

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

تأثير تنمية التوقع الحركي وبعض مظاهر الانتباه على أداء مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة لكرة القدم

* د. محمد أحمد حسن التلياني

المقدمة ومشكلة البحث.

إن العلم قد أصبح هو السمة المميزة للتدريب الحديث في كرة القدم وباتت الدراسات والبحوث في هذا المجال ترسم صورة مستقبلية وصولاً إلى تحقيق انجازات رفيعة المستوى وأصبح البحث العلمي ركيزة من ركائز هذا النجاح، لذا فالارتقاء بمستوى الأداء يتطلب مواصفات معينة تتفق ومتطلبات النشاط الممارس وذلك من خلال توافر قدرات عالية من الكفاءة البدنية والوظيفية والعقلية والمهارية والنفسية ثم الاستخدام الأمثل لهذه القدرات بقصد انتاج أقصى استفادة في التوقيت والشكل المناسبين.

إلا أنه يجب أن نفرق في هذا الجانب بين السلوك الباطن كالادراك والتفكير والانتباه والتوقع وما تتضمنه من مظاهر وعوامل نفسية مختلفة تؤثر على أداء اللاعبين ومستواهم المهاري والبدني أو الخططي وهذه المظاهر والعوامل النفسية مازالت في حاجة إلى دراسة وبحث علمي متلاحق.

ويؤيد ذلك سعد جلال ومحمد حسن علاوي (١٩٩٢م) على أن القدرات العقلية تلعب دوراً هاماً وأساسياً في نشاط الفرد واستجاباته من خلال ممارسته للأنشطة الرياضية وخاصة في محاولة الاستجابة الصحيحة والقيام بما يناسب ذلك من نواحي خطوية (١٢ : ٢٥). ويذكر سليمان فاروق (٢٠٠١م) أنه من الأهمية أن يتمتع اللاعب بالقدرات العقلية وأن يتوفر لديه القدر الكافي الذي يمكنه من سرعة فهم واستيعاب تكتيكات اللعب باحتمالاته المتعددة فضلاً عن استطاعته تعديلها حسب ما يقتضيه الموقف وحسب نوعية سلوك المتنافسين والزملاء (١٣ : ٤).

* مدرس بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية ببورسعيد جامعة قناة السويس.

وتشير إلين وديع (١٩٩١م) إلى أن التوقع الحركي هو فن ملاحظة المواقف ورد الفعل لهذه الملاحظة قبل حدوثها وأن أهمية التوقع الحركي تكمن في الاستجابة والمبادأة وتظهر هذه القدرات العقلية فقط عندما يتم الاندماج بين المعلومات المختزنة والمعلومات المرئية، وأشارت أيضاً إلى أن التعود الحركي هو مجموعة عمليات تحدث لأجزاء الجسم معتمدة على الحواس مما ينتج عنها درجة عالية من الاتقان للمهارات الحركية، بينما التصور الحركي هو صورة الحركة المرسومة في المخ، وكلما كان التصور الحركي دقيقاً فإن التوقع الحركي يكون صحيحاً (٩: ١٣٨-٢٤٩).

ويذكر محمود عنان (١٩٩٥م) أن التوقع الحركي لصلته الوثيقة بالصورة الفعلية يعد من الأمور الهامة للقرارات الحركية التي يجب اتخاذها داخل اطار التفكير الخططي أثناء اللعب ويقع على اللاعبين دوراً كبيراً إذ يجب عليهم السبق في قراءة الأفكار والنوايا التكنيكية للزملاء والمنافسين وأن يكون لهم رؤية فكرية عقلية لتحركاتهم الخططية (٢١: ٣٩٤).

ويري سيد عبد المقصود (١٩٨٦م) أن التوقع الحركي هو الحالة الداخلية تلك التي ترتبط وتنسجم مع التفكير والأداء وارتباطها الأعلى بالحواس وتظهر بوضوح في قدرة اللاعب على تفسير الصعاب في التمرينات الحركية (١٤: ١٠٨).

بينما يضيف محمد الشيخ (١٩٨٦م) بأن أيضاً توقع حركة الزميل أو المنافس تعني قدرة اللاعب على فهم وإدراك الزميل أو المنافس عن طريق تحليل المعلومات حيث تستخدم الحركات التي سيؤديها اللاعب مسار تحركات الفريق وكذا مسار حركة زميله ويتضح ذلك في تكتيك الألعاب الجماعية على أن تكون منسجمة مع وحدة الفريق وحيث يمكن حصر توزيع ثروة الأداءات المهارية لدى اللاعب على عدد المجموعات التكنيكية المكونة لجوانب الإعداد المهاري كمجموعات التميرير أو الاستلام أو التصويب في كرة القدم (٢١: ٨٦).

ويري محمد حسن علاوي (١٩٨٧م) أن القدرة على سرعة ادراك العلاقات في مواقف اللعب المختلفة وحسن التعرف فيها شرط هام في كثير من الأنشطة الرياضية، حيث يحتاج

اللاعب أن تكون لديه القدرة على استيعاب خطط اللعب وتشكيلها في مواقف اللعب وأن يكون في مقدوره تعديلها طبقاً لظروف المواقف المتغيرة للعب وسلوك المنافسين (١٨ : ٣٧٥). ويتفق كل من ريللي **Rilly** (١٩٩١م)، رينك **Rink** (١٩٨٥م) على أن العوامل التي يتوقف عليها نجاح الأداء للاعب الكرة هو امتلاكه لبعض القدرات العقلية مثل الذكاء والانتباه والإدراك نظراً للتحرك الدائم للاعب في ظروف تتميز بالديناميكية مع ضرورة أدائه للمهارات الخاصة بسرعة وتوقيت مناسبين لحركة (الزميل - المنافس - الكرة) لذا فإن التوجه الحركي يكتب أهمية خاصة في اتقان اللاعب للمهارات وإمداده المعلومات المناسبة التي ترتبط بالتغير المفاجئ والمتنوع لمواقف اللعب والتي تفرض استجابات محده مع هذا الموقف والإسهام في نضج الأداء (٣٢ : ١٩٣)، (٣٣ : ٢٨٨).

ويؤكد ذلك حنفي مختار (١٩٩٣م) بأن أهم ما يميز لاعب كرة القدم الحديث أن يكون خلاقاً في أدائه ويتميز بالقدرة على التركيز وهدوءه وثقته بنفسه وحسن تعرفه في الملعب، فاللاعب الذي يلعب كآلة ويتحرك في الملعب دون تفكير وانتباه يصبح نقطة ضعف في فريقه مهما كانت قدرته البدنية والفنية (١١ : ٣٧ - ١٨٧).

ويؤكد جنسن **Jensen** (١٩٨٥م) أن ممارسة النشاط الرياضية وخاصة أنشطة المواقف المتغيرة تتطلب من اللاعب الاستجابة السريعة لمواقف اللعب المختلفة، فاللاعب يتوقع المخير ولا يعرفه كما أن احتمالات الاستجابة متعددة لذا فإن القدرة على امتلاك رد فعل سريع يتوقف على قراءة المنافس الكامل لحركة وطبيعة الأداء المستخدمة في النشاط (٢٨ : ٢٠٧).

ومن هذا المنطلق نجد أن التوقع الحركي هو فن ملاحظة المواقف ورد الفعل فـهذه الملاحظة قبل حدوثها وأن أهمية التوقع الحركي تكمن في الاستجابة والمبادأة، وتظهر هذه القدرات العقلية فقط عندما يتم الاندماج بين المعلومات المخزنة والمعلومات المرئية، كما أشارت كثيراً من الدراسات إلى أهمية عنصر الانتباه الذي يعتبر واحد من أهم المشكلات

المتعلقة بمستوى الإعداد النفسي للفرد وقياس هذه العناصر لدى الرياضيين يعطي مؤشراً عن التغيرات النفسية.

وتأكيداً لما ذكر يشير أحمد خاطر وعلى البيك (١٩٩٦م) إلى أن الانتباه يعتبر واحدة من أهم المشكلات المتعلقة بمستوى الأداء النفسي للفرد وقياس هذا العنصر لدى الرياضيين يعطي مؤشراً حقيقياً عن التغيرات التي تطرأ في هذه اللحظة على النشاط النفسي للاعب، وقد دلت ملاحظات الباحثين المستمرة للرياضيين خلال المنافسات الكبيرة سواء قبلها أو خلالها على أن نجاح هؤلاء الرياضيين يتوقف على عنصر الانتباه (٤ : ٥٣١).

ويؤكد يس حبيب ومحمود سالم (١٩٩١م) على أن للانتباه أهمية قصوى للفرد الرياضي، فنجاحه لأداء أفضل في أي نشاط رياضي يتوقف على مدى انتباهه أثناء الأداء وخاصة في الأنشطة الرياضية التي تعتمد على الانتباه، فتحسن الانتباه يؤدي إلى الانتباه (٢٥ : ٣١٥).

ويرى أحمد عبد الخالق (١٩٩١م) أن الإنسان لا يدرك منها إلا بعد أن ينتبه إليه ومن هنا فإن الانتباه Attention هو الاهتمام بمنبهات محددة أو جوانب معينة من البيئة وهو عملية انتقالية تحدد البؤرة فيها بعوامل خاصة (٥ : ١٧١).

ويشير محمد حسن علاوي (٢٠٠٢م) إلى أن هناك العديد من العوامل التي يمكن أن تؤثر على قدرة اللاعب على الانتباه وقد تكون هذه العوامل أما عوامل داخلية أو عوامل خارجية.

العوامل الداخلية المؤثرة في الانتباه:

- الخصائص المميزة للحواس.
- السمات الشخصية.
- مستوى التعلم الحركي.
- توقع المثيرات.

العوامل الخارجية المؤثرة في الانتباه:

- كمية وصعوبة المعلومات.
- الضغوط الخارجية.
- الموقف المطلوب لتركيز الانتباه (١٩: ٢٧٥ - ٢٧٧).

ويتحدد الانتباه في مجموعة من المظاهر أشار إليها كل من يس حبيب ومحمود سالم (١٩٩١م) (٢٥: ٣١٦)، هالة السيد (١٩٩٥م) (٢٣: ٢٧)، أحمد عبد الجيد (١٩٩٤م) (٦: ٢٠) وهي كالتالي:

- تركيز الانتباه.
- تحويل الانتباه.
- حجم الانتباه.
- ثبات الانتباه.
- توزيع الانتباه.
- حدة الانتباه.

ويشير يحيى عبد الجيد (٢٠٠٤م) إلى أن مظاهر الانتباه لها دور فعال وتأثير كبير على سلوك اللاعب الحركي وانفعالاته واستجاباته خلال ممارسته لمختلف الأنشطة الرياضية وأن الأنشطة الرياضية تختلف في متطلباتها للانتباه، حيث أنه توجد توجد أنشطة تعتبر القدرة على الانتقاء الواسع (التوزيع) من المتغيرات الإيجابية للاعب وهناك أنشطة تعتبر القدرة على الانتباه الضيق (التركيز) من المتغيرات الإيجابية للاعب (٢٤: ٣٩ - ٤٠).

ولما كانت كرة القدم تظهر فيها كثيراً من المتغيرات والمفاجآت قبل وأثناء وبعد المنافسة، مما دعى الباحث التعرف على مظهري الانتباه (تركيز الانتباه، سعة الانتباه، حجم الانتباه) يرى أسامة راتب (٢٠٠٠م) أن تدريب التحكم في تركيز الانتباه من المهارات النفسية الهامة لنجاح الأداء وتحقيق الاستمتاع، وأن التفوق في الأداء يحدث عندما يكون اللاعب في متطقة الطاقة المثلى، وأن أهم الخصائص النفسية للاعب في تلك المنطقة هي التحكم في تركيز الانتباه، ونظراً لأن معظم اللاعبين لا يفكرون بجديّة في تنمية مهارة تركيز الانتباه فإنهم نادراً ما يصلون إلى خبرة الطاقة النفسية المثلى أو ما نطلق عليها الطاقة النفسية Flow State (٨: ٢٦٩).

ويتفق كل من محمود عنان (١٩٩٥م) ومحمد شمعون (١٩٩٦م) على أن موضوع الانتباه يعد حيوياً في مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها وتعد قدرة الرياضي على توظيف تركيز الانتباه من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة، وأيضاً تساعد اللاعب الوصول به إلى منطقة الطاقة النفسية المثلى التي تحقق الإنجازات الرياضية العالية وتساعد في تحسين الثقة بالنفس والتحكم في الاستثارة الانفعالية (٢٢: ٢١٩)، (١٧: ٢٥٨ - ٢٥٩).

وأيضاً يري كوكس Cox (٢٠٠٠م) أن أهمية تعليم تركيز الانتباه والتدريب عليها يؤدي إلى مواجهة الأفكار السلبية والتغلب عليها بفكر موجب وذلك من خلال تركيز انتباه اللاعب على الأفكار الإيجابية واسترجاع الأداء الناجح واستبعاد الأفكار السلبية والأداء الخاطئ (٢٦: ٧١ - ٧١).

ويشير محمد حسن علاوي (٢٠٠٢م) إلى أن هناك التدريبات الهامة لتدريب تركيز الانتباه:

- تدريب تركيز الانتباه باستخدام التنفس.
- تدريب تركيز الانتباه باستخدام البانرا.
- تدريب تركيز الانتباه باستخدام شبكة التركيز.
- اختبار d2 لتركيز الانتباه (١٩: ٢٨٦ - ٢٩٠).

يذكر أسامة راتب (٢٠٠٠م) أن سعة الانتباه (حجم الانتباه) تعني كم أو مقدار المثيرات أو الرموز التي يجب أن يتعامل اللاعب معها في وقت معين وتتضمن سعة الانتباه نوعين:

- تركيز الانتباه الواسع:

يسمح للاعب بإدراك العديد من الأحداث معاً في وقت واحد.

- تركيز الانتباه الضيق:

وذلك يحدث عندما يكون المطلوب من اللاعب الاستجابة لمثير (رمز) واحد أو اثنين

فقط (٨: ٢٧٤).

ويرى أحمد عبد العزيز (٢٠٠٥م) أن معظم المدربين لا يستخدمون أي تدريبات للجانب العقلي والنفسي للناشئين، الأمر الذي يترتب عليه انخفاض في مستوى أدائهم للمهارات الأساسية واستجاباتهم الفسيولوجية خاصة في المنافسات الرياضية، وقد يرجع ذلك بسبب عدم استخدام برامج التدريب على المهارات العقلية بصفة عامة ومهاري التصور العقلي ومظاهر الانتباه بصفة خاصة مما قد يترتب عليه انخفاض في مستوى الناشئين في كرة القدم (٣: ٩).

وهذا ما دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة لما لها من أهمية في الاسهام من رفع مستوى اللاعبين وتنوع عمليات التدريب.

أهداف البحث:

التعرف على تأثير تنمية التوقع الحركي وبعض مظاهر الانتباه على أداء مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة للاعبى كرة القدم.

فروض البحث:

- ١- البرنامج التدريبي المقترح لتنمية التوقع الحركي وبعض مظاهر الانتباه له أثر إيجابي على أداء مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة للاعبى كرة القدم.
- ٢- توجد فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للتوقع الحركي ولصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لبعض مظاهر الانتباه ولصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

التوقع الحركي:

هو فن ملاحظة المواقف ورد الفعل لهذه الملاحظة قبل حدوثها (٩: ٢٤٨).

الانتباه:

هو اختيار وتمييز ذهني Set أو هو توجيه الشعور وتركيزه في شئ معين لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه (٢ : ١٩١).

تركيز الانتباه:

القدرة على تضيق أو تثبيت أو تأكيد الانتباه على مثير أو مثيرات مختارة لفترة من الزمن (١٢ : ٢٨٣).

سعة الانتباه (حجم الانتباه):

وتعني كم أو مقدار المثيرات أو الرموز التي يجب أن يتعامل اللاعب معها في وقت معين (٨ : ٢٧٤).

المهارة المفتوحة:

مجموعة أداءات حركية تؤدي نتيجة لحدوث متغيرات غير متوقعة في بيئة خارجية تنسم بأداءات حركية متباينة من الزملاء والمنافسين (١٠ : ٢٣).

المواقف:

صورة مصغرة لنوع النشاط الذي نعد الفرد له ونختاره للقيام به حيث تصلح المواقف لقياس القدرة على التعرف (١٣ : ٦).

الدراسات السابقة:

١- قام نلتون ب. سو (١٩٨٣م) Nettleton, B. So بدراسة الهدف منها مناقشة بحثه من خلال التجارب العلمية لإيجاد العلاقات الموجودة في الاداء وتضمن التجارب التوقع الحركي وطول فترة المشاهدة ودرجة صعوبة العمل ودرجة الانتباه وأيضاً مستوى الخبرة والاتجاهات الشخصية ناحية موضع العمل.
وتوصلت النتائج إلى ادراك أمثل فترة للملاحظة، حيث كانت الموضوعات تلخص من خلال معلومات من لحظة طيران الكرة إلى أن توظف بصورة سريعة كما وجد أن الأداء الناجح على علاقة دالة وهامة بشكل الانتباه (٣١).

٢- قام يس حبيب ومحمود سالم (١٩٩١م) بدراسة تهدف إلى التعرف على أثر الجمل الحركية لأجهزة الجمباز المختلفة على بعض مظاهر الانتباه لدى طلاب كلية التربية الرياضية للبنين ببورسعيد، واشتملت العينة على (٧٠) طالب من طلاب الصف الثاني وتم اختبار العينة بالطريقة العمدية. ولقد استخدم الباحثان اختبار التصحيح ليوردن أنفيموف (١٩٦٨) لقياس مظاهر الانتباه قيد الدراسة. وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي لمختلف مظاهر الانتباه لصالح القياس البعدي عند أداء الجمل الحركية على أجهزة الجمباز المختلفة، فيما عدا أداء الجملة المركبة على جهاز المتوازي (٢٥).

٣- قام ماك موريز - هاكسويل (١٩٩٥م) Mc Morris, Hauxwell بدراسة كان الهدف منها مقارنة حارس المرمى على توقع اتجاه الكرة المسددة في ضربة الجزاء وذلك عندما تركز الكرة بالجزء الداخلي من القدم، وعندما تركز بوجه القدم الأمامي وعندما تركز الكرة بوجه القدم الخارجي، وأيضاً عندما تركز الكرة ناحية يمين أو يسار المرمى. وكانت العينة (١٠) حراس مرمى نصف محترفين وأخذت المشاهدات على جهاز فيديو وتم العرض على مونيتر وتمت مقابلات لتحديد الأسباب التي تجعل حراس المرمى يقظون لاستخدام توقعاتهم. وأشارت النتائج إلى أن التصويب على المرمى كان متوقعاً بصورة واضحة، وأن هناك بعض الأفضلية للاعب ضربة الجزاء في استخدام وجه القدم الأمامي بدلاً من استخدام داخل القدم عند التسديد (٢٩).

٤- قام وليامز إم ديفلز (١٩٩٥م) Willims. M. Daviels بدراسة كان الهدف منها هو معرفة اختلاف أسس المهارة في التوقع الحركي واستراتيجية المعلومات والمهارف النظرية خلال اللعب المفتوح (المواقف) في كرة القدم وأختبرت العينة من (٣) لاعب (١٥) من ذو الخبرة، وذلك لاختبار توقع واتجاه وعرض التمرير من خلال فيلم لمشاهدة متتابعة على شاشة عرض ٣ × ٣.

وأشارت النتائج أن اللاعبين ذو الخبرة أظهرو أداء توقعياً أفضل وكشف التحليلات عن وجود اختلافات بين المجموعتين في دقة الاستجابة بينما لم يظهر فارق في سرعة الاستجابة، كما وضع تركيز اللاعبين عديمي الخبرة على التكرار وعلى تمرير الكرة بينما ركز لاعبي ذو الخبرة على شكل الأداء واتخاذ المواقف كما أن هناك اختلافات في معدل البحث إذ كان لاعبي ذوي الخبرة أكثر ثباتاً في المدد القصيرة، وكان لديهم بحث عالي مكتسب من خبرات سابقة على عكس عدم الخبرة (٣٥).

٥- قام أحمد خليل (١٩٩٥م) بدراسة الهدف منها التعرف على العلاقة بين مظاهر الانتباه ودقة الأداء المهاري للاعبي الهوكي، واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت العينة (١٢٥) لاعب هوكي، واستخدم الباحث اختبار مظاهر الانتباه لبوردن- انفيموف (١٩٦٨) واختبار لقياس دقة الأداء المهاري وكانت أهم النتائج التي توصل إليها توجد علاقة ايجابية دالة بين مظاهر الانتباه ودقة الأداء المهاري للاعبي الهوكي (١).

٦- قام ميللر إل ميللر (١٩٩٦م) Miller, Ls بدراسة الهدف منها هو اختبار صفة التوقع الحركي لدى حراس المرمى في كرة القدم للمحترفين عند التصدي لركلة الجزاء في مواجهة قدم التسديد اليسري واليمني واخذت المشاهدات عن طريق الفيديو ولعدد عشرة تسديدات بالقدم اليمني وعدد عشرة تسديدات بالقدم اليسري. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن التوقع الحركي للقدم اليمني كان أكثر دلالة من القدم اليسري وأوضحت المقابلات التي تمت مع حراس المرمى أن قرار الوثب لاستخدام زاوية معينة إنما يقفز في الدهن لحظة ملامسة الضارب للكرة ومن خلال وضع القدم أثناء لمس الكرة، وأن وضع الفخذ أثناء لمس الكرة يعتبر سبب رئيسي لنجاح التوقع (٣٠).

٧- قام مجدي يوسف (١٩٩٧م) بدراسة الهدف منها تقويم القدرة على التفكير الخططي الهجومى لدى لاعبي كرة القدم، وبناء مقياس لقدرة التفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم، وكذلك التعرف على مستوى قدرة التفكير الخططي الهجومى لدى لاعبي كرة القدم في خطوط اللعب المختلفة.

واستخدم الباحث الأسلوب المسحي للمنهج الوصفي مع عمل ملاحظة عملية في تحليل المباريات لاستخراج مواقف خطوية هجومية وتم عمل مقياس من أربعة محاور لتطبيق محور للسرعة ومحور للتنظيم الخططي ومحور للمرونة والقدرة الخطوية. وأسفرت النتائج عن وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين لاعبي خطوط اللعب المختلفة، امكانية استخدام اختبار للمواقف الخطوية لقياس قدرة التفكير الخططي الهجومي للاعبي كرة القدم (١٥).

٨- قام سليمان فاروق (٢٠٠١م) بدراسة كان الهدف منها معرفة تأثير التوقع الحركي على أداء مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة.

وقام الباحث بعمل برنامج تدريبي يتضمن الارتقاء بمفردات التوقع الحركي كالادراك والتصور والتذكر وكذلك تنمية التفكير لدى لاعبي كرة القدم من خلال مواقف وذلك من خلال مقياس التوقع الحركي من تصميم الباحث.

وقام بتنفيذ برنامج تدريبي والذي تتضمن تدريبات الارتقاء بعمليات التفكير وتم ذلك من خلال عدد معين من الوحدات التدريبية المقننة.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي وكانت عينة البحث عشرة لاعبين من أندية الاسكندرية.

وأسفرت النتائج عن تناقص زمن الاداء والزمن الكلي للتوقع الحركي وكذلك ارتفاع الانتاجية لدة معظم أفراد العينة (١٣).

٩- قام محمد إبراهيم (٢٠٠١م) بإجراء دراسة هدفت التعرف على تأثير برنامج تدريبي في تحسين بعض مظاهر الانتباه (تركيز، حجم، توزيع) وتأثير مظاهر الانتباه على دقة التصويب لدى ناشئ الخوكي تحت ١٦ سنة ومع الاستعانة بالمنهج التجريبي لاستخدام القياس القبلي والبعدى لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، واستخدم عينة قوامها (٥٠) بالطريقة العمدية من منطقة الشرقية تحت ١٦ سنة، واستخدم اختبار بوردن- أنفيموف لقياس مظاهر الانتباه (١٩٦٨).

وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة احصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مظاهر الانتباه قيد الدراسة لصالح القياس البعدى (١٦).

١٠- وقام جايبو شري (٢٠٠٣م) Joyashreee.A. بدراسة المهدف منها التعرف على تأثير التركيز على أسلوب الانتباه للمستوى المهاري في كرة القدم، واستخدم المنهج التجريبي، وكانت العينة (١٩) لاعب متوسط السن ١٠ - ٢٠ سنة، واستخدم اختبار مكعب نوكس Knox لتركيز الانتباه، واختبارات مهارية في كرة القدم، اختبار أسلوب الانتباه (الواسع - الضيق). وأسفرت أهم النتائج على وجود فروق دالة احصائياً في مستوى الاداء المهاري والتركيز وأسلوب الانتباه في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية (٢٧).

إجراءات الدراسة:

المنهج:

تم استخدام المنهج التجريبي باستخدام عينة تجريبية واحدة بالقياس القبلي البعدي.

عينة الدراسة:

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الفريق الأول بنادي بورفؤاد والمريخ ببورسعيد وكان قوامها (٢٠) عشرون لاعباً للدراسة الأساسية من نساوي بورفؤاد، (١٠) عشرة لاعبين للدراسة الاستطلاعية من نادي المريخ وذلك تحت الشروط الآتية:

- ١- أن يكون اللاعب مسجلاً بالاتحاد المصري لكرة القدم.
- ٢- أن يكون قد مر على ممارسته لكرة القدم أكثر من ٥ سنوات.
- ٣- خلو اللاعب من الاصابات التي تمنعه من التدريب واجراءات القياس.

وقمت الدراسة في الفترة من ٢٠/٧/٢٠٠٦ حتى ٢٠/٨/٢٠٠٦ وذلك بنادي بورفؤاد والمريخ ببورسعيد.

وسائل جمع البيانات:

- ١- جهاز لقياس صفة التوقع الحركي تصميم الدكتور جمال علاء الدين والدكتور أمر الله البساطي والدكتور سليمان فاروق سليمان، مرفق رقم (١).
 - ٢- اختبار تركيز الانتباه باستخدام شبكة التركيز وضعه دوي هاريس Harris (١٩٨٤) وقام محمد حسن علاوي بتعديله وتقنيته (١٩٩٨) (٢٠)، مرفق رقم (٢).
 - ٣- اختبار حجم الانتباه باستخدام جهاز التاجستوسكوب Taknestscope، مرفق (٣).
 - ٤- تمرينات ووحدات البرنامج التدريبي توجد بشكل تفصيلي من حيث التكوينات وشكل ومواصفات الأداء وطريقة التسجيل وكيفية احتساب الدرجات، مرفق (٤)،
 - ٥- تحديد الادوات والاجهزة والاختبارات المستخدمة في القياس والتدريب.
- أ- لتحديد أزمته التوقع الحركي تم استخدام ساعة إيقاف ستييزن طراز LSW

.9100

- ب- أفلام خام وعلامات ارشادية وألواح ورقية وأفلام ملونة وماكينه تصوير مستندات لإعداد نماذج الاختبارات.
 - ج- الجهاز الخاص بقياس اختبارات الدراسة (تصميم جمال علاء وأمر الله البساطي وسليمان فاروق) وتم تصنيعه بشركة وليماري للصناعات الهندسية، رفق التقرير الهندسي وطريقة التشغيل، مرفق رقم (٥).
- ويتكون من:
- ساعة إيقاف 100/1 من الثانية.
 - دائرة إلكترونية للتحكم في تشغيل مصباح كهربي خارجي ٢٢٠ فولت.
 - ثلاثة حساسات إلكترونية تعمل على إيقاف الساعة من التعرض لمجالها.
 - حاسب الكتروني خاص ببداية الموقف التوقفي وبالانتقال منه إلى أحد الحساسات الثلاثة الأخرى يمكن حساب زمن التوقع الحادث من المختبر.
 - ملحق بهذا الجهاز وحدة بروجيكتور لإنارة اللوحة المعروضة.
 - تتم عملية القياس والتشغيل من مفاتيح تحكم موجودة في الجهاز.

٥- أدوات خاصة بالتدريب (البرنامج التدريبي): (كرات قدم قانونية- حائط مدرج-
أعلام- صولجانات- مرامي صغيرة- صفارات- ساعة إيقاف).

عينة الدراسة:

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الفريق الأول بنادي بورفؤاد والمريخ
بيورسعيد وكان قوامها (٣٠) ثلاثون لاعباً عشرون لاعباً للدراسة الأساسية وعشر لاعبين
للدراسة الاستطلاعية.
والجدول رقم (١) يوضح توصيف عينة الدراسة.

جدول رقم (١)

ن = ٣٠

م	المتغيرات	المتوسط س'	الانحراف ع	الوسيط	معامل الانحراف
١	السن	٢٧,٦٨	٣,١٩	٢٨,٢٢	٠,١٩-
٢	الطول	٧٢,٨٩	١١,٢٥	١٧٤,١٦	٠,٣٤-
٣	الوزن	٧٨,٣٧	٦,١٨	٧٧,١٢	٠,٦١
٤	عدد سنوات الممارسة	١٢,٣٣	٣,٢٦	١١,٥١	٠,٧٥

يتضح من الجدول رقم (١) تجانس العينة حيث تراوحت درجة معامل الانحراف ما بين
٠,٣٤- ٠,٧٥ ما يدل على تجانس العينة في متغيرات السن والطول والوزن وعدد سنوات
الممارسة.

الدراسات الاستطلاعية:

١- كان الهدف من الدراسة تحديد واختيار المواقف الفعلية للتوقع الحركي وكذا الازمنة
الخاصة بكل موقف توقعي وتحديد بداية ونهاية كل موقف توقعي وكذلك تحديد
الزمن الفعلي لكل تصنيف من تصنيفات التوقع الحركي بداية من مرحلة الاختيار
المرجح إلى بداية الاستحواذ.

نتائج الدراسة:

تم تحديد مواقف التوقع الحركي المختارة وهي:

- أ- توقع التمير.
ب- التوقع الخداعي.
ج- تطابق التوقع.
د- توقع خطأ المنافس.

٢- الدراسة الاستطلاعية الثانية وكان الهدف منها تحديد الأدوات والاجهزة المستخدمة في القياس والتدريب.

وقد تم تطبيق هذه الدراسات الاستطلاعية على عينة مكونة من (١٠) لاعبين من نادي المريخ ببورسعيد في الفترة من ٢٠٠٦/٧/١ إلى ٢٠٠٦/٧/١٥ بملعب نادي المريخ.

الدراسة الأساسية:

تضمن الدراسة الأساسية مرحلتين:

المرحلة الأولى:

استدعي تنفيذ هذه المرحلة من الدراسة الأساسية لإيجاد وسيلة لقياس الزمن الفعلي للتوقع الحركي من خلال جهاز لقياس التوقع الحركي مرفق رقم (١) من خلال استخدام دائرة الكترونية متصلة بمصباح بروجيكتور وتحتوي الدائرة على مفاتيح بدء وساعة إيقاف الكترونية ١٠/١ ث يتزامن بدءها مع إضاءة مصباح البروجيكتور، والجهاز به مفتاح للتصفير واستخدام الأزمن المسجلة بالذاكرة.

وتقوم فكرة الجهاز على حساب الزمن من خلال الأزمنة المستخرجة من المواقف التوقعية الموضحة في الدراسة الاستطلاعية رقم (٢) حيث تسجل الساعة الزمن الكلي من بدء لحظة زهور اللوحة على الحائل إلى لحظة ضغط اللاعب على احدي لوحات الضغط الموجودة أمامه، بينما يعتبر زمن الاستجابة (الزمن الفعلي للتوقع الحركي) من لحظة ظهور المثير على لحظة رفع رجل اللاعب عن لوحة الضغط الخلفية.

وعلى ذلك تم تنفيذ المرحلة الأولى من الدراسة الأساسية لبيان مدى صلاحية استخدام الجهاز قيد الدراسة في قياس مستوى التوقع الحركية (زمن أولي وزمن كلي) لأنسواع التوقع المختلفة بعد تنفيذ اتجاهات متعددة من الإحماء، حيث تم تطبيق نوعين من الإحماء لكل منهما اتجاه مختلف على مجموعتين كل منها ١٠ لاعبين، ويتبع الإحماين نظام تسلسلي واحد، إلا أن الإحماء الأول يعتمد على زمن ومحتوي مساو تقريباً لاتجاهات الإحماء العام والخاص بأسلوب نمطي بينما في الإحماء الثاني يتم التركيز في جزءه الخاص على تدريبات مركزه لمفردات التوقع الحركي كالانتباه ورد الفعل البسيط والمركب والتعرف على الثغرة وتدريبات حجم الانتباه وحيث يتم قياس:

١- مظاهر الانتباه (شدة- توزيع- تركيز- حجم).

٢- قياس سرعة رد الفعل البسيط والمركب.

٣- اختبار قياس مظاهر الذكاء الأدائي (وكسلر).

٤- اختبارات المواقف التوقعية وذلك بالجهاز قيد الدراسة.

ويتم تطبيق نوعي الإحماء في وقت واحد وبحيث يشمل كل احماء مجموعة من الاتجاهات تخدم الغرض الأساسي من الإحماء، وتم القياس البعدي بعد انتهاء المجموعتين من الإحماء مباشرة.

احماء المجموعة الأولى:

احماء عام لمدة ١٠ ق متضمناً:

- الجري حول الملعب مع الوثب الخفيف وعمل حركات للذراعين والرجلين.

- عمل تدريبات رشاقة ومرونة.

- تدريبات إطالة (الحناء أماماً- طعن أيمن وأيسر).

احماء خاص لمدة من ٢٠ - ٢٥ ق متضمناً:

- التميرير بمختلف اجزاء القدم والتركيز على الاستلام من الحركة (كتم وامتصاص).

- تدريب اللاعبين الحائز بمجموعات من ٣-٥ لاعبين وتحديد عدد مرات لمس الكرة.

- التميرير بباطن القدم والجري في اتجاه التميريرة والوقوف في الجانب الآخر.

اجتماع المجموعة الثانية:

اجتماع عام لمدة ١٠ ق متضمناً نفس الاجراءات التي تمت في الإجماع العام للمجموعة الأولى.
اجتماع خاص من ٢٠ - ٢٥ ق متضمناً:

- تدريب سرعة رد الفعل المركب (ثلاثة لاعبين).
- تدريب زيادة حجم الانتباه (ثلاثة لاعبين).
- تنمية الروية الجانبية (ثلاثة لاعبين).
- التمرير بالتسلسل ٥ ضد ٥ بدون مرمى، يقوم الفريق بالتمرير بالتسلسل من ١ إلى ٥ ويفقد الكرة في حالة اختلاف التسلسل أو استحواذ الفريق الآخر على الكرة.
- التعرف على الثغرة ٥ ضد ٥ ومرمى واحد: محاولة احراز هدف عند ظهور ثغرة في خط دفاع المنافس.
- تدريب السرعة الانتقالية (٣ لاعبين ومرمى واحد) يقوم (١) بتمرير الكرة للأمام ويقوم (٢، ٣) الواقفان بجانب (١) بالجري ومحاولة الاستحواذ على الكرة محرراً نقطة واحدة ثم القيام بالمرأعة والتسديد على المرمى ليحرز نقطة ثانية.

المرحلة الثانية:

بناء على ما تم في المرحلة الأولى من الدراسة الأساسية، وعلى الدراسات الاستطلاعية والدراسات النظرية المرتبطة بذات الموضوع، فقد تم وضع الأساس التدريبي على مهارات الإعداد النفسي للعمليات العقلية وفق برنامج علمي (مرفق رقم ٢) ويشمل تدريبات مضمونها يحتوي على التحليل الدقيق لكيفية استخدام هذه العمليات في المهارات التكتيكية- التكتيكية في كرة القدم، وذلك على النحو التالي:

- يتم تقسيم أفراد العينة حسب نوع وعدد أفراد كل تمرين حسب التعليمات المدرجة بكل تمرين.
- الوحدة التدريبية ثلاث مجموعات، المجموعة ثلاث تدريبات.

- عدد الوحدات المطبقة (١٨) ثمانية عشر وحدة تدريبية مقسمة على ستة اسابيع بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً ومدة الوحدة ٩٠ ق مقسمة على عدد تدريبات الوحدة.
- يتم القياس القبلي لأفراد العينة قبل بداية العمل فى الوحدة التدريبية الأولى.
- يتم القياس البعدي لأفراد العينة بعد نهاية الوحدة التدريبية الثامنة عشرة بيومين.
- إمداد اللاعب (فرد العينة) بمعلومات لفظية عن الأداء وبيان الفارق ما هو كائن وما يجب أن يكون، وذلك أثناء التدريب.
- قيام المساعدين بالتوجيه والإشراف على أفراد العينة أثناء عمل التدريبات خلال البرنامج التدريبي.

أجزاء الوحدة التدريبية فى الإحماء الأول

[المرحلة الأولى من الدراسة الأساسية]

الزمن	أجزاء الوحدة التدريبية	م
١٠ ق	إحماء عام	١
٣	- الجري حول الملعب مع الوب وعمل حركات للذراعين والرجلين	
٣	- تدريبات رشاقة ومرونة	
٤	- تدريبات إطالة	
٢٠ - ٢٥ ق	إحماء خاص	٢
٧	- التمير بتكنيكات مختلفة واستلام من الحركة	
١٠	- تدريب اللاعب الحاضر مع تحديد عدد مرات لمس الكرة	
٨	- التمير بباطن القدم	

أجزاء الوحدة التدريبية فى الإحماء الثانى

[المرحلة الأولى من الدراسة الأساسية]

الزمن	أجزاء الوحدة التدريبية	م
١٠ ق	إحماء عام	١

اجزاء الوحدة التدريبية

٣	- الجري حول الملعب مع الوثب وعمل حركات للذراعين والرجلين	
٣	- تدريبات رشاقة ومرونة	
٤	- تدريبات إطالة	
٢٠-٢٥ ق	اجزاء خاص	٢
٣	- تدريب سرعة رد الفعل المركب.	
٢	- تدريب زيادة حجم الانتباه.	
٣	- تدريب تنمية الرؤية الجانبية.	
٣	- التمير للاعب الأسرع.	
٢	- التمير بالتسلسل بدون مرمى.	
٢	- التعرف على الثغرة ومرمي واحد.	
٣	- ترتيب السرعة الانتقالية	

أجزاء الوحدة التدريبية في المرحلة الثانية من الدراسة الأساسية

الزمن	اجزاء الوحدة التدريبية	م
٥	- إجراءات تنظيمية وإدارية.	١
١٠	- اجزاء عام وخاص.	٢
٢٠	- التدريب الأول.	٣
٢٠	- التدريب الثاني.	٤
٢٠	- التدريب الثالث.	٥
١٠	- تدريبات ختامية.	٦
٥	- فترات الراحة بين الدورات،	٧

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول رقم (٢)

التوسط الحسائي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي

لاختباري مواقف توقع التمير (اجزاء أول) عام

٢٠ = ن

الاختبارات	بيان المتغيرات	قبلي س ± ع	بعدي س ± ع	الفرق بين المتوسطين	
				قيمة ت المحسوبة	الفرق بين المتوسطين
الاختبار الأول	زمن أول	± ٣,٣٦	± ٢,٥٤	٠,٨٢	*٢,٣٤
	زمن ثان	٠,٢٦	٠,٢٢	٠,٨٠	*٢,٥٠
الاختبار الثاني	زمن أول	± ٢,٩٨	± ٢,١٨	٠,٧٢	*٢,٢٨
		٠,٢١	٠,٢٤	٠,٦١	*٢,٥٤
	زمن ثان	± ٢,٨٥	± ٢,١٣		
		٠,٢٤	٠,١٦		
		± ٣,٠٧	± ٢,٤٦		
		٠,٢٣	٠,١٢		

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٦

يتضح من الجدول رقم (٢) والخاص بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي لاختباري مواقف توقع التمرير (أحساء أول) أن الزمن الأول للاختبار الأول قد تناقص من ٣,٣٦ إلى ٢,٥٤ وبفرق بين المتوسطين بلغ ٠,٨٢ وكانت قيمة ت المحسوبة ٢,٣٤ وأن الزمن الأول للاختبار الثاني قد تناقص من ٢,٨٥ ووصل إلى ٢,١٣ وبفارق ٠,٧٢ وبين المتوسطين وكانت قيمة ت المحسوبة ٢,٢٨ أما الزمن الثاني للاختبار الأول فقد تناقص من ٢,٩٨ ووصل إلى ٢,١٨ وكان الفرق بين المتوسطين ٠,٨٠ وكانت ت المحسوبة ٢,٥٠ وكان الزمن الثاني للاختبار الثاني قد تناقص من ٣,٠٧ ووصل إلى ٢,٤٦ وكان الفرق بين المتوسطين ٠,٦١ وكانت ت المحسوبة ٢,٥٤.

جدول رقم (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي

لاختباري مواقف التوقع الخداعي (أحساء أول) عام

الاختبارات	بيان المتغيرات	قبلي س ± ع	بعدي س ± ع	الفرق بين المتوسطين	
				قيمة ت المحسوبة	الفرق بين المتوسطين

٣,٠٣	٠,٩١	± ٢,٣٦	± ٣,٢٧	زمن أول	الاختبار الأول
٣,٩٦	٠,٨٣	٠,١٨	٠,٢٤	زمن ثان	
		± ٢,٢٨	± ٣,١١		الاختبار الثاني
٢,٢٥	٠,٦٣	٠,١٦	٠,٢٢	زمن أول	
١,٩٧	٠,٥٩			زمن ثان	
		± ٢,٤٧	± ٣,٠١		
		٠,١٣	٠,٢٥		
		± ٢,٣٩	± ٢,٩٨		
		٠,١٤	٠,٢٦		

يتضح من الجدول رقم (٣) والخاص بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي للاختباري مواقف التوقع الخداعي (اجزاء أول) أن الزمن الأول للاختبار الأول تناقص من ٣,٢٧ وصل إلى ٢,٣٦ بفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٩١ وكانت المسحوبة ٣,٠٣ أما الزمن الأول للاختبار الثاني فن تناقص من ٣,٠١ ووصل إلى ٢,٤٧ بفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٦٣ وكانت المسحوبة ٢,٢٥ بينما تناقص الزمن الثاني للاختبار الأول من ٣,١١ ووصل إلى ٢,٢٨ بفارق ٠,٨٣ بين المتوسطين وكانت المسحوبة ٢,٩٦. أما في الاختبار الثاني فقد تناقص الزمن من ٢,٩٨ ووصل إلى ٢,٣٩ وبفارق ٠,٥٩ وبين المتوسطين وكانت المسحوبة ١,٩٧.

جدول رقم (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت الحسوبة للقياسين القبلي والبعدي

لاختباري مواقف تطابق التوقع (اجزاء أول) عام

الاختبارات	بيان التغيرات	قبلي س ± ع	بعدي س ± ع	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
					الحسوبة
الاختبار الأول	زمن أول	± ٣,١٦	± ٢,٦٦	٠,٥	٤,١٧
	زمن ثان	٠,٢٢	٠,٢٦	٠,٣٥	٢,٩١
الاختبار الثاني		± ٢,٦٨	± ٢,٣٣		
	زمن أول	٠,٢١	٠,٢٩	٠,٥٢	٠,٧٣

١,٤١	٠,٥٢	$\pm ٢,٢٤$	$\pm ٢,٧٦$	زمن ثان	
		٠,٢٨	٠,١٤		
		$\pm ٢,١٣$	$\pm ٢,٦٥$		
		٠,٣١	٠,٢٣		

يتضح من الجدول رقم (٤) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري قيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدى لاختباري تطابق التوقع (احماء أول) أن الزمن الاول للاختبار الأول قد تناقص من ٣,١٦ ووصل إلى ٢,٦٦ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٥ وكانت ت المحسوبة ٤,١٧. بينما كان الزمن الأول لاختبار الثاني قد تناقص من ٢,٧٦ ووصل إلى ٢,٢٤ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٥٢ وكانت ت المحسوبة ٠,٧٣. أما في الاختبار الاول زمن ثاني فقد تناقص من ٢,٩٨ ووصل إلى ٢,٣٣ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٣٥ وكانت ت المحسوبة ٢,٩١ بينما كان في الاختبار الثاني زمن ثاني ٢,٦٥ ووصل إلى ٢,١٣ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٥٢ حيث كانت ت المحسوبة ١,٤١.

جدول رقم (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدى لاختباري توقع خطأ المنافس (احماء أول) عام

الاختبارات	بيان	قبلي س' \pm ع	بعدى س' \pm ع	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
الاختبار الأول	زمن أول	$\pm ٢,٨٤$	$\pm ٢,٢١$	٠,٦٣	*٢,٦٣
	زمن ثان	٠,١٨	٠,١٧	٠,٦٦	*٢,٣٦
الاختبار الثاني	زمن أول	$\pm ٢,٧٨$	$\pm ٢,١٢$	٠,٢١	١,٦٣
		٠,١٩	٠,٢١	٠,٤٩	*٢,٦٣
	زمن ثان	$\pm ٢,٨١$	$\pm ٢,٣٢$	٠,٧٩	
		٠,١١	٠,٢٦		
		$\pm ٣,٢٢$	$\pm ٢,٤٣$		

		٠,١٦	٠,٢٥		
--	--	------	------	--	--

يتضح من الجدول رقم (٥) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدي (اجزاء أول) أن الزمن الأول للاختبار الأول قد تناقص من ٢,٨٤ ووصل إلى ٢,٢١ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٦٣ وكانت ت المحسوبة ٢,٦٣. بينما كان الزمن الأول للاختبار الثاني قد تناقص من ٢,٨١ ووصل إلى ٢,٣٢ بينما كان الفرق بين المتوسطين ٠,٤٩ وكانت ت المحسوبة ١,٦٣ أما في الزمن الثاني للاختبار الاول فقد كان ٢,٧٨ وتناقص ليصل إلى ٢,١٢ بفارق بين المتوسطين ٠,٦٦ وكانت ت المحسوبة ٢,٣٦. وفي الزمن الثاني للاختبار الثاني فقد كان ٣,٢٢ وتناقص ليصل إلى ٢,٤٣ وبفارق بين المتوسطين ٠,٧٩ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٦٣.

جدول رقم (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدي

لاختباري مواقف توقع التمير (اجزاء ثان) خاص

الاختبارات	بيان المتغيرات	قبلي س ± ع	بعدي س ± ع	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
الاختبار الأول	زمن أول	± ٢,٩٥	± ٢,٢٢	٠,٧٣	*٢,٢٨
	زمن ثان	٠,٢٨	٠,١٥	٠,٦٢	*٢,٨٢
الاختبار الثاني	زمن أول	± ٢,٧٨	± ٢,١٦	٠,٥٣	١,٥٩
		٠,١٥	٠,١٨	٠,٥٩	*٢,٢٧
	زمن ثان	± ٢,٧٠	± ٢,١٧		
		٠,٢٣	٠,١٧		
		± ٢,٩١	± ٢,٣٢		
		٠,١٤	٠,٢٣		

يتضح من الجدول رقم (٦) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدى لاختباري توقع التمرير (اجاء ثان) حيث تناقص الزمن الاول للاختبار الأول من ٢,٩٥ ووصل إلى ٢,٢٢ وبفارق بين المتوسطين ٠,٧٣ وحيث كانت ت المحسوبة ٢,٢٨ بينما تناقص الزمن الأول للاختبار الثاني من ٢,٧٠ ليصل إلى ٢,١٧ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٥٢ حيث كانت ت المحسوبة ٧,٥٩ أما في الاختبار الاول زمن ثاني قد تناقص من ٢,٧٨ ليصل إلى ٢,١٦ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٦٢ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٨٢ بينما كان في الاختبار الثاني زمن ثاني ٢,٩١ ليصل إلى ٢,٣١ وبفارق بين المتوسطين ٠,٥٩ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٢٧.

جدول رقم (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدى

لاختباري مواقف التوقع الخداعي (اجاء ثان) خاص

الاختبارات	بيان المتغيرات	قبلي س ± ع	بعدى س ± ع	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
					المحسوبة
الاختبار الأول	زمن أول	± ٣,٢٤	± ٢,٤٣	٠,٨١	٢,٢٥
	زمن ثان	٠,٢٨	٠,٢٢	٠,٧٤	٢,٠٠
الاختبار الثاني	زمن أول	± ٣,١٢	± ٢,٣٨	٠,٧٦	٣,٨
		٠,٢٨	٠,٢٥	٠,٧٦	٣,٠٠
	زمن ثان	± ٢,٩١	± ٢,١٥	٠,٦٦	
		٠,١٤	٠,١٤		
		± ٢,٨٣	± ٢,١٧		
		٠,١٦	٠,١٣		

يتضح من الجدول رقم (٧) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدى لاختباري التوقع الخداعي (اجاء ثان) أن الزمن الأول للاختبار الأول تناقص من ٣,٢٤ ليصل إلى ٢,١٣ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٨١ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٢٥ أما في الزمن الأول للاختبار الثاني فقد تناقص من ٢,٩١ ليصل إلى ٢,١٥

وبفارق بين المتوسطين ٠,٧٦ حيث كانت ت الخسوبة ٣,٨. بينما كان الزمن الثاني للاختبار الأول ٣,١٢ ليصل إلي ٢,٣٨ وبفارق بين المتوسطين ٠,٧٤ حيث كانت ت الخسوبة ٢,٠٠. أما في الزمن الثاني للاختبار الثاني فقد تناقص من ٢,٨٣ ليصل إلي ٢,٧ وبفارق بين المتوسطين ٠,٦٦ حيث كانت ت الخسوبة ٣,٠٠.

جدول رقم (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت الخسوبة للقياسين القبلي والبعدي

لاختباري مواقف تطابق التوقع (احماء ثان) خاص

الاختبارات	بيان المتغيرات	قبلي س ± ع	بعدي س ± ع	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت
					الخسوبة
الاختبار الأول	زمن أول	± ٣,١٨	± ٢,٣٨	٠,٨	*٢,٤٢
	زمن ثان	٠,٢٢	٠,٢٥	٠,٧٩	*٣,٣٩
الاختبار الثاني	زمن أول	± ٢,٩٨	± ٢,١٩	٠,٧٣	*٤,٢٩
		٠,١٢	٠,٢٣	٠,٦١	١,٨٥
	زمن ثان	± ٢,٨١	± ٢,٠٨		
		٠,١٣	٠,١١		
		± ٢,٧٧	± ٠,٢١٦		
		٠,٢٤	٠,٢٣		

يتضح من الجدول رقم (٨) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي لاختباري تطابق التوقع (احماء ثان) أن الزمن الأول للاختبار الأول قد تناقص من ٣,١٨ ليصل إلي ٢,٣٨ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٨ حيث كانت ت الخسوبة ٢,٤٢ أما الزمن الأول للاختبار الثاني فقد تناقص من ٢,٨١ ليصل إلي ٢,٠٨ وبفارق بين المتوسطين ٠,٧٣ حيث كانت ت الخسوبة ٤,٢٩ بينما كان الزمن الثاني للاختبار الأول ٢,٩٨ ليصل إلي ٢,١٩ وبفارق بين المتوسطين ٠,٧٩ حيث كانت ت الخسوبة ٣,٣٩ وفي الاختبار الثاني

من ثان كان القياس القبلي ١,٧٧ ليصل إلي ٢,١٦ في القياس البعدي وبفارق بين المتوسطين ٠,٦١ حيث كانت ت المحسوبة ١,٨٥.

جدول رقم (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدي

لاختباري مواقف توقع خطأ المنافس (اجزاء ثان) خاص

الاختبارات	الانحراف المعياري	بيان		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
		قبلي س ± ع	بعدي س ± ع		
الاختبار الاول	زمن أول	± ٢,٩٦	± ٢,١٢	٠,٨٥	٢,٦٦
	زمن ثان	٠,٢٨	٠,١٣	٠,٦٨	٢,٦٢
الاختبار الثاني	زمن أول	± ٢,٨٧	± ٢,١٩	٠,٧	٢,٩٢
		٠,١٩	٠,١٦	٠,٨٦	٣,٠٧
	زمن ثان	± ٢,٩٢	± ٢,٢٢		
		٠,١٦	٠,١٧		
		± ٢,٩٨	± ٢,١٢		
		٠,٢٤	٠,١٣		

يتضح من الجدول رقم (٩) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للاختباري توقع خطأ المنافس في القياسين القبلي والبعدي أن الزمن الأول للاختبار الأول قد تناقص من ٢,٩٦ ليصل إلي ٢,١١ وبفارق بين المتوسطين ٠,٨٥ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٦٦ بينما كان الزمن الأول للاختبار الثاني ٢,٩٢ ليصل إلي ٢,٢٢ وبفارق بين المتوسطين ٠,٧ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٩٢. أما في الاختبار الأول زمن ثان فقد تناقص من ٢,٨٧ ليصل إلي ٢,١٩ وبفارق بين المتوسطين ٠,٦٨ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٦٢ بينما كان في الاختبار الثاني زمن ثان ٢,٩٨ ليصل إلي ٢,١٢ وبفارق بين المتوسطين بلغ ٠,٨٦ حيث كانت ت المحسوبة ٣,٠٧.

جدول رقم (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للقياسين القبلي والبعدى
لاختباري شبكة تركيز الانتباه وحجم الانتباه

ن = ٢٠

المتغيرات	بيان	قبلي س ± ع	بعدى س ± ع	الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
تركيز الانتباه	١,١٦ ± ٥,٢٣	٠,٩٨ ± ٨,٦٨	٣,٤٥	٢,٢٨	
حجم الانتباه	٠,٥٦ ± ١,١٨	٠,٨٤ ± ٢,٨٩	١,٧١	٢,٣٤	

يتضح من الجدول رقم (١٠) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة لاختباري شبكة تركيز الانتباه وحجم الانتباه في اختبار تركيز الانتباه قد تزايد التركيز من ٥,١٣ ليصل إلى ٨,٦٨ في القياس البعدى وبفارق بين المتوسطين بلغ ٣,٤٥ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٢٨، بينما تزايد حجم الانتباه من ١,١٨ ليصل إلى ٢,٨٩ وبفارق بين المتوسطين بلغ ١,٧١ حيث كانت ت المحسوبة ٢,٣٤.
ثانياً: مناقشة النتائج:

بدراسة الجداول رقم (٢)، (٦) والخاص باختباري موقف توقع التمرير بعد الاحماء الأول (العام) والاحماء الثاني (الخاص) يتضح أن هناك فروق دالة معنوية عند مستوى ٠,٠٥ بالموقفين وخلال الزمن الأول والزمن الثاني ما عدا الزمن الأول لتوقع التمرير بالموقف الثاني بالاحماء الثاني وهذا يدل على تأثير البرنامج التدريبي لتحسين زمن التوقع للتمرير خلال الزمن الأول والثاني بالموقفين خلال الاحماء العام والخاص. ويعزى الباحث هذا إلى التدريبات التي قام بها أفراد العينة وعملية تحليل المواقف أثناء توقع التمرير بشكل كبير وسرعة ودقة استبعادهم لجميع مدخلات الموقف والقدرة على كشف أرجاء الملعب واستخدام مختلف التكتيكات الخاصة بالتمرير وزيادة الاحساس والإدراك لدمج الحركات المتتالية ويتفق هذا مع ما أشار إليه كل من حنفي مختار (١٩٩٤م) وجنسن (١٩٨٥م) والذي يشير إلى أن اللاعب في احتياج دائم للقدرات التكتيكية التي تمكنه من سرعة التصرف في الموقف اللعبي وامتلاك أكثر من استجابة (توقع) للموقف الواحد (١١: ٣٩) (٢٨: ٢٠٩).

وبدراسة الجدول رقم (٣) و (٧) والخاص باختباري مواقف التوقع الخداعي اجماء أول (عام) و اجماء ثان (خاص) تظهر فروق معنوية دالة عند مستوى ٠,٠٥ وذلك لصالح القياس البعدي وذلك في الموقف الأول بالاجمء الأول (العام) والموقف الثاني في الاجمء الثاني (الخاص) بينما لم تظهر فروق في كل من الموقفين الثاني والأول بالاجمء العام والخاص على التوالي. ويرجع ذلك تنفيذ المهارات التكتيكية والتكتيكية للاعبين أثناء التدريب التحليل الدقيق لكيفية استخدام بعض العمليات العقلية أثناء التدريب وتمركات اللاعبين والقدرة على اتخاذ القرار الصحيح مما أدى إلى اختصار زمن الأداء وصحة توقعه لخداع المنافس كما أن المواقف التي لم تظهر فيها فروق معنوية في الموقفين سابقا الذكر يرجع إلى أن المهاجمين كانت لديهم الفرصة لظهور بعض قدرات التكتيكات الهجومية الخداعية أكثر من أفراد البرنامج ويتفق هذا مع ما أشار إليه أمر الله البساطي (١٩٩٤م) إلى أن اختصار الزمن الكلي للأداء يأتي في المقام الأول على حساب اختصار زمن الأداءات الحركية المتدرجة لامتصاص الكرة والسيطرة عليها (٣٢: ١٠).

وبدراسة الجدول رقم (٤) و(٨) والخاص لموقفين تطابق التوقع للاجمء الأول (عام) والاجمء الثاني (خاص) إلى ظهور فروق ذات دلالة معنوية لصالح القياس البعدي للموقف الأول زمن أول وثان ولم تظهر فروق في الموقف الثاني خلال الاجمء الأول بينما توجد فروق ذات دلالة احصائية للموقف الاول والزمن الأول للموقف الثاني خلال الاجمء الثاني (الخاص) ويعزي الباحث ذلك إلى تأثير التمرينات التدريبية الموجهه على تنمية بعض العمليات العقلية المرتبطة بالتوقع والعود على مواقف اللعب واتخاذ القرار التكتيكي وتنمية التفكير المتعدد الاتجاهات والقدرة على تذكر المواقف المختلفة للعب ويتفق هذا مع ما أشار إليه كل من حنفي مختار (١٩٩٤) وريلمي جي كلايس (١٩٩١) ووليامز أم ديفز (١٩٩٥) ان أداءات الفرد تتناظر بقاعدة المعلومات والمعارف الناتجة على قدرة تزامن التوقع ويمكن أن تعرف بأنها توقيت الاستجابة الخاصة لكي تتوافق مع الاستجابة الحادثة من قبل مصدر خارجي (١٢٣: ١١).

(٣٢: ١٩٧) (٣٥: ١١١).

وبدراسة الجدول رقم (٥) و(٩) والخاص بموقفى توقع خطأ المنافس للاجتماع الاول (العام) والاجتماع الثاني (الخاص) إلى وجود فروق معنوية لصالح القياس البعدي للموقف الأول والزمن الثاني للموقف الثاني والزمن الثاني للموقف الثاني للاجتماع الثاني ويرجع الباحث هذا إلى زيادة حجم الانتباه لأفراد العينة وكذلك تنمية قدراتهم على الإدراك عند تغيير مواقف اللاعب وزيادة مهارات التمير والتغطية وذلك من خلال البرنامج التدريبي الذي اشتمل على التمير والتحرك لقطع تمريره المنافس تحت ضغط للتحرك والتمير ويتفق هذا مع ما أشار إليه كل من يوسف الشيخ (١٩٨٦) وورينك (١٩٨٥) وإلين وديع (١٩٩١) إلى أن اللاعب ذو المستوى العالي عند استخدامه لتكتيك معين في الهجوم والدفاع إنما يتم ذلك عن طريق الانتقال التحضيري لاجتياز المكان المناسب الذي يتوقعه اللاعب لمسار الأداء الحركية ومسار حركة المنافس (٢١: ٨٨) (٣٣: ٢٨٧) (٩: ١٥٢).

وبدراسة الجدول رقم (١٠) والخاص باجتياز شبكة الانتباه (تركيز الانتباه) وحجم الانتباه يتضح أن هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح القياس البعدي ويعزى الباحث ذلك إلى تركيز اللاعبين من خلال التدريب على مثير معين وكذلك زيادة التركيز على أكثر من مثير لزيادة حجم الانتباه فاللاعب لا يركز انتباهه على زملاءه في الملعب وخصومة وحركة الكرة في الملعب وهذا يتفق مع ما أشار إليه كوكس (٢٠٠٠) إلى أن التدريب على زيادة تركيز الانتباه ومظاهره يؤدي إلى تحسين مستوى أداء المهارات الحركية للاعبين.

الاستخلاصات:

في حدود اجراءات الدراسة يمكن استخلاص الآتي:

- ١- أن البرنامج التدريبي له تأثير إيجابي على زيادة قدرة الفرد على التوقع لمواقف اللعب المختلفة قيد الدراسة.
- ٢- هناك زيادة واضحة في معدل التحسن الزمني لمواقف اللعب المختلفة.
- ٣- أن البرامج التدريبية يمكن تعديلها وتشكيلها بشكل يؤدي إلى اختصار زمن أداء المهارات الأساسية المتدرجة وذلك عن طريق تنمية العمليات العقلية العليا للاعبين.

٤- أن البرنامج له تأثير إيجابي على تنمية وتحسين تركيز وحجم الانتباه.

التوصيات:

- ١- إجراء العديد والمزيد من الدراسات الخاصة بالعمليات العقلية العليا والعمل على تنميتها وخاصة التوقع والانتباه.
- ٢- ضرورة الاهتمام بقاعدة المعلومات المعرفية عن النشاط والمهارات الخاصة به إذ أن هذه المعلومات تشكل سياقاً مرجعياً من الخبرات اللازمة والضرورية لحل مشكلات المواقف والواجبات الحركية.
- ٣- إجراء مزيد من الدراسات التطبيقية لإيجاد العلاقة بين التوقع الحركي والقدرة على التفكير المهاري والخططي أثناء المباراة في كرة القدم للمراحل السنية المختلفة.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد أحمد خليل : (١٩٩٥م) مظاهر الانتباه لدى لاعبي الهوكي وعلاقتها بدقة الأداء المهاري، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان.
- ٢- أحمد عزت راجح : (١٩٨٩م) أصول علم التنفس، دار المعارف الاسكندرية.
- ٣- أحمد فاروق أحمد عبد العزيز : (٢٠٠٥م) تأثير برنامج للتصور العقلي وتركيز الانتباه على الكفاءة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي وبعض المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم تحت ١٤ سنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.

- ٤- أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك : (١٩٩٦م) القياس في المجال الرياضي، ط٤، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٥- أحمد محمد عبد الخالق : (١٩٩١م) أسس علم النفس، ط٣، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.
- ٦- أحمد محمد محمد علي عبد الجيد : (١٩٩٤م) مظاهر الانتباه لدى لاعبي بعض الرياضيات المائية (دراسة مقارنة)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس
- ٧- أسامة كامل راتب : (٢٠٠٠م) الإعداد النفسي لتدريب الناشئين، دليل المدربين وأولياء الأمور، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- : (٢٠٠٠م) تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي)، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٩- ألين وديع فرج : (١٩٩١م) الكرة الطائرة (دليل المعلم والمدرّب واللاعب)، دار المعارف، القاهرة.
- ١٠- أمر الله أحمد البساطي : (١٩٩٤م) دراسة تحليلية لأنواع الأداءات الحركية المركبة (الندججة) في بعض الألعاب الجماعية خلال المباراة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
- ١١- حنفي محمود مختار : (١٩٩٣م) الاختبارات والقياسات للاعب كرة

القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٢- سعد جلال : (١٩٩٢م) علم النفس التربوي الرياضي، ط٧، دار
محمد حسن علاوي المعارف، القاهرة.

١٣- سليمان فاروق سليمان نور : (٢٠٠١م) تأثير تنمية التوقع الحركي على أداء
الدين مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة، رسالة دكتوراه غير
منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة
الاسكندرية.

١٤- سيد عبد المقصود : (١٩٨٦م) نظريات الحركة، مطبعة الشباب الحس،
القاهرة.

١٥- مجدي حسن يوسف : (١٩٩٧م) تقويم القدرة على التفكير الخططي
المجموعي لدى لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير
منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة
الاسكندرية.

١٦- محمد أحمد عبد الله ابراهيم : (٢٠٠١) أثر تطوير بعض مظاهر الانتباه على دقة
التصويب لدى ناشئ الهوكي، بحث منشور، نظريات
وتطبيقات، مجلة علمية محكمة متخصصة في علوم
التربية الرياضية والبدنية، العدد الأربعون، كلية
التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.

١٧- محمد العربي شعون : (١٩٩٦م) التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار
الفكر العربي، القاهرة.

- ١٨- محمد حسن علاوي : (١٩٨٧م) سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف، القاهرة.
- ١٩- _____ : (٢٠٠٢م) علم النفس للتدريب والمنافسة الرياضية دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٠- _____ : (١٩٩٨) موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢١- محمد يوسف الشيخ : (١٩٨٦م) التعلم الحركي، دار المعارف، القاهرة.
- ٢٢- محمود عبد الفتاح عنان : (١٩٩٥م) سيكولوجية التربية البدنية والرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب)، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٣- هالة نبيل يحيى السيد : (١٩٩٥م) العلاقة بين كفاءة الجهاز العصبي المركزي وبعض مظاهر الانتباه كمحدد لانتقاء لاعب التايكوندو، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالزقازيق، جامعة الزقازيق.
- ٢٤- يحيى محمد محمد علي عبد الجيد : (٢٠٠٤م) علاقة دافعية الانجاز وبعض مظاهر الانتباه وقلق المنافسة بالمستوى الرقمي لدى سباحي المنافسات، رسالة جكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ٢٥- يس كامل حبيب : (١٩٩١م) أثر أداء الجمل الحركية لأجهزة الجمباز

محمود محمود سالم
المختلفة على بعض مظاهر الانتباه لطلاب كلية التربية
الرياضية ببورسعيد، بحث منشور، مجلة علوم وفنون
الرياضية، المجلد الثالث، العدد الثالث، كلية التربية
الرياضية للبنات، القاهرة، جامعة حلوان.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

- 26- Cox,R : (2000) Sport psychology concepts and applications, brown and Benchmark U.S.A Boolevard Dabuaut
- 27- Jayashree, A. : (2003) Effect of concentration training on attentional style. Exercise and sport Psychology, Reinhard stelter Copenhagen 22- 27, July, PP. 19.
- 28- Jensen, R,C and Hirst, C,C : (1980) Measurements in physical education athleties, Macmilam P. York 1980.
- 29- Macmorris, t, Hauxwell : (1995) Anticipation of soccer goal keepers when facing kicks to the right and the left of the goal using different kiching techniques, research in coaching, Boston, U.S.A.
- 30- Miller, Ls, Miller : (1996) Anticipation of professional goalkeepers when motar skills, Missoula mont.
- 31- Nettetton, BSO : (1993) Concident amiticipaton and football games, Kinesiological sinceenes, St Lincia Mniversity of Quens land. Dept..

- 32- Reilly. T, : (1991) Science and football H. P. by E Clarys, Jand stibbe. ans spon London.
A
- 33- Rink Edjudith : (1985) teaching physical education for learning, ST Louis, Toranto, s.l santa clear.
- 34- Sonijohn, T., : (2003) Effect of corrective mental imagery and error perception on learning closed motor skills, Exercise ans sport Psychology, Reinhard Stelter Copenhagen, 22- 27 July, PP. 170- 171.
- 35- Willims. M. : (1995) tive knowledge in sport as Daviels characteristic of 1995 exprticq? Sport and exercice psyclology. University of luerpal.
- 36 Wick strom, R,L : (1993) Fundamental motor patterns 3ed, Ed philadephia, Lea and febiger.