

علاقة تركيز الانتباه ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم

د. حسين علي محسن

أ. كمال ياسين لطيف

المقدمة وأهمية البحث

تلعب القدرات العقلية دوراً مهماً في العمليات العقلية الفكرية وتوظيفها لصالح الأداء المهاري في الكثير من الفعاليات والأنشطة الرياضية ومنها لعبة كرة القدم والانتباه واحداً من هذه القدرات المهمة التي تعمل على نجاح تطبيق المهارات فالانتباه لما يعمل به الخصم في الملعب ومواجهته تعمل على منع تنفيذ الكثير من الخطط الدفاعية والهجومية كما يؤدي إلى وضع الحلول السريعة للمهارات الفردية والجماعية فكثير من الحالات تتطلب حلاً سريعاً وتركيزاً وانتباهاً عاليين من أجل وضع الحلول المناسبة للحالات التي تحدث في المباراة فقبل أداء الحركات على اللاعب أن يركز على الأداء من أجل الحصول على وضع نفسي جيد والتركيز على أداء المهارات بشكل متميز، فليضرب الكرة نحو الهدف والسيطرة عليها يتطلب تركيزاً وانتباهاً عاليين كما أن مراقبة تحركات الخصوم تتطلب التركيز والمتابعة لإفشال خطط الخصم ونظراً لأهمية الانتباه كقدره عقلية تؤثر في مستوى الأداء المهاري أراد الباحث معرفة هذه العلاقة .

٢-١ مشكلة البحث:

يعتبر الانتباه من أهم العمليات العقلية التي ينتج عنها رد فعل جيد فأداء مختلف المهارات يتطلب الانتباه العالي فاستقبال الكرة والسيطرة عليها ودحرجتها وضربها في المرمى يحتاج إلى التركيز نحو زاوية التهديد التي يجب أن يحددها اللاعب كذلك فإن انتخاب الحلول الصحيحة للواجبات الحركية يتطلب تركيزاً جيداً فالتكتيك الجيد يتطلب تركيزاً وانتباهاً عاليين كذلك فإن مراقبة الخصوم يتطلب معرفة بأساليب المخادعة والتضليل التي ينفذها لاعبو الفرق لذلك يجب أن يكون اللاعبون على دراية بمختلف الحلول من أجل النجاح في تطبيق الواجبات داخل

الملعب فالتركيز في تنفيذ الخطط والواجبات يؤدي إلى التطور في الخطط ويعمل على تحقيق الأهداف الخاصة كذلك فإن اللعب الحديث يمتاز بالسرعة والدقة المطلوبة ومن ملاحظة الباحث لدوري جامعة البصرة أن هناك كثيراً من الفرق تعاني من مشكلة فقد التركيز أثناء تنفيذ الواجبات داخل الملعب وبالتالي عدم القدرة على امتلاك الحلول لتحقيق هدف المباراة لذلك أراد الباحث دراسة هذه المشكلة.

١-٢: أهداف البحث: يهدف البحث إلى:-

معرفة العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى اللاعبين .

1-3: فروض البحث: يفترض الباحث مايلي:

وجود علاقة ارتباط طردية بين تركيز الانتباه وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم

1-4: مجالات البحث:

1-4-1: المجال البشري: لاعبو فريق كلية التربية الأساسية المشاركون ببطولة الجامعة بكرة القدم للعام الدراسي 2005/2004.

1-4-2: المجال الزمني: من 2004/11/1-2004/12/1.

1-4-3: المجال المكاني: ملعب كلية التربية الأساسية.

2- الدراسات النظرية:

٢-1-1: الانتباه: هو من العمليات العقلية التي ينتج عنها فعل حركي جيد وقد أطلق عليه وجيه محجوب 1983 التركيز والتركيز يساعد على رد فعل جيد ومن ثم استجابة حركية جيدة⁽¹⁾ ويعتبر التركيز أحد المهارات النفسية الهامة للرياضيين ولا غ

المختلفة تشتت الانتباه يؤثر سلباً على الأداء الرياضي وأن الكثير من الرياضيين يرجعون سبب انخفاض مستوى أدائهم في المنافسة عن فقدانهم التركيز كثيراً ما يسمع الرياضي يقول بعد المنافسة مبرراً ضعف المستوى في الأداء عن فقدانهم تركيزهم وقد يستخدم التركيز والانتباه في مجال الرياضة على نحو مترادف والواقع أن هناك فرقاً بينهما من حيث الدرجة ومن النوع فالانتباه أهم من التركيز والآخر

نوع من تضيق الانتباه وتثبيته على مثير معين فالتركيز على مثير معين فالتركيز
لأن هذا النحو هو بمثابة انتباه انتقائي يعكس قدرة الفرد على توجيه الانتباه
ودرجة شدته (2)

-
- 1- فاخر عامل: علم النفس ط 7 بيروت دار العلم للملايين 1981 67 Ö
 - 2- الهلالي صادق : فسلجة الجهاز العصبي ج 2 Ø 1 مطبعة الأديب 1972 534 Ö

2-1-2 المهارات الأساسية: تعرف المهارة بأنها " القدرة الفنية والنوعية على أنجاز
عمل وكما تعرف بأنها قابلية الفرد على استخدام معرفته بصورة فعالة وسهلة " (1)

وتد المهارات الأساسية أحد المكونات الهامة للعبة كرة القدم أو العامل المهم لتنفيذ
خطط اللعب وحسم المباراة ويرى مفتي إبراهيم 1994 (بأن المهارات الأساسية هي
عماد الأداء فيها وبدون أجادتها بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة
فهي الوسيلة الوحيدة لتعامل اللاعب مع الكرة وهناك علاقة ارتباط إيجابية بين
أجادة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي) (2)

2-1-2-1: مناولة الكرة : أن الانسجام والتفاهم بين أعضاء الفريق من الأسس
الضرورية لمتطلبات اللعب الجماعي الحديث والتي تفرض على اللاعب حاجة
أساسية هي امتلاكه للمناولة الجيدة والناجحاً للكرة بأي من القدمين مما يسهل
المهمة على اللاعب سواء كانت المناولة مباشرة أو إلى الفراغ المناسب وانه ليس
هناك من شيء يحطم الفريق أو اللاعبين أكثر من المناولة غير الدقيقة وأن "
إتقان الفرد للمهارات الحركية الأساسية بالدرجة التي تسمح بالأداء بصورة قرب من
الآلية ويسمح ألي حد كبير بالاقتصاد بجهد تفكير اللاعب ويعمل على توجيه
الاهتمام والتركيز في حسم النواحي الخططية وكل مايتعلق بالمنافسة " (3)



- 1 - وديع ياسين: النظرية والتطبيق في رفع الأثقال الموصل دار الكتب 985 Ö 544
- 2- مفتي إبراهيم : أداء الأعداد المهاري والخططي لدى لاعبي كرة القدم دار الفكر العربي القاهرة 1985

3-يوسف لازم كماش: المهارات الأساسية بكرة القدم:تعليم. تدريب. قانون. دار الفكر للنشر والتوزيع عمان

1999 äîÑÇ

2-1-3-2: **ضرب الكرة بالقدم** : تعد هذه المهارة من أكثر المهارات استخداماً من قبل لاعبي كرة القدم الأمر الذي يتطلب التركيز عليها وإتقانها بالشكل السليم. (Lee Nolan) خلال مباريات كرة القدم وتظهر أثناء اللعب

على أشكال متعددة كالتمرين أو التصويب التشتيت إلا أن استخدام التمرين منها هو الأكثر شيوعاً وهي كذلك تعتبر من أهم المهارات التي تتطلب قدراً كبيراً من التوافق الحركي لأداء مهارة ضرب الكرة بنجاح وفاعلية ويرى أدريان لي (ADRAIN.L, LEE NOLAN) (أن مهارة ضرب يمتلكها كثير من اللاعبين ذوي الخبرة ويبدو أنه ركل مهارة جيدة الكرة وتطور عمر مبكر وهي مهارة تتأسقية يمكن تكيفها فهي تظهر علامات على أنها تتضاءل بسبب متطلبات أخرى مثل السرعة والدقة (1). ويؤكد محمد جلال قرطيم ومحمد عبده صالح

"إلى أن من مميزات لاعب الجيد هو الضرب بكلتا القدمين من جميع الاتجاهات ومن حالي الثبات والحركة الكرة لاقتصر على التسديد على المرمى بل يشمل التمرير بطرقه المتعددة باستعمال أجزاء القدم المختلفة " (2).

2-1-2-3: **التهديف** :- هو لنتيجة النهائية لمحاولات الفريق المهاجم وعصارة الجهد المبذول من لاعبي الفريق المهاجم خلال زمن المباراة (3)

ويعد التهديف من أهم المهارات الهجومية التي يجب أن يتقنها لاعب كرة القدم واحد من وسائل اللعب الهجومي إذ أن التهديف ليس فقط الجزء المثير من اللعبة بل وأهم جزء في اللعب الهجومي الذي من خلاله ترجمة جميع الحركات التي يقوم بها اللاعبون لإدخال الكرة فيرمى الخصم " (4).

1_Adian .Lee nolen :The Blomechanics of soccer .Anew journal of sport Sciences ,1997,p6 .

2- محمد جلال قرطيم ، محمد عبدة صالح : كرة القدم ندرين وخطط مطبعة دار الكتب القاهرة 1984

3-سامي الصغار :الأعدادالفني في كرة القدم ، مطبعة الجامعة ، بغداد 1984 .

4- بستانوف : كرة القدم للناشئين ، ترجمة كاظم الربيعي ، عبد الله الطبعة دار الحكمة ، بغداد 1991 155.

يرى الخشاب 1999 بأن مهارة التهديد من المحاولة الفعلية والجادة للاعب المهاجم لإدخال الكرة في هدف الخصم ⁽¹⁾ وللتهديف تأثير كبير على الحالة النفسية للاعب الفريق أذ يسهم في رفع الحالة المعنوية للاعبين وتصعيد قدراتهم وقابليتهم على التنافس وتحقيق الفوز ⁽²⁾ والتهديف الجيد هو السلاح القوي الذي يملكه الفريق للتهديف على الفريق الأخر وألاعب الجيد الذي يجيد التصويب تخشاه الفرق الأخرى وأن تسجيل الأهداف في مرمى الفريق أعضاء يحقق هدف المباراة ⁽³⁾.



1- زهير الخشاب وآخرون : كرة القدم ، تعليم ، تدريب ، قانون مطبعة جامعة الموصل ن 1988 276.

2- ثامر محسن أسماعيل: واقع التدريب فب العراق /رسالة ماجستير غير منشورة جامعة بغداد 1996 62.

3- ثامر محسن أسماعيل : أصول التدريب بكرة القدم مطبعة جامعة بغداد 1989 .

ويرى (IAN FRANKS) " أن القرار المبكر والانتخاب المبكر للهدف أمور واجبة يعني أن مناولة الكرة يقرر أن يناول وينتخب مكان المناولة قبل أن يستلم الكرة مما ينتج عنها أن الفريق يلعب قدر أكبر من وقت المباراة ⁽¹⁾. ويؤكد نيكولا ويريونك 1991 " أن التمرير أساس لكل لاعب لأنه يستخدم أثناء اللعبة أكثر من أي مهارة أخرى وبعد استلام اللاعب الكرة يفكر اللاعبون بصورة مباشرة بتمريرها للزميل ⁽²⁾ .

ويرى أنجلس 1990 " أن قابلية المناولة الدقيقة بأحد القدمين إلى الزميل تحت ضغط من اللاعبين المنافسين هو من أهم المهارات في كرة القدم ولذلك يجب أن يتواصل الفريق من التدريب على هذا المهارة ⁽³⁾ .

2-2-1-2: **دحرجة الكرة** : تعرف "بأنها التحرك مع الكرة" ⁽⁴⁾ ويرى مختار 1982 " بأنها من المهارات الأساسية المهمة لكل لاعب والكرة الحديثة تعتمد على الحركة السريعة وتغيير الأماكن المراكز من الكرة ⁽⁵⁾ .

ويرى يوسف لازم 1999 "بأنها من أساسيات كرة القدم الفنية ويعني بها التحرك بالكرة بدفعها بقدم اللاعب والتحكم بها أثناء التقدم بالكرة ويستخدم كوسيلة للوصول الى غاية معينة يبتغيها اللاعب ويستخدمها عندما يكون زملاؤه مراقبين من قبل مدافعي الفريق المنافس أو عندما يكون الهدف المخطط له هو التهديف " (6) .

1-Fan Franks , Youth soccer coaching Association 1982

2-Engles.B.Niel ,coca Youth soccer,Californi soccer Publication Inc,

3-Nicolus Bronik . The soccer push bass national and conditioning Tornal.vol.12 No 2 .1991

4- سامي الصفار:كرة القدم، منهج آ، مطبعاً جامعة بغداد 1981.

5-حنفي محمود مختار : الأسس العلمية لتدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1982 .

6- يوسف لازم كماش : المهارات الأساسية لكرة القدم تعليم ، تدريب ، قانون . نذكر .

الباب الثالث

٣- 1 أجرات البحث

3- 1 :منهج البحث :- أستخدم الباحث المنهج المسحي لملائمته لطبيعة المشكلة

3- 2 :عينة البحث :- تضمنت عينة البحث (18) لاعباً من لاعبي فريق كلية

التربية الأساسية/ميسان تم اختيارهم بالطريقة العمدية .

3- 3:أدوات البحث: لتحقيق أهداف البحث أستخدم الباحث الأدوات التالية .

1- ساعة توقيت عدد 3 يابانية الصنع .

2- (15) .

3- شواخص عدد (10) .

4- طباشير .

5- صافرة عدد (3) .

- 6- استمارات اختبار بوردن أنفيمف عدد(15) لقياس تركيز الانتباه (1)
- 7- الاختبارات .
- 1-2 : **الآختبارات :**
 - 1- اختبار بوردن أنفيموف لقياس تركيز الانتباه .
 - 2- اختبار المهارات الأساسية.
 - 3- اختبار دقة المناولة نحو (4)دوائر متداخلة متخذة المركز .
 - 4-اختبار التهديف نحو المرمى المقسم من الثبات .
 - 5- اختبار دحرجة الكرة بين (5) شواخص (زمن) .
 - 6- اختبار ضرب الكرة مسافة (متر) .

1- أميرة حنا صرفقص : بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد في العراق . رسالة
ملجستير غير منشورة جامعة بغداد 1991

2-2: التجربة الاستطلاعية:

2004/12 /15 على عينة مكونة من (10)

- لاعبين من خارج العينة وذلك .
- 1- معرفة وقت التجربة .
- 2- معرفة مدى وملائمة الاختبار للمختبرين .
- 3- معرفة قابلية المختبرين .
- 4- معرفة الأخطاء التي تصادف التجربة الرئيسية .

2-3: الوسائل الإحصائية:

أستخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية .

- 1- معامل الارتباط البسيط لمعرفة العلاقة بين الانتباه والمهارات الأساسية .

مج س ص - مج × مج ص



ä

ä

(1) قيد البحث ر =

مج ص

مج س

[(مج س -)] [(مج ص)]

ä

ä

(1) فؤاد السيد: علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي القاهرة 1979 1780

* جميع الاختبارات مقننة

جدول رقم (1) يوضح العلاقة بين تركيز الانتباه وبعض المتغيرات المهارية قيد

البحث

ضرب	التهديف	دقة المناولة	الدرجة	تركيز الانتباه
27متر	7درجة	23نقطة	13,07ثانية	6 درجة
28	8	24	13,40	7
29	8	25	13,55	7
27	9	24	13,85	6
30	7	26	12,30	8
27	7	23	13,20	6
28	8	24	13,55	7
24	6	22	14,0	5
24	6	23	14,22	5
22	5	21	14,60	4
27	7	24	13,75	6
28	8	24	12,90	7
27	7	23	13,66	6
27	7	22	13,70	6

28	7	23	13,74	6
25	9	26	12,40	5
24	4	21	14,80	5
32	10	27	12,14	9

485	130	427	234,46	مج س ص / الجد ولياً قيمة ر المحتسبة
٢٦,٩٤	7,22	23,72	13,52	
٢,٣٣	٠,٤٣	٠,٦٠١	0,72	
0,96	0,890	0,890	0,92	

الباب الرابع

4-1: عرض ومناقشة نتائج البحث

يوضح الجدول رقم (1) علاقة الارتباط بين تركيز الانتباه ودرجة الكرة ومن ملاحظة الجدول نجد. أن هناك علاقة ارتباط طردي بين الانتباه ودرجة الكرة بلغت (0,92) وعند مقارنتها بجدول دلالة معاملات الارتباط أتضح بأن الارتباط معنوي ويعزو الباحث سبب ذلك إلى أن درجة الكرة بيدة الشواخص شبيهة إلى حداً كبير الأدلأ الذي يحدث أثناء المباراة وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد حسن علاوي وصفوان (أن اختبار الجري بالكرة بين الشواخص يعمل على تطوير الرشاقة الخاصة وهي الصفة التي يحتاجها اللاعب أثناء المباراة كما يعزو الباحث سبب ذلك إلى تطور التوافق العضلي العصبي نتيجة للتدريبات المتنوعة التي خضع لها أفراد عينة البحث وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد حسن علاوي 1982 (أن الرشاقة ترتبط إلى حداً كبير بالتوافق العضلي العصبي والقدرة على التركيز وسلامة التوقيت الحركي) (1).

كذلك يعزو الباحث سبب ذلك إلى تطور عنصر السرعة المرتبطة بالأداء (أن المهارة الحركية التي تتطلب السرعة تستفيد أكثر من درجة الانتباه نظراً لأن زيادة الشد العضلي المصاحب للحركة يؤدي إلى زيادة التركيز والى نقص فترة السكون للاستجابة الحركية) (2).

ومن ملاحظ الجدول نجد أن هناك علاقة ارتباط (٠,٨٩٠) وعند مقارنتها بجدول دلالة معاملات الارتباط أتضح أن الارتباط معنوي ويعزو الباحث سبب ذلك إلى كثرة التدريب على مهارة المناولة باعتبارها أكثر المهارات التي تستخدم لبناء الهجمات وقيادة اللعب كما هي لغة المخاطبة بيدة لاعبي الفريق الواحد في الملعب وهذا ما يساعد على إتقانها وهذا يتفق مع ما محمد لطفي

1982) أن التدريب الكثير المتنوع على المهارة يجعل اللاعب يركز على سرعة رد فعل أعضائه ويطور أرائته والتحكم بمهارته فهو عنصر يمتاز بعد التدريبي (3) .
ومن ملاحظة الجدول رقم (1) نجد أن هناك علاقة ارتباط طردية بين الانتباه ودقة التهديد بلغت (٠،٩٤) وهي علاقة ارتباط طردية عالية ويعزو الباحث سبب ذلك أن التصويب نحو المرمى يتطلب مهارة فنية عالية فبتنفيذ أنواع ركل الكرة بالقدم وهذا يتفق مع ما أشار إليه أيريك (1979) أن النظر إلى المرمى قبل التصويب والتركيز والتحكم في معرفة القدم المصوبة تلعب دوراً حيوياً في دقة التصويب (4) كما يعزو الباحث سبب ذلك إلى ارتفاع

- 1- محمد حسن علاوي : أختبارت الأداء الحركي ،دار الفكر العربي القاهرة 1982 .
 - 2- أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضية ،دار الفكر الربى القاهرة 2000 141 0 .
 - 3- محمد لطفي محمد :خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بمستوى اللاعب ومركزه ،رسالة ماجستير غير منشورة جامعة حلوان القاهرة 1982 81 0 .
- 4- Eric Baty : Soccer Couching Moderen Way London Faber And Fabar1979 P .79

1988 (من العوامل التي نتوقف

لأبيها دقة التهديد ، العامل النفسي والقدرة على اختيار الوقت المناسب واللحظة الحاسمة والقدرة على التركيز عند التصويب العالية بالنفس (1) .

الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

1-5 : **الاستنتاجات** : من خلال النتائج الإحصائية التي حصل عليها الباحث فقد أستنتج

ما يلي :-

- 1- تطور مستوى المهارات الاساسية لدى افراد عين البحث ولصالح المجموعة التجريبية.
- 2- وجود علاقة ارتباط معنوية عالية بين تركيز الانتباه والمهارات الأساسية قيد الدراسة وهي ضرب الكرة والتهديد ودرجة الكرة ،دقة المناولة .
- 3- وجود تطور في صفة السرعة، الرشاقة والقوة الانفجارية التوافق العصبي العضلي .

- 4- زيادة نسب نجاح لبعض المبادئ الخططية الهجومية الفردية .
- 5-2: **التوصيات**:- في ضوء الاستنتاجات التي خرج بها الباحث فإنه يوصي بما يلي :-
- 1- التأكيد على الاختبارات والقياس لمعرفة مستوى تطور اللاعبين أثناء التدريب.
 - 2- التأكيد على تدريب المهارات الأساسية بشكل متنوع وتحت مختلف الظروف بشكل يشبه أدائها أثناء المباراة.
 - 3- التأكيد على تطوير عناصر اللياقة البدنية لما لها من دور كبير في الأداء المهاري .
 - 4- حث الباحثين على إجراء دراسات أخرى وألعاب أخرى لمعرفة العلاقة بين القدرات العقلية والجوانب الخططية.

1- زهير الخشاب وآخرون: كرة القدم تعليم، تدريب . مطبعة التعليم العالي الموصل 1988 20 0 سامي الصفار: الإعداد الفني

المصادر

- أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة 2000.
- : الأسس العلمية لتدريب كرة القدم ،دار الفكر العربي ، القاهرة 1982 .
- زهير الخشاب وآخرون: كرة القدم تعليم، تدريب. قانون. مطبعة التعليم العالي الموصل 1988.
- محمد حسن علاوي .محمد نصر الدين رضوان: الأداء الحركي، دار الفكر العربي القاهرة 1986 .
- محمد جلال قريظم .محمد عبد صالح: كرة القدم تدريب وخطط، مطبعة دار الكتب القاهرة 1984 .

- محمد لطيف محمد: خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بمستوى اللاعب ومركزه. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة حاولن 1982.
- سامي الصفار: الإعداد الفني في كرة القدم. مطبعة جامعة بغداد 1984 .
- ستا نيوة بدمونيج : كرة القدم للناشئين ترجمة عبد الله المشهداني ،مطبعة دار الحكمة بغداد 1972 .
- صادق الهلالي : فسلجة الجهاز العصبي ،ج 7 مطبعة الأديب 1972 .
- فاخر عامل: علم النفس ط 7 بيروت دار العلم للملايين 1981.
- يوسف لازم كماش: المهارات الأساسية بكرة القدم تعليم قانون تدريب، دار الفكر العربي، القاهرة 1999.
- وديع ياسين: النظرية والتطبيق في رفع الإثقال، الموصل دار الكتب 1985.
- فؤاد البهي السيد: علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة 1979.

1-Ian Frankes ,Youth Soccer Coaching Association 1982, p9

2-Adrian Leenolen :The Biomechanics of Soccer- Anew
Journal of
Sport Sciences 1997 .p.6

3-Eruc Bary :soccer Couching Moderen Way London
Faberand Faber
1979, p, 79.

4- Engles ,. B .Niel : Couching Youth Soccer California ,
soccer
Publication I.N.C.1990,p6.

5- Nicolas Bronik . The soccer Push Bass National and
Conditioning
Association Journal vol, 12, No, 2, 1991