

ملخص البحث باللغة العربية

"تركيز الانتباه وعلاقتها ببعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه

تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا "

*أ.د/ أحمد عبد العاطي حسين ** أ.د/ محمود ربيع امين البشيهي

***الباحث/ أحمد بشاري قنديل اسماعيل

لقى الباحثان الضوء على موضوع له أهمية كبيرة في الوقت الحاضر والمستقبل وهما التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه وعلاقته ببعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا، الفروق بين ناشئ وناشئات رياضة الكاراتيه، يهدف هذا البحث الي التعرف علي العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا، من خلال التعرف علي الفروق بين لاعبي ولاعبات الكوميتيه في تركيز الانتباه ، الفروق بين لاعبي ولاعبات الكوميتيه في بعض المهارات النفس حركية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي أسلوب المسح حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة البحث ، وبلغت عينة البحث الاساسية (٦٠) فرد تم اختيارهم بالطريقة العمدية ، وبلغت عينة البحث العشوائية (٢٠) فرد.

ومن أهم النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دالة احصائيا بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا، وأيضا توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي ولاعبات الكوميتيه في تركيز الانتباه لصالح اللاعبين الذكور ، وأخيرا توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي ولاعبات الكوميتيه في بعض المهارات النفس حركية (الوعي بالحركة- الوعي بالجسم- الوعي بالزمن- الوعي بالفراغ) لصالح اللاعبين الذكور.

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 الكاراتيه، كما تُظهر النتائج أن المهارات النفس حركية تشكل عاملاً نفسياً ذا تأثير كبير على الأداء المهاري، خصوصاً في سياق مهارات تستوجب مستوىً عاليًا من الدقة والتركيز، كما هو الحال في رياضة الكاراتيه، وتُعزّز هذه النتائج أهمية تطوير المهارات النفس حركية لدى فئة الناشئين، إذ تُعتبر بمثابة أداة ضرورية لتحسين القدرات الإدراكية والمهارية، لا سيما في الألعاب التي تعتمد على التناسق الحركي والتكامل بين الوظائف الذهنية والجسدية. وقد أبرزت عينة البحث وجود اختلافات ملحوظة في الأداء بين الرياضيين بناءً على تباين مستويات تركيز الانتباه لديهم، مما يوفر دعماً إضافياً للفرضيات التي تُبرز دور العوامل النفسية المؤثرة على الأداء الرياضي بشكل عام. الكلمات المفتاحية: تركيز الانتباه، المهارات النفس حركية ، الكاراتيه

-أستاذ بقسم العلوم النفسية والتربوية - كلية علوم الرياضة - جامعة جنوب الوادي .

-استاذ تدريب الكاراتيه بقسم المنازل والرياضات المائية ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

كلية علوم الرياضة -جامعة الفيوم.

- معلم أول تربية رياضية ومعد نفسي رياضي بوزارة الشباب والرياضة ومدرب كاراتيه معتمد بالاتحاد المصري للكاراتيه.

Summary

Focusing attention and its relationship to some psychomotor skills among kumite players under 15 years old in Qena Governorate

***Prof. Dr. Ahmed Abdel-Ati Hussein**

****Prof. Dr. Mahmoud Rabie Amin Al-Bashihi**

*****Researcher/ Ahmed Bashary Qandeel Ismail**

The researchers shed light on a topic of great importance at the present time and in the future, which is identifying the relationship between attention concentration and its relationship to some psychomotor skills among kumite players under 15 years old in Qena Governorate, the differences between young men and women karate players, this research aims to identify the relationship between attention concentration and some psychomotor skills among kumite players under 15 years old in Qena Governorate, by identifying the differences between male and female kumite players in some mental abilities, the differences between male and female kumite players in some psychomotor skills, and the researcher used the descriptive survey method as it is the appropriate method for the nature of the research, and the basic research sample amounted to (60) individuals who were chosen intentionally, and the random research sample amounted to (20) individuals.

One of the most important results is that there is a statistically significant correlation between attention concentration and some psychomotor skills among kumite players under 15 years old in Qena Governorate. There are also statistically significant differences between male and female kumite players in attention concentration in favor of male players. Finally, there are statistically significant differences between male and female kumite players in some psychomotor skills (awareness of movement - awareness of the body - awareness of time - awareness of space) in favor of male players.

Players with high self-confidence demonstrated better levels of focused attention, indicating that juniors with a higher ability to concentrate have greater self-confidence while practicing karate. The results also demonstrate that psychomotor skills constitute a psychological factor with a significant impact on skill performance, especially in the context of skills that require a high level of precision and concentration, as is the case in karate. These results reinforce the importance of developing psychomotor skills among juniors, as they are considered an essential tool for improving cognitive and skill abilities, particularly in games that rely on motor coordination and integration between mental and physical functions. The research sample highlighted significant differences in performance between athletes based on their varying levels of focused attention, providing additional support for hypotheses that highlight the role of psychological factors influencing athletic performance in general.

Keywords: : Focus, psychomotor skills, karate

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

-Professor of Karate Training in the Department of Combat and Aquatics and Vice Dean for Education and Student Affairs, Faculty of Sports Sciences, Fayoum University.

- Senior Physical Education Teacher and Sports Psychology Instructor at the Ministry of Youth and Sports and a certified karate coach with the Egyptian Karate Federation.

"تركيز الانتباه وعلاقتها ببعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا"

*أ.د/ أحمد عبد العاطي حسين ** أ.د/ محمود ربيع أمين البشيهي

***الباحث/ أحمد بشاري قنديل اسماعيل

مقدمة ومشكلة البحث:

انعكس التقدم والتكنولوجي الذي شهده العالم بشكل مباشر وإيجابي على المستوى الرياضي للفرد في تحسين الحالة البدنية والمهارية والنفسية والقدرات العقلية والفسولوجية للوصول الى رياضة المستويات العليا، وتعد القدرات العقلية وخصوصا تركيز الانتباه أمر هام وفعال في تحديد نتائج الكثير من الفعاليات الرياضية ومنها رياضة الكاراتيه اذا ما ارتبطت بشكل فعال بالأداء والتي تعتمد على قدرة الفرد في توجيه قدرته الحركية بالاتجاه العقلي التي تحسم مواقف حرجة ومقدرة الفرد على التصرف واتخاذ القرار المناسب بالوقت الصحيح.

تعد رياضة الكوميتيه من الرياضات القتالية التي تتطلب توافر مجموعة من القدرات البدنية والمهارية والنفسية، حيث يعتمد الأداء الفعال فيها على التفاعل السريع والدقيق مع المواقف المتغيرة أثناء المنافسة. ومن بين العوامل النفسية المؤثرة في الأداء الرياضي، يبرز تركيز الانتباه كأحد أهم العمليات العقلية التي تسهم في توجيه طاقة اللاعب نحو المثيرات ذات الصلة بالأداء، وتجاهل المشتتات، مما ينعكس إيجاباً على جودة الاستجابة الحركية إلى جانب مهارات نفس حركية دقيقة مثل سرعة الاستجابة، التوازن، والتوافق العضلي العصبي. ويكتسب اللاعبون في مرحلة الناشئين، خاصة تحت سن ١٥ سنة، هذه المهارات بشكل تدريجي من خلال التدريب والممارسة، مما يجعل دراسة العوامل المؤثرة في تطويرها أمراً بالغ الأهمية. (٤ : ٩٥)

يعد تركيز الانتباه من العمليات العقلية الأساسية التي تلعب دوراً محورياً في الأداء الرياضي، حيث يساعد اللاعب على التفاعل السريع والدقيق مع المواقف المتغيرة أثناء المنافسة. كما أن المهارات النفس حركية تشكل الأساس في تنفيذ الحركات الفنية والتكتيكية بكفاءة، مما ينعكس على مستوى الأداء العام. (١٢ : ٩)

والاعبين قد يتعرضون لمواقف كثيرة خلال المباريات وهذا يتطلب الزيادة في تركيز الانتباه من اجل

-أستاذ بقسم العلوم النفسية والتربوية - كلية علوم الرياضة - جامعة جنوب الوادي.

-استاذ تدريب الكاراتيه بقسم المنازل والرياضات المائية ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

كلية علوم الرياضة -جامعة الفيوم.

- معلم أول تربية رياضية ومعد نفسي رياضي بوزارة الشباب والرياضة ومدرب كاراتيه معتمد بالاتحاد المصري للكاراتيه.

الوصول لسرعة الاستجابة والقيام بالواجبات الحركية المطلوبة بالوقت المناسب عمليه تشتت الانتباه وفقدان التركيز قد يؤدي الى اخطاء فنيه وتكتيكية خلال الاداء الحركي (٢٢ : ٦٠)

كما ان التركيز والانتباه يستخدم بشكل كبير ومترادفه في المجال الرياضي، حيث ان معرفة معنى الانتباه يكون الأمر بسيط للتفريق بين المصطلحين ، حيث يوجد فرقا بينهما من حيث الدرجة وليس النوع فالانتباه اهم من التركيز والأخير نوع من تضيق الانتباه وتثبيته علي مثير معين فالتركيز مقدرة الفرد علي توجيه الانتباه وشدته. (٥ : ٣٦)

ويشير أسامه راتب (٢٠٠٠م) إلى أن تركيز الانتباه أحد أهم المهارات العقلية الهامة حيث تبنى عليه العمليات الأخرى كالإدراك، والتفكير، والتذكر، والتوقع، ويتمثل مفهومه العام في القدرة على التركيز حول موضوع معين عن طريق الانتقاء في الشعور، ويعتبر التركيز نوع من أنواع الانتباه وتثبيته على مثير معين، فالتركيز على هذا النحو بمثابة اتقاء يعكس مقدرة الفرد على توجيه الانتباه ودرجة شدته وكما زادت مقدرة اللاعب على التركيز في الشيء الذي يقوم بأدائه كلما حقق استجابة أفضل (٦ : ٣٢٤)

بينما يرى حسن السيد (٢٠٠١م) تركيز الانتباه في جوهره هو قدرة الفرد على تجميع طاقته الفكرية وتوجيهها بالكامل ناحية نقطة اهتمام واحدة (كفكرة أو مهارة حركية أو حدث)، مما يضمن انصباب المجهود العقلي بشكل كلي نحو هذا المحور. (١٠ : ٧٤)

ويرى شميدت ولي (schmidt & lee 2011) ان تركيز الانتباه هو القدرة على تركز بؤره الاهتمام على الرموز المناسبة في البيئة والمحافظة على تلك البؤرة اثناء المنافسة الرياضية، ولا احتفاظ بهذا التمرکز لفترة زمنية تحقق امتلاك الوعي الادراكي المؤقت (٢٨ : ٨٩)

وفي المجال الرياضي، يُعد تركيز الانتباه من العوامل الحاسمة في الأداء، خاصة في الرياضات التي تتطلب استجابات سريعة ودقيقة مثل الكوميته وهناك نوعان رئيسيان من الانتباه: **الانتباه الانتقائي (Selective Attention) و**الانتباه المستمر (Sustained Attention)، وكلاهما مهم في المواقف التنافسية (٢٧ : ٤)

وهناك مجموعة من العوامل التي ترتبط باكتساب المهارات النفس حركية (الوعي بالحركة -الوعي بالجسم - الوعي بالزمن - الوعي بالفراغ) لدى الفرد وهى شروط التعلم وتتمثل في (فن الممارسة، معرفة النتائج، رفع مستوى التعلم)، طريقة التعلم وتتمثل في (الطريقة الكلية والجزئية، التمرين الموزع والتمرين المركز، توجيه المتعلم وإرشاده الى طبيعة الأداء الجيد)، خصائص المهمة وتتمثل في (درجة الترابط والتماسك والتعقيد)، خصائص المتعلم متمثلة في (الخصائص العقلية الإدراكية، التنسيقية، الفيزيولوجية، الخبرة السابقة). (٢١ : ٤٤٠)

وفي المقابل تُعد المهارات النفس حركية من الركائز الأساسية التي تُبنى عليها الكفاءة الحركية للاعب، وتشمل مجموعة من القدرات مثل سرعة الاستجابة، التوازن، التوافق العضلي العصبي، والدقة الحركية، والتي تتكامل مع العمليات العقلية لتحقيق الأداء الأمثل. (٣ : ٢٠)

وتشير المهارات النفس حركية إلى التفاعل المنسق بين العمليات العقلية والحركية، وتشمل:

- سرعة الاستجابة : أي سرعة اتخاذ القرار وتنفيذ الحركة.

- التوازن : القدرة على الحفاظ على وضع الجسم أثناء الحركة أو الثبات.

- التوافق العضلي العصبي: التنسيق بين الجهاز العصبي والعضلي لتنفيذ الحركات بدقة.

- الدقة الحركية : تنفيذ الحركات بأعلى درجة من الإتقان. (٥ : ٢٤)

وتشير العديد من الدراسات إلى وجود علاقة وثيقة بين العمليات العقلية مثل الانتباه، وبين الكفاءة في تنفيذ المهارات النفس حركية، خاصة في الفئات العمرية الصغيرة التي لا تزال في طور النمو والتطور. (٢٩ : ٢١١)

واللاعب الناشئ هو اللاعب من سن ٦-١٨ سنة بصفة عامة مع مراعاة الفروق الفردية التي تميز كل منهم عن الآخر، وتختلف فترة تدريب الناشئين وفقا للخصائص الفردية للاعب ووفقا لمميزات النشاط الرياضي الممارس، ويجب مراعاة النمو الطبيعي والتطور التدريجي لإمكانيات الناشئ ومستواه واتجاهه المتطور. (٩ : ١١)

وتزداد أهمية دراسة هذه العلاقة في الفئات العمرية الصغيرة، مثل فئة تحت ١٥ سنة، حيث تُعد هذه المرحلة من المراحل الحرجة في بناء وتشكيل القدرات النفسية والحركية للاعبين. ومن هنا، جاءت فكرة هذا البحث لتسليط الضوء على العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتة الناشئين، بهدف تقديم رؤية علمية تساهم في تطوير البرامج التدريبية الموجهة لهذه الفئة. (١١ : ٤٦)

وبالرغم من التقدم الملحوظ في إعداد اللاعبين الناشئين في رياضة الكوميتة، إلا أن هناك تفاوتًا واضحًا في مستوى الأداء بين اللاعبين، قد لا يُعزى فقط إلى القدرات البدنية أو المهارية، بل قد يرتبط أيضًا بعوامل نفسية مثل تركيز الانتباه، الذي يُعد عنصرًا حاسمًا في الاستجابة السريعة والدقيقة للمواقف التنافسية. (١٥ : ١١٦)

ومن خلال اطلاع الباحث على الكتب والمراجع والدراسات المرتبطة بموضوع البحث كتركيز الانتباه ومن هذه الدراسات دراسة كل من، احمد عبدالرحمن وآخرون (٢٠٢٤م) (٢)، احمد مفضي (٢٠٢٢م) (٣)، مدحت محمد (٢٠٢٢م) (١٧)، مني عبدالفتاح (٢٠٢٢م) (١٨)، امانى الصباغ (٢٠٢١م) (٨)، وحيد الدين عمر، رامي سويلم (٢٠٢٠م) (١٩)، اثير صبري (٢٠١٤م) (١)، كوفاروفا وكوفار Kovarova and Kovar (٢٠١٠م) (٢٣)، اوزوالد (٢٠٠٥ Oswald) (٢٥) لاحظ الباحث أن

تركيز الانتباه تلعب دور كبير في التأثير على مستوى أداء اللاعبين بالإضافة الى المهارات النفس حركية مثل دقة الأداء وسرعة الاستجابة تتأثر بشكل كبير بتركيز الانتباه لدى اللاعب.

ومن خلال خبرة الباحث وملاحظاته الميدانية، لاحظ وجود تفاوت في مستوى تركيز الانتباه لدى اللاعبين، مما قد يؤثر على جودة أدائهم في المهارات النفس حركية. كما أن هناك ندرة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين هذين المتغيرين في فئة الناشئين، وخاصة في رياضة الكوميتة.

وفي ظل التحديات التي تواجه المدربين في إعداد اللاعبين الناشئين، تبرز الحاجة إلى فهم العلاقة بين العمليات العقلية والمهارات الحركية، بهدف تحسين جودة التدريب وتوجيهه نحو تنمية القدرات النفسية والحركية بشكل متوازن. ومن هنا، جاءت فكرة هذا البحث لتسليط الضوء على العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة، سعياً لتقديم رؤية علمية تسهم في تطوير الأداء الرياضي لهذه الفئة العمرية.

ومن هذا المنطلق، تأتي أهمية هذا البحث في دراسة العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة، بهدف التعرف على مدى تأثير التركيز الذهني في تطوير الأداء الحركي، وتقديم توصيات علمية يمكن أن تسهم في تحسين البرامج التدريبية لهذه الفئة العمرية ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في التساؤل التالي:

ما طبيعة العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة؟

أهمية البحث والحاجة إليه:

أولاً: الأهمية العلمية

١- تنبع أهمية هذا البحث من كونه يتناول جانباً حيوياً في إعداد اللاعبين الناشئين في رياضة الكوميتة.

٢- يُعد تركيز الانتباه من العوامل النفسية المؤثرة بشكل مباشر في الأداء الحركي والمهاري، كما أن المهارات النفس حركية تُعد من الركائز الأساسية التي يعتمد عليها اللاعب في تنفيذ الحركات القتالية بدقة وسرعة.

٣- تسليط الضوء على العلاقة بين العمليات العقلية والمهارات الحركية لدى لاعبي الكوميتة في مرحلة التكوين.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

١- توفير بيانات علمية يمكن أن تساعد المدربين في تصميم برامج تدريبية متكاملة تراعي الجوانب النفسية والحركية.

٢- دعم تطوير الأداء الرياضي للناشئين من خلال فهم أعمق للعوامل المؤثرة فيه.

٣- إثراء المجال الأكاديمي الرياضي بدراسة تربط بين علم النفس الرياضي والمهارات الحركية في رياضة قتالية.

٤- تطوير برامج تدريبية تدمج بين الجوانب النفسية والحركية.

٥- مساعدة المدربين في تصميم وحدات تدريبية تراعي تنمية التركيز والانتباه

٦- دعم اللاعبين في تحسين أدائهم من خلال تعزيز قدراتهم النفسية والحركية

اهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف تركيز الانتباه وعلاقته ببعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا

وذلك من خلال تحديد:

- ١- التعرف على مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة.
- ٢- التعرف على الفروق الفردية في المهارات النفس حركية بين اللاعبين وفقاً لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة.
- ٣- دراسة العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية مثل (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء)

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة في مستوى تركيز الانتباه وفقاً لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة.
- ٢- توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة في المهارات النفس حركية (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء) وفقاً لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة.
- ٣- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء) لدى لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة

التعريف ببعض المصطلحات الواردة في البحث:

١-تركيز الانتباه :

انها "هو القدرة على تضيق أو تشتيت أو تأكيد الانتباه على مثير او مثيرات مختارة لفترة من الزمن".

٢- المهارات النفس حركية:

هي المهارات التي تعتمد على دمج الوظائف الحسية، والحركية والذهنية من خلال التربية والجهاز العصبي. (١٤ : ٧)

الدراسات السابقة :

أولا الدراسات العربية :

١- دراسة احمد عبدالرحمن ، احمد مصطفى متولي ، عمرو محمد محمود (٢٠٢٤م) (٢) : بعنوان فاعلية استخدام الادراكات الحس حركية علي بعض المهارات الحركية المركبة لدي لاعبي التايكوندو وتهدف الدراسة الي التعرف بعنوان المهارات النفس حركية وعلاقتها بإدارة الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم وتهدف الدراسة الي التعرف علي مدي فعالية استخدام الادراكات الحس - حركية علي بعض المهارات الحركية المركبة لدي لاعبي التايكوندو ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث ، واشتملت العينة على ١٠ لاعبين مقيدين في الاتحاد المصري للتايكوندو ، وتم إجراء تقنين اختبارات البحث على عينتين مميزة وقوامها ٨ لاعبين من لاعبي نادي الزهور م. نصر الرياضي والأخرى غير مميزة وقوامها ٨ لاعبين من لاعبي نادي وادي دجلة، وكانت اهم نتائجه انه يؤثر البرنامج المقترح والمطبق على عينة البحث تأثيراً إيجابياً على الإدراكات الحس - حركية (الإحساس بالمسافة - الإحساس بالزمن - الإحساس بالقوة - تحويل الانتباه - تركيز الانتباه، يؤثر البرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً على مستوى أداء بعض المهارات (بنش باليد الامامية - بنش باليد الخلفية - بك تشاجي بالقدم الامامية - بك تشاجي بالقدم الخلفية)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى أداء بعض المهارات (بنش باليد الامامية - بنش باليد الخلفية - بك تشاجي بالقدم الامامية - بك تشاجي بالقدم الخلفية) لصالح القياس البعدي لدى عينة البحث

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

٣- دراسة مدحت محمود محمد (٢٠٢٢م) (١٧) بعنوان " المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي لدى لاعبي بعض رياضات المنازلات ، وتهدف الدراسة إلى التعرف علي الفروق في مستوي المهارات النفسية وابعاد التفوق الرياضي لدي لاعبي التايكوندو، والكاراتيه، والسلاح، واشتملت العينة على

(٣٤) لاعب ولاعبة ، وقد أشارت النتائج الي انه تفاوتت العالقة بين المهارات النفسية وابعاد التفوق

الرياضي وتشابهه الرياضات الثلاث في متطلباتها النفسية وأيضا ابعاد التفوق الرياضي مقارنة

٤- دراسة مني السيد عبدالفتاح (٢٠٢٢م)(١٨) بعنوان تأثير تدريبات التصور العقلي في تحسين مستوى الأداء المهاري لناشئات الكاتا في رياضة الكاراتيه وتهدف الدراسة الي التعرف علي تأثير تدريبات التصور العقلي في تحسين مستوى الأداء المهاري لناشئات الكاتا في رياضة الكاراتيه، وتم اختيار عينة بحث مكونة من (١٠) لاعبات من نادي العبد. وتوصل البحث على عدة نتائج منها، توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في مهارة التصور العقلي لصالح القياس البعدي. كما توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في المهارات الفردية قيد البحث لناشئات الكاتا لصالح القياس البعدي.

٥- دراسة امانى عبدالكريم الصباغ (٢٠٢١م)(٨) بعنوان المهارات النفس حركية وعلاقتها بإدارة الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم وتهدف الدراسة الي التعرف علي العلاقة بين متغيري المهارات النفس حركية وإدارة الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، والكشف عن الفروق في متغير المهارات النفس حركية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، والكشف عن الفروق في متغير إدارة الذات لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، تم اختيار عينة مكونة من (٥٠) طفلا من الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، وكانت اهم نتائج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس المهارات النفس حركية وأبعاده الفرعية لدي عينة البحث .

٦- دراسة وحيد الدين السيد عمر، رامي عبدالرحمن سويلم (٢٠٢٠م)(١٩) بعنوان تأثير برنامج نفس حركي على مستوى بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وتهدف الدراسة الي التعرف على تأثير برنامج نفس حركي على مستوى بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية قوام كل منهما (٢٠) تلميذا وذلك باستخدام القياس القبلي البعدي وتم اختيار عينة البحث الطريقة العمدية العشوائية ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها أنه قد أثر البرنامج النفس حركي تأثيرا إيجابيا على مستوى بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى المجموعة التجريبية وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى بعض القدرات الإدراكية الحركية ويرجع ذلك إلى تطبيق البرنامج النفس حركي المقترح عليهم.

ثانيا الدراسات الأجنبية:

١- أجرت كوفاروفا وكوفار Kovarova and Kovar (٢٠١٠م)(٢٣) 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 (٢٠٠٥ Oswald) (٢٥) 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 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.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث لاعبي الكاراتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا والمسجلين بالاتحاد المصري للكاراتيه الموسم الرياضي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ والبالغ عددهم نحو (٢٥٠) لاعب منهم (١٤٥) لاعب تمثل نسبة ٥٨ % من مجتمع البحث ، (١٠٥) لاعبة تمثل نسبة ٤٢ % من مجتمع البحث

عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة عمدية من لاعبي الكوميتة قوامها (٦٠) لاعبا كهيئة اساسية تمثل نسبة (٢٤) % من مجتمع البحث منهم (٣٠) لاعب تمثل نسبة (١٢) % من مجتمع البحث، (٣٠) لاعبة تمثل نسبة (١٢) % من مجتمع البحث ، كما قام الباحث باختيار (٢٠) لاعبا ولاعبة كعينة استطلاعية منهم (١٠) لاعبين تمثل نسبة ٤ % من مجتمع البحث ، (١٠) لاعبة تمثل نسبة ٤ % من مجتمع البحث والجدول التالي (١) يوضح توصيف مجتمع وعينة البحث

جدول (١) توصيف مجتمع وعينة البحث

الهيئة او النادي	مجتمع البحث					العينة الأساسية					العينة الاستطلاعية				
	ذكور	اناث	المجموع	النسبة المئوية	نذور	ذكور	اناث	المجموع	النسبة المئوية	نذور	اناث	المجموع	النسبة المئوية		
نادي قنا الرياضي	٤٠	٢٥	٦٥	١٠	٢٥	١١	٤٤	٢١	٣٢.٣	٤	٦.٢	٣	٤.٦	٧	١٠.٧
نادي شبان قنا	٢٠	٢٥	٥٥	١٠	٣٣.٣	٩	٣٦	١٩	٣٤.٥	٢	٣.٦٣	٢	٣.٦٣	٤	٧.٣
نادي فقط الرياضي	٣٥	٣٠	٦٥	٦	١٧.١	٤	١٣.٣	١٠	١٥.٤	٢	٣.١	٣	٤.٦	٥	٧.٧
مركز شباب البراهمة	٣٨	٢٧	٦٥	٤	١٠.٥	٦	٢٢.٢	١٠	١٥.٤	٢	٣.١	٢	٣.١	٤	٦.٢

تجانس العينة

جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث في معدلات النمو

(السن - الطول - الوزن) ن = ٦٠ لاعب

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	السنة	١٣.٤	١.٣٧	٢٠.٥	١.٠٩
الطول الكلى للجسم	سم	١٣٨.٣٥	٤.٢٢	١٧١.٠	٠.٩٦
الوزن	كجم	٣٨.٦٠	٧.٤٥	٦٨.٠	١.٠٥

يتضح من الجدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث في معدلات النمو (السن - الطول - الوزن) تراوحت ما بين (± 3) مما يشير إلى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي :

أولاً : اختبار تركيز الانتباه ملحق (٢) إعداد الباحث

ثانياً : مقياس المهارات النفس حركية ملحق (٥) إعداد الباحث ويجب ان يشتمل علي

- اختبار سرعة الاستجابة.
- اختبار التوازن الحركي.
- اختبار التوافق العضلي العصبي.
- اختبار الدقة في الأداء الحركي.
- استمارة جمع البيانات الشخصية (العمر، سنوات الخبرة، عدد ساعات التدريب الأسبوعية...).

أولاً : مقياس تركيز الانتباه (ملحق ٢)

تحديد عبارات مقياس تركيز الانتباه

قام الباحث بالاطلاع علي الدراسات التي أجريت في تركيز الانتباه وتحليل الأطر النظرية وفي حدود ما توصل إليه الباحث وعلى سبيل المثال لا الحصر دراسة كل من اسلام فؤاد (٢٠٢٣م) (٧)، ودراسة مدحت محمد (٢٠٢٢م) (١٧)، دراسة محمد سكر (٢٠١٩م) (١٦)

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 (٢)، وتم عرض المقياس علي 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 تركيز الانتباه من (٤٠) عبارة مرفق (٣)، 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 معني . وجدول رقم (٣) يوضح ذلك:

**جدول (٣) النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول تحديد عبارات مقياس تركيز الانتباه
(ن=٩)**

تركيز الانتباه				الفرع الرئيسي
%	ع	%	ع	
%٤٤,٤٤	٢١	%١٠٠	١	العبارات المقترحة لمقياس تركيز الانتباه
%٦٦,٦٦	٢٢	%١٠٠	٢	
%١٠٠	٢٣	%١٠٠	٣	
%١٠٠	٢٤	%٨٨,٨٨	٤	
%١٠٠	٢٥	%١٠٠	٥	
%١٠٠	٢٦	%١٠٠	٦	
%١٠٠	٢٧	%٨٨.٨٨	٧	
%١٠٠	٢٨	%١٠٠	٨	
%٣٣,٣٣	٢٩	%١٠٠	٩	
%٦٦,٦٦	٣٠	%١٠٠	١٠	
%١٠٠	٣١	%١٠٠	١١	
%٣٣,٣٣	٣٢	%٤٤,٤٤	١٢	
%١٠٠	٣٣	%٦٦,٦٦	١٣	
%١٠٠	٣٤	%١٠٠	١٤	
%١٠٠	٣٥	%١٠٠	١٥	
%٤٤,٤٤	٣٦	%١٠٠	١٦	
%٧٧,٧٧	٣٧	%١٠٠	١٧	
%١٠٠	٣٨	%٥٥,٥٥	١٨	
%١٠٠	٣٩	%١٠٠	١٩	
%٥٥,٥٥	٤٠	%١٠٠	٢٠	

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس تركيز الانتباه تراوحت ما بين (٣٣,٣٣% : ١٠٠%) ، وقد أرتض الباحث بالعبارات التي حصلت علي نسبة مئوية قدرها (٧٠%) فما فوق، وبذلك تم حذف العبارات رقم (١٢-١٣-١٨-٢١-٢٢-٢٩-٣٠-٢٣-٣٦-٤٠) من المقياس

المعاملات العلمية للمقياس:

(أ) **الصدق** : للتحقيق من صدق المقياس قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيقه على عينة عشوائية قوامها (٢٠) عشرون 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 (٤) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تركيز الانتباه والدرجة الكلية له (ن = ٢٠)

تركيز الانتباه				الفرع الرئيسي
ع	%	ع	%	
١	٠.٧٥	١٦	٠.٦٧	مقياس تركيز الانتباه
٢	٠.٧٧	١٧	٠.٨١	
٣	٠.٦٢	١٨	٠.٦٩	
٤	٠.٥٧	١٩	٠.٧٩	
٥	٠.٨٣	٢٠	٠.٨٠	
٦	٠.٦٦	٢١	٠.٨٢	
٧	٠.٥٦	٢٢	٠.٨٤	
٨	٠.٥٢	٢٣	٠.٦٥	
٩	٠.٥٠	٢٤	٠.٥٠	
١٠	٠.٥٧	٢٥	٠.٥٦	
١١	٠.٨٩	٢٦	٠.٥٤	
١٢	٠.٦٢	٢٧	٠.٥٧	
١٣	٠.٥٧	٢٨	٠.٥١	
١٤	٠.٧١	٢٩	٠.٧٧	
١٥	٠.٥٥	٣٠	٠.٨٥	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤

يتضح من جدول (٤) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس تركيز الانتباه والدرجة الكلية له ما بين (٠.٥٠ ، ٠.٨٩) وهي 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 (٢٠) أربعة وعشرون فردا من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية وبفاصل زمني قدرة (١٥) خمسة عشر يوما بين التطبيق الأول والثاني للتطبيقين الأول والثاني . وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين والجدول (٥) يوضح النتيجة .

جدول (٥) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس تركيز الانتباه

(ن=٢٠)

م	اسم المقياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		م	ع	م	ع	
١	تركيز الانتباه	٢١.٦٧	٤.١٥	٢١.١٣	٢.٢٧	٠.٦٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤

يتضح من الجدول (٥) ما يلي: بلغت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس تركيز الانتباه والدرجة الكلية له (٠.٦٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيا مما يشير إلى ثبات للمقياس .

ثانياً : مقياس المهارات النفس حركية ملحق(٥): قام الباحث بالاطلاع علي الدراسات التي أجريت في المهارات النفس حركية وتحليل الأطر النظرية وفي حدود ما توصل إليه الباحث وعلى سبيل المثال لا الحصر دراسة كل من امانى الصباغ (٢٠٢١م) (٨)، وحيد الدين عمر (٢٠٢٠م) (١٩) ، تم تحديد (٨) ابعاد وعرضها على عدد (٩) خبراء في مجال علم النفس الرياضي وجدول (٦) يوضح ذلك الاتية:

جدول (٦) اراء السادة الخبراء على ابعاد مقياس القدرات النفس حركية (ن=٩)

م	الابعاد	مناسب	غير مناسب	نسبة الموافقة
١	الوعي بالفراغ	٨	١	٨٨,٨٨%
٢	السرعة الحركية	٥	٤	٥٥,٥٥%
٣	الوعي بالصورة والجسم	٩	—	١٠٠%
٤	المرونة	٥	٤	٥٥,٥٥%
٥	الوعي بالحركة	٩	—	١٠٠%
٦	الوعي بالزمن	٩	—	١٠٠%
٧	سرعة الاستجابة الحركية	٢	٧	٢٢,٢٢%

٨	التناسق الحركي	٤	٥	%٤٤,٤٤
---	----------------	---	---	--------

يتضح من جدول (٦) أن النسبة المئوية لموافقة السادة الخبراء على ابعاد مقياس المهارات النفس حركية تراوحت ما بين (٢٢,٢٢% : ١٠٠%)، وقد ارتضى الباحث نسبة ٧٠% من آراء السادة الخبراء كحد أدنى لقبول تلك الابعاد، وعلى ذلك فقد تم قبول اربعة ابعاد (الوعي بالحركة - الوعي بالجسم - الوعي الزمن - الوعي بالفراغ).

تحديد عبارات مقياس القدرات النفس حركية:

تحديد العبارات المقترحة والمفهوم النظري لكل محور لمقياس النفس حركية ، من خلال المسح الشامل للمراجع العلمية والدراسات السابقة تم تحديد عبارات المقياس قيد البحث مرفق(٥)، وتم عرض المقياس علي 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 القدرات النفس حركية من (٤٠) عبارة مرفق (٥)، 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 معني . وجدول رقم (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧) النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول تحديد عبارات مقياس المهارات النفس حركية (ن=٩)

الفرع الرئيسي		الوعي بالحركة		الوعي بالجسم		الوعي بالزمن		الوعي بالفراغ	
		ع	%	ع	%	ع	%	ع	%
العبارات المقترحة لمقياس المهارات النفس حركية		١	%١٠٠	١	%١٠٠	١	%٥٥,٥٥	١	%١٠٠
		٢	%٨٨,٨٨	٢	%١٠٠	٢	%١٠٠	٢	%١٠٠
		٣	%٨٨,٨٨	٣	%١٠٠	٣	%٨٨,٨٨	٣	%١٠٠
		٤	%١٠٠	٤	%١٠٠	٤	%١٠٠	٤	%١٠٠
		٥	%١٠٠	٥	%٧٧,٧٧	٥	%١٠٠	٥	%١٠٠
		٦	%١٠٠	٦	%١٠٠	٦	%٧٧,٧٧	٦	%٨٨,٨٨
		٧	%١٠٠	٧	%١٠٠	٧	%١٠٠		
		٨	%١٠٠	٨	%٨٨,٨٨	٨	%١٠٠		
		٩	%١٠٠	٩	%١٠٠				
		١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠				
		١١	%١٠٠	١١	%١٠٠				
		١٢	%٤٤,٤٤	١٢	%٣٣,٣٣				
		١٣	%٨٨,٨٨						
		١٤	%٨٨,٨٨						

يتضح من جدول (٧) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس المهارات النفس حركية تراوحت ما بين (٣٣,٣٣ % : ١٠٠ %)، وقد أرتض الباحث بالعبارات التي حصلت علي نسبة مئوية قدرها (٧٠ %) فما فوق، وبذلك تم حذف العبارة رقم (١٢) من البعد الأول وعبارة (١٢) من البعد الثاني وعبارة (١٣) من البعد الثالث.

المعاملات العلمية للمقياس:

(أ) الصدق :

للتحقيق من صدق المقياس قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيقه على عينة عشوائية قوامها (٢٠) عشرون فردا من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس والجداول (٧) توضح النتيجة.

جدول (٨) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المهارات النفس حركية والدرجة الكلية له (ن = ٢٠)

الوعي بالفراغ		الوعي بالزمن		الوعي بالجسم		الوعي بالحركة		الفرعي الرئيسي
ع	%	ع	%	ع	%	ع	%	العبارات المقترحة لمقياس المهارات النفس حركية
١	٠.٦٣	١	٠.٧٨	١	٠.٧٩	١	٠.٦٣	
٢	٠.٨١	٢	٠.٨٤	٢	٠.٨٦	٢	٠.٧٤	
٣	٠.٧٩	٣	٠.٨٠	٣	٠.٩٠	٣	٠.٨٠	
٤	٠.٦٨	٤	٠.٨٦	٤	٠.٨٦	٤	٠.٨٨	
٥	٠.٦٤	٥	٠.٨٧	٥	٠.٨١	٥	٠.٨٩	
٦	٠.٧١	٦	٠.٦٩	٦	٠.٨٥	٦	٠.٧٨	
		٧	٠.٨٤	٧	٠.٦٧	٧	٠.٨٣	
				٨	٠.٨٦	٨	٠.٧٤	
				٩	٠.٨٤	٩	٠.٨٦	
				١٠	٠.٧١	١٠	٠.٧٤	
				١١	٠.٦٥	١١	٠.٨٥	
				١٢	٠.٧٣			
				١٣	٠.٧٦			

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المهارات النفس حركية والدرجة الكلية له ما بين (٠.٦٣ ، ٠.٩٠) وهي 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 (٢٠) أربعة وعشرون فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية وبفاصل زمني قدرة (١٥) خمسة عشر يوماً بين التطبيق الأول والثاني التطبيقين الأول والثاني. وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين والجدول (٩) يوضح النتيجة .

جدول (٩) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس المهارات النفس حركية (ن = ٢٠)

م	البعد	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		م	ع	م	ع	
١	الوعي بالحركة	٢٨.٨٤	٢.٢٧	٣٠.٥٦	٣.٣٣	٠.٧٠
٢	الوعي بالجسم	١٥.٩٦	٣.٧٤	١٧.٧٧	٤.٢٦	٠.٧٨
٣	الوعي بالزمن	٢٣.٥٢	١.٩٢	٢٥.١٣	٢.٠٧	٠.٧٥
٤	الوعي بالفراغ	١٨.٧٠	٢.٩٨	١٧.٢٢	٣.٤٩	٠.٧٨
٥	المقياس ككل	٨٧.٠٢	٢.٧٢	١٣.١٥	٣.٨٣	٠.٧٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤

يتضح من الجدول (٩) ما يلي :

بلغت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس المهارات النفس حركية والدرجة الكلية له (٠.٧٥) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائيا مما يشر إلى ثبات للمقياس .

خطوات البحث:

- الحصول على الموافقات الرسمية من الجهات المعنية.
- اعداد ادوات البحث
- تطبيق الاختبارات على أفراد العينة في بيئة مناسبة.
- تسجيل النتائج وتحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة (مثل معامل الارتباط، اختبار "ت" للفروق، تحليل التباين).

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 ٢٠٢٤/١٢/٢م إلى ٢٠٢٥/١/٢٢م استهدفت ما يلي :

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

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن:

- ١ - مناسبة المقاييس 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 تركيز الانتباه .
 - مقياس المهارات النفس حركية .
- وكانت فترة التطبيق على عينة البحث الأساسية من ٢٠٢٥/٢/٩م إلى ٢٠٢٥/٣/٣م 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
 - اختبار ت
- وسوف يستخدم الباحث مستوى الدلالة (٠.٠٥) للتأكد من معنوية النتائج الإحصائية للبحث .

أولا : عرض النتائج

سوف يستعرض الباحث نتائج البحث وفقا للترتيب التالي:

- ١ - بالنسبة للفرض الاول والذي ينص علي توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة في مستوى تركيز الانتباه وفقاً لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة والجدول التالي يوضح ذلك

جدول (١٠) دلالة الفروق بين لاعبي ولاعبات الكوميتة في تركيز الانتباه (ن=٦٠)

البعد	اللاعبين (ن=٣٥)		اللاعبات (ن=٣٥)		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية	لصالح
	ع	م	ع	م			
تركيز الانتباه	٢١.٣٤	٢.٧١	٢٠.٤٩	٣.٠٩	٢.٢٥	دال	لاعبي الكوميتة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٨

يتضح من جدول (١٠) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات الكوميتة في (تركيز

الانتباه) لصالح اللاعبين الذكور حيث بلغت قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٨

٢- بالنسبة للفرض الثاني والذي ينص علي توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة في المهارات النفس حركية (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء) وفقاً لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة والجدول التالي يوضح ذلك

جدول (١١) دلالة الفروق بين لاعبي ولاعبات الكوميتة في المهارات النفس حركية

(ن=٦٠)

البعد	اللاعبين (ن=٣٥)		اللاعبات (ن=٣٥)		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية	لصالح
	ع	م	ع	م			
الوعي بالحركة	٢٣.٩٣	٣.٦٩	٢٢.٥٢	٣.٩٨	٢.٨٣	دال	لاعبي الكوميتة
الوعي بالجسم	٢١.٠٣	٣.٦٢	١٩.٨٨	٣.١٣	٢.٦١	دال	لاعبي الكوميتة
الوعي بالزمن	١٦.٦٢	٣.٢١	١٤.٧٩	٣.٣٥	٤.٢٩	دال	لاعبي الكوميتة
الوعي بالفراغ	١٨.٥٦	٣.٤٧	١٧.٨٠	٣.٦٢	٣.٤٦	دال	لاعبي الكوميتة
المقياس ككل	٨٠.١٤	٩.٤٩	٧٤.٩٩	٩.١١	٣.٢٩	دال	لاعبي الكوميتة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٨

يتضح من جدول (١١) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات الكوميتة في بعض المهارات النفس حركية (الوعي بالحركة- الوعي بالجسم- الوعي بالزمن- الوعي بالفراغ) لصالح

اللاعبين الذكور حيث بلغت (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٨

٣- بالنسبة للفرض الثالث والذي نص على انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء) لدى لاعبي الكوميته تحت ١٥ سنة وجدول التالي يوضح ذلك

جدول (١٢) معاملات الارتباط بين مقياس (تركيز الانتباه) ومقياس المهارات النفس حركية لدى عينة البحث مجتمعة (ن = ٦٠)

المقياس	تركيز الانتباه
الوعي بالحركة	* ٠.٩٠
الوعي بالجسم	* ٠.٨٦
الوعي بالزمن	* ٠.٧٥
الوعي بالفراغ	* ٠.٧٨
المقياس ككل	* ٠.٨٢

* العلاقات الدالة قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤

يتضح من جدول (١٢) توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائيا بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميته تحت ١٥ سنة بمحاظنة قنا قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤

ثانيا : تفسير النتائج ومناقشتها

١- تشير نتائج جدول (٩) الي انه توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي الكوميته تحت ١٥ سنة في مستوى تركيز الانتباه وفقاً لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة حيث كانت (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٨ ، وهذا يتفق مع دراسة كل من مدحت محمد (٢٠٢٢م) (٧٣)، مني عبدالفتاح (٢٠٢٢م) (٧٦)، حيث نري من نتائج الجدول انه هناك فروق ذات دالة احصائيا فيرى الباحث ان جميع الفروق بين اللاعبين واللاعبات في تركيز الانتباه كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، حيث تجاوزت قيم (ت) المحسوبة القيمة الجدولية (١.٩٨) ، حيث كان اتجاه الفروق لصالح اللاعبين الذكور في جميع الأبعاد ، ويعزو الباحث تفسير الفروق بين الجنسين الي عدة اسباب

اولا العوامل البيولوجية:

قد يكون لدى الذكور ميزات في التركيز والتحمل العقلي بسبب اختلافات في هرمونات مثل التستوستيرون، الذي يرتبط بتحمل الضغوط.

ثانيا التدريب والخبرة:

يرى ان الذكور قد يحصلون على فرص تدريبية أكثر كثافة أو تنافسية في رياضات مثل الكوميتيه، مما يعزز قدراتهم العقلية.

ثالثا الدافعية الاجتماعية:

فالضغوط الثقافية في بعض المجتمعات قد تشجع الذكور على بذل جهد أكبر في التدريب الذهني والبدني.

ويرى الباحث ايضا ان الدراسة تكشف عن تفوق ذكوري في (تركيز الانتباه) لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة في محافظة قنا، مما قد يعكس اختلافات في التدريب أو العوامل البيولوجية. ومع ذلك، هذه النتائج لا تقلل من قدرة اللاعبات على تطوير هذه المهارات عبر برامج مخصصة.

٥- تشير نتائج جدول (١٠) الي انه توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة في المهارات النفس حركية (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء) وفقا لمستوى الأداء أو سنوات الخبرة حيث كانت (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٨، وهذا يتفق مع دراسة كل من وحيد الدين عمر، رامي سويلم (٢٠٢٠م) (١٩)، امانى الصباغ (٢٠٢١م) (٨)، احمد عبدالرحمن واخرون (٢٠٢٤م) (٢)، حيث نري من نتائج الجدول انه هناك فروق ذات دالة احصائيا فيرى الباحث ان جميع الفروق بين اللاعبين واللاعبات في المهارات النفسية الحركية كانت دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠٥)، حيث تجاوزت قيم (ت) المحسوبة القيمة الجدولية (١.٩٨)، فكان اتجاه الفروق كان لصالح اللاعبين الذكور في جميع الأبعاد.

من ناحية الوعي بالحركة عند (ت = ٢.٨٣) كانت اللاعبين (٢٣.٩٣) بينما اللاعبات (٢٢.٥٢)، اما الوعي بالجسم عند (ت = ٢.٦١) كانت اللاعبين (٢١.٠٣) بينما اللاعبات (١٩.٨٨)، واطهر الوعي بالزمن عند (ت = ٤.٢٩) كانت اللاعبين (١٦.٦٢) بينما اللاعبات (١٤.٧٩)، بينما الوعي بالفراغ عند (ت = ٣.٤٦) كانت اللاعبين (١٨.٥٦) بينما اللاعبات (١٧.٨٠)، وكان المقياس ككل عند (ت = ٣.٢٩) لدي اللاعبين (٨٠.١٤) بينما كان لدى اللاعبات (٧٤.٩٩).

ويعزو تفسير الفروق بين الجنسين في المهارات النفسية الحركية الي عدة اسباب وهي :

١- الوعي بالحركة

فقد سجل أعلى فرق (ت = ٢.٨٣) قد يعكس تفوق الذكور وذلك لان القوة العضلية والتي تسهل تنفيذ الحركات السريعة والمعقدة، وايضا التدريب الأكثر كثافة وعلى الحركات الهجومية والدفاعية في الكوميتيه.

٢- الوعي بالزمن :

فقد أكبر فرق (ت = ٤.٢٩) ويعزو الباحث ذلك التفوق الذكوري الي ردود الأفعال السريعة، المرتبطة باختلافات العصبية-عضلية ، وكذلك التعرض لمواقف تنافسية أكثر، مما يحسن التوقيت.

٣- الوعي بالجسم والفرغ:

قد يرتبط باختلافات في الإدراك بين الجنسين، حيث أظهرت بعض الدراسات تفوقاً ذكورياً في المهام المكانية، الاختلافات في تكوين الجسم (مثل مركز الثقل) والتي تؤثر على التوازن. ويرى الباحث ان النتائج تتماشى مع الفروق السابقة في تركيز الانتباه، مما يشير إلى أن التفوق الذكوري قد يكون شاملاً لكل من الجوانب العقلية والحركية. ويعزو الباحث تلك النتائج ايضا الى عدة عوامل رئيسية وهي

اولا العوامل البيولوجية :

مثل هرمون التستوستيرون والذي قد يعزز الكتلة العضلية وسرعة رد الفعل.

ثانيا الاجتماعية والثقافية:

قد يحصل الذكور على تدريب أكثر تخصصاً أو تشجيعاً اجتماعياً لممارسة الرياضات القتالية.

ثالثا عوامل نفسية:

مثل الثقة بالنفس أو تقبل المخاطرة قد يكون أعلى لدى الذكور في هذا العمر. يرى الباحث ايضا ان الدراسة تؤكد وجود تفوق ذكوري في المهارات النفسية الحركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة، خاصة في الوعي بالزمن والحركة، و هذه النتائج قد تعكس تفاعلاً بين العوامل البيولوجية والتدريبية والاجتماعية، ومع ذلك، يمكن تقليل هذه الفروق عبر تدخلات تدريبية مخصصة للاعبات، مع ضرورة توسيع نطاق البحث ليشمل عينات أكثر تنوعاً.

٣- تشير نتائج جدول (١١) الي انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية (التوافق العضلي العصبي، سرعة الاستجابة، التوازن الحركي، والدقة في الأداء) لدى لاعبي الكوميتة تحت ١٥ سنة حيث كانت قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤١٤ ، وهذا يتفق مع دراسة كل من وحيد الدين عمر، رامي سويلم (٢٠٢٠م) (١٩) ، واثير محمد صبري (٢٠١٤م) (١) ، احمد عودة مفضي (٢٠٢٢م) (٣) حيث نري من الجدول السابق انه الارتباطات قوية حيث نري جميع معاملات الارتباط (ر) بين تركيز الانتباه والمهارات النفسية الحركية كانت موجبة ومرتفعة، مما يشير إلى وجود علاقة طردية قوية، أي كلما زاد تركيز الانتباه، تحسنت المهارات النفسية الحركية حيث انه أعلى ارتباط كان مع الوعي بالحركة (٠.٩٠) يليه الوعي بالجسم (٠.٨٦)، مما يدل على أن تركيز الانتباه يلعب دوراً محورياً في التحكم الحركي والتنسيق الجسماني، والذي أيضاً أظهرت العلاقة بين التركيز والمهارات الحركية والتي أبدت النتائج الي الترابط

بين تركيز الانتباه والكفاءة الحركية فالتركيز يساعد اللاعب على معالجة المعلومات الحسية بدقة، مما ينعكس على توقيت الحركة (الوعي بالزمن) والتوازن (الوعي بالفراغ). اما بالنظر الي التطبيق على رياضة الكاراتيه في الفنون القتالية مثل الكوميتيه، يتطلب الأداء مزامنة بين التفكير والحركة، على سبيل المثال نري ان كل من الوعي بالحركة أظهرت انها (٠.٩٠) يرتبط بتطبيق التقنيات القتالية بدقة، اما اذا نظرنا الي الوعي بالزمن والذي اظهر (٠.٧٥) يساعد في اختيار التوقيت المناسب للهجوم أو الدفاع ويرجع الباحث كل هذا الي ان فئة العمر (تحت ١٥ سنة) هي التي قد يعزى ارتفاع الارتباط إلى مرونة التعلم في هذه المرحلة العمرية، حيث يكون الدماغ أكثر قدرة على ربط المهارات العقلية بالحركة

أولاً : الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث ومن خلال ما تم التوصل اليه من نتائج باستخدام المعالجات الاحصائية تم التوصل الي الاستنتاجات التالية :

١- توجد علاقة ارتباطية ذات دالة احصائية بين تركيز الانتباه وبعض المهارات النفس حركية لدى لاعبي الكوميتيه تحت ١٥ سنة بمحافظة قنا.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات الكوميتيه في تركيز الانتباه لصالح اللاعبين الذكور

٣- توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات الكوميتية في بعض المهارات النفس حركية (الوعي بالحركة- الوعي بالجسم- الوعي بالزمن- الوعي بالفراغ) لصالح اللاعبين الذكور.

ثانياً : التوصيات :

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث والاستنتاجات التي تم التوصل إليها ، يوصي الباحث بالآتي:

١- ضرورة وجود دورات لتوعية المدربين والجهاز الفني بأهمية تركيز الانتباه وكذلك المهارات النفس حركية مما يساعد في تحسين مستوى الأداء لدى لاعبي الكوميتيه.

٢- الدراسة تقدم أدلة قوية على أن تحسين تركيز الانتباه يمكن أن يعزز المهارات النفسية الحركية للاعبين، خاصة في الرياضات التي تتطلب دقة حركية عالية مثل الكوميتيه ولذلك يُوصى الباحث بتدريبات متكاملة للانتباه والتنسيق الحركي في البرامج التدريبية.

٣- ضرورة اجراء مزيد من الدراسات التي تتناول تأثير تركيز الانتباه والمهارات النفس حركية على فئات عمرية مختلفة.

٤- ضرورة تصميم المزيد من البرامج التدريبية التي تركز على تعزيز تركيز الانتباه والمهارات النفس حركية.

٥- ملاحظه سلوك اللاعبين الذين يشعرون بالانخفاض في مستوى الأداء نتيجة انخفاض بعض تركيز الانتباه او المهارات النفس حركية من مراقبتهم والوعي في كافة تصرفاتهم.

- ٦- عقد دورات لتوعيه الناشئين والناشئات لدى رياضة الكاراتيه بضرورة الانتباه الى القدرات العقلية وخصوصا تركيز الانتباه وكذلك المهارات النفس حركية واثّر ذلك علي نتيجة المباراة.
- ٧- عقد ورشه تدريبيه لأولياء الأمور لضرورة التعرف علي تركيز الانتباه والمهارات النفس حركية وطريقة التعامل معهم في حالة انخفاض المستوي.
- ٨- الاهتمام من جانب الاتحاد المصري للكاراتيه واعضاء مجلس الإدارة بالمنطقة والقيادات والمدربين والجهاز الفني للأندية برفع مستوى تركيز الانتباه والمهارات النفس حركية للتواصل الى رفع الاداء المهاري من خلال توافر الامكانيات اللازمة للقياس مما يساعد اللاعبين على تطوير انفسهم والارتقاء بمستواهم.

المراجع

أولا المراجع باللغة العربية

- ١- أثير محمد صبري "القدرات العقلية وعلاقتها بالقدرات الحركية"، الطبعة الثانية، دار الوفاء للنشر، القاهرة. (٢٠١٤م):
- ٢- احمد عبدالرحمن ، احمد مصطفى متولي، عمرو محمد محمود (٢٠٢٤م)
- ٣- احمد عودة مفضي (٢٠٢٢م):
- ٤- أحمد محمد عبد الرحمن ، فهد عبد العزيز عبد الله ، خالد محمد عبد الرحيم (٢٠٢٠م):
- ٥- أسامة راتب كامل علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات) دار الفكر العربي ، ط٤، القاهرة. (٢٠٠٧م) :
- ٦- أسامة كامل راتب تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة. (٢٠٠٠م) :
- ٧- اسلام أحمد فؤاد "فاعلية الاسترخاء والتصور العقلي على توجيه السلوك العدواني

- ٢٠١٦م) : للاعبين المصارعة بجامعة الأزهر، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان.
- ٨- اماني عبدالكريم
الصباغ (٢٠٢١م):
١١٤٢٥، كلية التربية جامعة حلوان.
- ٩- بدر احمد محمد
(٢٠٠٨م):
"العلاقة بين القدرة الحركية وزمن الرجوع والتصويب لدى ناشئين كرة اليد"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- ١٠- حسن السيد ابو عبده
(٢٠٠١م):
الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، مطبعة الاشعاع، الإسكندرية .
- ١١- فاطمة الزهراء عبد
القادر ، ناصر الدين
عبد الكريم ، ، عبد
الحكيم عبد
المجيد (٢٠٢١م):
١٢- مازن هادي كزار
تركيز الانتباه في الأداء الرياضي .جامعة المستقبل، العراق.
(٢٠٢٣م):
- ١٣- محمد حسن علاوي
(٢٠٠٢م):
علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ١٤- محمد صبري وهبة
(٢٠١٨م):
التربية النفس حركية للأطفال ذوي الاضطرابات الإنمائية : ذوي الإعاقة الفكرية وذوي التوحد : النظرية والتطبيق ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
- ١٥- محمد عبد الله عبد
الحמיד ، أحمد عبد
الرحمن عبد العزيز ،
سامي محمد عبد الله
(٢٠٢٢م):
أثر النشاط البدني على تركيز الانتباه لدى طلاب المرحلة الإعدادية .مجلة التربية الرياضية المعاصرة، (2)34، -115
130.
- ١٦- محمد وجيه سكر،
هلال محمد هلال
(٢٠١٩م):
دور تنمية التصور العقلي على أداء مهارات الكاتا، مجلة كلية التربية مج ١٩٤٢، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

١٧- المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي لدى لاعبي بعض رياضات المنازلات، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد ٩٦، العدد ٢ كلية تربيته رياضية بنين جامعه حلوان. مدحت محمود محمد (٢٠٢٢م):

١٨- تأثير تدريبات التصور العقلي في تحسين مستوى الأداء المهاري لناشئات الكاتا في رياضة الكاراتيه، مجلة الوادي الجديد لعلوم الرياضة، مج ٧ ع ٣، كلية التربية الرياضية، جامعة الوادي الجديد. مني السيد عبدالفتاح (٢٠٢٢م):

١٩- وحيد الدين السيد عمر، رامي عبد الرحمن سويلم تأثير برنامج نفس حركي على مستوى بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، ع ٤٠، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد. (٢٠٢٠م):

ثانيا: المراجع باللغة الاجنبية:

- 20- Ciaccioni,S., Lee,Y.,Guidotti,F.,Stan kovic,N., Pocecco,E., Izzicupo, P., & Capranica,L. (2025). Combat sports and wellbeing: Advancing health and inclusion in athletes and practitioners. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1587672. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1587672>
- 21- Gyllensten. A.Skar.I. miller.M. and Grad (2010): Embodied identity. A deeper understanding of body awareness. *Physiotherapy theory and practice*.26 (7) 439-446
- 22- Jim, Taylor. Gregory, Wilson (2005): Applying sport psychology Human kinetic
- 23- Kovarova, L and Kovar, K. (2010): Concentration of Attention as a predisposition of Performance in Junior Categories in Endurance Sports. *Therapy Techniques*,40 1-3
- 24- Looti, M. (2025): Attention theory in sport: Enhancing performance and focus for athletes. *Arab Psychology Encyclopedia*. <https://psychepedia.arabpsychology.com/general-info/theory/attention-theory-in-sport-enhancing-performance-and-focus-for-athletes/>
- 25- Oswald, J. (2005): Self-Confidence and Focus of Attention: Factors Influencing the Anxiety-relationship among Golfers. American University, U. S. A.
- 26- Rydzik, L., & Kowalski, T. (2024). Psychomotor skills of kickboxing athletes and their correlation with training experience. *International Journal of Combat Sports Science*, 19(1), 33–47.
- 27- Sanchez-Lopez,J., Sustained attention in skilled and novice martial

- Silva-Pereyra, J., & arts athletes: A study of event-related potentials
Fernandez, T. (2016): and current sources. PeerJ, 4, e1614.
<https://doi.org/10.7717/peerj.161>
- 28- Schmidt, R. & Lee, T. Motor Control and Learning: A Behavioral
(2011): Emphasis. -5th Edition Human Kinetics.
- 29- Silva, R., Johnson, M., Psychomotor skills and attention in combat sports:
& Lee, T. (2023). A comparative study. Journal of Sport Psychology
and Performance, 41(2), 210–225.