

" حده الانتباه وعلاقتها بلاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا "

* أ.د/ أحمد كمال نصاري

** أ.د/ أمل فاروق علي

*** هاجر محمد محمود عمر

مقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر علم النفس الرياضي فرعاً من فروع علوم الرياضة، وهو يهتم بدراسة السلوك الإنساني في الرياضة، بهدف وصفه والتعرف على العوامل المؤثرة فيه و تفسيره و محاولة التنبؤ به ، كذلك التعرف على تأثير الممارسة الرياضية على شخصية الرياضي مما يسهم في تطوير أدائه و تنمية شخصيته ، و يحاول هذا العلم اكتشاف مختلف العوامل المؤثرة على السلوك الإنساني في الرياضة ، لكي يستفيد من ذلك كل الرياضيين و الممارسين للنشاط الرياضي و المدربين و مدرس التربية الرياضية و جميع العاملين في المجال الرياضي .

يعد الانتباه أحد العمليات العقلية العليا و الذي يلعب دوراً هاماً في المجال الرياضي إذ يعد من المتطلبات الأساسية للأداء الجيد في أي لون من ألوان النشاط الرياضي، إذ يعد ارتفاع درجة الإلتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل أيضاً بقدرة اللاعب على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي و التحكم في مهاراته الحركية . (٣ : ١٠)

فالانتباه يمثل نقطة انطلاق لمستوى مرتفع من الإنجاز في حالة تمتع اللاعب في رياضة الكاراتيه بمستوى مرتفع منه ، وهو يعتبر الخطوة الأولى في طريق تركيز اللاعب خاصة في مسابقيه القتال الفعلي لأجهزته الإدراكية نحو جوانب محددة مثل تحركات المنافس وأساليبه الدفاعية والهجومية ثم إشارات الحكم والقضاة بالإضافة إلى توجيهات المدرب و الجو المحيط ببيئة الملعب والمنافسة ، و قد أثبتت الدراسة و البحوث العلمية في مجال انتقال لاعبي رياضة الكاراتيه تخصص مسابقة القتال الفعلي و الوهمي وجود علاقة بين مستوى كفاءة الجهاز العصبي المركزي وبعض خصائص الانتباه (حدة ، ثبات ، توزيع ، تحويل) بالإضافة إلى وجود تخصصية لتلك العلاقة تختلف باختلاف الوزن المبارائي للاعب مثلاً يشارك تحت وزن ٦٠ كيلو جرام نجد لدية علاقة عكسية بين حدة الانتباه وتحويله بينما لاعب يشارك في بطولة تحت وزن ٨٠ كيلو جرام قتال فعلي نجد ليس لدية علاقة بين حدة الانتباه وتحويل . (١ : ٩٧،٩٨)

* أستاذ بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادي

** أستاذ ورئيس قسم المنازلات والرياضات الفردية - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان

*** حكم بالاتحاد المصري للكاراتيه

وفي دراسة لتحديد العلاقة بين مستوى الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي و بعض خصائص الانتباه كمحدد لانتقاء لاعبي الكاراتيه بمختلف الأوزان اللعبية لمسابقة القتال الفعلي "الكوميتيه" داخل المراحل السنوية تحت ١٨ ، ٢٠ ، فوق ٢٠ سنة رجال ، و التي توضح ما حظي به الانتباه من اهتمام كبير للباحثين يبلور أهمية تأثيره علي فاعلية الأداء في النشاط الرياضي ، و قد أشارت نتائج البحوث و الدراسات علي الرياضيين خلال المنافسات إلي أن نجاح هؤلاء الرياضيين يتوقف علي عنصر الانتباه حيث يختلف حدة الانتباه بين لحظه و أخرى ، و عند حلول التعب يقل الانتباه وقد ينعدم في حالة الإجهاد . وإن الوصول إلي المستويات العليا يتوقف إلي حد كبير علي إنماء و ارتقاء تلك الخصائص لدي اللاعبين و التي من أهمها "حدة و ثبات و تحويل و توزيع الانتباه". (١ : ٧٩)

مما سبق نجد أن الانتباه يأخذ حيزا كبيرا من الأهمية في المجال الرياضي و خاصة في رياضة الكاراتيه فهو يمثل عنصر من عناصر نجاح أي حركة يؤديها الرياضي، كون أن أداء أي مهارة يتطلب من اللاعب استثارة الحواس كلها بهدف نقل المعلومات إلى الدماغ ، للحصول على استجابة صحيحة وبالوقت المناسب لها ، أي أن الانتباه يسبق الاستجابة، فهو حالة تسبق الأداء ، فلاعب الكاراتيه عليه أن يركز انتباهه نحو حركة المنافس ومعرفة مجال وهدف هذا التحرك وفي لحظة ما عليه الاستجابة وفقا للمثير المواجه، وهنا يلعب الزمن دورا مهما في نجاح الفعل الحركي في الكاراتيه ، إذا كلما كان الوقت المتاح أو المطلوب لانتباه اللاعب إلى مثير قصير نسبيا كلما كان اللاعب أكثر قدرة على تركيز انتباهه على المثير نفسه وبالتالي قدرته على الاستجابة بصورة أسرع وأدق وعكس ذلك إذا زاد الوقت المتاح أو المطلوب أسهم ذلك في بذل مزيد من الجهد لمحاولة التركيز ، مما يؤدي إلى تأخر الاستجابة . (٦ : ١٩٤ - ١٩٦)

ومن خلال عمل الباحثة في مجال تدريب و تحكيم رياضة الكاراتيه وجدت أن هناك بعض اللاعبين يفتقد القدرة علي تركيز الانتباه مما يؤدي إلي تأخير الاستجابة و ذلك نظرا لوجود مؤثرات خارجية تعوق و تشتت انتباه اللاعبين مما يؤثر علي الاستجابة الصحيحة في التوقيت المناسب لها مما يتطلب من اللاعب عدم تشتيت الانتباه و استدعاء كل مظاهر الانتباه من حده و حجم و تركيز و ثبات لتحقيق الاستجابة نحو الهدف ، من هنا فكرت الباحثة في القيام بهذه الدراسة بهدف التعرف علي علاقة حده الانتباه بلاعبي الكاراتيه بمحافظه قنا .

أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث في :

١. ندره الدراسات التي تناولت حده الانتباه برياضية الكاراتيه بمحافظة قنا .
٢. أهمية متغيرات البحث لدي مدربي و لاعبي الكاراتيه التي يمكن علي أساسها وضع الأساس العلمي لتوجيه عمليات التدريب .
٣. الاستفادة من هذا البحث طبقا لما تسفر عنه النتائج و معرفه القياسات و الاختبارات الخاصة بحده الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا .

هدف البحث :

- يهدف البحث إلي التعرف علي مستوي حده الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا .

فروض البحث :

- توجد فروق في مستوي حدة الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا .

مصطلحات البحث :

١ - حدة (شدة الانتباه) **Intensity**:

" يقصد بحدة أو شدة الانتباه درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات معينة و بالتالي كلما زادت حدة أو شدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه " . (٦ : ٢٨٣)

٢ - الكاراتيه :

تعتبر رياضه الكاراتيه إحدى رياضات الدفاع عن النفس النزالية التي نشأت في شرق وسط آسيا كما جاء بالوثائق التاريخية و كلمة كاراتيه هي كلمة يابانية الأصل و مكونة من شقين هما (كارا - Kara) و تعني الخالية أو الفارغة و (تية - Te) و تعني اليد أي أن كلمة كاراتيه تعني القتال باليد الخالية كما القول بأن الكاراتيه هو فن الدفاع عن النفس باليد الخالية . (٢ : ١٥)

٣ - الانتباه **Attention**:

هو تهيؤ ذهني للإدراك الحسي و هو يمثل بدوره استعداد خاص داخل الفرد يوجهه نحو الشيء الذي ينتبه إليه لكي يدركه . (٥ : ١٠٢)

خطة و إجراءات البحث :

أولا : خطة البحث :

١ - منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي و التجريبي لملائمة لطبيعة البحث و ذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعه واحدة و القياس القبلي و البعدي للمجموعة .

٢ - مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث لاعبي الكاراتيه الحاصلين علي الحزام الأسود دان (١) و دان (٢) المسجلين بمنطقة قنا و الاتحاد المصري للكاراتيه موسم ٢٠١٩م / ٢٠٢٠م والبالغ عددهم نحو (١٢٣) لاعب و لاعبة منهم (١٠٣) لاعب و (٢٠) لاعبة .

٣ - عينة البحث :

قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية قوامها (٣٠) لاعب و لاعبة منهم (١٥) لاعب تمثل نسبة ١٤,٥٦% من مجتمع البحث ، (١٥) لاعبة تمثل نسبة ٧٥% من مجتمع البحث ، كما قامت الباحثة باختيار عينة استطلاعية قوامها (١٠) لاعب ولاعبة تمثل نسبة ٨,١٣% من مجتمع البحث .

جدول (١)

توصيف عينة البحث الكلية ن=٤٠

النسبة المئوية		العدد		العينة	
٧٥ %	٣٧.٥ %	٣٠	١٥	الإناث	الأساسية
	٣٧.٥ %		١٥	الذكور	
٢٥ %		١٠		الاستطلاعية	
١٠٠ %		٤٠		الكلية	

يتضح من جدول (١) توصيف عينة البحث الكلية والتي بلغت (٤٠) لاعب من لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا، وقد بلغ عدد عينة البحث الأساسية (٣٠) لاعب ولاعبة، في حين بلغ عدد أفراد عينة البحث الاستطلاعية (١٠) لاعبين.

تجانس عينة البحث :

تم إجراء التجانس بين أفراد عينة البحث الكلية من حيث (السن - الطول - الوزن) والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

لمتغيرات النمو الأساسية (السن - الطول - الوزن) قيد البحث ن = ٤٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف	معامل الالتواء
السن	سنة	١٦.٦٣	١.٣٠	-٢٤٢
الطول الكلي للجسم	سم	١٦٣.٩٩	١١.٤٦	-٩٨٠
الوزن	كجم	٦١.٩٠	١١.٤٩	٣١٧

يتضح من جدول (٢) أن قيم معامل الالتواء تنحصر بين (± 3) حيث انحصرت القيم بين (٠.٩٨٠- و ٠.٣١٧) مما يدل علي عدم وجود التواءات موجبة أو سالبة و إعتدالية التوزيع لمتغيرات النمو الأساسية (السن - الطول - الوزن) قيد البحث.

٤ - أدوات جمع البيانات :

اشتملت أدوات جمع البيانات علي ما يلي :-

أ) الأجهزة المستخدمة فالبحث :

- جهاز الرستامتر لقياس الطول .
- ميزان طبي لقياس الوزن بالكجم .
- منظومة اختبارات فيينا (Vienna Test System) اختبار (PP-R) لقياس حده الانتباه .

ب) الأدوات المستخدمة فالبحث :

- استمارة لتسجيل البيانات .
- حاسبة يدوية .
- كاميرا فيديو .
- ساعة إيقاف .
- أقماع ، كور تنس أرضي ، مسطرتان ، أطواق ، كروت مرقمة ، لمبات ملونة ، لاب توب ،
- أشرطة لاصقة .

ج) وسائل جمع البيانات :

- المراجع و الرسائل العلمية العربية و الأجنبية .
- الشبكة الدولية للمعلومات .

د) تحديد المهارات المستخدمة :

قامت الباحثة بالتحليل لعدد أربع مباريات لبطولة الجمهورية مرحلة ١٤ سنة ناشئين و ناشئات لموسم ٢٠١٢ م - ٢٠١٣ م للمباريات النهائية وزن (٦٥ كجم بنين ، ٥٩ كجم بنين ، ٥٥ كجم بنات ، ٧٠ كجم بنين) و مباراة ناشئات ممتاز موسم ٢٠١٧ م - ٢٠١٨ م .

جدول (٣) أكثر المهارات المستخدمة خلال مباريات الكوميتيه لبطولة الجمهورية ١٤ سنة ناشئين و ناشئات لموسم ٢٠١٢ م / ٢٠١٣ م و ناشئات ممتاز لموسم ٢٠١٧ م / ٢٠١٨ م للمباريات النهائية

م	المهارة	عدد تكرار المهارة في المباريات
١	كزامي زوكي	٢٠
٢	جياكو زوكي جودان	٣٦
٣	جياكو زوكي شودان	٥
٤	كزامي اورا مواشي	١٥
٥	اورا مواشي	٠
٦	كزامي مواشي جيري جودان	٣٥
٧	مواشي جيري جودان	٩
٨	كزامي مواشي جيري شودان	١
٩	مواشي جيري شودان	٢

يوضح هذا الجدول عدد مرات أداء المهارات خلال المباريات السابقة و بناءا علي ذلك تم استخلاص أهم المهارات المستخدمة و هي كالتالي :-

- كزامي زوكي .
- جياكو زوكي جودان .
- كزامي اورا مواشي .
- كزامي مواشي جيري جودان .

٥ - منظومة اختبارات فينا Vienna test system : (٩٧ - ٩٨)

التعريف بالمنظومة :

تعد منظومة اختبارات فينا للقياس و التقويم النفسي ، أحدي المنظومات التي تنتجها شركة شوفريد النمساوية الأصل المعدة علي الحاسوب ، أحدي أهم منظومات المختبر النفسي المعاصر ، و المختبر المحمول (الجوال) ، التي يطلق عليها اختصارا منظومة (vts) و تعد أيضا أحدي الإجراءات العالمية الرائدة في مجال الفحص و التقييم و التشخيص الطبي و النفسي المدعم بالحواسب ، و يمكن عن طريقها تطبيق مختلف أنواع الفحوص و الاختبارات و المقاييس عن طريق تطوير و توظيف أحدث ما توصلت إليها التكنولوجيا ضمن هذه المنظومة ، إذ يعطينا استعمال الحاسوب هنا و يوفر لنا أعلي النسب الممكنة من الدقة و الموضوعية ، و يوفر لنا أيضا تقييما لنتائج الاختبار خال من الأخطاء ، كما يمكنه

قياس قيم لا يمكن قياسها بطريقة اختبار الورقة و القلم التقليدية ، كما صنعت منظومة اختبارات فيينا للفحص و التقييم النفسي و أعدت بطريقة تجعل من استعمال الاختبارات النفسية المعقدة و المعمقة بسيطاً و مريحاً و ذلك عن طريق تطوير و توظيف أحدث ما توصلت إليها التكنولوجيا ضمن هذه المنظومة .

مميزات المنظومة :

تتميز منظومة اختبارات فيينا بعدة مميزات منها :

- ١ . تعد المنظومة منتجاً حديثاً عالي الجودة .
- ٢ . تعد منظومة مركزية أساسية لأي مركز أو مختبر نفسي معاصر .
- ٣ . يمكن حمل المنظومة بسهولة في حقيبة خاصة أعدت لهذا الغرض لإجراء الاختبارات خارج المختبر النفسي لتصبح احدي منظومات المختبر النفسي المحمول (الجوال) .
- ٤ . يمكن تشغيلها و تطبيق مختلف الاختبارات فيها بلغات عدة ، كما يتوافر البرنامج الأساسي للمنظومة بثمان لغات مختلفة ، و أن العديد من الاختبارات متوافرة بحدود أكثر من ٢٤ لغة مختلفة منها لغتنا العربية .
- ٥ . استقبال و إرسال البيانات من و إلي منظومات أو برمجيات أخرى مثل الحقيبة .
- ٦ . الإحصائية Spss أو برنامج Ms-Excel .
- ٧ . إنشاء تلقائي للتقارير فوراً بعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات .
- ٨ . من المنظومات الأمانة صحياً و طبيياً و مطابقة للمواصفات المعيارية الدولية .

٦ - الاختبارات المستخدمة :

اختبار الإدراك الحسي - ر : (٨) (PERIPHERAL PERCEPTION - R) أو (PP-R)

المؤلف : جي شوفرويد

التطبيق : تم تصميم الاختبار لتقييم الإدراك و معالجة المعلومات البصرية الطرفية .

المجالات الرئيسية للتطبيق : علم نفس المرور ، علم نفس الموارد البشرية ، علم النفس التحليلي ، علم النفس الرياضي .

الخلفية النظرية للتطبيق : إن الإدراك البصري الجيد لا غني عن الإدراك البصري الجيد للعديد من الأنشطة ، مثل قيادة السيارة التي يتفاعل فيها البشر مع الآلات ، أكثر من ٩٠ % من المعلومات التي تلقاها السائق كانت عبر القناة البصرية ، في الكتابات المتعلقة بالجوانب البصرية ، عادة ما يتم ذكر الإدراك البصري المحيطي في ثلاثة أمور :

- عنصر السرعة (تنشأ سرعات في مجال الرؤية المحيطي) .
- التعامل مع السيارة (تتحرك الأشياء الموجودة علي جانب الطريق بشكل طرفي) .

• رصد بيئة القيادة (اكتشاف الأحداث و الأشياء ، علي سبيل المثال تجاوز السيارات أو المركبات الخارجة من الشارع الجانبي) .

تم تصميم (PP-R) كأداة سلوكية بحتة تلبى المعايير المنهجية العالية .

الإدارة : الصمامات الثنائية الباعثة للضوء علي الجهاز تولد محفزات الضوء التي تتحرك بسرعة محددة مسبقا (في " القفزات " العادية) ، تظهر المنبهات الحرجة في فترات زمنية محددة مسبقا ؛ المستجيب يتفاعل مع هذه المحفزات الحرجة عن طريق الضغط علي دواسة القدم ، في نفس الوقت يجب أن يتبع كرة متحركة علي الشاشة في مهمة تتبع .

نماذج الاختبار : هناك نموذج اختبار واحد .

تسجيل النقاط : تسجيل المتغيرات التالية : المجال العام للرؤية ، زوايا بصرية يسارية ، تتبع الانحراف ، عدد الضربات يسار / يمين ، عدد التفاعلات غير الصحيحة ، عدد التفاعلات المحذوفة ، متوسط زمن التفاعل يسار / يمين .

قابلية التكرار : الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ) لمجال الرؤية المتغير هو $r = 0.96$ ؛ الاتساق الداخلي لانحراف التتبع المتغير هو $r = 0.98$.

الصلاحية : يمكن افتراض صحة الاختبار علي أساس اعتبارات ذات صلة بالمضمون علي نفس القدر من الدقة علي أساس الأدلة التجريبية المتاحة حتى الآن .

القواعد : يتوفر معيار $N = 400$ (١٨٨ من الرجال ، و ٢١٢ من النساء) البالغين لمجال متغير من الرؤية و تتبع الانجراف ، تم جمع البيانات في عام ٢٠١٤ في فيينا ، و تتوفر ثلاث عينات فرعية تتألف من فئات عمرية مختلفة بالإضافة إلي العينة الإجمالية .

الوقت المطلوب للاختبار : حوالي ١٥ دقيقة (بما في ذلك مرحلة التعليم و الممارسة) .

متطلبات الاختبار : (٧)

• يجب أن تكون الرأس في ارتفاع العلامات البيضاء في وسط قضبان الاستشعار ، و هذا يسمح للجهاز بتحديد موقع الرأس .

• يجب أن تكون المسافة بين الإطارات المعدنية و الوجه بين ٢٠ و ٤٥ سم ، يتم قياس هذه المسافة مع أجهزة PP-R ، إذا لم يتم استيفاء هذا الشرط يتم توفير التغذية المرتدة من خلال PP-R .

• يجب أن تكون المسافة بين الرأس و مركز الشاشة لا أكثر من ١٠ سم ، يتم قياس هذه المسافة بالمثل مع أجهزة PP-R ، إذا لم يتوفي هذا الشرط يتم توفير التغذية الراجعة من خلال أجهزة PP-R .

وبالإضافة إلي ذلك ، يضع الاختبار المتطلبات التالية علي بيئة الاختبار و المعدات :

- ينبغي أن تتيح بيئة الاختبار للمجيب العمل علي الاختبار دون عائق و هذا يتعلق بالانقطاع عن المحفزات البصرية و الصوتية .
- يجب ألا تزيد الإضاءة المحيطة عن ٢٥٠٠ لوكس ، و إلا فلن تكون هناك إضاءة تباين كاف بين المحفزات المقدمة و الإضاءة المحيطة في هذا المكان ، في الحالة هذه يجب أن تخفض الإضاءة المحيطة و بالتالي فأن الإضاءة المحيطة يتم قياسها بواسطة جهاز استشعار سطوع خاص في جهاز PP-R إذا كان عاليا جدا تكون عملية الاختبار معوقة .
- في بعض الشاشات القديمة لا يمكن ضبط أبعاد الشاشة بسبب نقص الوظيفة المطلوبة لحساب انحراف التتبع ، في هذه الحالة أ يفترض في الحساب أن يكون عرض الشاشة ٤١,٨ سم .

مراحل الاختبار :

أولا : مرحلة التعليمات :

تعطي التعليمات خطوة بخطوة المستجيب المعلومات اللازمة حول الاختبار ، تبدأ التعليمات بشرح مهمة التتبع (بما في ذلك استخدام زر الالتفاف علي لوحة الاستجابة) ، يمكن عمل مهمة التتبع باستخدام إما الالتفاف الأيمن أو الأيسر ، يصبح المستجيب علي دراية بالمحفزات الطرفية (دون مهمة التتبع المتزامنة) و يمكن بالمثل أن تعمل المهمة الطرفية باستخدام إما دواسة القدم اليسري أو اليمني ، و أخيرا يتم توجيه المستجيب لتنفيذ كلتا المهمتين (المهمة الطرفية + مهمة التتبع) في وقت واحد .

ثانيا : مرحلة التدريب :

يتبع مرحلة التعليمات مرحلة الممارسة ، في حالة حدوث أكثر من ثلاثة أخطاء أو إذا لم يتم إجراء استجابة في غضون خمس دقائق يتم مقاطعة مرحلة التدريب تلقائيا و يتم توجيه المستجيب إلي استشارة مسئول الاختبار اتخاذ إجراءات بطرق مختلفة ، و إعادة بدء مرحلة التعليمات و هذا يضمن أن التعليمات قد تم فهمها .

ثالثا : مرحلة الاختبار :

تتبع مرحلة التدريب مباشرة مرحلة الاختبار ، يجب أن تعمل مرحلة الاختبار باستخدام زر الالتفاف الذي استخدم في مرحلة الممارسة الأخيرة (المحيط + التتبع) ، و لا يزال من الممكن استخدام دواسة القدم اليمني أو اليسري و لكن يجب علي العميل عدم الضغط علي كلا الدواستين في نفس الوقت .

التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من ٢٠١٩/١٠/٧م إلي ٢٠١٩/١٠/١٩م بهدف التعرف علي مدى مناسبة الاختبارات المستخدمة للمرحلة السنوية و كذلك التأكد من سلامة الأجهزة المستخدمة في البحث و التعرف علي المشكلات التي يتعرض لها اللاعب أثناء التطبيق لتفادي ذلك أثناء تطبيق الاختبارات علي العينة الأساسية ، وكذلك حساب المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة .

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة :

أولاً : الصدق Validity

استخدمت الباحثة صدق التمايز بين مجموعتين حيث تم ترتيب الأرقام تصاعدياً لتحديد المجموعة المميزة وعددهم (٥) ، و الأخرى مجموعة غير مميزة وعددهم (٥) وذلك في تاريخ ١٠/٦ / ٢٠١٩م ، وتم إيجاد الفرق بين المجموعتين موضعاً بالجدول التالي :

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات للمجموعة المميزة

والمجموعة الغير مميزة (صدق التمايز) للاختبارات قيد البحث ن = ١ = ٢ = ٥

مستوي الدلالة	قيمة(ت) المحسوبة	المجموعة الغير مميزة ن=٥		المجموعة المميزة ن=٥		وحدة القياس	الاختبارات
		ع	س	ع	س		
دال *	٥.٠٠٧	٢.٧٣	٧٩.٢٤	٣.١١	٨٨.٤٩	درجة	اختبار PP - R لقياس حدة الانتباه

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (٤) أنه توجد فروق معنوية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) في الاختبارات الخاصة بالمتغيرات قيد البحث لصالح المجموعة المميزة، حيث جاءت قيمت (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يدل على صدق الاختبارات المستخدمة (قيد البحث).

ثانياً : الثبات Reliability

تم إيجاد ثبات الاختبارات المستخدمة باستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق وذلك علي عينة قوامها (١٠) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج حدود العينة الأصلية وتم إعادة التطبيق للاختبارات قيد البحث على نفس أفراد العينة بعد مضي أسبوعين للتطبيق الأول، في الفترة من ١٠/٧ / ٢٠١٩م إلي

١٠/٢٠ / ٢٠١٩م

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات قيد البحث ن = ١٠

مستوي الدلالة	قيمة "ر" المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
		ع	س	ع	س		
دال*	٠.٩٩٤	٥.٨٩	٨٤.٣٧	٥.٦٠	٨٣.٨٧	درجة	اختبار PP - R لقياس حدة الانتباه

قيمة "ر" الجدولية عند (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من الجدول (٥) أن قيم معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني بلغت (٠.٩٩٤) مما يدل علي أن الاختبارات قيد البحث المختارة ذو معاملات ثبات عالية .

ثانيا : إجراءات البحث :

١ - القياسات القبليّة :

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة علي عينة البحث الأساسية لمجموعة تجريبية و البالغ عددهم (٣٠) لاعب و لاعبة و ذلك بمعمل العلوم النفسية و التربوية بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي في الفترة من ٢٦/١٠/٢٠١٩م إلي ٣٠/١٢/٢٠١٩م علي جهاز الحاسب الآلي باستخدام منظومة اختبارات فيينا لقياس حده الانتباه و الاستجابة الحركية .

٢ - تطبيق تجربة البحث :

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح لتدريبات حدة الانتباه و الاستجابة الحركية علي عينة البحث الأساسية لمجموعة تجريبية واحدة و ذلك لمدة (٤) أسابيع في الفترة من ١/٨/٢٠٢٠م إلي ٢٥/٨/٢٠٢٠م بواقع (٢) وحدة في الأسبوع هي أيام (السبت ، الثلاثاء) ، و زمن الوحدة (٦٠) دقيقة ، و تتكون الوحدة التدريبية من :-

- الجزء التمهيدي :- الإحماء .
- الجزء الرئيسي :- الإعداد البدني العام ، الإعداد البدني الخاص ، تدريبات حدة الانتباه ، تدريبات الاستجابة الحركية .
- الجزء الختامي :- التهدئة لعودة الجسم للحالة الطبيعية بدنيا و فسيولوجيا .

٣ - القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي المقترح لتدريبات حدة الانتباه و الاستجابة الحركية بنفس الأسلوب الذي تم به القياس القبلي و ذلك في الفترة من

٢٠٢٠/١٠/١٠م إلى ٢٠٢٠/١٢/١٥م و راعت نفس الشروط و الظروف التي تم إتباعها في القياسات القبلية .

ثالثا : المعالجات الإحصائية للبيانات :

استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS v.٢٤) لإجراء العمليات الحسابية والإحصائية للبحث :

Arithmetic Mean . المتوسط الحسابي .

Standard Deviation . الانحراف المعياري .

Skewness . معامل الالتواء .

T – Test . اختبار "ت" لقياس دلالة الفروق .

Correlation Coefficient . معامل الارتباط .

Improvement Ratios . نسب التحسن والتغير .

عرض و مناقشة نتائج البحث :

أولا : عرض النتائج :

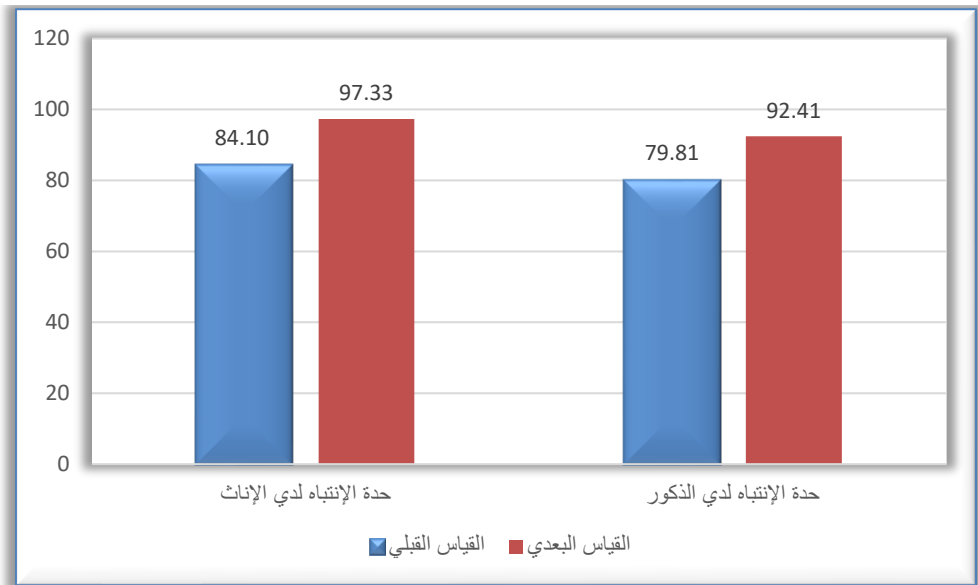
جدول (٦) دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لمجموعة

البحث التجريبية في مستوى حدة الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا ن=١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسب التغير (التحسن)	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
اختبار PP – R لقياس حدة الانتباه لدي الإناث	درجة	٨٤.١٠	١٣.٢٢	٩٧.٣٣	٤.٧٧	%١٥.٧٣	-٤.٢٦٢	دال*
اختبار PP – R لقياس حدة الانتباه لدي الذكور	درجة	٧٩.٨١	١١.٣٠	٩٢.٤١	٨.٩١	١٦.٣٣	-٥.٨٤٥	دال*

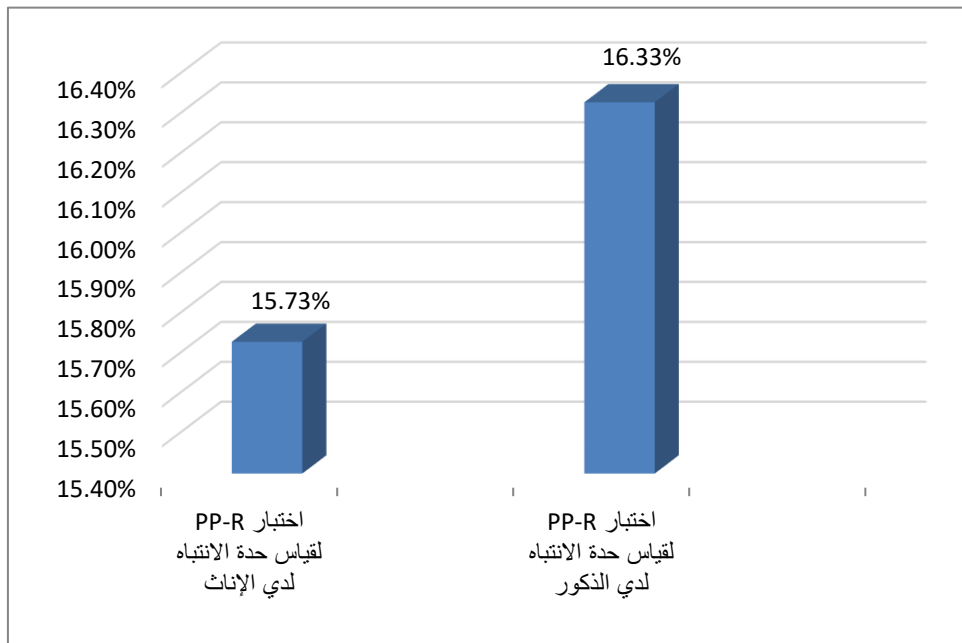
قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ٢.١٤٥

يتضح من جدول رقم (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في مستوى حدة الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) .



شكل (١)

متوسطي القياس القبلي والبعدي في مستوى حدة الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا



شكل (٢)

نسب التحسن للاختبارات قيد البحث للمجموعة التجريبية لدي الإناث و الذكور

ثانيا : تفسير و مناقشة النتائج :

مناقشة الفرض :

يتضح من نتائج جدول (٦) و شكل (١) و (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لمجموعة البحث التجريبية في اختبار حده الانتباه لصالح القياس البعدي حيث يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في مستوى حدة الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) بين القياسين . حيث كانت قيمة " ت " المحسوبة أكبر من قيمة " ت " الجدولية و تراوحت قيمة " ت " بين (-٤,٢٦٢) كأكبر قيمة و (-٥,٨٤٥) كأصغر قيمة ، ونسبة تحسن تتراوح من (١٦,٣٣ %) كأعلى نسبة و (١٥,٧٣ %) كأقل نسبة .

وترى الباحثة أن هذه الفروق تدل علي تحسن في مستوى حده الانتباه لأفراد المجموعة التجريبية قيد البحث ، و ذلك نتيجة لتطبيق تدريبات حده الانتباه قيد البحث ، مما أدى إلي ظهور تأثير إيجابي علي نتيجة الاختبارات و تقدم عينة البحث .

وبذلك يتحقق الفرض الذي ينص علي " وجود فروق في مستوى حده الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا " .

الاستنتاجات و التوصيات :

أولا : الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث و المنهج المستخدم و القياسات و الاختبارات و المعالجات الإحصائية المستخدمة في هذا البحث و من خلال البرنامج التدريبي المطبق علي عينة البحث توصلت الباحثة إلي الاستنتاجات التالية :

تفوق القياس البعدي علي القياس القبلي للمجموعة التجريبية من خلال :

١. التحسن الملحوظ في مستوى حدة الانتباه.
٢. أن تدريبات حده الانتباه لها تأثير إيجابي علي مستوى حده الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا.
٣. أن البرنامج التدريبي المقترح و المطبق أظهر علي عينة البحث التجريبية نتائج إيجابية علي الاختبارات قيد البحث المتمثلة في (حده الانتباه) حيث تراوحت نسبة التحسن لحده الانتباه ما بين (١٥,٧٣ %) ، (١٦,٣٣ %) .

ثانيا : التوصيات :-

من خلال الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة توصي بما يلي :-

١. الاستعانة ببرنامج تدريبات حده الانتباه المقترحة للاعبى الكاراتيه بمحاظفة قنا و التى ترتب عليه رفع مستوى بعض مهارات الكاراتيه الأساسية .
٢. التأكيد على زيادة التدريبات الخاصة بتطوير حده الانتباه و خاصة التدريبات المقترنة بتنمية القدرات العقلية و البدنية و بشكل مستمر .
٣. ضرورة إجراء الاختبارات بصفة مستمرة لتحسين القدرات العقلية و البدنية .
٤. العمل على وضع برامج ذات تأثير واضح فى تطوير حده الانتباه .
٥. العمل على ربط القدرات العقلية و البدنية باستخدام التدريبات النظرية و العملية .
٦. الاستعانة ببرنامج تدريبات حده الانتباه المقترح للاعبى الكاراتيه لتحسين مستوى حده الانتباه والذي ترتب عليه رفع مستوى حده الانتباه .
٧. الاستفادة من تدريبات حده الانتباه فى وضع البرامج التدريبية فى رياضة الكاراتيه بصفة خاصة و الرياضات الأخرى بصفة عامة .

المصادر و المراجع :

أولاً : المراجع العربية :

- ١- أحمد محمود إبراهيم (٢٠٠٥م) : موسوعة محددات التدريب الرياضى النظرية التطبيقية لتخطيط البرامج التدريبية برياضه الكاراتيه ، منشأه المعارف ، الإسكندرية .
 - ٢- أمل فاروق علي (٢٠١٩ م) : " مبادئ تعلم رياضة الكاراتيه " ، دار غريب للنشر ، القاهرة .
 - ٣- بوسنة عزيز، فزري كريم (٢٠١٦ م) : " علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من الثبات و القفز عاليا لذي لاعبي كرة اليد " ، بحث منشور، جامعة ألكلي محند أولحاج ، البويرة ، الجزائر .
 - ٤- عادل عبد الرحمن صديق و آخرون (٢٠١٢ م) : المختبر النفسى أسسه ، مكوناته ، تطبيقاته العلمية ، و العملية ، ط١ مركز الدراسات التربوية و الأبحاث النفسية ، بغداد .
 - ٥- عوني معين شهين (٢٠١١ م) : " متلازمة النشاط الذائد (الاندفاعية و تشتت الانتباه) " ، الطبعة الأولى ، دار الشروق للنشر و التوزيع ، عمان
 - ٦- محمد حسن علاوي (٢٠٠٢م) : علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة .
- ثانياً : شبكة المعلومات الدولية :

- ٧- Schuhfried, G. Prieler, J. & Bauer, W., PP-Peripheral Perception Manual. Version ٢٤. Modling, March ٢٠٠٩, SCHUHFRIED. GmbH.
- ٨- G.schuhfried, Vienna Test System, Manual, PERIPHERAL PERCEPTION-R, Test Lable PP-R, Version ٥١, Modling December ٢٠١٤, Copyright ٢٠٠٤ by SCHUHFRIED GmbH.

مستخلص البحث

" حده الانتباه وعلاقتها بلاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا "

* أ.د/ أحمد كمال نصاري

** أ.د/ أمل فاروق علي

*** هاجر محمد محمود عمر

استهدف البحث التعرف علي مستوي حده الانتباه لدي لاعبي الكاراتيه بمحافظة قنا ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي و التجريبي لملائمته لطبيعة البحث و ذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعه واحدة ، تكون مجتمع البحث من لاعبي الكاراتيه الحاصلين علي الحزام الأسود دان (١) و دان (٢) المسجلين بمنطقة قنا و الاتحاد المصري للكاراتيه موسم ٢٠١٩م / ٢٠٢٠م والبالغ عددهم نحو (١٢٣) لاعب و لاعبة منهم (١٠٣) لاعب و (٢٠) لاعبة ، حيث قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية قوامها (٣٠) لاعب و لاعبة منهم (١٥) لاعب تمثل نسبة ١٤,٥٦٪ من مجتمع البحث ، (١٥) لاعبة تمثل نسبة ٧٥٪ من مجتمع البحث ، كما قامت الباحثة باختيار عينة استطلاعيها قوامها (١٠) لاعب و لاعبة تمثل نسبة ٨,١٣٪ من مجتمع البحث .

وكان من أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح و المطبق أظهر علي عينة البحث التجريبية نتائج إيجابية علي الاختبارات قيد البحث المتمثلة في (حده الانتباه) حيث تراوحت نسبة التحسن لحده الانتباه ما بين (١٥,٧٣٪) ، (١٦,٣٣٪) .

* أستاذ بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة جنوب الوادي
** أستاذ ورئيس قسم المنازلات والرياضات الفردية - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان
*** حكم بالاتحاد المصري للكاراتيه

Abstract

The intensity of attention and its relationship with karate players in Qena Governorate

*** Prof. Dr. Ahmed Kamal Nassari**

**** Prof. Amal Farouk Ali**

***** Hajar Muhammad Mahmoud Omar**

The search aims to identify The level of attention intensity of the karate players in Qena governorate ,The researcher used the descriptive and experimental approach to suit the nature of the research by using the experimental design of one group, The research community represents the karate players who obtained the black belt Dan (١) and Dan (٢) registered in the Qena region and the Egyptian Karate Federation for the ٢٠١٩/٢٠٢٠ season, and their number is about (١٢٣) male and female players, of whom (١٠٣) are male and (٢٠) female players, The researcher selected a random sample of (٣٠) players and one of them (١٥) players representing ١٤,٥٦% of the research community, (١٥) players representing ٧٥% of the research community, and the researcher also selected a survey sample of (١٠) players. And a player represents ٨,١٣% of the research community.

On of The most important results that The proposed training program applied to the pilot research sample showed positive results for the tests in question, namely, attention reduction, motor response, where improvement in the attention limit ranged from ١٥,٧٣% to ١٦,٣٣%.

***Professor, Department of Educational and Psychological Sports Sciences -
College of Physical Education - South Valley University**

****Professor and Head of the Department of Fighting and Individual Sports -
Faculty of Physical Education for Girls - Helwan University**

***** Referee of the Egyptian Karate Federation**