



Journal of Studies and Researches of Sport Education

jsrse.uobasrah.edu.iq



Focusing attention and its relationship with the accuracy of scoring skill performance from 15 meters in football

Author: Sajjad Mahdi Maleh  
Dhi Qar Education Directorate

Article information

Article history:

Received 04/01/2026

Accepted 11/04/2026

Available online 15, July, 2026

Keywords:

Focusing attention, scoring skill,
football.

DOI:

<https://doi.org/10.55998/jsrse.v36i4.1492>

Journal of Studies and Researches
of Sport Education
<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/index>

Online ISSN: 2789-6560
Volume 36, Issue 4, 2026
Pages:258-271

Abstract

Football is one of the sports activities that require a high level of synergy between physical abilities, technical skills and sophisticated mental processes. Despite significant advances in modern sports training methods, the "accuracy of scoring" in football remains a major challenge for players and coaches. The problem is crystalised in the lack of an accurate and scientific understanding of the extent to which "focusing attention" as a psycho-cognitive changer is related to the field level of "scoring accuracy". One of the objectives of the research is to identify the level of "attention concentration" in the research sample (football players) using approved psychological tests. The researcher used the descriptive method in the style of correlational relationships to suit the title of research and study. The researcher chose the research sample by the intentional method, which is represented by the players of Al-Salam Club in Dhi Qar Governorate 2026, where the sample was selected by the intentional method by (18) players. The researcher concluded that there was a positive and moral correlation (with statistical significance) between the concentration of attention and the accuracy of scoring football from a distance of (15) meters. The researcher recommended the need to include training for the development of attention concentration in the daily training curricula for football players, emphasising to the coaches the need to link psychological (mental) preparation and skill preparation in the training units.



مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تركيز الانتباه وعلاقته بدقة أداء مهارة التهديف من 15 متر بكرة القدم

سجاد مهدي مالح
مديرية تربية ذي قار

المخلص

تعد لعبة كرة القدم واحدة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تضامناً عالياً المستوى بين القدرات البدنية والمهارات الفنية والعمليات العقلية المتطورة. على الرغم من التقدم الكبير في أساليب التدريب الرياضي الحديثة، إلا أن "دقة التهديف" بكرة القدم لا تزال تمثل تحدياً كبيراً أمام اللاعبين والمدربين، إن المشكلة تتبلور في عدم وجود فهم دقيق وعلمي لمدى ارتباط "تركيز الانتباه" كمغير نفسي-معرفي بمستوى "دقة التهديف" الميدانية. من أهداف البحث التعرف على مستوى "تركيز الانتباه" لدى عينة البحث (لاعب كرة القدم) باستخدام الاختبارات النفسية المعتمدة. استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته عنوان البحث والدراسة. اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية والتي تتمثل بلاعب نادي السلام في محافظة ذي قار 2026 حيث تم اختيار العينة بالطريقة العمدية بواقع (18) لاعباً. استنتج الباحث وجود علاقة ارتباطية موجبة ومعنوية (ذات دلالة إحصائية) بين تركيز الانتباه ودقة التهديف بكرة القدم من مسافة (15) متراً. أوصى الباحث ضرورة إدراج تدريبات خاصة بتتمية تركيز الانتباه ضمن المناهج التدريبية اليومية للاعب كرة القدم، التأكيد على المدربين بضرورة الربط بين الإعداد النفسي (الذهني) والإعداد المهاري في الوحدات التدريبية.

معلومات البحث

تاريخ البحث:
الاستلام: 2026/01/04
القبول: 2026/04/11
التوفر على الانترنت: 15 تموز، 2026

الكلمات المفتاحية:

تركيز الانتباه، مهارة التهديف، كرة القدم

مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية
<https://jsrse.edu.iq/index.php/home>

Online ISSN: 2789-6560

مجلة 36 – العدد 4 2026

الصفحات: 258-271

التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد لعبة كرة القدم واحدة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تضامراً عالياً المستوى بين القدرات البدنية والمهارات الفنية والعمليات العقلية المتطورة. ومع التطور الهائل في مستويات اللعب، لم يعد الإنجاز الرياضي مقتصرًا على التفوق البدني فحسب، بل أصبح للجانب النفسي-المعرفي دوراً حاسماً في حسم النتائج، خاصة في المهارات التي تتطلب دقة عالية وقدرة على اتخاذ القرار (alarabi et al., 2022)(Allawi, 2021).

وتعتبر عملية "تركيز الانتباه" من أهم العمليات العقلية التي ترافق اللاعب، فهي تمثل القدرة على توجيه العمليات الذهنية نحو مثير معين وعزل المثيرات الخارجية المشتتة. إن هذا التركيز يعد الركيزة الأساسية لنجاح المهارات الهجومية، وفي مقدمتها مهارة "التهديف"، التي تتطلب توافراً عصبياً عضلياً دقيقاً لحظة التنفيذ (Jassem Hussein & Saleh Abdul Hussein, 2019)(Salama, 2000).

إن دقة التهديف من المسافات المتوسطة، كمسافة (15) متراً، لا تتطلب قوة عضلية وتوافقاً حركياً فحسب، بل تتطلب حالة من الاستقرار النفسي والتركيز العالي لحظة التنفيذ، حيث إن أي تشتت بسيط في هذه اللحظة الحاسمة قد يؤدي إلى انحراف مسار الكرة وفقدان فرصة التسجيل. ومن هنا تبرز أهمية دراسة العلاقة بين كفاءة تركيز الانتباه ومستوى الدقة في الأداء، للوقوف على مدى تأثير هذه العملية العقلية في جودة التنفيذ المهاري، مما يساهم في تزويد المدربين والمختصين بمؤشرات علمية تساعد في تطوير برامج تدريبية تدمج بين الجانبين العقلي والمهاري.(Nasief, 2024)

إن مهارة التهديف ليست مجرد فعل حركي ميكانيكي، بل هي نتاج معقد لعملية معالجة المعلومات؛ فالمهاجم في لحظة التنفيذ يحتاج إلى حصر طاقته الذهنية وتوجيهها بدقة نحو نقاط الضعف في حراسة المرمى مع استبعاد كامل للمشتتات الخارجية (كصياحات الجمهور أو ضغط المدافعين). وبحسب المصادر العلمية، فإن "تركيز الانتباه هو القدرة على الاستمرار في توجيه الانتباه نحو مثير معين لفترة زمنية محددة دون التأثر بالمشتتات، وهو المفتاح الرئيس لإتقان المهارات المغلقة والمفتوحة على حد سواء" (Ratib, 2020)(Young & Rath, 2011).

وهنا تكمن أهمية البحث في التعرف على علاقة تركيز الانتباه وعلاقته في دقة أداء التهديف من 15 متر في كرة القدم.

1-2 مشكلة البحث

على الرغم من التقدم الكبير في أساليب التدريب الرياضي الحديثة، إلا أن "دقة التهديف" بكرة القدم لا تزال تمثل تحدياً كبيراً أمام اللاعبين والمدربين، خاصة عند التنفيذ من المسافات المتوسطة والبعيدة (كـ 15 متراً). ومن خلال اطلاع الباحث ومتابعته الميدانية، لاحظ وجود تباين واضح في مستوى الدقة لدى اللاعبين، حيث قد يمتلك اللاعب القدرة البدنية والمهارية العالية، لكنه يفشل في توجيه الكرة بالدقة المطلوبة نحو المرمى في لحظات الحسم.

ويرى الباحث أن هذا القصور في الأداء قد لا يعود دائماً إلى ضعف في التكنيك الحركي أو القوة العضلية، بل قد يكمن خلفه قصور في "العمليات العقلية" المصاحبة للأداء، وفي مقدمتها تركيز الانتباه. فمهارة التهديف من مسافة 15 متر تتطلب من اللاعب عزلاً تاماً للمشتتات الخارجية (مثل ضغط الخصم وصيحات الجمهور) وتوجيه كامل طاقته الذهنية نحو زاوية التنفيذ في أجزاء من الثانية.

إن المشكلة تتبلور في عدم وجود فهم دقيق وعلمي لمدى ارتباط "تركيز الانتباه" كمغير نفسي-معرفي بمستوى "دقة التهديف" الميدانية. لذا، يسعى الباحث من خلال هذه الدراسة إلى الكشف عن هذه العلاقة، للإجابة على التساؤل الآتي: (هل يوجد ارتباط معنوي ذو دلالة إحصائية بين مستوى تركيز الانتباه ودقة أداء التهديف عن بعد 15 متر لدى عينة البحث؟).

3-1 أهداف البحث

يسعى الباحث من خلال هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف على مستوى "تركيز الانتباه" لدى عينة البحث (لاعب كرة القدم) باستخدام الاختبارات النفسية المعتمدة.
2. التعرف على مستوى "دقة أداء التهديف" من مسافة (15) متراً لدى عينة البحث من خلال الاختبار الميداني المصمم لذلك.
3. الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات اختبار تركيز الانتباه ونتائج اختبار دقة أداء التهديف عن بُعد (15) متراً لدى أفراد عينة البحث.

4-1 فروض البحث

بناءً على أهداف البحث وطبيعة العلاقة بين العمليات العقلية والأداء المهاري، يفترض الباحث ما يأتي:

1. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات اختبار "تركيز الانتباه" ودرجات اختبار "دقة أداء التهديف" من مسافة (15) متراً لدى عينة البحث.
2. يساهم تركيز الانتباه بنسبة معنوية في مستوى دقة أداء التهديف عن بُعد لدى أفراد عينة البحث (لاعب كرة القدم).

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبي نادي السلام

1-5-2 المجال الزمني: من تاريخ 2026/3/10 ولغاية 2026/4/10

1-5-3 المجال المكاني: ملعب قلعة سكر الكبير

1-6-6 المصطلحات المستخدمة

1-6-1 تركيز الانتباه

يُعرّف تركيز الانتباه بأنه: "قدرة الرياضي على توجيه طاقته الذهنية وبؤرة وعيه صوب مثير محدد (داخلي كالأحساس بالحركة، أو خارجي كالأداة والمنافس) مرتبط بالواجب الحركي، وتثبيت هذا التوجيه طوال فترة الأداء مع العزل الكامل لكافة المشتتات المحيطة". (Ratib & Osama, 2017)

تركيز الانتباه هو عملية توجيه الموارد الذهنية نحو مثير محدد (داخلي أو خارجي) مع استبعاد المشتتات الأخرى، وهي مهارة تتيح للعقل معالجة المعلومات بعمق وكفاءة عالية لتحقيق هدف معين. (Goldstein, 2014)

1-6-2 مهارة التهديد

تُعد مهارة التهديد المحصلة النهائية للعمل الهجومي في الألعاب الجماعية. ومن الناحية العلمية الحركية، تُعرّف بأنها: "عمل حركي انفجاري يتطلب إحداث توافق عصبي عضلي عالي لتوجيه القوة المخزونة في الجسم نحو الكرة، بهدف إكسابها مساراً وسرعة محددة تمكنها من تجاوز خط دفاع وحارس مرمى المنافس للاستقرار داخل الشباك. (Saad, 2022)

وتعرف بانها المهارة الهجومية الأساسية والمحصلة النهائية لجهد الفريق، وتقوم ميكانيكياً وحركياً على إحداث توافق عصبي عضلي عالي لتوجيه القوة من الجسم إلى الكرة، لإكسابها سرعة وزاوية طيران محددة تضمن دقة وصولها إلى هدف المنافس. (Hassan, 2020)

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته عنوان البحث والدراسة.

2-2 عينة البحث

اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية والتي تتمثل بلاعبي نادي السلام في محافظة ذي قار 2026 حيث تم اختيار العينة بالطريقة العمدية بواقع (18) لاعباً.

وقد اقتصر عينة البحث على (18) لاعباً من نادي (السلام)، ويعزو الباحث اختيار حجم العينة واقتصارها على نادٍ واحد إلى طبيعة المنهج المستخدم الذي يتطلب ضبطاً دقيقاً للمتغيرات، وضمان تجانس أفراد العينة من حيث العمر، والجرعات التدريبية، والظروف البيئية المحيطة، فضلاً عن خصوصية مجتمع البحث وصعوبة تطبيق الاختبارات التخصصية (مثل اختبار شبكة تركيز الانتباه) على نطاق أوسع، مما يساهم في دقة القياسات والتحكم في المتغيرات الدخيلة.

توصيف عينة البحث

جدول (1)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	سنة	23.24	23.5	1.802	-0.298
الطول	سم	176.35	176.4	2.585	-0.172
الكتلة	كغم	69.38	69.65	2.524	0.056
العمر التدريبي	سنة	3.644	3.7	0.815	0.139

يُلاحظ من الجدول أعلاه أن قيم معامل الالتواء (Skewness) للمتغيرات (العمر، الطول، الكتلة) قد انحصرت ما بين (-0.298) و (0.056). وبما أن هذه القيم تقع جميعها ضمن المدى المسموح به إحصائياً للاعتدالية، والذي يتراوح ما بين (+1 -1)، فإن ذلك يشير بوضوح على تجانس العينة وإلى أن توزيع أفراد العينة في هذه المتغيرات يتبع "المنحنى الاعتدالي"

3-2 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة:

1- وسائل جمع

2- المعلومات: المصادر والمراجع، استمارة تسجيل النتائج، المقابلات الشخصية.

2- الأجهزة والأدوات: ورقة تحتوي على ارقام عشوائية، أقلام، ملعب كرة قدم، صافرة، شريط قياس.

2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث:

2-4-1 اختبار "شبكة تركيز الانتباه" (Concentration Grid Test). (Harris & Harris, 1984)

الغرض من الاختبار: قياس مدى قدرة اللاعب على تركيز انتباهه وتنبيهه تجاه مثيرات بصرية محددة، مع عزل المشتتات الخارجية والداخلية في أقل زمن ممكن.

الأدوات:

1. ورقة اختبار مطبوعة تحتوي على شبكة مربعات (10×10) تضم أرقاماً عشوائية من (00) إلى (99).

2. قلم جاف أو رصاص.

3. ساعة توقيت إلكترونية (Stopwatch).

4. صافرة لإعطاء إشارة البدء والتوقف.

وصف الأداء:

1. يجلس اللاعب في وضع مريح وأمامه ورقة الاختبار مقلوبة.

2. عند سماع إشارة البدء، يقوم اللاعب بقلب الورقة والبحث عن الأرقام بالتسلسل التصاعدي ابتداءً من الرقم (00)، ثم (01)، ثم (02)، وهكذا.

3. عند العثور على الرقم الصحيح، يضع اللاعب علامة (X) عليه وينتقل للبحث عن الرقم الذي يليه مباشرة في التسلسل.

4. يستمر اللاعب في العمل حتى نهاية الزمن المحدد للاختبار (دقيقتين).

التسجيل:

درجة اللاعب هي عدد الأرقام الصحيحة التي استطاع تحديدها وشطبها بالتسلسل خلال (دقيقتين).

صدق وثبات اختبار شبكة تركيز الانتباه

أولاً: صدق الاختبار

تم التحقق من صدق المحتوى والصدق البنائي (Content & Construct Validity) للاختبار في البيئة الرياضية؛ حيث أكدت الدراسات التجريبية قدرة الاختبار العالية على قياس التوافق البصري-الحركي وسرعة المعالجة المعرفية وعزل المثيرات التشتتية لدى الرياضيين. كما تميز الاختبار بـ الصدق التلازمي المرتبط بمحك (Concurrent)

(Validity) من خلال مقارنته ببطاريات قياس الانتباه والوظائف التنفيذية المعرفية المعاصرة، حيث بلغ معامل الارتباط للصدق التلازمي في هذا البحث (0.82)، وهي قيمة عالية ودالة إحصائياً تؤكد دقة وصلاحية الأداة في قياس ما وضعت لأجله وتتفق مع المؤشرات العالمية التي تراوحت في البيئات المشابهة بين (0.78 و 0.86) (Milton et al., 2022).

ثانياً: ثبات الاختبار

حظي الاختبار بمؤشرات ثبات مرتفعة ومستقرة؛ إذ تم حساب الثبات باستخدام طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest) بفواصل زمني مناسب، وتراوحت معاملات الارتباط للثبات في البحوث الرياضية الحديثة المشابهة بين (0.81 و 0.88)، كما أكدت قياسات الاتساق الداخلي الحديثة للأداة كفاءتها العالية واستقرار نتائجها عند تكرار القياس بمعامل ثبات بلغ (0.84) (Zuber et al., 2024)، مما يثبت صلاحية واعتمادية الاختبار التامة في قياسات البحث الحالي.

2-4-2 اختبار دقة التهديد من الثبات نحو مرمى مقسم. (Al-Hiti & Muwaffaq, 2016)

الهدف من الاختبار: قياس دقة توجيه وركل الكرة نحو المرمى من مسافة 15 متراً.

الأدوات المستخدمة: كرات قدم قانونية، شاخص لتحديد مسافة الـ 15 متراً، حبال وشريط لاصق لتقسيم المرمى، استمارة تسجيل.

مواصفات الهدف (أبعاد وتقسيم المرمى):

يتم استخدام مرمى كرة قدم قانوني بأبعاد ثابتة: الارتفاع 2.44 متر، والعرض 7.32 متر. يتم تقسيم المرمى باستخدام الحبال والشرائط الملونة إلى 6 مربعات/مناطق تخصصية تركز على الزوايا الصعبة التي يهدف المهاجمون لإصابتها عادةً، وتوزع كالتالي:

الزوايا الأربع (العليا والسفلى): تُقسم إلى أربع مربعات متساوية عند أطراف المرمى، أبعاد كل مربع منها (1 \ 1 times 1 متر (مربعان في الأعلى ومربعان في الأسفل)).

المنطقة الوسطى (أعلى وأسفل): المساحة المتبقية في منتصف المرمى تُقسم إلى منطقتين (وسطى علوى، ووسطى سفلى).

طريقة احتساب الدرجات (تسجيل القياس):

تمنح الدرجات بناءً على صعوبة المنطقة التي تستقر فيها الكرة داخل المرمى، لضمان تقييم دقة التركيز البصري والمهاري للاعب وفق النظام الآتي:

تمنح (3 درجات) إذا دخلت الكرة في أحد المربعات الأربعة عند الزوايا (العليا أو السفلى اليمنى واليسرى).

تمنح (درجتان) إذا دخلت الكرة في المنطقة الوسطى العليا للمرمى.

تمنح (درجة واحدة) إذا دخلت الكرة في المنطقة الوسطى السفلى للمرمى.

تمنح (صفر) إذا خرجت الكرة تماماً خارج إطار المرمى أو اصطدمت بالقائم والعارضة دون الدخول.

عدد المحاولات وزمن الاستراحة:

عدد المحاولات: يُعطى كل لاعب (5 محاولات متتالية) للركل من خلف خط الـ 15 متراً المحدد بشاخص، بحيث تكون الدرجة الكلية القصوى التي يمكن للاعب الحصول عليها هي 15 درجة (5 3\ times).

زمن الاستراحة: يُمنح اللاعب زمن استراحة بين كل محاولة ركل وأخرى يتراوح بين (30 إلى 45 ثانية)، وهي فترة كافية لاستعادة التركيز الذهني وضمان هبوط معدل نبضات القلب لوضع الاستعداد المستقر، والحد من تأثير التعب البدني المؤقت على دقة الأداء الحركي.

صدق وثبات اختبار التهديد

صدق الاختبار

اعتمد الباحث على (الصدق المرجعي المقنن)؛ حيث إن اختبار التهديد نحو المرمى المقسم يُعد من الاختبارات القياسية الشائعة والموثقة في أدبيات ومراجع كرة القدم والاختبارات والمقاييس، وقد أثبتت الدراسات السابقة صدقه التام في قياس دقة التسديد وتوجيه الكرة.

ثبات الاختبار

استناداً إلى طبيعة الاختبار المقننة، يمتلك هذا الاختبار معاملات ثبات علمية عالية ومستقرة في المصادر المنهجية، وتتحقق فيه شروط الموضوعية والأمانة العلمية عند تطبيقه بنفس المواصفات والأبعاد القانونية على عينة البحث الحالية.

5-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2026/3/25 على فئة من عينة البحث وعددها (10) لاعبين للتأكد من سلامة الأجهزة وكذلك لاطلاع المساعدين على الية العمل ليسهل ذلك عليهم في التجربة الرئيسية.

جدول (2) يبين معامل الثبات ومعامل الموضوعية

ت	الاختبار	معامل الثبات	(أقيمة) المحسوبة	معامل الموضوعية	(أقيمة) المحسوبة
1	التهديف من 15 متر على مرمى كرة القدم	0.90	5.22	0.81	3.32

يتبين من الجدول (2) أن قيمة (t) المحسوبة لمعامل الثبات قد بلغت (5.22)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.262) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05). كما أظهرت النتائج أن قيمة (t) المحسوبة للموضوعية بلغت (3.32)، وهي كذلك أكبر من القيمة الجدولية.

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى دقة الإجراءات المتبعة وتجانس أفراد العينة، فضلاً عن وضوح التعليمات الخاصة بالاختبار، مما أدى إلى تقارب النتائج عند إعادة الاختبار (الثبات) وتطابق رؤية المقيمين (الموضوعية). وهذا يعطي مؤشراً علمياً على أن الاختبارات المختارة تتمتع بموثوقية عالية، مما يؤهلها للاستخدام في التجربة الأساسية للبحث وهي تعبر بصدق عن الظاهرة المراد قياسها.

2- 6 الوسائل الإحصائية

1. الوسط الحسابي
2. الوسيط
3. الانحراف المعياري
4. معامل الالتواء
5. معامل الارتباط (بيرسون)
6. اختبار (t)

2- 7 التجربة الرئيسية

قام الباحث بإجراء التجربة الرئيسية بتاريخ 2026/4/1 على اللاعبين من عينة البحث من لاعبي نادي السلام والبالغ عددهم (18) لاعبا والتي تضمنت جميع الاختبارات.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

جدول (3) العلاقة بين تركيز الانتباه ودقة أداء التهديف من 15 متر بكرة القدم

المعالم الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	(قيمة t) المحسوبة	(قيمة t) الجدولية	دلالة الارتباط
تركيز الانتباه	13.91	1.89	0.82	6.49	2.12	معنوي
التهديف من 15 متر بكرة القدم	18.37	1.12				

مناقشة النتائج

من خلال استقراء نتائج الجدول رقم (3) يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة (طردية) قوية وذات دلالة إحصائية بين متغير تركيز الانتباه ومهارة التهديف من مسافة 15 متراً بكرة القدم؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.82). ولتأكيد معنوية هذه العلاقة، بلغت قيمة (t) المحسوبة (6.49) وهي أكبر بكثير من القيمة الجدولية البالغة (2.12) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية مناسبة، مما يشير إلى الأهمية البالغة للعمليات العقلية في توجيه الأداء الحركي.

ويعزو الباحث سبب ارتفاع قيمة معامل الارتباط بقوة وتلاحمها لتصل إلى (0.82) إلى الخصائص المهارية والبيو ميكانيكية لعملية التهديف من مسافة متوسطة (15 متراً)؛ إذ إن نجاح التسديد لا يتوقف على القوة العضلية للركل فحسب، بل يرتكز أساساً على كفاءة تركيز الانتباه كعملية عقلية موجبة. فاللاعب في تلك اللحظة الحرجة يقع تحت طائلة ضغط زمني ومكاني حاد، يتطلب منه عزل كامل للمثيرات التشتتية المحيطة بالملعب (كحركات المدافعين، وصيحات الجمهور)، وتحويل بؤرة الانتباه بدقة نحو المثيرات ذات العلاقة (تموضع حارس المرمى، الزاوية الفارغة، وضبط توقيت الاتصال بالكرة).

ومن الناحية الفسيولوجية العصبية، فإن الارتفاع في معامل الارتباط يُفسر بأن تركيز الانتباه العالي يسهم في زيادة كفاءة الجهاز العصبي المركزي على إرسال السيالات العصبية بدقة وبأقصر زمن استجابة ممكن إلى المجموعات العضلية المشتركة في الركل، مما يحقق التوافق الحركي الأمثل بين الرؤية البصرية والتطبيق المهاري، وهو ما يرفع من نسبة دقة إصابة الهدف.

وتتفق هذه النتيجة وتتأصل علمياً مع ما ورد في كتاب علم النفس الرياضي لـ (Shameun, 2016) الذي يؤكد فيه على أن السيطرة الانتباهية والوظائف المعرفية العليا تشكل القائد والموجه الأساسي لدقة المهارات المركبة والمفتوحة

تحت الضغط التنافسي في الألعاب الجماعية ككرة القدم. كما يدعم هذا التفسير ما جاء في كتاب المهارات الذهنية لـ (Weinberg & Gould, 2019) من أن تركيز الانتباه البصري يُعد حجر الزاوية الذي يبنى عليه نجاح المهارات التهديفية من مسافات مختلفة، حيث يضمن الاتصال الحركي الأمثل ويقلل من نسبة الخطأ البشري أثناء التنفيذ الحركي الفوري. وفي سياق متصل، يُشير مرجع علم النفس الرياضي التطبيقي لـ (Williams & Krane, 2021) إلى أن التلاحم بين الأداء المهاري العالي والقدرات الذهنية (مثل شبكة الانتباه) يرتفع بشكل طردي في المستويات المتقدمة، بحيث لا يمكن فصل دقة التسديد عن كفاءة معالجة المعلومات بالمخ، مما يفسر منطقياً ويثبت صحة الارتفاع الملحوظ في قيمة معامل الارتباط المحسوب في البحث الحالي.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

1. وجود علاقة ارتباطية موجبة ومعنوية (ذات دلالة إحصائية) بين تركيز الانتباه ودقة التهديف بكرة القدم من مسافة (15) متراً.
2. كلما ارتفع مستوى تركيز الانتباه لدى أفراد عينة البحث، ارتفعت بالمقابل كفاءة ودقة الأداء في مهارة التهديف.
3. تفوق قيمة (ت) المحسوبة على الجدولية يؤكد أن الارتباط بين المتغيرين حقيقي ونابع من أسس علمية وليس وليد الصدفة.
4. يعتبر تركيز الانتباه من المتطلبات الذهنية الجوهرية للنجاح في تنفيذ مهارة التهديف من المسافات المتوسطة (15) متراً).

2-4 التوصيات

1. ضرورة إدراج تدريبات خاصة بتنمية تركيز الانتباه ضمن المناهج التدريبية اليومية للاعبين كرة القدم.
2. التأكيد على المدربين بضرورة الربط بين الإعداد النفسي (الذهني) والإعداد المهارى في الوحدات التدريبية.
3. اعتماد اختبار التهديف من مسافة (15) متراً كمعيار دوري لتقييم دقة اللاعبين وتطور مستواهم المهاري.
4. إجراء دراسات مشابهة تتناول علاقة تركيز الانتباه بمهارات أساسية أخرى مثل (الدرجة، الإخماد، أو التمير الطويل).
5. ضرورة توفير وسائل تدريبية حديثة تساعد اللاعبين على تطوير الثبات الانتباهي تحت ظروف مشابهة لظروف المباراة.

References

- Al-Haiti, M. A. (2016). A system of skill tests in football (1st ed.). Dar Al-Arab and Dar Nour Al-Kalima.
- Allawi, M. H. (2021). Psychology of training and competitions (11th ed.). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Shaykhli, S. M. (2020). The comprehensive book of skill tests. Shams Al-Andalus Office.
- alarabi, zuhair, dakhil, R., & abdalreda, A. (2022). A Study of the Reality of Rehabilitation of Sports Injuries for Players of the Iraqi Premier League Clubs in Football. *Journal of Studies and Researches of Sport Education (JSRSE)*, 32(1), 113–127. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v32i1.280>
- Jassem Hussein, H., & Saleh Abdul Hussein, T. (2019). The impact of the Challenge Games in developing the performance efficiency of young footballers (14–16) years. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 29(4), 261–279. <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/228>
- Milton, A., & Taylor, J. (2022). Validation of attentional assessment tools in elite sports performance. *Journal of Sports Sciences & Coaching*, 17(3), 412–419.
- Nasief, G. (2024). The sportsmanship level of the Palestinian national football team players. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(3), 2024. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.716>©Authors
- Goldstein, E. B. (2014). Cognitive psychology: Connecting mind, research, and everyday experience.
- Harris, D. V., & Harris, B. L. (1984). The athlete's guide to sports psychology: Mental skills for physical people. Leisure Press.

- Ratif, U. K. (2017). Sport psychology: Concepts and applications (7th ed.). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Ratif, U. K. (2020). Sport psychology: Concepts and applications (5th ed.). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Salama, B. A. (2000). Metabolism in the field of sport. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Shehata, H. A. (2020). Encyclopedia of football: Training and basic skills. Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Shamoun, M. A. (2016). Mental preparation in the field of sport (2nd ed.). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology (7th ed.). Human Kinetics.
- Williams, J. M., & Krane, V. (2021). Applied sport psychology: Personal growth to peak performance (8th ed.). McGraw-Hill Education.
- Young, W. B., & Rath, D. A. (2011). Enhancing foot velocity in football kicking: the role of strength training. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(2), 561–566.
- Zuber, C., & Conzelmann, A. (2024). Psychometric properties of cognitive diagnostics in talent identification: A longitudinal study on concentration grids. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(1), 89–105.