



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم النشاط الحركي المكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة اللسانس في تخصص

نشاط بدني مكيف

## تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم أصاغر سنة 14-12

دراسة ميدانية لفريقي مثالية تيغنيف و وفاق تيغنيف بولاية معسكر.

تحت إشراف الأستاذ:

حرشاوي يوسف

من إعداد الطلبة:

قنوني ياسين

جزولي عبد القادر

غرابلي خالد

السنة الجامعية 2015 / 2016



بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله ومن والاه :  
الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات و الحمد لله الذي وفقتي في إنجاز هذا العمل ،

فلا هادي إله ولا موفق سواه ...أما بعد

أهدي ثمرة جهدي هذه :

إلى منبع الحب و الحنان إلى رمز الوفاء و العطاء أمي الغالية.

إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى المجد أبي الغالي .

إلى العائلة الصغيرة أخي أسامة و أختي نسيبة و و أختي صارة و

ابنتها اميمة و زوجها جلولي حسين إلى كل أفراد عائلة قنوني و بلجيلالي

إلى الأصدقاء في تغنيف و إلى كل أبناء الحي .

إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث المتواضع و إلى كل طلبة المعهد خاصة

دفعة ليسانس 2016.

إلى كل من وسعه قلبي و لم يذكره لساني.



قنوني ياسين

# شكر وتقدير وحرفان

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا في انجاز هذا البحث  
و نتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ المشرف : " حرشاوي يوسف "  
الذي سهل لنا طريق العمل و كل أساتذة المعهد خاصة أ/ رمعون محمد  
و أ/ بن سيقدر الحبيب و أ/ كروم محمد و أ/ عطاء الله  
و إلى كل من ساعدنا ، من قريب أو من بعيد في انجاز هذا البحث  
المتواضع خاصة الأخ حرير ياسين و بالي الشيخ .  
و لا ننسى أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى جميع الأساتذة الذين تتلمذنا على  
أيديهم حتى يومنا هذا.  
وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي انعم علينا بإنهاء هذا العمل.

## ملخص البحث:

عنوان الدراسة : تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم أصغر  
12-14 سنة

تهدف الدراسة الى :- تأثير الثقة بالنفس بين لاعبي المستوى العالي والمستوى المنخفض .

### الفرض من الدراسة :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية لتأثير الثقة بالنفس على تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم.
- الثقة بالنفس لا تعتبر بديلا للكفاية المهارية و تحسين ناتج الأداء المهاري لدى لاعبين كرة القدم الأصغر.
- الثقة بالنفس حجر أساسي للبناء الإيجابي في تنمية المهارات الأساسية لكرة القدم وعنصر هام لإستثارة حوافز التعلم المهاري الجيد لدى لاعبي كرة القدم.

### الأداة المستخدمة:

المصادر و المراجع - المقابلات الشخصية - السح المرجعي - الوسائل الإحصائية -الأجهزة و الوسائل البيداغوجية المستخدمة.

### أهم استنتاج :

توجد علاقة ارتباطيه بين قياسات جسميه عند لاعبي كرة القدم .

### الكلمات المفتاحية :

الثقة بالنفس - الأداء المهاري - كرة القدم .

## قائمة الجداول

الصفحة	العناوين
75	جدول رقم (01) يمثل الصدق الظاهري للمحكمن
78	جدول رقم (02): يمثل طريقة التجزئة النصفية
97	الجدول رقم (03) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة دقة التمرير قبل أداء المهارة و بعدها )
99	الجدول رقم (04) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة دقة التصويب على المرمى قبل أداء المهارة و بعدها ).
101	الجدول رقم (05) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة الجري بالكرة قبل أداء المهارة و بعدها ).
103	الجدول رقم (06) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة المراوغة قبل أداء المهارة و بعدها ).
105	الجدول رقم (07) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة استقبال الكرة (باطن القدم). قبل أداء المهارة و بعدها ).
107	الجدول رقم (08) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي للدراسة الإستطلاعية و أثره على مهارت كرة القدم (تمرير.التصويب.الجري.المراوغة.الإستقبال) التي تناولناها سابقا قبل أداء المهارة و بعدها ).
109	جدول رقم (09): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التمرير المجموعة الشاهدة.
110	الجدول رقم (10) : يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التصويب المجموعة

	الشاهدة
111	الجدول رقم (11): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار المراوغة المجموعة الشاهدة
112	الجدول رقم (12): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة المجموعة الشاهدة
113	الجدول رقم (13): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار استقبال الكرة بباطن القدم المجموعة الشاهدة
114	جدول رقم (14): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التمرير المجموعة التجريبية
115	جدول رقم (15): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التصويب المجموعة التجريبية
116	جدول رقم (16): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار المراوغة المجموعة التجريبية
117	جدول رقم (17): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة المجموعة التجريبية
118	جدول رقم (18): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار استقبال الكرة بباطن القدم المجموعة التجريبية
119	جدول رقم (19): يوضح نتائج المجموعتين الشاهدة و التجريبية

## قائمة الأشكال

25	شكل رقم (01) يبين : التفاعل الداخلي بين مكوناته ، ونوع النشاط الرياضي ، والتميز بين سمات وحالات الشخصية و العلاقة المتبادلة بين السلوك ، و الفروق الفردية بين الرياضيين.
97	الشكل رقم (02) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للاختبارين القبلي و البعدي و أثره على دقة التمرير قبل أداء المهارة و بعدها).
99	الشكل رقم (03) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للاختبارين القبلي و البعدي و أثره على دقة التصويب على المرمى قبل أداء المهارة و بعدها
101	الشكل رقم (04) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للاختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة الجري بالكرة قبل أداء المهارة و بعدها.
103	الشكل رقم (05) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للاختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة المراوغة قبل أداء المهارة و بعدها.
105	الشكل رقم (06) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للاختبارين القبلي و البعدي و أثره على استقبال الكرة (باطن القدم). قبل أداء المهارة و بعدها
107	الشكل رقم (07) يمثل نسب لمقياس الثقة بالنفس للاختبارين القبلي و البعدي للدراسة الإستطلاعية و أثره على مهارت كرة القدم ( التمرير.التصويب.الجري.المراوغة.الإستقبال) التي تناولناها سابقا قبل أداء المهارة و بعدها).

## الفهرس

الصفحة	العناوين
التعريف بالبحث	
2	1- مقدمة
4	2- مشكلة البحث
5	3- أهداف البحث
5	4- فرضيات البحث
6	5- مصطلحات البحث
7	6- الدراسات السابقة
الباب الأول الدراسة النظرية	
الفصل الأول: الثقة بالنفس و المرحلة العمرية 12-14 سنة	
17	تمهيد
18	1-1- الثقة بالنفس
19	1-2- أنواع الثقة بالنفس
19	1-2-1- الثقة المثلى في النفس
19	1-2-2- ضعف الثقة في النفس
20	1-2-3- الثقة الزائدة في النفس



## الفهرس

21	3-1- فوائء الثقة بالنفس
23	4-1- نظريات الثقة بالنفس
26	5-1- خصائص الفئة العمرية (12-14) سنة
26	1-5-1- النمو الجسمي
26	2-5-1- النمو العقلي
27	3-5-1- النمو الانفعالي
29	4-5-1- النمو الاجتماعي
30	5-5-1- النمو الجنسي
31	6-1- مميزات المرحلة العمرية (12-15 سنة)
32	خلاصة
الفصل الثاني: كرة القدم و المهارات الأساسية	
34	تمهيد
35	1-2- كرة القدم
35	1-1-2- التعريف اللغوي
35	2-1-2- التعريف الاصطلاحي
35	2-2- قوانين كرة القدم

## الفهرس

40	3-2- مدارس كرة القدم
41	4-2- صفات لاعب كرة القدم
42	2-4-1- الصفات البدنية
43	2-4-2- الصفات الفيزيولوجية
44	2-4-3- الصفات النفسية
46	2-5- مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية
46	2-5-1- مفهوم المهارة
47	2-5-2- تعريف المهارة الحركية الرياضية
47	2-6- خصائص المهارة الحركية الرياضية
47	2-6-1- المهارة تعلم
48	2-6-2- المهارة لها نتيجة نهائية
48	2-6-3- المهارة تحقق النتائج بثبات
48	2-6-4- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية
49	2-6-5- مقدرة المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها
49	2-7- تصنيف المهارات الحركية الرياضية
50	2-8- مفهوم المهارات الأساسية

## الفهرس

50	2-8-1- تقسيم المهارات الأساسية
50	2-8-1-1- المهارات الأساسية بدون كرة
53	2-8-1-2- المهارات الأساسية القاعدية بالكرة
56	2-9- مبادئ عامة يجب أن تراعى أثناء السيطرة على الكرة
63	2-10- عوامل تطوير أداء المهارات
63	2-10-1- عوامل وظيفية وتشريحية
63	2-10-2- عوامل الصفات البدنية
64	2-10-3- عوامل نفسية
64	2-11- مراحل تعليم المهارات الأساسية
64	2-11-1- مرحلة التوافق الأولي
65	2-11-2- مرحلة التوافق الجيد
66	2-11-3- مرحلة تثبيت المهارة
67	خلاصة

## الفهرس

الباب الثاني الدراسة التطبيقية	
الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية	
70	تمهيد
70	1- الدراسة الإستطلاعية
70	2- منهج البحث:
71	3- عينة البحث:
71	4- ضبط متغيرات البحث:
72	5- مجالات البحث:
73	6- أدوات جمع البيانات:
74	7- الأسس العلمية للأدوات البحث:
89	8- الاختبارات المهارية:
94	9- الوسائل الإحصائية:
95	10- صعوبات البحث:
الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
97	1- عرض و تحليل النتائج
97	1-1- عرض و تحليل مقياس شروجر للثقة بالنفس

## الفهرس

109	1-2-1 عرض و تحليل نتائج الاختبارات المهارة في كرة القدم
109	1-2-1 المجموعة المشاهدة
114	1-2-2 المجموعة التجريبية
123	2- الاستنتاجات
124	3- مناقشة فرضيات البحث
128	4- خلاصة عامة
129	5- الاقتراحات و التوصيات:
المصادر و المراجع	
الملاحق	

### 1- مقدمة:

إن التقدم العلمي الذي نراه اليوم في مختلف مجالات الحياة هو حصيلة خبرات وتجارب وأبحاث تم الاستدلال من خلالها على نتائج عديدة وحصلوا عليها لتصب في خدمة الإنسانية جميعا ، و تعد لعبة كرة القدم أولى الألعاب التي تستحوذ على اهتمام جميع المتابعين والمسؤولين والمعنيين بالشأن الرياضي في جميع أنحاء العالم وذلك للخصوصية والمتعة التي تقدمها إلى مشاهديها فضلا عن المكاسب التي تدرها هذه اللعبة على مزاوليها وعلى القائمين برعايتها، فنحن نرى مستوى الفرق الرياضية يوما بعد يوم إذ أصبح الأداء يتميز بالقوة والسرعة و الفعالية ، حيث يتم إنجازها في شكل جماعي على درجة عالية من التفاهم والإتقان ولكي نحقق هذا المستوى ونسايره وجب معرفة الطريق الصحيح وتحديد الوسائل والمحتوى المناسب وفقا لما تتطلبه المباريات ، وعلى ضوء ذلك يتم إعداد اللاعب منذ الصغر بالكم والكيف الذي يؤهله لأن يكون لاعبا ذو كفاءة مهارية وخططية تمكنه من إنجاز الواجبات الفردية والجماعية وسرعة اتخاذ القرار في الوقت المناسب طوال زمن المباراة .

وتمثل الثقة بالنفس التعبير عن قيمة الشخص لذاته، إذ تعتبر مهارة نفسية هامة في المجال الرياضي. حيث تعرف المهارة بأنها: "قدرة الفرد الرياضي على عمل شيء أو أدائه ، وهذا الشيء يمكن تعلمه وأدائه بدقة وفاعلية "

وينطبق هذا التعريف على الثقة بالنفس، فهي ليست مجرد صفة نفسية يتصف ويتميز بها رياضي دون الآخر، ولكنها مهارة نفسية تتأثر بالسمات المميزة للرياضي، كالقيم، والاتجاهات، والتوجه التنافسي، والعمر.

و تعتبر المرحلة العمرية 12-14 الخاصة بفئة الناشئين من بين المراحل المهمة في إعداد الرياضي من جميع النواحي خاصة النفسية منها، من خلال عملية التدريب التي تتيح له اكتشاف قدراته بنفسه، وبذل الجهد المطلوب و تراكم خبرات النجاح لديه، والتوجه نحو الأداء المتميز.

انطلاقا مما سبق ونظرا للأهمية التي يكتسبها هذا الموضوع قررنا أن نجري هذه الدراسة والتي ارتأينا أن تكون تحت عنوان تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم أصغر 12-14 لفريقي مثالية تيغنيف و وفاق تيغنيف بولاية معسكر.

### 2- مشكلة البحث:

لقد اهتمت الكثير من الدراسات التربوية والنفسية بمعرفة المتغيرات والعوامل المؤثرة في العملية التعليمية والتدريبية، نجد الثقة بالنفس التي تعتبر مهارة نفسية يمكن اكتسابها، وتحسين وتطوير مستواها، من خلال الممارسة الرياضية الجادة، وإتباع الخطوات العلمية المقننة خلال عملية التدريب، التي تتيح للرياضي اكتشاف قدراته بنفسه،

واكتساب تحمل مسؤولية محاولاته و الإصرار عليها ، وبذل الجهد المطلوب ، و تراكم خبرات النجاح لديه، و التوجه نحو الأداء الواثق.

إن الرفع من مستوى الأداء المهاري يسمح للاعب بتحسين وتنويع مهاراته، وكرة القدم مليئة بمجموعة من المهارات التي تحتاج للإعداد والتنمية، ولا يمكن أن يحدث ذلك إلا بتكامل بين القدرات البدنية، والمهارية، والنفسية اللاعب، إن لاعب كرة القدم المتوازن هو الذي يمتلك قدرات معتبرة ومهارات تقنية، وقدرات نفسية مدهشة في الإعداد للمنافسة والقدرة على مواجهة الضغوط، والقدرة على التركيز والانتباه والثقة بالنفس بصورة واقعية، وفي حالة تكامل المهارات النفسية والقدرات المهارية مع التفكير الخططي السليم يمكن للاعب أن يحقق أعلى درجات الإنجاز الرياضي.

ومن هذا المنطلق تكمن مشكلة البحث فني الإجابة عن السؤال ما مدى تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم أصغر 12-14 ؟

3- أهداف البحث: تهدف الدراسة إلى:

- التعرف على مدى تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم أصغر

12-14

- الكشف عن دلالة الفروق بين نتائج الإختبارات البعدية لعينتي البحث

4- فرضيات البحث :



- وجود فروق ذات دلالة إحصائية لتأثير الثقة بالنفس على تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لدى فرقي المثالية و الوفاق المشاركين في البطولة الجهوية بتغنيف صنف أصاغر (14/12سنة).
- الثقة بالنفس لا تعتبر بديلا للكفاية المهارية و تحسين ناتج الأداء المهاري لدى لاعبين كرة القدم الأصاغر المنخرطين في صفي المثالية و الوفاق (12-14 سنة).
- الثقة بالنفس حجر أساسي للبناء الإيجابي في تنمية المهارات الأساسية لكرة القدم وعنصر هام لإستثارة حوافز التعلم المهاري الجيد لدى لاعبي كرة القدم الناشطين في فرقي المثالية و الوفاق ب تغنيف (14/12) سنة.

### 5- مصطلحات البحث:

#### 5-1- الثقة بالنفس:

إن الثقة بالنفس مفهوم نفسي يتطور عند الفرد بفعل الخبرة والممارسة والإدراك، وهي عامل أساسي في تكوين مظاهر الشخصية (علي جاسم عكلة الزبيدي، 1989، صفحة 10) .

### 5-2- الأداء المهاري:

الأداء المهاري كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها، كما يؤكد على ضرورة أن يكون أداء اللاعب للمهارات سريعاً ودقيقاً (حنفي مختار، 1980، صفحة 89).

### 5-3- كرة القدم:

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" (رومي جميل، 1986، الصفحات 50-52).

### 6- الدراسات السابقة:

إن المواضيع التي تطرقت للإعلام الرياضي المكتوب وأثره في نشر الوعي الرياضي قليلة إلا أن هناك بحوث تناولت جانب من الموضوع

#### الدراسة الأولى:

دراسة حاج احمد مراد تحت عنوان: علاقة مستوى الطاقة النفسية بالعوامل المشروطة للإنجاز الرياضي (البدني، التقني) عند لاعبي كرة القدم سنة 2009-2010 استهدفت الدراسة إلى التعرف على نوعية العلاقة بين مستوى الطاقة النفسية و مستوى للياقة البدنية والقدرات المهارية عند لاعبي كرة القدم صنف أكابر لفرق ولاية البويرة من

خلال متغيري الخبرة الرياضية و مستوى المنافسة و كذلك التعرف على تأثير بعض المهارات النفسية على الطاقة النفسية و قد شملت عينة البحث على (48) لاعبا تم اختيارهم بطريقة عمدية موزعين بالتساوي على أربعة فرق هي وفاق سور الغزلان من قسم ما بين الرباطات - وسط - فريق الأخرسية من القسم الجهوي الأول وسط ، فريق شعبية البويرة من القسم الجهوي الثاني - وسط - فريق حمزاوية عين بسام من القسم الشرفي لولاية البويرة ، كل هذه الفرق منتقاة من فرق ولاية البويرة (مجتمع و عينة البحث) .

انتهج الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي من خلال إخضاع عينة البحث موزعة من الاختبارات البدنية المهارية و الاستعانة بمقياس الطلاقة النفسية المكون من ستة محاور ، و تم استخدام المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية ، معامل التجانس ، معامل الارتباط بيرسون .

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين الطاقة النفسية و المهارات التقنية بالنسبة لمتغيري الخبرة و مستوى المنافسة فيما كانت هذه العلاقة سلبية بين الطاقة النفسية و الصفات البدنية بالنسبة لمتغير مستوى المنافسة ، و تم التأكيد على أن تأثير الطاقة النفسية على المهارات التقنية و الصفات البدنية يكون وفق منحنى خطي تصاعدي .

و عليه أوصى الباحث بضرورة مرافقة برامج التدريب الخاصة بالجوانب البدنية ،  
التقنية و الخطئية ببرامج للتدريب على المهارات النفسية تكون محضرة من طرف  
المختص النفسي وبمشاركة من الإطار الفني للفريق ، إجراء دورات تكوينية لمدربي  
الفرق في معاهد التربية البدنية و الرياضية للتعريف بمدى أهمية الطاقة النفسية  
و دورها في الرفع من مستوى الإنجاز الرياضي للفرق ، إجراء حملات تحسيسية  
و محاضرات نظرية موجهة للاعبين يتم التطرق فيها إلى دور الطاقة النفسية في الرفع  
من مستوى أداء اللاعب من الناحية البدنية و المهارية ، و كذلك التطرق إلى ضرورة  
تواجد الأخصائي النفسي في تدريباتهم و منافساتهم الرسمية ، ضرورة تدعيم الفرق  
بمختص في علم النفس الرياضي و من الأحسن أن يكون ذو خبرة رياضية لتدعيم  
الإطار الفني للفريق.

### الدراسة الثانية:

دراسة عدنان مقبل عون أحمد بعنوان " تأثير تدريب بعض المهارات النفسية على  
الأداء المهاري للاعبين كرة القدم 2008 "

هدفت الدراسة إلى وضع برنامج تدريبي لبعض المهارات النفسية وهي الاسترخاء،  
التصور العقلي، تركيز الانتباه للارتقاء بالأداء المهاري في كرة القدم، والتعرف على  
تأثير برنامج لتدريب المهارات النفسية على المهارات النفسية المذكورة سابقا ومستوى  
أداء المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية وأخرى ضابطة، كما استخدم الباحث القياس القبلي والبعدي للمجموعتين (عينة البحث) التي تكونت من 30 لاعب 15 لكل مجموعة وقد أسفرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى الأداء المهاري لصالح القياس البعدي وتدل هذه الفروق على أثر برنامج تدريب المهارات النفسية في رفع مستوى المهارات الأساسية ومن ثم الارتقاء بالأداء المهاري للاعبين كرة القدم.

### الدراسة الثالثة:

دراسة مروان مصطفى حسن رجب بعنوان "سمات الدافعية وعلاقتها بأداء لاعبي المستوى العالي في كرة اليد" 2002 .

هدفت الدراسة إلى دراسة مستوى أداء لاعبي المستوى العالي في كرة اليد في بعض المتغيرات الدفاعية والهجومية خلال المباريات ودراسة سمات الدافعية المميزة للاعبين المستوى العالي في كرة اليد.

كما قامت الدراسة بتحديد نوعية العلاقة بين سمات الدافعية المميزة للاعبين المستوى العالي والمستوى المحلي في كرة اليد وبعض المتغيرات الدفاعية والهجومية خلال المباريات، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وشملت عينة البحث 150 لاعبا وكانت أهم نتائجه تفوق المستوى المحلي على الدولي في سمات العدوان والضمير الحي، ووجود فروقا معنوية بين المستويين في عناصر الاستكشاف .

### الدراسة الرابعة:

غسان عدنان جميل الكيالي بعنوان: الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالثقة بالنفس وبعض المهارات الأساسية لكرة القدم للناشئين دون 16 سنة .

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الجسمي الحركي و الثقة بالنفس لدى اللاعبين الناشئين دون (16) سنة لكرة القدم.

التعرف على علاقة الذكاء الجسمي الحركي ببعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الناشئين دون(16) سنة لكرة القدم.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة وحالتها الارتباطية أما عينة البحث فيد تم اختيارها من مجتمع البحث الأصلي والبالغ عددها 110 لاعبا يمثلون 05 أندية.

وقد أسفرت النتائج إلى ظهور علاقة ارتباط معنوية بين الذكاء الجسمي - الحركي والثقة بالنفس، و عليه أوصى الباحث بضرورة إعطاء الذكاء الجسمي الحركي أهمية كبيرة عند انتقاء اللاعبين لكرة القدم

### الدراسة الخامسة:

دراسة فارس هارون رشيد تحت عنوان: الذكاء المتعدد وعلاقته بالأسلوب المعرفي تحمل - عدم تحمل الغموض لدى طلبة 2005.

هدفت الدراسة إلى:

-إعداد مقياس الذكاء المتعدد.

-قياس الذكاء المتعدد لدى طلبة الجامعة.

-التعرف على الفروق في الذكاء المتعدد لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور / إناث) .

-التعرف على الفروق في الذكاء المتعدد لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري التخصص (علمي / إنساني) .

حدد الباحث (8) أنواع من الذكاء المتعدد من خلال اطلاعه على الأدبيات والدراسات السابقة ووضع الباحث تعريفا إجرائيا للذكاء المتعدد وكذلك لكل نوع من أنواع الذكاء المتعدد الثمانية وهي: (الذكاء اللغوي والذكاء المنطقي والذكاء الاجتماعي والذكاء الذاتي والذكاء الجسمي ( الحركي) والذكاء الموسيقي والذكاء البصري(الفضائي والذكاء الطبيعي) ، ثم قام الباحث بإعداد الفقرات التي تقيس كل نوع من أنواع الذكاء المتعدد من خلال مراجعة الأدبيات والمقاييس والدراسات السابقة، ومن خلال ذلك أمكن الباحث من صياغة (55) فقرة تمثل مقياس الذكاء المتعدد موزعة على أنواعه الثمانية، وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها خرج الباحث باستنتاجات أهمها،بناء مقياس الذكاء المتعدد لطلبة الجامعة في العراق.

### التعليق على الدراسات:

في ضوء ما سبق تناوله في دراسات سابقة يتضح لنا أن الدراسة الأولى (عدنان مقبل عون أحمد ) تناولت " تأثير تدريب بعض المهارات النفسية على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم هدفت الدراسة إلى وضع برنامج تدريبي لبعض المهارات النفسية وهي الاسترخاء، التصور العقلي، أما الدراسة الثانية (مروان مصطفى حسن رجب) تناولت سمات الدافعية وعلاقتها بأداء لاعبي المستوى العالي في كرة اليد هدفت الدراسة إلى دراسة مستوى أداء لاعبي المستوى العالي في كرة اليد في بعض المتغيرات الدفاعية والهجومية خلال المباريات ، وأما الدراسة الثالثة (غسان عدنان جميل الكيالي ) بعنوان الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالثقة بالنفس وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين دون 16 سنة ،هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الجسمي الحركي و الثقة بالنفس لدى اللاعبين الناشئين دون (16) سنة بكرة القدم، وأما بخصوص الدراسة الرابعة (دراسة فارس هارون رشيد) تحت عنوان الذكاء المتعدد وعلاقته بالأسلوب المعرفي تحمل - عدم تحمل الغموض لدى طلبة وذلك قصد التعرف على قياس الذكاء المتعدد لدى طلبة الجامعة ، اما الدراسة الخامسة ( دراسة حاج احمد مراد) تحت عنوان علاقة مستوى الطاقة النفسية بالعوامل المشروطة للإنجاز الرياضي (البدني، التقني) عند لاعبي كرة القدم ، استهدفت الدراسة



التعرف على نوعية العلاقة بين مستوى الطاقة النفسية و مستوى للياقة البدنية والقدرات  
المهارية عند لاعبي كرة القدم.

أما دراستنا الحالية فقد تطرقت و اتفقت مع الدراسات السابقة في موضوع الجانب  
النفسي و علاقته بالإعداد المهاري إلا أننا عالجنا تأثير الثقة بالنفس على الأداء  
المهاري للاعبي كرة القدم وقد اشتركنا مع الدراسات السابقة عموماً بمنهج البحث،  
المعتمد جلها على المنهج التجريبي.

أما نتائج الدراسات فقد أسفرت جميع هذه الدراسات على أن الجانب النفسي  
بصفة عامة له تأثير سواء أن كان إيجابي على الجانب البدني و المهاري.

وبصفة عامة لقد استفدنا من الدراسات السابقة في صياغة و تحديد أبعاد  
المشكلة و طرق جمع المعلومات.

وعموماً الجديد الذي جاءت به دراستنا الحالية مقارنة مع الدراسات السابقة تطرقنا إلى  
تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبي كرة القدم أصغر 12-14 وهذا ما لم  
تتطرق إليه الدراسات السابقة .

تمهيد:

تعرف المهارة بأنها قدرة الفرد الرياضي على عمل شيء أو أدائه ، وهذا الشيء يمكن تعلمه وأدائه بدقة وفاعلية، وينطبق هذا التعريف على الثقة بالنفس، فهي ليست مجرد صفة نفسية يتصف ويتميز بها رياضي دون الآخر ، ولكنها مهارة نفسية تتأثر بكلا من الإعداد الثقافي الرياضي الذي يتضمن المستوى التنافسي، ومناخ الدافعية، والأهداف الخاصة للبرامج الرياضية ، كما تتأثر أيضا بالسمات المميزة للرياضي كالقيم و الاتجاهات و التوجه التنافسي و العمر.

لذا فهي مهارة نفسية يمكن اكتسابها ، و تحسين و تطوير مستواها ، من خلال الممارسة الرياضية الجادة وإتباع الخطوات العلمية المقننة خلال عملية التدريب ، التي تتيح للرياضي اكتشاف قدراته بنفسه، واكتساب تحمل مسؤولية محاولاته و الإصرار عليها ، وبذل الجهد المطلوب ، و تراكم خبرات النجاح لديه و التوجه نحو الأداء الواصل.

## 1-1- الثقة بالنفس :

إن الكثير منا يعتقد انه يمكن أن يصبح لديه الثقة في النفس عندما يحقق المكسب أو الفوز فقط. وذلك شيء غير صحيح، أننا نستطيع أن نشعر بالثقة حقاً عندما نعتقد أننا نستطيع أن نؤدي بنجاح، فالثقة بالنفس هي توقع النجاح، و الأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن، فالثقة بالنفس لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب، فبالرغم من عدم تحقيق المكسب او الفوز فإنه يمكن الاحتفاظ بالثقة في النفس وتوقع تحسن الأداء.

قبل عام 1954 كان هناك اعتقاد سائد عن عدم إمكانية الجري ميلاً في اقل من 4 دقائق واقتنع معظم لاعبي الجري بأن تسجيل زمن اقل من 4 دقائق شيء مستحيل من الناحية الفسيولوجية لم يقتنع اللاعب "روجر بانستر" بذلك وكان لديه الثقة والتأكد من إمكانية تحطيم هذا الرقم. وقد تمكن من تحقيق ذلك، ثم شهدت السنة التالية أكثر من 12 لاعباً استطاعوا تسجيل أرقام اقل من 4 دقائق لماذا؟ هل بدأ اللاعبون فجأة أسرع من ذي قبل أم تدرّبوا بجهد اكبر من ذي قبل بالطبع ليس كذلك، و إنما الذي حدث هو انه تولد لدى اللاعبين الاعتقاد والثقة في إمكانية تحقيق النجاح وتحسين أرقامهم (رمضان ياسين، 2008، صفحة 25) .

## 1-2- أنوع الثقة بالنفس :

## 1-2-1- الثقة المثلى في النفس :

تعني الثقة في النفس المثلى الاقتناع الشديد انك تستطيع تحقيق أهدافك التي تكافح بجدية من اجل تحقيقها لذلك لا يعني بالضرورة أن يكون أدائك دائماً جيداً، ولكن الشيء الهام يتمثل في أن تحقيق أفضل إمكاناتك وقدراتك فإنك قد تتوقع عمل بعض الأخطاء والقرارات غير الصحيحة وربما تفقد تركيزك أحيانا ولكن الثقة القوية في نفسك سوف تساعدك في التعامل مع الأخطاء ونواحي القصور بفاعلية والاستمرار في الكفاح من اجل النجاح، و الأفراد الذين يظهرن درجة مثلى من الثقة في النفس يصوغون أهدافا واقعية وفقاً لمستوى قدراتهم ، إن كل شخص لديه مستوى امثل من الثقة في النفس ومشكلات الأداء يمكن أن تحدث بسبب قلة الثقة أو زيادتها.

## 1-2-2- ضعف الثقة في النفس :

إن الكثير من الرياضيين لديهم مهارات بدنية للأداء بنجاح، ولكنهم مصابون بفقد الثقة أو ضعف الثقة في قدراتهم لأداء هذه المهارات، وخاصة تحت ظروف الأداء الضاغطة في المباريات أو المسابقات.

فعلى سبيل المثال قد نلاحظ أن احد لاعبي الكرة الطائرة يستطيع أداء الضربة الساحقة بقوة ودقة باستمرار أثناء التدريب، وحدث أثناء المباراة عند أداء أول محاولة للضربة

الساحقة أن ارتدت الكرة في وجهه فبدأ يشك في نفسه وأصبح أكثر تحفظاً وتردداً لأداء الضربات الساحقة التالية، لذلك فقد فاعلية أداء الضربات الساحقة في بقية المباراة. إن الشك في الذات يعوق الأداء و يزيد القلق ويضعف من التركيز و يسبب التردد و يجعل اللعب يركز على نقاط الضعف أكثر من الاهتمام بنواحي القوة.

### 1-2-3- الثقة الزائدة في النفس :

الرياضيون الذين لديهم ثقة زائدة في النفس في الحقيقة يتميزون بالثقة الزائفة بمعنى أن ثقتهم تزيد عن قدراتهم الفعلية و يهبط مستوى أدائهم بسبب اعتقادهم أنهم لا يعدون أنفسهم أو يبذلون الجهد لأداء العمل المطلوب منهم و كقاعدة عامة فان الثقة الزائدة تعتبر مشكلة اقل حدة من مشكلة ضعف الثقة.

ومن المواقف الشائعة للثقة الزائدة (الزائفة)، عندما يحدث أن يتقابل فريقان أو منافسان يختلفون في قدراتهم، حيث يلاحظ أن الفريق أو المنافس الأفضل يقبل على المنافسة بثقة زائدة يكون الإعداد للمنافسة قليلاً واللعب بدون خطة محكمة الأمر الذي يتيح الفرصة للفريق الآخر أن يحقق التقدم في بداية المنافسة و هذا التقدم يكسبه المزيد من الثقة في النفس والتحدي لمواصلة بذل الجهد وتحسين الأداء وتحقيق المكسب أو الفوز.

ونظراً لأن معظم المدربين يشجعون اللاعبين على ضرورة أن يتميزوا بالثقة في النفس و حيث أن بعض اللاعبين يكونون غير راضين عن إظهار عدم الثقة في قدراتهم فإنهم قد يلجأون إلى إظهار الثقة الزائدة كنوع من التعويض لإخفاء مواطن الضعف والشك في قدراتهم (رمضان ياسين، 2008، الصفحات 49-50).

### 1-3- فوائد الثقة بالنفس:

حيث أن الثقة بالنفس تتميز بالتوقع بدرجة عالية للنجاح، فإن ذلك يحقق فائدة لمجالات متعددة هي :

- الثقة بالنفس تثير الانفعالات الايجابية :فعندما تشعر بالثقة،فانك تصبح أكثر هدوءاً واسترخاء في المواقف أو الظروف الضاغطة هذه الحالة العقلية والجسمية تسمح لك أن تتصرف بنجاح في بعض مواقف الأداء الحرجة.
- الثقة بالنفس تساعد على التركيز، عندما تشعر بالثقة فإنه يتوفر لديك صفاء ذهني للتركيز على أدائك الراهن أما عندما تفتقد إلى الثقة فانك تميل إلى القلق حول كيفية أن يكون أدائك جيداً وكيفية تفكير الآخرين في أدائك كما أن زيادة الخوف ومحاولات تجنب الفشل سوف تعوق التركيز وتصبح أداة سهلة لتشتت الانتباه .

- الثقة بالنفس تؤثر في أهداف الأشخاص الذين يتميزون بالثقة في النفس يقترحون أهدافا واقعية و يبذلون كل ما في وسعهم بنشاط من اجل تحقيق ذلك

لأهداف، أما الأشخاص الذين يتميزون بضعف الثقة في النفس فيعانون الخوف من الفشل والشك في قدراتهم ويميلون عادة إلى وضع أهداف سهلة اقل من قدراتهم.

- الثقة بالنفس تزيد الجهد: ما هو مقدار الجهد الذي يبذله شخص ما، و إلى أي مدى لديه المثابرة لتحقيق الأهداف، إن ذلك يعتمد بدرجة كبيرة على مقدار الثقة، فعندما تكون القدرات متساوية بين متنافسين فإذا المكسب عادة يكون من نصيب الرياضيين الذين يتقون في أنفسهم وفي قدراتهم فتلك حقيقة خاصة عندما يكون المطلوب درجة عالية من المثابرة والتحمل مثل مسابقات جري الماراتون، و أداء مباراة تنس 3 ساعات، وتحمل الألم في جلسات التأهيل بعد الإصابة.

- الثقة بالنفس تؤثر في إستراتيجية اللعب : ترتبط الممارسة الرياضية عادة بمفهوم اللعب للمكسب أو عكس ذلك: اللعب لتجنب الخسارة ، و بالرغم من التشابه بين العبارتين ولكنهما يؤديان إلى أسلوبين مختلفين جداً في اللعب، فالرياضيون الذين يتميزون بالثقة يميلون إلى اللعب لتحقيق المكسب، و هم عادة لا يخافون المحاولة والمبادرة ولهم سيطرة واستفادة من ظروف المنافسة، أما إذا كان الرياضيون يفتقدون إلى الثقة فإنهم يميلون إلى اللعب لتجنب الخسارة، وخوفاً من الفشل ويكونون مترددين ويحاولون تجنب حدوث الأخطاء.

- الثقة بالنفس تؤثر في تدعيم الطلاقة النفسية ، و هي أفضل حالة من الاستعداد النفسي يتميز بها الرياضي وتمكنه من تحقيق أفضل خبرة ممارسة رياضية، و تمثل الثقة بالنفس احد إن لم تكن أهم مصادر التعبئة النفسية الايجابية التي تؤدي إلى حالة الطلاقة النفسية (محمد، 2004، الصفحات 44-46).

#### 1-4- نظريات الثقة بالنفس:

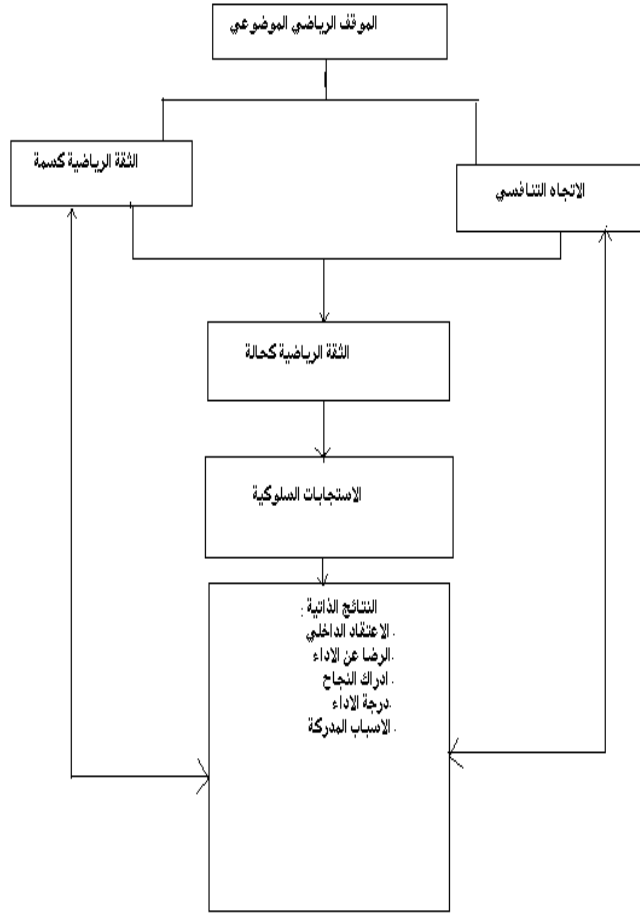
- اهتم روبن فيالي robin.s.vealy في بناء نموذجها للثقة بالنفس في المجال الرياضي على ثلاثة نظريات هي:
  - نظرية باندورا (bandora) لفعالية الذات
  - نظرية هارتر (harter) لدافعية الكفاية
  - نظرية نيكولز (NECHOLLS) لإدراك القدرة (محمد، 2004، صفحة 50)
- وفي ضوء هذه النظريات عرفت مفهوم الثقة الرياضي بأنه: "درجة التأكد أو الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة "
- وعلى هذا تتناول هذه النظريات الثلاث بشيء من البيان، لإيضاح علاقتها بمفهوم الثقة الرياضي و الأساس النظري لبناء الثقة الرياضية



- تعتبر الثقة بالنفس من سمات الشخصية الهامة في المجال الرياضي ، نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين

ولهذا كان لدى علماء علم نفس الرياضة بصفة تقليدية ، تبني لثلاثة مداخل في دراسة الثقة بالنفس في المجال الرياضي ، وهي نظرية فعالية الذات لباندورا سنة 1977 و التي تستخدم التنبؤ بالسلوك لقياس توقعات الفعالية و التركيز على النجاح المتكرر للفرد خلال مشاركاته ، ونظرية إدراك الكفاية لهارتز سنة 1978 التي حاولت أن تكييفها لإدراك الكفاية في المجال الرياضي للتنبؤ بسلوك الانجاز ، ونظرية إدراك القدرة لنيكولز سنة 1980 والذي ميز بين توجه الفرد الرياضي نحو الذات و توجهه نحو المهمة ، و إدراكه لقدرته

وقد ساهمت هذه النظريات بقدر كبير من الأفكار للإطار المرجعي لعلم النفس الرياضي ، ساعد روبن فيالي عام 1986 على بناء نموذج نظري لمفهوم الثقة بالنفس يقوم على التفاعل الداخلي بين مكوناته ، ونوع النشاط الرياضي ، والتميز بين سمات وحالات الشخصية ، و العلاقة المتبادلة بين السلوك ، و الفروق الفردية بين الرياضيين ، والتي يوضحها الشكل التالي:



شكل رقم (01) يبين : التفاعل الداخلي بين مكوناته ، ونوع النشاط الرياضي ، والتميز بين سمات وحالات الشخصية و العلاقة المتبادلة بين السلوك ، و الفروق الفردية بين الرياضيين.

## 1-5-1- خصائص الفئة العمرية (12-14) سنة:

## 1-5-1-1- النمو الجسمي:

يتميز هذا النمو في بداية المراهقة بعدم الانتظام والسرعة فهناك ارتفاع مطرد في قامته واتساع منكببية , اشتداد في عضلاته , واستطالة ليديه وقدميه , وخشونة صوته والطلائع الأولى للحية والشرب من الشعر الذي يوجد في مواضع مختلفة من جسمه علاوتا على الإفرازات المنوية والى جانب التغيرات الفيزيولوجية كانخفاض معدل النبض بعد البلوغ والارتفاع للضغط الدموي وانخفاض استهلاك الجسم للأكسجين , الشعور بالتعب والتخاذل وعدم القدرة على بذل المجهود البدني الشاق , وتصاحب هذه التغيرات الاهتمام الشديد للجسم , والشعور بالقلق نحو التغيرات المفاجئة للنمو الجسمي والحساسية الشديدة للنقد مما يتصل بهذه التغيرات محاولات المراهق التكيف معها .

## 1-5-2- النمو العقلي:

الوظائف العقلية المختلفة التي تنظم البناء العقلي للطفل يغشاها التغير والنمو وذلك كلما تقدم الطفل في مرحلة العمر المختلفة حتى يصل إلى مرحلة المراهقة ونجد هذه التغيرات المتمثلة واضحة للعيان في هذه الفترة , في كل الوظائف العقلية ولاشك أن النمو العقلي للمراهق يعتبر عاملا محددًا في تقدير قدراته العقلية ويساعد هذا على أن يفهم المراهق نفسه أو يستفيد بما ينظم شخصيته من ذكاء وقدراته عقلية مختلفة ومن السمات الشخصية والاتجاهات والميول.....الخ.

كما أن هذا النمو يساعد من يقوم على تنشئة المراهق بتنشئة بشكل سليم يتفق وما لديه من هذه الإمكانيات الشخصية ومن إبراز مظاهر النمو العقلي في مرحلة المراهقة أن الذكاء يستمر ولكن لا تبدو فيه الطفرة التي تلاحظ على النمو الجسمي بل يسير النمو بالنسبة للبناء العقلي للمراهق بهدوء , ويصل الذكاء إلى اكتمال نضجه في ما بين سنة (15-18 سنة) وذلك بالنسبة لغالبية أفراد المجتمع أما المتفوقين والأذكياء فان نسبة ذكائهم تتوقف فيما بين سن (20-21 سنة) ولكن بالرغم من توقف نسبة الذكاء في هذا السن إلى أن هذا لا يمنع الإنسان من التعلم والاكساب فهو يكسب خبرات جديدة طوال حياته .

كما ينمو الإدراك والانتباه والتذكر والتخيل والتفكير.....الخ . وتزويد القدرة على التخيل ويظهر الابتكار, ويميل المراهق إلى التعبير عن نفسه وتسجيل ذكرياته في مذكرات خاصة به , كما يبدو هذا في اهتمامه لأنشطة مختلفة (مجدي احمد محمد عبد الله، 2003، صفحة 256) .

### 1-5-3- النمو الانفعالي:

تعتبر مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة الاستقرار والإثبات الانفعالي, ولذلك طلق عليها مرحلة الطفولة الهادئة, في بدايتها يبرز الميل للفرح وتنمو لديه الاتجاهات الوجدانية ومظاهر الثورة الخارجية, ويتعلم كيف يتنازل عن حاجته العاجلة التي تغضب والديه.

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة تمثيل الخبرات الانفعالية مربها الطفل ونلاحظ لديه بعض الأعراض العاطفية , وإذا ما تعرض الطفل في هذه المرحلة إلى الشعور بالخوف وعدم الأمن .

لقد قرر كثير من العلماء النفس أن المراهقة تنقسم بالتوتر الانفعالي والقلق والاضطراب أو هي فترة ستم بتقلبات انفعالية عنيفة تتحد ملامحها بالثورة والتمرد على الوالدين والمحيطين به , تذبذب بين الانفعالي الشديد والتبذد أو الهدوء الزائد التناقص الواضح في انفعالاته بين الفرح والحزن والانقلاب والتهيج . وتفسير ذلك انه في مرحلة المراهقة يكون الفرد قد انتقل جزئيا من حياة الطفولة ودخل جزئيا إلى مرحلة أخرى هي حياة الراشدين.

وتبعاً لمفهوم الكبار وملاحظاتهم فان التعبير الانفعالي عند المراهقين دائما ما يكون غير ملائم , فهو تعبير يتسم بأنه شديد وكثيف , فالمثير البسيط الخفيف يثير فيهم عاطفة مدوية من الضحك او ثورة صاخبة من الغضب ولقد وصف " HURLOCK " انفعالات المراهقين كالأتي :

- عدم الثبات الانفعالي وقلة دوامها .
- عدم الضبط أو نقص القدرة على التحكم في انفعالاته بشكل واضح .
- الشدة والكثافة.

- نمو عواطف نبيلة مثل الوطنية والولاء والوقار , وكذلك نمو نزعات دينية صوفية (هدى محمد قتاوي ، صفحة 19).

#### 1-5-4- النمو الاجتماعي:

يأخذ النمو الاجتماعي في هذه المرحلة شكلا مغايرا لما كان عليه في فترات العمر السابقة فبينما نلاحظ اضطراب النمو الاجتماعي للطفل منذ ولادته , ومنذ ارتباطه في السنوات الأولى بالأم بالذات التي تتمثل فيها جميع مقومات حياته ..... فهي مصدر غذائه ومصدر أمانه وراحته هي الملجأ الذي يحتضنه بمعنى أدق هي الدنيا كاملة بالنسبة له , ثم اتساع دائرة الطفل الاجتماعية لتشمل الأفراد الآخرين في الأسرة ثم الأقارب وأطفال الجيران. وهكذا إلا أن هذه العلاقات جميعها تكون داخل الدائرة الاجتماعية التي تمثل الأسرة وارتباطاتها ولا يخرج الطفل عن هذه الدائرة الاجتماعية التي تمثل الأسرة وارتباطاتها ويخرج الطفل عن هذه الدائرة لكون نفسه ارتباطات خاصة نطاق الأسرة إلا في فترة المراهقة.

وحتى عندما يخرج الطفل خارج البيت ليلعب مع أطفال الجيران, نجد أن صلة البيت تظل موجودة باستمرار حتى أثناء لعبه, فأبي شجار يحدث بين الأطفال إنما يحسبه الكبار.... الأب أو الأم وغيرها من الكبار من الأفراد الأسرة, وعند أي اعتداء يقع على الطفل, فانه يهرع إلى البيت شاكيا , وتنتهي المشكلة بمجرد أن تتردد الأم على كتفيه , أو تأخذه في أحضانه.

تتكون علاقات موضوع جديد تربط المراهق بغيره وجماعات معينة يشبه ويزداد ولائه لها، وتكون هذه العلاقات والارتباطات في العدة وهذا على حساب اندماجه بالأسرة وإحساسه بالامن والراحة.

تقوى رغبة المراهق في الاستقلال والتحرر من سلطة الأبوين والكبار عموما ، كما نريد رغبة في أن يعمل معاملة ، الشخص الكبير ، وثم يجب أن يصر على معاملته للكبار على معاملة للأطفال ويزيد من لحوته إلى الجماعات الأخرى التي تؤكد ذاته . وتعامله على المساواة من انتمائه إليها .

وهناك خصائص اجتماعية بارزة تميز المراهق ،يوجد فرد يمثل فيه صفات الزعامة والمثل العليا وهذا هو سن تسمية هذه المرحلة : مرحلة المراهقة - مرحلة عبارة الأبطال

### 1-5-5- النمو الجنسي:

-من أهم التطورات التي تظهر على المراهق يوجد في موقف خطرا أو انه يمشي بخطوات سليمة وحذرة للخروج من هذه المرحلة التي يبدأ فيها العمل الغريزي الجنسي . وهنا يظهر على المراهق نوع من الميل إلى التحميل قصد لفت انتباه إلى الجنس الآخر وهو بذلك في بحث الدائم عن رفيق في الجنس الآخر ، وهذا هو أصعب الأمور لان الغرض هو التلذذ والظهور ، وليس الغرض قصد آخر وهذه الغريزة هي التي تجعله يندفع وراء الانفعال و سلوكات غير مستحبة لا عند المجتمع ولا عند

الطرف الآخر ، ونتيجة الحتمية إن المراهق يقع في حالة الرفض للكتابة فيظهر في شكل آخر التزامات الديني ونبذ المجتمع وبالأحرى الجنس الآخر وأما الهروب إلى بعض التعرضات الجنسية كالاستمتاع أو ربما إلى البحث عن اللذة مغاير المطهر متطابقة المضمون.

### 1-6- مميزات المرحلة العمرية (12-15 سنة)

تعتبر هذه مرحلة المراهق مرحلة متداخلة ، لأن الفرد لا يكون فيها طفلا ولا راشدا حيث يسعى الفرد بذلك للوصول إلى تبني سلوك الراشد الناضج ويرفض سلوك الطفل وحتى يعود بعد جولته من سلوك المرهقين إلى المجتمع الذي يعيش فيه وبذلك يستطيع أن يناقش ليرفض أو يقبل الفهم والاتجاهات السائدة بغية الوصول إلى الكمال والرشد.

يرى " AHADFIELD " أن المراهقة مرحلة عدم الاستقرار الانفعالي وذلك راجع إلى عامل قيد الجنسي في نظره هي فترة انتقالية من الحالة الاجتماعية الحيوية حيث يحدث فيها تغيرات في الوجبات والمسؤوليات والحقوق بسبب التغيرات الجسمية والبيولوجية مما تؤدي إلى التغير في الدور الذي يلعبه الفرد في المجتمع في العلاقات بيته وبين غيره (محمد نعيمة محمد ، 2002، صفحة 70).

وعليه نجد أن المراهق ينمي في نفسه اتجاهات جديدة تميزه فكرته عن نفسه ، واتجاهات والديه وزملائه ومن يكبرونه ، واتجاهات مميزة نحو الأمانى والأهداف فهي تعتبر فترة إعادة تنظيم للشخصية التغيرات العنيفة في الاتجاهات والميول والسمات



عند الفرد في هذه المرحلة (مجدي احمد محمد عبد الله ، 2003 ، الصفحات 258-259) .

#### خلاصة:

تعتبر الثقة بالنفس هامة جداً لارتباطها بقيمة الذات وتقدير الرياضي لنفسه، فتقدير  
وقيمة الذات للرياضي تحتل أهمية كبيرة إن لم تكن الأهم في خطة الإعداد النفسي  
للرياضي، فهي تمثل المفهوم النفسي الأساسي الذي يجب أن يؤخذ دائماً في الاعتبار  
إذا أردنا تدريب اللاعبين بنجاح خصوصاً المرحلة العمرية الخاصة بالناشئين الممتدة  
من 12-14 سنة.

## تمهيد:

إن تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم هي مكسب للاعبين من اجل إبراز مواهبهم الفنية و الجسمية و البدنية و غيرها ، حيث أن اللاعبون يمرون من مرحلة الكسب إلى مرحلة الانتقاء لخبرات حيث يصبح شخصا واقعا عمليا و يصبح يميل إلى قوة المنافسة. و تعلم المهارات ليس هدفا بحد ذاته و إنما هي وسيلة لتنفيذ خطط اللعب، فكل خطة تتطلب مهارة أساسية أو أكثر لتنفيذها لذلك فإن إتقان المهارة ضروري لنجاح الخطط و هذا يساعد اللاعب أن يلاحظ بدقة زملائه أو خصمه في الملعب و أن يتصرف تصرفا سليما أثناء المباراة و أن متطلبات اللعب المعاصر تضع اللاعب ضرورة قصوى لتحقيق مستوى تكتيكي متقدم لأنها الأساسية لتحقيق الإنجاز في مباراة كرة القدم.

2-1- كرة القدم:

2-1-1- التعريف اللغوي:

كرة القدم « Football » هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بـ الرغبي أو كرة القدم الأمريكية.

2-1-2- 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" (رومي جميل، 1986، الصفحات 50-52) .

2-2- قوانين كرة القدم:

القانون الأول: ملعب كرة القدم

\* الأبعاد: يجب إن يكون ملعب كرة القدم مستطيلا ويجب إن يكون خط

التماس أطول من خط المرمى ويكون أبعاد المباريات الدولية

الطول: الحد الأدنى 100 م - الحد الأقصى: 110م

العرض: الحد الأدنى 64 م - الحد الأقصى 75 م

ويبلغ ارتفاع المرمى 2.44متر وطوله 7.32 متر (الرابطة الوطنية لكرة القدم).

القانون الثاني: الكرة

كروية الشكل ، غطاءها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71 سم ولا يقل عن 68 سم  
أما وزنها لا يتعدى 453 غ ولا يقل عن 359 غ

القانون الثالث: مهمات اللاعبين

لا يسمح لأي لاعب إن يلبس أي شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر

القانون الرابع: عدد اللاعبين

تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 لاعب داخل الميدان و 07 لاعبين احتياطيين.

القانون الخامس: الحكام:

يغير صاحب السلطة لمزاولة قوانين اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه.

القانون السادس: مراقبوا الخطوط.

يعين للمباراة مراقبا للخطوط وواجبهما إن يبينا خروج الكرة من الملعب، ويجهازان برأيات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة (علي خليفي وآخرون ، 1987 ،  
صفحة 255).

**القانون السابع: التخطيط**

يجب إن يخطط الملعب بخطوط واضحة لا يزيد عرضها عن 12 سم يبين وسط الميدان بعلامة مناسبة وترسم حولها دائرة قطرها 9.10 م

**القانون الثامن: منطقة المرمى**

عند كل نهايتي الملعب يرسم خطان عموديان على مسافة 05.50 م من كل قائم ويوصلان بخط موازي وتسمى بمنطقة المرمى

**القانون التاسع: منطقة الجزاء**

عند كل من نهايتي الملعب يرسم خطان عموديان على مسافة 16.50 م ، توضع علامة مناسبة على بعد 11 متر تسمى علامة ركل الجزاء ومن كل علامة ركلة جزاء يرسم خارج منطقة الجزاء قوس دائري قطره 9.15 متر.

**القانون العاشر: منطقة الركنية:**

من قائم كل راية ركنية يرسم داخل الملعب ربع دائرة نصف قطرها 50سم

القانون الحادي عشر: المرمى

يوضع المرمى في المنتصف على مسافتين متساويتين من قائمين راتب الركنية وعلى مسافة 7.32 من بعضها ويوصلان بعارضة أفقية على ارتفاع 2.44 متر (مفتي إبراهيم ، 1999 ، الصفحات 267-269) .

القانون الثاني عشر: التسلل

يعتبر اللاعب متسلل إذا كان اقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة

القانون الثالث عشر: الأخطاء وسوء السلوك.

يعتبر اللاعب مخطئا إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

- ركل أو محاولة ركل الخصم
- عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاع باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه
- دفع الخصم بعنف أو بحالة خطيرة
- الوثب على الخصم
- ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد
- مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع

- يمنع لعب الكرة باليد إلا حارس المرمى

- دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه .

#### القانون الرابع عشر: الضربة الحرة

حيث تنقسم إلى قسمين: مباشرة: وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخطئ مباشرة ، غير مباشرة: وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر

#### القانون الخامس عشر: ضربة الجزاء

تضرب الكرة من علامات الجزاء وعند ضربها يجب إن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء.

#### القانون السادس عشر: رمية التماس

عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس

#### القانون السابع عشر: ضربة المرمى

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدا الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق الخصم.

## القانون الثامن عشر: التهديف

يحتسب الهدف عندما تجتاز الكرة بأكملها فوق خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة، الفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف أثناء المباراة يعتبر فائزاً

## القانون التاسع عشر: الركلة الركنية

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى في الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها لاعب في الفريق المدافع فإنه يقوم احد لاعبي الفريق المهاجم بلعب الركلة الركنية، أي يضع الكرة داخل ربع دائرة منطقة الركنية ثم تركل من هذا الموضع، يجوز تسجيل هدف مباشرة من هذه الركلة، يجب على لاعبي الفريق المضاد عدم الاقتراب من موضع الكرة في ركلة الركنية أقل من مسافة 9.15 متر (مفتي إبراهيم ، 1999، الصفحات 267-306) .

## 2-3- مدارس كرة القدم :

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بأنها تتأثر تأثيراً مباشراً من اللاعبين الذين يمارسونها ، وكذلك الشروط الإجتماعية والإقتصادية والجغرافية التي نشأ فيها .

وفي كرة القدم نميز المدارس التالية :



1- مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا، المجر، التشيك).

2- المدرسة اللاتينية.

3- مدرسة أمريكا الجنوبية (عبد الرحمان عيساوي ، 1980، صفحة 72).

#### 2-4- صفات لاعب كرة القدم:

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة ، تلائم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ومن هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم ، وهي الفنية و الخططية والنفسية والبدنية ، واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا ومهاريا عاليا والتعدادات النفسية إيجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة والنقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر .

سنركز في بحثنا هذا على متطلبات اللعبة البدنية اعتمادا على معلومات وإحصائيات جمة في الميدان الكروي من خلال دراسات متعددة ، تظهر التغيرات الفيزيولوجية المقاسة بدقة قبل المباراة والتمرينات أو أثنائهم أو بعدهم .

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات

، فإن التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والإحصائيات المهمة (موفق مجيد المولى ، الصفحات 9-10).

#### 2-4-1- الصفات البدنية:

من مميزات كرة القدم أنّ ممارستها في تناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني ، ولئن إعتقدنا بأنّ رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية ، جيد التقنية ،ذكي، لا تتقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا نندش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لنتحقق من أنّ معايير الإختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية ، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماهر يجيد المراوغة على خصمه القوي الحازم الشريف المخدوع بحركات خصمه غير المتوقعة ، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم .

ويتطلب السيطرة في الملعب على الإرتكازات الأرضية ، ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل إنتقاط الكرة ، والمحافظة عليها وتوجيهها بتناسق عام وتام (محمد رفعت ، 1998، صفحة 99 ) .

## 2-4-2- الصفات الفيزيولوجية :

تتحدد الإنجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخططية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والإجتماعية، وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للآعب إذا كانت المعرفة الخططية له قليلة ، وخلال لعبه كرة القدم ينفذ اللآعب مجموعة من الحركات مصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة وارد من وقت إلى آخر، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى، وتحقق الظروف المثالية فإنّ هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللآعب البدنية .

والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

- القابلية على الأداء بشدة عالية .

- القابلية على أداء الركض السريع .

- القابلية على إنتاج قوة (القدرة العالية ) خلال وضعية معينة.

إنّ الأساس في إنجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات ، يندرج ضمن

مواصفات الجهاز الدموي التنفسي ، وكذلك العضلات المتداخلة مع الجهاز العصبي

ومن المهم أن نذكر أنّ الصفات تحدد عن طريق الصفات الحسية ولكن تحسين كفاءتها (موفق مجيد المولى ، صفحة 66).

عن طريق التدريب وفي أغلب الحالات ، فإنّ اللاعبين المتقدمين في كرة القدم يمتلكون قابلية عالية في بعض الصفات البدنية فقط ، ولهذا فإنّ نجاح الفريق يعتمد على إختيار إستراتيجية اللعب التي توافق قوة اللاعبين.

### 2-4-3- الصفات النفسية :

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصفات النفسية نذكر ما يلي :

#### أ/ التركيز :

يعرف التركيز على أنه " تضيق الإنتباه ، وتثبيته على مثير معين أو الإحتفاظ بالإنتباه على مثير محدد" ، ويرى البعض أنّ مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي : (المقدرة على الإحتفاظ بالإنتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الإنتباه ) .

## ب/ الإنتباه :

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة ، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار ، ويتضمن الإنتباه والانسجام والإبتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد إنتباهه ، وعكس الإنتباه هو حالة الإضطراب والتشويش والتشتت الذهني (يحي كاظم النقيب، 1990، صفحة 384) .

## ج/ التصور العقلي:

وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء ، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية ، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن لمح إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب .

## د/ الثقة بالنفس :

هي توقع النجاح ، والأكثر أهمية الإعتقاد في إمكانية التحسن، ولا تتطلب

بالضرورة تحقيق المكسب

فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الإحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء (أسامة كامل راتب ، 2000، صفحة 117 ) .

و/ الاسترخاء :

هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانفعالية بعد القيام بنشاط ، وتظهر مهارات

اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر .

## 2-5- مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية

### 2-5-1- مفهوم المهارة:

لفظ مهارة SKILL يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة.

هناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية cognitive skill مثل: الحساب، الجبر، الهندسة.

- مهارات إدراكية perceptual skill مثل: مهارات إدراك أشكال معينة.

- مهارات حركية motor skill مثل: المهارات الرياضية.

### 2-5-2- تعريف المهارة الحركية الرياضية:

- تعرف المهارة الحركية الرياضية أيضا أنها " مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن".

### 2-6- خصائص المهارة الحركية الرياضية:

2-6-1- المهارة تعلم: المهارة تتطلب التدريب والتحسين بالخبرة.

التعلم يعرف عادة بأنه : " التغيير الدائم في السلوك والأداء بمرور الوقت" ويجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا ونحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح قد حدث بالصدفة.

**2-6-2- المهارة لها نتيجة نهائية:**

نعني بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء، وبالقطع فإن هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه " النتائج المحددة سالفا للأداء".

**2-6-3- المهارة تحقق النتائج بثبات:**

نعني بذلك أن تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من أدائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية تقريبا (مفتي إبراهيم حماد، 2002، الصفحات 13-14).

**2-6-4- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية:**

وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق وتجانس وانسيابية وتوقيت سليم، وبسرعة وببطء طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها، فالمبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الأداء دون تحقيق نجاح في الأداء الماهر لكن اللاعبين الذين يتميزون بالخبرة سوف يكونوا قادرين على الأداء بإنفاق الطاقة الضرورية فقط لانجازي الأداء الصحيح وبفاعلية.



## 2-6-5- مقدره المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها:

اللاعبون واللاعبات المهرة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام المهارة في مواقف التنافس المختلفة ويستطيعون اتخاذ قرارات وتنفيذها بفاعلية، فالمهارة ليست فقط مجرد أداء فني جيد للحركات ولكن تعني أيضا المقدره على استخدام هذا الأداء بفاعلية في التوقيت المناسب.

## 2-7- تصنيف المهارات الحركية الرياضية

يجب على المدربين والمعلمين حتى الأفراد الرياضيين أنفسهم أن يتعرفوا على تصنيف المهارات المختلفة حتى يتمكن كل منهم من تحليل الخصائص المختلفة التي يجب أن توضع في الاعتبار عند تعلمها والتدريب عليها وكذلك تحديد الأهمية النسبية للأساليب المؤثرة في إتقانها ومن ثم تحديد طرق التدريب عليها.

صنف سينجر 1982 singer المهارات طبقا للمحددات الرئيسية التالية:

- أجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة.

- فترة دوام أداء المهارة.

- المعارف المشاركة في أداء المهارة.

- التغذية الراجعة المستخدمة في أداء المهارة (مفتي إبراهيم حماد، 2002، صفحة

(15).

## 2-8- مفهوم المهارات الأساسية

المهارات الأساسية في كرة القدم هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء، يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص. وهي بهذا الشكل تعتمد أساساً على الحركة وتتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

### 2-8-1- تقسيم المهارات الأساسية:

#### 2-8-1-1- المهارات الأساسية بدون كرة:

##### الجري وتغيير الاتجاه:

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإقطاع وتمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم والعكس طوال زمن المباراة وهذا الأمر يستدعي من اللاعبين إجادة الجري والتدريب عليه، والجري بدون كرة للاعب كرة القدم يكون بخطوات قصيرة لكي يحتفظ بتوازنه باستمرار والتحكم في الكرة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسهولة، وتختلف المسافة التي يتحرك فيها اللاعب بالجري بدون كرة سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة

متوسطة لمسافات تتراوح ما بين 5- 30 م ويكون غالبا هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق بالكرة والوصول إليها قبل أن تصبح في متناول الخصم.

و لما كانت المسافة التي يقطعها لاعب كرة القدم طوال زمن المباراة تتراوح ما بين (5-7كلم) وقد تستغرق مدة الجري أحيانا حوالي 6 دقائق دون توقف فإن ذلك يستدعي من اللاعب أن ينظم نفسه على خطوات الجري وكيفية استنشاقه للأكسجين وتنظيم عملية التنفس، ويجب على اللاعب أيضا أن يراعي قصر وسرعة خطواته أثناء الجري مع انثناء خفيف في الركبة بدون تصلب وخفض مركز ثقل الجسم حتى يكون قريبا من الأرض إلى حد ما، مع تحرك الذراعين بجوار الجسم وبذلك يمكن للاعب أن يحافظ على اتزانه أثناء الجري مع القدرة على تغيير الاتجاه في أي لحظة يريدتها اللاعب وبالسرعة المطلوبة.

#### \* الوثب(الارتقاء):

يعتبر اللاعب الذي يتمتع بالقدرة على الوثب عاليا أكثر من منافسه نو ميزة تكتيكية وتكنيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس وتوضح هذه القدرة في الوثب عاليا أمام المرمى بغرض إحراز هدف في مرمى الخصم أو محاولة المدافع منع المهاجم من إحراز هذا الهدف بالوثب عاليا مسافة أعلى منه واستخلاص الكرة بالرأس قبل أن تصل إلى المنافس.

وهذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الارتقاء للاعب كرة القدم مع التوقيت السليم، والهبوط المناسب ويكون ذلك الارتقاء إما برجل واحدة أو بالرجلين معا مع ملاحظة عدم رفع الرجل الحرة أثناء الارتقاء والوثب الأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس، ويلاحظ أن الوثب عاليا مع الاقتراب والجري أفضل للاعب الكرة من الوثب من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللاعب الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عاليا، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عن طريق تدريجات المرونة والإطالة والرشاقة.

#### \* الخداع والتمويه بالجسم:

تعتبر هذه المهارة من المهارات التي يجب أن يجيدها اللاعب المدافع والمهاجم على حد سواء مع القدرة على أدائها باستخدام الجسم والجذع والرجلين والنظر، وهذا يتطلب من اللاعب قدرا كبيرا على الاحتفاظ بمركز الثقل بين القدمين والتمتع بقدر كبير من المرونة والرشاقة والتوافق العضلي العصبي وقدرة كبيرة على التوقع السليم والإحساس بالمسافة والزمن والمكان الذي يقوم به اللاعب أثناء الخداع (حسن السيد أبو عبدو، 2002، الصفحات 27-28-41-43).

## 2-1-8-2- المهارات الأساسية القاعدية بالكرة:

التمرير:

- تعريف التمرير:

التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب).

إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزعزع ثقة الفريق المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطا وثيقا بالسيطرة على الكرة، ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير، بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير كالتالي:

أ- التمرير الأمامي: يعتبر التمرير للأمام هو مفتاح التمرير الخططي فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة إلى أنه يساعد على التخلص من الكثير من المدافعين

ب - التمرير العرضي : أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغيير اتجاه اللعب أو يستطيع التمرير للأمام.

ج- التمرير للخلف: أما آخر خيار أما اللاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس وينبغي التدرج في تعليم التمرير للناشئ كالآتي:

- التمرير بعد إيقاف الكرة (بعد أكثر من لمسة) بدون منافس.

- التمرير بعد إيقاف الكرة بوجود منافس سلبي.

- التمرير تحت ضغط المنافس من خلال التقسيمات المصغرة.

وعند التدريب على مهارات التمرير يراعى التركيز على متابعة الناشئ لمواقف اللعب المتغير والتحركات الخاصة بالزملاء والمنافسين وفي أماكن اللعب التي يتم منها الأداء الخططي وذلك قبل أن تأتي الكرة إليه. كما أنه من الضروري تعود الناشئ على اختيار الزميل المناسب لتنفيذ الأداء الخططي عند التمرير وأن يكون التمرير من خلال موقف ملائم يضمن نجاحه، بمعنى أن لا يتعرض مسار الكرة الممررة للزميل أي منافس يغير من هذا المسار فتصل بعيدة عن الزميل وفي مكان يسهل فقد الكرة،

وأيضاً عند التدريب يراعي التنبيه باستمرار لدى الناشئين بأهمية استخدام نوع التمير المناسب للموقف أي ما يضمن الدقة والأمانة لوصول الكرة للزميل بالإضافة إلى اختيار الناشئ للحظة المناسبة لأداء التمير وقد يكون متأخراً فيضغط عليه المنافس مما يؤدي إلى صعوبة الأداء وإعطاء الفرص للمدافعين وتغطية مساحات كانت خالية وتصلح للتمير، كما لا بد أن لا يكون التمير أسرع من اللازم وقبل أن يكون الزميل مستعداً لاستقبال الكرة، وأيضاً أن يستخدم الناشئ القوة، اللازمة لوصول الكرة لمكان الزميل وبما يمكنه لاستحواذ عليها أو تصويبها أو تمريرها وأن تكون في المساحة الخالية دون أن تبعد عنها قبل وصول الزميل (إبراهيم شعلان - محمد عفيفي، 2001، الصفحات 57-58).

### استقبال الكرة:

#### - تعريف:

استقبال الكرة هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات والمستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو المنخفضة الارتفاع أو المرتفعة، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتاً دقيقاً للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة

بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المهاجم والمدافع بدرجة كبيرة من الإتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب.

## 2-9- مبادئ عامة يجب أن تراعى أثناء السيطرة على الكرة:

هناك مبادئ وأسس عامة يجب على اللاعب أن يتبعها أثناء قيامه بالسيطرة على الكرة وهي ضرورة سرعة التحرك للسيطرة على الكرة ولنجاح ذلك يجب أن يتبع التالي:

- أن يقوم اللاعب بوضع جسمه في الاتجاه المباشر لمكان استقبال الكرة.
- التحرك بسرعة في اتجاه الكرة وليس انتظار وصولها إليه خصوصا في المواقف التي يكون فيها الخصم قريبا من اللاعب.
- الإهتمام بتوازن الجسم أثناء السيطرة على الكرة مع شدة الانتباه والتركيز في مهام ابتعاد الكرة عن اللاعب بعد السيطرة عليها.
- أن يقرر بسرعة وفي وقت مبكر أي جزء من أجزاء الجسم سوف يستخدمه في السيطرة على الكرة.



- ضرورة استخدام أكبر مسطح من الجسم للسيطرة على الكرة دون حدوث أي أخطاء فنية لحظة السيطرة على الكرة.

- يجب على اللاعب قبل استلامه للكرة والسيطرة عليها أن يكون قد اتخذ القرار السليم في حسن التصرف في الكرة حسب مقتضيات الظروف المحيطة بالوقت أثناء المباراة.

- يجب مراعاة استخدام جزء من الجسم الذي يقوم بالسيطرة على الكرة مع مراعاة سرعة تحرك الكرة أثناء السيطرة عليها.

- عدم ابتعاد الكرة من اللاعب الذي يقوم بالسيطرة عليها أكثر من اللازم خزفا من حصول الخصم عليها (حسن السيد أبو عبدو، 2002، الصفحات 115-116).

وغالبا ما يستخدم إيقاف الكرة بباطن القدم في السيطرة على الكرة المتدحرجة، إذ أن الجسم يكون في هذه الحالة آخذا وضع ضرب الكرة بباطن القدم في نفس الوقت مما يمكن اللاعب من ركل الكرة بباطن القدم بسرعة، وخاصة أن أسلوب اللعب الحديث يقتضي من اللاعب ذلك (حنفي محمود مختار ، 1997، صفحة 54).

## الجري بالكرة:

عندما يجري اللاعب بالكرة فإن هذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات والمعارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح على تسمية هذه المهارة " بالجري بالكرة" حيث أن اللاعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بالجري، غير أنها في بعض الأحيان تؤدي بالمشي، وخاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية " خطوية".

ولتنفيذ هذه المهارة فإن اللاعب غالبا ما يستخدم إحدى أجزاء القدم وأحيانا يجري بالكرة مستخدما الفخذ أو الفخذين معا، وقد يجري بالكرة مستخدما رأسه، غير أنه عندما يستخدم الفخذ أو الرأس فإننا نفضل التعبير عن ذلك بعبارة " تنطيط بالكرة" فلا يجري اللاعب بالكرة برأسه أو فخذه لمسافة كبيرة حيث لا يساعده ذلك على مجاراة سرعة وظروف اللعب أو اللاعبين، لذلك فإن اللعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بإحدى أجزاء القدم

ويرى البعض أن البدء في تعليم اللاعب الناشئ الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الداخلي والخارجي بعد ذلك فقط يمكن البدء في تعليمه الجري بوجه القدم وسن القدم.

وتعليم مهارة الجري بالكرة بأي جزء من الأجزاء يجب أن يمر بالخطوات التالية:

- أداء المهارة من المشي باستخدام كرة طبية ثم بكرة عادية.
- أداء المهارة من الجري الخفيف بكرة عادية .
- أداء المهارة مع زيادة سرعة الجري .
- أداء المهارة من الجري العادي والمرور بين كرات طبية أو أرماع.
- أداء المهارة مع تغيير السرعات.

### المراوغة:

#### - تعريف المراوغة:

هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدماً بعض حركات الخداع التي يؤديها إما بجذعه أو بقدميه، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية.

والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم، لذلك يجب أن يجيدها المهاجم والمدافع على حد سواء مع احتفاظ كل لاعب بأسلوبه المميز في مهارة المراوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب أن يتمتع اللاعب المحاور بقدرة بدنية عالية تساعده

على نجاح مهارة المراوغة، ومن أهم القدرات البدنية التي تساعد على ذلك الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على تحسين الأداء المهاري للمراوغة.

ومن أهم صفات وشروط المراوغة الناجحة ما يلي:

- اختيار الطريقة المناسبة للموقف للعب والتي غالبا لا يتوقعها المنافس.
- قدرة اللاعب المهاجم على إقناع الخصم المدافع بتحريك خادع.
- أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجأة.
- قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة.
- قدرة اللاعب المهاجم على استخدام أكثر من نوع وطريقة للمراوغة حتى لا ينجح خصمه المدافع في توقع نوع المراوغة التي يقوم بتنفيذها المهاجم.
- قدرة اللاعب المهاجم على تغيير سرعة ريثم الأداء.
- تمتع اللاعب بحسن استخدام التوقيت السليم للقيام بعملية المراوغة أمام الخصم.

وهناك عدة طرق للمراوغة هي:

المراوغة من الأمام.

المراوغة من الجانب.

المراوغة من الخلف (حسن السيد أبو عبدو، 2002، صفحة 154).

وعلى ضوء ذلك يجب على الناشئ أن يفهم ما يلي:

- أن تتناسب طريقة المراوغة مع الموقف، مثل المسافة المتاحة أو اتجاه المدافع صوب المهاجم وعلى ذلك يتدرب الناشئ على أنواع المراوغات الممكنة كلها وتترك له الحرية في اختيار ما يناسبه أثناء المباراة.

- أن يتعلم الناشئ كيفية حماية الكرة من المنافس.

- أن يدرك الناشئ ماذا سيفعل بعد المراوغة مثلا: التمرير للزميل أو التصويب.

**التصويب:**

- **تعريف التصويب:**

هو إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس (حنفي محمود مختار ، 1997 ، صفحة 106).

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أما الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا، ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكنيك التصويب تحت كل الظروف مثل:

- التدريب على التصويب في ظروف سهلة و بسيطة .
- الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء.
- استخدام الوسائل المساعدة (الحوائط المقسمة - الأقماع والشواخص - الحواجز - المقاعد - المرمى متعدد المساحات).
- أن تؤدي تمارين التصويب من اتجاهات متغيرة لمسار الكرة.
- تثبيت مهارة التصويب عن طريق تغيير الظروف الخارجية مثل استخدام مدافع سلبي ولكن بفاعلية.
- التدريب على المهارة نحن ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع ايجابي
- الاهتمام والتركيز على دقة التصويب لتثبيت التكنيك الصحيح .

- الاهتمام بتنمية خطط الهجوم الفردية والجماعية لإيجاد المزيد من المواقف المناسبة للتصويب .

- يجب على مدرب الناشئين إعطاء الحرية لهم للإظهار قدرتهم على التصويب مع استخدام الأسلوب الأمثل للتوجيه (مفتي إبراهيم حماد، 2002، صفحة 158) .

**2-10-10- عوامل تطوير أداء المهارات :** يرتبط تطوير أداء المهارات بعدة عوامل هي:

#### **2-10-1- عوامل وظيفية وتشريحية:**

- معدلات القياسات الوظيفية والتشريحية النموذجية تساهم وتساعد على وصول اللاعب بسرعة لدرجة للأداء الآلي .

- تطوير كفاءة الأجهزة الوظيفية للجسم بأقصى درجة ممكنة أمر ضروري حتى يمكن الوصول لدرجة آلية الأداء (مفتي إبراهيم ، 1999، صفحة 41).

#### **2-10-2- عوامل الصفات البدنية :**

- دون مستوى مناسب للصفات البدنية ( عناصر اللياقة البدنية ) يكون من الصعب تحقيق أهداف تطوير كفاءة الأداء المهاري .

- كلما زاد معدل تناسق الانقباض والاسترخاء العضلي خلال الأداء زادت إمكانية تطوير أداء المهارات ووصوله للآلية .

### 2-10-3- عوامل نفسية:

- تطوير كفاءة العمليات العقلية مثل الانتباه والإدراك والتذكر وتكامل أدوارهم معا يساهم إيجابيا في تطوير كفاءة الأداء المهاري .

- يجب الوصول باللاعب لأفضل درجة استثارة انفعالية ، حيث يساهم ذلك في الوصول باللاعب إلى أفضل درجة من أداء المهارة .

### 2-11- مراحل تعليم المهارات الأساسية

لما كان تعليم المهارة الأساسية لا يتم بين يوم وليلة وإنما تستمر عملية التدريب على المهارات زمنا طويلا قد يصل إلى سنتين حتى يصل اللاعب إلى الإتقان الكامل المطلوب لذلك يجب على مدرس التربية الرياضية والمدرّب أن يعلم أن تعلم المهارات الحركية يمر بثلاث مراحل متداخلة قبل أن تصل مهارة اللاعب إلى الدقة والكمال في الأداء .

### 2-11-1- مرحلة التوافق الأولي :

عند تعلم اللاعب مهارة حركية جديدة نجد أن حركته ليست سليمة الأداء تماما إذ أنه يدخل عليها حركات بأجزاء مختلفة من جسمه لا ضرورة لها، ويعني هذا أن تكون الحركة غير اقتصادية في المجهود كما هو مطلوب، كما أن انسياب الحركة لا يكون



سلسا، بل بها تشنجات عضلية، وتكون الحركة متقطعة، لذلك يكون واجب المدرب في هذه المرحلة القيام بالخطوات التالية:

- عمل نموذج للحركة وإن أمكن استخدام الصور والأفلام السينمائية.
- الشرح باللفظ بطريقة سهلة مبسطة وشاملة للمهارة، بحيث يستوعب اللاعبون الشرح وذلك خلال عمل النموذج للحركة.
- يقوم اللاعب بأداء المهارة، ومن خلال تكرار الأداء يبدأ اللاعب في الإحساس بالحركة ويزداد توافقه العضلي العصبي، وأثناء أداء اللاعبين للمهارة يقوم المدرب بإصلاح الخطأ وشرح الطريقة الصحيحة في أداء المهارة (حنفي محمود مختار، صفحة 98).

## 2-11-2- مرحلة التوافق الجيد:

مع تكرار أداء اللاعب للمهارة والربط بين طريقتي الفهم والمحاولة وحذف الخطأ في التعليم، يقوم اللاعب بالارتقاء بمستوى أدائه حتى يصل إلى اكتساب المقدرة والدقة في أداء الحركة، وهنا يجب على المدرب أن يوجه اللاعب دائما إلى الطريقة الصحيحة لأداء المهارة وشرح دقائقها وإصلاح الأخطاء باستمرار.

## 2-11-3- مرحلة تثبيت المهارة:

لا يكفي أن يصل اللاعب إلى التوافق الجيد فيستطيع أن يؤدي المهارة بدقة ولكن لا بد له أن يصل بهذه الدقة إلى الدرجة التي يصبح فيها قادرا على أداء المهارة بدقة في أي لحظة من المباراة وتحت أي ظرف من ظروفها، أي يصل إلى أن يصبح هذا الأداء آليا متقنا بدون تفكير، وعندئذ ينحصر تفكيره فقط في أن تكون المهارة وسيلة لتنفيذها ناحية خطية معينة، ولكي يصل اللاعب إلى هذه المرحلة يتمرن على المهارة تحت ظروف تقرب من ظروف المباراة وبذلك تثبت المهارة ويصل اللاعب إلى مستوى من الأداء الدقيق المتقن.

## خلاصة:

تعتبر المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية ، حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ويحاول إتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق أعلى المستويات ، ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة، بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل إطار قانون لعبة كرة القدم .

تمهيد :

يعتبر هذا الفصل من أهم الفصول المتعلقة بالبحث كونه يبرز الجانب الميداني الذي يلي الجانب النظري ،ويبين المنهج المتبع في الدراسة وكذا مجالات البحث البشرية الزمنية والمكانية ،هذا بالإضافة إلى التطرق إلى الأدوات المستخدمة لجمع البيانات التي تساعدنا في إتمام هذا البحث ، وأهم العمليات الإحصائية وشرح العينة التي جرى العمل معها والصعوبات التي تلقيناها خلال إنجاز هذا البحث .

1- الدراسة الإستطلاعية:

تطبيقا للمنهجية العلمية في إجراء البحوث وقصد الوصول إلى نتائج دقيقة ومضبوطة للاختبارات و إعطاء المصدقية و الموضوعية للبحث قام الطلبة بتطبيق الاختبارات الخاصة بالجانب المهاري على مجموعة مكونة من 08 لاعبين من الأصاغر المنخرطين في فريقي مثالية تيغنيف و وفاق تيغنيف (12-14) سنة ثم استبعادهم من الدراسة الأساسية و قد أغنت التجربة ببعض الملاحظات هي:

- مدى انسجام الاختبارات مع مستوى و قدرات العينة
- مدى سلامة و كفاية الأجهزة و الأدوات المستخدمة
- مراعاة الوقت عند تنفيذ الاختبارات

2- منهج البحث:

تختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه في مجال البحث العلمي، ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وفي بحثنا هذا حتمت علينا مشكلة البحث إتباع المنهج التجريبي وهذا للتأكد من صحة فرضياتنا ، ويعتبر هذا المنهج من أفضل وأدق

المناهج في التدريب الرياضي نظرا لأنه أقرب إلى الموضوعية ويستطيع فيه الباحث السيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على الظاهرة مدروسة.

### 3- عينة البحث:

تعد عملية اختيار عينة البحث من الخطوات الضرورية لغرض إتمام العمل العلمي ، إذ يتطلب من الباحث البحث عن عينة تتلاءم مع طبيعة عمله و يتناسب مع المشكلة المراد حلها ، إضافة إلى كون هذه العينة تمثل المجتمع الأصلي اصدق تمثيل

تم اختيار مجتمع البحث بصورة عشوائية من الأصغر المنخرطين في فريقي مثالية تيغنيف و وفاق تيغنيف (12-14) سنة و البالغ عددهم 32 لاعب تم تقسيمهم بطريقة عشوائية إلى مجموعتين المجموعة الأولى هي المجموعة التجريبية بواقع 16 لاعب و الثانية هي المجموعة الضابطة بواقع 16 لاعب.

### 4- ضبط متغيرات البحث:

يعتبر ضبط المتغيرات عنصرا أساسيا في أي دراسة ميدانية، وقد جاء ضبط متغيرات الموضوع الذي نحن بصدد دراسته كما يلي:

المتغير المستقل: إن المتغير المستقل هو عبارة عن السبب في الدراسة (محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، 1999، الصفحات 219-220) و في دراستنا المتغير المستقل هو الثقة بالنفس .

المتغير التابع: هو نتيجة المتغير المستقل و في هذه الدراسة هناك متغير واحد تابع هو الأداء المهاري .

5- مجالات البحث:

5-1- المجال البشري:

شملت عينة البحث 32 لاعب موزعين كما يلي:

- 16 لاعب من فريق أصاغر مثالية تيغنيف

- 16 لاعب من فريق أصاغر وفاق تيغنيف

5-2- المجال المكاني:

أجريت الاختبارات المهارية القبلية و البعدية بالإضافة في ملعب حساين لكحل ببلدية تيغنيف ولاية معسكر

5-3- المجال الزمني:

شرعنا في انجاز هذا البحث في مدة قدرها 05 أشهر من بداية جانفي 2016 حتى أواخر شهر ماي 2016 و تنقسم الفترة إلى مرحلتين:

**المرحلة الأولى:** من بداية جانفي حتى أواخر شهر مارس و خصصنا هذه المرحلة للجانب النظري حيث قمنا بجمع المعلومات و المصادر و المراجع المتعلقة بالفصول النظرية الثقة بالنفس و المرحلة العمرية 12-14 سنة و فصل كرة القدم و المهارات الأساسية.

## المرحلة الثانية:

من بداية فيفري حتى أواخر شهر افريل 2012 و هي مرحلة خصصناها للجانب التطبيقي حيث قمنا فيها بإجراء الاختبارات القبليّة و البعديّة بعدها قمنا بعملية التفريغ و مناقشة النتائج.

## 6- أدوات جمع البيانات:

لإضفاء الموضوعية و الدقة اللازمة لأي دراسة علمية لابد من استعمال الأدوات العلمية و الوسائل التقنية التي بواسطتها يصل الباحث إلى كشف النقاب عن الظاهرة محل الاهتمام و الدراسة و قد إستخدمنا في دراستنا ما يلي:

**أولاً: المصادر و المراجع:** و هذا من خلال الاستعانة بالدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع و كذا من خلال الاطلاع عن القراءات النظرية و تحليل محتوى المراجع العلمية المتخصصة في مجال علم النفس، و كذا كرة القدم.

**ثانياً: المقياس:** في البداية تم العمل بمقياس شروجر اعتماداً على المصادر و المراجع، بعد ذلك قمنا بتقديم المقياس للتحكيم من طرف بعض الأساتذة في المعهد و هم على التوالي:

كوتشوك سيد احمد ، مناد فضيل ، كحلي كمال ، بن قلاوز تواتي، حرباش براهيم

و احتوى مقياس شروجر على 48 عبارة.

#### 7- الأسس العلمية للأدوات البحث:

الصدق: صدق المحكمين بعد عرض المقياس في البداية على الأستاذ المشرف قمنا بتحكيمة و ذلك من خلال عرضه على مجموعة من الأساتذة و هم على التوالي: كوتشوك سيد احمد ، مناد فضيل ، كحلي كمال ، بن قلاوز تواتي ، حرياش براهيم الثبات: يتمثل الثبات من خلال توزيع الاستبيان و إعادة توزيعه مرة أخرى و ذلك بعد أسبوع على عينة قوامها 08 لاعبين اختيروا بطريقة عشوائية.

الموضوعية: الاستبيان الموضوعي يقل فيه التقدير الذاتي للمحكمين فموضوعية الاستبيان تعني قلة و عدم وجود اختلاف في طريقة التقويم مهما اختلف المحكمون ، فكلما قل التباين بين المحكمون دل ذلك على أن الاستبيان موضوعي يجب أن تكون مستويات الاستبيان واضحة و مفهومة و كلما تحقق الثبات تحققت الموضوعية.



منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

الفصل الأول:

النسبة التقريبية	نسبة الحقيفة للعبارات الصحيحة	الوزن النسبي للعبارات	مرفوض 1	يعدل 2	مناسب 3 درجات	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	الفقرات المحكمين الإختبارية	
35	20	$35=1*1+2*2+3*5$	1	2	5												العبارة 1
31	23	$31=1*1+2*3+3*4$	1	3	4												العبارة 2
40	18	$40=1*0+2*2+3*6$	0	2	6												العبارة 3
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5												العبارة 4
30	20	$30=1*2+2*2+3*4$	2	2	4												العبارة 5
40	20	$40=1*0+2*2+3*6$	0	2	6												العبارة 6
31	23	$31=1*1+2*3+3*4$	1	3	4												العبارة 7
33	22	$33=1*1+2*3+3*4$	1	3	4												العبارة 8
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5												العبارة 9
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4												العبارة 10
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5												العبارة 11
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5												العبارة 12
27	26	$27=1*1+2*4+3*3$	1	4	3												العبارة 13
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4												العبارة 14
40	20	$40=1*0+2*2+3*6$	0	2	6												العبارة 15
45	18	$45=1*0+1*3+3*5$	0	3	5												العبارة 16
31	23	$31=1*1+2*3+3*4$	1	3	4												العبارة 17
30	27	$30=1*0+2*3+3*4$	0	4	4												العبارة 18
28	29	$28=1*0+2*5+3*3$	0	5	3												العبارة 19
31	23	$31=1*1+2*3+3*4$	1	3	4												العبارة 20
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4												العبارة 21
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4												العبارة 22
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4												العبارة 23
52	12	$52=2*2+2*3+3*3$	2	3	3												العبارة 24
25	20	$25=1*3+2*2+3*3$	3	2	3												العبارة 25
27	26	$27=1*1+2*1+3*4$	1	3	4												العبارة 26
54	15	$54=1*0+3*3+3*5$	0	3	5												العبارة 27
45	18	$45=1*0+3*0+3*5$	0	3	5												العبارة 28
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4												العبارة 29
40	20	$40=1*0+2*2+3*6$	0	2	6												العبارة 30
27	26	$27=1*1+2*4+3*3$	1	4	3												العبارة 31

35	20	$35=1*1+2*2+3*5$	1	2	5													العبارة 32
32	25	$32=1*0+2*4+3*4$	0	4	4													العبارة 33
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5													العبارة 34
23	31	$23=1*1+2*5+3*2$	1	5	2													العبارة 35
39	18	$39=1*1+2*1+3*6$	1	1	6													العبارة 36
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5													العبارة 37
22	32	$22=1*0+2*2+3*3$	1	4	3													العبارة 38
27	26	$27=1*1+2*4+3*3$	1	4	3													العبارة 39
31	23	$31=1*1+2*3+3*4$	1	3	4													العبارة 40
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5													العبارة 41
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5													العبارة 42
36	23	$36=1*0+2*3+3*5$	0	3	5													العبارة 43
16	32	$16=1*3+1*1+3*4$	3	1	4													العبارة 44
29	18	$29=1*3+2*1+3*4$	3	1	4													العبارة 45
25	20	$25=1*3+2*2+3*3$	3	2	3													العبارة 46
21	24	$21=1*3+2*3+3*2$	3	3	2													العبارة 47
39	13	$39=1*1+2*1+3*6$	0	1	4													العبارة 48

جدول رقم (01) يمثل الصدق الظاهري للمحكمن

الثبات: طريق التباين عن طريقة التجزئة النصفية

م ص	S	R	N	M	I	K	J	I	H	G	F	E	D	C	B	A	الفقرات الإختبارية
11	x	x	v	v	x	v	v	x	v	v	v	x	v	v	v	v	1
8	x	v	x	x	v	x	v	v	v	x	x	v	v	v	x	x	2
12	v	v	v	v	x	x	x	x	v	v	v	v	v	v	v	v	3
10	x	v	x	v	v	x	v	v	v	v	x	x	x	v	v	v	4
7	v	v	x	x	x	x	v	x	v	v	v	x	v	x	x	x	5
7	v	x	x	x	x	x	v	v	x	v	v	x	v	v	x	x	6
9	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	v	x	v	x	v	7
7	x	v	x	v	v	x	v	x	x	v	v	x	v	x	x	x	8
8	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	x	v	x	v	v	9
7	x	x	x	x	v	v	x	v	x	v	x	v	v	v	x	x	10
9	v	x	v	v	x	v	v	x	x	v	x	v	v	v	x	x	11
8	x	x	v	x	v	x	v	x	v	x	x	v	x	v	v	v	12
6	x	x	x	x	v	x	v	x	x	v	x	x	v	v	v	x	13
8	x	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	v	x	v	x	v	14
10	x	v	v	v	x	v	v	v	x	v	x	v	v	x	v	x	15
7	x	x	v	v	v	x	x	v	x	v	x	v	x	v	x	x	16
8	x	x	v	v	x	v	x	x	v	v	v	x	x	v	x	v	17
6	x	x	x	x	x	x	v	x	v	x	x	v	x	v	v	v	18
9	v	v	v	x	v	x	v	x	v	x	v	v	x	v	x	x	19
6	x	x	x	x	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	20
7	x	v	x	x	v	x	v	x	v	v	v	v	x	x	x	x	21
8	x	x	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	v	v	x	v	22
7	x	v	x	v	x	x	v	x	x	v	v	v	v	x	x	x	23
9	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	v	x	v	v	24
10	v	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	v	v	v	25
6	x	x	x	x	x	v	x	v	v	v	v	x	v	x	x	x	26
8	x	x	v	v	v	x	x	x	v	v	v	x	v	v	x	x	27
9	x	x	x	v	x	v	v	x	v	x	v	v	v	x	v	v	28

7	x	x	x	v	x	v	x	v	x	v	v	x	v	x	v	x	29
7	x	x	x	x	x	x	v	v	v	x	v	v	x	v	v		30
11	v	v	x	v	x	v	v	x	v	v	v	v	v	x	v		31
9	x	v	v	v	v	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x		32
8	x	x	x	v	v	x	v	v	x	v	x	v	x	v	v		33
7	v	v	v	x	x	v	x	v	x	x	x	v	x	v	x		34
9	x	x	v	x	v	x	v	v	x	v	x	v	v	v	v		35
7	x	v	x	v		v	x	v	x	x	x	v	x	v	v		36
10	v	x	v	x	v	x	v	v	v	x	v	x	v	v	v		37
6	x	x	x	x	x	v	x	x	x	v	x	v	v	v	v		38
8	x	x	v	x	v	x	v	v	x	v	v	x	v	x	v		39
8	x	x	v	x	x	v	x	v	v	v	x	v	x	v	v		40
6	x	x	x	v	v	x	v	x	v	x	v	x	v	x	x		41
8	v	x	v	v	x	x	x	v	x	v	v	x	x	v	v		42
5	x	x	x	x	x	x	v	v	x	v	x	v	x	v	x		43
7	v	x	v	x	v	x	x	x	v	x	v	x	x	v	v		44
6	x	v	x	v	x	x	v	x	x	v	x	v	x	v	x		45
5	x	x	x	x	v	x	x	v	x	v	x	x	v	x	v		46
8	v	x	v	x	v	x	v	v	x	x	v	x	x	v	v		47
7	x	x	x	x	v	x	v	v	x	v	x	v	x	v	v		48

جدول رقم (02): يمثل طريقة التجزئة النصفية

(y+x)2	(y+x)	(yxx)	النصف الثاني		النصف الأول		التلاميذ
			Y <sup>2</sup>	Y	x <sup>2</sup>	x	
784	28	192	256	16	144	12	A
729	27	162	324	18	81	9	B
676	26	153	81	9	289	17	C
900	30	224	256	16	196	14	D
676	26	160	100	10	256	16	E
729	27	176	256	16	121	11	F
784	28	180	100	10	324	18	G
841	29	204	289	17	144	12	H
576	24	140	196	14	100	10	I
529	23	112	49	7	256	16	J
529	23	126	196	14	81	9	K
361	19	88	64	8	121	11	L
625	25	156	169	13	144	12	M
256	16	60	36	6	100	10	N
289	17	66	36	6	121	11	R
169	13	42	49	7	36	6	S
9453	381	2241	2357	187	2514	194	المجموع

$$R_{1/2} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{n \sum X^2 - (\sum X)^2 (N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}} \quad \text{معادلة بيرسون :}$$

$$R_{1/2} = \frac{16 \cdot 2241 - (194) \cdot (187)}{\sqrt{(16 \cdot 2514 - (194)^2)(16 \cdot 2357 - (187)^2)}} = 0.16$$

إرتباط بيرسون

$$R_{1/2} = 0.16$$

معامل الاختبار بعد التصحيح : معادلة سييرمان براون =  $R_t = 2 \times R_{xy} / (1 + R_{xy})$

$$0.27 = 2 \times R_{xy} / (1 + R_{xy})$$

تجزئة الاختبار إلى نصفين (رونار كيتمان) :

وبعد التطبيق في المعادلة كيتمان :

$$R_t = \frac{2(1 - S_x^2 + S_y^2)}{S_t^2}$$

$$S_x^2 = \frac{N \sum x^2 - (\sum x)^2}{N(N-1)} = \frac{20 \cdot 496 - (94)^2}{20(20-1)} = \boxed{10.738}$$

$$S_y^2 = \frac{N \sum y^2 - (\sum y)^2}{N(N-1)} = \boxed{11.42}$$

$$S_t^2 = \frac{16(9453) - (381)^2}{16(16-1)} = \boxed{st^2 = 25.3625}$$

$$\boxed{R_t = 0.26}$$

بعد التطبيق في المعادلة كيتمان :

معادلة Kr20 :

$$R_t = \frac{k}{K-1} \frac{(1 - \frac{P}{Q})}{S_t^2} = \frac{48}{47} \frac{(1 - 0.568)}{25.36}$$

0.998

:

P × Q	Q	P	الإختبارات
0.023	0.104=48/5	0.229= 48/11	1
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	2
0.062	0.25=48/4	0.25=48/12	3
0.025	0.125=48/6	0.20=48/10	4
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	5
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	6
0.025	0.14=48/7	0.18=48/9	7
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	8
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	9
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	10
0.025	0.14=48/7	0.18=48/9	11
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	12
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	13
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	14
0.025	0.125=48/6	0.20=48/10	15
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	16
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	17
0.025	0.20=48/10	0.125=48/6	18
0.025	0.14=48/7	0.18=48/9	19
0.025	0.20=48/10	0.125=48/6	20
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	21

0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	22
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	23
0.025	0.14=48/7	0.18=48/9	24
0.025	0.125=48/6	0.20=48/10	25
0.025	0.166=48/8	0.166=48/8	26
0.025	0.18=48/7	0.18=48/9	27
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	28
0.025	0.18=48/9	0.14=48/7	29
0.023	0.104=48/5	0.229=48/11	30
0.025	0.14=48/7	0.18=48/9	31
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	32
0.027	0.18=48/7	0.18=48/9	33
0.027	0.14=48/9	0.14=48/7	34
0.027	0.18=48/7	0.18=48/9	35
0.027	0.14=48/9	0.14=48/7	36
0.025	0.125=48/6	0.20=48/10	37
0.025	0.20=48/10	0.125=48/6	38
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	39
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	40
0.025	0.20=48/10	0.125=48/6	41
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	42
0.023	0.229=48/11	0.104=48/5	43
0.027	0.14=48/9	0.14=48/7	44
0.025	0.20=48/10	0.125=48/6	45
0.023	0.229=48/11	0.104=48/5	46
0.027	0.166=48/8	0.166=48/8	47
0.027	0.14=48/9	0.14=48/7	48
0.568			المجموع



معادلة Kr21:

$$R_t = \frac{k}{k-1} \frac{(1 - \frac{\bar{x}(k-x)}{k \cdot St^2})}{k-1}$$

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N} = \frac{381}{48} = 23.75$$

$$N = 48$$

$$Kr21 = \frac{48}{47} \frac{(1 - 23.75(48 - 23.75))}{48 \times 25.3} = 0.53$$

معادلة  $\delta$  كرومباخ: تبين فقرات الاختبارات

$$\delta = \frac{k}{k-1} \frac{(1 - \sum Si^2)}{St^2}$$

$$\sum Si^2 = 4.421$$

$$\delta = \frac{48}{47} \frac{(1 - 4.421)}{25.36} = \boxed{0.444}$$

$$Si1 = \frac{16 \times 11 - (11)^2}{240} = \boxed{0.229}$$

$$Si2 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

$$Si3 = \frac{16 \times 12 - (12)^2}{240} = \boxed{0.2}$$

$$Si4 = \frac{16 \times 13 - (13)^2}{240} = \boxed{0.162}$$

240

$$Si5 = \frac{16 \times 10 - (10)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si6 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si7 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si8 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si9 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si10 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si11 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si12 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si13 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si14 = \frac{16 \times 6 - (6)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si15 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si16 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si17 = \frac{16 \times 10 - (10)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si18 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si19 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si20 = \frac{6 \times 6 - (12)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si21 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si22 = \frac{16 \times 6 - (6)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si23 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si24 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si25 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si26 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si27 = \frac{16 \times 10 - (10)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si28 = \frac{16 \times 6 - (6)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si29 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si30 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si31 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si32 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si33 = \frac{16 \times 11 - (11)^2}{240} = \boxed{0.229}$$

240

$$Si34 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si35 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si36 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si37 = \frac{16 \times 9 - (9)^2}{240} = 0.262$$

240

$$Si38 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

$$Si39 = \frac{16 \times 10 - (10)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si40 = \frac{16 \times 6 - (6)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si41 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si42 = \frac{16 \times 6 - (6)^2}{240} = \boxed{0.25}$$

240

$$Si43 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si44 = \frac{16 \times 5 - (5)^2}{240} = \boxed{0.229}$$

240

$$Si45 = \frac{16 \times 6 - (6)^2}{240} = \boxed{0.248}$$

240

$$Si46 = \frac{16 \times 5 - (5)^2}{240} = \boxed{0.229}$$

240

$$Si47 = \frac{16 \times 8 - (8)^2}{240} = \boxed{0.266}$$

240

$$Si48 = \frac{16 \times 7 - (7)^2}{240} = \boxed{0.262}$$

240

8- الاختبارات المهارية:

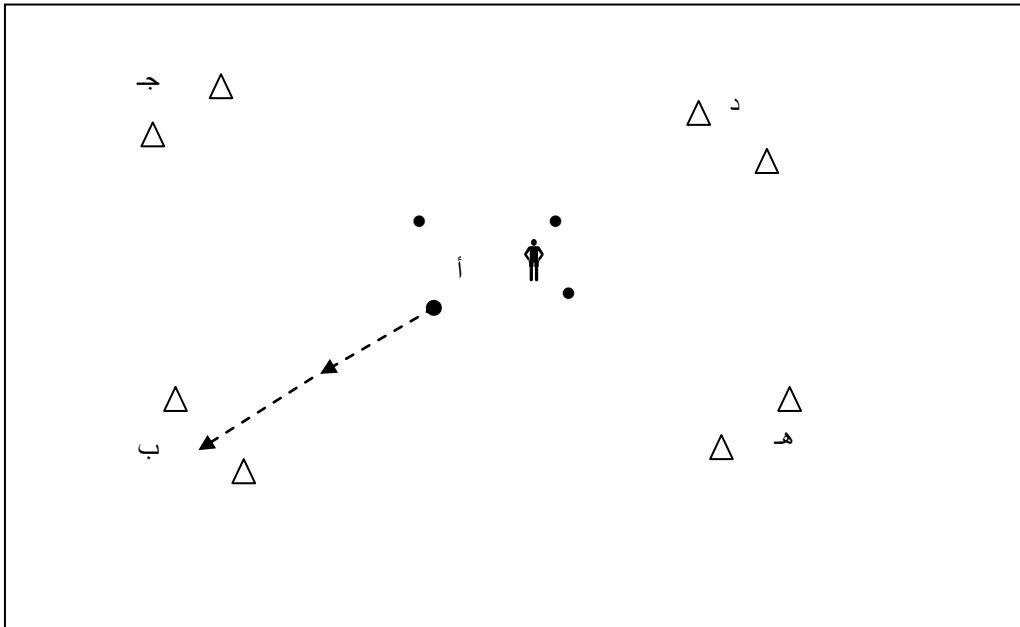
أ- اختبار دقة التمرير:

هدف الاختبار: يهدف هذا الاختبار إلى قياس دقة التمرير عند لاعبي كرة القدم للناشئين.

الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع.

طريقة أداء الإختبار :

من على بعد 15 مترا حول نقطة (أ) تحدد أربعة أهداف (ب ، ج ، د ، هـ) اتساع كل هدف من 70-100 سم، يوضع على بعد 2 متر من (أ) كرة تقابل كل مرمى ، يقف اللاعب عند النقطة (أ) وعند إشارة البدء يجري اللاعب باتجاه الكرة ليقوم بركلها باتجاه الهدف المحدد (حنفي محمود مختار ، 1997 ، صفحة 322).



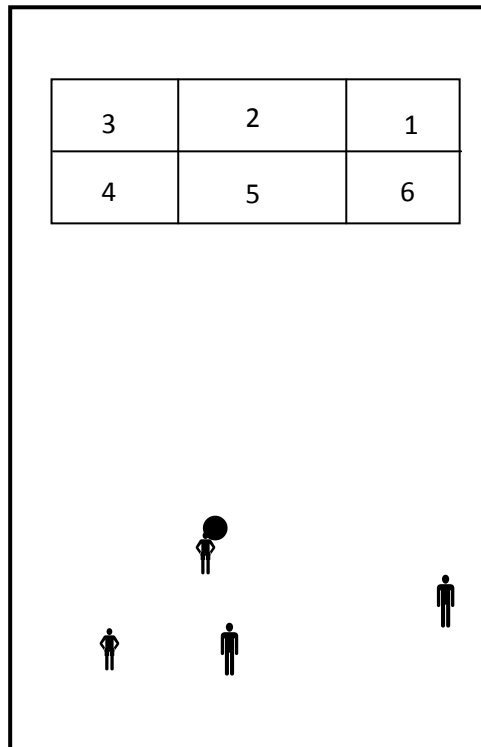
ب- اختبار دقة التصويب على المرمى:

هدف الاختبار: قياس دقة تصويب اللاعب على نقاط مختلفة من المرمى .

الأدوات المستعملة : حائط في اتساع وارتفاع المرمى يقسم إلى 6 أقسام ، عدد من الكرات

طريقة أداء الاختبار : توضع الكرة فوق نقطة 12 م يقوم المدرب بتحديد إحدى المناطق الست، يتقدم اللاعب ويصوب الكرة نحو المنطقة يعطي اللاعب 6 محاولات على مناطق مختلفة ، ويركل اللاعب الكرة بأي جزء من القدم .

التسجيل : يعطي اللاعب نقطة لكل كرة تصل إلى المنطقة المطلوبة (حنفي محمود مختار ، 1997 ، صفحة 46) .





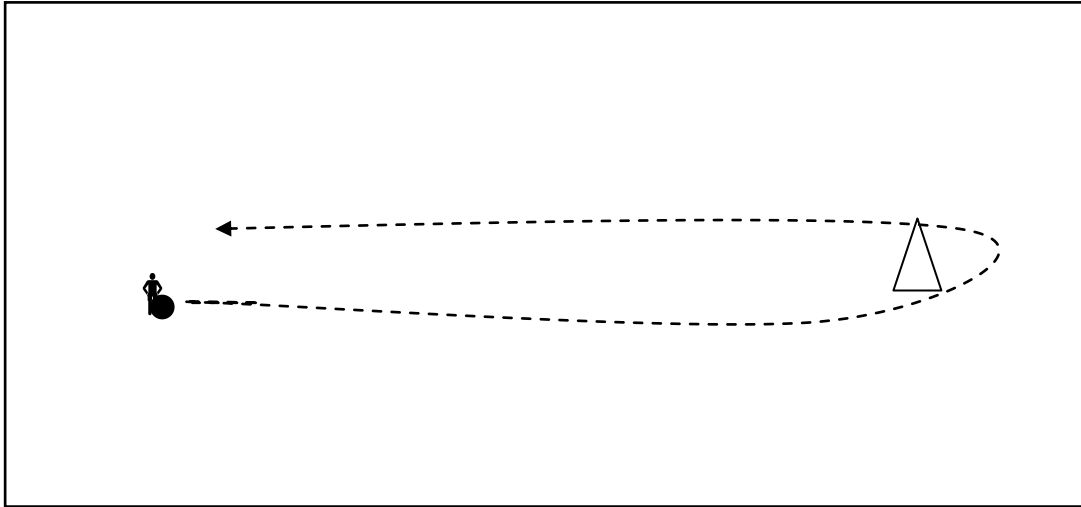
## ج- اختبار الجري بالكرة :

هدف الاختبار: يهدف هذا الإختبار إلى قياس القدرة على التحكم في الكرة مع الجري لدى لاعبي كرة القدم الناشئين .

الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع ، ميقاتي .

طريقة أداء الاختبار:

يقف اللاعب والكرة معه على بعد 10-15 متر من قمع بلاستيكي، يجري اللاعب بالكرة في اتجاه القمع ويدور حوله ويعود في اتجاه نقطة البداية، وذلك باستخدام كلتا القدمين ، مع احتساب الوقت المستغرق(حسن السيد أبو عبده، 2002 ، صفحة 49).



د- اختبار المراوغة:

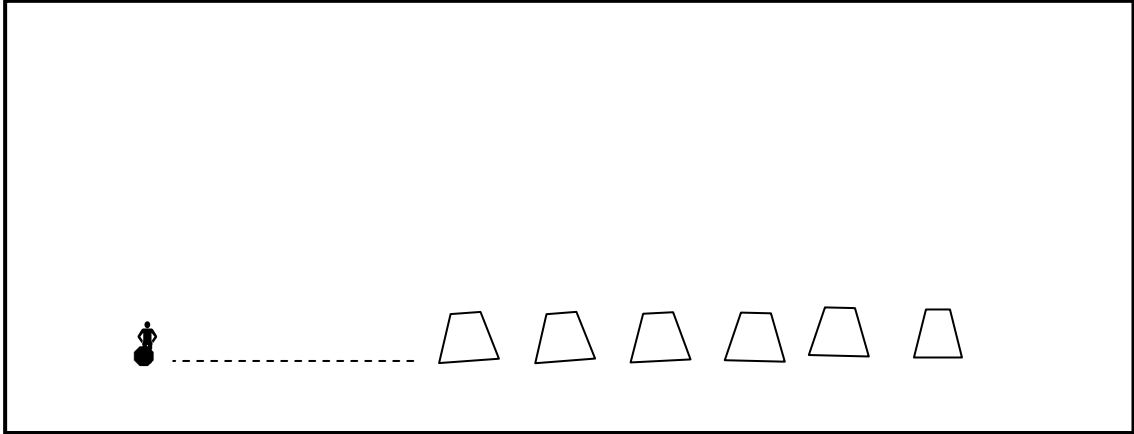
هدف الإختبار: يهدف هذا الإختبار إلى قياس القدرة على المراوغة عند لاعبي كرة القدم للناشئين .

الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع ، ميقاتي .

طريقة أداء الاختبار:

يقف اللاعب ومعه الكرة وعلى بعد 05 أمتار يوجد 06 أقماع بلاستيكي والمسافة بين كل قمع والآخر حوالي 1 متر ، يبدأ التمرين بأن يجري اللاعب بالكرة مسافة 05 أمتار ، ثم يقوم بالجري بين الأقماع مستخدماً الأجزاء المختلفة من القدم في المرور بين الأقماع، مع السيطرة على الكرة ودون أن تبتعد عنه الكرة مع احتساب الوقت المستغرق ذهاباً وإياباً .

- إذا أسقط اللاعب أحد الأقماع تضاف له 2ثا (حسن السيد أبو عبده، 2002 ، صفحة 168).



هـ - اختبار استقبال الكرة (باطن القدم).

هدف الإختبار : يهدف هذا الإختبار إلى قياس مقدرة اللاعب في السيطرة على الكرة

داخل مساحة محددة عند لاعبي كرة القدم للناشئين .

الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع ، حبل .

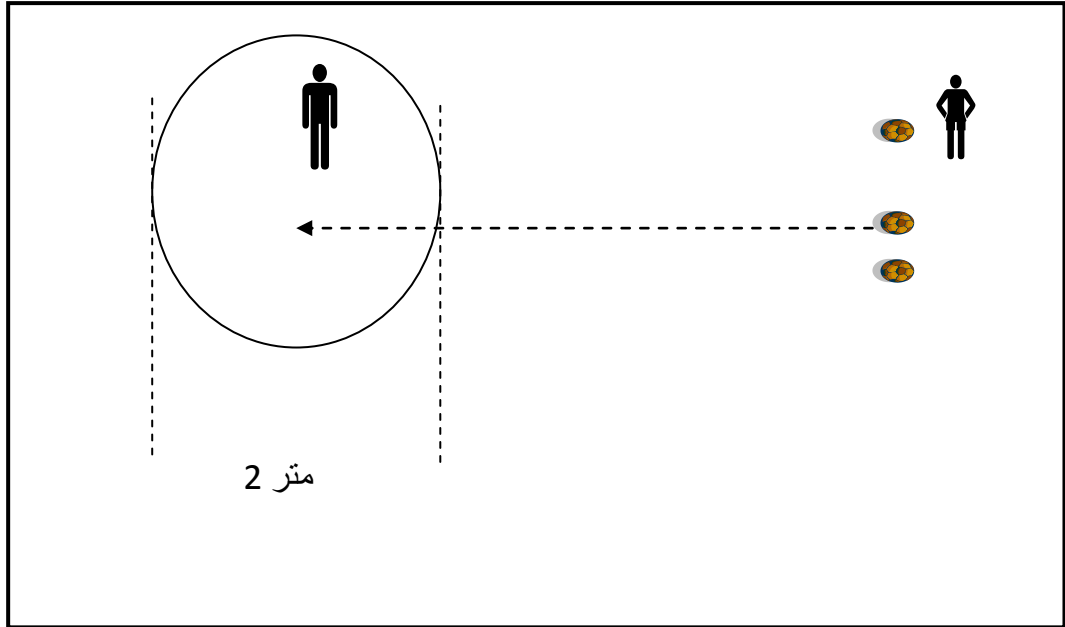
طريقة أداء الإختبار:

- يقف اللاعب داخل دائرة قطرها 2 م، يركل زميله ثلاث مرات (03) كرات أرضية

إلى داخل الدائرة حيث يقوم اللاعب باستقبال الكرة دون أن تخرج عن حيز الدائرة.

- إذ لم تخرج الكرة عن حيز الدائرة عند استقبالها من طرف اللاعب تحسب له نقطة

(حنفي محمود مختار ، 1997 ، صفحة 63).



## 9- الوسائل الإحصائية:

لغرض الخروج بنتائج علمية استخدمنا الطرق الإحصائية في بحثنا، لكون الإحصاء هو الوسيلة و الأداء الحقيقية التي تعالج بها المعطيات و البيانات و هو أساس فعلي يستند عليه في البحث و الاستقصاء و على ضوء ذلك استخدمنا:

## 9-1- النسبة المئوية:

النسبة المئوية هي نسبة عدد الإجابات من المجموع الكلي للإفراد العينة و هي معرفة بالعلاقة التالية:

عدد التكرارات × 100

النسبة المئوية =

المجموع الكلي للعينة

(محمد صبحي أبو صالح، 1984، صفحة 09)

9-2- اختبار حسن المطابقة (كا<sup>2</sup>):

و هو يستخدم لاختبار مدى دلالة الفرق بين تكرار حصل عليه و يسمى بالتكرار المشاهد، و تكرار متوقع مؤسس على الفرض الصفري، و يسمى هذا الاختبار باختبار حسن المطابقة أو اختبار التطابق النسبي و هو من أهم الطرق التي تستخدم عن مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها من تجربة حقيقية، بمجموعة من البيانات الفرضية التي وضعت على أساس النظرية الفرضية التي يراد اختبارها.

و يتم حساب  $\chi^2$  وفق المعادلة التالية:

$$\chi^2 = \frac{(K ش - K ت)^2}{K ت} \quad (\text{محمد نصر الدين رضوان، 2002})$$

حيث أن: ك ش : التكرارات المشاهدة      ك ت: التكرارات المتوقعة

درجة الحرية =  $n - 1$  بحيث (ن) تدل على عدد الفئات أو المجموعات لإعداد الأفراد أو المشاهدات في العينة

ماذا تعني  $\chi^2$  المحسوبة:

\* في حالة ما إذا كانت قيمة  $\chi^2$  المحسوبة = 0 فان ذلك لا يدل على أن هناك فروقا بين القيم المشاهدة و القيم المتوقعة.

\* في حالة ما إذا كانت قيمة  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية معناه أن الفروق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة فروقا معنوية و إنما لا ترجع للصدفة.

\* في حالة ما إذا كانت قيمة  $\chi^2$  المحسوبة أقل من  $\chi^2$  الجدولية معناه أن الفروق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة فروق غير معنوية راجعة للصدفة. (حسن أحمد الشافعي، 2004)

## 10- صعوبات البحث:

أهم الصعوبات التي واجهت الطلبة أثناء القيام بالاختبارات:

- عدم تعاون بعض أفراد النادي الهاوي مثالية تيغنيف و وفاق تيغنيف.
- عدم تناسب استعمال الزمن الخاص بتدريب الاصغر واستعمال الزمن لخاص بالطلبة.

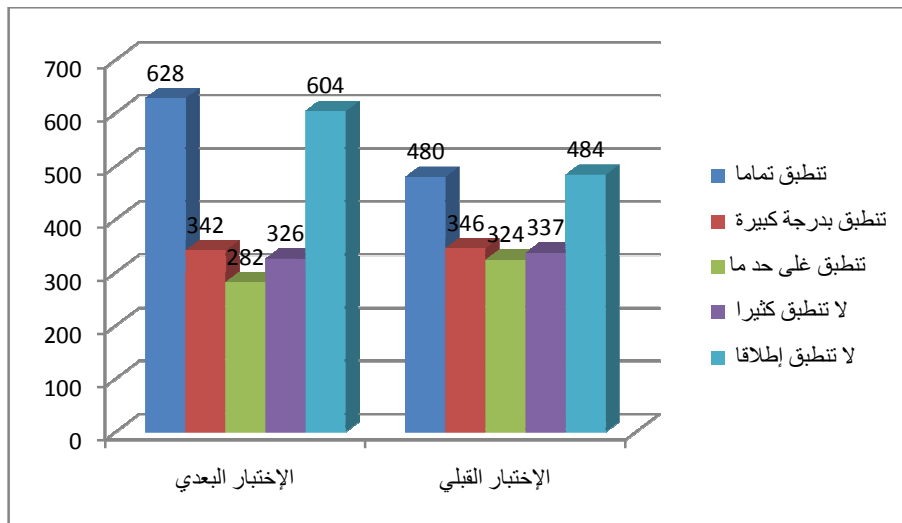
1- عرض و تحليل النتائج:

1-1- عرض و تحليل مقياس شروجر للثقة بالنفس:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	2 كا الجدولية	كا 2 المحسوبة	العينة	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
0.05	4	9.48	342,680361	16	480	628	تنطبق تماما
					346	342	تنطبق بدرجة كبيرة
					324	282	تنطبق على حد ما
					337	326	لا تنطبق كثيرا
					604	484	لا تنطبق إطلاقا

الجدول رقم (03) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة دقة التمرير قبل أداء المهارة و بعدها (

الشكل رقم (02) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على دقة التمرير قبل أداء المهارة و بعدها ).

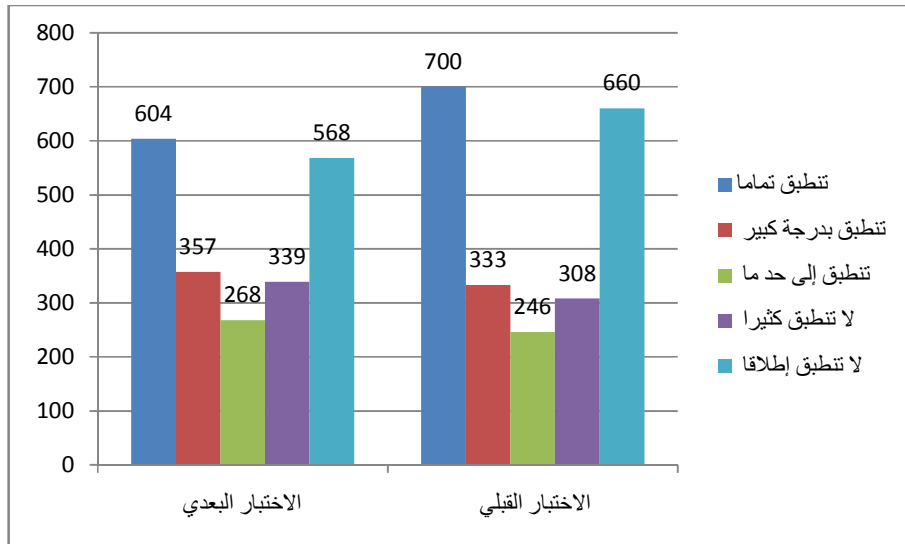


بناء على التحليل الذي أجريناه لإستجابات اللاعبين المنخرطين في فريق وفاق تغنيف و مثالية تيغنيف و بعد توزيعنا لمقياس الثقة بالنفس وأثره على تطوير بعض المهارات الرياضية لكرة القدم (صنف أصاغر 14/12 سنة ) ، وقد تم توزيع هذا المقياس في الإختبار القبلي و إعادة توزيعه على اللاعبين في الإختبار البعدي بغية منا لمعرفة تأثير الثقة بالنفس على مهارة دقة التمرير. فتبين لنا من خلال نتائج الجدول أن قيمة كا 2 المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 بلغت 342.68 و هي أكبر من الجدولية 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4 إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي أي أن الفرق دال و يوجد تطابق في النتائج و نلاحظ ذلك في قيم الدرجات إذ أنها زادت في الاختبار البعدي حسب الجدول و منه ترجع هذه الفروق الإحصائية لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة دقة التمرير نتيجة لتأثير الثقة بالنفس على جاهزية اللاعبين.

الجدول رقم (04) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة دقة التصويب على المرمى قبل أداء المهارة و بعدها .

مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	كا 2 المحسوبة	العينة	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
0.05	4	9.48	273,263829	16	604	700	تتطبق تماما
					357	333	تتطبق بدرجة كبيرة
					268	246	تتطبق على حد ما
					339	308	لا تتطبق كثيرا
					568	660	لا تتطبق إطلاقا

الشكل رقم (03) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على دقة التصويب على المرمى قبل أداء المهارة و بعدها .



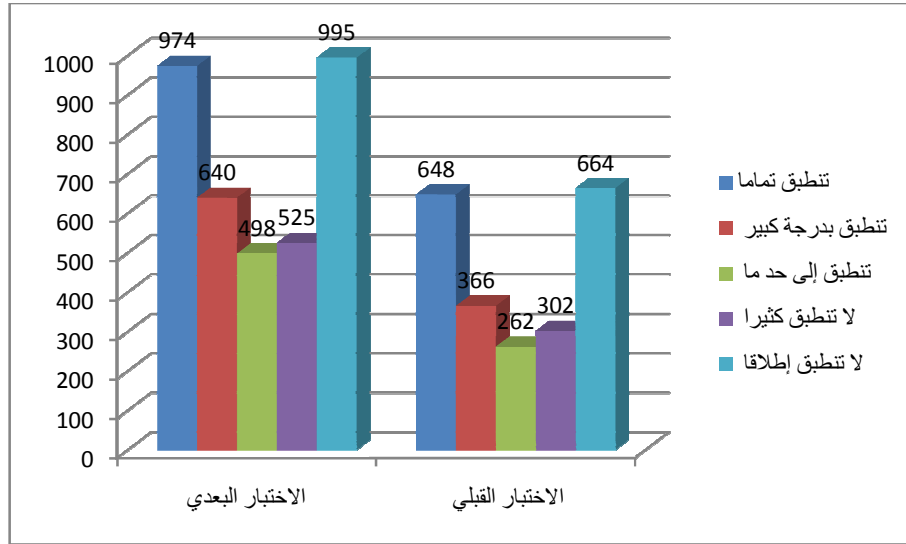


بناء على التحليل الذي أجريناه لإستجابات اللاعبين المنخرطين في فريق وفاق تغنيف و مثالية تيغنيف بعد توزيعنا لمقياس الثقة بالنفس وأثره على تطوير بعض المهارات الرياضية لكرة القدم (صنف أصاغر 14/12 سنة ) ، وقد تم توزيع هذا المقياس في الإختبار القبلي و إعادة توزيعه على اللاعبين في الإختبار البعدي بغية منا لمعرفة تأثير الثقة بالنفس على مهارة دقة التصويب على المرمى. فتبين لنا من خلال نتائج الجدول أن قيمة كا 2 المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 بلغت كا 2 المحسوبة 273.26 و هي أكبر من الجدولية 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4 إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي أي أنه دال و يوجد تطابق في النتائج و نلاحظ ذلك في قيم الدرجات إذ أنها زادت في الاختبار البعدي حسب الجدول و منه ترجع هذه الفروق الاحصائية لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة دقة التصويب على المرمى مرده إلى وضع الثقة كمحك معتمد في إنجاز اللاعبين لتنمية المهارات.

الجدول رقم (05) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة الجري بالكرة قبل أداء المهارة و بعدها ).

مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا الجدولية	كا2 المحسوبة	العينة	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
0.05	4	9.48	324,697065	16	974	648	تنطبق تماما
					640	366	تنطبق بدرجة كبيرة
					498	262	تنطبق على حد ما
					525	302	لا تنطبق كثيرا
					995	664	لا تنطبق إطلاقا

الشكل رقم (04) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة الجري بالكرة قبل أداء المهارة و بعدها.

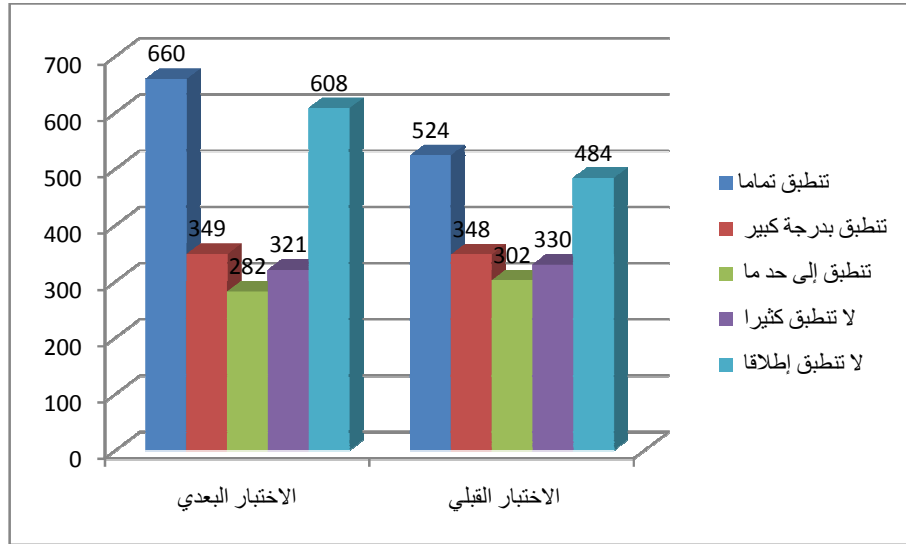


بناء على التحليل الذي أجريناه لإستجابات اللاعبين المنخرطين في فريق وفاق تغنيف و مثالية تيغنيف بعد توزيعنا لمقياس الثقة بالنفس وأثره على تطوير بعض المهارات الرياضية لكرة القدم (صنف أصاغر 14/12 سنة ) ، وقد تم توزيع هذا المقياس في الإختبار القبلي و إعادة توزيعه على اللاعبين في الإختبار البعدي بغية منا لمعرفة تأثير الثقة بالنفس على مهارة الجري بالكرة فتبين لنا من خلال نتائج الجدول أن قيمة كا 2 المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 بلغت 324.69 و هي أكبر من الجدولية 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4 إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي للاعبين الذين أجابوا لصالح الدرجة لا تنطبق تماما مما يؤكد أن الفرق دال إحصائيا و أنه و يوجد تفاوت في النتائج و نلاحظ ذلك في قيم الدرجات إذ أنها زادت في الاختبار البعدي حسب الجدول و منه ترجع هذه الفروق الاحصائية لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة الجري بالكرة و أن للثقة دور إيجابي و حجر أساسي لتطوير مهارات كرة القدم .

الجدول رقم (06) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة المراوغة قبل أداء المهارة و بعدها .

مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	كا 2 المحسوبة	العينة	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
0.05	4	9.48	321,944756	16	660	524	تنطبق تماما
					349	348	تنطبق بدرجة كبيرة
					282	302	تنطبق على حد ما
					321	330	لا تنطبق كثيرا
					608	484	لا تنطبق إطلاقا

الشكل رقم (05) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة المراوغة قبل أداء المهارة و بعدها .

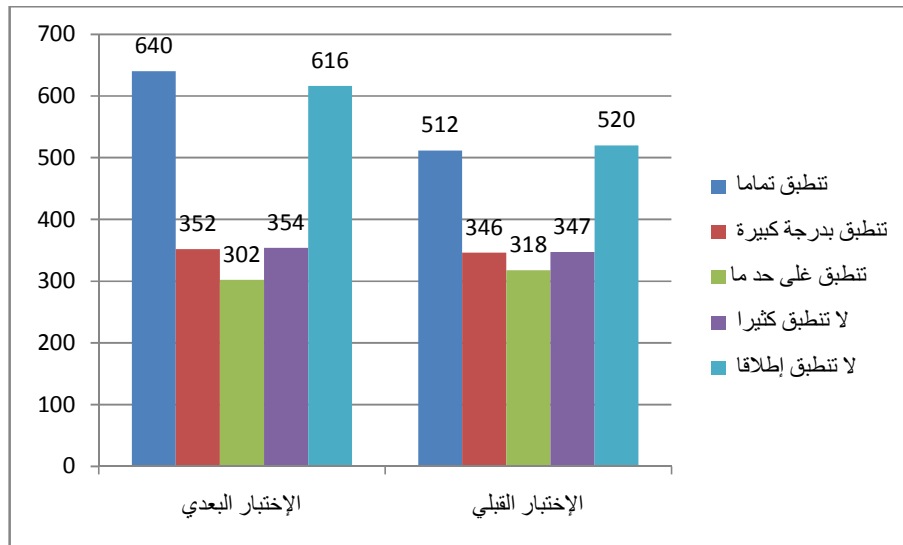


بناء على التحليل الذي أجريناه لإستجابات اللاعبين المنخرطين في فريق وفاق تغنيف و مثالية تيغنيف بعد توزيعنا لمقياس الثقة بالنفس وأثره على تطوير بعض المهارات الرياضية لكرة القدم (صنف أصاغر 14/12 سنة ) ، وقد تم توزيع هذا المقياس في الإختبار القبلي و إعادة توزيعه على اللاعبين في الإختبار البعدي بغية منا لمعرفة تأثير الثقة بالنفس على مهارة المراوغة فتبين لنا من خلال نتائج الجدول أن قيمة كا 2 المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 بلغت 321.94و هي أكبر من الجدولية 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4 إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لصالح اللاعبين الذين كانت إستجاباتهم للعبارت تنطبق تماما بنسبة قدرت ب 660 للإختبار البعدي مما يدل على أن الفرق دال إحصائيا و يوجد تفاوت في النتائج و نلاحظ ذلك في قيم الدرجات إذ أنها زادت في الاختبار البعدي حسب الجدول و منه ترجع هذه الفروق الاحصائية لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة المراوغة وذلك بعد إطلاع اللاعبين على مقياس الثقة بالنفس مما أثارت إنفعالاتهم و دوافعهم على تحسين الجانب التعليمي للمهارات

الجدول رقم (07) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على مهارة استقبال الكرة (باطن القدم). قبل أداء المهارة و بعدها ).

مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	كا 2 المحسوبة	العينة	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
0.05	4	9.48	329,579735	16	640	512	تنطبق تماما
					352	346	تنطبق بدرجة كبيرة
					302	318	تنطبق على حد ما
					354	347	لا تنطبق كثيرا
					616	520	لا تنطبق إطلاقا

الشكل رقم (06) يمثل نسب لنتائج مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي و أثره على استقبال الكرة (باطن القدم). قبل أداء المهارة و بعدها ).

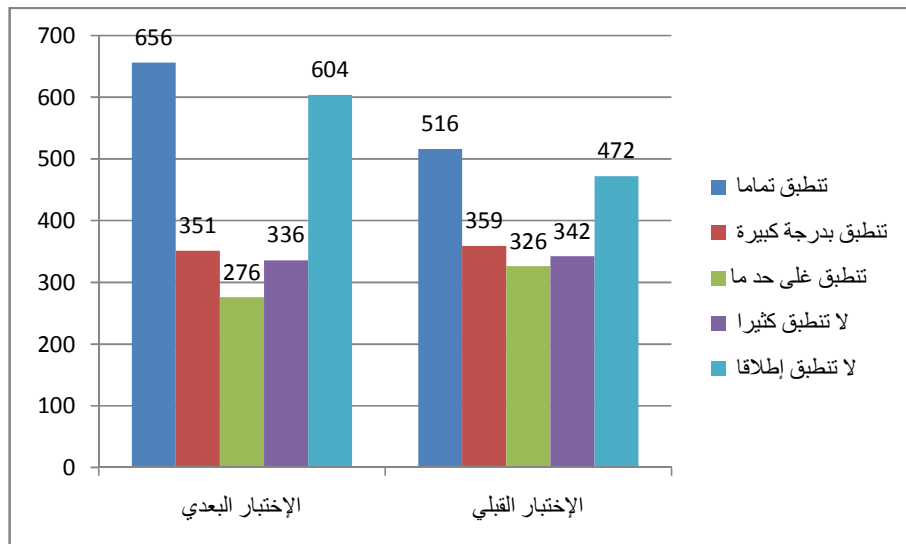


بناء على التحليل الذي أجريناه لإستجابات اللاعبين المنخرطين في فريق وفاق تغنيف و مثالية تيغنيف بعد توزيعنا لمقياس الثقة بالنفس وأثره على تطوير بعض المهارات الرياضية لكرة القدم (صنف أصاغر 14/12 سنة ) ، وقد تم توزيع هذا المقياس في الإختبار القبلي و إعادة توزيعه على اللاعبين في الإختبار البعدي بغية منا لمعرفة تأثير الثقة بالنفس على مهارة استقبال الكرة (باطن القدم) فتبين لنا من خلال نتائج الجدول أن قيمة كا 2 المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 بلغت 329.57 و هي أكبر من الجدولية 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4 إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي أي الفرق دال إحصائيا للاعبين الذين كانت إستجابتهم بدرجة كبيرة للعبارة تنطبق تماما بنسبة 640 مما يدل أن النتائج تزايدت عن حالتها الأصلية و نلاحظ ذلك في قيم الدرجات إذ أنها زادت في الاختبار البعدي حسب الجدول و منه ترجع هذه الفروق الاحصائية لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة استقبال الكرة (باطن القدم) وهذا يدل أن المقياس الخاص بالثقة بالنفس كان سبب في رفع ثقت اللاعبين بأنفسهم أثناء الأداء المهاري

الجدول رقم (08) يمثل مقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي للدراسة الإستطلاعية و أثره على مهارة كرة القدم ( لتمرير.التصويب.الجري.المراوغة.الإستقبال) التي تناولناها سابقا قبل أداء المهارة و بعدها ).

مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	كا 2 المحسوبة	العينة	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
0.05	4	9.48	323,54649	08	656	516	تنطبق تماما
					351	359	تنطبق بدرجة كبيرة
					276	326	تنطبق على حد ما
					336	342	لا تنطبق كثيرا
							لا تنطبق إطلاقا

الشكل رقم (07) يمثل نسب لمقياس الثقة بالنفس للإختبارين القبلي و البعدي للدراسة الإستطلاعية و أثره على مهارة كرة القدم ( التمرير.التصويب.الجري.المراوغة.الإستقبال) التي تناولناها سابقا قبل أداء المهارة و بعدها ).





بناء على التحليل الذي أجريناه لإستجابات اللاعبين المنخرطين في فريق وفاق تغنيف و مثالية تيغنيف بعد توزيعنا لمقياس الثقة بالنفس وأثره على تطوير بعض المهارات الرياضية لكرة القدم (صنف أصاغر 14/12 سنة ) ، وقد تم توزيع هذا المقياس في الإختبار القبلي و إعادة توزيعه على اللاعبين في الإختبار البعدي بغية منا لمعرفة تأثير الثقة بالنفس على مهارات ( التمرير.التصويب.الجري.المراوغة.الإستقبال فتبين لنا من خلال نتائج الجدول أن قيمة كا 2 المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 بلغت 323.54 و هي أكبر من الجدولية 9.48 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4 إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي للمهارات أي أنه يوجد فرق دال إحصائيا و يوجد تفاوت في النتائج و نلاحظ ذلك في قيم الدرجات إذ أنها زادت في الاختبار البعدي حسب الجدول و منه ترجع هذه الفروق الإحصائية لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة كرة القدم

1-2-1- عرض و تحليل نتائج الاختبارات المهارية في كرة القدم:

1-2-1- المجموعة الشاهدة:

- اختبار التمرير:

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة	ت. المحسوبة	ت الجدولية	الدالة الإحصائية	
1.75	1	03	00	1.37	1.74	غير دالة	الاختبار القبلي
2.19	0.75	03	01				الاختبار البعدي

جدول رقم (09): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التمرير المجموعة الشاهدة.

من خلال نتائج الجدول رقم (01) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة الشاهدة في الاختبار القبلي يقدر بـ 1.75 نقطة، أما الانحراف المعياري فهو يساوي 1 نقطة، كما حققت المجموعة في الاختبار البعدي متوسطا حسابيا يساوي 2.19 نقطة ، وانحراف معياري يقدر بـ 0.75 نقطة، هذا ما يدل على تقارب وتجانس نتائج عناصر المجموعة.

في حين سجلنا قيمة 1.37 لـ (ت) بالمحسوبة في اختبار " ت إستودنت" التي لا تفوق (ت) الجدولية والتي تقدر بـ 1.74، وبالتالي فهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي رغم وجود فرق طفيف بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي.

- اختبار التصويب:

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	1.74	0.83	01	05	1.10	2.81	الاختبار القبلي
			01	04	0.95	3.12	الاختبار البعدي

الجدول رقم (10) : يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التصويب المجموعة الشاهدة

من خلال نتائج الجدول رقم (02)، فإن المجموعة حققت متوسطا حسابيا في الاختبار القبلي مقدرا بـ 2.81 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 1.10 نقطة، كما حققت المجموعة في الاختبار البعدي متوسطا حسابيا يساوي 3.12 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 0.95 نقطة، هذه النتائج توضح تجانس وتقارب نتائج عناصر المجموعة.

في حين تحصلت المجموعة على قيمة لـ "ت" المحسوبة مقدرة بـ 0.83 في اختبار "ت" إستودنت وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة بـ 1.74 وعليه يمكن القول أنه لا توجد فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي.

3- اختبار المروغة:

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة	ت. المحسوبة	ت الجدولية	الدالة الإحصائية
15.03	1.26	17.3	12.8	0.88	1.74	غير دالة
		3	8			
14.63	1.24	17.1	12.1			
		0	5			

الجدول رقم (11): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدى لاختبار المروغة المجموعة الشاهدة

من خلال نتائج الجدول رقم (03) نلاحظ أن المجموعة سجلت قيمة للمتوسط الحسابي في الاختبار القبلي مقدرة بـ 15.03 ثانية، وانحراف معياري يقدر بـ 1.26، وفي الاختبار البعدى مقدر بـ 14.63 ثانية، وانحراف معياري يقدر بـ 1.24 ثانية هذه النتائج توضح تقارب وتجانس نتائج عناصر المجموعة.

في حين تحصلت المجموعة على قيمة بـ "ت" إستودنت وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية المقدرة بـ 1.74، وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى.

- اختبار الجري بالكرة

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة	ت. المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
8.56	0.61	9.80	7.87	0.79	1.74	غير دالة
8.37	0.72	9.56	6.83			

الجدول رقم (12): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدى لاختبار الجري بالكرة المجموعة

الشاهدة

من خلال نتائج الجدول رقم (04) نلاحظ أن المجموعة تحصلت على متوسط حسابي يقدر بـ 8.56 ثانية، وانحراف معياري مقدر بـ 0.61 ثانية وفي الاختبار القبلي، أما الاختبار البعدي فقد تحصلت على متوسط حسابي مقدر بـ 8.37 ثانية، وانحراف معياري يقدر بـ 0.72، هذه النتائج تدل على تقارب وتجانس نتائج عناصر المجموعة. كما سجلنا قيمة 0.79 لـ "ت" المحسوبة في اختبار "ت" إستودنت والتي لا تفوق قيمة "ت" الجدولية التي تقدر بـ 1.74، وعليه لا توجد هناك فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى.

- اختبار استقبال الكرة بباطن القدم:

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	1.74	1.08	00	03	1	1.25	الاختبار القبلي
			00	03	0.88	1.62	الاختبار البعدي

الجدول رقم (13): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار استقبال الكرة بباطن القدم المجموعة الشاهدة

من خلال نتائج الجدول رقم (05)، نلاحظ المجموعة حققت في الاختبار القبلي متوسطا حسابيا مقدرا بـ 1.25 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 1 نقطة، أما الاختبار البعدي فقد سجلت المجموعة في متوسطا حسابيا يساوي 1.62 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 0.88 نقطة، وهذه النتائج تبين تقارب وتجانس نتائج عناصر المجموعة.

في حين سجلنا قيمة 1.08 لـ "ت" المحسوبة في اختبار "ت" إستودنت وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة بـ 1.74 و بالتالي فهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية دالة بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي.

1-2-2- عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية:

- اختيار التمرير

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	1.74	3.13	00	03	0.93	1.94	الاختبار القلبي
			02	04	0.72	2.88	الاختبار البعدي

جدول رقم (14): يوضح نتائج الإختبار القلبي والبعدي لاختبار التمرير المجموعة التجريبية

من خلال نتائج الجدول رقم (06)، نلاحظ أن المجموعة حصلت على متوسط حسابي في الاختيار القلبي مقدر بـ 1.94 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 0.93 نقطة، أما الاختبار البعدي فقد حصلت المجموعة على متوسطا حسابيا يقدر بـ 2.88 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 0.72 نقطة، أما في الاختيار "ت" استودنت فقد سجلنا نتيجة 3.13 لقيمة "ت" المحسوبة والتي تفوق قيمة "ت" الجدولية والمقدرة بـ 1.74 وبالتالي فالمجموعة حققت نتائجها فروقا معنوية دالة بين الاختيارين القلبي والبعدي عليه نقول أن المجموعة حققت تحسنا دالا في نتائجها وأثبتت القدرة على أداء الاختيار .

- اختيار التصويب

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	1.74	3.30	1	05	1.09	03	الاختبار القبلي
			02	05	0.91	4.19	الاختبار البعدي

جدول رقم (15): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار التصويب المجموعة التجريبية

من خلال نتائج الجدول رقم (07)، نلاحظ أن المجموعة التجريبية حققت متوسطا حسابيا في الاختبار القبلي مقدرا بـ 3 نقطة، وانحراف معياري يقدر بـ 1.09 أما في الاختبار البعدي فقد حققت المجموعة متوسطا حسابيا قدر بـ 4.19 وانحراف معياري يقدر بـ 0.91 نقطة.

في حين سجلت نتيجة 3.30 كقيمة لـ "ت" المحسوبة في اختبار "ت" إستودنت والتي تفوق "ت" الجدولية والمقدرة بـ 1.47 وبالتالي فالمجموعة أحدثت فروقا دالة معنويا بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي، وعليه نقول أن المجموعة أبدت عناصرها تحسنا دالا في أداء الاختبار وهذا بإحداث فروقا دالة في نتائج اختيارها .



- اختيار المراجعة

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	1.74	3.34	12.72	17	1.34	14.62	الاختبار القبلي
			11.55	15.26	1.005	13.18	الاختبار البعدي

جدول رقم (16): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار المراجعة المجموعة التجريبية

من خلال نتائج الجدول رقم (08)، نلاحظ أن المجموعة حصلت على متوسطا حسابيا في الاختبار القبلي مقدرا بـ 14.62 "ت" وانحراف معياري يساوي بـ 1.34 ثانية، وقد حصلت المجموعة على متوسط حسابي في الاختبار البعدي يقدر بـ 13.18 ثانية، وانحراف معياري يساوي بـ 1.005 ثانية، هذه

في حين أحرزت المجموعة على قيمة 3.34 "ت" المحسوبة في اختبار "ت" إستودنت وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة بـ 1.74 وعليه فالمجموعة أحدثت نتائجها فروقا معنوية دالة بين الاختيارين القبلي والبعدي، وما هذا إلا دلالة على قدرة المجموعة على تحسين نتائج الاختيار .

- اختيار الجري بالكرة

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	1.74	2.85	7.53	9.50	0.44	0.34	الاختبار القبلي
			6.28	9.44	0.68	7.77	الاختبار البعدي

جدول رقم (17): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة المجموعة

التجريبية

من خلال نتائج الجدول رقم (09)، نلاحظ أن المجموعة أحرزت متوسطا حسابيا يقدر بـ 8.34 ثانية وانحراف معياري يساوي بـ 0.44 ثانية ، في حين أحرزت في الاختيار البعدي على المتوسط حسابي مقدر بـ 7.77 ثانية ، وانحراف معياري يساوي 0.68 ثانية .

في حين كانت نتيجة "ت" المحسوبة في الاختيار "ت" إستودنت تساوي 2.85 وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية ،وعليه فالمجموعة أحدثت فروقا معنوية دالة بين نتائج الاختيارين القبلي والبعدي ، وبالتالي فالمجموعة أبدت تحسنا دالا في نتائجها وأثبتت القدرة على أداء الاختيار .

- اختيار استقبال الكرة بباطن القدم

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ت. المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	1.74	2.77	00	03	1.81	1.05	الاختبار القبلي
			01	03	0.68	2.25	الاختبار البعدي

جدول رقم (18): يوضح نتائج الإختبار القبلي والبعدي لاختبار استقبال الكرة بباطن القدم المجموعة التجريبية

من خلال نتائج الجدول رقم (10) نلاحظ أن المجموعة حققت متوسطا حسابيا مقدرا بـ 1.50 نقطة، وانحراف معياري يساوي بـ ثانية ، أما في الاختبار البعدي فقد حققت متوسط حسابي مقدر بـ 2.25 ثانية وانحراف معياري يساوي بـ 0.68 ثانية .

كما سجلنا في اختيار "ت" إستودنت نتيجة 2.77 لقيمة "ت" المحسوبة والتي تفوق قيمة "ت" الجدولية التي تساوي 1.44 وبالتالي فالمجموعة أحدثت نتائجها فروقا معنوية دالة بين الاختيار القبلي والبعدي وبالتالي فالمجموعة أثبتت قدرتها على أداء الاختيار وذلك بإحراز فروق معنوية دالة في نتائج الاختيارين .

- عرض نتائج المجموعتين:

إختبار "تا" إستمودنتا		المجموعة التجريبية				المجموعة الشاهدة				الإختبار
"ت" الجدولية	"نا" المحسوبة	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الإنتراف المعياري	المتوسط الحسابي	أدنى قيمة	أعلى قيمة	الإنتراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1.74	0.54	00	03	0.93	1.94	01	03	1	1.75	التمرين
1.74	0.48	01	05	1.09	03	01	05	1.10	2.81	التصويب
1.74	0.87	12.72	17	1.34	14.62	12.88	17.33	1.26	15.03	المراوغة
1.74	1.15	7.53	9.50	0.44	8.34	7.87	9.80	0.61	8.56	الجري بالكرة
1.74	0.75	00	03	0.81	1.50	00	03	1	1.25	إستقبال الكرة بباطن القدم

جدول رقم (19): يوضح نتائج المجموعتين الشاهدة و التجريبية

- تحليل نتائج المجموعتين :

- الإختبارات القبليّة

- اختبار التمرين :

من خلال نتائج الجدول رقم 19 نلاحظ أن كل من المجموعتين التجريبية والشاهدة حققت قيم متقاربة ، حيث كانت أعلى قيمة وادنى قيمة على التوالي متساوية لكلا المجموعتين ( 03 نقاط ، 00 نقطة ) هذا ما يدل على وجود توافق وتقارب مبدئي بين عناصر المجموعتين في هذا الإختبار .

في حين نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر منه في المجموعة الشاهدة ، وهذا بفرق طفيف ( 0.19 نقطة كفارق بين المجموعتين ) كذلك نلاحظ أن المجموعة الشاهدة كانت أكثر تجانس في النتائج عن المجموعة التجريبية ، وهذا ما

توضحه نتيجة الإنحراف المعياري الموضحة في الجدول رقم (19) إلا أن قيمة الإنحراف المعياري للمجموعة التجريبية لا ينفى تجانس نتائج عناصر هذه المجموعة ولكل بدرجة أقل عن نظيرتها الشاهدة بينما نجد أن قيمة " ت " المحسوبة تساوي (54.) في إختبار " ت " إستودنت وهي أقل من قيمة " ت " الجدولية المقدره بـ (1.74) وعليه فلا توجد هناك فروق معنوية بين نتائج المجموعتين الشاهدة والتجريبية والفرق البسيط بين المتوسطين الحسابيين يكون غير دال إحصائيا وعليه فننتج المجموعتين تعتبر مقارنة متجانسة .

- إختبار التصويب :

من خلال نتائج الجدول رقم (19) نلاحظ أن كلا المجموعتين كان لهما نفس القيم ، حيث كانت أعلى قيمة تساوي ( 05 نقاط ) وأدنى قيمة تساوي ( 1 نقطة ) وهذا لكلا المجموعتين ، وهذا إن دل على شيء ، غنما يدل على وجود تقارب مبدئي بين نتائج عناصر المجموعتين .

في حين كان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر من المجموعة الشاهدة ، وهذا لكلا المجموعتين وهذا إن دل على شيء إنما يدل على وجود تقارب مبدئي بين نتائج عناصر المجموعتين .

في حين كان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أكبر من المجموعة الشاهدة وهذا بفرق طفيف يساوي ( 0.19 نقطة ) في حين نلاحظ تجانس بين عناصر المجموعة الشاهدة أحسن منه بقليل عند نظيرتها التجريبية ، وهذا ما توضحه نتيجة الإنحراف المعياري في الجدول رقم (19) .

وما نتيجة " ت " المحسوبة في إختبار " ت " إستودنت التي كانت أقل من نتيجة " ت " الجدولية ، إلا دليل على وجود توافق بين المجموعتين ، وهذا دليل على عدم وجود فروق معنوية دالة بين نتائج المجموعتين الشاهدة والتجريبية .

- إختبار المروغة :

نلاحظ من خلال الجدول رقم (19) توافقا ملحوظا بين نتائج المجموعتين الشاهدة والتجريبية حيث كان تقارب ملحوظ بين أعلى قيمة وأدنى قيمة لكلا المجموعتين ، كما كان الفرق بسيطا في نتيجتي المتوسط الحسابي للمجموعتين ( 0.41 ثانية ) وكذلك قيمة الانحراف المعياري لدى المجموعتين التي كانت متقاربة حيث كانت قيمة المجموعة التجريبية تفوق قيمة المجموعة الشاهدة وهذا بفارق ( 0.08 ) وهذا ما يدل على تجانس وتكافؤ عناصر المجموعتين ، كما تبين نتائج إختبار " ت " إستودنت أن " ت " المحسوبة كانت أقل من نتيجة " ت " الجدولية وعليه فالمجموعتين لم تبد نتائجهما فروقا معنوية دالة بينها ، لذلك فالمجموعتين أحدثت نتائجهما توافقا وتجانسا في النتائج

- إختبار الجري بالكرة :

من خلال الجدول رقم (19) نلاحظ أن المجموعتين متقاربتين في إحرار أعلى قيمة لها في الإختبار وكذا أدنى قيمة ، بحيث تبدو المجموعة التجريبية أحسن من المجموعة الشاهدة إذا كانت نتائجها في أعلى قيمة وأدناها أقل منه عند المجموعة الشاهدة أما كانت نتائج المجموعتين تبدي تجانسا فيما بينها ، في حين كان المتوسط الحسابي للمجموعة الشاهدة أكبر منه في المجموعة التجريبية وهذا بشكل طفيف يساوي ( 0.17 ) وعند حساب " ت " في إختبار " ت " إستودنت وجدنا أصغر من " ت " الجدولية ، وعليه فالنتائج لم تظهر فروقا معنوية دالة وبالتالي فالمجموعتين في هذا الإختبار تبدو متوافقتين ومتجانستين فيما بينهما .

- اختبار استقبال الكرة بباطن القدم :

من خلال الجدول رقم (19) نلاحظ أن المجموعتين حققت كل واحدة منهما أكلة قيمة متساوية ( 03 نقاط ) وكذا أدنى قيمة ( 00 ) ، هذا ما يدل على تجانس نتائج عناصر المجموعتين .

في حين كان الفرق طفيف بين المتوسط الحسابي لكلا المجموعتين حيث كان يساوي ( 0.19 ) رغم المتوسط الحسابي للمجموعة الشاهدة منه على المجموعة التجريبية .

بينما نجد أن " ت " الجدولية تفوق " ت " المحسوبة في إختبار " ت " إستودنت والتي تساوي ( 0.75 ) وعليه فنتائج المجموعتين لم تبد أي فروق معنوية بينها ، إذن فالمجموعتين كذلك في هذا الإختبار تعتبران قد أظهرتا توافقا وتجانسا بين نتائجها .

2- الإستنتاجات :

على ضوء المعطيات التي أفرزتها النتائج المتحصل عليها تم استنتاج ما يلي:

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة دقة التمرير نتيجة لتأثير الثقة بالنفس على جاهزية اللاعبين.

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة دقة التصويب على المرمى مرده إلى وضع الثقة كمحك معتمد في إنجاز اللاعبين لتنمية المهارات.

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة الجري بالكرة و أن للثقة دور إيجابي و حجر أساسي لتطوير مهارات كرة القدم .

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة المراوغة وذلك بعد إطلاع اللاعبين على مقياس الثقة بالنفس مما أثارت إنفعالاتهم و دوافعهم على تحسين الجانب التعليمي للمهارات.



- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي إي هناك تحسن في مهارة استقبال الكرة (باطن القدم) وهذا يدل أن المقياس الخاص بالثقة بالنفس كان سبب في رفع ثقت اللاعبين بأنفسهم أثناء الأداء المهاري.

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارين القبلي و البعدي

### 3- مناقشة فرضيات البحث:

- الفرضية الأولى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية للثقة بالنفس على تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لدى فرقي المثالية و الوفاق المشاركين في البطولة الجهوية بتغنيف صنف أصاغر (14/12سنة).

من خلال نتائج مقياس الثقة بالنفس على تطوير بعض المهارات في كرة القدم المتبينة في الإختبارات القبلية و البعدية و المتحصل عليها بعد توزيعها على اللاعبين المشاركين في فرقين تغنيف تبين لنا من خلال المعالجة الإحصائية التي تمثل نتائج مقياس الثقة بالنفس ، نجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لبعض المهارات الأساسية على سبيل المثال في مهارة دقة التمرير نجد أن أعلى درجة كانت درجة تتطبق تماما (628) في الإختبار البعدي و أدنى قيمة للإختبار القبلي لنفس الدرجة تتطبق تماما قدرت ب (480) ، ومنه نستنتج أنه يوجد فروق ذات دلالة

إحصائية في نتائج مقياس الثقة بالنفس على الأداء المهاري لأصاغر كرة القدم بالبطولة الجهوية لتغنيف، و هذا ما أكدته دراسة عدنان مقبل عون أحمد بعنوان تأثير تدريب بعض المهارات النفسية على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم.

#### - الفرضية الثانية :

- الثقة بالنفس لا تعتبر بديلا للكفاية البدنية و تحسين ناتج الأداء المهاري لدى لاعبين كرة القدم الأصاغر المنخرطين في صفي المثالية و الوفاق (12-14) سنة من خلال النتائج المتحصل عليها في الإختبارات لبعض المهارات الأساسية لكرة القدم تبين لنا من خلال المعالجة الإحصائية التي تمثلت في نتائج قياس الثقة بالنفس بالإضافة إلى نتائج الإختبارات القبليّة و البعديّة تبين لنا أن الثقة بالنفس أمر حتمي أثناء مزاولة التعلم المهاري ، فالثقة بالنفس و المهارة الرياضية بينهما علاقة وطيدة و طردية ، فكلما كانت الثقة بالنفس لدى اللاعب مرتفعة كان أداءه جيد و هذا ما أكدته النتائج التي أجريناها ، فعلى سبيل المثال أثناء إجراء اللاعبين لإختبار تطوير مهارة دقة التصويب على المرمى قمنا بتوزيع مقياس الثقة بالنفس قبل الأداء و بعد الأداء فلاحظنا تطور و تحسن بين نتائج الإختبارين القبلي و البعدي ، حيث كانت إستجابات اللاعبين للمقياس بشكل إيجابي و دقيق مما ساعد في تنمية دقة التصويب على المرمى ، حيث بلغت أعلى قيمة لدرجة تنطبق تماما ب (700) للإختبار البعدي أما القبلي فتحددت النتيجة لدرجة تنطبق تماما (604) وهذا تحسن واضح لمهارة دقة

التصويب كما نلاحظ تحقق الفرضية في مهارة الجري بالكرة و هذا ما يدل على أن الفرضية التي تتمثل في أن :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية للثقة بالنفس على تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لدى فرقي المثالية و الوفاق المشاركين في البطولة الجهوية بتغنيف صنف أصاغر (14/12سنة) محققة مما يدعم حاجة نشاط كرة القدم لعنصر أو حجر الأساس المتمثل في الثقة بالنفس و هذا ما أكدته دراسة حاج احمد مراد تحت عنوان علاقة مستوى الطاقة النفسية بالعوامل المشروطة للإنجاز الرياضي (البدني، التقني) عند لاعبي كرة القدم

- الفرضية الثالثة :

- الثقة بالنفس حجر أساسي للبناء الإيجابي في تنمية المهارات الأساسية لكرة القدم وعنصر هام لإستثارة حوافز التعلم المهاري الجيد لدى لاعبي كرة الناشطين في فرقي المثالية و الوفاق ب تغنيف (14/12) سنة.

- على ضوء النتائج المتحصل عليها في الاختبارات لبعض المهارات الأساسية في كرة القدم و إخضاعها لمقياس الثقة بالنفس إتضح لنا من خلال المعالجة الإحصائية التي تمثل نتائج الاختبارات التي أنجزت على لاعبي فرق الرابطة الجهوية ( المثالية و الوفاق )

- في كرة القدم، نجد أن الثقة بالنفس حركت دوافع و حوافز اللاعبين لبذ الجهد الإيجابي الفعال و الذي نتج عنه الناتج الفعال و المهارة الإنسيابية حيث أعتبر الجانب النفسي مهم في تطوير الأداء عامة و الثقة بالنفس عنصر أساسي و أهم خاص حيث ساهمت بدور كبير في رفع و وتنمية ومعرفة مستوى اللاعبين وذلك من خلال مقارنة نتائج الدرجات للاختبار القبلي و البعدي بدرجات المقررة في الاختبار البعدي حيث بين أداء مهارة إستقبال الكرة صحة الفرضية حيث أن اللاعبين صارت لديهم حوافز جيدة طورت ثقتهم بأنفسهم حيث بلغت أعلى درجة في الاختبار القبلي (516) لصالح درجة تنطبق تماما فيما يظهر التحسن في الاختبار البعدي لصالح نفس الدرجة ب قيمة بلغت (656) هذا ما يؤكد صحة الفرضية و تبيان بأنها محققة ، و هذا ما أكدته دراسة غسان عدنان جميل الكيالي بعنوان الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالثقة بالنفس وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين دون 16 سنة.

## 4- خلاصة عامة:

لقد حاولنا في بحثنا هذا معرفة مدى تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم أصغر 12-14 لفريقي مثالية تيغنيف و وفاق تيغنيف بولاية معسكر ، فكانت الفكرة الرئيسية التي خرجنا بها من خلال بحثنا هذا واستنادا على الدراسة التطبيقية التي قمنا بها وبعد تحليل واستخلاص النتائج وجدنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية للثقة بالنفس على تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لدى فرقي المثالية و الوفاق ، و كذا الثقة بالنفس لا تعتبر بديلا للكفاية البدنية و تحسين ناتج الأداء المهاري لدى لاعبين كرة القدم الأصغر ، و الثقة بالنفس حجر أساسي للبناء الإيجابي في تنمية المهارات الأساسية لكرة القدم وعنصر هام لإستثارة حوافز التعلم المهاري الجيد لدى لاعبي كرة القدم.

وهكذا وبالله الحمد قد بلغنا هدفنا المنشود من خلال هذه الدراسة بعدما قمنا بمعالجة نظرية وتطبيقية لموضوعنا، حيث اتبعنا منهجية علمية مكنتنا من الوصول إلى نتائج موضوعية أثبتنا بواسطتها الفرضيات التي تبنيها في بداية دراستنا، ونتمنى في الأخير أن نكون قد وفقنا ولو بالقليل في الإحاطة بموضوع بحثنا من كل الجوانب وما فاتنا يتداركه من يأتي بعدنا.

## 5- الاقتراحات و الوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي في تدريب الفئات الصغرى من خلال التعامل مع الرياضيين من خلال الجوانب الايجابية لقيمة الذات للرياضيين بصرف النظر عن الأداء في الرياضة ، ومساعدة الرياضيين على معرفة أن أهم مصدر للثقة بالنفس ليس هو المكسب ولكن مقدرتهم على أن يصبحوا أكفاء.

- الأخذ بعين الإعتبار خصائص ومميزات الطفل في هذه المرحلة في تعليم أهم المهارات الأساسية لأن الطفل في هذا السن تكون لديه القابلية والفهم السريع وحب الإطلاع والميل إلى الجماعة.

- الإعتداد على التكوين القاعدي البدني و المهاري و النفسي والاستمرارية في التكوين مع ضرورة التخطيط على المدى البعيد، من خلال إدخال الطرق والمناهج الحديثة أثناء التدريب مع الأخذ بعين الإعتبار مميزات وخصائص الفئة المدروسة .

## قائمة المصادر و المراجع

1. إبراهيم أحمد سلامة . ( 1999 ) . المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية . ليبيا طرابلس .
2. إبراهيم شعلان - محمد عفيفي . (2001) . كرة القدم للناشئين . مصر :مركز الكتاب للنشر ، ط 1، القاهرة .
3. أسامة كامل راتب . (2000) . تدريب المهارات النفسية -التطبيقات في المجال الرياضي . القاهرة :دار الفكر العربي .
4. الرابطة الوطنية لكرة القدم . الجزائر :دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع عين مليلة .
5. حسن أحمد الشافعي . (2004) . التحليل الاحصائي في التربية البدنية . الاسكندرية :دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر .
6. حسن السيد أبو عبدو . (2002) . الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم . مصر : مكتبة الإشعاع الفنية ط 1 الإسكندرية .
7. حنفي محمود مختار . (1997) . كرة القدم للناشئين . مصر :دار الفكر العربي القاهرة .
8. حنفي محمود مختار . الأسس العلمية في تدريب كرة القدم . مصر :دار الفكر العربي ، مدينة نصر .
9. حنفي مختار . (1980) . مدرب كرة القدم . القاهرة :دار الفكر العربي .

10. رمضان ياسين .(2008) .علم النفس الرياضي .عمان :دار سامة للنشر و التوزيع.
11. رومي جميل .(1986) .كرة القدم .لبنان :دار النقائص ، بيروت.
12. عبد الرحمان عيساوي .(1980) .سيكولوجية النمو .بيروت :دار النهضة العربية.
13. علي جاسم عكلة الزبيدي .(1989) .الثقة بالنفس عند الأطفال والم ا رهقين .جامعة بغداد :كلية التربية.
14. علي خليفي وآخرون .(1987) .كرة القدم .ليبيا.
15. مجدي احمد محمد عبد الله .( 2003 ) .النمو النفسي بين السواء والمرض .دار المعرفة الجامعة لتوزيع والنشر .
16. مجدي احمد محمد عبد الله .(2003) .النمو النفسي بين السوء والمرض .دار المعرفة الجامعية لتوزيع والنشر .
17. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب .(1999) .البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي .القاهرة :دار الفكر العربي.
18. محمد رفعت .(1998) .كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية .لبنان :دار البحار .
19. محمد صبحي أبو صالح .(1984) .مقدمة علم الاحصاء .الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.



20. محمد نصر الدين رضوان. (2002). الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البنية و الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
21. محمد نعيمة محمد. (2002). التنشئة الاجتماعية و السمات الشخصية. الاسكندرية: دار الثقافة العلمية .
22. محمد, ا. ص. (2004). علم نفس الرياضة. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث .
23. مفتي إبراهيم. (1999). الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
24. مفتي إبراهيم حماد. (2002). المهارات الرياضية. جامعة حلوان مصر: مركز الكتاب للنشر.
25. موفق مجيد المولى. الإعداد الوظيفي لكرة القدم. مصر: دار النشر و الوزيع.
26. هدى محمد قتاوي. سيكولوجية المراقبة. دار فكر للطباعة والنشر .
27. يحي كاظم النقيب. (1990). علم النفس الرياضة. السعودية: معهد إعداد القادة .

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية



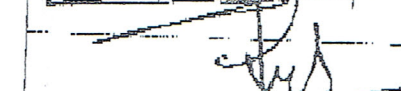

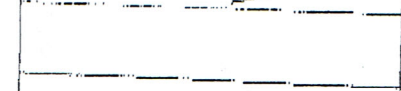
قسم نشاط حركي مكيف

قائمة أسماء الدكاترة و الأساتذة المحكمين للإستشارة الإستبائية المقترحة بخصوص شهادة

الليسانس تحت عنوان :

تأثير الثقة بالنفس على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم (12-14) سنة

بحث مسحي أجري على بعض الفرق الرياضية للاعبين كرة القدم صنف أصغر لولاية معسكر

الإمضاء	الدرجة العلمية	الإسم و اللقب
	دكتوراه	كوتوبا
	استاذ زعيم العالم	بن مودير
	دكتوراه	حاشيمي
	دكتوراه	مزيان
	دكتوراه	كهام

تحت إشراف الأستاذ :

إعداد الطلبة :

أ- د حرشاوي

➤ جزولي عبد القادر

➤ غوابلي خالد

➤ قنوني ياسين

						1
						2
						3
						4
						5
						6
						7
						8
					( )	9
						10
						11
						12
						13
						14





pink	orange	yellow	light green	light blue	gray	light gray
pink	orange	yellow	light green	light blue	gray	light gray
pink	orange	yellow	light green	light blue	gray	light gray
pink	orange	yellow	light green	light blue	gray	light gray
pink	orange	yellow	light green	light blue	gray	light gray