

علاقة الإيقاع الحيوي العقلي بالدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر بالكرة الطائرة

م.د. ازاد حسن قادر

كلية التربية الرياضية جامعة صلاح الدين

تاريخ تسليم البحث : ٢٠٠٧/١١/١١ ؛ تاريخ قبول النشر : ٢٠٠٧/١٢/٣٠

الملخص

هدف البحث الى

- التعرف على علاقة الايقاع الحيوي بالدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر بالكرة الطائرة لفرق منتخبات الجامعات العراقية.
 - تكمن أهمية البحث في التعرف على علاقة الايقاع الحيوي ومنها تركيز الانتباه بالدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر، وقد تبلورت مشكلة البحث في عدم إمكانية اللاعب الحر توظيف الجهد العقلي لخدمة المهارة المطلوبة، ووجدنا ان بعض المدربين لا يضعون الايقاع الحيوي موضع التطبيق عند وضع خططهم التدريبية والسباقات.
 - اجري البحث على عينة من لاعبي بعض منتخبات الجامعات العراقية والبالغ عددهم (٥) لاعبا بواقع لاعبين (٧) جامعات هم المجتمع الأصلي للبحث، أي بنسبة (٧١,٤٣%) من المجتمع الاصلي وكان منهج البحث المستخدم هو المنج الوصفي والتتبعي لضرورة متابعة اللاعبين خلال المدة من ٢٠٠٦/٤/٨ ولغاية ٢٠٠٦/٤/١٥ في القاعة الداخلية لكلية التربية الرياضية في جامعة صلاح الدين - اربيل
 - وبعد عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل الى استنتاجات عدة اهمها :
- ١- ان مستوى الدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر في المرحلة السلبية متذبذب وذلك لاستعداده المتدني بعض الشيء في المستوى العقلي.
 - ٢- تحقيق نتائج متميزة للاعب في مهارة الدفاع عن الملعب في المرحلة الايجابية وذلك لأملاكه درجة عالية من تركيز الانتباه.

وقد قدم الباحث عدة التوصيات اهمها

- ١- ضرورة مراعاة اللاعبين في اوقات ومراحل الايقاع عند تحديد المنهج التدريبي و اجراء المسابقات في دوري الجامعات.
- ٢- اعطاء اللاعب الدافعية في المرحلة الأيجابية اذ انها تؤدي الى زيادة مستوى الأناجاز، وتوضيح مفهوم الايقاع الحيوي لمدربي الكرة الطائرة لغرض وضعه موضع التطبيق.

ABSTRACT

The relation Ship between mental rhythmic Sytle and defending filed of free player in volleyball.

By : Dr.Azad .H. Qader

University of salahaddin /College of physical education

Important of the study:

The great concern in this study was to identify the relation ship between mental rhythmic cycle of which concentrating attention with defending on field of free player. The main problem of this study was, the free player did not have ability to function his mental efforts to serve the demanding skill . Also, some coaches did not put the vital rhythmic into consideration during competitions and training plans.

Aim of the study:

To identify the relation of rhythmic with defending on the field of free player for varsity volley ball of Iraqi universities.

Methodology

- A sample of university varsity players of volley ball were in this study (5)players of (7 universities) .
- The percentage of sample was (%71.43) .
- A descriptive study was used in this study.
- The study was applied during the period of 8/4 – 15/4/2006
- This study was conducted in the university of Salahaddin – Arbil.

Conclusion and Recommendations

On the basis of the analysis of the data, the following conclusions were presented:

- 1- The level of field defense for free player at the negative stage was unstable, due to, Bad readiness in the mental level.
- 2- Excellent results have been a chieved for the player in field defense skill at positive stage, due to high degree of concentrating attention.

The researcher recommended :

- 1- Mor emphasis on scheduling stages of rhythmic should be taken into consideration When limiting training program and tournaments of universities.

2- More emphasis on playing motivation at the positive stage should be taken Into consideration which will increase performance level and explanation of vital rhythmic concept for volley ball trainners into application.

١ - التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته

يعد المجال الرياضي من اهم المجالات التي طبق فيه نظريات الإيقاع الحيوي وان معرفة الإيقاع الحيوي مسألة اساسية على كل مدرب ورياضي يجب معرفتها واجراءها لتسهيل تنظيم الحياة اليومية للرياضي بحيث يكون ايقاعه الحيوي في اعلى مستوى له في الوقت المحدد للمنافسة ، واصبح ايضا ومن المفيد جدا تغيير التدريب اليومي لتصبح في توقيت المنافسة نفسه حتى يتعود ايقاع الجسم على هذه التوقيتات، كما ان تنظيم الإيقاع الحيوي اليومي للرياضي ولا سيما العقلي يساعد على النوم بانتظام واخراج النشاط المطلوب في الوقت المناسب^١ .
ولا يقتصر تأثير الإيقاع الحيوي على التغيرات الوظيفية والمتمثلة في ايقاع الأشارات العصبية، ايقاع النبض، ايقاع درجات الحرارة، وايقاع التعب والراحة... الخ انه بل يتعدى ذلك الى الإيقاعات الانفعالية والعقلية التي تعمل مجتمعة في مستوى اداء اللاعب^٢ .
ومن هنا تأتي اهمية البحث في التعرف على الدورة العقلية في الإيقاع ومن خلالها يجب ان يعرف الرياضي والمدرب خصائص الدورة التي يشعر بها بحيث يكون مستعدا لتحقيق افضل انجاز في الدفاع عن الملعب في اثناء المنافسة.

٢-١ مشكلة البحث

تطورت لعبة الكرة الطائرة تطوراً كبيراً ولاسيما خلال الحقبة الأخيرة من هذا القرن، واتسع نطاق انتشارها ليشمل بلدانا عديدة في جميع انحاء العالم، بطريقة جعلت هذه اللعبة تتسم بالديناميكية التي ينتج عنها ارتفاع مستوى الأداء مع الأثارة، وذلك بسبب تعدد خطط اللعب وكذا ما يتمتع به ممارسها من متطلبات نفسية ومعنوية عالية جدا^٣، ان مشكلة البحث تكمن في عدم امكانية اللاعب الحر توظيف الجهد العقلي لخدمة مهارة الدفاع عن الملعب من خلال انتباهه

¹ عبدالفتاح، ابو العلاء حسنين، محمد صبحي: فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم، دار الفكر العربي، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٩٧، ص ٤١٩.

² احمد، بسطويسي: اسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٩، ص ٤٦٥

³ حسن، زكي محمد محمد: الكرة الطائرة تقنيات حديثة في التعلم والتدريب، ملتقى الفكر الألكندرية، مصر، ب ت، ص ٩

وتوقعه الحركي الجيد من خلال القدرة العقلية الكبيرة لتوقع مكان سقوط الكرة، وعدم اخذ بعض المدربين الإيقاع الحيوي بعين الاعتبار عند وضع خطتهم التدريبية .

١-٣ هدف البحث

- التعرف على العلاقة بين قيم الدورة العقلية للإيقاع الحيوي ممثلة (بتركيز الانتباه) ومهارة الدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر بالكرة الطائرة.

١-٤ فرضية البحث

- هناك ارتباط معنوي بين الإيقاع الحيوي العقلي (تركيز الانتباه) ومهارة الدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر بالكرة الطائرة.

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري : لاعبو فرق منتخبات الجامعات العراقية بالكرة الطائرة .

١-٥-٢ المجال الزمني : ابتداءً من ٢٠٠٦/٤/٨ ولغاية ٢٠٠٦/٤/١٥

١-٥-٣ المجال المكاني : القاعة الداخلية لكلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين - اربيل

٢- الدراسات النظرية

٢-١ مفهوم ومعنى الإيقاع الحيوي

اول من استخدم مفهوم ومصطلح الإيقاع الحيوي هم اليونانيون القدماء تحت مصطلح (Rhythmos) والذي كان يعني لديهم في ذلك الوقت الأنسياب المقنن، اخذوا هذا المفهوم من الحركة المنتظمة والمستمرة لأموج البحر^١.

وعرفه "علي بيك، وصبري عمر" بأنه التغيرات الحيوية المنتظمة ذات المدى القريب والبعيد والتي يزداد خلالها او يقل النشاط البدني والعقلي والأنفعالي عند الإنسان ، وهذه التغيرات مرتبطة بلاشك بالبيئة الداخلية (الوراثة) والخارجية المحيطة به^٢.

٢-٢ الإيقاع الحيوي وأهميته في الكرة الطائرة

يلعب الإيقاع الحيوي دوراً فاعلاً في أداء فعاليات اللعب بالكرة الطائرة ويؤثر بالنشاط العقلي للفرد في لذاكرة واليقظة، والقدرة على التعلم، وسلامة العمليات العقلية ، وان مفهوم القدرات العقلية نشأ في ميدان علم النفس التطبيقي وكان في نهاية القرن التاسع عشر متصلاً

^١ احمد، بسطويسي:مصدر سبق ذكره، ص ٤٥

^٢ البيك، علي و عمر، صبري: الايقاع الحيوي والأنجاز الرياضي ، الأسكندرية، ١٩٩٤، ص ٢٤

بالدراسات التجريبية وفي بداية القرن العشرين ظهر في فرنسا مرتبطا بقياس الذكاء في ابحاث العالم^١.

تعد القدرات العقلية التي يتميز بها الإنسان من بين اهم العوامل والمحددات في عملية تعلم وتدريب المهارات الحركية والتي اهتم بها العاملون في المجال الرياضي لغرض دراسة ومعرفة الفروق الفردية بين الأشخاص.

إذ إن لعبة الكرة الطائرة تعد نموذجا جيدا للألعاب الجماعية التي يعتمد لاعبيها بدرجة عالية بالعديد من القدرات العقلية التي تساعدهم على اختيار وتطبيق المهارات المختلفة وفي توقيت ادائها المناسب بمنتهى السرعة والدقة.

٢-٣ القدرات العقلية

٢-٣-١ مفهوم القدرات العقلية

ان مفهوم القدرات العقلية تطور على يد العالم الانكليزي "تشارلز سبيرمان" الذي رفض مصطلح الذكاء لأنه لا يحمل الكثير من المعاني، وقام باستبداله بمصطلح "العامل العام" الذي يعبر عن الطاقة العقلية التي تهيمن على جميع النشاطات العقلية الأخرى، وذلك حسب مقتضيات نظريته المعروفة (بنظرية العاملين) ويتفق معظم علماء النفس على تعريف القدرة العقلية بانها ما ينتج عن الأداء العقلي مثل القدرة العددية والقدرة الأبتكارية، اما العالم " ثرستون " فيرى ان القدرة العقلية هي صفة يحددها سلوك الفرد أي بمعنى انها صفة تتجدد بما يمكن ان يؤديه الفرد او مايقوم به وهي صفة تظهر نتيجة لأداء معين وبهذا فأنها تمثل سلوكا ظاهرا يمكن ملاحظته ومن ثم قياسه^٢.

قد تناول الباحث تركيز الانتباه ممثلا للقدرات العقلية لقياس الدورة العقلية لذا سيتناول الباحث شرح الانتباه في المجال الرياضي:

٢-٣-٢ الانتباه

٢-٣-٢-١ مفهوم الانتباه

يعد الانتباه من العوامل المهمة للأداء الناجح للمهارات الرياضية، فالرياضي لا يستطيع الوصول الى مستويات الأداء الأفضل الا عندما يوجه كامل انتباهه الى عملية ادائه للمهارات

1 موسى ،عدنان هادي : علاقة بعض القدرات العقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الأنجاز

الرياضي لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة

الموصل، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٤، ص١٨.

2 موسى ،عدنان هادي: المصدر السابق نفسه، ص١٨.

دون الأشياء الأخرى، وان الأداء المتميز لا يحدث الا عندما يركز الرياضي انتباهه على العوامل المرتبطة بالمهارة، فتشتيت الانتباه له تأثيرات سلبية على الأداء فعندما يركز الرياضي انتباهه على المهارة ويكون في حالة نفسية انفعالية ايجابية سيتمكن من اداء افضل المستويات التي تسمح بها قدراته البدنية¹.

٢-٣-٢ تركيز الانتباه

يعد تركيز الانتباه احد مظاهر الانتباه المهمة التي تلعب دورا اساسيا ليس فقط في المجال الرياضي، ولكن في أبعاد الحياة المختلفة، اذ ان طريقة انتباه الفرد لما يدور حوله تمثل احدى السمات التي تؤدي الى تحقيق الإنجازات، فهو الأساس لنجاح عملية التعلم والتدريب في اشكاله المختلفة، فتشتيت الانتباه او عدم التركيز يؤثر سلبا في الأداء، وكلما زادت مقدرة الرياضي على التركيز في الشيء الذي يقوم بأدائه حقق استجابة افضل، وان الرياضي الذي يفتقد الى التركيز ولو بنسبة ضئيلة، فان ذلك يؤثر سلبيا في ادائه ويحول دون تحقيق اقصى اداء ممكن².

٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

أن طبيعة المشكلة تلزم الباحث في اختيار المنهج الملائم، لذا أستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته مشكلة البحث.

٣-٢ عينه البحث

من الامور الواجبة في البحث العلمي اختيار عينة تمثل المجتمع الاصلي تمثيلاً صادقاً وعلى هذا الاساس تم اختيار العينة من اللاعبين المشاركين في نهائيات بطولة منتخبات الجامعات العراقية بالكرة الطائرة لكونهم الافضل بدنياً ومهارياً، وقد بلغ عدد افراد العينة (٥) لاعبين أحرار (ليبرو) من مجتمع البحث الذي يحتل سبعة فرق هم جامعة صلاح الدين، والسليمانية، وديالى والموصل، ودهوك، وتكريت، وكركوك تم استبعاد جامعتي دهوك، وكركوك، وذلك لعدم وجود لاعب حر لدى فرقهم وبهذا فأن عينة البحث تمثل (٧١،٤٣%) من المجتمع الاصلي.

وتعرف الباحث على منحنيات الإيقاع الحيوي الحقيقي للاعب من خلال الطريقة الالكترونية والذي يستخرج من خلال يوم ميلاد اللاعب ضمن برنامج خاص معد لذلك يوضح فيه دورات اللاعب ومراحل إيقاعه الحيوي.

¹ النقيب، يحيى كاظم: علم النفس الرياضي، معهد عداد القادة، مطابع الأيوبي، الرياض، السعودية، ١٩٩٠، ص.

² راتب، اسامة كامل: علم نفس الرياضة، المفاهيم، التطبيقات، ط٢، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٩٧، ص٤٠٠

٣-٣ وسائل جمع البيانات

أستخدام الباحث الادوات الأتية:

- الملاحظة العلمية من خلال استمارة خاصة لتقويم مهارة الدفاع عن الملعب (ملحق رقم ١).

- اختبار بوردن انفيوموف لقياس مظاهر الانتباه (ملحق رقم ٢)

٣-٤ الأدوات المستخدمة في البحث:

-جهاز الحاسوب الالكتروني

-جهاز مشنتت ضوئي وصوتي

-كرات طائرة قانونية نوع (mikasa)

-ساعة توقيت الكترونية يابانية الصنع

-ملعب كرة طائرة

- ادوات مكتبية

٣-٥ خطوات تنفيذ البحث

٣-٥-١ الاختبارات المستخدمة في البحث

٣-٥-١-١ اختبار تقويم مهارة الدفاع عن الملعب .

تم أستخدم درجات لتقويم مهارة الدفاع عن الملعب والمستخدم من لجنة المسابقات في

الاتحاد الدولي عند تقويمهم للمهارات في البطولات الدولية وكانت درجات التقويم كالأتي^١:

- ثلاث درجات للدفاع الجيد الذي من جرائه يمكن عمل هجوم مثالي.

- درجتان للدفاع الذي يجعل الكرة حرة (free ball) ويمكن الاستقادة منها.

- درجة واحدة للدفاع الذي من جرائه تعبر الكرة الى ملعب الفريق المنافس

- (صفر) للدفاع الفاشل.

٣-٥-١-٢ اختبار تركيز الانتباه

تم استخدام اختبار بوردون انفيوموف المعدل من قبل " عبدالجواد طه" من الأحرف

الروسية الى الأرقام العربية .

الغرض من الاختبار: قياس تركيز انتباه اللاعب^٢.

^١ قادر ،أزاد حسن: دراسة مقارنة لتأثير مركبات اللعب الهجومى في المنطقة الامامية والخلفية على نتيجة المبارات بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صلاح الدين،كلية التربية الرياضية،١٩٩٨،ص٣٥

^٢ المصدر السابق ، عدنان هادي، ص ١٠٧

الأدوات : جهاز مشنت صوتي وصوتي، ورقة قياس الأنتباه، ساعة التوقيت، قلم

مواصفات الأداء:

١- نظام الأداء هو الأسلوب المتبع في قياس حدة الأنتباه، ولكن بوجود جهاز (مترونوم- فلاشر) كما في الشكل رقم (١) الذي يعطي (٦٠) دقة في الدقيقة و (١٢) ومضة مصباح في الدقيقة، أي بمعدل دقة صوت كل ثانية مع ومضة مصباح كل (٥) ثوان، على ان يوضع الجهاز على بعد متر واحد عن المختبر وبمستوى نظره وعند سماح كلمة (قف) يضع اللاعب علامة راسية عند اخر رقم يشطب او وصل اليه.

٢- الرقم المختار لهذا الأختبار (٤٧)

٣- زمن الأختبار دقيقة واحدة

٤- احصاء العدد الكلي للأرقام التي وصل اليها اللاعب خلال دقيقة واحدة للأختبار حتى كلمة (قف) اي الحجم الكلي للجزء المنظور ويرمز له (a)

٥- احصاء عدد الأرقام الصحيحة التي قام اللاعب بشطبها في الجزء المنظور ويرمز لها (c)

٦- احصاء عدد الأرقام التي قام اللاعب بشطبها عن طريق الخطاء في الجزء المنظور اذ يرمز لها (w)

٧- احصاء عدد الأرقام المنسية التي لم يشطبها اللاعب في الجزء المنظور يرمز لها (o)

٨- يتم استخراج مستوى حدة الأنتباه لدى اللاعب

طريقة التصحيح واحتساب النتائج

١- المعادلة التي استخدمت في حدة الأنتباه تستخدم في التركيز

عدد الأرقام المشطوبة صحيحا - عدد الأرقام المشطوبة خطأ

حده الأنتباه = $\frac{\text{عدد الأرقام المشطوبة صحيحا}}{\text{عدد الأرقام المشطوبة خطأ}}$

عدد الأرقام المشطوبة صحيحا - عدد الأرقام المنسية

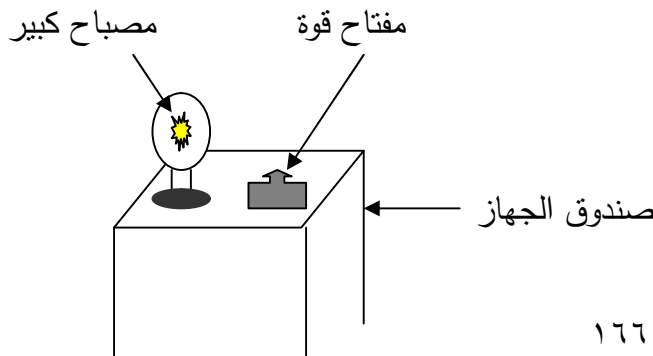
٢- صافي انتاجية العمل في حدة الأنتباه يرمز له بالرمز (u₁) بدون مثير.

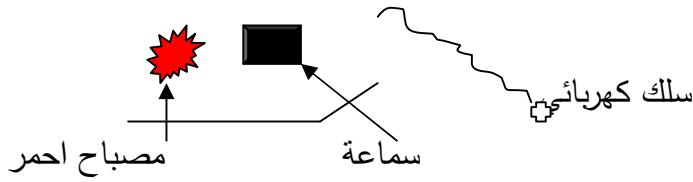
٣- اما صافي الأنتاجية في التركيز (أي الحدة مع المثير) يرمز لها بالرمز (u₂).

٤- تركيز الأنتباه يستخرج في النتيجة النهائية عن طريق المعادلة الآتية.

تركيز الأنتباه = الأختبار بدون مثير - الأختبار مع المثير

$$U_2 - U_1$$





الشكل رقم (١)

يوضح جهاز المترونوم فلاشر لقياس تركيز الانتباه

٣-٦ الوسائل الأحصائية

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط^١

٤- عرض ومناقشة النتائج

٤-١ عرض النتائج

تم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات الأحصائية التي تم الحصول عليها من عينة البحث على وفق المتغيرات الأساسية المعتمدة، فقد استخدمت وسائل احصائية متنوعة لتحقيق اهداف البحث، قبل الدخول في عرض ومناقشة نتائج البحث قام الباحث باعطاء فكرة مبسطة عن الوصف الأحصائي للمتغيرات الخاصة بعينة البحث فقد تم حساب الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من الأختبارات العقلية والمهارية التي تم قياسها وعلى النحو الآتي:

الجدول رقم (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية التي حصلت عليها عينة البحث في اختبارات

القدرات العقلية والمهارية

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	مرحلة الابقاع	وحدة القياس	المعالجات الأحصائية	
				القدرات العقلية والمهارية	القدرات العقلية والمهارية
١٧,٠٠٧	٦٣,١٢٧	ايجابي	درجة	تركيز الانتباه	العقلية
١٢,٣٨٢	٣٦,٥٢٢	سلبي			

^١ ناجي، قيس و كامل ، شامل : مبادئ الأحصاء في التربية الرياضية، جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٨، ص ٤٠

٠,٧٧٨	٢٧,٩٤٤	الأيجابية	درجة	الدفاع عن الملعب	المهارية
١,٨١٦	١٩,٤٨١	السلبية			

يتبين في الجدول اعلاه الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقدرات العقلية (تركيز الانتباه) ومستوى الأنجاز لمهارة الدفاع عن الملعب ، التي تم قياسها من خلال الأختبارات المستخدمة.

الجدول رقم (٢)

يبين العلاقة بين دورة الإيقاع الحيوي العقلي (تركيز الانتباه) للمرحلتين الأيجابية والسلبية ومهارة الدفاع عن الملعب لدى عينة البحث

مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط الجدولية	الدفاع عن الملعب	مرحلة الإيقاع	المعالجات الاحصائية القدرة العقلية
معنوي	٠,٨٧٨	٠,٩٢١ *	الأيجابية	تركيز الانتباه
غير معنوي		٠,٥١٨	السلبية	

تحت مستوى الدلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (٣)

عند ملاحظة الجدول رقم (٢) تبين لنا ان قيمة معامل الارتباط لمظهر تركيز الانتباه في مرحلة الإيقاع الإيجابي مع مهارة الدفاع عن الملعب (٠,٩٢١) وهذه القيمة المحسوبة هي اكبر من القيمة الجدولية مما يدل على ان هناك ارتباط ايجابية ذا دلالة احصائية بين صفة تركيز الانتباه ومهارة الدفاع عن الملعب في مرحلته الايجابية.

وفي الجدول نفسه نجد ان قيمة معامل الارتباط لصفة تركيز الانتباه في مرحلة الإيقاع السلي مع مهارة الدفاع عن الملعب في مرحلته السلبية (٠,٥١٨) وهذه القيمة المحسوبة هي اصغر من القيمة الجدولية لذا لم تكن هناك ارتباط ذا دلالة احصائية بين تركيز الانتباه والدفاع عن الملعب.

٤-٢ مناقشة النتائج

من خلال ملاحظة الجدول رقم (٢) نجد ان هناك ارتباط ذا دلالة احصائية في تركيز الانتباه مع مهارة الدفاع عن الملعب في مرحلة الايقاع الحيوي الايجابي، ويعزو الباحث وجود العلاقة المعنوية بين تركيز الانتباه مع مهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة الى درجة العلاقة بين هذه القدرة العقلية وفن الأداء من جهة وفن الأنجاز من جهة اخرى، اذ لايمكن للاعب ان يتمكن من اداء مستوى عالٍ من المهارة مع دقة الأنجاز من دون امتلاكه درجة عالية من تركيز

¹ في مرحلته الايجابية

الانتباه، ولعل هذه العلاقة المعنوية هي سبب مهم لتحقيق النتائج المتميزة للاعب التي تتطلب مع غيرها من المهارات الأخرى درجة عالية من تركيز الانتباه مع وجود وتعدد المثيرات التي تواجه اللاعب في اثناء ادائه للمهارات وتحقيقه للأنجاز.

كما ان خصوصية لعبة الكرة الطائرة تتطلب اثاره هذه القدرة والمنبهات الحسية المرتبطة معها عند اداء أي مهارة او محاولة تحقيق أي انجاز على الرغم من اختلاف درجة قوتها وشدتها بما يتناسب وخصوصية كل مهارة.

ويذهب في هذا الرأي (عبدالستار الضمد) في تحديده لمفهوم تركيز الانتباه في المجال الرياضي الى انه يمثل درجة القوة او الصعوبة التي يمكن ان يبذلها اللاعب تجاه مثير او مثيرات معينة ومن ثم كلما زاد تركيز الانتباه نحو مثيرات معينة تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية او العقلية في عملية الانتباه¹

وفي متغيرات الدورة العقلية لتركيز الانتباه في مرحلة الإيقاع الحيوي السلبي لم يظهر ارتباط ذا دلالة احصائية مع الأنجاز لمهارة الدفاع عن الملعب وذلك لأن الانتباه تصاحبه ردود افعال تعمل على كف جميع الحركات التي لاتلائم الموقف، ويعزو الباحث عدم وجود العلاقة بين تركيز الانتباه ومهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة خلال المرحلة السلبية الى استعدادهم المتدني بعض الشيء في المستوى العقلي مما يؤثر في قدرتهم المهارية والخطية ومن ثم التذبذب في المستوى لتلك القدرات.

مما تقدم نجد ان هناك ارتباط معنوي في الإيقاع الحيوي العقلي مع مستوى الأنجاز في مهارة الدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر بالكرة الطائرة وبما يحقق الفرض الذي افترضه الباحث.

٥ - الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

- ١- ان مستوى الدفاع عن الملعب لدى اللاعب الحر في المرحلة السلبية متذبذب وذلك لأستعدادهم المتدني بعض الشيء في المستوى العقلي (تركيز الانتباه).
- ٢- تحقيق نتائج متميزة للاعب الحر في مهارة الدفاع عن الملعب في المرحلة الأيجابية وذلك لأتملاكه درجة عالية من تركيز الانتباه.

¹ الضمد، عبدالستار: فسيولوجيا العمليات العقلية، ط١، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن،

٣- هناك ارتباط معنوي موجب بين الإيقاع الحيوي العقلي ومهارة الدفاع عن الملعب لدى عينة البحث في المرحلة الأيجابية المستخلصة من نتائج الأختبارات.

٥-٢ التوصيات

- ١- ضرورة مراعاة اللاعبين في اوقات ومراحل الإيقاع الحيوي خاصة الدورة العقلية عند تحديد منهج ومواعيد اجراء المسابقات والبطولات .
- ٢- عدم اشتراك اللاعبين في المباريات عندما يكون ايقاعهم الحيوي في المرحلة السلبية مما يؤثر على ادائه ومستوى الأنجاز وعدم اعطاء الحمل التدريبي المكثف .
- ٣- اعطاء الدافعية والأثارة للاعب في المرحلة الايجابية تؤدي الى زيادة مستوى الإنجاز في اثناء المنافسات والبطولات الرسمية وفي المرحلة السلبية يكون عملها الحفاظ على المستوى .

المصادر العربية والأجنبية

١. احمد، بسطويسى: (١٩٩٩) اسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة
٢. بيك، علي وعمرصبري: (١٩٩٤) الايقاع الحيوي والأنجاز الرياضي ، الأسكندرية.
٣. حسن، زكي محمد: (ب ت) الكرة الطائرة تقنيات حديثة في التعلم والتدريب، ملتقى الفكر، الأسكندرية، مصر .
٤. راتب، اسامة كامل: (١٩٩٧) علم النفس الرياضة، المفاهيم، التطبيقات، ط٢، جامعة حلوان، القاهرة.
٥. الضمد، عبدالستار: (٢٠٠٠) فسيولوجيا العمليات العقلية، ط١، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
٦. عبدالفتاح، ابو العلا وحسنين، محمد صبحي: (١٩٩٧) فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي
٧. قادر، أزد حسن: (١٩٩٨) دراسة مقارنة لتأثير مركبات اللعب الهجومي في المنطقة الامامية والخلفية على نتيجة المبارات بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية.
٨. موسى، عدنان هادي : (٢٠٠٤) علاقة بعض القدرات العقلية بفن الأداء المهاري ومستوى الأنجاز الرياضي لبعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية.
٩. ناجي، قيس و كامل، شامل: (١٩٨٨) مبادئ الأحصاء في التربية الرياضية، جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي.

١٠. النقيب، يحيى كاظم: (١٩٩٠) علم النفس الرياضي، معهد عداد القادة، مطابع الأيوبي الرياض، السعودية.
١١. وطرق القياس والتقييم، دار الفكر العربي، جامعة حلوان، القاهرة.

ملحق رقم (١)

استمارة ملاحظة الدفاع عن الملعب في الكرة الطائرة

اسم الفريق :
التاريخ :
رقم المباراة :
اسم الفريق المقابل:
الملعب :

الفريق ()				الفريق ()				الأشواط
٣	٢	١	٠	٣	٢	١	٠	
								١
								٢
								٣
								٤
								٥
								المجموع

ملحق رقم (٢)

استمارة اختبار بوردون - انفيومف المعدل من قبل عبدالجواد طه لقياس مظاهر الانتباه

٢٤٩٧ ٦٩٤٢ ٥٨٣ ٦٤٢٧٩ ٢٧٤٩ ٢٤٩٦ ٣٨٥ ٦٤٧٩ ٦٢٢٩٤٧ ٤٩٢
 ٩٢٤٧٦ ٥٣٨ ٢٤٩٦ ٢٩٤٧ ٥٨٣ ٦٤٩٢ ٢٩٤٦ ٢٩٧٤ ٢٤٩٧ ٦٧٤٢٩
 ٢٤٩٢ ٢٤٩٦ ٥٨٣ ٢٤٩٧ ٦٧٤٢٩ ٢٩٤٧ ٢٤٩٢ ٢٩٤٧ ٢٩٤٦ ٢٤٩٧
 ٦٤٩٧ ٦٧٢٤٩ ٢٤٩٧ ٢٧٤٩ ٢٩٤٧ ٦٤٢٧٩ ٦٤٩٢ ٣٨٥ ٢٤٩٦ ٣٨٥
 ٦٧٤٢٩ ٥٨٣ ٦٤٩٢ ٥٨٣ ٦٢٤٧٩ ٢٩٤٧ ٣٨٥ ٦٢٤٧٩ ٦٤٢٧٩ ٣٧٥
 ٧٤٩٦ ٦٧٢٤٩ ٢٤٩٧ ٢٩٤٧ ٢٧٤٩ ٦٤٢٧٩ ٣٨٥ ٦٤٩٢ ٣٨٥ ٢٤٩٧

