



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس تخصص تدريب رياضي تنافسي

تحت عنوان:

السلوك الانفعالي للمدرب وأثره على الأداء الرياضي للاعب كرة القدم صنف أكابر

دراسة وصفية أجريت على فرق القسم الشرقي (هلال منصور، نجم سلمان، حياة استيديا) لكرة القدم صنف أكابر

تحت إشراف:

أ.د بن شني الحبيب

من إعداد الطالبة:

بن حرورة نوال. ✓

محرر يونس. ✓

السنة الجامعية: 2023-2024

الشكر والتقدير

اللهم لك الحمد والشكر في السر والعسر اللهم لك الحمد على توفيقك والصلاة والسلام على نبيه محمد صلى الله عليه وسلم.

في البدء كلمة حب وتقدير وإخلاص للذين إن قلت لهم شكرا فشكري لا يوفيكهم، سعيتم فكان السعي مشكورا.

لكل من الأستاذ القدير والمشرف " بن سني الحبيب " لك مني كل عبارات الثناء على مجهوداتك طيلة السنة الدراسية شكرا لك على الآراء العلمية السديدة التي عدلت مسيرة بحثنا، أدعو لك من القلب أن يطيل في عمرك ويجازيك حير جزاء والدوام والعافية لك ولعائلتك.

أما بالنسبة لكل من ساندوني من أستاذة التربية البدنية والرياضية عامة والمحكمين خاصة رسالة شكر لكم أسأل الله يسدد خطاكم ويرفع من مقامكم.

كلمة اعتزاز إلى عائلة SCULARITY وعلى رأسهم نور الدين ولن أنسى بالذكر الأخ "العجال" وكذا الصديقة المساندة "بلغول كوثر" شكرا.

وفي الأخير تحية وفاء مني لكل زملاء السنة الدراسية، حلت الأيام معكم ... شكرا

الإهداء (01)

تعالَت أصوات الفرحة واقترب ما كان بالأمس حلما، أخيرا تحقق حلم تخرجي، أهديه إلى من أزلت من طريقي أشواك الفشل، إلى من ساندتني عند ضعفي ورسمت لي المستقبل بخطوط من الثقة إلى من أعطتنا من عمرها وزهرة شبابها حبا ودافعا لمستقبل أجمل، إلى من أرضعتني من الحنان حنان، إلى بلسم الشفاء ماما حبيبة عمري اللهم أمي.

إلى من كان دعائهم سر نجاحي اخوتي " محمد - خديجة) أتمنى لكم النجاح في المسيرة العلمية، وكذا دوام الصحة والعافية وأخص بالذكر أيضا دون استثناء عائلة "ستاوي" خاصة خالاتي: " حياة فطيمة سكيينة " وخالي عبد الرحيم شكرا على عطائكم أتمنى من الله عز وجل أن يحقق أمانيتكم.

جعلته خير ختام " أبي " سند عمري أرفع قبعتي لك، هذا إني معلنة اليوم أنني أجمل خريجة، حبيبي شاركتني في الحلم خطوة خطوة صابرا متفائلا طامحا، وأخيرا نلت يا أبي شكرا.

وفي الأخير أطلب السماح أولا وأخيرا من الله عز وجل ووالدي وكل من أخطأت في حقهم دون قصد.



الإهداء (02)

إلى من أحمل اسمه بكل افتخار، إلى من علمني العطاء بدون انتظار أبي أرجو من الله أن
يمد في عمرك لترى ما حان اقتطاف بعد طول انتظار،

أمي حبيبتي من كانت خير معين في التغلب على هموم ومصاعب الحياة.

إلى إخوتي شجعتهموني للتغلب على العقاب،

إلى الأستاذ الفاضل " بن سني الحبيب " إلى كل عائلة "محرر" إلى كل الأهل والأقارب
والأصحاب

إلى كل من مد يد العون ولو بكلمة شكر وتشجيع

إلى عائلة: SCULARITY شكرا على عطائكم ومساندتكم لنا، إلى الزميلة "بن حرورة
نوال" سعدت بالعمل معك شكرا لك على هذا التعب لا أنسى جميلك هذا أتمنى لك
التوفيق في حياتك.

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع.

شكرا



قائمة المحتويات

رقم الصفحة	المحتويات
ب	الشكر والعرفان
ج	إهداء
د	فهرس المحتويات
ح	قائمة الجداول
ط	قائمة الأشكال
ك	الملخص بالعربية
ل	الملخص بالإنجليزية
الفصل الأول: الإطار المنهجي	
02	1. المقدمة
02	2. الإشكالية
03	3. الفرضيات
03	4. أسباب اختيار البحث
04	5. أهمية البحث
04	6. أهداف البحث
05	7. مصطلحات البحث
07	8. الدراسات السابقة
13	9. التعليق على الدراسات
14	10. نقد الدراسات
الإطار النظري	
الفصل الأول: السلوكات الانفعالية للمدرب	
17	تمهيد
17	1-1. مفهوم الانفعالات
18	2-1. أنواع الانفعالات
19	3-1. خصائص الانفعالات
20	4-1. بعض السلوكات الانفعالية للمدرب

20	1-4-1. القلق
20	1-1-4-1. تعريف القلق
20	2-1-4-1. أنواع القلق
21	3-1-4-1. مكونات القلق
21	4-1-4-1. مصادر القلق
22	2-4-1. الاكتئاب
22	1-2-4-1. تعريف الاكتئاب
22	2-2-4-1. أعراض الاكتئاب
23	3-4-1. التوتر
23	1-3-4-1. تعريف التوتر
24	2-3-4-1. مفهوم التوتر في المجال الرياضي
24	3-3-4-1. أسباب التوتر
25	5-1. الاحتراق والمدرب الرياضي
26	6-1. مصادر الضغوط للمدرب الرياضي
27	1-6-1. العصبية
27	2-6-1. العدوانية
28	3-6-1. الكف
28	7-1. المدرب
28	1-7-1. تعريف المدرب
28	2-7-1. شخصية المدرب
30	3-7-1. وظائف المدرب
30	4-7-1. أساليب القيادة للمدرب الرياضي
31	5-7-1. خصائص المدرب الجيد
32	6-7-1. واجبات المدرب الرياضي
34	خلاصة
	الفصل الثاني: الأداء الرياضي للاعب كرة القدم صنف أكابر
36	تمهيد

37	1-2. مفهوم الأداء الرياضي
37	2-2. أنواع الأداء
38	3-2. سلوك الأداء
38	4-2. أسلوب الأداء
38	5-2. العوامل المساهمة في الأداء الرياضي
39	6-2. كرة القدم
40	7-2. تاريخ كرة القدم في الجزائر
42	8-2. قوانين كرة القدم
50	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
53	تمهيد
54	1-1. منهج البحث
54	2-1. مجتمع وعينة البحث
55	3-1. مجالات البحث
55	4-1. متغيرات البحث
55	5-1. أدوات البحث
56	6-1. الدراسة الإستطلاعية
57	7-1. الأسس العلمية للأداة البحث
58	8-1. الوسائل الإحصائية
59	خلاصة
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج ومناقشة الفرضيات والاستنتاجات	
61	1-2. عرض وتحليل النتائج
97	2-2. مناقشة الفرضيات
98	3-2. الاستنتاجات
99	4-2. الخاتمة
100	5-2. التوصيات

102	المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	الجدول	رقم الجدول
57	يمثل معامل الثبات والصدق لأداة البحث	01
61	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (01) للمحور الأول	02
62	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (02) للمحور الأول	03
63	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (03) للمحور الأول	04
64	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (04) للمحور الأول	05
65	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (05) للمحور الأول	06
66	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (06) للمحور الأول	07
67	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (07) للمحور الأول	08
68	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (08) للمحور الأول	09
69	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (09) للمحور الأول	10
70	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (10) للمحور الأول	11
71	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (11) للمحور الأول	12
72	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (12) للمحور الأول	13
73	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (13) للمحور الأول	14
74	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (14) للمحور الأول	15
75	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (15) للمحور الأول	16
76	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (16) للمحور الأول	17
77	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (17) للمحور الأول	18
78	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (18) للمحور الأول	19
79	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (19) للمحور الأول	20
80	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (20) للمحور الأول	21
81	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (21) للمحور الأول	22
82	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (01) للمحور الثاني	23
83	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (02) للمحور الثاني	24
84	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (03) للمحور الثاني	25

85	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (04) للمحور الثاني	26
86	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (05) للمحور الثاني	27
87	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (06) للمحور الثاني	28
88	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (07) للمحور الثاني	29
89	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (08) للمحور الثاني	30
90	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (09) للمحور الثاني	31
91	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (10) للمحور الثاني	32
92	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (11) للمحور الثاني	33
93	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (12) للمحور الثاني	34
94	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (13) للمحور الثاني	35
95	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (14) للمحور الثاني	36
96	يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (15) للمحور الثاني	37

قائمة الأشكال

الصفحة	الجدول	رقم الجدول
61	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (02)	01
62	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)	02
63	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)	03
64	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)	04
65	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)	05
66	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (07)	06
67	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (08)	07
68	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (09)	08
69	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (10)	09
70	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (11)	10
71	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (12)	11
72	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (13)	12

73	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (14)	13
74	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (15)	14
75	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (16)	15
76	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (17)	16
77	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (18)	17
78	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (19)	18
79	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (20)	19
80	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (21)	20
81	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (22)	21
82	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (23)	22
83	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (24)	23
84	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (25)	24
85	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (26)	25
86	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (27)	26
87	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (28)	27
88	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (29)	28
89	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (30)	29
90	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (31)	30
91	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (32)	31
92	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (33)	32
93	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (34)	33
94	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (35)	34
95	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (36)	35
96	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (37)	36

ملخص البحث

الملخص باللعة العربية:

عنوان الدراسة: السلوك الإنفعالي للمدرب وأثره على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم صنف أكابر.
أهداف الدراسة: معرفة أثر العلاقة الإتصالية بين المدرب واللاعب وانعكاسها على الأداء الرياضي لهم.
محاولة معرفة الانفعالات الواردة من المدرب على الأداء الرياضي للاعبين.

مشكلة البحث:

هل السلوك الانفعالي للمدرب يؤثر على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم صنف أكابر؟

الفرضية العامة:

يؤثر السلوك الانفعالي للمدرب على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم صنف أكابر.

إجراءات الدراسة الميدانية:

العينة: لاعبي كرة القدم القسم الشرقي ولاية-مستغانم-

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة في الدراسة:

إشتمارة الإستبيان وتم توزيعها على اللاعبين والمدربين.

التوصيات:

- ✓ ضرورة الإهتمام بالجانب العلاقتي في العملية التدريبية.
- ✓ ضرورة إلمام المدرب بطريقة التعامل والتواصل مع لاعبيه قبل أثناء وبعد المنافسة.
- ✓ ضرورة المتابعة المستمرة لأحوال اللاعبين من الناحية النفسية.
- ✓ ضرورة إعادة رسكلة المدربين من الناحية السيكولوجية وتوعيتهم بمدى أهمية الجانب النفسي.
- ✓ لابد من تنظيم تربية وطنية لتطوير المهارات الإتصالية للمدربين واللاعبين.

Summary of the study in english:

The title of the study: the emotional behavior of the coach and its impact on the athletic performance of soccer players senior class.

Study Objectives: To know the impact of the communication relationship between the coach and the player and its reflection on their sports performance.

Trying to find out the emotions received from the coach on the sports performance of the players.

Research problem:

Does the emotional behavior of the coach affect the athletic performance of soccer players senior class?

General premise:

The emotional behavior of the coach affects the athletic performance of soccer players senior class.

Field study procedures:

The sample: Football players honorary section of the state of Mostaganem.

The method used: the descriptive method.

Tools used in the study:

The questionnaire was invested and distributed to the players and coaches

Recommendations:

- The need to pay attention to the relational aspect in the training process.
- The need for the coach to know how to deal and communicate with his players before during and after the competition.
- The necessity of continuous follow-up of the psychological conditions of the players.
- The need to recycle the trainers from the psychological point of view and make them aware of the importance of the psychological aspect.
- National training courses must be organized to develop the communication skills of coaches and players.

الجانبة التمهيدي

1. المقدمة:

كرة القدم رياضة جماعية مارسها الإنسان منذ الزمن البعيد إلى يومنا هذا عرفت تطوراً كبيراً والدليل على ذلك الشعبية الكبيرة التي تلقتها في كل أنحاء العالم بسبب سهولة مزاولتها، والمسؤولين اليوم يسعون إلى التجديد فبهذا وفي أساليب تدريبية، وهذا يكون موجود بوجود المدرب واللاعب فهما محوران أساسيان لإخراج مباراة بالمستوى المطلوب اعتماداً على الأعداد النفسية لأنه يعتبر إحدى الركائز الأساسية للتفوق، وموضوعنا اليوم التحضير النفسي فهو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق وتنمية الدوافع والثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي والعمل على تشكيل وتطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين. (علاوي، 1997)

رغم التجديد الذي حدث في كرة القدم وأساليب تدريبها إلا أن المدربين والمسؤولين الرياضيين وسط الميادين الرياضية صبوا كل اهتماماتهم بالجانب البدني والتكتيكي فقط وأهملوا الجانب النفسي رغم أنه العامل الأساسي الذي يضمن التوافق والانسجام في الأداء والمردود وهو جزء لا يتجزأ من عملية التعليم وتربية وتدريب الرياضيين واعدادهم لحوض غمار المنافسات الرياضية (علاوي، 1997، صفحة 92)، وعليه فإن الدراسات المنجزة حول الجانب النفسي خاصة الانفعالي للمدرب قليلة في حدود الأعباء مقارنة بما أنجز من دراسات حول الرياضي وتأتي هذه الدراسة التي بين أيدينا كمحاولة معرفة هل يتأثر أداء اللاعب الرياضي في ظل السلوكيات الانفعالية للمدرب .

2. الإشكالية:

كرة القدم بعدما كانت هواية تمارس للتسلية أصبحت مهنة بجد ذاتها لأنها تتميز بخصائص جعلتها بذلك تختلف عن باقي الرياضات الأخرى، تغلب عليها طابع المنافسة والتشويق تلعب دوراً بارزاً في إقامة علاقات وطيدة بين الأفراد.

الشيء الذي اتفق عليه الناس هو أنها أصبحت لها شعبية كبيرة بعد الاقبال الكبير على ممارستها مما أدى الى ظهور هيئات تهدف الى تطوير هذه الأخيرة ولا يمكن هذا الا بوجود المدرب الذي يعتبر المسؤول على لاعبيه وذلك بتهيئتهم نفسيا وإثارة انتباههم وتحفيزهم للعطاء أما اللاعب فهو المستجيب لمختلف تصرفات وانفعالات مدربه (علاوي، 1997) و الحديث عن المدرب يقودنا الى الحديث عن الاعداد النفسي المتمثل في التحضير النفسي للاعبين يعتبر دراسة تحليلية نفسية الرياضي والأهمية التي يلعبها من خلال التقليل من حالات الشعور بالقلق وزيادة الدقة والتركيز والانتباه والقدرة على التطور الرياضي ودافعية الإنجاز والثقة بالنفس التي تشغل حيزا هاما حول مردود اللاعب (مختار، 1995، صفحة 284) ورغم كل التغيرات التي حدثت في أساليب التدريب في كرة القدم إلا أن الجانب النفسي يبقى مهما من طرف المدربين والمسؤولين وذلك ما لاحظناه داخل الميادين الرياضية التي زادتنا اهتماما بالجانب النفسي خاصة الانفعالي منه وعليه جاءت دراستنا هذه تصب على موضوع يقاس كل المسؤولين في الوسط الرياضي وكذا الجمهور حول مردود اللاعبين أثناء المنافسة وما إن كانت هناك علاقة بالتحضير النفسي المسبق قبل المواجهة وهو ما يمكننا من طرح التساؤل التالي:

- السلوك الانفعالي للمدرب يؤثر سلبا على الأداء الرياضي للاعبين.
- السلوك الانفعالي للمدرب يؤثر ايجابا على الأداء الرياضي للاعبين.

3. الفرضيات:

- السلوك الانفعالي للمدرب يؤثر سلبا على الأداء الرياضي للاعبين.
- السلوك الانفعالي للمدرب يؤثر ايجابا على الأداء الرياضي للاعبين.

5. أهمية البحث:

● الجانب العلمي:

✓ إضافة فائدة الى حقيقة علمية سبق البحث فيها.

✓ قلة البحوث في هذا المجال.

✓ حل المشكلة.

✓ دراسة الباحثين للجانب البدني والتكتيكي فقط واهمال الجانب النفسي للاعبين.

• الجانب العملي:

✓ الكشف عن الدور الذي يلعبه التحضير النفسي للاعبين أثناء الحصة التدريبية لما له من تأثير على

مردودهم.

✓ ابراز أهمية الجانب النفسي الانفعالي للمدرب ومدى تأثيره على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم.

6. أهداف البحث:

- معرفة العلاقة بين معاملة المدرب وأداء اللاعب.
- معرفة العلاقة بين معاملة المدرب والجانب النفسي للاعبين.
- معرفة العلاقة بين مردود اللاعبين ومعاملة المدرب.
- محاولة معرفة تأثير العلاقات النفسية في تحسين المردود الرياضي.

7. مصطلحات البحث:

❖ الانفعالات:

لغة: مشتق من الفعل الحماسي انفعال بمعنى قبل التأثير من غيره وهي مقارنة (يعقوبي، 1998)

اصطلاحا: هو الأحوال النفسية التي يحدثها الإحساس باللذة والالم وهي ثلاثة أنواع اللذة والالم والهيجان،

وتعرف أيضا بأنها الإحساس بأثر الفعل اللذيذ او المؤلم وهي حالات ذات جوانب معرفية خاصة واحساسات

وردود أفعال وسلوك تعبيرية معين كما نضطر في اشكال عديدة فجأة ويصعب التحكم فيها. (مختار و

اسماعيل ، 1969)

اجرائيا: كما أن لكل تبعية سبب فبسبب حدوث الانفعال هو منبعثات تعمل كعوامل استشارة داخلية: الم مفاجئ في المعدة، نذكر خير مفرع (او خارجية مثلا رؤية، كما ان للانفعالات تأثيرات بالغة على عدة نواحي في الفرد وعلى صحته ويعرفها بعض علماء النفس بأنها استجابات غير بيولوجية وسيكولوجية يؤثر في الادراك وفي التعلم والأداء (دافيد، 1988)

❖ المدرب:

لغة: المدرب: المطب بالبطين الدار: الطبال درس هذا بالتبني فعليه وفيه: عوده ودريه.
اصطلاحا: المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب كما يمثل أيضا أحد اهم المشاكل التي تقابل الرياضة والمسؤولين على حد سواء في الأندية او على مستوى المنتخبات الوطنية فهم اغلبية وبكثرة ولكن من يصلح؟ فتلك هي المشكلة في المدرب المتميز لا يصنع بالصدفة بل يجب أ، يكون لديه الرغبة للعمل كالمدرّب ويفهم واجباته ملم بأفضل وأحدث طرق التدريب وأساليبه وحاجات لاعبيه متبصر بكيفية الاستخدام الجيد لمعلوماته الشخصية وخبراته في مجال لعبه واختصاصاه (علي فهمي، عماد الدين، و ابو زيد، 2003، صفحة 05)

اجرائيا:

المدرب هو الذي يشرف على تعليم وتدريب وتوجيه الفرق الرياضية كما انه يعتبر العامل الأساسي والهام في عملية التدريب يؤثر تأثيرا مباشرا في مستوى الرياضي، له دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطورا شاملا متزنا.

❖ كرة القدم:

لغة: هي كلمة لاتينية وتعني كل كرة بالقدم والأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عتدهم Rugby أو كرة القدم الامريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها كما تسمى Soccer.

الجانج التمهيدى

اصطلاحا: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار اليه رومي جميل، كرة القدم تدل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع. (رومي ، 1986، الصفحات 50 - 52)

اجرائيا: كرة القدم رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعب، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة في بداية كل طرف من طرفيهما مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الاقدام ولا يسمح الا لحارس المرمى لمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكامان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة منها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل في حالات مقابلة الكأس فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم الى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

❖ الأداء:

اصطلاحا: هو قدرة الفرد على تنفيذ ما أوكل اليه من الاعمال والدرجة المتحصل عليها في تحمل المسؤولية. ويعرفه احمد صقر عاشور بأنه: قيام العامل بالأنشطة والمهام المختلفة.

كما يعرفه نزار مجيد طالب على أنه: إيصال الشيء الى المرسل اليه وهو عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط او سلوك يوصل الى نتيجة، كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم سلوكيا.

ويميز للأداء درجات ومستويات أهمها:

الأداء الأقصى: ويقصد به أن يؤدي الفرد أفضل أداء ممكن قدر استطاعته.

الأداء المميز: ويقصد به ما يؤديه الفرد بالفعل وقدرة أدائه، وليس ما يستطيع اداؤه.

التعريف الاجرائي:

عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط او سلوك يوصل الى نتيجة كما هو المقياس الذي يقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم سلوكيا.

❖ صنف اكابر:

هي مرحلة من مراحل عمر الانسان، وهي مرحلة النضج واكتمال الشخصية وهي ربيع المر حيث أن الكبار لديهم خبرات طويلة، كما لديهم دائرة موسعة من العلاقات والمسؤوليات والادوار الاجتماعية.

8. الدراسات السابقة:

1- عنوان الدراسة: العلاقة الموجودة بين شخصية المدرب وأداء لاعبي كرة القدم صنف أواسط

إعداد: زاوي حسام / معلومي محمد أمين

إشراف الأستاذ: حاج أحمد مراد

تستهدف الدراسة التي قمنا بها الى التعرف على " العلاقة الموجودة بين شخصية المدرب وأداء لاعبي كرة القدم صنف أواسط" وقد شملت عينة البحث على 60 لاعبا من صنف الاواسط و 10 مربين من 5 فرق تنشط في القسم الشرقي لولاية البويرة (مجمع عينة الدراسة)

وقد انتهجنا المنهج الوصفي من خلال توزيع استمارة الاستبيان على عينة البحث المكون من ثلاثة محاور، وتم استخدام النسب المئوية.

وأظهرت النتائج على وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين شخصية المدرب وتماسك الفريق.

وعليه خرجنا بالاقترحات التالية:

- يجب على المدرب تطوير قدرات اللاعبين النفسية، البدنية والتكتيكية.

الجانب التمهيدي

- يجب على اللاعبين ان يحترموا قرارات المدرب والالتزام بالنظام الداخلي للفريق الذي يجب أن يحدد حقوق وواجبات كل لاعب.
 - على المدرب أن يكون ملما بمبادئ علم النفس الرياضي حتى يتسنى له التعامل مع اللاعبين بطريقة جيدة.
 - ضرورة المام المدرب بطريقة التعامل والتواصل مع اللاعبين حيث أن لكل لاعب شخصية وثقافة تميزه عن اللاعبين الآخرين.
 - ضرورة تكوين وفق مناهج عصرية في التحضيرات النفسية، البدنية و التقنوتكتيكية.
 - على المدرب أن يبادر لإيجاد الحلول للمشاكل النفسية التي تواجه لاعبيه اثناء المنافسة والتغلب عليها.
- 2- عنوان الدراسة: الدور النفسي للمدرب وتأثيره على أداء لاعبي كرة القدم - صنف أكابر-

أهداف الدراسة:

- توضيح الدور النفسي الذي يلعبه المدرب في تحسين ورفع مستوى الأداء وتحقيق النتائج الإيجابية.
- محاولة دراسة وتحليل العلاقة بين المدرب واللاعبين من الناحية النفسية.
- إبراز دور شخصية المدرب في نجاح عملية التدريب.
- محاولة معرفة تأثير العلاقات النفسية في تحسين مردود الرياضي.

مشكلة الدراسة: هل الدور النفسي للمدرب له تأثير على أداء لاعبي كرة القدم؟

الفرضية العامة: الدور النفسي للمدرب له أثر على مستوى الأداء لدى لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة.

الفرضيات الجزئية:

1- الاعداد النفسي له أهمية كبيرة بالنسبة للاعبي كرة القدم.

2- إهمال المدرب لتحضير النفسي خلال التدريبات يؤدي الى تدني أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

3- كفاءة المدرب تساعد في رفع الحالة النفسية للاعبين.

الإجراءات الميدانية للدراسة:

العينة: أجريت الدراسة على عينة عشوائية تكونت من 30 لاعبا ينشطون بالقسم الولائي لكرة القدم - بسكرة - 30 لاعبا من نوادي القسم الشرقي 8 مدربين لهذه الفرق.

المجال المكاني: أجريت الدراسة على لاعبي بعض اندية كرة القدم التابعة لرابطة ولاية بسكرة.

المجال الزمني: أجريت الدراسة في الفترة الممتدة ما بين شهر فيفري الى غاية شهر ماي 2016.

الأدوات المستعملة: قمت في هذه الدراسة باستعمال الاستبيان الذي يعتبر من أنجح الطرق للحصول على المعلومات حول موضوع او مشكلة او موقف.

النتائج المتوصل اليها: اثبتت هذه الدراسة من خلال النتائج المتوصل اليها في الاستبيانات الخاصة باللاعبين والمدربين بأن الدور النفسي للمدرب الرياضي يؤثر على مردودية الفريق أثناء المنافسات في كرة القدم والتحضير النفسي دور كبير في تحسين الفريق، وأن المدربين لا يعتمدون فقط على الجانب البدني بل ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي.

اقتراحات:

- ينبغي على المدربين ادراج الجانب النفسي في برامجهم التدريبية.
 - التحضير النفسي دور كبير في تحسين نتائج الفريق خلال المنافسات.
 - إن تنمية قدرات اللاعبين تتأثر بمدى قيام المدرب بالتحضير النفسي لهم.
 - الحالة النفسية الجيدة للمدرب تلعب دورا كبيرا في تحقيق النتائج الإيجابية.
- 3- عنوان الدراسة: علاقة التحضير النفسي بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم " صنف اكابر"

أهداف الدراسة:

- ابراز أهمية التحضير النفسي الرياضي في تحسين أداء لاعبي كرة القدم وكذا في تحقيق النتائج.
 - تعرف على كيفية تأثير التحضير النفسي على مستوى أداء لاعبي كرة القدم.
 - تحديد المسؤول عن تطبيق برنامج التحضير النفسي الرياضي.
 - التعرف على قيمة عناصر التحضير النفسي لدى لاعبي كرة القدم.
- إشكالية الدراسة: هل توجد علاقة إيجابية بين التحضير النفسي والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف اكابر.

فرضيات الدراسة:

- 1- للتحضير النفسي أهمية كبيرة في تحسين الأداء وتحقيق النتائج لدى لاعبي كرة القدم.
- 2- هل للتحضير النفسي دور فعال في تطوير الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم.

إجراءات الدراسة الميدانية:

العينة: اخترنا العينة العشوائية كونها من ابسط طرق اختيار العينات وتمثلت في 50 لاعب و 5 مدربات لكرة القدم صنف اكابر.

المجال الزمني والمكاني: تمت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة ما بين يوم 01 مارس 2015 الى غاية يوم 29 ماي 2015.

منهج الدراسة: اعتمدنا على المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المورد عمله او القيام به.

الأدوات المستعملة: تم اتباع تقنية الاستبيان التي تعتبر من أنجع الطرق للحصول على معلومات حول موضوع او مشكلة ما وكذلك المقابلة.

أهم التوصيات:

- الاجتهاد الكامل لأجل اكتشاف المستويات المختلفة في فديات اللاعبين والتركيز عليها في عمليات التحضير النفسى الرياضى لتسهيل المهمة التدريبية.

- إدراك أهمية محددة التحضير النفسى كعامل أساسى بإعطائها العناية الكاملة في عمليات التحضير النفسى الرياضى.

- عقد دورات تدريبية وذلك بإنشاء مراكز تكوين متخصصة لمدرى كرة القدم في التحضير النفسى والتدريب على المهارات النفسىة.

4- عنوان الدراسة: بعض المحددات النفسىة وعلاقتها بكفاءة المدرىين في كرة القدم

الهدف من الدراسة:

يهدف البحث الحالى في الكشف عن العلاقة بين السمات النفسىة (الشخصىة الانفعالىة، العصبىة فالبلية الاستشارة، والاكتئاب)، والكفاءة التدريبىة.

مشكلة الدراسة:

هل هناك علاقة بين بعض المحددات النفسىة السمات الانفعالىة (الشخصىة العصبىة، الاكتئاب، القابلية للاستشارة) مع الكفاءة التدريبىة لدى مدرسى كرة القدم؟

فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة بين سمة الشخصىة والعصبىة والكفاءة التدريبىة لدى مدرى كرة القدم.

- توجد علاقة بين سمة القابلية للاستشارة والكفاءة في التدريب.

- توجد علاقة بين سمة الاكتئاب والكفاءة في تدريب كرة القدم.

إجراءات الدراسة:

العينة: عينة عشوائية.

المجال الزمانى: بالنسبة الى الجانب النظرى تم البدء فىه من شهر ديسمبر 2021 الى أواخر شهر جانفى 2022.

المنهج: المنهج المسحى.

الأداة المستعملة: الاستبيان.

النتائج المتوصل إليها:

أشارت النتائج الى ان هناك دلالة على علاقة بعض المحددات النفسية للسمات الشخصية والانفعالية بكفاءة التدريب لدى بعض مدبرى كرة القدم والتي حددناها فى العصبية، قابلية الاستشارة والاكتئاب وبهذا توصلنا الى عدد من النتائج أهمها:

- الشخصية والعصبية التي تظهر على المدرب تؤثر على مردود اللاعبين فى التدريب.

- بالإضافة الى ذلك لوحظت على المدربين انهم يكونون أكثر استشارة وعرضة للاكتئاب.

5- عنوان الدراسة: دور المدرب الرياضى فى بناء تماسك الفريق فى كرة القدم.

أهداف الدراسة:

• الوصول الى إجابة عن التساؤل الرئيسى للدراسة وذلك بالسعى وتحديد مسار متبع للوصول للنتيجة المرجوة.

• وبالتالى الاستفادة من نتائج هذه الدراسة كي تكون وثيقة علمية لمعالجة بعض المشكلات.

• محاولة الاستفادة المباشرة من نتائج الدراسة وجعلها كمرجع علمى وذلك من اجل تحسين تماسك الفريق فى كرة القدم وهذا عن طريق تشخيص المشكلة والتقديم الاقتراحات كحلول مستقبلية.

• ابراز الدور الإيجابى للحصة التدريبية كوسيلة مهمة فى عملية التماسك والتفاعل الاجتماعى اثناءها.

مشكلة الدراسة: هل يؤثر دور المدرب الرياضى فى بناء و تماسك الفريق فى كرة القدم ؟

الفرضية العامة: يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء وتماسك الفريق في كرة القدم.

إجراءات الدراسة الميدانية:

العينة : لاعبي مدرب كرة القدم

المنهج: المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة في الدراسة : استمارة استبيان وتم توزيعها على اللاعبين، بالإضافة الى دليل المقابلة الخاصة بالمدرب.

اقتراحات وتوصيات:

- تنظيم تربية داخل الوطن وخارجه ان امكن ذلك، ويخصص فيه الوقت الأكبر لتطوير المهارات الاتصالية لكل من المدرب واللاعب من طرف أصحاب الاختصاص في هذا المجال.
- يجب على كلا من المدربين واللاعبين إعطاء أهمية بالغة لدور لتماسك الفريق في تحسين الأداء الرياضي، حيث من خلاله يتم نقل مختلف الأفكار والخبرات والمهارات بينهما.

9. التعليق على الدراسات:

لا يمكن إنجاز أي بحث علمي دون اللجوء إلى الدراسات السابقة حيث تكمن أهميتها في التوجيه و كذا التخطيط، تؤدي إلى معرفة كيفية الوصول إلى الصياغة النهائية لإشكالية البحث، وتحديد فصول الجانب النظري، ضبط المتغيرات و تحديد كيفية إختيار العينة، تحديد المنهج المتبع، الأدوات المستخدمة الإحصائي مع معرفة كيفية مناقشة نتائج البحث.

10. نقد الدراسات:

من خلال ما قمنا به من استطلاعات لنتائج الدراسات السابقة بموضوع الدراسة "السلوك الانفعالي للمدرب وأثره على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم صنف أكابر، توصلنا إلى أوجه اختلاف والتشابه منها:

اتفقت جميع الدراسات على استخدام المنهج الوصفي.

اتفقت كذلك في استعمال الاستبيان كوسيلة لجميع البيانات.

عدم التوافق في الفئة العمرية إلا دراسة "غالم عبد" و"بوكريف محمد"

عدم التوافق في العينة.

من حيث الاستفادة، استفدنا منها في صياغة الأهداف والفرضيات والمساعدة في الإطار التطبيقي والنظري.

الإطار النظري

الفصل الأول:

السلوكيات

الانفعالية للمدرب

تمهيد:

الإنسان كائن اجتماعي يعيش ويقضي معظم وقته وسط الجماعة يؤثر فيهم ويتأثر بهم، ينطبق هذا على المدرب أيضا فهو جزء من فريق عمل يقع على عاتقه مسؤولية كبيرة وهي تدريب الفرق الرياضية، يؤثر فيها ويتأثر منها تعتبر من سلوكه. وفي هذا الفصل سنتحدث عن الانفعالات المدرب، تعريفها، أنواعها خصائصها، أهم السلوكيات الانفعالية للمدرب.

القلق " تعريفه، أنواعه، مكوناته، مصادره "

الاحتراق " مفهومه\ أن أعراضه "

الضغط " فكرة عن الضغط، مراحل، مصادره "

التوتر " مفهومه، أسبابه.

العصبية، العدوان، الكف.

الاكتئاب " تعريفه، أعراضه"، ثم التطرق الى المدرب، تعريفه شخصيته وواجباته، خصائص المدرب الجيد وظائفه وكذا أساسية قيادته "

1-1. مفهوم الانفعالات

يكتسب الفرد في غضون تفاعله المستمر مع بيئته الخارجية انفعالات معينة بالنسبة للأشياء والمظاهر والاحداث وكذلك بالنسبة للأشخاص الآخرين وسلوكه من ناحية أخرى بالنسبة لذاته فبعض الأشياء تعبت فينا الفرح، والبعض الآخر يثير فينا الحزن وبعض الاحداث أو المظاهر تستدعي لدينا الحماس والبعض الآخر الفتور وكثيرا ما نغضب او نجرح بسبب ما أو نفزع لسبب آخر، وهكذا وخاصة في مجال التدريب.

فالفرح والحزن والفتور والحماس والغضب والخوف كلها عبارة عن حركات انفعالية يعيش فيها الفرد ويرى بعض العلماء أن الانفعال حالة تؤثر في الكائن الحي، نتيجة ذلك تغيرات فيزيولوجية داخلية ومظاهر جسمانية خارجية، غالبا ما تعتبر نوع من الانفعال. (محمد حسن، 1994)

وتلعب الانفعالات دورا هاما وبالغ الأثر في حياة الفرد إذ ترتبط بدوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة المتعددة التي يمارسها اذ لا يوجد أي نوع من التعلم او العمل خالي من اللون الانفعالي المميز له وتعتبر الخبرات الانفعالية في بعض الأحيان دوافع في حد ذاتها محاطة بالخوف والقلق، وخير مثال على ذلك لأنها مثل محاطات انفعالية عنها تؤثر وتتميز بالشعور بعدم الراحة تدفع الكائن الحي الى إزالة التوتر كي يشعر بالراحة.

تعتبر الانفعالات حالات داخلية تصف جوانب مختلفة معرفة خاصة إحساسات وردود أفعال فيزيولوجية وسلوك تعبيرية معين كما تظهر في اشكال عديدة فجأة ويصعب التحكم فيها. (محمد حسن، 1994، صفحة 245)

1-2. أنواع الانفعالات

تقسم الانفعالات من حيث درجة تأثيرها هذا على نشاط الفرد ومن حيث حالة التوتر العامة للميزة النفسية للفرد الى نوعين هما:

❖ انفعالات سلبية:

وهي انفعالات غير سارة تتمثل في الحزن، الخوف، الغضب، الكراهية، والهزيمة، والفشل الخ.

❖ انفعالات إيجابية:

يقصد بها انفعالات سارة، كالفرح السرور الأمن، الحب، الفوز، النجاح ... الخ.

بينما تطرق علماء النفس وعلى رأسهم "مكة وجيل" الى تصنيف الانفعالات الى ثلاثة أنواع وهي:

الأولية: البسيطة، كالخوف الفرغ الغضب.

الثانوية: المركبة، الصعبة، الاعجاب، الاستطلاع.

المشتقة: وهي ليست ثابتة او دائمة كاليأس الشك القلق (كعيب و بن عمار، 2022، صفحة 35)

1-3. خصائص الانفعالات: تتميز بالخبرات التالية:

الذاتية: تحمل الخبرات الانفعالية، انما طابعا ذاتيا اذ تختلف من فرد الى اخر تبعا لدرجة ادراكه للأشياء المادية

والمحيطة به، بالموقف الذي يمر به وكذلك بالنسبة لعلاقته مع الآخرين فالفرد قد يغضب أو يحس بضيق إثر ظاهرة

ما بينما لا يستدعي ذلك عند شخص آخر، كما لا يستجيب ذلك كفرد ثالث انفعالا ما.

التعدد: نمط حياة الفرد بمختلف الحالات الانفعالية وهي لا حد ولا حصر، كالفرح والحزن، الخجل الندم

الغضب، كما يتضح الغيظ الكراهية التوقع التعجب الحقد.

الاختلاف في الدرجة: قد يجرح الفرد لرؤية صديقه في امتحان او منافسة رياضية ولكن الفرغ في كل تلك

الحاجات يتباين ويختلف من حيث الدرجة.

الارتباط بالمتغيرات العضوية: ضبط الداخلية او الخارجية ترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من التغيرات الغير

فسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة.

وكذلك بأنواع متعددة من المظاهر والتغيرات الجسمية الخارجية التي كثيرا ما تعبر عن نوع الانفعال، (محمد حسن،

1994، صفحة 245).

4-1. بعض السلوكيات الانفعالية للمدرب:

1-4-1. القلق

1-1-4-1. تعريف القلق:

يرى الدكتور عبد الظاهر الطيب أن: القلق هو ارتياح نفسي وجسمي ويتميز بخوف منتشر وينحدر من انعدام الامن وتوقع حدوث كارثة، يمكن أن يصعد القلق الى حد الذعر. (الطاهر ، 1981 ، صفحة 92)

كما يمكن اعتبار القلق بأنه إحساس ليس له صدق ولكنه يعكس ضعفا عاما وشعورا بعدم الكفاءة او العجز وفقدان لقيمة الذات والتقليل من شأنه وقدراته على مواجهة أغلب المواقف. (أحمد، 1996 ، صفحة 52)

2-1-4-1. أنواع القلق:

القلق الموضوعي: وهو القلق الذي ينبع من الدافع ومن الظروف الحياة اليومية يمكن معرفة مصادره ومسبباته لأنه يكون غالبا محدودا في الزمان والمكان وينتج عن أسباب واقعية معقولة ويعتبر هذا النوع مفيدا لأنه يحفز الانسان على ان يقدر الموقف ويحلل الأسباب ويهيئ نفسه لمواجهةها. (السبد ، 1998 ، صفحة 442)

القلق المرضي العصبي: هو قلق غامض المصدر يشعر الفرد أنه بحالة من التوتر والخوف الغامض المصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية وهي تأتي من نوبات تتكرر لدى الفرد. (خير الدين ، 1984 ، صفحة 10)

القلق الخلقى والاحساس بالذنب: ينشأ هذا النوع من القلق نتيجة الإحباط ودوافع الذات العليا بالإحساس بالذنب يمكن أن يظهر في صور مختلفة في صورة قلق عام متشعب دون وعي بالظروف التي تصاحبه او في صورة مخاوف متعلقة بأعراض المصاب نفسه.

القلق المزمن: هو الذي يتمحور الى سمة من سمات الشخصية الملازمة لهذا، ويصبح هذا النوع استعداد سلوكيا يجعل المرء ينظر الى الحوادث نظرة خاصة ويتصرف معها في إطار حالة قلق في المنافسة الرياضية قدم محمد علاوي

1988 التصنيف التالي الذي يوضح الارتباط الوثيق بين حالات قلق المنافسة الرياضية ببعضها البعض الآخر، لمواقف تبدوا مقلقة فهو أكثر استعداد من غيره للشعور بالقلق.

1-4-1-3. مكونات القلق:

تتمثل في التأثيرات السلبية لهذه الاحاسيس على الادراك السليم رسم موقف والانتباه والتركيز التفكير والتفكير الموضوعي وحل المشكلة بشعر فيه الاستغلال بالذات والريب في مقدرته على الأداء الجيد والشعور بالعجز بتفكيره بمواقف الفشل وعدم الكفاءة والحشية من فقدان التقدير.

مكونات فيزيولوجية:

يترتب عنه حالة من تنشيط الجهاز العصبي المستقبل ما ينجر الى تغيرات فيزيولوجية عديدة منها زيادة نبضات القلب بسرعة التنفس والعرق، ارتفاع ضغط الدم وانقباض الشرايين الدموية، كما يميز القلق بصورة واضحة الى الانفعالات الأخرى بوجود المصاحبات الفيزيولوجية. (حسن ، 1992، صفحة 280)

1-4-1-4. مصادر القلق:

هناك أربعة مصادر أساسية تسبب حالة القلق هي:

- الخوف من الفشل والذي يعد السبب الأكثر أهمية والذي يجعل الرياضيين يشعرون بالعصبية.
- الخوف من عد الكفاية: ويتضح هذا المصدر من القلق عندما يدرك الرياضي ان هناك نقص معين في استعداداته سواء من الجانب البدني او النفسي في مواجهة المنافس او الخصم.
- فقدان السيطرة: حيث يتوقع زيادة القلق لدى الرياضيين عندما يفقد السيطرة على الاحداث التي تميز المنافسة او المسابقة التي يشترك فيها وكافة الأمور تسير وفقا لسيطرة خصمه.
- الاعراض الجسمية والفيزيولوجية: حيث تظهر بعض الاعراض الجسمية نتيجة لذلك ومن تلك الاعراض اضطرابات المعدة زيادة التعرق زيادة توتر العضلات. (أسامة كامل، 1997، صفحة 189).

1-4-2. الاكتئاب

1-2-4-1. تعريف الاكتئاب

سرى " ستور " بأن الاكتئاب هو مفهوم لحالة انفعالية يعاني فيها الفرد والمراهق بصفة خاصة من الخوف الشديد،
التأثر لاستجابة والميول التشاؤمي.

ويعرفه " عبد الرحمن العيسوي " أنه حالة نفسية معنوية تتسم بمشاعر الانكسار للنفس وفقدان الامل والشعور
بالكسل الاسترخاء وعدم القدرة على النوم. (سعيد ، 1984 ، صفحة 67)

1-2-4-1. أعراض الاكتئاب:

- عدم وجود رغبة في عمل أي شيء.
- فقدان الرغبة في ملذات الدنيا.
- الانطواء والعزلة وكثرة التفكير السلبي.
- التشاؤم والنظر الى الأمور بمنظار أسود.
- الشعور بالذنب ولوم النفس وتأنيب الضمير.
- قلة النوم والميل الى النوم والراحة.
- قلة الشهية أو الإفراط في الاكل.
- الشعور بفقدان الأمل.
- نوبات بكاء عديدة بسبب واضح وخصوصا في ساعات الصباح الباكر.
- الأفكار الانتحارية او ممارسة السلوكات الانتحارية.
- فقدان الرغبة في ممارسة النشاطات اليومية الاعتيادية.

- حساسية مفرطة.
- فقدان الرغبة في ممارسة الجنس.
- زيادة او نقصان الوزن بدون قصد. (<http://www.wenteb.com>)

1-4-3. التوتر:

1-3-4-1. تعريف التوتر:

مفهوم كلمة التوتر مستمدة من اللغة اللاتينية وقد استعمل في اللغة الفرنسية بمعنى الشد ويأخذ عدة مفاهيم حسب الزمان والمكان مثل: العدوانية، العدا، الشدة، القوة، الضغط، المرض العجز والعنف التكيف والملائمة.

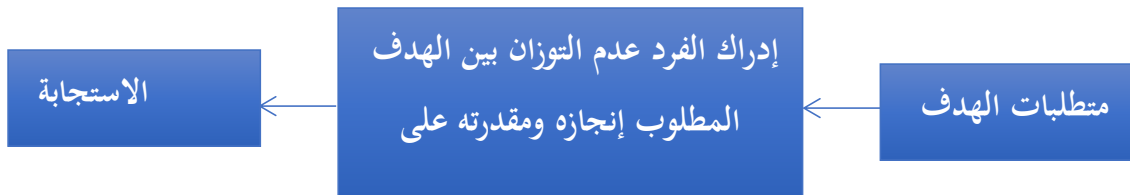
خلال التسعينيات من القرن الماضي تم تقديم تفسير لمفهوم M Grath (ماك جرات) التوتر في ضوء اعتبارات أربعة على النحو التالي وذلك سنة 1998.

1- البيئة الاجتماعية والفيزيولوجية المحيطة بالفرد هي التي تعرض بعض الأهداف الهدامة المطلوبة من إنجاز هذا.

2- أن الفرد هو الذي يدرك طبيعة هذه الأهداف ثم يحاول اتخاذ القرارات حول كيفية الاستجابة لإنجاز هذا.

3- يقوم بالرد بالاستجابة لإنجاز الهدف.

4- النتائج المترتبة على الاستجابة الفرد. (راتب، 1998، صفحة 13)



1-4-3-2. مفهوم التوتر في المجال الرياضي:

يعرف التوتر في المجال الرياضي بأنه حالة نفسية غير سارة تنتج وقع التهديد في المباريات او المسابقات المختلفة المصحوبة بأعراض بدنية وفيزيولوجية.

ومن هذا المنطلق يتضح أن للتوتر أعراض يمكن أن من خلالها التعرف عليه، وقد تستمر هذه الاعراض لفترة طويلة وتستمر لساعات قبل المنافسة، وربما تكون الفترة القصيرة تصل الى عدة دقائق فلماذا نلاحظ ان ظهور هذه الاعراض يكون تدريجيا. (ابراهيم ، 1996 ، صفحة 168)

1-4-3-3. أسباب التوتر:

يحدث التوتر عندما يوجد عدم توازن واضح بين ما يدرك الرياضي أنه مطلوب منه في بيئته وما يدركه بالنسبة الى استعداداته وقدراته إضافة الى ذلك ادراكه أهمية ذلك الموقف وعلى ذلك فإن التوتر يتضمن ثلاث عناصر: البيئة، الادراك، واستجابات الرياضي لذلك في شكل استشارة (تنشيط العقل) فعلى سبيل المثال عندما يشير شخص ما بحره التوتر وانه سرعان ما يحاول اكتشاف السبب وعادة ما يوجب اللوم على البيئة مثل زيادة خوف الجمهور الذي يحضر المباراة عدم ملائمة المكان الذي تؤدي فيها هذه المباراة الخ

انما غالبا ما يميل الى توجيه اللوم الى الاحداث الموجودة في بيئتنا كأحداث مسببة التوتر بشكل آلي بعيدا عن التفكير، إضافة الى ذلك فإن البنية ليست وحدها التي تمثل سببا لحدوث التوتر.

ولكن كيف يدرك الرياضي الاحداث، فمثلا احد الرياضيين عندما يشاهد جمهور كبير يحضر المباراة فإنه يعتبر ذلك فرصة سانحة ان يشاهد هذا الجمع الوفير أحسن أداء له بينما رياضي اخر يكون خائفا ومرتبكا من

الخطأ أو التقصير في الأداء امام هذا الجمهور الوفير ولكن بينما اخذ الرياضيين يدرك ذلك بشكل إيجابي فإن الرياضي الآخر يدركه الى نحو سلمي. (أسامة كامل، 1997، الصفحات 271 - 272).

1-5. الاحتراق والمدرب الرياضي:

أشار محمد علاوي 1998 إلى أن حدوث الانهك لدى المدرب الرياضي يعتبر بمثابة المعبر الرئيسي لأي بداية الاحتراق BluNot كما يعرف الاحتراق الرياضي بأنه حالة الايذاء العقلي والانفعالي والبدني والدافعي يشعر المدرب الرياضي نتيجة لأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الواقعة على كاهله في عمله وفي علاقاته مع اللاعبين والاداريين.

❖ أعراض الاحتراق:

- **الانهك العقلي:** وهو الشعور بالاستنفار او الإرهاق العقلي والذهني الشديد وعدم القدرة على مواصلة التفكير والتخطيط بصدق وفاعلية وانحدار مستويات الادراك والتصدر. (محمد حسن، 1994، صفحة 186)

- **الإنهك الانفعالي:** هو الإحساس بزيادة التوتر الانفعالي والقلق المرتفع وضعف القدرة على التحكم في الانفعالات العصبية الزائدة وسرعة الانفعال لأول مثير والاحساس بالإرهاق الانفعالي.

- **الانهك البدني:** هو الشعور بضعف الحيوية والنشاط والطاقة البدنية بصفة عامة، وانخفاض اللياقة البدنية والتعب البدني لأقل مجهود والاحساس بالخمول البدنية.

- **التغيير الشخصي نحو الاسوء:** ويرتبط ذلك بحدوث تغيرات سلبية في شخصية المدرب كالتعامل مع الآخرين بأكثر من المعتاد وانخفاض مستوى الاهتمام بمشاكل الفرق واللاعبين وضبط الحماس نحو العمل.

- **نقص الإنجاز الشخصي:** ادراك المدرب بعدم القدرة على تحقيق الإنجازات الرياضية وضعف الدافعية نحو الإنجاز مع الشعور بعدم التصدير الكافي مع الآخرين. (محمد حسن، 1994، صفحة 184)
- **القلق المزمن:** هو الذي يتمحور الى سمة من سمات الشخصية الملازمة له، ويصبح ضد استعدادا سلوكيا يجعل المرء ينظر الى الحوادث نظرة حاصة ويتصرف معها في اطار حالة قلق في المنافسة الرياضية قدم محمد علاوي 1988 التصنيف التالي الذي يوضح الارتباط الوثيق بين حالت قلق المنافسة الرياضية ببعضها البعض لمواقف تعد أكثر استعدادا من غيره للشعور بالقلق.
- **الضغط والمدرب الرياضي:** نلاحظ في العديد من الوظائف والاعمال الأخرى توافر درجات متفاوتة ومتناسبة من الأعباء والضغوط البدنية والنفسية المرتبطة بها وفي المجال الرياضي يعتبر التدريب من المهن التي ترتبط بالضغوط على مختلف أنواعها.
- والضغط كما يعرفه سيلبي SELY تعتبر من العوامل الهامة في حدود الاجهاد والانفعال الزائد لدى الفرد وقد أكد سيلبي على وجود ثلاث مراحل استجابة للفرد:
- 1- **مرحلة الإنذار:** يردى فيها حدوث الضغط الى جسد آليات التكيف في جسم الانسان للمساعدة على الاستجابة الدفاعية في مواجهة الضغط.
- 2- **مرحلة المقاومة:** تحاول فيها آليات التكيف في جسم الانسان المقاومة المستمرة في مواجهة الضغوط ومحاوله استعادت التوازن النفسي للفرد وعندما تفشل تبدأ المرحلة التالية. (محمد حسن، 1994، صفحة 172)
- 3- **مرحلة الاجهاد والادراك:** وفيها يحدث اشراف القوى لآليات التكيف في جسم الانسان ونقل قدراتها عن المقاومة وبذلك يحدث الاجهاد، ويلى مرحلة الانهك أي استمرار حدوث الاجهاد كنتيجة لاستمرار وجود الضغط والاعباء الزائدة وحدث استنزاف لآليات المقاومة لدى الانسان.

1-6. مصادر الضغوط للمدرب الرياضي:

أسفرت دراسة والتر كروول KROOL عن وجود مصادر للضغوط التي يواجهها المدرب الرياضي وهي:
عدم احترام اللاعبين للمدرب الرياضي وعدم القدرة المدرب الرياضي على الارتقاء لمستوى اللاعبين وتحقيق نتائج جيدة. (محمد حسن، 1994، صفحة 174)

كما اشارت دراسات كل من فندر PENDER وتابلر الى أن مصادر الضغوط المدرب الرياضي قد تكون مضغوطة مرتبطة بقله ضغوط العكس أو ضغوط أسرية أو ضغوط انفعالية ونفسية كالقلق والخوف والتشاؤم او ضغوط عصبية كالإصابة بمرض وصعوبات النوم . . ز. الخ.

من ناحية أخرى أشار محمد علاوي 1998 الى عديد من الضغوط يمكن ان نلخصها فيما يلي:

- ضغوط مرتبطة بالمنافسات والنتائج.

- ضغوط مرتبطة بالإدارة العليا للفريق الرياضي.

- ضغوط مرتبطة بوسائل الاعلام.

- ضغوط مرتبطة بالمشجعين.

- ضغوط مرتبطة بالعوامل الخارجية.

1-6-1. العصبية:

الدرجة العالية على هذا المقياس يميز الافراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية وحركية واضطرابات نفسية جسمية النوم، الإرهاق التوتر، سرعة الإحساس التعب وفقدان الراحة ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

1-6-2. العدوانية:

درجة هذا المقياس العالية تشير أن الافراد الذين يرتكبون تلقائيا الاعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية واستجابتها بصورة انفعالية ويتصدون للأفراد بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة على أنفسهم وعدم الهدوء وعدم النضج الانفعالي...

1-6-3. الكف:

الافراد الذين يميزون على درجة عالية على هذا المقياس من صفاتهم عدم قدرة التفاعل مع الآخرين وخاصة في المواقف الاجتماعية ويصابون بالخجل والارتباك او ظهور بعض المتاعب الجسمية عند مواجهة بعض الاحداث المعينة او عند الاضطراب. (بن عمار و كعبيش ، 2022، الصفحات 24 - 25)

1-7. المدرب:

1-7-1. تعريف المدرب:

حسب مفهوم الدكتور "وجدي مصطفى" المدرب الرياضي هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعب وتؤثر في مستوى اعداده الرياضي تأثيرا مباشرا وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعبين تطورا مستداما متزنا، لذلك وجب ان يكون المدرب مثلا اعلى يحتذى به في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب. (السيد، 2002، صفحة 25).

1-7-2. شخصية المدرب:

تلعب شخصية المدرب الجيد دورا في نجاح عملية التدريب ولا بد لكل من يريد أن يشتغل وظيفة مدير فني أن يتصف بما يلي:

- الشخصية الواقعية.

- الشخصية الإبداعية.
- الشخصية التي تتميز بالذكاء.
- الشخصية الانبساطية.
- القدرة على السيطرة.
- الشخصية المدعة.
- المحبة والودودة.
- لديها ملكة التغيير.
- الشخصية التي تتصف بالفاعلية والعملية.
- الشخصية القانعة.

ومما ذكرنا من هذه الصفات فإن الرياضيين يرون في المدرب الشخصية القوية التي يمكن الاعتماد عليها في المواقف الصعبة، وفي الكثير من الأحيان يكون قادرا على مواجهة الظروف المتغيرة وتنظيم أحوال لاعبيه والسيطرة عليها. (السيد الحاوي، 2002، صفحة 20)

كذلك Mos't el el letessir يعرفان المدرب انطلاقا من ثلاثة أنماط سلوكية:

المربي: يعلم ويشرح بطريقة صحيحة محددة ويبين علاقة معلم، متعلم.

التقني: يحلل ويعلل منهجية ويخضع لأطار الكفاءة العلمية.

العارف: الذي يثبت وجود قوة الشخصية تجربته دقة ملاحظاته.

وحسب BOS'C فإننا نستطيع ان نعطي تسميات أخرى للمدرب ومنها:

القائد العسكري: الذي يشبه في خصائصه نمط العارف.

المسوق: الذي يحاول دوما ان يحصل على ما يوافقه لذلك نجده يحاول دوما الاقتناع او الاستلطاف لكي يمرر الأفكار الإيجابية التي تتماشى وأهدافه.

المنشط او الوسيط: كل نشاط رياضي يتضمن بعض الصعوبات الخاصة به في الجوانب التقنية و البدنية والنفسية، وبغض النظر عن الكثير من النقاط و التشابهات بين مجمل الاختصاصات يوجد في نظرنا نقاط تميز كل اختصاص لذا لا يمكن مقارنة مهام وواجبات مدرب كرة القدم مع بقية الاختصاصات الفردية، والمدرب الذي يحضر أربعة او سبعة رياضيين وعلى المدى البعيد يختلف عن الذي هو مسؤول عن جماعة مكونة من 35 فرد ومن هذا يمكن سرد اهم الخصائص المميزة لمدرّب كرة القدم.

- يجب أن يكون منشطا وقائد ومؤمن بما يقوم به.

- يجب عليه إيجاد طرق لتسهيل الاتصال والتخفيف عن الضغوط.

1-7-3. وظائف المدرب

- **وظيفة التنظيم:** يتطلب الاحتكاك المباشر حيث أن المدرب يقوم بعملية التقييم والتوجيه والتخطيط مما يحمله مسؤولية مباشرة وشاملة.

- **وظيفة التلقين:** المتمثلة في توصيل المعارف والتواصل وتعلم الجوانب النفسية والتكتيكية.

- **وظيفة الاتصال:** تتمثل في تتبع روابط ذاتية بين المدرب والمتدربين.

- **وظيفة نفسية:** وهي التأثير الممارس من طرف المدرب على نشاط وسلوك الرياضيين في المواقف التدريبية والمنافسة بهدف ضبط الحاجات النفسية والمؤثرات.

- **وظيفة المراقبة:** وتتمثل في ابراز والبناء على كل الأفعال التي تؤثر إيجابيا في الرياضي. (علي فهمي،

صفحة 40)

1-7-4. أساليب القيادة للمدرب الرياضي:

الأسلوب الأرستقراطي: يتميز هذا النمط في محور السلطة بيد القائد وحده، فهو الذي يتخذ القرارات بنفسه ويحدد سياسة الجماعة و أدوار الافراد، ويرسم الخطط ويملي على الجماعة المهام ونوع العلاقات بينهم وهو يتصدر الحكم ومصدر الثواب والعقاب ويهتم بضمان طاعة الافراد الذين لا يملكون حسن اختيار العمل او المشاركة في انجاز القرار وفي المناقشة وهو يتدخل في معظم الأمور، وبطبيعة الحال يظل في ظل هذا المناخ الاستبدادي تؤدي الطاقة العمياء دون مناقشة وعدم ابداء الرأي الى تعطيل القدرة على الخلق والابداع والابتكار حيث يعتمدون كلية على القائد، كذلك لا ينتج هذا المناخ انسجام كافيا لتنمية العاقات الإنسانية بين المدرب ولاعبه الى جانب الافتقار الى المناقشة غير الشريفة والنزاع وضعف روح التعاون كما يؤدي انتشار الروح السلبية لدى افراد الطاقم وعدم اكتشافهم بالعمل بالقدر الذي يحميهم من عقبات التصرف الاستبدادي. (حنفي محمد، 1996)

الأسلوب الديمقراطي: يقوم على توزيع المسؤولية واشتراك افراد الجماعة في اتخاذ القرارات والعمل على تكوين العلاقات الشخصية وتحقيق الانسجام والتبادل بينهم كما يحاول كسبهم وتعداداتهم لكي يدعمونه ويتقيدون بأوامره ويسعون لتنفيذ ما يكلف بهم، كما ان هذا الأسلوب يشعر بالارتياح والإخلاص والاقبال على العمل والتعاون والاستقرار ورفع الروح المعنوية، كفاءة الآراء، والسعي بان يشعر كل فرد في الجماعة بأهمية مساهمته الإيجابية في شؤون الجماعة كما يعمل على توزيع المسؤولية بين افراد الجماعة مما يزيد قوتها.

ويصغي القائد الديمقراطي للآخرين أكثر مما يجعل منهم ينصتون اليه ولا يأمر ويتميز بالديمقراطية أكبر ويميل نحو العمل وبمقدرة اعلى أداء كما يدخل الشعور بالارتياح بين افراد الجماعة كما يسود روح التعاون والصدقة ويقل الإحساس بالإحباط والفردية. (محمد سفيق، 1997، صفحة 201).

الأسلوب الفوضوي: يطلق عليه الحرية المطلقة او قيادة عدم التدخل وفي هذا النوع من القيادة يتكون هناك حرية مطلقة للأفراد في التخطيط للعمل وتحديد الأهداف واتخاذ القرارات واختيار نشاط الأصدقاء، كلك فإن السلوك

يكون حيادي فظ يشارك بحد أدنى من المشاركة مع اظهار الاستعداد للمعاونة دون نتائج هذا النوع من القيادة ان علاقات الرد والثقة المتبادلة بين الافراد تكون بدرجة متوسطة أيضا. (السيد الحاوي، 2002، صفحة 20)

1-7-5. خصائص المدرب الجيد:

تتمثل فيما يلي:

- هو ذلك المدرب الذي بلغ كافة جوانب كرة القدم ويبدل كل الجهود لكي يتمكن من استيعاب كافة الجوانب النفسية والتخطيطية والوظيفية الخاصة بها.
- يجيد في اخراج افضل مستوى ممكن لأداء اللاعب من خلال التفاعل النفسي معهم.
- يجيد تخطيط التدريب وتنفيذه طبقا لإمكانات الفردية بما يضيف الارتقاء بمستوى اللاعبين.
- يجيد إدارة المباريات وملم بفنون القيادة.
- متشبت بعمله وصبور متماسك متوافق ومستقيم.
- ملم بقواعد اللعب (القوانين) ويحث لاعبيه على الأداء بأمانة وروح رياضية ولعب نظيف.
- أن يكون مبتكرا في كل ما هو جديد في مجال كرة القدم.
- يمتلك مهارة التفكير الجيد ويستخدمها في التخطيط والتطبيق والتنويع هلال عمله مع الفريق.
- يتسم بالحماس.
- يجيد الفوز بالطرق المشروعة. (السيد الحاوي، 2002، صفحة 19).

1-7-6. واجبات المدرب الرياضي:

الواجبات التربوية:

- التربية على حب الرياضة وان يكون في المستوى العالي في الرياضة التخصيص خاصة من الحاجات الأساسية للاعب.

- تربية وتقدير السمات الخلقية الحميدة كحب الوطن.

- الخلق الرياضي والروح الرياضية.

الواجبات التعليمية :

- تنمية كل الصفات البدنية الأساسية والخاصة.

- تطوير المهارات التقنية والمخططات التكتيكية للعبة.

الواجبات التتموية:

- التخطيط والتنفيذ لعمليات تطوير مستوى اللاعب والفريق الى اقصى درجة ممكنة واستخدام الأساليب

العلمية المتاحة. (معن ابراهيم، 2001، صفحة 30)

خلاصة:

من خلال تطرقنا اليه في دراستنا هذه نلاحظ ان المدرب بصفة عامة هو مدرب كرة القدم بصفة خاصة قد يواجه أنواع مختلفة من الانفعالات والتي تترك اثرا على مستوى النفسي والجسدي لكل من هذا مصدر وطرق لها مثلا القلق "المدرب" السبب وزاده من الفشل او فقدان السيطرة.

الاكتئاب " الشعور بفقدان الأمل "

الفصل الثاني:

الأداء الرياضي للاعب كرة

القدم صنفه اكابر

تمهيد:

إن الأداء الرياضي للاعبين في أي رياضة من الرياضات يلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق خاصة كرة القدم وهذا يعتمد على الأسلوب الصحيح والخاطئ في طريق التدريب والتحصير النفسي والبدني الجيد.

وفي هذا الفصل سوف نتحدث عن الأداء الرياضي مفهومه، سلوكه انواه، أسلوبه وكذا العوامل المساهمة فيه تم نتطرق الى كرة القدم.

التعريف ، التاريخ ، كرة القدم في الجزائر قوانين كرة القدم، كما سوف نتطرق الى التعرف على صنف الاكابر،

2-1. مفهوم الأداء الرياضي

هو انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة، غالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط او سلوك يوصل الى نتيجة وهو المقياس الذي يقاس به نتائج التعلم او الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيرا سلوكيا. (عصام، 1992، صفحة 162)

يعرفه عصام عبد الخالق : الأداء الرياضي على انه إيصال الشيء الى المرسل اليه، وهو عبارة عن انعكاسات قدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة بقوة ودافعية وهذا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط او سلوك يوصل الى نتيجة فهو المقياس الذي تقاس به نتائج وهو الوسيلة للتعبير عليه التعلم سلوكيا. (ضرار مجيد، 1983، الصفحات 214 - 215)

2-2. أنواع الأداء:

تتمثل في:

أداء المواصلة: أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين في وقت واحد ويستطيع المدرب ان يوجه جميع اجراءاته التنظيمية بوصفة محددة مناسبة.

الأداء الدائري: طريقة صادقة للتدريب تؤدي الى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين الى مجموعات يؤديون العبء عدة مرات بصورة متتالية.

الأداء المطلوب: أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير المحطات او أداء الصدف كلي في محطات واداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام العمل.

الأداء في المجموعات: يقصد بالأداء في المجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التمرين الرياضي على شكل محطات حيث تكلف مجموعات بالأداء بصورة فردية وهي من أقدم طرق التدريب الرياضي. (قاسم حسن، صفحة 41).

2-3. سلوك الأداء:

إن سلوك الأداء الذي يتقدم به الرياضي أو بالأحرى اللاعب محددة بثلاث عوامل رئيسية وهي:

- الجهد المبذول.
- القدرات والخصائص الفردية للاعبين بالإضافة الى إدراك اللاعب لقدراته.
- الأداء الجيد والقدرات والخصائص الفردية للاعبين وإدراك الطاغى لدوره وهذا حسب " بوتر لدولر".
- سلوك الأداء تحدد ثلاث عوامل رئيسية وهي الجهد المبذول والقدرات الفردية للاعبين وإدراك الفرد لدوره الوظيفي.

2-4. أسلوب الأداء:

يختلف التكتيك المثالي من فرد الى اخر باختلاف تكوينهم التدريجي وامكاناتهم الفيزيولوجية واستعداداتهم النفسية، لذلك نجد ان لكل فرد طريقة أداء خاصة به، أي يمكن ان تؤدي فردين حركة معينة تكتيك واحد لكن بطريقة أداء مختلفة طبقا لاختصاصاتهم وامكاناتهم ويمكن الاسترداد بالأداء للاعب لتحديد درجة المستوى ومنه يمكن الحصول على نموذج مثالي، (عصام عبد الخالق، 2003، صفحة 220).

2-5. العوامل المساهمة في الأداء الرياضي:

لقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات عديدة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة وقد كشفت تلك المحاولات الكثير من العوامل منا:

- القوة العضلية، التوازن المرونة، السرعة التوافق الرشاقة الذكاء القدرة الإبداعية الدافعية. (محمد

حسن، 1994، الصفحات 41 - 42).

6-2. كرة القدم:

كرة القدم هي لعبة جماعية يتقابل فيها فريقين يضم كل منهما 11 لاعبا على الأكثر و 7 لاعبين على الأقل، ويهتم كل فريق بتسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم، والمحافظة على شباكه نظيفة، والفريق الذي يسجل أكبر عدد ممكن من الأهداف يفوز بالمباراة تتضمن هذه بمرور الوقت 'board international')
"الرياضة 17 قاعدة أسست من طرف اللجنة الدولية) ومع تطور اللعبة صححت وأثرت على العديد من هذه القواعد بفضل الإتحادية الدولية لكرة القدم. (حسن عبد الجواد، 1984)

تلعب كرة القدم على بساط بشكل مستطيل، بطول يتراوح ما بين 90 إلى 120م وعرضه ما بين 45 إلى 90م، أما خلال المباريات الدولية فيشترط أن يكون طول الملعب يقدر ما بين 100 إلى 110م، وعرضه من 65 إلى 75م، كما تستعمل خلال المباراة كرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد ويبلغ محيطها من 68 سم إلى 72 سم، وبوزن ب 410 غ إلى 450 غ، تجري المباراة بين فريقين يرتديان ألبسة مختلفة اللون وتتكون هذه الأخيرة من شورت، قميص، جوارب، وحذاء خاص باللعبة، ويدوم وقت اللقاء مدة 90 دقيقة إلى 120 دقيقة حالة وجود وقت إضافي، وتعطي مدة 45 دقيقة لكل شوط يتخللها وقت راحة قدره 15 دقيقة. يطغى في كرة القدم أسلوبين في اللعب، الأسلوب الأوروبي والأمريكي، فالأول يتميز بالدقة في اللعب والانضباط التكتيكي في خطط اللعب، والتكوين العالي في الجانب التقني والتحصير البدني الجيد، أما الثاني يعتمد على المواهب الفردية وحسن الابتكار لدى العب مع العمل على مستواه الفني إلى بالدرجة الأولى، وهذا ما يصعب من تحقيق الأهداف

الجماعية ومتطلبات الفريق ككل. ويكمن الهدف الرئيسي في حسن صنع اللعب بشكل جماعي من أجل أحسن تطبيق للخطط والاستراتيجية الموضوعية (Abreahmenile).

تاريخ كرة القدم: يعود تاريخ هذه اللعبة إلى أزيد من 2500 سنة قبل الميلاد، حيث مارسها الصينيون القدماء، وكانوا يقدمون الولايم للفريق الفائز ويجلدون الفريق المنهزم. وعرفها اليونانيون واليابانيون 600 سنة قبل الميلاد، والمصريون 300 سنة قبل الميلاد، كما أن بعض آثار الشعر الجاهلي تدل على أن العرب القدماء مارسوا أيضا هذه اللعبة. إلى أن اللعبة، في شكلها الممارس اليوم، ظهرت بإنجلترا، ففي سنة 1016 وخلال احتفالهم بإجلاء الدانمركيين عن بالدهم لعب الإنجليز الكرة فيما بينهم ببقايا جثث الدانمركيين، ولك أن تحرز أقرب أعضاء الجسم شبهها بالكرة وأسهلها على التدحرج بين الأرجل، فمنعت ممارستها، وكانت هذه اللعبة تظهر وتنتشر، ثم تمنع بمراسيم ملكية لأسباب متعددة، ووصل الأمر إلى حد المعاقبة على ممارستها بالسجن لمدة أسبوع.

2-7. تاريخ كرة القدم في الجزائر :

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت، والتي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ "عمر بن محمود"، "علي رايس" الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم "طليلة الحياة في الهواء الكبير" "gradin vie garde lakant"

وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م، وفي 07 أوت 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية "مولودية الجزائر" غير أن هناك من يقول إن النادي الرياضي لقسنطينة هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م بعد تأسيس المولودية، تأسست عدة فرق أخرى من غالي معسكر، الإتحاد الإسلامي لوهران، الإتحاد الرياضي الإسلامي للبليدة، والإتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر. (مزهود لوصيف، بلقاسم تلي، الجابري عيساني، 1997م)

وبانضمام عدة فرق للمجموعة تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الإستعمار، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم، في ظرف سماع صوت الجزائر في أربع سنوات تحول الفريق إلى مجموعة ثورية مستعدة للتضحيات وأبعد نقطة من العالم وبدأت مسيرة جبهة التحرير الوطنية من تونس عبر العالم في تحفيظ النشيد الوطني.

بعد الاستقلال جاءت فترة الستينات والسبعينات والتي تغلب عليها الترويجي والاستعراضية، حيث أن المستوى الفني للمقابلات كان عاليا تلتها مرحلة الإصلاحات الرياضية من 1978م إلى 1985م التي شهدت قفزة نوعية في مجال تطور كرة القدم بفضل توفر الإمكانيات المادية الشيء الذي سمح للفريق الوطني لنيل الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية الثالثة بالجزائر ثم المرتبة الثانية في كأس أمم إفريقيا سنة 1980م، وفي المنافسات الأولمبية تأهل الفريق الوطني إلى الدور الثاني من الألعاب موسكو سنة 1980م. وكذلك الميدالية البرونزية سنة 1979م في ألعاب البحر المتوسط ووصلت إلى قممها في مونديال ألمانيا سنة 1982م أين فاز الفريق الوطني على أحد عمالقة كرة القدم في العالم، وهو الفريق الألماني الغربي وانحزم بصعوبة سنة 1986 في المونديال المكسيكي أمام البرازيل (1-0) وتحصلت على أول كأس إفريقية للأمم سنة 1990 بالجزائر. (مجلة الوحدة الرياضي، 1982).

تلخيص لبعض الأحداث الهامة في تاريخ كرة القدم الجزائرية:

1968: أول تأهل للفريق الوطنية إلى نهائيات كأس إفريقيا للأمم بأثيوبيا.

1975: ميدالية ذهبية ألعاب البحر المتوسط.

1990: الفريق الوطني يفوز بأول كأس إفريقية من تنظيمه.

1982: أول تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات كأس العالم بإسبانيا.

1986: ثاني تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات العالم في المكسيك. (حسن عبد الجواد، 1984)

2010: ثالث تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات كأس العالم في جنوب إفريقيا (ممثل العرب الوحيد).

2014: رابع تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات كأس العالم في (ممثل العرب الوحيد).

2019: الفريق الوطني يفوز بثاني كأس إفريقيا بمصر.

أهم المحطات في تاريخ كرة القدم :

- ظهور اللعبة في المدارس الإنجليزية 1710.
- تأسيس نادي "شيفيلد" كأقدم نادي في العالم 1857.
- وضعت أول قوانين لكرة القدم 1862 .
- وضع مبدأ التسلل (الشروود) 1867.
- تقنين حجم ومواصفات محددة لكرة 1872.
- تعويض الشريط الذي كان يحدد علو المرمى بقضيب عرضي 1875 .
- حكم بريطاني يستعمل أول مرة السفارة في التحكيم 1878 .
- وضع تشريعات الإحتراف 1885 .
- ظهور ضربة الجزاء 1891 .
- (أول دورة أولمبية) باريس 1900 .
- نشأة الجامعة الدولية لكرة القدم بدأت سبع دول 1904.
- أصبح للحارس استعمال أيديه داخل المربع 1912
- أصبح الهدف من الزاوية (الركنية) مباشرة جائزة 1929 .
- تقرير تنظيم مباريات كأس العالم كل أربع سنوات 1929
- تنظيم أول مباريات لكأس العالم في الأوروغواي 1930

- تنظيم أول مباريات لكأس العالم النسائية في الصين 1992.

2-8. قوانين كرة القدم:

استمرت لعبة كرة القدم في تقدمها إلى أن ظهرت بشكلها الحديث في أواخر القرن الثامن عشر، عندما تشكلت فرق كرة القدم في المدارس الكبرى لندون ولكن المباريات بقيت داخلية بين فرق كل مدرسة على حدا، نظرا أن كل منها كانت تضع قواعد خاصة بها وكان لاختلاف القواعد والقوانين أثر في الدعوة إلى توحيد القوانين ووضع القوانين ووضع الأسس الصحيحة للعبة والتي أدت إلى ظهور التباين بين كرة القدم التي كانت تمارسها جامعة "الركبي" وكرة القدم التي كانت تمارسها جامعة "ايثون" وهذا ما نقل مباريات كرة القدم من مباريات داخلية بين فرق المدرسة الواحدة إلى مباريات بين فرق المدارس المختلفة مما أدى إلى ظهور القواعد "13" الثالثة عشر التي وضعتها جامعة "كامبريدج" سنة 1845م التي كانت اللبنة الأولى للقانون الحديث للعبة كرة القدم وهي. (محمد

جابر، خيرية إبراهيم السكري، 2004)

القانون رقم (01): ملعب كرة القدم:

- يكون على شكل مستطيل
- الملعب يحتوي على خطوط الناس وهي نوعين خطوط طويلة واخرى عرضية.
- الخطوط الطويلة يكون طولها 90 متر الى 120 متر
- الخطوط الأرضية يكون طولها من 45 متر الى 90 متر.

هناك مواصفات خاصة الملاعب التي تلعب عليها مباريات البطولة الدولية:

- الخطوط الطويلة 100 متر الى 110
- الخطوط العرضية من 64 الى 75.

القانون رقم (02): كرة القدم:

- يجب ان تكون كاملة الاستدارة
- يجب ان تكون الكرة لا تسبب اي اذى لمن يلعب بها ويكون ذلك عن طريق صنعها من مواد خاصة مناسبة

- وزن كرة القدم القانوني يكون 410 جرام عند بداية المباراة ولا تزيد الكرة عن 450 جرام.
- محيط كرة القدم يكون بين 68 سم و70 سم.

وإذا أصبحت الكرة معيبة أثناء سير المباراة يوقف اللعب ويستأنف بإسقاط الكرة البديلة المكان أصبحت فيه الكرة الأولى غير صالحة وكل هذا لا يكون إلا بموافقة الحكم. (مفدي إبراهيم، 1994)

القانون رقم 03: عدد اللاعبين:

ليتم البدء في لعبة كرة القدم يجب توفر فريقين ويتكون كل فريق من 11 لاعب وهذا العدد يشمل الحارس ولا يمكن أن تلعب مباراة بأقل من سبعة لاعبين، يسمح لكل فريق بإجراء ثلاثة تبديلات أثناء سير لعبة كرة القدم ويمكن القيام بأكثر من ثلاثة تبديلات في اللقاءات الودية بشرط إعلام الحكم الأساسي قبل بداية المباراة.

القانون رقم (04): معدات اللاعبين:

الملابس في كرة القدم يشير المصطلح الي جميع الملابس والاكسسوارات والملحقات التي يستخدمها عناصر لعبة كرة القدم والمنصوص عليها في القانون الرابع لقوانين لعبة كرة القدم. في لعبة كرة القدم يستخدم كل فريق زي موحد بلون مختلف عن الفريق المنافس. ويتم وضع أرقام على ظهور قمصانهم ما بين 1 الي 23 في البطولات الرسمية بينما في الأندية والمباريات الودية يسمح باختيار أرقام من 1 الي 99.

القانون رقم (05): الحكم:

الحكم في رياضة كرة القدم، هو المشرف على الفعالية الرياضية، فله سلطة في اتخاذ قرارات وتطبيق القوانين وإعلان النتيجة، من وجهة نظر محايدة. يكون الحكم في رياضة كرة القدم هو المشرف على الفعالية الرياضية بحيث

تقام المنافسة في إطار قواعد وقوانين اللعبة الرياضية، وله سلطة في اتخاذ قرارات من شأنها أن تغير مجرى المباراة. هنالك 4 حكام أساسيين في كرة القدم بحيث يكون حكم الساحة المقرر على كل شيء، أما حكما الراية الأول والثاني الذان يكونان على خط التماس وزاوية المرمى على جانبي الملعب تكون وظيفتهما إقرار التسلل والضربة الحرة القريبة منه ويفك الاشتباك بين اللاعبين.

(http://id.loc.gov/authorities/subjects/sh85123879، 2019)

القانون رقم 06: الحكام المساعدون:

الحكم المساعد في لعبة كرة القدم، يعد الحكم المساعد واحد من المسؤولين الذين يساعدون الحكم في إدارة المباراة. إثنين منهما يدعيان بحكام الراية، يقفان على خط التماس، بينما الحكم الرابع يساعد الحكم في إدارة المباراة وكل الشؤون ذات الصلة وفقاً لتوجيهات من قبل الحكم. يتم وضع حكم خامس كاحتياط في حالة عدم استطاعة اياً من الحكام إكمال المباراة.

القانون رقم (07): زمن المباراة:

تتألف المباراة الرسمية من نصفين مدة كل منهما 45 دقيقة، ويُعرفان بالشوطين. كلا الشوطين يجريان بدون توقف، أي أن الساعة لا تقف إذا توقف اللعب مؤقتاً. بين الشوطين هناك استراحة مدتها 15 دقيقة. تُعرف نهاية المباراة بنهاية الوقت الأصلي. الحكم هو الشخص المسؤول عن الوقت، وهو قد يسمح بتمديد المباراة لوقت إضافي بدلاً من الوقت الذي ضاع أثناء التبديلات، أو إصابة أحدهم، أو لأي سبب آخر أوقف اللعب. هذا الوقت المضاف عادة يسمى الوقت الإضافي أو وقت الإصابة أو الوقت بدل ضائع، أو يمكن تسميته أيضاً الوقت الضائع. تحديد مدة الوقت الضائع هي أيضاً مسؤولية الحكم الذي يقدره حسب الوقت الذي ضاع. الحكم هو من يشير إلى نهاية المباراة. الحكم الرابع مهمته أن يعلن الوقت الإضافي على حين يشير الحكم الأساسي إليه

ليعرف كم قرر أن يضيف من الوقت. ثم يحمل الحكم الرابع لوحة إلكترونية فيها رقم الوقت الإضافي ليعلم اللاعبين والمشاهدون كم بقي من الوقت. الوقت الإضافي قد يمدد طويلاً بواسطة الحكم.

القانون رقم (08): حالة ابتداء واستئناف اللعب:

المواقف التي تتم فيها لعب ركلة البداية (والتي تحدد بداية واستئناف البداية مرة أخرى في بعض المواقف داخل المباراة):

1. في بداية المباراة (ويتم تحديد الفريق الذي يلعبها عن طريق القرعة باستخدام عملة معدنية).
2. بعد تسجيل هدف في أي فريق (يقوم الفريق الذي دخل فيه الهدف بلعب ضربة البداية من جديد).
3. في بداية الشوط الثاني من المباراة (يكون الفريق الآخر غير الفريق الذي بدأ الشوط الأول).
4. في بداية كل فترة من الأشواط الإضافية، حيثما ينطبق ذلك يمكن تسجيل هدف مباشرة من ركلة البداية.

القانون رقم (09): الكرة داخل وخارج الملعب:

الكرة في الملعب: تكون الكرة في الملعب في جميع الأوقات بما في ذلك :
-عندما ترتد من قائم المرمى أو العارضة أو قائم راية الركنية وتبقى داخل الملعب عندما ترتد من الحكم أو الحكمان المساعدان عندما يكون داخل الملعب.

الكرة خارج الملعب: تكون الكرة خارج الملعب - :

عندما تعبر بأكملها خط التماس سوء على الأرض أو في الهواء أو عندما يوقف الحكم اللعب.

القانون (10): طريقة تسجيل الهدف تسجيل الهدف:

يسجل الهدف عندما تعتبر الكرة بأكملها فوق خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة، ويشترط أن ال يسبق ارتكاب مخالفة لقوانين اللعبة بواسطة الفريق الذي يسجل الهدف الفريق الزائر: هو الفريق الذي يلعب خارج

قواعده والفريق الذي يسجل عدد أكبر من الأهداف خلال المباراة يكون هو الفائز، إذا سجل الفريقان عددا مساويا تكون نتيجة المباراة التعادل.

قواعد المسابقة: بالنسبة للمباريات التي تنتهي بالتعادل فان قواعد المسابقة يمكن أن تحدد الشروط التي تنظم لعب وقت إضافي أو أي إجراءات أخرى متعمدة من مجلس الاتحاد الدولي لكرة القدم لحسم الفريق الفائز بالمباراة (روحي جميل، 1983)

القانون (11): التسلل:

يعتبر اللاعب متسللا إذا كان أقرب لخط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة إل فيما يلي - إذا كان في نصف الملعب الخاص به وبفريقه.

- إذا لعبت الكرة بطريقة الخطأ في الفريق المنافس أثناء التسديد .
 - إذا وصلت الكرة إلى لاعب من ضربة مرمى أو ضربة ركنية أو رمية تماس أو عند إسقاطها من الحكم.
 - لذي مخالفة هذه المادة تعطي ضربة حرة غير مباشرة يلعبها العب في الفريق المنافس من المكان الذي وقت فيه.
- (محمد عبده صالح الوحش، مفدي إبراهيم محمد، 1994)

القانون رقم (12): الأخطاء وسوء السلوك :

تحتسب ركلة حرة مباشرة إذا ارتكب أحد اللاعبين أيا من الأخطاء التالية :

- محاولة ركل الخصم وعرقلته، أو القفز ومكثفه ودفعه ومحاولة ضربه .
- مهاجمة الخصم من أجل الاستحواذ على الكرة قبل لمسها، أو مسك الخصم أو البصق عليه.
- مسك "لمس" الكرة متعمدا بإنشاء حارس المرمى داخل منطقة جزاءه .

- تنفذ الركلة الحرة المباشرة من مكان حدوث المخالفة، وتحتسب ركلة الجزاء في حالة ارتكاب أي من هذه الأخطاء السابقة داخل منطقة الجزاء الخاصة به شرط أن تكون الكرة في مجال اللعب. (إبراهيم مصطفى،

سالم فرح، زقوق سالم سليمان، مرجع سابق)

القانون رقم (13): الركلة الحرة المباشرة والغير مباشرة:

ضربة حرة مباشرة: هي طريقة لاستئناف اللعب في لعبة كرة القدم عقب ارتكاب خطأ. ويمكن تسجيل هدف بضربة مباشرة ضد الطرف الآخر من دون لمس الكرة من قبل اللاعب الآخر للمرة الأولى. ويعكس الركلة الحرة غير المباشرة حيث يجب أن تمرر الكرة قبل محاولة تسديدها إلى المرمى.

الركلة الحرة غير المباشرة: هي طريقة لاستئناف اللعب في كرة القدم، ويمنع من خلالها تصويب الكرة تجاه المرمى لتسجيل هدف، ويشترط لذلك أن يلمس الكرة لاعبا آخر.

القانون (14): ركلة الجزاء:

يحتسب الحكم ركلة الجزاء على الفريق الذي يرتكب خطأ داخل منطقة جزائه والكرة في مجال اللعب، ويمكن تسجيل هدف من ركلة جزاء كما تعطى حتى في نهاية المقابلة بالتعادل لتكون هي الفاصل في تحديد الفائز وتنفيذ من على عالمة الجزاء من طرف العب محدد حيث يبقى الحارس على خط مرماه واللاعبون آخرون من كلا الفريقين خارج منطقة الجزاء من خلف العلامة على مسافة لا تقل عن 9.15 متر من علامة الجزاء.

القانون رقم (15): رمية التماس:

رمية التماس تحدث عندما تغادر الكرة أرضية الملعب من طرفيه ويلعبها اللاعب من حيث غادرت بيديه ويكون أحد لاعبي الفريق الذي لم يتسبب في إخراجها.

القانون رقم (16): ركلة ركنية:

يتم احتسابها عندما يلعب اللاعب الكرة من خارج حدود خط المرمى الخاص بفريقه، ليتم وضع الكرة بزاوية الملعب وينفذها الفريق المنافس، ويمكن لأي لاعب عند التسديد ان يسجل مباشرة.

القانون رقم (17): ركلة مرمى:

تم احتساب هذه الركلة عندما يقوم فريق الخصم بلعب الكرة من خارج حدود خط المرمى للفريق الاخر، وبعد ان تخرج الكرة من الملعب، يمكن للحارس او المدافع وضع الكرة من داخل منطقة الجزاء

القانون رقم (18): حائط الصد:

حائط الصد في كرة القدم هو تقنية دفاعية تستخدم لتقليل فرص الفريق الخصم من إحراز هدف عند تنفيذه ركلة حرة مباشرة، وهي عبارة عن جدار دفاعي من لاعبي الفريق المدافع المصطفين على بعد 10 ياردات من نقطة تنفيذ الكرة الثابتة، للحد من زوايا التسديد وتشتيت الكرة

صنف أكابر:

هي مرحلة من مراحل عمر الانسان وهي مرحلة النضج واكتمال الشخصية، وهي ربيع العمر حيث أن الكبار لديهم خبرة طويلة كما لديهم دائرة موسعة من العلاقات والمسؤوليات والادوار الاجتماعية. (علي ، 1978 ،

صفحة 101)

خلاصة:

من خلال التطور الذي عرفه الأداء الرياضي نتيجة البحوث المتواصلة عنه وكذا الدراسات المعمقة خدمة للرياضة والرياضيين اعتمادا على أسلوب صحيح وعلمي في التحضير المسبق سواء البدني النفسي التكتيكي وهذا ما تطرقنا اليه في هذا الفصل من خلال التحدث عن الأداء الرياضي باعتباره نشاط او سلوك يوصل الى نتيجة صداقة الى كرة القدم مخصصين بهذا صنف اكابر.

الجانحة التطبيقية

المفصل الأول:

منهجية البحث

وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

يعتبر الإطار المنهجي للبحث أحد الجوانب الهامة، بحيث لا يمكن لأي باحث ان يتخلى عنه، وهناك علاقة وطيدة بين موضوع البحث ومنهجه، فلكي يتم تأسيس عمل منهجي منظم لا بد من توضيح جميع الجوانب والإجراءات التي تم القيام بها اثناء عملية الدراسة لكي يكون البحث موضوعي، وتيسر للمطلع فهم وتفسير النتائج على ضوء المعلومات الواردة فيه

وفي هذا الفصل في هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة، وتوضيح الخطوات المنهجية المتبعة في موضوع الدراسة من خلال عرض طبيعة المنهج المتبع فيها، بالإضافة الى حدود الدراسة ومجالاتها المتمثلة في المجال الزماني والمكاني، وكذا أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة، ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، كما هو معروف فان ما يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية، هذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

1-1. منهج البحث:

إن المنهج يعني "إتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول إلى اكتشاف الحقيقة". (عبد الرحمن الكندري، محمد عبد الدايم، 1999، صفحة 107)

المنهج الوصفي: "هو دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأدوات أو مجموعة الأوضاع". (حسين عبد الحميد رشوان، 2003، صفحة 66)

اعتمد الباحثان في دراستهم على المنهج نظرا لملائمته لطبيعة الدراسة كما أن هذا المنهج يساعد على الحصول على المعلومات الشاملة حول متغيرات المشكلة واستطلاع الموقف العلمي أو الميداني الذي تجري فيه قصد تحديدها وصياغتها صياغة علمية دقيقة.

1-2. مجتمع وعينة البحث:

"شمل كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها"، اشتمل مجتمع بحثنا على لاعبي بعض الفرق لولاية مستغانم (هلال منصور، حياة استديا، نجم سلمان) صنف أكابر الناشطين في القسم الشرقي 45 لاعب و3 مدربين.

عينة البحث: شملت عينة البحث جزء من مجتمع الدراسة القسم الشرقي.

1-3. مجالات البحث:

المجال المكاني: شملت دراستنا ولاية مستغانم و احتوت على ثلاث فرق من القسم الشرقي نجم سلمان، هلال منصور، حياة استديا.

المجال الزمني: شهر أبريل 2023.

1-4. متغيرات البحث:

المتغير: هو ذلك العامل الذي يحصل فيه تعديل أي تغيّر لعلاقتهم بمتغير آخر.

يمكن أن نقسم موضوع بحثنا حسب المتغيرين التاليين:

❖ المتغير المستقل: المتغير المستقل هو عبارة عن سبب الدراسة "السلوكيات الإنفعالية للمدرب".

❖ المتغير التابع: هو نتيجة المتغير المستقل "الأداء الرياضي للاعب كرة القدم".

1-5. أدوات البحث:

في بحثنا هذا قمنا باستخدام طريقة الإستبيان باعتباره الأمثل وأنجح الطرق للتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها، كما أنه يسهل لنا عملية جمع المعلومات المراد الحصول عليها انطلاقاً من الفرضيات.

ويعرف الإستبيان على أنه: أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الإستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة، ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية.

حيث تم إعداد أسئلة الإستمارة التي حاولنا أن تكون شاملة لجميع نا جاء في الجزء النظري، ضم الإستبيان قائمة متكون من 15 سؤال موجه بالنسبة للاعبين و21 سؤال موجه للمدربين .

وقد راعينا عند صياغة الأسئلة ما يلي:

- صياغة الأسئلة بطريقة واضحة وسهلة.
- ربط الأسئلة بالأهداف والمحاور المراد الحصول عليها.

● احتواء هذه الاستمارة على أسئلة مغلقة ومفتوحة ويجب عليها أفراد العينة بنعم أو لا، وأسئلة شبه مفتوحة تتحدد لها إجابات يختار المستقصي منه إحداها وأسئلة مفتوحة لاقتراح الحلول المناسبة، وهي موجهة إلى أفراد العينة من أجل الحصول على معلومات حول الموضوع أو المشكلة المراد دراستها. ولقد تم توزيع الاستبيان بالتوجه الى لاعبي فرق كرة القدم "هلال منصوره" "نجم سلمان" "حياة استيديا" بمستغانم، حيث التقينا باللاعبين ووزعنا عليهم الاستبيان وذلك بعض اخذ الإذن من إدارة المعهد وامضاء تسهيل المهمة من قبل مدير الدراسات.

1-6. الدراسة الإستطلاعية:

البحوث الإستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها.

إن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعرض الباحث في التجربة الميدانية، في إطار تحديد موضوع الدراسة موضوعا دقيقا، وسعيا من جماعة البحث لإنطلاق في دراسة موضوع ميداني قابل للبحث والتحليل.

أول خطوة قمنا بها في الدراسة الاستطلاعية هي الاتصال برئيس الرابطة الوطنية لكرة القدم -مستغانم- لتحديد موعد معه ومع المدربين ثم ذهبنا لزيارتهم بغرض تسهيل مهمة.

رتبنا الوثائق بطريقة قانون للوصول إلى الفرق ذهبنا إلى مقر تواجد الفرق "الملاعب البلدية" لفريق "نجم سلمان"، و" حياة ستديا" فريق "هلال منصوره"، بغرض الإجابة على الاستبيان.

التقينا باللاعبين و المدربين ضف إلى ذلك التقينا بمدربين آخرين لفرق آخرين (FAF).

اجتمعنا معهم وأجابوا على الاستبيان بغرض الاستفادة منهم وتدعيم موضوع بحثنا.

1-7. الأسس العلمية للأداة البحث:

صدق الأداة:

صدق الإستبيان يعني "التأكد من انه سوف يقيس ما أعد لقياسه".

كما يقصد بالصدق " شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه"

❖ صدق الإستبيان:

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له قمنا بتقديمه إلى مجموعة من الأساتذة المحكمين حيث تم تعديله عن طريق تغيير بعض الأسئلة وحذف البعض منها وكذلك إضافة بعض الأسئلة التي اقترحها المحكمون وبالتالي: الإستبيان يتميز بالصدق. حيث تم تحكيم استبيان دراستنا من طرف أساتذة ودكاترة من معهدنا.

❖ صدق وثبات الأداة:

الأبعاد	حجم العينة	درجة الحرية	معامل الثبات	معامل الصدق
المحور الأول	10	09	0.780	0.883
المحور الثاني			0.810	0.900

الجدول رقم (01): يمثل معامل الثبات والصدق لأداة البحث.

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط للاستبيان (محصورة) ما بين (0.883-0.942) بالنسبة إلى الصدق و(0.923-0.970) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول الدلالات الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات والصدق الاختبار عند مستوى الدلالة 0.05 وهذه القيم دالة إحصائياً بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت 0,602 ودرجة الحرية $n=09$ وعليه يتبين للطالبة الباحثة أن الاستبيان الذي تم استعماله يتميز بدرجة ثبات وصدق عاليتين عند مستوى الدلالة 0.05.

1-8. الوسائل الإحصائية:

في بحثنا هذا تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

النسبة المئوية: قمنا باستخدام قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع النقاط المتحصل عليها وذلك بعد جمع تكرارات كل منها، حيث تم حساب النسبة المئوية بالطريقة الثلاثية كالتالي:



إختبار χ^2 (كاف ترييع):

يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها، كما يسمح لنا هذا الإختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الإستبيان الموجه للطالبة، ذلك بمقارنة التكرارات الحقيقية المشاهدة والتكرارات المتوقعة يتم حساب الإختبار من خلال العلاقة التالية:

ك² = (مجموع التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)² / التكرارات المتوقعة.

التكرارات المشاهدة: هي التكرارات الملاحظة أو الحقيقية.

التكرارات المتوقعة: تساوي مجموع العينة على الإحتمالات.

عندما تكون ك² المحسوبة أكبر من ك² الجدولة تكون هناك دالة إحصائية وإذا كان العكس ليس هناك دالة

إحصائية.

لحساب ك² الجدولة يجب توافر شرطين أساسيين هما:

- مستوى الدلالة التي تساوي 0.05 .

- درجة الحرية.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نستطيع القول بأن لا يمكن لأي باحث أن يستغني على منهجية

البحث خلال إنجازها لدراسة حول ظاهرة من الظواهر إذ أن منهجية البحث هي التي تزوده بأساليب وطرق

البحث التي تسهل عليه عملية جمع المعلومات والبيانات عن طريق استخدامه لمختلف الأدوات المتمثلة في المصادر

والمراجع والمجلات والوثائق وكذلك الوسائل الإحصائية التي تساعد الباحث في تحليل النتائج والبيانات المتحصل

لكي يستطيع أن يثبت أو ينفي الفرضيات التي تمت صياغتها في بداية البحث.

الفصل الثاني:

عرض وتحليل النتائج ومناقشة
الفرضيات والاستنتاجات

1-2. عرض وتحليل النتائج:

المحور الأول: أسئلة المدربين

س1. هل تقيم في تكوينكم الاهتمام بالإعداد النفسي للاعب؟

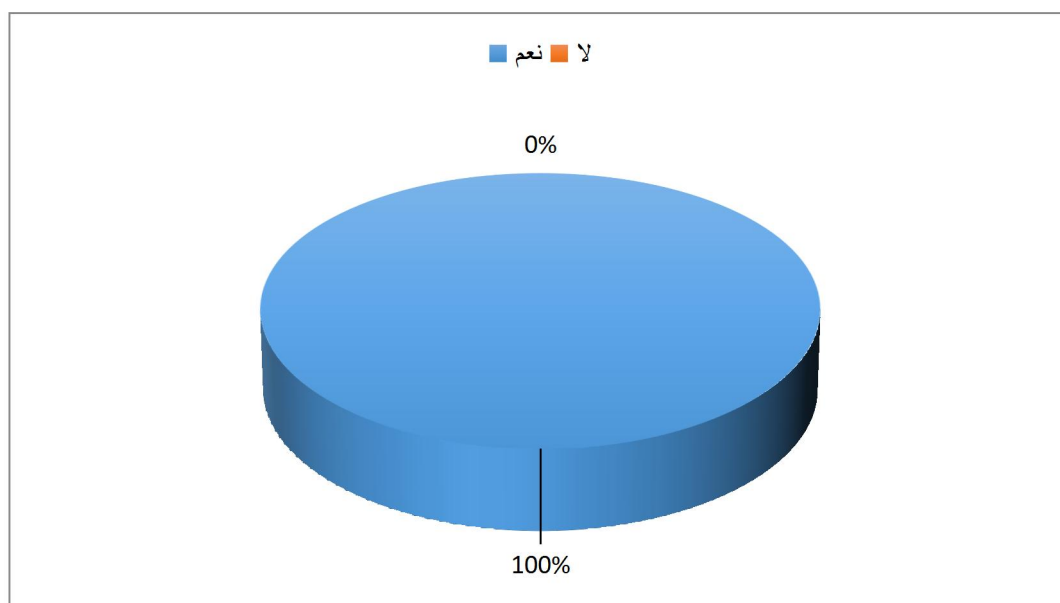
الجدول رقم (02): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (01) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	10	100	10.00	3.84
لا	00	00.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 10 مدربين بنسبة بلغت 100%، بينما من ولا مدريا أجاب بـ "لا" بنسبة معدومة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 10.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن كل المدربين تلقوا في تكوينهم الاهتمام بالإعداد النفسي للمدرب.

الشكل رقم (01): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (02)



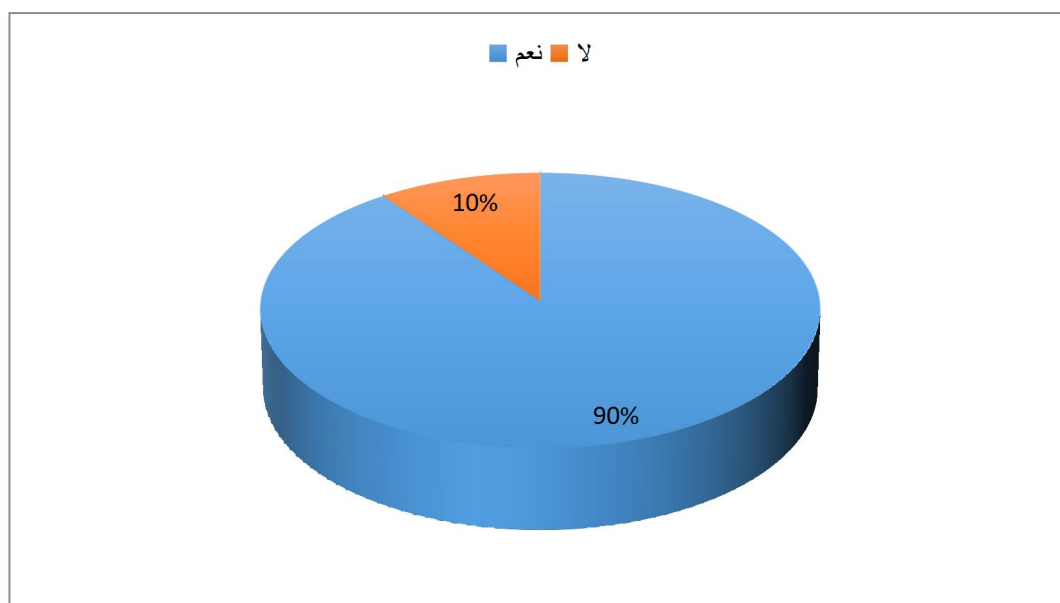
س2. هل تخشى من فقدان لاعبيك للسيطرة أثناء المنافسة نظرا لتلقيهم الإعداد النفسي قبل المنافسة؟

الجدول رقم (03): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (02) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	09	90.00	6.40	3.84
لا	01	10.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 09 مدربين بنسبة بلغت 90.00%، بينما أجاب مدريا واحدا من العينة بـ "لا" بنسبة بلغت 10.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.40 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم". ومنه المدربين تخشون من فقدان لاعبيهم للسيطرة أثناء المنافسة نظرا لتلقيهم الإعداد النفسي قبل المنافسة

الشكل رقم (02): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)



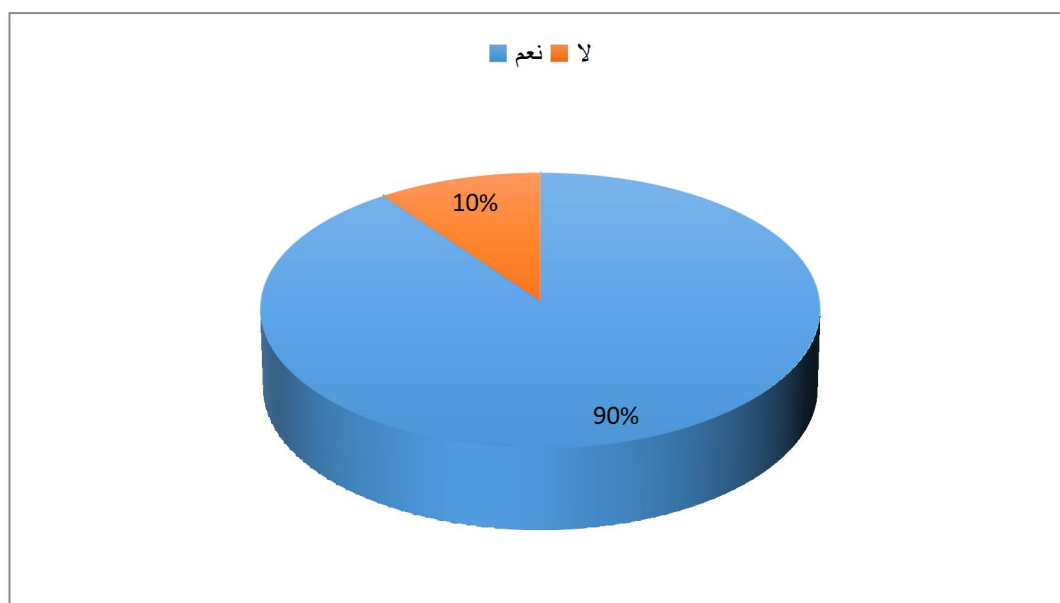
س3. أتنصح اللاعبين قبل المنافسة؟

الجدول رقم (04): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (03) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	09	90.00	6.40	3.84
لا	01	10.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 09 مدربين بنسبة بلغت 90.00%، بينما أجاب مدربا واحدا من العينة بـ "لا" بنسبة بلغت 10.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.40 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم". ومنه نستنتج أن المدربين ينصحون اللاعبين قبل المنافسة.

الشكل رقم (03): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)



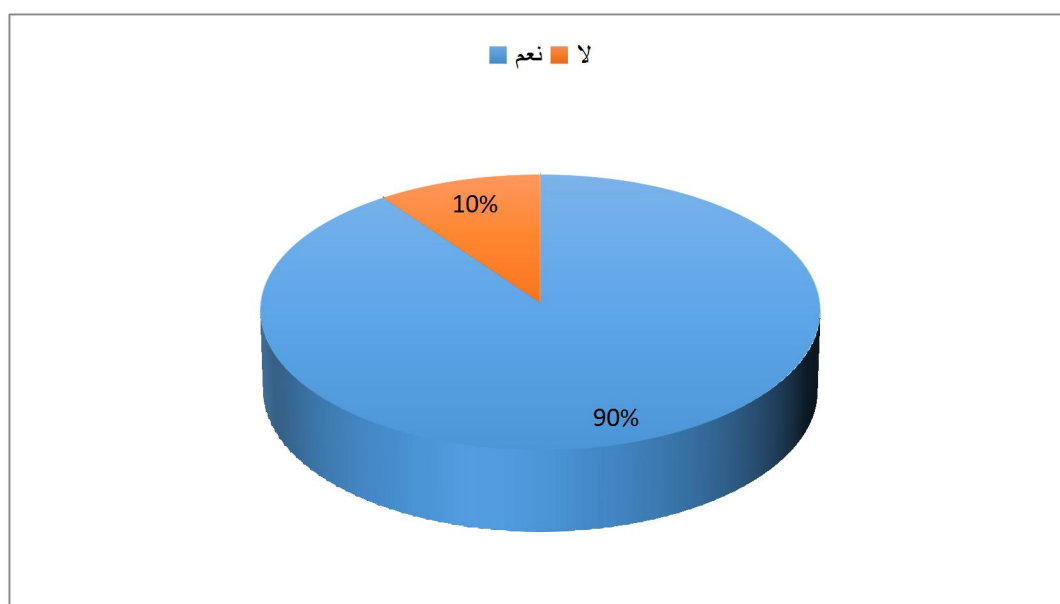
س4. أيهمك الجانب النفسي للاعبين أكثر من الجانب التكتيكي؟

الجدول رقم (05): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (04) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	09	90.00	6.40	3.84
لا	01	10.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 09 مدربين بنسبة بلغت 90.00%، بينما أجاب مدريا واحدا من العينة بـ "لا" بنسبة بلغت 10.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.40 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم". ومنه نستنتج أن المدربين يهتمهم الجانب النفسي للاعبين أكثر من الجانب التكتيكي.

الشكل رقم (04): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)



س5. هل الانفعالات الظاهرة على لاعبيك لها علاقة بعدم تحضيرهم نفسياً؟

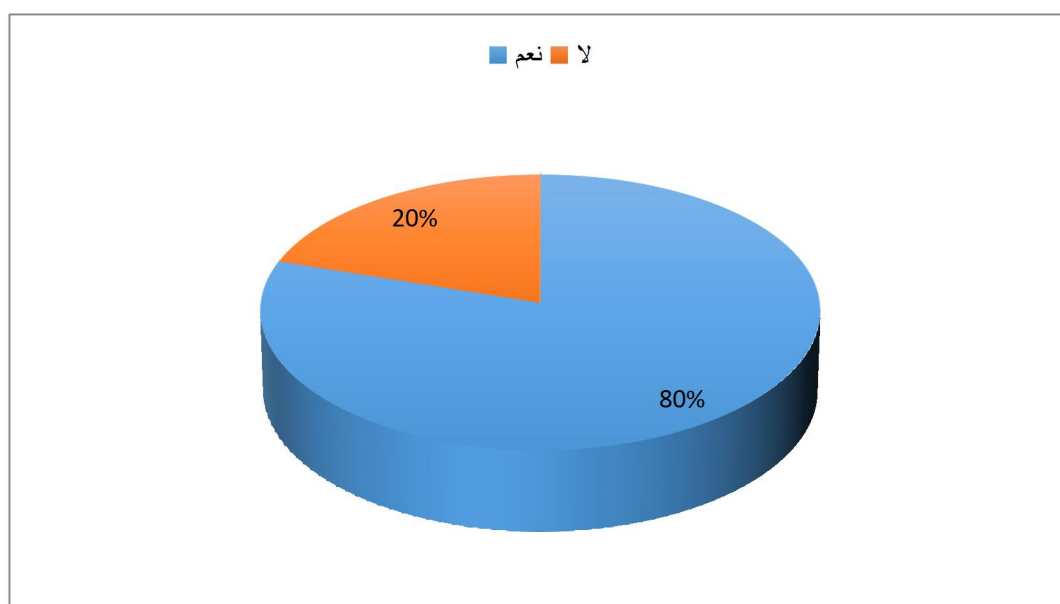
الجدول رقم (06): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (05) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	08	80.00	3.60	3.84
لا	02	20.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 08 مدربين بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" فردين (02) إثنين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من المدربين يرون بأن الانفعالات الظاهرة على اللاعبين لها علاقة بعدم تحضيرهم نفسياً.

الشكل رقم (05): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)



س6. هل تهتم بالجانب النفسي للاعبين؟

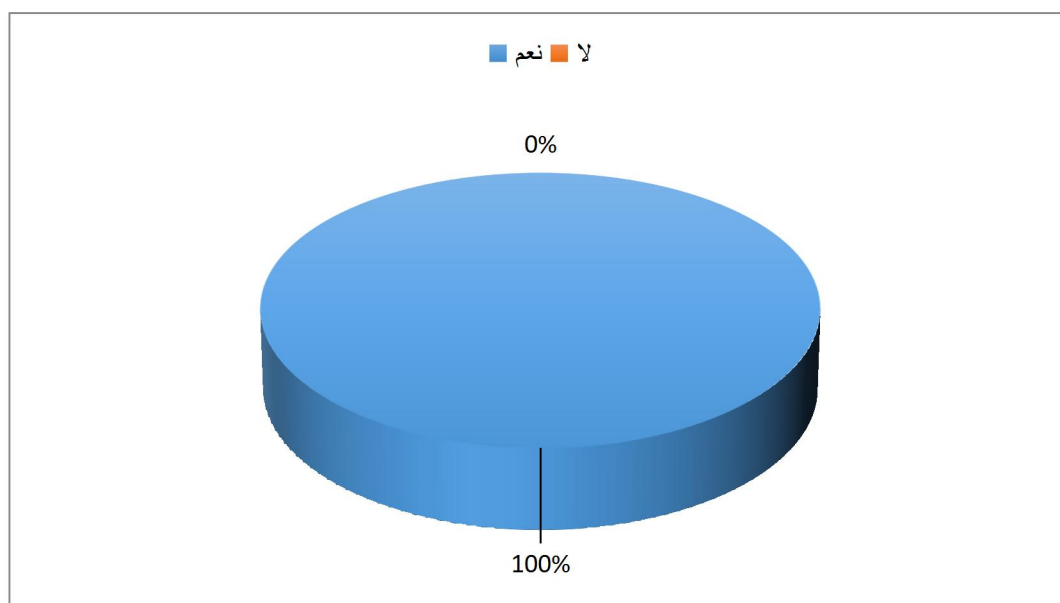
الجدول رقم (07): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (06) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	10	100	10.00	3.84
لا	00	00.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 10 مدربين بنسبة بلغت 100%، بينما من ولا مدريا أجاب بـ "لا" بنسبة معدومة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 10.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن كل المدربين يهتمون بالجانب النفسي للاعبين.

الشكل رقم (06): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (07)



س7. هل تخصص حصص للإعداد النفسي للاعبين؟

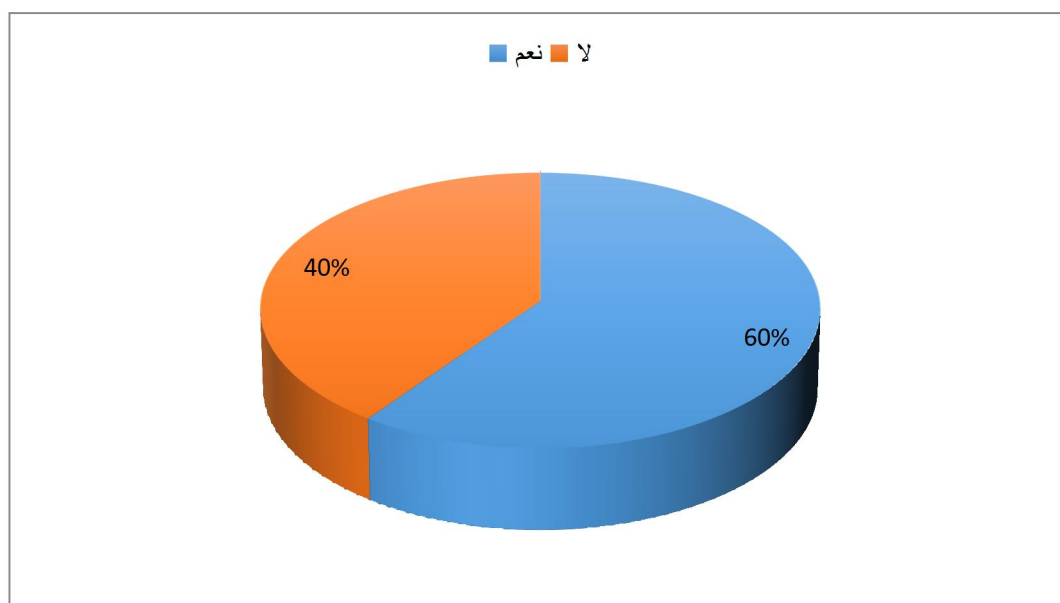
الجدول رقم (08): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (07) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	06	60.00	0.40	3.84
لا	04	40.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 06 مدربين بنسبة بلغت 60.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 04 مدربين بنسبة بلغت 40.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.40 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن بعض المدربين فقط يخصصون حصص للإعداد النفسي للاعبين.

الشكل رقم (07): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (08)



س8. هل الحالة النفسية للاعبين تغير من مردودهم؟

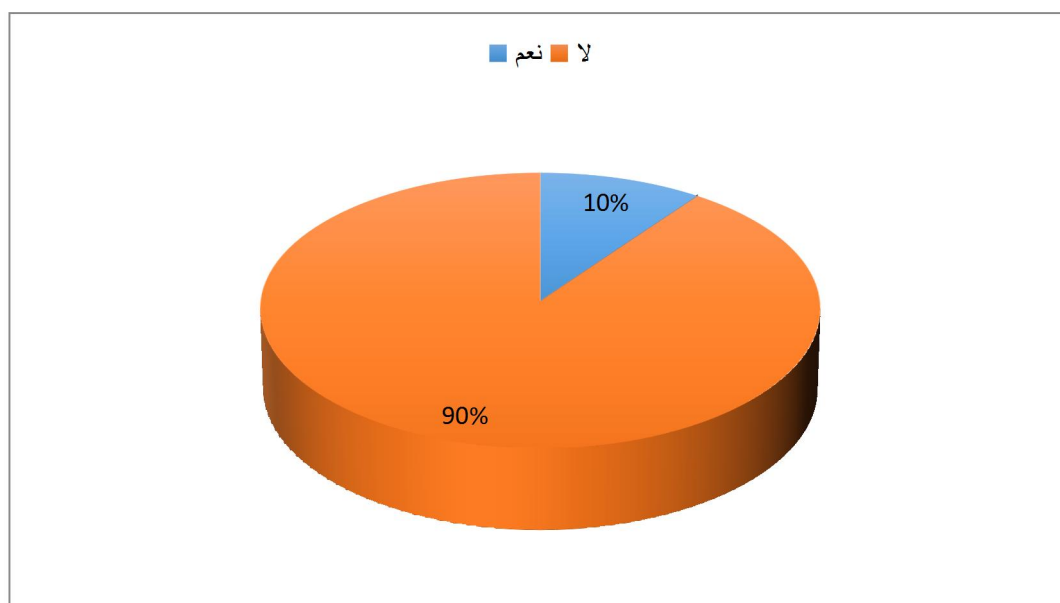
الجدول رقم (09): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (08) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	01	10.00	6.40	3.84
لا	09	90.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "لا" بلغ 09 مدربين بنسبة بلغت 90.00%، بينما أجاب مدربنا واحدا من العينة بـ "نعم" بنسبة بلغت 10.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 6.40 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "لا".

ومنه نستنتج أن المدربين لا يعتقدون بأن الحالة النفسية للاعبين تغير من مردودهم.

الشكل رقم (08): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (09)



س9. هل وجودك مع لاعبيك قبل المنافسة يرفع من كفاءتهم أثناء المنافسة؟

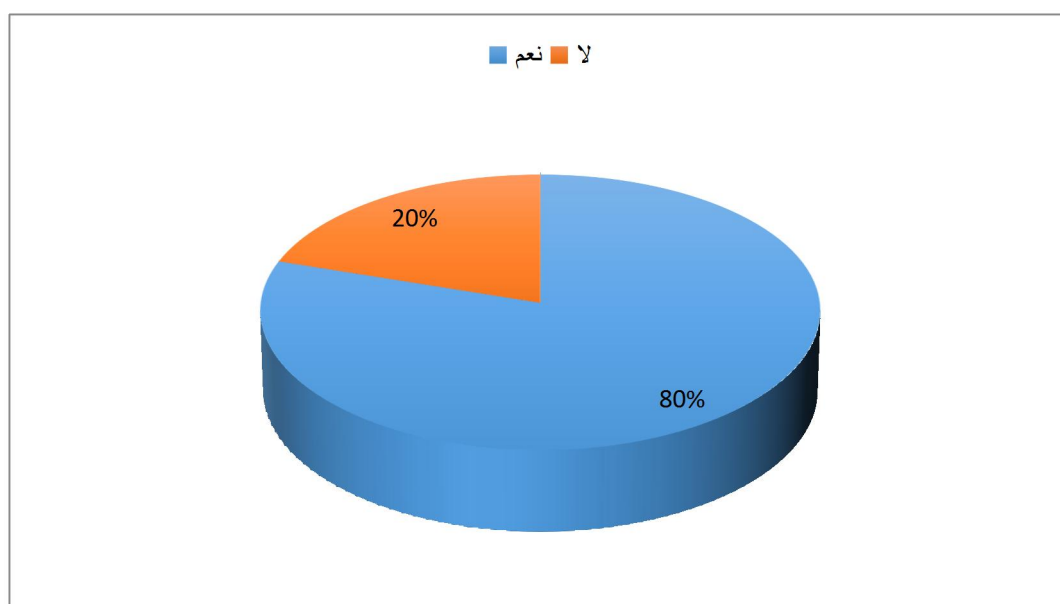
الجدول رقم (10): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (09) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	08	80.00	3.60	3.84
لا	02	20.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 08 مديرين بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" فردين (02) إثنين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من المديرين يرون بأن وجودهم مع لاعبيهم قبل المنافسة يرفع من كفاءتهم أثناء المنافسة.

الشكل رقم (09): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (10)



س10. هل إهمال المدرب للجانب النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى صعوبة المواجهة؟

الجدول رقم (11): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (10) للمحور الأول

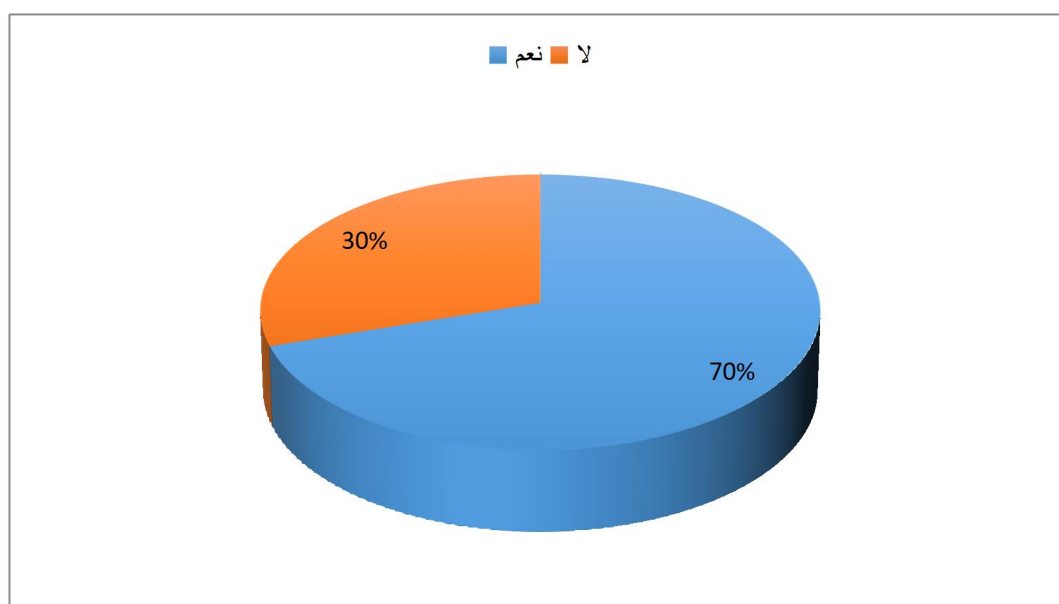
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	07	70.00	1.60	3.84
لا	03	30.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 07 مدربين بنسبة بلغت 70.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 03 مدربين بنسبة بلغت 30.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من المدربين يرون بأن إهمال المدرب للجانب النفسي خلال التدريبات يؤدي

إلى صعوبة المواجهة

الشكل رقم (10): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (11)



س11. هل عدم تقديم الإرشادات للاعبين خلال التدريبات يؤدي إلى ظهور إنفعالات سلبية لديهم؟

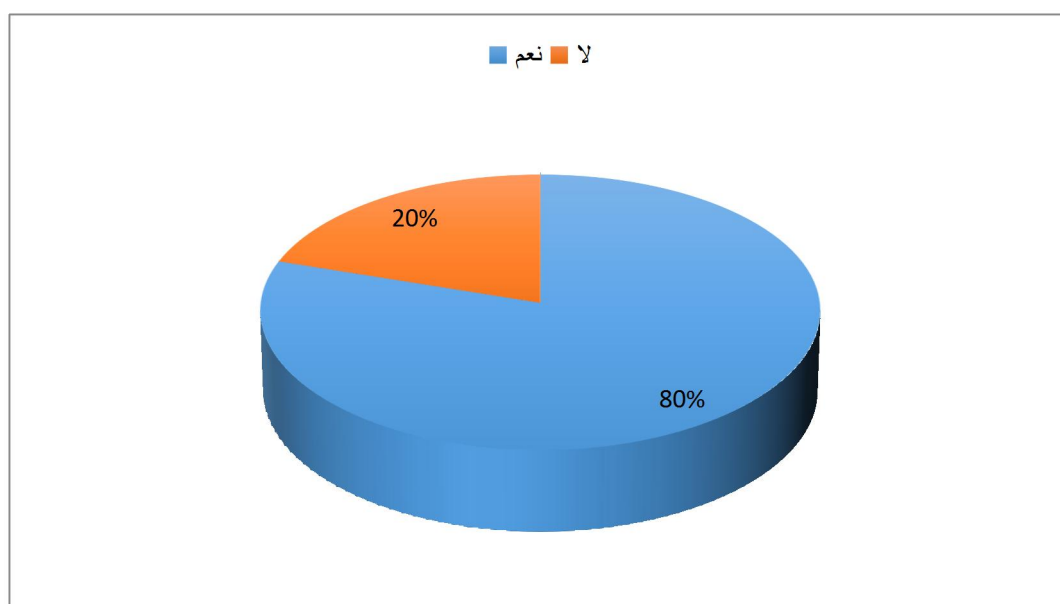
الجدول رقم (12): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (11) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	08	80.00	3.60	3.84
لا	02	20.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 08 مدربين بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" فردين (02) إثنين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن المدربين يعتقدون بأن عدم تقديم الإرشادات للاعبين خلال التدريبات يؤدي إلى ظهور إنفعالات سلبية لديهم.

الشكل رقم (11): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (12)



س12. هل برأيك هناك ضرورة لإدماج الإعداد النفسي مع الإعداد المهاري والبدني للاعبين؟

الجدول رقم (13): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (12) للمحور الأول

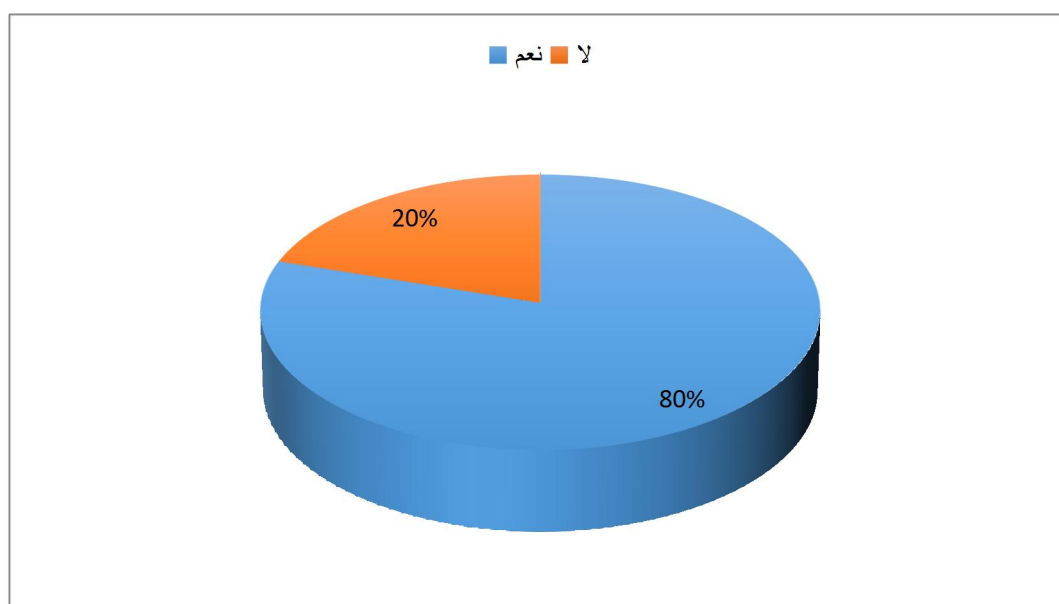
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	08	80.00	3.60	3.84
لا	02	20.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 08 مدربين بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" فردين (02) إثنين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن معظم المدربين يرون بأن هناك ضرورة لإدماج الإعداد النفسي مع الإعداد المهاري

والبدني للاعبين

الشكل رقم (12): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (13)



س13. هل غياب تحضيرك النفسي للاعبين يؤثر فيهم ويصعب المنافسة عليهم؟

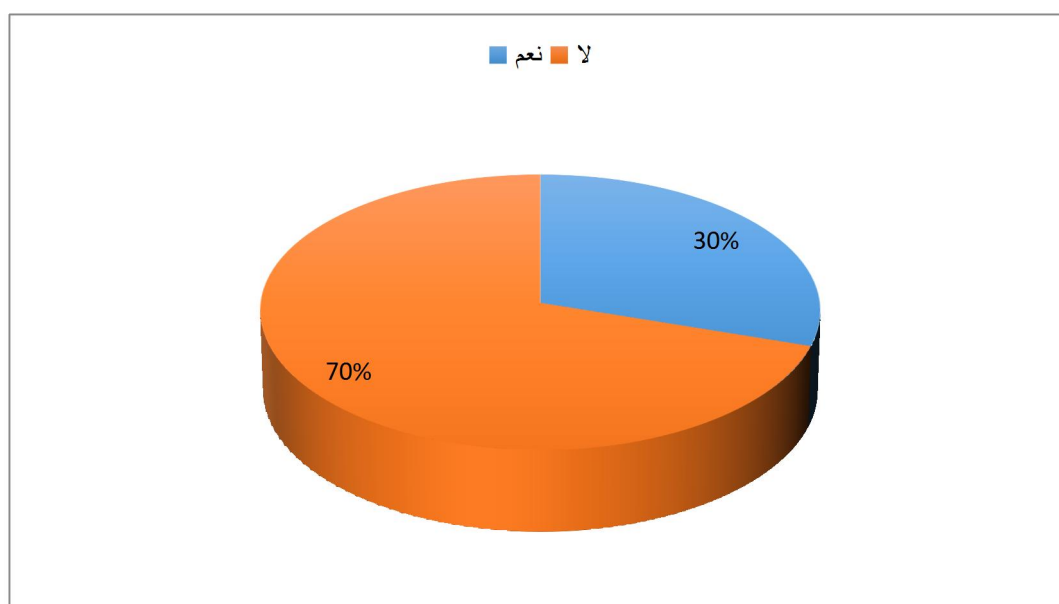
الجدول رقم (14): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (13) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	03	30	1.60	3.84
لا	07	70		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "لا" بلغ 07 مدرين بنسبة بلغت 70.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "نعم" 03 مدرين بنسبة بلغت 30.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن نسبة كبير من المدرين لا يعتقدون بأن غياب التحضير النفسي للاعبين يؤثر فيهم ويصعب المنافسة عليهم.

الشكل رقم (13): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (14)



س14. هل عدم تقديم الإرشادات للاعبين خلال التدريبات يؤدي إلى ظهور إنفعالات سلبية لديهم؟

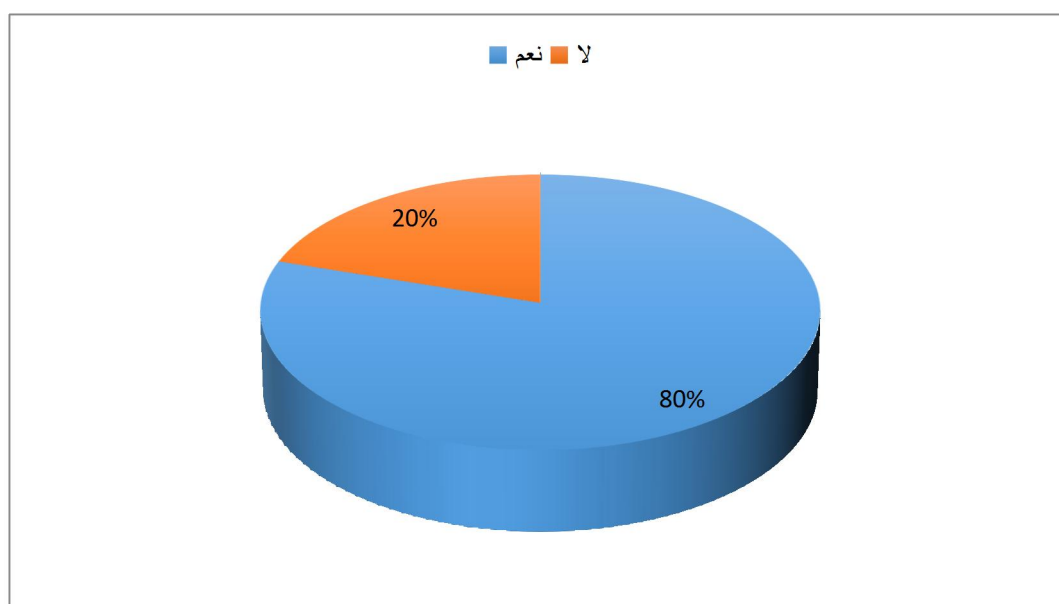
الجدول رقم (15): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (14) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
الرفض	04	40.00	0.40	3.84
القبول	06	60.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "القبول" بلغ 06 مدربين بنسبة بلغت 60.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "الرفض" 04 مدربين بنسبة بلغت 40.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.40 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن بعض المدربين يقبلون بفرضية أن "عدم تقديم الإرشادات للاعبين خلال التدريبات يؤدي إلى ظهور انفعالات سلبية لديهم".

الشكل رقم (14): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (15)



س15. أيهما له الأسبقية في نظرك التحضير ... ؟

الجدول رقم (16): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (15) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
النفسي	04	40.00	2.60	5.99
البدني	05	50.00		
المهاري	01	10.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "النفسي" بلغ 04 مدربين بنسبة بلغت 40.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "البدني" 05 مدربين بنسبة بلغت 50.00%، أما من أجابوا بـ "المهاري" فكانت نسبتهم 10%، يمثلون مدرباً واحداً. وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن أعلى نسبة من المدربين المبحوثين يرون بان الأسبقية في التحضير للجانب البدني ثم النفسي.

الشكل رقم (15): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (16)



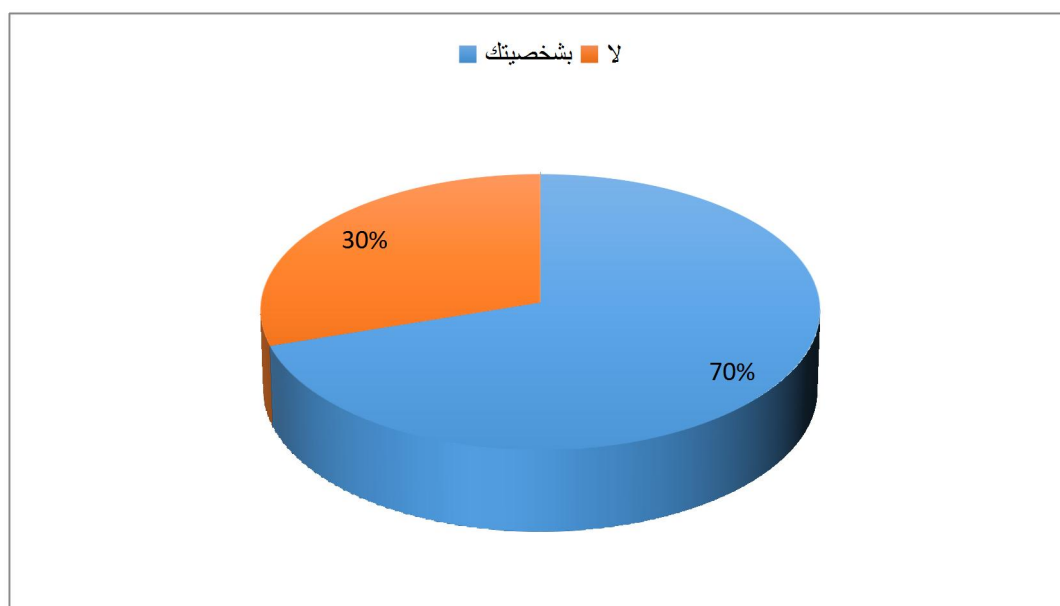
س16. كيف تؤثر على لاعبيك؟

الجدول رقم (17): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (16) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
بشخصيتك	07	70.00	1.06	3.84
بأسلوبك	03	30.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "بشخصيتك" بلغ 07 مدربين بنسبة بلغت 70.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "بأسلوبك" 03 مدربين بنسبة بلغت 30.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية. ومنه نستنتج أن أعلى نسبة من المدربين المبحوثين يرون بأنهم يؤثرون على لاعبيهم بشخصيتهم.

الشكل رقم (16): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (17)



س17. ما هي الشخصية المفضلة لديك أثناء تقديم الحصة التدريبية؟

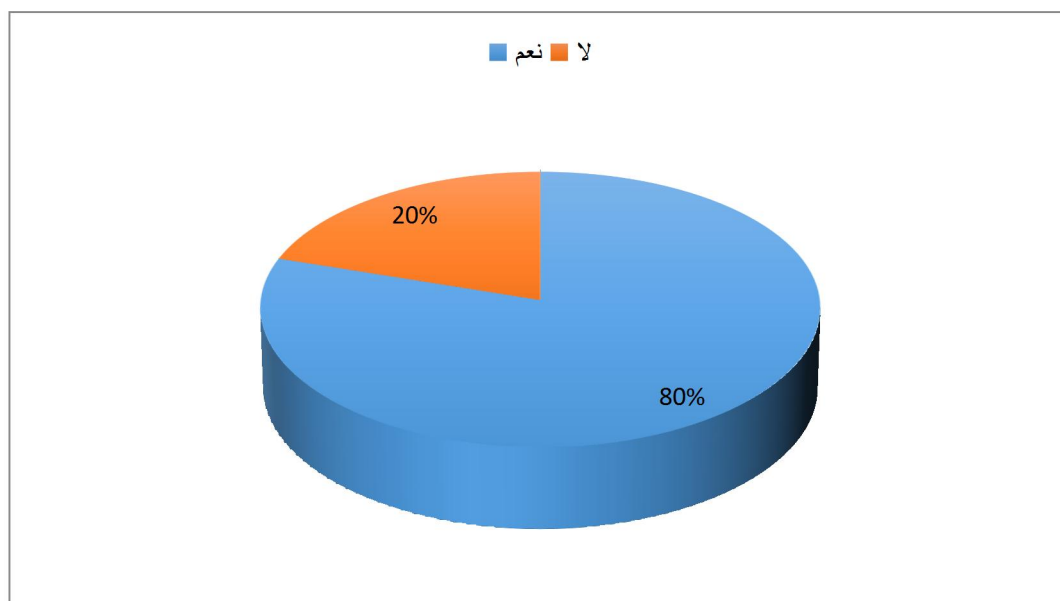
الجدول رقم (18): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (17) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
متحكم في أعصابك	08	80.00	3.60	3.84
سريع الإنزعاج	02	20.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "متحكم في أعصابك" بلغ 08 مدرين بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "سريع الإنزعاج" فدين (02) إثنين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 3.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن التحكم في الأعصاب هي الشخصية المفضلة لدى معظم المدرين أثناء تقديم الحصة التدريبية.

الشكل رقم (17): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (18)



س18. هل تستخدم الإعداد النفسي؟

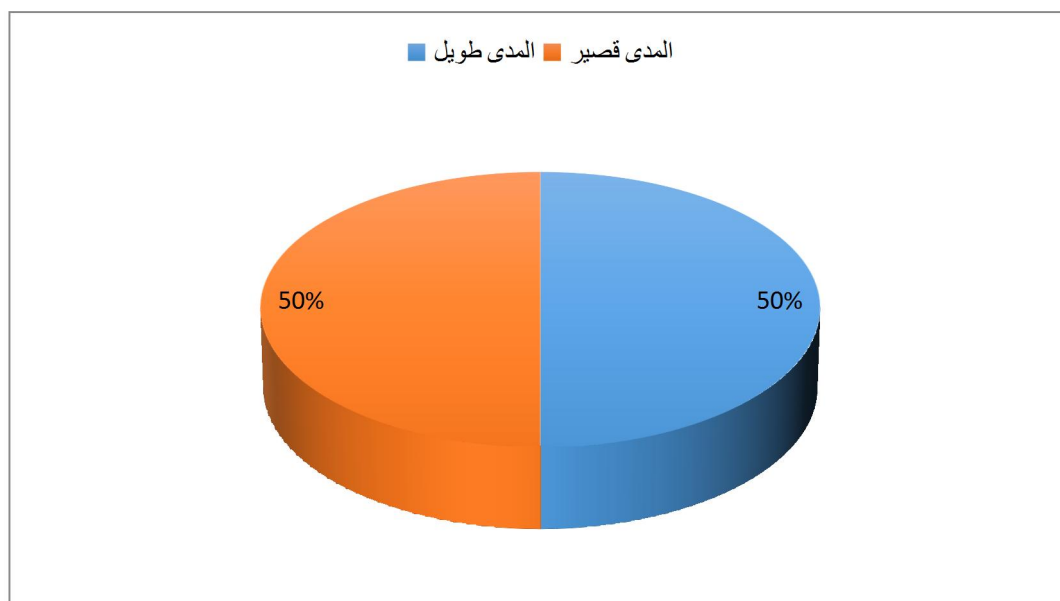
الجدول رقم (19): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (18) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
طويل المدى	05	50.00	0.01	3.84
قصير المدى	05	50.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "طويل المدى" بلغ 05 مدربين بنسبة بلغت 50.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "قصير المدى" 05 مدربين نفس العدد وبنسبة متساوية، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.01 وهي اقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن بعض المدربين الإعداد النفسي قصير المدى بينما يعتمد البعض الآخر على الإعداد النفسي طويل المدى.

الشكل رقم (18): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (19)



س19. كيف هو مبرمج؟

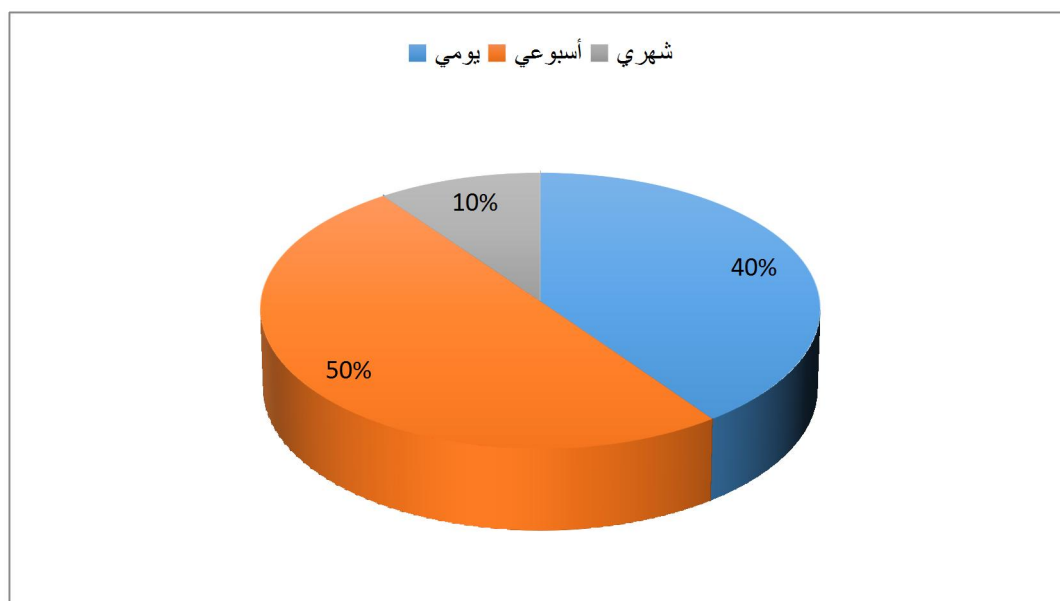
الجدول رقم (20): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (19) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
يومي	04	40.00	2.60	3.84
أسبوعي	05	50.00		
شهري	01	10.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "يومي" بلغ 04 مدرين بنسبة بلغت 40.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "أسبوعي" 05 مدرين بنسبة بلغت 50.00%، أما من أجابوا بـ "شهري" فكانت نسبتهم 10%، يمثلون مدريا واحدا. وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.60 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن أعلى نسبة من المدرين الباحثين يبرمجون التحضير النفسي يوميا أو أسبوعيا.

الشكل رقم (19): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (20)



س20. برأيك كيف هو الأسلوب الذي يلزم للمدرب تتبعه مع اللاعبين؟

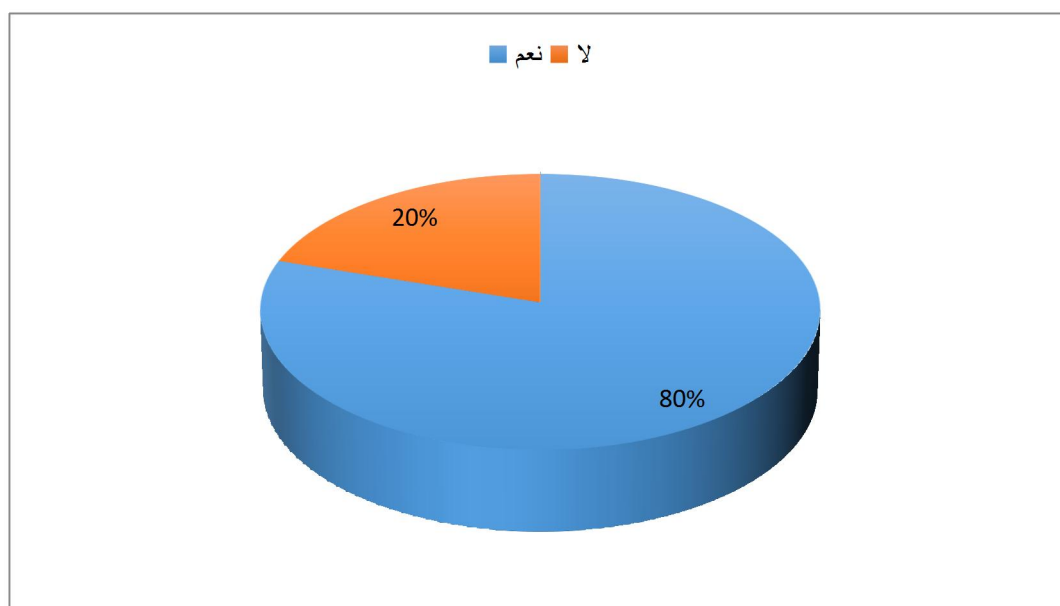
الجدول رقم (21): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (20) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
الصرامة	10	100	10.00	3.84
التساهل	00	00.00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "الصرامة" بلغ 10 مدربين بنسبة بلغت 100%، بينما من ولا مدرباً أجاب بـ "التساهل" بنسبة معدومة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 10.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن كل المدربين يعتقدون بأن الصرامة هو الأسلوب الذي يلزم للمدرب تتبعه مع اللاعبين.

الشكل رقم (20): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (21)



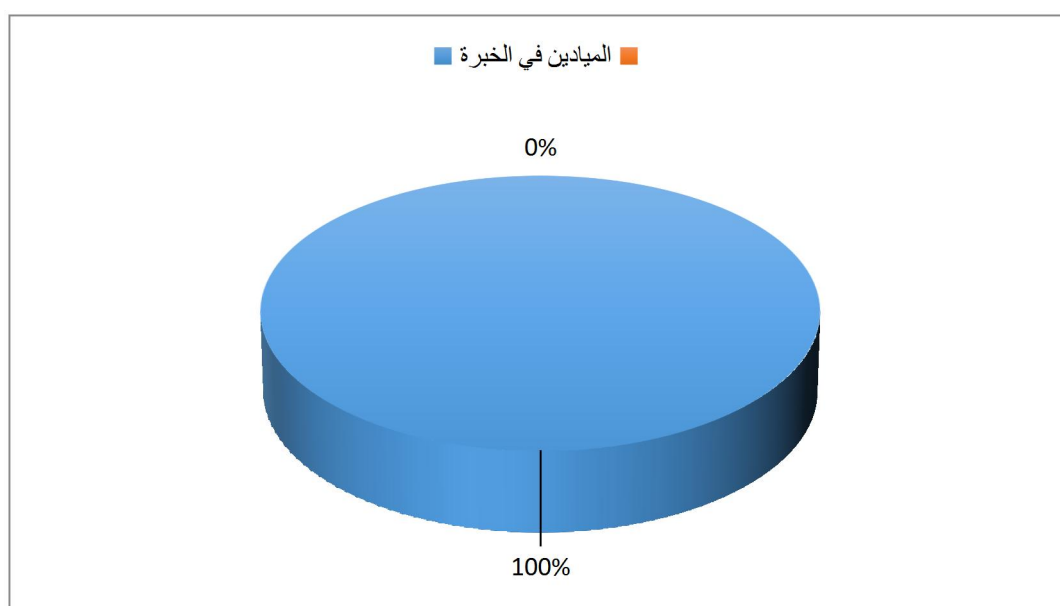
س21. ما هو الفرق بين المدرب الأكاديمي واللاعب القديم؟

الجدول رقم (22): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (21) للمحور الأول

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
الخبرة في الميادين	10	100	10.00	3.84
شيء آخر	00	00		
المجموع	10	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "الخبرة في الميادين" بلغ 10 مدربين بنسبة بلغت 100%، بينما من ولا مدريا أجاب بـ "شيء" بنسبة معدومة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 10.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم". ومنه نستنتج أن كل المدربين يعتقدون بان الفرق بين المدرب الأكاديمي واللاعب القديم يمكن في الخبرة.

الشكل رقم (21): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (22)



المحور الثاني: أسئلة تخص اللاعبين

س1. ما هو الأسلوب الذي يستخدمه مدربك معك؟

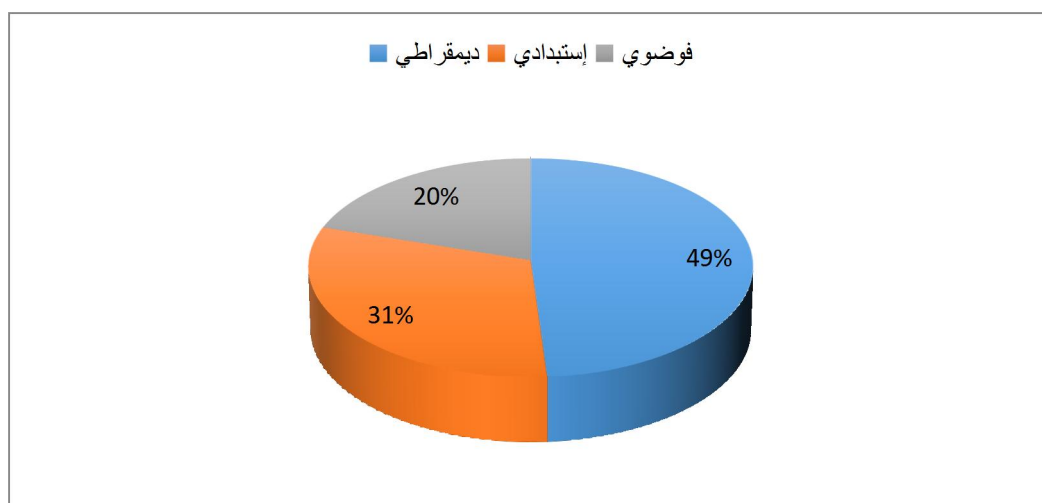
الجدول رقم (23): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (01) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
ديمقراطي	22	48.89	5.73	5.99
إستبدادي	14	31.11		
فوضوي	09	20.00		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "ديمقراطي" بلغ 22 لاعبا بنسبة بلغت 48.89%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "إستبدادي" 14 لاعبا بنسبة بلغت 31.11%، أما من اجابوا بـ "فوضوي" فكانت نسبتهم 20%، بمجموع 09 لاعبين. وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 5.73 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن أساليب تعامل المدربين مع اللاعبين مختلفة بين ديمقراطي، إستبدادي وفوضوي.

الشكل رقم (22): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (23)



س2. ما هو السلوك الذي تفضله؟

الجدول رقم (24): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (02) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
ديمقراطي	45	100	45.00	5.99
إستبدادي	00	00.00		
فوضوي	00	00.00		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "ديمقراطي" بلغ 45 لاعبا بنسبة بلغت 100%، ولا لاعبا من العينة أجاب بـ "إستبدادي" أو "فوضوي" حيث كانت النسبة معدومة. وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 45.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "ديمقراطي".

ومنه نستنتج أن كل لاعبين العينة يفضلون الأسلوب الديمقراطي.

الشكل رقم (23): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (24)



س3. كيف ترى أوامر مدربك أثناء التدريب؟

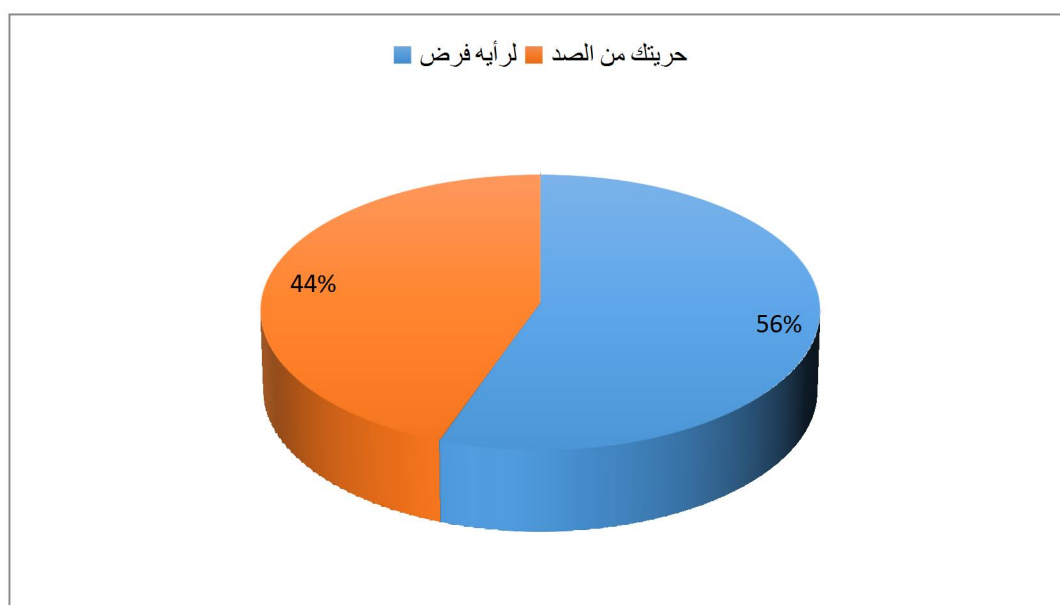
الجدول رقم (25): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (03) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
فرض لرأيه	25	55.56	0.56	3.84
الصد من حريتك	20	44.44		
المجموع	00	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "فرض لرأيه" بلغ 62 لاعبا بنسبة بلغت 55.56%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "الصد من حريتك" 20 لاعبا بنسبة بلغت 44.44%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.56 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن اللاعبين يرون بأن أوامر المدربين أثناء التدريب فرضا لرأيه وصدًا لحريتهم.

الشكل رقم (24): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (25)



س4. ما هو الجانب المهم في التحضير قبل المنافسة؟

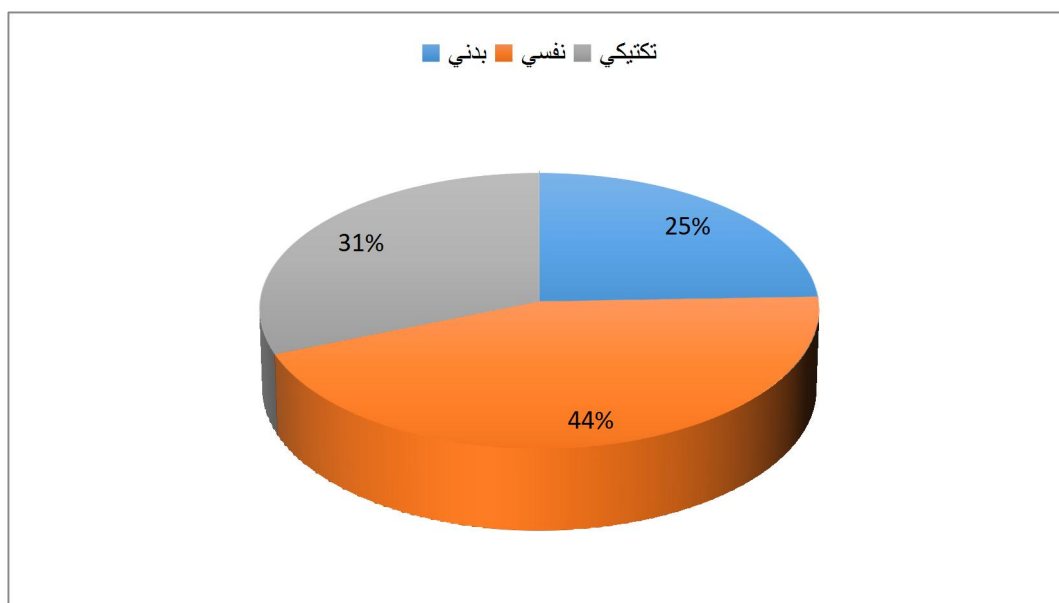
الجدول رقم (26): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (04) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
بدني	11	24.45	2.80	5.99
نفسي	20	44.44		
تكتيكي	14	31.11		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "بدني" بلغ 11 لاعبا بنسبة بلغت 24.45%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "نفسي" 20 لاعبا بنسبة بلغت 44.44%، وأجاب 14 لاعبا بـ "تكتيكي" بنسبة قدرت بـ 31.11%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.80 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن نسبة كبيرة من اللاعبين الجانب النفسي هو الأهم في التحضير قبل المنافسة.

الشكل رقم (25): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (26)



س5. متى يكون تركيز المدرب على الجانب النفسي في المنافسة؟

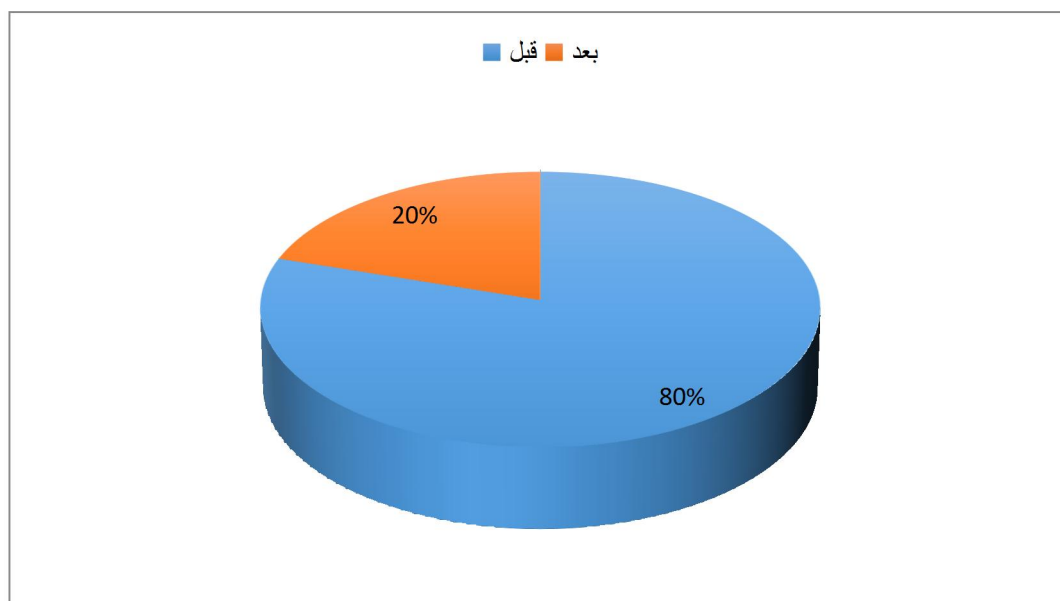
الجدول رقم (27): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (05) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
قبل	36	80.00	16.20	3.84
بعد	09	20.00		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "قبل" بلغ 36 لاعبا بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "بعد" 09 لاعبين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 16.20 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن المدرب يركز على الجانب النفسي قبل المنافسة.

الشكل رقم (26): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (27)



س6. هل أداؤك أثناء المنافسة يعود إلى تحضيرك النفسي قبل المنافسة؟

الجدول رقم (28): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (06) للمحور الثاني

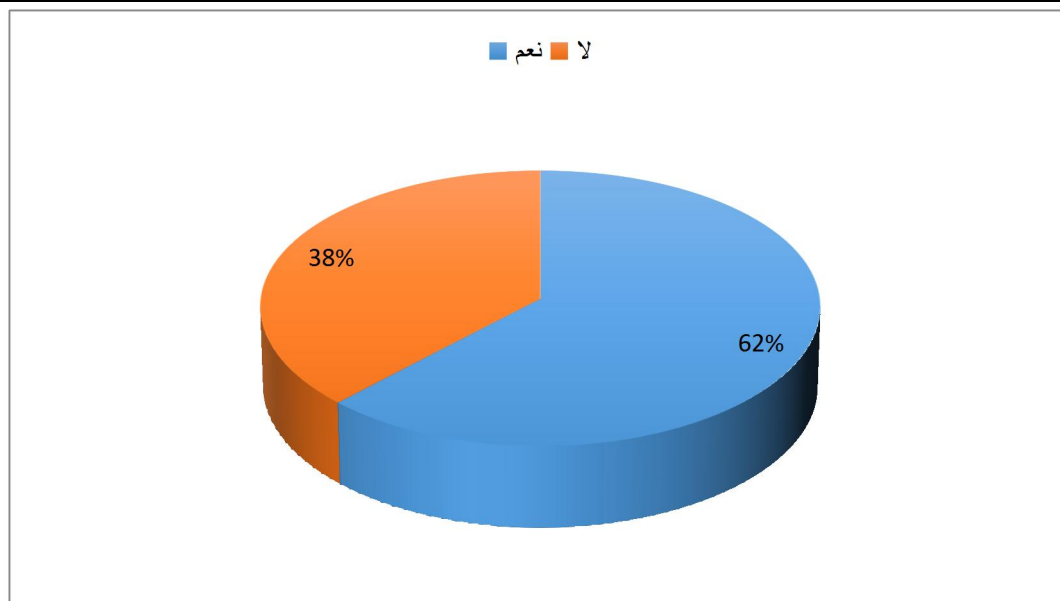
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	28	62.22	2.69	3.84
لا	17	37.78		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		غير دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 28 لاعبا بنسبة بلغت 62.22%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 17 لاعبا بنسبة بلغت 37.78%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.69 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن حسب نسبة كبيرة من اللاعبين الأداء أثناء المنافسة يعود إلى التحضير النفسي قبل

المنافسة

الشكل رقم (27): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (28)



س7. هل تحضيرك النفسي يغير من مردودك أثناء المنافسة؟

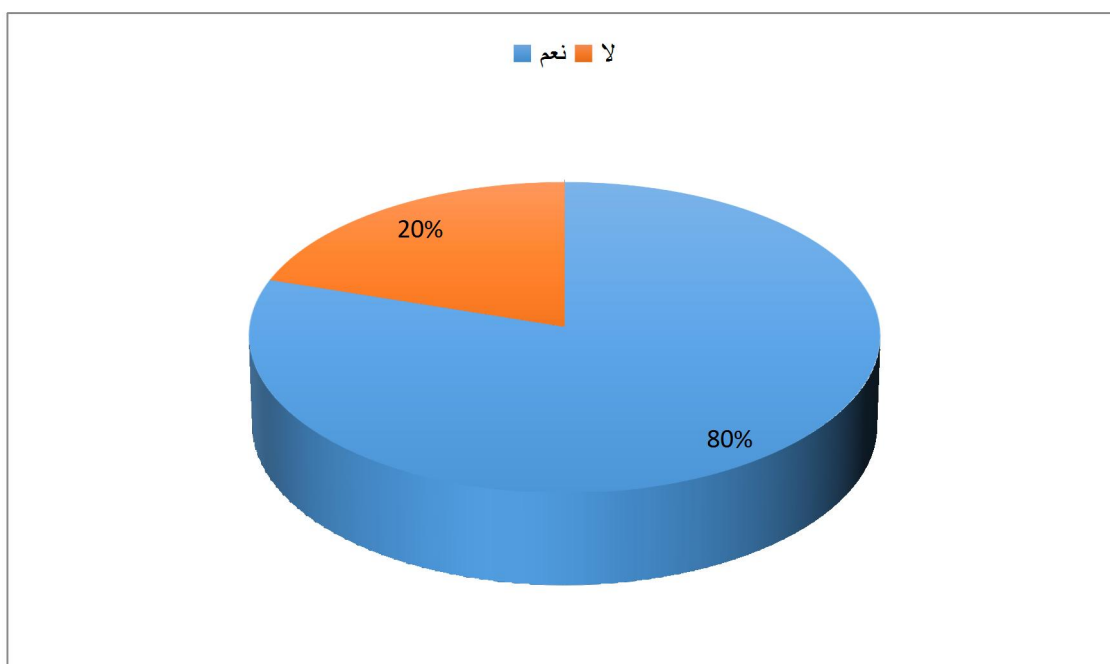
الجدول رقم (29): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (07) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	36	80.00	16.20	3.84
لا	09	20.00		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 36 لاعبا بنسبة بلغت 80.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 09 لاعبين بنسبة بلغت 20.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 16.20 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن التحضير النفسي يغير من مردود اللاعبين أثناء المنافسة

الشكل رقم (28): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (29)



س8. هل تحضيرك النفسي يرفع معنوياتك أثناء المنافسة؟

الجدول رقم (30): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (08) للمحور الثاني

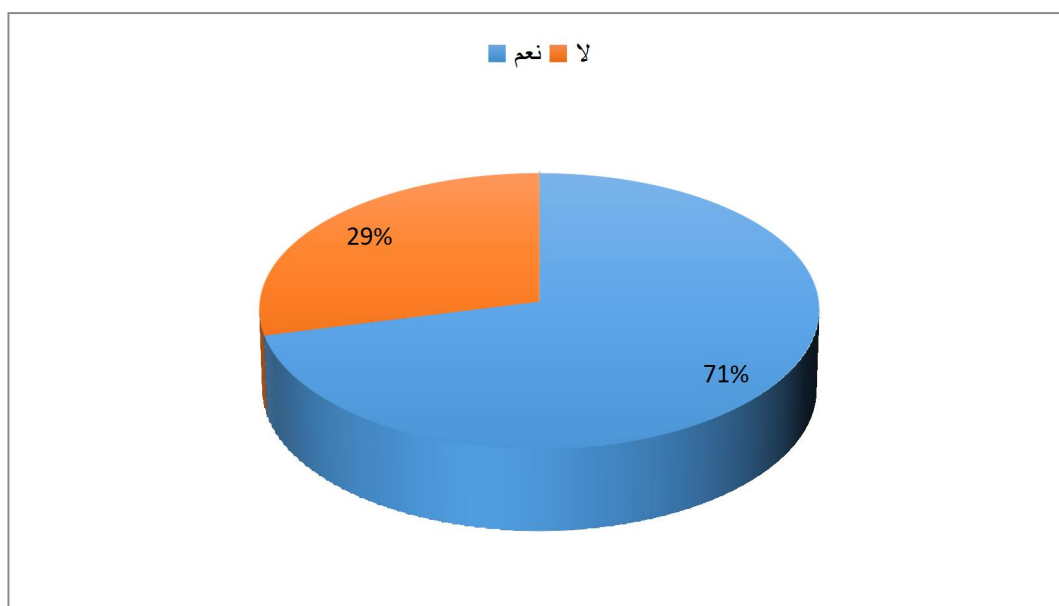
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	32	71.11	8.02	3.84
لا	13	28.89		
المجموع	80	100		

الدلالة عند المستوى 0.05 دال درجة الحرية ن=1

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 32 لاعبا بنسبة بلغت 71.11%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 13 لاعبا بنسبة بلغت 28.89%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 16.20 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة الأولى.

ومنه نستنتج أن التحضير النفسي يرفع معنويات اللاعبين أثناء المنافسة.

الشكل رقم (29): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (30)



س9. هل يهتمك سن المدرب؟

الجدول رقم (31): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (09) للمحور الثاني

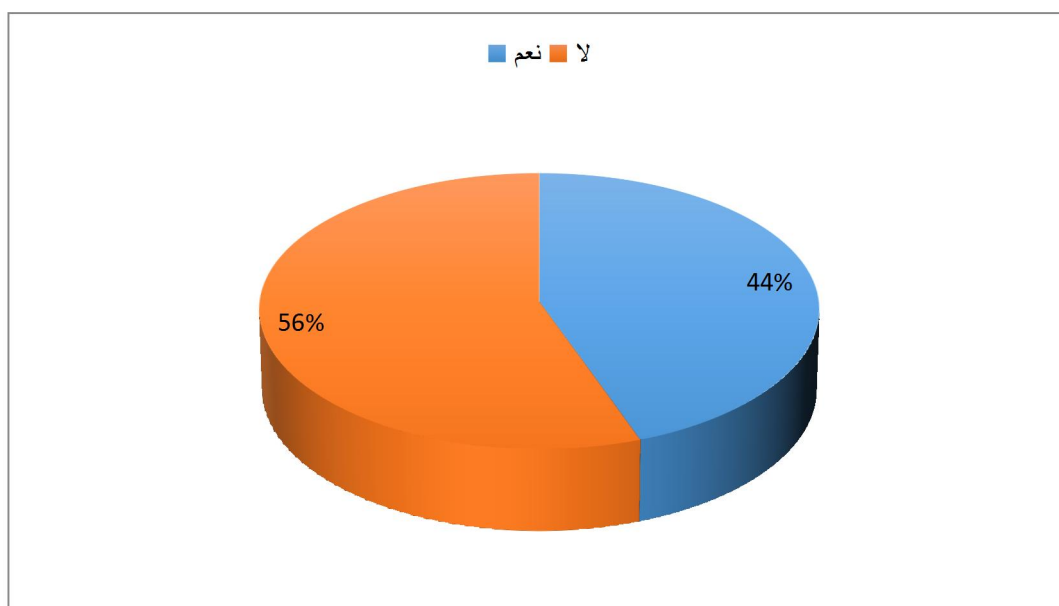
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	20	44.44	0.56	3.84
لا	25	55.56		
المجموع	45	100		

الدلالة عند المستوى 0.05 غير دال درجة الحرية ن=1

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 20 لاعبا بنسبة بلغت 44.44%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 25 لاعبا بنسبة بلغت 55.56%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 0.56 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن اللاعبين لا يهتمهم سن المدرب.

الشكل رقم (30): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (31)



س10. هل يهتمك تكوين المدرب؟

الجدول رقم (32): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (10) للمحور الثاني

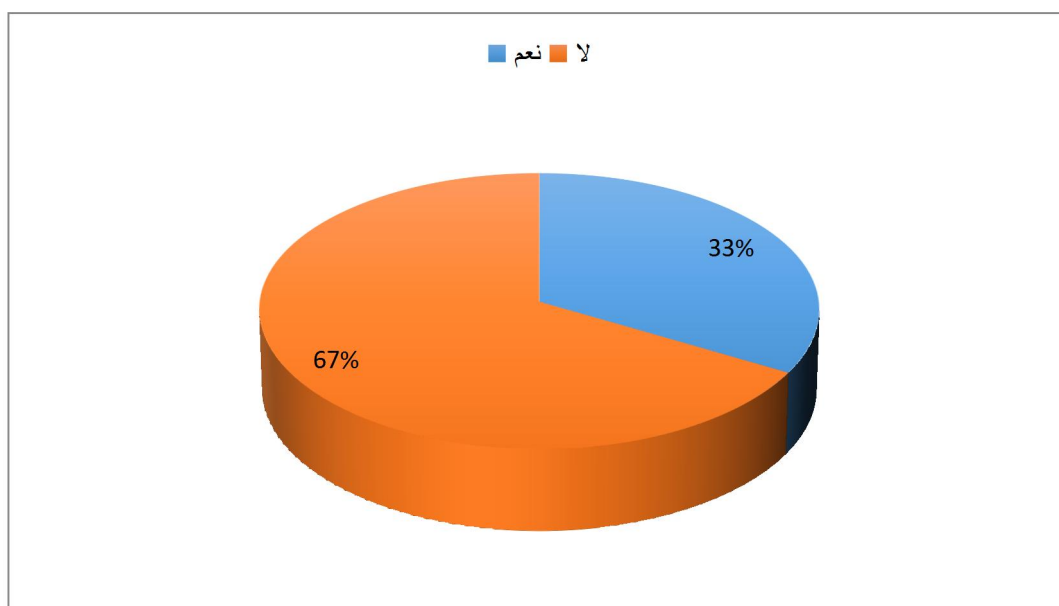
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	15	33.33	5.00	3.84
لا	30	66.67		
المجموع	45	100		

الدلالة عند المستوى 0.05 دال درجة الحرية ن=1

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 15 لاعبا بنسبة بلغت 33.33%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 30 لاعبين بنسبة بلغت 66.67%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 5.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "لا".

ومنه نستنتج أن اللاعبين يعيرون أهمية لتكوين المدرب.

الشكل رقم (31): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (32)



س11. هل تمكك الشهادة المتحصل عليها؟

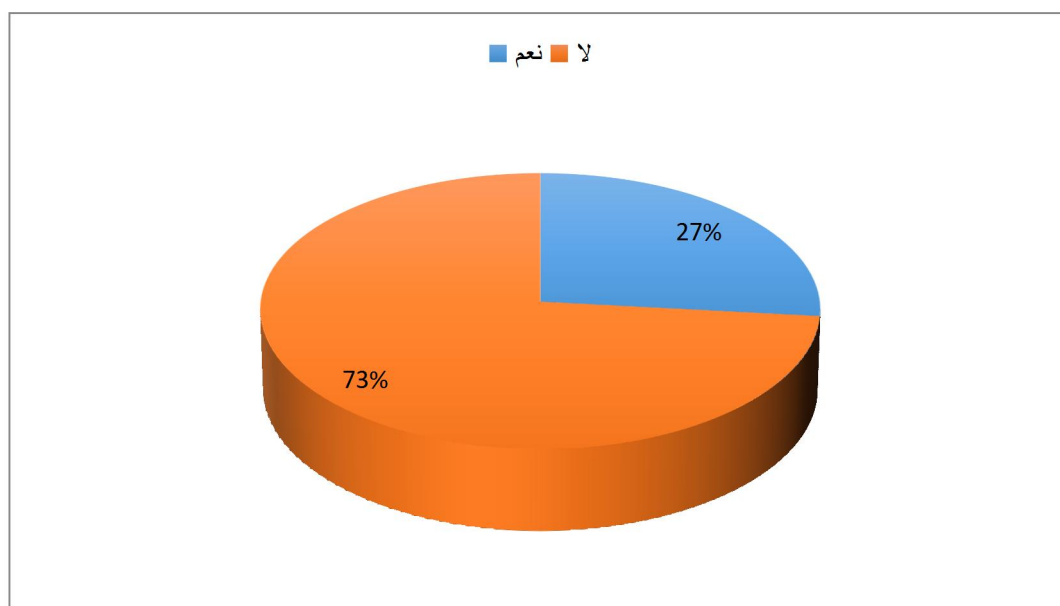
الجدول رقم (33): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (11) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	12	26.67	9.80	3.84
لا	33	73.33		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 12 لاعبا بنسبة بلغت 26.67%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 33 لاعبين بنسبة بلغت 73.33%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 9.80 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "لا".

ومنه نستنتج أن اللاعبين لا يعيرون أهمية للشهادة المتحصل عليها المدرب.

الشكل رقم (32): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (33)



س12. هل تملك سنوات الخبرة لديه؟

الجدول رقم (34): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (12) للمحور الثاني

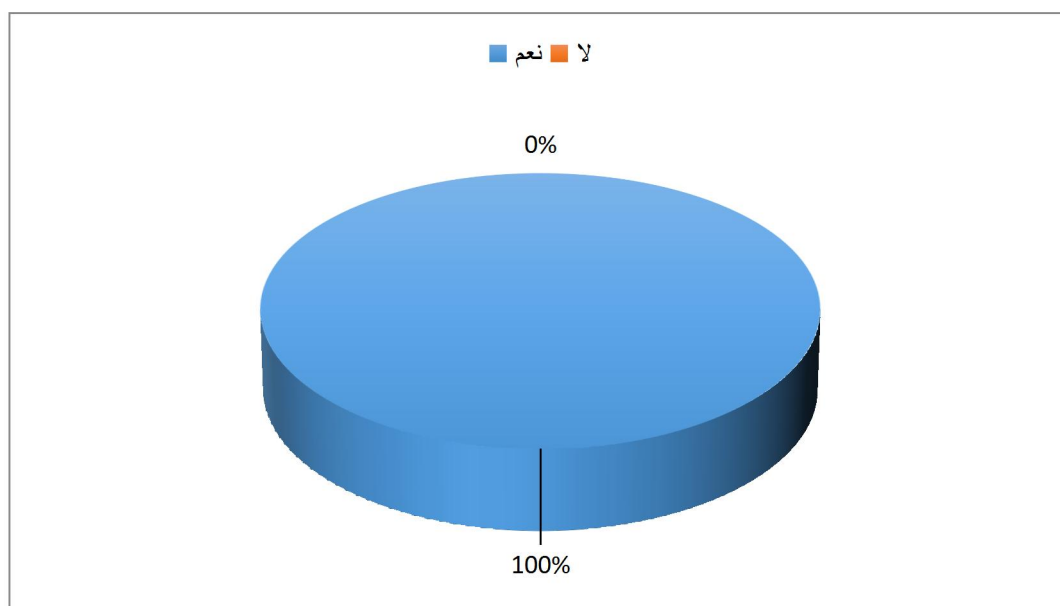
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	45	100	45	3.84
لا	00	00		
المجموع	45	100		

الدلالة عند المستوى 0.05 دال درجة الحرية ن=1

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 45 لاعبا بنسبة بلغت 100%، بينما ولا لاعبا أجاب بـ "لا" بنسبة كانت معدومة، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 45.00 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "نعم".

ومنه نستنتج أن اللاعبين يعيرون أهمية كبيرة لخبرة المدرب.

الشكل رقم (33): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (34)



س13. هل تنفعل أثناء المنافسة؟

الجدول رقم (35): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (13) للمحور الثاني

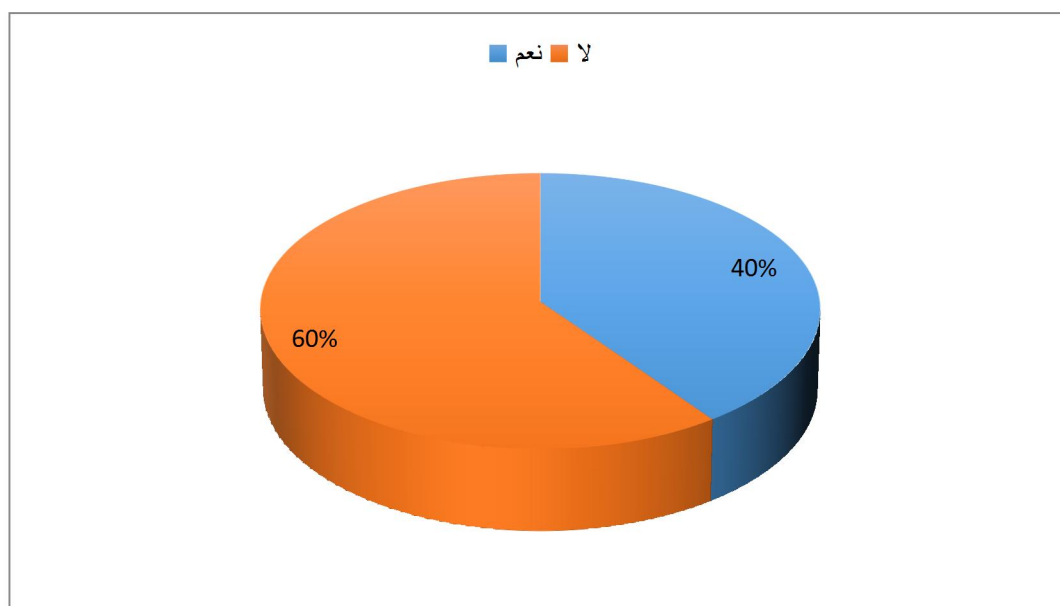
الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
نعم	18	40.00	1.80	3.84
لا	27	60.00		
المجموع	45	100		

الدلالة عند المستوى 0.05 غير دال درجة الحرية ن=1

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "نعم" بلغ 18 لاعبا بنسبة بلغت 40.00%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "لا" 27 لاعبا بنسبة بلغت 60.00%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.80 وهي أقل من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ومنه نستنتج أن بعض اللاعبين ينفعلون أثناء المنافسة.

الشكل رقم (34): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (35)



س14. ما هي أسباب إنفعالاتك؟

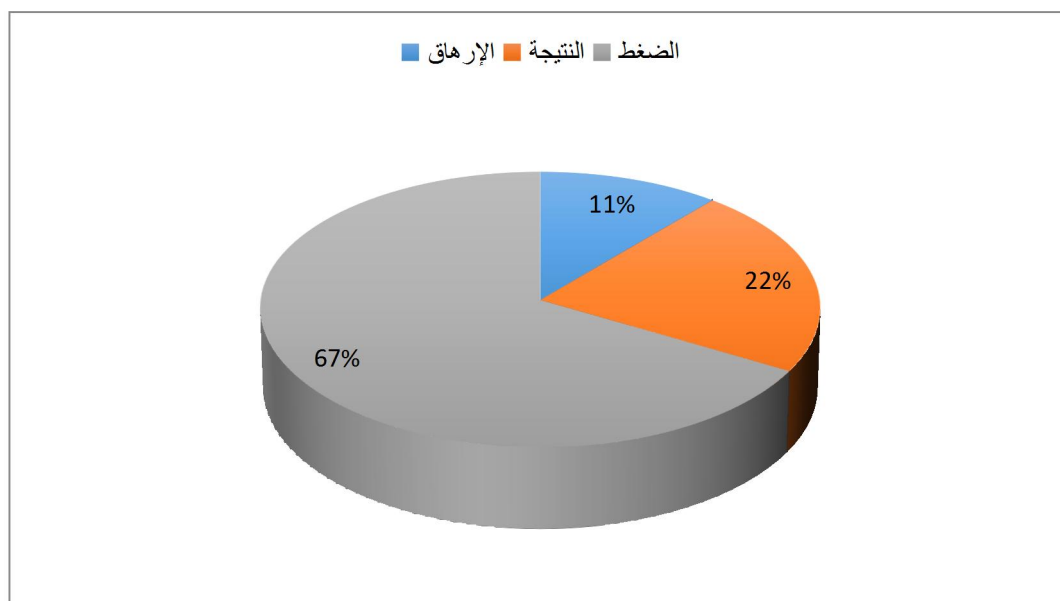
الجدول رقم (36): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (14) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
الإرهاق	05	11.11	23.33	5.99
النتيجة	10	22.22		
الضغط	30	66.67		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=2	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "الإرهاق" بلغ 05 لاعبين بنسبة بلغت 11.11%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "النتيجة" 10 لاعبين بنسبة بلغت 22.22%، أما اللاعبين الذين أجابوا بـ "الضغط"، بلغ 30 "لاعباً" كأعلى نسبة قدرت بـ 66.67%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 23.33 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=2، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "الضغط".

ومنه نستنتج أن الضغط هو سبب انفعالات اللاعبين أثناء المنافسة.

الشكل رقم (35): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (36)



س15. هل السلوكيات الانفعالية للمدرب تؤثر عليك؟

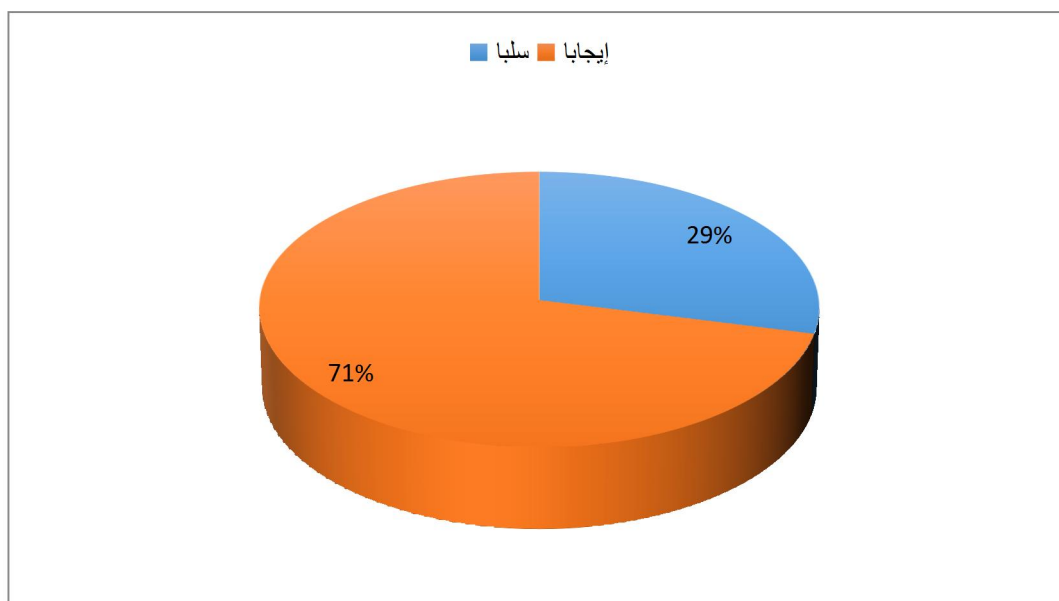
الجدول رقم (37): يبين أجوبة عينة البحث عن السؤال رقم (15) للمحور الثاني

الإقتراحات	التكرار	النسبة (%)	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
سلبا	13	28.89	8.02	3.84
إيجابا	32	71.11		
المجموع	45	100		
الدلالة عند المستوى 0.05		دال	درجة الحرية ن=1	

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد من أجابوا بـ "سلبا" بلغ 13 لاعبا بنسبة بلغت 28.89%، بينما بلغ عدد من أجابوا بـ "إيجابا" 32 لاعبا بنسبة بلغت 71.11%، وحسب نتائج التحليل الإحصائي فقد بلغت قيمة كا² المحسوبة 8.02 وهي أعلى من قيمة كا² الجدولية المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية ن=1، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإجابة بـ "إيجابا".

ومنه نستنتج أن السلوكيات الانفعالية للمدرب تؤثر على اللاعبين إيجاباً

الشكل رقم (36): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (37)



2-2. مناقشة الفرضيات:

نتائج الاستبيان الخاص بالمدرب:

بعد عرض وتحليل النتائج المتحصل عليها من استمارة الاستبيان المقدمة للمدربين وصلنا إلى أن المدربين يعتقدون بأن الحالة النفسية للاعبين لا تغير من مردودهم حسب إحصائيات الجدول رقم (08) من المحور الأول وكذا غياب التحضير النفسي لا يؤثر في المنافسة حسب إحصائيات الجدول رقم (13) محور رقم 1 دليل على الثقة الكاملة بالمدرب وكذا ذهنيات اللاعبين أما بالنسبة للمدربين فهم يفضلون الصرامة و الشخصية القوية في التعامل حسب إحصائيات الجدول رقم (20) محور رقم 1 وقد توافقت النتائج مع نتائج دراسة عالم عبد الحميد وبهذا تحققت الفرضية الجزئية و تحققت الفرضية العامة.

مناقشة الاستبيان الخاص باللاعبين:

من خلال الجدول رقم (03) و(07) و (13) و(15) من المحور الثاني اتضح لنا أن اللاعبين يتوافقون مع المدربين من ناحية الصرامة فيما بينهم وهذا فرض رأي المدرب لما له من خبرة داخل الميدان ويروا أنهم إن لم يحضرهم نفسيا قبل المنافسة فهذا لا يغير من مردودهم وتشابه النتائج المتوصل إليها مع دراسة عالم عبد الحميد وهذا ما أثبت لنا صحة الفرضية الجزئية و العامة.

2-3. الاستنتاجات:

من خلال الدراسة المعمقة والتي شملت الاستبيان المقدم للاعبي كرة القدم صنف أكابر وذلك المدربين الجداول التي ذكرت في الجانب التطبيقي والتي احتوت على مختلف المعلومات الإحصائية لمتغيرات دراستنا المتمحورة حول موضوع "السلوك الانفعالي وأثره على الأداء الرياضي للاعبي كرة القدم صنف أكابر":

إن السلوك الانفعالي للمدرب يؤثر إيجابا على الأداء الرياضي للاعبين حسب نتائج الجدول رقم (15) المحور الثاني.

استنتجنا أن الشخصية القوية للمدرب والشجاعة وامتلاكه السلطة والقدرة على فرض الانضباط داخل المجموعة يغير من المردود أثناء المنافسة حسب نتائج الجدول رقم (16) المحور الأول ونتائج الجدول الثالث من المحور الثاني.

اتفقوا أيضا إلى الصرامة في التدريب والتواصل تؤدي إلى الخروج بنتائج إيجابية حسب نتائج الجدول رقم (20) من المحور الأول.

ومن خلال ما توصلنا إليه من استنتاجات تحقق صحة الفرضية الجزئية حققت بذلك الفرضية العامة للدراسة.

2-4. الخاتمة:

القلق، الغضب، التوتر، العصبية، الكف.....

كلها عبارة عن حركات انفعالية يعيش فيها المدرب وسط الميدان خاصة مدربي كرة القدم، فالمدرب ذو الشخصية القوية والصرامة في التدريب وفارض لرأيه، منضبط داخل الميدان يؤدي بفريقه إلى طريق النجاح لأنه بطبيعته هذه يجد من حرية اللاعبين ويغير من مردودهم في المنافسة أي أنه لبدا أن تتوفر بعض المعايير في المدرب، فكلما كانت شخصية المدرب قوية كلما كان الإنجاز إيجابيا.

2-5. التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالجانب العلاقتي في العملية التدريبية.
- ضرورة إلمام المدرب بطريقة التعامل والتواصل مع لاعبيه قبل أثناء وبعد المنافسة.
- ضرورة المتابعة المستمرة لأحوال اللاعبين من الناحية النفسية.
- ضرورة إعادة رسكلة المدربين من الناحية السيكولوجية وتوعيتهم بمدى أهمية الجانب النفسي.
- لابد من تنظيم تریصات وطنية لتطوير المهارات الاتصالية للمدربين واللاعبين.

المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

أ. المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم مصطفى، سالم فرح، زقوق سالم سليمان، مرجع سابق (s.d.). دليلك إلى طرق اختبار لكرة القدم .
2. احمد علي . (1978). منهج التعليم للكبار، دارالفكر العربي . مصر.
3. اسامة حامد راتب. (1998). قلق المنافسة. القاهرة: دار الفكر العربي.
4. البيك علي فهمي، عباس عماد الدين، و ابو زيد. (2003). المدرب الرياضي. الناشر للمعارف، ط.1
5. البيك علي فهمي . (بلا تاريخ). المدرب الرياضي في الالعاب الجماعية .
6. الزراد خير الدين . (1984). الامراض النفسية والاضطرابات السلوكية . دار الملايين.
7. السيد. (2002). الاسس العلمية للتدريب الرياضي . دار الهدى للنشر، ط.1
8. السيد الحاوي. (2002). المدرب الرياضي. مصر: المركز العربي للنشر.
9. الطالب ضرار مجيد. (.1983)
10. الطيب الطاهر . (1981). مبادئ الصحة النفسية. مصر: دار المعارف الجامعية.
11. العصاوي حسن . (1992). علم النفس الرياضي . القاهرة: دار المعارف، ط.8
12. جميل رومي . (1986). كرة القدم . لبنان: دار الدواوين، ط1، .
13. حافظ سعيد . (.1984)
14. حسن عبد الجواد. (1984). كرة القدم. بيروت ،لبنان.
15. حسين عبد الحميد رشوان. (2003). في مناهج العلوم . الجامعة الإسكندرية،مصر.: بدون طبعة.

16. حسين قاسم حسن. (بلا تاريخ). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة. الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط1.
17. حماد معن ابراهيم. (2001). التدريب الرياضي الحديث تخطيط وقيادة . القاهرة: دار الفكر العربي.
18. راتب أسامة كامل. (1997). علم النفس الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي.
19. راجح أحمد. (1996). أصول علم النفس القاهرة . دار القومية للطباعة والنشر.
20. روجي جميل. (1983). فن كرة القدم. بيروت: دار النقاش.
21. زكي محمد سفيق. (1997). الانسان والمجتمع . الاسكندرية، مصر: المكتب الجامعي الحديث، ط1.
22. عبد الخالق عصام. (1992). التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي، ط 1.
23. عبد الرحمن السبد . (1998). دراسة في الصحة النفسية فعالية الذات والاضطرابات النفسية السلوكية . مصر: دار قباء للنشر والتوزيع.
24. عبد الرحمن الكندري، محمد عبد الدايم. (1999). مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية و العلوم . الكويت : مطبعة الفلاح.
25. عبد المالك كعبيب ، و محمد بن عمار. (2022). بعض المحددات النفسية وعلاقتها بكفاءة التدريب في كرة القدم .
26. عصام عبد الخالق. (2003). التدريب الرياضي، نظريات تطبيقات. الاسكندرية: منشأة المعارف.
27. علاوي محمد حسن. (1994). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف، ط9.
28. عماد ابراهيم . (1996). التدريب الرياضي من الطفولة الى المراهقة . القاهرة: دار الفكر العربي.
29. متولي مختار ، و محمد اسماعيل . (1969). مبادئ علم النفس . سوريا: مطبعة المعارف، ط3.
30. مجلة الوحدة الرياضي. (1982, 18 6). عدد خاص. 10.

31. محمد بن عمار ، و عبد المالك كعبيش . (2022). بعض المحددات النفسية وعلاقتها بكفاءة المدربين في كرة القدم .
32. محمد جابر، خيرية إبراهيم السكري. (2004). التدريب في كرة القدم النسائية. منشأة المعارف بالإسكندرية.
33. محمد حسن علاوي. (1997). علم النفس الرياضي .
34. محمد عبدو صالح الوحش، مفدي إبراهيم محمد. (1994). الموسوعة الرياضية العصرية، مرجع سابق .
35. محمد يعقوبي. (1998). معجم الفلسفة اهم المصطلحات . ط2 المسيرة للنشر ، الجزائر.
36. مختار. (.1995)
37. مختار حنفي محمد. (1996). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. مصر: دار الفكر العربية.
38. مزهود لوصيف , بلقاسم تلي، الجابري عيساني. (1997م). دور الصحافة المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية. دالي إبراهيم, معهد التربية البدنية و الرياضية.
39. مفدي إبراهيم. (1994). الموسوعة الرياضية العصرية. بيروت: دار المعرفة.
40. وف دافيد. (1988). مدخل علم النفس. القاهرة: دار ماي جسر وصيل للنشر، ط3.
- أ. المراجع باللغة الأجنبية:

41. Abreahmenile . (s.d.). détermination de certaines caractéristique morphologique.
42. <http://id.loc.gov/authorities/subjects/sh85123879>. (2019, 12 18). معلومات عن حكم كرة القدم.
43. <http://www.wenteb.com>. (s.d.).

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس



معهد التربية البدنية والرياضية

يسرنا أن نتقدم إلى سيادتكم بهذا الاستبيان بغرض الإجابة على الأسئلة وذلك في إطار التحضير لإنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان "السلوك الانفعالي للمدرب وأثره على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم صنف أكابر لولاية مستغانم"

البيانات شخصية للمدرب:

س1 : السن

س2 : المستوى التعليمي

س3 : سنوات الخبرة

المحور الأول : أسئلة للمدربين:

س1 : هل تلتقيتم في تكوينكم الاهتمام بالإعداد النفسي للاعب ؟

لا نعم

س2 : هل تخشى من فقدان لاعبيك للسيطرة أثناء المنافسة نظرا لتلقيهم الإعداد النفسي قبل المواجهة ؟

لا نعم

س3 : أتصحح اللاعبين قبل المنافسة ؟

لا نعم

س4 : أيهمك الجانب النفسي للاعبين أكثر من الجانب التكتيكي ؟

لا نعم

س5 : هل الانفعالات الظاهرة على لاعبيك لها علاقة بعدم تحضيرهم نفسيا ؟

لا نعم

س6 : هل تهتم بالجانب النفسي للاعبين ؟

نعم لا

س7 : هل تخصص حصص للاعداد النفسي للاعبين ؟

نعم لا

س8 : هل الحالة النفسية للاعبين تغير من مردودهم ؟

نعم لا

س9 : هل وجودك مع لاعبيك قبل المنافسة يرفع من كفاءتهم أثناء المنافسة ؟

نعم لا

س10 : هل إهمال المدرب للجانب النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى صعوبة المواجهة ؟

نعم لا

س11 : هل عدم تقديم الارشادات للاعبين خلال التدريبات يؤدي إلى ظهور انفعالات سلبية لديهم ؟

نعم لا

س12 : هل برأيك هناك ضرورة لإدماج الإعداد النفسي مع الإعداد المهاري و البدني للاعبين ؟

نعم لا

س13 : هل غياب تحضيرك النفسي للاعبين يؤثر فيهم و يصعب المنافسة عليهم ؟

نعم لا

س14 : كيف يتجاوبون مع قراراتك ؟

الرفض القبول

س15 : أيهما له الأسبقية في نظرك التحضير ؟

النفسي البدني المهاري

س16 : كيف تؤثر على لاعبيك ؟ بشخصيتك بأسلوبك

س17 : ماهي الشخصية المفضلة لديك أثناء تقديمك للحصة التدريبية ؟

متحكم في أعصابك سريع الانزعاج

س 18 : هل تستخدم الإعداد النفسي ؟

طويل المدى قصير المدى

س 19 : كيف هو مبرمج ؟

يومي أسبوعي شهري

س 20 : برأيك كيف هو الأسلوب الذي يلزم للمدرب تتبعه مع اللاعبين ؟

الصرامة التساهل

س 21 : ما هو الفرق بين المدرب الأكاديمي و اللاعب القديم ؟

.....

المحور الثاني : أسئلة تخص اللاعبين :

بيانات شخصية :

السن سنوات ممارسة كرة القدم

س 1 : ما هو الأسلوب الذي يستخدمه مدربك معك ؟

الديمقراطي الاستبدادي الفوضوي

س 2 : ما هو السلوك الذي تفضله ؟

س 3 : كيف ترى أوامر مدربك أثناء التدريب ؟

فرض لرأيه الصد من حريتك

س 4 : ما هو الجانب المهم في التحضير قبل المنافسة ؟

بدني نفسي تكتيكي

س 5 : متى يكون تركيز المدرب على الجانب النفسي في المنافسة

قبل بعد

س 6 : هل أداؤك أثناء المنافسة يعود إلى تحضيرك النفسي قبل المنافس

نعم لا

س7 : هل تحضيرك النفسي يغير من مردودك أثناء المنافسة ؟

نعم لا

س8 : هل تحضيرك النفسي يرفع معنوياتك أثناء المنافسة ؟

نعم لا

س9 : هل يهتمك سن المدرب ؟

نعم لا

س10 : تكوينه ؟

نعم لا

س11 : الشهادة المتحصل عليها ؟

نعم لا

س12 : سنوات الخبرة لديه

نعم لا

س13 : هل تنفعل أثناء المنافسة؟

نعم لا

س14 : ماهو سبب انفعالاتك ؟

.....

س15 : هل السلوكات الإيجابية للمدرب تؤثر عليك ؟

سلبا إيجابا

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية و الرياضية

قائمة الأساتذة المحكمين

مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان: "السلوك الإنفعالي للمدرب و أثره على الأداء الرياضي للاعب كرة القدم أكابر
لولاية -مستغانم-"

الإمضاء	الدرجة العلمية	الجامعة	أسماء الأساتذة
	أ.م.أ. - أ.م.أ.	مستغانم	سويح الكور
	أ.م.أ.	مستغانم	خلول سويح
	أ.م.أ.	مستغانم	أ.م.أ. محمد عبد القادر
	أ.م.أ. - أ.م.أ.	مستغانم	د/عزال عده

الأستاذ المشرف:

أ/د بن شني

من إعداد الطلبة:

✓ بن حرورة نوال .

✓ محرز يونس.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research



University Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Institute of Sports and Physical Education

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية و الرياضية

The Date :30/04/2023
Ref :117/ S.T / 2023

مستغانم في: 2023/04/30
الرقم: 117 / ت.ر / 2023

Sport training département

قسم: تدريب رياضي

إلى السيد (ة): رئيس فريق حياة استيديا
- لولاية مستغانم -

الموضوع : طلب تسهيل مهمة .

يسر رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد التربية البدنية و الرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم أن يتقدم

إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة الطالبان (ة) :

- بن حرورة نوال .

- محرز يونس .

المسجلين في السنة الثالثة ليسانس تدريب رياضي تنافسي للسنّة الجامعية 2022/2023.
و هذا قصد توزيع استبيانات على المدربين و اللاعبين لاعداد مذكرة تخرج ليسانس.

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

رئيس القسم
رئيس قسم التدريب
امضاء: بختاني عماد

بورقة الحبيب



موافقة رئيس الفريق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research



University Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Institute of Sports and Physical Education

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

The Date :30/04/2023
Ref :117/ S.T / 2023

مستغانم في: 2023/04/30
الرقم: 117 / ت.ر / 2023

Sport training département

قسم: تدريب رياضي

إلى السيد (ة): رئيس فريق نجم صلامندر
- لولاية مستغانم -

الموضوع : طلب تسهيل مهمة .

يسر رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد التربية البدنية و الرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم أن يتقدم

إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة الطالبان (ة) :

- بن حرورة نوال .

- محرز يونس .

المسجلين في السنة الثالثة ليسانس تدريب رياضي تنافسي للسنة الجامعية 2022/2023.
و هذا قصد توزيع استبيانات على المدربين و اللاعبين لاعداد مذكرة تخرج ليسانس.

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

رئيس القسم
رئيس قسم التدريب
امضى: بلقاضي عادل

موافقة رئيس الفريق





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research



University Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Institute of Sports and Physical Education

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

The Date :30/04/2023
Ref :117/ S.T / 2023

مستغانم في: 2023/04/30
الرقم: 117 / ت.ر. / 2023

Sport training département

قسم: تدريب رياضي

إلى السيد (ة): رئيس فريق هلال منصور
- لولاية مستغانم -

الموضوع : طلب تسهيل مهمة .

يسر رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد التربية البدنية والرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم أن يتقدم
إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة الطالبان (ة) :

- بن حرورة نوال .

- محرر يونس .

المسجلين في السنة الثالثة ليسانس تدريب رياضي تنافسي للسنة الجامعية 2023/2022.
و هذا قصد توزيع استبيانات على المدربين و اللاعبين لاعداد مذكرة تخرج ليسانس.

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

رئيس القسم
رئيس قسم التدريب
امضاء: د. بلقاضي عادل

جامعة عبد الحميد بن باديس
الولاية مستغانم
الرئيس -
خديجة بنت محمد

