

الفصل الثانى

٢/ القراءات النظرية والدراسات المرتبطة

١/٢ القراءات النظرية :

١/١/٢ القياس النفسى فى المجال الرياضى

٢/١/٢ القياس وعلاقته بالانتباه .

٣/١/٢ مفهوم الانتباه وأهمية .

٤/١/٢ الانتباه كمفهوم نفسى .

٥/١/٢ الانتباه الإنتقائى .

٦/١/٢ أنواع الانتباه .

٧/١/٢ بؤرة الانتباه وهامش الشعور .

٨/١/٢ العوامل المؤثرة فى الانتباه .

٩/١/٢ خصائص الانتباه .

١٠/١/٢ مظاهر الانتباه .

١١/١/٢ أبعاد الانتباه .

١٢/١/٢ أساليب الانتباه .

١٣/١/٢ الخصائص النفسية للرياضيين وفق أسلوب الانتباه

٢/٢ الدراسات المرتبطة:

١/٢/٢ الدراسات العربية.

٢/٢/٢ الدراسات الأجنبية.

٣/٢/٢ التعليق على الدراسات المرتبطة .

٤/٢/٢ مدى الاستفادة من الدراسات المرتبطة.

٢/ القراءات النظرية والدراسات المرتبطة :

١/٢ القراءات النظرية :

١/١/٢ القياس النفسى فى المجال الرياضى :

يعد القياس أمراً على جانب كبير من الأهمية فى أى علم من العلوم ، فجميع العلوم تسعى لتطوير أساليب موضوعية دقيقة لقياس الظاهر المتعلقة بها من أجل فهم هذه الظواهر وتفسيرها ، والتنبؤ بالعلاقات القائمة بين متغيراتها، ومحاولة ضبطها والتحكم فيها . (١٩ : ١٣)

فالقياس يسمح لنا بالتعرف على جوانب القصور والضعف والعمل على التغلب عليها كما انه يسمح بالتعرف على جوانب القوة للتأكيد عليها وتنميتها .

هذا وقد شغل موضوع القياس النفسى المهتمون فى المجال الرياضى ، ولم يكن هناك بديل فى الفترات الأولى من البحث عن وسائل موضوعية سوى الملاحظة ودراسة الحالة ، ولكن السنوات الطويلة من الدراسة لم تعطى لنا الكثير من التنبؤ بالأداء فى المستقبل ، وكذلك الحال عند استخدام الاختبارات المعملية حيث أظهرت المحاولات الأولى أيضاً عجزها عن التنبؤ بالتفوق فى المنافسات الرياضية ، ومن أكبر المعوقات التى تواجه حركة القياس الموضوعية هو أن طبيعة النشاط الرياضى تجعل من الفوز المعيار الوحيد للنجاح ، وتكمن المشكلة فى ان الفوز يتوقف على عوامل أخرى متعددة منها : خطة اللعب ، مستوى المنافسة ، الظروف المحيطة ، الجمهور . واحد الصعوبات التى تواجه عملية القياس النفسى فى المجال الرياضى هو ان المدربين وحتى الناجحين منهم ليسوا على دراية كافية بجميع الجوانب النفسية المرتبطة بالأداء الرياضى ، وكذلك فان الاختصاصى النفسى الرياضى الذى يفهم الكثير من هذه الجوانب النفسية لن يكون قادراً على القيام بعملية القياس النفسى دون تفهم اللاعب والمتطلبات النفسية للنشاط الرياضى ، وخاصة عند استخدام القياس النفسى فى التوجيه والإرشاد وقد أصبحت الحاجة ماسة الى توافر قياس موضوعى يستطيع تصنيف وترتيب اللاعبين وفقاً لقدراتهم النفسية والعقلية ويعمل كأساس صادق للتنبؤ بالنجاح فى المستقبل ، وقد نشطت حركة البحث وازداد الاهتمام بين العلماء نحو تحقيق هذا الهدف واستخدمت طرق وأساليب متعددة لبناء مقاييس نفسية موضوعية متخصصة فى المجال الرياضى . (٣٦ : ١٩ - ٢١)

٢/١/٢ القياس وعلاقته بالانتباه :

يذكر " محمد شمعون " (١٩٩٩ م) إلى انه قبل البداية في تصميم البرامج التدريبية الخاصة بالانتباه وتطبيقاتها على اللاعب فانه من الضروري تقويم نقاط القوة والضعف فى الانتباه ، وهناك العديد من الوسائل التى استخدمت فى قياس الانتباه من بينها : القياسات المعملية ، طريقة عينات الأفكار والقياسات النفس حركية ، تحليل الملاحظة ، حالات الوجه والعينين ، والاختبارات والمقاييس . (٣٦ : ٣٦٣)

ويشير " محمود عنان " (١٩٩٥ م) الى اهتمام أساتذة علم النفس الرياضى بقياس بؤرة الانتباه وذلك بغرض انتقاء وتصنيف وتقويم اللاعبين والتنبؤ بقدراتهم الانتباهيه وذلك من خلال عدده طرق وهى طريق قياس السلوك وذلك باستخدام أسلوب قياس زمن رد الفعل المحتمل ، وطريقة المؤشرات الفسيولوجية وتتأسس هذه الطريقة على إيضاح العلاقة بين الاستثارة الفسيولوجية وبؤرة الانتباه وتفترض هذه الطريقة ان هناك علاقة وثيقة بين مستوى الاستثارة وبؤرة الانتباه ، وطريقة التقرير الذاتى وهى طريقة تميل فى كونها مؤشراً لبؤرة الانتباه من المنظور الشخصى . (٤٧ : ٢٣٩)

٣/١/٢ مفهوم الانتباه وأهمية :

تعنى كلمة الانتباه *Attention* بأنه " إجراء التوافق بين العينين والأذنين وباقى أعضاء الحواس كى يتاح للفرد استيعاب كل ما هو جار حوله ، فالانتباه الخطوة الأولى للإدراك وقد يكون تلقائياً *Spontaneous Attention* وينشأ عن يقظة الذهن لمثير خارجى يثير اهتمامه الحاضر المباشر ، أو لا إرادى *Voluntary Attention* وهو انتباه الفرد لشيء لا يميل إليه بفطرته . (٤ : ٣٠)

الانتباه هو تلقى الإحساس بمثير ما سواء كان هذا الإحساس على مستوى الحواس الخارجية أم الأحاسيس الباطنية أم مستوى الإدراك العقلى بحيث يشعر الفرد بهذا الإحساس بطريقة واضحة ، اى أن الانتباه من هذا المنطلق هو تركيز الإحساس ، وانتباه الفرد فى لحظة معينه لا يكون عادة إلا فى موضوع معين اى أن الانتباه لا يتوقف ولكن ينتقل بصورة مستمرة وسرعة خاطفة خلال أجزاء من الثانية . (٤٧ : ٢٥٤)

فالفرد من خلال الحواس المختلفة يستقبل العديد من المعلومات أو المثيرات سواء من البيئة الخارجية أو من داخله ، ويقوم بالتعرف على هذه المعلومات وعندما يدركها فإنه يستطيع بذلك اتخاذ القرار سواء بالاستمرار في توجيه وعيه نحو هذه المثيرات أو المعلومات وهذه العملية- اتخاذ القرار - تتطلب الانتباه لهذه المدركات كلها أو بعضها . (٤٠ : ٢٧٤)

فالانتباه يعد استعداد إدراكي يقوم بتوجيه شعور الملاحظ نحو موقف ككل أو نحو بعض أجزائه ، ويستخدم مصطلح الانتباه لوصف العملية التي يقوم الفرد من خلالها بإدراك البيئة المحيطة به عن طريق استخدام أعضاء الحس المختلفة وعندما يركز اللاعب انتباهه على شئ محدد فإن ذلك يعنى بأنه أصبح مدركا للشئ ذاته دون الأشياء الأخرى . (٦٩ : ٣٣)

ويعرفه " أحمد راجح " (١٩٧٩ م) أنه " توجيه الشعور وتركيزه فى شئ معين أو أدائه أو التفكير فيه " . (٥ : ١٧٨)

يعرف " ريتشارد كوكس *Richard Cox* " (١٩٩٠ م) الانتباه بأنه " عملية يقوم بها العقل حيث يلغى المعلومات غير الهامة بينما يقوم فى نفس الوقت بتخزين كم كبير من المعلومات لتحليلها ولا يتم الانتباه إلا إذا تم التأكد من أهميتها " . (٥٩ : ٤٧)

أما " جو ويلز *Joe Willis* ، ولندا كامبل *Landa Cambell* " (١٩٩٢ م) فيعرفان الانتباه بأنه " نوع من أنواع التعلم عن طريقة الملاحظة إذ يجب أن يدرك الشخص الذى يقوم بعملية الملاحظة إدراكا حسياً دقيقاً ويخزن فى ذاكرته جميع الحقائق المتصلة بالسلوك المثالى للأداء " . (٧٦ : ١٣١)

ويعرف كل من " ركس نايت ومرجريت نايت *Rax & Margarita Niet* " (١٩٩٣ م) الانتباه بأنه " نشاط اصطفائى يتم فى الشعور " . (١٨ : ١٦٣)

ويعرف " محمود عنان " (١٩٩٤ م) الانتباه بأنه " عملية بؤرة الشعور لإنتاج مزيد من الحيوية والوضوح لأشياء معينة دون غيرها من المثيرات " . (٤٧ : ٥٥)

ويعرفه " أسامه راتب " (٢٠٠٠ م) بأنه " توجيه الوعى نحو المثيرات (الرموز) المعينة بحيث يصبح فى متناول الحواس " . (١٢ : ٢٧١)

كما يعرفه " محمد علاوى " (٢٠٠٢م) بأنه " العملية العقلية أو المعرفية التى توجه وعى الفرد نحو الموضوعات المدركة " . (٤٠ : ٢٧٤)

فالانتباه هو العملية التى يتم بها توجيه إدراكنا للمعلومات كى تصبح فى متناول الحواس ويرى انه يتم إستقبال المعلومات من الجو المحيط بنا من خلال الحواس الأخرى ، ولكن إذا قمت بترك الكتاب فسوف تلاحظ المثيرات البصرية والسمعية وغيرها ، وبذلك فإن الإدراك هو عملية التعرف على الأغراض ويحدث فقط عند الانتباه إلى الحواس وعندما يتم الإدراك يجب اتخاذ القرار عما إذا كنت تستمر أو تتوقف للوعى به ، وتتطلب عملية اتخاذ القرار للانتباه إلى ما تدركه ، ولهذا فإن الانتباه هو عملية معرفية بواسطتها يتم التوجيه والحصول على الوعى بالمثيرات ، ويتأثر الانتباه عادة بمستوى اليقظة والقدرة على معالجة المعلومات . (٣٥ : ٢٥٧)

يذكر " عبد الحميد احمد " (١٩٨٩م) الى ان هناك الكثير من نواحى الأنشطة الرياضية يقع فيها العبء الأكبر على عمليات التفكير والانتباه والإدراك خاصة فى الألعاب الجماعية وكذلك فى الألعاب الفردية التى يظهر فيها التبارى الدائم بين تفكير اللاعب وتفكير منافسة ، وانتباهه وإدراكه كلا منهما للمواقف المختلفة والسريعة والمتغيرة ، وهذا يستلزم بالضرورة وجود خطط معينة لدى اللاعب توجه وتنظم حركاته وسلوكه باتجاه معين وان يكون بمقدوره سرعة تغيير المواقف وإدراكها وان يقوم بالاستجابة الصحيحة طبقاً لذلك . (٢١ : ٢٨٦)

كما يرى " محمود عنان " (١٩٩٥م) إن الأنشطة الجماعية تسهم فى نمو الشخصية الفردية وجماعة الفريق وصورته التى يبدىها من خلال نطاق اللعب والزمان الشديد بين الإدراك والتفكير الخططى . (٤٧ : ٢٥٢)

وترجع أهمية الانتباه الى انه يدخل فى كل نشاط عقلى فان العقل عندما يكون نشيطا يجب ان يكون منتبها الى شئ ما ، وقد نظر القدماء من علماء علم النفس الى الانتباه من وجهة عقلية فقط مؤكداين مظهره الإدراكى ، فحسب ما وصفوه بأنه ليس إلا تركيزا للشعور فى فكرة أو موضوع فنحن اذا ركزنا فى شئ ما فاننا نراه بوضوح كما نرى ايضا غيره من الاشياء القريبة منه أقل وضوحاً والأشياء التى تبعد عن هذه أقل وضوحاً عن سابقها وهكذا ، كما ان هناك اشياء لا نراها الا من زاوية عيننا وكذلك الحال فى ميدان الشعور ، فموضوع الانتباه(الشئ المنتبه إليه) يكون واضحاً وغيره من الاشياء أقل وضوحاً كما ان هناك اشياء فى هامش الشعور ، وبذلك يكون الانتباه عملية تجعل الاشياء التى يفكر فيها المرء جلية امام العقل ، وكذلك بتركيز الشعور

فى فكرة ما فاننا نزداد معرفة بهذة الفكرة ويمكننا ان نعبر تعبيراً اخر فنقول انه اثناء عملية الانتباه ينحدر مجرى الشعور بطيئاً ويصير الموضوع المنتبه اليه اكثر ثباتاً ووضوحاً فالوضوح اذا نتيجة للانتباه . (١٦ : ٢٥٥)

لذا يعتبر الانتباه من المتطلبات الاساسية للاداء الجيد فى اى لون من الوان النشاط الرياضى فلانتباه أهمية خاصة فى المساهمة فى الوصول الى الاداء الامثل ولذلك يتم توجيه اللاعب الى تركيز الانتباه واليقظة ويمثل فقدان الانتباه احد العوامل الرئيسة فى الاداء الضعيف الذى يؤثر بطريقة مباشرة فى عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة . (٣٦ : ٣٦٣)

فموضوع الانتباه بالرغم من اهمية فى الرياضة الا انه لم يحظ بالبحث والدراسة بالقدر الذى يعكس اهمية فى الرياضات الفردية والالعاب الجماعية وقد اختلف العلماء والأخصائيون النفسيون فى تفسير موضوع الانتباه وتباينت وجهات النظر ما بين عدم إعطاء وزن لدراسة الموضوع ، الى اعطائه قيمة افتراضية كبيرة بين الوظائف النفسية الاخرى المرتبطة بالرياضة والتي تبدو واضحة فى مجموعة الدراسات التي ظهرت فى هذا المجال فى السنوات الأخيرة . (٤٧ : ٢١٩)

٤/١/٢ الانتباه كمفهوم نفسى :

يلعب الانتباه كأحد العمليات العقلية العليا دوراً هاماً فى حياة الفرد ، لأنه يعمل على الارتفاع بمستوى فاعلية العمليات النفسية ومطابقتها للواقع ، مما يؤدي إلى تكيف الفرد مع بيئته ، وتظهر عملية الانتباه فى التكيف الحركى للفرد ، فعند انتباه الفرد لمشاهدة شيئاً ما نجد أنه يتكيف حركياً بإدارة رأسه وتوجيه عينه بانتباه لهذا الشئ ويمكن الحكم على هذا الشخص بأنه منتبه من عدمه عن طريق التكيف الحركى له .

فالانتباه من العمليات النفسية التي تحدث فى جزء معين من لحاء المخ عن طريق النشاط العصبى ، وهو يتطلب قدرة على حصر النشاط الذهنى فى اتجاه معين ولمدة من الزمن مما يتطلب قدرة التحكم فى النشاط الانفعالى وتوجيهه وجهه معينة الأمر الذى يتوقف على مدى تحرر المرء من المنبهات الخارجية . (١٧ : ٢٥٣)

وفى هذه الحالة تكون بقية أجزاء لحاء المخ فى حالة استتارة اقل ، وكلما زادت حدة النشاط العصبى لهذا الجزء من لحاء المخ كلما أمكن له السيطرة على بقية أجزاء لحاء المخ فى لحظة الانتباه . (٧ : ٦)

وقد يحدث في نفس وقت حدوث النشاط العصبي الرئيسي حدوث نشاط عصبي في جزء آخر من لحاء المخ ، يكون له أثر سلبي على النشاط العصبي الرئيسي المرتبط بالظروف اللحظية المعينة (المثير) ويؤدي هذا الأثر السلبي إلى التشويش على النشاط العصبي الرئيسي أو تلاشيهِ وتسمى هذه الحالة بنشنت الانتباه .

وهكذا نجد أن عملية الانتباه ليست مرتبطة فقط بالسيطرة على النشاط العصبي لجزء معين من لحاء المخ في تلك الظروف لكنها أيضاً ترتبط بإيقاف عمليات النشاط العصبي للأجزاء الأخرى من لحاء المخ ، حتى تتم عملية الانتباه بصورة واضحة دقيقة ، حيث أن الإنسان يتعرض بصفة مستمرة للعديد من المثيرات فان الشبكة العصبية للكائن البشري لا تستطيع أن ترسلها كلها معا وفي آن واحد إلى لحاء المخ لكي يقوم بتفسيرها ، لذا ينتقى الملاحظ المثيرات التي يريد أن يستقبل رسائل منها وعملية الانتقاء تلك تطلق عليها مصطلح الانتباه . (٨ : ٨٥)

فالانفعالات غير المتزنة وأوجه القلق والأفكار المحملة بانفعالات شديدة كالأوهام والوسواس يمكن أن تؤثر على الانتباه لأنها تقيد الطاقات المفروض أن يستعملها الأنا بحرية في تعامله مع الواقع . (٧١ : ١٠٧)

٥/١/٢ الانتباه الانتقائي :

يستقبل الكائن الحي بصورة منتظمة كما هائلاً من المعلومات من كل من البيئة الداخلية والخارجية ، ولكن من الصعب إستيعاب هذا الكم الهائل في فترة زمنية محددة ، ولهذا فان الانتقاء يصبح ضروريا حتى يمكن معالجة مثيرات قليلة من خلال التركيز على الأبعاد التي تؤثر مباشرة على السلوك ، ويحدث الانتقاء في أشكال متعددة في المواقف السلوكية فقد يختار الفرد التركيز داخليا الى الخبرات السابقة أو خارجيا على رموز كثيرة في البيئة المحيطة ، ولذلك فان الانتقاء متنوع ويصبح في منتهى الأهمية للأداء الرياضي . (٣٥ : ٢٨٢)

إن الانتباه يعنى القدرة على اختيار المثيرات أو التلميحات والتي يجب على اللاعب الانتباه إليها من بين عدد كبير من المثيرات. كما انه يتضمن القدرة على إغفال وتجاهل معلومات حسية غير ذات علاقة للاعب وتركيز إنتباهه انتقائيا للمعلومات ذات العلاقة بالموقف التنافسى . (٤٧ : ٢٢٨) ، (٦٥ : ١٢)

كما أن الانتباه الانتقائي يرتبط بتوجيه الانتباه لمثيرات معينة وضرورة عزل أو إهمال المثيرات الأخرى ولا يتضمن توجيه الانتباه الانتقائي في الكثير من الأداء الرياضي الاحتفاظ

بالانتباه على مثير واحد فقط خلال فترة الأداء ، وإنما قد يشمل عدة مثيرات يطرأ عليها التغيير السريع من لحظة إلى أخرى ويتضح ذلك على سبيل المثال فى الرياضات ذات الطابع الديناميكي حيث تتم الاستجابة بين عدة اختيارات محتملة فى عملية ديناميكية مستمرة. (١١ : ٣٦٥) كما يلعب الانتباه الانتقائى دورا رئيسيا فى تعلم وأداء المهارات الرياضية . (٣٥ : ٢٨٢)

فالانتباه الانتقائى يمثل إحدى المهارات النفسية فى مجال الانتباه والتى يتصف بها اللاعب فى المستويات العالية .

كما أن من الطبيعى أن بعض اللاعبين يتميزون عن غيرهم فى الانتباه الانتقائى إلى التلميحات الصحيحة والقرائن الهامة فى المنافسة ، ويشار إلى أن ذلك يعد أحد الفروق الهامة بين اللاعب الجيد واللاعب الممتاز . (٤٧ : ٢٢٩ ، ٢٣٠)

٦/١/٢ أنواع الانتباه :

يرى " احمد راجح " (١٩٩٤ م) أن الانتباه ينقسم إلى الأنواع التالية :

الانتباه القسرى : وفيه يتجه الانتباه إلى المثير رغم إرادة الفرد كالانتباه إلى طلقة مسدس أو ضوء خاطف أو صدمة كهربية عنيفة أو ألم أو وخز مفاجئ فى بعض أجزاء الجسم ، فهنا يفرض المثير نفسه فرضا فيرغنا على اختياره دون غيره من المثيرات .

الانتباه التلقائى : وهو انتباه الفرد إلى شئ يهتم به ويميل إليه وهو انتباه لا يبذل الفرد فى سبيله جهدا بل يمضى سهلا طيعا .

الانتباه اللارادى : وهو الانتباه الذى يقتضى من المنبه بذل جهد قد يكون كبيرا كالتباهة إلى محاضرة أو إلى حديث جاف أو يدعو إلى الضجر ففى هذه الحالة يشعر الفرد بما يبذله من جهد فى حمل نفسه على الإنتباه وهو جهد يتم عن محاولة الفرد التغلب على ما يعتريه من سأم أو شرود ذهنى إذ لا بد له بحكم الحاجة أو الضرورة أو التأدب ، هذا ويتوقف مقدار الجهد المبذول على شدة الدافع إلى الانتباه وعلى وضوح الهدف من الانتباه . (٥ : ١٩١ ، ١٩٢)

٧/١/٢ بؤرة الانتباه وهامش الشعور :

تسمى قدرة اللاعب على الانتباه للمثيرات المناسبة أثناء المنافسة ببؤرة الانتباه *Attention focus* ويتضمن المفهوم قدرة اللاعب على التحكم في الضيق وتوسيع مجال الانتباه وفق متغيرات المنافسة . (٤٧ : ٢٢٤)

والإنسان حين يكون منتبها إلى شئ كان يكون منهمكا في قراءة موضوع مهم أو التفكير في مسألة عويصة ، فهو لا يشعر بما حوله من الناس والأشياء إلا شعورا غامضا ، في هذه الحالة يقال أن موضوع انتباهه يحتل بؤرة الشعور أما ما عداه فيكون في هامش الشعور . (٥ : ١٩١)

عندما يكون مثير معين في بؤرة الانتباه فهذا يعني أن انتباه الفرد مركز عليه لحظة معينة ، وأن الموضوعات الأخرى المرتبطة تكون في هامش الشعور *Margin of Attention* ، حيث يكون الفرد وقتئذ أقل انتباها ، وقد يحتل موضوع من الموضوعات هامش الانتباه في لحظة بؤرة الانتباه في لحظة تالية ، ويترجع ما كان داخل بؤرة الانتباه الى هامش الانتباه ، أو يتلاشى تماما في مجالى الانتباه (البؤرة والهامش) ، وقد يفرض موضوع جديد نفسه على انتباه الفرد أو يتم توجيه الانتباه نحو موضوع معين ، وهكذا تسير الأمور وتتواصل بالنسبة للانتباه الفرد . (٣٥ : ٢٥٤ ، ٢٥٥)

ومن هنا يرى الباحث أن العلاقة بين الانتباه والنشاط الرياضى تظهر عند أداء المهارات الحركية للنشاط الممارس وان تكون هذه المهارة داخل بؤرة الانتباه فقط حتى يستطيع أدائها وان لا يوسع مدى انتباهه خارجها حتى لا ينتشت انتباهه .

٨/١/٢ العوامل المؤثرة في الانتباه :

يذكر "محمد حسانين" ، " حمدى عبد المنعم " (١٩٩٧م) إلى أن السن وخبرة اللاعبين والمنافسين وكذلك مستوى المنافسة لهم دور كبير في الانتباه بصفة خاصة والحالة النفسية بصفة عامة . (٤٢ : ٤١٠)

بينما يرى " احمد راجح " (١٩٩٤م) أن العوامل المؤثرة في الانتباه تقسم إلى :

- عوامل تعمل على جذب وتركيز الانتباه .
- عوامل تعمل على تشتت الانتباه .

أولاً العوامل التي تعمل على جذب وتركيز الانتباه : وتنقسم إلى :

أ- عوامل خارجية : وتتضمن

(١) شدة المثير : فالأضواء الزاهية والأصوات والروائح النفاذة أكثر جذبا للانتباه من الأضواء الخافتة والأصوات الضعيفة والروائح المعتدلة ، إلا أن المنبه قد يكون شديدا و لا يجذب الانتباه وذلك لتدخل عوامل أخرى أكثر أهمية كان يكون الفرد مستغرقا فى عمل يهمله .

(٢) تكرار المنبه : فلو صاح احد " النجدة " مرة واحدة فقط لا يجذب صياحه إنتباه الآخرين ، أما إذا كرر هذه الاستغاثة عدة مرات كان ذلك أدعى إلى جذب الانتباه ، وعلى أن التكرار إذا استمر على وتيرة واحدة يفقد قدرته على استرعاء الانتباه .

(٣) تغير المنبه : فنحن قد لا نشعر بدقات الساعة فى الحجرة لكنها إن توقفت عن الدق فجأة إتجه انتباهنا إليها فانقطاع المنبه أو تغييره فى الشدة أو الحجم أو النوع أو الموضوع له اثر فى جذب الانتباه وكلما كان التغير فجائيا زاد أثره .

(٤) التباين : كل شئ يختلف إختلافاً كبيراً عما يوجد فى محيطه من المرجح أن يجذب الانتباه إليه فنقطة حمراء تبرز فى مجال انتباهنا إن كانت وسط نقط سوداء ، كما يمكن إعتبار تغير المنبه نوعاً من التباين .

(٥) حركة المنبه : الحركة نوع من التغير فمثلا الإعلانات الكهربائية المتحركة تجذب الانتباه أكثر من الإعلانات الثابتة .

(٦) موضع المنبه : فالقارئ العادى يميل إلى الانتباه إلى النصف الأعلى من صفحات الجريدة التى يقرأها منه إلى الانتباه إلى النصف الأسفل ، وكذلك الصفحتين الأولى والأخيرة اجذب للانتباه من الصفحات الداخلية .

ب-عوامل داخلية :

وتتضمن عدة عوامل مختلفة منها عوامل مؤقتة وأخرى دائمة .

فمن العوامل المؤقتة التي تجذب الانتباه :

- (١) الحاجات العضوية : فالجائع إذ كان سائرا في الطريق استرعت انتباهه الأطعمة وروائحها بوجه خاص .
- (٢) الواجهة الذهنية : وهي إتجاه يسهل على الفرد الإدراك أو الاستجابة بطريقة معينة ، فنرى الممرضة حساسة لنداء المريض والأم النائمة إلى صراخ طفلها .

ومن العوامل الدائمة التي تجذب الانتباه :

- (١) الدوافع الهامة : فلدى الانسان وجهة ذهنية للانتباه الى المواقف التي تتذر بالخطر أو الألم ، كما ان دافع الاستطلاع يجعله في حالة تأهب مستمر للانتباه للاشياء الجديدة أو غير المألوفة .
- (٢) الميول المكتسبة : يبدو اثرها في اختلاف النواحي التي ينتبه اليها عدد من الناس حيال موقف واحد ، مثل اختلاف الاشياء التي ينتبه اليها عالم نبات وحيولوجى وسيكولوجى يزورون حديقة الحيوان فالأول سيلفت نظره غالبا وبوجه خاص الزهور والنباتات بالحديقة ، اما الثانى فينتبه بوجه خاص الى ما قد يوجد فيها من احجار وصخور اما الثالث فيجذبه سلوك الحيوانات داخل الاقفاص أو سلوك من يتفرجون عليها .

ثانيا العوامل التي تعمل على تشتت الانتباه : وتنقسم الى :

أ- العوامل الداخلية : وتتضمن

- (١) العوامل الجسمية : ان التعب والارهاق الجسمى وعدم النوم بقدر كاف وعدم الانتظام فى تناول وجبات الطعام واضطراب إفراز الغدد الصماء ، كل هذه العوامل تنقص من حيوية الفرد وتضعف من قدرته على تركيز انتباهه وتشتته بدرجة كبيرة . (٥ : ١٩٦ ، ١٩٧)
- (٢) العوامل النفسية : فقد يرجع تشتت الانتباه فى بعض الاحيان الى عدم ثبات وإتزان الحالة النفسية للفرد ، وقد يحدث ذلك لكثير من اللاعبين إذا وزع

إهتمامه على أمور عديدة رياضية كانت أو اجتماعية أو عائلية ، أو إذا شعر في وقت ما بالذنب أو القلق أو اضطهاد وفي هذه اللحظة يكون شرود الذهن وعدم تركيز الانتباه نتيجة لاضطراب نفسى ، ويكون علاج ذلك على يد خبير نفسى لأنه إذا بذل جهدا ما للتخلص من شرود الذهن وعدم تركيز انتباهه فان انتباهه فى هذه الحالة يكون موجها الى الجهد الذى يبذله لاعلى العمل الذى يعمل .

ب- العوامل الخارجية : وتتضمن

(١) العوامل الاجتماعية : ان المشكلات غير المحسوسة والنزاع المستمر بين الوالدين ، والصعوبات المالية والمتاعب العائلية المختلفة كل هذه العوامل الاجتماعية يكون لها أثر كبير فى تشتت الانتباه وشرود الذهن ، لذا فاننا نجد أن الفرد فى هذه الحالة يلجأ الى احلام اليقظة ليجد مهربا من هذا الواقع الأليم ، ويختلف الناس هنا فيما بينهم بدرجة الاحتمال والصمود لمواجهة هذه المشكلات والصدمة العنيفة .

(١٦ : ٤٦٦)

(٢) العوامل الفيزيائية : مثل كفاية الاضاءة أو سوء توزيعها كذلك سوء التهوية وارتفاع درجة الحرارة والرطوبة ، والضوضاء التى يتوقف تأثيرها على نوع الضوضاء ونوع العمل الذى يقوم به الفرد ووجهة نظر الفرد الى الضوضاء . (٥ : ١٩٨)

كما يشير " محمد حسن علاوى " (١٩٩٧ م) الى أن هناك العديد من العوامل التى يمكن ان تؤثر على قدرة اللاعب على الانتباه وقد تكون هذه العوامل اما عوامل داخلية أو عوامل خارجية .

أ- العوامل الداخلية المؤثرة فى الانتباه :

(١) الخصائص المميزة للحواس : ان الخصائص المميزة للحواس المختلفة للاعب وبصفة خاصة الخصائص المميزة لحاسة الابصار *Visual Characteristics* فمن الأهمية بمكان

مقدرة اللاعب على الانتباه والقدرة على تركيز الانتباه فى موضوع أو هدف معين أو الانتقال بتركيز الانتباه من موضوع أو حدث لموضوع أو حدث آخر .

(٢) مستوى الاستثارة أو التنشيط : يمكن ان تسهم الاستثارة أو التنشيط العالى فى تركيز انتباه

اللاعب لفترة قصيرة فى حين ان الاستثارة المنخفضة أو التنشيط المنخفض يمكن ان يؤثر على الانتباه لفترة أطول ، كما أشار " كراتى Cratty " (١٩٨٩ م) الى ان درجة الاستثارة المثلى أو درجة التنشيط الأمثل بالنسبة للاعب يمكن ان يودى الى انتباه اللاعب .

(٣) السمات الشخصية : تعتبر بعض السمات الشخصية التى يتسم بها اللاعب من بين أهم

العوامل التى يمكن ان تؤثر فى الانتباه ، كما أن السمات المزاجية المميزة للاعب وما قد يرتبط بها من شدة أو بطء الاستجابات الانفعالية يمكن ان تؤثر على مستوى انتباه اللاعب .

(٤) مستوى التعلم الحركى : اشارت بعض الدراسات الى ان كثرة عدد المهارات الحركية

المتعلمة والتى يتقنها اللاعب والتى لا تحتاج الا الى قدر ضئيل من التفكير تساعد اللاعب على امكانية توزيع انتباهه أو تركيزه على العديد من مواقف اللعب نظرا لعدم حاجته الى تركيز انتباهه على الاداء المهارى نظرا لتمييزه بالألية .

(٥) توقع المثيرات : كلما كانت قدرة اللاعب على توقع حدوث مثيرات معينة ، كلما كان اقدر

على الانتباه لها والاستعداد للاستجابة بدرجة عالية من الدقة وفى حالة عدم القدرة على توقع المثيرات فإن انتباه اللاعب يكون مشتتا نحو عدد اكبر من المثيرات المتوقعة .

ب- العوامل الخارجية المؤثرة على الانتباه :

(١) كمية وصعوبة المعلومات أو المثيرات : كلما كانت المعلومات أو المثيرات الخارجية

المؤثرة على اللاعب كبيرة كلما اسهم ذلك فى قدرة اللاعب على الانتباه لها بدرجة قليلة من الدقة ، وعلى العكس من ذلك فان المعلومات أو المثيرات ضئيلة العدد تعتبر من العوامل التى تسهم فى قدرة اللاعب على الانتباه الجيد . ومن ناحية اخرى فان المعلومات أو المثيرات الخارجية التى تتميز بتعقدها وصعوبتها يمكن ان تعتبر من العوامل المؤثرة بصورة سلبية فى جوده الانتباه ، ومن ناحية اخرى قد تكون المعلومات أو المثيرات الخارجية البسيطة أو السهلة من العوامل التى قد تساعد على جودة الانتباه بصورة ايجابية .

(٢) الضغوط الخارجية : ان المزيد من الضغوط الخارجية الواقعة على كاهل الرياضى قد تؤدى

الى عدم قدرته على حسن الانتباه وتركيزه ، كما هو الحال فى حالات الضوضاء أو التشجيع المضاد للاعب من المتفرجين .

(٣) الوقت المطلوب لتركيز الانتباه : كلما كان الوقت المتاح للانتباه للاعب لمثير ما قصير نسبيا ، كلما كان اللاعب اقدر على تركيز انتباهه فى هذا المثير وبالتالي قدرته على الاستجابة بصورة اسرع وادق ، وعلى العكس من ذلك كلما كان الوقت المتاح أو المطلوب للانتباه طويلا كلما اسهم ذلك فى المزيد من الجهد بالنسبة للاعب لمحاولته تركيز انتباهه .

(٣٨ : ٣١٩ ، ٣٢٠)

٩/١/٢ خصائص الانتباه :

يذكر " فاخر عقل " (١٩٧٣ م) الى أن هناك العديد من الخصائص المميزة للانتباه ، فعندما يحدث الانتباه تحدث بعض الخصائص للفرد المنتبه ويمكن النظر الى هذه الخصائص من خمس زوايا وهى :

(١) التكييفات الحسية : من اليسر ملاحظة التكييفات الحسية الظاهرة فى الانتباه ، فالعينان والراس تتجه نحو الشئ الذى ينتبه له وقد تثبتان على الشئ الملحوظ ، وقد تحدث تغيرات فى التكيف مثل تكيف العينان والراس كما فى حالة لعبة التنس وذلك لتتبع تنقل الكرة من لاعب الى اخر ، من ذلك نجد ان الفرد عندما يؤثر عليه المثير فانه يتكيف حسيا وحركيا حسب نوع المثير ونوع الاستجابة الخاصة به .

(٢) التكيف الوضعى : يحدث ذلك عندما ينحنى الانسان للبحث عن شئ يسقط على الارض ، أو جلوسه على حافة الكرسي واندفاعه بجسده أماما للإصغاء ، وقد تمتد هذه الأوضاع الانتباهية طويلا دون ان يشعر الفرد المنتبه بالتعب ، وذلك حينما يكون الامر هام .

(٣) توتر العضلات : اننا نعمل على صرف انتباه شخص عن عمل يقوم به وينتبه إليه قد نعجز عن ملاحظة اى تناقض فى كفاءة الشخص وحينئذ تجمع الادله على تزايد الانتباه بغية مواجهة الجهود المبذولة لصرفه عن العمل ، وتكون هذه العملية التعويضية مصحوبة بزيادة فى الطاقة وصرفها ، وذلك الصرف الذى ينسب على الاقل لزيادة التوتر العضلى ، وهذا ايضا اذا طلب من الفرد الانتباه الى مجموعة مختلفة من التفاصيل فانه كثيرا ما يردد التعليمات لنفسه اما بصوت عالى أو بدون صوت ، وفى الحالتين يتحرك لسانه وعضلاته حلقة وربما غير ذلك من العضلات .

(٤) التكييفات العصبية المركزية : فمثلا فى التنويم المغناطيسى يحدث تهيب مركزى للانتباه أو عدم الانتباه ، اذ يمكن ان تحمل المنوم على عدم الانتباه للاتثار المؤلمة كالحرق أو

الصدمة الكهربائية وذلك بإخباره أن جلدة غير محسوس ، وفي هذا ما يدل على الكبت المركزي ، وبالعكس فإن المنوم حين يطلب من المنوم ان يتالم لاي مؤثر مهما كان خفيفا فان لمسة خفيفة تؤلم المنوم ، وفي هذا دليل على التسهيل .

(٥) الانتباه ووضوح الادراك : ان الانتباه الى أمر من الأمور المحيطة أو الى عملية حسية ينتج عنه ادراك أوضح لهذا الأمر أو تلك العملية ، وان جزءا من هذا الوضوح المتزايد وإدراك التفاصيل مردود الى التكيفات الحسية ، فعندما يقرأ الفرد فانه لا ينتبه الى ما يحيط به الا انتباها غامضا ، فمثلا إذا انتبه الفرد الى كرسي امامة وهو يقرأ اما صورته تكون واقعية على عينة لكنها لم تكن تستثير استجابة شعورية وانها تستثير استجابة غامضة ، وكذلك فان التكيف الحسى والتكيف الوضعى وتوتر العضلات يلعبون دورا كبيرا فى ايضاح الادراك ، من ذلك نجد ان حدوث عملية الانتباه تتبعها خصائص تعبر عنها سواء اكانت خصائص داخلية مثل توتر العضلات أو تكيفات عصبية ، وخصائص خارجية مثل التكيفات الحسية أو التكيف الوضعى .

(٢٩ : ٥٦٦ - ٥٧١)

١٠/١/٢ مظاهر الانتباه :

ويذكر " محمد علاوى " (١٩٩٧ م) الى أن هناك العديد من مظاهر الانتباه ، ومن بين أهمها ما يلى :

- حجم الانتباه *Amount* .
- حده (شده الانتباه) *Intensity* .
- تركيز الانتباه *Concentration* .
- انتقاء الانتباه *Selection* .
- ثبات الانتباه *Stability* .
- توزيع الانتباه *Distribution* .
- تحويل الانتباه *Shifting* .
- تشتت الانتباه *Distraction* .

حجم الانتباه : يقصد به عدد المعلومات أو المثيرات التى يمكن للاعب الانتباه اليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة فى لحظة معينة من الزمن .

حدة الانتباه : يقصد به شدة أو درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب اتجاه مثير أو مثيرات معينة وبالتالي كلما زادت حدة أو شدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الامر بزل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية فى عملية الانتباه .

تركيز الانتباه : يقصد به تضيق الانتباه وتثبيته نحو مثير معين واستمرار الانتباه على هذا المثير المختار .

انتقاء الانتباه : يقصد بها اختيار المثير الهام الذى ينبغى التركيز عليه واغفال المثيرات الاخرى غير الهامة .

ثبات الانتباه : يقصد به قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبيا .

توزيع الانتباه : يقصد به قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو اكثر من مثير فى وقت واحد ، أو توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة فى وقت واحد .

تحويل الانتباه : يقصد به قدرة اللاعب على سرعة توجيه انتباهه من مثير معين الى مثير اخر .

تشتت الانتباه : يقصد به عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبيا (اى ثبات الانتباه) وانتقال الانتباه بين مثيرات متعددة فى نفس الوقت .

(٣٨ : ٣٢٥ - ٣٢٨)

١١/١/٢ أبعاد الانتباه :

فى الوقت الذى يمكن ان تقرر فيه بان جميع انواع الانشطة الفردية أو الجماعية تتطلب الانتباه فانه يمكن التاكيد على ان كل رياضة سواء فردية أو جماعية تتميز بطبيعة خاصة من المثيرات أو التلميحات التى تشكل طبيعة الانتباه ، فى محاولة علمية لدراسة طبيعة الانتباه فى الرياضة وقد قام " نيدفر *Nideffer* " (١٩٧٦ م) بتحديد محورين أساسيين للانتباه هما :

أ. **سعة الانتباه :** ويشير الى مدى اتساع أو ضيق مجال الانتباه ، وبالقياس فاننا نجد لاجب كرة القدم الذى يبحث عن زميل له فى ارجاء الملعب ليمرر له الكرة انما يحتاج لمجال

انتباه واسع ، وعندما يقرر التمرير الى لاعب معين دون الاخرين فانه فى تلك اللحظة انما يحتاج الانتباه فى مجال ضيق ، ويحتاج الرامى على هدف الرماية الى الانتباه الضيق .

ب. اتجاه الانتباه : ويشير الى اتجاه الانتباه سواء نحو الداخل أو الخارج و اساس تصنيف الاتجاه هو التوجه بالافكار والاحاسيس والتلميحات الى مصدر التنبية هل من داخل اللاعب نفسة ام من البيئة التنافسية من حولة . (٤٧ : ٢٢١)

فالانتباه الى شئ معين أو فكرة ما يتطلب قدرة على حصر النشاط ذهنى فى اتجاه معين مده من الزمن ويتفاوت الأفراد فيما بينهم من حيث سعة الانتباه اى من حيث قدرتهم على استيعاب أوسع دائرة ممكنه من الامور ، ومن حيث مدى الانتباه الى من حيث قدرتهم على حصر الذهن لمده معينة ، ومن المعروف ان ذلك النشاط ذهنى يتطلب قدرة التحكم فى النشاط الانفعالى وتوجيهه وجهة معينه الأمر الذى يتوقف على مدى تحرر المرء من المنبهات الخارجية المتعددة . (١٧ : ٢٥٣)

كما يشير " محمد شمعون " (١٩٩٦ م) بان هناك بعدين للانتباه :

البعد الأول : سعة الانتباه : وترجع الى عدد المثيرات الواجب على اللاعب الانتباه إليها .

البعد الثانى : اتجاه الانتباه : ويرجع الى توجيه الانتباه داخليا على افكار اللاعب وشعوره ، أو خارجيا على الاحداث فى البيئة المحيطة .

وللتعرف على متطلبات الانتباه للانشطة الرياضية يجب ان يوضع فى الاعتبار هذان البعدان معا ، وتنقسم سعة الانتباه من حيث الدرجة الى :

الانتباه الواسع : وهو احد المتطلبات فى معظم الانشطة الجماعية ، ويعنى ادراك العديد من الاحداث فى وقت واحد .

الانتباه الضيق : وهو احد المتطلبات لبعض الانشطة الرياضية مثل الرماية ، والرميات الحرة فى كرة السلة ، وضربات الجزاء فى كرة القدم ، ويعنى عزل جميع المثيرات الغير مرتبطة وتوجيه الانتباه الى الهدف فقط .

وفى بعض الأنشطة الرياضية ينتطلب التحويل من الانتباه الواسع الى الانتباه الضيق ثم العودة الى الانتباه الواسع مرة اخرى ، بينما يتطلب الانتباه الضيق تركيز الانتباه طوال فترة الاداء فى الأنشطة الرياضية المغلقة .

وينقسم الانتباه من حيث الاتجاه الى :

الانتباه الداخلى : وهو التركيز على الذات ويتضمن الافكار والشعور ، اى ان الانتباه غير موجة الى ما يدور فى المجال الرياضى .

الانتباه الخارجى : وهو توجيه الانتباه الى الواجبات الحركية أو المنافسة ، وأهم ما يميزها هو التركيز على الجوانب الخارجية من حركات المنافسين ، الجمهور ، المدرب وغيرها ، وفى بعض الأنشطة يكون الانتباه الداخلى من اهم المتطلبات وفى أنشطة اخرى تبدو القدرة على التحويل من الانتباه الداخلى الى الخارجى والعودة مرة اخرى من اهم العوامل المؤثرة فى تحقيق الاهداف . (٣٥ : ٢٦٠ ، ٢٦١)

كما أن هناك أبعاد أخرى للانتباه أشار إليها العديد من الباحثين ولعل من أهمها ما يلى:

الانتباه العام والانتباه المحدد (المغلق) :

قد ينتبه اللاعب الى المثيرات أو مواقف بصورة عامة أو بصورة محددة (مغلقة) والانتباه العام يحتاج الى درجة قليلة من اليقظة وبالتالي يتطلب بقاء الاستجابة ، وعلى العكس من ذلك فان الانتباه المحدد (أو المغلق) يصاحبه درجة عالية من الاستثارة والتنشيط ويطلب درجة اكبر من سرعة الاستجابة ، كما يتطلب المزيد من الجهد بالمقارنة بالانتباه العام ، وفى المجال الرياضى قد يتطلب الامر من اللاعب الانتباه المحدد (المغلق) طوال فترة الاداء (أو طوال فترة المنافسة) .

كما يحتاج اللاعب الى تعلم القدرة على تغير انتباهه من الانتباه العام الى الانتباه المحدد (المغلق) عندما يتطلب موقف التعلم أو موقف المنافسة ذلك .

وفى بعض الاحيان قد يستخدم مصطلح الانتباه الايجابى *Positive Attention* للإشارة الى الانتباه العام ومصطلح الانتباه السلبى *Passive Attention* للإشارة الى الانتباه المغلق .

الانتباه المرن والانتباه الجامد :

فى بعض مواقف الأنشطة الرياضية قد يتطلب الأمر من اللاعب دوام تغيير الانتباه من التفاصيل والاجزاء الى الانتباه للكليات أو العموميات ، مثل تغيير الانتباه من لاعب معين أو كرة مثلا الى الانتباه لعدد اكبر من اللاعبين زملاء أو اللاعبين المنافسين .

كما يتطلب الأمر فى بعض مواقف اللعب ان يقوم اللاعب بتغيير انتباهه الخارجى نحو المثيرات الخارجية (كالانتباه نحو اللاعبين مثلا) الى الانتباه الداخلى نحو تفكيره أو نحو الكلمات الداخلية التى يعطيها لنفسه ، اى حديثه الداخلى لنفسه أو تأمله الباطنى أو الذاتى . (٣٨ : ٣٢١)

فاللاعب الذى يبحث عن زميل له فى ارجاء الملعب ليمرر له الكرة انما يحتاج لمجال انتباه واسع وعندما يقرر التمرير الى زميل بعينه دون الاخر فانه فى تلك اللحظة انما يحتاج الى الانتباه فى مجال ضيق و الانتقال من نوعى الانتباه الواسع الى الضيق والعكس ويسمى ذلك تحويل الانتباه ويمكن التدريب على ذلك لتلافى اخطاء التوقف فى تحويل الانتباه . (٤٧ : ٥٦)

١٢/١/٢ أساليب الانتباه :

شكل أسلوب الانتباه نقطة الاهتمام فى أبحاث علم النفس الرياضى وذلك لوجود اختلافات فردية بين اللاعبين فى عمليات التشتت والتوظيف الآلى ، الى جانب وجود تباين فى متطلبات الانتباه بين الأنشطة الرياضية المختلفة ، ولذلك تصعب الإجابة على السؤال : ما هو أنسب أسلوب انتباه لنشاط رياضى معين ؟

ولكن يمكن القول أن اللاعب الجيد هو الذى يمتلك القدرة على اختيار الأسلوب الانتباهى الذى يتمشى مع الموقف التنافسى الذى يواجهه ، حيث أن التحدى الذى يواجهه اللاعب هو مقارنة متطلبات الانتباه للنشاط مع أسلوب الانتباه المناسب ، ولذلك فانه يمكن أن يتأثر سلبيا إذا تم استخدام أسلوب لا يتمشى مع الموقف ، وأسلوب الانتباه لدى اللاعب ثابت نسبيا فى المواقف ويتابع فى الزمن ، وقد يؤثر فى الأداء فى مواقف محده إذا كان أسلوب الانتباه يتضارب مع متطلبات الانتباه المطلوبة لهذا الموقف . (٣٥ : ٢٨٨)

كما أنه في ضوء بعدى الانتباه (اتساع الانتباه ، واتجاه الانتباه) وخاصة في المجال الرياضي فان هناك العديد من اللاعبين لديهم أساليب انتباهية سائدة تميزهم عن غيرهم من اللاعبين ويفضلون استخدامها نظرا لنجاحها في قدرتهم على الاستجابة الدقيقة والسريعة في المواقف المختلفة ، وربما يجدون صعوبة في استخدام بعض الاساليب الانتباهية الاخرى .

(٣٨ : ٣٢٢) ، (٦٧ : ٨٧)

كما يختلف أسلوب الانتباه بين اللاعبين ، ولكل لاعب أسلوبه الخاص في الانتباه والتي يمكن ان تكون احد الاربعة للنموذج الذي وضعه " نيدفر *Nideffer* " (١٩٧٦ م) والمستمد من الاختبار الذي صممه حول أسلوب الانتباه الشخصي ، والذي يعتبر من اكثر الاختبارات استخداما في هذا المجال ، ويتطور أسلوب الانتباه بزيادة خبرات اللاعب الناجحة عن استخدام أسلوبه المفضل ، ولذلك نجد من الصعب تغيير أسلوب انتباه اللاعب خاصة اذا كان مستوى اللاعب ضعيفا في أسلوب الانتباه . وقبل البداية في تصميم برامج التدريب الخاصة بالانتباه وتطبيقها على اللاعب فانه من الضروري تقييم نقاط القوة والضعف في الانتباه ، وعند الوضع في الاعتبار الابعاد المتعدده للانتباه فانه من الاهمية وضع في الاعتبار استراتيجية تقييم شاملة حتى يمكن ان تقابل هذه الابعاد المتعددة . (٥ : ٢٦٢)

هذه الأساليب الانتباهية تتضمن ما يلي :

- الأسلوب الانتباهي الخارجى الواسع *External – Broad* .
- الأسلوب الانتباهي الداخلى الواسع *Internal – Broad* .
- الأسلوب الانتباهي الخارجى الضيق *External – Narrow* .
- الأسلوب الانتباهي الداخلى الضيق *Internal – Narrow* .

أسلوب الانتباه الخارجى الواسع :

هو الأسلوب الذى يتميز بالانتباه الى عدة متغيرات خارجية في وقت واحد ، واللاعب الذى يتسم بهذا الأسلوب الانتباهي تكون لديه القدرة على حسن الأداء في المواقف التي تتميز بالتغيرات السريعة والمتلاحقة والتي تحتاج الى قدر كبير من المعلومات نظرا لقدرته على تتبع هذه المواقف السريعة وقدرته على التقاط كمية متزايدة من المعلومات ، ومن ناحية اخرى فان اللاعب الذى يتسم بمثل هذا الأسلوب الانتباهي قد تصادف فترات ينوء فيها بحمل زائد من المعلومات وتدققا ، الأمر الذى قد ينتج عنه عدم قدرته أو استطاعته اتخاذ قرار مناسب أو الاستجابة المناسبة وخاصة في المواقف سريعة التغير . (٣٨ : ٣٢٣)

يحتاج اللاعب الى تقييم المواقف حتى يمكنه التعامل مع جوانب المنافسة ، واصدار القرارات المناسبة لتحقيق الأهداف ، وتتطلب عملية تقييم الانتباه الخارجى الواسع الى المثيرات المتعددة فى البيئة الخارجية كالانتباه الى جميع ابعاد الملعب فى رياضة التنس وكرة السلة وما يرتبط بها من رموز ، هذا فضلا عن صعوبة التقييم فى حاله ما اذا كان الانتباه موجها الى الداخل . ونجد أن اللاعب الذى يستخدم هذا الأسلوب لديه القدرة على الانتباه جيدا الى مجموعة كبيرة من المعلومات ، وقادرا على الانتباه للتغير السريع الذى يحدث للمواقف ، ولديه القدرة على تقييم مجموعة واسعة من الرموز الخارجية تم انتقاء الرموز المرتبطة ، وتظهر نقطة الضعف فى ان زياده الحمل فى المعلومات قد يتسبب فى عدم القدرة على اصدار القرار فى كيفية الاستجابة السريعة للاحداث التى يتم ادراكها . (٥ : ٢٦٣)

أسلوب الانتباه الداخلى الواسع .

هو الأسلوب الذى يتميز بالانتباه الى عدة متغيرات داخلية فى وقت واحد ، واللاعب الذى يتسم بهذا الأسلوب الانتباهى هو لاعب مفكر قادر على التحليل والتخطيط المسبق وتوقع الاحداث ويستطيع ايجاد النكامل بين عدة أفكار أو معلومات من عدة مصادر مختلفة فى وقت واحد . كما يتميز بالقدرة على تحليل تحركات زملاءه وتحركات المنافسين وبمقدورة سرعة تغيير إستراتيجية اللعب المستخدمة . ومن ناحية أخرى فان اللاعب الذى يتميز بمثل هذا الأسلوب الانتباهى قد تصادفه صعوبات فى عمليات التحليل والتفكير التى تحتاج الى سرعة فائقة وخاصة فى مواقف اللعب السريعة والمتلاحقة أو التى لم يصادفه التوفيق فيها ، كما قد يؤدي هذا الأسلوب الانتباهى الى افراط اللاعب فى عمليات التحليل والتوقع و بالتالى إمكانية إغفال بعض الجوانب أو المثيرات التى قد تتسم باهميتها للاحداث والمواقف . (٣٨ : ٣٢٤)

ويحتاج اللاعب الى هذا النوع من الانتباه عند التفكير ، التخطيط والتحليل للمواقف التى تواجهه ، حيث ان الاتجاه الداخلى الى الذات يوفر له أسلوب معالجة المعلومات التى يحصل عليها . وكذلك يحتاج ان يكون الانتباه واسعا حتى يمكنه من التركيز على مجموعة كبيرة من المثيرات المرتبطة دفعة واحدة ، ويتميز اللاعب فى هذا الأسلوب بأنه يخطط جيدا للمنافسة فى عقله ، ويمتلك القدرة على تعديل خطط اللعب والمهارات فى تحليل حركات المنافس ، ووضع الاستراتيجيات التوقعية ، وتمثل نقاط الضعف فى التوقف عن التحليل فى حاله ما اذا كانت المنافسة تسير فى غير صالحه ، الى جانب انه يميل الى فقدان بعض الرموز الهامة فى التنافس . (٥ : ٢٦٢ ، ٢٦٣)

أسلوب الانتباه الخارجى الضيق :

هو الأسلوب الذى يتميز بتركيز الانتباه على موضوع أو حدث أو موقف واحد خارجى واللاعب الذى يتسم بهذا الأسلوب الانتباهى تكون لديه القدرة على تضيق انتباهه عندما يرغب فى ذلك ، كما يستطيع تثبيت تركيز انتباهه على منافس معين أو خطة لعب معينة بدرجة كبيرة من الفاعلية ، ومن ناحية أخرى فان اللاعب الذى يتميز بهذا الأسلوب الانتباهى تصادفه بعض الصعوبات فى حالة حدوث العديد من المثيرات فى الموقف الواحد وكذلك فى حاله التغيرات السريعة المتلاحقة للمواقف (مثل مواقف المنافسة الرياضية التى تسير بمعدلات سرعة عالية) والتي تحتاج الى المزيد من القدرة على سرعة اتخاذ القرار . (٣٨ : ٣٢٤)

كما يحتاج اللاعب الى هذا الأسلوب عند محاولة الاستجابة أو الأداء ، ويمكن التعرف على هذا الأسلوب بواسطة الأفعال المنعكسة فى شدة تركيز الانتباه لدى العدائين وفى بداية السباق للمسافات القصيرة ، أو التغيرات فى الوجه لدى الملاكم الذى يواجه ضربة قوية الى المنافس ، وهذا الأسلوب يناسب بصورة خاصة الأنشطة الرياضية التى يتم التركيز فيها على هدف صغير ودقيق ، ومن مميزات استخدام هذا الأسلوب التركيز على الاداء وتحقيق الانجازات ، ويظهر القصور عندما يتغير الجو المحيط ويتطلب الامر اعادة اصدار قرارات عن الاستجابة لهذه التغيرات الجديدة ، ووجود بعض الصعوبات فى تحليل اخطاء الاداء وكيفية تعديلها . (٥ : ٢٦٥)

أسلوب الانتباه الداخلى الضيق :

هو الأسلوب الذى يتميز بتركيز الانتباه على موضوع أو حدث أو موقف واحد داخلى ، وللاعب الذى يتسم بهذا الأسلوب الانتباهى يكون بمقدوره تحليل فكره معينة أو تحليل ذاته والقدرة على تشخيص ما بداخلة أو القدرة على عزل تفكيره فى الاحداث الخارجية ، ومن ناحية أخرى فان اللاعب الذى يتسم بمثل هذا الأسلوب الانتباهى يلاحظ عليه عدم قدرته على التفاعل السريع مع الاحداث الخارجية ومواقف اللعب المتلاحقة السريعة وربما ينجح مثل هذا اللاعب فى الأنشطة الرياضية التى تتسم بالبطء وعدم حاجاتها للتحركات السريعة والمتعددة . (٣٨ : ٣٢٤)

كما يتضمن هذا الأسلوب تضيق الانتباه وتوجيهه الى الداخلى ويستخدم هذا النوع من الاسترجاع المنظم للاداء قبل الاشتراك الفعلى فى المنافسات أو التدريب العقلى وتوقع الاحداث فى المستقبل ، واللاعب الذى يتميز بأسلوب الانتباه الداخلى الضيق لديه القدرة على تشخيص

الاداء أو الأفكار الإستراتيجية ، وهذا اللاعب يؤدي بصورة افضل فى الانشطة التى تحدث فيها التغيرات بطريقة بطيئة وواضحة ، والجوانب السلبية فى هذا الأسلوب هى المبالغة فى النقد الذاتى والمخاطر التى يمكن ان تصاحب ذلك الى جانب التأثير السلبى على الاداء اذا تم الانتباه الداخلى الضيق فى توقيت الاداء ، ويستخدم هذا الأسلوب مع اللاعبين الذين يعانون الافتنار الى ترابط الانتباه مع الاداء للمساعدة على تطوير الاداء من خلال مهارات الانتباه . (٥ : ٢٦٤)

وهنا قد يثار تساؤل هام : ماهو الأسلوب الانتباهى المناسب أو المفضل للاعب فى رياضة ما ؟

وللاجابة عن هذا التساؤل فان العديد من الباحثين فى مجال علم النفس الرياضى اشاروا الى انه من الصعوبة بمكان تحديد أسلوب واحد فقط من الاساليب الانتباهية السابق ذكرها بحيث يكون مناسباً لنوع معين من الانشطة الرياضية واغفال ما عداه من اساليب انتباهية أخرى.

فاللاعب المثالى يكون قادراً على استخدام هذه الاساليب الانتباهية بدرجات جيدة وسرعة الانتقال أو التحول من أسلوب انتباهى اخر عند الحاجة لذلك وعندئذ تلعب بعض جوانب الانتباه السابق ذكرها دوراً كبيراً . (٣٨ : ٣٢٥) ، (٦٦ : ٧٥)

١٣/١/٢ الخصائص النفسية للرياضيين وفق أسلوب الانتباه :

يشترك الانتباه فى الرياضة بصورة المختلفة وعناصره من النظام العام الذى ينشأ وسطه اللاعب ، حيث يجب على اللاعبين الوصول بأدائهم الحركى التكنيكي نحو الهدف وربما يتفق مع مجريات اللعب واحداثه ، والكرة والزملاء فى الفريق ، ولاعبى الفريق المنافس والذين يؤثرون بطريقة مباشرة أو غير مباشرة داخل اطار الملعب المتسع نسبياً وكذلك فى الملاعب المكشوفة والمغطاه ، وغالباً يضع اللاعبون فى اذهانهم قواعد معينه اثناء المنافسة من اجل الوصول الى اقصى تعاون ونجاح للفريق ، ومجموع هذه العوامل وتتوعدا يفرض على اللاعبين ضرورة اتساع مجال الادراك مما يتطلب درجة عالية من الانتباه الموزع ويكسب اللاعبين خصائص نفسية معينة وفق ما يتميزون به من اساليب انتباهيه .

وفي الشكل التالي نعرض أهم تلك الخصائص النفسية الخصائص النفسية والحركية للرياضيين وفق أسلوب الانتباه. و يتصف الرياضيون الذين ينتمون لاحد تصنيفات اساليب الانتباه بعدة خصائص نفسية وحركية على النحو التالي .

م	الخصائص الايجابية	الخصائص السلبية
١-	أسلوب الانتباه الواسع - الداخلي . - القدرة على تخطيط تحركاتهم . - المهارة في تحليل حركات المنافس . - سرعة تعديل استراتيجية اللعب . - قدرة جيدة على توقع الاستجابات.	Broad – Internal Style - الانشغال بتحليل مجريات اللعب . - المبالغة في التوقع والذي قد يؤدي الى اهمال بعض المثيرات والتلميحات الهامة في المباراة والمنافسة .
٢-	أسلوب الانتباه الواسع - الخارجي . - متابعة الظروف السريعة المتغيرة . - التقاط كمية كبيرة من المعلومات .	Broad – External Style - عرضة الى زيادة الحمل الناتج عن تراكم المعلومات الامر الذي قد يؤدي الى عدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب استجابة للظروف المتغيرة .
٣-	أسلوب الانتباه الضيق - الخارجي . - قدرة على التركيز على نقطة محددة خارجية. - قدرة على تحويل الانتباه . - قدرة على استخدام أسلوب الربط .	Narrow – External Style - يواجهون مشكلة كبيرة عندما تتغير الظروف البيئية ويتطلب الامر اتخاذ القرار المناسب للاستجابة لتلك المتغيرات.
٤-	أسلوب الانتباه الضيق - الداخلي . - قدرة على اداء الرياضات التي تتغير (السريعة المتغيرة) . - قدرة على استخدام أسلوب العزل .	Narrow – Internal Style - الافتقار الى النفاصل مع المواقف واحداثها ببطء ووضوح .

٢/٢ الدراسات المرتبطة :

١/٢/٢ الدراسات العربية :

١- دراسة " نادية احمد الدريوى " (١٩٩٠ م) (٤٨) :

وموضوعها " مقارنة مظاهر الانتباه لمتسابقى منتخب الجمهورية فى بعض المسابقات الفردية "

وهى تهدف الى :

- التعرف على ترتيب مظاهر الانتباه للاعبى منتخب الجمهورية للمسابقات الفردية (ألعاب قوى - السباحة - السلاح - الجمباز - التجديف) .
- مقارنة مظاهر الانتباه المختلفة بين لاعبى منتخب الجمهورية فى المسابقات السابقة .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها ٢٠ متسابقا والحاصلين على المراكز الست الأولى فى بطولات الجمهورية فى المسابقات التالية (ألعاب القوى/وثب على - سباحة - سلاح - جمباز - تجديف) ، وقد تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيموف *Pordon Anvimize* " ، كما تم استخدام قياس التاختوسكوب لقياس حجم الانتباه . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- يتميز لاعب السلاح عن لاعبى التجديف والجمباز وألعاب القوى والسباحة فى تركيز وتوزيع وثبات وحجم الانتباه .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى كل من توزيع الانتباه وتحويل الانتباه وثبات الانتباه وحجم الانتباه ، بينما لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى كل من حده الانتباه وتركيز الانتباه .
- يتميز لاعبى السلاح عن لاعبى السباحة والتجديف بالنسبة لاختبار توزيع الانتباه ، بينما يتميز لاعبى الجمباز وكل من لاعبى التجديف والسلاح فى اختبار تحويل الانتباه .
- يتميز لاعبى السباحة عن لاعبى التجديف وألعاب القوى فى اختبار ثبات الانتباه ، بينما يتميز لاعبى كل من الجمباز والسباحة عن لاعبى التجديف والسلاح وألعاب القوى فى اختبار حجم الانتباه .

٢- دراسة " عبد الحفيظ إسماعيل احمد " (١٩٩٠ م) (٢٠) :

وموضوعها " اثر التعب العضلى على بعض مظاهر الانتباه لدى الملاكمين " وهى تهدف الى :

التعرف على اثر التعب العضلى الناتج عن التلاكم على مستوى مظاهر الانتباه (حده - ثبات - تركيز - توزيع) لدى الملاكمين .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها ٣٢ ملاكماً من ملاكمى الدرجة الأولى بنادى الترسانة فى جميع الأوزان ، وقد تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيوموف *Pordon Anvimize* " لقياس مظاهر الانتباه .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- يؤدى التعب العضلى الناتج عن التلاكم الى ارتفاع وقتى فى مستوى مظهر حده الانتباه لدى الملاكمين .
- يؤدى التعب العضلى الناتج عن التلاكم الى انخفاض مستوى مظاهر الانتباه (تركيز الانتباه - توزيع الانتباه) لدى الملاكمين .

٣- دراسة " فاطمة محمد عبد المقصود " (١٩٩٠ م) (٣٠) :

وموضوعها " دراسة مقارنة للإدراك الحس - حركى وبعض مظاهر الانتباه لدى لاعبات كرة السلة " وهى تهدف الى :

- المقارنة فى بعض متغيرات الإدراك الحس - حركى وبعض مظاهر الانتباه (الحدة - التركيز - الثبات) بين فرق كرة السلة (المنتخب - درجة أولى - ناشئات)

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها ٤٥ لاعبة كرة سلة ، بواقع ١٥ لاعبة من لاعبات المنتخب القومى ، ١٥ لاعبة من لاعبات الدرجة الأولى ، ١٥ لاعبة من الناشئات ، وتم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيوموف *Pordon Anvimize* " لقياس ثبات الانتباه ، وكذا استخدام الإدراك الحس - حركى . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- تفوق لاعبات منتخب كرة السلة في تركيز الانتباه عن لاعبات الدرجة الأولى والناشئات.

- تفوق ناشئات كرة السلة في ثبات الانتباه عن لاعبات المنتخب والدرجة الأولى .

- تقاربت درجة حده الانتباه بين لاعبات المنتخب والدرجة الأولى والناشئات .

٤- دراسة " محمد بطل عبد الخالق ، عبد الرحمن احمد ظفر " (١٩٩٠ م) (٣٧) :

وموضوعها " مظاهر الانتباه وعلاقتها بسرعة رد الفعل (زمن الرجوع) والمستوى الرقمي لعدائي ١٠٠م " وهي تهدف الى :

- التعرف على العلاقة بين كل من حده الانتباه وتركيز الانتباه وسرعة رد الفعل (زمن الرجوع) .

- التعرف على العلاقة بين مظهرى الانتباه (الحدة - التركيز) والمستوى الرقمي لمتسابقى ١٠٠م عدو .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، وقوامها ٢٣ لاعبا يمثلون لاعبي العدو والجرى بأندية منطقة المدينة المنورة ، كما تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيMOV *Pordon Anvimize* " لقياس حده الانتباه وتركيز الانتباه ، كما تم قياس زمن رد الفعل باستخدام مسطرة نيلسون المدرجة . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- أهمية مظهر تركيز الانتباه فى التأثير على سرعة رد الفعل .

- أهمية مظهرى حده الانتباه وتركيز الانتباه لمتسابقى العدو بصفة عامة .

٥- دراسة " نبيه عبد الحميد العلقامى " (١٩٩٠ م) (٤٩) :

وموضوعها " دراسة مقارنة لتركيز الانتباه وبعض الوظائف الفسيولوجية بين لاعبي كرة القدم والهوكى " وهي تهدف الى :

- التعرف على دلالة الفروق بين لاعبي الهوكى وكرة القدم من خلال مراكز اللاعبين (هجوم - دفاع - حارس مرمى) فى المتغيرات التالية (تركيز الانتباه - معدل ضربات القلب - ضغط الدم) .

وقد تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة مكونة من ١٢٠ لاعبا من لاعبي الدرجة الأولى بواقع ٦٠ لاعب كرة قدم، ٦٠ لاعب هوكي ، كما تم استخدام اختبار تركيز الانتباه والذي وضعه بوردون انفيموف *Pordon Anvimize* ، كما استخدم بعض القياسات الفسيولوجية وقد أمكن التوصل الى أهم النتائج التالية :

- عدم وجود فروق بين لاعبي كرة القدم والهوكي من حيث تركيز الانتباه في مواقف اللعب المختلفة (الراحة - قبل المباراة - أثناء المباراة) .

٦- دراسة " عمرو محمد محمود " (١٩٩١م) (٢٨) :

وموضوعها " تأثير الحمل البدني مرتفع الشدة على بعض متغيرات الانتباه لدى لاعبي المصارعة " وهي تهدف الى :

- التعرف على تأثير الحمل البدني مرتفع الشدة الناتج عن التصارع على مستوى مظاهر الانتباه (حده - تركيز - توزيع - ثبات) لدى المصارعين (الفائزين - المهزومين) .
- مقارنة تأثير الحمل البدني مرتفع الشدة الناتج عن التصارع على مستوى مظاهر الانتباه قيد البحث بين المصارعين الفائزين والمهزومين .
- التعرف على الفروق في مظاهر الانتباه قيد البحث بين مجموعات الأوزان (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) للمصارعين الفائزين .

وقد تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي المصارعة بأوزانهم (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) ، وقوامها ٧٨ لاعبا من مصارعة الدرجة الأولى والمشاركين في بطولة الجمهورية للجامعات المصرية للموسم ١٩٩٠م وتم استخدام الصورة المعربة من اختبار " بوردون انفيموف *Pordon Anvimize* " .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- مستوى مظاهر الانتباه قيد البحث تتناسب سلبيا بالحمل البدني مرتفع الشدة الناتج عن التصارع لدى المصارعين المهزومين .

- توجد فروق في مستوى مظاهر الانتباه قيد البحث بين المصارعين الفائزين والمصارعين المهزومين لصالح الفائزين في كلا القياس القبلي والبعدي .
- توجد فروق في مستوى مظاهر الانتباه قيد البحث بين مجموعات الأوزان الثلاثة وذلك على النحو التالي :

• لصالح الأوزان الخفيفة في مظهرى حدة وتركيز الانتباه ، لصالح الأوزان الثقيلة في مظهر ثبات الانتباه ، وعدم وجود فروق في مستوى مظهر توزيع الانتباه بين الأوزان الثلاثة .

٧- دراسة " عفاف محمد حسن " (١٩٩٢ م) (٢٥) :

وموضوعها " دراسة مقارنة للإدراك الحس - حركى وبعض مظاهر الانتباه لدى لاعبات الكرة الطائرة " وهى تهدف الى :

- المقارنة فى بعض متغيرات الإدراك الحس - حركى ، وبعض مظاهر الانتباه (الحدة - التركيز - الثبات) بين فرق الكرة الطائرة (المنتخب - الدرجة الأولى - ناشئات تحت ١٧ سنة) .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيار عينة عمدية قوامها ٣٦ لاعبة من لاعبات الكرة الطائرة ، منهم ١٢ لاعبة من لاعبات المنتخب القومى ، ١٢ لاعبة من لاعبات الدرجة الأولى ، ١٢ لاعبة من الناشئات، وتم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيروف Pordon Anvimore " لقياس حده وتركيز الانتباه ، واختبار التصحيح للاندون *Landon* لقياس ثبات الانتباه ، وكذا اختيارات الإدراك الحس - حركى . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- تفوق لاعبات المنتخب والدرجة الأولى فى مظاهر الانتباه الثلاثة (الحدة ، التركيز ، الثبات) عن اللاعبات الناشئات .

٨- دراسة " احمد محمد محمد " (١٩٩٤ م) (١٠) :

وموضوعها " مظاهر الانتباه لدى لاعبي بعض الرياضات المائية " وهي تهدف الى :

- التعرف على مظاهر الانتباه المميزة للاعبى بعض أنشطة الرياضات المائية (سباحة - تجديف - وكرة الماء) .
- المقارنة بين مظاهر الانتباه المميزة للاعبى بعض أنشطة الرياضات المائية (سباحة - تجديف - وكرة الماء) .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها ١٥٤ لاعب فى ثلاثة أنشطة من أنشطة الرياضات المائية .
وقد تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيموف *Pordon Anvimove* " ،
وجهاز التاختوسكوب ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

أولاً بالنسبة للسباحين :

- وجود تميز للسباحين فى مظاهر (الحدة - التحويل - التركيز) على لاعبي التجديف وكرة الماء وذلك عند حساب معامل الاختلاف .
- وجود تميز للسباحين فى مظهرى (الحدة - التوزيع) على لاعبي التجديف وكرة الماء عند حساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) .
- لم تظهر فروق داله إحصائياً بين لاعبي التجديف والسباحين فى مظهر ثبات الانتباه .

ثانياً بالنسبة للاعبى التجديف :

- وجود تميز للاعبى التجديف فى مظهرى تركيز الانتباه عن لاعبي كرة الماء والسباحين بالنسبة لقيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) .
- لم تظهر فروق داله إحصائياً بالنسبة لحساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) بين لاعبي التجديف وكرة الماء فى مظهر الحدة .
- لم تظهر فروق داله إحصائياً بالنسبة لحساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) بين لاعبي التجديف والسباحة لمظهر الثبات .

- لم تظهر فروق داله احصائيا بالنسبة لحساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) بين لاعبي التجديف وكرة الماء لمظهر التحويل .
- لم تظهر فروق داله إحصائياً بين لاعبي التجديف وكرة الماء لحساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) لمظهر التركيز .

ثالثا بالنسبة للاعبى كرة الماء :

- وجود تميز للاعبى كرة الماء لمظهرى (الثبات - الحجم) عن لاعبى التجديف والسباحين .
- وجود تميز للاعبى كرة الماء فى مظهر (ثبات - توزيع - حجم) عن لاعبى التجديف والسباحين لحساب معامل الاختلاف .
- وجود تميز للاعبى كرة الماء فى مظهر (ثبات ، تحويل ، حجم) عن لاعبى التجديف والسباحين بالنسبة لحساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) .
- لم تظهر فروق داله إحصائياً بين لاعبى كرة الماء والسباحين فى مظهر (التوزيع) لحساب قيمة اقل فرق معنوى (L.S.D.) .
- بتحليل التباين بين اللاعبين (سباحة ، تجديف ، كرة الماء) لمظاهر الانتباه وجد دلالة إحصائية لجميع مظاهر الانتباه عند مستوى (٠,٠٥) .
- عند المقارنة بين (السباحين - ولاعبى التجديف - ولاعبى كرة الماء) وجد انه لا توجد فروق داله إحصائياً فى المظهر العام للانتباه مما يؤكد أهمية الانتباه فى أنشطة الرياضات المائية .

٩- دراسة " جمال رمضان موسى " (١٩٩٥ م) (١٥) :

وموضوعها " القدرة على تركيز الانتباه وعلاقتها بالرمية الحرة فى كرة السلة " وهى تهدف الى :

- تحديد العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة .
- تحديد العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة وفقاً لمراكز اللعب (صانع اللعب - القاطع - رجل الارتكاز) .

- التعرف على التباين بين مراكز اللعب (صانع العب - القاطع - رجل الارتكاز) فى القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة .
- التعرف على الفروق فى القدرة على التركيز والرمية الحرة بين كل من (مركزى صانع اللعب والقاطع - مركزى صانع اللعب ورجل الارتكاز - مركزى القاطع ورجل الارتكاز) .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة عمدية من لاعبي الفرق المشاركة فى البطولة العربية للرجال للأندية أبطال الدوري ، وبلغ عددهم ١٣٤ لاعبا ، وتم استخدام اختبار d_2 لقياس تركيز الانتباه ، وكذا استمارة تسجيل المباريات لحصر الرميات الحرة .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- تعمل كرة السلة على تنمية عنصر تركيز الانتباه لدى لاعبيها وهذا يتضح من الفرق بين الأخطاء المتوقعة والأخطاء الحادثة .
- هناك علاقة بين القدرة على تركيز الانتباه والرمية الحرة الناجحة .

١٠- دراسة " احمد احمد خليل " (١٩٩٥ م) (٣) :

وموضوعها " مظاهر الانتباه لدى لاعبي الهوكى وعلاقتها بدقة الأداء المهارى " وهى تهدف الى :

- التعرف على العلاقة بين مظاهر الانتباه ودقة الأداء المهارى للاعب الهوكى .
- التعرف على الفروق بين مظاهر الانتباه المختلفة للاعب الهوكى وفقا لمراكز اللاعبين .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من لاعبي الدرجة الأولى للهوكى وقوامها ١٠٠ لاعب ، وتم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيمواف *Pordon Anvimize* " لقياس مظاهر الانتباه (الحدة - التركيز - التوزيع) ، وكذا استخدام اختبارات لقياس دقة الأداء المهارى فى رياضة الهوكى . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود علاقة داله إحصائيا بين مظاهر الانتباه ودقة الأداء المهارى للاعبى الهوكى .
- عدم وجود فروق بين المراكز الثلاثة (حارس المرمى - الدفاع - الهجوم) فى مستوى مظاهر الانتباه .

١١- دراسة " محمد عبد الرحمن محمود " (١٩٩٥ م) (٤٣) :

وموضوعها " توزيع الانتباه وعلاقته بنتائج المباريات لدى بعض لاعبي المنازلات " وهي تهدف الى :

- التعرف على ظاهرة توزيع الانتباه على لاعبي كل من رياضة (الجودو - المصارعة) الفائزين والمهزومين .
- التعرف على الفروق في ظاهرة توزيع الانتباه لدى لاعبي الجودو والمصارعة الفائزين والمهزومين .
- التعرف على الفروق في ظاهرة توزيع الانتباه بين مجموعات الأوزان (الخفيفة - المتوسطة - الثقيلة) للاعبى الجودو والمصارعة الفائزين .
- التعرف على العلاقة بين ظاهرة توزيع الانتباه ونتائج المباريات لدى لاعبي الدرجة الأولى في رياضتى الجودو والمصارعة الفائزين .
- وقد تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واشتملت عينة البحث على ١٢٠ لاعبا من لاعبي الجودو والمصارعة (الدرجة الأولى) والمشاركين في بطولة الجمهورية للجودو والمصارعة منهم ٦٠ لاعبا (ثلاثون لاعب جودو وثلاثون لاعب مهزوم) ، وكذا ٦٠ لاعبا (ثلاثون لاعب مصارعة فائز وثلاثون لاعب مهزوم) ، وقد تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيموف *Pordon Anvimize* " لقياس مظاهر الانتباه المختلفة ومنها ظاهرة توزيع الانتباه ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة توزيع الانتباه للاعبى (الجودو - المصارعة) الفائزين .
- تفوق لاعبي الجودو على لاعبي المصارعة الفائزين في مستوى ظاهرة توزيع الانتباه بالنسبة للعينة بصفة عامة وتفوق لاعبي الجودو للأوزان الثقيلة بصفة خاصة .
- توجد علاقة ايجابية بين ظاهرة توزيع الانتباه ونتائج المباريات .

١٢ - دراسة " هالة نبيل يحيى " (١٩٩٥ م) (٥٠) :

وموضوعها " العلاقة بين كفاءة الجهاز العصبى المركزى وبعض مظاهر الانتباه كمحدد لانقفاء لاعبي التايكوندو " وهي تهدف الى :

- التعرف على مظاهر الانتباه المميزة للاعبى التايكوندو ومستوى الدرجة الأولى فى الأوزان المختلفة .
- التعرف على العلاقة بين كفاءة الجهاز العصبى المركزى ومظاهر الانتباه المميزة للاعبى التايكوندو فى الأوزان المختلفة كمحدد لانقفاء لاعبى التايكوندو .
- وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبتة لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة قوامها (٨٥) لاعب ، كما تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيوموف *Pordon Anvimize* " .
- وقد تم التوصل الى اهم النتائج التالية :
- تميز لاعبى التايكوندو فى كفاءة الجهاز العصبى المركزى وحدة وثبات وتوزيع وتحويل الانتباه .
- تميز لاعبى وزن ٥٨ كجم فى حدة وثبات الانتباه .
- تميز لاعبى وزن ٥٤ كجم ، ٦٤ كجم وفوق ٨٣ كجم فى ثبات الانتباه .
- تميز لاعبى وزن ٧٥ كجم فى تحويل الانتباه .

١٣- دراسة " وفاء محمد عبد الرحمن " (١٩٩٥ م) (٥٣) :

وموضوعها " أزمنة رد الفعل المبنية وفقا للمتغيرات المتباينة وعلاقتها بتركيز الانتباه لدى لاعبى المبارزة " وهى تهدف الى :

- التعرف على أزمنة رد الفعل المبنية وفقا للمثيرات المتباينة وعلاقتها بتركيز الانتباه .
- التعرف على ترتيب مساهمة أزمنة رد الفعل المتباينة فى تركيز الانتباه .
- التوصل الى معادلات للتنبؤ بدرجة تركيز الانتباه بدلالة أزمنة رد الفعل البسيط والركب البصرى والصوتى .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبتة لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة عمدية قوامها ٣٩ لاعب ولاعبة ، مقسمين الى ١٧ لاعبة سلاح سيف مبارزة ، ٢٢ لاعب سلاح سيف مبارزة وشيش ، كما تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيوموف *Pordon Anvimize* " لقياس مظاهر الانتباه ، واستخدام جهاز *Reaction Time* لقياس زمن رد الفعل البسيط والمركب . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود علاقة ارتباط بين أزمنة رد الفعل وتركيز الانتباه .
- أمكن التوصل الى الترتيب والأهمية لأزمنة رد الفعل المساهمة في تركيز الانتباه لدى لاعبي ولاعبات المبارزة .
- أمكن التوصل الى المعادلات التنبؤية التي تحدد درجة تركيز الانتباه بدلاله متغيرات البحث .

١٤- دراسة " عماد عبد الحميد موسى " (١٩٩٦ م) (٢٦) :

وموضوعها " تأثير خصائص الانتباه على بعض مستويات الاداء المهارى والخططى للاعبى كرة السلة " وهى تهدف الى :

- تأثير خصائص الانتباه بدرجاته المختلفة وفقا للمجالات التي تحدها اختبارات الانتباه على مستويات الاداء المهارى والخططى بمستوياته المختلفة لدى لاعبي كرة السلة .
- التعرف على العلاقات البيئية المتداخلة لدرجات الانتباه المختلفة ومستويات الاداء المهارى والخططى .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واشتملت عينة البحث على ٢٨ لاعبا مقسمين الى مستويين المستوى الأول الدرجة الأولى وعددهم ١٤ لاعبا ، والمستوى الثانى الناشئين وعددهم ١٤ لاعبا ، واشتملت العينة أيضا على عدد ٢٠ من اللاعبات مقسمين الى مستويين ، الدرجة الأولى والناشئات ، وكل مستوى ١٠ لاعبات وجميع أفراد العينة من لاعبي جامعة وتيرير - كاليفورنيا - الولايات المتحدة الأمريكية ، وقد تم استخدام اختبار d_2 الألمانى (لقياس القدرة على التركيز - تحمل جهد الانتباه البصرى) ، وكذا اختبارات مستوى الاداء المهارة والخططى فى كرة السلة . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- توجد فروق داله إحصائيا فى خصائص الانتباه فى اختبار *TAIS* الأمريكى العام والخاص بكرة السلة ، لصالح الدرجة الأولى للاعبين واللاعبات فى لعبة كرة السلة . وكان من ابرز هذه الخصائص الواضحة فى تحمل الاستثارة الداخلية - تركيز الانتباه الخارجى الواسع - تركيز الانتباه الداخلى الواسع - درجة الخبراء فى الانتباه .
- توجد فروق داله إحصائياً فى قياس اختبار d_2 لمجموع الأخطاء وكانت هذه الفروق لصالح الدرجة الأولى .
- توجد علاقة ارتباطية داله إحصائياً بين مستوى الاداء المهارى والخططى وخصائص الانتباه قيد البحث .

١٥- دراسة " ماهر احمد على " (١٩٩٦م) (٣٣) :

وموضوعها " دراسة مقارنة لبعض مظاهر الانتباه والإدراك الحس - حركى لدى لاعبي مسابقات الميدان والمضمار وفقا لنوع المسابقة " وهى تهدف الى :

- التعرف على الفروق فى مظاهر الانتباه (الحدة - التركيز - التوزيع - الثبات) ومتغيرات (الإدراك الحس - حركى) بين لاعبي مسابقات الميدان والمضمار وفقا لنوع المسابقة (عدو - جرى - مشى - وثب - قفز - رمى)

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي مسابقات الميدان والمضمار الذين حققوا أفضل مستوى رقمى أو حتى المركز الثالث فى بطولة الكأس والدرع لأندية الدرجة الأولى ، وقوامهم ٧٢ لاعبا بواقع ١٢ لاعبا من كل نوع من انواع مسابقات الميدان والمضمار (العدو - الجرى - المشى - الوثب - القفز - الرمى) كما تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيMOV Pordon Anvimize " لقياس ثبات الانتباه ، بالإضافة الى الاختبارات التى تقيس الإدراك الحس - حركى . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود فروق داله إحصائياً فى حده ، تركيز ، توزيع الانتباه لصالح لاعبي الوثب والقفز .
- وجود فروق داله إحصائياً فى ثبات الانتباه لصالح لاعبي المشى والجرى والعدو .

١٦- دراسة " إبراهيم خلاف ابو زيد ، جلال كمال على " (١٩٩٧م) (٢) :

وموضوعها " قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بتركيز الانتباه والأداء المهارى فى كرة اليد " وهى تهدف الى :

- التعرف على العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية وتركيز الانتباه .
- التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه والأداء المهارى فى كرة اليد .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيرت عينة الدراسة بالطريقة العمدية وتكونت من ٤٠ لاعب من لاعبي كرة اليد بأندية (المصرى ، بورسعيد) بمحافظة بورسعيد ، كما تم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيMOV Pordon Anvimize "

لقياس تركيز الانتباه ، واستخدام قائمة حالة قلق المنافسة -٢ ، والتي وضعها " مارتنز وآخرون *Martens et. al.* " وقام بتعريبها " أسامة كامل راتب " ، وكذا قياس مستوى الأداء المهارى فى كرة اليد . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- توجد علاقة عكسية داله إحصائياً بين كل من حاله القلق المعرفى فى الفترات الزمنية المختارة وتركيز الانتباه . بينما توجد علاقة غير داله بين حالتى القلق الجسمى والثقة بالنفس وتركيز الانتباه .
- توجد علاقة طردية داله إحصائياً بين تركيز الانتباه واختبارات التمرير والاستلام والتصويب بأنواعه .

١٧- دراسة " هشام فوزى توفيق " (١٩٩٧ م) (٥١) :

وموضوعها " علاقة مظاهر الانتباه بنتاج لاعبى التنس " وهى تهدف الى :

- التعرف على أهم مظاهر الانتباه لدى لاعبى التنس .
 - إيجاد العلاقة الارتباطية التبادلية بين مظاهر الانتباه المختارة ونتاج لاعبى التنس .
- وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبى التنس والمشاركين فى بطولة الجمهورية للموسم ٩٥ / ١٩٩٦ حيث بلغ حجم العينة (٢٨) لاعبا . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية .
- لا توجد فروق داله إحصائياً بين الثلاث مستويات (دور التمهيدى - دور ال ١٦ - دور الثمانية) فى مظهرى حدة الانتباه وتحويل الانتباه .
 - توجد فروق داله إحصائياً بين الثلاث مستويات (دور التمهيدى - دور ال ١٦ - دور الثمانية) فى مظهر توزيع الانتباه لصالح المستوى الأول (دور الثمانية) .
 - توجد فروق داله إحصائياً بين الثلاث مستويات (دور التمهيدى - دور ال ١٦ - دور الثمانية) فى تركيز الانتباه لصالح المستوى الأول (دور الثمانية) .
 - توجد علاقة ارتباطية بين نتائج المباريات ومظهرى تركيز الانتباه وتوزيع الانتباه للاعبى الأدوار التمهيدية .
 - توجد علاقة ارتباطية بين نتائج المباريات وكل مظاهر الانتباه (حدة ، تركيز ، توزيع ، تحويل) للانتباه للاعبى المستوى الثانى .
 - توجد علاقة ارتباطية بين نتائج المباريات وكل مظاهر الانتباه (حدة ، تركيز ، توزيع ، تحويل) للانتباه للاعبى المستوى الأول .

١٨- دراسة " محمد محمود كمال " (٢٠٠٠م) (٤٥) :

وموضوعها " تأثير تنمية الانتباه والتصور العقلى على أداء الإرسال للاعبى الكرة الطائرة
" وهى تهدف الى :

- تأثير البرنامج التدريبي لتنمية الانتباه على أداء الإرسال التموجى للاعبى الكرة الطائرة.
- درجة الارتباط بين كل من الانتباه والتصور العقلى وأداء الإرسال التموجى للاعبى
الكرة الطائرة .

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيار عينة البحث
بالطريقة العمدية من لاعبي منطقة الدقهلية للكرة الطائرة وبلغ عددهم ٣٤ لاعبا ، وقد تم استخدام
اختبار الشبكة لقياس تركيز الانتباه والذي صممه " دورثى هاريس *Dorsey Harris* " وقام
بتعريبه " محمد حسن علاوى " ، ومقياس التصور العقلى فى المجال الرياضى ، واختبار دقة
أداء الإرسال التموجى . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- فاعلية البرنامج التدريبي المقترح للانتباه على أداء الإرسال للاعبى الكرة الطائرة .
- توجد علاقة ايجابية بين القدرة على التصور العقلى وتركيز الانتباه وأداء الإرسال
للاعبى الكرة الطائرة .

١٩ - دراسة " محمد احمد عبد الله " (٢٠٠١م) (٣٤) :

وموضوعها " اثر بعض مظاهر الانتباه على دقة التصويب لدى ناشئ الهوكى " وهى تهدف الى:

- التعرف على تأثير تطوير بعض مظاهر الانتباه على الدقة للاعبى الهوكى .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد اشتملت عينة البحث
على عدد (٥٠) لاعب هوكى ، واستخدم الباحث اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيموف
Pordon Anvimize " لقياس الانتباه . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود فروق دالة بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى خصائص الانتباه
ودقة التصويب لصالح القياس القبلى .

٢٠- دراسة " السيد محمد زكى " (٢٠٠٢ م) (١٤) :

وموضوعها " دينامية حده الانتباه لدى الملاكمين وعلاقتها بنتائج المباريات " وهى تهدف الى :

- التعرف على الفروق فى مستوى ظاهرة حده الانتباه أثناء الراحة بين الملاكمين الفائزين والمهزومين .
- التعرف على الفروق فى مستوى ظاهرة حده الانتباه بعد التدريب بين الملاكمين الفائزين والمهزومين .
- التعرف على الفروق فى مستوى ظاهرة حده الانتباه قبل المباريات بين الملاكمين الفائزين والمهزومين .
- إيجاد العلاقة بين حده الانتباه فى هذه الفترات وبين نتائج المباريات .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من الملاكمين الشباب سن ١٨ ، ١٩ سنة فى بطولة منطقة الغربية للملاكمة ، وتم استخدام اختبار التصحيح لـ " بوردون انفيموف *Pordon Anvimize* " لايجاد مستوى حده الانتباه . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى ظاهرة حده الانتباه (أثناء الراحة - بعد التدريب - قبل المباريات) بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين .
- توجد علاقة ايجابية بين ظاهرة حده الانتباه ونتائج المباريات .

٢١- دراسة " عجمى محمد عجمى " (٢٠٠٣ م) (٢٣) :

وموضوعها " أثر تطوير بعض مظاهر الانتباه على دقة التمرير والتصويب لدى ناشئ كرة القدم تحت ١٤ سنة " وهى تهدف الى :

- تصميم برنامج تدريبي لتحسين بعض مظاهر الانتباه (تركيز - تحويل - توزيع) لدى ناشئ كرة القدم ١٨ سنة بالشرقية .
- التعرف على تأثير تحسين بعض مظاهر الانتباه على دقة التمرير والتصويب لد ناشئ كرة القدم تحت ١٨ سنة .

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئ نادى الشرقية الرياضى تحت ١٨ سنة . وبلغ عدد افراد العينة ٢٠ ناشئاً تم تقسيمهم الى مجموعتين الأولى تجريبية والاخرى ضابطة وقوام كل منهما ١٠ لاعبين ، وتم استخدام اختبار قياس مظاهر الانتباه لـ " بوردون انفيموف *Pordon Anvimize* " لقياس (تركيز - توزيع - تحويل) الانتباه ، واختبارات الأداء المهارى لكرة القدم ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- أدت تدريبات البرنامج الى تطوير مظاهر الانتباه (تركيز - توزيع - تحويل) الانتباه لدى ناشئ كرة القدم .
- وجدت فروق داله إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى لمتغيرات مظاهر الانتباه (تركيز - توزيع - تحويل) الانتباه ، والأداء المهارى فى كرة القدم .

٢٢- دراسة " هشام أنور عبد الحميد " (٢٠٠٢ م) (٥٢) :

وموضوعها " تأثير برنامج تدريبي لتنمية بعض خصائص الانتباه على دقة التصويب لدى ناشئ كرة اليد تحت ١٦ سنة ، بمنطقة الشرقية " .

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة قوامها (٣٠) لاعب كرة يد ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :-

- للبرنامج التدريبي المقترح اثر ايجابى على تطوير خصائص الانتباه ودقة التصويب للاعبين قيد البحث .

٢٣- دراسة " محمد رفعت محمد " (٢٠٠٣) (٤٤) :

وموضوعها " تأثير برنامج تدريبي لتنمية بعض خصائص الانتباه (تركيز ، تحويل ، توزيع) على مستوى مهارة حائط الصد والتوافق الحركى للاعبى الكرة الطائرة . وهى تهدف الى :

- التعرف على تأثير تنمية خصائص الانتباه (تركيز ، تحويل ، توزيع) على مهارات حائط الصد الفردى .

- التعرف على تأثير تنمية خصائص الانتباه (تركيز ، تحويل ، توزيع) على مستوى التوافق الحركى .

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد تم اختيار عينة قوامها (٢٤) لاعب كرة طائرة ، وقد استخدم الباحث اختبار قياس خصائص الانتباه لـ " بوردون انفيوموف *Pordon Anvimize* " (تركيز ، تحويل ، توزيع) ، وقد تم التوصل الى اهم النتائج التالية :

- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي على تنمية خصائص الانتباه (تركيز ، تحويل ، توزيع)

٢٤ - دراسة " احمد محمد عبد القادر " (٢٠٠٤ م) (٩) :

وموضوعها " قلق المنافسة الرياضية (كسدة واتجاه) وعلاقته بتركيز الانتباه ومستوى الأداء المهارى فى رياضة الكاراتيه " وهى تهدف الى :

- العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية (كسدة واتجاه) بأبعاده الثلاث فى التركيز لدى لاعبي الكاراتيه :

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي الدرجة الأولى للكاراتيه المشاركين فى بطولة الجمهورية للكاتا ، والبالغ عددهم ٦٩ لاعب . كما تم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه إعداد " دورثى هايس *Dorthy Harris* " وتعريب " محمد حسن علاوى " ، واستخدم الصورة المعدلة لقائمة حاله قلق المنافسة الرياضية والتي صممها " مارتنز وآخرون *Martens et. al.* " وقام بإقتباسه وتعديله " محمد حسن علاوى " ، وقد تم التوصل الى اهم النتائج التالية :

- توجد علاقة طردية بين شدة القلق (المعرفى ، البدنى ، الانفعالى) وتركيز الانتباه .
- توجد علاقة عكسية بين اتجاه القلق (المعرفى ، البدنى) وتركيز الانتباه .
- توجد علاقة طردية بين اتجاه القلق الانفعالى وتركيز الانتباه .

٢٥ - دراسة " ماجد عبد الله محمد " (٢٠٠٤ م) (٣٢) :

وموضوعها " العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه و دقة أداء ركلة الجزاء لناشئ كرة القدم " وهي تهدف الى :

- محاولة معرفة مستوى القدرة على تركيز الانتباه من خلال تطبيق اختبار شبكة تركيز الانتباه .
- محاولة معرفة مستوى دقة أداء ركلة الجزاء من خلال تطبيق اختبار دقة أداء ركلة الجزاء .

وقد تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئ منطقة الدقهلية لكرة القدم تحت ١٨ سنة وبلغ عددهم ١٧٥ لاعبا ، وقد تم تحديد الوسائل والأدوات التي تتناسب وطبيعة هذه الدراسة وتشتمل على:

- اختبار أساليب الأنتباه فى الألعاب الجماعية .
- اختبار الشبكة لقياس تركيز الانتباه .
- اختبار دقة أداء ركلة الجزاء .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- توجد علاقة ارتباطيه ايجابية بين القدرة على تركيز الانتباه ودقة أداء ركلة الجزاء لناشئ كرة القدم .
- توجد علاقة ارتباطيه طردية بين أساليب الانتباه العام ودقة أداء ركلة الجزاء لناشئ كرة القدم .

٢٦ - دراسة " وليد مصطفى سيد " (٢٠٠٤ م) (٥٤) :

وموضوعها " تأثير ترمينات نوعية مقترحة لتطوير متغيرات الإدراك الحس - حركى على بعض خصائص الانتباه ودقة الرمية الحرة لدى ناشئ كرة السلة " ، وهي تهدف الى:

- التعرف على تأثير الترمينات النوعية المقترحة على تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس - حركى على بعض خصائص الانتباه (تركيز - تحويل - توزيع) .

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، واختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئ كرة السلة تحت ١٤ سنة والمسجلين بمركز شباب ناصر ، ومراكز شباب السادات ، ونادى الشبان المسلمين بمنطقة الشرقية لكرة السلة وقوامها ٣٠ ناشئ تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما ١٥ ناشئ كرة سلة ، وتم استخدام اختبار بوردون انفيوموف *Bordon Anvemove* لقياس خصائص الانتباه (تركيز - تحويل - توزيع) ، واختبارات الإدراك الحس - حركى ، واختبار دقة الرمية الحرة . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية .

- يؤثر البرنامج التدريبي المقترح ايجابيا بدلالة إحصائياً على متغيرات الإدراك الحس - حركى ، وخصائص الانتباه (تركيز - تحويل - توزيع) ودقة الرمية الحرة لدى ناشئ كرة السلة تحت ١٤ سنة .

٢٧- دراسة " محمد حسنى احمد " (٢٠٠٤م) (٤١) :

وموضوعها " تركيز الانتباه والتوجه التنافسى وعلاقتها بنتائج المباريات فى رياضة تنس الطاولة " وهى تهدف الى :

- التعرف على الفروق فى تركيز الانتباه لدى لاعبي تنس الطاولة وفقاً لترتيب نتائج المباريات .
- العلاقة بين كل من تركيز الانتباه والتوجه التنافسى لدى لاعبي تنس الطاولة ونقاط مجموعات الدراسة المقسمة وفقاً لترتيب نتائج المباريات .
- العلاقة بين أقسام مقياس تركيز الانتباه وأبعاد مقياس التوجه التنافسى للاعبى تنس الطاولة .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة عمدية قوامها (٦٣) لاعبا من لاعبي تنس الطاولة امشاركين فى بطولة الجمهورية ، كما تم استخدام مقياسين لقياس تركيز الانتباه والتوجه التنافسى فى المجال الرياضى وهما .

- مقياس d_2 لتركيز الانتباه إعداد بركنكامب *Brickenkamp* وتعريب "محمد حسن علاوى" .
- مقياس التوجه الرياضى إعداد " ديانا جيل *Diana Gill* " تعريب " محمد حسن علاوى" .

وقد تم التوصل إلى أهم النتائج التالية :

- هناك فروق داله إحصائياً فى تركيز لدى لاعبي تنس الطاولة وفقاً لترتيب نتائج المباريات (عالى - متوسط - منخفض) لصالح اللاعبين أصحاب الترتيب العالى .
- توجد معاملات ارتباط سالبه داله إحصائياً بين كل من تركيز الانتباه والتوجه التنافسى لدى لاعبي تنس الطاولة ونقاط مجموعات الدراسة المقسمة وفقاً لنتائج المباريات .
- وجود معاملات ارتباط سالبه داله إحصائياً بين أقسام مقياس تركيز الانتباه وأبعاد مقياس التوجه التنافسى .

٢٨- دراسة " عمرو محمود محمد " (٢٠٠٥ م) (٢٨) :

وموضوعها " تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل وعلاقتها بنتائج المباريات لدى لاعبي التايكوندو " وهى تهدف الى :

- التعرف على مستوى تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل للاعبى التايكوندو وفقاً لتصنيف (المركز - الأوزان - الجنس) .
- دراسة العلاقة بين تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل بنتائج المباريات للاعبى التايكوندو وفقاً لتصنيف (المركز - الأوزان - الجنس) .
- وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وإختيار عينة عمدية قوامها ٢٩ لاعب ولاعبة والمشاركين فى بطولة الجمهورية للتايكوندو وتحت ١٧ سنه ، وقد قام الباحث بتعميم اختبارين لقياس تركيز الانتباه ن وقياس سرعة رد الفعل للاعبى رياضة التايكوندو ومعتمداً على الربط بين الأداء المهارى لرياضة التايكوندو وتركيز الانتباه وسرعة رد الفعل للاعب . وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :
- تعميم اختبار لقياس تركيز الانتباه ، واختبار لقياس سرعة رد الفعل للاعبى التايكوندو .
- وجود علاقة معنوية بين تركيز الانتباه ونتيجة المنافسة لصالح لاعبي التايكوندو الحاصلين على المراكز الأولى ، بينما لا توجد علاقة معنوية بين تركيز الانتباه ووزن اللاعب .

٢/٢/٢ الدراسات الأجنبية :

٢٩- دراسة " فان شويك وأنتوني جراشا *Vam Shoyck & Anthony* " (١٩٨١م) (٧٤) :

وموضوعها " خصائص الانتباه والقدرة الرياضية " ، وهي تهدف الى :

التعرف على أثر خصائص الانتباه على القدرة الرياضية فى التنس .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة البحث ، وتم اختيار عينة قوامها ٤٥ لاعب تنس و ٤٥ لاعبة تنس ، وقد تم استخدام اختبار Tais العام للانتباه واختبار T-Tais الخاص للانتباه فى التدريس واختبار GCITA للقدرة الرياضية فى التنس ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- إن معامل ثبات اختبار T-Tais للتنس أعلى من اختبار Tais الأصيل .
- إن نتائج القياسات للاختبارين العام والخاص تدعم وجهه نظر " نيدفر *Niddfer* " من أن انتباه الرياضيين يمكن قياسه عن طريق الفرق بين الانتباه الضيق والانتباه الواسع .
- ظهر عكس رأى " نيدفر *Niddfer* " بالنسبة لاتجاه الانتباه ، حيث ظهر أن ليس عنصراً قوياً ، وذلك بالنسبة لعينة البحث .
- المقياس الخاص بالتنس له علاقة أكبر بالقدرة فى التدريس عن المقياس العام .
- الاختبار العام أكثر غموضاً فيما يتعلق بعوامل كل بعد من أبعاده ، ولا يمكن تحويله بسهولة للتطبيق فى المجال الرياضى .

٣٠- دراسة " بانديك *Benedick* " (١٩٨٨م) (٥٧) :

وموضوعها " ثبات معدل الخطأ فى تركيز الانتباه للرياضيين " ، وهي تهدف الى :

التعرف على عمليات تركيز الانتباه أثناء النشاط لدى الرياضيين.

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث ، وتم اختيار عينة قوامها ٢٥٢ رياضياً يمارسون رياضات مختلفة (كرة يد - سلة - طائرة - قدم) ، وقد تم استخدام اختبار d_2 ، كما تم إجراء مواقف عملية وقياس مدى الاستعداد والتركيز لدى الرياضيين فى هذه

المواقف وقد تم قياس وقت أداء هذه المهمات ونسبة الأخطاء ومدى ثباتها أثناء الأداء ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- تركيز الانتباه خلال الوقت المحدد يكون مختلف باختلاف الأفراد ومعتمد على نوع النشاط .
- نسبة الأداء فى المواقف العملية المصممة التى تحدد الأخطاء تتغير باختلاف نوع الرياضة غير أن الفروق دالة بين الرياضيين فى مختلف الرياضات .
- وجود علاقة بين تركيز الانتباه والأداء الحركى .

٣١- دراسة " كيفين ونابل *Kavin , Nabel* " (١٩٨٨ م) (٦٨) :

وموضوعها " إستقلال وعدم استقلال المجال والتركيز كخصائص نفسية عند لاعبي كرة السلة الممتازين " ، وهى تهدف الى :

- اختبار إمكانية وجود علاقة بين القدرة المعرفية الإدراكية الحسية البصرية فى استقلال أو عدم استقلال المجال وبين التركيز .
- وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة قوامها (٦٣) فرداً منهم ٢١ لاعب كرة سلة + (٢٤) لاعب محلى + (١٨) من الطلبة غير الرياضيين .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد تم استخدام اختبار ويتكين *Witkin* للأشكال المخبأة داخل مجموعة لقياس استقلال أو عدم استقلال المجال اختبار d_2 لقياس القدرة على تركيز الانتباه ، كما قد استخدم اختبار d_2 لإختبار القدرة على التركيز الانتباه .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود فروق دالة إحصائياً بين نوعية التركيز عند لاعبي المستوى القومى وعند الطلبة غير الرياضيين .
- وجود ارتباط منخفض بين استقلال وعدم استقلال المجال وبين التركيز .

٣٢- دراسة " ديبورا ديوى ولورانس براولسى وفران ألد Dewey D. Barwley, L. & Allard F. " (١٩٨٩ م) (٦١) :

وموضوعها " هل يمكن للمقياس *Tais* التنبؤ بكيفية التعامل مع المعلومات البصرية ؟ " ، وهى تهدف الى :

- التحقق من وجود علاقة بين مقياس الانتباه *Tais* وكيفية التعامل مع المعلومات المرتبطة بالانتباه .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة، وتم اختيار عينة البحث وقوامها (٤٠) من طلبة وطالبات السنة الأولى بقسم الدراسات الحركية بجامعة واترلوو *Waterloo* وكان عدد الطلبة مساوياً لعدد الطالبات وكان متوسط عمر العينة ١٩,٨ سنة وقد تم استخدام المقياس العام للانتباه *Tais* والمقياس الخاص للانتباه لكرة السلة (*BB-Tais*).

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- لم تظهر علاقة بين مقياس الانتباه العام *Tais* وبين الأداء ، ولكن من المحتمل أن تظهر هذه العلاقة إذا اقتصرنا على الأفراد ذوى الأداء الأقصى ، وقد ظهرت هذه العلاقة عندما تم تصنيف أفراد العينة حسب أدائهم ، ثم تم اختيار أسرع عشرة أفراد وأبطأ عشرة أفراد ، ولكن عندما أجرى القياس لهاتين المجموعتين بالمقياس الخاص وجد أنهما لا يختلفان فى الانتباه الواسع الخارجى *BET* ، وتقليص الانتباه *RED* .

- عند استخدام مقياس *Tais* لم تظهر علاقة بين الانتباه والأداء .

٣٣- دراسة "بيكوز ، برادفورد، ايجينى *Bechwith,Bradford,Emgene* " (١٩٩٠م) (٥٦):

وموضوعها " العلاقة التفاعلية بين الانتباه والكفاءة الذاتية والقلق فى أداء الإصابات فى كرة السلة " ، وهى تهدف الى :

- التعرف على العلاقة التفاعلية بين الانتباه والكفاءة الذاتية والقلق فى أداء الإصابات فى كرة السلة .

وقد تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة قوامها (١٢٠) لاعبا من كلية جمعية الرياضيين ، وقد تم استخدام (اختبار تركيز الانتباه - اختبار مستوى القلق - اختبارات نفسية - اختبارات مهارية ، وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- الشخصية ، الانتباه ، مستوى الكفاءة الذاتية ومستوى القلق كلها تؤدي الى التأثير على عملية إحداث الإصابات في كرة السلة .

٣٤- دراسة "برجاندي، شيروك وتايتس" *Bergandi, Shruock, Tites* (١٩٩٠ م) (٥٨) :

وموضوعها " فحص التركيز في كرة السلة (تطوير مبدئي والتحقق من الصحة) " ، وهي تهدف الى :

- تطوير والتحقق من صحة نسخة معدلة خاصة بالرياضيين من اختبار الأسلوب الانتباهي والعلاقات بين الأفراد (*Tais*) *Test at Attentional and Interpersonal Style*) الذي وضعه " نيدفر *Nidfer* " .

وقد تم استخدام المنهج الوصفي بمناسبته لطبيعة البحث ، وتم اختيار عينة قوامها ٤٣ لاعبا من لاعبي كرة السلة بالجامعة منهم ٢٠ من الذكور ، ٢٣ من الإناث . وقد استخدم اختبار *Tais* الاصلى واختبار فحص التركيز في كرة السلة *Basketball Concentration* (*BCS*) *Survey* ، وكانت بنود اختبار (*BSC*) عبارة عن تحويل للبنود الـ ٥٩ المتعلقة بالرياضة في الاختبار الاصلى ، وتم تطبيق هذه الاختبارات في بداية الموسم وتم ربط النتائج مع ٩ متغيرات خاصة بالأداء خلال الموسم وهذه المتغيرات التي تم دراستها تشمل النسبة المئوية للتصويبات الناجحة والعدد الكلي لمرات سلب الكرة (من المدافعين) .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- يوجد ارتباط دال بدرجة عالية بين اختبار (*BSC*) وسبعة من متغيرات الأداء التسعة.

٣٥- دراسة " فيتيا وآخرون *Vielt el al* " (١٩٩١ م) (٧٥) :

وموضوعها " الأسلوب الانتباهي والتصويب في كرة السلة " وهي تهدف الى :

- التعرف على العلاقة بين الأسلوب الانتباهي والنسبة المئوية للرميات الحرة والرميات الأخرى .

وتم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة قوامها (١٢) لاعب كرة سلة ، وقد تم استخدام اختبار بوردون انفيموف *Bordon Anvemove* لقياس الانتباه .

وقد تم التوصل الى أهم النتائج التالية :

- وجود ارتباط دال إحصائياً بين مقياس الانتباه والنسبة المئوية للرميات .

٣٦- دراسة " ويلسن وكير *Willson, Kerr* " (١٩٩١ م) (٧٧) :

وموضوعها " أساليب الانتباه والتصويب في كرة السلة " ، وهى تهدف الى :

- التعرف على مدى ارتباط أساليب الانتباه بنسبة التصويب الناجح والرميات الحرة فى كرة السلة .

وتم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وتم اختيار عينة قوامها ١٢ لاعب كرة سلة من لاعبي منتخب الجامعة ، وقد تم استخدام اختبار *Tais* ، وقد توصلت الدراسة الى اهم النتائج التالية :

- وجود علاقة ارتباطية بين قدرة اللاعبين على تضيق بؤرة انتباههم وقدرتهم على التصويب الناجح خلال المنافسة الفعلية .

٣٧- دراسة " بابينكولو - زيايسيس *Papaniklaoy - Zissis* " (١٩٩٢ م) (٧٠) :

وموضوعها " تطوير برنامج التركيز الانتباهى لناشئى الهادفين " وقد تم إختبار المركز التجريبي لمناسبة لطبيعة الدراسة وتم اختبار عينة قوامها ٤٠ لاعباً من ناشئى هداى فىلادفيا .

وقد تم استخدام (البرنامج التدريبي - اختبار تركيز الانتباه - اختبارات مهارية) وقد تم التوصل إلى أهم النتائج التالية .

- التركيز الانتباهى يؤدي إلى زيادة مستوى القدرات التركيزية فى مستوى الانتباه .

- وجود علاقة طردية بين زيادة تركيز الانتباه والقدرة على التهديد عند الناشئين .

٣٨- " دراسة تنبوم *Teneenbum* " (١٩٩٤ م) (٧٣) :

وموضوعها " استرجاع المعلومات للاعبين المهرة الناشئين والدرجة الأولى " .

وهي تهدف إلى :

- التعرف على تأثير الخبرة في المهارة وبعض المتغيرات البيئية العامة وهي دور العرض المركب .
- مظاهر الانتباه وقت عرض المثير " وتأثير ذلك على مواقف اللعب المهمة في كرة اليد " .
- وقد تم استخدام المنهج التجريبي بمناسبة لطبيعة الدراسة وتم اختبار عينة قوامها ١٥ لاعب من الدرجة الأولى ذو مهارة وخبرة عالية و ١٩ لاعب ناشئ ذو خبرة أقل .
- وقد تم استخدام اختبار توزيع الانتباه وتركيز الانتباه ، وقد تم عرض ٣٦ شريحة *Slided* تحتوي على مواقف دفاعية وهجومية مصممة .

وقد تم التوصل إلى أهم النتائج التالية :

تحسن التركيز وتوزيع الانتباه لدى لاعبي الدرجة الأولى عن الناشئين .

٣٩- دراسة "أرموندسون، دورسي ، دي *Edmundson , Dorsey , Dee*" (١٩٩٥ م) (٦٣) :

وموضوعها " اختبار تأثير التمرينات الذهنية على مستوى الاداء والانتباه والتيقظ لدى الرياضيين " وهي تهدف إلى :

- التعرف على تأثير التمرينات الذهنية على مستوى للرياضيين .
- التعرف على تأثير التمرينات الذهنية على الانتباه والتيقظ للرياضيين .

وقد استخدم المنهج الوصفي لمناسبة الطبيعة الأساسية وتم اختبار عينة قوامها ٢٤٠ رياضي ، وقد استخدم (اختبار تركيز الانتباه - اختبارات نفسية - اختبار قذف الكرة - البرنامج التدريبي) ، وقد تم التوصل إلى أهم النتائج التالية :

- أظهرت نتائج الدراسة أن المشاركين الذين خضعوا للتمرينات الذهنية أبدوا تغيرات أكبر في مستوى الانتباه وليس في مستوى التيقظ وذلك بالمقارنة بالمشاركين الذين لم يخضعوا لمثل هذه التمرينات الذهنية .
- التمرين الذهني يؤدي إلى تحسين أداء اللاعبين أكثر من التمرين العادي .

٤٠- دراسة " فونتاني ، مافي *Forntani , Moffei* " (١٩٩٨ م) (٦٤) :

وموضوعها " إمكانات لاعبي الكرة الطائرة والغير رياضيين فى مقارنة باستخدام اختبار الانتباه " .

وقد تم استخدام المنهج الوصفى لمناسبته لطبيعة الدراسة ، وقد تم اختبار عينة قوامها ١٠ امن لاعبي الكرة الطائرة و ١٠ أفراد غير رياضيين وقد قام باستخدام الكمبيوتر وذلك عن طريق مربعات بيضاء تظهر على شاشة الكمبيوتر وتحرك إلى أجزاء مختلفة لتقف عشوائياً عند أحد أطراف الشاشة والمطلوب من الأفراد الخاضعين للاختبار استخدام لوحة المفاتيح للضغط على أحد الأزرار ، إذا توقف المربع فى أعلى يمين الشاشة ، وعدم الضغط على أى زر فى حالة توقفه فى أى مكان ، وقد تم التوصل إلى أهم النتائج التالية :

- تفوق لاعبي الكرة الطائرة على الغير رياضيين ، وهذا يشير إلى تحسن سرعة الاستجابة لديهم .

٣/٢/٢ التعليق على الدراسات المرتبطة :

قام الباحث بعرض مجموعة من الدراسات المرتبطة فى مجال بحثه والتي أجريت على الانتباه وسيقوم بمناقشتها من حيث (الأهداف - العينة - الأدوات - النتائج) وذلك بهدف عرض أوجه الشبة والاختلاف بينها وبين البحث الحالى وأيضاً لتوضيح مدى الاستفادة منها .

أولاً :الأهداف:

تنوعت الأهداف التي ترمى اليها هذه الدراسات فمنها ما يهدف الى دراسة مظاهر الانتباه مثل دراسة كل من :

- " *Bendick*, بانديك " (١٩٨٨ م) (٥٧) ، " *Kaviv, & Nabil* ، كيفن ونابل ،
" *Bergand, Shryock, & Tites* ، بيرجاندى ، شيروك ، وتاتيس (١٩٨٨ م) (٦٨) ،
(١٩٩٠ م) (٥٨) ، "نادية احمد الدرديرى" (١٩٩٠ م) (٤٨) ، " عبد الحفيظ اسماعيل
احمد " (١٩٩٠ م) (٢٠) ، " فاطمة محمد عبد المقصود " (١٩٩٠ م) (٣٠) ، " محمد
بطل عبد الخالق ، عبد الرحمن احمد ظفر " (١٩٩٠ م) (٣٧) ، " نبيه عبد الحميد العلقامى
(١٩٩٠ م) (٤٩) ، " عمرو محمد محمود " (١٩٩١ م) (٢٧) ، " بابينكولو - زياسيس
Pap Anikal Aou - Zissis " (١٩٩٢ م) (٧٠) ، " عفاف محمد حسن " (١٩٩٢ م)
(٢٥) ، " احمد محمد محمد " (١٩٩٤ م) (١٠) ، " *Tenebaum* تننيوم " (١٩٩٤ م)
(٧٣) ، " جمال رمضان موسى " (١٩٩٥ م) (١٥) ، " احمد أحمد خليل " (١٩٩٥ م)
(٣) ، " محمد عبد الرحمن محمود " (١٩٩٥ م) (٤٣) ، " وفاء محمد عبد الرحمن "
(١٩٩٥ م) (٥٣) ، " ماهر احمد على " (١٩٩٦ م) (٣٣) ، " ابراهيم خلاف أبو زيد ،
جلال كمال على " (١٩٩٧ م) (١) ، " السيد محمد زكى " (٢٠٠٢ م) (١٤) ، " عجمى
محمد عجمى " (٢٠٠٣ م) (٢٣) ، " احمد محمد عبد القادر " (٢٠٠٤ م) (٩) ،
" ماجد عبد الله محمد " (٢٠٠٤ م) (٣٢) ، " محمد حسنى احمد " (٢٠٠٤ م) (٤١) ،
" عمرو محمود محمد " (٢٠٠٥ م) (٢٧) .

كما أن هناك دراسات تهدف الى دراسة الانتباه مثل دراسة :

- " ستيفن فان شويك وانتونى جواشا *Van Shayck & Grasha* " (١٩٨١ م)
(٧٤) ، " بيكوز ، برادفور ، ايجينى *Beckwith, Bradford, Eygene* " (١٩٩٠ م)
(٥٦) ، " ادموند سون، دورسى ، دى *Edmundson , Dorsey, Dee* " (١٩٩٥ م)
(٦٣) ، " عماد عبد الحميد موسى " (١٩٩٦ م) (٢١) ، " فونتى مافى *Fontani Maffei*
(١٩٩٨ م) (٦٤) ، " محمد محمود كمال " (٢٠٠٠ م) (٤٥) ، " وليد مصطفى سيد "
(٢٠٠٤ م) (٥٤) مما أفاد الباحث فى تحديد أهداف البحث الحالى .

ثانيا : العينة :

بعض الدراسات طبقت على لاعبي الأنشطة الفردية مثل دراسة :

- " عبد الحفيظ اسماعيل احمد " (١٩٩٠ م) (٢٠) ، " محمد بطل عبد الخالق ،
عبد الرحمن احمد ظفر " (١٩٩٠ م) (٣٧) ، " ستيفن فان شويك وانتونى جواشا *Van*

"Shayck & Grasha" (١٩٩١ م) (٧٤) ، " عمرو محمد محمود " (١٩٩١ م) (٢٧) ،
" محمد عبد الرحمن محمود " (١٩٩٥ م) (٤٣) ، " وفاء محمد عبد الرحمن "
(١٩٩٥ م) (٥٣) ، " ماهر احمد على " (١٩٩٦ م) (٣٣) ، " السيد محمد زكى "
(٢٠٠٢ م) (١٤) ، " احمد محمد عبد القادر " (٢٠٠٤ م) (٩) ، " محمد حسنى احمد "
(٢٠٠٤ م) (٤١) .

كما أن هناك بعض الدراسات التي طبقت على لاعبي الأنشطة الجماعية مثل دراسة :
" كيفين ونابل *Kavin & Nabil* " (١٩٨٨ م) (٦٨) ، " ديورا ديوى ولورانس براولى
وفران الارد *Dewey Barwley & Allard* " (١٩٨٩ م) (٦١) ، " برجاندى ، شيروك
وتايئس *Bergand, Shryock ,&Tites* " (١٩٩٠ م) (٥٨) ، " بيكوز ، برادفور ، ايجينى
Beckwith, Bradford, Eygene " (١٩٩٠ م) (٥٦) ، " فاطمة محمد عبد المقصود "
(١٩٩٠ م) (٣٠) ، " ويلسن وكير *Wilson, Kerr* " (١٩٩١ م) (٧٧) ، " جمال
رمضان موسى " (١٩٩٥ م) (١٥) ، " عماد عبد الحميد موسى " (١٩٩٧ م) (٢٦) ،
" وليد مصطفى سيد " (٢٠٠٤ م) (٥٤) . التي طبقت على لاعبي كرة السلة. ودراسة
" عفاف محمد حسن " (١٩٩٢ م) (٢٥) ، " فونتانى ، مافى *Fontani, Maffei*
(١٩٩٨ م) (٦٤) ، " محمد محمود كمال " (٢٠٠٠ م) (٤٥) التي طبقت على لاعبي الكرة
الطائرة ، ودراسة " إبراهيم خلاف أبو زيد ، جلال كمال على " (١٩٩٧ م) (١) ، " تينبوم
Tenebaum " (١٩٩٤ م) (٧٣) " هشام محمد انور " (٢٠٠٢ م) (٥٢) ، التي طبقت
على لاعبي كرة اليد ، ودراسة " احمد احد خليل " (١٩٩٥ م) (٣) التي طبقت على لاعبي
الهوكى ، ودراسة " نبيه عبد الحميد العلقامى " (١٩٩٠ م) (٤٩) التي طبقت على لاعبي
كرة القدم والهوكى ، ودراسة " عجمى محمد عجمى " (٢٠٠٣ م) (٢٣) ، " ماجد عبد الله
محمد " (٢٠٠٤ م) (٣٢) التي طبقت على لاعبي كرة القدم ، ودراسة " بانديك *Bendick* "
(١٩٨٨ م) (٥٧) التي طبقت على لاعبي كرة اليد - السلة - القدم - الطائرة .

وقد استفاد الباحث من عينات الدراسات السابقة وذلك لتحديد عينة البحث .

ثالثا الأدوات المستخدمة :

اتفقت جميع الدراسات السابقة على استخدام الاختبارات والمقاييس لجمع المعلومات
والبيانات اللازمة ، فقد قامت دراسة كل من :

"نادية احمد الدرديري" (١٩٩٠م) (٤٨) ، "عبد الحفيظ اسماعيل احمد" (١٩٩٠م) (٢٠) ، "فاطمة محمد عبد المقصود" (١٩٩٠م) (٣٠) ، "محمد بطل عبد الخالق" ، "عبد الرحمن احمد ظفر" (١٩٩٠م) (٣٧) ، "نبيه عبد الحميد العلقامي" (١٩٩٠م) (٤٩) ، "عمرو محمد محمود" (١٩٩١م) (٢٨) ، "عفاف محمد حسن" (١٩٩٢م) (٢٥) ، "احمد محمد محمد" (١٩٩٤م) (١٠) ، "احمد احمد خليل" (١٩٩٥م) (٣) ، "محمد عبد الرحمن محمود" (١٩٩٥م) (٤٣) ، "وفاء محمد عبد الرحمن" (١٩٩٥م) (٥٣) ، "ماهر احمد على" (١٩٩٦م) (٣٣) ، "ابراهيم خلاف ابو زيد ، جلال كمال على" (١٩٩٧م) (١) ، "السيد محمد زكى" (٢٠٠٢م) (١٤) ، "عجمي محمد عجمي" (٢٠٠٣م) (٢٣) ، "وليد مصطفى سيد" (٢٠٠٤م) (٥٤) باستخدام اختبار بوردون انفيوموف *Pordon Anvimize* في دراستهم .

كما قامت دراسة كل من "باندريك *Bendick*" (١٩٨٨م) (٥٧) ، "كيفن ونابل *Kavin, & Nabil*" (١٩٨٨م) (٦٨) ، "جمال رمضان موسى" (١٩٩٥م) (١٥) ، "عماد عبد الحميد موسى" (١٩٩٦م) (٢٦) ، "محمد حسنى احمد" (٢٠٠٤م) (٤١) باستخدام اختبار d_2 في دراستهم .

وقد قامت دراسة كل من "محمد محمود كمال" (٢٠٠٠م) (٥٤) ، "احمد محمد عبد القادر" (٢٠٠٤م) (٩) ، "ماجد عبد الله محمد" (٢٠٠٤م) (٣٢) باستخدام شبكة التركيز لدورثي هاريس *Dorsey Harris* في دراستهم .

وقد قامت دراسة كل من "نادية احمد الدرديري" (١٩٩٠م) (٤٨) ، "احمد محمد محمد" (١٩٩٤م) (١٠) باستخدام اختبار التاختسكوب في دراستهم .

كما قامت دراسة "عفاف محمد حسن" (١٩٩٠م) (٢٥) باستخدام اختبار لاندون *Landon* في دراستها .

وقد قامت دراسة كل من "ستيفن فان شويك وانتوني جراشا *Van Shayck, & Grasha*" (١٩٨١م) (٧٤) ، "ديبوا ديوى ولورانس براولى وفران الارد *Dewey Barwley, & Allard*" (١٩٨١م) (٦١) ، "برجاندى ، شيروك وتايتس *Bergand, Shryock, & Tites*" (١٩٩٠م) (٥٨) ، "ويلسن وكير *Wilson, Kerr*" (١٩٩١م) (٧٧) ، "عماد عبد الحميد موسى" (١٩٩٦م) (٢٦) ، "ماجد عبد الله محمد" (٢٠٠٤م) (٣٢) ، باستخدام اختبار *Tais* في دراستهم .

رابعاً النتائج :

تبين للباحث من الدراسات العربية والأجنبية أن هناك دراسات سابقة أثبتت :

- توجد فروق داله إحصائياً فى خصائص الانتباه فى اختبار TAis الأمريكى العام وB-Tais الخاص بكرة السلة لصالح الدرجة الأولى للاعبين وللاعبات فى كرة السلة ، وكان من ابرز هذه الخصائص الواضحة تحمل الاستثارة الداخلية - تركيز الانتباه الخارجى الواسع - تركيز الانتباه الداخلى الواسع .
- توجد علاقة طردية بين أساليب الانتباه العام ودقة الأداء المهارى .
- هناك دراسات لم تظهر علاقة بين مقياس الانتباه العام Tais وبين الأداء ولكن من المحتمل أن تظهر هذه العلاقة إذا اقتصرنا على اللاعبين ذوى الأداء الأقصى ، وقد ظهرت هذه العلاقة عندما تم تصنيف اللاعبين حسب أدائهم ، فعندما تم اختيار أسرع عشرة لاعبين وأبطأ عشرة لاعبين فى كرة السلة تبين أنهم يختلفون فى الانتباه الخارجى الواسع BET - وتقليص الانتباه RED ، وعندما تم استخدام مقياس Tais لم تظهر علاقة بين الانتباه والأداء .
- إن نتائج القياسات للاختبارين العام والخاص فى التنس تبين ان انتباه الرياضيين يمكن قياسه عن طريق الفرق بين الانتباه الضيق والانتباه الواسع .
- وجود علاقة ارتباطية بين قدرة اللاعبين على تضيق انتباههم وقدرتهم على التصويب الناجح خلال المنافسة الفعلية .

٤/٢/٢ مدى الاستفادة من الدراسات المرتبطة :

من خلال الدراسات المرتبطة استفاد الباحث ما يلى :

- ١- ساعدت على صياغة أهداف البحث بما يتناسب مع المشكلة والمنهج المستخدم واختيار عينة البحث .
- ٢- التعرف على كثير من التعريفات والمفاهيم والآراء التى تفسر مفهوم الانتباه كمتغير نفسى هام مما أسهم فى زيادة قدرة الباحث فى التوصل إلى تحليل دقيق لأهم الأبعاد الرئيسية التى يمكن قياسها لهذا المتغير .
- ٣- الإطلاع على الأساليب التى اتبعت فى تحليل النتائج وتفسيرها فى تحليل وتفسير نتائج الدراسة الحالية .

مما ساهم ذلك فى بناء مقياس نوعى يسمح بالتعرف على اساليب الانتباه لدى عينة البحث .