الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس – مستغانم-

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر تخصص تدريب وتحضير بدني

عنوان

أثر برنامج تدريبي لتحسين تركيز الانتباه في تعلم بعض المهارات الحركية في كرة القدم (أقل من 17سنة)

دراسة تجريبية أجريت على لاعبي فريق "بلدية معسكر"

إعداد الطلبة:

* محمودي عبد العظيم

* قرمام هشام

إشراف:

* د. بن خالد حاج

السنة الجامعية: 2017/2016

دعـــاء

يا رب ....لا تدعني أصاب بالغرور إذا نجحت....

ولا أصاب باليأس إذا فشلت....

بل ذكرني دائما بأن الفشل هو التجارب التي تسبق النجاح

يا رب.... علمني أن التسامح هو اكبر مراتب القوة

وأن حب الانتقام هو أول مظاهر الضعف

يا رب.... إذا جردتني من المال أترك لي الأمل وإذا جردتني

من النجاح أترك لي قوة العتاد

حتى أتغلب على الفشل....

وإذا جردتني من نعمة الصحة أترك لي نعمة الإيمان

يا رب.... إذا أسأت إلى الناس أعطيني شجاعة الاعتذار إذا

أسأت لي الناس أعطيني شجاعة العفو

يا رب... إذا أعطيتني المال لا تأخذ سعادتي

وإذا أعطيتني قوتي لا تأخذ عقلي

إذا أعطيتني نجاحا لا تأخذ تواضعي

وإذا أعطيتني تواضعا لا تأخذ اعتزازي بكرامتي.

إهداء

أهدي ثمرة جهدي و عملي إلى التي لو جمعت الدنيا و وضعتها ما وفيتها حقها إلى النبع الصافي الذي سقاني ما شئت من فيض الحنان إلى الحضن الدافئ و القلب الحنون إلى العين التي قاطعت النوم لتسهر على راحتي و التي كانت الروح لأكون الجسد: "أمي الغالية حفظها الله و أطال في عمرها"

إلى من تعب و كد وجد من أجل تكويني إلى رمزي في الحياة و قدوتي في الصالحات إلى الذي كان المعلم وفي ..... أبي العزيز حفظه الله وأطال في عمره .

والى أختي الصغيرة و المحبوبة "فريال"

إلى جيمع أصدقائي و خاصة صديقي المقرب أسامة و إلى جميع من تقاسمت معهم هذا العمل المتواضع " هشام" و إلى جميع الأقارب و الأهل.

أساتذتي الذين عرفتهم في مشواري الدراسي و خاصة الأستاذ القدير " بن خالد الحاج"

محمودي عبد العظيم

إهداء

إلى كل من نطق بكلمة التوحيد بلسانه وصدَقها بقلبه وكيانه.

وظهرت على جوارحه، إلى كلَ من صلَى على خير البرية

واتَبع سنتَه الزكية المطهَرة بإخلاص وحسن نية

محمد صلَى الله عليه وسلم.

إلى كلَ من شهر سلاح ورفع راية العلم لينير الأبصار والعقول.

أهدي ثمرة عملي المتواضع.

إلى من قال فيهما سبحانه وتعالى: "وقل ربي ارحمهما كم ربياني صغيرا"، الآية الكريمة

إلى التي لو جمعت الدَنيا كلَها ووضعتها بين أيديها ما وفَرت ولو جزءا

يسيرا من حقَها أمي ثم أمي ثم أمي الغالية.

إلى القلب الواسع والصدر الدافئ أبي العزيز أطال الله عمرهما في طاعته.

إلى من كبرت وترعرعت بينهم إلى سندي

في الحياة إخوتي وأخواتي.وإلى كل أصدقائي وأحبابي الذين عرفتهم في

"الثانوية والجامعة"

وإلى كل أساتذتي الذين عرفتهم خلال المشوار الدراسي

خاصة الأستاذ المشرف «الدكتور بن خالد الحاج» أسأل الله أن يجزيه خير ما يجزيه العلماء

الأبرار.

وإلى كل طلبة التربية البدنية والرياضية وكل من ضاق بهم قلمي ووسعهم قلبي.

كما لا أنس زميلي في المذكرة: "عبد العظيم"، مع تمنياتي لهم النجاح في

المستقبل.

قرماو هشام

شكر وتقدير

الحمد لله المتوحد بصفات الكمال و المنزه من الأندار و الأمثال نشكره على جزيل النعم

و الحمد لله الذي هدانا من العلم ما وفقنا به لانجاز هذا العمل المتواضع راجيا منه التوفيق

و الصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم الذي أرشدنا إلى طريق العلم و على آله

و صحبه أجمعين.

نتقدم بالشكر الجزيل و العرفان إلى الوالدين العزيزين كما نتقدم بالشكر إلى مدير معهد التربية

البدنية والرياضة و أساتذته و بالأخص الأستاذ والمشرف " بن خالد الحاج" والى رئيس قسم

التدريب الرياضي "كوتشوك سيدي محمد" و إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث من قريب

أو من بعيد و جميع طلبة المعهد و طلبة العلم و إلى وطننا الجزائر.

بسم الله الرحمن الرحيم ((و فوق كل ذي علم عليم)) صدق الله العظيم . سورة يوسف

الآية76

قال رسول الله صلى الله عليه و سلم : " تعلموا العلم، فإن تعلمه لبه خشية، وطلبه عبادة،

و مذكراته تسبيح"

رواه البخاري.

الملخص:

"استخدام تمارين تمهيدية لتحسين تركيز الانتباه في تعلم بعض المهارات الحركية في كرة القدم أقل من 17 سنة"

تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية أو بدون استخدامها في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة) ، والكشف عن أكثرهما فاعلية باستخدام التمارين التمهيدية،الفرض من الدراسة أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية أو بدون استخدامها يؤثر إيجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة) ، وهو أكثر فاعلية باستخدام التمارين التمهيدية،العينة أقل من 17سنة والتي تضم 20 لاعبا ينتمون إلى فريق "بلدية معسكر"، تم اختيارها بالطريقة العمدية فكانت نسبتها25%؛الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة تمثلت في اختبار بوردن انفي– موف لقياس تركيز الانتباه و اختبار التمرير نحو الدوائر و التمرير من علامة الزاوية و اختبار التهديف من علامة الجزاء و التهديف على المستطيلات المتداخلة والوسائل الإحصائية:المتوسط الحسابي،الانحراف المعياري، اختبار(ت) ستودنت ،ومن أهم ما توصل إليه الطلبة من استنتاج ملائمة التمرينات التمهيدية لأعمار اللاعبين والذي أسهم في تطبيقها بشكل صحيح ومناسب مما أثر إيجابيا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم بعض المهارات الحركية في كرة القدم. كما تمثل و من أهم اقتراح في ضرورة الاهتمام بالجانب الذهني والنفسي للاعبين في مرحلة المراهقة وعلى المدربين تخصيص برنامج للتدريب العقلي من أجل الإعداد المتكامل للرياضي.

Summary:

“The use of prior activities to improve focusing attention in learning some of football movement’ skills for less than 17 years old”

This study aims at identifying the impact of the suggested training program by using or without using the prior activities in focusing attention to learn the skills of passing and scoring for less than 17 years old footballers , also it aims at finding out which skill is more effective by using the prior activities. The purpose of this study is to show that the training program including the use of prior activities brings positive effects in focusing the attention to learn the skills of passing and scoring for less than 17 years footballers, this program is more effective when including a sample of 20 less than 17 years old footballers from Mascara city, the sample was chosen at random and brought the percentage of 25 %. Among the different tools used in this study Boorden Envy exam to measure the attention focus, passing to circles exam, passing from the corner’s mark, scoring from penalty mark, scoring to interrelated rectangles.

For the statistical tools, standard deviation, stoodant exam. Among the main points reached from this study is the compatibility of the prior activities with the players' age thing that contributed to the right practice of these activities, this point brought about positive affects in focusing the attention of learning the movement skills of football. One of the essential proposed ideas is the necessity of giving importance to the psychological side of the players in adolescence, add to that setting program of mental training for the complementary preparation of sportsman.

1- المقدمة:

تعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم ،إذ تطورت بشكل سريع وأصبحت الحاجة إلى تحسين الأداء المهاري أمرا جوهرياً للوصول بلاعب كرة القدم إلى الأداء بصورة آلية ومتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة ، لذا أصبحت هناك ضرورة قصوى لأجراء البحوث العلمية التطبيقية في مجال كرة القدم وفقاً للظروف البيئية والاجتماعية المتاحة بالبلاد، وذلك بهدف الارتقاء بهذا المجال، وتعد الفئات العمرية الصغيرة الركيزة القوية التي يعتمد عليها في بناء مستوى متقدم بكرة القدم في المستقبل ويمثلون القاعدة الأساسية والعريضة فيما لو تم اختيارهم بشكل علمي ومدروس وإعدادهم إعدادا بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا وتربويا وهذا لا يأتي إلا من خلال التخطيط الصحيح المبني من خلال البرامج التدريبية والمستند إلى نتائج الاختبارات والقياسات التي تعطي المؤشر الحقيقي للواقع المهاري الذي تتميز به هذه الفئة العمرية.

ولقد أصبح الاهتمام بفرق الفئات العمرية الصغيرة أمراً مألوفا في كافة الرياضات وفي كل المؤسسات الرياضية المنظمة، ويرجع ذلك إلى إيمان المسؤولين عن تلك المؤسسات بأن الفئات العمرية الصغيرة هم القاعدة الأساسية التي تعتبر خزاناً لفريق الأكابر وبالتالي وجب العناية بها قصد الاستفادة منها مستقبلاً ولم يقف الأمر عند حد اهتمام المؤسسات الرياضية بما تحويه من أندية أو مراكز رياضية بل إن الأمر قد تعدى ذلك ، بتبني حكومات الدول لعدد من المشاريع تضمن لها رعاية هؤلاء كما تعد سياسة الاحتراف التي تتبناها

حكومات الدول تعتبر فرصة مواتية لهذه الفئة لتشريف الألوان الوطنية والدولية، لقد انقضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالاعتماد على تجاربهم الميدانية وخبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث ،وهذا بدأ من انتقاء واختيار الموهوبين وتبنيهم خلال مراحل التكوين والتدريب ،وكذلك إعداد البرامج التدريبية حتى توفير الإمكانيات المادية والبشرية وتذليل كل العقبات التي تتعرض إلى مسيرة التقدم والوصول إلى المستويات الدولية.

إن الدوافع التي أدت بنا إلى القيام بهذا البحث هو أن الدراسات الجادة حول هذا الموضوع تكاد تكون قليلة خاصة في الجزائر،من خلال الاطلاع على الدراسات والأبحاث والرسائل والأطروحات السابقة في مجال البرامج التدريبية، فقد لاحظ الباحث أن الاهتمام الأكبر في هذه الدراسات كان منصب على اللاعبين الأكابر وممارسي الألعاب المختلفة، في حين هناك نقص في الدراسات التي تهتم بمدارس التكوين لكرة القدم دون 17 سنة اذ أصبحت البرامج التدريبية الوسيلة الفعالة في تأسيس فريقهم وإعدادها ورفع مستواهم مهارياً ونفسيا حيث أن الفئات العمرية الصغيرة هم القاعدة الأساسية التي تمد الفرق الأعلى سناً باللاعبين المعدين إعدادا متكاملا جيداً وأن الاستثمار في النادي الرياضي ينطلق من خلال الفئات الشبانية التي تعد خزاناً لفريق المتقدمين، وبالتالي وجب العناية بها قصد الاستفادة منها

مستقبلا، وعليه جاءت فكرة القيام بهذا البحث ل الإعداد الجيد والمتزن لهذه الفئة العمرية(أقل من17سنة) أثناء المنافسة الرياضية و تعديل الصورة التدريبية لهذه الفئة العمرية ، واتباع الطرق العلمية المناسبة في بناء برامج تدريبية مركزة على تطوير المهارات العقلية كتركيز الانتباه.. (معمر، 2012) .

2- مشكلة البحث:

تمثل الجوانب النفسية والعمليات العقلية احدى المحددات المهمة في احراز النجاح وتحقيق المستوى الأفضل في الأداء لجميع الألعاب الرياضية، وكرة القدم إحدى هذه الألعاب التي تشكل فيها العمليات العقلية ركنا مهما في التعامل مع طبيعة اللعب ذات المهارات المتعددة والخطة التكتيكية المعقدة فضلا عن متغيرات اللعب وظروف المباريات وأماكن إقامتها.

ولكون مهارتي التمرير والتهديف من أهم مهارات اللعب التي تقف عليهما حسم المباريات فلذلك كانتا جل اهتمام المدربين والباحثين وقد يؤثر في هاتين المهارتين عدد غير قليل من الأمور التي تعززهما، ومن أهم هاته الأمور تركيز الانتباه الذي يشكل عنصرا هاما في المهارات الأساسية بكرة القدم وباقي الألعاب الرياضية.

فالانتباه عامل مهم في التعلم والاكتساب، "وله دوره الفعال في إثارة أو تحفيز الأفكار على التفاعل بما يدفع الجسم إلى التهيؤ والاستعداد جسميا وعقليا قبل أداء المهمات الموكلة إليه، فالانتباه هو العامل الذي يؤدي إلى نجاح الخطة أو المرسومة في أثناء المباريات أو المنافسات" (معيوف، 1987، ص63)

وللانتباه في المجال الرياضي عدة مظاهر، حيث يعد التركيز من أهم مظاهره ويساعد في الوصول إلى أعلى المستويات، فالوصول لدرجة الإتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات

التدريب فقط بل يرتبط أيضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي بالتحكم في مهارته الحركية (سحر مصطفى البب، 2014، ص7)

ولهذه الأسباب يجب أن يتوافر عند لاعبي كرة القدم الانتباه والملاحظة الدقيقة بصورة مستمرة لحركات اللاعبين، فغياب تركيز الانتباه وفقدان الكفاءة في المتابعة والملاحظة للاعبين قد لا يصل بهم إلى الأداء المهاري المتقن ويؤدي إلى خسارة الجهد المبذول ويحد من الارتقاء في مستوى اللعبة. وعليه أصبح ضروريا تحسين القدرة على تركيز الانتباه ،إذ يعتبر أحد أهم القدرات العقلية التي يجب على اللاعب أن يتحلى بها أثناء مباريات كرة القدم وخاصة في الفئة العمرية (أقل من 17 سنة).

فمن خلال خبرتنا المتواضعة في مجال تدريب الفئات الصغرى في كرة القدم لاحظنا أن تعلم المهارات الحركية ينقصه نوع من الاستعداد والجاهزية عند اللاعبين بسبب غياب أو نقص تركيز الانتباه، فحاولنا التطرق إلى الدراسات التي تناولت جوانب تعلم المهارات الحركية وعلاقتها بتركيز الانتباه، فوجدنا أنها لم تعطي لتركيز الانتباه أي أهمية خاصة في المرحلة العمرية المدروسة ولاسيما أن الانتباه الإرادي يشهد نموا سريعا في هذه المرحلة من طرف المدربين، حيث اتضح أن تحسين تركيز الانتباه يساعد في تعلم بعض المهارات الحركية في كرة القدم، وعليه توصلنا إلى ضرورة البحث في هذا المجال أي الاهتمام بتركيز الانتباه كأحد العوامل المساعدة على تسهيل عملية التعلم والاكتساب، فقمنا بتحديد موضوع دراستنا وحصر مشكلته في السؤال الرئيسي التالي:

- **التساؤل العام:**

هل البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية أو بدون استخدامها يؤثر إيجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة) ، وهل هو أكثر فاعلية باستخدام التمارين التمهيدية ؟

والإجابة على هذا السؤال تتطلب الإجابة على الأسئلة الفرعية الموالية:

- **التساؤلات الفرعية:**

1.هل البرنامج التدريبي المقترح بدون استخدام التمارين التمهيدية يؤثر ايجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة).

2. هل البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية يؤثر ايجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم(أقل من17سنة).

3.هل البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية هو أكثر فاعلية في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة).

3- أهداف البحث:

- **الهدف العام:**

يهدف بحثنا بوجه عام إلى:

التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية أو بدون استخدامها في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة) ، والكشف عن أكثرهما فاعلية؟

- **الأهداف الفرعية:**

يمكن تحقيق الهدف العام من بحثنا من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية:

1.التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح بدون استخدام التمارين التمهيدية في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة).

2.التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة).

3.التعرف على البرنامج التدريبي الأكثر فاعلية المقترح باستخدام أو بدون استخدام التمارين التمهيدية لتحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم(أقل من17سنة).

4- فرضيات البحث:

- **الفرض العام:**

حتى نتمكن من الإجابة على السؤال العام وبالتالي تحقيق الهدف العام من بحثنا علينا التحقق من صحة الفرض العام التالي:

البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية أو بدون استخدامها يؤثر إيجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة) ، وهو أكثر فاعلية باستخدام التمارين التمهيدية.

- **الفرضيات الفرعية:**

لا يمكننا التحقق من صحة الفرض العام الا عن طريق التحقق من صحة الفرضيات الفرعية التالية:

1. البرنامج التدريبي المقترح بدون استخدام التمارين التمهيدية يؤثر ايجابيا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم(أقل من17سنة).
2. البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية يؤثر ايجابيا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم(أقل من17سنة).
3. البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية هو أكثر فاعلية في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم(أقل من17سنة).

5- أهمية البحث:

يمكن لهذا البحث أن يكتسي أهمية بالغة وذلك من الجانبين العلمي والعملي.

- **الجانب العلمي:**

1_ يمكن اعتباره مساهمة في إثراء وتثمين المكتبة الجامعية قصد مساعدة المدربين والباحثين

2- ندرة الدراسات المحلية بصورة خاصة والعربية بصورة عامة في مجال الانتباه، تبرز الحاجة الماسة لمعالجة هذا الموضوع ولا سيما أن غالبية الدراسات السابقة تناولته كمشكلة سلوكية مقترنة بفرط النشاط الحركي أو غيرها من المشكلات، ومن ثم تعد هذه الدراسة الأولى من نوعها في البيئة المحلية.

- **الجانب العملي:**

1_ الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تعديل الصورة التدريبية لهذه الفئة العمرية، وإتباع الطرق العلمية المناسبة في بناء برامج تدريبية مركزة على تطوير المهارات العقلية كتركيز الانتباه.

2-الإعداد الجيد والمتزن لهذه الفئة العمرية(أقل من17سنة) أثناء المنافسة الرياضية وذلك حسب الخصائص ومتطلبات النمو النفسية والانفعالية.

3- استخدام التمرينات التمهيدية في الوحدات التدريبية سيؤدي إلى ممارسة اللاعب للكثير من الحركات المشابهة لحالات اللاعب وهذا بدوره يؤدي إلى تحسين تركيز الانتباه ودقة التمرير والتهديف أثناء المباراة.

6- مصطلحات البحث:

6-1- تركيز الانتباه concentration :

***نظريا:** يعتبر تركيز الانتباه احد المهارات العقلية الهامة، وهو الأساس لنجاح عملية التعليم أو التدريب أو المنافسة في أشكالها المختلفة حيث تبنى عليه العمليات الأخرى كالإدراك والتفكير والتذكر والتوقع ويتمثل في القدرة على تركيز العقل حول موضوع معين عن طريق الانتقاء في الشعور.

ويعرف على أنه تجميع كافة الأفكار والعمليات العقلية نحو تحقيق هدف معين وهو تثبيت للانتباه لتحقيق الهدف (جبار، 2000، ص65)

***إجرائيا:** التركيز حالة من حالات الاستعداد، فيجب أن يكون الرياضي قادرا على طرد كل ما يشتت الانتباه وأن يركز على أساسيات الأداء المطلوب منه.

6-2- كرة القدم:

***نظريا:** هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها (جميل، 1986):"كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع".

***إجرائيا:** كرة القدم لعبة جماعية تلعب بين فريقين يتألف كل منهما على احدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف ، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة (هدف) وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط.حيث يدير اللقاء حكم وسط ميدان وحكمين مساعدين على الطرفين ومحافظ اللقاء ، تدوم مدة اللقاء 90 دقيقة وهي مقسمة لشوطين كل واحد يدوم 45 دقيقة مع استراحة بينهما لمدة 15 دقيقة ، بالإضافة لاحتساب الوقت الضائع.

6-3- المهارات الأساسية بكرة القدم:

هي كل الحركات الضرورية والهادفة التي تؤدى بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها (مختار، 1994). وهي عبارة عن مختلف المهارات الحركية التي يقوم بها اللاعب بالكرة أو بدونها وتتمثل في (قذف الكرة، استقبال الكرة ، ، التماس ، تمرير الكرة ، مراقبة الكرة، التهديف ...الخ

6-4- التمارين التمهيدية:

6-5- الفئة العمرية (أقل من 17 سنة):"المراهقة الوسطى":

***نظريا:** تسمى بالمرحلة الثانوية وما يميز هذه المرحلة سرعة النمو الجسدي نسبيا وتزداد التغيرات الجسدية الفيزيولوجية واهتمام المرهق بمظهره وقوة جسمه وحب ذاته (جادو، 2007)، كما هي نقطة انعطاف حاسمة في حياة الإنسان إذ أن ما يبلغه من تقدم ويحققه من مزايا في النمو البدني و العاطفي يرفعه من مستوى الطفولة الوسطى إلى مرحلة الحداث (العظماوي، 1997)

***اجرائيا:** المرحلة 14 _17 تسمى مرحة المراهقة ةالمراهقة مصطلح من العمر والذي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة وقد اقترب من النضج العقي والبدني والاجتماعي والانفعالي

7- الدراسات والبحوث المشابهة:

- **الدراسة الأولى:**

عنوان الدراسة: العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهارة دقة التصويب بكرة القدم

صاحب الدراسة: د. محجوب إبراهيم ياسين

السنة: 2001

نوع البحث: أجري على لاعبي فريق كلية المعلمين ، الجامعة المستنصرية الذين شاركوا بالدوري الجامعي لعام 2000-2001.

الهدف العام: معرفة العلاقة بين مظاهر الانتباه ودقة التصويب في كرة القدم.

الفرض العام: هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين بعض مظاهر الإنتباه ودقة التصويب بكرة القدم

منهج البحث: اعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب الحي لكونه أنسب الطرق لتحقيق أهداف البحث .

أدوات البحث:

المراجع و المصادر العربية.

الاختبارات والقياسات.

الملاحظة والتجريب.

عينة البحث: اشتملت عينت البحث على لاعبي فريق كرة القدم لكلية المعلمين والبالغ عددهم 20 لاعب من الذين شاركوا ببطولة الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2000-2001 .

طريقة اختيار العينة: وقد لجأ الباحث إلى اختيار العينة بالطريقة العمدية لأن أفراد العينة يمثلون المجتمع الأصل تمثيلا صادقا.

أهم استنتاج: وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لكرة القدم

التوصيات والمقترحات:

– التأكيد على عملية تركيز الانتباه وحدة الانتباه في الوحدات التدريبية لغرض تطوير دقة التهديف.

– ضرورة التعرف على خصائص ومظاهر الانتباه من قبل المدربين وذلك للتعرف على الفرو قات الفردية بين اللاعبين.

– التأكد على إجراء الاختبارات الخاصة بمظاهر الانتباه لفترات متباينة للتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين لأهميته في تطوير دقة التهديف.

– ضرورة التدريب على التمرينات الخاصة بالتهديف وعلى ضربات الجزاء من أجل تطوير الحالة النفسية التي يجب أن يتوفر فيها الانتباه أثناء التهديف من حالات اللعب وتنفيذ ضربات الجزاء.

– التأكيد على أهمية مواضيع علم النفس الرياضي في الدورات التدريبية وخاصة المواضيع المتعلقة بالانتباه ومظاهره المتعددة.

- **الدراسة الثانية:**

عنوان الدراسة: العلاقة بين مستويات تركيز الانتباه و مستويات التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي.

السنة: 2003

صاحب الدراسة: لبنى جديد.

العينة: أجريت الدراسة على عينة قوامها 506 تلميذ من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في مدارس مدينة دمشق، 271 من الذكور و 235 من الإناث .

طريقة إختيارها: سحبت العينة بطريقة عشوائية

نوع الدراسة: أجريت الدراسة على عينة قوامها 506 تلميذ من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي في مدارس مدينة دمشق.

الهدف العام: التعرف على طبيعة العلاقة الإرتباطية بين مستويات تركيز الانتباه (المرتفع،المتوسط،المنخفض) حسب الأداء على اختبار الشطب ومستويات التحصيل الدراسي (الجيد، المتوسط، الضعيف) لدى أفراد عينة البحث في المقررات كافة.

الفرض العام: ثمة علاقة ارتباط بين مستويات تركيز الانتباه لدى أفراد عينة البحث في أدائهم على إختبار الشطب و مستويات تحصيلهم الدراسي في المقرارت كافة.

منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي لاعتباره الأنسب لتحقيق أهداف البحث.

أداة القياس: إستخدمت الباحثة في هذا البحث اختبار الشطب لتحقيق أهداف البحث وتحقق من فرضياته

أهم استنتاج: توصل الباحث لأهمية المرحلة العمرية التي ستتم دراسة موضوع الانتباه فيها وهي مرحلة الطفولة المتأخرة ولاسيما أن الانتباه الإرادي يشهد نموا سريعا في هذه المرحلة ،إلى جانب تكون طرائق وأساليب ملاحظة الأشياء و تتبعها وتميز ما هو هام ورئيسي و ما هو عارض فيها.

أهم توصية:

تصميم برامج تدريب لتحسين القدرة على تركيز الإنتباه لدى تلاميذ الصف الخامس في المرحلة الأولى من التعليم الأساسي.

- **الدراسة الثالثة:**

عنوان الدراسة: علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب لدى لاعبي المنتخب الوطني للناشئين بكرة اليد

السنة:2005

صاحب الدراسة: عكلة سليمان علي الحوري.

العينة: اشتمل مجتمع البحث على المنتخب الوطني العراقي للناشئين بكرة اليد وعددهم (20) لاعباً بطريقة عمدية ، تم استبعاد نتائج (4) منهم وذلك لعدم إتمامهم الاختبارات

لظروف مختلفة وبذلك اعتمدت نتائج (16) لاعباً يمثلون 80% من المجتمع الأصلي للبحث .

الهدف العام :

– التعرف على العلاقة بين زمن تركيز الانتباه قبل التصويب ودقة التصويب لدى لاعبو المنتخب الوطني للناشئين بكرة اليد.

الفرض العام:

هناك علاقة ارتباط معنوية بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب ودقة التصويب لدى لاعبي المنتخب الوطني بكرة اليد.

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح كأسلوب أفضل لحل مشكلة البحث حيث يعد المسح واحداً من المناهج الأساسية في البحوث الوصفية.

أهم استنتاج:

وجود ارتباط معنوي موجب بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب على الهدف ودقة التصويب

أهم توصية:

أ– بالنظر لوجود ارتباط معنوي موجب بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب ودقة التصويب يوصي الباحث ، أن يستغرق اللاعب الفترة الزمنية الكافية لتعبئة قواه النفسية والبدنية والفنية وتركيز انتباهه قبيل التصويب ضمن الحدود الزمنية المثلى التي أظهرها البحث .

ب– التأكيد على تطوير مظاهر الانتباه (حجم الانتباه، حدتهُ، ثباته، تحويله، توزيعهُ، تركيزه) خلال التدريب وذلك لوجود علاقة معنوية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب وزمن تركيز الانتباه قبيل التصويب.

7–2– التعليق على دراسات:

بعد قيامنا بقراءات واستطلاعات لنتائج وتقارير الأبحاث السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة تمكنا من استخلاص أهم الدراسات، والاستعانة بها وقد راعينا على اختيار ما هو متاح من إصدارات الدراسات السابقة التي استعان بها الباحثون ، وبالنظر إلى هذه الأبحاث نلاحظ أن لها اتصال مباشر مع موضوعنا ، لذا استعملنا معظمها كمراجع ومصادر لإثراء البحث بشكل عميق للوصول على النتائج المدققة.

أما فيما يخص أهم النتائج المشتركة المتوصل عليها التي تجمع الدراسات كانت كالآتي:

بالنسبة لمنهج البحث كان وصفيا للدراسات الثلاثة، أما بخصوص العينة فكان الاختلاف في عدد أفرادها والمرحلة العمرية للاعبين من دراسة لأخرى ،كان اختيار العينة في الدراستين الأولى والثالثة بالطريقة العمدية أما الدراسة الثانية كان الاختيار عشوائيا.زيادة على معرفة الأدوات والوسائل التي استعملت خلال البحث من استمارة استبيانية على اختبارات وقياسات إضافة إلى مختلف المصادر والمراجع باللغتين العربية والأجنبية.

أما بخصوص النتائج المشتركة المتوصل إليها كانت كالآتي:

توصل الباحث لأهمية المرحلة العمرية التي ستتم دراسة موضوع الانتباه فيها وهي مرحلة الطفولة المتأخرة ولاسيما أن الانتباه الإرادي يشهد نموا سريعا في هذه المرحلة ،إلى جانب تكون طرائق أساليب ملاحظة الأشياء و تتبعها وتميز ما هو هام ورئيسي و ما هو عارض فيها.

وجود ارتباط معنوي موجب بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب على الهدف ودقة التصويب

7-3- نقد الدراسات:

من خلال تحليلنا لنتائج هذه الدراسات المشابهة لبحثنا يمكن الملاحظة أن معظم الدراسات كانت تعتمد على إيجاد العلاقة بين القدرات العقلية وتأثيراتها على المتطلبات المهارية للرياضيين وخاصة في تخصص كرة القدم، وهذا ما أدى بنا إلى اختيار موضوعنا

الذي يعتمد على استخدام تمارين تمهيدية لتحسين تركيز الانتباه في تعلم بعض المهارات الحركية في كرة القدم (أقل من 16 سنة) وفق اختبارات علمية دقيقة.

لذا يجب على المدربين وأهل الاختصاص التأكيد على تنمية القدرات العقلية والجانب النفسي خلال مرحلة المراهقة لأنها تؤثر على الرياضيين من الناحية المهارية.

تمهيد:

إن التعلم ،التذكر، التفكير، التخيل، والتصور عمليات مرتبطة بالانتباه، الذي يعد أحد الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية، إذ أن الإنسان عندما يتعامل مع المحيط يجب أن يعرف هذا المحيط حتى يستطيع حماية نفسه من الأخطار، والشرط الأول هو أن ينتبه إلى ما يهمه من هذه البيئة وأن يدركها بحواسه كي يستطيع أن يؤثر فيها وأن يسيطر عليها بعقله وعضلاته، إذا فالانتباه هو الخطوة الأولى لتكيف الفرد مع المحيط.

1- مفهوم الانتباه وماهيته:

يصدر من جسم الإنسان الكثير من المنبهات الداخلية فعلى الرياضي المثالي أن يكون يتميز بصفة الانتباه الجيد ليؤدي دوره على أحسن حال.

فالانتباه هو تلك التهيئة الذهنية والعقلية مع توجيه الشعور والتركيز في الشيء المعين استعدادا لفهمه وأداءه (معوض، 2003)

كما أن الفرد عندما يكون مركزا انتباهه في شيء لا يشعر به يدور حوله بل يركز كل انتباهه في الموضوع الذي يحل بؤرة شعوره.

تعاريف الانتباه:

اختلفت تعاريف الانتباه في أوساط الكتاب والباحثون فكانت هذه التعاريف على النحو التالي:

"إنه حالة ذهنية يوجه فيه الشخص نشاطه المعرفي والعملي ويركزه على موضوع محدد (كرم، الموسوعة الفلسفية، 2000).

ويعرفه الدكتور فاخر عادل" بالعملية النفسية التي يقوم باختبار عدد من المثيرات المتواردة عن النفس والتركيز عليها وتجاهل المثيرات ".

أما احمد زكي قال : أنه حالة تركيز العقل والشعور حول موضوع معين وهو عملية وظيفية يجري فيها بلورة الشعور على بعض الأجزاء في الجانب الإدراكي (صالح، 2001)

وقد تناول علماء النفس موضوع الانتباه بالعديد من التعاريف فقد عرفه) حلمي .p ,2000 , (197) بأنه توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير في (النقيب، 1990، صفحة 213) . كما عرف الانتباه بأنه (استعداد إدراكي عام يقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف معين ككل أو كجزء) (صبحي، 2000، صفحة 181).في حين عرفه (عاقل، 1981، صفحة 621) بأنه (العملية النفسية التي تقوم باختيار عدد من المثيرات المتواردة على النفس والتركيز عليها وتجاهل المثيرات الأخرى).

إن هذه التعاريف التي ورد ذكرها تنطبق على الانتباه ومن وجهة نظر علم النفس العام، لكنها لا تنطبق عليه من وجهة نظر علم النفس الرياضي، فبرغم من الانتباه ظاهرة عامة في البيئة المحيطة بالفرد إلا انه يختلف إلى حد كبير في المجال الرياضي، فيقول عنه (النقيب، 1990) بأن مصطلح الانتباه يستخدم في وصف العملية التي يقوم الرياضي من خلالها

بادراك البيئة المحيطة به عن طريق استخدام أعضاء الحس المختلفة لديه عندما يركز انتباهه على شيء معين، وهذا يعني انه أصبح مدركاً لهذا الشيء دون أدراك الأشياء الأخرى).

ويعرفه (محجوب، 1988،) بأنه (قدرة الفرد على أداء النشاط الحركي ومعرفة ما يحدث بالتفاعل مع الأجهزة والأدوات والمهارات كلها عنصر انتباهي مهم في الحركات الصعبة).

كما يعرف الانتباه بأنه تكيف حركي عقلي معاً لشيء من الأشياء، فهو تكيف حركي لان الانتباه تصاحبه ردود أفعال تعمل على كف جميع الحركات التي لا تلائم الموقف، وهو نكيف عقلي فيه اختيار وكف في أن واحد (ابراهيم، 1985، الصفحات 198-199).

ومن خلال الاطلاع على التعاريف التي ورد ذكرها يمكن تعريف الانتباه بأنه العملية التي يتم من خلالها التركيز على اختيار منبهات حسية دون غيرها عن طريق استعداد الفرد إدراكيا، لأنه لكي يتعلم الفرد شيئاً يجب أن ينتبه ثم يدرك وبالتالي فالانتباه يساعدنا في معرفة الأشياء وسرعة فهمها.

2- أنواع الانتباه:

أولا: يقسم من حيث الدافع إليه إلى ما يأتي (سليمان، 1988، صفحة 36):

أ- **الانتباه الإرادي(الطوعي)**: وهو التوجيه المقصود للإحساس نحو موضوع بذاته ، وفيه يتجه الفرد إلى هدف يختاره مثل توجيه الفرد انتباهه إلى عمل ما أو فكرة معينة.

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

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

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

هـ- الانتباه المشتق: وهو تغير نوع الانتباه حسب المؤثر المنتبه إليه أو المؤثر الذي أجبرنا على الانتباه إليه قسرياً، مثلا تحول الانتباه اللاإرادي أحيانا إلى انتباه أرادي أو انتباه استباقي.

ثانياً: ويقسم الانتباه من حيث طبيعة الموضوع إلى ما يأتي (سليمان، 1988، صفحة 36):

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

ب- الانتباه الخارجي: وهو الانتباه وتركيز الذهن إلى المواضيع أو المؤثرات الخارجية أي البيئة المحيطة بالفرد مثلاً، ارض الملعب،المنافس،الجمهور،درجة الحرارة،الضوء،الأداة.

ثالثاً: ويقسم الانتباه من حيث السمة إلى ما يأتي (راتب، 1997، صفحة 23):

أ- **الانتباه الواسع:** ويتناسب مع اغلب الألعاب الجماعية إذ أن المطلوب أن يكون اللاعب يقظاً وواعياً لتحركات المنافسين وفي نفس الوقت متابعاً لتحركات زملائه.

ب- الانتباه الضيق: ويعني أن يكون الرياضي يقظاً أو واعياً بشيء واحد أو منطقة صغيرة نسبياً كما في العاب الرماية أو عند أداء لاعب كرة السلة الرمية الحرة أو التصويب.

3- مظاهر الانتباه (الصمد، 2000، الصفحات 66-67.):

أ- **حجم الانتباه Amount:** يقصد بحجم الانتباه عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن.

فعلى سبيل المثال قد يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في كرة القدم في موقف معين يتضمن كل من الكرة وبعض اللاعبين المنافسين وبعض اللاعبين الزملاء والحكم مثلا، في

حين يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في موقف أخر يتضمن اللاعب المنافس فقط كما هو الحال بالنسبة لركلة الجزاء في كرة القدم.

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

جـ- انتقاء الانتباه Selection: يقصد بانتقاء الانتباه القدرة على اختيار المثير الهام الذي ينبغي التركيز عليه وإغفال المثيرات الأخرى غير الهامة.

د- ثبات الانتباه Stability: يقصد بثبات الانتباه قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً.

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

و- تحويل الانتباه Shifting: يقصد بتحويل الانتباه هو قدرة اللاعب على سرعة وتوجيه انتباهه من مثير معين إلى مثير أخر.

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

ح- تركيز الانتباه Concentration: يستخدم مصطلح التركيز والانتباه بصورة مترادفة في المجال الرياضي ، ولكن عند معرفة معنى الانتباه يكون الأمر سهلا للتفريق بين المصطلحين،إذ إن هنالك فرقاً بينهما من حيث الدرجة وليس النوع فالانتباه أهم من التركيز والأخير نوع من تضييق الانتباه وتثبيته على مثير معين فالتركيز يعكس مقدرة الفرد على توجيه الانتباه وشدته (راتب، 1997، صفحة 361)، ويمكن تعريف التركيز بأنه (القدرة على عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد فقط) (خيون، 2002، صفحة 248).

إن تركيز الانتباه هو (اصطلاح يشار به إلى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز صوب فكرة معينة أو إحدى محتويات الذاكرة الحركية، أو إلى موضوع معين بحيث تنصب الطاقة العقلية أو تتجه صوبه) (رزوقي، 1977، صفحة 17).

كما يعرف تركيز الانتباه بأنه الاستعداد الإدراكي العام الذي يقوم بتوجيه شعور الرياضي نحو موقف معين ككل أو جزء، فإذا كان الموقف معروف للرياضي يكون الانتباه، أما أذا كان الموقف جديد كليا فيزداد الانتباه ويتم التركيز على هذا الموقف الجديد (حنتوش، 1987، صفحة 62).

3- طبيعة الانتباه:

يوجد عمليتين فزيولوجيتين وهما:

أ- **التكيف الحسي:** يحدث التكيف الحسي بصورة واضحة عندما ننه أشياء فزيائية ويظهر التكيف الحسي عندما ويركز الفرد نظره وسمعه ورأسه وجسمه اتجاه شيء مقصود ففي هذه الحالة فإننا لاإراديا نكيف عيوننا ، أذاننا ، وأجسامنا وفي هذا نجد التلميذ يتبع إرشادات الأستاذ خلال درس التربية البدنية حيث يعمل الأستاذ على إعطاء الصورة الحقيقة لرمي الكرة مثلا للزميل ، فالتلميذ يعمل في البداية على الانتباه وهكذا قصد تكيف حسي لغرض أداء التقنية على أحسن حال

ب- التكيف الذهني: هو الجهد يبدل الانتباه إلى شيء في المجال البصري ونجسد ذلك في حركة اللاعب مثلا وهو يخادع الحارس .هذا الجهد اللاعب نبذله لمعرفة كيفية الأداء الأخير، وكذا لتكوين فكرة جلية للحركة ، وتعمل هذه الفكرة على مساعدة الإحساس وتجعله أكثر وضوحا وتميزا وهذا الجهد هو ما نسميه بجهد الانتباه.

إن التوقع العقلي السابق للشيء والذي نلقي الانتباه إليه موجودة في كل عملية انتباه ويرتبط بمجموعة من العوامل منها التميز ، الذاكرة ، التصور ، والتخيل والتي في الأخير تسعى لتقوية الانتباه في مختلف الأنشطة الرياضية يعتبر التكيف الذهني أحد العوامل التي تساعد على تحقيق أحسن النتائج،وهذا نظرا لكون انتباه الفرد ليس هو نفسه في الحياة العامة بل

يمتاز بعدة خصائص ينفرد بها وهو في المجال الرياضي أو في موقف السباق. (صالح، 2001)

4- تركيز الانتباه في المجال الرياضي :

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

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

وهذا ما أكده إذ يشير (المجيد، 1989، صفحة 34) إلى أن (ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الرياضية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية).

وتعد عملية تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تتم بواسطة القوة المناسبة للمؤثرات المرتبطة بنوع واحد من النشاط على أجزاء معينة من لحاء المخ وفي الوقت نفسه يتم عدم التأثير في باقي أجزاء اللحاء حتى لا تقوم هذه الأجزاء بالتشويش على الجزء الخاص بالتركيز مما يؤدي إلى تشتت الانتباه (احمد، 1978، صفحة 292).

أن لتركيز الانتباه دوراً مهما في عملية التدريب الرياضي،إذ يمكن استخدامه في عملية التعلم الحركي خلال مراحل البناء الرياضي،كما يمكن استخدامه في عملية الإعداد النفسي للمنافسة، إذ يشير (سليمان، 1978، صفحة 29) (إلى تأكيد علماء النفس الرياضي على أهمية تركيز الانتباه بوصفه قمة الاستعداد التعبوي في التدريب والمنافسات ونظراً لذلك يجب مراعاة تعويد الرياضي على تركيز انتباهه في غضون عملية التدريب حتى يكون العمل على تنمية وتطوير القدرة على تحمل تركيز الانتباه في غضون المنافسات)

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

في بداية الدقائق الأولى للمباراة إذ يشير (الويس، 1984، صفحة 120) بأنه يجب أن لا تخفى عن المدربين بان التركيز يتأثر سلبياً في حالة حمى البداية، إذ نلاحظ إن هنالك نقصاً في قدرة اللاعب على التركيز فضلاً عن الشرود ال ذهني والتهيج العام المصحوب بقلة الاستعداد للأداء .

ويذكر (الصمد، 1984، صفحة 68) أن (خاصية الانتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها، فتارة يتميز بالشدة وتارة أخرى بالتشتت، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتيت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن إن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية).

تمهيد:

تعد المهارات الأساسية احدى مكونات لعبة كرة القدم وهي العامل المهم لتنفيذ خطط اللعب وحسم المباراة ويذكر (ابراهيم، 1994) بأن المهارات الأساسية بكرة القدم هي عماد الأداء فيها وبدون اجادته بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة ، فهي الوسيلة الوحيدة لتعمل اللاعب مع الكرة ، اذ هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين اجادة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي وأن اتقان أداء المهارة الأساسية يجعل اللاعب يصل لتنفيذها بصورة آلية في جزيئات المهارة.

وتعد المهارة سلاحا للاعب كرة القدم في الملعب ، وهذا يعني قدرته على التحكم بالكرة بسهولة وبدون مجهود زائد ، فضلا عن أنها تساعد اللاعب التغلب على المنافس أكثر من مرة ، وسنتطرق في هذا الفصل لأهم المتطلبات المهارية للاعب كرة القدم.

1- المتطلبات المهارية للاعب كرة القدم :

أولا/ مفهوم المهارة: يعرفها " تيل توماس" بأنها: "هي سلوك معين للفرد يحددها عامل السرعة والدقة في الأداء ويحكمها عامل النجاح ، والغرض موجود ، وهي تعتمد عل نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد والثبات" (السيد، 2008)

ومنه نعطي مفهوما للمهارة بأنها:" تلك الحركات التي تتميز بالسرعة ودقة الأداء ضمن حدود وقواعد تحكم ذلك النشاط"

ثانيا/مفهوم المهارة في كرة القدم : يتفق كل من"أشرف جابر" و "صبري العدوى" ،"حنفي مختار" ، "محمد عبدو صالح "و"مفتي إبراهيم "على أن المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدى بغرض معين في ايطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة (مختار، 1994)

ثالثا/ الإعداد المهاري في كرة القدم: إن من أهم أهداف الفريق في كرة القدم تحقيق الفوز، وهذا الهدف لا يمكنه أن يتحقق إلا إذا يتقن تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية بكفاءة وايجابية، وهو يعتبر عملية تعليم وإتقان المهارات الأساسية المستخدمة في كرة القدم ومحاولة تثبيتها وتمثل ركنا أساسيا في وحدة التدريب اليومية والقاعدة الأساسية للعبة ، ومن هنا تتضح وتتجلى أهمية التدريب على المهارات الأساسية بالنسبة للاعبي كرة القدم وهذا ما يؤكده "ثامر محسن" حين يقول : إن مجهودات الفريق الهجومية تتركز في فعالية واحدة هي إدخال الكرة في المرمى وبدون هذه الفعالية لا يمكن للفريق أن يحقق الفوز على الخصم . من هنا تظهر أهمية هذه الفعاليات التكتيكية بالنسبة لمؤدي اللعبة و التي تعتبر جوهر الإنجاز في المباريات وبدونها لن يكون هناك تنفيذ خططي سليم.

وسنتطرق في بحثنا الى المهارات الحركية الي أفرزتها الاختبارات وهي (التمرير ، التهديف) :

1-1- التمرير:

إن الوصول إلى المرمى المنافس في كرة القدم يتطلب اتقانا تاما للمهارات الأساسية بصفة عامة والتمريرات بصفة خاصة وأي تنقلات بالكرة بين اللاعبين تعرف بالتمريرات ، وان التعاون والإخاء والرغبة في تحقيق الفوز هي من متطلبات نجاح التمريرات وان اللاعبين الذين يجيدون تمرير الكرات فيما بينهم غالبا ما يتصف أدائهم باللعب الجماعي ، ولاشيء لعله يهزم الفريق أكثر من التمريرات غير الدقيقة فعنصر الكفاءة هو الأساس وأحسن التمريرات هي التي تصل إلى هدفها بسهولة وبكفاءة عالية. ويؤكد (نيكولاس بروينك 1991) إن " التمرير أساس لكل لاعب لأنه يستخدم أثناء اللعبة أكثر من أي مهارة أخرى وبعد استلام اللاعب الكرة يفكر اللاعبون بصورة مباشرة بتمريرها للزميل. ويرى (أنجلس 1990) ط أن قابلية التمرير الدقيق بإحدى القدمين الى الزميل تحت ضغط من اللاعبين المنافسين هو من أهم المهارات في كرة القدم ولذلك يجب أن يتواصل الفريق من التدريب على هذه المهارة.

1-1-1- العوامل المؤثرة على نجاح التمرير:

_ تحتاج إلى أن تكون دقيقة

- تحتاج إلى أن تكون سريعة
- اختيار انسب أنواع التمرير أنواع التمرير للمواقف والذي يمكن تنفيذه.

1-1-2- نصائح يجب مراعاتها عند تنفيذ التمرير:

- عدم الالتزام بتنفيذ نوع واحد من التمرير
- عدم الإكثار من التمريرات القصيرة
- الإكثار من التمريرات البينية في عمق دفاع الخصم
- اختيار الزميل المناسب في المكان المناسب لتمرير الكرة إليه
- نقل الكرة بسرعة بين خطوط الدفاع والوسط والهجوم بالتمرير السريع في نقلات وتمريرات قليلة
- عدم الإكثار من المحاورة قبل التمرير

_ التحرك الناجح من اللاعبين الزملاء بدون كرة في مساحات و أماكن مختلفة

1-1-2- أنواع التمرير:

يعتبر التمرير من أكثر المهارات الأساسية استخداما في كرة القدم حيت تستخدم هذه المهارات وبكثرة في المباريات والفريق الذي يجيد المهارة يستطيع وبدرجة كبيرة من أداء واجباته الدفاعية والهجومية داخل الملعب وبشكل سليم وهذا عن طريق لمس أكبر عدد ممكن من اللاعبين للكرة في الفريق الواحد.

أ.**التمرير بباطن القدم الداخلي:** التمرير بباطن القدم يعتبر من أكثر أنواع التمرير شيوعا نظرا لأن اللاعب يستطيع التحكم في تقعر باطن الكرة وتحدبها.

ب. **التمرير بوجه القدم الخارجي:** يستخدم هذا النوع من التمريرات لإتمام التمريرات الطويلة وكذلك يمكن استخدامه في التهديف من مسافات بعيد.ة

-**الوصف الحركي للأداء:** عند تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي يقوم اللاعب بالاقتراب من الكرة وفي خط مستقيم بحيث توضع القدم الثابتة بجانب الكرة ويشير مشط القدم إلى الاتجاه الذي تمرر إليه الكرة.

ج.**التمرير بوجه القدم الداخلي:** تستخدم هذه المهارة في حالات لعب الكرات العالية.

-**الوصف الحركي للأداء:** يراعي جميع ما ورد في المهارات السابقة غير إن وجه الاختلاف ينحصر في تعديل وضع القدم بحيث يكون التمرير بباطن القدم هذا مع ضرورة الاحتفاظ بالتوازن وتعديل وضع حركة مفصل القدم حيث تجاهه للخارج

كما يمكننا تقسيم أنواع التمرير في كرة القدم كما يلي: (المولى، 1999)

_ التمرير حسب الاتجاه

_ التمرير حسب الارتفاع

_ التمرير حسب المسافة

ويتوقف استخدام أنواع التمرير على عدة عوامل نذكر منها:

- ساحة الملعب

- وضع مدافعي الفريق الخصم وطريقة التشكيل الدفاعي
- إمكانيات وقدرات لاعبي الفريق (المهارات الفردية)
- مدى إتقان أعضاء الفريق للتمريرات المختلفة
- موقع الزميل المستقبل للكرة

1-2- التهديف : هو الوسيلة الفعالة التي يستخدمها اللاعب المهاجم للتغلب على التكتلات الدفاعية في منطقة الجزاء ، فهو يستخدم لإحراز الأهداف وتخصص له فترات طويلة للتدريب عليه من قبل المدربين.

1-2-1- دقة التهديف :الدقة هي إحدى الكلمات التي كثيرا ما نستخدمها في حياتنا العامة ، ونطلقها على الأشياء التي نريد إتمامها على أكمل حال ، ونطلق هذه الكلمة في المجال الرياضي على اللاعبين تحتاج بعض من الحركات المهارية إلى الدقة في أدائها مثل التهديف في الأماكن المحددة.

حيث عرفها "ألاء زهير" بأنها القدرة على التوافق العصبي بين سرعة الأداء وتوجيهه نحو هدف معين.يعد التهديف من أهم المهارات الحركية الأساسية في لعبة كرة القدم ن وهو الذي غاية اللعبة وبدونه فإن اللعبة لا معنى لها ، وهو ختام العمليات الهجومية التي يقوم بتنفيذها الفريق ككل أو اللاعب بمفرده .ويذكر (جارلسهيوز، 1999) بأن "كل شيء يفعله اللاعب أو الفريق يعد إسهاما باتجاه فرص التهديف .

ويرى (السفار، 1984) بأن " على التهديف تتوقف نتيجة المباراة والتهديف هو الخطوة الأخيرة في سلسلة فعاليات انتهت بضربة التهديف"

فالدقة معناها: هو القدرة على توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين وتوجيه الحركات الإرادية نحو هدف محدد يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العصبي والعضلي ، فالدقة " تتطلب أن تكون الاشارات العصبية الواردة الى العضلات في الجهاز العصبي محكمة التوجيه."يجب على لاعب كرة القدم أن يتميز بتكتيك دقة التهديف اذ ل لا فائدة تذكر من توفر جميع الصفات الأخرى إذا لم يكن التهديف دقيقا، حيث أن التهديف هو

العملية النهائية الطبيعية لعملية الهجوم ، وهذا ما أكده (ابراهيم، 1985) بأن " التهديف على المرمى واحد من أهم أجزاء اللعب الهجومي بل يعد من أهم أساسيات لعبة كرة القدم على الإطلاق . لذا فإن أهمية التهديف في كرة القدم يعتبر الجزء المهم والأكثر إثارة في اللعبة ، وان الهدف النهائي لكل فريق يكون في خلق فرصة أو فرص تسجيل الأهداف، إلا أن ضياع فرص التهديف لا يرتبط باللاعبين أنفسهم فقط بل يشارك المدربون أنفسهم في ذلك من دون عمد ولاعتبارات غير مقصودة وذلك عن طريق:

1-تقليل التهديف وعدم إعطاء الأهمية

2-تثمين اللعب الغير أناني

3-الفشل في تشجيع الموقف الصحيح للتهديف

4-الفشل في تحسين الأداء الفني الضعيف

1-2-3- العوامل الأساسية التي تتوقف عليها دقة التهديف:

أولا: العامل النفسي: ويدخل تحته مجموعة من الصفات هي:

_العزيمة والإرادة وقوة التصميم لدى اللاعب

-قدرة اللاعب على التركيز عند التصويب

_هدوء اللاعب وبرودة أعصابه عند التهديف

-الثقة بالنفس

-مدى اتساع زاوية رؤية الملعب وخاصة المرمى وما حوله

ثانيا: العامل البدني : وأهم ما يؤثر فيه

-قوة التصويب للاعب مما يؤثر نفسيا على المدافعين وخاصة حارس المرمى ، كما إن قوة اللعب تجعله يتفوق بدنيا في الصراعات الفردية قبل تصويب الكرة

-رشاقة ومرونة اللاعب مما يساعد على أخذ الوضع الصحيح عند التهديف

ثالثا: العامل الفني: ويتمثل في إجادة اللاعب لمهارة التصويب بأي جزء من أجزاء القدم ومن أي مكان سواء من الحركة أو الثبات.

1-2-4- الأسس التي يعتمد عليها التهديف السليم :

كيف يصوب اللاعب: يجب على اللاعب مراعاة النقاط التالية :

-هل يصوب مباشرة أم بعد إيقاف الكرة

-بأي قدم يصوب اللاعب

-أي جزء من القدم يركل الكرة

- قوة وسرعة الركلة

متى يصوب اللاعب :

-قبل أن يشتت المدافع الكرة من أمام المهاجم

-عندما يكون الطريق إلى المرمى خاليا

-عندما يتحرك حارس المرمى إلى الأمام أو الجانب

-عندما لا يتوقع حارس المرمى أو المدافع التصويب (مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم)

أين يصوب اللاعب : ويعني ذلك :

-التصويب في الزاوية المفتوحة

-التصويب من مسافة معقولة

-تصويب الكرة غالبا أرضية وأيضا في الزاوية البعيدة

2- خصائص المرحلة العمرية (أقل من 17سنة):

إن هذه المرحلة تمثل مرحلة الانتقال من الطفولة "الطفولة الصغيرة" إلى الرجولة المستقلة الناضجة ولما كانت هذه المرحلة ستنتهي إلى النضوج وكان الناشئ قبل ذلك طفلا كان لابد من أن تكون مرحلة المراهقة والبلوغ هذه مرحلة الانتقال واضطراب جسماني واجتماعي ووجداني، وقد كان علماء النفس ينظرون إلى هذه المرحلة باعتبارها أهم مراحل النمو من حيث تكوين الناشئ الجسمي والعقلي والخلقي ...

2-1- تعريف المراهقة:

لغة: هي مصدر من رهق رهقا ،مراهقة،وهي تفيد الاقتراب والدنو من الحلم.

اصطلاحا: مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXER" ومعناها التدرج نحو النضج البدني والنفسي والجنسي والعقلي والانفعالي ".

المراهق:هو الفتي الذي يدنو من الحلم والمراهق أيضا هو الطيعان والزيادة في ذلك يمثل الحياة الانفعالية للمراهق (السيد ف.، 2000)

تعريف الدكتور فؤاد البهي السيد:

المراهقة: بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق اكتمال النضج بهذا تمتد عند البنات والبنين حتى يصل عمر الفتى إلى 21سنة وهي تمتد من البلوغ إلى الرشد والمراهقة بمفهومها العام هي المرحلة التي تبدأ من البلوغ وتنتهي إلى الرشد فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدئها وظاهرة اجتماعية في نهايتها

وقد ورد في لسان العرب معان كثيرة لجملة المراهقين، فمنها كلمة "رهق" وراهق الغلام أي قارب البلوغ، وترجع كلمة المراهقة إلى الفعل راهق الذي يعني الاقتراب من الشيء، فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الاحتلام ، ورهق الشيء رهقا أي قريب منه، والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد (العساوي، 2005)

وهناك بعض العلماء الذين يشيرون إلى المراهقة على أنها تبدأ مع نهاية النضج الجنسي وليس مع بدايته ، وتحدد هذه المرحلة في ضوء العديد من الجوانب الإنمائية والوظيفية، تلك التي يصل إليها الإنسان في أوقات مختلفة من العمر ، وليست كلها في وقت واحد ، وعلى ذلك لا يمكن تحديدها إلا بطريقة تقريبية ، كأن تكون في الفترة من 12-21عاما عند الإناث و 13-22 عند الذكور (العساوي، 2005)

2-2- تحديد وتعريف فئة أشبال (15-16-17)سنة:

يشكل الانتقال من المدرسة الإعدادية إلى المدرسة الثانوية فترة حرجة يكون استغلالها من قبل المربين لتطبيع المراهقين اجتماعيا،كما تعتبر هذه المرحلة همزة وصل بين المراهقة المبكرة والمتأخرة (الهنداوي، 2003)، إذا تحدثنا عن سن الأشبال أو المرحلة الممتدة مابين

(15-17)سنة فإننا نسلط الضوء على مرحلة جد حاسمة وهامه في حياة الفرد وهي ما يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة ، إذ أن الحياة في هذه المرحلة تأخذ طابع آخر وفيها يتجه الفرد محاولا أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه ، ويلاءم بين تلك المشاعر الجديدة والظروف البيئية ليحدد موقعه من هؤلاء الناضجين ،محاولا التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة فيدرس المراهق كيفية الدخول في الحياة المهنية ،وتتوسع علاقاته مع تحديد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية والاجتماعية وإزاء العمل الذي يسعى إليه.

2-3- خصائص مرحلة المراهقة (15_17سنة):

2-3-1- النمو الجسمي: تبدأ المراهقة بعملية البلوغ التي هي نتيجة لتغيرات هرمونية حيث تقل حساسية المحور المكون من الهيبوثلاموس والغدة النخامية للتغذية المرتجعة المثبطة بواسطة الأستروبدات الجنسية، بواسطة زيادة إنتاج العوامل المفرزة للهرمونات الجنسية وما يتبعها من إفراز الهرمونات الجنسية، ثم يتبع ذلك كبر حجم الأعضاء التناسلية الخارجية ونزول دم الحيض لدى الإناث ويصاحبه كبر حجم الثديين وظهور الشعر في منطقة العانة، وتحت الإبطين وتستدير الأرداف ويصبح الجسم أنثوي التكوين، ولدى الذكر يكبر حجم الأعضاء التناسلية والخصيتين وكيس الصفن، مع ظهور الشعر في العانة وتحت الإبطين ومنطقة الشارب واللحية وعلى الجسم في مناطق متفرقة مع غلظ الصوت وتضخم العضلات وكبر الجسم نحو الطابق الذكري (حمودة، 1999).

إن التغيرات الفسيولوجية والجسمية على المراهق أن يتقبلها، وعلى المدرس أو المربي أن يراعي هذه التغيرات، ويفهم سلوك المراهق إذا ما نتجت عنه سلوكات وتصرفات في بداية مرحلة المراهقة.

2-3-2- النمو الانفعالي: يشكل النمو الانفعالي جانبا أساسيا في عملية النمو الشامل، ويتضمن العلاقات الاجتماعية والنواحي الانفعالية، ومن بين خصائصه العنف وعدم الاستقرار.

فالمراهق قد يثور لأتفه الأسباب، شأنه شأن الأطفال الصغار فهو لا يستطيع التحكم في نفسه ، ويبدو عدم الاستقرار في التغلب الذي يقع فيه المراهق من حين إلى آخر، فمن اليأس والقنوط إلى أمل واسع وأهداف عريضة، ومن الثقة بالنفس إلى فقدان الثقة الكلية ، ومن التدين الشديد إلى الصراع الديني إلى حالة عدم التوافق العامة التي يعانيها المراهق (مصطفى، 1990)

فالمتغيرات الجسمية والدوافع العديدة والصراع بين المراهق وبين المحيطين به، كل ذلك قد يقف المراهق أمامه عديم الحيلة، فهو لا يفرق كيف يتصرف إزاء هذه المشكلات ،فالمراهق إذا مر بظروف سعيدة يرى الدنيا أمامه بكل ما فيها تشع بالبهجة والسرور وإذا مر بظروف تعيسة فقد ينقلب العالم أمامه مكانا لليأس والاكتئاب (حمودة، 1999)

2-3-3- النمو الاجتماعي: تتزايد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ بتقدمه في الطفولة ودخوله إلى المراهقة ،وذلك بتشعب تلك العلاقات من جهة وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكه، وهكذا فإن النمو الاجتماعي من الأمور السياسية في هذه المرحلة والأكثر أهمية ، حيث استطاع الباحثين كشف الكثير من خصائصها التي تنحصر في ثلاث عناصر أساسية :

-يميل المراهق إلى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهرهم، ويتصرف كما يتصرفون لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة النزاع بين أفراد المجموعة، ويجعل من احترامه وإخلاصه لهم وخضوعه لأفكارهم نوعا ما، مثل تخفيف الشعور بالإثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه ومدرسيه.

-يبدأ المراهق يشعر أن عليه مسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يقوم ببعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها ، وهذه الصدمات والإحباط تجعله لا يرغب في القيام بأي محاولة أخرى ، ويزداد هذا الشعور حتى ينتقل من المجتمعات الصغيرة إلى المجتمعات الكبيرة.

-يبدأ المراهق باختيار أصدقائه حيث كل ما يطلبه المراهق من صديقه هو أن يكون قادرا على فهمه ويظهر له الود والحنان مما يساعده على التغلب في حالات الضيق ، وفي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر منه سنا ويشترط عدم السلطة المباشرة فتكون العلاقة قائمة على الود والاحترام (ديدي، 1995).

2-3-4- النمو العقلي: تبدأ هذه المرحلة بنضج القدرات العقلية مع استمرار نمو الذكاء، وخاصة القدرات اللفظية والميكانيكية ، والسرعة الإدراكية لتباعد المستويات وتنوع حياة المراهق العقلية ولتباين واختلاف مظاهر نشاطها.كما تظهر الفروق الفردية بدرجة عالية من الوضوح والتمايز ، ويصبح الفتى قادر تماما على التفكير المنطقي ،ووضع الحقائق مع بعضها البعض بحيث يصل إلى فهم أكثر من مجرد الحقائق نفسها بل يصل إلى ما وراءها. كما تنمو أيضا القدرة الفائقة على التعلم والتحصيل واكتساب المهارات مع نمو الإدراك والانتباه ،كما يزداد اكتساب المفاهيم المجردة وفهم الرموز والأشياء المعقدة (خوري، 2000)

خلاصة:

لقد تمكنا من خلال هذا الفصل من إزالة اللبس عن المتطلبات المهارية في كرة القدم حيث تجعل منها صورة متطورة ترفع من مستوى اللاعبين وتجعلهم يبذلون أكثر مجهود لإثبات وجودهم كما قد تم التطرق والتعرض لأهم الخصائص الجسمية والانفعالية والاجتماعية والعقلية للاعبي كرة القدم فئة (أقل من 17 سنة) والتي تحدث على مستوى أجهزة جسم كل لاعب لها تأثير كبير على نمط اللعب والتي تتناسب مع طبيعة اللعب كما تساهم في إعطاء فعالية للعب كما وضحنا الطابع العلمي والإطار المنظم التي يجب أن تتم فيه هذه العملية لتكون في المسار والطريق المنشود.

تمهيد

إن كل باحث من خلال بحثه يتحقق من الفرضيات التي وضعها ، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي لاستخدام مجموعة من المواد العلمية ، وذلك بإتباع منهج ويتلاءم وطبيعة الدراسة ، حيث اعتمدت على المنهج التجريبي كمنهج علمي ملائم لهذه الدراسة.

ويشمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين ، الفصل الأول ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشمل المجال الزماني والمكاني والشروط العلمية للأداة مع ضبط متغيرات الدراسة كما اشتما على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك اجراءات التطبيق الميداني.

أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات مع الخلاصة العامة للبحث.

1- منهج البحث :

اعتمدنا في دراستنا على المنهج التجريبي الذي يعد " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم، نظرا لملائمته لموضوع دراستنا.

2- مجتمع وعينة البحث:

2-1- مجتمع البحث: تمثل مجتمع البحث في أشبال فريق "بلدية معسكر" للبطولة الولائية لكرة القدم(أقل من 16سنة) للموسم الرياضي 2016_2017 والذي بلغ عددهم 100 لاعبا، وقد شملت عينة البحث على 20 لاعبا من فئة الأشبال (أقل من 16سنة) موزعة كالآتي :

2-2- عينة البحث: والتي تضم 20 لاعبا ينتمون إلى فريق "بلدية معسكر"، تم اختيارها بالطريقة العمدية وهي النموذج الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز دراسته العلمية،والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع البحث.

النسبة / مجتمع البحث	العدد	النسبة المئوية(%)
المجتمع الأصلي	100	100%
عينة البحث	20	25%

الجدول رقم (1) يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث

3- متغيرات البحث:

3-1- المتغير المستقل: برنامج تدريبي باستخدام التمارين التمهيدية

3-2- المتغير التابع: تركيز الانتباه، مهارة التمرير، مهارة التهديف

3-3- المتغيرات المشوشة: هي جميع المتغيرات التي من شأنها التأثير على نتائج البحث، والتي يجب ضبطها في البحث التجريبي ومن بينها:

- عوامل ترجع إلى خاصية معينة للمفحوصين المشتركين في التجربة.
- عوامل ترجع إلى الإجراءات التجريبية.
- عوامل ترجع إلى مؤثرات خارجية.

3-3-1- ضبط المتغيرات:

إن ضبط المتغيرات ليست بالعملية السهلة، والدراسة الميدانية تتطلب ذلك قصد عزل المتغيرات والمؤثرات غير المطلوبة، وبدون هذا الضبط لا يمكن التعرف على المسببات الحقيقية للنتائج، وبدورنا قمنا بمجموعة من الإجراءات لضبط المتغيرات قصد عزلها تماما أو التحكم فيها.

أولا: المتغيرات المرتبطة بمجتمع البحث: ويمكن حصر خصائص المفحوصون التي يمكن أن تؤثر في المتغيرات التابعة في بحثنا في الذكاء، العمر، الجنس، الطول، الوزن، والحالة الاجتماعية والاقتصادية للأسرة.

أ- **الحالة الاجتماعية:** باعتبار أن اللاعبين الناشئين ينحدرون من ثلاثة أحياء حسب القريبة من الملعب، فقد وجدنا أن مستواهم الاجتماعي متقارب إلى حد ما.

ب- **السن:** إن المرحلة العمرية المشار إليها في بحثنا هي أقل من 17 سنة وهذه المرحلة وجدنا فيها تفاوت في العدد، فقمنا بالموازنة بين المجموعتين في اختيار العينة بحيث تتواجد كل الفئات العمرية أي 15-16-17 سنة في كل المجموعتين سواء التجريبية أو الضابطة.

ج- **الحالة الجسمية:** لقد حققنا التجانس في الطول والوزن بين المجموعتين.

تم إبعاد التلاميذ الذين شاركوا في التجربة الاستطلاعية.

ثانيا: المتغيرات المرتبطة بالإجراءات التجريبية:

يجب علينا ضبط كل الإجراءات التجريبية حتى تكون النتائج ذات درجة عالية من الصدق.

- تجانس وتكافؤ العينة من الناحية المهارية، حيث قمنا باستخدام الدراسة الإحصائية لمعالجة النتائج القبلية للمجموعتين لإثبات ذلك ، والجداول الخاصة بالتجانس نتائجهما توضح مدى تجانس المجموعتين (التجريبية والضابطة).
- مراعاة حجم العمل بإعطاء حجم زمني واحد.
- عمل المجموعتين يكون في نفس الميدان، وباستخدام نفس الوسائل البيداغوجية.

– القياسات والاختبارات تكون في نفس الظروف.04

ثالثا: المتغيرات الخارجية:

يجب علينا الاهتمام بضبط المتغيرات الخارجية حتى لا تكون سببا في نتائج بحثنا، ومن بينها:

– الحصص تؤدى في نفس الظروف (نفس الملعب والعتاد، وكذا التوقيت).

– تفادي عمل المجموعتين في وقت واحد.

كل النتائج المرتبطة بجانب التجانس متواجدة في الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج من خلال المقارنة القبلية لنتائج المجموعتين التجريبية والضابطة

4- مجالات البحث:

أ-**المجال البشري**: تمثلت عينة البحث في لاعبي الأشبال (أقل من16سنة) لفريق "بلدية معسكر"

ب-**المجال المكاني**: تمت الدراسة على مستوى الملعب الخاص بفريق بلدية معسكر "مفلح عواد"

ج-**المجال الزماني**: تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من النصف الأخير من شهر نوفمبر2016 إلى غاية شهر ماي 2017.

5- أدوات البحث:

5-1- المصادر والمراجع الأجنبية:

قصد الإحاطة الكلية والإلمام النظري بموضوع البحث قام الطلبة بالإعتماد على كل ما توفر لديه من مصادر ومراجع باللغتين العربية والأجنبية زيادة على الملتقيات العلمية، فضلا عن شبكة الانترنت ،كما تم الاستعانة والاعتماد على الدراسات السابقة المرتبطة بحقل التدريب الرياضي، حيث قمنا باستخدام القاموس لترجمة بعض المصطلحات من اللغة الأجنبية إلى اللغة العربية.

ولتفادي الأخطاء الإملائية والنحوية استعان الطالبان بأساتذة اللغة العربية واللغة الفرنسية للضبط اللغوي.

جمع المعلومات وكيفية تطبيقها:

إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة سهلت علينا الإلمام بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة استعملنا في بحثنا.

5-2- الاختبارات:

5-2-1- اختبار بوردن انفي- موف لقياس تركيز الانتباه.

إن هذا الاختبار عبارة عن استمارة تحتوي (31) سطر من الأرقام الروسية ، يحتوي كل سطر على (40) رقم فبذلك يحتوي الاختبار على (1240) رقما وتتكون الأرقام في كل سطر من مجموعات موضوعة بطريقة مقننة وتتكون كل منها3-5 أرقام مختلفة التوزيع و الترتيب لضمان عدم حفظها من قبل المختبر.

هدف الاختبار: قياس تركيز الانتباه

مدة الإختبار: ينفذ الاختبار في مدة دقيقة واحدة

أداء الاختبار: يطلب من الطالب قلب الصفحة ويشطب الرقم 97 وبسرعة وبدقة ومن دون أخطاء، وعند الإشارة(قف) يمتنع عن استمرار ووضع خط مائل عند نقطة التوقف. زمن ثم يعاد نفس الاختبار ولكن بتشغيل جهاز تشتيت الانتباه الذي يعطي ومضة ضوئية كل خمس ثواني مع مثير صوتي بمعدل دقة كل ثانية أي 60 دقة في الدقيقة ويطلب من الطالب شطب الرقم 97.

طريقة حساب تركيز الانتباه:

يمثلU1 شدة الانتباه في مدة دقيقة واحدة من دون استخدام جهاز تشتيت الانتباه، وإن U2 شدة الانتباه في مدة دقيقة واحدة مع استخدام جهاز تشتيت الانتباه ،وهدا يعني أن الاختبار يؤدى أولا من دون الجهاز ثم بوجوده وحساب الفارق بين الأداء.

5-2-2- اختبار التمرير نحو الدوائر

الهدف من الإختبار: قياس دقة التمرير

الأدوات المستخدمة: (5)كرات قدم، دوائر مختلفة الأقطار، صافرة

طريقة إجراء الإختبار: ترسم ثلاث دوائر متداخلة أقطارها على التوالي 6.4.2.متر يكون مركز الدوائر نقطة البعد بين خط البداية والدوائر الثلاثة التي تكون بمسافة 20م.يقف اللاعب خلف خط البداية ويقوم بتمرير الكرات نحو الدوائر المرسومة على الأرض ويعطى لكل لاعب 5 محاولات متتالية.

التسجيل: تحتسب عدد الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس لكل دائرة.

5-2-3- اختبار التمرير من علامة الزاوية

هدف الإختبار: قياس دقة التمرير من علامة الزاوية

الأدوات المستخدمة: صافرة،(5)كرات قدم،شواخص كبيرة وصغيرة الحجم،علم مثبت عند زاوية الركنية

مواصفات الأداء: من علامة الزاوية للملعب توضع الشواخص على مسافات مختلفة تبعد 8.6.4مترعلى التوالي.وهذه الشواخص عبارة عن شاخصين كبيرين المسافة بينهما 1متر،وشاخصين صغيرين من الجانبين تبعد المسافة بينهما نصف متر.

توضع 12كرة قريبة من علامة الزاوية وعند الإشارة يقوم اللاعب بمناولة الكرة من علامة الزاوية إلى الشواخص ابتداء البعيد 8متر ومن ثم المناولة على 6متر وأخيرا 4متر،وهكذا حتى ينتهي

طريقة التسجيل: تحتسب للاعب درجتان إذا دخلت الكرة بين الشاخص الأكبر والأصغر، ودرجة واحدة إذا دخلت الكرة بين الشاخصين الكبيرين.

لا تحتسب أعلى درجة يحصل عليها المختبر 24 درجةإذا كانت المناولات صحيحة.

5-2-4- اختبار التهديف من علامة الجزاء

الهدف من الإختبار: قياس دقة التهديف بكرة القدم من علامة الجزاء

الأدوات المستخدمة:مرمى كرة قدم مقسم على أربعة أقسام قياس كل مربع (80)سم،(10)كرات قدم، شريط قياس، حبال لتقسيم المرمى، مسحوق أبيض لتحديد مسافة التهديف (11ياردة).

مواصفات الأداء: تعطى 5 كرات في منطقة نقطة الجزاء، حيث يقوم اللاعب بالتصويب في المناطق المؤشرة أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحدة بعد الأخرى.

يبدأ الإختبار من كرة رقم (1) وينتهي في الكرة رقم(5).

طريقة التسجيل: يحتسب عدد الإصابات التي تدخل أو تلمس جوانب الأهداف الأربعة المحددة في كل جهة من الأهداف وبأي قدم من القدمين بحيث تحتسب درجات كل كرة من الكرات الخمسة الآتية:

3 درجات عند التهديف في المجال رقم(3)

2 درجتان عند التهديف في المجال رقم (2)

1 درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم (1)

5-2-5- التهديف على المستطيلات المتداخلة

هدف الإختبار: قياس دقة التهديف

الأدوات المستخدمة: (5)كرات قدم،ساعة إيقاف إلكترونية،صافرة، حائط أمامه أرض ممدة

وصف الاختبار: نرسم أربعة أهداف مستطيلة على حائط أملس عمودي على الأرض أبعادها:

المستطيل اللأول:2×4م المستطيل الثاني:4×8م.

المستطيل الرابع:8×16م المستطيل الثالث:6×12م

يرسم خط موازي للحائط على بعد (20)م من الهدف، يقف اللاعب خلف خط البداية وعندما تعطى إشارة البدء يقوم اللاعب بركل الكرة بإحدى قدميه نحو الحائط محاولا تهد يفها نحو

الهدف الصغير (2×3)م أكبر عدد من المرات خلال الزمن المقرر للإختبار وهو 30 ثانية .

طريقة التسجيل: المستطيل الأول 4 درجات .

المستطيل الثاني 3 درجات .

المستطيل الثالث درجتان.

المستطيل الرابع درجة واحدة.

صفر عندما لا تلمس الكرة أي من المستطيلات

5-3- الوسائل الاحصائية:

اعتمدنا على الوسائل الإحصائية التالية:

- متوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون
- اختبار"ت" لدلالة فروق الأوساط الحسابية المرتبطة والغير مرتبطة.

6- الأسس العلمية للاختبارات:

اعتمدنا طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) لدراسة الصدق والثبات، حيث طبقنا مجموعة الاختبارات على مجموعة من اللاعبين تم اختيارهم عشوائيا من المجتمع الأصلي للبحث، وبعد مضي أسبوع من التطبيق الأول تم إعادة التطبيق. و كان ذلك في نفس الشروط التي سوف تجرى فيها القياسات في التجربة الأساسية (كالميدان، التوقيت، الوسائل، الفريق العامل...إلخ).

أولا: ثبات الاختبار: يعتبر الثبات من الخصائص الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار، وعليه فقد قمنا بحساب الثبات بالاعتماد على بطريقة اختبار و إعادة الاختبار Test et retest.

وحرصنا على توفير نفس الشروط (التوقيت، المكان،الزمن)، ولمعاجلة النتائج إحصائيا قمنا بحساب معامل الارتباط البسيط ليبرسون بين الدرجات التي تحصل عليها الناشئين في المرة الأولى للاختبار وبين نتائج الاختبار في المرة الثانية ومقارنته بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط لبيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (ن-1).

وكما هو مبين في الجدول رقم ( ) الذي يبين ثبات الاختبارات يتضح لنا أن القيمة المحسوبة لمعامل الثبات للاختبارات هي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط لبيرسون المقدرة ب (0.60) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (7)، وهذا ما يؤكد أن هذه الاختبارات تتميز بدرجة ثبات عالية .

ثانيا: صدق الاختبار: يعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي اختبار، وللتأكد من صدق الاختبارات استخدمنا الصدق الذاتي و لحساب الصدق الذاتي للاختبارات استخدمنا المعاملة التالية:

الصدق الذاتي(ر)= $\sqrt{\text{معامل الثبات}}$ ..... (محمد صبحي حسين: 1995، ص 192).

معامل ثبات الاختبارات سبق حسابه باستخدام المعادلة الإحصائية لمعامل الارتباط البسيط لبيرسون.

إن النتائج الموضحة في الجدول رقم ( ) الذي يوضح صدق الاختبارات، توضح أن القيمة المحسوبة لمعامل صدق الاختبارات هي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط لبيرسون المقدرة ب (0.60) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (7)، وهذا يعني أن الاختبارات تتميز بدرجة صدق عالية.

ثالثا: الموضوعية: الاختبارات المستخدمة في بحثنا هذا سهلة، ومفهومة، وواضحة، وبعيدة عن الشك والتأويل، والذاتية في التقويم مما يجعل هذه الاختبارات تتميز بالموضوعية.

ومما سبق نستخلص أن الاختبارات تتميز بثبات و صدق و موضوعية.

الاختبارات		الصدق	الثبات
التمرير في الدوائر	قطر 6م	0.93	0.86
	قطر 4م	0.89	0.80
	قطر 2م	0.90	0.81
التمرير من علامة الزاوية	قطر 8م	0.94	0.89
	قطر 6م	0.88	0.78
	قطر 4م	0.93	0.87
دقة التصويب من علامة الجزاء	المنطقة 1	0.93	0.87
	المنطقة 2	0.93	0.86
	المنطقة 3	0.93	0.87
المستطيلات المتداخلة (التهديف)	16*8	0.92	0.85
	8*4	0.90	0.81
	4*2	0.93	0.87
بوردن لتركيز الانتباه		0.91	0.83

جول رقم 02 يوضح نتائج قياس صدق و ثبات أدوات البحث

7- الدراسة الاحصائية:

استخدمنا وسائل إحصائية صادقة لغرض الوصول الى نتائج مضبوطة تساعدنا على عرض وتحليل وتفسير النتائج وبالتالي إصدار أحكام، فخصوصيات بحثنا دفعتنا إلى اعتماد الوسائل الإحصائية الموالية

7-1- المتوسط الحسابي:

$$\overline{س} = \frac{مج\ س}{ن}$$

(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، ص 153).

حيث:

س: يدل على المتوسط الحسابي

مج: يدل على مجموع القيم

ن: يدل على عدد القيم

7-2- الانحراف المعياري:

$$ع = \sqrt{\frac{ن\ مج\ س^2 - (مج\ س)^2}{ن}}$$

(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، ص 231).

7-3- معامل الارتباط:

$$ر = \frac{مج\ س \times مج\ ص - \frac{مج\ س\ ص}{ن}}{\sqrt{\left[مج\ س2 - \frac{(س)2}{ن}\right]\left[مج\ ص2 - \frac{(ص)2}{ن}\right]}}$$

حيث:

ر= معامل الارتباط

س= المتغير الأول (الاختبار الأول)

ص= المتغير الثاني (الاختبار الثاني)

ن= عدد الطلاب (عدد أفراد العينة)

7-4- اختبار "ت" لدلالة فروق الأوساط الحسابية:

7-4-1- حساب قيمة اختبار "ت":

أولا: حالة وسطين مرتبطين

$$t = \frac{\overline{س}_{ف}}{\sqrt{\frac{مج\ ح^2\ ف}{ن(ن-1)}}}$$

...(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص 365)

حيث تدل الرموز على:

س ف: الوسط الحسابي للفروق

مج ح^2 ف: مجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق

ن: عدد الأفراد

ن−1:درجة الحرية

ثانيا: حالة وسطين غير مرتبطين:

8-صعوبات البحث:

إن المنهج التجريبي صعب فالباحث الذي يعتمده سوف تلاقيه حتما صعوبات وعراقيل كثيرة، فالباحث مطالب بالضبط والتحكم في كل ما يمكن أن يؤثر في البحث.

إن انجاز بحثنا هذا كان مليئا بالصعوبات التي اعترضتنا، وأولها وأكبرها اختيار العينة من مجتمع قليل العدد، فأصبحنا مجبرين على إتباع الاختيار المقصود للعينة، وحددنا مجموعتين متكافئة بصعوبة.

وإضافة إلى ذلك ضيق الوقت، إضافة إلى قلة الدراسات التي تناولت هذا الجانب من البحوث.

خلاصة:

إن المشكلة الميدانية لبحثنا، أخضعناها للدراسة عن طريق إتباعنا الخطوات التي عرضناها في هدا الفصل من خلال توضيح المنهج المستخدم، وطريقة اختيار العينة، وكذا الأدوات التي اعتمدنا علينا في القياس، ومنه الوسائل الإحصائية التي يمكننا استخدامها لمعالجة النتائج قصد التحقق من صحة الفروض.

- عرض و تحليل نتائج الاختبارات:

2-1- عرض و تحليل نتائج اختبارات التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية:

2-1-1-عرض و تحليل نتائج اختبار التمرير في الدوائر

- **اختبار قطر 6م**

جدول رقم 04 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 6م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.60	0.94	38	0.05	0.54	2.02
العينة التجريبية	1.75	0.79				

من خلال الجدول رقم 04 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 6م) ،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.60 ± 0.94 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.75 ± 0.79 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.54 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار قطر 4م**

جدول رقم 05 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 4م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.75	1.25	38	0.05	0.26	2.02
العينة التجريبية	1.65	1.09				

من خلال الجدول رقم 05اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 4م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.75 ± 1.25 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.65 ± 1.09 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستودنت لقيمته المحسوبة 0.26 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات

الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار قطر 2م**

جدول رقم 06 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 2م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.55	1.19	38	0.05	0.57	2.02
العينة التجريبية	1.75	1.02				

من خلال الجدول رقم 06 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 2م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.55 ± 1.19 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.75 ± 1.02 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.57 و التي

جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

الشكل رقم : يمثل اعمدة

2-1-2-عرض و تحليل نتائج اختبار التمرير من علامة الزاوية

- **اختبار قطر 8م**

جدول رقم 07 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 8م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.40	0.75	38	0.05	1.89	2.02
العينة التجريبية	1.85	0.75				

من خلال الجدول رقم07 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 8م) ،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.40 ± 0.75 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.85 ± 0.75 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 1.89 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار قطر 6م**

جدول رقم 08 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 6م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.05	1.05	38	0.05	1.08	2.02

العينة التجريبية	2.50	1.54				

من خلال الجدول رقم 08 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 6م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.05 ± 1.05 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 2.50 ± 1.54 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 1.08 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

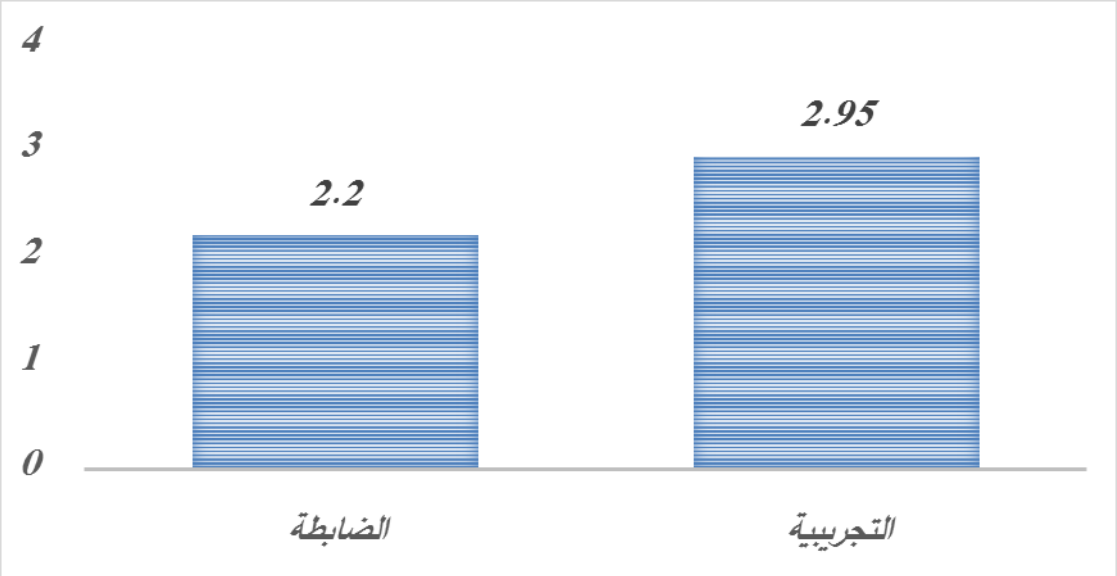
- **اختبار قطر 4م**

جدول رقم 09 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 4م

	المتوسط الحسابي	**الانحراف المعياري**	**درجة الحرية**	**مستوى الدلالة**	**قيمة ت المحسوبة**	**قيمة ت الجدولية**

العينة الضابطة	2.20	1.06	38	0.05	1.88	2.02
العينة التجريبية	2.95	1.43				

من خلال الجدول رقم 09 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 4م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.20 ± 1.06 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 2.95 ± 1.43 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 1.88 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



2-1-3-عرض و تحليل نتائج اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء

- **اختبار المنطقة1**

جدول رقم10 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة1

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.65	1.09	38	0.05	0.24	2.02
العينة التجريبية	1.55	1.47				

من خلال الجدول رقم 10 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة1) ،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.65 ± 1.09 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.55 ± 1.47 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.24 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار المنطقة2**

جدول رقم11 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة2

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.65	0.99	38	0.05	0.84	2.02
العينة التجريبية	1.95	1.23				

من خلال الجدول رقم 11 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة2)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.65 ± 0.99 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.95 ± 1.23 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.84 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة

الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

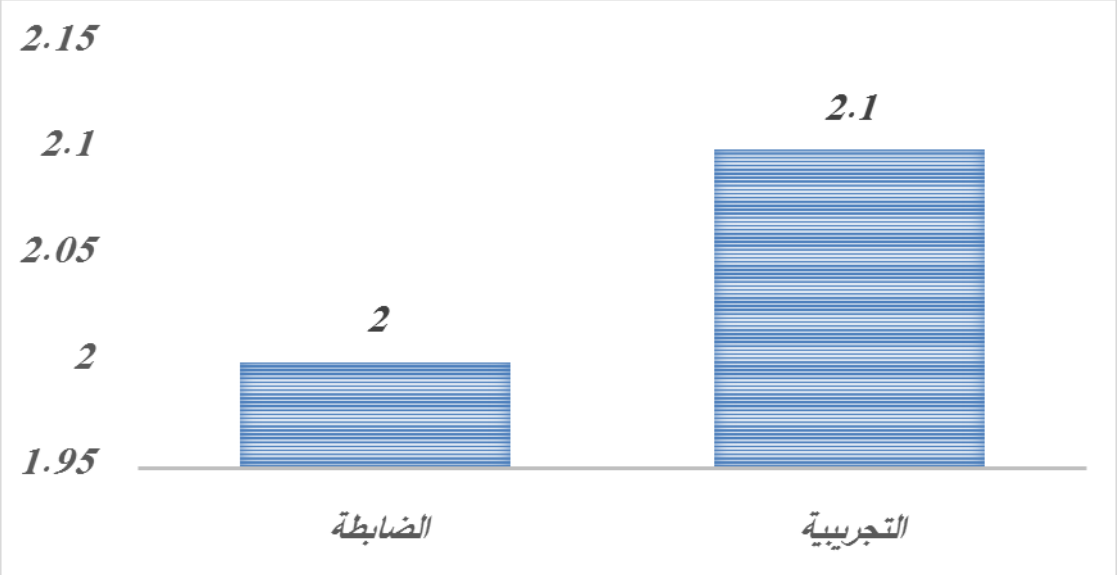
- **اختبار المنطقة3**

جدول رقم 12 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة3

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.00	1.49	38	0.05	0.20	2.02
العينة التجريبية	2.10	1.55				

من خلال الجدول رقم 12 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة3)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.00 ± 1.49 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 2.10 ± 1.55 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته

المحسوبة 0.20 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



2-1-4-عرض و تحليل نتائج اختبار المستطيلات المتداخلة (التهديف)

- **اختبار 8*16**

جدول رقم 13 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار8*16

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	1.75	1.07	38	0.05	0.16	2.02
العينة التجريبية	1.80	0.77				

من خلال الجدول رقم 13 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 8*16) ،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.75 ± 1.07 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.80 ± 0.77 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.16 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار 4*8**

جدول رقم 14 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار4*8

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.40	1.54	38	0.05	0.12	2.02

العينة التجريبية	2.35	1.04				

من خلال الجدول رقم 14 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 4*8)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.40 ± 1.54 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 2.35 ± 1.04 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.12 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار 2*4**

جدول رقم 15 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار2*4

	المتوسط الحسابي	**الانحراف المعياري**	**درجة الحرية**	**مستوى الدلالة**	**قيمة ت المحسوبة**	**قيمة ت الجدولية**

العينة الضابطة	1.55	0.89	38	0.05	0.42	2.02
العينة التجريبية	1.70	1.30				

من خلال الجدول رقم 15 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 2*4)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 1.55 ± 0.89 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 1.70 ± 1.30 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.42 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

2-1-5-عرض و تحليل نتائج اختبار بوردن لتركيز الانتباه

- **اختبار بدون جهاز تشتيت**

جدول رقم 16 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بوردن لتركيز الانتباه بدون جهاز تشتيت

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	10.45	1.67	38	0.05	0.73	2.02
العينة التجريبية	10.90	2.17				

من خلال الجدول رقم 16 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بورن لتركيز الانتباه (بدون جهاز تشتيت انتباه) ،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 10.45 ± 1.67 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 10.90 ± 2.17 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.73 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

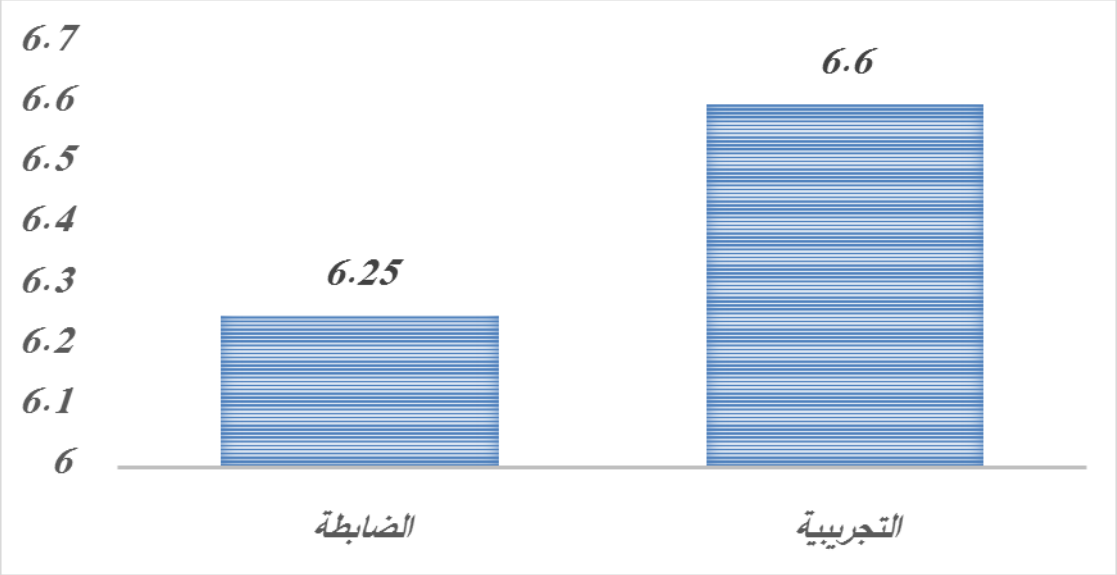
- **اختبار بجهاز تشتيت**

جدول رقم 17 يوضح نتائج قياس التكافؤ والتجانس لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بوردن لتركيز الانتباه بجهاز تشتيت

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	6.25	1.52	38	0.05	0.71	2.02
العينة التجريبية	6.60	1.57				

من خلال الجدول رقم 17 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بورن لتركيز الانتباه (جهاز تشتيت انتباه)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 6.25 ± 1.52 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 6.60 ± 1.57 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.71 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الاحصائية بين

المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



2- عرض و تحليل نتائج الاختبارات القبلية بعدية لعينة البحث الضابطة و التجريبية:

2-2-1-عرض و تحليل نتائج اختبار التمرير في الدوائر

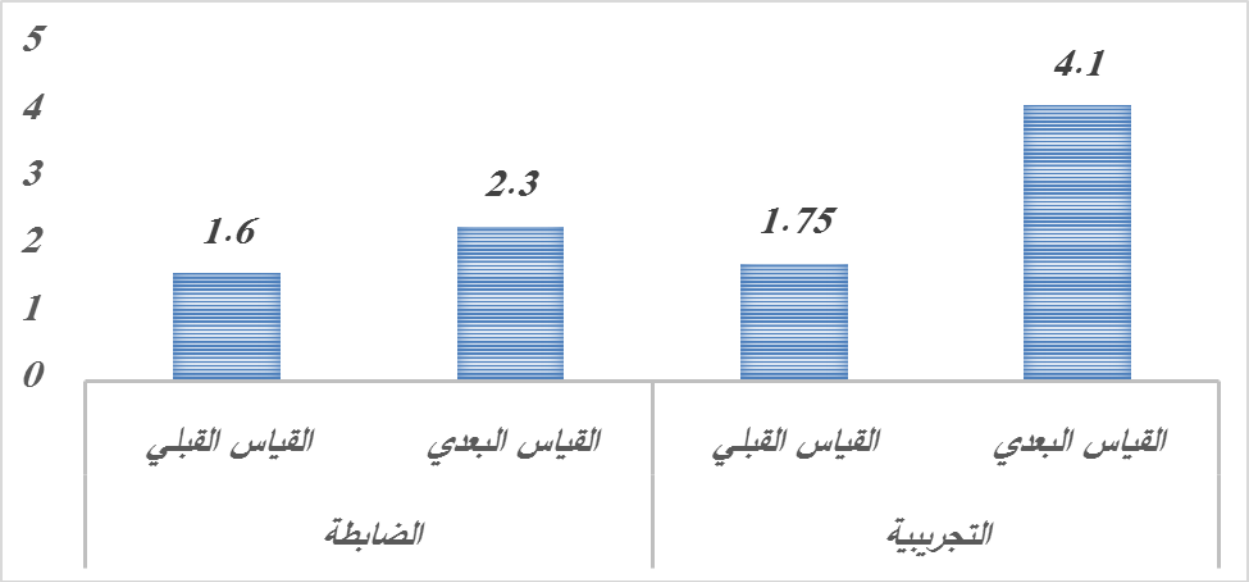
- **اختبار قطر 6م**

جدول رقم 18 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 6م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية

الضابطة	**القياس القبلي**	1.60	0.94	19	0.05	4.76	2.09
	القياس البعدي	2.30	0.86				
التجريبية	**القياس القبلي**	1.75	0.79			9.24	
	القياس البعدي	4.10	0.85				

من خلال الجدول رقم 18 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 6م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.60 ± 0.94و في قياسها البعدي بـ 2.30 ± 0.86،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.75 ± 0.79اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 4.10 ± 0.85 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 4.76للعينة الضابطة و 9.24 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعدي و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



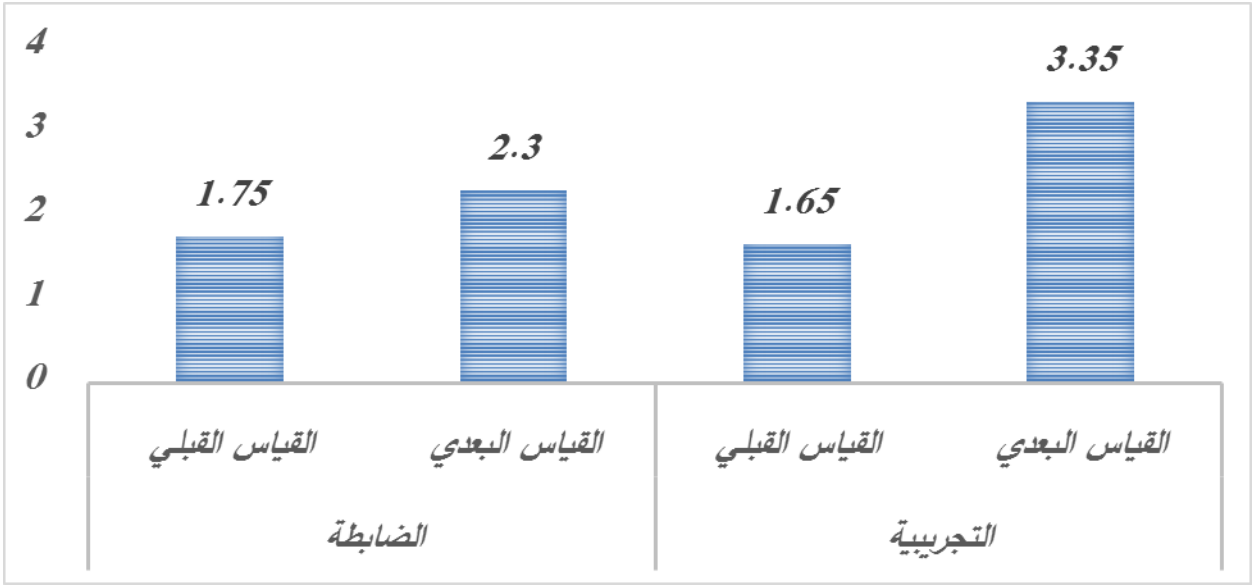
- **اختبار قطر 4م**

جدول رقم 19 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 4م

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.75	1.25	19	0.05	2.60	2.09
	القياس البعدي	2.30	1.13				

التجريبية	**القياس القبلي**	1.65	1.09			8.79	
	القياس البعدي	3.35	1.14				

من خلال الجدول رقم 19 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 4م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.75 ± 1.25و في قياسها البعدي بـ 2.30 ± 1.13،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.65 ± 1.09اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 3.35 ± 1.14 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 2.60للعينة الضابطة و 8.79 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



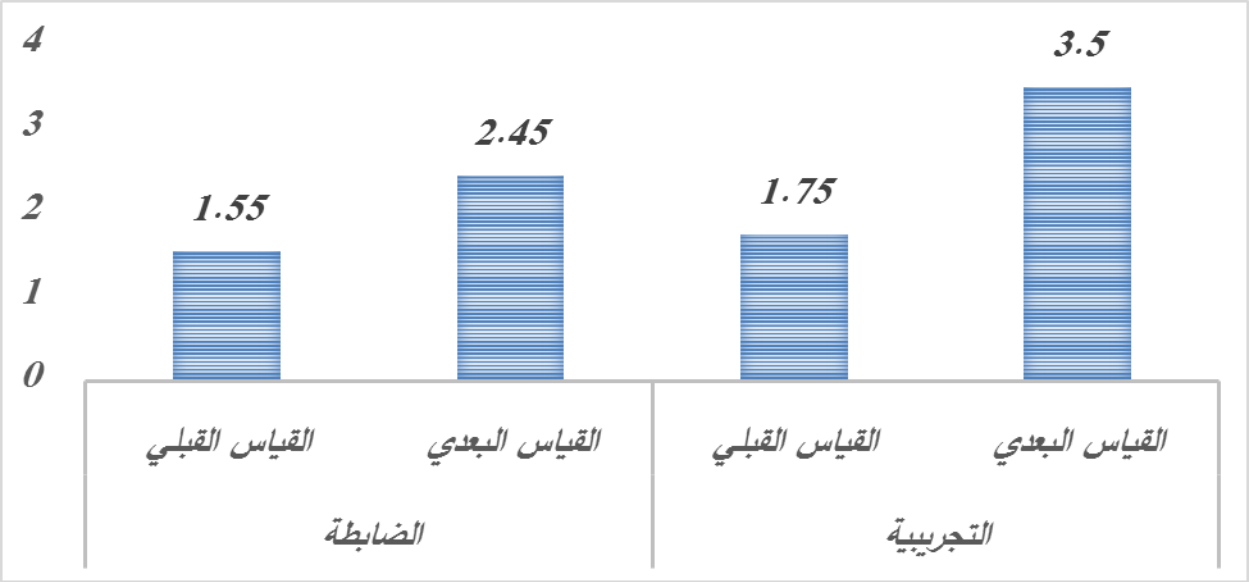
- **اختبار قطر 2م**

جدول رقم 20 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 2م

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.55	1.19	19	0.05	5.10	2.09
	القياس البعدي	2.45	0.89				
التجريبية	القياس القبلي	1.75	1.02			10.92	
	القياس البعدي	3.50	1.05				

من خلال الجدول رقم 20 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و من خلال الجدول رقم 20 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 2م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.55 ± 1.19و في قياسها البعدي بـ 2.45 ± 0.89،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.75 ± 1.02اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 3.50 ± 1.05 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 5.10للعينةالضابطة و 10.92 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعدي الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.40	0.75	19	0.05	5.20	2.09



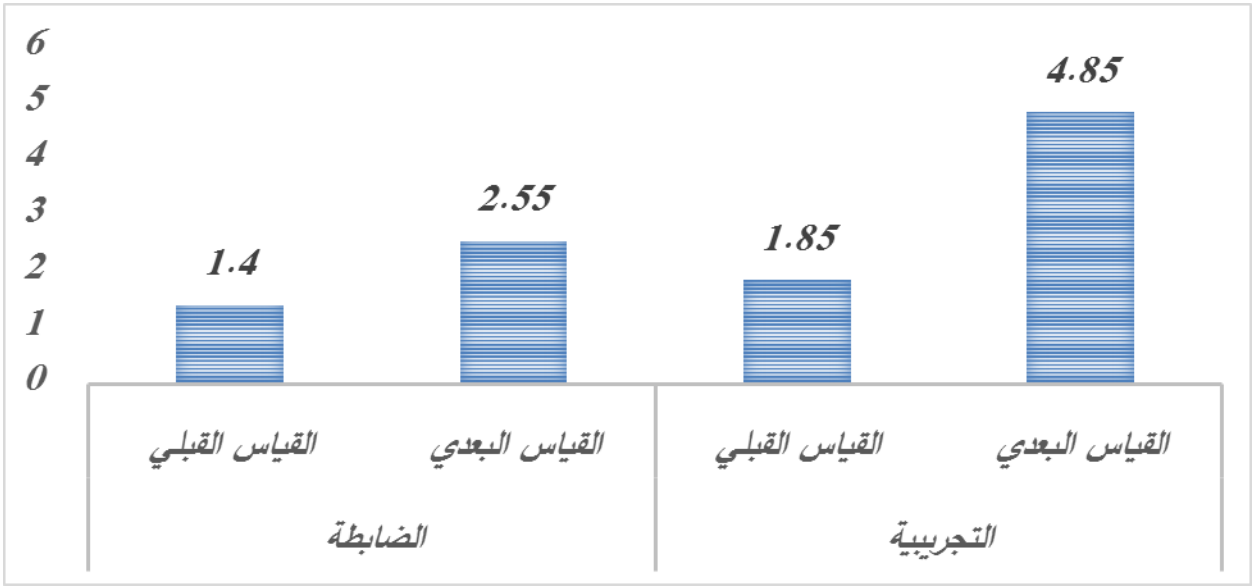
2-2-2-عرض و تحليل نتائج اختبار التمرير من علامة الزاوية

- **اختبار قطر 8م**

جدول رقم 21 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 8م

	القياس البعدي	2.55	1.15				
التجريبية	**القياس القبلي**	1.85	0.75			8.27	
	القياس البعدي	4.85	1.39				

من خلال الجدول رقم 21 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 8م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.40 ± 0.75و في قياسها البعدي بـ 2.55 ± 1.15،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.85 ± 0.75اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 4.85 ± 1.39 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 5.20للعينة الضابطة و 8.27 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

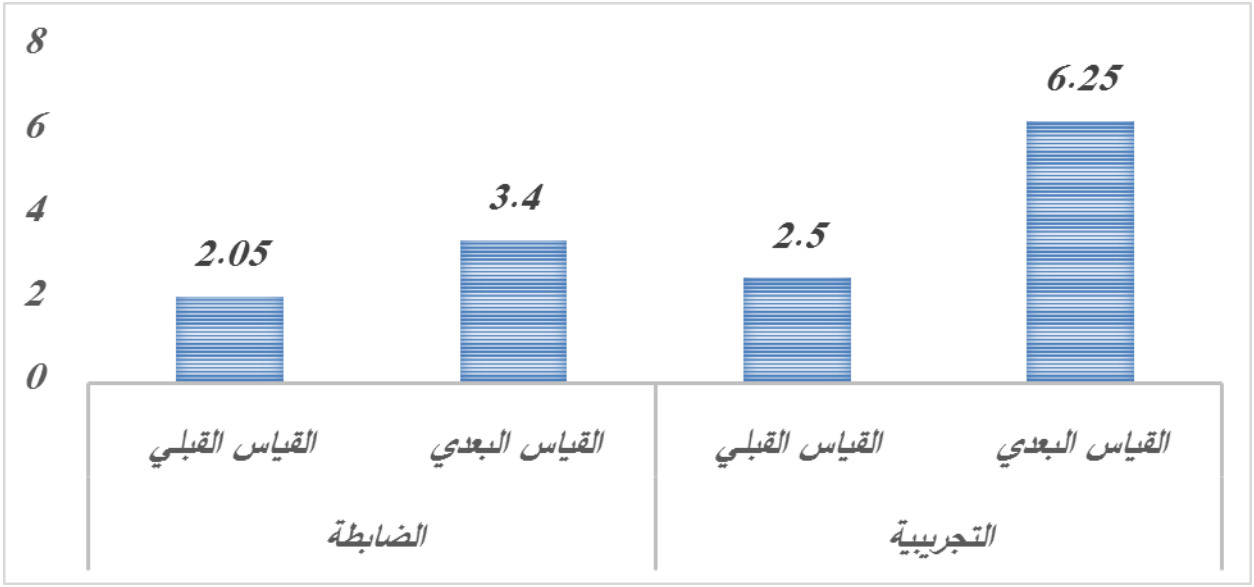


- **اختبار قطر 6م**
- **جدول رقم 22 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 6م**

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	2.05	1.05	19	0.05	6.11	2.09
	القياس البعدي	3.40	1.14				
التجريبية	القياس القبلي	2.50	1.54			10.36	
	القياس	6.25	1.12				

	البعدي						

من خلال الجدول رقم 22 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 6م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 2.05 ± 1.05و في قياسها البعدي بـ 3.40 ± 1.14،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 2.50 ± 1.54اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 6.25 ± 1.12 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 6.11للعينة الضابطة و 10.36 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

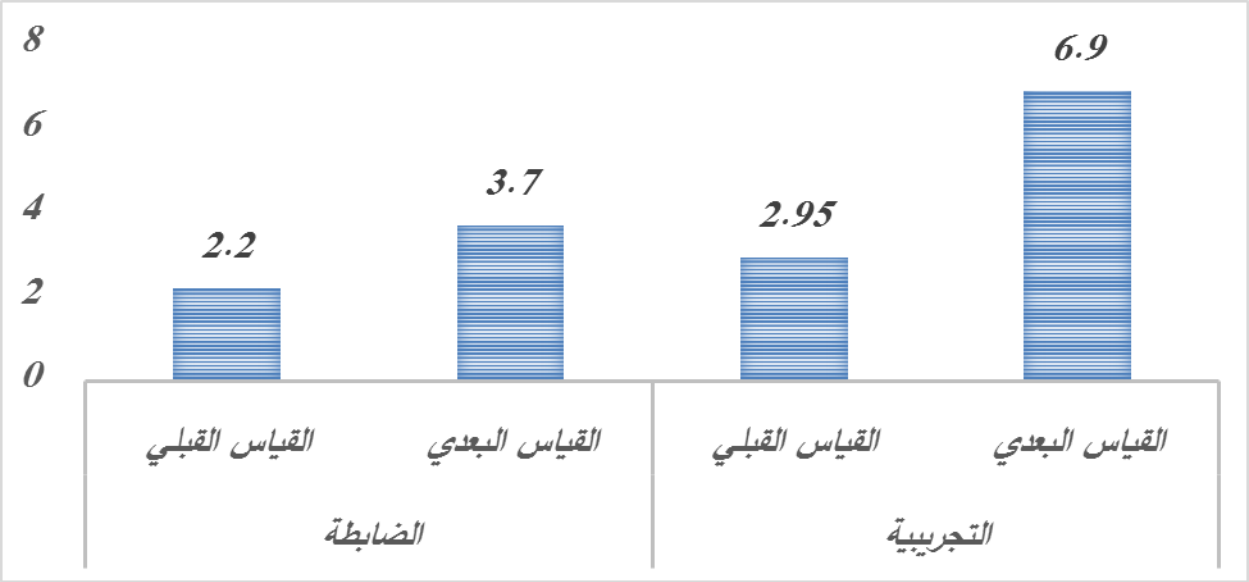


- **اختبار قطر 4م**

جدول رقم 23 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبارقطر 4م

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	2.20	1.06	19	0.05	4.80	2.09
	القياس البعدي	3.70	1.22				
التجريبية	القياس القبلي	2.95	1.43			9.55	
	القياس البعدي	6.90	1.48				

من خلال الجدول رقم 23 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 4م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 2.20 ± 1.06و في قياسها البعدي بـ 3.70 ± 1.22،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 2.95 ± 1.43اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 6.90 ± 1.48 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 4.80للعينة الضابطة و 9.55 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



2-2-3-عرض و تحليل نتائج اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء

- **اختبار المنطقة1**
- **جدول رقم 24 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة1**

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.65	1.09	19	0.05	3.84	2.09
	القياس البعدي	2.50	1.05				
التجريبية	القياس القبلي	1.55	1.47			6.09	
	القياس البعدي	3.05	1.05				

من خلال الجدول رقم 24 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة1)،حيث حدد

المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.65 ± 1.09و في قياسها البعدي بـ 2.50 ± 1.05،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.55 ± 1.47اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 3.05 ± 1.05 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 3.84للعينة الضابطة و 6.09 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

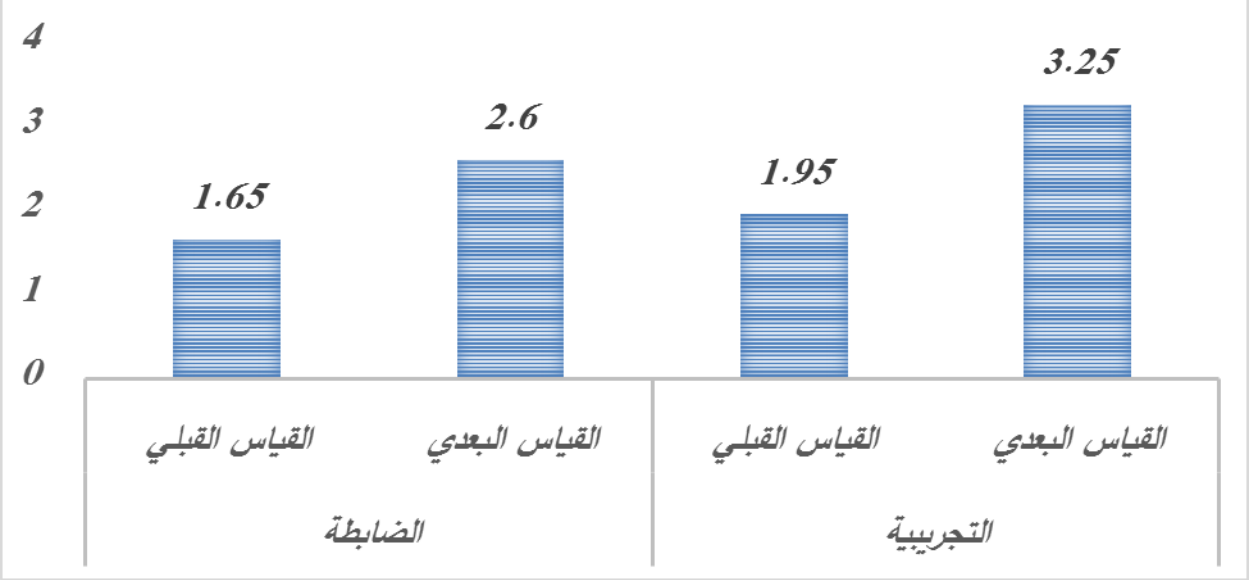
- **اختبار المنطقة2**

جدول رقم 25 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة2

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.65	0.99	19	0.05	3.86	2.09
	القياس البعدي	2.60	0.82				
التجريبية	القياس القبلي	1.95	1.23			4.21	
	القياس البعدي	3.25	1.41				

من خلال الجدول رقم 25 اعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة2)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.65 ± 0.99و في قياسها البعدي بـ 2.60 ± 0.82،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه

المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.95 ± 1.23اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 3.25 ± 1.41 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 3.86للعينة الضابطة و 4.21 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



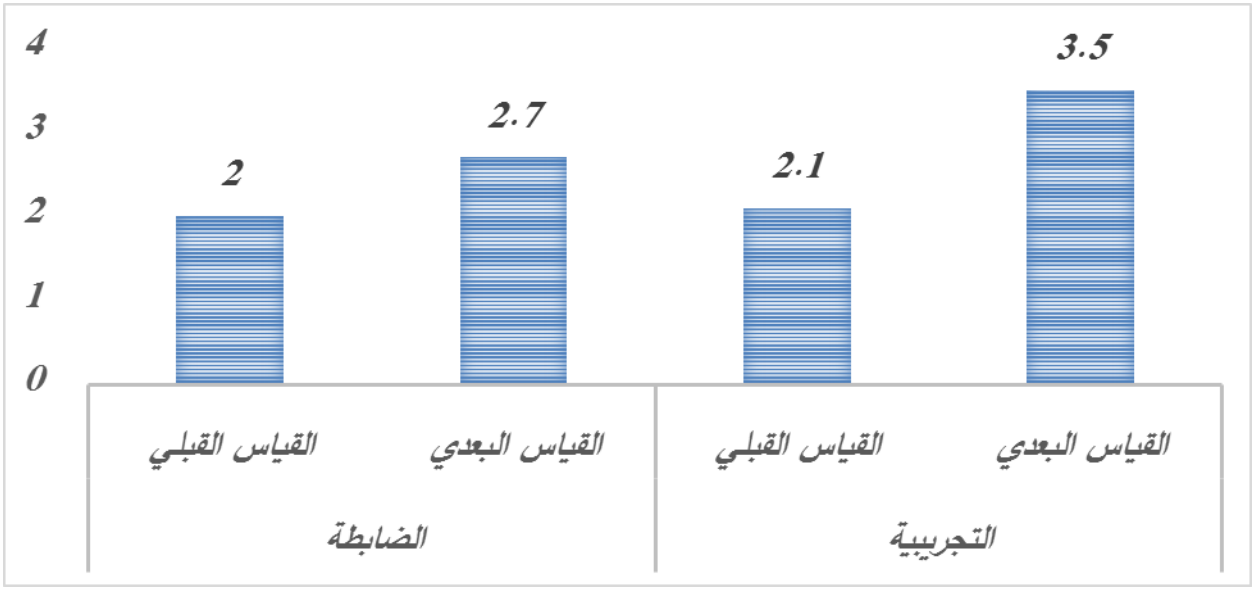
- **اختبار المنطقة3**

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	2.00	1.49	19	0.05	2.26	2.09
	القياس البعدي	2.70	0.89				

التجريبية	**القياس القبلي**	2.10	1.55			4.62	
	القياس البعدي	3.50	1.36				

- **جدول رقم 26 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة3**

من خلال الجدول رقم 26 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبارالمنطقة3)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 2.00 ± 1.49و في قياسها البعدي بـ 2.70 ± 0.89،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 2.10 ± 1.55اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 3.50 ± 1.36 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 2.26للعينة الضابطة و 4.62 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



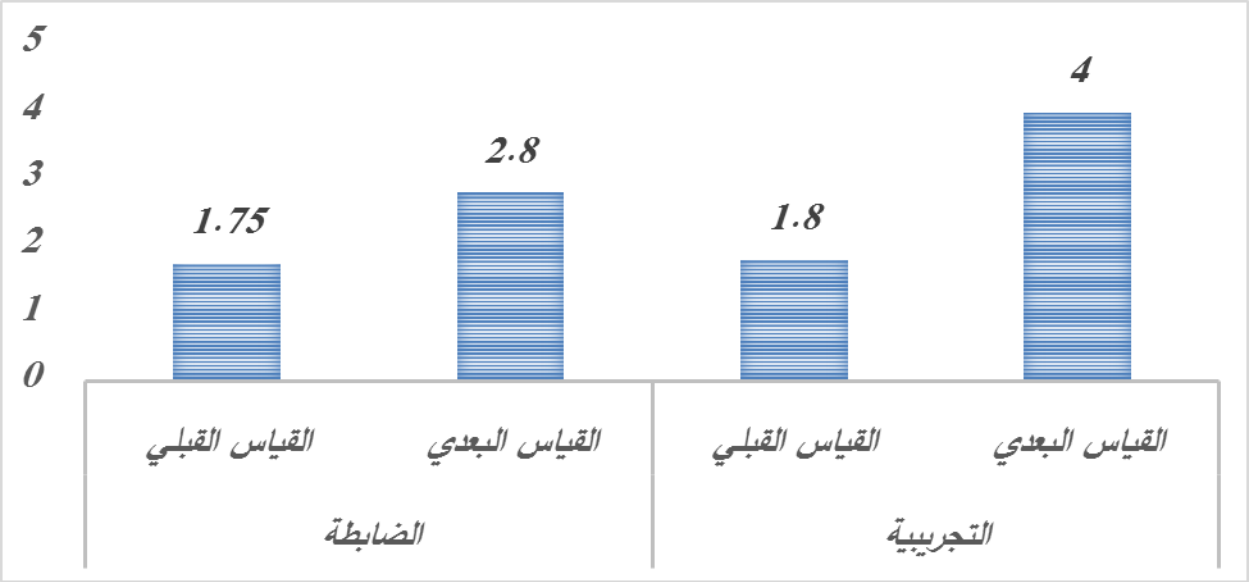
2-2-4-عرض و تحليل نتائج اختبار المستطيلات المتداخلة (التهديف)

- **اختبار 8*16**

جدول رقم 27 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار8*16

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.75	1.07	19	0.05	3.05	2.09
	القياس البعدي	2.80	1.44				
التجريبية	القياس القبلي	1.80	0.77			8.22	
	القياس البعدي	4.00	0.92				

من خلال الجدول رقم 27 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 8*16)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.75 ± 1.07و في قياسها البعدي بـ 2.80 ± 1.44،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.80 ± 0.77اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 4.00 ± 0.92 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 3.05للعينة الضابطة و 8.22 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



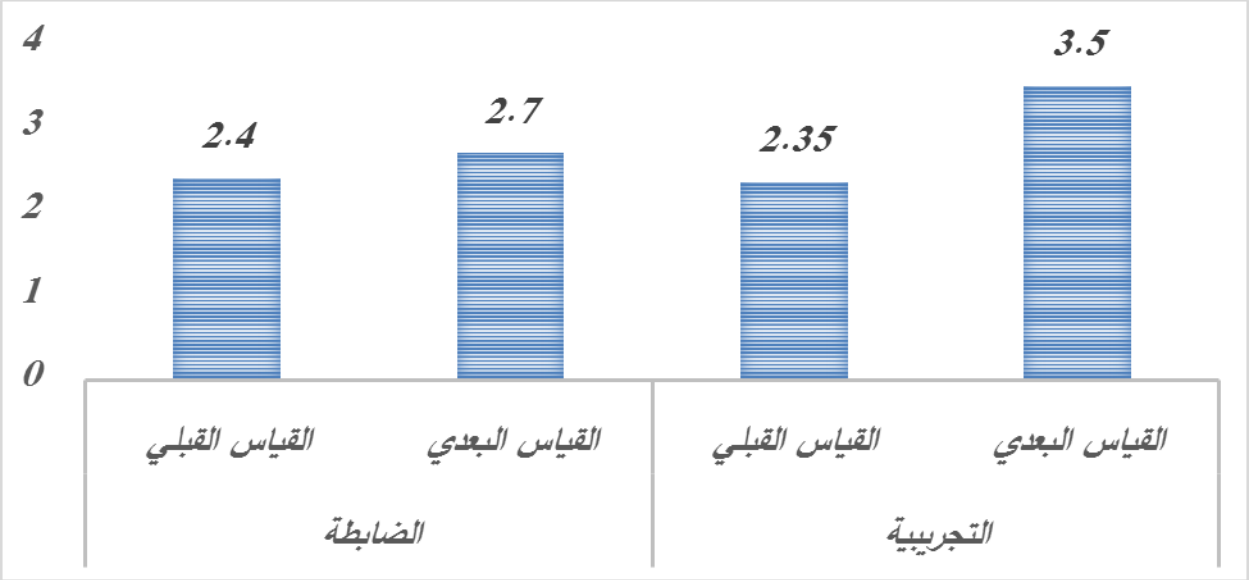
- **اختبار 4*8**

جدول رقم 28 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار4*8

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	2.40	1.54	19	0.05	1.18	2.09
	القياس البعدي	2.70	1.30				
التجريبية	القياس القبلي	2.35	1.04			5.51	
	القياس البعدي	3.50	0.95				

من خلال الجدول رقم 28 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 4*8)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 2.40 ± 1.54و في قياسها البعدي بـ 2.70 ± 1.30،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 2.35 ± 1.04اما القياس البعدي لها

فقد حدد بـ 3.50 ± 0.95 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 1.18للعينة الضابطة و 5.51 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة للعينة التجريبية لصالح القياس البعدي لها ،فيما كانت نتيجة الاختبار المحسوبة اصغر من قيمته الجدولية مما لم يوجد دلالة احصائية للفروق بين المتوسطات الحسابية بالنسبة لعينة البحث الضابطة بين قياسها القبلي و البعدي و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



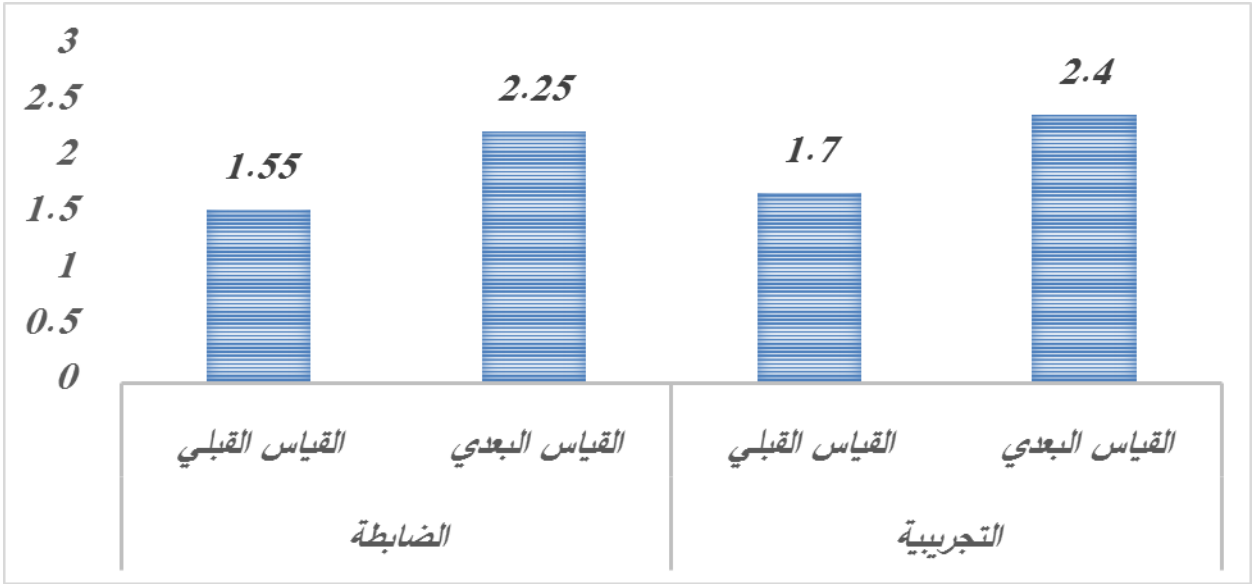
- **اختبار 2*4**

جدول رقم 29 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار2*4

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	1.55	0.89	19	0.05	4.27	2.09
	القياس البعدي	2.25	0.97				

التجريبية	**القياس القبلي**	1.70	1.30			2.77	
	القياس البعدي	2.40	1.31				

من خلال الجدول رقم 29 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 2*4)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 1.55 ± 0.89و في قياسها البعدي بـ 2.25 ± 0.97،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 1.70 ± 1.30اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 2.40 ± 1.31 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 4.27 للعينة الضابطة و 2.27 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



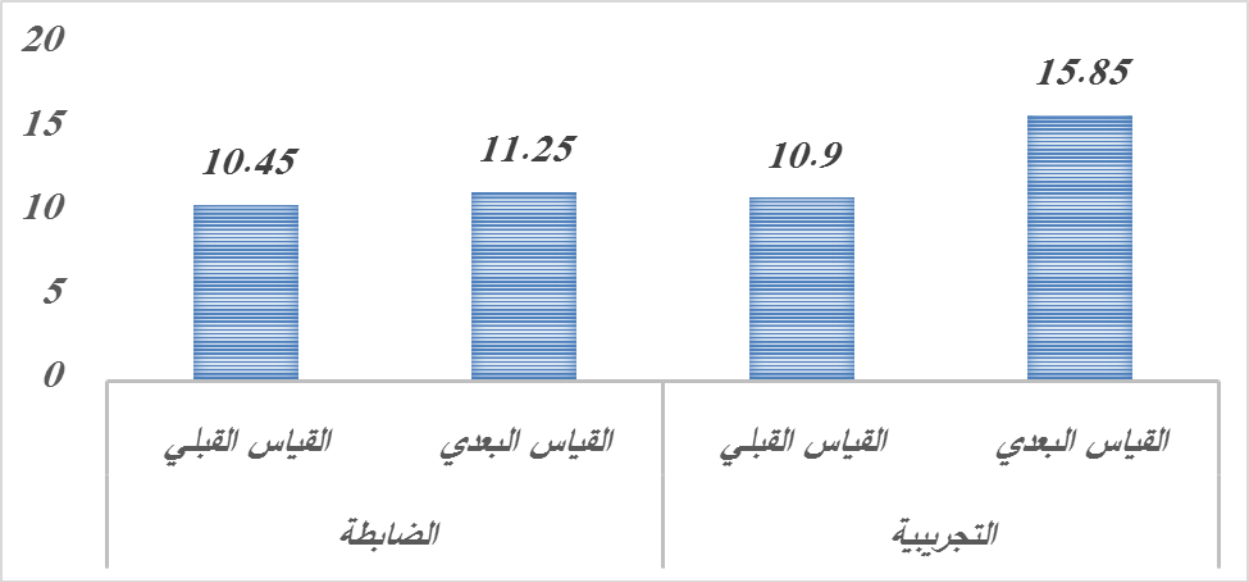
2-2-5-عرض و تحليل نتائج اختبار بوردن لتركيز الانتباه

- **اختبار بدون جهاز تشتيت**

جدول رقم 30 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختباربدون جهاز تشتيت

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	10.45	1.67	19	0.05	2.88	2.09
	القياس البعدي	11.25	1.02				
التجريبية	القياس القبلي	10.90	2.17			8.01	
	القياس البعدي	15.85	2.21				

من خلال الجدول رقم 30 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بوردن لتركيز الانتباه (بدون جهاز تشتيت انتباه)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 10.45 ± 1.67و في قياسها البعدي بـ 11.25 ± 1.02،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 10.90 ± 2.17اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 15.85 ± 2.21 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 2.88للعينة الضابطة و 8.01 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعديو الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



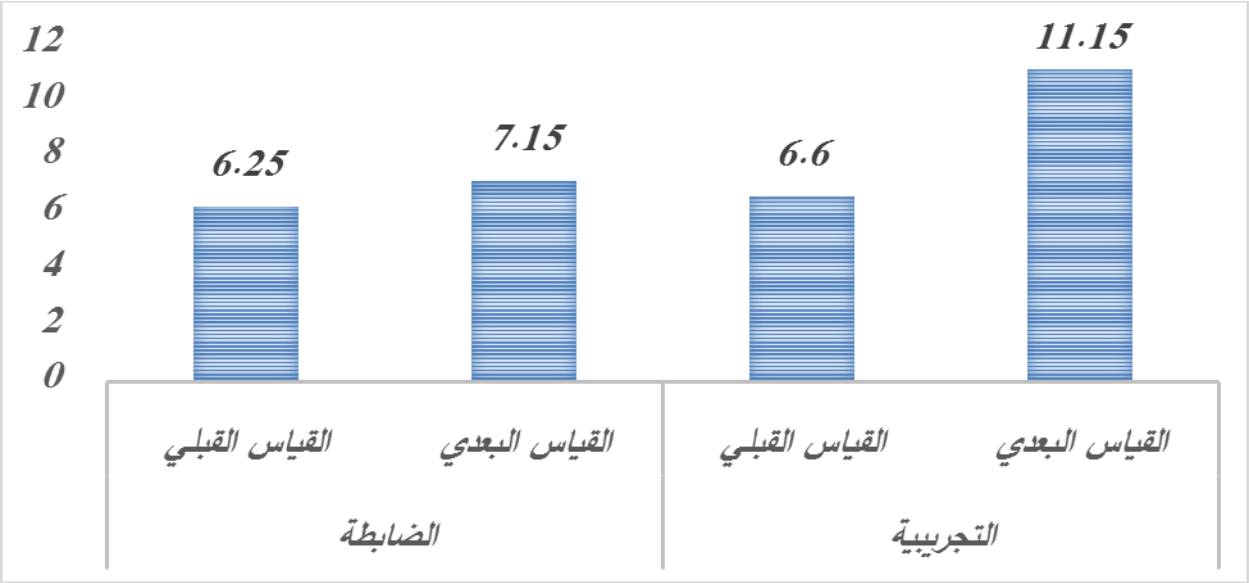
- **اختبار بجهاز تشتيت**

جدول رقم 31 يوضح نتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختباربجهاز تشتيت

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
الضابطة	القياس القبلي	6.25	1.52	19	0.05	2.59	2.09
	القياس البعدي	7.15	1.66				
التجريبية	القياس القبلي	6.60	1.57			8.34	
	القياس البعدي	11.15	1.87				

من خلال الجدول رقم 31 أعلاه الموضح لنتائج القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بوردن لتركيز الانتباه (بجهاز تشتيت انتباه)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة بـ 6.25 ± 1.52و في قياسها البعدي بـ 7.15 ± 1.66،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه

المعياري لعينة البحث التجريبية في قياسه القبلي بـ 6.60 ± 1.57اما القياس البعدي لها فقد حدد بـ 11.15 ± 1.87 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 2.59 للعينة الضابطة و 8.34 للعينة التجريبية و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.09 على وجود الدلالة الاحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح القياس البعدي و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



2- عرض و تحليل نتائج الاختبارات البعدية لعينة البحث الضابطة و التجريبية:

2-3-1-عرض و تحليل نتائج اختبار التمرير في الدوائر

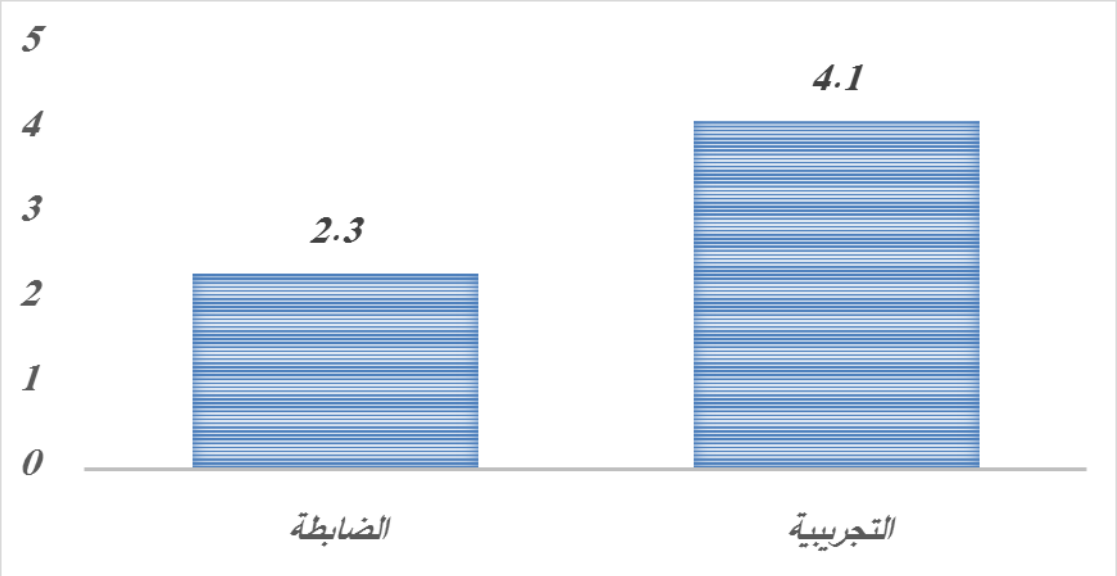
- **اختبار قطر 6م**

جدول رقم 32 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 6م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية

العينة الضابطة	2.30	0.86	38	0.05	6.63	2.02
العينة التجريبية	4.10	0.85				

من خلال الجدول رقم 32 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 6م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.30 ± 0.86 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 4.10 ± 0.85 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 6.63 و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



- **اختبار قطر 4م**

جدول رقم 33 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 4م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.30	1.13	38	0.05	2.93	2.02
العينة التجريبية	3.35	1.14				

من خلال الجدول رقم 33 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 4م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.30 ± 1.13 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 3.35 ± 1.14 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 2.93و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار قطر 2م**

جدول رقم 34 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 2م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.45	0.89	38	0.05	3.41	2.02
العينة التجريبية	3.50	1.05				

من خلال الجدول رقم 34 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار تمرير الدوائر (اختبار قطر 2م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.45 ± 0.89 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 3.50 ± 1.05 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 3.41و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات

الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

2-3-2-عرض و تحليل نتائج اختبار التمرير من علامة الزاوية

- **اختبار قطر 8م**

جدول رقم 35 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 8م

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.55	1.15	38	0.05	5.71	2.02

العينة التجريبية	4.85	1.39				

من خلال الجدول رقم 35 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 8م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.55 ± 1.15 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 4.85 ± 1.39 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 5.71و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار قطر 6م**

جدول رقم 36 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 6م

	المتوسط الحسابي	**الانحراف المعياري**	**درجة الحرية**	**مستوى الدلالة**	**قيمة ت المحسوبة**	**قيمة ت الجدولية**

العينة الضابطة	3.40	1.14	38	0.05	7.97	2.02
العينة التجريبية	6.25	1.12				

من خلال الجدول رقم 36 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 6م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 3.40 ± 1.14 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 6.25 ± 1.12 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 7.97و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار قطر 4م**
- **جدول رقم 37 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار قطر 4م**

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	3.70	1.22	38	0.05	7.45	2.02
العينة التجريبية	6.90	1.48				

من خلال الجدول رقم 37 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار التمرير من علامة الزاوية (اختبار قطر 4م)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 3.70 ± 1.22 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 6.90 ± 1.48 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 7.45و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

2-3-3-عرض و تحليل نتائج اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء

- **اختبار المنطقة1**

جدول رقم 38 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة1

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.50	1.05	38	0.05	1.65	2.02
العينة التجريبية	3.05	1.05				

من خلال الجدول رقم 38 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة1)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.50 ± 1.05 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 3.05 ± 1.05 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 1.65 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار المنطقة2**

جدول رقم 39 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة 2

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.60	0.82	38	0.05	1.78	2.02
العينة التجريبية	3.25	1.41				

من خلال الجدول رقم 39 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبار المنطقة2)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.60 ± 0.82 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 3.25 ± 1.41 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 1.78 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة

الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار المنطقة3**

جدول رقم 40 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المنطقة 3

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.70	0.89	38	0.05	2.13	2.02
العينة التجريبية	3.50	1.36				

من خلال الجدول رقم 40 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء (اختبارالمنطقة3)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.70 ± 0.89 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 3.50 ± 1.36 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته

المحسوبة 2.13و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

2-3-4-عرض و تحليل نتائج اختبار المستطيلات المتداخلة (التهديف)

- **اختبار 8*16**

جدول رقم 41 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار8*16

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.80	1.44	38	0.05	3.14	2.02
العينة التجريبية	4.00	0.92				

من خلال الجدول رقم 41 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 8*16)،حيث

حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.80 ± 1.44 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 4.00 ± 0.92 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 3.14و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار 4*8**

جدول رقم 42 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار4*8

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.70	1.30	38	0.05	2.22	2.02
العينة التجريبية	3.50	0.95				

من خلال الجدول رقم 42 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 4*8)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.70 ± 1.30 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 3.50 ± 0.95 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 2.22و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

- **اختبار 2*4**

جدول رقم 43 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار2*4

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	2.25	0.97	38	0.05	0.41	2.02

العينة التجريبية	2.40	1.31				

من خلال الجدول رقم 43 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار المستطيلات المتداخلة _ التهديف (اختبار 2*4)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 2.25 ± 0.97 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 2.40 ± 1.31 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 0.41 و التي جاءت اصغر من قيمتها الجدولية 2.02 على عدم وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

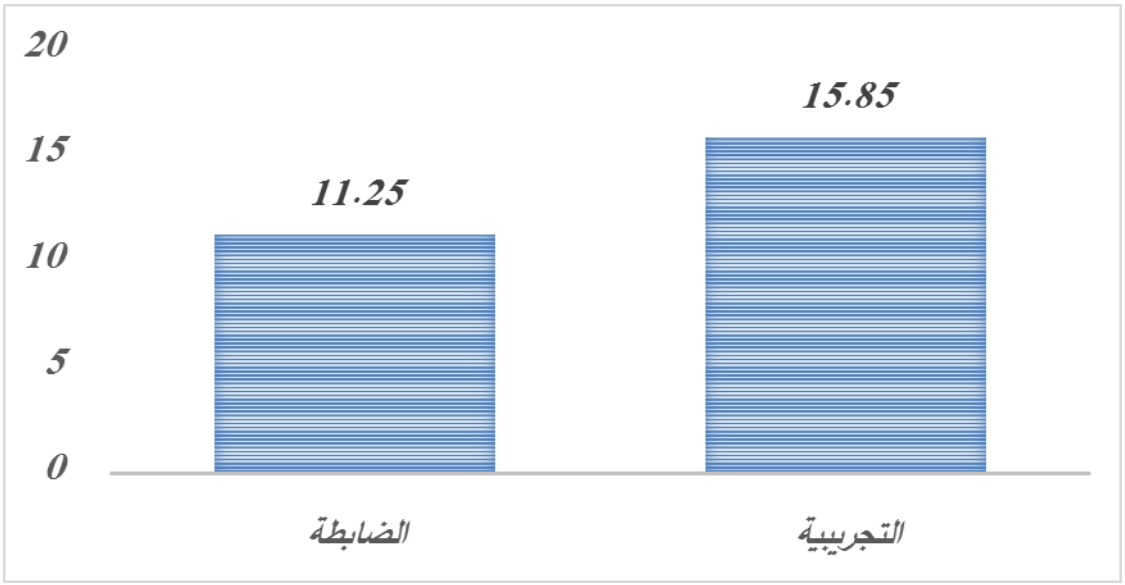
2-3-5-عرض و تحليل نتائج اختبار بوردن لتركيز الانتباه

- **اختبار بدون جهاز تشتيت**

جدول رقم 44 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بدون جهاز تشتيت

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	11.25	1.02	38	0.05	8.46	2.02
العينة التجريبية	15.85	2.21				

من خلال الجدول رقم 44 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بوردن لتركيز الانتباه (بدون جهاز تشتيت انتباه)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 11.25 ± 1.02 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 15.85 ± 2.21 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 8.46و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.

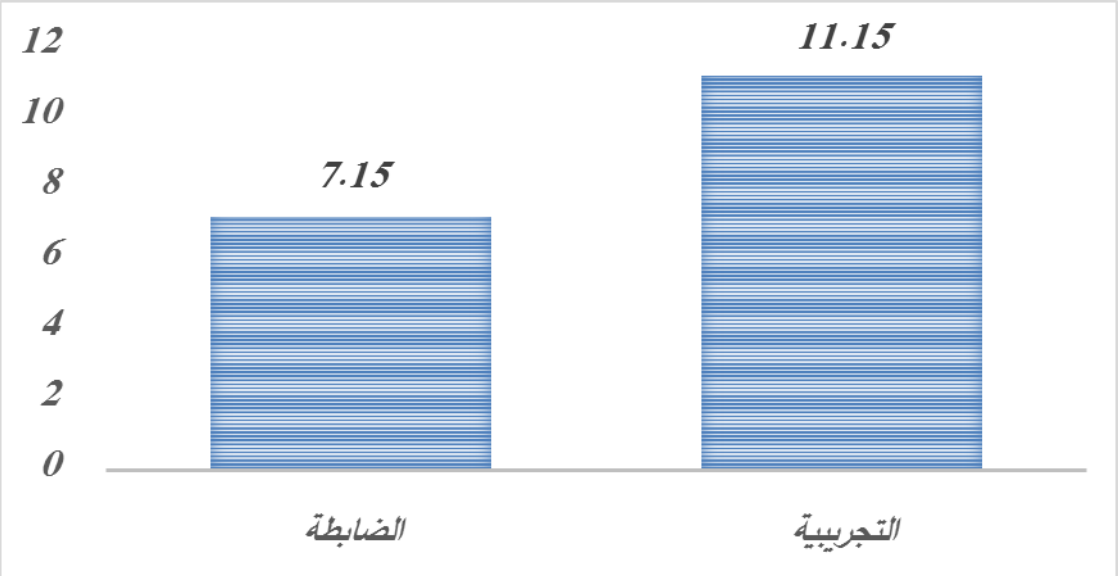


- **اختبار بجهاز تشتيت**

جدول رقم 45 يوضح نتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بجهاز تشتيت

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
العينة الضابطة	7.15	1.66	38	0.05	7.14	2.02
العينة التجريبية	11.15	1.87				

من خلال الجدول رقم 45 أعلاه الموضح لنتائج القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في اختبار بوردن لتركيز الانتباه (بجهاز تشتيت انتباه)،حيث حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري في القياس لعينة البحث الضابطة بـ 7.15 ± 1.66 ،في حين حدد المتوسط الحسابي و انحرافه المعياري لعينة البحث التجريبية بـ 11.15 ± 1.87 ،لتؤكد نتائج اختبار دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ستيودنت لقيمته المحسوبة 7.14و التي جاءت اكبر من قيمتها الجدولية 2.02 على وجود الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية المقاسة لصالح العينة التجريبية و الشكل البياني الموالي يبين فارق القياس بين المتوسطات الحسابية لعينة البحث.



2-4- الاستنتاجات:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات (التمرير في الدوائر، التمرير من علامة الزاوية، دقة التصويب من علامة الجزاء، التهديف للمستطيلات المتداخلة، اختبار بوردن لتركيز الانتباه)
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات التمرير في الدوائر لصالح القياس البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات التمريرمنعلامةالزاوية لصالح القياس البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات دقة التصويب من علامة الجزاء لصالح القياس البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات التهديف للمستطيلات المتداخلة (8*16 ، 2*4) لصالح القياس البعدي و كذا اختبار 4*8 للعينة التجريبية فقط.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة لاختبارات التهديف للمستطيلات المتداخلة(اختبار4*8)

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية في القياس القبلي بعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات بورن لتركيز الانتباهلصالح القياس البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية يسن المتوسطات الحسابية في القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات التمريرفيالدوائر لصالح العينة التجريبية.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية يسن المتوسطات الحسابية في القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات التمرير من علامة الزاوية لصالح العينة التجريبية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية يسن المتوسطات الحسابية في القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات دقة التصويب من علامة الجزاء(اختبار المنطقة 1 ،اختبار المنطقة 2).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية يسن المتوسطات الحسابية في القياس البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لاختبارات دقةالتصويبمنعلامةالجزاء(اختبار المنطقة 3) لصالح العينة التجريبية
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية في القياسات البعدي لعينة البحث الضابطة والتجريبية لاختبار التهديف للمستطيلات المتداخلة (اختبارالمنطقة8*16،اختبارالمنطقة4*8).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية في القياسات البعدية لعينة البحث الضابطة والتجريبية لاختبار التهديف للمستطيلات المتداخلة (اختبارالمنطقة2*4) لصالح العينة التجريبية
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية في القياسات البعدية لعينة البحث الضابطة والتجريبية لاختبارات بوردن لتركيز الانتباه لصالح العينة التجريبية

2-5-مناقشة النتائج و الفرضيات:

2-5-1مناقشة الفرضية الأولى:

حيث افترض فيها الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لدى العينة الضابطة لصالح الاختبارات البعدية ، وقد أظهرت هذه النتائج صحة الفرضية حيث وجدنا أن هناك تحسن في مستوى تركيز الانتباه وفي بعض المهارات الحركية في كرة القدم (التمرير،التهديف) للعينة الضابطة في الاختبار البعدي وهذا ما توضحه نتائج الجداول (03،04،05،06،07،08،09،10،11،12،13،14،15،02)والتي تبين أن قيمة المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولية للاختبارات(اختبار التمرير في الدوائر،6م،4م،2م)(اختبار التمرير من علامة الزاوية، 8م،6م،4م)(اختبار التصويب من علامة الجزاء المنطقة3،2،1)

(اختبار المستطيلات المتداخلة "التهديف" 8*4،16*2،8*4)(اختبار بوردن لتركيز الانتباه "بدون جهاز تشتيت" و "بجهاز التشتيت")وعليه فإن التحسن الحاصل للاختبارات البعدية هو راجع للبرنامج التدريبي المقترح بدون استخدام التمارين التمهيدية يؤثر إيجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة)،وعليه يمكن القول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

2-5-2:مناقشة الفرضية الثانية:

حيث افترض فيها الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لدى العينة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية ، وقد أظهرت هذه النتائج صحة

الفرضية حيث وجدنا أن هناك تحسن في مستوى تركيز الانتباه وفي بعض المهارات الحركية في كرة القدم (التمرير،التهديف) للعينة التجريبية في الاختبار البعدي وهذا ما توضحه نتائج الجداول (18،17،16 ،19 20، 21، 22، 23، 24. 25، 26، ،،27 ،28 ،29)والتي تبين أن قيمة المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولية للاختبارات(اختبار التمرير في الدوائر،6م،4م،2م)(اختبار التمرير من علامة الزاوية، 8م،6م،4م)(اختبار التصويب من علامة الجزاء المنطقة3،2،1)

(اختبار المستطيلات المتداخلة "التهديف" 8*4،16*2،8*4)(اختبار بوردن لتركيز الانتباه "بدون جهاز تشتيت" و "بجهاز التشتيت")وعليه فإن التحسن الحاصل للاختبارات البعدية هو راجع للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارين التمهيدية يؤثر إيجابا في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة)،وعليه يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

2-5-مناقشة الفرضية الثالثة:

حيث افترض فيها الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لدى العينة التجريبية و الضابطة لصالح الاختبارات البعدية ، وقد أظهرت هذه النتائج صحة الفرضية حيث وجدنا أن هناك تحسن في مستوى تركيز الانتباه وفي بعض المهارات الحركية في كرة القدم (التمرير،التهديف) للعينة التجريبية في الاختبار البعدي وهذا ما توضحه نتائج الجداول (32،31،30 ،33 34،، 35، 36، 37، 38. 39، 40، 41 ،42 ،43)والتي تبين أن قيمة المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولية للاختبارات(اختبار التمرير في الدوائر،6م،4م،2م)(اختبار التمرير من علامة الزاوية، 8م،6م،4م)(اختبار التصويب من علامة الجزاء المنطقة3،2،1)

(اختبار المستطيلات المتداخلة "التهديف" 8*4،16*2،8*4)(اختبار بوردن لتركيز الانتباه "بدون جهاز تشتيت" و "بجهاز التشتيت")وعليه فإن التحسن الحاصل للاختبارات البعدية هو راجع لمدى فاعلية للبرنامج التدريبي المطبق على العينة التجريبية باستخدام التمارين التمهيدية لتحسين تركيز الانتباه في تعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة)،وعليه يمكن القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

3-اقتراحات:

-ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي الذهني والنفسي للاعبين في مرحلة المراهقة.

-ضرورة إتباع المدربين لبرنامج التدريب العقلي من أجل الإعداد المتكامل للرياضي.

-إتباع الأسلوب العلمي عند اختيار التمرينات للوحدة التدريبية مع مراعاتها لطبيعة وخصائص اللاعب ومراعاة مبدأ الفردية في التدريب .

-اختيار التمرينات الملائمة للمرحلة العمرية لإمكانية الأداء بالشكل الصحيح والذي يساعد في تطوير المهارات الحركية في كرة القدم.

-ضرورة إجراء دراسات أخرى حول القدرات النفسية والعقلية على الجوانب الرياضية الاخرى كالجانب الخططي والبدني

إن بناء المناهج التدريبية الحديثة أصبح يعتمد على أسس علمية دقيقة في التحضير المتكامل للوصول بالرياضي إلى أعلى مستوى ممكن مهاريا وبدنيا وخططيا ونفسيا وعقليا .

حيث تعتبر العمليات العقلية احد متطلبات التدريب الرياضي الحديث، لهذا قد قام علماء النفس الرياضي بإجراء دراسات حول المشاكل العقلية النفسية وتأثيراتها على مردود الرياضيين وتقديم بعض الحلول لتلك المشاكل ومن هنا يندرج بحثنا في هذا السياق ، إذ نهدف إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام التمارين التمهيدية أو بدون استخدامها في تحسين تركيز الانتباه لتعلم مهارتي التمرير والتهديف لدى لاعبي كرة القدم (أقل من17سنة) ، والكشف عن أكثرهما فاعلية.حيث قمنا باختيار عينة بحث مكونة من 20 لاعب من فريق "بلدية معسكر" وتم إجراء عليهم اختبار نفسي واختبارات مهارية. ومن خلال هذه الدراسة توصل الطلبة إلى ضرورة تنمية قدرة التركيز فهو عملية مكملة للانتباه بل هي عملية مرتبطة بالانتباه لانجاح العمليات العقلية والتي بدورها تؤثر ايجابيا في تعلم بعض المهارات الحركية في كرة القدم.

المراجع بالعربية:

1. ، ,د .م .تعلم الحركي و التدريب الرياضي .الكويت :دار القلم للنشر و التوزيع.

2. ، ,س .ع .نظرية التدريب الرياضي .القاهرة :مركز الكاتب للنشر ، ،.

3. .) ,17-16ع-.ع.

4. ابراهيم ,م .ع Dans .(2000) .*اسس البحث العلمي* .(p. 134)عمان : الأردن:مؤسسة الوراق.

5. ابراهيم ,.م .م .(1985) .*مبادئ علم النفس ط .10*السعودية :وزارة المعارف .

6. البساطي ,أ .ا) .ط1، 1998، Dans .(*أسس و قواعد التدريب الرياضي*، ، .pp) ص .(.5-4الإسكندرية، :منشأة المعارف.

7. الجواد ,ح .ع Dans .(1984) .*كرة القدم* .(p. 15)لبنان :دار العلم.

8. الحافظ، عبد الباسط مبارك عبد. (2012). *التعلم الحركي و الأداء*. عمان- الأردن: دار اليزوتي العلمية لنشر و التوزيع.

9. الخالق ,د .ع) .سنة .(1971مصر :دار المعارف.

10. الربضي ,ك .ج) .ط1، Dans .(2004*التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين* .pp)ص .(10 – 9مصر،، :.دار وائل للنشر والتوزيع.

11. الشافعي ,ح .أ Dans .(1999) .س .أ .موسي.

12. الصمد ,ع .ا .(1984) .*علم النفس الرياضي في التربية الرياضية* .بغداد : مطبعة جامعة بغداد،.

13. العظماوي ,إ .ك .(1997) .*معالم من سيكولوجية الطفولة والفترة والشباب* . بغداد العراق :دار الشؤون الثقافية العامة.

14. القذافي ,ر .م.(1993) .

15. المجيد ,خ .عْ .(1989) .*علم النفس* .

16. جادو ,ص .م .(2007) .*علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة* .مصر :دار المسيرة والتوزيع.

17. جميل ,ر .(1986) .*فن كرة القدم ط .2*بيروت لبنان :دار النقائض .

18. حامد ,د .إ) .ط .(1998 –1918 1تخطيط و تطبيق و قيادة، Dans . *التدريب الرياضي الحديث* .pp) – ،ص .(37–21القاهرة :دار الفكر العربي.

19. حلمي ,ا .(2000) .*علم النفس المعاصر* .بيروت :دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

20. حنتوش ,م .ذ .(1987) .*علم النفس الرياضي* .جامعة الموصل :وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.

21. حنفي ,م .م.(1978) .

22. خيون ,ي .(2002) .*التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق* .بغداد :مكتب الصخرة للطباعة.

23. د، العنكش. (1986). منهاج والإجراءات العين. تأليف *البحث العلمي* (صفحة 210). الإمارات العربية المتحدة: مطبعة العين الحادثة.

24. درويش ,ز .م .(1990) .أسس التدريب الرياضي Dans .*الرئاسة العامة لحماية الشاب* .(p. 51)السعودية :معهد إعداد القادة.

25. راتب ,أ .ك) .سنة : Dans .(1995*علم النفس الرياضة* , .pp)ص .(220لقاهرة :دار الفكر العربي.

26. راتب ,أ .ك .(1997) .*علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات .ط2،* .القاهرة :دار الفكر العربي.

27. رزوقي ,س .(1977) .*موسوعة علم النفس .ط .4*بيروت :الموسوعة العربية للدراسات والنشر.

28. زيد ,ع .ف-.ع) .ط Dans .(2003 1*المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية،* .p)ص .(19الإسكندرية :منشأة المعارف.

29. زيد ,ع .ف-.ع) .ط1، 2003، Dans .(*المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية،* .pp)ص .(17-16بالإسكندرية ، :منشأة المعارف.

30. سليمان ,ه .ا .(1978) .*الأتنس الأرضي* .القاهرة.

31. صبحي ,ن .م .(2000) .*التعلم الحركي* .جامعة الموصل :دار الكتب للطباعة والنشر.

32. عاقل ,ف .(1981) .*علم النفس* .بيروت :دار العلم للملايين.

33. عبد الحميد احمد. (1978). *الالتنس الارضي.ط3.* القاهرة: دار الفكر العربي.

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

35. عزو ,علي إبراهيم .(1981) .عثمان ,عبد المنعم Dans .*أصول التدريب في كرة القدم* .(p. 66)

36. علاوي ,د .م) .سنة .(1962علم التدريب الرياضي Dans .*علم التدريب الرياضي* .p)ص .(78، مصر ، :دار المعرف .

37. عنان ,م .ع .(1995) .سيكولوجية التربية البدنية .القاهرة :دار المعارف و الفكر العربي.

38. فكري ,ن .أ-.س) .ط1، Dans .(2003*منظومة التدريب الرياضي* .p) ص .(. 31مصر، :، دار الفكر العربي.

39. كامل طه الويس. (1984). *علم النفس الرياضي في التربية الرياضية*. بغداد: مطبعة جامعة بغداد.

40. كامل، حمودة خالد، أشرف. (2014). *تعليم المبتدئين وتدريب الناشئين كرة اليد*. الإسكندرية: ماهي للنشر والتوزيع.

41. لطيف ,م Dans .(1968) .*فن كرة القدم* .دار المعارف.

42. محمد زيان. (_1993). منهاجية و تقنيات. تأليف *البحث العلمي* (صفحة 113). ديوان المطبوعات.

43. محمد مختار متولي ومحمد إسماعيل ابراهيم. (1985). *مبادئ علم النفس.ط10*. السعودية : وزارة المعارف.

44. مختار ,ح .م .(1994) .*الأسس العلمية في تدريب كرة القدم* .القاهرة ,، مصر :دار الفكر العربي.

45. نقيب ,ك.(1990) .

46. هاشم احمد سليمان. (1988). *علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة. رسالة الماجستير* . بغداد: جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.

47. وجيه محجوب. (،1988).

48. يحي كاظم النقيب. (1990). *علم النفس الرياضي.* معهد أعداد القادة الرياضي.

المراجع بالفرنسية:

1. " شللنبرجر Scllenberger. (1990).

2. C Bayer. (1999).

3. fedida. (1974).

4. H lamour. (1986).

5. Roncin. 1990 vayen .

6. R jvallerand"" S perrault. (1998).

المحكمين	الدرجة العلمية	الإمضاء
صديقة مختار	دكتوراه	
غوال عدة	دكتوراه	
كوثر بوجمعة	دكتوراه	
سميرة محمد	أ	
محمد حجار	دكتوراه	

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:01**

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة) **المكان:الملعب البلدي**

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف: تعلم أنواع التمرير

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	**تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب، التركيزعلى إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل**	الاصطفاف-شرح محتوى الحصة- جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
المرحلة الرئيسية	تعلم التمرير "الأمامي" "العرضي" "الخلفي". تحسين التمرير من أوضاع مختلفة	التمرين 1: التمرير الأمامي قاطرتين عند منتصف الملعب "أ" ، "ب" ينطلق لاعب من القاطرة "أ" جريا باتجاه المرمى ،يتبعه لاعب من الخلف جريا بالكرة من القاطرة "ب" عند اقتراب اللاعب "أ"من منطقة 18م يقوم اللاعب "ب" بتمرير الكرة للاعب "أ" ليقوم هذا الأخير بالتسديد على المرمى .وهكذا التمرين 2:التمرير العرضي نفس العمل لكن هذه المرة ينطلق لاعب ثالث من القاطرة اتجاه التماس ليقوم بتمرير الكرة بينهما إلى غاية منطقة 18م.وهكذا التمرين 3: التمرير الخلفي نفس التمرين الأول لكن تعكس العملية بحيث اللاعب "أ" يقوم اللاعب من القاطرة"أ" بالانطلاق جريا بالكرة باتجاه المرمى ،يتبعه لاعب من الخلف جريا بدون كرة من القاطرة "ب" عند اقتراب اللاعب "أ"من منطقة 18م يقوم بتمرير كرة خلفية للاعب "ب" ليقوم هذا الأخير بالتسديد على المرمى .وهكذا	65د	-مراقبة تحركات الزميل أثناء الجري للتمرير السليم -تمرير الكرة بوجه القدم -انتظار الأدوار - عدم التسرع في تمرير الكرة -ضرب الكرة في اتجاه الزميل المقابل

المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الاسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية -تقبل النقد

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:**02

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة) **المكان:**الملعب البلدي

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة، ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف: تحسين دقة التمرير

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	**تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب، التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل**	الاصطفاف-شرح محتوى الحصة- جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الاحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
المرحلة الرئيسية	-التأكيد على تعلم تقنية التمرير -تمرير الكرة بدقة -خلق جو التنافس بين اللاعبين -التمرير ذهابا وإيابا	**التمرين 1:**يقف اللاعب خلف الخط وعند سماع البدء يقوم بركل الكرة على الجدار ويستمر بركلها بعد الارتداد من الجدار وهكذا حتى تنتهي 20 ثانية على أن يتم ركل الكرة المرتدة إلى خلف الخط ،وإذا خرجت الكرة عن سيطرة اللاعب يقوم بأخذ إحدى الكرات الأخرى الموجودة دون توقف ويمكن ركل الكرة بأي جزء من القدم سواء اليمنى أو اليسرى. **التمرين 2:**نقوم بتعيين نقطة في وسط الملعب نضع أربعة أهداف حيث يحدد كل هدف بشاخصين المسافة بينهما،1متر على أن تكون الأهداف متناظرة مثنى مثنى وعلى بعد 15 متر من نقطة الوسط عند الإشارة يقوم اللاعب بقذف الكرة مرة في كل هدف انطلاقا من نقطة الوسط **التمرين03**:يقف اللاعب خلف خط البداية وعند سماع الإشارة يقوم بدحرجة الكرة مسافة3متلر إذ يقوم بتمريرها إلى هدف موضوع إلى جانب اليسار قياس 1متر وشاخصين صغيرين من كلا الجانبين بمسافة 0.54متر،ثم يركض مسافة2متر،ويستلم كرة موضوعة على علامة محددة وينطلق معها مسافة 3متر ثم يناول الكرة على الهدف الموضوع إلى الجانب ثم يكرر الأداء نفسه مرة أخرى ثم يستدير 2مترإلى جهة اليمين ويكرر الأداء نفسه علما أن المسافة بين الأهداف وعلامة التمرير4متر	65د	النظر للكرة والملعب والزميل -اخذ المكان المناسب لخلق زوايا التمرير المناسبة -تمرير الكرة بوجه القدم -انتظار الأدوار - عدم التسرع في تمرير الكرة -ضرب الكرة في اتجاه الزميل الهارب ضرب الكرة اتجاه الشواخص وبدقة

المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الاسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية -تقبل النقد

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:**03

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة) **المكان:**الملعب البلدي

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف: تحسين مهارة التمرير

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	**تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب، التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل**	الاصطفاف-شرح محتوى الحصة- جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
المرحلة الرئيسية	تحسين التمرير من أوضاع مختلفة إبراز القدرات الفردية والجماعية	**التمرين 1:**يقف اللاعبون على شكل دائرة،لاعب واحد في مركز الدائرة يأخذ كرة ليمررها إلى جميع زملائه من أوضاع مختلفة ، وتمر العملية على جميع الزملاء . **التمرين 2**:اللعب بدون أهداف ويجري اللعب اعتياديا بين الفريقين وأي فريق يستطيع تحقيق عشرة تمريرات متصلة دون أن يمسها الخصم يعتبر هدفا، ويجوز للاعبين أن يلعبوا الكرة بشكل حر أي بلمسة واحدة أو إخماد ودحرجة ثم تمرير والمهم هو أن الكرة لا تمس الخصم **التمرين 3:**ينتشر اللاعبون وسط الدائرة المركزية ومع كل واحد منهم كرة وكذلك مع اللاعب الصياد .عند الإشارة يحاول الصياد من إصابة كرة أو جسم أي لاعب وعلى اللاعب المصاب ترك كرته جانبا وبذلك يصبح صيادان بكرة واحدة، يجري التعاون بينهما لاصطياد الآخرين وهكذا إلى أن يبقى آخر لاعب مع كرته غير مصاب وبذلك يكون بطل اللعبة	65د	-التزام كل لاعب بمركزه -تمرير الكرة بوجه القدم -انتظار الأدوار - عدم التسرع في تمرير الكرة -ضرب الكرة في اتجاه الزميل الهارب
المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الإسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية -تقبل النقد

النشاط:كرة القدم
رقم الوحدة التدريبية:04
الفئة العمرية:(أقل من 17سنة)
المكان:الملعب البلدي
مدة الحصة : 1ساعة ونصف
الوسائل المستعملة:صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	**تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب، التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل**	الاصطفاف-شرح محتوى الحصة- جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
المرحلة الرئيسية	-التأكيد على تعلم تقنية التمرير -تمرير الكرة بدقة -خلق جو التنافس بين اللاعبين	**التمرين 1:**يقف المختبر وعلى بعد 1متر من القمع الأول وعلى بعد 2متر من القمع الثاني وعلى بعد 3 متر من القمع الثالث ومعه ثلاث كرات،يقوم بتمرير الكرة الأولى لتصطدم بالقمع الأول ويتكرر مع الأقماع 3.2وهكذا يقوم بالعملية كل لاعب **التمرين 2:**يقف الفريق الأول على خط الهدف والمسافة بين الواحد والآخر من 1-2 متر مستعدا للانطلاق باتجاه الهدف المقابل . الفريق الآخر ينتشر في الساحة ومعه كرتين عند سماع الإشارة ينطلق الفريق الأول بأكمله راكضا باتجاه الهدف المقابل بينما يحاول الفريق المنتشر داخل الساحة إصابة أكبر عدد ممكن من اللاعبين واللاعب المصاب يخرج من اللعبة وعندما يصل الفريق إلى منطقته الجديدة ينطلق مرة أخرى راجعا إلى محله السابق وهكذا ويجري الانطلاق عند سماع الإشارة ولغاية عشر محاولات ثم يعد المدرب كم من اللاعبين خرجوا لإصابتهم إثناء المحاولات العشرة ويحصل الفريق الصائد على نقطة لكل لاعب مصاب ثم يستبدل الفريقان كل	65د	النظر للكرة والملعب والزميل -اخذ المكان المناسب لخلق زوايا التمرير المناسبة -تمرير الكرة بوجه القدم -انتظار الأدوار - عدم التسرع في تمرير الكرة -ضرب الكرة في اتجاه الزميل الهارب ضرب الكرة اتجاه الشواخص وبدقة

		بمحل الآخر وبالتالي يكون الفريق الذي أخرج أكبر عدد ممكن من اللاعبين هو الفريق الفائز. **التمرين 3:**نقوم بتعيين نقطة في وسط الملعب ثم نضع أربعة أهداف حيث يحدد كل هد ف بشاخصين المسافة بينهما، (01)م على أن تكون الأهداف متناظرة مثنى مثنى وعلى بعد 15م،من نقطة الوسط عند الإشارة يقوم اللاعب بقذف الكرة في كل هدف انطلاقا من نقطة الوسط.وهكذا يقوم كل لاعب بنفس العملية		
المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الاسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية -تقبل النقد

الهدف: أن يتمكن اللاعب من أداء التمرير بدقة

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:05**

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة) **المكان:**الملعب البلدي

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف: تعلم مختلف أنواع التصويب على المرمى

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب،التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل	الاصطفاف–شرح محتوى الحصة– جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
	▪ التأكيد على تعلم تقنية التصويب ▪ تعلم مختلف أنواع التصويب	**التمرين 01:** يقسم اللاعبون إلى فوجين متقابلين ثم الدخول بالكرة عن طريق التنطيط ثم التصويبة السليمة **التمرين02:** نفس التقسيم السابق لكن ينفذ التمرين عن طريق التصويب من الإرتقاء **التمرين 03:** : نفس التقسيم السابق لكن ينفذ التمرين عن طريق التصويب من الثبات	65د	–الاستلام الجيد للكرة – ضرب الكرة بكل قوة ودقة –التركيز الجيد

المرحلة الرئيسية	**التمرين 04:** نفس التقسيم السابق لكن ينفذ التمرين عن طريق التصويب من الثبات وبعد تمرير الكرة ثم إستلامها **منافسة :**حسب التقسيم السابق مباراة نصف ملعب لمدة 10د ثم دخول الفريق الجديد بدل الخاسر.		على العمل بالرجلين -إبراز القدرات الفردية والجماعية خلال المباراة التطبيقية
المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الاسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	– التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية – تقبل النقد

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:**06

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة) **المكان:**الملعب البلدي

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف: تطوير مهارة دحرجة الكرة مع التسديد على المرمى.

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب،التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل	الاصطفاف-شرح محتوى الحصة- جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الانظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
المرحلة الرئيسية	-التحكم في الكرة. التأكيد على تعلم مختلف -تقنيات دحرجة الكرة أثناء الجري. -خلق جو التنافس بين الفريقين	_ على بعد مسافة 20 م من مرمى مع الحارس يتم تحديد ملعبين بواسطة أقماع، على بعد 5 م من الملعبين يوضع قمع باتجاه المرمى. _يوزع اللاعبون بالتساوي على الملعبين و كل لاعب من كل مجموعة يعطى رقم ،كل لاعب يملك كرة. _**التمرين الأول**: يقوم اللاعبون بالجري بالكرة مع تغيير الاتجاه المتكرر في الملعب الصغير. _**التمرين الثاني** : عند ذكر المدرب لرقم ما يقوم اللاعب صاحب الرقم من كل مجموعة بنفس الوقت و بأسرع ما يمكن بالاتجاه إلى ا لمرمى و التسديد. اللاعب الذي يسجل أولا تسجل لفريقه نقطة. **التمرين الثالث**: نفس التمرين السابق و لكن يجب الانتقال - إلى القمع في الجهة الأخرى و من ثم التسديد	65د	-التحكم في الكرة عند الجري -التسديد يكون في ايطار المرمى -تسديد الكرة بالرجلين اليمنى واليسرى
المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الإسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية -تقبل النقد

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:**07

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة)

المكان:الملعب البلدي

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف: التهديف على المرمى

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب، التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل	الاصطفاف–شرح محتوى الحصة– جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية

المرحلة الرئيسية	التحكم في الكرة واتخاذ الوقت المناسب للتصويب	التمرين 01: تشكيل قاطرة خارج مستطيل 18م ،حيث يبدأ اللاعب بالتمرير للمدرب الذي يمهد له الكرة ليسددها مباشرة التمرين02: تشكيل مجموعتين "أ" و "ب"حيث يتبادل"أ" و"ب"التمرير حتى يصلا مستطيل 18م .يقوم "ب" تمهيد الكرة ل"أ" ليصوب الكرة صوب المرمى.مع تغيير الأدوار التمرين 03: :مقابلة مصغرة حيث يتم تشكيل أربع فرق "أ"،"ب"،"ج"،"د" كل فريق يتكون من 4 لاعبين يلعب الفريق (أ) مع (د) و (ب) مع (ج)،بعدها يتقابل الرابح مع الرابح والخاسر مع الخاسر . المباراة تجرى في ملعب مصغر ومرميين مصغرين	65د	-التركيز عند ضرب الكرة - ضرب الكرة بكل قوة ودقة -التركيز الجيد على العمل بالرجلين -إبراز القدرات الفردية والجماعية خلال المباراة التطبيقية
المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الإسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية-تقبل النقد

النشاط:كرة القدم **رقم الوحدة التدريبية:**08

الفئة العمرية:(أقل من 17سنة) **المكان:**الملعب البلدي

مدة الحصة : 1ساعة ونصف **الوسائل المستعملة:**صافرة،ميقاتية،أقماع،صدريات

الهدف:تنمية دقة التهديف

المراحل	الأهداف	محتوى الحصة	المدة	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	تهيئة اللاعب نفسيا و بدنيا لدخول التدريب، التركيز على إحماء كل العضلات و خاصة المقبلة على العمل	الاصطفاف-شرح محتوى الحصة- جري خفيف حول الملعب لمدة 10دقائق القيام بالحركات الإحمائية العامة والخاصة بالنشاط القيام بتمارين التوافق الحركي	15د	الإنظباط الهدوء التام،الجري برتم متوسط التسخين الجيد لمختلف الأطراف العلوية والسفلية
المرحلة الرئيسية	تنمية دقة التهديف خلق جو التنافس بين الفريقين	**التمرين 01:**تثبت ثلاث أعلام وعلى خط واحد وسط الملعب،وبذلك سيتألف هدفان ويكون اللعب اعتياديا وعلى حامي الهدف الدفاع عن الهدفين ومن الجهتين،حتى يحق للفريقين التهديف من الجهتين وعلى أي من الهدفين والفائز الذي يسجل أهداف أكثر **التمرين 02:**يقف اللاعب خلف خط البداية وأمامه ثلاث كرات،وعند الإشارة يتحرك اللاعب ويقوم بركل الكرة على أحد الزوايا العلياأو السفلى للمرمى **التمرين 03:**يحاول كل لاعب التسديد على المرمى من أوضاع مختلفة . المسافة بين منطقة التسديد والمرمى : 15 متر المسافة بين منطقة التسديد والمرمى :25متر المسافة بين منطقة التسديد والمرمى :35متر	65د	-التحكم في الكرة عند الجري -التسديد يكون في ايطار المرمى -تسديد الكرة بالرجلين اليمنى واليسرى -رؤية المرمى قبل تسديد الكرة
المرحلة الختامية	تقديم الملاحظات بموضوعية	القيام بجري خفيف حول الميدان ،تمارين الاسترخاء إعطاء اللاعبين بعض النصائح	10د	-التأكد من عودة الجسم إلى الحالة الطبيعية -تقبل النقد

العينة الضابطة																												
	اختبار التمرير في الدوائر						اختبار التمرير من علامة الزاوية						اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء						اختبار المستطيلات المتداخلة						اختبار بوزن لتركيز الانتباه			
	القطر 6م		القطر 4م		القطر 2م		8متر		6متر		4متر		منطقة 1		منطقة 2		منطقة 3		الاكبر 8*16		الاوسط 4*8		الاصغر 2*4		بدون تشتيت		بتشتيت	
	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
1	2	3	1	1	0	2	2	2	4	4	4	3	1	2	2	2	3	4	3	2	4	3	2	4	11	12	8	10
2	1	1	3	3	2	2	3	5	2	4	3	3	2	2	1	3	4	3	1	3	3	2	3	3	9	10	6	7
3	2	2	1	3	1	2	1	2	3	4	1	4	1	2	2	3	5	3	2	4	5	5	1	2	12	12	5	6
4	3	3	1	1	2	1	0	2	1	0	3	5	0	2	1	3	2	4	3	4	5	4	0	2	9	10	6	4
5	2	3	0	1	1	3	2	3	1	3	1	3	2	2	0	1	3	4	1	3	2	4	2	3	7	10	4	7
6	3	4	2	2	0	1	2	4	3	4	2	4	3	2	3	3	1	1	0	3	1	2	0	3	10	11	5	7
7	1	2	0	0	0	1	2	3	4	5	2	3	1	3	2	2	3	2	3	2	1	1	1	2	10	10	8	9
8	0	2	3	3	0	2	1	5	1	2	2	5	2	3	1	2	4	3	1	2	2	3	1	3	12	12	10	8
9	2	2	4	5	2	3	2	3	1	3	2	2	2	4	2	3	2	3	2	2	1	1	2	3	13	12	9	10
10	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	4	0	3	2	2	3	2	4	9	10	6	6
11	1	2	1	0	1	1	3	1	2	2	3	1	3	2	3	1	2	0	3	1	1	3	1	2	8	10	5	6
12	3	3	1	1	2	3	1	2	2	3	2	5	3	3	1	3	1	1	0	4	2	3	1	3	10	11	7	7
13	2	3	2	3	2	3	1	2	3	6	4	5	0	1	3	2	3	3	1	1	2	3	1	3	9	13	6	5
14	2	2	3	3	2	3	0	1	1	5	2	3	0	1	4	3	4	3	3	5	1	1	0	1	10	10	5	8
15	0	1	2	3	2	3	2	2	2	3	1	3	2	2	2	5	1	3	2	3	1	1	1	1	12	12	6	7
16	0	2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	6	1	3	0	2	0	1	2	3	5	4	3	3	11	12	6	6
17	1	1	2	3	0	2	1	3	2	3	2	2	4	4	2	2	2	2	3	2	4	4	2	3	13	12	5	9

9	7	12	12	2	2	3	2	6	1	2	1	2	1	1	2	5	2	3	1	1	1	3	2	2	3	3	2	18
7	6	12	12	1	1	2	1	2	0	3	1	3	1	2	1	3	1	4	3	3	1	4	3	4	1	3	2	19
5	5	12	10	1	0	3	3	5	3	2	1	2	2	5	3	5	4	3	1	1	1	4	4	3	2	1	1	20

العينةالتجريبية																												
اختبار التمرير في الدوائر						اختبار التمرير من علامة الزاوية						اختبار دقة التصويب من علامة الجزاء						اختبار المستطيلات المتداخلة						اختبار بوزن لتركيز الانتباه			
القطر 6م		القطر 4م		القطر 2م		8متر		6متر		4متر		منطقة 1		منطقة 2		منطقة 3		الاكبر 8*16		الاوسط 4*8		الاصغر 2*4		بدون تشتيت		بتشتيت	
قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
1	5	3	5	3	3	2	6	1	6	3	8	2	4	3	3	5	2	2	5	3	4	2	3	12	16	4	12
1	5	2	4	1	2	2	6	2	5	3	8	4	5	3	4	0	3	2	4	2	3	1	2	11	17	7	10
3	4	0	3	2	4	2	7	2	8	6	8	2	4	2	3	3	5	3	4	2	4	1	2	10	15	8	13
1	2	1	3	1	3	1	5	2	6	2	5	2	2	0	3	2	3	1	3	1	2	1	1	11	18	6	8
3	4	2	5	0	2	3	5	5	7	4	8	3	0	1	2	5	5	2	5	2	4	0	1	12	19	5	7
1	3	3	3	2	3	2	4	2	7	3	8	3	0	2	3	1	3	2	3	3	4	2	2	10	15	5	11
2	4	2	5	3	5	1	2	1	4	2	5	2	0	3	3	3	5	2	4	2	4	2	2	9	14	7	9
2	5	3	6	0	3	3	7	1	6	2	8	3	1	2	5	2	5	1	3	2	3	1	1	10	12	7	8
1	4	2	5	1	3	2	3	3	8	2	3	3	2	3	4	1	2	1	5	2	4	1	2	13	19	9	13
2	4	2	4	1	4	1	5	1	8	2	7	3	3	2	4	3	5	2	4	3	4	3	4	10	16	7	12
1	2	1	3	1	3	2	6	1	5	2	6	3	2	1	4	2	4	1	4	3	4	3	3	12	18	9	12
1	4	2	5	3	5	2	6	2	6	4	8	6	4	2	4	1	5	2	4	3	5	0	1	12	17	5	10
2	5	3	4	2	5	2	5	1	7	2	8	1	5	0	2	5	4	1	2	2	2	1	0	13	16	8	10
1	5	3	3	3	5	2	6	1	5	1	8	2	4	3	5	1	2	2	5	4	5	2	3	15	15	6	9

12	8	15	13	3	4	3	4	5	1	4	2	5	3	3	2	6	5	5	1	3	1	4	1	4	2	3	2	1
9	9	15	14	3	1	4	1	3	1	4	3	0	1	2	2	5	2	5	1	6	1	3	1	3	2	5	3	1
10	5	18	15	4	4	5	3	5	2	3	2	4	2	3	1	6	3	6	1	5	1	3	1	4	1	4	1	1
11	7	16	12	4	2	3	2	4	1	2	0	4	0	3	5	8	2	5	1	3	3	4	2	1	0	4	2	1
7	5	10	9	5	5	5	4	3	2	4	5	2	0	2	0	7	2	8	3	6	2	4	2	3	1	3	1	1
14	5	16	11	2	1	3	1	4	1	3	1	4	4	2	0	8	3	6	4	5	3	5	3	4	3	5	2	2

قياسات الطول والوزن والسن للعينة الضابطة والتجريبية :

العينة الضابطة			
الاسم واللقب	السن	الطول	الوزن
شاكر عزيز	15	1.71	**63**
طواف حليم	15	1.65	**53.5**
فلاح محمد	15	1.69	**58.5**
قادة بن ياسين	16	1.62	**51**
مخلوف معاذ	16	1.70	**61**
جاب داود	16	1.65	**57**
سجراري دحو	15	1.68	**56.5**
شبشاب حليم	16	1.70	**62**
قاسم شاوش محمد	16	1.59	**50**
باعو نذير	15	1.62	**50.5**
بوسيف علي	16	1.49	**48.5**
حمداوي أيمن	16	1.59	**51.5**
بيوض ناصر	15	1.70	**60**
سايح عبد الرحمان	15	1.69	**61.5**
حجال ياسر	16	1.73	**57**
مغراوي محمد	16	1.69	**58**
قداوي صهيب	16	1.56	**48**
صديقوي نور الدين	16	1.68	**60**
بعطوش أسامة	15	1.65	**61**

العينة التجريبية			
الاسم واللقب	السن	الطول	الوزن
عدة بوزيان عبد الرحمان	15	1.58	**58.5**
قراش عبد الرحمان	16	1.60	**60**
قداوي محمد	16	1.57	**57**
كفيف محمد	15	1.63	**60**
مخلوف يونس	16	1.60	**61.5**
بورشاش عماد	15	1.58	**59**
معيزي أسامة	15	1.62	**60**
قاسم شاوش عبد القادر	15	1.55	**57.5**
بوحزام أيوب	16	1.66	**61**
صحراوي أيمن	16	1.59	**62**
معاوية عبد القادر	16	1.60	**63**
قادة بن رشيد	15	1.63	**59**
سقار أسامة	16	1.60	**55**
بريزيني عبد الوهاب	15	1.56	**54.5**
صحراوي عبد الحليم	15	1.59	**59**
بن فريحة الحبيب	16	1.65	**62.5**
بوشناق محمد	16	1.68	**61**
وذان جمال	16	1.69	**58**
مخلوف معاذ	16	1.67	**60.5**