استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة

سعد محمد بني هاني*، وعنان حسين بني هاني*، ويزن سمير حداد*، ونزار محمد خير الويسي*، ويزن طعاني**، ونضال محمود شحرور***، وآيات الشاعر****

تاريخ الاستلام 2025/03/22 DOI: https://doi.org /10.47017/33.4.1 تاريخ القبول 2025/07/30

الملخّص

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى دور استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة لدى طلبة كلية التربيه الرياضية. استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتكونت عينتها من (40) طالبًا وطالبة من المسجلين لمساقات تعليم كرة السلة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة؛ تضمنت مجموعة (20) طالبًا وطالبة تعلموا بتقنية الواقع المعزز، ومجموعة (20) طالبًا وطالبة تعلموا بالأسلوب الاعتيادي. أظهرت النتائج أن هناك فروقًا بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام الأسلوب التقليدي على تعلم الطلبة لمهارات كرة السلة وتركيز الانتباه لصالح القياس البعدي، وفروقًا بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام تقنية الواقع المعزز على تعلم الطلبة لمهارات كرة السلة وتركيز الانتباه لصالح القياس البعدي، ووجود فروق بين القياسين البعديين باستخدام تقنية الواقع المعزز والأسلوب التقليدي ولصالح تقنية الواقع المعزز. وأوصى الباحثون بضرورة استخدام تقنية الواقع المعزز في تعليم المهارات الرياضية بشكل عام، ومهارات كرة السلة بشكل خاص.

الكلمات المفتاحية: تقنية الواقع المعزز، تركيز الانتباه، تعلم كرة السلة.

المقدّمة

يعد التعلم ركيزة من ركائز الحياة الأساسية في بناء القدرات والمهارات، فهو يأتي من التعايش في المجتمع وأيضًا بالتفاعل في البيئة التعليمية، لذلك شهدت السنوات الأخيرة تحسنًا ملحوظًا في بناء الاستراتيجيات الحديثة وفقًا للتقدم التكنولوجي، وكان إدراج التقنيات في التعليم واضحًا تمامًا في السنوات الأخيرة؛ لأنها توفر الإدماج الرقمي والاجتماعي، بالإضافة إلى كونها تشكل أساليب تعلم وتعليم جديدة، تسعى إلى جذب اهتمام المدرسين والطلبة لاستكشاف مصادر جديدة للتعلم، وتوفر الدمج بين استراتيجيات التدريس الجديدة والقديمة.

ومن الاستخدامات الحديثة للتكنولوجيا في العملية التعليمية تقنية الواقع المعزز، والتي تعمل على مزج المشاهد الحقيقية التي ينظر إليها الطلبة والمشاهد الظاهرة عبر الشاشة، والتي تعزز المشاهدة الحقيقية بمعلومات إضافية والتي تشكل وحدة بنائية للمعرفية العلمية، وتعمل على تحقيق التعلم التفاعلي المتمركز حول الطلبة، وتساعد في تحقيق بيئة جذابة وفعالة داخل العملية التعليمية، وتعزز نقاط القوة ومعالجة نقاط الضعف (Wu, Lee, Chang & Liang, 2013).

وتعرّف (Ben Suleiman, 2020) الواقع المعزز بأنه "تقنية" تمزج بين تجربة العالم الواقعي والافتراضي. والواقع المعزز شكل من أشكال الواقع الافتراضي مع شاشة مثبتة على الرأس، حيث يعكس هذا التعريف التطور المبكر لتقنية الواقع المعزز التي تتضمن عادةً أجهزة مثبتة على الرأس لتدخل المعلومات الافتراضية على العالم الحقيقي.

© جميع الحقوق محفوظة لمجلة أبحاث اليرموك، "سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية"، جامعة اليرموك، 2024.

* قسم التربية البدنية التطبيقي، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة اليرموك.
** مدرس/ مدرب كرة اليد.
*** كلية الآداب والعلوم التربوية، جامعة الشرق الأوسط، عمان، الأردن.
**** أستاذ مساعد/ كلية التربية البدنية/ جامعة قطر.

كما أظهرت المراجعات الأدبية الحديثة كدراسة المقدام (Elmqaddem, 2019) أن استخدام الواقع المعزز عبر مجموعة من التخصصات تسعى لتنمية مجالات التحفيز والمشاركة والتعاون والتعلم الأسرع وزيادة حفظ المحتوى. وتزيد من تفاعل المتعلمين مع تقنية الواقع المعزز، وتعمل على جذب انتباههم وزيادة تركيزهم في العملية التعليمية، والتركيز على المحتوى التعليمي المقدم من قبل المدرس بشكل أفضل من الطرق التقليدية في التدريس (Al-Shuaili, 2019).

كما أشار كل من (Khafaga, and Khafaga, 2014) إلى أن مناهج التربية الرياضية لها خصوصية كبيرة تستند إلى طبيعتها المتمثلة بارتباطها بالطلبة من خلال تعلم المهارات الحركية المختلفة، وطبيعة تدريسها وكيفية توصيل الطلبة لحالة التعلم المثلى للمهارات الحركية، وطريقة اشتقاق نتاجاتها ووضع الأهداف المرجو تحقيقها جراء تعلمهم من هذه المهارات، لتمكنهم من أن يصبحوا معلمين قادرين على تعليم المهارات الحركية في التربية الرياضية لطلبتهم في المستقبل، كل هذا يتطلب عرض مضامين تعليم المهارات الحركية في التربية الرياضية للطلبة باستراتيجيات جاذبة ومشوقة تتوافق مع اهتماماتهم من خلال تقنية الواقع المعزز.

ويرى لي (Lee, 2012) أن توظيف تقنية الواقع المعزز في عملية تدريس التربية الرياضية، هي من العوامل المساعدة على فهم الطلبة للمادة الدراسية وللمهارات الحركية، وهي توفر فرص ممارسة عملية للتفكير العلمي، واكتساب المهارات العلمية والعملية، وتستثير اهتمامهم وتزيد من دافعيتهم، وزيادة انتباههم، وتفتح أمامهم آفاقاً ورؤى جديدة، مسهلة عليهم فهم هذه المهارات وتنشط القدرات العقلية والإبداعية لديهم، للوصول بهم إلى التعلم والأداء الصحيح في تطبيق المهارات الحركية المختلفة.

وتلعب القدرات العقلية دورا هاما في العمليات العقلية وتوظيفها لصالح الأداء المهاري في الكثير من الأنشطة والمهارات الرياضية، ويعد الانتباه واحدا من هذه القدرات المهمة التي تعمل على نجاح تطبيق المهارات، فتركيز انتباه اللاعبين أو الطلبة يعمل على أداء المهارات والخطط بالشكل المطلوب، كما يؤدي إلى وضع الحلول السريعة للمهارات الفردية والجماعية التي تتطلب حلا سريعا وتركيزا عاليا لتوجيه الأداء (Ben Rokia, 2018).

ويعرف الانتباه بأنه توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعدادا لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه

(Ben Joual, 2016). وهو نشاط اصطفائي يتم فيه الشعور (Ben Rokia, 2018). وهو عملية تبئير الشعور لإنتاج مزيد من الحيوية وتوضيح أشياء معينة دون غيرها (Mahdi, and Al-Junaidi, 2021).

ويشير (Al-Jabali, Safwat, and Fahim, 2022) إلى أن الطلبة ، وفي أثناء تعلمهم للمهارات الرياضية المختلفة، تواجههم الكثير من المواقف، الأمر الذي يتطلب منهم زيادة في تركيز الانتباه من أجل الوصول للسرعة والاستجابة والقدرة على أداء الواجب الحركي المطلوب تنفيذه في الوقت المناسب، وبناء عليه فإن تحويل الانتباه وتشتيته لأهداف مختلفة يؤدي إلى ارتكاب الأخطاء الفنية خلال الأداء الحركي.

وتعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الممتعة والمثيرة والتي حققت شعبية كبيرة على المستوى الجماهيري في العالم، إذ شهدت تطور الأساليب الخططية أو التعديلات التي شملت قواعد اللعبة، والتي أسهمت في تطور اللعبة نحو الأفضل. ونتيجة لهذه التطورات التي شهدتها اللعبة كان لا بد من المهتمين والقائمين على لعبة كرة السلة أن يواكبوا ذلك التطور والتغيير المنشود من خلال استخدام الأساليب والطرق التدريسية الحديثة التي تطور من أداء الطلبة في تعلم مهارات اللعبة، والفرق واللاعبين من ناحية الأداء الفني والخططي (Rahman, 2022).

من خلال ما سبق تأتي الحاجة للبحث عن أفضل الاستراتيجيات التدريسية والتدريبية الحديثة، والتي تساعد في اتقان مهارات كرة السلة، مما دفع الباحثين لإجراء هذه الدراسة للتعرف على كيفية تنمية مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه باستخدام الواقع المعزز.

أهمية الدراسة

تكتسب الدراسة أهميتها في كونها:

1. قد تشير إلى أفضل الطرق التدريسية التي تساهم في تنمية مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه لدى الطلبة.
2. قد تساعد مدرسي ومدربي كرة السلة في تحديد البرامج والطرق التدريسية والتدريبية التي تساعد في تطوير مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه لدى طلبتهم.
3. قد تثري المكتبة المحلية والعربية بموضوعات الواقع المعزز وكرة السلة وتركيز الانتباه، وتزود الراغبين بالتعلم بأفكار وأدب تربوي مرتبط بهذا الموضوع.
4. توفر طرق تدريسية مبتكرة تعمل على تطوير أداء الطلبة في مهارات كرة السلة. في ضوء قلة الدراسات العربية والأجنبية (في حدود علم الباحثين) التي تناولت الواقع المعزز لمهارات كرة السلة.

مشكلة الدراسة

نبعت مشكلة الدراسة من خلال عمل الباحثين كمدرسين لاستراتيجيات التدريس، ولمساقات كرة السلة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ لاحظوا أن تعليم مهارات كرة السلة باستخدام الطرق التقليدية المتبعة قد تحد من تعلم الطلبة لبعض مهارات كرة السلة بالشكل المطلوب، عوضا عن تدخل المثيرات الخارجية داخل محاضرات كرة السلة، والتي تعمل على تشتيت انتباه وتركيز الطلبة في أثناء تعلمهم لهذه المهارات، ومن خلال إطلاعهم على الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة باستخدام الواقع المعزز ودوره في تعلم المهارات الحركية، وزيادة تركيز الانتباه للطلبة مثل دراسة (Al-Ashmawi, 2019)، (Kanun, 2020). ومثل هذه الأسباب هي التي دفعت الباحثين لإجراء هذه الدراسة للبحث عن أفضل الطرق والاستراتيجيات التدريسية التي تساعد الطلبة على تعلم المهارات وزيادة تركيز الانتباه لديهم للوصول لمرحلة الإتقان في تعلم مهارات كرة السلة.

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة التعرف إلى:

1. الفروق بين القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة لأثر استخدام البرنامج الاعتيادي في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة.
2. الفروق بين القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة.
3. الفروق بين القياسين البعديين لأفراد المجموعة التجريبية والضابطة لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة.

تساؤلات الدراسة

1. هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة؟
2. هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة؟
3. هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياسين البعديين لأفراد المجموعة التجريبية والضابطة لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة؟

محددات الدراسة

1. **المحدد الزماني**: الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2025/2024.
2. **المحدد المكاني**: صالة كرة السلة التابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة اليرموك- إربد-.
3. **المحدد البشري**: طلبة مساقات تعليم كرة السلة.

مصطلحات الدراسة

الواقع المعزز: إمكانية دمج المعلومات الافتراضية مع العالم الواقعي، من خلال إضافة مجموعة من المعلومات المفيدة إلى الإدراك البصري للإنسان (Al-Shezawiya and Al-Hajj, 2017).

ويعرفه الباحثون إجرائيًا: بأنه نظام يعمل على دمج الواقع الحي التطبيقي مع واقع افتراضي من صنع الحاسوب لتحقيق النتاجات التعليمية لمساق تعليم كرة السلة.

تركيز الانتباه: يعرف على أنه حالة من حالات الاستعداد الرياضي، أي توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعدادا لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه، والذي يتطلب أن يكون الرياضي قادرا على طرد كل ما يشتت انتباهه وأن يركز على أساسيات الأداء المطلوبة منه (Bastık & Gümüşdağ, 2022).

ويعرفه الباحثون إجرائيا: هو حالة استعداد المتعلم أثناء العملية التعليمية بمساعدة الواقع المعزز الذي يثير عمليات التركيز ويوجهها نحو تعلم مهارات كرة السلة، وهي الدرجة التي سيحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجاباتهم على أداة الدراسة.

الدراسات السابقة

الدراسات المرتبطة بالواقع المعزز

أجرت (Al-Ashmawi, 2019) دراسة هدفت إلى التعرف إلى تأثير استخدام تقنية الواقع المعزز على الأداء المهاري في كرة اليد، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت العينة من (228) طالبة من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربيه الرياضية في جامعة مدينة السادات، وكان من أهم النتائج أن استخدام تقنية الواقع المعزز له أثر إيجابي في تعلم مهارات كرة اليد.

أجرى (Kanun, 2020) دراسة هدفت التعرف إلى تأثير تقنية الواقع المعزز على مستوى التحصيل المعرفي في كرة السلة لطلبة المستوى الثاني بقسم علوم الرياضة والنشاط البدني بجامعة الجوف. تكون المجتمع من 150 طالبا، وتكونت العينة من 50 طالبا قسموا لمجموعتين (25) تجريبية، و(25) ظابطة. استخدم الباحث المنهج التجريبي نظرا لملاءمته لطبيعة البحث باستخدام القياسين (القبلي/البعدي). وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في مستوى التحصيل المعرفي لصالح متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية. كما أظهرت النتائج أن هناك أثرا إيجابيا للبرنامج التعليمي باستخدام الواقع المعزز على التحصيل المعرفي لأفراد المجموعة التجريبية.

أجرى (Moreno-Guerrero et al., 2020) دراسة هدفت التعرف إلى تحليل تأثير العمل التدريبي من خلال استخدام الواقع المعزز في التربية البدنية لتطوير واكتساب التوجه المكاني، بدلا من التدريب التقليدي المبني على أساس أسلوب العرض. تم استخدام المنهج الكمي من خلال تصميم شبه تجريبي. تكونت العينة من 140 طالبًا في المدرسة الثانوية في مجال التربية البدنية. تشير النتائج إلى أن جميع الأبعاد تظهر علاقة عالية جدًا ومهمة بين الواقع المعزز والعمل التدريبي في

التربية البدنية. ويمكن الاستنتاج أن طريقة التدريس من خلال الواقع المعزز فعالة في تعليم طلبة المدارس الثانوية في مادة التربية البدنية، وخاصة لاكتساب المحتوى الموجه مكانيًا.

أجرى مساعيد وأركيس وحسناوي (Msaed, Arkhees and Hasnawi, 2022) دراسة هدفت إلى معرفة مدى تأثير استراتيجية الواقع الافتراضي والمعزز في تطوير الإبداع والتفكير وتعلم بعض المهارات الهجومية المركبة في كرة اليد، وهي محاولة لتزويد المتعلمين بأساليب تعليمية متوافقة مع أساليبهم. ظهرت مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحثين لأداء بعض المهارات الهجومية المركبة لكرة اليد للطلبة في التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان، استخدم الباحثون الطريقة التجريبية لارتباطها بطبيعة المشكلة المراد حلها. أما مجتمع البحث، فقد كان عبارة عن مجموعة من طلبة السنة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة ميسان للعام الدراسي 2021-2022. أما بالنسبة لأبرز الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الباحثون، فتمثلت في أن التدريبات التي تم إعدادها في استخدام استراتيجية الواقع الافتراضي والمعزز كان لها أثر إيجابي على تنمية بعض المهارات الهجومية المركبة (استلام كرة التصويب، واستلام الكرة، والرماية بالكرة) في عينة البحث التجريبية، وأن تبني استراتيجية الواقع الافتراضي والمعزز ساهم في تنمية التفكير الإبداعي لدى أفراد عينة البحث والمجموعة التجريبية.

وأجرى الجبالي وصفوت وفهيم (Al-Jabali, Safwat and Fahim, 2022) دراسة هدفت معرفة كيفية استخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي كطريقة تعليمية حديثة في مجال تعليم السباحة، وتهدف إلى تنمية مخرجات التعلم في السباحة لدى السباحين المبتدئين، والتعرف على فعالية البرنامج التعليمي المقترح باستخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي على مخرجات التعلم في السباحة. استخدم الباحثون المنهج شبه التجريبي، مستعينا بالتصميم التجريبي ذي المجموعتين؛ إحداهما المجموعة التجريبية والأخرى المجموعة الضابطة. قام الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من السباحين المبتدئين بنادي الصيد المصري والمقيدين للموسم الرياضي 2021/2020م، وبلغت عينة البحث (40) طفلا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين، (20) مجموعة تجريبية و(20) مجموعة ضابطة. أظهرت النتائج تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي المعدة بتقنية الواقع الافتراضي على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي والنموذج العملي) في تعلم بعض المتغيرات والمهارات لسباحة الزحف على البطن.

الدراسات المرتبطة بتركيز الانتباه

أجرت المغربي (Al-Maghribi, 2012) دراسة هدفت التعرف إلى خاصية تركيز الانتباه وعلاقتها بدقة أداء ركلة الجزاء لدى لاعبي كرة القدم في منطقة بسبها. وتكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي كرة القدم في منطقة بسبها. وتكونت العينة من (72) لاعبا. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي من خلال استخدام استبانة تركيز الانتباه. وأظهرت نتائج الدراسة أن درجة الاتقان لركلة الجزاء ترتبط بشكل مباشر بخاصية تركيز الانتباه.

وأجرى بني عامر (Bani Amer, 2013) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى تركيز الانتباه والتصور العقلي وعلاقتهما بقلق المنافسة لدى لاعبي كرة الطائرة في المنتخبات المدرسية. تكون مجتمع الدراسة من (192) طالبا وطالبة من مديريات التربية والتعليم في محافظة اربد. تم استخدام المنهج الوصفي من خلال استخدام أداة لقياس تركيز الانتباه وأداة للتصور العقلي. وأظهرت النتائج أن درجة تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة الطائرة جاء متوسطا، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لتركيز الانتباه تعزى لمتغيرات الجنس والمرحلة الدراسية.

وأجرى السيد (Al-Sayed, 2018) دراسة هدفت التعرف إلى تأثير استخدام الواقع المعزز على تعلم بعض المهارات الأساسية وتركيز الانتباه لمبتدئي الهوكي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي. تكونت عينة الدراسة من (30) طالبا، وكانت أهم النتائج أن استخدام تقنية الواقع المعزز له أثر إيجابي في تعلم مهارات االهوكي للمبتدئين.

أجرى المعايطة (Al-Maaytah, 2022) دراسة هدفت التعرف إلى درجة تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن. وتكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي كرة اليد لموسم 2021-2022، وتكونت عينة الدراسة

من (76) لاعبا، تم استخدام المنهج الوصفي من خلال استخدام شبكة تركيز الانتباه واختبار دقة التصويب. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن.

التعليق على الدراسات السابقة

استفاد الباحثون من الدراسات السابقة في صياغة مقدمة الدراسة وأسئلتها وأهدافها، وفي صياغة مشكلة الدراسة والتعرف على المنهج المناسب للدراسة الحالية، وكيفية بناء البرنامج التعليمي والتحليل الإحصائي المناسب للدراسة.

وتميزت الدراسة الحالية باختيارها موضوع تنمية مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه باستخدام الواقع المعزز، وإلى استخدام مهارات مختلفة عن التي استخدمت في الدراسات السابقة؛ وهي (التصويب السلمي، التصويب من الثبات، التمرير والاستلام)، وبناء برنامج تعليمي خاص بالدارسة الحالية، وهو ما لم تتطرق إليه أي من الدراسات السابقة.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

قام الباحثون باستخدام المنهج شبه التجريبي، وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها، ووفق تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة، إذ تم إخضاع المجموعة التجريبية لوحدة تعليميّة باستخدام الواقع المعزز، أمّا المجموعة الضابطة فتمّ تعليمها الوحدة التعليمية ذاتها باستخدام الطريقة الاعتيادية.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المسجلين لمساقات تعليم كرة السلة والبالغ عددهم (156) طالبا وطالبة، وفقا للسجلات الصادرة من دائرة القبول والتسجيل في جامعة اليرموك.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (40) طالبا وطالبة تم تقسيمهم لمجموعتين متكافئتين؛ (20) طالبا وطالبة مجموعة ضابطة، و(20) طالبا وطالبة مجموعة تجريبية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. والجدول رقم (1) يبين مواصفات عينة الدراسة.

الجدول (1): توصيف أفراد عينة الدراسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية
الضابطة	ذكور	10	%50
	إناث	10	%50
التجريبية	ذكور	10	%50
	إناث	10	%50

تكافؤ مجموعتي الدراسة

للتحقق من تكافؤ مجموعتي الدراسة في الاختبار القبلي، حُسِبَ المتوسطان الحسابيان، والانحرافان المعياريان، لأداء عينة الدراسة القبلي على اختبار التصويب وفقًا للوحدة التعليمية، ومقياس تركيز الانتباه (الواقع المعزز، الطريقة الاعتيادية)،.واختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (t-test for Two Independent Test)، كما هو مبيّن في الجدول (2).

الجدول (2): نتائج اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين لمقارنة المتوسطات الحسابية في القياس القبلي القبلي لمهارات كرة السلة ومقياس تركيز الانتباه، وفقًا لطريقة التعليم

الاختبار	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
اختبار التصويب من الثبات	التجريبية	5.20	1.151	0.405	38	0.688
	الضابطة	5.05	1.190			
اختبار التصويبة السلمية	التجريبية	4.60	.9940	0.717	38	0.478
	الضابطة	4.40	.7530			
اختبار التمرير والاستلام	التجريبية	4.30	.9780	0.972	38	0.337
	الضابطة	4.05	.6040			
مقياس تركيز الانتباه	الضابطة	1.85	.4890	0.677	38	0.503
	التجريبية	1.75	.4440			

وبالنظر إلى النتائج في الجدول (2) نلاحظ أن قيمة (ت) لاختبارات الدراسة بلغت (0.409، 0.717، 0.972) بدلالة إحصائية (0.688، 0.478، 0.337) وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)، ممّا يدل على عدم وجود فرق دالّ إحصائيًا في أداء مجموعتي الدراسة القبلي على اختبارات الدراسة؛ بمعنى تكافؤ (تحقق الضبط التجريبي) مجموعتي الدراسة على اختبارات الدراسة.

كما نلاحظ أن قيمة (ت) لمقياس تركيز الانتباه بلغت (0.677) بدلالة إحصائية (0.503) وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)، ممّا يدل على عدم وجود فرق دالّ إحصائيًا في أداء مجموعتي الدراسة القبلي على مقياس تركيز الانتباه؛ بمعنى تكافؤ (تحقق الضبط التجريبي) مجموعتي الدراسة على مقياس تركيز الانتباه.

الأدوات والأجهزة المستخدمة:

استخدم الباحثون الأدوات والأجهزة التالية:

ملعب كرة السلة، كرات سلة، أقماع، صافرة، استمارات لتسجيل نتائج أفراد المجموعتين في الاختبار المعد، نظارات الواقع الافتراضي، مقياس تركيز الانتباه.

البرنامج التعليمي

قام الباحثون ببناء البرنامج التعليمي باستخدام الواقع المعزز والطريقة الاعتيادية. استمر تطبيق كل وحدة تعليمية لمدة خمسة أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريسية كل أسبوع، وتضمن (30) وحدة تعليمية موزعة كالتالي: (15) وحدة تعليمية باستخدام الواقع المعزز، و(15) وحدة باستخدام الطريقة الاعتيادية وبنفس الشروط والوزن النسبي لتعلم كل مهارة، وزمن كل وحدة (50) دقيقة. تم توزيع الدرس على النحو التالي (8) دقائق للإحماء والتمرينات، و(32) دقيقة للجزء الرئيسي، و(10) دقائق للجزء الختامي.

تضمن كل برنامج (15) وحدة تعليمية والملحق رقم (1) يوضح البرنامج التعليمي.

كما تم استخدام الاختبارات التالية، والتي أعدها الباحثون. والملحق رقم (2) يوضح الاختبارات ويصفها بشكل كامل:

- الاختبار: التصويب من الثبات.
- الاختبار: التصويبة السلمية.
- الاختبار: التمرير والاستلام.

صدق البرنامج التعليمي

تم عرض البرنامج التدريبي على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال كرة السلة، واستراتيجيات التدريس، والقياس والتقويم في كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك، وعددهم (4) محكمين، وتم الأخذ بآراء المحكمين بما يتناسب مع أهداف وتساؤلات الدراسة، والملحق (3) يوضح أسماء السادة المحكمين.

التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (10) طلبة من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينة الدراسة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية؛ وذلك للتأكد من مدى صلاحية البرنامج التعليمي وتحديد الأخطاء والصعوبات وتجاوزها، والتأكد من الأدوات المستخدمة، ووضع الحلول للصعوبات التي تواجه التطبيق.

ثانيا: مقياس تركيز الانتباه

تم استخدام مقياس تركيز الانتباه المعد من قبل بني عامر (Bani Amer, 2013)، والمطبق عليه جميع المعاملات العلمية من صدق وثبات وموضوعية، ويصلح للاستخدام في البيئة الأردنية، وتم أخذ الموافقات من الباحثين عبر المراسلات بالبريد الإلكتروني.

إجراءات الدراسة

- الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الواقع المعزز وكرة السلة وتركيز الانتباه.
- تصميم البرنامج التعليمي المقترح، وعرضه على مجموعة من المحكمين، ومن ثم إجراء الثبات للبرنامج للتأكد من مدى مناسبته وصلاحيته لعينة الدراسة.
- الالتقاء بأفراد عينة الدراسة، وأخذ الموافقات منهم شفويا.
- بدء التطبيق، حيث تضمن اليوم الأول لقاء تعريفيا مع أفراد عينة الدراسة لتوضيح ما هو مطلوب منهم، وإجراء الاختبار القبلي وتوزيع مقياس تركيز الانتباه بتاريخ 2023/3/26.
- الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي وإجراء الاختبار البعدي وتوزيع مقياس تركيز الانتباه بتاريخ 2023/4/27.
- إجراء التحليل الإحصائي واستخراج النتائج.

متغيرات الدراسة

- **المتغير المستقل:**

- التدريس باستخدام الواقع المعزز.
- التدريس باستخدام الطريقة الاعتيادية.

- **المتغير التابع:**

- تعلم الطلبة مهارة التصويب (من الثبات والتصويب السلمي)، ومهارات التمرير والاستلام في كرة السلة، وتنمية تركيز الانتباه.

إجراءات تصحيح مقياس تركيز الانتباه

تم اعتماد سلم ليكرت الخماسي لتصحيح مقياس تركيز الانتباه، وذلك بإعطاء كل فقرة من فقراته درجة واحدة من بين درجاته الخمس (موافق بدرجة كبيره جدا، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، موافق بدرجة منخفضة، موافق

بدرجة منخفضة جدا) وهي تمثل رقميا (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب، وقد تم اعتماد المقياس التالي لأغراض تحليل النتائج:

- من 1.00- 2.33 قليلة
- أكبر من 2.33- 3.67 متوسطة
- أكبر من 3.67- 5.00 مرتفعة
- وقد تم احتساب المقياس من خلال استخدام المعادلة الآتية:
- (الحد الأعلى من المقياس5 – الحد الأدنى من المقياس1) / عدد الفئات المطلوبة 3
- (5-1) / 3= 1.33
- ومن ثم إضافة الجواب (1.33) إلى نهاية كل فئة.

المعالجة الإحصائية

تم استخدام الرزم الإحصائية للعلوم التربوية (SPSS)، وتم احتساب المتوسطات الإحصائية والانحرافات المعيارية للقياسين القبلي والبعدي على أداة الدراسة، ومن ثم استخدام اختبار (T-test Independent Sample) و(T-test Paired Sample) لبيان أثر استخدام الواقع المعزز على تعلم مهارة التصويب وتنمية تركيز الانتباه لدى طلبة مساقات كرة السلة.

عرض النتائج

عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي ينص **"هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة لأثر استخدام البرنامج الاعتيادي في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة؟"**

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد المجموعة الضابطة على القياس القبلي والبعدي في مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه، ومن ثم تم تطبيق اختبار (T-test Paired Sample) للكشف عن الفروق بين الأداءين القبلي والبعدي والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3): نتائج اختبار (T-test Paired Sample) لمقارنة المتوسطات الحسابية لأداء المجموعة الضابطة على اختبارات الدراسة ومقياس تركيز الانتباه بين القياس القبلي والبعدي

الاختبار	المجموعة الضابطة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
اختبار التصويب من الثبات	قبلي	5.05	1.190	22.132	19	0.000
	بعدي	7.00	0.767			
اختبار التصويبة السلمية	قبلي	4.40	.7530	15.069	19	0.000
	بعدي	7.10	0.967			
اختبار التمرير والاستلام	قبلي	4.05	.6040	15.639	19	0.000
	بعدي	6.80	0.768			
مقياس تركيز الانتباه	قبلي	1.75	.4440	8.718	19	0.000
	بعدي	2.95	0.686			

وبالنظر إلى النتائج في الجدول (3) نلاحظ أن قيمة (ت) لاختبارات الدراسة بلغت (22.132، 5.069، 15.639، 8.718) بدلالة إحصائية (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$)، ممّا يدل على وجود فرق دالّ إحصائيًا في أداء مجموعة الدراسة الضابطة في القياس البعدي على اختبارات الدراسة.

وقد يعزى ذلك إلى دور الأسلوب الاعتيادي (الأمري) المتبع من قبل الباحثين في العملية التعليمية، إذ يعد هذا الأسلوب من الأساليب المهمة جدا، التي لا يمكن لاي مدرس الاستغناء عنه في عملية التعليم، إذ إن استخدامه يساعد المدرس في الحفاظ على أمن المتعلمين وسلامتهم، والمحافظة على النظام والانتظام في أثناء الدرس، وتعلم المهارات الحركية والرياضية المختلفة، كما أن هذا الأسلوب يساعد على تكرار الأداء من خلال كفاية الوقت المخصص للتدريب. وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور الأسلوب التقليدي في تطوير قنوات النمو لدى المتعلمين وخاصة البدنية والمهارية والتي تصل إلى أن يكون المتعلم في أفضل حالاته، وبالتالي يصل المتعلم بسرعة إلى مستوى الأداء المطلوب، وذلك يعود إلى عمليات التكرار المستمرة للنموذج؛ مما يطور تقدم الفرد نحو أداء متماثل للنموذج الحركي المطلوب. وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور الطلبة في الانتباه والتركيز مع المدرس وحب التعلم والجدية في أداء المهارات المتعلمة والمطلوبة منهم في كرة السلة، وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور الأسلوب في زيادة تركيز الانتباه للطلبة؛ لأن جميع الأوامر في هذا الأسلوب يتخذها المعلم عندما يكون الطلبة في حالة تركيز مثالية نظرا لانتظارهم لتلقي أوامر المدرس.

واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من العشماوي (2019)، ودراسة كانون (2020)، ودراسة (Moreno-Guerrero, et al, 2020) ودراسة مساعيد وأركيس وحسناوي (Msaed, Arkhees, & Hasnawi, 2022)، ودراسة الجبالي وصفوت وفهيم (2022)، والتي أشارت إلى دور الأسلوب التقليدي (الأمري) المتبع في العملية التعليمية في تعلم المهارات الرياضية المختلفة. كما واتفقت مع نتيجة دراسة كل من المغربي (2012)، وبني عامر (2013)، والسيد (2018)، والتي أشارت إلى دور الأسلوب في زيادة تركيز الانتباه للطلبة.

عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي ينص **"هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياس القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة؟"**

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي والبعدي في مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه، ومن ثم تم تطبيق اختبار (T-test Paired Sample) للكشف عن الفروق بين الأداءين القبلي والبعدي والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4): نتائج اختبار (T-test Paired Sample) لمقارنة المتوسطات الحسابية لأداء المجموعة التجريبية على اختبارات الدراسة ومقياس تركيز الانتباه بين القياسين القبلي والبعدي

الاختبار	المجموعة الضابطة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
اختبار التصويب من الثبات	قبلي	5.20	1.151	12.856	19	0.000
	بعدي	7.75	0.910			
اختبار التصويبة السلمية	قبلي	4.60	.9940	11.453	19	0.000
	بعدي	7.65	0.933			
اختبار التمرير والاستلام	قبلي	4.30	.9780	11.937	19	0.000
	بعدي	7.30	0.732			
مقياس تركيز الانتباه	قبلي	1.85	.4890	16.170	19	0.000
	بعدي	3.55	0.510			

وبالنظر إلى النتائج في الجدول (4) نلاحظ أن قيمة (ت) لاختبارات الدراسة بلغت

(12.856، 11.453، 11.937، 16.170) وبدلالة إحصائية (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (α = 0.05)، ممّا يدل على وجود فرق دالّ إحصائيًا في أداء مجموعة الدراسة التجريبية في القياس البعدي على اختبارات الدراسة.

وقد يعزى ذلك إلى دور استخدام تقنية الواقع المعزز في تعليم مهارات كرة السلة لدى الطبة، والتي عملت على زيادة فاعلية الطلبة وتشويقهم وإثارة دافعيتهم للتعلم، بما يضمن تحقيق المستوى الأعلى لتعلم مهارات كرة السلة، وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور التقنية في إضافة معلومات متزامنة مع الواقع عن طريق الفيديو التعليمي والمعلومات الإثرائية للمهارات المتعلمة والتي ساعدت على فهم المهارات الحركية، وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور الطلبة وتفاعلهم بالشكل اللازم والمطلوب مع تقنية الواقع المعزز التي أتاحت لهم التعامل مع المهارات وإدراكها بصريا بشكل أسهل وأيسر، وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور التقنية في زيادة تركيز الانتباه لدى الطلبة جراء تعاملهم مع نظارات الواقع الافتراضي وسماعهم لشرح المهارات، مما ساعد في زيادة تركيز انتباههم.

واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من العشماوي (2019). ودراسة كانون (2020)، ودراسة (Moreno-Guerrero et al., 2020)، ودراسة مساعيد وأركيس وحسناوي (Msaed, Arkhees and Hasnawi, 2022)، ودراسة الجبالي وصفوت وفهيم (2022)، والتي أشارت إلى دور تقنية الواقع المعزز في تعلم المهارات الرياضية المختلفة.

كما واتفقت مع نتيجة دراسة السيد (2018)، والتي أشارت إلى دور تقنية الواقع المعزز في زيادة تركيز الانتباه للطلبة.

عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث والذي ينص **"هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياسين البعديين لأفراد المجموعة التجريبية والضابطة لأثر استخدام الواقع المعزز في تنمية أداء تركيز الانتباه وتعلم مهارات كرة السلة؟"**

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على القياس البعدي في مهارات كرة السلة وتركيز الانتباه، ومن ثم تم تطبيق اختبار (T-test Paired Sample) للكشف عن الفروق في القياس البعدي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة والجدول (5) يوضح ذلك.

الجدول (5): نتائج اختبار (T-test Paired Sample) لمقارنة المتوسطات الحسابية لأداء المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على اختبارات الدراسة ومقياس تركيز الانتباه

الاختبار	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
اختبار التصويب من الثبات	تجريبية	7.75	0.910	2.319	38	0.026
	ضابطة	7.00	1.123			
اختبار التصويبة السلمية	تجريبية	7.65	0.933	1.829	38	0.026
	ضابطة	7.10	0.967			
اختبار التمرير والاستلام	تجريبية	7.30	0.732	2.107	38	0.049
	ضابطة	6.80	0.768			
مقياس تركيز الانتباه	تجريبية	3.55	0.510	3.137	38	0.042
	ضابطة	2.95	0.686			

وبالنظر إلى النتائج في الجدول (5) نلاحظ أن قيمة (ت) لاختبارات الدراسة بلغت (2.319، 1.829، 2.107، 3.137) بدلالة إحصائية (0.026، 0.026، 0.049، 0.042) وهي أقل من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)، ممّا يدل على وجود فرق دالّ إحصائيًا في أداء مجموعة الدراسة التجريبية في القياس البعدي على اختبارات الدراسة.

وقد يعزى ذلك إلى دور تقنية الواقع المعزز في تحقيق نتائج ملموسة في عمليات التعلم التعاونية والتجريبية، وتتضمن الأساليب التي يوفرها الواقع المعزز الإدراك البنائي، والإدراك المتجسد، والتعلم الموقفي والعمل العقلي، وقد يعزى ذلك أيضا إلى دور البرنامج التعليمي الذي تم تصميمه باستخدام تقنية الواقع المعزز، وذلك لقدرته على دمج البيئة الحقيقية والافتراضية وتجسيد الخبرات التعليمية وجعلها محسوسة أكثر؛ مما يثير دافعية المتعلمين ويزيد مستوى انخراطهم في التعليم، وأيضا دور التقنية في استثارة حواس المتعلمين، وكسر حاجز الجمود الموجود في الأسلوب التقليدي، والتغلب على الملل مما ساعد الطلبة على التركيز لفترة أطول مما أدى إلى ترسيخ فهم المهارات وتطبيقها لديهم بشكل أفضل من أفراد المجموعة الضابطة.

كما أشارت النتائج إلى أن تركيز الانتباه لدى أفراد المجموعة التجريبية تحسن بشكل أفضل من أفراد المجموعة الضابطة، وقد يعزى ذلك إلى العوامل الداخلية المتمثلة في حاجات ورغبات وميول الطلبة، والتي ظهرت بشكل أفضل لدى أفراد المجموعة التجريبية جراء عناصر التشويق والإثارة المجود في تقنية الواقع المعزز، إضافة إلى العوامل الخارجية الموجودة في تقنية الواقع المعزز مثل شدة المثير، وتباين المثير، وتكرار المثير، وتعدد المثير، وموضوع المثير، وتغير المثير، وحركة المثير، كلها عوامل إيجابية ساهمت بشكل ملحوظ في زيادة تركيز انتباه الطلبة.

واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من العشماوي (2019)، ودراسة كانون (2020)، ودراسة (Moreno-Guerrero et al., 2020)، ودراسة مساعيد واركيس وحسناوي (Msaed, Arkhees and Hasnawi, 2022)، ودراسة الجبالي وصفوت وفهيم (2022)، والتي أشارت إلى دور تقنية الواقع المعزز في تعلم المهارات الرياضية المختلفة بشكل أفضل من الأساليب التقليدية المتبعة.

كما واتفقت مع نتيجة دراسة السيد (2018)، والتي أشارت إلى دور تقنية الواقع المعزز في زيادة تركيز الانتباه للطلبة بشكل أفضل من الاساليب التقليدية المتبعة في العملية التعليمية.

الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية:

- للأسلوب التقليدي (الأمري) المتبع في العملية التعليمية دور إيجابي وفعال في تعلم مهارات كرة السلة، وتركيز الانتباه لدى الطلبة.
- تقنية الواقع المعزز لها دور إيجابي وفعال على تعلم مهارات كرة السلة وزيادة تركيز الانتباه لدى الطلبة.
- البرنامج التعليمي المستخدم باستخدام تقنية الواقع المعزز له دور إيجابي وفعال بشكل أفضل من الأسلوب التقليدي على تعلم مهارات كرة السلة وزيادة تركيز الانتباه لدى الطلبة.

التوصيات

في ضوء ما تقدم من عرض ومناقشة لنتائج الدراسة، قدم الباحثون مجموعة من التوصيات كالآتي:

- ضرورة استخدام الأسلوب التقليدي في تعليم المهارات الرياضية بشكل عام، ومهارات كرة السلة بشكل خاص.
- ضرورة استخدام تقنية الواقع المعزز في تعليم المهارات الرياضية بشكل عام، ومهارات كرة السلة بشكل خاص.
- إجراء المزيد من الدراسات حول استخدام تقنية الواقع المعزز على مهارات مختلفة، وعلى عينات أخرى غير التي أستخدمت في هذه الدراسة.
- تحفيز المدرسين على التنويع في استخدام الاستراتيجيات التعليمية والتدريسية المختلفة لما لها من أثر إيجابي في تعليم المهارات الرياضية وزيادة تركيز الانتباه لدى الطلبة.

Using Augmented Reality to Develop Attention-Focus Performance and Learn Basketball Skills

Saed Bani Hani, Anan Bani Hani, Yazan Haddad, Nezar Al-Wesi,

Department of Applied Physical Education, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Yarmouk University

Yazan Taani,

Handball Teacher/ Coach.

Nidal Shahrour,

Faculty of Arts and Educational science, Middle East University, Amman, Jordan

Ayat Al-Sha'er,

Assistant Professor, College of Physical Education, Qatar University

Abstract

The study aimed to identify the role of using augmented reality in developing the performance of attention concentration and learning basketball skills among students of the College of Physical Education. The study used the quasi-experimental approach, and the study sample consisted of (40) male and female students registered in basketball education courses. They were divided into two groups: an experimental group and a control group: a group of (20) male and female students who learned using augmented reality technology, and a group of (20) male and female students who learned using the traditional method. The results showed that there were differences between the pre- and post-measurements using the traditional method on students' learning of basketball skills and attention concentration in favor of the post-measurement. There were also differences between the pre- and post-measurements using augmented reality technology on students' learning of basketball skills and attention concentration in favor of the post-measurement. There were also differences between the post-measurements using augmented reality technology and the traditional method in favor of augmented reality technology. The researchers recommended the necessity of using augmented reality technology in teaching sports skills in general, and basketball skills in particular.

Keywords: Augmented reality technology, Attention focus, Basketball.

المصادر والمراجع

المراجع العربية

بن جوال، عبد الرحيم. (2016). **بعض المهارات العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم**، (أطروحة دكتوراة غير منشورة)، معهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، الجزائر.

بن رقية، عابد. (2018). أثر برنامج تدريب ذهني في تنمية المهارات المحلية وتحسين مهارة التصويب في كرة السلة. **مجلة علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية**، 14(4)، 192-204.

بن سليمان، سمر. (2020). **واقع استخدام الواقع المعزز في تعليم الحاسب الآلي: مراجعة منهجية**، الرياض: السعودية، شركة إثراء المعرفة للمؤتمرات والأبحاث.

بني عامر، خالد (2013). **تركيز الانتباه والتصور العقلي وعلاقتهما بقلق المنافسة لدى لاعبي كرة الطائرة في المنتخبات المدرسية**، أطروحة دكتوراة، جامعة اليرموك، اربد.

الجبالي، مصطفى وصفوت، صبري وفهيم، طارق. (2022). تأثير برنامج تعليمي باستخدام تكنولوجيا الواقع الافتراضي فى تنمية بعض المهارات الأساسية فى سباحة الزحف على البطن للمبتدئين. **المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة**. جامعة حلوان، 96(3)، 355-374.

خفاجة، ميرفت وخفاجة، مصطفى (2014). "**المدخل إلى طرق تدريس التربيه الرياضية** الإسكندرية: دار الوفاء".

رحمان، إفراح. (2022). الادراك الحس حركي وعلاقته بدقة التصويب من الرمية الحرة بكـرة السلة لدى لاعبي منتخب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. **مجلة واسط للعلوم الرىاضىة**.174-163 ,(3)*10* ,

السيد، أحمد (2018). تأثير استخدام الواقع المعزز على تعلم بعض مهارات الأساسية وتركيز الانتباه لمبتدئي الهوكي، **المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة**، 4 (10)، 103-124.

الشعيلي، خلفان. (2019). **فعالية استخدام تطبيق الواقع المعزز في تدريس منهاج الجغرافيا لطلبة الصف العاشر**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة السلطان قابوس، مسقط. عُمان.

الشيزاوية، ليلى والحاج، عبد الرحمن. (2017). **الواقع المعزز**، مسقط: عُمان، جامعة السلطان قابوس.

العشماوي، هيام (2019). تأثير استخدام تقنية الواقع المعزز على الأداء المهاري بكرة اليد، **مجلة أسيوط لعلوم وفنون الرياضة**، 49(3)، 66-83.

كانون، معتز (2020). تأثير استخدام تقنية الواقع المعزز على مستوى التحصيل المعرفي في كـرة السلة لطلبة المستوى الثاني بقسم علوم الرياضة والنشاط البدني جامعة الجوف، بحث منشور، **المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة**، م89، ع2، 248-275.

المعايطة، أحمد (2022). **تركيز الانتباه وعلاقته بدقة التصويب لدى ناشئي كرة اليد في الأردن**، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن.

المغربي، سالم (2012). **خاصية تركيز الانتباه وعلاقتها بدقة أداء ركلة الجزاء لدى لاعبي الأواسط لكرة القدم (مدينة سبها)**، رسالة ماجستير، جامعة طرابلس، ليبيا.

مهدي، عزالدين والجنيدي، بلال. (2021). أثر التصور العقلي في التقليل من الضغوطات النفسية لدى لاعبي كرة القدم. **مجلة الممارسة الرياضية والمجتمع**، 4(2)، 57-66.

المراجع العربية مترجمة

Al-Ashmawi, Hiam (2019). The Effect of Using Augmented Reality Technology on Skill Performance in Handball, *Assiut Journal of Sports Sciences and Arts*, 49(3), 66-83.

Al-Jabali, Mustafa, Safwat, Sabry, and Fahim, Tariq. (2022). The Effect of an Educational Program Using Virtual Reality Technology on Developing Some Basic Skills in Front Row Swimming for Beginners. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*. Helwan University, 96(3), 355-374.

Al-Maaytah, Ahmed (2022). *Focusing Attention and Its Relationship to Shooting Accuracy among Jordanian Junior Handball Players*, Master's Thesis, Mutah University, Jordan.

Al-Maghribi, Salem (2012). *Attention Focus and Its Relationship to Penalty Kick Accuracy among Junior Football Players (Sebha City)*. Master's Thesis, University of Tripoli, Libya.

Al-Sayed, Ahmed (2018). The Effect of Using Augmented Reality on Learning Some Basic Skills and Focusing of Attention for Hockey Beginners. *Scientific Journal of Sports Sciences and Arts*, 4(10), 103-124.

Al-Shezawiya, Laila, and Al-Hajj, Abdulrahman (2017). *Augmented Reality*, Muscat, Oman, Sultan Qaboos University.

Al-Shuaili, Khalfan (2019). *The Effectiveness of Using Augmented Reality Applications in Teaching Geography to Tenth-Grade Students* (Unpublished Master's Thesis), Sultan Qaboos University, Muscat, Oman.

Bani Amer, Khaled (2013). *Focusing attention and mental imagery and their relationship to competitive anxiety among volleyball players on school teams*, PhD dissertation, Yarmouk University, Irbid.

Ben Joual, Abdel Rahim. (2016). *Some mental skills and their relationship to sports achievement motivation among soccer players*, (unpublished doctoral dissertation), Institute of Sciences and Technologies of Physical and Sports Activities, University of M'sila, Algeria.

Ben Rokia, Abed. (2018). The effect of a mental training program on developing local skills and improving shooting skills in basketball. *Journal of Sciences and Technologies of Physical and Sports Activities*, 14(4), 192-204.

Ben Suleiman, Samar. (2020). *The reality of using augmented reality in computer education: a systematic review*. Riyadh: Saudi Arabia, Ithraa Knowledge Conferences and Research Company.

Kanun, Moataz (2020). The Effect of Using Augmented Reality Technology on the Level of Cognitive Achievement in Basketball for Second-Level Students in the Department of Sports Sciences and Physical Activity, Al-Jouf University. Published Research, *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, Vol. 89, No. 2, 248-275.

Khafaga, Mervat and Khafaga, Mustafa (2014). "*Introduction to Physical Education Teaching Methods*", Alexandria: Dar Al-Wafaa.

Mahdi, Ezz El-Din, and Al-Junaidi, Bilal (2021). The Effect of Mental Imagery on Reducing Psychological Stress among Football Players. *Journal of Sports Practice and Society*, 4(2), 57-66.

Rahman, Ifrah (2022). Sensorimotor Perception and Its Relationship to Free Throw Accuracy among Basketball National Team Players from the Faculty of Physical Education and Sports Sciences. *Wasit Journal of Sports Sciences*, 10(3), 163-174.

المراجع الأجنبية

Bastık, C., & Gümüşdağ, H. (2022). A comparison of mental training skills levels of handball and basketball players: A comparison of mental training skills. *International Journal of Curriculum and Instruction*, *14*(3), 2391-2399.

Elmqaddem, N. (2019). Augmented reality and virtual reality in education. Myth or reality?. *International journal of emerging technologies in learning*, *14*(3).

Lee, K. (2012). Augmented reality in education and training. *TechTrends*, *56*(2), 13.

Moreno-Guerrero, A. J., Alonso García, S., Ramos Navas-Parejo, M., Campos-Soto, M. N., & Gómez García, G. (2020). Augmented reality as a resource for improving learning in the physical education classroom. *International journal of environmental research and public health*, *17*(10), 3637.

Msaed, M. M., Arkhees, E. A., & Hasnawi, Z. A. (2022). The impact of swom strategy on developing creative thinking and learning some compound offensive handball skills for students. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 3(10), 20-34.

Wu, H. K., Lee, S. W. Y., Chang, H. Y., & Liang, J. C. (2013). Current status, opportunities and challenges of augmented reality in education. *Computers & education*, *62*, 41-49.

الملاحق

ملحق (1)

البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الواقع المعزز

أسس وضع البرنامج التعليمي باستخدام الواقع المعزز:

- أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
- أن يكون البرنامج في مستوى قدرات أفراد العينة.
- مزج الواقع الحقيقي بالواقع الافتراضي وتعزيزه بالصوت والصورة والحركة.
- إلهام وتحفيز الطلبة وتحويل خبراتهم من المجردة إلى المحسوسة.
- رفع القدرة الاستيعابية من خلال تكرار المعلومات.
- تحقيق النتاجات التعليمية وتشويق الطلبة.
- تفاعل الطلبة مع المادة التعليمية.
- تقديم المادة التعليمية بطريقة مشوقة وممتعة للطلبة.

الهدف الخاص بكل وحدة في البرنامج التعليمي: التصويب من الثبات، التصويبة السلمية، التمرير والاستلام، تركيز الانتباه.

نتاجات التَّعلّم: يتوقع من الطالب بعد الانتهاء من البرنامج التعليمي أن يكون قادرا على أن:

- يكتسب تكنيك الأداء لمهارات التصويب من الثبات، السلمية، التمرير والاستلام، زيادة تركيز الانتباه زمن الوحدة 50 دقيقة.
- يمارس مهارة التصويب من الثبات، السلمية، التمرير والاستلام بالشكل الصحيح اليوم والتاريخ / / 2023.
- يتحمل المسؤولية الشخصية في المنافسة المكان: كلية التربية الرياضة/جامعة اليرموك.

البرنامج التعليمي المقترح

اليوم الأول:

- الترحيب بأفراد العينة وشرح ما هو مطلوب منهم وما هو متوقع منهم.
- إجراء الاختبار القبلي لأفراد العينة.

الاختبار: التصويب من الثبات

تم إعداد وبناء الاختبار من قبل الباحثين وتم صياغته كالآتي:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب من الثبات.
- الأدوات: خمس كرات سلة، ملعب كرة سلة قانوني.
- الأداء" يقوم المختبر بأداء خمس محاولات متتالية للتصويب من الثبات محاولا توجيه الكرة إلى الهدف.
- التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس التي قام بها، علما بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة لكل محاولة درجتين (درجة لأداء المنفذ تبعا للخطوات الفنية لمهارة التصويب من الثبات، ودرجة لدخول الكرة في الهدف).

الاختبار: التصويبة السلمية

تم إعداد وبناء الاختبار من قبل الباحثين وتم صياغته كالآتي:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويبة السلمية.
- الأدوات:خمس كرات سلة، ملعب كرة السلة قانوني، صافرة.
- الأداء" يقوم المختبر بأداء خمس محاولات متتالية للتصويبة السلمية محاولا توجيه الكرة إلى مربع لوحة الهدف.
- التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس التي قام بها، علما بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة لكل محاولة درجتين (درجة لأداء المنفذ تبعاً للخطوات الفنية لمهارة التصويبة السلمية، ودرجة لدخول الكرة في الهدف).

الاختبار: التمرير والاستلام

تم إعداد وبناء الاختبار من قبل الباحثين وتم صياغته كالآتي:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير والاستلام تبعا للخطوات الفنية لنوع التمرير (الصدرية، المرتدة، من فوق الرأس القوسية، من فوق الرأس المستقيمة، التمرير بذراع واحدة).
- الأدوات:خمس كرات سلة، ملعب كرة السلة قانوني، صافرة.
- الأداء" يقوم المختبر باداء خمس محاولات متتالية للتمرير والاستلام محاولا توجيه الكرة نحو الزميل.
- التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس التي قام بها، علماً بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة لكل محاولة درجتين (درجة لأداء المنفذ تبعا للخطوات الفنية لمهارة التمرير (الصدرية، المرتدة، من فوق الرأس القوسية، من فوق الرأس المستقيمة، التمرير بذراع واحدة)، ودرجة تبعاً لاستلام الكرة تبعاً لنوع التمرير).

ثانيا: توزيع مقياس تركيز الانتباه.

اليوم الثاني والثالث والرابع:

البدء بتعليم مهارة التصويب من الثبات من خلال الواقع المعزز.

أجزاء الوحدة	المحتوى	الزمن لكل جزء	الأدوات	الملاحظات
الجزء التحضيري العام	المشي حول الملعب الجري الخفيف حول الملعب مع تحريك الذراعين للأمام والخلف.	3		
الجزء الخاص	(الوقوف)الوثب في المكان مع رفع الركبتين عاليا. - (وقوف الرجل أماما)مواجهة الحائط الذي يبعد من 8-6م ويرسل الكرة على الحائط. - يتبادل الزميلان تمرير الكرة لبعضهما المسافة بينهما 3-2م.	5		
الجزء التعليمي	البدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة المهارة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال النظارة. شرح الخطوات التعليمية لمهارة التصويب من الثبات أداء نموذج لمهارة التصويب من الثبات والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء.	12	نظارة الواقع الافتراضي كرة سلة	
الجزء الرئيسي (التطبيقي)	البدء بالتطبيق من قبل الطلبة باتجاه الستار. التطبيق باتجاه الحلق من مسافة 2م ثم 3م. التطبيق من خط الرمية الحرة. التطبيق من مسافات مختلفة. تصحيح الأخطاء الشائعة لدى الطلبة.	20	كرات سلة أقماع صافرة	تصحيح الأخطاء أثناء الأداء
الجزء الختامي	التدريب على مهارة التصويب من الثبات على أماكن مختلفة من الملعب.	10	كرات سلة	

اليوم الخامس والسادس والسابع والثامن:

تعليم مهارة التصويبة السلمية باستخدام الواقع المعزز.

أجزاء الوحدة	المحتوى	الزمن لكل جزء	الأدوات	الملاحظات
الجزء التحضيري العام	المشي حول الملعب الجري الخفيف حول الملعب، تردد للأمام والخلف.	4		
الجزء الخاص	(الوقوف) الوثب في المكان على قدم واحدة. - (وقوف الرجل أماما) مواجهة الحائط الذي يبعد من 8-6م ويرسل الكرة على الحائط.	4		

أجزاء الوحدة	المحتوى	الزمن لكل جزء	الأدوات	الملاحظات
الجزء التعليمي	البدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة المهارة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال النظارة. شرح الخطوات التعليمية لمهارة التصويبة السلمية أداء نموذج لمهارة التصويبة السلمية والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء.	12	نظارة الواقع الافتراضي كرة سلة	
الجزء الرئيسي (التطبيقي)	- البدء بتعليم خطوات القدمين بدون الذراعين. - التركيز خطوات القدمين مع حركة الذراعين من لحظة مسك الكرة إلى لحظة الارتقاء والتصويب. - تطبيق المهارة بالشكل الكامل بدون كرة. - تطبيق المهارة بالكرة من خلال أخذ الخطوات والتصويب باتجاه الستار. - تطبيق المهارة بالكرة من الجري وعند سماع الصافرة أخذ الخطوات والتصويب باتجاه الستار. - تطبيق المهارة بالكرة من خلال أخذ الخطوات والتصويب باتجاه مربع لوحة الهدف. - تطبيق المهارة بالشكل الكامل من خلال البدء بالجري من منتصف الملعب. - تصحيح الاخطاء الشائعة.	20	كرات سلة أقماع صافرة	تصحيح الأخطاء أثناء الأداء
الجزء الختامي	تدريب الطلبة على المهارة بالشكل الكامل. تصحيح الأخطاء الشائعة.	10	كرات سلة	

من اليوم التاسع ولغاية اليوم الرابع عشر:

تعليم مهارات التمرير والاستلام من خلال استخدام الواقع المعزز.

أجزاء الوحدة	المحتوى	الزمن لكل جزء	الأدوات	الملاحظات
الجزء التحضيري العام	المشي حول الملعب الجري الخفيف حول الملعب مع تحريك الذراعين للأمام والخلف.، إطالات للذراعين.	3		
الجزء الخاص	(الوقوف)الطعن الأمامي والجانبي... - يتبادل الزميلان التمرير لبعضهما المسافة بينهما 5-6م	5		
الجزء التعليمي	- اليوم الأول: بدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة مهارة التمريرة الصدرية واستلام الكرة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال النظارة. - شرح الخطوات التعليمية لمهارة التمريرة	12	نظارات الواقع الافتراضي كرة سلة	

أجزاء الوحدة	المحتوى	الزمن لكل جزء	الأدوات	الملاحظات
	الصدرية واستلام الكرة. - أداء نموذج لمهارة التمريرة الصدرية واستلامها والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء. - اليوم الثاني: بدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة مهارة التمريرة المرتدة واستلام الكرة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال النظارة. - شرح الخطوات التعليمية لمهارة التمريرة المرتدة واستلام الكرة. - أداء نموذج لمهارة التمريرة المرتدة واستلامها والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء. - اليوم الثالث: بدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة مهارة التمريرة من فوق الرأس المستقيمة واستلام الكرة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال النظارة. - شرح الخطوات التعليمية لمهارة التمريرة من فوق الرأس المستقيمة واستلام الكرة. - أداء نموذج لمهارة التمريرة من فوق الرأس المستقيمة واستلامها والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء. - اليوم الرابع: بدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة مهارة التمريرة من فوق الرأس القوسية واستلام الكرة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال النظارة. - شرح الخطوات التعليمية لمهارة التمريرة من فوق الرأس القوسية واستلام الكرة. - أداء نموذج لمهارة التمريرة من فوق الرأس القوسية واستلامها والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء. - اليوم الخامس: بدء بلبس نظارة الواقع الافتراضي من قبل الطلبة مع مشاهدة مهارة التمريرة بذراع واحدة واستلام الكرة والخطوات الفنية لها بالشكل الكامل من خلال			

أجزاء الوحدة	المحتوى	الزمن لكل جزء	الأدوات	الملاحظات
	النظارة. - شرح الخطوات التعليمية لمهارة التمريرة بذراع واحدة واستلام الكرة. - أداء نموذج لمهارة التمريرة بذراع واحدة واستلامها والنواحي الفنية مع التركيز على شكل الجسم أثناء الأداء. - اليوم السادس: التذكير بجميع مهارات وأنواع التمرير والاستلام التي شرحها.			
الجزء الرئيسي (التطبيقي)	- اليوم الأول التدريب على مهارة التمريرة الصدرية باتجاه الستار ثم كل زميل مقابل زميله والتدريب عليها مع استلام الكرة. - اليوم الثاني التدريب على مهارة التمريرة المرتدة باتجاه الستار ثم كل زميل مقابل زميله والتدريب عليها مع استلام الكرة. - اليوم الثالث التدريب على مهارة التمريرة من فوق الرأس المستقيمة باتجاه الستار ثم كل زميل مقابل زميله والتدريب عليها مع استلام الكرة. - اليوم الرابع التدريب على مهارة التمريرة من فوق الرأس القوسية باتجاه الستار ثم كل زميل مقابل زميله والتدريب عليها مع استلام الكرة. - اليوم الخامس التدريب على مهارة التمريرة بذراع واحدة باتجاه الستار ثم كل زميل مقابل زميله والتدريب عليها مع استلام الكرة. - اليوم السادس التدريب على أنواع التمريرات الخمسة مع تصحيح أخطاء الطلبة .	20	كرات سلة أقماع صافرة	تصحيح الأخطاء أثناء الأداء
الجزء الختامي	التدريب على مهارات التمرير والاستلام. تصحيح الأخطاء الشائعة للطلبة . التذكير بالاختبار البعدي والتدريب عليه من قبل الطلبة .	10	كرات سلة	

اليوم الخامس عشر:

- إجراء الاختبار البعدي لمهارات التصويب من الثبات، التصويبة السلمية، التمرير والاستلام، ومقياس تركيز الانتباه.
- شكر أفراد العينة على جهودهم ومتابعتهم.

ملحق (2)

الاختبارات المستخدمة

الاختبار: التصويب من الثبات

تم إعداد وبناء الاختبار من قبل الباحثين وتم صياغته كالآتي:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب من الثبات.
- الأدوات: خمس كرات سلة، ملعب كرة السلة قانوني، صافرة.
- الأداء: يقوم المختبر باداء خمس محاولات متتالية للتصويب من الثبات محاولاً توجيه الكرة إلى الهدف.
- التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس التي قام بها، علما بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة لكل محاولة درجتين (درجة لأداء المنفذ تبعاً للخطوات الفنية لمهارة التصويب من الثبات، ودرجة لدخول الكرة في الهدف).

الاختبار: التصويبة السلمية

تم إعداد وبناء الاختبار من قبل الباحثين وتم صياغته كالآتي:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويبة السلمية.
- الأدوات: خمس كرات سلة، ملعب كرة السلة قانوني، صافرة.
- الأداء: يقوم المختبر باداء خمس محاولات متتالية للتصويبة السلمية محاولاً توجيه الكرة إلى مربع لوحة الهدف.
- التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس التي قام بها، علما بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة لكل محاولة درجتين (درجة لأداء المنفذ تبعاً للخطوات الفنية لمهارة التصويبة السلمية، ودرجة لدخول الكرة في الهدف).

الاختبار: التمرير والاستلام

تم إعداد وبناء الاختبار من قبل الباحثون وتم صياغته كالآتي:

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير والاستلام تبعاً للخطوات الفنية لنوع التمرير (الصدرية، المرتدة، من فوق الرأس القوسية، من فوق الرأس المستقيمة، التمرير بذراع واحدة).
- الأدوات: خمس كرات سلة، ملعب كرة السلة قانوني، صافرة.
- الأداء: يقوم المختبر باداء خمس محاولات متتالية للتمرير والاستلام محاولاً توجيه الكرة نحو الزميل.
- التسجيل: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس التي قام بها، علماً بأن الدرجة النهائية هي 10 درجة لكل محاولة درجتين (درجة لأداء المنفذ تبعا للخطوات الفنية لمهارة التمرير (الصدرية، المرتدة، من فوق الرأس القوسية، من فوق الرأس المستقيمة، التمرير بذراع واحدة)، ودرجة تبعاً لاستلام الكرة تبعا لنوع التمرير).

ملحق (3)

مقياس تركيز الانتباه

المحور الأول: تركيز الانتباه الخارجي الواسع						
	الفقرة	موافق بدرجه كبيره جدا	موافق بدرجه كبيره	موافق بدرجه متوسطة	موافق بدرجه قليلة	موافق بدرجه قليلة جدا
1-	لدي المقدرة على تحديد الخطوات الفنية لمهارات كرة السلة.					
2-	أثناء المحاضرة أجيد التعرف على نقاط القوة والضعف لدى الزملاء.					
3-	أثناء المحاضرة أستطيع الانتباه لكل ما يدور في الصالة.					
4-	من السهل علي أثناء المحاضرة تركيز انتباهي على أكثر من زميل في نفس الوقت.					
5-	أثناء مشاركتي في المحاضرة لا أجد نفسي مشتتا لما يدور حولي أثناء التدريب.					

المحور الثاني: تركيز الانتباه الداخلي الواسع						
	الفقرة	موافق بدرجه كبيره جدا	موافق بدرجه كبيره	موافق بدرجه متوسطة	موافق بدرجه قليلة	موافق بدرجه قليلة جدا
1-	أستطيع التفكير في العديد من التحركات التي أنوي التدرب عليها أثناء المحاضرة.					
2-	من السهل تركيز انتباهي على الأفكار التي سوف أقوم بتنفيذها أثناء التدريب.					
3-	أثناء أداء المهارات أستطيع تركيز انتباهي في الخطوات الفنية للمهارة التي أنوي أدائها.					
4-	أركز دائما فقط في المهارة التي أؤديها أو التي أتدرب عليها.					
5-	أرتكب الأخطاء بسبب تركيز تفكيري في أداء الطلبة الآخرين في المحاضرة.					

المحور الثالث: تركيز الانتباه الضيق						
	الفقرة	موافق بدرجه كبيره جدا	موافق بدرجه كبيره	موافق بدرجه متوسطة	موافق بدرجه قليلة	موافق بدرجه قليلة جدا
1-	أثناء المحاضره لا أستطيع التركيز إلا على زميل واحد من الزملاء الذين يؤدون المهارات.					
2-	لدي القدرة على سرعة تنفيذ المهارة تبعاً لخطواتها الفنية بأسرع ما يمكن.					
3-	من السهل أثناء المحاضرة التركيز على المهارة المطلوب التدرب عليها.					
4-	من السهل أثناء التدريب تذكر جميع الخطوات الفنية والأخطاء الشائعة للمهارة المطلوب التدرب عليها.					
5-	عندما أبدأ بتنفيذ المهارة فأني أركز عليها فقط وأغفل الانتباه لأي شيء آخر.					