

المرفقات

مرفق (١) : اختبار d₂ لقياس القدرة على التركيز (تحمل جهد الانتباه البصرى)

أولاً : وصف الاختبار :

يمكن استخدام اختبار d₂ بصورة فردية أو جماعية وفيه يطلب من المفحوص سرعة ودقة تمييز مفردات متشابهة. وهذا الاختبار يهدف لقياس القدرة على تحمل جهد الانتباه البصرى بخاصة والقدرة على التركيز بعامة. ونظرا لسهولة وسرعة هذا الاختبار فإنه يصلح بصفة خاصة للتعرف على تأثيرات أنواع مختلفة من الأعباء البدنية أو النفسية على القدرة على التركيز لدى الرياضيين.

وفي هذا الاختبار يقوم المفحوص بشطب حرف (d) الذى يتميز بوجود شرطتين فقط مثل (d ، d ، d ، d) وذلك من بين أنواع متعددة من حرف (P ، d) يتميز كل منهما بوجود شرطة واحدة أو شرطتين أو ثلاث أو أربع شرطات أو بعدو وجود أى شرطة.

ويحتوى الاختبار على ١٤ سطرا تحتوى كل منها على ٤٧ حرفا. ويبدأ المفحوص عند إشارة القائم بالتجربة وعند سماع المفحوص كلمة "السطر التالى" ينبغى عليه فورا البدء من السطر التالى مباشرة. وتستغرق فترة الاختبار ٢ دقيقة ، ٢٠ ثانية - أى أن الأداء فى السطر الواحد يستغرق ١٠ ثوان (١٤ سطرا × ١٠ ثوان = ١٤٠ ثانية = ٢ ق ، ٢٠ ثانية).

ونظرا لقصر فترة أداء الاختبار ينبغى مراعاة ضمان عدم وجود ضوضاء أو مؤثرات مشتتة للانتباه تؤثر على المفحوص.

ثانيا : تعليمات الاختبار :

يقوم القائم بالتجربة بإعطاء المفحوصين التعليمات الآتية :

- ١- هذا اختبار لمحاولة التعرف على قدرات كل منكم فى التركيز على واجب معين.
- ٢- فى السطر التالى تجدون حرف (d) مميز بشرطتين ، فى المرة الأولى توجد شرطتان أعلاه ، وفى المرة الثانية توجد شرطتان أسفله ، وفى المرة الثالثة توجد شرطتان إحداهما أعلاه والأخرى أسفله على النحو التالى :

- ٣- المطلوب منكم شطب أى حرف (d) يتميز بوجود شرطتين طبقا للمثال السابق وعدم شطب أى حرف آخر.

٤- حاول أن تجرب فى السطر التالى :

٥- والآن هل لدى أحدكم أى استفسار ؟

(يقوم القائم بالتجربة بالرد على الاستفسارات إن وجدت)

- ٦- الرجاء عدم قلب الصفحة مع وضع القلم أمامكم والانتباه جيدا للتعليمات التالية :
- فى الصفحة الخلفية توجد ٤ أسطر مثل السطر السابق الذى قمتم بتجربته والمطلوب منكم البدء من السطر الألى من ناحية اليسار إلى ناحية اليمين وشطب كل حرف (d) مميز بشرطتين وعند سماع كلمة "السطر التالى" يجب على كل منكم فورا البدء من السطر التالى.

٧- الرجاء سرعة الأداء بأقصى ما يمكن مع ضرورة مراعاة الدقة.
(والآن الرجاء قلب الورقة)

٨- تجدون في أعلى اليسار سهما يشير إلى السطر الأول الذي ستبدأ منه .. والمرجو الآن أن يمسك كل منكم بقلمه وسنبدا جميعا معا عند سماع إشارة البدء.

استعد - ابدأ

ثالثا : تصحيح الاختبار :

يجرى تصحيح الاختبار طبقا للمحركات التالية :

١- العدد الكلى (GZ) : كمحك لكمية المستوى.

لتحديد العدد الكلى تحتسب كل الحروف في كل سطر الموجودة قبل آخر حرف صحيح مشطوب.

٢- الأخطاء (F) : كمحك لجودة أو نوعية المستوى.

أخطاء النوع الأول : (إغفال شطب حرف صحيح "ينبغي شطبه")

أخطاء النوع الثانى : (شطب حرف غير صحيح "لا ينبغي شطبه")

٣- النسبة المئوية للأخطاء (F%) : وتستخرج كما يلي :

مجموع أخطاء النوع الأول + مجموع أخطاء النوع الثانى × ١٠٠

العدد الكلى

٤- مسار الأخطاء :

- عدد الأخطاء فى الأسطر من ١ - ٤ (القسم الأول من الاختبار)

- عدد الأخطاء فى الأسطر من ٥ - ١٠ (القسم الثانى من الاختبار)

- عدد الأخطاء فى الأسطر من ١١ - ١٤ (القسم الثالث من الاختبار)

وللتحليل النوعى (الكيفى) للفروق فى مسار الأخطاء تجرى مقارنة بين الأخطاء النظرية المتوقعة والأخطاء الحادثة فعلا فى كل قسم من أقسام الاختبار الثلاثة.

أ. تستخرج النسبة المئوية للأخطاء النظرية المتوقعة كما يلي :

النسبة المئوية للأخطاء المتوقعة فى القسم الأول

= النسبة المئوية للأخطاء

٤ ×

١٤

$$\begin{aligned} & \text{النسبة المئوية للأخطاء المتوقعة في القسم الثاني} \\ & \text{النسبة المئوية للأخطاء} \\ & 6 \times \frac{\quad}{14} = \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} & \text{النسبة المئوية للأخطاء المتوقعة في القسم الثالث} \\ & \text{النسبة المئوية للأخطاء} \\ & 4 \times \frac{\quad}{14} = \end{aligned}$$

ب. تستخرج النسبة المئوية للأخطاء الحادثة فعلا كما يلي :

$$\begin{aligned} & \text{النسبة المئوية للأخطاء الحادثة فعلا في القسم الأول} \\ & \text{النسبة المئوية للأخطاء} \times \text{عدد الأخطاء في القسم الأول} \\ & = \frac{\text{مجموع عدد الأخطاء الكلية في الأقسام الثلاثة}}{\text{النسبة المئوية للأخطاء الحادثة فعلا في القسم الثاني}} \\ & \text{النسبة المئوية للأخطاء} \times \text{عدد الأخطاء في القسم الثاني} \\ & = \frac{\text{مجموع عدد الأخطاء الكلية في الأقسام الثلاثة}}{\text{النسبة المئوية للأخطاء الحادثة فعلا في القسم الثالث}} \\ & \text{النسبة المئوية للأخطاء} \times \text{عدد الأخطاء في القسم الثالث} \\ & = \frac{\text{مجموع عدد الأخطاء الكلية في الأقسام الثلاثة}}{\quad} \end{aligned}$$

وكل الفروق بين الأخطاء النظرية المتوقعة والأخطاء الحادثة فعلا والتي تزيد عن +٠,٤٧ أو تقل عن -٠,٤٧ إلى عدم إنتظام مسار التركيز. والفروق التي تزيد عن +٠,٤٧ تشير إلى جودة القدرة على التركيز ، والفروق التي تقل عن -٠,٤٧ تشير إلى ضعف القدرة على التركيز في كل قسم من أقسام الاختبار .

رابعا : نموذج عملي لتصحيح الاختبار :

$$١- \text{ العدد الكلي} = ٢٥٥$$

$$٢- \text{ الأخطاء الكلية (النوع الأول + النوع الثاني)} = ١٠$$

$$٣- \text{ النسبة المئوية للأخطاء} = \frac{١٠ \times ١٠}{٢٥٥} = ٣,٩٢$$

$$٤- \text{ مسار الأخطاء} = ٦ \text{ (في القسم الأول) ، } ٣ \text{ (في القسم الثاني) ، } ١ \text{ (في القسم الثالث)}$$

٥- النسبة المئوية للأخطاء المتوقعة :

$$\text{في القسم الأول} = \frac{٤ \times ٣,٩٢}{١٤} = ١,١٢$$

$$\text{في القسم الثاني} = \frac{٦ \times ٣,٩٢}{١٤} = ١,٦٨$$

$$\text{في القسم الثالث} = \frac{٤ \times ٣,٩٢}{١٤} = ١,١٢$$

٦- النسبة المئوية للأخطاء المتوقعة :

$$\text{فى القسم الأول} = \frac{٤ \times ٣,٩٢}{١٠} = ٢,٣٥$$

$$\text{فى القسم الثانى} = \frac{٦ \times ٣,٩٢}{١٠} = ١,١٧$$

$$\text{فى القسم الثالث} = \frac{٤ \times ٣,٩٢}{١٠} = ٠,٣٩$$

٧- المقارنة بين النسب المئوية للأخطاء المتوقعة والأخطاء الحادثة :

فى القسم الثالث	فى القسم الثانى	فى القسم الأول	
١,١٢	١,٦٨	١,١٢	الأخطاء المتوقعة
٠,٢٩	١,١٧	٢,٣٥	الأخطاء الحادثة
٠,٧٣+	٠,٥١+	١,٢٣-	

وفى ضوء النتائج السابقة يمكن إستخلاص ما يلى :

- قدرة التركيز الحالية للمفجوص متوسطة (طبيعية) يلاحظ من المستوى المتوسط للعدد الكلى يتراوح ما بين ٢٢٠ - ٢٦٩ ، والمستوى المتوسط للأخطاء يتراوح ما بين (١٠ - ١٥).
- يظهر الافتقار للتركيز فى بداية الاختبار وفى أثناء تتابع الأداء يحدث تحسن متزايد فى القدرة على التركيز.

التاريخ: _____ الرقم: _____
Date: _____ No: _____

اسم الطالب: _____
Name: _____

الرقم: _____
No: _____

أصل: _____
Original: _____

عكس: _____
Disregard: _____

Test 22

التاريخ: _____
مركز الاختبار: _____

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22

	RW	%	PR	SW
GZ				
F				-
GZ-F		-		
SB		-		-

التوزيع السنوي للاختبار

مرفق (٢) : خطاب موجه للسيد مدير عام الإتحاد المصري لكرة السلة

بسم الله الرحمن الرحيم

الموضوع :

بشأن :

تحريراً في / / ١٩

ة التربية الرياضية للبنات
حر الزهراء - الجزيرة

السيد الأستاذ / مدير عام الإتحاد المصري لكرة السلة

تحية طيبة مع

نتشرف بأن نحيط سيادتك علماً بأن الدارس / جمال رمضان مرسى مهندس
بالدراسات العليا بالكلمية .

وقد اجتاز السنة الأولى والثانية ماجستير لعامس ١٩٩٣/٩٢ .

وسجل للحصول على درجته الماجستير في التربية الرياضية بتاريخ ١٩٩٢/١٠/٢٦ .

عنوان البحث :- (القدرة على تركيز الانتباه وعلاقتها بالرعب الحرة في كرة السلة) .

برجاء التكرم بتسهيل مهمته .

ومغضلاً بقبول فائق الاحترام

الدراسات العليا

رئيس قسم الدراسات العليا والبحوث

وكيله الكلية

لشئون الدراسات العليا

(هنا الخطاب)

(استاذك عديله طلب)

مرفق (٣) : خطاب موجه للسيد مدير عام مجمع الصالات المغطاة باستاد القاهرة

بسم الله الرحمن الرحيم

الموضوع :

بشأن :

تصريفاً / / ١٩



الدراسات الرياضية للبنات
عز الزهرية - الجزيرة

السيد الاستاذ / مدير عام مجمع الصالات المغطاه بأستاد القاهرة

تحية طيبة ومعد

نتشرف بأن نحيط سيادتك علماً بأن الدارس / جمال رمضان موسى مقيــــد

بالدراسات العليا بالكلية .

وقد اجتاز السنة الأولى والثانية ماجستير لعامس ١٩٩٣/٩٢ .

وسجل للحصول على درجته الماجستير في التربية الرياضية بتاريخ ١٩٩٢/١٠/٢٦ .

وتنوان البحث :- (القدرة على تركيز الانتباه وعلاقتها بالرماية الحرة في كرة السلة) .

برجاء التكرم بتسهيل مهمته .

وتغضبوا بقبول فائق الاحترام

الدراسات العليا

رئيس قسم الدراسات العليا والبحوث

وكيله الكلية

لشئون الدراسات العليا

(هنا الخطاب)

عديله طلب

ملخص البحث باللغة العربية

مشكلة البحث وأهميته :

يعتبر التركيز أو توجيه الانتباه أحد المهارات النفسية الهامة للرياضيين ، فهو الأساس لنجاح عملية التعلم أو التدريب أو المنافسة الرياضية في أشكالها المختلفة ، فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبيا على الأداء. وعلى ذلك يعتمد مستوى الأداء المهارى فى الأنشطة الرياضية بصفة عامة وكرة السلة بصفة خاصة على التركيز .

وتعتبر الرمية الحرة من المهارات الهامة فى كرة السلة والتي يؤثر مستوى إجادة لاعبي الفريق لها والنجاح فى أدائها أثناء المباراة فى حصول الفريق على أكبر قدر من النقاط المسجلة مما يؤثر على نتائج الفريق فى المباريات.

حيث أصبحت إجادة الرمية الحرة من العوامل التى قد تحدد فوز فريق على آخر وذلك نظرا للتعديلات التى أجريت فى بعض مواد قانون كرة السلة عقب مباريات كأس العالم فى بيونس آيرس Buenos Aires بالأرجنتين عام ١٩٩٠. حيث ترتب على ذلك زيادة عدد الرميات الحرة المتاحة خلال المباراة ، مما قد يجعل نجاح الفريق فى تسجيل أكبر نسبة من الرميات الحرة المتاحة عاملا هاما ورئيسيا فى تحديد فوز الفريق أو هزيمته.

وقد لاحظ الباحث ، كلاعب درجة أولى سابق ومدرب لفرق الناشئين أن الذى يفرق بين فوز فريق وهزيمة آخر قد يرجع بدرجة كبيرة إلى قدرة اللاعب على تركيز انتباهه وبالتالي تسجيل الرميات الحرة المتاحة له ، ومن خلال ملاحظته المتكررة لكثير من مباريات كرة السلة ، لاحظ ضعف نسبة التصويب الناجح للرمية الحرة للاعبين بالرغم من المستوى البدنى والمهارى والخططى العالى الذى يتمتع به هؤلاء اللاعبين ، وعلى الرغم مما يبذله هؤلاء من جهد أثناء التدريب على الرمية الحرة.

وعلى ذلك قد تتأثر نتائج الفرق نظرا لضعف قدرة بعض لاعبيها على التسجيل الناجح للرميات الحرة المتاحة لهم ، والتي قد يكون مرجعها إلى ضعف مقدرة هؤلاء اللاعبين على تركيز الانتباه.

وتتضح أهمية هذا البحث من خلال النقاط التالية :

- تعرضت كثير من البحوث والدراسات فى مجال التدريب لطرق الإعداد البدنى والمهارى والخططى ، ومع ندرة أساليب التقويم الخاصة بالإعداد النفسى فى كرة السلة ، لذا رأى الباحث إلقاء الضوء على أهمية الإعداد النفسى فى مجال البطولة واختيار زاوية من زواياه وهى تركيز الانتباه.

- زيادة الدور الذي تلعبه الرمية الحرة في تحديد نتائج المباريات والتي قد يتوقف عليها فوز فريق على آخر وذلك في ظل التعديلات الجديدة في بعض مواد قانون كرة السلة بيونس أيرس بالأرجنتين عام ١٩٩٠.

لذلك فهذه الدراسة محاولة لتحديد العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بالرمية الحرة.

ومن منطلق تحديد مشكلة البحث وأهميته صاغ الباحث موضوع الدراسة في : "القدرة على تركيز الانتباه وعلاقتها بالرمية الحرة في كرة السلة".

أهداف البحث :-

- ١ - تحديد العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة .
- ٢ - تحديد العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة وفقاً لمراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الإرتكاز) .
- ٣ - التعرف على التباين بين مراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الإرتكاز) في القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة .
- ٤ - التعرف على الفروق في القدرة على التركيز والرمية الحرة بين كل من :-
 - أ- مركزي صانع اللعب والقاطع .
 - ب - مركزي صانع اللعب ورجل الإرتكاز .
 - ج - مركزي القاطع ورجل الإرتكاز .

فروض البحث :-

- ١ - يوجد ارتباط إيجابي بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة .
- ٢ - يوجد ارتباط إيجابي بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة لكل مركز من مراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الإرتكاز) .
- ٣ - يوجد تباين بين مراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الإرتكاز) في كل من :-
 - أ - القدرة على تركيز الانتباه .
 - ب - الرمية الحرة .

٤ - توجد فروق دالة إحصائياً في تركيز الانتباه والرمية الحرة بين كل من :-

- أ - مركزي صانع اللعب والقاطع ولصالح مركز صانع اللعب .
- ب - مركزي صانع اللعب ورجل الإرتكاز ولصالح مركز صانع اللعب .
- ج - مركزي القاطع ورجل الإرتكاز ولصالح مركز رجل الإرتكاز .

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي باتباع الأسلوب المسحي لمناسبته وطبيعة هذا النوع من البحوث.

عينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الفرق المشتركة في البطولة العربية الثامنة للأندية أبطال الدوري في الفترة من ٤-١٥ / ١٢ / ١٩٩٣ وبلغ إجمالي عدد أفراد العينة ١٣٤ لاعبا (٣٤ صانع لعب - ٥٠ قاطع - ٥٠ رجل إرتكاز).

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث أدوات جمع بيانات لمتغيرات البحث الآتية :

- ١- اختبار (d2) لقياس القدرة على التركيز بصفة عامة وتحمل جهد الانتباه البصري بصفة خاصة.
- ٢- استمارة تسجيل المباريات score sheet لحصر الرميات الحرة أثناء المباراة.

نتائج البحث :

- ١ - وجود ارتباط إيجابي بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة .
- ٢ - وجود ارتباط إيجابي بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة لكل مركز من مراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الإرتكاز) .
- ٣ - وجود تباين بين مراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الإرتكاز) في كل من :-
 - أ - القدرة على تركيز الانتباه .
 - ب - الرمية الحرة .
- ٤ - وجود فروق دالة إحصائياً في تركيز الانتباه والرمية الحرة بين كل من :-
 - أ - مركزي صانع اللعب والقاطع ولصالح مركز صانع اللعب .
 - ب - مركزي صانع اللعب ورجل الإرتكاز ولصالح مركز صانع اللعب .
 - ج - مركزي القاطع ورجل الإرتكاز ولصالح مركز رجل الإرتكاز .

Helwan University
Faculty of Physical Education for Girls - Cairo
Teaching Methods, Training, and Practical
Education Department

**The Ability of Attention Concentration and Its
Relation to the Free Throw in Basketball**

By

Gamal Ramadan Mousa

Submitted in Partial Fulfilment of the Requirements
for the Degree of Master of Science in
Physical Education

Supervisors

Prof. Dr. *NAHEM MAHMOUD*
SAAD

Prof. Dept. of Teaching Methods &
Training
Faculty of Physical Education for
Girls - Cairo
Helwan University

Dr. *ALI MOHAMED ABD AL-*
MAGEED

Instructor Dept. of Teaching
Methods & Training
Faculty of Physical Education for
Girls - Cairo
Helwan University

1995

ENGLISH SUMMARY

Research Problem and Importance :

Concentration or attention directing is considered to be one of the important psychological skills for athletes, because it is the base of success of the learning or training process or the athletic competition in all forms. Attention dispersion or loss of concentration has a negative effect on performance. Thus, the level of skill performance in athletic activities in general, and in basketball in particular, depends on concentration.

Free throw is considered to be one of the important basic skills in basketball. Excellence in performing free throw and succeeding in it during the match helps the team to get as much points as possible.

Excellence in free throw has recently become one of the factors that might determine the winner and loser teams in a match, especially after the amendments in some of the terms of basketball rules after Buenos Aires World Cup in 1990. These amendments increased the allowable number of free throws during the match. As a result, the success of a team to score points from allowable free throws will be a major factor in the winning or loss of the team.

As a previous first-degree player, and currently as a trainer for juniors, the researcher noticed that the player's ability to concentrate his attention, and thus to score the allowable free throws, can make the difference between the winning and loss of the team. Through continuous observation of many basketball matches, the researcher noticed a low proportion of successful free throws, notwithstanding the high physical, skill, and planning levels of the players throwing those throws, and also notwithstanding the big effort made by these players to train for free throws.

So, the results of a team can be affected by the weak ability of some of the team's players to make successful free throws, which might be attributed to the players' weak ability to concentrate their attention.

The importance of this research can be shown in the following points :

- Many studies and researches have studied the physical, skill, and planning preparation methods, but the evaluation methods for psychological preparation in basketball are rare. Therefore, the researcher decided to shed the light upon the importance of psychological preparation in championship, and to choose one of its sides, which is attention concentration.
- The increased role of free throw in setting match results, taking in consideration the recent amendments in some of the terms of basketball rules in Buenos Aires, Argentina 1990.

Thus, this study tries to find the relation between the ability of basketball players to concentrate their attention and free throws.

Having determined the research's problem and importance, the researcher chose the study's topic to be : **“The Ability of Attention Concentration and Its Relation to The Free Throw in Basketball.”**

Research Aims :

- 1- To determine the relation between attention concentration and the free throw.
- 2- To determine the relation between attention concentration and the free throw according to play positions (play maker - cutter - pivot).
- 3- To know the variance between the play positions (play maker - cutter - pivot) in the ability of attention concentration and free throw.
- 4- To know the differences in attention concentration and free throw between :
 - a. play maker and cutter.
 - b. play maker and pivot.
 - c. cutter and pivot.

Research Hypothesis :

- 1- There is a positive correlation between attention concentration and the free throw.
- 2- There is a positive correlation between attention concentration and the free throw according to play positions (play maker - cutter - pivot).
- 3- There is variance between play positions (play maker - cutter - pivot) in :
 - a. attention concentration.
 - b. free throw.
- 4- There are statistically significant differences in attention concentration and free throw between :
 - a. play maker and cutter, for the play maker.
 - b. play maker and pivot, for the play maker.
 - c. cutter and pivot, for the pivot.

Research Methodology :

The researcher used the descriptive methodology, following the survey style, for its suitability to the nature of such type of researches.

Research Specimen :

The research specimen has been deliberately selected from the players of teams taking part in The Arabic Championship of Round Champions held between 4-15 Dec. 1993. The specimen included 134 players (34 play makers, 50 cutters, and 50 pivots).

Data Collection Tools :

The researcher used the following tools for the research's variables :

3

- d_2 test to measure the concentration ability in general, and the visual concentration effort ability in particular.
- Score sheet to register free throws during the match.

Research Results :

- 1- There is a positive correlation between attention concentration and the free throw.
- 2- There is a positive correlation between attention concentration and the free throw according to play positions (play maker - cutter - pivot).
- 3- There is variance between play positions (play maker - cutter - pivot) in :
 - a. attention concentration.
 - b. free throw.
- 4- There are statistically significant differences in attention concentration and free throw between :
 - a. play maker and cutter, for the play maker.
 - b. play maker and pivot, for the play maker.
 - c. cutter and pivot, for the pivot.