

ISSN: 2392-5442, EISSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 09 العدد: 03 السنة: 2022		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات: 1098-1112		تاريخ الإرسال: 20-01-2022 تاريخ القبول: 10-08-2022

علاقة بعض القدرات العقلية ( التصور العقلي وتركيز الانتباه ) بمهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم

## The relationship of some mental abilities (mental perception and focus of attention) with the skill of shooting on the goal in football

نويري بوبكر\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> جامعة محمد بوضياف المسيلة (الجزائر)، boubakre.nouiri@univ-msila.dz

**ملخص:** يهدف البحث إلى التعرف على علاقة بعض القدرات العقلية ( التصور العقلي وتركيز الانتباه ) بمهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم ، وتم استخدام المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة ، واختيرت عينة الدراسة بطريقة مقصودة ممثلة في 16 لاعب من من نادي اتحاد برهوم . واستخدمنا مقياس للتصور العقلي ، ومقياس تركيز الانتباه كأداة من أدوات البحث العلمي لجمع المعلومات ، وللمعالجة الإحصائية استخدم نظام spss ، وقد أشارت أهم نتائج البحث إلى وجود علاقة ايجابية ومعنوية بين مظاهر تركيز الانتباه ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم. كذلك وجود علاقة ايجابية ومعنوية بين التصور العقلي ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم .

كلمات مفتاحية: القدرات العقلية؛ التصور العقلي؛ تركيز الانتباه؛ التصويب علي المرمي.

**Abstract:** The research aims to identify the relationship of some mental abilities (mental perception and focus of attention) with the skill of shooting at the goal in football, The descriptive approach was used to suit the nature of the study, The study sample was chosen in an intentional way represented by 16 players from Ittihad Barhoum Club, And we used a measure of mental perception, and a measure of concentration of attention as a tool of scientific research to collect information, For statistical processing, use the spss system, The most important results of the research indicated that there is a positive and moral relationship between the manifestations of concentration of attention and the skill of shooting at the goal in football. Likewise, there is a positive and moral relationship between mental perception and the skill of shooting at the goal in football. **Keywords:** keywords; mental capacities ; mental visualization ; and focus attention .

\*المؤلف المرسل

1. مقدمة:

يشهد العالم تطوراً علمياً وتكنولوجياً في مجال التربية الرياضية وابتكارها أحد أبرز مجالات المعرفة الإنسانية التي تطورت ومازالت تتطور أصبح من الضروري بذل المزيد من الجهد والعمل لكي نواكب ذلك التقدم المستمر ونستفيد من الطاقات والثروات البشرية كل حسب إمكانياته وقدراته واستعداداته ومواهبه ، ويعتمد إعداد وتدريب اللاعبين بدنياً ومهاريًا ونفسياً وعقلياً على أسس ومبادئ البحث العلمي ، وتعد لعبة كرة القدم إحدى أهم الألعاب الرياضية التي حضت ومازالت تحضها باهتمام كبير ضمن جل دول العالم وخاصةً المتقدمة منها ومثل هذا الاهتمام جعل المختصين والمعنيين يسعون دائماً إلى تطويرها من خلال رفع مستويات اللاعبين والمدربين والحكام من جميع النواحي التي تتطلبها وبما ينسجم والدور البارز التي تتميز به هذه الرياضة . ولقد تقاربت طرق الإعداد البدني والمهاري والخططي ومبادئه الى درجة كبيرة خلال السنوات الأخيرة ، ولذا فقد ظهرت الحاجة الى المزيد من الاهتمامات بالناحية النفسية. (أسامة كامل راتب، 1991، ص 331) والمهارات النفسية تمثل بعدا هاما في إعداد اللاعبين في لعبة دورا أساسيا في تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنبا الى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخططية فالأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ويحدد العامل النفسى نتيجة اللاعبين أثناء المنافسة حيث يلعب دورا رئيسيا في تحقيق الفوز. (محمد حسن علاوى: 1979، ص 35)

ويشير العربي شمعون (1996) الى أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في (الاسترخاء- تركيز الانتباه- التصور العقلي- الاسترجاع العقلي- الثقة بالنفس). يجب أن تسير جنبا الى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (العربي شمعون: 1996، ص 362)

وتعد المهارات الحركية في المجال الرياضي نوعاً من المهارات التي تقتضي استخدام العضلات لتحويل الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق انجاز أو أداء بدني خاصة وتمتاز المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بأنها تعتمد بشكل أساس على الحركة فضلاً عن كونها تتضمن التعامل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وعمليات وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء . وابتكار كرة القدم أهم هذه الألعاب الرياضية إذ لا بد أن يتصف لاعبيها بقدرات عقلية مميزة تؤهلهم لأداء تلك المهارات وخاصةً الصعبة منها . ويرى راتب (2000) أن تدريب المهارات النفسية برامج منظمة تربوية تصمم لتقديم المساعدة لكل من اللاعب والمدرب بغرض تحسين الأداء واتقانه فضلاً عن

ويتوقع أن يفيد التصور العقلي في تحسين المهارات الحركية اضافة الى تحسين التركيز والانتباه ومنع تشتت الأفكار والانتباه وبناء الثقة في النفس للاعب، والتي تمكنه من السيطرة على الانفعالات وتطوير استراتيجيات اللعب ومواجهة الألم والاصابة. (راتب، 2000)

وإيماناً من الباحث بالدور الفعال والمؤثر للقدرات العقلية المتمثلة بتركيز الانتباه والتصور العقلي في أداء مهارات كرة القدم هذا ما دعاه إلى دراسة مساهمة تركيز الانتباه والتصور العقلي في الأداء الجيد لمهارة التسديد علي المرمي في كرة القدم وهنا تكمن أهمية البحث والحاجة إليه .

## 1.1. مشكلة البحث:

هناك اعتقاد خاطئاً في المجال الرياضي وهو أن الطريقة الوحيدة لاكتساب وتعلم المهارات الحركية هو ساعات طويلة من التدريب البدني وتكرار الممارسة على المهارة مما يؤدي إلى إتقانها، إن التدريب الحديث يعتمد على أساليب وطرق علمية حديثة تعمل على اكتساب المهارة الحركية وسرعة تعلمها ومن هذه الأساليب والطرق المختلفة المستخدمة هي التدريب العقلي، ويقدم التدريب العقلي عن طريق التصور الذهني وتركيز الانتباه وقراءة الوصف الفني للمهارة ومشاهدة النماذج والأفلام. ويشير (اسامة كامل)" إلى ان التصور الذهني التام للمهارة يؤدي بالرياضي الى النجاح بحركاته ويعطيه القابلية لاكتشاف التكنيك الجديد وقابلية التوافق الحركي لما ان كالأشخاص الذي لديهم الاحساس الحركي قادرون على انجاز مهارات لا يستطيع الآخرون انجازها" (أسامة كامل راتب: 1992، ص 57).

ويشير (سعيد جلال ومحمد علاوي)" إلى ان التخيل قبل الاداء مباشرة هو وسيلة الانتقال من التفكير المجرد الى المعيشة للأداء من خلال الحواس والمشاعر المختلفة" ويرى كل من (اسامة كامل وسعد جلال ومحمد علاوي)" انه كلما استخدم اللاعب عددا اكبر من الحواس اثناء ممارسة التخيل الذهني كلما استطاع ان يتعرف على الحاسة الاكثر ارتباطا بالأداء المهاري" (سعيد جلال ومحمد علاوي : 1992 ص 87).

وقد جاءت الدراسات في الجانب العقلي أو القدرات العقلية في الطليعة حيث تهتم بدراسة قدرات التفكير والتذكر والذكاء والتخيل وكذا (تركيز الانتباه والتصور العقلي)، الذي هو موضوع هاته الدراسة حيث أن تركيز الانتباه والتصور العقلي يمثلان محورا أو جانبا رئيسيا في القيام بأداء جيد لأي حركة رياضية في الجانب المهاري أو الحركات (المهارات) الأكثر تعقيدا مثل (مهارة التسديد علي المرمي) في كرة القدم لهذا فقد تم طرح إشكالية هذه الدراسة على النحو التالي:

\* هل توجد علاقة ارتباط دالة احصائيا بين بعض القدرات العقلية ( التصور العقلي، وتركيز الانتباه) ومستوى التصويب علي المرمي في كرة القدم.

### التساؤلات الجزئية:

\* هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات تركيز الانتباه ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم.

\* هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات التصور العقلي ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم.

## 2. فرضيات البحث:

\* توجد علاقة ارتباط دالة احصائيا بين بعض القدرات العقلية ( التصور العقلي، وتركيز الانتباه) ومستوى التصويب علي

المرمي في كرة القدم

### 1-1 الفرضية العامة:

### 2-2 الفرضيات الجزئية:

\* توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات تركيز الانتباه ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم.

\* توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات التصور العقلي ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم.

## 3. أهداف البحث: ويهدف البحث التعرف إلى

1- مظاهر الانتباه وتركيز الانتباه والتصور العقلي وأداء مهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم.

2- قوة وعلاقة الارتباط لمظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي بدقة أداء مهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم.

3- وضع تقديرات كمية لمهارة التسديد علي المرمي في كرة القدم وفقاً لنسبة مساهمة مظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي.

4- رفع مستوى الرياضي الجزائري إلى ما هو مطلوب في الساحة العالمية للرياضة التنافسية.

#### 4. أهمية البحث:

ويتمثل في افادة المكتبة الجزائرية بوجه عام والمختصين بوجه خاص، وأخص بالذكر مدربي كرة القدم الجزائرية بهذه الدراسة.

ندرة الدراسات التي تتناول الجانب النفسي للقدرة العقلية مظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي في أعداد برامج التدريب لدى لاعبي كرة القدم.

#### 5. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1- **التدريب العقلي:** عرف مرجان **Morgan** التدريب العقلي كأحدث طرق التدريب المؤثرة على تغيير السلوك وتعزيز التعلم، أما سنجر **Singer** فيقول أن التدريب العقلي هو تكرار المهارة المتضمنة للمحتوى الخاص بتعلمها دون رؤيتها حركيا (أسامة كامل راتب: 1994 ص78)

2- **التصور العقلي:** \* لغة: تصور، تصورا [ صور] الشيء: توهم صورته وتخيله (المنجد الأبجدي: 1967، ص 257) تصور- يتصور- تصورا- الشيء تمثل صورته وشكله في ذهنه (علي بن هادية: 1991 ص195).

\* اصطلاحا: التصور هو لب عملية التفكير الناجحة وهو عبارة عن انعكاس الأشياء والمظاهر التي سبق للفرد إدراكها ويبدأ بالأجزاء ثم بالكليات والأساس الفسيولوجي للتصور هو تلك العمليات التي تحدث لأجزاء أعضاء الحواس الموجودة في المخ، أما أعضاء الحواس نفسها فلا تؤدي وظيفة في عملية التصور (عبد الستار جبار الصمد: 2000 ص197).

\* **التعريف الإجرائي:** وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة او الجديدة بغرض الاعداد العقلي للأداء

3- **الانتباه:** \* لغة: هو الالتفات أو النظر إلى شيء معين.... (فخري الدباغ: 1982، ص 107).

\* اصطلاحا: هو العملية العقلية أو المعرفية التي توجه وعي الفرد نحو الموضوعات المدركة. (عبد الستار جبار الصمد: 2000 ص45)

\* **إجرائيا:** هو العملية العقلية أو المعرفية التي توجه وعي الفرد نحو الموضوعات المدركة.

4- **تركيز الانتباه\_ لغة:** وهو توجيه الانتباه إلى شيء معين والتدقيق عليه . (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين: 1986، ص 167).

\* **اصطلاحا:** وهو توجيه المركز نحو فكرة معينة أو إلى إحدى محتويات الذاكرة الحركية أو إلى موضوع معين بحيث تنصب الطاقة العقلية أو تتجه صوبه (حمد صبحي حسنين: 1987، ص 447).

\* **التعريف الإجرائي:** وهو اختيار وتهيؤ عقلي نحو شيء أو موضوع معين لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه.

والفرد يستقبل من خلال الحواس المختلفة العديد من المعلومات أو المثيرات سواء من البيئة الخارجية أو من داخله (فيما يعرف بعملية الإحساس)، ويقوم الفرد بالتعرف على هذه المعلومات أو المثيرات (فيما يعرف بعملية الإدراك)، وعندما يدرك الفرد هذه المعلومات أو المثيرات سواء الخارجية أو الداخلية فإنه يستطيع بذلك اتخاذ القرار سواء بالاستمرار أو بعدم الاستمرار في توجيه وعيه نحو معلومات محددة بين هذه المثيرات أو المعلومات المدركة، وهذه العملية لاتخاذ القرار تتطلب الانتباه لهذه المدركات كلها أو بعضها . (مفتي ابراهيم حماد: 1996 ص70)، ويلعب الانتباه دورا هاما في أداء المهارات الرياضية المختلفة وخاصة في اللحظة التي يشرع فيها اللاعب بالتهديف في المرمى.

4- كرة القدم: \* اصطلاحا: هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس ( دريدي فاطمة واخرون ، 2020 ، ص 163 ) وكما أشار إليها رومي جميل "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع". ( رومي جميل ، 1998 ، ص 50-52 )

\* التعريف الاجرائي: هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفها مرمى (الهدف)، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة أو هدف وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط.

5- مهارة التصويب علي المرمي:

\* التصويب : حسب جون دافر هو النتيجة الاخيرة لكل عمل هجومي سواء فرديا او جماعيا ،ويحتم على المنفذ اندفاعا بدنيا كليا اثناء التنفيذ (سعد سعود فؤاد ، 2014، ص13)

\* التعريف الإجرائي: التسديد في كرة القدم هو عملية تصويب الكرة باتجاه مرمى الخصم وتعتبر عملية التسديد من المهارات الاساسية في لعبة كرة القدم ، بل ويكاد تكون المهارة الاهم كونها احد الاسباب الرئيسية في ،عملية تسجيل الاهداف. وبالطبع ان تسجيل الاهداف هي الغاية الرئيسية في لعبة كرة القدم وهي عامل الحسم في تحديد الفائز في مباراة كرة القدم لكل لهذا ينبغي الاهتمام الكبير بهذه المهارة من قبل المدربين وتكثيف التمارين التي من شأنها تنمية هذه المهارة لدى اللاعبين.

6. الدراسات السابقة والمشابهة:

اولا: الدراسات العربية

\*دراسة قاسمي ياسين 2006/2005 "تأثير التصور العقلي على إصلاح أخطاء المهارات الحركية عند رياضي المستوى العالي".رسالة الماجستير في التربية البدنية والرياضية بجامعة الجزائر. النتائج التي توصل إليها البحث هي إبراز أهمية التصور العقلي ومكانته في العملية التدريبية وبالخصوص في إصلاح الأخطاء المهارية، كونه عامل أساسي ومكمل لنجاح هذه العملية وذلك اقتصادا في الجهد وتفادي الإصابات والسماح للرياضي باستدعاء قدرات خفية، تنميتها وتوظيفها مهم لتحقيق الإنجاز المثالي.

\* اجري عبد الحليم (2004م) دراسة استهدفت التعرف على تأثير برنامج مقترح للتصور العقلي على تنمية دقة أداء التمرير والتصويب لناشئ كرة القدم واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (30) ناشئ كرة القدم تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهما (15) ناشئ، ومن أدوات البحث: مقياس التصور العقلي- مقياس القدرة على الاسترخاء - اختبار تركيز الانتباه ، ومن أهم النتائج ان برنامج التصور العقلي أثر ايجابياً على دقة أداء التمرير والتصويب لناشئ كرة القدم .

\* ودراسة عبد المحسن (2003) هدفت الى التعرف على فعالية استخدام بعض المهارات النفسية " الاسترخاء ،التصور العقلي ، تركيز الانتباه" في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري والخططي للاعبي كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة كما استخدم الباحث القياس القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ،وأختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي فريق نادي الجيش الرياضي للناشئين تحت (15) ، وتكونت عينة البحث من (30) لاعبا، ومن النتائج التي توصل إليها البحث ان برنامج المهارات النفسية ذات فعالية في

الارتقاء بمستوى المهاري والخططي والهجوم في كرة القدم للمرحلة السنية قيد البحث، وبرنامج المهارات النفسية ذات فعالية في ارتقاء بمهارات الاسترخاء والتصور العقلي وتركيز الانتباه .

\*دراسة انتصار عويد: علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من القفز في كرة السلة ،مذكرة ماجستير، غ م، (2002-2003) قام الباحث بإجراء هذه الدراسة من اجل معرفة أسباب القصور في عملية التهيؤ والتركيز خلال أداء التصويب من القفز، حيث كانت أهداف هذا البحث التعرف على العلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب ، و تركيز الانتباه قبل أداء مهارة التصويب من القفز لدى طالبات المرحلة الرابعة اختصاص كرة السلة وأتبع في بحثه المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واختار عينة البحث من (16) طالبة من المرحلة الرابعة اختصاص كرة السلة ، كلية التربية الرياضية للبنات لعام (2002-2003)، وتم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة كقياس (برودون –أنفيموف)، واختبار قياس التصويب من القفز، بكرة السلة ومنه توصل إلى استنتاج عن وجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجات تركيز الانتباه ودقة التصويب من القفز، لذا أوصى الباحث بضرورة التأكد من خصائص الانتباه لدى الطالبات ليمت توجيه كل طالبة بصورة فردية ، كذلك أوصى على ضرورة التأكيد على عملية تركيز الانتباه في التدريبات وتعويد الطالبات على الأداء في حدود الزمن الأمثل.

ثانياً: الدراسات الأجنبية

\* أجرى (Roure, et al, 2000) دراسة هدفت الى التعرف على أثر التصور العقلي في تحسين مهارة الارسال والاستقبال في كرة الطائرة اشتملت عنة الدراسة على (40) طالباً قسموا الى مجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية طبق عليها برنامج التصور العقلي بالإضافة للتدريب البدني والأخرى ضابطة طبق عليها البرنامج التدريبي فقط، ولقد أشارت نتائج الدراسة الى ان لبرنامج التصور العقلي المصاحب للتدريب البدني تأثيراً ايجابياً على تحسن مستوى الأداء المهاري لدى أفراد المجموعة التجريبية .

\* ودراسة (Scales, 1998) الذي هدفت دراسته تحديد الفروق بين قابلية التصور العقلي أثناء الأداء المهاري للاعبين الإفريقيين والأمريكيين، وقد توصل بنتائجه إلى عدم وجود فروق معنوية بين المجموعة التجريبية التي تدرت تدريباً بدنياً من خلال الإعداد النفسي، والمجموعة الضابطة التي تدرت تدريباً تقليدياً في القياس البعدي.

3.2 منهج البحث وأجراءه الميدانية:

يجب انتهاز المناهج المناسبة لحل أي مشكلة علمية في مجال البحث، حيث يكون ملائماً لطبيعة البحث وتختلف المناهج من بحث لآخر لاختلاف الهدف الذي يرغب الباحث التوصل إليه، ومن أجل دراسة ومناقشة وتحليل المشكلة التي بين أيدينا واستجابة لطبيعة موضوع البحث المقترح حيث استعمل الباحثون المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة

2-1-1 المنهج :

يقول السمك 1989 يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس علي طبيعة المشكلة نفسها، وتختلف المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل اليه .(الهواري القيزي:2021ص484)

تعتبر الدراسة في انماط البحوث الوصفي، التي تستهدف جمع أوصاف مفصلة عن الظواهر لدراستها، وكما تهدف الدراسة المسحية الحصول على معلومات عن الأنماط السلوكية للتلاميذ أو اللاعبين أو المديرين في المدرسة أو النادي والمجتمع المحلي أو دراسة الأنشطة الرياضية خارج المنهج.(محمد حسن علاوي:1976ص63)

2-2 مجتمع البحث: إذ بلغ عدد أفراد المجتمع الأصلي المسجلين في فريق اتحاد برهوم 16 لاعب

3-2 عينة البحث : العينة هي جزء مأخوذ من المجتمع الاصلي ، وهي المعلومات من عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الاصلي (الاحصائي) ، وتعتبر عن المجتمع تعبيراً صادقاً لصفاته وخصائصه . (ميلود شولي ، 2021، ص184) ، واختيرت عينة البحث من 16 لاعبا بطريقة مقصودة لفريق فريق اتحاد برهوم كما تم الأخذ في الحسبان التقارب في الصفات البدنية والأداء وذلك كي يؤدي مقياس التصور العقلي وتركيز الانتباه دورهما العلمي المنشود.

3 مجالات البحث:

1-3 المجال البشري: شملت عينة البحث في الدراسة على (16) لاعب في كرة القدم

2-3 المجال الزمني: اجري الدراسة لفريق فريق اتحاد برهوم 2020\_2019

3-3 المجال المكاني: الملعب البلدي سليمان عميرات برهوم المسيلة

4-ضبط متغيرات الدراسة: يعتبر ضبط المتغيرات عنصر ضروري في أي دراسة ميدانية ، وهذا لغرض التحكم فيما قدر المستطاع ، بحيث يكون هذا الضبط مساعدا على تفسير وتحليل النتائج الدراسة الميدانية دون الوقوع في العراقيل وقد جاء ضبط متغيرات البحث كما يلي:

1-4 المتغيرات المستقلة: القدرات العقلية (التصور العقلي، تركيز الانتباه)

2-4 المتغيرات التابعة:وشملت مهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم

5- أدوات الدراسة:

إن الخطوات التي اتبعناها في دراستنا هي وضع وسائل تساعدنا على توزيع جوانب البحث وهي جمع المعلومات

لمختلف المصادر والمراجع وهذا قصد الإلمام بالجانب النظري

-مقياس التصور العقلي -مقياس تركيز الانتباه

1اختبار مقياس التصور العقلي:

تحديد مقياس التصور العقلي: استخدم الباحث مقياس التصور العقلي المصمم من قبل مارتنيز 1993 ، والمعروف من قبل اسامة كامل راتب والمطبق من قبل الباحث ضياء جابر محمد 2002 ، والذي يهدف الي التعرف علي مستوي التصور العقلي لدي اللاعب ، والمقياس مكون من اربعة مواقف رياضية

1 الممارسة بمفردك .

2 الممارسة مع الآخرين .

3 مشاهدة الزميل .

4 الاداء في المسابقة .

اد يتكون كل موقف من اربع فقرات وبدالك اصبح المقياس يتكون من 16 فقرة ، ويقوم اللاعب بالجابة علي فقرات المقياس ، اما طريقة التصحيح المقياس وبدائل الاجابة فهي علي النحو التالي

جدول (01) يبين طريقة تصحيح مقياس التصور العقلي

ت	لا يوجد	غير واضح	وسط	واضح	واضح جدا
1	1	2	3	4	5

2	1	2	3	4	5
3	1	2	3	4	5
4	1	2	3	4	5

## 2. اختبار مقياس تركيز الانتباه

المعروف باختبار بوردن – انفيمون لقياس الانتباه

تم استخدام (اختبار بوردن – انفيمون) لقياس الانتباه والمعدل من قبل عبد الواحد طه عام 1921. وهو اختبار يعد احد الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمستخدم لقياس خمس من مظاهر الانتباه وهي (الحدة، الثبات، التركيز، التوزيع، التحويل) وان هذا الاختبار عبارة ورقة تحتوي على (31) سطرا من الارقام العربية موزع على هيئة مجموعات تتكون كل مجموع من (3-5) ارقام ويحتوي كل سطر على (10) مجموعات ومجموع ارقامها (40) رقما اي ان الاختبار يحتوي على (310) مجموعة اي يحتوي على (1240) رقما، وقد وضعت ارقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل متقن كما روعي في وضعها ان تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية ايضا لضمان عدم حفظها من قبل المختبر.

### 1-2 اختبار تركيز الانتباه

طريقة تنفيذ الاختبار:

عند سماع كلمة (ابداً) يقوم اللاعب بقلب الورقة في لحظة تشغيل ساعة التوقيت ويبدأ اللاعب بالبحث والشطب للرقم (79) سطرأً لتلوا الاخر ومن اليسار إلى اليمين، ولمدة دقيقة واحدة فقط، وعند سماع كلمة (قف) يضع اللاعب علامة راسية بجانب الارقام التي وصل إليها.  
وبعد انتهاء الدقيقة الأولى يتم اعادة الاختبار نفسه ولمدة (دقيقة واحدة) ايضا ولكن بوجود طريقة التصحيح واحتساب النتائج (للدقيقة الأولى):

بعد انتهاء الدقيقة الأولى يتم اعادة الاختبار نفسه ولمدة (دقيقة واحدة) ايضاً ولكن بوجود مثير صوتي – ضوئي، فعند اعطاء إشارة البدء ويتم تشغيل الجهاز الذي يعطي صوتاً منتظماً بمعدل دقة واحدة لكل ثانية وكذلك يعطي إشارة ضوئية كل (خمس ثوان)، علماً ان الجهاز بوضع في مجال رؤية اللاعب وعلى مسافة تبعد (1 م) عن مكان جلوس اللاعب المختبر.

### 3. اختبار التسديد علي المرمي (ضربة الجزاء)

\* هدف الاختبار:- قياس دقة التهديد بكرة القدم.

\* تعليمات الاختبار:

- تعطى (5) كرات قدم في نقطة الجزاء حيث يقوم اللاعب بالتصويب في المناطق المؤشرة في الاختبار وحسب اهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحدة بعد الاخرى.

- يبدأ الاختبار من كرة رقم (1) وينتهي في الكرة رقم (5)

\* طريقة التسجيل:-

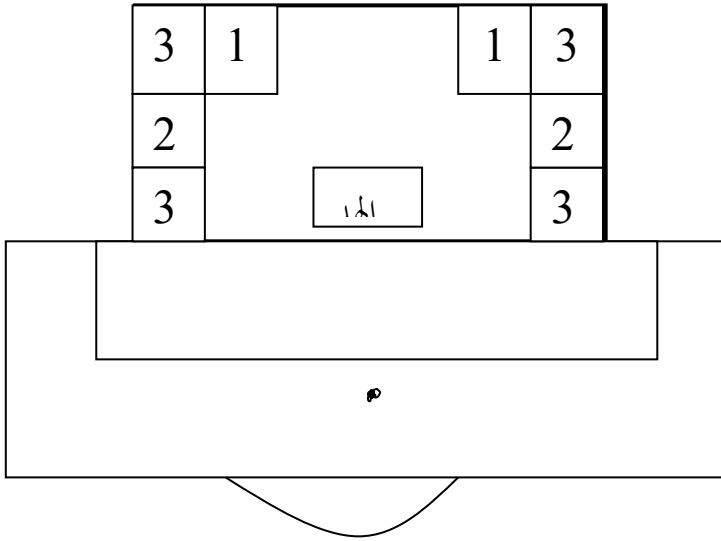
- يحتسب عدد الاصابات التي تدخل او تمس جوانب الأهداف الاربعة المحددة في كل جهة من الأهداف وبأي قدم من القدمين بحيث تحسب درجات كل كرة من الكرات الخمسة الأتية:

3 درجات عند التهديد في مجال رقم (3)



- 2 درجتان عند التهديف في مجال رقم (2)  
 1 درجة واحدة عند التهديف في مجال رقم (1).  
 0 صفر في بقية مجالات الاهداف الأخرى.

الشكل (01) ((يوضح اختبار دقة التهديف من نقطة علامة الجراء))



وهذا فان أعلى درجة يحصل عليها اللاعب من خلال ثلاث محاولات حتى (15) درجة وأقل درجة هي (صفر) وبموجب ذلك فان الوسط الفرضي يكون (7.5) درجة والملحق (7) يوضح كيفية تسجيل درجات اللاعبين حول هذا الاختبار. 2-5-3 اختبار التهديف من مسافة (16,5م) على مرمى كرة القدم مقسم الى مناطق محددة بدرجات (3- صفر) وتعطى 8 محاولات لكل لاعب وتكون الدرجة العليا هي 24 درجة، لقياس دقة التهديف من الركلات الحرة المباشرة أو غير المباشرة.

4 . الشروط العلمية للاختبار:

أ-ثبات الاختبار:

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات لمقياس التصور العقلي ومقياس تركيز الانتباه واختبار التسديد على المرمي باستخدام طريقة إعادة الاختبار، حيث قام بتطبيق الاختبار على عينة عشوائية من اللاعبين قوامها (04) لاعبين من

مجتمع البحث، وبعد (04) أربعة أيام أعاد الباحث تطبيق الاختبار على نفس المجموعة وتحت نفس ظروف التطبيق الأول، ثم قام بحساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الاختبار في التطبيق، وقد تم استبعاد العينة المكونة من 04 أفراد. وكانت النتائج ان معاملات الارتباط انحصرت قيمه ما بين (مقياس التصور العقلي = 0.691) و (مقياس تركيز الانتباه = 0.952) (اختبار التسديد على المرمى = 0.873) هذا ما يدل على ارتباط قوي وبالتالي درجة ثبات الاختبارات يمتاز بثبات عالي.

ب-صدق الاختبار:

أولاً: صدق المحكمين:

للتأكد من صدق الاختبار وملائمته قام الباحث بعرض (مقياس التصور العقلي) و (مقياس تركيز الانتباه) و (اختبار التسديد على المرمى) على مجموعة من المحكمين من الأساتذة والمدربين، حيث تمت الموافقة على صدق المحتوى وأن الاختبارات تقيس ما وضعت لأجله.

ثانياً: الصدق الذاتي:

قام الباحث بإيجاد معامل الصدق لاختبارات باستخدام الصدق الذاتي والذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات ويعتبر الصدق الذاتي أصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات الاختبار. (محمد صبحي حسنين، 1995، ص192) وكانت النتائج ان قيم الصدق الذاتي انحصرت بين (مقياس التصور العقلي = 0.899) و (مقياس تركيز الانتباه = 0.958) و(اختبار التسديد على المرمى = 0.929) وهذا ما يدل على صدق الاختبارات عالي.

2. -عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1-2- عرض وتحليل النتائج الفرضية الاولى :

جدول (02) يوضح قيمة معامل الارتباط بين مقياس تركيز الانتباه واختبار التصويب علي المرمي (ضربة الجزاء)

المصدر: من إعداد الباحث اعتمادا على مخرجات برنامج SPSS V22

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار الاحصائي
التصور العقلي/ اختبار التصويب علي المرمي (ضربة الجزاء)	*0.51	0.05	15	0.023	توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا

يلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بلغت 0.51\* وهي قيمة دالة احصائيا كما كانت القيمة

الاحتمالية تساوي 0.023 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05

الاستنتاج : ومن خلال النتائج المتحصل عليها: وبالتالي توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التصور العقلي والتصويب علي المرمي في كرة القدم لدى عينة الدراسة.

2-2- عرض وتحليل النتائج الفرضية الثانية :

جدول (03) يوضح قيمة معامل الارتباط بين مقياس تركيز الانتباه واختبار التصويب علي المرمي (ضربة الجزاء)

المصدر: من إعداد الطالب اعتمادا على مخرجات برنامج SPSS V22

القرار الاحصائي	القيمة الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط	المتغيرات
توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا	0.021	15	0.05	0.56	/ تركيز الانتباه اختبار التصويب علي المرمي (ضربة الجزاء)

يلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بلغت 0.56 وهي قيمة دالة احصائيا كما كانت القيمة الاحتمالية تساوي 0.021 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05 الاستنتاج : ومن خلال النتائج المتحصل عليها وبالتالي توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين تركيز الانتباه والتصويب علي المرمي في كرة القدم لدى عينة الدراسة.

3- مناقشة نتائج الدراسة:

1.3. مناقشة الفرضية الأولى:

يتضح من الجدول (01) انه يوجد تأثير للتصور العقلي على اداء مهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم لدى عينة الدراسة ويعزى ذلك الى ان للتدريب الذهني دور مهم في التدريب المهاري. وتدعم نتائج هذه الدراسة اهمية كل من

التدريب المهاري والتدريب العقلي المصاحب للتدريب المهاري ويؤكد ذلك كلارك" ان درجة اتقان المهارات الحركية مرتبط بالكفاية العقلية والتدريب المهاري معا " (Clark L. V, 1960p92).

ويتضح من عرض النتائج وتحليلها الى ان حركات المهارات الهجومية في كرة القدم (التمرير التسديد) تحتاج الى قدرات عقلية خاصة بجانب القدرات الحركية ، حيث ان التدريب العقلي يسمح بتحليل المجموعات العضلية المستخدمة وتحليل الاجزاء التي تتكون منها المهارة الحركية حيث يتم التنسيق بين الجهاز العصبي والعضلي مما يؤدي الى الوصول الى افضل النتائج ، . ويتفق هذا مع ما اشار اليه روبرت نايدفر ، من " ان الوقت الذي يستغرقه الرياضي في اداء المهارة عقليا ضمن الوقت الحقيقي يعد جزءا مهما واساسيا لتقدير مستوى الانجاز العالي وان التصور الذهني يزيد من السيطرة على التوقيت وعمل العضلات في الوقت المناسب وبسلسلة صحيحة خلال الاداء " (روبرت نايدفر ترجمة الدكتور محمد رضا ابراهيم واخرون ، 1990، ص1)، وبهذا يتحقق الفرض الاول القائل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات التصور العقلي التصويب علي المرمي في كرة القدم.

### 2.3. مناقشة الفرضية الثانية:

كما يوضح الجدول (02) ايضا وجود فرق دال احصائيا وهذا يتفق مع ما اشار اليه كل من اسامة كامل ، ولكن ، هال ، كاربن ، من " ان اداء هذه المهارة " (اسامة كامل راتب، 1992، ص 112) فان حالة الترابط الذهني والبدني وتركيز الانتباه تؤدي الى حالة السيطرة على الشد العضلي الزائد وخاصة توتر العضلات المضادة لتنفيذ المهارة الحركية ، وتساهم الحواس كلها بالفعل الحركي وان البناء الحركي للإنسان مرتبط بالشعور العضلي . ويذكر ماوس " ان الحساسية الحركية تخبرنا بوضوح عن وضع وشكل حركات اعضاءنا وحول عمليات الشد التي تتم بالعضلات عند اداء حركة ما " (Mahews, Donald. K 1978,p201). كما ان تركيز الانتباه على ناحية معينة من نواحي المهارة الحركية المتعلمة يسمح للاعب بتحليل مجموعات العضلية العاملة وتحليل الوحدات الحركية التي تتكون منها المهارة الحركية، ويذكر روبرت نايدفر بانه " لكي يحصل اللاعب على اقصى قدر من القوة باتجاه معين عليه تضييق تركيزه حيث ان التركيز الواسع للانتباه سوف يقود الى تركيز القوة اللازمة التي يحتاجها اللاعب لحظة الانطلاق والتنفيذ" (روبرت نايدفر ترجمة الدكتور محمد رضا ابراهيم واخرون ، 1990، ص145).

ويعزو الباحث هذا الارتباط إلى إن عملية تركيز الانتباه من العمليات الأساسية في تعلم المهارات الرياضية بشكل عام ومهارات كرة القدم بشكل خاص إذ لابد أن يكون لدى اللاعب قدرة عالية من التركيز في حال عرض وشرح الحركات والمهارات مما يساعده في تعلم وأداء وتثبيت المهارة بشكل آلي ، كما إن لحاسة البصر الدور الكبير في التحكم الحركي والقدرة العالية على تقدير المسافات . إذ تشير

(يسريه إبراهيم 2006) نقلاً عن (محمد حسن علاوي ، أبو العلا عبد الفتاح) على إن هناك دراسات أجريت على أهمية حاسة البصر للتحكم في تقدير المسافات ما بين اللاعب وخصمه أو مسافة تمرير الكرة وكذلك مكان وضع القدمين وحركة فرد الذراع (يسرية ابراهيم ، 2006 ، ص 119) .

وبهذا يتحقق الفرض الثاني القائل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات تركيز الانتباه التصويب علي المرمي في كرة القدم من خلال فصل تحليل ومناقشة النتائج الدراسة نستنتج ان هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا بين بعض القدرات العقلية( التصور العقلي، وتركيز الانتباه) ومستوى التصويب علي المرمي في كرة القدم ، وهذا ما يبين ان للقدرة العقلية تأثير علي الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات : من خلال نتائج هذه الدراسة توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :-  
وجود علاقة ايجابية ومعنوية بين مظاهر تركيز الانتباه ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم  
وجود علاقة ايجابية ومعنوية بين التصور العقلي ومهارة التصويب علي المرمي في كرة القدم  
امكانية استنباط معادلة تنبؤيه لمهارة التصويب علي المرمي بدلالة متغيرات (تركيز الانتباه والتصور العقلي) لدى للاعبي كرة  
القدم لنادي اتحاد برهوم.

2-4 التوصيات : من خلال الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث فإنه يوصي بالآتي :-  
ضرورة قياس وتقييم القدرات العقلية المتمثلة (بمظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي) لدى لاعبي كرة القدم  
ضرورة محاولة تنمية القدرات العقلية لدى لاعبي كرة القدم وخاصة من لها نسبة مساهمة في التوقع للمهارات  
المبحوثة .  
إجراء دراسة مشابهة لبقية الفئات العمرية ولفعاليات أخرى ومحاولة تطبيقها على جميع الألعاب الرياضية في الوطن .

#### 5. قائمة المراجع:

##### 1.القواميس:

- 1.المنجد الأبجدي،(1967) ، دار المشرق ، ط4، بيروت ، لبنان.
- 2.علي بن هادية واخرون(1991) ، القاموس الجديد للطلاب، المؤسسة الوطنية للكتاب، ط7، الجزائر.

##### 2.الكتب :

##### اولا:الكتب باللغة العربية

- 1.اسامة كامل راتب ،(1990) ،دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 2.أسامة كامل راتب ،(2000) ، علم نفس الرياضة ، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- 3.أسامة كامل راتب ،(1994) ، تدريب في المهارات العقلية تطبيقات في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
- 4.روبرت نايدفر ،(1990) ، دليل الرياضيين لتدريب الذهني ، ترجمة الدكتور محمد رضا ابراهيم واخرون ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد .
- 5.سامي محمد ملحم ،(2005) ، القياس والتقييم في التربية وعلم النفس ، ط3 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- 6.سعيد جلال ومحمد علاوي ،(1992) ، علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة.
- 7.علي مصطفى طه ،(1999) ، الكرة الطائرة، تاريخ، تعلم، تدريب قانون، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
- 8.محمد ابراهيم شحاته ،(1981) ، دليل الجميز الحديث ، دار المعارف.
- 9.وديع ياسين التكريتي وحسن احمد العبيدي ،(1996) ، التطبيقات الاحصائية في المجال الرياضي ، جامعة الموصل.
- 10.يسريه إبراهيم (2006) العمليات النفس حركية في الجميز الإيقاعي في المرحلة الابتدائية ، ط1 ، الإسكندرية ، دار الوفاء الدنيا للطباعة والنشر.
- 11.أسامة كامل راتب ، مصطفى محمد مرسى ،(1991) ، السمات الانفعالية لدى السباحين والسباحات الناشئين وعلاقتها بالإنجاز الرقي، نظريات وتطبيقات، العدد الثاني عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين، بالإسكندرية.
- 12.محمد حسن علاوى ،(1979) ، علم التدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة.
- 13.العربي شمعون ،(1996) ، التدريب العقلي في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

14. فخري الدباغ، (1982)، مقدمة في علم النفس لطلبة كلية الطب، ط1؛ مطابع دار الكتاب، جامعة الموصل.
15. عبد الرحمن محمد عيسوي، (1974)، علم النفس الفيسيولوجي، ط1؛ دار النهضة العربية، بيروت.
16. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين، (1986)، القياس في كرة اليد، ط1؛ دار الفكر العربي، القاهرة.
17. محمد صبحي حسنين، (1987)، التقويم والقياس في التربية الرياضية، ط2؛ دار الفكر العربي، القاهرة.

ثانيا: الكتب باللغة الاجنبية

1. Clark L. V) , 1960 , Effect of Mental practice on the Development of a cetain & motor skylly. Research Quarterly,
2. Mahews, Donald. K. 1978 Measurement in physical Education. West Washington, W. R. Sounders company.

### 3. الأطروحات:

1. قاسمي ياسين 2006/2005 "تأثير التصور العقلي على إصلاح أخطاء المهارات الحركية عند رياضي المستوى العالي". رسالة الماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة الجزائر3.
2. انتصار عويد، (2002-2003)، علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من القفز في كرة السلة، مذكرة ماجستير، غ م،
3. عبد المحسن (2003) فعالية استخدام بعض المهارات النفسية " الاسترخاء، التصور العقلي، تركيز الانتباه" في الارتقاء بمستوى الاداء المهاري والخططي للاعبين كرة القدم،

### 4. المقالات:

1. محاسن ونجوى عبد الفتاح اسماعيل، (1991)، تأثير برنامج للتدريب العقلي على رفع مستوى اداء الحركة الانبساطية (الطنن) في مادة المباراة، جامعة حلوان، مجلة علوم وفنون دراسات وبحوث المجلد 03، العدد 02، ابريل 1991.
2. سعد سعود فؤاد (2014) واقع لتنمية الصفات البدنية وملائمتها لمراحل النمو لعدائي السباقات المتوسطة فئة الشباب 12 15 سنة في الجزائر، مجلة الابداع الرياضي، العدد 2 .
3. بن حامد نور الدين، الهواري القيزي (2021)، علاقة التصور العقلي بالإدراك الحسي الحركي لدي ناشئ كرة الطائرة (9\*12) سنة، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد08، (العدد03)، 480-493 .
4. ساعد رقيق، ميلود شولي (2021): المعد النفسي الرياضي ودوره في التقليل من العنف في الوسط الرياضي، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد08، (عدد خاص3)، 105\*115 .
5. برهيمي قدور، دريدي فاطمة (2020): دور التخطيط الاستراتيجي في تنظيم اندية كرة القدم، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد07، (العدد17)، 156\*170 .