



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



قسم التدريب الرياضي

مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية

تخصص تدريب رياضي

تحت عنوان :

التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمستوى الأداء
المهاري في كرة القدم
-دراسة ميدانية لنادي سيق أقل من 15 سنة -

إعداد الطالبان:

- دويسي علاء
- بوتزديم حسان

تحت إشراف:

- أ د حمزاوي حكيم

السنة الجامعية: 2020-2021



إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى :

- ✓ سندي و قوتي و ملاذي بعد الله ,
- ✓ من أثروني على أنفسهم ,
- ✓ من أظهروا لي ما هو أحلى من الحياة ... (أمي و أبي)
- أطال الله في عمرهما.
- ✓ الإخوة و الأخوات و العائلة الكريمة
- ✓ الأصدقاء و الأساتذة

دويسي علاء

إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى :

✓ من وضع المولى سبحانه و تعالى الجنة تحت قدميهما وقرهما

في كتابه العزيز... (أمي وأبي العزيزين) أطال الله في عمرها.

✓ الإخوة و الأخوات و العائلة الكريمة

✓ الأصدقاء و الأساتذة

بوتزديم حسان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد و على أله و صحبه و من تبعهم بإحسان إلى يوم الدين و بعد ... ،

يقول المصطفى عليه أفضل الصلاة و السلام ﴿من لا يشكر الناس لا يشكر الله﴾ .

فنحن نشكر الله تعالى على فضله حيث أتاح لنا إنجاز هذا العمل بفضلته فله الحمد أولاً و آخراً .

ثم نشكر أولئك الأحيار الذين مدوا لنا يد المساعدة خلال هذه الفترة و في مقدمتهم أستاذنا المشرف على المذكرة فضيلة الدكتور حمزوي حكيم ، الذي لم يدخر جهداً في مساعدتنا ، كما نشكر القائمين على معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية و كل الأساتذة الذين تدرسنا على أيديهم خلال فترة دراستنا في المعهد ، كما لا يفوتنا أن نتقدم بشكرنا الخالص لكل زملاء الدفعة الذين لم ييخلوا علينا .

وفي الختام نشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد بالكثير أو بالقليل حتى و لو بكلمة طيبة أو إبتسامة عطرة

وإلى كل هؤلاء نقول لهم برك الله لكم و جعلها في ميزان حسناتكم ، أمين .

الفهرس

إهداء1

إهداء2

تشكرات

أ.....	مقدمة عامة
08.....	1-الإشكالية :
10.....	2-التساؤلات الفرعية
10.....	3-الفرضيات
10.....	4-أهمية البحث
11.....	5-أهداف البحث
11.....	6-أسباب اختيار البحث
12.....	7-الدراسات السابقة

الجانب النظري

الفصل الأول

17.....	تمهيد
18.....	1-1-المفهوم اللغوي للتوافق
18.....	1-2-التوافق النفسي الإجتماعي
19.....	1-3-مفهوم التوافق النفسي
21.....	1-4-مؤشرات التوافق النفسي
21.....	1-5-مجالات التوافق النفسي
22.....	1-6-معايير التوافق النفسي
23.....	1-7-مفهوم التوافق الإجتماعي
24.....	1-8-معايير التوافق الاجتماعي
24.....	1-9-العوامل التي تعيق التوافق الاجتماعي
25.....	1-10-عملية التوافق النفسي الاجتماعي
26.....	خلاصة الفصل

الفصل الثاني

28.....	تمهيد
29.....	2-1-مفهوم المهارة

29	2-2-المهارة في كرة القدم.....
30	2-3-الفرق بين المهارة والتقنية.....
30	2-4-مراحل نمو المهارة الرياضية.....
31	2-5-العوامل المحددة لطبيعة المهارة في المجال الرياضي.....
32	2-6-المهارات الحركية في المجال الرياضي.....
32	2-7-المهارات الأساسية في كرة القدم.....
32	2-8-أقسام المهارة في كرة القدم.....
37	2-9-خصائص المهارة في كرة القدم.....
38	2-10-العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم.....
39	2-11-أهمية المهارة في كرة القدم.....
41	خلاصة الفصل .

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

44	تمهيد
44	1-1-الهدف من الدراسة الميدانية.....
44	1-2-المنهج المتبع في الدراسة.....
45	1-3-عينه الدراسة وكيفية اختيارها.....
45	1-4-مجالات البحث.....
	1-5-متغيرات الدراسة
46	1-6-أدوات البحث.....
48	خلاصة الفصل.....

الفصل الثاني

50	2-1-تحليل ومناقشة النتائج
78	2-2-الملخص
79	2-3-الاقتراحات والتوصيات
80	خاتمة

قائمة المراجع

قائمة الملاحق

قائمة الجداول :

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	الجدول رقم (01) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 01 من المحور الأول	50
2	الجدول رقم (02) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 02 من المحور الأول	51
3	الجدول رقم (03) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 03 من المحور الأول	52
4	الجدول رقم (04) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 04 من المحور الأول	53
5	الجدول رقم (05) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 05 من المحور الأول	54
6	الجدول رقم (06) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 06 من الم و ر ال ول	55
7	الجدول رقم (07) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 07 من المحور الأول	56
8	الجدول رقم (08) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 08 من المحور الأول	57
9	الجدول رقم (09) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 09 من المحور الأول	58
10	الجدول رقم (10) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 10 من المحور الأول	59
11	الجدول رقم (11) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 11 من المحور الأول	60
12	الجدول رقم (12) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 01 من المحور الثاني	61
13	الجدول رقم (13) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 02 من المحور الثاني	62
14	الجدول رقم (14) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 03 من المحور الثاني	63
15	الجدول رقم (15) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 04 من المحور الثاني	64
16	الجدول رقم (16) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 05 من المحور الثاني	65
17	الجدول رقم (17) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 06 من المحور الثاني	66
8	الجدول رقم (18) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 07 من المحور الثاني	67
19	الجدول رقم (19) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 08 من المحور الثاني	68
20	الجدول رقم (20) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 09 من المحور الثاني	69
21	الجدول رقم (21) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 10 من المحور الثاني	70
22	الجدول رقم (22) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 01 من المحور الثالث	71
23	الجدول رقم (23) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 02 من المحور الثالث	72
24	الجدول رقم (24) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 03 من المحور الثالث	73
25	الجدول رقم (25) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 04 من المحور الثالث	74
26	الجدول رقم (26) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 05 من المحور الثالث	75
27	الجدول رقم (27) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 06 من المحور الثالث	76

مقدمة

مقدمة :

يشكل النشاط الرياضي جزءًا متكاملًا من التربية العامة ، يستطيع الفرد من خلال التحكم في جسمه ووسطه الداخلي وحتى الوسط الاجتماعي ، وبفضله ينمي قدراته الحركية ، فهو ميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية النفسية و الاجتماعية ، وذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام ، وهو يقوم على أسس تعمل كمقومات له ، لا تخرج عما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين خاصة العلمية منها ، و عليه فهو علم مرتبط ارتباطًا وثيقًا بمختلف العلوم كالفيزيولوجيا ، علم التشريح ، علم الحركة ، علم الاجتماع ، التاريخ و علم النفس.

ويعد الجانب النفسي إحدى المتطلبات الرئيسية لهذا النشاط ، فالاهتمام بالإعداد الرياضي لا يتوقف عند تعليمه فقط بل يتعدى ذلك إلى بناء متكامل ، يشمل شخصيته في جميع جوانبها ، من أجل تكوين جيلًا متوازنًا في مختلف المجالات ، فهو يؤهل الرياضي بصفة عامة و لاعب كرة القدم بصفة خاصة لأداء الجوانب البدنية و الحركية والمهارية بصورة مناسبة.

و من المعروف أن رياضة كرة القدم تتميز كباقي الرياضات بأنها تعتمد على القدرات العقلية و النفسية بقدر اعتمادها على الجوانب البدنية و الحركية و المهارية ، من خلال توافق الجهاز العصبي و العضلي و القدرة على التكيف مع المواقف المختلفة السريعة ، ولشأن لا شك فيه أن هذه الرياضة تعتمد على مهارات أساسية مترابطة ترابطًا وثيقًا فيما بينها ، يعد إتقانها من أهم العوامل التي تحقق للفريق التفوق و النجاح مما يستوجب أدائها بشكل متكافئ من قبل اللاعبين ، كي يتمكن كل واحد من تنفيذ واجبه أثناء اللعب بصورة صحيحة . فالأداء المهاري من خلال هذه الرياضة يشكل وحدة تشتمل في إنجازها بالدرجة الثانية ، الجوانب النفسية والاجتماعية ومختلف الأجهزة الحيوية لدى اللاعب ، بهذا تكون قد تجاوزت حدود الجسم لتشمل آفاق الفكر و الإدراك والمشاعر و الإحساسات و الانفعالات و الدوافع ، يتفاعل من خلالها اللاعب مع نفسه و مع محيطه و مع زملاء .

فهي ليست سلوك فردي فحسب بل اجتماعي أيضا ولا تتعلق بحاجة الفرد الفيزيولوجية وحاجته للحركة بل تتعدى ذلك إلى الحاجات النفسية الاجتماعية ، و هذا ما يعبر عنه بالتوافق النفسي الاجتماعي .

ولقد ساهمت نتائج الدراسات الحديثة في مجال علم النفس الرياضي و علم الاجتماعي الرياضي في التوصل إلى العديد من المعارف و المعلومات والاستنتاجات العلمية و النظريات الهامة المرتبطة بالمجال التوافق النفسي الاجتماعي ، حيث توصلت مختلف البحوث إلى أن مستوى و نوعية الأداء المهاري مرتبطة بالحالة النفسية الاجتماعية لكافة لاعبي الفريق.

و يعتبر التوافق العام بأبعاده المختلفة من العمليات الهامة في حياة الإنسان (طفولة ،شباب ، كهولة ،شيخوخة)، كما انه الهدف و الغاية التي يسعى لتحقيقها مع ذاته و غيره في جميع الأوضاع و على كافة الأصعدة انطلاقا من الأسرة مرورا بالمدرسة و المجتمع بوجه عام ،و في ظل غياب التوافق يبقى الفرد يتخبط في مشكلات توافقية تحول دون بلوغ ،أهدافه المنشودة ،و من وراء ذلك أهداف المجتمع ككل ،حيث يؤدي كثرة الأفراد الغير متوافقين إلى تفشي الأمراض النفسية والاجتماعية و استفحالها في المجتمع بشكل عام.

الفصل التمهيدي

1-الإشكالية :

إن الاهتمام بالجانب النفسي في العملية التدريبية اثبت دوره وتأثيره الايجابي و يشكل جزءا مهما في المنهج التدريبي المعتمد من قبل المدرب، فالمدرب ليس مهمته فقط إعطاء التمارين فحسب بل هو رجل تربوي أيضا ويكون ذلك بإعطاء أهمية خاصة للإعداد الرياضيين للوصول إلى المستوى العالي.

فالتدريب الرياضي هو عملية تدريبية تخضع للأسس والمبادئ العلمية وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن من أنواع الأنشطة الرياضية، ولهذا أصبح وجود المختص في الجانب النفسي ضمن الطاقم التدريبي جزءا أساسيا لا يمكن التفريط فيه خاصة لدى لاعبي كرة القدم، كما أن لعبة كرة القدم أحد الأنشطة الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير و الذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة كما أنها تتميز بتنافس مباشر بين فريقين بالإضافة إلى تعرض اللاعبين إلى مواقف وضغوطات نفسية مختلفة و التي من شأنها التأثير على الأداء المهاري و الخططي للاعب و بالتالي على نتيجة المباراة و ذلك كان لزاما على المدربين التخطيط المبتكر لتنمية الصفات النفسية و خلق علاقات اجتماعية التي من شأنها تحقيق أعلى مستوى مهاري ممكن.

لذلك فان رياضة كرة القدم تتطلب من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية و الخططية و المهارية و النفسية و كذلك خلق العلاقات الاجتماعية ، و ذلك قصد الوصول إلى تحقيق أفضل و أعلى مستوى في الانجاز الرياضي، و لقد تقاربت طرق الإعداد البدني و المهاري و الخططي و مبادئه كأسس في تحقيق النتائج الرياضية ،غير أن الاهتمام بالجانب النفسي الاجتماعي لم يكن مبكرا ، لكن مع دخول لعلم النفس المجال الرياضي زاد الاهتمام بالفرد و الجماعة ، فلاحظت العديد من الدراسات أن اداء الفريق مرهون بمدى معرفتنا لواقع الفرد في علاقته مع الأعضاء المكونة للجماعة. (أسامة كامل راتب مصطفى محمد مرسي، /1991ص35)

حيث يظهر بوضوح الدور الذي يقوم به الجانب النفسي للرياضي و الفريق وكذا العلاقات الاجتماعية داخل الفريق التي تبني أساس التكامل في المتطلبات النفسية و المهارية .و العلاقات النفسية و الاجتماعية تمثل بعدا هاما في إعداد اللاعبين فهي تلعب دورا أساسيا في تطوير الأداء و أصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنبا إلى جنب مع المتطلبات البدنية و المهارية و الخططية ،فالأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون إلى درجة كبيرة من حيث المستوى البدني و

المهاري و الخططي ، لكن يختلفون من حيث المهارات النفسية والعلاقات الاجتماعية نتيجة للاعبين أثناء المنافسة فهي تلعب دورا رئيسيا في تحقيق الفوز و الانتصار (أسامة كامل راتب ، 2000) .

كما نجد أن ممارسة كرة القدم ليس سلوك فردي فحسب بل اجتماعي وأيضا له علاقة بحاجيات الفرد الفيزيولوجية وكذا حاجة الفرد كذلك إلى الحركة بل تعدى نشاط ممارسة إلى القدم إلى الحاجيات النفسية والاجتماعية وهذا ما يعبر عنه بالتوافق النفسي والاجتماعي .

لقد أصبحت ممارسة كرة القدم بنظمها و أساليبها وقواعدها السليمة ميدانا علميا من ميادين العلوم، وعنصرا قويا في إعداد الفرد من جميع النواحي النفسية الاجتماعية،الثقافية،البدنية.

وهذا ما يسعى إليه المختصون فيكرة القدم من خلال البرامج التدريبية والمنتهجة علميا، إلا أن ما يقف حاليا كعائق في طريق المدربين هو الجانب النفسي أو التحضير النفسي والاجتماعي

وباعتبار المدربين هم المساهمين المباشرين في عملية تحقيق النتائج من خلال إشرافهم على تحسين وتطوير أداء فرقهم ومحاولين معرفة إمكانيات اللاعبين النفسية والبدنية واستغلالها أحسن استغلال، لذا كان من الضروري على المدربين أنفسهم أن يفهموا جانبا مهما من الجوانب الخاصة لأداء اللاعبين.

وتعد العناصر النفسية والاجتماعية عناصر أساسية في بلورة السلوك الإنساني الذي يتماشى وحاجات الفرد الأساسية و هذا ما يعرف بالتوافق النفسي الاجتماعي الذي من شأنه تكيف الفرد مع مجتمعه و مع نفسه كما إن الاهتمام بالجوانب النفسية و الاجتماعية أضحي الخيار الأصح و الأنسب لفهم حقيقة اللاعب الرياضي ، لأن قوة الفريق تكمن في توافق اللاعب نفسيا و اجتماعيا ، و التي تدكن الرياضي من تحسن أدائه المهاري و تحقيق أفضل النتائج و الوصول إلى أعلى المستويات، و مما سبق يتطلب علينا طرح الإشكال التالي:

ما هو دور التوافق النفسي الاجتماعي في تحسين مستوى الأداء المهاري للاعب كرة القدم

و انطلاقا من هذه الإشكالية يدكن طرح التساؤلات الجزئية:

- هل فقدان اللاعب للثقة بالنفس ينعكس على تحسين الأداء المهاري للاعب كرة القدم
- هل العلاقة الجيدة بين أعضاء الفريق تساهم في تحسين الأداء المهاري للاعب كرة القدم ؟
- هل العلاقات الاجتماعية تطور مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟

2-التساؤلات الفرعية :

هل تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي أثر على مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم؟

هل التحفيز النفسي والاجتماعي يؤثر على أداء المهاري للاعبي كرة القدم ؟

هل العلاقات الاجتماعية والنفسية تطور مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟

3-فرضيات البحث :

الفرضية العامة :

التوافق النفسي والاجتماعي يساهم في تحسن الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟

الفرضية الأولى :إن الثقة بالنفس للاعب لها أثر على مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم

الفرضية الثانية : العلاقة الجيدة تساهم في تحسين الأداء المهاري للاعبي كرة القدم

الفرضية الثالثة: العلاقات الاجتماعية تطور مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

4-أهمية البحث :

محاولة إبراز دور التوافق النفسي والاجتماعي في تحسين الأداء المهاري للاعبي كرة القدم

ضرورة معرفة العلاقة النفسية والاجتماعية بين لاعبي كرة القدم بكونها عنصر مهم في بناء نفسية اللاعب .

إبراز الدور الذي تلعبه نشاطات الرياضات الجماعية في النمو المنظم من الناحية النفسية و الاجتماعية

5- أهداف البحث :

دراسة الحالة النفسية والاجتماعية .

تعزيز الثقة بالنفس للاعبين كرة القدم في تحقيق الاداء المهاري

معرفة أهمية العلاقات الاجتماعية و مدى تأثيرها على مستوى الأداء.

الكشف عن درجة التوافق النفسي الاجتماعي و مدى تأثنا على مستوى الأداء.

معرفة إلى أي مدى يمكن للنشاط البدني الرياضي أن يؤثر على الحالة النفسية الاجتماعية لدى أفراد هذه المرحلة

6- أسباب اختيار البحث:

6-1- أسباب ذاتية :

الرغبة والميل الشخصي لدراسة هذا الموضوع في ميدان تخصصنا

الرغبة في التوسع في المواضيع ذات البعد التدريبي في ميدان علم نفس التدريب الرياضي

6-2- أسباب موضوعية :

عدم تطرق الباحثين لهذا البحث مما يجعله مجالاً ثرياً وخصباً للبحث فيه

تزويد مكتبة المعهد بموضوع جديد أو البحوث في هذا الميدان

الدراسات السابقة:

ترجع أهمية عرض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الاتجاهات وموضوع التوافق بأبعاده المختلفة دليل يساعدنا في خطوات إجراء الدراسة الراهنة، فهي تعد من المصادر التي نستقي منها الفروض التي يمكن صياغتها إجرائيا ، ومحاولة التحقق منها وسوف نعرض أهم الدراسات التي استند عليها فيما يلي :

1-دراسة 'بلخيرات علي' تحت عنوان " الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني وعلاقتها بالتوافق النفسي

الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" مذكرة لنيل شهادة ماجيستر "جامعة الجزائر 2000"

الهدف من الدراسة: برز العلاقات الارتباطية بين كل أبعاد الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي و التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية وفق مجموعة من التغيرات متعلقة بالجنس والمستوى الدراسي .

- التعريف بأهمية و مزايا الاتجاهات العلمية نحو النشاط البدني الرياضي ذات الأغراض الاجتماعية لتحقيق الأهداف التربوية أثناء الممارسة الرياضية .

- الكشف عن الفروق في درجة التوافق العام (النفسي الاجتماعي) والتي تولدها البيئة الجغرافية من خلال تحليلها وفق المناطق الدراسية لمجموع تلاميذ العينة الدراسية

أهم النتائج المتوصل إليها: توجد فروق دالة إحصائية بين تلاميذ المناطق الأربعة في الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي

- توجد فروق دالة إحصائيا بين الاتجاهات نحو النشاط البدني في المرحلة الثانوية والتوافق النفسي والاجتماعي حسب متغير الجنس (ذكور وإناث)

2-دراسة بوجليدة حسان 2002 تحت عنوان "نشاطات الرياضة الجماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي"

الهدف من الدراسة: معرفة مدى تأثير التوافق النفسي الاجتماعي في الرياضات الجماعية بصفة عامة

يراز الدور الذي تلعبه نشاطات الرياضات الجماعية في النمو المنظم من الناحية النفسية و الاجتماعية

أهم النتائج المتوصل إليها: إن الألعاب الجماعية تؤثر في شخصية الرياضي و ذلك عن طريق توفير نوع من أنواع التوافق النفسي الاجتماعي ، و أن خلق جو اجتماعي بالمحيط المدرسي يسهل للمراهق الاندماج فيه ويساعده على تحقيق ذاته

3-دراسة العبيدي 2004:

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس لأساليب التنشئة الاجتماعية، والتعرف على اتجاه وقوة العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي الاجتماعي، وتأثير أساليب التنشئة الاجتماعية في هذه العلاقة، بلغت عينة الدراسة 320 طالب وطالبة في جامعة بغداد، واستخدم الباحث مقياس بارون لقوة الأنا ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي لعلي الديب، وقام ببناء مقياس للتنشئة الاجتماعية، ونتج عن الدراسة وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا بين قوة الأنا والتوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة والطالبات

4-راسة رويح كمال: تحت عنوان " أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي و الاجتماعي

للمراهق" مذكرة لنيل شهادة ماجيستر "جامعة الجزائر 2007"

الهدف من الدراسة: الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه.

أهم النتائج المتوصل إليها: تلعب التربية البدنية و الرياضية دور كبير وفعال في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية.

- الكشف عن درجة التوافق النفسي الاجتماعي الذي يمر بها المراهقين الممارسين للتربية البدنية والرياضية عن غيرهم من المراهقين الغير ممارسين للأنشطة الرياضية

5-دراسة بوب صالح تحت عنوان "الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالتوافق النفسي

الاجتماعي" مذكرة لنيل شهادة ماجيستر "جامعة الجزائر 2009"

الهدف من الدراسة : إبراز ملامح التأثير الارتباطي لاتجاهات التلاميذ في المرحلة الثانوية نحو النشاط البدني الرياضي انطلاقا من عوامل نفسية واجتماعية و معرفة درجة التوافق النفسي الاجتماعي الذي يميز تلاميذ المرحلة الثانوية عن غيرهم من المستويات الأخرى ومدى تأثيرها على الاتجاهات.

أهم النتائج المتوصل إليها : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الاتجاه ومستوى التوافق النفسي الاجتماعي بالنسبة لبعده النشاط البدني كخبرة اجتماعية وكصحة ولباقة وكخبرة جمالية.

- يساهم التوافق النفسي الاجتماعي في إعطاء اتجاه ايجابي حول ممارسة النشاط الرياضي

- وجود فروق بين اتجاهات المراهقين نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي في المرحلة الثانوية حسب الجنس كذا المستويات

التعليمية

الجانب النظري

الفصل الأول

تمهيد :

التوافق كمصطلح ظهر أساسا ضمن مصطلحات علم البيولوجيا واحتل ركانا بارزا في نظرية التطور التي جاء بها " تشارلز دارون " سنة 1959 أكدت على التنافس على البقاء وبقاء الأصلح ، ثم استخدم بعد ذلك كمصطلح في مجال علم النفس (مصطفى فهمي، 1979، ص55) و أجمع علماء النفس أن التوافق النفسي أصبح من المفاهيم التي تجدر إهتماما كبيرا من علماء والاجتماع وهو جوهر الصحة النفسية والتوافق مصطلح مركب وغامض إلا حد كبير بقدر ما يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وبقدر تعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة وربما كان أحد أسباب غموض المصطلح هو الخلط بين المفاهيم (عبد الحميد ب س، ص42) وعليه يحاول الباحث خلال الفصل التطرق لمفهوم التوافق النفسي الاجتماعي بصورة عامة.

1-1- المفهوم اللغوي للتوافق:

ورد في لسان العرب لـ " ابن منظور " أن وفق الشيء ما يلائمه، وقد وافقه موافقة له ووفقا واتفق معه وتوافق (ابن منظور، ص346)، وفق بين النافع والممتنع أي حقق انسجاما، توافق طباع: إسجام تجاوب أو تطابق بين شيئين (صحي، 2003، ص88).

ويرى " مصطفى فهمي " أن التوافق لغويا: كلمة تعني التألف والتقارب و اجتماع الكلمة نقيض التخالف والتنافر والتصادم و وهو غير الاتفاق الذي يعني المطابقة التامة (فهمي، 1970، ص11)

1-2- التوافق النفسي الإجتماعي:

قد يكون مفيدا دائما أن نفرق بين التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي إلا أنه يتعذر ذلك غالبا فالقيم الاجتماعية والمعايير تميل إلى أن تصبح داخلية وشخصية أثناء فترة نمو الشخصية ومن ناحية أذرى فإن المعايير المنبثقة من الثقافة وأحكام القيم تدخل في تقدير كفاية التوافق الشخصي (عبدالحمد محمد شاذلي، 2001، ص27)

كما يرى علماء النفس والمختصين في التوافق على أنه من المتطلبات الهامة في حياة الفرد ، خلال جميع مراحل نموه رغم ذلك نجد تعاريف محددة تتمثل في :

إن الإنسان اجتماعي بطبعه، ورغم ما يتميز به من خصائص نبيلة فعملية التوافق لن تحدث إلا بقدر ما يحققه الفرد من اندماج وتجاوز الصراعات في ضوء متطلبات المجتمع، إذ يرى "خير الله" بأن التوافق النفسي الاجتماعي هو «قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته وحاجاته من جهة ومتطلبات المجتمع من جهة أخرى، تبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي، واحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر والصحة العقلية، والخلو من الميول المضادة للمجتمع (سيد خير الله، 1990، ص75)

ويرى كل من Kube et Lehner 1964 أن تحقيق التوافق العام (النفسي الاجتماعي) يشترط عناصر أساسية هي:

- وعي الفرد بذاته من خلال معرفة جوانب الضعف والقوة.

- زيادة الوعي بالآخرين وبمحتاجهم ورغباتهم واحترام آرائهم

- زيادة الوعي بمشاكلهم وأبعادها وأهميتها ودرجاتها.

بناء على ما سبق نستخلص أن التوافق النفسي الاجتماعي هو قدرة الفرد على التوفيق بين ذاته، والبيئة التي يعيش فيها وقدرته على بناء علاقات اجتماعية والالتزام بالعادات والتقاليد والقوانين المفروضة من المجتمع

1-3- مفهوم التوافق النفسي:

-دافيدوف: التوافق النفسي عملية محاولة التوفيق بين مطالب الفرد وذاته

كوهين: التوافق النفسي عملية تغير أو تكيف يقوم به الفرد للاستجابة للمواقف الجديدة أو أن يدرك المواقف إدراكا جديدا.

-المنصور: التوافق النفسي أنه ما يشعر به الفرد نحو ذاته و ما يدركه علن وجوده التي تحدد طبيعة استجابته للآخرين وملا يملك من كفاءة في مواجهة المواقف المتأزمة انفعاليا (الجماعي، ص70).

-محمد مصفف السفطي: التوافق النفسي بأنه عملية مستمرة استمرار الحياة ذلك أن الحياة سلسلة من الحاجات يحاول الفرد إشباعها فكلها توترات تهدد اتزان الكائن بالضياع، الفرد يسعى جاهدا لإزالة هذه التوترات إعادة الاتزان من جديد (أوزايد، 2002، ص47).

-شوبن: التوافق هو ذلك السلوك المتكامل الذي يحقق للفرد أقصى حد من الاستغلال للإمكانيات الرمزية والاجتماعية التي يتفرد بها الإنسان وتؤدي إلى بقاءه وتقبله المسؤولية وإشباع حاجاته وحاجات الغير وهذا التوافق يتميز لف بالضبط الذاتي والتقدير لدير للمسؤولية الشخصية والاجتماعية وهو توافق إيجابي يتضمن النضج الإنفعالي (الشاذلي، 2001، ص76).

تذهب أغلب التعاريف الواردة في علم النفس إلى ان مفهوم وأصل التوافق مشتق من علم الأحياء والبيولوجيا،

ويؤكد على ذلك "الازاركس" في قوله " إن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء"، وهو ما يؤكد داروين في نظرية

"النشوء كالارتقاء"، وقد عدله من قبل علماء النفس ويسمى التوافق بدل التكيف، ويؤكد على كفاح الفرد من أجل

العيش البقاء (بن عبد الرحمان سيد علي، 2008 ص6)

ويثير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الاختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف، والتوافق عند البعض من علماء النفس، والمهتمين بالسلوك الانساني.

فالتكيف كما يقول "جون بياجيه" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة، فالفرد إما أن يدخل على سلوكه التعديل، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه، وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، إما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته، وحاجاته في الاتجاه الذي يريده (جمال محمد صقر، 1965، ص83)

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام.، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق هو مفهوم إنساني (حسن صالح الدهري، 999، ص55)

يعد التوافق النفسي من أكثر المصطلحات استخداماً في العلوم النفسية والاجتماعية وقد استخدم بمعاني مختلفة مثل (التكيف، التأقلم، الانسجام) ومظهراً من مظاهر الصحة النفسية .

والتوافق مفهوم مستمد من علم البيولوجي واستخدام تحت مفهوم التكيف Adaptation وقد استخدم هذا المفهوم في المجال النفسي تحت مصطلح التوافق Adjustment حيث يعني التالف والانسجام

حاول البعض التفرقة بين مفهوم التكيف والتوافق فقد اشار البعض إلى ان مصطلح "التكيف" يستخدم اساساً في معنى اجتماعي أي انسجام الفرد مع بيئته المحيطة به، بينما يستخدم مصطلح "التوافق" على التالف ما بين الفرد وذاته وبينه وبين البيئة المحيطة به.

ومن الملاحظ ان هذا التمايز لا يعني الفصل بين المفهومين وانما يجعل احدهما متضمناً الاخر، كما ان هناك العديد من العوامل والمعايير التي تؤثر على التوافق ومن اهمها حاجات الفرد ودوافعه والبيئة المحيطة به بما

تحتويه من مميزات واحداث وعلاقات بين الفرد وبين بيئته المحيطة به وعلى هذا الاساس ان للتوافق النفسي قطبين اساسيين هما الفرد ذاته والبيئة المحيطة به وغاية التوافق هو الوصول إلى علاقة انسجام بين الفرد وبين بيئته المحيطة به وعلى هذا الاساس صنف مفهوم التوافق النفسي في ثلاثة اتجاهات :
الاتجاه الثاني: الاتجاه النفسي: هذا الاتجاه يتناول شخصية الفرد وسلوكه العام لأحداث التوافق والذي يتحقق بأشباع حاجات الفرد.

الاتجاه الثاني:الاتجاه الاجتماعي : هذا الاتجاه يتناول العلاقات الاجتماعية ومسايرة معايير المجتمع الذي يعيش فيه وعوامل التنشئة الاجتماعية وعلاقة الفرد مع المحيطين به والروابط الاسرية وواجه النشاط الاجتماعي للفرد.

الاتجاه الثالث: الاتجاه التكاملي: هذا الاتجاه جمع ما بين الاتجاهين السابقين أي النفسي والاجتماعي باعتبار ان التوافق يحدث عن طريق التفاعل والتالف بين حاجات الفرد والظروف الخارجية في البيئة كما نسق هذا الاتجاه بين المتغيرات الاجتماعية والذاتية والتي تتمثل في العلاقات الاجتماعية التي تنشأ بين الافراد واتجاهاتهم المختلفة وامكانياتهم النفسية.

فالتوافق النفسي يعرف على انه تفاعل الفرد مع بيئته المحيطة به وفقاً لقدراته وامكانياته لإشباع حاجاته ورغباته وفقاً للظروف الخارجية التي تملئها عليه تلك البيئة.

التوافق النفسي هو" عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد والبيئة(صالح حسن احمد الداھري ، 2008،ص15)

1-4- مؤشرات التوافق النفسي:

- أن تكون نظرة الانسان إلى الحياة نظرة واقعية
- أن تكون طموحات الشخص بمستوى الامكانيات
- الاحساس باشباع الحاجات والرغبات النفسية
- تطابق مفهوم الشخص اي ذاته مع واقعه الذي يعيشه وكما يدركه الاخرين
- توافر جميع الاتجاهات الاجتماعية الايجابية المرغوب فيها في المجتمع

1-5-مجالات التوافق النفسي:

من خلال المصادر والمراجع العلمية الخاصة في مجال التوافق النفسي نجد ان مضمون التوافق بصفة خاصة لا يتحقق بشكل مطلق في مختلف جوانب حياة الانسان بل يتجسد في عدة مجالات منها التوافق الشخصي ، التوافق الاجتماعي ،التوافق الاسري ،التوافق المهني ،التوافق الصحي ،التوافق المعرفي والبعض قد صنفها إلى اربعة اصناف والآخر إلى ثلاثة الا ان جميع الآراء تتفق على مجالان اساسيان للتوافق النفسي هما:

أولاً: التوافق الشخصي :

يعد التوافق الشخصي بمثابة الشعور بالسعادة مع الذات والآخرين واشباع معظم الحاجات والدوافع والرغبات والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة ويتأثر التوافق الشخصي بعدة اعتبارات منها :

- 1- الصحة النفسية.
- 2- تحقيق الذات
- 3- القدرة على مواجهة متطلبات الحياة
- 4- اشباع الدوافع والرغبات والميول
- 5- القدرة على المواجهة الشجاعة للواقع وعدم اليأس

ثانياً: التوافق الاجتماعي:

يعرف التوافق الاجتماعي بأنه الشعور بالسعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والضبط الاجتماعي وتقبل الآخرين في المجتمع كما انه يتأثر بعدة اعتبارات منها:

- 1- إدراك الفرد لحقوق الآخرين
- 2- تسامح الفرد مع الآخرين
- 3- سلوكيات الفرد مع الجماعة
- 4- الشعور بالمسؤولية الاجتماعية
- 5- القبول الاجتماعي والتكيف مع الآخرين

1-6-6-1- معايير التوافق النفسي: لقد أشار "لازاروس Lazarus" " وشافر shaffer" " قد تم تحديد معايير التوافق النفسي كالآتي:

1-6-6-1- الراحة النفسية: يقصدون بها أن الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهما نفسه وبقراها المجتمع.

1-6-6-2- الكفاية في العمل: تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراتهم من أهم دلائل الصحة النفسية، فالفرد الذي يزاوّل مهنة أو عمل، تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية، وكل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية .

1-6-6-3- مدى استمتاع الفرد بعلاقات اجتماعية: إن بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية وعلى الاحتفاظ بالصدقات والروابط .

1-6-6-4- الأعراض الجسمية: في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في شكل أعراض مرضية

1-6-5- الشعور بالسعادة: الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة وهي شخصية خالية من الصراع أو المشاكل

1-6-6- قدرة ضبط الذات وتحمل المسؤولية: إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته، ويكون قادراً على إرجاء إشباع بعض حاجاته وأن يتنازل لذات قريبة عاجلة في سبيل ثواب أجل أبعد، أكثر دواما فهو لديه قدرة على ضبط ذاته وعلى إدراك عواقب الأمور.

1-6-7- بات اتجاهات الفرد: إن ثبات اتجاهات الفرد يعتمد على التكامل في الشخصية وكذلك على استقرار الانفعالي لحد كبير

1-6-8- الشخص المتمتع بالصحة النفسية: هو الذي يضع أمام نفسه أهداف ومستويات للطموح وسعى للوصول إليها، حتى ولو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال، فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل بذل العمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف (حسين أحمد حشمت ومصطفى حسين باهي، 2007، ص 62-63)

1-7- مفهوم التوافق الاجتماعي:

جولد و كولب Gould et Coib: التوافق بأنه العلاقة المنسجمة بلين الفرد والظروف والمواقف والأفراد والذين يكونون بيئته الطبيعية والاجتماعية (الجماعي ، ص 69)

إيزنك Eysenk: التوافق هو الحالة التي تتناول حاجات الفرد ومطالبه بالنسبة للبيئة التي تحقق له الإشباع الكامل (الداهري، 2008، ص 15)

سالم يسري محمد سليمان في رسالتها للجناحين: هو شعور الفرد بالأمن الاجتماعي والتي تعبر عن علاقات الفرد الاجتماعية وتتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بالأخلاق ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والأساليب الثقافية والتفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناجحة مع الآخرين وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط بهم والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما قد يؤدي إلى تحقيق التوافق الاجتماعي (سالم ، 1989، ص 30)

و يعد مفهوم التوافق الاجتماعي (عبد الفتاح غزال ، 2008 ، ص 171) من المفاهيم الهامة المرتبطة بالعلوم الانسانية بوجه عام كما يعد محوراً رئيسياً للأبحاث النفسية والاجتماعية بوجه خاص ، ولا بد لنا من تعريف التوافق الاجتماعي اذ يعرفه "باركر" Barker على انه مجموعة المناشط او السلوكيات التي يبذلها الفرد حتى يشبع حاجاته او يتخطى العوائق ليتوافق مع البيئة المحيطة به كما يبين ان التوافق الناجح ما هو الا نتاج تكيف متزن مع بيئة الفرد الداخلية والخارجية بما يشبع

حاجاته ويحقق اهدافه كما ان انواع العوائق قد تكون نفسية او اجتماعية او جسمية او مادية وفي حالة تعرضه لعدم تحقيق اهدافه يصاب بالإحباط والفشل والصراع والمرض النفسي.

1-8- معايير التوافق الاجتماعي: لتحقيق التوافق الاجتماعي يجب الأخذ بعين الاعتبار المعايير التالية:

- أن يتقبل الفرد الآخرين كما يتقبل ذاته، وأن يضع نفسه في مكان الآخرين، بمعنى أن يكون قادراً على التفكير والشعور والتصرف بنفس الطريقة التي يعلّقها الآخرون.
- أن يكون الفرد متسامحاً مع الآخرين، متغاضياً عن نقاط ضعفهم ومساوئهم وأن يمد يد المساعدة إلى أولئك الذين يحتاجون المساعدة، كما فسرت الباحثة "هيرلوك" harlock عن الباحثة "برانديت" brandt " بأن الأشخاص القابلين لذاتهم أحرار في أن يكونوا هم أنفسهم مدركين لإمكاناتهم وقدراتهم على التطور ومساعدة الآخرين على تحقيق ذاتهم.
- جاح الفرد في إقامة علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين يتيح له أن يشارك بحرية في أنشطة الجماعة، كما يتطلب منه أن يسخر مهارته وإمكاناته لصالح الجماعة، وهو لن يتراجع وإنما سيكون قادراً على أن يحيط من قدرة نفسه في مواقف معينة وفي المقابل سيحظى لقبول الجماعة واحترامها، كما أنه سيستفيد من نتائج مهارات وأنشطة الأفراد الآخرين.
- أن تكون أهداف الفرد متماشية مع أهداف الجماعة، فإذا كانت أهداف الجماعة تقوم أساساً على احترام الآخرين، بمعنى أن الأهداف الشخصية يجب أن لا تتعارض مع الهدف الإنساني الكبير، ولا يوجد تناقض أو تضارب بين أهداف الفرد وأهداف الجماعة.
- شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية بين أفراد الجماعة والآخرين: ويقصد بذلك التعاون والتشاور معهم في حل أو مناقشة ما يواجهه من مشكلات اجتماعية أو تنظيمية تخص أمور الجماعة وتنظيم حياتهم وأعمالهم، وكذلك ضرورة احترام الفرد لآراء الآخرين والمحافظة على مشاعرهم (حسين أحمد حشمت ومصطفى باهي، 2007 ص 56-58)

1-9- العوامل التي تعيق التوافق الاجتماعي:

رغم أن هدف الفرد في الحياة هو تحقيق التوافق والاتزان إلا أن هناك عقبات تحول دون تحقيق ذلك، قد تعود إلى خاصية في الفرد ذاته تعيق توافقه الاجتماعي، وقد تعود إلى البيئة التي يعيش فيها.

1-9-1-العقبات الخاصة بالقدرات الفردية: إن الفرد في مراحل حياته يتعرض إلى عوائق مختلفة، سواء كان عائق

عضوي كنقص السمع، البصر أو ضعف في الصحة وقصور عضوي، أو يكون عائق عقلي كإنخفاض الذكاء وبالتالي نقص في الأداء والاستعداد، وقد يكون العائق نفسي كالقلق، التعب، عدم الثقة والقدرة على إقامة علاقات مع الآخرين وشعوره بعدم الرضا عن نفسه ولا يستطيع الدفاع عنها كما يظهر في عدم قدرته على إقامة علاقة طيبة مع الأسرة

1-9-2-العقبات الاجتماعية: بالإضافة إلى العقبات السابقة التي يواجهها الفرد، هناك البيئة الاجتماعية التي تحول

دون تحقيق الفرد لتوافقه الاجتماعي، التي من شأنها التقليل من المهارة لدى الفرد كالعادات السيئة والصراعات الانفعالية التي تسببها الأسرة من خلال المعاملة السيئة.

1-10-1-عملية التوافق النفسي الاجتماعي :

يعتبر التوافق النفسي الاجتماعي عملية تكامل، بحيث يرى "فائز أحمد" بأن التكامل بينهما يبدو واضحاً، التوافق عملية ذات وجهين تتضمن الفرد الذي ينتمي إلى المجتمع بطريقة فعالة، وفي نفس الوقت يقدم المجتمع الوسائل لتحقيق الطاقة الكامنة في داخل الفرد لكي يدرك ويشعر ويفكر ليحدث تغيير في المجتمع، بحيث أن الفرد والمجتمع يرتبطان معا في علاقة تبادلية تأثيرية (أبو رياش، 2008، ص108).

فعملية الانسجام بين الفرد ونفسه وبين الفرد والمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه من بين أهم الأبعاد في حياة الفرد، وعلى هذا الأساس يرى الباحث "مجدي عبد الله" بأن التوافق النفسي الاجتماعي لا يتم في إطار منفصل رغم وجود من يرى أن ثمة فرق مبدئي بينهما.

"التوافق النفسي" يتضمن كيفية بناء الفرد لتوافقه النفسي في إطار التعديل والتغيير، أما "التوافق الاجتماعي" فيتضمن كيفية بناء استخدام لهذه التوافقات الذاتية في مجالات حياته الاجتماعية، تربويا ومهنيا وصحيا، ويتفاعل مع الآخرين في مواجهة المواقف التي تعرضه للمشاكل، مما يثبت بتوافقه النفسي مدى توافقه أو عدم توافقه الاجتماعي، وبالتالي الصحة والمرض النفسي.

تبقى عملية التوافق النفسي الاجتماعي للفرد ذات أهمية في تحقيق الأهداف واشباع الحاجات، إذ تهدف هذه العملية إلى رضا النفس واستبعاد التوتر وتحقيق الاستقرار، وقدرة تعديل سلوكه لإحداث علاقة توافق بينه وبين البيئة، مما يضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومعايير الاجتماعية وكذلك تحقيق الرضا النفسي والاجتماعي .

خلاصة الفصل :

يعتبر التوافق النفسي الاجتماعي من ضروريات فترة المراهقة لما يمر به من تغيرات الجسمية والنفسية وكذا اكتساب العلاقات الخارجية والتعامل الاجتماعي ، لذا ذكرنا أن شخصية الفرد تتأثر في هذه الفترة ، فإذا توافق مع الظروف المحيطة به فإنه يستطيع التوافق مع أي مجتمع كان وفي أي مرحلة من مراحل نموه ، فشعوره في هذه المرحلة بالانتماء لمجتمعه وميله للاستقرار والاتزان العاطفي والتحكم في تصرفاته يؤدي به إلى النجاح في جميع مجالات الحياة وتحقيق الرضا النفسي وبالتالي تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي

الفصل الثاني

تمهيد :

إن لعبة كرة القدم تحتاج إلى الوسيلة العلمية التي تساعد كل من المدرب والمربي وحتى اللاعب على الإلمام بكل جوانبها المعرفية النفسية، البدنية الخططية ، والمهارية حيث أصبح إتباع كل ما هو جديد في علم التدريب الرياضي ضرورة لا بد من الأخذ بها عند ممارسة هذه اللعبة.

ونظرا إلى أن المهارة في كرة القدم تعد عنصرا أساسيا، أصبح الإلمام بجميع جوانبها النظرية والتطبيقية والتحكم فيها شكلا ضرورة لا بد منها عند التخطيط لعملية التدريب ووضع البرامج الخاصة بها، من أجل الارتقاء بمستوى أداء اللاعب. الشيء الذي يجعله قادرا على التصرف بالكرة وبدونها والمشاركة في تنفيذ وبناء الخطط الهجومية والدفاعية بفعالية وكفاءة كبيرة.

2-1- مفهوم المهارة:

لفظ المهارة يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى العالي والرفيع في كافة مجالات الحياة وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة المتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة كما أن المهرة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له ويرجع " محمد حسين علاوي " و " محمد نصر الدين رضوان " ذلك إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء، أي إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد ومستويات الجماعة. وتدل المهارة على قدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بدل أقل قدر ممكن من الطاقة في أقل زمن ممكن

ويعرفها قاموس " وستر " على أن المهارة هي القدرة على استخدام الفرد لمعلومات بكفاية واستعداد أمثل للإنجاز (محمد حسن علاوي، وآخرون، 1987ص20)

أما " هيل توماس " فيقول " : هي سلوك معنى لفرد يحددها عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح والغرض الموجود "

2-2- المهارة في كرة القدم:

إن استخدام كافة أنحاء الجسم في أداء المهارة الرياضية في كرة القدم أدى إلى تنوع تنفيذها، إذ يستعمل في ذلك القدمين، الرأس، الركبة، الفخذ والصدر.

وتختلف طريقة استعمال كل جزء من هذه الأجزاء في شكل الداء وقوة التعامل مع الكرة، ويعد هذا التعدد والتنوع

كخصائص مميزة لأداء المهارة في كرة القدم، السر الثاني في تلك الشعبية الكبيرة لهذه الرياضة

كما يتوقف مستوى الفريق ونتائجه بدرجة كبيرة على طريقة التعامل مع الكرة وكيفية التحكم فيها أو توصيلها أو أسلوب الاستحواذ عليها، كذلك كيفية تصويبها نحو المرمى والتحرك بها أو بدونها.

مفهوم المهارة في كرة القدم : المهارة في كرة القدم هي قدرة اللاعب على التعامل مع الكرة وحل المشكلات غي إطار

قانون اللعبة من أجل المشاركة في بناء الخطط الدفاعية والهجومية(غازي صالح محمود وآخرون، 2012، ص13)

كما يرى "محمد جازم " و "أبو يوسف " : "بأنها القدرة على انتقاء أنسب الحركات التي تتماشى مع طبيعة الموقف المتغير، بما يتيح تحقيق الهدف الأساسي في لعبة كرة القدم وهو إصابة مرمى الفريق الخصم بأكثر عدد من الأهداف ومنعه من

إصابة مرماه."

كما أن المهارة في كرة القدم هي كل التحركات الضرورية الهادفة، والتي تؤدي بغرض معين، في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها

2-3- الفرق بين المهارة والتقنية:

تتخذ المهارات الرياضية من الحركات الأساسية أو الأنماط العامة للحركة مادة أولية لبنائها، حيث تتخذ هذه الأخيرة في أنماط حركية جديدة تتميز بالتنظيم والتعاقب وفق لقوانين ومتطلبات اللعبة أو الرياضة، إذ تستخدم في تلك العوامل الرئيسية المحدثة للحركة (كالقوة، السرعة، المداومة، والرشاقة) فالتقنية تعتبر جزءاً مكملاً للمهارة الرياضية باعتبارها أسلوب فني للأداء المهاري الخاص مثل: القفز الطويل، رمي الرمح، والجذباز... الخ

كما تعتمد المهارة الرياضية على القدرة الفردية على الاستجابة للمثيرات الخارجية المتعلقة بالزميل، الخصم وأداة اللعبة، وهذا ما يخص الرياضات الجماعية مثل: كرة السلة، كرة القدم... الخ. أما في الألعاب الفردية فهي تتأثر بكفاءة الأسلوب الفني للأداء الخاص بكل فرد

كذلك يتغير أسلوب وطريقة أداء المهارات في المجال الرياضي وفقاً لقوانين ومتطلبات وطبيعة كل نشاط، حسب محددات خاصة وهي:

طبيعة ومكان اللعب أو النشاط مثلك طبيعة الأرضية

الاستعدادات النفسية للاعبين

قواعد وقوانين النشاط

الإمكانيات البدنية، وهي الاستعدادات البدنية لكل لاعب (قوة، السرعة، مداومة والرشاقة).

2-4- مراحل نمو المهارة الرياضية:

يمر نمو المهارات الحركية الرياضية بثلاث مراحل كما يلي: (غازي صالح وآخرون، ص 17 و 18)

2-4-1-المرحلة العامة والانتقالية:

تبدأ هذه المرحلة في 7 سنوات تمتد إلى غاية 12 سنة. يبدأ الطفل فيها بصقل المهارات الحركية الأساسية لتطوير أدائها من حيث الشكل والتحكم الحركي، إذ يستطيع أداء أكثر من مهارة أساسية في آن واحد

2-4-2-المرحلة النوعية:

تمتد هذه المرحلة من 12 إلى 14 سنة، ينحاز الطفل فيها إلى ممارسة بعض النشاطات الرياضية دون غيرها، حيث ميوله واستعداده النفسي لنوع المهارة الحركية التي يحتويها هذا النشاط، ويزيد فيها مزاجية أكثر من مهارة أساسية في آن واحد، ويتحسن أدائه من حيث النوعية والدقة والإتقان

2-4-3-المرحلة التخصصية:

تبدأ هذه المرحلة من 14 سنة، وتمتد طول فترة الممارسة حتى تحقيق أفضل النتائج يتخصص فيها الرياضي في نوع النشاط الرياضي، ويصبح أداؤه أكثر إتقاناً ونوعية بالمقارنة بالمرحلتين السابقتين. وكخلاصة لهذه المراحل الثلاث، يجدر الإشارة إلى وجود ترابط وتداخل بينها، بحيث تكمل كل واحدة الأخرى، وتشكل مكتسبات كل مرحلة استعدادات ومتطلبات للمرحلة الموالية سواء من الناحية المعرفية والوجدانية أو من حيث النضج البدني والعصبي

2-5-العوامل المحددة لطبيعة المهارة في المجال الرياضي:

تتمحور المراحل المحددة لطبيعة المهارة في المجال الرياضي حسب " كير " حول ثلاث عوامل رئيسية هي (محمد حسن حملاوي وآخرون، ص25) :

2-5-1-شكل وطبيعة العمل: إما أن يكون بسيط يتطلب التكرار في شكله البسيط، فتكون المهارة بسيطة أو

يتطلب تكرار مستمر ومعقدة فتكون المهارة معقدة أو مركبة

2-5-2-نمطية العمل: حيث تتحدد نمطية العمل بغرضين رئيسيين هما:

- توقيت الأداء أو معدلات الأداء بالنسبة للزمن.

- التسلسل أو التعاقب

النتائج المفترضة مسبقاً: يعبر عنها بالسرعة والدقة والكفاية التي يتم بها إنجاز المهارة وكيفية الأداء ودرجة صعوبته

2-6- المهارات الحركية في المجال الرياضي:

عبارة عن اتحاد مجموعة من الوحدات الحركية في شكل نمط حركي خاص، وفق الأساليب الفنية والقواعد المنظمة لكرة لعبة، بغرض تحقيق نتائج معينة، حيث تضم الوحدات الحركية جملة من الحركات الأساسية

ويعرفها "مفتي إبراهيم حماد": "قدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بدل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن.

ويرى "كير" أن المهارة الرياضية تعتمد على نظرية الضبط والتحكم الذاتي بمعنى استخدام معلومات التغذية الراجعة من ثلاث مصادر رئيسية وهي:

✓ معلومات عما يجب الوصول إليه وتحقيقه.

✓ معلومات من العمل أو الأداء نفسه.

✓ معلومات من النتائج التي يحققها الفرد

2-7- المهارات الأساسية في كرة القدم (تامر محسن، واثق ناجي، 1989 ص41)

تعد المهارات الأساسية في كرة القدم من العناصر المهمة والأساسية التي يجب أن يمتلكها لاعب كرة القدم وأحياناً تكون الفصل لجسم نتيجة المباراة وخاصة بعد التطور الكبير في طرق اللعب المختلفة والحديثة في الدفاع والهجوم وكذلك الارتقاء

المهاري الكبير في أداء لاعبي كرة القدم في العالم، الذي يساعد اللاعبين في فتح التغيرات في دفاع الخصم والاستحواذ على الكرة والسيطرة على مجريات المباريات واستغلال الفرص أينما سنحت لتسجيل أعلى نسبة من الأهداف وتحقيق الفوز

كل ذلك ميزها عن باقي الرياضات وجعلها في الطليعة من حيث الشعبية والاستعراض وذلك ما دفع الكثير من الخبراء إلى الاجتهاد في تحديد وتصنيف كل المهارات الخاصة بها، وهذه بعض التصنيفات حسب:

أشرف جابر "و" صبري العدوي" (أشرف جابر، وآخرون، 1996 ص07)

تصنيف "بطرس رزق الله (1992): ويشمل هذا التصنيف على 3 مجموعات كبيرة هي:

- مهارات دفاعية: - مهارات حارس المرمى.

- المهاجمة.
- مهارات هجومية: - الجري بالكرة
- المراوغة.
- السيطرة.
- ضرب الكرة بالقدم.
- ضرب الكرة بالرأس
- مهارات بدون كرة: - الجري بأنواعه.
- الوثب على قدم واحدة.
- الوثب على القدمين معا.
- التوقف والدوران
- الوثب من الحركة

تصنيف "حنفي محمود": "حيث قسم هذا الباحث المهارات في كرة القدم على النحو التالي:

- ضرب الكرة بالقدم.
- السيطرة على الكرة.
- الجري بالكرة.
- المهاجمة.
- رمية التماس.
- ضرب الكرة بالرأس.
- المراوغة.
- مهارات حارس المرمى

2-8-أقسام المهارة في كرة القدم:

المهارات الفنية الأساسية متعددة الأقسام تصنف بصورة مترابطة مع بعضها البعض في أدائها، ومختلفة الواحدة عن الأخرى في أغراضها التطبيقية. وتحتل هذه المهارات جانبا مهما في الوحدات التدريبية اليومية والبرامج التدريبية والفترات طويلة من أجل إتقانها وأدائها بصورة آلية وبخفة ورشاقة (غازي صالح محمود وآخرون ، ص43)

حيث تقسم المهارة في كرة القدم إلى:

2-8-1-المهارات الأساسية بالكرة: تتمثل في الحركات التي يقوم بها اللاعب بالكرة خلال المباراة وتشمل كل طرق التعامل مع الكرة وتضم ما يلي:

2-1-8-1-السيطرة على الكرة: (تامر محسن وآخرون، 1989)

حيث تعد هذه المهارة من أهم المهارات الأساسية والمهمة للاعب، وكلما كان تحكم وسيطرة اللاعب على الكرة القادمة إليه، تفتتح كل الحلول الميدانية أمامه.

كما أن تحكم اللاعب في الكرة سواء كانت أرضية عالية أو نصف عالية في إطار قانون اللعبة

كذلك فإن السيطرة والتحكم بالكرة في الآونة الأخيرة وبعد التطور العالي في مهارات اللاعبين أصبح لزاماً على لاعبي كرة القدم التحكم والسيطرة على الكرة في جميع الحالات الميدانية مع تنفيذها بسرعة خاصة تلك التي تؤدي في حالة الحركة باستخدام جميع أنحاء الجسم.

وتتخذ هذه المهارات أشكالاً متعددة باختلاف نوع العضو المنفذ وطريقة الأداء:

أ- استلام الكرة: ويتم استلام الكرة بإضعاف وإخماد سرعتها وقوتها، ويستخدم اللاعب في أدائها: - باطن القدم

وجه القدم الأمامي

الوجه الخارجي للقدم

الوجه الخارجي للقدم

ب- امتصاص الكرة:

وهو إخضاع الكرات العالية لسيطرة اللاعب بامتصاص سرعتها، وتتم بالأجزاء التالية:

- الوجه الأمامي للقدم.

- باطن القدم.

- الرأس.

- الصدر

ج- كتم الكرة: وتستعمل فيها الأرض كعامل مساعد للسيطرة على الكرة وتؤدي ب:

- باطن القدم.
- خارج القدم.
- أسفل القدم

8-1-2- مهارة ضرب الكرة بالقدم: (بطرس رزق الله، 1992ص64)

- وتستعمل هذه المهارة للتمرير والمناولة بين أعضاء الفريق وهي إما تكون صغيرة، متوسطة أو طويلة.
- كما تستعمل للتصويب باتجاه المرمى بغرض التسجيل ويشارك في ضرب الكرة كل أعضاء الجسم حيث تنتقل القوة الكامنة في عضلاته إلى القدم عن طريق الساق الضاربة، كما تستخدم لإبعاد الكرة من المرمى من قبل المدافعين ويمر أداء مهارة ضرب الكرة ب بأربعة مراحل وهي:
- الاقتراب.

-الضرب مع المتابعة.

-أخذ وضع التصويب(وضع القدم الثابتة، ثم مرجحة الرجل الضاربة).

-الضرب والمتابعة.

- ويعتمد تنفيذها أو يكون من خلال جميع أنحاء القدم، لذلك نجد:

- الطرق الشائعة:

-بباطن القدم.

-بوجه القدم الخارجي.

-بوجه القدم الداخلي.

-كعب القدم

الطرق غير شائعة الاستعمال:

-أسفل القدم.

-بالركبة.

-رأس القدم

2-8-1-3- مهارة التمرير :

تعد مهارة التمرير من أهم المهارات الأساسية لكرة القدم وأكثرها استخداماً أثناء المباراة وهي صفة الربط الجماعية بين

اللاعبين في التحرك الهجومى والدفاعى

وتوجد عوامل مهمة تتحكم في صحة التمرير هي:

-الملعب (ملعب ذو أرضية صلبة وأخرى مزروعة بقياسات عالمية.)

-حالة الجو مثلاً: في وجود أمطار أو غيابها يختلف الأمر.

-اتخاذ المكان المناسب والوقت الملائم، فاللاعب الذي بحوزته الكرة يجب على زملائه تسهيل

مهمته وأخذ المكان المناسب لتنفيذ التمريرة وهو بدوره عليه اختيار الوقت المناسب للتمرير.

وتتكون مهارة التمرير من ستة أشكال وهي:

-التمرير بباطن القدم

-التمرير بوجه القدم

-التمرير بوجه القدم الأمامي الداخلي.

-التمرير بوجه القدم الأمامي الخلفي.

-التمرير بكعب و مقدمة القدم.

-التمرير بالرأس

2-8-1-4- مهارة الجري بالكرة : حيث تعتمد هذه المهارة على سرعة اللاعب وعلى شخصيته وفرديته، وتتطلب

قدرات فنية عالية، حيث يستحسن تدريبها في سن مبكرة وتتضمن:

-الجري بالكرة باستخدام الوجه الخارجى للقدم.

-الجري بالكرة باستخدام الوجه الأمامى للقدم.

-الجري بالكرة باستخدام الوجه الداخلى للقدم. (حنفي محمود مختار 1994، ص85)

2-8-1-5- مهارة المراوغة: وهي مهارة حركية جسمية تعد من أهم ما يتميز به لاعبي كرة القدم وجميع لاعبي

خطوط ومراكز اللعب يستخدمون هذه المهارة في المناطق التي يتواجد بها مع اللاعب المنافس أو الاستحواذ على الكرة.

وتعتمد أساساً على قدرة اللاعب على سرعة التنفيذ ودكائه في إيجاد الحلول وتنفيذها في وقت قصير بالإضافة إلى

الرشاقة والمرونة، ويتم تنفيذها حسب الوضعية، فنجد:

-المراوغة من الجانب.

-المراوغة من الأمام.

-المراوغة من الخلف (محمد حسن علاوي، 1987، ص55)

ومن أهم مبادئ المراوغة لدى لاعبي كرة القدم ما يلي:

- إيجاد نقاط ضعف الدفاع أو اللاعب الخصم من أجل استغلالها في تأدية الواجبات المهارية الصحيحة.

- اختيار الطريقة المناسبة للموقف الذي يكون فيه أثناء حيازته للكرة في مناطق الخصم.

- أن يكون اللاعب هادئاً وسريعاً باتخاذ القرار المناسب.

- أن يمتلك اللاعب قوة كبيرة في الجوانب الشخصية وال نفسية والتغلب على أخطائه أثناء المنافسة.

- عدم التردد في أداء بعض المهارات المطلوبة والفجائية داخل الملعب ولا بد من استغلالها حسب خبرة اللاعب والوقت

المناسب (بطرس رزق الله، 1992، ص 190)

2-8-1-6-مهارة التصويب:

وهي مهارة مركبة من مجموعة من المهارات المتداخلة منها الجري بالكرة والتمرير والمراوغة والتصويب هو ركل الكرة بعد

استلامها بإحدى القدمين أو الرأس، وهو غاية كل المهارات الأساسية للاعب كرة القدم وتعتبر هذه المهارة حصيلة جهود

كل لاعبي الفريق الواحد لإنهاء حالة الهجوم الجماعي (غازي صالح محمود، 2012، ص25)

2-8-1-7-مهارة المهاجمة:

وهي من المهارات الدفاعية والأساسية التي يستخدمها لاعبو خطوط اللعب المختلفة

وخاصة لاعبو الدفاع وتحتاج هذه المهارة إلى قدرات بدنية ونفسية عالية وتهدف مهارة المهاجمة إلى:

-إبعاد الكرة من المهاجم المنافس.

-تشثيت الكرة من أقدام المنافسين

قطع الكرة قبل أن تصل للاعب المنافس.

كما يمكن أن تكون المهاجمة من لاعبي الدفاع أو لاعبي مراكز اللعب المختلفة حسب مقتضيات اللعب كما يلي:

-المهاجمة بالكتف حسب قواعد اللعب(المكاتفه).

-المهاجمة بالزحلقة من الجانب، الخلف والأمام.

-المهاجمة بقطع الكرة من المنافس

2-8-1-8-8-رمية التماس: هي المهارة الوحيدة التي يسمح فيها للمدافع والمهاجم باستعمال اليدين وتعتمد على

القوة العضلية ومرونة المفاصل الكتف والعضدين وتتم هذه المهارة من الثبات أو بعد الاقتراب.

ولا تختلف هذه الرميات عن بعضها إلا من ناحية واحدة وهي وضعية القدمين التي قد تكون متحركة أو ثابتة

2-8-1-9-حراسة المرمى: تعتبر حراسة المرمى مهارة حركية وأساسية ولها أوضاع خاصة ومهمة لكل فريق بكرة

القدم، فهو المدافع والمهاجم في أن واحد بالإضافة إلى كونه اللاعب الوحيد الذي يجوز له لعب الكرة بكل أجزاء جسمه

داخل منطقة الجزاء.

كما يمتاز حارس المرمى بمواصفات جسمية وبدنية عالية جدا وبكفاءة الحواس والقدرات العقلية والنفسية التي يستطيع من

خلالها الدفاع والذود عن مرماه بمهارة فائقة. (حنفي إبراهيم حماد، 2002، ص18)

2-8-2-المهارات الأساسية بدون كرة :

وتسمى بالمهارات البدنية، وهي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة في إطار اللعبة دون استعمال الكرة.

ويكثر استخدامها في المباراة الواحدة مقارنة بالمهارات بالكرة، حيث أكدت دراسات أن حوالي 87 إلى 88 دقيقة

يتحرك فيها اللاعب بدون كرة، وتصميم المهارات الأساسية بدون كرة القدم المهارات التالية:

-مهارة الجري

-مهارة الوثب.

-مهارة الخداع والتمويه .

وتتطلب كل هذه المهارات في أدائها الرشاقة والمرونة والتوافق العصبي العضلي

2-9-خصائص المهارة في كرة القدم: (إبراهيم شعلان، محمد غنفي، 2001، ص16)

تمتاز المهارة في كرة القدم عن باقي الرياضات الأخرى بجملة من الخصائص حيث نذكر منها:

2-9-1- الخصائص التقنية: وتشمل

-التعدد: حيث تعد المهارة في كرة القدم الأكثر تعددا مقارنة بالمهارات في مختلف الرياضات الأخرى، إذ تنفرع الواحدة منها إلى عدة فروع مما يزيد من عددها.

-التنوع: إن طبيعة لعبة كرة القدم التي تسمح بأداء مهاراتها بجميع أنحاء الجسم ما عدا اليدين جعلها تزحم بكم كبير من أنواع المهارات، عندما يستخدم اللاعب كل من القدمين، الرأس الركية، الفخذ، والصدر في تنفيذها، ويختلف استخدام كل جزء عن غيره، في شكل الأداء وقوة التعامل مع الكرة.

2-9-2- الخصائص النفسية:

تعد المهارة في كرة القدم مجموعة من التحركات والقدرات السريعة والتي تتحقق من خلال السلوك الفردي الذي يعبر عن القدرة على الإدراك والتفكير مع التركيز في التكيف مع مواقف اللعب خلال المباريات وما تحتاجه من حساسية كبيرة في التعامل مع الكرة، والتحكم فيها وسرعة رد الفعل في اتخاذ الأماكن وتنفيذ الحركات وتحديد مواقع الزملاء، وسرعة إيجاد الحلول تحت ضغط المنافس والجمهور

2-10-1- العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم:

أداء اللاعب للمهارة في كرة القدم يخضع إلى مجموعة من العوامل حددها كل من " إبراهيم شعلان " و "محمد عفيفي " في النقاط التالية:

2-10-1-1- المكان أو المنطقة في الملعب:

كل منطقة من الملعب تتطلب تعاملًا خاصًا بالكرة وبالتالي تستدعي مهارة فنية عن غيرها وتناسب مع متطلبات خطط اللعب للفريق ومراحله، كالتمهيد للهجوم في الثلث الثاني، عقب الاستحواذ على الكرة ثم بناؤه في الثلث الأوسط وتطويره في الثلث الهجومي.

كما أن جانبي الملعب يحتمان الكرات العكسية بينما منطقة الجزاء يفضل فيها الأداء المباشر كالتصويب والتهيئة.

2-10-2- موقع الزميل وتحركاته:

يؤثر موقع الزميل وأعضاء الفريق وتحركاتهم في أداء المهارة من حيث إعطاء عدد من الحلول عن طريق فتح التغيرات وزوايا التمرير السليمة، إعطاء الفرصة لاتخاذ القرار السليم في الوقت المناسب والمكان الملائم (أمر الله البساطي، 1980 ص 65)

2-10-3-المساحة:

تؤثر مساحة اللعب على الأداء المهاري بطريقتين: ففي حالة الاتساع يكون المجال كبير الحركة والسيطرة على الكرة والإتقان، وهذا خلال الرؤية والمتابعة الجيدة لمسار الكرة وموقع الزملاء، إما إذا صغرت المساحة فيضيق المجال الحركي ويصعب التحكم في الكرة، حيث يتطلب هذا الوضع درجة عالية من التركيز وسرعة كبيرة لرد الفعل

2-10-4-الضغط من جانب المنافس :

يؤثر هذا العامل على طريقة أداء المهارات، حيث يحتم وضع الخصم على لاعب دمج أكثر من مهارة في أن واحد كما يتطلب طريقة أداء المهارة

2-10-5-اتجاه ومسار وسرعة وقوة مستوى الكرة:

حيث أن اتجاه الكرة سواء كان أمامي أو جانبي يفرض على اللاعب اتخاذ أوضاع معينة للجسم، حيث يحتم هذا الوضع أسلوبا معيناً في الأداء، في حين تتطلب سرعة وقوة الكرة استخدام الجزء المناسب من الجسم الذي تتلاءم معها أما مستوى الكرة سواء أرضي أو عالي أو نصف عالي يؤثر على الأداء ليجعله من الثبات أو من الحركة أو من الوثب الأعلى في الهواء كما يؤثر مدى حركة الرجل والقدم والصدر والرأس بينما المسار فله حساسيته الخاصة حسب نوعه سواء كان مستقيماً، ملتوياً أو لولبياً (محمد حسن علاوي، 1987، ص38)

2-11-أهمية المهارة في كرة القدم:

تمتاز لعبة كرة القدم بكثرة مهاراتها وتنوعها فضلاً عن ارتباطها بالعناصر البدنية وقد أضفت هذه الصفة على اللعبة أهمية خاصة فزاد إقبال اللاعبين لممارستها وتعلم فنونها والمتفرجين والمهتمين بمشاهدتها، ذلك ما أدى لاحتلالها المكانة الثاني بين مختلف الرياضات (محمد حسن علاوي، 1972، ص275)

وتكمن أهمية المهارة في كرة القدم في كونها أداة أو الوسيلة التي تمكن اللاعب من بناء وتنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية من أجل الفوز بالمباراة، وتتوقف نتائج أي فريق على مدى إتقان لاعبيه للمهارات المختلفة لهذه اللعبة ولما كانت كرة القدم عبارة عن تبادل الفريقين لمواقف هجومية ودفاعية ظهرت أهمية استخدام المهارات الهجومية والدفاعية وانتقاء الأنسب منها بغرض التكيف مع الظروف المتغيرة المحيطة بأدائها.


كما أن اللاعب مهما اتصف بصفات خلقية وإرادية و بلغ من الإعداد البدني فإنه لن يحقق النتائج المرجوة، ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية تبعاً لنوع النشاط الذي يتخصص فيه (غازي صالح محمود، 2012، ص46)

خلاصة الفصل:

ما يمكن استخلاصه هو أن المهارة هي ركن أساسي في حياة الفرد إذ تعد الوسيلة الأساسية لممارسة أي نشاط سواء كان يومي أو أداء واجب أو عمل أو نشاط رياضي.

وفي كرة القدم تتميز المهارة بنوع من التعدد والتنوع لكبر مساحة الملعب وكثرة اللاعبين وتنوع أنحاء الجسم المنفذة لها ومن خلال أدائها فإنها تشكل المعيار الخاص الذي يكون ملاحظته وقياس قدرة الرياضي فيه، حيث تساعد في وضع معايير ومواصفات اللاعب المناسب وتسهل عملية اختيار وانتقاء اللاعبين وقياس قدراتهم في هذه اللعبة.

ويحتاج الأداء الناجح للمهارة في كرة القدم إلى التركيز وسرعة رد الفعل على بناء الهجمات واستخدام المهارات في نطاق المواقف المتغيرة والتي تتحكم فيها المساحة وموقع الزميل وضغط المنافس



الجانب التطبيقي

الفصل الأول

تمهيد :

بعد محاولتنا تغطية الجوانب النظرية للبحث سنحاول في هذا الجانب أن ندعم معلوماتنا النظرية بدراسة ميدانية عن طريق إستبيان موزع على اللاعبين الناشئين في كرة القدم صنف الأواسط مع اختبار الفرضيات التي وضعناها وهذا من أجل تأكيدها أو نقدها، فاستعملنا لذلك المنهج الوصفي التحليلي وذلك للمساهمة الكبيرة في إضافة معلومات حقيقية والخروج بنتائج موضوعية تعمم على المجتمع الكلي للدراسة

1-1-الهدف من الدراسة الميدانية :

- كل دراسة علمية لا بد أن تنطلق من أهداف محدودة لأنه عن طريق تحديد الأهداف يمكن حصر موضوع الدراسة وتحديد مختلف الوسائل والطرق التي تتم بواسطتها، ويمكن تلخيص أهداف دراستنا الميدانية في ما يلي :
- التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل ومناقشة النتائج.
 - الخروج بنتائج عامة حول الموضوع.
 - معالجة بعض جوانب النقص التي لمسناها في الموضوع.
 - إعطاء الاقتراحات وبعض الفرضيات المستقبلية.

1-2-المنهج المتبع في الدراسة :

يعتبر المنهج المستخدم من الأساسات التي يعتمد عليها الباحث للقيام ببحثه ويتم اختيار مناهج الدراسة عادة وفق اعتبارات فنية كطبيعة الموضوع والمشكلة المراد دراستها في البحث.

وبما أن المذكرة تحت عنوان : التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري في كرة القدم

حيث يرى البعض أن المنهج الوصفي يعتبر طريقة لوصف ظواهر وأحداث وأشياء مهنية وجمع الحقائق المعلومات والملاحظات وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع.

وقد عرفه (هويقي) في تصنيفه للمناهج " : بأنه يعتمد على تجميع الحقائق والمعلومات ثم مقارنتها وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى تعميمات مقبولة"... الخ

كما عرفه (بشير صالح الرشيد) بأنه " : مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات على الظاهرة أو الموضوع محل البحث "

1-3- عينة الدراسة وكيفية اختيارها :

بما أنه من الصعب على الباحث أن يتصل بعدد كبير من المعنيين بالدراسة لكي يطرح عليهم الأسئلة ويحصل منهم على الأجوبة، فإنه لا مفر من الالتجاء إلى أسلوب أخذ العينات التي تمثل المجتمع الأصلي حتى يستطيع أن يأخذ صورة مصغرة عن التفكير العام.

وهي جزء أفراد من مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءاً من الكل، بمعنى أنه تأخذ مجموعة من المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع ككل (عمار بوحوش ومحمد الزيان ، ص63) أخذت عينة البحث من نادي لكرة القدم بدائرة سيق ولاية معسكر ، تضم 22 لاعبا كان اختيارهم في صنف أصاغر(أقل من 15 سنة)

1-4- مجالات البحث :

1-4-1- المجال الزمني :

كانت بداية بحثنا في أواخر شهر جانفي، انطلقنا في إنجاز الجانب النظري، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فكانت البداية من تاريخ 19 ماي 2021 وامتدت فترة توزيع واسترجاع الاستبيان إلى غاية 29 ماي 2021 وامتدت عملية فرز وتحليل النتائج إلى غاية شهر جوان 2021

1-4-2- المجال المكاني: نادي كرة القدم لدائرة سيق ولاية معسكر

1-5- متغيرات الدراسة :

المتغير المستقل : ويتمثل في التوافق النفسي والاجتماعي

المتغير التابع : الأداء المهاري

1-6-أدوات البحث :

من أجل التعرف على علاقة التوافق النفسي والاجتماعي بالأداء المهاري لدى ناشئي كرة القدم استخدمنا وسيلة الاستبيان.

1-6-1-الاستبيان: يعتبر الاستبيان وسيلة لجمه المعلومات في ميدان العلاقات الإنسانية خاصة لكشف الرأي العام

للسلوك والاستفسارات، ويعرف الاستبيان بأنه " : مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين، يتم وضعها في استمارة ترسل للأشخاص المعنيين بالبريد أو يجري تسليمها باليد تمهيدا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة فيها" (العربي بلقاسم فرحاتي:، 2012ص32) وفي دراستنا هذه استخدمنا إستبيان موجه للاعبين يتكون من 27سؤالاً

أسلوب توزيع الاستبيان :

بعد صياغة الاستبيان بصفة نهائية وعرضها على الأساتذة بغرض المعاينة والموافقة عليه من طرف المشرف قمنا بتوزيعه على مجموعة من اللاعبين بطريقة مباشرة وكان الاستبيان مقسم إلى ثلاث محاور لخدمة فرضيات البحث :

المحور الأول : التوافق النفسي وعلاقته بالأداء المهاري عدد عبارته 11 عبارة

المحور الثاني : التوافق الاجتماعي وعلاقته بالأداء المهاري عدد عبارته 10 عبارات

المحور الثالث : تحسين الأداء المهاري عدد عبارته 06 عبارات

1-6-2-صدق وثبات الاستبيان :

أ-الصدق : بعد قيامنا بتحديد المحاور اللازمة لاستمارة الاستبيان.، وذلك في ضوء الدراسات النظرية والمصادر والمراجع المتصلة بالبحث مع الاستعانة بالمتخصصين في مجال النشاط البدني والرياضي المراد جمع المعلومات والبيانات عنه.

حاولنا التأكد من صدق الإستمارة ومدى تحقيقها للغرض الذي وضعت من أجله وهو إخراج المحاور (أسئلة) الاستمارة في شكل بسيط ومفهوم وقابل للتحليل العلمي معتمدا في ذلك على استخدام الصدق المنطقي، وذلك بعرض عبارات الإستمارة على مجموعة من الخبراء والمدربين والمدراء الفنيين المختصين في مجال الدراسة بفروعها المختلفة، حيث يراعي الباحث في إختيارهم أن يكونوا من الحاصلين على أعلى المؤهلات العلمية والخبرات الميدانية والتطبيقية في مجال

التخصص، وبناء على ذلك فقد تم إجراء بعض التعديلات في صياغة العبارات (الأسئلة) وفقاً والأساتذة لآراء المديرين والأخصائيين.

وقد استخدمنا كذلك كوسيلة لتبيين صدق الإستبيان في هذه الدراسة طريقة: صدق المحتوى، حيث تم فحص مضمون الإستمارة فحصاً دقيقاً ومنتظماً بهدف تحديد ما إذا كان يوافق مختلف أفراد العينة بالإستجاب، وذلك بمساعدة المشرف على البحث بإعتباره من المتخصصين ومن ذوي الخبرة في مجال الدراسة

صدق المحكمين (الصدق الظاهري): تم عرض الاستبيان في صورته الأولى على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات البحث العلمي للحكم عليه، وتم إبداء الرأي في مدى وضوح عبارات أداة الدراسة ومدى انتمائها للمحور الذي تنتمي إليه مع إضافة أو تعديل عبارة من العبارات

ب-الثبات : حيث اعتمدنا لتبيين ثبات الإستمارة (درجة ثبات الإستبيان) بطرق واختبارات إحصائية مناسبة منها :

ج-إعادة الإختبار : وذلك بتوزيع 5 إستمارات على عينة من الأساتذة وبعد جمع الإستمارات وتفرغ نتائجها، أعيد نفس العدد من الإستمارات إلى نفس العدد من الأساتذة بعد مدة زمنية معينة من ذلك، فلاحظ أن نتائج الإستمارتين متقاربة إلى حد كبير وذلك دليل على ثبات الإستبيان

ومما سبق يتضح أن الأساليب التي استخدمناها قد وفرت مؤشرات وشواهد كافية على صدق استمارة

الاستبيان المحضرة، حيث يعتبر معامل الثبات الذي تم التوصل إليه في الحدود المقبولة من الوجهة السيكمترية

د-المعالجة الاحصائية : بعد جمع إستمارات الإستبيان الخاصة باللاعبين التي بلغت 22 استمارة، قمنا بفرز النتائج وذلك بحساب تكرارات الأجوبة، ومن تم حساب النسب المئوية لكل سؤال، واعتمدنا على الطريقة الإحصائية الثلاثية التالية:

$$\frac{\text{عدد التكرارات } 100x}{\text{مجموع العينة}} = \text{النسبة المئوية}$$

خلاصة الفصل:

لقد تم تحديد المنهج الملائم بالإضافة إلى تحديد عينة البحث والتي اختيرت بطريقة عشوائية مع تحديد الإطار المكاني والزمني والبشري للبحث.

أما فيما يخص الأدوات العلمية المستخدمة فقد تم استخدام الاستبيان كأسلوب لجمع المعلومات تم فيه الاعتماد على الأسئلة المغلقة والاختيارية والمفتوحة، تمت المعالجة الإحصائية باستعمال النسبة المئوية

أما فيما يخص التحليل والمناقشة فهذا ما سنعرفه من خلال تحليل النتائج في الفصل الثاني للجانب التطبيقي

الفصل الثاني

2-1- تحليل ومناقشة النتائج

المحور الأول : التوافق النفسي وعلاقته بالأداء المهاري

السؤال الأول: هل ممارسة كرة القدم لها تأثير على تصرفاتك اليومية ؟

الغرض منه: معرفة الحالة النفسية عند ممارسة كرة القدم

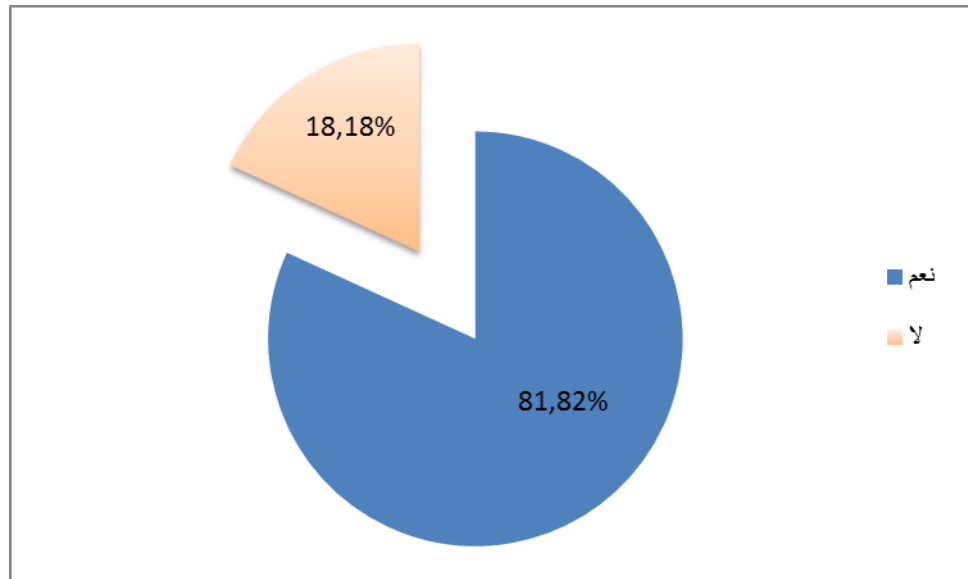
النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
81.82%	18	نعم
18.18%	04	لا
100%	22	المجموع

الجدول رقم (01) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 01 من المحور الأول

مناقشة النتائج : من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول رقم(01) نلاحظ أن نسبة 81.82% من

الممارسين لكرة القدم لها تأثير على تصرفاتهم اليومية ، فيما نجد نسبة 18.18% ليس لها تأثير

الاستنتاج : من خلال تحليل النتائج نجد أن أغلبية الممارسين لكرة القدم لها تأثير على تصرفاتهم اليومية



الشكل رقم (01) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (01) من المحور الأول

السؤال الثاني: هل لك علاقة جيدة مع مدربك؟

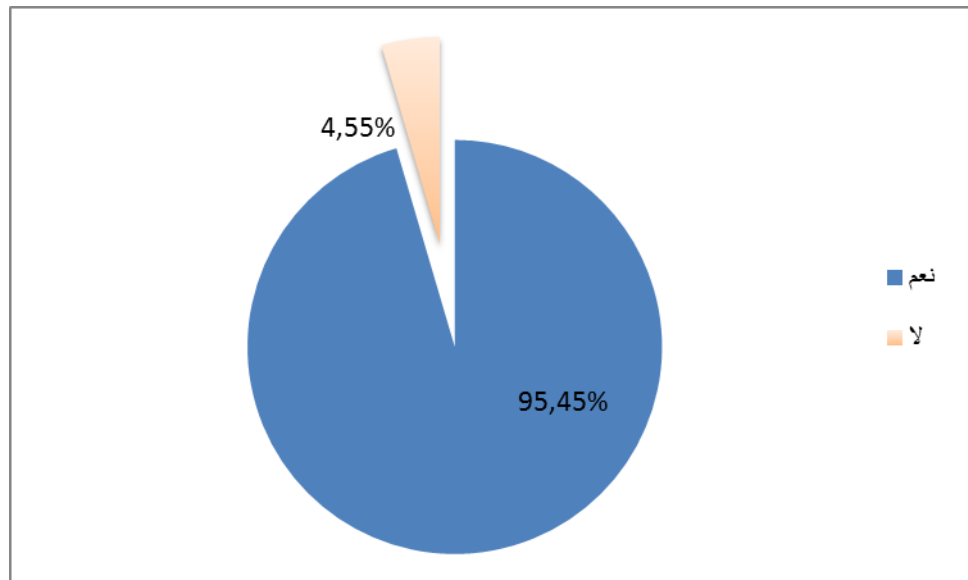
الغرض منه: يهدف إلى معرفة نوع العلاقة التي تربط اللاعب بالمدرب

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
95.45%	21	نعم
4.55%	01	لا
100%	22	المجموع

الجدول رقم (02): يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 02 من المحور الأول

مناقشة النتائج: من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول رقم 02 تبين لنا أن نسبة 95.45% من اللاعبين تربطهم علاقة جيدة مع المدرب ، بينما نجد نسبة 4.55 % من اللاعبين لا تربطهم علاقة جيدة مع مدربيهم

الاستنتاج: من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن اللاعبين تربطهم علاقات احترام وتقدير مع مدربيهم



الشكل رقم (02) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (02) من المحور الأول

السؤال الثالث : هل فقدان اللاعب الثقة بالنفس يؤثر سلبا على الأداء المهاري أثناء المنافسة ؟

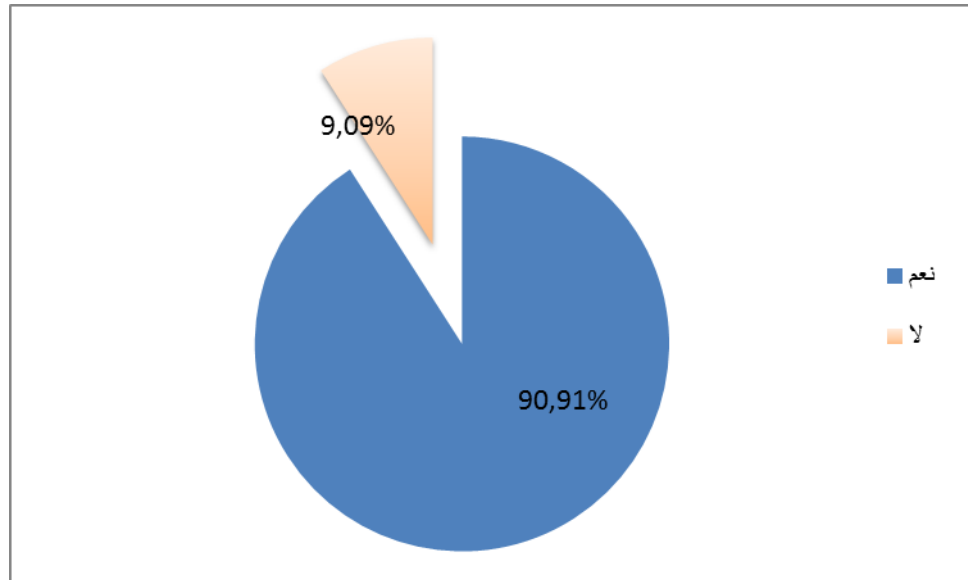
الغرض منه: معرفة إذا كان للثقة بالنفس دور هام في الأداء المهاري

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	20	90.91%
لا	02	9.09%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (03) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 03 من المحور الأول

مناقشة النتائج : من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول رقم 03 تبين لنا أن نسبة 90.91 % من اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا يعني أن الثقة بالنفس لها أثر على الأداء المهاري ، فيما نجد 9.09% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج معظم اللاعبين أنه كلما كان للاعب الثقة بالنفس كلما كان مستوى أدائه مرتفع أثناء المنافسة



الشكل رقم (03) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (03) من المحور الأول

السؤال الرابع : تفقد الثقة بالنفس أثناء المنافسات الرسمية مقارنة بالمنافسة الودية؟

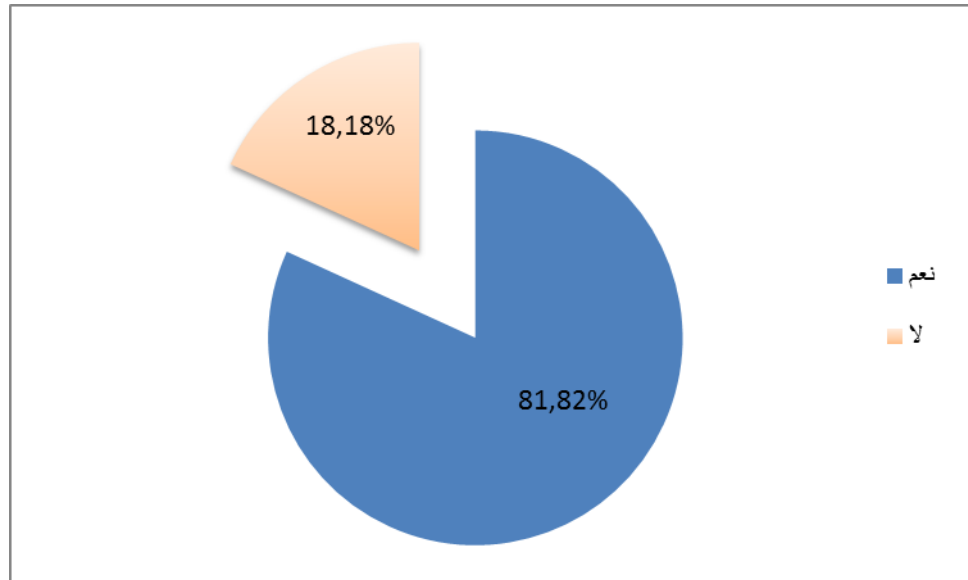
الغرض منه: معرفة إذا كانت الثقة بالنفس تختلف لدى اللاعب باختلاف نوع المنافسة (رسمية/ودية)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	18	%81.82
لا	04	%18.18
المجموع	22	%100

الجدول رقم (04) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 04 من المحور الأول

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 04 تبين لنا أن نسبة %81.82 أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا يعني أن المدربين يقوم بحصص تدريبية نفسية من حين الى آخر، فيما نجد %18.18 كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن التدريب الحديث يعتمد في بعض حصص التدريبية على تدريب الرياضي من ناحية الجانب النفسي وذلك لأهميته من ناحية الأداء.



الشكل رقم (04) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (04) من المحور الأول

السؤال الخامس: تذبذب مستواك راجع إلى نقص في عملية التحضير النفسي؟

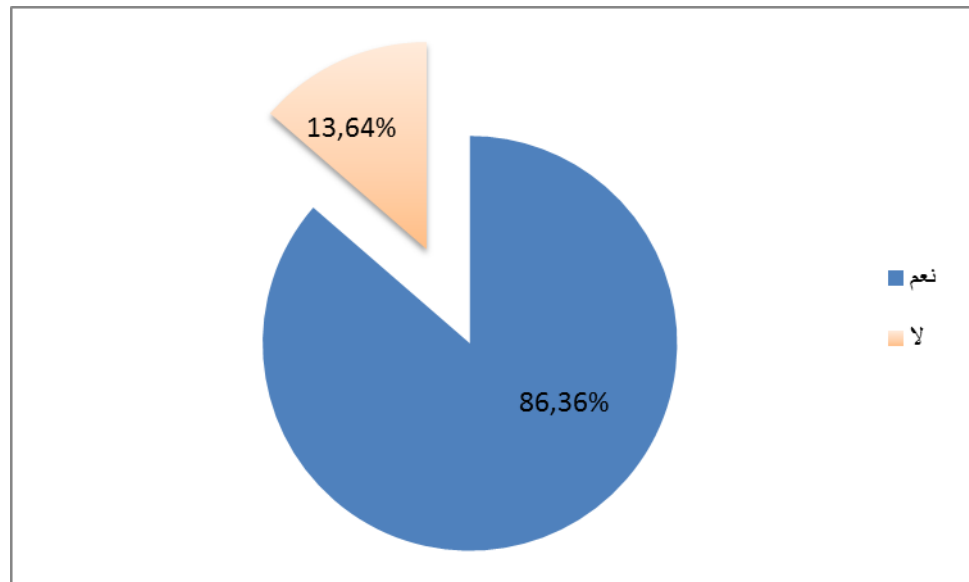
الغرض منه: معرفة العلاقة الموجود بين مستوى أداء الرياضي و عملية التحضير النفسي

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	19	86.36%
لا	03	13.64%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (05) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 05 من المحور الأول

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 05 تبين لنا أن نسبة 86.36% أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا يعني وهذا يعني أن تذبذب مستوى أي لاعب يكون لقلة التحضير النفسي بدرجة كبيرة بالإضافة إلى أسباب أخرى كالإصابات .. الخ

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن تذبذب مستوى أداء بعض اللاعبين يكون راجع الى انعدام التحضير النفسي في الحصص التدريبية التي تسبق المنافسة.



الشكل رقم (05) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (05) من المحور الأول

السؤال السادس : حسب رأيك وجود محضر نفسي داخل الفريق لو تأثير على أداء الفريق؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان اللاعبين يجذبون وجود محضر نفسي داخل الفريق و كيف يأثر وجود

المحضر من عدمه في مستوى الأداء

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
68.18%	15	نعم
31.82%	07	لا
100%	22	المجموع

الجدول رقم (06) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 06 من المحور الأول

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 05 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

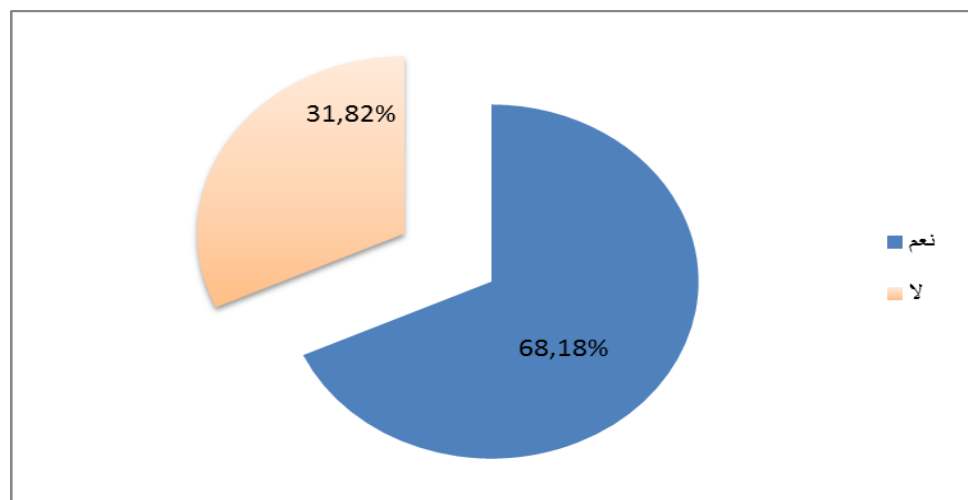
إجابتهم بنعم وهذا بنسبة 68.18% وهذا يعني أن وجود محضر نفسي داخل أي فريق رياضي فيما نجد

31.82% كانت إجابتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن أغلبية اللاعبين يجذبون فكرة وجود محضر نفسي داخل

الفريق ، فهو يساعدهم في الخروج من بعض الأزمات النفسية اذا كانت موجودة ، بالإضافة إلى قدرته على تحسين

و تطوير اللاعبين ذهنيا و نفسيا من خلال بعث الثقة في النفس للاعبين.



الشكل رقم (06) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (06) من المحور الأول

السؤال السابع : هل معرفة الخصم تزيد من نسبة الثقة بالنفس ؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان معرفة الخصم يزيد من درجة الثقة بالنفس من عدمها لدى اللاعب

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	14	63.64%
لا	08	36.36%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (07) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 07 من المحور الأول

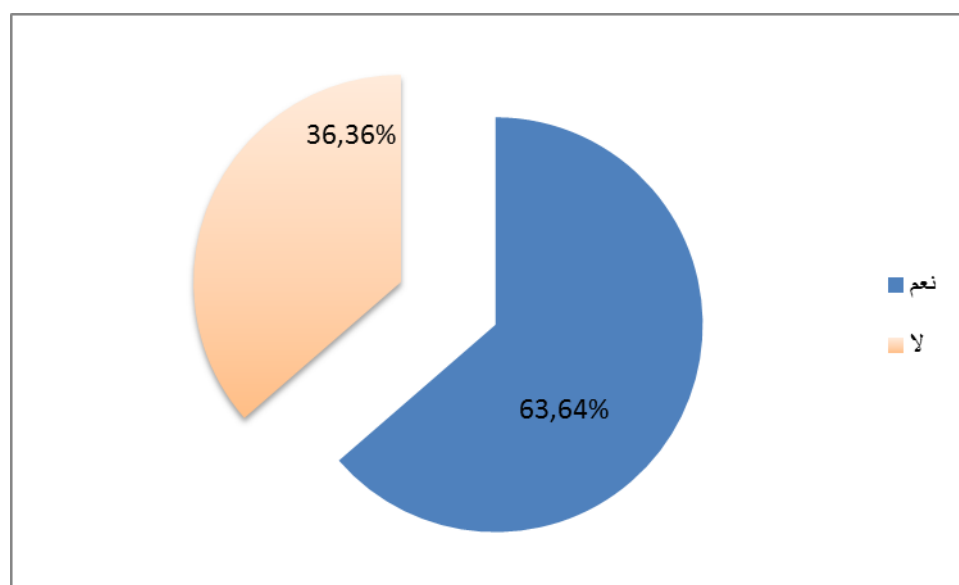
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 06 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 63.64% وهذا يعني أن معرفة الخصم تزيد من درجة الثقة بالنفس، فيما نجد

36.36% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن معرفة الخصم من شأنها أن تزيد من درجة الثقة بالنفس

للرياضي و تزيد من نسبتها



الشكل رقم (07) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (07) من المحور الأول

السؤال الثامن : الثقة بالنفس ضرورية في تحسين الأداء أثناء المنافسة ؟

الغرض منه: معرفة إذا كان للثقة بالنفس دور في تحسين مستوى الأداء أثناء المنافسة.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%95.45	21	نعم
%4.55	01	لا
%100	22	المجموع

الجدول رقم (08) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 08 من المحور الأول

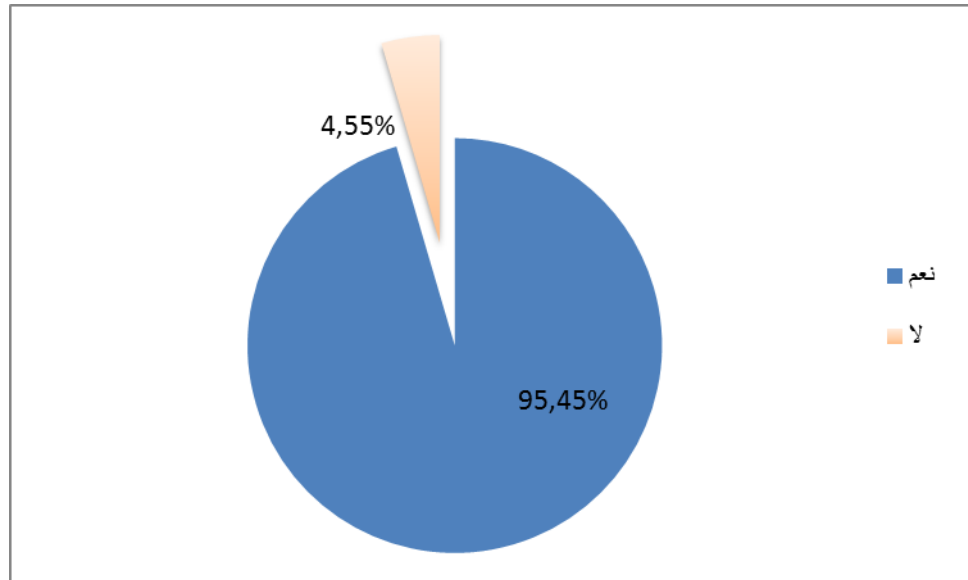
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 07 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة %95.45 وهذا يعني أن الثقة بالنفس ضرورية في تحسين الأداء أثناء المنافسة ، فيما

نجد %4.55 كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن الثقة بالنفس دور كبير في تحسين مستوى الأداء أثناء

المنافسة.



الشكل رقم (08) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (08) من المحور الأول

السؤال التاسع : هل تحافظ على هدوءك عندما تصبح الأمور سيئة؟

الغرض منه: معرفة ما مدى حفاظ اللاعب على الهدوء عند حدوث أمور سيئة

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
86.36%	13	نعم
13.64%	09	لا
100%	22	المجموع

الجدول رقم (09) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 09 من المحور الأول

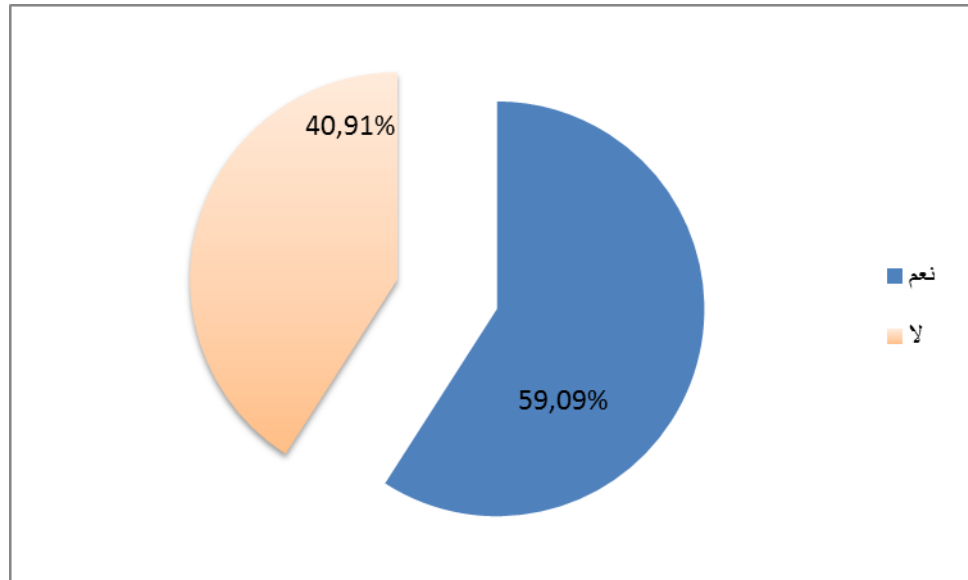
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 08 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 59.09% وهذا يعني أن اللاعبين لزم القدرة على الحفاظ على الهدوء في الحالات

السيئة، فيما نجد 13.64% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج: من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن معظم اللاعبين لزم القدرة على الحفاظ على الهدوء في

الحالات السيئة التي تحدث أثناء المنافسة.



الشكل رقم (09) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (09) من المحور الأول

السؤال العاشر : تضيع كرة سهلة يفقدك الثقة بالنفس ؟

الغرض منه: معرفة درجة الثقة بالنفس التي يمتاز بها اللاعب

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
72.73%	16	نعم
27.27%	06	لا
100%	22	المجموع

الجدول رقم (10) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 10 من المحور الثاني

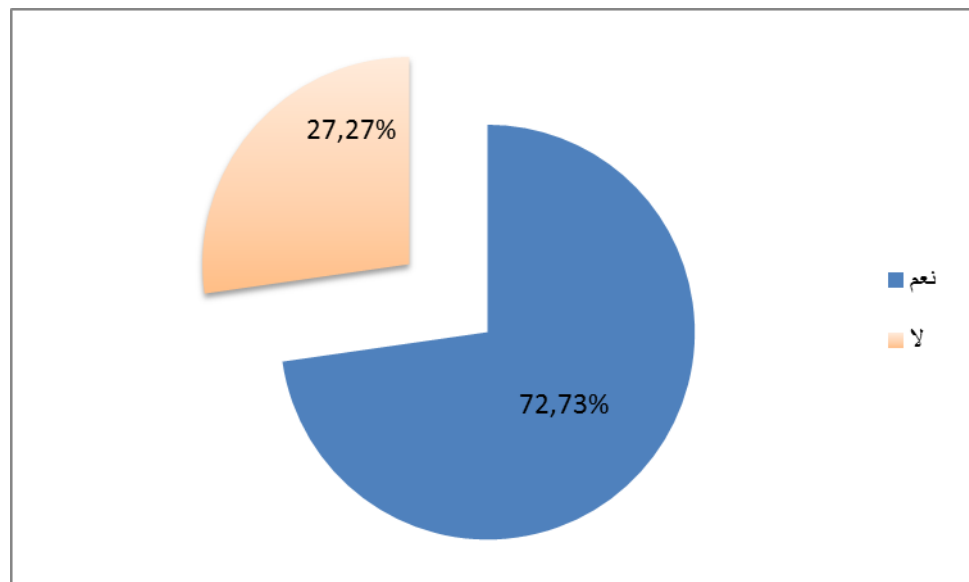
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 09 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 72.73% وهذا يعني أن اللاعبين لا يتأثرون بتضيع كرة سهلة أثناء المنافسة ، فيما

نجد 13.64% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن تضيع كرة سهلة أثناء المنافسة لا تؤثر على أداء اللاعب

في بقية مجريات اللقاء.



الشكل رقم (10) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (10) من المحور الأول

السؤال الحادي عشر: تصفيرات الجمهور الخصم تؤثر على أدائي أثناء المباراة ؟

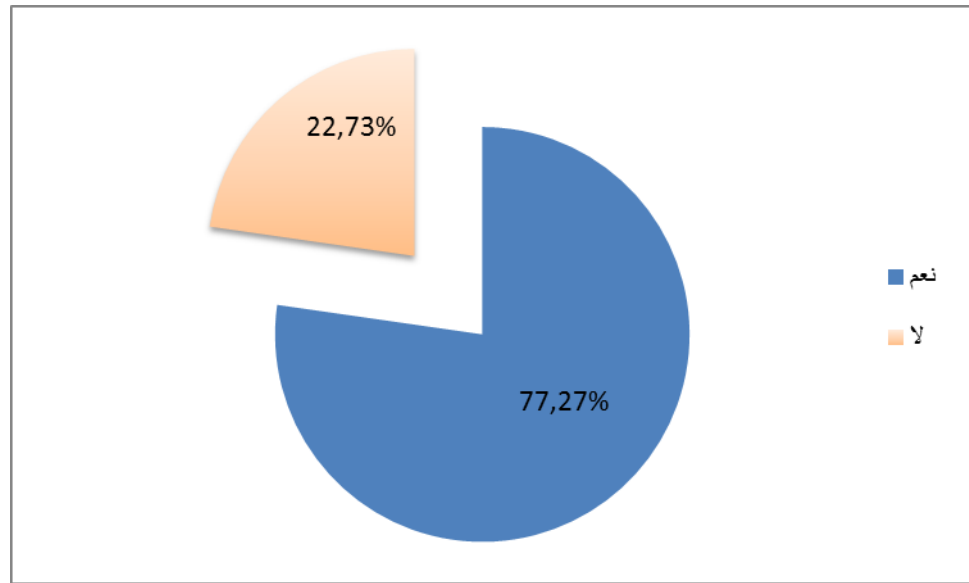
الغرض منه: معرفة إذا كان لتصفيرات الجمهور الخصم تأثير سلبي على أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	17	77.27%
لا	05	22.73%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (11) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 11 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 10 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 90.91% وهذا يعني أن اللاعبين يتأثرون بتصفيرات جماهير الخصم أثناء المنافسة، فيما نجد 13.64% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن اللاعبين يتأثرون بتصفيرات الجمهور الخصم



الشكل رقم (11) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (11) من المحور الأول

المحور الثاني : التوافق الاجتماعي وعلاقته بالأداء المهاري

السؤال الأول: هل للعلاقات الأسرية تأثير في تحسين مستوى الأداء المهاري ؟

الغرض منه: معرفة إذا كان للعلاقات الأسرية دور في تحسين مستوى الأداء

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
90.91%	20	نعم
9.09%	02	لا
100%	22	المجموع

الجدول رقم (12) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 01 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 11 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

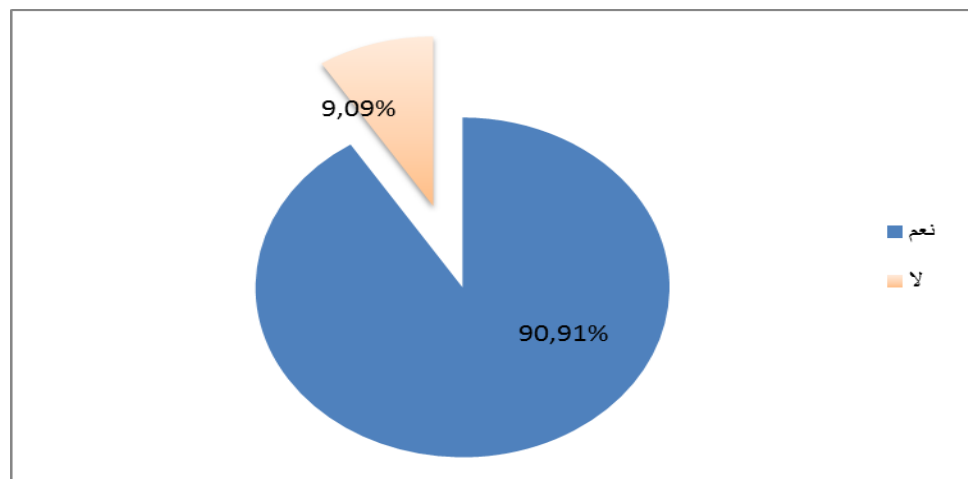
إجابتهم بنعم وهذا بنسبة 90.91% أي أن العلاقات الأسرية تؤثر في مستوى الأداء، فيما نجد 9.09%

كانت إجابتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن العلاقات الأسرية تؤثر في مستوى الأداء المهاري ، فكلما

كانت العلاقات جيدة كلما كانت درجة التوافق النفسي الاجتماعي جيدة ، بالإضافة إلى تحسن من مستوى

الأداء



الشكل رقم (12) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (01) من المحور الثاني

السؤال الثاني : هل الصراعات الأسرية تؤدي إلى عدم التركيز؟

الغرض منه: عرفة إذا كانت الصراعات الأسرية تؤدي إلى عدم التركيز

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%81.82	18	نعم
%18.18	04	لا
%100	22	المجموع

الجدول رقم (13) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 02 من المحور الثاني

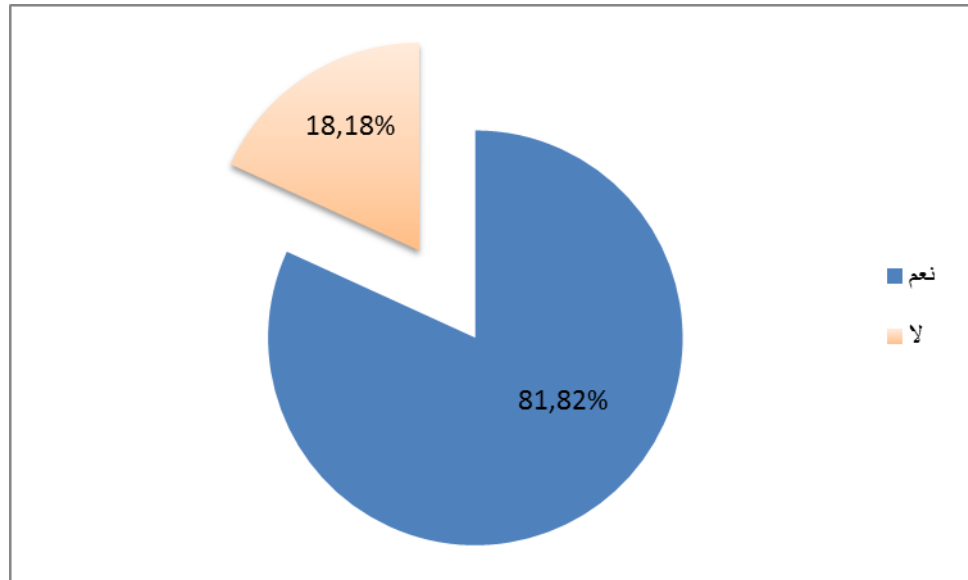
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 13 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة % 81.82 وهذا يعني أن الصراعات الأسرية تؤدي إلى عدم التركيز، فيما نجد

%18.18 كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج بأن اللاعبين يتأثرون بوجود صراعات أسرية ، لكون أن تلك

الصراعات تؤدي إلى فقدان اللاعب للتركيز في المنافسة



الشكل رقم (13) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (02) من المحور الثاني

السؤال الثالث : التشجيعات العائلية تؤثر على أدائك داخل الملعب ؟

الغرض منه: معرفة إذا كان لتشجيع العائلة تأثير على أداء اللاعب داخل اللعب

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%86.36	19	نعم
%13.64	03	لا
%100	22	المجموع

الجدول رقم (14) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 03 من المحور الثاني

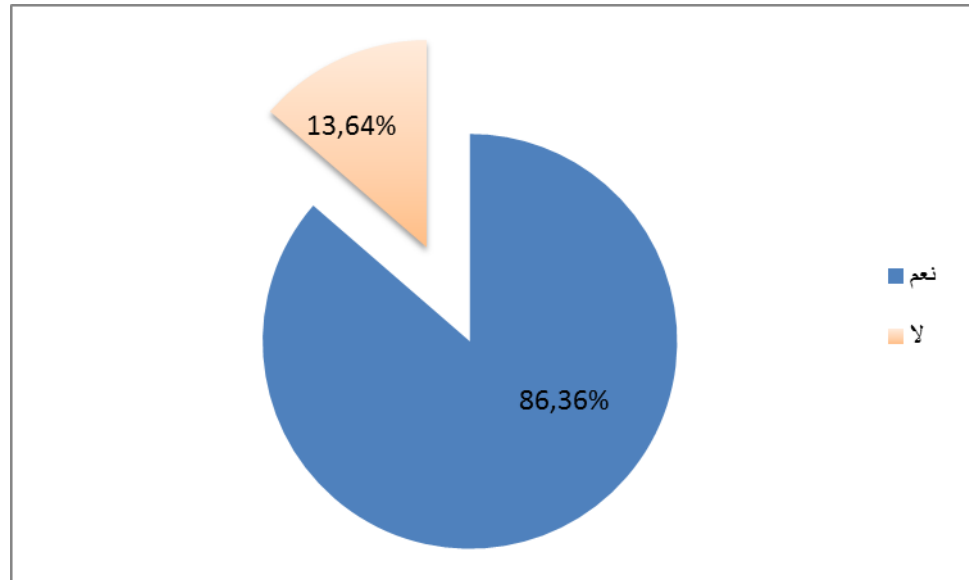
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 14 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجابتهم بنعم وهذا بنسبة % 86.36 وهذا يعني أن اللاعبين يحبون فكرة التشجيع العائلي، فيما نجد

%13.64 كانت إجابتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن اللاعبين يتأثرون بتشجيع العائلة لهم ، فهذا التشجيع يـأثر

بالإيجاب على أدائهم في المنافسة.



الشكل رقم (14) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (03) من المحور الثاني

السؤال الرابع : هل المشاكل الاجتماعية تؤدي إلى عدم التركيز ؟

الغرض منه: معرفة ما مدى تأثر اللاعب بالمشاكل الاجتماعية الحاصلة في المجتمع الذي يلعب فيه

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	13	59.09%
لا	09	40.91%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (15) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 04 من المحور الثاني

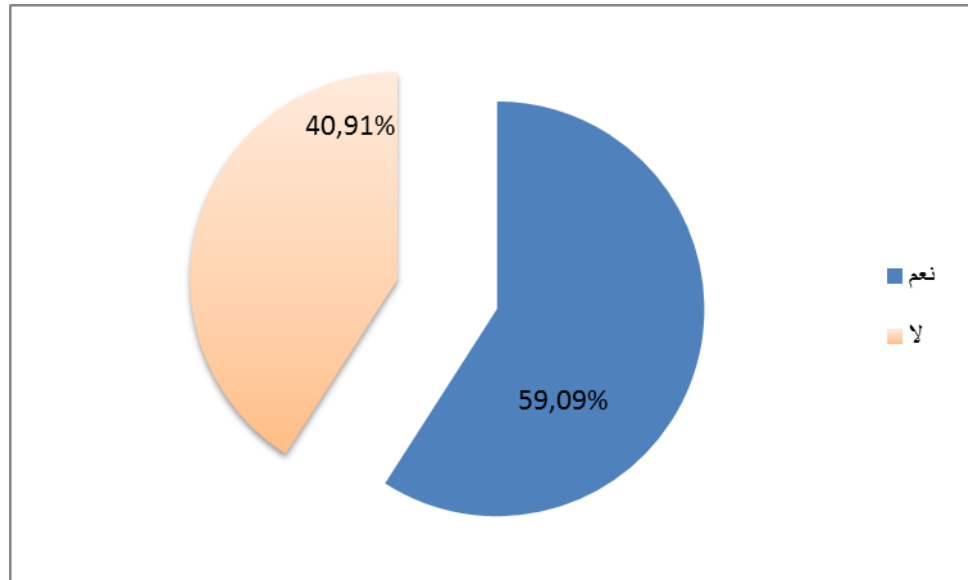
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 15 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 59.09% وهذا يعني أن المشاكل الاجتماعية تؤدي إلى عدم التركيز ، فيما نجد

40.91% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج: من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن المشاكل الاجتماعية تؤثر سلباً على أداء اللاعب ، حيث

أن اللاعب يفقد تركيزه في المنافسة.



الشكل رقم (15) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (04) من المحور الثاني

السؤال الخامس : هل انتقادات المجتمع تؤثر على أدائك ؟

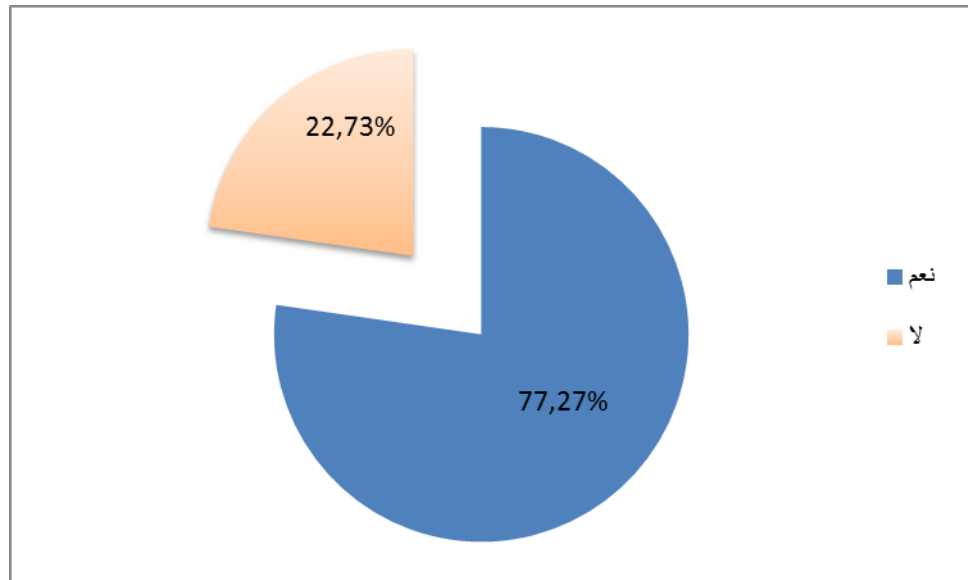
الغرض منه: معرفة ما إذا كان انتقاد المجتمع يؤثر على أداء اللاعب

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	17	77.27%
لا	05	22.73%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (16) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 05 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 16 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 77.27% وهذا يعني أن اللاعبين يتأثرون بانتقادات المجتمع ، فيما نجد 22.73% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج بأن اللاعبين يتأثرون بانتقادات المجتمع ، فاللاعب الذي يتعرض لانتقادات دائمة و متواصلة من طرف المجتمع الذي يلعب فيه يحدث لو تراجع ملحوظ في أدائه و هذا ما قد يدفعه لمغادرته.



الشكل رقم (16) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (05) من المحور الثاني

السؤال السادس : هل السهر الكثير يؤثر على مستوى أدائك ؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان للسهر تأثير على مستوى أداء اللاعب

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%86.36	19	نعم
%13.64	03	لا
%100	22	المجموع

الجدول رقم (17) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 06 من المحور الثاني

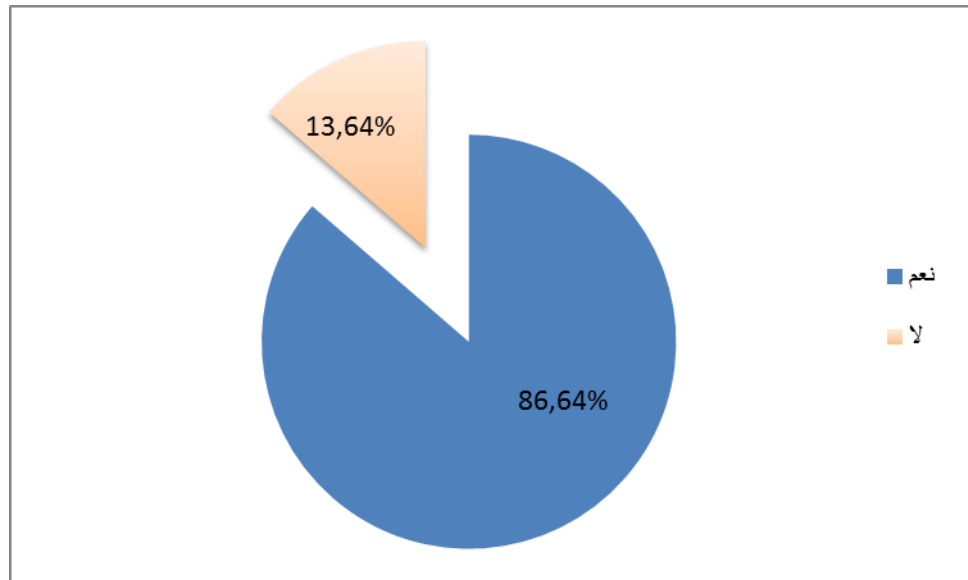
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 17 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة % 86.36 وهذا يعني أن السهر الكثير يؤثر على الأداء ، فيما نجد %13.64

كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج ن السهر الكثير يآثر على مستوى أداء اللاعب بالسلب ،

فيتكون لو تراجع ملحوظ في مستوى أدائه أثناء المنافسة



الشكل رقم (17) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (06) من المحور الثاني

السؤال السابع : هل تحفيزات المجتمع تعطي أثر إيجابي لك ؟

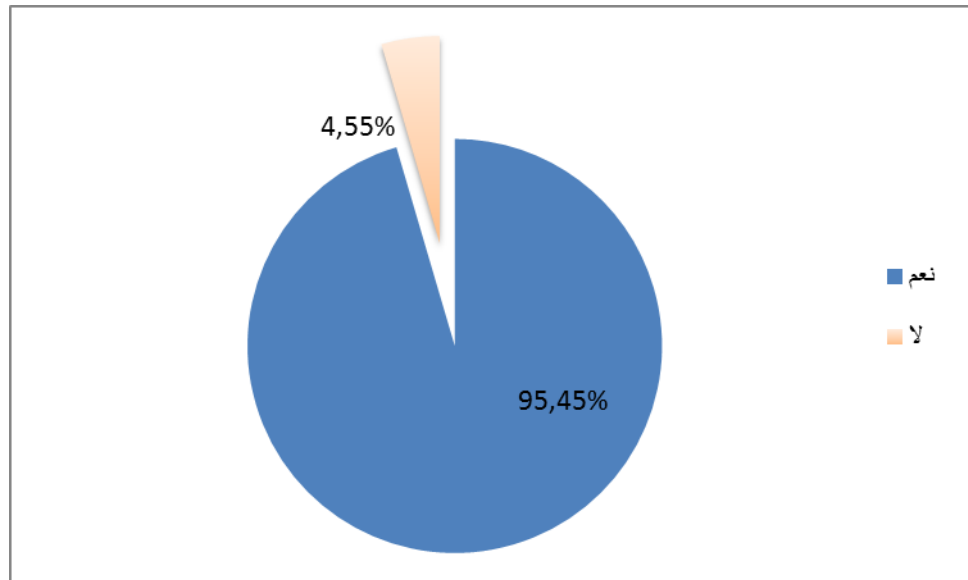
الغرض منه: معرفة اذا كان لتحفيز المجتمع تعطي أثر إيجابي للاعب

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%95.45	21	نعم
%4.55	01	لا
%100	22	المجموع

الجدول رقم (18) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 07 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 18 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 95.45 % وهذا يعني أن تحفيز المجتمع يؤثر على أداء اللاعب، فيما نجد 4.55 % كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن تحفيزات المجتمع تؤثر بالإيجاب على أداء اللاعب أثناء المنافسة. أن تحفيزات المجتمع تؤثر بالإيجاب على أداء اللاعب أثناء المنافسة



الشكل رقم (18) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (07) من المحور الثاني

السؤال الثامن : هل تفتخر بالانتماء الى مجتمعك ؟

الغرض منه: معرفة ما مدى افتخار اللاعب بانتمائه الى مجتمعه

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	20	90.91%
لا	02	9.09%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (19) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 08 من المحور الثاني

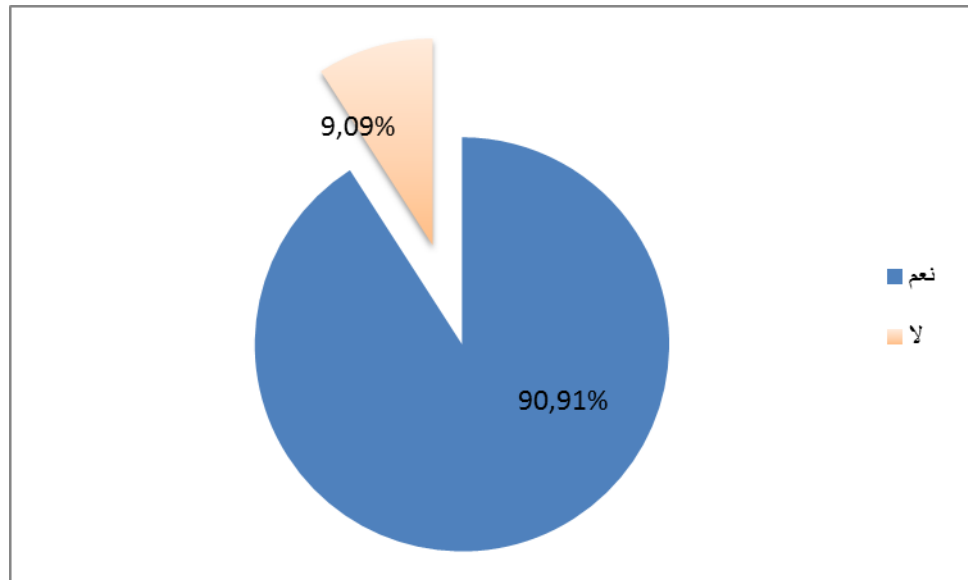
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 19 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 90.91% وهذا يعني أن اللاعبين يفتخرون بالانتماء الى مجتمعهم، ، فيما نجد

9.09% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن معظم اللاعبين يفتخرون بانتمائهم الى مجتمعهم الذين

يلعبون به فهذا الفخر من شأنه أن يآثر بالإيجاب على أداء اللاعبين أثناء المنافسة



الشكل رقم (19) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (08) من المحور الثاني

السؤال التاسع : هل التشاجر مع أحد الجيران يفقدنك التركيز ؟

الغرض منه: معرفة اذا كان التشاجر مع أحد الجيران من شأنه أن يؤثر على أداء اللاعب من عدمه.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	15	68.18%
لا	07	31.82%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (20) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 09 من المحور الثاني

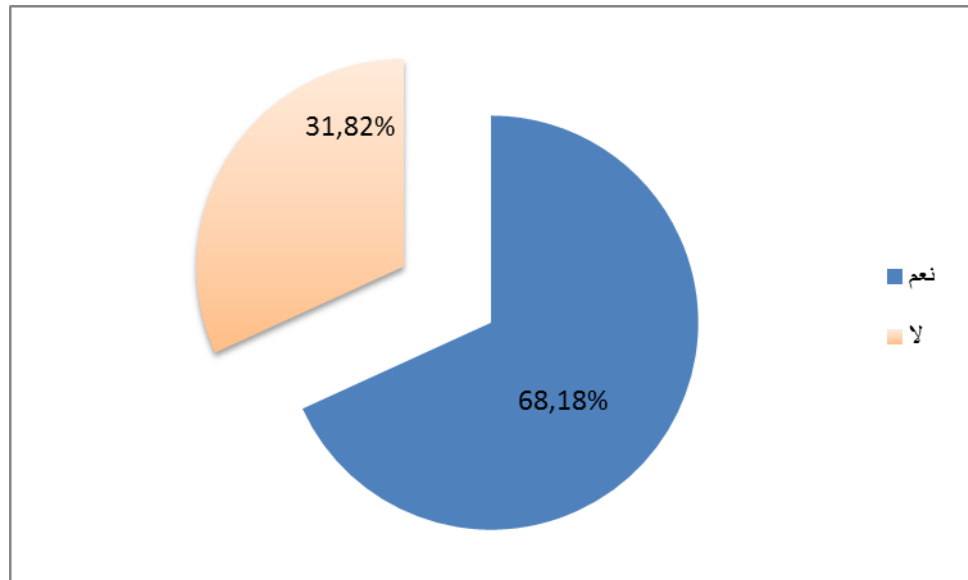
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 20 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجابتهم بنعم وهذا بنسبة 68.18% وهذا يعني أن اللاعبين يتأثرون بالتشاجر مع أحد الجيران ، فيما نجد

9.09% كانت إجابتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج التشاجر مع أحد الجيران يؤثر علي أدائهم ، و ذلك من

خلال فقدان تركيزهم أثناء المنافسة



الشكل رقم (20) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (09) من المحور الثاني

السؤال العاشر: هل اللعب في المجتمع لا يحمل نفس عادات و تقاليد لمجتمعك من شأنه أن يؤثر على أدائك؟

الغرض منه: معرفة إذا كان اللعب في مجتمع لا يحمل نفس عادات و تقاليد المجتمع الأصلي من شأنه أن يؤثر على أداء اللاعب.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	14	63.64%
لا	08	36.36%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (21) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 10 من المحور الثاني

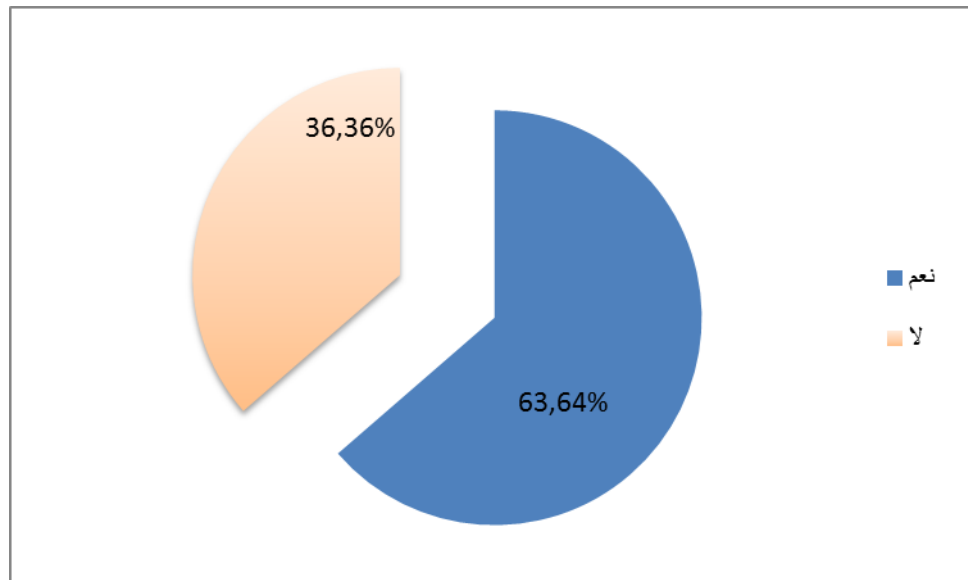
مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 21 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

إجابتهم بنعم وهذا بنسبة 63.64 % وهذا يعني أن اللاعبين يتأثرون بالمجتمع الذين يلعبون فيه، فيما نجد

36.36% كانت إجابتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن اللعب في مجتمع لا يحمل نفس عادات و تقاليد المجتمع

الأصلي يؤثر على الأداء بصورة سلبية



الشكل رقم (21) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (10) من المحور الثاني

المحور الثالث : تحسين الأداء المهاري

السؤال الأول: هل تساهم العلاقات الاجتماعية بين اللاعبين في تحسين مستوى الأداء المهاري ؟

الغرض منه: معرفة ما إذا كان للعلاقات الجماعية بين اللاعبين دور في تحسين مستوى الأداء.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
%86.36	19	نعم
%13.64	03	لا
%100	22	المجموع

الجدول رقم (22) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 01 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 22 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت

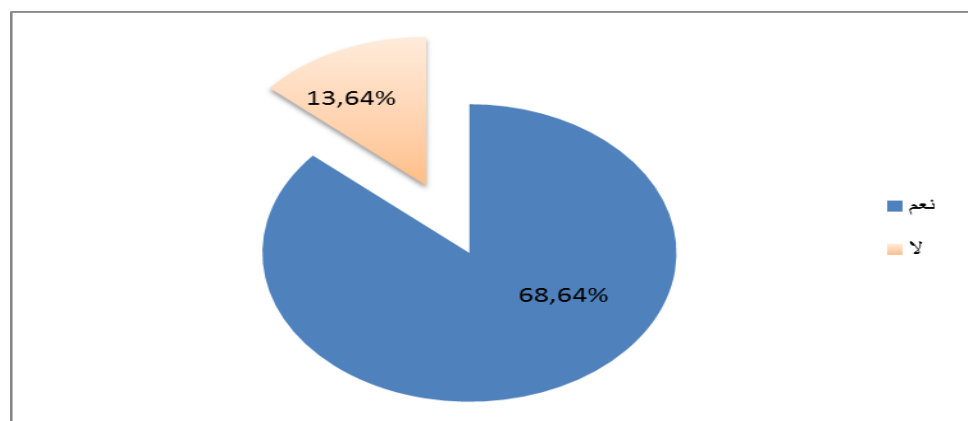
إجابتهم بنعم وهذا بنسبة % 86.36 وهذا يعني أن العلاقات الجيدة بين اللاعبين دور في تحسين مستوى

الأداء، فيما نجد %36.36 كانت إجابتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن معظم اللاعبين كانت إجابتهم بنعم وهذا يعني أنه كلما

كانت العلاقة بين اللاعبين جيدة كلما كان الأداء جيد ، فهذه العلاقة تساهم في توافقهم النفسي الاجتماعي و

بالتالي تحسن مستوى الأداء.



الشكل رقم (22) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (01) من المحور الثالث

السؤال الثاني: هل الروح الجماعية تساهم في تحسين مستوى الأداء ؟

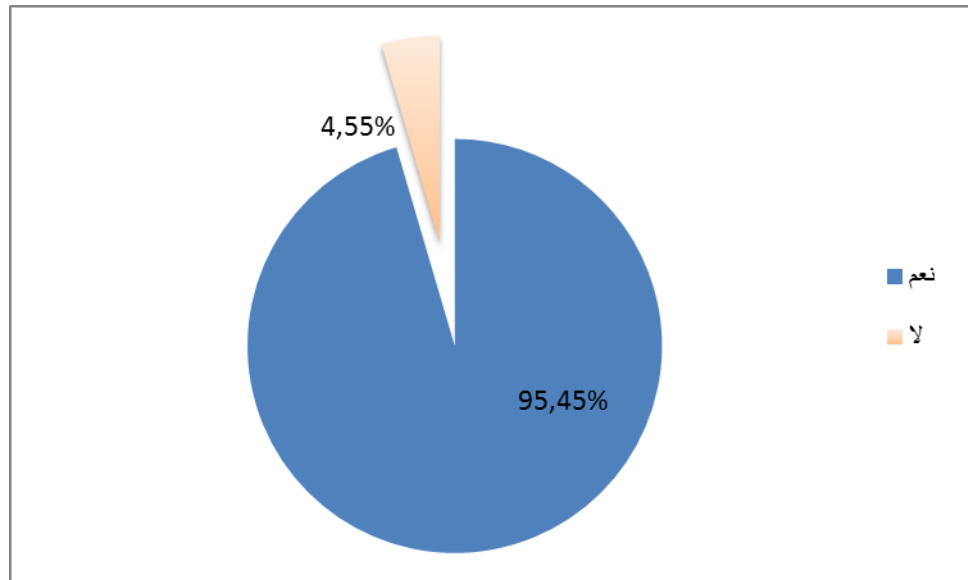
الغرض منه: معرفة اذا كانت لروح الجماعة دور في تحسين مستوى الأداء

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	21	95.45%
لا	01	4.55%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (23) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 02 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 23 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 95.45 % وهذا يعني أن روح الجماعة تساهم في تحسين مستوى الأداء، فيما نجد 4.55% كانت إجاباتهم ب: لا

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج بأن روح الجماعة تساهم في تحسين مستوى الأداء الكلي للفريق



الشكل رقم (23) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (02) من المحور الثالث

السؤال الثالث: هل يصعب علي الاحتفاظ بالهدوء عندما تصبح الأمور سيئة داخل الفريق ؟

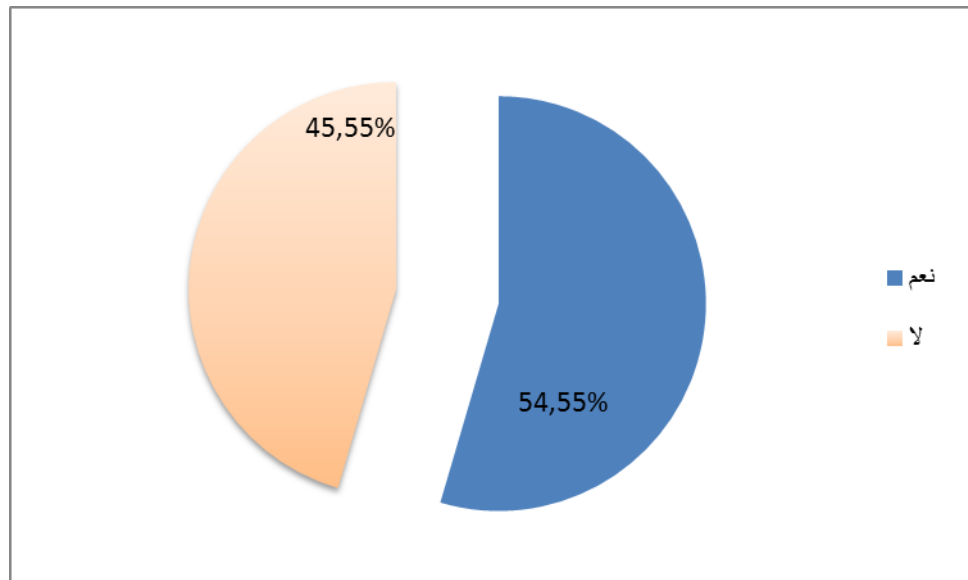
الغرض منه: معرفة إذا كان للاعب القدرة على الاحتفاظ بالهدوء في الحالات السيئة التي تحدث داخل الفريق

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	12	54.55%
لا	10	45.45%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (24) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 03 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 24 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 54.55 % وهذا يعني أنه يصعب عليهم الاحتفاظ بالهدوء عندما تصبح الأمور سيئة داخل، فيما نجد 45.45% كانت إجاباتهم ب: لا .

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج من المشاكل التي تحدث داخل الفريق يكون لها أثر سلبي على اللاعبين فتتكون لديهم عدم القدرة على الاحتفاظ بالهدوء عندما تصبح الأمور سيئة داخل الفريق.



الشكل رقم (24) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (03) من المحور الثالث

السؤال الرابع: هل من السهل أن تكون علاقات جيدة مع أفراد الفريق ؟

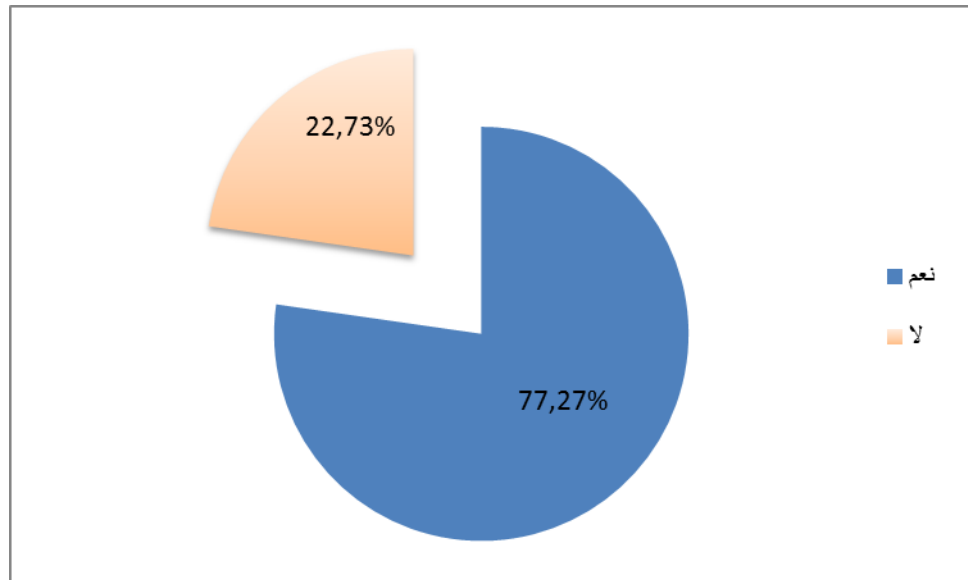
الغرض منه: معرفة ما إذا كان اللاعبين يسهل عليهم تكوين علاقات جيدة مع الزملاء داخل الفريق

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	17	77.27%
لا	05	22.73%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (25) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 04 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 25 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم بنعم وهذا بنسبة 77.27 % وهذا يعني أن معظم اللاعبين لا يصعب عليهم تكوين علاقات جيدة مع زملائهم داخل الفريق، فيما نجد 22.73% كانت إجاباتهم ب: لا .

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج بأن أغلبية اللاعبين لهم إمكانية تكوين صداقات جيدة وبأن السلوكات اللفظية هي التي تحرك استجابة الفرد للآخرين في موقف التفاعل.



الشكل رقم (25) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (04) من المحور الثالث

السؤال الخامس: هل تحاصمك مع احد اللاعبين يؤثر سلبيا على أدائك ؟

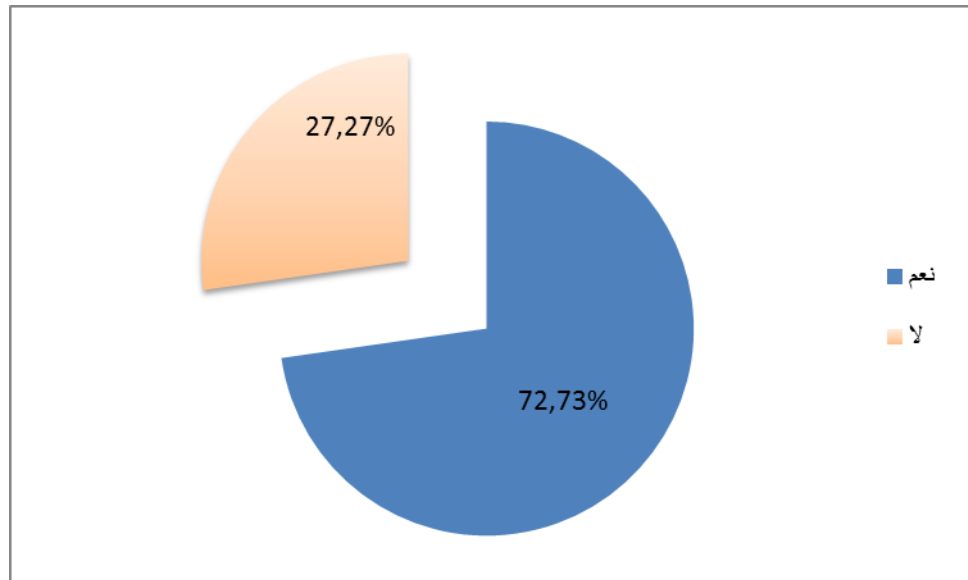
الغرض منه: معرفة ما إذا كان خصام اللاعب مع أحد اللاعبين يؤثر على أداء اللاعب من عدمه

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	16	72.73%
لا	06	27.27%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (26) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 05 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 26 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجابتهم بنعم وهذا بنسبة 72.73 % وهذا يعني أن التخاصم مع احد اللاعبين يؤثر سلبيا على أداء اللاعب في باقي مجريات المباراة، فيما نجد 27.27% كانت إجابتهم ب: لا .

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن حالات الخصام التي تحدث أثناء المنافسة بين اللاعبين تؤثر سلبيا على أداء اللاعب في باقي مجريات المباراة .



الشكل رقم (26) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (05) من المحور الثالث

السؤال السادس: هل تعتذر لأفراد الفريق عندما أخطئ في حقهم ؟

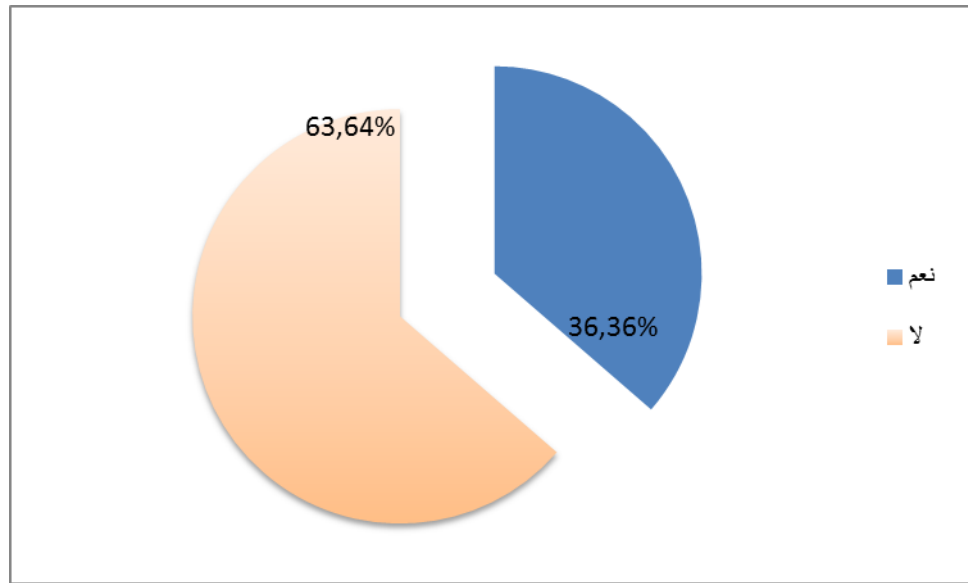
الغرض منه: معرفة ما اذا كان للفرد القدرة على الاعتذار من الزملاء عندما يقوم بأخطاء في حقهم

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	12	54.55%
لا	14	63.64%
المجموع	22	100%

الجدول رقم (27) : يمثل نتائج أفراد العينة على العبارة 06 من المحور الثاني

مناقشة النتائج : يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 27 تبين لنا أن معظم اللاعبين كانت إجاباتهم ب : لا وهذا بنسبة 63.64 % وهذا يعني أن اللاعبين ليس لهم القدرة الاعتذار من الزملاء ، فيما نجد 36.36% كانت إجاباتهم ب: نعم

الاستنتاج : من خلال النتائج وبصفة عامة نستنتج أن معظم اللاعبين لا يعترفون بالخطأ الذي وقعوا فيه



الشكل رقم (27) يمثل النسب المئوية لإجابات العينة على السؤال رقم (06) من المحور الثالث

مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

بعد تحليل ومناقشة نتائج الدراسة سيتم في هذا الجزء مناقشة تلك النتائج بفرضيات البحث قصد معرفة مدى تحققها أو عدم تحققه

أولاً : تحليل نتائج البحث في ضوء الفرضية الأولى والتي مفادها " إن الثقة بالنفس للاعب لها أثر على مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة القدم " ، وانطلاقاً من النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستبيان المقترح، وجدنا أن فقدان اللاعبين إلى عامل الثقة بالنفس من شأنه أن يؤثر سلباً على أداء المهاري للاعب و يفقده المستوى المهاري الحقيقي ، فانعدام الثقة بالنفس تجعل اللاعب غير متوافق نفسياً كما تجعله يشعر بنوع من الخوف و الارتباك و القلق و التوتر... الخ، فكلما شعر اللاعب بهذه الصفات ، كلما كان أدائه سلبياً و بهذا نستطيع القول أن الفرضية الجزئية الثانية صحيحة.

ثانياً: تحليل نتائج البحث في ضوء الفرضية الثانية والتي مفادها" العلاقة الجيدة تساهم في تحسين الأداء المهاري للاعبين كرة القدم" من خلال نتائج البحث تبين لنا أن العلاقات الجيدة بين أعضاء الفريق من شأنها أن ترفع من مستوى الأداء المهاري ، فالعلاقات الحميمة بين اللاعبين و المتمثلة في روح التعاون و الاحترام المتبادل بين اللاعبين لها دور بارز و هام في تحسين مستوى الأداء ، ومنه نستطيع القول أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت.

ثالثاً : تحليل نتائج البحث في ضوء الفرضية الثالثة والتي مفادها" تحليل نتائج البحث في ضوء الفرضية الثانية والتي مفادها" ، وانطلاقاً من النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستبيان المقدم للاعبين نستطيع القول أن العلاقات الاجتماعية التي تكون بين اللاعب و المجتمع الذي يلعب به سواء كان ذلك المجتمع أصلي أم لا من شأنها أن تؤثر على الأداء المهاري ، فكلما كانت تلك العلاقات جيدة مبنية على التشجيع المتبادل و التحفيز و الاحترام... الخ، فكلما شعر اللاعب بالراحة النفسية و التوافق النفسي وحتى الاجتماعي، ومنه نستطيع القول أن الفرضية الجزئية الثالثة قد تحققت

الملخص:

إن الفرضية الجزئية الأولى والثانية والثالثة كلها تحققت ، فإن الفرضية العامة للبحث قد تحققت بنسبة كبيرة أي أن " التوافق النفسي والاجتماعي يساهم في تحسين الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم " إن التوافق النفسي الاجتماعي له أهمية كبيرة حيث يعتبر أحد أهم عناصر التدريب كما أنه يبقى اللاعبين من الأثر السلبي للمشكلات النفسية التي يتعرض لها للاعبين ويساهم في رفع وتنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب ويساعد اللاعبين للوصول إلى أحسن إنجاز ممكن ويساعد أيضا على تجاوز الظروف الصعبة وهو ما بين أن التوافق النفسي له أهمية كبيرة للاعبين لفريق كرة القدم، والحالة النفسية للاعبين وهذا من خلال الاستماع الجيد للاعبين والقيام بتنمية الأداء للاعب واختيار أسلوب يتماشى مع اللاعبين .

من خلال ما دارسناه في موضوعنا هذا توصلنا إلى الاستنتاجات التي لها أهمية كبيرة وهي:

- إن نجاح عملية التوافق النفسي والاجتماعي مسؤولية مشتركة بين المجتمع واللاعبين
- يمثل التوافق النفسي القاعدة الأساسية للتدريب على اكتساب وتنمية الأداء المهاري
- إن تسهيل عملية الاتصالات وإشراك اللاعبين وفتح المجال لهم لإبراز آرائهم والاستماع الجيد لهم وتقديم المساعدة حسب الحاجة يؤدي إلى خلق جو مناسب لاكتساب درجة عالية من التوافق النفسي الاجتماعي يساهم في خلق جو مساعد و ملائم لتحسين مستوى الأداء المهاري

الكلمات المفتاحية:

التوافق النفسي والاجتماعي - الأداء المهاري - لاعبي كرة القدم " - التدريب .

Résumé:

Les première, deuxième et troisième hypothèses partielles ont toutes été remplies. L'hypothèse générale de la recherche a été réalisée par un grand pourcentage, c'est-à-dire que "la compatibilité psychologique et sociale contribue à améliorer les performances techniques des joueurs de football."

La compatibilité psychosociale est d'une grande importance, car elle est considérée comme l'un des éléments les plus importants de l'entraînement. Elle protège également les joueurs de l'impact négatif des problèmes psychologiques rencontrés par les joueurs et contribue à augmenter et à développer la confiance en soi du joueur et aide les joueurs à atteindre la meilleure réalisation possible et aide également à surmonter les circonstances difficiles, qui se situent entre la compatibilité psychologique est d'une grande importance pour les joueurs de l'équipe de football, et l'état psychologique des joueurs, et cela grâce à une bonne écoute des joueurs, en développant la performance du joueur et choisir un style en accord avec les joueurs.

A travers ce que nous avons étudié dans ce sujet, nous sommes arrivés aux conclusions qui sont d'une grande importance, à savoir:

La réussite du processus d'adaptation psychologique et sociale est une responsabilité partagée entre la communauté et les acteurs

La compatibilité psychologique est la base de base de la formation pour acquérir et développer la performance des compétences

Faciliter le processus de communication, impliquer les acteurs et leur ouvrir la possibilité d'exprimer leurs opinions, de bien les écouter et d'apporter une aide au besoin conduit à créer une atmosphère appropriée pour acquérir un degré élevé de compatibilité psychosociale qui contribue à créer un environnement propice et atmosphère appropriée pour améliorer le niveau de performance des compétences.

les mots clés:

Compatibilité psychologique et sociale – performances techniques – joueurs de football – entraînement.

Summary:

The first, second, and third partial hypotheses have all been fulfilled. The general hypothesis of the research has been achieved by a large percentage, that is, "psychological and social compatibility contributes to improving the skill performance of football players".

Psychosocial compatibility is of great importance, as it is considered one of the most important elements of training. It also keeps players from the negative impact of psychological problems faced by players and contributes to raising and developing the player's self-confidence and helps players to reach the best possible achievement and also helps to overcome difficult circumstances, which is between Psychological compatibility is of great importance for the players of the football team, and the psychological state of the players, and this is through good listening to the players, developing the performance of the player and choosing a style in line with the players.

Through what we studied in this topic, we reached the conclusions that are of great importance, namely:

The success of the psychological and social adjustment process is a shared responsibility between the community and the players

Psychological compatibility is the basic basis for training to acquire and develop skill performance

Facilitating the communication process, involving the players and opening the way for them to express their opinions, listen well to them, and provide assistance as needed leads to creating an appropriate atmosphere for acquiring a high degree of psychosocial compatibility that contributes to creating a conducive and appropriate atmosphere to improve the level of skill performance.

key words:

Psychological and social compatibility – skill performance – football players – training

2-3- الاقتراحات والتوصيات :

- انطلاقاً من النتائج المتوصل إليها وبعد تحليلها كان لزاماً علينا أن نقترح على اللاعبين والتي نأمل أن تسهل عليهم تجنب العديد من المشاكل التي يجدونها خلال تدريبهم ونستطيع أن نتقدم بالاقتراحات التالية :
- ضرورة القيام بخصص تدريبية نفسية من حين الى آخر.
 - مساعدة اللاعب على فهم المهارات النفسية الاجتماعية التي تمكنه من بناء علاقات اجتماعية داخل وخارج الفريق
 - تحقيق العلاقات الاجتماعية السوية بين أفراد الفريق الواحد لغرض روح التعاون و روح الجماعة
 - الاهتمام بالعلاقات الأسرية حتى لا تؤثر على مستوى الأداء .
 - توفير جو اجتماعي داخل الحصص التدريبية.
 - يجب توفير أطباء نفسانيين للاعبين ، و لهذا ترجوا من الجهات المعنية و الرابطات و رؤساء النوادي ضرورة توفير أطباء نفسانيين

خاتمة :

في وقتنا الحالي والذي لو دور كبير و ضروري في إعداد اللاعبين لتحقيق نتائج عالية و التغلب على المشاكل النفسية والاجتماعية والتي تشكل عائق حاد اتجاه اللاعبين و حالتهم النفسية، ألا و هو الجانب النفسي والجانب الاجتماعي ، و يعتبران هذان الجانبين ذو أهمية بالغة في تطوير الرياضة بصفة عامة و كرة القدم بصفة خاصة ، حيث كل الدول وخاصة الدول المتقدمة تعتمد عليهما نظرا لما يعطيه من فوائد كبيرة للمردود الرياضي للوصول إلى أعلى المستويات .

و من هذا المنطلق تناولنا في بحثنا هذا " دور التوافق النفسي والاجتماعي في تحسين الأداء المهاري للاعب كرة القدم "

ولهذا وجب على المدرب التكفل باللاعب من الناحية النفسية وذلك لرفع من قدراته ومعنوياته ليكون مستعدا لخوض أي مشاكل نفسية وبالأخص في هاته المرحلة من العمر ، حيث حاولنا إبراز أهمية التوافق النفسي الاجتماعي للاعب كرة القدم .

ومن النتائج المتحصل عليها استنتجنا أن التوافق النفسي الاجتماعي مهم جدا للاعبين و ذلك لأثره البالغ على أداء اللاعبين .

وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا وكل ما بذلاه كانت مساهمتنا ضئيلة رغم تفانينا وإخلاصنا فيه ، كانت غايتنا في ذلك إبراز أهمية التوافق النفسي الاجتماعي في تحسين مستوى الأداء للاعب كرة القدم والتحكم في نفسية اللاعب في هاته المرحلة العمرية الحساسة

قائمة المراجع :

- فهمي مصطفى، 1970، التكيف النفسي، ب ط ، مكتبة مصر ، القاهرة،
- إبراهيم شعلان، 2001، محمد عفيفي : كرة القدم للناشئين، مركز الكتاب، مصر .
- ابن منظور ، لسان العرب ، مطبعة بولاق ، القاهرة
- أسامة كامل راتب ، 2000، المهارات النفسية و تطبيقاتها في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- أسامة كامل راتب، 1997، علم النفس الرياضة المفاهيم و التطبيقات، دار الفكر العربي ، ط، 2 القاهرة ،
- مصر أسامة كامل راتب مصطفى محمد مرسى، 1991، السمات الانفعالية لدى السباحين و السباحات و علاقتها بالإنتاج الرقمي نظريات و تطبيقات، ط، 2 كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية.
- أشرف جابر، وآخرون: ، 1996، كرة القدم، مطبعة كلية التربية الرياضية للبنين، مصر،
- أمر الله البساطي:، 1980، التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، مطبعة الإسكندرية، مصر .
- بطرس رزق الله:، 1992، متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية، مطبعة الإسكندرية، مصر.
- تامر محسن، واثق ناجي، 1989: كرة القدم وعناصرها الأساسية، مطبعة بغداد، العراق .
- جمال محمد صقر، 1965: إتجاهات في التربية والتعليم، دار المعارف بمصر، ط 1، القاهرة.
- حسن صالح الدهري، 1999: الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع، الأردن.
- حنفي إبراهيم حماد، 2002 المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، مصر.
- حنفي محمود مختار، 1994، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مصر.
- رومي جميل، 1986م: "كرة القدم"، دار النقائض، بيروت (لبنان)، ط 1.
- صالح حسن احمد الدايري :، 2008، اساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات)، عمان ، دار صفاء لنشر والتوزيع، ط 1.
- صبحي حمودي، 2003 ، المنجد الوسيط في العربية المعاصرة ، ب ط ، دار المشرق .
- عبد الفتاح غزال ، 2008، ابحاث حديثة في علم نفس الطفل ، القاهرة، دار ماهي للنشر والتوزيع ، ط 1.
- عبد الحميد محمد شاذلي، 2001، الصحة النفسية والتوافق النفسي ، المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية ، ط 1.
- العربي بلقاسم فرحاتي، 2012 : البحث الجامعي بين التحرير والتصميم والتقنيات ط 1، دار أسامة، عمان .

- عمار بوحوش ومحمد الذبيان :مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث ط3 ،ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- غازي صالح محمود و هاشم ياسر حسن، 2012، كرة القدم (التدريب المهاري)، ط1، مكتبة العربي للنشر، عمان.
- غازي صالح محمود وآخرون،2012، كرة القدم التدريب المهاري ط1 ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، .
- محمد حسن علاوي،1972 :علم التدريب، دار المعارف، مصر.
- محمد حسن علاوي، وآخرون:،1987، الاختبارات المهارية والتقنية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر.
- سيد خير الله،1990، بحوث نفسية وتربوية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع.

المذكرات :

- أوزايد ناجية،2002 ،أثر الكفالة النفسية على التوافق النفسي الاجتماعي على الطفل المصدوم جراء العنف الإرهابي ، رسالة ماجستير ،جامعة الجزائر .
- بلخيرات علي ،2000" الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" مذكرة لنيل شهادة ماجستير "جامعة الجزائر "
- بوجليدة حسان،2002 ، نشاطات الرياضة الجماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي " مذكرة لنيل شهادة ماجستير "جامعة الجزائر " .
- ربوح صالح،2009،"الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي" مذكرة لنيل شهادة ماجستير "جامعة الجزائر "
- رويح كمال،2007،" أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي و الاجتماعي للمراهق" مذكرة لنيل شهادة ماجستير "جامعة الجزائر "

قائمة الملاحق :

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
إستمارة إستبيان

في إطار إعداد مذكرة التخرج لنيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تحت عنوان :

التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمستوى الأداء المهاري في كرة القدم

نرجو منكم سيادتكم الإجابة على أسئلة هذا الاستبيان وذلك لاستعمال المعلومات المطلوبة بغرض البحث العلمي،
إن تعاونكم معنا في الإجابة هو عنصر أساسي لنجاح هذا البحث العلمي

ملاحظة: ضع العلامة X أمام الإجابة المختارة

من الطالبان :

- دويسي علاء

- بوتزديم حسان

تحت إشراف :

- أ د حمزاوي حكيم

المحور الأول : التوافق النفسي وعلاقته بالأداء المهاري

السؤال الأول: هل ممارسة كرة القدم لها تأثير على تصرفاتك اليومية ؟

نعم لا

السؤال الثاني: هل لك علاقة جيدة مع مدربك؟

نعم لا

السؤال الثالث : هل فقدان اللاعب الثقة بالنفس يؤثر سلبا على الأداء المهاري أثناء المنافسة ؟

نعم لا

السؤال الرابع : تفقد الثقة بالنفس أثناء المنافسات الرسمية مقارنة بالمنافسة الودية؟

نعم لا

السؤال الخامس: تذبذب مستواك راجع إلى نقص في عملية التحضير النفسي؟

نعم لا

السؤال السادس : حسب رأيك وجود محضر نفسي داخل الفريق لو تأثير على أداء الفريق؟

نعم لا

السؤال السابع : هل معرفة الخصم تزيد من نسبة الثقة بالنفس ؟

نعم لا

السؤال الثامن : الثقة بالنفس ضرورية في تحسين الأداء أثناء المنافسة ؟

نعم لا

السؤال التاسع : هل تحافظ على هدوءك عندما تصبح الأمور سيئة؟

نعم لا

السؤال العاشر : تضيع كرة سهلة يفقدك الثقة بالنفس ؟

نعم لا

السؤال الحادي عشر : تصفيرات الجمهور الخصم تؤثر على أدائي أثناء المباراة ؟

نعم لا

المحور الثاني : التوافق الاجتماعي وعلاقته بالأداء المهاري

السؤال الأول: هل للعلاقات الأسرية تأثير في تحسين مستوى الأداء المهاري ؟

نعم لا

السؤال الثاني : هل الصراعات الأسرية تؤدي إلى عدم التركيز؟

نعم لا

السؤال الثالث : التشجيعات العائلية تؤثر على أدائك داخل الملعب ؟

نعم لا

السؤال الرابع : هل المشاكل الاجتماعية تؤدي إلى عدم التركيز ؟

نعم لا

السؤال الخامس : هل انتقادات المجتمع تؤثر على أدائك ؟

نعم لا

السؤال السادس : هل السهر الكثير يؤثر على مستوى أدائك ؟

نعم لا

السؤال السابع : هل تحفيزات المجتمع تعطي أثر ايجابي لك ؟

نعم لا

السؤال الثامن : هل تفتخر بالانتماء الى مجتمعك ؟

نعم لا

السؤال التاسع : هل التشاجر مع أحد الجيران يفقدنك التركيز ؟

نعم لا

السؤال العاشر: هل اللعب في المجتمع لا يحمل نفس عادات و تقاليد مجتمعك من شأنه أن يؤثر على أدائك؟

نعم لا

المحور الثالث : تحسين الأداء المهاري

السؤال الأول: هل تساهم العلاقات الاجتماعية بين اللاعبين في تحسين مستوى الأداء المهاري ؟

نعم لا

السؤال الثاني: هل الروح الجماعية تساهم في تحسين مستوى الأداء ؟

نعم لا

السؤال الثالث: هل يصعب علي الاحتفاظ بالهدوء عندما تصبح الأمور سيئة داخل الفريق ؟

نعم لا

السؤال الرابع: هل من السهل أن تكون علاقات جيدة مع أفراد الفريق؟

 لا نعم

السؤال الخامس: هل تخاصمك مع احد اللاعبين يؤثر سلبيا على أدائك؟

 لا نعم

السؤال السادس: هل تعتذر لأفراد الفريق عندما أخطئ في حقهم؟

 لا نعم



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



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

University Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Institute of Sports and Physical Education

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

The Date : 19/05/2021
Ref :014/S.T / 2021

مستغانم في: 2021/05/19
الرقم: 014 / ت.ر. / 2021

Sport training département

قسم: تدريب رياضي

إلى السيد : رئيس نادي سيق لولاية معسكر

الموضوع : طلب تسهيل مهمة .

يسر رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد التربية البدنية و الرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم أن يقدم
إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة الطالب :
-- بوتزيم حسان .

والمسجل في السنة الثالثة ليسانس تدريب رياضي تنافسي للسنة الجامعية 2021/2020 .
هذا قصد إجراء تريض ميداني لإعداد مذكرة تخرج لئيل شهادة الليسانس .

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

موافقة رئيس النادي



محمد بن لغة بن احمد
رئيس الجمعية



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



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

University Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Institute of Sports and Physical Education

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

The Date : 18/05/2021
Ref :013/ S.T / 2021

مستغانم في: 2021/05/18
الرقم: 013 / ت.ر / 2021

Sport training département

قسم: تدريب رياضي

إلى السيد : رئيس نادي وداد عين طارق
- ولاية غليزان -

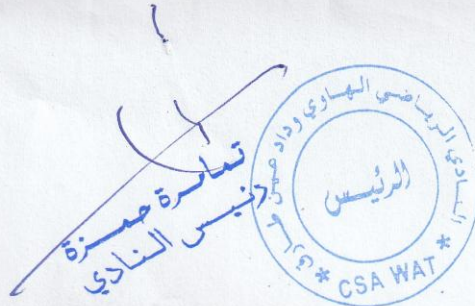
الموضوع : طلب تسهيل مهمة .

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 الطالب :
- دويسي علاء الدين .

والمسجل في السنة الثالثة ليسانس تدريب رياضي تنافسي للسنة الجامعية 2021/2020.
هذا قصد إجراء تريض ميداني لإعداد مذكرة تخرج لليل شهادة الليسانس.

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

موافقه رئيس النادي



قائمة الأساتذة المحكمين للاستبيان

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة العلمية	التخصص	الامضاء
01	صبيان محمد	مستاد	علم الاجتماع الرياضة	
02	د. أحمد مصطفى	استاذ	"	
03	د. محمد عبد الله	"	"	
04	صالح كافي	أ.م.أ	"	
05	محمد كمال	"	"	