



جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهارة دقة التهديف بكرة القدم
لفريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية

بحث تقدم به الطالب

علي شهيد جبر حسين

الى مجلس كلية التربية جامعة

القادسية كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف الاستاذ المساعد الدكتور

ساجت مجيد جعفر الموسوي

٢٠٢٣ م

١٤٤٤ هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
(اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا
نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا
الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ
وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا
شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا
يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ)

صدق الله العلي العظيم

سورة البقرة: الآية ٢٥٥

الإهداء

الى شمس الضحى وبدم الدجى ونور الهدى . . . الحبيب

المصطفى (صلى الله عليه واله وسلم)

الى

الشموع التي أضاءت لي طريق العلم . . . اساتذتي في كلية

التربية البدنية وعلوم الرياضة .

الى كل من علمني حرفاً

الى الذي ضحوا من اجل العقيدة

الحشد الشعبي .

الشكر والتقدير

الحمد لله والشكر له بما من علينا به من نعمته والصلاة والسلام على
خير خلقه الامين محمد وآله الاطهار واصحابه الغر الميامين .

انقدم بجزيل الشكر والتقدير والامتنان الى
استاذي (أ. م. د ساجت مجيد جعفر) على ما بذله من جهد ووقت
لغرض الاشراف على بحثي ومتابعته لي بأرائه القيمة وافكاره
الجميلة فجزاه الله خيرا الجزاء ،

كما اتقدم بخالص الشكر والتقدير الى جميع الأساتذة المحترمين
في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية ،

واخيراً أشكر جميع اصدقائي الذين لم يخلوا علي بجهد او معلومة .

الموضوع	الصفحة
الآية القرآنية	
الاهداء	
الشكر والتقدير	
المحتويات	٢-١
الفصل الأول: العلاقة بين مظاهر الالتباه ومهارة دقة التهديف بكرة القدم لفريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية .	٤-٣
أولاً: المقدمة وأهمية البحث	٣
ثانياً: مشكلة البحث	٣
ثالثاً: هدف البحث	٤
رابعاً: فروض البحث	٤
خامساً: مجالات البحث	٤

١٧-٥	الفصل الثاني: الدراسات النظرية
٧-٥	المطلب الأول: الانتباه
٨-٧	المطلب الثاني: أنواع الانتباه
٨	المطلب الثالث: العوامل التي تؤثر في تشتت الانتباه
٩	المطلب الرابع: العوامل التي تساعد على جذب الانتباه
١٠-٩	المطلب الخامس: أنواع الانتباه من ناحية مثيراته
١٧-١١	المطلب السادس: مفهوم التهذيب بكرة القدم
٢٣-١٨	الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية
٢٦-٢٤	الفصل الرابع: مناقشة النتائج
٢٨-٢٧	الفصل الخامس: الاستنتاجات والمقترحات
٣٠-٢٩	المصادر

الفصل الاول

العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهارة دقة التهديف بكرة القدم لفريق كلية

التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية

اولاً: المقدمة واهمية البحث

ثانياً: مشكلة البحث

ثالثاً: هدف البحث

رابعاً: فروض البحث

خامساً: مجالات البحث

الفصل الاول

العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهارة دقة التهديف بكرة القدم لفريق كلية التربية البدنية

وعلوم الرياضة في جامعة القادسية

اولاً: المقدمة و أهمية البحث :

يعد العامل النفسي احد العوامل المهمة للفوز و تحقيق الانجازات الرياضية العالمية لمعظم الأبطال الدوليين وذلك لتقاربهم في المستوى البدني و المهاري والخططي . إن العمليات العقلية و منها الانتباه احد الموضوعات النفسية المهمة التي لها علاقة بالأداء الحركي ، و يعد الانتباه من الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية العليا ، فبدون الانتباه لا يستطيع الإنسان ان يتعلم او يتذكر او يفكر باي شيء. فلكي يتعلم الانسان شيئاً يجب ان ينتبه اولاً ثم يدركه و بذلك فالانتباه يساعد في معرفة الاشياء و سرعة فهمها او استنتاجها . ان الانتباه في المجال الرياضي يشمل عدة مظاهر و ان الوصول الى المستويات الرياضية العالية يتوقف الى حد كبير على نمو و ارتفاع تلك المظاهر ، حيث ان كل نشاط يحتاج الى هذه المظاهر لكن بدرجات متفاوتة ، و يتطلب من الرياضي ان يتعلم المهارات الحركية ثم يتقنها و لا يتم ذلك الا عن طريق الاعداد المتكامل من النواحي البدنية و النفسية و المهارية و الخططية . و في كرة القدم تظهر اهمية الانتباه بصورة واضحة نظراً لطبيعة اللعبة التي تتميز بالسرعة و كثرة المواقف المتغيرة لتعدد خططها الدفاعية و الهجومية و مهاراتها الاساسية ، و من هذه المهارات مهارة التهديف التي تعد من اهم المهارات بل ان كل المهارات والخطط تصبح عديمة الفائدة اذا لم تتوج في النهاية التهديف . ومن هنا يتطلب من لاعبي كرة القدم الاحتفاظ بمستوى عالي من الانتباه بمظاهره المتعددة لتأثر دقة التهديف بشكل او بآخر بهذه المظاهر التي تتميز لدى لاعبي الالعاب الفرقية بصورة عامة و كرة القدم بصفة خاصة لما يتضمنه مواقف اللعب ، لذا يحتاج اللاعب الى الانتباه الدقيق للاعبين الذين يستمرون معه بنفس السرعة و القوة و النشاط لأجل التهديف في الوقت و المكان المناسب⁽¹⁾ .

ثانياً: مشكلة البحث:

تمثل الجوانب النفسية و العمليات العقلية احدى المحددات المهمة في احراز النجاح وتحقيق

(1) عمرو حسن احمد بدران، علم النفس الرياضي ،المكتبة الرياضية الشاملة ،القاهرة، ١٩٩٠، ص٢٧٧.

المستوى الافضل في الاداء لجميع الالعب الرياضية و كرة القدم احدى هذه الالعب التي تشكل فيها العمليات العقلية ركناً مهماً في التعامل مع طبيعة اللعب ذات المهارات المتعددة و الخطط التكتيكية المعقدة فضلا عن متغيرات اللعب و ظروف المباريات و اماكن اقامتها . و لكون مهارة التهديف تعد من اهم مهارات اللعب بل يقف عليها حسم المباريات لذا كانت جل اهتمام المدربين و الباحثين و تؤثر في هذه المهارة عدد غير قليل من الامور التي تعززها ، و من هذه الامور الانتباه الذي يشكل عنصرا هاما في المهارات الاساسية بكرة القدم و باقي الالعب الرياضية حيث يجب ان يتوافر عند لاعبي كرة القدم الانتباه و الملاحظة الدقيقة بصورة مستمرة لحركات اللاعبين ، اللاعب الذي بحوزته الكرة ، فان غياب الانتباه وفقدان الكفاءة في المتابعة و الملاحظة للاعبين يؤدي الى خسارة الجهد المبذول و الى فشل الخطة و من خلال اطلاع الباحث على العديد من المصادر العلمية فضلا عن كونه احد المختصين في مجال كرة القدم لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة و العرف عليها من خلال معرفة العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه و مهارة دقة التهديف بكرة القدم.

ثالثاً: هدف البحث : معرفة العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه و مهارة دقة التهديف بكرة القدم لفريق كلية التربية البدنية و علوم الرياضة في جامعة القادسية.

رابعاً: فروض البحث : هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين بعض مظاهر الانتباه و دقة التهديف بكرة القدم لفريق كلية التربية البدنية و علوم الرياضة في جامعة القادسية.

خامساً: مجالات البحث :

المجال البشري : لاعبي فريق كلية التربية البدنية و علوم الرياضة في جامعة القادسية .

المجال الزمني: ٢٠٢٢/١١/١ - ٢٠٢٣/٤/٥ .

المجال المكاني : - كلية التربية البدنية و علوم الرياضة .

الفصل الثاني :- الدراسات النظرية

المطلب الاول : الانتباه

المطلب الثاني : انواع الانتباه

المطلب الثالث : العوامل التي تؤثر في تشتت الانتباه

المطلب الرابع : العوامل التي تساعد على جذب الانتباه

المطلب الخامس : انواع الانتباه من ناحية مثيراته

المطلب السادس : مفهوم التهديف بكرة القدم

الفصل الثاني: الدراسات النظرية

المطلب الاول :- الانتباه :-

يعد الانتباه من الاسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية فبدون الانتباه لا يستطيع الانسان ان يتعلم او يتذكر او يفكر اي شيء فلكي يتعلم الانسان شيئاً يجب ان ينتبه اولاً ثم يدركه و بذلك فالانتباه يساعدنا في معرفة الاشياء و سرعة فهمها و استنتاجها^(١).

يتفق (عبد الحميد مع روديك) على ان الانتباه في المجال الرياضي يتميز بعدة مظاهر و ان الوصول الى المستويات الرياضية العالية يتوقف الى حد كبير على نمو و إتقان تلك المظاهر لدى الافراد و بدرجات متفاوتة تختلف باختلاف طبيعة كل نشاط .

يعد الانتباه شرطاً ضرورياً من شروط الملاحظة الناجحة و يتميز بوجود حالة تأهب عقلي او حالة من اليقظة لكي يحسن او يدرك و قانع وظروف او اشياء

ان من اهم مظاهر الانتباه التي ثبت تأثيرها على مستوى الاداء في النشاط الرياضي عملية تركيز الانتباه ، فتركيز الانتباه يؤثر على دقة ووضوح و إتقان النواحي الفنية لاجزاء المهارة الحركية ، كما له اهمية في تجنب حدوث الاصابات.

مما تقدم يتضح ان الانتباه عبارة عن استعداد الفرد ادراكياً لتوجيه و تركيز النشاط العقلي نحو موقف معين ، اذ ان الانتباه هو تركيز الشعور في شيء استعداداً لملاحظته او ادائه او التفكير فيه^(٢) .

يعد تركيز الانتباه من بين المظاهر الهامة في الانتباه والذي يثبت تأثيره على مستوى الأداء في الفعاليات الرياضية المختلفة. إذ تلعب معظم مظاهر الانتباه دوراً فعالاً في إتقان المهارات الحركية وتعبئة القوى النفسية المرتبطة بتلك الفعاليات . إذ ثبت أن تطور الأداء الذي يعد أساساً مهماً لنجاح المهارات الحركية يرتبط بقبالية الرياضي على تركيز انتباهه وهذا بدوره يؤثر على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لأجزاء المهارة الحركية وخاصة في أنواع

(١) احمد عزت راجح ، اصول علم النفس ، مطابع روز اليوسف ، القاهرة ، ١٩٦٨ ، ص ١٤٩ - ١٥٠ .

(٢) وجيه محبوب ، طرائق البحث ومناهجه ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، ١٩٩٣ ، ص ١٣٠ .

الأنشطة التي تعتمد بصورة كبيرة على حالات البداية إذ تم التأكد من أن "ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الرياضية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية خالد عبد المجيد (١٩٩٦) (١).

أن حل الواجب الحركي سواء أكان في التدريب أو المنافسة يتطلب وبشكل كبير من الرياضي الانتباه المركز . وتختلف القدرة على تركيز الانتباه بين اللاعبين، فالبعض لديه القدرة الكبيرة على التركيز والبعض الآخر يكون أكثر عرضة للاضطراب وذلك لضعف القدرة على انتقاء الانتباه ، إلا أن خاصية الانتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها، فتارة يتميز بالشدة وتارة أخرى بالتشتت . وفي أحياناً كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتيت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن أن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية. إن ما تقدم يؤكد بما لا يقبل الشك أن فكرة اعتماد الأداء الرياضي على الجانب البدني فحسب أصبح غير مألوف في نظر الباحثين والمدربين وقد تبنى العديد منهم التأكيد على الجانب الذهني في التدريب الرياضي والاستعداد للمسابقات وقد أثبتت الاختبارات بأن الأداء العالي للرياضيين يتم عن طريق المؤهلات الذهنية ومنها القوى النفسية المتحركة والتوافق النفسي وتركيز الانتباه والمثابرة والاستقرار العالي وخلق الأفكار .

إن المباراة تكشف الوظائف النفسية بسرعة وبشكل متبادل لذلك تزداد قبل المباريات أو خلالها قوة الاهتمام وحجم عملية الإحساس والتفكير والقدرة على بذل الجهود الإدارية السريعة القوية وقابلية الكشف والتكيف وحجم التركيز للاهتمام والانتباه حسب المطالب المطروحة . كما أن "الإنجاز البارز في الرياضة يتطلب التركيز . وعندما تختار تنفيذ المهارات أو الفعاليات فعليك أن توجه تركيزك بشكل طويل يكفي لتحقيق أفضل النتائج" (٢) .

وفي لعبة كرة القدم تظهر أهمية الانتباه بصورة واضحة نظراً للعبة من حيث سرعتها وتعدد حركات اللاعبين وتغير مراكزهم ومواقفهم بسرعة تتطلب من لاعبيها الاحتفاظ بمستوى عال من الانتباه طوال زمن المباراة، ويتضح مما تقدم انه يجب أن تتوافر عند لاعبي كرة القدم

(١) احمد عزت ،المصدر السابق، ص١٧٧.

(٢) عبد الله عبد الحي موسى، المدخل الى علم النفس، مكتبة الخانجي ، القاهرة، ١٩٧٦، ص٢٠٥.

الانتباه والملاحظة الدقيقة بصورة مستمرة لحركات اللاعبين ، واللاعب الذي بحوزته الكرة، فان غياب تركيز الانتباه وفقدان الكفاءة في المتابعة والملاحظة يؤدي إلى خسارة الجهد المبذول وإلى فشل الخطة ومن هنا يجب أن أشير إلى أهمية أن يقدم المدرب للناشئين عدداً محدوداً من المثيرات في نفس الوقت حتى يمكنهم الاستجابة لها بنجاح ، ومن جانب آخر تنويع تلك المثيرات لزيادة تدريبهم لزيادة خبراتهم بتلك المثيرات.

المطلب الثاني : انواع الانتباه: يقسم الانتباه حسب طبيعة الموضوع الى ما يأتي:-

١-**الانتباه الخارجي:** وهو الانتباه وتركيز الذهن الى المواضيع والمؤثرات الخارجية.
٢-**الانتباه الداخلي:** وهو الانتباه وتركيز الذهن الى الأحاسيس الداخلية وهو الشعور والتفكير .

وتقسم نوعا التركيز الى قسمين:

أ-**الانتباه الضيق:** أي السيطرة على المتشنتات الخارجية، أي عزل جميع المواد المؤثرة سواء كانت خارجية او داخلية.

ب-**الانتباه الواسع:** ويعني ادراك الاشياء التي من حولك بصورة شاملة أو التفكير الذهني الواسع^(١).

ثانياً : صفات الانتباه: تتميز عملية الانتباه بصفات التالية:-

١- **حجم الانتباه:** يعرف حجم الانتباه بأنه كمية المواد او العناصر التي يمكن ادراكها في وقت واحد بدرجة واحدة من دقة الوضوح. ونادراً ما يواجه الانتباه في مديتنا العملية الى عنصر واحد فقط من عناصر الاشياء فكلما تمكن الفرد من إدراك أكبر كمية ممكنة من المواد او من عناصرها كان لديه معجم الانتباه اكبر وكلما كان ادراكه لكمية العناصر اقل حجم الانتباه اقل^(٢).

٢- **ثبات الانتباه:-**

وتعرف صفة ثبات الانتباه بانها (القدرة على الاحتفاظ بالانتباه الحاد أطول مدة ممكنة)^(٣) وتعتمد قدرة اللاعب على الحفاظ بالانتباه على عوامل منها:

١- السرعة المناسبة للنشاط.

٢- الحجم المناسب للنشاط.

٣- تنوع الأداء الحركي.

(١) احمد زكي صالح: علم النفس التربوي، ط١٠، مصر، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٧٢، ص٤٧٨.

(٢) كامل طه لويس: علم النفس الرياضي، الموصل، مديرية الكتاب والطباعة والنشر، ١٩٨١، ص٥٦.

(٣) عبد الحميد احمد: الملائمة، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٧ ص٢٩٢.

٣- وحدة الانتباه:-

ان وحدة انتباه هي اكبر وحدة طاقة عصبية يمكن فقدها اثناء النشاط الذي تشترك فيه العمليات النفسية التي تبت بقوة ووضوح وسرعة.
وعند أداء الفعاليات الرياضية تحدث عملية الانتباه بدرجة مختلفة. من القوة فنجد تارة يكون فيها الانتباه حاد وتارة اخرى يكون فيها الانتباه ضعيف.

٤- توزيع الانتباه:-

وتعرف هذه الصفة بها العمليات او النشاط النفسي الموجه نحو عدة اشياء او أنشطة في وقت واحد.

٥- تحويل الانتباه:-

ويتصف تحويل الاتجاه بأنه القدرة على سرعة توجيه الانتباه من نشاط الى نشاط اخر وبنفس الحد وتختلف القدرة على تحويل الانتباه من شخص الى اخر من الخصائص والمميزات الفردية. فهناك من يستطيع بسهولة ان يدفع في نشاط جديد او يتحول من زاوية نشاط معين الى زاوية نشاط جديد يختلف عنه تماماً.

٦- تركيز الانتباه:-

ويعرف التركيز الانتباه بأنه العمليات والنشاط النفسي - أي الانتباه - الموجه نحو شيء او نشاط واحد فقط اذ تعد هذه الصفحة احد الوسائل العامة لدفع مستوى اللاعبين وقدرتهم على ملاحظة الأشياء بدقة واضحة وجعل درجة التركيز فيها حادة ودقيقة^(١).

المطلب الثالث :- العوامل التي تؤثر في تشتت الانتباه:-

هنالك العديد من العوامل التي تؤدي الى تشتت الانتباه فمنها عوامل داخلية تخص الفرد نفسه ومنها خارجية تحيط بالفرد. وهي:

١-عوامل جسمية: مثل التعب والاجهاد الجسمي وعدم النوم وعدم الراحة بقدر كاف او عدم انتظام وجبات الطعام.

٢-عوامل نفسية: مثل انشغال الفكر الفرد في امور كثيرة منها الرياضة او الاجتماعيات والعائلي.

٣-عوامل اجتماعية: مثل المشاكل التي تواجه اللاعب بينه وبين عائلته.

٤-عوامل بيئية: مثل سوء التهوية أو ارتفاع درجة الحرارة^(٢).

(١) عبد الحميد احمد: المصدر السابق، ص ٢٩٢.

(٢) عمرو حسن احمد بدران، المصدر السابق ، ص ٢٧٧.

المطلب الرابع : العوامل التي تساعد على جذب الانتباه:-

١- العوامل الداخلية:-

هناك عدة عوامل داخلية مختلفة ، مؤقتة و دائمية تهىء الفرد للانتباه الى موضوعات خاصة دون غيرها من العوامل منها^(١):-

١ . الحاجة الى العضوية .

٢ . الوجه الذهنية .

٣ . الدوافع الهامة .

٤ . الميول المكتسبة .

٢-العوامل الخارجية:-

و يقصد بها العوامل المتعلقة بالمنبهات و المثيرات الموجودة في البيئة المحيطة بالفرد و التي تساعد على جذب الانتباه و يحتفظ به مدة من الزمن ، مثل الاصوات العالية و الالوان و الحركة و تعتمد على :-

١ . شدة المثير .

٢ . تكرار المنبه .

٣ . تغير المنبه .

٤ . التباين .

٥ . حركة المنبه .

٦ . موضع المنبه ^(٢) .

المطلب الخامس : انواع الانتباه من ناحية مثيراته الى ثلاثة اقسام :-

١- الانتباه الارادي : و هو الانتباه الذي يقتضي من المنتبه بذل جهد قد يكون كبيرا ، و في

(١) عمرو حسن احمد بدران، المصدر السابق، ص٢٧٨.

(٢) احمد عزت راجح ، المصدر السابق ، ص١٨٧- ١٨٠ .

هذه الحالة يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الانتباه ، و هو جهد ينجم عن محاولة الفرد التغلب على ما يعترضه من سأم او شرود ذهني ، و يتوقف مقدار الجهد المبذول على شدة الدافع الى الانتباه وعلى وضوح الهدف من الانتباه.

٢- الانتباه اللاإرادي (القسري) : و هو اتجاه الانتباه الى المثير رغم ارادة الفرد ، و هنا يفرض المثير نفسه فرضا فيرغمنا على اختياره دون غيره من المثيرات

٣- الانتباه التلقائي : وهو انتباه الفرد الى شيء يهتم به و يميل اليه وهو انتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهدا بل سهلا^(١).

(١) عمرو حسن احمد بدران، المصدر السابق، ص٢٧٨.

المطلب السادس : مفهوم التهديف بكرة القدم :-

يؤكد البحث ان لعبة كرة القدم الحديثة هي احدى الألعاب الفرعية الأكثر شعبية في العالم لما لها باعٍ قديم وطويل ابتداء من التاريخ القديم وحتى يومنا هذا كانت هذه اللعبة هي اكثر رصيذاً من الجماهير في العالم لذا يجب ان يعلم الجميع بان الرياضة بشكل عام و لعبة كرة القدم بشكل خاص قد ارتبطت في شتى ميادين الحياة وكان من بين ابرازها الجانب السياسي والاقتصادي ولجميع بلدان العالم وقد جاءت كرة القدم لتثبت روح الحماس بين من يشاهدها وبين اللاعبين فقد اثبتت هذه اللعبة انها جاءت على اساس عامل الحماس والندية والاثارة وهذا العامل هو جانب مهم يتنافس عليه اعضاء الفريق اقترن اسمه بالتهديف بكرة " وهو على الرغم من تعدده فأن غرضاً واحداً هو إصابة الهدف بطريقة قانونية، فهناك التهديف من الثبات والتهديف من الحركة وكلاهما ينبغي اجادتهما حتى يستطيع اللاعب ان يتصرف حسبما تقتضيه الظروف.

ويعد التهديف الناجح المحصلة الصحيحة لأداء الفريق المهاري والخططي والضبط الانفعالي والتحكم العقلي، ويعتمد نجاح التهديف على عوامل عدة منها اختيار المكان المناسب للتهديف بحسب الفراغ الحاصل في صفوف الدفاع وامكانيات التهديف التي يمتاز بها اللاعب المستثمر لهذه الفجوة^(١).

فالفريق الذي يجيد افراده التهديف على الهدف تكون معنوياته مرتفعة وثقته بنفسه كبيرة وهذه اهم دعائم الفوز اضافة الى ذلك ان اصابة الهدف هي التي تبت روح الحماس فيه وتدفع اللاعب الى زيادة مجهوده في التعاون المستمر مع زملائه للوصول الى الفوز لأن نتيجة المباراة تتوقف على حالات التهديف التي يقوم بها لاعبو الفريق^(٢).

(١) د. عبد الله حسين اللامي، أثر ممارسة الأنشطة الرياضية في بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى طلبة جامعة القادسية، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد العاشر، العدد الثالث، العراق، ٢٠١٠، ص١٤٣.

(٢) محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي، دار المعارف، مصر ١٩٧٩ ص١١٨.

وبناءً على ما تقدم فإن التهديف ليس فقط الجزء المثير من اللعبة بل واهم جزء في اللعب الهجومي فكثيراً ما تسنح فرص للتسجيل دون نجاح وتحويل هذه الفرصة لهدف^(١).

أولاً :- العوامل الأساسية المؤثرة على نجاح التهديف:-

١- دقة التهديف وقوته:-

عند توجيه الكرة بالقدم يجب ان توجه بحيث يكون من الصعب على حارس المرمى المنافس ان ينفذها ومن هذا المنطق نجد دقة التهديف وقوته لها دور اساس في نجاحه وكلما زادت خبرة اللاعب وتدريبه زادت مقدرته على ارسال الكرات القوية بدقة في مكان محدد وأما اللاعبون قليلو الخبرة والتدريب فانهم غالباً ما يهدرون فرصاً ذهبية لتسجيل الأهداف أو تركيزها على القوة اثناء التهديف على المرمى فتكون عندئذ النتيجة خروج بعيداً عن الرمي. أو أن تكون ضعيفة كمن يصوب الكرة الى زاوية خالية من الحارس فينقذها حارس المرمى.

إن الدقة والقوة في التهديف عنصران مهمان ولهما دور اساسي في نجاح التهديف وعلى اللاعب ان يوازن بين هذين العنصرين لأن الكثير من حالات التهديف تفشل بسبب تركيز اللاعب على احد هذين العنصرين على حساب الاخر دن تقدير لمدى ما تتطلبه الحالة بالنسبة لهذين العنصرين فقد تكون الدقة المطلوبة اكثر من القوة لاسيما عندما يكون اللاعب قريباً من المرمى وقد تكون القوة مطلوبة اكثر من الدقة عند التهديف من المسافات البعيدة.

اذن فالدقة والقوة مطلوبان عند التهديف على المرمى ويجب على اللاعب دائماً ان يوازن بينهما وتزداد نسبة القوة على الدقة في اثناء التهديف في حالتين:-

الحالة الاولى:- في معظم حالات التهديف البعيد وفي بعض الاحيان تصل سرعة خروج الكرة عن قدم اللاعب ١٢٠ كيلو متراً في الساعة.

الحالة الثانية:- في حالات التهديف القريب من زوايا يسدها الحارس وتزداد نسبة الدقة على القوة اثناء التهديف اذا كانت قريبة من المرمى وخاصة اذا كان الحارس غير متمكن من الزاوية التي يصوب اليها اللاعب^(٢).

٢- ارتفاع مسار الكرة وهي مصوبة الى المرمى:-

يعني ارتفاع مسار الكرة كونها مصوبة عالية او منخفضة وتعد التصويبات الأرضية اكثر

(١) عبد الله حسين اللامي: الأسس العلمية للتدريب الرياضي، جامعة القادسية، ٢٠٠٤ ص ٦٩.

(٢) نزار اشرف، تأثير تمارين مهارة خاصة في تطوير دقة التهديف من الثبات والحركة للاعبين المدارس الكروية بأعمار ١٤-١٥ سنة بكرة القدم، مجلة علوم الرياضة، المجلد التاسع، العدد ٣٠، جامعة ديالى، ١٩٩٨، ص ٧٠.

صعوبة في انفاذها من التصويبات العالية ويرجع ذلك الى ان أداء الحارس لحركة الارتقاء للطيران في الهواء اسهل واقصر في المسافات من الاتماء الى الارض وبالتالي يكون الزمن اقل.

٣- توقيت التهديد:-

إن الاختيار الناجح لتوقيت التهديد يعتبر واحداً من اهم عناصر نجاح التهديد وكثيراً ما نجد لاعبين قد فقدوا فرصة التهديد على المرمى نتيجة تباطؤهم وتأخيرهم التهديد للحظات الأمر الذي تكون نتيجته اغلاق الحارس او المدافع زاوية التهديد. أو ان التأخير قد يؤدي الى وقوف المدافعين امام المرمى.

٤- الزاوية التي تصوب اليها الكرة:-

اذا كان اللاعب المؤدي للضربة مواجهاً للمرمى او يتخذ موقفه مواجهاً للمرمى قبل التصويب فمن الافضل تصويب الكرة الى احدى زاويتي المرمى اما اذا كان اللاعب المصوب من احد الجانبين الأيمن أو الأيسر من الهدف فأن الحارس في هذه الحالة يعمل على سد الزاوية القريبة مما يؤدي الى فتح الأخرى وهنا قد يكون للتصويبات الملتوية القوية دور في احراز الهدف، وبشكل عام فأن التصويب الى الزاوية البعيدة اصعب على حارس المرمى في انقاذ الكرة من التصويب للزاوية التي يسدها وعلى الرغم من ذلك فأن المجال مفتوح في كرة القدم لإبداع اللاعب وأبتكاره وذكائه طبقاً لما يمليه عليه الموقف في اطار مصلحة الفريق.

واذا حدث كثيراً في المباراة ان يهمل حارس المرمى سد الزوايا القريبة من اللاعب المصوب واضعاً في اعتباره العمل على تأمين الزوايا البعيدة اثناء وقوفه بالزوايا القريبة مما يؤدي الى فتحها بصورة مغالى فيها وفي مثل هذه الحوال يجب اللاعب ان يصوب الى الزاوية القريبة بدون تردد وذلك لأن فتح هذه الزاوية نسبياً يعني تضيق الزوايا البعيدة^(١).

ثانياً :- مفهوم الدقة^(٢):-

لا تقتصر اهمية الدقة كمكون للمجال الرياضي فقط، اذ ان هذا المكون مهم جداً في الحياة الاعتيادية ايضاً.

الدقة معناها " القدرة على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين و

(١) نزار اشرف ، المصدر السابق، ص ٧١.

(٢) محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية، ج١، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٧٩، ص٤٤٧.

توجيه الحركات الارادية نحو هدف محدد يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي و العصبي ، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الارادية لتوجيهها نحو هدف معين^(١) .

وفي كرة القدم فالدقة تعني الكفاءة في اصابة الهدف اذ انها عامل مهم ويتوقف عليها اصابة الهدف وبالتالي تحقيق الفوز ويجب ان تقاس الدقة عن طريق تصويب الكرة على المرمى بالقدم ويجب ان يكون التهديد بدقة كافية وان التركيز في التهديد هام جدا .

وعليه فالدقة تعتبر من النواحي الوظيفية للجهاز العصبي وبصفة خاصة الاعضاء الحسية الخاصة بالعضلات والعينين فلاعب كرة القدم يجب ان يكون لديه القدرة على تحديد المكان الذي يستطيع ان يرسل اليه الكرة في التوقيت السليم وبالسرعة المطلوبة وبهذا واجب على لاعب كرة القدم ان يتميز بتكتيك دقة التهديد بحيث لا فائدة تذكر من توفير جميع الصفات الاخرى اذا لم يكن التهديد دقيقا حيث ان التهديد هو النهاية الطبيعية لعملية الهجوم وهو فعالية هجومية يقوم بها المهاجم بمفرده لتحقيق الهدف من المباراة ويعتبر الفريق الذي يحرز على اكبر عدد من التصويبات خلال المباراة فائزا.

لذا وجب على المدربين التدريب المستمر على دقة التهديد ومن مسافات مختلفة لأنه السلاح القوي الذي يملكه الفريق لتهديد الفريق الاخر واللاعب الذي يجيد التهديد لاعب تخشاه الفرق الاخرى وتسجيل الاهداف على الفريق المضاد هو تحقيق للهدف من المباراة.

فالدقة ناحية مهمة في الأداء الرياضي للاعب كرة القدم تتطلب منه دقة عالية في التهديد والمناورة والمراوغة والجري بالكرة، وبدون هذه الصفة لا يستطيع اللاعب ان يطبق الخطة التي رسمت له من قبل المدرب وبمشاركة زملائه.

إن توجيه هذه الحركات يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي والعصبي فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الإرادية لتوجيهها نحو هدف معين ويتطلب هذا الامر ان تكون الاشارات العصبية الواردة الى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه سواء كان موجهاً للعضلات العاملة منها ام العضلات المقابلة لها حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب وبالدقة اللازمة لإصابة الهدف فعند حدوث خلل في الاشارات الواردة فان ذلك يؤثر على دقة الحركة^(٢).

(١) صباح قاسم خلف، الرشاقة وعلاقتها بدقة التهديد للاعبي كرة القدم الناشئين بأعمار (٤١ - ٤١) سنة، مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد ، المجلد الثلاثون ، العدد الثالث، ٢٠١٨، ص٢٨.

(٢) نزار اشرف ، المصدر السابق، ص٧١.

هذا ومن الملاحظ في الحركات التي نتصف بالدقة هو انه لا يوجد فرق كبير بين قوة انقباض العضلات وانبساط العضلات المقابلة لها.

مما تقدم يظهر لنا ان الدقة عني الكفاءة والمهارة العاليتين في اصابة الهدف سواء كان هذا الهدف مرمى كرة القدم ام مناولة الكرة الى زميل. وكذلك فاللاعب الذي يمتاز بهذه الصفة بدرجة عالية فانه يكون اكثر كفاءة في أداء المهارات المطلوبة منه في خطة لعب الفريق لأن هذه الصفة تعمل على رفع الناحية النفسية لديه، الأمر الذي يساعده في التغلب على الحالات المختلفة التي تواجهه في المباراة من خلال دقة اتخاذ القرارات، لذا فإن الدقة من الصفات المهمة في لعبة كرة القدم^(١).

وقد عرفت الدقة بانها التحكم في الجهاز الحركي تجاه هدف معين^(٢).

وتتركز الكفاءة الفنية في لعبة كرة الدم على التحكم بدقة التهديد بالكرة وهذا النوع يتطلب نوعاً خاصاً من الإدراك والذي يعرف الإدراك بالكرة^(٣).

ثالثاً:- التهديد من الحالات الثابتة:-

١- الركل من علامة الجزاء:-

يعطي قانون كرة القدم هذه المهارة بعد أن يتعرض اللاعب المهاجم إلى الضرب المتعمد أو الاعثار داخل منطقة الجزاء وهي من الأخطاء العشرة التي تحتسب فيها ضربة حرة مباشرة، وتعد من الفرص الذهبية للفريق المهاجم لتسجيل هدف قد يكون هدف الفوز في المباراة، ومن خلالها يكون اللاعب أمام حامي الهدف مباشرة وهذا يتطلب من اللاعب المنفذ لضربة الجزاء ضبط النفس والهدوء والقدرة العالية على التمويه وتحمل المسؤولية ولعب الكرة نحو الزاوية او المنطقة المحددة في ذهن اللاعب المنفذ وعقله.

تتوقف خطط أداء ضربة الجزاء على قدرات اللاعب المنفذ للضربة ومهارته ومنها هدوء الأعصاب ودقة توجيه الكرة نحو مكان محدد بالقوة والسرعة المناسبة، ومن العوامل التي يراعى اتخاذها عند أداء ضربة الجزاء ما يأتي:

- ضرورة تدريب جميع اللاعبين بما فيهم حارس المرمى على أداء ضربة الجزاء.
- يراعى دراسة مواطن القوة والضعف لحراس المرمى للفرق المتنافسة، وكذلك امكانيات ومميزات اللاعبين واسلوب كل منهم في أداء ضربات الجزاء حتى يسهل توجيه لاعبي الفريق والحارس عند تطبيق ضربات الجزاء او حالة ركلات الترجيح عند التعادل.

(١) محمد صبحي حسنين: المصدر السابق، ص ٤٧٧.

(٢) قاسم حسن المندلوي وأحمد سعيد: التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق، مطبعة علاء، بغداد، ١٩٧٩، ص ٤٤٩.

(٣) وجيه محبوب وقاسم المندلوي: المدخل في علم التدريب الرياضي، ج ١، جامعة بغداد، بغداد، ١٩٨٢، ص ٥٢.

- يفضل ترتيب اللاعبين عند أداء ركلات الترجيح في حالات التعادل بما يؤدي الى اختلاف نوعية الأداء وطريقته وبما يحقق المفاجئة لحارس المرمى^(١).
- ويشير ريد سواين "الى أن هناك نقاطاً مهمة على حارس المرمى ان يراعيها اثناء تصديه لضربة الجزاء وهي:
- اتخاذ حارس المرمى المكان الصحيح.
- ان يتصف حارس المرمى بهدوء الأعصاب.
- ان يكون لديه توقيت مناسب ولأي جهة كانت في حال اختياره خطة الارتماء الى زاوية من زوايا المرمى.
- سرعة أداء عملية الارتماء في حالة اختيار خطة مسار الكرة ولأي جهة كانت.
- الأخذ بنظر الاعتبار الجوانب الفنية في الارتماء نحو الكرة.

٢- الضربات الحرة (المباشرة وغير المباشرة):-

تشكل الضربات الحرة خطراً كبيراً على مرمى الفريق المدافع وخاصة الضربات القريبة من الهدف اذ استغلت بشكل جيد ونفذت بدقة بناءً على خطط علمية مرسومة لها حيث يبني الفريق المهاجم الآمال والطموح على تسجيل هدف الفوز في المباراة ويتوقف تحديد الخطط في تنفيذ تلك الضربات على المكان والمسافة من المرمى وبناء حائط الصد (الجدار) وفقاً لإمكانية الفريق فالضربات البعيدة والتي لا يلجأ فيها الفريق الآخر لتكوين حائط الصد، حيث تمرر الكرة لمكان مناسب بعد إخلائه بواسطة تحركات المهاجمين ولتقريب المسافة للتسديد على المرمى، أما من الأماكن الخطرة والقريبة من المرمى فان حائط الصد يشكل عائقاً للتسديد على المرمى، الأمر الذي يستلزم اتباع أنواع وأساليب مختلفة من الخطط التي تعتمد أساساً على نص القانون^(٢).

٣- ضربة الزاوية:-

يحصل الفريق المهاجم على ضربات الزاوية بعد ان يقطع الفريق المنافس المدافع الكرة للخارج من خط الهدف حيث يعطي قانون اللعبة ضربة حرة من علامة الزاوية وبيني مدربو الفرق الآمال والطموح في تسجيل الأهداف بواسطتها حيث يدرّب الفريق على طرائق متعددة

(١) نوفل فاضل رشيد، بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة تنفيذ ضربة الجزاء في كرة القدم، مجلة الرافدين للعلوم والرياضة، المجلد ١٥، العدد ٥١، جامعة الموصل، ٢٠٠٩، ص ٧٥.

(٢) سناء مجيد محمد، فلاح حسن خلف، تأثير تمارينات خاصة باستخدام وسائل تدريبية في دقة التهديف من الركلة الحرة المباشرة بكرة القدم للشباب بأعمار (١٧-١٩) سنة، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد التاسع والعشرون، العدد الاول، جامعة بغداد، ٢٠١٧، ص ١٣٦.

لتنفيذ هذه الحالات بشكل مباشر وغير مباشر وهناك خطط وأساليب فنية وخططية مختلفة تستخدم في تنفيذ ضربات الزاوية وهي.

- ١-ضربة الزاوية المفتولة للداخل.
- ٢-ضربة الزاوية المفتولة للخارج.
- ٣-ضربة الزاوية القصيرة.
- ٤-ضربة الزاوية المتوسطة.

ضربة الزاوية لمنطقة قوس الجراء^(١).

(١) صبايح قاسم خلف، المصدر السابق، ص ٣٠.

الفصل الثالث

منهج البحث وإجراءاته الميدانية

الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

منهج البحث:

المنهج الوصفي بالأسلوب الحي لكونه انسب الطرق لتحقيق اهداف البحث.

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على لاعبي فريق كرة القدم لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا من الذين شاركو ببطولة جامعة القادسية للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ ولقد لجأ الباحث الى اختيار العينة بالطريقة العمدية لان افراد العينة يمثلون المجتمع الاصل تمثيلا صادقا وسيزودونه بالمعلومات المطلوبة .

ادوات البحث:

يقصد بالوسيلة والطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة مهما كانت تلك الادوات – بيانات عينات اجهزة لذا فقد استخدم الباحث الادوات التالية :-

- المراجع والمصادر العربية .

- الاختيارات والقياسات .

- الملاحظة والتجريب (١) .

(١)- وجيه محبوب طرائق البحث العلمي ومناهجه ،الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل، ١٩٨٨.ص ١٣٣.

الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- جهاز لتشتيت الانتباه لتوجيه اشارة ضوئية كل خمس ثواني.
- ساعة توقيت.
- كرات قدم عدد ٥ .
- حبال.
- طباشير.
- اشرطة ملونة.
- صافرة.

الشروط العلمية لاختبارات المرشحة:

١- صدق الاختيار

استخدم الباحث طريقة صدق المحتوى لاستخراج صدق الاختيار حيث اكتفى الباحث بعرض الاختبارات المرشحة على مجموعة من الخبراء المختصين و قد اتفق الخبراء على صدق الاختبارات في تحقيق الغرض الذي وضعت من اجله و بهذا اثبت الباحث صدق اختياراته .

٢- ثبات الاختيار

ويقصد بها هو ان يعطي الاختيار نفس النتائج اذا اعيد اختباره على نفس الافراد وفي الظروف نفسها فقد قام الباحث باستخدام طريقة اعادة الاختيار حيث طبق الاختبار على عينة مكونة من (٦ لاعبين) من خارج عينة البحث ثم اعيد الاختبار مرة ثانية على العينة نفسها بعد سبعة ايام ثم تم استخدام معامل الارتباط بين الاختبارين وبلغت قيمة الارتباط على النحو التالي^(١) :-

(١)- قاسم المنذلاوي واخرون ، الاختبارات والقياس والتقديم في التربية الرياضية الموصل مطبعة التعليم العالي ١٩٨٩ ص٦٨.

جدول (١) يوضح قيمة معامل الارتباط

ت	الاختبار	الثبات
١	دقة التهديد	٠.٩١٠
٢	تركيز الانتباه	٠.٨٩٠
٣	توزيع الانتباه	٠.٨٤٥
٤	تحويل الانتباه	٠.٨١٠
٥	حدة الانتباه	٠.٩٤٥

٣- موضوعية الاختبار

الموضوعية تعني استغلال النتائج عن الحكم الذاتي للمفهوم فقد قام الباحث باستخدام الجهاز الكهربائي وساعة التوقيت لقياس زمن الاختبار واعطاء درجات خاصة في دقة التهديد وبذلك تعد القياسات والاختبارات ذات موضوعية عالية .

الاختبارات:

١- اختبار بوردن - انغيموف

ان هذا الاختبار عبارة عن استمارة تحتوي على (٣١) سطرا من الارقام الروسية يحتوي كل سطر على (٤٠) رقم فبذلك يحتوي الاختبار على (١٢٤٠) رقما وتتكون الارقام في كل سطر من مجموعات موضوعية بطريقة مقننة وتتكون كل منها من ٣-٥ ارقام مختلفة التوزيع والترتيب لضمان عدم حفظها من قبل المختبر (١).

ولغرض حساب مظاهر الانتباه المختلفة يجب معرفة مايلي :-

- عدد الحروف التي نظرها اللاعب خلال الاختبار (الحجم العام) = a

- عدد التراكيب المفروض ان يقوم بشطبها في ورقة الاختبار = b

- عدد الاخطاء العام (عدد التراكيب الخاطا التي شطبها + عدد التراكيب التي لم يشطبها = B .

- عدد التراكيب الصحيحة التي شطبها = r

- معامل دقة العمل وتنفيذ الاختبار = e

(١) احمد خاطر ، علي فهمي البيك ، القياس في المجال الرياضي ، دار المعارف ، ١٩٧٨ ، ص ٤٩٢ .

أ. حدة الانتباه (ينفذ الاختبار في مدة دقيقة واحدة)

طريقة الاداء

يطلب من اللاعب ان يقلب الصفحة ويشطب التركيب (B.C) وبسرعة وبدقة بدون اخطاء وعند الاشارة (قف) يمتنع عن الاستمرار ويضع شرط مستعرضة عند نقطة التوقف ثم تحسب شدة الانتباه من :-

حدة الانتباه = تحسب بالطريقة السابقة

ب. تركيز الانتباه

طريقة الاداء

هو نفس نظام الاداء المتبع في حدة الانتباه لكن هنا عندما يقوم اللاعب بالشطب توجه الاشارة ضوئية كل خمس ثوان فيكون عددها ١٢ اشارة ضوئية وقد طلب من اللاعب في البحث الحالي شطب تركيب (BC)

- طريقة حساب تركيز الانتباه عن طريقه

حيث ان U١ هي شدة الانتباه في مدة دقيقة واحدة بدون استخدام اشارة ضوئية وان U٢ هي شدة الانتباه في مدة دقيقة واحدة مع استخدام الاشارة الضوئية وهذا يعني ان الاختبار يؤدي اولا بدون اشارة ضوئية باستخدام الاشارات الضوئية وحساب الفارق بين الاداء^(١).

ج. توزيع الانتباه

طريقة الاداء

الاداء الخاص بأختصار الشدة نفسة بالاضافة الى:-

عند اعطاء اشارة البدء وتشغيل ساعة الايقاف يبدأ اللاعب البحث وتشطيب من التركيبين (xB,Cx) في ان واحد والاسلوب السابق نفسة بحيث يضع خط مائل من اعلى يسار الى اليمين .

(١) احمد خاطر ، علي فهمي البيك،المصدر السابق، ص٤٩٣ .

- عند سماع كلمة قف يضع اللاعب خط رأسي عند اخر تشطيب وصل اليه اللاعب .

- زمن الاختبار دقيقتان

- طريقة حساب توزيع الانتباه

حيث ان :-

انتاجية الاداء بالنسبة للتركيب (xB)

انتاجية الاداء بالنسبة للتركيب (CX)

انتاجية الاداء = $U = a \times e$ كما في شدة الانتباه .

د. تحويل الانتباه

- زمن الاختبار دقيقتان .

- طريقة الاداء .

- عند الإشارة يبدأ الاختبار بشطب التركيب (CX) و لمدة بين ثانية ثم مع الإشارة " حول " ينتقل اللاعب الى شطب التركيب (BC) و لمدة ٣٠ ثانية و ان سماع " حول " ينتقل مرة اخرى لشطب (CX) و لمدة ٣٠ ثانية اخرى ثم للمرة الثالثة " حول " فيقوم اللاعب بشطب (BC) فتنتهي الدقيقتان .

اختبار دقة التهديف

الغرض من الاختبار (قياس دقة الرجل)

الادوات – خمس كرات قدم ، حائط امامه ارض ممهدة – يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة ابعادها موضحة كالآتي^(١):-

(١) د. عبد الله حسين اللامي، المصدر السابق، ص١٢٠.

مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف الحائط ، ثم يقوم بتصويب الكرات الخمسة (متتالية) على المستطيلات محاولا اصابة المستطيل الصغير ، للمختبر الحرية في استخدام اي من القدمين .

التسجيل :

١. اذا اصابت الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل او على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر ثلاث درجات .

٢. اذا اصابت المستطيل الوسط (داخل المستطيل او على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجتان .

٣. اذا اصابت الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل او على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجة واحدة .

٤. اذا جاءت الكرة خارج المستطيلات الثلاثة يحسب للمختبر صفر و قد اعطى ثبات ٠.٨٨٣ و موضوعية ٠.٩٩٤ ، صدق عند مستوى معنوية ١%^(١) .

محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية،المصدر السابق، ص٤٤٩.

الفصل الرابع

مناقشة النتائج

الفصل الرابع : مناقشة النتائج

عرض النتائج لغرض اثبات صحة الغرض المقدم في هذا البحث و المتضمن هناك علاقة ارتباطية بين بعض مظاهر الانتباه و دقة التهديد بكرة القدم فقد تم استخراج معامل الارتباط البسيط بين كل مظهر من مظاهر الانتباه المبحوثة من جهة و بين دقة التهديد من جهة اخرى .
والجدول رقم (٢) يوضح ذلك:-

مظاهر الانتباه دقة التهديد	قيمة (ر) المحتسبة	قيمة (ر) الجدولية	مستوى دلالاتها
حدة الانتباه	٠.٦٥٢	٠.٤٤٤	٠.٠٥
تركيز الانتباه	٠.٧٤٠		
توزيع الانتباه	٠.٣٣١		
تحويل الانتباه	٠.٢٩١		

جدول رقم (٢)

يبين قيمة (ر) الخاصة بالعلاقة بين بعض مظاهر الانتباه ودقة التهديد .

علاقة درجة حدة الانتباه و دقة التهديد:

بخصوص مظهر (حدة الانتباه) تم استخراج معامل الارتباط البسيط حيث اشارة النتائج الى وجود ارتباط بين هذا المظهر و دقة التهديد اذ كان معامل الارتباط يساوي ٠.٦٥٢ و لغرض معرفة معنوية الارتباط ثم مقارنة هذه القيمة (ر) الجدولية التي تساوي ٠.٤٤٤ و تحت مستوى دلالة ٥% حيث اظهرت ان (ر) المحتسبة اكبر من (ر) الجدولية حيث دل هذا الى وجود علاقة ارتباط معنوية الارتباط بين هذه المتغيرين . يعتقد البحث هذا طبيعي و موضوعي لان حدة الانتباه ضرورية جدا لدى اللاعب لما تتطلبه الخطة الدفاعية و الهجومية و كل الواجبات المطلوبة منه ، فهو بحاجة كبيرة الى حدة الانتباه لكي يكون عوناً له للأبداع في المباراة . كما اكد في هذا الجانب اسامة كامل راتب ١٩٩٥ بانه يتطلب من المدربين التأكيد على حضور لاعبيهم و هم في حالة جيدة لضمان توفر اعلى مستوى من حدة الانتباه لديهم^(١) .

(١) اسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ ، ص ٣٦٣ .

علاقة درجة تركيز الانتباه و دقة التهديد:

اما بخصوص مظهر (تركيز الانتباه) تم استخراج معامل الارتباط البسيط حيث اشارت النتائج الى وجود ارتباط عالي من هذا المظهر و دقة التهديد اذ كان معامل الارتباط يساوي (٧٤٠.٠) و لغرض معنوية الارتباط تم مقارنة هذه القيمة مع قيمة (ر) الجدولية حيث اظهرت ان (ر) المحتسبة اكبر من (ر) الجدولية حيث دل هذا على وجود علاقة ارتباط عالية بين هذين المظهرين و تعتبر هذه العلاقة منطقية و علمية اذ ان مهارة دقة التهديد تتطلب تركيز عالي من قبل اللاعبين ، اذ لا تعتمد على الجانب الفني فقط و انما تتطلب مهارات ذهنية و نفسية منها بالدرجة الاولى تركيز الانتباه حيث يؤكد زهير الخشاب و آخرون ١٩٨٨ ،

ان من العوامل الاساسية التي تتوقف عليها دقة التهديد هي قدرة اللاعب على التركيز عند التهديد. كما يؤكد اسامة كامل راتب ١٩٩٥ حيث يرى ، يعتبر التركيز او توجيه الانتباه احد المهارات الاساسية العامة للرياضيين فهو الاساس لنجاح عملية التعلم او التدريب او المنافسة في اشكالها المختلفة لذا فمن الضروري على اللاعب ان يركز انتباهه عند اداء مهارة التهديد حيث يكون استعداده في اعلى درجاته عند هذه اللحظة كما تظهر امكانية اللاعب في محاولته عزل جميع المؤثرات الخارجية و تركيز انتباهه في نقطة واحدة هي دقة التهديد (١).

علاقة درجة توزيع الانتباه و دقة التهديد:

اما بخصوص المظهر الثالث (توزيع الانتباه) فقد تم استخراج معامل الارتباط البسيط حيث كانت قيمة (ر) المحتسبة و التي تساوي (٠.٣٣١) و هي اقل من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠.٤٤٤) و تحت مستوى دلالة ٥ % كما تشير الى عدم معنوية الارتباط بين هذه المتغيرين .

علاقة درجة تحويل ورقة التهديد:

اما بخصوص المظهر الرابع (تحويل الانتباه) فقد تم استخراج معامل الارتباط البسيط ايضا حيث كانت قيمة المحتسبة تساوي (٠.٢٩١) و عند مقارنتها (ر) الجدولية والبالغة (٠.٤٤٤) و تحت مستوى دلالة فكانت منها و هذا يدل على ان هناك ضعف في علاقة الارتباط بين درجة تحويل الانتباه و دقة التهديد (٢).

(١) زهير الخشاب و آخرون ، كرة القدم ، الموصل ، دار الطباعة و النشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٨ ، ص ١٠٥.

(٢) اسامة كامل راتب ، عالم النفس الرياضي ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ ، ص ٣٦١.

من خلال عرض و مناقشة النتائج لقد تبين ان هناك ضعف في العلاقة الارتباطية ما بين بعض مظاهر الانتباه و هي (توزيع الانتباه ، تحويل الانتباه) ودقة التهديد بالرغم من اهمية هذه المظاهر لكثرة المواقف المتغيرة فيها و تعدد خططها الدفاعية و الهجومية و يعزو الباحث من خلال خبرته التدريسية و التدريبية سبب ذلك يعود الى قلة التمارين التي تؤدي الى تنحية هذه المظاهر لدى اللاعب فمن المعروف تنمية كل مظهر يعتمد على نوع النشاط الممارس و يمكن تنحيته عن طريق تدريبات خاصة به . يعزو الباحث كذلك هذا الضعف الى قلة الوحدات التدريبية الى التمارين الخاصة التي تؤدي الى تنحية و تطوير هذين المظهرين حيث ان الوحدة التدريبية الاعتيادية اليومية يجب ان تحتوي على شكل من اشكال تمارين التهديد و على المدربين ان تكون لديهم فكرة واضحة عن مظاهر الانتباه و عن الكيفية التي تتم فيها تمارين التهديد من ناحية عدد مرات تدريبها في الاسبوع ووقتها و اسلوب اخراجها و المستلزمات الضرورية لنجاحها . و من خلال مناقشة النتائج توصل الباحث الى تحقيق هدف البحث (معرفة علاقة بعض مظاهر الانتباه بدقة التهديد بكرة القدم) و بذلك تحق فرض البحث^(١) .

(١) زهير الخشاب و آخرون ، كرة القدم، المصدر السابق، ص١٠٥ .

الفصل الخامس

الاستنتاجات

والتوصيات والمقترحات

الفصل الخامس :

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات :-

من خلال عرض النتائج و مناقشتها توصل الباحث الى ما يلي :-

- ١ . وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه و دقة التهديف لكرة القدم .
- ٢ . وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة حدة الانتباه و دقة التهديف بكرة القدم .
- ٣ . عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة توزيع الانتباه و دقة التهديف بكرة القدم .
- ٤ . عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة تحويل الانتباه و دقة التهديف بكرة القدم .

التوصيات :-

- ١ . التاكيد على عملية تركيز الانتباه وحدة الانتباه في الوحدات التدريبية لغرض تطوير دقة التهديف .
- ٢ . ضرورة التعرف على خصائص و مظاهر الانتباه من قبل المدربين و ذلك للتعرف على الفروق بين اللاعبين .
- ٣ . التاكيد على اجراء الاختبارات الخاصة بمظاهر الانتباه لفترات متباينة للتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين لاهميته في تطوير دقة التهديف .
- ٤ . ضرورة شمول الوحدات التدريبية على التمرينات الخاصة بتنمية شدة الانتباه لتطوير دقة التهديف .
- ٥ . ضرورة التدريب على التمرينات الخاصة بالتهديف و على ضربات الجزاء من اجل تطوير الحالة النفسية التي يجب ان يتوافر فيها الانتباه اثناء التهديف من حالات اللعب و تنفيذ ضربات الجزاء .

٦. ضرورة اخضاع اللاعبين الى مواقف و ظروف مشابهة لظروف المباريات اثناء بعض الوحدات التدريبية لتعويد اللاعبين على التعامل على المواقف المختلفة بدرجات عالية من الانتباه و بشكل مستمر .

٧. التاكيد على اهمية مواضيع علم النفس الرياضي في الدورات التدريبية و خاصة المواضيع المتعلقة بالانتباه و مظاهره المتعددة .

المقترحات :-

- اجراء دراسة مشابهة و على عينات مختلفة و كبيرة لغرض معرفة العلاقة الارتباطية بين مظاهر الانتباه و دقة التهديد بشكل اوسع .

المصادر

المصادر

- ١- احمد عزت راجح ،اصول علم النفس ،مطابع روز اليوسف ،القاهرة ،١٩٦٨ .
- ٢- احمد زكي صالح: علم النفس التربوي، ط١٠، مصر، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٧٢ .
- ٣- احمد خاطر ،علي فهمي البيك ،القياس في المجال الرياضي، دار المعارف، ١٩٧٨ .
- ٤- صباح قاسم خلف، الرشاقة وعلاقتها بدقة التهديف للاعبين كرة القدم الناشئين بأعمار (٤١ – ٤١) سنة، مجلة كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد ، المجلد الثلاثون، العدد الثالث، ٢٠١٨ .
- ٥- عمرو حسن احمد بدران، علم النفس الرياضي ،المكتبة الرياضية الشاملة ،القاهرة، ١٩٩٠ .
- ٦- عبد الحميد احمد: الملائمة، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٧ .
- ٧- عبد الله عبد الحي موسى، المدخل الى علم النفس، مكتبة الخانجي ، القاهرة، ١٩٧٦ .
- ٨- عبد الله حسين اللامي، أثر ممارسة الأنشطة الرياضية في بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى طلبة جامعة القادسية،مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ،المجلد العاشر ، العدد الثالث، العراق، ٢٠١٠ .
- ٩- عبد الله حسين اللامي: الأسس العلمية للتدريب الرياضي، جامعة القادسية، ٢٠٠٤ .
- ١٠- قاسم حسن المندلوي وأحمد سعيد: التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق، مطبعة علاء، بغداد، ١٩٧٩ .
- ١١- قاسم المندلوي واخرون ، الاختبارات والقياس والتقديم في التربية الرياضية الموصل مطبعة التعليم العالي ١٩٨٩ .
- ١٢- كامل طه لويس: علم النفس الرياضي، الموصل، مديرية الكتاب والطباعة والنشر، ١٩٨١ .
- ١٣- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف ، مصر ١٩٧٩ .
- ١٤- محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية، ج١، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٧٩ .

- ١٥- نزار اشرف، تأثير تمرينات مهارية خاصة في تطوير دقة التهديق من الثبات والحركة للاعبين المدارس الكروية بأعمار ١٤-١٥ سنة بكرة القدم، مجلة علوم الرياضة، المجلد التاسع، العدد ٣٠، جامعة ديالى، ١٩٩٨.
- ١٦- نوفل فاضل رشيد، بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة تنفيذ ضربة الجزاء في كرة القدم، مجلة الرافدين للعلوم والرياضة، المجلد ١٥، العدد ٥١، جامعة الموصل، ٢٠٠٩.
- ١٧- سناء مجيد محمد، فلاح حسن خلف، تأثير تمرينات خاصة باستخدام وسائل تدريبية في دقة التهديق من الركلة الحرة المباشرة بكرة القدم للشباب بأعمار (١٧-١٩) سنة، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد التاسع والعشرون، العدد الاول، جامعة بغداد، ٢٠١٧.
- ١٨- وجيه محبوب طرائق البحث العلمي ومناهجه، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، ١٩٨٨.
- ١٩- وجيه محبوب، طرائق البحث ومناهجه، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، ١٩٩٣.
- ٢٠- وجيه محبوب وقاسم المنذلاوي: المدخل في علم التدريب الرياضي، ج ١، جامعة بغداد، بغداد، ١٩٨٢.