

## علاقة تركيز الانتباه بدقة القرارات لدى حكام كرة السلة

### بحث وصفي

على عينة من حكام الدرجة الاولى في كرة السلة والبالغ عددهم ( 10 ) حكام

م.م نزار علي جبار

### ملخص البحث

تعد كرة السلة واحدة من الالعاب التي شملها التطور اذ اصبحت من الالعاب الشعبية المتميزة التي تمارس بشكل كبير اليوم فهي بحاجة الى البحث والدراسة للوقوف على اهم المعوقات التي تحول دون تقدمها ويعد الحكم من مقومات نجاح اللعبة حيث انه دائم التفاعل مع أحداث المباراة ويتطلب ذلك من معرفة بطبيعة المباراة لكي يستطيع ان يتكيف معها وان يستثمرها لتحقيق العدالة من خلال اعطائه القرارات السليمة للمواقف التي تجري داخل الملعب. هدف البحث الى دراسة العلاقة بين تركيز الانتباه والدقة في اتخاذ القرارات وافترض الباحث وجود علاقة معنوية بين متغيري البحث ، وتمثلت عينة البحث بعشرة من الحكام الدوليين والدرجة الاولى العراقيين وتم تنفيذ اجراءات البحث على قاعة الشهيد منذر علي شناوه ببغداد.

اعتمد الباحث في الحصول قيم تركيز الانتباه باستخدام استمارة اعدّها دورثي هاريس Harris، وزعت على الحكام معتمداً اسلوب البحث الوصفي.

وجاءت النتائج بوجود علاقة معنوية بين تركيز الانتباه ودقة القرارات المتخذة من قبل الحكام، كما خرج البحث بعدة توصيات لها صلة بموضوع البحث ومن شأنها تعزيز نتائجه.

# **Relationship to focus attention precisely decisions with the basketball referees**

**Nisar Ali Jabbar**

## **Abstract**

The basketball one of the games covered by the development as become one of the popular games excellent exercise dramatically today they need to research and study to identify the most important impediments to progress and considered judgment of the elements of the success of the game where he was a permanent interaction with the events of the game, and this requires knowledge the nature of the game so that he can adjust to them and invested to achieve justice by giving him the right decisions for the situations that take place inside the stadium . The research aims to study the relationship between the concentration of attention and accuracy in decision-making and assume the researcher and having significant relationship between the variables of the research, and the research sample consisted of ten (10) international referees and first-class Iraqis were implemented measures of research Munther Shenawa Hall in Baghdad .

The researcher to obtain the values of the concentration of attention by using the form prepared by Dorothy Harris, and distributed to the referees based search descriptive style.

The results were that there is a correlation between the concentration of attention and accuracy of the decisions taken by the referees, and search out a number of recommendations related to the research and will enhance its results

## الباب الاول

### 1- التعريف بالبحث :

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تعد البحوث والدراسات العلمية في الالعاب الرياضية ركيزة اساسية للارتقاء بالمستوى العالي للرياضيين لكونها حلقة علمية تقترب بطابع يسهم في الوصول الى حقائق جديدة يمكن ان تكون اضافات متعددة تساعد في تطوير الاداء .

ونظراً لما حدث في الآونة الاخيرة من تطور لكثير من الالعاب الرياضية ، إذ طرأ تطور على مبادئها سواء من حيث الخطط أو التدريب لكي يضيفي على طابعها التشويق والاشارة .

وكرة السلة واحدة من الالعاب التي شملت بهذا التطور اذ اصبحت من الالعاب الشعبية المتميزة التي تمارس بشكل كبير اليوم فهن لها حاجة الى البحث والدراسة للوقوف على اهم المعوقات التي تحول دون تقدمها ويعد الحكم من مقومات نجاح اللعبة اذ انه دائم التفاعل مع أحداث المباراة ويتطلب ذلك من معرفة بطبيعة المباراة لكي يستطيع ان يتكيف معها وان يستثمرها لتحقيق العدالة من خلال اعطائه القرارات السليمة للمواقف التي تجري داخل الملعب<sup>(1)</sup> . ولكي يكون رد فعل الحكم على الاحداث التي تحدث في اثناء المباراة سريعاً وسليماً لا بد من تواجده قرب الحدث فضلاً عن معرفته التامة بمواد القانون – وذلك لان اخذ المواقع الصحيح يجعله قادراً على اتخاذ القرارات المتعلقة بمخالفة قواعد اللعبة ، ( فالتحكيم ) : هو تواجد الحكم في المكان الصحيح وفي الوقت المناسب لاتخاذ القرار الصحيح . وان لذلك علاقة وثيقة بالعمليات العقلية التي تحدث داخل الدماغ . وتعد ذات أهمية بالغة ومن هذه العمليات هي ( تركيز الانتباه ) اذ ان مشكلة نقص التركيز هي من المشاكل التي تخلق قصوراً ذهنياً اذ ان الذهن الشارد يسبب اخطاء ذهنية خلال اداء الفعالية فان تشتت الانتباه أو عدم الانتباه يؤثر سلباً على اداء الحكم . اذ ان كثيراً من

(1) نزار علي جبار ، بناء اختبار معرفي لميكانيكية التحكيم طبقاً لقوانين كرة السلة لتقويم اداء الحكام ، رسالة ماجستير مقدمة الى كلية التربية الرياضية ، جامعة دبالى ، 2007 م .

المباريات تكون ذات مستوى منخفض بسبب فقدان التركيز من قبل الحكام مما يسبب الاعتراضات الكثيرة من قبل المدربين واللاعبين المشاركين في المباريات . اذ ان وجود التركيز لدى الحكام يجعلهم يتخذون القرارات بكل ثقة و ايجابية مما يجعل المباريات اكثر تشوقاً وعدالة وتطور من أجل عكس وجهة النظر والتقدم الحضاري .

لذا أرتأى الباحث بأن تكون أهمية البحث تكمن في تطور العمليات العقلية لدى الحكام من أجل اتخاذ القرارات السليمة وبالوقت المناسب للحفاظ على سلامة اللاعبين وان قلة تركيز الانتباه من شأنه اذ يضعف المباريات وبهذا يمكن تحقيق افضل وزيادة الثقة والتشويق ولكثرة قوانين كرة السلة والسرعة التي تتمتع بها والاحتكاك الكبير والتي تحتاج الى التركيز العالي والدقة في اتخاذ القرارات تأتي أهمية البحث . في دراسة العلاقة بين تركيز الانتباه والدقة في اتخاذ القرارات .

## 1-2 مشكلة البحث :

يعد الانتباه احد العمليات العقلية العليا والذي يلعب دورا هاما في المجال الرياضي اذ يعد من المتطلبات الاساسية للاداء الجيد في اي لون من ألوان النشاط الرياضي . اذ ان ارتفاع درجة الاتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط بل ، يرتبط ايضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الاسهام الواعي والتحكم في مهاراته الحركية . اذ ان احدى المشكلات في الرياضة سواء كانت تنافسية أو ودية هي مشكلة نقص التركيز لان الذهن الشارد يخلف قصوراً ذهنياً ويسبب اخطاء ذهنية خلال اداء الفعالية الرياضية فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً على الاداء اذ ان الكثير من المباريات تكون ذات مستوى منخفض بسبب فقدان التركيز من قبل الحكام مما يسبب الاعتراضات من قبل المدربين واللاعبين المشاركين في المباريات ومن هنا برزت مشكلة البحث في معرفة تأثير تركيز الانتباه على دقة القرارات لدى الحكام في مباريات كرة السلة اذ ان التعرف على مثل هذه الظاهرة النفسية يساعدنا في تطوير أحد العوامل الهامة والمساعدة في نجاح المباريات للعبة كرة السلة .

### 3-1 هدف البحث :

معرفة العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة القرارات لدى حكام كرة السلة .

### 4-1 فرض البحث :

وجود علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة احصائية بين تركيز الانتباه ودقة اتخاذ القرارات لدى حكام كرة السلة .

### 5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري حكام الدرجة الاولى في كرة السلة والبالغ عددهم ( 10 حكام ) .

2-5-1 المجال الزمني : للمدة من 22 / 12 / 2011 ولغاية 23 / 4 / 2012 .

3-5-1 المجال المكاني : قاعة الشهيد منذر علي شناوه مقر اتحاد العراقي المركزي لكرة السلة .

## الباب الثاني

### 2- الدراسات النظرية والمشابهة :

#### 1-2 الدراسات النظرية :

##### 1-1-2 الانتباه :

يلعب الانتباه دوراً هاماً في حياة الانسان لمساهمته في التعرف على البيئة وتكيفه واتصاله بها، اذ يعد من الاسس التي تقوم عليها مختلف العمليات العقلية العليا ، فبدون الانتباه لا يستطيع الانسان ان يتعلم أو يتذكر أو يفكر في أي شيء ، فلكي يتعلم الانسان شيئاً يجب ان ينتبه أولاً ومن ثم يدركه ، وبذلك فالانتباه ( يساعدنا في معرفة الاشياء وسرعة فهمها واستنتاجها )<sup>(1)</sup>. وقد عرف علماء النفس الانتباه على انه : ( العملية النفسية التي تقوم باختبار عدد من المثيرات المتواردة على النفس والتركيز عليها وتجاهل المثيرات الاخرى )<sup>(2)</sup>.

(1) محمد لطفي محمود : خصائص الانتباه لدى لاعبي السلة وعلاقتها بمستوى اللاعب ومركزه ، أطروحة ماجستير منشورة ، جامعة حلوان ، مصر ، 1975 ، ص 21 .  
(2) فاخر عاقل : علم النفس ، ط7 ، بيروت ، دار العلم للملايين ، 1981 ، ص 621 .

وعرفه صادق الهلالي على انه ( تركيز اهتمام الشخص على فاعلية عصبية معينة أو على تنبيه حسي خاص )<sup>(1)</sup> .

أما وديع ياسين ( فيعرفه انه ( من العمليات النفسية التي تحدث عن طريق النشاط العصبي لجزء معين من لحاء المخ وفي لحظة معينة ، وطبقاً لظروف معينة )<sup>(2)</sup> . وقد عرفه كونزك بأنه ( احدى الصفات النفسية وهو العلاقة المتبادلة بين الانسان والمحيط ، وان الانتباه مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتفكير والملاحظة )<sup>(3)</sup> .

أما محمود الزبادي فيعرفه بأنه ( حالة تأهب عقلي وجسمي لاختيار منبهات حية دون غيرها استعداداً لأداء شيء أو التفكير فيه )<sup>(4)</sup> .

مما سبق يتضح لنا ان هذه التعريفات تتفق في ان الانتباه عبارة عن استعداد الفرد ادراكياً لتوجيه وتركيز النشاط العقلي نحو موقف معين ، اذ ان الانتباه عبارة عن عملية اختبار المنبهات دون غيرها .

## 2-1-2 أنواع الانتباه :

اتفق علماء النفس على تقسيم الانتباه الى عدة أنواع وكما يأتي :

1- الانتباه من ناحية مثيراته ، وتقسم الى :

أ- الانتباه الارادي ( الطوعي ) :

( وهو التركيز الذهني لاستقبال مثير معين )<sup>(5)</sup> ، وهنا يستلزم بذل جهد لتحقيق

هدفما، ويتوقف مقدار هذا الجهد على أمرين هما<sup>(6)</sup> :

● شدة الدافع الى الانتباه .

● وضوح الهدف من الانتباه .

ب- الانتباه الارادي ( القسري ) :

(1) الهلالي ، صادق : فسلجة الجهاز العصبي ، الجزء الثاني ، ط1 ، مطبعة الاديب ، 1972 ، ص534 .

(2) وديع ياسين : النظرية والتطبيق في رفع الأثقال ، الموصل ، مديرية دار الكتب ، 1985 ، ص544 .

(3) معيوف ذنون حنتوش : علم النفس الرياضي ، 1987 ، ص262 .

(4) الزبادي ، محمود : أسس علم النفس العام ، القاهرة ، مكتبة دمجية رأفت ، 1972 .

(5) معيوف ذنون حنتوش : مصدر سبق ذكره ، ص63 .

(6) احمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط12 ، دار المعارف ، 1989 ، ص191 .

( وهو الانتباه الذي يحصل رغباً عن الفرد ، وان المنبه يفرض نفسه على حواسه فرضاً قسرياً )<sup>(1)</sup> . ويتميز بانعدام الجهد ، ويعد من أكثر انواع الانتباه بدائية ، وانه غير مكتسب ولا يستمر لفترة طويلة<sup>(2)</sup> . فيتجه الفرد الى مثير غير معروف نوعه وزمانه .

### ج- الانتباه التلقائي ( العادي )

( وهو الانتباه الى شيء ما بدافع فطري )<sup>(3)</sup>

وهذا النوع يكون سهلاً على الفرد فيتجه الى الشيء الذي يميل اليه والذي يطابق اهتمامه واحتياجاته ولا يبذل في سبيله جهداً ) .

### د- الانتباه المشتق :

( قد تغلب العادة الانتباه الارادي الى انتباه تلقائي يسمى عند ذلك الانتباه المشتق )

وأحياناً يتحول الانتباه اللا ارادي ( القسري ) الى انتباه ارادي وأحياناً الى استباقي ، أي بحسب المؤثر الذي يتعرض اليه الفرد<sup>(4)</sup> .

2- الانتباه من حيث ثباته ، وقد قسمه علماء النفس الى<sup>(5)</sup> :

• الانتباه المتحرك ( الديناميكي ) : وهو الذي يتميز بالشدة المنخفضة في بداية

النشاط الرياضي ، وكلما ارتفعت شدته في الدقائق الاولى من النشاط قلت كفاءته .

• الانتباه الثابت ( استاتيكي ) : وهو ذلك الانتباه الذي تثبت عنده الشدة المرتفعة

نتيجة العينة المسبقة في عملية الاحماء .

3- الانتباه من حيث السعة :

• الانتباه الضيق : ( ويعني السيطرة على التأملات الذاتية أو عزل جميع المواد

المؤثرة سواء كانت خارجية أو داخلية )<sup>(6)</sup> .

(1) الالوسي ، جمال حسين : علم النفس العام مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1980 ، ص 227 .

(2) برن هارت : علم النفس في حياتنا العملية ، ترجمة ابراهيم عبد الله ، ط 4 ، مطبعة الميناء ، 1984 ، ص 198 .

(3) عبد الله عبد الحي موسى : مدخل الى علم النفس ، مكتب الخالجي بالقاهرة ، 1979 ، ص 205 .

(4) محمد لطفي محمد : مصدر سبق ذكره ، ص 16 .

(5) خالد عبد المجيد : تركيز الانتباه قبيل اداء الارسال بكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، 1989 ، ص 29 .

(6) John syer : Relaxation and conountnation . Sporting body sporting mind , United Kingdom , Cambridge University press , 1983 , P 40 .

- الانتباه الواسع : ( يقصد به ادراك الاشياء التي من حولك بصورة شاملة أو التفكير الذهني الواسع ) (1) .
- وقد قام العالم الأمريكي ( ليديفر ) برسم مخطط لاتجاهات الانتباه (2) ، كما موضح بالشكل رقم ( 1 ) .



داخلي

شكل ( 1 ) يوضح مخطط اتجاهات الانتباه

### 3-1-2 مظاهر الانتباه :

ان الانتباه في المجال الرياضي يشمل عدة مظاهر هي : الحدة ، التركيز ، التوزيع ، التحويل ، الثبات ، وان الوصول الى الانجاز يتطلب نمواً وارتقاءً لهذه المظاهر ، غير ان تنميتها بحسب نوع اللعبة وبحسب الفترة التدريبية وهنا يتطلب من المدرب ان يكون له الامام الكافي بالمظاهر المميزة للعبة ، وان يعمل على تطويرها لدى لاعبيه حسب تخصصهم في المراكز .

(1) Robert maideffer and rogers . sharp , Attention Control Training , New York , printed in USA , 1979 , P24 .

(2) Ibid , P 183 .



أ- حدة الانتباه :

وتعرف بأنها ( أكبر طاقة يمكن انشائها اثناء النشاط والذي يشترك في العمليات النفسية التي تحدث بدقة ووضوح وسرعة ) (1) . فعند اداء المهارات الحركية فان عملية الانتباه تحدث بدرجات مختلفة فتارة يكون الانتباه حاداً وتارة اخرى يكون فيها الانتباه ضعيفاً ، ففي حالة التعب تقل حدة الانتباه بسبب اجهاد الجهاز العصبي الذي يؤدي الى خمول في العمليات الحادثة في القشرة الداخلية للمخ .

وتلعب ظاهرة حدة الانتباه دوراً هاماً عن تعلم المهارات الحركية المركبة اذ تؤدي الى الفهم الواضح والدقيق لاجزاء المهارات الحركية (2) .

ب- تركيز الانتباه :

يعرف تركيز الانتباه بأنه ( العمليات أو النشاط النفسي الموجه نحو الشيء أو لنشاط واحد فقط ) (3) . وتعد هذه الصفة من أهم مظاهر الانتباه وتلعب دوراً هاماً في الوصول الى المستويات العليا ، لما لها من تأثير على دقة ووضوح واتقان النواحي النفسية لاجراء المهارة الحركية (4) .

ان التركيز في بعض الاوقات يجب ان يكون تاماً بصورة كلية لأجل الوصول الى حالة الترابط الذهني والبدني ، فان جميع الطاقة البدنية والذهنية يجب أن تتدفق باتجاه واحد . ويتأثر تركيز الانتباه تأثيراً سلبياً في حالة حمى البداية ، اذ يلاحظ ان هناك نقصاً في قدرة اللاعب على التركيز ، وكذلك الشرود الذهني والتهيج العام المصحوب بقلة الاستعداد للاداء (5) .

ج- توزيع الانتباه :

( تعرف ظاهرة توزيع الانتباه بأنها العمليات والنشاط النفسي ( أي الانتباه ) الموجه نحو عدة أشياء أو أنشطة في وقت واحد ) (6) . ويتوقف بنجاح الفرد على قدرته في توجيه انتباهه وتوزيعه على عدة عناصر أو أشياء مختلفة في وقت واحد .

(1) عبد الحميد احمد : الملائمة ، ط2 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات المصرية ، 1976 ، ص328 .

(2) عبد الحميد أحمد : نفس المصدر السابق ، ص328 .

(3) عبد الله عبد الحي موسى : مدخل الى علم النفس ، مكتبة الخانجي بالقاهرة ، 1979 ، ص205 .

(4) عبد الحميد أحمد : نفس المصدر السابق ، ص328 .

(5) أبو العلا أحمد وأحمد عمر روبي : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، عالم الكتب بالقاهرة ، 1986 ، ص74 .

(6) سعد جلال ، محمد حسن علاوي : علم النفس التربوي ، ط4 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1975 .

وتحدث عملية التوزيع بقوة أقل نسبياً من قوة المؤثرات التي تحدث في حالة التركيز على عنصر واحد فقط ، كذلك ان عملية التوزيع تتطلب طاقة عصبية كبيرة قياساً الى بقية المظاهر .

د- تحويل الانتباه :

يعرف بأنه ( القدرة على سرعة توجيه الانتباه من نشاط الى نشاط آخر وبالحدة نفسها، وتختلف المقدرة على تحويل الانتباه من فرد لآخر وفق الخصائص والمميزات الفردية ، فهناك من يستطيع بسهولة ويسر ان يندمج في نشاط جديد أو يتحول من مزاوله نشاط معين الى مزاوله نشاط آخر يختف عنه تماماً ، كما يتطلب منه فترة زمنية أطول مع فقدان بعض من طاقاتهم العصبية ) (1) . ويرى رادينوف ان تحويل الانتباه مرتبط بمرونة العمليات العصبية وان اللذين يزاولون نشاطات مختلفة يتمتعون بإمكانيات كبيرة بعملية تحويل انتباههم (2) .

هـ- ثبات الانتباه :

تعرف هذه الظاهرة بأنها ( القدرة على الاحتفاظ بالانتباه الحادة لأطول فترة ممكنة ) (3) . وتلعب ظاهرة ثبات الانتباه دوراً هاماً في بعض أنواع النشاط الرياضي الذي يتطلب من اللاعب حدة الانتباه لا طول مدة ممكنة .

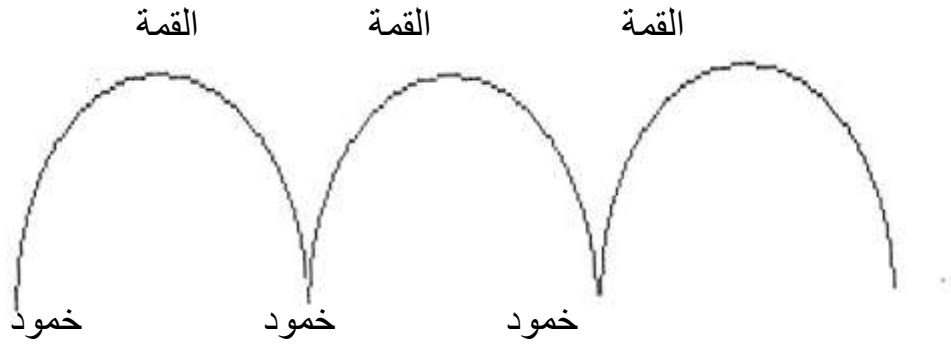
#### 2-1-4 العوامل المؤثرة في الانتباه :

يوجد هناك العديد من العوامل التي تؤثر في عملية الانتباه لدى الفرد وتعمل على تثبيت انتباهه بحيث يصبح الفرد عاجزاً عن الانتباه لموضوع معين إلا لفترة وجيزة ، ومن ثم يتوجه انتباهه الى شيء اخر بحيث يجد صعوبة في اعادة انتباهه الى الموضوع نفسه . وهذه العوامل تكون ذات تأثير فعال في تثبيت انتباه الفرد ، اذ ان الانتباه مظهر متذبذب يصل الى القمة ثم يخمد ، وبعد ذلك يصل الى القمة مرة ثانية كما موضح بالشكل رقم ( 2 ) .

(1) محمد لطفي : مصدر سبق ذكره ، ص 29 .

(2) هاشم احمد سليمان : علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكره السلة ، رسالة ماجستير منشورة ، جامعة بغداد ، 1988 ، ص 23 .

(3) عبد الحميد احمد : مصدر سبق ذكره ، 1978 ، ص 290 .



شكل رقم ( 2 ) يوضح تذبذب الانتباه بين القمة والخمود

ان عملية الانتقال من الخمود الى القمة تدعى بـ ( التعجيل الانتباهي ) اذ ان انسب انتباه يحصل عليه الرياضي لتنفيذ الحركة عندما يصل الانتباه الى قمته (1) .  
وفيما يأتي العوامل التي تؤثر في تشتيت الانتباه :  
1- العوامل الداخلية : وقد تكون جسمية أو نفسية .

- العوامل الجسمية : من العوامل التي تقلل من قدرة الفرد على الانتباه هي الاضطرابات التي تحدث في الجهاز الهضمي ، وكذلك عدم النوم والملل والتعب الذي يتناسب بشكل عكسي مع الانتباه ، فكلما ازداد التعب قل الانتباه وبالعكس .

- العوامل النفسية : من العوامل النفسية التي تعمل على تشتيت الانتباه لدى الفرد هو عدم ميله واهتمامه للموضوع ، وكذلك القلق والصراعات النفسية التي تستنفذ جزءاً كبيراً من الطاقة العصبية اللازمة لعملية الانتباه (2) .  
2- العوامل الخارجية ، وهي (3) :

- العوامل الاجتماعية : وتشمل مشكلات الفرد العائلية غير المحسومة والصعوبات المالية التي تجعله يلجأ الى احلام اليقظة والهروب من الواقع ، وان تأثير هذه العوامل يختلف باختلاف قدرة الفرد على الاحتمال والصمود .

(1) وديع ياسين : مصدر سبق ذكره ، ص 552 .

(2) المليجي ، حلمي : علم النفس المعاصر ، بيروت ، دار النهضة العربية ، ط 2 ، 1972 ، ص 185-186 .

(3) احمد عزت راجح : مصدر سبق ذكره ، 196 .

● العوامل البيئية : ان تشتت انتباه الفرد قد يرجع الى ارتفاع درجات الحرارة وسوء الاضاءة والتهوية وزيادة نسبة الرطوبة ، كل هذه المؤثرات تساعد في زيادة التعب لدى الفرد والذي يعمل على تثبيت انتباهه . وتعد الضوضاء تطفلاً على خلوتنا الفكرية ، فإذا كان الشخص قائماً بعمل يحتاج الى الاحتفاظ بحالة الانتباه ، فإن الضوضاء سوف تسبب الإكثار من الأخطاء يمكن أن تكون سبباً بالإسراع بالأزمة الانفعالية (1) .

ب- عوامل جذب الانتباه :

من العوامل التي تعمل على جذب انتباه الفرد هي :

1- العوامل الخارجية : ويقصد بها العوامل المتعلقة بالمنبهات والمثيرات الموجودة في البيئة المحيطة بالفرد ، وفيما يلي بعض منها :

● شدة المنبه : ان المنبه الشديد يعمل على جذب انتباه الفرد له بشكل أكبر ، فالاصوات العالية والالوان الزاهية اكثر جذباً للانتباه من الاصوات الواطئة والالوان الباهتة .

● تغير المنبه : ان التغير في شدة وحجم ونوع المنبه له الاثر الكبير في جذب الانتباه ، وكلما كان الانتباه فجائياً زاد تأثيره .

● التباين : عامل آخر يعمل على جذب الانتباه اذ ان كل شيء يختلف اختلافاً كبيراً عما يوجد في المحيط يجذب انتباه الفرد له .

● تكرار المنبه : ان لتكرار المنبه أثر كبير على استرعاء انتباه الفرد نحوه شرط ان لا يستمر التكرار على وتيرة واحدة حتى لا يفقد قدرته على استرعاء الانتباه .

● اختلاف الشيء عن المؤلف : المنبه الجديد وغير المؤلف يكون ذا تأثير كبير في جذب انتباه الفرد موازنة بالشيء المؤلف (2) .

(1) تيود وريدلاند : مكافحة الضوضاء ، ترجمة حنا لوقا ، مصر ، دار المعارف ، 1972 ، ص 79 .  
(2) ركس نايت ، ماركرين نايت : مدخل الى علم النفس الحديث ، ترجمة عبد علي الجسماني ، ط 3 ، منشورات آفاق عربية ، بغداد ، مكتبة الفكر ، 1984 ، ص 166 .

- العوامل الداخلية : ان تأثير العوامل الخارجية يتوقف على مقدار استثارته للعوامل الداخلية (1) . اذ ان الانتباه يعتمد كلياً على العوامل الموضوعية ، فأى شيء يستهوي دوافعنا الغريزية وأذواقنا واهتماماتنا المكتسبة يكون ذات قيمة لانتباهه من ذلك الجانب . وتقسم العوامل الداخلية الى :
  - عوامل داخلية مؤقتة ، وتشمل :
    - الحاجات العضوية الاساسية : وهي حاجات الفرد ورغباته مثل الجوع والعطش اذ ان انتباه الفرد يتحدد بأحوال الفرد الداخلية .
    - التهيؤ الذهني : وينسب الفرد الى الاشياء التي يتهيأ لها ذهنياً لمواجهاتها .
    - الظروف العامة : وتؤثر الحالة العامة مثل حالة الجسم وهو المرض المؤقت كالحمى أو اضطرابات الهضم، وكذلك الحالة النفسية على جذب انتباه الفرد (2) .
  - الايحاء : قابلية الايحاء تؤثر على توجيه الانتباه لموضوع معين ، ويعرف الايحاء بأنه ( التقبل بدون فقط لفكر ما أو معنى ما ، وتتوقف درجة الايحاء على مدى الذكاء والنضج ) .
  - الاهتمام : من أهم العوامل التي تساعد على جذب انتباه الفرد الى موضوع معين هو ( ميل الشخص واهتمامه به وتختلف درجة الاهتمام من فرد لآخر ) - العوامل الدائمة ، ومن أهمها (3) :
    - الميول والاتجاهات : وفيها يميل الفرد الى الشيء الذي يستهويه أي يصبح عنده الانتباه تلقائياً دون أن يبذل فيه جهداً .
    - الدوافع الهامة ، ان الدوافع الهامة تساعد على جذب انتباه الفرد وتجعله في حالة استعداد مستمر ، ومن هذه الدوافع مثال دافع حب الاستطلاع ، وتأكيد الذات .

(1) محمد لطفي : مصدر سبق ذكره ، ص 29 .

(2) فاخر عاقل : دراسة التكيف البشري ، ط1 ، بيروت ، دار العلم للملايين ، 1996 ، ص 579 .

(3) احمد عزت راجح : مصدر سبق ذكره ، 1979 ، ص 194 .

- التكوين العام : ان حالة الجسم الصحية تؤثر بشكل كبير على جذب انتباه الفرد من حيث ان سلامة الانسان تؤثر في عملية انتباهه (1) .

## 2-1-5 ماهية الدقة الحركية وأهميتها في المجال الرياضي :

الدقة هي احدى الكلمات التي كثيراً ما نستخدمها في حياتنا العامة ، ونطلقها على الاشياء التي نريد اتمامها على اكمل حال ، وتطلق هذه الكلمة بالمجال الرياضي على اللاعبين عندما تحتاج بعض الحركات المهارية الى دقة في ادائها مثل التهديف في الاماكن المحددة . وان كلمة الدقة تعني القدرة على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين ، وتوجيه الحركات الارادية نحو هدف محدد يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العضلي والعصبي ، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الارادية لتوجيهها نحو هدف معين ، كما يتطلب الامر ان تكون الاشارات العصبية الواردة على العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه (2) .

لقد اختلفت الاراء بشأن معنى الدقة ، وذلك يرجع الى تميزها بالطبع المركب نظراً لارتباطها الوثيق بكل من الصفات الجسمية من جهة وصفات تكتيك الاداء الحركي من جهة أخرى ، فقد عرفها الارسون ديوكم بأنها ( قدرة الفرد على التحكم في حركاته الارادية نحو هدف معين ) (3) . ويعرفها الباحث بأنها ( القدرة على التوافق العضلي العصبي بين سرعة الاداء وتوجيهه نحو هدف معين ) .

## 2-2 الدراسات المشابهة :

2-2-1 دراسة أمير حنا مرقس ( بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب بكرة اليد ) .

هدف الرسالة : معرفة علاقة بعض مظاهر الانتباه بدقة التصويب بكرة اليد .  
عينة الرسالة : لاعبو أندية بغداد للدرجة الاولى بكرة اليد ويمثلون أندية الكرخ والطلبة والشباب والشرطة والجيش والزوراء .

(1) عمر شاهين ، يحيى الرخاوي : على النفس تحت المجهر ، القاهرة ، دار الكتب العالمية ، 1968 ، ص 9 .

(2) محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية ، ج 1 ، ط 2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 .

(3) محمد عاطف الابهر ومحمد سعد عبد اله : اللياقة البدنية عناصرها ، تميزها وقياسها ، دار الاصلاح ، 1984 ، ص 195 .

**فرض الرسالة :** هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين مظاهر الانتباه ودقة التصويب بكرة اليد .

**الاستنتاجات :** وجود علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب .

**التوصيات :** تطوير مظاهر الانتباه لدى اللاعبين بحسب مراكزهم .

**2-2-2 دراسة هاشم أحمد سليمان ( تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة ) :**

**هدف الرسالة :**

1. التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة .

2. التعرف على العلاقة بين تركيز الانتباه ولفترة زمنية قبيل أداء الرمية الحرة الناجحة .

**فرض الرسالة :** هناك علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في أداء الرميات الحرة بكرة السلة .

**عينة الرسالة :** لاعبو أندية بغداد للدرجة الاولى بكرة السلة .

**الاستنتاجات :** وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة .

**التوصيات :** التأكيد على الوضع الانتباهي للاعب قبيل أداء الرمية الحرة .

## الباب الثالث

### 3- منهج البحث واجراءاته الميدانية :

#### 3-1 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته مشكلة البحث والمنهج الوصفي هو ( عبارة عن اسلوب أو تنظيم يعتمد على مجموعة من القواعد والاسس يفيد منها في تحقيق أهداف البحث والعمل العلمي ) (1).

#### 3-2 عينة البحث :

شملت عينة البحث ( 10 ) من حكام الدرجة الاولى من الحكام المعتمدين في الاتحاد العراقي المركزي لكرة السلة .

#### 3-3 وسائل وأدوات جمع المعلومات :

من اجل اتمام البحث والظهور بالشكل الصحيح والسليم استخدم الباحث الوسائل والادوات التالية :

1. المصادر العربية والاجنبية .

2. استمارة استبانة .

3. حاسبة الكترونية .

#### 3-4 اجراءات البحث الميدانية :

#### 3-4-1 مقياس تركيز الانتباه:

قام الباحث باستخدام استمارة اعدھا دورثي هاريس Harris ( 1984 ) وقام بتعريبه محمد حسن علاوي ، ومدة الاختبار دقيقة واحدة ويطلب من الحكم وضع ( / ) على اكبر عدد ممكن من الارقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدده الباحث ولقد قام الباحث بتحديد الرقم الاقل من (65) بالموازنة مع مراعاة تتابع الارقام بطريقة متتالية ، والحكم الذي يسجل عدداً أكبر من الارقام بالمقارنة بزملائه يكون لديه تركيز أفضل (\*) .

(1) محمد عويس : البحث العلمي في الخدمة الاجتماعية ، ط3 ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، 2003 ، ص151 .  
(\*) استمارة اختبار .



### 3-4-2 استمارة تقييم الحكام :

وهي استمارة عدة من قبل الاتحاد العراقي الغرض منها تقييم حكام الساحة اثناء المباراة من قبل المراقب الفني على ضوء العوامل التي تحددها هذه الاستمارة والتي تبلغ (10) عوامل وبموجبها يتم تقييم الحكم من كافة النواحي حسب الدرجات التي يحصل عليها علما ان الدرجة الكلية للتقييم هي (100) درجة مقسمة (7) عوامل يتم تقييمها من (10 درجات) (وعاملين يتم تقييمهم من 5 درجات ) (وعامل واحد يتم تقييمه من 20 درجة ) وكلما اقترب الحكم من درجة (100) هذا يدل على ان الحكم كان ممتازا في المباراة

### 3-5 التجربة الاستطلاعية :

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من ( 5 ) حكام وهم غير العينة الاساسية قبل فترة قصيرة من اجراء التجربة الرئيسية ، وذلك للتوصل الى :

1. الوقت الكافي لاداء التجربة الرئيسية .
2. مدى تفاعل عينة البحث مع الاختبارات .
3. امكانية الكادر المساعد .
4. المشاكل التي قد تواجه الباحث عند اجراء التجربة الرئيسية لتلافيها .

### 3-6 التجربة الرئيسية :

اجرى الباحث التجربة الرئيسية بتاريخ 2012/3/8 وبعدها قام بمعالجة البيانات بالوسائل الاحصائية عن النسبة .

### 3-7 الوسائل الاحصائية :

- (1)الوسط الحسابي
- (2)الانحراف المعياري
- (3)معامل الارتباط بيرسون
- (4)اختبار (T .Test)

## الباب الرابع

### 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

#### 1-4 عرض وتحليل النتائج :

احتوى هذا الباب على عرض النتائج وتحليلها ، ومن أجل ذلك عمد الباحث الى عرض نتائج البحث على شكل جداول كونها تعد وسيلة توضيحية لنتائج البحث استناداً الى ما أشار اليه ( رودي شتلر ) : ( انها تقلل من احتمالات الخطأ في المراحل التالية من البحث وتعزز الدلالة العلمية وتمنحها القوة )<sup>(1)</sup> ، وكما يوضح جدول ( 1 ) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في تركيز الانتباه ودقة قرارات الحكام .

#### جدول ( 1 )

يوضح الانحراف المعياري والوساط الحسابية و ( ت ) المحتسبة و ( ت ) الجدولية

ت	المتغيرات	س-	ع+ -	درجة الحرية	ت المحتسبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية
1	تركيز الانتباه	8	1,381	13	1,34	0,497	معنوي
2	دقة القرارات	10	0,963	13			

تحت مستوى الدلالة 0,05 ودرجة حرية ( 13 )

ومن جدول ( 1 ) يتضح بأن الوسط الحسابي لاختبارات تركيز الانتباه هو ( 8 ) والانحراف المعياري ( 1,381 ) و ( ت ) المحتسبة هي ( 1,34 ) ، وان الوسط الحسابي دقة القرارات كان ( 10 ) والانحراف المعياري ( 0,963 ) ، وكانت ( ت ) المحتسبة هي ( 1,34 ) ، والجدولية كانت ( 0,493 ) .

(1) رودي شتلر : طرق الاحصاء في التربية الرياضية ، ترجمة عبد علي نصيف ، بغداد دار الحرية للطباعة والنشر ، 1974 ، ص 35 .

## 2-4 مناقشة النتائج :

من خلال ما ذكر في جدول ( 1 ) الذي يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار تركيز الانتباه ودقة قرارات الحكام ، اذ أظهرت النتائج بأن ( T ) المحتسبة هي اكبر من ( T ) الجدولية ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية معنوية بين تركيز الانتباه ودقة قرارات الحكام ، ويعزو الباحث ذلك الى ان تركيز الانتباه ذو تأثير كبير على دقة القرارات، وان الحكام كلما كانوا ذا تركيز عالٍ وانتباه عالٍ تكون القرارات دقيقة وسليمة وخاصة في لعبة مثل لعبة كرة السلة ، اذ تكون ذات مهارات كثير وسريعة واحتكاك كبير بين اللاعبين، والتي تحتاج الى دقة وتركيز انتباه كبير وعالٍ حتى يتخذ قرارات صحيحة ، اذ يشير (محمد حسن علاوي) بأن تركيز الانتباه " هو حالة موجودة وجوهريه يدركها كل الرياضيين على انها شرط اساسي للإنجاز الرياضي الجيد .فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادرا على التوافق البدني والانفعالي والعقلي وتركيز هذه العوامل لتكون كافة الامور في متناول اليد لغرض الانجاز الرياضي"<sup>(1)</sup>. وهذا ما يحقق فرض البحث بأن هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين تركيز الانتباه ودقة قرارات الحكام .

ويعتقد الباحث بأن لتركيز الانتباه دوراً مهماً جداً على دقة قرارات الحكام فضلاً عن اتخاذ المكان المناسب الذي يكون زاوية رؤية تمكنه من مشاهدة جميع الاحداث ومواقف اللعب وخاصة في لعبة كرة السلة والتي تحتاج الى الكثير من تركيز الانتباه حتى يخرج الحاكم بقرارات صحيحة وسليمة مما يساهم في انجاح المباراة وتطور اللعبة كون الحكم هو احد اسباب تطور اللعبة .

(1) محمد حسن علاوي .علم النفس الرياضي ، النمو والدافعية في التربية الرياضية، ط2 مصر : دار المعارف، 1975 ، 39- 40

## الباب الخامس

### 5- الاستنتاجات والتوصيات :

#### 1-5 الاستنتاجات :

1. ان لتركيز الانتباه دوراً مهماً وفعالاً على دقة قرارات الحكام في كرة السلة .
2. ان دقة قرارات حكام كرة السلة تعتمد على تركيز الانتباه .

#### 2-5 التوصيات :

1. التأكيد على الانتباه والتركيز في اتخاذ القرارات .
2. ضرورة ادخال الحكام في دورات لتطوير تركيز الانتباه .
3. ضرورة اكتشاف مصادر تشتت الانتباه ومعرفة انماط التشتت هل خارجية ام داخلية .
4. يجب تعويد الحكم على الاسترخاء وتدريبات تركيز لانتباه ووضع برامج لتدريب الحكم على تركيز الانتباه لأهميته اثناء التحكيم .
5. التأكيد على تطوير عملية تركيز الانتباه خلال الوحدات التدريبية .
6. الابتعاد عن التوتر النفسي والاجهاد والارهاق الذي يصيب الحكم لان هذه العوامل تمنع تركيز انتباه الحكم وتساعد على تشتته .

## المصادر

- أبو العلا أحمد ، احمد عمر روبي : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، عالم الكتب بالقاهرة ، 1986 .
- أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، ط12 ، دار المعارف ، 1979 .
- الألوسي ، جمال حسين : علم النفس العام ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1980 .
- امين انور ضولي وجمال الدين الشافعي ، منهاج التربية البدنية المعاصرة ، ط1 ( القاهرة ، دار الفكر العربي للنشر والطباعة ، 2000 ) .
- برت هارت : علم النفس في حياتنا العلمية ، ترجمة ابراهيم عبد الله ، ط4 ، مطبعة الميناء ، 1984 .
- تيودور بدلاندي : مكافحة الضوضاء ، ترجمة لطفي لوقا ، مصر ، دار المعارف ، 1972 .
- خالد عبد المجيد : تركيز الانتباه قبيل أداء الارسال بكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، 1989 .
- ركس نايت ، ماركرين : المدخل الى علم النفس الحديث ، ترجمة عبد علي الجسماني ، ط3 ، منشورات آفاق عربية ، بغداد ، مكتبة الفكر ، 1984 .
- رودى شتملر : طرق الاحصاء في التربية الرياضية ، ترجمة عبد علي نصيف ، بغداد ، دار الحرية للطباعة والنشر ، 1974 .
- الزبادي ، محمود : أسس علم النفس العام ، القاهرة ، مكتبة دمعية رأفت ، 1972 .
- سعد جلال ، محمد حسن علاوي : علم النفس التربوي ، ط4 ، القاهرة ، دار المعارف ، 1975 .
- صالح أرشد العقلي ، سامر محمد الشايب : التحليل الاحصائي باستخدام برنامج SPSS ، ط1 ، عمان ، دار النشر والتوزيع ، 1980 .

- عبد الحميد أحمد : الملائمة ، ط2 ، القاهرة ، دار النشر للجامعات المصرية ، 1976 .
- عبد الله عبد الحي موسى : مدخل الى علم النفس ، مكتبة الخانجي بالقاهرة ، 1976 .
- عمر شاهين ، يحيى الرخاوي : علم النفس تحت المجهر ، القاهرة ، دار الكتب العلمية ، 1968 .
- الفاخر عاقل : دراسة التكيف البشري ، ط1 ، بيروت ، دار العلم للملايين ، 1996 .
- فاخر عاقل : علم النفس ، ط7 ، بيروت ، دار العلم للملايين ، 1981 .
- كامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1981 .
- محمد صبحي حسانين : التقويم في التربية البدنية ، ج1 ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 .
- محمد عاطف الابهر ومحمد سعد عبد الله : اللياقة البدنية عناصرها ، تنميتها ومقياسها ، دار الاصلاح ، 1987 .
- محمد عويس : البحث العلمي في الخدمة الاجتماعية ، ط3 ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، 2003 .
- محمد لطفي محمد : خصائص الانتباه لدى لاعبي السلة وعلاقتها بمستوى اللاعب ومركزه .
- معيوف ذنون حنتوش : علم النفس الرياضي ، 1987 .
- المليجي ، حلمي : علم النفس المعاصر ، بيروت ، دار النهضة العربية ، ط2 ، 1974 .
- نزار علي جبار ، بناء اختبار معرفي لميكانيكية التحكيم طبقاً لقوانين كرة السلة لتقويم اداء الحكام ، رسالة ماجستير مقدمة الى كلية التربية الرياضية ، جامعة دبالى ، 2007 م .

- هاشم أحمد سليمان : علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة  
بكرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، 1988
- وديع ياسين : نظرية التطبيق في رفع الاثقال، الموصل ، مديرية دار الكتب،  
1985 .
- John syer : Relaxation and Confutation , Sporting body  
Sporting mind , United Kingdom , Cambridge University  
press , 1983 .
- Robert maideffer and rogers . sharp , Attention Control  
Training , New York , printed in USA , 1979 .

ملحق رقم ( 1 )  
استمارة تسجيل دقة قرارات الحكم

ت	عدد القرارات الصحيحة
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	