

بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التهديف ثلاث نقاط لدى لاعبات نادي اكاد الرياضي بكرة السلة

نوزاد حسين درويش

مدرس مساعد

جامعة كويه - كلية التربية الرياضية

نهاد ايوب قادر

مدرس مساعد

جامعة كويه - كلية التربية الرياضية

ملخص البحث:

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التهديف ثلاث نقاط لدى لاعبات نادي اكاد الرياضي بكرة السلة .

واشتملت عينة البحث على لاعبات نادي اكاد الرياضي والبالغة عددهن (١٢) لاعبة، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي ووسائل جمع البيانات والتجربة الاستطلاعية واختبارات بعض مظاهر الانتباه ومهارة دقة التهديف ثلاثة نقاط وبعد الحصول على النتائج تم مناقشتها بأسلوب علمي مدعوم بالمصادر لتحقيق اهداف البحث.

وفي ضوء نتائج البحث توصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية:

- ١- ظهور علاقة معنوية بين مظهر حدة الانتباه ودقة التهديف ثلاث نقاط.
- ٢- ظهور علاقة معنوية بين مظهر ثبات الانتباه ودقة التهديف ثلاث نقاط.
- ٣- ظهور علاقة معنوية بين مظهر تركيز الانتباه ودقة التهديف ثلاث نقاط.
- ٤- ظهور علاقة معنوية بين مظهر توزيع الانتباه ودقة التهديف ثلاث نقاط.
- ٥- ظهور علاقة معنوية بين مظهر تحويل الانتباه ودقة التهديف ثلاث نقاط.

ومن خلال تلك الاستنتاجات اوصى الباحثين بـ:

- ١- اهتمام المدربين واللاعبين بتدريب مظاهر الانتباه.
- ٢- اهتمام المدربين واللاعبين بمهارة تهديف خارج القوس وربطها مع مظاهر الانتباه الذي له علاقة بالمهارة.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تهدف التدريب الرياضي بشكل عام الى الاهتمام والعناية بالفرد في جميع النواحي (النفسية والاجتماعية والبدنية والخطية) والتي لها علاقة مباشرة ومتداخلة معها والتي يمكن الاستفادة منها من أجل رفع مستوى الرياضي .

والمعروف أن لعبة كرة السلة تتميز بتباين الأيقاع وتغير طبيعة اللعب مع الرغم عن صغر الساحة بالنسبة لأعداد اللاعبين وكثرة المهارات الهجومية والدفاعية وقوانين اللعب المختلفة، لذا من الضروري أن يركز المدرب على الاهتمام بالجانب النفسي عند أعداد اللاعبين.

والانتباه هي استعداد أدراكي عام يقدم بتوجيه الشعور الفرد نحو موقف معين ككل أو كجزء إذا كان الموقف المعروف من قبل الفرد يكون الانتباه قليلاً أما إذا كان الموقف الجديد قد تزداد الانتباه والتركيز على هذا الموقف الجديد ((أكرم، 1995، ص 100)).

والانتباه في المجال الرياضي كما يعرفه (كونزاك) هي إحدى الصفات النفسية أوهو العلاقة المتبادلة بين الإنسان والمحيط وأن الانتباه مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالتفكير والملاحظة، أن ممارسة التدريبات الرياضية لاتعني تنمية الصفات الجسمية وتكوين القابليات الحركية بل تحسين الصفات النفسية للمتدربين ويذكر ((عبد الخالق، 1992، ص17)) أن وسائل النفسية الى جانب التمرينات البنائية تؤثر على ارتفاع مستوى التدريب منها، ووسائل النفسية التي تستخدم على رفع القدرة البدنية بتحريك القوى المتحركة وتحرير احتياط القوى عند الرياضي وازالة التناقض والأختلافات بين حالته التدريب والمنافسة، ((علاوي 1969، ص53)) أن الأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون في المستويات البدنية والمهارية والخصوصية، مما يؤكد أن هناك عاملاً هاماً بينهم كما يؤدي الى التعزيز وتحطيم الأرقام الأ هو العامل النفسي.

ويعد الانتباه إحدى الصفات النفسية الهامة للرياضيين بل هو الأساس الذي تقدم عليه سائر العمليات العضلية العقلية حيث تتضح أهميته في كافة الأنشطة الرياضية ويحتاج كل منهما الى مواقف أدراكية معينة تتطلب من اللاعب أن يكون على درجة عالية من الانتباه وتركيز الانتباه من الوسائل المجمع التي تساهم في رفع قدرة اللاعبين على ملاحظة الأشياء بدقة العالية وجعل درجة التركيز حادة ودقيقة ((مختار، 1984، ص318)) يرتبط الانتباه بمظاهر محدودة ارتباطاً كبيراً بعملية التهيؤ والاستعداد لأداء أي مهارة من مهارات كرة السلة.

وأن مهارة التهديد له أهمية كبيرة لحسم المباراة وخاصة تهديد خارج القوس ثلاث نقاط وهذه المهارة تحتاج الى درجة عالية من الدقة باعتبار المسافة اطول كما ان اللاعب يستطيع ان يحصل على ثلاث نقاط خلال هجمة واحدة بدلاً من نقطتين أو نقطة واحدة أحياناً، من هنا جاءت أهمية دراسة بحثنا هذا في التعرف على مظاهر الانتباه وعلاقته بدقة مهارة التهديد خارج القوس ثلاث نقاط.

2-1 مشكلة البحث:

من خلال متابعة الباحثين الميدانية لبطولات اقليم كردستان بكرة السلة لاحظوا الباحثين بأن هناك ضعف أثناء المنافسات، ويرى الباحثين بأن المشكلة في قلة اهتمام بجانب النفسي خلال مراحل الأعداد وعدم أعطاء الأهمية الكافية لهذه المهارة المهمة.

3-1 هدف البحث:

-يهدف البحث الي التعرف على علاقة بعض مظاهر الانتباه بدقة التهديد خارج قوس ثلاث نقاط للاعبين نادي اكاد الرياضي بكرة السلة.

4-1 فرض البحث:

-هناك علاقة ذات دلالة أحصائية لبعض مظاهر الانتباه بدقة مهارة تهديد خارج القوس ثلاث نقاط.

5-1 مجالات البحث:

- 1/المجال البشري: لاعبي نادي اكاد الرياضي بكرة السلة - درجة أولى.
- 2/المجال الزمني: 1 2008/7 الى 2008/11/17.
- 3/المجال المكاني: قاعة نادي اربيل الرياضي وقاعة نادي كوية الرياضي.

2-الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:

2-1 الدراسات النظرية:

2-2 مفهوم الانتباه:

يمثل الانتباه في الوقت الحاضر أحد الموضوعات المهمة في علم النفس حيث تناولت العديد من البحوث النفسية والدراسات موضوع الانتباه ومظاهره المختلفة، لحاله من بعد حيوي في مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها ، بوصفه أحد المقومات الرئيسية التي تبني عليها العمليات العقلية الأخرى، إذ بدونه لا يستطيع أن يسعى أو يتذكر أو يتخيل أو يتعلم أو يفكر في أي شيء، فلن يتعلم الفرد شيئاً أو يفكر فيه يجب أن ينتبه إليه وأن يدركه، أي أن الانتباه في هذا المنطق هو تركيز الأحساس، والانتباه الفرد في لحظة معينة لا يكون عادة إلا في موضوع معين، كما أن الانتباه لا يتوقف ولكن ينتقل بصورة مستمرة وبسرعة خاطفة خلال أجزاء من الثانية، مما يشير إلى أن مجال الانتباه متعدد وواسع، فالمدرّب يخيل إليه أنه منتبه إلى جميع اللاعبين في كل لحظة لكن الحقيقة أن لا يكاد ينتبه في لحظة معينة إلى لاعب واحد يكون في بؤرة انتباه Focus of attention ولسرعة الفاتكة في نقل بؤرة الانتباه من مسير إلى آخر يخيل إليه أنه ينتبه إلى جميع اللاعبين في نفس اللحظة فهو العملية الأولى لنجاح عملية التعليم أو التدريب أو المناقشة، فنشئت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً على نجاح الأداء، والانتباه عملية تركيز العقل على موضوع بين موضوعات مختلفة أو على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار ((حسين ومحمود ، 1989، ص173)) ويعد الانتباه الميزان بين سائر العمليات العقلية، إذ بدونه لا يستطيع الإنسان أن يتعلم أو يتميز في شيء ما، فعندما ينتبه الإنسان إلى ما حوله فإن أفكاره تتفاعل مع المحيط الذي حوله، فالانتباه هو العملية الأساسية التي تقوم عليها العمليات العقلية الأخرى ((عاقل، 1981، ص621) .

2-1-1 مظهر حدة الانتباه:

تعرف؛ بأنها أكبر طاقة عصبية يمكن فقدها أثناء النشاط الرياضي الذي تشترك فيه العمليات النفسية التي تحدث بدقة ووضوح وسرعة؛ (مرقس، 1994: ص27)، وهي؛ الطاقة العصبية التي تستغل في أثناء النشاط الرياضي وبشكل كبير، وتعد عصارة ما يوجد لدى الفرد من طاقة عصبية يمكن استثمارها بدقة لازمة ووضوح شامل؛ (سليمان، 1995: ص13) .

ستلعب ظاهرة حدة الانتباه دوراً هاماً في النشاط الرياضي وخاصة في مرحلة تعليم المهارات المركبة إذ تؤدي ظاهرة حدة الانتباه هنا إلى الإدراك والفهم الواضح والدقيق لأجراء الحركة المركبة (أحمد ، 1989: ص289 - 290) .

2-1-2 مظهر ثبات الانتباه:

يعرف ؛ بأنه القدرة على الاحتفاظ بالانتباه الحاد لا طول مدة ممكنة ؛ (سليمان: 1988: ص26) ، وأمكانية اللاعب في ثبات الانتباه تساعد على أدراك ووضوح مجمل حالات اللعب وبدرجة عالية من الدقة والوضوح وبمستوى عالي طيلة فترة المباراة وتعتمد اللاعب على الاحتفاظ بثبات الانتباه على العوامل الآتية :

- 1- السرعة المناسبة للنشاط : حيث أن لكل نشاط رياضي يقوم به اللاعب يتطلب سرعة مناسبة للأداء، فبطء اللاعب أو زيادة سرعته تقلل من ثبات الانتباه لديه .
- 2- الحجم المناسب للنشاط : يتطلب من النشاط البدني حجم مناسب ينبغي على اللاعب السيطرة على ثبات الانتباه فكلما كانت مدة النشاط مناسبة إلى قدرة اللاعب كلما أستطاع الاستمرار في اللعب وكان لديه ثبات أفضل.

3-تنوع الأداء الحركي : هناك فروق في محتويات الأداء الحركي بما يفيد ، أن بعض الواجبات الحركية تتميز بالآثارة ولتشويق بعضها الآخر يفقد لمتعة الآثارة وأنه من المتوقع زيادة فترة الاحتفاظ بالانتباه في حالة أبتعاد الأداء الحركي عن الرتابة والأعادة والتكرار مما يؤدي الى الملل لذلك يجب استخدام الأسلوب الملائم في إعطاء تعليم وتدريب المهارات الأساسية مما يضمن تحقيق زيادة مدى الاحتفاظ بالانتباه طول الفترة (راتب ، 1997:ص364) .

3-1-2 مظهر تركيز الانتباه:

يعرف تركيز الانتباه بأنه العمليات أو النشاط النفسي الموجه نحو الشيء أو نشاط واحد فقط (أحمد ، 1976، ص328) .
او هو عملية تغيير بالوعي أو الإدراك وأنها ليست شيئا تقوم بأدائه أوتوماتيكيا (نايدفر ، 1990:ص77).

ويعد مظهر تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تنفذ بواسطة القوة المناسبة للمؤثرات المرتبطة بنوع واحد من النشاط على أجزاء معينة من لحاء المخ وبنفس الوقت يتم عدم التأثير في باقي أجزاء الى اللحاء حتى لايقوم هذه الأجزاء بالتشويش على الجزء الخاص بالتركيز مما يؤدي الى تشتيت الانتباه، ومظهر تركيز الانتباه تتميز بجعل الفرد في حالة توتر شديد وهذا يعد شوطا أساسا لنجاح المهارات الحركية الهامة بالنسبة للاعب أثناء النشاط وخاصة في النشاط التي تعتمد على البداية بصورة كبيرة كما في سباقات الجري والسباحة (أحمد ، 1976 :ص328) .

4-1-2 مظهر توزيع الانتباه:

تعرف ظاهرة توزيع الانتباه بأنها العمليات والنشاط النفسي (اي الانتباه الموجه) نحو عدة أشياء أو أنشطة في وقت واحد (جلال وعلاوي ، 1975: ص368) .
وانه عملية توزيع النشاط النفسي (الانتباه) نحو عدة مجالات أو حالات في دقت واحد دون التركيز علي على شيء آخر (سليمان ، 1995: ص 15) .
ان توزيع الانتباه لايغني توجيه الانتباه الى شيئين او أكثر في أن واحد ، بل أن الفرد وعندما يركز انتباهه لعمل معين وما عدد من الأشياء التي تتم في نفس الوقت تحدث لأنها قد تحولت الى عمل ألي أو أوتوماتيكيا كالقراءة أثناء المشي أو التفكير في شيء أثناء الأكل أو الكتابة مع المشي (محمد ، 1980:ص108).

5-1-2 مظهر تحويل الانتباه:

أن مظهر تحويل الانتباه يعرف بأنه " القدرة على سرعة توجيه الانتباه من نشاط الى آخر وبنفس الحدة وتختلف قدرة الأفراد على تحويل الانتباه من فرد الى آخر وفق الخصائص والمميزات الفردية فيوجد ممن لديه القدرة على الاندماج بسهولة في نشاط جديد ويتحول بأفكاره من نشاط الى آخر يختلف عنه تمام ويتطلب ذلك فترة زمنية يفقدون فيها بعضا من طاقاتهم العصبية"(طه 1957:ص29).
وتظهر أهمية تحويل الانتباه عند أداء المهارات المفتوحة أو الرياضات ذات الطابع الديناميكي والتي فيها الرياضي تحول أنتباهه من المجال الواسع الى المجال الضيق ومن الانتباه الخارجي الى الانتباه الداخلي وبالعكس (راتب ، 1997: ص364)

ويرى (راديونوف) أن تحويل الانتباه مرتبط بمرونة العمليات العصبية وأن الذين يزاولون اللوانا مختلفة من النشاط الرياضي يتمتعون بأمكانيات جيدة بمظهر تحويل الانتباه (مرقس، 1994: 29).

2-1-6 مظهر حجم الانتباه:

هو "عدد الأشياء الواضحة والتي يمكن أدراكها في لحظة محدودة عند عرضها (درويش، 1957: ص-50 49). وكذلك يطلق عليه مدى الانتباه وهو مايمكن ان تنتبه إليه في المرة الواحدة؛ (نوس، 1927: ص108).

ويعرف "بأنه كمية المواد أو العناصر التي يمكن أدراكها في وقت واحد بدرجة واحدة من الدقة والوضوح" (الحريري ونصر، 1984: ص1969).

وتتطلب الألعاب المنظمة الجماعية من اللاعب الذي يمارسها أن تكون لديه القدرة على حجم انتباه واسع لتعدد المثيرات التي يتعامل معها.

وهناك العديد من التعاريف للانتباه فقد عرف بأنه صفة نفسية مهمة تقوم عليها أغلب العمليات العقلية والجسمية المهمة (عبد الأمير، 1984: ص49).

وعرف الانتباه بأنه تكيف حركي عقلي مع شيء من الأشياء فهو تكيف لأن الانتباه تصاحبه ردود أفعال تعمل على كف جميع الحركات التي لاتلائم الموقف وهو تكيف عقلي في اختبار وكف في ان واحد (متولي وأسماعل، 1985: ص198-199).

وعرف بأنه قدرة الفرد (اللاعب) على أداء النشاط الحركي ومعرفة ما يحدث (محجوب، 1985: ص25).

أما الانتباه من حيث مجاله فهو أيضا نوعان وهما (الانتباه الضيق- يعني أن يكون اللاعب يقضا وواعيا بمنطقة صغيرة نسبيا أو بشيء واحد فقد عن طريق عزل جميع المؤثرات سواء كانت داخلية أو خارجية) و (الانتباه الواسع - يعني أن يكون اللاعب يقضا وواعيا بتحركات المنافسين وفي نفس الوقت متابعاً لحركات زملائه) (راتب، 1997: ص364).

فأحيانا يكون الانتباه الضيق مطلوبا عندما يكون الأداء المثالي يطلب القوة والشدة كضرب الكرة أو رميها الى أبعد مسافة، وأن الانتباه الواسع (التركيز الواسع) يلزمه التخلص من حالات الشرود الذهني وبالتالي تحقيق زيادة الشد العضلي في تلك العضلات المضادة أثناء الأداء (نايدفر، 1990: ص25).

وعرفه (التكريتي، 1978: ص31) بأنه تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار. ويعرف "بأنه الاختبار الإيجابي والمركز على أحد العناصر المعقدة للخبرة، وهو عملية تضيق لمدى الأشياء التي يستجيب لها الكائن الحي أو هو العملية التي يقوم بها الشخص والتي تؤدي الى جعل جزء من ميدان وعيه أكثر وضوحا وأكثر تركيزا" (درويش، 1957: ص49-50).

2-1-7 مهارة تصويب الثلاث نقاط :

بعد أن أدخل تعديل أضافة منطقة ثلاث النقاط أصبح لهذه التصويبة الثلاثية تأثير كبيرا على مباراة كرة السلة ، حيث زادت تسجيل أكثر نقاط ، وكذلك تغيرت استراتيجية (خطط اللعب) اللعب الهجومي والدفاعي ، وأصبحت اللعبة أكثر إثارة وخاصة في أوقات الأخيرة من المباراة.

التصويب من المسافات الطويلة يتطلب ميكانيكية أداء صحيحة التعاقب أو التسلسل والتناغم، فالتصويب الثلاثي لا يتطلب ارتفاع في القفز بل استخدام القوة العضلية بشكل أكبر من الرجلين وربما توليد القوة أضافية بالخطوة في اتجاه التصويبة.

8-1-2 الدقة الحركية:

إن الدقة من المسلمات الضرورية في الحياة وفي أي مجال كان وحتى غير الرياضية، لأن العمل الدقيق أو الإنسان ذو الصفة الدقيقة يؤدي إلى إنتاج أفضل ومهمة جيدة والاقتصاد في الجهد والتكلفة وحتى يؤدي إلى تأمين سلامة الإنسان في مجارة الحياة.

"وتعد الدقة من المكونات الرئيسية في بعض الأنشطة، مثل: المباراة والرمية والملاكمة، وإنها تعد عاملاً مهماً في العديد من الأنشطة الرياضية الأخرى، مثل: كرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة، إذ يتوقف عليها إصابة الهدف وبالتالي تحقيق الفوز" (لؤي وغانم، ٢٠٠٠:ص٣٧) "وأن الدقة الحركية في رياضة المباراة هي عبارة عن قدرة الرياضي على أداء حركة ارادية مركزة بأقصى سرعة ممكنة وبأقل زمن وبسيطرة تامة." (نهاد، ٢٠٠٦:ص٣٧)

2-2 الدراسات المشابهة:

2-2-2 دراسة (مرقس، أميرة حنا، 1994)

بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب بكرة اليد .

هدفت البحث الى معرفة علاقة بعض مظاهر الانتباه (التركيز والتوزيع والتحويل والثبات) ، بدقة التصويب بكرة اليد .

وتكونت عينة البحث من (42) لاعبا من لاعبي أندية بغداد للدرجة الأولى وتوصلت الباحثة الى الاستنتاجات الآتية :

- 1- وجود علاقة ارتباط معنوية بين تركيز الانتباه ودقة التصويب.
- 2- ضعف علاقة الارتباط بين توزيع الانتباه ودقة التصويب.
- 3- ضعف علاقة الارتباط بين تحويل الانتباه ودقة التصويب.
- 4- ضعف علاقة الارتباط بثبات الانتباه ودقة التصويب.

٢-٢-٣ دراسة (خوشناو، بحري حسن، 1999)

علاقة بعض مظاهر الانتباه بأهم المهارات الأساسية بكرة القدم.

بحث وصفي على لاعبي نادي أربيل (بيرس) الرياضي.

هدفت البحث الى كشف مظاهر (الحدة، الثبات، التركيز، التوزيع، التحويل) وعلاقتها بأهم المهارات الأساسية في الكرة القدم وتكونت العينة من (30) لاعبا تم اختيارهم بطريقة عمدية .

استنتج الباحث ما يأتي :

- 1- ظهور علاقة معنوية بين مهارات الرمية والتهديف وكل من مظاهر الأتية (الحدة، الثبات، التركيز، التوزيع، التحويل) .
- 2- ضعف العلاقة بين مهارة الرمية والتهديف ومظهر توزيع الانتباه.

3- منهج البحث وأجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسحي كونه أنسب الطرق وأيسرها للوصول الى هدف البحث.

2-3 مجتمع البحث والعينة:

تم اختبار نادي اكاد الرياضي لكرة السلة بطريقة عمدية متجها للبحث المشاركين بالدوري اقليم كوردستان العراق بكرة السلة لدرجة الممتاز وكان عددهم (12) لاعبا وأستبعد (2) لاعبين) أحطياتين وبذلك يتضح حجم العينة تحديد الدراسة (١٠) لاعبا وبنسبة (٨٣.٣%) من مجتمع البحث.

3-3 أدوات ووسائل جمع البيانات:

- ساعة التوقيت .
- شريط لقياس الطول .
- شواخص (عدد 5 شواخص) كل شاخص بأرتفاع 30 سم .
- كرة السلة (3كرات) .
- أستمارة بوردن أنفيموف للأنتباه .
- أقلام رصاص .
- طباشير مع حبل لرسم الدوائر على الحائط .
- جهاز مترونوم فلاش لقياس تركيز الأنتباه .
- حاسبة يدوية .

3-3-1 أستثمار جمع البيانات :

أستخدم الباحثان اختبار (بروردن – أنفيموف) المعد من قبل عبد الجواد طه عام 1971 ويعد هذه الاختبارات الخاصة بالرياضيين وأستخدم لقياس خمسة من مظاهر الأنتباه وهي (الحدة والثبات ، وتركيز ، وتوزيع ، والتحويل ، والحجم) ، (خاطر وألبيك : 1978 ، ص 492) .

3-3-2 مكونات المقياس:

أن أستثمار الاختبار الموضوع في الملحق (1) عبارة عن ورقة تحتوي على (31) سطرا من الأرقام العربية موزع على هيئة المجموعات ، تتكون كل مجموعة من (5-3) أرقام ، ويحتوي كل سطر على (10) مجموعات ومجموع أرقامها (40) رقما ، أي أن الاختبار يحتوي على (310) مجموعة . أي يحتوي على (1240) وقد وضعت أرقام هذا الاختبار بترتيب وتسلسل مقننة كما روعية في وضعها أن تكون غير منتظمة التوزيع وغير متساوية أيضا لتفادي احتمالات الحفظ .

3-3-3 طريقة تطبيق المقياس والاختبار للمتغيريين:

- 1-يسجل المتغير معلومات (الاسم، العمر، مظهر الاختبار، الوقت، مركز اللعب، الملاحظات) .
- 2- يؤدي الاختبارات في داخل ساحة كرة السلة.
- 3- يوضع أمام المختبر فايل وقلم جاهزين (واحد أحتياط) ونموذج من الاختبار التصحيح.
- 4- زمن الاختبار (1 إلى 2) دقيقة حسب نوع مظاهر الأنتباه .
- 5- جهاز مترونوم – فلاش يستخدم لأختبار التركيز والأنتباه. جهاز المعد لهذا الغرض أذ يقدم بأعطاء (60) دقة صوت في الدقيقة وكل (5) ثواني يعطي ومضة ضوء المصباح فيقوم الباحث بتشغيله أثناء الاختبار ليكون الاختبار .
- 6- يقوم المختبر يشطب الرقم الذي على يمينه، أما الرقم الذي على يساره أوفي الوسط فيهمل ، لأنه يعد خطأ على سبيل المثال لغرض التوزيع الرقم المطلوب شطبه هو (47) فيكون الرقم على اليمين

- (3947) صحيح فيشطب ،أما الرقم (93476) فيهمل في الوسط ، والرقم (4739) على يسار اللاعب يهمل ايضاً.
- 7- عند سماع كلمة أستعد بالغة الكردية والعربية يمسك المختبر يده قلم الرصاص ويبيده الأخرى نموذج الاختبار، مع كلمة (أبداء) ومن ثم يبدأ بشطب الأرقام .
- 8-ينتهي الاختبار عند سماع كلمة (قف) ،فيضع المختبر (اللاعب) علامة دائرة أو علامة رأسية عند آخر الرقم شطبه .
- 9-عندما يعلن الباحث كلمة (أبداء) يقوم في اللحظة نفسها بتشغيل ساعة التوقيت.
- 10-وتبدأ بالأسطر الواحد تلو الآخر من اليسار الى اليمين.

4-3 التجربة الاستطلاعية:

- قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 17/10/2008 بتجربة رئيسية على لاعبين لنادي اكد الرياضي وكان الهدف من التجربة مايلي :
- 1-التعرف على مدى أستجابة اللاعبين لمفردات الاختبار النفسية والمهارية.
 - 2-التعرف على مدى صلاحية الأدوات المستخدمة للاختبارات النفسية والمهارية.
 - 3-التعرف على الوقت المسغرق في تنفيذ الاختبارات النفسية والمهارية.
 - 4-معرفة الكوادر المساعدة يحتاجها الباحث لأجراء الاختبارات النفسية والمهارية .
 - 5-التعرف على مدى ملائمة الاختبار النفسية والمهارية ، لمستويات وقابليات اللاعبين (مجتمع البحث) .

5-3 أختبارات بعض مظاهر الانتباه:

1-5-3 اختبار مظهر حدة الانتباه:

التعليمات:

- 1-مع كلمة (ابدأ) يقوم المختبر (اللاعب) بقلب نموذج الاختبار في لحظة تشغيل الساعة ، ويبدأ بشطب الرقم (97)مع مفتاحه انظر الملحق (2)،طريقة تصحيح واحتساب النتائج.
- 2- زمن الاختبار دقيقة واحد فقط.
- طريقة تصحيح واحتساب النتائج
- 1- احصاء العدد الكلي للأرقام التي وصل اليها اللاعب خلال الدقيقة الواحدة الاختبار، أو حتى كلمة (قف) ،أي الحجم الكلي للجزء المنظور ويرمز له (A).
- 2- احصاء عدد الارقام الصحيحة التي قام اللاعب بشطبها في الجزء المنظور ،ويرمز لها (c). وتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار.
- 3- احصاء الارقام التي قام اللاعب بشطبها عن الطريق الخطأ في الجزء المنظور ،اذا يرمز لها بالحرف (W).
- 4- احصاء عدد الارقام المنسية التي لم يشطبها اللاعب (أي الساقطة من معدل الشطب) في الجزء المنظور، اذا يرمز لها بالحرف (O).
- 5-يتم استخراج مستوى حدة الانتباه لدى اللاعب عن الطريق معادلة التالية:

$$\text{حدة الانتباه} = A \times \frac{W-C}{O+C}$$

عدد الارقام المشطوبة صحيحاً - عدد الارقام المشطوبة خطأ x عدد الارقام المنظور

حدة الانتباه

عدد الارقام المشطوبة صحيحاً - عدد الارقام المنسية

ملاحظة: كلما ارتفع نتائج الحدة ارتفع مستوى الحدة لدى اللاعب (حسين محمود، ١٩٨٩: ص ١٩٩)

3-5-2 اختبار مظهر ثبات الانتباه

التعليمات

- ١- يكرر الاداء نفسه بالنسبة للاختبار حدة الانتباه ويكون الشطب للرقم (٩٢)
- ٢- زمن الاختبار دقيقتان فقط .

طريقة التصحيح واحتساب النتائج :

يتم استخراج الدلالات الاتية :

- 1- مجموع الارقام المشطوبة (٩٢) التي قام اللاعب في الجزء المنظور ويرمز لها بالحرف (C) وتم استخراجها بواسطة مفتاح الاختبار ،
 - 2- مجموع الارقام المشطوبة التي قام اللاعب بشطبها عن طريق الخطأ في جزء المنظور اذا يرمز بالحرف (W).
 - 3- مجموع الارقام الساقطة من التشطيب اي المنسية والمفروض شطبها ويرمز له بالحرف (O).
 - 4- ثبات الانتباه ويرمز له بالحرف (A).
- أي ان ثبات الانتباه

W-C

ثبات الانتباه:

O+ C

3-5-3 اختبار مظهر تركيز الانتباه:

التعليمات

- 1- يكرر نفسة المتبع في قياس حدة الانتباه ، ولكن بوجود جهاز (مترونوم ، فلاشر) الذي يعطي (٦٠) دقة صوت في الدقيقة وومضة ضوء كل (٥) ثواني عن طريق مصباح.
 - 2- الرقم المختار لهذا الاختبار (٩٦) مع مفتاحه .
 - 3- زمن الاختبار دقيقة واحدة فقط .
- طريقة التصحيح واحتساب النتائج
- 1- المعادلة نفسه التي استخدمت في حدة الانتباه تستخدم في التركيز.
 - 2- صافي الانتاجية في حدة الانتباه يرمز لها ب (U١) أي بدون مثير.

3- اما صافي الانتاجية في التركيز أي (حدة الانتباه مع المثير الصوتي والضوئي) يرمز لها ب (U₂) .

4- تركيز الانتباه يستخرج في النتيجة النهائية

$$\text{تركيز الانتباه} = U_2 - U_1$$

أي اختبار بدون مثير - الاختبار مع المثير = تركيز الانتباه .

يكون زمن الاختبارين دقيقين .

ملاحظة:

كلما انخفضت القيمة المستخرجة دل هذا على ارتفاع التركيز عند اللاعب (على ، ١٩٩١: ص ٤٦).

أي كلما كانت القيمة النهائية لتركيز صغيرة كانت تركيز عالياً ، ولعكس صحيح أي كلما أقترب (U₁) من (U₂) كان التركيز افضل .

3-5-4 مظهر توزيع الانتباه

التعليمات

1- نفس الاداء باختبار حدة الانتباه ولكفيه بعض المتغيرات .

2- عند اعطاء كلمة (ابدأ) مع تشغيل الساعة يبدأ اللاعب في البدء وبحث عن الرقمين في أن واحد مثل (٧٩، ٤٧) أي في نفس الوقت يبحث اللاعب عن الرقمين ، وعندما يلاحظ أي منهما يشطبه لحين سماع كلمة (قف)

3- زمن الاختبار دقيقتان

1- تستخرج حدة الانتباه للرقم (٧٩) كم سبق شرحه في اختبار الحدة يكون صافي الانتاجية الرقم (٧٩) بالنتيجة النهائية ويرمز لها (U₃)

2- استخرج حدة الانتباه للرقم (٤٧) و كما استخرج في اختبار الحدة يكون صافي الانتاجية الرقم (٤٧) بالنتيجة النهائية ويرمز لها (U₄)

3 -وبعد اسخراج النتجة الرقمين (٧٩، ٤٧) تستخدم المعدلة الاتية لا ستخراج نتيجة توزيع الانتباه وهي :-

$$\text{توزيع الانتباه} = 100 \times \frac{U_4 - U_3}{U_4 + U_3}$$

$$\text{توزيع الانتباه} = \frac{\text{صافي نتيجة الحدة } U_4 - \text{صافي نتيجة الحدة } U_3}{\text{صافي نتيجة الحدة } U_3 + \text{صافي نتيجة الحدة } U_4} \times 100$$

ملاحظة:

كلما انخفض توزيع الانتباه ارتفع مستوى مظهر توزيع الانتباه (حسين ، محمود ، ١٩٨٩: ص ١٩٩).

3-5-5 اختبار مظهر تحويل الانتباه

التعليمات

تضاف التغيرات الاتية في هذا الاختبار ومع المقارنة بالاختبار السابقة.

1- يشطب اللاعب رقمين مثل (٤٩-٨٣) ولكن كل رقم منفصل عن الآخر ولمدة (٣٠) ثانية ولكل رقم جولتان ، كما موضح ادناه .

أ - عندما يسمع اللاعب كلمة (أبدأ) يبدأ بشطب رقم (٤٩) فقط لمدة (٣٠) ثانية وعندما ينتهي من ثلاثين ثانية يضع علامة القوسية أي رأسية عند النهاية ويكمل بدون توقف .

ب- عند سماع كلمة (حول) أو (بدل) باللغتين الكردية والعربية لرقم (٨٣) يشطب هذا الرقم ولمدة (٣٠) ثا أخرى وعند ينتهي الوقت يضع علامة قوسية أي رأسية عند النهاية ويكمل بدون توقف.

ج- عند سماع كلمة (حول) أو (بدل) لرقم (٤٩) يكمل بالشطب مع وضع علامة قوسية لمدة (٣٠) ثا التالية ، وعندما ينتهي الوقت يضع علامة قوسية أي أو رأسية يكمل بدون توقف.

د- و عند سماع كلمة (حول أو بدل أو كمل) لرقم (٨٣) يكمل بالشطب مع وضع علامة القوسية أو رأسية لرقم (٨٣) لمدة (٣٠) ثانية الرابعة وعندما ينتهي الوقت يضع علامة قوسية أو رأسية وينتهي الاختبار .

2- زمن الاختبار (دقيقتان) مقسمة الى اربع اقسام (٣٠) ثا.

طريقة التصحيح واحتساب النتائج

يتم احتساب حدة الانتباه لاربعة اوقات (30) ثانية كما في احتساب حدة الانتباه في الاختبار الاول.

1- الحدة الاولى: صافي انتاجية العمل في ال(30) ثانية الاولى للرقم(49).

2- الحدة ثانية: صافي انتاجية العمل في ال(30) ثانية الثانية للرقم(83).

3- الحدة الثالثة: صافي انتاجية العمل في ال(30) ثانية الثالثة للرقم(49).

4- الحدة الرابعة: صافي انتاجية العمل في ال(30) ثانية الرابعة للرقم(83)

ويرمز لتحويل الانتباه بالرمز(N)

وبعد ذلك يتم حساب الفرق بين ال(30) ثانية الاولى وثانية الثالثة والرابعة بطرح واحد من الاخرة

لاستخراج صافي الانتاجية وكما يأتي :-

* يرمز(M) للفرق بين انتاجية العمل بين الجزء الوقت الاول والثاني.

* (الحدة الاولى - الحدة الثانية).

* يرمز(H) للفرق بين انتاجية العمل بين الجزء الوقت الثانية الثالثة.

* (الحدة الثانية - الحدة الثالثة).

* يرمز(O) للفرق بين انتاجية العمل بين الجزء الوقت الثالثة والرابعة.

* (الحدة الثالثة - الحدة الرابعة).

*اذن تحويل الانتباه في المعادلة التالية يساوي:-

$$O - H - M$$

$$\frac{\quad}{3} = \text{تحويل الانتباه (N)}$$

الملاحظة:

كلما انخفضت الدلالة (النتائج) ارتفع مستوى تحويل الانتباه لدى اللاعب ، (حسين و محمود ، ١٩٨٩:ص ١٩٨).

3-6 اختبار التصويب الجانبي خارج القوس (٢٥، ٦م)

الهدف : قياس دقة مهارة التصويب من الجانب من خارج قوس 3 نقاط.
الادوات : كرة سلة ، هدف كرة السلة.

طريقة الاداء : يحاول من مكان على الجانب الهدف بمسافة تبعد ٦،٢٥ م عن مركز الهدف ويحق للمختبر التصويب باستخدام يد واحدة اوالدين معاً علما ان يقوم باداء عشرلتصويبات من احد جوانب السلة ، بعد ذلك ينتقل الى الجانب الاخر للاداء عشرة تصويبات اخرى.
الشروط : يجب ان يكون التصويب من مكان المحدد لذلك .

- يحق المختبر ان يؤدي بعض التصويبات من كل الجانب وبهذا يصبح عدد التصويبات (٢٠) تصويبة للجانبين.

التسجيل : تسجيل نقطة واحدة لكل اصابة ناجحة ولا تحسب أي نقطة عن محاولة فاشلة بهذا يمكن تسجيل العدد الكلي للدرجات في العشرين تصويبة التي قامه بها المختبر (عشرة من كل جانب) أى الحد الاعلى للدرجات يكون في (٢٠) درجة. (حمودان و جاسم :١٩٨٧:ص ٢٠٦).

3-7 الوسئل الأحصائية:

قام الباحث بتفريغ البيانات ووضعها في جداول ، وقد تمت دراستها ومعالجتها أحصائيا من أجل الوصول الى النتائج النهائية أذ تم استخدام القوانين الأحصائية الاتية.
(التكريري ، ١٩٩٦:ص ١٠٨ - ٢١٤)

$$\text{أولا : الوسط الحسابي : } \frac{\text{مج س}}{\text{ن}} = \text{س}$$

$$\text{ثانيا : الانحراف المعياري : } \frac{\frac{\text{مج س}^2}{\text{ن}} - \frac{(\text{مج س})^2}{\text{ن}^2}}{\text{ن} - 1} = \text{ع}$$

$$\text{ثانيا :معامل الارتباط البسيط (بيرسون) : } r = \frac{\frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{\text{ن}} - \frac{(\text{مج س})^2}{\text{ن}} \times \frac{(\text{مج ص})^2}{\text{ن}}}{\left\{ \frac{\text{مج س}^2}{\text{ن}} - \frac{(\text{مج س})^2}{\text{ن}^2} \right\} \times \left\{ \frac{\text{مج ص}^2}{\text{ن}} - \frac{(\text{مج ص})^2}{\text{ن}^2} \right\}}$$

4-عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1-4 عرض وتحليل ومناقشة النتائج بعض مظاهر الانتباه ومهارة التهديد خارج القوس ثلاث النقاط .
1-1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة ارتباط بين بعض مظاهر الانتباه ودقةمهارة التهديد خارج القوس .

جدول (١)

نتائج علاقة ارتباط بين دقة مهارة التهديف خارج القوس و بعض مظاهر الانتباه.

مظاهر		الحدة		الثبات		التركيز		التوزيع		التحويل	
المهارة		س	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س	ع
تهديف (٣) نقاط	١٨٩	٣٠,٣٠	٠,٩٦	٠,٠٨	١٦٢	٣٩,٢٣	١,٠٨	١,١٢	٦,٥٤	٢,٩٩	٠,٧١١
	س	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س
١٤,٥	٢,٧١	٠,٧٥٠	٠,٧٢١	٠,٦٤٦	٠,٦٧١	٠,٧١١	٠,٦٧١	٠,٦٧١	٠,٦٧١	٠,٦٧١	٠,٦٧١

*قيمة (ر) الجدولية عند درجة الحرية (٢-١٠) ومستوى الدلالة (٠,٠٥) = ٠,٦٣٢

يتضح من جدول (١) بان الوسط الحسابي لمهارة التهديف خارج القوس بلغ (٤,٥) وبأنحراف معياري (٢,٧١)، أما مظاهر الانتباه فقط بلغ وسطه الحسابي على التوالي (١٨٩-٠,٩٦-١٦٢-١,٠٨-٦,٥٤) وبأنحراف معياري على التوالي (٣٠,٣٠-٠,٠٨-١٦٢-٣٩,٢٣-١,١٢-٢,٩٩) امام قيمة معامل الارتباط بين دقة تهديف خارج القوس ثلاث نقاط وبعض مظاهر الانتباه فقد كانت على التوالي التهديف مع الحدة (٠,٧٥٠) والتهديف مع الثبات (٠,٧٢١) والتهديف مع التركيز (٠,٦٤٦) والتهديف مع التوزيع (٠,٦٧١) والتهديف مع التحويل (٠,٧١١) وعند مقارنة القيم المحتسبة بقيمها الجدولية نلاحظ أن جميعها كان معنوياً.

فيما يتعلق بمهارة التهديف مع مظهر الحدة يعزو الباحثان السبب ذلك الى أن اللاعبين يهتمهم الإدراك والفهم الواضح والدقيق لأجراء المهارة التي يؤديها اللاعب وهذا يتفق مع رأي (أحمد، ١٩٨٩، ص ٢٨٩-٣٠٠) أذ يقول تؤدي ظاهرة حدة الانتباه الى الإدراك والفهم الواضح والدقيق لأجراء المهارة الحركية كما ان بسبب ارتفاع مستوى اللاعبين باعتبارهم مشاركين في الدرجة الممتازة ووصولهم الى نهاية البطولة ادى الى زيادة مستواهم ومداركهم الحسية نتيجة استعمال هذه المهارة اثناء اللعب مؤكداً ذلك (سليمان، ١٩٦٥) بأن الحدة هي الطاقة العصبية التي تستغل في اثناء النشاط الرياضي وبشكل كبير. أما فيما يتعلق لمهارة التهديف مع ثبات فنلاحظ أن قيمة القياسية لهذا المظهر أكبر من القيمة الجدولية مما يدل على معنوية الارتباط ويعزو الباحثان سبب ذلك الى أن الأداء الحركي لهذه المهارة قد اصبح اللاعب عندها حالة أوتوماتيكية مما ادى الى ثبات حركي ودقة عالية نتيجة لكثرة تكرارها أثناء المبارات من قبل اللاعبين حيث يذكر (أحمد ١٩٨٨: ص ٢٩٠) تؤدي ظاهرة ثبات الانتباه الى اكتساب اللاعب الانطباع الديناميكي الحركي للعمليات العصبية والذي يؤدي الى إمكانية قيام اللاعب بالنشاط بسهولة وعدم تكلف.

أما فيما يتعلق بمهارة التهديف خارج القوس مع مظهر تركيز الانتباه فكانت معنوية ايضاً، ويعزو الباحثان ذلك الى أن طول الفترة الزمنية قبل تنفيذ التهديف وبعد الخط عن اللاعبين المنافسين تساعد اللاعب في أخذ الوقت المناسب لكي يركز أنتباهه قبل ان يقوم بعملية التهديف. وهذا يتفق مع رأي (Filep 1970 : p 205) أن تركيز الانتباه يرتبط بعدة عوامل منها حجم الجهد المبذول في تنفيذ الحركة او درجة تفقد السعة، أما فيما يتعلق بمظهر التوزيع مع التهديف فكان ارتباط معنوياً لأن توزيع الانتباه لايعنى توجيه الانتباه الى شيئين أو أكثر في أن واحد، بل أن الفرد يركز أنتباهه لعمل معين وما عداه من الأشياء التي تتم في نفس الوقت تحدث لأنها قد تحولت الى عمل ألي أو

أوتوماتيكي كالقراءة أثناء المشي أو التفكير في شيء أثناء الأكل أو الكتابة مع المشي (محمد ، ب.س:ص١٠٨)

كذلك في الألعاب الرياضية المختلفة فلاعب كرة السلة يوزع الانتباه باتجاه الحركة والضخم وكذلك الكرة و الحكم و تشجيع الجمهور في وقت واحد و لاعب كرة الطائرة يوزع انتباهه على الكرة والأعبين و خطوط الملعب وموقعه والشبكة لمحاولة حجز النظر على اللاعب المنافس وزميله المرسل في وقت واحد أيضا حيث يتوقف ذلك على مقدرة اللاعب بالقيام بكل هذه الأشياء على قدرة اللاعب بتوزيع انتباهه (عبد الحميد ، ١٩٨٩:ص٣٣)

أما فيما يتعلق بمظهر تحويل الانتباه وعلاقته بدقة التهديف خارج القوس فنلاحظ أن القيمة المحتسبة أكبر من قيمتها الجدولية فما يدل على ارتباط معنوي ويعزو الباحثان سبب ذلك ان عينة البحث لديهم القدرة على الاندماج والتعديل من نشاط او حركه معينة الى نشاط او حركة جيدة وهذا يتوقف على مرونة العمليات العصبية لديهم وهذا يتفق مع رأي طه الى ان (رياضيين الاندية) يزاولون ألوان مختلفة من النشاط الرياضي ويتمتعون بإمكانيات مختلفة لمظاهر الانتباه من مراته التحويل (طه ، ١٩٧٥:ص٢٦٨).

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات :

بناء على ما تم عرضه وتحليله ومناقشته من نتائج المتخلفة من عينة البحث ومعاملتها أحصائيا توصل الباحثان الى تحقيق هدف بحثهما وفرضه أذ استنتج الأتي :

- 1- ظهور علاقة معنوية بين دقة تهديف خارج القوس (٣) نقاط و مظهر حدة الانتباه .
- 2- ظهور علاقة معنوية بين خارج القوس (٣) نقاط و مظهر ثبات الانتباه .
- 3- ظهور علاقة معنوية بين دقة تهديف خارج القوس (٣) نقاط و مظهر التركيز الانتباه .
- 4- ظهور علاقة معنوية بين دقة تهديف خارج القوس (٣) نقاط و مظهر التوزيع الانتباه .
- 5- ظهور علاقة معنوية بين دقة تهديف خارج القوس (٣) نقاط و مظهر التحويل الانتباه .

5-2 التوصيات :

الأهتمام بالمظهر التركيز مع مهارة التهديف خارج القوس.

- 1 -أهتمام المدربين واللاعبين بتدريب مظاهر الانتباه.
- 2- أهتمام المدربين واللاعبين بمهارة تهديف خارج القوس وربطها مع مظاهر الانتباه الذي له علاقة بالمهارة.
- 3-التدريب بشكل خاص على مهارة تهديف خارج القوس لجميع لاعبين دون إعطاء خصوصية لبعض اللاعبين.
- 4-أجراء دراسة مشابهة لمظاهر الانتباه من مراكز مختلفة للاعبين كرة السلة.
- 5- أجراء دراسة مشابهة على بقية المهارات الأخرى التي لم يتطرق اليها الباحثان.

المصادر

- احمد ،عبدالحميد (١٩٨٩) ملاكمة ،ط٥ ،القاهرة : دارالفكر العربي .
- احمد ،عبدالحميد (١٩٧٩) ملاكمة ،ط٥ ،القاهرة : دارالنشر لجامعات المصرية.
- التكريتي ،وديع ياسين (١٩٧٨) ،دراسة تركيز الانتباه في مسابقات رفع الاثقال قبل بدء برفع ،جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية (رسالة ماجستير غير منشورة) .
- التكريتي ،وديع ياسين وعبيد ،حسن محمد (١٩٩٦) ،التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية ،الموصل : دارالكتب .
- جلال ،سعدو علاوي ،محمد حسن (١٩٧٥) ،علم النفس التربوي ،ط٤ ،القاهرة : دار المعارف .
- حريري ،محسن بسيوني ونصر ،سامي ابراهيم (١٩٨٤) ،دراسة مظاهر الانتباه للاعبين الخطوط المختلفة لكرة القدم ،القاهرة: المؤتمر العلمي الخامس لدراسات وبحوث التربية الرياضية
- حسين ،مصطفى ومحمود ،صديقة محمد (١٩٨٩) ،مظاهر الانتباه لدى لاعبي بعض الانشطة الرياضية (دراسة مقارنة) ،جامعة حلوان ، عدد الاول ،مجلة علمية لتربية الرياضية.
- خاطر ،احمد محمد والبيك ،علي فهمي (١٩٧٨) ،قياس في مجال الرياضي ،ط٢ ،مصر : دار المعارف
- عبد الخالق ،عاصم (١٩٩٢) ،التدريب الرياضي -الاسس الفسيولوجية ،القاهرة : دارالفكر العربي .
- خوشناو ،بحري حسن (١٩٩٩) ،علاقة بعض مظاهر الانتباه باهم مهارات اساسية بكرة القدم ، جامعة صلاح الدين ، كلية التربية الرياضية.
- درويش كمال سيد (١٩٥٧) ،الانتباه ،خطيأُنقل عن قاموس المصطلحات النفسية .
- راتب ،اوسامة كامل (١٩٩٧) ،علم النفس الرياضي -المفاهيم والتطبيقات ،ط٢ ،القاهرة : دارالفكر العربي .
- سليمان ،محمد حيدر (١٩٩٥) ،دراسة بعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي الالاعاب الفردية والجماعية- جامعة موصل - كلية التربية الرياضية -رسالة ماجستير غير منشورة.
- سليمان ،هاشم احمد (١٩٨٨) ،علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب في الرمية الحرة بكرة السلة ،جامعة بغداد كلية التربية الرياضية -رسالة ماجستير غير منشورة.
- طه ،محمد لطيف محمد (١٩٧٥) ،خصائص الانتباه لدى لاعبي كرة السلة وعلاقتها بمستوى اللاعب ومركزه ،جامعة حلوان - رسالة ماجستير غير منشورة.
- عاقل ،فاخر (١٩٨١) ،علم النفس ،ط٧ ،بيروت : دار العلم للملايين .
- عبد الامير ،يوسف (١٩٨٤) ،واقع الناحية النفسية الرياضية عند لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم ،جامعة بغداد ،كلية التربية الرياضية (رسالة ماجستير غير منشورة) .
- عبدالحميد ،خالد عبدالمجيد (١٩٨٩) ،تركيز الانتباه قبل اداء الارسال لكرة الطائرة ، جامعة موصل كلية التربية الرياضية -رسالة ماجستير غير منشورة.
- علاوي ،محمد حسن (١٩٦٩) ،التدريب الرياضي ،القاهرة : دارالمعارف .
- فائزة بشير حمودان ومؤيد عبدالله جاسم ،كرة السلة : (الموصل ،مطبعة التعليم العالي ،١٩٨٧) .
- لؤي غانم الصميدعي وهاشم احمد سليمان؛ دقة التصويب في كرة السلة من مناطق مختلفة: (مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية، جامعة الموصل، المجلد السادس، العدد السابع عشر، ٢٠٠٠)
- متولي ،محمد مختار واسماعيل محمد (١٩٨٥) ،مبادئ علم النفس :وزارة المعارف السعودية
- محجوب ، وجيه (١٩٨٩) ،تعلم حركي ،جامعة بغداد : بيت الحكمة .
- محمد ،احمد زكي (بدون سنة) ،مبادئ علم النفس التعليمي ،ط٤ ،القاهرة : مكتبة النهضة.
- مختار ،حنفي (١٩٨٤) ،الاسس العلمية -التدريب كرة القدم ،الكويت : دار الفكر العربي.
- مرقس ،امير حنا (١٩٩٤) ،بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدق التصويب لكرة اليد ، -جامعة بغداد كلية التربية الرياضية -رسالة ماجستير غير منشورة.

- نايدفر ،روبرت (١٩٩٠) ،دليل الرياضيين لتدريب الذهني ،(ترجمة) محمدرضى ابراهيم وآخرون ،موصل :دارالحكمة لطباعة والنشر.
- نهادايوب قادر، (٢٠٠٦) ، نسبة مساهمة بعض زوايا الاداء الحركي للاعبي المبارزة وعلاقتها بدقة الطعن لدى لاعبي سلاح الشيش ،جامعة كوية –كلية التربية الرياضية-رسالة ماجستير.
- نوس ،ب .م (١٩٧٢) ،افاق جديدة في علم النفس ،(ترجمة) فؤادعبدالطيف ،عالم الكتب ،مصر :مطبعة مخيم .
- Genov.fliep (1970) the nature of the mobilization rediness influence of event factor uponits formation washeng tong .

أحيانا	نادرا