



بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة اهم المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم

## Some aspects of attention and their relationship to the accuracy of the most basic skills of soccer players

م. أسعد جويد عبد علي<sup>(1)</sup> ، م. كاظم عبد الحمزة كاظم<sup>(2)</sup>

[alnzyasdjyd@gmail.com](mailto:alnzyasdjyd@gmail.com)

[bdalhmzhk@gmail.com](mailto:bdalhmzhk@gmail.com)

مديرة تربية بابل - وزارة التربية / العراق<sup>(2) (1)</sup>

تاريخ النشر: 2023/06/16

تاريخ القبول: 2023/04/27

تاريخ الاستلام: 2023/04/17

**الملخص:** تحدث الباحثون في الباب الاول على الدور الي يلعبه التقدم العلمي فيما يخص القدرات العقلية والمهارات الاساسية بلعبة كرة القدم التي تعد واحدة من الألعاب ذو مبادئ أساسية متواردة التي تعتمد في اركانها على استخدام طرق التدريس الحديثة وفق الاسلوب العلمي المدروس من كافة النواحي البدنية والنفسية والمهارية وهذا بدوره يعد افضل السبل الكفيلة لرفع المستوى وتحقيق الاهداف المنشودة كما تطورها يكون مردوده ايجابيا للجماهير بشكل عام والى المتابعين واصحاب الاختصاص بشكل خاص , مما يزيد من الاصرار لدراسة بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة اهم المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم.

هدفت الدراسة الى وجود علاقة بين بعض مظاهر الانتباه ودقة بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم. التعرف على العلاقة الارتباطية بين بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة اهم المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم.

استخدموا الباحثون المنهج الوصفي لملائمته لطبيعته المشكلة المراد حلها ، اما عينة البحث فقد اختاروا بالطريقة العمدية وهم لاعبي نادي القاسم الرياضي وكان عددهم (35) لاعب . اما الباب الرابع فتضمن عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها . قد تم التوصل الى مجموعة من الاستنتاجات اهمها توجد علاقة ارتباطية ايجابية بين تركيز الانتباه والمناولة والتهديف.

أما أهم التوصيات :- ممارسة التدريبات الذهنية والاهتمام بها و ضمان تنفيذها بالبرامج التدريبية.

-الكلمات الدالة: مظاهر الانتباه , المهارات الاساسية , لاعبي , كرة القدم

### Abstract:

In the first chapter, the researchers talked about the role that scientific progress plays with regard to mental abilities and basic skills in the game of football, which is one of the games with basic principles that depend in its pillars on the use of modern teaching methods according to the studied scientific method in all physical, psychological and skill aspects, and this in turn It is the best way to raise the level and achieve the desired goals, as its development will have a positive return to the fans in general and to the followers and specialists in particular, which increases the insistence to

study some aspects of attention and its relationship accurately to the most important basic skills of football players.

The study aimed to find a relationship between some aspects of attention and the accuracy of some basic skills of soccer players. Identifying the correlation between some aspects of attention and its relationship to the accuracy of the most important basic skills of football players.

The researchers used the descriptive approach due to its suitability to the nature of the problem to be solved. As for the research sample, they chose the intentional method, and they are the players of Al-Qasim Sports Club, and their number was (35) players. The fourth chapter included the presentation, analysis and discussion of the results.

A number of conclusions have been reached, the most important of which are:

There is a positive correlation between attention focus, handling and scoring.

As for the most important recommendations: Practicing mental exercises, paying attention to them, and ensuring their implementation in training programs.

**-Keywords : Manifestations of attention, basic skills, players, football**

## 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

إن التحسن الملحوظ لمجالات الحياة العلمية جعل للألعاب و الفعاليات والأنشطة الرياضية أهمية كبيرة و مرموقة للأمم و الشعوب و هذا التطور هو حصيلة ارتباط الرياضة بالعلوم المختلفة كعلم البايوميكانيك و الفلسفة و علم النفس و التعلم الحركي و التدريب الرياضي و يعد التدريب الرياضي من أهم العلوم في هذا المجال إذ يهدف لتحقيق الانجازات التنافسية العليا على كافة المستويات والأصعدة وأن مجموعة تمارين بدنية ومهارية ونفسية متنوعة ومختلفة تستخدم بهدف إعداد رياضي الغرض منه الوصول إلى أعلى درجات التطور في نوع اللعبة التي يمارسها ولعبة كرة القدم لها مبادئها الأساسية التي تعتمد في أركانها على استخدام طرق التدريس الحديثة وهذا بدوره يعد من السبل الكفيلة إلى رفع المستوى وإحراز أكبر الفوز وتسجيل الأهداف هذا يتطلب التدريب المتواصل لتطوير مهارات كرة القدم ولاسيما مهارة المناولة و مهارة التهديف ما حدى بالباحثون لهذه الدراسة على مدى أهمية بعض مظاهر تركيز الانتباه و علاقته ببعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم .

## 2-1 مشكلة البحث:

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب التي حظيت باهتمام وافر ودراسات بالغة الأهمية ومازالت من اجل الارتقاء بها نحو الأفضل وعلى الرغم من هذا فان البحث مازال مستمر لإيجاد أفضل السبل التدريبية التي يمكن مجاراتها الفرق المتقدمة سواء على مستوى البطولات المحلية أو الدولية تتطلب لعبة كرة القدم من اللاعب بذل جهد كبير أثناء وقت المباراة ويتضمن هذا الجهد أداء فني للاعب كالمناولات أو التهديف نحو المرمى فهي من المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم وتأثيرها على المستوى الفني العام للفريق من خلال متابعة الباحثون كونهم مختصون بكرة القدم ومتابعة الفرق الكروية وجود المناولات الموجهة بالشكل الصحيح وعدم الاستماع لتوجيهات المدرب أو قائد الفريق كما بالإضافة عدم وجود تركيز الانتباه في بعض المهارات الخاصة عند التقدم في وقت المباراة الأمر الذي أدى بالباحثون لدراسة هذه المشكلة والوقوف على أسبابها وإيجاد الحلول المناسبة لها .

### 3-1 هدف البحث :

وجود علاقة بين بعض مظاهر الانتباه ودقة بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

### 4-1 فرض البحث :

هناك علاقة دالة إحصائية بين بعض مظاهر الانتباه ودقة بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

### 5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبي نادي القاسم لكرة القدم

2-5-1 المجال الزمني : من 15\3\2022 ولغاية 15\4\2023

3-5-1 المجال المكاني : ملعب نادي القاسم الرياضي

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

### 1-2 منهج البحث :

أستخدم المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية .

### 2-2 مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم للموسم الكروي(2022-2023). أما عينه البحث تم اختيارها بالطريقة العمدية لنادي(القاسم)

ممثل محافظة بابل المشارك بالدوري العراقي الممتاز بكرة القدم للموسم الكروي (2022-2023). والبالغ عددهم (35) لاعبا بينما عينة البحث الاستطلاعية بواقع ( 10) بنسبة (28.57%) بينما كانت عينة التطبيق ( 25) لاعبا وشكلت نسبته (71.43%) من المجتمع الكلي.

3-2 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث : المصادر والمراجع العلمية م  
مقياس التركيز واختبارات البحث والاستبيان وساعة توقيت نوع Adidas عدد/2 وأقلام  
رصاص و حاسبة الكترونية نوع ACER عدد/2.

#### 4-2 اجراءات البحث الميدانية :

1-4-2-1 مقياس التركيز : استخدم الباحث اختبار التصحيح الخاص بالانتباه الذي يعرف  
باسم اختبار (بردون- انفيموف) المعدل من قبل عبد الجواد طه 1972 ، إذ يقيس خمسة  
مظاهر للانتباه هي (الحدة ، التركيز ، التوزيع ، التحويل ، الثبات)(صدام , 3,15)  
1-4-2-1-1 مكونات المقياس :

إن المقياس المعتمد هو ورقة فيها(3) اسطر من الأرقام العربية موزعة على هيئة مجاميع ،  
تتكون كل مجموعة من ( 3-5) ويحتوي كل سطر على ( 10) مجموعات ومجموع أرقامها  
(40) رقماً أي أن الاختبار يحتوي على (120) رقم ، وقد هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقنن  
كما روعي في وضعه أن يكون غير منتظم التوزيع وغير متساوي لتفادي احتمالات الحفظ .

#### 2-1-4-2- طريقة تطبيق المقياس :

يوضح الاختبار للاعبين عن طريق عرض ورقة المقياس ووكالاتي :  
ابحث عن الأرقام المطلوب منك وضع خط عليها بالقلم الرصاص مراعي الدقة والسرعة  
علماً بأن وقت الاختبار دقيقة واحدة فقط وسنقوم بالغاء كل مجموعة تنتهي بالرقمين  
(97) وتبدأ بالأسطر الواحد بعد الآخر من اليسار إلى اليمين ، يؤدي الاختبار مرتين الأولى  
في مكان هادئ ، والثانية في مكان تعطي فيه مثير ضوئي ومثير صوتي مقنن ، إذ أن  
المصباح الضوئي يعطي ومضه كل ( 5) ثوان على بعد متر من المختبر أما السماعه فهو  
جهاز (المترونوم) ويعطي (60) دقة في الدقيقة .

#### 3-1-4-2- طريقة التصحيح واحتساب النتائج :

يستخرج البيانات من استمارة الاختبار بمساعدة مفتاح التصحيح الخاص بها وتستخرج النتائج كما يأتي :

- الجسم المنظور (كمية الرموز التي نظرت) ويرمز لها بالحرف (غ) .
- عدد الأرقام (97) المفروض وضع خط في الجزء الواضح ويرمز لها بالحرف (ط) .
- عدد الأخطاء (الرقم الذي لم تحذف) مضافاً إليها الأرقام التي ازيلت خطأً ويرمز لها بالحرف (خ) , ويتم استخراج معامل صحة العمل كما في المعادلة الآتية :

$$ق = ط - خ \times 100$$

بعدها يتم استخراج حدة الانتباه ويشار لها بالمعادلة الآتية :

هـ = ق × ع , وبعد احتساب الحدة بالاختبارين ( في حالة الهدوء وفي حالة وجود مثير ضوئي وأخر صوتي) تطبق المعادلة الآتية هـ-2-1= ت ، وكلما قلت القيمة المستخرجة تبين على ارتفاع التركيز.

#### 2-4-2 تحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم :

بعد ان تم تحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم المرتبطة بهذه الدراسة قام الباحث بعرض استمارة استبانة على عدد من الخبراء والبالغ عددهم ( 10 ) في مجال لعبة كرة القدم وفي مادة الاختبارات ومادة طرائق التدريس وعلم التعلم الحركي لغرض تحديد قبولها بطريقة موحدة عن طريق وضع علامه (√) داخل الحقول المرقمة من (1-5) بحيث تكون أدنى درجة للتقييم هي (1) وأعلى درجة هي (5).  
وحصل الباحثون على الأهمية النسبية وذلك من خلال استخدموا قانون الوسط الحسابي المرجح ، وسيعرض لكل مهارة.  
الجدول (1) النسبة المئوية بحسب آراء الخبراء

ت	المهارة	الأهمية النسبيه
1	المناوله	90 %

2	التهديف	86 %
3	المراوغة	44 %
4	الحجز	46 %
5	الاخاماد	45 %

يلاحظ من الجدول ( 3 ) ان درجة الأهمية النسبية تتراوح ما بين ( 45% - 90%). لذا تم ترشيح المهارات الاساسية التي حصلت على أهمية 50% فما فوق وهي (المناولة 90% ، التصويب 86%) , ونم استبعاد المهارات الاساسية الاخرى .

#### 3-5-2 اختيار الاختبارات :

اعد الباحثون بأعداد استمارة استبانة لمعرفة الاختبار الافضل لقياس المهارة وبواقع ( 2 – 3 ) اختبارات ولقد تم عرضها على ( 10 ) خبراء في مجال كرة القدم وفي مادة الاختبارات وفي مادة طرائق التدريس.

وبعد حساب الاستمارات والتوصل الى قبولها، تم اعتماد الاختبارات التي حصلت على نسبة مئوية مقدارها (50%) فأكثر واستبعاد الاختبارات التي حققت نسبة اقل من 50% .

#### 4-5-2 الاختبارات المستخدمة في البحث :

(الاختبار الأول): "المناولة المرتدة على الجدار لمدة 25 ثانية.

هدف من الاختبار:

- معرفة سرعة ودقة المناولة.

الأدوات اللازمة :

- جدار أملس ويؤشر عليه منطقة 1,5 م x 2,20 م، ويحدد خط أمام على بعد (3 متر) .

- كرات قدم عدد (4).

- ساعة توقيت الكترونية عدد (3).

إدارياً الاختبار:

- مسجل ينادي على الأسماء أولاً ويسجل عدد مرات الاداء ثانيا.

- مؤقت / يعطي إشارة البدء والنهاية وملاحظه صحه أداء الاختبار.

### توصيفات الاداء :

- بعد سماع إشارة البدء يقوم المختبر الذي يقف خلف خط البداية بركل الكرة على الجدار مرة أخرى بعد رجوعها من الجدار وهكذا لحين انتهاء مدة الاختبار.
  - لا يتم ركل الكرة المرتدة من الجدار بشرط يكون بعد خط الانطلاق
  - إذا خرجت الكرة خارج سيطرة اللاعب يأخذ إحدى الكرتان الأخرى وبلا توقف.
- التقييم :

يسجل عدد ركلات الكرات الصائبة نحو الجدار خلال 20 ثانية.  
(الاختبار الثاني): " التهديف على المستطيلات المتداخلة" (محمد صبيحي, 5, 75).  
الغاية من الاختبار: قياس دقة التهديف.

### الأدوات اللازمة :

- جداران ناعم يخطط عليه خمس مربعات متداخلة كالآتي :
- 1- المربع رقم (1) يكون بقياس (30 × 30) سم بارتفاع عن الأرض (1.6) م.
- 2- يتم وضع أربع اشكال على الجدار يبعد كل واحد عن الآخر مسافة 35 سم.
- 3- يتم ترقيمها من رقم (1) الى رقم (5) تصاعديا.
- 4- كرة قدم عدد (6).

### إداري الاختبارات :

- مدون/ يذيع على الأسماء أولا ويكتب الدرجات بعد ذلك.

### تطبيق المختبرين :

يقف اللاعب خلف خط البدء بمسافة تبعد عن الجداران 12 م، يتم التهديف بالكرات الخمس بصورة متتالية محاولا إصابة المربع الأول.  
التقييم :

- بعد ركل المختبر خمسة كرات مستمرة على المربعات جميعها وحسب الترتيب تصاعدي.
- يتم جمع ناتج ركل عدد الكرات بالداخل المربع x مع رقمه الذي ركلت الكرة داخله.
- كلما انخفضت الدرجة كلما كان التهديف افضل.

### 7-2 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية "هي تجربة مصغرة مشابهة للتجربة الحقيقية" (وجيه محبوب, 6, 35).

لذا قام الباحثون بالتجربة الاستطلاعية في يوم الأحد المصادف 2023/3/20 الساعة الرابعة عصرا على عينة مكونة من (10) لاعبين من مجتمع البحث.

## 2-8-2 الأسس العلمية للاختبار:

### 2-8-2-1 ثبات الاختبار:

هو درجة الاتساق في النتائج، عند حصولنا على نتائج الاختبار الأول نفسه في ما إذا قمنا بإعادة الاختبار نفسه على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها فان هذا الاختبار يعد ثابتا. و استخدموا الباحثون طريقة الاختبار وإعادة الاختبار بفاصل زمني قدره ( 2 ) يومين، اذ طبق الاختبار الأول بتاريخ 2023/3/25 وأعيد بتاريخ 2023/3/26 وعند حساب البيانات علميا بمعامل الارتباط البسيط (بيرسون) تبين ان جميع الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات مرتفعة 2-8-2 صدق الاختبار:

يقصد بصدق الاختبار "ان يقيس الاختبار ما أردنا ان يقيس وليس شيئا آخر غيره، أو الى جانبه" (فريدة ، 5, 64) . وقد قام الباحثون باعتماد معامل الصدق الذاتي الذي هو "صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة الى الدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للاختبار" (ثامر ، 1, 208) ، وعلى النحو المبين في الجدول (2).

معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات (محمد صبحي, 6, 192)

### 2-8-2 الموضوعية :

تعني "عدم تدخل ذاتية الباحث وآرائه ومعتقداته في نتائج الاختبار" ( عبد الله ومحمد عبد الكريم , 4, 15) , ولان الاختبارات المستخدمة سهلة الفهم وواضحة وغير قابلة للتأويل من قبل الخبراء ولاسيما وأنها ذات معايير رقمية لزمنا وعدد ومسافة تعتمد عليها الاختبارات لذلك فالاختبارات المستخدمة تعد ذات موضوعية .

الجدول (2) يبين معامل الثبات ومعامل الصدق والموضوعية



الصدق	الثبات	الاختبارات
0.959	0.921	التهديف
0.960	0.922	المناولة

## 9-2 التجربة الرئيسية:

طبقت للبحث للمدة من 2023 /4/5 الموافق يوم الاربعاء ذلك على ملعب نادي القاسم الرياضي.

10-2 الوسائل الإحصائية: النسبة المئوية, الوسط الحسابي, الانحراف المعياري, معامل الارتباط البسيط.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

### 1-3- عرض النتائج:

في ضوء أهداف البحث ومن أجل إعطاء الصورة العلمية الواضحة لنتائج البحث قام الباحثون بعرض الجداول وتحليلها ومناقشتها وكما يأتي:

الجدول رقم (3) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الدراسة

المتغيرات	حدة الانتباه	تركيز الانتباه	توزيع الانتباه	تحويل الانتباه	ثبات الانتباه	المناولة	التهديف
الوسط الحسابي	1.40	1.54	0.99	1.05	1.75	29.88	32.7
الانحراف المعياري	0.45	0.49	0.42	0.45	0.56	5.70	7.10

تبين ان الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية اتضح كل من حدة الانتباه بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري (0.45), وتركيز انتباه (1.54) وانحراف معياري (0.49),

توزيع انتباه بمتوسط حسابي ( 0.99) وانحراف معياري ( 0.42), تحويل انتباه بمتوسط حسابي (1.05) وانحراف معياري ( 0.45), ثبات انتباه بمتوسط حسابي ( 1.75) وانحراف معياري ( 0.56), المناولة بمتوسط حسابي ( 29,88) وانحراف معياري ( 5.70), التهديد بمتوسط حسابي (32.7) وانحراف معياري (7.10).

### 2-3- تحليل النتائج ومناقشتها :

من خلال الجدول (4) الذي يبين قيم معاملات الارتباط وقيمة (ت ر) المحسوبة والجدولية ومستوى دلالة الارتباط لمتغيرات البحث.

المتغيرات	حده الانتباه	تركيز الانتباه	توزيع الانتباه	تحويل الانتباه	ثبات الانتباه	المناولة	التهديد
القيمة الجدولية	3.699	7.033	-0.600	2.078	-0.740	5.065	4.047
القيمة المحسوبة	2.042	2.042	2.042	2.042	2.042	2.042	2.042
الدالة المعنوية	معنوي *	معنوي *	غير معنوي	معنوي *	غير معنوي	معنوي *	معنوي *

من الجدول رقم (4) دلت نتائج البحث من خلال قيم الارتباط المحسوبة من حدة وتركيز وتحويل والمناولة والتهديد كانت هذه المتغيرات ذات معنوية كون قيمها المحسوبة (3.699 , 7.033 , 2.078 , 5.065 , 4.047) اعلى من القيم الجدولية حيث كانت قيمة (ر) وبمعالجتها إحصائياً باستخدام دلالة معنوية الارتباط كانت قيمة (ت ر) المحسوبة (7.033)\* ، وهي أكبر من قيمة (ت) ، الجدولية ( 2.042) أمام درجة حرية ( 30) وعند مستوى دلالة ( 0,05) ويروا الباحثون ظهور الارتباط المعنوي بين حدة وتركيز وتحويل الانتباه إلى طول فترة التهيؤ والاستعداد لأداء التهديد والذي يبرئ اللاعب للتكيف

المناسب لأداء فعل المناولة و التهديد بعد أن يمر في حالة التصور والتذكر مستثمراً  
الذاكرة الحركية في الدماغ لإصدار قراره في أداء التهديد وكلما كان كل من حدة وتركيز  
وتحويل الانتباه معنويا كانت دقة المناولة و التهديد جيدتان ، لأن القصور في مظاهر  
الانتباه لا يساعدنا على تكوين حالة من التهيؤ التام لأداء المناولة و التهديد " فإذا لم تكن  
مركزاً لما يجري أمامك فأن المناولة و التهديد لا يتحققا بالشكل الأمثل حيث أن مظاهر  
الانتباه شيء ضروري من أجل تحقيق أعلى قمة في الأداء والقدرة (سمير منها ، 2 ، 16) ،  
ويرى الباحثون إذ أن الوقت الذي يعطى للاعب قبيل الأداء يساعدهم في تحقيق أعلى  
مستوى من الاستعداد التعبوي ويعينهم على تحقيق مستوى أفضل ويطلق على هذه  
الحالة (الاستعداد التعبوي الحركي) وذلك لأنها تشمل تعبئة جميع القوى المتوافرة عند  
اللاعب لإتمام الأداء وتحقيق نتيجة أفضل .

كما لا يوجد ارتباط معنوي بين ثبات وتوزيع الانتباه والمناولة و التهديد حيث كانت قيمة  
(ر) المحسوبة لثبات الانتباه هو (- 0.600) وتوزيع الانتباه (- 0.740) وهي علاقة ارتباط  
(سلبية) أي أنه كلما صغرت درجة ثبات الانتباه وتوزيع الانتباه للاعب قلت دقة المناولة و  
دقة التهديد لديه وبمعالجة قيمة (ر) إحصائياً تم استخدام معادلة دلالة معنوية  
الارتباط ، وكانت قيمة (ر) الجدولية ( 2.042) أمام درجة حرية (30) وعند مستوى دلالة  
(0,05) ، حيث يعزو الباحثون ظهور الارتباط المعنوي السلبي بين ثبات وتوزيع الانتباه و  
المناولة ودقة التهديد إلى هي مؤشر للحالة النفسية للاعب وقت الراحة قبل أداء  
التهديد حيث يعد الانتباه واحداً من أهم المشاكل المتعلقة بمستوى الإعداد النفسي  
للاعب لذا فإن الهدوء النفسي وقوة الجهاز العصبي والقدرة على التركيز والتخلص من  
المؤثرات الداخلية والخارجية التي تعترض سبيل التركيز قبيل أداء التهديد تعد واحداً من  
العوامل المهمة في دقة التهديد.

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

##### 4-1- الاستنتاجات :-

من خلال عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث الى :

أ- هناك علاقة معنوية موجبة بين مظاهر الانتباه (حدة و تركيز وتحويل الانتباه) والمهارات الأساسية بكرة القدم (المناولة و التهديف).

ب- لا توجد علاقة معنوية بين مظاهر الانتباه (ثبات وتوزيع الانتباه) والمهارات الأساسية بكرة القدم (المناولة و التهديف).

#### 2-4- التوصيات :

بناءً على ما ورد من استنتاجات يوصي الباحث بما يأتي :

- أ- بالنظر لوجود ارتباط معنوي موجب بين تركيز الانتباه و التهديف يوصو الباحثون ، أن يستغرق اللاعب الفترة الزمنية الكافية لتعبئة قواه النفسية والبدنية والفنية وتركيز انتباهه قبيل التهديف ضمن الحدود الزمنية المثلى التي أظهرها البحث .
- ب- التأكيد على تطوير مظاهر الانتباه (حجم الانتباه ، حدته ، ثباته ، تحويله ، توزيعه ، تركيزه) خلال التدريب وذلك لوجود علاقة ايجابية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التهديف.
- ج- تدريب اللاعبين على الانتقال من الانتباه الخارجي إلى الانتباه الداخلي وبالعكس وذلك لمطالبات الأداء عند التهديف على الهدف حيث يجب ان ينتبه اللاعب المهاجم على مكان وجود حارس المرمى وتحديد النقطة المناسبة ونقل الانتباه الداخلي إليها وتركيز قواه البدنية والنفسية لحظة التهديف.
- د- التأكيد على فن أداء التهديف خلال التعليم والتدريب لأن ثبات زمن الأداء يساعد على تكوين حالة جيدة من الاستعداد وتركيز الانتباه على الواجب الحركي بدلاً من فن الأداء .
- هـ- التأكيد على أخذ الوضع المناسب خلال فترة تركيز الانتباه قبيل أداء التهديف حيث أن للأوضاع الجسدية شأنًا كبيراً في تمكين اللاعب من التركيز والتصور والتذكر للمهارة التي يؤديها.

#### المصادر والمراجع:

- 1- ثامر محسن وآخرون(1991) الاختبار والتحليل بكرة القدم، مطبعة جامعة الموصل، ص208.
- 2- سمير مهنا الربيعي (2001) بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمستوى أداء حكام كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بابل – كلية التربية الرياضية ، ص 16 .



- 3- صدام محمد فريد (2001) أهم مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل - كلية التربية الرياضية، ص15.
- 4- عبد الله عبد الرحمن الكندي ومحمد عبد الكريم (1999) مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية، ط2، الكويت، مكتبة الفلاح، ص15.
- 5- فريدة كامل أبو زينة (1998) أساسيات القياس والتقويم في التربية. ط1، الكويت، مكتبة الفلاح، ص64.
- 6- محمد صبحي حسنين (1995) القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية. ج1، ط3، القاهرة، مدينة نصر، دار الفكر العربي، ص75.
- 7- وجيه محجوب واحمد بدري حسين (2002) \_ البحث العلمي ، بابل ، مطابع التعليم العالي، 2 ص35.