

تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

Focusing attention and its relationship to shooting accuracy among junior handball players in Jordan

أحمد المعاينة¹، معن الشعلان^{2*}، زين العابدين بني هاني³

Ahmad Al-Maaita¹, Maen shalan^{2*}, Zainul Abidin Bani Hani³

^{1,2,3} قسم التربية الرياضية، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن

^{1,2,3}Department of Physical Education, Mutah University, Karak, Jordan

تاريخ النشر: 2024/02/20

تاريخ القبول: 2023/07/27

تاريخ الإستلام: 2022/12/16

المستخلص: هدفت هذه الدراسة التعرف إلى درجة تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن، وتم استخدام المنهج الوصفي، تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية وتكونت من (76) لاعباً من ناشئي كرة اليد في الأردن للموسم الرياضي 2022/2021، وتم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه واختبار دقة التصويب كأدوات لجمع البيانات، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط إيجابية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن، وأوصت الدراسة بالتأكيد على المدربين باستخدام معادلة التحديد التي تم إيجادها في الدراسة عند عملية انتقاء ناشئي كرة اليد.

الكلمات المفتاحية: تركيز الانتباه، دقة التصويب، ناشئي كرة اليد.

Abstract: This study aimed to identify the degree of concentration of attention and its relationship to the accuracy of shooting among junior handball players in Jordan, and the descriptive approach was used. The attention focus network and the shooting accuracy test as tools for data collection, the results of the study showed a positive correlation between the degree of concentration of attention and accuracy of shooting among handball juniors in Jordan, and the study recommended emphasizing coaches using the determination equation that was found in the study when selecting handball juniors.

Keywords: Concentration of Attention, Accuracy of Shooting, Handball Juniors.

المقدمة:

يعتمد الوصول باللاعبين للمستويات الرياضية المتقدمة وتحقيق الانجازات في كرة اليد على عدة عوامل منها الإعداد البدني، الإعداد المهاري، الإعداد الخططي، إلا أنه اتضح بأنها لا تكفي لضمان وصول اللاعبين للمستويات المتقدمة والعالمية وتحقيق الفوز في المنافسات المختلفة بدون الإعداد النفسي للاعبين، فعلم النفس الرياضي في عصرنا الحالي يعتبر احد الركائز الأساسية في التدريب الرياضي والذي يسهم بقدر كبير في تنمية وتطوير مستويات اللاعبين.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه (2006) Semadar et all بأن العامل النفسي يؤثر في تحديد نتيجة جهد اللاعبين اثناء المنافسات الرياضية لتحقيق الفوز وتسجيل الأهداف فإذا أتبع للاعبين فرصة وأخذ الوقت الكافي للتدريب على المهارات النفسية والانتظام في التدريب على المتطلبات الفنية المرتبطة بنوع النشاط الرياضي الممارس سوف يكون هناك استقرار في مستوى الاداء الذي يقترب من أقصى قدرات اللاعبين.

وهذا ما أشار اليه سامي وغالب (2009) بأن الانتباه احد العمليات العقلية العليا التي له دور هام في المجال الرياضي، و يعد من المتطلبات الأساسية للأداء الجيد في إي لعبة رياضية سواء جماعية او فردية، وتبرز أهمية الانتباه في التدريب الرياضي في مساهمته في الوصول إلى الأداء الأمثل، و تركيز الانتباه أحد مظاهر الانتباه المهمة والذي له دور فاعل في التهيؤ والاستعداد قبل الأداء، إذ يمثل فقدان الانتباه أحد العوامل الرئيسية في الأداء الضعيف، والذي يؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة. إذ أن ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الحركية لا يرتبط بمؤهلات التدريب فقط، بل يرتبط أيضا بقدرة الفرد على بعض القدرات العقلية ومنها تركيز الانتباه الذي يعد أحد أبعاد الأعداد النفسي المهم للاعبين .

ويعد تركيز الانتباه من المهارات النفسية المهمة للرياضيين ويعتبر الأساس من أجل نجاح التعليم أو التدريب أو المنافسة في أشكالها المختلفة، فعدم التركيز أو تشتت الانتباه سيؤثر سلباً على الاداء، فكثير من الرياضيين يعزون سبب انخفاض مستواهم اثناء المنافسات لفقدانهم للتركيز (راتب، 2000)

ويعتبر تركيز الانتباه أحد العمليات العقلية المهمة التي لها علاقة بالاداء الحركي ويعتبر التركيز أحد مكونات الانتباه المهمة وله دور فاعل في الاستعداد والتهيؤ قبل تنفيذ الاداء المهاري وبناء عليية تتحدد دقة تنفيذ المهارة وهذا بدوره يتطلب من اللاعبين التدريب المستمر على تطوير العمليات العقلية والصفات النفسية لأنه زيادة درجة اتقان الاداء المهاري لا يرتبط فقط بالتدريب البدني والمهاري بل يرتبط ايضاً بقدرة اللاعبين على تركيز انتباههم. (مغايرة، 2018)

ويشير (Crespo et all 2002) ألي ان التركيز من اهم المهارات العقلية لأنه أثناء الاداء يكون مجال انتباه اللاعبين على البيئة المحيطة سواء الخارجية أو الداخلية فالتركيز السلي على الاشياء الغير مرتبطة بالأداء يشتت انتباه اللاعبين ويفقدهم التركيز فالتركيز هو مفتاح تحكم اللاعب في الجانب الانفعالي الخاص به ويساعده على توجيه أفكاره على الاساسيات المرتبطة بالأداء.

والرياضيون يتعرضون لمواقف كثيرة من خلال الانشطة التنافسية التي تتطلب الزيادة في تركيز الانتباه من أجل الوصول لسرعة الاستجابة والقيام بالواجبات الحركية المطلوبة بالوقت المناسب فعملية تشتيت الانتباه وفقدان التركيز قد يؤدي لخطاء فنية وتكتيكية خلال الاداء الحركي (Taylor and Wilson , 2005).

ويري مصطفى (2007) أن لتركيز الانتباه دور جوهري يدركه الرياضيون والمدربون على أنه شرط أساسي للإنجاز الرياضي كما أن الافتقار للتركيز واحد من المشكلات المهمة في الرياضة سواء الترويحية أو التنافسية لأنه يؤدي لحدوث الأخطاء اثناء الاداء.

ويشير راتب (2000) إلى ان الافتقار لتركيز الانتباه يعتبر واحد من المشكلات في الوسط الرياضي لأنه قد يؤدي لحدوث اخطاء عقلية اثناء الاداء، لذلك يعتبر التدريب على التحكم في الانتباه من المهارات النفسية الهامة للنجاح والفوز على مستوى الاداء في المجال الرياضي.

تركيز الانتباه هو القدرة على تركيز بؤرة الاهتمام على الرموز المناسبة في البيئة والمحافظة على تلك البؤرة أثناء المنافسة الرياضية، ويعرفه (محمود، 2005) على أنه تمركز بؤرة الانتباه على العلامات المرتبطة بالأداء في البيئة المحيطة والاحتفاظ بهذا التمركز لفترة زمنية تحقق امتلاك الوعي الإدراكي المؤقت.

وتعد كرة اليد من الألعاب السريعة جدا سواء في تمرير الكرة أو تصويبها و بما أن عدد الأهداف هو الحد الفاصل في حسم المباراة، وجب على الفرق إعطاء مهارة التصويب أهمية خاصة تنفرد بها عن باقي المهارات الأساسية (درويش، 2002).

إن غرض كرة اليد هو إصابة الهدف ويعتبر التصويب الحركة النهائية لكافة الجهود المهارية والخططية التي استخدمت للوصول للاعب الى وضع التصويب الناجح على المرمى، ولكي يكمل التصويب بالنجاح ينبغي ان يقترن بالقوة والدقة

العائيتين وهذا يعني ضرورة ارتباط الصفات البدنية والوظيفية والنفسية بمهارة التصويب لتكون أكثر فعالية إثناء المنافسة (سعيد، 2015).

فالتصويب على المرمى هو التتويج النهائي لجميع خطط اللعب ويشكل الحد الفاصل بين الهزيمة والفوز لذلك يجب ان تؤدي مهارة التصويب دائما بأقصى ما يمكن من التركيز وبأقوى جهد. (الشعلان واخرون، 2016). فتركيز الانتباه له علاقة واهمية بدقة التصويب في رياضة كرة اليد وذلك لقللة المساحات المتاحة للاعبين وصغر مساحة المرمى في هذه الرياضة وبالتالي يحتاج اللاعبون لتركيز عالي عند تنفيذ مهارة التصويب. (الحوري، 2007). ويرى الباحثون ان تركيز الانتباه بالنسبة لناشئي كرة اليد هي قدرتهم على اداء المهارات المختلفة كالتنطط والتمرير والتصويب على المرمى اثناء المباريات بكفاءة عالية، إن اتقان الاداء المهاري في رياضة كرة اليد لا يمكن الوصول إليه الا من خلال الربط الجوهري بين الاداء المهاري والعمليات العقلية والاداء البدني.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة التعرف إلى:

العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن.

مشكلة الدراسة:

إن عدم إصابة الهدف في كرة اليد قد يؤدي إلى ضياع فرص سهلة للتهديف يكون الفريق بأمس الحاجة لها ويتحول الفريق من مهاجم إلى مدافع اثر هذا الفشل الذي غالبا ما يؤدي إلى خسارة الفريق بخاصة عند تقارب المستوى الفريقيين فلا بد توفير مجموعة من العناصر الأساسية لاتقان هذا الأداء والذي يمكن تطويره من خلال عملية التدريب والممارسة. ومن خلال متابعة الباحثون للبطولات المحلية لكرة اليد وبالذات ناشئي كرة اليد لاحظوا خلال هذه المباريات إهدار الناشئين للعديد من الفرص سهلة التسجيل نتيجة ضعف التصويب و افتقادهم لدقة التصويب، ويرى الباحثون إن عدم قيام ناشئي كرة اليد بتوجيه الكرة في حالة التصويب إلى المكان المناسب مما يؤدي إلى إهدار فرصة التسجيل الهدف وهذا يؤثر على نتيجة الفريق، وإن إهدار الفرص وعدم التسجيل من قبل اللاعبين يمكن إن يعود إلى قلة التركيز لديهم ومن خلال ما تقدم ارتأى الباحثون إجراء هذه الدراسة للتعرف على العلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن .

سؤال الدراسة:

هل هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن ؟

مصطلحات الدراسة :

تركيز الانتباه : عبارة عن تضييق الانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة ،والاحتفاظ بالانتباه نحو تلك المثيرات . (راتب، 2000،

دقة التصويب: قدرة ناشئي كرة اليد على توجيه الكرة نحو المرمى المقسم في المكان المحدد لاحراز اعلى نتيجة ممكنه على اختبار دقة التصويب، (اجرائي).

حدود الدراسة

الحد الجغرافي: المملكة الاردنية الهاشمية

الحد المكاني: اماكن تدريب فرق ناشئين كرة اليد المشاركة في دوري الناشئين مواليد 2006/2007.

الحد البشري: ناشئي كرة اليد المشاركين في دوري الناشئين الاردني للموسم 2022/2021.
الحد الزماني: 2022/2021

إجراءات الدراسة:

تتمثل إجراءات الدراسة الحالية وطريقتها في الآتي:

منهج الدراسة:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائته لطبيعة وأهداف الدراسة .

مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من ناشئي كرة اليد في الاردن المشاركين في دوري الناشئين للعام 2022/2021 ومن مواليد (2006) والبالغ عددهم (210) لاعباً حسب كشوفات الاتحاد الاردني لكرة اليد .

عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من ناشئي كرة اليد وبلغ عددهم (76) لاعباً، والجدول رقم (1) يوضح وصف أفراد العينة في الوزن والطول .

جدول رقم (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة الدراسة حسب متغيري الوزن والطول

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير
4.04	174.6	الطول
3.6	68.5	الوزن

والجدول رقم (2) يوضح وصف أفراد العينة تبعاً لمتغيري تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد

الجدول رقم (2) وصف عينة الدراسة تبعاً لمتغيري تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد (ن=76)

الخطأ المعياري	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير
.276	.842	9.42973	31.9868	تركيز الانتباه
.276	-.357	2.21209	8.5000	الدقة

أدوات الدراسة :

الإمكانات المادية:

1. صالة رياضية تصلح لممارسة لعبة كرة اليد .
2. كرات يد عدد (3).
3. شبك كرات
4. حبل لتقسيم المرمى
5. سلة كرات عدد (3)
6. استمارة خاصة لجمع بيانات أفراد العينة.
7. أقلام.
8. ساعة إيقاف

الاختبارات المستخدمة في الدراسة :

1- اختبار شبكة تركيز الانتباه (Grid Concentration Test)

هذا الاختبار تم استخدامه في دراسة بني عطا وآخرون (2009)، وكان ثبات الاختبار على البيئة الأردنية (89%). ودراسة حلاوة (2010)، وكان ثبات الاختبار (84.4%). ودراسة الربابعة (2011)، وكان ثبات الاختبار (75,2%) ودراسة الجعافرة والشعلان (2018) وكان ثبات الاختبار (94%).

وقام علاوي (1998)، بتعريبه هذا الاختبار ويستخدم لقياس قدرة اللاعبين على تركيز الانتباه قبل الاشتراك في المنافسات الرياضية و مدة هذا الاختبار تكون دقيقة واحدة، ويطلب من اللاعبين وضع شرطه (/) على أكبر عدد ممكن من الأرقام التي تلي الرقم الذي يعين لهم من قبل المدرب الرياضي أو الأخصائي النفسي الرياضي، ويفضل أن تكون الأرقام المحددة لهم أقل من الرقم 65 مع مراعاة أن يتابع الأرقام بطريقة متتالية.

فمثلا عند تحديد رقم البدء بالرقم 19، يجب على اللاعبين أن يقوم بوضع شرطه (/) على الرقم 20 ثم الرقم 21 ثم الرقم 22 وهكذا.

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	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	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	20
06	68	99	75	26	15	41	66	02	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

2- اختبار دقة التصويب :

الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب في كرة اليد

الأدوات المستخدمة : كرة يد قانونية , مرمى مقسم

طريقة الأداء : يقسم المرمى لقياس دقة التصويب إلى تسع مربعات ويرسم خط على الأرض يبعد 9م من هذا الشكل (خط الرمية الحرة) يقوم اللاعب بالتصويب من خلف الخط بخطوة ارتكاز مع مراعاة إن الذي تصيب كرتة (1-3-7-9) والتي تمثل زوايا المرمى الأربعة يحصل على 3 درجات والذي تصيب كرتة المربعات 4-6 يحصل على درجتين والذي تصيب كرتة المربعات رقم (2-8-5) يحصل على درجة واحدة فقط خارج حدود المرمى يحصل على صفر وكل لا عب يؤدي 5 محاولات

المعاملات العلمية للأداة

صدق المحتوى :

تم استخدام طريقة صدق المحتوى للاختبارات من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي استخدمت هذه الاختبارات كدراسة (الجعافرة والشعلان, 2018 ؛ ودراسة بني عطا وآخرون, 2009؛ ودراسة الربابعة, 2011؛ ودراسة

حلاوة، 2010) وقد تم عرض هذه الاختبارات على مجموعة من اصحاب الاختصاص في القياس و التقويم وكرة اليد و اشاروا انها تقيس الغرض المصمم لقياسه.

ثبات المحتوى :

فقد تم استخدام طريقة تطبيق واعداد تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية مكونة من 15 ناشئا ، وبفاصل زمني قدرة (48) ساعة بين التطبيقين ، ونتائج الجدول (3) توضح ذلك

الجدول رقم (3) معامل ارتباط بيرسون بين التطبيق واعداد التطبيق لاختبارات الدراسة والمتمثلة بـ		
الاختبار	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تركيز الانتباه	.92	.000*
الدقة	.91	.000*

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (3) وجود ارتباط دال إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين التطبيق واعداد التطبيق على الاختبارات المستخدمة في الدراسة مما يعد دليلا على ثبات هذه الاختبارات وصلاحيتها.

التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على (5) لاعبين من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة بهدف التعرف على إلية تطبيق اختبارات الدراسة والتعرف على الأخطاء والمشاكل الممكن حدوثها خلال هذه الدراسة

متغيرات الدراسة :

المتغير المستقل:

تركيز الانتباه

المتغير التابع :

دقة التصويب في كرة اليد

عرض النتائج ومناقشتها:

للإجابة عن سؤال الدراسة : هل هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن ؟

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول رقم (4) نتائج معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

المتغيرات	معامل بيرسون	تركيز الانتباه
الدقة	.827**	
		<.001

يتضح من الجدول رقم (4) وجود علاقة طردية داله إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن ولمعرفة مدى مساهمة درجة تركيز الانتباه بدقة التصويب تم حساب معامل التحديد والجدول رقم (5) يوضح ذلك

الجدول رقم (5) معامل التحديد لتحديد مدى مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

نموذج	معامل الارتباط	معامل التحديد	معامل التحديد المعدل	الخطأ المعياري
1	.827a	.684	.679	1.25265

تشير نتائج الجدول رقم (5) الى ان درجة تركيز الانتباه تساهم في تحديد 67.9% بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن والباقي تساهم به متغيرات اخرى.

ومن أجل تحديد معنوية مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن تم استخدام تحليل الانحدار (القياسي) (Regression Enter) والنتائج في الجدول رقم (6) تبين ذلك

الجدول رقم (6) قيمة ف للكشف عن معنوية مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

النموذج	مجموع المربعات	درجات الحرية df	متوسط المربعات	قيمة F	Sig مستوى الدلالة.
1 الانحدار	250.884	1	250.884	59.887	<.001b
الخطأ	116.116	74	1.569		
الكلي	367.000	75			

*دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)

يشير الجدول رقم (5) ومن خلال قيمة (ف) ومستوى الدلالة المرافق الى أن الانحدار معنوي ودال احصائيا وبالتالي توجد علاقة ما بين المتغير المستقل المتمثل بتركيز الانتباه و دقة التصويب مما يؤكد فاعلية هذه المتغير للتنبؤ في دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن ، وحول مكونات معادلة خط الانحدار تم توضيح ذلك في الجدول رقم (7).

الجدول رقم (7) مكونات معادلة خط الانحدار لمدي مساهمة درجة تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في

الأردن

نموذج الانحدار	الأردن			قيمة B	الخطأ المعياري
	Beta	t	Sig. مستوى الدلالة		
1 الثابت		4.491	<.001	2.296	.511
تركيز الانتباه		.827	<.001	.194	.015

المتغير التابع : دقة التصويب

*دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول رقم (7) فاعلية درجة تركيز الانتباه بالتنبؤ بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن

وحول مكونات معادلة الانحدار اعتمادا على تحليل الانحدار القياس كانت على النحو الآتي:

دقة التصويب = الثابت + (قيمة B * قيمة تركيز الانتباه)

دقة التصويب = 2.296 + (.194 * قيمة تركيز الانتباه)

ويمكن تفسير العلاقة الايجابية الطردية بين تركيز الانتباه و دقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن بأن مهارة التصويب في كرة اليد تتطلب تركيز عالي من اللاعبين قبل تنفيذها لأنها لا تعتمد فقط على الجانب المهاري والبدني فقط وإنما تتطلب مهارات نفسية وذهنية أيضاً من أجل نجاحها، وهذا ما أشار إليه (راتب، 2000) بأن تركيز أو توجيه الانتباه يعتبر احد المهارات الأساسية العامة للرياضيين وهو الأساس لنجاح عملية التدريب أو التعليم أو المنافسة في أشكالها المختلفة، وهذا ما أشار إليه الحوري (2007) أيضاً بأن الانتباه من أهم الأمور المهمة للأعداد النفسي للاعبين قبل تنفيذ المهارة لأن الهدوء وقوة الجهاز العصبي وقدرة اللاعبين على التخلص من جميع المؤثرات الخارجية أو الداخلية التي قد تواجههم اثناء تنفيذ المهارات المختلفة في لعبة كرة اليد تعد واحد من العوامل المهمة في نجاحها وخاصة في مهارة التصويب وعملية توجيه الكرة للمكان المناسب على المرمى من اجل احراز الاهداف التي تعتبر في النهاية ما يسعى إليه اللاعبين من اجل احراز أكبر عدد من الأهداف من أجل الفوز في المباراة، وهذا يتفق أيضاً مع ما أشار إليه (الجعفرية والشعلان، 2018) بأن فقدان التركيز يعتبر من العوامل المؤثرة بشكل رئيسي في الاداء الضعيف ويؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الفوز والاقتراب من الهزيمة وإن ارتفاع مستوى الاداء المهاري لا يرتبط بالتدريب البدني والمهاري فقط بل يرتبط أيضاً بقدرة اللاعبين على تركيز انتباههم.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع (دراسة حسن ، 2003؛ ودراسة الحوري ، 2007 ؛ ودراسة بوسنة وفنزي ، 2006) والتي اشارت نتائجهم لوجود علاقة طردية ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد واختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (سعيد وعبد الحميد، 2020) والتي أشارت نتائج دراستهم لوجود علاقة سلبية ما بين تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد.

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحثون الآتي:
العلاقة بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب في كرة اليد لدى الناشئين في الاردن هي علاقة ارتباطية طردية.

التوصيات:

- في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحثون بالتوصيات الآتية:
- التأكيد على المدربين بضرورة التركيز على الاعداد النفسي بشكل عام وتركيز الانتباه بشكل خاص من اجل تطوير دقة التصويب للاعبين.
- التأكيد على المدربين باستخدام معادلة التحديد التي تم إيجادها في هذه الدراسة عند عملية انتقاء الناشئين للعبة كرة اليد.
- اخضاع المدربين لدورات تدريبية في مجال الاعداد النفسي للاعبين.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية

- الجعافرة، عمر، ومعن الشعلان. (2018). تركيز الانتباه وعلاقته بدقة الإرسال القصير بكرة الطاولة. مجلة المنارة للبحوث والدراسات، 24(1)، 549-565.
- الهوري، عكلة. (2007) علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب لدى لاعبي المنتخب الوطني للناشئين، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، 47(14)، 1-15.
- الشعلان، معن، الخطاطبة، معتصم، والربابعة، جمال (2016) مهارات كرة اليد، (ط1)، الأردن: دار كنوز المعرفة.
- المغاييرة، إياد. (2018) علاقة تركيز الانتباه ومستوى بعض متغيرات الإدراك الحس الحركي بدقة رد بسيط لدى ناشئي سلاح الشيش في الأردن، مؤتمة للبحوث والدراسات الإنسانية والاجتماعية، 3(33)، 121-148.
- بني عطا، احمد، وحلاوة، رامي، وربابعة، جمال. (2009)، مستوى تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل السمعية والبصرية عند الرياضيين وغير الرياضيين، مؤتمر كلية التربية الرياضية الثاني، الجامعة الأردنية.
- بوستة، عزيز، وفنري، كريم. (2016) علاقة تركيز الانتباه بدقة التصويب من الثبات و القفز عاليا لدى لاعبي كرة اليد، (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، الجزائر.
- حسن، صبري. (2003). العلاقة بين تركيز الانتباه والاتزان الانفعالي و مستوى الاداء البدني - المهاري لدى لاعبي كرة اليد، مجلة الرياضة علوم وفنون، 19(19)، 109-128.
- حلاوة، رامي (2010)، أثر تركيز الانتباه على سرعة رد الفعل السمعية والبصرية وعلاقتها بالإنجاز في فعالية 100 م عدو، مجلة مؤتمة للبحوث والدراسات، 5(25)، 11-34.
- درويش، كمال الدين عبد الرحمن، وآخرون (2002) القياس والتقويم وتحليل مباراة في كرة اليد: نظريات - تطبيقات، (ط1)، مصر، مركز الكتاب للنشر.
- ربابعة، جمال (2011): اثر استخدام بعض أساليب التدريس على بعض القدرات العقلية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي الكرة الطائرة، (اطروحة دكتوراة غير منشورة)، الجامعة الاردنية، عمان، الأردن.
- راتب اسامة (2000) تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي)، (ط1)، مصر: دار الفكر العربي.
- سامي، شيماء، غالب، بشار (2009) مقارنة في تركيز الانتباه بين لاعبي التنس الأرضي والمبارزة لفئتي الشباب والمتقدمين، مجلة العلوم التربية الرياضية، 2(2)، ص 173-191.
- سعيد، عبد المجيد (2015) تحديد مستوى البدني والمهاري من خلال بطارية اختبارات للاعبي كرة اليد فئة (u19) (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، الجزائر.
- سعيد، عبد الحميد. (2020). مساهمة تركيز الانتباه في دقة التصويب لدى أصاغر كرة اليد، مجلة الأبداع الرياضي، 2(11)، 321-335.
- علاوي، محمد، (1998). مدخل في علم النفس الرياضي، (ط1)، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- محمود، عبد العزيز (2005) سيكولوجية مواجهة الضغوط في مجال الرياضي، (ط1)، مصر: مركز الكتاب للنشر
- مصطفى، حسين (2007) سيكولوجية الأداء الرياضي نظريات - تحليلات - تطبيقات، (ط1)، مصر: مكتبة حلوان المصرية.

ثانياً: المراجع العربية المترجمة

- AL- Jafara O, & Maen A. (2018). Focusing attention and its relationship to the accuracy of the short serve in table tennis. *Al-Manara Journal for Research and Studies*, 24(1), P 549-565.
- Al-Houri, U, (2007). The relationship of focusing attention to the accuracy of shooting among the players of the national junior team, *Al-Rafidain Journal of Sports Sciences*, 47 (14), P1-15.
- Al-Shaalan, M, and Al-Khattbeh, M, Al-Raba'a, J, (2016). *Handball Skills*, (1 edition), Jordan; Dar Al-Kunuz Al-Maarifa.
- Al-Maghayrah, I, (2018). The relationship of attention focus and the level of some variables of kinesthetic perception with the accuracy of a simple response among the youth of the fencing weapon in Jordan, *Mu'ta for Research and Human and Social Studies*, 3 (33), p121-148.
- Bani Atta, A, Halawa, R, and Rabaa, J, (2009), the level of attention focus and the speed of auditory and visual reaction in athletes and non-athletes, the second conference of the Faculty of Physical Education, University of Jordan.
- Bouseta, A, and Fenry, K, (2016). The relationship of focusing attention to the accuracy of shooting from stability and jumping high for handball players, (unpublished master's thesis), Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities, University of Bouira, Algeria.
- Hassan, S. (2003). The relationship between attention focus, emotional balance, and the level of physical performance - skill among handball players, *Journal of Sports Sciences and Arts*, (19), p109-128.
- Halawa, R, (2010), The Effect of Focusing Attention on the Audio-Visual Reaction Speed and Its Relationship to Achievement in the 100m Run Event, *Mutah Journal for Research and Studies*, 5 (25), p11-34.
- Darwish, K, Abdel-Rahman, (2002) *Measurement, Evaluation and Analysis of a Handball Match: Theories - Applications*, (1 edition), Egypt: Al-Kitab Center for Publishing.
- Rabaa, J, (2011): The effect of using some teaching methods on some mental abilities and the level of skillful performance of volleyball players, (unpublished doctoral thesis), University of Jordan, Amman, Jordan.
- Osama, R, (2000) *Psychological skills training (applications in the sports field)*, (1 edition), Egypt: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Sami, S, Ghaleb, B, (2009) Comparison of attention focus between tennis players and fencing for the two categories of youth and advanced, *Science Journal of Physical Education*, 2 (2), p173-191.
- Saidi, A, (2015) Determining the level of physical and skill through a battery of tests for handball players (19u), (unpublished master's thesis), Institute of Sciences and Techniques of Physical and Sports Activities, University of Bouira, Algeria.
- Saidi, A. (2020). The Contribution of Focusing Attention to the Shooting Accuracy of Handball Juniors, *Journal of Sports Creativity*, 2 (11), p321-335.
- Allawi, M, (1998). *An Introduction to Sports Psychology*, (1 edition), Egypt: Al-Kitab Center for Publishing.
- Mahmoud, A, (2005) *The psychology of coping with stress in the field of sports*, (1 edition), Egypt: Al-Kitab Center for Publishing.

Mustafa, H. (2007) The psychology of sports performance, theories - analyzes - applications, (1st ed), Egypt: Helwan Egyptian Library.

ثالثاً: المراجع الأجنبية

Crespo, M., Miley, D., & Granitto, G. (2002). Developing young tennis players. International Tennis Federation.

Semadar, A., Robins, G., & Ferris, G. R. (2006). Comparing the validity of multiple social effectiveness constructs in the prediction of managerial job performance. Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior, 27(4), 443-461.

Taylor, J. E., & Wilson, G. E. (2005). Applying sport psychology: Four perspectives. Human Kinetics.