

دراسة تحليلية لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة

نضال مصطفى بني سعيد*

شافع سليمان طلفاح

محمد خلف ذيابات

ملخص

هدفت هذه الدراسة في التعرف إلى تحليل مستوى تركيز الانتباه (قبل وأثناء وبعد) المباراة، وأثره على نتائج المنافسات لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بصورته المسحية لملاءمته لطبيعة الدراسة على عينة الدراسة التي تكونت من (28) لاعباً ولاعبةً ((17) من الذكور و (11) من الإناث) من لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة، بلغ متوسط أعمار (17.2) سنة، تم اختيارهم بطريقة عمدية وبأسلوب الحصر الشامل، ولقياس مستوى تركيز الانتباه لدى اللاعبين؛ تم استخدام اختبار شبكة تركيز الانتباه من تصميم (Allawi, M, 1998)، حيث تم قياس مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المباراة، كما تم رصد نتائج جميع المباريات، وبعد جمع البيانات تم تحليلها إحصائياً، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تركيز الانتباه قبل المباراة يكون مرتفعاً ثم يبدأ بالانخفاض أثناء المباراة ثم ينخفض بشكل كبير بعد نهاية المباراة مباشرة، كما أظهرت النتائج أن اللاعبين الأكثر خبرةً والأكثر عمراً لديهم مستوى تركيز أفضل، ولا يوجد فرق بين الجنسين (الذكور والإناث) في مستوى امتلاكهم لمهارة تركيز الانتباه، كما أظهرت النتائج أن مستوى تركيز الانتباه ليس له أثر على نتائج المباريات، ويوصي الباحثون بزيادة الاهتمام من قبل المدربين والأخصائيين النفسيين في تطوير مهارة تركيز الانتباه وزيادة عدد المشاركات في البطولات الداخلية والخارجية لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة.

الكلمات الدالة: تركيز الانتباه، نتائج المنافسة، الريشة الطائرة

* كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.

تاريخ قبول البحث: 2019/8/19 م.

تاريخ تقديم البحث: 2019/2/21 م.

© جميع حقوق النشر محفوظة لجامعة مؤتة، الكرك، المملكة الأردنية الهاشمية، 2022 م.

An Analytical Study of the Level of Concentration of Attention Among Jordanian National Team of Badminton

Nedal Mutafa Bany Saaed*

nedalbs@yahoo.com

Shafe' Sulieman Tulfah

Muhammed Khalaf Theyabaat

Abstract

The study aimed to identify the analysis of the level of concentration of attention (before, during and after) the match and its impact on the results of competitions in the Jordanian national team of badminton. The researchers used the descriptive method in its survey to fit the nature of the study on the sample of the study consisted of (28) players, (17) males and (11) females of the Jordanian national team of badminton. The average age of (17.2) years and they were chosen in an intentional and comprehensive manner. In order to measure the concentration of attention, the focus network test was used by (Allawi, M. 1998), where the concentration level of the nets was measured. The results of the study showed that the level of concentration of attention before the game is high and then starts to decline during the game and then drops significantly after the end of the game directly, and the results also showed that the most experienced and older players have a better concentration level and that there is no difference between the sexes (males and females) in the level of possession of the skill of concentration. The results also showed that the level of concentration of attention has no impact on the results of matches. The researchers recommended increasing attention by coaches and psychologists and its importance in developing the skill of focusing attention and increasing the number of participants in the internal and external tournaments of the players of the Jordanian national team for badminton.

Key words: focus attention, competition results, badminton.

* Faculty of Physical Education, Yarmouk University.

Received: 21/2/2019.

Accepted: 19/8/2019.

© All rights reserved to Mutah University, Karak, Hashemite Kingdom of Jordan, 2022.

المقدمة:

تعد لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الحديثة نسبيا في الوطن العربي، حيث تشكل الاتحاد العربي لهذه اللعبة في عام (1996) م، ومنذ ذلك الحين أخذت اللعبة تتطور بشكل متسارع وأصبح هناك اتحادات للعبة في بعض البلدان العربية، وفي الأردن تشكل الاتحاد الأردني للريشة الطائرة عام (1993) م، وأصبحت هذه الرياضة مدرجة ضمن الألعاب الرياضية في البطولة العربية في دورة الحسين العربية التي أقيمت في الأردن عام (1999).

تُعدّ المهارات النفسية للرياضيين من أهمّ العوامل التي تساعدهم في تحقيق الإنجاز الرياضي ومن هذه المهارات مهارة تركيز الانتباه، فامتلاك هذه المهارة النفسية تساعد الرياضيين في تعزيز الثقة بالنفس، والتحكّم في التوتر والقلق، والسيطرة على مجريات الأحداث أثناء المنافسة. (Goksel & Zorba, 2017)، ويشير (Jaime et al., 2015) في أن ارتفاع عدد ضربات القلب وزيادة نسبة الكورتيزون نتيجة الجهد البدني، يؤثر بشكل سلبي على القدرات النفسية للرياضي كالثقة بالنفس ومستوى القلق والتّركيز.

يعرف تركيز الانتباه على أنه الجهد الذهني المرتبط بتحقيق هدف ما (Moran, 2004)، وهو أيضاً القدرة على التركيز على المثيرات البيئية المرتبطة بتحقيق هدف ما، يحاول من خلالها الرياضي القيام بالواجب الحركي بأفضل طريقة (Tywan, 2017).

إنّ التعامل مع ضغوط المنافسة بفعالية والتّعافي من الفشل، وعدم الاستسلام، والتّحلي بالإيجابية، والإيمان الراسخ بالسيطرة على مستقبل الرياضي من العوامل المهمة في تحسين تركيز الانتباه لدى الرياضيين في مختلف المنافسات الرياضية (Bull et al., 2005) (CloughP et al., 2002).

وتجدر الإشارة إلى أنّ هناك نوعين من تركيز الانتباه لدى اللاعبين، وهو التركيز الداخلي، وهو تركيز انتباه اللاعب على حركات جسمه أثناء تنفيذ المهارة، والتّركيز الخارجي وهو تركيز انتباه اللاعب للبيئة المحيطة أثناء أدائه للمهارة، (Malek et al., 2012) ويشير (wulf et al., 2009) إلى أنّ أداء اللاعبين المحترفين تحت ظروف التركيز الخارجي أفضل من اللاعبين المبتدئين الذي يؤدّون بشكل أفضل تحت ظروف التركيز الداخلي.

تعدّ الألعاب الفردية من الألعاب التي تحتاج إلى درجة عالية من تركيز الانتباه؛ ويعود السبب في ذلك إلى أنّ اللاعب يقف وحيداً في الملعب، ولا يوجد هناك من يسانده إذا انخفض مستوى تركيز الانتباه لديه، بعكس الألعاب الجماعية التي يتعاون فيها اللاعبون في حال انخفض مستوى التركيز لأحد اللاعبين.

تعدّ ألعاب المضرب المختلفة من الألعاب التي تحتاج إلى مستوى عالٍ من تركيز الانتباه طوال المنافسة، وأنّ أي انخفاض في مستوى التركيز يؤدي إلى خسارة النقاط وبالتالي خسارة المنافسة، ويشير (Gulsum & Mugla, 2018) إلى أنّ مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشة الطائرة يأتي بالمرتبة الثالثة بعد لعبتي التنس الأرضي وكرة الطاولة، بينما تشير (Al-Batikhi, 1994) إلى أنّ لاعبي الريشة الطائرة في الأردن يمتلكون مستوى أعلى في تحويل وتوزيع وتركيز الانتباه من لاعبي ألعاب المضرب الأخرى.

ويشير (Ying, 2011) إلى أنّ لاعب الريشة الطائرة بحاجة كبيرة إلى التدريب على المهارات النفسية والعقلية، ومنها تركيز الانتباه للتكيف مع ظروف المنافسة المتغيرة باستمرار في هذه اللعبة، وكلّ ذلك يلعب دوراً مهماً في التفوق وتحقيق الإنجاز، ويضيف إلى أنّ المهارات النفسية لدى لاعبي النخبة في لعبة الريشة الطائرة (المستويات العالية) تشكل ما نسبته 70% في تحقيق الفوز في المنافسة، في حين تشكل القدرات البدنية والمهارية ما نسبته 30% لتحقيق هذا الفوز خصوصاً في ظل تقارب المستويات البدنية والمهارية والخطية بين اللاعبين.

تزرخ لعبة الريشة الطائرة بالعديد من المهارات التي تحتاج إلى درجة عالية من الإتقان والتركيز طوال المنافسة، وتمتاز هذه الرياضة بالسرعة الفائقة تصل فيها سرعة الريشة إلى حوالي (81.66م/ث)، (Michael & Guillaume, 2014) وحيث إنّ مهارات هذه اللعبة متنوعة فإنّ اللاعب يبقى في تفكير دائم بالحلول المناسبة لمواقف اللعب المختلفة؛ وهذا يحتاج إلى درجة عالية من التركيز خصوصاً في ظل زيادة عدد التبادلات في هذه اللعبة حيث يصل في بعض المنافسات إلى أكثر من 120 تبادلاً وهذا يرهق اللاعب ويقلل من تركيزه.

مشكلة الدراسة:

يرتبط النجاح في تحقيق الإنجاز في الألعاب الرياضية بعوامل كثيرة كالإعداد البدني والمهاري والخططي ولكن يغفل الكثير من المدربين عن الإعداد النفسي الذي يعد مفتاح النجاح في

ظل تقارب المستويات البدنية والمهارية والخطية خصوصاً لدى لاعبي النخبة وأصحاب المستويات العالية، حيث يشير (Yadav et al., 2005) إلى تفوق الفائزين على الخاسرين في القدرات الذهنية في لعبة الريشة الطائرة، وهذا يدل على أهمية القدرات العقلية، ومنها تركيز الانتباه لهذه الرياضة.

وقد لاحظ الباحثون خلال متابعتهم لمنافسات الريشة الطائرة أنّ الأخطاء لدى اللاعبين الأردنيين تزداد أثناء المنافسات، خصوصاً عند اشتداد المنافسة واللعب تحت الضغط، مما يفقدهم نقاطاً مجانية حيث تكثر الأخطاء المباشرة ويصبح اللاعبون غير قادرين على وضع الريشة في المكان المناسب في ملعب المنافس، وتصبح بعض خياراتهم خاطئة، حيث يشير (Bastug et al., 2017) إلى ضرورة استخدام الصور التحفيزية في البرامج التدريبية؛ لأنّ ذلك يؤثر على تحسين مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشة الطائرة.

ولأنّ تركيز الانتباه من المهارات النفسية المهمة لدى لاعب الريشة الطائرة؛ جاءت هذه الدراسة لمحاولة الكشف عن مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشة الطائرة الأردنيين في مراحل المباراة، وأثره على نتائج المنافسات، حيث يشير (Talfah & Bani Melhem, 2017) إلى أنّ مستوى الإعداد النفسي لدى لاعبي منتخبات الريشة الطائرة في الجامعات الأردنية جاء بدرجة متوسطة، لذا جاءت هذه الدراسة لتحليل مهارة تركيز الانتباه في مراحل المباراة، كإحدى المهارات النفسية المهمة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة؛ للوقوف على مستوى تركيز الانتباه لدى اللاعبين، والتي قد تلعب دوراً حاسماً في تحقيق التفوق والإنجاز في البطولات الرياضية المختلفة لهذه الرياضة.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في جانبين اثنين، هما الجانب العملي، والجانب النظري: الجانب العملي: تساهم هذه الدراسة في:

1. الكشف عن مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة وهذه يساعد المدربين في إيجاد الحلول المناسبة لتطوير القدرات النفسية للاعبين.
2. تطوير برامج الإعداد النفسي لدى لاعبي الريشة الطائرة من خلال نتائج هذه الدراسة.

الجانب النظري:

تعدّ هذه الدراسة حسب رأي الباحثين من الدراسات القليلة في البيئة العربية لهذه الرياضة حيث تكمن الأهمية النظرية لهذه الدراسة في النقاط الآتية:

1. وضع بعض الحلول للمشاكل النفسية التي يواجهها لاعبو لعبة الريشة الطائرة والتي تساهم في تحقيق الإنجاز والتفوق في المنافسات الرياضية.
2. مساعدة الباحثين في إجراء دراسات مشابهة لألعاب أخرى.
3. كبر حجم عينة الدراسة، حيث شملت جميع لاعبي المنتخب الوطني للأردني للريشة الطائرة وهذا يعطينا نتائج صادقة بدرجة كبيرة.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة في التعرف إلى:

1. تحليل مستوى تركيز الانتباه (قبل وأثناء وبعد) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة.
2. اختلاف مستوى تركيز الانتباه تعزى لمتغيرات (الخبرة، والعمر، والجنس) لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة.
3. أثر مستوى تركيز الانتباه على نتائج المنافسات تبعا لمتغير (فائز، خاسر) لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة.

تساؤلات الدراسة:

1. هل هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى تركيز الانتباه (قبل وأثناء وبعد) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05)؟
2. هل هناك فروق دالة إحصائياً في مستوى تركيز الانتباه (قبل، أثناء، وبعد) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعا لنتيجة المنافسة (فائز، خاسر) عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05)؟

3. هل هناك فروق دالة إحصائية في مستوى تركيز الانتباه (قبل وأثناء وبعد) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغيري (الخبرة، والعمر) عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05)؟

مجالات الدراسة:

1. المجال البشري: لاعبو المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة 2018م.
2. المجال الزمني: الفترة المحصورة بين 1 / 11 / 2018 إلى 20 / 12 / 2018.
3. المجال المكاني: صالة الريشة الطائرة في مدينة الحسين الرياضية/ عمان.

الدراسات السابقة:

أجرى (Tsetselietal, 2018) دراسة هدفت التعرف إلى أثر تركيز الانتباه على مهارة الإرسال والضربة الأمامية والضربة الخلفية في التنس الأرضي، مستخدمين المنهج التجريبي كمنهج للدراسة على عينة تكونت من (68) لاعباً أعمارهم من (8-9) سنوات وقد تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات، المجموعة الأولى (21) لاعباً، طبّق عليهم برنامج إعداد نفسي لزيادة تركيز الانتباه الداخلي، والمجموعة الثانية وعددها (23) لاعباً، طبّق عليهم برنامج لزيادة التركيز الخارجي، والمجموعة الثالثة مجموعة ضابطة وعددها (24) لاعباً، وقد طبّق البرنامج على المجموعات الثلاثة لمدة (6) أسابيع، وبعد إجراء القياسات القبليّة والبعديّة للمهارات قيد الدراسة باستخدام اختبارات لقياس دقة أداء المهارات كأداة لجمع البيانات، أظهرت النتائج أن المجموعة الثانية التي طبّق عليها برنامج التركيز الخارجي، أظهرت نتائج أفضل من المجموعتين الأولى والثالثة في حالة اللعب الحقيقي.

أجرى (Bastugetal, 2017) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين تحليل الصور ومستوى تركيز الانتباه، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي كمنهج للدراسة على عينة تكونت من (85) لاعباً، تتراوح أعمارهم بين (16-18) سنة، شاركوا في بطولة تركيا للريشة الطائرة في العام (2016)، وتمّ استخدام استبيان الصور الرياضية (SIQ) التي صمّمها هول وآخرون، والتي تزيد من قدرات اللاعب التحفيزية، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى تركيز الانتباه، وهناك علاقة إيجابية بين الصور التحفيزية وارتفاع مستوى التركيز لدى اللاعبين، حيث إنّه كلما ارتفعت الصور التحفيزية للاعبين يرتفع معها تركيز الانتباه وتوصي

الدراسة باستخدام الصور التحفيزية في البرامج التدريبية لأن ذلك يؤثر في تحسين مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الريشة الطائرة.

أجرى (Talfah & Bani Melhem, 2017) دراسة هدفت التعرف إلى مستوى الإعداد النفسي لدى لاعبي منتخبات الريشة الطائرة في الجامعات الأردنية، تبعاً للمتغيرات الشخصية (الجنس، الجامعة، عدد سنوات اللعب) مستخدمين المنهج الوصفي كمنهج للدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (63) لاعبا ولاعبة ممن شاركوا في بطولة الجامعات الأردنية تم اختيارهم بالطريقة العمدية واستخدام الباحثون استبانة كأداة لجمع البيانات، وقد أظهرت النتائج بأن مستوى الإعداد النفسي لدى لاعبي منتخبات الريشة الطائرة في الجامعات الأردنية جاء بدرجة متوسطة. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات الجنس، الجامعة، عدد سنوات اللعب، وتوصي الدراسة بضرورة تطوير برامج الإعداد النفسي للاعبين.

أجرى (Varghese & Jossen, 2016) دراسة هدفت التعرف إلى مقارنة المهارات النفسية بين اللاعبين الفائزين والخاسرين في الريشة الطائرة، مستخدمين المنهج الوصفي كمنهج للدراسة على عينة تكونت من (15) لاعباً من الذكور و(15) لاعبة من الإناث، متوسط أعمارهم (15.71) سنة، وقد استخدم الباحثان استبانة من تصميم (Tiware and Sharma) لقياس المهارات النفسية كأداة للدراسة، وبعد تحليل البيانات أظهرت النتائج أن مستوى الثقة بالنفس، وتركيز الانتباه، والدوافع كان أعلى لدى اللاعبين الفائزين، في حين لم تظهر النتائج أي اختلاف بين الجنسين في المهارات النفسية، وتوصي الدراسة بزيادة الاهتمام بتطوير برامج الإعداد النفسي.

أجرى (Malek et al., 2012) دراسة هدفت التعرف إلى تأثير تركيز الانتباه على مستوى مهارة الإرسال الطويل في الريشة الطائرة، مستخدمين المنهج التجريبي كمنهج للدراسة على عينة تكونت من (40) مبتدئاً، متوسط أعمارهم (21 ± 2.6) و(40) لاعباً محترفاً، متوسط أعمارهم (24 ± 3.8)، وقد تم إخضاع المجموعتين لبرنامج تدريبي لزيادة تركيز الانتباه، واستخدم الباحثون اختبارات دقة محكمة كأداة لجمع البيانات، وأظهرت النتائج أن استخدام برنامج تدريبي لزيادة تركيز الانتباه يعتمد على مستوى المهارة لدى اللاعبين وأن البرنامج التدريبي ليس مهماً للاعبين الخبراء بعكس المبتدئين.

أجرى (Yadavetal, 2005) دراسة تحليلية لمقارنة الأخطاء المباشرة والقوة الذهنية بين الفائزين والخاسرين في الريشة الطائرة، مستخدماً المنهج الوصفي كمنهج للدراسة على عينة تكونت من (108) لاعبين (54) لاعباً خاسراً، و(54) فائزاً، متوسط أعمارهم من (18-25 سنة)، كانوا مشاركين في بطولة جامعة (jwaji) لفردي الريشة الطائرة في الهند، وقد تم إحصاء عدد الأخطاء السهلة للاعبين الفائزين والخاسرين من قبل أخصائيين، وبعد كل مباراة تم توزيع استبانة على اللاعبين الفائزين والخاسرين لقياس القدرات الذهنية (التعامل مع الضغط، التركيز، التصور العقلي، مواقف النجاح)، وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً أظهرت النتائج تفوق الفائزين على الخاسرين في القدرات الذهنية، كما أن الأخطاء المباشرة للاعبين الفائزين كانت أقل من أخطاء الخاسرين، وتوصي الدراسة بضرورة تطوير برامج الإعداد النفسي للاعبين.

أجرى (Bruce & David, 1987) دراسة هدفت إلى مقارنة المنبهات الاستباقية للخصائص المكانية والزمانية بين المحترفين والمبتدئين لمهارة الضربة الساحقة في لعبة الريشة الطائرة، مستخدمين المنهج التجريبي كمنهج للدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (20) لاعبا من المحترفين و(20) لاعبا من المبتدئين) وقد استخدم الباحث عرض المهارة من خلال الفيديو، وتم تطبيقها من قبل عينة الدراسة، وتم دراسة التسلسل الزمني للمهارة، ومكان سقوط الريشة كأداة لجمع البيانات، وأظهرت النتائج أن اللاعبين المحترفين تمكنوا من التقاط معلومات أكثر ملائمة من خلال مشاهدة المهارة أكثر من المبتدئين.

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة وجد الباحثون أن أهداف الدراسات السابقة تنوعت فيما بينها فبعض الدراسات ركزت على العلاقة بين الصور التحفيزية وتركيز الانتباه كدراسة (Bastug et al., 2017) وبعض الدراسات ركزت أثر تركيز الانتباه على مهارات محدده في لعبة الريشة الطائرة كدراسة (Tsetseli et al., 2018) في حين أن هناك دراسات قارنت بين الفائزين والخاسرين في قدراتهم الذهنية ومنها تركيز الانتباه كدراسة (Yadav et al., 2005). أما من حيث العينات وجد الباحثون أن هناك تنوعاً في اختيار العينات فبعض الدراسات ركزت على لاعبين مبتدئين كدراسة (Tsetseli et al., 2018) في حين أن هناك دراسات ركزت على لاعبين من النخبة كدراسة (Yadav et al., 2005).

دراسة تحليلية لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة
نضال مصطفى بني سعيد، شافع سليمان طلفاح، محمد خلف ذيابات

إنَّ معظم الباحثين في الدّراسات السابقة اختاروا المنهج الوصفي كمنهج لهذا النوع من الدّراسات كدراسة (Yadav et al., 2005)، ودراسة (Varghese & Jossen, 2016)، ودراسة (Bastug, et, al., 2017)، ومنهم من اعتمد المنهج التجريبي كدراسة Bruce & David, 1987) إلا أن معظم الدراسات التي اطّلع عليها الباحثون اعتمدت المنهج الوصفي. أما من حيث النتائج فقد تنوّعت نتائج الدّراسات السّابقة تبعاً لأهدافها إلا أنها اتّفقت فيما بينها على أهمية تركيز الانتباه كمهارة نفسيّة في المنافسات الرّياضيّة المختلفة للعبة الرّيشة الطّائرة.

وقد استفاد الباحثون من الاطّلاع على الدّراسات السابقة في النقاط الآتية:

1. التعرف على المتغيّرات الأكثر أهميّة في الرّيشة الطّائرة لدراستها في هذا البحث.
2. التعرف على طرق اختيار العينات والمنهج المتّبع ومدى ملاءمتها وطبيعة الدّراسة.
3. مناقشة وتفسير نتائج هذه الدّراسة في ضوء نتائج وتوصيات الدّراسات السابقة.

ويرى الباحثون أنّ هذه الدّراسة تميّزت عن الدّراسات السّابقة في ما يأتي:

1. ربطت مستوى تركيز الانتباه بنتائج المنافسات في لعبة الرّيشة الطّائرة.
2. قارنت بين الفائزين والخاسرين في امتلاكهم لمهارة تركيز الانتباه.
3. قارنت بين اللاعبين الإناث والذكور في امتلاك مهارة تركيز الانتباه.
4. تعد من الدراسات القليلة التي تقيس أحد المهارات النفسية أثناء الأداء.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لملاءمته لطبيعة الدّراسة وإجراءاتها.

مجتمع الدّراسة:

تكون مجتمع الدراسة من لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة، وعددهم (30) لاعباً ولاعبة حسب سجلات الاتحاد الأردني للريشة الطائرة للعام (2018).

عينة الدراسة:

تكوّنت عينة الدراسة من جميع لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة، وعددهم (28) لاعباً (17) من الذكور و(11) من الإناث، وقد تمّ اختيارهم بطريقة عمدية وبأسلوب الحصر الشامل. والجدول رقم (1) يوضح وصف لعينة الدراسة.

جدول (1) يوضح توصيف لعينة الدراسة

المتغيرات	الفئة	التكرار	متوسط الخبرة (سنة)	متوسط العمر (سنة)	النسبة المئوية
	ذكور	17	5.4	18.11	60.8%
	إناث	11	6.3	16.4	39.7%
	المجموع	28	5.85	17.2	100

أداة الدراسة:

من أجل قياس مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة؛ استخدم الباحثون الاختبار الذي صمّمه (Allawi, 1987)، يعدّ هذا الاختبار صادقاً وثابتاً وموضوعياً واستخدم في العديد من الدراسات.

اختبار شبكة تركيز الانتباه:

يستخدم هذا الاختبار لقياس مستوى تركيز الانتباه لدى اللاعبين وخصوصاً للألعاب التي تحتاج لمستوى عالٍ من تركيز الانتباه كالزّماية والجمباز والملاكمة وكرة الطاولة والريشة الطائرة..... الخ، (Allawi, 1987) الملحق رقم(1).

طريقة إجراء الاختبار:

- هدف الاختبار: قياس مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المباراة لدى عينة الدراسة.
- مدة الاختبار: دقيقة واحدة.

تعليمات الاختبار:

يطلب من اللاعب وضع إشارة (/) على أكبر عدد ممكن من الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدد الفاحص ويفضل أن يكون الرقم الذي يحدده الباحث أقل من (65) لإعطاء فرصة أكبر للاعب للتأشير على أكبر عدد ممكن من الأرقام مع مراعاة أن يقوم اللاعب بالتأشير على الأرقام بطريقة متتالية، فمثلاً عند تحديد الرقم (15) من قبل الفاحص يقوم اللاعب بالتأشير على الرقم (16) ثم (17) ثم (18) وهكذا على التوالي.

تحسب علامة الاختبار من 100 درجة.

تم قياس مستوى تركيز الانتباه لدى اللاعبين قبل المباراة، وأثناء المباراة بالوقت المستقطع في الشوط الثاني، وتحديدًا عند النقطة (11)، وهو وقت مستقطع إجباري للاعبين في لعبة الريشة الطائرة مدته دقيقة واحدة (قانون لعبة الريشة الطائرة 2006)، كما تم قياس مستوى تركيز الانتباه بعد المباراة مباشرة، ملحق رقم (2).

وقت إجراء الاختبار: تم إجراء الاختبار في البطولة التصنيفية للمنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة بتاريخ 2018/11/15 .

متغيرات الدراسة:

1. المتغيرات المستقلة:

- مستوى تركيز الانتباه: وله ثلاثة مستويات (قبل، أثناء، وبعد) المنافسة.
- الخبرة: ولها مستويان (أقل من 5) سنوات، أكثر من 5) سنوات.
- الجنس: وله مستويان (ذكر، أنثى).
- العمر: وله ثلاثة مستويات (من 12-15) سنة، (16-18) سنة، فوق (18) سنة.

2. المتغير التابع: نتائج المنافسات (فائز، خاسر)

التحليل الإحصائي: استخدم الباحثون الاختبارات الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

2. مربع كاي للمقارنات.

3. اختبار ويلكسون.

4. اختبار مان ويتني.

مناقشة النتائج:

السؤال الأول: هل هناك فروق دالة إحصائية في مستوى تركيز الانتباه (قبل وأثناء وبعد) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الرّيشة الطّائرة عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) ؟

للإجابة على هذا السؤال قام الباحثان باستخدام اختبار (مربع كاي) للمقارنة بين مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الرّيشة الطّائرة، على النحو الآتي:

جدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار مربع كاي للمقارنة بين مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الرّيشة الطّائرة

المتغير	العدد	رتبة الوسط	الوسط الحسابي	χ^2	الدلالة الإحصائية
قبل المنافسة	28	2.52	6.89	17.109	0.00
أثناء المنافسة	28	1.96	5.50		
بعد المنافسة	28	1.52	4.61		

يبين الجدول (1) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة مربع كاي للمقارنة بين مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الرّيشة الطّائرة، حيث أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الرّيشة الطّائرة، حيث بلغت قيمة مربع كاي (17.109) وبدلالة إحصائية (0.00)، ولإيجاد أماكن الفروق بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد

دراسة تحليلية لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة

نضال مصطفى بني سعيد، شافع سليمان طلفاح، محمد خلف ذيابات

المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تمّ استخدام اختبار ويلكسون على النحو الآتي:

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ويلكسون)

لإيجاد أماكن الفروق بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة

لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة

المنافسة	العدد	رتبة الوسط	مجموع الرتب	الوسط الحسابي	Z	الدلالة الإحصائية
قبل	17	12.53	213.00	2.52	-2.296	.022
اثناء	6	10.50	63.00	1.96		
قبل	20	11.90	238.00	2.52	-3.640	.000
بعد	2	7.50	15.00	1.52		
اثناء	15	12.10	181.50	2.52	-2.318	.020
بعد	6	8.25	49.50	1.52		

يبين الجدول رقم (2) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة (Z) بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة، حيث أظهرت النتائج ما يأتي:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز قبل وأثناء المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة ولصالح مستوى التركيز قبل المنافسة، حيث بلغت قيمة Z (-2.296) وبدلالة إحصائية (0.022). ويعزو الباحثون ذلك إلى أنّ اللاعب قبل المباراة يكون في حالة راحة ولا يكون تحت ضغوطات المنافسة، بينما أثناء المباراة يؤدي التعب والإرهاق نتيجة الجهد البدني وضغوطات المنافسة إلى انخفاض مستوى التركيز، فالأفكار السلبية للرياضي والخوف والقلق، قرارات الحكام، هتاف الجماهير، أحوال الطقس، الإعلام، وأهمية المنافسة من العوامل النفسية التي تلعب دوراً مهماً في مستوى تركيز الانتباه لدى

اللاعبين، وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه (Gulsum & Mugla, 2017)، كما وتتفق هذه النتيجة أيضا مع ما أشار إليه (Jaime et al., 2015) في أن الجهد البدني يؤثر بشكل سلبي على القدرات النفسية للرياضي كالثقة بالنفس ومستوى تركيز الانتباه، فتكثر الأخطاء وتصيح خيارات اللاعبين خاطئة في وضع الريش في المكان المناسب في ملعب المنافس.

2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز قبل وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة وتعزى الفروق لصالح مستوى التركيز قبل المنافسة، حيث بلغت قيمة Z (-3.640) وبدلالة إحصائية (0.00). وتعزى هذه النتيجة إلى أن اللاعبين في نهاية المباراة يكونون قد وصلوا إلى ذروة الجهد البدني واستنفدت قواهم البدنية والنفسية وبالتالي يكون تركيز الانتباه لديهم قد انخفض بشكل كبير.

3. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز بعد وأثناء المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة، وتعزى الفروق لصالح مستوى التركيز أثناء المنافسة، حيث بلغت قيمة Z (-2.318) وبدلالة إحصائية (0.020). وتعدّ هذه النتيجة منطقيّة كون أن تركيز الانتباه لدى اللاعب أثناء المباراة تكون أكبر لتحقيق التفوق والإنجاز وبالتالي تكون حواس اللاعب تعمل بكامل طاقتها لكسب المنافسة.

السؤال الثاني: هل هناك فروق دالة إحصائية في مستوى تركيز الانتباه (قبل، أثناء، وبعد) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعا لنتيجة المنافسة (فائز، خاسر) عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05)؟

للإجابة على هذا السؤال قام الباحث باستخدام اختبار مان ويتني للمقارنة بين مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعا لنتيجة المنافسة (فائز، خاسر)، والجدول (3) يبين ذلك.

جدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (مان ويتني) لإيجاد أماكن الفروق بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لنتيجة المنافسة (فائز، خاسر)

المنافسة	نتيجة المنافسة	العدد	رتبة الوسط	مجموع الرتب	الوسط الحسابي	Z	الدلالة الإحصائية
قبل	فائز	14	16.11	225.50	7.29	1.046	.296
	خاسر	14	12.89	180.50	6.50		
أثناء	فائز	14	14.43	202.00	5.50	-.047	.963
	خاسر	14	14.57	204.00	5.48		
بعد	فائز	14	15.54	217.50	4.79	-.683	.494
	خاسر	14	13.46	188.50	4.43		

يبين الجدول (3) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة (Z) بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لنتيجة المنافسة (فائز، خاسر)، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز (بعد وأثناء) المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لنتيجة المنافسة (فائز، خاسر). ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن هناك عوامل كثيرة تؤثر في نتيجة المباراة، وليس فقط مستوى تركيز الانتباه كالمستوى المهاري والبدني والخططي، وكذلك العمر والمستوى التدريبي والعوامل النفسية الأخرى كالثقة بالنفس ومستوى القلق والقدرات العقلية، وقد تختلف هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Varghese & Jossen, 2016) و (Yadave et al., 2005) في أن الفائزين يمتلكون قدرات نفسية أكبر من الخاسرين وسبب هذا الاختلاف مع الدراسات السابقة في أن الدراسات السابقة تناولت مجموعة أكبر من العوامل النفسية كالثقة بالنفس، والدوافع، التعامل مع الضغط، التركيز، والتصور العقلي وليس فقط تركيز الانتباه كهذه الدراسة، فالعوامل النفسية مجتمعة قد تشكل فارقاً بين الفائزين والخاسرين وتؤثر على نتيجة المنافسة، بينما عامل واحد كتركيز الانتباه قد لا يشكل ذلك الفارق.

السؤال الثالث: هل هناك فروق دالة إحصائية في مستوى تركيز الانتباه تعزى لمتغير (الفئة العمرية، الخبرة، والجنس) لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05)؟

للإجابة على هذا السؤال قام الباحث باستخدام اختبار (مان ويتي) واختبار كروس كال للمقارنة بين مستوى تركيز الانتباه قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الفئة العمرية، الخبرة، الجنس)، على النحو الآتي:

1- الجنس:

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (مان ويتي) لإيجاد أماكن الفروق بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة

الطائرة تبعاً لمتغير الجنس

الدلالة الإحصائية	Z	الوسط الحسابي	مجموع الرتب	رتبة الوسط	العدد	الجنس	نتيجة المنافسة	المنافسة
.553	-.593	6.75	55.50	6.94	8	ذكر	فائز	قبل
		8.00	49.50	8.25	6	أنثى		
.840	-.202	6.22	66.00	7.33	9	ذكر	خاسر	
		7.00	39.00	7.80	5	أنثى		
.194	-1.300	6.13	70.00	8.75	8	ذكر	فائز	أثناء
		4.67	35.00	5.83	6	أنثى		
.305	-1.025	6.00	75.00	8.33	9	ذكر	خاسر	
		4.60	30.00	6.00	5	أنثى		
.424	-.800	4.38	54.00	6.75	8	ذكر	فائز	بعد
		5.33	51.00	8.50	6	أنثى		
.073	-1.791	5.00	80.50	8.94	9	ذكر	خاسر	
		3.40	24.50	4.90	5	أنثى		

يبين الجدول (4) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة (Z) المحسوبة بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير (الجنس)، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز بعد وأثناء المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الجنس، ويعزو الباحثون ذلك إلى أن لاعبين المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة الذكور والإناث يعيشون نفس البيئة التدريبية والتنافسية، فالبرامج التدريبية المهارية والبدنية والنفسية للاعبين الذكور هي نفسها للاعبات الإناث، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Talfah & Bani Melhem 2017) ودراسة (Bastuge et al., 2017) في أن الجنسين الذكور والإناث يمتلكون نفس المستوى في تركيز الانتباه.

2- الخبرة:

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (مان ويتني) لإيجاد أماكن الفروقات بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الخبرة

المنافسة	نتيجة المنافسة	الخبرة	العدد	رتبة الوسط	مجموع الرتب	الوسط الحسابي	Z	الدلالة الإحصائية
قبل	فائز	5 سنوات فأقل	9	5.72	51.50	6.33	-2.179	.029
		6 سنوات فأكثر	5	10.70	53.50	9.00		
قبل	خاسر	5 سنوات فأقل	11	7.00	77.00	6.27	-.863	.388
		6 سنوات فأكثر	3	9.33	28.00	7.33		
أثناء	فائز	5 سنوات فأقل	9	5.44	49.00	4.44	-2.483	.013
		6 سنوات فأكثر	5	11.20	56.00	7.40		
أثناء	خاسر	5 سنوات فأقل	11	6.68	73.50	5.00	-1.43	.151
		6 سنوات فأكثر	3	10.50	31.50	7.33		

الدالة الإحصائية	Z	الوسط الحسابي	مجموع الرتب	رتبة الوسط	العدد	الخبرة	نتيجة المنافسة	المنافسة
.191	-1.308	4.33	58.00	6.44	9	5 سنوات فأقل	فائز	بعد
		5.60	47.00	9.40	5	6 سنوات فأكثر		
.064	-1.85	4.00	71.00	6.45	11	5 سنوات فأقل	خاسر	
		6.00	34.00	11.33	3	6 سنوات فأكثر		

يبين الجدول (5) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة (z) بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الخبرة، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز بعد وأثناء المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الخبرة باستثناء مستوى التركيز قبل المنافسة لدى الفائزين وتعزى لصالح الخبرة (6 سنوات فأكثر)، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى التركيز أثناء المنافسة لدى الفائزين وتعزى لصالح الخبرة (6 سنوات فأكثر). ويعزو الباحثون هذه النتيجة إلى أن الخبرة والعمر التدريبي والتنافسي يلعبان دوراً إيجابياً في تطوّر القدرات النفسية لدى اللاعبين ومنها تركيز الانتباه حيث يصبح اللاعب أكثر نضوجاً ولديه القدرة على اللعب تحت الضغوط والتعافي من الفشل والتحلي بالإيجابية، وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه (Bull et al., 2005) و (Clough P et al., 2017) كما أن اللاعبين الأكثر خبرة لديهم قدرة كبيرة على الاقتصاد بالجهد وتوزيعه على مراحل المباراة المختلفة حيث إن الجهد العالي يعمل على خفض مستوى تركيز الانتباه كما أشار (Jaime, 2002) ، وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع ما أشار إليه (wulf et al., 2009) و (Malek et al., 2012)، في أن لاعبي المستويات العالية لديهم مستوى تركيز انتباه عالٍ نتيجة الممارسة بشكل دائم ومستمر، حيث يستطيع هؤلاء اللاعبون ذوو المستويات العالية الأداء بتركيز عالٍ تحت ضغوطات المنافسة بسبب التجربة الكبيرة التي مروا بها.

دراسة تحليلية لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة
نضال مصطفى بني سعيد، شافع سليمان طلفاح، محمد خلف ذيابات

3- الفئة العمرية:

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (وكروسكال واليس) لإيجاد أماكن الفروق بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في

الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الفئة العمرية

المنافسة	نتيجة المنافسة	الفئة العمرية	العدد	رتبة الوسط	الوسط الحسابي	χ^2	الدلالة الإحصائية
قبل	فائز	12 - 15 سنة	6	5.75	6.17	3.485	.175
		16 - 18 سنة	4	7.00	7.25		
		فوق 18 سنة	4	10.63	9.00		
	خاسر	12 - 15 سنة	2	6.00	5.00	1.211	.546
		16 - 18 سنة	7	6.79	6.43		
		فوق 18 سنة	5	9.10	7.20		
أثناء	فائز	12 - 15 سنة	6	5.58	4.50	7.708	.021
		16 - 18 سنة	4	5.50	4.50		
		فوق 18 سنة	4	12.38	8.00		
	خاسر	12 - 15 سنة	2	7.00	5.00	1.219	.544
		16 - 18 سنة	7	6.50	5.00		
		فوق 18 سنة	5	9.10	6.40		
بعد	فائز	12 - 15 سنة	6	6.00	4.00	3.638	.162
		16 - 18 سنة	4	6.50	4.75		
		فوق 18 سنة	4	10.75	6.00		
	خاسر	12 - 15 سنة	2	5.00	3.50	2.372	.305
		16 - 18 سنة	7	6.71	4.14		
		فوق 18 سنة	5	9.60	5.20		

يبين الجدول (6) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة مربع كاي بين مستوى التركيز قبل وأثناء وبعد المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الفئة العمرية، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروقات ذات دلالة إحصائية بين مستوى التركيز بعد وأثناء المنافسة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة تبعاً لمتغير الفئة العمرية باستثناء مستوى التركيز أثناء المنافسة لدى الفائزين وتعزى لصالح الفئة العمرية (18 سنة فما فوق). ويعزو الباحثون هذه النتيجة إلى أن اللاعبين الأكبر عمراً قد مروا بتجارب كبيرة سواء على المستوى التدريبي أو التنافسي وبالتالي أصبحت لديهم خبرات بدنية ومهارية ونفسية أكبر ومنها تركيز الانتباه، كما أن اللاعبين الأكبر عمراً يكونون قد مروا بتجارب كبيرة سواء في التدريب أو المنافسة وبالتالي لديهم قدرة أكبر على اللعب تحت الضغط مع الاحتفاظ بمستوى عالٍ من تركيز الانتباه خصوصاً أن هؤلاء اللاعبين بالغالب يمتلكون مهارات اللعبة بشكل أفضل من الأصغر سناً، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Bruce & David, 1987)، في أن اللاعبين الأكبر سناً والأكثر خبرة يمتلكون مستوى أعلى من تركيز الانتباه من اللاعبين الأصغر سناً.

الاستنتاجات:

خلصت هذه الدراسة إلى الاستنتاجات الآتية:

1. تركيز الانتباه قبل المباراة يكون أعلى من تركيز الانتباه أثناء وبعد المباراة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة.
2. تركيز الانتباه أثناء المباراة يكون أعلى من تركيز الانتباه بعد المباراة لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة.
3. لاعبو المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة (الذكور والإناث) يمتلكون نفس مستوى تركيز الانتباه.
4. لاعبو المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة الأكبر عمراً والأكثر خبرة يمتلكون تركيز انتباه أعلى من اللاعبين الأصغر عمراً والأقل خبرة.
5. تركيز الانتباه الذي يمتلكه لاعبو المنتخب الوطني الأردني في الريشة الطائرة لا يؤثر على نتائج المنافسات.

التوصيات:

توصي هذه الدراسة بما يأتي:

1. زيادة التدريبات النفسية للاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة من أجل رفع مستوى تركيز الانتباه لأطول فترة ممكنة أثناء المنافسة.
2. رفع مستوى اللياقة البدنية لدى لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة لأن ذلك يساهم في رفع مستوى تركيز الانتباه.
3. زيادة عدد البطولات الداخلية والمشاركات الخارجية لإعطاء لاعبي المنتخب الوطني الأردني للريشة الطائرة فرصة أكبر لاكتساب الخبرات؛ لأن ذلك يساهم في تطوير تركيز الانتباه.
4. إجراء مزيد من الدراسات للوقوف على المهارات النفسية الأخرى التي يمتلكها لاعبو الريشة الطائرة في الأردن.

المراجع العربية

البطيحي، نهاد محمد عثمان (1994). دراسة مقارنة لبعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي المضرب في الاردن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، صفحة (57) الجعافرة، عمر جميل، الشعلان؛ ومعن احمد (2017)، تركيز الانتباه وعلاقته بدقة الإرسال القصير بكرة الطاولة، مجلة المنارة للبحوث والدراسات، مجلد (24)، عدد(1)، الصفحات (549-565)، جامعة ال البيت، الاردن.

طلفاح، شافع سليمان؛ ويني ملحم، محمد بديوي، (2017)، مستوى الإعداد النفسي لدى المنتخبات الجامعية، دراسات العلوم التربوية، مجلد44، عدد4، الصفحات 259-273، الجامعة الأردنية، الأردن.

علاوي، محمد حسن (1998)، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، القاهرة: مركز الكتاب للنشر

Reference:

- Al-Batikhi, N. (1994). A comparative study of attention for the racket games players of in Jordan. unpublished master thesis dar almandumah, Faculty of Graduate Studies, University of Jordan.
- Allawi, M. (1998). Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes, Cairo: Book Center for Publishing.
- Bruce, A., & David, G. (1987). Expert-Novice Differences in an Applied Selective Attention Task, human kinetics journals. Volume:9, Issue :4 Pages: 326-340.
- Bull, S., Sham brook, C. James, W., & Brooks, J. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers, Journal of Applied Sport Psychology,17,2019-227.
- Clough, P. Earle, K. & Sewell, D. (2002). Mental toughness: The concept and its measurement. (In I. Cockerill Ed.), Solutions in Sport Psychology (pp. 3243). London: Thomson Publishing.
- Goksel, A. & Zorba, E. (2017). The examination of sportsmanship behaviors of beach handball players in Turkey. Sport Journal.v:9. pp.1-9.
- Gulsum, B. & Mugla, S. (2018). Investigation of Attention, Concentration and Mental Toughness Properties in Tennis, Table Tennis, and badminton, Athletes, the sport journal, the sport journal.org/article.
- Gulsum, B., Ali. A. & Nuri, B. (2017). A study of attention and imagery capacities in badminton players, Turkish Journal of Sport and Exercise <http://dergipark.gov.tr/tsed> Year: 2017 - Volume: 19 - Issue: 2 - Pages: 307-312 DOI: 10.15314/tsed.325694 ISSN: 2147- 5652 .
- Jaime, F, Daniel A. Boullosa, David, & S Edith, F. (2015). Psychophysiological Stress Responses during Training and Competition in Young Female Competitive Tennis Players, International Journal of Sports Medicine DOI: 10.1055/s-0034-1384544CITATIONS22.

- Malek, A., Sayed, M., Kashif, M., Raghava, & Hossein, B. (2012). The Effects of Attentional Focus and Skill Level in Performance of Badminton Long Service, *World Journal of Sport Sciences* 7 (2): 84-89 ISSN:2078-4724, IDOSIP publications, DOI: 10.5829/idosi.wjiss,2012 .7.2.64128.
- Michael, P, & Guillaume, L. (2014). Shuttlecock velocity during a smash stroke in badminton evolves linearly with skill level, Article in *Computer Methods in and Biomechanics Biomedical Engineering* August 2014 DOI: 10.1080/10255842 .2014.931550 Source: PubMed.
- Moran, A. (2004). *Sport and Exercise Psychology: A critical introduction* London: Routledge.
- Talfah, S. & Bani Melhem. M. (2017). Level of Psychological Preparation of Badminton Players in Jordanian Universities, *Educational Science Studies*, Volume 44, No. 4, pp. 259-273, University of Jordan.
- Tsetseli, M. Zetou, E & Vernadakis, N , Mountaki, F.(2018). The attentional focus impact on tennis skills' technique in 10 and under years old players: Implications for real game situations, *Journal of Human Sport and Exercise*,13(2): 328-339. doi: 10. 14198/jhse.2018.132.15.
- Tywan, G. (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>
- Varghese C. & Jossen, C. (2016). Mental Toughness Attributes of Junior Level Medalist Badminton Players, *Sport Mont* ,14, 3: 21. Original scientific paper UDC 796.344:796.012.2.
- Wulf, G., Dufek J., Lozano, L. & Pettigrew, C. (2009). Increased jump height and reduced EMG activity with an external focus. Department of Kinesiology and Nutrition Sciences, University of Nevada, 4505 Maryland Parkway, Las Vegas, NV 89154-3034, United States.
- Yadav, S., Tripathi, R., Tyagi, N. & Kaushik, P. (2015). Analysis of unforced and mental toughness of winners and losers in badminton. Unpublished. India.
- Yi-Chang, H., Yu-Y Chen, P & Chien, L. (2012). biomechanical analysis of badminton forehand net shots, *Annual Conference of Biomechanics in Sports – Melbourne*, ISSN1999-4168.

Ying, Y. (2011). Research on Three-Dimensional Methods to Psychology Skills Training of Badminton Players in College, *Advanced Materials Research Online*: 2011-06-30, ISSN:1662- 8985, Vol.267, pp837-842doi: 9.4028/ www.scientific net/AMR.267.837© 2011 Trans Tech Publications, Switzerland.

Bankosz, Z., Nawara, H & Ociepa, M. (2013). Assessment of simple reaction time in badminton players, *Sport Sciences*, 1(20). 54-6 ISSN: 2299-9590.