

ثبات وتوزيع الانتباه وعلاقته بالاستجابة الحركية عند إداء مهارة الدفاع عن الملعب بالغطس بالكرة الطائرة

استلام البحث : ٢٠٢٣/١١/٣٠

م.م علي جواد كاظم

جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قبول البحث : ٢٠٢٣/١٢/١٧

Ali.kadhum@qu.edu.iq

ملخص البحث

يعد ثبات وتوزيع الانتباه من العمليات العقلية التي تلعب دور كبير في استمرار الاداء الحركي لأطول فترة زمنية لذا فهو يعد من اهم العناصر المتعلقة بمستوى الاعداد النفسي للاعب وقياس هذا العنصر يعطي مؤشراً حقيقياً عن التغيرات التي تطرأ في اللحظة على النشاط النفسي للاعب فأن اغلب الاخفاقات في الاستجابات الحركية للمهارات في المباراة تؤدي بعض الاحيان الى حالات نفسية سواء كانت التهيؤ في الدفاع عن الملعب والتركيز بمتغيرات اللعبة وغيرها من المظاهر الاخرى فمن هنا برزت مشكلة البحث للتعرف على ثبات وتوزيع الانتباه وعلاقته بالاستجابة الحركية أثناء أداء مهارة الدفاع بالغطس للتوصل للحلول العلمية ولما لها دور فعال في وضع واعداد البرامج التدريبية للاعبين الطائرة. وافترض الباحث وجود علاقة ارتباط معنوي بين كل من ثبات الانتباه والاستجابة الحركية لدى لاعبي كرة الطائرة واستخدام الباحث المنهج المسحي لملائمة طبيعة البحث حدد الباحث مجتمع البحث وهم اندية الفرات الأوسط بالكرة الطائرة (القاسم، الدغاره، الهاشمية، المهناوية، السدة، الهندية، الروضتين، الكوفة) والبالغ عددهم ٩٦ لاعب وتم اختيار عينه البحث بالطريقة العشوائية البسيطة وهم ناديي (القاسم، الدغاره) حيث بلغ حجم العينة (٢٤) لاعب يمثل (٢٥%) من المجتمع البحث الأصلي . وتم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للمهارة قيد الدراسة ومن خلالها تم التوصل الى تحقيق اهداف البحث الكلمات المفتاحية (ثبات، وتوزيع الانتباه، الاستجابة الحركية، مهارة الدفاع من الغطس، الكرة الطائرة)

Stability and distribution of attention and its effect on the motor response when performing the defensive skill of diving with a volleyball

Abstract

Constancy of attention is one of the mental processes that plays a major role in continuing motor performance for the longest period of time. Therefore, it is considered one of the most important elements related to the level of psychological preparation of the player. Measuring this element gives a real indication of the changes that occur at the moment in the psychological activity of the player, as most of the failures are in motor responses. Skills in the match sometimes lead to psychological states, whether it is preparing to receive the ball, focusing on the variables of the game, and other aspects. Hence, the problem of research emerged to identify the stability and distribution of attention and its relationship to the motor response during the performance of the skill of defending by diving to reach solutions Scientific research and because it has an effective role in developing and preparing training programs for volleyball players. The researcher assumed the existence of a moral correlation between both the stability of attention and the motor response of volleyball players, and the researcher used the survey method to suit the nature of the research. The researcher identified the research community, namely the Middle Euphrates volleyball clubs (Al-Qasim, Al-Daghara, Al-Hashimiyya, Al-Mahanawiyah, Al-Saddah, Al-Hindiyya, Al-Rawdhatain, and Al-Kufa) numbering 96 players, and the research sample was selected in a simple random way, and they are my club. (Al-Qasim, Al-Daghara), where the sample size was (24) players, representing (25%) of the original research community. The results were presented, analyzed and discussed for the skill under study, through which the research objectives were achieved

Keywords (stability, attention distribution, motor response, diving defense skill, volleyball)

١- المقدمة:

ان تطور لعبة الكرة الطائرة الحديثة وارتباطها بعامل السرعة المفاجئة والخداع في اداء المهارات والتحرك داخل الملعب يفرض على اللاعبين الاستجابة المباشرة والسريعة التي تتطلب تأكيد الدقة في التنفيذ لإنجاز الواجب الحركي بصورة مثالية والحفاظ على هذا المستوى من الاداء لأطول فترة زمنية ممكنة لذا فإن الوصول لمستويات عالية يتوقف الى حد كبير الى فهم المظاهر الاساسية التي تؤدي الى نمو وارتقاء فنون لعبة كرة الطائرة ويعد ثبات وتوزيع الانتباه احد العمليات العقلية التي تلعب دور كبير في استمرار الاداء الحركي لأطول فترة زمنية وحيث هو الاساس الذي ترتكز عليه سائر العمليات العقلية الأخرى لأنه (أي الانتباه) هو (الاستعداد لأن تدرك شئ وهو تهيؤ ذهني) (١: ٣٦) لذا فهو يعد من اهم العناصر المتعلقة بمستوى الاعداد النفسي للاعب وقياس هذا العنصر يعطي مؤشرا حقيقيا عن التغيرات التي تطرأ في اللحظة على النشاط النفسي للاعب فإن اغلب الاخفاقات في الاستجابات الحركية للمهارات في المباراة تؤدي بعض الاحيان الى حالات نفسية سواء كانت التهيؤ في الدفاع عن الملعب والتركيز متغيرات اللعبة وغيرها من المظاهر الأخرى، اما توزيع الانتباه وهو ان يكون موزعاً بوجود مجموعة مثيرات كون مهارة الدفاع عن الملعب بحاجة ماسة لتوزيع الانتباه، ومن هنا تظهر اهمية البحث في التوصل الى معرفة ثبات وتوزيع الانتباه وعلاقته بالاستجابة الحركية أثناء أداء مهارة الدفاع بالغطس لدى لاعبي كرة الطائرة للتوصل للحلول العلمية ولما لها دور فعال في وضع واعداد البرامج التدريبية للاعبين الطائرة.

١- الغرض من الدراسة

التعرف على شكل العلاقة بين متغيرات البحث وهي ثبات وتوزيع الانتباه و مهارة الدفاع عن الملعب بالغطس بالكرة الطائرة

٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث : أستعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة الدراسة وأهدافها.

٣-٢ مجتمع وعينة البحث :

حدد الباحث مجتمع البحث وهم لاعبو اندية الفرات الأوسط بالكرة الطائرة (القاسم ،الدغارة ،الهاشمية ، المهنوية ، السدة ، الهندية ،الروضتين ، الكوفة) والبالغ عددهم ٩٦ لاعب وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة وهم ناديي (القاسم ، الدغاره) حيث بلغ حجم العينة (٢٤) لاعب يمثل (٢٥ %) من المجتمع البحث الأصلي

الجدول (١) يبين تجانس عينة البحث

ت	المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف	الالتواء
١	الطول	١٨٨	١,٢٣	٠,٦٢ +
٢	الوزن	٧٨	٢,٤	٠,٨٣
٣	العمر	٢٢,٤	٠,٨٨	٠,٢٢ -

٣-٢ تصميم الدراسة

ان المشكلة هي التي تحدد اختيار المنهج الصحيح الذي يتبعه الباحث في الوصول الى حلول المشكلة لذا استخدم الباحث المنهج المسحي لملائمة لطبيعة البحث .

٣-٣ المتغيرات المدروسة :

١- درجة ثبات وتوزيع الانتباه

٢- الاستجابة الحركية

٣- الدفاع عن الملعب بالغطس

٣-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث :

١- اختبار ثبات توزيع الانتباه (٤ : ٩) : لقد طلبت الدراسة ايجاد ثبات وتوزيع الانتباه لكل لاعب التي ادت بالباحث الى استخدام استمارة لاندولت لقياس ثبات وتوزيع الانتباه مكونات استماره لاندولت

استماره لاندولت عبارة عن لوح عليها سطور مكونة من حلقات تشير فتحتها الى اتجاهات مختلفة واعادة تقسم اللوحة الى ثلاثة اقسام متساوية كل قسم يحتوي على خمس سطور كاملة من الحلقات كل سطر به (٢٠) حلقة كل قسم يحتوي على ١٠٠ حلقة .

طريقه تطبيق الاختبار

- يتم شرح الاختبار باسلوب الاداء الصحيح للفرد المختبر
- يجلس المختبر امامه اللوحة وفي يده قلم رصاص وعليه ان يتأهب لبدأ الاختبار فور سماع البدء التي يتبعها مباشرة تشغيل ساعة إيقاف حساب زمن الاداء الى اقرب ثانية
- فور سماع اشارة البدء يقوم المختبر بحصر اي وضع علامة على دائرة عدد الحلقات التي تشير فتحتها الى اتجاه الساعة الخامسة تبداً من الجهة اليسرى الى الجهة اليمنى سطر تلو الاخر حتى نهاية الواجب المحدد له (الجزء الاول من الاختبار وهو السطور الخمسة الاولى ويجب ان يتم ذلك بدقة وفي اقل زمن ممكن تتوقف الساعة عند انتهاء المختبر من هذا الواجب طريقة التصحيح واحتساب النتائج :-

- يسجل للمختبر عدد الدوائر التي تم حصرها كذلك الزمن التي قطعها المختبر في اداء الجزء الاول من اي السطور الخمسة الاولى

- راحه ١٥ ثانية

- يكرر العمل السابق دور ((الخبير الثاني من الاختبار)) على السطور الخمسة الثانية ويتم التسجيل بنفس الاسلوب

- راحه ١٥ ثانية

- يكرر العمل السابق ((الخبير الثالث من الاختبار)) على السطور الخمسة الثالثة ويتم التسجيل بنفس الاسلوب (العدد والزمن وبهذا يكون قد انتهى الاختبار ويتم حساب النسبة وخطأ التسلسل)

٢- اختبار نيلسون للاستجابة الحركية (٢:٣٦٢)

هدف الاختبار :- قياس الاستجابة الحركية

مواصفات الاختبار :- تخطط منطقة الاختبار بثلاثة خطوط المسافة بين كل خط واخر (٦,٤٠)م وطول الخط واحد متر

طريقة الاداء :-

يقف المختبر عند احداث نهايتي خط المنتصف في مواجهة المحكم الذي يقف عند الطرف الاخر للخط يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين وبحيث ينحني بجسمه للامام قليلا ، يمسك المحكم بساعه الايقاف بإحدى يديه ويرفعها الى الاعلى ثم يقوم بسرعه بتحريك ذراعه اما ناحية اليسار او اليمين وهي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة يستجيب المختبر الاشارة اليد ١ باقصى سرعه ممكنة بالاتجاه المحدد بالوصول الى الخط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة عندما يقطع المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المحكم بإيقاف الساعة واذا بدء المختبر الجري في الاتجاه الخاطئ فان المحكم يستمر في تشغيل الساعة حتى يغير المختبر اتجاهه ويصل الى خط الجانب الصحيح طريقة التسجيل :-

يعطي للمختبر (١٠) محاولات متتالية راحه (٢٠) ثانيه وبواقع خمس محاولات في كل جانب تختار المحاولات في كل جانب وبطريقه عشوائيه تحتسب الدرجة النهائية للمختبر من مجموع محاولات ١٠ للجانبين مقسومه

$$\text{درجة المختبر} = \frac{\text{مجموع عدد المحاولات العشره}}{10}$$

٣- أختبار الاداء لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس (٥ : ١٤٣): يقوم اللاعبين المختبرين بأداء مهارة الغطس ويقوم اثنين من المختصين بتسجيل درجة الاختبار باستمرار خاصة معدة لذلك لمعرفة درجة الاداء المهاري. التسجيل : درجة المختصين من ١٠ .

وان الاختبارات تتمتع بصدق وثبات وموضوعية لانها استخدمت في اكثر من بحث وللمهارات نفسها ولعينات مقارنة ومشابهة الى عينة البحث

٣-٥ اجراءات البحث الميدانية.

٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية : عمل الباحث على اجراء تجربته الاستطلاعية الاولى بهدف التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء العمل عند اجراء التجربة الرئيسة وتم اجراءها على مجموعة من اللاعبين الشباب لنادي المهناوية والبالغ عددهم (٤) لاعبين في يوم الاربعاء الموافق ١٩ / ٤ / ٢٠٢٣ في تمام الساعة العاشرة صباحاً في مختبر علم النفس الرياضي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية

٣-٦ التجربة الرئيسية : قام الباحث باجراء التجربة الرئيسة بتاريخ ٢٤ / ٤ / ٢٠٢٣ وعلى ملعب القاعة المغلقة لنادي الدغارة الرياضي من خلال تنفيذ اختبارات المستخدمة على عينة البحث العينه

٤-١ عرض النتائج وتحليلها

٤-١-١ عرض وتحليل المعالجة الاحصائية لدرجة ثبات وتوزيع الانتباه والاستجابة الحركية والاداء المهاري للدفاع عن الملعب بالغطس .

الجدول (٢)

يوضح الوسط الحسابي والانحرافات المعياريه لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات	س	ع+
١	درجة ثبات وتوزيع الانتباه	٠.٦٩٢	٠.٢٠١
٢	استجابة الحركية	١.٣٥١	٠.١٠١
٣	الدفاع عن الملعب بالغطس	٧.١٧	٠.٨٩٧

من الجدول (٢) ظهر بان الوسط الحسابي لدرجه توزيع الانتباه لعينة البحث (٠.٦٩٢) بانحراف معياري قدره (٠.٢٠١) بينما بلغت قيمة الوسط الحسابي للاستجابة الحركية (١.٣٥١) ثانية وبانحراف معياري قدره (٠.١٠١) والوسط الحسابي لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس هي (٧.١٧) والوسط الحسابي (٠.٨٩٧) .

٤-١-٢ عرض وتحليل الارتباط بين مهاره الدفاع عن الملعب بالغطس و الانتباه والاستجابيه الحركية .

الجدول قم (٣)

يوضح معنويه الارتباط بين متغيرات البحث

قيمة (ر) المحتسبه	درجة ثبات وتوزيع الانتباه	استجابة الحركية
الدفاع عن الملعب بالغطس	٠.٧٦٥	٠.٨٤٩

• قيمة ر الجدوليه تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حريه ٢٤-٢=٢٢ والتي هي (٠.٣٤٩)

من الجدول (٣) ظهر بان هناك ارتباطين ذات دلالة احصائية بين كل من الدفاع عن الملعب بالغطس بثبات الانتباه والاستجابة الحركية حيث بلغت (ر) المحتسبة على التوالي (٠.٧٦٥) و(٠.٨٤٩) وهي اكبر من قيمه (ر) الجدولية والبالغ قيمتها (٠.٣٤٩)

٤-٢- مناقشة النتائج

من خلال عرض وتحليل النتائج اتضح بأن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الدفاع عن الملعب بالغطس ودرجة ثبات وتوزيع الانتباه وسرعة الاستجابة الحركية وهذا يعني بأنه كلما كان ثبات وتوزيع الانتباه ملائماً ومناسباً للاستجابة الحركية كما كان الاداء افضل ويعزى ذلك الى ان قدره على الاحتفاظ بالحالة النفسية المستمره خلال المنافسات يؤدي الى تحسين مستوى الاداء ويكون ثبات وتوزيع الانتباه هو من المظاهر الاساسية للانتباه لذا فإن الاحتفاظ لفترة زمنية مناسبة بما يلائم الواجب الحركي سوف يؤدي الى تحسين الاستجابة الحركية وتحسين الاداء لمهارة الدفاع عن الملعب بالغطس. ويذكر محجوب عام (١٩٨٩) (تعتمد قدرة الفرد على الاحتفاظ بالثبات على السرعة المناسبة لأداء النشاط وكذلك حجم النشاط وشدهته) (٣٦:١) كما يعزى ذلك على طبيعة لعبة الطائرة والتي تتطلب من اللاعب ان يجمع قواه واختيار اللحظة المناسبة لتنفيذ المهارة بما يتناسب مع الموقف وهنا يتطلب عملية اعداد من قبل الجهاز العصبي ويؤثر فيه من الحالات النفسية وبما يخدم المهارة والنشاط الرياضي ومزاولته يؤثران بدرجات متفاوتة على مظاهر الانتباه المختلفة هذا يعني انه من خلال التدريب تنمي العمليات العصبية كالقدرات والتفكير كما ان كثرة الاشتراك في المباريات يمكن ان تكسب اللاعب درجة عالية من التكيف العصبي والتي تنعكس بدورها على مظاهر الانتباه وتركيزه يؤدي الى تأخير سرعة الاستجابة وبالتالي تشتت القوى من يتسبب عنه فشل اداء وهذا يعني تذبذب الانتباه وتكون الاستجابة الحركية من الصفات البدنية المهمة في لعبة الكرة الطائرة والتي تلعب دور كبير في النقل والوزن والانسياب الحركي للاعبين ومن المكونات البدنية ومظهر الثبات كسمة نفسية لها تأثير مباشر في التصرف الحركي والحفاظ على اداء المهارة بأفضل مستوى لأطول فترة زمنية ممكنة (٤٣:٣)

٥- الاستنتاجات

من خلال نتائج البحث توصل الباحث الى

١. تمتلك عينة البحث عل درجة عالية من ثبات وتوزيع الانتباه
٢. هنالك علاقة كبيرة لثبات وتوزيع الانتباه في سرعة الاستجابة الحركية ومهارة الدفاع عن الملعب بالغطس لعينة البحث
٣. كلما كانت الاستجابة الحركية بدرجة عالية كلما اثر ذلك في مهارة الدفاع عن الملعب بالغطس

٦- التوصيات

- ١-التاكيد على ثبات وتوزيع الانتباه لأطول فترة ممكنة بما يتلائم للنواحي الفنية للاعبين الكرة الطائرة
- ٢-التاكيد على مظاهر الانتباه باستخدام التصور والتدريب الذهني خلال الوحدات التدريبية.
- ٣-ظرورة الاهتمام بالاستجابة الحركية في اعداد البرامج التدريبية للاعبين الكرة الطائرة

٧- المصادر :

- ١- وجيه محجوب : التعلم الحركي ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٩
- ٢- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الاداء الحركي، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٢
- ٣- سعد جلال و محمد حسن علاوي : علم النفس التربوي الرياضي ، ط١، القاهرة ، دار المعرفة ، ١٩٧٨
- ٤- حسين العبودي و لقاء الندوي : الرؤية البصرية والنشاط الرياضي ، بيروت ، دار الكتب العلمية، ٢٠١٥
- ٥- محمد صبحي حسنين وحمد عبد المنعم: الاسس العلمية في الكرة الطائرة، ط١، مصر ، مطبعة روز اليوسف، ١٩٩٧