصويب

1-العامل النفسي: يشمل الإرادة والعزيمة وقدرة اللاعب على التركيز وقوة

التصميم وهدوءه وألثقتة بالنفس كذلك مدى اتساع زاوية رؤيته للملعب .

2-العامل البدني: حيث يعتمد على مدى امتلاك اللاعب للصفات البدنية كالرشاقة والقوه والمرونة .

3-العامل الفني: كما يعتمد على إن يجيد اللاعب لمهارة التصويب بكلتا اليدين،

للعلم بان التصويب الخاطئ حيث إلا يرتبط في كل الأحوال بالتكتيك الخاطئ

وربما يكون الموقف الشخصي للاعب العامل المساعد والمهم وبشكل أخاص

عندما يؤكد اللاعب على القوة قبل الدقة، حيث يعتبر أداء جميع المهارات

الأساسية مثل الاستلام والتمرير والخداع من أجل الحصول على فرصة

لإتاحتها إلى أحدا العبي الفريق للوصول إلي مركز يسهل عليه التصويب لكون

نتيجة المباراة تتعلق دائما بمهارة التصويب سواء من الثبات أو القفز.(الشعلان

واخرون، 2016).

العوامل المؤثرة في عملية التصويب :

يذكر كل من بوستة وفنري (2016) مجموعة من العوامل المؤثرة في ملية التصويب :

1-زاوية التصويب: تكون النسبة نجاح أكثر كلما كان التصويب من المنطقة المواجهة للهدف .

2-المسافة: كل ما زاد قصر المسافة يساعد ذلك على دقة التصويب .

3-التوجيه: عندما تكون الكرة موجهة للمنطقة الحرجة أو الزاوية أخرجها للحارس كلما صعب عليه تصديها .

4-السرعة: حيث يقصد بذلك سرعة الإعداد لنوع التصويب المناسب لكي يمكن استغلال التغيرات في دفاع الفريق المنافس في الوقت المناسب.

5-موقف اللاعب: حيث يجب إن يتم اختيار نوع التصويب الأنسب تبعاً لموقف اللاعب المتغير حيث يختلف أسلوب اللعب التصويب عندما ينفرد اللاعب بالمرمى عنه وكذلك عندما يصبو إمام المدافع .

6-المهارة السابقة للتصويب : عدن الأفراد بحارس المرمى يمكن أن يقوم اللاعب بعمل خداع بالتصويب في الخطوة الأولى ثم يرتقي الخطوة الثانية ويصبو وأيضا قد يتظاهر اللاعب بالتمرير ثم يغير ليصبو الأمر الذي يفاجئ حارس المرمى.

2.2 الدّراساتُ السّابقة:

الدراسات العربية:

قام حسن (2003) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة ما بين تركيز الانتباه والانتزان الانفعالي ومستوى الأداء البدني والمهاري لدى لاعبي كرة اليد، قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، وتم اختيار العينة الدراسة بالطريقة العمدية وبلغ عددهم (144) من لاعبي المسجلين في سجلات الاتحاد المصري للعام 2002 و2003، وقام الباحث باستخدام الاختبارات التالية لجمع البيانات اختبار قياس مستوى تركيز الانتباه واختبار الانتزان الانفعالي واختبار التمرير من الجري واختبار التصويب واختبار التنطيط، تم استخدام معامل الانحدار المتعدد ومعامل الانحدار البسيط واختبار (ت) والمتوسطات الحسابية كأساليب احصائية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء المهاري والبدني للاعبين كرة اليد، وأوصت الدراسة لاهتمام بالاختبارات النفسية عند اختبار الناشئين في كرة اليد .

اجرى الحوري (2007) دراسة هدفت التعرف على علاقة تركيز الانتباه في دقة التصويب لدى لاعبي المنتخب الوطني العراقي لناشئين، استخدم الباحث النهج الوصفي وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من (16) لاعب من لاعبي

المنتخب الوطني العراقي للناشئين كرة اليد، واستخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت)، وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط معنوي موجب بين زمن التركيز الانتباه قبل أداء التصويب على الهدف ودقة التصويب، وأوصت الدراسة بضرورة تطوير مظاهر الانتباه لدى اللاعبين .

وقام ياسين (2009) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهارة دقة التصويب في كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (20) لاعب من لاعبين الجامعة المسنصرية، تم استخدام اختبار تشيت الانتباه بتوجيه إشارة ضوئية واختبار دقة التصويب، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة القدم، وأوصت الدراسة بضرورة إجراء اختبارات خاصة لتركيز الانتباه على فترات متباينة للتعرف على التطور الحاصل لدى اللاعبين .

دراسة بوسنة وفري (2016) التي هدفت التعرف على علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من الثبات والقفز عاليا لدى لاعبي كرة اليد، وهدفت الى التعرف على العلاقة الموجودة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من القفز عاليا لدى لاعبي كرة اليد لفئة U15، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة على 16 لاعبا يمثلون النادي الهاوي لشعبة براهم، وبعد معالجة النتائج إحصائيا توصل الباحثان إلى وجود علاقة ارتباطيه طردية (موجبة) متوسطة بين درجة تركيز الانتباه قبيل التصويب ودقة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة اليد أصغر U15، ووجود علاقة ارتباطيه طردية (موجبة) ضعيفة بين درجة تركيز الانتباه قبيل التصويب ودقة التصويب من القفز عاليا لدى لاعبي كرة اليد أصغر U15، وعلمية أوصى الباحثان بضرورة إجراء تمارين تطويرية ووحدات تدريبية خاصة بتركيز الانتباه، وتنمية وتطوير القدرات العقلية لدى اللاعبين، كذلك ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة .

دراسة حسني وآخرون (2017) التي هدفت إلى التعرف على تأثير تطوير تركيز الانتباه على دقة أداء التصويب من الثبات في كرة السلة، واستخدم الباحثون

المنهج التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية واحدة، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية وبلغت (20) طالب، وتم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه والتصويب من الثبات كأدوات لجمع البيانات، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت)، وتوصلت الدراسة إلى إن البرنامج التدريبي المقترح له اثر ايجابي على تطوير تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة السلة، وأوصت الدراسة بضرورة شمولية البرامج التعليمية على الإعداد النفسي للطلاب لتحسين تركيز الانتباه لديهم .

دراسة فاروق، وأبو المكارم، وصبري (2017) والتي هدفت إلى التعرف على مهارات تركيز الانتباه في ممارسة بعض الرياضات الجماعية، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي وتكونت العينة الدراسة من (1037) من طلاب الجامعات المصرية، وتم استخدام اختبار أساليب الانتباه لا أبو المكارم 2007 وتم استخدام المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون، وتوصلت الدراسة إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تقترن اقتران وثيق بتفصيلات الرياضيين إلى أساليب الانتباه والقدرة على توزيع الانتباه وقلة الأخطاء إنشاء تنفيذ المهارات الرياضية المختلفة.

وأجرى الجعافرة والشعلان (2018) دراسة هدفت هذه الدراسة الى التعرف على درجة تركيز الانتباه وعلاقته بدقة الإرسال القصير بكرة الطاولة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي نظرا لملائمة لأهداف الدراسة، حيث تكونت عينة الدراسة من (20) ناشئي من نادي مؤتة الرياضي فئة (16سنة) للعام 2015/2014م، وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه ودقة الإرسال القصير، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط ايجابية بين درجة التركيز الانتباه ودقة الإرسال القصير لدى ناشئي كرة الطاولة.

دراسة (قادر، 2020) والتي تهدف للتعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه والمناولة المتوسطة والقصيرة في كرة القدم، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، وتم تطبيق هذا الدراسة على (14) لاعب من ناشئين السليمانية في كرة القدم، وتم استخدام اختبار تركيز الانتباه لبرودن واختبار المناولة المرتدة واختبار تمرير الكرة لمسافة 20

م، وقام الباحث باستخدام اختبار (ت) والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وتوصلت الدراسة لوجود علاقة ارتباط معنوي بين تركيز الانتباه والمناولة القصيرة ولا توجد علاقة مابين تركيز الانتباه والمناولة المتوسطة، وأوصت الدراسة في وضع برامج تدريبية لتطوير مظاهر الانتباه لدى لاعبي كرة القدم .

دراسة (سعيد، وعبد الحميد، 2020) التي هدفت إلى التعرف على مساهمه تركيز الانتباه في دقة التصويب لدى أصغر كرة اليد، وقام الباحثين باستخدام المنهج الوصفي، حيث تكونت عينة الدراسة من لاعبين نادي ولودية البويرة حيث تم اختياره بطريقة العمدية من (20) لاعبا، وتم استخدم اختبار تركيز الانتباه واختبار دقة التصويب، وبعدها تم جمع البيانات والتعامل معها بالأسلوب الإحصائي المناسب (spss v25IBM)، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط عكسية (سالبة) قوية ودالة إحصائيا بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى أصغر كرة اليد، حيث يساهم مستوى التركيز الانتباه بنسبة 80% في مستوى دقة التصويب، وأوصت الدراسة بتطوير تركيز الانتباه أكثر عند أصغر كرة اليد لوجود علاقة قوية ودالة إحصائيا بينه وبين دقة التصويب، دراسة علاقة بين مظاهر الانتباه والأخرى دقة التصويب .

الدراسات الاجنبية:

دراسة (فلاديمير مانو ليوفيك (Vladimir Manoj lov, 2009) والتي هدفت إلى التعرف على تأثير تركيز الانتباه على مستوى أداء الوثب العامودي عند لاعبي كرة السلة، وتم استخدام المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (13) لاعب، وتم تطبيق البرنامج التدريبي (6) أشهر وتم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل كروم باخ ألفا واختبار (ت) كأساليب حسابية، وأظهرت نتائج الدراسة زيادة مستوى أداء الوثب العامودي لدى لاعبين في ضل وجود مؤثرات صوتية، وأوصت الدراسة باستخدام البرنامج التجريبي المقترح في تطوير مستوى الوثب العامودي للاعبين كرة السلة .

دراسة (لوران أبيس Lawrent Abesm، 2010) والتي هدفت إلى التعرف على تأثير تركيز الانتباه وعلاقته بمستوى ضربة الإرسال في رياضة التنس الأرضي، وقام الباحث باستخدام المنهج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من (12) وتم تقسيمهم إلى

مجموعتين مجموعة ضابطة وتجريبية وتم تطبيق البرنامج المقترح، وتم استخدام الأساليب الإحصائية معامل ارتباط بيرسون واختبار (ت) والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وأوصت هذا الدراسة باستخدام البرنامج التدريبي المقترح في تدريب اللاعبين على مهارة الإرسال في التنس الأرضي .

3.2 التعليق على الدراسات السابقة:

أولاً: المنهج

جميع الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي باستثناء دراسة فلاديمير مانو ليوفيك Vladimir Manoj lovk (2009) ودراسة لوران أبيس Lawrent Abes (2010) ودراسة حسني وآخرون (2017) ودراسة فاروق وآخرون (2017) استخدمت المنهج التجريبي.

ثانياً: الأهداف

تنوعت أهداف الدراسات السابقة فهناك دراسات هدفت إلى التعرف على العلاقة ما بين تركيز الانتباه والانتزان الانفعالي ومستوى الأداء المهاري مثل دراسة حسن (2014) وهناك دراسات هدفت للتعرف على العلاقة ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد مثل دراسة ألحوري (2007) ودراسة سعدي وعبد الحميد (2020) وهناك دراسات بحثت في العلاقة ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في مختلف الألعاب الرياضية مثل دراسة ياسين (2009) ودراسة بوسنة وفنري (2016) ودراسة حسني وآخرون (2017) وهناك دراسات هدفت إلى التعرف على العلاقة ما بين تركيز الانتباه ومهارة الإرسال في التنس الأرضي مثل دراسة الوردان 2010 ودراسة هدفت إلى التعرف تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل حلاوة (2010) هدفت للتعرف على العلاقة ما بين تركيز الانتباه ودقة الإرسال في كرة الطاولة مثل دراسة الجعافرة والشعلان 2018 وهناك دراسات بحثت للتعرف على العلاقة ما بين تركيز الانتباه ومهارة التمير في كرة القدم مثل دراسة قادر (2020) .

ثالثا: العينة

تراوحت إعداد أفراد العينات في الدراسات السابقة ما بين (12-1037) وجميع الدراسات السابقة على لاعبين باستثناء دراسة ياسين (2009) ودراسة حلاوة (2010) ودراسة حسني وآخرون (2017) ودراسة فاروق (2017) حيث طبقت على طلاب جامعات .

رابعا: ادوات الدراسة

هنالك دراسات استخدمت اختبار قياس مستوى تركيز الانتباه واختبار دقة التصويب في كرة اليد مثل دراسة حسن (2003) وألحوري (2007) ودراسة سعدي وعبد الحميد (2020) ودراسة بوسته وفنري (2016) وهنالك دراسات استخدمت اختبار قياس مستوى تركيز الانتباه واختبار مهارة الارسال مثل دراسة لوران أبيس Lawrent Abes (2010) ودراسة الجعافرة والشعلان (2018) وهنالك دراسات استخدمت اختبار قياس تركيز الانتباه واختبار مهارة التمرير مثل دراسة قادر (2020) .

خامسا: النتائج

الدراسة	النتائج
دراسة حسن (2003)	توصلت الدراسة لوجود علاقة ارتباطيه بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء المهاري والبدني للاعبين كرة اليد .
دراسة ألحوري (2007)	وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط معنوي موجب بين زمن التركيز الانتباه قبل أداء التصويب على الهدف ودقة التصويب
دراسة ياسين (2009)	وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة القدم .
دراسة فلاديمير مانو ليوفيك Vladimir Manoj lovk (2009)	وأظهرت نتائج الدراسة زيادة مستوى أداء الوثب العامودي لدى لاعبين في ضل وجود مؤثرات صوتية .
دراسة لوران أبيس Lawrent Abes (2010)	وتوصلت الدراسة الى تفوق افراد المجموعة التجريبية في القياسات البعدية على افراد المجموعة الضابطة .
دراسة حلاوة (2010)	وتوصلت الدراسة الى وجود فروق في درجة التركيز الانتباه وسرعة رد الفعل السمعية والبصرية وتعزا متغير الجنس والانجاز في مسابقة 100 م .
دراسة بوسته وفنري (2016)	توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه طردية (موجبة)

متوسطة بين درجة تركيز الانتباه قبيل التصويب ودقة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة اليد أصغر u15، ووجود علاقة ارتباطيه طردية (موجبة) ضعيفة بين درجة تركيز الانتباه قبيل التصويب ودقة التصويب من القفز عاليا لدى لاعبي كرة اليد أصغر u15 .	
وتوصلت الدراسة إلى إن البرنامج التدريبي المقترح له اثر ايجابي على تطوير تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة السلة .	دراسة حسني وآخرون (2017)
نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط ايجابية بين درجة التركيز الانتباه ودقة الإرسال القصير لدى ناشئي كرة الطاولة.	دراسة الجعافرة والشعلان (2018)
وتوصلت الدراسة إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تقترن اقتران وثيق بتفصيلات الرياضيين إلى أساليب الانتباه والقدرة على توزيع الانتباه وقللة الأخطاء إثناء تنفيذ المهارات الرياضية المختلفة .	دراسة فاروق، وأبو المكارم، وصبري (2017)
وتوصلت الدراسة لوجود علاقة ارتباط معنوي بين تركيز الانتباه والمناولة القصيرة ولا توجد علاقة مابين تركيز الانتباه والمناولة المتوسطة .	دراسة قادر (2020)
توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط عكسية (سالبة) قوية ودالة إحصائيا بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى أصغر كرة اليد .	دراسة سعدي، وعبد الحميد (2020)

ماذا استفاد الباحث من الدراسات السابقة :

1. صياغة الأدب السابق
2. فهم عمق مشكلة الدراسة
3. صياغة الأهداف والتساؤلات
4. عرض ومناقشة النتائج والاستنتاجات

بماذا تميزت هذه الدراسة عن الدراسات السابقة

- ايجاد معادلة تنبؤية لدرجة التصويب بالاعتماد على نتيجة اللاعب في اختبار تركيز الانتباه

معادلة ايجاد دقة التصويب على مرمى كرة اليد من خط الرمية الحرة ال9م اعتماداً على قيمة تركيز الانتباه:

دقة التصويب = الثابت + (قيمة B * قيمة تركيز الانتباه)

دقة التصويب = 2.296 + (.194 * قيمة تركيز الانتباه)

الفصل الثالث المنهجية والتصميم

1.3 منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة وأهداف الدراسة .

2.3 مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من ناشئي كرة اليد في الاردن المشاركين في دوري الناشئين للعام 2022/2021 ومن مواليد (2006) والبالغ عددهم (210) لاعباً حسب كشوفات الاتحاد الاردني لكرة اليد .

3.3 عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من ناشئي كرة اليد وبلغ عددهم (76) لاعباً، والجدول رقم (1) يوضح وصف أفراد العينة في الوزن والطول .

جدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة الدراسة حسب متغيري الوزن والطول

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الطول	174.6	4.04
الوزن	68.5	3.6

والجدول رقم (2) يوضح وصف أفراد العينة تبعاً لمتغيري تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد

جدول (2)

الجدول رقم (2) وصف عينة الدراسة تبعاً لمتغيري تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد (ن=76)

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الخطأ المعياري
تركيز_الانتباه	31.9868	9.42973	.842	.276
الدقة	8.5000	2.21209	-.357	.276

4.3 أدوات الدراسة :

الإمكانات المادية:

- 1- صالة رياضية تصلح لممارسة لعبة كرة اليد .
- 2-كرات يد عدد (3).
- 3-شبكة كرات
- 4-حبل لتقسيم المرمى
- 5-سلة كرات عدد (3) سلات
- 6-استمارة خاصة لجمع بيانات أفراد العينة.
- 7-أقلام.
- 8-ساعة إيقاف

5.3 الاختبارات المستخدمة في الدراسة :

1- اختبار شبكة تركيز الانتباه (Grid Concentration Test)

وقام علاوي (1998)، بتعريبه هذا الاختبار وهذا الاختبار يستخدم لقياس قدرة اللاعبين على تركيز الانتباه قبل الاشتراك في المنافسات الرياضية و مدة هذا الاختبار تكون دقيقة واحدة، ويطلب من اللاعبين وضع شرطه (/) على أكبر عدد ممكن من الأرقام التي تلي الرقم الذي يعين لهم من قبل المدرب الرياضي أو الأخصائي النفسي الرياضي، ويفضل أن تكون الأرقام المحدده لهم أقل من الرقم 65 مع مراعاة أن يتابع الأرقام بطريقة متتالية. فمثلا عند تحديد رقم البدء بالرقم 19، يجب على اللاعبين أن يقوم بوضع شرطه (/) على الرقم 20 ثم الرقم 21 ثم الرقم 22 وهكذا .

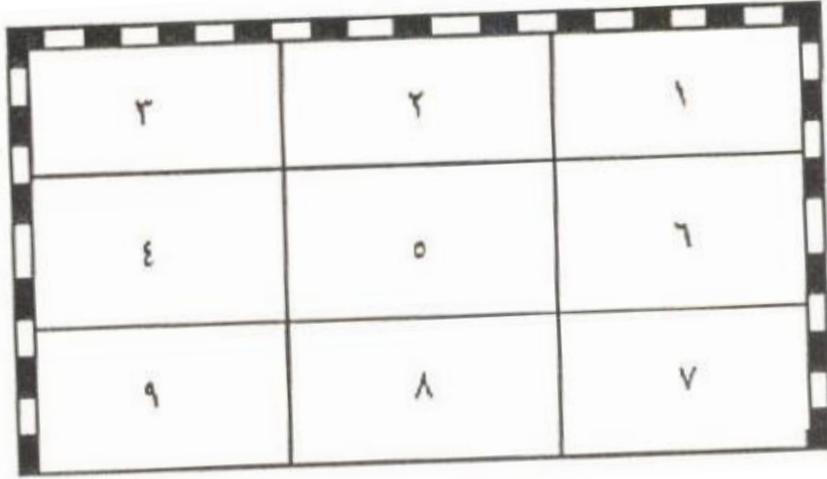
84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	20
06	68	99	75	26	15	41	66	02	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

2-أختبار دقة التصويب :

الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب في كرة اليد

الأدوات المستخدمة: كرة يد قانونية ، مرمى مقسم

طريقة الأداء: يقسم المرمى لقياس دقة التصويب إلى تسع مربعات ويرسم خط على الأرض يبعد 9م من هذا الشكل (خط الرمية الحرة) يقوم اللاعبون بالتصويب من خلف الخط بخطوة ارتكاز مع مراعاة إن الذي تصيب كرته (1-3-7-9) والتي تمثل زوايا المرمى الأربعة يحصل على 3 درجات والذي تصيب كرته المربعات (4-6) يحصل على درجتين والذي تصيب كرته المربعات رقم (2-5-8) يحصل على درجة واحدة فقط خارج حدود المرمى يحصل على صفر وكل لاعب يؤدي 5 محاولات



٣	٢	١
٤	٥	٦
٩	٨	٧

المعاملات العلمية للأداة

صدق المحتوى :

تم استخدام طريقة صدق المحتوى للاختبارات من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي استخدمت هذه الاختبارات كدراسة (الجعافرة والشعلان، 2018 ودراسة بني عطا واخرون، 2009، ودراسة الربابعة، 2011، ودراسة حلاوة، 2010) وقد تم عرض هذه الاختبارات على مجموعة من اصحاب الاختصاص في القياس والتقويم وكرة اليد و اشاروا انها تقيس الغرض المصمم لقياسه. ملحق رقم (أ)

ثبات المحتوى:

من أجل حساب ثبات الاختبارات وذلك بهدف التأكد العلمي الإحصائي من صلاحيتها للتطبيق على عينة الدراسة ولغرض حجم العينة تم التطبيق على العينة كاملة عددهم (15) باستخدام أسلوب تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار، وذلك بفواصل زمني قدره (48) ساعة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (3).

جدول رقم (3)

معامل ارتباط بيرسون بين التطبيق وإعادة التطبيق لاختبارات الدراسة والمتمثلة بـ.

الاختبار	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تركيز الانتباه	.92	.000*
الدقة	.91	.000*

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة $(0.05 \geq \alpha)$

يتضح من الجدول (3) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $(0.05 \geq \alpha)$ بين التطبيق وإعادة التطبيق على الاختبارات المستخدمة في الدراسة مما يعد دليلاً على ثبات هذه الاختبارات وصلاحيتها.

التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على (5) لاعبين من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة بهدف التعرف على آلية تطبيق اختبارات الدراسة والتعرف على الأخطاء والمشاكل الممكن حدوثها خلال هذه الدراسة

إجراءات تطبيق الدراسة:

1. عرض الاختبارات المستخدمة في الدراسة على مجموعة من المحكمين للتأكد من مناسبتها لإجراء هذه الدراسة (ملحق رقم أ)
2. الحصول على كتاب تسهيل المهمة من الجامعة للاتحاد الأردني لكرة اليد من أجل تسهيل المهمة الباحث لي الاجراء هذه الدراسة (ملحق رقم ب)
3. قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية من أجل التعرف والتدريب على آلية تطبيق الاختبارات قيد الدراسة .
4. قام الباحث بتطبيق اختبارات هذه الدراسة على مدار خمسة أيام في أماكن تدريب الأندية ولللاعبين .

5. جمع البيانات وتحليلها إحصائياً

6.3 متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل:

تركيز الانتباه

المتغير التابع :

دقة التصويب في كرة اليد

7.3 الأساليب الإحصائية المستخدمة :

للإجابة عن تساؤلات الدراسة وتحقيق أهدافها، تم إجراء المعالجة الإحصائية باستخدام حزمة نظام (SPSS) على عينة الدراسة، حيث استخدمت الأساليب الإحصائية التالية :

1. المتوسطات الحسابية.
2. الانحرافات المعيارية.
3. اختبار بيرسون.
4. معامل التحديد

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

1.4 عرض النتائج ومناقشتها

للإجابة على فرضية الدراسة والتي تنص :

هل هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن ؟

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن والجدول (4) يبين ذلك.

جدول (4)

نتائج معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب

لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

المتغيرات	تركيز الانتباه
لدقة	معامل بيرسون *.827**
	مستوى الدلالة <.001

يتضح من الجدول رقم (4) وجود علاقة طردية داله إحصائيا عند مستوى دلالة $(0.05 \geq \alpha)$ بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن ولمعرفة مدى مساهمة درجة تركيز الانتباه بدقة التصويب تم حساب معامل التحديد والجدول رقم (5) يوضح ذلك:

الجدول (5)

معامل التحديد لتحديد مدى مساهمة درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب

لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

نموذج	معامل الارتباط	معامل التحديد	معامل التحديد	الخطأ المعياري
1	.827a	.684	.679	1.25265

تشير نتائج الجدول رقم (5) الى ان درجة تركيز الانتباه تساهم في تحديد 67.9% بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن والباقي تساهم به متغيرات اخرى.

ومن أجل تحديد معنوية مساهمة درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن تم استخدام تحليل الانحدار (القياسي) (Regression Enter) (والنتائج في الجدول رقم (6) تبين ذلك:

جدول (6)

قيمة ف للكشف عن معنوية مساهمة درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب

لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

النموذج	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة F مستوى Sig . الدلالة
1 الانحدار	250.884	1	250.884	<.001b
الخطأ	116.116	74	1.569	
الكلي	367.000	75		

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة $(0.05 \geq \alpha)$

يشير الجدول رقم (6) ومن خلال قيمة (ف) ومستوى الدلالة المرافق الى أن الانحدار معنوي ودال احصائيا وبالتالي توجد علاقة ما بين المتغير المستقل المتمثل تركيز الانتباه ودقة التصويب مما يؤكد فاعلية هذه المتغير للتنبؤ في دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن، وحول مكونات معادلة خط الانحدار تم توضيح ذلك في الجدول رقم (7).

جدول (7)

مكونات معادلة خط الانحدار لمدى مساهمة درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب

لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

نموذج الانحدار	قيمة B	الخطأ المعياري	معامل بيتا Beta	t	مستوى الدلالة Sig.
1 الثابت	2.296	.511		4.491	<.001
تركيز الانتباه	.194	.015	.827	12.645	<.001

المتغير التابع : دقة التصويب

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة $(0.05 \geq \alpha)$

يتضح من الجدول رقم (7) فاعلية درجة تركيز الانتباه بالتنبؤ بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن وحول مكونات معادلة الانحدار اعتمادا على تحليل الانحدار القياس كانت على النحو الآتي:

دقة التصويب = الثابت + (قيمة B * قيمة تركيز الانتباه)

دقة التصويب = 2.296 + (.194 * قيمة تركيز الانتباه)

ويمكن تفسير العلاقة الايجابية الطردية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن بأن مهارة التصويب في كرة اليد تتطلب تركيز عالي من اللاعبين قبل تنفيذها لأنها لا تعتمد فقط على الجانب المهاري والبدني فقط وإنما تتطلب مهارات نفسية وذهنية أيضاً من أجل نجاحها، وهذا ما أشار إليه راتب (2000) بأن تركيز أو توجيه الانتباه يعتبر احد المهارات الأساسية العامة لرياضيين وهو الأساس لنجاح عملية التدريب أو التعليم أو المنافسة في أشكالها المختلفة، وهذا ما أشار إليه الحوري (2007) أيضاً بأن الانتباه من أهم الأمور المهمة للأعداد النفسي للاعبين قبل تنفيذ المهارة لأن الهدوء وقوة الجهاز العصبي وقدرة اللاعبين على التخلص من جميع المؤثرات الخارجية أو الداخلية التي قد تواجههم اثناء تنفيذ المهارات المختلفة في لعبة كرة اليد تعد واحد من العوامل المهمة في نجاحها وخاصة في مهارة التصويب وعملية توجيه الكرة للمكان المناسب على المرمى من اجل احراز الاهداف التي تعتبر في النهاية مايسعى إليه اللاعبون من اجل احراز أكبر عدد من الأهداف من أجل الفوز في المباراة، وهذا يتفق أيضاً مع ما أشار إليه الجعافرة والشعلان (2018) بأن فقدان التركيز يعتبر من العوامل المؤثرة بشكل رئيسي في الاداء الضعيف ويؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة وإن ارتفاع مستوى الاداء المهاري لا يرتبط بالتدريب البدني والمهاري فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة اللاعبين على تركيز انتباههم.

وانتقلت نتائج هذه الدراسة مع دراسة حسن (2003) ودراسة الحوري (2007) ودراسة بوسته وفنري (2016) والتي اشارت نتائجهم لوجود علاقة طردية ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد واختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة سعدي وعبدالحميد (2020) والتي أشارت نتائج دراستهم لوجود علاقة سلبية ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد.

2.4 الاستنتاجات :

وجود علاقة ارتباط طردية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد لدى ناشئي كرة اليد في الاردن.

3.4 التوصيات:

- 1-التأكيد على المدربين ضرورة التركيز على الاعداد النفسي بشكل عام وتركيز الانتباه بشكل خاص من اجل تطوير دقة التصويب للاعبين.
- 2-التأكيد على المدربين باستخدام معادلة التحديد التي تم إيجادها في هذه الدراسة عند عملية انتقاء الناشئين للعبة كرة اليد.
- 3-اخضاع المدربين لدورات تدريبية في مجال الاعداد النفسي للاعبين.

قائمة المصادر والمراجع

- سعيد، عبدالمجيد وبن شرنين، عبد الحميد (2020). مساهمة تركيز الانتباه في دقة التصويب لدى أصاغر كرة اليد، مجلة الإبداع الرياضي ، مج11، ع2، جامعة محمد بوضياف المسيلة - معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- علاوي، محمد حسن (1997). علم النفس الرياضي، النمو والدافعية في التربية الرياضية، ط 2، مصر، دار المعارف.
- سعد الله، فرحان جبار (2015) أساسيات في التعلم الحركي، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
- محمد، عبد العزيز عبد المجيد (2005) سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر، ط 1، القاهرة .
- احمد، حامد سليمان (2012) علم النفس الرياضي، دار العرب للدراسات والنشر والتوزيع، ط 1، دمشق، سوريا .
- الختاتنة، سامي حسن وآخرون (2010) مبادئ علم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ب ط. عمان .
- سليم، مريم (2003) علم نفس التعلم، النهضة العربية، ط 1، بيروت، لبنان .
- عبد القادر، إسماعيل وقشقوش، صابر (2015) الدماغ والعمليات العقلية، دار اليازوري العملية للنشر والتوزيع، ط 2، الأردن .
- سعد الله، فرحان جبار (2015) أساسيات في التعلم الحركي، دار الرضوان للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
- أبو المكارم، فؤاد (2007) بعض المحددات النفسية الاجتماعية لأساليب الانتباه لدى طلاب الجامعات، دراسات عربية في علم النفس، 26 (3)، 1_50 .
- الضميد، عبد الستار (2000) علم فسيولوجيا العمليات العقلية، دار الفكر للطباعة والنشر، ط 1، عمان .

سعيد، سعيد نزار (2012) أثر التمرينات لتطوير الإدراك الحسي الحركي في أداء بعض المهارات الأساسية لدى العبي كرة اليد، دار عياداء النشر والتوزيع ، ط1، عمان، الأردن .

راتب، أسامة كمال (2007) علم النفس الرياضية المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ط4، القاهرة .

راتب، أسامة كمال (1997) علم النفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة .

خيون، يعرب (2002) التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، مكتبة الصخرة للطباعة، ط1، بغداد .

اللامي، عبد الله حسين (2006) اساسيات التعلم الحركي، طبع وتوزيع مجموعة مؤيد الفنية، ط1، العراق .

بوستة، عزيز، وفنري، كريم (2016) علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من الثبات والقفز عاليا لدى لا عبي كرة اليد، مذكرة ماجستير، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة .

علاوي، محمد حسن، وآخرون (2003) أعداد النفسي في كرة اليد: (نظريات وتطبيقات)، مركز الكتاب للنشر، ب ط، القاهرة .

محجوب، وجيه (1989) علم الحركي (التعلم الحركي)، بيت الحكمة، جامعة بغداد، ب ط. درويش، كمال الدين عبد الرحمن، وآخرون (2002) القياس والتقييم وتحليل مباراة في كرة اليد: نظريات - تطبيقات، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة .

درويش، كمال الدين عبد الرحمن، وآخرون (2002) القياس والتقييم وتحليل مباراة في كرة اليد: نظريات - تطبيقات، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة .

الخياط، ضياء، والخيالي، نوفل محمد (2001) كرة اليد، دار الكتب الطباعة، ط 2، جامعة الموصل .

ابو زيد، عماد الدين عباس، والشافعي، محمود عبد العالي (2007) تطبيقات الهجوم في كرة اليد: تعلم التدريب، منشأة المعارف، ط1، الإسكندرية .

- فرج، ألين وديع (2002) **خبرات في الألعاب للصغار والكبار، منشأة المعارف، ط2، مصر، الإسكندرية .**
- خميس، جمال، وقاسم، احمد (2011) **موسوعة كرة اليد العلمية، مؤسسة صفاء للطباعات، ط2، بغداد .**
- درويش، كمال (2002) **القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد، ط 1، مركز الكتاب للنشر .**
- راتب اسامة (2000) **تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي)، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة .**
- سامي، شيماء، غالب، بشار (2009) **مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي التنس الأرضي والمبارزة لفئتي الشباب والمتقدمين، مجلة العلوم التربوية الرياضية، العدد 2، مجلد 2 .**
- محمود، عبد العزيز (2005) **سيكولوجية مواجهة الضغوط في مجال الرياضي، ط 1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .**
- سعيد، عبد المجيد (2015) **تحديد مستوى البدني والمهاري من خلال بطارية اختبارات للاعبين كرة اليد فئة (u19)، مذكرة ماجستير، معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة .**
- مصطفى، حسين (2007) **سيكولوجية الأداء الرياضي نظريات - تحليلات - تطبيقات، ط1، مكتبة حلوان المصرية، القاهرة .**
- الحوري، عكلة (2007) **علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب لدى لاعبي المنتخب الوطني للناشئين، مجلة علوم الرياضة، ع 1 .**
- الشعلان، معن، و الخطاطبة، معتصم، الربابعة، جمال (2016). **مهارات كرة اليد، ط1، دار الكنوز المعرفة، عمان .**
- المغايرة، إياد (2018) **علاقة تركيز الانتباه ومستوى بعض متغيرات الإدراك الحس الحركي بدقة رد بسيط لدى ناشئي سلاح الشيش في الاردن، مؤتة للبحوث والدراسات الإنسانية والاجتماعية، العدد (3) المجلد (33)، جامعة مؤتة .**

المراجع الأجنبية

- Cold,D,(2001)Teaching mental skills for sport, Berkeley,calif,vitual Brands external foci of attention on throwing accuracy. **The Plymouth Student Scientist**, 4(2), 83-103 .
- Jim,Taylor.Gregory,Wilson(2005). **Applying sport psychology**.Human kinetic .
- Lowen, J. (2010). **The effect of shifting between internal and 2)**
- Lundervold, A. & Buermann, m. (2008). Effect of Behavioral Activation Treatment on chronic Fibro Myalgia pain ; Replication and Extension **International Journal of Behavioral Consultation and Therapy**.
- Miguel creso ,Dave Miley (2002):ITF,Advanced coach Manual .
- Nideffer, R. M. (2002). **Getting Into The Optimal Performance 3) State**.
- Nideffer, R. M. (2006). **Theory of attentional and interpersonal) styles. Test of attentional and in impersonal style (TAIS)**. New Berlin, WI: Assessment systems International .
- Schmidt, R. & Lee, T. (2011). **Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis**. -5th Edition .Human Kinetics.
- Stephen, p, Robbins(2006). **organizational Behaviov**,New York.

الملاحق

ملحق رقم (أ)

قائمة المحكمين للاختبارات المستخدمة في الدراسة

الجامعة	الرتبة الاكاديمية	الاسم	الرقم
جامعة مؤتة	أستاذ دكتور	أ.د معتصم الخطاطبة	1
الجامعة الأردنية	أستاذ دكتور	أ.د عربي حمودة	2
جامعة مؤتة	أستاذ مشارك	د. سليم الجزازي	3
جامعة مؤتة	أستاذ مشارك	د. عمر الجعافرة	4

المعلومات الشخصية

الاسم: أحمد عوده ماضي المعايطه

التخصص: الماجستير في التربية الرياضية

الكلية: علوم الرياضة

سنة التخرج: 2022