

ملخص البحث باللغة العربية

"الثقة بالنفس وعلاقتها بتركيز الانتباه لدى ناشئي الدارتس"

* أ.د/ أحمد عبد العاطي حسين ** أ.م.د/ عبدالله حسين رضا

*** باحث/ حسن إسماعيل سعيد

ألقى الباحثان الضوء على موضوع له أهمية كبيرة في الوقت الحاضر والمستقبل وهما التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئي الدارتس، الفروق بين ناشئي وناشئات الدارتس في الثقة بالنفس، الفروق بين ناشئي وناشئات الدارتس في تركيز الانتباه، واستخدم الباحث المنهج الوصفي أسلوب المسح حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة البحث، وبلغت عينة البحث الأساسية (٦٠) فرد تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وبلغت عينة البحث العشوائية (٢٤) فرد.

ومن أهم النتائج أن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئي رياضة الدارتس، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الثقة بالنفس يقترن بزيادة قدرة الناشئ على تركيز انتباهه أثناء الأداء، وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه، حيث تبين أن اللاعبين الذين يتمتعون بثقة عالية في النفس أظهروا مستويات أفضل في تركيز الانتباه، مما يدل على أن الناشئين الذين يمتلكون قدرة أعلى على التركيز يتمتعون بثقة في النفس أفضل أثناء ممارسة رياضة الدارتس، تؤكد النتائج أن الثقة بالنفس تُعد متغيراً نفسياً مؤثراً في الأداء المهاري، لا سيما في مهارات تتطلب دقة وتركيزاً في رياضة الدارتس، تشير النتائج إلى أهمية تنمية الثقة بالنفس لدى الناشئين كعامل مساعد لتحسين الجوانب الإدراكية والمهارية، وخاصة في الألعاب الدقيقة التي تعتمد على التناسق الحركي والتركيز الذهني، عينة البحث أظهرت فروقاً واضحة في الأداء بين اللاعبين ذوي مستويات مختلفة من الثقة بالنفس، مما يدعم الفرضيات القائلة بتأثير الجانب النفسي في الأداء الرياضي

الكلمات المفتاحية: الثقة بالنفس، تركيز الانتباه، الدارتس

- أستاذ علم النفس الرياضي بكلية علوم الرياضة جامعة جنوب الوادي.

- أستاذ الإدارة الرياضية والترويج المساعد بكلية علوم الرياضة جامعة جنوب الوادي.

- باحث بقسم العلوم التربوية والنفسية بكلية علوم الرياضة جامعة جنوب الوادي .

Summary

" Self-confidence and its relationship to focus of attention among darts players"

* Prof. Dr. Ahmed Abdel-Ati Hussein

**Assistant Professor Dr. Abdullah Hussein Reda

***Researcher: Hassan Ismail Saeed

The researchers shed light on a topic of great importance at the present time and in the future, namely identifying the relationship between self-confidence and focus of attention among darts juniors, the differences between darts juniors, both male and female, in self-confidence, and the differences between darts juniors, both male and female, in focus of attention. The researcher used the descriptive survey method, as it is the appropriate method for the nature of the research. The basic research sample amounted to (60) individuals who were chosen intentionally, and the random research sample amounted to (24) individuals. One of the most important results is the presence of a statistically significant correlation between self-confidence and attention focus among darts juniors, indicating that a high level of self-confidence is associated with an increased ability of the junior to focus their attention during performance. There is also a statistically significant positive correlation between self-confidence and attention focus, as it was found that players with high self-confidence showed better levels of attention focus, indicating that juniors with a higher ability to focus have better self-confidence while practicing darts. The results confirm that self-confidence is a psychological variable that influences skill performance, especially in skills that require precision and focus in darts. The results indicate the importance of developing self-confidence among juniors as a contributing factor to improving cognitive and skill aspects, especially in precise games that rely on motor coordination and mental focus. The research sample showed clear differences in performance between players with different levels of self-confidence, which supports the hypotheses that the psychological aspect influences athletic performance.

Keywords: self-confidence, attention focus, darts

-Professor of Sports Psychology, Faculty of Sports Sciences, South Valley University.

-Assistant Professor of Sports Management and Recreation, Faculty of Sports Sciences, South Valley University.

-Researcher in the Department of Educational and Psychological Sciences, Faculty of Sports Sciences, South Valley University.

"الثقة بالنفس وعلاقتها بتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس"

* أ.د/ احمد عبد العاطي حسين ** أ.م.د/ عبدالله حسين رضا

*** باحث/ حسن اسماعيل سعيد

مقدمة ومشكلة البحث:

يعد علم النفس الرياضي من أهم العلوم التي يعتمد عليها المجال الرياضي في دراسة مشكلاته النفسية المرتبطة بالأداء الحركي واكتساب وتنمية المهارات سواء في التدريب او المنافسات الرياضية من خلال ما يسمى بالتدريب المعرفي الذي يساهم في تقديم اجراءات ووسائل تعمل على إعداد اللاعبين بالطرق المناسبة للتحكم في الافكار وتعديل السلوك للوصول لمستوى أفضل من الاداء الحركي. (٩ : ٢٤٤) يشير الغامدي (٢٠٠٩م) ان الثقة بالنفس تظهر على مستويين احدهما نقيض الآخر، فالأول مستوي مرتفع للثقة بالنفس يتضح من خلال كفاءة الفرد في التصرف اثناء المواقف المختلفة في الحياة، وتمتعته بالصحة النفسية، والآخر هو انخفاض مستوى الثقة بالنفس يدل على عدم تمكن الفرد من التصرف بكفاءة في المواقف المختلفة، مما يؤثر في صحته النفسية، وتكيفه الاجتماعي (٦ : ٧٤) ويشير مختار امين وآخرون (٢٠٢١م) إلى ان تركيز الانتباه يعد من أهم المهارات العقلية حيث انه اثناء الاداء يكون مجال انتباه اللاعب على البيئة المحيطة سواء الداخلية او الخارجية ويكون التركيز السوء على الاشياء غير المرتبطة بالأداء لذلك من الضروري ان يعرف اللاعب ماهي الاشياء التي يجب ان يركز عليها في كل موقف في المباراة، فأن التركيز هو مفتاح تحكم اللاعب في الجانب الانفعالي الخاص به فهو يساعده على توجيه افكاره على أساسيات مرتبطة بالأداء وتجعله بعيدا عن التفكير حيث ان اللاعب اذا كان يفكر بشكل مختلف عما يلعب فان ذلك سوف يؤدي إلى تدهور الاداء (١١ : ٤)

كما يوضح اسامه راتب (٢٠٠٠م) ان الاهمية بمكان ان يتم التدريب على مهارات الإعداد النفسي للارتقاء بمستوى المهارات النفسية المختلفة مثل: تركيز الانتباه والتحكم في الانفعالات والبعد عن التوتر والخوف الزائد من المنافسة ، وتنمية الثقة بالنفس ومواجهه الضغوط بحيث تتضمن برامج الإعداد البدني برامج منظمه تصمم لتقديم المساعدة لكل من اللاعب والمدرّب بغرض تحسين الاداء واتقانه فضلا عن جعل النشاط البدني مصدرا للاستمتاع (٤ : ٨١)

وأشار احمد حمدي (٢٠٢١م) ان رياضة الدارتنس تمارس في حوالي ٨٠ دولة، وقد بدأت هذه الرياضة في الجزر البريطانية حيث تعتبر رياضة شعبية ،وهي تمارس داخل الاندية ببريطانيا حوالي (٧٠٠٠)

- أستاذ علم النفس الرياضي بكلية علوم الرياضة جامعة جنوب الوادي.

- أستاذ الإدارة الرياضية والترويج المساعد بكلية علوم الرياضة جامعة جنوب الوادي.

- باحث بقسم العلوم التربوية والنفسية بكلية علوم الرياضة جامعة جنوب الوادي .

ناد للرجال الممارسين لهذه الرياضة وحوالي (٤٠٠) نادي نسائي، ويرجع تاريخ الدارتنس إلى العصور حيث بدأت كرياضة في الهواء الطلق عندما كان الرماة يرمون سهامهم بالأيدي في اتجاه هدف، وفيما بعد تم تغيير الهدف إلى قطعة متكونة من جذع شجرة وأصبحت الرياضة تمارس داخل البيوت وكانت رياضة الدارتنس شعبية جدا خلال القرنين السادس عشر والسابع عشر الميلاديين، وقد انتقلت هذه الرياضة إلى أمريكا مع المستوطنين الأوائل، وقد تم استخدام الاسهم القصيرة التي تصنع عادة من المعدن أو البلاستيك في أواخر القرن التاسع عشر الميلادي، رياضة الدارتنس: darts هي نشاط رياضي يقوم فيه الفرد بمسك سهم قصير وتصويبه نحو هدف ثابت بالتناوب مع منافسه لتحقيق عدد من النقاط يتم طرحها من المجموع الكلي (٥٠١) أو (٣٠١) نقطة بغرض الحصول على النهاية صفر بالضبط وليس أقل ومن يحصل على صفر أولا يكون فائز بالشوط. (٢: ٣٦٤)

وأيضا اشار احمد حمدي (٢٠١٦م) بان في مصر كان الوضع مختلف حيث بدأت ممارسة الدارتنس منذ عام ١٩٨٥م تحت اشراف السفارة البريطانية، وكان عدد المهتمين بهذه الرياضة كبيرا من مختلف الاعمار ومن الجنسين، ولكن لم تكن هناك جهة رسمية منظمة لها، وتم اشهار الاتحاد بمصر رسميا عام ٢٠١٤م، وبذلك مصر اول دولة عربية تنشئ اتحاد لرياضة الدارتنس، وفي سبتمبر ٢٠١٦م وافق الاتحاد الدولي للدارتنس على قبول عضوية مصر. (١: ٤٩-٥٠)

ومن خلال اطلاع الباحث على المراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت بالنسبة للدراسات التي تناولت تركيز الانتباه مثل دراسة وليد سيد حسين (٢٠٢٣م) الدراسة إلى التعرف على تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم والتي أوضحت التعرف على تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم ودراسة احمد عودة ماضي (٢٠٢٢م) (٣) والتي أوضحت التعرف على درجة تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد في الأردن. و دراسة محمد السيد عكاشة (٢٠٢١م) (٨) والتي أوضحت التعرف على تأثير تمرينات تنمية تركيز الانتباه على اتخاذ القرار لدى الحكام ، دراسة بدوي احمد عبد الوهاب (٢٠٢١م) (٥) والتي أوضحت التعرف على تأثير برنامج للتصور العقلي وتركيز الانتباه على الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي وبعض المهارات الأساسية في السباحة، دراسة كوفاروفا وكوفار Kovarova and Kovar (٢٠١٠م) (١٥) دراسة في جمهورية التشيك اوضحت التعرف إلى أثر تركيز الانتباه في رياضة التحمل لدى المراهقين، دراسة اوزوالد (٢٠٠٥ Oswald) (١٦) والتي أوضحت الكشف عن أثر تركيز الانتباه والثقة بالنفس على العلاقة بين القلق والأداء، بالنسبة للدراسات التي تناولت الثقة بالنفس مثل دراسة محمد يحيى محمد (٢٠٢٢م) (١٤) والتي أوضحت تأثير حالة القلق على الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى حكام الجودو وكذا التعرف على علاقة الثقة بالنفس بتركيز الانتباه لدى حكام الجودو.. دراسة صبحي العجيلي (٢٠٢٢م) (٧) والتي أوضحت التعرف على مستوى الثقة بالنفس للاعبين والعلاقة بين مستوى الثقة بالنفس والأداء للاعبي الفريق الأول لكرة القدم بنادي صقور العالقة على.. دراسة

مدحت محمود محمد (٢٠٢٢م) (١٢) والتي أوضحت التعرف على الفروق في مستوي المهارات النفسية وابعاد التفوق الرياضي لدى لاعبي التايكوندو، والكراتيه، والسلاح ، وعلى حد علم الباحث وفي حدود اطلاعات ومن وعلى حد علم الباحث وفي حدود اطلاعات ومن خلال عمل الباحث كمعد نفسي للفرق الرياضية معتمدا من قبل وزارة الشباب والرياضة ومن خلال اجراء دراسة استطلاعية غير مقننة وحضوره لبعض التدريبات والمباريات للاعبي الدارتنس لاحظ ضعف في تركيز الانتباه وضعف دقة التصويب لدى ناشئ الدارتنس لذا جاءت فكرة البحث في محاولة الباحث الاستفادة من استخدام علم النفس الرياضي التطبيقي لدى لاعبين الدارتنس والارتقاء بمستوي الأداء من خلال تعزيز الثقة بالنفس لدى اللاعبين ولذا قام الباحث بعمل مسح مرجعي للمراجع العربية و الاجنبية والدراسات الخاصة برياضة الدارتنس إلى جانب البحث والاطلاع من خلال شبكة المعلومات الدولية(الانترنت) تبين للباحث ندرة الدراسات التي تناولت هذه اللعبة (الدارتنس) إلى جانب متغيرات الثقة بالنفس وتركيز الانتباه ودقة التصويب تبين للباحث ان بها ندرة رغم اهمية تلك المهارات وفقا لذلك جاءت مشكلة الدراسة في محاوله لفحص مدي العلاقة الارتباطية بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه.

وبالاطلاع على الدراسات السابقة لم يصادف الباحث أي دراسة استخدمت الثقة بالنفس وعلاقتها بتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس .

هذا ما دفع الباحث إلى قيام الباحث بإجراء هذه الدراسة للتعرف على الثقة بالنفس وعلاقتها بتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس.

أهمية البحث والحاجة إليه:

- ١- قد تساعد هذه الدراسة ناشئ الدارتنس في التعرف على المشكلات التي تؤثر على ادائهم.
- ٢- القاء الضوء على موضوع الثقة بالنفس وعلاقتها بتركيز الانتباه.
- ٣- قد تساعد على تنمية مهارة تركيز الانتباه والوصول إلى افضل نتائج لدى ناشئ الدارتنس..
- ٤- استخدام النتائج في الكشف عن مشكلات التي تؤثر على اداء اللاعبين .

اهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على الثقة بالنفس وعلاقتها بتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس وذلك من خلال تحديد:

- ١- العلاقة بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس .
- ٢- الفروق بين ناشئ وناشئات الدارتنس في الثقة بالنفس.
- ٣- الفروق بين ناشئ وناشئات الدارتنس في تركيز الانتباه.

فروض البحث:

- ١- توجد علاقة دالة ايجابية بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس .

٢- توجد فروق دالة احصائية بين لاعبي ولاعبات الدارتنس في الثقة بالنفس.

٣- توجد فروق دالة احصائية بين لاعبي ولاعبات الدارتنس في تركيز الانتباه.

التعريف ببعض المصطلحات الواردة في البحث:

١- الثقة بالنفس :

يوضح ذلك (2004) Rateb هي الاعتقاد باننا نستطيع اجادة الاداء بنجاح وتوقع النجاح والاكثر اهمية الاعتقاد في امكانية التحسن وهي لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب او الفوز فانه يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس. (١٧ : ٥٠)

٢- تركيز الانتباه :

انها "هو القدرة على تضيق أو تشتيت أو تأكيد الانتباه على مثير او مثيرات مختارة لفترة من الزمن". (١٠ : ٤٤)

الدراسات السابقة :

أولا الدراسات العربية :

١- دراسة وليد سيد حسين (٢٠٢٣م) (١٣) بعنوان تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم وهدفت الدراسة إلى التعرف على تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم وقد قام الباحث باختيار عينة بالبحث بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم إلى عينة أساسية قوامها (٤٤) لاعبا ممثلين للمراكز الأساسية داخل الملعب ، وكانت اهم النتائج عي أن تزداد احتمالية دخول اللاعب إلى حالة التدفق النفسي والوصول للأداء الأمثل في التدريب والمنافسات كلما زاد تركيز الانتباه لدى اللاعبين فهناك علاقة ارتباطية طردية بين تركيز الانتباه والتدفق النفسي.

٢- دراسة احمد عودة مفضي (٢٠٢٢م) (٣) بعنوان "تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد في الأردن وتهدف الدراسة إلى التعرف على درجة تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد في الأردن، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، واشتملت العينة على (٧٦) لاعبا ناشئ كرة يد في الأردن للموسم الرياضي ٢٠٢١-٢٠٢٢م، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد في الأردن.

٣- دراسة محمد السيد عكاشة (٢٠٢١م) (٨) بعنوان "تأثير تركيز الانتباه على اتخاذ القرار لدى حكام جمباز الايروبيك ، وتهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير تمرينات تنمية تركيز الانتباه على اتخاذ القرار لدى الحكام، واشتملت العينة على ١٢ حكم ، وقد أشارت النتائج إلى وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في تركيز الانتباه و اتخاذ القرار لصالح القياس البعدي .

٤- دراسة بدوي احمد عبد الوهاب (٢٠٢١م) (٥) بعنوان تأثير برنامج للتصور العقلي وتركيز الانتباه على الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي وبعض مهارات الأساسية في السباحة وتهدف الدراسة

إلى التعرف على تأثير برنامج للتصور العقلي وتركيز الانتباه على الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي وبعض المهارات الأساسية في السباحة ، تم اختيار عينة قوامها ٣٠ ناشئ وتم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة كل منهما ١٥ ناشئ، وكانت اهم نتائج انه توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تحسين مستوى أداء مهارات السباحة والكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي والمتغيرات العقلية لدى عينة البحث.

٥- دراسة يحيي محمد (٢٠٢٢م) (١٤) بعنوان حالة القلق وعلاقتها بالثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى حكام الجودو وتهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير حالة القلق على الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى حكام الجودو وكذا التعرف على علاقة الثقة بالنفس بتركيز الانتباه لدى حكام الجودو، واشتملت العينة قيد البحث على (٦٠) حكم ، وكانت اهم النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين حالة القلق والثقة بالنفس أي أن متغير حالة القلق ذو قدرة متوسطة في التنبؤ بقيم متغير الثقة بالنفس كما أظهرت قيمة "ف" الجدولية والدالة إحصائية على أن مقدرة متغير حالة القلق في التأثير على متغير الثقة بالنفس دال إحصائياً.

٦- دراسة صبحي العجيلي (٢٠٢٢م) (٧) بعنوان الثقة بالنفس وعلاقتها بالأداء للاعبين كرة القدم وهذفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الثقة بالنفس للاعبين والعلاقة بين مستوى الثقة بالنفس والأداء للاعبين الفريق الأول لكرة القدم بنادي صقور العلالقة على ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الفريق الأول لكرة القدم بنادي صقور العلالقة وكان عددهم (١٩) لاعب للموسم الرياضي (٢٠٢١-٢٠٢٢)، كانت أهم النتائج أن درجة مستوى الثقة بالنفس كانت في مستوى عالي لثلاثة عشر (١٣) لاعبا وفي المستوى المتوسط لستة (٦) لاعبين من لاعبي الفريق الأول لكرة القدم بنادي صقور العلالقة وأن درجة الأداء للاعبين كانت عالية والعلاقة بين مستوى الثقة بالنفس ومستوى الأداء كانت طردية ضعيفة.

٧- دراسة مدحت محمود محمد (٢٠٢٢م) (١٢) بعنوان " المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي لدى لاعبي بعض رياضات المنازلات ، وتهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق في مستوي المهارات النفسية وابعاد التفوق الرياضي لدى لاعبي التايكوندو، والكاراتيه، والسلاح، واشتملت العينة على (٣٤) لاعب ولاعبة ، وقد أشارت النتائج إلى انه تفاوتت العالقة بين المهارات النفسية وابعاد التفوق الرياضي وتشابه الرياضات الثلاث في متطلباتها النفسية وأيضا ابعاد التفوق الرياضي متقاربة

ثانيا الدراسات الأجنبية:

١- أجرت كوفاروفا وكوفار Kovarova and Kovar (٢٠١٠م) (١٥) دراسة في جمهورية التشيك هدفت التعرف إلى أثر تركيز الانتباه في رياضة التحمل لدى المراهقين، تكونت عينة الدراسة من (٥٧) رياضياً يمارسون ألعاب القوى تراوحت أعمارهم بين (١٥ - ٢٢) سنة ، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعات بحسب الفئة العمرية (١٥ - ١٧) و (١٨ - ٢٢) وقد أظهرت نتائج الدراسة أن تركيز

الانتباه على جميع اللاعبين كان عند الرياضيين الأكبر سناً أعلى منه عند الرياضيين الأصغر سناً. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق بين الرياضيين في تركيز الانتباه تعزى لعوامل داخلية كـ القلق والخوف من المنافسة.

٢- أجرت اوزوالد (Oswald ٢٠٠٥) (١٦) دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت الكشف عن أثر تركيز الانتباه والثقة بالنفس على العلاقة بين القلق والأداء. تكونت عينة الدراسة من (١٢٤) لاعباً، أظهرت نتائج الدراسة أنه كلما ازدادت ثقة اللاعب بنفسه انخفض قلق المنافسة وأصبح الأداء أفضل، ويرتبط تدريب المخيلة الايجابي في الأداء، كذلك يرتبط التعزيز الايجابي الآتي بزيادة الثقة بالنفس وخفض القلق، كما أشارت النتائج تحسین أدائه إلى وجود علاقة ارتباط دالة بين تركيز انتباه اللاعب على مهمة التسجيل مقابل الجائزة في تحسين أدائه ،وتعد الثقة بالنفس والتصور الايجابي والتعزيز آليات تسهل تخفيض قلق المنافسة.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي أسلوب المسح حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة البحث الحالي .

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث ناشئ وناشئات رياضة الدارتنس بالاتحاد المصري للدارتنس فرع قنا في الموسم الرياضي ٢٠٢٤م - ٢٠٢٥م، والبالغ عددهم (١٥٠) منهم (٨٠) ناشئ تمثل نسبة (٥٣,٣٣) وعدد (٧٠) ناشئة تمثل نسبة (٤٦,٦٦).

عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقد بلغ حجم العينة (٦٠) تمثل نسبة ٤٠ % من المجتمع البحث منهم (٣٠) ناشئ تمثل نسبة ٢٠ % من مجتمع البحث، (٣٠) ناشئة نسبة ٢٠ % من مجتمع البحث، وبلغت العينة الاستطلاعية (٢٤) فرد بنسبة ١٦ % والجدول التالي يوضح

توصيف مجتمع وعينة البحث

جدول (١) توصيف عينة البحث

الهيئة	مجتمع البحث		العينة الأساسية				العينة الاستطلاعية	
	ناشئ	ناشئة	ناشئ	%	ناشئة	%	العدد	%
نادى قوص	٩	٦	٥	٥٥.٥٥	٣	٥٠	٣	٢٠
نادى شعب قوص	٨	٥	٤	٥٠	٣	٦٠	٣	٢٣,٠٧
نادى شبان قنا	١٧	١٥	٦	٣٥,٢٩	٥	٣٣,٣٣	٥	١٥,٦٢
نادى قنا	٢٢	٢٠	٧	٣١,٨١	١٠	٥٠	٥	١١,٩٠
نادى عمال فرشوط	١٠	١٢	٥	٥٠	٦	٥٠	٤	١٨,١٨
نادى شبان المسيحيين بنجع حمادي	١٤	١٢	٣	٢١,٤٢	٣	٢٥	٤	١٥,٣٨
المجموع	٨٠	٧٠	٣٠	٣٧,٥	٣٠	٤٢,٨٥	٢٤	١٦

جدول (٢) التوصيف الإحصائي لعينة البحث في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن)

ن = ٦٠ لاعب

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	السنة	١٦.٠٠	٠.٢٥٢	-	-
الطول الكلى للجسم	سم	١٥٧.٤٢	٠.٢٧٦	٠.٥٢٨	١.٤٠
الوزن	كجم	٥٩.٩٨	٠.٢٨٩	٠.٦٢٨	٠.١٨١

يتضح من الجدول (١) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن) تراوحت ما بين (٣±) مما يشير إلى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي :

أولاً : مقياس الثقة بالنفس ملحق (٧) إعداد الباحث

ثانياً : مقياس تركيز الانتباه ملحق (٥) إعداد الباحث

أولاً : مقياس الثقة بالنفس (ملحق ٧)

قام الباحث بالاطلاع على الدراسات التي أجريت في الثقة بالنفس وتحليل الأطر النظرية وفي حدود ما توصل إليه الباحث وعلى سبيل المثال لا الحصر دراسة كل من دراسة يحيى محمد (٢٠٢٢م) (١٤) ، دراسة صبحي العجيلي (٢٠٢٢م) (٧)، دراسة وليد سيد حسين (٢٠٢٣م) (١٣) تحديد العبارات المقترحة والمفهوم النظري لكل محور لمقياس الثقة بالنفس ، من خلال المسح الشامل للمراجع العلمية والدراسات السابقة تم تحديد عبارات المقياس قيد البحث مرفق (٦)، وتم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس والتربية الرياضية وعددهم (٩) خبير مرفق (١) وذلك لتحديد مدى ملائمة المقياس ، حيث تكونت الصورة المبدئية لعبارات مقياس الثقة بالنفس من (٣٨) عبارة مرفق (٦)، وقد راعي الباحث عند صياغة العبارات ما يلي :

١- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة .

٢- أن تتسق العبارات مع مفهوم البعد الخاص بها.

٣- البعد عن استخدام العبارات المركبة أو العبارات التي تحمل أكثر من معنى .

وجداول رقم (٢) يوضح ذلك:

جدول (٣) النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول تحديد عبارات مقياس الثقة بالنفس

(ن=٩)

العبارة	%	العبارة	%	العبارة	%	العبارة	%
١	%١٠٠	١٣	%١٠٠	٢٥	%١٠٠	٣٧	%١٠٠
٢	%٨٨,٨٨	١٤	%١٠٠	٢٦	%١٠٠	٣٨	%٦٦,٦٦
٣	%١٠٠	١٥	%١٠٠	٢٧	%١٠٠		
٤	%١٠٠	١٦	%١٠٠	٢٨	%٨٨,٨٨		
٥	%٥٥,٥٥	١٧	%٦٦,٦٦	٢٩	%٥٥,٥٥		
٦	%٨٨,٨٨	١٨	%١٠٠	٣٠	%٥٥,٥٥		
٧	%١٠٠	١٩	%٥٥,٥٥	٣١	%١٠٠		
٨	%١٠٠	٢٠	%١٠٠	٣٢	%١٠٠		
٩	%٦٦,٦٦	٢١	%٨٨,٨٨	٣٣	%١٠٠		
١٠	%١٠٠	٢٢	%٥٥,٥٥	٣٤	%١٠٠		
١١	%١٠٠	٢٣	%١٠٠	٣٥	%١٠٠		
١٢	%٧٧,٧٧	٢٤	%١٠٠	٣٦	%١٠٠		

يتضح من جدول (٢) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس الثقة بالنفس تراوحت ما بين (٥٥,٥٥ % : ١٠٠ %) ، وقد ارتضى الباحث بالعبارات التي حصلت على نسبة مئوية قدرها (٧٠ %) فما فوق، وبذلك تم حذف العبارات رقم (٥، ٩، ١٧، ١٩، ٢٢، ٢٩، ٣٠، ٣٨)، وبذلك أصبحت العبارات المكونة لمقياس الثقة بالنفس (٣٠) عبارة في صورته الأولية مرفق (٦).
- تم عرض استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد طريقة تصحيح المقياس وإيجاد النسبة المئوية لآرائهم ويوضحها جدول (٣) .

جدول (٤) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول طريقة تصحيح المقياس (ن=٩)

ميزان التقدير	طريقة الإجابة	عدد الموافقين	النسبة %
ميزان تقدير ثنائي	نعم - لا	-	-
ميزان تقدير ثلاثي	نعم - إلى حد ما - لا	٣	٣٠,٣٣ %
ميزان تقدير خماسي	تنطبق دائما -تنطبق غالبا -تنطبق احيانا -تنطبق نادرا -لا تنطبق	٧	٧٧,٧٧ %

وقد اعتمد الباحث على طريقة تصحيح المقياس وفق ميزان تقدير خماسي حيث حصلت على (٧٠ %) من رأي السادة الخبراء، مرفق (١).
وبذلك أصبح مقياس الثقة بالنفس في صورته الأولية يتكون من عدد (٣٠) عبارة ومعداً للتطبيق على العينة الاستطلاعية مرفق (٧).

المعاملات العلمية للمقياس:

(أ) الصدق :

للتحقيق من صدق المقياس قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيقه على عينة عشوائية قوامها (٢٤) أربعة وعشرون فردا من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس والجداول (٤) توضح النتيجة.

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الثقة بالنفس

والدرجة الكلية له (ن = ٢٤)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦٧	٧	٠.٨٧	١٣	٠.٦٣	١٩	٠.٧٧	٢٥	٠.٨٠
٢	٠.٨٤	٨	٠.٥٧	١٤	٠.٤٨	٢٠	٠.٦٢	٢٦	٠.٥٤
٣	٠.٧٣	٩	٠.٥٦	١٥	٠.٥٦	٢١	٠.٥٧	٢٧	٠.٦٥
٤	٠.٥١	١٠	٠.٥٤	١٦	٠.٥٢	٢٢	٠.٧١	٢٨	٠.٥٨
٥	٠.٦٣	١١	٠.٥٧	١٧	٠.٤٩	٢٣	٠.٥٥	٢٩	٠.٤٩
٦	٠.٥٣	١٢	٠.٤٩	١٨	٠.٥٧	٢٤	٠.٦٧	٣٠	٠.٥٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠١

يتضح من جدول (٤) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الثقة بالنفس والدرجة الكلية له ما بين (٠.٤٩ ، ٠.٨٧) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

(ب) الثبات :

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه الاختبار وإعادة التطبيق على قوامها (٢٤) أربعة وعشرون فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية وبفاصل زمنى قدرة (١٥) خمسة عشر يوماً بين التطبيق الأول والثاني للتطبيقين الأول والثاني . وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين والجدول (٥) يوضح النتيجة .

جدول (٦) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الثقة بالنفس

(ن=٢٤)

معامل الارتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		م
	ع	م	ع	م	
٠.٧٣	٢.٠٧	١٥.٠٤	٢.٦٧	١٤.٦٣	١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠١

يتضح من الجدول (٥) ما يلي :

بلغت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الثقة بالنفس والدرجة الكلية له (٠.٧٣) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشر إلى ثبات للمقياس .

ثانياً : تركيز الانتباه

قام الباحث بالاطلاع على الدراسات التي أجريت في : تركيز الانتباه وتحليل الأطر النظرية وفي حدود ما توصل إليه الباحث وعلى سبيل المثال لا الحصر دراسة كل من (دراسة احمد عودة مفضي (٢٠٢٢م) (دراسة خالد عباس زيدان (٢٠٢٢م) دراسة محمد السيد عكاشة (٢٠٢١م)

تحديد العبارات المقترحة والمفهوم النظري لكل محور لمقياس : تركيز الانتباه ، من خلال المسح الشامل للمراجع العلمية والدراسات السابقة تم تحديد عبارات المقياس قيد البحث مرفق (٥)، وتم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس والتربية الرياضية وعددهم (٩) خبير مرفق (١) وذلك لتحديد مدى ملائمة المقياس ،حيث تكونت الصورة المبدئية لعبارات مقياس الثقة بالنفس من (٣١) عبارة مرفق (٤)، وقد راعي الباحث عند صياغة العبارات ما يلي :

٤- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة .

٥- أن تتسق العبارات مع مفهوم البعد الخاص بها.

٦- البعد عن استخدام العبارات المركبة أو العبارات التي تحمل أكثر من معني . وجدول رقم () يوضح ذلك:

جدول (٧) النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول تحديد عبارات مقياس تركيز الانتباه

(ن=٩)

العبرة	%	العبرة	%	العبرة	%	العبرة	%	العبرة	%
١	%١٠٠	٨	%١٠٠	١٥	%١٠٠	٢٢	%١٠٠	٢٩	%١٠٠
٢	%٧٧,٧٧	٩	%١٠٠	١٦	%١٠٠	٢٣	%١٠٠	٣٠	%١٠٠
٣	%١٠٠	١٠	%٤٤,٤٤	١٧	%٥٥,٥٥	٢٤	%١٠٠	٣١	%١٠٠
٤	%٦٦,٦٦	١١	%١٠٠	١٨	%٥٥,٥٥	٢٥	%١٠٠		
٥	%٦٦,٦٦	١٢	%١٠٠	١٩	%٨٨,٨٨	٢٦	%١٠٠		
٦	%١٠٠	١٣	%١٠٠	٢٠	%١٠٠	٢٧	%١٠٠		
٧	%٥٥,٥٥	١٤	%١٠٠	٢١	%١٠٠	٢٨	%٨٨,٨٨		

يتضح من جدول(٦) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس تركيز الانتباه تراوحت ما بين (٤٤,٤٤% : ١٠٠%) ، وقد ارتضى الباحث بالعبارات التي حصلت على نسبة مئوية قدرها (٧٠%) فما فوق، وبذلك تم حذف العبارات رقم(٤، ٥، ٧، ١٠، ١٧، ١٨)، وبذلك أصبحت العبارات المكونة لمقياس تركيز الانتباه (٢٥) عبارة في صورته الأولية مرفق.

- تم عرض استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد طريقة تصحيح المقياس وإيجاد النسبة المئوية لآرائهم ويوضحها جدول (٧) .

جدول (٨) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول طريقة تصحيح المقياس (ن=٩)

میزان التقدير	طريقة الإجابة	عدد الموافقين	النسبة %
میزان تقدير ثنائي	نعم - لا	٨	%٨٨,٨٨
میزان تقدير ثلاثي	نعم - إلى حد ما - لا	١	%١١,١١
میزان تقدير خماسي	تنطبق دائما - تنطبق غالبا - تنطبق أحيانا - تنطبق نادرا - لا تنطبق	-	-

وقد اعتمد الباحث على طريقة تصحيح المقياس وفق ميزان تقدير خماسي (٧) حيث حصلت على (٧٠%) من رأي السادة الخبراء، مرفق (٤).

وبذلك أصبح مقياس تركيز الانتباه في صورته الأولية يتكون من عدد (٢٥) عبارة ومعداً للتطبيق على العينة الاستطلاعية مرفق (٥).

المعاملات العلمية للمقياس:

(أ) الصدق :

للتحقيق من صدق المقياس في البحث الحالي قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيقه على عينة عشوائية قوامها (٢٤) أربعة وعشرون لاعبا من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول (٥) يوضح النتيجة .

جدول (٩) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تركيز الانتباه

والدرجة الكلية له (ن = ٢٤)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٨٦	٧	٠.٨٣	١٣	٠.٨٣	١٩	٠.٧٧	٢٥	٠.٨١

٢	٠.٧٢	٨	٠.٨٥	١٤	٠.٦٥	٢٠	٠.٦٨
٣	٠.٨٧	٩	٠.٥٩	١٥	٠.٦٨	٢١	٠.٥٤
٤	٠.٥٦	١٠	٠.٦٣	١٦	٠.٨٣	٢٢	٠.٧٠
٥	٠.٦٠	١١	٠.٦٢	١٧	٠.٧٥	٢٣	٠.٤٨
٦	٠.٥٢	١٢	٠.٨٨	١٨	٠.٥٨	٢٤	٠.٦١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠١

يتضح من الجدول (٩) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تركيز الانتباه والدرجة الكلية له ما بين (٠.٥٤ ، ٠.٨٨) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس .

(ب) الثبات :

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام طريقة إعادة الاختبار وذلك عن طريق تطبيقه على عينة عشوائية قوامها (٢٤) أربعة وعشرون لاعبا من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث وبفاصل زمني قدرة أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني ثم قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين التطبيقين والجدول التالي (٨) يوضح النتيجة .

جدول (١٠) معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس تركيز الانتباه

(ن = ٢٤)

معامل الارتباط		التطبيق الثاني		التطبيق الأول	
٠.٧٤	ع	م	ع	م	
	٧.١٩	٤٦.٦٣	١٠.٢٦	٤٣.٦٧	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠١

يتضح من الجدول (١٠) ما يلي :

بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس تركيز الانتباه (٠.٧٤) وهو معامل ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات المقياس .

خطوات تنفيذ البحث :

(أ) الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية لأدوات جمع البيانات (المقاييس المستخدمة في البحث) حيث قام بتطبيقها على عينة عشوائية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث في الفترة من ١٢ / ٢٤ / ٢٠٢٤م إلى ١ / ٢٠ / ٢٠٢٥م استهدفت ما يلي :

- ١ - التعرف على مدى مناسبة الاختبارات النفسية المستخدمة للتصنيف على عينة البحث .
- ٢ - تدريب المساعدين على كيفية تطبيق الاختبارات النفسية وكيفية تسجيل النتائج .
- ٣ - التعرف على المعوقات التي تقابل عينة التطبيق .

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن :

- ١ - مناسبة الاختبارات النفسية للتطبيق على العينة قيد البحث .
- ٢ - تفهم المساعدين لطريقة التسجيل وكيفية التطبيق .

(ب) خطوات تطبيق البحث :

بعد تحديد العينة واختيار أدوات البحث والتأكد من صدقها وثباتها قام الباحث بتطبيق أدوات البحث على جميع أفراد العينة قيد البحث تم التطبيق على العينة الأساسية ، وروعي في التطبيق أن تقدم الأدوات بالترتيب التالي :

- مقياس الثقة بالنفس .
- مقياس تركيز الانتباه .

وكانت فترة التطبيق على عينة البحث الأساسية من ٣ / ٢ / ٢٠٢٥م إلى ٢٨ / ٣ / ٢٠٢٥م وذلك وفقا للترتيب التالي :

(ج) تصحيح المقاييس :

بعد الانتهاء من التطبيق قام الباحث بتصحيح المقاييس طبقا للتعليمات الموجودة والموضحة سابقا وبعد الانتهاء من عملية التصحيح قام الباحث برصد الدرجات وذلك تمهيدا لمعالجتها إحصائيا. الأسلوب الإحصائي المستخدم :

تحقيقا لأهداف البحث واختبارا للفروض استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- معامل الارتباط
- اختبارات

وسوف يستخدم الباحث مستوى الدلالة (٠.٠٥) للتأكد من معنوية النتائج الإحصائية للبحث .

عرض نتائج البحث ومناقشتها

أولاً : عرض النتائج

سوف يستعرض الباحث نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي :

- ١- العلاقة بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئ الداريس
- ٢- دلالة الفروق بين ناشئ وناشئات الداريس في الثقة بالنفس.
- ٣- دلالة الفروق بين ناشئ وناشئات الداريس في تركيز الانتباه.

جدول (١١) معاملات الارتباط بين مقياس الثقة بالنفس ومقياس وتركيز الانتباه لدى

عينة البحث مجتمعة (ن = ٦٠)

المقياس	تركيز الانتباه
الثقة بالنفس	* ٠.٦٨

* العلاقات الدالة قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠١

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مقياس الثقة بالنفس وبين مقياس تركيز الانتباه لدى عينة البحث مجتمعة .

جدول(١٢) دلالة الفروق بين ناشئ وناشئات الداريس في الثقة بالنفس (ن=٦٠)

لصالح	الدلالة الإحصائية	قيمة (ت) المحسوبة	ناشئات الداريس (ن=٣٠)		ناشئ الداريس (ن=٣٠)	
			ع	م	ع	م
ناشئ الداريس	دال	٥.٨٠	١٢.٥٥	٧٩.٨١	١٠.٦٩	٩٧.٥٢

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية ناشئ وناشئات الداريس في الثقة بالنفس ولصالح ناشئ الداريس.

جدول (١٣) دلالة الفروق بين اللاعبات ناشئ وناشئات الداريس في تركيز الانتباه

(ن=٦٠)

لصالح	الدلالة الإحصائية	قيمة (ت) المحسوبة	ناشئات الداريس (ن=٣٠)		ناشئ الداريس (ن=٣٠)	
			ع	م	ع	م
ناشئ الداريس	دال	٥.٦٠	١٢.٩٨	٧٤.٨٨	١٠.٢٠	٩١.٨٣

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من جدول (١٣) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية ناشئ وناشئات الدارتس في تركيز الانتباه ولصالح ناشئ الدارتس.

تفسير النتائج ومناقشتها

١- يري الباحثان من خلال جدول رقم (١٠) انه توجد علاقة طردية موجبه بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه

حيث انه كلما زادت الثقة بالنفس زاد تركيز الانتباه لدى ناشئ رياضه الدارتس حيث بلغت معامل الارتباط (ر=٠.٦٨) ، وهي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (٠.٤٠١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وهذا يشير إلى ان زيادة مستوى الثقة بالنفس يقترن بزيادة مستوي تركيز الانتباه لدى الناشئين البحث وهذا يتفق مع نتائج كلا من دراسة وليد سيد حسين (٢٠٢٣م)(١٣) ودراسة يحيي محمد (٢٠٢٢م)(١٤) حيث ان هذه النتيجة تتفق مع ما الدراسات السابقة التي أوضحت أن الثقة بالنفس تعزز من القدرة على التكيف مع الضغوط والتحكم في التشتت الذهني، مما يؤدي إلى تحسين تركيز الانتباه.

وقد اثبتت هذه النتيجة إلى أن الأفراد الواثقين بأنفسهم يمتلكون قدرًا من الاستقرار النفسي والهدوء الداخلي، مما يقلل من مصادر القلق أو التوتر التي قد تشتت الانتباه، في حين أن انخفاض الثقة بالنفس قد يؤدي إلى زيادة القلق والتوتر، مما يؤثر سلبًا على القدرة على التركيز، بذلك قد تحقق الفرض الاول الذي ينص على وجود علاقة بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتس.

٢- تشير نتائج الجدول رقم (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ناشئ وناشئات الدارتس في الثقة بالنفس ولصالح ناشئ الدارتس.

حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٥.٨٠)، وهي أعلى من القيمة الجدولية (٢.٠١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، مما يشير إلى أن الفرق بين المجموعتين دال إحصائيًا.

كما تظهر النتائج أن المتوسط الحسابي لمستوى الثقة بالنفس لدى ناشئي الدارتس (٩٧.٥٢) أعلى من متوسط ناشئات الدارتس (٧٩.٨١)، مما يدل على أن ناشئي الدارتس يتمتعون بدرجة أعلى من الثقة بالنفس مقارنة بالناشئات.

كما أشارت دراسة كلا من أوزوالد Oswald (٢٠٠٥م)(١٥) ، صبحي العجيلي (٢٠٢٢م) (٧) وقد أظهرت نتائج الدراسة أنه كلما ازدادت ثقة اللاعب بنفسه انخفض قلق المنافسة وأصبح الأداء أفضل، ويرتبط تدريب المخيلة الايجابي في الأداء، كذلك يرتبط التعزيز الايجابي الآتي بزيادة الثقة بالنفس وخفض القلق، كما أشارت النتائج تحسين أدائه إلى وجود علاقة ارتباط دالة بين تركيز انتباه اللاعب على مهمة التسجيل مقابل الجائزة في تحسين أدائه ،وتعد الثقة بالنفس والتصور الايجابي والتعزيز آليات تسهل تخفيض قلق المنافسة.

بذلك قد تحقق الفرض الثالث الذي ينص على دلالة الفروق بين ناشئ وناشئات الدارتنس في الثقة بالنفس .

٣- تشير نتائج الجدول رقم (١٢) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ناشئ وناشئات الدارتنس في تركيز الانتباه، ولصالح ناشئ الدارتنس.

حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٥.٦٠)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢.٠١) عند مستوى دلالة (٠.٠٥). وتدل هذه النتيجة على أن الفروق بين المجموعتين ليست عشوائية، وإنما تعكس فرقاً حقيقياً في مستوى تركيز الانتباه بين الذكور والإناث من لاعبي الدارتنس.

كما يتضح من الجدول أن متوسط تركيز الانتباه لدى ناشئ الدارتنس (٩١.٨٣) أعلى من نظيره لدى ناشئات الدارتنس (٧٤.٨٨)، ما يشير إلى تفوق الذكور في هذا المتغير.

يمكن تفسير هذا التفوق في ضوء عدة عوامل، من أبرزها:

١- الخبرات التنافسية، حيث قد يكون الذكور أكثر تعرضاً للمواقف التنافسية والضغط الرياضي التي تساهم في تعزيز القدرة على التركيز والانتباه.

٢- الفروق في السمات النفسية والمعرفية، إذ تشير بعض الدراسات إلى وجود اختلافات في أساليب المعالجة المعرفية والانفعالية بين الذكور والإناث.

٣- أساليب التدريب والإعداد الذهني التي قد تكون موجهة بشكل أكبر لدعم تركيز الذكور أو تتضمن ممارسات أكثر كثافة تساعد على تطوير هذه المهارة وهذا ما توصلت إليه دراسة أحمد عودة ماضي (٢٠٢٢م) (٣)، التي تناولت تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد في الأردن، حيث أوضحت أن تركيز الانتباه يُعد من العوامل الحاسمة التي تؤثر بشكل مباشر في الأداء المهاري والدقة في تنفيذ المهام الرياضية. وقد أظهرت الدراسة أن اللاعبين الأعلى في تركيز الانتباه كانوا أكثر دقة في التصويب، ما يؤكد أهمية هذه المهارة لدى الرياضيين الناشئين. ويربط هذه النتيجة بالدراسة الحالية، فإن تفوق ناشئ الدارتنس في تركيز الانتباه مقارنة بالناشئات يمكن أن يعكس مستوى أفضل في الأداء الدقيق والتركيز أثناء اللعب، مما يُعزز من فرص التفوق لديهم في هذه الرياضة الدقيقة. وتبرز أهمية تصميم برامج تدريبية تساهم في تطوير التركيز الذهني للناشئات، أسوة بالناشئين، لضمان تكافؤ الفرص في الأداء والتطور المهاري وبذلك قد تحقق الفرض الرابع الذي ينص على دلالة الفروق بين ناشئ وناشئات الدارتنس في تركيز الانتباه.

الاستخلاصات:

في ضوء نتائج البحث توصل الباحثان إلى الاستخلاصات الآتية:

في حدود عينة البحث ومن خلال ما تم التوصل إليه من نتائج باستخدام المعالجات الإحصائية تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

١- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى ناشئي رياضة الدارتنس، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الثقة بالنفس يقترن بزيادة قدرة الناشئ على تركيز انتباهه أثناء الأداء

٢- تؤكد النتائج أن الثقة بالنفس تُعد متغيراً نفسياً مؤثراً في الأداء المهاري، لا سيما في مهارات تتطلب دقة وتركيزاً مثل التصويب في رياضة الدارتنس

٣- تشير النتائج إلى أهمية تنمية الثقة بالنفس لدى الناشئين كعامل مساعد لتحسين الجوانب الإدراكية والمهارية، وخاصة في الألعاب الدقيقة التي تعتمد على التناسق الحركي والتركيز الذهني

٤- عينة البحث أظهرت فروقاً واضحة في الأداء بين اللاعبين ذوي مستويات مختلفة من الثقة بالنفس، مما يدعم الفرضيات القائلة بتأثير الجانب النفسي في الأداء الرياضي

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يوصى الباحثان بالآتي:

١- ضرورة وجود دورات لتوعية المدربين والجهاز الفني بأهمية الثقة بالنفس بما يساعد في رفع الروح المعنوية لديهم

٢- عقد دورات لتوعية الناشئين والناشئات لدى رياضته الدارتنس بأهمية الثقة بالنفس.

٣- إقامة ندوات للناشئين والناشئات من حيث نوع الجنس ذكور وإناث في المحافظات على ارتفاع الثقة بالنفس وخفض درجة القلق أثناء المنافسة وارتفاع مستوى الاداء في لرياضه الدارتنس.

٤- ملاحظه سلوك اللاعبين الذين يشعرون بالانخفاض في مستوى الثقة بالنفس من مراقبتهم والوعي في كافه تصرفاتهم.

٥- عقد ورشه تدريبيه للأولياء الامور للتدريب على الكيفية التي يتم من خلالها زياده الثقة بالنفس لدى الناشئين والتعرف على مظاهر واشكال قلة الثقة بالنفس وطريقه التعامل معهم.

٦- بناء برامج تنمي الثقة بالنفس ودقه التصويب لدى ناشئي وناشئات رياضته الدارتنس .

المراجع

اولا: المراجع باللغة العربية

- ١- احمد حمدي محمد برنامج تدريبي باستخدام بعض طرق التسهيلات العصبية العضلية للمستقبلات الحسية وتأثيره على المدي الحركي ومستوي الاداء للاعبين القوس والسهم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.

- ٢- احمد حمدي محمد تأثير رياضة الدارتنس على تنمية دقة اداء المبتدئين في رياضة القوس والسهم، مجلة اسيوط لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية. (٢٠٢١م):
- ٣- احمد عودة مفضي تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد في الأردن، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة. (٢٠٢٢م):
- ٤- اسامه كامل راتب تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي. ط٢-دار الفكر العربي، القاهرة. (٢٠٠٠م):
- ٥- بدوي احمد عبد تأثير برنامج للتصور العقلي وتركيز الانتباه على الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي وبعض مهارات الأساسية في السباحة، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد ٢٨، العدد ١ كلية التربية الرياضية جامعة بنها. (٢٠٢١م):
- ٦- صالح يحي الغامدي اضطرابات الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقديرات الذات لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة ،رسالة دكتوراة غير منشورة ،مكة المكرمة ،جامعة ام القرى . (٢٠٠٩م):
- ٧- صبحي العجيلي الثقة بالنفس وعلاقتها بالأداء للاعبين كرة القدم ، مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى ، عدد ٩ ، كلية التربية البدنية ، جامعة المرقب (٢٠٢٢م) :
- ٨- محمد السيد عكاشة " تأثير تركيز الانتباه على اتخاذ القرار لدى حكام جمباز الايروبيك، مجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد ٥٧ ، الجزء الثاني ، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط (٢٠٢١م) :
- ٩- محمد العربي شمعون اللاعب والتدريب العقلي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. (٢٠٠١م):
- ١٠- محمد حسن علاوي علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة. (٢٠٠٢م):
- ١١- مختار امين محمد العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة دقة التصويب بكرة القدم، مجلة بني سويف لعلوم التربية الرياضية، المجلد ٤ والعدد ٧ ، كلية التربية الرياضية جامعة بني سويف. (٢٠٢١م):
- ١٢- مدحت محمود محمد المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي لدى لاعبي بعض رياضات المنازل، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ،المجلد ٩٦، العدد ٢ كلية تربية رياضية بنين جامعته حلوان. (٢٠٢٢م):

- ١٣- وليد سيد حسين تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم مجلة تطبيقات علوم الرياضة ،المجلد ٩، العدد ١١٥، كلية التربية الرياضية بنين ابوقير، جامعة الاسكندرية. (٢٠٢٣م):
- ١٤- يحيى محمد عبد حالة القلق وعلاقتها بالثقة بالنفس وتركيز الانتباه لدى حكام الجودو، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، عدد ٦٠ مجلد ٤ ، كلية التربية الرياضية ،جامعة أسيوط.

ثانيا: المراجع باللغة الاجنبية:

- 15- Kovarova, L and Concentration of Attention as a Kovar, K. (2010): predisposition of Performance in Junior Categories in Endurance Sports. Therapy Techniques,40 1-3
- 16- Oswald, J. (2005): Self-Confidence and Focus of Attention: Factors Influencing the Anxiety-relationship among Golfers. American University, U. S. A.
- 17- Perry, p.(2011): Concept Analysis Confidence Selfconfidence