

# لجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

أهمية الدافعية على مستوى الأداء المهاري من وجهة نظر لاعبي كرة

القدم صنف أواسط تحت 20 سنة

بحث وصفي بالأسلوب المسحي أجري على لاعبي فرق قسم ثاني هواة

سريع المحمدية، غالي معسكر، هلال سيق تحت 20 سنة.

تحت إشراف :

أ. د . بن قوة علي

أ. عامر عامر حسين

من إعداد الطالبان:

▪ كسريوي تقي الدين

▪ وراتس علي

السنة الجامعية: 2014/2013

## قائمة الجداول

| الرقم | العنوان:  | الصفحة |
|-------|---|--------|
| 01    | يوضح الدراسة المشاهدة لنذير هارون خليف                                  | 08     |
| 02    | يوضح الدراسة المشاهدة طبيباوي صلاح الدين، جميعع الحسين ، تومي نصر الدين | 08     |
| 03    | يوضح الدراسة المشاهدة لبورابح محمد - مواسيم دريس - مقدم رضوان           | 09     |
| 04    | يوضح الدراسة المشاهدة لحبيب حبيب العدوي                                 | 10     |
| 05    | يمثل شروط قياس الأداة العلمية : الصدق الثبات الموضوعية                  | 67     |
| 06    | يمثل عرض نتائج السؤال الأول للمعلومات الشخصية .                         | 71     |
| 07    | يمثل عرض نتائج السؤال الثاني للمعلومات الشخصية.                         | 73     |
| 08    | يمثل نتائج السؤال الثالث للمعلومات الشخصية .                            | 75     |
| 09    | يمثل نتائج السؤال الأول للمحور الأول                                    | 77     |
| 10    | يمثل نتائج السؤال الثاني للمحور الأول                                   | 78     |
| 11    | يمثل نتائج السؤال الثالث للمحور الأول                                   | 79     |
| 12    | يمثل نتائج السؤال الرابع للمحور الأول                                   | 80     |
| 13    | يمثل نتائج السؤال الخامس للمحور الأول                                   | 81     |
| 14    | يمثل نتائج السؤال السادس للمحور الأول                                   | 82     |
| 15    | يمثل نتائج السؤال السابع للمحور الأول                                   | 83     |
| 16    | يمثل نتائج السؤال الثامن للمحور الأول                                   | 84     |
| 17    | يمثل نتائج السؤال التاسع للمحور الثاني                                  | 85     |
| 18    | يمثل نتائج السؤال العاشر للمحور الثاني                                  | 86     |
| 19    | يمثل نتائج السؤال الحادي عشر للمحور الثاني                              | 87     |
| 20    | يمثل نتائج السؤال الثاني عشر للمحور الثاني                              | 88     |
| 21    | يمثل نتائج السؤال الثالث عشر للمحور الثاني                              | 89     |
| 22    | يمثل نتائج السؤال الرابع عشر للمحور الثاني                              | 90     |
| 23    | يمثل نتائج السؤال الخامس عشر للمحور الثالث                              | 91     |
| 24    | يمثل نتائج السؤال السادس عشر للمحور الثالث                              | 92     |
| 25    | يمثل نتائج السؤال السابع عشر للمحور الثالث                              | 93     |
| 26    | يمثل نتائج السؤال الثامن عشر للمحور الثالث                              | 94     |
| 27    | يمثل نتائج السؤال التاسع عشر للمحور الثالث                              | 95     |
| 28    | يمثل نتائج السؤال العشرون للمحور الثالث                                 | 96     |
| 29    | يمثل نتائج السؤال الواحد والعشرون للمحور الثالث                         | 97     |

## قائمة الأشكال

| الرقم | العنوان :   | الصفحة |
|-------|---|--------|
| 01    | يوضح عناصر تشكيل الدافعية الرياضية.                               | 14     |
| 02    | يوضح التنظيم الهرمي للحاجات التي وضعها ماسلو                      | 16     |
| 03    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول للمعلومات الشخصية        | 71     |
| 04    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني للمعلومات الشخصية .     | 73     |
| 05    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث للمعلومات الشخصية.      | 74     |
| 06    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول للمحور الأول             | 77     |
| 07    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني للمحور الأول            | 78     |
| 08    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث للمحور الأول            | 79     |
| 09    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع للمحور الأول            | 80     |
| 10    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس للمحور الأول            | 81     |
| 11    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس للمحور الأول            | 82     |
| 12    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السابع للمحور الأول            | 83     |
| 13    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن للمحور الأول            | 84     |
| 14    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال التاسع للمحور الثاني           | 85     |
| 15    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال العاشر للمحور الثاني           | 86     |
| 16    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الحادي عشر للمحور الثاني       | 87     |
| 17    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني عشر للمحور الثاني       | 88     |
| 18    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث عشر للمحور الثاني       | 89     |
| 19    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع عشر للمحور الثاني       | 90     |
| 20    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس عشر للمحور الثاني       | 91     |
| 21    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس عشر للمحور الثاني       | 92     |
| 22    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السابع عشر للمحور الثاني       | 93     |
| 23    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن عشر للمحور الثاني       | 94     |
| 24    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال التاسع عشر للمحور الثاني       | 95     |
| 25    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال العشرون للمحور الثاني          | 96     |
| 26    | يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الواحد و العشرون للمحور الثالث | 97     |

## 1) مقدمة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية عنصرا من عناصر التربية التي توافق وتكيف بين الإنسان وبيئته كما أنها تحتل مكانا هاما ومتميزا لأنها تلمس كل جوانب شخصية الفرد وتعامله كوحدة واحدة نفسيا ، اجتماعيا وبدنيا ، وتتجلى مكانة وهدف النشاطات الرياضية في تطورها وتقدمها السريع وتعداد فروعها لقد قطعت الرياضة مراحل عدة من العهد البدائي إلى يومنا هذا إذ مارست الشعوب الأولى بعض الأنشطة البدنية للتعبير عن انفعالاتها و عواطفها كسباقات الجري , المصارعة ،استخدام الملائمة ، التسلق ، الرماية ، السباحة وبعض ألعاب الكرة.

و يعتبر الإنسان الوحيد من الكائنات الحية الذي يقدر معرفة ما يدفعه إلى القيام بتصرف ما. كما يعتبر أيضا موضوع الدافع من أكثر موضوعات علم النفس أهمية و إثارة لاهتمام الناس جميعا ، فهو يهم الأب و يهم المربي في معرفة دوافع ممارسة الأفراد للنشاط الرياضي حتى يتسنى له أن يستغلها في تطوير أدائهم نحو الأفضل، فالأداء لا يكون مثمرا إلا إذا كان يرضي الدوافع لدى الفرد.

## 2) الإشكالية:

إن ارتفاع الدول يكمن في ارتفاع ثقافة وافكار شعوبها فالمجال الرياضي له دور كبير في الرتقية بصفة عامة ودراسة المجال النفسي تساعد على دراسة الفرد وقياس صلاحه بصفة خاصة.

ومن ابرز المواضيع المتداولة في المجال الرياضي من جهة والمجال النفسي من جهة اخرى هي الدافعية.

فهذه الاخيرة هي محطة يتوقف عندها اهل العلم من علماء واصحاب الاختصاص منذ اوائل هذا القرن

ود وورث 1908woodworth م حيث يعرفها على انها هي المحرك الاساسي لجميع انواع السلوك

البشري ويتفق معظمهم على انها هي مفتاح الممارسة الرياضية على مختلف مستوياتها كما انها المتغير

الاكثر اهمية والتي تحفز وتحرك وتثير اللاعب الرياضي على تحقيق انجازات في النشاط الرياضي.

ومن بين اهم الرياضات الجماعية الشائعة عالميا وحديث الساعة هي كرة القدم والتي تعتبر اللعبة الاكثر

شعبية بين سكان العالم ويظهر جليا فيها اثر الدافعية لتحقيق الانجازات.

ومن خلال احتكاكنا بالميدان وملاحظة النقائص التي يعانيها المجال الرياضي في واقعنا لاحظ الطالبان

الباحثان اذا لم نقل غياب وهذا ما يعني نقص في اهتمام الجانب النفسي عند اللاعبين مما يؤدي الى

تدني المستوى عن طريق اهمال اهمية الدافعية على وجه خاص والجانب النفسي على وجه عام ناهيك عن

الجانب المعرفي والبدني والخططي ، ومن هذا كله جاءت فكرة بحثنا هذا مما دفعنا الى طرح :

### • السؤال العام التالي :

- هل للدافعية دور يؤثر على المستوى المهاري للاعب كرة القدم وذلك جاء نتيجة لما يلي :

### ● الاسئلة الجزئية :

- هل للدافعية الخارجية والعلاقات مع المدرب تأثير على الاداء المهاري للاعبي كرة القدم.
- هل للحوافز المعنوية والتربوية تأثير على مستوى الاداء المهاري للاعبي كرة القدم.
- هل للتفوق والكسب الرياضي دافع للاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى ادائه المهاري.

### (3) الاهداف :

#### ➤ الهدف العام :

- مراعاة مدى دور الدافعية في التأثير على المستوى المهاري للاعب كرة القدم.

### ● الاهداف الجزئية :

- كشف الدافعية الخارجية لعلاقات المدرب في التأثير على المستوى المهاري للاعبي كرة القدم.
- معرفة قدرة المدرب على زيادة الدافعية عند اللاعبين باستعمال حوافز معنوية وتربوية.
- التعرف على مدى تأثير شخصية المدرب على اللاعبين ان كانت للمدرب شخصية دافعية ومحفزة.

### (4) الفرضيات :

#### ➤ الفرضية العامة :

- للدافعية دور يؤثر على المستوى المهاري للاعبي كرة القدم.

#### ➤ الفرضيات الجزئية :

- الدافعية الخارجية والعلاقات مع المدرب لها تأثير على الاداء المهاري للاعبي كرة القدم.
- الحوافز المعنوية والتربوية لها تأثير على مستوى الاداء المهاري للاعب كرة القدم.

- للتفوق والكسب الرياضي اثر يدفع لاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى اداءه المهاري.

### 5) اهمية البحث : تتجلى اهمية بحثنا هذا في :

- تبيان وازهار واجلاء اهم الدوافع التي تتحكم في سلوك لاعب كرة القدم.
- البحث العلمي هادف يسعى الى ان يكون مقدمة للبحوث العلمية الاخرى.
- ابراز دور الدافعية واهميتها في رفع مستوى اللاعبين عامة ولاعب كرة القدم خاصة.
- تحديد ومعرفة طبيعة الدوافع التي تدفع باللاعب لان يرقى بمستوى اداءه المهاري.

### 6) تحديد المفاهيم و المصطلحات:

#### 6-1- الدافعية :

تعرف الدافعية على انها طاقة كامنة في الكائن الحي ، تعمل على استثارته يسلك سلوكا معيناً في العالم الخارجي ، و يتم ذلك عن طريق الاستجابة المفيدة وظيفيا له في عملية تكيفية مع بيئته الخارجية ووضع هذه الاستجابة في مكان الاسبقية على غيرها من الاستجابات المحتملة مما ينتج عنه اشباع حاجة معينة او الحصول على هدف معين.(جابر عبد الحميد جابر، 1998، صفحة 07).

#### 6-2- المهارة: skill :

تدل على مدى كفاءة الافراد في اداء واجب حركي معين ، و تعني ايضا مقدرة الفرد على التواصل الى نتيجة من خلال القيام باداء ولجب حركي باقصى درجة من الاتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة في اقل زمن ممكن.(مفتي ابراهيم حماد ، 2001، صفحة 104).

#### 6-3- الأداء المهاري :

كل الاجراءات و التمرينات المهارية التي يقوم المدرب بالتخطيط لها في الملعب بهدف الوصول الى دقة اداء المهارات بالية و اتقان تحت أي ظرف من ظروف المباراة.(وجدي مصطفى الفاتح ، محمد السيد لطفي ، صفحة 374).

#### **6-4- كرة القدم :**

هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الاصناف ، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق ارضية مستطيلة ، وفي نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ، ويتم تحريك الكرة بواسطة الاقدام ولا يسمح إلا للحارس المرمى بلمسها باليدين ، ويشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط وحكمان على التماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة ، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة .

#### **6-5- لاعبو الأواسط :**

**6-5-1- لغة :** الاواسط ( جمع اواسط ، مفردة وسطى ) المتوسط المعتدل الذي يحتل مكانا وسطا بين طرفي الشيء(راتب احمد قبيعة ، صفحة 26)

**6-5-2- اصطلاحا :** المرحلة (16-18) تسمى مرحلة المراهقة ، و المراهقة مصطلح من العمر ، و الذي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا و تكون خبرته في الحياة محدودة و قد اقترب من النضج العقلي و البدني و الاجتماعي و الانفعالي(مصطفى فهمي ، 1985 ، صفحة 153).

### **7) الدراسات المشابهة:**

الدراسة الأولى:

|              |  |
|--------------|--|
| صاحب الدراسة | ندير هارون خليف  |
| السنة        | مذكرة تخرج لنل شهادة ليسانس 1998                                     |
| العنوان      | الدافعية العقلية و علاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الكلية التربوية |
| المشكلة      | هل للدافعية علاقة بالتحصيل الدراسي؟                                  |
| الهدف        | التعرف على طبيعة العلاقة بين الدافعية و التحصيل الدراسي لدى الطلبة   |
| المنهج       | وصفي   |
| العينة       | تتكون عينة البحث من 60 طالب من بينهم 30 طالبا و 30 طالبة             |
| الأداة       | مياس الدافعية - قام البحث بتبني مقياس الدافعية                       |
| أهم نتيجة    | وجود علاقة ارتباط موجبة بين الدافعية و التحصيل الدراسي لدى الطلبة    |
| أهم توصية    | ضرورة إقامة ندوات و مسابقات علمية لإستثمار الدافعية للطلبة           |

### جدول رقم(01) يوضح الدراسة المشابهة لندير هارون خليف

#### الدراسة الثانية:

|              |  |
|--------------|--|
| صاحب الدراسة | طيباوي صلاح الدين، جميعع الحسين ، تومي نصر الدين                                       |
| السنة        | مذكرة تخرج لنل شهادة ليسانس 2009   |
| العنوان      | دافعية ممارسة الرياضة القتالية الكراتي دو عند المراهقين(14-18) سنة                     |
| المشكلة      | ما هي الدوافع للممارسة رياضة الكراتي دو عند المراهق (14 - 18) سنة                      |
| الهدف        | إبراز دور الدافعية في ممارسة رياضة الكراتي دو عند المراهق                              |
| المنهج       | وصفي   |
| العينة       | نادي 24 فيفري للهواة كراتي دو<br>النادي الرياضي للهواة نصر أولاد عدة لقبالة الكراتي دو |
| الأداة       | طريقة التحليل البيوغرافي - الإستبيان   |
| أهم نتيجة    | وجود علاقة مكتملة بين الدافعين مع ممارسة الفنون القتالية كرياضة الكراتي دو             |
| أهم توصية    | ضرورة إقامة مسابقات علمية لاستثمار الدافعية  |

### جدول رقم(02) يوضح الدراسة المشابهة طيباوي صلاح الدين، جميعع الحسين ، تومي نصر

#### الدين

#### الدراسة الثالثة:

|              |  |
|--------------|--|
| صاحب الدراسة | بورايح محمد - مواسيم دريس - مقدم رضوان   |
| السنة        | مذكرة تخرج لنل شهادة ليسانس 2012   |
| العنوان      | سمات الدافعية و علاقتها بالأداء البدني و المهاري لدى لاعبي كرة القدم أثناء الحصة التدريبية   |
| المشكلة      | ما هي سمات الدافعية التي يتميز بها لاعبي كرة القدم   |
| الهدف        | معرفة درجة الداء البدني و المهاري لدى لاعبي كرة القدم  |
| المنهج       | وصفي   |
| العينة       | شملت عينة الدراسة 150 لاعبا لكرة اليد مقسمين إلى مجموعتين و هما المجموعة أ تتمثل في لاعبي المنتخبات الوطنية لكل من مصر ، تونس ، الجزائر و المغرب الأقصى<br>المجموعة ب : تتمثل في لاعبي الأندية الوطنية في مصر : الزمالك و الأهلي                                       |
| الأداة       | مقياس تقدير السمات للدافعية الرياضية تصميم تتكو و رشارد و تعديل محمد حسن علاوي و قد تضمن مقياس 55 عبارة موزعة على إحدى عشر سمة (الحافز -العدوان -التصميم - المسؤولية - القيادة - الثقة بالنفس - التحكم الإنفعالي - الصلابة - التدريبية - الضمير الحي و الثقة بالآخرين) |
| أهم نتيجة    | تفوق المستوى المحلي على المستوى الدولي في سمات العدوان التدريبية و الضمير الحي   |

جدول رقم(03) يوضح الدراسة المشابهة لبورايج محمد - مواسيم دريس - مقدم رضوان

الدراسة الرابعة:

|              |   |
|--------------|---|
| صاحب الدراسة | حبيب حبيب العدوي  |
| السنة        | مذكرة تخرج لنل شهادة ليسانس 1987  |
| العنوان      | بعض المتغيرات الشخصية و علاقتها بالمستوى الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة                        |
| المشكلة      | ما علاقة المستوى الرياضي بالمتغيرات الشخصية؟  |
| الهدف        | التعرف على الفروق بين لاعبي المستوى الرياضي العلي و المستوى الرياضي الأدنى                      |
| المنهج       | وصفي  |
| العينة       | عددها 106 لاعب من الدرجة الأولى من لاعبي الكرة الطائرة  |
| الأداة       | قائمة الدافعية الرياضية التي أعدها تنكو و عربها محمد حسن علاوي                                  |
| أهم نتيجة    | وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أبعاد سمات الدافعية و المستوى الرياضي للاعبي الكرة الطائرة |

جدول رقم(04) يوضح الدراسة المشابهة لحبيب حبيب العدوي

التعليق على الدراسات المشابهة

إن الدراسات السابقة هي جزء مكمل للبحث ، إذ تبرز القضايا المتضمنة في الدراسة و تكشف أهمية مشروع البحث من خلال التعرف على نتائج تلك الدراسات و مقدار ما ساهمت به في البحث العلمي و قد استعراض مجموعة من الدراسات السابقة بهدف إعطاء فكرة عن الجهود السابقة، فكانت هذه الدراسات الباحثة فيما يأتي:

- 1- بناء مقياس للدافعية من خلال ، الإطلاع على المقاييس السابقة المعدة لقياس هذا التغيير
- 2- تحديد حجم عينة البحث في ضوء تحديد أحجام العينات في الدراسات
- 3- اختيار الوسائل الإحصائية التي تعاملت مع البيانات و المعلومات التي حققتها هذه الدراسة

## - تمهيد:

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس نظرا لتواجده في قلب العديد من المشكلات الرياضية العامة و ذلك بسبب كل من حصيلة نمو البيئات الاجتماعية مثل : التنافس الرياضي ، وسلوكيات المدربين ، أيضا زيادة تأثيرها على متغيرات السلوك مثل :الإصرار ، التعلم و الأداء .

وفي ضوء أهمية هذه النتائج للرياضيين ، يمكن للفرد أن يفهم بسهولة لماذا يهتم الباحثين بالدافعية؟ .

و الإجابة هي ملائمتها للمجال الرياضي , و لأنه وراء كل سلوك دافع ,أي قوة دافعة .

إن القول المأثور "انك تستطيع إن تقود الحصان إلى النهر و لكنك لا تستطيع ان تجبره أن يشرب الماء"

لأنه يشرب من تلقاء نفسه عندما يكون لديه الدافعية للشرب وهذا يعبر بوضوح عن دور الدافعية في ميدان التعلم و التدريب الرياضي و هذا ما سنتناوله بالتدقيق في هذا الفصل .

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

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي : المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد و الحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك , و هذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، و بمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى .(صالح محمد علي أبو جادو، بدون سنة، صفحة 22).

و نجد الدافع عند **مصطفى عشوي** انه : حالة من التوتر النفسي و الفزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال و نشاطات و سلوكا لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر و إعادة التوازن للسلوك و النفس عامةً .(مصطفى عشوي، 2004، صفحة 127)

و يرى **صدقي نور الدين محمد**: استعداد الفرد لبذل جهد من اجل تحقيق هدف معين (صدقي نور الدين، 2004، صفحة 127)

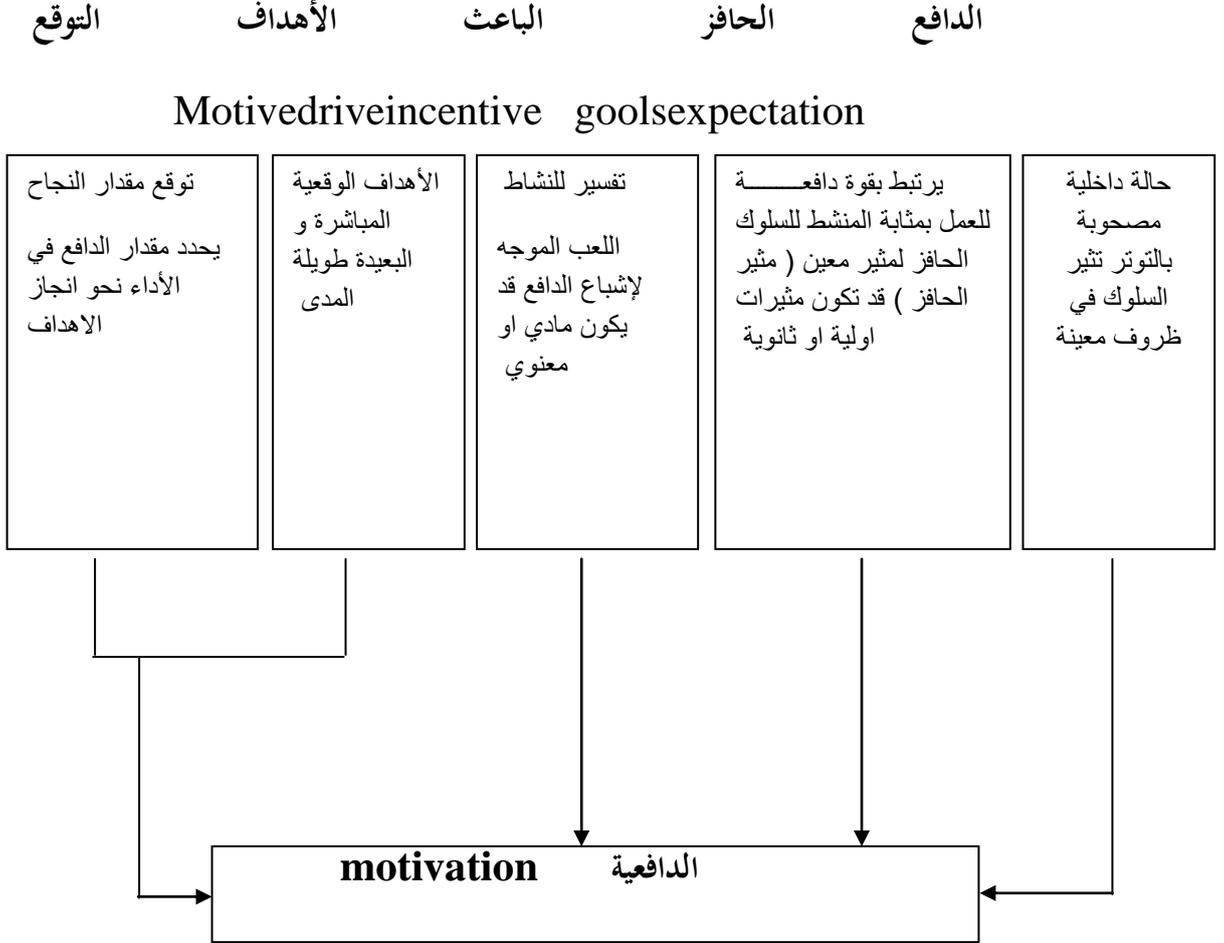
و يعرفها **THOMAS.R** انها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لاشباع الحاجات و البحث عن الأهداف ( THOMAS. R ، 1991 ، صفحة 32)

تعريف **محمد حسن علاوي** : انها مصطلح عام يشير الى العلاقة الدينامية بين الفرد وبيئته وتشمل العوامل و الحالات المختلفة ( الفطرية , المكتسبة ، الداخلية و الخارجية ، المتعلمة و الغير متعلمة ، الشعورية و اللاشعورية و غيرها).والتي تعمل على بدء و توجيه و استمرار السلوك و بصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما .(محمد حسن علاوي، 2004، صفحة 212).

تعريف **سيد خير الله** : هي طاقة كامنة في الكائن الحي تعمل على استشارته ليسلك سلوكا معيناً في العالم الخارجي، و يتم عن طريق اختيار الاستجابة المفيدة وظيفياً له في عملية تكييفية مع بيئته الخارجية

، ووضع هذه الاستجابة في مكان الاسبقية على غيرها من الاستجابات المحتملة، لما ينتج إشباع حاجة معينة، أو الحصول على هدف معين". (جابر عبد الحميد جابر ، صفحة 07).

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



الشكل رقم (01) يوضح عناصر تشكيل الدافعية الرياضية.

عناصر تشكل الدافعية الرياضية عن محمود عنان 1994 (سيكولوجية المنافسات الرياضية ) للمجلس الاعلى للشباب و الرياضة قطاع اعداد القادة .

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

## 1.2. الغرضية: (Purpocive) :

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

## 2.2. النشاط: (action) :

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

## 3.2. الاستمرار: (Continaity):

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

## 4.2. التنوع: ( variation) :

ياخذ الانسان فبتنوع سلوكه و تغيير اساليب نشاطه عندما لا يستطيع اشباع الدافع بطريق مباشر .

## 5.2. التحسن: (improvement) :

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

## 6.2. التكيف الكلي: (wholeadgustment):

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

## 7.2. تحقيق الغرض: (purpoverfication):

و يتم ذلك عندما يتوقف السلوك و عندما يتم تقيق الغرض اي الهدف الذي كان الانسان يرمي الى تحقيقه , و حيث يتم اشباع الدافع و عندئذ يتوقف السلوك.(إسماعيل محمد الفقهي و آخرون ،

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

|   |
|---|
| حاجات تحقيق الذات . انجازات تحقيق الذات و تحقيق الفرد لإمكاناته |
| حاجات الاحترام . الانجاز ، الكفاءة ، الاستحسان ، التقدير        |
| حاجات الحب . الانتساب ، التقبل ، الانتماء                       |
| حاجات الأمن . الطمأنينة و الأمان . غياب الأخطار                 |
| حاجات فسيولوجية . الجوع و العطش ، الهواء..... الخ               |

شكل (2): يوضح التنظيم الهرمي للحاجات التي وضعها ماسلو (إسماعيل محمد الفقي و آخرون ، 2001 ، صفحة

. 167)

### 3- وظائف الدوافع :

ان اي رد فعل عن اي سلوك لا يمكن ان يحدث تلقائيا و انما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد و منه فالسلوك له اغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة يلبي بها الفرد حاجياته وم غرائزه، و منه نستخلص ان للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك و هي ثلاثة :

### 1.3. السلوك بالطاقة :

و معنى ذلك ان الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد و يؤدي التوتر الذي يصحب احباط الدافع لدى الكائن الحي الى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه و اعادة توازنه و تدل الملاحظة على ان الانسان و الحيوان من خلال تجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة اما اذا تعرض للحرمان فانه ينشط من اجل اشباع هذه الحاجات و الرغبات و الدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافاة له على تحسين قدراته و تكليلها بالنجاح، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافاة جاذبيتها اذا ادرك المراهق ان الرياضة اخلاق قبل ان تكون من اجل المكافاة ففي هذه النقطة تصبح المكافاة غير ضرورية.

### 2.3. أداء وظيفة الاختيار :

و يتجلى ذلك في ان الدوافع تختار نوع النشاط او الرياضة التي يستجيب و يتفاعل معها المراهق و يهمل الانشطة الاخرى كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا ، كما أنها تحدد الحد الكبير للطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد اقرَّ **جوردن البورت** انه عندما تكون اتجاه عام للمواقف و الميل فانه لا يخلق فقط حالة التوتر التي يسهل استشارتها و تؤدي الى نشاط ظاهر يشبع الموقف او الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار و اختيار كل سلوك متصل به و توجيهه .

### 3.3. توجيه السلوك نحو الهدف : إن مجرد عدم الرضا في حالة المراهق لا يؤدي و لا يكفي لاحداث

وتمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو اهداف معينة يمكن الوصول إليها و تحقيقها.

## 4- تصنيف الدوافع:

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

التصنيف التالي :

- . تصنيف على أساس شعوري ،لاشعوري .
- . تصنيف على أساس فطري و مكتسب.
- . تصنيف على أساس داخلي و خارجي.
- . تصنيف على اساس دوافع مباشرة و غير مباشرة.

#### أ - تصنيف على أساس شعوري لاشعوري :

- **الدوافع الشعورية:**وهي تلك الدوافع المرتبطة بالادراك و الفطنة اذ ان الانسان يستطيع تحديدها و يتفطن لوجودها فهي كل الاعمال التي نقوم بها عمدا و بمحض ارادتنا كالذهاب الى الملعب للتدريب أو المشاهدة. (حلمي المليحي، 1984، الصفحات 94-95) كما ان الفرد يشعر بها و يكرن على وعي بها ، و هي ناتج نشاط عقلي لان الفرد يقوم باختيار الدافع الذي يسعى لتحقيقه و المعروف ان الدوافع الاولى هي التي تشبع أولا.(TOURNIER, GET , PONCHON، 1995، صفحة 25).

#### . الدوافع اللاشعورية :

الدوافع اللاشعورية لا يشعر بها الفرد اثناء قيامه بالسلوك اذا كان السبب و قسم مدرسة التحليل النفسي هذه الدوافع الى مؤقتة يمكن ان يدركها الفرد لتمحيص او مراقبة سلوكه و اخرى دائمة يصعب على الفرد معرفتها الا بطرق علاجية خاصة نادت بها نظريات علم النفس خاصة مدرسة التحليل النفسي.(السماطوي نبيل ، محمد توفيق، 1986، صفحة 108).

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

ان الدوافع اللاشعورية يبدأ تكوينها لدى الانسان من الطفولة الى غاية الرشد و هذا يعني انه عند حدوث ضغط على الفرد سواء كان من طرف والديه و هو صغير او المجتمع و هو كبير و حال ذلك دون تلبية حاجات هذا الفرد ، وكلما حدث ذلك الصراع يؤدي الى الكبت اي ان الرغبات التي لا تحقق لسبب او لآخر قد تتعرض للكبت و هو ما يجعلها ترسم في اللاشعور محاولة في كل حين البروز في اللاشعور.(محمد احمد منصور، صفحة 104).

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

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

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

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

- **الدوافع المكتسبة**: هي دوافع ثانوية يكتسبها الفرد خلال عملية التطبع الاجتماعي وتساعد على

استمرار العلاقات الانسانية والاجتماعية وتنظم سلوكه وعلاقاته وعدم اشباعها يؤدي الى القلق

والاغتراب والتعاسة ، واحتكار الذات ، ولا تنشأ الدوافع المكتسبة بل يستند اساسها على الاستعدادات الفطرية وتتثبت في ثناياها تحت تأثير العوامل البيئية والاجتماعية (Valler andretthi).

- تصنيف على أساس دوافع داخلية وخارجية:

. الدوافع الداخلية:

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

## . الدوافع الخارجية :

الدافعية الخارجية هي عكس الداخلية حيث تشير الى سلوك عدم تقرير الفرد لمصيره ، و ذلك السلوك يستثار فقط عن طريق مثيرات خارجية مثل ( المكافآت)اي انه سلوكا ياتي من داخل الفرد ، ولكنه يأتي عن طريق افراد آخرين و يتم ذلك عن طريق التدعيم سواء الايجابي او السلبي . وقد يكون ماديا مثل المكافآت المادية و الجوائز العينية ، و قد يكون معنويا مثل التشجيع و المرح.(صدقي نور الدين، 2004، الصفحات 108-109).

## د . تصنيف على أساس دوافع مباشرة و غير مباشرة:

### . الدوافع المباشرة: ومن اهمها :

. الاحساس بالرضا و الاشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .

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

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

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

الشجاعة والجرأة وقوة الادارة .

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

بها من خبرات انفعالية متعددة .

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

### . الدوافع الغير مباشرة: ومن اهمها :

- محاولة اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فاذا سالت الفرد عن اسباب ممارسة النشاط الرياضي فانه قد يجيب امارس الرياضة لانها تكسبني الصحة و تجعلني قويا .

- ممارسة النشاط البدني الرياضي لاسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل والانتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لانه يساهم في زيادة قدرته على اداء عمله ورفع مستوى انتاجه في العمل.

. الاحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه.(حمد حسن علاوي و آخرون، 1987، صفحة 208).

## 5- الأسس التي تقوم عليها الدوافع:

### 1.5. مبدأ الطاقة والنشاط:

تؤدي الدافعية إلى القيام بحركات جسمانية وحركات مهارية وذلك بتمديد عضلات الجسم بالطاقة وتفريغ شحنة هذا النشاط بالاستشارة الجسمانية من البيئة الخارجية أو من داخل الكائن الحي.

### 2.5. مبدأ الغرضية:

تؤدي الدوافع إلى توجيه السلوك نحو أغراض وأهداف معينة فالكائن الحي يسعى دائما للحصول على الطعام الماء والشريك الجنسي والمال والمركز والبيت.

### 3.5. مبدأ التوازن:

ويقصد به أن الكائن الحي لديه الاستعداد أن يحتفظ بحالة عضوية ثابتة متوازنة فإذا تغير هذا الاتزان حاول الجسم استعادته، فحرارة الجسم السليم  $37^{\circ}$  مئوية يحتفظ بها الجسم مهما تغيرت حرارة أو برودة الجو و عملية حفظ التوازن الفزيولوجي هذه تتم آليا وينظمها جسم الإنسان.

### 4.5. مبدأ الحتمية الديناميكية:

معنى هذا أن كل السلوك له أسباب و هذه الأسباب توجد في الدوافع و من هذه الدوافع ما هو فزيولوجي ومنها ما هو مكتسب متعلم ، والدوافع المكتسبة و إن كانت أصلا تقوم على دوافع فزيولوجية إلا أنها مستقلة عنها ولها قوتها الدافعة الخاصة بها.

## 6- نظريات الدوافع :

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

### 1.6. نظرية التحليل النفسي:

تنسب هذه النظرية إلى العالم الشهير (سيغموند فرويد) حيث ترى هذه النظرية أن أي نشاط للإنسان يكون مدفوعا بدافعين هما الجنس و العدوان ، كما تفسر مفهوم الدافعية بأنه يعود أساسا للاشعور فيما يقوم به الفرد من أفعال و سلوكيات كما أن للكبت دور في قدرتنا على تحديد أو معرفة الدوافع الكامنة وراء أي سلوك سواء كان ذلك الفعل و السلوك سوي أو غير سوي.(سيغموند فرويد، 1986، صفحة 30).

### 2.6. نظرية مفاهيم الحاجة:

ترجع أصولها إلى العالم "موراى سنة 1938" و حسب هذه النظرية فإن القوة الدافعة للفرد تنطلق أصلا مما لديه من حاجات، والحاجة هي التي تجعل الفرد ينتقل من المواقف المشبعة إلى مواقف تحقق له إشباع هذه الحاجات.(أسامة كامل راتب ، 1990، صفحة 17).

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

### 3.6. النظرية الفيزيائية:

تعود أصول هذه النظرية إلى العالم "لورنز 1950"، وفيها يبرز أهمية الجانب الحركي على الجانب الوجداني. حيث يبررها بالقوة الدافعة الذاتية إضافة إلى القوة الدافعة الخارجية، إذ أن هناك قوى خارجية تمثل المثير البيئي حيث إذا ازدادت هذه القوة الدافعة الذاتية أصدر الفرد أفعالا ما ، و أصبح دور القوى الخارجية ثانوي.

### 4.6. النظرية المعرفية:

يرجع أصل هذه النظرية إلى العالم "أتكينسون ATKINSON سنة 1958" و تفسر هذه النظرية الدافع على أن الإنسان ليس مجبرا على تصرفاته بل مخير.

فالنشاط الفرد الفعلي يزوده بدافعية ذاتية متأصلة فيه مؤدية بذلك إلى النشاط الذي هو غاية و ليس وسيلة للنجاح ، و يكون نتاج ذلك مجموعة من العمليات معالجة للمعلومات و المدركات الحسية المتوفرة لدى الفرد في الوضع المثير الموجود فيه و بذلك يتمتع بدرجة عالية من الضبط الذاتي.

### 5-6 نظرية التعلم الاجتماعي:

يشير "فيدي 1989" إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصادر الدافعية فالنجاح أو الإخفاق لاستجابة معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية ، و من ثمة الرغبة في تكرار السلوك الناجح كما أن أصحاب هذه النظرية يرجعون أصول الدافعية إلى العمليات الاجتماعية وحدها .

وتركز النظريات التي تقول بالمنشأ الاجتماعي للدافعية المحددات الثقافية الحضارية لتشكيل السلوك الدافعي للإنسان.

وانطلاقاً من أن الحاجة هي مفهوم افتراضي يختلف من فرد لآخر ولا يمكن قياسه ، فقد حدد "موراى" خمسة معايير يمكن على أساسها تقييم فعالية هذه الحاجات وسلوك الفرد هي:

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

## 6-6 النظرية الوظيفية: تنسب هذه النظرية إلى العالم "ألبرت ALLPORT 1940" و يقوم أساسها

على أن لدوافع الإنسان وظيفة استقلالية مرحلية تتغير وتنمو مع الفرد حيث يتم عن طريق التعديل في الميول الفردية و قيمها و اتجاهاتها و أنماط تفاعل الفرد في مختلف عناصر البيئة المادية و المعنوية ، و لهذه النظرية مجموعة من المبادئ أهمها:

- المرحلة الوظيفية :حسب هذه النظرية تعني طاقة الدافع عند الفرد و هي مشتقة من طاقة اللاشعور خاصة أن عملية التعلم عند الفرد تتجدد دوماً.
- مادام الدافع مرتبط بمرحلة نمو الفرد و تطوره حسب هذه النظرية نعني رفض المثبر الشرطي أو الإلزامي.
- التكامل و النمو و التدريب و النضج عوامل ضرورية لتكوين الدافعية لدى الفرد .

- النظرية الوظيفية من خلالها يمكن تفسير الأحداث المفاجئة لحياة الفرد كالصددمات العصبية الناتجة من التخيلات و الأوهام و المخاوف المرضية.(نحاتي عثمان، 1985، صفحة 19).

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

يعتبر "Gros G" أن الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي وهي موجهة نحو هدف معين يحقق الإشباع يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا ، هي من أصل فيزيولوجي ( لذة الحركة) واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة.

#### 8- الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية :

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

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

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

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

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

**1.9. شدة الجهد:** يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة، فعلى سبيل

المثال: فعن اللاعبين أحمد ومحمد يحضران جميع جرعات التدريب في الأسبوع ، لكن من حيث شدة

الجهد نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد.

**2.9. اتجاه الجهد:** يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه، أو اختياره مدرب معين يفضل أن

يتدرب معه أو نادي معين يمارس فيه رياضته المحببة... الخ.

**3.9. العلاقة بين الاتجاه وشدة الجهد:** يلاحظ وجود علاقة وثيقة بين اتجاه وشدة الجهد على المثال

الناشئ، الذي يواظب على حضور جميع جرعات التدريب ( اتجاه الجهد ) يبذل جهدا كبيرا في جرعات

التدريب المختلفة التي يحضرها ( شدة الجهد ) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر أو يتغيب عن

جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب.

## **10- تطور دوافع النشاط الرياضي:**

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة ابد الدهر، بل تتناوله بالتبديل في غضون الفترة

الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي.

إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب و اختيار المرحلة السنوية التي يمر بها

الفرد كما تختلف دوافع الفرد طبقا لمستواه الرياضي، إذ تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن

دوافع التلميذ في المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظرا لأن كل

مستوى دوافعه التي يتميز بها. (أسامة كامل راتب ، 1990 ، صفحة 42)

## 11- أهمية الدافعية في المجال الرياضي:

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعاً.

في سنة 1908م، اقترح وود وورث (Wood worth) في كتابته: علم النفس الديناميكي ميدانا حيويًا

للدراصة أطلق عليه علم النفس الدافعي "**Molivation al psychology**" أو علم الدافعية

"**Molivology**" وفي سنة 1960م ، تنبأ "فاينكي" (Foyniki) بأن الحقبة التالية من تطور

علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية .

وفي سنة 1982م ، أشار كل من " ليولن وبلوكر" (Liewelln and Blucker) في كتابيهما:

سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق ، إلى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30%

من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقدين الآخرين.

وفي سنة 1983 أشار "وليام وارن" (William) في كتابه التدريب والدافعية ، أن استثارة الدافع

للرياضي يمثل في 70% - 90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية ثم يأتي دور الدافعية

ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات ، وللتدريب عليها بفرض صقله

وإتقانها وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات

سيكولوجية ، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية:

إن كل سلوك وراءه دافع، أي وراءه قوى دافعية معينة.

## 12- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

### 1.12. نموذج الدافعية لتغيير انسحاب الناشئ من الرياضة: (الانسحاب أو عدم الميل والرغبة في

المشاركة)، ويحتوي على ثلاثة بناءات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ من الرياضة.

#### 1.1.12. التفسير المعرفي للأهداف المنجزة: ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الانسحاب

الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف ومدى إدراكه لنجاح تحقيقها.

#### 2.1.12. نظرية دافعية الكفاية: ويشير إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء

مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية والاجتماعية والمعرفية

#### 3.1.12. النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر: ويعني أن قرار الانسحاب يمكن أن يكون سبب التوتر

الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء ومقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو نتيجة

لافتقاده القدرة على التواتر الناتج عن المنافسة.

### 2.12. نموذج الدافعية لتفسير ممارسة (الرغبة أو الميل) الناشئ للرياضة: ويوضح أن هناك أسباب

شخصية وأخرى موقفية، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية وبدنية، ويأتي في مقدمة الأسباب

النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة: الشعور بالمتعة، تكوين الأصدقاء، خبرة التحدي والإثارة

لتحقيق النجاح والفوز. أما الأسباب البدنية، فيأتي في مقدمتها: تعلم مهارات وقوانين اللعب أما

الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة، مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق، الاستمتاع

باستخدام الإمكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس

البناءات النظرية الثلاث التي أشرنا إليها مسبقاً. (أسامة كامل راتب، 1990، صفحة 27).

### 13- بعض الأبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية:

**1.13. الحاجة للإنجاز:** وهي الحاجة لتحقيق النجاح والفوز في المنافسات الرياضية ومحاولة بذل قصارى الجهد في المنافسة الرياضية و مواجهة تحدي المنافسين والتدريب الشاق المتواصل للوصول للتفوق الرياضي.

**2.13. ضبط النفس:** اللاعب الرياضي الذي يتميز بسمة ضبط النفس يستطيع التحكم في انفعالاته بصورة واضحة في العديد من المواقف المثيرة بلا انفعالات في أثناء المنافسات الرياضية ولا يفقد أعصابه بسهولة في أوقات الشدة أو الضغوط.

**3.13. التدريبية :** اللاعب الرياضي الذي يتسم بسمة التدريبية ينفذ بدقة تعليمات المدرب ويحترم كل من قام بتدريبه ويستشير مدربه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بأن مدربه يفهمه جيدا ولا يتحيز للاعبين معينين .

### 14- دافع الانجاز ( التفوق ) في المنافسة الرياضية :

يعني دافع الانجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في انجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها

#### 1.14. أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق):

**1.1.14. اختيار النشاط:** يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه

**2.1.14. الجهد من أجل تحقيق الأهداف:** ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع.

**3.1.14.المثابرة:** ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية.(أسامة كامل راتب ، 1990، صفحة 47).

**2.14.مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي:** تعبر عن العلاقة بين:

- مفهوم القدرة

- صعوبة الواجب.

- الجهد المبذول .

وعلى نحو خاص أوضح " نيكولز " أنه يوجد هدفان أساسيان للانجاز يشملان مفهومين مختلفين هما:

- هدف الاتجاه نحو الأداء .

- هدف الاتجاه نحو الذات.(صدقي نور الدين، 1998، صفحة 11).

من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات ( تمرين صعب - واجب معقد ) بقدر كبير من الفعالية والسرعة ، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.

**3.15.وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:** وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

- ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة .

- ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب .

- كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة .

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني ، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي

وفترة ومقدار الممارسة ، وليس ثمة شك ، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة ، فإن ذلك

يعكس مدى الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة

إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة .

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا

السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية ( الاستثارة ) حيث كل لاعب المستوى الملائم من

الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة.(أسامة كامل راتب ، 1990 ، صفحة 25).

## خلاصة :

من خلال ما قد منا ه نستطيع القول أن الدافعية موضوع عميق وواسع ولا نستطيع حصره في عرض بسيط لكننا حاولنا عرض ما أمكن عرضه لنحاول أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع والدافعية حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة في فهم أعمق وأدق لموضوع دراستنا و بحثنا هذا.

## 1- ماهية كرة القدم :

### 1-1- لمحة تاريخية حول كرة القدم:

تعد كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية لدى الصغار والكبار في شتى أنحاء العالم يعتقد الكثير من الناس ان البريطانيين هم أول من ابتكر لعبة كرة القدم ،ولكن في الحقيقة ان هذه اللعبة ظهرت لأول مرة قبل الفين وثلاثمئة سنة تقريبا في الصين وبمناسبة افتتاح الدورة الثالثة عشر لنهائيات كأس آسيا لكرة القدم في بكين جدد الاتحاد الدولي هذه اللعبة إلى أكثر من 2500 سنة قبل الميلاد ، حيث مارسها الصينيون القدامي وكانوا يقدمون اللوائح للفريق الفائز ويجلدون الفريق المنهزم ، زمنه تأسست هذه اللعبة على منهج بربري متوحش فعلى الرغم من اننا ذكرنا ان الصين هي البلد الأم لهذه اللعبة إلا انه جاء في سجلات المعروفة بالقوانين هو بريطانيا ، حيث صنع بعض الطلاب البريطانيين في أوائل القرن 19 عشر كرات من جلد البقر المحشوة بالأقمشة ومواد لينة وكانو يتقادفونها بشكل فريقين يلعبان بنفس القواعد الحالية . وفي عام 1863 تأسس اتحاد كرة القدم البريطاني في لندن واطلق على هذه اللعبة رسميا اسم لعبة كرة القدم .

### 1-2- محطات تاريخية لكرة القدم :

1970: ظهور اللعبة في المدارس الانجليزية ..

1857: تأسيس نادي (شيلفيد) كأقدم نادي في العالم .

1867: وضع مبدأ التسلل .

1862: وضع اول القوانين لكرة القدم .

1872: تقنين حجم ومواصفات محددة للكرة .

1875: تعويض الشريط الذي كان يحدد علة المرمى بقضيب عرضي (العارضة) .

1878: حكم بريطاني يستعمل الصافرة في التحكيم .

1885: وضع تشريعات الاحتراق .

1891: ظهور ضربة الجزاء .

1900: أول دورة أولمبية (باريس) .

1904: نشأة الجامعة الدولية لكرة القدم (7 دول )

1912: أصبح بإمكان الحراس استعمال ايديهم داخل المربع .

1972: أصبح الهدف من الزاوية (الركنية) مباشرة جائزا.

1929: تقرير تنظيم مباريات كأس العالم كل 4 سنوات (مثل الأولمبياد) .

1930: تنظيم أول المباريات لكأس العالم في الأوروغواي .

1992: تنظيم أول مباريات لكأس العالم النسائية في الصين .

### 1-3- تاريخ الإتحاد الدولي لكرة القدم :

ان الرياضة الأكثر شعبية في العالم وممارسة في الجزائر هي كرة القدم ، أسس العديد من النوادي في اوائل القرن 20م .

الاتحادية الجزائرية لكرة القدم هي عبارة عن منظمة تجمع نوادي كرة القدم الجزائرية وتنظم المسابقات الوطنية و المباريات الدولية التشكيلية الجزائرية (منتخب الجزائر لكرة القدم) .

تمتلك الجزائر اتحادية لكرة القدم وهي تسير لعبة كرة القدم في الجزائر من بطولات ومباريات تأسست الاتحادية سنة 1962، وانظمت لهيئة الفيفا سنة 1963 وهو عضو فاعل في الاتحاد الافريقي من 1964 ورئيسها هو محمد روراوة .

### 1-4- اهمية كرة القدم :

تعتبر كرة القدم لعبة حيوية وغير محددة بوقت وتعاقب اللاعبين على اداء مهمات دفاعية وهجومية في نفس الوقت كما تتطلب كبيرة اللاعب وهذا لأهميتها ودورها البليغ في تطوير وتنمية الصفات البدنية والحركية والتنافسية إضافة إلى طابعها التربوي والأخلاقي و الاجتماعي ، لهذا هناك عدة جوانب ونواحي ساهمت لعبة كرة القدم في إنعاشها .

#### ➤ الناحية البدنية :

أن لعبة كرة القدم عبارة عن تكامل عدة صفات بدنية مما يؤدي إلى التكيف من الناحية الفيزيولوجية للجسم في سن مبكرة مع تنمية بعض الصفات مثل : القوة ، السرعة ، التحمل ، المرونة و الرشاقة ، فلاعب كرة القدم يعلم جيدا مقدار احتياجاته لللياقة البدنية لكثير الملاعب فمختلف هذه الهذ الصفات تلعب دورا هاما في اعداد المهارات بمختلفها .

#### ➤ الناحية الحركية والمهارية :

تمتاز لعبة كرة القدم بعدة مهارات أساسية (المراوغة و الخداع ، والتمرير ،الاستقبال ، التسديد ) فأداء هذه المهارات تتطور بتطور قوانين هذه اللعبة وهذا من أجل اعطائها صيغة فنية وجمالية ، فتسلسل هذه المهارات تجعل من لعبة كرة القدم لعبة محبوبة من طرق متتبعيها وكان ذلك أثر في أداء اللاعبين منهم متخصص في التوزيع مدافع ن مهاجم.... إلخ .

### ➤ الناحية الوظيفية :

ان ممارسة كرة القدم بالاضافة الى الالعاب الاخرى ترفع من كفاءة وعمل الاجهزة الحيوية داخل الجسم ويتجلى ذلك في ظهور العرق وزيادة درجة حرارة الجسم على مستوى المفصل والاربطة وسهولة انقباض العضلات في وحدة زمنية قصيرة وكذا زيادة المراكز العصبية الحسية والتغيرات وسرعة الاثارة العصبية .

### 1-5- مفهوم المهارة والمهارة الحركية :

يعرف جيثري مصطلح المهارة في 1952م على انها قدرة تكتسب بواسطة العلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة نتيجة لهذا العلم وكما يراها سينجر 1980م يشير إلى مجموعة من الاستنتاجات الخاصة التي تؤدي في موقف معين هذا الموقف ليشمل أساسها في مضمون معايير الحكم على مستوى الأداء في المهارة كما يرى مفتي ابراهيم حماد هي القدرة على الوصول إلى نتيجة خلال القيام بأداء واجب أقصى درجة من الإتقان مع بذل اقل للطاقة وفي أقل وقت ممكن .

يعرفها عصام عبد الخالق على انها السلوك الذي يعمل على تقليل التضارب بين الانتباه والأداء كما ان المهارة ترتبط بقدرات الفرد البدنية والحركية لذا يجب العناية بالاعداد البدني الخاص لاتقان مهارات النشاط الممارس.

اما المهارة الحركية يمكن تعريفها على أساس الألية في الأداء والتوافق العضلي ويرى في هذا المجال محمد يوسف الشيخ بأنها المركبات الآلية (الاتوماتيكية ) الموجودة في النشاط الحركي المعلوم .

من خلال التعاريف السابقة فان المهارة هي السلوك الذي يعمل على تقليل التضارب بين التركيز والانتباه .

ومن خلال التعاريف السابقة أيضا نرى ان المهارة الحركية بانها الحركة التي تؤدي بطريقة آلية حيث تكون قليلة الجهد كما تتطلب دقة وسرعة في التوافق وفي هذا المجال أثبتت إحدى الدراسات الأكاديمية

ان سرعة ضربات القلب ترتبط مع سرعة تغيرات التنفس بسرعة الأداء الحركي ، أثناء اللعب ليصل معدل ضربات القلب ما يعادل 180-190 ضربة في الدقيقة تصل سرعة التنفس 42-48 دورة في الدقيقة وهذا حسب تغير مواقف اللعب وسرعة الأداء .

### 1-6-1- المهارات الأساسية في كرة القدم :

#### 1-6-1- مفهوم المهارة في كرة القدم وأهميتها :

يتفق كل من (أشرف جابر وصبري العدوي ، 1996 ، صفحة 7) (حنفي مختار محمدو المختار ، 1984 ، صفحة 65) على أن المهارات الأساسية في كرة القدم بأنها كرة اللعب على القيام بالحركات التي تتميز بالسرعة ودقة الاداء ضمن حدود وقواعد اللعبة ،فتقول لاعب مهاري انه يستطيع التحكم في جميع حركاته سواء بالكرة او بدونها .

وتعتبر المهارة الأساسية الخاصة بكرة القدم أحدا الدعائم التي تميز لعبة كرة القدم عن باقي الألعاب الرياضية الأخرى لما حققته اللعبة من شعبية كافية في معظم أنحاء العالم نتيجة المشاهدين أثناء الاستماع ، بمشاهدة أداء اللاعبين المتميز للمهارات الأساسية على اختلاف انواعها .

كذلك فان عملية الأعداد المهاري لتعليم وتدريب المهارات الأساسية في كرة القدم تهدف بصورة أساسية لتعليم المهارات الحركية للرياضة التي يستخدمها اللاعب اثناء المنافسة الرياضية ومحاولة اتقانها وتثبيتها حتى يمكن اللاعب الوصول على أعلى مستويات الرياضة من الانجاز الرياضي ومن الضروري الضمان اتقان المهارات الاساسية والعمل على تثبيتها أثناء المنافسات ان يقوم الفرد الرياضي من الوقت الآخر بأداء تلك المهارات تحت ظروف المواقف المختلفة للمباراة (حسن السيد أبو عبده).

### 1-6-2- المهارات باستخدام الكرة :

➤ ضرب كرة القدم : (حسن السيد أبو عبده) وتنقسم جميع الضربات في أربع خطوات

ميكانيكية الاقتراب :

- اخذ وضع الضرب (وضع القدم الثابتة) .

- مرجحة الرجل الضاربة .

- الضرب المتابعة .

مع ملاحظة عدم تجزئة كل حركة على حد وإنما تتم في حركة مستمرة وتنقسم طرق ضرب الكرة إلى قسمين :

طرق شائعة الاستعمال مألوفة : طرق غير شائعة الاستعمال الغير مألوفة :

- 1- باطن القدم .
- 1- سن القدم
- 2- وجه القدم الامامي الداخلي .
- 2- كعب القدم .
- 3- وجه القدم الامامي .
- 3- أسفل القدم .
- 4- وجه القدم الأمامي الخارجي .
- 4- كرة القدم .

➤ الجري بالكرة :

تعتبر مهارة الجري بالكرة من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها جميع اللاعبين بالاستثناء سواء المدافعين ام وهاجمين وهي مهارة تتم بعد طرق مختلفة تختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة له والتي تناسب أيضا مع طبيعة الموقف المهاري والخططية أثناء تأدية المهارة وتتضمن الجري بالكرة بالاحتفاظ بها تحت سيطرة اللاعب لكي يتمكن من التخلص من لاعب أو أكثر من الخصم بالمرور بالكرة بينها وهذا يتطلب من اللاعب القدرة على تغيير الاتجاه و سرعته في استخدام حركات جسمه في الخداع أثناء الجري وهذه المهارة أيضا تعتمد على شخصية اللاعب وفرديته وهي تتطلب مهارات فنية عالية يجب التدريب عليها بجدية .

➤ طرق الجري بالكرة :

- أ- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الخارجي .
- ب- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الداخلي .
- ت- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الامامي .
- أ- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الخارجي :

هذه الطريقة بفضلها بعض اللاعبين لما تسمح لهم التحرك السريع وبحماية الكرة من محاولات استخلاصها منهم وهي تتميز باستخدام اللاعب بجسمه ليصبح حائر بين الكرة والمنافس كما ان ادائها أسهل من طرق اخرى للجري بالكرة نظرا لسهولة الأداء الميكانيكي للحركة والذي يتناسب مع الوضع التشريحي للرجلين أثناء الجري :

**طريقة الأداء :** تلف القدم الرجل الضاربة من مفصل الفخذ قليلا قبل لمسها للكرة على ان تمر من الخلف للأمام قبل ملامستها للكرة على أ تمر من الخلف للأمام قبل ملامستها أيضا للكرة مع ملاحظة عدم شد عضلات الرجلين مع وجود ارتخاء في مفصل القدم بصورة مناسبة تسمح بدفع الكرة والسيطرة عليها دون ان تبعد عن متناول اللاعب المستحود على الكرة .

توضع قدم الرجل الثانية (الارتكاز) للخلف قليلا إلى جانب الكرة وهي مشية من الركبة ويتنقل عليها مركز ثقل جسم اللاعب .

- يتحرك الذراعان حركة طبيعية بجانب الجسم سرعة اللاعب .
- يميل الجذع للأمام قليلا كوضع الجري العادي وتكون العينان موجهتين لحظة ملامستها للأمام في اتجاه الملعب لرؤية المنافسين .
- يتحرك الذراعان حركة طبيعية بجانب الجسم حسب سرعة اللاعب للاحتفاظ بإتزان الجسم .
- تكون الكرة تحت سيطرة اللاعب وقريبة منه أثناء الجري بها بحيث لا تزيد المسافة بين اللاعب والكرة متر واحد تقريبا .

## **ب- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الداخلي :**

تستخدم هذه الطريقة عند قيام اللاعب بالجري بالكرة في شكل منحني او عند ضرورة تغيير الاتجاه أثناء الجري بالسرعة ومن مميزات سهولة تحجير اللاعب على الكرة باستخدام جسمه وكثافة بالكرة ، بعيدا عن متناول الخصم ، إلا أنا استخدام هذه المهارة أقل بكثير من استخدام مهارة الجري بوجه القدم الخارجي أثناء المباراة نظرا للوضع التشريحي الذي سبق التنويه عنه.

**طريقة الأداء :** تتحرك الرجل الدافعة للكرة من الحلف على الأمام على ان تتجه القدم الضاربة للداخل قليلا قبل لمسها الكرة .

يجب ان تكون القدم الضاربة للكرة ورتحة أثناء دفع الكرة للأمام دفعها بقوة مناسبة مع سرعة الجري اللاعب والمسافة التي تجري فيها حتى تبعد الكرة عنه.

- تتابع الرجل الدافعة للكرة في خطوات متلاحقة متخذا خطوات طبيعية أثناء الجري .
- توضع قدم الرجل غير الدافعة للكرة خلف قليلا وعلى جانب الكرة على ان تكون مثنية من الركبة وينتقل عليها مركز ثقل جسم اللاعب .
- يميل الجذع للأمام قليلا كوضع الجري العادي.
- تتحرك الذراعان حركة طبيعية الجسم حسب سرعة اللاعب للاحتفاظ بإتزان الجسم .
- يكون النظر موزع بين الكرة والملعب واللاعبين .
- تكون الكرة تحت سيطرة اللاعب وقرية منه أثناء الجري منها حيث لا تزيد المسافة بين اللاعب والكرة عن متر واحد تقريبا .

#### **ت- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الأمامي :**

تستخدم هذه المهارة عندما تجد اللاعب مسافة كبيرة بينه وبين أقرب خصم له أثناء الجري بالكرة وهي من المهارات التي يجب ان يجدها ظهيري الجنب والجانبين إلا ان اداءها يتصف بالصعوبة نظرا للوضع التريحي للقدم أثناء الجري بالكرة و التالي فان استخدامها يكون دائما اقل من النوعين السابقين .

**طريقة الأداء :** كما ان طريقة الجري بالكرة بوجه القدم الداخلي والخارجي ولكن يمد بمشط القدم الدافعة للأسفل حيث يتم ملاسته الكرة بوجه القدم الأمامي وتتبع باقي خطوات الأداء السابقة .

#### **➤ ضرب الكرة بالرأس :**

تعتبر مهارة ضرب الكرة بالرأس من أهم المهارات الأساسية للعبة يجب على لاعب كرة القدم أن يجيدها سواء كان مدافعا أو مهاجما ،حيث تعتبر الرأس رجلا ثالث للاعب خصوصا إذا وضعنا في الاعتبار أن الكرة لا تكون على الأرض لفترات طويلة أثناء فترات المباراة ،واللاعب الجيد هو ذلك اللاعب الذي يستطيع توجيه ضربات الرأس في قوة تعادل قوة توجيهه لضربات الكرة بالقدم .

وتظهر أهمية مهارة ضرب الكرة بالرأس للاعب كرة القدم في انها تحققت

- التصويب على المرمى للمهاجمين في حالة الهجوم .
- التمير للزميل في اتجاه اللعب .
- لتثبيت الكرات العالية من امام المرمى في حالة الدفاع .
- وكل هذه الشروط يجب أن تتوفر في اللاعب حتى يجيد ويتقن أداء هذه المهارة وهذه الشروط هي:

- القدرة على الوثب لمسافة عالية .
- التمتع بقدر كبيرة من الرشاقة لأداء المهارة .
- التوقيت السليم لتحريك ضرب الكرة بالرأس .
- الشجاعة الكافية أثناء الالتحام مع المنافس لضرب الكرة بالرأس .

### ➤ طرق ضرب الكرة بالرأس

(أ)- ضرب الكرة بالرأس واللاعب متصل بالأرض :

- ضرب الكرة بالرأس من الثبات .
- ضرب الكرة بالرأس من الحركة .

(ب)- ضرب الكرة بالرأس واللاعب في الهواء :

- ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عاليا بالارتقاء الفردي .
- ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عاليا بالارتقاء الفردي .
- ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عاليا بالارتقاء الزوجي .
- ضرب الكرة بالرأس بعد الطيران خلفها .

المنطقة الصحيحة لضرب الكرة بالرأس في الجبهة (المنطقة المحصورة بين الحاجبين ومثبت الشعر  
).

### ➤ السيطرة على الكرة :

السيطرة على الكرة هي اخضاع الكرة لسيطرة اللاعب وهيمنته وجعلها بعيدا عن متناول الخصم و ذلك لتصرف فيها بطريقة مناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع المستويات والارتفاعات سواء كانت الكرات الأرضية او المنخفضة الارتفاع او المرتفعة وكذلك فان السيطرة على الكرة تتطلب توقيتا دقيقا للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب و التي تقوم بالسيطرة

على الكرة بسرعة عالية تم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة كذلك يمكن القول ان المهارة ان يؤديها كل من كل لاعب المدافع والمهاجم بدرجة كبيرة من الاتقان والتحكم لما لها من اهمية بالغة في اخضاع الكرة لسيطرة اللاعب .

### ➤ انواع السيطرة على الكرة

|              |              |            |
|--------------|--------------|------------|
| استلام الكرة | امتصاص الكرة | كتم الكرة  |
| باطن القدم   | باطن القدم   | باطن القدم |
| وجه القدم    | أعلى الفخذ   | خارج القدم |
| خارج القدم   | الصدر        | اسفل القدم |
| الرأس        | البطن        | القصبية    |

### ➤ استلام الكرة :

طرق ومناطق استلام الكرة :

- أ- استلام الكرة بباطن القدم .
- ب- استلام الكرة بوجه القدم الامامي .
- ج- استلام الكرة بوجه القدم الخارجي .

### أ- استلام الكرة بباطن القدم :

تعتبر منطقة باطن الأرض القدم الأكثر استخداما لدى اللاعبين تطراً لكبر الحجم ومسافة المنطقة المستخدمة في استلام الكرة .

طريقة الأداء : يقترب اللاعب من الكرة وهو مواجه لها .

- توضع القدم الثابتة على الأرض ويشير سننها إلى الاتجاه الذي تأتي منه الكرة .
- توضع القدم الثابتة قليلا وينتقل عليها مركز ثقل اللاعب .
- يرخى مفصل أسفل القدم المستلمة مع دورانها للخارج من مفصل القدم وثني مفصل الركبة وتمتد للامام لفها للخارج بحيث تكون الركبة ومشط القدم المستلمة للخارج حتى يواجه منطقة باطن

القدم للكرة (بطرس رزف الله : متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية ، مطبعة الاسكندرية -مصر -1992،ص187).

(ب)- استلام الكرة بوجه القدم الأمامي : ( حسن السيد أبو عبده : الإعداد المهاري للاعب كرة القدم ، النظرية والتطبيق " مكتبة الاشعاع الفنية الاسكندرية ، ط8-2008-ص106).

يستخدم وجه القدم الأمامي لاستلام الكرة المنخفضة التي في مستوى اعلى من الأرض وتحت الركبة ولكنها لا تستخدم لاستلام الكرة الأرضية نظرا للوضع التشريحي أثناء استلام الكرة.

#### طريقة الأداء :

يمتد الرجل المستلمة للكرة مع فرد مشط القدم الامامي بدون تصلب مفصل الركبة .

- يقوم اللاعب بحب قدمه للأسفل وللخلف قليلا ، لحظة ملامسة الكرة لوجه القدم الامامي وذلك للحد من سرعة اندفاع الكرة .

- يلاحظ ان مشط الدم الثابتة تسير إلى الامام في اتجاه الكرة مع الانشاء قليلا .

- الذراعان بجوار الجسم لحفظ التوازن .

- العينان تنظران إلى الكرة .

#### (ت)- استلام الكرة بوجه القدم الخارجي :

طريقة الأداء : يقترب اللاعب من الكرة وهو مواجهة لمكان الذي تأتي معه الكرة بحيث يكون الكتف مواجه لمكان الكرة ووضع القدم الثابتة على الأرض ، بحيث تسير من القدم إلى الاتجاه الذي تأتي منها الكرة مع ثني الركبة قليلا .

- ثني الرجل المستلمة للكرة من مفصلي الفخذ والركبة وتتم استدارة وجه القدم للداخل قليلا حتى يواجه القدم الخارجي للكرة .

- يتم سحب الكرة بوجه القد الخارجي مع مراعاة ارتفاع مفصل القدم لامتصاص قوة اندفاع الكرة .

- يميل الجذع قليلا في اتجاه الرجل الثانية تم تميل في اتجاه الرج المستلمة للكرة لحظة الاستلام مع وضع الذراعان في الجانب لحفظ التوازن مع النظر للكرة والتركيز عليها .
- امتصاص الكرة :

ينقسم هذا النوع من السيطرة على الكرة إلى :

- أ- امتصاص الكرة بوجه القدم الامامي .
- ب- امتصاص الكرة بباطن القدم .
- ج- امتصاص الكرة بأعلى الفخذ.
- د- امتصاص الكرة بالصدر .
- هـ - امتصاص الكرة بالرأس.
- أ- امتصاص الكرة بوجه القدم الأمامي :

#### طريقة الأداء:

- يقترب اللاعب من المنطقة التي يتوقع سقوط الكرة فيها .
- يركز اللاعب على الرجل التي ينتقل عليها مركز الجسم ويكون الارتكاز على المشط الثابتة مع حدوث انثناء في مفصل الركبة .
- ترتفع الرجل الممتصة للكرة للأعلى ، ويفرد مفصل قدمها ليتقابل القدم الأمامي للكرة مع ملاحظة ضرورة استرخاء مفصل القدم الممتصة .
- في اللحظة التي تسبق ملامسة الكرة لوجه القدم الأمامي تنخفض الرجل للأسفل لامتصاص الكرة وللتقليل من قوة اندفاعها وسرعتها بالتدرج ووضعها على الأرض أمام اللاعب .
- يميل الجزء العلوي من الجسم للأمام قليلا أثناء رفع الرجل الممتصة للكرة مع دفع الذراعين بجوار الجسم للمحافظة على التوازن مع تثبيت الرأس والعينان تنظران للكرة (حسن السيد أبو عبده،

صفحة 168)

#### ب)- امتصاص الكرة بباطن القدم :

- نظرا للوضع التشريحي للاعب فإنه لا يستطيع أن يرفع رجله على الأرض أكثر من اللازم لاضطراره للرف الرجل للخارج من مفصل الفخذ حتى يواجه باطن القدم الممتصة للكرة ، كذلك فإن هذه

الطريقة للسيطرة على الكرة تستخدم أثناء الامتصاص للكرة الآتية من ارتفاع بسيط فوق مفصل الكرة.

#### طريقة الأداء:

- يقترب اللاعب بالجري من مكان الكرة ثم يضع القدم الثابتة في اتجاه تسير إلى تجاه الكرة مع ثني مفصل ركبة القدم الثابتة قليلا، ترتفع الرجل الممتصة للكرة بما يتناسب مع مستوى ارتفاع الكرة وثني ركبة الرجل الممتصة ويدور مشط قدمها للخارج ليقابل باطن قدم الكرة وتسحب للخلف قليلا لحظة لمس الكرة مما يساعد على امتصاص قوتها .
- يميل الجذع قليلا فوق رجل الارتكاز وترتكز العينان على الكرة وتعمل الذراعان على حفظ التوازن وتثبيت الرأس لحظة ملامسة باطن القدم للكرة.

#### ت)- امتصاص الكرة بأعلى الفخذ :

#### طريقة الأداء :

- يقترب اللاعب بالجري إلى مكان هبوط الكرة من الأعلى .
- يقوم اللاعب بوضع القدم الثابتة في الاتجاه الذي تأتي منه الكرة مع ثني ركبته قليلا من مفصل الركبة وينتقل عليها مركز ثقل اللاعب .
- ترتفع الرجل الممتصة للكرة للأعلى في اتجاه الكرة الهابطة من الأعلى وثني من ركبته مع عمل زاوية قائمة بين الجذع و الفخذ ويقوم اللاعب باستخدام أعلى الفخذ في امتصاص الكرة من أسفلها لحظة لمسها تسحب الرجل الممتصة للكرة على الخلف و لأسفل بصورة سريعة فتكون الكرة امام اللاعب.
- ترتكز العينان على الكرة ويأخذ الجذع وضعه الكبيعي وتميل الرأس للامام وتكون الذراعان بجوار الجسم لحفظ التوازن .

#### ث) امتصاص الكرة بالصدر :

- يقترب اللاعب في اتجاه خط سير الكرة واجهها بجذعه .
- تم يقف اللاعب مواجهها للكرة مع تباعد القدمين او وضع رجل امام الأخرى في كلتا الحالتين يجب الحفاظ على مسافة بين القدمين حسب راحة اللاعب .
- ثني الركبتين قليلا وينتقل عليها مركز ثقل اللاعب مع الاحتفاظ بتوازن الجسم .

- يميل جسم اللاعب خلف مع بروز الصدر للامام قبل وصول الكرة ورفع الذراعين للامام لحفظ التوازن والعينان تنظران للكرة . في لحظة ملامسة الكرة للصدر فان عضلات الصدر تكون مرتخية تماما وسيقدم اللاعب بسحب الصدر للخلف قليلا في حركة الامتصاص للكرة مع بروز الكتفين للامام فتسقط الكرة من الصدر بعد امتصاصها امام اللاعب ، فيقوم بإيقافها بالقدم حتى تخضع لسيطرته .

(ج)- امتصاص الكرة بالرأس :

طريقة الأداء :

- يقترب اللاعب من الاتجاه القادم من الكرة مع مراعاة مكان هبوطها .
- يبدأ اللاعب المواجهة للكرة مع تباعد القدمين او قدم امام الاخر وثني الركبتين قليلا مع توزيع الثقل على الرجلين بالتساوي .
- يبدأ اللاعب بالتحريك الرأس للجبهة يقوم اللاعب بسحب رأسه للخلف مع زيادة ثني الركبتين لتهيئ الكرة للامام للاعب والسيطرة عليها.
- العينان تنظران للكرة والذراعان للجانب لحفظ التوازن .

➤ كتم الكرة :

ينقسم كتم الكرة إلى الأنواع التالية :

أ- كتم الكرة بباطن القدم .

ب- كتم الكرة بأسفل (ثقل القدم) .

ج- كتم الكرة بوجه القدم الخارجي .

د- كتم الكرة بالقصبة او القصبتين

ج- كتم الكرة بالبطن .

أ- كتم الكرة باطن القدم :

طريقة الأداء :

- يقترب اللاعب من الكرة الاتية امام بحيث يواجه كتف الرجل الثانية اتجاه اقتراب الكرة.

- ثني ركبة الرجل الثانية قليلا ويسير مشطها إلى المكان القادم منه الكرة ، وينتقل ثقل الجسم على هذه الرجل الثابتة .
- ترفع الرجل التي ستكتم الكرة للخلف قليلا مع انثنائها من الركبة والفخذ على ان يستدير مشط القدم للخارج قليلا ويكون مع الساق زاوية قائمة
- تمرجح الرجل الكائنة للامام ليقبل باطن الكرة المرتدة من الأرض لامتصاص قوتها واتدادها للأرض مرة أخرى بعد السيطرة عليها .
- يميل الجذع للامام قليلا وتعمل الذراعان على حفظ التوازن وتكون الرأس مثنية والعينان تركزان على الكرة ومكان سقوطها.

➤ **المهاجمة:** (حسن السيد أبو عبده) هي فن استلاص الكرة من الخصم الحائر عليها ، أو عدم تمكين الخصم من الاستحواذ على الكرة بشتى الطرق حتى تصبح تحت سيطرة اللاعب والمهاجمة بأسلحة الدفاع المهمة والضرورية جدا لانها احدا أسباب الفوز للفريق أو احسن المدافعين والمهاجمين على سواء القيام بدورهم الدفاع بمهاجمة الخصم في المكان والتوقيت المناسب للأستحواذ على الكرة ومنع الخصم من تسجيل هدف وهناك بعض الصفات التي يجب ان تتميز بها اللاعب المدافع حتى يحقق نسبة المهاجمة بنجاح:

- التوقيت السليم .
- الجرأة والشجاعة والتصميم .
- سرعة الانتباه .
- القدرة على التوقع السليم .
- القدرة على الانقضاضا على الكرة .

- التوازن و الرشاقة .

### وهناك انواع للمهاجمة :

- مهاجمة الكرة للسيطرة عليها وهي ملعوبة من مهاجم لآخر.
- مهاجمة الكرة ل0000 وهي ملعوبة من مهاجم لآخر.
- مهاجمة الكرة لاستخلاصها وهي في حوزة المهاجم المنافس .
- رمية التماس (مفتي ابراهيم حماد)

### أ)- مفهوم رمية التماس:

هي رمية الكرة إلى الداخل بكتا اليدين على ان يواجه الرامي الملعب ان يكون جزءا من كلا قدميه إلا على خط التماس او أعلى الأرض خارجة وهي تؤخذ حينما تجتاز الكرة خط التماس سواء على الأرض او في الهواء من النقطة التي اجتازت فيها الخط ومن نفس الاتجاه وبواسطة لاعب لمس الكرة ولا يجوز للرامي أن يلعب الكرة مرة ثانية إلا ان يلمسها لاعب آخر ولا يجوز تسجيل هدف مباشرة منها .

وإذا استخدمت رمية التماس استخداما جيدا يمكن أن تشكل خطورة كبيرة على مرمى المنافس خاصة في ثلث الملعب الهجومي للفريق الرامي ، وقد اعتاد الكثير من مدربي كرة القدم اهمال التدريب عليها خلال وحدات التدريب لدرجة ان الكثير من هؤلاء لا يخصصون لها أي وقت يذكر في برنامج التدريب .

### ب- انواع رمية التماس : هناك انواع لتنفيذ رمية التماس نذكر منها ما يلي :

- 1- رمية التماس والقدمان متلاصقان : من الاقتراب ومن الثبات .
- 2- رمية التماس من وضع الساق امام والاخرى خلفا: من الاقتراب ون الثبات .
- 3- رمية التماس والقدمان متباعدان :من الثبات .

### ➤ حراسة المرمى : (مفتي ابراهيم حماد، صفحة 279)

يعتبر حارس المرمى اللاعب الأكثر حساسية في الفريق وهو الذي يسمح له القانون باستخدام يديه في مسك الكرة او صدها في حدود منطقة العمليات ومركزة في مؤخرة الدفاع يتيح له توجيه زملائه في عمليات الهجوم ، سريع الاستجابة يتمتع بلياقة معتبرة ومهارات نفسية عالية .

ومن واجبات حارس المرمى ان يقف في المكان الصحيح ، ويتحرك بدقة وبطريقة خطئية مدروسة وهذا يتطلب منه مراقبة دائمة ، واكتساب مهارات أساسية به كمسك الكرة الأرضية والعالية من ارتفاع البطن او الصدر او الرأس و مهارات ضرب الكرة باليد ا بتحويله جانبية او عالية كما يحتاج الحارس إلى مهارة ضرب الكرة.

### 1-6-3- المهارة الأساسية بدون كرة :

تحتوي المهارات الحركية على مجموعة المهارات التالية : الجري ، القفز، الوقوف ، والدوران ، والتي تستخدم خلال اللعب في ظروف مختلفة ، حيث تتغير وتتغير حركات اللعب من المشي البطيء إلى المشي إلى السرعة القصوى ، كما يصطلح على تسمية المهارات الأساسية بدون كرة بالمهارات البدنية وتمثل في :

#### أ- الجري وتغيير الاتجاه :

تشير الدراسات على ان زمن لمس الكرة والجري بها لا يزيد عن 10 ثوان وقد بلغ زمن لمس الكرة عند أفضل لاعبي العالم فضل المباراة الواحدة من 03 إلى 04 دقائق وعليه فإن اللاعب تجري بقية 90 دقيقة حيث يجري اللاعب بأقصى سرعة خلال مسافة تتراوح 5-30 م قصد الوصا إلى الكرة والاستحواذ عليها ، قبل خصمه المنافس ويمتاز لاعب كرة القدم بتغيير السرعة والتناه اثناء خداع الخصم ، واللعب الممتاز هو الذي يستطيع تغيير اتجاه الجري بدون التقليل من سرعته .

#### ب- الوثب :

بالإضافة إلى الجري فان الوثب يحمل مكانة هامة خاصة عند قلب الدفاع وقلب الهجوم ، حيث يبلغ عدد وثبات كل كل منهم من 20-25 تقريبا خلال المباراة بينهما حارس المرمى من 15-30 وثبة في حين باقي المدافعين وخط الوسط من 10-15 دقيقة ويتطلب الوثب من اللاعب والاداء والمقدرة على تقان هذه المهارات للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن وقد يكون الوثب من الوقوف أو بعد الاقتراب جريا ا بعد الجري جانبا ا خلفا (امر الله سباطي، 1980، ص 65-67-68).

### ت - الخداع والتمويه :

يكتسب اللاعب مهارة الخداع والتمويه من صفتي الرشاقة والخفة في التعامل مع متغيرات اللاعب لإيجاد حلول مناسبة في مختلف المواقف أثناء المباراة ولتفادي اللاعب الخصم حيث يقول حنفي مختار : "من اهم ما يميز به لاعب كرة القدم الحديثة هو المقدرة على الخداع بالجدع والرجلين ويقوم اللاعب بخداع لاعب الهجوم والدفاع سةواء بتغيير اللاعب من سرعته واتجاه جريه او بالأخذ خطوات جانب اثم التحويل إلى الجهة الاخرى ، ثم يتطلب منه على جانب كبير من الرشاقة المرونة والتوافق العضلي والعصبي.

ب)- كتم الكرة بوجه القدم الخارجي :

طريقة الأداء : يقترب اللاعب من المكان المتوقع سقوط الكرة به

- توضع الرجل الثابتة خلف مكان سقوط الكرة مع انثنائها من الركبة تقريبا .
- تلفالرجل الكاتمة للكرة للداخل من مفصل الفخذ تم تمرح أمام الرجل الثابتة تم تمرح مرة اخرى للخارج وهي مثنية من مفصل الركبة لتقابل الكرة الساقطة بوجه القدم الخارجي بعد فرض مفصل القدم لتمتص قوة الكرة وتكتمها على الأرض .
- الجدع المائل قليلا إلى الخلف قبل ملامسة الرجل الكاتمة للكرة و العينان ترتكزن على الكرة ثم يميل الجدع للامام قليلا لحظة ملامسة الكرة وتكتمها والذراعان جانبا بحفظ التوازن مع تثبتت الرأس.

- ت)- كتم الكرة بأسفل القدم :

طريقة الأداء : يقترب اللاعب على المكان الذي يسقط فيه الكرة .

توضع قدم الرجل الثابتة على الأرض جانبا إل الخلف قليلا من المكان المتوقع فيه السقوط .

تثت الركبة إلى الرجل الثابتة قليلا مع انتقال ثقل الجسم اللاعب على هذه الرجل.

ترفع الرجل الكاتمة على الرجل قليلا وهي مثنوية ومرتحة بمفصل الركبة والفخذ مع تكوين زاوية مساعد تساعد على ارتداد الكرة إلى الأرض ولا تسمح بمرور الكرة من أسفلها .  
يميل الجذع إلى الأمام قليلا وتعمل الذراعان على حفظ التوازن والرأس مثبتة والعينان مرتكزتان على الكرة ومكان سقوطها .

### ث- كتم الكرة بالقصبة او القصبين :

**طريقة الأداء:** يقترب اللاعب بالجري في اتجاه قدم الكرة .  
تشير القدم الثابتة إلى اتجاه الكرة والثني قليلا (في حالة كتم القصبية)  
في حالة استخدام القصبين تثني الركبتين قليلا عندما تسقط الكرة على بعد حوالي 20متر .  
ثني الجذع للأمام قليلا مع رفع الكعبين عن الأرض والذراعان بجانب الجسم لحفظ التوازن والعينان ترتكزان على الكرة.

في حالة كتم الكرة بالقصبة الواحدة يتم عمل زاوية حادة على الأرض مع فرد مشط القدم للأسفل وثني الركبة. في حالة كتم الكرة بالقصبين يجب أن تكونا مضمومتين مع ترك مسافة لا تزيد عن 10سم بينهما، وعند ارتداد الكرة من الأرض ثني الركبتين لمقابلة الكرة المرتدة.

### ج- كتم الكرة بالبطن:

**طريقة الأداء:** يقترب اللاعب بالجري في اتجاه الكرة

- يسير مشط القدمين في اتجاه الكرة مع ثني الركبتين قليلا.
- يميل الجذع قليلا للأمام ويقابل الكرة المرتدة من الأرض بزواوية
- عند ارتداد الكرة من الأرض يواجه اللاعب الكرة باستخدام منطقة عضلات البطن وجزء من الصدر لكتم الكرة للأسفل مرة أخرى على الأرض.

### ➤ المراوغة: (حسن السيد أبو عبده، صفحة 153)

يعتبر التخلص من الخصم وخذاعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدما بعض حركات الخداع التي يؤهبها إما بجذعه أو بقدمه وهي سلاح اللاعب والعامل الأساسي 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 ومن أهم القدرات البدنية التي تحقق الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على الأداء المهاري

للمراوغة. لذلك يجب أن يضع اللاعب المهاجم نصب عينيه أن المراوغة لا بد أن تكون بسبب لها هدف لفائدة الفريق وليس الاستعراض ونسبة أداء المراوغة كبيرة بالنسبة للاعب المتهجم وتقل بالنسبة لمساعدى الدفاع وأقل لباقى أفراد الدفاع.

وكلما امتاز اللاعب بطريقة أدائه السهلة لتنفيذ المراوغة، ومن أهم صفات المراوغة الناجحة مايلي:

- اختيار الطريقة المناسبة لموقف اللعب والتي غالبا لا يتوقعها المنافس.
- قدرة اللاعب المهاجم على اقتناع الخصم المدافع بتحريك لاعب الدفاع.
- أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجأة
- قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع الخصم بسرعة ورشاقة.
- حسن اختيار اللاعب للتوقيت السليم للمراوغة.

## - تمهيد:

لقد قطع الإنسان منذ القدم عدة أشواط من التقدم والرفي في كل الميادين ومن عوامل إحراز هذا التقدم الحضاري اتزان شخصية الفرد وقدرته على التكيف في إعطاء أهمية قصوى لفترة المراهقة التي تعد من أهم وأصعب مراحل النمو ونقطة ضرورية يجب التركيز عليها.

فهذه المرحلة تمتد تقريبا من سن السادسة عشر إلى سن العشرين وتعد اشد مراحل الحياة لما يطرأ فيها من تحولات عقلية وجسمية ونفسية في اكتشاف الذات والمواهب، ولذلك يجب على المدرب أو المعلم أن يميل إلى حاجات وقرارات المراهق حيث أن معرفة الخصائص والصفات المميزة لهذه المرحلة لها أهمية قصوى في تخطيط وبناء البرامج المختلفة حيث أنها تعتبر أهم مرحلة لتحسين القدرات البدنية وقدرة الاستيعاب وكذا الحركة والفضول وإظهار المواهب.

## 1-1- أهمية دراسة خصائص نمو اللاعبين:

لقد أدت بحوث وتجارب علم النفس والتربية إلى نتائج هامة عن أهمية دراسة خصائص النمو في بناء البرامج التدريبية هذه الدراسات تفيد مصممي البرامج في مجال التربية البدنية والرياضية. فيجب مراعاة الشمول والتكامل في نمو اللاعبين أي الاهتمام بمظاهر وجوانب النمو المختلفة لهم عند تصميم برامج التربية البدنية والرياضية وذلك من خلال الأهداف واختبار المحتوى والخيارات المناسبة لمرحلة النمو في تصميم البرامج من اجلها لتتفق مع خصائص نمو اللاعبين (محمد الحمامي أمين الخولي ، 1990، صفحة 59)

## 1-2- تعريف المراهقة:

كلمة مراهقة مشتقة من الفعل الثلاثي ومعناها التدرج نحو النضج الجسمي الانفعالي والعقلي وهي مشتقة من فعل رهق يعني قرب فراهق الشيء معناه قاربه وراهق البلوغ يعني قارب البلوغ(خليل الحجز لاروس، 1994، الصفحات 93-100)

### ➤ اصطلاحا:

هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل من مرحلة البلوغ ثم النضج ثم الرجولة وهكذا، والمراهقة بمعناها العلمي الصحيح كما يرى الدكتور تركي رابح هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد والكمال والنضج فهي عملية فزيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها(تركي رابح، صفحة 242).

في حين يذكر مصطفى زيدان أن هذه المرحلة تسبب كثيرا من القلق والاضطراب النفسي ولذا نحتاج إلى عناية خاصة من الآباء والمربين فلا بد أن تتاح الفرصة الكافية للمراهقين للتعبير عن أنفسهم(مصطفى زيدان، 1975، صفحة 152).

## 1-3- خصائص النمو للمرحلة العمرية تحت 20 سنة:

### 1-3-1- الخصائص الجسمية:

تتميز هذه المرحلة بمعدل النمو الجسمي في جسم الفتى والفتاة بتسابق الجسم، كما تظهر الفروق المميزة في جسم الفتى والفتاة بصورة واضحة وتزداد العضلات والجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر من نمو العظام حتى يستوي الشاب اتزانه الجسمي ويصل إلى نضجه البدني الكامل تقريبا إذ تأخذ ملامح الجسم وصورتها الكاملة وتصبح عضلات الفتيان قوية ومتينة في حين تتميز الفتيات بالطراوة والليونة وبتحسين شكل القوام ويكون الفتيان أطول وأثقل من الفتيات(محمد عوض بسيوني، فيصل يسين الشاطيء، 1987، صفحة 147)

وعن الخصائص الفيزيولوجية يضيف قاسم المنداوي انه في هذه المرحلة تكمل نمو الأجهزة الداخلية ولاسيما الدورة الدموية والأوعية والقلب وان الذكور في سن 17 وفي سن 18 سنة يصلون إلى تطورهم الوظيفي للأجهزة الداخلية إلى مستو الكبار، وهذا يجعل التكيف اكر وأفضل للأجهزة للنشاط الحركي وبتقدم العمر يزداد حجم القلب وقدراته على السرعة والقوة ولكنه لايزال ضعيفا في تمارين المطاولة ويشمل النمو أيضا الجهاز العصبي فيتكامل النمو الفكري وقدرة الفرد على العمل والاعتماد على التحية (قاسم المنداوي وآخرون، 1990، صفحة 21)

### 1-3-2- الخصائص العقلية:

تطرح حالة الاضطراب النفسي التي تفرضها المراهقة على اللاعبين فتزداد حاجتهم إلى الإشباع، كما أن قدرة اللاعب على التخيل تساعد على التفكير المجرد من مقارنة المراحل السابقة والفهم الجيد إلى جانب الميل الصحيح للنشاط المقدم تساعد على التذكر بالاسترجاع عن طريق الذاكرة المركبة.

ويرى قاسم المنداوي انه في هذه المرحلة يتكامل النمو الجسمي وتظهر الفوارق في تركيب جسم الذكور والإناث بشكل واضح ويزداد نمو الجذع والصدر وارتفاع في قوة العضلات ولاسيما عند الذكور وتصل عند الإناث في سن العشرين بخلاف الذكور فإن نموهم في الوزن والطول يستمر إلى غاية سن 24 (صفحة 19).

وان من أهم خصائص هذه المرحلة ظهور الفروق في تركيب الجسم بين الفتاة والفتى بصفة خاصة يزداد نمو الجذع والصدر ويصل الجنسين في هذه المرحلة إلى تضخم الجسم تقريبا.

### 1-3-3- الخصائص الفيزيولوجية:

يرى مصطفى زيدان أن القلب في هذه المرحلة ينمو بسرعة تتماشى مع سرعة نمو الشرايين وكذلك نمو الرئتان، ويتسع الصدر وتكون الرئتان عند الذكور أكبر من الإناث في مرحلة الطفولة، اما الزيادة في

النمو عند الأولاد فتكون مستمرة في هذه المرحلة مما هو عليه عند الفتيات، حيث يتوقف نموهن تقريبا في سن 16، ويرجع السن في ذلك إلى قلة ممارسة الفتيات للرياضة خصوصا بعد سن 16، في الوقت الذي يستمر فيه الولد ممارسة الرياضة مما يساعد في اتساع الصدر ونمو الرئتين وكذلك تكون الألياف العصبية من ناحية السمك والطول، ويرتبط هذا بالنمو العقلي في العمليات كالتفكير والانتباه (مصطفى زيدان، 1975، صفحة 154).

### 1-3-4- التغيرات النفسية:

يتميز المراهق في هذه المرحلة بالاعتماد على نفسه، كما يجب أن يعامل كطفل صغير يحتفظ بالأحقاد وله الرغبة في الانتقام والعنف بتقدمه في مرحلة العمر تزول النواحي المذكورة ويتحسن ميزاجه ويقل عند القلق والخوف ويتحكم في أعصابه ونادرا ما يبكي.

يميل للفرح أو التسلية والضحك ويراعي مواقف الآخرين في العمل والمناقشة والعلاقات مع الآخرين (قاسم المندلاوي وآخرون، 1990، صفحة 21)

وإن كثرة التناقضات كعدم الاستقرار العاطفي والحساسية الزائدة تؤدي باللاعب إلى المرور بفترة توتر وصداع نفسي ليتيقن في وصف هذه الفترة بفارة اضطراب السلوك كما يميل اللاعب في هذه المرحلة التعليمية إلى الفرح والتسلية والزيادة على ظهور الإعجاب بالأفكار والآراء الفلسفية والنفسية، أما العواطف فهي مهمة عند الإناث، وتظهر في الاستقلالية والحرية إلى جانب الاستقلال المميز. (صفحة

19)

### 1-3-5- الخصائص الاجتماعية:

يشعر المراهق في هذه المرحلة بالبلوغ مما يرغمه على إتباع سلوكيات معينة كمحالة التحرر من القيود التي يفرضها عليه الوالدين ويعتبرها تجاهلات لكفاءته ومقدرته كما يحاول دائما تقليد الكبار وخاصة النجوم. (عبد القادر محمد، 1973، صفحة 288).

وهنا تتجلى أهمية السلوك الصحيح لأعضاء النخبة الرياضية في الملاعب حياتهم الخاصة لأنهم القدوة التي يقتدي بها، كما يضيف عبد القادر بن محمد في المصدر نفسه صفحة 227 وهو يتناول اتجاهه الاجتماعي عند المراهق في الألعاب، فنجده يميل كثيرا إلى الألعاب الجماعية وخاصة تلك التي يشترك فيها الجنسين.

### 1-3-6- خصائص القابلية للتطور الحركي:

إن ديناميكية سير الحركات تتحسن خلال مرحلة المراهقة الثانية وتظهر كذلك دقة هذه التصرفات وسيشكل التوجيه الحركي وكذلك الظهور الواضح للبناء والوزن الحركي والانسيابية والدقة الحركية كلها تعمل جميعا على قابلية التطور الحركي والحركات المركبة، كما أن تطور قابلية التوافق عند البنات فيكون قليلا في مرحلة البلوغ الثانية.

إن هذه المرحلة تعتبر مرحلة جيدة عند الإنسان. (كورت مانيل، 1987، صفحة 253)

وفي هذه الترجمة مرحلة المراهقة الثانية مكتملة للأولى وتنتهي عند اكتمال النمو أي البلوغ الكلي.

إن الاتجاهات الرئيسية للتطور الحركي لمدة المرحلة هي الثبات، الظهور الواضح للجنسين وظهور صفات الشخصية.

تكون مرحلة المراهقة الثانية أحسن إمكانية لأكثر الألعاب الرياضية للوصول فيها بالرياضيين إلى المستويات العالية (كورت مانيل، 1987، صفحة 280)

## - خلاصة:

من الضروري لمدربي الرياضة أو مدرسي التربية البدنية والرياضية مراعاة خصائص نمو اللاعبين في هذه المرحلة العمرية الهامة والتي يعتبر فيها الفرد قد اجتاز مرحلة المراهقة الثابتة وبلوغ ناحية النضج الجنسي والفكري والرؤية المستقبلية للتطور اللاحق وعليه فإن أهمية دراسة هذه الخصائص ملزمة بالمدرّب أو المدرس.

## - تمهيد:

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

## 1-الدراسة الاستطلاعية :

بعد الاطلاع على الدراسات المشاهدة وبعض الكتب المتخصصة في الميدان القيام بتوزيع استمارات على أساتذة ودكاترة المعهد من أهل الاختصاص فقاموا بالتحكيم وترشيح الأسئلة التي تخدم بحثنا. وتهدف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها إلى الإلمام والإحاطة بمختلف جوانب المشكلة المعالجة في بحثنا هذا .

فقد قمنا بزيارة الرابطة الولائية لكرة القدم لولاية معسكر و التي أمدتنا بمختلف النوادي المنخرطة فيها وذلك يوم 2014/01/10 كما أمدتنا بمختلف المعلومات حول مكان تدريب مختلف الفرق التي هي هدف دراستنا .

### 1-1 مجالات البحث:

1-1-1 المجال البشري : تمثلت عينة البحث في 30 لاعب

### 1-1-2 المجال المكاني:

أجريت هذه الدراسة على ثلاثة نوادي تابعة لرابطة كرة القدم لولاية معسكر و هي : سريع المحمدية ، غالي معسكر ، هلال سيق. وذلك على مستوى ملاعب والقاعات الرياضية متعددة الرياضات لولاية معسكر كما كانت لنا زيارة إلى الرابطة الولائية لكرة القدم بمعسكر.

### 1-1-3المجال الزمني:

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

## 1-2-1- شروط قياس الأداة العلمية :

### 1-2-1 الصدق:

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار "الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار للغرض الذي وضع من أجله حيث يختلف الصدق وفقا للأغراض التي يود قياسها والاختبار الذي يجري لإثباته.

تم توزيع أسئلة الاستبيان على ثلاثة مدربين من مدربي القسم ومن خلالها تم قياس صدق الأداة.

### 1-2-2 الثبات:

يعتبر الثبات بمثابة العامل الثاني بعد الصدق ف عملية تقنين الاختبارات، وهو عني أن يكن الاختبار على درجة عالية من الدقة والإتقان فيما وضع لقياسه، يشير رايستون وجاستمن أن ثبات الاختبار يعني درجة ثبات ما يقيسه ويقول مروان عبد المجيد. ابراهيم "الثبات هو محافظة الاختبار على نتائجه إذا ما أعيد على نفس العينة" ويؤكد محمد صبحي حسانين على أن الثبات "هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد وف نفس النتائج.

## 1-2-3- موضوعية الاختبارات:

تعني موضوعية الاختبارات عدم تأثيره بتغير المحكمين أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج إذا ما تغير المحكمين ولهذا يشير (Vandaline) يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه هذا يعني استبعاد الحكم الذاتي للمحكم أي أنه كلما زادت الذاتية تلتها الموضوعية...

إن مجموعة الاختبارات المطبقة لغير عن الشك والتأويل حيث نجد مفرداتها واضحة مفهومة لا يتدخل فيها المحكم بل هي تعتمد على نتائج معروفة مسبقا فكلما حقق نتيجة معينة يعرف على ماذا

يفعل من علامة، بالإضافة إلى أن هذه اختبارات جميعها سهلة واضحة ومفهومة ولا نتدخل في مفرداتها وبالتالي نعتبرها اختبارات ذات موضعية كبيرة وتقيس ما وضعت لأجله.

### **3-1 ضبط متغيرات الدراسة:**

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

#### **1-3-1 المتغير المستقل:**

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

#### **2-3-1. المتغير التابع:**

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

#### **4-1 عينة البحث وكيفية اختيارها:**

ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع، وتتلخص فكرة دراسة العينات في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة، أي دراسة بعض حالات لا تقتصر على حالة واحدة وبما أن دراستنا خاصة بأندية ولاية معسكر لكرة القدم تم اختيار فئة الأواسط التي تتزامن مع فترة المراهقة وفي هذا البحث تكونت عينة البحث من ثلاثون 30 لاعبا من ثلاثة نوادي من ولاية معسكر وهي سريع المحمدية ، غالي معسكر ، هلال سيق.

## 2 منهج البحث :

إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد التي يتم السير عليها واحترام خطواتها من اجل الوصول في الأخير إلى الحقيقة وقد استخدمنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي يعرف عمار بوحوش ومحمد دنيبات المنهج الوصفي كما يلي "المنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من اجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية معينة" (عمار بوحوش، دنيبات محمد، 1995، صفحة 136) أو "هو وسيلة للحصول على إجابات عن عدد من الأسئلة المكتوبة في نموذج يعد لهذا الغرض ويقوم عليه بنفسه" (كروش ياسين، 1996، صفحة 01).

### 2-2 أدوات الدراسة:

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

### 2-2-1 تعريف الاستبيان:

هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات، في جمع البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة أسئلة ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينة في اقل وقت بتوفير شروط التقنين من الصدق و الثبات والموضوعية. (حسن أحمد الشافعي، سوزان أحمد علي مرسي، 1995، صفحة 203)

حيث قمنا باستعمال ثلاث أنواع من الأسئلة في استبياننا هذا وهي:

الأسئلة المفتوحة: نعطي كل الحرية للمستجوب للإجابة على الأسئلة كما يشاء.

الأسئلة المغلقة:

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

الأسئلة نصف مفتوحة: وتنقسم إلى نصفين:

1- النصف الأول يكون مغلق الإجابة.

2- النصف الثاني نعطي الحرية فيه للمستجوب.

2-2-2. الأدوات الإحصائية:

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل

الإحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل

نسب مئوية وهي تلخص في المعادلة التالية:

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

3- إجراءات التطبيق الميداني:

بعد الصياغة النهائية لاستمارة الاستبيان بدأنا في توزيع الاستمارات على اللاعبين بتاريخ 22-03-

2014 وتمت العملية في ظرف أسبوعين وكان استرجاعها يوم 20-04-2014 وبدأنا عملية التفريغ

وتوزيع البيانات وتحليلها.

4- حدود الدراسة:

قمنا بهذه الدراسة على لاعبين فرق كرة القدم لولاية معسكر، وذلك بعد ضبط متغيرات أفراد العينة.

## خلاصة عامة:

من خلال تطرقنا بالدراسة و التحليل لمختلف جوانب موضوع بحثنا تأكد بشكل لا يدع مجالاً للشك أن هناك دور بالغ الأهمية و اثر واقع للدافعية على الأداء المهاري و تحسنه لدى لاعبي كرة القدم ، و ما دام أي نشاط سواء كان رياضياً أو غير رياضي لا يكون له نتائج مرضية إلا إذا كان يتميز بالمهارة والإتقان و كرة القدم لا تخرج عن هذا الإطار باعتبار أن اللاعب لا يكون مقبولاً في أي مستوى كان إذا لم يكن يتمتع بقدر وفير من المهارة و الحذق التي تمكنه من اكتساب الثقة في نفسه و رضا الآخرين عن أداءه ، و ما دام أن الأداء يتحكم فيه مجموعة من الدوافع فتجعله يتحسن و يتطور أو يتدهور لذا حاولنا قدر الإمكان معرفة ما هي أهم هذه الدوافع التي تدفع لاعب كرة القدم إلى تحسين أداءه المهاري ، و قد افترضنا أن هناك ثلاث دوافع مهمة تتحكم في هذا الجانب و هي الحوافز المعنوية و التربوية ، التفوق و الكسب الرياضي ، و كذا الدافعية الخارجية و العلاقات مع المدرب .

و من خلال تحليلنا لنتائج أسئلة الاستبيان الموجهة للاعبين استخلصنا أن أهم دافع يتحكم في تحسين الأداء المهاري للاعب كرة القدم هو بالدرجة الأولى الحوافز المعنوية و التربوية التي يستعملها المدرب مع لاعبيه ثم تأتي العلاقات الحسنة مع المدرب و أخيراً التفوق و الكسب الرياضي .

## التوصيات:

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

1- توفير جو من الألفة و المحبة بين مختلف عناصر الفريق .

2- العمل على تنمية الدوافع لدى اللاعبين من خلال تقديم بعض الحوافز المعنوية و التربوية بهدف تحسين الأداء المهاري .

3- تشجيع و تحفيز اللاعبين من اجل الحصول على نتائج جيدة .

4- متابعة المدرب المستمرة لأحوال اللاعبين الاقتصادية، و الاجتماعية، و النفسية.

5- العمل على معرفة أهم الدوافع التي تتحكم في أداء اللاعب و العمل على تنميتها .

## الاستنتاجات :

على ضوء النتائج المتحصل عليها بعد المعالجة الإحصائية و المدونة في الجداول السالفة الذكر يمكن استنتاج ما يلي :

1. العمل على معرفة شخصية اللاعب و ذلك استعمال الدوافع المناسبة و محاولة توجيهها لخدمة

أداءه المهاري .

2. أغلبية اللاعبين يمتلكون نظرة واسعة و معمقة و هذا ما يفسر

أن هناك اندماج و انسجام بين اللاعبين

3. شخصية المدرب لها تأثير على نفسية اللاعبين

4. معظم اللاعبين ينفذون ما يطلبه منهم المدرب أثناء التدريبات و كذا المنافسات

5. هناك تقارب بين اللاعبين المتأثرين من انتقادات المدرب

6. معظم اللاعبين يتأثر آدائهم المهاري بالإيجاب من خلال حماس المدرب أثناء أداء المهارات

7. ابتسامه المدرب لها دور كبير و هام إذ تساعد اللاعبين على العمل و تعلم المهارات

8. معظم المدربين يقومون بالتشجيع و رفع المعنويات أثناء تعرض أعضاء الفريق للهزيمة

9. للمنافسات دور كبير و دافع محفز لتحسين الأداء المهاري

10. معظم لاعبي العين مستواهم المهاري أثناء المباريات أفضل منه أثناء التدريب

مناقشة الفرضيات :

مناقشة الفرضية الأولى : الدافعية الخارجية و العلاقات مع المدرب لها تأثير على الأداء المهاري

للاعبي كرة القدم [5 - 4 - 7 - 10 - 11]

من خلال الدراسة المدونة في هذه الجداول نلاحظ أن هذه النتيجة تتماشى مع ما توصل إليه الباحثون

(بورابح محمد، مواسيم دريس،مقدم رضوان) و ذلك يرجع إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين سمات

الدافعية و الأداء المهاري و البدني للاعبي كرة القدم و مما سبق يستنتج الطالبان أن الفرضية الأولى

تحققت

الفرضية الثانية : الحوافز المعنوية و التربوية لها تأثير على مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة

القدم [12 - 13 - 15 - 16 - 17]

من خلال النتائج المدونة في هذه الجداول نتوصل إلى أن للحوافز المعنوية و التربوية تأثير إيجابي على مستوى الأداء و مما سبق يستنتج الطالبان أن الفرضية الثانية تحققت

الفرضية الثالثة : التفوق و الكسب الرياضي أثر يدفع لاعب كرة القدم نحو تحسين مستوى

آدائه المهاري [18 - 19 - 20]

من خلال النتائج المدونة في هذه الجداول نستنتج أن التفوق و الكسب الرياضي له أثر في تحسين مستوى الأداء المهاري لدى اللاعبين

و مما سبق يستنتج الطالبان أن الفرضية الثالثة تحققت.

### ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : أهمية الدافعية على مستوى الأداء المهاري من وجهة نظر لاعبي كرة القدم

صنف أوسط (18- 20 سنة) لبعض فرق ولاية معسكر

تهدف الدراسة إلى معرفة أهمية الدافعية على مستوى الأداء المهاري ، إذ أن الغرض من هذه

الدراسة هو معرفة تأثير الدافعية الخارجية و العلاقات مع المدرب ،فاختيرت عينة تتكون من

30 لاعبا كرة القدم صنف أوسط (18- 20 سنة) قسم ثاني هواة بطريقة عشوائية، كما

أن الأداة المستخدمة في هذه الدراسة هي الإستبيان و من أهم الاقتراحات هو العمل على

تنمية الدوافع لدى اللاعبين من خلال تقديم بعض الحوافز المعنوية و التربوية.

Résumé

L'importance de la motivation sur le niveau de compétences de performance du point de vue de joueurs de football de classe moyenne (18-20 ans) pour certaines équipes mandat de camp

L'étude vise à comprendre l'importance de la motivation sur le niveau de compétences de performance, le but de l'étude était de déterminer l'effet de la motivation et des relations extérieures avec l'entraîneur, les échantillons footballeurs de la classe moyenne (18-20 ans) pour certaines équipes mandat du camp, L'choisi au hasard, l'outil utilisé: surveiller la suggestion la plus importante: travailler sur le développement des motivations des joueurs en offrant des mesures incitatives et l'éducation morale.

## ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : أهمية الدافعية على مستوى الأداء المهاري من وجهة نظر لاعبي كرة القدم

صنف أواسط (18- 20 سنة) لبعض فرق ولاية معسكر

تهدف الدراسة إلى معرفة أهمية الدافعية على مستوى الأداء المهاري ، إذ أن الغرض من هذه

الدراسة هو معرفة تأثير الدافعية الخارجية و العلاقات مع المدرب ،فاختيرت عينة تتكون من

30 لاعبا كرة القدم صنف أواسط (18- 20 سنة) قسم ثاني هواة بطريقة عشوائية، كما

أن الأداة المستخدمة في هذه الدراسة هي الإستبيان و من أهم الاقتراحات هو العمل على

تنمية الدوافع لدى اللاعبين من خلال تقديم بعض الحوافز المعنوية و التربوية.

### Résumé

L'importance de la motivation sur le niveau de compétences de performance du point de vue de joueurs de football de classe moyenne (18-20 ans) pour certaines équipes mandat de camp

L'étude vise à comprendre l'importance de la motivation sur le niveau de compétences de performance, le but de l'étude était de déterminer l'effet de la motivation et des relations extérieures avec l'entraîneur, les échantillons footballeurs de la classe moyenne (18-20 ans) pour certaines équipes mandat du camp, L'choisi au hasard, l'outil utilisé: surveiller la suggestion la plus importante: travailler sur le développement des motivations des joueurs en offrant des mesures incitatives et l'éducation morale.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

## "استمارة استبيان موجهة للاعبين"

ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية تخصص تربية بدنية ورياضية

تحت عنوان:

أهمية الدفاعية على مستوى الأداء المهاري من وجهة نظر لاعبي كرة  
القدم صنف أواسط (18-20 سنة)

تحت إشراف

الأستاذ:

عامر عامر حسين

- كسريوي تقي الدين

من إعداد الطالبان :

- وارثس علي .

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

ملاحظة: ضع علامة " X " أمام الإجابة المختارة .

- شكرا مسبقا على صدق مساهمتك و مساعدتك.

## الموسم الجامعي : 2013 / 2014

### المعلومات الشخصية:

|                                  |                          |         |                          |             |                          |            |                          |                          |                          |
|----------------------------------|--------------------------|---------|--------------------------|-------------|--------------------------|------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. المستوى الدراسي :             | <input type="checkbox"/> | ابتدائي | <input type="checkbox"/> | متوسط       | <input type="checkbox"/> | ثانوي      | <input type="checkbox"/> | جامعي                    | <input type="checkbox"/> |
| 2. بداية ممارسة لعبة كرة القدم : | <input type="checkbox"/> | المدرسة | <input type="checkbox"/> | أصغر        | <input type="checkbox"/> | أشبال      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. مدة الانخراط في الفريق :      | <input type="checkbox"/> | سنة     | <input type="checkbox"/> | أكثر من سنة | <input type="checkbox"/> | أقل من سنة | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

المحور الأول : الدافعية الخارجية والعلاقات مع المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

01- هل شخصية المدرب تؤثر في نفسك؟

لا  نعم

إذا كانت الإجابة بنعم ما هي الجوانب المؤثرة فيك ؟

.....

02- هل تنفذ بدقة كل ما يطلبه منك المدرب ؟

لا نعم

إذا كانت الإجابة بلا ما هي أسباب ذلك ؟

.....

-03 هل تتأثر و تنفعل عندما ينقدك مدربك ؟

لا نعم

-04 هل يعاملك المدرب كما يعامل الزملاء الآخرين ؟

لا نعم

إذا كانت الإجابة بلا ما هي المعاملة التي يعاملك بها.؟

.....

-05 هل تشعر بان مدربك لا يفهمك ؟

لا نعم

-06 هل يشجعك المدرب على الأداء الجيد ؟

لا نعم

المحور الثاني : الحوافز المعنوية والتربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى

لاعبي كرة القدم.

-07 في رأيك هل ترى أن العلاقة الحسنة بين مدربك و أسرتك تساعدك على تعلم المهارات ؟

لا نعم

إذا كانت الإجابة بنعم كيف ذلك ؟

.....

-08 أثناء تعرضكم للاهزام ما نوع المعاملة التي تتلقونها من طرف مدربيكم ؟

التشجيع و محاولة رفع المعنويات  تصحيح أخطاء الأداء  قد و عدم الرضا

-09 ما هو المظهر الذي يغلب على مدربك ؟

التوتر و التفرقة  السكون و الهدوء

-10 هل يتأثر مستوى أداؤك باستخدام المدرب لحوافز تشجيعية ؟

لا نعم

المحور الثالث: إن ما يدفع لاعب كرة القدم لتحسين أدائه المهاري هو التفوق والفوز أثناء المنافسة.

- 11 هل أداءك في المباراة أفضل من أداءك أثناء التدريب ؟  نعم  لا
- 12 هل يهملك التحسن الملحوظ في مهاراتك حتى ولو كانت نتيجة المباراة سلبية ؟  نعم  لا
- 13 ما هي الطريقة التي يعاملكم بها مدربيكم ؟
- .....
- 14 هل يلعب الأداء المهاري الجيد دورا هاما إلى الدفع لكسب نقاط المباراة ؟  نعم  لا
- 15 هل تظهر قدراتك و مهاراتك الحقيقية أثناء المنافسة ؟  نعم  لا
- 16 الفوز في المباراة نتيجة لأداء ؟  أحد اللاعبين  أعضاء الفريق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

## "استمارة استبيان موجهة للاعبين"

ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية تخصص تربية بدنية ورياضية

تحت عنوان:

أهمية الدفاعية على مستوى الأداء المهاري من وجهة نظر لاعبي كرة  
القدم صنف أواسط (18-20 سنة)

تحت إشراف

الأستاذ:

عامر عامر حسين

- كسريوي تقي الدين

من إعداد الطالبان :

- وارثس علي .

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

ملاحظة: ضع علامة " X " أمام الإجابة المختارة .

- شكرا مسبقا على صدق مساهمتك و مساعدتك.

## الموسم الجامعي : 2013 / 2014

المعلومات الشخصية:

|                               |    |         |                          |             |                          |            |                          |       |                          |
|-------------------------------|----|---------|--------------------------|-------------|--------------------------|------------|--------------------------|-------|--------------------------|
| المستوى الدراسي :             | 4. | ابتدائي | <input type="checkbox"/> | متوسط       | <input type="checkbox"/> | ثانوي      | <input type="checkbox"/> | جامعي | <input type="checkbox"/> |
| بداية ممارسة لعبة كرة القدم : | 5. | المدرسة | <input type="checkbox"/> | أصغر        | <input type="checkbox"/> | أشبال      | <input type="checkbox"/> |       |                          |
| مدة الانخراط في الفريق :      | 6. | سنة     | <input type="checkbox"/> | أكثر من سنة | <input type="checkbox"/> | أقل من سنة | <input type="checkbox"/> |       |                          |

المحور الأول : الدافعية الخارجية والعلاقات مع المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

|   |     |     |                          |    |                          |
|---|-----|-----|--------------------------|----|--------------------------|
| هل شخصية المدرب تؤثر في نفسك؟                     | -17 | نعم | <input type="checkbox"/> | لا | <input type="checkbox"/> |
| إذا كانت الإجابة بنعم ما هي الجوانب المؤثرة فيك ؟ |     |     |                          |    |                          |

.....

-18 هل تنفذ بدقة كل ما يطلبه منك المدرب ؟

لا نعم

إذا كانت الإجابة بلا ما هي أسباب ذلك ؟

.....

-19 هل تتأثر و تنفعل عندما ينقدك مدربك ؟

لا نعم

-20 هل يعاملك المدرب كما يعامل الزملاء الآخرين ؟

لا نعم

إذا كانت الإجابة بلا ما هي المعاملة التي يعاملك بها.؟

.....

-21 هل تشعر بان مدربك لا يفهمك ؟

لا نعم

-22 هل يشجعك المدرب على الأداء الجيد ؟

لا نعم

المحور الثاني : الحوافز المعنوية والتربوية التي يستعملها المدرب تؤثر على الأداء المهاري لدى

لاعبي كرة القدم.

-23 في رأيك هل ترى أن العلاقة الحسنة بين مدربك و أسرتك تساعدك على تعلم المهارات ؟

لا نعم

إذا كانت الإجابة بنعم كيف ذلك ؟

.....

-24 أثناء تعرضكم للاهزام ما نوع المعاملة التي تتلقونها من طرف مدربيكم ؟

التشجيع و محاولة رفع المعنويات  تصحيح أخطاء الأداء  نقد و عدم الرضا

-25 ما هو المظهر الذي يغلب على مدربك ؟

التوتر و التفرقة  السكون و الهدوء

-26 هل يتأثر مستوى أداؤك باستخدام المدرب لحوافز تشجيعية ؟

لا نعم

المحور الثالث: إن ما يدفع لآعب كرة القدم لتحسين أدائه المهاري هو التفوق والفوز أثناء المنافسة.

- 27 هل أداءك في المباراة أفضل من أداءك أثناء التدريب ؟  نعم  لا
- 28 هل يهملك التحسن الملحوظ في مهاراتك حتى ولو كانت نتيجة المباراة سلبية ؟  نعم  لا
- 29 ما هي الطريقة التي يعاملكم بها مدريكم ؟
- .....
- 30 هل يلعب الأداء المهاري الجيد دورا هاما إلى الدفع لكسب نقاط المباراة ؟  نعم  لا
- 31 هل تظهر قدراتك و مهاراتك الحقيقية أثناء المنافسة ؟  نعم  لا
- 32 الفوز في المباراة نتيجة لأداء ؟  أحد اللاعبين  أعضاء الفريق

## المراجع و المصادر

### أ- المراجع العربية:

- 1 إبراهيم منير جرجس.(2004). كرة اليد للجميع ،دار الفكر العربي ،القاهرة ، .
- 2 أبو الفضل جمال الدين ابن منظور.(1997). لسان العرب، دار الطباعة و النشر، الجزء (3)، لبنان.
- 3 احمد أمر الله البساطي.( 1998). أسس و قواعد التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ،الإسكندرية ، مصر.
- 4 أسامة رياض.( 1999 ) ( الطب الرياضي و كرة اليد، مركز الكتاب للنشر و التوزيع، ط1، القاهرة.
- 5 أسامة كامل راتب.( 1997). الإعداد النفسي للناشئين و أولياء الأمور، دار الفكر العربي، ط1.
- 6 أسامة كامل راتب.(1997). علم النفس الرياضة-مفاهيم و تطبيقات ،دار الفكر العربي ،ط1.
- 7 إسماعيل محمد الفقي و آخرون .( 2001). علم النفس التربوي ،مكتبة العبيكان ،ط4، الرياض العليا.
- 8 السمالوطي نبيل-محمد توفيق.(1986). الإسلام و قضايا علم النفس الحديثة ،ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر.
- 9 أمين فوزي الخولي و جمال الدين الشافعي.( 2000). مناهج التربية البدنية المعاصرة ،دار الفكر العربي ،ط1 .
- 10 أسامة كامل راتب.( 1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 11 بسطويسي احمد.( 1996). أسس و نظريات الحركة ،دار الفكر العربي ،ط1.
- 12 جابر عبد الحميد جابر.( 1998). الدافعية نظريات و تطبيقات ، جامعة القاهرة.
- 13 حامد عبد السلام زهران.( 1982). علم نفس النمو الطفولة و المراهقة.
- 14 حامد عبد السلام زهران .( 2001). علم نفس النمو الطفولة و المراهقة ،عالم الكتاب ،ط5.

- 15) حامد عبد السلام زهران . ( 1999). علم نفس النمو الطفولة و المراهقة ،عالم الكتاب ،ط5.
- 16) حسن السيد أبو عبده . ( 2002). الإعداد المهاري للاعبي كرة اليد ،دار الإشعاع الفنية ،ط1،الإسكندرية ،مصر.
- 17) حلمي المليجي . (1984). علم النفس المعاصر ،دار العربية ،ط6 ،لبنان.
- 18) خالد المشحوش .( 2002). الموسوعة الرياضية العصرية ، دار يافا العلمية ،ط1 ،بيروت.
- 19) رابح تركي . (1990). أصول التربية و التعليم ،ديوان المطبوعات الجامعية ،ط2 ،الجزائر.
- 20) زينب فهمي-كمال عبد الحميد. (1987). كرة اليد للناشئين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
- 21) سعد جلال. (1963). المرجع في علم النفس، دار المعارف، القاهرة.
- 22) سيغموند فرويد -ترجمة محمد عثمان. (1986). علم التحليل النفسي ،مكتبة التحليل و العلاج النفسي ،ط6 ،القاهرة.
- 23) صالح محمد علي أبو جادو : علم النفس التربوي ،دار الميسرة ،ط1 ،الأردن.
- 24) صدقي نور الدين. (1998) المشاركة الرياضية و النمو النفسي للأطفال، دار الفكر العربي، ط1، مصر، .
- 25) صدقي نور الدين. (2004). علم النفس الرياضي، المكتب الجامعي الحديث، ط1، مصر.
- 26) عبد العالي الجسماني. (1994). سيكولوجية الطفولة و المراهقة و حقائقها الأساسية ،دار البيضاء ،لبنان.
- 27) عبد الغني الأيدي : رعاية المراهقين ،دار غريب للطباعة و النشر.
- 28) عصام نور. (2004). سيكولوجية المراهقة،الإسكندرية.
- 29) عمار بوحوش-ذنيبات محمد. (1995). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 30) عنايات محمد احمد فرج. (1998). مناهج و طرق تدريس التربية البدنية ،دار الفكر العربي.
- 31) فؤاد البهي الدين السيد. (1956). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ،دار الفكر العربي ،مصر.
- 32) فاحل عاقل: علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة و النشر و التوزيع، ط3، لبنان .
- 33) قاسم حسن حسين. (1998). الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة ،دار الفكر للنشر و التوزيع ،ط1 ،الأردن.

- 34** كمال عبد الحميد إسماعيل - محمد صبحي حسنين. (2002). رباعية كرة اليد الحديثة، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة.
- 35** ليندادا فيدوف، ترجمة محمد عمرو و آخرون. (2000). الشخصية-الدافعية والانفعالات، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، ط1، مصر.
- 36** محاتي عثمان. (1985). علم النفس في حياتنا، دار الشروق للطباعة، ط3، بيروت، لبنان.
- 37** محمد الحدحامي و أمين الخولي. (1998). أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة.
- 38** محمد حسن علاوي. (1987). سيكولوجية التدريب و المنافسة، دار المعارف، ط1، مصر.
- 39** محمد حسن علاوي. (2004). مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، ط4، مصر.
- 40** محمد حسن علاوي. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، ط1، مصر.
- 41** محمد حسن علاوي و آخرون. (2002). الإعداد النفسي في كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة.
- 42** محمد عشوي. (1990). مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 43** محمد نصر الدين رضوان. (1992). المقدمة في التقويم و التربية الرياضية، دار الفكر العربي، ط3، القاهرة.
- 44** محمود حسن. (1981). الأسرة و مشكلاتها، دار النهضة العربية، لبنان.
- 45** مريم سليم. (2002) علم النفس النمو، دار النهضة العربية للطباعة و النشر و التوزيع، ط1، بيروت.
- 46** مصطفى فهمي. (1986). سيكولوجية الطفولة و المراهقة، دار المعارف الجديدة.
- 47** مصطفى فهمي. (1985). علم النفس التربوي، دار الفكر، القاهرة.
- 48** معروف رزق. (1986). خطايا المراهقة، دار الفكر، ط2، دمشق.
- 49** مفتي إبراهيم حماد. (2001). التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة.
- 50** منى فياض. (2004). الطفل و التربية المدرسية في الفضاء الأسري و الثقافي، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان.
- 51** وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد. (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي الحديث للاعب و المدرب، دار الهدى للتوزيع و النشر.
- 52** يوسف ميخائيل اسعد: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة و النشر.

ب- المراجع بالفرنسية:

- 53)** Ambre demont.( 1983). , Gaque bousnef ,petit larousse de la medicine , édition inpermerie new intrllithe.

- 54)** Gerand Bet gros.( 1985).g , l'entrainement de basket ball ,  
edition Vigot ,Paris.
- 55)** Gungen Weinck.( 1992). biologie du sport ,edition Vigot  
,Paris.
- 56)** Macolin (revue). (1998). des facteurs qui contribuent a la  
performance individuelle ou d'une equipe.
- 57)** Moray .(1923).exploration oxford , University press  
psychology.
- 58)** Thomas R.( 1991). preparation psychologique du sport ,  
edition , Vigot .
- 59)** Tournier Get Ponchon.( 1977).manuel des sciences  
economique et humaines baillier ,Paris.
- 60)** Valler Andrethill.(1993).introduction a la psychologie de la  
maturation ,Canada.