

تأثير استخدام الذاكرة المكانية على تحسين مستوى تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية لدى المبتدئين في رياضه الكاراتيه

أ. د/ كريمان عبد المنعم سرور
أ. د/ هدى حسن يوسف
أ. م. د/ أسماء يحيى عزت
الباحثة/ ياسمين محمد أحمد

- مقدمة البحث :

تعد الذاكرة المكانية تلعب دوراً مهماً في الأداء الرياضي، حيث تتيح للرياضيين تذكر وتحليل البيئة المحيطة بهم بشكل فعال، مما يعزز قدرتهم على اتخاذ القرارات السريعة والتنقل بكفاءة أثناء التمرين أو المنافسة، عرفها " آد امو فيلاني **Adamo-Villani** ، ٢٠١٠" على أنها شكل من أشكال الذاكرة المسؤولة عن تسجيل المعلومات حول بيئة المرء والتوجه الفراغي، للذاكرة المكانية تمثيل في إطار العمل وتنقسم إلى ذاكرة قصيرة الأمد وذاكرة طويلة الأمد (١٣، ٥٨٢)

وكما أشارت "فاديا محمود القضاة"، ٢٠٢٤م" بأن الذاكرة المكانية مهارة من مهارات التدوير العقلي التي تعد إحدى العمليات المعرفية الأساسية التي يلجأ إليها اللاعب فيسعى نحو تكوين الأفكار واكتساب الخبرات الجديدة وبالتالي فإن عملية التدوير العقلي تؤدي دوراً مهماً في عمليات التعلم والتعليم، واكتساب الخبرات المعرفية المرتبطة بعمليات ومهام الذاكرة ومعالجة المعلومات للحصول على كل ما هو جديد. (٢٥، ٧-٢٦)

ويؤكد "شنايدر ٢٠١١، **Scheider**" إلى وجود وظيفتين للذاكرة العاملة البصرية المكانية الأولى: وظيفة التنظيم النشط وتعديل إلى المعلومات الخاصة بالعمليات التصويرية الذهنية الثانية: الاحتفاظ قصير المدى بالمعلومات ذات الصلة، ويفترض شنايدر أن شيئاً واحداً في الذاكرة العاملة البصرية المكانية يكون نشطاً عبر ثورة التنشيط من خلال المداخلات إلى شبكة العين، والاشياء الثلاثة المتبقية لا تحصل على هذا التنشيط المستمر (أي في كل مره يقع الانتباه وحدة واحدة في كل مره)، ولكنها تحتفظ بها في الذاكرة قصيرة المدى من دون تنشيط، والأجزاء الأمامية المتمثلة باللحاء الأمامي الجبهي هي المسؤولة عن هذه الوظيفة (١٥، ٣٥:١٦)

كما أشار "أبو المكارم فؤاد، ٢٠٠٧" ونجاح اللاعب الرياضي في تحقيق الإنجازات والفوز في معظم الألعاب الرياضية يعتمد علي مظاهر الانتباه عامة وتركيز الانتباه بصفة خاصة، تركيز الانتباه يعد جزءاً أساسياً من الأداء الرياضي الفعال، حيث يساعد الرياضيين على الحفاظ على التركيز والتفكير الواضح أثناء المنافسة. يعتبر الانتباه والتركيز من المهارات العقلية التي يمكن تطويرها من خلال التدريب والممارسة (٥٠،١)

يشير "محبوب، ٢٠٠٩" أن من أهم مظاهر الانتباه التي ثبت تأثيرها على مستوى الاداء في النشاط الرياضي هو عملية تركيز الانتباه، فتركيز الانتباه يؤثر على دقه ووضوح واتقان النواحي الفنية لأجزاء المهارة الحركية، كما له أهميه في تجنب حدوث الاصابات، لذلك يتضح أن الانتباه عبارة عن استعداد الفرد ادراكياً لتوجيه وتركيز النشاط العقلي نحو معين، إذ أن الانتباه هو تركيز الشعور في شيء استعداداً لملاحظته أو أداءه أو التفكير فيه. (٤٨،٧)

يشير "et al. Macovei وآخرون، ٢٠١٤" إلي أن إعداد لاعب الكاراتيه أمراً معقداً للغاية فهو أكثر من مجرد عملية تدريب بسيطة. فتشمل عملية إعداد لاعب الكاراتيه جميع مكونات التدريب الرياضي (الإعداد الفني، والإعداد التكتيكي، الإعداد البدني، الإعداد النفسي، والإعداد النظري، وكذلك الاعداد الأخلاقي والإرادي) وكلها في علاقة تكافل دائمة، ويتم تطوير جميع المتغيرات في ديناميكيات مستمرة، مع تقنيات يتم تنفيذها أحياناً بأقصى معايير، والتي يمكننا أن نضيف إليها المواقف غير المتوقعة الناشئة عن الاتصال الكامل مع الخصم وأيضاً ضغط الوقت المحدد لكل قتال تنافسي. لهذا السبب نعتبر أن بعض القدرات مهمة بشكل حاسم للاعبي الكاراتيه، ونشير هنا إلى القدرات الحركية، وكذلك القدرة على توقع وقت رد الفعل، والذي من خلاله يمكنه مفاجأة ووضع خصمه في موقف. هذا هو الدليل الذي يمكن أن يحدث فرقاً، على مستوى الأداء العالي، بين بطل العالم ومشارك بسيط في بطولة العالم. (٢٦٣،١٤)

مشكله البحث:

من خلال خبرة الباحثة كمساعد مدرب كاراتيه بمركز شباب ابو حماد فقد لاحظت أن بعض المدربين يعتمدون على الخبرات الشخصية والعملية ويهتمون بالجانب التدريبي العملي فقط متجاهلين

الخصائص والسمات العقلية للاعبين، كما أنها وجدت أنه يقع على عاتق اللاعبين المبتدئين عمليات الحفظ والاسترجاع لأكبر قدر من المهارات وذلك لأدائها سواء في القتال الوهمي "الكاتا" أو في القتال الفعلي "الكومتيه"، بالإضافة إلى أنهم يؤدون المهارات من منطلق التكرار المعتاد دون مراعاة النقاط القانونية للتكنيكات الفنية الصحيحة سواء كانت من الناحية التكتيكية أو الناحية السلوكية، وعند مشاركتهم في المنافسات يصبح أدائهم سيء، كما أن اكتساب المهارات ليس هو الهدف الأوحد في عملية التدريب ، ولكن من الضروري أن يكتسب سمات عقلية.

ومن هنا جاءت فكرة البحث الحالي في محاولة من الباحثة لتنمية مهارات تركيز الانتباه للاعبين المبتدئين من خلال استخدام أنشطة و تمرينات الذاكرة لتنشيط وتحسين الانتباه لدى المبتدئين؛ كما أن استخدام الذاكرة المكانية يعمل على تحسن إدراك المعرفة، وتوظيف القدرات والمهارات العقلية، وتنمية مستوى أدائهم المهاري للمهارات الخاصة برياضة الكاراتيه.

- هدف البحث:

التعرف على تأثير استخدام الذاكرة المكانية على تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية لدى المبتدئين في رياضة الكاراتيه.

- فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة الضابطة في تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية في تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين البعديين لدى أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

- المصطلحات المستخدمة:

١- الذاكرة المكانية:

هي مجموعة من العمليات المعرفية التي تقوم بتخزين، ومعالجة المعلومات البصرية المكانية ويمكن قياسها من خلال اداء الافراد على مهام تتطلب الاحتفاظ بالمعلومات البصرية المكانية ومعالجتها. (٥،١٩)

٢-تركيز الانتباه:

يُقصد به تثبيت الانتباه نحو مثير معين واستمراره على هذا المثير، ويُطلق على النقطة التي يتركز فيها الانتباه مصطلح بؤره الانتباه. (٨،٢٠)

- الدراسات السابقة :

١- دراسة "عبدالعزیز أحمد النجدي، ٢٠٢٠" تأثير برنامج باستخدام التدريبات البصرية على مستوى تركيز الانتباه ودقة التصويب للاعبين كره اليد لدولة الكويت ، ويهدف البحث التعرف علي تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البصرية على مستوى تركيز الانتباه ودقة التصويب للاعبين كره اليد بدولة الكويت ،أستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعه واحدة، وتم اختيار عينه البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كره اليد تحت ٢٠ سنة للموسم الرياضي ٢٠١٩-٢٠٢٠م وبلغ عدد أفراد مجموعته البحث الأساسية ١٥ لاعب، كانت أهم النتائج وجود فروق داله احصائية عند مستوى معنويه (٠.٠٥) بين متوسطات القياسات القبليه والبعديه لمجموعه البحث التجريبية في مستوى تركيز الانتباه للاعبين كره اليد بدولة الكويت ولصالح القياس البعدي. (٤)

٢-أشارت دراسة "دينا مكي، ٢٠٢٠" والتي هدفت إلي: الكشف عن الفروق في الذاكرة العاملة البصرية المكانية، وأنماط التحمل الادراكي لدى التلاميذ العاديين والمتفوقين عقلياً ذوي صعوبات تعلم الحساب في المرحلة الابتدائية، وتوصلت إلي: وجود فروق دالة احصائياً بين التلاميذ العاديين والمتفوقين عقلياً ذوي صعوبات تعلم الحساب في الذاكرة العاملة البصرية المكانية، ومكوناتها الفرعية: (تذكر النمط، التتابع البصري المكاني)، والفروق جاءت لصالح المجموعة ذات متوسط الرتب الأعلى (العاديين)(٣)

٣ -دراسة" جوانى ،مهدي، وآخرون، ٢٠٢١م" بعنوان "العلاقة بين تركيز الانتباه ودقه الإرسال

القصير في تنس الريشة" والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه بدقة الإرسال القصير في تنس الريشة، وأستخدم الباحثون المنهج الوصفي نظراً لملائمته مع طبيعة مشكلة الدراسة، حيث تكونت عينة البحث من ١٥ لاعباً من فريق قاعة متعددة الرياضات أم البواقي للفئة العمرية (١٣-١٥ سنة)، تم اختيارهم بالطريقة القصدية، لجمع البيانات استخدمنا اختبار شبكه تركيز الانتباه واختبار دقه الإرسال القصير، وقد توصلوا إلى أهم النتائج والمعالجة الإحصائية والتي تتمثل في وجود علاقة ارتباطية بين مستوى تركيز الانتباه بدقه الإرسال القصير في تنس الريشة. (١٠)

- الاستفادة من الدراسات السابقة:

ساعدت الدراسات السابقة الباحثة في اختيار منهجية البحث وتحديد أهداف البرنامج التعليمي التدريبي، وكذلك تصميم البرنامج التدريبي باستخدام الذاكرة المكانية، بجانب اختيار أدوات جمع البيانات، بالإضافة إلى تحديد المدة الزمنية لتطبيق البرنامج وعدد الوحدات التعليمية وزمن كل وحدة، وكذلك أفضل الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات هذا البحث، كما استفادت الباحثة من نتائج هذه الدراسات في تفسير ومناقشة نتائج البحث المائل.

إجراءات البحث:

المنهج المستخدم:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين، إحداهما تجريبية والثانية ضابطة، وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

مجتمع البحث:

أشتمل مجتمع البحث على المبتدئين في تعليم رياضة الكاراتيه من سن (١٠ - ١٤) سنة والمشاركين في مركز شباب أبو حماد الرياضي، للموسم الرياضي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤م) والبالغ عددهم (٣٠) مبتدئ.

عينة البحث:

قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث حيث بلغ عددهم (٣٠) مبتدئ بنسبة مئوية قدرها (١٠٠٪)، حيث تم قامت الباحثة باختيار عدد (٦) مبتدئين بالطريقة العشوائية وذلك للاشتراك في الدراسة الاستطلاعية، وبذلك أصبح حجم العينة الأساسية للبحث (٢٤)

مبتدئ، وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين إحداهما تجريبية قوامها (١٢) مبتدئ واتباع معها البرنامج التعليمي التدريبي باستخدام برنامج التدوير العقلي، والأخرى ضابطة قوامها (١٢) مبتدئ ولقد اتبع معها طريقة المتبعة (الشرح والنموذج)

توزيع أفراد العينة توزيعاً اعتدالياً:

قامت الباحثة بإجراء اعتدالية توزيع بين أفراد العينة في ضوء المتغيرات التالية: معدلات النمو (السن، الطول، الوزن)، مستوى الأداء المهاري لمهارات الكاراتيه وتركيز الانتباه قيد البحث، وجدول (١) يوضح اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث.

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لاعتداليه مجتمع البحث في جميع المتغيرات قيد البحث ن = ٣٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
البيانات الشخصية	- السن	سنة	١١.٤٤	٠.١٦	١١.٥٠
	- الطول	سم	١٥٩.٨٧	١.٨٣	١٦٠.٠٠
	- الوزن	كجم	٥٩.١٧	٢.٢٥	٦٠.٠٠
البيانات الرياضية	اوي وزكي	درجة	٢.١٣	٠.٥٦	٢.٠٠
	اجي اوكي	درجة	١.٩٥	٠.٤٢	٢.٠٠
	سوتو اوكي	درجة	٢.٠٢	٠.٤٠	٢.٠٠
تركيز الانتباه	عدد	١٠.٢٠	١.٣٠	١٠.٠٠	٠.٤٦

يوضح جدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث انحصرت ما بين (٣+) الأمر الذي

يشير إلى اعتداليه مجتمع البحث.

وسائل جمع البيانات:

قامت الباحثة بجمع المعلومات والبيانات المتعلقة بهذا البحث بالوسائل والأدوات التالية.

الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

(جهاز الر ستا ميتر / ميزان طبي / جهاز حاسب ألي / صالة كاراتيه، شريط قياس)

الاستمارات:

- استمارة تسجيل البيانات الشخصية ومتغيرات البدنية مرفق (١)

- استمارة تسجيل نتائج المتغيرات المهارية مرفق (٢)
- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول البرنامج التعليمي التدريبي. مرفق (٣)

الاختبارات

- اختبار تركيز الانتباه (محمد حسن علاوى، ٢٠٠٢) (٨،٧٢) مرفق (٤)
- قياس المهارات الأساسية:

تم قياس مستوى أداء المهارات الأساسية قيد البحث عن طريق الاستعانة بلجنة محكمين مكونه من ثلاثة حكام درجة ثانية بمنطقة الشرقية للكراتيه مرفق (٥)، حيث تم إعطاء كل ناشئ ثلاث محاولات وتم أخذ متوسط الثلاث محاولات، والتقييم من خلال إعطاء درجة صفر كحد أدنى وخمسة درجات كحد أقصى.

الدراسة الاستطلاعية الاولى:

أجريت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ٢٠٢٤/٢/١م إلى ٢٠٢٤/٢/٩م حيث قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على النواحي الإدارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث، والتي تم تحديدها في التأكد من سهولة القياسات وتحديد زمن إجراء القياسات واختيار الأماكن المناسبة لإجراء القياسات والتأكد من المعاملات العلمية للاختبار (الثبات - الصدق).

أولاً: معامل الصدق:

تم حساب صدق تركيز الانتباه والمهارات الأساسية قيد البحث عن طريق الصدق التجريبي (التمايز) على مجموعتين متساويتين في العدد قوام كل منهم (٦) مبتدئين، أحدهما تمثل عينة البحث الاستطلاعية (مجموعة غير مميزة)، والمجموعة الأخرى ذات مستوي مرتفع في تلك المتغيرات (المجموعة المميزة) وهم من المرحلة المتقدمة في تعلم الكاراتيه، وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في تركيز الانتباه ن=٦

الاختبارات	العينة المميزة		العينة غير مميزة		اختبار مان ويتي	
	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	U	Z
تركيز الانتباه	٣.٥٠	٢١.٠٠	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٠.٠٠	٢.٩٨
اوي وزكي	٣.٥٠	٢١.٠٠	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٠.٠٠	٣.٠٠
اجي اوكي	٣.٥٠	٢١.٠٠	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٠.٠٠	٣.٠٥
سوتو اوكي	٣.٥٠	٢١.٠٠	٩.٥٠	٥٧.٠٠	٠.٠٠	٢.٩٦

يتضح من جدول (٢) ان الفروق بين المجموعة المميزة والغير مميزة لجميع الاختبارات المستخدمة دالة احصائياً ($P < 0.05$) مما يعني أن الاختبارات صادقة وتميز بين المستويات المختلفة.

ثانياً: معامل الثبات:

لحساب معامل الثبات في اختبار تركيز الانتباه والأداء المهاري، استخدمت الباحثة طريقة تطبيق الاختبار، وإعادة تطبيقه على أفراد عينة البحث الاستطلاعية بفواصل زمني قدره (٧) أيام من التطبيق الأول، وذلك في الفترة من ٢٠٢٤ / ٢ / ١ م، وحتى ٢٠٢٤ / ٢ / ٨ م، ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، و جدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط بين التطبيق

الأول والثاني للاختبارات المهارية والانتباه

ن = ٦

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
		م	ع±	م	ع±
اوي وزكي	درجة	٢.٣٣	٠.٥٢	٢.٤٢	٠.٤٩
اجي اوكي	درجة	٢.١٧	٠.٢٦	٢.٢٥	٠.٤٢
سوتو اوكي	درجة	٢.١٦	٠.٥٢	٢.٢٥	٠.٦٩
تركيز الانتباه	عدد	٩.٨٣	١.٦٠	١٠.١٧	١.٤٧

* قيمة (ر) عند مستوى عند ٠,٠٥ = ٠,٥٧٦

يوضح جدول (٣) أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) حيث تراوحت قيمة "ر" بين (٠.٩٢ : ٠.٩٢) مما يشير الى ثبات تلك الاختبارات والمقياس عند إعادة تطبيقها على عينة البحث.

البرنامج التعليمي التدريبي باستخدام أسلوب الذاكرة المكانية:
أولاً: أهداف البرنامج:

تنمية بعض مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه) وتعلم المهارات الأساسية في رياضه الكاراتيه للمبتدئين من خلال البرنامج التعليمي التدريبي باستخدام الذاكرة المكانية.

ثانياً: أسس وضع البرنامج التعليمي التدريبي:

- ١- توافق محتوى البرنامج التدريبي مع أهدافه.
- ٢- أن يتناسب محتوى البرنامج مع قدرات المبتدئين.
- ٣- التركيز على تدريب المبتدئين على أسلوب الذاكرة المكانية لبعض مهارات الكاراتيه بوحدة البرنامج.
- ٤- أن تشمل جميع وحدات البرنامج على تنشيط الذاكرة يتخللها تعليم المهارات الأساسية في الكاراتيه.
- ٥- أن يراعى عوامل الأمن والسلامة حرصاً على سلامة المبتدئين.

ثالثاً: محتوى البرنامج التعليمي والتدريبي:

يتضمن محتوى البرنامج التعليمي التدريبي أنشطة الذاكرة المكانية لتعلم المهارات الأساسية في الكاراتيه وذلك من خلال الجوانب المهارية للمهارات الأساسية في الكاراتيه والتي اشتملت على (مهارة اوي وزكي - مهارة اجي اوكي - مهارة سو تو اوكي)

رابعاً الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج التعليمي التدريبي:

- ١- صور بزوايا مختلفة لكل مهارة.
- ٢- أسطوانة مسجلة فيديو تعليمي لكل مهارة
- ٣- صور سلسلة لكل مهارة مقطعة الى أجزاء
- ٤- جداول بها صور تسلسل المهارة وبها صورة خاطئة.
- ٥- ساعة إيقاف.

خامساً الإطار الزمني لتنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بوضع الجدول الزمني لتنفيذ البرنامج التعليمي التدريبي وفقاً للمسح المرجعي هدى حسن (٢٠١٨) (١١)، محمود حمدي (٩)، أحمد ابراهيم (٢٠٠٥) (٢) برنامج تعليمي وقد اشتمل على (٨) ستة عشر وحدة تعليمية مقسمة على (٤) أسابيع، وكل أسبوع يحتوي على وحدتين تعليمية تدريبية، وزمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة، والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني للبرنامج وكذلك أجزاء الوحدة التعليمية التدريبية لمبتدئ المجموعة التجريبية.

جدول (٤)

التوزيع الزمني للوحدات التعليمية التدريبية في البرنامج
التعليمي التدريبي باستخدام أنشطة الذاكرة المكانية

م	البيان	التوزيع الزمني
١	عدد الاسبوع	٤ اسابيع
٢	عدد الوحدات التعليمية التدريبية	٨ وحدة تعليمية
٣	عدد الوحدات التعليمية التدريبية في الأسبوع	وحدتين تعليمية تدريبيه
٤	زمن التطبيق في الوحدة	٩٠ دقيقة
٥	زمن التطبيق في الاسبوع	١٨٠ دقيقة (ثلاث ساعات)
٦	الزمن الكلي لتطبيق البرنامج	٧٢٠ دقيقة

جدول (٥)

التوزيع الزمني لأجزاء الوحدات التعليمية التدريبية في البرنامج
التعليمي التدريبي باستخدام أنشطة الذاكرة المكانية

م	البيان	التوزيع الزمني
١	اعمال ادارية	٥ق
٢	أنشطة الذاكرة المكانية	٢٠ق
٣	الجزء التعليمي	١٥ق
٤	الجزء التمهيدي	١٥ق
٥	الجزء التدريبي	٣٠ق
٦	الختام	٥ق
المجموع		٩٠ دقيقة

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية على العينة الاستطلاعية وذلك بتطبيق أسبوع واحد من البرنامج بواقع ٢ وحدة تعليمية تدريبية خلال الفترة من ٢٠٢٤/٢/١٣، الي ٢٠٢٤/٢/٢٠، وذلك للتعرف على مدي ملائمة هذا البرنامج المقترح لتحقيق أهدافه..

الدراسة الأساسية :

١- القياس القبلي (التكافؤ):

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة حيث تم قياس ومستوى الأداء المهاري لمهارات الكاراتيه وتركيز الانتباه وذلك في الثلاثاء ٢٧-٢٨/٢/٢٠٢٤م، وذلك للتأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في هذه القياسات وذلك وفقاً لجدول (٦).

جدول (٦)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في القياسات القبلية

في الاختبارات البدنية و المهاريه وتركيز الانتباه قيد البحث ن١ = ن٢ = ٦

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
		ع±	م	ع±	م	
اوي وزكي	درجة	١.٩٦	٢.٢١	٠.٥٤	٠.٥٨	١.٠٥
اجي اوكي	درجة	١.٨٣	١.٩٦	٠.٤٤	٠.٤٥	٠.٦٩
سوتو اوكي	درجة	١.٩٦	٢.٠٠	٠.٤٥	٠.٤٣	٠.٢١
تركيز الانتباه	عدد	١٠.٣٣	١٠.٢٥	١.٤٤	١.٠٦	٠.١٥

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٧٤

يوضح جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في كل الاختبارات المهاريه وتركيز الانتباه قيد البحث مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث.

٢- تنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التعليمي التدريبي باستخدام أنشطة الذاكرة المكانية على مجموعة البحث التجريبية في الفترة من الثلاثاء ٥/٣/٢٠٢٤م حتى الخميس ٢٨/٣/٢٠٢٤م ولمدة (٤) أسابيع وبواقع وحدتين تعليمية تدريبية أسبوعياً وزمن الوحدة (٩٠) دقيقة، وقد تم التعلم والتدريب للمجموعة التجريبية باستخدام الذاكرة المكانية، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المتبع معها وذلك حرصاً على عزل المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج البحث ولمدة (٤) أسابيع وبواقع وحدتين تعليمية أسبوعياً وزمن الوحدة (٩٠) دقيقة.

٣- القياس البعدي:

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري لمهارات الكاراتيه وتركيز الانتباه، يوم الثلاثاء والاربعاء الموافق ٢-٣/٤/٢٠٢٤م.

المعالجات الاحصائية المستخدمة في البحث:

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط.
- معامل الارتباط البسيط.
- معامل الالتواء.
- اختبار (ت)
- عرض ومناقشة النتائج:

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة

التجريبية في تركيز الانتباه والمهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه ن = ١٢

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	قيمة "ت"
		س	ع ±	س	ع ±		
اوي وزكي	درجة	١.٩٦	٠.٥٤	٤.٦١	٠.٦٦	٢.٦٥	*١٠.٣١
اجي اوكي	درجة	١.٨٣	٠.٤٤	٤.٥٨	٠.٣٩	٢.٧٥	*١٥.٥١
سوتو اوكي	درجة	١.٩٦	٠.٤٥	٤.١٣	٠.٥٤	٢.١٧	*١٠.٢٤
تركيز الانتباه	عدد	١٠.٣٣	١.٤٤	١٦.٨١	٠.٩٩	٦.٤٨	*١٢.٣٠

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٠١

يوضح جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة

التجريبية لصالح القياس البعدى في تركيز الانتباه والمهارات الأساسية.

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة

الضابطة في تركيز الانتباه والمهارات الأساسية ن = ١٢

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	قيمة "ت"
		س	ع ±	س	ع ±		
اوي وزكي	درجة	٢.٢١	٠.٥٨	٢.٧٣	٠.٤٨	٠.٥٢	*٢.٢٩
اجي اوكي	درجة	١.٩٦	٠.٤٥	٢.٦٩	٠.٥٢	٠.٧٣	*٣.٥٢
سوتو اوكي	درجة	٢.٠٠	٠.٤٣	٢.٨١	٠.٦٢	٠.٨١	*٣.٥٦
تركيز الانتباه	عدد	١٠.٢٥	١.٠٦	١١.٧٩	٠.٨٦	١.٥٤	*٣.٧٤

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٠١

يوضح جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة

الضابطة لصالح القياس البعدى في تركيز الانتباه والمهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.

جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في مظاهر الانتباه وتعلم المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه ن = ١٢

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		فروق المتوسطات	قيمة "ت"
		ع ±	س	ع ±	س		
اوي وزكي	درجة	٠.٤٨	٢.٧٣	٠.٦٦	٤.٦١	١.٨٨	*٧.٦٤
اجي اوكي	درجة	٠.٥٢	٢.٦٩	٠.٣٩	٤.٥٨	١.٨٩	*٩.٦٤
سوتو اوكي	درجة	٠.٦٢	٢.٨١	٠.٥٤	٤.١٣	١.٣٢	*٥.٣٢
تركيز الانتباه	عدد	٠.٨٦	١١.٧٩	٠.٩٩	١٦.٨١	٥.٠٢	*١٢.٧٠

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٠١

يوضح جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في جميع مظاهر الانتباه وتعلم المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.

مناقشة النتائج:

في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج البحث والتي تم معالجتها إحصائياً قامت الباحثة بتفسير النتائج طبقاً لأهداف البحث وفروضه كما يلي:

تظهر نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في قياسات تركيز الانتباه والمهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عن مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يؤكد على حدوث تحسن في مستوي أداء قياس تركيز الانتباه والمهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.

وترجع الباحثة ذلك التقدم بين القياسين القبلي والبعدي أيضاً لأفراد المجموعة التجريبية في تركيز الانتباه إلى البرنامج التعليمي التدريبي باستخدام الذاكرة المكانية والذي ساعدت اللاعبين على تصور المهارة وأدراك أشكالها وهذا ساعد اللاعبين على تنمية الذكاء البصري والمكاني لديهم وبالتالي تعلم المهارات المختلفة بصورة سهلة وبسيطة.

ويتفق ذلك مع دراسات كل من "عبد العزيز نجدى" (٢٠٢٠م)، ودراسة "جوانى، مهدى والمأمون، على، محمد" (٢٠٢١م) في أن البرامج التعليمية المستخدمة الذاكرة المكانية وتركيز الانتباه تساعد في عملية التعلم وتعمل على تحسن مستوى الأداء المهارى والمعرفي.

وبذلك تحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على

"توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد

المجموعة التجريبية في تركيز الانتباه في رياضة الكاراتيه قيد البحث ولصالح القياس البعدي"

تظهر نتائج جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي في قياسات تركيز الانتباه والمهارات الأساسية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عن مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يؤكد على حدوث تحسن في مستوى أداء جميع قياسات تركيز الانتباه والمهارات الأساسية.

وترجع الباحثة ذلك التقدم بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة في تركيز الانتباه وتعلم المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه إلى التأثير الإيجابي إلى الطريقة المتبعة (الطريقة التقليدية) المعتمدة على الشرح اللفظي وأداء نموذج للمهارات الأساسية قيد البحث من جانب المدربة وتكرار الأداء من جانب اللاعبين والتدريب عليه لإتقان المهارة، هذا بجانب تعود اللاعبين على تلقى المعلومات دون البحث عنها وتعودهم أيضاً على التلقين والحفظ وهذا يساعد على حدوث التقدم في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي مما يشير إلى تأثير الطريقة التقليدية على تحسن تركيز الانتباه وتعلم المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.

وبهذا يحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على أنه

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد

المجموعة التجريبية في تركيز الانتباه وتعلم المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

تظهر نتائج جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعديّة للمجموعة

التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في قياسات تركيز الانتباه حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عن مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يؤكد على حدوث تحسن في

مستوي أداء جميع قياسات تركيز الانتباه والمهارات الأساسية للمجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة.

وترجع الباحثة ذلك التقدم بين القياسين البعدين لأفراد المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في تركيز الانتباه أيضاً إلى استخدام لاعبي المجموعة التجريبية البرنامج التعليمي باستخدام الذاكرة المكانية حيث انه يتم لدي اللاعبين بمعزل عن الاشكال الواقعية والمنظورة بصرياً حيث ان اللاعبين يقومون بالعملية التعليمية بعد ان يتم اكتساب التفضيلات في الاشكال فاللاعب يدور ما يدركه ولا يقوم بتدوير الشكل الحقيقي الموجود اصلاً، وعليه فإن التشويش في الاشكال الواقعية يؤثر في طبيعة النجاح والفشل في الذكاء المكاني لدي المبتدئين وترجع هذه النتيجة لما أشار له "Daniel R, et al ٢٠١٤،" العلاقة بين كفاءة الذاكرة العاملة المكانية وضبط الانتباه قد تم توثيقها عبر العديد من الدراسات حيث أن كفاءة الذاكرة العاملة تتنبأ بقدرة اللاعب على تجاهل المشتتات والسرعة في تركيز الانتباه.(٩١٨،١٣)

وبهذا يحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعدين بين المجموعة التجريبية والضابطة في تركيز الانتباه والمهارات قيد البحث ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية."

- الاستنتاجات والتوصيات:

أولاً: الاستنتاجات:

من خلال أهداف البحث وفروضه وطبيعة العينة وخصائصها والمنهج المستخدم ومن خلال معالجة البيانات إحصائياً أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

البرنامج التعليمي باستخدام الذاكرة المكانية ساهم بطريقة ايجابية وفعالة في زيادة مستوى مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه) للاعبين المجموعة التجريبية.

١ - الطريقة المتبعة (الشرح اللفظي والنموذج العملي) ساهمت بطريقة ايجابية وفعالة في زيادة مستوى مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه) والمهارات الأساسية للاعبين المجموعة الضابطة.

٢ -تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت الذاكرة المكانية على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة المتبعة (الشرح اللفظي والنموذج العملي) في بعض مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه). والمهارات الاساسية

ثانياً: التوصيات:

- من خلال نتائج البحث وفي ضوء ما توصلت إليه الباحثة من استنتاجات توصى الباحثة بالتالي:
- ١-ضرورة استخدام الذاكرة المكانية لتعلم مهارات الكاراتيه للاعبين المبتدئين لما اثبتته هذه الدراسة من نتائج.
 - ٢-الاهتمام بتنوع التمرينات والوسائل المستخدمة في الذاكرة المكانية، وكذلك الاهتمام بالجانب النفسي المصاحب للجانب المهارى والبدني.
 - ٣-اهتمام المسؤولين بمراكز الشباب على تقديم أنشطة لتطوير الذاكرة المكانية للاعبين.

المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أبو المكارم (فؤاد). (٢٠٠٧). بعض المحددات النفسية الاجتماعية لأساليب الانتباه لدى طلاب الجامعات. دراسات عربية في علم النفس، ٢٦ (٣)، ٥٠٠١.
- ٢-أحمد محمود إبراهيم (٢٠٠٥م): موسوعة محددات التدريب (النظرية والتطبيق) لتخطيط البرامج التدريبية لرياضة الكاراتيه، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- ٣-دينا مكي (٢٠٢٠) الفروق الفردية في الذاكرة العاملة البصرية المكانية وانماط التحمل الادراكي لدى التلاميذ العاديين والمتفوقين عقلياً ذوي صعوبات تعلم الحساب في مرحلة الابتدائية، المجلة الدولية في للبحوث في العلوم التربوية، المؤسسة الدولية لآفاق المستقبل.
- ٤-عبد العزيز النجدي (٢٠٢٠): تأثير برنامج باستخدام التدريبات البصرية على مستوى تركيز الانتباه ودقة التصويب للاعبي كره اليد بدوله الكويت، رسالة دكتوراه، جامعه مدينه السادات.

- ٥- عبد ربه سليمان (٢٠١٠): دور الذاكرة العاملة اللفظية والبصرية - المكانية في التحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الاساسي، مجلة العلوم الاجتماعية، الكويت.
- ٦- فاديا محمود القضاة (٢٠١٤): الذاكرة العاملة وعلاقتها بالتدوير العقلي لدى طلبة المرحلة الأساسية في ضوء متغيري الجنس والمستوي الصفي، رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية جامعة اليرموك الأردن.
- ٧- محجوب إبراهيم ياسين (٢٠٠٩): العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهاره دقه التصويب بكرة القدم (مجلة العلوم التربوية الرياضية، العدد ١، جامعه ديالى).
- ٨- محمد حسن علاوى (٢٠٠٢): موسوعة الاختبارات النفسية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٩- محمود حمدي عبد الكريم، عماد عبد الفتاح السرسى (٢٠٠٦): استخدام تدريبات الأثقال والبليوميترك والمختلط لتطوير القوة المتفجرة وتأثيرها على بعض القدرات البدنية ومستوى الأداء المهارى لناشئي الكاراتيه، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد ٥٨، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- ١٠- مهدي جواني، على وحدي، محمد المأمون (٢٠٢١): العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة الإرسال القصير في تنس الريشة دراسة على فريق القاعة المتعددة الرياضيات
- ١١- هدى حسن صابر (٢٠١٨) تأثير استخدام استراتيجيات التعلم المقلوب على المرونة العقلية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه، مجلة علوم الرياضة بكلية التربية الرياضية- جامعة المنيا.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

١٢- Adamo-Villani N. (٢٠١٠): "A Study of the Effects of Immersion on Short--

term Spatial Memory". Engineering and Technology

١٣-Little, D.R, Lewandowsky, S& craig, S (٢٠١٤) "Working memory capacity and fluid abilities: The more difficult the item the more more is better" Frontiers in psychology. ٩١٨

١٤-Macovei, S., Lambu, I., Lambu, E., Predoiu, R. (٢٠١٤): Manifestations of Some Personality Traits in Karate Do; Procedia - Social and Behavioral Sciences ١١٧ (٢٠١٤) ٢٦٩-٢٧٤

١٥-Schneider, W (٢٠١١).Memory development in childhood Black Well handbook of childhood, American Psychological Association, Washington. USA..

