

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة-

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم : النشاط البدني الرياضي التربوي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر اكايمي

الميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية ورياضية

الشعبة التربية الحركية

التخصص: التربية الحركية لدى للطفل والمراهق

من إعداد الطالبين :

- أولاد سالم عبد الوهاب

- عجاين السايح

بعنوان :

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 2015/05/04

أمام اللجنة المكونة من السادة :

الأستاذ : مجيدي محمد ..... (رئيسا)

الأستاذ : عبي صالح ..... (مشرفا)

الأستاذ: قادري تقي الدين ..... (مناقشا)

السنة الجامعية 2015/2014

# إهداء

بسم الله الرحمان الرحيم  
"....وقضى ربك ألا تعبدوا إلا أياه  
وبالوالدين إحسانا...."  
"....وأخفض لهمكا جناح الذل من الرحمة وقل  
ربي أرحمهما كما ربياني صغيراً...."  
إلى من غرست فينا العطف صفحات وصفت لنا من  
الأمل طرقات ومسحت بابتسامتها من عيوننا  
عبرات وفي صلاتها كم أكثرت من الدعوات، فلها  
مني كل الحب والتقدير والاحترام وجميع  
الأمنيات،  
أمي الغالية أدام الله عليها صحتها ورعاها .  
إلى من أفنى عمره وكل جهده لأجلي، إلى من  
زرع بداخلي بذور العلم .  
أبي الحنون أطال الله في عمره وأعزه .  
إلى الأستاذ المشرف الذي كان له الدور  
الفعال والفضل على مساعدتي في إنجاز هذا  
العمل.  
إلى كل أخوتي وأخواتي .  
إلى كل الأهل والأقارب.  
إلى كل زملائي وزميلاتي في الدراسة  
إلى كل أصدقائي  
إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع .

عبد الوهاب

# إهداء

بعد القنوت لله و السجود له شكرا على  
حسن توفيقه في إتمام هذا العمل  
المتواضع الذي أهديه إلى :  
أحلى كلمة يرددتها لساني ، إلى التي  
حملتني وهنا على وهن ، إلى أجمل كائن  
عرفته عيوني ، إلى أنقى و أقوى حب أحس  
به قلبي ، إلى التي سهرت الليالي من  
أجلي ، إلى السند المتين في حياتي ،  
إلى من منحني و تمنحني من غير أن  
تسألني عطاء ، إلى شمعة النور الذي  
تذوب لتضيء دربي ، إلى التي أحيا من  
أجلها قرة عيني ، الصدر الحنون .....  
أمي الغالية أدامها الله لي و  
أطال في عمرها و صانها برعايته .  
إلى تاج رأسي ... ، إلى القلب الرؤوف  
الذي يحتمل الصعاب من أجلنا ، إلى  
الذي أهدى حياته قربانا من أجل أن  
نعيش بهناء ، إلى من كان سندا و عوننا  
لي في الدنيا و غذى روحي بحب الله و  
رسوله ، إلى الذي لو فديته بروحي فلن  
أوفي قسطا من حقه و لو ضئيلا .....  
أبي العزيز حفظه الله و أطال في  
عمره و صانه برعايته .  
إلى الشموع التي أضاءت لي مشواري ،  
إلى الذين كانوا سندا لي ، إلى من  
يشعروني وجودهم بقربي أمانا .  
إلى من قاسمني تعب هذا البحث رفيق  
الدرب و زميلي في المذكرة .  
إلى أجمل و أغلى ما منحني الدنيا و  
أعز ما أحببتهم في الله زملائي و زميلاتي  
الأفاضل .

السايح

قائمة الجداول

الصفحة	اسم الجدول	رقم الجدول
54	عرض نتائج السؤال الاول للمعلومات الشخصية للاعب	01
55	عرض نتائج السؤال الثاني للمعلومات الشخصية للاعب	02
56	عرض نتائج السؤال الثالث للمعلومات الشخصية للاعب	03
57	عرض نتائج السؤال رقم 01	04
58	عرض نتائج السؤال رقم 02	05
59	عرض نتائج السؤال رقم 03	06
60	عرض نتائج السؤال رقم 04	07
61	عرض نتائج السؤال رقم 05	08
62	عرض نتائج السؤال رقم 06	09
63	عرض نتائج السؤال رقم 07	10
64	عرض نتائج السؤال رقم 08	11
65	عرض نتائج السؤال رقم 09	12
66	عرض نتائج السؤال رقم 10	13
67	عرض نتائج السؤال رقم 11	14
68	عرض نتائج السؤال رقم 12	15
69	عرض نتائج السؤال رقم 13	16

70	عرض نتائج السؤال رقم 14	17
71	عرض نتائج السؤال رقم 15	18
72	عرض نتائج السؤال رقم 16	19
73	عرض نتائج السؤال رقم 17	20
74	عرض نتائج السؤال رقم 18	12
75	عرض نتائج السؤال رقم 19	22
76	عرض نتائج السؤال رقم 20	23

## قائمة الاشكال

الصفحة	اسم الشكل	رقم الشكل
20	عناصر تشكل الدافعية الرياضية	01
21	التنظيم الهرمي للحاجات .	02
54	التمثيل البياني للسؤال الاول للمعلومات الشخصية للاعب .	03
55	التمثيل البياني للسؤال الثاني للمعلومات الشخصية للاعب .	04
56	التمثيل البياني للسؤال الثالث للمعلومات الشخصية للاعب .	05
57	التمثيل البياني للسؤال رقم 01	06
58	التمثيل البياني للسؤال رقم 02	07
59	التمثيل البياني للسؤال رقم 03	08
60	التمثيل البياني للسؤال رقم 04	09
61	التمثيل البياني للسؤال رقم 05	10
62	التمثيل البياني للسؤال رقم 06	11
63	التمثيل البياني للسؤال رقم 07	12
64	التمثيل البياني للسؤال رقم 08	13
65	التمثيل البياني للسؤال رقم 09	14
66	التمثيل البياني للسؤال رقم 10	15
67	التمثيل البياني للسؤال رقم 11	16

68	التمثيل البياني للسؤال رقم 12	17
69	التمثيل البياني للسؤال رقم 13	18
70	التمثيل البياني للسؤال رقم 14	19
71	التمثيل البياني للسؤال رقم 15	20
72	التمثيل البياني للسؤال رقم 16	12
73	التمثيل البياني للسؤال رقم 17	22
74	التمثيل البياني للسؤال رقم 18	23
75	التمثيل البياني للسؤال رقم 19	24
76	التمثيل البياني للسؤال رقم 20	25

## محتوى البحث :

- الإهداء ..... ب
- شكر ..... ج
- الملخص ..... د
- فهرس المحتويات ..... هـ
- قائمة الجداول ..... ط
- قائمة الأشكال ..... ي
- مقدمة ..... ك

## الجانب النظري :

### الفصل الأول :مدخل للدراسة

- 1- الإشكالية ..... 14
- 2- الفرضيات ..... 15
- 3- أهمية البحث ..... 15
- 4- أهداف البحث ..... 15

### الفصل الاول : مصطلحات و مفاهيم الدراسة

- تمهيد ..... 18
- أولا : الدافعية ..... 19
- 1- مفهوم الدافعية ..... 19
- 2- خصائص الدافعية ..... 20



22	3- تصنيف الدوافع .....
24	4- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي .....
25	5- الدافعية و الأداء أو النتيجة الرياضية .....
25	6- معنى الدافعية في المجال الرياضي .....
25	7- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي .....
26	ثانيا :الأداء المهاري. ....
26	1- مفهوم الأداء . ....
26	2- أنواع الأداء .....
26	3- مفهوم الأداء المهاري .....
27	4- مراحل الأداء المهاري .....
27	5- أهمية الأداء المهاري .....
28	ثالثا :كرة القدم .....
28.	1- نبذة تاريخية عن كرة القدم.....
28.	2- تعريف كرة القدم .....
29.....	3- التسلسل التاريخي لكرة القدم .....
30.....	4- ميلاد و تطور كرة القدم في الجزائر .....
31..	5- المهارات الأساسية لكرة القدم .....
34.....	رابعا : المراهقة .....
34.....	1- مفهوم المراهقة.....

- 2- تعريف المراهقة ..... 34..
- 3- مراحل المراهقة..... 34..
- 4- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين..... 35..
- 5- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين..... 36..
- 6- تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة..... 36..
- 7 - مشكلات المراهقة..... 38 ..
- 8- نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراهقين ..... 38..
- أهم النظريات المفسرة ..... 39..
- 1- نظرية التحليل النفسي ..... 39..
- 2- نظرية مفاهيم الحاجة ..... 39..
- 3- النظرية الفيزيائية ..... 39..
- 4- النظرية المعرفية ..... 39..
- 5- نظرية التعلم الاجتماعي ..... 39..
- 6- النظرية الوظيفية ..... 40..
- خلاصة ..... 41..

### الفصل الثاني : الدراسات المرتبطة

- 1- عرض و تحليل و نقد للدراسات السابقة ..... 43..

## الجانب التطبيقي

### الفصل الثالث : طرق و منهجية الدراسة

- 48..... تمهيد -
- 49..... 1-الدراسة الاستطلاعية
- 50..... 2 المنهج المستخدم
- 51..... 3- إجراءات التطبيق الميداني
- 51..... 4- حدود الدراسة
- 52..... خلاصة

### الفصل الرابع : عرض و مناقشة و تحليل النتائج

- 54..... عرض و تحليل النتائج
- 77..... مناقشة الفرضيات و النتائج
- 78..... الاستنتاجات
- 79..... التوصيات
- 80..... الخاتمة

قائمة المراجع

الملاحق

ساهم التقدم العلمي في الارتقاء بالمستوى الرياضي و لعل الامتياز و التفوق الذي يظهر من دول العالم المتقدم هو نتاج المعارف و المعلومات التي توصل اليها العاملون في هذا المجال<sup>1</sup> و هذا يعود الى الخبرة المكتسبة في التطبيق العلمي و التدريب و البحوث و التجارب العلمية التي تؤثر بدرجة كبيرة على المستوى الرياضي و مردوده من خلال المنافسات الرياضية .

و رغم الاهتمام الشعبية الكبيرة التي اكتسبتها المنافسات و البطولات الرياضية في كل اقطار العالم و اصبحت الرياضة بصفة عامة و رياضة كرة القدم بصفة خاصة تحضي باهتمام و شغف كبير ،حيث بلغ الاهتمام ذروته في المسابقات و المنافسات الرسمية القارية منها و العالمية و الاولمبية التي تكون معلقة عن نتائجها .

و نظر لأهمية اهتم الباحثون بجانب التدريب الرياضي و لكن لم يعطوا نفس الاهتمام للجانب النفسي الذي يعتبر جانبا مهما في تحقيق الانجازات الرياضية بشكل عام و في كرة القدم بشكل خاص ،لما له من دور فعال و مؤثر في عملية الاعداد الشامل و المتوازن للرياضي .

اذ يعتر الجانب النفسي عند لاعبي كرة القدم من أهم الجوانب التي يجب أن يهتم بها ،و تعطي لها اولوية عند التحضير دون الاهتمام فقط بالنواحي البدنية و النفسية و التكتيكية ،و خاصة ان الشواهد الواقعية تؤكد على أن اللاعبين الاكثر تحضيرا نفسيا هم الذين يقدمون و يفوزون في الميدان اداء و نتيجة ، لذلك أصبح من الضروري و الواجب على المدربين فهم شخصية لاعبيهم حتى يتسنى لهم التنبؤ بأداء و مستقبل اللاعبين .

و تعتبر الدافعية من اهم العوامل النفسية التي تؤثر تأثيرا مباشرا على أداء الرياضيين بشقيها دافع انجاز النجاح و دافع تجنب الفشل ، و من الجوانب المهمة في توجيه سلوكهم .

و قد عرفها "هب " hebb : بأنها أثر لحدثين هما الوظيفة المعرفية التي توجه السلوك ، و وظيفة التيقظ أو الاستثارة التي تمد الفرد ، و بذلك يعتبر الدوافع أيضا مهما في توجيه سلوك الفرد و تنشيطه ، كما يعتبر مكونا أساسيا في سعي الفرد تجاه تحقيق ذاته و توكيدها<sup>2</sup>.

لذلك أصبح لدراسة الدافعية اهمية و مكانة كبيرة في ميادين مختلفة خاصة في علم النفس ، سواء لدى علماء النفس المفكرين أو الباحثين منهم باعتبارها من اهم المفاهيم التي سبقت و وجدت من أجل فهم و تحديد مشكلات متعلقة بكيفية الوصول إلى الأهداف المبتغاة و نموذجا للتخطيط الذي يهتم بدراسة الدافعية ، هذه الدافعية التي تختلف من لاعب لآخر نظرا لتأثيرها بالجوانب البدنية و النفسية و الاجتماعية للاعبين .

<sup>1</sup>أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي (المفاهيم بالتطبيقات )، ط1، القاهرة ،دار الفكر العربي ،1997،ص184 .

<sup>2</sup>عبد اللطيف خليفة،الدافعية للإنجاز ، القاهرة ، دار غريب للطباعة و النشر ، 2000 ،ص69.

و مما لا شك فيه أنه يوجد تفاوت في المستويات الرياضية للاعبين رغم تلقيهم التدريبات نفسها ،و عن سبب هذا التفاوت يؤكد بعض المدربين على أنه يعود إلى تفاوت اللاعبين في قدرتهم البدنية و المهارية و دافعية الانجاز لديهم .

و من أجل ذلك جاءت هذه الدراسة التي تسعى الى التعرف على العلاقة الموجودة بين الدافعية و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم الذين ينشطون في الرابطة الولائية لولاية ورقلة ،محاولين من خلالها الجمع بين المعالجة النظرية و التطبيقية للموضوع .

من خلال هذه المعطيات قسمنا بحثنا إلى جانبين هما :

أولاً: الجانب النظري و يتكون من فصلين .

الفصل الاول :و يتناول مدخل للدراسة .

الفصل الثاني :و يتناول الدراسات المرتبطة .

ثانياً: الجانب التطبيقي و يتكون من فصلين .

الفصل الثالث : و يتناول طرق و منهجية الدراسة .

الفصل الرابع : عرض و مناقشة و تحليل النتائج .

الفصل الأول

## 1- الإشكالية :

يعتبر موضوع الدافعية من اهم الموضوعات التي تحظى بالاهتمام البالغ من العديد من العلماء و الباحثين في علم النفس عامة و علم النفس الرياضي خاصة .

و قد اشار مجموعة من علماء النفس منذ اوائل هذا القرن ود وورث **Wood Worth، 1908**م و غيره من العلماء الى اهمية دراسة الدافعية من حيث انها المحرك الاساسي لجميع انواع السلوك البشري .

و قد اشار العديد من الباحثين الى ان الدافعية هي مفتاح الممارسة الرياضية على مختلف مستوياتها ، كما انها المتغير الاكثر اهمية التي تحرك و تثير اللاعب الرياضي لتحقيق الانجازات في الرياضة الدولية و العالمية .

و يشير واقع الرياضة في الجزائر و منها كرة القدم الى اهتمام المدربين بالنواحي المهارية و البدنية و الخططية دون اعطاء أي اعتبار للجانب النفسي للاعبين رغم ان الاداء الرياضي بصفة عامة يعتمد على ما لدى اللاعب من قدرات مهارية و بدنية و خططية و كذلك مهارات نفسية و من بين هذه الاخيرة الدافعية<sup>1</sup> .

.....يتمكن الرياضي من تحقيق الافضل أداء ممكن يؤهله للوصول إلى حد التنافس في المستويات العالمية ،يجب عليه أن يمارس مختلف الأنشطة الرياضية التي يكتسب من خلالها مختلف عناصر اللياقة البدنية و الخبرات الحركية و مختلف المهارات الفنية التي تساعد على الميل نحو نشاط رياضي معين و محاولة التخصص فيه و المواظبة عليه لتحسين مستواه حتى يستطيع الوصول تدريجيا لأعلى المستويات الرياضية خاصة اللاعبين المتخصصين في رياضة كرة القدم لأنها تتسم بالتركيز و الاستعداد الدائم للتصرف في كل موقف و الطموح من أجل تحقيق الفوز .

ومن خلال هذا المنطلق يصبح لاعب كرة القدم بحاجة الى قدرة عالية في مختلف الصفات التي تشكل في نهايتها عناصر اللياقة البدنية و الى تنمية و تطوير مهارته التي تؤثر في جميع الوظائف العقلية و النفسية مثل : الادراك /الانتباه/ التصور . و ذلك ما تطلبه المنافسات الرياضية مثل استخدام تلك الوظائف الأقصى مدى ممكن حيث يتم الاداء بصورة مقبولة مقارنة بالإنجاز المطلوب و المتوقع .

<sup>1</sup> اسماعيل محمد الفقهي و آخرون ، علم النفس التريوي ، مكتبة العبيكان ، ط4، الرياض العليا ، 2001.

و من خلال قرب الباحثين و حضوره للعديد من المباريات و المنافسات التي تنظم على مستوى الرابطة الولائية لولاية ورقلة لوحظ أن هناك تفاوتاً و اختلافاً في مستوى أداء الفرق الرياضية و كذلك مستوى أداء اللاعبين حيث كان المستوى الذي لاحظناه لا يرتقي إلى مستوى الطموح المطلوب حيث أن هناك أسباب و عوامل عديدة أدت إلى ضد التفاوت .

و من هنا اخترنا موضوع بحثنا الذي نحاول من خلال الكشف عن أهمية الدافعية و علاقتها بتحسين مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم ، و لذا يمكن تحديد المشكلة و صياغتها كما يلي :

**- ما أهمية الدافعية في تحسين الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟.**

من خلال الإشكالية العامة يتبادر إلى اذهاننا طرح التساؤلات الفرعية التالية :

- ما أهمية الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب و اثرها على الاداء المهاري للاعبين كرة القدم؟
- ما أهمية الدافعية الداخلية (الحالة النفسية) التي تدفع للاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى ادائه المهاري؟

**2- الفرضيات :**

من خلال التساؤلات التي طرحت سابقاً ارتأينا إلى وضع الفرضيات التالية و التي يمكن اعتبارها اجابات مؤقتة لهذه التساؤلات :

**الفرضية العامة :**

للدافعية أهمية في تحسين الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

**الفرضيات الجزئية :**

- الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب لها اثر في تحسين الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم
- الدافعية الداخلية (الحالة النفسية) تدفع للاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى ادائه المهاري

**3- أهمية البحث :**

لقد وقع اختيارنا على دراسة موضوع الدافعية و اثرها على أداء لاعبي كرة القدم لمعرفة اهم الدوافع التي تتحكم في سلوك لاعبي كرة القدم ، بالإضافة إلى اثار الرصيد المعرفي حيث يعتبر من البحوث العلمية المهمة في التربية البدنية



و الرياضية و التدريب الرياضي ، و كذلك نهدف الى ابراز اهمية معرفة طبيعة الدوافع التي تدفع باللاعب لان يرقى في مستوى اداءه المهاري .

#### 4- أهداف البحث :

- معرفة ما اذا كانت المنافسة دافعا للاعب كرة القدم لتحسين اداءه المهاري .
- كشف مدى تأثير الدافعية على مستوى الاداء المهاري للاعبي كرة القدم .
- معرفة قدرة المدرب على زيادة دافعية اللاعبين باستعمال حوافز معنوية و تربوية.
- التعرف على مدى تأثير شخصية المدرب على اللاعبين ان كانت للمدرب شخصية دافعة و محفزة .

## تمهيد:

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس نظرا لتواجده في قلب العديد من المشكلات الرياضية العامة و ذلك بسبب كل من حصيلة نمو البيئات الاجتماعية مثل : التنافس الرياضي ، و سلوكيات المدربين ، أيضا زيادة تأثيرها على متغيرات السلوك مثل :الإصرار ، التعلم و الأداء .  
وفي ضوء أهمية هذه النتائج للرياضيين ، يمكن للفرد أن يفهم بسهولة لماذا يهتم الباحثين بالدافعية؟ .  
و الإجابة هي ملائمتها للمجال الرياضي ، و لأنه وراء كل سلوك دافع ،أي قوة دافعة .  
إن القول المأثور ، انك تستطيع أن تقود الحصان إلى النهر و لكنك لا تستطيع ان تجره أن يشرب الماء ، لأنه يشرب من تلقاء نفسه عندما يكون لديه الدافعية للشرب و هذا يعبر بوضوح عن دور الدافعية في ميدان التعلم و التدريب الرياضي و هذا ما سنتناوله بالتدقيق في هذا الفصل .

## مصطلحات و مفاهيم الدراسة

### أولا : الدافعية

#### 1- مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد كبير من علماء النفس ، و بالتالي تعددت محاولات تعريفها و من هذه التعاريف نذكر:

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي : الحركات التي تقف وراء سلوك الفرد و الحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك ، و هذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، و بمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى<sup>(1)</sup>.

و نجد الدافع عند **مصطفى عشوي** انه : حالة من التوتر النفسي و الفزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال و نشاطات و سلوكيات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر و إعادة التوازن للسلوك و النفس عامة<sup>(2)</sup>.

و يرى **صدقي نور الدين محمد**: استعداد الفرد لبذل جهد من اجل تحقيق هدف معين<sup>(3)</sup>.

و يعرفها **THOMAS.R** انها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لأشباع الحاجات و البحث عن الأهداف<sup>(4)</sup>

تعريف **محمد حسن علاوي** : انها مصطلح عام يشير الى العلاقة الديناميكية بين الفرد و بيئته و تشمل العوامل و الحالات المختلفة ( الفطرية , المكتسبة ، الداخلية و الخارجية ، المتعلمة و الغير متعلمة ، الشعورية و اللاشعورية و غيرها). و التي تعمل على بدء و توجيه و استمرار السلوك و بصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما<sup>(5)</sup>.

**تعريف سيد خير الله** : هي طاقة كامنة في الكائن الحي تعمل على استشارته ليسلك سلوكا معيناً في العالم الخارجي ، و يتم عن طريق اختيار الاستجابة المفيدة وظيفياً له في عملية تكيفية مع بيئته الخارجية ، و وضع هذه الاستجابة في مكان الاسبقية على غيرها من الاستجابات المحتملة ، لما ينتج إشباع حاجة معينة ، أو الحصول على هدف معين<sup>6</sup>.

(1) - صالح محمد علي أبو جادو، علم النفس التربوي، دار المسيرة، ط1، الأردن، بدون سنة، ص22.

(2) - مصطفى عشوي، مدخل الى علم النفس، المكتب الجامعي الحديث ، ط1، مصر ، 2004 ، ص 127 .

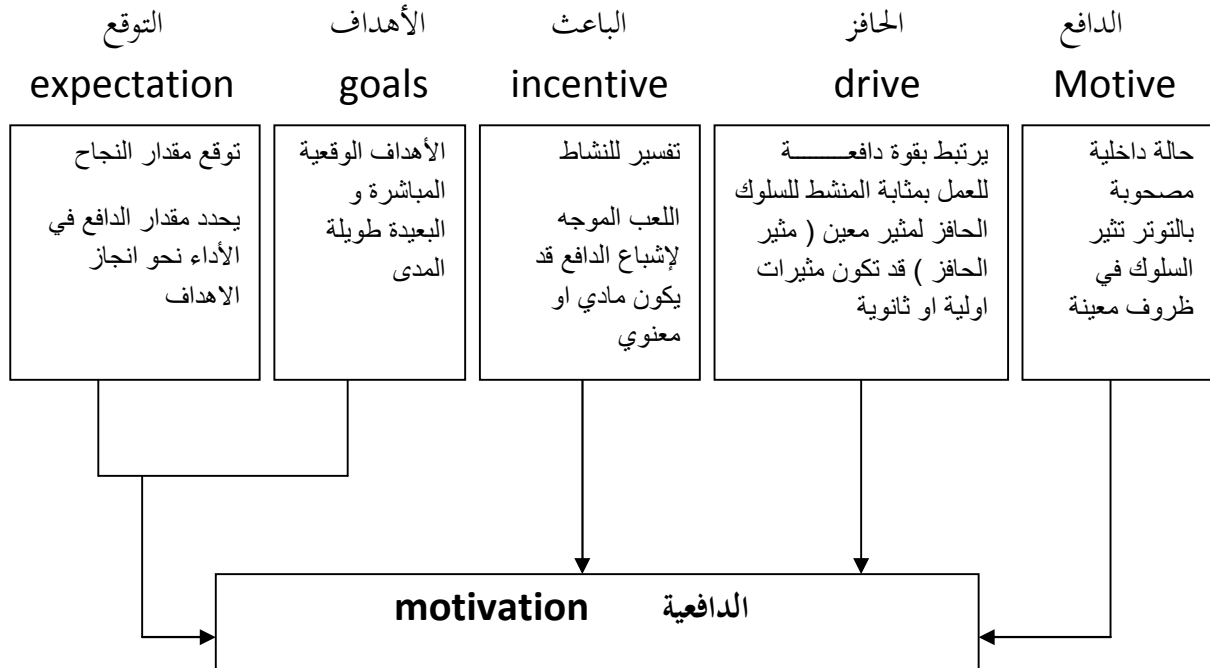
(3) - صدقي نور الدين، علم النفس الرياضي، ط1 ، المكتب الجامعي الحديث ، مصر ، 2004 ، ص 127 .

(4) - THOMAS. R , preparation psychologique du sportif, ed , vigot , 1991 , p 32 .

(5) - محمد حسن علاوي، مدخل في علم النفس الرياضي ، ط4 ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 2004 ، ص 212 .

<sup>6</sup> جابر عبد الحميد جابر ، الدافعية نظريات و تطبيقات ، مرجع سابق ، ص 7.

وحتى يتسنى لنا فهم هذه التعاريف تجدر بنا الإشارة الى العناصر المتمثلة في الشكل (1) :



الشكل رقم (1) :عناصر تشكل الدافعية الرياضية عن محمود عنان 1994 (سيكولوجية المنافسات الرياضية )

للمجلس الاعلى للشباب و الرياضة قطاع اعداد القادة .

**2. خصائص الدافعية :** من خصائص الدافعية ما يلي :

**1.2. الغرضية (Purpocive) :**

إن الدافع في أساسه يوجه السلوك نحو غرض معين , ينهي حالة التوتر الناشئة من عدم اشباعه .

**2.2. النشاط (action) :**

اذ يبذل الانسان نشاطا ذاتيا تلقائيا لاشباع الدافع و يزداد هذا النشاط كلما زادت قوة الدافع .

**3.2. الاستمرار (Continaity) :**

يستمر نشاط الإنسان بوجه عام ،حتى ينهي حالة التوتر التي اوجدها الدافع ،ويعود الى حالة الاتزان .

**4.2. التنوع (variation) :**

يأخذ الانسان في تنوع سلوكه و تغيير اساليب نشاطه عندما لا يستطيع اشباع الدافع بطريق مباشر .

**5.2. التحسن (improvement) :**

يتحسن سلوك الانسان اثناء المحاولات لاشباع الدافع مما ينتج عنه سهولة في تحقيق اغراضه عند تكرار المحاولات

التالية .

## 6.2. التكيف الكلي: (whole adjustment):

يتطلب إشباع الدافع من الانسان تكيفا كليا عاما ، و ليس في صورة تحريك جزء صغير من جسم ، و يختلف مقدار التكيف الكلي باختلاف اهمية الدافع و حيويته فكلما زادت قوة الدافع , كلما زادت الحاجة للتكيف الكلي .

## 7.2. تحقيق الغرض: (purpo verification):

و يتم ذلك عندما يتوقف السلوك و عندما يتم تقييم الغرض أي الهدف الذي كان الانسان يرمي الى تحقيقه ، و حيث يتم اشباع الدافع و عندئذ يتوقف السلوك<sup>(1)</sup> .

من خلال هذه الخصائص يفهم بان الانسان يزداد نشاطه كلما كانت قوة الدافع لديه كبيرة ، و اذا واجه صعوبات في اشباع الدافع لديه ,فانه يكيف نفسه وفقا لتلك المعوقات التي تحل دون اشباع دوافعه كما اوضح ماسلو ان الانسان يولد بخمسة انظمة مرتبة بشكل هرمي كالتالي :

حاجات تحقيق الذات . انجازات تحقيق الذات و تحقيق الفرد لإمكاناته

حاجات الاحترام . الانجاز ،الكفاءة ،الاستحسان ، التقدير

حاجات الحب . الانتساب، التقبل، الانتماء

حاجات الأمن . الطمأنينة و الأمان . غياب الأخطار

حاجات فسيولوجية . الجوع و العطش ،الهواء..... الخ

شكل (2): يوضح التنظيم الهرمي للحاجات التي وضعها ما سلو<sup>(2)</sup> .

(1) إسماعيل محمد الفقي و آخرون ، علم النفس التربوي ، مكتبة العبيكان ، ط4 ، الرياض العليا ، 2001 ، ص 167 .

(2) - لينددا فيدوف ، ترجمة محمود عمرو و آخرون ، الشخصية ، الدافعية و الانفعالات ،الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ، ط1، مصر ،2000،

### 3. تصنيف الدوافع:

يصب اقامة تصنيف واحد للدوافع و ذلك لتعقيدها و تعقيد صلتها بالسلوك الواحد و يمكن ارجاع ذلك الى انها تختلف باختلافات الاشخاص كما ان الدافع الواحد يمكن ان يؤدي الى الوان مختلفة من السلوك بالاضافة الى اننا قد نجد ان للسلوك الواحد مجموعة من الدوافع المختلفة و فيما يلي سوف نقدم التصنيف التالي :

. تصنيف على أساس شعوري ،لاشعوري .

. تصنيف على أساس فطري و مكتسب.

. تصنيف على أساس داخلي و خارجي.

. تصنيف على اساس دوافع مباشرة و غير مباشرة.

أ - تصنيف على أساس شعوري لاشعوري :

. الدوافع الشعورية:

وهي تلك الدوافع المرتبطة بالادراك و الفطنة اذ ان الانسان يستطيع تحديدها و يتفطن لوجودها فهي كل الاعمال التي نقوم بها عمدا و بمحض ارادتنا كالذهاب الى الملعب للتدريب أو المشاهدة<sup>(1)</sup> .

كما ان الفرد يشعر بها و يكون على وعي بها ، و هي ناتج نشاط عقلي لان الفرد يقوم باختيار الدافع الذي يسعى لتحقيقه و المعروف ان الدوافع الاولية هي التي تشبع أولا<sup>(2)</sup>

. الدوافع اللاشعورية :

الدوافع اللاشعورية لا يشعر بها الفرد اثناء قيامه بالسلوك ايا كان السبب و قسم مدرسة التحليل النفسي هذه الدوافع الى مؤقتة يمكن ان يدركها الفرد لتمحيص او مراقبة سلوكه و اخرى دائمة يصعب على الفرد معرفتها الا بطرق علاجية خاصة نادت بها نظريات علم النفس خاصة مدرسة التحليل النفسي<sup>(3)</sup> .

كما ان الدوافع اللاشعورية لا يستطيع الانسان ادراك حدودها و طبيعتها ووجودها ، و للدوافع اللاشعورية تأثير في السلوك ، فنجد أن بعض الأمراض قد تنشأ عن ذكريات مكبوتة في اللاشعور من خبرات قديمة حدثت في مرحلة الطفولة .

ان الدوافع اللاشعورية يبدأ تكوينها لدى الانسان من الطفولة الى غاية الرشد و هذا يعني انه عند حدوث ضغط على الفرد سواء كان من طرف والديه و هو صغير او المجتمع و هو كبير و حال ذلك دون تلبية حاجات هذا

(1) - محمد احمد علي منصور، تسيير الاتحاديات الرياضية و مدى تطبيق الإعداد النفسي لرياضة النخبة، رسالة ماجستير غير منشورة، ص 103.

(2) - TOURNIER, GET , PONCHON , **manuel de sciens economique et humaines baillier** . PARIS 1995.p25

(3) - السمالوطي نبيل ، محمد توفيق: الإسلام و قضايا علم النفس الحديثة ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1986 ، ص 108.

الفرد ، وكلما حدث ذلك الصراع يؤدي الى الكبت اي ان الرغبات التي لا تحقق لسبب او لآخر قد تتعرض للكبت و هو ما يجعلها ترتسم في اللاشعور محاولة في كل حين البروز في اللاشعور (4) .

. **الدوافع الفطرية** : يطلق عليها اسم الدوافع العضوية او الفسيولوجية او الاولية و يقصد بها ما يولد الانسان مزودا به ولا يحتاج الى تعلمه لانه ينتقل عن طريق الوراثة ، كما يعرف عند العلماء انه كل دافع يدفع الفرد الى التماس اهداف طبيعية موروثه بالرغم من تغيير السلوك ومن علامات الدافع الفطري ما يلي :

. اشتراك النوع كله مهما اختلفت الظروف و المواقف و المحيط الاجتماعي

. اشتراك الانسان مع الحيوان في بعض الدوافع كثيرا يتخذ دليل على فطريته .

. ظهور الدوافع عند الميلاد و في سن مبكرة اي قبل ان يستفيد الكائن من الخبرة و التعلم.

. **الدوافع المكتسبة** : هي دوافع ثانوية يكتسبها الفرد خلال عملية التطبع الاجتماعي و تساعد على استمرار العلاقات الانسانية و الاجتماعية و تنظم سلوكه و علاقاته و عدم اشباعها يؤدي الى الشعور بالقلق و الاغتراب و التعاسة ، و احتكار الذات ، ولا تنشأ الدوافع المكتسبة بل يستند اساسها على الاتعدادات الفطرية و تثبت في ثناياها تحت تأثير العوامل البيئية و الاجتماعية(1)

- تصنيف على أساس دوافع داخلية وخارجية:

. **الدوافع الداخلية**:

تشير الدافعية الداخلية الى الاندماج في النشاط الرياضي لذاته من اجل الاستمتاع و الرضا المشتقان من اداء النشاط ذاته . فعندما يكون الفرد مدفوعا داخليا سيؤدي سلوكه على النحو الارادي بالرغم من عدم وجود حوافز خارجية ، أو إجبار خارجي على الممارسة الرياضية ، فالرياضي الذي يذهب للتدريب لانه يجده ممتعا و مرضيا لتعلم المزيد من المهارات او الخطط أو المعارف الخاصة برياضته، و أيضا الرياضي الذي يتدرب بصورة منتظمة في رياضته للاستمتاع بالمحاولة الجادة لتحقيق التفوق على نفسه ، و إتقان المهارات المختلفة سوف يكون مدركا لدوافعه الداخلية نحو رياضته الخاصة ، و هكذا فالأنشطة التي تسمح للفرد بخبرة مشاعر الكفاية، و تقريره لسلوكه سوف تسمح له بفرصة الاشتراك فيها بسبب الدافعية الداخلية .

. **الدوافع الخارجية** :

الدافعية الخارجية هي عكس الداخلية حيث تشير الى سلوك عدم تقرير الفرد لمصيره ، و ذلك السلوك يستثار فقط عن طريق مثيرات خارجية مثل ( المكافآت) اي انه سلوك لا يأتي من داخل الفرد ، و لكنه يأتي عن طريق

(4) - محمد احمد منصور، تسيير الاتحاديات الرياضية و مدى تطبيق الإعداد النفسي لرياضة النخبة ، مرجع سابق ص104 .

Valler andretthil : **INTRODUCTION A LA PSYCHOLOGIE DE LA MATIRATION** , CANACA ,ED M : -

افراد آخرين و يتم ذلك عن طريق التدعيم سواء الايجابي او السلبي . و قد يكون ماديا مثل المكافآت المادية و الجوائز العينية ، و قد يكون معنويا مثل التشجيع و المرح<sup>(2)</sup> .

د . تصنيف على أساس دوافع مباشرة و غير مباشرة:

. الدوافع المباشرة: ومن اهمها :

. الاحساس بالرضا و الاشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .

. المتعة الجمالية بسبب رشاقة و جمال و مهارة الحركات الذاتية للفرد، و نذكر على سبيل المثال الجمباز، التزلج

على الثلج، و غيرها من الرياضات التي تتميز برشاقة الاداء و الحركات .

. الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها و التي تتطلب المزيد من الشجاعة

و الجرأة و قوة الارادة .

. الاشتراك في المنافسات ( المباريات) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من اركان النشاط الرياضي و ما يرتبط بها من

خبرات انفعالية متعددة .

. تسجيل الارقام و البطولات و اثبات التفوق و احراز الفوز .

. الدوافع الغير مباشرة: ومن اهمها :

. محاولة اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فاذا سألت الفرد عن أسباب ممارسة

النشاط الرياضي فانه قد يجيب امارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة و تجعلني قويا .

. ممارسة النشاط البدني الرياضي لاسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل و الانتاج فقد يمارس الفرد

النشاط الرياضي لانه يساهم في زيادة قدرته على اداء عمله و رفع مستوى انتاجه في العمل .

. الاحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه<sup>(1)</sup> .

#### 4- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي :

يعتبر "Gros G" أن الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي وهي موجهة نحو هدف معين يحقق

الإشباع و يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا ، هي من أصل فيزيولوجي ( لذة الحركة)

واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة.<sup>(2)</sup>

(2) - صدقي نور الدين محمد: علم نفس الرياضة، مرجع سابق ، ص (108-109) .

(1) - محمد حسن علاوي و آخرون ، سيكولوجية التدريب و المنافسة ، دار المعارف ، ط1 ، مصر ، 1987 ، ص 208 .



### 5- الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية :

يشير "Macolin" إلى أنه " من العوامل الأساسية التي تساهم وتلعب دورا مهما في الأداء الفردي أو أداء الفريق ، نذكر القامة الفيزيائية ، مستوى القدرة ، درجة من الشروط الفيزيائية ، الشخصية وأخيرا الدافعية التي تعتبر من أهمها في التأثير على أداء اللاعب " ويبرز المختصون في علم النفس الرياضي هذه الأهمية في العلاقة التالية :

$$\text{الدافعية} + \text{التعلم} = \text{النتيجة ( الأداء ) الرياضية .}$$

تبين هذه المعادلة المختصرة ، شرطا ضروريا ولكن غير كافي ، فالدافعية بدون تجارب ماضية تؤدي إلى نقص النشاط الرياضي واللاعب بدون دافعية فهو دون النتيجة أو المستوى الرياضي.<sup>1</sup>

### 6- ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي :

تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب والمنافسة.

**6-1- شدة الجهد:** يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة، فعلى سبيل المثال: فعن اللاعبين أحمد ومحمد يحضران جميع جرعات التدريب في الأسبوع ، لكن من حيث شدة الجهد نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد.<sup>(1)</sup>

### 6-2- اتجاه الجهد:

يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه، أو اختياره مدرب معين يفضل أن يتدرب معه أو نادي معين يمارس فيه رياضته المحببة.... الخ.

### 6-3- العلاقة بين الاتجاه وشدة الجهد:

يلاحظ وجود علاقة وثيقة بين اتجاه وشدة الجهد على المثال الناشئ، الذي يواظب على حضور جميع جرعات التدريب ( اتجاه الجهد ) يبذل جهدا كبيرا في جرعات التدريب المختلفة التي يحضرها ( شدة الجهد ) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر أو يتغيب عن جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب.<sup>2</sup>

### 7- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

- ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة .
- ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب .
- كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة .

<sup>(1)</sup> macolin (REVE)DES cteurs qui contribuent ala peformanuce indirudelle ou d 'une equipe , n 2spod, 1998 , p12.

<sup>(2)</sup> macolin (Revue) des cteurs qvi contribuent a la peformanuce Inditvdelleoud'une equpe ,p12.

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني ، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة ومقدار الممارسة ، وليس ثمة شك ، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة ، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة .

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية ( الاستثارة ) حيث لكل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة.<sup>(1)</sup>

---

(1) أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضية، مفاهيم و تطبيقات، مرجع سابق، ص25 .

ثانيا : الأداء المهاري .

### 1. مفهوم الأداء :

هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه , وهومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة , وبناءا على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تتركز على اثنين هما :  
أولا: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله :أي واجبات ومسؤولياته .

ثانيا : يتمثل في صفات الفرد الشخصية , ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أداءه لعمله <Thomas>  
1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي , وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كأ:القدرة ,الاستعداد ,الدافعية .... وأغلبها تشكل مفهوم الأداء , مضيفا أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة (1).  
ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى ويستعمل بشكل واسع لتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات(2).

### 2. أنواع الأداء :

#### 1.2-الأداء والمواجهة :

أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ واللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد .

#### 2.2-الأداء الدائري :

طريقة هادفة لتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة .

#### 3.2-الأداء في محطات :

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة(3).

### 3- مفهوم الأداء المهاري :

نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي , و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية , و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة(1).  
كما انه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة (2).

(1) - عبد الغفار عروسي ، دحمان معمر ، دور فلق المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين ، مذكرة ليسانس غير منشورة ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، سيدي عبد الله ، جامعة الجزائر ، 2004 ، ص 40.

(2) - محمد نصر الدين رضوان ، مقدمة في التقييم و التلوية البدنية ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1992 ، ص 168 .

(3) -قاسم حسن حسين ، الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة ، ط1 ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، الاردن ، 1998 ، ص (41-42) .

(1) - وجددي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد ، الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب ، مرجع سابق ، ص 374.

(2) - المرجع نفسه ، ص 149.

**4-مراحل الأداء المهاري :**

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاث مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة و تدريبات مختلفة و هي :

**4-1- مرحلة التوافق الأولي للمهارة :**

تهدف هذه المرحلة إلى تكوين التشكيل الأساسي الأولي لتعلم المهارة الحركية و إتقانها , و تبدأ بادراك اللاعب للمهارة الحركية ثم تأديتها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الأساسية دون وضع اية اعتبارات بالنسبة لجودة و مستوى أداء المهارة الأساسية , و تتميز هذه المرحلة بالزيادة المفرطة في بذل الجهد مع ارتباط بقله و كفاءة الأداء المهاري .

**4-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة :**

تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية و التي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة , و مع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي و قلة حدوث الأخطاء<sup>(3)</sup> .

**4-3 - مرحلة إتقان و تثبيت أداء المهارة :**

إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية , و خلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة و تصبح المهارة الأساسية أكثر دقة و انسيابية و استقرار من حيث شكل الأداء و ذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية و هذا يؤدي إلى إتقان الأداء الحركي للمهارة بصورة ناجحة و ثابتة حتى لو تم أداء الحركة في ظل ظروف تتميز بالصعوبة كوجود منافس أو أكثر أثناء الأداء المهاري أو من خلال أداء المباريات التحريية<sup>(1)</sup> .

**5.أهمية الأداء المهاري :**

الإتقان التام للمهارات الحركية من حيث انه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري , و يتأسس عليه الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي , ومهما اتصف به من سمات خلقية إرادية فانه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الذي يتخصص فيه .

فالمهارات الأساسية هي وسائل تنفيذ الخطط و بدون مهارات أساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخطط و بالتالي يصعب تحقيق نتائج ممتازة .

(3) - احمد امر الله البساطي ، اسس و قواعد التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، مصر ، 1998 ، ص (26-27) .

(1) - احمد امر الله البساطي ، اسس و قواعد التدريب الرياضي ، مرجع سابق ، ص (28-29) .

. إن تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخططية هو الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي , و ذلك بتكرار المهارة من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسة مما يؤدي إلى اكتساب الفرد الرياضي صفة الآلية عند الأداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة و لما كانت المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة إذا و جب الاهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي , فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة<sup>(2)</sup> .

**ثالثا : كرة القدم:**

### 1- نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم ، وهي الأعظم في نضر اللاعبين والمتفرجين. نشأت كرة القدم في بريطانيا ، وأول من لعب الكرة كان عام 1175م ، من قبل طلبة المدارس الانجليزية ، وفي سنة 1334م قام الملك (ادوار الثاني) بتحريم لعب الكرة في المدينة نظرا للانزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف (ادوار الثالث) ورتشارد الثاني وهنري الخامس (1373م-1453م) نظرا للانعكاس السلبي لتدريب القوات العسكرية.

لعبت أول مرة في مدينة لندن بعشرين لاعب لكل فريق، وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف، حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية، كما لعبت مباراة أخرى في ( التون Eton) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110 وعرضها 5.5م وسجل هدفان في تلك المباراة.

بدا وضع بعض القوانين سنة 1830مبحثي تم التعرف على ضربات الهدف والرمية الجانبية، وأسس نظام التسلل قانون هاورد (hour) كما اخرج القانون المعروف بقواعد كمبرج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين كرة القدم، وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان: "اللعبة الأسهل" حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة باتجاه خط الوسط حين خروجها وفي عام 1863م أسس اتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس اتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستعمال الصفارة ، وفي عام 1863م تأسس الاتحاد الدانماركي لكرة القدم، وأقيمت كأس البطولة بـ15 فريق دانماركي وكانت رمية بكلتا اليدين .

في عام 1904م تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الارغواي 1930م وفازت بها<sup>(1)</sup> .

### 2-تعريف كرة القدم:

(2) - حسن السيد ابو عبده ، الاعداد المهاري للاعب كرة القدم ، دار الاشعاع الفنية ، ط1 ، الاسكندرية ، مصر ، 2002 ، ص (33-37)

<sup>(1)</sup>- موفق مجيد المولى ، "الإعداد الوظيفي لكرة القدم" ، دار الفكر ، لبنان ، 1999 ، ص 09 .

**2-1- التعريف اللغوي:** كرة القدم "Football" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ "Reg by" او كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "Soccer".

**2-2 التعريف الاصطلاحي:** كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع"  
**2-3- التعريف الإجرائي:**

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل " في حالة مقابلات الكأس " فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

**3- التسلسل التاريخي لكرة القدم:**

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوروبية السائدة في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم، وبدأ تطور كرة القدم منذ أن بدأت منافسات الكأس العالمية سنة 1930<sup>(1)</sup>

- وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم :
- 1863: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.
  - 1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.
  - 1904: تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.
  - 1930: أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي .
  - 1963: أول دورة باسم كأس العرب.
  - 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفازت بها ولأول مرة نظمت بـ 32 منتخب من بينها 5 فرق من إفريقيا.
- 4-أهداف رياضة كرة القدم:**

<sup>(1)</sup> مختار سام، "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بيروت، لبنان، 1988، ص11.

- « يجب على مدرب رياضة كرة القدم أن يقترح أهدافاً أساسية هامة من أجل تطوير نفس الصفات الخاصة في رياضة كرة القدم ذات الطابع الجماعي و تلخص هاته الأهداف الأساسية فيما يلي:
- فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية و التكيف معها.
  - التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع و مختلف أنواع و مراحل اللعب في كرة القدم.
  - الوعي بالعناصر و المكونات الجماعية و الفردية في رياضة كرة القدم.
  - تحسين الوضع و المهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب.

### 5- ميلاد و تطور كرة القدم في الجزائر

بعد انعقاد مؤتمر الصومام في 20 أغسطس 1956 و صدور قراراته التي كان من بينها إنشاء منظمات خاصة بجهة التحرير الوطني، و بعد تأسيس الاتحاد العام للعمال الجزائريين و الاتحاد العام للطلبة المسلمين، قررت جبهة التحرير الوطني تأسيس تنظيم رياضي يحمل رايتها و راية الثورة الجزائرية و يمثلها في المحافل الدولية فكان الاختيار على رياضة كرة القدم نظراً لشعبيتها الكبيرة عبر أنحاء العالم.

فريق جبهة التحرير الوطني.

كان الغرض من إنشاء هذا الفريق الثوري هو أن يصبح سفيراً للثورة الجزائرية. ولد هذا الفريق مع عودة محمد بومرزاق من المهرجان العالمي للشباب في موسكو سنة 1957 رافعاً الراية الخضراء والبيضاء، وكان يمثل فريق كرة القدم والرياضة الجزائرية في هذا الحدث. قبل بضع سنوات من هذا الحدث، نجح فريق لاعبه من المغرب العربي بزعامة منتخب فرنسا بـ 3 أهداف مقابل صفر في مباراة أقيمت في 1 نوفمبر 1954 لصالح ضحايا زلزال ضرب مدينة الشلف (وكان الاستعمار حينذاك يسميها أورليانسفيل) قبل شهرين من ذلك التاريخ وراح ضحيته 1460 شخصاً. وقد ضم الفريق اللاعبين المغريين العربي بن مبارك والمدافع عبد الرحمن محجوب والجزائريين مختار عربي وسعيد إبراهيمي وعبد الرحمان بوبكر.

تأسس فريق جبهة التحرير الوطني لكرة القدم في ظروف سرية سنة 1958 أثناء فترة الاستعمار الفرنسي للجزائر، حين قام محمد بومرزاق وهو أحد زعماء جبهة التحرير الوطني الجزائرية التي كان مقرها في فرنسا بالاتصال مع 10 من أبرز اللاعبين المحترفين من أصول جزائرية والناشطين في الدوري الفرنسي آنذاك، وحدث ذلك خلال المهرجان العالمي للشباب في سنة 1958، حيث طلب منهم مغادرة فرنسا سرا والتوجه إلى تونس. بعد استجابة اللاعبين الجزائريين لنداء جبهة التحرير الوطني للالتحاق بفريقها ومغادرتهم لفرنسا وذهابهم لتونس، ومن بين هؤلاء اللاعبين رشيد مخلوفي، مصطفى زيتوني.... حيث استوعب فرحات عباس بسرعة الفوائد والمكاسب الكبيرة التي ستجنيها الثورة من مشروع محمد بومرزاق. وبعد ذلك، قال فرحات عباس إن "هذا الفريق أكسب الثورة الجزائرية عشر سنوات". شكل هروب اللاعبين الجزائريين المحترفين من فرنسا في 1958 والتحاقهم بصفوف ثورة التحرير

المباركة أكبر مفاجأة للاستعمار الذي أدرك آنذاك مدى قدرة جبهة التحرير الوطني على تجنيد الجزائريين الذين كانوا يعيشون لهيب الثورة في وجدانهم وهمهم الوحيد في تلك الفترة هو طرد المحتل. في وقت لاحق أعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم الفيفا بعد احتجاج الاتحاد الفرنسي لكرة القدم، أن أي فريق يواجه الجزائريين سيطرده من نهائيات كأس العالم، في حين أن الحكومة الفرنسية نجحت في إلقاء القبض على اللاعبين الآخرين الذين حاولوا مغادرة البلاد للانضمام إلى الفريق. بالرغم من هذه العقبات، تأسس الفريق بقيادة محمد بومزراق وقام بتمثيل الجبهة والثورة الجزائرية في المحافل الدولية فحط الرحال في العديد من الأقطار فمن تونس إلى بكين وبلغراد وهانوي وطرابلس والرباط وبراغ ودمشق وغيرها من العواصم التي نزل بها حاملوا راية الجزائر. حقق فريق حزب جبهة التحرير الوطني الجزائرية مدى السنوات الأربع اللاحقة نتائج باهرة، وساعدت انتصارات الفريق في نشر الدولي للقضية الجزائرية وكفاح الجزائريين من أجل الاستقلال، وواصلت تشكيلة فريق جبهة التحرير دورها الرياضي النضالي حتى استقلال الجزائر سنة 1962 حيث شكلت النواة الأولى للفريق الوطني الجزائري.

بعد استقلال الجزائر سنة 1962، تم حل فريق جبهة التحرير الوطني لإفساح المجال لإنشاء منتخب وطني يمثل الجزائر في المحافل الكروية الإقليمية والدولية. وتم اختيار ثمانية من لاعبي المنتخب السابق أمثال مخلوفي وزيتوني ودفنون وغيرهم في قائمة المنتخب الجديد الذي تشكل سنة 1963 وشاركوا لأول مرة ضد منتخب تشيكوسلوفاكيا.<sup>(1)</sup>

## 6- المهارات الأساسية في كرة القدم :

أن إتقان المهارات الأساسية في كرة القدم هو الجزء الهام والرئيسي لتنفيذ وظائف اللعب بشكل سليم وفعال ، ولما كانت المهارات هي وسيلة تنفيذ الخطط لذا فإن إتقانها بالشكل المطلوب ضروري لنجاح الخطط . أن المباراة في كرة القدم تحتاج إلى التركيز وسرعة رد الفعل واستخدام المهارات في نطاق المواقف المتغيرة والتي تتحكم فيها مساحة الملعب وموقع اللاعب الزميل ، الأمر الذي يتطلب إعداد اللاعبين مهاريا من خلال استخدام الأسلوب الأمثل في التدريب .

## 6-1 ركل الكرة بالقدم :

تعتبر مهارة ركل الكرة بالقدم إحدى المهارات الأساسية في كرة القدم وذلك لان إتقانها وإجادتها بالشكل الصحيح يشكل مكسبا كبيرا للفريق، يشير بعض الاختصاصيين... إلى إن مهارة ركل الكرة بالقدم تعتبر من أكثر المهارات استخداما على الإطلاق خلال مباريات كرة القدم ، ويهدف استخدام هذه المهارة أما إلى التميرير أو التصويب أو التشيتيت ،ألا أن استخدامها بهدف التميرير هو الأكثر بنسبة عالية، وهي بذلك تستخدم كمهارة تربط بين المهارات المختلفة أثناء المباراة .

<sup>(1)</sup> - ويكيبيديا الموسوعة الحرة www.wikipedia.org



تستعمل ركلات الكرة بالقدم لأغراض هي :

1. التمرير للزميل
2. التصويب على المرمى
3. تشتيت الكرة
4. ركلات البداية والحرّة والركنية والجزاء .

## 6-2 السيطرة على الكرة:

تعد مهارة السيطرة على الكرة من المهارات الأساسية في كرة القدم التي لا يمكن الاستغناء عنها ن حيث تتضمن تحكّم اللاعب في جميع الكرات القادمة إليه سواء كانت هذه الكرات أرضية ، أو عالية ، أن المقصود بالسيطرة على الكرة إخضاع الكرة وجعلها تحت طوع وتصرف اللاعب ومقدرته على التحكم فيها خلال مواقف اللعب المختلفة بوضعها تحت إرادته للتصرف فيها طبقاً لظروف المواقف بسرعة ودقة معا وذلك باستخدام أي جزء من الجسم يسمح به قانون اللعب ، وتظهر أهمية السيطرة على الكرة في كثير من المواقف التي تستدعي عدم لعب الكرة مباشرة مثل عدم الرؤية الواضحة من اللاعب لتفصيلات الموقف أو صعوبة الأداء المباشر وتنفيذه خلال الموقف نتيجة ضغط الخصم أثناء الواجبات الخطئية ، وفي هذه الحالات يتطلب من اللاعب السيطرة على الكرة والاستفادة منها .

يمكن تقسيم السيطرة على الكرة كما يأتي :

1. إيقاف وامتصاص الكرة الأرضية المتدحرجة حتى تسكن
2. إيقاف أو امتصاص الكرة العالية سواء على الأرض أو في الهواء حتى تصل إلى حالة السكون .
3. السيطرة على الكرة العالية أو المتدحرجة أثناء جري اللاعب مع عدم توقفه وهذه من سمات لاعب كرة القدم الحديث . .

## 6-3 الجري بالكرة

هي إحدى المهارات الأساسية في كرة القدم التي يجب أن يتقنها اللاعب لكثرة استخدامها أثناء المباريات ويذكر بعض الباحثين .. يعني الجري بالكرة استخدام أجزاء من القدم بهدف التحكم في الكرة أثناء دحرجتها على الأرض والتقدم بها في الملعب ، ويجب على اللاعب أثناء الجري بالكرة أن يوازن بين سرعة انطلاقه بالكرة ودرجة تحكّمه فيها .

مهارة الجري بالكرة تعتبر من وسائل وخطط الهجوم الفردي حيث يلتجأ إليها اللاعب لأداء تلك المهارة

عندما لا يتوفر فرص ومجال لأداء التمرير أو لاجتياز المنافس ولإعطاء زملاء الفرصة للتخلص من ضغط المنافسين والاستعداد لاستقبال الكرة أو للاحتفاظ بالكرة في حيازة الفريق أو بهدف التخفيف عن ضغط المنافسين على نصف ملعب فريقه الدفاعي .

وهنا نؤكد... بان الأهداف الأساسية للدرجة بالكرة هي كالاتي :

1. الاحتفاظ بالكرة لتأخير اللعب وكسب الوقت
2. سحب اللاعب المنافس لخلق مساحة خالية للاعب الزميل
3. خلق الفرص من اجل المناولة أو التهديف

#### 4-6 التصويب

يعتبر التصويب أحد أهم المهارات الأساسية في كرة القدم . وذلك لان الهدف من المباراة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف ، و إن التدريب على التصويب أصبح من أهم أهداف التدريب اليومي للاعبين ، إذ يتوقف نجاح المباراة على لحظة واحدة حاسمه يصوب فيها اللاعب الكرة إلى مرمى الخصم ليسجل هدفاً فالتصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرار ، فدواعي الفشل في التصويب أو فقد الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين ، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من سمات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب كالثقة بالنفس مثلا ، ولكي يكون عند اللاعب ثقة في نفسه ليصوب لا بد وان يكون قد وصل إلى مرحلة الإتقان في تكتيك التصويب تحت كل الظروف ، و ان التصويب هو الوسيلة الفعالة التي يستخدمها اللاعب المهاجم للتغلب على التكتلات والكثرة العددية للاعب الفريق المنافس للدفاع داخل منطقة الجزاء وهو السلاح القوي الذي يستخدم لإحراز الأهداف في مرمى الفريق المنافس مستغلا قابليته البدنية والفنية والنفسية والذهنية ضمن إطار قانون اللعب ، ومن العوامل الأساسية التي تتوقف عليها دقة التصويب هي الآتي :<sup>(1)</sup>

1. الناحية النفسية
2. الناحية البدنية
3. الناحية المهارية
4. الناحية الخططية

<sup>1</sup> - منتديات كورة <http://forum.koora.com/f.aspx?t=2124845>

ثالثا : المراهقة

## 1- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح ، وصفي لفترة أو مرحلة من العمر ، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ، ويكون قد اقترب من النضج العقلي، و الجسدي، والبدني وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة، وبداية الرشد.

وبذلك المراهق لاطفلا، ولا راشدا إنما يقع في تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها (عبد الله الجسماني) "بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات"<sup>(1)</sup>

## 2- تعريف المراهقة:

### 2-1- لغة:

جاء على لسان العرب لابن منظور، راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم ، ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر.<sup>(2)</sup>

إن المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنى من الحلم، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم، واكتمال النضج.<sup>(3)</sup>

### 2-2- اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا ل وجسمانيا وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.<sup>(4)</sup>

إن كلمة المراهقة **ADOLESCENCE** مشتقة من فعل لاتيني **ADOLESCERE** معناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي ،والانفعالي، والعقلي ،وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة ، وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي

(1) - عبد العالي الجسماني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحققها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994، ص195.

(2) - أبو الفصل جمال الدين ابن منظور، لسان العرب، دار الطباعة والنشر، ب ط، ج3، 1997، لبنان، ص430.

(3) - فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، مصر، 1956، ص254.

(4) - محمد الحمامي و أمين الخولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1998.

(5) - مصطفى فهمي، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986، ص189.

النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج.<sup>(5)</sup>

### 3- مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة ، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المرهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني للمراهق ، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء إلا أننا نعتبر هذا التقسيم الذي وضعه أكرم رضا والذي قسم فيه المراهقة إلى ثلاث مراحل:

### 3-1- المراهقة المبكرة:

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره ما بين ( 12 - 15 سنة ) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.<sup>(1)</sup>

فنجده من يتقبلها بالحيرة والقلق وآخرون يلقمونها، وهناك من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب فنجد المراهق في هذه المرحلة يسعى إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدرسين والأعضاء الإداريين) ، فهو يرغب دائما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه.

### 3-2- المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع حنين آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو

<sup>(1)</sup> -منى فياض، الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والثقافي ، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان، 2004، ص 216.

الجنسي، العقلي، الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء، لتصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما وملائمة.<sup>(2)</sup>

### 3-3- المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة):

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي ، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فسيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمته التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه.

كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه ، للمفاهيم والقيم الأخلاقية

والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل والسرعة في القراءة على جميع المعلومات والاتجاه نحو الاستقرار في المهنة المناسبة له.<sup>(3)</sup>

### 4- أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين:

- تتضح أهمية المراهقة كمرحلة كمال النضج والنمو الحركي حيث يبدأ مجالها بالدراسة في الجامعة، الندي الرياض، فالمنتخبات القومية وتكتسي المراهقة أهمية كونها:

- أعلى مرحلة تنضج فيها الفروق الفردية في المستويات، ليس فقط بين الجنسين بل بين الجنس الواحد أيضا وبدرجة كبيرة.

- مرحلة انفراج سريعة للوصول بالمستوى إلى البطولة "رياضة المستويات العالية".

- مرحلة أداء متميز خالي من الحركات الشاذة والتي تتميز بالدقة والإيقاع الجيد.

- لا تعتبر مرحلة تعلم بقدر اعتبارها مرحلة تطور وتثبيت في المستوى للقدرة والمهارات الحركية.

(2) - حامد عبد السلام زهران، علم النفس-النمو-الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ب ط، ب بلد، 1982، ص 252-253-262-289-263.

(3) - حامد عبد السلام زهران، علم النفس-النمو-الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ب ط، بدون بلد، 1982، ص 252-253-262-289-263.

- مرحلة لإثبات الذات عن طريق إظهار ما لدى المراهق من قدرات فنية ومهارات حركية.

- مرحلة تعتمد ترمينات المنافسة كصفة مميزة لها، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالإضافة إلى انتقاء الموهوبين. (1)

## 5- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين:

إن الرياضة عملية تسلية، و ترويح لكلا الجنسين: هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا، و بدنيا كما تزوده من المهارات، و الخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس، و المشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية، و عصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي، و قدراته من أجل شغل وقت الفراغ الذي تحس فيه الرياضي بالقلق، و الملل، و بعد الرياضة يتعب المراهق عضليا ، وفكريا فيستسلم حتما للراحة، و النمو بدلا من أن يستسلم للكسل، و الخمول.

و يضيع وقته فيما لا يرضي الله، و لا النفس، و لا المجتمع، و عند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية، و النوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية، و النفسية، و العقلية التي يمر بها .

\*إعطاء المراهق نوعا من الحرية، و تحميله بعض المسؤولية التي تتناسب مع قدراته، و استعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.

\*التقليل من الأوامر و النواهي.

\*مساعدة المراهق على اكتساب المهارات، و الخبرات المختلفة في الميادين الثقافية، و الرياضية لتوفير الوسائل، و الإمكانيات، و الجوّ الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح، و الإرشاد، و الثقة، و التشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاد، و توجيه، و بث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي. (2)

(1) - بسطويسي أحمد، أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 187-188.

(2) - معروف رزيق، خطايا المراهقة، دار الفكر، دمشق، ط2، 1986، ص15.

## 6- تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة:

### 6-1• القدرات الحركية:

بالنسبة للنمو الحركي يظهر لاتزان التدريجي في مجال الأداء الحركي، و يستطيع الفرد أن يصل في مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى الإتقان ، كما يلاحظ ارتقاء مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة و يشير العديد من الباحثين إلى أن هذه المرحلة يمكن اعتبارها دورة جديدة للنمو الحركي، و منها يستطيع الفتى، و الفتاة اكتساب، و تعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة ، هذا بالإضافة إلى زيادة عامل مرونة العضلات للفتيات يعد من النواحي الهامة التي تساعد على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية المعينة التي تحتاج لهاته الصفة أما بالنسبة للفتيان فإن عامل زيادة القوة العضلية في هذه المرحلة يعد من النواحي الهامة التي تساعد على إمكانية ممارسة أنواع متعدد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية و في هذه المرحلة يستطيع الفرد أن يصل إلى أعلى المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل السباحة، الجمباز التمرينات الفنية. (1)

و بذلك نرى تحسن في المستوي في بداية مرحلة المراهقة، و ثباتا، و استقرارا تآزرا حركيا في نهايتها بين الخصائص التقويمية المختلفة للحركة، وعلية فالحركات بشكل عام تتميز بالإنسانية، و الدقة، و الإيقاع الجميل المتقن، و الموزون، حيث تخلو المهارات من الحركات الزائدة، و الزوايا الحادة.

و يعزي "شانيل 1978، و فنتر 1979" تقدم هذا المستوى إلى القدرة الفائقة في التحصيل، و الاكتساب المميز للمهارات العقلية، و التي تميز هذه المرحلة، و يضيف "حامد زهران 1982 " أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار، و التفكير السليم، و الاختياري، و الثقة بالنفس، و الاستقلالية في التفكير، و الحرية في الاكتشاف، حيث يؤثر ذلك كله ليس فقط على شخصية اللاعب الحركية فحسب بل على شخصيته المتكاملة. (2)

(1) - عنايات محمد أحمد فرج، مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1998، ص74.

(2) - بسطويسي أحمد، أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص184.

بالإضافة إلى هذا فإن قدرات التنسيق العضلي يزيد بصورة ملحوظة في هذه المرحلة، كما أن تطوير في القيادة الحركة يكون في حالة ثبات بشكل عام، و نلاحظ كذلك تحسن في قدرات المراقبة الحركية و قدرات لتأقلم و إعادة التأقلم، و الجمع بينهما، وبشكل عام فإن هذه المرحلة يكون فيها المعلم الحركي جيد، ويكون بشكل أكثر فعالية لدى الذكور منه لدى الإناث.<sup>(3)</sup>

### 6-2• تطور الصفات البدنية:

#### 6-2-1-القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص، و انسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، و بشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساساً من الناحية العرضية، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، و في الحين بين مستوي التطور، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى، و عموماً في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحمولات، و طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبار مع الأخذ بعين الاعتبار الرفع التدريجي للحمولة، و هو مبدأ هام لتدريب القوة، و خاصة هذه المرحلة الحساسة.<sup>(1)</sup>

#### 6-2-2-السرعة:

بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها، و يبلغ أوجها في مرحلة المراهقة، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتى سن 14 إلى 15 سنة حيث يرى " فنتر 1979" أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد و البنات لهذا العنصر، و أن كان لصالح الأولاد قليلاً حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين.<sup>(2)</sup>

يذكر "ايفانوف 1965" أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية، ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي، و تطورا واضحا بهذا الأخير حيث نرى فروقا جوهرية بين مستوى التحمل بين الجنسين ابتداءً من سن 12 إلى 14 سنة، ويزداد بشكل واضح حتى نهاية المرحلة.

#### 6-2-3-المرونة:

(3) - GUNJEN WEINC, BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

(1) - بسطويسي أحمد، أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 184-185.

(2) - GUNJEN WEINC, BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.



تتميز هذه المرحلة بتحسّن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحا من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز، و الحركات الدقيقة الأخرى، و التي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة حيث نري تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية، و ثبات، و مرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف، و يلاحظ كذلك العمود الفقري يكون تقريبا قد اكتمل، والنمو، والزيادة في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة.<sup>(3)</sup>

## 7 - مشكلات المراهقة:

لاشك أن مشكلة المراهقة ظاهرة طبيعية، و أساسية في حياة الفرد، و الشباب هي فترة المشكلات و الهموم، و المراهق يحتاج إلى كثير من المساعدات حتى يصبح راشدا متوافقا في حياته، لأن المراهقة حالة نفسية، و جسدية كامنة في كل منا تدفع الإنسان إلى التصرف الخاطئ، و يحتاج إلى رقابة مستمرة من الأهل تدعوا إلى إتباع الأوامر الإلهية التي تنص على عدم الاختلاط، و المراهقة أيضا تحتاج إلى قيم دينية يفترض تزويد الإنسان بها لتحصن من الوقوع في الرذيلة.

و من أهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق:

\* النضج المبكر أو المتأخر (البلوغ).

\* الكافية الاجتماعية.

\* مشكلة الفراغ.

\* القلق، و الحيرة الخ<sup>(1)</sup>

## 8- نصائح عامة لكل مربّي لكيفية التعامل مع المراهقين:

لكي يكون هناك توافق بين هذه المرحلة الحساسة، و مراحل النمو فيها، و الوحدات التعليمية يجب أن يراعي ما يلي:

\* يجب دراسة ميول، ورغبات المراهقين قبل وضع أي برنامج.

\* الإكثار من الأنشطة التي تنمي شخصية المراهق، و تربي استقلاله، و تكسبه ذاته.

(1) - عصام نور، سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية، 2004، ص 26-29 .

\* يجب تنمية وعي الأفراد لخلق قاعدة عريضة متعددة الجوانب للانطلاق نحو رياضة المستوى العالي.

\* يجب إعطاء المراهق جانب من الحرية، و تحميله بعض المسؤوليات مع إشعاره بأنه موضع ثقة .

\* يجب منح المراهق فرصة الإفصاح عن آرائه، و عدم فرض النصائح عليه .

\* إعطاء الحرية تصحيح أخطائه بنفسه بقدر الإمكان لأن لجوء المربي إلى استعمال أساليب مناسبة خلال الممارسة الرياضة يساهم بشكل كبير في قدرة السيطرة على المراهق، و جعله يتبع المسار الصحيح للنمو المتكامل، وتجنبه الأزمات النفسية، و الاجتماعية، والتي قد تعرقل هذا النمو. (2)

### 9- أهم النظريات المفسرة:

هناك عدة نظريات تطرقت في تحليلاتها و تفسيراتها إلى المفاهيم النفسية و الاجتماعية للدوافع حيث حاولت في مجملها إعطاء صورة كاملة عن مفهوم الدافع محاولة منها في مساعدتنا على فهم أعمق لهذا السلوك الإنساني و تكوين تصور واضح عنه و من أهم النظريات نجد:

### 9-1 نظرية التحليل النفسي:

تنسب هذه النظرية إلى العالم الشهير (سيغموند فرويد) حيث ترى هذه النظرية أن أي نشاط للإنسان يكون مدفوعا بدافعين هما الجنس و العدوان ، كما تفسر مفهوم الدافعية بأنه يعود أساسا للاشعور فيما يقوم به الفرد من أفعال و سلوكيات كما أن للكبت دور في قدرتنا على تحديد أو معرفة الدوافع الكامنة وراء أي سلوك سواء كان ذلك الفعل و السلوك سوي أو غير سوي. (1)

### 9-2 نظرية مفاهيم الحاجة:

ترجع أصولها إلى العالم "موراى سنة 1938" و حسب هذه النظرية فإن القوة الدافعة للفرد تنطلق أصلا مما لديه من حاجات، والحاجة هي التي تجعل الفرد ينتقل من المواقف المشبعة إلى مواقف تحقق له إشباع هذه الحاجات. (2)

(2) - بسطويسي أحمد، أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص184.

(1) - سيغموند فرويد ، ترجمة محمد عثمان ، علم التحليل النفسي ، ط6 مكتبة التحليل و العلاج النفسي ، القاهرة، 1986 ، ص30.

(2) - أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1990، ص17.

كما يعرف (زكي صالح 1972) الحاجة بأنها تنشأ عن الشروط البيولوجية الحيوية المثلى اللازمة لحفظ أو بقاء الإنسان. (1)

### 9-3 النظرية الفيزيائية:

تعود أصول هذه النظرية إلى العالم "لورنز 1950"، وفيها يبرز أهمية الجانب الحركي على الجانب الوجداني.

حيث يبررها بالقوة الدافعة الذاتية إضافة إلى القوة الدافعة الخارجية، إذ أن هناك قوى خارجية تمثل المثير البيئي حيث إذا ازدادت هذه القوة الدافعة الذاتية أصدر الفرد أفعالا ما ، و أصبح دور القوى الخارجية ثانوي. (3)

### 9-4 النظرية المعرفية:

يرجع أصل هذه النظرية إلى العالم "أتك ينسون ATKINSON سنة 1958" و تفسر هذه النظرية الدافع على أن الإنسان ليس مجبرا على تصرفاته بل مخير. فالنشاط الفرد الفعلي يزوده بدافعية ذاتية متأصلة فيه مؤدية بذلك إلى النشاط الذي هو غاية و ليس وسيلة للنجاح ، و يكون نتاج ذلك مجموعة من العمليات معالجة للمعلومات و المدركات الحسية المتوفرة لدى الفرد في الوضع المثير الموجود فيه و بذلك يتمتع بدرجة عالية من الضبط الذاتي. (4)

### 9-5 نظرية التعلم الاجتماعي:

يشير "فيدي 1989" إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصادر الدافعية فالنجاح أو الإخفاق لاستجابة معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية ، و من ثمة الرغبة في تكرار السلوك الناجح كما أن أصحاب هذه النظرية يرجعون أصول الدافعية إلى العمليات الاجتماعية وحدها. وتركز النظريات التي تقول بالمنشأ الاجتماعي للدافعية المحددات الثقافية الحضارية لتشكيل السلوك الدافعي للإنسان. (5) وانطلاقا من أن الحاجة هي مفهوم افتراضي يختلف من فرد لآخر و لا يمكن قياسه ، فقد حدد "موراي" خمسة معايير يمكن على أساسها تقييم فعالية هذه الحاجات و سلوك الفرد هي:

- تراجع السلوك و نتيجته.

(3) - شهد الملا، دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند الطلبة الجزائريين، رسالة ماجستير غير منشورة.

(4) - MC DOUGALL, WANOUTHINE OF PSYCHOLOGUE, METH, WON, LONDON 1923 P16.

(5) - بن عبد السلام محمد، نمط شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية و علاقته بدافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، سيدي عبد الله ، 2004-2005 ، ص 101.

- نمط السلوك المتبع للوصول إلى تلك النتيجة.
- الإدراك الانتقالي لمجموعة من الموضوعات و الاستجابة لمؤثرات محددة.
- التعبير بصراحة عن الانفعالات و المشاعر التي تتصل بتلك الحاجة.
- إبداء الرضا عن تحقيق الحاجة و عدم الرضا عند الإخفاق في الوصول إلى النتائج المرجوة .

### 6-9 النظرية الوظيفية:

تنسب هذه النظرية إلى العالم «البورت ALLPORT 1940» و يقوم أساسها على أن لدوافع الإنسان وظيفة استقلالية مرحلية تتغير وتنمو مع الفرد حيث يتم عن طريق التعديل في الميول الفردية و قيمها و اتجاهاتها و أنماط تفاعل الفرد في مختلف عناصر البيئة المادية و المعنوية ، و لهذه النظرية مجموعة من المبادئ أهمها:

- المرحلة الوظيفية :حسب هذه النظرية تعني طاقة الدافع عند الفرد و هي مشتقة من طاقة اللاشعور خاصة أن عملية التعلم عند الفرد تتجدد دوما.
- مادام الدافع مرتبط بمرحلة نمو الفرد و تطوره حسب هذه النظرية نعني رفض المثير الشرطي أو الإلزامي .
- التكامل و النمو و التدريب و النضج عوامل ضرورية لتكوين الدافعية لدى الفرد .
- النظرية الوظيفية من خلالها يمكن تفسير الأحداث المفاجئة لحياة الفرد كالصدمات العصبية الناتجة من التخيلات و الأوهام و المخاوف المرضية.(1)

<sup>1</sup> - نخاتي عثمان، علم النفس في حياتنا ، دار الشروق للطباعة ، ط03 ، بيروت - لبنان ، 1985، ص19.

خلاصة :

تعتبر الدافعية احد المواضيع المهمة في منظومة الدوافع الانسانية لذلك لذلك اهتم بدراستها الباحثون في مختلف المجالات ، نظرا لأهميتها ليس فقط في المجال النفسي و لكن ايضا في العديد من المجالات و الميادين التطبيقية و العلمية كالمجال الاقتصادي ، و المجال الدراسي و كذا المجال التربوي ، و المجال الرياضي .

كما أكد علماء النفس أن للدافعية أهمية في الرياضة بشكل عام و الرياضي بشكل خاص ، اذ بفضلها يمكن للرياضي ان يعرف ماذا يقرر في عملية اختيار نوع الرياضة التي سوف يمارسها ، و ما مقدار تكرار هذا العمل لتحديد كمية الوقت و الجهد الذي يستغرقه أثناء التدريب و كيفية إجادة و اتقان هذا العمل ، لمعرفة المستوى الامثل للدافعية في المنافسة .

و قد يستطيع الرياضي من تحقيق أفضل أداء ممكن يؤهله للوصول الى حد التنافس في المستويات العالمية، يجب عليه ان يمارس مختلف الانشطة الرياضية التي يكتسب من خلالها مختلف الخبرات الحركية و مختلف المهارات الفنية التي تساعد على الميل نحو نشاط رياضي معين و محاولة التخصص فيه و المواظبة على بذل الجهد و التدريب لتحسين مستواه حتى يستطيع الوصول تدريجيا لأعلى المستويات الرياضية .

# الفصل الثالث

## طرق و منهجية الدراسة

**تمهيد:**

بعد تطرقنا إلى الجانب النظري في بحثنا لابد من التطرق إلى الجانب التطبيقي والذي نحاول من خلاله إيجاد حل للإشكالية المطروحة مسبقا و ذلك لإثبات صحة فرضيات الدراسة أو نفيها وهذا من خلال القيام بتوزيع الاستبيان على العينة التي تم اختيارها ثم جمع المعلومات والعمل على ترتيبها وتصنيفها وتحليلها من اجل استخلاص النتائج والوقوف على ثوابت الموضوع المدروس و في طيات الفصل الميداني سوف نتعرض إلى تحديد مجالات الدراسة و المتمثلة في المجال و المكان و الزمان و كذا المنهج المستخدم مع تحديد الأدوات المناسبة لجمع البيانات والمعلومات الميدانية التي تهم موضوع البحث والتي سنتطرق إليها بالتفصيل.

**1-الدراسة الاستطلاعية :**

بعد الاطلاع على الدراسات المشابهة و بعض الكتب المتخصصة في الميدان استخلصنا ملامح للأسئلة التي تخدم بحثنا و تهدف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها إلى الإلمام و الإحاطة بمختلف جوانب المشكلة المعالجة في بحثنا هذا .

**1-1 المجال الرماني والمكاني:****1-1-1 المجال المكاني:**

أجريت هذه الدراسة على ناديين تابعين لرابطة كرة القدم لولاية ورقلة و هما :الأولمبي الرياضي بوعامر الذي ينشط في القسم الجهوي و مولودية شباب بامنديل الذي ينشط في القسم الولائي .

**1-1-2المجال الزماني:**

بدأت دراستنا لهذا الموضوع ابتداء من شهر فيفري إلى غاية شهر ماي وتخللت هذه الفترة توزيع استمارات الاستبيان على عينة البحث ثم جمعها وتحليل النتائج باستعمال الطرق الإحصائية واستخلاص الاستنتاجات .

**1-2-1- شروط قياس الأداة العلمية :****1-2-1-1 الصدق:**

تم توزيع أسئلة الاستبيان على ثلاثة أساتذة من أساتذة المعهد و هم :

اسم الاستاذ	مستوى الاستاذ	الجامعة التي يدرس فيها
بن عبد الواحد عبد الكريم	ماجستير	جامعة ورقلة
غندير نور الدين	ماجستير	جامعة ورقلة
قادري تقي الدين	ماجستير	جامعة ورقلة



**1-2-2 الثبات:**

لمعرفة درجة ثبات الأداة تم توزيع الاستبيان على اللاعبين وبعد أسبوع تم توزيع الأسئلة على نفس اللاعبين ومن خلال هذا تم معرفة درجة ثبات الأداة. و الجدول (1) التالي يوضح ذلك :

المحور الاول	المحور الثاني	القيمة الكلية
عدد البنود	10	20
الفا كرو نباخ	0.60	0.79

**1-3-3 ضبط متغيرات الدراسة:**

إن أي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على الأقل على متغيرين أولهما يسمى المتغير المستقل والآخر المتغير التابع.

**1-3-1 المتغير المستقل:**

إن المتغير المستقل هو عبارة عن السبب في الدراسة وفي دراستنا المتغير المستقل هو الدافعية.

**1-3-2 المتغير التابع:**

هو نتيجة المتغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو الأداء المهاري للاعب كرة القدم .

**1-4 عينة البحث وكيفية اختيارها:**

ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع، وتتلخص فكرة دراسة العينات في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة، أي دراسة بعض حالات لا تقتصر على حالة واحدة وبما إن دراستنا خاصة بأندية ولاية ورقلة لكرة القدم تم اختيار فئة الأوساط التي تتزامن مع فترة المراهقة وفي هذا البحث تكونت عينة البحث من 50 لاعبا من ناديين من ولاية ورقلة و هما : الاولي الرياضي بعامر و مولوديه شباب بالمنديل

## 2 المنهج المستخدم: المنهج الوصفي .

### 2-1 تعريف المنهج الوصفي:

إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد التي يتم السير عليها واحترام خطواتها من اجل الوصول في الأخير إلى الحقيقة وقد استخدمنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي

يعرف عمار بوحوش ومحمد ذنبيات المنهج الوصفي كما يلي "المنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من اجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية معينة"<sup>1</sup>

أو «هو وسيلة للحصول على إجابات عن عدد من الأسئلة المكتوبة في نموذج يعد لهذا الغرض ويقوم عليه بنفسه»<sup>2</sup>

### 2-2 أدوات الدراسة:

لقد تم اختيار الاستبيان كأداة لهذه الدراسة لأنه كثير الاستعمال في البحوث الوضعية والتحليلية الذي يسهم الفهم الأعمق والأوضح للجوانب العلمية والعناصر الأساسية المكونة لموضوع دراستنا.

### 2-2-1 تعريف الاستبيان:

هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات في جمع البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة أسئلة ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينة في اقل وقت بتوفير شروط التقنين من الصدق و الثبات والموضوعية.<sup>3</sup>

حيث قمنا باستعمال نوع من انواع الأسئلة في استبياننا هذا وهي:

### الأسئلة المغلقة:

وتكون الإجابة في معظمها محددة حيث تعتمد على النتائج التي نطمح للوصول إليها.

<sup>1</sup>(- عمار بوحوش، ذنبيات محمد، مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص136.

<sup>2</sup>(- كروش ياسين، المعهد الوطني للتكوين لعالي في علوم الرياضة، 1996، ص1.

<sup>3</sup>(- حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد علي مرسي: مبادئ البحث العلمي والتربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف بالإسكندرية، 1995، ص203.

**2-2-2. الأدوات الإحصائية:**

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وهي تتلخص في المعادلة التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \text{عدد التكرارات} / \text{مجموع التكرارات} \times (100)$$

**3- إجراءات التطبيق الميداني:**

بعد الصياغة النهائية لاستمارة الاستبيان بدأنا في توزيع الاستمارات على اللاعبين بتاريخ 25-03-2015 وتمت العملية في ظرف أسبوعين وكان استرجاعها يوم 10-04-2015 وبدأنا عملية التفريغ وتوزيع البيانات وتحليلها.

**4- حدود الدراسة:**

قمنا بهذه الدراسة على لاعبين ممارسين رياضة كرة القدم في نوادي كرة القدم لولاية ورقلة، وذلك بعد ضبط متغيرات أفراد العينة.

**الخلاصة :**

قصد بلوغ اهداف البحث المنشودة تطرق الباحث خلال هذا الفصل الى عرض منهج البحث المتبع ، و الى عينة البحث ، و مجالاته البشرية و الزمانية ، بعض التعديلات على الاستبيان لردع غموض بعض العبارات و المفردات التي جاءت فيه ، و انتقل الباحث الى عرض الادوات الإحصائية المستخدمة بغية الوصول الى اصدار احكام موضوعية حول الظاهرة موضوع البحث ن و تطرق في الاخير الى اهم الصعوبات التي اعترضت طريق البحث . تدخل او تحيز او تعصب الباحث ، اي اعطاء كل فرد في المجتمع فرصة متكافئة للاختيار و الهدف من ذلك هو المحافظة على الموضوع .

الجانب النظيف

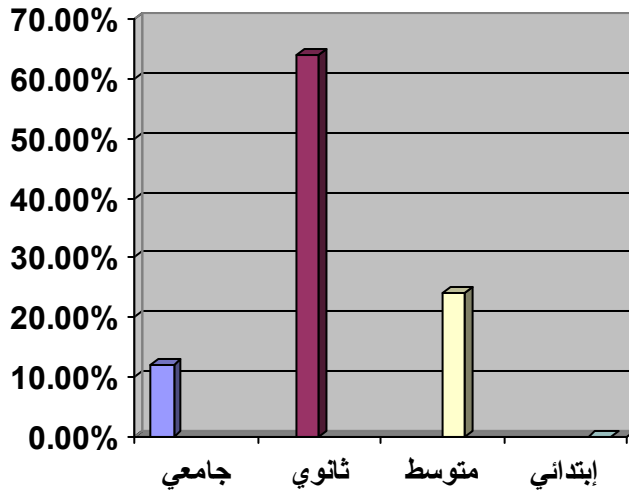
## عرض وتحليل المعلومات الشخصية للاعب:

## السؤال الأول: المستوى الدراسي

الغرض من السؤال: معرفة المستوى العلمي و الثقافي للاعب للتعرف على مدى فهمه لكلام المدرب

الجدول رقم (1): يمثل عرض نتائج السؤال الأول .

الإجابة	العدد	النسبة المئوية
جامعي	6	%12
ثانوي	32	%64
متوسط	12	%24
ابتدائي	00	%00
المجموع	50	%100



## الشكل رقم (3) التمثيل البياني للسؤال رقم (1)

## عرض وتحليل:

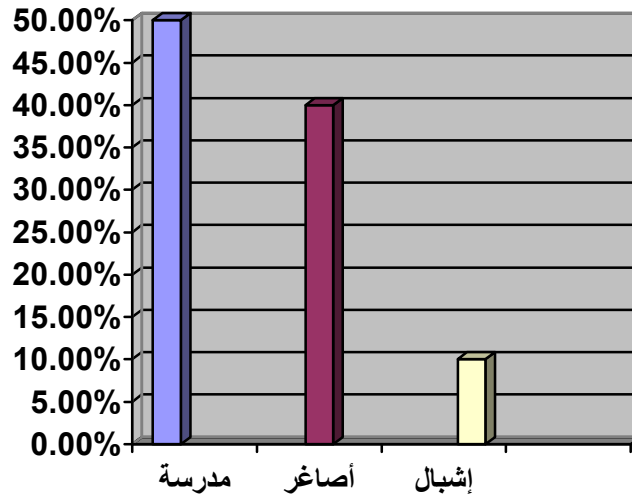
من خلال نتائج الجدول رقم (1) نجد أن نسبة 64 % من اللاعبين متحصلين على مستوى ثانوي و المتوسط بنسبة 24 % و الجامعي بنسبة 12 % أما بالنسبة للمستوى الابتدائي فلا نجد هناك لاعبين . إن معظم لاعبي العينة متحصلين على مستوى ثانوي و هذا ما يفسر أن المستوى العلمي لهذه العينة مقبول على العموم فهم بذلك لا يحملون شهادات عليا هذا ما يدل على أن العملية الاتصالية لا تتم على أحسن ما يرام بين اللاعبين و المدرسين ، و هذا ما أدى إلى عدم فهم اللاعبين لما يريدته المدرسين .

السؤال الثاني: بداية ممارسة لعبة كرة القدم .

الغرض من السؤال: معرفة هل اللاعب تدرج في مختلف أصناف الفريق.

الجدول رقم(2): نتائج السؤال الثاني:

الإجابة	العدد	النسبة المئوية
مدرسة	25	50%
أصاغر	20	40%
أشبال	5	10%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (4) التمثيل البياني للسؤال رقم (2)

#### عرض وتحليل:

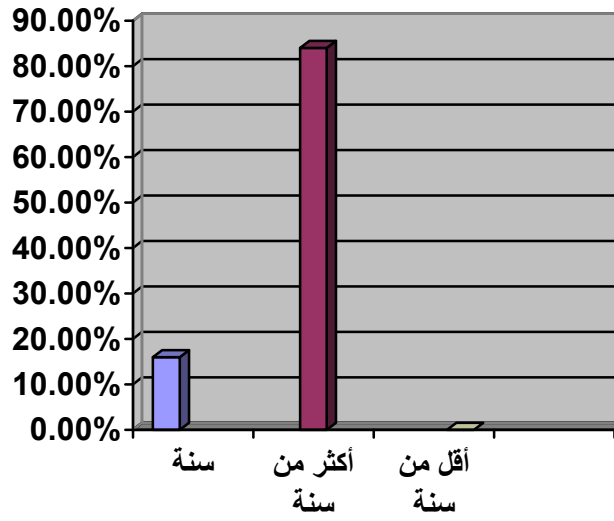
من خلال نتائج جدول رقم (2) نجد أن نسبة 50% كانت بداية ممارستهم لكرة القدم في صنف المدرسة ، ثم تليها نسبة 40% بدءا ممارسة اللعبة صنف أصاغر و نسبة 10% صنف إشبالي .

إن معظم لاعبي العينة بدءا ممارسة كرة القدم صنف " مدرسة و أصاغر و هذا ما يدل على أن لاعبي العينة بدءا ممارسة اللعبة في سن مبكرة هذا إن دل فإنما يدل على أن جل اللاعبين يبدوون ممارسة كرة القدم في سن مبكرة يجعلهم يتدربون في جميع الفئات للفريق .

#### السؤال الثالث: مدة الانخراط في الفريق :

الغرض من السؤال: معرفة مدى الأقدمية و الخبرة التي يمتلكها اللاعب في الفريق و مدى اندماجه مع المجموعة جدول رقم (3):يمثل نتائج السؤال الثالث للمعلومات الشخصية .

الإجابة	العدد	النسبة المئوية
سنة	08	16%
أكثر من سنة	42	84%
أقل من سنة	00	00%
المجموع	50	100%



شكل رقم (5): التمثيل البياني للسؤال (3)

#### عرض وتحليل :

من خلال الجدول (3) نجد أن نسبة 84% من اللاعبين بدؤوا ممارسة كرة القدم في الفريق لفترة أكثر من سنة، ثم تليها نسبة 16% من اللاعبين بدؤوا ممارسة كرة القدم في الفريق لفترة سنة، أما بالنسبة لفترة أقل من سنة فلا نجد أي لاعب .

من خلال الجدول نستخلص أن النسبة العظمى من لاعبي العينة انخرطوا في الفريق منذ أكثر من سنة و هذا يدل على أن اللاعبين يمتلكون نظرة واسعة و معمقة عن أحوال الفريق و بالتالي هم مندمجون مع جو المنافسة , وهذا ما يفسر أن هناك اندماج و انسجام بين اللاعبين.



عرض و مناقشة الأسئلة :**- مناقشة الأسئلة المتعلقة بالمحور و الفرضية الأولى :**

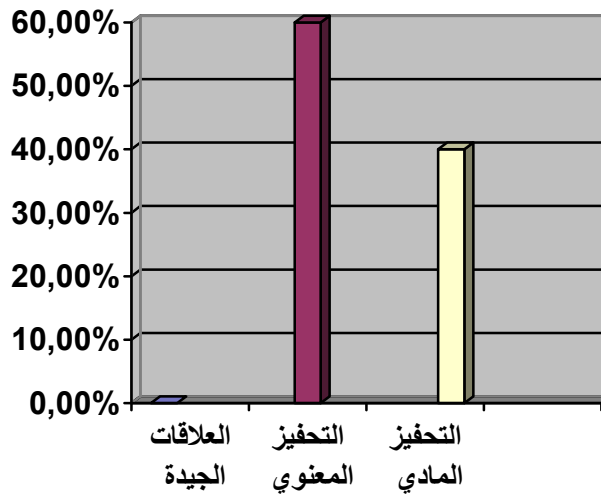
الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

**السؤال الأول:** هل المردود الجيد الذي تقومون به راجع إلى ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة ما مدى تأثير العلاقات الجيدة و الحوافز المعنوية و المادية على مردود اللاعبين .

**جدول رقم (4):** نتائج السؤال الأول

النسبة المئوية	عدد التكرارات	الإجابة
00%	00	العلاقات الجيدة
60%	30	التحفيز المعنوي
40%	20	التحفيز المادي
100%	50	المجموع



الشكل رقم (6) يمثل التمثيل البياني للسؤال (1)

## عرض وتحليل :

من خلال نتائج الجدول (4) نجد أن نسبة 60% من اللاعبين يرون أن التحفيزات المعنوية لها دور في تحقيق اداء أفضل للمباراة في حين نجد أن نسبة 40% ترى أن الجانب المادي أيضا له دور أما العلاقات الجيدة فيرون انها لا تؤثر .

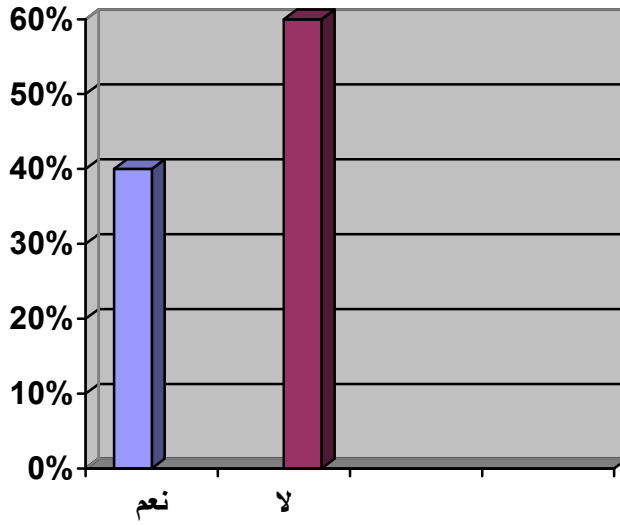
نستنتج أن التحفيزات المعنوية التي يضعها المدرب لها دور كبير في تحقيق المردود الجيد لدى اللاعب

السؤال الثاني: هل تتأثر و تنفعل عندما ينتقدك مدربك ؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى التأثير و الانفعال عند انتقاد المدرب للاعب .

جدول رقم (5) : نتائج السؤال الثاني :

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	20	40%
لا	30	60%
المجموع	50	100%



شكل رقم (7) التمثيل البياني للسؤال الثاني

#### عرض وتحليل:

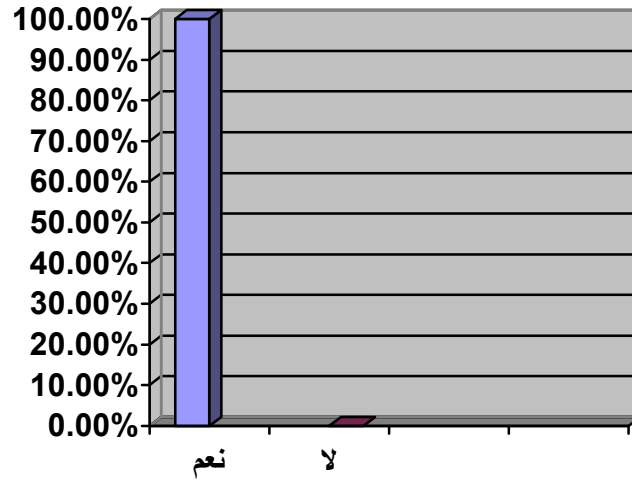
من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول رقم (6) نجد أن نسبة 60% من اللاعبين لا ينفعلون عند انتقاد المدرب لهم ، في حين نجد 40% من اللاعبين يتأثرون و ينفعلون عند انتقاد المدرب لهم . نستنتج من خلال الجدول أن هناك تقارب بين اللاعبين المتأثرين من انتقادات المدرب مع اللاعبين الغير المتأثرين من انتقادات المدرب و ملاحظاته.

#### السؤال الثالث: هل يعاملك المدرب كما يعامل زملاء الآخرين؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت معاملة المدرب للاعبين معاملة واحدة .

جدول رقم (6): يوضح نتائج السؤال الثالث .

النسبة المئوية	عدد التكرارات	الإجابة
100%	50	نعم
00%	00	لا
100%	50	المجموع



الشكل رقم (8) التمثيل البياني للسؤال الثالث.

عرض و تحليل :

من خلال الجدول رقم (06) نجد أن نسبة 100% كانت إجاباتهم بنعم أي أن معاملة المدرب للاعبين متساوية و عادلة .

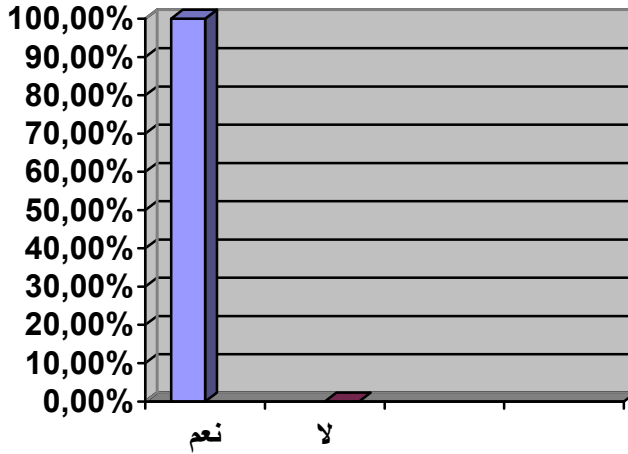
نستنتج من الجدول رقم (06) أن المدرسين يعاملون اللاعبين معاملة واحدة دون تحيز أو ميل إلى طرف من الأطراف لأي سبب من الأسباب .

السؤال الرابع : هل يشجعك المدرب على الأداء الجيد ؟

الغرض من السؤال : التعرف على مدى تشجيع المدرب للاعب على أدائه الجيد.

جدول رقم (07) : يوضح نتائج السؤال الرابع

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	50	100%
لا	00	00%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (09) التمثيل البياني للسؤال الرابع

عرض و تحليل :

من خلال رقم (07) نجد أن نسبة 100% من اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم أي أن المدربين يشجعونهم على الأداء الجيد .

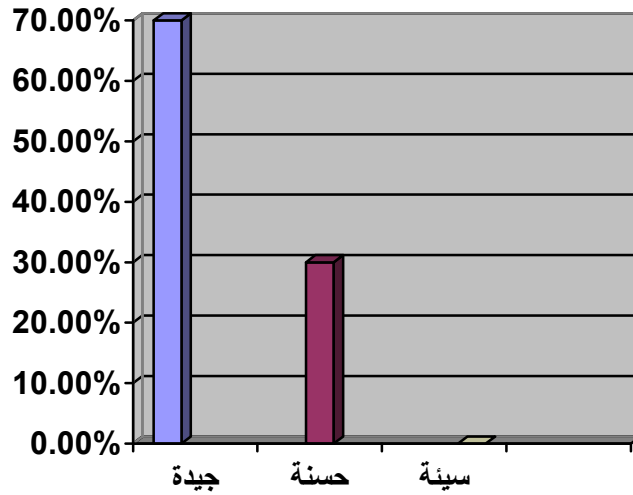
نستنتج من الجدول رقم (07) أن المدربين يشجعون اللاعبين عند نجاحهم في الأداء الجيد لجميع المهارات

السؤال الخامس : كيف هي علاقتك مع مدربك؟

الغرض من السؤال : معرفة العلاقة بين المدرب و اللاعب.

جدول رقم (08) : يوضح نتائج السؤال الخامس

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
جيدة	35	70%
حسنة	15	30%
سيئة	00	00%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (10) التمثيل البياني للسؤال الخامس

## عرض و تحليل :

من خلال رقم (08) نجد أن نسبة 70% من اللاعبين علاقتهم بالمدرين جيدة في حين نجد نسبة 30% من اللاعبين علاقتهم بالمدرين حسنة و لا نجد للعلاقة السيئة أي إجابة من الإجابات .

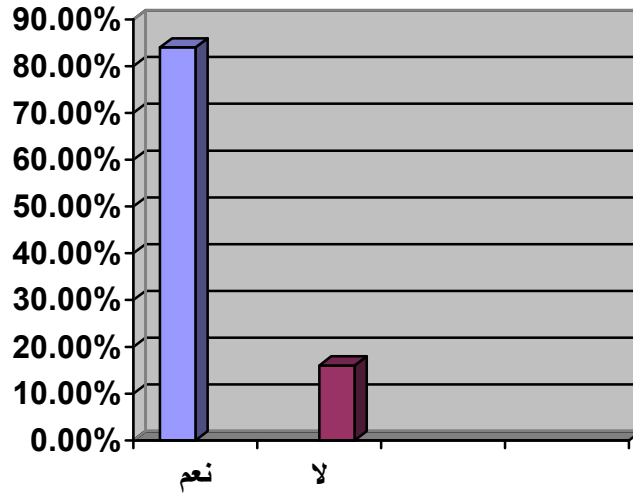
نستنتج أن علاقة المدرين باللاعبين في اغلبها جيدة هذا ما يفسر المعاملة العادلة و المتساوية للاعبين من طرف المدرين .

**السؤال السادس:** هل حماس المدر يؤثر عليك أثناء أداء المهارات ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة تأثير المدر على اللاعبين عند أداء المهارات بحماسة و طريقتة في العمل

**الجدول رقم (09):** يمثل نتائج السؤال السادس

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	42	84%
لا	08	16%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (11) التمثيل البياني للسؤال السادس

عرض و تحليل :

من خلال الجدول رقم (09) نجد أن نسبة 84% من اللاعبين يؤيدون فكرة أن حماس المدرب يؤثر على أداء المهارات في حين أن نسبة 16% من اللاعبين لا يؤيدون هذه الفكرة.

نستنتج أن معظم اللاعبين يتأثر أداءهم المهاري بالإيجاب من خلال حماس المدرب أثناء أداء المهارات

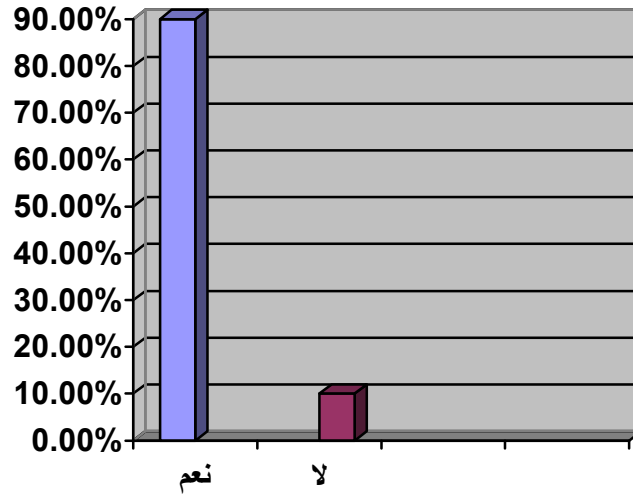
السؤال السابع: هل ابتسامه المدرب أثناء أداء المهارات تساعدك على تعلمها بسرعة ؟

الغرض من السؤال: معرفة إن كانت لابتسامه المدرب تأثير إيجابي و تدفع اللاعب لتعلم المهارات بسهولة سرعة



## الجدول رقم (10) :يمثل نتائج السؤال السابع

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	45	%90
لا	05	%10
المجموع	50	%100



## الشكل رقم (12) التمثيل البياني للسؤال السابع

عرض وتحليل :

من خلال الجدول رقم (10) نجد أن نسبة 90% من اللاعبين يتأثر أداء مهاراتهم و تعلمها بسرعة من خلال ابتسامة المدرب و تشجيعه لهم، في حين نجد نسبة 10% من اللاعبين لا يؤيدون هذه الفكرة .

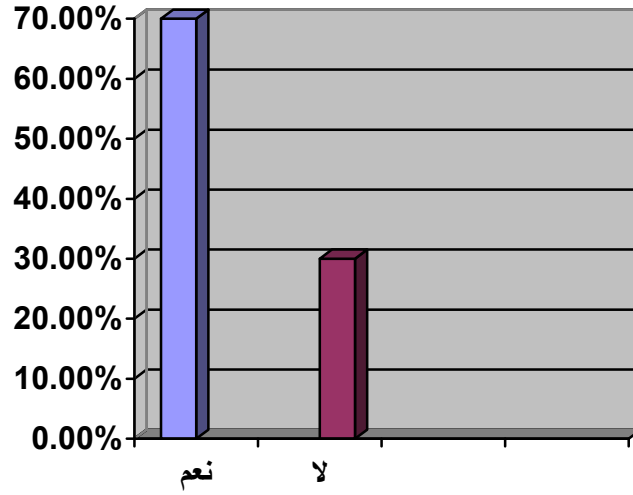
نستنتج أن لابتسامة المدرب دور كبير و هام إذ تساعد اللاعبين على العمل و تعلم المهارات كما أن لابتسامة المدرب دفع إيجابي لتعلم المهارات بسرعة و سهولة.

**السؤال الثامن:** في رأيك هل ترى أن العلاقة الحسنة بين مدربك وأسرتك تساعدك على تعلم المهارات؟

**الغرض من السؤال:** معرفة تأثير العلاقة الحسنة بين المدرب و الأسرة على الأداء المهاري .

**الجدول رقم (11):** يمثل نتائج السؤال الثامن .

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	35	70%
لا	15	30%
المجموع	50	100%



**الشكل رقم (13)** التمثيل البياني للسؤال الثامن

## عرض و تحليل:

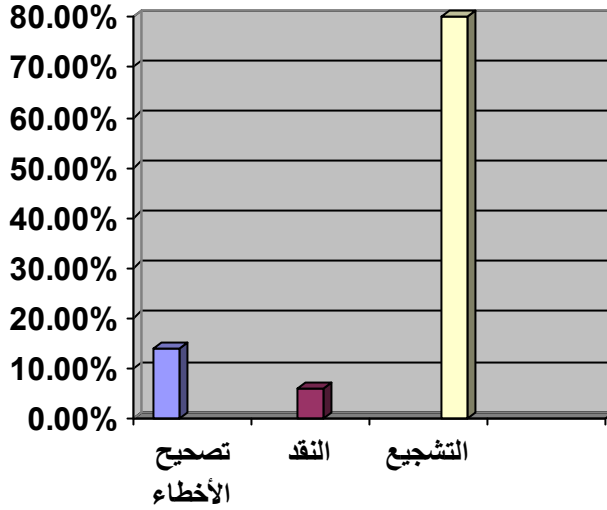
من خلال الجدول رقم (11) نجد أن نسبة 70% من اللاعبين يرون أن للعلاقة الحسنة بين المدرب و الأسرة تأثير على الأداء المهاري، في حين نجد نسبة 30% من اللاعبين يرون عكس ذلك .  
و هذا ما يدل على أن العلاقة الحسنة بين المدرب و الأسرة لها تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري للاعبين و نجد أن أغلبية إجابات اللاعبين المؤيدين لهذه الفكرة حيث يرون أنها تؤثر من الجانب النفسي و تعتبر كحافز من الحوافز المعنوية من أجل تحسين الأداء المهاري.

السؤال التاسع : أثناء تعرضكم للانحزام ما نوع المعاملة التي تتلقاها من طرف المدرب؟

الغرض من السؤال: معرفة رد فعل المدرب اتجاه اللاعبين أثناء تعرضهم للانحزام .

الجدول رقم (12): يمثل نتائج السؤال التاسع

النسبة المئوية	عدد التكرارات	الإجابة
14%	07	تصحيح الأخطاء
6%	03	النقد وعدم الرضا
80%	40	التشجيع ومحاولة رفع المعنويات
100%	50	المجموع



الشكل رقم (14) التمثيل البياني للسؤال التاسع

#### عرض و تحليل:

من خلال الجدول رقم (12) نجد أن نسبة 80% من اللاعبين يقولون أن المدرب يقوم بالتشجيع و رفع المعنويات أثناء الانهزام، في حين نجد أن نسبة 14% يقولون أن المدرب يقوم بتصحيح أخطاء الأداء، أما نسبة 6% فتقول أن المدرب يستخدم النقد و عدم الرضا على الأداء في حال الانهزام .

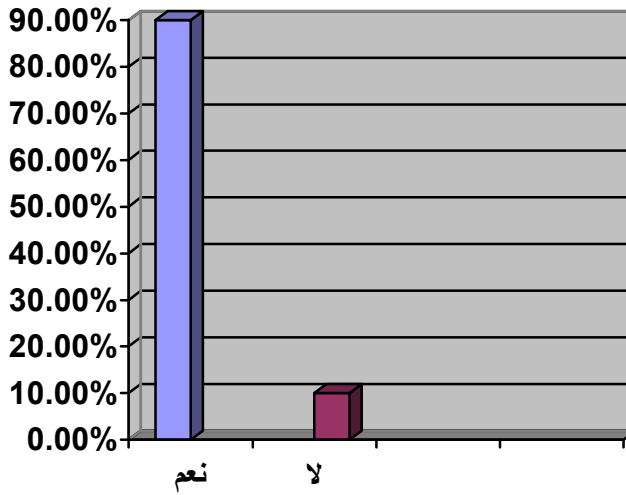
نستنتج أن معظم المدربين يقومون بالتشجيع و رفع المعنويات أثناء تعرض أعضاء الفريق للانهزام في حين يقوم البعض بتصحيح أخطاء الأداء، و هذا ما يدل على امتلاك المدربين لمستوى تعليمي في مجال علم النفس الرياضي.

**السؤال العاشر:** هل يتأثر مستوى أداءك باستخدام المدرب الحوافز التشجيعية؟

**الغرض من السؤال:** معرفة مدى تأثير الحوافز التشجيعية التي يستخدمها المدرب على مستوى أداء اللاعبين

**الجدول رقم (13):** يمثل نتائج السؤال العاشر

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	45	90%
لا	05	10%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (15) التمثيل البياني للسؤال العاشر

عرض و مناقشة:

من خلال الجدول رقم (13) نجد أن نسبة 90% من اللاعبين يرون أن أداءهم يتأثر باستخدام المدرب الحوافز التشجيعية ، في حين نجد نسبة 10% من اللاعبين يعارضون فكرة تأثير الحوافز على الأداء المهاري.

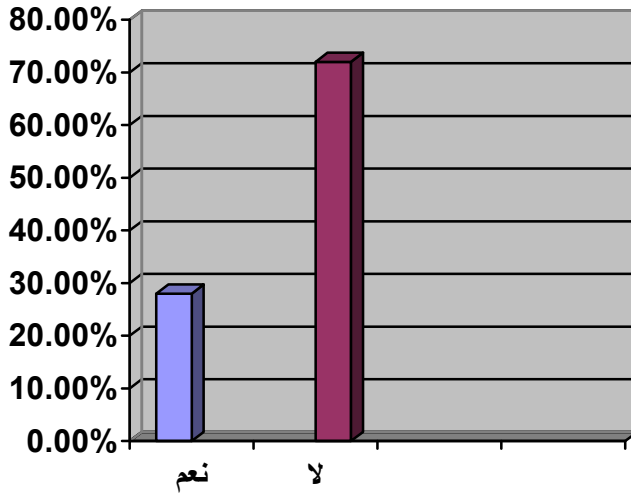
نستنتج أن معظم لاعبي العينة هم بحاجة ماسة إلى الحوافز التشجيعية التي يقدمها المدرب ، فهم يرون أن تلك الحوافز التشجيعية عامل مهم يدفعهم لتحسين مستوى أداءهم المهاري و بذل جهودات أكبر للحصول على هذه الحوافز.

-السؤال الحادي عشر: هل أداءك أثناء التدريب أفضل من أداءك في المباراة ؟

- الغرض من السؤال: معرفة مستوى الأداء المهاري في المباراة مقارنة مع الأداء أثناء التدريب.

الجدول رقم (14):يمثل نتائج السؤال الحادي عشر.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	14	%28
لا	36	%72
المجموع	50	%100



الشكل رقم: (16) التمثيل البياني للسؤال الحادي عشر.

عرض وتحليل:

من خلال الجدول رقم (14) نجد أن نسبة 72 % من اللاعبين يرون أن أداءهم أثناء المباراة يكون أفضل من الأداء أثناء التدريب. في حين نجد أن نسبة 28 % من لاعبي العينة يرون أن أداءهم أثناء التدريب أفضل منه في المباريات .

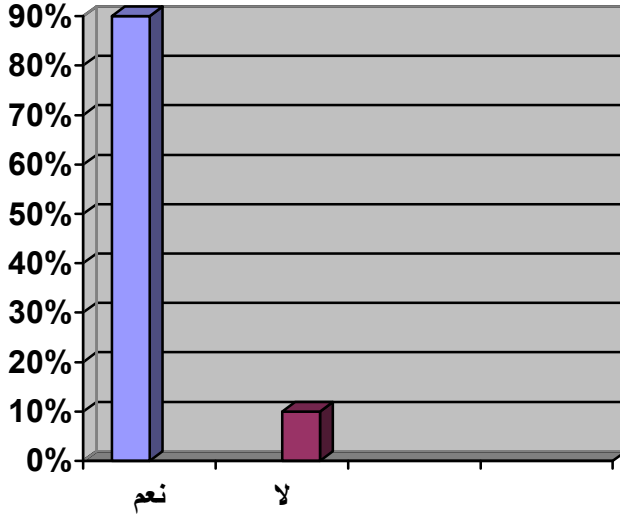
نستنتج أن معظم لاعبي العينة مستواهم المهاري أثناء المباريات أفضل منه أثناء التدريب وهذا ما يبرر حدة التنافس والسعي نحو تحقيق الفوز في المباراة على عكس التدريب أين يغيب عامل الحماس والتنافس.

**السؤال الثاني عشر:** هل يهملك التحسن الملحوظ في مهارتك حتى ولو كانت نتيجة المبراة سلبية ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة ما إذا كان اللاعب مهتم بتحسين أدائه المهاري حتى لو لم يتم كسب نقاط المباراة

**الجدول رقم (15) :** يمثل نتائج السؤال الثاني عشر.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	45	90%
لا	05	10%
المجموع	50	100%



### الشكل رقم (17) التمثيل البياني للسؤال الثاني عشر

#### عرض وتحليل :

من خلال الجدول رقم (15) نجد أن نسبة 90% من اللاعبين يهتمهم التحصيل الملحوظ في مهارتهم حتى ولو كانت نتيجة المباراة سلبية، في حين نجد إن نسبة 10% ترى انه لا يهتمهم التحسن الملحوظ في أدائهم مادام أن نتيجة المباراة سلبية وتؤدي إلى خسارة أكيدة .

نستنتج أن معظم لاعبي العينة يسعون إلى تحسين أدائهم المهاري ليس من اجل كسب نقاط المباراة وهذا ما تؤكدته نتائج الجدول بل ما يهتمهم هو تحسن الملحوظ في المهارات .

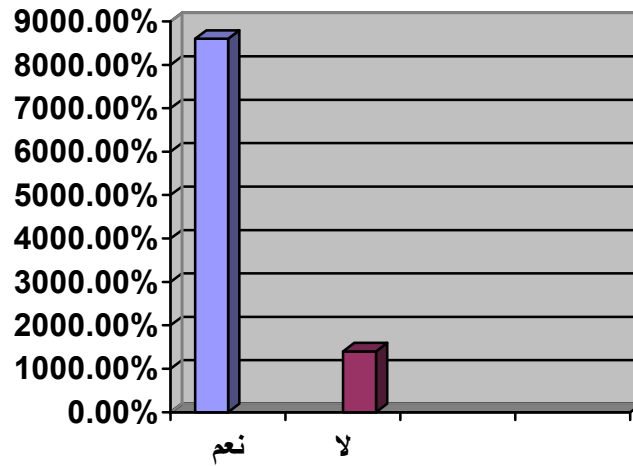
**السؤال الثالث عشر:** هل يلعب الأداء المهاري الجيد دورا هاما للدفع إلى كسب نقاط المباراة ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة رأي اللاعب و نظرتة للأداء المهاري في ما إذا كان مرتبط بالنتائج الايجابية أو العكس.



## الجدول رقم (16): يمثل نتائج السؤال الثالث عشر.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	43	%86
لا	7	%14
المجموع	50	%100



## الشكل رقم (18) التمثيل البياني للسؤال الثالث عشر.

عرض و تحليل:

من خلال الجدول رقم (16) نجد أن نسبة 86% من اللاعبين يرون أن الأداء المهاري الجيد له دور هام في كسب نقاط المباراة . في حين نجد أن نسبة 14% من العينة ترى أن الأداء المهاري الجيد لا يلعب دورا هاما للفوز في المباراة .

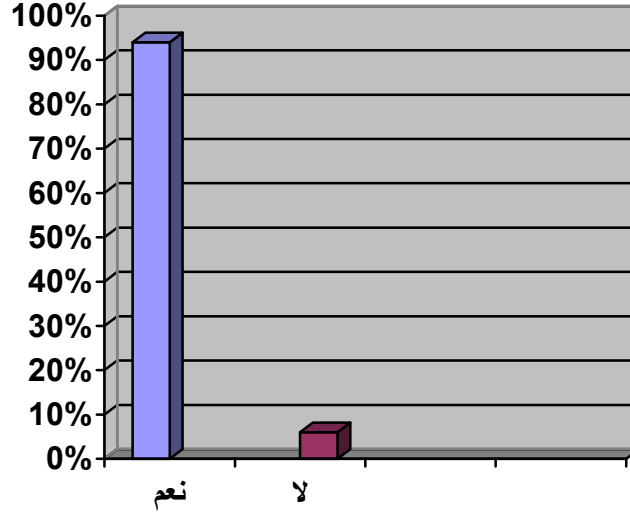
نستنتج أن الأداء المهاري الجيد يساعد بشكل كبير في كسب نقاط المباراة و الفوز فيها من خلال إتقان المهارات و خطط اللعب المختلفة و هذا ما يمكن الفريق من إحراز التفوق و الانتصار .

السؤال الرابع عشر: هل تظهر قدراتك و مهاراتك الحقيقية أثناء المنافسة ؟ .

الغرض من السؤال: محاولة إثبات ما إذا كان دافع اللاعب نحو الأداء المهاري الجيد مرتبط بالأهمية البالغة للمنافسة.

الجدول رقم (17): يمثل نتائج السؤال الرابع عشر.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	47	94%
لا	3	6%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (19) التمثيل البياني للسؤال الرابع عشر.

**عرض و تحليل:**

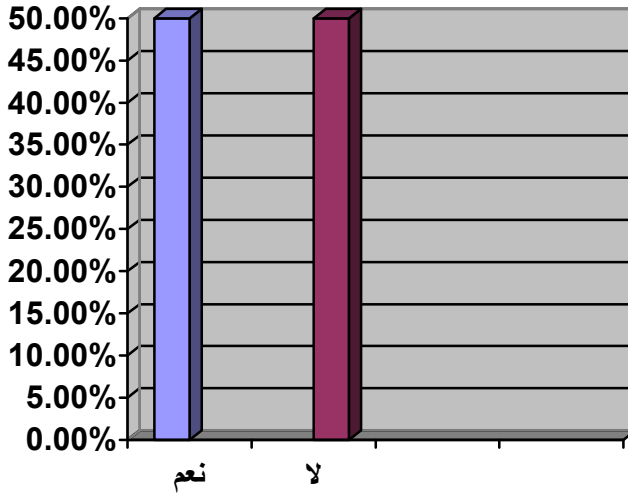
من خلال الجدول رقم (17) نجد أن نسبة 94% من مجموع اللاعبين ترى أن أهمية المباراة هي الدافع وراء تحسين و إبراز المهارات ، أما نسبة 6% ترى إن القدرات و المهارات لا تظهر أثناء المنافسة . نستنتج أن اللاعبين يظهرون كامل مهاراتهم و قدراتهم أثناء المنافسة لما لها من أهمية في كسب المباراة على عكس التدريبات فان اللاعب ليس عليه أي ضغط فهو لا يظهر مهاراته و قدراته الحقيقية .

**السؤال الخامس عشر:** هل يستخدم المدرب الوسائل السمعية البصرية أثناء التدريب ؟

**الغرض من السؤال:** معرفة ما إذا كان المدربون يستخدمون الوسائل السمعية البصرية أثناء التدريب .

**جدول رقم (18):** يوضح نتائج السؤال الخامس عشر

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	25	50%
لا	25	50%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (20) التمثيل البياني للسؤال الخامس عشر

عرض و تحليل :

من خلال رقم (18) نجد أن النسبتين متكافئتين لإجابات اللاعبين أي 50% لكل من الإيجابيتين.

نستنتج أن هناك من المدربين من يستعمل الوسائل السمعية البصرية كالصبورة و أشرطة الفيديو و تقديم التمارين مباشرة، كما أننا نجد أن هناك من المدربين من لا يستعمل أي وسيلة من الوسائل السمعية البصرية .

– مناقشة الأسئلة المتعلقة بالمحور و الفرضية الثانية :

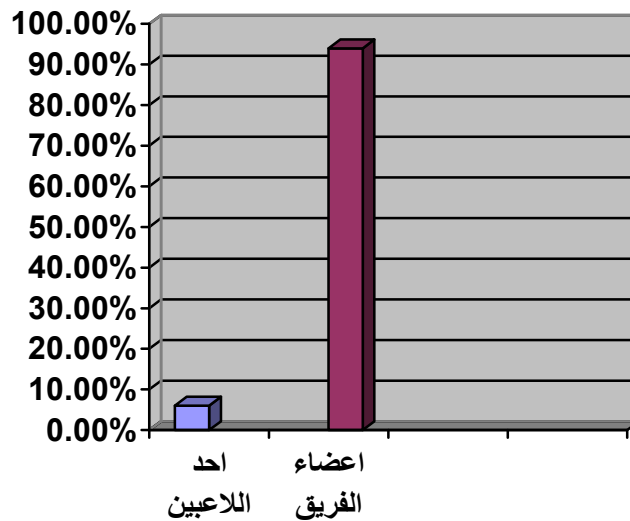
الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

السؤال السادس عشر : الفوز في المباراة يكون نتيجة لأداء احد اللاعبين أو أعضاء الفريق :

الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعب في الأهمية التي يوليها الأداء المهاري الجيد على مردود الفريق

الجدول رقم (19): يمثل نتائج السؤال السادس عشر.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
احد اللاعبين	03	%06
أعضاء الفريق	47	%94
المجموع	50	%100



الشكل رقم (21) التمثيل البياني للسؤال السادس عشر.

عرض و تحليل :

من خلال الجدول رقم (19) نجد أن نسبة 94% ترى أن الأداء المهاري الجيد لأعضاء الفريق هي أساس كسب المهارة بينما هناك نسبة ضعيفة تقدر ب 6% ترى بان أداء احد اللاعبين هو الذي يولد الفوز في المباراة

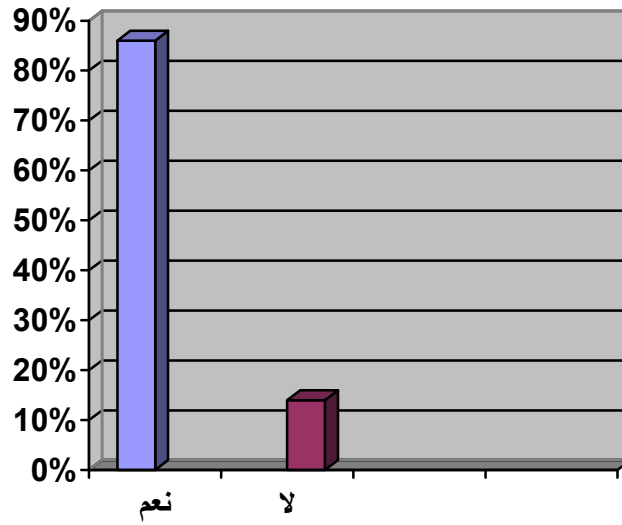
نستنتج أن الأداء المهاري الجيد لأعضاء الفريق هو أساس كسب المهارة مما يولد الفوز و تحقق الانتصار في كافة المباريات.

السؤال سابع عشر : هل تسعى لتحسين أداءك المهاري ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الفوز في المباراة على مستوى الأداء المهاري.

الجدول رقم (20): يمثل نتائج السؤال سابع عشر .

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	43	%86
لا	7	%14
المجموع	50	%100



الشكل رقم (22) التمثيل البياني للسؤال سابع عشر .

## عرض و تحليل:

من خلال تحليل السؤال رقم (20) نجد أن أغلبية إجابات اللاعبين تركزت على التأثير الايجابي للفوز في المباراة على الأداء المهاري فمن الإجابات ما كانت أنها تساهم في تحسين الأداء المهاري و زيادة بذل مجهود اكبر كما أنها تزيد من حماس اللاعب و رفع المعنويات .

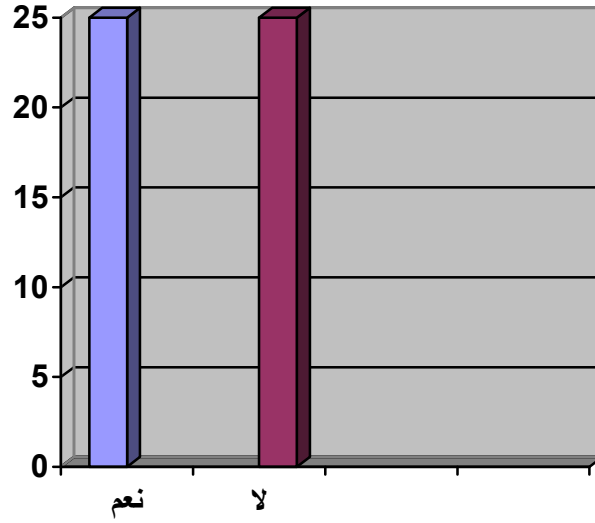
نستنتج أن الفوز في المباراة يؤثر تأثيرا ايجابيا على تحسين مستوى الأداء المهاري للاعب و هذا ما يدفعه إلى بذل جهد اكبر و السعي إلى تحقيق الفوز في مختلف المنافسات .

السؤال الثامن عشر: هل تتحكم نتيجة المباراة في ارتفاع وانخفاض أدائك المهاري ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى بذل اللاعب من مجهودات أثناء المنافسة مهما كانت النتيجة .

جدول رقم (21): نتائج السؤال الثامن عشر

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	25	50%
لا	25	50%
المجموع	50	100%



### الشكل رقم (23) يمثل التمثيل البياني للسؤال الثامن عشر

عرض و تحليل :

من خلال نتائج الجدول رقم (21) نجد أن النسبتين متساوية أي أن نتيجة المباراة يمكن أن تؤثر على اللاعبين إيجابيا أو سلبيا .

نستنتج أن نتيجة المباراة لها دور في التأثير على أداء اللاعبين من خلال الفوز أو الهزيمة في البارة تأثيرا إيجابيا أو سلبيا .

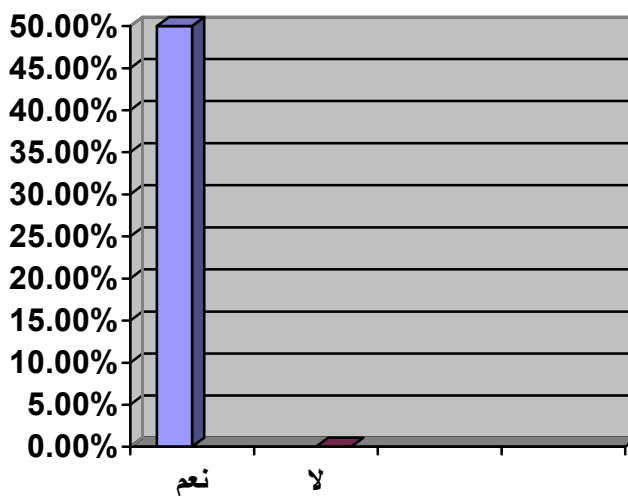
**السؤال التاسع عشر :** هل تمارس النشاط الرياضي من أجل الاستمتاع و الرضى ؟

**الغرض من السؤال :** معرفة شعور اللاعب من خلال ممارسته للنشاط الرياضي .

**جدول رقم (22):** يوضح نتائج السؤال التاسع عشر



الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	50	100%
لا	00	00%
المجموع	50	100%



الشكل رقم (24) التمثيل البياني للسؤال التاسع عشر

#### عرض و مناقشة :

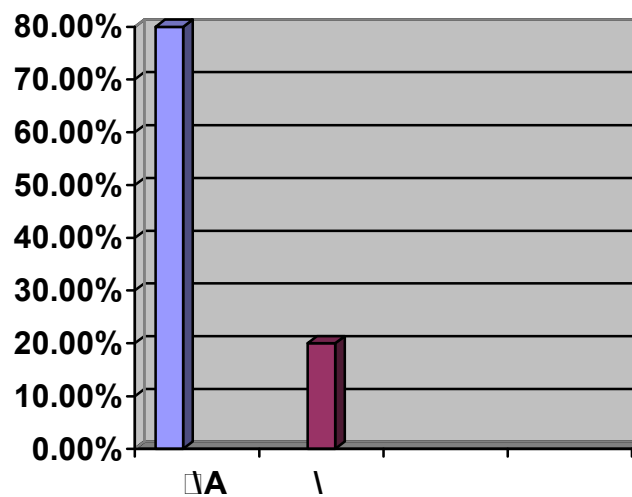
- من خلال رقم (8) نجد أن نسبة 100% من اللاعبين يمارسون النشاط الرياضي من أجل الاستمتاع والرضى .
- نستنتج أن من يدفع اللاعب إلى ممارسة النشاط الرياضي هو غالبا ما يكون الاستمتاع و الرضى .

#### السؤال العشرون :هل تتدرب بصورة منتظمة ؟

- الغرض من السؤال: معرفة إذا كان للتدريب دور في تطوير الاداء المهاري .

## الجدول رقم (23): يمثل نتائج السؤال العشرون

النسبة المئوية	عدد التكرارات	الإجابة
80%	40	نعم
20%	10	لا
100%	50	المجموع



## الشكل رقم (25) التمثيل البياني للسؤال العشرون

**عرض و تحليل:**

من خلال الجدول رقم (23) نجد أن نسبة 80% من اللاعبين يتدربون بصورة منتظمة أما نسبة 20% من اللاعبين لا يتدربون بصورة منتظمة .

نستنتج أن للتدريب بصورة منتظمة دور في تطوير الأداء المهاري لدى اللاعبين .

**مقارنة النتائج بالفرضيات****مناقشة و تحليل الفرضيات:****1-مناقشة و تحليل نتائج الفرضية الأولى:**

من خلال تحليلنا لأسئلة الفرضية الاولى الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حيث وجدنا ان معظم اللاعبين يتأثرون بالحوافز المعنوية و التربوية و اثرها الواضح على اداءهم انسجامهم داخل المجموعة وكذا الصرامة و الدقة في تنفيذ تعليمات المدرب وذلك من خلال الاسئلة المبينة في الاستبيان و بنسب عالية في حين نجد ان المدرب يعامل اللاعبين معاملة واحدة دون التمييز الى أي عنصر من العناصر مهما كانت صفتهم و هذا ما يزيد من احترام اللاعبين الى مدرّبهم و منه تزداد النتائج الايجابية حيث يقوم المدرب بتشجيعهم عن الاداء الجيد اثناء المقابلة وكذلك نجد ان معظم اللاعبين كان دافعهم نحو ممارسة كرة القدم هو تحسين المستوى و هذا ما يزيد من تحسين الاداء المهاري بشكل جيد ومن خلال تحليلنا و مقارنةنا لأسئلة الاستبيان الموجهة للاعبين يتبين لنا صحة الفرضية الاولى و المتمثلة في الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم بدرجة عالية. وهذا من خلال الاجابة على الاسئلة التي جاءت في المحور الاول

**2-مناقشة تحليل نتائج الفرضية الثانية:**

بعد عرض النتائج و تحليلها يتبين لنا ان الدافعية الداخلية (الحالة النفسية) تدفع لاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى أدائه المهاري . وكذلك نرى ان رضى المدرب يؤثر على اللاعبين و يسهل عليهم تعلم المهارة بسرعة فائقة وذلك بعدم انتقادهم بشكل مباشر اذ نجد ان المدرب عند انهزام اللاعبين في المباراة لا تتغير طريقة المعاملة بحيث لا تتعدى تصحيح الاخطاء المرتكبة اثناء المباراة في حين نجد ان هدوء المدرب اثناء الحصة التدريبية يجعل اللاعب في حالة نفسية جيدة ضف الى ذلك التحفيزات المتعددة المعنوية و المادية ومن خلال هذا يتبين لنا صحة الفرضية الثانية وذلك بناءات على اجوبة اللاعبين والتي جاءت في المحور الثاني في الاستبيان

## الاستنتاجات:

- ان شخصية المدرب تؤثر على نفسية معظم اللاعبين
- ان معظم اللاعبين يحترمون قرارات المدرب بحيث ينفذون كل ما يطلبه منهم بشكل جيد.
- ان هناك تقارب بين اللاعبين المتأثرين من انتقادات المدرب و الغير متأثرين.
- ان المدربين يعاملون اللاعبين معاملة واحدة دون تفریق.
- ان اللاعبين يشعرون بتفهم المدرب لهم.
- ان المدربين يشجعون اللاعبين عند نجاحهم في الاداء الجيد.
- ان علاقة المدربين باللاعبين جيدة في الغالب.
- ان اللاعبين حاجتهم لممارسة كرة القدم هي الحاجة الى التعلم و المعرفة.
- ان معظم اللاعبين دافعهم نحو ممارسة كرة القدم هو تحسين المستوى.
- ان اللاعبين يتأثر ادائهم المهاري بالإيجاب من خلال حماس المدرب اثناء اداء المهارات.
- ان المدربين يقومون بتشجيع ورفع المعنويات اثناء التعرض للخسارة.
- ان اللاعبين بحاجة الى الحوافز التشجيعية.
- ان الحالة النفسية الجيدة للاعبين تساهم في تحقيق النتائج الايجابية.
- ان اللاعبين يسعون الى تحسين ادائهم من اجل كسب نقاط المباراة.
- ان الاداء المهاري الجيد يساعد بشكل كبير في كسب نقاط المباراة.

**التوصيات:**

نظرا للدور البالغ الأهمية الذي تلعبه الدوافع في التحضير النفسي للاعب و الذي هو في نفس مرتبة التحضير البدني فانه من الضروري ايلاء الاهتمام بهذا الجانب خاصة من طرف الأشخاص المشرفين بصفة مباشرة على تحضير و تكوين اللاعبين و نقصد بذلك المدربين لذا سوف نوجه بعض الاقتراحات و التوصيات :

- 1- العمل على معرفة شخصية اللاعب و ذلك باستعمال الدوافع المناسبة و محاولة توجيهها لخدمة أداءه المهاري .
- 2- العمل على تنمية العلاقات بين المدرب و اللاعبين و بين اللاعبين داخل الفريق و المحيط الخارجي .
- 3- توفير جو من الألفة و المحبة بين مختلف عناصر الفريق .
- 4- العمل على تنمية الدوافع لدى اللاعبين من خلال تقديم بعض الحوافز المعنوية و التربوية بهدف تحسين الأداء المهاري .
- 5- تشجيع و تحفيز اللاعبين من اجل الحصول على نتائج جيدة .
- 6- متابعة المدرب المستمرة لأحوال اللاعبين الاقتصادية، و الاجتماعية، و النفسية.
- 7- العمل على معرفة أهم الدوافع التي تتحكم في أداء اللاعب و العمل على تنميتها .

## الخاتمة:

ان من بين اسباب تألق اي رياضة واحتلالها مكانة مرموقة هو سهر القائمين عليها وبذل مجهودات وتضحيات كبيرة لإعطائها العلامة الكاملة والكافية من اجل الاستمرارية و التطور.

ونحن في بحثنا هذا المتواضع حاولنا ازالة الغبار عن مدى اهمية و دور الدافعية على لاعبي كرة القدم لم يعطى لها الاهمية الحقيقية باعتبارها شيء ثانوي لكن من خلال هذا البحث تبين لنا ان لها دور واهمية عظمى في الحفاظ على روح الفريق ، و الرفع من اداء اللاعبين في كرة القدم.

وتوصلنا من خلال نتائج الاختبار الموجه للاعبين انه حقيقة تعتبر الدافعية عامل اساسي في التأثير ايجابا على اللاعبين ومردود اللعب اذا اعطي لها الدور والاهمية اللازمة من طرف المدربين في الفرق، وينبغي على المدرب ان يبحث عن مختلف الوسائل والطرق التي يستطيع استخدامها لضمان عدم تأثر المؤهلات و القدرات البدنية للاعبين، كما ينبغي كذلك على المدرب معرفة و تفهم معظم مشاكل اللاعبين، دون ضغط او انفعال عليه في اطار جو اخوي يسمح للاعبين باستقبال النصائح و الارشادات و التعليمات بارتياح كبير ، و بالتالي يسهل عليهم الدخول في المنافسات بمعنويات مرتفعة، وهذا ما ينعكس بالإيجاب على وحدة الفريق و تماسكه بالإضافة الى تحقيق نتائج ايجابية، وتشريف الرياضة داخل و خارج الوطن.

## المراجع و المصادر

### 1- المراجع العربية:

1. أبو الفضل جمال الدين ابن منظور: لسان العرب، دار الطباعة و النشر، الجزء (3)، لبنان، 1997.
2. احمد أمر الله البساطي: أسس و قواعد التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ،الإسكندرية ، مصر ،1998،
3. إسماعيل محمد الفقي و آخرون:علم النفس التربوي ،مكتبة العبيكان ،ط4 ،الرياض العليا ،2001.
4. أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
5. جابر عبد الحميد جابر: الدافعية نظريات و تطبيقات ، جامعة القاهرة ، 1998.
6. حامد عبد السلام زهران : علم نفس النمو الطفولة و المراهقة ،عالم الكتاب ،ط5 ،2001.
7. حامد عبد السلام زهران :علم نفس النمو الطفولة و المراهقة ،عالم الكتاب ،ط5 ،1999.
8. حسن السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، دار الإشعاع الفنية ، ط1، الإسكندرية ، مصر، 2002.
9. خالد الحشحوش : الموسوعة الرياضية العصرية ، دار يافا العلمية ، ط1 ، بيروت ، 2002.
10. سيغمووند فرويد -ترجمة محمد عثمان : علم التحليل النفسي ،مكتبة التحليل و العلاج النفسي ،ط6 ،القاهرة، 1986.
11. صالح محمد علي أبو جادو : علم النفس التربوي ،دار الميسرة ،ط1 ،الأردن .
12. صدقي نور الدين: علم النفس الرياضي، المكتب الجامعي الحديث، ط1، مصر، 2004.
13. عبد العالي الجسماني : سيكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية ،دار البيضاء ،لبنان ،1994،
14. عصام نور: سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية ، 2004 .
15. عمار بوحوش-ذنيبات محمد: مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
16. عنايات محمد احمد فرج : مناهج و طرق تدريس التربية البدنية ،دار الفكر العربي ، 1998.
17. فاخل عاقل: علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة و النشر و التوزيع، ط3، لبنان .
18. قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة ،دار الفكر للنشر و التوزيع ،ط1 ،الأردن ،1998،
19. لينددا فيدوف ،ترجمة محمد عمرو و آخرون :الشخصية-الدافعية والانفعالات ،الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ،ط1 ،مصر ، 2000.
20. محاتي عثمان : علم النفس في حياتنا ،دار الشروق للطباعة ،ط3 ،بيروت ،لبنان ،1985.

21. محمد الحدحامي و أمين الخولي :أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1998.
22. محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ،مركز الكتاب للنشر ،ط4، مصر، 2004.
23. محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ،مركز الكتاب للنشر ،ط1، مصر، 1998.
24. محمد عشوي : مدخل إلى علم النفس ،ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر، 1990.
25. محمد نصر الدين رضوان:المقدمة في التقويم و التربية الرياضية، دار الفكر العربي، ط3، القاهرة، 1992.
26. محمود حسن:الأسرة و مشكلاتها، دار النهضة العربية، لبنان، 1981.
27. مختار سالم : "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بيروت، لبنان، 1988.
28. مريم سليم : علم النفس النمو ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر و التوزيع ،ط1، بيروت، 2002.
29. مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة و المراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986.
30. مصطفى فهمي: علم النفس التربوي، دار الفكر، القاهرة، 1985.
31. معروف رزيق : خطايا المراهقة ،دار الفكر ،ط2، دمشق، 1986.
32. مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، دار الفكر العربي ، ط2، القاهرة، 2001.
33. منى فياض: الطفل و التربية المدرسية في الفضاء الأسري و الثقافي، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان، 2004.
34. موقف مجيد المولى :الإعداد الوظيفي لكرة القدم ،دار الفكر لبنان، 1999.
35. وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد: الأسس العلمية للتدريب الرياضي الحديث للاعب و المدرب، دار الهدى للتوزيع و النشر، 2002.

## 2-المراجع بالفرنسية:

36. Gerand Bet gros , g , lentricquent de basket ball , edition Vigot ,Paris ,1985.
37. Gungen Weinck: biologie du sport ,edition Vigot ,Paris , 1992 .
38. Macolin (revue) des ecteurs qui cantribuent a la performance indirudelle ou d'une equipe ,1998.
39. Moray : expleration oxford , University pressry persmolity ,1923.



**40.** Thomas R : prepqrqtion psychologique du sport , edition , Vigot ,1991.

3- المواقع الإلكترونية

50- [Www.Wikipedia.Org](http://www.Wikipedia.Org)

51- <http://forum.koora.com>

- جامعة قاصدي مرباح ورقلة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني و الرياضي التربوي

"استمارة استبيان موجهة للاعبين"

في إطار إعداد مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

تخصص : تربية حركية

تحت عنوان:

. أهمية الدافعية في تحسين مستوى الأداء المهاري

لدى لاعبي كرة القدم (فئة الأواسط)

- دراسة ميدانية على بعض اندية الرابطة الولائية لكرة القدم بورقلة -

نرجو منكم التكرم بالإجابة عن أسئلة هذا الاستبيان وذلك لاستعمال المعلومات المطلوبة لغرض البحث العلمي.

ملاحظة: ضع علامة " X " أمام الإجابة المختارة .

شكرا مسبقا على صدق مساهمتك و مساعدتك.

السنة الجامعية : 2015 / 2014

البيانات الشخصية للاعب

– المستوى الدراسي:

 جامعي

ثانوي

 متوسط

ابتدائي

– بداية ممارسة لعبة كرة القدم :

أشبال

 أصاغر

المدرسة

– مدة الانخراط في الفريق :

أقل من سنة

أكثر من سنة

سنة

المحور الأول الفرضية 01: الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

01- هل المردود الجيد الذي تقومون به راجع إلى

لاقات الجيدة  التحفيز المعنوي  التحفيز المادي

02- هل تتأثر و تنفعل عندما ينفدك مدريك ؟

نعم  لا

03- هل يعاملك المدرب كما يعامل الزملاء الآخرين ؟

نعم  لا

04- هل يشجعك المدرب على الأداء الجيد ؟

نعم  لا

05- كيف هي علاقتك مع مدريك ؟

جيدة  سيئة

06- هل حماس المدرب يؤثر عليك أثناء

نعم  لا

07- هل ابتسامه المدرب أثناء أداء المهارات تساعدك على تعلمها بسرعة ؟

نعم  لا

08- في رأيك هل ترى أن العلاقة الحسنة بين مدريك و أسرتك تساعدك على تعلم المهارات ؟

نعم  لا

09- أثناء تعرضكم للاختزام ما نوع المعاملة التي تتلقونها من طرف مدربيكم ؟

تصحيح الأداء  النقد و عدم الرضا  التشجيع و محاولة رفع المعنويات

10- هل يتأثر مستوى أداءك باستخدام المدرب لحواجز تشجيعية ؟

نعم  لا

**المحور الثاني الفرضية 02:**الدافعية الداخلية (الحالة النفسية) تدفع لاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى أدائه المهاري .

11- هل أداءك في المباراة أفضل من أداءك أثناء التدريب ؟

نعم  لا

12- هل يهملك التحسن الملحوظ في مهاراتك حتى و لو كانت نتيجة المباراة سلبية ؟

نعم  لا

13- هل يلعب الأداء المهاري الجيد دورا هاما إلى الدفع لكسب نقاط المباراة ؟

نعم  لا

14- هل تظهر قدراتك و مهاراتك الحقيقية أثناء المنافسة ؟

نعم  لا

15- هل يعجبك استخدام المدرب الوسائل السمعية البصرية أثناء أداء التمارين ؟

نعم  لا

16- الفوز في المباراة نتيجة لأداء ؟

أعضاء الفريق

أحد اللاعبين

17- هل تسعى إلى تحسين أداءك المهاري حتى لا تنهزم في المنافسة ؟

لا

نعم

18- هل تتحكم نتيجة المباراة في ارتفاع وانخفاض أدائك المهاري ؟

لا

نعم

19- هل تمارس النشاط الرياضي من أجل الاستمتاع و الرضى ؟

لا

نعم

20- هل تتدرب بصورة منتظمة ؟

لا

نعم

## أهمية الدافعية في تحسين الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم (فئة الاواسط)

الاهلخص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على أهمية الدافعية في تحسين الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم و من خلال تطرقنا بالدراسة و التحليل لمختلف جوانب موضوع بحثنا تأكد بشكل لا يدع مجالاً للشك أن هناك دور بالغ الأهمية و اثر واقع للدافعية على الأداء المهاري و تحسنه لدى لاعبي كرة القدم ، و ما دام أي نشاط سواء كان رياضياً أو غير رياضي لا يكون له نتائج مرضية إلا إذا كان يتميز بالمهارة و الإتقان و كرة القدم لا تخرج عن هذا الإطار باعتبار أن اللاعب لا يكون مقبولاً في أي مستوى كان إذا لم يكن يتمتع بقدر وفير من المهارة و الدقة التي تمكنه من اكتساب الثقة في نفسه و رضا الآخرين عن أدائه ، و ما دام أن الأداء يتحكم فيه مجموعة من الدوافع فتجعله يتحسن و يتطور أو يتدهور لذا حاولنا قدر الإمكان معرفة ما هي أهم هذه الدوافع التي تدفع لاعب كرة القدم إلى تحسين أدائه المهاري ، و قد افترضنا أن هناك دافعين مهمين يتحكمان في هذا الجانب و هما الحوافز المعنوية و التربوية ، التفوق و الكسب الرياضي ، و كذا الدافعية الخارجية و العلاقات مع المدرب . و من خلال تحليلنا لنتائج أسئلة الاستبيان الموجهة للاعبين و المتكون من عشرون سؤالاً استخلصنا أن أهم دافع يتحكم في تحسين الأداء المهاري للاعب كرة القدم هو بالدرجة الأولى الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب مع لاعبيه ثم تأتي العلاقات الحسنة مع المدرب و أخيراً التفوق و الكسب الرياضي .

### **The importance of motivation in improving skill performance among soccer players (middle-aged category)**

#### **Summary:**

The study aimed to identify the importance of motivation in improving skill performance among soccer players and through touched the study and analysis of the various aspects of the subject of our research make sure is not beyond doubt that there is a very important role and impact of the reality of motivation on performance skills and improved by the football players , and as long as any activity, whether an athlete or non-athlete does not have satisfactory results only if it has the skill and proficiency and football does not depart from this framework, as the player is not acceptable at any level if you do not enjoy an abundant amount of skill and precision that enables him to gain confidence in himself and others satisfaction with his performance, and as long as that performance is controlled by a set of motivations so at to improve and develop or deteriorate, so we tried as much as possible to know what is the most important of these are many that drive football player to improve his performance skills , and we assume that there may defenders important in controlling this aspect and incentives , moral and educational, athletic excellence and gain, as well as foreign and motivation and relations with the coach.

And through our analysis of the results of the questionnaire addressed to the players and consisting of Twenty Questions have drawn the most important motive controls to improve the performance skills of footballers is primarily incentives moral and educational used by the coach with his players then good relations come with the coach and finally excel and gain sport.

