



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد علوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية اختصاص تدريب رياضي بعنوان

الأداء المهاري وعلاقته بتقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى لاعبي
كرة القدم

المشرف:
د. كحلي كمال

من إعداد الطالب:
العفاني صلاح الدين
زايدي يوسف

السنة الجامعية: 2020/2019

الحمد لله وكفى والصلاة على الحبيب المصطفى.

الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله.

اللهم علمنا ما ينفعنا وانفعنا بما علمتنا وزدنا علما.

اللهم اجعل هذا العمل خالصا لوجهك الكريم

شكر و عرفان

انطلاقاً من قوله سبحانه وتعالى " ولئن شكرتم لأزيدنكم " سورة إبراهيم الآية .

70. الحمد الأول المطلق الصافي الخالقي وباعث كل شيء في الوجود، اللهم لك الحمد

حتى ترضى ولك الشكر الكثير سبحانه ربي ما أعظمك سبحانه الله العلي القدير .

ولقول نبراس الحياة سيدنا محمد عليه الصلاة والسلام " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

ما يسعني إلا أن أتوجه بجزيل الشكر للأستاذ " كحلي كمال " الذي كان خير داعم لنا

ونعم المشرف القدير على توجيهاته الدائمة وحرصه على هذا العمل خاصة في ظل

الظروف التي مر بها العالم من خلال هذا الوباء الذي ضرب الأرض .وكي لا أنسى كل

أساتذتي وزملائي من الابتدائي الى اليوم، خاصة أساتذة

علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية لولاية مستغانم كما أشكر كل من ساعد في

انجاز هذا العمل سواء من قريب أو من بعيد كل الشكر لكم كل الحب لكم

إهداء

اهدي ثمرة جهدي إلى اعز ما املك في هذه الدنيا إلى من قال فيهما
تعالى "وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا إلى منحوني العطف و الحنان
إلى من أعطوني الدفء و الطمأنينة. وإلى النور الذي امشي به و لازلت
امشي به. إلى من ضحي بالنفس و النفيس، إلى من تحمل العبء من

اجلي

-الوالدين الكرمين

-إلى اخوتي

إلى كل الأصدقاء الذين يعرفونني

و إلى المشرف على المذكرة "الأستاذ كحلي كمال"

و كل من هو في الذاكرة و لم تحمله المذكرة و كل من عمر الصدور

وغيبته السطور

زايد يوسف

إهداء

الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله، إلى الذين قال

فيهم جلا في

علاه " وبالوالدين إحسانا " الآية 38 سورة البقرة. إلى سر وجودي أبي وأمي

إلى الروح

المعطاءة والأنفس الكريمة، إلى من كانا لنا سندا في الحياة وكانا خير عون لنا

على

مصاعب الدنيا.

إلى القلب الكبير الذي لا يعرف إلا الحب، رحمك الله يا أماه ورزقك فسيح

الجنان وأطال الله

في عمرك يا أبي وبارك الله في أنفسكما يا والديا الأعزاء

إلى أستاذي الغالي وخير مشرف بعثه الله لي إلى كل أساتذتي الكرام وكل

زملائي الأعزاء إلى كل شخص ساعدني ولو بالدعاء إلى كل من يسبحون في

الذاكرة أهدي لكم هذه المذكرة

العفاني صلاح الدين

ملخص :

من المعروف أن لكل بحث علمي فكرة عن بدايته أو سبب يدفع الباحث إلى البحث في الموضوع أما نحن فقد انطلقنا في موضوع بحثنا هذا من منطلق ان للأداء المهاري علاقة بتقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين في المنافسات تكون سببا في انجازات ، مما يجعل الرياضي يسلك المسار الصحيح المسطر والموضوع لتحقيق الأهداف والنتائج وقد سلطنا الضوء في هذا البحث عن بعض الأسباب أي الدوافع التي تخلق للرياضي استجابات في وظائف الجسم وتزيد من دافعية اللاعب لإنجاز إبداعات وتفوقات ، لذا قمنا باختبار موضوع بحثنا الموسوم بـ"الأداء المهاري وعلاقته بتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم " وبما ان العالم كان يشهد أزمة كبيرة (جائحة كورونا كوفيد 19) لم يتسنى لنا الوقت للقيام بدراسة ميدانية .

الكلمات الدالة:

الاداء المهاري , تقدير الذات ، كرة القدم , اللاعبين ، دافعية الإنجاز .

Abstract

It is know.....,An idea of its construction or the reason for the researcher doing the research thé topic.

As for us, we proceeded on the subject of our research from the logic that skill performance is related to self-esteem and achievement motivation of athletes in competitions that are a cause for achievement.

Which makes the athlete walk in the correct path underlined and subject to achieve the goals and results. We focused in this research and shed light on some of the motives that achieve the athlete's responses in the functions of the body and increase the motivation of the player to achieve innovations and surprises

Therefore, we chose the topic of "skill performance and its relationship to the player's self-esteem" and since the world is witnessing a major crisis (Covid 19), we pray to God to remove it from us as soon as we did not have the opportunity to do a field study

Key Word:

Skillful performance, DAT appreciation, players, achievement motivation.



الفهرس

| | |
|----|--|
| ب | شكر و عرفان..... |
| ج | إهداء |
| د | إهداء |
| هـ | ملخص :..... |
| و | قائمة محتويات : |
| أ | مقدمة :..... |
| 5 | الجانب التمهيدي التعريف بالبحث |
| 6 | مدخل إلى الدراسة : |
| 7 | -الإشكالية:..... |
| 9 | 2 -فرضيات البحث:..... |
| 10 | -3 أهداف البحث:..... |
| 10 | -4 أهمية الدراسة:..... |
| 11 | -5 أسباب اختيار الموضوع:..... |
| 12 | 6-التعريفات الإجرائية:..... |
| 16 | الباب الأول_الجانب النظري |
| 17 | الفصل الأول_الأداء المهاري في كرة القدم..... |
| 18 | تمهيد: |
| 19 | 1-الأداء المهاري: |
| 19 | 2. أنواع الأداء : |
| 20 | 3-مفهوم الأداء المهاري: |
| 20 | 4-مراحل الأداء المهاري: |
| 21 | 5.أهمية الأداء المهاري: |

| | |
|----|--|
| 22 | 6. خصائص الأداء الحركي الماهر: |
| 23 | ثانيا كرة القدم |
| 23 | 1--تعريف كرة القدم: |
| 24 | 2 - نبذة تاريخية عن كرة القدم: |
| 26 | 3 - أهم المحطات في تاريخ كرة القدم في العالم: |
| 30 | 4 - شعبية كرة القدم: |
| 32 | 5 - تاريخ كرة القدم في الجزائر: |
| 36 | 6 - المبادئ الأساسية لكرة القدم: |
| 37 | 7 - قواعد كرة القدم : |
| 38 | 8 - قوانين كرة القدم : |
| 43 | 9- طرق اللعب في كرة القدم: |
| 45 | 10- متطلبات كرة القدم: |
| 46 | 11- خصائص كرة القدم: تتميز كرة القدم بخصائص أهمها: |
| 48 | 12 -اللياقة البدنية في كرة القدم: |
| 52 | خلاصة..... |
| 53 | الفصل الثاني تقدير الذات ودافعية الإنجاز..... |
| 54 | تمهيد : |
| 55 | 1 -الذات: |
| 60 | 2- مفهوم تقدير الذات: |
| 63 | 3 - الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات: |
| 65 | 4- مستويات تقدير الذات: |
| 69 | 5-مكونات تقدير الذات: |
| 70 | 6- العوامل المؤثرة في تقدير الذات: |
| 71 | 7- الحاجة إلى تقدير الذات: |

| | |
|----|--|
| 72 | 8- النظريات المفسرة لتقدير الذات: |
| 76 | ثالثا: الدافعية : |
| 76 | 1- مفهوم الدافعية |
| 78 | 2- التطور الفكري لمفهوم الدوافع: |
| 78 | 3- بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية : |
| 80 | 4- أنواع الدوافع : |
| 82 | 5- خصائص الدافعية : |
| 83 | 6- أبعاد الدافعية : |
| 84 | 7- أسس ومبادئ إثارة الدافعية: |
| 85 | ثالثا : الدافعية للإنجاز |
| 86 | 2- التطور التاريخي لمصطلح دافعية الإنجاز |
| 86 | 3- أهمية الدافع الإنجاز: |
| 87 | 4- العوامل المؤثرة في دوافع الإنجاز: |
| 88 | 5- أنواع الدافعية للإنجاز |
| 89 | الباب الثاني الجانب التطبيقي |
| 90 | الفصل الأول منهجية البحث والإجراءات المنهجية |
| 91 | تمهيد: |
| 92 | 1 منهج البحث: |
| 92 | 2مجتمع البحث: |
| 93 | 3. متغيرات البحث: |
| 93 | 4- مجالات البحث: |
| 94 | 5- أداة الدراسة : |
| 95 | 6- الوسائل الإحصائية: |
| 96 | خلاصة: |

| | |
|-----|---|
| 97 | الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة النتائج |
| 98 | الدراسات السابقة: |
| 98 | 1-الدراسات التي تناولت تقدير الذات: |
| 104 | 2 - الدراسات المشابهة للأداء المهاري : |
| 109 | 3- الاستنتاجات والتوصيات: |
| 112 | خاتمة: |
| 113 | قائمة المراجع : |

المقدمة العامة

المقدمة

يسعى كل رياضي لتحقيق أفضل قدر ممكن من اللياقة البدنية كي يتمكن من مقاومة مختلف الصعوبات الصحية والعملية التي يمكن أن تواجهه أثناء التدريب أو أثناء المنافسة أو ما بعد المنافسة لما لهذا الأمر من أهمية كبرى في حياة الرياضي، حيث أصبح الاهتمام بتطوير الرياضي من الناحية البدنية والنفسية حتى يصبح ذو شخصية قوية في جميع جوانب الحياة المختلفة، وتسخير كل ما يتطلبه ويحتاجه الرياضي من إمكانيات مادية ومعنوية، ابتداء من حياته الشخصية داخل أسرته مروراً بتأمين مستقبله ووصولاً إلى تطوير مستواه وأدائه الفني داخل الفريق، مع الاستمرارية في المحافظة على المستوى العالي الذي اكتسبه أثناء التدريب العلمي المدروس.

إن التطور الرياضي بحاجة إلى توعية ثقافية شاملة لكل قطاعات المجتمع وهذا ينعكس إيجابياً على الانجازات الرياضية حيث أصبحت الرياضة تشكل جانبا علميا هاما ومستقبلا وجاءت هذه الانجازات نتيجة التطور الهائل الذي حصل في جميع جوانب الحياة الثقافية والاجتماعية . كما ترمي الرياضة إلى التخفيف من التوترات والضغطات النفسية والسلوكيات العدوانية للاعبين في معظم . الرياضات كرياضة كرة القدم مثلا. (إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهر، 2000 ص 8)

الإنسان كائن حي معقد، بل هو أكثر الكائنات الحية تعقيدا على الإطلاق ، ولعل مرد ذلك إلى ما ميز الله سبحانه وتعالى به هذا المخلوق من قدرات متباينة و متنوعة يصب بعضها في بعض ويؤثر بعضها في بعض .

فالإنسان جسم وعقل ومشاعر تتفاعل كلها معا لتبقي عليه حيا مستمتعا بحياته محققا لأهدافه ، و الانسان فوق هذا كله كائن حي قادر على التعليم الجديد وتعديل و تطوير مكوناته وامكانياته ، فهو عن طريق التعلم يستطيع ان يعدل من جسمه وحركاته وعقله وقدراته و روحه ومشاعره و انفعالاته ليعيش حياة هانئة سعيدة.

ويختلف التركيز على جانب واحد من هذه الجوانب وذلك تبعا للمجتمع الذي يعيش فيه المتعلم واهداف ذلك اتمع و فلسفته وعقيدته ،فتركز مثلا بعض المجتمعات مثلا على الجوانب الشعورية والانفعالية و يركز بعضها على تنمية الجوانب العقلية بينما يركز الآخرون على تطوير القدرات الجسمية و الحركية والملاحظ انه حتى مع هذا الاختلاف في التركيز: فان الجانب الذي يحظى بأكبر قدر من التركيز والاهتمام و الدراسات هو الجانب العقلي للمتعلم ،اما حديثا فان علماء التربية ينادون بضرورة الاهتمام بالمتعلم اهتماما شاملا كاملا من كل الجوانب الشخصية .

والتعليم في أي مجتمع من المجتمعات على مدى هذه العصور نجد الركيزة والعقل المدبر لكل هذه الأمم بما يغزوه من فكر و آراء على الكيان النسائي فهو يعمل على تنشئة جيل او اجيال على اسس معرفية وثقافية وحضارية ، كما انه بذلك يعد الدعامة الرئيسية في تقدم اتمع و رقيه وتطويره. (ايمن انور الخولي، 2006،216)

ويتفق الكثير من علماء النفس على أن تقدير الذات هي نقطة البدء في عملية الانجاز. ويمكن أن نطلق عليه اسم اللاعب المستقبلي. ومن خلال ذلك يدرك فاعليته ومدى قدراته وكفائته في المجال الرياضي الخاص بكرة القدم, وكذلك تزداد ثقته في نفسه من العوامل التي تساعده على النجاح وزيادة فاعليته في التحسن و التطور وتسهم في زيادة دافعيته نحو الانجاز والتطور.

ونظرا لحساسية هذه الفئة ولما تتعرض له من ضغوطات سواء داخل الفريق او خارجه من جل النواحي (بدنية ونفسية...).

كان اختيارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول تأثير تقدير الذات على لاعبي كرة القدم بدافعية الانجاز في بعض أندية الشرق .

ومن خلال بحثنا نحاول المعرفة الحقيقية واقع تقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم على تنمية دافعية الإنجاز للوصول إلى الاحتراف والعوامل المؤثرة في ذلك. وسنتبع لذلك المقاربة التالية:

الفصل التمهيدي:

ويتضمن طرح الإشكالية, ثم صياغة الفرضيات, وأهداف الدراسة, فأهمية الدراسة, كما سنتناول أسباب اختيار الموضوع والتعريف بمصطلحات البحث, لينتهي بعرض مجموعة من الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

الجانب النظري: ويتكون من فصلين وهي كالتالي:

* الفصل الأول: تناولنا فيه موضوع الأداء المهارى في كرة القدم وقمنا بإعطاء

معلومات كافية ووافية منها التعريف والخصائص..

* الفصل الثاني: يخص تقدير الذات ودافعية الإنجاز

*الجانب التطبيقي: ينقسم الى فصلين:

*الفصل الاول :سنوضح فيه الطرق المنهجية المستعملة في البحث :منهج البحث

الدراسة الاستطلاعية التي قمنا ا ومجتمع وعينة البحث و أداة البحث ,ومجالات البحث وكذا

الوسائل الإحصائية المستخدمة في معالجة النتائج, وكذا الصعوبات التي واجهت البحث.

*الفصل الثاني : أما بالنسبة لهذا الفصل سيتضمن عرض وتحليل النتائج المتحصل

عليها من الدراسة الاستطلاعية واختبار الفرضيات, ثم استخلاص الاستنتاجات , و اقتراح

التوصيات للتنفيذ وآفاق الدراسة.

الجانب التمهيدي

التعريف بالبحث

1-تمهيد :

إن كل باحث وقبل البدء في تدوين بحثه والانطلاق فيه لابد أن يخضعه في البداية إلى مجموعة من القواعد والأسس العلمية التي يكون قد تصورهما في ذهنه، وهذا مرفوقا بالضبط والتمييز ، هذا ما يجعل بحثه ناجحا لذلك كان أول ما ينبغي على هذا الباحث الخضوع إلى ضوابط البحث.

وانطلاقا من هذا سيكون لنا في هذا الفصل طرح لبعض التساؤلات الدراسية حول البحث، ويليه الفرضيات التي تكون حلا مؤقتا للتساؤل ثم إبراز أسباب اختيار الموضوع والإشارة لأهميته وأهدافه وكذا تحديد المفاهيم الواردة في البحث، بعد ذلك قمنا بعرض الدراسات السابقة والمشابهة التي لها علاقة .

2-الإشكالية:

إن الفرد لا يمكن أن يعيش بمفرده، أو بمعزل عن المجتمع وبما أنه يولد ثم ينمو ثم يتطور بيولوجيا و اجتماعيا ، فان هناك أساليب استكمال اجتماعية الفرد و إنسانيته وذلك عن طريق أنظمة سائدة داخل المجتمع لتمتع لها طرقها الخاصة في الإدماج والاقتصاد مستعملة أنماطا خاصة في جعل الفرد يسير وفق المعايير الاجتماعية كالضغط، العقاب التواب ،التعليم....الخ

وتعتبر الرياضة ذات أهمية بالغة لكونها مادة اجتماعية ، يهتم الفرد والمجتمع ، داخل الحياة الاجتماعية كالأسرة ، والمدرسة ،المحيط...الخ وتعد بمثابة القاعدة الأساسية للتنشئة الاجتماعية الرياضية فتطبيق هذا المفهوم في مجال التربية البدنية والرياضية يساعد على فهم الرياضي وفهم عملية مشاركة الفرد بالرياضة ، فالفرد يتعلم من خلال انخراطه في النشاطات البدنية و الرياضية و يتعلم مهارات حركية ومعارف حول اللياقة البدنية والحركية بصفة عامة.

ومن جهة أخرى تخلق في الفرد مقدرة التفاعل والتعامل مع الآخرين، فقد ساهمت هذه العملية المعقدة، في انخراط اللاعب في النشاط البدني الرياضي من خلال مروره بعدة عمليات متسلسلة ومتراصة والتي تؤدي بالفرد الى الانخراط بالرياضة فمنهم من يشارك بصفة اساسية او مباشرة في اللعب بأي شكل من الأشكال ،أو بصفة ثانوية كان يكون مدربا أو حكما أو حتى متفرجا ، أين يتفاعل الفرد مع الجماعة ، ويتصل مع الآخرين، بغض النظر عن اجناسهم او معتقدا م، بل الهدف السامي هو التواصل والتنافس ضمن القوانين والقواعد العلمية يهدف منها الى ترقية ذاته واثبا ا مع قدراته البدنية والخلقية ، و المهارية ،وحتى الابداعية في كل الملات

الرياضية منها، سواء كانت الرياضة ترويحية كاللعب الحر والمتعة المشاركة لنفسه ولأصدقائه ، او حتى رياضة تنافسية خاضعة لقوانين ، و هذا للراقي بالمستوى الحضاري لذات اللاعب ولمحيطه.

كما تعتبر المؤسسة الرياضية ، مؤسسة تربوية وتنافسية ، فهي الوسيلة الفعالة في ترقية الإنسان ، من الناحية النفسية كالترويح عنه كاللعب مثلا ولو كان شكلا من أشكال الرياضة الغير منظمة نوعا ما وأيضا إثبات الذات والقدرات النهارية ،و التفوق و التميز خاصة إذا كانت رياضة تنافسية أين تدخل فيها مجموعة من الأهداف الاجتماعية كتحقيق رغبة الأسرة والأصدقاء والمحيط الاجتماعي ،هذا من جهة ومن جهة أخرى نميز الرياضة بأخلاقياتها والابتعاد عن الآفات الاجتماعية فهي تعلم التحكم في الذات ،وتعلمه المواجهة كمواجهة الخصم تحمل النتيجة وتقبلها بكل روح رياضية وأيضا التفوق والدخول في عالم الشهرة والنجومية بالنسبة لعالم النخبة ، فأهميتها في الحيات لا تنقص عن بقية العلوم، فهي وسيلة مهمة في زيادة خبرات التعلم ، فبواسطة الرياضة يتعلم الفرد كيفية اداء العمل المضمنى ، والتحلي بالصبر فضلا عن تنمية روح القدام والجرأة والتعاون، وهذه الصفات تخلق عنصرا فاعلا في مجتمعه بغض النظر عن اختلافات القومية و العرقية والدينية والثقافية .

كان ولا يزال للعامل النفسي تأثيرا كبيرا وملموسا في تحقيق الإنجازات الرياضية ، فضلا عن مساعدة الرياضي في قيادة الرياضي وتغلبه على المصاعب التي تواجهه ، الأمر الذي جعل وجوده أمرا ضروريا كأحد أركان العملية التدريبية.

ومن خلال هذه الدراسة نحاول التطرق الى الأداء المهاري وعلاقته بتقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم وعليه تصلح التساؤلات التالية:

- هل للأداء المهاري علاقة بتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم ؟
- هل للأداء المهاري علاقة بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم ؟

3-فرضيات البحث:

بتعريفها تعتبر الفرضية ظرفا خاصا أو عنصرا يمكن إخضاعه للبحث العلمي، بمعنى أنها الوسيلة اللغوية التي . تعيننا على فهم ظاهرة من الظواهر الاجتماعية فهما لغويا وهي حل منطقي وتجريبي أثبتته عملية تحليل المشكلة من حيث هي قائمة بين المتغير اللامتغير، والعودة بالحل إلى الواقع. (محمد حسن علاوي ، ص 19، 2009)

كما يساعد الفرض على تحديد أي الإجراءات وطرق البحث تكون أكثر مناسبة وملائمة لاختيار الحل المقترح . (للمشكلة) (جلال سعيد ، 45 ، 2002)

من خلال الإشكالية العامة للبحث تم صياغة الفرضيات كالاتي:

- للأداء المهاري علاقة بتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم .
- للأداء المهاري علاقة بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم .

3- أهداف البحث:

يهدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين الأداء المهاري للاعب وتنمية بتقدير الذات ودافعية الإنجاز الرياضي خلال حصة التدريبية

ومن خلال هذا المنطلق يهدف في دراستنا إلى ما يلي:

1-الكشف عن دور الأداء المهاري في تنمية الذات لدى لاعبين كرة القدم .

2-العلاقة بين الأداء المهاري ودافعية الإنجاز لدى لاعب كرة القدم .

4- أهمية الدراسة:

إن من أولى المهمات الأساسية للحصة الرياضية هو صقل و ذيب ذات اللاعب، وخلق حالة الانسجام التام بين البناء الحركي والسلوكي، ومن هنا يتطلب من المربي توفير كل الإمكانيات والظروف من اجل تحقيق هذا الهدف المنشود، إن أهمية بحثنا تكمن في:

1.4 من الأهمية العلمية لبحثنا ما يلي:

-إظهار الجانب الإيجابي التي تتميز به تقدير الذات.

-تقديم مرجع سابق للطلبة المقبلين على دراسة مثل هذا الموضوع.

-تقديم معلومات ومفاهيم للطلبة والأساتذة من أجل الاستفادة الجماعية في هذا المجال.

-المساعدة التي يقدمها هذا الموضوع للمدربين.

-إضافة دراسة جديدة لإثراء المكتبة.

يمكن تلخيص الأهمية العملية كالآتي:

-إظهار أهمية تقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم الناشئين .

-إثراء موع الدراسات الخاصة في هذا ال خاصة و ال الرياضي بصفة عامة.

-محاولة معرفة علاقة تقدير الذات بدافعية الإنجاز وارتباطهما بالاحتراف.

-إظهار أهمية تقدير الذات الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

5- أسباب اختيار الموضوع:

كان وراء اختيارنا لهذا الموضوع العديد من الأسباب نذكر منها:

- اسباب تحقيق الاحتراف وكيفية الوصول اليه.

- دور كل من الشخصية الخاصة باللاعب والمحيط في مساعدته لتحقيق اهدافه.

- معرفة الجوانب التي تؤثر في دافعية الانجاز وبالتالي الوصول الى الاحتراف.

6 - -التعريفات الإجرائية:

من اجل تحقيق التواصل بين الباحث والقارئ، نرى انه من الضروري توضيح المصطلحات الواردة في هذا البحث، حتى تكون للقارئ رؤية واضحة، ويستطيع تصفح واستيعاب ما جاء فيه دون غموض.

6.1 تقدير الذات: هو نظام من الاتجاهات والمشاعر و الإدراكات التي يمتلكها الفرد نحو نفسه، ويختلف العلماء فيما بينهم بالنسبة لتحديد أبعاد مفهوم الذات، فيرى (مصطفى فهمي) ان تلك الأبعاد هي الذات الواقعية والذات الاجتماعية والذات الإدراكية والذات المثالية، ويحدد(حامد زهران) الأبعاد بأنها الذات الواقعية والذات الإدراكية و الذات الاجتماعية والذات المثالية.

وتشير (هاريس) ان الأبعاد هي الذات الواقعية وتقبل الذات والذات المثالية وتقبل الآخرين، ويرى(فيتس) ان الابعاد هي الذات الإدراكية والذات الأخلاقية والذات الشخصية والذات الأسرية والذات الاجتماعية ونقد الذات والذات الجسمية.

تعريف تقدير الذات:

هو تقييم الفرد لنفسه وشعوره بالاحترام والقيمة والكفاءة. يشمل تقدير الذات قناعات الشخص حول نفسه (على سبيل المثال "أنا كفؤ" أو "أنا ذو قيمة") بالإضافة إلى الحالات الشعورية مثل الانتصار واليأس والفخر والخجل. عرّف سميث وماكي (2007) تقدير الذات بأنه "المفهوم الذاتي هو مانعته عن أنفسنا.

وفي بحثنا هذا سوف نعتمد في تعريفنا لمفهوم الذات على تعريف (محمد عماد الدين إسماعيل) الذي يرى ان مفهوم الذات، هو ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائنا بيولوجيا، اجتماعيا، أي باعتباره مصدرا للتأثير والتأثر، أو بعبارة سلوكية هو ذلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه . (المعجم الوسيط ، 2004 ، ص748)

- إن تقدير الذات يدور حول حكم الفرد على قيمته ويعني الجوانب الوجدانية والمعرفية

(عماد الدين إسماعيل، ص43، 1997)

2.6-تعريف الدافعية: -لغة: تعني الدافعية حسب ما جاء في معجم الوسيط من معاني دفع ما يلي:

دفع إلى فلان دفعا، انتهى إليه، ويقال طريق يدفع إلى مكان كذا أي ينتهي إليه، ودفع شيء، أي نحاه و أزاله بقوة، ويقال دفع عنه الأذى والشر ودفع إليه الشيء رده، ويقال دفع القول: رده بالحجة، دافع عنه مدافعة . ودفاعا(حامى عنه وانتصر له، ومنه الدفاع في القضاء، و دفع عنه الأذى: أي بعده ونحاه)، 3 عبد الحليم محمود السيد وآخرون ، ص 2010،95)

-التعريف الإجرائي: من خلال المحددات الداخلية هي عبارة عن استثارة وتوتر داخلي تثير السلوك وتدفعه إلى تحقيق هدف معين.

3.6تعريف الإنجاز الرياضي: هو أفضل مستوى يحققه اللاعب الذي يعكس مدى استعداداته المختلفة، وهو الوصول إلى الحد الأقصى من

. العناصر التي تحدد رفع المستوى في فعالية الاختصاص مع استعداد عالي للمستوى المطلوب
(.2014/11/30 4،www.arabscoach.com)

-التعريفات الإجرائية:

هو ذلك الإجراء الذي بفضله يصل الرياضي إلى أفضل مستوى كحد أقصى من الأداء و
المهارات الرياضية ورفع المستوى في مختلف الخصائص (البدنية والمهارية والجسمية).

4.6-تعريف دافعية الإنجاز الرياضي:

إن دافعية الإنجاز الرياضي أو الحاجة للإنجاز يقصد ا طبقا لمفهوم 'ميواري' تحقيق شيء صعب
والتحكم في الموضوعات المادية أو الكائنات البشرية أو الأفكار وتناولها أو تنظيمها وأداء ذلك
بأكبر قدر ممكن من السرعة والاستقلالية والتغلب على العقبات وتحقيق مستوى مرتفع والتفوق
على الذات ومنافسة الآخرين .

-التعريف الاجرائي:

دافعية الإنجاز الرياضي هي تمثل السعي والكفاح نحو مستوى معين من الامتياز والتفوق.

5.6 تعريف كرة القدم:

- **تعريف لغوي:** foot) هي كلمة لاتينية وتعني *ركل الكرة بالقدم*، فالأمريكيون يعتبرون (foot balle) كرة القدم ما يسمى عندهم (ريقبى) أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها (balle . soccer) تسمى (روجي جميل، ص5، 1986).

- **تعريف اصطلاحي:** هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في اية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة (هدف) وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط. (مأمور بن حسن السلطان ، ص 09، 1998)

تعريف إجرائي:

كرة القدم لعبة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل واحد منهما من 11 لاعبا في ميدان مستطيل الشكل صالح للعب، يحاول كل واحد منهما تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، حيث يدير اللقاء حكم وسط ميدان وحكمين مساعدين على الطرفين ومحافظ اللقاء، تدوم مدة اللقاء 90 دقيقة وهي مقسمة لشوطين كل واحد يدوم 45 دقيقة مع استراحة بينهما لمدة 15 دقيقة، بالإضافة لاحتساب الوقت الضائع، تستعمل كرة جلدية في الملعب، ألبسة الفريقين مختلفة عن بعضها. بالإضافة إلى اختلاف لباس الحراس عن باقي اللاعبين، واختلاف لباس الحكم، وتتكون البسة اللاعبين من-تبان، قميص، جوارب، حذاء خاص باللعبة- .

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

الأداء المهارى فى كرة القدم

تمهيد:

يلعب الأداء الحركي المهاري في أي رياضة من الرياضات دورا كبيرا في تحقيق نتائج ايجابية لصالح الفرق والأفراد حيث تلعب المهارة دورا بارزا في عمليتي إتقان ونجاح الطريقة الحركية والمهارية التي يمارسها الفرد وهذا لمل يكتسبه الجانب سابق الذكر من أهمية في عملية الارتقاء بالفرد من الجانب الحركي، وعلى غرار الجوانب النفسية أو الاجتماعي الأخرى ظهر جليا للعيان في السنوات الأخيرة الاهتمام الكبير بهذا الجانب لمل له تأثير مباشر على نتائج الفرد والفرق على حد سواء وهذا بغض الطرف عن الجوانب المكملة الأخرى كالجانب البدني أو التقني .

1-الأداء المهاري:

1.1 مفهوم الأداء:

هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه , ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة , وبناء على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تركز على اثنتين هما:
أولاً: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله :أي واجبات ومسؤولياته.

ثانياً : يتمثل في صفات الفرد الشخصية , ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أداءه لعمله
1989<Thomas> أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي , وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالأداء ,الاستعداد ,الدافعية وأغلبها تشكل مفهوم الأداء , مضيفاً أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة (1.1).

ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى ويستعمل بشكل واسع لتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات.

2. أنواع الأداء:

1.2-الأداء والمواجهة:

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

2.2-الأداء الدائري:

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

3.2- الأداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة

3- مفهوم الأداء المهاري:

نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي , و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية , و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة

كما انه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة .

4-مراحل الأداء المهاري:

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

4-1مرحلة التوافق الأولي للمهارة:

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

4-2 مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة:

تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية و التي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة , و مع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي و قلة حدوث الأخطاء23.)

4-3مرحلة إتقان و تثبيت أداء المهارة:

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

5.أهمية الأداء المهاري:

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

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

إن تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخططية هو الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي , و ذلك بتكرار المهارة من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسة مما يؤدي إلى اكتساب الفرد الرياضي صفة الآلية عند الأداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة

و لما كانت المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة إذا وجب الاهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي , فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة

6. خصائص الأداء الحركي الماهر:

فيما يلي أهم خصائص الأداء الحركي الماهر التي تساعد المعلم على الحكم على مدى اكتساب المتعلم للمهارات الحركية:

1_التآزر: ومعناه وجود وضوح في الإيقاع الحركي والتفاعل, والتناسق بين المثيرات والاستجابات. ويمكن القول عموماً أن التآزر هو استخدام لعضلات الجسم معاً أو في تتابع.

2_السرعة: وهو أن تؤدي المهارة النفس حركية (الحس حركية) بسرعة. فالكاتب الماهر على الآلة الكاتبة يكتب عدداً كبيراً من الكلمات في الدقيقة إذا قورن بغيره.

3_الدقة : مع السرعة في الأداء يجب أن تكون المهارة دقيقة أي أن دقة ما يكتبه الكاتب على الآلة الكاتبة دليل على مهارته.

4_ القدرة على الأداء تحت الضغوط: فالرياضي الكفاء والحرفي الماهر قادران على الأداء تحت ضغط الزمن أو التعب أو اللحظات الحرجة أو مع وجود ملاحظين لهما.

5_التوقيت: يتطلب كثير من المهارات دقة في التوقيت.

6_الإستراتيجية : ففي المباريات الرياضية مثلاً يتضمن الأداء الماهر جانباً معرفياً هاماً، فالفريق الماهر هو الذي يستطيع أن يستخلص أسلوب خصمه، ويستطيع أن يصدر النمط السلوكي المناسب المنافس، وأن يتفوق عليه.

ثانياً كرة القدم .

1 - تعريف كرة القدم:

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشاراً وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين وهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة.

1-1 - **التعريف اللغوي:** هي كلمة لاتينية ، وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون

(الفوتبول) : FOOT BALL كرة القدم ما يسمى عندهم بالرقبي أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة

القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتمسى . (SOCCER) (رومي جميل ،ص05، 1986)

- 1-2**التعريف الاصطلاحي:** كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية ، تلعب بفريقيين يتكون

كل واحد من 11 لاعب بضمنهم

حارس المرمى ويشرف على تحكيم المباراة أربع حكام موزعين ادهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على (الخطوط الجانبية وحكم رابع احتياط (فيصل رشيد عياش , اخرون : ص01 1997)، وقد رأى ممارسي هذه اللعبة أن تحول كرة القدم إلى رياضة اتخذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة انطلاقاً من قاعدة أساسية أنشأوها آنذاك ، تم استخدام الأيدي و السواعد باستثناء الحارس. وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد منفوخة، فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل في اية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز ، ويتم تحريك الكرة بالأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمسك الكرة بيديه داخل منطقة الجزاء ، وتدوم المباراة 90 دقيقة ، أي 45 دقيقة في الشوط يتخللها وقت راحة يدوم 15 دقيقة وأي خرق لقوانين اللعبة ، فإذا تعرض لاعبي الفريق المخطئ لعقوبة.

2 - نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعاً في العالم ، وهي الأعظم في نضرة اللاعبين والمتفرجين .

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

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

بدا وضع بعض القوانين سنة 1830 م، بحيث تم التعرف على ضربات الهدف والرمية الجانبية، وأسس نظام التسلسل كما اخرج القانون المعروف بقواعد كمبرج عام 1848 م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع (haour) قانون هاور قوانين كرة القدم.

وفي عام 1862 م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان: "اللعبة الأسهل" حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة باتجاه خط الوسط حين خروجها .

وفي عام 1863 م أسس اتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888 م (كأس اتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستعمال الصفارة .

وفي عام 1863 م تأسس الاتحاد الدانماركي لكرة القدم، وأقيمت كأس البطولة ب 15 فريق دانماركي وكانت رمية بكلتا اليدين . فيمكن القول إن رياضة كرة القدم مرت بعدة تطورات حتى سنة 1904 أين تم تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في (FIFA) (الا ورغواي 1930 م

وفازت بها معترف كهيئة تشريعية عالمية تشرف على شؤون اللعبة، ويتلقى الاتحاد الاقتراحات و (FIFA) وأصبح التعديلات ويعقد اجتماعات سنوية للنظر فيما يصله من اقتراحات.

ويبلغ الاتحاديات الوطنية على هذه الاقتراحات التي يتفق على إدخالها للقانون من اجل حماية اللاعبين و الهيئات (سامي الصفار وآخرون: 11 ص 1999).

3 - أهم المحطات في تاريخ كرة القدم في العالم:

1845: وضعت جامعة كمبردج القواعد 13 للعبة كرة القدم.

1855: أسس أول نادي لكرة القدم ببريطانيا (نادي شيفيلد يوناييتد).

1863: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم (أول اتحاد في العالم).

1882: عقد بلندن مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا، اسكتلندا، ايرلندا، ويلز وتقرر فيه

إنشاء هيئة دولية (موفق مجيد المولى: ص 09 ، 1999).

مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون وتعديله، وقد اعترف الاتحاد الدولي هذه الهيئة.

1890: طبقت رمية التماس.

(1891: وضع قانون ضربة الجزاء مع وضع تقرير وضع الشبكة خلف المرمى.

1895: تقرر السماح بالاحتراف في كرة القدم .

وتضم حاليا 193 اتحادا وطنيا تتجمع في اتحادات قارية FIFA 1904 :تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم (حسب موقعها الجغرافي مهمتها تنظيم مسابقات عديدة لل نوادي والمنتخبات الوطنية .

(حسن عبد الوهاب: 24 ، 1998).

فازت الأورغواي بكأس العالم أمام الأرجنتين :

1934 :نظمت في إيطاليا ،القارة الإفريقية مثلت شرفيا بالمنتخب المصري .

1935 :جرت محاولة تعيين حكمين للمباراة .

(1937 :استعمال قوس الجزاء بعشر ياردات" 9.15 متر" موقع علامة الجزاء.

1938 :اشترك 35 منتخب في التصفيات التمهيديّة وانتقل 15 منتخب للانضمام إلى منتخب

فرنسا في - التصفيات النهائية وقد عقد في هذه الدورة نظام الكؤوس والتقى في الدور النهائي

ايطاليا والمجر فازت إيطاليا.

1939 :تقرر وضع أرقام على ظهور اللاعبين وتوقفت المباريات الدولية الرسمية بسبب الحرب

العالمية الثانية، لتستأنف بعد بدايتها.

1942 : كان من المقرر أن تنظم الطبعة الرابعة لكأس العالم بالبرازيل لكن اندلاع الحرب

العالمية الثانية أدى إلى تأجيلها إلى سنة 1950 بمشاركة 13 منتخبا من بينهم المنتخب

الإنجليزي الذي شارك للمرة الأولى اعتمد في هذه المسابقة النظام الدوري حيث وزع المشاركون على أربع مجموعات، شهدت هذه المنافسة أحداث عديدة .

1 - أبرزها عدم اشتراك دول وسط أوروبا ،نشط النهائي الأورغواي والبرازيل ألمانيا الشرقية وألمانيا الغربية وانسحبت FIFA بعد التغيرات التي حصلت بعد الحرب العالمية الثانية حيث استعادت كل من الأرجنتين وفرنسا.(مختار سالم: ص 11 ، 1988)

1949 :أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر المتوسط.

1950 :تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية لكرة القدم .

1954 :أقيمت المنافسة الخامسة لكأس العالم بسويسرا و اعتمد النظام الدوري، جرت المقابلة النهائية بين ألمانيا والمجر .

1955 :دورة ألعاب البحر الأبيض المتوسط تضم كرة القدم.

1959 :تنظيم كأس الاتحاد الأوربي.

1961 : تنظيم كأس رابطة الأبطال الأوروبية.

1962 : أقيمت المنافسة السابعة لكأس العالم في الشيلي اشترك فيها 16 منتخب كان اللقاء النهائي بين البرازيل و تشيكوسلوفاكيا (حسن عبد الجواد: ص 15 ، 1997).

1966 : أقيمت المنافسة الثامنة لكأس العالم في إنجلترا اتبع فيها الوقت الإضافي فازت إنجلترا.

1- 1970 : أقيمت المنافسة التاسعة لكأس العالم في المكسيك نشط النهائي البرازيل وإيطاليا واحتفظت البرازيل بكأس *جون ريمة* لأنهم فازوا ثلاث مرات .

1982 : بطولة كأس العالم بإسبانيا وفيها طبق لأول مرة تعديل نظام البطولة بحيث تأهل للأدوار النهائية 24.

2 - فريق من بينهم فريقان عربيان * الجزائر والكويت* أحرز المنتخب الإيطالي الكأس بعد فوزه على إيطاليا

1986 : بطولة كأس العالم في المكسيك وقد تأهل للأدوار النهائية من الفرق العربية المغرب، الجزائر والعراق وفاز ببطولتها الأرجنتين.

1990 : أقيمت بإيطاليا عرفت تألق المنتخب الكامروني بفضل الكهل روجي ميلا وهي البطولة التي فاز بها المنتخب الألماني على حساب الأرجنتين.

1994 : بطولة كأس العالم في أمريكا تقرر في هذه الدورة منع مسك الكرة باليدين من طرف الحراس عندما يرجعها الزميل إلا عند إرجاعها بالرأس أو الصدر، فازت البرازيل على إيطاليا بضربات الترجيح.

1998 : بطولة كأس العالم في فرنسا تم استحداث الهدف الذهبي ويعني بعد انتهاء الوقت الرسمي والمرور 3. 0 - إلى الوقت الإضافي بالفريق الذي يسجل هدف يفوز مباشرة، وفاز البلد

المنظم على البرازيل 2002 : بطولة كأس العالم في كوريا الجنوبية واليابان تم في هذه الدورة إلغاء العمل بالهدف الذهبي، 2.0 - وفازت البرازيل على ألمانيا.

2006 : بطولة كأس العالم في ألمانيا وفازت إيطاليا على فرنسا بضربات الترجيح.

2010 : بطولة كأس العالم في إفريقيا و لأول مرة حيث احتضنتها جنوب إفريقيا وفازت إسبانيا

(حسن عبد الجواد: ص 15 ، 1997).

4 - شعبية كرة القدم:

إن كرة القدم بلغت من الشهرة ما لم تبلغه الرياضات الأخرى كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على مشاهدة مبارياتها في الملاعب أو حتى في شاشات التلفزيون أو نسمع لوصفها في المذيع.

وتعتبر كرة القدم بدون منازع اللعبة الشعبية الأولى في العالم وقل إن تجد بلدا في العالم لا يعرف أبنائها كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا وقد ذكر السيد "جون ريمة" الرئيس السابق للاتحادية الدولية لكرة القدم قد قال مازحا "إن الشمس لا تغرب أبدا عن إمبراطوريتين" دلالة على انتشار لعبة كرة القدم في مختلف أرجاء المعمورة

تجذب الصغار أو الكبار لممارستها أو مشاهدة مبارياتها وبالرغم أنه في السنوات الأخيرة ظهرت عدة ألعاب نالت الكثير من الإعجاب والتشجيع فقد بقيت كرة القدم أكثر الألعاب شعبية انتشارا.

ولم يتأثر مركزها بالعكس فإننا نجد أن التزايد شعبية وانتشارا وكانت دول أمريكا الجنوبية الثلاث الاورغواي والبرازيل والبراغواي في مسابقة كاس العالم من سنة 1930 قوى يشار إليها من حيث الخطورة ومن حيث الشعبية ذلك لأن غرام الشباب باللعبة بلغ حتى الجنون ومن المعروف أن الاورغواي فازت بكاس العالم مرتين ولعلك تدهش كيف . وصلت هذه الدول إلى هذه المرتبة، حيث نتطلع إلى البيانات والإحصائيات الآتية لسنة 1992 الأورغواي مساحتها 18000 كلم² أي ثلث مساحة فرنسا سكا 2 مليون نسمة فيها 3600 نادي يضم 125000 لاعب.

البراغواي مساحتها 170000 كلم² عدد سكا 1.5 مليون نسمة فيها 11000 نادي يضم 750000 لاعب.

ومن هذا يتضح أن جزء من سبعة عشر جزءا من سكان الاورغواي يلعبون كرة القدم وهذه النسبة تكاد لا تصدق. مما تقدم نستطيع وبسهولة أن ندرك سر جنون هذه الدولية كرة القدم وأن نكشف الحرارة المتدفقة في نفوس جماهيرهم وسبب الحوادث المثيرة التي حدثت بكثرة في ملاعب كرة القدم ومما يزيد الدهشة يقول "عوض شعبان" أول شيء صدمني عند وصولي إلى البرازيل في عام 1953 هو شغف جميع أفراد الشعب البرازيلي رجالا ونساءا وشيوخا وشبابا وأطفالا بكرة القدم، بحيث لا تدخل منزلا في "ريو" أو "ساو باولو" أو غيرها ألا يكون الحديث عن الفريق الفلاني أو اللاعب الفلاني ((مجلة الرياضة : ص 38 ، 1986)).

5 - تاريخ كرة القدم في الجزائر:

مرت كرة القدم الجزائرية في مسير التاريخة عبر مراحل يمكن إدراجها كما يلي:

- المرحلة الأولى: حيث كانت (حيث كانت إبان الثورة التحريرية إلى غاية 1962 م) أين كانت الكرة المستديرة في الجزائر تتأثر بالظروف السياسية التي كانت تعيشها الجزائر آنذاك وهذه المرحلة بدورها كانت تمهيد لمرحلة أخرى.

- المرحلة الثانية: (مرحلة بعد الاستقلال) حيث عرفت الكرة الجزائرية انتعاشا كبيرا وجديدا فمن سنة 1962 إلى 1964 م شرع في تنظيم الكرة الجزائرية وذلك بإنشاء الهياكل الرياضية مثل الاتحادية و الرابطة إلى جانب إنشاء بطولة وطنية ممثلة انطلاقا 1964 م وكان أول رئيس للاتحاد الجزائرية لكرة القدم الدكتور (محمّد معوش) وشكل فريق وطني أجرى أول مقابلة ضد المنتخب البرتغالي وفاز منتخبنا بنتيجة (2-1). (مجلة الوطن الرياضي: العدد 89 ، 1985)

وبعد 1964 م أصبح الفريق الوطني قويا بعودة اللاعبين المحترفين الذين لعبوا ضمن فريق جبهة التحرير، وكان كل من فريق مولودية الجزائر و شباب بلكور من أبرز الأندية آنذاك الذين كان لهم الفضل في تواصل تطور الكرة حيث فاز شباب بلكور بكأس المغرب العربي بأربع مرات إلى غاية مجيء الإصلاح الرياضي سنة 1976 م والذي أعطى دفعا قويا للكرة الجزائرية وذلك من خلال تدخل الدولة في هذا من خلال وزارة الشباب والرياضة (وتدخل الشركات).

وجاء هذا الإصلاح بنوع من الاحتراف الموجه ومنه دخلت الكرة الجزائرية في عالم الكرة العالمية حيث زادت مشاركات المنتخب الوطني بمختلف فئاته ، وكذا الأندية على مستوى المنافسات القارية والجهوية والدولية أيضا، ومنه جاءت مشاركة الجزائر في كأس العالم لسنة 1982 م التي أعطتنا الحماس الذي عرفناه خلال الاستقلال.

- المرحلة الثالثة: وتعتبر مما حدث بعد 1982 م أي انعدام التخطيط لما بعد الإصلاح الرياضي، إذ لم تكن هناك استراتيجية كاملة لتطوير الكرة المستديرة في الجزائر فعلى عكس الدول لم تأخذ الجزائر نموذج تسير عليه بل كانت تعمل بالنموذج البرازيلي أو الألماني وتستفيد منه لذا كانت لزاما علينا إحداث جديد بعد عام 1982 م (فيصل رشيد عياشي الدليمي، ص06، 1997).

أين عرفت كرة القدم الجزائرية - - الم رحلة الرابعة: هذه المرحلة تعبر عن الفترة الممتدة ما بين 1990 و 2002 تدهورا خطيرا وانعكاسا سلبيا على الرياضة في الجزائر، وبالخصوص المنتخب الوطني على الصعيدين الدولي والقاري، حيث ظهر المنتخب أثناء دورة كأس أمم إفريقيا في عام 1992 م المقامة بالسنغال، بمستوى متواضع فا زم في أول مقابلة له أمام كوتدي فوار وهو ما خيب آمال الجمهور ومنتبعين الكرة المستديرة في الجزائر.

1994 : أي أثناء الدورة التاسعة عشر لكأس إفريقيا للأمم المقامة بتونس، أقصى المنتخب الوطني والسبب هو قضية 'كروف'، لاعب شبيبة القبائل أدرج ضمن المقابلة الرسمية التي جمعت الجزائر بنظيره السنغال المقامة يوم 10 جانفي 1993 م، في إطار تصفيات كأس إفريقيا للأمم

بتونس 1994 م حيث أن اللاعب كان معاقب من طرف الكنفدرالية الإفريقية لكرة القدم وهو الأمر الذي تسبب في إقصاء أو حرمان المنتخب الوطني الجزائري من الدورة المنظمة إلى جانب إقصائه من تصفيات كأس العالم لسنة 1994 و 1998 و 2002 م على التوالي، أي المقامة في الولايات المتحدة الأمريكية، فرنسا، اليابان وكوريا على الترتيب، كما أن الفريق الوطني خرج من الدور الربع النهائي لنهائيات الدورة العشرين لكأس إفريقيا سنة 1996 م، وهكذا تواصلت سلسلة الهزائم والإقصاءات، (1-1) التي سرعان ما تحولت إلى مأساة خاصة بعد المشاركة في الدور الأول أمام كل من غينيا بنتيجة (1-1)، الكامبيون و بوركينافاسو (2-2).

2000 : أي الدورة الثانية والعشرون لكأس إفريقيا سجلنا انسحاب منتخبنا في الدور الربع النهائي أين فاز منتخب أمام منتخب الكامبيون 2-1

2002 : أي أثناء الدورة الثالثة والعشرون لكأس إفريقيا المقامة بالجارا 'مالي' أين انسحب الفريق الوطني مبكرا من هذه الكأس في الدور الأول.

2004 : أي أثناء الدورة الرابعة والعشرون لكأس إفريقيا المقامة بالشقيقة تونس أين انسحب الفريق الوطني في الدور الربع النهائي مع المنتخب المغربي بنتيجة (3-1).

2006 : حيث لم يتأهل الفريق الوطني إلى كأس إفريقيا (جريدة الرأي، ص 17 ، 2002م).

-تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية:- 1917 :فتح قسم خاص بكرة القدم.

1921 :ميلاد أول فريق في الجزائر (مولودية الجزائر).

- 1958 :تكوين فريق جبهة التحرير الوطني.
- 1962 : تكوين الفدرالية الجزائرية برئاسة "محمد معوش".
- 1963 :تنظيم أول بطولة وكأس فاز بالبطولة اتحاد العاصمة وبالكأس وفاق سطيف.
- 1965 :أول مشاركة للجزائر في الألعاب الإفريقية ببرازافيل.
- 1967 :أول تأهل للجزائر لكأس إفريقيا للأمم بإثيوبيا وألعاب البحر الأبيض المتوسط.
- 1975 :أول ميدالية ذهبية في ألعاب البحر الأبيض المتوسط.
- 1976 :أول كأس للأندية البطة الإفريقية فاز ا فريق مولودية الجزائر.
- 1980 :أول ائي في كأس إفريقيا للأمم ضد نيجيريا.
- 1980 :أول مشاركة للألعاب الاولمبية في موسكو.
- 1982 :أول تأهل للفريق الوطني لنهائيات كأس العالم بإسبانيا.
- 1990 :فوز للفريق الوطني بكأس إفريقيا للأمم لأول مرة.
- 1997 :أول كأس عربية لفريق مولودية وهران بالإسكندرية.
- 1998 :أول تتويج لفريق وداد تلمسان بالكأس العربية للأندية.
- 2000 :أول تتويج لفريق شبيبة القبائل بكأس الكاف. (مجلة الحوادث، ص 10 . 2000)

6 - المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة إن أي فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة ويقوم بالتمرير بدقة وبتوقيت سليم وبمختلف الطرق ويكتم الكرة بسهولة ويسر وتستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والضر وف المناسبين ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوننا تماما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم ، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية إتقاننا تماما.

وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة ، لذلك يجب عدم تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام به دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء بالعب.

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

- استقبال الكرة.

- المحاورة بالكرة.

- المهاجمة.

- رمية التماس.

- ضرب الكرة.

- لعب الكرة بالرأس (جريدة الرأي، ص 17، 2002).

7 - قواعد كرة القدم :

أن الجاذبية التي تتمتع ا كرة القدم خاصة في الإطار الحر (المباريات غير الرسمية ، ما بين الأحياء) ،ترجع أساسا إلى سهولتها الفائقة، فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة ومع ذلك فهناك سبعة عشر (17) قاعدة لسير هذه القواعد سارت بعدة تعديلات ولكن لازالت باقية إلى الآن (حسن عبد الجواد: ص25.1997).

حيث أول سياق للثبات للأول قوانين كرة القدم أسندوا إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالا واسعا للممارسة من قبل الجميع دون استثناء، وهذه المبادئ حسب سامي الصفار 1982 م كما يلي:

7-1 المساواة:

إن قانون اللعبة يمنح لممارسي كرة القدم فرصة متساوية لكي يقوم بعرض مهاراته الفردية، دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون .

7-2 السلامة :

وهي تعتبر روحا للعبة يمنح، بخلاف الخطورة التي كانت عليها في العهود العبرة، فقد وضع القانون حدودا للحفاظ على صحة وسلامة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد مساحة اللعب، وأرضيتها وتجهيزهم من ملابس وأحذية . (للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعاً لإظهار مهاراتهم بكفاءة عالية) (Abd elkeder touil .p185. 1993).

7-3 التسلية :

وهي إفراح اللاعبين للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي يجدها اللاعب لممارسة اللعبة، فقد منع المشرعون لقانون (كرة القدم بعض الحالات والتي تصدر من اللاعبين تجاه بعضهم البعض).

8 - قوانين كرة القدم :

القانون الأول: ملعب كرة القدم

الأبعاد: يجب أن يكون ملعب كرة القدم مستطيلاً ويجب أن يكون خط التماس أطول من خط المرمى ويكون أبعاد المباريات الدولية

*الطول: الحد الأدنى 100 م.

الحد الأقصى: 110 م.

العرض: الحد الأدنى 64 م.

الحد الأقصى: 75 م.

ويبلغ ارتفاع المرمى 2.44 متر وطوله 7.32 متر (3).

القانون الثاني:

الكرة كروية الشكل ، غطاءها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71 سم ولا يقل عن 68 سم اما وز
ا لا يتعدى 453 غ ولا يقل عن 359 غ.

القانون الثالث: مهمات اللاعبين:

لا يسمح لأي لاعب إن يلبس أي شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر (الرابطة الوطنية لكرة
القدم : ص 19 بدون تاريخ- سنة).

القانون الرابع: عدد اللاعبين:

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

القانون الخامس: الحكام:

يغير صاحب السلطة لمزاولة قوانين اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه.

القانون السادس: مراقبوا الخطوط.

يعين للمباراة مراقبا للخطوط وواجبهما إن يبينا خروج الكرة من الملعب، ويجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب. (على أرضها المباراة) (علي خليفة العنشري وآخرون : 1987، ص 255)

القانون السابع: التخطيط

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

القانون الثامن: منطقة المرمى

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

القانون التاسع: منطقة الجزاء

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

القانون العاشر: منطقة الركنية:

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

القانون الحادي عشر: المرمى

يوضع المرمى في المنتصف على مسافتين متساويتين من قائمين راتب الركنية وعلى مسافة 7.32 من بعضها (ويوصلان بعارضة أفقية على ارتفاع 2.44 متر .

(مفتي إبراهيم : ص 267 - 269، 1999).

القانون الثاني عشر: التسلل

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

القانون الثالث عشر: الأخطاء وسوء السلوك.

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

- ركل أو محاولة ركل الخصم
- عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاع باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه
- دفع الخصم بعنف أو بحالة خطيرة

- الوثب على الخصم

- ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد

- مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع

- يمنع لعب الكرة باليد إلا حارس المرمى

- دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه (علي خليفة العنشري وآخرون

:ص255، 1987).

القانون الرابع عشر: الضربة الحرة

حيث تنقسم إلى قسمين:

مباشرة: وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخطئ مباشرة

غير مباشرة: وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر.

القانون الخامس عشر: ضربة الجزاء

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

القانون السادس عشر: رمية التماس

عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس

القانون السابع عشر: ضربة المرمى

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

القانون الثامن عشر: التهديف

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

القانون التاسع عشر: الركلة الركنية

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

9.15 متر (مفتي إبراهيم : ص 267،-،1999)

9- طرق اللعب في كرة القدم:

إن لعبة كرة القدم لعبة جماعية ولذلك فإن جميع قدرات اللاعبين ومهاراتهم الفنية تجتمع لتنتهي إلى غرض واحد وهو المصلحة العامة للفريق، ولا بد أن تتناسب طريقة اللعب للفريق مع اللياقة البدنية والمستوى الفني والكفاءة الفردية لجميع لاعبي الفريق.

طريقة-4-4-2:

وهي الطريقة التي نالت ا البرازيل كأس العالم سنة 1985 م ويجب على الفريق أن يتمتع بلياقة بدنية عالية وحسن التصرف في أداء المهارات المختلفة لأن هذه الطريقة تتطلب التعاون بين الهجوم والدفاع ، بحيث يزداد عدد اللاعبين في كلتا الحالتين (الدفاع والهجوم) وإشراك خط الوسط الذي يعمل على تحليل دفاع الخصم.

طريقة 4-3-3:

وتمتاز هذه الطريقة بأ ا طريقة دفاعية وهجومية وتعتمد أساسا على تحرك اللاعبين وخاصة لاعبي خط الوسط، ومن الممكن للظهير أن يشارك في عملية الهجوم على فريق الخصم وكما أن هذه الطريقة سهلة الدراسة والتدريب.

طريقة 4-3-3:

وهي طريقة دفاعية هجومية تستعمل للتغلب على طريقة الظهير الثالث، وينتشر اللعب ا في روسيا وفرنسا، ويكون الفريق ده الطريقة في حالة هجوم شديد عندما تتواجد الكرة مع خط الهجوم أو خط الوسط.

الطريقة الدفاعية الإيطالية:

وهي طريقة دفاعية بحتة وضعها المدرب الإيطالي (هيلينكو هيريرا) بغرض سد المرمى أمام المهاجمين .3-2-4-1.

- الطريقة الشاملة:

وهي طريقة هجومية ودفاعية في نفس الوقت حيث تعتمد على جمع اللاعبين في الهجوم وفي

الدفاع. (مفتي إبراهيم : ص 267،1999)

- الطريقة الهرمية:

ظهرت في إنجلترا سنة 1989 م وقد سميت هرمية لأن تشكل اللاعبين الأساسيين في أرض

الملعب يشبه هرمًا (قمته حارس المرمى وقاعدته خط الهجوم (حارس المرمى، اثنان دفاع، ثلاثة

خط الوسط، خمسة مهاجمين).

10 متطلبات كرة القدم:

من أجل تحديد دقيق لقدرات لاعبي كرة القدم تجب الإشارة إلى أهم العوامل المحددة لمتطلبات كرة

القدم الحديثة بالنسبة للاعبين.

أثناء المقابلة يكون اللاعبون على اتصال مباشر مع الخصم ، وحالات اللعب تتغير بصورة

سريعة ، ففي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والفعال بأسرع وقت ممكن عن

عمل لاعب كرة القدم ذو طابع تكراري متغير، والعمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن

الأخرى فالجري متنوع بالعمل بالكرة، أو المشي، أو التوقف، أو القفز .

يشير الاختصاصيون إلى إن جزء كبير من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله الجري الذي يتطور من البطء .(إلى السرعة، إضافة إلى إن الانطلاق الذي يتحول إلى توقف مفاجئ أو

تغيير خاطف للسرعة أو الاتجاه) (حسن أحمد الشافعي: ص 23 ، 1998).

11- خصائص كرة القدم: تتميز كرة القدم بخصائص أهمها:

الضمير الاجتماعي:

وهي من أهم خاصية في الرياضات الجماعية، إذ تكتسي طابعا جماعيا بحيث يشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة ومترابطة، وتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

النظام:

تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم وصفة الاتصال المسموح ا مع الزملاء و الاحتكاك مع الخصم، وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب، يتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

العلاقات المتبادلة:

تتميز رياضة كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق، إذ تشكل شكلا متكاملًا بمجهود كالأعضاء، وهذا بدوره ناتج عن التنظيمات والتنسيق خلال معظم فترات

المنافسة.

-4- التنافس:

بالنظر إلى لوسائل كرة القدم - من كرة وميدان ودفاع وهجوم ومرمى - كل هذه الجوانب تعتبر حوافز مهمة في إعطائها صيغة تنافسية بحتة إذا بقي اللعب خلال فترة اللعب في حركة مستمرة متغيرة لمراقبة تحركات الخصم ، وهذا ما يزيد من حدة الاحتكاك بالخصم ، لكن في إطار مسموح به تحدد قوانين اللعبة.

-5- التغيير:

تمتاز كرة القدم بالتغيير الكبير والتنوع في خطط اللعب، وبنائها وهذا مرتبطا بالحالة التي تواجه الفريق خلال المنافسة أي حسب طبيعة الخصم والمنافسة (قاسم حسن حسين، ص.13 ، 1998).

استمرار:

مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها، إذ يكون برنامج البطولة مطولا (سنويا ومستمر) كل أسبوع تقريبا، مقارنة مع الرياضات الفردية التي تجري منافسا ا في شكل متباعد.

الحرية:

اللاعب في كرة القدم رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي إلا انه يملك حرية كبيرة في اللعب 11 الفردي و الإبداعي في أداء المهارات وهذا مرتبط بإمكانيات وقرارات كل لاعب (الفردية) . إذ انه ليس مقيدا بأداء تقني ثابت كما هو الحال، في اغلب الرياضات الفردية، بل لديه الحرية في

التفاعل والتعرف حسب الوضعية، التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعا تشويقيا ممتعا. (مروان عبد ايد إبراهيم، ، ص 45 ، 2001)

12 - اللياقة البدنية في كرة القدم:

12-1- تعريف اللياقة البدنية :

في المجال الرياضي يندرج تحت مصطلح اللياقة البدنية الكثير من الصفات والقدرات البدنية و لما لها من أهمية في حياة كل فرد بصورة عامة فهي جزء من اللياقة الشاملة له إلى جانب اللياقة الصحية و النفسية والاجتماعية والجوانب الأخرى التي تؤهله للعيش بصورة متوازنة داخل اتمع ، وكذلك لدور اللياقة البدنية المهم في إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة فهي تعد القاعدة الأساسية التي تبنى عليها خطط التدريب و اللعب للوصول أن هدف تمارين اللياقة البدنية « إلى الأداء المهاري الأمثل وتحقيق المستوى الأفضل وفي هذا يقول مفتي إبراهيم.» المستخدمة في الإعداد البدني هو أحداث تغييرات فسيولوجية إيجابية لتحسين مستوى الأداء الفني لقد حازت اللياقة البدنية على اهتمام الباحثين والمختصين في هذا ال وقد عرفت من قبلهم فقد عرفها بأنها تطور القدرة الحركية والوظيفية للفرد وتأثير النشاط الرياضي في نمو تلك القابلية وتنميتها (قاسم حسن حسين ، ص 17 م، 1985).

كما عرفها مروان عبد المجيد فيذكر أن اللياقة البدنية تعني القدرة التمتع بهوايات وقت الفراغ واستناداً إلى مبدأ الخصوصية أو النوعية في اللياقة البدنية قسمها معظم الباحثين والمختصين في هذا المجال إلى:

1-1-12 اللياقة البدنية العامة:

وتعني كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة بما يحقق السعادة والصحة وقيام الفرد بدوره في التمتع بأفضل صورة، وعليه تطوير اللياقة البدنية العامة تكون من خلال تطور مكوناتها الأساسية بصورة عامة (وساري احمد حمدان ، ص 34 ، 2001).

2-1-12 اللياقة البدنية الخاصة:

تعني كفاءة مكونات اللياقة البدنية العامة للإيفاء بمستلزمات النشاط الحركي الخاص بالفعاليات والأنشطة الرياضية بشكل تخصصي، حيث دف إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يمارسه الفرد وتطويرها لدرجة تمكنه من الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية وإبرازها وتفضيلها على مكونات أخرى بحسب طبيعة النشاط الرياضي الممارس.

13- مكونات اللياقة البدنية:

1-1-13 القوة العضلية:

هي قدرة العضلة على مواجهة مقومات خارجية تتميز بارتفاع شدتها.

13-1-2 المرونة:

هي قدرة الفرد على أداء الحركات الرياضية إلى أوسع مدى تسمح به المفاصل العاملة في الحركة (محمد حسن علوي: ص 152، 1973).

13-1-3 الرشاقة :

هي قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه أو سرعة تغيير الاتجاه، سواء كان ذلك بالجسم كله أو أجزاء منه، سواء كان ذلك على الأرض أم في الهواء.

13-1-4 السرعة :

وهي القدرة على تحقيق الحركة في اقل وقت ممكن ، ويرى البعض إن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابات العضلية الناتجة من التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي وحالة الاسترخاء العضلي.

13-1-5 التحمل:

هو قدرة الفرد على مواصلة العمل ومقاومة التعب وكذلك الظروف غير الملائمة طيلة العمل وكذلك الاسترخاء بعد الجهد هو واحد من أوجه التحمل.

فالتحمل هو قدرة الفرد على العمل لفترة طويلة ، دون هبوط مستوى الفعالية أو قدرة أجهزة الجسم على مقاومة التعب نظرا لارتباط قدرة التحمل للتعب، والتعب هو عبارة عن الهبوط الوقتي لمستوى

فعالية الفرد، وذلك نتيجة لبذل جهد، وهو أنواع، عقلي، حسي، انفعالي وبدني وهو نتيجة العمل ونشاط عضلي وهو النوع المعروف في الرياضة (محمد حسن علوي، ص133. 1979)

14- عواقب نقص اللياقة البدنية لدى اللاعبين:

- إن اللاعب غير اللائق بدنيا لا يستطيع متابعة أحداث المباراة مما يجعله بعيدا عن اللعب ويصعب عليه رؤيته

بصورة جيدة.

- نتيجة لبعده على اللعب يكون اللاعب غير واثق من قدراته وهذا يتسبب في ارتباكه خلال المباراة.

- فقدان اللاعب الثقة بنفسه يقوده إلى ارتكاب أخطاء أخرى. (سامي الصفار ، 1979 ، ص 63)

خلاصة

لعبت الرياضة في تحقيق التوازن الاجتماعي عن طريق التخفيف من حدة الصراع والتنافس الاجتماعي حيث قدمت للإنسانية مجالا شريفا وإطارا ساميا للمنافسة والصراع النظيف ، ومن بين الرياضات الجماعية كرة القدم التي تعتبر الأكثر شعبية في العالم ، وذلك للدور الفعال التي تلعبه في التخفيف من الأزمات النفسية للشعوب وبعد مرورها بمختلف مراحلها التاريخية أصبحت لها مكانة مرموقة في السنوات الأخير كغيرها من الرياضات ، غير أن تفوقها كان بدرجة كبيرة بحيث تعد أكبر الرياضات استقطابا للجمهور عبر مختلف دول العالم الشيء الذي أهلها إلى أن تكون لديها مؤسسات مختلفة تقوم بمختلف المهام المفوضة ا من أجل المساهمة رفقة المؤسسات الإعلامية في تطويرها وبذلك بنيت العديد من المعاهد والمدارس لتأطير وهيكله الإطارات واللاعبين من أجل تحسين المستوى الفني والبدني للرياضة وتوعية اللاعبين من أجل تفادي جميع السلوكات العدوانية والعنيفة أثناء المنافسات الرياضية.

الفصل الثاني

تقدير الذات ودافعية الإنجاز

تمهيد :

يعتبر مفهوم الذات من المفاهيم الهامة التي لا يمكن الاستغناء عنها في فهم الشخصية والسلوك الإنساني ، فشعور الفرد بالتقدير والاعتبار من اتجاهه نحو نفسه غالبا ما يدعم عنده فرص النجاح في الحياة ويوجه نشاطه نحو تحقيق الأهداف .

هذا ويعد تقدير الذات من الأبعاد الرئيسية لمفهوم أوسع وأشمل هو الذات ، إذ يشكل تقدير الذات جانبا مهما منها ويتصل اتصالا وثيقا بمختلف جوانبها ، وعليه فإن التوصل إلى فهم صحيح لمفهوم تقدير الذات يدفعنا إلى إلقاء الضوء أولا وبصورة مختصرة عن الذات وبعض المفاهيم المرتبطة ا ، ليتم التطرق فيما بعد إلى مفهوم الذات بنوع من التفصيل .

1 - الذات:

1 - 1 مفهوم الذات:

يعد تعريف الذات من بين المفاهيم التي اهتم ا علماء النفس و هذا نظرا للمكانة الهامة التي تحتلها في نظريات الشخصية لذا تعددت الآراء و اختلفت المدارس والتيارات في تعريفها فمن بينها نجد:

يعد مفهوم الذات تنظيما سيكولوجيا ديناميكيا يتناوله التطور الدائم الناشئ من الخبرات الجديدة عبر المراحل النمائية المتعاقبة والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين (سعيد، ص173، 2008).

وهو ليس أمرا موروثا، بل يتم تعلمه وتطوره خلال الحياة التي يعيشها الفرد، ويمارس خبرته فيها، كما أن الوعي بالذات يبدأ بطيئا عند تفاعل الفرد مع بيئته التي تتسع رقعتها يوما بعد يوم، متأثرا بما فيها من عناصر ومطورا مفهوم ذاته من مجموعة المصادر المترابطة وهي الذات الجسمية، أو صورة الجسم، واللغة والتغذية الراجعة من الآخرين وخبرات التنشئة التي يتعرض لها (الزغبى،، 2008. 10.41)

بأنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات Self – concept :

ويعرف زهران الذات الخاصة الذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته. (زهران، حامد عبد السلام .ص

(2003.09)

فيعرف مفهوم الذات بأنه إدراك الشخص لنفسه كشخص مستقل له كيان منفصل عن غيره، يتمتع Good أما جود بقدرات إنسانية محدودة وبمواصفات جسمية خاصة، وبمستوى محدد من الأداء ويقوم بدور معين في الحياة (جابر، جودت، العزة، ص 29، 2002).

مفهوم الذات هي منظومة تصورات الفرد تجاه أفكاره ومشاعره وسلوكه ومظهره الخارجي، وطبيعة رؤية الآخرين له، ما يطمح أن يكونه في ضوء انطباعاته عن واقعه. تلعب عوامل متعددة دورا بارزا في تشكيل مفهوم ايجابي للذات، لذلك فإن فكرة الفرد عن ذاته يمكن أن تتعدل وتتطور، إذا توفر لدى الفرد قسط من الذكاء مع المهارة الضرورية في معالجة المشكلات المستجدة بطريقة صحيحة وسليمة (سعيد، سعاد جبر: ص 174، 2008).

وقد ميز ميد Mead بين مكونين للذات أولهما: الذات المفردة وتمثل دوافع الفرد الطليقة غير المقيدة بالمعايير الاجتماعية وأطلق على لمكون الثاني اسم الذات الاجتماعية وهي تمثل المعايير الثقافية التي تشر ا الفرد وهي مكونان متفاعلان يعدان بمثابة الدافع للسلوك الإنساني.

(-الظاهر وآخرون :.ص 24.2004)

يؤثر البعد الاجتماعي في مفهوم الذات، حيث تنمو صورة الذات من خلال الدور والتفاعل الاجتماعي، وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية، وأثناء تحرك الفرد في إطار الاجتماعي الذي يحيا فيه (سعيد، سعاد جبر: ص 176 . 2008).

ويتأثر مفهوم الذات بعوامل كثيرة، منها ما هو داخلي يتعلق بالفرد نفسه، مثل قدرته المختلفة، خصائصه الجسمية، سماته الشخصية جنسه ذلك إن كان أم أنثى، ومنها ما هو خارجي كنظرة الآخرين إليه، أي أن مفهوم الذات يتأثر بعوامل وراثية وعوامل أخرى بيئية فالطفل يتأثر في نموه الاجتماعي بالأشخاص الذين يتفاعل معهم وبالمجتمع الذي يحيا في إطاره، وبالثقافة التي تسيطر على أسرته ومدرسته ووطنه، ويؤكد حسين أن مفهوم الذات يتشكل منذ الطفولة وعبر مراحل النمو المختلفة، وفي ضوء محددات معينة، حيث يكتسب الفرد خلالها وبصورة تدريجية فكرته عن نفسه، أي أن الأفكار والمشاعر التي يكون الفرد عن نفسه ويصف ذاته وهي نتاج أنماط التنشئة الاجتماعية (جابر وآخرون . 2002 . 233- عمان . ص 23)

وهناك ارتباط بين مفهوم الذات والتنشئة الأسرية، فالفروق في الجو الأسري وطرق التنشئة الوالدية، تحدث فروقا بين الأطفال في مكونات الشخصية، وفي تقدير هؤلاء الأطفال لأنفسهم. وبشكل عام فإن للعلاقات الأسرية الدافئة أثرا إيجابيا، في تكوين الشعور بالأمن اكتساب مفهوم ايجابي للذات عند الطفل. (سعيد، سعاد جبر: 2008، ص 17)

من خلال العرض السابق يتضح أن مفهوم الذات عبارة عن تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية، يبلوره الفرد من خلال إدراكه لذاته ونظرة الآخرين له، والخصائص الإيجابية والسلبية التي يكوها عن ذاته من خلال تأثره وتأثيره بالبيئة المحيطة.

1-2- أبعاد الذات:

بالرغم من أننا ركزنا على بعد واحد فقط من أبعاد الذات لأنه يخدم موضوع بحثنا إلا أن العلماء و الباحثون اهتموا بأبعاد أخرى للذات تتمثل في:

1-2-1: صورة الذات :

لكل واحد منا صورة ذهنية لحالته الجسمية سواء كان بدينا أو قصيرا أو معوقا... ولهذه الصورة أهمية بالغة لتكوين شخصية الفرد، إذ على أساسها يكون فكرة عن نفسه ويكون سلوكا متأثرا، وهذه الصورة المأخوذة تكون إما محددة لا تتغير أو ديناميكية متغيرة. فحسب موسوعة علم النفس و التحليل النفسي، فإن صورة الذات هيا لذات كما يتصورها أو يتخذها صاحبها وقد تختلف صورة الذات كثيرا عن الذات الحقيقية. (عبد المنعم الحنفي، ص276، 1976)

1-2-2: تحقيق الذات:

تحقيق الذات حسب هرم -- ماسلو -- هو تحقيق الإمكانية التي يراها الفرد على نفسه فتحقيق الذات هو أن يكون للفرد اتجاهها واقعيا و أن يتقبل نفسه الآخرين ، والعلم الطبيعي كما هو عليه وأن يتمركز حول المشاكل بدلا عن تمركزه حول نفسه، وأن يتسم بالاستقلال الذاتي عن الآخرين، وأخيرا أن تكون لديه ذخيرة من الإبداع و الابتكار ،أما-- أدلر -- يرى أن تحقيق الذات يعني السعي وراء التفوق و الفضيلة و الكمال التام (ابراهيم أحمد أبو زيد: ص80، 1987)

1-2-3 تقبل الذات:

تقبل الذات هو رضا الفرد عن نفسه، عن صفاته، قدراته و إدراكه لحدوده، ويتكون هذا الرضا من حالة التوافق بين الذات الواقعية و الذات المثالية أي بين إمكانيات الفرد، وما يطمح إليه من أهداف (عبد المنعم الحنفي ، ص 275، 1976).

1-2-4: تأكيد الذات

تأكيد الذات هو ذلك الدافع الذي يجعل الإنسان في حاجة إلى التقدير والاعت راف، الاستقلال والاعتماد على النفس

وهي أيضا تلك الرغبة في السيطرة على الأشياء والرغبة في التزعم والسعي الدائم لإيجاد المكانة والقيمة الاجتماعية و يعمل حافز تأكيد على إتباع تلك الرغبة/ابراهيم أحمد أبو زيد: سيكولوجية الذات والتوافق . دار المعرفة الجامعية . (مص ابراهيم أحمد أبو زيد: ص151،1987).

1-2-5: الشعور بالذات:

يرى "بوتش" أن الشعور بالذات يكون مرادفا للحالة الوجدانية الأكثر أو الأقل ثباتا والتي تميل إلى الاحتفاظ بشروط النجاح والامتلاكات المرغوبة وقيم التطلعات الشخصية.

في حين أن الشعور بالذات حسب "ف عاقل" هو الوعي بالذات لاسيما في العلاقات الاجتماعية، كما يعتبر "ع الحنفي" أن الوعي بالذات هو التبصر بالأساليب التي دفعت المرء إلى سلوك معين أو فهم المرء لنفسه (عبد المنعم الحنفي ، ص 275، 1976).

1-2-6: تصور الذات:

يرى "بيرو" أن تصور الذات عبارة عن مجموع أو ترتيب للميزات الشخصية التي يمنحها الفرد لنفسه، فهو إذن محتويات الشعور، صور أو إدراكات الذات التي ترتبط تدريجياً بالواحدة بالأخرى لتشكل بعد ذلك كل متناسق، هذا الأخير الذي ينطلق منه نوع الإحساس بالهوية أعمق من السابق.

2: مفهوم تقدير الذات:

يعتبر تقدير الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان وقد شاع استخدامه في كتب علم النفس والاجتماع، ولقد كتب الكثير عن أهمية تقدير الذات كما ظهرت مقالات بانتظام عن ذلك في الجرائد، والمجلات العامة، والمقالات الخاصة بعلم النفس .

فيرى عكاشة محمود فتحي: " أن تقدير الذات يعد أحد الأبعاد الهامة للشخصية ، بل و يعده العلماء من أكثر تلك الأبعاد أهمية و تأثيراً في السلوك فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو سلوك الإنسان بوجه عام دون أن تقدير الذات يدخل في كل "alport" ، أن تشمل متغيراتها الوسيطة مفهوم الذات، حيث يرى " البورت السيمات والجوانب الوجدانية للفرد، و يعتبر البعض ان تقدير الذات الايجابي هام و اساسي إلى درجة أن كل إلى تقييم الفرد أو تقديم الفرد لذاته "Gergan بناءات الشخصية تلعب دوراً في تنظيمها ، كما يشير " جيرجين إلى ان دافع السيطرة

عند الفرد ما هو إلا " Rogers يلعب دوراً أساسياً في تحديد سلوكه ، و يشير " روجرز تعبير عن الحاجة إلى تقدير الذات .

و أكد عكاشة محمود فتحي أن العلماء قد استخدموا مصطلح تقدير الذات على أنه مجموعة من الأحكام الشخصية التي يراها الفرد عن نفسه كمحصلة لخصائصه الانفعالية و العقلية و الجسمية ، فهو أقرب إلى مصطلح " تقديم الذات " من خلال المكونات السلوكية و الانفعالية الشخصية، لذا نجد بونر Boner قد أكد على أن تقدير الذات هو الأسلوب الذي به الفرد نفسه في علاقاته مع الآخرين. (عكاشة محمد فتحي: ص10. 1990)

كما أشار " الشماع نعيمة " أن مفهوم تقدير الذات هو الإطار المرجعي الذي يعطي القوة والمرونة للسلوك الإنساني ولذلك فإن أهمية مفهوم تقدير الذات بالنسبة لدراسة علم النفس التربوي من المسلمات التي لا تقبل الجدل. (الشماع نعيمة: ص.185، 1988)

أما " كفاي علاء الدين " فقد بين أن تقدير الذات يشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير المرء لذاته و شعوره بجدارته وكفاءته. (كفاي علاء الدين: ص100، 2003).

أما " كامل عبد الوهاب " فيرى أن تقدير الذات يتمخض عن وعي ورؤية سليمة موضوعية للذات، فقد يعاني الفرد في تقدير لذاته ويصاب بما يمكن وصفه بسرطان الذات أو تضخم مرض خبيث في ذات الفرد يجعله غير مقبول من الآخرين ويبحث عن الكلام بدون عمل وعن العدوانية اللفظية. (كامل عبد الوهاب: ص 173-174، 1993)

بأنه مجموعة المدركات التي يكوها الفرد عن قيمته الذاتية وهذه المدركات تكون مرتبطة و " Ziller " وقد عرفه متأثرة بمدركات وردود أفعال الأشخاص الآخرين الذين لهم مكانة معينة لدى الفرد. (عبد الرحمان صالح الأزرق، ص 118، 2000)

بقوله أنه شعور بقوة وضعف الفرد وقبول ذاته " Sevegny " ويعرفه " سفسني وتحمل كامل مسؤولياته لتأكيد ذاته من أجل الوصول إلى أهدافه المرجوة.

(jam es W-vander -Zenden 1996, p 134)

تقدير الذات يركز على تقييم صريح للنقاط الحسنة والسيئة في الفرد وعندما نتكلم عن تقدير " English " ويعتبر الذات فإننا نرجع إلى حكم شخصي للفرد عن استحقاق أو عدم استحقاق ويتم التعبير عنها في الاتجاهات التي يحملها نحو نفسه، وينمو تقدير الذات في قدرتنا على فعل الأشياء المطلوبة خاصة تلك التي لم نكن متأكدين من قدرتنا على القيام بها .

ويسعى الفرد إلى تقدير ذاته عن طريق ثناء الجماعة عليه واعترافات بمواهبه كما يتألم من نقد الآخرين له فالإنسان كائن اجتماعي في فطرته وخلال نموه يسعى ليكون محل حب وثناء واعتزاز.

(عبد الحليم محمد الهامشي: ص 30، 1984)

أما سليمان عبد الرحمن سيد فرأى أن تقدير الذات عبارة عن تقييم الذات تقييم يقوم به الفرد نحو ذاته، فضلا عن كونه تقدير وتعبير سلوكي يعبر الفرد من خلاله عن مدى تقديره لذاته، وهذا التقدير من الفرد يعكس شعوره بالجدارة والكفاية .

و إبراهيم عبد الرحمن و عبد الحميد محمد فرؤيته لتقدير الذات هو تقييم وجداني للشخص لكل ما يملكه من خصائص عقلية و مادية و قدرة على الأداء ، و يعتبر حكما شخصيا للفرد على قيمته الذاتية في أثناء تفاعله مع الآخرين أي اجتماعيا ، ويعبر عنه خلال اتجاهات الفرد نحو مشاعره و معتقداته و تصرفاته كما يدركها الآن في اللحظة الراهنة. (إبراهيم عبد الله و عبد الحميد محمد: ص 38، 1994).

و قطب رشيدة عبد الرؤوف عرفته على انه كل ما يعطيه الفرد من تقديرات للصفات الحسنة السيئة من حيث درجة توارها في ذاته ، أو مدى اعتزاز بنفسه الفرد أو بمعنى آخر مستوى تقسيمه لنفسه. (قطب رشيدة عبد الرؤوف: ص 331، 1998)

مما سبق يتضح أن تقدير الذات هو الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية الآخرين وتقييمهم له، وكل التعريفات السابقة أن ما تؤكد الدور الاجتماعي أو دور الآخرين والتفاعل معهم في تقدر الفرد لذاته، وهذا يوضح أهمية التفاعل مع الآخرين في تكوين تقدير الذات لدى الفرد.

3- الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات:

يميز "هامشك" بين ثلاثة مصطلحات كالتالي:

الذات: يمثل الجزء الواعي من القسم على مستوى الشعوري.

مفهوم الذات: يشير إلى تلك الموضوعات الخاصة من الأفكار والاتجاهات التي تكون لدينا في

أي لحظة زمنية أي أن ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشأ من خب راتنا بأنفسنا والوعي بها.

تقدير الذات: يمثل الجزء الانفعالي منها أما " كوبر سميث" الذي قام بتفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات فهو يقول:

مفهوم الذات: يشتمل على مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه.

أما تقدير الذات: فهو يتضمن التقييم الذي يصنعه الفرد وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته ولهذا فإن تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته مع برا عليها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها الآخرون عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر (محمد الحمدي الضيدان :ص 94.2004)

فبالرغم من التداخل الكبير بين مفهوم الذات وتقدير الذات إلا أنه يوجد فرق بينهما:

تقدير الذات عبارة عن حكم الفرد على كفاءته وجدارته وأهمية شخصيته من طرفه ، كما يعبر عن القبول أو الرفض لذاته ومعتقداته نحوه.

أما مفهوم الذات هو مفهوم الشخص وآرائه حول نفسه ويتكون من خلال التفاعل الاجتماعي للفرد مع محيطه ويبقى مفهوم الذات عبارة عن معلومات أو صفات أو مجموعة إدراكات تنتج من علاقة الفرد مع محيطه، وهذه المعلومات تصبح أكثر ثباتا عند الفرد مع التقدم في سنة (عبد الحق بركات :ص 18، 2008)

4- مستويات تقدير الذات:

من خلال عرضنا لأهم تعاريف تقدير الذات، نتطرق إلى مستوياته التالية:

1-4 المستوى المرتفع لتقدير الذات:

تقدير الذات المرتفع هو النظرة الإيجابية للفرد لنفسه على أساس أنه يملك الثقة الكافية لذاته والاحترام الجدير لنفسه والإحساس بنظرة تملك القدرة والكفاءة.

(أبوجادو: ص 45، 2007.)

فالباحث "زيم" (1963) يرى أن هؤلاء الأفراد ذوو التقدير المرتفع للذات لا يظهرون تبعية للآخرين بصفة كبيرة إذ أم يستطيعون إيجاد حلول مشاكلهم بأنفسهم إن لم يجدوا لها حلا في المعايير الاجتماعية (ربيع العيزوزي : ص 6، 2001).

أما "كوبرسميث" (1967) فإنه يوافق دراسة "مارسي" التي بينت أن الفرد عندما يحقق هويته فإنه يرى نفسه يستحق التقدير و الاعتبار وتكون لديه فكرة محددة وكافية عليها ويتمتع بفهم طيب كما يشعر بالكفاءة والتحدي "فسميث" يقول بأنها هي نفس الصفات التي تميز الأشخاص الذين لديهم تقدير مرتفع للذات. (عبد الرحمن محمد العيساوي: ص52، 1981)

كما أن "جين ومورفال" (1971) باعتمادهما على أعمال "فاركش" (1967) يرون أن الأفراد الذين لديهم تقدير مرتفع وعالي للذات ينظرون إلى أحاسيس الآخرين بمنظور ايجابي

ويميلون أكثر إلى حب الغير كما أم غالبا ما يتصفون بالمبادرة الشخصية و يحبون المشاركة في النشاطات ومناقشة الجماعة و يميلون إلى التأثير في الآخرين.

(ربيع العيزوي ص 89 . 2001)

في حين دلت نتائج دراسة حسب" مارسي شانكال " (1972) فيما يتعلق بدراسة تقدير الذات ومواجهة أزمة الهوية التي أجريت على (91) طالبة لسنتين الأولى و الثانية جامعي والتي استخدم فيها مقابلة "مارسيا" ومقياس "روزنبرغ" لتقدير الذات فالبنات اللاتي و صلن إلى رتبة الإنجاز حصلن على أعلى درجات المقياس.

وحسب "كوهر وكورمان" الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع يميلون إلى ممارسة أكثر للسلطة الاجتماعية ، لديهم قدرة كبيرة على اختيار المهلة التي تكون لديهم فيها حظوظ أكثر للنجاح وهم اقل حساسية مقارنة بغيرهم ، وهو نفس ما دلت عليه دراسات "لافوي" (1976) التي أجريت على عينة من البنين والبنات في فترة المراهقة (عبد الرحمن محمد العيساوي: ص 81، 1981)

المتوسطة تضمنت (84) فحوصا استخدم مقابلة "مارسيا" ومقياس "روزنبرغ" لتقدير الذات وجد أنا المراهقين الذين توصلوا إلى رتبة الإنجاز كان لديهم تقدير عالي ومرتفع لذوا م بدرجة أعلى من غيرهم (ربيع العيزوي: ص 100 . 2001)

ويذهب "س خير الله" (1981) إلى أن التقدير المرتفع هو ما يكونه الفرد من صورة تتضمن الأساس بالنجاح والجدارة و الاحترام إذ تنمو لديه الثقة على اقتحام المواقف الصعبة بشجاعة و

يحزم على مواجهة المشاكل و الم واقف التي يواجهها دون أن يشعر بالحزن إذ يؤكد الباحثون على أن الأشخاص الذين يمتلكون هذا المستوى المرتفع لذ و ام أكثر الناس تكيفا نفسيا واجتماعيا (- عبد الحق بركات: ص117، 2008). ينقسم تقدير الذات المرتفع إلى قسمين هما:

4-1-1 تقدير الذات مرتفع مستقر

نعني به أن الفرد يتقبل النقد بصفة موضوعية ، يبرر و يدافع عن نفسه دون بذل جهود كبيرة كما أنه لا يتأثر بالأحداث اليومية بدرجة عالية.

4-1-2 تقدير الذات مرتفع غير مستقر:

هدفه الأساسي هو النجاح والتقدم نحو الأمام يستخدم جهود كبيرة في الدفاع عن نفسه والتبرير عنها تتقبل النقد من طرف الآخرين له بصفة عاطفية (شهرزاد نوار :ص2007،65).

4-2 تقدير الذات المنخفض:

هو ذلك المفهوم السلبي الذي يحمل الفرد عن ذاته، ويقوم بعملية رفض ذاته، ويمكن وصفه عامة بأنه ذلك الشخص الذي يفنقر إلى الثقة في قدرته، وهو الذي يكون يائسا لأنه لا يستطيع أن يجد حلا لمشكلاته وهو الذي يعتقد أن معظم محاولاته تبوء بالفشل وكذلك يتوقع أن سلوك الخاص ومستوى أدائه يكون منخفضا جدا.

لأنه يعتقد بأنه ليس في استطاعته ايجاده إلا القليل من الأعمال وهو يشعر في غالبية الأحيان بالإذلال من خلال ما يظهره سلوكه. (سيد خير الله: ص1986،186)

ف نجد أصحاب هذا التقدير يركزون على عيوبهم ونقائصهم وصفام غير الجيدة وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة، و الانصياع لآرائها وأحكامها.

ويضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، حيث يسجلون درجات أعلى على مقياس المراقبة الذاتية، وهي ذات تأثير سلبي على الأداء حيث تقلل من الانتباه الموجه نحو المهمة وهم كذلك يعانون من مشاعر العجز والدونية والتفاهة وعدم التقليل ويفتقدون الوسائل الداخلية التي تعينهم على مواجهة المشكلات المختلفة، حيث يعتقدون أنهم فاشلون غير جديرين بالاهتمام فضلا عن قلة جاذبيتهم.

ينقسم تقدير الذات المنخفض إلى قسمين هما :

4-2-1 تقدير الذات منخفض مستقر:

هي حالة انفعالية سلبية لا يبذل الفرد أي جهد من اجل التغيير مع تأكيد بعدم قيمته وعدم القدرة على تحقيق طموحاته.

4-2-2 تقدير الذات منخفض غير مستقر:

هي حالة انفعالية سلبية أيضا لكن لا يبذل الفرد فيها مجهود لتحقيق تقدير الذات وله رغبة في تحقيق بعض (شهرزاد نوار :ص71، 2007).

من خلال ما قيل سابقا عن مستويات تقدير الذات يمكن أن نستخلص أن المستوى المرتفع هو الذي يتميز الفرد فيه بالقدرة على تحديد نقاط الضعف والقوة لديه ويكون قادرا على مواجهة

الصعوبات، يقيم علاقات مع الآخرين ويشعر بالرضا عن انجازاته ويستطيع تحقيق التوازن، أما المستوى المنخفض هو الذي يتميز الفرد فيه باحتقار الذات ونقص الطموح وانعدام الثقة بالنفس، الخجل عدم الاستقلالية والخوف من الفشل وهو شخص يفقد القدرة على التكيف.

5- مكونات تقدير الذات:

يتكون تقدير الذات من عدة مكونات نذكر منها:

5-1 الجانب الانفعالي:

يتعلق هذا الجانب بالتصور الانفعالي للذات الذي يقوم على التقييم ، فالتصورات الذاتية تتميز بمعنى خاص يرتبط برضا الفرد عن نفسه عن نشاطه الظاهر، ومن خلال تصرفاته يشبع هذا التصور انفعاليا ، ويكون عاملا هاما في الدافعية ، كما يكون الإحساس بالذات خاص بالكفاءات الفردية لتلبية الحاجات ، ومن هذا المنظور يكون تقدير الذات وسيلة التنبؤ بنشاط معين يحققه الفرد وفقا لتصور ذاته ، فإذا كان تقدير الذات مرتفع فإنه يسعى للنجاح في انجاز العمل و النشاطات وفي حالة التقدير المنخفض يكون العكس. (دليلة عيطوري ، ص 35.1997)

5-2 المقارنة بالآخرين:

يعد تقدير الذات حصيلا مقارنة الفرد بالآخرين بالتالي يصبح يتعلق بالإطار الاجتماعي الذي يلعب دورا محددًا بين المؤثرات الخارجية و استجابة الفرد لها ، فتتجانس المعلومات التي أخذها

الفرد من المحيط مع المعاملات الفردية ، هذا إذا كان تقديره لذاته مرتفعا ، أما إذا كان تقديره لذاته منخفضا فإنه لا يعطي لها أهمية.

ويساعد البحث عن صورة إيجابية للذات في شرح كيفية دخول الفرد في الجماعة وكيفية الحفاظ على تقييمها ومحاولة الانتماء إليها أو تركه لها ، لأن كل فرد يسعى إلى الحصول على تقدير مرتفع داخل الجماعة (دليلية عيطوري: ص 36، 1997)

6- العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

1-6 العوامل الذاتية:

تتعلق بالحالة الجسدية للفرد ، أي سواء كان هذا الفرد يتمتع باللياقة البدنية و الصحة أي أنه غير مريضو يتصف بكل صفات الشخص السليم بما يساعده ذلك في تقدير إيجابي لذاته من ناحية الصورة الجسدية ، أو أن يكون هذا الفرد يعاني من تشوهات خلقية أو عاهات مختلفة أو يعاني من احد الأمراض المزمنة كالعصور الكلوي أو الداء السكري أو فقر الدم أو أن يكون فاقدا لأحد أعضائه أو مصاب

بإعاقة حركية ، فإن كل ذلك يؤثر بطريقة أو بأخرى في عملية تقييم و تقدير الفرد لذاته (جورج توماخوري: ص151، 1996).

6-2 العوامل الاجتماعية:

تتمثل خاصة في موقف أفراد المحيط الاجتماعي اتجاه الفرد و كيفية معاملتهم وتقديرهم لشخصيته، بحيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين له.

6-2 العوامل الوضعية الشخصية:

تتمثل خصوصا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقدير الذات لديه ، فقد تتضمن هذه الظروف مثلا تنبيهات معينة تجعل الشخص المعني يراجع نفسه في حالة مرضية(حمد جمال يحيوي ،ص 552 ، 2003).

7 الحاجة إلى تقدير الذات:

يرى " هياكو" (1963) أن حاجة الفرد إلى تقدير ذاته هو الغرض الأساسي لكل أنواع النشاط الإنسان في محاولة لرفع تقدير الذات . بينما "ديمونور وجرز"في نفس السنة ذهبوا إلى أن بعض الناس أو الأشخاص الذين يطالبون المساعدة النفسية يعبرون بصراحة عن إحساسهم بالدونية و عن عدم القدرة، ويعتبرون أنفسهم غير مؤهلين لتطوير مستوى معيشتهم كما يرون أن المصادر الداخلية الأساسية لمواجهة ضغوط الحياة عديمة لذا فإنهم يحتاجون إلى تقدير ذات.

في حين "ماسلو" يرى أن الهوية ترتبط بتقدير الذات ومكونات الذات ترتبط ببعضها في شكل مميز يمثل درجات عديدة من تكامل الأنا وتقف درجة التكامل عند أي نقطة على المدى الذي تكون فيه الحاجات الأساسية في التنظيم الهرمي قد أشبعت (ربيع العيزوزي: ص47، 2001).

انطلاقاً من هذه الآراء تظهر حاجة الفرد إلى تقدير ذاته وهذا خلال معرفته لهويته وتكوين فكرة حقيقية عن نفسه وذاته ، قدرته على مقاومة ومواجهة ضغوطات الحياة اليومية الشاقة بالتالي السماح له بالتكيف في الوسط الاجتماعي و الاندماج فيه والإحساس بالأمن والراحة لأنه أعطى تقديراً عالياً لذاته ، أما الذي قيم نفسه بالسلبية لذاته فتجده عاش عكس الأول .

8- النظريات المفسرة لتقدير الذات:

لقد تعددت النظريات التي حاولت تفسير تقدير الذات وهذا لاختلاف نظرة العلماء واتجاههم حول هذا الموضوع، فمن بينهم نجد:

8-1 النظرية التحليلية: يمكن اعتبار "هرتمان" (1950) بتمييزه بين الأنا والذات أول من كان له الفضل في ظهور مفهوم الذات كمفهوم نفسي تحليلي، حيث اعتبر الذات قطب التوظيف الليبيدي النرجسي، ويكون هذا القطب مناقضاً للقطب الموضوعي أي العلم الخارجي، كما اقترح هذا الباحث استخدام تصور الذات لدلالة على التصورات النفسية الداخلية اللاشعورية والشعورية للذات الجسمية والعقلية في نظام الأنا. (ربيع العيزوزي: ص 60. 2001)

فحسب "فرويد" فإن الذات مرادفاً للهو ويسمى الذات الجزء اللاشعوري للأنا مقترحا اسم - الأنا - هو الكيان الذي له نقطة بداية الجهاز أي ادراك العالم الخارجي ويحتفظ بتسمية- الذات - لكل العناصر النفسية التي فيها- الأنا - سالكا بطريقة لاشعورية، ونلاحظ من رؤية "فرويد" لمفهوم الذات أنه لم يفرق بين الأنا والذات، في حين يعتقد "يونغ" أن هناك من يستدعي التفريق بين الأنا

والذات ليس موضوع الشعور، وكذلك يرى أن تطور الذات يعتمد على تطور النشاط العلمي للفرد، وعلى إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين.

أما "هونري تحليلها "Horney" فقد أعطت مفهوما ثلاثيا للذات- ذات مثالية، ذات واقعية، وذات حقيقية -وفي لبعض الأمراض والاضطرابات النفسية، فترى أن الأعصاب ينشأ عن بعد الشخص عن ذاته الحقيقية والسعي وراء صورة مثالية غير واقعية للذات، يعتقد أنه يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التي رسمها في حياته (عبد الفتاح دويدار: ص75، 1992)

8-2 النظرية المعرفية: في هذا العمل البسيط الذي نحن في صدد القيام به ارتأينا إلى اختيار وإتباع الاتجاه المعرفي لخدمة موضوع بحثنا. ومن رواد ومتبعي الإطار المعرفي واللذين فسروا تقدير الذات نجد الكثير منهم وعلى رأسهم "كوبر سميث" و"روزنبرغ". فالباحث "كوبر سميث" قام بدراسة تقدير الذات عند الأطفال ما قبل المدرسة الثانوية، فتقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب فهي ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كل عمليات تقييم الذات وردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية فإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتضمن الأحكام والأحاسيس التي يرى أنها تصفه على النحو الدقيق، كما ذهب "كوبر سميث" إلى تقسيم تقدير الفرد لذاته إلى قسمين: -التغيير الذاتي الذي يتمثل في إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

-التغيير السلوكي أي الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته، والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية ويميز أيضا بين نوعين من تقدير الذات، تقدير ذات حقيقي وتقدير ذات دفاعي.

تقدير الذات الحقيقي يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أن لديهم قيمة فعلا.

وافترض "كوبر سميث" أربعة مجموعات من المتغيرات التي تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي النجاحات، القيم الطموحات، والدفاعات بحيث إذا اكتملت هذه المتغيرات يكون لدى الفرد تقييم إيجابي وتوصل في النهاية إلى وجود ثلاث مجالات فرعية للرعاية الوالدية مرتبطة بنمو المستويات العليا من تقدير الذات لدى الأطفال وهي: -تقبل الأطفال من طرف الأبناء.

-تدعيم السلوك الإيجابي من طرف الأولياء.

-احترام رأي الأطفال ومبادرا م والحرية في التعبير والتدخل.

(محمد الشناوي وآخرون، ص 127.2001)

كما أن أعمال الباحث "روزنبرغ" تدور حول دراسة تطور سلوك تقييم الفرد لذاته وهذا من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد وقد ركز "روزنبرغ" بصفة خاصة على تقييم المراهقين لذوا م وشمل ذلك ديناميات تطور صورة الذات الإيجابية في المراهقة، كما اهتم أيضا بالدور الذي تقوم به الأسرة وتأثيره على تقدير الذات لدى الفرد، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون من خلال تأثير الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد. استخدم "روزنبرغ" منهج الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين الحاضر والماضي واعتبر تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وأنه يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها.

8-3 النظرية السلوكية المعرفية:

من أشهر أنصار تناول السلوكي المعرفي نجد "ألبرت أليس" (1961) و"بيك" (1976) (فالعالم "ألبرت أليس") 1961 يعتبر أن تقدير الذات عبارة عن تقييم الفرد لذاته، وهو مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي يستدعيها (الشخص عند مواجهة العالم المحيط به ويؤكد أن أساليب التفكير اللاعقلانية والأفكار والمعتقدات الخاطئة والسلبية عن الذات تؤثر تأثيرا سلبيا مباشرا على سلوك الفرد ، فإذا كان نسق التفكير غير عقلائي يكون الاضطراب الانفعالي هو المتوقع بالتالي يصبح تقدير الذات منخفض، أما إذا كان هذا التفكير واقعيًا ونظرة الفرد موضوعية يصبح تقدير الذات مرتفع (صالح محمد علي أبو جادو، ص 2007، 110)

يؤكد أيضا "ألبرت أليس" في نفس السنة على أن الأفراد الذين يسببون لأنفسهم العصاب يتصفون بالقلق والاكتئاب والعدوانية وذلك من أفكارهم اللاعقلانية التي تؤثر على تقديرهم بالسلبية والانخفاض الذي يؤدي إلى اضطراب وأمراض نفسية.

أما الباحث "بيك" (1976) ذهب في قوله إلى أن المشكلات النفسية تحدث نتيجة للاستنتاجات الخاطئة على أساس معلومات غير صائبة وغير كافية ونتيجة لعدم التمييز بين الخيال والواقع، كما أن كون السلوك مبني على . اتجاهات غير معقولة يمكن أن يكون مضطربا ومؤديا إلى الفشل (سيد عبد الله معتز ، ص 20 ، 2000).

ثالثاً: الدافعية :

تعد الدافعية القوى المحركة التي تدفع الفرد وتوجه سلوكه نحو هدف معين فهي من العناصر الأساسية التي تؤثر في سلوك الفرد ، الأمر الذي أعطاها أهمية كبيرة ضمن موضوعات علم النفس، فالإنسان يعيش حياته مدفوعاً نحو تحقيق أهدافه التي تبلور معنى الحياة عنده، ومن ثم يمكن تفسير كثير من سلوك الإنسان في ضوء دافعية الفرد، كما أن أداء الفرد وإقباله على القيام بأعمال معينة مرهون بنوعية الدافعية لديه، ولذلك نجد أن تباين سلوك الأفراد من الناحية الكمية والكيفية في الموقف الواحد أو تباين سلوك الفرد في المواقف المختلفة قد يكون سببه الأساسي هو الدافعية .

1- مفهوم الدافعية

الدافعية تأخذ عدة تعارف من بينها:

أحمد عزت راجح: حالة داخلية جسمية أو نفسية تثير السلوك وتوجهه نحو غاية معينة.

(عويد سلطان المشعان : 1994، ص.183)

يرى أتكينسون (J.atkinson ، 1976) أن الدافعية تعني استعداد الكائن الحي لبذل أقصى

جهد لديه من أجل تحقيق هدف معين . (ثائر أحمد غباري : 2008، ص. 16)

يعرفها عدس وتوق (1984) : عبارة عن الحالات الداخلية أو الخارجية للإنسان التي تحرك

السلوك و توجهه نحو هدف أو غرض معين و تحافظ على استمراريته حتى يتحقق ذلك

الهدف.(علي أحمد عبد الرحمان عيا صرة: 2006، ص.89)

يعرفها عبد الخالق 1991 : الحاجة لدى الفرد للتغلب على العقبات ، وهي الميل إلى وضع

مستويات مرتفعة من الأداء والسعي نحو تحقيقها والعمل بمواظبة شديدة ومثابرة مستمرة ويؤكد

كذلك على أن الدافعية هي الأداء في ضوء مستوى الامتياز والتفوق.

(كامل محمد عويضة : 1996، ص. 183)

يرى عبد الرحمان بن بريكة: أن الدافعية تعبر عن الحالة التي يعيشها الفرد حتى تعمل على استثارة السلوك وتثبيطه وتوجيهه نحو هدف معين ويمكن أن يستدل على هذه الحالة من تتبعات السلوك الموجه نحو الهدف وتنتهي هذه التتبعات بتحقيق الهدف موضع الدافع. (عبدالرحمان بن بريكة، 1995، ص.199)

عرفها أتكسون: بأنها استعداد الفرد للمجاهدة في سبيل تحقيق أهداف معينة و يتضمن هذا تقرير العلاقة التي توجد بين جوانب ثلاثة وهي: الدافع "motive" و الباعث "incentive" و توقع الباحث "incentive expectation". (عفاف وسطاني: 2010، ص.53)

حيث أوضح كل من كاتل و كلين "أن للدافعية ثلاث جوانب تتمثل كالآتي:

الأول : الميل بشكل تلقائي لبعض الأشياء دون البعض الآخر.

الثاني : إظهار حالة انفعالية خاصة بالحافز ومدى تأثيره .

الثالث : الاندفاع إلى مجموعة من الأفعال ذات هدف وغاية.

(سمية صالح: 2010، ص.43)

وعرفها " ماريو وليام "و"روبرت " حالة حافز فكري ونفسي، والذي يؤدي إلى إقرار صارم للحركة أو للقيام بشيء ما، وهذا يؤدي إلى بذل جهد عضلي وفكري للوصول إلى الأهداف المرجوة". (منصور بن زاهي: 2007، ص.63)

إن الدافعية هي حالة توتر داخلي تثير السلوك وتدفعه إلى تحقيق هدف معين وهذا يعني : أننا نبدأ بتعبئة الطاقة Energizing وهي حالة الاستعداد لإصدار السلوك ثم تنظيم السلوك وتوجيهه Directing بعدها ننهي لتحقيق هذا المسار (السلوك) ومن الممكن أن نغير مسار الدافع إذا صودفت عوائق. (فيصل عباس وآخرون : 2001، ص.216)

يمكن تعريفها كمجموعة معقدة من القوى والتوترات والحاجات وحالة توتر داخلي وميكانيزمات أخرى التي تثير نشاط إرادي بغرض الوصول إلى تحقيق أهداف شخصية. (chermont barnabe:63، 197).

2- التطور الفكري لمفهوم الدوافع:

فردريك تايلور : رأى أن الأفراد يميلون للكسل ولا بد من استخدام الحوافز المادية للتأثر وتوجيه السلوك أي تنظيم عن طريق دراسة الحركة والوقت.

تجارب هورثون : أحدثت تحولاً أساسياً في مفهوم الدوافع وموجات السلوك الإنساني.

التون مايو : هو و فريق بحثه قاموا بإجراء العديد من التجارب بشركة كهرباء هورثون بمدينة شيكاغو ، وركزت هذه الدراسات على إيجاد العلاقة بين العوامل المادية وإنتاجية الفرد إبراهيم ماسلو : يرى أن سلوك الفرد يأتي نتيجة لاحتياجات غير مشبعة وهذه الاحتياجات رتبها ماسلو في شكل هرمي ذو خمس مستويات .

ألدرفر : ضم الحاجات الفسيولوجية والأمنية لدى ماسلو تحت مسمى حاجات الوجود.

أرجرس: أكد على أن الإنسان بطبيعته لديه قابلية للنمو هذا النمو من الممكن تحديده بسبع مراحل.

هرزبرج: حدد مجموعتين من العوامل عدم توفر أحد عوامل المجموعة الأولى يتسبب في عدم الرضا الوظيفي وبالتالي يدفع الفرد إلى سلوك سلبي، بينما إشباع هذه العوامل إلى درجة مرضية لا يحدث أي تأثير إيجابي على سلوك الفرد ، والمجموعة الثانية تمثل (عوامل دافعة)، العوامل التي تحدث تأثيراً إيجابياً إذا ما أشبعت إلى مستوى الرضا.

جورج مالتون : أكد على أن للمناخ التنظيمي تأثيراً بالغاً على دوافع الفرد.

(مصطفى يوسف كافي وآخرون : 2013، ص ص. 284-285)

3- بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية :

3-1- الحاجة: Need

تعرف بأنها : حالة لدى الكائن الحي تنشأ عن الانحراف الشروط البيئية عن الشروط البيولوجية الحيوية اللازمة لحفظ بقائه.

تعبير عن حالات النقص والعوز والافتقار واختلال التوازن، تقترن بنوع من التوترات لا تلبث أن تزول إلا إذا زال النقص وتحققت الحاجة.

(محمد فرج الزلينتي :د.س ، ص.137).

الحاجة هي نقطة البداية لإثارة الدافعية لدى الفرد بغية السعي في الاتجاه الذي يحقق الإشباع (معتز عبد الله : 1990،ص50).

3-2- الحافز: Drive

الحوافز هي تسهيلات مادية ومعنوية تقدمها البيئة المحيطة بالأفراد لمساعدتهم في وصول بدوافعهم إلى أهدافها.(محمد فرج زلينتي :د.س ، ص.139)

يشير الحافز إلى العمليات الداخلية التي تصحب المعالجات الخاصة بمنبه معين وتؤدي إلى إصدار السلوك . و يرادف البعض بين مفهوم الحاجز ومفهوم الدافعية على أساس أن كل منهما يعبر عن حالة التوتر العامة نتيجة لشعور الكائن الحي بحاجة معينة .

(لخيري وناس :2007،ص.40)

كما يعرف أنه الحاجة بعد أن ترجمت في شكل حالة سيكولوجية تدفع الفرد إلى السلوك في اتجاه إشباعها.(محي الدين حسين :1988،ص.9)

3-3- الباعث : Incentive

الباعث هو موقف خارجي مادي أو معنوي يستجيب له الدافع فيؤدي إلى إشباعه ومن ثم استعادة توازن الكائن الحي والدافع لا يوجه السلوك بمفرده وإنما بمساعدة الباعث الخارجي. (محمد فتحي فرج الزلينتي :د.س،ص. 140)

يعرف الباعث بأنه يشير إلى محفزات البيئة الخارجية المساعدة على تنشيط دافعية الأفراد سواء تأسست هذه الدافعية على أبعاد فسيولوجية أو اجتماعية وتقف الجوائز المكافآت المالية والترقي، كأمثلة لهذه البواعث فيعد النجاح والشهرة مثلا من بواعث الدافع للإنجاز.

(لخيري وناس :2007،ص. 40)

3-4 المثير أو المنبه :

وهو أي تغير في الطاقة ينبه عضوا حسيا، وقد يكون المنبه داخل الكائن الحي أو خارجه فهو قد يكون ألما أو صوتا فجائيا أو هو عارض مؤقت يحيل الدافع من حالة الكمون إلى حالة النشاط . والدافع كما سبق تعريفه هو استعداد داخلي موجود داخل الفرد قبل أن يؤثر فيه المنبه فهو (أي المنبه) كالزناد لا يخلق الطاقة ولكنه يطلقها ، فقد يكون التلميذ منهمكا أثناء الدرس ولا يفطن إلى حاجته إلى الطعام ، إذ أن دافع الجوع في هذه الحالة كامن وغير مثار ووظيفة المنبه الذي قد يتمثل في سماع الطلاب لصوت الجرس هي استثارة دافع الجوع أي تحرير الطاقة الكامنة .(محمد فتحي فرج الزيتي :د.س،ص ص.139-140)

4- أنواع الدوافع :

يوجد العديد من التصنيفات لأنواع الدوافع من بينها:

4-1 دوافع شعورية أو واعية:

وهي الدوافع التي يعيها الفرد ويشعر بها ويدركها فعندما يعي الفرد دوافع سلوكياته، حينها فإن العديد من الاضطرابات السلوكية التي يتعرض لها الشخص ، يتم التوصل إلى حلول لها من حيث تقييمها وتقويمها.

4-2 دوافع اللاشعورية (أو لاواعية):

وهي الدوافع التي لا نعيها ولا نشعر بها ولا ندركها، وتكون قابلة للملاحظة غير المباشرة ، أي تحتاج إلى مقاييس للكشف عنها ، كاستخدام مقاييس الإسقاط أو العزو، والسبب في غموض السلوك الإنساني، وعدم التوصل إلى كل من وصف وتفسير كاملين له، أو تقييمه وتقويمه تماما يعزى إلى هذه الدوافع الدفينة والمكبوتة .

ويوجد تصنيف آخر للدوافع:

4-1 دوافع داخلية:

وهي الدوافع الذاتية تنشأ من داخل الإنسان، وهذه الدوافع يمكن أن تكون سيكولوجية (معرفية أو انفعالية) ودوافع فسيولوجية أو بيولوجية، ويكون مصدر هذه الدوافع الشخص نفسه حيث يقبل الشخص على السلوك مدفوعاً برغبة داخلية لإرضاء ذاته وإشباع حاجاته سعياً وراء الشعور بالمتعة واكتساب المعلومات.

4-2 دوافع خارجية:

وهذه الدوافع يكون مصدرها خارجياً كأطراف عملية التنشئة الاجتماعية أو مؤسسات المجتمع المدني برمته، حيث يقبل فيها الشخص على السلوك لإرضاء أطراف عملية التنشئة الاجتماعية وكسب حبهم وتقديرهم لإنجازهم أو للحصول على تشجيع مادي أو معنوي منهم.

(محمد محمود بني يونس : 2007، ص 32-33)

ويوجد أيضاً تصنيف آخر لدوافع:

4-1 الدوافع الفطرية الأولية :

وهي في جوهرها جسمية أو فسيولوجية تسعى إلى تحقيق التوازن الحيوي عند الإنسان، كالحاجة إلى الهواء والماء والطعام والكساء الكافي لحفظ حرارة الجسم والحاجة إلى الراحة والنوم والأمومة وغيرها

4-2 الدوافع الاجتماعية المكتسبة (الثانوية):

إن تميز الإنسان عن بقية المخلوقات الأخرى بأن له حياة اجتماعية تعدل من دوافعه الأولية وتهيئته لاكتساب دوافع أخرى وهذه الدوافع لا تتصل اتصالاً مباشراً بالدوافع الأولية وقد اختلف الباحثون في تحديد عددها فبينما حددها توماس thomas بأربع رغبات هي :

- الحاجة إلى الأمن security

- الحاجة إلى التقليد recognition

- الحاجة إلى الاستجابة reponse

- الحاجة إلى خبرات جديدة new experiences

نجد أن البعض الآخر أمثال موري murry يفصلها إلى ثماني وعشرون حاجة ، أما هيلجاراد hilgarat فيفضل تقسيمها إلى حاجات .

حاجات انتمائية : كالحاجة إلى الحب و العطف و الحاجة إلى الانتماء.

حاجات تتعلق بالمركز: كالحاجة إلى السيطرة و الخضوع، و الحاجة إلى المكانة و الحاجة إلى

الأمن. (كريم ناصر علي وآخرون :2009، ص ص.72-73)

5- خصائص الدافعية :

- يتميز الدافع بصعوبة التحديد والوصف الكافي للتعبير عنه .
- تشكل الدوافع جزء من التكوين العضوي للإنسان وتنتقل بالوراثة.
- تتميز الدوافع بأنها مرنة قابلة للتغيير نظرا لاستعمال الإنسان للذكاء .
- هي أساس تكوين العادات السلوكية عند الإنسان .
- هي قوة الكامنة تحتاج إلى مثيرات تنشطها.
- لا تظهر الدوافع مرة واحدة .(لخيري وناس :2007،ص.35)
- عملية افتراضية وليست فرضية .
- عملية عقلية عليا غير معرفية.
- عملية إجرائية أي أنها قابلة للقياس والتجريب بأساليب وأدوات مختلفة .
- عملية فطرية متعلمة و شعورية (واعية).
- تفسر السلوك وليست تصفه.
- عملية مستقلة لكن يوجد تكامل بينها، وبين باقي العمليات العقلية المعرفية وغير المعرفية، وحالات وسمات الشخصية الأخرى.

(محمد محمود بني يوسف :2007،ص ص.23-24)

6- أبعاد الدافعية :

أهم أبعاد الدوافع هي ما يلي :

6-1- مدة البقاء أو الاستمرار : تعد الفترة الزمنية لبقاء الدوافع من أكثر الأبعاد وضوحا في وصفها، فمن ناحية تستمر بعض الدوافع فترة زمنية قصيرة جدا وسرعان ما تنتهي وناحية أخرى تستمر بعض الدوافع فترات زمنية طويلة، وبين هاتين الفئتين المتطرفتين من الدوافع (قصيرة المدى الزمني وطويلة المدى الزمني) يوجد عدد لانتهائي من أنماط الدوافع التي تتباين درجات بقائها الزمني، وهذه الدوافع هي أكثر شيوعا.

6-2- الطابع الدوري : والمقصود بها أن دوافع الكائنات الحية تمر بدورة كاملة تبدأ بالحاجة الشديدة إلى إشباع الدوافع ، ثم إشباع وخفض التوتر ، ثم الحاجة مرة أخرى وتعد هذه الخاصية الدورية للدوافع من الخصائص القابلة للملاحظة ، ويكون هذا التكرار الدوري أكثر وضوحا في الدوافع ذات المنشأ الفسيولوجي الداخلي ، فكل الكائنات الحية عليها أن تتناول الطعام بصورة منتظمة حتى تستمر على قيد الحياة ، والأمر نفسه بالنسبة للشرب والراحة.... الخ وهنا يصبح من السهل أن نفهم السبب في أن الدافعية للأكل والشرب خاصة دورية للكائنات الحية .

6-3- السكون : ويقصد بهذا البعد أن بعض الدوافع قد تتسم بالسكون بصورة تامة لفترات زمنية طويلة ، ثم تعاود الظهور فجأة بقوة كبيرة حينما تصبح الظروف مناسبة ومثال ذلك أن الشخص الذي يحقد على المكانة الاجتماعية التي يتمتع بها مدير الشركة التي يعمل بها ربما يظهر بعض علامات الكراهية له أحيانا، لكنه بوجه عام يستطيع أن يضبط دوافعه العدوانية حتى تصبح الظروف مواتية للتعبير عنها(عندما تواجه الشركة بعض الصعوبات المالية ، أو عندما يقع المدير في بعض المشكلات مع الإدارة العليا لأي سبب من الأسباب).

وفي هذه الحالة يفترض أن الدافع العدواني إلى إقالة المدير والعمل في وظيفته كان كامنا (ساكنا)، أي لم يفصح عن نفسه في صورة سلوك صريح طوال فترة زمنية معينة.

6-4- المجال: ويقصد بهذا البعد أن الدوافع تتباين بصورة كبيرة في المجال الذي تعبر عنه أو في مدى شموليتها، لأنه من الصعب تحديد المجال الحقيقي للدوافع من خلال السلوك المدفوع بمفرده ، فمحاولة الطفل لإطعام نفسه ربما تحقق له إشباع دافع الجوع (الحاجة لطعام) فقط ، وخاصة إذا كانت مساعدة الراشدين له مستحيلة، كما أن هذه المحاولة يمكن أن تعبر بالإضافة إلى ما سبق، عن دافعية الطفل العامة لأداء بعض المهام بنفسه خاصة إذا كانت مساعدة الراشدين له ممكنة ، وبالتالي يرفضها مثلما يقوم بدفع يد الشخص الذي يحاول إطعامه تعبيراً عن رفضه للمساعدة. (ثائر احمد غباري:2008، ص ص.39-40)

7- أسس ومبادئ إثارة الدافعية:

- تلخص أسس إقامة بيئة متمركزة حول التعلم .
- إشباع حاجات التلاميذ واستثارة دافعتهم الداخلية .
- جعل المادة التعليمية مثيرة وشيقة .
- مساعدة المتعلم على تحديد هدفه والسعي لتحقيقه .
- إتاحة الفرصة أمام المتعلم كي يتحمل المسؤولية اتجاه الأنشطة التعليمية المختارة .
- تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة.
- تعديل التفسيرات المسببة للنجاح والفشل لرفع مستوى الدافعية .

(لخيري وناس :2007،ص.45)

ثالثا : الدافعية للإنجاز

1- تعريف الدافعية للإنجاز:

يرجع الفضل إلى عالم النفس الأمريكي هنري موراي ، في أنه أول من قدم مفهوم الحاجة Need for Achievement بشكل دقيق بوصفه مكونا مهما من مكونات الشخصية ، وذلك في دراسته بعنوان "استكشافات في الشخصية" Exploration inpersonality والتي عرض فيها موراي لعدة حاجات نفسية كان من بينها الحاجة للإنجاز، وفيما يلي بعض التعاريف لمصطلح الدافعية للإنجاز:

- **تعريف موراي:** رغبة أو ميل الفرد للتغلب على العقبات، وممارسة القوى والكفاح والمجاهدة لأداء المهام الصعبة بشكل جيد وبسرعة كلما أمكن ذلك.

(عبد اللطيف خليفة: 2000، ص.ص 88-89)

-**تعريف نيكولز:** عملية الإدراك الذاتي لصعوبة العمل في موقف الإنجاز حيث يعرف سلوك الإنجاز بأنه سلوك موجه نحو تنمية وإظهار قدرة الشخص العالية وتجنب إظهار قدرة منخفضة، فالأشخاص الذين يرغبون في النجاح في مواقف الإنجاز يقصد أن قدراتهم عالية ، يميلون إلى تجنب الفشل حتى لا يعرفون بقدرات منخفضة.

(حسين أبو رياش: 2006، ص.194)

-**تعريف ماكيلاند وزملائه 1953:** الدافع للإنجاز بأنه يشير إلى استعداد ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرتة في سبيل تحقيق وبلوغ نجاح يترتب عليه نوع من الإرضاء، وذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى محدد من الامتياز. (عبد اللطيف خليفة: 2000، ص.90)

2- التطور التاريخي لمصطلح دافعية الانجاز

يعود استعمال مصطلح دافعية الانجاز في علم النفس من الناحية التاريخية إلى "أدлер" الذي بين أن الحاجة للانجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة، حيث عرض "ليفن" هذا المصطلح في ضوء تناوله لمفهوم الطموح وذلك قبل استعمال موراي مصطلح الحاجة للانجاز، وعلى الرغم من هذه البيانات المبكرة فإن الفضل يرجع إلى عالم النفس الأمريكي "هنري موراي" في أنه أول من قدم مفهوم الحاجة للانجاز بشكل دقيق بوصفه مكوناً هاماً في الشخصية والتي تعرض فيها موراي لعدة حاجات نفسية كان من بينها الحاجة للانجاز، ثم اتفق ماكيلاند وزملائه لاستكمال ومواصلة البحوث الميدانية في هذا المجال من خلال الاستعانة ببعض الاختبارات الإسقاطية مثل اختبار تفهم الموضوع TAT وقدموا نظرية لتفسير دافعية الانجاز، تعد من أوائل النظريات التي قدمت في هذا الشأن .

(عبد اللطيف خليفة :2000، ص ص.88-19)

3- أهمية الدافع الانجاز:

للدوافع بصفة عامة أهميتها في تحريك الفرد وتوجيه سلوكه نحو أهداف محددة، فأى دافع يستثار لدى الكائن الحي يؤدي إلى توتره ويدفعه هذا التوتر إلى البحث عن أهداف معينة إذا وصل إليها الفرد أشبع حاجته أو دافعه فينخفض توتره ويستعيد اتزانه، ويعد دافع الانجاز من الدوافع المهمة إذ يقود الفرد ويوجهه إلى كيفية التخفيف من توتر حاجاته و أن يضع خططا متتابعة لتحقيق أهدافه و أن ينفذ هذه الخطط بالطريقة التي تسمح أكثر من غيرها بتهدئة إلحاح حاجات الكائن ودوافعه . ولدوافع الانجاز أهمية لدى الفرد لأنه يعبر عن رغبته في القيام بالأعمال الصعبة ومدى قدرته على تناول الأفكار والأشياء بطريقة منظمة وموضوعية، كما يعكس قدرته في التغلب على ما يواجهه من عقبات وبلوغه مستوى عالي في ميادين الحياة مع ازدياد تقدير الفرد لذاته ومنافسة الآخرين والتفوق عليهم .

كما أن له أهمية أيضا في تحقيق التوافق النفسي للأفراد، لأن الفرد عالي الانجاز يكون أكثر تقبلا لذاته وأشد سعيًا نحو تحقيقها، وينعكس ذلك على جماعته التي يتعامل معها وهذا ما يحقق له التوافق الاجتماعي السوي .

وقد أشار ماكيلاند إلى أن الدور المهم الذي يقوم به الدافع للانجاز في رفع مستوى أداء الفرد وإنتاجيته في مختلف المجالات والأنشطة، فالنمو الاقتصادي في أي مجتمع هو محصلة الدافع للانجاز لدى أفرادهِ ويرتبط ازدهار وهبوط النمو الاقتصادي بارتفاع وانخفاض مستوى الدافعية. وتظهر أهمية دراسة دافعية الانجاز لدى المعلم كون الانجاز هو أحد النتائج النهائية للتدريس وكونه هدفا تربويا في حد ذاته فالمعلم الذي يحقق انجازا عاليا في عمله يتحقق لديه نوع من الرضا والإشباع النفسي ، كما أن استثارة دافعية التلميذ وتوليد اهتمامات معينة لديه تجعله يقبل على ممارسة سلوكيات مقبولة ونشاطات معرفية وحركية وعاطفية بنجاح وتتفوق تتوقف بدرجة كبيرة على أسلوب التعليم الذي يتلقاه هذا الفرد ، فإذا ما أبدى المعلم حماسا ونشاطا في تدريسه انعكس ذلك ايجابيا على تفاعل التلاميذ معه ، بمعنى أن المعلم ذو الدافع القوي للانجاز يصبح كمثير لدافع الانجاز والتحصيل لدى التلاميذ .

(مسعودة عظيمي :2009،ص ص58-59)

4-العوامل المؤثرة في دوافع الانجاز:

تتأثر الدافعية للانجاز حسب دراسات الباحثة 1958 Winter bottom بعدة عوامل يمكن تحديد أهمها في النقاط التالية :

– نوعية القيم السائدة في المجتمع.

– الدور الاجتماعي للأفراد.

– العمليات التربوية في النظم التعليمية لدولة.

– التفاعل مع أفراد الجماعة .

– أساليب التنشئة . (مسعودة عظيمي :2009،ص.63)

5-أنواع الدافعية للإنجاز

لقد ميز veroff بين نوعين من الدافعية للإنجاز هما :

5-1- دافع إنجاز ذاتي :

ينبع من داخل الفرد ، وذلك بالاعتماد على خبراته السابقة، حيث يجد لذة في الانجاز والوصول إلى الهدف، فيرسم لنفسه من خلال ذلك أهدافا جديدة بإمكانه بلوغها .

5-2 - دافع إنجاز إجتماعي :

يخضع لمعايير ومقاييس المجتمع، ويبدأ بالتكون في سن المدرسة الابتدائية حيث يندمج الدافع الذاتي والاجتماعي ليشكل دافع إنجاز متكامل ينمو مع تقدم السن، وكذا الإحساس بالثقة بالنفس والاستفادة من الخبرات الناجحة للأقران.(نعيمة الشماح :1977،ص.163)

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية البحث والإجراءات

المنهجية

تمهيد:

بعد إطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة في الرياضة، وجدنا بعض الدراسات المشابهة .

تهدف مذكرتنا هذه إلى توضيح الأداء المهارى وعلاقته بتقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم ولهذا قمنا بإجراء دراسة ميدانية في ملعب سيدي علي بولاية مستغانم ومن خلالها تم اختيار المنهج المتبع وكذا مجالاته ، والعينة التي تم اختيارها وكذا أداة البحث ، كما قمنا بتحليل نتائج البحث ومناقشتها للتأكد من صحة الفرضيات المقدمة في الجانب النظري لتكون الدراسة أكثر دقة وأكثر منهجية

1 منهج البحث:

لتحقيق أهداف الدراسة تم إتباع المنهج الوصفي، الذي يعتمد على جمع الحقائق وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها انطلاقاً من تحديد المشكلة ، تم اختيار عينة البحث ، وأساليب جمع المعلومات والبيانات واعدادها ووضع قواعد لتنظيمها وتصنيفها ثم تحليلها وتفسيرها واستخلاص التعليمات والاستنتاجات منها في عبارة واضحة محددة، ويعتبر منهج البحث هو: " الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة". (عبد الرحمن بدوي)

2- مجتمع البحث:

إن مجتمع البحث هو الفئة الإجمالية التي نريد تطبيق الدراسة عليها وفق المنهج المختار و المناسب لهذه الدراسة ، ولهذا قمنا بدراسة المسحية أجريت على الفريق الرياضي لكرة القدم من فرق ولاية مستغانم ما والتي تمثل نسبة 100% من مجتمع البحث والبالغ عددهم (28) لاعب ارتكاز بكرة القدم.

أهم الاستنتاجات:

1. توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين سرعة رد الفعل ومتغيرات الأداء المهاري الدفاعي والهجومى للاعبي الارتكاز بكرة القدم.
2. توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين سرعة رد الفعل ومتغيرات الأداء الخططي الدفاعي والهجومى للاعبي الارتكاز بكرة القدم.

3. متغيرات البحث:

المتغير المستقل:

هو الذي يؤدي في وضعيته إلى إحداث تغيير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة بها ، ويتمثل المتغير المستقل في بحثنا هذا الرياضة المدرسية.

المتغير التابع:

والذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم متغير ارت أخرى ، حيث انه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغيرات التابع ، ويتمثل المتغير التابع في بحثنا هذا في التفاعل الاجتماعي.

4. -مجالات البحث:

المجال البشري : يتمثل في بحثنا في فريق قسم الهواة لولاية مستغانم ، حيث تمثلت العينة في

28 لاعب (ملعب سيدي علي).

المجال المكاني : أجريت هذه الدراسة في الملعب البلدي سيدي علي - مستغانم

المجال الزمني : تم الشروع في الجانب التطبيقي بتاريخ 21/01/2020 وانهاهه بتاريخ .

.21/03/2020

5- أداة الدراسة :

1-5 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- المقابلات الشخصية* .
- استمارة استبانة لتحديد متغيرات البحث.
- استمارة تقويم الأداء المهاري الهجومي والدفاعي للاعبين الارتكاز بكرة القدم.

2-5 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز تلفزيون نوع (Shownic) حجم (21) عقدة.
- جهاز تسجيل نوع (4620 Strong) لتسجيل مباريات خليجي (19).
- حاسوب شخصي نوع (HP).
- أقراص (DVD) لتسجيل مباريات خليجي (19).

3-5 الإجراءات التنظيمية والإدارية:

قام الباحث باتباع الإجراءات الملائمة لسير البحث وتحقيق الأهداف المرجوة منه فقد تم اتباع

ما يأتي:

المدافع أو قد تكون ناجحة وهذا ما يدفع اللاعبين إلى عدم إتقانها.

* - المقابلات الشخصية :

أ.د ناظم كاظم جواد اختبار وقياس/كرة قدم.
أ.م.د احمد رمضان احمد علم النفس الرياضي/كرة قدم.

6- الوسائل الإحصائية:

-النسب المئوية

-اختبار كا²

7- صعوبات البحث:

-إجراءات الحجر الصحي المطبقة في البلاد جراء جائحة كورونا.

- قلة الدراسات السابقة والمثابفة

خلاصة:

لقد تناولنا في هذا الفصل الإجراءات الميدانية للدراسة ، التي تعتبر من ضروريات إنجاز أي دراسة أو بحث، ويمكن من خلالها التوصل إلى نتائج تؤكد مدى تحقق الفرضيات أو عدم تحققها، وبدونها لا يمكن الإجابة عن الإشكالية

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الدراسات السابقة:

1-الدراسات التي تناولت تقدير الذات:

1-1 الدراسة الأولى: وهي مذكرة لنيل شهادة الماستر تحت عنوان: *دوافع ظهور القلق لدى

لاعبي كرة اليد أثناء المنافسة الرياضية القسم الوطني الأول (ب) صنف أكابر.

وكان تساؤل العام لهذه الدراسة:

- هل هناك دوافع لظهور القلق لدى لاعبي كرة اليد؟.

ومن أهداف هذه الدراسة:

- لفت الانتباه لخطورة هذه الظاهرة *ظاهرة القلق *والتحسيس بمدى معالجتها.

- إيجاد الأسباب والدوافع المؤدية للقلق أثناء المنافسة الرياضية.

أما نتائج الدراسة فتمثلت في عدة نقاط هي:

- معظم اللاعبين شخصيتهم عصبية.

- معظم اللاعبين يفقدون التركيز والانتباه.

- معظم اللاعبين لا يتقبلون الأخطاء.

- معظم اللاعبين يرون القرار الغير نزيه مصدر قلق.

أما عينة البحث فكانت بطريقة عشوائية، وذلك إعطاء فرص متكافئة من اللاعبين دون تخصيص وتمت على 6 فرق الذي كان عددهم 72 لاعب.

أما المنهج المتبع فقد اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي أما فيما يخص الأدوات المستعملة في بحثه فقد أعتمد على استمارة الاستبيان وهي وسيلة لجمع المعلومات ولكونه يسمح له بعملية جمع المعلومات وتحليله بسهولة (بدر الدين بو يوسف وآخرون، 2007)

1-2 الدراسة الثانية:

وهي دراسة قدمها الباحث لنيل شهادة ماجستير في منهجية ونظرية التربية البدنية والرياضية تحت عنوان: *علاقة التركيز والحدة، كمظهرين للانتباه بالقلق عند الرياضيين في المنافسات القصيرة* بالنسبة لإشكالية الدراسة فقد تمحورت حول عدة تساؤلات وهي:

- هل توجد فروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه *حدة، تركيز* بين القياسين الأول والثاني؟.
- هل توجد علاقة عكسية بين القلق والمستوى الرقمي لعدائي المسافات القصيرة؟.
- هل توجد فروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه *حدة، تركيز* بين عدائي (100 م، 200 م، 400 م)؟.

وقد عملت الدراسة على التحقق من الفروض التالية:

توجد فروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه *حدة، تركيز *بين الأول والثاني لصالح القياس الأول قيد الدراسة.

توجد علاقة عكسية بين القلق والمستوى الرقمي لعدائي المسافات القصيرة.

توجد فروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه *حدة، تركيز *بين عدائي (100 م، 200 م، 400 م).

من خلال هذه التساؤلات والفرضيات حاولت الدراسة تحقيق أهداف عدة منها:

التعرف على الفروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه *حدة، تركيز *بين القياس الأول والثاني، وكذلك تحديد العلاقة بين القلق كحالة والمستوى الرقمي لعدائي المسافات القصيرة، والتعرف على الفروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه *حدة، التركيز *بين عدائي (100 م، 200 م، 400 م).

ومن خلال استخدام الطالب للمنهج الوصفي، من أجل الكشف عن الظاهرة وتشخيصها وتحديد العلاقة بين عناصرها، كما اعتمدت الأطروحة على عينة للدراسة بالطريقة العمدية للعدائين المشاركين في سباقات المسافات القصيرة في بطولة إفريقيا الثانية عشر من 10 الى 14 جويلية 2000 م المقامة في الجزائر بملعب 5جويلية، والذين مثلوا عدائي منتخبات الجزائر، تونس، المغرب في ألعاب القوى وكان عددهم 18 لاعبا. واستخدمت الدراسة عدة أدوات في قياس مدى

صحة هذه الفرضيات وتتمثل في اختبار القلق كحالة *لسبيلبيرجر* للكشف عن ظاهرة القلق
كحالة وكسمة لدى الرياضيين في جميع المراحل.

أما الأداة الثانية فتتمثل في اختبار التصحيح *بوردون- انقي م وف* لقياس الانتباه *حدة-
تركيز* وقياس مستوى الأداء المسجلة في التدريب والمنافسة كمقياس لمستوى العدائين.

وقد توصل الطالب إلى مجموعة من النتائج منها:

- تزداد حالة القلق وضوحاً وأثراً في مرحلة المنافسات.

- كلما زادت حالة القلق لدى العدائين كلما انخفض المستوى الرقمي لأدائهم.

- تقل حالة القلق عند عدائي 400 م في مرحلة بدء المنافسات القصيرة عنها عند عدائي 100 م
و 200 م.

- يتأثر مظهر حدة الانتباه سلباً بزيادة حالة القلق لدى العدائين في مرحلة المنافسات.

ومن خلال هذه النتائج والفرضيات التي تحققت وتوصل إليها الطالب كانت بمثابة قاعدة أساسية
بنيت عليها هذه الدراسة الحالية (نورالدين طاجين: ص56، 2001).

1-3 الدراسة الثالثة دراسة يحيوي السعيد :مذكرة تخرج تحت عنوان :

(أسلوب العزو الرياضي وعلاقته بأنماط تقدير الذات للاعبين بعض الرياضات الجماعية (دراسة ميدانية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - بجامعة باتنة).

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين أسلوب العزو الرياضي وأنماط تقدير الذات لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وقد اعتمد الباحث على عينة قوامها 75 لاعبا من يدرسون بالمعهد موزعين على الرياضات المختارة كرة القدم، كرة الطائرة، كرة اليد، واعتمد الباحث على مقياس أسلوب العزو الرياضي (لهانرهان *Hanreahan*: *جروف، و* Grove* - *و مقياس تقدير الذات لعلوي كأداة للبحث.

وقد بينت أهم نتائج الدراسة أن درجات لاعبي كرة القدم، وكرة اليد تتجه نحو العزو التشاؤمي، في حين توجه لاعبي كرة الطائرة إلى العزو غير التشاؤمي كأسباب خارجية وكأسباب مدركة لنتائج السلوك أو الأداء الرياضي. كما بينت وجود فروق دالة إحصائية بين الرياضات كرة القدم، وكرة اليد، وكرة الطائرة في معظم متغيرات البحث (بعد العزو، وأبعاد أنماط تقدير الذات)، وأثبتت وجود علاقة ارتباطية بين بعض أبعاد المقياسين. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مرتفعي تقدير الذات يعززون نجاحهم إلى عوامل داخلية (درجة تشاؤم عالية)، أما اللاعبين منخفضي تقدير الذات يرون أن نجاحهم يرجع إلى عوامل خارجية (درجة تشاؤم منخفضة).

في حين أن لاعبي كرة القدم أفضل من حيث أسلوب العزو مقارنة بلاعبي كرة اليد وكرة الطائرة، ولاعبي كرة اليد أفضل من حيث أسلوب العزو مقارنة بلاعبي كرة الطائرة.

1-4 الدراسة الرابعة دراسة زياد بركات : (2009)

هدفت هذه الدراسة للتعرف على علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء متغيرات الجنس والتخصص والتحصيل الأكاديمي, لهذا الغرض طبق مقياسان هما:

الأول لقياس مفهوم الذات والأخر لمستوى الطموح لعينة مكونة من (378) طالبا وطالبة (197 طالبة) و (181) طالبا ملتحقين للدراسة في جامعة القدس المفتوحة في المناطق التعليمية نابلس طولكرم ,جنين . ققليلية وسلفيت ,وقد أظهرت نتائج الدراسة إن مستوى مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى افراد الدراسة هما بالمستوى المتوسط وان هناك ارتباطا موجبا بين مفهوم الذات ومستوى الطموح

لدى طلبة الجامعة ,كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في درجات الطلاب على مقياسي مفهوم الذات ومستوى الطموح ,تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي لصالح فئة الطلاب ذوي التحصيل المرتفع ,وعدم وجود فروق جوهرية في هذه الدرجات تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص

(زياد بركات : ص2، 2009).

2 - الدراسات المشابهة للأداء المهاري :

1-2 الدراسات المشابهة :

التحليل هو عبارة عن "نظام صالح لاستخدام تقويم الأداء لجميع الأوقات التي يمارس فيها اللاعب أو الفريق اللعب ويعد أسلوباً متكاملًا للتقويم وأيضاً أسلوباً تربوياً تعليمياً لمتابعة حالة الفريق وتقدمه.

لذلك نرى بان عملية التحليل للفريق أو المنافس يعد من العوامل المهمة في وضع الخطة المناسبة للمباراة من قبل المدرب لمقابلة الفريق المنافس مستندا بذلك على إمكانيات لاعبيه من حيث نقاط القوة والضعف، وعليه فعملية التحليل في مجال اللعبة أصبح من الأمور المهمة التي لا يمكن الاستغناء عنها ان أراد المدرب تحقيق التفوق في المباريات وتحقيق نتائج جيدة "فالتحليل المباريات في كرة القدم أصبح موضوعاً لا غنى عنه لأي فريق يريد الحصول على نتائج جيدة .

1-1-2 الأداء المهاري للاعب الارتكاز في الهجوم:

"وهو تلك التحركات التي يقوم بها للاعب بمفرده للاشتراك بالخطة الجماعية وقوة اللاعب في الخطط الفردية تؤدي إلى تقوية الخطط الجماعية

وتقسم عملية الأداء المهاري للاعب الارتكاز في الهجوم إلى:

1. التهديف الصحيح بالقدم.

2. المناولة.

3. التهديف بالرأس.

4. المراوغة.

التهديف:

يعد التهديف الوسيلة الأساسية لتقرير النتيجة بالنسبة لخصمين متكافئين ، وهو القرار الأول والأخير للفريق وثمره جهود اللاعبين طيلة زمن المباراة، وتأتي أهمية التهديف كونه يقرر نتيجة المباراة، ويعد الفريق الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف خلال المباراة فائزاً، ويقتضي التهديف من اللاعبين التمتع بصفات بدنية وأنواع مهارية وخططية عالية من الإحساس العالي بالكرة والمقدرة على التركيز، كما ان الأداء الفني السليم والتوقيت الصحيح فضلا عن سرعة اتخاذ القرار، كما ان للنواحي النفسية كالثقة بالنفس والإرادة والتصميم وتحمل المسؤولية وعدم التخاذل أمام مرمى الفريق المنافس دورها المهم والكبير في عملية التهديف.

وهو "محاولة اللاعب إدخال الكرة في مرمى الخصم تدفعه قدراته وقابليته الذهنية والبدنية والفنية والخططية ضمن إطار قانون اللعبة".

المناولات:

" وهي وسيلة التعاون بين اللاعبين، ومن خلال المناولة يتم تنظيم الهجوم والاحتفاظ بالكرة ويؤثر في المناولة المستوى المهاري للاعب وتأثير ذلك في دقة المناولات وكذلك نوع المناولات وأسلوب تنفيذ المناولات واختيار الوقت المناسب لإرسال المناولة وهي الفعالية الأكثر تكرارا في كرة القدم.

التهديف بالرأس:

ان مهارة التهديف بالرأس تتطلب الدقة والتركيز والثقة بالنفس والجرأة وعدم التردد والتباطؤ في التهديف فضلا عن الذكاء الميداني الذي يمنح اللاعب القدرة على تحليل الحالة المستجدة والتهديف الحسن أمام المدافعين وحامي الهدف.

"ان التهديف بالرأس لا يزال يؤدي دورا بارزا في تحقيق الفوز ولا يمكن التفكير بكرة القدم من دون استعمال الرأس.

المراوغة:

" وهي تلك الحركات والفعاليات الفنية والبدنية والخطية التي يقوم بها اللاعب مع الكرة أو بدونها من اجل الاحتفاظ بالكرة والتخلص من الخصم للسيطرة على ظروف المباراة.

كما عرفها صباح رضا على أنها الوسيلة التي يستطيع اللاعب بها التفوق على الخصم في الصراع الفردي وهي وسيلة فردية للتغلب على دفاع الخصم كلما كانت المراوغة متنوعة كلما كانت أكثر تأثيرا في الخصم من خلال بناء هجوم ناجح يؤدي إلى توفير تفوق عددي من خلال نجاح المراوغة وتحرر اللاعب من الخصم

2-1-2 الأداء المهاري للاعبى الارتكاز في الدفاع :

هو كل التحركات التي يقوم بها اللاعب خلال المباراة من اجل منع اللاعب المهاجم من استلام أو مناولة الكرة أو إصابة الهدف.

وتقسم عملية الأداء المهاري للاعبى الارتكاز في الدفاع إلى:

1. التغطية .
2. المراقبة.
3. قطع الكرة (مباشر، غير مباشر).
4. الزحقة (الشطح).
5. اللعب الضاغط.
6. الإسناد في الدفاع والهجوم.

التغطية:

وسائل الدفاع الفردي المهمة التي يؤديها المدافع لتغطية زميله الذي يقوم بالتحدي ضد اللاعب المستحوذ على الكرة، إذ يجب على اللاعب تغطية زميله المدافع الذي يقوم بالتصدي ضد لاعب مهاجم الذي يستحوذ على الكرة، والتغطية " هو ضمان لقطع الطريق أمام الخصم نحو الهدف وبما تتحدد إمكانيات الحركة والهجوم ويكون هناك وضوح في التوجيه في استخدام كلا الوسيلتين في الدفاع.

المراقبة:

هي عملية مراقبة تحركات لاعبي الفريق المنافس واللاعب الذي تكون بحوزته الكرة ، فعملية المراقبة الصحيحة والسليمة تؤمن للاعب المدافع اخذ المكان الصحيح في الملعب من اجل تقليل خطورة الفريق الخصم وإفشال هجومه، وتقسم المراقبة إلى قسمين سائبة ومراقبة رجل لرجل، وهذا

ما أكدته كونزة (1981) " من الخطأ ان يلاحظ المدافع اللاعب الذي يراقبه فقط ولكن يجب عليه ملاحظة جميع المدافعين.

قطع الكرة:

هي قطع الكرة من اللاعب الخصم والسيطرة عليها من قبل اللاعب المدافع قبل أو بعد استلام اللاعب المنافس للكرة، والبدء بالهجوم ضد الفريق المنافس، وهذا ما أشار إليه زهير قاسم الخشاب وزملائه (1999) "أننا لا نكتفي بقطع الكرة من الخصم ، ولكننا نبدأ بالهجوم كذلك.

الزحقة:

وهي قطع الكرة من اللاعب المهاجم عندما يكون بعيدا عن اللاعب المدافع ، إذ أنها عملية قطع الكرة قبل ان تصل إلى قدم اللاعب المنافس أو عندما تكون الكرة بحوزته، ويجب على اللاعب ان يكون متأكدا من قطع الكرة قبل تنفيذ عملية الزحقة، وتكون أما بقدم واحدة أو بقدمين وذلك من خلال الانزلاق الانسيابي لجسم اللاعب نحو الكرة على الأرض.

2-2 الدراسات المشابهة:

1-2-2 دراسة علي خلف حسين 2008:

((سرعة رد الفعل وعلاقتها بدقة الأداء المهاري و الخططي للاعبي الارتكاز بكرة القدم))

هدفت الرسالة إلى :

1. التعرف على سرعة رد الفعل ودقة الأداء المهاري والخططي للاعبي الارتكاز بكرة القدم.

2. التعرف على علاقة سرعة رد الفعل بدقة الأداء المهاري والخططي للاعبين الارتكاز بكرة القدم.

3 الاستنتاجات والتوصيات:

3-1 الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث خرج بالاستنتاجات الآتية:

1. للاعبين الارتكاز دور كبير في المناولات والمراوغة في بناء الهجمات في الفريق.
2. للاعبين الارتكاز دور كبير في التغطية والمراقبة وقطع الكرة والـدفاع عن مرمى فريقه في المباريات.
3. ضعف لاعبي الارتكاز في التهديف الصحيح والتهديف بالرأس والنتيجة كان عدد الأهداف المسجلة من لاعبي الارتكاز قليلة.
4. ضعف لاعبي الارتكاز في الزحقة في الدفاع.
5. للاعبين الارتكاز الأهمية الكبيرة في تنفيذ الواجبات المهارية الهجومية والدفاعية في خليجي (19) بكرة القدم.

3-2 التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث، يوصي الباحث بما يلي:

1. العمل على تحسين الأداء المهاري والخططي للاعب الارتكاز بكرة القدم من خلال التدريب المستمر المبني على الأسس العلمية.

2. اعتماد مبدأ تحليل المباريات سواء المحلية منها أو غيرها ومناقشتها للفرق على مستوى أداء لاعبي الارتكاز للفريق وبشكل مستمر يؤدي إلى تطوير المستوى المهاري والخططي وتصحيح الأخطاء، والاعتماد على التقويم الموضوعي من قبل المدربين لكل منافسة يشترك فيها الفريق المشارك في دوري النخبة والاستفادة من استمارات التقويم المعدة من قبل الباحث.

3. العمل على تطوير التهديف بالقدم أو الرأس بأساليب وطرق مختلفة ومن مناطق مختلفة ، إذ أنها الغاية الرئيسية والأساسية لكل فريق.

خاتمة

خاتمة:

يعد تقدير الذات من المواضيع التي تصدرت اهتمام الباحثين و العلماء في علم النفس، فكل فرد ينظر إلي نفسه بطريقة ما، فالبعض يرون أنفسهم اقل من الآخرين، و بالتالي ينعكس ذلك على سلوكهم فنجدهم لا يتصرفون بحماسة و إقبال نحو غيرهم من الناس، و البعض الآخر يقدرون أنفسهم حق قدرها، و بالتالي فهم يتحلون بدافعية انجاز عالية والتي تعد من السمات التي تجعل الفرد مثال يقتدى به، من خلال الأداء الجيد في العمل وتحمل المسؤولية والتغلب على الصعوبات وتحليه بروح الصداقة والأخوة و حسن المعاملة مع الآخرين. ومن خلال دراستنا والتي دف الى حل الإشكالية التالية: تأثير علاقة تقدير الذات عند لاعبي كرة القدم على تنمية دافعية الانجاز للوصول الى الاحتراف؟. تطرقنا الى الجانب النظري الذي اهتم بأسباب اختيار الموضوع وأهميته وأهدافه وعرض مجموعة من الدراسات السابقة كما تناولت الدراسة تقدير الذات، ودافعية الانجاز اضافة الكرة القدم والاحتراف الرياضي. والشق التطبيقي الذي تولى عرض منهج البحث ووصف مجتمع وعينة الدراسة وتحديد مجالات الدراسة وطرق جمع البيانات، كما قمنا بعرض وتحليل النتائج، واختبار الفرضيات باستعمال الأساليب الإحصائية المناسبة. توصلنا في الأخير الى وجود تأثير مباشر لتقدير الذات والوصول الى اللاعب المحترف في جوانب تقدير الذات على الغالب بعد تأثيرهم في دافعية الانجاز على اللاعب في المراحل الاولى من مسيرته - 16 - 19 سنة - وعلى ضوء هذه النتيجة تم اقتراح العديد من الآراء التي يمكن الاستفادة منها من قبل المؤطرين او حتى محيط اللاعب من اجل تشجيعه للوصول الى الاحتراف الرياضي في كرة القدم.

قائمة المراجع :

- إبراهيم أحمد أبو زيد: سيكولوجية الذات والتوافق ، دار المعرفة الجامعية . مصر ، ، 1987.
- أبوجادو،:سيكولوجية التنشئة الإجتماعية ،دار الميسرة للنشر
والتوزيعالأردن،الطبعةالسادسة2007. العدد العشرون، السنة الثامنة، . 1994 - إبراهيم عبد الله
وعبد الحميد محمد: العدوانية وعلاقتها بموضوع الضبط وتقدير الذات، مجلة علم النفس،
-إبراهيم علام: *كأس العالم لكرة القدم.*
- أحمد أمين فوزي ، مبادئ علم النفس الرياضي ،دار الفكر العربي ، القاهرة ص2003.
- أحمد أمين فوزي، محمد بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، دار الفكر العربي للنشر و التوزيع،
القاهرة،
- أمين أنور الخولي، "أصول التربية البدنية والرياضية"، دار الفكر العربي،دون ذكر الطبعة،
مصر، 1996 م. الطبعة الأولى 1421 هـ ، 2001م.
- احمد حسن الشافعي:المنظور القانوني عامة والقانون المدني في الرياضة، دار الوفاء،
ط1.سنة2005
- احمد رضا، متن اللغة ، مكتبة الحياة،بيروت (لبنان) ،1965.
- أسامة كامل راتب : دوافع التفوق الرياضي " دار الفكر العربي ، ب ط ، القاهرة ، 1990.
- أسامة كامل راتب : الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور ، دار الفكر ، .2007.
- أسامة كامل راتب،الإعداد النفسي للناشئين(دليل للإرشاد والتوجيه للمدربين-الإداريين- أولياء
الأمر

- الشماع نعيمة: الشخصية، القاهرة، ، 1988.
- 2004الظاهر، قحطان، أحمد مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق"، دار وائل للنشر و التوزيع، عمان، الأردن.
- الرابطة الوطنية لكرة القدم: * دليل * ط1 ،دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، عين مليلة، بدون تاريخ سنة.
- حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، عالم المكتبات، ط2، القاهرة، 2008.
- حسن عبد الوهاب: كرة القدم ؛ دار المعلمين، بيروت ، 1998.
- حسن عبد الجواد: كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم*؛ ط4 ،دار العلم للملايين، بيروت، 1997. -
- حسن أحمد الشافعي : تاريخ التربية البدنية في ا تمعين العربي والدولي *؛ بدون طبعة ؛ منشأة المعارف بالإسكندرية ،مصر ، 1998م
- حسن أحمد الشافعي :المسؤولية قي المنافسات الرياضية المحلية والدولية، منشأة المعارف، مصر 1998.
- جورج توماخوري :الشخصية مقوما ا سلوكها وعلاقتها بالتعلم، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، لبنان، الطبعة الأولى 1996.
- جلال سعيد، المراجع في علم النفس، مكتبة المعارف الحديثة، دار الفكر العربي، دون ذكر الطبعة، مصر .

جابر، جودت، العزة، سعيد حسنى، المعاينة، عبد العزيز، المدخل إلى علم النفس، ط1، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع والدار العلمية الدولية، عمان، 2002.

-سامي الصفار وآخرون: كرة القدم؛ ج1، ط2، بدون تاريخ.

-سامي الصفار: كرة القدم، ج1، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1982.

-سامي الصفار دليل الحكم في كرة القدم، جامعة بغداد، 1979.

-سعيد، سعاد جبرسيكولوجية التنشئة الأسرية للفتيات"، عالم الكتب الحديث وجدارا للكتاب

العالمي، 2008.

-سلوى الملا، محمد نجاتي، علم النفس الإجتماعي، دار الشروق للنشر والتوزيع، بيروت، الطبعة

1993، 2م،

-سليمان عبد الرحمن سيد: بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من الأطفال مرحلة الإبتدائية،

مجلة علم النفس،

الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد الرابع والعشرون، السنة السادسة، 1996.

-سيد خير الله: مفهوم الذات أسسه ونظرياته وتطبيقاته، دار النهضة العربية للنشر، بيروت

، 2002.

-سيد عبد الله معتز: بحوث في علم النفس الإجتماعي والشخصية، دار غريب، القاهرة، الد

الثالث، 2000.

-عبد الرحمان عيسوي: سيكولوجية النمو، ط1، دار النهضة العربية، بيروت، ، 1980.

- عبد اللطيف بن يوسف المقرن، التعامل مع المراهقين من خلال خصائص النمو، دون ذكر

البلد والطبعة ودار

- عبد اللطيف محمد خليفة، الدافعية للإنجاز، ط2، دار غريب، القاهرة، 2000. النشر،

1429هـ.

- عبد الرحمان صالح الأزرق: علم النفس التربوي عند المعلمين، طرابلس، 2000.

- عبد الحليم محمد الهامشي: المرشد في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية،

الجزائر، 1984.

- عبد الرحمن محمد العيساوي: في الصحة النفسية والعقلية، دار النهضة العربية، بيروت 1981.

- عبد الفتاح دويدار،: سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والإتجاهات , دار النهضة العربية

بيروت لبنان 1992.

- عصام علي الطيب، ربيع عبدة رشوان، علم النفس المعرفي في الذاكرة و تشفير المعلومات،

عالم الكتاب للنشر و التوزيع و الطباعة، الطبعة الأولى، 1427هـ- 2006 م.

- عصام علي الطيب، علم النفس المعرفي في الذاكرة و تشفير المعلومات، دار النشر، 2008.

-

عمار شوشان، النمط القيادي لمديري الثانويات وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى الأساتذة، المرجع

نفسه، 2009. - عكاشة محمد فتحي: تقدير الذات وعلاقته ببعض متغيرات والشخصية، الكويت،

الجمعية الكويتية لتقديم الطفولة العربية، 1990.

- علي فالح الهنداوي ، علم النفس الطفولة والمراهقة ، العين دار الكتاب الجامعي ، دون ذكر الطبعة ، 2

-محمد نجيب نيني،علم نفس النمو الجزء الأول، دون ذكر دار النشر والطبعة،جامعة منتوري - محمد الشناوي وآخرون، التنشئة الاجتماعية للطفل، دار صفاء للنشر و التوزيع . عمان ط1، 2001 قسنطينة،الجزائر،2005-2006.

-محمد عبد الرحمن عبس، "تربية المراهقين"، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، دون ذكر الطبعة، الأردن، 2000م.

-محمد مصطفى زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهق واسس الصحة النفسية، منشورات الجامعة الليبية، ط1، ليبيا، 1976.

-محمد حسن علوي، تشريح الرياضي الوظيفي، دار المعارف، مصر، 1973.

-محمد حسن علوي: علم التدريب الرياضي، ط6، دار المعارف، مصر، 1979.

-محمد حسن علاوي ، مدخل في علم النفس الرياضي، ط6، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 2008.

-محمد حسن علاوي، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، مركز الكتاب للنشر ، ط6، مركز

الكتاب للنشر 2008.

-محمد حسن علاوي موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين " مركز الكتاب للنشر ، ط1 ، مصر،

1998

- محمد بكر نوفل ، فريال محمد ابو عواد ، علم النفس التربوي ، ط1،دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ،عمان ،2011.
- محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، ط 3 ،مصر، 2004.
- محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسة المعارف ، ط1 ، مصر ، 1987.
- محمود عبد الفتاح عنان، سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، دار الفكر ،ط2، 2005.
- محمد جمال يحيوي :دراسات في علم النفس، دار الغرب للنشر والتوزيع، وهران الجزائر.2003.
- موفق مجيد المولى: الإعداد الوظيفي في كرة القدم؛ ط1 ،دار الفكر عمان، 1999.
- مختار سالم: كرة القدم لعبة الملايين - مكتبة المعارف- بيروت - لبنان- ط2 . -1988.
- مفتي إبراهيم : الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم،دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- مفتي إبراهيم حماد، طرق تدريس ألعاب الكرات، دار الفكر العربي،ط1 جامعة الحلوان، القاهرة. 1998.
- مصطفى معروف رزيق، "خفايا المراهقة"، درا النهضة العربية، دمشق، ص 10.
- مزهود صبرينة : محاضرة في علم النفس 2002.
- ميخائيل خليل عوض:دراسة مقارنة في مشكلات المراهقين في المدن و الريف،دار المعارف، مصر،1971م.
- مصطفى عشوي ، مدخل إلى علم النفس ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1990

كمال درويش، محمد صبحي حسنين: موسوعة متجهات إدارة الرياضة في مطلع القرن الجديد، لد

الثالث، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004

-كمال الدين عبد الرحمان درويش ، السعداني خليل سعداني : الاحتراف في كرة القدم، ط1 ،

جامعة حلوان 2002.

-كمال الدين عبدالرحمان درويش ، السعدي خليل السعدني، الاحتراف في كرة القدم المفهوم.

الواقع. المقترح.

مركز الكتاب للنشر. ط1 القاهرة، 2006.

-كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسانين : اللياقة البدنية ومكونا ا ، ط3، دار الفكر العربي ،

القاهرة 2001م.

-كامل عبد الوهاب: المكونات العامية لتقدير الذات، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1993 .

-كفافي علاء الدين: تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الولدين والأمن النفسي، مجلة العلوم

الاجتماعية، العدد التاسع، العدد الخامس والثلاثون، 2003.