



**University Of Babel  
College Of sport**

**Competitive Orientation And Its  
Relationship With The Most Important  
Signs of Attention and Accuracy of  
Performing the Basic Skills in Advanced  
Boxing (Muay thai)**

**A thesis Submitted to  
The council of College of Physical Education / University Of  
Babel as partial requirement for gaining the master degree  
in physical education**

**By  
Muhdi Ali Dowaygher**

**Advisor  
*Assist. Prof. Dr. Yaseen Alwan Al Temimi***

**2007 m**

## **Competitive Orientation And Its Relationship With The Most Important Signs of Attention and Accuracy of Performing the Basic Skills in Advanced Boxing (Muay thai)**

**The importance of the study** lies in identifying the relationship between competitive orientation with the most important signs of attention especially concentration and shifting attention. These two variables are very important mentally and psychologically in boxing and on the accuracy of a punch that is considered the core of the sport.

**The problem of the study** was in the weakness in the boxers' competitive orientation. When the fight heats they tend to lose attention thus, the researcher aimed at studying this problem and identify the variables to find the result and eventually uplift the level of boxers.

### **The aims of the study :**

1. Identifying the level of competitive orientation and the most important signs of attention and the accuracy of performance in boxers (Muay thai)
2. Identifying the level of competitive orientation and its relationship with the most important signs of attention and accuracy of performing the basic skills in advanced boxing.
3. Identifying the level of attention and its relationship with the accuracy of performing some basic skills in advanced boxing.

### **The Hypothesis of the study :**

1. There is a relationship between competitive orientation and the most important signs of attention in advanced boxers.
2. There is a relationship between competitive orientation and the most important signs of attention in performing basic skills in advanced boxers.
3. There is a relationship between competitive orientation and accuracy of performing basic skills for advanced boxers.

The subject of the study were (50) boxers of the season (2006 – 2007) belonging to (15) clubs. The researcher distributed scales (competitive orientation – signs of attention form) on the subjects on

25/3/2007. then the forms were analyzed in the computer to find the results.

**The researcher concluded the following :**

1. there is a significant correlation relation between competitive orientation and accuracy of a punch in Mo tie.
2. There is a positive and significant relationship between the accuracy of a punch and concentrating attention.
3. There is a significant and positive relation between the accuracy of a punch and transforming attention.

**Finally he recommended the following :**

1. Stressing on the signs of attention (concentration and shifting attention) in the training process.
2. The necessity of using competition orientation with other variables like self confidence and courage by other researchers.
3. The necessity of informing coaches the importance of competitive orientation in sports and its effect on the level of results and boxers' performance.
4. It is essential for a coach to identify the characteristics of attention signs for each player to be constructed according to individual differences.



جامعة بابل  
كلية التربية الرياضية  
الدراسات العليا/الماجستير

# التوجه التنافسي و علاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات الأساسية للاعببي (المواي تاي) المتقدمين

رسالة تقدم بها

## مهدي علي دويغر

الى مجلس كلية التربية الرياضية/جامعة بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة  
الماجستير في التربية الرياضية

باشراف

## ا.م.د. ياسين علوان التميمي

2007 م

1428 هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا  
مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ  
وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا  
مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ \* وَأَخْرَجَ  
مِنْهُمْ لَمَّا يَلْحَقُوا بِهِمْ وَهُوَ الْعَزِيزُ  
الْحَكِيمُ \* ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ  
يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ \*

صدق الله العلي العظيم

سورة الجمعة

الآية 2-4



نشهد بان إعداد هذه الرسالة الموسومة

((التوجه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات  
الأساسية للاعب (المواي تاي) المتقدمين))  
والمقدمة من قبل طالب الماجستير (مهدي علي دويغر) جرت تحت إشرافي في كلية  
التربية الرياضية – جامعة بابل ، وهي جزء من متطلبات نيل الماجستير في التربية الرياضية

المشرف

ا.م.د. ياسين علوان التميمي

بناء على التعليمات والتوصيات المتوافرة ، أشرح هذه الرسالة للمناقشة / / 2007 م

التوقيع

أ.د.

معاون العميد للدراسات العليا

كلية التربية الرياضية – جامعة بابل

2007 / /

# إقرار المقوم اللغوي

اشهد بان هذه الرسالة الموسومة

((التوجه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات الأساسية للاعب (المواي تاي) المتقدمين))  
 قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية تحت إشرافي ، بحيث أنها أصبحت بأسلوب علمي سليم خال من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة، ولأجله وقعت.

المقوم اللغوي

اللقب العلمي /

الاسم :

الكلية :

## إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نشهد بأننا أعضاء لجنة المناقشة و التقييم اطلعنا على الرسالة الموسومة  
 ((التوجه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات  
 الأساسية للاعبين (المواي تاي) المتقدمين))  
 المقدمة من قبل طالب الماجستير (مهدي علي دويغر) في قسم الدراسات العليا وقد ناقشنا  
 الطالب في محتوياتها وفيما له علاقة بها ، ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في  
 التربية الرياضية.

التوقيع:  
 الاسم:  
 عضو اللجنة:  
 التاريخ: 2007/ /

التوقيع:  
 الاسم:  
 عضو اللجنة:  
 التاريخ: 2007/ /

التوقيع:  
 الاسم:  
 رئيس اللجنة:  
 التاريخ: 2007/ /  
 صادق عليها مجلس كلية التربية الرياضية- جامعة بابل في جلسته المرقمة ( )

والمنعقدة بتاريخ 2007 / /

الأستاذ الدكتور

بيان علي الخاقاني

عميد كلية التربية الرياضية

جامعة بابل

2007 / /

# الاهداء

## الاهداء

- ❖ إلى كل من علمني حرفا ..... احتراما.
- ❖ إلى من وضعت الجنة تحت أقدامها ..... والدتي.
- ❖ إلى سندي وقوتي في الحياة ..... أخوتي الأعزاء.
- ❖ إلى من ملك قلبي وحياتي ..... حبا.
- ❖ إلى طاقم الرياضة في المواي تاي ..... تحية واحتراما.

اهدي جهدي المتواضع

**الباحث**

## شكر وثناء

الحمد لله بما اهله والشكر الوافر من فضله الذي منحني القوة والصبر وانا ر  
لي طريق العلم والمعرفة لاتمام رسالتي والصلاة والسلام على سيد المرسلين  
(محمد) صلى الله عليه وسلم واله الطاهرين .

اما بعد ..... فمن الؤفاء والعرفان ان اتقدم بشكري الجزيل وتقديري الى  
عمادة كلية التربية الرياضية في جامعة بابل لاتاحة الفرصة لي باكمال دراسة  
الماجستير فيها .

يسرني وقد انجزت رسالة الماجستير ان اتقدم بشكري الجزيل وتقديري  
العالي الى الدكتور الاستاذ المساعد ياسين علوان لتفضله بالاشراف على رسالتي  
وللمجهود العلمي الذي قدمه لي واسأل الله ان يوفقه ويحسن عاقبته.  
وأقدم بالشكر الجزيل الى استاذي الجليل ومعلمي الاستاذ الدكتور محمد  
جسام عرب لما قدمه لي من مشورة علمية واءاء قيمة في اغناء البحث فجزاه الله  
خير الجزاء .

كما اتوجه بالشكر والتقدير الى الأساتذة الافاضل رئيس لجنة المناقشة  
واعضائها المحترمين لما قدموه من ملاحظات قيمة سوف تزيد من رصانة  
البحث العلمية.

وكلمة عرفان بالجميل أتقدم بها إلى الأستاذ الفاضل عميد كلية التربية  
الرياضية بجامعة بابل الدكتور بيان علي فجزاه الله عني خير الجزاء.

كما تحتم علي مسؤولية الؤفاء أن أسجل بالغ شكري وتقديري إلى كل من  
الأساتذة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل وهم الأستاذ الدكتور محمد جاسم  
الياسري، الأستاذ الدكتور محمود الربيعي، ا.م.د.عامر سعيد، ا.م.د.ناهدة عبد  
زيد، م.د سوسن هودود كما اشكر الأستاذ الدكتور مازن عبد الهادي □

وأدين بالشكر والعرفان إلى رئيس وأعضائه الاتحاد المركزي للمواي تاي  
والمحكمين والقضاة لما أبدوه من تعاون وتذليل للصعوبات سهلت عمل الباحث.  
كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى اللاعبين اللذين ساهموا في بطولة بغداد للمتقدمين.

وكذلك اشكر اللجنة الاولمبية العراقية على تقديمها العون والرعاية لهذه اللعبة  
الحديثة في القطر ومساعدتها في إنجاح هذه اللعبة فجزاهم الله خير الجزاء  
وأخيرا أقدم شكري وتقديري إلى كل من أعانني وأزرنني في إعداد رسالتي  
ممن فاتني الإشارة إليهم.

وختاماً أقول الحمد لله وأسأل الله أن يوفق الجميع انه نعم المولى ونعم النصير.

**الباحث**

## ملخص الرسالة

((التوجه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات الأساسية للاعب (المواي تاي) المتقدمين))

الباحث : مهدي علي دويغر

المشرف: أ.م.د. ياسين علوان التميمي

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

لقد ظهر تطور بجميع الألعاب الرياضية ومنها الفنون القتالية كرياضة (المواي تاي) والتي تجمع بين جميع المهارات لألعاب الفنون القتالية والدفاع عن النفس، وتتميز هذه اللعبة بالقدرات البدنية والمهارية، فضلاً عن الإعداد النفسي لأنها تحتوي على متغيرات عديدة ومختلفة والتي تتطلب من اللاعبين أقصى درجة من التركيز وتحويل الانتباه، وذلك لطول عدد الجولات للوصول إلى الإعداد المثالي وتحقيق أفضل النتائج في المنافسات، من هنا تكمن أهمية البحث في إيجاد الطرائق والأساليب في محاولة التعرف على العلاقة بين التوجه التنافسي وأهم مظاهر الانتباه.

## 1-2 مشكلة البحث:

تعد مظاهر الانتباه من العمليات العقلية واحد الموضوعات النفسية التي ترتبط بعلاقة مع التوجه التنافسي الذي هو استعداد لمواجهة مواقف النزالات، ولاحظ الباحث من خلال تجربته الميدانية لهذه اللعبة بان بعض اللاعبين ينقصهم بعض مستوى التوجه التنافسي ومظاهر الانتباه في دقة بعض المهارات للعبة (المواي تاي)، لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة لغرض إيجاد الحلول لها من اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين إلى الأحسن.

### أما أهداف الرسالة فكانت:

- 1- التعرف على مستوى التوجه التنافسي وأهم مظاهر الانتباه ودقة المهارات لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
- 2- التعرف على مستوى التوجه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات الأساسية لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
- 3- التعرف على مستوى مظاهر الانتباه وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.

### أما فروض البحث فكانت:

1. هناك علاقة بين التوجه التنافسي واهم مظاهر الانتباه لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
2. هناك علاقة بين التوجه التنافسي ودقة أداء المهارات الأساسية لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين
3. هناك علاقة بين أهم مظاهر الانتباه ودقة الأداء للمهارات الأساسية في لعبة (المواي تاي) عند لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.

### أما الباب الثاني فقد شمل :

تاريخ لعبة (المواي تاي) وبعض المهارات الأساسية في رياضة (المواي تاي) وأنواع اللكمات والدفاع وأسس الدفاع الناجحة وأنواع التكنيك لرياضة المواي تاي (تاي بوكسنغ) ومفهوم الانتباه ومظاهر الانتباه وتقسيمات الانتباه والعوامل المؤثرة على الانتباه وأهمية الانتباه في المجال الرياضي ومعنى مظاهر الانتباه في المجال الرياضي ومعنى تحويل الانتباه وتركيز الانتباه وأنواع التحويل واتجاهاته وأهمية استخدام التركيز وتحويل الانتباه في الأداء الحركي في رياضة الملاكمة والدقة والدراسات المشابهة.

## أما إجراءات البحث فشملت:

لقد استخدم الباحث المنهج الوصفي (بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية) كونه يلائم مشكلة البحث أما مجتمع البحث من اللاعبين المشاركين ضمن بطولة العراق للمواي تاي وللموسم الرياضي (2006-2007) والبالغ عددهم (50) خمسون لاعباً متقدماً من مجموع 15 نادياً وهذه الأندية هي المشاركة في بطولة العراق (للمواي تاي) التي أقيمت في البصرة، وتم اختيارها بالطريقة العشوائية. قام الباحث بتوزيع المقاييس (التوجه التنافسي-استمارة مظاهر الانتباه) على عينة التجربة المتمثلة بلاعبي المواي تاي المتقدمين بتاريخ 2007/3/25 لحد استلام استمارات المقاييس تم تفريغها ومن ثم أدخلت البيانات في استمارات خاصة وتم تهيئتها للعملية الإحصائية لتحقيق أهداف البحث ومناقشتها في الباب اللاحق. من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى عدة استنتاجات منها:

1. ظهور علاقة ارتباط معنوية مؤثرة بين التوجه التنافسي ودقة الأداء في لعبة (المواي تاي).
2. وجود علاقة ارتباط ايجابية ومعنوية بين دقة المهارات الأساسية وتركيز الانتباه.
3. وجود علاقة ارتباط ايجابية ومعنوية بين دقة المهارات الأساسية وتحويل الانتباه.
4. ظهور التوجه التنافسي بدرجة عالية نتيجة رغبة اللاعبين بممارسة اللعبة وتحقيق الانجاز خلال المنافسات.
5. تركيز الانتباه وتحويل الانتباه والدقة كانت النتائج متباينة وليس بمستوى الطموح لدى عينة البحث.
6. ظهور رغبة عالية لدى اللاعبين بممارسة اللعبة لكونها دخلته حديثاً للبلد وهي لعبة ممتعة لهم.

## توصل الباحث إلى عدد من التوصيات منها:

- 1- التأكيد على مظاهر الانتباه (التركيز وتحويل الانتباه) في العملية التدريبية وتعويد اللاعبين على الأداء في وجود الزمن الأمثل له.
- 2- التأكيد على أهمية التوجه النفسي ومحاولة العمل على بنائه وتطويره لدى اللاعبين
- 3- ضرورة اطلاع المدربين على أهمية مفهوم التوجه التنافسي في المجال الرياضي وتأثيره على دقة أداء اللاعبين لمهارات اللعبة في التدريب والمنافسة من أجل العمل على تنميته وتطويره لدى اللاعبين.
- 4- ضرورة استخدام تدريبات تركيز الانتباه وتحويله في تطوير دقة بعض النواحي المهارية والتوجه التنافسي لفعالية رياضة المواي تاي (تاي بوكسنغ).

- 5- التأكيد على اطالة زمن عناصر التركيز والتحويل للانتباه في الأداء عند المطاولة.
- 6- التأكيد على أهمية التدريب الذهني المرتبط بالتدريب البدني.
- 7- دعم هذه اللعبة وتشجيعها في القطر والتفاعل معها.
- 8- يوصي الباحث بضرورة اجراء دراسات من قبل الباحثين الاخرين عن هذا الموضوع لماله من أهمية في حياة لاعب الملاكمة والعباب الفنون القتالية.

## قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان	المبحث
1	عنوان الرسالة	
2	الآية القرآنية	
3	أقرار المشرفين	
4	أقرار المقوم اللغوي	
5	أقرار لجنة المناقشة والتقييم	
6	الإهداء	
7	شكر وتقدير	
9	ملخص الأطروحة باللغة العربية	
13	قائمة المحتويات	
16	قائمة الجداول	

17	الباب الأول	
18	التعريف بالبحث	1
18	مقدمة البحث وأهميته	1-1
19	مشكلة البحث	2-1
20	أهداف البحث	3-1
20	فروض البحث	4-1
20	مجالات البحث	5-1
21	تحديد المصطلحات	6-1
22	الباب الثاني	7
23	الدراسات النظرية والبحوث السابقة والمشابهة	2
23	الدراسات النظرية	1 – 2
23	تاريخ لعبة الملاكمة ( الموائي تاي).	1-1-2
23	الموائي تاي	1-1-1-2
23	ما هي الموائي تاي	2-1-1-2
24	بعض المهارات الأساسية في رياضة الملاكمة ( الموائي تاي ):	2-1-2
25	أنواع اللكمات والركلات	3-1-2
26	الدفاع :	4-1-2
27	أسس الدفاع الناجحة:	5-1-2
27	أنواع التكنيك لرياضة الموائي تاي ( تاي بوكسنغ ):	6-1-2
27	مفهوم الانتباه:	7-1-2
29	مظاهر الانتباه:	8-1-2
30	تقسيمات الانتباه:	9-1-2
31	العوامل المؤثرة على الانتباه :	10-1-2
32	أهمية الانتباه في المجال الرياضي:	11-1-2

33	معنى تركيز الانتباه :	12-1-2
34	تصنيفات تركيز الانتباه في المجال الرياضي :	13-1-2
37	معنى تحويل الانتباه :	14-1-2
37	تركيز الانتباه :	15-1-2
39	أنواع التحويل واتجاهاته:	16-1-2
40	الدقة :	17-1-2
41	الدراسات المشابهة:	2-2
44	الباب الثالث	
45	منهج البحث وإجراءاته الميدانية:	3
45	منهج البحث:	1-3
45	عينة البحث:	2-3
45	أدوات البحث:	3-3
46	إجراءات التجربة الرئيسة للبحث	4-3
46	المقاييس المستخدمة في البحث	1-4-3
51	المعاملات العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث	5-3
51	الصدق	1-5-3
51	الثبات	2-5-3
51	التجربة الاستطلاعية	6-3
52	الوسائل الإحصائية:	7-3
54	الباب الرابع	
55	عرض وتحليل ومناقشة النتائج:	4
55	عرض نتائج الدرجات الكلية للتوجه التنافسي وتحليلها ومناقشتها:	1-4
56	عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين الدرجة الكلية للتوجه التنافسي ودرجة الدقة وتحويل الانتباه وتركيز الانتباه:	2-4

57	عرض وتحليل ومناقشة نتائج الارتباط البسيط بين درجة الدقة وكل من تحويل الانتباه وتركيز الانتباه:	3-4
62	الباب الخامس	5
63	الاستنتاجات	1-5
64	التوصيات	2-5
65	المصادر	
68	الملاحق	
A	الملخص باللغة الانجليزية	

### قائمة الجداول

الصفحة	الموضوع	ت
55	يبين درجات الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية للتوجه التنافسي وتركيز الانتباه وتحويل الانتباه	1
56	يبين معامل الارتباط البسيط بين الدرجة الكلية للتوجه التنافسي ودرجة الدقة وتحويل الانتباه وتركيز الانتباه	2
57	يبين معامل الارتباط البسيط بين درجة الدقة وكل من تحويل الانتباه وتركيز الانتباه	3



- 1 – التعريف بالبحث
- 1 – 1 المقدمة وأهمية البحث
- 1 – 2 مشكلة البحث
- 1 – 3 أهداف البحث
- 1 – 4 فروض البحث
- 1 – 5 مجالات البحث
- 1 – 5 – 1 المجال البشري
- 1 – 5 – 2 المجال الزماني
- 1 – 5 – 3 المجال المكاني
- 1 – 6 تحديد المصطلحات

## الباب الأول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1 – 1 المقدمة وأهمية البحث:

شهدت الحركة الرياضية تطوراً "سريعاً" وفعالاً" خلال السنوات الماضية قد ظهر هذا التطور كنتيجة فعلية لكثير من البحوث والدراسات في مختلف الألعاب الرياضية ومنها الفنون القتالية كرياضة (المواي تاي) والتي حضرت بتطور في جميع الجوانب منها المهارية والخططية والنفسية والعقلية، ورياضة (المواي تاي) تمثل السقف الأعلى للرياضات القتالية وتعتلي القمة لفنون الدفاع عن النفس وتتميز هذه الرياضة بان لها شمولية بدنية في استخدام ما منحها الله سبحانه وتعالى من أسلحة ذاتية على المستوى البدني والعقلي والعمل على ترسيخها من اجل الدفاع عن النفس. ولما كانت طبيعة الأداء لمهارات لعبة (المواي تاي) على شكل حركات تكمل أحدهما الأخرى في تحقيق الفوز فيطلب من اللاعب أداء هذه المهارات على مستوى عالٍ من مظاهر الانتباه كالتركيز وتحويل الانتباه في دقة المهارات بما ينسجم وقانون اللعبة بالشكل الصحيح . لذا يتطلب من اللاعبين الانتباه في التركيز والتحويل في دقة تنفيذ المهارات الهجومية والدفاعية في وقت واحد بتوافق عضلي – عصبي . وان التوجه التنافسي هو إحدى الاستعدادات للاعب لمواجهة مواقف المنافسة والجهود الذي يبذله اللاعب من اجل الفوز والنجاح في انجازات الواجبات المكلف بها. أن لمظاهر الانتباه وبالأخص التركيز والتحويل من العوامل الأساسية الهامة التي تعمل على تطوير دقة الأداء المهاري ولما تتطلبه هذه اللعبة من امتلاك أقصى درجة من التركيز وتحويل الانتباه وذلك لطول فترة المنافسات للوصول إلى الأداء المثالي وتحقيق أفضل النتائج في المنافسات فالانتباه هو "عملية إرادية ينبه الفرد خلالها منبهاً أو موضوعاً معيناً يهمله ويحصر شعوره وحواسه فيه نحو وجهة معينة" (1)

من هنا تكمن أهمية البحث في محاولة التعرف على علاقة التوجه التنافسي بأهم مظاهر الانتباه وبالأخص التركيز وتحويل الانتباه لأهميتها من الناحية النفسية والعقلية لرياضة (المواي تاي) ودقة المهارات للكمية لأنها العمود الفقري لهذه اللعبة .

#### 1 – 2 مشكلة البحث

يعد التركيز وتحويل الانتباه من احد مظاهر الانتباه وهما من العمليات العقلية وأحد أهم الموضوعات النفسية التي ترتبط بالأداء المهاري والخططي لمختلف الألعاب الرياضية ومنها رياضة (المواي تاي) إذ تعد من الألعاب القمة لفنون الدفاع عن النفس علاوة على أنها رياضة قتالية تتطلب من مزاوليها أن يتمتعوا بمهارة عالية وبعداً نفسياً وروحياً تدفع اللاعب نحو تحسين الأداء والحصول على النتائج من خلال التوجه التنافسي .

(1) علي الأمير : فلسفة النفس ، بغداد ، دار الشؤون العامة ، ط1 2002 ص 221 .

ولاحظ الباحث من خلال خبرته الميدانية في مجال (المواي تاي) بان هناك مشاكل ومعوقات تجابه اللاعبين أثناء نزالاتهم عدم اهتمام المدربين في معرفة المواضيع التي لها علاقة بالتوجه التنافسي والإصرار والمثابرة وعدم الاهتمام في تطوير التدريبات الخاصة بالتركيز والانتباه . لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة والتعرف عليها من خلال هذين المتغيرين لغرض إيجاد الحلول لها من اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين الممارسين لهذه اللعبة .

### 3-1 أهداف البحث

1. التعرف على مستوى التوجه التنافسي وأهم مظاهر الانتباه ودقة المهارات لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
2. التعرف على مستوى التوجه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات الأساسية لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
3. التعرف على مستوى مظاهر الانتباه وعلاقته بدقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.

### 4-1 فروض البحث

1. هناك علاقة بين التوجه التنافسي وأهم مظاهر الانتباه لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
2. هناك علاقة بين التوجه التنافسي ودقة أداء المهارات الأساسية لدى لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.
3. هناك علاقة بين أهم مظاهر الانتباه ودقة الأداء للمهارات الأساسية في لعبة (المواي تاي) عند لاعبي (المواي تاي) المتقدمين.

### 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري:

تم اختيار عينة من لاعبي (المواي تاي) المتقدمين لأندية بغداد المشاركة في بطولة العراق .

1-5-2 المجال الزماني:

للفترة من 20/2/2007 إلى 30/5/2007 .

1-5-3 المجال المكاني :

قاعات الأندية المشاركة في لعبة (المواي تاي) في بطولة العراق التي أقيمت في القاعة الرياضية لمحافظة البصرة .

## 1 - 6 تحديد المصطلحات المستخدمة بالبحث:

### ❖ التوجه التنافسي ( Competitive Orientation ):

" هو استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والتميز في ضوء مستوى أو معيار في المستويات التفوق والتميز " (1).

**الانتباه:**

هو "عملية إرادية ينتقي الفرد خلالها منبهاً أو موضوعاً معيناً يهمله ويحصر شعوره وحواسه فيه نحو وجهة معينة " (2).

### ❖ تركيز الانتباه (Consent nation):

" وهو القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين بؤرة الانتباه مما يعني أن انتباه الفرد مركز عليها خلال لحظة معينة " (3).

### ❖ تحويل الانتباه:

" هو قدرة اللاعب على سرعة توجيه انتباهه من مثير معين إلى مثير آخر " (4).

### ❖ الدقة:

" هي مقدرة اللاعب في السيطرة على حركاته الإرادية لتوجيه شيء نحو شيء آخر " (5).

(1) محمد حسن علاوي / علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1996 ص 278 .  
 (2) محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي . ( القاهرة ، دار الفكر العربي 1996 ص.278 ) .  
 (3) عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجية العمليات العقلية ط 1 ( عمان ، دار الفكر للطباعة 2000 ) ص 46 .  
 (4) حلمي حسين : اللياقة البدنية ( الدوحة ، دار المتنبى للنشر والتوزيع 1985 ) ص 139 .  
 (5) عبد علي نصيف وآخرون ( المبارزة لطلبة كلية التربية الرياضية ) ج بغداد- التعليم لعالي 1988 ص 72 .



- 2 - الدراسات النظرية والدراسات والمثابفة:  
 1-2 الدراسات النظرية:  
 2-1-1-2 تاريخ لعبة (المواى تاي).  
 2-1-1-2 المواى تاي:  
 2-1-2 بعض المهارات الأساسية فى رياضة (المواى تاي):  
 3-1-2 أنواع اللكمات والركلات:  
 4-1-2 الدفاع:  
 5-1-2 أسس الدفاع الناجحة:  
 6-1-2 أنواع التكنيك لرياضة المواى تاي (تاي بوكسنغ):  
 7-1-2 مفهوم الانتباه:  
 8-1-2 مظاهر الانتباه:  
 9-1-2 تقسيمات الانتباه:  
 10-1-2 العوامل المؤثرة على الانتباه :  
 11-1-2 أهمية الانتباه فى المجال الرياضى:  
 12-1-2 معنى تركيز الانتباه :  
 13-1-2 تصنيفات تركيز الانتباه فى المجال الرياضى :  
 14-1-2 معنى تحويل الانتباه :  
 15-1-2 تركيز الانتباه :  
 16-1-2 أنواع التحويل واتجاهاته:  
 17-1-2 أهمية استخدام التركيز وتحويل الانتباه فى الأداء الحركى فى رياضة الملاكمة :  
 18-2 الدقة :  
 19-2 التوجيه التنافسى:  
 2-2 الدراسات المثابفة:  
 1-2-2 دراسة حسن عبده.

## الباب الثاني:

### 2 - الدراسات النظرية والدراسات والمشابهة:

#### 1-2 الدراسات النظرية:

#### 2-1-1-2 تاريخ لعبة (المواي تاي).

#### 2-1-1-2-1 المواي تاي:

" رياضة ( المواي تاي ) تمثل السقف الأعلى للرياضات القتالية وتعتلي القمة لفنون الدفاع عن النفس وتتميز هذه الرياضة بان لها شمولية بدنية " (1) .

#### 2-1-1-2-2 ماهي المواي تاي:

مواي تاي كلمة تُلَفَّظ بالتايلندية ومعناها الملاكمة التايلندية. وهي رياضة قتالية تسمح باستخدام الأطراف كأدوات قتالية بالإضافة إلى انه فن يمثل القدرة على استخدام كافة أعضاء الجسم في القتال أو الدفاع عن النفس. تنمي المواي تاي (تاي بوكسنغ) فاعلية استخدام الجسد فضلاً عن النمو الذهني والثقة بالنفس. وهي نشاط قتالي فردي مسلح لذلك يتطلب مستوى عالياً من اللياقة الجسدية والذهنية من خلال التدريب المنظم. تتطلب هذه الرياضة من مزاوليها احترام القواعد والأنظمة التي تحفظ سلامة الرياضي وتزدهر فيها القيم الإنسانية السامية ومن هنا وجب على مزاول رياضة (المواي تاي\_ تاي بوكسنغ) إظهار الاحترام والامتنان لمدربه الذي يعطيه هذه المعرفة وهذا يتمثل بالطقوس التي تبدأ قبل التدريب أو القتال.

أن تاريخ رياضة المواي تاي حيث بدأت هذه الرياضة القتالية في تايلاند وتحديدًا خلال حقبة سوکوا تاي أي منذ حوالي 800 سنة مضت وهي تمارس الآن في مختلف أنحاء العالم. كانت المواي تاي جزءاً من التدريب العسكري لجيوش في الأزمنة الغابرة لتعزيز استخدام السف والرمح خلال الحروب. كما استخدمت في الترفيه والتدريب والدفاع عن النفس. أجازت وزارة الداخلية في تايلاند هذه الرياضة عام 1927 وشرعت إدارة التربية الرياضية قوانين هذه الرياضة في عام 1937 وتم إنشاء أول قاعة للمباريات عام 1945 فيما دخلت هذه الرسالة ميدان المنافسة الاحترافية عام 1971 وهي الآن جزء من المهج الدراسي في مدارس تايلاند وقد تم إنشاء الاتحاد الدولي للمواي تاي (تاي بوكسنغ) عام 1995 إبان أول بطولة عالمية للهواة أقيمت في بانكوك – تايلاند.

### 2-1-2 بعض المهارات الأساسية في رياضة (المواي تاي): (1)

#### 1- اللكمات:

وهي التسديدات التي يوجهها اللاعب لمنافسه بالقبضة وهي تتنوع بين اللكمات المستقيمة والقلع والمنحنية. وهي وسيلة يتمكن من خلالها اللاعب إظهار قدراته البنية والفنية والخطية لغرض التفوق على المنافس ضمن قانون اللعبة . وتنقسم اللكمات من حيث الغرض إلى لكمة تمهيدية الغرض منها تشتيت انتباه الخصم وفتح الثغرات تمهيداً للكلمة أساسية وكذلك الحال بالنسبة للركلة في الساق حيث يحاول

(1) قانون الاتحاد العربي للمواي تاي سنة 2005 م عمان، ص 7 .

(1) نفس المصدر السابق ، 2005، ص15.

اللاعب إشغال اللاعب بالذراع ولكنه في الوقت نفسه يخطط في الركلة المناسبة لإسقاط المنافس كما أن اللاعب قد لا يبذل فيها جهداً كبيراً . أما اللكمة والركلة الأساسية وهي التي يحتسب فيها القضاة نقاطاً وتكون قوية ومؤثرة ومدفوعة بثقل الجسم سواء للذراعين أو الساقين.

## 2- وقفة الاستعداد (الحراسة):

وهي الوضع الذي يستطيع اللاعب باستمرار تنفيذ خطته بسرعة وفي الوقت نفسه تجنب لكمات المنافس وركلاته. وتتميز وقفة الاستعداد لرياضة الموي تاي بأنها الوضع الابتدائي الذي يستطيع منه اللاعب اتخاذ الأوضاع الأكثر ملائمة والتي تسمح له بالاستعداد المستمر لتنفيذ خطته واكتشاف نيات المنافس وهي بذلك تكون الوضع الابتدائي الذي يعد أساس الأداء للمهارات الحركية الهجومية والدفاعية والهجومية المضادة، والوقفة يتم تطويرها بما يتلاءم مع قدرات اللاعب ومميزاته البدنية والفنية والنفسية، والحركات في وقفة الاستعداد للموي تاي كالآتي :

1 – (seub) سوب وهي خطوات قصيرة بحيث تتحرك الرجل دائماً إلى الأمام.

2 – (sea yang) خطوات النمر وهي التقدم بخطوات مختلفة.

3 – (mall yawng) هرولة الحصان وهي رفع الركبة إلى أعلى في أثناء المشي.

4 – الاتجاه في الهجوم وتأدية الحركات من خلال وقفة الاستعداد.

حركة نصف دائرية الحركة للأمام والخلف الحركة بأربعة اتجاهات الحركة المتعرجة

## 2-1-3 أنواع اللكمات والركلات: (1)

### 1 – اللكمة المستقيمة:

وتعد أسهل اللكمات وأسرعها وأدقها وأكثرها فعالية وهي تستخدم أساساً في الهجوم من المسافات الطويلة بواسطة مد الذراع وكذلك تستخدم في الحركات التمويهية لخداع المنافس وتشنيت انتباهه إضافة لتميزها بالدقة والقوة وتؤدي بكلا الذراعين اليمين واليسار . وعند تسديد اللكمة اليمينية المستقيمة يتوجب الإعداد لها مسبقاً بلكمة يسارية تمهيدية مع استرخاء مجموعة العضلات الغير عاملة مما يساعد على دقة الأداء وسرعته.

### 2 - اللكمة المنحنية (الخطافية):

وهي اللكمات التي تنطلق نحو هدفها والذراع منثنية من المرفق ويكون سير القفاز بشكل منحني لتصيب هدفها في الجانب سواء الأيسر أو الأيمن وتؤدي هذه اللكمة ومن وقفة الاستعداد حيث يتخذ اللاعب الوضع التحفزي برفع المرفق الأيمن أو الأيسر ليكون بموازاة الكتف وبحركة توافقية تتم حركة الرجلين والجذع والورك واليدين حيث يدفع اللاعب الأرض بقدميه ويلف الجذع والحوض بشدة لأداء اللكمة

(1) براد نسكة ، دزمر ؛ علم التدريب في الملاكمة ، ترجمة ضياء الدين تسامجي جامعة لايبزغ ، 1992، ص 33.

ولتطوير أداء هذه اللكمة يقوم اللاعب بأدائها من اللكم الخيالي (شدو بوكس) ثم التدريب على الكيس والدرع اليدوي.

### 3 – الضرب بالكوع :

وهي انواع منها الضربة المواجهة والقاطعة والصاعدة والضربة الرمح والضربة الرافعة والعكسية والضربة من الاسفل.

### 4 – الضربات الأساسية بالركبة:

وتحوي على الضربة الامامية (المستقيمة) والضربة الجانبية والضربة القاطعة والضربة المواجهة أو المقابلة وضربة نصف الركبة مع القصبة والضربة الخطافية (الضربة الطائرة).

### 5 – الاستخدام الاساسي للركلات:

وتحتوي على الركلة الامامية (المستقيمة) والركلة الجانبية والركلة الخاطفة (1) والقاطعة (راوند كيك) والركلة السريعة والشبيهة بحركة السوط (راوند كيك طويلة) والركلة مع القفز.

### 2-1-4 الدفاع :

ويعرفه الباحث هو يعني تلك الحركات التي يلجأ اليها اللاعب لكي يتفادى لكمات المنافس وركلاته ويبعد عن مدى تأثيرها بسرعة وسهولة وبالقدر المناسب من الحركة وفي الوقت السليم وتكمن أهمية الدفاع لرياضة الموي تاي كالاتي :

- 1 – اجادة وسائل الدفاع تزيد من ثقة اللاعب بنفسه.
- 2- يمكن بواسطته افساد خطط هجوم المنافس.
- 3 – الدفاع الناجح وسيلة للهجوم المضاد.
- 4 – يتيح الدفاع للاعب اكتشاف نقاط الضعف لدى المنافس .
- 5 – يمكن بواسطته اكتساب نقاط تضاف إلى رصيده خلال الجولات الاربعة.

### 2-1-5 أسس الدفاع الناجحة:

- 1 – المحافظة على أداء وضع الاستعداد.
- 2 – عدم المبالغة في الدفاع.
- 3 – التوقيت السليم لأداء اللكمات.
- 4 – اختيار وسيلة الدفاع المناسبة تبعاً لنوع هجوم المنافس.

### 2-1-6 أنواع التكنيك لرياضة الموي تاي ( تاي بوكسنگ ):

- 1 – تكنيك استخدام القدم: ركلة امامية، وجانبية راوند كيك (Round kick).
- 2 – تكنيك استخدام الكوع: الضربة القاطعة (cut) بالكوع، الضربة المواجهة.
- 3 – تكنيك استخدام الركبة: امامية (مستقيمة)، جانبية، قاطعة.

## 2-1-7 مفهوم الانتباه:

يعد الانتباه احد الاركان الملاحظة المهمة التي شغلت الفلاسفة والمفكرين منذ امد بعيد، وتبلور هذا وبشكل خاص من خلال المناقشات التي دارت بين الفلاسفة اليونانيين في عصر الفلسفة اليونانية، إذ اكدوا أن الإنسان كائن عقلائي ينطوي نشاطه على عدة انواع من المعرفة التي تتضمن القدرة على الاحساس والانتباه والتذكر والارادة التي تعني أن الإنسان مسؤول عن خياراته وسلوكه وانفعالاته (1).

ويشهد القرن التاسع عشر تحقيق البدايات للانتباه إذ بدا يأخذ مكانة مهمة في التفكير السايكولوجي من خلال الدراسات والابحاث العلمية ويلعب الانتباه دورا مهما في حياة الانسان ومساهمته في التعرف على البيئة وتكيفه واتصاله بها. حيث يعد من الاسس التي تقوم عليها مختلف الفعاليات والعمليات العقلية العليا فبدون الانتباه لا يستطيع الانسان أن يتعلم أو أن يتذكر أو يفكر في أي شيء. فلكي يتعلم الانسان شيئا يجب أن ينتبه او لا ثم يدركه. أن مؤسس المدرسة الوظيفية (وليم جيمس Willim James) اكد على الدلالة الوظيفية لعملية الانتباه مشيرا إلى أن المثيرات الكثيرة موجودة في الشعور (الاحساس) الا أنها لم تدخل بشكل مناسب إلى خبرة الشخص لانه لم يكن مهتما في تسجيل هذه المثيرات وتمييزها وادراكها مؤكدا أن كل شخص يعرف الانتباه وهو يعني من وجهة نظره اخذ (الشيء) المثير بواسطة العقل بصورة واضحة وان عملية تدريب الفكر على وضع الفكرة في بؤرة (مركز) الشعور يدل ضمنا على مدى تمديد مدى الانتباه لدى الفرد من جهة والتفاعل مع الاخرين من جهة أخرى (2).

يعرف راتب (2000) الانتباه (تركيز العقل على احد الموضوعات الممكنة أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الافكار ويضمن الانتباه الانسحاب أو الابتعاد عن بعض الاشياء حتى يمكن التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد وانتباهه وعكس الانتباه هو الاضطراب (3).

أن عملية الانتباه تنظم تحت مفهوم الادراك الحي (Perccelation) إذ يحوي الاحساس (Sensation) وهو سقوط المتغيرات على اعضاء الحس ومن ثم الانتباه (Attention) على انه اختيار وتركيز وانتقاء للمؤثرات الساقطة على اعضاء الحس والادراك الذي يصطلح عليه (Cognitive) بانه الذي يمثل المعنى والهوية للاحاساسات الساقطة على الاعضاء الحسية.

ويستنتج الباحث أن الانتباه هو عصب النظام النفسي فمن خلاله يستطيع الفرد اكتساب الكثير من المهارات وان قدرة الملائم على اختيار المثيرات من خلال ادراكه والسيطرة على التركيز في أثناء الأداء. لقد عرف (ولسون ورفاقه) الانتباه (بانه الاستجابة المركزة والموجهة نحو مثير معين يهم الفرد، وهو الحالة التي تحدث

(1) فاخر عاقل : مدارس علم النفس، بيروت، دار الملايين، 1981، ص21.

(2) Lyle . E Bourne & others (1981) cognition processes 2nd prentice – Hul Newgtersey, p111.

(3) اسامة كامل راتب / علم النفس الرياضي – مفاهيم – تطبيقات (دار الفكر للطباعة. كلية التربية الرياضية – جامعة حلوان 2000) ص427.

أثناء معظم التعلم، ويجري تخزينه في الذاكرة والاحتفاظ به إلى حين الحاجة إليه)  
(1).

والسمات المميزة التي يمكن أن تستخلص من هذا التعريف :

- 1- الانتباه استجابة حسية وعقلية.
- 2- في الانتباه تركيز عقلي ومقاومة للتشتت.
- 3- فيه توجيه للشعور نحو مثير معين.
- 4- يرتبط بما يهم الفرد المنتبه.
- 5- يرتبط بالتعلم(2).

### 2-1-8 مظاهر الانتباه:

هناك العديد من مظاهر الانتباه ومن أهمها ما يلي :

- 1- حجم الانتباه : ويقصد بحجم الانتباه عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن(3)
- 2- حدة (شدة) الانتباه : يقصد بحدة الانتباه أو شدته، درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب اتجاه مثير أو مثيرات معينة ومن ثم كلما زادت حدة أو شدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه(4).
- 3- تركيز الانتباه : يقصد بتركيز الانتباه تضيق الانتباه أو تثبيته نحو مثير معين واستمرار الانتباه على هذا المثير المختار، فتركيز الانتباه هو القدرة على تضيق الانتباه أو تثبيته أو تأكيده على مثير أو مثيرات مختارة لمدة من الزمن(5).
- 4- ثبات الانتباه : ويقصد بثبات الانتباه (هي القدرة على الاحتفاظ بالانتباه الحاد أطول فترة ممكنة)(6).
- 5- توزيع الانتباه : ويقصد بتوزيع الانتباه (هو قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو أكثر من قيد واحد، أو توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة في وقت واحد)(7).
- 6- تحويل الانتباه : ونقصد به (قدرة الرياضي أو اللاعب على سرعة توجيه انتباهه من مثير إلى آخر)(8).

(1) قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية. طبعة أولى، عمان، دار الفكر للطباعة 1988 ص40.

(2) Willson, J.A. Retal: Psychological foundation of Learning .N.Y.Mc Graw Hill Book co.p225.

(3) محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية : القاهرة، دار الفكر العربي 2002 ص275.

(4) عبد الستار جبار ضمّد : علم النفس في الرياضة. ط1(عمان، دار الخليج للنشر والتوزيع)2003ص149.

(5) عبد الستار جبار ضمّد : المصدر السابق، ص16.

(6) هاشم احمد سليمان : علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد1988ص26.

(7) محمد حسن علاوي 2002 (مصدر سبق ذكره) ص285.

(8) عبد الستار جبار ضمّد 2003(مصدر سبق ذكره) ص162.

7- تشتت الانتباه : ونقصد به (عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً (أي ثبات الانتباه) وانتقال الانتباه بين مثيرات معينة متعددة في الوقت نفسه)(1).

### 9-1-2 تقسيمات الانتباه:

يوضح الشكل (1) تقسيمات الانتباه من حيث الشدة والعوامل المؤثرة ومن حيث الأبعاد وطبيعة المنبه.

يقسم الانتباه من حيث الشدة وعلاقته بها على ثلاثة أنواع هي:

- 1- الانتباه الانتقائي : وهو الانتباه الذي يرتبط بتوجيه لمثيرات معينة وضرورة عزل المثيرات الأخرى أو إهمالها (2).
- 2- الانتباه الموزع : وهو قدرة الفرد على التحكم في تصنيف مجال الانتباه وتوسيعه على وفق متغيرات البيئة (3).
- 3- الانتباه القسري : أي أن الفرد (المتعلم) وعلى الرغم منه ينتبه إلى مثير حيث يفرض المثير نفسه فيرغمنا على اختياره دون غيره من المثيرات، كصوت طلقة المسدس مثلاً (4).

ويقسم الانتباه من حيث المنبه على نوعين هما :

- 1- الانتباه الحسي : هو توجيه الذهن إلى احد المدركات الحسية كالمرئيات والمسموعات.
- 2- الانتباه العقلي : هو توجيه الذهن إلى احد المعقولات كالتذكير والتفكير، وتختلف المنبهات من محيط الفرد (5).

### 10-1-2 العوامل المؤثرة في الانتباه :

أ- العوامل الداخلية ومنها :

- 1- الخصائص المميزة للحواس
- 2- مستوى الاستثارة أو التنشيط حيث تسهم الاستثارة العالية في تركيز الانتباه لمدة قصيرة في حين أن الاستثارة المنخفضة يمكن أن تؤثر مدة أطول.
- 3- السمات الشخصية : اللاعب الذي يتسم بالسمة الانبساطية تكون له القدرة على الانتباه أكثر من اللاعب الذي يتسم بالانطوائية.
- 4- مستوى التعلم الحركي : أن كثرة عود المهارات الحركية المتعلمة والتي يتقنها اللاعب تساعد على توزيع انتباهه في العديد من المواقف.

(1) محمد حسن علاوي 200 (المصدر السابق) ص 286.

(2) اسامة كامل راتب (مصدر سبق ذكره) 2000 ص 365.

(3) محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة (النظرية والتطبيق والتجريب) دار الفكر العربي ط1 جامعة حلوان 1995 ص 221.

(4) جمال حسين الالوسي : علم النفس العام. جامعة بغداد. مطبعة وزارة التعليم العالي 1988 ص 228.

(5) عبد الله عبد الحي موسى : المدخل الى علم النفس، القاهرة، 1976 ص 13.

- 5- توقع المثيرات : كلما كانت قدرة اللاعب على توقع حدوث مثيرات معينة كلما كان اقدر على الانتباه.
- ب - العوامل الخارجية ومنها :
- 1- كمية وصعوبة المعلومات أو المتغيرات أي كلما زادت المعلومات قل الانتباه.
  - 2- الضغوط الخارجية : زيادة الضغوط الواقعة على كاهل اللاعب تؤدي إلى عدم قدرته على الانتباه.
  - 3- الوقت المطلوب لتركيز الانتباه : كلما كان الوقت المطلوب للانتباه قصيراً كلما كان اللاعب اقدر على تركيز انتباهه<sup>(1)</sup>.
  - 4- سعة المعلومات : ويعني أن عملية التحكم محددة في كمية المعلومات التي يمكن معالجتها في وقت واحد فعندما يكون اللاعب محددًا في أداء مهارة حركية مثلًا فإنه يواجه صعوبة كبيرة في الانتباه والتركيز على مصدرين من المعلومات معًا.
  - 5- اليقظة : يتم تناول اليقظة من خلال العوامل المؤثرة على سعة مجال الانتباه ومن الاحداث المهمة في هذا الصدد، بعض الدراسات المسحية التي دعمت نظرية الاستثارة الانفعالية اكدت أن الزيادة في هذه الاستثارة الانفعالية تؤدي إلى تضيق مجال الانتباه نتيجة نظام الانخفاض في عدد الرموز المستخدمة.

## **2-1-11 أهمية الانتباه في المجال الرياضي:**

يزخر العالم المحيط بالفرد بالكثير من المنبهات والمثيرات التي تأتي من مصادر مختلفة دفعة واحدة. إذ تتباين فيما بينها وتجذب انتباه الفرد في كل لحظة من لحظات اليقظة الا انه لا يستطيع الفرد الانتباه إلى جميعها بل يختار بعضاً منها. والانتباه يعد احد العمليات العقلية التي تؤدي دوراً مهماً في المجال الرياضي لانها من المتطلبات الأساسية للاداء الجيد في أي لون من ألوان النشاط الرياضي لذلك اخذ المدربون يهتمون بتنمية الانتباه بالتدريب وبذل الجهد المتواصل. فالانتباه الحركي هو تنظيم الحركة وترتيبها حتى تصبح مطابقة للأشياء. في المجال الرياضي والحركي تلعب الملاحظة والتفكير دوراً كبيراً في تقيق الانجاز الجيد. ومن هنا تأتي أهمية الانتباه كقدرة عقلية وذهنية ونفسية تحدد في كثير من الرياضات مستوى أداء الفرد حتى أن الكثير من الباحثين ومنهم (يوسف الشيخ) أشار إلى ضرورة تنمية قدرة الانسان في الانتباه وذلك من خلال تكرار الاحداث والمواقف والمتغيرات والتدريب عليها إذ انه يقول(أن الانسان له قدرة محددة في الانتباه إلى الاشارات الاتيه اليه وفي نفس الوقت هناك اكثر من مصدر حي كما أن حدود مقدرة الانتباه إلى الاشارات واستقبالها من البيئة الخارجية ليست محددة أو مطلقة كما انه يستطيع استقبالها في وقت واحد اذا كانت الاشارات منظمة ومتوقعة بدرجة عالية جدا)<sup>(2)</sup>.

## **2-1-12 معنى تركيز الانتباه :**

(يعرفه يعرب خيون 2002) أن تركيز الانتباه هو (عزل كل المتغيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد يسمى تركيز الانتباه)<sup>(3)</sup>.

(1) محمد حسن علوي 2002(مصدر سبق ذكره) ص275.  
 (2) يوسف الشيخ : التعلم الحركي (القاهرة ن دار المعارف 1984) ص2.  
 (3) يعرب خيون 2002(مصدر سبق ذكره).

ويعد تركيز الانتباه احد المهارات النفسية الهامة للاعبين، فهو الاساس لنجاح أي عملية تعلم أو تدريب أو منافسة وفي اشكالها المختلفة فان تشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً على الأداء والنتيجة.

وان الكثير من الرياضيين يرجعون سبب انخفاض مستوى ادائهم في المنافسة إلى فقدان التركيز، وكثيراً ما نسمع اللاعب يقول بعد المنافسة أن المبرر ضعف مستوى الأداء أو فشله أو فقدان التركيز، كما يعزو المدربون ضعف مستوى أداء لاعبيهم في المنافسات أو التدريب إلى مصطلحي (التركيز) و (الانتباه) في المجال الرياضي على نحو مترادف.

والمواقع أن هناك فرقاً بينهما من حيث الدرجة وليس النوع فالانتباه أهم من التركيز على هذا النحو بمثابة انتباه انتقائي يعكس مقدرة الرياضي على التركيز في الشيء الذي يقوم بادائه، كلما حقق استجابة أفضل وان الرياضي الذي يفتقد إلى التركيز ولو بنسبة ضئيلة فان ذلك يؤثر سلباً ويحول دون تحقيق أقصى أداء ممكن(1).

## **13-1-2 تصنيفات تركيز الانتباه في المجال الرياضي :**

توجد تصنيفات عديدة لتركيز الانتباه ومنها :

### **1- الانتباه الضيق والانتباه الواسع :**

(الانتباه الضيق والانتباه الواسع يشير إلى كمية المثيرات التي يمكن للاعب أن يهتم بها، فهناك الأنشطة الرياضية التي تتطلب رؤية واسعة للاعبين الزملاء واللاعبين المنافسين وتحركاتهم وكذلك حركة الكرة أو ادارة اللعب، في حين أن هناك أنشطة رياضية أخرى تتطلب من اللاعبين الانتباه الضيق كما في رياضة الرماية وكما في محاولة التصويبة الحرة في كرة السلة أو ضربة الجزاء في كرة القدم)(2).

كما انه تركيز الانتباه الواسع هو السماح للاعب بادراك العديد من الاحداث في وقت واحد وهذا يتطلب اليقظة والحساسية للتغيرات السريعة في البيئة وهذا ما نراه في رياضة الملاكمة حيث يتطلب من اللاعب أن يكون يقظاً وحذراً للتغيرات التي يقوم بها المنافس على الحلبة.

### **2- الانتباه الداخلي والخارجي :**

(1) عبد الستار ضمّد 2003(مصدر سبق ذكره) ص153.  
(2) عبد الستار ضمّد2003(مصدر سبق ذكره)ص153.

ويشير الانتباه الداخلي إلى انتباه اللاعب إلى افكاره ومشاعره، أما الانتباه الخارجي فيشير إلى انتباه اللاعب إلى البيئة الخارجية (مواقف اللعب مثلا) وفي بعض الاحيان قد يتحول انتباه اللاعب داخليا لتحليل ما يحدث امامه ومحاولة التفكير في خطة ما والاستعداد أو التهيؤ الذهني للاستجابة الحركية وفي احيان أخرى يكون انتباه اللاعب موجها اساسا لما يحدث حوله من مثيرات أو احداث أو متغيرات<sup>(1)</sup>.

---

(1) عبد الستار ضمّد 2003 (نفس المصدر السابق) ص 153.

## 1- اسلوب الانتباه الواسع – الداخلي (Broad Internal Style) (1) :

الخصائص السلبية	الخصائص الايجابية
- الانشغال بتحليل مجريات اللعب - المبالغة في التوقع الذي قد يؤدي إلى اهمال بعض المثيرات والتلميحات الهامة في المباراة أو المنافسات	- القدرة على تخطيط تحركاتهم - المهارة في تحليل حركات المنافس - سرعة تعديل استراتيجية اللعب - قدرة جيدة على توقع الاستجابة

## 2- اسلوب الانتباه الواسع – الخارجي (Broad External Style) :

الخصائص السلبية	الخصائص الايجابية
- عرضة إلى زيادة الحمل الناتج عن تراكم المعلومات الامر الذي قد يؤدي إلى عدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب استجابة للظروف المتغيرة	- متابعة الظروف السريعة المتغيرة - النقاط كمية كبيرة من المعلومات

## 3- اسلوب الانتباه الضيق – الخارجي (Narrow External Style) :

الخصائص السلبية	الخصائص الايجابية
- يواجهون مشكلة كبيرة عندما تتغير ظروف البيئة ويتطلب الامر اتخاذ القرار المناسب لتلك الظروف	- القدرة على التركيز على نقطة محددة خارجية - القدرة على تحويل الانتباه - القدرة على استخدام اسلوب الترابط

## 4- اسلوب الانتباه الضيق – الداخلي (Narrow Internal Style) (1) :

الخصائص السلبية	الخصائص الايجابية
- الافتقار إلى التفاعل مع المواقف واحداثها ببطئ ووضوح	- قدرة على أداء الرياضات المتغيرة السريعة المتغيرة - قدرة على استخدام اسلوب العزل

(1) محمود عبد الفتاح عنان، 1995، ص239-291.

(1) محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة (النظرية والتطبيق والتجريب) ، دار الفكر العربي، ط1، جامعة حلوان ، 1995، ص 219.

يوضح الشكل اعلاه تعدد انواع الانتباه المحتملة في الرياضات الفردية والجماعية، ويجب أن نعرف أن هناك (علاقة عكسية بين هذين النوعين من تركيز الانتباه، بمعنى انه عندما يزداد تركيز الانتباه نحو البيئة الرياضية أي تركيز الانتباه الخارجي والعكس يكون صحيح. هذا ويعتبر التركيز الداخلي هاما في الأنشطة الرياضية وخاصة المهارات المغلقة. بينما هناك أنشطة رياضية أخرى تتطلب مقدرة الرياضي على الجمع بين نوعي التركيز والتمويل من التركيز الداخلي إلى التركيز الخارجي ثم العودة إلى التركيز الداخلي)<sup>(1)</sup>.

ومن المفيد التدريب ذهنيا على عملية تركيز الانتباه ويجب أن تخصص وقتا معيناً كل يوم لكي تجلس وتبدأ بعملية التصور المرئي للمشكلة التي تحدث وعملية تركيز الانتباه وكيفية مواجهة تلك المشكلة. فان عليك التدريب كذلك على عملية تركيز الانتباه عندما تقوم بالتدريب على اللعبة بصورة فعلية واثناء المنافسات، وبعد ذلك توجيه انتباه على درجة معينة لمستوى الاهداف والمهارة التي وضعها. وبالنسبة للرياضيين فان توجيه الانتباه يقود إلى الاحساس بضربات القلب القوية التي تدخل على حالة استعدادهم ثم توجيه الانتباه إلى أداء المهارة والسيطرة على الافكار السلبية للانتقال من مرحلة التركيز إلى تركيز الانتباه.

### **2-1-14 معنى تحويل الانتباه :**

تحويل الانتباه يقصد به قدرة اللاعب على سرعة توجيه انتباهه في مثير معين إلى مثير آخر ومن امثلة ذلك رافع الكرة الطائرة الذي يوجه انتباهه نحو لاعب منافس معين يقوم بالضربة الساحقة ثم السرعة لتحويل انتباهه لمنافس آخر سيؤدي الضربة الساحقة نتيجة لعملية الخداع للفريق المنافس ومن ثم قدرته على صد الضربة الساحقة ونجاح تحويل الانتباه من مثير لآخر يرتبط بعامل التوقيت إذ أن السرعة الزائدة أو البطيئة جدا أي التوقيت الخاطئ لتحويل الانتباه لا يساعد اللاعب على النجاح في الأداء .

### **2-1-15 تركيز الانتباه :**

ويقصد به تضيق الانتباه أو تثبيته نحو مثير معين واستمرار الانتباه على هذا المثير أثناء تركيزه في مجال امتداد أو اتساع ( Sieldor Span ) اكبر يطلق عليه مجال الانتباه أو امتداده أو اتساعه ولكن في حدود تتبع المثير المختار الذي يتم التركيز عليه ويطلق على النقطة التي يركز عليها الانتباه مصطلح بؤرة الانتباه ( Attention Focus ) كما هو الحال في رياضة الملاكمة عند تركيز الانتباه في بؤرة معينة هي الهدف الثابت أو المشترك.

هناك بعض الأنشطة التي تتطلب من الرياضي الجمع بين نوعي الضيق والواسع الداخلي والخارجي أي أن من الاهمية أن يكتسب الرياضي مهارة تحويل الانتباه من حيث المجال الواسع والضيق ومن حيث الاتجاه الداخلي والخارجي

(1) اسامة كامل راتب (مصدر سبق ذكره)، 1997، ص363.

ويظهر ذلك عند أداء المهارات المفتوحة أو عند أداء الرياضات ذات الطابع الديناميكي.

أن من الأهمية بمكان أن يتعلم الرياضي متى يقوم بتحويل تركيز الانتباه من حيث المجال الواسع والضيق ومن حيث الاتجاه الخارجي والداخلي ويبدو أن الأهمية إلى النوع الخاص بتحويل تركيز الانتباه من الداخلي والخارجي في الرياضة. أن تحويل الانتباه يعد قابلية يتم فيها تطابق المواقف وسرعة التوجيه والانتباه على التكيف للمتطلبات الخاصة بالبيئة الذي يمكن بهذه الطريقة تحقيق التحويل عند اتجاه الانتباه وعند دمج الانتباه مع التركيز<sup>(1)</sup>.

ومن هنا نجد أن الاهتمام بالعلاقة بين التركيز في أداء التمرينات من انتباه اللاعب لمراحل التحويل لهذا الانتباه له أهميته البارزة في تطوير دقة الأداء وتحسينه حيث يسمح هذا التطوير لتعديل التسلسل الحركي والذهني وتناسبه وتنظيمه وقد يؤدي ذلك إلى التطوير التدريجي للتركيز وتحويل الانتباه وصولاً إلى دقة الانتباه. كما يجب أن نؤكد على توقيت تحويل الانتباه (Timing the Shift) والذي يؤكد أن اللاعب ليس المفروض عليه أن يتعلم كيفية تحويل سعة الانتباه واتجاهه فقط ولكن عليه أن يتعلم التوقيت المناسب لتحويل الانتباه. وغالباً ما يحدث العديد من الأخطاء في الانتباه لأن اللاعب يحول الانتباه بطريقة بطيئة أو سريعة من طريقة إلى أخرى.

ومثال ذلك الملاكم الذي ينفذ لكمة قوية إلى بطن المنافس ويفشل في الإصابة والسبب إلى أنه قبل الهجوم ينظر الملاكم المهاجم إلى المكان الذي سوف يسدد اللكمة إليه وهذا الخطأ هو نموذج لتحويل الانتباه بسرعة من نظرة الملاكم إلى مثير آخر هو تسديد اللكمة قبل تحديد الواجب الحركي الأول وهو تسديد اللكمة بسرعة وبالمكان المطلوب.

أن تحويل الانتباه عملية مستمرة بين المثيرات في البيئة لمحاولة اختيار الاستجابات الصحيحة التي تعمل على تحقيق الأهداف<sup>(2)</sup>.

يتم توجيه الانتباه إلى أحداث خارجية مثل التعرف على حركات المنافسين ثم تحويل الانتباه بعد ذلك إلى عمالات عقلية داخلية في محاولة تقييم الموقف وتحويلاً الانتباه مرة أخرى إلى معلومات حسية للتعرف على العضلات.

وتستمر هذه العملية في تحويل الانتباه من مصدر إلى آخر مع تتابع الزمن وفقاً للمثيرات في البيئة الخارجية أو الداخلية وهذا ما تفرضه طبيعة الانتباه في أن يتم على شكل سلسلة متعاقبة مستمرة. وتحويل الانتباه في المجال الرياضي هو الانتقال من الذات الداخلية إلى الجو المحيط بالمنافس وفقاً لمتطلبات الموقف.

وهي عملية غاية في الصعوبة في بعض الأنشطة الرياضية عن الأخرى، حيث تتطلب الأنشطة المفتوحة وخاصة تلك التي تتميز بالديناميكية تواصل تحويل الانتباه أكثر من الأنشطة المغلقة مثل الرماية والغطس. ويجب أن يتعامل اللاعب مع

(1) عبد الستار ضمد 2003 (مصدر سبق ذكره) ص 66 – 76.

(2) محمد جسام عرب : دراسة العلاقة بين مظاهر الانتباه والكفاءة البدنية لدى الملاكمين المتقدمين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة فروسواف بولندا ، 1983 ، ص 40.

المتغيرات الخارجية والداخلية سواء بالتدريب أو المنافسات وهذا يتطلب فاعلية الانتباه والتحكم وتحويل سعة الاتجاه<sup>(1)</sup>.

## 2-1-16 أنواع التحويل واتجاهاته (2) :

يتحدث المرء عن التحويل الايجابي عندما يكون تأثيره فعالا، أما عندما يكون سلبيا فيعني أن تأثيره متداخلا، فالتحويل المقصود الفعال يكون امضى واطول من التحويل الالي العشوائي. أن عملية التحويل تحصل كلما اثرت قابلية أو معلومات الرياضي في عملية الحصول على عملية التعلم الجديد عليه تكون سلبا أو ايجابا فعندما تتفق المهارة أو الحركة فانهما ايجابا واذا تم العكس فانه سلبا اتجاه النقل وتأثير التحويل.

## 2-17 الدقة (Accuracy)<sup>(1)</sup> :

تعد الدقة من العوامل الفعالة والمهمة في اغلب الانشطة الرياضية أو من الاسس المهمة في تعلم المهارات الحركية الرياضية واتقانها بصورة عامة والمهارات الأساسية للعبة الملاكمة (المواي تاي) بصورة خاصة وتعرف الدقة بانها المقدرة على توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها اللاعب نحو هدف معين. مما سبق يتضح أن الدقة تعني الكفاية في اصابة الهدف وقد يكون الهدف منافس كما هو الحال في رياضة (المواي تاي) ويؤكد العديد من المؤلفين واصحاب الاختصاص من العاملين في المجال الرياضي على ضرورة وسلامة وكفاية الجهازين العصبي والعضلي وكذلك سلامة الحواس وبالأخص البصر والسمع لارتباط الدقة بهذه العوامل إذ يتطلب الامر أن يكون نقل المعلومات إلى الدماغ عن طريق الحواس دقيقاً وان تكون الاشارات العصبية الواردة إلى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه سواءاً كان ذلك موجهاً إلى العضلات العامة أو إلى العضلات المقابلة وكذلك أن تكون العضلات جيدة التكوين ومدربة كي تقوم بالعمل المطلوب على وفق ظروف اللعب المختلفة. أن مركز الدقة في المخ هي المنطقة السادسة التي تنطلق منها الاشارات العصبية للنخاع الشوكي والاعصاب إلى العضلات لأداء حركة معينة.

(1) Singer .R.N. : Sustaining Motivation in Sport . Macmillan co. Floride 1984.p.40.

(2) قاسم حسن حسين : علم النفس الرياضي، مبادئ وتطبيق في المجال الرياضي (الموصل، مطابع جامعة الموصل 1990) ص216.

(1) كيفان هيكي ؛ المبادئ الأساسية في تكنيك الملاكمة ، ترجمة د.محمد جسام عرب وزيد محمود ، مطبعة تازة اربيل ، 2006 ، ص 20.

ويمكن تعريف الدقة بانها ( السيطرة الفسيولوجية على أداء العضلات الإرادية لتوجيهها نحو هدف معين)، وان كلمة ( دقة) تعني بالعامية (التنشين) ومعناها العلمي هو القدرة على توجيه الحركات الإرادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين، ويتضح من سيمد قوله أن الدقة تعتمد الكفاءة في اصابة الهدف وقد يكون هذا الهدف منافس كما هو الحال في رياضة( الموائي تاي) أو قد يكون كيس طويل مرقم بستة ارقام والهدف الحصول على لكلمات بهذه الارقام، ومكون الدقة مرتبط بالتوازن كما اثبتت دراسات حديثة أنها تتاثر بالارهاق والتدخين ومقدار استهلاك المشروبات الروحية.

## 2-2 الدراسات المشابهة:

### دراسات التوجه التنافسي:

#### دراسة حسن عبده 1993: (1):

### التوجه التنافسي لدى الرياضيين في فرق الدرجة الاولى وغير الرياضيين من الجنسين من طلاب الجامعة

هدفت دراسة حسن عبده 1993 التعرف على الفروق بين المجموعات من الرياضيين وغير الرياضيين من الجنسين في ابعاد التوجه التنافسي واشتملت عينة البحث على 140 طالباً وطالبة من رياضيي الفرق الاولى وغير الرياضيين من الجنسين بجامعة القاهرة وعين شمس، وقد استخدمت ادوات البحث التالية: استبيان التوجيه الرياضي - مقياس التوجيه التنافسي، اظهرت النتائج أن الرياضيين أكثر توجهاً للانجاز والتنافس من غير الرياضيين، وان الفروق بين الرياضيين وغير الرياضيين اكبر من الفروق بين الجنسين حيث سجل اللاعبون فرقاً في توجه الأداء اعلى من اللاعبات.

هدفت دراسة جل وديزوالنوسكي Gill & Dzewllnoski 1988<sup>1</sup> التعرف على الفروق بين الرياضيين وغير الرياضيين وكذلك بين الجنسين (الذكور والاناث) في توجيه الانجاز. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، واشتملت عينة البحث على 100 لاعب دولي، 106 من الطلاب غير الرياضيين.

وتم استخدام استبيان التوجيه الرياضي والتوجه التنافسي، اسفرت النتائج أن الرياضيين أكثر توجهاً نحو الانجاز وأكثر تنافساً عن غير الرياضيين، وقد سجل الرياضيون درجات عالية بالنسبة للابعاد الثلاثة (توجه المنافسة - توجه الفوز - توجه الهدف) على استبيان التوجه الرياضي وتوجه الأداء في مقياس التوجه التنافسي، بينما سجلت الاناث درجات اعلى في توجه الأداء.

(1) حسن عبده؛ التوجه التنافسي لدى الرياضيين من فرق الدرجة الاولى وغير الرياضيين من الجنسين، المؤتمر العلمي للرياضة والمبادئ الاولمبية، المجلد الثاني، القاهرة، 1994.

(1) Gill & Dzewallnoski 1988; competitive orientations Among Intercollegiat Athletes. The Sport psychology. New York. p.p.314-327.

## مناقشة الدراسات المشابهة:

من خلال المراجعة والاطلاع التي قام بهما الباحث لكثير من المصادر العربية والاجنبية وكذلك الانترنت وفي حدود علم الباحث فقد وجد أن اقرب الدراسات إلى بحثه الحالي هي الدراسة الانفة الذكر إذ لم يستطيع الباحث الحصول على الدراسات المشابهة لبحثه الحالي ولاسيما في العراق وبالخصوص لرياضة (المواي تاي) .

كما لاحظ الباحث أن هنالك ندرة في الدراسات العربية والاجنبية ذا علاقة بموضوع البحث لدى كافة الدراسات السابقة بمثابة القاعدة التي استند عليها الباحث في تحديد منهجه ودراسته والاسترشاد منها، والتي تتوضح من خلال ما يأتي:-

1. نوع الفعالية والمتمثلة برياضة المواي تاي (تاي بوكسنگ).
  2. عينة البحث المتمثلة بلاعبي رياضة المواي تاي
- أما اوجه الاختلافات فكانت:-

1. نوع العينة وفنتها التي كانت في الدراسة الحالية تشمل لاعبي المتقدمين لرياضة المواي تاي من حيث كانت عينة البحث في الدراسات السابقة طلبة من رياضي الفرق الاولى وغير الرياضيين من الجنسين.
  2. تم استخدام استبيان التوجه التنافسي واختبارات الدقة في الأداء للدراسة الحالية والدراسة السابقة.
  3. تم استخدام استمارة التوجه الرياضي والتوجه التنافسي للجنسين الذكور والاناث ولثلاثة ابعاد هي (توجه المنافسة, توجه الفوز, توجه الهدف).
- وهكذا فان الباحث من خلال هذه الدراسات تكونت لديه فكرة أن يربط المتغيرات والتي جعلها اكثر دقة وبالأخص المهارات الرياضية المواي تاي وهذه اول دراسة عراقية تدخل فيها مهارات رياضية المواي تاي في مجال علم النفس الرياضي.



- 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية  
1-3 منهج البحث:  
2-3 عينة البحث:  
3-3 أدوات البحث والأجهزة المساعدة:  
4-3 إجراءات التجربة الرئيسة:  
1-4-3 المقاييس المستخدمة في البحث:  
5-3 المعاملات العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث:  
1-5-3 الصدق:  
2-5-3 الثبات:  
6-3 التجربة الاستطلاعية:  
7-3 الوسائل الاحصائية:

### الباب الثالث

### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### 3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي (بأسلوب العلاقة الارتباطية) كونه يلائم مشكلة البحث المراد حلها إذ يمثل هذا المنهج "دراسة الحقائق والعلاقات المتبادلة بين تلك الحقائق والمتغيرات والتعمق بها" (1) .

#### 3-2 عينة البحث :

استخدم الباحث مجتمع البحث من الملاكمين المشاركين ضمن بطولة العراق للمواي تاي وللموسم الرياضي (2006 – 2007) والبالغ عددهم (50) خمسون لاعباً متقدماً من مجموع 15 نادياً .

#### 3-3 أدوات البحث والأجهزة المساعدة :

تعد أدوات البحث الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث التوصل إلى حل مشكلة بحثه وهذه الأدوات هي كالآتي :

#### 1- أدوات البحث:

1. المصادر والمراجع العلمية.
2. شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
3. استمارة جمع المعلومات.
4. استمارة تفرغ البيانات.
5. الحاسوب الآلي.
6. مقياس استمارة التوجه التنافسي.

(1) وجيه محجوب. التعلم جدولة التدريب الرياضي – عمان، دار وائل، 2001، ص274.

## 2- الأجهزة المساعدة:-

- حلبة ملاكمة .
- اقياس مختلفة الحجم .
- كفوف تدريب.
- كفوف لعب.
- ساعة توقيت الكترونية.
- واقيات ( اسنان – رأس – مئانة ) .
- ميزان . - درع يدوي .

## 3-4 إجراءات التجربة الرئيسة للبحث:

قام الباحث بتوزيع المقاييس (التوجه التنافسي – استمارة مظاهر الانتباه) على عينة التجربة المتمثلة بلاعبي المواي تاي المتقدمين بتاريخ 2007/3/20 لحد 2007/3/30 وهي فترة بطولة العراق للمواي تاي التي أقيمت في النجف. وبعد استلام المقاييس تم تفريغها ومن ثم أدخلت البيانات في استمارات خاصة وتهيئتها للعملية الإحصائية لتحقيق أهداف البحث ومناقشتها في الباب اللاحق.

## 3-4-1 المقاييس المستخدمة في البحث:

قام الباحث باستطلاع آراء المختصين واعتمد أهم مظاهر الانتباه وحسب الأهمية النسبية كما في الملحق (6).  
اذ قام الباحث بعرض استمارة الاستبيان لترشيح الاختبار المناسب لقياس درجة تركيز وتحويل الانتباه لدى مجموعة الخبراء في علم النفس الرياضي ملحق رقم ( ).

## اولا/ مقياس اختبار بوردن – انفيوموف لقياس مظاهر الانتباه (1):

ان المقياس او الاختبار الموضح في الملحق (6) عبارة عن استمارة تحتوي على (31) سطراً من الارقام العربية يحوي كل سطر على (40) رقماً فبذلك يحتوي الاختبار على (1240) رقماً، وتتكون الارقام في كل سطر من مجموعات وضعت بطريقة مقننة، وتتكون كل منها من (3-5) ارقام مختلفة التوزيع والترتيب لضمان عدم حفظهما من المختبر، ويقاس هذا الاختبار خمسة مظاهر من مظاهر الانتباه هي (الحدة، والتركيز، والتوزيع، والثبات، والتحويل).

## 1- اختبار تركيز الانتباه:

- الغرض: هو قياس تركيز انتباه الرياضي.

(1) احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي. ط4: (القاهرة، دار الكتب الحديثة، 1996)، ص523.

- الأدوات: ورقة مقياس الانتباه، ساعة توقيت، قلم.
- مواصفات الاختبار: عند سماع كلمة ابدا يقوم الحكم بقلب النموذج في لحظة تشغيل ساعة التوقيت ويبدأ بالبحث والشطب للرقم (97) من السطر الواحد يتلو الآخر ومن اليسار الى اليمين.
- الشروط: زمن الاختبار دقيقة واحدة فقط، وعند سماع كلمة قف يضع المختبر علامة راسية بجانب الارقام التي وصل اليها.
- تسجيل النتائج واحتسابها تم استخراج الدلالات الآتية:
- A: كمية الارقام التي نظرت من البداية حتى كلمة قف.
- S: عدد الارقام المفروض شطبها في الجزي المتطور.
- B / عدد الارقام الساقطة من التشطيب + عدد الارقام التي شطبت خطأ.
- E: معامل صحة العمل بالمعادلة.

$$E = \frac{(S-B) \times 100}{S}$$

حدة الانتباه = E x A

## 2- اختبار تركيز الانتباه:

- الغرض من الاختبار: هو قياس تركيز انتباه الحكم.
- الادوات: جهاز مشنت صوتي وسمعي (\*)، ورقة مقياس الانتباه، ساعة توقيت، قلم.
- مواصفات الاختبار: عند اعطاء اشارة البدء يشغل الجهاز الذي يعطي ومضة ضوئية كل (5) ثانية مع مثير صوتي بمعدل ضربة واحدة لكل ثانية أي (60) ضربة في الدقيقة على ان يوضع الجهاز على بعد متر واحد عن المختبر ويكون بمستوى نظره.
- الشروط: عند سماع كلمة قف توضع علامة راسية بجانب الارقام المشطوبة في الوقت الذي ينطفئ الجهاز بصورة اوتوماتيكية.
- التسجيل واحتساب النتائج: يتم استخراج الدلالات الآتية:

$$U1 \text{ ويعني صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في الحالة الهادئة.}$$

$$U2 \text{ ويعني صافي إنتاجية العمل عند قياس حدة الانتباه في المواقف المثيرة.}$$

$$\text{دلالة التركيز} = \text{الفرق بين الحالتين.}$$

$$B = U1 - U2 \text{ تركيز الانتباه}$$

## 3- اختبار توزيع الانتباه:

- الغرض من الاختبار: هو قياس توزيع انتباه الحكم.
- الادوات: ورقة مقياس الانتباه، ساعة توقيت، قلم.

(\*تم اعتماد الجهاز المستخدم من قبل اميرة حنا مرقص في رسالة الماجستير، بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب بكرة اليد: (كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1990)، ص51-54.

- مواصفات الاختبار: عند اعطاء الإشارة بالبده، وتشغيل ساعة التوقيت يبدأ الحكم بالبحث وتشطيب كل من الرقمين (79-47) في ان واحد والاسلوب السابق نفسه زمن الاختبار دقيقتان.
- الشروط: عند سماع كلمة قف يوضع خط راسي عند اخر تشطيب وصل اليه الحكم.
- زمن الاختبار: دقيقتان.
- التسجيل واحتساب النتائج: يتم استخراج الدلالات الاتية:  
طريقة حساب النتائج:
- U3: بعني صافي انتاجية العمل على شطب رقم (79) وكما سبق في اختبار الحدة.
- U4: بعني صافي انتاجية العمل على شطب رقم (47) وكما سبق في اختبار الحدة.

$$100 \times \frac{(U3-U4)100}{U3+U4} = \text{توزيع الانتباه}$$

#### 4- اختبار تحويل الانتباه:

- الغرض من الاختبار: هو قياس ثبات الانتباه للحكم.
- الادوات: ورقة مقياس الانتباه، ساعة توقيت، قلم.
- مواصفات الاختبار: يكرر الاداء نفسه بالنسبة لاختبار حدة الانتباه ويكون الشطب للرقم (92).
- الشروط: زمن الاختبار دقيقتان.
- التسجيل واحتساب النتائج: يتم استخراج الدلالات التالية:  
C = مجموعة الحروف المشطوبة بطريقة صحيحة.  
B = مجموعة الحروف المشطوبة بطريقة غير صحيحة.  
D = مجموعة الحروف الساقطة من التشطيب والمفروض شطبها.  
A = ثبات الانتباه

$$A = \frac{C-B}{C+D}$$

#### 5- اختبار تحويل الانتباه:

- الغرض من الاختبار: هو قياس تحويل انتباه الحكم.
- الادوات: ورقة مقياس الانتباه، ساعة توقيت، قلم.
- مواصفات الاختبار: عند الإشارة ابدا يبدأ الحكم بالبحث عن الرقم (83) ويقوم بشطبها بخط مائل، وعند سماع الامر بدل يوضع خطا راسيا وينتقل الشطب الى الرقم (49) من حيث انتهى وبدون توقف، وعند سماع الامر بدل يوضع الحكم خطا راسيا ينتقل الشطب الى الرقم (83) وعند سماع الامر بدل يوضع الحكم خطا راسيا ينتقل الشطب الى الرقم (49) وعند سماع كلمة قف يوضع الحكم خطا راسيا.

- الشروط: يعطى الامر بدل كل (30) ثانية.  
 - التسجيل واحتساب النتائج:  
 الحدة الاولى: صافي انتاجية العمل في الـ(30) ثانية الاولى.  
 الحدة الثانية: صافي انتاجية العمل في الـ(30) ثانية الثانية.  
 الحد الثالثة: صافي انتاجية العمل في الـ(30) ثانية الثالثة.  
 الحدة الرابعة: صافي انتاجية العمل في الـ(30) ثانية الرابعة.  
 ثم نستخرج الدلالات التالية:  
 $M =$  الفرق بين صافي انتاجية العمل بين جزء الوقت الاول والثاني.  
 $H =$  الفرق بين صافي انتاجية العمل بين جزء الوقت الثاني والثالث.  
 $C =$  الفرق بين صافي انتاجية العمل بين جزء الوقت الثالث والرابع.  
 $N =$  تحويل الانتباه.

$$N = \frac{M+H+C}{3}$$

### 5-3 المعاملات العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث: 1-5-3 الصدق:

قام الباحث باستخدام معامل الصدق الظاهري وهو من ضمن صدق المحتوى لاستخراج معامل الصدق لمقياس التوجه التنافسي ومقياس مظاهر الانتباه ثم عرض المقاييس على عدد من الخبراء\* ، في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الموائ تاي للحكم على صلاحية المقاييس، إذ اتفقوا جميعهم على صلاحيتها وملحق رقم (2) يبين استمارة استطلاع آراء الخبراء بصدق المقاييس.

### 2-6-3 الثبات :

ويقصد به الاتساق في النتائج ويعد الاختبار ثابتا إذا حصلنا منه على النتائج نفسها لدى إعادة تطبيقه على نفس أفراد العينة في ظل ظروف مشابهة وان الهدف العام لحساب الثبات هو تقدير أخطاء القياس واقتراح أساليب للتقليل من هذه الأخطاء ثم حساب الاتساق الداخلي بوصفه معامل ألفا على انه مدى قياس الفروقات الواردة في المقياس بقياس الشيء نفسه وإذا كانت جميع الفقرات تقيس فعلا السمة نفسها فيجب أن تترابط مع بعضها وهذا النوع من الثبات يدعى التجانس الداخلي\* ، حيث كانت قيمة معامل الثبات ألفا لمقياس التوجه التنافسي (0,745) أما قيمة معامل الثبات لمظاهر الانتباه فكانت (0,773).

### 6-3 التجربة الاستطلاعية:

- أ.د محمد جسام عرب علم النفس الرياضي /كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد.
- أ.م.د موسى جواد ملاكمة / كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد.
- السيد علي عبد الكريم – خبير لعبة الموائ تاي / الاتحاد المركزي للموائ تاي/بغداد.
- فير كسون : التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس، ترجمة هناء العقيلي.بغداد،الجامعة المستنصرية،1991،ص219.

قام الباحث بتوزيع مقياس التوجه التنافسي على (5) لاعبين من لاعبي نادي الحسين الرياضي بتاريخ 2/25 المصادف الأحد، إذ طلب من الملاكمين الإجابة على التساؤلات الموجودة في المقياس بما ينسجم مع سماتهم النفسية وتم استبعاد هؤلاء الملاكمين من عينة التجربة الرئيسية. وذلك للتعرف على:

- 1- كفاءة فريق العمل المساعد•
- 2- السلبيات والايجابيات الموجودة في المقياس
- 3- صلاحية المقياس المستخدمة
- 4- ملاءمة العينة واستجاباتها للتجربة
- 5- المدة الزمنية التي تستغرقها التجربة
- 6- الصعوبات والمعوقات التي تواجه الباحث أثناء تطبيق التجربة النهائية

### 3 – 8 الوسائل الإحصائية

1. الوسط الحسابي (1).

$$\bar{س} = \frac{\text{مج س}}{ن}$$

2. الانحراف المعياري (1).

$$ع = \frac{\text{مج (س-ص)}^2}{ن-1}$$

3. معامل الارتباط البسيط (2).

$$ر = \frac{\text{مج س ص}}{\text{مج س} \times \text{مج ص}}$$

• فريق العمل المساعد:

- 1- حيدر إبراهيم نعيم      مدرب المنتخب الوطني
- 2- مصطفى جبار علك      مدرب منتخب الشباب
- 3- حسين جبار السوداني      حكم دولي
- 4- خالد موزان      حكم دولي

(1) وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، مطابع جامعة الموصل ، 1999 ، ص 102.

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000، ص 255.

(2) محمد بلال الزغبى وعباس الطلافحة ؛ النظام الإحصائي (SPSS) فهم وتحليل البيانات الإحصائية ، ط1، عمان ، دار وائل للطباعة والنشر ، 2000، ص 191.

$$\frac{\text{مج س} - 2}{\text{ن}} - \text{X} \text{مج ص} - 2 \frac{\text{مج س} - 2}{\text{ن}}$$

4. قانون النسبة المئوية (3).

$$100 \times \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}}$$

5. قانون مربع كاي (كا<sup>2</sup>) (4):

$$\left\{ \frac{\text{مج (التكرارات المشاهدة - التكرارات النظرية)^2}}{\text{التكرارات النظرية}} \right\}$$

(3) صالح ارشد العقيلي وسامر محمد الشايب ؛ التحليل الاحصائي باستخدام البرنامج (SPSS) ، ط1، عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع، 1988، ص 177.

(4) محمد جاسم الياسري و مروان عبد المجيد ؛ الاساليب الاحصائية في مجالات البحوث التربوية ، ط1، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001، ص 271.



## **4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:**

**1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدرجات الكلية للتوجه التنافسي:**

**2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين الدرجة الكلية**

**للتوجه التنافسي ودرجة الدقة وتحويل الانتباه وتركيز الانتباه:**

**3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الارتباط البسيط بين درجة الدقة وكل من تحويل**

**الانتباه وتركيز الانتباه:**

**الباب الرابع:****4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:****1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدرجات الكلية للتوجه التنافسي:**

بعد تفريغ البيانات من استمارة (التوجه النفسي) واعتمادا على البيانات الموجودة وبعد معالجتها إحصائيا أسفرت النتائج بالتعرف على الفروق والجدول الآتي يبين ذلك:

**الجدول (1)**

يبين درجات الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية للتوجه التنافسي وتركيز الانتباه وتحويل الانتباه

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الدرجة الكلية للتوجه التنافسي	61.94	1.358	0.821
الدرجة الكلية لتركيز الانتباه	36.88	2.659	0.984
الدرجة الكلية لتحويل الانتباه	34.62	1.782	0.852
الدرجة الكلية للدقة	35.98	2.723	1.215

درجة الالتواء تكون بين  $\pm 3$ .

عند ملاحظة الجدول (1) الذي يبين درجات الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية للتوجه التنافسي وتركيز الانتباه وتحويل الانتباه نجد إن الدرجات الكلية لكل من (التوجه التنافسي ، تركيز الانتباه ، تحويل الانتباه و الدرجة الكلية للدقة ) بقيمة (61.94 ، 36.88 ، 34.62 ، 35.98) على التوالي وبانحراف معياري قدره (1.358 ، 2.659 ، 1.782 ، 2.723) على التوالي. وعند مراجعة الالتواء للمتغيرات نجده بدرجة (0.821 ، 0.984 ، 0.852 ، 1.215) وهي محصورة بين  $\pm 3$  وهذا معناه ان العينة في المتغيرات كانت ضمن التوزيع الطبيعي.

**2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج معامل الارتباط البسيط بين الدرجة الكلية للتوجه التنافسي ودرجة الدقة وتحويل الانتباه وتركيز الانتباه:****الجدول (2)**

يبين معامل الارتباط البسيط بين الدرجة الكلية للتوجه التنافسي ودرجة الدقة وتحويل الانتباه وتركيز الانتباه

المتغيرات	درجة الدقة	تحويل الانتباه	تركيز الانتباه
التوجه التنافسي	*0.364	*0.59	*0.5

الدرجة الجدولية بقيمة (0.273) عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة 0.05.

الذي يبين علاقة الارتباط البسيط بيرسون بين متغيرات البحث وعند ملاحظة الجدول (2) نجد ان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجة التوجه التنافسي ودرجة الدقة كان بدرجة (0.364) وعند مقارنتها بالدرجة الجدولية البالغة (0.273) نجد ان الارتباط كان قويا ومعنويا عند مستوى دلالة (0.05) وهذا معناه ان العلاقة بين التوجه التنافسي ودرجة الدقة كان مؤثرا ويعزو الباحث بان التوجه التنافسي يؤثر على درجة دقة اللكمة حيث تعد الدقة في الملاكمة من العامل الفعالة والمهمة لإتقان المهارات الحركية الأساسية لرياضة الموي تاي كما تعني الكفاية في دقة إصابة الهدف وقد يكون هذا الهدف منافساً كما هو الحال في رياضة الموي تاي ورياضة المبارزة وقد ظهرت علاقة ارتباط معنوي قوي بين التوجه التنافسي ودرجة الدقة حيث اكد العديد من المختصين على ان الملاكمة (الموي تاي) تتميز بالواجهة بين فرد واخر وكل منهما يحول قدر طاقته ان ينال السبق في تسجيل اللكمات او الركلات من خلال استخدام الذراع والرجل والتي تتكون منها المهارات الهجومية والدفاعية. وهذا ما حققه الباحث في الهدف الأول.

#### 3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الارتباط البسيط بين درجة الدقة وكل من تحويل الانتباه وتركيز الانتباه:

##### **الجدول (3)**

**يبين معامل الارتباط البسيط بين درجة الدقة وكل من تركيز الانتباه وتحويل الانتباه**

المتغيرات	تركيز الانتباه	تحويل الانتباه
الدقة	*0.375	*0.295

الدرجة الجدولية بقيمة (0.273) عند درجة حرية (48) وتحت مستوى دلالة 0.05.

وعند ملاحظة الجدول (3) نجد ان معامل الارتباط البسيط بيرسون بين درجة الدقة وتركيز الانتباه كان بدرجة (0.375) وعند مقارنته بالدرجة الجدولية البالغة (0.375) نجد ان الارتباط كان قويا ومعنويا عند مستوى دلالة (0.05) وهذا معناه ان العلاقة بين درجة الدقة وتركيز الانتباه كان مؤثرا ويعزو الباحث انه كلما كان التركيز كافيا كانت دقة اللكمة او الركلة جيدة. واذا لم تكن مركزة لم تكن كذلك فهي غير جيدة. كما ان الإحساسات الحركية وعملية الإدراك والتصور المصاحبة لعملية التركيز والتي تعد احد أولياتها لها دور كبير في دقة تصويب اللكمة على الجسم.

وعند ملاحظة الجدول (3) نجد ان معامل الارتباط البسيط بيرسون بين درجة الدقة وتحويل الانتباه كان بدرجة (0.295) وعند مقارنتها بالدرجة الجدولية البالغة (0.273) نجد ان الارتباط كان قويا ومعنويا عند مستوى دلالة (0.05) وهذا معناه ان العلاقة بين دقة الدقة وتحويل الانتباه كانت مؤثرة ويعزو الباحث ذلك بان رياضة الموي تاي ولتعدد مهاراتها الهجومية والدفاعية ولكونها من الرياضات التنافسية تحتاج الى قدر كبير من الدقة وتحويل الانتباه حيث ان اللاعب (الملاكم) يستخدم

الهجوم والهجوم المضاد تارة وتارة اخرى يرجع للدفاع ولكون الحلبة مفتوحة امام المنافس فان الملاكم يسدد لكلماته العليا وركلاته السفلى في ان واحد مما يتطلب قدراً عالياً من تحويل دفة وتصويب اللكمة.

ويرجع الباحث ان سبب هذه النتيجة يعود الى الحرص على توفير قدرات وامكانات للاعب اذ كانت (60%) الى ان اللاعب يسعى الى تحقيق افضل انجاز ولديه الشجاعة والامكانية في الاعداد الارادي.

يؤكد الباحث بان اللاعبين اللذين يشعرون بالثقة بالنفس كونها ركيزة من ركائز بناء الشخصية الرياضية وتظهر من خلال اعتماد اللاعب على قدراته واحترامه لذاته وعدم شعوره بالنقص ويشير علاوي ورضوان 1987 "إن الرياضي الذي يتميز بهذه السمة يكون واثق جدا من نفسه وقدراته ومهاراته"<sup>(1)</sup>.

متطلبات أساسية وجوهرية تتعلق بحجم ونوعية التدريب ومدى تكيف اللاعب لجسمه لمواكبة هذا التدريب وبدرجات منتظمة مما يحقق التفاعل وتحقيق مستوى امثل.

اذ أن هناك بعض اللاعبين أو الرياضيين يظهر اهتمامهم للاشتراك في نشاط تروحي معين داخل النادي وبصورة لا تتعارض مع نشاطه الرياضي<sup>(2)</sup>.

كما ان تشجيع المدرب للمهارة الجيدة للاعب في أثناء النزالات يؤكد رعايته الأبوية للاعب مما يكون لديه دافعا لتقديم الأحسن والأفضل.

كذلك استطاعته المواجهة في المواقف الرياضية الصعبة تؤكد (على أن القدرة على تحديد قرارات معينة والسعي نحو تحقيقها حتى في مختلف الظروف الصعبة أو العصبية مع تحمل مسؤولية نتيجة هذه القرارات)<sup>(3)</sup>.

(حيث إن اللاعبين اللذين يتسمون بفاعلية عالية نحو الذات في الأداء بقدر كبير من الحماس والثقة وان النظرة الايجابية للذات تهئ لصاحبها القدرة على التعامل الناجح مع الحياة بأساليب أكثر تلاؤما مقارنة بأصحاب النظرة السلبية للذات)<sup>(4)</sup>.

(كما إن الاتصال المباشر والمكثف بين أعضاء الفريق هو المحك الأول لعملية التفاعل بينهم، ومن ثم فان عدد مرات التدريب وكثافة كل وحدة تدريبية للفريق من اجل تدعيم الاتصال بينهم هو المعول الأول لتكوين التفاعل الحركي بينهم، إضافة إلى التماسك في حالات الأزمات التي قد يتعرض لها الفريق)<sup>(5)</sup>.

كما ان اللاعبين اللذين يبذلون أقصى قدراتهم لتحقيق انجازات لموسمهم التدريبي وهذا يعني ان معظم اللاعبين يمتلكون الشجاعة والجرأة والإحساس بالثقة العالية بالنفس وشعورهم بالتفاؤل نتيجة النزالات التي سوف يخوضونها.

كما ان الالتزام بتعليمات مدربهم لتحقيق أهدافهم في الانجاز الرياضي.(حيث تنتاب بعض اللاعبين تغيرات فسيولوجية وبيولوجية أثناء المنافسة وحتى لا تؤثر على

(1) إسماعيل حامد وآخرون: تعليم وتدريب الملاكمة ط3، مطبعة دار السعادة، 2005، ص22.

(2) دزكي محمد حسن: المدرّب الرياضي - أسس العمل في مهنة التدريب: مطبعة منشأة المعارف بالإسكندرية، ط1، 1997، ص100.

(3) Kevin Hickey: Amateur Boxing school Amateur Boxing - Association.

(4) علي مهدي كاظم: بناء مقياس مقنن لمفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية (أطروحة دكتوراه)، بغداد، كلية التربية الرياضية، 1994، ص133.

(5) احمد أمين فوزي، طارق محمد بدر الدين: سيكولوجية الفريق الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص41.

اتخاذ القرارات المطلوبة في مواقف الملاكمة<sup>(1)</sup>، يتوجب على الملاكمين القدرة على مواجهة المواقف الصعبة.

ويؤكد الباحث بهذا الصدد بان المحيطين باللاعب من وسائل إعلام والجمهور والشخصيات العامة والمقربون إلى اللاعب ومن يحبهم حيث ان مطالبتهم بتحقيقه الفوز يدفعه إلى الفوز والنصر.

كما لا يدعو للشك للباحث بان الضغوط المرتبطة بطبيعة المنافسة وهي الضغوط الناتجة عن تحدي المنافسة من حيث مستواها وأهميتها والصعوبات التي تحتويها ومستوى المنافس وقدراته ومقارنته بمستوى اللاعبين الآخرين يدعو إلى المحافظة على مستوى أدائه على الحلبة طيلة مدة النزالات.

كما ان عينة البحث اعتمدوا على توجيهات المدرب في أي موقف يطرأ على النزالات (من أهم الأمور التي يهتم بها العاملين في مجال التدريب هو وضع برنامج مخطط ومنظم موضوع على أسس علمية لتقديم الخدمات الصعبة المباشرة والغير مباشرة للاعبين والوصول بهم إلى أفضل مستوى رياضي أو أفضل فورمه رياضية تسمح لهم بالاستمرار وللحصول على أكثر من بطولة)<sup>(2)</sup>.

كذلك ان دور المدرب في تجنب حدوث الإصابات الرياضية ومراعاة الدقة في التدريبات وكيفية استخدام الوضع الصحيح لأداء التدريبات والمهارات في الملاكمة<sup>(3)</sup>.

(التوقع للأشخاص الذين يتميزون بدافعية بالانجاز عالي إن يكون لديهم إدراك واضح عن الأشياء التي يؤدونها وتتميز عن الأشخاص ذوي دافعية الانجاز المنخفضة)<sup>(4)</sup>. كما ان رياضة الموائي تاي من الرياضات الفردية التي تعتمد بدرجة كبيرة على التوجه التنافسي حيث أنها تتطلب حالة جسمية ونفسية وانفعالية مناسبة تمكنهم من القيام بأداء متميز أثناء المنافسات الرياضية والوصول إلى المراكز المتقدمة في المسابقات.

وهذا مما يدعو الباحث الى القول ان نسبة متوافقة مع توجهات الباحث في رسالة حول تأثير التوجه التنافسي على اللاعب. لان رياضة الموائي تاي تعتمد على الثقة بالنفس والشجاعة والجرأة والسيطرة على الانفعالات النفسية السلبية التي ترافق بعض اللاعبين .

كما أكد الباحث ومن خلال خبرته في مجال هذه الرياضة مواصلة اللاعب للتدريب في مختلف الأوقات والمناسبات وهذا ناتج عن الرغبة في مواصلة التدريب والنسبة العالية في توجههم التنافسي نحو تحقيق الانجاز.

كما ان بعض اللاعبين يدركون إن اللاعب المنافس أكثر منهم قدرة وان المنافسة تمثل لهم أهمية وقيمة كبيرتين للاعب ومن ثم تؤكد على أهمية التوجه التنافسي في الأداء لإزالة هذا التوتر السلبي.

(1) د.إسماعيل حامد عثمان وآخرون، تعليم وتدريب الملاكمة، نفس المصدر السابق.

(2) زكي محمد حسن، المدرب الرياضي - أسس العمل في مهنة التدريب - منشأة المعارف بالإسكندرية، 1997، ص199.

(3) زهرة رسن سكر، علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية. مطبعة الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، عمان، 2002.

(4) أسامة كامل راتب، الإعداد النفسي للناشئين، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.

كما ان رياضة المواي تاي تمتلك من المهارات الصعبة ما يكفيها لبذل اكبر جهد ممكن طالما أنها تسمح باللعب بالذراعين والرجلين مما يؤكد صعوبة مهاراتها واستمتاع اللاعبين بأداء هذه المهارات كونهم يمتلكون التوجه التنافسي والرغبة في الفوز والنصر.

وانها تتميز بالواجهة المباشرة والاحتكاك المباشر بين المتنافسين ولان الملاكم الذي يتسم بضبط النفس والتصميم قادر على تحقيق الفوز مع تحمل مسؤوليات قراراته على الحلبة.

كما اكد الباحث ان أهم أساس للإعداد النفسي والاقتناع بان المشاركة فيها يشكل المستقبل الذاتي له إضافة إلى (السمات التي يجب توافرها عند لاعب الموي تاي منها الاستجابة والتصميم والمبادأة وعدم التردد والثقة بالنفس وضبط النفس وهذه السمات هي الدافع القوي لإحراز النصر)<sup>(1)</sup>.



## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

(<sup>1</sup>) Information system for Boxing visit Moscow ussr 1989.p.33.

1-5 الاستنتاجات:  
2-5 التوصيات:

## 1-5 الاستنتاجات:

- من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث ضمن حدود الدراسة إلى عدة استنتاجات هي:
- (1) ظهور علاقة ارتباط معنوية مؤثرة بين التوجه التنافسي ودقة الأداء في لعبة (المواي تاي).
  - (2) وجود علاقة ارتباط ايجابية ومعنوية بين دقة المهارات الأساسية وتركيز الانتباه.
  - (3) وجود علاقة ارتباط ايجابية ومعنوية بين دقة المهارات الأساسية وتحويل الانتباه.
  - (4) ظهور التوجه التنافسي بدرجة عالية نتيجة رغبة اللاعبين بممارسة اللعبة وتحقيق الانجاز خلال المنافسات.
  - (5) تركيز الانتباه وتحويل الانتباه والدقة كانت النتائج متباينة وليس بمستوى الطموح لدى عينة البحث.
  - (6) ظهور رغبة عالية لدى اللاعبين بممارسة اللعبة لكونها دخلته حديثاً للبلد وهي لعبة ممتعة لهم.

## 2-5 التوصيات:

- توصل الباحث إلى عدد من التوصيات هي:
- 1- التأكيد على مظاهر الانتباه (التركيز وتحويل الانتباه) في العملية التدريبية وتعويد اللاعبين على الأداء في وجود الزمن الأمثل له.
  - 2- التأكيد على أهمية التوجه النفسي ومحاولة العمل على بنائه وتطويره لدى اللاعبين
  - 3- ضرورة اطلاع المدربين على أهمية مفهوم التوجه التنافسي في المجال الرياضي وتأثيره على دقة اداء اللاعبين لمهارات اللعبة في التدريب والمنافسة من اجل العمل على تنميته وتطويره لدى اللاعبين.
  - 4- ضرورة استخدام تدريبات تركيز الانتباه وتحويله في تطوير دقة بعض النواحي المهارية والتوجه التنافسي لفعالية رياضة المواي تاي (تاي بوكسنغ).
  - 5- التأكيد على اطالة زمن عناصر التركيز والتحويل للانتباه في الأداء عند المطولة.

- 6- التأكيد على أهمية التدريب الذهني المرتبط بالتدريب البدني.
- 7- دعم هذه اللعبة وتشجيعها في القطر والتفاعل معها.
- 8- يوصي الباحث بضرورة اجراء دراسات من قبل الباحثين الاخرين عن هذا الموضوع لماله من أهمية في حياة لاعب الملاكمة والعاب الفنون القتالية.

## المصادر :

المصادر العربية :

- ❖ القرآن الكريم.
- ❖ احمد أمين فوزي، طارق محمد بدر الدين: سيكولوجية الفريق الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001.
- ❖ احمد خاطر وعلي فهمي ألبيك: القياس في المجال الرياضي، ط1، القاهرة، دار الكتاب الحديث، 1996.
- ❖ اسامة كامل راتب / علم النفس الرياضي – مفاهيم – تطبيقات (دار الفكر للطباعة. كلية التربية الرياضية – جامعة حلوان 2000).
- ❖ إسماعيل حامد وآخرون: تعليم وتدريب الملائمة، ط3، مطبعة دار السعادة، 2005.
- ❖ جمال حسين الالوسي : علم النفس العام. جامعة بغداد. مطبعة وزارة التعليم العالي 1988.
- ❖ حلمي حسين : اللياقة البدنية ( الدوحة ، دار المتنبى للنشر والتوزيع 1985 ).
- ❖ زكي محمد حسن، المدرّب الرياضي – أسس العمل في مهنة التدريب – منشأة المعارف بالإسكندرية، 1997.
- ❖ ناهدة رسن سكر، علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية. مطبعة الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، عمان، 2002.
- ❖ عبد الستار جبار الضمد : فسيولوجية العمليات العقلية ط 1 ( عمان ، دار الفكر للطباعة 2000 .
- ❖ عبد الله عبد الحي موسى : المدخل إلى علم النفس، القاهرة، 1976.
- ❖ عبد علي نصيف وآخرون ( المبارزة لطلبة كلية التربية الرياضية ) ج بغداد- التعليم لعالي 1988 .
- ❖ علي الامير : فلسفة النفس ، بغداد ، دار الشؤون العامة ، ط1 2002 .
- ❖ علي سلوم الحكيم : اختبارات القياس والاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية مطبعة الطيف 2004 .
- ❖ علي مهدي كاظم: بناء مقياس مقنن لمفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية (أطروحة دكتوراه)، بغداد، كلية التربية الرياضية، 1994.
- ❖ فاخر عاقل : مدارس علم النفس، بيروت، دار الملايين، 1981.
- ❖ فير كسون : التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس، ترجمة هناء العقيلي. بغداد، الجامعة المستنصرية، 1991.
- ❖ قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية. طبعة اولى، عمان، دار الفكر للطباعة 1988.
- ❖ قاسم حسن حسين : علم النفس الرياضي، مبادئ وتطبيق في المجال الرياضي (الموصل، مطابع جامعة الموصل 1990).
- ❖ قانون الاتحاد العربي للمواي تاي سنة طبعة عمان 2005 م.

- ❖ محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي . ( القاهرة ، دار الفكر العربي 1996 ) .
- ❖ محمد جاسم الياسري و مروان عبد المجيد ؛ الاساليب الاحصائية في مجالات البحوث التربوية ، ط1، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001.
- ❖ محمد جسام عرب : دراسة العلاقة بين مظاهر الانتباه والكفاءة البدنية لدى الملاكمين المتقدمين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة فروسواف بولندا ، 1983.
- ❖ محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي . ط3 (القاهرة، دار المعارف 1972).
- ❖ محمد حسن علاوي / علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1996 .
- ❖ محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة (النظرية والتطبيق والتجريب) ، دار الفكر العربي، ط1، جامعة حلوان.
- ❖ هاشم احمد سليمان : علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1988.
- ❖ يوسف الشيخ : التعلم الحركي (القاهرة ن دار المعارف 1984).

#### المصادر الأجنبية:

- ❖ Information system for Boxing visit Moscow ussr 1989.
- ❖ Kevin Hickey: Amateur Boxing school Amateur Boxing – Association.
- ❖ Lyle . E Bourne & others (1981) cognition processes 2nd prentice – Hul Newgtersey,.
- ❖ Singer .R.N. : Sustaing Motivation in Sport . Macmillan co. Floride 1984.
- ❖ Willson .J.A.Retall: Psychological foundation of Learning .N.Y.Mc Graw Hill Book co.

# الملاحق

## ملحق رقم (1)

ا- مقياس التوجه التنافسي : اعتمد الباحث في قياساته على اسـتمارة  
( اسامة سيد عبد الظاهر الاصفر )

ت	العبارات	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق بدرجة منخفضة
1	احرص على توظيف قدراتي وامكانياتي			
2	اشعر بثقة في الأداء أثناء المباراة			
3	احرص على حضور التدريب بالنظام			
4	أفضل الاشتراك في الأنشطة التنافسية عن الأنشطة الترويحية			
5	انتظر تشجيع المدرب عندما يكون ادائي جيد			
6	لا استطيع مواصلة جهودي في المواقف الصعبة			
7	استطيع مواجهة المواقف الرياضية الصعبة			
8	اشعر باحترامي لذاتي عند الوصول للمستوى الذي اضعه لنفسي			
9	اشعر بالانتماء للمجموعة أثناء التدريب			
10	ابدل أقصى ما في قدراتي لتحقيق انجازات خلال الموسم التدريبي			
11	اعتقد أن المتفوقين رياضيا " لديهم مواصفات لا تتوافر لدية كرياضي			
12	التزم بتعليمات مدربي لتحقيق اهدافي			
13	اتعامل مع أي ظروف تظهر أثناء المنافسة			
14	يتحسن مستوى ادائي بتشجيع الحاضرين			
15	احافظ على مستوى ادائي مهما طالت فترة التدريب			
16	اعتمد على توجيهات المدرب في أي موقف يطرأ في المباراة			
17	ارغب في أداء التدريبات الصعبة والتي			

			تتميز ببعض المخاطر	
			امارس الرياضة بدافع الرغبة الحب	18
			اسعى دائما " لكي اكون في مركز متقدم في المسابقات	19
			اشعر بعدم القدرة على مواجهة منافس يفوق قدراتي	20
			يضايقني عدم اهتمام زملائي بالتدريب	21
			اشعر بزيادة التوتر عند اقتراب موعد المنافسة	22
			يحفزني تشجيع الجمهور لبذل أقصى جهد لتحقيق الفوز	23
			استمتع بالمهارات الصعبة التي تتطلب جهدا " كبيرا "	24
			اعتمد على نفسي في تحقيق اهدافي	25
			احرص على زيادة جهودي لتحقيق مستوى أفضل في المنافسة	26
			ممارستي لرياضة الملاكمة ( الموي تاي) تعتبر قيمة في حد ذاتها	27

ب- استمارة تركيز الانتباه :-

اختبار شبكة هاريس لتركيز الانتباه

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
84	70	18	70	18	70	18	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	42	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

مكونات المقياس :

يتكون مقياس تركيز الانتباه ( شبكة هاريس ) من ( 100 ) رقم وتكون هذه الارقام موزعة بشكل عشوائي وغير مرتبة تبدأ بالصفير وتنتهي برقم (99) ومدة الاختبار لهذا المقياس ( دقيقة واحدة ) ويطبق الاختبار مرتين المرة الاولى أثناء الهدوء والمرة الثانية بوضع مصدر مشتت ( صوت وضوضاء عالية ) وتكون الارقام جميعها مكون من رقمين مثلاً " (01) (02) وتستطيع عمل نسخ متعددة من شبكة التركيز وذلك عن طريق تغيير ارقام الشبكة .

طريقة تطبيق المقياس :

يتم شرح الاختبار للاعبين المختبرين عن طريق ملاحظتهم لدقة المقياس وكالاتي :

انظر إلى الاختبار الذي بين يديك بحيث تلاحظ الارقام بشكل جيد وحاول أن تبحث عن الارقام المطلوب شطبها وذلك بوضع علامة ( / ) على الارقام التي تجدها ويكون التأشير بالقلم الرصاص وعلى اللاعب أن يراعي الدقة والسرعة قدر الامكان . ومع كلمة ابدأ وبتوقيت ساعة الكترونية ( لحساب الزمن ) يقوم اللاعب بشطب الارقام وهي تبدأ من الرقم ( 17 ) وتنتهي بالرقم اقل من ( 65 ) . وعند انتهاء الزمن المحدد وبكلمة ( قف ) يقوم اللاعب بوضع أخر علامة على الرقم الذي وصل اليه وتسليم ورقة الاختبار . هذا في وقت الهدوء ونفس التطبيق الأول وبنفس الملاحظات تؤدي في وقت التشتت وذلك بوضع جهاز خاص يحتوي على صوت عالي وضوء يحاول أن يحدث وضوضاء في مكان تشتت اللاعب مع كلمة ابدأ يأخذ اللاعب استمارة الاختبار ويبدأ بعملية الشطب ونفس الوقت يكون تشغيل الجهاز

الكهربائي الذي يعطي كل (5) ثوان ومضة وهو موضوع على منضدة بحيث يكون المصباح في مجال رؤية اللاعب وعلى مسافة (1) متر من مكان تطبيق الاختبار وكذلك يوجد في الجهاز مشنت صوتي يعطي (60) دقة في الدقيقة الواحدة 0

#### احتساب درجة المقياس :

يتم احتساب النتائج للاعبين عن طريق احصاء الارقام التي قام اللاعب بشطبها بالطريقة الصحيحة وبشكل متتالي في غضون فترة الدقيقة الواحدة المحددة لاجراء الاختبار حيث يتم منح درجة واحدة لكل رقم مشطوب في الاستمارة فكلما ارتفعت درجة اللاعب دل ذلك على قدرة اللاعب على تركيز الانتباه وبالتدريج كلما انخفضت درجة اللاعب دل على قلة تركيز الانتباه لديه وتحسب الدرجة في كلا الحالتين أثناء تركيز الانتباه وتشنت الانتباه 0

### ج- اختبار الدقة وتركيز الانتباه(1) .

الادوات المستخدمة: كيس ملاكمة ( الموائي تاي ) مثبت عليه الارقام من 1 – 6 غير مرتبة حسب التسلسل ، قفاز خفيف ، ساعة توقيت ، استمارة تسجيل

الغرض من الاختبار: الدقة المقرونة بسرعة الاستجابة، المطاولة في تركيز الانتباه. طريقة أداء الاختبار: يواجه الملاكم (الموائي تاي) الكيس ويقف بجانبه المدرب الذي يحدد الارقام المطلوب اصابتها بعد كل نداء وبالتالي ، ويقف بالجانب الاخر المسجل الذي يحصي عدد اللكمات المسددة ويبيده ساعة التوقيت التي يشغلها عند اطلاق اول رقم . ويوقفها عند النداء على الرقم الاخير .

ويراعى أن يكون النداء على الارقام بشكل غير متسلسل :

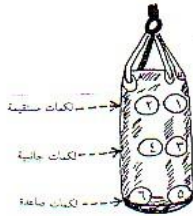
مثال : 6....5....1....2....4....3 الخ كما يجب على المدرب أن لا يكون توالي الأعداد ثابتاً وبشكل رتيب لكي لا يحفظها الملاكم ( الموائي تاي ) عند تكرارها ، لان الاختبار يعتمد على المفاجئة . انظر الشكل ادناه .

تسجيل نتيجة الاختبار: تستخدم الطريقة السابقة بتسجيل الاختبار ، وفي حالة عدم اصابة الملاكم (الموائي تاي) للرقم المطلوب يطرح نقطة واحدة من مجموع الخمسين لكل لكمة خاطئة.

( أو الرقم المطلوب وفقاً لوزن اللاعب).

ولزيادة صعوبة الاختبار يحدد المدرب الرقمان العلويان للكلمات المستقيمة والرقمان الوسطيان للكلمات الجانبية ( الخطافية ) . والرقمان اللذان في الاسفل للكلمات الصاعدة ( المقلاع ) .

وتتبع نفس الطريقة السابقة باحتساب النتائج ..



(1) ودبع ياسين ؛ مصدر سبق ذكره .

### الملحق (3)

استمارة خاصة باختبار الية الأداء المهاري باستخدام (المواي تاي) الحرة

اسم المختبر /

الوزن /

الدرجة /

اسم الحكم /

الوزن /

الدرجة /

التاريخ /

التاريخ /

ت	التمرين	الدرجة الممنوحة	التقويم	الملاحظات
1	أداء مهارتين متتاليتين (هجومية- دفاعية) أو (دفاعية-هجومية مضادة)	1	١٠	تحتسب درجات التقويم على ضوء ما يجمعه المختبر خلال الجولة على سبيل المثال : فقد يؤدي الملائم خلال الجولة ثلاث مرات من السلسلة رقم (1) يمنح عليها (3) درجات واداء واحد من التسلسل (2) يمنح عليه (4) درجات حيث يكون ما حصل عليه في الجولة 7=4+3
2	أداء ثلاث مهارات متتالية (هجومية- دفاعية-هجومية مضادة) أو (دفاعية-هجومية مضادة-دفاعية)	4		
3	أداء اربع مهارات متتالية (هجومية- دفاعية-هجومية مضادة-دفاعية) أو (دفاعية-هجومية مضادة-دفاعية-هجومية مضادة)	7		
4	أداء خمس مهارات متتالية فاكثر (هجومية-دفاعية-هجومية مضادة) أو (دفاعية-هجومية مضادة-دفاع-هجومية مضادة-دفاعية)	10		

### الملحق (4)

استمارة خاصة باختبار الية الأداء المهاري والخططي

باستخدام الدرع اليدوي

اسم المختبر /

اسم الحكم /

الوزن /

الدرجة /

التاريخ /

التاريخ /

التاريخ /

ت	التمرين	الدرجة	التقييم	الملاحظات
---	---------	--------	---------	-----------

	الممنوحة		
اعلى درجة تمنح لتقويم هذا الأداء ( 10 ) درجات يمنح المختبر الدرجة على ضوء أفضل أداء له	1	أداء مهارتين متتالية (هجومية- دفاعية)	1
	3	أداء ثلاث مهارات متتالية (هجومية - دفاعية - هجومية مضادة)	2
	5	أداء اربع مهارات متتالية (هجومية-دفاعية-هجومية مضادة- دفاعية)	3
	7	أداء خمس مهارات متتالية (هجومية - دفاعية - هجومية مضادة - دفاعية)	4
	10	أداء ست مهارات متتالية (هجومية - دفاعية-هجومية مضادة-دفاعية- هجومية مضادة - دفاعية)	5

### ملحق رقم (5)

#### استمارة استبيان لتحديد أهم مظاهر الانتباه لموضوع الدراسة

الأستاذ الفاضل المحترم ..... المحترم  
تحية طيبة

يود الباحث اجراء بحث وصفي بعنوان ( التوجيه التنافسي وعلاقته بأهم مظاهر الانتباه ودقة أداء المهارات الأساسية في الملاكمة ( المواي تاي ) للمتقدمين )

ومن اجل معرفة أهم مظاهر الانتباه الخاصة بموضوع الدراسة يضع الباحث امامكم مجموعة من مظاهر الانتباه يرجو الباحث بوضع علامة ( ) امام الاختيار المناسب وحسب الاهمية ويمكن اضافة ماترونه مناسباً للبحث مع فائق الشكر والامتنان .

الباحث

طالب الماجستير مهدي علي دويغر

استمارة استبيان  
لتحديد أهم مظاهر الانتباه

الاهمية			مظاهر الانتباه	ت
3	2	1	تركيز الانتباه	1
			تحويل الانتباه	2
			توزيع الانتباه	3
			شدة الانتباه	4
			حجم الانتباه	5

## ملحق (6)

يوضح ورقة اختبار قياس مظاهر الانتباه

2497	6942	583	64279	2749	2496	385	62479	6492	2947
92476	538	2496	2947	583	6492	2964	2974	2497	67429
385	2497	6492	67249	2496	2947	385	2749	2947	29476
2492	496	583	2497	67429	2947	2492	2947	2946	2497
6497	7249	2497	2749	2947	64279	6492	385	2496	285
62479	2947	6492	583	2497	92476	385	2496	583	67429
583	2496	67249	3492	2946	583	64179	385	2497	92476
6492	2947	6942	67429	583	2497	358	2974	67249	2946
385	2496	583	64279	385	67249	92476	65479	385	2492
67429	583	6492	583	62479	2947	385	62479	4279	375
6942	385	64279	2947	6492	583	2497	2496	2947	62479
68429	1974	583	92476	2496	2946	2947	583	2497	6429
385	2749	2947	2492	67246	583	2496	2492	92476	2947
2946	2629	385	2496	2497	6492	2497	67429	2947	2496
7496	67249	2497	2947	2749	64279	385	6492	385	2497
92476	2496	6492	583	2947	67429	385	2496	62479	583
583	67249	2496	6492	583	2497	64279	2947	385	92476
67429	6492	2947	2942	2946	67249	2974	385	2497	583
2416	385	62479	62479	385	2497	583	92476	67249	385
2947	62479	6492	385	67429	385	583	2479	583	64279
6492	2947	62479	385	2496	2749	64279	583	6429	2497
67429	2497	2974	2946	6492	583	2947	2496	583	92476
385	3947	2496	67249	6492	2497	385	92476	2947	2749
2496	2946	2497	2492	2947	67429	2497	583	2496	6492
385	2496	385	6492	64279	2947	2749	2496	76249	2497
67429	583	2469	385	92476	2497	583	6492	2947	26476
92476	2497	385	62479	538	2947	6492	67249	2496	583
2946	67249	2974	358	2497	583	67249	6942	2947	6492
2497	385	62479	92476	67249	385	64279	583	2469	385
583	64279	62479	358	2947	62479	583	6492	385	67429
29476	2476	2496	2497	583	6492	2947	64279	385	6942

### الملحق (7)

ملحق اسماء الخبراء والمختصين الذين استعان بهم الباحث في المقابلات الشخصية لابداء ارائهم:

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د.نزار الطالب	ا.د	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
2	د.محمد جسام عرب	ا.د	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
3	د.حازم علوان	ا.د	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
4	د.كمال جلال	ا.م.د	ملاكمة	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
5	د.موسى جواد	م.د	ملاكمة	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
6	السيد علي عبد الكريم	خبير	خبير في لعبة المواي تاي	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد