

مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1)

Attention focus and its relationship to the level of physical and technical performance of goalball players for the disabled (class B1)

نواجي دليلة¹، دخية عادل²، جمالي مرابط³

^{1,2,3}جامعة محمد خيضر بسكرة/ مخبر دراسات وبحوث في علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية /

¹dalila.nouadji@univ-biskra.dz ²adel.dakhia@univ-biskra.dz ³Merabet.djemali@univ-biskra.dz

معلومات عن البحث:

تاريخ الاستلام: 2023/01/15

تاريخ القبول: 2023/03/26

تاريخ النشر: 2023/06/01

الكلمات المفتاحية:

تركيز الانتباه، الأداء البدني والتقني، لاعبي كرة الهدف، فئة B1.

الباحث المرسل: نواجي دليلة
الايمل:

dalila.nouadji@univ-biskra.dz

Keywords :

focus of attention, physical and technical performance, goal ball players, class B1.

ملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه والمستوى البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين، فكانت إشكالية دراستنا هل هناك علاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف؟، فرضنا أن هناك علاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني لدى لاعبي كرة الهدف وأنه توجد علاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء التقني لدى لاعبي كرة الهدف، ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي على عينة مكونة من (12) لاعب تم اختيارهم بطريقة قصدية، لجمع البيانات استخدمنا مقياس تركيز الانتباه، واختبارات بدنية وتقنية للاعبي كرة الهدف، بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم التوصل إلى أن هناك ارتباط قوي بين مستوى تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة للزراعين في الجانب البدني، وكذا تركيز الانتباه ومهارة التهديف من خلال التقسيمات، وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة إجراء بحوث ودراسات مشابهة على مستويات أخرى، اهتمام المدربين بالجوانب البدنية والتقنية وكذا الاهتمام بجوانب أخرى تخدم مثل هاته الدراسات.

Abstract :

The study aims to identify the relationship between attentional focus and the physical and technical performance levels of goalball players with disabilities. Our research problem was: Is there a relationship between attentional focus and physical and technical performance levels of goalball players? We assumed that there is a relationship between attentional focus and physical performance levels of goalball players, as well as a relationship between attentional focus and technical performance levels of goalball players. To achieve this purpose, we used a descriptive method on a sample of 12 players who were purposively selected. To collect the data, we used an attentional focus scale, as well as physical and technical tests for goalball players. After collecting and processing the data statistically, we found that there is a strong correlation between attentional focus level and the distinguished arm speed test in physical performance, as well as between attentional focus and the shooting skill through divisions in technical performance. Based on these findings, the study recommends conducting similar research on other levels and for coaches to focus on the physical and technical aspects of training, as well as other aspects that serve such studies.

I - مقدمة:

اهتمت الكثير من دول العالم بذوي الاحتياجات الخاصة والاتجاه نحو ممارسة الرياضة لهذه الفئة ومساعدتها في تحدي إعاقاتها والاختلاط مع أفراد المجتمع، وعدم انطواء المعاق على نفسه والاندماج اجتماعيا مع محيطه ليأخذ دور الفاعل في مجال التنمية الاجتماعية، إذ تعد رياضة المعاقين إحدى الرياضات الخاصة المهمة في الوقت الحاضر لما لها من دور كبير في تأهيل المعاقين لتحقيق انجازات رياضية عالية، والتدريب المستمر والمتواصل لتحقيق أفضل النتائج والوصول إلى أعلى المستويات.

تعد القدرات العقلية إحدى المكونات الأساسية المهمة التي يحتاجها لاعبو كرة الهدف إذ أنها تعمل وتساعد على تنمية القدرات الحركية وتطوير الأداء المهاري والبدني وتساهم في ربط وتسلسل الحركة من خلال تطوير المهارات البدنية والتقنية وتركيز الانتباه عند اللاعبين ومن خلال ما تقدم يمكن أن نحدد أهمية دراسة القدرات العقلية وعلاقتها على اللاعبين والتي تعطي المزيد من الثقة والمقدرة على الشعور بالأداء الفني الأفضل ومستوى الانجاز الأحسن وكما كانت كرة الهدف من الفعاليات الرياضية التي تحتاج إلى التطوير والتحديث فإن دراسة موضوع القدرات العقلية يعد من أهم الاتجاهات الحديثة في عملية التطوير، حيث أن لعبة كرة الهدف تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية والتقنية، إذ أن العلاقة بين الجانب العقلي والأداء البدني التقني أصبح مثار اهتمام المدربين واللاعبين. (شمعون، والجمال، 1996، صفحة 28).

إن الانتباه إحدى العمليات العقلية والنفسية التي تلعب دورا مهما في حياة الإنسان بصفة عامة و الرياضي بصفة خاصة، وذلك من خلال استيعاب المواقف الحياتية، وكذلك خلال مواقف اللعب الرياضية المختلفة، وسرعة إدراكها وفهمها، بل الانتباه من

مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1)

الموضوعات المهمة التي لها علاقة مباشرة بالأداء الحركي لكل من اللاعب والمدرّب والحكم على السواء حيث يلعب دوراً مؤثراً في تحقيق الإنجازات (المصطفى، 2018، صفحة 3)، ويعد التركيز أحد مظاهر الانتباه المهمة الذي له دور فعال في التهيؤ والاستعداد قبيل الأداء ولاسيما قبيل البدء الإرادي حيث يتطلب من اللاعب التدريب المتواصل على تطوير الصفات النفسية والعمليات العقلية إذ أن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات البدنية والتقنية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على بعض القدرات العقلية ومنها تركيز الانتباه الذي يعد أحد أبعاد الإعداد النفسي المهمة للاعب كرة الهدف إذ يذكر "راجح" لولا الانتباه لما استطاع الفرد أن يعي أو يتذكر أو يتعلم شيئاً إذ أن يفكر فيه، فلكي تتعلم شيئاً أو تفكر فيه يجب أن تنتبه إليه وتذكره. (عزت، 1983، صفحة 193)، والتي أثبتت أن الممارسة الرياضية بصورة عامة عملت وتعمل على تطوير الجوانب البدنية، النفسية، الحركية، وكذا تحسين كفاءة تأثيرها على القدرات العقلية ومنها تركيز الانتباه (حرشاي، 2001، صفحة 62).

ومن هنا تظهر أهمية البحث في التوصل إلى معرفة العلاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الجرس ووضع الحلول المناسبة التي تعد ضرورية وهامة لتطوير مستوى لاعبي كرة الهدف، وأن اللاعبين يختلفون في قابليتهم العقلية والمهارية والنفسية وفيما يقدمونه أثناء المباراة حيث أن الطاقات والحالة النفسية للاعب تلعب دوراً في قيادة المباراة بصورة صحيحة، وهذا ما تأكدته بعض الدراسات السابقة نذكر منها دراسة (جواني مهدي، شريط محمد الحسن المامون، وحدي علي، 2021) تهدف الدراسة للتعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه بدقة الإرسال القصير في تنس الريشة، ولهذا الغرض استخدم الباحث المنهج الوصفي، حيث تكونت العينة من 15 لاعب من فريق قاعة متعددة الرياضات أم

البواقي لفئة العمرية (13-15 سنة)، تم اختيارها بالطريقة القصدية، لجمع البيانات استخدم اختبار شبكة تركيز الانتباه واختبار دقة الإرسال القصير، وبعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا تم التوصل إلى وجود علاقة ارتباطية بين مستوى تركيز الانتباه بدقة الإرسال القصير في تنس الريشة، وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة على ضرورة الاهتمام بمهارة تركيز الانتباه لتطوير أداء لاعب رياضة تنس الريشة، أما دراسة (شاشو عامر و حريتي حكيم، 2020) فالهدف منها هو فحص تأثير تركيز الانتباه من خلال التعليمات اللفظية على تعلم مهارة دقة التصويب للرمية الحرة، المشاركون هم 60 من لاعبي كرة السلة المبتدئين في المرحلة العمرية 14 سنة، خبرة أقل من عام واحد تم تعيينهم بشكل عشوائي إلى واحدة من ثلاث مجموعات (أ) مجموعة تركيز الانتباه الخارجي ن=20، (ب) مجموعة تركيز الانتباه الداخلي ن=20 و (ج) مجموعة ضابطة ن=20، أكمل المشاركون برنامجا تدريبيا لمدة أربعة أسابيع يتكون من وحدتين تدريب في الأسبوع لتعلم دقة التصويب للرمية الحرة أشارت النتائج إلى أن المشاركين في المجموعة (أ) حصلوا على درجات أعلى في الاختبار الثاني والثالث والنهائي واستنتج التالي: تساعد تعليمات تركيز الانتباه الخارجي الرياضيين المبتدئين في كرة السلة على تحسين أدائهم وتعلم دقة التصويب للرمية الحرة، كما جاءت دراسة (صياد حمزة وزواغي سمش الدين، 2020) تهدف إلى إبراز نوع العلاقة الموجودة بين القدرات الحركية المتمثلة في كل من التوازن والتوافق الحركي والرشاقة والمرونة وبعض العمليات العقلية المعرفية (الذكاء والانتباه) لدى تلاميذ الطور الابتدائي (09-06) سنوات، على عينة قصدية قوامها 36 طفل و طفلة، ولهذا استخدمنا المنهج الوصفي التحليلي، وقد استخدمنا بطارية اختبار القدرات الحركية، ومقياس انتباه الأطفال وتوافقهم "ستروب"، بالإضافة إلى اختبار رسم الرجل لـ "جودأنف" لقياس ذكاء الأطفال، بعد جمع النتائج وتحليلها

مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1)

إحصائياً توصل إلى وجود علاقة قوية بين كل من القدرات الحركية والقدرات العقلية المعرفية، من خلال كل هذا يجب الإشارة إلى ضرورة الاهتمام بممارسة التربية الحركية بالمرحلة الابتدائية.

ولاحظ الباحث من خلال عمله في مجال تدريب كرة الهدف كمدرّب لفريق النادي الرياضي التربوي بسكرة أن العمليات العقلية ومنها تركيز الانتباه عملية مهمة لتهيئة اللاعب لاتخاذ القرار المناسب ونتيجة لذلك لابد من إجراء محاولات تأخذ بنظر الاعتبار العلاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني والتقني ولقلة وجود دراسة مسبقة عن لاعبي كرة الهدف ارتأى الباحث دراسة هذه الظاهرة المهمة والتي يعتبرها ضرورية ومهمة، ومن هنا يتبادر للباحث طرح التساؤل التالي: هل هناك علاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف (الجرس)؟ والذي تجزأت منه تساؤلات جزئية تمثلت في: هل هناك علاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني لدى لاعبي كرة الهدف (الجرس)؟ وهل هناك علاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء التقني لدى لاعبي كرة الهدف (الجرس)؟

وجاءت هذه الدراسة بهدف الكشف عن العلاقة الارتباطية بين مظهر تركيز الانتباه والمستوى البدني للاعبي كرة الجرس، الكشف عن العلاقة الارتباطية بين مظهر تركيز الانتباه والمستوى التقني للاعبي كرة الهدف، إبراز أهمية الجانب العقلي في تطوير المردود الجماعي وكذلك توضيح العلاقة المهمة في تركيز الانتباه للوصول إلى النجاح في الأداء سواء البدني أو التقني.

II - الطريقة وأدوات:

1- العينة وطريقة اختيارها:

مجتمع البحث: يعتبر مجتمع البحث إطاراً مرجعياً للباحث في اختيار عينة البحث، وقد يكون الإطار أفراد أو مدارس أو جامعات أو أندية رياضية، (إبراهيم،

2006، صفحة 95) ويتمثل مجتمع الدراسة في مجموع اللاعبين الناشطين في ولاية بسكرة في رياضة كرة الهدف.

عينة الدراسة: اختيرت عينة الدراسة بالطريقة القصدية حيث شملت عينة البحث هذه اللاعبين الممارسين لرياضة كرة الهدف بولاية بسكرة من فئة B1، إذ أخذ الباحث 12 لاعب كعينة للدراسة.

مواصفات العينة:

جدول (1) يبين تجانس أفراد عينة البحث في القياسات المورفولوجية

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	معامل الالتواء
طول القامة	سم	173.785	4.683	1.455
وزن الجسم	كغ	71.521	5.703	1.021
العمر	سنة	20.349	2.421	0.763

2- إجراءات الدراسة:

1-2 - المنهج:

ولقد اعتمد في الدراسة على المنهج الوصفي، باعتبار أنه المنهج المناسب لدراسة الظواهر الإنسانية، حيث يعرف المنهج الوصفي على أنه المنهج الذي يهتم بوصف ما هو كائن وتفسيره، ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع. (ملح، 2000، صفحة 370)

2-2 - متغيرات البحث:

المتغير المستقل: هو المتغير الذي يحاول الباحث أن يفهمه ويقيس تأثيره على المتغير التابع، ويتمثل المتغير المستقل في هذا البحث (تركيز الانتباه)

المتغير التابع: هو المتغير الذي يحاول الباحث أن يفسره، ولكن حتى يتمكن من ذلك فلا بد أن يترجمها إلى مؤشرات ملموسة (مسلم، 2004، الصفحات 24-25)، ويتمثل المتغير التابع في البحث هذا في مستوى الأداء البدني والتقني.

2-3- أدوات البحث:

استعمل الباحث في الدراسة مقياس تركيز الانتباه، واختبارات بدنية وتقنية للاعبي كرة الهدف.

١. الإختبار:

أولاً: اختبار بوردين - أنفيموف لقياس تركيز الانتباه من طرف "محمد خاطر، فهمي البيك"، هذا الاختبار من أكثر الاختبارات انتشاراً في المجال الرياضي بغرض تحديد تركيز الانتباه المختلفة من شدة وتوزيع وتركيز وتحويل، ونظراً لكون عمل الباحث يقتصر على قياس تركيز الانتباه لذا سيتم توضيح سمة تركيز الانتباه فقط وكما يلي: عند إجراء التجربة فإن صحيفة الاختبار توضع أمام اللاعب بحيث تكون مقلوبة، وأمام اللاعب قلمان رصاص تم شطفهما جيداً حتى يمكن استخدامهما في الاختبار أحد هذان القلمان احتياطي ويكتب على الصفحة الخالية من الحروف الوجه الآخر التاريخ واسم اللاعب وساعة تطبيق الاختبار، وتاريخ الميلاد ونوع النشاط الممارس ومستواه الرياضي ويتم شرح الاختبار بصورة واضحة للاعب.

اللاحظ: يقوم الباحث مع فريق عمل بتطبيق الاختبار حسب ما يقوم به اللاعب وهذا راجع إلى الإعاقة البصرية من الدرجة B1.

صدق المقياس:

يقصد بصدق المقياس أنه يقيس فعلاً ما وضع لقياسه، ولا يقيس شيئاً بدلاً منه، وقد طلب من المحكمين وهم أساتذة بمعهد التربية البدنية والرياضية، حيث تتم الموافقة على المقياس من قبلهم، بنسبة 70% والرفض تم بنسبة 30% بالإضافة إلى موافقهم لتعديل المقياس حسب حالة اللاعب (الإعاقة البصرية B1).

ثبات المقياس:

يقصد بثبات المقياس أن النتائج تظل ثابتة حتى عندما يطبق الاختبار على الفرد في ظروف مختلفة، وفي فترات متباعدة، حيث قام الباحث بتوزيع المقياس على عينة قدرها 12، تمثل مجموعة لاعبي كرة الهدف، وقد اختير إعادة المقياس لمعرفة مدى استقرار نتائج المقياس، وكان الفاصل الزمني بين التطبيق الأول، والتطبيق الثاني أسبوع، وهذا حتى يتسنى للاعبين عدم تذكر إجاباته الأولى، حيث تم حساب معامل ارتباط بيرسون، باستعمال النظام الإحصائي SPSS وقدرت نسبة الارتباط بـ 0.854. وهذا ما يشير إلى أن القيم دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 وهذا يدل على أن معامل الارتباط كبير، ويمكن الوثوق به في هذا البحث، وعليه تتميز أداة الدراسة بثبات.

جدول رقم (2) يمثل معامل الارتباط مقياس تركيز الانتباه

الاختبار	المعالم الإحصائية			وحدة القياس
	الانحراف	المتوسط	معامل الارتباط	
تركيز الانتباه	1.452	7.832	0.854	درجة

وصف الاختبارات البدنية والتقنية:

1- اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين:

اسم الاختبار الاستناد الأمامي ثني ومد الذراعين خلال 30 ثانية، والغرض منه هو قياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين. الأدوات اللازمة: أرض مستوية، ساعة إيقاف.

وصف الاختبار: من وضع الانبطاح المائل يقوم المختبر بثني الذراعين إلى أن يلامس الصدر الأرض أو يقترب منها خلال 30 ثانية لأكثر عدد من المرات.

الشروط: لا يسمح بالتوقف، استقامة الجذع أثناء الأداء، ملامسة أو اقتراب الصدر من الأرض. إدارة الاختبار: مؤقت يقوم بإعطاء إشارة البدء وحساب الزمن المستغرق.

التسجيل: يعطى لكل لاعب محاولة واحدة فقط.

مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1)

2- التهديد من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف:

اسم الاختبار: التهديد من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف، والهدف من الاختبار: قياس دقة التهديد من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف للاعبي كرة الهدف، الأدوات المستخدمة: كرات خاصة بلاعبي كرة الهدف، هدف خاص بلاعبي كرة الهدف.

طريقة الأداء: يقوم المختبر بدرجة الكرة في المنطقة المحددة ثم يقوم بتصويبها على التقسيمات المرسومة على الهدف، ثم العودة إلى الكرة الثانية وتصويبها بنفس الطريقة وهكذا، يقوم المختبر بتصويب كرات. شروط الاختبار: يجب أن يكون التهديد من داخل منطقة الدرجة.

2-4 - الأدوات الإحصائية:

استخدم الباحث برنامج الحزمة الإحصائية SPSS لحساب المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري ومعامل الارتباط بيرسون.

III - النتائج :

عرض وتحليل النتائج:

الجدول رقم (3) العلاقة بين تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين.

الدالة	معامل بيرسون	اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين		مقياس تركيز الانتباه		عينة الدراسة
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة إحصائية	0.743	1.031	6.960	1.788	8.953	12 لاعب

التحليل:

يتضح من خلال الجدول العلاقة بين تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين لعينة البحث، حيث أن المتوسط الحسابي لمجموع درجات اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين قد بلغ 6.960 بانحراف معياري قدره 1.031 بينما بلغ

المتوسط الحسابي لدرجات إجابات نفس اللاعبين على مقياس تركيز الانتباه 8.953 بانحراف معياري قدره 1.788 كما يتضح لنا أن قيمة R المحسوبة العلاقة بين تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين قد بلغت 0.743 يتبين لنا أن الارتباط طردي بين تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين وتعتبر هذه القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05.

الجدول رقم (4) العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة التهديف من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف.

عينة الدراسة	مقياس تركيز الانتباه		مهارة التهديف من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف		معامل بيرسون	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
12 لاعب	8.953	1.788	7.422	2.005	0.822	دالة إحصائية

التحليل:

يتضح من خلال الجدول العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة التهديف من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف لعينة البحث، حيث أن المتوسط الحسابي لمجموع درجات اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين قد بلغ 7.422 بانحراف معياري قدره 2.005 بينما بلغ المتوسط الحسابي لدرجات إجابات نفس اللاعبين على مقياس تركيز الانتباه 8.953 بانحراف معياري قدره 1.788 كما يتضح لنا أن قيمة R المحسوبة العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة التهديف من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف قد بلغت 0.822 يتبين لنا أن الارتباط طردي بين تركيز الانتباه ومهارة التهديف من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف وتعتبر هذه القيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05.

VI – المناقشة:

من خلال النتائج المتحصل عليها تبين أن هناك علاقة إرتباطية بين تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين لدى لاعبي كرة الهدف، حيث يرى الباحث أن هذه النتائج منطقية لتوافقها مع عدة دراسات من بينها نتائج دراسة (المصطفى عبد العزيز بن عبد الحكيم، 2018) التي تؤكد على أن مهارة تركيز الانتباه مهارة أساسية للرفع من أداء الحكام السعوديون في كرة القدم، كما أشارت دراسة (صياد و زواغي، 2020) إلى وجود علاقة قوية بين كل من القدرات الحركية والقدرات العقلية المعرفية (قدرة الانتباه)، وبالإضافة إلى دراسات أخرى إطلع عليها الباحث، فمن خلال كل هذا يجب الإشارة إلى ضرورة الاهتمام بممارسة التربية الحركية بالمرحلة الابتدائية وتفسر هذه النتائج استنادا إلى عدة أسباب تقف في مقدمتها أن تركيز الانتباه الذي يعتبر أحد المهارات الأساسية للتعلم ويشير إلى: الفترة التي يستطيع فيها اللاعب أن يركز على موضوع معين، ويحتاج الانتباه إلى قدرة اللاعب على التركيز على الموضوعات غير الضرورية، وبالتالي فإن ضعف قدرة اللاعب على التمييز بين ما هو ضروري وما هو غير ضروري يؤدي إلى صعوبات في الانتباه إلى المعلومات والأحداث ذات العلاقة بالموضوع.

ويعد الانتباه إحدى القوى الإنسانية المهمة في حياة الفرد، من حيث قدرته على الاتصال بالبيئة المحيطة به، والتي تنعكس في اختياره لمختلف المنبهات الحسية الملائمة حتى يتمكن من إدراكها وتحليلها بدقة، والاستجابة لها بصورة تعكس توافقه مع بيئته الداخلية والخارجية، فالانتباه هو العملية الرئيسة في توجيه وعي الفرد في المواقف السلوكية المتنوعة، كما أنه العملية التي يكتسب من خلالها الكثير من المهارات، وتكوين كثير من العادات السلوكية التي تحقق له قدرا كبيرا من التوافق في المحيط الذي يعيش فيه، وهذا ما يوافق تركيز الانتباه واختبار القوة المميزة بالسرعة

حيث أن العلاقة بين القدرة العقلي والاختبار البدني الموضوع جاء إيجابيا وذات دلالة إحصائية وبالتالي بالفرضية الأولى محققة.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها تبين أن هناك علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه ومهارة التهديف من الحركة على التقسيمات المتداخلة والمرسومة داخل الهدف لدى لاعبي كرة الهدف، حيث يرى الباحث أن هذه النتائج منطقية لتوافقها مع عدة دراسات ونذكر منها دراسة (شاشو وحريتي، 2020) التي توصلت إلى أن تعليمات تركيز الانتباه الخارجية للرياضيين المبتدئين تساعد على تحسين أدائهم و تعلم دقة التصويب للرمية الحرة، وكذلك دراسة (جواني مهدي، شريط محمد الحسن المامون وحدي علي، 2021) أكدت على وجود علاقة ارتباطية بين مستوى تركيز الانتباه بدقة الإرسال القصير في تنس الريشة، وتفسر هذه النتائج استنادا إلى عدة أسباب حيث في مجال الأداء الرياضي غالبا ما نسمع المدرب يحث اللاعبين على ضرورة التركيز المتواصل، كأن يقول: انتبه، ركز، بدل بؤرة تركيزك، وعلى المدرب أن يكون واضحا في مقصده من كل مصطلح، فالانتباه هو قدرة الرياضي على ملاحظة البيئة المحيطة به، والتركيز هو قدرته على الأداء في ضوء هدف واضح وموجود بالفعل، والبؤرة هي مركز الانتباه، وقد يكون انتباه الرياضي خارجيا أو داخليا، كما قد يكون واسعا أو ضيقا، وينبغي على الرياضي أن يحتفظ بانتباه متواصل، وأن يطور مهاراته في الأداء، وأن يتواءم انتباهه مع متطلبات المهارة حتى ينجزها بكفاءة، ولا يعد كل ذلك أمرا يسيرا، خاصة مع تدخل العديد من المشتتات الخارجية (كالمشاهدين)، أو الداخلية (كالتعب، والحديث السلبي للنفس، والاستثارة الانفعالية)، وقد وضع المتخصصون في مجال ممارسة الأنشطة الرياضية برامج لمساعدة الرياضيين في التغلب على هذه المشتتات، وهذا ما يوافق تركيز الانتباه وتلك المهارة حيث أن العلاقة بين القدرة

مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1)

العقلي والاختبار التقني الموضوع جاء إيجابياً وذات دلالة إحصائية وبالتالي
فالفرضية الثانية محققة، وهذا ما أكدته دراسة.

V - خاتمة:

توصل الباحثون في هذه الدراسة إلى أنه توجد علاقة بين تركيز الانتباه والمستوى
البدني والتقني لدى لاعبي كرة الهدف باستخدام اختبار "بيرسون"، وتشير النتائج
الواردة في الجداول إلى أن لاعبي كرة الهدف في تركيز الانتباه يتفوقون بشكل عالي
الدلالة في كل من القدرة على التحكم في تضيق بؤرة الانتباه، وبؤرتي الانتباه الداخلية
والخارجية الواسعة، وتتسق هذه النتائج مع الإطار النظري الذي يتبناه البحث، كما
تتسق مع نتائج الدراسات السابقة سالفة الذكر في ثنايا هذا المقال، وبالتالي ننوه
ونلفت النظر إلى ضرورة الاهتمام بالرياضة كرة الهدف، وضرورة اهتمام المدربين
واللاعبين بالتدريب على مظاهر تركيز الانتباه التي تؤدي إلى تطوير أداء اللاعبين

IV – الإحالات والمراجع:

✓ المؤلفات:

1. راجح حمد عزت. (1983). *اصول علم النفس*. دار المعارف ، مصر: ط2.
2. سامي محمد ملحم. (2000). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس* . دار المسرة للنشر والتوزيع والطباعة: ط1.
3. شمعون محمد العربي والجمال عبدالنبي. (1996). *التدريب العقلي*. دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر: ط1.
4. محمد مسلم. (2004). *منهجية البحث العلمي دليل طلاب العلوم الاجتماعية والإنسانية* . دار الغرب للنشر والتوزيع – وهران.
5. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2006). *طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية*. دار الثقافة للنشر. عمان.

✓ المقالات:

6. حمزة صياد، و سمش الدين زواغي. جوان 2020. "دراسة العلاقة بين القدرات الحركية وبعض العمليات العقلية المعرفية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (09-06) سنوات." *المجلة العلمية والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية*، المجلد 17، العدد: 1 (مكرر)، الصفحات 241-255.
7. عامر شاشو، و حكيم حريتي. ديسمبر 2020. "أثر تركيز الانتباه بتعليمات لفظية في تعلم مهارة دقة التصويب للرمية الحرة في كرة السلة لدى المبتدئين في المرحلة العمرية 14 سنة." *المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجية للأنشطة البدنية والرياضية* ، المجلد 17، العدد: 2 (مكرر)، الصفحات 197-210.

مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء البدني والتقني
لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1)

8. عبد العزيز بن عبد الكريم المصطفى. ديسمبر 2018. "قياس مهارات تركيز الانتباه للحكام السعوديين في كرة القدم"، *المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للأنشطة البدنية والرياضية*، العدد 15 الجزء 2، الصفحات 1-21.
9. مهدي جواني، محمد الحسن المأمون شريط ، وعلي حدي. جوان 2021. "العلاقة بين تركيز الانتباه و دقة الإرسال القصير في تنس الريشة". *المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، المجلد 18، العدد 1 مكرر، الصفحات 188-198.
10. يوسف حرشاوي. ديسمبر 2001. "دور التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرة على تركيز الانتباه وعلاقته بالميل والدافع". *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، العدد 3، الصفحات 62-64.