



بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة الضربة الساحقة لناشئي تنس الطاولة

ا.م.د/ محمد حامد شعبان

استاذ مساعد بقسم الالعاب الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا

Email address :- Mohamed.hamed.mohamed@phed.tanta.edu.eg

Doi :

ملخص البحث باللغة العربية

أهداف البحث :

- التعرف علي مستوى بعض مظاهر الانتباه لدي ناشئي تنس الطاولة .
- التعرف علي العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه ومهارة دقة الضربة الساحقة لدي ناشئي تنس الطاولة .

فروض البحث :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض مظاهر الانتباه لدي ناشئي تنس الطاولة .
- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين بعض مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة لدي ناشئي تنس الطاولة .

منهج البحث : تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث.

- ضم مجتمع البحث (٥٠) ناشئا بالطريقة العمدية تحت 17 سنة .

، جاءت اهم توصيات البحث على النحو التالي :

١. التأكيد على مهارة دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئي تنس الطاولة خلال التعليم والتدريب للناشئين.
٢. اجراء المزيد من الدراسات على انشطه رياضية مختلفة للتعرف على العلاقة الارتباطية بين مظاهر الانتباه والمهارات الحركية الأخرى.

الكلمات الاستدلالية للبحث :

(الانتباه ، دقة الضربة الساحقة ، تنس الطاولة)





مقدمة ومشكلة البحث :

يزخر العالم من حولنا بأنواع مختلفة من المنبهات (الحسية- البصرية - السمعية) وغيرها ، وجسم الإنسان نفسه مصدرا لكثير من المنبهات الصادرة من أجزاء جسمه الداخلية كذلك يزخر الذهن بسيل من الخواطر والأفكار ولكن الفرد لا ينتبه إلي جميع هذه المنبهات التي تحيط به من كل جانب وفي كل لحظة بل يختار منها ما يهمه فقط وما يستجيب لحاجته وحالاته النفسية (الوقتية - الدائمة) .

ويعد العامل النفسي من أهم العوامل التي تساعد في تحقيق الإنجازات والفوز لمعظم الألعاب الرياضية ومنها الانتباه وهو عندما يجذب الفرد لشيء ما يكون الانتباه مرتبط بحاستي السمع والنظر وهما مهمتان في جميع الفعاليات الرياضية .

ويعتبر علم النفس من أهم العلوم التي ترتبط بالأنشطة الرياضية حيث يساعد في حل الكثير من المشكلات ذات العلاقة بالأداء المهارى خلال ساعات التدريب أو المباريات ، ويحتل موضوع الانتباه أهمية متميزة في مجال علم النفس الرياضي بوجه عام ولعبة تنس الطاولة بوجه خاص .

ويوضح محمد العربي شمعون (٢٠٠١م) أن الانتباه مهارة عقلية يمكن تعلمها وتتميتها من خلال التدريب وبذل الجهد المتواصل بفاعلية مما يقرر مصير مباراة من خلال الأخطاء الصغيرة والتي في كثير من الاحيان يمكن ارجاعها الى فقدان الانتباه، لذلك يعد الانتباه من المقتضيات الأساسية للأداء الجيد في أي من ألوان النشاط الرياضي، فلانتباه أهمية خاصة في المساهمة في الوصول إلى الاداء الأمثل . (١٢ : ٣٦٣)

ويعتبر **محمد حسن علاوي (٢٠٠٧م)** التركيز من أهم المهارات العقلية حيث إنه يكون مجال انتباه اللاعب اثناء الاداء علي البيئة المحيطة سواء الداخلية او الخارجية ، ويكون التركيز السيء علي الاشياء غير المرتبطة بالأداء، لذلك من الضروري ان يعرف اللاعب ما هي الاشياء التي يجب ان يركز عليها في كل موقف في المباراة ، لان التركيز هو مفتاح تحكم اللاعب في الجانب الانفعالي الخاص به، فهو يساعده علي توجيه افكاره علي اساسيات مرتبطة بالأداء وتجعله بعيدا عن التفكير، حيث ان اللاعب إذا كان يفكر بشكل مختلف عما يلعب فان ذلك سوف يؤدي الي تدهور الأداء . (٤٢ : ١٣)

ويذكر **محمد حسن علاوي (٢٠١٢)** أن مظاهر الانتباه أهمها حجم الانتباه، حدة الانتباه، تركيز الانتباه، ثبات الانتباه، وتحويل الانتباه. (٣٠٧ : ١٤)





ويشير وسام توفيق حماد ، سنان عباس علي (٢٠١٢م) الانتباه من المظاهر المهمة والضرورية التي يحتاجها اللاعب لتنفيذ الواجبات الحركية ولاسيما مع مهارة التصويب اذ تحتاج هذه المهارة الى الدقة العالية في الأداء . (١٦ : ٤٠٤)

وتشير دينا عبدالرحيم مهنا (٢٠١٩م) الى وجود علاقة طردية بين متغيرات الانتباه والدقة وهذه العلاقة تساعد بشكل كبير في تحسين دقة المهارات والضربات الهجومية والدفاعية وضربات الارسال في رياضات العاب المضرب ، وتحسين القدرات العقلية والحركية للمتعلمين ، وربط المهارات الحركية بالعمليات العقلية يساعد على دقة ادائها وذلك لما في الطريقة من حماس ورغبة في اظهار القدرات الحركية والعقلية للمتعلمين . (٦ : ١٨٣ ، ١٨٤)

ويرى الباحث ان مهارة دقة الضرب الساحق الامامي والخلفي من أهم مهارات اللعب بل يقف عليها حسم المباريات لذا كانت كل اهتمام المدربين والباحثين .

ويرى جمال عبدالحليم الجمل ، محمد حامد شعبان (٢٠١٣م) إن التدريب عموما ينمي ويحسن ولكن بصورة نسبية . (٣ : ٢٠٩)

ويذكر مرتضى على المنصوري ، محمد احمد عبدالله ، انتصار كاظم سالم (٢٠١٣م) أن رياضة تنس الطاولة أحد أنواع الرياضات التي خضعت للأسس والمبادئ العلمية وهذا هو السر في حدوث هذا التطور السريع المتلاحق في الأداء البدني والمهاري والخططي ، والتكنيك هو القاعدة الاساسية لبناء الاداء المهاري في تنس الطاولة ، وان القدرة على امتلاك المهارة العالية تعتمد على العملية التدريبية والامكانية الجيدة في تناسق الحركات ،وحيث انه من الصعب ايجاد اسلوب تدريبي يتناسب مع جميع اللاعبين اذ ان لكل لاعب طريقته الخاصة باللعب والت تعتمد على مقدار امتلاكه التقنية الفنية والتي من خلالها يستطيع تنفيذ الضربات بدقة ومهارة عالية . (١٥ : ١٣)

ويرى Tywan, G. M.. (٢٠١٧م) أن الانتباه هو العنصر الاساسي المتحكم في اداء واطهار الاداء المثالي الفعال لدى لاعبي وناشئي تنس الطاولة . (٢٠ : ١)

ويشير سمير محمد الحوالة (٢٠١٨م) الى ان اللاعب الذي يؤدي التصويب الجيد لا يحتاج الى تحويل الانتباه خلال أداء المهارة وانما يحتاج الى تركيز الانتباه نحو نقطة محددة ، لان التركيز يجب ان يكون تاما وبصورة كلية لأجل الوصول الى حالة الترابط البدني والذهني، حيث تتدفق الطاقة البدنية والذهنية باتجاه واحد . (٩ : ١٢)

ويذكر حنفي محمود مختار (٢٠١٠م) أن الدقة معناها القدرة على توجيه الحركات الارادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين وتوجيه الحركات الارادية محددة يتطلب كفاءة عالية من





الجهازين العضلي والعصبي، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الارادية وتوجيهها نحو هدف معين، فالدقة تعنى الكفاءة في توجيه الضربات وبالتالي تحقيق الفوز. (٤ : ٤٤٧)

ويشير مرتضى على المنصوري ، محمد احمد عبدالله ، انتصار كاظم سالم (٢٠١٣ م) الى أن الضربة الساحقة Smash من الضربات القوية والصعبة وهى ما تسمى بترجيح الكرة بضربة سريعة ومؤثرة الغرض منها اريك المنافس ، ويمكن ان تنفذ الضربة الساحقة بوجه المضرب الامامي او الخلفي ، وتستخدم هذه الضربة ضد الكرات التي يكون فيها دوران او بدون دوران . (١٥ : ٤٦)

ويرى جمال عبدالحليم الجمل ، محمد حامد شعبان (٢٠١٣ م) أن الضربة الساحقة Smash من أهم الضربات الهجومية وتسمى أحيانا " بالضربة القاتلة " باعتبار أنها غالبا ما يصعب ردها و لذلك فهي سيدة الضربات في إحراز النقاط في لعبة تنس الطاولة ، وتعمل على إكساب الكرة سرعة وقوة كبيرة دون إكسابها لقدر كبير من الدوران الأمامي (العلوي) إذ أن السرعة والقوة أساس هذه الضربة وليس دوران الكرة ، وتستخدم في حالة الكرات العالية الآتية من المنافس . (٣:٣٥)

وتتبلور مشكلة البحث في أن رياضة تنس الطاولة تعتبر من الرياضات التي تتميز بالتغير المستمر والسريع لمواقف اللعب المختلفة لصغر مساحة الطاولة ، وصغر المسافة بين اللاعبين ، وحجم وسرعة الكرة حيث يتطلب من اللاعب الاحساس بملعب المنافس وتحديد مكان سقوط الكرة والتحرك في جميع الاتجاهات قبل كل ضربة بحيث يكون اللاعب في انتظار الكرة عندما تأتي من المنافس بدلا من أن تسبقه الكرة ولا يمكن للحاق بها ويرتبط ذلك كله بتحسين بعض مظاهر الانتباه والتدريب عليها وتتميتها وخاصة فيما يتعلق بالفئات العمرية الصغيرة .

ويعتبر الانتباه من المتطلبات الاساسية للأداء الجيد في أي لون من ألوان النشاط الرياضي ، ولانتباه اهمية خاصة في المساهمة في الوصول الى الاداء الافضل ، ويمثل فقدان الانتباه احد العوامل الرئيسية في الاداء الضعيف الذي يؤثر بطريقة مباشرة في عدم تحقيق الناشئ للهدف المطلوب .

ومن خلال ممارسة الباحث كلاعب ومدرب ثم حكم على المستوى المحلى لرياضة تنس الطاولة ومن خلال قراءاته وإطلاعها على المراجع والدراسات السابقة لاحظ وجود قصور في مستوى ناشئي تنس الطاولة في مهارات تصويب الضربة الساحقة الامامية والخلفية والتي يحتاج إلى تطور وتدريب يتمشى مع التعديلات الحديثة في القانون ، وكذلك مع متطلبات الأداء في اللعبة من حيث السرعات، والدورانات والارتفاعات والاتجاهات، والذي يفرض على ناشئي تنس الطاولة إجادة تصويب





الضربة الساحقة الامامية والخلفية من جميع المسافات والزوايا المختلفة للمضرب والطاولة معا ، وأيضا مهما اختلف بعد اللاعب عن الطاولة ، كما لاحظ الباحث أن هناك بعض اللاعبين الذين يتميزون بأداء مهارى عالي لا يستفيدون من هذا الأداء بما يتناسب مع مهاراتهم وقدراتهم . ومن خلال عمل الباحث كلاعب ومدرب ومتابعته لاحظ انه بالرغم من استخدام طرق تدريبية متعددة لتعليم وتنمية تصويب الضربة الساحقة الامامية والخلفية في تنس الطاولة الا ان الباحث لاحظ وجود قصور في دقة تصويب الضربة الساحقة فاللاعب او الناشئ عند اداء الضربة الساحقة يتطلب منه تحديد منطقة التصويب على الطاولة ، وتحديد وضع الجسم ، واتجاه حركة المضرب والكرة على الطاولة بصورة صحيحة لضمان دقة اداء الضربة الساحقة والفوز بالنقطة ، فالدقة من أهم الشروط التي يجب توافرها اثناء تصويب الضربة الساحقة في رياضة تنس الطاولة ، والدقة لا يمكن توافرها دون تكامل مع بعض القدرات العقلية مثل الانتباه والربط بينه وبين مستوى الاداء .

ومن خلال خبرة الباحث في مجال تنس الطاولة لاحظ إهمال تدريب مهارات الانتباه للاعبين بشكل عام، ومظاهر الانتباه بشكل خاص والتي أثبتت بعض الدراسات السابقة أهميتها في التصويب في بعض الألعاب الأخرى، وتكمن المشكلة والأهمية لهذا البحث في ندرة استخدام المدربين للبرامج النفسية والاهتمام فقط بالنواحي البدنية والمهارية والخطيطة .

لذا رأى الباحث أهمية دراسة العلاقة بين مظاهر الانتباه كأحد أهم الجوانب النفسية لناشئ تنس الطاولة وعلاقتها بدقة تصويب الضربة الساحقة الامامية والخلفية كأحد اهم الضربات الهجومية في رياضة تنس الطاولة والتي يتوقف عليها حسم نتيجة المباريات وأجريت الدراسة الحالية علي الناشئين حيث تلك المرحلة العمرية هي مرحلة التأسيس والتدريب المتكامل من كافة الجوانب البدنية، المهارية، الخطيطة والنفسية .

أهداف البحث :

- التعرف علي مستوي بعض مظاهر الانتباه لدي ناشئي تنس الطاولة .
- التعرف علي العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه ومهارة دقة الضربة الساحقة لدي ناشئي تنس الطاولة .

فروض البحث :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض مظاهر الانتباه لدي ناشئي تنس الطاولة .





- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعض مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة
لدي ناشئي تنس الطاولة .

مصطلحات البحث:

الانتباه: Attention

- هو العملية التي يتم بها توجيه ادراكنا للمعلومات كي تصبح في متناول الحواس . (٨: ٢٥٧)
(١٤: ٢٨٣) ،

الدقة: Accuracy

- قدرة اللاعب على التحكم في حركاته الارادية نحو هدف معين. (٢: ٤٤٩)

مظاهر الانتباه : Manifestations of attention

- **حدة (شدة) الانتباه** : يقصد به درجة القوة والصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات
معينة، وبالتالي كلما زادت حدة الانتباه نحو مثيرات معينة تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة
العصبية أو العقلية في عملية الانتباه. (١١: ٢٨٣)

- **ثبات الانتباه** : يقصد به مقدرة الفرد على الاحتفاظ بالانتباه أطول فترة ممكنة. (١٤: ٢٩٠)

- **تحويل الانتباه** : يقصد به قدرة اللاعب على سرعة توجيه انتباهه من مثير معين إلى مثير
آخر، ويعتمد نجاح تحويل الانتباه على عامل الوقت، إذ أن السرعة الزائدة أو البطء الشديد
أي التوقيت الخاطئ لتحويل الانتباه، لا يساعد على النجاح في الأداء. (١: ٢٨٦)

- **تركيز الانتباه** : يقصد به تثبيت الانتباه نحو مثير معين واستمراره على هذا المثير، ويطلق
على النقطة التي يتركز فيها الانتباه مصطلح "بؤرة الانتباه" Attention Focus. (١٨: ٢٨٣)

الدراسات المرتبطة:

- دراسة **عبدالعزیز احمد النجدي (٢٠٢٠) (١٠)** تأثير برنامج باستخدام التدريبات البصرية
على مستوى تركيز الانتباه ودقة التصويب للاعبين كرة اليد بدولة الكويت ، ويهدف البحث
التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريبات البصرية على مستوى تركيز
الانتباه ودقة التصويب للاعبين كرة اليد بدولة الكويت ، استخدم الباحث المنهج التجريبي
لمجموعة واحدة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة اليد تحت ٢٠
سنة للموسم الرياضي ٢٠١٩/٢٠٢٠م وبلغ عدد افراد مجموعة البحث الاساسية ١٥ لاعب
، وكانت اهم النتائج وجود فروق دالة احصائية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين متوسطات





- القياسات القبلية والبعديّة لمجموعة البحث التجريبية في مستوى تركيز الانتباه للاعب كرة اليد بدولة الكويت ولصالح القياس البعدي .
- دراسة **دينا عبدالرحيم مهنا (٢٠١٩م) (٦)** تأثير تطوير بعض مظاهر الانتباه على دقة أداء الإرسال في التنس لطالبات كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط ، يهدف البحث الى تصميم برنامج تعليمي لتطوير بعض مظاهر الانتباه ومعرفة تأثيره على دقة اداء الارسال في التنس لطالبات كلية التربية الرياضية - جامعة اسيوط ، تم استخدام المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبية وضابطة ، واشتملت العينة طالبات تخصص العاب مضرب للفرقة الرابعة وعددهم ٦٠ طالبة ، وكانت اهم النتائج هناك علاقة طردية بين تطوير العمليات العقلية ودقة اداء الارسال في التنس لطالبات الكلية (عينة البحث) ، توجد علاقة ايجابية بين مظاهر الانتباه لدى الطالبات ودقة ادائهن الارسال في التنس .
- دراسة **سمير محمد الحوالة (٢٠١٨م) (٩)** فاعلية برنامج عقلي لتنمية الانتباه الداخلي على مستوى الاداء الحركي لناشئي المصارعة ، ويهدف البحث الى التعرف على الفروق في الانتباه الداخلي ومستوى الاداء الحركي لدى المجموعة التجريبية، تم استخدام المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبية وضابطة ، واشتملت العينة على ٤٠ ناشئ من ناشئي المصارعة تحت ١٦ سنة المسجلين بالاتحاد المصري للمصارعة للموسم الرياضي ٢٠١٦/٢٠١٧م . وكانت اهم النتائج البرنامج المقترح لتنمية الانتباه الداخلي ذو فاعلية في تحسين مستوى الانتباه الداخلي لناشئي المصارعة ، البرنامج المقترح لتنمية الانتباه الداخلي ذو فاعلية في تحسين مستوى الاداء الحركي لناشئي المصارعة .
- دراسة **وسام توفيق حماد ، سنان عباس علي (٢٠١٢م) (١٧)** بعض مظاهر الانتباه وعلاقته بدقة التهديد من الحالات الثابتة بكرة القدم ، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالعلاقات الارتباطي، لأنها تهتم بالكشف عن العلاقة بين متغيرين او اكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها بصورة رقمية والمنهج الوصفي يحدد ويقدر الشيء كما هو عليه أي يصف ما هو كائن او حادث، اشتمل عينة البحث على (٦٠) طالباً من كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى وكلية التربية الرياضية - جامعة بابل، اختيرت بالطريقة العشوائية للعام الدراسي (٢٠١٠-٢٠١١). إذ قسمت إلى مجموعتين، المجموعة الأولى تضم (٣٠) طالباً من كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى، والمجموعة الثانية تضم (٣٠) طالباً من كلية التربية الرياضية - جامعة بابل ، وكانت اهم النتائج وجود علاقة ذات





- دلالة إحصائية بين بعض مظاهر الانتباه ودقة التهديف من الحلات الثابتة بكرة القدم.
(العدد/ ٩ مجلة كلية التربية الأساسية/ جامعة بابل أيلول/٢٠١٢ م)
- دراسة **رابحة حسن عباس** (٢٠١١) (٧) بعنوان "نسبة مساهمة مظاهر الانتباه والتصور العقلي في التقدير الكمي للحركات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية"، واستهدفت الدراسة التعرف على نسبة مساهمة مظاهر الانتباه والتصور العقلي في التقدير الكمي للحركات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية واستخدام المنهج الوصفي للدراسات الوصفية وكانت اهم النتائج استنباط معادلة تنبؤية لحركة القفزة المقصية بدلالة متغيرات (تركيز الانتباه ومحور التصور البصري) لدى أفراد عينة البحث .
- دراسة **منتظر مجيد علي** (٢٠١٠) (١٦) بعنوان نسبة مساهمة مظاهر الانتباه في دقة بعض المهارات الأساسية بالتنس الارضي ، استهدفت الدراسة التعرف على نسب مساهمة مظاهر الانتباه قيد البحث في دقة بعض المهارات الأساسية بالتنس الارضي ، تم استخدام المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على لاعبي منتخب البصرة للتنس الارضي وعددهم ٨ لاعبين ، وكانت من اهم النتائج وجود نسب مساهمة متباينة بين مظاهر الانتباه والمهارات الأساسية بالتنس لعينة البحث ، واتضح من النتائج مدى اهمية مظهر تركيز الانتباه في دقة الارسال عند لاعبي التنس الارضي لعينة قيد البحث .
- دراسة **غازي صالح محمود ، زينب حسين فليح** (٢٠٠٩) (١١) بعنوان "علاقة مظاهر الانتباه للاعبين كرة القدم بخطوط اللعب المختلفة" دراسة تحليلية مقارنة" استهدفت الدراسة التعرف على علاقة مظاهر الانتباه للاعبين كرة القدم بخطوط اللعب المختلفة، تم استخدام المنهج الوصفي لمجموعة واحدة واشتملت عينة البحث على لاعبي كرة القدم تحت (٢٠) سنة ، وكانت من اهم النتائج وجود علاقة بين مستوى مراكز اللاعب ومستوى الانتباه وجاء مستوى اللاعبين المهاجمين والجناح الأيمن والأيسر اعلى من خط الوسط والمدافعين، العلاقة بين نسبة مساهمة مظاهر الانتباه والتصور العقلي ودورها في للحركات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية.
- دراسة **Jayash ree** (٢٠٠٣) (١٩) بعنوان "تأثير تركيز الانتباه علي مستوى الانتباه"، استهدفت الدراسة التعرف علي تأثير تركيز الانتباه علي مستوى الانتباه كدالة للمستوي المهاري في كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، واشتملت عينة البحث على (١٩) لاعب، توصلت النتائج الي





وجود دالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاداء المهاري وتركيز الانتباه الواسع والضيق في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

إجراءات البحث :

أولاً - منهج البحث : تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث.
ثانياً - مجتمع عينة البحث :

ضم مجتمع البحث (٥٠) ناشئاً بالطريقة العمدية تحت ١٧ سنة من ناشئي نادي طنطا الرياضي ، ونادي بلدية المحلة بواقع (٢٥) ناشئاً من كل نادي ، والمسجلين بالاتحاد المصري لتنس الطاولة للموسم (٢٠٢٢م / ٢٠٢٣) ، وتم تقسيم العينة كما يلي :

- (٢٥) ناشئاً يمثلون نادي طنطا الرياضي .
- (٢٥) ناشئاً يمثلون نادي بلدية المحلة الرياضي .

شروط وحدة العينة :

- أن يكون الناشئين مسجلين في الاتحاد المصري لتنس الطاولة .
 - ان يكون اللاعب من المسجلين بمنطقة الغربية لتنس الطاولة للموسم الرياضي (٢٠٢٢ / ٢٠٢٣م).
 - اللاعب منتظم في التدريب خلال الموسم الرياضي (٢٠٢٢م / ٢٠٢٣م).
 - توافر العينة المطلوبة لإجراءات البحث من حيث عدد اللاعبين .
 - موافقة المسؤولين على تنفيذ التجربة .
 - توافر المكان والأدوات اللازمة لإجراء البحث .
 - ان يكون اللاعب قد اشترك في مسابقتين محليتين على الأقل.
- تم تقسيم العينة الى (١٤) ناشئاً لإجراء الدراسة الاستطلاعية، (٣٦) ناشئاً لإجراء الدراسة الأساسية، وجدول (١) يوضح توصيف مجتمع وعينة البحث .

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث الإستطلاعية والأساسية

م	البيان	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
١	العينة الكلية للبحث	٥٠ لاعب	%١٠٠
٢	العينة الأساسية	٣٦ لاعب	%٧٢
٤	العينة الاستطلاعية	١٤ لاعب	%٢٨



التوصيف الاحصائي لعينة البحث في المتغيرات قيد البحث ويوضحها جدول (٢)

جدول رقم (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمعدلات النمو

ومظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية للعينة قيد البحث ن = ٣٦

القيمة الاحتمالية Sig. sh-w	الالتواء	التقلطح	الانحراف	الوسيط	المتوسط	وحدة القياس	المتغيرات	
0.118	-0.36	-0.34	0.64	16	15.69	سنة	العمر الزمني	معدلات النمو
0.139	0.01	-0.88	2.66	172	171.6	سم	الطول	
0.055	-0.28	0.71	2.16	66	65.74	كجم	الوزن	
0.060	-0.60	0.63	0.69	6	6.01	سنة	العمر التدريبي	
0.123	0.00	-0.91	1.58	15	15.31	درجة	تحويل الانتباه	مظاهر الانتباه
0.135	-0.17	-0.90	1.25	35	35.09	درجة	حدة الانتباه	
0.084	0.41	0.12	1.79	23	23.06	درجة	ثبات الانتباه	
0.119	0.09	-0.89	1.37	13	12.77	درجة	توزيع الانتباه	
0.089	0.26	-0.66	2.08	53	52.89	درجة	تركيز الانتباه	الضربات
0.058	-0.20	-0.45	1.48	24	23.74	درجة	الضربة الساحقة الامامية	
0.079	-0.39	-0.39	1.49	23	22.77	درجة	الضربة الساحقة الخلفية	

يتضح من جدول (٢) ان قيم معاملات التقلطح لعينة البحث في المتغيرات قيد البحث تراوحت ما بين (-٠.٩١، ٠.٧١) وجميعها تنحصر ما بين (١±) الالتواء لعينة البحث في المتغيرات قيد البحث تراوحت ما بين (-٠.٦٠، ٠.٢٦) وجميعها تنحصر ما بين (٣±) وبتطبيق اختبار Shapiro-Wilk للتأكد من أن البيانات تتوزع توزيع طبيعي اتضح أن القيمة الاحتمالية sin لبعض المتغيرات اكبر من ٠.٠٥ مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتمالي وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً مما يشير إلى تجانس أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث.

أدوات جمع البيانات:

- (١) اختبارات بعض مظاهر الانتباه . (إختبار بوردون - إنفيموف) مرفق (١)
- (٢) إختبار تركيز الانتباه . (دورثي هاريس تعريب محمد حسن علاوى) مرفق (٢)
- (٣) اختباري دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية . تصميم الباحث مرفق (٣)





الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (١٤) ناشئاً من ناشئ تنس الطاولة تحت ١٧ سنة بنادي طنطا الرياضي ، و نادي بلدية المحلة الرياضي بمحافظة الغربية ومن خارج عينة البحث وذلك يومي الاربعاء والخميس الموافق ١٥ ، ١٦ / ٣ / ٢٠٢٣م وذلك للتعرف على :

- مدى ملائمة عبارات وبنود الاختبارات لعينة البحث .
- مدى فهم المساعدين لشروط وتعليمات إجراء الاختبارات المستخدمة .
- تدريب المساعدين على إجراء الاختبارات .
- تحديد الزمن الكلي الذي تستغرقه الإجابة على الاختبارات المستخدمة .
- حساب المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة قيد البحث .
- التعرف على المشاكل التي تواجه عملية التنفيذ .
- معرفة مدى مناسبة الاختبارات لقدرات اللاعبين واختبار صلاحية المكان المستخدم للتنفيذ .
- تجربة الأدوات والأجهزة والتأكد من صلاحيتها، وتدريب اللاعبين على كيفية استخدامها .

نتائج الدراسة الاستطلاعية :

- الاختبارات كانت واضحة بالنسبة لعينة البحث بصفة عامة .
- احتاج بعض اللاعبين وخاصة الصغار منهم لبعض المساعدة في فهم وتوضيح بعض بنود الاختبارات المستخدمة .
- وضوح شروط وتعليمات الاختبارات للمساعدين .

حساب معامل الصدق:

للتأكد من صدق الاختبارات قيد البحث تم استخدام صدق المقارنة الطرفية وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات على العينة الاستطلاعية وقوامها (١٤) ناشئ من مجتمع البحث وخارج عينة البحث، وتم حساب دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى ويوضحه جدول (٣)



جدول (٣)

دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى

في مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية قيد البحث ن = ١٤

P Value	قيمة T	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	الاختبارات
		٢٤	٢٣	١٤	١٣		
.000	10.292	0.76	12.29	0.90	16.86	درجة	تحويل الانتباه
.000	7.593	1.11	31.71	1.07	36.14	درجة	حدة الانتباه
.000	5.200	1.11	20.29	1.53	24.00	درجة	ثبات الانتباه
.001	4.123	0.79	11.43	1.35	13.86	درجة	توزيع الانتباه
.000	7.133	0.53	50.43	0.98	53.43	درجة	تركيز الانتباه
.000	5.779	0.79	21.57	0.69	23.86	درجة	الضربة الساحقة الامامية
.001	4.439	0.79	21.43	1.21	23.86	درجة	الضربة الساحقة الخلفية

قيمة (T) لدلالة الطرفين عند مستوي (٠.٠٠٥)

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية قيد البحث ولصالح الربيع الأعلى عند دلالة معنوية تراوحت من (٠.٠٠١ : ٠.٠٠٠) مما يعطي دلالة مباشرة على قدرة هذه الاختبارات على قياس ما وضعت من اجله.

حساب معامل الثبات :

لحساب ثبات الاختبارات تم استخدام دلالة الارتباط بين نتائج التطبيق وإعادة التطبيق، حيث قام بتطبيق الاختبارات على عينة من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث، ثم إعادة التطبيق على نفس العينة بفواصل زمني مدته أسبوع بين التطبيقين، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإيجاد ثبات هذه الاختبارات، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات قيد البحث

P Value	قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
		٢٤	٢٣	١٤	١٣		
.000	.995	2.40535	14.6429	2.50275	14.5714	درجة	تحويل الانتباه
.000	.995	2.41788	34.0000	2.52569	33.9286	درجة	حدة الانتباه
.000	.993	2.25929	22.2143	2.31574	22.1429	درجة	ثبات الانتباه





P Value	قيمة ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات
		٢ع	٢م	١ع	١م		
.000	.987	1.63747	12.7143	1.64584	12.6429	درجة	توزيع الانتباه
.000	.988	1.66410	52.0000	1.73046	51.9286	درجة	تركيز الانتباه
.000	.982	1.31140	22.7857	1.38278	22.7143	درجة	الضربة الساحقة الامامية
.000	.987	1.48989	22.7143	1.59842	22.6429	درجة	الضربة الساحقة الخلفية

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٤) أن قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمتغيرات البدنية قيد البحث تراوحت ما بين (٠.٩٨٢ : ٠.٩٩٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات نتائج هذه الاختبارات.

الدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة الأساسية في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٢١ / ٣ / ٢٠٢٣م إلى الجمعة الموافق ٢٤ / ٣ / ٢٠٢٣م وتم تطبيق الاختبارات الخاصة ببعض مظاهر الانتباه واختبارات دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لناشئ تنس الطاولة على عينة الدراسة الأساسية من ناشئ تنس الطاولة تحت ١٧ سنة والبالغ عددهم (٣٥) ناشئ بصالة تنس الطاولة بنادي طنطا الرياضي بمحافظة الغربية خلال الموسم الرياضي (٢٠٢٢م / ٢٠٢٣م) تمهيدا لتفريغ نتائج الاختبارات قيد البحث وجدولتها، لإخضاعها للمعالجات الإحصائية .

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول :

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض مظاهر الانتباه لدي ناشئ تنس الطاولة "

للتحقق من صحة الفرض الاول تم تطبيق اختبارات مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية على عينة البحث حيث تم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين وفقاً لدرجة مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية ، المجموعة (١) حصلت على مظاهر انتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية عالية (مميزه) وبلغت (٢٠) ناشئ بينما المجموعة (٢) حصلت على مظاهر انتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية منخفضة (غير مميزه) بلغت (١٦) ناشئ، تم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين يوضحها جدول (٥) كما يلي :



جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعة (١) المميزة والمجموعة (٢) غير المميزة

في مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية قيد البحث
ن=٢٠=١

P Value	قيمة T	المجموعة (٢)		المجموعة (١)		وحدة القياس	الاختبارات	م
		٢٤	٢٣	١٤	١٣			
.789	.270	1.92	15.40	1.37	15.25	درجة	تحويل الانتباه	١
.000	7.606	0.80	33.93	0.76	35.95	درجة	حدة الانتباه	٢
.000	7.731	0.83	21.40	1.26	24.30	درجة	ثبات الانتباه	٣
.918	.103	1.70	12.80	1.16	12.75	درجة	توزيع الانتباه	٤
.000	8.905	0.83	50.87	1.35	54.40	درجة	تركيز الانتباه	٥
.000	8.376	0.82	22.33	0.89	24.80	درجة	الضربة الساحقة الامامية	٦
.000	7.521	1.06	21.40	0.83	23.80	درجة	الضربة الساحقة الخلفية	٧

قيمة (T) الجدولية عند مستوي (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في بعض مظاهر الانتباه (حدة الانتباه - ثبات الانتباه - تركيز الانتباه) وفي دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة لصالح المجموعة (١) المميزة، بينما لا توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعتين في (تحويل الانتباه، توزيع الانتباه).

ويرجع الباحث هذه النتيجة الى ان اللاعب الذي يؤدي الضرب الساحق الامامي والخلفي لا يحتاج الى تحويل الانتباه خلال أداء المهارة وانما يحتاج الى تركيز الانتباه نحو نقطة محددة ، لان التركيز يجب ان يكون تاما وبصورة كلية لأجل الوصول الى حالة الترابط البدني والذهني، حيث تتدفق الطاقة البدنية والذهنية باتجاه واحد، وهذا ما يؤكد محمد حسن علاوي (٢٠١٢م) بان تجميع كافة الافكار والعمليات الفكرية بنقطة واحدة لخدمة العمل المهاري المراد تحقيقه، وهذا ما يؤكد إلي عدم وجود فروق بين تحويل الانتباه ودقة مهارة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة (١٤ : ١١٢).

ويفسر الباحث عدم وجود فروق بين توزيع الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية الى ان الضرب الساحق الامامي والخلفي يحتاج الى تركيز الانتباه نحو نقطة محددة لان درجة اتقان المهارات الحركية لا ترتبط فقط بمؤهلات التدريب بل ترتبط ايضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة





على الاسهام الواعي في التحكم لمهارته الحركية، وان الأداء الأقصى لا يتحقق دون الوصول الى افضل درجة من تركيز الانتباه .

يرى الباحث ان الانتباه بمظاهره المختلفة يلعب دوراً هاماً وفعالاً في الأنشطة الرياضية حيث يتميز الرياضيون بخصائص معينة من الانتباه يمكن أن تنمي بالتدريب الرياضي تبعاً لشدته وحجمه ونوعه، وقد يعطى قياس مظاهر الانتباه لدى الرياضيين مؤشراً حقيقياً عن التغيرات التي تطرأ عن النشاط النفسي للناشئ او اللاعب وبالتالي قد يتوقف نجاح الرياضي في الاستجابة لبعض المواقف التي يتعرض لها أثناء ممارسته لنوع معين من الأنشطة الرياضية على مدى الانتباه.

وهذا ما تؤكدته نتائج دراسة كل من عبدالعزيز احمد النجدي (٢٠٢٠) (١٠) ، دينا عبدالرحيم مهنا (٢٠١٩ م) (٦) ، سمير محمد الحوالة (٢٠١٨ م) (٩) ، وسام توفيق حماد ، سنان عباس علي (٢٠١٢ م) (١٧) ، رابحة حسن عباس (٢٠١١) (٧) ، منتظر مجيد علي (٢٠١٠ م) (١٦) ، غازي صالح محمود ، زينب حسين فليح (٢٠٠٩) (١١) ، Jayash ree (٢٠٠٣ م) (١٩) والذين أشاروا إلي وجود فروق دالة إحصائية في مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية بين اللاعبين ذوي المستويات المختلفة، وهذه النتيجة تؤكد صحة الفرض الاول للبحث.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني للبحث:

" توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين بعض مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة لدي ناشئي تنس الطاولة "

للتحقق من صحة الفرض الثاني تم ايجاد معاملات الارتباط بين مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدي ناشئي تنس الطاولة ويوضحه جدول (٦)

جدول (٦) معامل الارتباط بين مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية

للمجموعة (١) المميزة قيد البحث

م	الاختبارات	وحدة القياس	الضربة الساحقة الامامية	الضربة الساحقة الخلفية	الدلالة
١	تحويل الانتباه	درجة	-0.343	-0.414	غير دال
٢	حدة الانتباه	درجة	0.915**	0.898**	دال
٣	ثبات الانتباه	درجة	0.803**	0.811**	دال
٤	توزيع الانتباه	درجة	-0.392	-0.411	غير دال
٥	تركيز الانتباه	درجة	0.852**	0.821**	دال





يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطية داله احصائيا بين مظاهر الانتباه (حدة الانتباه، ثبات الانتباه، تركيز الانتباه) ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية ، بينما لا توجد علاقة ارتباطية بين كل من (تحويل الانتباه ، توزيع الانتباه) ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة .

وهذه العلاقة تعني أنه كلما ارتفعت مظاهر الانتباه (حده الانتباه، ثبات الانتباه، تركيز الانتباه) ارتفع معدل دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة وكلما انخفضت تلك المظاهر انخفض معدل دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة.

ويرى الباحث ان مهارة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة تتطلب تركيز عالي من قبل الناشئين ، اذ لا تعتمد على الجانب الفني فقط وانما تتطلب مهارات ذهنية ونفسية منها بالدرجة الاولى تركيز الانتباه حيث يؤكد محمد حسن علاوي (٢٠١٢ م) أن من العوامل الاساسية التي تتوقف عليها الدقة هي قدرة اللاعب على التركيز عند الضرب الساحق .

كما يرى الباحث أن التركيز أو توجيه الانتباه أحد المهارات الاساسية العامة للرياضيين فهو الاساس لنجاح عملية التعلم او التدريب او المنافسة في اشكالها المختلفة ، ويرجع الباحث قوة الارتباط الى ان تركيز الانتباه من المظاهر المهمة والضرورية التي يحتاجها ناشئ تنس الطاولة لتنفيذ الواجبات الحركية ولاسيما مهارة الضرب الساحق الامامي والخلفي لدى ناشئ تنس الطاولة اذ تحتاج هذه المهارة الى الدقة العالية في الأداء لذلك فان تركيز اللاعب هنا هو القدرة على اسناد الانتباه لمثيرات منتقاة لفترة محددة، وهذا يتجلى عند تنفيذ الضرب الساحق الأمامي والخلفي من المواقف اثناء المنافسة .

ويرجع الباحث ضعف العلاقة الارتباطية بين (توزيع الانتباه، وتحويل الانتباه) ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة بالرغم من اهمية هذه المظاهر لكثرة المواقف المتغيرة فيها وتعدد خططها الدفاعية والهجومية والى قله التمارين التي تؤدي الى تحية هذه المظاهر لدى اللاعب فمن المعروف ان تنمية كل مظهر يعتمد على نوع النشاط الممارس ويكمن تنحيته عن طريق تدريبات خاصة به، كما ان الوحدة التدريبية الاعتيادية اليومية يجب ان تحتوى على شكل من اشكال تمارين الضرب الساحق الامامي والخلفي عن طريق طرق التدريب الحديثة باستخدام قاذف الكرات او الكرة المعلقة او حائط الصد او اي اجهزة حديثة في رياضة تنس الطاولة ، وعلى المدربين ان تكون لديهم فكرة واضحة عن مظاهر الانتباه والكيفية التي تتم فيها تمارين الضرب الساحق الامامي والخلفي





لدى ناشئ تنس الطاولة من ناحية عدد مرات تدريبها في الاسبوع ووقتها واسلوب اخراجها والمستلزمات الضرورية لنجاحها.

وهذا ما تؤكده نتائج دراسة كل من عبدالعزيز احمد النجدي (٢٠٢٠) (١٠) ، دينا عبدالرحيم مهنا (٢٠١٩م) (٦) ، سمير محمد الحوالة (٢٠١٨م) (٩) ، وسام توفيق حماد ، سنان عباس علي (٢٠١٢م) (١٧) ، رابحة حسن عباس (٢٠١١) (٧) ، منتظر مجيد علي (٢٠١٠م) (١٦) ، غازي صالح محمود ، زينب حسين فليح (٢٠٠٩) (١١) ، Jayash ree (٢٠٠٣م) (١٩) والذين أشاروا إلي وجود علاقة ارتباطية إحصائية بين بعض مظاهر الانتباه ودقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة ، وبهذه النتيجة تحقق صحة الفرض الثاني للبحث.

الاستخلاصات : Conclusions

١. اللاعبين الذين يمتلكون مظاهر الانتباه (حدة الانتباه - ثبات الانتباه - تركيز الانتباه) جيدة يتميزون في دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة.
٢. اللاعبين الذين يمتلكون مظاهر الانتباه (تحويل الانتباه - توزيع الانتباه) لا يتميزون في دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة.
٣. كلما ارتفعت مظاهر الانتباه (حدة الانتباه، ثبات الانتباه، تركيز الانتباه) ارتفع معدل دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة ، وكلما انخفضت تلك المظاهر انخفض معدل دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة .

التوصيات:

١. التأكيد على مهارة دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة خلال التعليم والتدريب للناشئين.
٢. اقامة دورات تدريبية للمدربين للتأكيد على مظاهر الانتباه وخاصة (حدة الانتباه، ثبات الانتباه، تركيز الانتباه)
٣. وضع برامج لتنمية مظاهر الانتباه كجزء لا يجزأ من البرنامج التدريبي لأهميتها لناشئ تنس الطاولة في مختلف الاعمار السنية .
٤. اجراء الاختبارات الخاصة بمظاهر الانتباه على فترات متباعدة للناشئين لأهميتها في تطوير دقة الضربة الساحقة الامامية والخلفية لدى ناشئ تنس الطاولة.
٥. استخدام التمارين التي من خلالها تطور الجانب العقلي خاصة التمرينات التي تهتم بمظاهر الانتباه.





٦. اجراء بحوث ماثلة للدراسات الحالية على الفعاليات أخرى خاصة في مجال علاقة مظاهر الانتباه بجوانب الدقة.
٧. اجراء المزيد من الدراسات على انشطه رياضية مختلفة للتعرف على العلاقة الارتباطية بين مظاهر الانتباه والمهارات الحركية الأخرى.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد عزت راجح (١٩٩٤م): أصول علم النفس، دار المعارف، القاهرة.
- ٢- الرفاعي حسين مصطفى (٢٠٠٢م): مهارات كرة القدم - تعليم - تدريب، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣- جمال عبدالحليم الجمل ، محمد حامد شعبان (٢٠١٣م) : ألعاب المضرب " هوكي - تنس الطاولة " ، الطبعة الأولى ، دار الجمل للطباعة والنشر ، طنطا ، جمهورية مصر العربية .
- ٤- حنفي محمود مختار (٢٠١٠م): "برنامج التدريب السنوي في كرة القدم"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥- خنساء صبري محمد علي (٢٠١١م): أثر الالوان في دقة التصويب لكرة السلة، بحث منشور، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، مجلد ١١، عدد ٣، جامعة القادسية ، العراق .
- ٦- دينا عبدالرحيم مهنا (٢٠١٩م) : تأثير تطوير بعض مظاهر الانتباه على دقة أداء الإرسال في التنس لطالبات كلية التربية الرياضية، مجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، المجلد ٥١ ، العدد ٤ ، ص(١٦٩-١٩١)، جامعة أسيوط ، جمهورية مصر العربية.
- ٧- رابحة حسن عباس (٢٠١١م): نسبة مساهمة مظاهر الانتباه والتصور العقلي في التقدير الكمي للحركات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية، بحث علمي منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول، المجلد الرابع، كلية التربية، جامعة بغداد.
- ٨- سعد جلال، محمد علاوى (٢٠٠٢م): "علم النفس التربوي الرياضي"، الطبعة السابعة، دار المعارف، القاهرة.
- ٩- سمير محمد الحوالة (٢٠١٨م) : فاعلية برنامج عقلي لتنمية الانتباه الداخلي على مستوى الاداء الحركي لناشئي المصارعة ، مجلة اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، المجلد ٤٧ ، العدد ٥ ، ص(٢٣٠-٢٠٩)، جامعة أسيوط ، جمهورية مصر العربية .





- ١٠- عبدالعزيز احمد النجدي (٢٠٢٠م) : تأثير برنامج باستخدام التدريبات البصرية على مستوى تركيز الانتباه ودقة التصويب للاعبين كرة اليد بدولة الكويت ، رسالة دكتوراه ، جامعة مدينة السادات .
- ١١- غازي صالح محمود ، زينب حسين فليح (٢٠٠٩م): علاقة مظاهر الانتباه للاعبين كرة القدم بخطوط اللعب المختلفة "دراسة تحليلية مقارنة"، مجلة الرياضة المعاصرة، لمجلد الثامن، عدد الحادي عشر.
- ١٢- محمد العربي شمعون (٢٠٠١م): التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٣- محمد حسن علاوي (٢٠٠٧م): علم النفس المدرب والتدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة.
- ١٤- محمد حسن علاوي (٢٠١٢م): علم النفس الرياضي، الطبعة التاسعة، دار المعارف، القاهرة.
- ١٥- مرتضى على المنصوري ، محمد احمد عبدالله ، انتصار كاظم سالم (٢٠١٣م) : تنس الطاولة " الاسس التكنيكية الميكانيكية والتدريبية " ، الطبعة الاولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٦- منتظر مجيد علي (٢٠١٠م) () بعنوان نسبة مساهمة مظاهر الانتباه في دقة بعض المهارات الاساسية بالتنس الارضي ، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، المجلد ١٠ ، العدد ١ ، ص(٢٢٩-٢٤٧) ، جامعة القادسية ، العراق .
- ١٧- وسام توفيق حماد ، سنان عباس علي (٢٠١٢م) بعض مظاهر الانتباه وعلاقته بدقة التهديف من الحالات الثابتة بكرة القدم ، مجلة كلية التربية الاساسية ، العدد ٩ ، ص(٣٩٣-٤٠٦) ، جامعة بابل ، العراق .

ثانيا: المراجع الأجنبية:

- 18-Craig, N, - P;l Norton, - K- L; Bourdon, - P. – C; Woolford, - S, - M; Stanef, - T; Squires, - B; Olds, - T-S; Conyers, - R- A, - J; Walsh, - C-B-V (2003): Aerobic and anaerobic indices contributing to track endurance cycling performance, European-Journal of applied Physiology and occupational Physiology (Berlin, - FRG); 67 (2), August.
- 19-Jayashree, A: **Effect Of concentration Training On attentional Styl (2003):** exercise and Sports ychologrein Hard Steltre, conpenchag en, 22^٧ -,July.p.19,





20-Tywan, G. M. (2017). Tennis Anyone? A Content Analysis of the Written and Pictorial Coverage of Tennis Magazine, The Sport Journal, Retrieved: <http://thesportjournal.org/?s=tennis+attention>.

ثالثاً: مواقع شبكة المعلومات الدولية:

21-<http://mandumah.com>

22-<https://www.ekb.eg/ar>

23-www.eulc.edu.eg

