



علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من الثبات  
لدى لاعبي كرة السلة صنف أشبال  
(14-16) سنة



بحث وصفي أجري على فريق النادي الهاوي لدائرة المحمدية  
ولاية معسكر  
الشعبة:  
التدريب الرياضي

اللجنة المناقشة:  
د. شعلال عبد المجيد  
د. زرف محمد  
د. بن دحمان نصر الدين

من إعداد الطالب:  
عامر عامر حسين

2010-2009



## مشكلة البحث

إن مهارة التصويب في كرة السلة تعد من المهارات الوحيدة التي توقف الفوز لأي فريق إذا ما تم إتقانها بصورة جيدة و ذلك لأن كل المهارات الأخرى و الخطط الهجومية المختلفة تصبح عديمة الجدوى في حالة عدم نجاح التصويب.

و بعض المدربين المختصين يعتقدون أن السبب هو انخفاض مستوى فاعلية البرنامج المسطر من طرف المدرب ربما يرجع السبب الرئيسي هو عدم الاهتمام بتدريب و تطوير المهارات النفسية من طرف اللاعبين و المدرب و لقد لاحظ الطالب الباحث من خلال ممارسته و متابعته لهذه اللعبة الثنية من حيث هذه الشعبية بعد كرة القدم لما فيها من إثارة و متعة حتى آخر الثواني في المقابلة.

و لقد بدر إلى ذهن الطالب الباحث إلى أنه من أسباب فشل و عدم الفوز هو القصور في عملية التهيؤ و التركيز علما أن هذه العملية العقلية تتوقف على أساس نجاح أي حركة أو مهارة رياضية و من بين هذه المهارات التصويب من الثبات.

و من خلال هذه الظاهرة بدرت إلينا عدة تساؤلات و من بينها :

هل هناك علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه و دقة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة صنف أشبال (14-16 سنة)؟

# مشكلة البحث

الأسئلة الفرعية:

هل هناك علاقة ارتباط طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الجانب؟

هل هناك علاقة ارتباط طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من منطقة

الرمية الحرة؟

هل هناك علاقة طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الأمام؟

## أهداف البحث

- التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه و دقة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة صنف أشبال.
- التعرف على المنطقة التي يكون فيها اللاعب عنده تركيز جيد.
- الاهتمام بالفئات الصغرى خاصة في كرة السلة لأنها فئة مهمشة بالرغم من أنها القاعدة الأساسية.

# فروض البحث

## 1- الفرضية الرئيسية:

وجود علاقة ارتباطية بين درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة صنف أشبال.

## 2- الفرضيات الفرعية:

- توجد علاقة ارتباط طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الجانب.
- توجد علاقة ارتباط طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من منطقة الرمية الحرة .
- توجد علاقة طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الأمام .

## الباب الأول ← الدراسة النظرية

← الفصل الأول: تركيز الانتباه

← الفصل الثاني: مهارة التصويب

← الفصل الثالث: المرحلة العمرية و الدراسات المشابهة

## الباب الثاني ← الدراسة الميدانية

← الفصل الأول: منهج البحث و إجراءاته الميدانية

← الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج

← الفصل الثالث: مقابلة النتائج بالفرضيات و الاقتراحات

# منهج البحث و إجراءاته الميدانية

## منهج البحث

من أجل إتمام هذه الدراسة استلزم على الطالب الباحث إتباع المنهج أوصفي و الذي يبدو هو الأكثر ملائمة لحل هذا المشكل و قد عبر (محمد زيان عمر) عن المنهج الوصفي قائلاً "هو عبارة عن منهج شامل للظواهر الموجودة في جماعة معينة و في مكان معين و وقت محدد بحيث يعادل الباحث كشف و وصف الأوضاع القائمة و الاستعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل.

## عينة البحث

اختيرت عينة البحث بطريقة عشوائية و تمثلت في 12 لاعب من فريق النادي الهاوي بدائرة المحمدية بولاية معسكر.

# منهج البحث و إجراءاته الميدانية

## مجتمع الأصل

يمثل مجتمع الأصل نادي الهاوي لدائرة المحمدية ولاية معسكر.

## أدوات و وسائل البحث

- المحاور و المراجع سواء بالعربية أو الأجنبية في إجراء بحثه لتوضيح الموضوع و الإحاطة به.
- اختبار شبكة التركيز "دورثي هاريس".
- اختبار التصويب من الثبات (يطارية ايفر).
- استمارة تسجيل الدرجات.
- الوسائل الإحصائية .
- جهاز حاسوب.

# منهج البحث و إجراءاته الميدانية

## الاختبارات الميدانية

- اختبارات شبكة التركيز الانتباه "دورثي هاريس".
- اختبارات دقة التصويب في الثبات "بطارية ايفر".

# منهج البحث و إجراءاته الميدانية

## الدراسة الاستطلاعية

معامل الارتباط الجدولي	معامل الثبات	الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الإحصائية للاختبارات
0.43	0.91	0.05	ن-1 9	10	اختبار تركيز الانتباه
	0.83				اختبار التصويب من الأمام
	0.99				اختبار التصويب رمية الحرة
	0.89				اختبار التصويب الجانب

جدول رقم (08) يبين ثبات التختبارات المستعملة

# منهج البحث و إجراءاته الميدانية

## الدراسة الاستطلاعية

معامل الارتباط الجدولي	معامل الثبات	الدالة الإحصائية	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الإحصائية للاختبارات
0.43	0.95	0.05	ن-1 9	10	اختبار تركيز الانتباه
	0.91				اختبار التصويب من الأمام
	0.96				اختبار التصويب رمية الحرة
	0.94				اختبار التصويب الجانب

جدول رقم (09) يبين صدق الاختبارات المستعملة

## عرض و تحليل النتائج

تركيز ممتاز	تركيز جيد	تركيز متوسط	تركيز أقل من متوسط	تركيز ضعيف	
4	6	1	2	0	ن
30.76	46.15	07.76	15.38	0	النسبة المئوية (%)

جدول رقم (10) يوضح نسبة تركيز الانتباه للاعبين الفريق الذين  
أقيمت عليهم التجربة الأساسية

و على ضوء هذه النتائج يرى الباحث بان أغلبية اللاعبين يملكون تركيز القبول  
و هذا نسبة 77% أي أغلبية لاعبي الفريق يملكون تركيز جيدا.

## عرض و تحليل النتائج

تركيز الانتباه		معامل ارتباط پرسون	التصويب من الجانب			الاختبارات
ع	س		ع	س	ن	المناطق
2.55	16.81	0.38	4.01	20.6	12	المنطقة 01

جدول رقم (11) يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه و دقة التصويب من الجانب

و على هذا النحو يرى الطالب الباحث أن الاهتمام بتنمية القدرات العقلية و الذهنية للاعب يجب أن تكون منذ بداية الممارسة مع مراعاة التنمية البدنية و الفنية أي أنهما يجب أن يمشي في خطين متوازيين كلما نزيد في الأول تقابلها زيادة و تحسين في الثانية و هذا من خلال ملاحظة الباحث أثناء القيام بالتجربة.

## عرض و تحليل النتائج

تركيز الانتباه		معامل ارتباط پرسون	التصويب من الجانب			الاختبارات
ع	س		ع	س	ن	المناطق
2.55	16.81	0.73	1.01	18.42	12	المنطقة 01

جدول رقم (12) يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه و دقة التصويب من منطقة الرمية الحرة

و على هذا النحو يرى الطالب الباحث من خلال ممارسة التجربة الميدانية أن نسبة كبيرة من اللاعبين يقومون بالتركيز بشكل جيد أثناء الرمية الحرة التي هي أسهل التصويبات و هذا من خلال وجهة نظر العينة التي أقيمت عليها التجربة. و هذا ما يتجلى في نتائج الاختبار التصويب من الرمية الحرة.

## عرض و تحليل النتائج

تركيز الانتباه		معامل ارتباط پرسون	التصويب من الجانب			الاختبارات
ع	س		ع	س	ن	المناطق
2.55	16.81	0.51	1.8	18.74	12	المنطقة 01

جدول رقم (13) يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه و دقة التصويب من الأمام

و على هذا النحو يرى الطالب الباحث من خلال التجربة الميدانية و كذلك متابعة للحصص التدريبية للفرق و كذلك من خلال الأسئلة التي طرحت على المدرب يرى بان المدرب لا يعطي أهمية و اهتمام بتغيير مناطق التسديد برغم من انه شئ مهم من اجل التأقلم معه كل الوضعيات و الفرص التي تتاح أثناء المنافسة و على هذا الخصوص رأى الطالب الباحث انه هناك بعض اللاعبين نقص تركيزهم بعد تغير منطقة التسديد عليهم و هذا شئ بديهي عند المبتدئين.

# مقابلة النتائج بالفرضيات

## الفرضية الأولى

"توجد علاقة ارتباطية طردية بين تركيز الانتباه والتصويب".  
ومن خلال الجداول (14) والمنحنيات البيانية تبين ما يلي :  
أنه توجد علاقة ارتباطية طردية بين المتغيرين تركيز الانتباه ودقة التصويب وأن هذه العلاقة تختلف من حيث طبيعتها وهذا ما أسفرت عنه الدراسات التحليلية نتيجة الاختبارات الميدانية للعينة التجريبية والتي أكدت على وجود علاقة طردية موجبة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب وهذا ما جاء تأكيدا للدراسات السابقة والتي كانت تلح على أهمية تحسين هذه القدرة من أجل الأداء الجيد والمتقن سواء في التدريب أو المنافسات وعلى هذا النحو يرى الطالب الباحث أنه لا بد من تقسيم اللاعبين ذوي التركيز العالي والتركيز الضعيف والقيام بتحسين كل فئة على حدى وهذا يختلف من لاعب إلى آخر وذلك مع مراعاة الفروق الفردية لكل لاعب

# مقابلة النتائج بالفرضيات

## الفرضية الثانية

"توجد علاقة طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الجانب " استنادا على ما جاء في الدراسة التطبيقية ومن خلال اختبارات الميدانية التي أجريت على العينة التجريبية أسفرت على أنه توجد علاقة طردية موجبة ضعيفة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب وهذا ما تأكد من خلال الجدول (12) والمنحنى البياني رقم (04) وهذه النتائج تؤكد أن الفرضية لم تتحقق بشكل كامل ويرجع الطالب الباحث أسباب ضعف هذه العلاقة إلى نقص التدريب على التصويب من الجانب مقارنة بالوضعيات الأخرى وهذا متأكد على لسان المدرب من خلال الأسئلة التي وجهت له من طرف الباحث . وبناء على النتائج المتحصل عليها فإنها تنفي وجود علاقة ارتباطية قوية .

# مقابلة النتائج بالفرضيات

## الفرضية الثالثة

"توجد علاقة طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من منطقة الرمية الحرة".

ويرى الطالب الباحث أن أسباب قوة هذه العلاقة يرجع إلى الممارسة المكثفة للاعبين للتصويب من منطقة الرمية الحرة خاصة في التدريب وبالأخص في مرحلة التسخين حيث رأى الطالب الباحث أن المدرب يعطيهم حرية التسخين بالكرة بالإضافة إلى رغبة اللاعبين فيتحسن التصويب من منطقة الرمية الحرة وهذا نظرا لأهميتها أثناء المباريات .

وكل هذه المؤشرات تؤكد على صحة العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من منطقة الرمية الحرة أي أنه كلما كانت درجة التركيز عالية كانت نسبة النجاح عالية.

# مقابلة النتائج بالفرضيات

## الفرضية الرابعة

"توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الأمام " انطلاقا من تحليل الدراسة التطبيقية ونتيجة الاختبارات الميداني التي أجريت على العينة التجريبية تبين لنا من خلال الجدول (14) والمنحنى البياني رقم (06) أنه توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الأمام وطبيعة هذه العلاقة كانت متوسطة الارتباط .

وبناء على هذه النتائج فإنها تنفي وجود علاقة ارتباطية قوية بين كل من تركيز الانتباه ودقة التصويب من الأمام ويرجع الباحث أسباب هذا الارتباط المتوسط إلى الفروق الفردية بين اللاعبين في درجة التركيز وإلى نقص درجة التأقلم مع وضعية التصويب وهذا يدل على نقص الاهتمام من طرف المدرب بتحسين التصويب من مختلف المناطق ومختلف الوضعيات بالرغم بأن هذه المهارة يجب أن تطور في الأصناف الصغرى .

# الاستنتاجات

- توجد علاقة طردية موجبة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب .
- لا توجد علاقة ارتباطية قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الجانب .
- توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة قوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الرمية الحرة .
- توجد علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الأمام .
- الوضعية التي يكون فيها اللاعب أكثر تركيزاً هي وضعية الرمية الحرة .
- كلما زاد تركيز الانتباه زادت نسبة نجاح التصويب .
- درجة التركيز تختلف من وضعية إلى أخرى .
- تركيز الانتباه صفة عقلية لا بد من تحسينها ابتداءً من الفئات الصغرى هذا من أجل إكساب اللاعب خبرة حركية وبرامج حركية من أجل الوصول إلى المستوى العالي .

# الخلاصة

ومن خلال هذه الدراسة توصل الطالب الباحث إلى كشف حقيقة العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب من الثبات لدى اشبال فرق كرة السلة، حيث كانت علاقة ارتباطية موجبة وكذلك توصل الباحث إلى ضرورة تنمية قدرة تركيز الانتباه من أجل زيادة نسبة نجاح الأداء الحركي سواء التميرير أو التصويب أو الاستقبال، حيث كل هذه المهارات تتوقف على مستوى التركيز بالإضافة إلى الفروق الفردية التي تلعب دور في تحديد درجة تركيز كل لاعب .

وهذا ما تأكد من خلال دراسة (هاشم احمد سليمان-1987)،(انتصار عودية-2003) بالإضافة إلى عدة دراسات أخرى التي خلصت في نهايتها "قدرات الإنتباهية للاعب تأثر على الأداء الحركي "أي أنه كلما كان التركيز جيد قابله أداء جيد وفي نهاية هذه الدراسة توصل الطالب الباحث إلى :

ضرورة الاهتمام بتحسين القدرات النفسية والعقلية للاعبين أثناء التدريب من أجل تعودهم على التركيز الجيد أثناء المنافسات .

وبناء على ما خلص به الطالب الباحث جاءت التوصيات والإرشادات استنادا على (43)مصدر علمي.

# الاقتراحات

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي والذهني للاعبين في مراحل سنوية متقدمة حيث يكون عنده القدرة على الإستعاب وتصحيح الأخطاء .
- ضرورة الإلمام بالفروق الفردية للاعبين من أجل تحسين هذه القدرة.
- ضرورة إجراء البحوث ودراسات مشابهة لبقية المراحل العمرية .
- إجراء دراسات حول قدرات نفسية وعقلية أخرى حيث أصبح المستوى العالي يعتمد على هذا الجانب أكثر من أي جانب آخر.

# الاقتراحات

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي والذهني للاعبين في مراحل سنوية متقدمة حيث يكون عنده القدرة على الإستعاب وتصحيح الأخطاء .
- ضرورة الإلمام بالفروق الفردية للاعبين من أجل تحسين هذه القدرة.
- ضرورة إجراء البحوث ودراسات مشابهة لبقية المراحل العمرية .
- إجراء دراسات حول قدرات نفسية وعقلية أخرى حيث أصبح المستوى العالي يعتمد على هذا الجانب أكثر من أي جانب آخر.

*Merci pour votre attention*