الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

رسالة مكملة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث

في التدريب الرياضي

تخصص التحضير النفسي الرياضي

تحت عنوان:

تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الجرس (الهدف)

دراسة ميدانية على فريقي النادي الرياضي الهاوي التربوي والنادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين لكرة الجرس.

من إعداد الطالبة:

دليلة نواجي

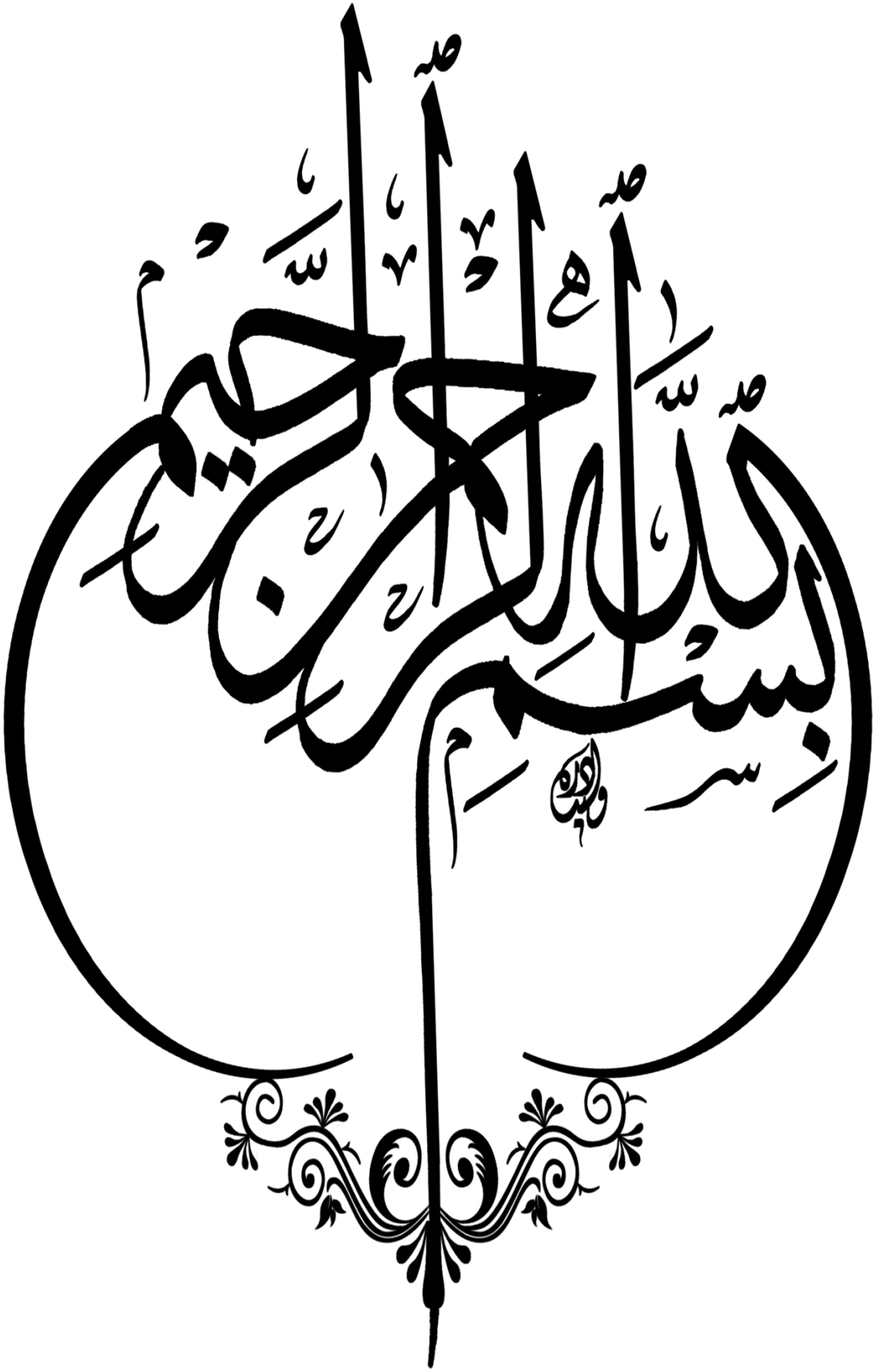
تحت إشراف الدكتورين:

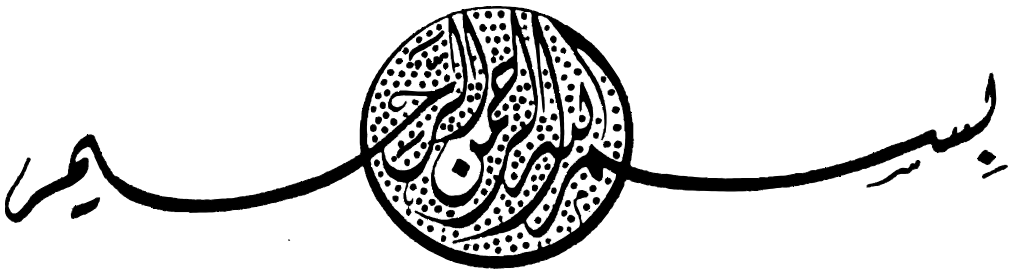
المشرف د. عادل دخية

مساعد المشرف د.جمالي مرابط

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة	الصفة
01	حميد دشري	أستاذ	بسكرة	رئيسا
02	عادل دخية	أستاذ محاضر أ	بسكرة	مشرفا ومقررا
03	جمالي مرابط	أستاذ محاضر أ	بسكرة	مدعوا
04	السعيد مزروع	أستاذ	بسكرة	عضوا مناقشا
05	ناصر بقار	أستاذ محاضر أ	بسكرة	عضوا مناقشا
06	عيسى هدوش	أستاذ	باتنة 2	عضوا مناقشا
07	فاطمة الزهراء زيدان	أستاذ محاضر أ	البويرة	عضوا مناقشا

السنة الجامعية 2024/2023


بسم الله الرحمن الرحيم



لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرَجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرَجٌ
وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرَجٌ وَمَن يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ
يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ وَمَن
يَتَوَلَّ يُعَذِّبْهُ عَذَاباً أَلِيماً))

صدق الله العظيم

{الفتح،17}

شكر وعرفان

بسم الله الذي جعل نور العقول وعلمها، ونشكرك اللهم ما أعطيتنا من النعم.

قال الله تعالى:" وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُم إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ"

صدق الله العظيم الآية 7 سورة إبراهيم

الحمد لله نبدأ الكلام، وبالشكر نتوسط المقام، وبالعمل والإخلاص نحقق الأحلام.

قبل كل شيء أشكر الله عز وجل الذي وفقني في إنهاء هذا العمل المتواضع

قال رسول الله ﷺ: " من لا يشكر الناس لا يشكر الله" صدق رسول الله ﷺ

يدعونا واجب الوفاء والعرفان بالجميل أن أتقدم بشكر العميق إلى الأستاذ الفاضل المشرف على هذا العمل الأستاذ الدكتور **دخية عادل** الذي لم يبخل علينا بمعلوماته القيمة وآرائه النيرة والصائبة وتوجيهاته القيمة التي مهدت لي الطريق لإخراج هذا العمل بشكله النهائي، الذي كان مرشدا وفي المعاملة أخا.

أشكر الأستاذ مساعد المشرف الأستاذ الدكتور **جمالي مرابط** الذي كان يتابع خطواتي العلمية خطوة بخطوة وكانت كلماته كلها تشجيع وعبد لي طريق العمل كما أشكره على الوقت الذي خصصه للاطلاع على كل كبيرة وصغيرة في انجاز هذا العمل فكان بمثابة الأب بنصائحه وتوجيهاته.

لا تكفي الكلمات لوحدها لايفائكما حقكما فأترك جزاؤكما عند الله سبحانه وتعالى جزاكم الله كل خير.

كما أتوجه بالشكر الجزيل لكل من أسهم بكلمة قالها أو ملاحظة نافعة أبداها، إلى كافة أساتذة معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية على كل ما قدموه لي من تسهيلات وحسن معاملة في مشواري الجامعي، وأخص بالذكر الأستاذ البروفيسور **دشري حميد**، وكما لا يفوتنا أن نشكر كل عمال الإدارة الذين كانوا بمثابة إخواني وأخص بالذكر **بن شعيرة مفيدة و نموشي عبد الرحمان مزيو إيمان** وعمال المكتبة على سهرهم الدائم على راحتنا ونجاحنا

دون أن أنسى الدكتورتين **خليل زهرة وبوزغران نعيمة** على كل النصائح والتشجيعات

وحين نتكلم على الوقفات لا بد أن أشكر أفراد عينة الدراسة والحكم الولائي **بن شعيرة ياسين** دون أن أنسى **ميمي عبد الله** على وقته ومساندته لي وكل من الفرق الفريق التربوي بسكرة وفريق وفاق بسكرة ومدرب الفريق الوطني على التسهيلات التي قدموها لنا عند اتصالنا بهم.

وفي الأخير نشكر كل من ساهم عن قريب أو بعيد لإتمام هذا العمل و إلى كل من علمنا حرفا وأنار لنا دربا فنسيه قلمي ويتذكره قلبي شكرا لكم جميعا.

ألف شكر

الإهداء

بسم الله والحمد لله رب العالمين الذي بنعمه تتم الصالحات، الحمد لله الذي بتوفيقه وتسهيل منه جل في علاه أكملت مسيرتي العلمية وأنهيت دراسة الدكتوراه لتفتح معي إن شاء الله آفاق حياة أخرى وهي حياة العمل والبروفسورة بإذن الله.

أهدي ثمرة جهدي إلى من كان سندي في الحياة، إلى من أحمل اسمه بكل فخر واعتزاز، إلى من فارقني جسدا ورافقني روحا إلى من يرتعش قلبي لذكره، إلى من علمني كيف أتحدى الصعاب.

روح أبي الغالي رحمه الله

إلى من حملتني في أحشائها، إلى نبع الحنان، إلى التي تحت قدميها الجنة، إلى ست الحبايب.

أمي أطال الله في عمرها.

إلى قوتي وملاذي بعد الله إلى من تذوقت معهم أجمل اللحظات إخواني:

سليم وعائلته، رشيد وعائلته، فيصل وعائلته، كمال وعائلته، صابر وعائلته دون أن أنسى صغير العائلة صلاح.

إلى من أرى السعادة بضحكته، إلى الذي أزهرت أيامي بوجوده إلى من أرى فيه ابني لؤي بن قويدر حفظه الله.

إلى من حبهم يجري في عروقي ويلهج بذكراهم فؤادي أخواتي: سعيدة وزوجها، سميرة، محبوبة وعائلتها

الأصدقاء الحقيقيون كالنجوم لا تراهم دوما ولكنك تعلم أنهم موجودين في السماء إلى أحلى نجمة زهرة لعروسي

إلى من كانت سندي في السراء والضراء، إلى التي كل الكلمات لا تفي حقها، إلى رمز التفاؤل إلى أختي: مفيدة

إلى من تحلو بالإخاء وتميزوا بالوفاء والعطاء صديقاتي:

يامنة، فريال، خيرة، ليديا، نسيمة، زهرة، نعيمة، مريم ونجمة .

إلى كل من عائلة: نواجي، العمري، مالكي، الوردي.

إلى كل صديقاتي وأصدقائي الذين كانوا لي عونا ولو بدعائهم لإتمام هذا العمل.

إلى كل أعضاء فريق نادي ابن باديس **ARB** وهشام، علاء، ربيع و **popi**.

إلى كل من نسيه قلمي ويتذكره قلبي.

أهدي ثمرة جهدي

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات الصفحة

شكر وعرفان.....

الإهداء.....

قائمة المحتويات.....

قائمة الجداول.....

قائمة الأشكال.....

قائمة الصور.....

مقدمة..... أ – ب

الجانب التمهيدي

الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية..... 7

2- التساؤلات..... 12

1-2 التساؤل العام..... 12

2-2 التساؤلات الجزئية..... 12

3- الفرضيات..... 13

1-3 الفرضية العامة..... 13

2-3 الفرضيات الجزئية..... 14

4- أهداف الدراسة..... 14

5- أهمية الدراسة..... 14

6- أسباب اختيار الدراسة..... 15

7- مصطلحات الدراسة..... 16

1-7 تركيز الانتباه..... 16

2-7 الأداء البدني..... 17

3-7 الأداء التقني..... 18

4-7 الإعاقة البصرية..... 18

5-7 كرة الجرس..... 21

8- الدراسات السابقة..... 23
8-1 تحليل الدراسات وربطها بالدراسة الحالية..... 23
8-2 التعليق على الدراسات..... 70
8-3 مدى الاستفادة من الدراسات..... 71

الجانب النظري

الفصل الأول:الإعاقة البصرية وخصائصها

تمهيد..... 74
1- الإعاقة البصرية وخصائصها..... 75
1-1 تعريف الإعاقة البصرية..... 75
1-2 تصنيف المعوقون بصريا..... 80
1-3 خصائص ذوي الإعاقة البصرية..... 82
1-4 مظاهر الإعاقة البصرية..... 91
1-5 الأسباب المؤدية للإعاقة البصرية..... 93
1-6 المشاكل التي يواجهها المعاق بصريا..... 95
1-7 العوامل المؤثرة في شخصية المعاق بصريا..... 95
1-8 الوسائل التربوية المستخدمة من طرف المعاقين..... 96
1-9 البدائل التربوية لتعليم المعاقين بصريا..... 98
1-10 احتياجات ذوي الإعاقة البصرية..... 98
1-11 كيف تتطور الحواس البديلة للمعاق بصريا..... 100
1-12 كيف تتعامل مع المكفوفين؟..... 103
1-13 الضرورات والتحديات في مجال تقييم القدرات العقلية لدى الأشخاص ذوي الاعاقة البصرية..... 107
1-14 الرياضة والإعاقة البصرية..... 108
1-15 الرياضة التنافسية للمعاقين بصريا..... 109
1-16 أهداف التربية الرياضية للمكفوفين..... 109
1-17 الإعاقة البصرية وأنواع الأنشطة الرياضية المناسبة لهذه الفئة..... 113
1-18 متطلبات مهمة لكي يستطيع المعاق بصريا ممارسة الرياضة..... 115

1-19 القواعد المنظمة للمشاركة في الرياضة وفقا للتقسيم الطبي..... 115
خلاصة..... 117

الفصل الثاني: القدرات العقلية وتركيز الانتباه

تمهيد..... 119
2- القدرات العقلية وتركيز الانتباه..... 120
1-2 تعريف القدرات العقلية..... 120
2-2 اتجاهات القدرات العقلية في المجال الرياضي..... 120
3-2 القدرات العقلية عند الرياضيين..... 121
4-2 القدرات العقلية التي وردت في الدراسة (الانتباه)..... 122
5-2 مظاهر الانتباه..... 125
6-2 العوامل المؤثرة في تحويل الانتباه..... 129
7-2 تقسيمات (أنواع) الانتباه..... 130
8-2 ضوابط الانتباه..... 132
9-2 نظريات الإنتباه..... 134
10-2 محددات الإنتباه..... 135
11-2 تصنيف الإنتباه..... 136
12-2 مراحل الإنتباه..... 138
13-2 تطور نمو القدرة على التركيز والإنتباه..... 139
14-2 العوامل المؤثرة في الإنتباه..... 140
15-2 أبعاد الإنتباه..... 144
16-2 صدمة الإنتباه..... 146
17-2 الانتباه عند الرياضيين..... 147
18-2 أقسام الانتباه في الألعاب الرياضية..... 149
19-2 أهمية تركيز الانتباه في الفعاليات الرياضية..... 150
20-2 مشكلات تركيز الإنتباه عند الرياضيين..... 152
21-2 التوجيهات التطبيقية لمساعدة الرياضي على تركيز الانتباه..... 154
22-2 طرق تحسين تركيز الإنتباه لدى اللاعبين..... 155
23-2 طرق قياس تركيز الإنتباه في المجال الرياضي..... 158

خلاصة..... 163

الفصل الثالث: المتطلبات البدنية والمهارات الأساسية لرياضة كرة الجرس

تمهيد..... 165

3- كرة الهدف..... 166

3-1 تاريخ كرة الهدف..... 166

3-2 تعريف كرة الهدف..... 166

3-3 مميزات كرة الهدف..... 166

3-4 كيفية اللعب بين أعضاء الفريق..... 167

3-5 بعض قوانين وأنظمة كرة الهدف..... 168

3-6 تأثيرات ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لذوي الإعاقة البصرية... 169

3-7 ما يجب أن يعرفه االمدرب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة..... 180

3-8 التدريب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة وتدريب المعاق بصريا..... 180

3-9 كيف يتم تقديم المهارة للمعاق؟..... 182

3-10 سمات البرنامج الرياضي للكفيف..... 183

3-11 تدريب المعاق بصريا..... 184

3-12 عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس والمهارات الأساسية لها..... 186

خلاصة..... 198

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد..... 201

1- الدراسة الاستطلاعية وخطوات سير البحث العلمي..... 202

2- منهج الدراسة..... 204

3- مجتمع وعينة الدراسة..... 205

3-1 مجتمع الدراسة..... 205
3-2 عينة البحث وكيفية اختيارها..... 206
3-3 خصائص العينة..... 206
4- مجالات الدراسة..... 208
4-1 المجال المكاني..... 208
4-2 المجال الزماني..... 208
4-3 المجال البشري..... 208
5 متغيرات الدراسة..... 208
5-1 المتغير المستقل..... 209
5-2 المتغير التابع..... 209
5-3 المتغيرات المشوشة أو الحرجة..... 209
6- أدوات الدراسة (مواصفات الاختبارات المستخدمة)..... 209
6-1 طريقة التحليل البيبليوغرافي..... 210
6-2 الأجهزة والوسائل المستخدمة في القياسات..... 210
6-3 الاختبارات والقياسات المستخدمة..... 211
7- الأسس العلمية للأداة المستخدمة..... 223
7-1 الثبات..... 224
7-2 الصدق..... 225
7-3 الموضوعية..... 225
8- الأساليب الإحصائية..... 225
9- صعوبات الدراسة..... 225
خلاصة..... 227

الفصل الخامس:عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد..... 229
1- عرض وتحليل نتائج الدراسة..... 230

1-1 عرض وتحليل نتائج تركيز الانتباه بوجود وعدم وجود مشوش.... 230
2-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى بين درجة الإعاقة وسرعة رد الفعل..... 231
3-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية بين درجة الإعاقة والقوة الانفجارية..... 237
4-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة بين درجة الإعاقة ودقة التصويب..... 240
5-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة بين درجة الإعاقة ودقة التمرير..... 242
6-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة بين درجة الإعاقة والقدرة على الدفاع..... 244
2 مناقشة نتائج الدراسة..... 247
1-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى..... 247
2-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية..... 249
3-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة..... 251
4-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة..... 253
5-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة..... 254
6-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العامة..... 255
خلاصة..... 258
استنتاجات..... 260
اقتراحات وتوصيات الدراسة..... 262
الآفاق المستقبلية..... 264
قائمة المصادر والمراجع..... 266
الملاحق..... 284
ملخص الدراسة.....

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	يبين مستوى النظر و درجاته حسب تصنيف اتحاد الولايات المتحدة للرياضيين المكفوفين USABA و منظمة رياضة المكفوفين العالمية IBSA.	82
2	يبين خصائص أفراد العينة حسب درجة الإعاقة	207
3	يبين خصائص عينة الدراسة.	208
4	يبين الأسس العلمية للاختبارات	224
5	النتائج الاحصائية للفروق بين تركيزلانتباه بوجود مشوش وعدمه	230
6	يوضح علاقة تركيز الانتباه بدون مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين.	231
7	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين	233
8	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.	234
9	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار	236
10	يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقوة الانفجارية	237
11	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش القوة الانفجارية	239
12	يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه بدون مشوش ودقة التصويب	240
13	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب.	241
14	يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه بدون مشوش ودقة التمرير	242
15	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التمرير.	243
16	يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع.	245
17	يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع.	246

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
1	شكل توضيحي يبين قياسات الملعب.	169
2	يوضح عناصر اللياقة البدنية	186
3	**الدائرة النسبية لنسبة عدد أفراد العينة حسب درجة الإعاقة**	207
4	**رسم تخطيطي يبين الاختبار سرعة رد الفعل**	216
5	**رسم تخطيطي يوضح اختبار دقة التمرير**	218
6	**رسم تخطيطي يبين اختبار دقة التصويب**	220
7	**رسم تخطيطي يبين اختبار القدرة على الدفاع.**	222
8	**يوضح أعمدة بيانية تمثل الوسط الحسابي والإنحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش وتركيز الانتباه بوجود مشوش.**	230
9	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليمين**	232
10	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لتركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين**	233
11	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.**	235
12	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.**	236
13	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقوة الانفجارية**	238
14	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقوة الانفجارية**	239
15	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه ودقة التصويب.**	240
16	**يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب**	241

17	يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه ودقة التمرير	243
18	يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه ودقة التمرير.	244
19	يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقدرة على الدفاع.	245
20	يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع	246

قائمة الصور

رقم الصورة	عنوان الصورة	الصفحة
1	صورة توضيحية تبين طريقة اللعب.	168
2	مرمى كرة الجرس.	170
3	كرة الجرس مع الجرس	170
4	صورة 4: لاعبة باللباس الرسمي	171
5	صورة تبين الغاضتين،كرة الجرس و واقي الصدمات	172
6	مباراة في كرة الجرس.	173
7	طريقة رمي الكرة	174
8	توضح الدفاع في لعبة كرة الهدف " الجرس" للمكفوفين	175
9	ضربة الجزاء.	176
10	حكم يراقب غماضات اللاعب	177
11	تدريب المعاق بصريا.	185
12	تمرير الكرة بين اللاعبين	194
13	كيفية تصويب كرة الجرس	195
14	تبين طريقة الدفاع في كرة الجرس	197
15	تبين بعض الأدوات المستخدمة في الدراسة	210
16	تبين الميزان الذي أخذ منه الطول والوزن للعينة.	211
17	تبين كيفية اجراء اختبار تركيز الانتباه للعينة	213

18	تمثل كيفية تطبيق الاختبار	215
19	تبين كيفية تطبيق الاختبارللعينة	215
20	تبين كيفية إجراء الاختبار سرعة رد الفعل على العينة.	216
21	تبين كيفية تطبيق أفراد العينة لاختبار دقة التمرير.	218
22	تبين كيفية تطبيق أفراد العينة لاختبار دقة التصويب.	221
23	تبين كيفية تطبيق أفراد العينة لاختبار القدرة على الدفاع	223

مقدمة الدراسة

مقدمة:

لقد أنعم الله علينا السمع والإبصار لنتعرف على العالم المحيط بنا ونكسب المفاهيم والمهارات التي تساعدنا على العيش والتوافق مع المجتمع الذي نعيش فيه.

إن حاسة البصر من أهم الحواس للتعلم والادراك، حيث قال الله تعالى: " وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ " سورة النحل الآية 78. وقال الله تعالى: " وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولً " سورة الإسراء الآية 36، قدم الله عز وجل السمع عن الإبصار، من حرم حاسة الإبصار فإنه قد تقل له فرصة في التفاعل الخارجي والمشاركة الفعالة مع أفراد المجتمع، وعلى هذا الأساس جاءت فئة ذوي الاحتياجات الخاصة ومن بينهم المكفوفين الذين فقدوا حاسة من الحواس وهي البصر، بالرغم من ذلك يعيشون حياتهم عادية.

ولا يخلو مجتمع مهما بلغ من سبل التقدم والتطور من وجود إعاقات على اختلاف أنواعها ودرجاتها، ولهذا الأمر يجعل الدول المتقدمة تتسابق إلى تقديم خدمات أفضل لأبنائها ذوي الاحتياجات الخاصة، حيث لم يعد المعاق عبئا على المجتمع كما كان الحال في الماضي بل أصبح عضوا فعالا في المجتمع يتمتع بحقوق السوي وعليه واجباته في ضوء ما تسمح به إعاقته ويمارسون كل الأنشطة الحياتية و بما فيها الرياضة.

فاهتمت الكثير من دول العالم بذوي الاحتياجات الخاصة نحو ممارسة الرياضة لهذه الفئة ومساعدتها في تحدي الإعاقة، إذ تعد رياضة المعاقين إحدى الرياضات الخاصة المهمة في الوقت الحاضر لما لها من دور في تأهيلهم لتحقيق انجازات رياضية عالية، والتدريب المستمر والمتواصل لتحقيق أفضل النتائج والوصول إلى أعلى المستويات (عبد الغفور، 2021، صفحة 124).

إن المجال الرياضي خصب بأنشطته المتنوعة حيث يجد المعاق ما يتناسب مع إمكاناته وقدراته، وفي نفس الوقت يستفيد المعاق من تأثيرات المختلفة لممارسة الرياضة سواء الناحية البدنية أو العلاجية أو الحركية أو النفسية.

فتكيف الرياضة حسب نوع الإعاقة أي لكل إعاقة رياضة تتناسب مع قدرات المعاق فنجد رياضة كرة الجرس تتناسب مع فئة المعاقين بصريا، فهي إحدى الألعاب الجماعية التي تناسب ظروفهم واحتياجاتهم وتنمي لديهم القدرة على تتبع الأصوات وقدراتهم الحركية من (قوة عضلية، سرعة...) وتنمي الروح الجماعية وتمارس في هدوء تام حيث يحاول اللاعبون تسجيل الأهداف بدحرجة الكرة الجرسية بقوة عبر خط مرمى فريق الخصم، ولذلك يتم إعداد اللاعبين إعدادا متكاملا في جوانب التدريب المختلفة والتي تشمل الجانب البدني، الجانب التقني والجانب النفسي بصورة متكاملة وذلك للوصول إلى أفضل المستويات.

ولاعب كرة الجرس بفقدانه لحاسة من الحواس أو ضعفها يؤثر على دقة استقبال المثيرات وترجمتها وتصنيفها والاستجابة لها وبالتالي يجب على اللاعب أن يركز انتباهه نحو مثير واحد وهو الكرة.

إذ تعد القدرات العقلية إحدى المكونات الأساسية المهمة التي يحتاجها لاعبو كرة الهدف إذ أنها تعمل وتساعد على تنمية القدرات الحركية وتطوير الأداء المهاري والبدني وتساهم في ربط وتسلسل الحركة من خلال تطوير المهارات البدنية والتقنية وتركيز الانتباه عند اللاعبين ومن خلال ما تقدم يمكن أن نحدد أهمية دراسة القدرات العقلية وعلاقتها على اللاعبين والتي تعطي المزيد من الثقة والمقدرة على الشعور بالأداء الفني الأفضل ومستوى الانجاز الأحسن، وكما كانت كرة الهدف من الفعاليات الرياضية التي تحتاج إلى التطوير والتحديث فإن دراسة موضوع القدرات العقلية يعد من أهم الاتجاهات الحديثة في عملية التطوير، حيث أن لعبة كرة الهدف تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على القدرات البدنية والتقنية، إذ أن العلاقة بين الجانب العقلي والأداء البدني التقني أصبح مثار اهتمام المدربين واللاعبين. (شمعون، 1996، صفحة 23)

إن الانتباه إحدى العمليات العقلية والنفسية التي تلعب دورا مهما في حياة الإنسان بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة، ويعد التركيز أحد مظاهر الانتباه المهمة الذي له دور فعال في التهيؤ والاستعداد قبيل الأداء ولاسيما قبيل البدء الإرادي حيث يتطلب

من اللاعب التدريب المتواصل على تطوير الصفات النفسية والعمليات العقلية إذ أن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات البدنية والتقنية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضا بقدرة الفرد على بعض القدرات العقلية ومنها تركيز الانتباه الذي يعد أحد أبعاد الإعداد النفسي المهمة للاعب كرة الهدف إذ يذكر "راجح" لولا الانتباه لما استطاع الفرد أن يعي أو يتذكر أو يتعلم شيئاً إذ أن يفكر فيه، فلكي تتعلم شيئاً أو تفكر فيه يجب أن تنتبه إليه وتدركه (عزت ر.، 1983، صفحة 193)، والتي أثبتت أن الممارسة الرياضية بصورة عامة عملت وتعمل على تطوير الجوانب البدنية، النفسية، الحركية، وكذا تحسين كفاءة تأثيرها على القدرات العقلية ومنها تركيز الانتباه (حرشاوي، 2001، صفحة 62).

حيث تعد مهارة تركيز الانتباه هي أحد العوامل الرئيسية في الرياضة التي تؤثر بشكل كبير على أداء الرياضيين، وتبرز أهميتها في عدة جوانب في الأداء الرياضي، حيث تعمل على تحسين الأداء المهاري، فعندما يكون الرياضي مركز الانتباه بشكل جيد يكون قادرًا على تنفيذ الحركات المهارية بدقة وكفاءة عالية، مما يؤدي إلى تحسين أدائه العام. كما أن زيادة التركيز والانتباه تعطي الرياضي القدرة على الحفاظ على تركيز عالي خلال المباريات أو التدريبات يمكن أن تسهم في تجنب الأخطاء والقرارات الخاطئة التي قد تؤثر سلبًا على النتائج، ومن أهم خصائص تركيز الانتباه أنها تعزز الاستجابة السريعة التي تساعد الرياضي على استقبال المعلومات بسرعة والاستجابة لها بطريقة فعالة، مما يزيد من فرص النجاح في الرد على التحديات أو المواقف الفردية خلال اللعب.

بعد ملاحظة الباحثة لأداء اللاعبين وتركيز انتباههم وإطلاعها على الموضوع جيدا ومراجعة بعض الكتب ظهرت أهمية الدراسة في التوصل إلى معرفة العلاقة بين تركيز الانتباه ومستوى الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الجرس ووضع الحلول المناسبة التي تعد ضرورية وهامة لتطوير مستوى لاعبي كرة الجرس، وأن اللاعبين يختلفون في قابليتهم العقلية والمهارية والنفسية وفيما يقدمونه أثناء المباراة حيث أن الطاقات والحالة النفسية للاعب تلعب دورا في قيادة المباراة بصورة صحيحة.

وبغية نزع هذا الإبهام شملت الدراسة ثلاثة جوانب الجانب التمهيدي، الجانب النظري والجانب التطبيقي.

الجانب التمهيدي فيه الفصل التمهيدي وهو الإطار العام استعرضنا فيه الإشكالية، فرضيات الدراسة، أهداف الدراسة، أهمية الدراسة ، تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة بالإضافة إلى الدراسات السابقة.

أما الجانب النظري الذي يحتوي على ثلاثة فصول كل فصل يبدأ بتمهيد وينتهي بخلاصة.

وقد جاء في الفصل الأول: الإعاقة البصرية وخصائصها حيث تطرقت فيه إلى تعريف الإعاقة البصرية، تصنيفها، خصائصها، مظاهرها، الأسباب المؤدية للإعاقة البصرية، احتياجات ذوي الإعاقة البصرية، الرياضة والإعاقة البصرية، أنواع الأنشطة الرياضية المناسبة لهذه الفئة والقواعد المنظمة للمشاركة في الرياضة.

في حين كان الفصل الثاني: القدرات العقلية وتركيز الانتباه فشمل تعريف القدرات العقلية، اتجاهاتها في المجال الرياضي وعند الرياضيين، مظاهر الانتباه، ظوابطه ونظرياته، تطوير تركيز الانتباه وأهميته ي الفعاليات الرياضية، ومشكلاته لدى اللاعبين، طرق تحسين وقياس تركيز الانتباه لدى اللاعبين في المجال الرياضي.

أما الفصل الثالث: المتطلبات البدنية والمهارات الأساسية لرياضة كرة الجرس احتوى على تاريخ كرة الهدف، تعريفها، مميزاتها وكيفية اللعب، وبعض قوانينها، تدريب المعاق بصريا، عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس والمهارات الأساسية لها.

وبالنسبة للجانب التطبيقي فقسمناه إلى الفصل الرابع وتمثل في منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية، والذي يضم الدراسة الاستطلاعية، منهج البحث، مجتمع وعينة البحث، مجالات الدراسة، ضبط متغيرات الدراسة، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية، أماالفصل الخامس فقمنا بعرض وتحليل نتائج الدراسة وكذا مناقشة النتائج.

في الأخير استنتاجات واقتراحات وتوصيات وآفاق مستقبلية للدراسة وأتممنا أطروحتنا بملخص للدراسة.

فإن وفقنا فهذا من الله سبحانه وتعالى وإن أخطأنا فهذا من أنفسنا ومن الشيطان.

الجانب التمهيدي

الفصل التمهيدي:
الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية.
2- التساؤلات.
3- الفرضيات.
4- أهداف الدراسة.
5- أهمية الدراسة.
6- أسباب اختيار الدراسة.
7- مصطلحات الدراسة.
8- الدراسات السابقة.

1- الإشكالية:

لطالما لعبت الرياضة دورا مهما في اكتساب الصحة والقوام المتناسق بل تعدت ذلك وأصبحت اليوم تمارس للشعور بالرضا والراحة النفسية وبالنظر للنتائج الإيجابية على الأشخاص اللذين يمارسونها باختلاف الأسباب سواء كانت صحية أو نفسية لتحقيق شهرة أو مكسب معين فما هي نتائج ممارسة الرياضة لمن تعتبر بالنسبة لهم المتنفس الوحيد بعد فقدانهم أحد وسائل التواصل والاندماج بمن حولهم واللذين بالنسبة لهم ممارسة الرياضة مهمة من جوانب عدة هؤلاء الأشخاص هم ذوي الاحتياجات الخاصة.

فمصطلح ذوي الاحتياجات الخاصة يطلق على فئة من المجتمع الذين يختلفون اختلافا ملحوظا عن الأفراد العاديين وتظهر هذه الاختلافات في الجسد أو العقل أو الحس (أبو رياش، 2021) ولهذا قسمت الإعاقات إلى أقسام الحركية والعقلية والحسية الأمر الذي يحد من قدرتهم على ممارسة النشاطات الأساسية بالطرق الطبيعية فمن هنا احتياجاتهم تختلف عن احتياجات باقي أفراد المجتمع، وما يهمنا في هذه الدراسة هي الإعاقات الحسية وعلى وجه الخصوص فئة المكفوفين الذين لديهم نفس الخصائص التي تتمتع بها أي مجموعة من الأفراد إذا ما هيئت لهم الظروف والبيئة المناسبة لتنمية قدراتهم ومهاراتهم إذا أتيحت لهم الفرص المناسبة، وأن كف البصر ليس عائقا يحول دون تحقيق ذلك، وأنهم يستطيعون استغلال باقي حواسهم ليعوضوا فقد البصر.

وحسب تتبع الباحثة لاحظت في السنوات الأخيرة اهتمام المجتمعات المتزايد بهذه الفئة واعترافهم بأن لهم الحق في الحياة والنمو والاستفادة من قدراتهم ومواهبهم، وبالتالي يجب تطوير هذه الفئة والاستفادة منها إلى أقصى حد ممكن.

وفي ضوء التطور الواضح والمتنامي في مجال الرياضة يعتبر موضوع ذوي الاحتياجات الخاصة من الموضوعات الحديثة التي شغلت اهتمام علماء النفس والرياضة حيث لا يكاد يخلو من أي مجتمع مهما بلغت درجة تحضره من هذه الفئة.

لهذا اهتمت الكثير من دول العالم بذوي الاحتياجات الخاصة والاتجاه نحو ممارسة الرياضة لهم ومساعدتهم في تحدي الإعاقة والاختلاط مع أفراد المجتمع وعدم انطوائهم على أنفسهم، وذلك لتدارك جوانب الضعف في جوانب قوة أخرى يمتازون بها (نجم، 2021، صفحة 295).

إذ تعد رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة إحدى الرياضات المهمة في الوقت الحاضر لما لها من دور كبير في تأهيلهم ، وتدريبهم المستمر والمتواصل لتحقيق أفضل النتائج والوصول إلى أعلى المستويات (عبد الغفور، 2021، صفحة 124)، ويشير (حسين، 2023، صفحة 170) " أن التدريب الحديث لمختلف الألعاب الجماعية عملية مخططة مبنية على أسس علمية هدفها الوصول إلى أرقى المستويات بالأداء المتكامل والمتطور الذي تسعى إليه دول العالم"، فتدريب المكفوفين يحتاج إلى تدريب خاص بسبب مشكلاتهم البصرية الأمر الذي يتطلب تعديلات على أساليب التدريب الرياضي.

ومن بين الرياضات الخاصة بالمكفوفين كرة الجرس التي يعتمد الأداء المهاري فيها على حاسة السمع بالدرجة الأولى، وبالتالي توظف هذه الحاسة لقيادة حركة الأطراف العليا والسفلى وعلى هذا الأساس نلاحظ أن ممارسة ذوي الاحتياجات الخاصة لكرة الجرس يظهر تألقا لامعا لما تتطلبه من دقة وتركيز. (نجم، 2021، صفحة 295).

كما تعتمد لعبة كرة الجرس على قدرة اللاعب لتتبع الأصوات وتحديد مسار الحركة واتجاهاتها بسرعة حيث أن اللاعبون يحاولون تسجيل الأهداف بدحرجة الكرة الجرسية

بقوة وبسرعة عبر خط مرمى الفريق الخصم، كما أنها تحتاج إلى صفات بدنية يجب أن يتمتع بها اللاعب مثل (القوة الانفجارية، القوة المميزة بالسرعة، سرعة رد الفعل، الرشاقة، التوازن، التوافق) (فرحات ، 2009، صفحة 114)

ومما هو جدير بالذكر أن تدريب كرة الجرس يعتمد على الأداء البدني، وكذلك على الأداء التقني من مهارات هجومية ودفاعية، بالإضافة إلى التحضير النفسي الذي يهدف إلى تطوير الخصائص النفسية والقدرات الضرورية في البطولات الرياضية عامة وكرة الجرس خاصة.

فيعد علم النفس الرياضي من أهم العلوم الإنسانية التي يعتمد عليها التدريب الرياضي، حيث يأتي في مقدمة العلوم المساعدة على نجاح المدرب وتطوير الأداء الرياضي، ونتيجة لذلك أخذ خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف النواحي النفسية المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية (حسين، 2023، صفحة 170).

وفي السنوات الأخيرة ازداد استخدام برامج تدريب المهارات النفسية مع اللاعبين وذلك للتحكم في العوامل النفسية التي تشمل مجموعة من المؤثرات التي تؤثر على العقل والنفس، هذه العوامل التي تلعب دورا مهما في كيفية إدراك اللاعبين للأمور وكيفية التعامل مع المعلومات وإتخاذ القرارات المناسبة، وفي هذا المعنى يتضح أن برامج تدريب المهارات النفسية تعد جزءاً رئيسياً ومهماً من برنامج التدريب الرياضي وتتجلى أهمية العوامل النفسية للاعب (التركيز والانتباه والدقة) حتى يستمر تركيز اللاعبين على أدائهم الفعال طيلة المباراة، وأصبح العامل النفسي أحد العوامل المهمة للفوز وتحقيق الإنجازات الرياضية.

ومن بين العمليات التي تعتمد بشكل كبير على العوامل النفسية والتي تعتبر البيئة الداخلية لها، العمليات العقلية التي تحدث داخل الدماغ وتتضمن التفكير، التذكر، التعلم، والإدراك، وكذلك من بين هذه العمليات تركيز الانتباه الذي يعد أحد هذه العمليات المهمة والتي تعمل على نجاح المهارات المختلفة كما تساعد على وضع الحلول السريعة للمهارات الفردية والجماعية، وتركيز انتباه عالي من أجل وضع الحلول المناسبة لمتطلبات الأداء المفاجئ الذي يحدث في المباراة، فالتركيز العالي يمكن اللاعب من أداء واجباته المهارية بشكل فعال، فالتصويب من بين المهارات التي تتطلب قدرات عقلية كبيرة، وكذلك المهارات الدفاعية فهي تتطلب مستوى عالي من تركيز الانتباه، فهنا تركيز اللاعب يكون منصب على فعالية أدائه مرور الكرة والتصدي لهجوم الخصم.

يعرف تركيز الانتباه على أنه تضييق الانتباه وتثبيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد، (محمد، 2022، صفحة 765)، وترى الباحثة أن في رياضة كرة الجرس يلعب تركيز الانتباه دورا حيويا عند اللاعبين لأن الاعتماد الأول في هذه اللعبة على السمع، وهو المثير المحدد ولذلك تعتمد هذه اللعبة على الهدوء داخل القاعة، كما يعتبر التركيز مهارة يمكن تطويرها وتحسينها بالتدريب وذلك بتكرار المثيرات، فيجب على اللاعبين أن يكونوا قادرين على التركيز لأدق التفاصيل للأداء الجيد، سواء كان ذلك أثناء التدريب أو المنافسة، فالإنتباه يساعدهم على الإستجابة بسرعة وبدقة للمواقف المختلفة لما تتطلبه وضعيات اللعب.

إن الانتباه يعد أحد الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية الأخرى، وإتقان هذه العمليات والتدريب المستمر عليها يمكن اللاعبين من تحسين أدائهم بشكل مستمر والوصول إلى مستويات عالية من الإتقان في المهارات الأساسية للعبة التخصص، وبما أن لعبة كرة الجرس تعتمد على تخيل اللاعب لمنافسه في الهجوم

والانتباه لتصدي الهجمة وكذلك العكس يتخيل منافسه في حالة الهجوم والتركيز لكي يستطيع الهجوم واحراز الهدف، إذ أن اللاعب عندما يتعامل مع المحيط يجب أن يعرفه حتى يستطيع حماية نفسه، والشرط الأول هو أن ينتبه إلى ما يدركه بحواسه كي يستطيع أن يؤثر فيه، وأن يسيطر عليه بعقله وعضلاته، إذا فالانتباه هو الخطوة الأولى لتكيف اللاعب مع المحيط.

إن لتركيز الانتباه دورا مهما في عملية التدريب، إذ يمكن استخدامه في الإعداد النفسي للمنافسة، كما أكد علماء النفس الرياضي على أهمية تركيز الانتباه بوصفه قمة الاستعداد في التدريب والمنافسات، ونظرا على تركيز انتباه اللاعب في عملية التدريب حتى يكون العمل على تنمية وتطوير القدرة على تحمل تركيز الانتباه في المنافسات (حسين، 2023، الصفحات 170-171).

ومن المعترف به في مجال التدريب الرياضي كثرة توجيهات المدربين للاعبين من أجل حثهم على ضرورة التركيز المتواصل كأن يستعمل المدرب بعض العبارات نذكر منها: انتبه، ركز، فالانتباه هو قدرة اللاعب على الإحساس بالبيئة المحيطة به، والتركيز هو قدرته على الأداء في ضوء هدف واضح وموجود بالفعل، وقد يكون انتباه اللاعب خارجيا أو داخليا، كما قد يكون واسعا أو ضيقا، وينبغي على الرياضي أن يحتفظ بانتباه متواصل، وأن يطور مهاراته في الأداء، وأن يتلاءم انتباهه مع متطلبات المهارة حتى ينجزها بكفاءة، ولا يعد كل ذلك أمرا يسيرا، خاصة مع تدخل العديد من المشتتات الخارجية (كالمشاهدين)، أو الداخلية (كالتعب، والحديث السلبي للنفس أو الانفعال)، (فاروق، أبو المكارم، و صبري، 2017، صفحة 678)

جاء في نظرية الانتباه وأسلوب العلاقات مع الآخرين على أن الانتباه كونه عنصر التكامل بين الوظائف العقلية والجسمية، حيث أشارت مجموعة من البحوث إلى وجود

علاقة بين القدرة على التحكم في عمليات الانتباه وزيادة الضغوط النفسية والاستثارة ولهذا فإن الاختبار الدقيق لقدرات اللاعب في الانتباه وتفهم العلاقة بين الانتباه وزيادة الاستثارة والأداء يمكن أن يؤدي إلى تنبؤ أفضل في الأداء، لذا فهي من أكثر النظريات استخداما. (الحوري، 2017، صفحة 176).

ومن خلال خبرة الباحثة في مجال تدريب كرة الجرس **(انظر ملحق رقم 1)**، وإطلاعها على العديد من الدراسات السابقة، البحث الميداني وفحص مكتبي **(انظر ملحق رقم 2)** اتضح قلة الأبحاث التي تناولت تركيز الانتباه لذوي الاحتياجات الخاصة (المكفوفين) في كرة الجرس مقارنة بالرياضات الأخرى.

وبمشاهدة الباحثة لليوتيوب وحضورها لبعض مباريات القسم الأول لكرة الجرس **(انظر ملحق رقم 3)** لاحظت أنه في بعض الأحيان اللاعب يخرج الكرة عند رميها عن مسارها ومن خلال حوارنا مع بعض اللاعبين ذوي الخبرة أرجحوا ذلك لعدة أسباب كان من أبرزها عدم تركيزهم في الأداء البدني والتقني، ومن خلال الملاحظة الميدانية لحصص التدريب وبالمقابلات الشخصية الاستطلاعية مع بعض مدربي فرق كرة الجرس القسم الوطني الأول سجلت الاهتمام بالعملية التدريبية سيما الجانب النفسي(تركيز الانتباه).

وما أثار اهتمام الباحثة محاولة معرفة علاقة تركيز الانتباه ببعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس.

2- التساؤلات:

2-1 التساؤل العام: كل هذه معطيات السابقة أدت إلى طرح السؤال الجوهري:

هل توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس؟

2-2 التساؤلات الجزئية: وللإجابة على السؤال الجوهري نستعين بالأسئلة الجزئية التالية:

- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه ودقة التمرير؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع؟

3- الفرضيات:

عندما تتضح مشكلة البحث يحتاج الباحث إلى تحديد المعيار الذي سوف يجمع على ضوئه المعلومات، وهذا المعيار إما أن يكون أسئلة أو فرضياته، و الفرضيات هي الحلول الممكنة التي يفرضها الباحث للمشكلة وذلك بناءا على ما تكون لديه من خلفية مقروءة أو مسموعة أو مرئية عن المشكلة قيد الدراسة، **(العزاوي، مقدمة في منهج البحث العلمي، ط1، 2008، صفحة 41)**، فكان الواجب علينا أن نطرح بعض الفرضيات واختبارها ومعرفة مدى صحتها بنية الإجابة على السؤال الجوهري في موضوع دراستنا، وأهم هذه الفروض التي يمكن طرحها هي:

3-1 الفرضية العامة:

- ✓ **توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس.**

3-2 الفرضيات الجزئية:

- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل.

- ✓توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية.
- ✓توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب.
- ✓توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التمرير.
- ✓توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع.

4- أهداف الدراسة: يجب على الباحث أن يحدد الأهداف بدقة، وتنبثق أهداف الدراسة من العنوان، (مصطفي، 2002، صفحة 193)، فلخصنا أهداف دراستنا في:

من خلال معالجة الباحثة للدراسة وتصورها لطبيعة المشكل ارتأت أن تتمحور أهداف الدراسة فيمايلي:

- ✓ معرفة العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه وبعض قدرات الأداء البدني والتقني.
- ✓ الإطلاع على العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية.
- ✓ التعرف على العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل.
- ✓ الوقوف على العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه والدقة التصويب.
- ✓ إيضاح العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه ودقة التمرير.
- ✓ التعرف على العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع.

5- أهمية الدراسة:

"تعتبر تحديد أهمية البحث من العناصر الهامة والأساسية في إعداد خطة الدراسة" (محمود و عبد الله، 2007، صفحة 92)، إن الهدف من عملية التدريب هو الوصول بحالة اللاعب إلى أعلى درجات الممارسة، وهذا لا يأتي إلا من خلال ترابط عدة عوامل سواء من الجانب البدني أو التقني دون أن ننسى الجانب المهم وهو الجانب النفسي وفي دراستنا هذه على أهم عملية عقلية ألا وهي **تركيز الانتباه** وذلك لما لها من أهمية في المساهمة لتطوير أداء اللاعبين وبالتالي تحقيق أفضل الإنجازات، كما يعتمد النجاح في لعبة كرة الجرس عليها حيث يتمكن اللاعب من تحديد مكانه على أرض الملعب وما

يجب أن يفعله في الهجوم، وهكذا تبلورت دراستنا حول تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس.

ويمكن تلخيص أهمية هذه الدراسة:

- ✓ إلقاء الضوء على المتغيرات قيد الدراسة (تركيز الانتباه وعلاقته بالأداء البدني والتقني).
- ✓ إظهار أهمية الدمج بين الجانب العقلي والبدني والمهاري في محاولة لإيجاد بعض الحلول للمشكلات التي يتعرض لها اللاعب ي المباراة.
- ✓ قد تسهم الدراسة في تحديد أهم المتغيرات التي يمكن توظيفها في الأداء لكرة الجرس لدى اللاعبين.
- ✓ الوقوف على أهمية تركيز الانتباه وعلاقته بالأداء البدني والتقني.
- ✓ تحسيس المدربين بالأهمية البالغة للجانب النفسي ولاسيما تركيز الانتباه.

6- أسباب اختيار الدراسة: من بين الأسباب التي أدت إلى اختيار الدراسة هي:

- ✓ كون الباحثة اختلطت بالمكفوفين، والعمل معهم كأستاذة ثم كمدرية فقد وجدت أنه يتم فقد تركيز الانتباه للاعبين أثناء أدائهم.
- ✓ الرغبة والفضول في الجانب النفسي (تركيز الانتباه)، بالإضافة إلى الإحساس بالقدرة على تناول الموضوع والكشف عن العلاقة بين تركيز الانتباه وبين الأداء البدني والتقني.
- ✓ محاولة الارتقاء بمستوى كرة الجرس على المستويات المحلية والوطنية ولما لا الدولية.
- ✓ توعية المربين والمدربين بأهمية تركيز الانتباه لتحسين أداء اللاعبين.
- ✓ نقص اعتماد المدربين على تدريب تركيز الانتباه في الحصص التدريبية.
- ✓ اعتماد أغلبية المدربين على الجانبين البدني والتقني وإهمال الجانب النفسي.

- ✓ محاولة لفت انتباه المدربين إلى وجود اخصائي نفسي في الفريق مهم جدا للوصول لمستويات العليا.

7- مصطلحات الدراسة:

الكلمات المفتاحية: تركيز الانتباه، الأداء البدني، الأداء التقني، الإعاقة البصرية وكرة الجرس.

في مختلف البحوث التي يتناولها الباحث يجد نفسه أما صعوبات تتمثل في عموميات اللغة وتداخل المصطلحات.

ولهذا يرى (العزاوي، مقدمة في منهج البحث العلمي، ط1، 2008، صفحة 50) من المهم توضيح المقصود بالمصطلحات المستعملة بالبحث حتى لا يساء فهمها أو تفهم بدلالة غير الدلالة الواردة في الدراسة، وكثيرا ما تتعدد المعاني المستخدمة في هذه الدراسة وقد يتم تحديد هذه المعاني بطريقة إجرائية.

وعليه فإننا سنحاول تحديد مصطلحات دراستنا ونذكر منها:

7-1 تركيز الانتباه:

التعريف الاصطلاحي:

عرفه (راتب، 2004، صفحة 283) بأنه عبارة عن تضييق الانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة، والاحتفاظ بالانتباه نحو تلك المثيرات.

هو قدرة الفرد على إختيار مثير محدد ولاستمرار في التركيز عليه للمدة التي يتطلبها ذلك المثير. (الخيكاني، الشافعي، و الزاملي، 2015، صفحة 96).

كما عرفه (الحوري، 2016، صفحة 149) "هو القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين في بؤرة الانتباه مما يعني أن انتباه الفرد مركزا عليها خلال لحظة معينة".

وهو تهيئة الحواس نحو استقبال مثيرات المحيط الخارجي. (خيون، 2010، صفحة 72).

التعريف الإجرائي:

هو قدرة اللاعب لتضييق انتباهه نحو مثير محدد (جرس الكرة) والاستمرار في التركيز عليه لمدة المباراة للفوز بها ويحاول عزل جميع المشوشات السمعية.

2-7 الأداء البدني:

التعريف الاصطلاحي:

ويهدف إلى اكتساب الفرد الرياضي للصفات البدنية الأساسية ومن أهمها القوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة والتوازن والعمل على تطويرها لأقصى مدى حتى يمكن الوصول بالفرد لأعلى المستويات الرياضية. (علاوي، 1990، صفحة 80)

عرفه (حماد م.، 2001، صفحة 143) على أنه مستوى الأداء البدني للفرد الرياضي لأقصى مدى تسمح به قدراته، أيضا هو إكساب الفرد الرياضي اللياقة البدنية.

التعريف الإجرائي:

وهو اكتساب اللاعب للصفات البدنية الخاصة بنوع الرياضة للوصول باللاعب للمستويات العليا ومن بين الصفات الخاصة بلعبة كرة الجرس سرعة رد الفعل والقوة الانفجارية.

7-3 الأداء التقني:

التعريف الاصطلاحي:

ويهدف إلى تعليم المهارات الحركية الرياضية التي يستخدمها الفرد في غضون المنافسات الرياضية ومحاولة إتقانها وتثبيتها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات الرياضية. (علاوي، 1990، صفحة 257)

وتعني كافة العمليات التي تبدأ بتعلم اللاعبين أسس تعلم المهارات الحركية وتهدف إلى وصولهم فيها لأعلى درجة أو رتبة بحيث تؤدى بأعلى مواصفات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد. (حماد م.، 2001، صفحة 103)

التعريف الإجرائي:

هي المهارات الحركية التي يجب على اللاعب اتقانها للوصول إلى أعلى المستويات لتحقيق أفضل النتائج، وكل لعبة لها مهاراتها الحركية المناسبة لها، ومن أهم المهارات الأساسية في لعبة كرة الجرس دقة التصويب، دقة التمرير والقدرة على الدفاع.

7-4 الإعاقة البصرية:

التعريف اللغوي:

يستلزم منا تجزئة العبارة إلى كلمتين و هما:"الإعاقة"و"البصرية".

✓ **الإعاقة:** عرفها "ابن منظور" أنها "إعاقة الشيء يعوقه عوقا ، والتعويق يعني المنع في الاستعمال العربي يطلق مفهوم التعويق على كل من يقف أمام المرء ويمنعه عن أداء نشاطه بكيفية عادية، سواء كان هذا العائق ماديا أو حسيا أي كل العقبات والعوائق وأنواع العجز التي تقف في طريق الشخص سواء داخلية أو خارجية، **(ابن منظور،**

1983، صفحة 25)، وحسب لاروس هي: " نقص ما يجعل صاحبه في حالة قصور"، **(Larousse, 1977, p. 154)**.

✓ **البصرية:** وهي صفة مأخوذة من مصدر "البصر" حاسة النظر، العين، العلم، والجمع أبصار، والبصير هو القادر على البصر عكس الضرير، **(البستاني، 1956، صفحة 34)**.

✓ ومنه نستنتج أن **التعريف اللغوي للإعاقة البصرية** هي عبارة عن قصور حسي، وهي من يمنع صاحبه عن أداء نشاطه بكيفية عادية الذي يحتاج فيه إلى البصر.

هناك الكثير من الألفاظ في اللغة العربية التي تستخدم لتعريف الشخص المعوق بصريا الذي فقد بصره وهذه الألفاظ هي:

✓ **كفَّ بصره:** ذهب، عَمِيَ فلان كفيف البصر، كفَّ بصره من مرض في عينيه.

✓ **كف الله بصره:** أعماه، **(عمر، 2008، صفحة 1944)**.

✓ **الكفيف:** وهو الشخص الذي فقد حاسة الإبصار كليا ولا يستطيع أن يرى النور سواء كان بسبب الإصابة أو بعض الأمراض الوراثية، (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 263).

✓ **ضرّ بصر الرجل:** صار ضريرا، (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 357).

✓ **الضرير:** هي تعني أيضا فقد القدرة على الإبصار وتستخدم في اللغة العربية للدلالة على تعريف فقد البصر، (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 264).

✓ **الأعمى:** من ذهب بصره، **(جبران، 1992، صفحة 94)**.

✓ **الأعمى:** هو شخص لا يرى أيضا النور وقد يختارها الناس لكثرة ترددها في القرآن الكريم في قوله تعالى: (ليس على الأعمى حرج) سورة الفتح الآية (16)، **(القرآن الكريم)** وقد يكون العمى قائم على بعض الأسباب الطبية العضوية مثل الوراثة أو بعض الأسباب المكتسبة من البيئة ويعتمد على قياس حدة الإبصار ويعتبر الإنسان

أعمى إذا كان لا يرى النور ولا تزيد حدة إبصاره عن 200/20 في العين الأقوى بعد استخدام نظارة، (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 264).

- ✓**الأعمش:** من ضعف بصر عينه مع سيلان دمعها في أكثر الأوقات، **(جبران، 1992، صفحة 94)**.
- ✓**الأكمه:** أعمى، المولود أعمى، الذي صار أعمى، **(جبران، 1992، صفحة 115)**، وهو الشخص الذي فقد بصره منذ الولادة أي ولد بدون حاسة البصر وهي مأخوذة من القرآن الكريم وذلك في قوله تعالى: (وتبرئ الأكمه والأبرص بإذني) سورة المائدة الآية (109) **(القرآن الكريم)** وهذا من معجزات أعطاها الله سبحانه وتعالى لسيدنا عيسى عليه السلام، (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 263).
- ✓أما كلمة **أعمى** في اللغة الإنجليزية تعني "**blind**" وقد جاء معناه في القاموس بأنه ضرير أو له علاقة بالعمى، **(البدري، 2006، صفحة 20)**.

التعريف الاصطلاحي:

تعددت تعريفات الإعاقة البصرية وفيما يلي مجموعة من أهم التعريفات:

هي فقد لحاسة البصر في العين يكون حائلا دون استخدام العين في التعلم وفي رؤية الأشياء من حول الإنسان.

عدم قدرة العين على الرؤية و يحتاج إلى استخدام حواس أخرى في عمليات التعلم والتدريب. (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 265).

تعرف الإعاقة البصرية بأنها حالة من الضعف في حاسة البصر بحيث يحد من قدرة الفرد على استخدام حاسة بصره (العين) بفعالية واقتدار، الأمر الذي يؤثر سلبًا في نموه وأدائه، وتشمل هذه الإعاقة ضعفًا أو عجزًا في الوظائف البشرية، (العزة س.، 2001، صفحة 179).

وفي العموم فإن مصطلح الإعاقة البصرية (Visual impairment) يعود إلى أي حالة صحية لا يمكن فيها تصحيح الإبصار بالعين إلى الدرجة التي تعتبر طبيعية. فإن هذا المصطلح يستعمل للدلالة عن فقدان البصر الذي يؤدي صعوبة إكمال المهمات اليومية بدون تعديلات، **(الزريقات، 2006، صفحة 99)**.

التعريف الإجرائي:

هي حالة فقدان البصر كليا أو جزئيا والتي تؤثر على قدرة الرياضي في أدائه حيث يعتمد على حواسه الأخرى بالإضافة إلى البصر المتبقي إن وجد، وهي تختلف من فرد لآخر حسب أسبابها وزمن حدوثها ودرجة شدتها من لاعب لآخر.

وفي دراستنا هذه سوف نأخذ مصطلح **المكفوفين** بدلا من ذوي الإعاقة البصرية.

7-5 كرة الجرس:

التعريف اللغوي:

✓ الكرة: أجسام مستديرة من مطاط أو جلد يلعب بها الأطفال في الألعاب الرياضية، **(جبران، 1992، صفحة 663)**.

✓ الجرس: أداة مجوفة من نحاس أو نحوه تستعمل لاستدعاء الشخص، الصوت، الصوت الخفي، **(جبران، 1992، صفحة 272)**.

ومنه نستنتج **التعريف اللغوي لكرة الجرس:** هي عبارة عن أداة مستديرة يلعب بها بداخلها أداة من نحاس أو نحوه يسمع صوتها عند اللعب.

التعريف الاصطلاحي:

كرة الهدف أو كرة الجرس هي لعبة للمكفوفين تكون مباراتها من فريقين، ويتكون كل فريق من ثلاثة لاعبين، ويحق لكل فريق ثلاثة استبدالات، وتؤدى كرة الهدف على أرضية صالة رياضية يبلغ بعداها 18 مترا و9 أمتار، وينقسم الملعب إلى نصفين بخط

وسط، ويظل كل فريق في النصف المخصص له من الملعب أثناء المباراة، ويتمثل الهدف من هذه اللعبة في رمي الكرة باليد على امتداد الصالة للوصول إلى خط مرمى الفريق المنافس، وفي الوقت نفسه يحاول الفريق المنافس منعها من الوصول إلى مرماه، **(هنداوي، 2017، صفحة 11)**.

كرة الهدف يتنافس فيها فريقان يتكون كل منهما من ثلاثة لاعبين أساسين وثلاثة لاعبين احتياطيين كحد أقصى، وتجرى المباراة على ملعب مستطيل مقسم إلى نصفين بواسطة خط المنتصف. يتم وضع مرمى على نهايتي الملعب ويكون اللعب بواسطة كرة الجرس (كرة في داخلها جرس)، و يهدف كل فريق خلال المباراة إلى دحرجة الكرة بحيث تعبر خط مرمى الفريق المنافس بينما يحاول الفريق الآخر منع حدوث ذلك، **(إبراهيم، 2002، صفحة 98)**.

تعتبر هذه الرياضة من الأنشطة الرياضية المحببة للمكفوفين، حيث أنها وضعت خصيصا لهم لمناسبة طبيعة الأداء فيها ونوع الإعاقة، وهي رياضة لا يمكن أن يمارسها الأصماء، حيث يعتمد الأداء المهاري فيها على حاسة السمع بالدرجة الأولى. (علي و أبو الليل، 2005، صفحة 276).

التعريف الاجرائي:

كرة الجرس وهي لعبة جماعية موجهة للاعبين المعاقين بصريا بمختلف درجاتهم، تتكون من ثلاث لاعبين في الميدان وثلاثة في الاحتياط، مغمضين العينين، في ملعب طوله 18م وعرضه 9م وبه مرمى ارتفاعها 1.3 م و طولها 9 م، تلعب بكرة بها جرس، والملعب يكون محدد بخطوط بارزة لمساعدة اللاعبين، ويتنافس الفريقين على إحراز أكبر عدد من الأهداف، وذلك تحت قوانين اللعبة.

8- الدراسات السابقة:

8-1 تحليل الدراسات وربطها بالدراسة الحالية:

من البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية تتسم بطابعها التراكمي، فما من دراسة إلا وجاءت بعدها دراسات عديدة قد تناولتها بالشرح والتحليل، أو تشترك معها في الموضوع أو في بعض جوانبه، ويعرفها (تركي، 1999، صفحة 123) أنه كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية.

جاءت دراستنا هذه انطلاقا من اهتمامنا بهذا الموضوع، فكانت وجهتنا إلى فرق كرة الجرس ولأننا في مجال التدريب الرياضي تخصص التحضير النفسي الرياضي ارتأينا اختيار موضوع يتعلق باللاعبين ذوي الاحتياجات الخاصة والرياضة، ولهذا اعتمدنا في دراستنا على بعض الدراسات الوطنية، والدولية منها العربية والأجنبية التي سوف نوظفها في الحكم والمقارنة وكذا إثبات أو نفي فرضياتنا، سنعرضها في الجداول التالية:

8-1-1 الدراسات الوطنية:

الدراسة 1:

الباحث	المجلة أو الأطروحة		السنة
العربي محمد	مقال: المجلد 15، العدد 01، الصفحة 290/276 مجلة التحدي أم البواقي (الجزائر)		2023-01-31
العنوان:			
التدريب باستعمال وسائل مساعدة لتحسين تركيز الانتباه والارتماء الجانبي لدى حراس المرمى في كرة القدم.			
المنهج	المجتمع والعينة	الأدوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية

المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين	تمثل مجتمع الدراسة في حراس المرمى فئة أقل من 17 سنة لولاية البيض، أما العينة فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية وعينة الدراسة 10 حراس تم تقسيمهم على مجموعتين (ضابطة وتجريبية)	استخدم الباحث: -اختبار شبكة تركيز الانتباه -اختبار مهارة الارتماء الجانبي الأرضي(ركلة الجزاء)	استخدم برنامج Spss لاستخراج: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري واختبار T.
الأهداف: وتمثلت أهداف هذه الدراسة في:			
- العمل على برنامج تدريبي باستعمال بعض الوسائل لمساعدة لتحسين تركيز الانتباه ومهارة الارتماء الجانبي. - المشاركة في تحسين مستوى الحراس للفرق المحلية من خلال اقتراح البدائل في التدريب.			
النتائج: توصل الباحث إلى النتائج التالية:			
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعديين للعينتين الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية في تركيز الانتباه. - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعديين للعينتين الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية في مهارة الارتماء الجانبي الأرضي.			
التوصيات: أوصت الدراسة بـ:			
- إدراج الوسائل المساعدة في التدريب خاصة في المراحل السنية المبكرة، لما لها من أهمية في جلب تركيز اللاعبين، وبالتالي الإقبال عليها وعلى التدريب بشكل أكبر وبنفسية أعلى. - إدراج دورات تدريبية للمدربين في الفئات الشبانية، قصد الاهتمام أكثر بحارس المرمى، نتيجة تعذر في أغلب الأ حيان تخصيص مدرب لهم.			

– العمل وفق البطاريات المقترحة من أجل القيام بعملية الانتقاء لهذا المنصب، وبالتالي الوصول إلى المستويات العليا بأكبر عدد من الحراس.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه و المتغير التابع الأداء التقني (الدفاع) بحكم نوع الرياضة كرة الجرس الدفاع مثل حارس المرمى.
من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا حيث استخدمنا المنهج الوصفي
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في تطبيق الاختبارات.

الدراسة 2:

الباحث	المجلة أو الأطروحة	السنة
نويري بوبكر	مقال: المجلد 09، العدد 3، 2022 الصفحة1112/1098 مجلة المنظومة الرياضية الجلفة/ الجزائر	2022
العنوان		
علاقة بعض القدرات العقلية (التصور العقلي وتركيز الانتباه) بمهارة التصويب على المرمى في كرة القدم.		
المنهج	المجتمع والعينة	الأدوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة.	بلغ عدد أفراد المجتمع الأصلي المسجلين في فريق اتحاد برهوم 16 لاعب، اختيرت عينة الدراسة بطريقة	استخدم الباحث مقياس للتصور العقلي، ومقياس تركيز الانتباه وكذلك اختبار التسديد	استخدم برنامج Spss لاستخراج: معامل الارتباط بيرسون.

	مقصودة ممثلة في 16 لاعب من نادي اتحاد برهوم	على المرمى (ضربة الجزاء).	

الأهداف:

هدفت الدراسة إلى التعرف على:

– مظاهر الانتباه وتركيز الانتباه والتصور العقلي أداء مهارة التصويب على المرمى في كرة القدم.

– قوة وعلاقة الارتباط لمظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي بدقة أداء مهارة التصويب على المرمى في كرة القدم.

– وضع تقديرات كمية لمهارة التسديد على المرمى في كرة القدم وفقا لنسبة مساهمة مظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي.

– رفع مستوى الرياضي الجزائري إلى ما هو مطلوب في الساحة العالمية للرياضة التنافسية

النتائج

أشارت أهم نتائج البحث إلى:

–وجود علاقة ايجابية ومعنوية بين مظاهر تركيز الانتباه ومهارة التصويب على المرمى في كرة القدم.

– وجود علاقة ايجابية ومعنوية بين التصور العقلي ومهارة التصويب على المرمى في كرة القدم.

التوصيات

يوصي الباحث بالآتي:

– ضرورة قياس وتقييم القدرات العقلية المتمثلة (بمظاهر تركيز الانتباه والتصور العقلي) لدى لاعبي كرة القدم.

– ضرورة محاولة تنمية القدرات العقلية لدى لاعبي كرة القدم وخاصة من لها نسبة مساهمة في التوقع للمهارات المبحوثة.

– إجراء دراسة مشابهة لبقية الفئات العمرية ولفعاليات أخرى ومحاولة تطبيقها على جميع الألعاب الرياضية في الوطن.

التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء التقني (مهارة التصويب).
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 3:

الباحث	المجلة أو الأطروحة	السنة
جواني مهدي، شريط محمد الحسن المأمون وعلي حدي	مقال: المجلد 18، العدد: مكرر 1، 2021 الصفحة 198/188 المجلة العلمية لعلوم التكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية (مستغانم). الجزائر	2021/06/10
العنوان		
العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة الإرسال القصير في تنس الريشة. دراسة على فريق القاعة المتعددة الرياضات لتنس الريشة أم البواقي.		
المنهج	المجتمع والعينة	الأدوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحثين المنهج الوصفي نظرا لملائمته مع طبيعة مشكل الدراسة.	تكون مجتمع الدراسة من فريق القاعة المتعددة الرياضات لتنس الريشة أم البواقي للموسم الرياضي	تم جمع البيانات باستخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه واختبار دقة الإرسال القصير.	استخدم الباحثون الوسائل الاحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية ومعامل بيرسون

	2019/2018 والبالغ عددهم 25 لاعب، أما عينة الدراسة تكونت من 15 لاعب من فريق قاعة متعددة الرياضات أم البواقي للفئة العمرية (13-15 سنة) بالطريقة القصدية (العمدية).		
الأهداف			
تهدف الدراسة للتعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه بدقة الإرسال القصير في تنس الريشة.			
النتائج			
توصل الباحثون إلى: - وجود علاقة طردية وايجابية بين مستوى تركيز الانتباه بدقة الإرسال القصير في تنس الريشة.			
التوصيات			
أوصت الدراسة على ضرورة الاهتمام بمهارة تركيز الانتباه لتطوير أداء لاعب رياضة تنس الريشة			
التعليق			
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء التقني (دقة الارسال في هذه الدراسة).		
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.		
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.		
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.		

الدراسة 4:

الباحث	المجلة أو الأطروحة	السنة
جواني مهدي، شريط محمد الحسن المأمون، علي حدي	مقال: المجلد 12، العدد 1، مكرر ج 1، 2021 الصفحة 67/52 مجلة الإبداع الرياضي – المسيلة–	2021/06/03
العنوان		
أثر برنامج تدريبي فردي على تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر –دراسة ميدانية لفريق اتحاد الشاوية–		

المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان المتكافئتان (الضابطة والتجريبية)	تمثل مجتمع البحث في لاعبي فريق اتحاد الشاوية لكرة القدم صنف أكابر واشتملت عينة البحث على 20 لاعب من فريق اتحاد الشاوية صنف أكابر بنسبة بلغت %66.66	استخدم الباحث الأدوات البحثية التالية: –اختبار أساليب الانتباه في الألعاب الجماعية، كما قام الباحث بتصميم برنامج تدريبي فردي مقترح أثناء فترة الحجر الصحي.	استخدم الوسائل الحصائية: البرنامج Spss لاستخراج: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار كا^2
الاهداف			
–التعرف على الفرق بين مستوى تركيز الانتباه قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح. التعرف على الفرق بين مستوى تركيز الانتباه بعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح –إثراء المكتبة الجامعية بدراسة ميدانية تتناول جانبا مهما من جوانب التدريب الرياضي.			

-تطوير المعرفة في مجال التدريب الرياضي.	
النتائج	
-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في تركيز الانتباه بالنسبة للمجموعة الضابطة. - توجد فروق بين الاختبار القبلي والبعدي في تركيز الانتباه لدى العينة التجريبية. - توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينة الضابطة والتجريبية لصالح التجريبية في الاختبار البعدي في تركيز الانتباه مما يعني فعالية البرنامج المقترح لتنمية تركيز الانتباه وهذا الفرق لصالح أداء أفراد المجموعة التجريبية.	
التوصيات	
-تركيز الانتباه عامل مهم في تحسين أداء اللاعبين. -ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين من خلال العملية التدريبية. -الاهتمام بإجراء الاختبارات النفسية على اللاعبين من خلال العملية التدريبية بما يسهم في الكشف المبكر عن أبعاد الشخصية المميزة للاعبي كرة القدم. -إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول تركيز الانتباه والتدرب عليها وأثرها على متغيرات أخرى. -ضرورة استغلال أوقات الحجر الصحي في ممارسة الرياضة خاصة في المحيط الذي يضمن عدم انتقال عدوى كوفيد 19 من الأشخاص الحاملين له.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اختلفت مع دراستنا باستخدامهم المنهج التجريبي طبيق القبلي والبعي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات واختلفت من ناحية التطبيق قبلي وبعدي.

الدراسة 5:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
سعيدي عبد المجيد وبن شرنين عبد الحميد	مقال: المجلد 11، العدد 02 مكرر جزء 2، 2020 الصفحة 335/321 مجلة الإبداع الرياضي. لمسيلة (الجزائر)	2020/12/22
العنوان		
مساهمة تركيز الانتباه في دقة التصويب لدى أصاغر كرة اليد.		
المنهج	المجتمع والعينة	الأدوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحثان المنهج الوصفي.	مجتمع البحث خاص بأندية البويرة الناشطة في الرابطة الولائية لكرة اليد فئة اصاغر والبالغ عددهم 6 أندية، كما شملت العينة لاعبي نادي مولودية البويرة تم اختيارهم بطريقة قصدية يشمل 20 لاعبا فئة الأصاغر U15.	استخدم الباحثان اختبار تركيز الانتباه واختباردقة التصويب واستمارات تسجيل وتفريغ النتائج.	تم استخدام البرنامج الاحصائي IBM Spss v25 لاستخراج: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط بيرسون، الانحدار الخطي البسيط، معامل التحديد R^2. الحد الثابت، معامل الانحدار، اختبار T-test، جدول F.
الأهداف			
هدفت الدراسة إلى التعرف على مساهمة تركيز الانتباه في دقة التصويب لدى أصاغر كرة اليد			
النتائج			

تم التوصل إلى: -وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) قوية ودالة إحصائيا بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى أصاغر كرة اليد حيث يساهم مستوى تركيز الانتباه بنسبة 80% في مستوى دقة التصويب.	
التوصيات	
اقترح الباحثين بعض التوصيات: -التأكيد على تطوير تركيز الانتباه أكثر عند أصاغر كرة اليد لوجود علاقة قوية ودالة إحصائيا بينه وبين دقة التصويب. -دراسة العلاقة بين مظاهر الانتباه الأخرى (حجم الانتباه، حدته، ثباته، تحويله وتوزيعه) ودقة التصويب. -إجراء مزيد من الدراسات المشابهة تتطرق إلى العلاقة بين تركيز الانتباه والمهارات الاخرى الدفاعية والهجومية.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء التقني (دقة التصويب).
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 6:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
زيرم بوجمعة، بن عكي محند أكلي وعبد السلام مقبل الريمي	مقال: المجلد 3، العدد 4، 2019 الصفحة 97/86 مجلة علوم الرياضة والتدريب (الجزائر).	2019/05/19

العنوان			
علاقة تركيز الانتباه بأداء الفريق الوطني لكرة اليد لأقل من 21 سنة في البطولة العالمية (مقاربة شمولية تحليلية).			
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
من أجل تحقيق أغراض البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لدراسة العلاقة الإرتباطية بين المتغيرين.	اشتمل مجتمع البحث على لاعبي الفريق الوطني لكرة اليد الجزائري لفئة أقل من 21 سنة في البطولة العالمية 2017 البالغ عددهم 19 لاعب، أما عينة الدراسة تكونت من 12 لاعب من المشاركين في كل مباريات البطولة العالمية.	اعتمد الباحث على مقياس خماسي يقيس المهارات النفسية الأساسية للاعبي المستوى العالي المصمم من طرف "ماهوني، بركنز، تيلر" يتكون من 32 عبارة تقيس 4 أبعاد هي "الثقة بالنفس، تركيز الانتباه، الاستعداد العقلي، القلق"، إضافة إلى بطاقة ملاحظة أداء اللاعبين الهجومية	استعان الباحث بحزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss واستخرج من خلاله على: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، ومعامل الارتباط بيرسون.
الاهداف			
هدف هذا البحث إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين أحد المهارات النفسية والمتمثلة في تركيز الانتباه، بأداء الفريق الوطني لكرة اليد فئة أقل من 21 سنة ضمن البطولة العالمية لكرة اليد التي احتضنتها الجزائر في جويلية 2017			
النتائج			

أسفرت النتائج على وجود علاقة طردية إيجابية (دالة إحصائيا) بين تركيز الانتباه وأداء الفريق الوطني لكرة اليد أقل من 21 سنة.	
التوصيات	
-وضع خطط للانتقاء الجيد. -ادخال الأساليب الحديثة في شتى المجالات الرياضية كتحليل المباريات. -انجاز بحوث علمية و ربطها بالعلوم الأخرى.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء.
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اختلفت مع دراستنا حيث استعمل في الدراسة مقياس وبطاقة ملاحظة أما دراستنا استخدمنا اختبارات.

8-1-2 الدراسات الدولية:

8-1-2-1 الدراسات العربية:

الدراسة 7:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
وليد سيد حسين	مقال: العدد 115 الصفحات 170-199 كلية التربية الرياضية-أبوقيرة- جامعة الأسكندرية مجلة تطبيقات علوم الرياضة	مارس 2023
العنوان		
تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث	اشتمل مجتمع البحث على لاعبي الممتاز "ب" بمجموعة الصعيد (نادي قنا ونادي الالومنيوم) ومجموعة القاهرة (نادي النصر ونادي السكة الحديد) المسجلين بالتحاد المصري لكرة القدم لموسم 2022/2021 والبالغ عددهم 302 لاعب، فتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم إلى عينة أساسية قوامها 44 لاعبا ممثلين للمراكز الأساسية داخل الملعب تمثل نسبة 13% من مجتمع البحث.	قام الباحث بتحديد مشكلة البحث من خلال الملاحظة العلمية، المقابلات الشخصية، مقياس تركيز الانتباه ومقياس التدفق النفسي.	استخدم الباحث برنامج Spss لحساب: المتوسط الحسابي، قيمة "ت" المحسوبة، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل التفلطح، معامل الارتباط، معامل الفا كرونباخ والنسبة المئوية
الأهداف			
يهدف البحث إلى: -مستوى حالة التدفق لدى لاعبي الممتاز "ب" تبعا (الصعيد-القاهرة) -نسبة مساهمة تركيز الانتباه بالتدفق النفسي لدى لاعبي الممتاز "ب"			

النتائج	
توصل الباحث إلى: -وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) في التدفق النفسي بين لاعبي جنوب الصعيد والقاهرة لصالح لاعبي مجموعة القاهرة، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة 3.86 -وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) في تركيز الانتباه بين لاعبي جنوب الصعيد والقاهرة لصالح لاعبي مجموعة القاهرة، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة ما بين 2.02 -أن نسبة مساهمة المتغير المستقل (تركيز الانتباه) في المتغير التابع (التدفق النفسي) حيث بلغت نسبة المساهمة 44% . -تزداد احتمالية دخول اللاعب إلى حالة التدفق النفسي والوصول للأداء الأمثل في التدريب والمنافسات كلما زاد تركيز الانتباه لدى اللاعبين فهناك علاقة ارتباطية طردية بين تركيز الانتباه والتدفق النفسي.	
التوصيات:	
يوصي الباحث بالآتي: -دراسة العلاقة بين مصادر تركيز الانتباه والمتغيرات النفسية المختلفة -توعية الرياضيين الناشئين بأهمية تركيز الانتباه المرتبط بالتدفق النفسي وما يترتب عليها من نتائج ايجابية للناشئ. -عقد دورات لتوعية المدربين والرياضيين والاخصائيين النفسيين بأهمية تركيز الانتباه بما يساعد في رفع مستوى التدفق لديهم. -الاهتمام من جانب المدربين واللاعبين في المجال الرياضي بالأبعاد المسئولة عن التدفق النفسي.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه واختلفت في المتغير التابع التدفق النفسي.
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.

من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اختلفت مع دراستنا في استعمال الملاحظة والمقابلة وتطبيق المقياس أما دراستنا استعمالنا اختبارات.

الدراسة 8:

الباحث	المجلة أو الأطروحة	السنة
إبراهيم ربيع شحاتة، أسماء شعبان محمد	مقال: المجلد 36 الجزء 4 الصفحات 180/157 مجلة علوم الرياضة	2023
العنوان		
تركيز الانتباه وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم بمدينة المنيا		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحثون المنهج الوصفي عن طريق المسح حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة البحث	يشمل مجتمع البحث وعينته علا لاعبي كرة القدم بنادي المنيا الرياضي، ونادي ملوى والبالغ عددهم 40 لاعب، وتم اختيار عينة أساسية عددها 20 لاعبا.	لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحثون الادوات التالية: اختبار تركيز الانتباه الذي قام محمد علاوي باقتباسه وتعديله، ومقياس السلوك التنافسي من إعداد الباحثين	استخدم الباحثون في معالجة النتائج الأساليب الإحصائية عن طريق برنامج Spss 26 لحساب المعاملات الإحصائية عند مستوى دلالة 0.05، قيم معاملات الارتباط بين تركيز الانتباه والسلوك التنافسي الايجابي والسلبي
الأهداف			

يهدف البحث إلى دراسة العلاقة بين تركيز الانتباه والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم بمدينة المنيا.	
النتائج	
في ضوء نتائج البحث يستخلص الباحثون مايلي: -يرتبط تركيز الانتباه بالسلوك التنافسي الايجابي ارتباطا ايجابيا لدى لاعبي كرة القدم بمدينة المنيا. -يرتبط تركيز الانتباه بالسلوك التنافسي السلبي ارتباطا سلبيا لدى لاعبي كرة القدم بمدينة المنيا.	
التوصيات	
في ضوء استخلاصات البحث يوصي الباحثين بمايلي: -الربط بين جميع مؤسسات الرياضية لاحتواء اللاعبين رياضيا وتقديم الخدمات الارشادية لاحتواء اللاعبين اجتماعيا ورياضيا. -دراسة ميدانية لخصائص وسمات اللاعبين حتى يتسنى لنا وضع برامج للتدريب على المهارات النفسية والتي تناسبهم وتشبع رغباتهم واحتياجاتهم. -اقتراح برامج نفسية للتدريب على المهارات النفسية لما لها من أهمية كبيرة في عمليات المنافسة الرياضية. -الاهتمام بعمل الاخصائي النفسي الرياضي لدوره الكبير في تدريب المهارات النفسية للرياضيين على كافة المستويات. -الاهتمام باللاعبين في جميع المراحل الرياضية من ناشئين ومستويات عليا وغيرهم من خلال الخدمات التي يقوم بها الاخصائي النفسي الرياضي.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه واختلفت في المتغير التابع السلوك التنافسي.
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.

من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات اختلفت في تطبيق مقياس السلوك التنافسي.

الدراسة 9:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
ذياب مشعان هيلان العزاوي، أحمد عريبي سبع الكرتاني، حمدي شتورو	مقال: المجلد 3 العدد 1 الصفحات 07/01 مجلة دراسات التربية الرياضية والبدنية العراق	2023/01/05
العنوان		
تركيز الانتباه وعلاقته ببعض المهارات الأساسية للاعب منتخب جامعة ديالي بكرة القدم للصالات.		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وذلك لملائمته طبيعة هذا البحث	أجري هذا البحث على على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية وقوامها 20 لاعب من منتخب جامعة ديالي بكرة القدم للصالات للعام الدراسي 2021-2022	استخدم الباحثون استمارة تركيز الانتباه (اختبار الشبكة) لقياس صفة تركيز الانتباه لدى عينة البحث، واختبار مهارات التهديف والمناولة	استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss لاستخراج: الوسط الحسابي،الانحراف المعياري، الخطأ المعياري، معامل الارتباط المتعدد واختبار T.
الاهداف			

هدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه وعلاقته ببعض المهارات الاساسية للاعبي منتخب جامعة ديالي بكرة القدم للصالات من خلال تركيز الانتباه كمؤشر بمستوى أداء المهارات الأساسية.	
النتائج	
أسفر البحث عن: -وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اختبار تركيز الانتباه و مهارتي المناولة والتهديف.	
التوصيات	
أوصى الباحث ب: -زيادة الاهتمام بصفة تركيز لما له من أهمية كبيرة في أداء التهديف والمناولة من خلال برنامج تدريبي يعمل على تحسين تركيز الانتباه. -اجراء اختبارات دورية خاصة بتركيز الانتباه بصفة دورية للتعرف على مدى استفادة اللاعبين من البرنامج التدريبي لتحسين تركيز الانتباه لدى اللاعبين. -إجراء دراسات مماثلة في الألعاب الأخرى التي تتطلب في أدائها سرعة ورد فعل والوقوف على قابلية اللاعبين.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء التقني (في هذه الدراسة التهديف و المناولة).
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 10:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
فيحاء تالي خلف، نور طارق كاظم، ندى نعمان حسن	مقال: المجلد 15، العدد 2، 2023 الصفحة 127/116 مجلة واسط للعلوم الرياضية. العراق	2023
العنوان		
علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب لدى لاعبي المدرسة التخصصية لفئة الشباب بكرة اليد في المثنى.		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدمت الباحثات المنهج الوصفي بالطريقة المسحية	تمثل مجمع البحث في لاعبي المدرسة التخصصية لفئة كرة اليد للشباب لعام (2022/2021)، واشتملت عينة البحث على لاعبي المدرسة التخصصية لفئة الشباب بكرة اليد في المثنى والبالغ عددهم 20 لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العمدية.	اختبار زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب. اختبار دقة التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس. كما استعانت الباحثات بالمقابلات الشخصية والملاحظة	استخدمن الباحثات الحقيبة الاحصائية Spss لغرض استخراج مايلي: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الارتباط البسيط، الوسيط واختبار T
الاهداف			
جاءت أهداف البحث للتعرف على العلاقة بين زمن تركيز الانتباه قبل التصويب ودقة التصويب لدى لاعبي المدرسة التخصصية لفئة الشباب بكرة اليد في المثنى.			

–التعرف على العلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى لاعبي المدرسة التخصصية لفئة الشباب بكرة اليد في المثنى. –التعرف على العلاقة بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب ودرجة تركيز. الانتباه لدى لاعبي المدرسة التخصصية لفئة الشباب بكرة اليد في المثنى.
النتائج
وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية موجبة بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب على الهدف ودقة التصويب. –وجود ارتباط معنوي سالب بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب. –وجود ارتباط معنوي سالب بين زمن تركيز الانتباه ودرجة تركيز الانتباه.
التوصيات
أوصت الباحثات بما يأتي: –التأكيد على عملية تركيز الانتباه وحدة الانتباه في الوحدات التدريبية لغرض تطوير دقة التصويب. –تدريب اللاعبين على الانتقال من الانتباه خارجي إلى الانتباه الداخلي وبلعكس وذلك لمتطلبات الأداء عند التصويب على الهدف حيث يجب أن ينتبه اللاعب المهاجم على مكان وجود حارس المرمى وتحديد النقطة المناسبة ونقل الانتباه إليها وتركيز قواه البدنية والنفسية لحظة التصويب. التأكيد على فن أداء التصويب خلال التعليم والتدريب لأن ثبات زمن الأداء يساعد على تكوين حالة جيدة من الاستعداد وتركيز الانتباه على الواجب الحركي بدلا من فن الأداء. –التأكيد على أخذ الوضع المناسب خلال فترة تركيز الانتباه قبيل أداء التصويب حيث أن للأوضاع الجسدية شئنا كبيرا في تمكين اللاعب من التركيز والتصور والتذكر للمهارة التي يؤديها. ضرورة شمول الوحدات التدريبية على التمرينات الخاصة بتنمية الانتباه لتطوير دقة التصويب. –التأكيد على أهمية مواضيع علم النفس الرياضي في الدورات التدريبية وخاصة المواضيع المتعلقة بالانتباه.
التعليق

من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء التقني (دقة التصويب).
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات واختلفت في استخدام الملاحظة والمقابلة.

الدراسة 11:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
أسعد خضير عبد الرحمن	مقال: المجلد 9، العدد 3، الصفحة 179/167 مجلة واسط للعلوم الرياضية. العراق	جويلية 2022
العنوان		
علاقة تركيز الانتباه بدقة أداء مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للاعبين الناشئين.		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح.	المجتمع الأصلي 75 لاعب، وعينة البحث اختيرت بالطريقة العمدية والتي تمثلت بلاعبي كرة الطائرة الناشئين للنادي الرياضي وهم يمثلون 13.33% أي 10 لاعبين،	استعمل الباحث المقابلة ، الملاحظة، الاستبانة اختبار شبكة تركيز الانتباه. اختبار دقة مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة.	استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) واستخرج الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل الارتباط (بيرسون) ، معامل الالتواء

الاهداف	
التعرف على مستوى العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة أداء مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة للاعبين الناشئين.	
النتائج	
وجود علاقة ارتباطية ايجابية وذات دلالة معنوية بين تركيز الانتباه ودقة مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة لعينة الدراسة.	
التوصيات	
استنتج الباحث وجود علاقة ارتباط بين تركيز الانتباه ودقة مهارة حائط الصد بالكرة الطائرة لعينة الدراسة. أوصى الباحث بالاهتمام بتركيز الانتباه بشكل خاص في الوحدات التعليمية والتدريبية لتطوير دقة أداء مهارة حائط الصد لكرة الطائرة. -اجراء دراسات مشابهة وعلى مهارات وفعاليات رياضية أخرى.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في المتغير التابع الأداء التقني (في هذه الدراسة أداء مهارة حائط الصد).
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات واختلفت في استعمال المقابلة، الملاحظة والاستيانة.

الدراسة 12:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
شيماء محمد أبو اليزيد	مقال: المجلد 28، العدد 6، 2022 الصفحة 49/30 بالمجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بنها مصر	2022 جوان
العنوان		
تأثير تنمية تركيز الانتباه تحت ظروف التعب على فعالية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتيه (كوميتة)		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدمت الباحثة المنهج التجريبي للتصميم التجريبي القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة وذلك لملائمته لطبيعة البحث.	تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الكراتيه للمرحلة السنية 14 سنة، كان عددها 5 لاعبات ناشئات.	استخدم الباحث اختبار (بوردن–أنفيموف) لقياس حدة وتوزيع الانتباه، اختبار الشبكة لتركيز الانتباه، اختبار الاسترخاء والقياسات المهارية وذلك عن طريق استمارة لتقييم الأداء المهاري مع تطبيق برنامج تدريبي متكون من 12 حصة.	استخدمت الباحثة كل من برنامج Excel وبرنامج Spss لمعالجة البيانات باستخدام الأساليب الاحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الإرتباط، معامل الإلتواء، اختبار T ونسب التحسن.
الاهداف			
يهدف البحث إلى التعرف على تأثير تنمية تركيز الانتباه تحت تأثير ظروف التعب على فاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكارتيه (الكومتية) من خلال:			

-إعداد برنامج نفسي مقترح في تركيز الانتباه تحت ظروف التعب على فاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتيه (الكومتية). -أثر البرنامج النفسي على فاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتية (الكومتية)	
النتائج	
توصلت الباحثة إلى النتائج التالية: -توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاسترخاء وفاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتيه (الكوميتة) لصالح القياس البعدي. -توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارتي حدة وتوزيع الانتباه وفاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتيه (الكوميتة) لصالح القياس البعدي. -توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارة تركيز الانتباه وفاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتيه (الكوميتة) ولصالح القياس البعدي.	
التوصيات	
أوصت الباحثة بالاهتمام بتطبيق البرنامج النفسي المقترح على لاعبات الكاراتيه، حيث أكدت النتائج فاعليته في تحسين فاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكاراتيه (الكومتية). -الدمج بين التدريب على المهارات العقلية والتدريب البدني والمهاري والخططي، حتى يمكن تحقيق أفضل المستويات الرياضية. -العمل على التركيز على بعدي الوضوح والتحكم عند تطوير مهارة لتصور العقلي العام للاعبين الرياضيين. أهمية العمل على تخصيص الوقت المطلوب للإعداد النفسي بوجه عام، والتدريب على المهارات العقلية، والتي ثبت أهميتها في تطوير الأداء المبارائي.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في المتغير التابع الأداء المبارائي.

من حيث المنهج	اختلفت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 13:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
أحمد فاروق عزيز نصار	المجلد 7، العدد 1، الصفحة 118/93 مجلة جامعة الاستقلال للأبحاث (فلسطين)	جوان 2022
العنوان		
تركيز الانتباه وعلاقته بدقة بعض مهارات كرة الطائرة لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية –خضوري–		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحث المنهج الوصفي نظرا لملائمته وطبيعة أهداف الدراسة.	تكون مجتمع الدراسة من طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية خضوري حسب سجلات وحدة القبول والتسجيل والبالغ عددهم 236 طالبا للفصل الدراسي الاول (2022/2021)، كما بلغت عينة الدراسة	تم تصميم مقياس لتركيز الانتباه مكون من 20 فقرة، كما استخدم 3 اختبارات مهارية لقياس المهارات الأساسية في كرة الطائرة (اختبار دقة مهارة الإرسال، اختبار مهارة الضرب الساحق، اختبار حائط الصد)	وللمعالجة الاحصائية تم استخدام برنامج SPSS وذلك لاستخراج: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار الانحدار الخطي المتعدد.

	35 طالبا من الطلاب المسجلين بكرة طائرة أي بنسبة 14.83% من مجتمع الدراسة، تم اختيارهم بالطريقة القصدية		
الاهداف			
هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى تركيز الانتباه لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية – خضوري، وكذلك علاقة دقة بعض مهارات كرة الطائرة (الإرسال، الضرب الساحق، حائط الصد) على تركيز الانتباه لدى طلاب تخصص التربية الرياضية في –جامعة فلسطين التقنية– خضوري			
النتائج			
أظهرت نتائج الدراسة بأن دقة مهارات كرة الطائرة مجتمعة يفسر ما نسبته 4.3% من تركيز الانتباه، حيث يتضح بأن أبرز المهارات تأثيرا على مهارة تركيز الانتباه تمثلت في مهارة الضرب الساحق.			
التوصيات			
يوصي الباحث على أهمية تعزيز ودعم قدرات وخبرات المدربين في الجامعات بإدخالهم في دورات وورشات عمل مختلفة للتعرف إلى أهمية تطبيق أساليب التدريب القائمة على تركيز الانتباه وملاحظة تأثيرها على المهارات المختلفة في جميع الألعاب الرياضية و كرة الطائرة بشكل خاص.			
التعليق			
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه وكذلك في في المتغير التابع الأداء التقني (دقة بعض مهارات كرة الطائرة).		
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي.		

من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات واختلفت في استعمال مقياس.

الدراسة 14:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
نضال مصطفى بني سعيد، شافع سليمان طلفاح، محمد خلف ذيابات	مقال: المجلد 37، العدد 2، الصفحة 68/43 جامعة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، الكرك، المملكة الأردنية الهاشمية	2022
العنوان		
دراسة تحليلية لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحثون المنهج الوصفي بصورته المسحية لملاءمته لطبيعة الدراسة.	تكون مجتمع الدراسة من لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة، وعددهم 30 لاعبا ولاعبة حسب سجلات الاتحاد الأردني للريشة الطائرة للعام (2018) فتكونت عينة الدراسة من جميع لاعبي المنتخب الوطني	تم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه، حيث تم قياس مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المباراة	استخدم الباحثون الاختبارات الآتية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، مربع كاي للمقارنات، اختبار ويلكسون، اختبار مان وينتي.

	الاردني وعددهم 28 لاعبا ولاعبة (17 من الذكور و11 من الإناث) من لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة تم اختيارهم بطريقة عمدية وبأسلوب الحصر الشامل.		
الأهداف			
هدفت هذه الدراسة في التعرف إلى تحليل مستوى تركيز الانتباه(قبل وأثناء وبعد) المباراة، وأثره على نتائج المنافسات لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة، وكذلك اختلاف مستوى تركيز الانتباه تعزى لمتغيرات (الخبرة، والعمر، والجنس) لدى لاعبي المنتخب الوطني الاردني في الريشة الطائرة.			
النتائج			
أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تركيز الانتباه قبل المباراة يكون مرتفعا ثم يبدأ بالانخفاض أثناء المباراة ثم ينخفض بشكل كبير بعد نهاية المباراة مباشرة، كما أظهرت النتائج أن اللاعبين الأكثر خبرة والأكبر عمرا لديهم مستوى تركيز أفضل، ولا يوجد فرق بين الجنسين (ذكور والإناث) في مستوى امتلاكهم لمهارة تركيز الانتباه، وأن مستوى تركيز الانتباه له أثر على نتائج المباريات.			
التوصيات:			
توصي هذه الدراسة بما يأتي: -زيادة التدريبات النفسية للاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة من أجل رفع مستوى تركيز الانتباه لأطول فترة ممكنة أثناء المنافسة. -رفع مستوى اللياقة البدنية لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة لأن ذلك يساهم في رفع مستوى تركيز الانتباه.			

-زيادة عدد البطولات الداخلية والمشاركات الخارجية لإعطاء لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة فرصة أكبر لاكتساب الخبرات، لأن ذلك يساهم في تطوير تركيز الانتباه. -إجراء مزيد من الدراسات للوقوف على المهارات النفسية الأخرى التي يمتلكها لاعبو الريشة الطائرة في الاردن.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدام المنهج الوصفي واختلفت في طريقته (تحليلية).
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 15:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
آلاء يوسف حوار الطفيلي	رسالة ماجستير في التربية الرياضية جامعة الكوفة -كلية التربية للبنات-	2020
العنوان		
تأثير منهج تعليمي وفقا للتفكير البصري بإستعمال وسائل مساعدة في تركيز الانتباه وتعلم بعض المهارات المركبة بكرة اليد للطالبات		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استعملت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية	شمل مجتمع الدراسة طالبات المرحلة الثانية، قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة- كلية التربية	استخدمت الباحثة اختبار والقياس من بينها اختبار بوردن- انفيموف و اختبارات المهارات المركبة	تم معالجة النتائج احصائيا باستعمال الحقيبة الإحصائية (spss) باستخراج الأوساط الحسابية،

والضابطة لملائمته طبيعة الدراسة.	للبنات جامعة الكوفة للعام الدراسي (2018-2019) والبالغ عددهن 37 طالبة، أما عينة الدراسة تم اختيارها بالطريقة العشوائية إذ أجري لهم التجانس وتم تقسيم العينة بعد ذلك إلى مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة تضم 15 طالبة إذ شكلت نسبة 81.08% من مجتمع البحث ثم أجري التكافؤ لهما قبل الشروع في التطبيقات الميدانية.	(الطبطبة-المناولة-استلام الكرة-التصويب، الطبطبة-التصويب، استلام الكرة-الطبطبة-التصويب والاستبانة وكذا المقابلات الشخصية.	الانحرافات المعيارية، معامل الالتواء، اختبار T-test النسبة المئوية
الاهداف			
تضمنت أهداف البحث الرئيسية في: -إعداد منهج تعليمي وفقا لمهارات التفكير البصري بإستعمال وسائل مساعدة في تركيز الانتباه. -التعرف على تأثير المنهج التعليمي وفقا لمهارات التفكير البصري لتعلم بعض المهارات المركبة بكرة اليد للطالبات			
النتائج			
توصلت الباحثة إلى عدة استنتاجات ومنها:			

-إن استعمال الوسائل البصرية وفقا للتفكير البصري ساعد في تعلم بعض المهارات المركبة بكرة اليد للطالبات. -إن استعمال بعض التقنيات ابصرية لبعض المهارات المركبة بكرة اليد كان له أثر إيجابي للتعلم على عينة البحث قيد الدراسة. -تطبيق المنهج التعليمي وفقا للوسائل التعليمية حقق تأثيرا إيجابيا في التعلم المهاري حيث حققت المجموعة التجريبية تفوقا واضحا في الاختبارات البعدية في تعلم المهارات المركبة بكرة اليد للطالبات. -استعمال اختبار تركيز الانتباه على عينة البحث مما ساهم بطريقة إيجابية في التعرف على الطالبات اللواتي لديهن صعوبات في التركيز والانتباه في الاداء المهاري لكرة اليد. استعملت الباحثة اختبار بوردن-انفيموف لقياس تركيز الانتباه، اختبارات وقياسات لأهم المهارات المركبة لكرة اليد.
التوصيات
توصي الباحثة بما ياتي: -استعمال الوسائل البصرية في مادة كرة اليد لأنه يساهم في تعلم المهارات بشكل أسرع للفعاليات الرياضية الجماعية وذلك لتنوع مهاراتها. -الاهتمام بإستعمال التقنيات البصرية التعليمية في منهاج التربية الرياضية بوصفها عاملا أساسيا يسهم في تقريب المهارة إلى الذهن عن طريق استعمال هذه التقنيات الحديثة. -التاكيد على ضرورة تضمين التفكير البصري باستعمال الوسائل المساعدة في تركيز الانتباه من أجل تعلم المهارات المركبة بكرة اليد. إجراء بحوث ودراسات مشابهة أخرى في مجال استعمال التقنيات البصرية التعليمية على عينات مختلفة من حيث الجنس، العمر، المستوى ونوع اللعبة.
التعليق

من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا باستخدام المنهج التجريبي.

من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 16:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
محمد خميس حميد	رسالة ماجستير في التربية البدنية كلية التربية وعلوم الرياضة –جامعة بغداد.	ديسمبر 2017
العنوان		
تأثير تمرينات مهارية خاصة في تنمية تركيز وتحويل الانتباه ودقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم بأعمار من (14–16) سنة		

المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحث المنهج التجريبي، بأسلوب المجموعتين المتكافئتين: التجريبية والضابطة ذوات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمة ذلك لطبيعة مشكلة البحث وحلها.	تم تحديد مجتمع الاصل بالطريقة العمدية وهم لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة القدم، أما عينة البحث فتم اختيارهم بالطريقة العشوائية وعددهم (26)لاعب وتم استبعاد (2) لاعبين لأجراء التجربة الاستطلاعية وتم	اختبار مصمم من قبل الباحث لقياس تركيز الانتباه، اختبار مصمم من قبل الباحث لقياس تحويل الانتباه بكرة القدم، اختبار دقة التهديف بكرة القدم.	استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية Spss لمعالجة كافة دراسة البحث (الوسط الحسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، اختبار t للعينات المرتبطة والمستقلة، معامل الارتباط (بيرسون)، النسبة المئوية، معامل الالتواء).

	تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بطريقة تسلسل مستوى اللاعبين من الاعلى الى الادنى وتم اخذ لاعب من الاعلى ولاعب من الادنى للمجموعة التجريبية ولاعب من الاعلى ولاعب من الادنى للمجموعة الضابطة، تتكون كل مجموعة من (12) لاعب اذ تخضع المجموعة التجريبية إلى التمرينات المعدة من قبل الباحث. أي بنسبة 26.6%		
الأهداف			
هدفت الدراسة إلى: -تصميم اختبار عملي لقياس تركيز الانتباه وتحويل الانتباه للاعبي كرة القدم من (14-16) سنة. -إعداد تمرينات مهارية خاصة بتركيز الانتباه وتحويل الانتباه للاعبي كرة القدم من (14-16) سنة.			

التعرف على تأثير التمرينات الخاصة في تنمية تركيز الانتباه وتحويل الانتباه ودقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم من (14-16) سنة.

النتائج

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها للاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث تمكن الباحث من التوصل للاستنتاجات الاتية وهي:

-ساهم الاختباران في تحقيق الغرض في قياس تركيز وتحويل الانتباه للاعبي كرة القدم.

-التمارين المتنوع يساهم في تنمية تركيز وتحويل الانتباه وتحسين دقة التهديف للاعبي كرة القدم للمركز الوطني لرعاية الموهبة.

-التمرينات المهارية الخاصة تساهم في تنمية تركيز وتحويل الانتباه وتحسين دقة التهديف للاعبي كرة القدم للمركز الوطني لرعاية الموهبة.

-هناك أفضلية للتمرينات المهارية الخاصة على التدريب المتبع في تنمية تركيز وتحويل الانتباه وتحسين دقة التهديف للاعبي كرة القدم للمركز الوطني لرعاية الموهبة.

التوصيات

توصل الباحث الى التوصيات الآتية:

-اعتماد الاختبار الذي اعده الباحث لقياس مظهري الانتباه (تركيز وتحويل).

-ضرورة استخدام تمارين تركيز الانتباه وتحويله في تطوير الناحية المهارية للعبة كرة القدم لتحسين الدقة في التهديف.

-الاهتمام بالتمرينات االمهاري كونه وسيلة تدريبية للإعداد البدني و النفسي والخططي.

-الاهتمام واستثمار وسائل التدريب التدريبية سواء كانت سمعية ام بصرية كافة.

-استخدام التمرينات بتقنيات حديثة تعمل على تشويق اللاعبين للأداء ويساهم في الاسترخاء واستعادة الشفاء وترسيخ .

-الاهتمام بالتمرينات المهاري لتأثيره بشكل ايجابي في تطوير القدرات الحركية ومظاهر الانتباه.

-ضرورة اجراء بحوث مماثلة لبقية مظاهر الانتباه وعلى عينات اخرى.

–فتح دورات للمدربين والمساعدين في كيفية استخدام الوسائل الحديثة.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغيرين تركيز الانتباه ودقة التهديف.
من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا باستخدام المنهج التجريبي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 17:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
محمد صادق فاضل جواد	رسالة ماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء –كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.	2015
العنوان		
تأثير تمرينات خاصة في تطوير تركيز الانتباه والادراك الحس حركي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم المبتدئين.		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استعمل الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي، وتحدد مجتمع البحث	البالغ عددهم (40) لاعباً ، وتم اختيار عينة البحث البالغة (20) لاعباً وبالطريقة العشوائية، إذ تم تقسيمهم إلى	الاختبارات التي تم استخدامها: اختبار تركيز الانتباه (اختبار شبكة تركيز الانتباه)، اختبار الادراك الحس حركي،	استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss)لغرض معالجة البيانات احصائياً: الوسط الحسابي، الانحراف

باللاعبين المبتدئين في المركز التخصصي لكرة القدم باعمار (10-12) سنة في محافظة بابل للموسم 2014 – 2015	مجموعتين لكل مجموعة (10) لاعباً للمجموعة الضابطة والتجريبية حسب التكافؤ لعينة البحث في متغيرات البحث	اختبار مهارة المناولة بكرة القدم، اختبار دقة مهارة التهديف بكرة القدم، اختبار مهارة الدحرجة بكرة القدم.	المعياري، المنوال، معامل الالتواء، اختبار (t) للعينات المترابطة، اختبار (t) للعينات المستقلة، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
الاهداف			
إعداد تمرينات خاصة للاعبين المبتدئين في المركز التخصصي بكرة القدم في محافظة بابل للأعمار (10-12) سنة لتطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس حركي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم 2- .التعرف على تأثير التمرينات الخاصة في تطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس حركي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للاعبين المبتدئين في المركز التخصصي في محافظة بابل باعمار (10-12) سنة.			
النتائج			
توصل الباحث إلى استنتاجات عدة اهمها : في ضوء النتائج تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت تمرينات خاصة في تركيز الانتباه والادراك الحس حركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للمبتدئين على المجموعة الضابطة لعينة البحث			
التوصيات			
في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بما يأتي : -ضرورة توجيه القائمين على المناهج التعليمية للفئات العمرية على اهمية ربط المهارات الاساسية بكرة القدم بالعمليات العقلية في عملية التعلم. -العمل على ايجاد وتطوير التمارين للمهارات الاساسية بكرة القدم التي تعتمد في ادائها على العمليات العقلية الأخرى.			

– ضرورة اجراء دراسات اخرى على نفس مواصفات العينة وبمتغيرات البحث الحالية في الالعاب الرياضية الأخرى غير كرة القدم. –ضرورة اجراء دراسات وبحوث على عينات اخرى بفئات عمرية مختلفة في لعبة كرة القدم.

التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغيرين المستقل تركيز الانتباه وكذلك المهارات الأساسية.
من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا باستخدام المنهج التجريبي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 18:

الباحث	الدرجة	المجلة او الأطروحة	السنة
سحر مصطفى البب	رسالة علمية أعدت لنيل شهادة الماجستير في التربية الرياضية (أطروحة ماجستير)	جامعة تشرين الجمهورية العربية السورية	2014/06/10

العنوان			
أثر برنامج تدريبي مقترح لتنمية تركيز الانتباه في تلاميذ بأعمار 10–12 سنة خلال درس التربية الرياضية.			
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث	المجتمع الاصلي 260 تلميذ وتلميذة، تكونت العينة من 32 تلميذ وتلميذة بنسبة 12.3% من مرحلة التعليم الأساسي في اللاذقية تم تقسيمهم إلى عينتين متكافئتين تجريبية وضابطة والوسائل الإحصائية التي استعملها الباحث: النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري واختبار T للوسطين المرتبطين وللوسطين غير المرتبطين.	اختبار الدحرجة الأمامية مقياس التختاسكوب لتركيز الانتباه واقترحت الباحثة برنامج تدريبي يعتمد على تركيز الانتباه في تنمية وتطوير المهارات الحركية المركبة في الدحرجة الأمامية.	قامت الباحثة بحساب: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري واختبار T test
الاهداف			
معرفة أثر البرنامج التدريبي المقترح في تنمية تركيز الانتباه لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي. بناء برنامج تدريبي لتنمية تركيز الانتباه لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.			
النتائج			
توجد فروق ذات دلالة احصائية لنتائج تركيز الانتباه في أداء مهارة الدحرجة الامامية للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لنتائج تركيز الانتباه في أداء مهارة الدحرجة الامامية للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي.			

توجد فروق ذات دلالة احصائية لنتائج تركيز الانتباه في أداء مهارة الدحرجة الامامية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة.	
التوصيات	
توصلت لها إلى أن البرنامج التدريبي الذي اعتمدته ذو تأثير إيجابي على تركيز الانتباه لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية بعمر (10-12)سنة. -إن تنمية تركيز الانتباه يساعد على تنمية دقة الإنجاز في الدحرجة الأمامية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية بعمر (10-12) سنة. -عدم وجود تأثير لجنس التلاميذ على تركيز الانتباه والإنجاز في أعمار عينة الدراسة (10-12) سنة. زيادة الحصص التدريبية التي فيها برامج (ألعاب) خاصة بتركيز الانتباه في الحصص الدراسية. فاوصت الباحثة باستخدام البرنامج التدريبي الذي يعمل على زيادة تركيز الانتباه في مختلف الرياضات. -إعداد برنامج تدريبي مناسب للأعمار يعطي الأهمية لتركيز الانتباه. -إدخال تركيز الانتباه في تطبيقات درس التربية البدنية والرياضية في المدرسة. -الاهتمام بعدم عزل البنين والبنات عن بعضهم في أعمار عينة البحث، لذا تراعى من قبل معلمي المناهج والمدرسين والمدربين. -الاهتمام بالألعاب الصغيرة ذات الأهداف الذهنية والقدرات العقلية والتي تؤكد على تركيز الانتباه لهذه المرحلة العمرية (10-12) سنة. -تعميم نتائج هذه الدراسة والبرنامج التدريبي على المدارس والاندية المهتمة بتدريب رياضة الجمباز لهذه الاعمار (10-12) سنة.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا باستخدامهم المنهج التجريبي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.

من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 19:

الباحث	الدرجة	المجلة او الأطروحة	السنة
علي مكي مهدي	مقال	المجلد 25، العدد 2، 2013، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد	2013
العنوان: سرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه وعلاقتها بدقة وأداء بعض المهارات الأساسية للاعبي منتخب جامعة بغداد للتنس			
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية	مجتمع البحث مكون من 7 لاعبين، وتكونت عينة البحث من 5 لاعبين بمنتخب جامعة بغداد للموسم الدراسي 2012-2013 تم اختيارهم بطريقة عشوائية عن طريق القرعة.	-اختبارات خاصة بسرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه وأداء بعض المهارات الأساسية للتنس (الضربة الأمامية والضربة الخلفية)	تمت المعالجة باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS: -الوسط الحسابي. -الانحراف المعياري. -الارتباط البسيط (بيرسون).
الاهداف			
كانت أهداف البحث التعرف على: -سرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه ودقة وأداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي منتخب جامعة بغداد للتنس للموسم 2012-2013.			

–العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه بدقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى عينة البحث. – العلاقة بين سرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه يوصف أداء بعض المهارات الأساسية لدى عينة الدراسة.	
النتائج	
أظهرت النتائج التأثير الإيجابي لسرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه في دقة وأداء بعض المهارات الأساسية بالتنس للاعبي منتخب جامعة بغداد.	
التوصيات	
ضرورة الاهتمام بالمناهج التي تعمل على تطوير سرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه لما لها من أثر ايجابي في مستوى المهارات الأساسية لتنس	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اتفقت مع دراستنا باستخدامهم المنهج الوصفي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 20:

الباحث	الدرجة	المجلة او الأطروحة	السنة
محمد كاظم عرب الطائي	رسالة الماجستير في التربية الرياضية	كلية التربي الرياضية –جامعة القادسية–	2009
العنوان			
تمرينات خاصة لتطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس–حركي وأثرهما في مستوى أداء الحكام المساعدين للدرجة الأولى بكرة القدم.			

المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعات المتكافئة	تألف مجتمع البحث من الحكام المساعدين للدرجة الاولى بكرة القدم في محافظة بغداد من العاملين والمعتمدين لدى الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم للموسم (2008/2007) البالغ عددهم 35 حكما مساعدا، وقد اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) إذ بلغ عددهم 20 حكما مساعدا يمثلون نسبة 57.14% من مجتمع البحث الأصلي وتم تقسيمهم إلى مجموعتين منها 10 حكام مساعدين للمجموعة التجريبية	استخدم الباحث اختبار تركيز الانتباه (اختبار بوردن- انفيموف لقياس مظاهر الاختبار) ، واختبار الإدراك الحس-حركي فاستخدم اختبار الإحساس بتقدير الزمن و اختبار الإحساس بالمسافة واختبار مستوى الاداء للحكام المساعدين وذلك عن طريق استمارة خاصة وحديثة معتمدة من طرف الاتحاد الدولي لكرة القدم ولكافة الحكام في العالم خلال المباريات الدولية.	استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (Spss 11.0 for windows) في استخراج المتغيرات الإحصائية التالية: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط بيرسون، اختيار T test للعينات المترابطة، اختيار T test للعينات الغير مترابطة، قانون نسبة التطور، الارتباط المتعدد

	و10 حكام مساعدين للمجموعة الضابطة		
الاهداف			
كانت أهداف البحث التعرف على: -أثر استخدام التمرينات الخاصة في تطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس-حركي للحكام المساعدين الدرجة الأولى بكرة القدم. -أثر تطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس-حركي في مستوى أداء الحكام المساعدين للدرجة الأولى بكرة القدم .			
النتائج			
توصل الباحث خلال دراسته إلى أن التمرينات الخاصة لتطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس-حركي قد أثرت في مستوى أداء حكام الدرجة الأولى المساعدين بكرة القدم.			
التوصيات			
كانت أهم التوصيات التي أوصى بها الباحث : -ضرورة التأكيد على استخدام التمرينات الخاصة المطبقة من قبل الباحث في دراسته على حكام الدرجة الأولى المساعدين بكرة القدم ولمختلف الدرجات في العراق. -ضرورة إجراء الدراسات والبحوث العلمية على الحكام المساعدين بكرة القدم ولمختلف الدرجات التحكيمية لغرض تطوير مستوى أدائهم. -ضرورة تعميم النتائج التي توصل إليها الباحث عند إعطاء التمرينات الخصة والمطبقةعلى حكام الدرجة الأولى المساعدين بكرة القدم على كافة الحكام المساعدين العراقيين ولمختلف الدرجات التحكيمية من قبل لجنة الحكام المركزية. -التاكيد على وضع مناهج وخطط متطورة للحكام المساعدين بكرة القدم تتخللها اختبارات دورية بين فترة وأخرى من اجل الوصول إلى الهدف المنشود.			
التعليق			
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير المستقل تركيز الانتباه.		

من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا باستخدامهم المنهج التجريبي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

8-1-2-2 الدراسات الأجنبية:

الدراسة 21:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
جورجي دان فيتيان، دان مونيا وماريوس روكا	مقال: المجلد 60، العدد 2 الصفحات 197-207 رومانيا	2021
العنوان:		
دور تركيز الانتباه في لعبة كرة القدم للأطفال والصغار.		

المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
المنهج التجريبي للمجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة	كان المشاركون في الدراسة 30 رياضيا (15 للمجموعة التجريبية و15 للمجموعة الضابطة بلغت أعمارهم 10 سنوات من نادي BEST ACS JUNIOR لكرة القدم رومانيا	استخدم الباحثين أداتين لتقييم هذه الدراسة اختبار الانتباه المركز واختبار الانتباه الموزع والمدمج	باستعمال برنامج Spss وحساب: -الوسيط. -الانحراف المعياري -اختبار مان وينتي.

الاهداف	
هدفت الدراسة إلى: دراسة دور الانتباه في لعبة كرة القدم لدى عمر 9-10 سنوات و بشكل أكثر تحديدا فإن الغرض منه هو إظهار كفاءة برنامج التدخل في تنمية الانتباه.	
النتائج	
-تحسن ملحوظ في مستويات الانتباه مما يمكن أن يؤدي إلى زيادة الأداء الرياضي للرياضيين في كرة القدم الذين تقدموا من الاختبار القبلي والاختبار البعدي. - أظهرت المجموعة التجريبية أداء أفضل (بعد تطبيق البرنامج المقترح) مقارنة للمجموعة الضابطة. -تأثر أداء اللاعبين ببرنامج التدريب النفسي داخل الملعب. -تأثر مستوى الانتباه بشكل ايجابي على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم.	
التوصيات	
يوصي الباحثون ب: -أخد بعين الاعتبار الانتباه المركز والموزع لدى لاعبي كرة القدم الشباب. -التركيز على الدراسات للفئة الصغرى لكرة القدم و تدريبيهم. تسليط الضوء على تركيز الانتباه و يحتاج الكثير من البحث.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اختلفت مع دراستنا باستخدامهم المنهج التجريبي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

الدراسة 22:

الباحث	المجلة او الأطروحة	السنة
أنطونيولويز برادو سيرينيني، فابيان جي إم رويدا، ماريابيرلا مورينو	مقال: مجلة العلوم النفسية البرازيلية https://doi.org/10.22235/cp.v15i 1.2348 المجلد 15 العدد 1.	يونيو 2021
العنوان		
الانتباه والتفكير البصري المكاني لدى لاعبي كرة الطائرة ذوي الأداء العالي.		
المنهج	المجتمع والعينة	الادوات المستخدمة	الوسائل الإحصائية
المنهج الوصفي حيث تم إجراء التحليل الوصفي لنتائج الاختبارات ومقارنتها بنتائج الأدلة ومع معيار الاختبارات النفسية.	بلغ عدد المشاركين 159 لاعبا من لاعبي كرة الطائرة في فئات مختلفة(أقل من 17 سنة، أقل من 19سنة، أقل من 21 سنة والأكابر) من ذوي الأداء العالي من منتخبات البرازيل	البطارية النفسية لتقييم الانتباه (BPA)، ومقياس الانتباه الانتقائي البصري (EASV) واختبار المكعب، وتم قياس الأداء الرياضي باستخدام برنامج Data Volley.	تم إجراء تحليل التباين (ANOVA) على أساس متغيرات الفئات الرياضية، اختبار T واختبار بيرسون لتحليل الارتباطات بين التدابير والأداء الرياضي.
الاهداف			

تهدف الدراسة إلى تحليل العلاقات بين الانتباه والتفكير البصري المكاني مع الأداء الرياضي في رياضة كرة الطائرة	
النتائج	
أشارت النتائج إلى أن اللاعبين تحصلوا في جميع الاختبارات على متوسطات أعلى من المتوسطات المعيارية لأدلة الاختبار، ولم يتم التحقق من وجود ارتباطات معنوية إلا بين الاختبارات والأداء الرياضي في الـ BPA في فئة الشباب، وارتبط اختبار المكعبات والأداء الرياضي في فئة الأطفال، و لم ترتبط درجات (BPA، EASV، Cube Test) بالأداء الرياضي بشكل عام.	
التوصيات	
اقتراح اجراء دراسات جديدة باستخدام اختبارات (EASV، BPA، والمكعبات) في الرياضيين من الفئات الأولية للتدريب الرياضي، وكذلك تطبيق أدوات الأداء الرياضي الأخرى في الدراسات ذات الفئات عالية الأداء. اقترح كذلك اختبارات المهارات المعرفية المبنية على المواقف الرياضية والتي يتم تطبيقها باستخدام الكمبيوتر، يمكن استخدامها من قبل علماء النفس والمدربين.	
التعليق	
من حيث الموضوع	اتفقت مع دراستنا في المتغير تركيز الانتباه.
من حيث المنهج	اختلفت عن دراستنا باستخدامهم المنهج التجريبي.
من حيث العينة	تختلف عينة دراساتنا عن هذه الدراسة بحكم عينتنا من ذوي الاحتياجات الخاصة.
من حيث أدوات الدراسة	اتفقت مع دراستنا في استعمال الاختبارات.

المصدر: من إعداد الباحثة

8-2 التعليق على الدراسات:

من خلال استعراض مختلف الدراسات السابقة لدراستنا " تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف)" حيث تمحورت كل الدراسات حول تركيز الانتباه في مختلف الرياضات والتخصصات وسنحاول التحدث عن علاقة دراستنا بالدراسات الأخرى بالتفصيل من خلال مايلي:

- ✓ **الموضوع:** والذي يتضح من خلال متغيرات مختلف الدراسات المستعرضة والتي يلاحظ أنها تشترك في المتغير المستقل وهو تركيز الانتباه وتختلف نوعا ما في المتغير التابع مثل المهارات الدفاعية والهجومية وكذلك عناصر اللياقة البدنية لمختلف الرياضات.
- ✓ **المجال الزماني:** أنجزت جل الدراسات بين عام 2023 و2020 وتوجد 5 دراسات بين 2009 و2019.
- ✓ **الهدف:** تبين لنا وبدرجة كبيرة اشتراك في الأهداف وعلى رأسها تطوير أو تحسين تركيز الانتباه وعلاقته ببعض القدرات البدنية أو المهارية ودراسة تأثير تركيز الانتباه على الأدائين، وهذا ما يتفق مع دراستنا والتي يتمحور هدفها الرئيسي حول معرفة علاقة تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني.
- ✓ **المنهج:** استخدم الباحثون في الدراسات المستعرضة بعضها المنهج التجريبي والبعض الآخر استخدم المنهج الوصفي.
- ✓ **العينة:** تختلف العينة من دراسة إلى أخرى حسب طبيعة الدراسة والظروف المحيطة بها فكانت طريقة اختيار العينة في أغلبية الدراسات بالطريقة القصدية بمختلف الأجناس والفئات العمرية وجاءت دراستنا لتتفق مع باقي الدراسات في طريقة اختيار العينة بالطريقة القصدية وتختلف عينتنا عن باقي العينات بكونها من ذوي الاحتياجات الخاصة.

✓ **الأدوات:** اعتمدت مختلف الدراسات على الاختبارات الميدانية وهناك من أضاف لها استبيان، الملاحظة.

✓ **الوسائل الاحصائية:** تختلف الوسائل الاحصائية المستخدمة من دراسة لأخرى وقد اعتمدت أغلب الدراسات على المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل الالتواء، قانون نسبة التطور ...إلخ إضافة لبعض الوسائل الأخرى حسب طبيعة الدراسة.

8-3 مدى الاستفادة من الدراسات:

تعتبر الدراسات السابقة بمثابة خبرات علمية وعملية، فمن خلال التعرف على نتائج وتوصيات تلك الدراسات فكانت الاستفادة منها وفق النقاط التالية:

✓صياغة موضوع الدراسة وضبط متغيراتها.

✓ساعدت الدراسات المرتبطة على كيفية صياغة الأهداف والفروض بدقة.

✓طريقة اختيار العينة بدقة وعناية.

✓تحديد المنهج المستخدم لطبيعة الدراسة.

✓تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات البحث سواء من الناحية النظرية أو الميدانية.

✓ تفسير ومناقشة نتائج دراستنا هذه وبيان أوجه الاتفاق والاختلاف بين نتائج الدراسات.

✓التعرف على الأساليب الإحصائية المستخدمة.

✓التعرف على المراجع العلمية التي تفيد في الدراسة.

فلاحظت الباحثة من خلال وعلى حد علمها أنه لم تتعرض أي من الدراسات السابقة الذكر إلى فروض هذه الدراسة فتتميز دراستنا عن الدراسات السابقة في أنها تناولت **تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف).**

الجانب النظري

الفصل الأول:

الإعاقة البصرية وخصائصها

تمهيد

1- الإعاقة البصرية وخصائصها.

1-1- تعريف الإعاقة البصرية .

1-2- تصنيف المعوقون بصريا

1-3- خصائص ذوي الإعاقة البصرية

1-4- مظاهر الإعاقة البصرية

1-5- الأسباب المؤدية للإعاقة البصرية

1-6- المشاكل التي يواجهها المعاق بصريا

1-7- العوامل المؤثرة في شخصية المعاق بصريا

1-8- الوسائل التربوية المستخدمة من طرف المعاقين

1-9- البدائل التربوية لتعليم المعاقين بصريا.

1-10- احتياجات ذوي الإعاقة البصرية.

1-11- كيف تتطور الحواس البديلة للمعاق بصريا

1-12- كيف تتعامل مع المكفوفين؟

1-13- الضرورات والتحديات في مجال تقييم القدرات العقلية لدى الأشخاص ذوي الاعاقة البصرية.

1-14- الرياضة و الإعاقة البصرية.

1-15- الرياضة التنافسية للمعاقين بصريا.

1-16- أهداف التربية الرياضية للمكفوفين.

1-17- الإعاقة البصرية وأنواع الأنشطة الرياضية المناسبة لهذه الفئة.

1-18- متطلبات مهمة لكي يستطيع المعاق بصريا ممارسة الرياضة.

1-19 القواعد المنظمة للمشاركة في الرياضة وفقا للتقسيم الطبي.

خلاصة.

تمهيد :

حديث شريف: عن أنس رضي الله عنه قال: "سمعت النبي صل الله عليه وسلم يقول: إنّ الله عز وجل قال: إذا ابتليت عبدي بحبيبتيه فصبر عوضته منهما الجنة" صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم، **(البخاري، 2002، صفحة 1433)**.

الإعاقة البصرية تعتبر من أرقى وأصعب الإعاقات في الحركة وتحديد الاتجاهات ومعرفة جغرافية المكان، كما تختلف الإعاقة البصرية من حيث شدتها ومدى فاعليتها وتأثيرها على عملية الإبصار وذلك باختلاف الجزء المصاب من العين، ودرجة الإصابة، وتاريخ الإصابة وكذلك الخدمات الصحية التي تقدم كمعينات للتحسن في عملية الأبصار، وقد خصصنا هذا الفصل للإعاقة البصرية، خصائصها، الضروريات والتحديات التي يواجهها الأشخاص ذوي الاعاقة البصرية.

1- الإعاقة البصرية وخصائصها:

1-1- تعريف الإعاقة البصرية :

- ✓ **التعريف اللغوي للإعاقة البصرية:**

تستخدم في اللغة العربية ألفاظ كثيرة للدلالة على الشخص الذي فقد بصره كالأعمى، والأكمه، والاعتمم والضرير والكفيف، وكلمة أعمى أصل مادتها "العماء " والعماء هو الضلالة، ويقال في فقد البصر أو ذهابه أصلا وفي فقد البصيرة مجازا، أما كلمة الأكمه فمأخوذة من الكمه، وهي العمى الذي يحدث قبل الميلاد ويشار هنا إلى من يولد أعمى. وأصل مادة كلمة الأعتمه "العتمة" وتعني على لسان العرب السخير والتردد ويقال العمه في افتقاد البصر والبصيرة، بينما كلمة الضرير مأخوذة من "الضر" وهو سوء الحال إما في نفس الشخص أو بدنه والضرارة هي العمى، أما كلمة الكفيف فاصلها من "الكف" ومعناه المنع والكفيف أو المكفوف هو من كف بصره أي عمى (الدمرداش و إبراهيم، 2006، صفحة 17).

- ✓ **التعريف الاصطلاحي للإعاقة البصرية:**

الإعاقة هي عدم قدرة الشخص على تأدية عمل يستطيع غيره من الناس تأديته ويصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الشخص على القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معينة. (حلمي إبراهيم و فرحات، 1998، صفحة 38)

ويعرف "ويستر" المعاق هو شخص نقصت أو انعدمت قدرته على العمل أو الحصول عليه أو الاستقرار فيه بسبب نقص أو اضطراب في القابلية العقلية أو النفسية وأسباب ذلك ولادية أو مكتسبة،(منشور الفدرالية الجزائرية، 1996، صفحة 20).

كما يعد المعاق كل شخص فقد القدرة على استخدام حواسه سواء كانت نتيجة سوء تكوين جيني ليس لأي سبب دخل فيه و تسمى بالإعاقة الخلقية، أما التي تكون نتيجة

لتعرض الفرد لحادث أو ظرف خارجي فتسمى بالإعاقة المكتسبة، (إبراهيم ع.، 1997، صفحة 65).

هذا وتعددت التصنيفات المطروحة لتعريف الإعاقة البصرية فصنفت هذه التعريفات وفقا لعدة محكات فهناك فئة صنفت التعريفات على أساس المترتبات التي تنتج عن الإعاقة البصرية في أداء الوظائف المنوط بها في مجال محدد، فعرفت الإعاقة من الناحية التربوية، والناحية الاجتماعية، والناحية الطبية، والناحية المهنية والناحية القانونية، فضلا عن التعريفات اللغوية ويمكن تلخيصها في التالي:

✓ **التعريف الطبي للإعاقة البصرية:**

تعتبر حالة من الضعف في حاسة البصر بحيث يعد من قدرة الفرد على استخدام حاسة بصره(العين) بفعالية واقتدار، الأمر الذي يؤثر سلبيا في نموه وأدائه، وتشمل هذه الإعاقة ضعفا أو عجزا في الوظائف البشرية (حسني، 2001، صفحة 34).

وهي تمثل الإعاقة البصرية ضعف البصر لدرجة يعجز فيه الفرد عن أداء عمل يحتاج أساسا للرؤية، مثل القدرة على التمييز بين الأشكال المختلفة على أبعاد معينة مثل قراءة الأحرف والأرقام والرموز (سامية، 1998، صفحة 87).

والإعاقة البصرية هي الحالة التي يفقد فيها الكائن الحي القدرة على الرؤية بالجهاز المخصص لهذا الغرض وهو العين وهو الجهاز يعجز عن أداء وظيفته إذا أصابه خلل، وهو إما خلل طارئ كالإصابة بالحوادث أو ولادي يولد مع الشخص (المعايطة، القمش، و البواليز، 2000، صفحة 35).

إن فقدان القدرة على معالجة الصور البصرية نتيجة تلف جزء أو أكثر من العين أو من الدماغ، وذلك بعد استيفاء جميع التدخلات الطبية اللازمة كالعقاقير، والجراحة، واستعمال العدسات التصحيحية (الخطيب، 2013، صفحة 60).

أما ضعاف البصر فهم الأشخاص الذين يعانون من صعوبات كبيرة في الرؤية البعيدة والذين لا يستطيعون رؤية الأشياء عندما تكون على بعد أمتار قليلة منهم، ويعتمدون كثيرا على الحواس الأخرى للحصول على المعلومات حيث أنهم يرون الأشياء القريبة (الحديدي، 2015، صفحة 126).

إن ضعف في حاسة البصر يحد من قدرة الفرد على استخدامها بفعالية مما يؤثر سلبا في أدائه ونموه، والإعاقة البصرية هي ضعف في أي من الوظائف البصرية الخمس البصر المركز، البصر الثنائي البصر المحيطي، التكيف البصري ورؤية الألوان (الخطيب و الحديدي، 2009، صفحة 80).

بأنها حالة صحية لا يمكن فيها تصحيح درجة الإبصار إلى وضعها الطبيعي (الزريقات، 2006، صفحة 21).

وتنتج الإعاقة البصرية وفق من شيئين: الأول: فقدان حدة الإبصار (Visual Acuity) التي تؤدي إلى عدم مقدرة العين على رؤية الأجسام بوضوح كالمعتاد، والثاني: ضيق المجال البصري (Visual Field) الذي يؤدي إلى عدم مقدرة الشخص على رؤية الأشياء المحيطة به بزاوية قدرها (180) درجة دون تحريك العين، أو الرأس أي أن مجاله البصري يقل عن (20) درجة وتم استعمال مصطلح الإعاقة البصرية للدلالة على القصور البصري المستمر حتى بعد اتخاذ الإجراءات التصحيحية كالجراحة واستخدام النظارات الأمر الذي يقود إلى صعوبة إكمال المهمات اليومية لدى هؤلاء الأشخاص (السيد، 2011، صفحة 51).

الكفيف هو الشخص الذي لا تزيد حدة إبصاره عن200/20 قدم في أحد العينين أو حتى باستعمال النظارة الطبية ، وتفسير ذلك أن الجسم الذي يراه الشخص العادي

في الظروف العادية إبصاره على مسافة مائتي قدم يجب أن يقرب إلى مسافة 20 قدم حتى يراه الشخص المعاق بصريا (السيد، 2000، صفحة 23).

فالإعاقة البصرية تحدث بحسب كل من (سيسالم، 1997، صفحة 52)، (الزريقات، 2006، صفحة 68) عندما تبلغ حدة إبصار الفرد 200/20 أو أقل في أفضل العينين وذلك باستخدام النظارات أو العدسات الطبية أو عندما يعاني الفرد من ضيق المجال البصري ، بحيث تبلغ زاوية الإبصار أقل من 20 درجة .

والإعاقة البصرية من المنظور الطبي قد تختلف باختلاف الدول ويمكن إيجازه كالتالي:

- مجموعة تقوم على أساس درجة الإبصار (1 / 45) مثل ألمانيا والنمسا.
- مجموعة تقوم على أساس عدد الأصابع على بعد متر واحد مثل مصر والمجر.
- مجموعة تقوم على أساس درجة الإبصار (1 / 45) مثل ألمانيا والنمسا.
- مجموعة تقوم على أساس درجة الإبصار (4 / 60) مثل الدنمرك.
- مجموعة تقوم على أســـاس درجة الإبصـــار (1 / 10) مثل بلغاريا وكندا وإيطاليا أسبانيا.
- مجموعة تقوم على أساس العمل أو المساعدة الخارجية من شخص لآخر مثل فنلندا وايرلندا (أحمد أمين، 1980، صفحة 136).

✓ **التعريف التربوي للإعاقة البصرية :**

هو شــخص لا يســتطيع ان يقرأ أو يكتب إلا بطريقة برايل فالمعاق بصــريا من منظور تربوي هو الفرد الـذي لا يمكن ان يتعلم من الكتـب والوســـائـل التعليميـة للمبصرين (عامر، 2008، صفحة 35).

ويحتاج الشخص المعاق بصريا إلى خدمات تربوية خاصة تمكنه من السير في العملية التعليمية بنجاح كالقراءة بطريقة برايل (Cassar & Lucchese, 2016, p. 109)

وحسب تعريف اليونسكو التابعة لجمعية الأمم المتحدة أن المكفوف هو الشخص الذي يعجز عن استخدام بصره في الحصول على المعرفة (كامل، 1996، صفحة 297).

وهو ذلك الشخص الذي فقد قدرته البصرية بشكل كلي أو الذي يستطيع إدراك العضو فقط، ويكون بحاجة للاعتماد على حواسها الأخرى في عملية تعلمه كتعويض عن حالات تعليمية تحتاج حالة البصر (العزة س.، 2002، صفحة 35).

وبحسب (الخطيب، 2013، صفحة 65) الشخص الذي لا يستطيع تأدية الوظائف المختلفة دون اللجوء إلى أجهزة بصرية وتعرف بأنها فقدان بصري يفرض تقديم خدمات تربوية خاصة داعمة لهؤلاء الأشخاص الذي يعانون منها

✓ **الإعاقة البصرية من الناحية المهنية:**

إنها عجز الفرد عن توجهات قياس القدرات العقلية والإبداعية وتقييم فاعليتها لدى ذوي الإعاقات البصرية من القيام بعمله بسبب إعاقته البصرية بمعنى أن الفرد بسبب إعاقته البصرية أن يمارس عمله الذي يجيده بسبب الضعف الشديد لبصره مما يعرف بالإعاقة البصرية الاقتصادية لعجزه عن اكتساب رزقه بنفسه (سالي، 2018، صفحة 201)

✓ **الإعاقة البصرية من الناحية الاجتماعية :**

يعرفها بأنها احتياج الشخص إلى المساعدة النفسية والاجتماعية ومساعدة الأقران أو الآخرين من حوله، استنادا إلى ضعف قدرته البصرية وهي تعني الشخص

الذي على أســاس قدرته البصــرية الضــعيفة أو عدمها يحتاج إلى المســاعدة الأدبية والاجتماعية وهذه المســاعدة لا ترتب فحســب بحدة الإبصــار و لكن أيضــا بالأخذ في الاعتبار اتساع أو ضيق مجال أو دائرة البصر التي تحدد الحاجة إلى المساعدة ويكون لهم الحق في حمل الإشارة أو العلامة الصفراء، فيعرف صاحبها وتقدم له المساعدة في عبور الطريق أو ركوب وســيلة مواصــلات (Jessup, Cornell , & Bundy, 2010, p. 423)

✓**تعني الإعاقة البصرية من الناحية القانونية :**

هو مصطلح يشير إلى مستوى القصور البصرى والذي يتطلب معه تحديد أهلية المصاب به للحصول على تعويض مالي خاص أو خدمات طبية أو مهنية.

✓**الإعاقة البصرية من الناحية الفسيولوجي:**

وهي تعني الحالة التي يفقد فيها الشــخص جزئيا أم كليا على الرؤية بالجهاز المخصص لهذا الغرض وهو العين، والأسباب الفسيولوجية التي تعطل العين عن أداء وظيفتها (أحمد أمين، 1980، صفحة 137).

1-2- تصنيف المعوقون بصريا:

يصنيف المعوقون بصريا إلى فئتين رئيسيتين:

✓**الفئة الأولى:** فئة المكفوفين وينطبق على هذه الفئة التعريف القانوني والتربوي للإعاقة البصرية، ويطلق على هذه الفئة قارئي البرايل" وهم الذين يستخدمون أصابعهم للقراءة.

✓ **الفئة الثانية:** فئة المبصرين جزئيا وهذه الفئة تستطيع القراءة باستخدام وسيلة تكبير أو نظارة طبية، وتتراوح حدة إبصار هذه الفئة ما بين 20/70 إلى 20/200 قدم في العين الأقوى حتى مع استعمال النظارة الطبية ويطلق عليها"

قارئي الكلمات المكبرة، وهم الذين يستخدمون عيونهم للقراءة مع تكبير الكلمات (عبد العزيز و مفلح، 2010، صفحة 78).

كما يقسم العديد من الأخصائيين المعاقين بصريا إلى مجموعتين هما:

- ✓ **ضعف البصر** : الشخص ضيف البصر يستطيع استخدام الإبصار لأغراض التعلم إلاأن إعاقته البصرية تتداخل مع القدرات الوظيفية اليومية.
- ✓ **الكف البصري:** يعني أن الشخص يستخدم اللمس والسمع للتعلم ولا يوجد لديه استعمال وظيفي للإبصار ويميل الآباء والأخصائيون إلى التعريفات الوظيفية لهذين النوعين وهذا النظام التصنيفي يعتمد على كيفية استخدام الأفراد لقدراتهم البصرية حتى لو كان استخدامها محدود جدا.

فهناك الإعاقة الجزئية مقابل الكف الكلي، وتعرف الإعاقة البصرية الكلية من خلال الأشخاص الذين تصل حدة البصر لديهم إلى أقل من 20/200 في العين الأفضل بعد استخدام المعينات البصرية كالنظارة أو العدسات المكبرة والإعاقة البصرية الجزئية تنطبق على الأشخاص الذين تزيد لديهم حدة الإبصار عن 20/200 بدرجات متفاوتة وذكر (الزريقات، 2006، صفحة 33)، إن ضعاف البصر يستطيعون استخدام ما تبقى لهم من حاسة الإبصار في الأنشطة التعليمية، كالقراءة، بخلاف المكفوفين الذين ليس لديهم القدرة على استخدام إبصارهم وظيفيا، لذلك يتم تعليمهم من خلال حاسة اللمس والحواس الأخرى.

ويصنف (مخلوف، 2008، صفحة 63) المكفوفين إلى أربعة أقسام على أساس درجة الإبصار وهي:

- ✓ الدرجة الأولى للإعاقة البصرية: 3/1 – 10/1 ضعيف البصر.
- ✓ الدرجة الثانية للإعاقة البصرية : 10/1 –20/1 ضعيف جدا .

✓ الدرجة الثالثة للإعاقة البصـــرية : 25/1 -200/1 الأعمى عمليات درجة تمييز الضوء .

تصـــنف المنظمة العالمية لرياضـــة المكفوفينUSABA حســـب الجدول كما موضح بالجدول:

الجدول 1: يبين مستوى النظر ودرجاته حسب تصنيف اتحاد الولايات المتحدة للرياضيين المكفوفين USABAومنظمة رياضة المكفوفين العالمية IBSA.

الوصف	التصنيف
لا يوجد أي إبصار للعين أو استجابة و عدم القدرة على تحديد الشكل وحركة اليد في أي اتجاه و بأي مسافة، وهو أقل من 200/3.	B1
القدرة على تحديد شكل اليد في خلال مستوى نظر 60/2 أو مجال الرؤية لا يزيد عن خمسة درجات مئوية للرؤية.	B2
القدرة على تحديد الرؤية من 60/2 إلى 60/6 و مجال الرؤية من 5 إلى 20 درجة مئوية.	B3

الجدول السابق يحدد ثلاث تصنيفات رياضية قائمة على مقياس سنلن Snellen measure chart للإبصار "دقة البصر" وتحديد مجال الرؤية، وفي عام 1982 تعدل هذا المقياس وأصبح التصنيف A , B, C.(مصطفى، 2019، الصفحات 298-299).

1-3- خصائص ذوي الإعاقة البصرية:

✓الخصائص الانفعالية للمعاقين بصريا:

تلخص بعض الخصائص الانفعالية للمعاقين بصريا فيما يلي:

- انخفاض مفهوم الذات، وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي.
- الشعور بالإحباط والتوتر، وبالعجز والدونية.

- فقدان الشعور بالأمن والطمأنينة.
- اختلال صورة الجسم، وعدم الثقة بالنفس.
- انتشار الاضطرابات النفسية كثيرا بينهم، ويعد القلق أكثرها شيوعاً.
- كثرة استخدام الحيل الدفاعية المختلفة (رشا، 2004، صفحة 105).

وعلى ما يبدو أن المعاق بصريا تنتابه مشاعر الغضب كنتيجة طبيعية ومتوقعة لما يدور داخله من صراع بين شيئين متناقضين هما رغبته في الاستقلالية من جهة، واضطراره إلى الاعتماد على الآخرين في الوقت نفسه، وفي كثير من الأحيان يشعر المعاق بصريا بالإحباط، وبتكرار الإحباطات نتيجة لتكرار الفشل ينزع إلى عزو إخفاقه وفشله إلى أسباب داخلية تدفعه إلى توجيه اللوم إلى نفسه أو إيذاء وإيلام نفسه، وهذا ما يسمى السلوك العدواني الموجه نحو الذات، كما أن الاضطراب لديهم يمكن إرجاعه إلى مصدرين هما سوء التوافق الاجتماعي وسوء التوافق الشخصي ويؤدي كف البصر إلى إحساس الفرد بالعجز الذي ينعكس على سلوكه بأشكاله المختلفة (سليمان، 2007، صفحة 60).

✓ **الخصائص الاجتماعية والنفسية للمعاقين بصريا :**

تؤثر البيئة التي يعيش المعاق بصريا بشكل هام في نمو الشعور بالعجز، وتتمثل في المواقف التي تغلب عليها سمات الرفض، وعدم التقبل، وسمات المساعدة والتعاون ويترتب عليها استجابات متباينة عن المعاق بصريا وكثيرا ما تفرض الإعاقات قيودا خاصة على الأطفال قد يكون لها أثر كبير على تطور مهاراتهم الاجتماعية. وكذلك تقود إلى ردود فعل واستجابات لدى الآخرين قد يصعب التمييز بين تأثيراتها وتأثيرات الإعاقة على النمو، فهي قد تمنع المعاق بصريا من التمتع بالقدرات الاجتماعية التي

يستطيع العاديون إظهارها (Dolores , Justicia , Pichardo, & Medina, 2005, p. 306)

كما أن الإعاقة البصرية تؤثر بشكل غير مباشر على ديناميكية النمو الاجتماعي، لأنها عملية تفاعليه يشترك فيها الأشخاص الآخرون بفعالية، حيث تلعب ردود فعل الآخرين دورا بالغا في النمو الاجتماعي للمعاق بصريا، ويزوده الوالدان والأشخاص المهمين بحياته بمعلومات بديله تعويضيه، وعلى أية حال البصر ليس المصدر الوحيد للتعرف على الناس والتفاعل معهم فالسمع، واللمس، والرائحة جميعها تشكل مصادر للتعرف على الآخرين، والتفاعل معهم (غسان، 2000، صفحة 24).

ويتأثر السلوك الاجتماعي للفرد المعاق بصريا بصورة سلبية في اكتساب المهارات الاجتماعية اللازمة لتحقيق الاستقلالية، والشعور بالاكتفاء الذاتي لعجز المعاقين بصريا على الحركة، وعدم استطاعتهم على ملاحظة سلوك الآخرين ونشاطاتهم اليومية ورؤية تعبيراتهم الوجهية، وتقليد أو محاكاة هذه السلوكيات والتعلم منها إذ إن الرؤية تلعب دورا هاما في تحقيق الاتصال والتفاعل الاجتماعي، وإقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين (سليمان إ.، 2013، صفحة 57).

فالمكفوف يواجه الفوضى والتحدي، وعدم التعاون ويؤثر على بعض مظاهر النمو الاجتماعي، وهذا يؤدي وانسحاب من النشاطات الاجتماعية، والانزواء عن الرفاق حيث إن الفقدان البصري يؤدي إلى سوء التكيف والانطواء والخوف من إمكانية التعرض للخطر أثناء التنقل كما يواجه فاقدو البصر اضطرابات سلوكية من خجل وعدوانية، واللامبالاة، وعدم الاهتمام بالأنشطة الجماعية ورغبة اقل في النجاح والاهتمام بالدراسة، وحب اللعب ويعتمدون على آبائهم، ولا يمضون إلا القليل من الوقت مع الأصدقاء، ومشكلات في العلاقات معهم، والوحدة كما أشار (Huurre & Aro, 2000, p. 630)

من قبل أقرانهم المبصرين وقد يشعر المكفوف بوجود قيد يحد من حرية التعرف، ولا يستطيع فعل ما يريد ويرغب فيه، فهنالك فعاليات اجتماعية كثيرة تمنعه الإعاقة من المشاركة فيها، والكثير من الخبرات البصرية تحجب عنه ولا يستطيع التمتع بحرية الحركة البسيطة والسيطرة على البيئة، واكتساب أنماط السلوك المختلفة التي يكتسبها المبصر بالمحاكاة والتقليد والحرمان من الكثير من المعلومات التي يتزود بها المبصرون من خلال الحركات والإيماءات الوجهية والجسمية، ولا يستطيع أن يسلك في المواقف الاجتماعية السلوك المطلوب، أو تقليد السلوك الاجتماعي، أو فهم النماذج غير الشفوية من المبصرين.

كما يجد الكفيف نفسه أمام مواقف يغلب عليها الانطواء، والانغلاق على نفسه، ووزن كلماته قبل النطق بها تجنبا للسخرية، أو الاستهزاء من الآخرين ، حيث يسعى إلى تأكيد الذات من خلال حرية التعبير، وحب الاستطلاع، والاهتمام، والمشاركة والصداقة مما يستدعي تذكير الكفيف بقدراته وإمكاناته لإعادة تشكيل تقديره لذاته ومناقشة الصعوبات والمشكلات والعراقيل التي تقف في طريقه وكيفية مواجهتها

(Dolores , Justicia , Pichardo, & Medina, 2005, p. 307).

يؤكد جورج و دوكوتي (George & Duquette, 2006, p. 158) أن أبرز العوامل التي تلعب دورا أساسيا في التقبل الاجتماعي للمكفوفين تتمثل في معرفة المبصرين للوضع البصري للكفيف، وتقدير الكفيف للتعلم، وذكر نجاحاته الماضية الأكاديمية، والرياضية، ودعم وتشجيع الوالدين، وأفراد الأسرة الآخرين، والقيام بنشاطات ترفيهية، وصداقات ناجحة وقضاء وقت مناسب مع طلبة آخرين مماثلين لهم في المشكلة البصرية وتهيئة بيئة مساعدة لتطوير المهارات الاجتماعية الملائمة.

كما أن بعض الأفراد المكفوفين متكيفون اجتماعيا، ويقدرون المساعدة التي تقدم لهم في المواقف التي يحتاجون فيها المساعدة، ولا يريدون العون غير اللازم ، ويرفضون الشفقة من الآخرين ويرتاحون للمواقف التي تبرز مواطن الشبه بينهم والمبصرين، إلا أن المكفوفين أقل سعادة من المبصرين (Wagner, 2004, p. 705)، ونسبة أعلى من سوء التوافق الاجتماعي، والشخصي ويواجهون مشكلات في تأديتهم لمتطلبات الحياة الاجتماعية اليومية(Jennifer, Astrid, & Liam, 2005, p. 56) .

لذا يجب وضع برامج وأنشطة لتنمية المهارات الاجتماعية للطفل المعاق بصريا لكي يتمكن من تحقيق نجاحات على المستوى الاجتماعي وإرشاد أسرته، ومساعدتهم لمعرفة كيفية التعامل مع أطفالهم لتنمو مهارتهم الاجتماعية، إضافة إلى إرشاد معلميهم ليكونوا أكثر فعالية معهم، ويقدموا لهم ما هو متاح لإحداث التفاعل الاجتماعي المطلوب مع من حولهم.

فنظرة الآخرين إليهم من أهم المشكلات التي يواجهونها، حيث يذهب (Schaller, 2000, p. 78)، إلى أن اتجاهات العاديين أو المبصرين نحو المعاقين بصريا تعد مشكلة خطيرة بالنسبة لهم، وأن لها أثر نفسي عميقا على شخصياتهم وما يقومون به من أعمال ومدي مشاركتهم في المجتمع الذي يعيشون فيه، حيث هناك تأكيد على أن حوالي 25% من المشكلات التي يصادفها ذوو الإعاقة البصرية إنما تنتج عن فقد البصر ، بينما ينتج حوالي 75% منها عن اتجاهات المبصرين نحوهم وفهمهم الخاطئ لهم، إذ أن مثل هذه الاتجاهات من جانب المبصرين للمعاقين بصريا تضمن مكونات وعناصر سلبية أكثر بكثير من مثيلتها الإيجابية مثلما أشار إليها كل من (رشا، 2004، صفحة 72) و (فؤاد، 1993، صفحة 61) على أن المعاق بصريا يعاني من أمرين يقفان عقبة في سبيل تكيفه الاجتماعي هما: الإعاقة في حد ذاتها التي

تحجب عنه بعض جوانب العالم الخارجي وموقف واستجابة البيئة الاجتماعية كما يدركها هو على أنها تعامله معاملة خاصة قد تتسم بالشفقة الزائدة أو القسوة الشديدة وغير ذلك من أشكال ردود الفعل والمواقف التي يبديها المخالطون له في البيئة الاجتماعية سواء في إطار الأسرة أو المجتمع، ويمكن القول إن سوء التوافق لدى المعاق بصريا وشعوره بالنقص إنما يرجع بشكل رئيسي إلى بيئته وأساليب تربيته وإلى نظرة الآخرين إليه واتجاهاتهم السلبية نحوه، وقد تأكد ذلك في نتائج العديد من الدراسات، ومنها دراسات كل من (عزت، 1997، صفحة 79)، (لمعي، 1997، صفحة 53)، (محمد ع.، 1995، صفحة 90)، فقد أشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن الكفيف نادرا ما يلقى معاملة سوية من قبل الآخرين، وأنه من أكثر الاتجاهات نحو المكفوفين وبخاصة من الوالدين الاتجاهات التالية: التسلط الحماية الزائدة عدم التقبل الإهمال التفرقة، إثارة الألم النفسي، وأن إدراك الكفيف لهذه الاتجاه يترك أثرا عميقا في نفسه، وفي تكوين فكرته عن ذاته مما يزيد من مشاعر العجز لديه، ويدفعه نحو التمركز حول الذات ومن ثم تزداد مشاعر الاغتراب النفس، ويؤكد (عزت، 1997، صفحة 79) على هذا الأثر في سلوك الكفيف، حيث يشير إلى أنه توجد ستة أنماط سلوكية توافقية لدى المعاقين بصريا تنجم عن هذه الاتجاهات الوالدية نحوهم هي:

- ✓ السلوك التعويضي العادي.
- ✓ السلوك التعويضي المفرط.
- ✓ السلوك الإنكاري للإعاقة السلوك الدفاعي كالتبرير.
- ✓ السلوك الانسحابي كالعزلة وأحلام اليقظة.
- ✓ السلوك اللا توافقى كالتمركز الذاتي والقلق.

ومع تراكم الأدلة البحثية من واقع نتائج الدراسات السابقة، والتي تشير إلى نظرة أفراد المجتمع السلبية نحو فئات الإعاقة المحتلفة، ومنها المعاقون بصريا، إلا أنه يلاحظ قلة الدراسات التي تناولت اتجاهات الأفراد المعاقين أنفسهم نحو إعاقتهم على الرغم من أهميتها وذلك لما لها من دور حاسم في تحديد موقف المعاقين بصريا من تقبلهم لإعاقتهم وتكيفهم معه، وهذا يعني أنه من أهم العوامل التي تؤثر على البناء النفسي للمعاق هو اتجاهاته نحو نفسه مدى تقبله لإعاقته.

✓ **الخصائص الأكاديمية للمعاقين بصريا:**

وأهم جوانب العجز لدى المعاق بصريا عجزه عن استقبال الخبرات الحسية البصرية، والتي يتوقف عليها تشكيل المدركات والمفاهيم البصرية التي تسهم في إرساء أساس قوى للنمو العقلي المعرفي لديه بحسب (عزت، 1997، صفحة 79)، كما تساعده على تحقيق التعلم الذي يسهم بدور فاعل في بناء شخصيته، حيث أكدت الدراسات التي أجهت في هذا الإطار أن أكثر من 80% تقريبا من المعلومات التي يكتسبها الطفل منذ بداية حيات هو التي تشكل الأساس لتعلمه يتم عن طريق حاسة الإبصار (رشا، 2004، صفحة 60)، وتشير الدراسات إلى أن التحصيل الدراسي للمعاق بصريا أقل منه لدى الفرد العادي إذا تساوى كل منهما في العمر الزمني والعقلي، وقد يتقارب أداء المعاق بصريا مع أداء الفرد العادي من الناحية التحصيلية إذا ما توافرت المواد التي تساعد المعاق بصريا على استقبال المعلومات والتعبير عنها بحسب (الروسان ، 2001، صفحة 35)، ويشير (القريطي ع.، 2005، صفحة 40) أن المعاقين بصريا يختلفون عن المبصرين فيما يتعلق بالقدرة على التعلم، والاستفادة من المنهج التعليمي بشكل مناسب بشرط أن يتم تعليمهم بأساليب تدريسية ووسائل

تعليمية تلاءم احتياجاتهم التربوية ويساعدهم على تكوين صور حسية عن كثير من المفاهيم المتضمنة في المنهج التعليمي أو البيئة المحيطة.

وعلى الرغم من تأكيد الدراسات، ومنها دراسة (Huurre & Aro, 2000, p. 627)، ودراسة (Drapeau, 1997, p. 45) على أن التحصيل الدراسي للمعاق بصريا أقل منه لدى الفرد العادي إذا تساوى كل منهما في العمر الزمني والعقلي، إلا أن هناك دراسات أخرى تناقض هذه النتيجة، فقد أشارت نتائج دراسة (Beaty, 1992, p. 709) إلى أن المعاقين بصريا يتفوقون على المبصرين في التحصيل الدراسي، وقد تم تفسير هذه النتائج غير المتوقعة في ضوء عوامل أخرى غير العوامل العقلية مثل العوامل الدافعية كدافع الإنجاز خاصةوأن التحصيل الدراسي المرتفع بعد السبيل الوحيد أمامهم لتحديد مستقبلهم المهني، وفي ضوء ما سبق يمكن القول إن الإعاقة البصرية تعوق فاقد البصر عن التحصيل بالطرق العادية الخاصة بالمبصرين، ولكن إن توافرت له المعلومات وكتبت بطريقة تناسب طبيعة إعاقته، فهذا من شأنه أن يؤدي إلى تقارب مستوى تحصيله مع تحصيل المبصر، وذلك لأن العجز البصري ليس له تأثير على الأداء المدرسي، فالمعاق بصريا يمكنه القراءة، والاستيعاب، والتحصيل مع توافر الوسائل والمواد التعليمية التي تتلاءم مع قصوره البصري . واتجاهات المعاق نحو إعاقته، بحسب (غلاب و الدسوقي ، 1996، صفحة 50) يعني أن استجابة المعاق بصريا لإعاقته ومدى تقبله أو رفضه لها تحدد مدى قدرته على التكيف مع إعاقته، ومدى قدرته على استيعاب الصعوبات النفسية والاجتماعية الناشئة عن الإعاقة، وبالتالي يستطيع ن يتقبل إعاقته ويتكيف معها، ومن ثم فإنه يثق في نفسه وقدراته، ويتخذ من إعاقته دافعا قويا لإنجازه وتقدمه في جميع مجالات حياته وبخاصة الجانب الأكاديمي.

وتشير (بطرس، 2010، صفحة 67) إلى أن التحصيل الأكاديمي للمعاق بصريا هو أقل منه لدى الفرد العادي إذا ما تساوى كل منهما في العمر الزمني والعقلي، وما يؤيد ذلك صعوبة التعبير الكتابي لدى المعاق بصريا عند أداء الامتحانات الأمر الذي يعقد الموقف، وخاصة إذا كان الممتحن بصريا ولا يستطيع أن يقرأ المادة المكتوبة بطريقة برايل.

✓ **الخصائص اللغوية للمعاقين بصريا:**

تشير الدراسات التي أجريت في هذا الصدد إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة بين طريقة اكتساب الكفيف والفرد العادي اللغة المنطوقة إذ يسمع كل منهم، حيث إن الإعاقة البصرية لا تؤثر تأثيراً مباشراً على اكتساب اللغة لدى الفرد المعاق بصريا (الحديدي، 1997، صفحة 44) .

✓ **الخصائص الحركية للمعاقين بصريا :**

يترتب على الإعاقة البصرية حسب ما أشار (الجوالده، 2012، صفحة 34) آثار سلبية على الخصائص الحركية لذوي الإعاقة البصرية، إذ تؤدي إلى قصور في المهارات الحركية نتيجة نقص الخبرات البيئية، مثل: قلة الحركة، وقلة المعرفة بمكونات البيئة المحيطة، وقلة المعرفة بالعلاقات المكانية التي يتقنها المبصرون، وفقدان روح المغامرة، إضافة إلى عدم وجود القدرة على المحاكاة والتقليد، كما تعد الحماية الزائدة من الوالدين أثناء مرحلة الطفولة من أكبر المشكلات في اكتساب الخبرات الحركية لذلك، ينصح أولياء أمور ذوي الإعاقة البصرية في مرحلة المراهقة بتشجيع أبنائهم على مشاركة أقرانهم المبصرين في الأنشطة الحركية.

✓ **الخصائص النفسية:**

يؤثر فقدان حاسة البصر على التوافق النفسي لذوي الإعاقة البصرية فتغلب على

شخصيتهم مشاعر الدونية، وعدم الثقة بالنفس والشعور بالغربة وعدم الأمان والإحساس بالفشل، والنزعة الاتكالية، كما يصبحون أكثر انطواء واستخداماً للحيل الدفاعية عند تعاملهم مع مجتمع المبصرين، كالكبت والتبرير، والانسحاب، وأكثر عرضة من المبصرين للاضطرابات النفسية، كالاكتئاب وما شابه ذلك، كما إنهم يعانون من التوتر الناجم من خوفهم الشديد من مراقبة الآخرين لسلوكهم، كذلك يعانون من القلق وخصوصاً من أن تواجه تصرفاتهم بالاستهجان من المبصرين، بالإضافة إلى أنهم يخشون الوحدة كونها تشعرهم بالفراغ الذي تملؤه الأوهام المخيفة التي تسبب لهم القلق وعدم الارتياح (عباس، 2015، صفحة 53).

كما إن تقدير الذات لديهم يتأثر سلباً لديهم بما يواجهونه من تحديات وعوائق في العادة تكون من صنع المبصرين (الزريقات، 2006، صفحة 51).

✓ **الخصائص العقلية للمعاقين بصريا:**

يمكن أن تؤثر الإعاقة البصرية على نمو الذكاء لارتباط الإعاقة البصرية بالقصور في معدل نمو الخبرات والقدرة على الحركة والتنقل بحرية وفاعلية ، والقصور في علاقة المعاق بصريا ببيئته وقدرته على السيطرة عليها والتحكم فيها.

1-4-مظاهر الإعاقة البصرية :

✓ **حالة صعوبة تركيز النظر (اللابؤرية) :**

- وتبدو مظاهرة هذه الحالة في صعوبة رؤية الأشياء بشكل مركز أي صعوبة رؤيتها بشكل واضح ويعود السبب في مثل هذه الحالة إلى الوضع غير العادي أو الطبيعي لقرنية العين أو العدسة، وتستخدم النظارات الطبية ذات العدسات الأسطوانية لتصحيح رؤية الأشياء بحيث تساعد مثل هذه العدسة على تركيز

الأشعة الساقطة من العدسة وتجميعها على الشبكية (الروسان ، 2001، صفحة 86).

- **الماء الأزرق الجلاكوما:**

يعرف مرض الماء الأزرق بأنه حالة تنتج عن ازدياد في إفراز السائل المائي الموجود في القرنية الأمامية الرطوبة المائية أو يقل تصريفه نتيجة لانسداد القناة الخاصة بذلك مما يؤدي إلى ارتفاع الضغط داخل مقلة العين، والضغط على العصب البصري الذييينتج عنه ضعف البصر .

- **الماء الأبيض او عتامة عدسة العين:**

يشار إليها في أحيان كثيرة باسم الماء الأبيض وتنتج عتامة عدسة العين عن تصلب الألياف الروتينية المكونة للعدسة مما يفقدها شفافيتها والغالبية العظمى من الحالات تحدث في الأعمار المتقدمة ، وتتلخص أعراض عتامة العدسة بعدم وضوح الرؤية والإحساس بأن هناك غشاوة على العينين مما يؤدي إلى الرمش المتكرر أو رؤية الأشياء وكأنها تميل إلى اللون الأصفر .

- **الحول:**

وهو عبارة عن اختلال وضع العينين أو إحداهما بضعف وظيفة الإبصار عن الأداء الطبيعي ويكون الدول إما خلقيا أو وراثيا وإما ينتج عن أسباب تتعلق بظهور الأخطاء الإنكسارية في مرحلة الطفولة " طول وقصر النظر " أو ضعف الرؤية في إحدى العينين ، وكثيرا ما يكون ضعف عضلات العين واحدا من الأسباب الرئيسية للحول (القريوتي، 1995، صفحة 33).

- **الرأرأة:**

وهي عبارة عن التذبذب السريع والدائم في حركة المقلتين مما لا يتيح للفرد إمكانية

التركيز على الموضوع المرئي .

- **اللارؤية:** بحيث لا تكون الرؤية والصورة واضحة جراء عدم الانتظام في انكسار الضوء الساقط على القرنية والعدسة، وهذه الحالة بالإمكان علاجها بالجراحة أو العدسات اللاصقة.
- **الرمد الصديدي:** وهي عبارة عن أمراض تنتج عن التحسس والذباب وتسبب تقرحات في قرنية العين وتورم الأجفان واحمرار العينين والتواء الرموش إلى داخل العين، مما يسبب جروحا والتهابات. وضعف في الإبصار (علية ، 2013، صفحة 61).

1-5- الأسباب المؤدية للإعاقة البصرية :

ولكن من خلال الدراسات التي أجريت حول أهم الخصائص المشتركة بين ذوي الإعاقة البصرية يمكن تقديم نبذة يسيرة عن:

- **الأسباب الوراثية:**

وهي العوامل التي تؤثر في الجنين قبل الولادة وكذلك العتامة خلف العدسة التي تصيب الأطفال الذين يولدون قبل مولدهم الطبيعي وتتمثل في حالات التهاب الشبكة الوراثي الذي يؤدي إلى ضيق مجال الرؤية وصعوبة تمييز الأشياء في الأماكن ضعيفة الإضاءة وحالات عتمة عدسة العينين المياه البيضاء" وحالات الجلوكوما الخلقية.

- **الأسباب البيئية :**

يرتبط ذلك بانخفاض المستوى المعيشي والصحي والثقافي والتعليمي وكثرة المصانع وتنوعها ومن بين العوامل أيضا إصابة الام الحمل في شهرها الثالث بالحصبة الألمانية والزهري وكبق الأسباب ممثلها امراض معدية حوادث واصابات.

- **الأسباب التشريحية :**

وهي أسباب العين عن وظيفتها وتنقسم إلى:

- أسـباب خارجية تتعلق بمقلة العين وتشـمل عيوب الأجزاء المكونة للعين، وهي متعلقة بكرة العين فتتمثل على العيوب التي تصاب بها الطبقات الأجزاء المكونة للعين كالطبقة القرنية والشبكية و العدسة.
- أسـباب خارجية تتعلق بالعصـب البصـري وتلقن المراكز العصـبية في الدماغ الرمد الغشـائي الحاد والرماد المخاطي الصـديد بالامراض غير المعدية و من أهم الامراض مرض الكناريا من نقص الفيتامينات (أ) وهناك بعض الحالات مثل تلون الشبكية وقصور العصب البصري ومرض السكر ويمكن القول انها تشمل على العيوب التي يصاب بها العصب البصري كأن ينقطع مثلاً نتيجة إصابة بحادث فيتعذر بذلك وصول الإحساس البصري المنبطح على الشبكية إلى المراكز الحسية في الدماغ ، وقد يحدث الإحساسات البصرية تكون معطلة فتكون النتيجة توقف الإحساس البصري في نهاية العصب (القدس ، 2016، صفحة 34).

الإعاقة البصرية لها أسباب عديدة ايضا نذكر منها:

- أسباب ما قبل الولادة: وتشمل العوامل الوراثية والبيئية وإصابة الأم الحامل ببعض الأمراض.
- أسباب أثناء الولادة: فكثيرا ما تظهر تأثيراتها منذ الولادة فهي تسمى بالعوامل الولادية وتشمل نقصى الأكسجين والولادة المبكرة.
- أسباب ما بعد الولادة : وتعرف بالعوامل غير الوراثية المسببة للإعاقة البصرية بالعوامل المكتسبة، وتشمل زيادة نسبة الأكسجين في حاضنات الأطفال والأمراض

التي تصيب العين والإصابات الناجمة عن الحوادث (الحديدي، 2015، صفحة 81).

1-6- المشاكل التي يواجهها المعاق بصريا:

المشاكل التي يواجهها المعاق بصريا:

- قلة النوم المعرفي: قلة المعلومات لدى المعاقين بصريا حول البيئة المحيطة به
- قدرة على التخيل.
- صعوبة تمييز الأجزاء التي تلف الكل.
- الاعتماد على حاسة السمع واللمس.
- محدودية قدرتهم على الحركة.
- صعوبة القراءة والكتابة. (شواهين ، 2010، صفحة 60).

1-7- العوامل المؤثرة في شخصية المعاق بصريا:

كما ورد في (جمال، 2009، صفحة 43) تتأثر الشخصية عموما بثلاثة مجموعات من العوامل هي:

- **العوامل الجسمية:** تشمل الحالة الجسمية العامة نواحي القصور والعجز أو القدرة الجسمية.
- **العوامل النفسية:** تشمل النواحي المعرفية موروثة مثل الذكاء والاستعدادات الخاصة، مكتسبة مثل الثقافة العامة و المهارات الخاصة النواحي المزاجية موروثة مثل الانفعال العام ونماذج مثالية خاصة، مكتسبة مثلالاتجاه الذاتي العام والميول والاتجاهات.
- **العوامل الاجتماعية** : تشمل :

أ- عوامل داخل المنزل الحالات الاقتصادية والظروف المنزلية والتنشئة.

ب- عوامل خارجية كأساليب التربية والعمل الذي يقوم به الفرد وطرق قضاء وقت الفراغ وأنواع الأصدقاء، والهدف من دراسة الشخصية بطريقة ايجابية وتساعده على مشكلاته وشعوره بالسعادة والتوافق.

1-8- الوسائل التربوية المستخدمة من طرف المعاقين:

ورد في كتاب (الخطيب و الحديدي، 2009، صفحة 38) إلى أن هناك العديد من الأدوات التكنولوجية التي يستخدمها المعاقين بصريا، وفيما يلي عرض لأهم هذه الأدوات:

- **آلة بريل (Braille)** : تعتبر الة برايل الوسط الرئيسي الذي يستخدمه كثيرون من المكفوفين للقراءة، وآلة برايل هي نظام للقراءة من خلال اللمس حيث تعتمد على استخدام خلايا من ست نقاط ويكتب المكفوفين من خلال استخدام آلة برايل للكتابة. كذلك يمكن استخدام اللوح والمثقب وذلك من خلال تثقيب الورقة، وتكتب المعلومات من اليمين الى اليسار وعند القراءة تقلب الصفحة وتقرأ من اليسار الى اليمين.

-**الأبتاكون(Optacon)** : هو أداة للقراءة تستخدم تقنيات الكترونية بالغة التعقيد تعمل على تحويل المادة المكتوبة الى ذبذبات لمسية يستطيع الشخص المكفوف الإحساس بها بإصبع واحد، ولأن القراءة بالأبتاكون ليست سريعة، فهي ليست بديلا لآلة بريل.

-**الدائرة التلفزيونية المغلقة(Closed-Circuit Television)** : أصبحت الدائرة التلفزيونية المغلقة تستخدم على نطاق واسع في الأونة الأخيرة من قبل التلاميذ ذوي الضعف البصري وما تعمله هذه الدائرة هو أنها تعرض المادة المكتوبة على شاشة جهاز التلفزيون الأمر الذي يسمح للشخص ضعيف البصر بقراءتها بسهولة وبسرعة نسبيا.

-**المسجلات(Recorders)** : تستخدم لتدوين الملاحظات وللاستماع للكتب المسجلة وللاستجابة اللفظية الأسئلة الامتحانات.

-**الكتب الناطقة(Talking Books)**

-**الآلة الكاتبة (Typewirter)**: قد تسهل الآلة الكاتبة عملية الكتابة بالنسبة للأطفال الذين يعانون من ضعف بصري ولا يستطيعون الكتابة بطريقة واضحة وللأطفال المكفوفين أيضا لتحضير الواجبات المنزلية وما الى ذلك.

-**مواد التكبير (Large-Print Materials)** : يجد بعض التلاميذ الضعاف بصريا قراءة الأحرف المبكرة أسهل من قراءة الكلماتالمكتوبة بالحجم العادي. وهناك مواد للتكبير مثل العدسات المجهرية وغيرها.

-**آلة كرزويل للقراءة(Kurweil Reading Machine)**: آلة تعمل بواسطة الكمبيوتر لتحويل المادة المطبوعة الى مادة مسموعة وتوضع المادة المطبوعة على مكان خاص للقراءة ويقوم جهاز الكشف عن المادة المكتوبة بالقراءة سطرا سطرا وللآلة مفاتيح خاصة للتحكم بالصوت من حيث علوه وسرعته كذلك هناك مفاتيح خاصة لتهجئة الكلمات وما الى ذلك.

-**الحاسب الناطق (Speech Plus Calculator)**: حاسب ناطق يحمل باليد يجري العمليات الحسابية وتعطي الإجابات صوتيا.

-**نظارات المكفوفين الذكية** : تعمل هذه النظارات على تمكين المكفوفين وضعاف البصر من السير في المناطق العامة والتعرف على ما يواجههم من عقبات والإعتماد على الذات أكثر، وبما أن أغلب المكفوفين لديهم بعض البصر يمكن أن تساعد هذه النظارات المكفوفين في تحقيق أكبر استغلال منها، حيث تحتوي على شاشة OLED، وجيروسكوب وبوصلة وسماعة رأس وبوصلة وكاميرتين صغيرتين وجي بي اس ومعالج

يمكنه قراءة البيانات واستخدامها بوسائل متعددة، حيث يستخدم لإظهار عمق السطوع للمكفوفين، وجعل الأشياء أكثر إشراقاً، وبذلك تساعد المكفوفين في التمييز بين العقبات والناس، كما يساعد الجي بي اس بإعطاء توجيهات لفئة المكفوفين، وتعمل الكاميرا مع وحدة المعالج في التعرف على الأرقام والحافلات. إضافة إلى الخرائط اللمسية، العصا البيضاء (علية ، 2013، صفحة 65).

1-9-البدائل التربوية لتعليم المعاقين بصريا:

هناك خمسة بدائل تربوية رئيسية لتعليم المعاقين بصريا وهي:

- مؤسسات الإقامة.
- الصفوف الخاصة.
- التعليم المتنقل.
- غرف المصادر.
- الصفوف العادية (علية ، 2013، صفحة 66).

1-10-احتياجات ذوي الإعاقة البصرية:

إن الأفراد ذوي الإعاقة البصرية بحاجة إلى الاحتياجات التعليمية الإرشادية البيئية الاجتماعية والتكنولوجية والتي تتمثل فيما يلي (علية ، 2013، صفحة 67)

- **الاحتياجات التعليمية:**

- إتقان المهارات اللمسية.
- إتقان المهارة السمعية.
- تنمية حواسه الأخرى مثل الشم والتذوق..
- التلميذ ضعيف البصر يحتاج إلى التدريب على بقايا الأبصار.

- **الاحتياجات الاجتماعية:**

يجب معاملة ذوي الإعاقة البصرية مثل أي شخص آخر لا يختلف عنا أي بشكل طبيعي وبدون افتعال.

عدم التعامل معه بالشفقة وخاصة كلمة "مسكين"، فهذه الكلمة تجعله يشعر وكأنه عاجز حقا، يتوجب تنبيه صاحب الإعاقة البصرية عند التحدث معه كمناداته، فهو لا يرى حتى يعرف أنك تتحدث إلي، عند التحدث مع ذوي الإعاقة البصرية لا تحاول رفع صوتك، بل اجعل حديثك معه مثل السوي تماما لأن ارتفاع الصوت يؤذيه ويؤدي إلى مضايقته.

- **الاحتياجات البيئية :**

- أن يتم توفير هواتف عمومية مجهزة بلغة برايل.
- نظام إخلاء في الحالات الطارئة مناسب لاستخدام الأشخاص المعاقين بصريا.
- تجهيز مطاعم مهيئة للمعاقين بصريا وأن تكون قائمة الطعام بلغة برايل.
- تجهيز أدوات وأجهزة مناسبة لاستخدام الأشخاص المعاقين بصريا مثل : أجهزة
- الصراف الآلي – أجهزة الكمبيوتر – كاونتر الاستعلامات – أجهزة إصدار التذاكر..... الخ.

- **الاحتياجات التكنولوجية:**

ازدادت أهمية استخدام الوسائل التعليمية التكنولوجية في العقود الأخيرة وأصبحت تلعب دور رئيسي في عملية تدريس المعاقين بصريا، حيث تساعد الوسائل التكنولوجية على التغلب على كثير من العقبات التي تحول دون استقلالهم، كما أنها تيسر عملية تواصلهم الاجتماعي وترفع من مقدرتهم على استيعاب وتطبيق مهارات الحياة اليومية.

إن استخدام الوسائل التكنولوجية في حياة المعاقين بصريا لها عديد من الإيجابيات التي تعود عليهم سواء أكان ذلك من الناحية النفسية أم الأكاديمية أم الاجتماعية أم الاقتصادية، فقد أثبتت دراسات كثيرة أن استخدام بعض الوسائل التعليمية كالحاسب الآلي مثلاً له دور كبير في خفض التوتر، حيث تتوفر فيها كثير من البرامج المسلية والألعاب الجميلة التي تدخل البهجة والسرور في نفوسهم، وبالتالي تخفف كثيرا من حدة التوتر والقلق النفسي لدى هذه الفئة من ذوي الاحتياجات الخاصة.

1-11- كيف تتطور الحواس البديلة للمعاق بصريا:

تعتمد كفاءة المعاقين بصريا علي مدي تنشيطهم لحواسهم الأخرى المتبقية واستخدامها بفعالية كتعويض القصور الناجم عن فقدان الإبصار أو ضعفه، ويتطلب ذلك أن تتضمن برامج تعليمهم وتأهيلهم التدريب الحواس السمع واللمس والشم حتى تعمل بكامل طاقتها المساعدة المعاق بصريا على التعامل بكفاءة أكثر مع مكونات بيئته ومثيرات العالم الخارجي :

- **التدريب اللمسي:**

الحاسة اللمس أهميتها البالغة في إدراك أشكال الأشياء وتركيباتها البنائية وحجموها وقيم سطوحها (ملامسها) وفي التمييز بين أوجه التشابه والاختلاف فيما بينها علاوة على الإحساسبالضغط والألم والحرارة وتشمل التدريبات الخاصة بحاسة اللمس ما يلي:

– تنمية المهارات الحركية الخاصة بالعضلات الدقيقة للأصابع من خلال معالجة أدوات ربط و تزرير الملابس لضم الخرز في الخيط واستخدام أدوات الأكل وتشكيل الصلصال وطي الورق وبناء المكعبات .

– تنمية مهارات الانتباه والتذكر والتمييز اللمسي والمقارنة بين قيم سطوح الأشياء وملامسها الخشن والناعم اللين والجامد (ودرجات الحرارة) البرودة والسخونة والأشكال

المختلفة (المربع والمستطيل الدائرة المثلث المكعب الاسطوانة... والأطوال والأحجام والأوزان .

- **التدريب السمعي:**

يتزود المعاقون بكثير من المعلومات عن العالم الخارجي عن طريق المثيرات السمعية المختلفة. كالأصوات البشرية والحيوانية وحفيف الأشجار وخرير المياه وتلاطم الأمواج وأصوات الرياح والأمطار ووسائل النقل والمواصلات

وتشمل تدريبات حاسة السمع للمعاقين بصريا ما يلي:

– تنمية المقدرة على التعرف على حسن الإصغاء والانتباه للأصوات المحيطة به والوعي بها وإدراكها.

– تنمية المقدرة على التعرف على الأصوات والتمييز بينها وتعيين هويتها ودلالتها.

– مساعدته على تحديد الاتجاه الذي يصدر منه الصوت أو تحديد موقعه وما يتطلبه ذلك من تعلم بعض المفاهيم المكانية اللازمة لذلك (فوق وتحت أعلى وأسفل يمين وشمال شرق وغرب وجنوب.

– تنمية مهارة الطفل على تحديد المسافة التي يصدر من عندها الصوت (قريب وبعيد).

– مساعدة الطفل على استخدام الصوت كإشارات سمعية هادية له في التحرك داخل بيئته بأمان وكفاءة.

- **التدريب الشمي:**

حاسة الشم أهميتها الفائقة في إدراك الروائح التي تنبعث من مختلف الأشياء بالبيئة المحيطة. كالأشجار والنباتات والحدائق والمطاعم والحوانيت والمستشفيات والفواكه والخضروات والأطعمة والحوائط والجدران والبويات والأصباغ وشواطئ والأنهار

والبحار... الخ ومن ثم فهي تزود المعاقين بصرياً . بمؤشرات تعينهم في التعرف على مكونات البيئة المحيطة ، وفي تعيين مواقع الأشياء المختلفة بها.

ومن بين التدريبات اللازمة لتنمية هذه الحاسة:

– تنمية إحساس الطفل بالروائح ووعيه بها وإدراكها.

– تنمية مقدرة الطفل على التمييز بين الروائح المختلفة لأنوع العطور والزهور والصابون والدخان والمطهرات . والأدوية ..... الخ.

– التدريب على تحديد موقع مصدر الروائح.

ولكي نتفهم أكثر البدائل التعويضية التي يمكن تنشيطها لدى المعاقين من خلال استثارة قواهم الكامنة ، وتدريب حواسهم المتبقية واستغلالها بطريقة أفضل في استقبال المعلومات من البيئة المحيطة بهم وتفهمها والتعامل معها، كما أن هناك استراتجيات لإكساب الكفيف مهارات الحياة اليومية منها:

– تذكر أن الوالدين أهم عنصر في حياة الطفل وان تدخلك إنما هو تدخل مرحلي.

– ضع يديك على يدي المعاق بصريا ليحس بالحركة أو المهارة وبالتالي ليعرف ما تريد منه.

– قف خلف المعاق بصريا وليس أمامه.

– إن مقدرة الطفل على التقليد وعلم التعلم التلقائي محدودة، لذلك فان الأحداث اليومية الروتينية تحتاج إلى توضيح.

– يجب أن يتم التدريب على نحو وظيفي متسلسل.

– تخفيف المساعدة التي تقدم لطفل ليتعلم الاعتماد على نفسه.

– استخدام البديهة ليتعلم النشاطات في الأوقات والأماكن المناسبة والطبيعية.

– تخصيص وقت كثير للتواصل اللمسي مع الطفل.

– الاحتفاظ بسجلات مناسبة حول نمو الطفل.

– تزويده بتغذية راجعة .

– يبدأ إكساب الطفل مهارات الحياة منذ الولادة إلى أن يصل إلى مرحلة الاعتماد على الذات على قدر الإمكان، إلا أن مهارات الحياة اليومية تتسم بالملازمة أي أن الشخص الكفيف لا يستطع الاستغناء عنها سواء كان طفل، شاب امرأة. فمن هنا يجب إكساب الكفيف مهارات الحياة اليومية منذشهوره الأولى. (علية ، 2013، الصفحات 70–71)

1–12–كيف تتعامل مع المكفوفين؟

إذا كنت تقابل كفيفا لأول مرة، فإنك تتساءل كيف تتصرف معه بطريقة صحيحة تجعلك أنت والكفيف تشعران بالارتياح وللإجابة عن ذلك إليك هذه الإرشادات:

– الكفيف مثل أي شخص آخر لا يختلف عنك، لذا عامله كما تعامل أي شخص بشكل طبيعي وبدون افتعال.

– لا تظهر له العطف الزائد والشفقة، وخاصة كلمة مسكين، فهذه الكلمة تجعله يشعر وكأنه عاجز حقا.

– عند التقائك بكفيف لا بد من تحيته ومصافحته عوضاً عن الابتسامة التي ترتسم على شفتيك الغيره.

– عندما تتحدث مع الكفيف أعلمه أنك تتحدث إليه، فهو لا يرى عينيك حتى يعرف أنك تتحدث إليه: لذا ناده باسمه حتى يعرف أن الحديث موجه إليه، وخاصة عندما يكون مع مجموعة فإنك في حديثك تنتقل من شخص إلى آخر.

– عند التحدث مع الكفيف لا تحاول رفع صوتك، بل اجعل حديثك معه مثل السوي تماما لأن ارتفاع الصوت يؤذيه ويؤدي إلى مضايقته.

– لا تشعر بالإحراج من استخدام كلمات تتعلق بالنظر مثل انظر هل رأيت من وجهة نظرك إلخ فهذه الكلمات لا تحرج الكفيف فهو يستخدمها في حديثه وإن كان لا يرى.. ولا تتجنب استخدامها لأن ذلك سوف يحرجه.

– لا تشعر بالإحراج من التحدث عن كف البصر وعن إعاقته، فهذا لا يضايقه لأنه قد اعتاد عليها وإنما عليك إتباع الأسلوب المناسب.

– إذا قابلت كفيفا ومعه مرافق مبصر وكان الكفيف يريد شيئًا فلا توجه الأسئلة وتخاطب المرافق المبصر بما يريده الكفيف، وإنما خاطب الكفيف نفسه فهو يستطيع التحدث عن نفسه والتعبير عما يريد قدر الإمكان، إلا أن مهارات الحياة اليومية تتسم بالملازمة أي أن الشخص الكفيف لا يستطع الاستغناء عنها سواء كان طفل ، شاب امرأة ، فمن هنا يجب إكساب الكفيف مهارات الحياة اليومية منذ شهوره الأولى.

– عند التحدث مع الكفيف عليك أن تستدير وتنظر باتجاهه وإن كان لا يراك، فهو يشعر ويعرف إن كنت تتحدث إليه من خلال اتجاه صوتك، وكما أنه من غير اللائق التحدث إلى شخص مبصر دون النظر إليه، فإن ذلك ينطبق على الكفيف أيضا.

– عند دخولك على كفيف دعه يشعر بوجودك وذلك عن طريق إخراج بعض الأصوات، ولا تعتمد على أنه يعلم بوجودك، فهو لا يراك وأنت تدخل.

– إذا كنت قد انتهيت من حديثك وأردت الخروج من الغرفة مثلاً، فعليك أن تعلم الكفيف وتنبهه لذلك فهو لا يراك وأنت تخرج.. ومن المحرج له أن يتحدث إليك وهو يظن أنك ما زلت في الغرفة ويكتشف بعد ذلك أنه يحدث نفسه.

– لا تقدم الكثير من المساعدات للكفيف وخاصة في الحالات التي يمكنه القيام بالعمل بمفرده فإنك إن فعلت تجعله عاجزا عن القيام بأبسط الأفعال، ومع مرور الزمن فإنه لن يستطيع الاعتماد على نفسه أبدا ويتكل على الآخرين بشكل تام.

– إذا قام الكفيف بأداء عمل بسيط معتمدا على نفسه، فلا تنظر إليه باستغراب وكأن عمله معجزة وتقول له: هل فعلت ذلك وحدك دون مساعدة ؟!"، فإنك تعامله وقتها وكأنه طفل.

– إذا أردت إرشاد الكفيف إلى موضوع شيء فلا تقل له هناك فهو لا يرى هناك.. وإنما كن دقيقا في الشرح وقل مثلا : على يمينك على بعد ثلاثة أقدام.

– عند تواجدك في مكان ما مع كفيف اشرح له ما يوجد حوله حتى تكون لديه فكرة عما يحيط به تفاديا لما قد يقع إذا تحرك دون أن يكون على علم بما حوله، فقد يصطدم بأشياء أو يوقع أشياء أخرى إذا لم يكن على علم مسبق بموقعها، وكذلك فإن الأشياء المعلقة والبارزة على مستوى رأسه قد تكون خطيرة عليه إذا لم يعلم بوجودها.

– لا تترك الأبواب نصف مفتوحة فإن ذلك يعرض الكفيف لخطر الاصطدام بها، فالأبواب يجب أن تكون إما مغلقة تماماً أو مفتوحة تماما.

– إذا لزم الأمر تغيير أثاث الغرفة أو تحريك أي قطعة من مكانها الذي اعتاد عليه الكفيف، فعليك إعلامه بهذا التغيير تجنبا لأي صدمات غير متوقعة.

– عند تقديمك شيئا ما للكفيف لا تقل له خذ فهو لا يرى اتجاه يديك وموقعك، وبالتالي فإنك إما تصدر صوتا بالشيء الذي تريد تقديمه له فيسمع الصوت ويعرف الموقع والاتجاه ويسهل عليه أخذه وإما أن تقربه إلى يده حتى يلمسه ويشعر به فيستطيع أخذه.

– عند تقديمك شرابًا من أي نوع للكفيف لا تملأ الكأس إلى آخره، فإن ذلك يؤدي إلى سكبه.

– إذا قدمت للكفيف طعاما فاذكر ما هو هذا الطعام، واذكر موقعه على الطاولة وموقع الكأس والأدوات الأخرى، وذلك لكي يتسنى له أخذه دون أن يوقعه، وأفضل طريقة

لشرح مواقع الأشياء هو استخدام طريقة الساعة، وهي كالتالي، تشرح للكفيف وتقول له إن الكأس عند الساعة 6 والطبق عند الساعة 3 وقطعة الجبن عن الساعة 9 وهكذا.

– عند توصيلك الكفيف إلى سيارة ما، لا تفتح له الباب، فإنك إن فعلت تعرضه لخطر الاصطدام بحافة الباب لذا يكفي أن تضع يده على مقبض باب السيارة وهو يقوم بالباقي.

– إذا قابلت كفيفا في الطريق فلا تمسك يده مباشرة وتجره فقد لا يحتاج إلى مساعدتك.. وعليك أولاً أن تعرض عليه المساعدة، فإذا كان بحاجة إليها طلبها منك وإذا رفضها فهذا يعني أن بإمكانه الاعتماد على نفسه في هذا الأمر ويجب أن نشجعه على ذلك.

– إذا أردت أن ترشد الكفيف إلى مكان ما وأصبحت أنت المرافق المبصر فلا تجره خلفك جرا أو تدفعه أمامك دفعا، وإنما اتبع طريقة المرشد المبصر الصحيحة وهي كالتالي:

– يقف المرشد المبصر متقدما نصف خطوة عن الشخص الكفيف، ويقف الكفيف إلى جانب المرشد المبصر.

يمسك الكفيف منطقة فوق الكوع المرفق للشخص المبصر خلف خط الوسط بالنسبة لجسم الكفيف، مستخدما يده اليمنى ليمسك فوق المرفق لليد اليسرى للمرشد المبصر وتكون مسكة اليد معتدلة وخفيفة.

– عند السير في ممرات ضيقة يقوم المرشد بتحريك يده واليد التي يمسك بها الكفيف إلى الخلف ووسط ظهره، وهذه الإشارة تنبه الكفيف إلى الوقوف خلف المرشد مباشرة على بعد خطوة وبعد الانتهاء يعيد المرشد إلى الوضع السابق.

– عند صعود ونزول السلالم على المرشد أن يتوقف برهة للإشارة بأنه سوف يصعد أو ينزل السلم ومن حركة جسم المرشد سوف يدرك الكفيف ذلك، وبإمكانه أن يوضح ذلك لفظا بقوله (اصـــعد الدرج)، عند الجلوس على مقعد يقوم المرشـــد بوضـــع يد الكفيف على ظهر أو يد الكرسي. (علية ، 2013، الصفحات 73–74–75).

1–13– الضرورات والتحديات في مجال تقييم القدرات العقلية لدى الأشخاص ذوي الاعاقة البصرية:

على الرغم من افتقاد المكفوفين أو ضعاف البصر من ذوي الإعاقة البصرية لحاسة البصر، فإنهم لا يعيشون حياة طبيعية فحسب وإنما أيضاً يستطيعون أن يمارسوا العديد من الأنشطة والمهارات مثل أقرانهم من المبصرين، مثل ممارسة الرياضات المختلفة، كالسباحة وتسلق قمم الجبال وغيرها، ولعب الموسيقى، وتطوير برامج الكمبيوتر،... الخ

كما أنهم يحصلون وفقاً لاختبارات الذكاء على درجات متشابهة مع المبصرين، ولكن على الرغم من ذلك فإنهم يتأخرون في تطورهم المعرفي في بعض الجوانب مقارنة بأقرانهم من المبصرين (Tadic , Chapter , & Frank, 2010, p. 45).

وللتعرف على العالم المحيط، يستخدم المكفوفون قدرات الخيال وأشكال التمثيل الذهني التي تستند إلى العمليات الإدراكية والتخطيط، وعمليات التعلم والاكتساب المتسلسل والتي تخضع لآليات غير ثابتة أو غير محددة، ويتم التعرف عليها من خلال التعبيرات اللفظية. علاوة على ذلك فإن الأفعال التي تستند إلى عمليات التخيل تتأخر ارتقائيا إلى حد ما لدى المكفوفين مقارنة بنظرائهم من المبصرين، ولكنهم ينجحون فيها في وقت لاحق تماما مثل المبصرين (Guerrón , Pozo, & Serrano , 2017, p. 304)

1-14-الرياضة والإعاقة البصرية :

بدأت رياضة المعاقين بصريا في ثلاثينيات القرن التاسع عشر الميلادي و ذلك في الولايات المتحدة الأمريكية حينما أنشئت ثلاث مدارس خاصة بالمكفوفين، وكانت مدرسة بيركنز في مدينة بوسطن إحدى هذه المدارس، والتي كان لها دور فعال في بدء رياضة المعاقين بصريا وذلك لأن مديرها كان من الأطباء المدافعين عن أهمية التمرينات البدنية.

لذا فقد نظمت المدرسة البرامج الرياضية المختلفة للطلاب المكفوفين كالسباحة في المحيط وجمباز الأجهزة وكذلك اللعب خارج أسوار المدرسة.

ومع بداية القرن العشرين الميلادي كان التوجه نحو الألعاب الجماعية فظهرت بعض الألعاب الرياضية الجماعية المعدلة التي يمارسها المعاقين بصريا بصورة منعزلة عن الأسوياء.

لكن بسبب انتشار فكرة الدمج التربوي للمعاقين بصريا مع أقرانهم من المبصرين شارك العديد من ذوي الإعاقات البصرية زملاءهم المبصرين في ألعاب رياضية تنافسية كالمصارعة الرمانية وألعاب القوى وغيرها، ومع ازدياد المشاركين في هذه الرياضات أقيمت البطولات التنافسية للمعاقين بصريا على المستوى المحلي والدولي فقد شارك المعاقون بصريا ولأول مرة في الألعاب الاولمبية للمعاقين في عام 1976م وذلك في الدورة الأولمبية التي أقيمت في تورنتو كندا.

ولتنظيم رياضات المعاقين بصريا وتطويرها أسست الجمعية الدولية لرياضة المكفوفين 1981م International Blind Sports Association تولت هذه الجمعية الإشراف على البطولات الدولية للمعاقين بصريا والتي أخذت في الانتشار عبر

انضمام العديد من الدول والمنظمات لعضوية هذه الجمعية،(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 28).

1-15- الرياضة التنافسية للمعاقين بصريا:

إن لممارسة الأنشطة الرياضية تأثيرات إيجابية على المعاقين بصريا فممارسة الرياضة تقلل من تأثيرات حياة الخمول و قلة الحركة التي يعيشها معظمهم.

وتؤدي بالتالي إلى رفع مستوى لياقتهم البدنية التي ترتبط بتجنبهم بعض أمراض العصر كتصلب الشرايين وأمراض القلب التاجية.

بالإضافة إلى ذلك فإن الرياضة الجماعية على وجه الخصوص تتيح الفرص للمعاق كي يبرز قدراته ودوره في المساهمة لتحقيق هدف فريقه مما يجعل أقرانه من أعضاء الفريق يتفهمون ويدركون قدراته وإمكاناته، كذلك فإن المعاق نفسه ينمي ثقته بنفسه وقدراته ويقدر ذاته مما يجعله أكثر استعدادا للاندماج في مجتمعه.

يستطيع المعاق بصريا المشاركة في العديد من الرياضات التنافسية الجماعية والزوجية والفردية التي تمارس على نطاق دولي أولمبي ككرة الهدف، ألعاب القوى، السباحة، الجودو، المصارعة الرومانية، رفع الأثقال وغيرها،(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 31).

1-16-أهداف التربية الرياضية للمكفوفين:

المكفوفون بصفة عامة مهما اختلفت درجة إبصارهم هم أفراد من المجتمع لهم ما للمبصرين من حقوق وعليهم واجبات إلا أن اكتسابهم للمهارات والخبرات الضرورية اللازمة للحياة الطبيعية تكون بدرجة ضعيفة وفي بعض الأحيان تكون معدومة خاصة إذا كانت حالة الكف كليا والتربية الرياضية خير وسيلة في المساهمة لتدريب هذه الفئة من المواطنين حتى يمكنهم القيام بالحركات المختلفة والضرورية لهم لقضاء حاجاتهم

واهتماماتهم ورجع ذلك لما لأنشطة الرياضية من تأثير فعال في تنمية وتقوية أجهزة الجسم المختلفة. وبهذا فيجب النظر بعين الاعتبار إلى المكفوفين بأنهم ليسوا عبئا على المجتمع وقوة عاطلة لا يستفاد منها بل هم قوة منتجة لا بد من العمل على الاستفادة منهم في جميع المجالات.

فالتربية الرياضية من خلال أنشطتها تعمل على رفع مستواهم البدني والصحي حتى يسهل عليهم الارتفاع بالمستوى المعرفي والثقافي لأن الحركة هي الوسيلة الهامة والضرورية لفئة المكفوفين التي تؤدي إلى ثقتهم بأنفسهم، والحركة هي العامل الأساسي المساعد في العمليات التربوية للمكفوفين لكي يصبحوا قادرين على التحرك والتنقل مع الارتفاع بمستوى اللياقة الصحية العامة والبدنية والارتقاء بعناصر اللياقة البدنية كالتوافق العضلي العصبي والمرونة وقوة التحمل وغيرها مع إكسابهم بعض المهارات الأخرى لتصحيح الأخطاء التي قد تطرأ على قوامهم نتيجة لحالتهم.

إن أهداف التربية الرياضية في أي مجتمع يجب أن تحقق أهداف المجتمع لما فيها من نشاطات متنوعة وفرص متعددة للخبرات والنقاط التالية كأهم الأهداف للتربية الرياضية للمكفوفين:

- ✓ **تنمية مهارات الكفيف البدنية:**

إن المشي والجري والرفع والوثب والدفع والحمل وغيرها من المهارات هي من الأمور الضرورية التي يحتاجها الكفيف ويمارسها في حياته اليومية، والنشاطات الرياضية كلها تنمي هذه المهارات وتزيدمهارات الكفيففي تأديتها فتكسبه مظهرا لائقا ينعكس على مظاهر حياته العامة وبالتالي على حياة المجتمع لأنه يؤدي عمله بسهولة ونجاح وبصورة أفضل.

✓ **تنمية الكفاية البدنية وصيانتها:**

عندما يتمتع الكفيف بجسم سليم تعمل أجهزته بنشاط وحيوية وتقوم هذه الأجهزة بوظائفها المعتادة بصورة جيدة، ويكون جسمه خاليا من العيوب البدنية التي تعرقل حركته أو تقلل من نشاطه أو تؤثر في مظهره الجيد، إن هذا الإنسان يتسم بالكفاية البدنية التي من أهم ميزاتها القوة والتوازن واستخدام الجسم بصورة سهلة توفر الطاقة وتزيد من المهارة كل هذه الصفات يستطيع الكفيف تنميتها في حالة ممارسة النشاطات الرياضية التي تتناسب مع قدراته ورغباته وميوله.

إن الكفيف الذي يشكو من عيب أو نقص قوامي أو بدني، فعند ممارسته للنشاطات الرياضية المختارة بدقة يستطيع أن يعوض ما لديه من نقص أو يصلح ما به من عيوب وأن يصون الأجزاء السليمة القادرة على الحركة وبذلك ينمي إمكاناته البدنية مما يساعده على التكيف مع مجتمعه بالإضافة إلى شعور بالثقة بنفسه والطمأنينة والسعادة،(إبراهيم، 2002، الصفحات 79-81).

✓ **مساعدة الكفيف على اكتساب صفات التفكير العقلي المنظم:**

يتم ذلك عن طريق النشاطات المتعددة التي يمارسها الكفيف حيث يكتسب معلومات ومفاهيم جديدة تزيد من قدرته على التفكير المنطقي الواقعي والتفهم وبعد النظر لأن هذه النشاطات لا تستثير البدن فحسب بل يصاحبها قدر كبير من التفكير واكتساب خبرات ومعارف جديدة كتاريخ ألعاب المعاقين وقوانينها وخطط اللعب...الخ.

✓ **التدريب على اكتساب صفات القيادة والتبعية للكفيف:**

إن فرص تنمية وتدريب المكفوفين على القيادة متوفرة بشكل ملحوظ في نشاطات التربية الرياضية، فاللاعب إما أن يكون رئيسا للفريق أو عضوا في نفس الفريق أو أن يكون في أحد لجان تنظيم النشاطات الرياضية في النادي أو الجمعية وكل هذه فرص

عملية للتدريب على مواقف القيادة، وفي هذا المجال يجعل الكفيف أخا وعونا وموجها لغيره من الناس كما تنمي في الآخرين صفات التبعية بحيث يصبح الأفراد في ظلها أعضاء عاملين في جماعات منظمة تعمل وتتحمل المسؤوليات لصالح الفريق وهذا الأمر يخلق كوادر قيادية.

✓ **تشجيع وتنمية القدرات والمواهب والوصول للبطولة:**

للبطولة أثر فعال في تزويد الكفيف بمثل عليا يتجه إلى تحقيقها، فليس من السهل أن يصل أي كفيف إلى مستوى البطولة إلا بعد جهد و عرق وصبر كبير، وهذا أيضا لا يتم إلا بالتدريب الواعي والمتواصل من الكفيف تحت إشراف جهة مسؤولة عن هؤلاء المكفوفين وبهذا تستطيع الدولة أن تستفيد من طاقات المكفوفين وأن توجهها ايجابيا لما فيه الخبر ومصلحة الوطن،(إبراهيم، 2002، الصفحات 81-83).

ويمكن القول أن التربية تشمل إعداد الكفيف من جميع الجوانب من مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعاني وسلوك اجتماعي مميز وذلك كله من خلال الأنشطة والألعاب الرياضية التي يمارسها الكفيف لبناء وتطوره وتكيفه مع الجميع بصورة فعالة وأفضل طوال حياته. وتسير في أربع اتجاهات تتميز بالنمو العقلي و النمو الاجتماعي، النمو النفسي وتخص المنظمة العالمية لألعاب المعوقين بإشراف على ISOD الفنية والإدارية للألعاب الى قسمين:

- ألعاب يمارسها الأصحاء ولها قانون دولي .
- ألعاب خاصة بالمعوقين فقط .

وتهتم التربية العامة بأهداف التربية الخاصة وتعتبر أهم الأهداف التربوية الخاصة برياضة المكفوفين فيما يلي:

- التدريب على اكتساب صفات القيادة التبعية السليمة للكفيف .

- تنمية مهارات الكفيف البدنية .
- تنمية الكفاية البدنية وصيانتها .
- مساعدة الكفيف على اكتساب صفات التفكير العقلي والمنظم .
- ترقية النمو الانفعالي للكفيف .
- المساهمة في اكتساب الكفيف إيجابيا .
- ممارسة الحياة الصحية السليمة للكفيف .
- التدريب على اكتساب صفات القيادة والتبعية السليمة للكفيف.
- تشجيع وتنمية القدرات والمواهب والوصول للبطولات العالمية (مخلوف، 2008، صفحة 30).

1-17-الإعاقة البصرية وأنواع الأنشطة الرياضية المناسبة لهذه الفئة:

وهناك أنشطة يمكن أن يمارسها المكفوفون دون غيرها، وذلك نظرا لنوع الإعاقة بكف البصر، وسوف نذكر أنواع الأنشطة التي تتناسب مع المكفوفين والتي لا بد من ممارستها لتنمية اللياقة البدنية والحركية بصفة خاصة والعمل على تنمية ما لديهم من إمكانيات وقدرات عن طريق تنمية الحواس الأخرى للعناية بالصحة العامة للمكفوفين، مما يؤدي بالتالي إلى النمو المتزن وإكسابهم بعض الصفات الأخلاقية والإرادية التي تساعد على التربية الشاملة لتمكينهم من مجابهة الحياة اليومية التي تقابلهم في المستقبل فضلا عن أن ممارسة الأنشطة الرياضية من الضروريات المرتبطة بالصحة الوقائية للأشخاص المعاقين بصريا فقط تكون أهمية ممارسة الأنشطة البدنية مضاعفة حيث أنها ليست وقائية فحسب بل إنها ترتقي لتكون تأهيلية أيضا، وذلك بسبب قلة حركتهم الناجمة عن إعاقتهم بشكل مباشر وغير مباشر مثل حماية الأهل الزائدة ومن بين هذه الأنشطة نذكر:

- **سباقات الملعب والمضمار** : لمن يعانون ضعف البصر، ويتنافس المكفوفون في الفئة T11 معصوبي العينين ويركضون بصحبة عداء دليل ، في حين تتنافس في الفئة T12–T13ممن يعانون ضعف البصر مع إختيار الركض بدون دليل.
- **سباق الدراجات** :كل من الفئات(B3,B2,B1) الذين يعانون ضعفا في الإبصار يشاركون في سباقات بدراجة مزدوجة المقعد بصحبة دليل كرة الهدف للمعاقين بصرياللاعب نحو الإتجاه.
- **السباحة:** تعتبر رياضة السباحة من أجمل الرياضات التي يمكن أن يمارسها الشخص الكفيف؛ حيث نجد أن العديد من المسابح يوجد بها حبال تفصل بين الممرات؛ وهذه تُعين الشخص الكفيف لكي يبقى في مساره.كما أنه تحافظ على مكانه داخل المسبح؛ بالإضافة إلى أن هذه الرياضية تساعد بشكل كبير في تقوية العضلات؛ والمحافظة على توازن الشخص؛ واستقراره.
- **الجمباز**: خاصة الحركات الأرضية التالية:الدحرجة الأمامية المتكررة،الدحرجة الخلفية، الدحرجة الطائرة، العجلة، الوقوف على الرأس، الوقوف على اليدين، الوقوف على الكتفي، الموازين.
- **ممارسة ركوب الخيل:** يعتبر ركوب الخيل نوع من أنواع الرياضة التي يمارسها المكفوفين؛ حيث يتم تعليم ركوب الخيل في مدارس مخصصة؛ وتكون داخل حلبة سباق؛ ولذلك لا يحتاج الشخص إلى مساعدة أي شخص آخر في هذه الرياضية.

- **رفع الأثقال** :يتم رفع الأثقال للمكفوفين عن طريق الأثقال المثبتة على حوامل وكذلك رفع الأثقال من وضع الركود مع اتخاذ إجراءات الأمن والسلامة وعدم المغالاة في زيادة الأثقال.

- **رياضية كرة الهدف:** ظهر في السنوات الأخيرة نوع من أنواع الرياضة التي يمارسها المكفوفين؛ وهي رياضية كرة الهدف وتكون عبارة عن فريقين من المكفوفين؛ والجدير بالذكر أن هذه الرياضة تعتمد بشكل كبيرة على الصوت.حيث يتم وضع أجراس داخل كرة السلة؛ وذلك من أجل إصدار صوت عند دحرجة الكرة؛ فيستطيع الشخص معرفة مكانها (حسن محمود، 2006، صفحة 53).

1-18-متطلبات مهمة لكي يستطيع المعاق بصريا ممارسة الرياضة :

لكي يستطيع المعاق بصريا ممارسة الرياضة يتطلب ذلك أمور مهمة منها:

- اختيار المكان الخالي من المعوقات والتقاطعات.
- اختيار أخفف الملابس وأنسب الأحذية.
- وضع هدف للوصول إليه والعودة منه لتلافي أسلوب التحول العشوائي الذي يؤدي به إلى الملل.
- مع اصطحاب الرفيق المريح.
- المداومة والالتزام اليومي أو الدوري.
- وعموما يستخدم الرياضيون ذوو الإعاقات البصرية نفس الأداء الفني الذي يستخدمه أقرانه المبصرون، لذلك فإن أفضل مدربي الرياضيين ذوي الإعاقات البصرية هم أولئك الذين يمتلكون المعلومات الخاصة برياضات المكفوفين (عامر، 2008، صفحة 53).

1-19-القواعد المنظمة للمشاركة في الرياضة وفقا للتقسيم الطبي:

- لا يمكن لأي لاعب أن يشترك إلا على أساس التقسيم الطبي المثبت له على البطاقة الطبية والبطاقة الشخصية.
- يسمح له ان يشارك في خمس مسابقات كحد أقصى.

- يشكل كل ثلاثة مسابقين فئة من الفريق المشارك.
- يمكن الاعتراض لكن بصفة علمية على التقسيم الطبي وتقديم ذلك الى اللجنة الطبية
- في الموعد المحدد (عامر، 2008، صفحة 54).

خلاصة :

في الأخير يمكن القول أن الإعاقة البصرية هي من الإعاقات التي تصيب الفرد وتؤثر علي مختلف جوانب حياته. حيث يعتمد إدراك الإنسان لعالمه علي المعلومات التي يستقبلها عبر الحواس المختلفة، وأي قصور أو خلل يحدث في أحدي هذه الحواس ينجم عنه صعوبات وأثار نفسية واجتماعية وسلوكية خاصة في فقدان حاسة البصر التي تلعبا دورا كبيرا في فهم الإنسان للبيئة من حوله والتعامل معها بشكل فعال وتجنب المخاطر فذوي الاحتياجات من معاقي البصر يعتبرون جزء من المجتمع الذي ينتمون إليه وومارستهم النشاط البدني أصبح من الضروري من أجل رعايتهم والاهتمام بمتطلباتهم قصد القضاء على الذهنيات السلبية وإعادة إدماجهم وذلك من خلال ممارستهم للأنشطة الرياضية بما يها من أداء بدني وتقني ودون أن ننسى القدرات االعقلية.

الفصل الثاني:

القدرات العقلية وتركيز الانتباه

تمهيد

2- القدرات العقلية و تركيز الانتباه.

2-1- تعريف القدرات العقلية.

2-2- اتجاهات القدرات العقلية في المجال الرياضي .

2-3- – القدرات العقلية عند الرياضيين.

2-4- القدرات العقلية التي وردت في الدراسة (الانتباه).

2-5- مظاهر الانتباه.

2-6- العوامل المؤثرة في تحويل الانتباه.

2-7- تقسيمات (أنواع) الانتباه.

2-8- ضوابط الانتباه.

2-9- نظريات الإنتباه.

2-10- محددات الإنتباه.

2-11- تصنيف الإنتباه.

2-12- مراحل الإنتباه.

2-13- تطور نمو القدرة على التركيز والإنتباه.

2-14- العوامل المؤثرة في الإنتباه .

2-15- أبعاد الإنتباه.

2-16- صدمة الإنتباه .

2-17- الانتباه عند الرياضيين.

2-18- أقسام الانتباه في الألعاب الرياضية.

2-19- أهمية تركيز الانتباه في الفعاليات الرياضية.

2-20- مشكلات تركيز الإنتباه عند الرياضيين.

2-21- التوجيهات التطبيقية لمساعدة الرياضي على تركيز الانتباه

2-22- طرق تحسين تركيز الإنتباه لدى اللاعبين

2-23- طرق قياس تركيز الإنتباه في المجال الرياضي.

خلاصة.

تمهيد:

القدرات العقلية متعددة ولقد تناولها العديد من الباحثين في المجال الرياضي في محاولة للتعرف على العلاقة بين هذه القدرات ومستوى الأداء المهاري في الأنشطة الرياضية المختلفة فالتفوق في المجال الرياضي يتطلب التكامل التام بين العقل والجسم على عكس بعض المجالات الأخرى، والرياضي بحاجة إلى قدرات بدنية وعقلية عالية حيث يتطلب تطوير الجانبين معا والتكامل بينهما حتى تتدفق الطاقة البدنية والعقلية في إتجاه واحد لكي يستطيع اللاعب الإستفادة من أقصى طاقاته في تحقيق الأهداف المرجوة.

ويعتبر تركيز الإنتباه من القدرات العقلية الهامة واللازمة للتفوق في العديد من الأنشطة الرياضية لذا تطرقنا في هذا الفصل إلى القدرات العقلية في المجال الرياضي وأهمية تركيز الإنتباه عند الرياضيين، طرق قياس تركيز الإنتباه لدى اللاعبين و كيفية تحسينه.

2- القدرات العقلية وتركيز الانتباه :

2-1- تعريف القدرات العقلية:

ترى الباحثة أن القدرات العقلية هي صفات يحددها سلوك الفرد أي بمعنى إنها صفات تتجدد بما يمكن أن يؤديه الفرد أو ما يقوم به، وهي صفات تظهر نتيجة لأداء معين وبهذا فإنها تمثل سلوكاً ظاهراً يمكن ملاحظته وبالتالي قياسه.

صنف الكيلاني القدرات العقلية فوضعها في عدة صور منها قدرة العقل وقدرة التأويل ويرى أن تنمية القدرات العقلية في حاجة إلى مراعاة عدد من الأمور منها أن القدرات العقلية تولد كامنة في الإنسان وتنمو وتشتد بالرعاية والتدريب وتضعف وتموت بالإهمال وسوء الاستعمال أو سوء التربية و إن القدرات العقلية هي من أهم المواضيع التي لها علاقة بالأداء المهاري، إذ أن إعداد اللاعب الجيد لأي نشاط رياضي له متطلباته من حيث الكفاءة البدنية والعقلية والنفسية والفسيولوجية والتشريحية وغيرها والتي لابد من توافرها لدى اللاعب حتى تستطيع أن تقوم بالجهد المطلوب منها على أكمل وجه، إذ تعد عاملاً حاسماً في وصولها لأعلى مستوى في الأداء (بولص حنونا، 2004، صفحة 18).

وتعد القدرات العقلية التي يتميز بها الإنسان من بين أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم وتدريب المهارات الحركية والتي اهتم بها العاملون في المجال الرياضي لغرض دراسة ومعرفة الفروق الفردية بين الأشخاص (الزهيري، 2001، صفحة 24)

2-2- اتجاهات القدرات العقلية في المجال الرياضي :

ويمكن تحديد اتجاهات القدرات العقلية كما يأتي :

- ✓ الاتجاه النظري: ويتضمن إلمام اللاعبين بالقدرات العقلية ووظيفة كل منها وديناميكتها وعلاقتها بالنشاط الحركي بشكل عام.
- ✓ الاتجاه العملي: وتنقسم إلى ثلاثة أقسام:

- القسم الأول: ويشتمل على التدريب العقلي لمختلف المهارات باستخدام القدرات العقلية الموجهة لسير الحركة.
- القسم الثاني: ويشتمل على التدريب العملي باستخدام الأجهزة وكذلك الاختبارات الورقية.
- القسم الثالث : ويتضمن التدريب على القدرات العقلية المرتبطة بالمهارات على ارض الملعب الخاص بكل لعبة.

2-3- القدرات العقلية عند الرياضيين :

أظهرت نتائج الدراسات وبشكل عام للأنشطة الرياضية على اختلاف أنواعها أن القدرات العقلية لها خصائص عامة مفيدة وهي:

- ✓ إن هذه القدرات تظهر بوضوح وخاصة عند الصراع الحاد ويرتبط مستوى ظهورها بدرجة الاستنفار بالقوى النفسية.
- ✓ في ظروف القصوى تصل القدرات العقلية العليا إلى أقصى ثقتها وتحسينها لأداء
- ✓ إن مدة استمرار نشاطها يتوقف على نوع النشاط الممارس.
- ✓ سهولة ارتفاع ترددها وربما تتغير بشكل حاد عند ظهور بعض العوامل الانفعالية المؤثرة خاصة، وأظهرت نتائج الدراسات الميدانية والتجارب العلمية واستبيان آراء المدربين أن تطور القدرات و تحسنها يكون خلال الإعداد التكنيكي والتكتيكي، وذلك باستخدام الطرق و الوسائل العقلية التي ترتبط بالإعداد التكنيكي والتكتيكي في الألعاب الرياضية وهي:
- ✓ التفكير السليم الفعال.
- ✓ التوقع السليم لحركة الزميل والمنافس.
- ✓ سرعة رد الفعل نحو الأهداف المتحركة.
- ✓ حجم الانتباه.

- ✓ ديناميكية العمليات العصبية.
- ✓ تحويل الانتباه.
- ✓ الديناميكية أو القدرة على تغيير القرار في اللحظة المناسبة.
- ✓ التوازن النفسي بين القدرات العقلية المختلفة والمشتركة في الموقف (عبد الستار، 2000، صفحة 19).

2-4- القدرات العقلية التي وردت في الدراسة (الانتباه):

بدأ الاهتمام بموضوع الانتباه في أواخر الثمانينيات، عندما أجرت معامل " وندت تتشنر وهليموتز "التجارب على أبعاد مختلفة من الانتباه واستمر الاهتمام إلى أن جاءت الحرب العالمية الثانية ووضعت التحديات أمام علماء النفس في الكثير من المشاكل التطبيقية المرتبطة بموضوع الانتباه ومنها كم من الوقت يمكن للعامل الفني على جهاز الرادار القيام بالملاحظة دون انخفاض في مستوى الانتباه، ويمثل الانتباه في الوقت الحاضر أحد الموضوعات الهامة في علم النفس وينظر إليه على أنه مجال مركب ومتنوع ويؤكد هذا القول باراسورمان بأن البحث في الانتباه يضم مجالات متعددة منها علم النفس المعرفي وعلم النفس الفسيولوجي وعلم نفس النمو وغيرها (الحكيم و أحمد، 2015، صفحة 251)

والانتباه هو العملية العقلية أو المعرفية التي توجه وعي الفرد نحو الموضوعات المدركة ، وهو اختيار وتهيؤ عقلي نحو شيء أو موضوع معين لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه (عبد الستار، 2000، صفحة 45).

إنه عملية توجيه وتركيز الشعور على الإحساسات الناتجة بفعل مثيرات خارجية موجودة في المجال البيئي الإدراكي للفرد، أو المثيرات الداخلية والتي تحدث داخل الفرد، وهو أول عملية معرفية تمارسها عند التعامل مع مثيرات البيئة الحسية بحيث يصبح أول

هدف لنا هو التعرف على طبيعة المثيرات المتوفرة في النظام الحسى للفرد لتقدير أي المثيرات سيتم الاهتمام بها ومعالجتها و إدراكها (العتوم ، 2004، صفحة 73).

فالانتباه إحدى القدرات العقلية التي تعلب دورا مهما في حياة الإنسان فهو يساعدنا على معرفة الأشياء وسرعة فهمها كما أنه يعتبر من العمليات النفسية التي تحدث في جزء معين من أداء المخ عن طريق النشاط وان ضعفه يعد من الحالات السلبية قبيل بداية الأداء إذ لا يمكن أداء رد فعل سريع دون الانتباه الجيد والانتباه من حيث معناه العام "هو حالة تركيز العقل أو الشعور حول موضوع معين وهو بهذا المعنى العام: عملية وظيفية تجري فيها بؤرة الشعور على بعض الأجزاء في المجال الإدراك (زروقي، 1977، صفحة 74)

يعد الإنتباه من الموضوعات التي يهتم بها علم النفس التربوي، لأنه من العوامل المؤثرة في التعلم والإنتباه هو تركيز الشعور في الشي وهو يسبق عملية الإدراك فكأن الإنتباه يرتاد الأشياء والإدراك يكتشفها ويعرفها والإنسان لا ينتبه إلي كل الأشياء التي يواجهها في حياته وإنما يختار منها ما يهمه معرفته وما يشبع حاجاته وتتوقف عملية الإختيار هذه على استعداد الفرد وتهيئته لملاحظة شئ دون أخر فالمعلم يقول لطلابه إنتبهو إنما يطلب إليهم أن يستعدو لإدراك وفهم ما يقول أو يفعل (العناني، 2014، صفحة 144).

ويشير (إسماعيلي و قشوش، 2015) إن عملية الإنتباه عملية عقلية هامة كونها أحد المتطلبات الرئيسية للعديد من العمليات العقلية الأخرى مثل : الإدراك ، التذكر، التعلم، فبدون هذه العملية قد لا يكون إدراك الفرد لما يدور حوله واضحا وجليا وربما يواجه صعوبة في عملية التذكر مما ينتج عنه الوقوع في العديد من الأخطاء سواء على صعيد التفكير أو أداء السلوك وتنفيذه.

كما حيث أن الفرد لا يستطيع أن يدرك أي منبه في البنية المحيطة به إلا بعد أن ينتبه إليه ولذلك فإن الإنتباه بحسب (عبد الحافظ ث.، 2016) يسبق الإدراك بوصفه عملية إنتقائية تحدد في بؤرة الشعور، أما الإدراك فيرتكز حول ما ينتبه إليه الفرد مما يؤدى إلى وعي وشعور زائدين بالمثير.

وبالتالي فهو يشير إلى عملية توجيه وتركيز الحواس على المعلومات التي يتم إستقبالها ونظرا لكثرة المعلومات التي تأتي من خلال الحواس فإنه يتعذر معالجتها جمعيا في نفس الوقت بسبب محدودية الإنتباه (الزغلول، 2012، صفحة 142).

كما يعتبر التركيز خطوة تالية للإنتباه قد لا تنفصل عنها، إذ أن الإنتباه يعنى إختيار الفرد لمتغير واحد وعزل المتغيرات الأخرى التي يتعرض لها في نفس الوقت، ويفسر مفهوم التركيز بشكل دقيق ويمكن أن تدمج هاتان العمليتا (الإنتباه والتركيز) لينتج عنه مفهوم جديد يسمى تركيز الإنتباه، فالوقت الذي كان الإنتباه عاما فإن التركيز هو الحالة الخاصة بل يمثل جوهر الإنتباه والتركيز دوما تراه كبيرا في المجال الرياضي حيث يساعد على رد فعل جيد وسريع وكذلك إستجابة حركية دقيقة، كما أن التركيز والإنتباه كمصطلحين منفصلين ذو أهمية كبيرة في بعض الفعاليات الرياضية فهناك بعض الفعاليات التي تتطلب مطاولة في تركيز الإنتباه مثل : الملاكمة والتي تتطلب من الملاكم أن يركز إنتباهه على حركات خصمه لمدة طويلة لأن إغفال في ذلك سيؤدى إلى الهزيمة وهكذا في معظم الفعاليات الرياضية الأخرى. (زيوش، 2012، صفحة 525)

إن الفرد يستقبل من خلال الحواس المختلفة العديد من المعلومات أو المثيرات سواء من البيئة الخارجية أو من داخله فيما يعرف بعملية الإحساس، ويقوم الفرد بالتعرف على هذه المعلومات أو المثيرات فيما يعرف بعملية الإدراك، وعندما يدرك الفرد هذه المعلومات أو المثيرات سواء الخارجية أو الداخلية فإنه يستطيع بذلك اتخاذ القرار سواء

بالاستمرار أو بعدم الاستمرار في توجيه وعيه نحو معلومات محددة بين هذه المثيرات أو المعلومات المدركة، وهذه العملية لاتخاذ القرار تتطلب الانتباه لهذه المدركات كلها أو بعضها ، ويلعب الانتباه دورا هاما في أداء المهارات الرياضية المختلفة وخاصة في اللحظة التي يشرع فيها اللاعب بالتهديف في المرمي. (حماد م.، 1999، صفحة 70)

2-5- مظاهر الانتباه:

- ✓ **حجم الإنتباه:** يقصد بحجم الإنتباه أو المثيرات التي يمكن للاعب الإنتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن: فعلى سبيل المثال قد يكون حجم الإنتباه بالنسبة للاعب في كرة القدم في موقف معين يتضمن كلا من الكرة وبعض اللاعبين المنافسين وبعض اللاعبين الزملاء والحكم مثلا، في حين قد يكون حجم الإنتباه بالنسبة للاعب في موقف آخر يتضمن اللاعب المنافس والكرة فقط كما هو الحال بالنسبة لركلة الجزاء في كرة القدم وعلى ذلك كلما كانت كمية المعلومات أو المثيرات التي يدركها اللاعب فيي لحظة معينة من الزمن كبيرة ، كان حجم الإنتباه كبيرا وعلى العكس من ذلك كلما كانت كمية المعلومات أو المثيراتالتي يدركها اللاعب في لحظة معينة من الزمن قليلة قل حجم الإنتباه (بن رابح، 2014، صفحة 49)
- ✓ **حدة (شدة)** : الإنتباه يقصد بحدة الإنتباه أو شدة الإنتباه درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات معينة وبالتالي: كلما زادت حدة أو شدة الإنتباه نحو مثيرات معينة ، تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الإنتباه ومن الملاحظ بالنسبة للاعب الناشئ عندما يتعلم مهارة حركية جديدة أن حدة الإنتباه لديه تكون واضحة نظرا لمحاولته بذل المزيد من الجهد في عملية الإنتباه لمحاولة فهم واستعاب هذه المهارة الحركية الجديدة

✓ **تركيز الإنتباه** :يقصد بتركيز الإنتباه تضييق الإنتباه أو تثبيته نحو مثير معين واستمرار الإنتباه على هذا المثير المختار فكان تركيز الإنتباه هو القدرة على تضيق أو تثبيت أو تأكيد الإنتباه على مثير أو مثيرات مختارة لفترة من الزمن ومما تجدر الإشارة إليه أن تركيز الإنتباه على مثير معين لا يعنى جمود الإنتباه وتوقعه وإنما يتحرك الإنتباه أثناء تركيزه في مجال أو إمتداد أو إتساع أكبر يطلق عليه مجال إتساع الإنتباه ولكن فيغير الهامة فعلى سبيل المثال اللاعب المدافع في كرة السلة في طريقة دفاع رجل لرجل يقوم بإختيار أوحدود تتبع المثير المختار الذي يتم التركيز عليه كما هو الحال في رياضة الرماية عند تركيز الإنتباه فيبؤرة أو نقطة معينة هي الهدف الثابت أو المتحرك.

✓ **إنتقاء الإنتباه** : يقصد بإنتقاء الإنتباه القدرة على إختيار المثير الهام الذي ينبغي التركيز عليه وإغفال المثيرات الأخرى غير الهامة فعلى سبيل المثال اللاعب المدافع في كرة السلة في طريقة دفاع رجل لرجل يقوم بإختيار أو إنتقاء إنتباهه على اللاعب المهاجم في نقطة معينة ، مثل إنتقاء الإنتباه على الكرة في يد اللاعب المهاجم أو إنتقاء الإنتباه على وسط اللاعب المهاجم أو إنتقاء الإنتباه على قدم اللاعب المهاجم وهكذا كلما كان إنتقاء اللاعب المدافع في كرة السلة لنقطة الإنتباه بالنسبة للاعب المهاجم صحيحا كان أقدر على النجاحفي عمله الدفاعي.

✓ **ثبات الإنتباه:** يقصد بثبات الإنتباه قدرة اللاعب على الاحتفاظ بإنتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبيا فلاعب تنس الطاولة الماهر يستطيع الإحتفاظ بثبات إنتباهه على الكرة أثناء اللعب دفاعا وهجوما المحاولة الفوز بنقطة واحدة لفترة طويلة نسبيا في رياضة تنس الطاولة للمستويات العالية .(بن رابح، 2014، صفحة 33)

✓ **توزيع الإنتباه:** يقصد بتوزيع الإنتباه قدرة اللاعب على توجيه إنتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد أو توجيه إنتباهه نحو إستعاب وفهم أكثر معلومة من مصادر مختلفة في وقت واحد ، إن توزيع الإنتباه بين نمطين متماثلين في المستوى والفعالية من المهمات أو المنبهات أمر صعب وعندما تتشابه مهمتان تشابها كبيرا وتحدثان سوية يضطر الفرد أن يعنى بواحدة ويهمل الأخرى، ومن أمثلة ذلك قيام اللاعب المدافع في كرة السلة بتوزيع إنتباهه ما بين اللاعب الذي يراقبه وغير الحائز للكرة واللاعب المنافس الحائز للكرة.

✓ **تحويل الإنتباه:** تحويل الإنتباه يقصد به قدرة اللاعب على سرعة توجيه إنتباهه من مثير معين إلى مثير آخر ومن أمثلة ذلك مدافع كرة الطائرة الذي يوجه إنتباهه نحو لاعب منافس معين سيقوم بأداء الضربة الساحقة ثم سرعة تحويل إنتباهه نحو لاعب منافس أخر سيؤدى الضربة الساحقة فعلا كنتيجة لعملية خداع من الفريق المنافس وبالتالي قدرته على صد الضربة الساحقة، ونجاح تحويل الإنتباه من مثير لأخر يرتبط بعامل التوقيت إذا أن السرعة الزائدة أو البطء الشديد لا يساعد اللاعب على النجاح في الأداء يصرف انتباهيم الى شيء آخر كما يجدون صعوبة في تركيز انتباههم من جديد.

✓ **تشتت الإنتباه:** هو عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بإنتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبيا وانتقال الإنتباه بين مثيرات متعددة في نفس الوقت، ويشكو بعض الناس من شرود إنتباههم قدر قليل أو كبير أثناء العمل أو الحديث أو المذاكرة أو أثناء الألعاب فهم يعجزون عن التركيز إلا لبضع دقائق ثم ينصرف إنتباههم إلى شئ آخر كما يجدون صعوبة في تركيز إنتباههم من جديد.

✓ **حصر الإنتباه:** لا يثبت الإنتباه على شئ واحد إلا لحظة وجيزة من الزمن وما عليك إلا أن تلاحظ عينى شخص يتطلع منظرا طبيعيا أو لوحة فنية لترى أنهما

تنتقلان من نقطة إلى أخرى كل ثانية أو ثانيتين وحتى إذا كانت العينان مثبتتين على موضوع خارجي خاص لم يلبث الإنتباه أن ينتقل منه إلى فكرة أو خاطر في ذهن الفرد ثم حاول أن تنتبه إلى دقات الساعة التي يأتي صوتها من بعيد فإننا نجد أننا نسمع دقاتها لحظة ثمين قطع الصوت ثم يعود لتسمعه وهكذا، فالمختص في موضوع معين يستطيع أن يحصر إنتباهه فيه لمدة طويلة فكان الإنتباه المستمر الموصول ليس إنتباها جامد لاحراك فيه بل إنتباه متحرك يتغير بسرعة ولكن في دائرة إهتمام واحدة لا يحيد عنها ولا يستلم المشتتات مثل: الإنتباه إلى شرح المدرب على كيفية أداء الرمية الحرة في كرة السلة في قاعة التدريب، ولكننا نرى أن اللاعب حصر إنتباهه بكلام المدرب فقط دون غيره ومن ثم يعين على المدرب الذي يريد الإبقاء على إنتباه سامعيه أن يثير إهتمامهم أولا بالموضوع ثم يمضي في عرضه ولكن دون إستطراد كبير فالإستطراد غلبا ما يكون مدعاة إلى حيود الإنتباه عن موضوعه الأصلي تتوقف القدرة على حصر الإنتباه على عوامل عديدة منها الوراثة والسن والخبرة والإهتمام والتعود (بن رابح، 2014، الصفحات 51-52)

كما لخص (حماد م.، 1999، صفحة 51) مظاهر الانتباه في ما يلي:

- ✓ **حجم الانتباه:** يقصد بحجم الانتباه عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بينالمعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن.
- ✓ **حدة (شدة) الانتباه:** ويقصد بها درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات معينة وبالتالي كلما زادت حدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه.
- ✓ **تركيز الانتباه :** يقصد بتركيز الانتباه تطبيق الانتباه أو تثبيته نحو مثير معين واستمرار الانتباه على هذا المثير المختار .

- ✓ **انتقاء الانتباه:** ويقصد به القدرة على اختيار المثير الهام الذي ينبغي التركيز عليه وإلغاء المثيرات الأخرى غير الهامة.
- ✓ **إثبات الانتباه:** يقصد به قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد، ومن أمثلة ذلك قيام اللاعب في كرة اليد بتوزيع انتباهه ما بين اللاعب الذي يراقبه وغير الحائز على الكرة وفي نفس الوقت اللاعب المنافس الحائز على الكرة .
- ✓ **تحويل الانتباه:** تحويل الانتباه يقصد به قدرة اللاعب على سرعة توجيه انتباهه نحو مثير إلى مثير آخر، ومن أمثلة ذلك مدافع في كرة اليد الذي يوجه انتباهه إلى اللاعب المنافس معين سيقوم فعلا بعملية الخداع ثم التصويب.
- ✓ **تشتت الانتباه:** الانتباه وتركيز الانتباه وهو عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبيا أي إثبات الانتباه وانتقال الانتباه بين المثيرات المتعددة في نفس الوقت.

2-6- العوامل المؤثرة في تحويل الانتباه:

هناك عدة عوامل مؤثرة في تحويل الانتباه نذكر منها:

- ✓ اختيار طريقة الانتباه.
- ✓ توقيت تحويل الانتباه.
- ✓ الضغط العصبي.
- ✓ الألم. (عبد الستار ج.، 2000، صفحة 57)

2-7- تقسيمات (أنواع) الانتباه:

يمكن تقسيم الانتباه من حيث النوع إلى عنصرين أساسيين:

- سعة الانتباه : وترجع إلى عدد المثيرات الواجب على اللاعب الانتباه إليها.

- اتجاه الانتباه : ويرجع إلى توجيه الانتباه داخليا على أفكار اللاعب وشعوره أو خارجيا على الأحداث في البيئة المحيطة، وللتعرف على متطلبات الانتباه للأنشطة الرياضية يجب أن يوضع في الاعتبار هذان البعدان معا .

وينقسم الانتباه من حيث الاتجاه إلى :

- ✓ **الانتباه الداخلي:** وهو التركيز على الذات ويتضمن الأفكار والشعور، أي أن الانتباه غير موجه إلى ما يدور في المجال الرياضي.
- ✓ **الانتباه الخارجي:** وهو توجيه الانتباه إلى الواجبات الحركية أو المنافسة، أهم ما يميزه هو التركيز على الجوانب الخارجية من حركات المنافسين، الجمهور، المدرب وغيرها، وفي بعض الأنشطة التي يكون فيها الانتباه الداخلي هو أهم المتطلبات، وفي أنشطة أخرى من أهم العوامل المؤثرة في تحقيق الأهداف. (عبد الستار ج.، 2000، الصفحات 55-69)

وينقسم الانتباه من حيث مصدره :

- ✓ **الانتباه الداخلي** : هو الانتباه المكنون في داخل الفرد والذي يستخدمه الفرد من اجل الاستعداد النفسي والتعبوي للتهيئة الكاملة لوضع الحلول التنفيذية.
- ✓ **الانتباه الخارجي:** هو إستراتيجية التنفيذ وأسلوب التصرف كما انه يعد عزل للانتباه عن جميع التغيرات المحيطة باللاعب.. كالجمهور والحكم والأصوات العالية (ذنون ، 1994، صفحة 213)
- ✓ **التداخل في الانتباه:** يحدث التداخل إذا حاول اللاعب الانتباه إلى العديد من المثيرات مرة واحدة ويتم ذلك في اتجاهين:
  - **سعة الانتباه:** ويظهر التداخل في سعة الانتباه فيحدث إذا طلب من اللاعب أداء مهارتين في وقت واحد، فان المهارة الثانية تتأثر بالمهارة الأولى، ويتوقف ذلك على صعوبة المهارة الأولى لأن سعة الانتباه ثابتة.

فإذا كانت الأولى بسيطة فان سعة الانتباه المتبقية سوف تسمح بأداء المهارة الثانية بطريقة جيدة، أما إذا كانت المهارة الأولى حركية ومعقدة فان سعة الانتباه تتداخل في التأثير على أداء المهارة الثانية.

- **تركيب الانتباه:** أما التداخل في تركيب الانتباه فيحدث إذا طلب من اللاعب أداء مهارتين في نفس الوقت، وكلتا المهارتين تتطلب استخدام نفس عضو الاستقبال الحسي مثل الأذن أو عضو الاستجابة مثل اليدين)، في مثل هذه الحالة يحدث التداخل بواسطة المنافسة على استخدام نفس نظم المدخلات والمخرجات . (عبد الستار ج.، 2000، الصفحات 55-69)

وهناك تقسيمات أخرى يمكن تلخيصها في ما يلي :

- ✓ **الانتباه الإرادي الانتقائي:** وهو الانتباه الذي يقتضي من المنتبه بذل جهد قد يكون كبيراً، وفي هذه الحالة يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حما نفسه على الانتباه، وهو جهد ينجم عن محاولة الفرد التغلب على ما يعتريه من سأم أو شرود ذهني ، ويتوقف مقدار الجهد المبذول على شدة الدافع إلى الانتباه وعلى وضوح الهدف من الانتباه (راجع، 1976، الصفحات 177-178).
- ✓ **الانتباه اللاإرادي (القسري) :** يوعد هذا النوع من الانتباه لا إراديا وقسريا حيث يركز الفرد انتباهه على مثير يفرض نفسه على الفرد بطريقة قسرية و دون بذل جهد عال للاختيار بين المثيرات لدرجة يصبح فيها الانتباه وكأنه لا شعوري وغير انتقالي حيث يعزل فيها الفرد نفسه بالكامل خارج إطار المثير الذي يشد انتباه الفرد، وخير مثال على ذلك الانتباه لصوت ضجيج مفاجئ في منتصف الليل أو ألم شديد في احد أعضاء الجسم .

- ✓ **الانتباه التلقائي الانتقالي:** هو نزع الانتباه لا يبذل الفرد أي جهد كانتباه الفرد إلى موضوع أو شيء يصل إليه أو يهتم به فلا يبذل جهدا في هذا النوع من الانتباه. (العتوم ، 2004، صفحة 76)
- ✓ **الانتباه التوقعي:** يعد هذا النوع من الانتباه على نحو استباقي وذلك عندما يتوقع الفرد حدوث مثير معين، ويعد هذا النوع من الانتباه إراديا حيث أن الفرد يختار الاستجابة ويوجه انتباهه إلى مصدر معين متوقعا حدوث المثير في أي لحظة، ومن الأمثلة على ذلك مراقبة شاشات الرادار من قبل الموظف المسؤول أو الانتظار لسماع شيء معين في الأخبار. (عماد عبد الرحيم الزغلول، فالح الهنداوي، مدخل إلى علم النفس، 2014، صفحة 115)

تقسيم الانتباه من حيث الثبات :

- **الانتباه المتحرك (ديناميكي):** هو الذي يتميز بالشدة المنخفضة في بداية النشاط الرياضي وكلما ارتفعت شدته في الدقائق الأولى من النشاط قلت كفاءة الأداء.
- **الانتباه الثابت (الستاتيكي):** هو ذلك الانتباه الذي تثبت عنده الشدة المرتفعة نتيجة التهيئة المسبقة في عملية الإحماء (عبد الحميد أ.، 1973، صفحة 287)

2-8- ضوابط الانتباه:

من الأساليب الأكثر نجاحا في تركيز الانتباه على الأشياء الصحيحة هي في الاستفادة من ضوابط التركيز التي تتيح للرياضي تركيزا إراديا شديدا وبلا توتر وهذه الضوابط لها خصوصياتها ويجب استنباطها بحسب طبيعة الرياضي عقليا وأسلوب الرياضي في الانتباه) (باهي م.، 2002، صفحة 206)

وضوابط التركيز ثلاثة أنواع هي :

- ✓ **الضابط اللفظي verbal:** هو عادة كلمة واحدة يتم تكرارها في صمت في اللحظة المناسبة.

- ✓ **الضابط البصريvisual** : يتضمن التركيز عمدا على شيء خاص جدا في البيئة المحيطة باللاعب.
- ✓ **الضابط الجسمي physical** : يتضمن القيام بتصرف معين (باهي م.، 2002، صفحة 207)

و من أسئلة ضوابط التركيز نجد :

- ✓ **اللفظية** : كز، استعد، بلطف، واصل تقدم ببطء.
- ✓ **البصرية:** النظر في أوتار مضرب الراكيت، التركيز لفترة قصيرة على موضع محدد على أرض المباراة، التحديق إلى ما هو مكتوب على الكرة النظر إلى الإستكر (الملصق) على ظهر يد المظرب، رؤيةالخصم وهو في وضع استعداد.
- ✓ **الجسمية** : تجفيف اليد في القميص أن يأخذ نفسا عميقا، أن يقوم بتنطيط الكرة الضرب القوي المفاجئ ثلاث مرات، نقر أرض الملعب بالراكيت، غلق العينين لبرهة.

ويستخدم بعض الرياضيين ضابط تركيز واحد بينما يفضل غيرهم استخدام أكثر من ضابط المهم هو في استخدامها حتى تصبح أوتوماتيكية في النهاية، ويتم إعمالها بدون الوعي (اللاشعور) وإذا ما تم ذلك كان التركيز بلا مجهود، كما يتحسن اتساق وثبات الأداء، ويجب على الرياضي أن ينظر أيا من هذه الضوابط يستطيع استخدامها في رياضته ومتى يواصل العمل بها، فالرياضات التي تستغرق فترات زمنية طويلة تقتضي أن ينوع الرياضي من مستوى شدة انتباهه بناءعلى حالة المباراة .وكذلك تفيد ضوابط الانتباه الرياضي الذي يشتت ذهنه بفعل أشياء خاصة فقد تعلم لاعب اسكواش دولي أن يضرب الحائط الجانبي بيده لكي يذكر نفسه بالحفاظ على هدوئه إذا كان هناك قرار ليس في صالحه من أحد الرسميين (باهي م.، 2002، صفحة 207).

2-9- نظريات الإنتباه:

يمكن تحديد النظريات التالية في تفسير الإنتباه كتالي:

- ✓ **نظرية القدرة غير المحددة:** أكد "جاردنر" أن الأفراد لديهم القدرة على المعالجة من خلال مجموعة من القنوات المتوازيةوأن هذه القدرة غير محدودة، كما تشير النظرية إلى أن الدماغ لديه القدرة الكافية على الإنتباه لعدد كبير من المثيرات وإجراء المعالجة اللازمة في الذاكرة العاملة.
- ✓ **نظرية القدرة المحدودة:** أكد "كانما" أن أية عملية معرفية تتطلب كمية من الطاقة العقلية والقدرة على المعالجة ممايخالف النظرية الأولى في عدم محدودية الطاقة والقدرة على المعالجة، وأكدت النظرية أن بعض الأنشطةالمعرفية الأنشطة المعروفة والمألوفة تحتاج إلى كميات محدودة من الطاقة وبعض الأنشطةالصعبة (الأنشطة غير المألوفة) تحتاج إلى كميات كبيرة من الطاقة وتستنفذ كميات كبيرة من القدرة علىالمعالجة المعرفية المتوفرة (العتوم ، 2004، صفحة 78).
- ✓ **نظرية تخصيص الموارد:** إتفق نورمان وبوبرو مع كانمان في محدودية القدرات والطاقة المتوفرة للإنتباه والمعالجة المعرفية، وأكد ن هذه المحدودية تنشأ عن القيام بمهام محدودة المعلومات أو مهام محدودة الموارد، فإذا كانت المهمة محدودة المعلومات ، فإنه يتم تخصيص الموارد المتاحة لأداء أكثر من مهمة دون أن يتأثر الأداء في المهمة الرئيسة ، أما إذا كانت المهمة محدودة الموارد فإنه سوف تتم إستخدام جميع الموارد المتاحة مما يعنى إنخفاض مستوى الأداء وخصوصا في حالة وجود مهمات أخرى.
- ✓ **نظرية المدخلات المتعددة** :أكد صاحبة النظرية "جونستون وهاينز" على دور الوعي والذاكرة الفاعلة كعناصر هامة في توجيه الإنتباه الإنتقائي، وأكدت النظرية أن المدخلات الحسية يتم معالجتها وتخزينها في المذاكرة الفاعلة وفق أولويات

يفرضها نظام معالجة المعلومات الأمر الذي يوفر لهذه المعلومات فرصة في دخول الوعي والخبرة مقارنة مع المعلومات التي لا يتوفر لها أية أولويات في حالة الإنتباه غير الإنتقائي.

- ✓ **نظرية المعالجة عديدة القنوات** :إقترح" البرت" أن محدودية الإنتباه تعود إلى أن المهام المطلوبة تتنافس عليها آليات عديدة فإذا كانت لدينا قناة مخصصة للتعامل مع معلومة ما فإنها لن تتمكن من التعامل مع معلومة أخرى في نفس الوقت وعلى نفس الحاسة بينما يمكن أن يتم الإنتباه والمعالجة المثيرين على حاستين مختلفتين كالسمعوالبصر في نفس الوقت كما يحدث عند مشاهدة التلفاز (العتوم ، 2004، صفحة 79)

2-10-محددات الإنتباه :

للإنتباه محددات حسية عصبية عقلية معرفية، إنفعالية دافعية كما حددها فتحي الزيات (1995) وهي كالتالي:

- ✓ **المحددات الحسية العصبية:** تؤثر فاعلية الحواس والجهاز العصبي المركزي للفرد على عملية الإنتباه وفاعليتها لديه، فالمثيرات التي تستقبلها الحواس تمر بمصفاة كنوع من الترشيح الذهني وهذه المصفاة تتحكم عصبيا أو معرفيا أو إنفعاليافي بعض هذه المثيرات ولا تسمح إلا بعدد محدود من النبضات أو الومضات العصبية التي تصل إلى المخ أما باقي المثيرات فتعالج تباعا أو تظل للحظات قريبة من هامش الشعور ثم لا تلبث أن تتلاشى وقد أشار (برودنيت) إلى أن للجهاز العصبي قدرة محدودة على الإنتباه للمثيرات ونقلها ومعالجتها ولذا فالفرد يعطئ أولوية للمثيرات التي تمثل أهمية أكبر بالنسبه له .
- ✓ **المحددات العقلية المعرفية:** إن مستوى ذكاء الفرد وبناؤه المعرفي وفاعلية نظام تجهيز المعلومات لديه يؤثر على نمط إنتباهه وسمته وفاعليته فالأشخاص الأكثر

ذكاء تكون حساسية إستقبالهم للمثيرات أكبر ، ويكون إنتباههم لها أكثر دقة بسبب ارتفاع مستوى اليقظة العقلية لديهم ، وهذا بدوره يخفف من الضغط على الذاكرة قصيرة المدى مما يؤثر على نمط المعالجة ويسر تتابع عملية الإنتباه كما يؤثر البناء المعرفي للفرد ومحتواه كما وكيفا وحسن تنظيمه على زيادة فاعلية الإنتباه وسعته ومداه حيث تكتسب المثيرات موضوع الإنتباه معانيها بسرعة ومن ثم يسهل ترميزها وتجهيزها ومعالجتها وانتقالها إلى الذاكرة قصيرة المدى مما يؤدى إلى تتابع إنتباه الفرد للمثيرات (إبراهيم و عبد الواحد، 2013، الصفحات 41-42)

- ✓ **المحددات الإنفعالية الدافعية:** تستقطب إهتمامات الفرد ودوافعه وميوله الموضوعات التي تشبع هذه الإهتمامات حيث أنها تعد بمثابه موجهات لهذا الإنتباه، كما تعد حاجات الفرد ونسقه القيمي واتجاهاته محددات موجهة لإنتقائه للمثيرات التي ينتبه إليها ويتأثر الإنتباه من حيث سعته ومداه بمكبوتات الفرد ومصادر القلق لديه حيث تستنفذ هذه المكبوتات طاقته الجسمية والعصبية والنفسية والإنفعالية وتؤدى القدرة على التركيز ويصبح جزءا هاما من الذاكرة والتفكير مشغولا بها مما يترتب عليه تقليص سعة الإنتباه وصعوبة متابعة تدفق المثيرات وترميزهاوتجهيزها ومعالجتها (ألفت، 2013، صفحة 99)

2-11-تصنيف الإنتباه:

لقد قام العلماء بتصنيف الإنتباه وفقا لعدة عوامل هي: موقع المثيرات وعددها وطبيعة المنبهات ومصدر التنبيه وهذا ما سوف نعالجه فيمايلي:

أولا : من حيث موقع المثيرات:

يرى كل من فنجستن وكارفر (1978) أن الإنتباه ينقسم من حيث موقع مثيراته إلى إنتباه إلى الذات وإنتباه إلى البيئة وهي كما يلي:

- **الإنتباه إلى الذات:** هو تركيز الإنتباه على مثيرات داخلية صادرة من أحشاء الفرد وعضلاته ومفاصله وخواطر ذهنه وأفكاره.
- **الإنتباه إلى البيئة:** هو تركيز الإنتباه على مثيرات في البيئة الخارجية بعيدا عن ذات الفرد مثل: المثيرات الإجتماعية والمثيرات الحسية المختلفة سواء كانت سمعية أو بصرية أو شمية أو لمسية أو تذوقية.

ثانيا: من حيث عدد المثيرات:

ينقسم الإنتباه من حيث عدد المثيرات إلى صنفين كمايلي:

- **الإنتباه لمثير واحد:** وهو إنتقاء الفرد لمثير واحد وتركيز الإنتباه عليه وذلك مثل: إنتقاء مثير بصري له موصفات محددة وأهما المثيرات الأخرى التي تقع معه للمجال البصري للفرد.
- **الإنتباه لأكثر من مثير:** هذا النوع من الإنتباه يتطلب سعة إنتباهية عالية حيث يقوم الفرد بتركيز إنتباهه على أكثر من مثير في المجال البصرى أو السمعي أو كليهما معا مثل : السائق الذي يقود سيارته ويستمع لبرنامج معين في الراديو وهذا النوع من الإنتباه يتطلب جهدا عقليا حتى يستطيع الفرد الإحتفاظ بتنبيه هذه المثيرات.

ثالثا: من حيث طبيعة المنبهات:

- **الإنتباه التلقائي:** هو إنتباه الفرد إلى شئ يهتم به ويميل إليه وهو انتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهدا بل يمضى سهلا.
- **الإنتباه الإرادي:** يحدث حينما نتعمد بإرادتنا توجيه إنتباهنا إلى شئ ما ويتطلب هذا النوع من الإنتباه مجهودا ذهنياكإنتباه المتنبه إلى محاضرة أو حديث جاف يدعو إلى الضجر في هذا الحال يشعر بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الإنتباه وهو جهد ينجم عن محاولة الرد التغلب على ما يعتريه من سأم أوشرود

ذهن إذ لابد له أن ينتبه بحكم الحاجة أو الضرورة أو التأدب ويتوقف مقدار الجهد المبذولعلى شدة الدافع أو الإنتباه وعلى وضوح الهدف من الإنتباه وهذا النوع لا يقدر عليه الأطفال في العادة إذ ليس لديهم من قوة الإرادة والصبر والقدرة على بذل الجهد واحتمال المشقة الوقتية في سبيل هدف أبعد ما يمكنهم منه لذا يجب أن تكون الدروس التي تقدم قصيرة أو ممزوجة بروح من اللعب.

- **الإنتباه اللاإرادي:** يشير هذا النوع إلى أن إنتباه الفرد يتجه إلى المثير رغم إرداة الفرد كالإنتباه إلى طلقة مسدس أو ضوء خاطف أو صدمة كهربائية عنيفة، أو ألم مفاجئ في بعض أجزاء الجسم ، هنا يفرض المثير نفسه فرضا فيرغمنا على إختياره دون غيره من المثيرات (محمد سعدات، 2016، الصفحات 12-13)

2-12-مراحل الإنتباه :

إن تتبع عملية الإنتباه يشير إلى حدوث عدة مراحل للإشياء كعملية معرفية، وهي كالتالي :

- **مرحلة البحث الكشف والإحساس:** يحدث في هذه المرحلة عملية الكشف من طرف الفرد عن وجود أية مثيرات حسية في البيئة المحيطة به من خلال الحواس الخمسة وتعد هذه المرحلة لا ترقى على المستوى المعرفي لأنها لا تنطوي على أية عمليات معرفية سوى الإحساس بوجود المثيرات فقط.
- **مرحلة التعرف:** يسمى بالإنتباه الإنتقائي أو الموجه، ويحاول الفرد هنا التعرف على طبيعة المثيرات من حيث نوعها وشدتها وعددها وأهميتها بالنسبة للفرد وتعتبر هذه المرحلة مرحلة نشاط معرفي أولى يتطلب إنتقاءومعالجة أولية للمثيرات وذلك لتحديد مدى الأهمية والحاجة إليها.
- **مرحلة الإستجابة للمثير الحسي:** يحدث في هذه المرحلة بأن يقوم الفرد بإختيار مثير حسي معين من ضمن مجمعة من المثيرات الأخربوتهيئة هذا المثير ليتم

بعد ذلك معالجته المعرفية الشاملة والتي في الغالب تحدث في الذاكرة قصيرة المدى ضمن عملية الإدراك (إسماعيلي و قشوش، 2015، صفحة 91).

2-13- تطور نمو القدرة على التركيز والإنتباه :

يعد الإنتباه إحدى العلميات العقلية التي تلعب دورا مهما في حياة الفرد من حيث قدرته على الإتصال بالبيئة المحيطة به والتي تعكس في إختياره للمنبهات الحسية المختلفة المناسبة، إذا يتمكن من دقة تحليلها وإدراكها والإستجابة لها بصورة تجعله يتوافق مع بيئته الخارجية أو الداخلية ، فالإنتباه ضروري لأي عملية تعلم لذلك حظى الإنتباه بإهتمام كثير من الباحثين بوصفه العملية التي تكون عصب النظام النفسي بصفة عامة، فمن خلاله يستطيع الفرد إكتساب الكثير من المهارات وتكوين كثير من العادات السلوكية التي تحقق له قدرا كبيرا من التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه. (شذى و عيسى، 2011، صفحة 99)

والمعروف أن نمو القدرة على التركيز والإنتباه يسير في مراحل ثلاث وهذه المراحل هي:

- ✓ **المرحلة الأولى:**

ويتمثل ظهورها في ملاحظة تركيز نظر وإنتباه الطفل في أواخر الشهر الأول من عمره على شئ مثير واحد في البيئة المحيطة لمدة طويلة وقد يكون هذا الشي الذي يجذب إنتباهه وتركيزه مصدر ضوء قريب أو لعبة صوت رتيب مستمر، ويطلق علماء النفس على تلك الفترة مرحلة التركيز الخاص على جسم واحد محدد دون غيره في الوسط المحيط.

- ✓ **المرحلة الثانية:**

في هذه المرحلة التي يعرفها علماء النفس بمرحلة التركيز الشامل أو العام ينتقل نظر وإنتباه وتركيز الطفل بالتبادل وبسرعة من شئ أو من مثير إلى أخر دون أن

يتوقف إنتباهه طويلا على شئ واحد لفترة طويلة ، فإذا ما توقف نمو القدرة على التركيز على هذه المرحلة فبمعنى عدم إنتقاله إلى المرحلة التالية فإن ذلك يمكن أن يعتبر مؤشر أوليا على أن الحالة قد تكون إعاقة عدم القدرة على التركيز والنشاط الحركي الزائد.

- ✓ **المرحلة الثالثة:**

وفيها يكون قد وصل في نضجه إلى مرحلة القدرة على التنقل من الإهتمام وتركيز إنتباهه من شئ أو مثير إلى آخر، أو بمعنى يصبح قادرا على التحكم في توجيه إهتمامه وتركيزه إلى المثير الذي يتطلب الموقف شد انتباهه إليه وبوصول الطفل أثناء نموه إلى تلك المرحلة الثالثة ويكون قد وصل إلى مرحلة تصبح القدرة على الإنتباه والتركيز بإرادته وإختياره والتي تعتبر قدرة أساسية للنجاح في الدراسة والتحصيل المدرسي واكتساب الخبرة في مراحل التعليم المتتابعة (فراج، 2002، الصفحات 174-175)

2-14- العوامل المؤثرة في الإنتباه:

عوامل تؤدى إلى جذب الإنتباه هي العوامل التي تجعل بعض المنبهات والمواقف تجذب إنتباهنا دون غيرها من المنبهات والمواقف ورغم ذلك هناك عوامل تعارض أثرها وتخفف من حدتها:

أولا : عوامل خارجية :

- ✓ **شدة المنبه:** فالأضواء الزاهية أجذب للإنتباه من الأضواء الخافتة، غير أن المنبه قد يكون شديدا ولا يجذب الإنتباه من الشدة كأن يكون الفرد مستغرقا في عمل يهمه.
- ✓ **تكرار المنبه:** فتكرار الإستعانة عدة مرات أدعى إلى جذب الإنتباه على أن التكرار إن إستمر رتيبا وعلى وتيرة واحدة فقد قدرته على إسترعاء الإنتباه .

- ✓ **تغير المنبه:** فإنقطاع المنبه أو تغيره في الشدة أو الحجم أو النوع أو الموضوع له أثر في جذب الإنتباه وكلما كان التغير فجائيا زاد أثره.
- ✓ **التباين:** عندما يختلف الشئ إختلافا كبيرا عما يوجد في محيطه فمن المرجح أن يجذب الإنتباه إليه.حركة المنبه هي نوع من التغير فالإعلانات الكهربائية المتحركة أجذب للإنتباه من الإعلانات الثابتة .
- ✓ **موضع المنبه :** فقد وجد أن القارئ العادي أميل إلى الإنتباه إلى النصف الأعلى من صفحات الجريدة التي يقرؤها منه إلى الإنتباه إلى النصف الأسفل وكذلك إلى النصف الأيسر منه إلى النصف الأيمن، هذا في الجريدة الأجنبية كذلك إتضح أن الصفحتين الأولى والأخيرة أجذب للإنتباه من الصفحات الداخلية .

ثانيا : عوامل داخلية:

- ✓ **منها عوامل مؤقتة:**

وتشمل الحاجات العضوية والوجهة الذهنية في النشاط العضوى يؤدى إلى جذبالإنتباه إلى الداخل والدليل على ذلك أننا نشكو من الألم الشديد الذي يصعب إبعاده من منطقة الشعور ،وفيما يتعلق بالوجهة العقلية فالأم النائمة إلى جوار طفلها قد لا يوقضها صوت الرعد لكنها تكون شديدةالحس لكل حركة أو صوت يصدر من الطفل.

- ✓ **ومنها عوامل دائمة :**

- وتشمل الدوافع الهامة والميول المكتسبة وهي تعد تهيؤا ذهنيا دائما للتأثر والإستجابة لبعض المنبهات فلدى الإنسان وجهة ذهنية موصولة للإنتباه إلى المواقف التي تنذر بالخطر أو الألم كما أن دافع الإستطلاع يجعله في حالة تأهب مستمر للإنتباه إلى الأشياء غير المألوفة أما الميول المكتسبة فيبدو أثرها في إختلاف النواحي التي ينتبه إليها عدد من الناس حيال موقف واحد أضف إلى ذلك أن الإنتباه يرتبط بالحالة الجسمية والنفسية فالتعب يؤدى إلى نفاذ الطاقة

الجسمية والعصبية وضعف القدرةعلى تركيز الإنتباه، كما أن من شروط تركيز الإنتباه مدى الاهتمام الذي يثيره الموقف السلوكي ومعنى هذا أن عملية الإنتباه تختلف مظاهرها بإختلاف الموق (سيد أحمد و بدر، 1999، صفحة 28).

ولعل عدم القدرة على التركيز أو تشتت الإنتباه له أسبابه المتعددة ومظاهره المختلفة، فهو يعنى القدرة على الإنتباه إلى موضوع واحد وطرد كل الأفكار الأخرى وتحتاج عملية التركيز إلى يقظة ونشاط في مركزين في المخ وهما التكوين الشبكي والقشرة المخية والدائرة الكهربائية بين التكوين الشبكي وقشرة المخ هي أصل التركيز وبالتالي أي عامل يؤثر في الدائرة سيؤدى إلى تشتت الإنتباه والسرحان، وتنقسم إلى عوامل نفسية وجسمية واجتماعية وفيزيقية وهي تتحدد فيما يلي:

- **العوامل الجسمية** : فقد يرجع شرود الإنتباه إلى التعب والإرهاق الجسمي وعدم النوم والإستجمام بقدركاف أو سوء التغذية أو إضطراب إفراز الغدد الصماء.
- **العوامل النفسية** : التي تؤدى إلى تشتت الإنتباه مثل إنشغال فكر المتعلم في أمور أخرى سواء كانت إجتماعية أو عائلية وأيضا إسرافه في التأمل الذاتي أو لأنه يشكو لأمر ما من مشاعر أليمة بالنقصأو بالقلق.
- **العوامل الإجتماعية** : فالأثر النفسي يختلف بإختلاف قدرة الناس على الإحتمال والصمود فمنهم من يكون أثرها فيهم كأثر الكوارث والصدمات العنيفة. (إبراهيم و عبد الواحد، 2013، الصفحات 46-47)
- **العوامل الفيزيقية:** إن من أهم العوامل الفيزيقية التي تؤدى إلى تشتت الإنتباه ضعف الإضاءة أو سوء توزيعها وأيضا سوء التهوية وارتفاع درجة الحرارة والرطوبة وكذلك الضوضاء وهذه العوامل تؤدى سرعة تعب الفرد وزيادة قابليته للتهيج وبالتالي ضعف قدرته على الإنتباه. (سيد أحمد و بدر، 1999، صفحة 29)

هناك عدة من العوامل تؤثر في القدرة على الانتباه وهي مجموعة العوامل التي تتعلق بطبيعة المثير الحسي المراد الانتباه له وتعتمد على:

- **شدة المثير:** إن المثيرات الشديدة القوة من حيث الألوان أو الروائح أو الصوت أو الضوء تعمل على جذب الانتباه للمثير بسرعة عالية، فالناس يستجيبون بسرعة أعلى إلى المثيرات الشديدة القوة و المفاجئة و المتحركة.
- **حداثة المثير:** المثيرات الجديدة أو الشاذة أو غير المألوفة تجذب الانتباه للإنسان أكثر من المثيرات المألوفة.
- **تغير المثير:** إن المثيرات المتغيرة من حيث شكلها أو لونها أو سرعتها أو شدتها تعمل على جذب انتباهنا أكثر من المثيرات الثابتة.
- **المثيرات الشرطية:** المثيرات التي تكونت يفعل الإشراط مثل سماع صوتك في المطار بالرغم من الضوضاء. (العتوم ، 2004، صفحة 84)

2-15- أبعاد الإنتباه:

✓ **الإنتباه العام والإنتباه المحدد (المغلق) :**

قد ينتبه اللاعب إلى مثيرات أو مواقف معينة بصورة عامة أو بصورة محددة (مغلقة) والإنتباه العام يحتاج إلى درجة قليلة من اليقظة وبالتالي يتطلب بطء الإستجابة، وعلى العكس من ذلك فإن الإنتباه المحدد أو المغلق يصاحبه درجة عالية من الإستثارة والتنشيط ويتطلب درجة أكبر من الإستجابة كما يتطلب المزيد من الجهد بالمقارنة بالإنتباه العام.

وفي المجال الرياضي قد يتطلب الأمر من اللاعب الإنتباه المحدد طوال فترة الأداء، كما يحتاج اللاعب إلى تعلم القدرة على تغير إنتباهه من الإنتباه العام إلى الإنتباه المحدد عندما يتطلب موقف التعلم أوموقف المنافسة ذلك.وفي بعض الأحيان قد يستخدم

مصطلح الإنتباه الإيجابي للإشارة إلى الإنتباه العام ومصطلح الإنتباه السلبي للإشارة إلى الإنتباه المغلق (عبد الستار ج.، 2000، صفحة 152)

- ✓ **الإنتباه الضيق والإنتباه الواسع :**

الإنتباه الضيق والإنتباه الواسع يشيران إلى كمية المثيرات التي يمكن للاعب أن يهتم بها فهناك تعطى الأنشطة الرياضية التي تتطلب رؤية واسعة للاعبين الزملاء واللاعبين المنافسين وتحركاتهم وكذلك حركة الكرة أو إدراة اللعب في حين أن هناك أنشطة رياضية أخرى تتطلب من اللاعبين الإنتباه الضيق. (عبد الستار ج.، 2000، صفحة 153).

فأهمية هذين النوعين تكون تبعا لمتطلبات الاداء الرياضي فتركيز الانتباه ذات المجال الضيق يعني أن يكون الرياضي يقظا أو واعيا بشيء واحد أو منطقة مغيرة نسبيا ويتضح ذلك في رياضات الرماية ، كرة السلة.

أما تركيز الانتباه ذات المجال الواسع فإنه يناسب أغلب الالعاب الجماعية حيث المطلوب أن يكون اللاعب يقظا وواعيا لتحركات المنافسين كذلك يجب أن يتميز بمقدرة على تحويل الانتباه من المحال الواسع إلى المجال الضيق ثم العودة مرة أخرى إلى المجال الواسع فهذا يوضح أهمية أن يتعلم لاعبو الفريق القدرة على لتكيفات عديدة لتركيز الانتباه. (راتب ، 2007، صفحة 361)

- ✓ **الإنتباه الداخلي والإنتباه الخارجي :**

يشير الإنتباه الداخلي والخارجي إلى إنتباه اللاعب إلى أفكاره ومشاعره، أما الإنتباه الخارجي فيشير إلى انتباه اللاعب إلى البيئة الخارجية (مواقف اللعب مثلا)، وفي بعض الأحيان قد يتحول إنتباه اللاعب داخليا لتحليل ما يحدث أمامه ومحاولة التفكير في خطة ما والإستعداد أو التهيؤ الذهني للإستجابة الحركية وفي أحيان أخرى يكون إنتباه اللاعب

موجها أساسا لما يحدث حوله من مثيرات أو أحداث أو متغيرات وفي أحيان يتداخل الإنتباه الداخلي مع الإنتباه الخارجي. (عبد الستار ج.، 2000، صفحة 153)

فهذا التصنيف آخر لتركيز الانتباه على أساس مصدر المنيه هل من داخل الفرد نفسه أو من الاحاسيس والمشاعر والافكار الداخلية الخاصة بالفرد نفسه أم من خارج الفرد أي من بيئته المحيطة به فالتركيز الداخلي يوجه أساسا نحو الذات ويسبب أحيانا التركيز الذاتي ويعني التركيز الرياضي حول مشاعره انفعالاته كيف يفكر الآخرون في أدائه ... الخ، فهذا النوع من الانتباه لا يوجه نحو ما يحدث في البيئة الرياضية أما التركيز الخارجي فإنه يوجه أساسا نحو البيئة الرياضية التي تحدث خارج الفرد فهناك علاقة عكسية بين هذين النوعين من تركيز الانتباه بمعنى عندما يزداد تركيز الانتباه نحو الذات فانه في المقابل يقل التركيز الانتباه نحو البيئة الرياضية و العكس يكون صحيحا، (راتب ، 2007، صفحة 361).

هذا ويعتبر التركيز الداخلي هاما في بعض الانشطة الرياضية وخاصة ذات الطبيعة المهارات المغلقة بينما هناك أنشطة رياضية يتطلب مقدرة الرياضي على الجمع بين النوعين والتحول من التركيز الداخلي إلى التركيز الخارجي ثم العودة الى التركيز الداخلي.

- ✓ **الإنتباه المرن والإنتباه الجامد:**

في بعض مواقف الأنشطة الرياضية قد يتطلب الأمر من اللاعب دوام تغير الإنتباه من التفاصيل أو الأجزاء إلى الإنتباه للكليات أو العموميات مثل: تغير الإنتباه من لاعب معين أو الكرة مثلا، كما يتطلب الأمر في بعض مواقف اللعب أن يقوم اللاعب بتغير إنتباهه الخارجي نحو المثيرات الخارجية كالإنتباه نحو اللاعبين مثلا إلى الإنتباه الداخلي نحو تفكيره أو نحو الكلمات الداخلية التي يعطيها لنفسه ، أي حديثه الداخلي لنفسه أو تأمله الباطني أو الذاتي (عبد الستار ج.، 2000، صفحة 153).

2-16- صدمة الإنتباه :

نعنى بصدمة الإنتباه تركيز اللاعب على الأداء السئ في الوقت الحرج للمباراة أو المنافسة، وينظر إليها على أنها عملية تؤدى إلى إعاقة وهبوط الأداء فعندما تخطئ الأداء في ضربة الجزاء أو الرمية الحرة أو الضربة الساحقة ، فإن ذلك لا يعني بالضرورة معنى صدمة الإنتباه ولكن الأهم أن تجيب لماذا وكيف حدث الخطأ.

وبشكل عام يمكن التعرف على صدمة الإنتباه لسلوك اللاعب عندما يتميز أداؤه بالهبوط المتلاحق ولا يستطيع إستعادة التحكم في الأداء دون مساعدة خارجية وتحدث صدمة الإنتباه عادة في موقف إنفعالي هام للاعب حيث تسبب الضغوط توتر العضلات، زيادة نبض القلب والتنفس، جفاف الحلق تعرق اليدين ويحدث إنهيار المستوى الإنتباه وبدلا من التركيز الشديد على الرموز المرتبطة بالبيئة مثل: الكرة وحركات المنافس، فإن الإنتباه يصبح ضيقا وداخليا حيث التركيز على الأرق والخوف من الخسارة أو الفشل وفي نفس الوقت فإن زيادة الضغط تنقص المرونة وتحويل تركيز الإنتباه ، ويبدو التأثير السلبي على الأداء من حيث الخلل في التوقيت والتوافق الحركي التعب والتوتر العضلي الإندفاع، عدم القدرة على الإنتباه للرموز المرتبطة بالأداء ويوضح الشكل التالي عملية صدمة الإنتباه كما سبق شرحهها (راتب، 2000، صفحة 280)

2-17-الانتباه عند الرياضيين:

على شكل خاص للانتباه دور في تطوير القدرات الخاصة ونذكر من بينها (حدة الانتباه الحجم، التوزيع، التركيز، التحويل.

وهذا ما قد نصت عليه الدراسات النظرية والتي بدورها شجعت هذا القول مدعمة بنظريات مدروسة وكذلك أبدت إمكانية تأثير النشاط الرياضي على الانتباه بشكل عام وعلى التركيز بشكل خاص (علاوى ، 2002، صفحة 72).

أما النجاح التكتيكي للرياضيين في المستويات المتقدمة يحدده إلى درجة كبيرة المستوى المرتفع لنمو خاصية الانتباه، ولقد درست الخاصية في أعمال كل من " أر كاديف، كامتشالين، ماكانيز ولطفي طه" وآخرين والذين أوضحوا الأهمية الكبيرة لهذه الخاصية ولقد أوضح "فيدياتوف" أن الاختلاف في المستوى التكتيكي المرتفع يرجع بكيفية تتبع اللعب بانتباه حيث يتمكن اللاعب فعلا أن يحدد مكانه على أرض الملعب وما يجب أن يفعل. والانتباه أثناء المباراة له طبيعة إرادية بحيث يركز اللاعب انتباهه على عمليات اللعب ويعزل نفسه عن كل المؤثرات المحيطة ، وخاصية الانتباه دائمة التغيير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها فترة تميز بالشدة وتارة أخرى بالتشتت، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتيته على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات يمكن أن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية وأهم خاصية من هذه الخصائص شدة الانتباه والتي يتطلب لها لحظات كثيرة وهامة من اللعب ويمكن أن تصل في بعض الأحيان إلى درجتها القصوى، وتحت ظروف شدة الانتباه يتمكن اللاعب بشكل سليم أن يستوعب الموقف ويتجاوب مع الكرة واللاعبين وانخفاض مستوى شدة الانتباه ضرورية لدفاع اللاعب عن نفسه، والتوقع السليم لنوايا المنافس ثم التنظيم الواعي الموجه للدفاع ضد الهجمات وأخيرا الحساب الدقيق لنشاط اللاعب بصفة عامة.

وتجدر الإشارة إلى أن التوتر النفسي من الممكن أن يمنع تركيز الانتباه الكامل قبل وفي أثناء المباراة وخاصة في بداية المباراة أي في الخمسة عشر (15) دقيقة الأولى بالنسبة لمباراة كرة القدم وخمسة دقائق في كرة السلة وكرة اليد ، وهكذا بالنسبة لبقية الألعاب الرياضية (لطفي، 1975، صفحة 34)

ويعد تركيز الانتباه مهما في الرياضة والتي يمكن أن تؤثر بشكل كبير على أداء الرياضي وذلك باعتراف العديد من الباحثين بأهميتة حيث نجد دراسة كل من:

(El Oirdi , Eloirdi, Ahmed , & Ahami, 2023, p. 50)، (Gondo , 2023, p. 1930)، (Burçak , Nuri, & Güngör, 2020, p. 900)، (Bochaver, Dovzhik, & Alexandra, 2021, p. 63)

حيث أكدت هذه الدراسات ان القدرة على الاستمرار في تركيز الانتباه والحفاظ عليه وسط عوامل التشتيت أمرا ضروريا للحصول على أفضل النتائج، إذ وجب تقديم متنوعة من التمارين والتقنيات التي يمكن أن تعزز التركيز وتساعد الرياضيين على تحقيق إمكاناتهم الكاملة، وحتى تعمل هذه المهارة العقلية التي يستخدمها الرياضيون لتحقيق النجاح في الرياضة كما يمكن استخدامها لتحقيق النجاح في مجالات أخرى من حياتهم فهل سبق لك أن شهدت لحظة من الأداء الرياضي المذهل وتساءلت ما الذي يميز هؤلاء الرياضيين النخبة عن الباقي؟ بينما يلعب التدريب البدني والموهبة الطبيعية أدوارا مهمة فإن التغيير الحقيقي يكمن في العقل، فلا يمكن غض النظر عن تقدير قوة تركيز الانتباه كقدرة عقلية في تعزيز الأداء الرياضي، والحفاظ عليه تحت الضغط حتى اكتساب الثقة التي لا تتزعزع، بالتالي يكتسب الرياضيون الذين يستغلون قوتهم العقلية من تركيز الانتباه بميزة حاسمة في الملعب أو المضمار، فعلى سبيل المثال، في مباراة كرة قدم، يجب أن يكون لدى اللاعبين لاعب محتمل القدرة على الانتباه (أثناء المباراة) فيما يتعلق بالوقت الذي قد يلزم لذلك الاستمرار في اللعبة، وهو أمر قد يكون غير مؤكد نظرا لعدم وجود تحكم فيه كما هو الحال في لعبة كرة السلة أو كرة الصالات، حيث يتم تقديم الوقت إلى ثواني، في أجهزة محددة حتى يتمكن المتفرجون والفنيون و يمكن للاعبين المتابعة .

2-18-أقسام الانتباه في الألعاب الرياضية:

يقسم الانتباه في الألعاب الرياضية إلى ثلاث أقسام وهي كالآتي:

- **الانتباه الإرادي:**

وهو التركيز الذهني لاستقبال مثير معين كبداية الإرسال في الكرة الطائرة أو الانطلاق في بدايته 100م ركض، أما في الجمباز فيكون التركيز قبل البدء في الأداء ونلاحظ أن كافة اللاعبين يفقون الفترات مختلفة قبل البدء بالأداء حيث يكون تركيز اللاعب على ما سيقوم به من حركات ويرى اللاعب صورة ذهنية للحركات المراد تنفيذها.

- **الانتباه القصري المفاجئ:**

وهذا النوع من الانتباه هو الانتباه من حيث المفاجئ أو ما يسمى برد الفعل المفاجئ حيث أن المثير غير معروف نوعه و زمانه وما هو نوع الاستجابة لهذا المثير وترى هذه المثيرات في الألعاب الفردية والجماعية وخصوصا أثناء المراوغة أو قيام الجسم بحركات مفاجئة غير متوقعة.

- **الانتباه الاعتيادي: الميل والرغبة:**

كثيرا ما نلاحظ هذا النوع من الانتباه لدى لاعبي الجمباز فعندما يقوم لاعب بأداء حركة تجد زملائه وهم في حالة انتباه للفت النظر والسبب أن هناك ميل او رغبة مشاهدة الزميل وهو يؤدي حركاته كذلك نجد أن المتفرجين هم دائما في حالة انتباه اعتيادي ويسمى أيضا الانتباه التلقائي. (الخزاعلة ، 2013، الصفحات 92-94)

2-19- أهمية تركيز الانتباه في الفعاليات الرياضية :

تعد هذه الطبيعة من أهم من أهم مظاهر الانتباه إذ تلعب دورا مهما في الوصول إلى المستويات العليا في الأداء الحركي لما له من تأثير على المسار الحركي عند أداء مهارة معينة وبالتالي فان عدم وجوده يؤدي إلى عدم الدقة والاتقان فمثلا من عدم الوضوح للجوانب الفنية لإجراء هذه المهارة أو الأداء الحركي و يعرف تركيز الانتباه على أنه القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار الفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين في

بؤرة الانتباه مما يعنى أن الانتباه الفرد مركزا عليها خلال لحظات معينة (طه لويس، 1993، صفحة 74).

فالتركيز يظهر في الحركات الصعبة والدقيقة لا سيما أن عملية التركيز تكون مدتها قصيرة جدا ولا يحدث التركيز إلا إذا كان الادراك جيدا أي الإدراك للمؤثرات الخارجية للاستجابة إليها، وأن مستوى التركيز الجيد يعطي فهم للمنبه الخارجي لتحقيق الهدف المطلوب ويختلف التركيز من لعبة إلى أخرى فبعض الألعاب يلعب التركيز فيها دورا بارزا وأخرى يقل فهو نسبي، ويختلف مستوى التركيز بين اللاعبين فالبعض لديه قدرة كبيرة على التركيز والبعض الآخر يكون عرضة للاضطراب إذ تتطلب مدة التركيز كما هائلا من الطاقة النفسية والتي تسبب الشعور بالتعب ونقل اليقظة أي التركيز الانتباه يواجهه جهد عقلي عنيف قد يسبب فقدان التركيز كليا، وهذا يدل على أن التركيز يجب أن يكون تامة وبصورة كلية لأجل الوصول لحالة الترابط الذهني والبدني يحث تتحقق باتجاه جميع الطاقات البدنية والذهنية (محجوب، 1998، صفحة 27).

ويعتبر التركيز أو توجيه الانتباه أحد المهارات النفسية الهامة للرياضيين فهو الأساس لنجاح عملية التعليم والتدريب والمنافسة في أشكالها المختلفة فتشتت الانتباه أو عدم التركيز سلبا على الأداء، إن الكثير من الرياضيين يرجعون سبب انخفاض مستوى أدائهم في المنافسة إلى فقدان التركيز كما يعزو المدربون ضعف مستوى أداء فرقهم التي يديرونها إلى فقدان تركيزهم أثناء المنافسة (راتب ، 2007، صفحة 361)

إذا كان هناك العديد من المنبهات التي تبدوا أمام الرياضيين فإن عليهم الاختيار فيما بينها، ولما يلعب الانتباه دورا مؤثرا في تعلم المهارات الحركية والتدريب عليها، فمشاهدة الناشئ لعدة منبهات أو مثيرات لا تعني أنه قد استوعبها، والانتباه أثناء المباراة له طبيعة إرادية بحيث يركز اللاعب انتباهه على عمليات اللعب ويعزل نفسه عن كل المؤثرات المحيطة ويعد تركيز الانتباه من بين المظاهر الهامة في الانتباه والذي يثبت

تأثيره على مستوى الأداء في الفعاليات الرياضية المختلفة، إذ تلعب معظم مظاهر الانتباه دورا فعالا في إتقان المهارات الحركية وتعبئة القوى النفسية المرتبطة بتلك الفعاليات، إذ ثبت أن تطور الأداء الذي يعد أساسا مهما لنجاح المهارات الحركية يرتبط بقابلية الرياضي على تركيز انتباهه وهذا بدوره يؤثر على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لأجزاء المهارة الحركية وخاصة في أنواع الأنشطة التي تعتمد بصورة كبيرة على حالات البداية، إذ تم التأكد من أن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل يرتبط أيضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية حيث انحل الواجب الحركي سواء أكان في التدريب أو المنافسة يتطلب بشكل كبير من الرياضي الانتباه المركز(سفيان، 2003، صفحة 194).

حيث أن حل الواجب الحركي سواء كان في التدريب أو المنافسة يتطلب بشكل كبير من الرياضي وتختلف القدرة على تركيز الانتباه بين اللاعبين فالبعض لديه القدرة الكبيرة على التركيز والبعض الآخر يكون أكثر عرضة للاضطراب وذلك الضعف القدرة على انتقاء الانتباه، إلا أن خاصية الانتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلية فيها، فتارة يتميز بالشدة وتارة أخري بالتشتت، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتيت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن أن يؤدي إلى أخطاء فنية تكتيكية سهلة للغاية. (عبد الستار ج.، 2000، صفحة 18)

إن ما تقدم يؤكد بما لا يقبل الشك أن فكرة اعتماد الأداء الرياضي على الجانب البدني فحسب، أصبح غير مألوف في نظر الباحثين والمدربين وقد تبنى العديد منهم التأكيد على الجانب الذهني في التدريب الرياضي والاستعداد للمسابقات وقد أثبتت الاختبارات بأن الأداء العالي للرياضيين يتم عن طريق المؤهلات الذهنية ومنها القوي النفسية المتحركة والتوافق النفسي وتركيز الانتباه والمثابرة والاستقرار العالي وخلق

الأفكار، إن المباراة تكشف الوظائف النفسية بسرعة وبشكل متبادل لذلك تزداد قبل المباريات أو خلالها قوة الاهتمام وحجم عملية الإحساس والتفكير والقدرة على بذل الجهود الإرادية السريعة القوية وقابلية الكشف والتكييف وحجم التركيز للاهتمام والانتباه حسب المطالب المطروحة والتركيز بشكل طويل يكفي لتحقيق أفضل (عبد المجيد، 1986، الصفحات 26-27)

2-20- مشكلات تركيز الإنتباه عند الرياضيين:

الكثير من اللاعبين لديهم مشكلات لتحقيق التركيز أثناء المنافسة، وعادة فإن هذه المشكلات لا تكون بسب عدم التركيز على المثيرات المطلوبة، ولكن نظرا لتشتت انتباهم بالأفكار والأحداث الأخرى والإنفعالات، ونناقش الآن بعضا عن تلك المشكلات التي تسبب عدم تركيز الإنتباه للاعبين:

- الإنشغال بالأحداث الماضية:

بعض اللاعبين لا يستطيعون نسيان الأحداث السابقة وخاصة إذا كانت خبرات للبيئة، فتركيز الإنتباه في الأحداث الماضية يسبب الهبوط المفاجئ للعديد من الرياضيين الموهوبين.

- الإنشغال بالأحداث المستقبلية:

يمكن أن تتضمن مشكلات التركيز الإنشغال بالأحداث المستقبلية فالنشئ الرياضي خاصة ينشغلون بالتفكير المستقبلي من حيث النتائج المتوقعة لأفعال معينة ، هذا التفكير عادة يتخذ شكل تقريرات:

- ماذا لو ؟
- ماذا لو خسرت المباراة ؟
- ماذا لو إرتكبت خطأ آخر ؟
- ماذا لوأصبت ؟

- ماذا لو تسببت في هبوط مستوى الفريق؟
- ماذا لو فقدت الحماس لإستكمال التدريب؟

مثل هذه الأفكار المستقبلية والأرق يؤثر سلبيا على التركيز ويؤدى إلى المزيد من الأخطاء والهبوط في الأداء كما أن الأرق لا يؤدى إلى تشتت الإنتباه فقط ولكن يمكن أن يسبب أيضا زيادة التوتر العضلي الذي يزيد من إعاقة الأداء. (راتب، 2000، صفحة 287)

- **الإنشغال بالكثير من المثيرات (الرموز):**

أحد الجوانب الصعبة للإحتفاظ بالتركيز فترة طويلة خلال جرعات التدريب أو المنافسات وجود العديد من مصادر تشتت الإنتباه فعلى سبيل المثال: فإن اللاعبين يتميزون بتركيز الإنتباه الواسع يبدو أنهم يلاحظون كل شي يحدث في المنطقة المحيطة بهم.

- **التحليل الزائد لحركات الجسم:**

هناك مشكلة أخرى متمثلة في التركيز الزائد جدا بالنسبة للنواحي الفنية لكيفية أداء حركات الجسم أي تركيز الإنتباه الضيق الداخلي، وبرغم أن هذا النوع من التركيز لا ينظر إليه على أنه غير مرغوب فيه عند تعلم مهارة جديدة، حيث الحاجة إلى الشعور بالإحساس الحركي لخصائص الحركات التي تؤديها العضلات، ولكن المشكلة تبدو عند إستمرار التفكير الضيق الداخلي بعد تعلم المهارة حيث تؤدى المهارة بشكل آلي ويوجه التركيز أساس حول ماذا تفعل من خلال رمز أو كلمة أو كلمتين للإحتفاظ بالتركيز، إن ذلك لا يعنى أنه لا يوجد تفكير في المهارة عندما يتم تعلمها جيدا ولكن المقصود أن التركيز على ميكانيكية أداء الجسم أثناء المنافسة عادة ما يعوق الأداء وكلما كان التحليل رائدا أعاق ذلك الإنسيابية والطلاقة لخصائص الأداء الحركي لمستويات الأداء العالي

وخاصة غذا كان المطلوب هو سرعة رد الفعل وإتخاذ القرار (راتب، 2000، صفحة 287).

2-21-التوجيهات التطبيقية لمساعدة الرياضي على تركيز الانتباه :

- اكتشاف مصادر تشتت الانتباه معرفة أين يوجه انتباهه، فهل يشرد ذهنه نحو عوامل في البيئة المحيطة بالأداء؟ أم يوجه نحو خبرات في الماضي؟ أم التفكير في أحداث ترتبط بالمستقبل؟ إنه منالأهمية بما كان أن يتعرف اللاعب على أنماط تشتت الانتباه وعدم التركيز.
- يجب أن يسبق تدريبات التركيز حالة من الاسترخاء حيث أن استرخاء والتركيز صنوان لا ينفصلان ولا يمكن أن يتحقق التركيز الجيد دون أن يسبقه استرخاء جيد.
- عدم شعور الرياضي بالقلق عندما يشرد ذهنه في موضوعات وأفكار غير مرتبطة بالأداء، ولكن المطلوب أن يترك هذه الأفكار تمر سريعا وبسهولة ودون مقاومة من جانبه ثم يعاود التركيز مرة أخرى، إن محاولة التركيز بالقوة والإجبار تأتي بنتائج مضادة.
- أن يتحلى الرياضي بالوعي واليقظة حول مشاعره عندما يركز الانتباه على أنواع مختلفة من الأفكار مثال ذلك عند اداء مهارة الجري يفكر في طريقة الجري من حيث تكنيك الخطوة، فترة الطيران الدفعبالذراعين. (عكة أيار، 2007، صفحة 154)
- أن يتذكر الرياضي دائما أن الأداء الأقصى لا يتحقق دون الوصول إلى أفضل درجة من تركيز الانتباه.

- أن يتذكر الرياضي دائما أن الذهن شيء معقد والمعلومات تنساب من اتجاهات مختلفة ويجب أن يتعلم المقدرة على تصنيف هذه المعلومات وتضييق مجالها نحو الأداء الرياضي.
- تلعب دوافع الرياضي ورغباته دورا مهما في تطوير مقدرته على التركيز ويمكن الاستفادة من ذلك في جذب انتباهه. وأن المدرب له لماذا يطلب منه القيام بشيء معين وكيفية القيام به.
- عند قيام الرياضي بأداء مهارة ما فإن من الأهمية بما كان ان يركز انتباهه على الأداء الذي يقوم به وليس على الخبرات السابقة أو اللاحقة وعندما تتطلب المهارة أن يكون التركيز موجها نحو الداخل للذات فمن الأهمية توجيه الانتباه إلى الأفكار الإيجابية البناءة وترك الأفكار السلبية.
- يراعى أن يتدرب الرياضي على التركيز فترات تتناسب مع الفترات التي تستغرقها المسابقة التي يشترك فيها (الحوري، 2016، صفحة 155)

2-22- طرق تحسين تركيز الإنتباه لدى اللاعبين:

تعتبر القدرة على التركيز للمثيرات (الرموز) المرتبطة بالبيئة شيئا هاما لتحقيق أدائك الفعال ويمكن تصنيف طرق تحسين الإنتباه للاعبين من خلال توجيهات تؤدى في الملعب وتمارين أخرى، فالأداء في وجود مثيرات تشتت الإنتباه إن من المثير حقا أن نلاحظ كيف أن بعض الأصوات الخافتة والحركات المحدودة من بعض الأشخاص من جمهور المشاهدين في لعبة، مثل: التنس تؤثر سلبيا على تركيز إنتباه اللاعب، بينما بعض اللاعبين في رياضات الفريق مثل: كرة القدم وكرة السلة وكرة اليد يؤدون بشكل جيد في ظروف الصياح الشديد، والتلويح بالأعلام من الحشد الكبير للجمهور، إنك تستطيع أن تهيئ نفسك لمواجهة مصادر تشتت الإنتباه من خلال التمرين بإنتظام تحت نفس الظروف المماثلة للمنافسة، بعض مدربي كرة السلة على سبيل المثال: يتعمدون

تواجد مكبرات لافتعال الضوضاء حتى يتعود اللاعبون على التصويب تحت نفس الظروف المماثلة لوقف المنافسة كذلك فإن بعض مدربي التنس يطلبون من بعض الأشخاص الوقوف والتحدث أو المشى حول الملعب من وقت لآخر أثناء التدريب كنوع من التهيئة لمصادر تشتت الإنتباه المتوقعة في المنافسة (راتب، 2000، صفحة 286)

- **كلمات الترميز:**

إقترح كلمات رمزية تستخدمها كمثير لتحقيق إستجابة معينة، ويمكن أن تكون هذه الكلمات تعليمية مثل: راقب الكرة ، الكتفان للخلف، المتابعة ، الإمتداد وقد تكون الكلمات دافعية أو إنفعالية مثل: قوة إسترخاء، ثقة، طاقة، المهم في إختيار الكلمة الرمزية أن تكون بسيطة وتثير بشكل ألى الإستجابة المرغوبة، فعلى سبيل المثال لاعب الجمباز عندما يؤدى الحركات الأرضية يستخدم كلمة رمزية (الأمام) للتأكد من رفع الرأس لحظة معينة أثناء الأداء.

- **تقبل الأداء دون التفكير في التقييم:**

أحد المعوقات الكبيرة التي تواجه اللاعب في الإحتفاظ بالتركيز هو الميل لتقييم الأداء على أساس أنه جيد أو سئ، أي تحديد ما تفعله على أنه قيمة إيجابية أو سلبية مثل إصدار هذه الأحكام أثناء الأداء في الملعب أو أن النشاط البدني يؤدى إلى ضعف الأداء أو السلوك، فعلى سبيل المثال لاعب كرة القدم الذي يفقد العديد من الفرص لتسجيل الأهداف قد يفكر دائما: أفقد الفرص السهلة .. أنا لا أستطيع تسديد الهدف عندما أرغب في ذلك، مثل هذه الأفكار والأحكام تجعله يفتقد إلى الإنسيابية، التوقيت الإيقاع الحركي كما أن التفكير يمثل نوعا من العبء الذهني يؤدى إلى التوتر العضلي وضعف التركيز واتخاذ القرار.

- **النظام الروتيني قبل الأداء:**

يجب أن يقترح كل لاعب نظاما روتينيا يؤديه قبل الأداء أو لحظات التوقف بين الأداء، حيث أن ذلك يساعده على التركيز العقلي للأداء التالي.إن العقل يبدأ عادة في التشتت لحظات التوقف بين الأداء فعلى سبيل المثال فإن لاعب التنس أثناء إستبدال الملعب مع منافسيه يجب أن يجلس على الكرسي مع أخذ شهيق عميق ويتخيل ماذا يريد أن يفعل في المباراة التالية ، ثم يجب أن يكرر من إثنان إلى ثلاث كلمات رمزية لمساعدته على تركيز الإنتباه قبل بداية اللعب، ويفيد مثل هذا النظام الروتينى في تحسين عملية التفكير والحالات الإنفعلاية وتحافظ على تركيز الإنتباه على الأداء الراهن والرموز المرتبطة بالأداء. (راتب، 2000، الصفحات 288-289)

- **تركيز العين:**

أحد الطرق الهامة لتحسين التركيز للاعبين إكسابهم المقدرة على التحكم في توجيه رؤية العين بإعتبار أن عدم التحكم في توجيه رؤية العين يؤدى إلى تشتت الإنتباه ويتضح ذلك عندما توجه النظر إلى المثيرات أو الرموز غير المرتبطة بالأداء مثل سلوك الجمهور، إشارات الحكام، إنفعالات المدرب سلوك المنافس.

إن مفتاح التحكم في العين هو أن تتأكد أن العينين لا ينظران المثيرات غير مرتبطة بالبيئة وكثيرا ما نسمع اللاعبين في التنس وكرة القدم والطائرة يقولون راقب أو شاهد الكرة إننا نسمع ذلك كثيرا لأننا نعرف من الخبرة أنه من السهل أن تقول ركز على الكرة ولكن الصعب هو عمل ذلك.

- **التركيز في الأداء الراهن:**

يواجه اللاعبون عادة صعوبة تركيز الإنتباه في الأداء الراهن نظرا لأن العقل كتاب مفتوح يستقبل العديد من الرسائل فالعقل يريد إسترجاع الخطأ الذي ارتكبه ومراجعة تقييم الأداء ويريد أيضا التطلع إلى ما سوف يحدث في المستقبل ولكن توجيه التفكير في

الماضي أو المستقبل عادة يؤدى إلى حدوث مشكلات في تحقيق الإنتباه. (راتب، 2000، صفحة 287).

2-23- طرق قياس تركيز الإنتباه في المجال الرياضي :

تتعدد طرق قياس الإنتباه في المجال الرياضي وتختلف وسائلها في محاولة للتحكم في أبعاد الإنتباه ذات التأثير على مستوى الأداء:

- **تحليل الملاحظة:**

يتم قياس الإنتباه في هذه الطريقة من خلال الملاحظة الموضوعية أو التصوير بالفيديو لأداء اللاعب وتحليل السلوك المصاحب للإنتباه وذلك بهدف التعرف على أسلوب الإنتباه لدى اللاعب وفي أي الأوقات يبدأ في إرتكاب الأخطاء العقلية المرتبطة بالإنتباه ، وعلى الرغم من أن هذه الطريقة ليس هيالأفضل إلا أنها تعتبر أحد الوسائل المستخدمة في القياس (شمعون ، 1999، صفحة 376)

- **عينات الأفكار:**

تتضمن هذه الطريقة من قياس الإنتباه تسجيل أفكار اللاعبين خلال الأداء بواسطة جهاز تسجيل وتناسب طريقة عينات الأفكار الأنشطة الرياضية التي تتطلب الإستمرار في الأداء لفترة طويلة من الزمن مثل الماراثون الدرجات ويمكن تعديلها للأنشطة الرياضية الأخرى التي تستغرق وقتا قصيرا ويقوم اللاعب بعد الإنتهاء من الأداء بالتسجيل على شريط أو التدوين في بطاقة أفكاره، ويتم بعد ذلك تحليل المحتوى ووضع تقرير عن أسلوب إنتباه اللاعب أثناء الأداء المهاري، وتبدو هذه الطريقة أكثر صدقا في تقويم ما تم التركيز عليه من الأفكار.

- **حالات الوجه والعينين :**

أسلوب من القياس يختبر الإستجابة في الوجه وخصائص تحديق العينين كدليل على حالات الإنتباه وفقا لما أشار إليه (Ezard/ 1977) ويعتبر (Tuker/1977) أول من

حاول الربط بين حركات العين الجانبية واستخدام نصفي المخ وقد أشار كل من Galin) (Kocel 1979 إلى أن الأفراد يميلون إلى النظر يسارا إذا كان السؤال يتطلب التفكير المكاني وجهة اليمين إذا كان السؤال يتطلب التفكير اللفظي ولذلك فإن حركة العين الجانبية إلى النوعين من الأسئلة قد تشير بصورة أولية إلى نشاط نصف المخ المضاد، وقد دعمت الدراسة أن العمليات اللفظية واللغوية تحدث في الجانب الأيسر من المخ، وعموما فإنه من الممكن تقسيم اللاعبين إلى الأنماط الأولية لإستخدام نصفي المخ إعتمادا على نسبة تكرار العين للجانب الأيمن أو الأيسر عند الإستجابة إلى نوعية الأسئلة المرتبطة بالنشاط الرياضي وعلى الرغم من أن طريقة تقويم حركة العين الجانبية لم تستخدم في المجال الرياضي فقد تمت الإشارة إليها كأحد الأبعاد المستخدمة في قياس الإنتباه وأملا في أن تكون موضوعا للبحث نحو تحقيق مزيد من الموضوعيةوالتعرف على الأبعاد المتعددة المرتبطة بهذا الموضوع . (شمعون ، 1999، صفحة 377)

- **الإختبارات والمقاييس:**

بعد إستخدام الإختبارات العامة في مجال الإنتباه على اللاعبين وبيان عدم قدرتها على التنبؤ بمستوى الأداء في المستقبل وقصورها في المواقف الرياضية وتأكيد أهمية الإعتماد على مجموعة من الإختبارات توضع وتصمم بشكل خاص لتقابل احتياجات ومتطلبات الأنشطة الرياضية المختلفة وتساهم بدور فعال في تطوير عملية قياس الإنتباه، نذكر منها:

- **القياسات المعملية:**

يمكن قياس درجة تركيز إنتباه اللاعب داخل المعمل عن طريق مجموعة من الأدوات التي تستخدم في هذا الغرض وهي قياس سرعة الإستجابة البسيطة والمركبة بإستخدامجهاز الكرونوسكوب. (شمعون ، 1999، الصفحات 381-382)

- **القياسات الفسيولوجية:**

تمثل أحد الإتجاهات التي تم التركيز عليها في تطوير الإنتباه من حيث أهمية دراسة العمليات المعرفية في إرتباطها بالمجال الرياضي باستخدام القياسات الفسيولوجية الموضوعية، ولذلك أصبح رسام المخ الكهربائي ورسام العضلات الكهربائي، ضربات القلب، التنفس درجة حرارة الجسم ومتغيرات فسيولوجية أخرى تستخدم في المجالات التطبيقية في الأنشطة الرياضية إلى جانب البحوث والدراسات، وتعتمد القياسات الفسيولوجية على التداخل بين العمليات الفسيولوجية والمواقف الضاغطة حيث تؤدى التغيرات الناتجة من زيادة التوتر العضلي وزيادة ضربات القلب والتنفس إلى تضيق الإنتباه، وتركيز الإنتباه إلى الداخل مما ينعكس بدوره على إضطراب في العضلات الدقيقة للتوافق والتوقيت وإلى الإندفاع في الأداء وعدم القدرة على ملاحظة المتغيرات المرتبطة بالأداء والشعور بالتعب وهذه الأبعاد توضح أهمية القياسات النفس فسيولوجية في تقويم الجوانب العقلية المرتبطة بالأداء الرياضي بشكل عاموموضع الإنتباه بشكل خاص.

- **شطب الأرقام والحروف :**

تتوفر مجموعة من الإختبارات في هذا المجال منها إختبار التصحيح (بوردن – أنفيموف (واختبار الحلقات الأندولتا، إختبار (D2) لتركيز الإنتباه إختبار هاريس لقياس الإنتباه في أبعاد توزيع الإنتباه ، وتقوم فكرة هذه الإختبارات أساسا على أداء اللاعب الواجب معين يحدده له القائم على الإختبار خلال فترة محددةزمنية قصيرة و متتابعة ، يمكن استخدام هذا الاختبار بصورة فردية أو جماعية... دقيقة أو دقيقتان) ويطلب منه شطب أرقام أو حروف أو علامات معينة على أن يراعي شطب أكبر قد ممكن وبأقل أخطاء خلال تلك الفترة المحددة (شمعون ، 1999، الصفحات 383-384)

- **إختبار (D2) لتركيز الإنتباه:**

صمم هذا الإختبار بريكنامب المحاولة قياس قدرة الفرد على تركيز الإنتباه لفترات زمنية قصيرة ومتتابعة ويمكن إستخدام هذا الإختبار بصورة فردية أو جماعية. ويحتوى الإختبار على (14) سطر في كل منها (47) حرفا ويستغرق فترة الاختبار دقيقتين وعشرين ثانية أي أن الاداء في السطر الواحد يستغرق عشرة ثواني (14 (سطرا في 10 ثواني) تساوى (140) ثانية ونظرا أقصر فترة أداء الإختبار ينبغي مراعاة ضمان عدم وجود ضوضاء أو مشتقات الإنتباه للتعرف على قدرة اللاعب على عزل وتركيز الإنتباه وقد أعد الصورة العربية محمد حسن علاوي

- **إختبار الأندولنا للحلقات:**

وضع هذا الإختبار في الأصل بواسطة لأندولتا وقام بتعديله في صورته الحالية (تشيخوف Tch yof بهدف قياس ثبات الإنتباه عند الرياضين ويتكون الإختبار من لوحة مرسومة عليها سطور مكونة في حلقات تشير فتحاتها إلى إتجاهات مختلفة واللوحة مقسمة إلى ثلاثة أقسام متساوية كل قسم يحتوى على خمسة سطور كاملة من الحلقات وكل سطر به عشرين حلقة.

- **إختبار شبكة تركيز الإنتباه:**

يهدف هذا الإختبار إلى قياس قدرة اللاعب على تركيز الإنتباه وخاصة قبل المنافسات الرياضية واستخدم مع الرياضيين على نطاق واسع إنطلاقا من أن اللاعب إذا كان مضطربا أو قلقا أو مشتت بأفكار سلبية سوف ينخفض مستوى الإنتباه وخاصة في تلك الأنشطة التي تحتاج بالدرجة الأولى إلى تركيز الإنتباه مثل : الرماية والجمباز والتزحلق الإيقاعي وتم إستخدام الإختبار أيضا كمرشد اللاعبين القدريين على التركيز بكفاية والإختبار بسيط في شكله عبارة عن مربع يضم مائة مربع طول ضلعه عشر مربعات ويتم وضع أرقام في هذه المربعات بطريقة خاصة وغير متسلسلة على شرط أن

لا يقل الرقم داخل المربع الواحد عن عددين، ويقدم الإختبار إلى اللاعب لمدة دقيقة واحدة بطلب منه بعد تحديد رقم البداية والذي يفضل أن يكون أقل من رقم (60) أن يقوم بشطب أكبر عدد ممكن من الأرقام بطريقة متتالية ومتتابعة عن طريق وضع شلاطة (1) على هذه الأرقام ويتم حساب عدد المربعات التي وصل إليها نهاية الدقيقة، ويتميز هذا الإختبار بإمكانية تقديمه عدة مرات مع تغيير رقم البداية كل مرة وإعادة تغيير أرقام شبكة التركيز إذا استخدمت عدة مرات حتى لايتم التعود عليه وتذكر أماكن الأرقام ويمكن إضافة مجموعة من المثيرات أثناء الإختبار مثل: الموسيقى. (الحلواح، 2016، الصفحات 122-123)

خلاصة :

مما سبق يمكن القول أن تركيز الانتباه من أهم مظاهر الانتباه كقدرة عقلية والتي يجب أن يركز عليها المدربين واللاعبين خاصة للوصول إلى الكفاءة الرياضية ، فتركيز الانتباه له للأهمية البالغة في نجاح أداء الرياضي في الفعاليات الرياضية في مختلف الرياضات الفردية منها أو الجماعية.

ويختلف تركيز الانتباه من لاعب إلى آخر، وهناك عوامل عديدة تأثر على الانتباه حيث تأثر هذه العوامل الداخلية منها أو الخارجية على أداء الرياضي و تجدر الإشارة إلى أن هناك العديد من أنواع الانتباه وتركيز الانتباه في الأمر الواقع ، حيث ينتج عنه العديد من المشكلات التي تأثر على أداء الرياضي سواء بالايجابية أو السلبية وقد طور الباحثون أساليب تحسين هذه الصفة إي تركيز الانتباه لدى لاعبين في المنافسات الرياضية من خلال سرعة الاستنتاج وتحديد الطريقة المناسبة في تلقين أو تعليم هذه الصفة بأحسن الطرق والوسائل في أقرب وقت وزمن .

الفصل الثالث:

المتطلبات البدنية والمهارات الأساسية لرياضة كرة الجرس

تمهيد

3- كرة الهدف

3-1- تاريخ كرة الهدف.

3-2- تعريف كرة الهدف.

3-3- مميزات كرة الهدف.

3-4- كيفية اللعب بين أعضاء الفريق.

3-5- بعض قوانين وأنظمة كرة الهدف.

3-6- تأثيرات ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية لذوي الإعاقة البصرية.

3-7- ما يجب أن يعرفه االمدرب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة .

3-8- 3-8- التدريب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة و تدريب المعاق بصريا.

3-9- كيف يتم تقديم المهارة للمعاق؟

3-10- سمات البرنامج الرياضي للكفيف

3-11- تدريب المعاق بصريا.

3-12- عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس والمهارات الأساسية لها.

خلاصة.

تمهيد :

خلقت الرياضة للجميع ولا تقتصر منافستها على فئة دون غيرها بل هي متاحه لمن أراد ممارستها وأبلغ مثال على ذلك هي بطولة الألعاب الأوليمبية لذوى الاحتياجات الخاصة المعروفة بالألعاب البارالمبية التي يشارك فيها لاعبين من ذوى الهمم وتجرى فيها منافسات على ألعاب مناسبة لظروفهم أبرزها لعبة كرة الجرس وهي رياضة جماعية مصممة خصيصا للرياضيين الذين يعانون من إعاقة بصرية وفي هذا الفصل سنتطرق تاريخ كرة الجرس، مميزاتها، كيفية لعبها وبعض قوانين المنظمة لها وكذا عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس والمهارات الأساسية لها.

3- كرة الهدف:

3-1- تاريخ كرة الهدف:

اخترع كرة الهدف كل من الاسترالي هانز لورنز والألماني ست رنيدل في عام 1946م، وكان ذلك بهدف مساعدة تأهيل المحاربين المكفوفين، وتمت مزاولتها للمرة الأولى عالميا في دورة الألعاب شبه الأولمبية بمدينة تورنتو بكندا في عام 1976م، بينما أقيمت أول بطولة عالمية في كرة الهدف في استراليا عام 1987م، ومنذ ذلك الحين فإن شعبية كرة الهدف في ازدياد مستمر و ستمتع بمزاولتها العديد في جميع مناطق العالم التابعة للاتحاد الدولي لرياضات المكفوفين،**(إبراهيم، 2002، صفحة 98)**.

3-2- تعريف كرة الهدف:

لعبة كرة الهدف للمعاقين بصريا وهي لعبة دولية ولكنها غير مشهورة، وتمارس كرة الهدف من أجل الترويح والمتعة والانتعاش ويمارسها الآلاف من ذوي الإعاقة البصرية وكذلك تمارس كلعبة تنافسية في إطار تنافسي أيضا، وهي تمارس بين فريقين كل فريق يحتوي على ثلاثة لاعبين معصوبي العينين وكلا الفريقين يواجه كل منهما الآخر بمحاولة دحرجة أو رمي الكرة في اتجاه الفريق الآخر لكي تعبر خط مرمى الفريق الآخر ليسجل هدفا في مرمى الفريق الآخر وليسجل كل فريق أكبر عدد من الأهداف في مرمى الفريق الآخر ليحقق الفوز ولكن هناك قواعد تتحكم في اللعب، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 31)**.

3-3- مميزات كرة الهدف:

- ✓ المحافظة على اللياقة البدنية.
- ✓ التطور الحركي وتطور مهارات التنقل.
- ✓ التدريب على تقدير الوضع.
- ✓ التوافق بين السمع و اللمس (اليد والأذن) لأنه يسمع ويدافع و يرمي.
- ✓ تطور الوعي الذاتي للكفيف.

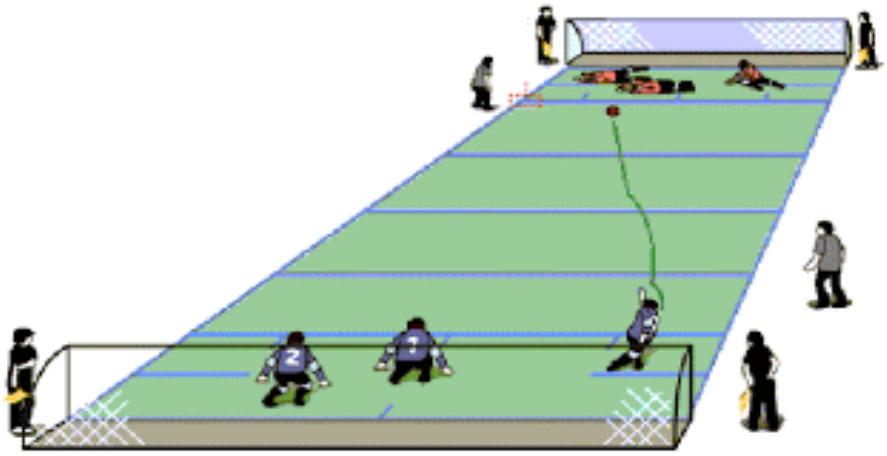
✓ تنمية واكتساب روح الفريق، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 34).**

3-4- كيفية اللعب بين أعضاء الفريق:

يحتوي الفريق على ثلاثة لاعبين، لاعب المنتصف أو المركز، و لاعب الجنب (أو الجناح) الأيمن وأيضا لاعب الجنب الأيسر، ولاعبا الجنب يكون أداؤهما في الغالب هجوميا، أما لا عب المنتصف يكون أداؤه دفاعيا أكثر منه هجوميا، ويكون لاعب المنتصف بمثابة الرائد أو الدليل والذي يتولى مهام إدارة المباراة من الداخل.

يتحكم (يسيطر) لاعبا الجنب على المنطقتين الجانبيتين من الملعب من خلال أداء دفاعي جيد، ولاعب المنتصف يعتبر من أهم أجزاء خطط أو طريقة لعب أي فريق حيث مكانه أمام لاعبي الجنب في مقدمة منطقة الفريق وهو يجب أن يتميز بحسن التوقع ليكون قادرا على الدفاع ضد الرميات الموجهة (المصوبة) كذلك لاعب المنتصف يجب أن تكون لديه القدرة على سرعة تغير الاتجاه بثقة عالية من جانب إلى الجانب الآخر.

أما لاعبي الجنب يكون مكانهما خلف خطوط الإرشاد الجانبية خلف لاعب المنتصف وعلى جانبيه وهما مسؤولان عن القيام بالعديد من الرميات بقوة وبسرعة والكثير من العمل الهجومي- كما أن لديهما مهمة أساسية وهي الحماية والمحافظة على جانبي المرمى من رميات الفريق المنافس أي الدفاع عن المنطقتين الجانبيتين وخاصة الرميات التي تكون على الأطراف (أقصى الأطراف أو حدوده) والرميات الأصعب على الفريق في دفاعها هي التي من الممكن أن تحدث ارتطام بين اللاعبين وخاصة في منطقة الثلث من الملعب، لذا على اللاعبين أن يكون لديهم حسن توقع في حدود منطقتهم أثناء الدفاع فكثير من اللاعبين يمكن أن يخرجوا خارج حدود أو جانب الملعب أثناء تنفيذ الرمي ولكن الاتصال الجيد بين اللاعبين يتحكم في هذه المواقف، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 32).**



صورة 1: صورة توضيحية تبين طريقة اللعب.

المصدر: (التربية البدنية، 2014).

3-5 - بعض قوانين وأنظمة كرة الهدف:

كرة الهدف هي رياضة تلعب بين فريقين، كل فريق يتكون من ثلاثة لاعبين بالإضافة إلى ثلاثة لاعبين احتياطيكحد أقصى، تلعب المباراة على أرضية صالة الألعاب داخل ملعب مستطيل مقسم بخط المنتصف إلى نصفين، ويتم إقامة المرمى عند طرفي الملعب، وتلعب المباراة بكرة بها أجراس، والهدف من اللعبة هو دحرجة الكرة بقوة بغرض عبورها خط المرمى للفريق المنافس في حين يحاول الفريق المنافس منع ذلك،**(عمران، 2014، صفحة 165)**.

- **الملعب:**

الأبعاد:الملعب مستطيل طوله 18متر وعرضه 9متر (+/- 0.05 متر أقل أو أكثر) القياس يبدأ من الأطراف الخارجية، يمنع رسم علامات أخرى في الملعب من غير خطوط الملعب، الملعب مقسم إلى ست مساحات كل مساحة عرضها 3 أمتار.

تدعى المنطقتين المقابلتين للمرمى بـــ"مناطق الفريق Team areas" ومساحة طولها 6 أمتار (0.05 متر أقل أو أكثر) وعرضها 9 أمتار، مناطق كل فريق مقسمة إلى قسمين متساويين (3 متر كل واحد) 3 متر طول و9 متر عرض، هذه الأقسام يطلق عليها "منطقة

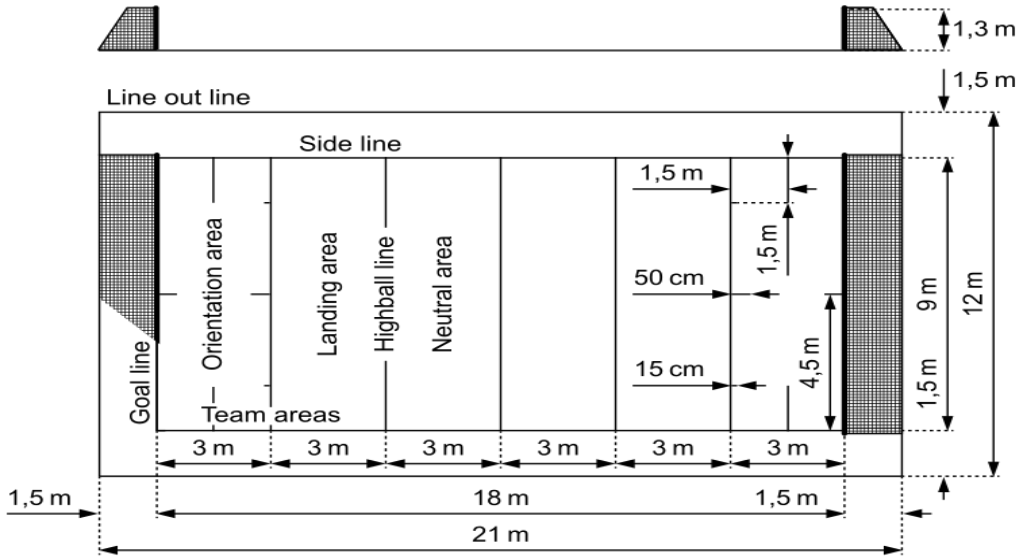
التوجيه The orientation area" وهي الأقرب للمرمى، و"منطقة النزول The landing area" وهي الأبعد عن المرمى مناطق الفريق فيها خطوط توجيه اللاعبين.

المنطقة الحيادية The neutral area: هي منتصف الملعب و قيسها 6 أمتار طول و9 أمتار عرض وهي مقسمة على 2 في خط المنتصف.

كل خطوط الملعب عرضها 0.05 متر وترسم بشريط، توضع سلسلة تحتهم حتى تساعد في تحركات اللاعبين سمكها 0.003 متر و توضع تحت الطبقة العلوية من الشريط، لون الشريط المستعمل يجب أن يكون مختلف عن الكرة والملعب ويساعد الحكام والمشجعين على رؤية حسنة للكرة وخطوط الملعب.

أرضية الملعب يجب أن تكون مبسطة ويجب أن تكون مصادق عليها من تقنيي **IBSA**للألعاب شبه الأولمبية، البطولات العالمية وغيرها تستعمل مرونة اصطناعية من خشب أو البلاستيك لسطح أرضية الملعب. **أنظر الشكل 1**

(IBSA goalball Rules and Regulations 2018–2020, July 1,2019, p. 7)



شكل1: شكل توضيحي يبين قياسات الملعب.

المصدر: (VIQUIPEDIA, 2016)

- **المرمى:**

يكون عرض المرمى بعرض الملعب أما ارتفاع قوائمه فهو 1.3 متر، ويجب أن تكون مستديرة القطاع، وتكون العارضة من مادة صلبة، توضع القوائم بالخارج ولكن مع خط المرمى، وتؤخذ قياسات المرمى من الداخل وعادة ما تغطى القوائم بمادة مخففة وممتصة للصدمة ضمانا لسلامة اللاعبين، **(Warrick, September 2002, p. 2)**.

صورة2: مرمى كرة الجرس.

المصدر: (Goalball Goal Nets, 2017)

- **الكرة:**

يكون وزن الكرة المستخدمة 1.250 كغ، و بها 8 فتحات وتثبت عليها أجراس حتى تحدث رنينا، يبلغ محيطها 76 سنتيمتر، **(Warrick, September 2002, p. 2)**.

صورة3: كرة الجرس مع الجرس.

المصدر: (علوم و صحة، 2014)

- **الزي الرسمي:**

يتعين على جميع اللاعبين ارتداء قميص الفريق.

يحمل قميص كل لاعب رقما لا يتغير، و يوضع في منتصف الجزأين الأمامي والخلفي من هذا القميص، ولا يقل ارتفاع الأرقام عن 20 سم ويجب أن تكون إما 1 أو 2 أو 3 أو 4 أو 5 أو 6 أو 7 أو 8 أو 9، ويجب عدم إدخال هذا الرقم في السروال أو تغطيته بالبطانة أو حجبه عن رؤية الحكام، وينجم عن عدم الامتثال لمثل هذه المتطلبات فرض عقوبة " تأخير المباراة".

لا يزيد طول الملابس أو الأدوات أو البطانات عن 10 سم من جميع اتجاهات الجسم،**(هنداوي، 2017، صفحة 17)**

صورة4: لاعبة باللباس الرسمي.

المصدر:(تائيكو، 2020)

معتمات العيون: معتمات (لاصق)العيون / عصابات العيون (النظارات المعتمة السوداء)/ النظاراتوالعدسات اللاصقة.Eye Shades/ Eye Patches/ Glasses and Contact

- ✓ يمنع ارتداء العدسات نظارات العين.
- ✓ يجب أن يرتدي اللاعبون في الملعب عصابات العيون ويتم فحصها في بداية أي شوط حتى نهاية أي شوط.
- ✓ يجب أن يضع اللاعبون معتمات وعصابات العيون أيضا أثناء الوقت الإضافي و كل اللاعبينيضعوا عصابات العيون أثناء الرميات الجزائية الإضافية، وإلا

يعتبر ذلك خطأ شخصي ويستوجب رمية جزائية ضد اللاعب Eye ShadesPersonal Penalty.

في البطولات العظمى والتي تقام تحت رعاية الاتحاد الدولي للمكفوفين يكون كل اللاعبين المشتركين في المباريات تغطي عيونهم بواسطة رقع من الشاش تحت رقابة المسؤول الفني بلجنة كرة الهدف بالاتحاد الدولي لرياضة المكفوفين (IBSA) .

– أثناء الوقت المستقطع الفني، يسمح للاعبين البدلاء الدخول إلى الملعب بدون ارتداءعصابات العين، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 304)**

صورة5:صورة تبين الغاضتين،كرة الجرس وواقي الصدمات.

المصدر: (Masoliver, 2017)

- **التصنيفات Classification:**

تنقسم المنافسات إلى قسمين رجال وسيدات.

في البطولات الدولية يتم تصنيف درجة إبصار اللاعبين من خلال تصنيف الاتحادالدولي لرياضة المكفوفين وهو B1 .B2.OR B3.

- **حكام المباراة Officials:**

لكل مباراة (2) حكام للملعب و(4) قضاة للهدف و(1) مسجل أهداف و(1)ميقاتي و(1) مسجل الرميات و(1) ميقاتي العشر ثواني، وفي البطولات الكبرى يتطلب الأمر أن يكون هناك حكمان احتياطيان كميقاتي للعشر ثواني.

واجبات ومسؤوليات الحكام توجد في دليل برنامج شهادات الحكام بلجنة كرة الهدف بالاتحاد الدولي لرياضة المكفوفين، كذلك واجبات المسؤولين الفنيين توجد في دليل لجنة كرة الهدف بالاتحاد الدولي لرياضة المكفوفين،(**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 305**).

- **بعض المواد الخاصة بلعبة كرة الجرس:**

مادة(4) المباراة :

زمن المباراة (14دقيقة)على شوطين، كل شوط (7دقائق) ويضاف الوقت بدل الضائع في نهاية المباراة، وفي حالة خروج المغلوب يضاف (6دقائق) على شوطين للحصول على فوز أي الفريقين، وإذا استمر التعادل يقوم كل فريق بعمل (5 رميات) و تستمر حتى فوز أي الفريقين، يتم إجراء قرعة بين الفريقين لاختيار التصويب أولا أو يختار جانب الملعب،(**سعد علي و أبو الليل، 2005، صفحة 279**).

صورة 6: مباراة في كرة الجرس.

المصدر: (Darlington, 2019)

- **مادة(5) اللاعبين:**

في حالة الدفاع كل لاعب يتحرك لاتخاذ أي وضع فيما عدا الوقوف بجوار الزميل في صف واحد موازي للمرمى يكون الوقوف متدرجا في البعد عند خط المرمى. (**سعد علي و أبو الليل، 2005، صفحة 280**).

- **مادة (6) طريقة رمي الكرة:**

كل اللاعبين الثلاثة لهم الحق في رمي الكرة اتجاه مرمى الخصم، واللاعب له الحق في رمي الكرة (3مرات) متتالية و إذا رمى اللاعب الكرة للمرة الرابعة يعطى الفريق الآخر رمية جزاء.

ويتم رمي الكرة من منطقة اللعب الخاصة بالفريق ويجب أن تسقط الكرة في منطقة المرمى الخاصة بنفس الفريق ويجوز أن ترتد على الأرض قبل إرسالها،**(سعد علي و أبو الليل، 2005، صفحة 280). (أنظر صورة 7).**

صورة7: طريقة رمي الكرة.

المصدر: (blindplus, 2009)

متى تحتسب الرمية خطأ وتمنح الخصم :

- ✓عند تخطي اللاعب منطقة اللعب بكامل قدمه.
- ✓إذا استمرت الكرة في الارتداد.
- ✓إذا رمى اللاعب الكرة و لم تلمس منطقة الرمي الخاصة بالفريق الذي رماها.
- ✓إذا تم تمرير الكرة بين الزملاء أكثر من مرتين قبل تمريرها، و يتم الإنذار في المرة الأولى ولا تحتسب رمية، وتعطى الكرة للخصم.
- ✓إذا استمر تمرير الكرة بين الزملاء ثلاث مرات تمنح للفريق الآخر رمية جزاء.

- **مادة (7) الدفاع:**

✓ يقوم كل أفراد الفريق الثلاثة بالدفاع من وضع الوقوف أو من وضع القرفصاء أو من وضع الارتكاز على الركبة، وممنوع الاستناد على اليدين.

✓ ويتم صد الكرة بأي جزء من الجسم، ولا يسمح للاعبين بمسك بعضهما البعض خلال عملية الصد.

✓ إذا عبرت الكرة خط المنتصف خارج أرض الملعب يقوم الحكم بتنبيه اللاعبين "الكرة موقوفة".

✓ إذا كانت الكرة بعيدة عن اللاعبين ولا يستطيعون الوصول إليها تسلم للفريق الذي استقرت الكرة في ملعبه، أو اقرب خط للجانب الذي عبرت منه الكرة،**(سعد علي و أبو الليل، 2005، الصفحات 281-282).(أنظر الصورة 8).**

صورة 8: توضح الدفاع في لعبة كرة الهدف " الجرس" للمكفوفين.

المصدر: (conoces-torball, 2014)

- **مادة (8) متى تحتسب الكرة هدفا:**

إذا عبرت الكرة بكامل استدارتها خط المرمى وطريقة رميها صحيحة.

- **مادة(9) رمية الجزاء:**

✓ كل لاعب في الفريق من حقه رمي رمية الجزاء.

- ✓ اللاعب الذي ارتكب خطأ عليه أن يترك الملعب أثناء رمية الجزاء والفريق يدافع بعدد (2) لاعبين فقط.
- ✓ رمية الجزاء ترمى من منطقة اللعب ومن أي مكان فيه.
- ✓ ترمى رمية الجزاء بعد صفارة الحكم وفي حالة الخطأ في الرمي تعطى الكرة للخصم.

- **مادة (10) الرمية الحرة:**

- ✓ تؤدي في المرحلة الأخيرة من المباراة للوصول إلى النتيجة.
- ✓ لاعب واحد فقط من الخصم يحرص المرمى.
- ✓ تؤدى من منتصف الخط المحدد لمنطقة لعب الفريق سواء من الوقوف أو من الجري.
- ✓ الرمية الحرة لا تعاد.
- ✓ متىلا تحتسب الرمية الحرة:
- ✓ إذا تخطى اللاعب الخط الأمامي لمنطقة اللعب.
- ✓ إذا لم يكن هناك ارتداد للكرة وسقوطها في منطقة الرمي الخاصة بالفريق، أو منطقة الفريق الخصم.
- ✓ إذا استمرت الكرة بالتنطيط على الأرض بعد رميها،(**سعد علي و أبو الليل، 2005، الصفحات 283-284**). (**أنظر الصورة 9**).

صورة 9: ضربة الجزاء.

المصدر: (SPORTS, 2018)

- **مادة (11) الحكام:**

يشرف على كل مباراة حكم ويساعده اثنان من حكام المرمى وميقاتي.

يقف كل حكم من حكام المرمى على امتداد خط المرمى ومهمته مراقبة نصف ملعب فقط.

يعاين الحكم الملعب ومدى مطابقته للقوانين ويعاين مهمات اللاعبين والكرة وعصابات العين، ويقوم بإجراء قرعة بين رئيسي الفريقين لاختبار جانب الملعب أو الرمي، وهو الميقاتي في بداية ونهاية المباراة.

يطلق الحكم صفارة واحدة عند كل إيقاف للمباراة وعند الاستئناف.

يطلق الحكم صفارتين عند إحراز الهدف.

يطلق الحكم عدد (3صفارات) عند بداية المباراة وعند نهايتي نصف المباراة.

الميقاتي يطلق إشارة صوتية عند كل من نهايتي شوطي المباراة.

الحكم هو الذي ينذر اللاعبين في حالة الأخطاء أو عدم الطاعة.

عند حدوث أصوات مزعجة للحكم أن يوقف المباراة.

يوجد شخص يقوم بتسجيل الأهداف و يعلم كل من رئيسي الفريقين،(**سعد علي و أبو الليل، 2005، الصفحات 284-285**).

صورة 10: حكم يراقب غماضات اللاعب.

المصدر: (Magazine, 2017)

- **مادة (12): مساعدات الاتجاه:**

✓ يسمح باستخدام مساعدات في الحالات التالية:

✓ إذا خرج أحد اللاعبين من نصف ملعبه وضل طريقه.

✓ إذا كانت الكرة بين الأفراد.

✓ لا يسمح بإعطاء توجيهات أثناء رمي الكرة من لجنة الإشراف والجمهور، ويسمح فقط من الزملاء اللاعبين في الفريق.**(سعد علي و أبو الليل، 2005، صفحة 285)**.

- **مادة (32) الثواني العشر:**

✓ يمنح كل فريق 10 ثوان لضمان عبور الكرة خط وسط الملعب من أول تعامل دفاعي منه مع الكرة.

✓ في حالة الوقت المستقطع أو إذا حدث تغيير أو خروج عن الخط بعد التعامل الدفاعي وكان الفريق يسيطر على الكرة في حوزة أحد اللاعبين أو كانت الكرة تمرر بوضوح بين اللاعبين تتوقف ساعة الثواني العشر مؤقتاً مع صافرة الحكم وتبدأ عندما يقول الحكم (العب)، ويكون للفريق باقي المدة الموضحة على الساعة لضمان عبور الكرة خط وسط الملعب.

✓ إذا تلا التعامل الدفاعي قول منع" ثم صافرة ثم قول "خارج الخط" فإن ساعة الثواني العشرة تتوقف وتبدأ مع قول "العب."

✓ يُعاد ضبط ساعة الثواني العشر في حالة النداء على "الوقت الرسمي المستقطع."

✓ يعاد ضبط ساعة الثواني العشر بعد تسجيل هدف.

✓ يعاد ضبط ساعة الثواني العشر في نهاية كل شوط.

✓ يعاد ضبط ساعة الثواني العشر بعد حالة العقوبة.

✓ تبدأ ساعة الثواني العشر من أول تعامل دفاعي بغض النظر عما إذا كان الفريق يسيطر على الكرة أم لا.

يشير مؤقت الثواني العشر على الطاولة إلى الحكم عندما تصل الساعة إلى 10 ثوان ولا يزال الفريق يستحوذ على الكرة من أول تعامل دفاعي أو قبل أن تعبر الكرة خط وسط الملعب من نصف ملعب هذا الفريق. (عمر هنداوي، 2017، صفحة 45)

3-6- تأثيرات ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية لذوي الإعاقة البصرية:

- **التأثيرات البدنية:**

✓ يساهم النشاط البدني والرياضي في تنمية اللياقة البدنية التي تتعلق بالصحة لدى الأفراد ذوي الإعاقة البصرية.

✓ يساهم النشاط البدني والرياضي في زيادة كفاءة الأجهزة الحيوية لذوي الإعاقة البصرية.

✓ زيادة القدرة الفسيولوجية للقلب والرئتين بصفة خاصة.

✓ زيادة كفاءة الجسم وقدرته على تحمل الأعباء الحياتية.

✓ يساعد النشاط البدني والرياضي في زيادة حاسة التذكر العضلي نتيجة التعود على تكرار الأداء لعدة مرات.

✓ يساعد النشاط البدني والرياضي ذوي الإعاقة البصرية في التعرف على وضع الجسم وتحديد الحركات ومعرفة الاتجاه الخاص بالحركات.

✓ زيادة بعض القدرات البدنية المفقودة كالرشاقة والمرونة.

- **التأثيرات العقلية:**

– زيادة كفاءة القدرات العقلية كالتصور والتخيل والإدراك وتركيز الانتباه.

– زيادة مستوى الخبرات المعرفية.

– اكتساب بعض المعارف والمعلومات عن الأنشطة البدنية والرياضية مثل معرفة قوانين اللعبة، تاريخ اللعبة، الأجهزة والأدوات المستخدمة، عناصر اللياقة البدنية

التي تحتاج إليها اللعبة، المهارات الحركية للعبة...الخ،(**سعد علي و أبو الليل، 2005، الصفحات 271-272**).

3-7- ما يجب أن يعرفه االمدرب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة:

إن عملية تدريب ذوي الاحتياجات الخاصة ليست مهمة صعبة إذا تقبل المدرب الرياضي كل لاعب على أساس فردي وعند القيام بعملية تدريب فرد معاق لابد للمدرب أن يكون لديه تصور عام عن:

- ✓ نواحي القوة والضعف لدى الفرد.
- ✓ الأهداف الواقعية التي يمكن للمعاق أن يحققها والتي تجعله في تحد مع ذاته، ولغة التواصل المناسبة مع المعاقين المنوط بتعليمهم.
- ✓ أنسب الطرق لتقديم تغذية راجعة إيجابية.

كما لابد للمدرب الرياضي أن يتعامل مع المعاق على أساس ما يستطيع الفرد المعاق أن يقوم به وليس عكس ذلك بمعنى أن يتعامل على أساس القدرات المتبقية لديه.

ويجب على المدرب الرياضي أن يعلم أنه كلما كان الفرد أكبر عمرا عند حدوث الإعاقة كلما ساعد ذلك المعاق على تطوير حركاته الأساسية وخبراته الحياتية وبالتالي فعملية التدريب تختلف وفقا لسن المعاق عند حدوث الإعاقة ودرجة الإعاقة.

3-8- التدريب الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة وتدريب المعاق بصريا:

- إن الإلمام والمعرفة بالمعلومات المتعلقة بالنشاط الممارس من قبل المعاقين تعتبر نقطة الانطلاق وإشارة البدء عند تدريب أي معاق أي مهارة جديدة.
- وتتم هذه العملية من خلال تجربة أكثر من طريقة للأداء وتعديلها بصورة منتظمة حتى يتمكن الممارس من الوصول إلى الأداء الجيد المقبول وهي عملية تتطلب وقتا وجهدا كبيرين ولكنها ضرورية للوصول إلى ما هو مطلوب.

- إن عملية تعديل الأداء لممارسة النشاط الرياضي تتطلب أيضا من المدرب الرياضي تفسير الأداء الحركي للنشاط وهذه العملية تتطلب من المدرب الرياضي:
- فهم متطلبات النشاط المختار.
- تحليل إمكانات المعاق من حيث:
- مدى الحركة الوظيفية للمعاق.
- ماذا يستطيع المعاق أن يؤديه؟
- كيف ستتأثر الحركة؟
- ما الأداء الذي تم تثبيته؟
- وبالطبع هناك اختلاف بين المعاقين ووفقا لذلك سوف تختلف حاجات المعاق ومتطلباته. كما أنها سوف تختلف بدرجة كبيرة بناء على السن والخبرة ودافعية المعاق، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 11)**.

لذلك لا بد أن تتم عملية التعليم والتدريب على المهارة:

- في الوقت المناسب.
- أن تتم في جو يسوده المرح والمتعة.
- أن تكون أهداف الممارسة يمكن تحقيقها مما يمكنه من المرور بخبرات النجاح.
- وهناك مجموعة من الأسئلة للمدرب الرياضي يجب أن يتعرف على إجابتها:
- ما هو الدافع من الممارسة وماذا يريد المعاق أن يحققه؟
- هل الهدف من الممارسة ترويحي فقط أم رغبة في تطوير قدراته المختلفة؟
- هل يريد المنافسة وإلى أي مدى يريد أن يصل؟
- ما هي خبراته السابقة؟

إن إلمام المدرب الرياضي بإجابات هذه الأسئلة سوف تكون بمثابة شعاع الضوء الذي سوف ينير له الطريق ويساعده على:

- وضع أهداف واقعية لعملية التعليم و التدريب.**(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 12)**.
- وضع الخطط المناسبة لتحقيق هذه الأهداف.
- وضع البرامج الفردية التي تتناسب مع كل حالة على حده.
- إن مساعدة المعاق على الأداء عملية تتطلب من المدرب الرياضي أن تكون لديه القدرة على تحليل الأداء الحركي للنشاط المختار بالإضافة إلى القدرة على محاكاة المعاق لكي يتمكن المدرب الرياضي من تحليل أدائه الحركي.

وعملية التحليل للأداء من أهم متطلبات المدرب الرياضي و فيها قد يلجأ المدرب إلى مراقبة أداء المعاق واكتشاف الأخطاء والعمل على إصلاحها، أما عملية المحاكاة فقد يلجأ إليها المدرب الرياضي إلى إغماض عينيه بواسطة ربط العينين بواسطة الماسك ومحاولة الجري أو تتبع حركة كرة الجرس وهي تتدحرج على الأرض بهدف الإمساك بها والسيطرة عليها، وهذه العملية سوف تساعد المدرب بصورة أوضح على الإلمام بحركة الكفيف وقدراته وهو في هذا الوضع، وإذا كان هناك شخص معاق بصريا ولديه بقايا إبصار تمكنه من أداء الأنشطة التي تعتمد على الإبصار فلا بد من تعليمه هذه الأنشطة والاستفادة منه في المساعدة في تعليم زملائه المكفوفين**(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 13)**.

3-9-كيف يتم تقديم المهارة للمعاق؟

ويتفرع سؤالان مهمان من هذا السؤال هما:

- ما هي الطريقة المثلى لتعليم المعاقين وتدريبهم؟
- ما هو الأسلوب الأمثل لذلك؟
- إن عملية تقديم المهارة للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة تتم من خلال خطوات متفق عليها وهي:
- عرض المهارة وتنقسم هذه العملية إلى: عرض لفظي وعمل نموذج.
- إتاحة الفرصة للمعاق أن يتعرف على النموذج من خلال:

- الإحساس اللمسي أو اليدوي للأجزاء المشاركة للأداء.
- الوسائل السمعية والبصرية.
- إتاحة الفرصة للمعاق للتدريب على المهارة مع إصلاح الأخطاء من خلال تقديم التغذية الراجعة الضرورية لتأكيد فهم المهارة والمحافظة على الرغبة في الممارسة.
- التأكد من إتقان المعاق للمهارة من خلال عمل مسابقة بين الأفراد في أداء هذه المهارة وفقا لمتطلبات الأداء المتفق عليها من قبل.**(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 14)**

3-10- سمات البرنامج الرياضي للكفيف:

هناك عدة مبادئ للتدريب والبرامج الرياضية للكفيف لا بد من التعرض لها حتى يتسنى تحقيق الأهداف المنشودة من برامج التربية البدنية ويذكر من المبادئ الآتي:

- **مبدأ الشمولية والاتزان:**

أي أنه لا بد من أن يكون البرنامج الرياضي المصمم للكفيف يتميز بالشمولية و يتضمن كل احتياجات الكفيف البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية ولا يهدف لتحقيق جانب دون الآخر وبالتالي لا بد من أن يحتوي البرنامج على مجموعة من الخبرات التعليمية المتنوعة لتوفير الكثير من الخبرات التربوية الهادفة حتى نحقق النمو الشامل بدنيا ونفسيا وعقليا واجتماعيا.

- **مبدأ مراعاة قدرات الأفراد الفردية و احتياجاتهم:**

لا بد من أن يراعي البرنامج الرياضي القدرات الفردية والفروق الفردية بين ذوي الإعاقة البصرية حيث أن لكل معاق بصريا قدرات قد تختلف عن الآخر حسب نوع الإعاقة ودرجتها، كما أن احتياجات الأفراد المعاقين بصريا قد تختلف من فرد لآخر وذلك لارتباطها بالثقافات المختلفة والبيئة التي يعيش فيها وبالتالي يمكن إشباع الحاجات والرغبات الخاصة

للمعاقين حتى يقبلوا على ممارسة الأنشطة البدنية ولا ينصرفون عنها لعدم تلبيتها لاحتياجاتهم.

- **مبدأ القدرة في التمرين:**

يراعى أن يكون البرنامج الموضوع تم تقنينه و يوضع بشكل علمي يراعي العلاقات بين درجات الحمل المختلفة من حيث الشدة، والحجم، والكثافة، وذلك عند التخطيط لبرنامج سنوي أو عدة شهور، كما يراعى أيضا عملية التدرج في زيادة الحمل خلال الوحدة التدريبية وخلال الموسم التدريبي فيراعى أن تكون الوحدات التدريبية المختارة مرتبطة ببعضها ويراعي فيها عملية التدرج في زيادة الحمل.

- **مبدأ ملائمة البرنامج للإمكانات:**

يجب أن يتلائم البرنامج الموضوع مع جميع الإمكانات المتوفرة سواء كانت مادية (كالأجهزة والأدوات المستخدمة) أو بشرية (كالمساعدين المتخصصين في عملية تدريب المعاقين).

- **مبدأ التنوع و المرونة:**

أن يكون البرنامج مشتملا على مجموعة كبيرة من الأنشطة البدنية والرياضية حتى يتم توفير نشاط يساير رغبات المعاقين ولا يتسرب الملل إلى نفوسهم كما يجب أن تكون الأنشطة في مستوى واحد ويجب أن يتميز البرنامج بالمرونة التي معها يستطيع القائم على البرنامج أن يقوم بالتعديل والتغيير أثناء التنفيذ حسب احتياج الموقف التعليمي. **(سعد علي و أبو الليل، 2005، الصفحات 273-274)**

3-11- تدريب المعاق بصريا:

يكون من خلال مشاهدة التدريب على أن يصل للتعرف على الشيء وليس الشكل فقط وإدراك الأشياء الدقيقة وأن يشرح ويتحدث عما يشاهده (بالنسبة للكفيف جزئيا). بالإضافة إلى أن المتضررين ضررا شديدا B2 مندفعون أكثر للمشاهدة لذلك يبدأ المدرب بالأشياء المرغوبة التكلم عنها أولا، ومن المهم أن يستخدم هنا المدرب التناقض والتباين

بين الألوان فإذا كان لون الصالة أبيض لا يستخدم كرة صفراء و لكن يستخدم كرة زرقاء وأيضا ما يتعلق بطبيعة الأرض فإذا كانت الأرض خضراء تكون الوسائل فاقعة اللون وهي وسائل مساعدة على الرؤية بشكل أفضل.

ألعاب تقدير المسافة و اللون كل ماله علاقة في تعيين مركز أو شيء معين على منطقة معينة تساعد في تدريب الوظائف المتبقية، القيام بتمارين توافق بين ما يشاهده وحركة يديه (التوافق بين العين واليد إذا كان هناك بقايا إبصار)، تدريب الذاكرة البصرية والاستناد لما يشاهده بشرح ما رآه، وتحويل الإشارات البصرية للناحية العملية ولكن يجب أن تتناسق مع مستوى الضرر الحاصل لذا يجب أن يعرف المدرب الوظائف البصرية المتبقية لدى اللاعبين،**(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 39)**.

الصورة 11: تدريب المعاق بصريا.

المصدر: (Sport, 2014)

يجب أن يكون التدريب دوما باستخدام معتمات العين لمن هم لديهم بقايا إبصار.

يجب تنمية وتطوير القوة العضلية لدى لاعب كرة الهدف ثم يأتي بعد ذلك عنصر الدقة ويتبع ذلك تدريبات السرعة وتستخدم التدريبات بالأثقال لتنمية القوة العضلية هذا بالإضافة إلى تدريبات الكرات الطبية ذات أوزان مختلفة الثقيلة و الخفيفة لتطوير وتنمية قوة التصويب.

في بداية التدريب يعمل المدرب على أن يلمس اللاعب المرمى بظهره ليحدد اتجاه الكرة ثم يأخذ بعض الخطوات من خطوتين إلى أربع أو خمس خطوات ليستعيد ويستجمع قواه ولكن في المستويات المتقدمة لا يحتاج إلى كل هذه الخطوات حيث يكون إدراكه جيدا جدا

وعال بالمكان فمن الممكن أن يرجع بسرعة أو يقوم بالتصويب من مكانه. **(الشندويلي و فرحات، 2012، الصفحات 235-237)**

3-12- عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس والمهارات الأساسية لها:

3-12-1- عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس:

تشير الدراسات والأبحاث أن مستوى اللياقة البدنية للمكفوفين عن أقرانهم المبصرين، كما أشارت دراسة كل من كوثر مطر (1999) وأحمد آدم (2002) أن عناصر اللياقة البدنية التي يحتاجها المكفوفين هي القوة العضلية، الجلد العضلي، السرعة، المرونة، الرشاقة والتوازن بينما العناصر التي يحتاجها لاعب كرة الهدف أثناء ممارسته للعبة لا تختلف عن هذه العناصر إلا أنها تتطلب التركيز على القوى العضلية و التحمل العضلي والرشاقة والسرعة والتحمل وخاصة تحمل الأداء بالإضافة إلى عنصر المرونة حيث إن طبيعة الأداء في لعبة كرة الهدف تتطلب تمتع اللاعب بهذه العناصر حتى يستطيع أن يترجم ما يمتلكه من مهارات على أرض الواقع، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 46)**.

شكل 2: يوضح عناصر اللياقة البدنية.

المصدر:(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 46)

- **القوة العضلية:**

تعتبر القوة العضلية من أهم العناصر البدنية لما لها من تأثير كبير في الحياة بصفة عامة و في المجال الرياضي بصفة خاصة، فالأداء في كل الأنشطة الرياضية يعتمد على كيفية تحرك الجسم، والعضلات هي التي تتحكم في حركة الجسم بالانقباض والانبساط لجذب الأطراف من موضع لآخر وكلما كانت العضلات قوية كلما كانت هذه الانقباضات أكثر فعالية.

وتأتي أهمية القوة العضلية إلى أن القوة تزيد السرعة و القدرة و الرشاقة بالإضافة إلى أنها تلعب دورا هاما في التقدم بالكثير من المهارات كما أن الرياضي الأقوى له اليد الأطول في حالة تقارب المستوى الفني وهذا يتضح في لعبة كرة الهدف التي تعتبر القوة العضلية لعضلات الذراعين أهم العناصر البدنية المميزة لهذه اللعبة حيث إن تمتع اللاعب بعنصر القوة العضلية يتيح له تصويب الكرة وتمكنه من متابعة الكرة في حالة الدفاع عن مرماه.

إن تمتع لاعب كرة الهدف بعنصر القوة العضلية يؤدي إلى أداء رياضي أسرع وأكثر مرونة و أكثر توافقا وأقل تعرضا لمخاطر الإصابات.

لذا يجب أن يهتم المدرب بتنمية عنصر القوة العضلية للاعبي كرة الهدف وأن يعمل على التنمية المتوازنة لقوة العضلات على جانبي كل مفصل فالنمو غير المتوازن في قوة العضلات يعرض اللاعب إلى الإصابات.

القوة العضلية لا تعني فقط أقصى جهد يمكن إنتاجه لأداء انقباض عضلي إرادي واحد ذلك لأن القوة ترتبط بالسرعة في الرياضات التي تتطلب كل من القوة و السرعة مثل لعبة كرة الهدف حيث إن اللاعب في كرة الهدف الوقت المسموح له للسيطرة على الكرة والتصويب هو عشر ثواني فقط مما يتطلب منه السرعة والقوة في الأداء وهو ما يطلق عليه القدرة أو القوة المميزة بالسرعة، كما ترتبط بالتحمل التي تتطلب المقدرة على بذل جهد متكرر بمجموعة عضلات بحمل يقل عن الأقصى لأطول فترة ممكنة وهو ما يطلق

عليه تحمل القوة مثل ما يحدث في لعبة كرة الهدف حيث إن اللاعب مطالب بأداء حركات الدفاع و التصويب بصورة متكررة خلال مدة المباراة (14 دقيقة ملعوبة على شوطين)، **(الشندويلي و فرحات، 2012، الصفحات 47-48)**

نظرا لأهمية عنصر القوة والقدرة للاعبي كرة الهدف فإنه من الجيد إعداد اللاعب إعدادا جيدا لتنمية هذه العناصر و محاولة الحفاظ عليها أثناء الموسم الرياضي الذي يمتد إلى قرابة الأربعة أشهر من خلال أربع دورات مجمعة يتم خلالها التنافس بين الفرق المتبارية حيث تستغرق الدورة المجمعة الواحدة ثلاثة أيام يلعب خلالها الفريق ما بين 7-8 مباريات في الدورة الواحدة.

لذا كان من الضروري تخطيط الموسم التدريبي فيما يخص تدريب القوة العضلية والقدرة العضلية من خلال برنامج مقنن يعتمد على معايير علمية دقيقة ويتم تخطيط الموسم التدريبي من خلال تقسيمه إلى فترات تدريبية أو ما يعرف باسم دورات التدريب Cyclin or Per iodization وهو أحد أشكال التخطيط طويل الأجل الذي ابتكره العلماء السوفيت وتم تطويره في الولايات المتحدة الأمريكية.

ويمكن تعريف تخطيط الموسم التدريبي أنه تقسيم الموسم إلى فترات تدريبية متعاقبة لكل منها أهدافها للوصول باللاعبين إلى أعلى مستوياتهم البدنية والفنية والنفسية والذهنية في الوقت الذي يجب أن يكونوا فيه في أعلى فورمة رياضية لهم مع تجنب مشاكل التدريب الزائد، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 60)**

- **السرعة:**

تعتبر السرعة إحدى مكونات الإعداد البدني وإحدى الركائز الهامة للوصول إلى المستويات الرياضية العالية وهي لا تقل أهمية عن القوة العضلية بدليل أنه لا يوجد أي بطارية للاختبار لقياس مستوى اللياقة البدنية العامة إلا واحتوت على اختبارات السرعة، كما أن صفة السرعة تلعب دورا هاما في معظم الأنشطة الرياضية أو أداء مهارة معينة تتطلب سرعة انقباض عضلة معينة لتحقيق هدف الحركة، و مجمل القول إن صفة السرعة

تعتبر من أهم الصفات البدنية التي تؤدي إلى الارتقاء بمستوى الأداء الحركي،(**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 65**).

ومن بين أشكال السرعة سرعة الاستجابة: ويقصد بها القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في أقصر زمن ممكن.

وفي كرة الهدف يقصد بها سرعة الاستجابة للمثيرات الخارجية التي تصدر من زميل أو منافس أو حكم بحسب مواقف اللعب، أو المثيرات الداخلية التي تصدر عن تفكير اللاعب لاتخاذ قرار ذاتي لتنفيذه حركيا، أي أقل زمن بين إدراك المثير و الاستجابة لمواقف اللعب المختلفة،(**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 69**).

وفي الأخير يمكن القول بخصوص عناصر اللياقة البدنية المطلوبة للاعبي كرة الجرس من خلال التطلع للدراسات السابقة والأدبيات النظرية لأنه يوجد تأثير إيجابي لرياضة كرة الهدف يظهر جليا على خصائص اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المعاق بصريا مثل التحمل القلبي التنفسي، والقوة العضلية، والتحمل العضلي، والمرونة وتوجد أيضا تأثيرات إيجابية على القدرة على التحكم في الوضعية ، وعلى سرعة رد الفعل السمعي ومدة السمع مقارنة بالأشخاص العاديين، حيث تعتبر جميع التأثيرات الإيجابية لكرة الهدف مهمة لأن الأشخاص من الفئة المعاقة بصريا يظهرون ضعفا في التطور العصبي والنفسي والحركي والإدراكي، وانخفاض القدرة على التحمل القلبي الوعائي والعضلي، وضعف المرونة والتحكم في الوضع مقارنة بالأشخاص ذوي الرؤية الطبيعية (Petrigna, Valerio, Daniele, & Aurea, 2020, p. 407).

وبغض النظر عن مستوى الرياضي في رياضة كرة الهدف يعتبر تقييم الأداء البدني أمر أساسي لمراقبة الحالة الصحية للرياضيين واستعداد الفريق للمنافسة، حاول ليبرمان وماك هيو (Lieberman and McHugh, 2001)، نظرا للتنوع الكبير في الاختبارات المعتمدة لقياس اللياقة البدنية توحيد تقييم اللياقة البدنية المتعلقة بالصحة لدى الاشخاص ذوي الإعاقة بصفة عامة حيث اقترح المؤلفون (Lieberman and McHugh, 2001)

اختبار اللياقة البدنية المتعلق بالصحة Fitnessgramm، مثل اختبار المشي/الجري لمسافة ميل واحد لتقييم التحمل القلبي الوعائي، وعمليات الجلوس والضغط من أجل القوة العضلية والتحمل. اختبار الجلوس ، واختبار تمديد الظهر، واختبار تمدد الكتف للمرونة، أيضا حاول(Winnick and Short, 2009) في عام 2009 تطوير دليل اختبار Brockport للياقة البدنية حيث قاما باقتراح اختبار اللياقة البدنية (BPFT) إذ تتكون بطارية الاختبار من أربعة إلى ستة عناصر اختبار لتقييم القدرة الهوائية (اختبار المشي/الجري لمسافة ميل واحد)، وتكوين الجسم (سمك ثنية جلد العضلة ثلاثية الرؤوس بالإضافة إلى الساق) والأداء العضلي الهيكلي (الثني لأعلى، ورفع الجذع، والضغط والكتف) واختبارات التمدد. ولسوء الحظ، فإن بطاريات الاختبارات التي تقترحها الأدبيات النظرية (Lieberman and McHugh, 2001; Winnick and Short, 2009) كانت اختبارات اللياقة البدنية مخصصة لعامة الاشخاص ذوي الإعاقة وليس لرياضيي كرة الهدف بالخصوص، وبالنظر إلى أهمية تحديث المبادئ التوجيهية الخاصة برياضة كرة الهدف لا توجد بطاريات اختبار لتقييم لاعبي كرة الهدف، من خلال مراجعة الأدبيات، دراسة الاختبارات المعتمدة لتقييم اللياقة البدنية للرياضيين كرة الهدف حيث تم اقتراح إجراء اختبار موحد (SOP) لتقييم الرياضيين والممارسين لكرة الهدف.

ولعل للقدرات البدنية المختلفة دور في أن تحدد أداء الرمي حيث تعد قوة الأطراف العلوية والسفلية من العوامل المحددة في اللعبة نظرا لأهميتها في الرمي، تم العثور على علاقة مهمة بين رمي الكرة الطبية أثناء الجلوس وسرعة الرمي في دراسات سابقة أجريت على لاعبي كرة الهدف، حيث تعتبر العضلات الأساسية المسؤولة عن الحفاظ على استقرار العمود الفقري والحوض، ذات صلة أيضا بالرمي حيث أنها تسمح بنقل القوة من الأطراف السفلية إلى الأطراف العلوية كما أظهر تدريب الثبات الأساسي تأثيرا إيجابيا على سرعة الرمي وقد وجد باحثون آخرون أن الرميات الدوارة (الطريقة الدورانية او باللف حول

الجذع) تسمح بسرعة أعلى للكرة في هذا النوع من الحركة يلعب التحكم في الوضعية دورا مهما، وتكون القوة الأساسية ضرورية لتحقيق الأداء الأمثل.

يعتبر بعض الباحثين القوة مرادفا للاستقرار الأساسي ويعرف الاستقرار الأساسي بأنه قدرة العضلات وهياكل المفاصل التي ينسقها نظام التحكم الحركي، على الحفاظ على موضع أو مسار الجذع عندما يعاني من قوى داخلية وخارجية، وقد ارتبطت هذه القدرة بالوقاية من إصابة الأطراف السفلية والقوة مهمة ليس فقط للوقاية من الإصابات ولكن أيضا لتحسين الصفات البدنية الأخرى وبصرف النظر عن الاستقرار الأساسي، هناك أنظمة حسية أخرى مهمة جدا للحفاظ على التحكم في الجسم إذ أنها توفر معلومات حول وضع الجسم، مما يسمح بتوليد استجابات الحركة للحفاظ على التحكم في وضعية الجسم دون ان ننسى ان في عملية التحكم في توازن الجسم تلعب الرؤية دورا مهما للغاي حيث يوفر الإدخال المرئي معلومات للحفاظ على وضعية الجسم وترتبط الإعاقة البصرية بخلل في الحركة مما يؤثر على التوازن الساكن وقد تم تقييم التوازن لدى الرياضيين ضعاف البصر، وأظهرت النتائج أن الأشخاص المبصرين وأعينهم مغلقة لديهم نتائج أفضل من الرياضيين المكفوفين، فيما يتعلق بكرة الهدف، فإن الاستقرار الأساسي الأعلى من شأنه أن يسمح بدقة أعلى وسرعة رمي، مما يزيد من إمكانية تسجيل الأهداف ومن ثما فإن تقييم القوة والتوازن يمكن أن يضيف قيمة إلى معرفة عوامل الأداء في كرة الهدف، هذا ويقوم اللاعبون بتغيير دورهم بشكل مستمر من المهاجمين إلى المدافعين في كرة الهدف حيث تختلف متغيرات الأداء في كلا الدورين. وفي الوقت نفسه، فإن سرعة الرمي والدقة والتوازن لها قيمة بارزة في الهجمات، بينما عندما يدافع اللاعبون يجب مراعاة عوامل الأداء الأخرى. يجب على المدافعين تجنب تجاوز الكرة لخط المرمى. من الممكن أن تكون سرعة الكرة عالية جدًا، لذا يجب على اللاعبين أن يكونوا يقظين ومستعدين للقفز، وبسبب الإعاقة البصرية، يجب على لاعبي كرة المرمى الاعتماد على نظامهم السمعي لاكتشاف موضع الكرة وسرعتها، يمكن اعتبار سرعة التفاعل (سرعة رد الفعل الصوتي) مع المحفزات الصوتية عاملا مهما

في الأداء، فالمهام الدفاعية في صد الكرة لمنع هدف الخصم يفرض على اللاعبين إجراء عملية الصد من خلال الانتباه إلى الصوت الذي تصدره الأجراس داخل الكرة، لذا فإن وقت الاستجابة الصوتية أمر بالغ الأهمية.

وحتى يومنا هذا، لم تكن هناك أبحاث تتعلق بهذا العامل لدى لاعبي كرة المرمى، ولكن تم تقييمه في رياضات أخرى مثل التايكوندو، وكرة القدم، والسباحة ، وقد اسفرت نتائج بعض الدراسات بتحليل وقت رد الفعل الصوتي ووقت رد الفعل الصوتي المعقد، حيث اشارت انه يدل على وقت رد فعل أفضل عندما تكون المهمة بسيطة (0.42 مللي ثانية مقابل 0.69 مللي ثانية) عندما تكون المهمة أكثر تعقيدا، يكون وقت رد الفعل أبطأ. (Bataller, Pablo, & Bascuas, 2022, p. 32)

3-12-2- المهارات الأساسية في كرة الجرس:

لعبة كرة الهدف كغيرها من الألعاب الجماعية يتطلب ممارستها إتقان الكفيف للمهارات الأساسية لها وإلمامه بالقواعد الخاصة بهذه اللعبة، و يمكن تقسيمها إلى:

- **مهارات هجومية:** و تنقسم إلى:

✓ **مهارة التمرير:**

يعتبر التمرير من أسرع الطرق لنقل الكرة من مكان لآخر بالملعب فالفريق الذي يجيد أفراده التمرير السريع يعتبر من الفرق التي يصعب التغلب عليها فإجادة التمرير السريع الدقيق تمكن الفريق من الوصول بالكرة إلى أقرب مكان من الهدف فيسهل إصابته بالإضافة إلى أن عملية الاحتفاظ بالكرة من قبل الفريق المستحوذ على الكرة بواسطة التمرير تجعله في موقف يهدد المنافس أطول وقت أثناء المباراة وتمكنه من السيطرة على زمام الأمور داخل الملعب.

وفي كرة الهدف (الجرس) ونظرا لطبيعتها الخاصة التي تتيح للفريق الاحتفاظ بالكرة ولتصرف فيها خلال عشر ثوان من لحظة لمس أي لاعب للكرة المصوبة إليه تعتبر عملية

التمرير السريع للزميل هامة جدا حيث تساعد الفريق في تغيير اتجاه اللعب وإرباك المنافس بغرض إحراز الأهداف.

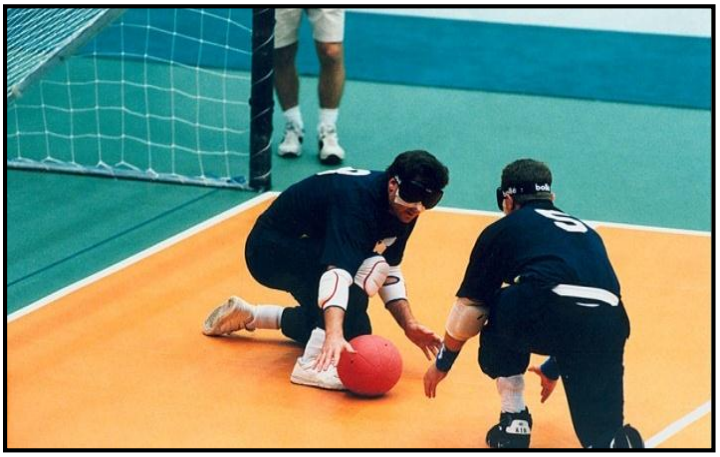
وعملية التمرير السريع مهارة تحتاج إلى الكثير من التدريب حتى يتقنها اللاعب ولا تتسبب في إحراز أهداف في مرماه حيث إن المساحة المتاحة للتمرير من 3 إلى 9 أمتار داخل منطقة دفاعه وبالقرب من خط المرمى الخاص به و في هذه العملية تتم عملية التمرير بين ثلاثة لاعبين ينتشروا في منطقة الدفاع الخاص بهم على هيئة قمع معدول أو مقلوب ويكون لاعب المنتصف هو نقطة الوصل بين لاعبي الطرف،(**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 205**).

وعملية التمرير تتم بدحرجة الكرة بين أفراد الفريق الواحد ولا بد للاعب أن يكون متحكما فيها جيدا ويعتمد انتقال الكرة في اتجاه الزميل على الصوت الذي يصدر عن اللاعب من خلال ندائه على زميله أو الطرق على الأرض بصوت منخفض أو الصوت الذي يصدر عن الكرة نتيجة لارتطامها بالأرض أو نتيجة لرجها في الهواء من قبل اللاعب المسيطر عليها.

التمرير بين أعضاء الفريق يتم عقب سيطرة الفريق على الكرة بعد حركة دفاع جيد أو في بداية المباراة بعد إعطاء الإذن باللعب أو بعد خروج الكرة خارج حدود الملعب أو في أي وضع يبدأ ويستأنف معه اللعب، فاللاعب الذي قام بصد والتقاط الكرة والسيطرة على الكرة ومسكها قد يقوم بالهجوم مباشرة إذا كان متاحا له التصويب أو تمرير الكرة للزميل، ويجب عليه أن ينادي على زميله أو ينبهه بأي شكل من أشكال الاتصال، وبعد التدريب المستمر والمتقن يتم هذا الاتصال بشكل آلي أو حسب خطط اللعب من الذي يقوم بالتصويب حسب ما هو مخطط من خلال عملية التدريب على الاتصال، ومن الممكن أن يجيب الزميل على زميله بأي شكل من الأشكال حتى يستطيع زميله المسيطر على الكرة تحديد مكانه وتمرير الكرة إليه بشكل صحيح،(**الشندويلي و فرحات، 2012، الصفحات 205-206**).

كما أنه من المهم جدا الدقة في تمرير الكرة حتى لا يقع في خطأ التمرير بخروج الكرة خارج الملعب مثلا مما يفقد الفريق الكرة فتذهب للفريق الآخر أو تعبر خط المرمى فيتسبب في تسجيل هدف في مرمى فريقه، أو التأخر في التمرير أو عدم قدرة الزميل على تحديد مكان الكرة كل ذلك يؤدي إلى أخطاء، كما يجب أن يتم التمرير بسرعة حيث إن الزمن عامل مهم جدا في عملية التمرير و قد يترتب على ذلك خطأ قانوني يتسبب في احتساب رمية جزاء للفريق المنافس (عقوبة الـ 10ث).

كرة الهدف هي رياضة حسية حركية والإدراك الحسي والمكاني له دور كبير في قدرة اللاعب على التمرير الدقيق والسريع وكذلك إحساسه بالوقت القانوني المصرح به للقيام بالهجوم بدءا من لحظة أول اتصال للاعب المدافع بالكرة أو لحظة بدء استئناف اللعب وهناك ثلاثة أنواع من التمرير (تسليم الكرة للزميل في اليد، التمريرة المرتدة و التمريرة المستقيمة بدحرجة الكرة)،**(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 206)**.



صورة 12: تمرير الكرة بين اللاعبين.

المصدر: (WIKIMEDIA COMMONS, 1996).

✓ **مهارة التصويب:**

تصويب الكرة ليس بالأمر السهل حيث يتحتم على اللاعب في التصويب أن يحرز هدفا كما أنها ليست سهلة في تلمسها، فالكرة يجب أن تلمس الأرض قبل أن تترك منطقة الرمي للفريق الرامي ويجب أن ترمى بدقة وإتقان وسرعة على قدر الإمكان، لذا لكي يستطيع

اللاعب أداء الرمي الجيد عليه أن يتدرب على ذلك جيدا **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 32)**، فكرة الهدف تمارس من خلال دحرجة و رمي الكرة باليد، فحركة اليد في رمي الكرة في كرة الهدف تشبه حركة اليد في لعبة البولينج في حركة الذراع حيث تتجه من الخلف للأمام ودحرجتها للأمام على الأرض بدقة، كما تشبه أيضا في قوتها وسرعتها رمي القرص في ألعاب القوى في عملية استجماع القوى وإطلاق القوة المتفجرة والسرعة من جسم اللاعب لتنتهي بالتصويب غير أنها يجب أن تكون على الأرض.

حيث تتأرجح الكرة بيد واحدة للخلف مع اتخاذ خطوات قليلة في اتجاه التصويب وهذا يعني أن اليد الحاملة للكرة تتحرك وتتأرجح للخلف وفي أثناء الخطوة الأخيرة تنطلق الكرة متجهة للأمام لتلمس الأرض ومن الممكن أن يأخذ اللاعب من خطوتين إلى خمس خطوات للأمام لاستجماع قوته لإطلاق الكرة بقوة وسرعة ودقة في اتجاه مرمى الخصم.

وعند رمي الكرة يجب دحرجة الكرة لتلمس أرض منطقة التصويب، لذلك فإن التصويب الجيد يتطلب التدريب الكثير على حركة التصويب والتعرف على أنواع التصويب وإتقانها.

وبصفة عامة فإن التكنيك الأساسي لعملية التصويب الجيد أن يكون هناك توافق وتجانس مع حركة الذراع والجسم والقدم للحصول على أقصى قوة عند إطلاق الكرة كما أن جميع الحركات تتناسق وتتضامن معا مع عنصر الدقة لنحصل في النهاية على تصويبة جيدة وقوية، (التصويب، الرمي، دحرجة الكرة) كلها مسمى واحد فهناك أربع أنواع من التصويب (التصويب من وضع الجلوس، من الثبات، من الحركة والتصويب من الدوران) ومن السهل التدريب عليها وتنميتها وتطويرها،**(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 183)**.

صورة 13: كيفية تصويب كرة الجرس.

المصدر: (BORP, 2020)

فمهارة التمرير والاستقبال والتصويب تعتمد على التدريب عليها وكذا تعلم المهارة يتم ذلك من خلال مشاهدة نموذج أو عن طريق شرح وعرض المهارة، فالتدريب والممارسة ضرورية لتعلم المهارة ويزداد تفاعل الفرد مع المهارة ويمكنه السيطرة عليها كما يستطيع تنظيم وتنسيق الحركات من خلال عمليات التدريب، لذا من الضروري إتباع خطوات تعليمية صحية وبسيطة، (بوسكرة، 2005، صفحة 18).

- **مهارات دفاعية:**

لاعبو كرة الجرس هم أصحاب الإعاقة البصرية، وحيث إن كرة الجرس من الألعاب التي تعتمد على حاسة السمع، لذا تلعب القدرات السمعية دورا هاما في هذه اللعبة.

فحساسية الأذن والقدرة على التوجه الاستجابة السريعة (رد الفعل) والرشاقة والقدرة على التوقع واتخاذ الوضع المناسب بالإضافة إلى القدرة العضلية تعتبر من القدرات الأساسية التي لا غني عنها في عملية الدفاع، بالإضافة إلى العمل الجماعي المشترك والمتفاهم لأفراد الفريق لبناء حائط صد دفاعي قوي لا يمكن اختراقه والدفاع يمكن أن يكون فرديا أو ثنائيا أو ثلاثيا حسب خطط اللعب وقوة الفريق المنافس.

لذلك فالهدف من الدفاع هو تمركز واتخاذ اللاعبين لوضع الدفاع في منطقة دفاع الفريق للمحافظة على عدم عبور الكرة إلى داخل المرمى أثناء محاولة تسجيل الأهداف من قبل الفريق الآخر، إذن الواجب الدفاعي للفريق هو أن يعمل جميع أعضاء الفريق على عدم عبور الكرة لخط المرمى فكل لاعب يحاول أن يغطي أكبر مساحة من خط المرمى، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 139)**.

ولهذا لا بد أن يدرك اللاعبون المساحة المطلوب منهم تغطيتها وكذلك المساحة الخاصة بفريقهم كما لابد لكل لاعب أن يحدد المساحة المسؤول عنها وعلى الفريق أن يقرر هل يقوم بدفاع مكون من حاجز صد ثلاثي أو حاجز صد ثنائي.

ويعتبر حاجز الصد الثلاثي هو الأنسب بالنسبة للمبتدئين حيث يسمح لهم بتغطية مساحة المرمى كلها بغرض عمل عمق دفاعي بطول خط المرمى.

بينما حاجز الصد الثنائي هو تشكيل يستخدم مع اللاعبين الأكثر مهارة و قدرة على تحديد اتجاه الكرة من خلال الصوت الصادر عنها و بالتالي القيام بعمل عمق دفاعي في الجزء الخاص بوجود الكرة فيه،(**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 139**)، (**أنظر الصورة 14**).

صورة 14: تبين طريقة الدفاع في كرة الجرس.

المصدر: (Goalballuk-NGB, 2010)

فالتدريب على أوضاع الاستعداد الدفاعية، لابد في البداية أن نذكر أنه يجب أن يكون لدى اللاعب المعاق بصريا والكفيف تصور حركي جيد للمهارة، وهنا يأتي دور التوجيه الجسمي بأن يتحسس أو يلمس اللاعب جسد المدرب أو اللاعب الذي يقوم باتخاذ الوضع ويقوم المدرب بالتأكيد على النواحي المهمة للمهارة وهذا يتم بشكل عام في تعلم الكفيف الأداء الحركي للمهارات بصفة عامة، ويجب على المدرب بتوجيه اللاعب إلى النقاط المهمة التي يجب الانتباه إليها،(**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 147**).

خلاصة :

من خلال ما سبق نستنتج إن كرة الجرس من الرياضات التي نعتبرها من وسائل تنمية المعاق، لما لها من تأثير في مختلف الجوانب سواء في تنمية القدرات والاستعدادات البدنية والذهنية واسترجاع بعض العضلات التي أصابها تلف أو في تنشيط المعاق والترويح عنه حاولنا من خلال هذا الفصل تسليط الضوء على إسهام كرة الجرس كرياضية تساهم في مساعدة المعاق بصريا على الخروج من حالة الانطواء والعزلة وتمكينه من الاندماج في المجتمع بطريقة فعالة وأيضا مساهمته ف في تحقيق نتائج بارزة في الرياضة التنافسية وقدرته على التحكم في سلوكاته التي كثيرا ما تتميز بالعدوانية والغضب الشديد.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد.

1- الدراسة الاستطلاعية وخطوات سير البحث العلمي.

2- منهج الدراسة.

3- مجتمع وعينة الدراسة.

4- مجالات الدراسة.

5- متغيرات الدراسة.

6- أدوات الدراسة (مواصفات الاختبارات المستخدمة).

7- الأسس العلمية للأداة المستخدمة.

8- الأساليب الإحصائية.

خلاصة.

تمهيد:

ما يميز البحث العلمي أنه لا يأتي من العدم فكانت بداية اختيارنا لهذه الدراسة من خلال احتكاكنا بفئة ذوي الاحتياجات الخاصة أولا ومشاهدتنا لرياضة كرة الجرس والمقابلات الوطنية والعالمية على موقع الانترنت " اليوتوب" وكذلك تكملة لمذكرة الماستر التي كانت بعنوان " تأثير درجة الإعاقة البصرية على خبرات التعلم الحركي للاعبي كرة الجرس".

بعد المناقشة مع المشرف الدكتور دخية عادل ومساعد المشرف الدكتور جمالي مرابط والاتفاق على عنوان الأطروحة، والحصول على الموافقة عليه من طرف المجلس العلمي بدأنا في بحثنا عن المراجع النظرية توجها إلى المكتبة الخاصة بمعهدنا، ثم توجهنا إلى مكتبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية يوم 2022/11/17 **(انظر ملحق رقم 02)**، بعد ذلك إلى المواقع الالكترونية والبحث والقراءات، وعند جمع المادة العلمية النظرية توجهنا إلى الميدان.

بعد الحصول على وثيقة طلب تسهيل المهام من نائب المدير المكلف بما بعد التدرج والبحث العلمي والعلاقات الخارجية، قمنا في يوم 2022/11/05 بزيارة للرابطة الولائية لرياضة المعاقين ببسكرة (**انظر للملحق رقم04)** لمعرفة عدد الفرق الموجودة في الولاية والحصول على الاحصائيات حول رياضيين كرة الجرس **(انظر ملحق رقم 05)**، كما كان للباحثة لقاء مع أمين مال الرابطة بن شعيرة ياسين وكان عضو ناشط في رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة وخاصة كرة الجرس الذي لم يبخل علينا بالمعلومات، بعد كل هذه الاجراءات كانت الانطلاقة.

بعد الانتهاء من الجانب النظري وشرح الجوانب المتعلقة بموضوع الدراسة هذه وتطرقنا بالشرح لكل جانب منها بالاستعانة بدراسات وبحوث سابقة في نفس المجال سنحاول في هذا الجزء الإلمام بصلب موضوع دراستنا ، ومن خلال دراسة ميدانية تعطي لدراستنا هذه الصبغة العلمية.

1- الدراسة الاستطلاعية وخطوات البحث العلمي:

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها...إلخ، **(ثابت، 1984، صفحة 74)**.

وعلى هذا الأساس تعتبر الدراسة الاستطلاعية من أهم المراحل التي يجب على الباحث القيام بها قصد التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ومدى صلاحية الأداة المستعملة حول موضوع الدراسة، جرت الدراسة الاستطلاعية على عينة من لاعبي فريق النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين.

- ✓ **في 2022/11/05** قامت الباحثة بالتحدث مع رئيس النادي الرياضي الهاوي التربوي بسكرة لأخذ لاعبيه كعينة لهذه الدراسة تقبل الفكرة.**(انظر ملحق رقم 04)**
- ✓ **في 2023/10/25** زيارة الرابطة الولائية لرياضة المعاقين بسكرة للإطلاع على جديد الاحصائيات على مجتمع الدراسة والعينة **(انظر ملحق رقم 06)**
- ✓ **في2024/03/20** قامت الباحثة بزيارة كل من مدير القاعة الرياضية محمد خالدي –بن عبدون– بسكرة لتحديد يوم إجراء الاختبارات حيث تم تحديد يوم حصة تدريب النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين اجراء الاختبارات الاستطلاعية أما اختبارات الدراسة الأصلية يتم تحديدها لاحقا **(انظر ملحق رقم 07)**، كما قامت بزيارة مدرسة الأطفال المعوقين بصريا، في نفس اليوم لطلب من المدير كتابة اختبار تركيز الانتباه بطريقة برايل ليتسنى للاعبين قراءتها **(انظر ملحق 08)**.
- ✓ **في يوم 2024/04/01** تحدثنا مع رئيس النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين، من أجل:

- السماح لنا بإجراء الاختبارات الاستطلاعية على لاعبيه فرحب بالفكرة وسهل لنا كل الاجراءات.
- الاتصال بالرابطة للحصول على المرمى الخاص باللعبة.
- تحديد وقت إجراء الاختبارات.
- تحديد أدوات ووسائل الاختبار المطلوبة.
- تحديد أولي للاختبارات التي سوف تستخدم في هذه الدراسة.
- تحضير بطاقة تسجيل الاختبارات.

✓ **في يوم 2024/04/08** أجرينا الدراسة الاستطلاعية على عدد من ذوي القدرات الخاصة (المعاقين بصريا) للعبة كرة الجرس و البالغ عددهم 05 لاعبين ابتداءا من الساعة 09:30 إلى 13:30 في القاعة متعددة النشاطات الرياضية محمد خالدي –بسكرة– حيث قمنا برسم حدود الملعب وكذا الحدود التي سوف نقوم بالاختبار فيها ثم قمنا باختباراتنا (اختبار تركيز الانتباه، القوة العضلية، سرعة رد الفعل، دقة التمرير، دقة التصويب وكذا القدرة على الدفاع) وذلك مع حضور رئيس النادي، وطالب دكتوراه كمساعد.

✓ **في يوم 2024/04/22** قمنا بإعادة الاختبارات على نفس العينة بعد 15 يوم من الاختبارات الأولى تقريبا، **(انظر ملحق 09)**.

وكان الهدف من إجراء هذه الدراسة الاستطلاعية هو:

- معرفة مدى استجابة المكفوفين لهذه الاختبارات.
- معرفة أهم الصفات البدنية التي تحتاجها رياضة كرة الجرس.
- معرفة بعض المهارات التي تحتاجها كرة الجرس
- التعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجهنا أثناء التنفيذ.
- تحديد الفترة الزمنية التي سيستغرقها كل اختبار.

- إمكانية فريق العمل من حيث الكفاءة.
- مدى كفاءة الأجهزة والأدوات المستخدمة.
- التعرف على الايجابيات و كذا السلبيات التي قد تظهر عند إجراء الاختبارات بغرض تجاوزها.
- التدريب على طريقة وكيفية التسجيل.

ولقد توصلنا من خلال إجراء التجربة الاستطلاعية إلى:

- تحديد الوسائل والعتاد الرياضي لإجراء هذه الاختبارات.
- ملائمة الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات.
- صلاحية الاختبارات وقدرة عينة الدراسة على تطبيقها.
- في اختبار سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية أضفنا كرات جرسية لتحديد جهة جري أفراد العينة.
- في اختبار تركيز الانتباه المحدد بـ 1دقيقة غير كافية، فكيفت بـ 2د (دقيقتين)

✓ **في يوم 2024/05/23** على مستوى قسم في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية قامت الباحثة بإجراء اختبار تركيز الانتباه على عينة الدراسة على الساعة العاشرة صباحا.

✓ تم تحديد يوم **2024/05/28** لإجراء الاختبارات البدنية والتقنية بالقاعة الرياضية محمد خالدي –بن عبدون– بسكرة– **(انظر ملحق رقم 10)**

2– منهج الدراسة:

هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه والذي يمكن من خلاله التوصل إلى حل مشكلته، **(محجوب، 2005، صفحة 86)**.

بما أن دراستنا تتحدث عن "**تركيز الانتباه لذوي الاعاقة البصرية وعلاقته بالأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس (الهدف)**" فإن المنهج المناسب هو **المنهج الوصفي** بالأسلوب **الارتباطي**، نبحث عن تعريف المنهج الوصفي حيث أنه لا يقف عند حدود وصف الظاهرة وإنما يذهب إلى أبعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم بقصد الوصول إلى تقييمات ذات معنى بقصد التبصر بتلك الظاهرة، **(العزاوي، 2008، صفحة 97)**.

3- المجتمع وعينة الدراسة و كيفية اختيارها:

3-1 مجتمع الدراسة:

إن أي دراسة علمية تفرض على الباحث تحديد المجتمع المعني والذي يشترك أفراده في مجموعة من الخصائص حيث ينقسم مجتمع الدراسة إلى قسمين:

3-1-1 المجتمع الأصلي: جميع الأفراد المشتركين في خصائص مرتبطة بالدراسة ويشغلون حيز جغرافي عام، فمجتمع دراستنا هو جميع لاعبي كرة الجرس على المستوى الوطني والبالغ عددهم 270 لاعبا.**(أنظر ملحق رقم 11)**

3-1-2 المجتمع المتاح: جميع الأفراد المشتركين في خصائص مرتبطة بالدراسة ويشغلون حيز جغرافي يستطيع الباحث التعامل معه.

وعليه اشتمل المجتمع المتاح للدراسة على فريقين من ولاية بسكرة الذين ينشطون في القسمين الأول والثاني الذي يكون عددهم 17 لاعبا موزعين كما يلي (النادي الرياضي الهاوي التربوي للمكفوفين ب 12 لاعبا، النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين ب 5 لاعبين).**(انظر ملحق 12)**

3-2 عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

العينة هي جزء من المجتمع الذي تجرى عليه الدراسة، يختارها الباحث لإجراء دراسته عليها على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا، **(العزاوي، 2008، صفحة 161)**.

فيعد اختيار العينة ضرورة من ضروريات البحث العلمي، فالعينة الجيدة لا بد لها أن تمثل المجتمع الأصلي تمثيلا حقيقيا ينسجم مع طبيعة المشكلة.

واشتملت عينة دراستنا على فريقين من بسكرة نادي الرياضي الهاوي التربوي للمكفوفين بسكرة و النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين، تم اختيارهم بطريقة غير عشوائية الطريقة القصدية وفيها يتقصد الباحث اختبار عينته بحيث يتحقق في كل منهم شروط معينة ويعتقد الباحث عند اختياره هذه العينة أنها تمثل المجتمع أفضل تمثيل. (العزاوي، 2008، صفحة 173)

والتي كان عددها 12 لاعبا ثم استبعد لاعب بسبب الإصابة كما استبعدت عينة الدراسة الاستطلاعية (النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين) أي اصبحت العينة الأصلية 11 لاعب بالتالي كانت نسبة اختيارنا للعينة تمثل نسبة 64.7 % من المجتمع المتاح.

كان **سبب اختيارنا لهذه العينة** راجع للنقاط التالية:

- لأنها تناسب موضوع دراستنا.
- تسهيل رئيس النادي للوصول للعينة.
- القدرة على القيام بالاختبارات على عينة الدراسة.

3-3 خصائص العينة:

- السن: وتمثل في المرحلة العمرية 20 إلى 33 سنة.
- الجنس: المجموعة التي خضعت للاختبارات كلهم رجال.
- الزمن: من 2022/11/05 إلى 2024/06/25
- جميع عناصر العينة طبقت عليها نفس الاختبارات بنفس وسائل القياس.

- الظروف البيئية: جرت الاختبارات البدنية والتقنية في القاعة الرياضية محمد خالدي –بن عبدون– بسكرة واختبار تركيز الانتباه في قاعات الدراسة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد خيضر بسكرة .

الجدول رقم2: يبين خصائص أفراد العينة حسب درجة الإعاقة.

درجة الإعاقة البصرية	التكرار	النسبة المئوية %
B1	4	36.36
B2	7	63.64
المجموع	11	100

الشكل رقم 3: الدائرة النسبية لنسبة عدد أفراد العينة حسب درجة الإعاقة

نلاحظ من خلال الجدول رقم 3 والشكل رقم 11 الموجودان أعلاه أن عدد اللاعبين من صنف B1 كان 4 أفراد أي بنسبة 36.36 % في حين النسبة المئوية للاعبين صنفB2 كانت 63.64 % أي ما يعادل7 أفراد، وبالتالي عينة البحث هي 11 لاعبا مقسمة إلى صنفين B1 وB2 حسب درجة الإعاقة، ولكن قامت الباحثة بعزل هذا الفرق بارتداء اللاعبين لمعتمات وعصابات للعينين وبذلك يكون جميع اللاعبين من صنف B1 وهي الطريقة المعمول بها قوانين اللعبة.

ولخصنا خصائص العينة في الجدول التالي:

الجدول رقم 3: يبين خصائص عينة الدراسة.

عدد أفراد العينة	التكرار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمر الزمني	11	26.18	5.08
العمر التدريبي		9.73	1.85
الوزن		76.36	6.85
الطول		1.72	0.04

4- مجالات الدراسة:

4-1 المجال المكاني: تم إجراء اختبارات الدراسة في القاعة الرياضية محمد خالدي –بن عبدون– بسكرة، وقسم في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

4-2 المجال الزماني: شرعنا في الدراسة مباشرة وذلك بعد الموافقة على عنوان الدراسة، وكانت البداية بالاستطلاع وبعض المقابلات منذ 2022/11/05 وبعد ذلك الجانب النظري في شهر جانفي 2023 أما فيما يخص الدراسة الميدانية فقد أجريت في الفترة الممتدة بين يوم 2024/04/01 إلى غاية يوم 2024/05/28، ثم واصلنا إجراءات تفريغ بيانات اختبارات الدراسة في 2024/05/30 **(انظر ملحق رقم 13)** وقمنا بتحليلها ومناقشتها من 2024/06/01 إلى 2024/06/15.

4-3 المجال البشري: تمثل في 17 لاعبا من الفريقين نادي الرياضي الهاوي التربوي للمكفوفين بسكرة ونادي وفاق بسكرة للمكفوفين.

5- متغيرات الدراسة:

يعتبر ضبط المتغيرات عنصرا أساسيا في أي دراسة ميدانية، واستنادا إلى الفرضية العامة للبحث تبين لنا جليا إن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقل والآخر تابع.

5-1 المتغير المستقل: يعرف على أنه "المتغير الذي نتداوله لقياس التأثير في المتغير التابع ويسمى كذلك المتغير السبب أو النشط"، **(صحراوي، بوشرف، و سبعون، 2006، صفحة 169)** وحسب متطلبات الدراسة تحدد فيما يلي: تركيز الانتباه.

5-2 المتغير التابع: يعرف على أنه " المتغير الذي يجري عليه الفعل من أجل قياس التغيرات"، **(صحراوي، بوشرف، و سبعون، 2006، صفحة 170)** وحسب متطلبات الدراسة تحدد كما يلي: الأداء البدني والأداء التقني.

5-**3 المتغيرات المشوشة أو الحرجة:** وتتمثل في متغيرات ترتبط بعينة البحث التي اختلفت في درجة الإعاقة، كذلك المتغيرات التي ترتبط بإجراء الاختبارات من أدوات وطريقة إجراء الاختبار ومكان الاختبار، ومتغيرات خارجية مثل الجو.

وفي هذه الدراسة حاولت الباحثة عزل أو التقليل من المتغيرات الحرجة، وبما أننا كنا سنقوم باختبارات مقننة فحددنا أن تكون تطبيقها في الفترة الصباحية بالنسبة للجميع وفي مكان واحد مع اغماض العينين بمعتمات ولاصقات، وجعل العينة في ظروف ملائمة، فحاولنا قدر الإمكان التخفيف من هذه المتغيرات الحرجة والتي تكاد تكون معدومة وهذا ما يقلص أثرها على نتائج الاختبارات بشكل فعال وكبير والتي كنا سنعمل بالتقليل منها بقدر المستطاع.

6- أدوات الدراسة: إن المقصود بأدوات البحث هي الأدوات التي يستخدمها الباحث لجمع المعلومات المتعلقة بأهداف بحثه والتي يستخدمها أساسا للإجابة عن تساؤلات البحث، أو إصدار الأحكام الخاصة بقبول فرضيات البحث أو رفضها **(عطية، 2009، صفحة 203)**، إن هذه الأدوات عديدة ومختلفة تختلف باختلاف طبيعة البحث وأهدافه وفروضه، وقد تم اعتماد في هذه الدراسة على:

6-1 طريقة التحليل البيبليوغرافي:

تتمثل في جمع المعلومات النظرية من مختلف المراجع والمصادر العربية والأجنبية وكذا المواقع الالكترونية، بهدف تكوين خلفية نظرية حول الدراسة لإعطائها صبغة علمية جديدة، كما قامت الباحثة بحضور ورشات في العالم الافتراضي عبر برنامج Zoom وFcc، وذلك لإثراء هذه الدراسة.

معرفة المعادلات الرياضية والإحصائية لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا الطريقة الإحصائية لبحثنا لكون الإحصاء هو الوسيلة والأداة الحقيقية التي نعالج بها النتائج على أساس فعلي يستند عليها في البحث والاستقصاء، وعلى ضوء ذلك اعتمدنا على اختبارات تقيس كل من الأداء البدني وتمثل في اختبار القوة العضلية واختبار سرعة رد الفعل، والأداء التقني لبعض المهارات تمثلت في اختبار دقة التمرير، اختبار دقة التصويب واختبار قوة الدفاع، واختبار نفسي اختبار تركيز الانتباه بالإضافة إلى معرفة خصائص للعينة (الطول، الوزن، الصنف والخبرة).

6-2 الأجهزة والوسائل المستخدمة في القياسات:

- 3 كرات جرسية.
- كرة طبية وزن 3 كغ.
- نظارات معتمة.
- كبة خيط .
- شريط لاصق.
- شريط متري.
- صافرة.
- ساعة ايقاف (كرونومتر)
- بطاقة الاختبارات للاعبين. **(انظر ملحق رقم 14)**

صورة 15: تبين بعض الأدوات المستخدمة في الدراسة

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة

6-3 الاختبارات والقياسات المستخدمة:

الاختبار هو قياس قدرة الفرد على أداء عمل معين وفق ضوابط و صيغ علمية دقيقة، **(محجوب، 2005، صفحة 185)**، وعلى هذا الأساس تم اختيار الاختبارات التي تناسب دراستنا و كذلك ممكن لهذه الفئة تطبيقها و تكمن هذه الاختبارات في:

6-3-1 قياسات تدخل ضمن خصائص العينة: حيث قام كل لاعب باحضار ورقة تخص الوزن والطول وذلك عبر الميزان الالكتروني الموجود في الصيدلية (نفس الصيدلية)، وفي الأخير قمنا بتسجيل كل من العمر الزمني، العمر التدريبي وطبيعة الإعاقة.

الصورة 16: تبين الميزان الذي أخذ منه الطول والوزن للعينة.

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة

6-3-2 اختبار شبكة تركيز الانتباه:

الوصف:

اختبار شبكة التركيز Grid Concentration Test يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه وخاصة قبل الاشتراك مباشرة في المنافسة الرياضية وخاصة تلك المنافسات التي تتطلب بالدرجة الأولى تركيز الانتباه منذ اللحظة الأولى كرياضات الجمباز والغطس والرماية وغيرها من الأنشطة الرياضية الأخرى، نظرا لأن تميز اللاعب

بالقلق أو الاضطراب أو تشتت الفكر يؤدي إلى اتخاذ درجة تركيز الانتباه للاعب وبالتالي عدم قدرته على الأداء بصورة جيدة.

وهذا الإختبار قدمته دورثي هاريس Harris (1984) وقا_م بتعريبه محمد حسن علاوي، كأن شبكة التركيز يمكن أن تساعد في حسن اختيار اللاعبين الذين يستطيعون تركيز انتباههم بدرجة أفضل.

مدة الاختبار دقيقة واحدة ويطلب من اللاعب أن يضع شرطة (/) على أكبر عدد ممكن من الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدده المدرب الرياضي أو الأخصائي النفسي الرياضي على الشكل الموضح (انظر ملحق اختبار تركيز الانتباه) ويفضل أن يكون الرقم المحدد أق من 65 مع مراعاة أن تتابع الارقام بطريقة متتالية.

فمثلا عفند تحديد رقم البدء بالرقم 17 فينبغي على اللاعب أن يقوم بوضع شرطة (/) على الرقم 18 ثم الرقم 19 ثم الرقم 20 وهكذا وعدم محاولة وضع شرطة (/) على الرقم 19 أولا ثم الرقم 18 ثانيا.

ومما لا شك فيه أن اللاعب الذي يسجل عددا أكبر من الأرقام بالقارنة بزملائه يكون لديه تركيز أفضل.

ويمكن استخدام هذا الاختبار عدة مرات مع تغيير الرقم الابتدائي المحدد ي كل مرة ثانية. كما يمكن تغيير أرقام شبكة التركيز وعمل نسخ متعددة منها مع تغيير مكان أرقامها حتى لا يتعود اللاعبون على حفظ وتذكر مكان الأرقام.

ويراعى أن تكون الأرقام جميعها مكونة من عددين مثل (01)، (02)، وهكذا. كما يمكن إجراء الاختبار في العديد من المواقف التجريبية مثل الأداء أمام الزملاء أو بإضافة بعض المتغيرات المشتتة للانتباه.

- ✓ **المعاملات العلمية:**
  - **الثبات:**

بلغ "معامل ألفا" للاتساق الداخلي للاختبار عند تطبيقه على عينات متعددة من اللاعبين الرياضيين 0.75.

- **الصدق:**

الاختبار له قدرة تميزية عالية بالنسبة للاعبين ذوي القدرة العالية على تركيز الانتباه.

✓ **التصحيح:**

يتم إحصاء الأرقام التي قام اللاعب الرياضي بشطبها بطريقة صحيحة في غضون فترة الدقيقة المحددة لإجراء الاختبار، ويتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب بطريقة صحيحة وكلما ارتفعت درجات اللاعب الرياضي كلما دل ذلك على قدرته العالية على تركيز الانتباه. (علاوي، 1998، الصفحات 530-531)

تكييف من طرف الباحثة:

تم تغيير مدة الاختبار من دقيقة واحدة إلى دقيقتين وذلك بسبب أفراد العينة من المكفوفين ويستعملون حاسة اللمس وكذلك الأخذ بآراء بعض المحكمين، وحسب اختبار الدراسة الاستطلاعية، وطبقنا اختبار تركيز الانتباه بعدم وبوجود مشوش (صوت الهاتف).كما تم كتابة الاختبار بطريقة برايل **(انظر ملحق رقم 08)**

صورة 17: تبين كيفية اجراء اختبار تركيز الانتباه للعينة

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة.

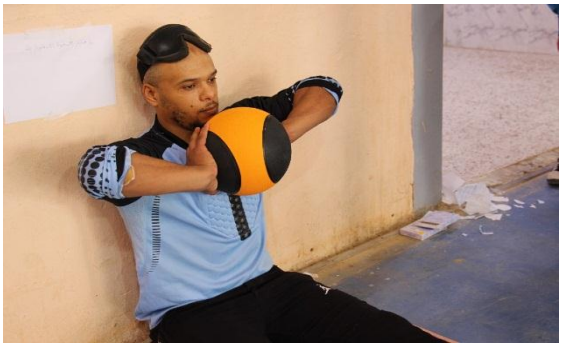
6-3-3 الاختبارات البدنية: أشارت الكاتبة الدكتورة "عفاف عثمان عثمان مصطفى" في كتابها **(مصطفى، 2019، صفحة 300)** إلى أنه يمكن تطبيق على المعاقين بصريا نفس الاختبارات اللياقة البدنية والحركية التي تطبق على الأسوياء.

وعلى هذا الأساس قمنا باختيار اختبار القوة الانفجارية للأطراف العلوية (الذراعين) واختبار سرعة رد الفعل:

6-3-3-1 اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس:

- ✓ التعريف: رمي الكرة الطبية من الجلوس هو إحدى اختبارات القدرة العضلية ويعني قدرة الفرد على القيام بانقباضات عضلية سريعة باستخدام عدد من المجموعات العضلية باستخدام كرة طبية تزن من 2 إلى 5 كغ.
- ✓ الهدف: يهدف هذا الاختبار إلى قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم (الذراع) والقوة الانفجارية.
- ✓ الأدوات و الإجراءات المطلوبة للاختبار:
  - إحماء مع تمرينات إطالة لمدة 5 دقائق.
  - كرة طبية حسب سن الشخص أو المجموعة المراد اختبارها (2-5 كغ).
  - شريط قياس مثبت على الأرض.
  - استمارة تسجيل.
- ✓ كيفية إجراء الاختبار:
  - إحماء مع تمرينات إطالة لمدة 5 دقائق.
  - يجلس الرياضي على الأرض مع قيامه بمد رجليه بشكل كامل مع مراعاة فتحها قليلا.
  - لصق الظهر بالجدار مع مسك الكرة بواسطة اليدين مع وضع الكرة على مستوى الصدر.

- وضع الساعدين بطريقة موازية للأرض.
- يقوم الرياضي برمي الكرة بأقصى قوة مع المحافظة على التصاق الظهر بالجدار.
- يتم تسجيل المسافة من الجدار إلى مكان ارتطام الكرة بالأرض- بالسنتيمتر.
- تسجيل أفضل نتيجة من ثلاث رميات، **(آل شهاب، 2011، صفحة 8)**.



الصورة رقم 18: تمثل كيفية تطبيق الاختبار.الصورة رقم 19: تبين كيفية تطبيق الاختبارللعينة.

المصدر: (آل شهاب، 2011، صفحة 8) المصدر:من إعداد مجموعة الدراسة

6-3-3-2 اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية):

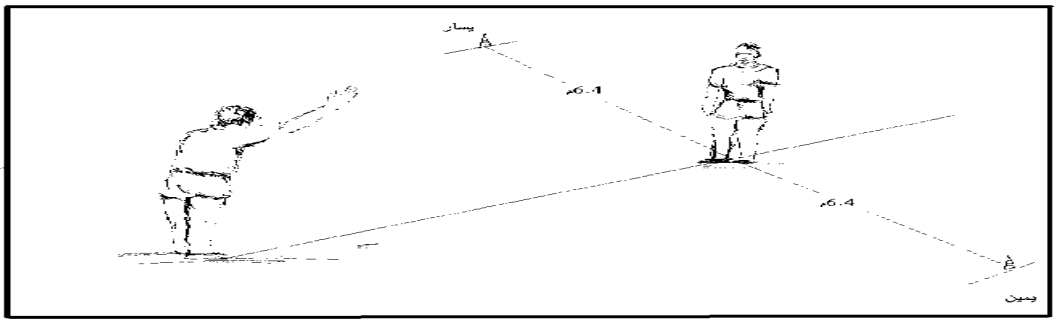
- ✓ الهدف من الاختبار: قياس القدرة على سرعة الاستجابة ورد الفعل.
- ✓ الأدوات المستعملة : مساحة بطول 20م وعرض 2م خالية من العوائق ، شريط قياس،ساعة توقيت ، كارتان حمراء وصفراء ، شواخص 2 وخيط لإرشاد المكفوف.
- ✓ تعليمات الاختبار: يقف المختبر عند إحدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة المؤقت الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط ويمسك ساعة توقيت بإحدى يديه و يرفعها للأعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه، إما إلى جهة اليسار(كارت أحمر) أو اليمين (كارت أصفر) و في الوقت نفسه يقوم بتشغيل الساعة، وفي

ذلك الوقت يقوم المختبر بالركض بأقصى سرعة إلى خط الجانب الذي أشار إليه المؤقت وعندما يصل إلى الخط الذي يبعد (6.4م) يقوم بإيقاف الساعة.

- ✓ حساب الدرجات: يسجل للاعب أقل زمن لجهة اليمين واقل زمن لجهة اليسار من خمس محاولات لكل جانب .

تكييف من طرف الباحثة:

تم تغيير في طريقة الاختبار باستعمال كرتين جرسيتين بدل الكارت الأحمر والأصفر عند سماع كرة الجرس يجري باتجاهها أي اليسار أو اليمين وعند سماع الصافرة يتوقف اللاعب. (انظر الصورة 18)



الشكل رقم 4: رسم تخطيطي يبين الاختبار سرعة رد الفعل.

المصدر: (علاوي و رضوان، 1982، صفحة 254).

الصورة 20 : تبين كيفية إجراء الاختبار سرعة رد الفعل على العينة.

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة.

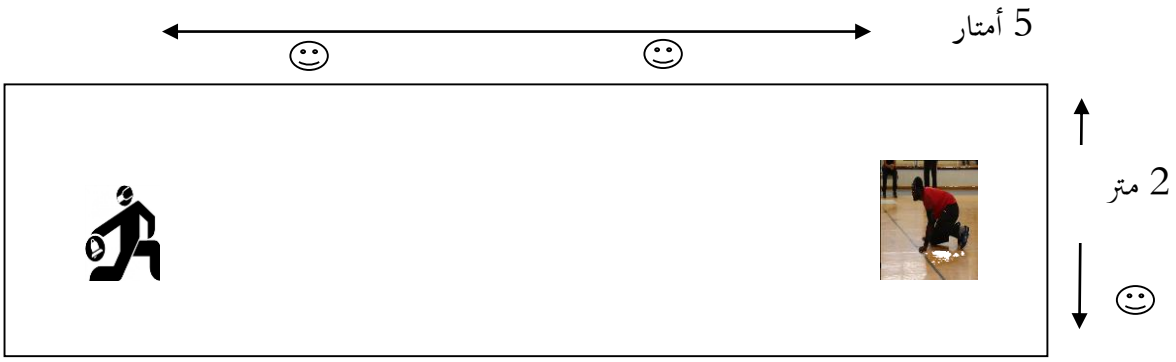
6-3-4 الاختبارات التقنية:

6-3-4-1 اختبار دقة التمرير:

- ✓ الغرض من اختبار: قياس دقة التمرير.
- ✓ مستوى السن و الجنس: من 15 سنة فما فوق. بنين.
- ✓ الأدوات: منطقة فضاء تتصف بالهدوء أو صالة مغطاة، كرة جرس – مستطيل طوله 5 أمتار وعرضه 2 متر محدد بخط بارز – معتمات عيون– صفارة– ساعة إيقاف.
- ✓ الإجراءات: يتم رسم الملعب و يحدد بالخط البارز.
- ✓ طريقة الأداء: يقف اللاعب الأول على خط البداية (في وضع الاستعداد الهجومي) ممسكا الكرة وهو معصوب العين و يقف اللاعب الأخر في الجهة المقابلة على بعد 5 أمتار منه، وعند سماع الصفارة يقوم اللاعب الأول بتمرير الكرة لزميله بدحرجتها على الأرض بين الخطين المحددين للمستطيل.
- ✓ تعليمات الاختبار: يمنح كل لاعب 5 محاولات متتالية.
- ✓ إدارة الاختبار:
  - 1 مراقب عام للاختبار.
  - 1 مسجل لتسجيل النتائج و النداء على اللاعبين.
  - 2 مراقب أحدهما عند البداية و الآخر عند النهاية.
  - 1 ميقاتي.
- ✓ حساب الدرجات:
  - تمنح 2 درجة لكل محاولة صحيحة.
  - و تحجب المحاولة 0 إذا: – خرجت الكرة خارج الخطين دون أن تصل إلى الزميل.

- إذا لم يقم اللاعب بالتمرير خلال 4 ثوان.
- إذا لم تصل الكرة للزميل.

- تحتسب الدرجة الكلية من 10 درجات بواقع درجتين لكل محاولة صحيحة.



الشكل رقم 5: رسم تخطيطي يوضح اختبار دقة التمرير.

المصدر: (الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 283)

الصورة 21: تبين كيفية تطبيق أفراد العينة لاختبار دقة التمرير.

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة.

6-3-4-1 اختبار دقة التصويب:

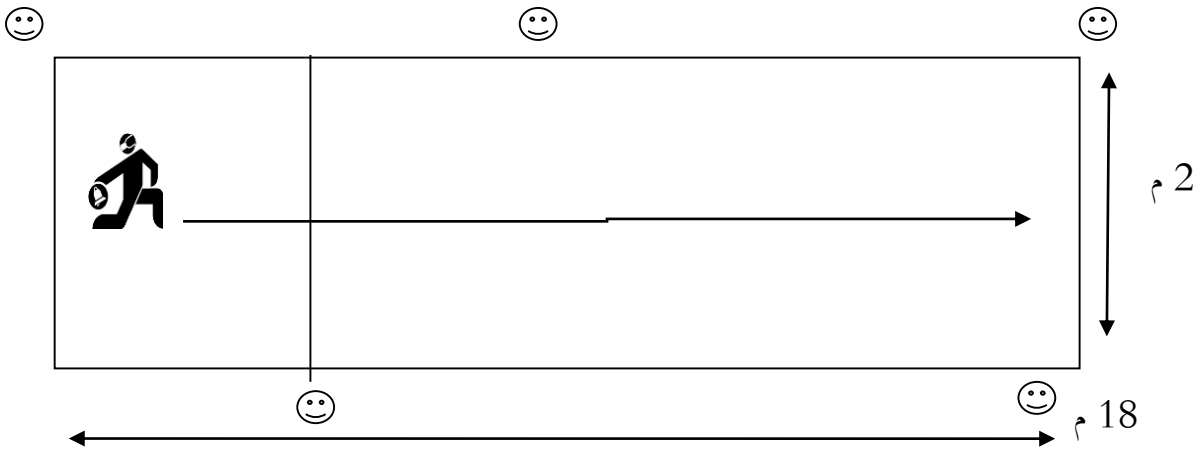
- ✓ الغرض من اختبار: قياس دقة التصويب.
- ✓ مستوى السن والجنس: من 15 سنة فما فوق. بنين.

- ✓ الأدوات: منطقة فضاء تتصف بالهدوء أو صالة مغطاة، مستطيل مساحته 18*9 متر، حبل وشريط لاصق، معتمات عيون، صفارة، شريط قياس، مرمى 2 متر عرض * 1.30 أمتار ارتفاع، كرة الجرس، شريط ذو لون مختلف أو (جير).
- ✓ الإجراءات: يتم تحديد الملعب أو المكان المجهز للاختبار بالحبل البارز (18 مترا طول * 2 مترا عرض) وتحدد منطقة لاقتراب اللاعب من خط البداية وحتى 6 أمتار، على حدود خط النهاية يوضع المرمى.
- ✓ طريقة الأداء: يقف اللاعب أمام خط البداية معصوب العينين (في وضع الاستعداد الهجومي لكرة الجرس) و يقوم بتصويب الكرة تجاه المرمى لتدخل الكرة المرمى.
- ✓ تعليمات الاختبار:
  - يقف المختبر خلف خط البداية.
  - يسمح للمختبر التحرك لليمين أو اليسار للتصويب على أن لا يخرج خارج خطي الجانب.
  - يجب أن تلمس الكرة الأرض قبل خط الـ 6 أمتار.
  - للاعب 5 محاولات متتالية.
  - تحجب المحاولة إذا:
  - إذا لم يصوب بعد الإشارة بالتصويب في خلال 6 ثوان.
  - إذا لم تلمس الكرة الأرض قبل خط الـ 6 أمتار.
- ✓ إدارة الاختبار: تحتاج إدارة الاختبار إلى:
  - 1 مراقب عام.
  - مسجل يقوم بتسجيل النتائج والنداء على المختبر.

- 3 مراقبين 2 كل واحد منهم على جانبي القائم للمرمى و يراقبون مكان مرور الكرة على خط المرمى، 1 يقف عند خط الـ 6 أمتار ليلاحظ ملامسة الكرة للأرض قبل خط الـ 6 أمتار.
- 1 ميقاتي.

✓ حساب الدرجات: تحتسب الدرجة الكلية من 10 درجات بواقع درجتين لكل محاولة صحيحة.

- 2 درجة إذا دخلت الكرة المرمى.
- 1 درجة اصطدمت بالقائم المرمى.
- إذا خرجت خارج الخطين الجانبيين للمستطيل. **(من إعداد/ محمد فرحات) ، (الشندويلي و فرحات، 2012، الصفحات 285-286).**



الشكل رقم 6: رسم تخطيطي يبين اختبار دقة التصويب.

المصدر: (الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 286).

الصورة 22: تبين كيفية تطبيق أفراد العينة لاختبار دقة التصويب.

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة.

6-3-4-3 اختبار القدرة على الدفاع:

- ✓ الغرض من اختبار: قياس القدرة على الدفاع.
- ✓ مستوى السن و الجنس: من 15 سنة فما فوق. بنين.
- ✓ الأدوات: منطقة فضاء هادئة أو صالة مغطاة، مستطيل 18*4 أمتار، مرمى عرضه 4 أمتار وارتفاع 1.30 متر، حبل و شريط لاصق، كرة الجرس، صفارة، معتمات للعيون.
- ✓ الإجراءات: يتم رسم الملعب 18*4 أمتار و يتم رسم خط مواز لخط المرمى و يبعد عن المرمى 3 أمتار (خط منطقة الدفاع)، و يتم رسم خط عمودي على خط 3 أمتار من منتصفه للداخل لخط المرمى وبطول 0.50 سم و يعتبر كخط استرشاد – كل خطوط المرمى تحدد بحبل بارز، يتم وضع المرمى عند الخط النهائي للمستطيل.
- ✓ طريقة الأداء: يقف المدافع معصوب العين في منطقة المرمى خلف الخط (0.50 سم " خط الاسترشاد") ويكون بمثابة خط إرشاد للمدافع وعند الإشارة يتم التصويب

على المدافع، ويحاول اللاعب صد الكرة.

✓ تعليمات الاختبار:

- لا يتم البدء إلا بعد أن يشير اللاعب أنه مستعد للاختبار (للصد).
- للاعب الدفاع ضد (5) تصويبات.
- التصويب يكون على شكل قانوني كما في لعب كرة الهدف.

✓ إدارة الاختبار:

- مراقب عام للاختبار. • 1 مسجل لتسجيل النتائج و النداء على اللاعبين وإعطاء الإشارة للتصويب. • 1 مراقب لدفاع اللاعب يقف عند خط الـ 3 أمتار.
- 1 مراقب للتصويب بشكل قانوني. • 2 مراقبين كل منهم يقف عند قائمي المرمى.

✓ حساب الدرجات:

- في حالة صد الكرة وعدم دخولها أو تخطيها خط المرمى (2) درجة.
- في حالة دخول الكرة وتخطيها خط المرمى (صفر) درجة.
- تحتسب الدرجة الكلية من 10 درجات بواقع درجتين لكل محاولة صحيحة.

(من إعداد / محمد فرحات)، (الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 288).

الشكل رقم 7: رسم تخطيطي يبين اختبار القدرة على الدفاع.

المصدر: (الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 289).

صورة 23: تبين كيفية تطبيق أفراد العينة لاختبار القدرة على الدفاع.

المصدر: من إعداد مجموعة الدراسة.

7- الأسس العلمية للأداة المستخدمة (سيكومترية الأداة): وهنا نركز على ثلاثة أمور أساسية وهي:

7-1 الثبات: معناه أن الاختبار موثوق به ويعتمد عليه، كما يعني الاستقرار، ومعامل الثبات يقاس بمعامل ارتباط بين درجات الأفراد في الاختبار لمرات مختلفة. (باهي و عنان، 2001، صفحة 30).

فقد قامت الباحثة باستخدام طريقة إعادة الاختبار حيث طبق الاختبار على عينة مكونة من 05 لاعبين خارج عينة الدراسة، ثم أعيد لاختبار مرة أخرى على العينة نسها وبنس الظرو بعد 15 يوم، بعد توفر النتائج الميدانية القيام بحساب معامل بيرسون (معامل الثبات) لجميع الاختبارات البدنية كانت أم التقنية باستعمال البرنامج الاحصائي Spss، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول رقم 4:

الجدول رقم 4: يبين الأسس العلمية للاختبارات

المعاملات العلمية / الاختبارات	معامل الثبات	الصدق
اختبار تركيز الانتباه بدون مشوش	**0.94**	**0.97**
اختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش	**0.91**	**0.95**
اختبار القوة الانفجارية	**0.99**	**0.99**
اختبار سرعة رد الفعل من اليمين	**0.96**	**0.98**
اختبار سرعة رد الفعل من اليسار	**0.94**	**0.97**
ختبار دقة التصويب	**0.92**	**0.96**
اختبار دقة التمرير	**0.99**	**0.99**
اختبار القدرة على الدفاع	**0.91**	**0.95**

من خلال الجدول نلاحظ أن معامل الثبات يتراوح بين 0.91 و0.99 مرتفع وقوي وهذا مايدل أن الاختبارات ثابتة.

7-2 الصدق:

- **صدق المحكمين:** عرضت الاختبارات على مجموعة من المحكمين (5محكمين) **(انظر ملحق رقم 15)**، وبناءا على توجيهاتهم وتوصياتهم تم تطبيق الاختبارات كما هي موضحة أعلاه.
- **صدق الذاتي:**

من أجل التأكد من صدق الاختبار استعمل معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

$$\text{الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول رقم 3 فنلاحظ أن قيمة الصدق الذاتي تتراوح بين 0.95 و0.99، هذا ما يدل أن الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الصدق الذاتي.

7-3 الموضوعية:

الاختبارات البدنية والاختبارات التقنية واختبار تركيز الانتباه معتمدة في أغلب المراجع بالإضافة للكثير من الدراسات ومنها ما ذكر ي الدراسات السابقة، وهي اختبارات واضحة غير قابلة للتأويل.

8- الأساليب الإحصائية:

تمت معالجة نتائج البحث عن طريق الحزمة الإحصائية Spss **(انظر ملحق 16)** ونظرا لما تتطلبه مثل هذه الدراسات الوصفية تم استعمال الأساليب الإحصائية التالية:

- ✓ اختبار T للمجموعة الواحدة
- ✓ المتوسط الحسابي.
- ✓ الانحراف المعياري.
- ✓ معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

9- صعوبات الدراسة:

إن التجربة العلمية صعبة تتطلب التحكم في جميع الظروف المحيطة بها بطريقة أكثر علمية والعراقيل والصعوبات كثيرة في طريق كل تجربة وذكرها لا يعني بالضرورة التحكم فيها، ولكن الصعوبة الكبيرة التي اعترضتنا تتمثل في:

- ✓ قلة البحوث والدراسات السابقة لهذه الدراسة خاصة بالنسبة للعبة كرة الجرس.
- ✓ قلة المراجع المتعلقة بكرة الجرس.
- ✓ التعب في عملية تحديد حدود الملعب.
- ✓ صعوبة التعامل مع الفئة الحساسة (عينة الدراسة) .

✓ صعوبة في شرح الاختبارات.

لقد حاولنا تجاوز هذه الصعوبات حيث تعاملنا مع البيانات والمعلومات المتحصل عليها بدقة وحذر، وحاولنا من خلال هذه الدراسة الإحاطة بالجوانب النظرية للتمكن من دراسة الأبعاد التطبيقية لهذه الدراسة، ونرجو أن نكون قد وفقنا ولو جزئيا.

خلاصة:

يعتبر هذا الفصل العمود الفقري في تصميم وبناء بحث علمي يجب إتباعه من أجل مواصلة البحث، فالجانب التطبيقي لابد أن يكون له صلة وطيدة بالجانب النظري، وما جاء فيه للتحقق من صحة الفرضيات، فتضمن هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية لميدان البحث، والمنهج المستخدم، تحديد عينة البحث، تحديد حدود البحث الزماني والمكاني، العينة لمختارة، أدوات البحث، وأداة القياس ومن أجل الوصول إلى الهدف الأساسي الذي يسعى إليه هذا البحث بطريقة علمية موضوعية وجب إتباع هذه المنهجية قبل عرض وتحليل النتائج ثم مناقشتها.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

تمهيد.

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة

1-1 عرض وتحليل نتائج تركيز الانتباه بوجود وعدم وجود مشوش.

1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى بين درجة الإعاقة وسرعة رد الفعل.

1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية بين درجة الإعاقة والقوة الانفجارية.

1-4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة بين درجة الإعاقة ودقة التصويب.

1-5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة بين درجة الإعاقة ودقة التمرير.

1-6 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة بين درجة الإعاقة والقدرة على الدفاع.

2- مناقشة نتائج الدراسة

2-1 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.

2-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.

2-3 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة.

2-4 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة.

2-5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.

2-6 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العامة.

خلاصة

تمهيد:

بعدما قامت الباحثة بعرض مختلف الإجراءات المنهجية للدراسة من مجالات ومنهج وجمع مختلف البيانات، ففي هذا الفصل سوف تقوم بإدخال النتائج المتحصل عليها في برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ، وبعد إخراج النتائج سوف تقوم الباحثة بعرض وتحليل النتائج المتحصل عليها من بيانات الدراسة الميدانية المطبقة على المبحوثين للوصول إلى الإجابة المنطقية والموضوعية لتساؤلات الدراسة، وبعد ذلك مناقشة النتائج المتوصل إليها استنادا لخلفية النظرية للحكم على صحة أو نفي الفرضيات.

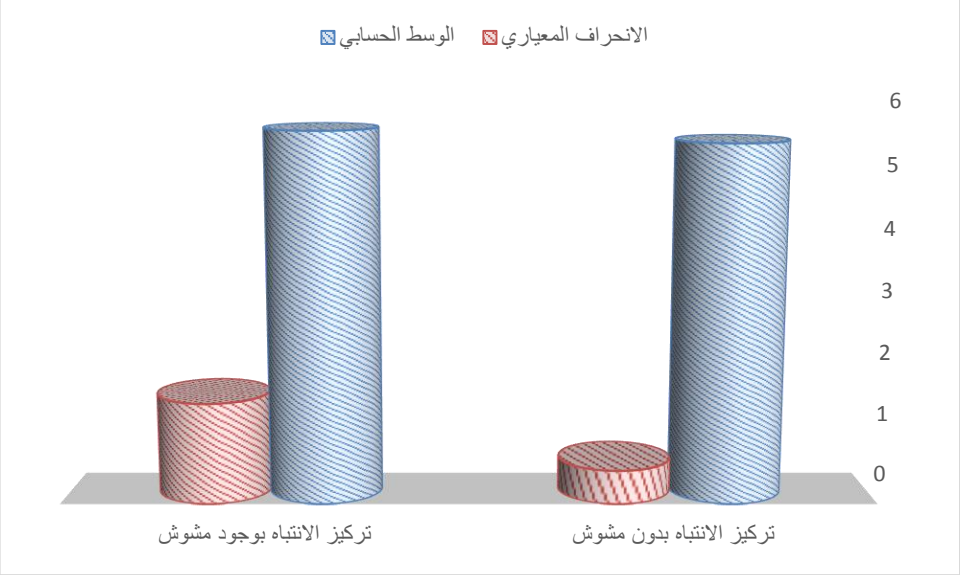
1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-1 عرض وتحليل نتائج تركيز الانتباه بوجود وعدم وجود المشوش

الجدول رقم 5: النتائج الاحصائية للفروق بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وعدمه

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار T	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية sig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0,522	34.641	0.05	0.000	دالة إحصائيا
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1,567	11.932		0.000	

المصدر: من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 8: يوضح أعمدة بيانية تمثل الوسط الحسابي والإنحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش وتركيز الانتباه بوجود مشوش.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال الجدول رقم 5 الذي يوضح النتائج الاحصائية، سجلت الباحثة متوسط حسابي قدر بـ 5.454± لتركيز الانتباه بدون مشوش بينما قدر المتوسط الحسابي بـــ 5.636 لتركيز الانتباه بوجود مشوش، وكذا الانحراف المعياري قدر بـــ 0.522± لتركيز الانتباه بدون مشوش وقدر بـــ 1.567± لتركيز الانتباه بوجود مشوش كما هو مبين في الشكل رقم 8، وكما هو واضح في الجدول أن اختبار (ت) بقيمة 34.641 لاختبار تركيز الانتباه بدون مشوش، أما بوجود مشوش كان اختبار (ت) 11.932 فكانت قيمة الاحتمال المعنويةsig 0.000 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

2-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل:

تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من خلال اختبار سرعة رد الفعل.

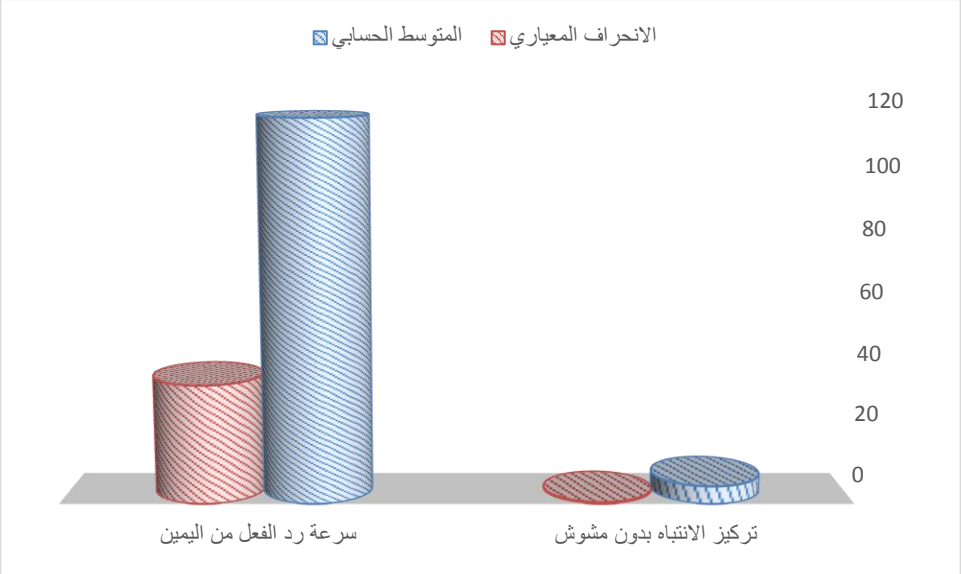
1-2-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليمين:

1-1-2-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بدون مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين:

الجدول رقم 6: يوضح علاقة تركيز الانتباه بدون مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0,522	-0,617	0,05	0.043	**دالة احصائيا**
سرعة رد الفعل من اليمين	11	116.454	36,575				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 9: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليمين.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

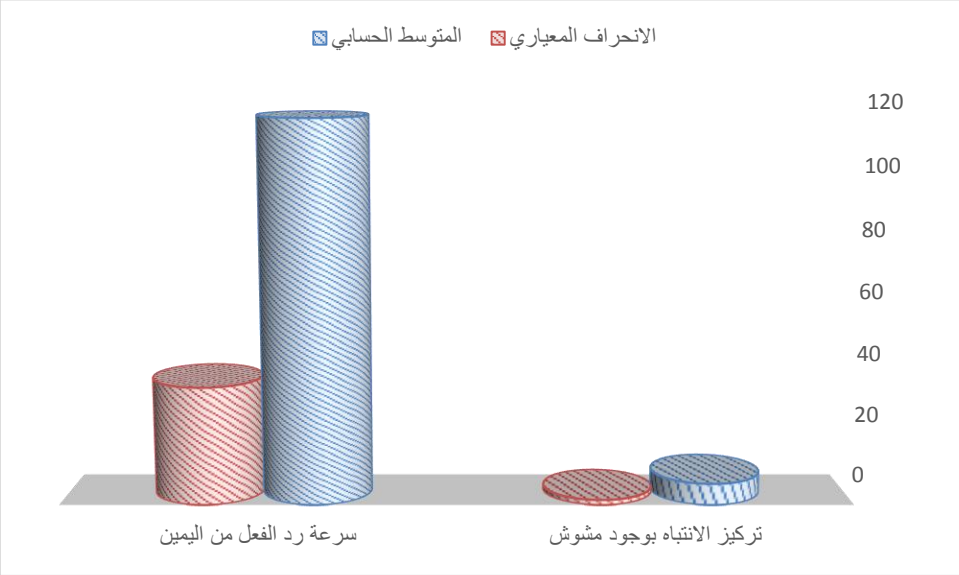
من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول 6 نلاحظ وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليمين، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه 5.454 بينما الانحراف المعياري بلغ 0.522±، أما بالنسبة لاختبار سرعة رد الفعل من اليمين فقد سجلت الباحثة متوسط حسابي قدر بـ 116.454 بينما بلغ الانحراف المعياري 36.575± كما هو موضح في الشكل 9، وبناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.617- بقيمة الاحتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.043 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائيا.

1-2-1-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين:

الجدول رقم 7: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1,567	-0.490	0,05	0.126	**غير دالة احصائيا**
سرعة رد الفعل من اليمين	11	116,454	36,575				

المصدر: من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 10 : يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لتركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 7 نلاحظ عدم وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين، بناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدر بـ0.490- بقيمة الاحتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.126 أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة إحصائيا، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش 5.636 بينما الانحراف المعياري بلغ 1.567±، أما بالنسبة لاختبار سرعة رد الفعل من اليمين كان متوسط حسابي 116.454 بينما بلغ الانحراف المعياري 36.575± كما هو موضح في الشكل رقم 10.

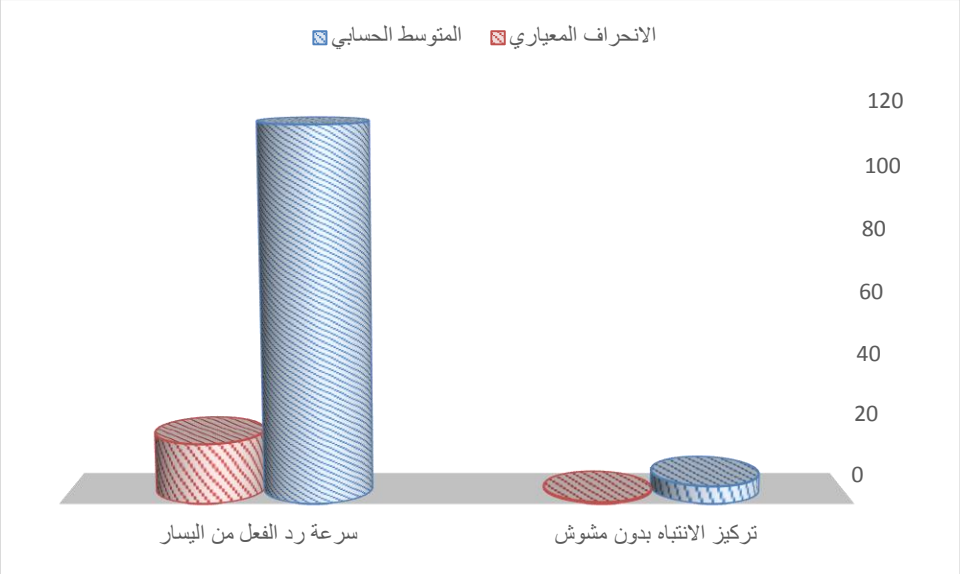
1-2-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليسار:

1-2-2-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بدون مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار:

الجدول رقم 8: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية sig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0,522	-0,621	0.05	0.041	**دالة إحصائيا**
سرعة رد الفعل من اليسار	11	114,491	18,518				

المصدر: من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 11: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.

المصدر: من إعداد الباحثة مخرجات Excel

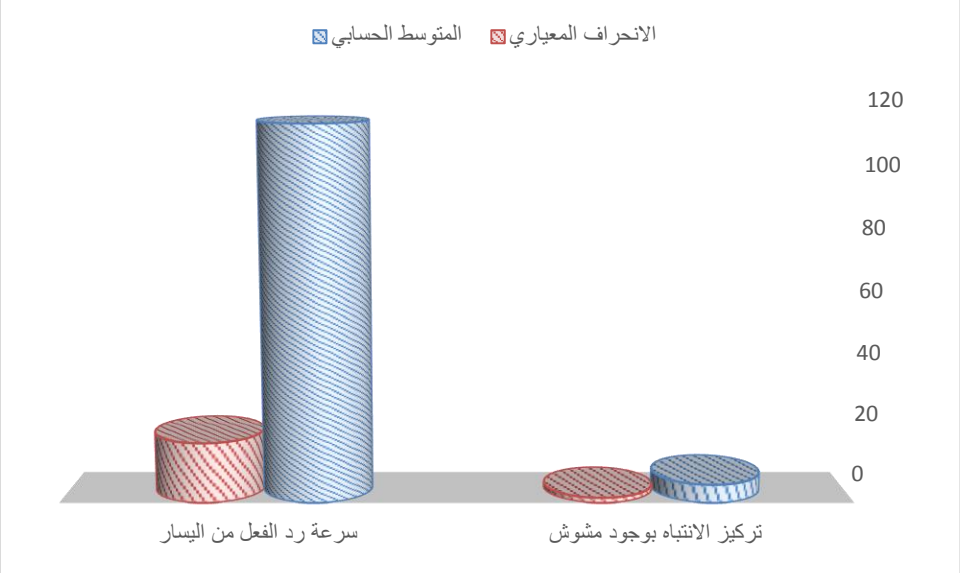
من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 8 نلاحظ وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليسار، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه 5.454 بينما الانحراف المعياري بلغ 0.522±، أما بالنسبة لاختبار سرعة رد الفعل من اليسار فقد قدر المتوسط الحسابي بـ 114.491 بينما بلغ الانحراف المعياري 18,518± كما هو موضح في الشكل 11 كذلك، وبناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.621- بقيمة الاحتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.041 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائيا.

1-2-2-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار:

الجدول رقم 9: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1.567	-0.483	0.05	0.132	**غير دالة احصائيا**
سرعة رد الفعل من اليسار	11	114.419	18.518				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 12: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 9 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش بلغ 5.636 بينما الانحراف المعياري بلغ 1.567±، أما بالنسبة لاختبار سرعة رد الفعل من اليسار كان متوسط حسابي 114.491 بينما بلغ الانحراف المعياري 18.518± كما هو موضح في الشكل 12، وبناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدر بـ0.483- بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.132 أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة إحصائيا، وعليه يمكن الحكم على أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليسار.

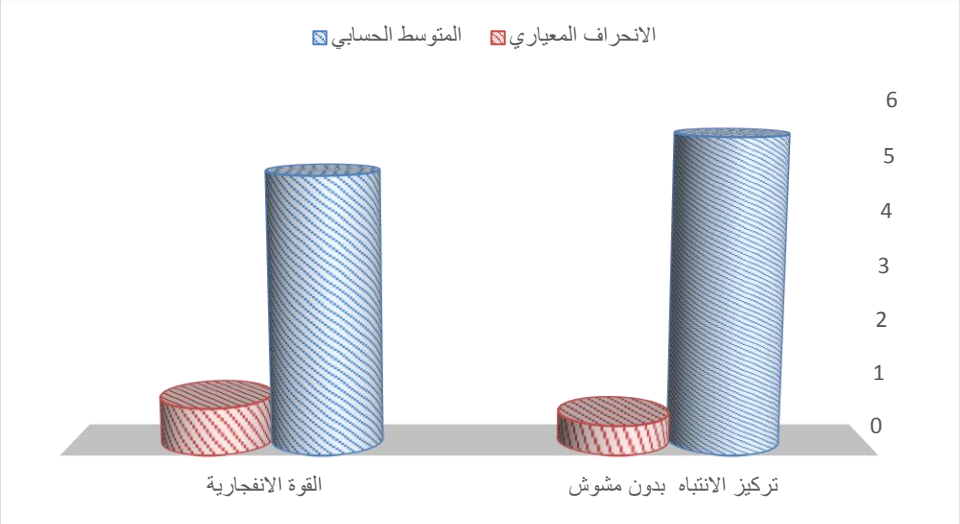
3-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية: تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية من خلال اختبار القوة.

1-3-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقوة الانفجارية:

الجدول رقم 10: يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقوة الانفجارية

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0,522	0,608	0.05	0.047	**دالة إحصائيا**
القوة الانفجارية	11	4, 816	0, 827				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 13: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقوة الانفجارية.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل من اليسار، وذلك بناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدرة بـ 0.608 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.047 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائي، وبلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بدون مشوش 5.454 بينما الانحراف المعياري بلغ 0.522±، أما بالنسبة لاختبار القوة الانفجارية فقد قدر المتوسط الحسابي بـ 4.816 بينما بلغ الانحراف المعياري 0.827± كما هو موضح في الجدول 10 والشكل أعلاه.

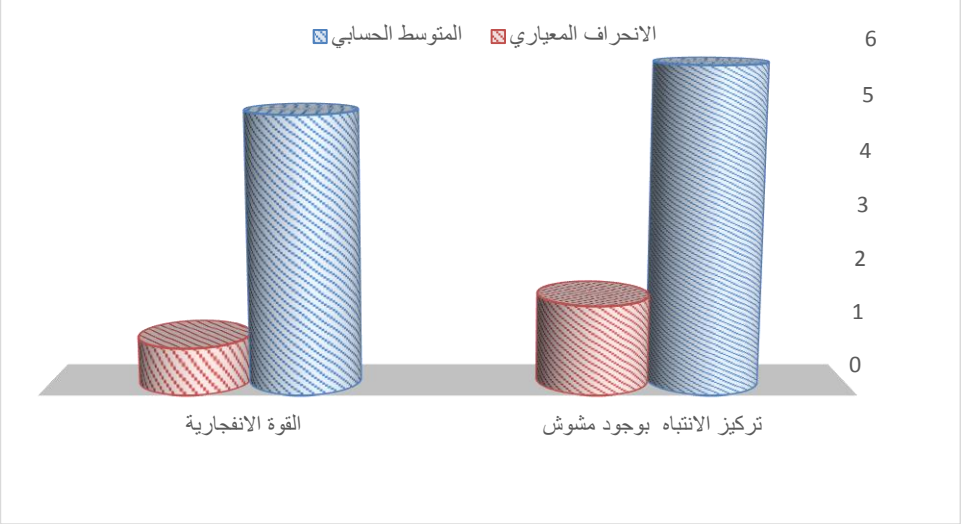
1-3-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقوة الانفجارية:

الجدول رقم 11: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش القوة الانفجارية

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1.567	0,402	0.05	0,220	**غير دالة احصائيا**
القوة الانفجارية	11	4,816	0,827				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss

الشكل رقم 14: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقوة الانفجارية.



المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش بلغ 5.636 بينما الانحراف المعياري بلغ 1.567±، أما بالنسبة لاختبار القوة الانفجارية كان متوسط حسابي 4.816 بينما بلغ الانحراف المعياري 0.827±كما هو موضح في الشكل، وبناءا على قيمة معامل ارتباط

بيرسون المقدر بـ0.402 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.220 أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة إحصائيا، وعليه يمكن الحكم على أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقوة الانفجارية.

4-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب:

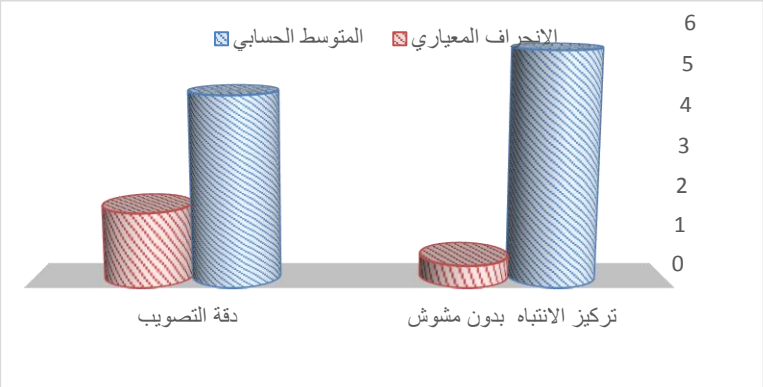
تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب

1-4-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بدون مشوش ودقة التصويب:

الجدول رقم 12: يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه بدون مشوش ودقة التصويب.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0.522	0,626	0.05	0,040	**دالة احصائيا**
دقة التصويب	11	4,45	1,753				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 15: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه ودقة التصويب.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

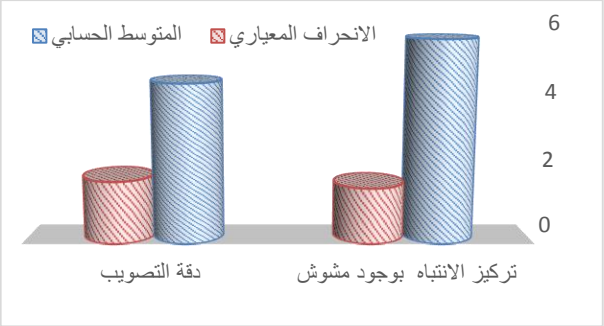
من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه دقة التصويب، وذلك بناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدرة بـ 0.626 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.040 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائيا، وبلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بدون مشوش 5.454 بينما الانحراف المعياري بلغ 0.522±، أما بالنسبة لاختبار دقة التصويب فقد قدر المتوسط الحسابي بـ 4.45 بينما بلغ الانحراف المعياري 1.753± كما هو موضح في الجدول رقم 12 والشكل 15.

1-4-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب:

الجدول رقم 13: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1.567	0,503	0.05	0,115	**غير دالة احصائيا**
دقة التصويب	11	4,45	1,753				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم16 : يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 13 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش بلغ 5.636 بينما الانحراف المعياري بلغ 1.567±، أما بالنسبة لاختبار دقة التصويب كان متوسط حسابي 4.45 بينما بلغ الانحراف المعياري 1.753± كما هو موضح في الشكل 15، وبناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدر بـ0.503 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.115 أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة إحصائيا، وعليه يمكن الحكم على أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب.

5-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة بين تركيز الانتباه ودقة التمرير:

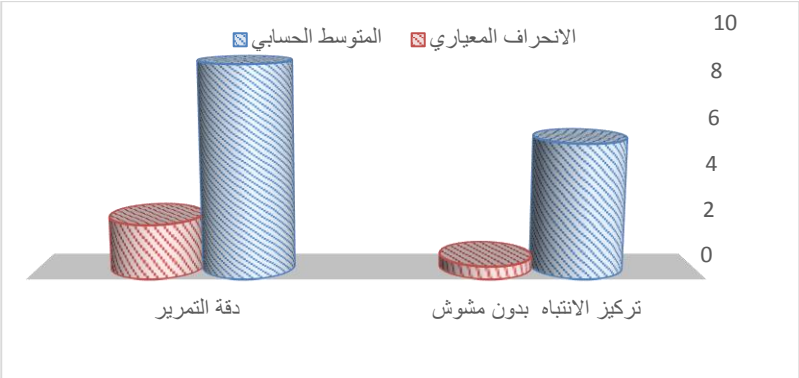
تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التمرير.

1-5-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بدون مشوش ودقة التمرير:

الجدول رقم 14: يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه بدون مشوش ودقة التمرير.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0.522	0.631	0.05	0.037	**دالة احصائيا**
دقة التمرير	11	8.55	2.207				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 17: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه ودقة التمرير.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

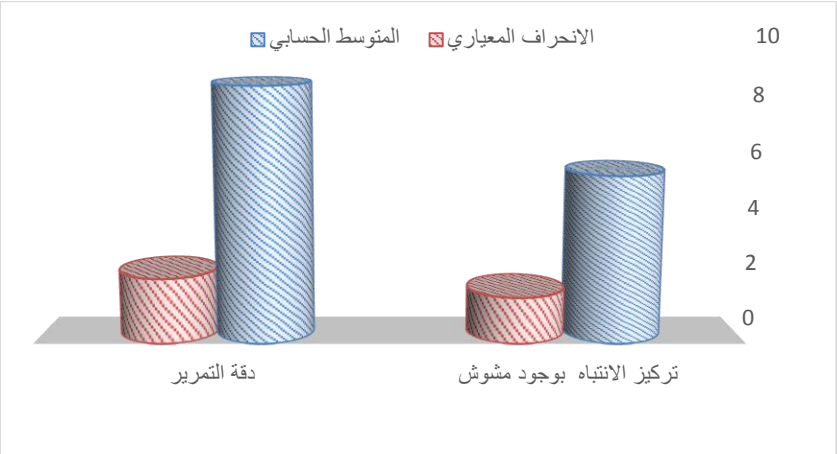
نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 14 أنه توجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه دقة التمرير، وذلك بناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدرة بـ 0.631 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.037 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائيا، وبلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بدون مشوش 5.454 بينما الانحراف المعياري بلغ 0.522±، أما بالنسبة لاختبار دقة التمرير فقد قدر المتوسط الحسابي بـ 8.55 بينما بلغ الانحراف المعياري 2.207±.

1-5-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التمرير:

الجدول رقم 15: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التمرير.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنويةsig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1.567	0.352	0.05	0.288	**غير دالة احصائيا**
دقة التمرير	11	8,55	2.207				

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 18: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه ودقة التمرير.

المصدر:من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش بلغ 5.636 بينما الانحراف المعياري بلغ 1.567±، أما بالنسبة لاختبار دقة التمرير كان متوسط حسابي 8.55 بينما بلغ الانحراف المعياري 2.207± كما هو موضح في الشكل، وبناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدر بـ 0.352 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.288 أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهي غير دالة إحصائيا، وعليه يمكن الحكم على أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التمرير.

1-6 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع:

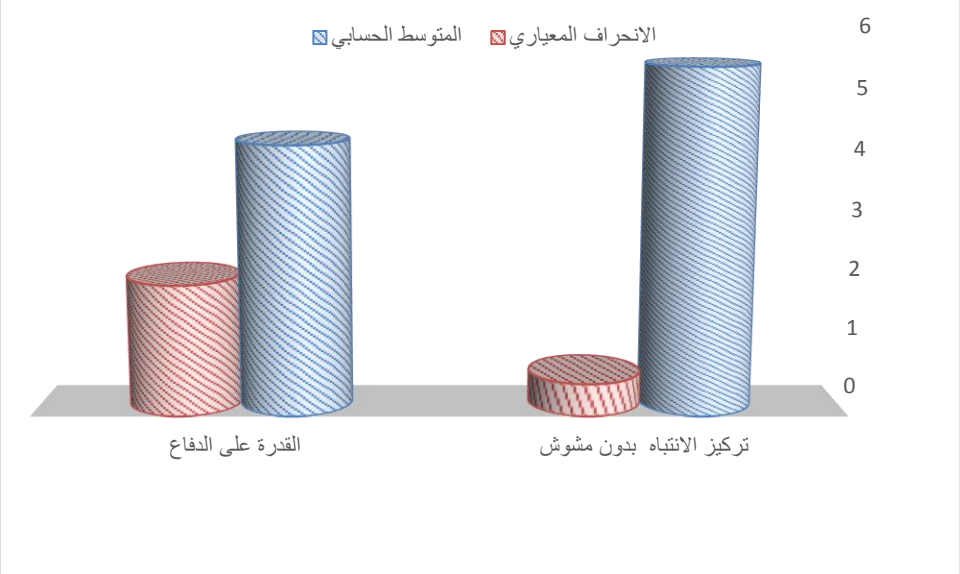
تنص الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع

1-6-1 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقدرة على الدفاع:

الجدول رقم 16 : يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية sig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,454	0.522	0.605	0,05	0.049	**دالة احصائيا**
القدرة على الدفاع	11	4,27	2,102				

المصدر :من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 19: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بدون مشوش والقدرة على الدفاع.

المصدر :من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 16 نلاحظ وجود علاقة ارتباطية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع، وذلك بناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدرة بـ 0.605 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.049 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائيا، وبلغ المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بدون

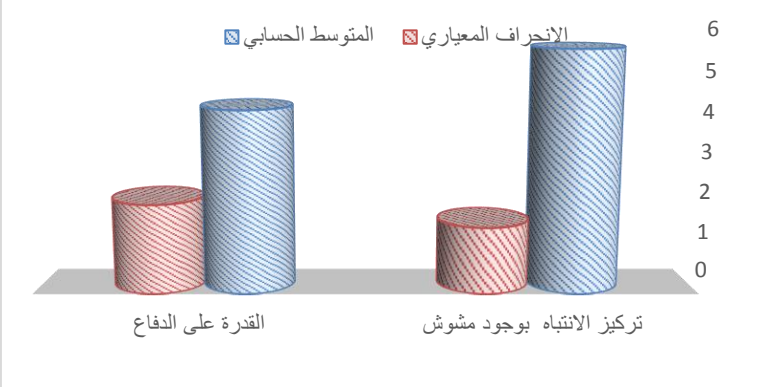
مشوش 5.454 بينما الانحراف المعياري بلغ 0.522±، أما بالنسبة لاختبار القدرة على الدفاع فقد قدر المتوسط الحسابي بـ 4.27 بينما بلغ الانحراف المعياري 2.102± كما هو موضح الشكل أعلاه.

1-6-2 عرض وتحليل النتائج بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع:

الجدول رقم 17: يوضح علاقة تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال المعنوية sig	القرار الاحصائي
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,636	1.567	0.640	0,05	0.034	**دالة احصائيا**
القدرة على الدفاع	11	4,27	2,102				

المصدر: من إعداد الباحثة مخرجات Spss



الشكل رقم 20: يوضح أعمدة بيانية تمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع.

المصدر: من إعداد الباحثة مخرجات Excel

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 17 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار تركيز الانتباه بوجود مشوش بلغ 5.636 بينما الانحراف المعياري بلغ 1.567±، أما بالنسبة لاختبار القدرة على الدفاع كان متوسط حسابي 4.27 بينما بلغ الانحراف المعياري 2.102± كما هو موضح في الشكل، وبناءا على قيمة معامل ارتباط بيرسون المقدر بـ 0.640 بقيمة احتمال المعنوية sig التي قدرت بـ 0.034 أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائيا، وعليه يمكن الحكم على أنه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع.

2- مناقشة نتائج الدراسة:

2-1 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

تنطلق الفرضية الأولى على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل"

دلت النتائج التي توصلت إليها الباحثة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل وهذا ما وضحه لنا الجدولين رقمي 6 و8 حيث أن قيمة احتمال المعنوية sig لسرعة رد الفعل على يمين 0.043 ولسرعة رد الفعل على اليسار 0.041 وهما أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين صحة الفرضية الأولى التي تنص على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه واختبار سرعة رد الفعل".

وهذا ما يتفق مع دراسة **علي مكي مهدي 2013** التي أظهرت نتائجه التأثير الإيجابي لسرعة الاستجابة الحركية وتركيز الانتباه في دقة وأداء المهارات الأساسية بالتنس للاعبي منتخب جامعة بغداد .

وأكد **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 69)** أنه في كرة الهدف يقصد بها سرعة الاستجابة للمثيرات الخارجية التي تصدر من زميل أو منافس أو حكم بحسب

مواقف اللعب، أو المثيرات الداخلية التي تصدر عن تفكير اللاعب لاتخاذ قرار ذاتي لتنفيذه حركيا، أي أقل زمن بين إدراك المثير والاستجابة لمواقف اللعب المختلفة.

كما جاء في نظرية معالجة المعلومات على دور التركيز والانتباه وذلك للقيام باستجابات صحيحة ودقيقة. **(زيدان، 1972، صفحة 75)**.

وتعزو الباحثة أن سرعة رد الفعل للاعبي كرة الهدف يرجع إلى المدة الزمنية القصيرة على استحواذ اللاعب للكرة والهجوم على الفريق الخصم والتي تقدر بـ12 ثانية، وبالتالي على اللاعبين أن يكونوا في أعلى تركيز انتباه لديهم.

حيث تعد سرعة رد الفعل مهمة في كرة الجرس إذ أصبح الأداء البدني والمهاري والخططي بها لا غنى عنها، فاللاعب مطالب أن يركز الأداء في اتجاهين الأداء الصحيح للمهارة والآخر على سرعة الأداء في المهارة المطلوبة.

لذلك لابد من أن تؤدي تمارين السرعة وتدريباتها باستخدام الكرات كما يجب اتباع منهجية علمية صحيحة في تدريبات السرعة تعمل على تطوير قدرة اللاعب على الإحساس والانتباه والتوقع لمثيرات اللعب المختلفة ومواقفه أو سرعة اتخاذ القرار على حركة الخصم وردود أفعاله واستجاباته.

كما ترى الباحثة أن سرعة رد فعل اللاعب لا يرتبط بالتدريب فقط بل ترتبط بقدرة اللاعب على تركيز الانتباه إذ يجب على اللاعب أن يقوم بعزل جميع المؤثرات الخارجية التي تؤثر عليه ولاسيما أن عملية التركيز لدى لاعب كرة الجرس تكون مدتها قصيرة جدا ولا يحدث التركيز جيدا إلا إذ كان الانتباه جيدا أي يكون الارتباط وثيق بين التركيز والانتباه.

كما توصلت الباحثة إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز بوجود مشوش وسرعة رد الفعل من اليمين ومن اليسار، هذا يبينه الجدولين رقمي 7 و9 حيث أن قيمتي الاحتمال المعنوية sig 0.126 و0.132 على الترتيب وهما

أكبر من مستوى الدلالة 0.05، ويرجع ذلك كون اللاعب يوجه تركيز انتباهه على المثير الصوتي للكرة ويعزل جميع المثيرات الخارجية.

2-2 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

تنطلق الفرضية الثانية: على أنه " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية"

حيث دلت النتائج التي توصلت إليها الباحثة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية وهذا ما وضحه لنا الجدول رقم10 حيث أن قيمة الاحتمال المعنوية sig للقوة الانفجارية قدرت بـ 0.047 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين صحة الفرضية الثانية التي تنص على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية".

وهذا ما يتوافق مع دراسة **زيرم بوجمعة، بن عكي محند أكلي وعبد السلام مقبل الريمي 2019** والتي أسفرت النتائج على وجود علاقة طردية إيجابية (دالة احصائيا) بين تركيز الانتباه وأداء الفريق الوطني لكرة اليد أقل من 21 سنة، و من المعروف أن كرة اليد تعتمد في أدائها على القوة العضلية للأطراف العلوية.

فحسب **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 60)** يرى أن لعبة كرة الهدف تعتبر القوة العضلية لعضلات الذراعين أهم العناصر البدنية المميزة لهذه اللعبة حيث إن تمتع اللاعب بعنصر القوة العضلية يتيح له تصويب الكرة وتمكنه من متابعتها في حالة الدفاع عن مرماه، لذا يجب أن يهتم المدرب بتنمية عنصر القوة العضلية للاعبي كرة الهدف وأن يعمل على التنمية المتوازنة لقوة العضلات على جانبي كل مفصل فالنمو غير المتوازن في قوة العضلات يعرض اللاعب إلى الإصابات، القوة العضلية لا تحتاج إلى حاسة البصر وإنما تحتاج إلى التدريب وتركيز الانتباه، فنجد أغلبية أفراد العينة يهتمون بالقوة العضلية وذلك لتحسين قوامهم وكذلك لما تتطلبه اللعبة.

كما جاء في دراسة **شيماء محمد أبو اليزيد 2022** أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارتي حدة وتركيز الانتباه وفاعلية الأداء المبارائي لدى لاعبات الكوميتيه لصالح البعدي، ورياضة الكوميتيه تحتاج للقوة العضلية الانفجارية.

وأكد **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 48)** في كتابه كرة الهدف للمعاقين بصريا أن أفضل طريقة لتنمية القوة العضلية هو التدريب باستخدام الأثقال الذي يساهم في تحسين الأداء بجانب برامج الإعداد للصفات البدنية الأخرى والبرامج الفنية المخطط لها جيدا .

وذكر جورجي دان فيتيان، دان مونيا وماريوس روكا **2021** في نفس الصدد مؤكدا بأنه يوجد تحسن ملحوظ في مستويات الانتباه مما يمكن أن يؤدي إلى زيادة الأداء للرياضيين في كرة القدم الذين تقدموا من الاختبار القبلي والاختبار البعدي، كما أظهرت المجموعة التجريبية أداء أفضل بعد تطبيق برنامج التنمية في تركيز الانتباه مقارنة مع المجموعة الضابطة وتأثر مستوى الانتباه بشكل ايجابي على الأداء الرياضي للاعبي كرة القدم، وجاء عكس ذلك في دراسة **أنطونيولويز برادو سيرينيني، فابيان جي إم رويدا، ماريابيرلا مورينو 2021** حيث بين أنه لم ترتبط درجات تركيز الانتباه بالأداء بشكل عام في كرة الطائرة.

وترى الباحثة بأنه ترجع العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية أن اللاعب يكون على علم بكيفية اقتصاد جهده وطاقته البدنية خلال المباراة لأن لعبة كرة الجرس تحتاج إلى تركيز والقوة طوال المباراة حيث يبذل اللاعب فيها كل طاقته، بالتالي عليه أن يركز كل انتباهه على المنافس والكرة وتوزيع قوته على زمن المباراة لفوز بها. وعند إضافة مشوش لتركيز الانتباه يبين الجدول 11 أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقوة الانفجارية، لأن قيمة الاحتمال

المعنوية sig بلغت 0.220 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، ويرجع ذلك كون اللاعب يوجه تركيز انتباهه على المثير الصوتي للكرة والمنافس ويعمل على توزيع قوته وجهده خلال زمن المباراة ويعزل جميع المثيرات الخارجية للفوز بالمباراة.

2-3 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثالثة:

تنطلق الفرضية الثالثة على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب"

دلت النتائج التي توصلنا إليها إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه دقة التصويب وهذا ما وضحه لنا الجدول رقم 12 حيث أن قيمة الاحتمال المعنوية sig لدقة التصويب قدرت بـ 0.040 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين صحة الفرضية الثالثة التي تنص على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب".

وهذا ما أكدته **فيحاء تالي خلف، نور طارق كاظم، ندى نعمان حسن 2023** على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية موجبة بين زمن تركيز الانتباه قبيل التصويب على الهدف ودقة التصويب، وجود ارتباط معنوي سالب بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب، وكذلك وجود ارتباط معنوي سالب بين زمن تركيز الانتباه ودرجة تركيز الانتباه، وجود ارتباط معنوي سالب بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب ووجود ارتباط معنوي سالب بين زمن تركيز الانتباه ودرجة تركيز الانتباه، وأسفرت نتائج **ذياب مشعان هيلان العزاوي، أحمد عريبي سبع الكرتاني، حمدي شتورو** 2023 إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اختبار تركيز الانتباه ومهارتي المناولة والتهديف، وأيده **نويري بويكر 2022** على وجود علاقة ايجابية بين مظاهر تركيز الانتباه ومهارة التصويب على المرمى في كرة القدم.

كما أظهرت نتائج **أحمد فاروق عزيز نصار 2022** بأن دقة مهارات كرة الطائرة يفسر ما نسبة 4.3% من تركيز الانتباه حيث يتضح بأن أبرز المهارات تأثيرا على مهارة تركيز الانتباه تمثلت في مهارة الضرب الساحق، ويرى **سعيدي عبد المجيد وبن شرنين عبد الحميد 2020** على وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية ودالة احصائيا بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى أصاغر كرة اليد حيث يساهم مستوى تركيز الانتباه نسبة 80% في مستوى دقة التصويب.

وأكد **محمد خميس حميد 2017** على أن التمارين المهارية الخاصة تساهم ي تنمية تركيز وتحويل الانتباه لتحسين دقة التهديف للاعبي كرة القدم للمركز الوطني لرعاية الموهبة.

وبصفة عامة فإن التكنيك الأساسي لعملية التصويب الجيد أن يكون هناك توافق وتجانس مع حركة الذراع والجسم والقدم للحصول على أقصى قوة عند إطلاق الكرة كما أن جميع الحركات تتناسق وتتضامن معا مع عنصر الدقة والتركيز لنحصل في النهاية على تصويبة جيدة وقوية ومن السهل التدريب عليها وتنميتها وتطويرها، **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 183)**.

وترى الباحثة أن دقة التصويب جد مهمة في المباراة حيث اللاعب يكون في حالة تركيز انتباه عالي للتصويب لاحراز الهدف،

في حين لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب، وذلك ما يبينه الجدول 13، لأن قيمة الاحتمال المعنوية sig بلغت 0.115 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، ويرجع ذلك كون اللاعب يكون في أعلى تركيز انتباه في بداية المباراة ويبدأ لتركيز في الانخفاض مع مرور وقت المبارة، واللاعب يحاول تركيز انتباهه على المثير الصوتي للكرة والمنافس ودقة التصويب لاحراز أكبر

عدد من الأهداف وانهاء المباراة لصالحه وبالتالي يقوم بعزل جميع المثيرات الخارجية الذي يكون قد تدرب على كيية التحكم ي تركيز انتباهه.

2-4 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الرابعة:

تنطلق الفرضية الرابعة على أنه " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التمرير"

حيث دلت النتائج التي توصلت إليها الباحثة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه دقة التمرير وهذا ما وضحه لنا الجدول رقم 14 حيث أن قيمة الاحتمال المعنوية sig لدقة التمرير قدرت بـــ 0.037 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين صحة الفرضية الرابعة التي تنص على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التمرير".

إذ يذكر **ذياب مشعان هيلان العزاوي، أحمد عريبي سبع الكرتاني، حمدي شتورو** 2023 على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اختبار تركيز الانتباه ومهارتي المناولة والتهديف، وهذا ما أكده **جواني مهدي، شريط محمد الحسن المأمون وعلي حدي 2021** على وجود علاقة طردية وإيجابية بين مستوى تركيز الانتباه بدقة الارسال القصير في تنس الريشة، أيده **محمد صادق فاضل 2015** حيث تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت تمرينات خاصة في تركيز الانتباه والادراك الحس حركي وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للمبتدئين على المجموعة الضابطة لعينة الدراسة.

وإنه من المهم جدا الدقة والتركيز في تمرير الكرة حتى لا يقع في خطأ التمرير بخروج الكرة خارج الملعب مثلا مما يفقد الفريق الكرة فتذهب للفريق الآخر أو تعبر خط المرمى فيتسبب في تسجيل هدف في مرمى فريقه، أو التأخر في التمرير أو عدم قدرة الزميل على تحديد مكان الكرة كل ذلك يؤدي إلى أخطاء، كما يجب أن يتم التمرير بسرعة حيث إن الزمن عامل مهم جدا في عملية التمرير وقد يترتب على ذلك خطأ

قانوني يتسبب في احتساب رمية جزاء للفريق المنافس (عقوبة الـ 10ث)، (**الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 206**).

وترى الباحثة أن دقة التمرير جد مهمة في لعبة كرة الجرس، إذا كان اللاعب في حالة تركيز وانتباه إنه يمرر الكرة لزميله بسرعة ودقة قبل 10 ث، تصويبها على المنافس واحراز الهدف.

ولا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التمرير، وذلك ما يبينه الجدول رقم 15، لأن قيمة الاحتمال المعنوية sig بلغت 0.288 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، ويرجع ذلك كون اللاعب يكون في تركيز انتباه عالي للامساك بالكرة وتوصيلها لزميله في أقل وقت ودون خروج الكرة من الملعب، وعزل جميع المثيرات الخارجية.

2-5 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الخامسة:

تنطلق الفرضية الخامسة على أنه " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع"

دلت النتائج التي توصلنا إليها إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع وهذا ما وضحه لنا الجدول رقم 16 حيث أن قيمة الاحتمال المعنوية sig للقدرة على الدفاع قدرت بـــ 0.049 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يبين صحة الفرضية الخامسة التي تنص على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع".

هذا ما أكده **العربي محمد 2023** على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعديين للعينتين الضابطة والتجريبية في تركيز الانتباه لحراس المرمى ووجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح العينة التجريبية في مهارة الارتماء الجانبي، رأت الباحثة أن الارتماء الجانبي لحراس المرمى بمثابة الدفاع للاعبي كرة الجرس.

ويذكر **أسعد خضير عبد الرحمن 2022** على وجود علاقة ارتباطية ايجابية وذات دلالة معنوية بين تركيز الانتباه ودقة مهارة حائط الصد (الدفاع) بكرة الطائرة لعينة الدراسة.

كما بين **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 147)** أن التدريب على أوضاع الاستعداد الدفاعية، لابد أن يكون لدى اللاعب المعاق بصريا والكفيف تركيز انتباه وتصور حركي جيد للمهارة، وهنا يأتي دور التوجيه الجسمي بأن يتحسس أو يلمس اللاعب جسد المدرب أو اللاعب الذي يقوم باتخاذ الوضع ويقوم المدرب بالتأكيد على النواحي المهمة للمهارة وهذا يتم بشكل عام في تعلم الكفيف الأداء الحركي للمهارات بصفة عامة، ويجب على المدرب بتوجيه اللاعب إلى النقاط المهمة التي يجب الانتباه والتركيز عليها.

وترى الباحثة أن مهارة الدفاع أهم مهارة في كرة الجرس فالفريق الذي يدافع جيدا له حظ أوفر للفوز بالمباراة، حيث أن المدافعين يكون كل تركيزهم وانتباههم على الكرة والمهاجم، ذلك للتصدي للكرة والهجوم ي نفس الوقت.

كما توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع، وذلك ما يبينه الجدول 17، لأن قيمة الاحتمال المعنوية sig بلغت 0.034 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0.05، ويرجع ذلك كون اللاعب يكون في تركيز انتباه عالي للدفاع عن مرماه، وتركيزه يكون على سماع جرس الكرة محاولا معرفة اتجاه الكرة ليتصداها ويخرجها خارج مرماه يقوم بعزل جميع المثيرات الخارجية والمشوشات.

2-6 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية العامة:

تنطلق الفرضية العامة على أنه " توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس"

وفقا لما توصلنا إليه مما تم عرضه، تحليله ومناقشة بتحقيق الفرضيات الخمسة للدراسة يجعلنا نقبل صحة الفرضية العامة القائلة: " توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس"، هذا ما أكده **نضال مصطفى بني سعيد، شافع سليمان طلفاح، محمد خلف ذيابات 2022** حيث أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تركيز الانتباه قبل المباراة يكون مرتفعا ثم يبدأ بالانخفاض أثناء المباراة ثم ينخفض بشكل كبير بعد نهاية المباراة مباشرة، كما أظهرت النتائج أن اللاعبين الأكثر خبرة والأكبر عمرا لديهم مستوى تركيز أفضل، ولا يوجد فرق بين الجنسين (ذكور والإناث) في مستوى امتلاكهم لمهارة تركيز الانتباه، وأن مستوى تركيز الانتباه له أثر على نتائج المباريات، كما ترى **آلاء يوسف حوار الطفيلي 2020** بأن استعمال اختبار تركيز الانتباه على عينة البحث ساهم بطريقة إيجابية في التعرف على الطالبات اللواتي لديهن صعوبات في التركيز والانتباه في الأداء المهاري لكرة اليد.

وتوصل **محمد كاظم عرب الطائي 2009** في دراسته إلى أن التمرينات الخاصة لتطوير تركيز الانتباه والإدراك الحس–حركي قد أثرت في مستوى أداء حكام الدرجة الأولى المساعدين بكرة القدم.

بكل ما سبق ذكره ترى الباحثة أن الأداء البدني أو التقني له علاقة بتركيز الانتباه كلما كان اللاعب في حالة تركيز وانتباه جيد أثناء المباراة كان له الحظ الأوفر للفوز بها، ويصل اللاعب إلى حالة تركيز الانتباه عالي إذا كان قد تدرب عليها وأتقن كيفية عزل المثيرات الخارجية وكذلك المثيرات الداخلية ويتم هذا كله من خلال التدريب وبالتالي الارتقاء بالأداء سواء البدني أو التقني، كذلك أهمية التركيز والانتباه السمعي الذي ترتكز عليه لعبة كرة الجرس لمعرفة اتجاه الكرة كما يساعده على تتبع حركة المدافع.

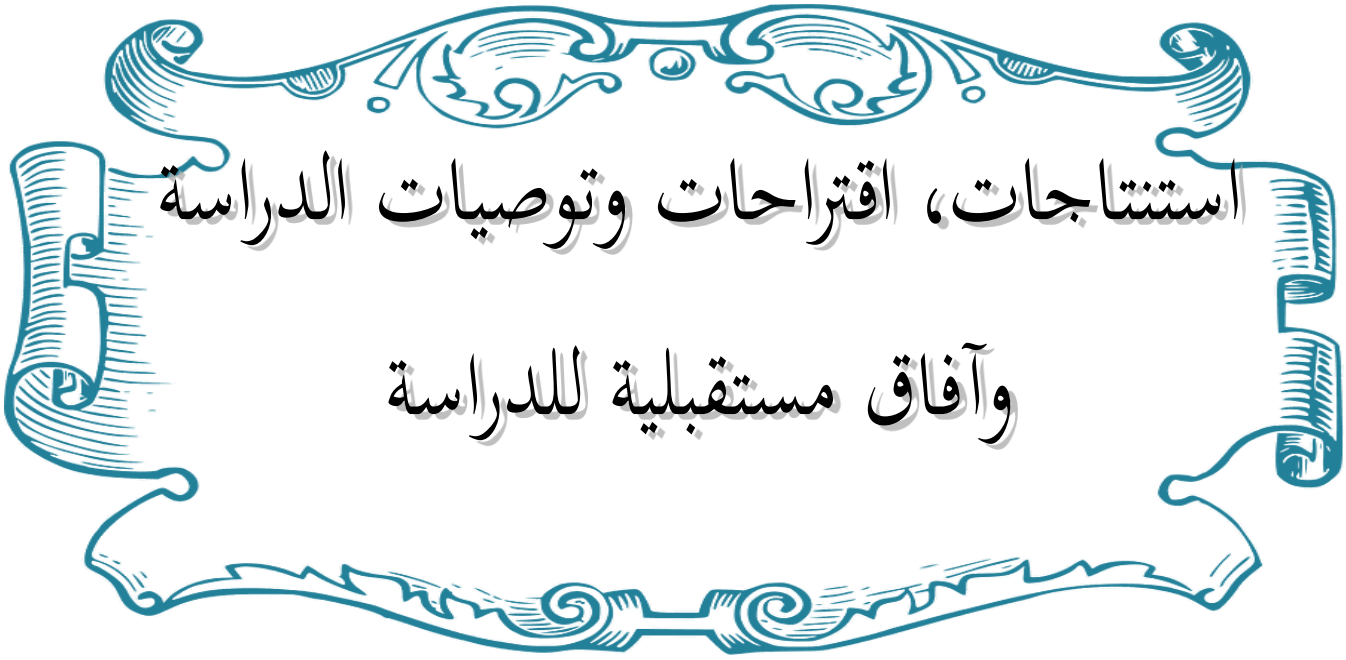
وذكر **(الشندويلي و فرحات، 2012، صفحة 139)** أن كرة الجرس من الألعاب التي تعتمد على حاسة السمع، لذا تلعب القدرات السمعية دورا هاما في هذه اللعبة،

فحساسية الأذن والقدرة على التوجه والاستجابة السريعة (رد الفعل) والرشاقة والقدرة على التوقع واتخاذ الوضع المناسب بالإضافة إلى القدرة العضلية تعتبر من القدرات الأساسية التي لا غني عنها في عملية الدفاع، مما يجعل المهاجمين والمداعين يحاولون التركيز والانتباه خلال فترة المباراة، الفريق الذي حافظ على تركيز الانتباه أطول يكون متحكم في نتيجة المباراة.

وترى الباحثة بدورها ومن خلاصة هذه الدراسة واحتكاكها بهذه الفئة عن "وجود علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس"، أما بوجود مشوش توصلت أنه لا توجد علاقة بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والأداء البدني والتقني، وذلك يرجع لوجود فروق دالة احصائيا لتركيز الانتباه بدون وبوجود مشوش (هذا ما وضحه الجدول رقم 5) وذلك من خلال النتائج التي تحصلنا عليها باستثناء تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدافاع أنه توجد علاقة، وتبقى هذه النتائج خاصة بعينة الدراسة فقط ولا تعمم.

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى عرض إجمالي لنتائج الدراسة، وكذلك لعرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية، عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل، عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب بالإضافة إلى عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة بين تركيز الانتباه ودقة التمرير وفي الأخير عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع والتي تم الحكم على أن الفرضيات محققة على أنه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني وتبقى هذه النتائج خاصة إلا بعينة الدراسة أي لا يمكن تعميمها.


استنتاجات، اقتراحات وتوصيات الدراسة
وآفاق مستقبلية للدراسة

الاستنتاجات:

بعد الإلمام بمتغيرات الدراسة نظريا وتطبيقيا من خلال إجراء اختبارات نفسية اختبار تركيز الانتباه، اختبارات بدنية تمثلت في اختبار رمي الكرة الطبية، اختبار نيلسون للاستجابة الحركية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية)، وأخرى تقنية تمثلت في اختبار دقة التمرير، اختبار دقة التصويب و اختبار القدرة على الدفاع، لتحقيق الهدف التي تسعى إليه هذه الدراسة وذلك من خلال استخدام المنهج العلمي للوصول إلى إجابات عن التساؤلات المطروحة أو التحقق من صحة الفرضيات أو نفيها، فكانت الفرضية العامة لدراستنا أنه توجود علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس، وبعد الحصول على النتائج وعرضها ومعالجتها إحصائيا ومناقشة نتائج الدراسة أسفرت هذه الدراسة وفي حدود عينتها عن النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل.
- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش وسرعة رد الفعل.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقوة الانفجارية.
- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقوة الانفجارية.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب.
- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش ودقة التصويب.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والتمرير.

- ☜ لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والتمرير.
- ☜ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والقدرة على الدفاع.
- ☜ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه بوجود مشوش والقدرة على الدفاع.

و توصلنا إلى الاستنتاج العام التالي:

- ☜ توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس.

اقتراحات وتوصيات الدراسة :

بعد الانتهاء من هذه الدراسة بجانبيها النظري والتطبيقي ارتأينا تقديم بعض الاقتراحات والتي من الممكن أن تكون ناجحة في مساعدة المدربين في تطوير والاهتمام برياضة ذوي الاحتياجات الخاصة في مجال التدريب وكرة الجرس بصفة خاصة وذلك من أجل دمج هذه الفئة مع المجتمع والوصول بها لأفضل المستويات و تتمثل هذه النقاط في:

- زيادة الاهتمام بالتدريب العقلي والنفسي عند مناهج التدريب للفرق الرياضية ونخص فرق كرة الجرس.
- عقد دورات تدريبية لمدربي كرة الجرس في الإعداد النفسي والتدريب على المهارات النفسية.
- ضرورة اكتشاف مصادر تشتت الانتباه ومعرفة أنماط التشتت هل خارجية أم داخلية.
- ضرورة اخضاع اللاعبين إلى مواقف وظروف مشابهة لظروف المبارياة أثناء الوحدات التدريبية لتعويد اللاعبين على التعامل مع المواقف المختفلة بدرجات عالية من الانتباه وبشكل مستمر.
- ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه.
- على المدربين الاهتمام بتدريبات الأدائين البدني والتقني وتوعية اللاعبين إلى الأداء النفسي ولاسيما الأساليب المختلة لتركيز الانتباه.
- التأكيد على أهمية مواضيع علم النفس الرياضي في الدورات التدريبية وخاصة المواضيع المتعلقة بالانتباه ومظاهره المتعددة.
- المتابعة الدورية للاعبين للحالة البدنية والعقلية.

- التأكيد على أهمية تركيز الانتباه كمتغير أساسي من متطلبات رفع أداء اللاعب وبالأخص لاعب كرة الجرس.
- ضرورة توفير محضر نفسي ذو كفاءة للفرق وهذا للوصول باللاعبين إلى اللياقة العقلية المثالية.
- العمل على ربط القدرات العقلية والبدنية باستخدام التدريبات عند أداء المهارات الأساسية وكذا عند تطويرها.
- ضرورة التوفيق بين التدريب العقلي والميداني في التدريب الرياصي
- نأمل أن تؤدي هذه الأطروحة إلى رفع درجة المعرفة لأهمية تركيز الانتباه واكتساب المكفوفين لهذه المهارة خلال فترات حياتهم ويجب أن يبدأ التدريب عليها بسن مبكرا.
- العمل على إزالة جميع العوائق والعقبات وإجراء بعض التعديلات اللازمة على الأبنية والمنشآت والمرافق العامة والمرافق الخاصة لاستعمال العام وذلك لتسهيل حركة و انتقال المكفوفين.
- تحفيز المدربين ذوي القدرات الخاصة على فهم طبيعة لاعبيهم، والإلمام بقدراتهم العقلية، من أجل الارتقاء بالعملية التدريبية.
- ضرورة تعليم الأطفال الاستفادة من القدرات العقلية ومعالجة المعلومات لأنها تساعدهم على سرعة التعلم، و الاحتفاظ والتعميم للمهارة.
- إجراء الدراسات التطبيقية من خلال تركيز الانتباه الميداني.
- اهتمام قسم التدريب الرياضي بموضوع تدريب ذوي القدرات الخاصة وذلك لأن التدريب لا يقتصر على الأصحاء فقط.
- إجراء مواضيع مثل هذه االدراسة تخص التدريب الرياضي لذوي القدرات الخاصة.
- دراسة مقارنة بين ذوي القدرات الخاصة والأسوياء في تركيز الانتباه لكرة الجرس.

الآفاق المستقبلية:

إن العمليات العقلية ومنها تركيز الانتباه أحد الموضوعات المهمة التي لها علاقة بالأداء، ويعد الانتباه من الأسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية العليا، فبدون الانتباه لا يستطيع الإنسان أن يتعلم أو يتذكر أو يفكر بأي شيء.

لكي يتعلم الإنسان شيئا يجبأن ينتبه أولا ثم يدركه وبذلك وجب التركيز على هذا الجانب ي المجال الرياضي لما له من أهمية بالغة في تحقيق أفضل أداء.

وبغرض فتح مجموعة من الآفاق المستقبلية أمام الباحثين والمتخصصين في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية عامة والتدريب الرياضي خاصة وبالأخص تدريب ذوي القدرات الخاصة تقترح الباحثة مايلي:

- إجراء المزيد من البحوث العلمية حول نفس الموضوع باستخدام متغيرات أخرى أو دراسة المتغيريين (الحالة البدنية أو مهارة تركيز الانتباه) وربطها ببعض المتغيرات الأخرى، وهذا لما لها من تأثير كبير على مختلف الرياضات بصفة عامة، ونذكر من بين المتغيرات التي ممكن أن تكون ذات علاقة بمايلي:
- مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بالأداء الخططي للاعبين في الرياضات الجماعية المختلفة.
- إجراء دراسات مشابهة وعلى عينات كبيرة ومختلفة لغرض معرفة العلاقة بين تركيز الانتباه والأدائين البدني والتقني انطلاقا من الدراسة الحالية.
- ايجاد طرق ووسائل لتطوير تركيز الانتباه وتدريبها للاعبين قصد تطوير قدراتهم العقلية والبدنية وكذا التقنية.

قائمة المصادر
والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

1- قائمة المصادر

القرآن الكريم. (بلا تاريخ). جامع الأزهر، القاهرة: دار ابن الجوزي.

2- قائمة المراجع

2-1- قائمة المراجع العربية

1. أسامة كامل راتب. (2000). *تدريب المهارات النفسية المفاهيم – تطبيقات في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
2. السيد على سيد أحمد ، و فائقة محمد بدر. (1999). *إضطراب الانتباه لدى الأطفال*. القاهرة.: مكتبة النهضة المصرية.
3. إبراهيم سليمان. (2013). *سيكولوجية الإعاقة البصرية المعاق بصريا بين الطاقة المعطلة والقوى المنتجة*. عمان: دار الوراق للنشر والتوزيع.
4. إبراهيم حماد مفتي. (2001). *التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة، ط2*. القاهرة: دار الفكر العربي.
5. إبراهيم عبد الله فرج الزريقات. (2006). *الإعاقة البصرية المفاهيم الأساسية و الإعتبارات التربوية، ط1*. عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع.
6. أبي عبد الله محمد بن اسماعيل البخاري. (2002). *صحيح البخاري، ط1، 75 كتاب المرضى، باب فضل من ذهب بصره رقم 5653*. دمشق: دار ابن كثير.
7. احمد عباس. (2015). *سيكولوجية الطفل المعاق بصريا من وجهة نظر تربوية*. عمان: دار الإيسار للنشر والتوزيع.
8. احمد عزت راجع. (1976). *أصول علم النفس*. القاهرة: مطابع روز اليوسف.
9. أحمد آدم الشندويلي، و محمد السيد فرحات. (2012). *كرة الهدف للمعاقين، ط1*. القاهرة: دار الفكر العربي.
10. أحمد بوسكرة. (2005). *مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و التقني*. دار الخلدونية: الجزائر.

11. أحمد عبد الحميد. (1973). *الملاكمة المعاهد التربية الرياضية والعاملين في حقل الملاكمة*. القاهرة: دار نشر الجامعات المصرية.

12. أحمد فوزي فوزي. (2019). *سيكولوجية التعلم الحركي في المجال الرياضي، ط1*. مؤسسة عالم الراضة للنشر و دار الوفاء لدنيا الطباعة: الإسكندرية.

13. أحمد محمود، و أحمد عبد الله. (2007). *مناهج البحث العلمي*. الاسكندرية: الدار الجامعية.

14. أحمد مختار عمر. (2008). *معجم اللغة العربية المعاصرة، ط1، مج 1*. القاهرة: عالم الكتب.

15. إخلاص محمد عبد الحفيظ مصطفي. (2002). *طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي في المجالات التربوية و النفسية و الرياضية، ط 2*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

16. أسامة رياض أحمد أمين. (1980). *القواعد الطبية الرياضة المعوقين*. الرياض: الاتحاد العربي السعودي للطب الرياض.

17. أسامة رياض. (2000). *رياضة المعاقين*. القاهرة: دار الفكر العربي.

18. أسامة كامل راتب . (2007). *علم النفس الرياضة المفاهيم – التطبيقات*. القاهرة: دار الفكر العربي.

19. أسامة كامل راتب. (1998). *تعليم السباحة، ط3*. القاهرة: دار الفكر العربي.

20. أسامة كامل راتب. (2004). *تدريب المهارات انفسية في المجال الرياضي* (المجلد 2). القاهرة: دار الفكر العربي.

21. الروسان, ف .(1996) .*سيكولوجية الأطفال غير العاديين* .عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

22. السيد خير الله. (1973). *علم النفس التعليمي*. القاهرة: المكتبة التربوية.

23. الشاذلي, أ. ف .(2017) .*التحليل الحركي لذوي الإحتياجات الخاصة، ط1* .الإسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة و دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر.

24. بطرس حافظ بطرس. (2010). *التكييف المناهج للطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة.* الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

25. بوزيد صحراوي، كمال بوشرف، و سعيد سبعون. (2006). *منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية.* الجزائر: دار القصبة للنشر.

26. تزار مجيد كامل طه لويس. (1993). *علم النفس الرياضي* (المجلد ط1). بغداد: دار الحكمة للطباعة و النشر.

27. تزار مجيد كامل طه لويس. (1993). *علم النفس الرياضي ، ط1.* دار الحكمة للطباعة و النشر: بغداد.

28. ثناء عبد الودود عبد الحافظ. (2016). *السيطرة الإنتباهية والذاكرة العاملة والسرعة الإدراكية* (المجلد 1). عمان: دار من المحيط إلى الخليج.

29. جابر عبد الحميد. (1976). *بسيكولوجية التعلم و نظريات التعلم.* القاهرة: دار النهضة العربية.

30. جابر عبد الستار. (2000). *فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة.* عمان.: دار الفكر.

31. جبار الصمد عبد الستار . (2000). *التصور العقلي في الرياضة.* القاهرة: دار الفكر العربي.

32. إيهاب عبد العزيز الببلاوي، و ياسر سعد أحمد. (2014). *التقنيات التعليمية المساعدة لذوي الاحتياجات الخاصة، ط2.* الرياض: دار الزهراء للنشر و التوزيع.

33. جمال الدين ابن منظور. (1983). *لسان العرب، ط1.* القاهرة: مطبوعات بولاق.

34. جمال محمد الخطيب. (2013). *أسس التربية الخاصة.* المملكة العربية السعودية: مكتبة المتنبي للنشر والتوزيع.

35. جمال محمد الخطيب، و منى صبحي الحديدي. (2009). *مدخل على التربية الخاصة.* الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.

36. حسين حسام الدين طلحة، محمد فوزي عبد الشكور، و محمد السيد حلمي. (2006). *التعلم و التحكم الحركي، ط1.* القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

37. حسين كحلة ألفت. (2013). *علم النفس العصبي*. الملكة العربية السعودية: مكتبة الأنجلو المصرية.

38. حنان عبد الحميد العناني. (2014). *علم النفس التربوى*. عمان.: دار صفاء.

39. حجة القدس . (2016). *الأشخاص ضعاف البصر: تعليمهم وتعلمهم*. عمان: دار الأسار للنشر والتوزيع.

40. خليل عبد الرحمان المعايطة، مصطفى القمش، و محمد عبد السلام البواليز. (2000). *الإعاقة البصرية*. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

41. خير سليمان شواهين . (2010). *استراتيجيات التعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة*. عمان: دار المسيرة.

42. داوود سالي. (2018). *الإعاقة البصرية : التعريف، الأسباب التأثيرات. إعاقتي،*.

43. راجح حمد عزت. (1983). *اصول علم النفس* (المجلد ط2). مصر: دار المعارف.

44. رابح تركي. (1999). *مناهج البحث في العلوم التربية و علم النفس*. الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.

45. رحيم يونس كرو العزاوي. (2008). *مقدمة في منهج البحث العلمي، ط 1*. الأردن: دار الدجلة الأردنية الهاشمية.

46. رزق عبد الحكيم الحكيم، و عبده حسن أحمد. (2015). *المحددات النفسية والجوانب العقلية لانتقاء الناشئين في المجال الرياضي*. الإسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة والنشر، ودار الوفاء لدنيا الطباعة.

47. رمزية الغريب. (1967). *التعلم، ط3*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

48. رمضان محمد علي البدري. (2006). *قاموس المرجع إنجليزي عربي، ط1*. القاهرة: دار الروضة للنشر و التوزيع.

49. سعد زروقي. (1977). *موسوعة علم النفس* (المجلد ط1). بيروت: الموسوعة العربية للدراسات والنشر.

50. سعيد حسني العزة. (2002). *مدخل الى التربية الخاصة*. عمان: دار المسيرة.

51. سعيد حسني. (2001). *التربية الخاصة*. عمان: دار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.

52. شواهين , خ. س .(2010) .*استراتيجيات التعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة* .عمان: دار المسيرة.

53. صبحي منى الحديدي. (1997). *مقدمة في الإعاقة البصرية* . الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

54. صبحي منى الحديدي. (2015). *مقدمة في الإعاقة البصرية* (المجلد ط7). عمان: دار الفكر.

55. طارق عبد الرؤوف عامر. (2008). *الإعاقة البصرية*. القاهرة: طيبة للنشر والتوزيع،.

56. طه سعد علي، و أحمد أبو الليل. (2005). *التربية البدنية و الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة، ط1*. الكويت: مكتبة الفلاح للنشر و التوزيع.

57. عامر سعيد الخيكاني، عبد الله هزاع الشافعي، و علي حسين هاشم الزاملي. (2015). *علم النفس الرياضي للمرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة*. العراق: جامعة بابل.

58. عامر محمد سعودي، مازن عبد الهادي أحمد، و أحمد حامد أحمد السويدي. (2018). *التحكم الحركي و التعلم، ط1*. عمان: دار الرضوان للنشر و التوزيع.

59. عبد الباسط مبارك عبد الحافظ. (2013). *التعلم الحركي و الاداء*. عمان: دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع.

60. عبد الباقي محمد شذى، و مصطفى محمد عيسى. (2011). *إتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي المجلد الأولى)* (المجلد 1). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

61. عبد الرحمن سيد سليمان. (2007). *المعوقون بصريا*. دار الزهراء: الرياض.

62. عبد المجيد مروان إبراهيم. (1997). *الألعاب الرياضية للمعاقين، ط1*. عمان: دار الفكر العربي ط2.

63. عبد المطلب أمين القريطي . (2005). *سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم*. القاهرة: دار الفكر العربي.

64. عبد المطلب أمين القريطي. (2001). *سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة و تربيتهم، ط3.* القاهرة: دار الفكر العربي.

65. عثمان لبيب فراج. (2002). *الاعاقات الذهنية في مرحلة الطفولة.* القاهرة: المجلس العربي للطفولة والتنمية.

66. عبيد ماجدة السيد. (2000). *تعليم الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة – مدخل إلى التربية الخاصة،.* الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

67. عبيد ماجدة السيد. (2011). *الأشخاص ضعاف البصر .* الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

68. عدنان يوسف العتوم . (2004). *علم النفس المعرفي.* عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

69. عطية فايد جمال. (2009). *سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة والمتعددة والمتطلبات النفسية والتربوية لرعايتهم.* المنصورة: دار الجامعة الجديدة.

70. عفاف عثمان عثمان مصطفى. (2019). *الإتجاهات الحديثة في التربية الحركية، ط2.* الاسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة و دار الوفاء لدنيا للطباعة و النشر.

71. عكلة سليمان الحوري. (2016). *علم النفس الرياضي رؤية معاصرة.* القاهرة: مركز الكتاب الحديث.

72. عكلة سليمان الحوري. (2016). *علم النفس الرياضي رؤية معاصرة* (المجلد 1). القاهرة: مركز الكتاب الحديث.

73. عكلة سليمان الحوري. (2017). *مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي (سلبيات ومعالجات)* (المجلد 1). جمهورية العراق: جامعة الموصل.

74. عماد عبد الرحيم الزغلول. (2012). *مبادئ علم النفس التربوي.* الامارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.

75. عماد عبد الرحيم الزغلول، فالح الهنداوي. (2014). *مدخل إلى علم النفس.* الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.

76. عمر فواز عبد العزيز، و تيسير مفلح. (2010). *مقدمة في التربية الخاصة* . عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

77. عمر هنداوي .(2017) .*الاتحاد الدولي لرياضات المكفوفين –قواعد رياضة كرة الهدف* ، .الامارات العربية المتحدة : قنديل للطباعة و النشر و التوزيع.

78. عمر هنداوي. (2017). *الاتحاد الدولي لرياضة المكفوفين قواعد رياضة كرة الهدف*. دبي: قنديل للطباعة و النشر و التتزيع.

79. غسان محمد صادق. (1990). *رياضة المعاقين*. جامعة بغداد: وزارة التعليم العالي و البحث العلمي.

80. فاروق الروسان . (2001). *سيكولوجية الأطفال غير العاديين – مقدمة في التربية الخاصة* (المجلد ط5). عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

81. فؤاد عيد الجوالده. (2012). *مشاكل بصرية*. عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

82. فؤاد إفرام البستاني. (1956). *منجد الطلاب*. لبنان: دار المشرق.

83. قاسم لزام صبر، يوسف لزام كماش، و بشير سعد أبو خيط. (2005). *أسس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم*. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة.

84. كمال سالم سيسالم. (1997). *المعاقون بصريا – خصائصهم ومناهجهم*. مصر: الدار المصرية اللبنانية.

85. محسن علي عطية. (2009). *البحث العلمي في التربية مناهجه أدواته وسائله الإحصائية*. عمان: دار المناهج للنشر و التوزيع.

86. محمد العربي شمعون . (1999). *التدريب العقلي في المجال الرياضي*. مصر: دار الفكر العربي.

87. محمد حسن علاوى . (2002). *علم النفس تدريب والمنافسة*. القاهرة: دار الفكر العربي.

88. محمد رفعت حسن محمود. (2006). *سلسلة الألعاب الرياضية للمعاقين*. الإسكندرية: دار المصرية للطباعة والنشر والتوزيع.

89. محمد سلمان الخزاعلة . (2013). *الرياضة وعلم النفس*. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

90. محمد حسن علاوى. (2002). *علم النفس تدريب والمنافسة*. القاهرة: دار الفكر العربي.

91. محمد حسن علاوي. (1990). *علم التدريب الرياضي* (المجلد 11). حلوان، القاهرة: دار المعارف.

92. محمد حسن علاوي. (1998). *موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين* (المجلد ط1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

93. عبد الفتاح عبد المجيد الشريف. (2011). *التربية الخاصة و برامجها العلاجية، ط1*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

94. محمد حسن علاوي، و محمد نصر الدين رضوان. (1982). *اختبارات الاداء الحركي، ط1*. القاهرة: دار الفكر العربي.

95. محمد حلمي إبراهيم، و ليلى سيد فرحات. (1998). *التربية الرياضية و الترويح للمعاقين*. القاهرة: دار الفكر العربي.

96. محمد سيد أحمد الدمرداش، و مجدي عزيز إبراهيم. (2006). *آثار التدريس رياضيات للتلاميذ المعوقين بصريا*. مصر: عالم الكتب للنشر والتوزيع.

97. محمد عامر الدهمشي. (2007). *دليل الطلبة و العاملين في التربية الخاصة، ط1*. عمان: دار الفكر للنشر و التوزيع.

98. محمد عبد الله عبدالرحمن. (1999). *سياسات الرعاية الاجتماعية للمعاقين في المجتمعات النامية*. الأردن: دار المعرفة الإجتماعية.

99. محمد علي كامل. (1996). *سيكولوجية الفئات الخاصة* (المجلد ط1). مصر: دار النهضة المصرية علية.

100. محمد العربي شمعون. (1996). *التدريب العقلي في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي

101. محمد عنان. (1998). *التربية البدنيةللمعاقين*. القاهرة: دار الفكر العربي.

102. محمد مصطفى زيدان. (1972). *نظريات التعلم و تطبيقاتها التربوية*. ليبيا: المنشورات الجامعية.

103. مخلوف عبد الحكيم مخلوف. (2008). *تربية المعاقين بصريا*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

104. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2002). *التربية الرياضية للإعاقة البصرية، ط1*. عمان: الدار العلمية الدولية و التوزيع و دار الثقافة للنشر و التوزيع.

105. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2002). *النمو البدني و التعلم الحركي، ط1*. دار العملية الدولية و دار الثقافة: عمان.

106. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2017). *أسس علم الحركة في المجال الرياضي*. عمان: مؤسسة الوراق للنشر و التوزيع.

107. مسعود جبران. (1992). *الرائد معجم لغوي عصري، ط7*. بيروت: دار العلم للملايين.

108. مصطفى القمش، و خليل المعايطة. (2007). *سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة مقدمة في التربية الخاصة، ط1*. عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع.

109. مصطفى حسين باهي، و محمود عبد الفتاح عنان. (2001). *معاملات الارتباط والمقاييس اللامعلمية النظرية – التطبيق* (المجلد ط1). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

110. مصطفى نوري القمش. (2013). *الإعاقات المتعددة، ط3*. عمان: دار المسيرة للنشر و التوزيع.

111. مصطى باهي. (2002). *سيكولوجية الأداء الرياضي نظريات تحليلات تطبيقات، مكتبة*. القاهرة: الأنجلو المصرية.

112. مفتى ابراهيم حماد. (1999). *التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة*. القاهرة: دار الصفاء.

113. مفتى ابراهيم حماد. (1999). *التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة*. القاهرة: دار الصفاء.

114. مفتي إبراهيم حماد. (2001). *الدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة*. مصر، القاهرة: دار الفكر العربي.

115. منشور الفدرالية الجزائرية. (1990). *رياضة المعاقين*. الجزائر.

116. منشور الفدرالية الجزائرية. (1996). *رياضة المعاقين*. الجزائر.

117. ناصر ثابت. (1984). *أضواء على الدراسة الميدانية*. الكويت: مكتبة الفلاح الكويتية.

118. ناهدة عبد زيد الدليمي. (2002). *مختارات في التعلم الحركي، ط1*. العراق: الدار الجامعية و النشر.

119. ناهدة عبد زيد الدليمي. (2012). *أساليب التعلم الحركي*. بيروت: دار الكتب العلمية.

120. ناهدة عبد زيد الدليمي. (2016). *أساسيات في التعلم الحركي، ط1*. الأردن: الدار المنهجية للنشر و التوزيع.

121. ناهدة عبد زيد الدليمي. (2019). *التمرينات و تطبيقاتها في التعلم الحركي، ط1*. عمان: دار الرضوان للنشر و التوزيع.

122. نبيل صالح سفيان. (2003). *المختصر في الشخصية و الارشاد النفسي*. مصر: مركز الكتاب للنشر.

123. نبيل طه حسين آل شهاب. (2011). *اختبارات اللياقة البدنية، ط1*. البحرين: قسم التدريب و التطوير الرياضي، اللجنة الأولمبية البحرينية.

124. وجيه محجوب. (1989). *علم الحركة، ط1*. القاهرة: دار الكتب للطباعة و النشر.

125. وجيه محجوب. (1998). *علم الحركة و التعلم الحركي*. بغداد: بيت الحكمة.

126. وجيه محجوب. (2001). *نظريات التعلم و التطور الحركي، ط1*. دار وائل للطباعة و النشر: عمان.

127. وجيه محجوب. (2005). *أصول البحث العلمي و مناهجه، ط2*. عمان: دار المناهج.

128. وسام صلاح عبد المحسن، و سامر يوسف متعب. (2013). *التعلم الحركي تطبيقاته في التربية البدنية و الرياضية*. لبنان: دارا لكتب العلمية.

129. محمود فتوح محمد سعدات. (2016). *اضطرابات نقص الانتباه المصحوب بفرط النشاط : صعوبات التعلم النمائية*. مصر: جامعة عين الشمس.

130. يامنة عبد القادر إسماعيلي ، و صابر قشوش. (2015). *(2015) ،الدماغ والعمليات العقلية*. بيروت: مطبعة رشاد برس.

131. يعرب خيون. (2010). *التعلم الحركي بين المبدأ و التطبيق، ط2*. بغداد: دار الكلمة الطيبة.

132. يعرب خيون. (2010). *التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق*. بغداد: دار الكتب والوثائق

133. يوسف إبراهيم ، و سليمان عبد الواحد. (2013). *الاتجاهات الحديثة في صعوبات التعلم النوعية*. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع .

134. يوسف القريوتي. (1995). *المدخل إلى التربية الخاصة*. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.

135. يوسف أقطامي، و نايف أقطامي. (2000). *سيكلوجية التعلم الصفي، ط1*. عمان: دار الشروق.

136. يامنة عبد القادر إسماعيلي و صابر قشوش .(2015) .*الدماغ والعمليات العقلية* .بيروت: مطبعة رشاد برس

2-2- قائمة المراجع الأجنبية

137. Dolores , M., Justicia , L., Pichardo, M., & Medina, A. C. (2005). Self-concept in Low-vision Children and Their Peers Without Visual Problems. *Self and Identity*, 305-309.

138. Jennifer, E., Astrid, F., & Liam, S. (2005). *prevalence causes and impact of sight loss in older people in Britain.* London: Thomas pock lingtion trust.

139. Tadic , P., Chapter , i. R., & Frank, Y. (2010). *Cognitive and Behavioral Manifestations of Pediatric Diseases.* New York: Oxford University Press.

140. Bochaver, K., Dovzhik, L., & Alexandra, D. B. (2021). Mental Skills of an Athlete as a Resource of Professional Longevity in Sport. *Experimental Psychology (Russia), 14(4)*, 58-75.

141. *Sports Federation version 1.2.*

Larousse. (1977). *La grande Larousse encyclopédique.*

142. Petrigna, L., Valerio, G., Daniele, Z., & Aurea, S. (2020). Physical fitness assessment in Goalball. *A scoping review of the literature Heliyon, 6(7)*, 395-407.

143. Wagner, e. (2004). Development and implementation of a curriculum to develop social competence for students with Visual impairment in Germany. *journal of visual impairment & blindness, 98(11),* 703-710.

144. Warrick, J. (September 2002). *How to play...Goalball an introduction to the basics. Sporting Wheelies Disabled Sport and Recreation Association of Queensland (inc).*

3- المقالات :

3-1- المقالات العربية

145. أبو فخر غسان. (2000). *المعوقين حسيا والصعوبات المرافقة لإعاقتهم ، مجلة الشؤون الاجتماعية.* الشارقة: مجلة الشؤون الاجتماعية.

146. أماني حسين محمد. (2022). تركيز الانتباه وعلاقته بإتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد. *مجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، 62 (3)*، 763-782.
doi:10.21608/JPRR.2022.267775

147. بلال حاتم عبد الغفور. (2021). تأثير استخدام التمارين البدنية في تطوير عضلات الذراعين للوقاية من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة الهدف للمعاقين (فئة B1.). *مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، 31 (1)*، 113-123. تم الاسترداد من http://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/83

148. سليمان على الحوري عكة أيار. (2007). علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب لدى لاعبي المنتخب الوطني للناشئين. *مجلة علوم الرياضة، 1.*

149. شرين فاروق، فؤاد أبو المكارم، و إيمان صبري. (2017). مهارات تركيز الانتباه في ممارسة بعض الرياضات الجماعية. *دراسات نفسية، 27(4)*، 675-711.

150. عبد العزيز عبد الكريم المصطفى. (1993). *التعلم الحركي في ضوء نظرية معالجة المعلومات، ع 28.* عمان: مجلة محكمة اتحاد الجامعات العربية.

151. عبد العزيز عبد الكريم المصطفى. (2018). *التعلم الحركي في ضوء مفهوم آلية التفكير لدى الأطفال و البالغين.* السعودية: عدد خاص بالملتقى الدولي الثامن علوم الأنشطة البدنية و الرياضية و تحديات الألفية الثالثة، مجلة علمية سنوية محكمة، مركز لول للدراسات الرياضية و التربوية.

152. ماجدة عمران. (2014). *الممارسة الرياضية لدى ذوي الإعاقة البصرية*. جامعة الجزائر 2: مجلة الخبير ع3.

153. محمد عبد الله نجم. (2021). تأثير منهج تدريبي مقترح لتطوير بعض أنواع القوة العضلية للذراعين على عينة من لاعبي كرة الهدف الشباب في محافظة البصرة. *مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية،، 31 (3)*، 294-307. تم الاسترداد من https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/170

154. محمود عبد الرحيم غلاب ، و محمد إبراهيم الدسوقي . (1996). دراسة مقارنة بين الأطفال المصابين بشلل الأطفال والعاديين في بعض متغيرات الشخصية. *مجلة دراسات نفسية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية القاهرة،، (6) 1*، 5-64.

155. وليد سيد حسين. (2023). تركيز الانتباه وعلاقته بالتدفق النفسي لدى لاعبي كرة القدم. مجلة تطبيقات علوم الرياضة، جامعة الاسكندرية، 199-170.

3-2- المقالات الأجنبية

156. Burçak , O., Nuri, Ç., & Güngör, B. (2020). The Effects of the Mental Training Skills on the Prediction of the Sports Sciences Faculty Students' Anxiety Levels,,.p. *International Journal of Eurasian Education and Culture, 5(9)*, 888-929.

157. Cassar, C., & Lucchese, F. (2016). Psychometric Test For Blind Adults And Children, Critical Issues And Perspectives, 1(2),. *International Journal of Developmental and Educational Psychology Revista INFAD de psicología*, 109-116.

158. Jessup, G., Cornell , E., & Bundy, A. (2010). The Treasure in Leisure Activities: Fostering Resilience in Young People Who Are Blind. *Journal of Visual Impairment & Blindness, 104(7)*, 419-430.

159. Morato, M. P., & Menezes, R. P. (2018, October–December). Revista Brasileira de Ciências do Esporte. *40(4)*, 427-434.

160. Schaller, C. (2000). Perspectives of Adolescents with Visual Parents. *Impairments on Social Support from their Journal Blindness, (94)2*, 69-84.

161. Bataller, V., Pablo, C., & Bascuas, J. (2022). (2022),Attack and Defense Performance in Goalball. *A Proposal for Throwing, Balance and Acoustic Reaction Evaluation Biology, 11(8*, 12-34.

162. Beaty, L. (1992). Adolescent Self-Perception as a Function of Vision Loss. *Journal of Adolescence, (27)107*, 707-714.

163. El Oirdi , H., Eloirdi, A., Ahmed , O., & Ahami, K. (2023). THE RELATIONSHIP BETWEEN FORMS OF MOTIVATION AND MENTAL SKILLS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT. *Acta Neuropsychologica, 21(1)*, 43-52.

164. French, K., & Thomas, J. (1987). The relation of knowledge development to children's basketball performance. Journal of Sport Psychology,9.
165. George, A., & Duquette, C. (2006). The Psychosocial Experiences of a Student with Low Vision. Journal of Visual Impairment & Blindness, 100(3), 152-163.
166. Gondo , T. (2023). Mental Skills Strategies that have been Successfully used to Enhance Performance in Sport: A Systematic Review. International Journal of Research, 11(10), 1928-1936.
167. Guerrón , M., Pozo, F., & Serrano , J. (2017). Differences between blind people's cognitive maps after proximity and distant exploration of virtual environments. Computers in Human Behavior, 77, 294- 308.
168. Huurre, T., & Aro, H. (2000). Thepsychosocial well-being of finish adolescents with visual impairments versus those with chronic conditions and those with no disabilities. journal of visual impairment & blindness, v 94, n 10, 625- 638.
169. IBSA goalball Rules and Regulations 2018-2020. (July 1,2019). International Blind agazine. (2017, 09 2). Consulté le 04 02, 2020, sur Daily Monitor: https://www.monitor.co.ug/Magazines/Score/Uganda-solicit-funds-to-nurture-goalball-talent-/689854-4211088-13dhd6w/index.html

4- رسائل الدكتوراه والماجستير

170. محمد لطفي. (1975). *خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها مستوى اللاعبين ومركزه، رسالة ماجستير*. القاهرة: جامعة حلوان.

171. أحمد زكي عبد المقصود أحمد. (2009). *دراسة مقارنة بين التلاميذ المعاقين بصريا (فئات B1، B2، B3)على قدرة تعلم سباحة الزحف على البطن، رسالة ماجستير*. القاهرة: جامعة حلوان،كلية التربية الرياضية، قسم التدريب الرياضي.

172. أحمد زيوش. (2012). *دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض مهارات التفكير الناقد في المجال الرياضي، طروحة دكتوراه*. الجزائر: نظرية ومنهجية التربية البدنية الرياضية، جامعة الجزائر.

173. أوراس عنان حتروش. (2013). *تأثير تمرينات بدنية خاصة باستخدام تكنولوجيا الرياضة في تطور إنجاز ركض 400م حرة للمعاقين فئة B13، رسالة ماجستير*. العراق: جامعة ديالي مجلة علوم الرياض.

174. جمال الحلواح. (2016). *دور الميل والدافع في تنمية تركيز الانتباه وأثرهما على الإنجاز الرياضي،أطروحة دكتوراه*. الجزائر: جامعة الجزائر 3.

175. حمزة الصديق. (2014). *تأثير التصور العقلي على التعلم الحركي لدى تلاميذ أقسام الدراسة و الرياضة، رسالة ماجستير*. الشلف: جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف.

176. خالد عبد المجيد. (1986). *تركيز الانتباه قبيل أداء الإرسال في كرة الطائرة، رسالة ماجستير*. بغداد: كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.

177. خير الدين بن رابح. (2014). *دراسة أثر قلق المنافسة على تركيز الإنتباه وانعكاسها على الأداء المهاري الخططي الهجومي حسب مناصب اللعب لدى أواسط كرة القدم ،اطروحة الدكتوراه*. الجزائر: نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية. جامعة الجزائر 3.

178. داوود لطفى سامية. (1998). *العلاقة بين الاغتراب ومفهوم الذات لدى المكفوفين*. مصر: رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

179. سبهان محمود احمد شهاب الزهيري. (2001). *بناء مقياس التصرف الخططي للمهارات المفتوحة والمغلقة بالتنس الأرضي :اللعب الفردي وعلاقته بالذكاء وعدد من مظاهر الانتباه أطروحة دكتوراه ،*. العراق: كليةالتربية الرياضية ، جامعة الموصل .

180. سماح علية . (2013). *تكييف المناهج التربوية حسب حاجات المعوقين بصريا، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه*. بسكرة.: علم الاجتماع، كلية العلوم الاجتماعية.

181. ظافر هشام إسماعيل. (2002). *الأسلوب التدريسي المتداخل و تأثيره في التعلم و التطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعلم التنس*. العراق: أطروحة دكتوراه،جامعة بغداد.

182. عبد الحميد أشرف محمد . (1995). *دراسة بعض متغيرات البيئة المدرسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى ذوي الإعاقة البصرية رسالة ماجستير*. مصر: كلية التربية جامعة الزقازيق.

183. عبد الدايم عدة. (2003). بطارية إختبارات مقترحة لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية لدى المعاقين حركيا أطراف سفلى (فئة .(T53 جامعة مستغانم: رسالة ماجستير.

184. عيسى نجاة لمعي. (1997). *الاتجاهات الوالدية نحو الطفل الكفيف رسالة ماجستير*. مصر: معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس.

185. كاشف إيمان فؤاد. (1993). *تعديل اتجاهات طلاب الدراسات العليا نحو العمل في مجال التخلف العقلي – دراسة إرشادية مجلة معوقات الطفولة مركز إعاقات الطفولة، رسالة ماجستير.* القاهرة: جامعة الأزهر.

186. محمد السيد محمد فرحات . (2009). *تأثير وحدات تعليمية مقترحة لكرة الهدف على تعلم المهارات الأساسية للطلاب المعاقين بصريا.* القاهرة: جامعة حلوان–كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة– قسم المناهج وطرق التدريس ، *رسالة ماجستير.*

187. محمد عبد الفتاح رشا. (2004). *مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين مكفوفي البصر – دراسة مقارنة رسالة ماجستير.* مصر : معهد الدراسات العليا للطفولة ،جامعة عين شمس.

188. مصطفي طوطاح. (2015). فاعلية برنامج تعليمي مقترح على ضوء استخدام الوسائل البصرية في تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى فئة المعاقين سمعيا (10–14) سنة. جامعة الجزائر 3: أطروحة دكتوراه.

189. مقران عكاش. (219). *خصائص منحنى التعلم الحركي و علاقته بالانتباه أثناء تعلم الحلاورة بكرة السلة ، أطروحة دكتوراه.* جامعة بجاية.

190. هادي موسى بولص حنونا. (2004). *علاقة بعض القدرات العقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الإنجاز لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبات أندية القطر للدرجة الأولى، رسالة ماجستير.* العراق: كلية التربيةالرياضية جامعة الموصل.

191. يس عزه عزت. (1997). *القبول والرفض الوالدي كما يدركه الطفل الكفيف وعلاقته بمفهوم الذات، رسالة ماجستير.* مصر : معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس.

192. nd Self-Esteem in Children and Adolescents with moderate visual Impairment. *Dissertation Abstracts International, (59)8,* 44-59.

5- مواقع الأنترانت

193. التربية البدنية. (26 ,03 ,2014). تاريخ الاسترداد 07 ,04 ,2020، من التربية البدنية: https://sites.google.com/a/illuta.tzafonet.org.il/090/home/krte-alhdf

194. التربية البدنية. (12 ,05 ,2014). تاريخ الاسترداد 07 ,04 ,2022، من التربية البدنية: https://sites.google.com/a/illuta.tzafonet.org.il/090/home/krte-alhdf

195. سجى أبو رياش. (20 09, 2021). *الحياة والمجتمع، قضايا مجتمعية*. تم الاسترداد من موضوع: https://mawdoo3.com/تعريف_ذوي_الاحتياجات_الخاصة

196. *علوم و صحة*. (17 04, 2014). تاريخ الاسترداد 08 04, 2020، من شباب مصر: http://www.shbabmisr.com/t~61557

197. يوشي تائيكو. (17 02, 2020). *موضوعات*. تاريخ الاسترداد 08 04, 2020، من nippon.com اليابان بلعربي: https://www.nippon.com/ar/japan-topics/b08909/

198. (1996, 08). Consulté le 04 08, 2020, sur WIKIMEDIA COMMONS: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Xx0896_-_Men%27s_goalball_Atlanta_Paralympics_-_3b_-_Scan_(26).jpg

199. (2010). Consulté le 04 08, 2020, sur Goalballuk-NGB: https://mu.linkedin.com/company/goalballuk

200. (2020, 02 15). Consulté le 04 08, 2020, sur BORP: http://www.borp.org/programs/goalball/

201. *blindplus*. (2009, 01 16). Consulté le 04 08, 2020, sur موسوعة النور: http://blindopedia.kenanaonline.com/posts/85589

202. *conoces-torball*. (2014, 03 23). Consulté le 04 08, 2020, sur Paradeportes.com: https://www.paradeportes.com/conoces-el-torball/

203. Darlington, D. (2019, 08 19). *Sports*. Consulté le 04 08, 2020, sur Advertiser Maidenhead: https://www.maidenhead-advertiser.co.uk/gallery/more-sport/148916/hidrej-scores-first-international-goal-as-great-britain-u19s-claim-bronze-in-world-youth-goalball-championships.html

204. *Goalball Goal Nets*. (2017). Consulté le 04 08, 2020, sur Targe: https://shop.targeinnovations.com/goalball-goal-nets/

205. Masoliver, D. (2017, 06 20). Life style. Consulté le 04 08, 2020, sur The Guardian: https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2017/jun/03/goalball-rescued-me-from-my-slump-visual-impairment-blind

206. Sport. (2014, 08 05). Consulté le 04 08, 2020, sur The Advertiser: https://www.adelaidenow.com.au/sport/afl/expert-opinion/ali-clarke-professional-sportsmen-and-women-are-not-the-only-ones-who-inspire/news-story/ef779e27128eb552effda717fef267c4

207. SPORTS. (2018). Consulté le 04 08, 2020, sur NANTERREINF: http://m.nanterreinfo.fr/sports_439/vous-avez-dit-goalball-

208. VIQUIPEDIA. (2016, 04 16). Consulté le 04 07, 2020, sur Fitxer:Goalball field diagram -en.svg: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Goalball_field_diagram_-en.svg

ملاحق الدراسة

قائمة الملاحق:

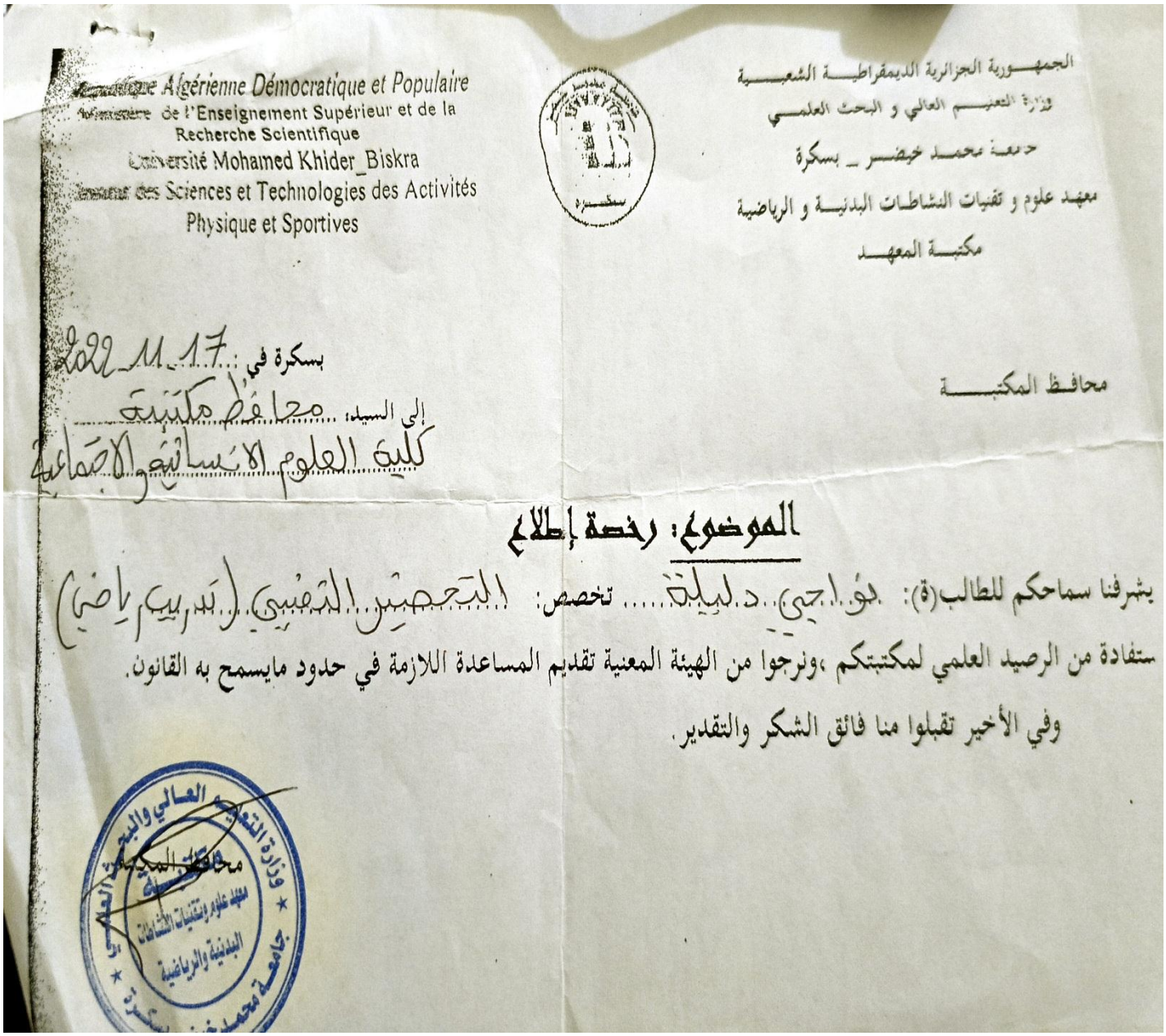
رقم الملحق	عنوان الملحق:
01	ملحق يبين انخراط الباحثة في النادي.
02	رخصة إالإطلاع للمكتبة.
03	ملحق يوضح حور الباحثة للمباريات.
04	تسهيل المهام لرئيس النادي الرياي التربوي –بسكرة–.
05	احصائيات حول رياضيين كرة الهدف –بسكرة–.
06	تسهيل المهام لرئيس الرابطة الولائية لرياضةالمعاقين –بسكرة–
07	تسهيل المهام إلى مدير مدرسة المعوقين بصريا–بسكرة– ومدير القاعة الرياضية محمد خالدي بسكرة
08	اختبار تركيز الانتباه مكتوب بالطريقة الكتابة العادية وبطريقة كتابة البرايل.
09	اقرار بإجراء الدراسة الاستطلاعية.
10	اقرار بإجراء اختبارات الدراسة.
11	إحصائيات المجتمع الأصلي.
12	إحصائيات المجتمع المتاح.
13	بطاقة الاختبارات الميدانية للاعبين.
14	تفريغ نتائج الاختبارات ي SPSS.
15	وثيقة خاصة بمحكمين الاختبارات.
16	جداول النتائج الاحصائية للاختبارات SPSS.

الملحق رقم 01

النادي الرياضي للهواة التربوي للمكفوفين
بسكـــــرة
بطاقة إنخراط
الرقم : 29
الإسم : دليلة
اللقب : نواجي
تاريخ ومكان الميلاد : 1981/03/18
الصفة : مدربة

الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
Fédération Algérienne Handisport
N°: C00363
موسم 2023/2022
إجازة
الإسم : نواجي
اللقب : دليلة
تاريخ الميلاد : 1981-03-18
الرابطة : بسكرة
النادي : التربوي للمكفوفين بسكرة
الصفة : مدرب
NOUADJI DALILA/ E A B
A-

الملحق رقم 02



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر _ بسكرة
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
مكتبة المعهد

République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique
Université Mohamed Khider_Biskra
Institut des Sciences et Technologies des Activités Physique et Sportives

بسكرة في: 2022.11.17

إلى السيد: محافظ مكتبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

محافظ المكتبة

الموضوع: رخصة إطلاع

يشرفنا سماحكم للطالب(ة): بوراجي دليلة تخصص: التحضير النفسي للتدريب الرياضي

ستفادة من الرصيد العلمي لمكتبتكم ،ونرجوا من الهيئة المعنية تقديم المساعدة اللازمة في حدود مايسمح به القانون.

وفي الأخير تقبلوا منا فائق الشكر والتقدير.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
محافظ المكتبة

الملحق رقم 03

الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT
المديرية التقنية الوطنية

الدورة 01 القسم الوطني 1 لكرة الجرس

جدول اللقاءات

القاعة	التاريخ		التوقيت	اللقاءات	الحكام
قاعة بسكرة	الجمعة 2023/11/24	1	09 س 00	تربوي بسكرة -أماق البليدة	
		2	09 س 50	أولمبيك باتنة-ف سطيف	
		3	10 س 40	ص سوق أهراس -نور البليدة	
		4	11 س 20	أنوار عانابة -أمل خنشلة	
				توقف صلاة الجمعة	
		5	13 س 30	أمل خنشلة- ف سطيف	
		6	14 س 20	أنوار عانابة - ص سوق أهراس	
		7	15 س 10	نور البليدة -تربوي بسكرة	
		8	16 س 00	أماق البليدة-أولمبيك باتنة	
	السبت 2023/11/25	9	09 س 00	ص سوق أهراس- أمل خنشلة	
		10	09 س 50	تربوي بسكرة - أنوار عانابة	
		11	10 س 40	أولمبيك باتنة - نور البليدة	
		12	11 س 20	ف سطيف- أماق البليدة	

SOCIETE GENERALE ALGERIE Partenaire officiel de la FAH
Sponsor officiel de la FAH
Adresse: 04, Rue Youcef MELIANI - Château neuf - El-Biar - Alger. E-mail: handisportalgeria@outlook.fr - Site web: www.fahandisport.dz
Président: +213 (0) 23 34 38 11 Secrétariat: +213 (0) 23 34 38 10 S.G: +213 (0) 23 34 38 08 Fax: +213 (0) 23 34 38 09

الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT
المديرية التقنية الوطنية

الدورة 02 القسم الوطني 1 لكرة الجرس

جدول اللقاءات

القاعة	التاريخ		التوقيت	اللقاءات	الحكام
قاعة بسكرة محمد خالدي خلف مدرسة المكفوفين	السبت 2023/01/28	1	09 س 00	ص سوق أهراس-تربوي بسكرة	
		2		جبل الشلف -أولمبيك باتنة	
		3		أنوار سطيف-نصر الجزائر	
		4		تربوي بسكرة- أمل خنشلة	
		5		أولمبيك باتنة - ص سوق أهراس	
		6		نصر الجزائر -جبل الشلف	
		7		أمل خنشلة-أنوار سطيف	
		8		تربوي بسكرة -أولمبيك باتنة	
		9		ص سوق أهراس -نصر الجزائر	

SOCIETE GENERALE ALGERIE Partenaire officiel de la FAH
Sponsor officiel de la FAH
Adresse: 04, Rue Youcef MELIANI - Château neuf - El-Biar - Alger. E-mail: handisportalgeria@outlook.fr - Site web: www.fahandisport.dz
Président: +213 (0) 23 34 38 11 Secrétariat: +213 (0) 23 34 38 10 S.G: +213 (0) 23 34 38 08 Fax: +213 (0) 23 34 38 09

الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
FEDERATION ALGERIENNE HANDISPORT
المديرية التقنية الوطنية

الدورة 05 القسم الوطني 1 لكرة الجرس

جدول اللقاءات

القاعة	التاريخ		التوقيت	اللقاءات	الحكام
قاعة البليدة	الجمعة 2024/03/08	1	09 س 00	نور البليدة- أماق البليدة	
		2		ص سوق أهراس - أولمبيك باتنة	
		3		أمل خنشلة- تربوي بسكرة	
				توقف صلاة الجمعة	
		4	13 س 30	نور البليدة- أمل خنشلة	
		5		أولمبيك باتنة -تربوي بسكرة	
		6		ف سطيف - ص سوق أهراس	
	السبت 2024/03/09	7	09 س 00	أمل خنشلة- أولمبيك باتنة	
		8		تربوي بسكرة -ف سطيف	
		9		أماق البليدة -ص سوق أهراس	

SOCIETE GENERALE ALGERIE Partenaire officiel de la FAH
Sponsor officiel de la FAH
LIANI - Château neuf - El-Biar - Alger. E-mail: handisportalgeria@outlook.fr - Site web: www.fahandisport.dz
1 34 38 11 Secrétariat: +213 (0) 23 34 38 10 S.G: +213 (0) 23 34 38 08 Fax: +213 (0) 23 34 38 09

الملحق رقم 04

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر _ بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
نيابة مدير المعهد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION AND
SCIENTIFIC RESEARCH
MOHAMED KHIDER UNIVERSITY OF BISKRA
INSTITUTE OF SCIENCES AND TECHNOLOGIES OF
PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES
VICE INSTITUTE IN CHARGE OF THE PGRS

إلى السيد المحترم : رئيس النادي الرياضي الهاوي التربوي- بسكرة

الموضوع : تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد ؛

في إطار التعاون بين معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد خيصر ومختلف المؤسسات التربوية والاقتصادية والنوادي الرياضية، فإننا نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة.

للطالب (ة) :

- الاسم : دليلة اللقب : نواجي
- رقم التسجيل : 05/PG/D/LMD/SPR/21
- شعبة : التدريب الرياضي التخصص : التحضير النفسي الرياضي.

من خلال تمكينه(ها) من إجراء الجانب التطبيقي لأطروحة الدكتوراه خاصتها.

وفي الأخير، تقبلو مني فائق الاحترام والتقدير.

ملاحظة : سلمت هذه الوثيقة بطلب من المعني(ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

بسكرة في : 2022/11/05
نائب المدير المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

مدير مساعد مكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
د/ناصر بقار

رئيس النادي
رمضان رضا

الملحق رقم 05

الإتحادية الجزائرية لرياضة المعاقين
الرابطة الولائية لرياضة المعاقين بسكرة

مقر دار الرابطات بني مرة بسكرة

☎: 033 75 -99- 43

الرقم:..06../ ر و ر م ب /2023

الى السيد / نواجي دليلة

الموضوع: احصائيات حول رياضيين كرة الهدف

المرجع : مراسلة جامعة بسكرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
رقم215/ن م م ب ع ع خ/2023 بتاريخ 2023/10/25

تبعا للمراسلة المذكورة في المرجع اعلاه وتسهيلا للطالبة **نواجي دليلة** ومساعدتها في اجراء الجانب التطبيقي لانجاز اطروحة الدكتوره خاصتها
نعلمكم ان عدد الرياضيين في كرة الجرس في ولاية بسكرة هو 17 رياضي مقسم على ناديين على النحو التالي :
النادي الرياضي الهاوي التربوي للمكفوفين بسكرة (12 رياضي) ينشطون في البطولة الوطنية القسم الاول وسط شرق
النادي الرياضي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين (05 رياضيين) ينشطون في البطولة الوطنية القسم الثاني وسط غرب

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

بسكـــرة في : 2023/11/06

الامين العام للرابطة
الكاتب العام

الملحق رقم 06

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر _ بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
نيابة مدير المعهد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION AND
SCIENTIFIC RESEARCH
MOHAMED KHIDER UNIVERSITY OF BISKRA
INSTITUTE OF SCIENCES AND TECHNOLOGIES OF
PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES
VICE INSTITUTE IN CHARGE OF THE PGRS

رقم: 916 /ن.م.م.ب.ت.ب.ع.ع.خ/2023

إلى السيد المحترم : رئيس الرابطة الولائية لرياضة المعاقين
بسكرة

الموضوع : تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد ؛

في إطار التعاون بين جامعة بسكرة والمؤسسات التربوية والاقتصادية والنوادي الرياضية، فإننا نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة للطالب(ة) :

- الإسم : دليلة اللقب : نواجي.
- رقم التسجيل : 05/PG/D/LMD/SPR/21
- شعبة : التدريب الرياضي التخصص : التحضير النفسي الرياضي.

ومساعدته(ها) في إجراء الجانب التطبيقي، لإنجاز أطروحة الدكتوراه خاصته(ها).

وفي الأخير، تقبلو منا أسمى عبارات التقدير والإحترام.

ملاحظة : سلمت هذه الوثيقة بطلب من المعني(ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

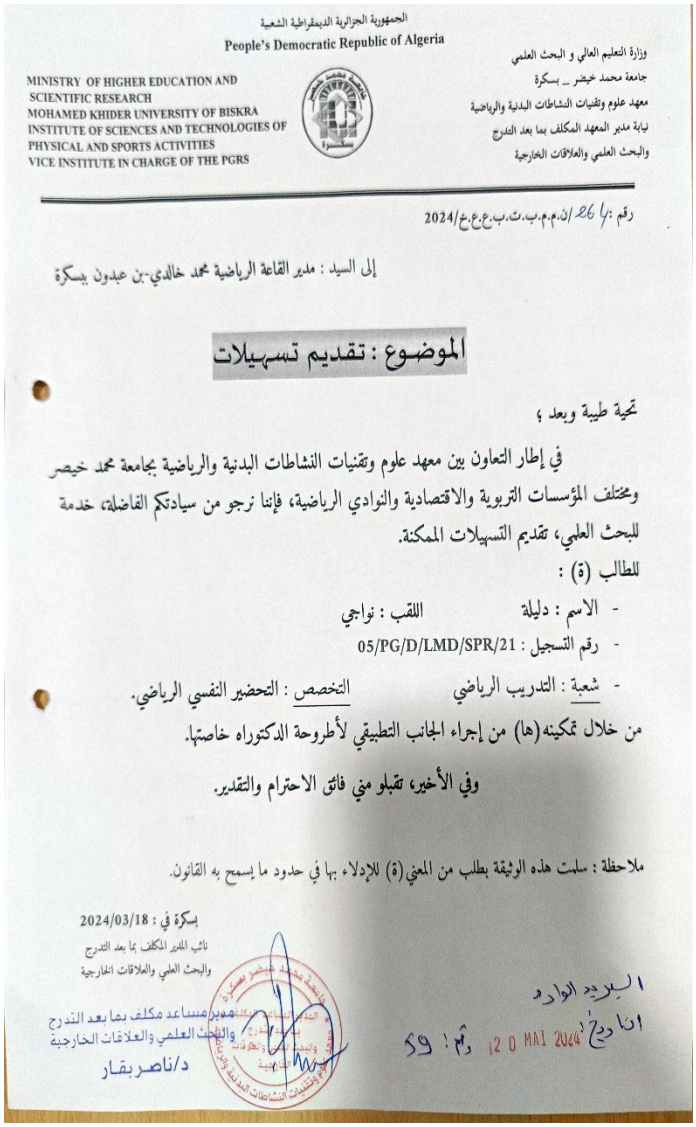
بسكرة في : 2023/10/25
المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
د/ناصر بقار

جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الرابطة الولائية لرياضة المعوقين
وزارة
بسكرة

الملحق رقم 07



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر _ بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
نيابة مدير المعهد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION AND SCIENTIFIC RESEARCH
MOHAMED KHIDER UNIVERSITY OF BISKRA
INSTITUTE OF SCIENCES AND TECHNOLOGIES OF PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES
VICE INSTITUTE IN CHARGE OF THE PGRS

رقم: 426 /ن.م.م.ب.ت.ب.ع.ع.ع/2024

إلى السيد : مدير القاعة الرياضية محمد خالدي-بن عبدون بسكرة

الموضوع : تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد ؛

في إطار التعاون بين معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد خيضر ومختلف المؤسسات التربوية والاقتصادية والنوادي الرياضية، فإننا نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة.

للطالب (ة) :

- الاسم : دليلة اللقب : نواجي
- رقم التسجيل : 05/PG/D/LMD/SPR/21
- شعبة : التدريب الرياضي التخصص : التحضير النفسي الرياضي.

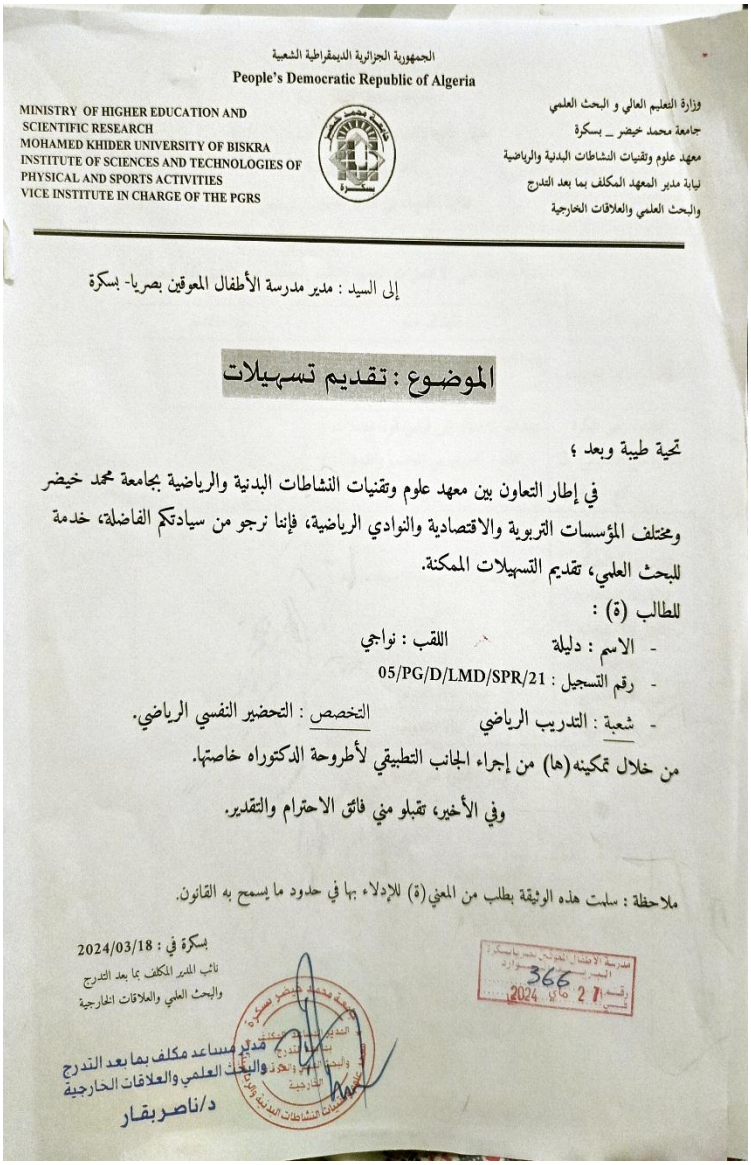
من خلال تمكينه(ها) من إجراء الجانب التطبيقي لأطروحة الدكتوراه خاصتها.

وفي الأخير، تقبلو مني فائق الاحترام والتقدير.

ملاحظة : سلمت هذه الوثيقة بطلب من المعني(ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

بسكرة في : 2024/03/18
نائب المدير المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
مدير مساعد مكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
د/ناصر بقار

البريد الوارد
تم: 59
20 MAI 2024



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر _ بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
نيابة مدير المعهد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION AND SCIENTIFIC RESEARCH
MOHAMED KHIDER UNIVERSITY OF BISKRA
INSTITUTE OF SCIENCES AND TECHNOLOGIES OF PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES
VICE INSTITUTE IN CHARGE OF THE PGRS

إلى السيد : مدير مدرسة الأطفال المعوقين بصريا- بسكرة

الموضوع : تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد ؛

في إطار التعاون بين معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد خيضر ومختلف المؤسسات التربوية والاقتصادية والنوادي الرياضية، فإننا نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة.

للطالب (ة) :

- الاسم : دليلة اللقب : نواجي
- رقم التسجيل : 05/PG/D/LMD/SPR/21
- شعبة : التدريب الرياضي التخصص : التحضير النفسي الرياضي.

من خلال تمكينه(ها) من إجراء الجانب التطبيقي لأطروحة الدكتوراه خاصتها.

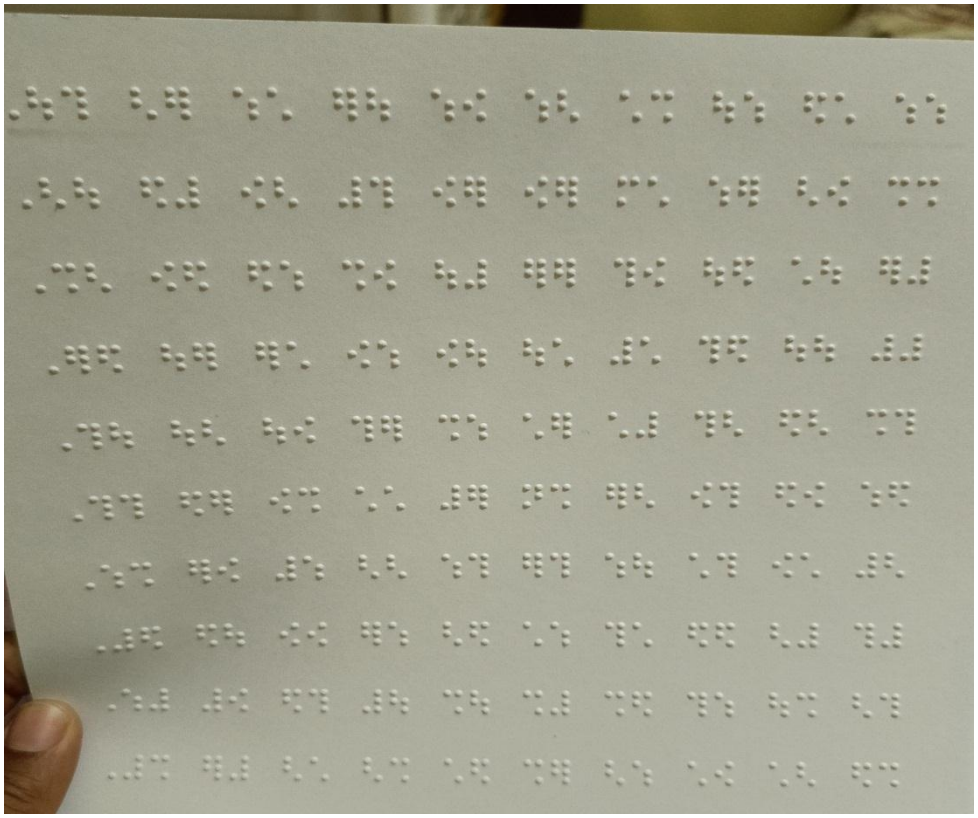
وفي الأخير، تقبلو مني فائق الاحترام والتقدير.

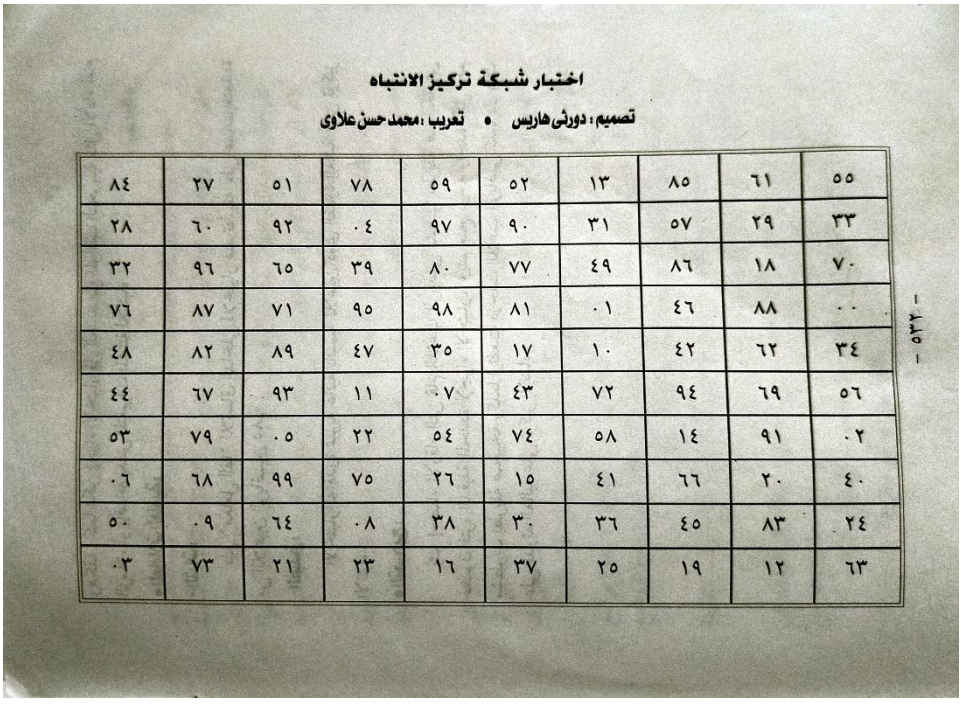
ملاحظة : سلمت هذه الوثيقة بطلب من المعني(ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

بسكرة في : 2024/03/18
نائب المدير المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
مدير مساعد مكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
د/ناصر بقار

مدرسة الأطفال المعوقين بصريا بسكرة
الجمهورية الجزائرية
رقم 366
2024 ماي 27

الملحق رقم 08





اختبار شبكة تركيز الانتباه

تصميم : دورثى هاريس • تعريب : محمد حسن علاوى

٥٥	٦١	٨٥	١٣	٥٢	٥٩	٧٨	٥١	٢٧	٨٤
٣٣	٢٩	٥٧	٣١	٩٠	٩٧	٠٤	٩٢	٦٠	٢٨
٧٠	١٨	٨٦	٤٩	٧٧	٨٠	٣٩	٦٥	٩٦	٣٢
٠٠	٨٨	٤٦	٠١	٨١	٩٨	٩٥	٧١	٨٧	٧٦
٣٤	٦٢	٤٢	١٠	١٧	٣٥	٤٧	٨٩	٨٢	٤٨
٥٦	٦٩	٩٤	٧٢	٤٣	٠٧	١١	٩٣	٦٧	٤٤
٠٢	٩١	١٤	٥٨	٧٤	٥٤	٢٢	٠٥	٧٩	٥٣
٤٠	٢٠	٦٦	٤١	١٥	٢٦	٧٥	٩٩	٦٨	٠٦
٢٤	٨٣	٤٥	٣٦	٣٠	٣٨	٠٨	٦٤	٠٩	٥٠
٦٣	١٢	١٩	٢٥	٣٧	١٦	٢٣	٢١	٧٣	٠٣

- ٥٣٢ -

الملحق رقم 9

السيد: رئيس النادي الرياضي الهاوي

وفاق بسكرة للمكفوفين

إلى السيد: مدير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

-بسكرة-

المـــوضـــوع: إقـــــــــــــرار

أنا الممضي أسفله السيد رئيس النادي **بن عيسى فارس** أقر بأن الطالبة نواجي دليلة السنة الثالثة دكتوراه قامت بإجراء اختبارات ميدانية متعلقة برسالة الدكتوراه (دراسة استطلاعية) يومي 2024/04/8 و 2024/04/22 خلال الموسم الرياضي 2024/2023 .

بسكرة في: 2024/04/22

رئيس النادي

بن عيسى فارس

الملحق رقم 10

السيد: رئيس النادي الرياضي الهاوي

التربوي للمكفوفين بسكرة

إلى السيد: مدير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

-بسكرة-

الموضوع: إقرار

أنا الممضي أسفله السيد **رئيس النادي الرياضي الهاوي التربوي للمكفوفين بسكرة** أقر بأن الطالبة نواجي دليلة السنة الثالثة دكتوراه قامت بإجراء اختبارات ميدانية متعلقة برسالة الدكتوراه يوم 2024/05/28 خلال الموسم الرياضي 2024/2023 بالقاعة الرياضية محمد خالدي -بن عبدون- بسكرة.

بسكرة في: 2024/06/01

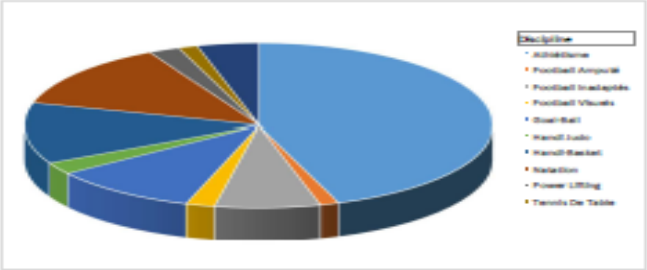
الرئيس:

رئيس النادي
رمضان رضا

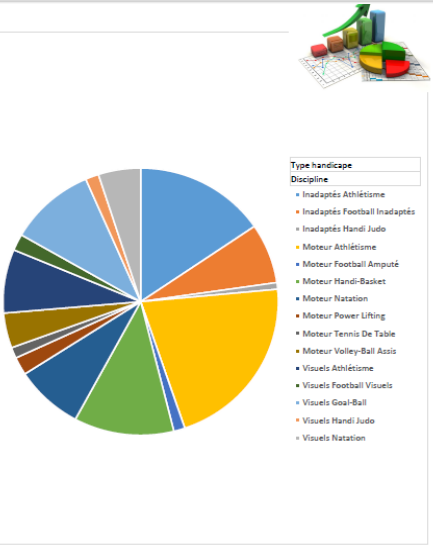
الملحق رقم 11

HandiSport
FEDERATION ALGERIENNE

Discipline	Total
Athlétisme	1184
Football Amputé	35
Football Inadaptés	193
Football Visuels	53
Goal-Ball	270
Handi Judo	63
Handi-Basket	313
Natation	345
Power Lifting	58
Tennis De Table	35
Volley-Ball Assis	113
Total général	2663



Type handicapés	Nombre de Discipline
Inadaptés	**626**
Athlétisme	412
Football Inadaptés	193
Handi Judo	21
Moteur	**1335**
Athlétisme	567
Football Amputé	35
Handi-Basket	313
Natation	214
Power Lifting	58
Tennis De Table	35
Volley-Ball Assis	113
Visuels	**702**
Athlétisme	205
Football Visuels	53
Goal-Ball	270
Handi Judo	42
Natation	132
Total général	**2663**



الملحق رقم 12

Nombre de Discipline	Discipline											
Wilaya	Athlétisme	Football Amputé	Football Inadaptés	Football Visuels	Goal-Ball	Judo	Handi-Basket	Natation	Power Lifting	Tennis De Table	Volley-Ball Assis	Total général
02	37			16	15	6		3			22	99
04	4				6				3			13
05	69				10	2		1			12	94
06	68		11	12	16		19	25	5	6	10	172
07	39		37		17	1	9	10				113
08	15		14			2	19					50
09	155		10		18	5	27		10	10	12	247
13	4											4
14	43		14	7	5			1				70
15	16						7	20	1			44
16	283		37		47	44	22	136	15			584
17							20					20
18	23											23
19	72	12		16	51		28	47		11		237
20	21						25					46
23	52			2	18	3		4				79
25	26				6		12		8			52
26	20		10		5						13	48
27	23	9	27		21			25				105
28	42						37		1			80
29	12							1	9			22
30	26						12			6	11	55
31	51	14					17	10	6	2	21	121
34	21		23				11	43				98
35	3						40	20				63
40	29				18							47
41	24				8							32
43	5											5
46	1		10				8					19
47					9						12	21
Total général	1184	35	193	53	270	63	313	346	58	35	113	2663

الملحق رقم 13

بطاقة الاختبارات الميدانية اللاعبين

عدد اللاعبين:

المكان: القاعة متعددة الرياضات خالدي محمد-بن عبدون- بسكرة-

عدد المساعدين:

الوقت: 08:00 - 12:00

التاريخ: 2024/05/28

الرقم	الاسم واللقب	اختبار تركيز الانتباه		الاختبارات البدنية					الاختبارات التقنية														
		اختبار شبكة تركيز الانتباه		القوة الانفجارية			سرعة رد الفعل الانتقالية		دقة التمرير					دقة التصويب					القدرة على الدفاع				
		بدون مشوش	بمشوش	م1	م2	م3	م1	م2	م1	م2	م3	م4	م5	م1	م2	م3	م4	م5	م1	م2	م3	م4	م5
01																							
02																							
03																							
04																							
05																							
06																							
07																							
08																							
09																							
10																							
11																							
12																							

إعداد الباحثة: نواجي دليلة

الملحق رقم 14

	درجة	العمر_ز	العمر_ت	الوزن	الطول	القوة	سرعة_يم	سرعة_بس	التمرير	التصويب	الدفاع	تركيز	تركيزتش
1	B1	27	11	69,79	1,75	5,00	102,60	106,80	10	6	6	6,00	5,00
2	B1	25	7	75,55	1,71	3,00	117,60	105,60	10	4	4	5,00	5,00
3	B2	20	9	70,32	1,69	4,42	166,20	138,00	4	3	4	5,00	5,00
4	B2	20	13	62,05	1,70	5,00	121,80	138,00	6	4	4	5,00	6,00
5	B1	32	9	78,55	1,71	4,00	70,80	102,00	8	3	1	5,00	4,00
6	B2	31	9	82,30	1,77	6,00	94,20	83,40	10	8	8	6,00	7,00
7	B2	32	8	83,20	1,75	5,85	83,40	117,00	10	6	6	6,00	7,00
8	B2	23	12	82,23	1,76	4,74	94,80	94,20	10	5	6	6,00	9,00
9	B2	24	8	73,33	1,69	5,12	89,40	111,00	10	3	2	6,00	6,00
10	B2	33	11	82,85	1,76	4,75	165,00	127,20	6	5	4	5,00	4,00
11	B1	21	10	79,80	1,64	5,10	175,20	136,20	10	2	2	5,00	4,00
12	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.

الملحق رقم 15

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الطالبة: نواجي دليلة

طالبة دكتوراه في قسم التدريب الرياضي

تخصص تحضير نفسي رياضي

العنوان: "تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف)"

وثيقة خاصة بالموافقة على الاختبارات البدنية والتقنية المطبقة على لاعبي كرة الجرس.

اسم الاختبار	الهدف منه	ملاحظات
اختبار تركيز الانتباه	يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه	✓
اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس 3 كغ	يهدف الاختبار إلى قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم والقوة الانفجارية.	✓
اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية)	قياس القدرة على سرعة الاستجابة ورد الفعل.	✓
اختبار دقة التمرير	قياس دقة التمرير	✓
اختبار دقة التصويب	قياس دقة التصويب	✓
اختبار القدرة على الدفاع	قياس القدرة على الدفاع	✓

الاسم واللقب	الوظيفة	الجامعة أو الفريق	التخصص	الخبرة الميدانية	الإمضاء
مفتيح عبد المنعم	أستاذ محاضر أ	سطيف 2	تدريب رياضي	10 سنوات	[illegible]

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الطالبة: نواجي دليلة

طالبة دكتوراه في قسم التدريب الرياضي

تخصص تحضير نفسي رياضي

العنوان: "تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف)"

وثيقة خاصة بالموافقة على الاختبارات البدنية والتقنية المطبقة على لاعبي كرة الجرس.

اسم الاختبار	الهدف منه	ملاحظات
اختبار تركيز الانتباه	يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه	يفضل ذكر الاختبار
اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس 3 كغ	يهدف الاختبار إلى قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم والقوة الانفجارية.	يفضل اختبار أحدث
اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية)	قياس القدرة على سرعة الاستجابة ورد الفعل.	
اختبار دقة التمرير	قياس دقة التمرير	يفضل ذكر الاختبار
اختبار دقة التصويب	قياس دقة التصويب	يفضل ذكر الاختبار
اختبار القدرة على الدفاع	قياس القدرة على الدفاع	يفضل ذكر الاختبار

الاسم واللقب	درجته العلمية أو مدرب لفريق	الخبرة الميدانية	الإمضاء
د. عبدالكريم علي ضو	أستاذ مشارك جامعة طرابلس ليبيا	34 سنة	[illegible]

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الطالبة: نواجي دليلة

طالبة دكتوراه في قسم التدريب الرياضي

تخصص تحضير نفسي رياضي

العنوان: "تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف)"

وثيقة خاصة بالموافقة على الاختبارات البدنية والتقنية المطبقة على لاعبي كرة الجرس.

اسم الاختبار	الهدف منه	ملاحظات
اختبار تركيز الانتباه	يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه	صوا حق
اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس 3 كغ	يهدف الاختبار إلى قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم والقوة الانفجارية.	صوا حق
اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية)	قياس القدرة على سرعة الاستجابة ورد الفعل.	صوا حق
اختبار دقة التمرير	قياس دقة التمرير	صوا حق
اختبار دقة التصويب	قياس دقة التصويب	صوا حق
اختبار القدرة على الدفاع	قياس القدرة على الدفاع	صوا حق

الاسم واللقب	الوظيفة	الجامعة أو الفريق	التخصص	الخبرة الميدانية	الإمضاء
كمال بن عمارة	أ. محاضر أ	سطيف 02	تربوي	7 سنوات	[illegible]

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الطالبة: نواجي دليلة

طالبة دكتوراه في قسم التدريب الرياضي

تخصص تحضير نفسي رياضي

العنوان: "تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف)"

وثيقة خاصة بالموافقة على الاختبارات البدنية والتقنية المطبقة على لاعبي كرة الجرس.

اسم الاختبار	الهدف منه	ملاحظات
اختبار تركيز الانتباه	يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه	
اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس 3 كغ	يهدف الاختبار إلى قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم والقوة الانفجارية.	
اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية)	قياس القدرة على سرعة الاستجابة ورد الفعل.	
اختبار دقة التمرير	قياس دقة التمرير	
اختبار دقة التصويب	قياس دقة التصويب	
اختبار القدرة على الدفاع	قياس القدرة على الدفاع	

الاسم واللقب	الوظيفة	الجامعة أو الفريق	التخصص	الخبرة الميدانية	الإمضاء
أحمد فرحوني	مدرب وطني درجة ثانية	المنتخب الوطني الجزائري	كرة الهدف	5 سنة	[illegible]

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الطالبة: نواجي دليلة

طالبة دكتوراه في قسم التدريب الرياضي

تخصص تحضير نفسي رياضي

العنوان: "تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني عند لاعبي كرة الجرس (الهدف)"

وثيقة خاصة بالموافقة على الاختبارات البدنية والتقنية المطبقة على لاعبي كرة الجرس.

اسم الاختبار	الهدف منه	ملاحظات
اختبار تركيز الانتباه	يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه	استجابة للمنبه. 2 مرات
اختبار رمي الكرة الطبية من الجلوس 3 كغ	يهدف الاختبار إلى قياس قوة عضلات الجزء العلوي من الجسم والقوة الانفجارية.	
اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (سرعة رد الفعل والاستجابة الحركية)	قياس القدرة على سرعة الاستجابة ورد الفعل.	
اختبار دقة التمرير	قياس دقة التمرير	
اختبار دقة التصويب	قياس دقة التصويب	
اختبار القدرة على الدفاع	قياس القدرة على الدفاع	

الاسم واللقب	الوظيفة	الجامعة أو الفريق	التخصص	الخبرة الميدانية	الإمضاء
جلايلي ميلود	مستشار في الرياضة	مدرب الفريق الوطني لكرة الجرس	كرة الجرس	16 سنة	[illegible]

الملحق رقم 16

Test T

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
تركيز الانتباه بدون تشويش	11	5,4545	,52223	,15746
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11	5,6364	1,56670	,47238

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 0				
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
تركيز الانتباه بدون تشويش	34,641	10	,000	5,45455	5,1037
تركيز الانتباه بوجود تشويش	11,932	10	,000	5,63636	4,5838

Corrélations

Corrélations

		تركيز الانتباه بدون تشويش	تركيز الانتباه بوجود تشويش	سرعة رد الفعل اليمين
تركيز الانتباه بدون تشويش	Corrélation de Pearson	1	,711*	-,617*
	Sig. (bilatérale)		,014	,043
	N	11	11	11
تركيز الانتباه بوجود تشويش	Corrélation de Pearson	,711*	1	-,490
	Sig. (bilatérale)	,014		,126
	N	11	11	11
سرعة رد الفعل اليمين	Corrélation de Pearson	-,617*	-,490	1
	Sig. (bilatérale)	,043	,126	
	N	11	11	11

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

	تركيز الانتباه بدون تشويش	تركيز الانتباه بوجود تشويش	سرعة رد الفعل اليسار

تركيز الانتباه بدون تشويش	Corrélation de Pearson	1	,711*	-,621*
	Sig. (bilatérale)		,014	,041
	N	11	11	11
تركيز الانتباه بوجود تشويش	Corrélation de Pearson	,711*	1	-,483
	Sig. (bilatérale)	,014		,132
	N	11	11	11
سرعة رد الفعل اليسار	Corrélation de Pearson	-,621*	-,483	1
	Sig. (bilatérale)	,041	,132	
	N	11	11	11

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

Corrélations

		تركيز الانتباه بدون تشويش	تركيز الانتباه بوجود تشويش	القوة الانفجارية
تركيز الانتباه بدون تشويش	Corrélation de Pearson	1	,711*	,608*
	Sig. (bilatérale)		,014	,047
	N	11	11	11
تركيز الانتباه بوجود تشويش	Corrélation de Pearson	,711*	1	,402
	Sig. (bilatérale)	,014		,220
	N	11	11	11
القوة الانفجارية	Corrélation de Pearson	,608*	,402	1
	Sig. (bilatérale)	,047	,220	
	N	11	11	11

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

		تركيز الانتباه بدون تشويش	تركيز الانتباه بوجود تشويش	دقة التمرير
تركيز الانتباه بدون تشويش	Corrélation de Pearson	1	,711*	,631*
	Sig. (bilatérale)		,014	,037
	N	11	11	11
تركيز الانتباه بوجود تشويش	Corrélation de Pearson	,711*	1	,352
	Sig. (bilatérale)	,014		,288
	N	11	11	11

دقة التمرير	Corrélation de Pearson	,631*	,352	1
	Sig. (bilatérale)	,037	,288	
	N	11	11	11

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

		تركيز الانتباه بدون تشويش	تركيز الانتباه بوجود تشويش	دقة التصويب
تركيز الانتباه بدون تشويش	Corrélation de Pearson	1	,711*	,626*
	Sig. (bilatérale)		,014	,040
	N	11	11	11
تركيز الانتباه بوجود تشويش	Corrélation de Pearson	,711*	1	,503
	Sig. (bilatérale)	,014		,115
	N	11	11	11
دقة التصويب	Corrélation de Pearson	,626*	,503	1
	Sig. (bilatérale)	,040	,115	
	N	11	11	11

Corrélations

		تركيز الانتباه بدون تشويش	تركيز الانتباه بوجود تشويش	القدرة على الدفاع
تركيز الانتباه بدون تشويش	Corrélation de Pearson	1	,711*	,605*
	Sig. (bilatérale)		,014	,049
	N	11	11	11
تركيز الانتباه بوجود تشويش	Corrélation de Pearson	,711*	1	,640*
	Sig. (bilatérale)	,014		,034
	N	11	11	11
القدرة على الدفاع	Corrélation de Pearson	,605*	,640*	1
	Sig. (bilatérale)	,049	,034	
	N	11	11	11

ملخص الدراسة

تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وعلاقته ببعض قدرات الأداء البدني والتقني لدى لاعبي كرة الجرس (الهدف)

دراسة ميدانية على فريقي النادي الرياضي الهاوي التربوي والنادي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين لكرة الجرس

تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين تركيز الانتباه وبعض قدرات الأداء البدني والتقني، فكانت **إشكالية الدراسة** هل توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس؟، **ففرض** أنه توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس، حيث تم **اختيار عينة الدراسة** من فريقي النادي الرياضي الهاوي التربوي والنادي الهاوي وفاق بسكرة للمكفوفين بطريقة غير عشوائية قصدية اشتملت على 17 لاعبا منهم 5 لاعبين للدراسة الاستطلاعية واستبعد لاعبا فأصبح العينة 11 لاعبا بنسبة 64.7 % من المجتمع المتاح وذلك بتطبيق المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي الملائم لهذه الدراسة.

ولجمع بيانات الدراسة استخدم اختبار شبكة تركيز الانتباه، الاختبارات البدنية (القوة الانفجارية وسرعة رد الفعل) والاختبارات التقنية (دقة التصويب، دقة التمرير، و القدرة على الدفاع، بعد جمع النتائج ومعالجتها تم **التوصل إلى** أنه توجد علاقة بين تركيز الانتباه لذوي الإعاقة البصرية وبعض قدرات الأداء البدني والتقني للاعبي كرة الجرس.

وعلى هذا الأساس **أوصت الدراسة** على ضرورة ربط تمارين تركيز الانتباه بالأداء المهاري وأداء المنافسة مما يجعله ذو نتائج أفضل في تطوير تركيز الانتباه، ضرورة توفير محضر نفسي ذو كفاءة للفرق وهذا للوصول باللاعبين إلى اللياقة العقلية المثالية، العمل على ربط القدرات العقلية والبدنية باستخدام التدريبات عند أداء المهارات الأساسية وكذا عند تطويرها.

وبغرض فتح مجموعة من **الآفاق المستقبلية** أمام الباحثين المتخصصين في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية عامة والتدريب الرياضي خاصة وبالأخص تدريب ذوي القدرات الخاصة تقترح الباحثة مايلي: إجراء المزيد من البحوث العلمية حول نفس الموضوع باستخدام متغيرات أخرى أو دراسة المتغيرين (الحالة البدنية أو مهارة تركيز الانتباه) وربطها ببع المتغيرات الأخرى، مهارة تركيز الانتباه وعلاقتها بالأداء الخططي للاعبين في الرياضات الجماعية المختلفة، إجراء دراسات مشابهة وعلى عينات كبيرة ومختلفة لغرض معرفة العلاقة بين تركيز الانتباه والأدائين البدني والتقني وايجاد طرق ووسائل لتطوير تركيز الانتباه وتدريبها للاعبين قصد تطوير قدراتهم العقلية والبدنية وكذا التقنية.

الكلمات المفتاحية: تركيز الانتباه، الأداء البدني، الأداء التقني، الإعاقة البصرية وكرة الجرس.

Abstract

Focusing attention on the visually impaired and its relationship to some physical and technical performance abilities of bell ball players (goal)
A field study on the team of the Amateur Educational Sports Club and the wifaq Biskra Amateur Club for the Blind for bell ball.

The study aims to find out the correlation between the concentration of attention and some physical and technical performance abilities. The problem of the study was: Is there a relationship between the concentration of attention for people with visual disabilities and some physical and technical performance abilities for kettlebell players? So, it was assumed that there is a relationship between the concentration of attention for people with visual disabilities and some performance abilities. The physical and technical aspects of the bell ball players, as The study sample was selected from the two teams of the Amateur Educational Sports Club and the Amateur Club of Wifaq Biskra for the Blind in a non-random, intentional manner. It included 17 players, 5 of whom were for the exploratory study, and one player was excluded, so the sample became 11 players, representing 64.7% of the available community, by applying the descriptive approach with the correlational method appropriate for this study.

To collect data for the study, the attention focus network test was used, physical tests (explosive strength and reaction speed) and technical tests (shooting accuracy, passing accuracy, and ability to defend. After collecting and processing the results, it was concluded that there is a relationship between focus of attention for people with visual impairment and some abilities. Physical and technical performance of football players The bell.

On this basis, the study recommended the necessity of linking attention-focusing exercises with skill performance and competition performance, which makes it have better results in developing attention-focus. It is necessary to provide an efficient psychological preparation for the teams in order to reach the players' ideal mental fitness. Work on linking mental and physical abilities by using exercises when performing. Basic skills and their development.

In order to open a group of future horizons for researchers specializing in the field of science and technology of physical and sports activities in general and sports training in particular, and in particular the training of people with special abilities, the researcher suggests the following: Conducting more scientific research on the same topic using other variables or studying the two variables (physical condition or the skill of focusing attention).) and linking it to some other variables, the skill of focusing attention and its relationship to the tactical performance of players in different team sports, conducting similar studies and on large and different samples for the purpose of knowing the relationship between focusing attention and physical and technical performance, and finding ways and means to develop concentration of attention and training them for players in order to develop their mental and physical abilities as well as technology.

Keywords: attention focus, physical performance, technical performance, visual impairment and bell bal