

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -



معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر

بـعنوان:

دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين (17_19 سنة)

دراسة وصفية أجريت على فريقي أمل سيدي بلعطار و مولودية حجاج _أواسط 19 u

بولاية مستغانم

تحت إشراف :

أ.د بلكبش قادة

من إعداد الطالب :

قراوي لخضر

السنة الجامعية : 2023 _ 2024

شكر وتقدير

قال الله عز وجل في سورة النحل: [وَاللّٰهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (78)]

سورة النحل الآية (78)

أحمد الله وأشكره على نعمه التي لا تعد ولا تحصى. الحمد لله على أن وفقني لإتمام هذا البحث العمل المتواضع الذي أتمنى أن يكون ميزان الحسنات.

أتوجه بالشكر الكبير إلى الأستاذ الدكتور الفاضل الذي أشرفه

على هذا العمل. " بلقيش قادة " على مساهمته الفعالة.

ونشكر كل من ساهم في هذا البحث سواء من بعيد أو من قريب وإلى كل طاقم معهد التربية البدنية والرياضية من أساتذة وطلبة و إداريين ومعلمين .

إهداء

إلى من قدّمت سعادتي وراحتي على سعادتها أمي الفاضلة
أطال الله في عمرها وبارك في صحتها.

إلى زوجتي المحترمة التي كانت سندا لي طوال عمل هذه المذكرة
وإلى أولادي قرة عيني حفظهم الله وحرصهم بعينها التي لا تنام. إلى
جميع إخوتي وأخواتي. وإلى كل عائلة تحمل لقب قراوي وبن نجمة.
وإلى كل الزملاء والزميلات الأساتذة في مقر العمل بثانوية مفتاح
بو بكر _ أولاد معلة .

إلى كل من دعانا لي بالخير والتوفيق،

أهدىكو هذا العمل المتواضع .

محتوى البحث

الصفحة	المحتوى
أ	شكر وتقدير
ب	الإهداء
ج	محتوى البحث
ح	قائمة الجداول
ط	قائمة الأشكال
ك	ملخص البحث باللغة العربية
ل	ملخص البحث باللغة الإنجليزية
	الجانب التمهيدي
	التعريف بالبحث
01	المقدمة
03	الإشكالية
04	الفرضيات
04	أهمية البحث
04	أهداف البحث
05	تحديد المفاهيم والمصطلحات
06	الدراسات السابقة و المشابهة
	الباب الأول: الجانب النظري
	الفصل الأول : الدوافع
12	تمهيد
13	1_ مفهوم الدافعية
14	2_ أنواع الدافعية
14	2_1_ الدافعية الداخلية
14	2_2_ الدافعية الخارجية

15	3_ وظيفة الدافعية
15	3_1_ السلوك بالطاقة
15	3_2_ أداء وظيفة الإختيار
16	3_3_ توجيه السلوك نحو الهدف
16	4_ مصادر الدافعية في المجال الرياضي
17	5_ الدوافع المرتبطة بالأنشطة البدنية والرياضية
17	5_1_ الدوافع المباشرة لممارسة للأنشطة الرياضية
18	5_2_ الدوافع الغير المباشرة للأنشطة الرياضية
18	6_ دوافع وحاجات المراهق للنشاط الرياضي
18	6_1_ الحاجة إلى الأمن
18	6_2_ الحاجة إلى الحب
19	6_3_ الحاجة إلى مكافأة الذات
19	6_4_ الحاجة إلى الإستقلالية
19	6_5_ الحاجة إلى النمو العقلي والإبتكار
19	6_6_ الحاجة إلى المكان
20	7_ تقسيم الدوافع
20	7_1_ الدوافع الأولية
20	7_2_ الدوافع الثانوية
20	7_3_ الدوافع الشعورية واللاشعورية
21	8_ طرق قياس الدافعية
21	8_1_ ملاحظة سلوك الفرد ودراسة الحالة
21	8_2_ طريقة التقرير الذاتي
21	8_3_ طريقة تحليل أوهام الفرد
22	8_4_ طريقة الإثارة التجريبية للدوافع
22	9_ أبعاد الدافعية
22	9_1_ مدة الإبقاء أو الإستمرار
22	9_2_ بعد الطابع الدوري

22	9_3_ بعد السكون
23	10_ أهمية الدوافع في النشاط الرياضي
24	خلاصة
	الفصل الثاني : كرة القدم
26	تمهيد
27	1_ مفهوم رياضة كرة القدم
27	2_ المهارات الأساسية لكرة القدم
29	3_ خصائص رياضة كرة القدم
30	4_ صفات لاعب كرة القدم
30	4_1_ الصفات البدنية
30	4_2_ الصفات الفسيولوجية
31	4_3_ الصفات النفسية
32	5_ ملامح كرة القدم
32	6_ متطلبات كرة القدم الحديثة
32	6_1_ متطلبات كرة القدم للاعبين
33	6_2_ متطلبات كرة القدم حسب المراكز
35	7_ الإتجاهات الحديثة لكرة القدم
35	7_1_ إتجاهات عامة
36	7_2_ إتجاهات خاصة
37	8_ أهمية كرة القدم في المجتمع
38	9_ القيمة التربوية لرياضة كرة القدم
40	خلاصة
	الفصل الثالث : المراهقة
42	تمهيد
43	1_ مفهوم المراهقة
43	1_2_ أنواع المراهقة
44	1_2_1_ مراهقة سوية أو مكيفة

44	1_2_2_مراهقة إنسحابية
44	1_2_3_مراهقة عدوانية
44	1_3_مراحل المراهقة
45	1_3_1_المراهقة المبكرة
45	1_3_2_المراهقة الوسطى
45	1_3_3_المراهقة المتأخرة
46	1_4_خصائص النمو عند فئة الأواسط (عينة البحث : 17_19 سنة)
49	1_5_المراهقة وممارسة النشاط الرياضي
50	1_5_1_علاقة المراهق بممارسة النشاط البدني الرياضي
50	1_5_2_علاقة اللاعب المراهق بالرياضة
51	1_5_3_أهمية ممارسة كرة القدم لدى المراهق
53	خلاصة
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الأول : منهجية البحث العلمي وإجراءاته الميدانية	
56	تمهيد
57	1_منهج البحث
57	2_الدراسة الإستطلاعية
58	3_مجتمع البحث وعينته
58	4_مجالات البحث
59	5_متغيرات البحث
59	6_أدوات البحث
60	7_الأسس العلمية للأداة
60	8_صعوبات البحث
61	9_الأساليب الإحصائية
62	خلاصة
الفصل الثاني : عرض ومناقشة تحليل النتائج	
64	تمهيد

65	1_ عرض ومناقشة تحليل النتائج
84	2_ مقابلة النتائج بالفرضيات
87	3_ الإستنتاجات العامة
90	الإقتراحات والتوصيات
91	الخلاصة العامة
92	قائمة المراجع
95	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
65	يبيّن اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل المحافظة على اللياقة البدنية	جدول رقم (01)
66	يبيّن اللاعبين اللذين يمارسون كرة القدم لأجل الوقاية من الأمراض	جدول رقم (02)
67	يبيّن اللاعبين اللذين يمارسون كرة القدم لأجل تطوير المهارات الفنية والبدنية	جدول رقم (03)
68	يبيّن اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل تكوين علاقات صداقة	جدول رقم (04)
69	يبيّن ممارسة كرة القدم بدافع تحفيز الأسرة والمجتمع	جدول رقم (05)
70	يبيّن ممارسة كرة القدم لأجل الإبتعاد عن الأفات الإجتماعية	جدول رقم (06)
71	يبيّن ممارسة كرة القدم لأجل الإعتماد على النفس	جدول رقم (07)
72	يبيّن ممارسة كرة القدم لأجل إكتساب شخصية مؤثرة	جدول رقم (08)
73	يبيّن ممارسة القدم لأجل التخلص من القلق والتوتر	جدول رقم (09)
74	يبيّن ممارسة كرة القدم لأجل إكتساب السمات السلوكية	جدول رقم (10)
75	يبيّن ممارسة كرة القدم لأجل تحقيق الجانب المادي	جدول رقم (11)
76	يبيّن ممارسة كرة القدم بدافع وجود التحفيزات المادية	جدول رقم (12)
77	يبيّن ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع الإحتراف	جدول رقم (13)
78	يبيّن ممارسة كرة القدم بدافع التفوق والتميز الرياضي	جدول رقم (14)
79	يبيّن ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع تحسين المستوى	جدول رقم (15)
80	يبيّن ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع الإحساس بالرضا والإشباع	جدول رقم (16)
81	يبيّن ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع مهنة التدريب	جدول رقم (17)
82	يبيّن ممارسة كرة القدم للاعب بدافع المكانة التي تحضى بها	جدول رقم (18)
83	يبيّن ممارسة كرة القدم للاعب لأجل القيام بعمل و بصورة جيدة	جدول رقم (19)

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
65	يبين اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل المحافظة على اللياقة البدنية	شكل رقم (01)
66	يبين اللاعبين اللذين يمارسون كرة القدم لأجل الوقاية من الأمراض	شكل رقم (02)
67	يبين اللاعبين اللذين يمارسون كرة القدم لأجل تطوير المهارات الفنية والبدنية	شكل رقم (03)
68	يبين اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل تكوين علاقات صداقة	شكل رقم (04)
69	يبين ممارسة كرة القدم بدافع تحفيز الأسرة والمجتمع	شكل رقم (05)
70	يبين ممارسة كرة القدم لأجل الإبتعاد عن الأفات الإجتماعية	شكل رقم (06)
71	يبين ممارسة كرة القدم لأجل الإعتماد على النفس	شكل رقم (07)
72	يبين ممارسة كرة القدم لأجل إكتساب شخصية مؤثرة	شكل رقم (08)
73	يبين ممارسة القدم لأجل التخلص من القلق والتوتر	شكل رقم (09)
74	يبين ممارسة كرة القدم لأجل إكتساب السمات السلوكية	شكل رقم (10)
75	يبين ممارسة كرة القدم لأجل تحقيق الجانب المادي	شكل رقم (11)
76	يبين ممارسة كرة القدم بدافع وجود التحفيزات المادية	شكل رقم (12)
77	يبين ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع الإحتراف	شكل رقم (13)
78	يبين ممارسة كرة القدم بدافع التفوق والتميز الرياضي	شكل رقم (14)
79	يبين ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع تحسين المستوى	شكل رقم (15)
80	يبين ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع الإحساس بالرضا والإشباع	شكل رقم (16)
81	يبين ممارسة اللاعب لكرة القدم بدافع مهنة التدريب	شكل رقم (17)
82	يبين ممارسة كرة القدم للاعب بدافع المكانة التي تحضى بها	شكل رقم (18)
83	يبين ممارسة كرة القدم للاعب لأجل القيام بعمل و بصورة جيدة	شكل رقم (19)

طالعت

البرية

ملخص البحث بالعربية :

عنوان الدراسة : دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين (17 _ 19 سنة) ، تهدف الدراسة إلى معرفة مختلف وأهم أنواع الدوافع التي من أجلها يمارس المراهق رياضة كرة القدم ، وللوصول إلى غرض ومحتوى بحثنا هذا المتواضع فقد جاء طرحنا لتساؤل عام وشامل ألا وهو : ماهي أهم الدوافع لممارسة كرة القدم لدى المراهقين ؟ ، أما العينة فقد تم إختيار 40 لاعبا من صنف الأواسط لفريق مولودية بلدية حجاج وفريق أمل بلدية سيدي بلعطار ، و من أجل الوصول إلى نتائج فقد إستخدم الطالب المنهج الوصفي لكونه يعتمد عليه في مثل هذه الدراسة الذي هو عبارة عن إستبيان كوسيلة لجمع المعلومات والبيانات الإحصائية التي تحوي على مجموعة من الأسئلة ، وبعد قيامنا بتحليل النتائج ومناقشتها فقد تم الخروج بعدة إستنتاجات وهذا بعد مقابلة النتائج بالفرضيات وقد وجدناها تصب في صلب محتوى بحثنا هذا و هي أن هناك دوافع مختلفة تجعل المراهق يُقبل على ممارسة كرة القدم ومن بين هذه الدوافع : دوافع اللياقة البدنية والصحية ، دوافع إجتماعية ونفسية ، دوافع معرفية ومهنية إقتصادية ، وفي الأخير كان لابد من وضع إقتراحات وتوصيات تخدم جوانب من هدف بحثنا هذا وكانت كالتالي :

_ مراعاة دوافع الممارسة والتي تم التطرق لها من خلال هذه الدراسة والعمل على تطويرها لدى اللاعبين المراهقين .

_ وضع إعلانات وبرامج تثقيفية لتوعية المجتمعات بضرورة ممارسة كرة القدم وما تملكه من دوافع إيجابية وخاصة من الناحية التربوية والبدنية والإجتماعية والنفسية والصحية .

_ توعية الأسرة بضرورة إشراك أبنائهم في فرق رياضية في سن مبكرة من أجل إشباع حاجياتهم وميولاتهم الشخصية .

_ الإهتمام بالفئات الشبانية وعدم تهميشها حتى يتسنى لهم تفجير طاقاتهم وإكتشاف روعة مواهبهم في كرة القدم خاصة وإبتعادهم عن مخاطر ممارسة الآفات الإجتماعية .

_ القيام بتوفير منشآت رياضية والقيام بدورات رياضة من الجهات المعنية بغية إنتقاء المواهب الشابة .

_ إجراء بحوث مشاهدة على فئات عمرية مختلفة .

Summary of the study in english :

The study is aimed at identifying the various and most important types of motivation for which the adolescent is involved in football, and at reaching the purpose and content of our modest research, we have asked a general and comprehensive question : What is the most important motivation for the practice of football in adolescents ? The sample was selected for 40 mid-class players for the municipal birth team of Hajj and the municipal hope team of Sidi Belatar. In order to arrive at results, the student used the descriptive approach because he relied on it in such a study, which is an indication as a means of collecting information and statistical data containing a set of questions. After analysing and discussing the results, several conclusions were drawn. This was done after the results were met with assumptions. – Take into account the motivation of the practice, which has been addressed through this study, and promote its development among adolescent players. – Develop educational announcements and programmes to make communities aware of the need to practice football and its positive motives, particularly on the one hand. – Sensitize the family to involve their children in sports teams at an early age in order to satisfy their personal needs and preferences. _ Pay attention to young people and not marginalize them so that they can blow up their energies and discover their special talents in football and keep them away from the dangers of exercising social ills. – Provide sports facilities and sports courses from stakeholders in order to select young talent. – Conduct similar research on different age groups.

الجانب

التحصيلي

التعريف بالبحث

- المقدمة
- إشكالية البحث
- فرضيات الدراسة
- أهمية البحث
- أهداف البحث
- تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث
- الدراسات السابقة والمشابهة

1_ المقدمة :

لقد قطعت الرياضة مراحل عدة من العهد البدائي إلى يومنا هذا، إذ مارست الشعوب الأولى بعض الأنشطة البدنية للتعبير عن انفعالها وعواطفها، كسباقات الجري والرمي وبعض الرياضات الجماعية. والتي نذكر منها على سبيل المثال كرة القدم .

وتعد هذه الأخيرة من الرياضات الجماعية التي ضاع صيتها في العالم بصفة عامة وفي الجزائر بصفة خاصة، واكتسبت شعبية وجمهوراً كبيرين مقارنة بالرياضات الأخرى، احتلت صدارة الرياضات في العالم وفي عقول الكبار والصغار والنسوان والصبيان . لذا فقد تعانقت كل الجهود العلمية والخبرات البحوث العلمية نحو تطوير مستوى الداء لهذه اللعبة . لما تحظى به من المحبين والممارسين ، ولهذه اللعبة خصائصها وقوانينها ومتطلباتها الخاصة، وهذا مازاد بالاهتمام بها وخاصة لمراهقين . (أ.ر. كامل، 1999)

نظراً للانتشار الواسع لرياضة كرة القدم في مختلف أنحاء العالم، وبعد إدراكهم لأهميتها جعلت من هذا الانتشار إقبال العديد من ممارسيها ومشاهديها، كما تعتبر واحدة من أهم العلوم العصرية التي بدأ الإقبال عليها على المستوى المهني والترويحي من طرف الفرد الرياضي خاصة على مختلف أعمار السنية، ويشهد هذا الأخير مثله مثل كل ما يحمله هذا العالم من تغيرات وتحديات جديدة تدفعه أحياناً إلى الورا وأحياناً إلى الأمام، وتجبره لأن يختار ويقرر لإثبات وجوده، ولكي يساير هذه التغيرات ويواجهها عليه أن ينظر حوله ليجد ما يدفعها أو يعزز دوافعه لأن يعمل ويفكر أو يتعلم أو حتى يجب أو يكره أحياناً . (أحمدزكي، 1999)

هذه الأخيرة يعني " الدوافع " تعتبر المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد ، فهناك أكثر من سبب واحد وراء كل سلوك ، هذه الأسباب ترتبط بحالة الفرد الداخلية وقت حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة من جهة أخرى ، بل لا بد أن نعرف شيئاً عن حالته الداخلية ، كأن نعرف حاجاته وميوله واتجاهاته ، وما يسعى إلى تحقيقه من أهداف .

ولأن الدوافع هي جزء من حياة الفرد المراهق في المجتمع إن لم نقل على أنها أصلاً هي أهم ما يساعده لأن يحيا وافتقاده لها يعني مصيره اليأس، لكن مداها لا يتساوى عند الأفراد بل لا يتساوى حتى عند الفرد ذاته أحياناً باختلاف الظروف . (الباهي، 1982)

وبما أن ممارسة النشاط الرياضي عامة وكرة القدم خاصة تمنح الكثير للعقل والجسم والنفس وبالتالي يكون الفرد صالحاً في المجتمع، فدوافعه يجب أن تتماشى مع أهمية الممارسة الرياضية ومما سبق كله نستطيع أن نقول بأن الدوافع جزء من الحياة، لهذا احتلت جزء من الدراسات لدى العلماء والباحثين وقد جاء بحثنا هذا مكتملاً لهذه

الدراسات وهذا لإقناعها بضرورة دراسة دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين . وتحليلها حسب الأهمية كما يراها المراهق وهذا من خلال ممارسته لكرة القدم .

ومن هذا المنطلق فقد شملت الدراسة الحالية على ثلاث جوانب (جانب تمهيدي ، جانب نظري ، جانب تطبيقي) ، حيث احتوى الجانب التمهيدي على التعريف بالدراسة أي الإشكالية والفرضية العامة و الفرضيات الجزئية و ماهية وأهمية البحث وأهداف البحث وأهم المفاهيم والمصطلحات الموجودة في الدراسة هذه ، والدراسات السابقة والمشابهة .

وفي الجانب النظري فقد أحتوى على ثلاث فصول ، فالفصل الأول فقد احتوى على الدوافع ، أما الفصل الثاني قد شمل رياضة كرة القدم، أما الفصل الثالث فقد تناولنا فيه المراهقة .

أما في ما يخص الجانب التطبيقي فقد ضم الفصل الرابع الذي يحتوي بدوره على منهجية البحث والإجراءات الميدانية ، حيث عرضنا فيه الدراسة الاستطلاعية ،منهج الدراسة وإجراءاتها من حيث مجتمع البحث والأدوات المستخدمة فيه بالإضافة للمعالجة الإحصائية ،أما الفصل الخامس فقد تم عرض وتحليل نتائج البحث وفي الأخير جاء الفصل السادس الذي احتوى على مناقشة النتائج وتحليلها على ضوء الفرضيات وكذا بعض الاقتراحات والتوصيات مع خاتمة البحث ، منها بحثنا بقائمة المراجع والملاحق .

2_ إشكالية البحث :

تعتبر كرة القدم علاجاً حياً للقيود التي تفرضها الحياة الاجتماعية وبطرقها الحديثة عامل مهم في بناء كيان الأمة الذي أصبح من الضروري أن تكون الألعاب الرياضية الملائمة لرغبات الفرد المراهق في حد ذاته، حتى تصبح محبوبة وغير منبوذة أو متعبة للجسم وبما أن طبيعة ممارسة النشاط الرياضي وكرة القدم خاصة في سن المراهقة يمنح عدة فرص لكشف القدرات والمواهب بالإضافة إلى استثارة الكثير من الدوافع، وهذه الأخيرة تعتبر سبباً مباشراً في تأثيرها على ممارسة رياضة كرة القدم في هذا العمر ، وبطبيعة الحال وراء ممارسة المراهق لهذه الرياضة دوافع مختلفة ومتعددة فمنها الصحية والبدنية مثل المحافظة على الصحة العامة وكذلك اللياقة البدنية ولا ننسى الدوافع النفسية الاجتماعية كالأسرة والأصدقاء ، وبالتالي يمكن القول أن كرة القدم هي الأقرب استقطاب للمراهقين فلماذا توجهنا إلى معرفة الأسباب والدوافع التي أدت إلى ممارسة الرياضات الجماعية لديهم.

ويعتبر موضوع الدافعية من أهم الموضوعات التي تحظى بالاهتمام البالغ من العديد من العلماء و الباحثين في علم النفس الرياضي خاصة. وقد أشار مجموعة من العلماء منذ أوائل هذا القرن ومن بينهم العالم "وود وورثموسلو 1908 م". إلى أهمية دراسة الدافعية من حيث "أنها المحرك الأساسي لجميع أنواع السلوك البشري" ، يمكن القول أن الدوافع تختلف من شخص لآخر ، فلكل شخص تطلعاته و ميولاته ورغباته واختياراته ، وبالتالي (moslow, 1970) فإن ممارسة رياضة كرة القدم لدى المراهق نتيجة دوافع مختلفة .

، وهذا ما سنحاول معرفته من خلال طرحنا للتساؤل التالي :

_التساؤل العام:

هل هناك دوافع لممارسة كرة القدم لدى المراهقين ؟

وكطريقة لحل هذه الإشكالية ومن أجل محو وإزالة الغموض عن مجمل ما أردنا الوصول إليه خلال بحثنا المتواضع هذا كان من الواجب طرح بعض التساؤلات الفرعية أو الجزئية التي تعبر بالأساس عن المحاور الرئيسية لبحثنا هذا .

_ التساؤلات الفرعية :

_ هل لدوافع اللياقة البدنية والصحية دور في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم؟

_هل هناك دوافع اجتماعية ونفسية تدفع المراهق إلى ممارسة كرة القدم ؟

_هل هناك دوافع معرفية ومهنية اقتصادية تجعل المراهق يمارس كرة القدم ؟

3_الفرضية العامة:

هناك دوافع تزيد من إقبال المراهقين على ممارسة كرة القدم .

_ الفرضيات الفرعية :

_ لدوافع اللياقة البدنية والصحية دور في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم.

_ هناك دوافع اجتماعية ونفسية تدفع المراهق إلى ممارسة كرة القدم .

_ للدوافع المعرفية والمهنية الإقتصادية دور في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم

4_ أهداف البحث :

لعل لكل بحث أهدافه الخاصة به ،فبحثنا هذا تتجلى أهدافه فيما يلي :

- ✓ معرفة نوع الدوافع التي تؤدي إلى ممارسة كرة القدم لدى المراهق.
- ✓ معرفة إن كان لدوافع اللياقة البدنية والصحية دور في جعل المراهق يمارس كرة القدم.
- ✓ معرفة الدوافع الاجتماعية والنفسية التي تدفع المراهق إلى ممارسة كرة القدم .
- ✓ معرفة الدوافع المعرفية و المهنية الإقتصادية التي تجعل المراهق يمارس كرة القدم .

5_ ماهية و أهمية الدراسة:

- ✓ تحديد ومعرفة أهم الدوافع التي تزيد من إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم.
- ✓ الوقوف على ما مدى إقبال المراهق لممارسة كرة القدم .
- ✓ إبراز أهمية كرة القدم في تنمية النواحي البدنية والصحية والنفسية لدى المراهق.

6_ تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث :

أ_ مفهوم الدوافع:

_ لغة :

تعني الدافعية حسب ماجاء في معجم الوسيط من معاني ما يلي: دفع إلى فلان دفعا ، ويقال طريق يدفع إلى مكان كذا أي ينتمي إليه ،ودفع الشيء أي إزالته بقوة ، ويقال دفع عنها الأذى والشر ،ودفع إليه الشيء .
(رضا، 1965، صفحة 111)

_ اصطلاحا :

في مفهوم الدافعية بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين،وهي حالة من التوتر النفسي والفيسيولوجي الذي يكون شعوريا للقيام بأعمال ونشاطات لإشباع حاجات معينة. (عاشوري، 1999،
صفحة 101)

ب_ كرة القدم :

التعريف اللغوي:

هي كلمة لاتينية ، وتعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرون (الفوتبول) ما يسمى عندهم بالريفي أو كرة القدم الأمريكية ،أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتسمى **soccer**. (جميل ر.، كرة القدم،
1986، صفحة 55)

التعريف الاصطلاحي :

كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية ، تلعب بفريقيين يتكون كل فريق من 11 لاعب يضمهم حارس مرمى ، ويشرف على تحكيم المباراة أربع حكام موزعين أحدهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحاكم رابع احتياط، لقد رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحول هذه كرة القدم إلى رياضة اتخذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة انطلاقا من قاعدة أساسية انشأ بها آنذاك ،لا يتم استخدام الأيدي والسواعد باستثناء الحارس ، وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد منفوخة ،فوق أرضية ملعب مستطيل

الشكل، في نهاية كل طرف من طرفي مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف.
(متولي، 1999، صفحة 97).

ج_ مفهوم المراقبة :

التعريف الإجرائي :

تعتبر هذه المرحلة من أهم مراحل النمو في حياة الفرد، وتختلف بداية هذه المرحلة ونهايتها باختلاف الأفراد والجماعات إختلافا كبيرا .

التعريف الإصطلاحي:

هي فترة نمو شامل ينتقل خلالها الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد في النصف الثاني من حياته (13_21 سنة) نوهي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية وفترة تحولات نفسية عميقة. (زهران ح.، 1977، صفحة 219)

7_ الدراسات السابقة والمشابهة :

تكمن الدراسات المشابهة في معالجة مشكلة البحث ومعرفة الأبعاد التي تحيط بها مع الإستفادة منها في توجيه وتخطيط وضبط متغيرات البحث، ومن أجل غستكمال مقومات البحث العلمي، فقد إطلع الباحث على مجموعة من البحوث التي وقعت بين يديه والتي فيها يتشابه مع بحثه إذ أن الإستعراض العميق والناقد للدراسات السابقة يمكن أن يساعد الباحث على زيادة كفاية عمله ونوعه، من خلال بحثنا على الدراسات المشابهة وكانت منها :

1_ الدراسة الأولى: " دوافع إقبال طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية على التخصص الرياضي من إعداد الطالبان فاضلي خالد، عجو عبد الحق، سنة 2017_2018 .

مشكلة البحث : ماهي دوافع إلتحاق طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالتخصصات الرياضية ؟

فرضية البحث : يؤثر الوسط الإجتماعي والعالم الرياضي في إلتحاق طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للتخصص الرياضي .

هدف البحث :

_ معرفة العوامل الأكثر أهمية في توجه الطلبة نحو التخصص في قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة .

_ معرفة أسباب إقبال الطلبة التخصصات على تخصصات أخرى .

منهج البحث : البحث الوصفي .

أداة البحث : الإستمارة الإستبائية .

عينة البحث : 200 طالب من أصل المجتمع الكلي للعينة والبالغ عددهم 1000 من طلبة معهد البويرة .

أهم توصية توصل إليها الطالبان هي وجوب إستمرارية عملية التوجيه حتى يسهل على الطالب إختيار تخصصه وتقرير مصيره مع ضرورة تقديم الدعم النفسي والإجتماعي للطلبة الجامعيين عن طريق وضع دورات وبرامج موجه من قبل مختصين قد تساهم في خلق شخصية متوازنة قادرة على التكيف .

2_ الدراسة الثانية : " دوافع إختيار ممارسة كرة القدم عند المراهقين وعلاقتها بمستقبلهم المهني "

من إعداد الطالبان حديبي عبد الحفيظ وبلقرقيد صالح الدين سنة 2014_2015

مشكلة البحث : هل تختلف دوافع المراهقين في ممارسة كرة القدم ؟

فرضية البحث : تختلف ممارسة كرة القدم لدى المراهقين في عدة أبعاد ومنها الإجتماعية .

هدف البحث : معرفة دوافع إختيار المراهقين لتخصص كرة القدم وعلاقة ممارسة المراهقين لكرة القدم بمستقبلهم المهني .

المنهج المتبع : هو المنهج الوصفي والدراسة الإستطلاعية .

عينة البحث : لاعبي إتحاد حجوط ووفاق حجوط صنف أشبال لكرة القدم وكان عددهم 40 لاعب تتراوح أعمارهم من 14_16 سنة .

أداة البحث : إستمارة إستبيان .

أهم التوصيات :

- إقامة ندوات ومحاضرات تخص الدوافع لإلتحاق المراهقين بالنوادي الرياضية .
- معرفة دوافع المراهق من أجل إبرازها وتطويرها .
- إجراء دراسات أخرى حول نفس الموضوع باستخدام متغيرات أخرى لم تتناولها الدراسة .
- الإهتمام بدراسة دوافع المراهقين نحو ممارسة الدراسة .

3_ الدراسة الثالثة : "دوافع الممارسة لدى لاعبات كرة القدم في الأندية اللبنانية "

من إعداد الطالب أسيل خالد طفيلي 2018_2019 .

أهداف البحث :تحديد دوافع الممارسة لدى لاعبات كرة القدم في الأندية اللبنانية وذلك لمتغيرات العمر والخبرة والمؤهل العلمي ومكان السكن . .

منهج البحث : منهج وصفي .

عينة البحث : تم إختيار عينة البحث من 141 لاعبة من مختلف الأندية اللبنانية .

أداة البحث :استخدمت أداة استبيان .

أهم النتائج :

تبين أن ترتيب دوافع ممارسة كرة القدم لدى لاعبات الأندية في لبنان كان على الشكل التالي : دوافع فنية ،دوافع اللياقة البدنية ،دوافع نفسية ،دوافع إجتماعية ،دوافع مهنية والدوافع الإقتصادية ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دوافع ممارسة كرة القدم لدى لاعبات كرة القدم في لبنان تعزي لمتغيرات العمر والخبرة والمؤهل العلمي مكان السكن .

4_ الدراسة الرابعة : " مذكرة تحت عنوان "دوافع ممارسة الرياضات الجماعية لدى المراهقين "

من إعداد الطلبة تهلايتي يوسف ،مسعود إسماعيل ،كانوني نذير ،من معهد التربية البدنية والرياضية ،دالي ابراهيم ،جامعة الجزائر للموسم الدراسي 2000_2001 وكان هدفهم إبراز دور الرياضات الجماعية في التقليل من المشاكل النفسية لدى المراهق وابراز دور الجماعة والاندماج الاجتماعي في هذه المرحلة .

وكانت الأداة المستعملة في لبحث عبارة عن استمارة استبيان موجهة للاعبين ، أما عينة البحث كانت عشوائية

وكانت النتائج كالتالي :

__ الدور الذي تلعبه الصحافة في نقل الحداث الرياضية تؤثر في المراهق مما يجعله يميل الى هذه الرياضة .

__الدور الذي تلعبه جماعة الرفاقفي التقليل من حدة المشاكل النفسية وتحقيق اندماج الجيد في الجماعة .

__ المحافظة على اللياقة البدنية والمهارات الفنية دور فعال في ممارسة الرياضة الجماعية .

__ التميز الشخصي والتفوق الرياضي دور في ممارسة الرياضة الجماعية .

5_الدراسة الخامسة : دوافع النشاط الجماعي لدى الطلبة الجامعيين في الجزائر "

من إعداد الطالبة : الملا شهد للموسم الجامعي 1997_1998 وكان هدفها التعرف على دوافع ممارسة

النشاط الرياضي لدى الطلبة الجامعيين في الجزائر ومعرفة الفروق الفردية بين الجنسين وكانت الأداة المستعملة في

البحث هي استمارة استبيان قصد إستقصاء آراء الطلبة والطالبات وأهم النتائج المحصل عليها :

__جاءت الدوافع ااجتماعية في المرتبة الأولى بنسبة 83.81% من أفراد العينة حيث تراهم ابدوا أهمية ممارسة

النشاط الرياضي في تنمية الروح الإاجتماعية والتعاون وجاءت في المرتبة الثانية دوافع تحقيق الذات بنسبة

65.84% .

__ وفي المرتبة الأخيرة دوافع التفوق الرياضي بنسبة 07.99% .

6_ الدراسة السادسة : " دراسة كمال بوعجناق . " قام كمال بوعجناق بدراسة عن دوافع التلاميذ المراهقين ومدى

إقبالهم عن ممارسة التربية البدنية " في المرحلة الثانوية بالجزائر . حيث إستخدم فيها استبيان قصد استقصاء آراء

الطلبة والطالبات في هذا الصدد بمحافظة الجزائر الكبرى سابقا . بهدف التوصل لمعرفة دوافع ممارسة التربية البدنية

والرياضية عند التلاميذ والتلميذات لمرحلة التعليم الثانوي وبعبارة أدق فإنها تحاول تحديد ماهي العوامل التي دفعت

هؤلاء التلاميذ للإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي في هذه المرحلة وقد توصل الباحث إلى إجماع أفراد

العينة بإعتبار اللياقة البدنية والصحة في المقدمة الدوافع التي جعلتهم يمارسون ت ب ر رغم التفاوت في درجة

التفضيل من دافع لآخر .

أوجه الإستفادة من الدراسات السابقة :

ومن خلال الدراسات السابقة تمكنا من الفهم والإستفادة من تلك البحوث والدراسات ،حيث شكلت إطارا نظريا لموضوع بحثنا والإستفادة من الأخطاء التي وقعوا فيها من حيث :

- تحديد فصول الجانب النظري .
- ضبط متغيرات الدراسة .
- الوصول إلى الصياغة النهائية للإشكالية .
- تحديد المنهج المناسب .
- أدوات جمع البيانات المستخدمة .
- الوسائل الإحصائية المستخدمة .
- كيفية إختيار العينة .

المباح الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

الدوافع

❖ الدوافع

- تمهيد
- مفهوم الدافعية
- أنواع الدافعية
- وظيفة الدافعية
- مصادر الدافعية في المجال الرياضي
- الدوافع المرتبطة بالأنشطة البدنية والرياضية
- دوافع وحاجات المراهق للنشاط الرياضي
- تقسيم الدوافع
- طرق قياس الدوافع
- أبعاد الدافعية
- أهمية الدوافع في النشاط الرياضي
- خلاصة

تمهيد :

يعتبر الإنسان الوحيد من الكائنات الحية الذي بقدرته معرفة ما يدفعه إلى القيام بتصرف ما . ويتناول بحثنا هذا على موضوع جد مهم ألا وهو الدافعية ، والتي تمثل الأشياء والسلوكيات التي توجه الإنسان. وهذا الموضوع ذو أهمية بالغة ولذلك اهتم به العلماء ونصحوا بأهمية معرفة هذه الدوافع خاصة من طرف الأب ويهم المربي والمدرّب في معرفة دوافع ممارسة الأفراد للنشاط الرياضي حتى يتسنى له إن يستغلها في تطوير أدائهم نحو الأفضل ، فالأداء لا يكون مثمرا إلا كان يرضى دوافع لدى الفرد ، فمن المعروف أن الدوافع هي قوة تثير حماس الفرد وتحرك وتنشط سلوكه باتجاه معين لتحقيق هدف أو نتيجة لإشباع حاجات معينة نفسية فسيولوجية ، فالدوافع التي تعني الرغبة لدى الفرد في بذل أقصى الجهود الممكنة لتحقيق الأهداف عن طريق القوى المحركة للسلوك وتوجيهه نحو تحقيق غايات معينة يشعر الفرد بالحاجة إليها ، أو بأهميتها المادية والمعنوية له . فقوة الذاتية تعمل على تحريك السلوك وتوجيهه نحو تحقيق هدف معين ، حيث تحافظ هذه القوة الذاتية على استمرارية السلوك وديمومته .

1_ مفهوم الدافعية :

هي مجموعة من الظروف الداخلية والخارجية التي تعمل على تحريك سلوك الإنسان على حد سواء . فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك . وهذه الأسباب ترتبط بالكائن الحي من الناحية الداخلية والمثيرات الخارجية من جهة أخرى .

هنالك مبرران رئيسيان للاستدلال على مفهوم الدافعية من سلوك الكائن الحي وهما :

أ_ يكون السلوك المدفوع والموجه إلى هدف بمثابة شيء معتاد ، ومستمر بصورة ملحوظة ، وبالتالي يفترض وجود عملية ديناميكية تقف خلفه وتحدد قوته .

ب_ ربما لا تصدر استجابات الكائن الحي نتيجة لمنبهات خارجية محددة، ويعني ذلك وجود محددات داخلية توجه السلوك إلى أهداف بعينها.

ومن هنا سنعرض بعض التعريفات للدوافع وهي على النحو التالي :

_ إن ما جاء في قاموس علم النفس (saliva, 1986)، حول مفهوم الدافعية هي أنها مجموعة من العوامل تحدد سلوك الفرد ،لهذا نستطيع اعتبار الدافعية أنها العنصر الأول الذي يؤدي بالفرد إلى سلوك ما ،فهي التي الجهاز العضوي في حركة لكنها تدوم حتى انخفاض الشدة.

_ ومن بين الذين اهتموا بدراسة الدافعية نجد thomas: الذي قال أنها عبارة كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف (thomas, 1908))

_ يعرفها " أسامة كامل راتب" الدوافع بأنها حالة من التوتر تثير السلوك في ظروف معينة وتوجهه وتؤثر عليه ، بمعنى آخر أنه حالة من نوع خاص توجه سلوك الفرد (راتب، دوافع التفوق الرياضي، 1990)، أما مصطفى حسين" فيعرف الدوافع بأنها قوى داخلية تحرك الفرد إلى بذل جهد لتحقيق هدف معين . (باهي، 1999)

2_ أنواع الدوافع :

يمكن تقسيم الدافعية في المجال الرياضي حسب مصادرها إلى قسمين ،المصدر الأول يأتي من داخل الفرد .أما المصدر الثاني يأتي من العوامل الخارجية المؤثرة.

2_1_ الدافعية الداخلية :

الرياضي الذي يمارس الأنشطة البدنية والرياضية بدافع الحب والاستمتاع والرضا والرغبة دون التأثير بالمظاهر الخارجية ،تعتبر دافعية ذاتية .

يرى " فالبيرون" و أصدقائه " **vallerant** " أن الدافعية الداخلية تنقسم إلى ثلاثة أقسام : الدافعية الداخلية من أجل المعرفة والدافعية الداخلية من أجل الإنجاز والدافعية الداخلية من أجل الإحساس والتنشيط (vallerant, 1993)

ويقصد بها محاولة معرفة أشياء جديدة مثل : مهارات حركية أو قوانين .أما الدافعية الداخلية فمن أجل إنجاز فيقصد بها البحث عن المتعة والكفاءة .أما الدافعية الداخلية من أجل التنشيط فيقصد بها تنشيط صفة بدنية معينة مثل : ممارسة رياضة معينة من أجل تحسين صفة السرعة .

2_2_ الدافعية الخارجية :

الدافعية هنا تتأثر بعوامل خارجية أو بأشخاص آخرين وحتى العوامل المناخية منها .ويتم ذلك عن طريق التدعيم أيضا .والبحث عن المكافآت والجوائز سواء كانت معنوية أو مادية .ويرى "فالبيرون" أن الدافعية الخارجية بأنها سلوك رياضي من أجل الحصول على مكافأة أو تعويض .

ويقصد بذلك أن الرياضي يمارس النشاط البدني من أجل البحث عن تعويض مثل البحث عن أصدقاء جدد في النادي الرياضي أو المدرس ، أو محاولة تحطيم رقم قياسي أو البحث عن المكافآت سواء كانت مادية أو معنوية كيف ما كانت من المدرب أو الأستاذ أو من المحيط الخارجي .

مما سبق يبدو أنه يوجد علاقة وطيدة بين مصادر الدافعية الداخلية والخارجية .ولكن هناك اختلاف من حيث درجة التأثير ،وهنا يظهر دور الأستاذ في معرفة نمط الدافعية المسيطرة عند كل رياضي .ونجد أن أغلب المرين يركزون على الدافعية الذاتية ،ويرجع ذلك إلى أن الدافعية الخارجية تقيد في انجذاب الفرد إلى ممارسة الرياضة

أو تطوير الأداء لفترة معينة وتضمن الاستمرار في المنافسة. والدافعية الخارجية تفقد قوة تدعيمها أسرع من الدافعية الداخلية. وبالرغم من ذلك يمكن الاستفادة من مصادر الدافعية الخارجية لتدعيم المصادر الداخلية .

3_ وظيفة الدافعية :

إن أي رد فعل من أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائياً وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد، ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة يشبع بها هذا الفرد حاجياته وميولاته ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة. (كامل، 2001، صفحة 74) :

3_1 السلوك بالطاقة:

معنى ذلك أن الدافع يستشير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي إلى التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي لقيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه ، أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجيات والرغبات .

فالدوافع تمد السلوك بالطاقة فمثلاً يمنح للاعب جائزة أو مكافأة له على تحسن قدراته وتكليلها بالنجاح، لكن سرعان ما تفقد هذه المكافأة جاذبيتها إذ أن إدراك المراهق أو التلميذ أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه الحالة تصبح هذه الخبرة غير ضرورية .

3_2 أداء وظيفة الإختيار :

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي تستجيب ويتفاعل معها المراهق ويهمل الأنشطة الأخرى، فالذي يهوى كرة القدم يكره كرة السلة مثلاً كما أنها تحدد لحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى فقد أقر " محمد صالح علاوي " أنه عندما يتكون اتجاه عام للمواقف والميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر التي يسهل استشارتها إلى نشاط ظاهر يشبع حاجيات الكائن بل يعمل كوسيلة خفية لإنشاء واختيار كل سلوك به وتوجيهه . (م.ح.علاوي، 2001، صفحة 165)

3_3_ توجيه السلوك نحو الهدف :

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسن والنمو عند الطفل ، بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها ،فالدكتور " محمد محمودي بني يونس" يلخص وظائف الدوافع فيما يلي :

1_ إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل .

2_ مد السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثيرات الخارجية التي تستشير السلوك .

3_ اختيار نوع النشاط وتحديدده .

4_ تأخير ظهور التعب وتحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الانتباه ومقاومة التشتت .

وهناك اتجاهين للدافعية بصفة عامة هما :

الاتجاه الأول : هو أن الدافع ،الحافز،الباعث له وظيفة توجيهية وهي التي تشير إلى اختيار اللاعب للنشاط والاستمرار فيه وبناء الأهداف لتحقيق غايات كبرى .

الاتجاه الثاني : لماذا يتباين أداء اللاعب نفسه بالرغم من ثبات مستواه التدريبي والمهاري وتفكيره الخططي؟ يبدو ذلك في العوامل الانفعالية المؤثرة إيجابيا ،والتي تعمل على إظهار قوة الدافعية الكامنة لدى اللاعب مثل القلق،الإثارة..... الخ (فهيمي م.، 1979)

4_ مصادر الدافعية في المجال الرياضي :

يعتبر "gros" " أن الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقاتها سلوك عقلي ،وهي موجهة نحو سلوك معين يحقق الإشباع "، يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا هي من أصل فسيولوجي (لذة الحركة) واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في الجماعة .

تنوع مصادر الدافعية بين مصادر داخلية و أخرى خارجية ، حيث يشير " إبراهيم عبد ربه " إلى وجود سبعة مصادر لدافعية التعلم تندرج تحت الدوافع الداخلية والخارجية للتعلم وهذه المصادر هي كالآتي :

- 4_1_ المصادر الخارجية السلوكية: وهي تتعلق بتجنب أو تقوية سلوكيات معينة .
- 4_2_ المصادر الاجتماعية : وتتعلق بمواقف التفاعل والتأثير الاجتماعي .
- 4_3_ المصادر المعرفية : وتتعلق بمواقف الانتباه والإدراك وحل المشكلات وغيرها من المواقف المعرفية.
- 4_4_ المصادر البيولوجية : و تتعلق بمواقف الجوع والعطش والحواس والاستشارة البيولوجية .
- 4_5_ المصادر الانفعالية : وتتعلق بمواقف افرح والحزن والمشاعر والذات .
- 4_6_ المصادر الروحية : وتتعلق بعلاقة الفرد بالخالق والكون وفهم الذات ودورها في الحياة .
- 4_7_ المصادر التوقعية : وتتعلق بطموح الفرد وأحلامه وقدرته على تخطي العقبات التي تقف في طريقه .
- (إ.عبدربه، 1990)

5_ الدوافع المرتبطة بالأنشطة البدنية والرياضية :

تتعدد النشاطات البدنية والرياضية خلال ممارسة النشاط البدني أو الرياضي، وهذا ما يجعل دوافع الممارسة متعددة ومركبة، وعلى الرغم من ذلك يجب على المدرب أو المعلم معرفة أهم الدوافع التي تحرك التلميذ نحو الممارسة حتى ولو كانت مؤقتة أو قصيرة المدى، لأنها وسيلة للوصول إلى أهداف و أغراض تربوية هادفة .

(زيدان.وآ، 1995، صفحة 114)

ويقسم " ريديك " أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة البدنية والرياضية إلى الدوافع المباشرة والغير المباشرة .

5_1_ الدوافع المباشرة لممارسة الأنشطة الرياضية :

يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للأنشطة البدنية والرياضية في نقاط حسب "محمد حسني علاوي" كما

يلي :

- _ الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للقيام بالنشاط البدني .
- _ المتعة الجمالية سبب رشاقة وجمال مهارة الحركات الذاتية للفرد .

ـ الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة و الإرادة .

ـ الاشتراك في المنافسات الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط البدني وما يربطه من خبرات انفعالية متعددة .

ـ إحرار الفوز و البطولات وتسجيل الأرقام وإثبات التفوق . (علاوي م.، 1978، صفحة 78)

5_2_ الدوافع الغير المباشرة للأنشطة الرياضية :

يمكن تلخيص الدوافع الغير المباشرة للأنشطة البدنية والرياضية حسب " محمد حسن علاوي " إلى ما يلي :

ـ محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي .

ـ ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج .

ـ الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي .

ـ الوعي بالدور الاجتماعي الذي يقوم به التلميذ الرياضي . (علاوي م.، 2002، صفحة 122)

6_ دوافع وحاجات المراهق للنشاط الرياضي :

نظرا للتغيرات التي تطرأ على الفرد وهو في سن المراهقة فهو بحاجة إلى متطلبات أعقد كما كانت عليه في سن أو مرحلة الطفولة ونذكر منها :

6_1_ الحاجة إلى الأمن :

وتشمل الحاجة إلى الأمن الجسدي والصحة والحاجة إلى الشعور بالتقبل الاجتماعي ، خاصة جماعة الأصدقاء ، كما يكون بحاجة إلى الراحة النفسية .

6_2_ الحاجة إلى الحب

ونقصد بحب الآخرين له ومبادلتهم نفس الشعور من طرف زملائه الرفاق ، كما يكون بحاجة إلى تكوين صداقات عديدة في المدرسة وخارجها ، مما يساعده على التكيف المدرسي وكذا تساعده على الراحة النفسية .

6_3_ الحاجة إلى مكافأة الذات :

وتشمل حاجته إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق والشعور بالعدالة والاحترام في المعاملة ، والحاجة إلى البروز ضمن الجماعة والشعور بروح الانتماء ، كما هو بحاجة إلى المساواة مع رفاق السن .

6_4_ الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار

تتمثل في الحاجة إلى التفكير بتوفير الوسائل التي تمكنهم من استخدام وتقوية قدراتهم والحاجة إلى الخبرات الجديدة والمتنوعة ومعرفة الحقائق والحاجة إلى التعود على النظام والانضباط .

إن توفير هذه الحاجات يدفع التلميذ إلى التقدم الدراسي والنجاح وتنمية قدراته خارج المدرسة مما يؤهله للتكيف مع متغيرات عصره .

6_5_ الحاجة إلى المكان :

يريد المراهق أن يعترف به كشخص مستقل ذو شخصية وقيمة معتبرة إلى جماعته والتي تمكنه من الخروج من مكانة الطفل إلى مكانة الرشد والمراهقة طبعاً ويبدو هذا من خلال التصرفات والأفعال أو السلوكيات التي لا تناسب سنه .

6_6_ الحاجة إلى الاستقلالية :

فالمراهق دوماً يبحث عن كيفية التخلص من قيود الأسرة والمجتمع ككل ويجد الحرية التامة في اتخاذ قراراته ، أي أن التلميذ المراهق يرغب دائماً في الإحساس بالمسؤولية تجاه الذات والآخرين ، فإذا ما أتيحت له الأبواب شيئاً من تحمل المسؤولية الذاتية والشخصية فإنه يشعر أن لديه الكفاءة ، وأنه موضع ثقة . وهكذا يكتسب اتجاهها يتمثل في العطف ويشعر نفسياً أنه مرغوب وقادر على تخطي الصعوبات بنفسه . (بدران، 2003، صفحة

200)

7_ تقسيم الدوافع :

وتنقسم إلى نوعين هما : الدوافع الأولية والدوافع الثانوية .

7_1 الدوافع الأولية

وتسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية ، وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها نجد : الحاجة إلى الطعام والشرب والحاجة إلى الراحة أو الحاجة الجنسية والحاجة إلى اللعب والحاجة إلى الحركة والنشاط الخ.....

وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بالغريزة إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون هذا المصطلح لتفسير سلوك الإنسان ، إذ غالبا ما يستخدمون لفظ الغريزة لتفسير سلوك الحيوان . (حسيني، 1984).

7_2_ الدوافع الثانوية :

وتسمى أيضا دوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية ، إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعله مع البيئة ، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية ، غير أنها تستقل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة ، ومن أمثلة الدوافع الثانوية نجد : الحاجة إلى التفوق والمكانة والمركز والحاجة إلى إثبات الذات الخ.... (فهيم م.، 1979 ، صفحة 119)

7_3_ الدوافع الشعورية واللاشعورية :

فالدوافع الشعورية هي التي تعمل في مستوى الواعي ، من خلال جميع عمليات التفكير لدى الفرد ، وأي دافع يمكن التفكير فيه أو إدراكه أو فهمه يكمن في الدوافع الشعورية ، وتحت مستوى الشعور ، يأتي مستوى ما قبل الشعور ، وهنا تكمن الذكريات والأفكار التي قد تهدد في أي لحظة بإقحام المستوى الواعي ، والتي يمكن تذكرها بسرعة وبسهولة . وهي التي تؤثر بشدة على العمليات الواعية ، وتحت مستوى الشعور وما قبل الشعور ، يأتي مستوى اللاشعور ، الذي يكمن فيه الرغبات والحاجات والذكريات والأفكار التي تمثل الجزء الأكبر من تجربة الفرد.

8_ طرق قياس الدوافع :

من خلال البحوث التي قام بها مجموعة من العلماء ، أمثال "موراوي و هيلغارد " تم التوصل إلى طرق تقاس بها الدوافع ومن أهمها :

8_1_ ملاحظة سلوك الفرد ودراسة الحالة :

ففي هذه الطريقة تتم ملاحظة السلوك التي من خلالها يمكن للفرد معرفة كيفية مواجهة المواقف المختلفة وكيفية التصدي للعقبات التي تعترضه وبعدها يستند على دوافعه المختلفة التي تدفع سلوكه وما نستنتجه وما قد تم استنتاجه هو أن لهذه الطريقة عيوب تتمثل في ذاتية الملاحظة ومعنى ذلك أن في هذه الحالة نجد تباين في الدافع الظاهري والخارجي والدافع الجوهري .

8_2_ طريقة التقرير الذاتي :

وهي عبارة عن مجموعة واسعة من بطاريات الاختبارات والمقاييس والاستبيانات المتنوعة والمقننة في بيئات مختلفة وأوسع المقاييس انتشاراً ، ولها أكثر من شكل ، وأهم شكل منها هو ما يطلق عليه "استخبارات الشخصية" وفيها يطلب من الأشخاص الإجابة عن بعض الأسئلة التي يعكس بعضها الدافعية العامة للشخص ، والبعض يركز على دوافع محددة .

وتقوم هذه المقاييس على البنود اللفظية في صورة استبيانات ، وتتصف هذه المقاييس بسهولة التطبيق على مجموعة من الأفراد ، وبالموضوعية (الصدق والثبات) .

8_3_ طريقة تحليل أوهام الفرد :

تعتبر أوهام وأحلام اليقظة وغيرها من العمليات العقلية التخيلية التي يلجأ إليها الفرد عندما تواجهه عراقيل وعقوبات تحول بينه وبين أهدافه وهي عكس الاستجابات العقلية الواقعية ، إذن وبالطريقة هذه يشبع الفرد ما لم يستطيع إشباعه في الحياة الواقعية أو تقوم هذه الطريقة من خلال عرض صور علم المختبر ثم يطلب منه الرد لذكر ما يملى عليه في ذلك الموقف .

8_4_ طريقة الإثارة التجريبية للدوافع :

توجد عدة مواقف تعتبر سبب إثارة دوافع الفرد، فعندما تلاحظ دلائل دافع ما يعمل فنحن نعلم أن الفرد سيعتبر هذا الموقف كما لو كان موقفا حقيقيا وهذا ما يمثل اختبارا الذي يقوم به كما لو أنه واجب هذا الموقف في حياته .

9_ أبعاد الدافعية :

تتنوع الدافعية وتتعدد، ويمكن وصفها فيما يلي :

9_1_ مدة الإبقاء أو الاستمرار :

تعد الفترة الزمنية لبقاء الدوافع من أكثر الأبعاد وضوحا في وصفها ، فهي من ناحية تستمر بعض الدوافع فترة زمنية قصيرة جدا وسرعان ما تنتهي ، ومن ناحية أخرى تستمر بعض الدوافع لفترة زمنية طويلة وهذه الأخيرة من الدوافع لها تشعبات سلوكية عديدة .

9_2_ بعد الطابع الدوري :

والمقصود بها أن الكائنات الحية تمر بدورة كاملة ، تبدأ بالحاجة الشديدة على الدوافع وخفض التوتر ثم الحاجة مرة أخرى .

فالدوافع من الخصائص القابلة للمحافظة ، ويكون هذا التكرار الدوري أكثر وضوحا في الدوافع ذات المنشأ الفسيولوجي الداخلي .

9_3_ بعد السكون :

ويقصد بهذا البعد بأن بعض الدوافع تتسم بالسكون بصورة تامة لفترة زمنية طويلة ، ثم تعاود الظهور فجأة بقوة كبيرة حينها تصبح الظروف مناسبة . (ملحم س.، 2004، صفحة 184)

10_ أهمية الدوافع في النشاط الرياضي :

إن الدوافع مرتبطة بالتوازن النفسي إذ أنها تحدث توافقاً كلياً للنفس والجسم من أجل التكيف مع الذات والمحيط الخارجي ، كما أنها تمثل الأسس العامة لعملية التعلم والأسس الأولى للصحة النفسية وعلى تضمينها وإشباعها .

وبما أن الرياضي فرد من المجتمع ولا بد له أن يتميز بشخصية سليمة تتسق بتنظيم دوافعها الداخلية مع ضروريات العالم الخارجي ، ولإثبات ذلك رأينا أن هناك اختلاف بين فردين متفقيين في الاستعدادات العقلية والصحية والمزاجية في الآراء في بعض المواقف الرياضية ، فيما زادت كفاءة أحدهما وقلت أخطاؤه وزاد إتقانه للمهارات المطلوبة ، بينما نجد الثاني عكسه تماما ، كثير الخطأ غير قادر على التركيز ، ففي هذه الحالة لا يكون السبب هو تأثيرات خارجية ، بل يعود السبب إلى كيفية استغلال الدوافع .

كما أن معرفة دوافع المراهق قد تساعد في توجيهه وتعديل سلوكه حسب المواقف و الظروف المناسبة ، لأن هناك من يعرف الدوافع بأنها الطاقات الكامنة في الكائن الحي التي تدفعه لسلوك معين في العالم المحيط به ، وهذه الطاقات هي التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق أحسن تكيف ممكن من البيئة الخارجية ، ومما سبق يمكن القول أن الأداء البدني هو (التعلم + الدافع) .

فكل سلوك وراءه دافع أي تكمن وراءه قوى دافعية معينة ، وهذه القوى تتمثل في دوافع ممارسة الفرد للنشاط الرياضي ، وبالتالي يستطيع المدرب استغلالها في تحفيزهم على تحسين وتطوير أدائهم نحو الأفضل

فالدوافع إذن تعمل على تكوين فرضيات ترمز إلى العلاقات الديناميكية بين الكائن والوسط الذي يعيش فيه ، وهي ضرورية لتفسير مسببات السلوك ولها أهمية كبيرة في تشجيع التعلم ، إذ تدعم الاستجابة أو النشاط الذي أدى إلى إشباع الحاجة ، بحيث يزيد من فرص حدوثها في المواقف التالية المشابهة ، فالتعلم عملية نمو وظيفي يتأثر بالدوافع . (شليبي، 1988، صفحة 144)

خلاصة :

إن الدوافع ليست ثابتة ولكنها متغيرة ويختلف مدى التغير الحادث في تركيب دوافع وحاجات المراهق طبقاً لعوامل متعددة، فبمن نرى أن هناك بعض المراهقين الذين يظهرون تغيرات طفيفة في حاجاتهم نجد أن هناك آخرون يظهرون تغيرات شبه دائمة لحاجاتهم ودوافعهم، والعامل الحاسم في ذلك هو أن الرعاية والتوجيه والإرشاد تتشكل دائماً طبقاً لدوافع وحاجات المراهق في الوقت المناسب .

وفي الأخير نقول أن الدافعية هي تلك العملة التي تخلق عن طريقها داخل الفرد تلك الحاجات التي تنفعه للسعي نحو تحقيق أغراض معينة لإرضاء حاجاته ، وتشير الدافعية لحالة داخلية للفرد وأن تبدأ من الشخص نفسه (الحاجات البيولوجية) أو من خارجه (الحاجات الاجتماعية) .

لقد قمت في هذا الفصل بعرض أنواع الدوافع ووظيفتها وبعدها تطرقت إلى مصادر الدافعية في المجال الرياضي، ثم تحدثت عن دوافع وحاجات المراهق وطرق قياسها ، وقد حاولت الإمام بمختلف العناصر التي تخدم وتثري دراستنا دون الإفراط في ذلك .

الفصل الثاني

كرة القدم

❖ كرة القدم

- تمهيد
- مفهوم رياضة كرة القدم
- المهارات الأساسية لكرة القدم
- خصائص كرة القدم
- صفات لاعب كرة القدم
- ملامح كرة القدم الحديثة
- متطلبات كرة القدم الحديثة
- الاتجاهات الحديثة لكرة القدم
- أهمية كرة القدم في المجتمع
- القيمة التربوية لكرة القدم
- خلاصة

تمهيد :

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين، إذ بلغت من الشهرة مستوى لم تبلغه الرياضيات الأخرى ، ويغلب عليها الطابع التنافسي والحماسي الكبير فأصبحت تكتسي أهمية بالغة عند الشعوب على اختلاف أجناسهم وأعمارهم ، وذلك لما تتميز به هذه الرياضة من خصائص ومميزات جعلتها تختلف عن باقي الرياضات الأخرى وبالتالي هي رياضة يغلب عليها طابع الانسجام والتنظيم بين أفراد جماعة الفريق وكذا الاحترام المتبادل ،

ومرت كرة القدم بعدة تطورات تاريخية من الناحية القانونية والتنظيمية وطريقة لعبها ، فقد أصبحت لها معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين إطارات المتخصصة بهذه اللعبة ، كما تم التوافد على ممارستها ومشاهدتها فقد أصبحت حقا أنها الكرة المستديرة التي خطفت عقول وقلوب كل عشاق ممارستها ومشاهديها عبر المعمورة .

1_ مفهوم رياضة كرة القدم :

كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية، تلعب بفريقيين يتكون كل فريق من 11 لاعب من بينهم حارس مرمى ويشرف على تحكيم المباراة أربعة حكام موزعين، أحدهم حكم ساحة واثنين حكام خط التماس وحكم رابع احتياط .

التعريف الاصطلاحي :

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع " (جميل ر.، كرة القدم، 1986) .

2_ المهارات الأساسية لكرة القدم :

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

يتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير هو مدى إتقان أفراده للمهارات الأساسية للعبة أو الرياضة، فإن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة ورشاقة وبتوقيف سليم وبمختلف الطرق، ويحسن ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، كما يتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق .

إن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والكرة الطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا إن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقناً لجميع المهارات الأساسية إتقاناً تاماً .

وهناك مجموعة من المهارات الأساسية المتعددة والمتنوعة التي تشمل كرة القدم، ولذلك من الواجب تعليمها في فترة ليست بالقصيرة المدى، كما يجب الاهتمام بها دوماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين .

إن المهارات الأساسية هي الركيزة الأولى لتحقيق الإنجاز في مباريات كرة القدم إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب عليها لفترات طويلة حتى يتم إتقانها لكون إتقان المهارات الأساسية لنوع النشاط الممارس ويعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة .

وبسبب هذه الأهمية الكبيرة للمهارات الأساسية لا بد من أن يولي المدربون اهتمامهم حول تعليمها وتدريبها للاعبين وفق برامج علمية وأساليب تدريبية حديثة تتلاءم مع مستوياتهم ،من أجل إتقان وتثبيت التكتيك ، ويقع على عاتق المدرب مسؤوليات كبيرة في هذا الجانب المهم التدريب لأن البداية السليمة تضمن للمدرب تحقيق الغاية والهدف من التدريب وخبرة المدرب واطلاعه على الخصائص التي تميز كل لاعب ومتابعته للتطورات والأساليب الحديثة في اللعبة، تمكنه من التخطيط الجيد والصحيح في صياغة مفردات البرامج التدريبية والتي تضمن الارتقاء بمستوى اللاعبين ،ومعرفته في أساليب اللعب ووضع الحلول للحالات التي تطرأ خلال التدريب والمباريات ،كل ذلك يحقق النجاح للمدرب في عمله والوصول إلى هدفه .

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتطلب الاعتماد على النواحي العلمية والنظرية آخذين بعين الاعتبار الأسس العلمية والموضوعية بغية الوصول إلى الأهداف المرسومة ،لهذا لا بد من إعطاء الأهمية لكافة النواحي خلال عملية التدريب حتى يمكن الإرتقاء بمستوى اللاعبين نحو الأفضل ،حيث تعد المهارات الفنية الأساس الذي تعتمد عليه بقية عناصر كرة القدم الأخرى ، وبدون إتقان هذه المهارات لا يمكن للفريق أداء الواجبات الخططية وتحقيق الفوز، وكان للتطور الاقتصادي والتكنولوجي الذي حصل في العالم أثره الفعال في تطور وتقدم الفعاليات الرياضية بصورة عامة ،وكرة القدم بصورة خاصة. إذ كان لها النصيب الأوفر من هذا التطور والتقدم نظرا لارتباط علم التدريب الرياضي بالعلوم الأخرى والاستفادة منها في وضع وصياغة المفاهيم الصحيحة للعملية التدريبية وفق السياقات والأسس العلمية الحديثة في التدريب .

تمتاز كرة القدم بكثرة مهاراته وتنوعها فضلا عن ارتباطها بالعناصر البدنية ،وقد أضفت هذه الصفة على اللعبة أهمية خاصة فزاد إقبال اللاعبين لممارستها وتعلم فنونها والمتفرجين والمهتمين بمشاهدتها ،ذلك لأنها احتلت المكانة الأولى بين الألعاب الأخرى ،بسبب هذه الأهمية الكبيرة للمهارات الحركية للاعب كرة القدم زاد الاهتمام في تدريبها وتعلمها .

تعد المهارات الأساسية بكرة القدم القاعدة الأساسية لتحقيق المستويات العالية للإنجاز الجيد في كرة القدم ،إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية والبرامج التدريبية ،إذ يتم التدريب عليها لفترات طويلة ولا تخلو الوحدة

التدريبية من أساسيات التدريب على هذه المهارات إلى أن يتم إتقانها، لكون درجة إتقان المهارات الأساسية يعد من الجوانب المهمة التي يتوقف عليها تنفيذ الخطط في ظروف اللعبة المختلفة والفريق الذي يستطيع لاعبه أداء المهارات بخفة ورشاقة وتوقيت سليم يكون باستطاعتهم تنفيذ الواجبات الخططية خلال سير المباراة وتقسيم المهارات الأساسية بكرة القدم إلى الأقسام التالية : (مختار، 1997، صفحة 89)

- 1_ ركل الكرة بالقدم.
- 2_ الدحرجة بالكرة.
- 3_ السيطرة بالكرة.
- 4_ الإخماد.
- 5_ نطح الكرة بالرأس.
- 6_ المراوغة والخداع.
- 7_ المهاجمة وقطع الكرة.
- 8_ رمية التماس.
- 9_ مهارات حارس المرمى.

3_ خصائص رياضة كرة القدم :

تتميز كرة القدم بخصائص أهمها :

- ✓ **الضمير الجماعي** : وهي أهم خاصية في الرياضات الجماعية غدت تكتسي طابعا جماعيا، بحيث تشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة ومتراصة لتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي .
- ✓ **النظام** : تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم وصفة الاتصال المسموح بها مع الأصدقاء و الزملاء .و الاحتكاك بالخصم وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين .
- ✓ **العلاقات المتبادلة** : تتميز رياضة كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق إذ تشكل كلا متكاملًا بمجهود كل الأعضاء وهذا بدوره ناتج عن التنظيمات والتقنيات خلال معظم فترات اللعب .
- ✓ **التنافس** : بالنظر لوسائل كرة القدم ، كالكرة والميدان وكذلك إلى طبيعة الخصم والدفاع والهجوم ، كل هذه العوامل تعتبر حوافز مهمة في إعطائها صيغة تنافسية بحتة ، إذ يبقى اللاعب خلال فترة اللعب في حركة مستمرة ومتغيرة لمراقبة تحركات الخصم وهذا ما يزيد من حدة الاحتكاك بالخصم ولكن في إطار مسموح به وتحدده قوانين اللعبة . (الهنداوي، 2009، صفحة 98)

4_ صفات لاعب كرة القدم :

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة تلائم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ،ومن هذه الخصائص والمتطلبات هناك أربعة متطلبات للاعب كرة القدم وهي الفنية والخططية والنفسية والبدنية ، واللاعب الجيد هو الذي يملك تكاملا خططيا جيدا ومهارة عالية ، واستعدادات نفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة .

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات ، فإن التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والإحصائيات المهمة . (عبد الجواد، 1984)

4_1_ الصفات البدنية :

من مميزات كرة القدم أنها ممارستها في تناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني ، ولئن اعتقدنا أن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني وقوي البنية ، وتكتيكي مهاري وذكي هو اللاعب المثالي فلا تدهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجه لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب ، ولتحقق من أن معايير الاختبار لا تركز دوما على الصفات البدنية ، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط يجيد المراوغة على خصمه القوي ، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل إتقاط الكرة والحفاظة عليها وتوجيهها يتناسق بتناسق عام وتام . (المولى، 1999، صفحة 76)

4_2_ الصفات الفيسيولوجية :

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخططية والفيسيولوجية وكذلك النفسية الاجتماعية ، وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد ن فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب كانت المعرفة الخططية له قليلة ، وخلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات المصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت إلى آخر ، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى ، فمتطلبات الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أو جماعية أخرى وتحقيق الظروف المثالية ، فإن هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

- القابلية على الأداء بشدة عالية .
- القابلية على أداء الركض السريع .

■ القابلية على إنتاج قوة خلال وضعية معينة .

إن الأساس في إنجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات ،يتدرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي وكذلك العضلات المتداخلة من الجهاز العصبي . (المولى، 1999، صفحة 63)

4_3_3_ الصفات النفسية :

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

4_3_1_ التركيز :

يعرف التركيز على أنه " تضيق الانتباه وتثبيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد " ، ويرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي ☺ المقدر على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة بمدى الانتباه . (النقيب، 1990)

4_3_2_ الإنتباه :

يعني تركيز العقل ،وهي واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار ، ويتضمن الانتباه ،الانسجام والابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض المواضيع الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه، وعكس الانتباه هو حالة الاضطراب والتشويش والتشتت الذهني .

4_3_3_ التصور العقلي :

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

4_3_4_ الثقة بالنفس :

هي توقع النجاح والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن ولا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب ،فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء . (كامل، 2001، صفحة

4_3_5_ الاسترخاء :

هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانفعالية بعد القيام بنشاط معين وتظهر مهارات اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم والسيطرة على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر .
(خليفة، 1987)

5_ ملامح كرة القدم الحديثة :

هناك مقولة قديمة تقول : " إن الهجوم أحسن وسيلة للدفاع " إلا أن تلك المقولة هي نصف الحقيقة ما لم يكن ذلك الهجوم قادر على التحول السريع إلى الدفاع ، ففريق ممتاز في الهجوم لا يعني طبقا لقول حصوله على امتياز في الدفاع .

فكرة القدم تصبح لعبة راقية جدا حينما يكون التوازن بين الدفاع والهجوم ، ورغم التأكيد الأخير في المباريات على الطرق الدفاعية إلا أن الهجوم وتسجيل الأهداف يظل الجانب الأكثر تشويقا في الملعب ، وفي كرة القدم الحديثة أصبحت التشكيلات الدفاعية صعبة جدا حيث أصبح على المهاجم أن يبذل جهدا كبيرا في سبيل التخلص من الرقابة ، وبجانب تطور الخطط الدفاعية فقد تطورت الخطط الهجومية فأصبح الواجب الهجومي لا يقتصر على المهاجمين ل على كل اللاعبين ، حتى أصبحت بعض الخطط تركز على جعل المهاجمين عناصر لتنفيذ المناورات الهجومية وترك مهمة التهديد والتسجيل للاعب الوسط ومدافعي الجناح . (ابوعبد، 2006)

6_ متطلبات كرة القدم الحديثة :

6_1_ متطلبات كرة القدم للاعبين :

لقد اختلف أسلوب كرة القدم الحديثة منذ (20) سنة تقريبا عن أسلوب اللعب حاليا ، فمنذ (1972) تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خططيا بالقوة والفهم الصحيح على الداء القوي والمتوالي على مرمى الفريق المنافس مع الابتعاد عن اللعب للخلف أو اللعب لعرض الملعب أو البطء في تحضير الهجمات أو المراوغات الغير المجدية ، وهذا محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس ، ولقد ترتب على قرار الاتحاد بجمع ل الفريق الفائز يتحصل على ثلاث (03) نقاط ، والفريق المتعادل نقطة واحدة (01) ، فمنذ ذلك الوقت أصبح كل فريق أصبح كل فريق يبحث عن الفوز الذي ينقله بسرعة إلى مرتبة عالية ، كما أن الخسارة تجعله في مرتبة أدنى .

وأثناء المقابلة يكون اللاعبون على اتصال مباشر مع الخصم، فحالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب ورد الفعل وبأسرع وقت ممكن، إن عمل لاعب كرة القدم فهو ذو طابع تكراري متغير ومستمر، فالعمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن الأخرى، فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز . (الجواد، 2002)

ويشير الأخصائيون إلى أن جزءاً كبيراً من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله الجري الذي يتطور من البطيء إلى السريع، إضافة على الانطلاق الذي يتحول من توقف مفاجئ أو تغيير خاطف للسرعة أو الاتجاه .
 وحالياً نشاهد مباريات كرة القدم يغلب عليها الجانب الفني والذكاء في اللعب ، مع التحضير البدني الجيد للاعبين ، فالفرق ذات المستوى العالي لها اتجاه تطوير اللعب مثل ما هو عليه في الرياضات الأخرى ككرة السلة وكرة اليد ، فالكل يهاجم ويدافع في آن واحد وهذا ما اجبر أغلب المدربين على الاهتمام بتحضير اللاعب في شتى جوانبه البدنية والتكتيكية ، التقنية وكذا النفسية الذهنية ، وهذا استجابة لمتطلبات الإستراتيجية الحديثة . (شعلان، 2001، صفحة 101)

6_2_2_ متطلبات كرة القدم الحديثة حسب المراكز :

6_2_1_ متطلبات لاعبي الدفاع :

- يقوم كل أفراد الفريق بالدفاع من لحظة فقدان الكرة.
- استخدام ظهير الوسط.
- الدفاع القوي ضد الجناحين ومراقبتهم اللاصقة.
- المراقبة الجيدة للمهاجمين الخطرين .
- عدم التهور والاندفاع عند القلة العددية .
- عودة لاعبي الوسط لغلقت منطقة اللعب المباشرة الخطرة . (حنفي، 1995، صفحة 172)

6_2_2_ متطلبات لاعبي الهجوم :

- أن يعمل جميع الفريق على تنفيذ خطط اللعب التي تدربوا عليها .

- العمل على مساعدة الزميل المستحوذ على الكرة .
- جري اللاعب الحر (المهاجم) مائلا أمام وخلف المدافعين .
- جري المهاجم داخل الملعب للأهداف التالية :
- ✓ مساعدة الزميل الذي معه الكرة في وسط الميدان .
- ✓ خلق مساحة فارغة في الجناح .
- ✓ فسح المجال الهجومي لمدافع الجناح الذي تصعب مراقبته يعني القادم من الخلف .
- ✓ المشاركة في إنهاء الهجوم بعدد أكبر من المهاجمين . (ابوعبده، 2006، صفحة 133)

6_2_3_ متطلبات لاعبي الوسط :

تضع كرة القدم الحديثة متطلبات كثيرة على اللاعبين وعلى الخصوص على بعض اللاعبين في المناطق الحاسمة من الملعب ،فخط الوسط يشكل الخط الأول للتكتل الدفاعي ،ويعتبر حلقة وصل بين الدفاع والهجوم ،وتعتبر منطقة الوسط المنطقة التي يمر منها أكثر اللاعبين ذهابا وإيابا ،بالإضافة إلى كل هذا فإن لاعبي خط الوسط هم أحسن اللاعبين المساندين لخط الهجوم ،وبناء على ذلك يوزع أغلب الدربين أحسن لاعبيهم في هذا الخط باعتبار أن كرة القدم الحديثة لمن يمتلك منطقة الوسط ،ولكي يكتمل هذا المفهوم يجب على لاعبي الوسط العمل كوحدة واحدة ،وأن أولى مهمات لاعبي الوسط هو تقديم العمل الدفاعي والذي يرتبط بمسؤولياتهم في نقاط الإنحراف في لعب المثلثات الدفاعية. (الصفار، 1982، صفحة 29)

ويمكن ترتيب الواجبات التكتيكية للاعبي خط الوسط كالآتي :

- تحويل اتجاه اللعب من جانب لأخر .
- تطبيق مبدأ الاحتفاظ بالكرة والبدء بتطبيق الخط الهجومية .
- القيام بتنفيذ المناورات الجدارية كوسيلة لهزيمة الدفاع .
- التهديد والهجوم المباشر .
- تشكيل جدار الدفاع الأول (الدفاع المتقدم)
- المراقبة المستمرة والدقيقة للاعبي الخصم .

6_2_4 _ متطلبات مدافعي الجناح :

التقدم في خطط اللعب، ألزم المدافعين في المشاركة في الهجوم وإنجاحه باعتبارهم يتقدمون من الخلف، حيث تصعب مراقبتهم، وتحررهم من فكرة الالتزام بالدفاع فقط .

وتعتبر منطقة الجناح من المناطق الحيوية وذلك راجع للأسباب التالية :

- الفراغات الواسعة عند الأجنحة باعتبارها مناطق هجومية غير مباشرة .
- قلة المدافعين على الأطراف الجانبية .
- صعوبة التغطية من طرف المدافعين أنفسهم . (ابوعبد، 2006، صفحة 198)

ولذلك تتركز كرة القدم الحديثة واجبات إضافية لمدافعي الجناح بتحويلهم إلى مهاجمي جناح وحتى إلى مهاجمين إنهاء الهجوم، ويتم هذا خاصة إذا أراد المدرب الاحتفاظ بلاعبي خط الوسط كلهم حتى يتمكن التحكم في خط الوسط والسيطرة عليه .

ومن أهم الخطط التكتيكية الهجومية الملقاة على عاتق مدافعي الجناح أسلوب التخطي (حنفي، 1995،

صفحة 223)

7_ الإتجاهات الحديثة لكرة القدم :

كرة القدم ما تزال تعرف تقدم مستمر في عدة جوانب، رغم أن مهمة اللاعب لم تتغير والتي تتمثل في محاولة تسجيل أكبر عدد من الأهداف دون التلقي .

7_1_ اتجاهات عامة :

من المعروف انه من أجل تحديد معايير ومقاييس موازية لوجهة الأهداف في كرة القدم العصرية نقاط الانتباه تعود بالأولوية إلى السنوات القليلة الماضية أثناء كأس أوروبا (1996)وكأس العالم (1990 _ 1994)وكذلك بالنسبة إلى النوادي (90 _ 91 _ 92)، فمن أجل تطوير كرة القدم يجب الأخذ بعين الاعتبار أهمية تقييم المعارف القاعدية، مثل : التحسين في استقرار العوامل المحددة للمستوى العالمي وما شابهها (التقني، التكتيكي، النفسي) وإعطائها مستوى عال من التطور .

وكذلك يتضح لنا أن الأمثلة الدولية تبين أن التجديد والإبداع في محتويات التدريب تؤدي على تحسين المستوى في وقت قصير جدا .

فالمدرّبون يتعرفون على اللاعبين من خلال المنافسة ومن خلال مراحل فترات اللعب الملاحظة وكذا التحليل الكلي للمنافسات الدولية والوطنية والتحقيقات المفصلة يتصورون إنجاز سيرورة التدريب وأهمية مختلف العناصر التالية : (اللياقة البدنية ،التقنية ،التكتيكية والسيكولوجية) ، والتصرف الفعال أثناء المنافسة يكون حسب :

- استعمال اللعب الهجومي في إطار تحضير لعب حركي لتجاوز أساليب اللعب النظيف .
- تركيب شامل بين المستوى الفردي والجماعي كنتيجة اتصال وتنظيم لإعطاء الروح الجماعية .
- إيقاع اللعب العالي يتركز على قدرات مداومة السرعة ومداومة قوة السرعة .
- الحيوية الكبيرة والنشاط الحركي لكل لاعب . (فوزي، 2001، صفحة 120)

2_7_ اتجاهات خاصة :

اتجاهات لتسطير التدريب الحديث الذي يتميز بالتقرب من شروط المنافسة وكذلك توجيهها أثناء التدريب ،هذه الاتجاهات تعطي الأسس القاعدية المتصلة والمطابقة لشروط المنافسة وتعطي كيفية تشكيل التدريب عن طريق التنوع للمحتويات المتعلقة بالتطوير المتواصل للتدريب مع ذكر :

- الرفع من الوسائل الخاصة بالتدريب السنوي الخاص .
- الاستعمال العقلاني لوسائل التدريب في إطار متابعة التأثيرات المتبادلة لعناصر التدريب .
- خاصية قوية لسيرورة التدريب .
- تسطير التدريب على أشكال قريبة من المنافسة . (فوزي، 2001، صفحة 144)

8_ أهمية كرة القدم في المجتمع :

إن للرياضة دور كبير وأهمية بالغة بين أفراد المجتمع، إذ تعتبر وسطا جيدا لحدوث التواصل الاجتماعي بين أفراد، ولعبة كرة القدم على اعتبار أنها الرياضة الأكثر جماهيرية فإنها تؤدي عدة أدوار يمكن أن ذكرها في مايلي :

8_1_ الدور الاجتماعي :

لعبة كرة القدم كنظام اجتماعي تقدم لنا العون في إنشاء شبكة واسعة من العلاقات بشتى الطرق وبمختلف أنواعها، كالتعاون والمثابرة، التماسك والتكافل، زيادة على ذلك فهي تمنح الفرصة للتعارف وما ينتج عنه من ميزة الحب والصدقة والتسامح.... الخ. كما تعمل هذه اللعبة الرياضية على تكوين ثقافة شخصية متزنة لفرد اجتماعيا. (النقيب، 1990)

8_2_ الدور النفسي التربوي :

تلعب كرة القدم دورا هاما في سد الفراغ القاتل الذي يعاني منه الفرد كما تلعب دورا مميزا أيضا في ترقية المستوى التربوي والأخلاقي للشخص، كونها أخلاق في مبدئها قبل كل شيء، ونذكر من أهم الصفات الأخلاقية والمتمثلة في الروح الرياضية وتقبل الآخرين وتناجهم النزيهة واكتساب المواطنة الصالحة وتقبل القيادة والتمثيل من الغير. (كامل، 2001، صفحة 166)

8_3_ الدور الاقتصادي :

باختلاف القطاعات الأخرى فإن القطاع الرياضي لا ينفصل عن المؤثرات والتحولات الاقتصادية ومجرياتها، حيث ظهرت دراسات متعددة حول اقتصاديات الرياضة ويعتقد "دينيس" عالم اجتماع الرياضة الهولندية، إن تكامل النشاط الرياضي مع المصالح الاقتصادية قد أدى إلى اكتساب الرياضة لمكانة رفيعة وعالية في الحياة الاجتماعية، وباعتبار كرة القدم أهم هذه الرياضات فدورها الاقتصادي يتجسد في الإشهار والتمويل وكذا مداخيل المباريات والمنافسات على كل المستويات بالإضافة إلى أسعار اللاعبين والمدربين.... الخ. (denis, 1995)

8_4_ الدور السياسي :

بما أن لعبة رياضة كرة القدم تعتبر الرقم الأول في سجل ترتيب الرياضات الشعبية مناصرة وممارسة وشغفا ، جعل من مختلف الهيئات السياسية ، كما لعبت هذه الرياضة في كسر كل الحواجز السياسية والحساسيات بين الدول والمجتمعات باختلافها والجمع بينهم في المحافل الدولية والقارية ونزع الصراعات والخلافات جانبا ومثال ذلك التقاء منتخب أمريكا وإيران في المونديال رغم الجمود السياسي بين البلدين . (ملكاوي، 2010، صفحة 77)

9_ القيمة التربوية لرياضة كرة القدم :

تعتبر كرة القدم من الأنشطة الهامة لدى الشباب بالنظر إلى اهتمامهم الكبير وإقبالهم المتزايد على ممارستها والشيء الذي يدل بوضوح على أنها تستجيب للعديد من حاجياتهم الضرورية التي تساعدهم على النمو الجيد والمتوازن ، وانطلاقا من هذا لوحظ أنه من الضروري توضيح التأثيرات الإيجابية لهذه الرياضة والتي لا تقتصر على جانب معين فحسب بل تشمل عدة جوانب عند الفرد منها الجانب البدني والصحي والعقلي والاجتماعي والتربوي ، ومن هذه التأثيرات نذكر مايلي :

✓ تساهم كرة القدم في تطوير الجانب البدني للشباب وذلك بتحسين وتطوير العديد من الصفات البدنية كالسرعة ، والقوة والتحمل ، المرونة ، الرشاقة والخفة والمقاومة وهي صفات تجعل الشباب يتمتع لاصحة الجيدة .

✓ انطلاقا من تحسين الصفات البدنية المذكورة فإنها تحسن من قوام الجسم ، مما يعطي للشباب مظهرا جميلا يسمح لهم بالتخلص من الإحساس بالنقص الذي ينجم عن الضعف البدني والمظهر الغير ملائم وهذا الجانب مهم جدا ، مما أدى بالشباب المراهق بالخصوص إلى الاهتمام به لأنه دائما يطمح للظهور بأحسن صورة .

✓ هي وسيلة مهمة في تربية الروح الجماعية واحترام الآخرين .

✓ بصفتها نشاطا جماعيا ، فهي تخلص الرياضي من العمل لصالح الخاص وتدفعه للعمل لصالح الجماعة .

✓ تكسب اللاعب الإحساس بالمسؤولية ، والاعتماد على النفس انطلاقا من القيام بدوره داخل الجماعة .

✓ تساهم مساهمة فعالة في توسيع علاقات الصداقة بين الشباب انطلاقا من احتكاكهم ببعضهم البعض داخل المنافسة .

✓ تربي لدى الشباب القدرة على التقييم الذاتي . إن من خلال وجود اللاعب ضمن جماعة الزملاء .

- ✓ يستطيع اللاعب مقارنة نفسه بالآخرين وتحديد مكانته الشخصية بينهم من جميع الجوانب .
- ✓ تنهي له روح تقبل النقد والاعتراف بالخطأ ، واحترام قرارات المدرب والحكام وحتى آراء الزملاء .
- ✓ تربي اللاعب على الانضباط والنظام ومختلف القوانين من خلال التزامه ببرنامج التدريب والمنافسة

المستمرة

- ✓ تساعد على تنمية الذكاء والتفكير وهذا انطلاقاً من المواقف العديدة والمتغيرة التي تصادف اللاعب أثناء المنافسة ، إذ في الكثير من الحالات يجد اللاعب نفسه مجبراً على استعمال ذكائه في التغلب على الخصم مما يجعله في كل مرة يفكر في الحل حسب الحالة التي تصادفه . (زيدان، 1995)

خلاصة :

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

وهي من الألعاب القديمة ذات التاريخ الطويل والتي حافظت فيه على حيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير باهتمامهم وممارسة الشعوب لها بشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة .

ونظرا لما تكتسبه ممارسة كرة القدم عند المراهقين من أهمية بالغة نرى من الضرورة الملحة لإعطاء العناية الكاملة لهذه الفئة باتخاذ سياسة واضحة وجدية ، وذلك بتوفير كل المنشآت الضرورية وتشجيع ممارسة كرة القدم ويجب وضع الإمكانيات اللازمة لذلك تحت تصرف الشباب المراهق إلى جانب ضرورة إعادة النظر في التدعيمات المخصصة في هذا الميدان ، فإن وفرت أدنى الشروط جلبنا أكبر عدد من الممارسين لهذه الرياضة التي لها فوائد عديدة ومتعددة تفي بحاجات ورغبات المراهق .

الفصل الثالث

المراهقة

❖ المراهقة

- تمهيد
- مفهوم المراهقة
- أنواع المراهقة
- مراحل المراهقة
- خصائص المراهقة (الفئة العمرية لعينة البحث
19_17 سنة)
- مشاكل المراهقة
- المراهقة وممارسة النشاط الرياضي
- علاقة المراهقة بممارسة النشاط الرياضي
- علاقة اللاعب المراهق بالرياضة
- أهمية ممارسة كرة القدم لدى المراهقين
- الخلاصة

تمهيد :

يمكن تقسيم حياة الفرد إلى مراحل، لكل مرحلة منها مظاهر وخصائص و أنماط وسلوكيات مميزة، تختلف بها عن المراحل الأخرى، هذا التقسيم لا يعني أن كل مرحلة منفصلة، حيث أن الفرد يتغير فجأة في الإمكانيات والقدرات والميول، بل على العكس من ذلك فإنه ينمو باستمرار وبتدرج، ولا توجد مرحلة منفصلة عن الأخرى، ولكن هدف التقسيم هو دراسة خصائص ومظاهر وأنماط السلوك لدى المراهق في مختلف مراحل نموه خلال مراهقته

تعد هذه الأخيرة مرحلة تمهيدية طبيعية من مراحل عمر الإنسان، وهذه المراحل هي : الطفولة، المراهقة، الشباب، الكهولة والشيخوخة، وهي مراحل زمنية من الطبيعي المرور بها .

وتعتبر المراهقة المرحلة الوسطى بين الطفولة وعمر الصبا، بهذا المعنى نفهم أن المراهق تخطى مرحلة الطفولة ولكنه لم يصل إلى مرحلة النضج الكامل، ومن هنا تبرز متاعب هذه المرحلة وخطورتها أيضا، فهي مرحلة انتقال من حال إلى حال تصاحبها تغيرات فيزيولوجية ونفسية، علما أن هذه التغيرات تكون سريعة متلاحقة تفاجئ من حوله وخصوصا أبويه وأخوته .

ونتطرق في هذا الجزء الثاني من هذا الفصل لدراسة مفهوم المراهقة وأنواعها ومراحلها وأهم خصائصها (عينة البحث) ، وكذا علاقة المراهق وممارسة النشاط الرياضي، لأنها مرحلة تتميز بالنضج والتقدم في كافة الجوانب البدنية، النفسية، المورفولوجية والفسولوجية وكذا العقلية.

1_ مفهوم المراهقة :

هي مرحلة تأهب للرشد وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد، أي أنها تمتد من 13 سنة إلى 19 سنة وقبل ذلك بعام أو عامين، أو عد ذلك بعام أو عامين، أي ما بين سن 11 سنة و21 سنة، إلا أنه من الملاحظ صعوبة تحديد نهاية المراهقة على الرغم من سهولة تحديد بدايتها، ويرجع ذلك إلى أن بداية المراهقة تحدد بالبلوغ الجنسي، بينما تحدد نهايتها بالوصول على النضج في مظاهر النمو المختلفة . (محمد الهنداوي، 2002، صفحة 123)

وكلمة مراهقة ADOLESCENCE هي كلمة مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLESCORA ومعناه التدرج في النضج الجسمي، العقلي، الانفعالي والاجتماعي .

وتستخدم كلمة مراهقة في علم النفس على أنها مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة النضج والرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد أي من 13 إلى 19 سنة . (غالبا، 1979، صفحة 141)

وهناك عدة تعاريف للمراهقة، فنجد أحمد زكي صالح الذي يعرفها : "على أنها مصطلح وصفي يقصد به مرحلة معينة تبدأ بنهاية الطفولة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد ."

أي أن المراهقة هي المرحلة النهائية لنمو الفرد غير الناضج جسميا، انفعاليا، عقليا، واجتماعيا، نحو بداية النضج الجسمي، العقلي، والانفعالي . (أحمد زكي، 1999، صفحة 134)

إلا أن البعض لا يفرق بين كلمة المراهقة وكلمة البلوغ، إذ أن لفظ المراهقة يعني التدرج نحو النضج الجسمي، الجنسي العقلي والنفسي، بينما نقصد بالبلوغ هو نضج الأعضاء الجنسية واكتمال وظائفها، وعلى إثر ذلك يتضح لنا أن البلوغ يقصد به جانب واحد من جوانب المراهقة هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فإنه يأتي قبل الوصول إلى مرحلة المراهقة، ففي بداية هذه الأخيرة تحدث تغيرات كثيرة على المراهق من أهمها النضج الجنسي، حيث تبدأ في هذه المرحلة الغدد الجنسية القيام بوظائفها . (عيسوي، 1991، صفحة 88) .

1_2_ أنواع المراهقة :

الواقع أنه ليس هناك نوع واحد من المراهقة، فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والمادية، وحسب استعداداته الطبيعية، والمراهقة تختلف من فرد إلى آخر ومن بيئة جغرافية غلى أخرى، وكذلك تختلف باختلاف النمط المعيشي الذي تربى عليه الفرد، وكذا تختلف في المجتمع الذي يفرض الكثير من القيود على

كما قسمها " زهران " إلى ثلاثة أقسام على الشكل التالي :

- مرحلة المراهقة المبكرة من سن (14_12) تقابل مرحلة المتوسط .
- مرحلة المراهقة الوسطى (17_15) وتقابل المرحلة الثانوية .
- مرحلة المراهقة المتأخرة (21_18) وتقابل المرحلة الجامعية . (زهران ح.، 1972، صفحة 111)

1_3_1_1 المراهقة المبكرة (14_12 سنة) :

تغيرات واضحة على المستوى الجسمي ،والفسيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي ،يسعى المراهق إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدرسين والأعضاء الإداريين)،فهو يرغب دوما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ،ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه . (م.فايض، 2001)

1_3_1_2 المراهقة الوسطى (17_15 سنة) :

هي الفترة التي تلي الفترة السابقة وتمتد أحيانا حتى سن السابعة عشر وتسمى هذه المرحلة أحيانا بسن الغرابة والارتباك ،لأنه في هذه السن يصدر من المراهق مجموعة من السلوكات تكشف عن مدى ما يعانيه المراهق من ارتباك وحساسية زائدة حين تزداد طفرة النضج الجنسي كما يشعر المراهق في هذه المرحلة بالنضج الجسمي والاستقلال الذاتي نسبيا كما تتضح المظاهر المميزة والخاصة بالمراهقة الوسطى ،لذلك تراه يهتم اهتماما كبيرا بنموه الجسمي ،كما تعتبر هذه الفترة فترة توجيه مهني ودراسي ،لأن القدرات الخاصة تبدأ بالظهور بشكل واضح . (م.ميخائيل، 1991، صفحة 147)

1_3_1_3 المراهقة المتأخرة (21_18 سنة) :

هي المرحلة التي تتبع المراهقة المبكرة ،حيث تصادف هذه المرحلة من التعليم الثانوي أو من مراحل التعليم العالي ،وغالبا ما تسمى بسن اللباقة والوجاهة وحب الظهور وذلك لما يشعر به المراهق من متعة وأنه محط أنظار الجميع ،وأهم مظاهر التطور في هذه المرحلة توافق الفرد مع نواحي الحياة وأشكالها وأوضاعها السائدة بين الراشدين بما فيها من اتجاهات نحو مختلف الموضوعات والهداف والمثل ومعايير السلوك ،وفي ذلك يتصرف بما يحقق له هدفه الذي لفترة طويلة يسعى إليه وهو الوصول على اكتمال الرجولة . (م.الهنداوي، 2002)

1_4_1_ خصائص النمو عند فئة الأواسط (عينة البحث) :

1_4_1_ الخصائص المورفولوجية :

يشهد النمو المورفولوجي للمراهق في هذه المرحلة تطوراً كبيراً، حيث تنمو العضلات والعظام وتظهر خصائص ومميزات الجنس إذ أن الجانب الجسمي تطراً عليه بعض تغيرات كالوزن والطول ، حيث تصبح عضلاته ممتلئة وقوية وبارزة ، كما يزداد طول المراهق بسرعة من 7,5 إلى 13 سم ، أما النمو العضوي فيتمثل في الأبعاد الخارجية كالطول والوزن والعرض ، حيث يكون متوسط النمو بالنسبة للوزن هو 3 كلغ في السنة ، و29 سم بالنسبة للطول ويؤدي النمو الجسمي بالاهتمام بالجنس الآخر (أسامة كامل راتب 1994، ص115).

ويستطيع المراهق بواسطة الأنشطة الرياضية أن يخفف من هذا الاختلال في الاتزان بواسطة ممارسة رياضة كهواية يمارسها أسبوعياً أو يومياً حسب قدره ، لأن الرياضة تعتبر أكر من وسيلة ترفيه للمراهق حيث تعينه على تخطي المرحلة بنجاح. (عبد الرحمان العبسي، 1995، ص42)

1_4_2_ الخصائص الفسيولوجية :

تتميز هذه المرحلة بتغيرات ملحوظة في النشاط الغددي، وفي بعض أعضاء الأجهزة الداخلية ، قد تتأثر الأجهزة الدموية والهضمية والعصبية بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة وتفسر بمراحل الظاهرة لنمو هذه الأجهزة عن التباين الشديد الذي يؤدي إلى اختلاف حياة الفرد في بعض نواحيها.

وتنمو كلك المعدة وتزداد سعتها خلال هذه المرحلة زيادة كبيرة ، وهذا راجع إلى رغبة الفرد الملحة في الطعام لحاجته إلى كمية كبيرة من الغذاء، هذا ويختلف الجهاز العصبي عن نمو بعض الأجهزة الأخرى في بعض النواحي وذلك لن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، ولا تؤثر في النمو بمراحله المختلفة، هذا بالإضافة إلى توازن غددي مميز الذي يلعب دوراً كبيراً في التكامل بين الوظائف الفسيولوجية الحركية الحسية والانفعالية للفرد .

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوط نسبي ملحوظ في النبض الطبيعي مع زيادته بعض الجهود القصوى ، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي ، مع ارتفاع قليل في ضغط الدم ، يؤكد

تحسن التحمل في هذه المرحلة ونسبة استهلاك الأوكسجين عند المراهق . (بسطيوسي أحمد، 1996، ص182)
1_4_3_ الخصائص الحسية _الحركية :

تتميز هذه المرحلة بتطوير المهارات الحركية، والقدرات البدنية، بإدراك الحركات الجسمية والتحكم فيها، واكتساب سلوكيات حركية متزنة ومنسقة وملائمة (كالركض والمشي،..... الخ). والفنية البسيطة والمركبة كالتوافق والانسجام الحركي ، كما يزداد نشاط المراهق وقوته في التحكم في الفنيات الحركية القاعدية والوضعيات التكتيكية البسيطة للأنشطة الرياضية.

فقد اختلف العلماء بالنسبة للدور الذي تلعبه هذه الفترة من العمر وسن المراهقة في النمو الحركي حيث يرى " الزهران " أن حركات المراهق في سن المراهقة تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التناسق والتوافق والانسجام ، وأن هذا الاضطراب الحركي يحمل الطابع الوقيتي ، إذ لا يلبث المراهق بعد ذلك أن تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافق عن ذي قبل، أي أن مرحلة المراهقة هي "فترة الارتباك الحركي " (حامد عبد السلام الزهران، 199، ص339)

إلا أن "حمد فرج" أشار إلى أن النمو الحركي في مرحلة في هذه المرحلة من المراهقة لا يتميز بالاضطراب ولا ينبغي على أن نطلق على هذه المرحلة مصطلح الأزمة الحركية للمراهق بل العكس من ذلك يستطيع الفرد في هذه المرحلة أن يمارس العديد من المهارات الحركية ويقوم بشيئها . (عنايات محمد أحمد فرج، 1998، ص71)

1_4_4_ الخصائص العقلية :

تأخذ الحياة العقلية لدى التلميذ خلال هذه المرحلة منعرجا آخر، خاصة أنه ينتقل من الإدراك الحسي والحركي إلى إدراك العلاقات المعقدة، حيث ينمو الذكاء ويصبح عبارة عن قدرة عقلية عامة. كما تزداد قدرة التلميذ المراهق على التفكير، والتخيل والإدراك والانتباه. تتطور الحياة العقلية نحو التمايز، وتكسب حياة الفرد ألوأنا من الفعالية وتساعد على إعداد نفسه على التكيف الصحيح مع البيئة الثقافية والاجتماعية التي يعيش فيها ،ولهذا تبدو مهمة مع العمليات الفكرية لدى المراهقين الرياضيين ، حيث تتميز هذه المرحلة بنمو الذكاء العام ويسمى بالقدرة العقلية العامة كما تتضح القدرات الفكرية والميول إلى نشاط معين دون الآخر وتزداد قدرة المراهق على القيام بالعمليات العقلية العليا، ولقد استطاع علماء النفس بعد دراسات طويلة أن يحددوا بعض من القدرات

الهامة ،وقد أطلقوا على هذه القدرات ب "القدرات العقلية " وهي الفهم اللغوي والتفكير والقدرة العددية والطلاقة اللفظية . (محمد عماد الدين،1982،ص55)

1_4_5_ الخصائص النفسية والانفعالية :

يشكل النمو الانفعالي في هذا السن من المراهقة جانبا أساسيا في عملية النمو الشاملة وتعتبر دراسة هامة جدا وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل لتحديد وتوجيه المسار الإنمائي لشخصيته ككل ، الغوص إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من العواطف والأفكار، كما أن انفعالات المراهق تختلف في أمور كثيرة عن انفعالات الأطفال وكذلك الشباب ،نلخصها في النقاط التالية :

- ✓ تمتاز الفترة الأولى من المراهقة فترة انفعالات عنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب .
- ✓ المراهق في هذه المرحلة لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته النفسية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عن غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الاتزان الانفعالي .
- ✓ يتعرض بعض المراهقين لحالات اليأس والقنوط والحزن نتيجة لما يلاقونه من إحباط، تتميز المرحلة بتكوين بعض العواطف الشخصية .
- ✓ يسعى المراهق إلى الاستغلال الانفعالي أو النظام النفسي عن المحيط الأسري .
- ✓ بالرغم من حاجة المراهق إلى الرعاية إلا أنه يميل إلى نقد الكبار . (بيسطويسي،1996،ص183) .

1_4_6_ خصائص النمو الاجتماعي

ما يميز الجانب الاجتماعي في هذه المرحلة للمراهق هو الحث عن الاستقلالية والاندماج المباشر في المجتمع وسلطة الوالدين ، فالحيث الذي يعيش فيه المراهق يرغبه على قوانين وتقاليد عليه احترامها ،حيث أنه لا يريد كونهما تحد من حريته وهكذا يريد أن يتمرد عليها إن استطاع وينشأ صراع بينه وبين مجتمعه . (حامد زهران عبد السلام،2005،ص349) .

والمراهق يميل في هذه المرحلة إلى جماعة الأقران باتساع الحياة الاجتماعية للمراهق،وتستمر التنشئة الاجتماعية من أشخاص ذو تأثير كبير عليه كالوالدين والمدرسين،وهكذا يتعلمه للنماذج السلوكية التي يقدمها

،ويمكن توضيح أهم النمو الاجتماعي في الخضوع لجماعة الرفاق التي يخضع المراهق لأساليب رفاقه ومعاييرهم ونظمتهم ويصبح ذلك مسارا لجماعة الرفاق التي ينتمي إليها ، تحرره من أسرته نشأ فيها فيتحول بولائه الجماعي من هذا الاتجاه يركز على المحددات الداخلية للسلوك، " المحددات البيولوجية "، ويتزعم هذا الاتجاه الأسرة إلى الظاهر. (فؤاد البهي السيد،1998،ص329).

1_4_7_ الخصائص الجنسية :

يعتبر هذا النمو من ملامح النمو البارزة والواضحة في مرحلة المراهقة وعلامة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة وهي نتيجة منطقية لمجموعة التغيرات السيكولوجية في هذه المرحلة .

عندما تبدأ مرحلة المراهقة ويحدث البلوغ نلاحظ انه يطرأ على الأعضاء الجنسية نشاط حيث تبدأ نشاط الغدد التناسلية ، تنتج الخلايا الجنسية وهذه المرحلة لا تعني أن الطفل على التناسل، ولكنها تعتبر مرحلة تكييف على نضج الصفات الجنسية الأولى، أما الصفات الجنسية الثانوية فإنها مصدر التمايز بين الذكور والإناث . (أمين أنور الخولي،2005،ص213).

1_5_ المراهقة وممارسة النشاط الرياضي :

من الطبيعي أن الرياضة عامة والنشاط الرياضي خاصة تساعد المراهق على التعرف عن قدراته البدنية والعقلية ويكشف من خلالها عن مواهبه ،إضافة بطبيعية الحال اكتسابه للسلوك السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي وسيلة تربوية لها تأثيرا إيجابيا على سلوك المراهق في مرحلة المراهقة من حيث :

- اكتساب القيم الأخلاقية .
- الروح الرياضية .
- قيمة اللعب النظيف .
- الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب .
- تحمل المسؤولية .
- التنافس في سياق تعاونها .

لذا يجب أن يهتم المرابي الرياضي بتقدسم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربوية تؤكد إظهار الجوانب الإيجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية . (أسامة كامل، 199، ص127)

1_5_1_ علاقة المراهقة بممارسة النشاط البدني الرياضي :

إن الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا وجسما ووجدانا ،فلا نستطيع أن نقوم بتجزئته بل لا بد من أن نفكر في الأداء الحركي من الانفعال والتصرف إزاء هذا الموقف ، ومن هنا أصبحت ممارسة النشاط البدني الرياضي فالرياضة تهدف إلى تنمية النشئ تنمية كاملة من الناحية الصحية والجسمانية والاجتماعية بالنهوض به إلى المستوى الذي يصبح فيه عنصرا فعالا في مجتمعه ووطنه ، وراعت كذلك في مراحل نمو الطفل منذ ولادته ومتابعة هذا الطفل والاعتناء به خاصة في مرحلة المراهقة ،وذلك بوضع برامج معادلة تتماشى مع ميوله ورغباته وانفعالاته وتكوينه الجسماني وإعداده الصحي ،وتهدف ممارسة الرياضة إلى أهداف كثيرة منها تنمية الكفاءة البدنية وتنمية الكفاءة الحركية وتنمية العلاقات الاجتماعية . (محمد عادل الخطاب، 1966، ص31)

1_5_2_ علاقة اللاعب المراهق بالرياضة :

يتفق (ريتشارد أولرمان 1983) مع (فرويد) في اعتبار اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للتوتر والإحباط الذي من شأنه أن يعطل الطاقة الغريزية للهو، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة ،ويستطيع المراهق التحكم في صراعاته الغر اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة وبالتالي التحكم في ذاته والواقع الذي يعيش فيه .

وبفضل اللعب والنشاط لرياضي يتمكن المراهق من تقويم وتقييم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدني ومحاولة تطويرها باستمرار ، كما تسمح له بالانفصال المؤقت عن الواقع بحثا عن صدى واقعي في عالم الأشياء وعالم الأشخاص . كما يرى (منيجيتز 1924) أن اللعب والرياضة من أنماط الصراع الرمزي الذي يرتكز أساسا على العدوانية والسلوكات الغير المقبولة اجتماعيا ،

كما أن الضغط الذي تولده التوترات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل الممارسة الرياضية باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعيا وباعتبارها كذلك الطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاتيته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي .

إن من أزمات الشباب المعاصر كما قال (أريك أركيسون) التي تتمحور حول مسألة تكوين الهوية، فيتوقف نجاح الشباب في تخطي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم للمشاكل التي تعترضهم، والمشكلة الأساسية في هذه المرحلة هي تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية والسلوكيات العدوانية التي يتم التحكم فيها دون كبتها الرياضة وتمكن المراهق من تجاوز الحوار اللغوي إلى الجسدية التي له التعبير المطلق عن المكونات البسيكوفيزيولوجية، حيث أن جزء كبير همشته مادية الحضارة، فعن طريق الحركة يتجاوز المراهق جميع القوانين والتقنيات والمحرمات التقليدية المفروضة، وبذلك يحاول تجاوز الواقع وبمعنى آخر تحدث قطعة إيجابية مع الحياة اليومية الروتينية، فالإيجابي يتجه نحو الرياضة والسليبي يتجه نحو المخدرات والجرائم .

إن الرياضة تعتبر عاملاً هاماً في بناء الخلاق القومية وتقت عناصر الجريمة، ومنه فقد تعتبر الرياضة الوسيلة الأرقى لتحقيق حاجات المراهق . (شارلز بيوكر، 1964، ص453)

1_5_3_ أهمية ممارسة كرة القدم لدى المراهق :

يقول الدكتور حسن أبو عبده 2001 :لرياضة كرة القدم أهمية كبيرة عند المراهقين لما لها من شهرة عالمية وإقبال واهتمام كبير من مختلف شرائح المجتمع، وهذا يدل بوضوح أنها تلي حاجيات المراهق الضرورية وتساعد على النمو الجيد والمتوازن .

ومن الإيجابيات المميزة لأهمية كرة القدم عند المراهق نجد :

- هي الوسيلة المهمة في تربية روح الجماعة والتعاون واحترام الآخرين، وبصفتها نشاط جماعي فهي تخلصه من السلوك الأناني والعدواني وتدفعه للعمل لصالح الجماعة .
- تشعر اللاعب بالمسؤولية والاعتماد على النفس انطلاقاً من القيام بدوره داخل الفريق .
- تساهم مساهمة فعالة في توسيع العلاقات بين أعضاء الفريق وذلك من خلال احتكاكهم ببعضهم البعض.
- تنمي روح تقبل النقد والاعتراف بالخطأ انطلاقاً من احترام قرارات المدرب أو الحكم وحتى آراء الزملاء تساهم في تنمية صفة الشجاعة والإرادة .
- تعود الفرد على النشاط والحيوية وتبعده عن الكسل والخمول .
- تربى اللاعب على الانضباط والاحترام .

- تساهم في توجيه الطاقة الزائدة عند الشباب وتوجيهها سليما يعود عليهم بالفائدة ،خاصة من الجانب الصحي ، إذ تمتص ما لديهم من فائض في الطاقة ، فتخفف بذلك من دوافعهم المكبوتة (الجنسية العدوانية) .
 - تساعد على تنمية الذكاء والتفكير ، حيث أن هناك مواقف تجبر اللاعب على استعمال ذكائه للتغلب على الخصم والتفكير في الحل المناسب حسب الوضعية المصادفة .
 - تعتبر نشاطا ترويجيا وهذا ما يساعد اللاعب المراهق على التخفيف من حدة الاضطرابات النفسية والتخلص من العزلة والانطواء .
 - تساعد على اكتساب مهارات وخبرات جديدة تعطيه دفعا قويا للتعلم أكثر في شتى مجالات الحياة .
 - تساعد على استغلال وقت فراغه إيجابيا ، وتتم في صفة التعاون المهمة في حياة الفرد الاجتماعي .
- محمود عبد الرحمان حمودة، 1991، ص48)

خلاصة :

من خلال كل ما سبق نستنتج أن المراهقة من أهم المراحل في حياة الإنسان، وهي ذات خصائص ومميزات ومتطلبات وفيها يطرأ على الفرد أو المراهق تغيرات من الناحية الجسمية والعقلية وكذا الانفعالية والاجتماعية وحتى النفسية، كذلك من حيث تكوين عاداته وميوله واكتسابه القيم والمعايير الدينية والأخلاقية التي تحكم سلوكه وتوجه تفاعله مع مجتمعه. حيث يراها الكثير من الباحثين في العلوم الاجتماعية والنفسية على أنها أهم مراحل النمو مما يتوجب على الباء والمربين العاملين في مجال رعاية الشباب معرفتها نظراً لخطورة هذه المرحلة وأهميتها في بلورة شخصيات الراشدين مستقبلاً.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

❖ منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

- تمهيد
- منهج البحث .
- الدراسة الإستطلاعية .
- مجتمع البحث وعينته .
- مجالات البحث .
- متغيرات البحث .
- أدوات البحث
- الأسس العلمية للأداة .
- الأساليب الإحصائية .
- خلاصة

تمهيد :

بعد قيامنا بدراسة الجانب النظري في موضوع بحثنا هذا الذي تضمن ثلاثة صول التي هي عل الترتيب :
الدوافع وكرة القدم ثم مرحلة المراهقة (الفئة العمرية) .

وبعد دراستنا لهذه الفصول لابد من أن نتطرق إلى الجنب التطبيقي والذي نحاول من خلاله إيجاد الحلول
للإشكاليات والتساؤلات المطروحة مسبقا ، وهذا من أجل إثبات صحة الفرضيات المطروحة ولكي يتم تأسيس
عمل منهجي منظم لابد من توضيح جميع الجوانب والإجراءات التي تم القيام بها أثناء عملية الدراسة لكي يكون
البحث موضوعي ، تيسر للمطلع فهم وتفسير النتائج على ضوء المعلومات الواردة فيه .

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

1_ منهج البحث :

إن المنهج في البحث العلمي هو مجموعة من القواعد التي يتم السير عليها واحترام خطواتها من أجل الوصول في الأخير إلى الحقيقة .

وفي بحثنا هذا استخدم الطالب الباحث المنهج المسحي الوصفي والذي يعرف بأنه مجموعة من إجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو موضوع اعتماد على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلا كافيا ودقيقا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى النتائج . (عمر ، 1993 ، صفحة 24)

2_ الدراسة الإستطلاعية :

الدراسة الاستطلاعية لها أهمية كبيرة في مساعدة الباحثين على صياغة الأسئلة وجعلهم يتأكدون من الذي يفكرون فيه أن له الأساس في الواقع ، ولذلك على الباحث أن يقوم بالدراسة الاستطلاعية حيث يطمئن منها سلامة المحتوى وسلامة صياغتها .

إن الضمان السير الحسن لي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة و الصعوبات التي قد تعترض الباحث في التجربة الميدانية ، في إطار تحديد موضوع الدراسة موضوعا دقيقا ، وسعيا من جماعة البحث للانطلاق في دراسة موضوع ميداني قابل للبحث والتحليل .

قمنا بالدراسة الاستطلاعية من خلال تقربنا لبعض اللاعبين لكرة القدم (فئة أواسط) ، وهذا لأجل معرفة دوافع ممارستهم لرياضة كرة القدم ، وكذلك التأكد من ملائمة تطبيق إجراءات البحث في حدود الإمكانيات المتاحة ، والتعرف على أهم الصعوبات المتوقعة ظهورها عند تطبيق البحث ومعرفة مدى استجابة وفهم اللاعبين لمختلف الأسئلة وكذا معرفة الزمن المناسب وأدوات القياس اللازمة لإجراء الدراسة وطبيعة الأسئلة التي تخدم الموضوع .

قمنا بتوزيع استمارة الإستبيان على لاعبي كرة القدم (الأواسط) ، وقبل الشروع في التوزيع عرضنا الاستبيان لتحكيم السادة الدكاترة والأساتذة المختصين من معهد علوم وتقنيات التربية البدنية والرياضية بولاية مستغانم

، حتى يمكننا الاستفادة من الأخطاء والقيام بتصحيحها وبالتالي يكون واضح ومفهوم لكل أفراد العينة ، كما تساعد هذه الطريقة على الالتزام بالموضوعية والمصداقية .

3_مجتمع البحث وعينته :

نعني بمجتمع البحث (الدراسة) جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث ، وفي واقع الأمر أن دراسة مجتمع البحث الأصلي كله يتطلب أحيانا وقتا طويلا وجهدا شاقا وتكاليف مرتفعة ، ويكفي أن يختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع الدراسة بحيث تحقق أهداف البحث وتساعد على إنجاز مهمته . (ملحم س.، 2000، صفحة 200)

ولذا قد اعتمدنا في بحثنا هذا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بلاعبي الفرق التي تمثل قسم الجهوي الثالث والبالغ عددهم 12 فريقا ممثل ب 195 لاعبا.

يعرف على العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع ، وتتلخص فكرة دراستنا في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة. (م.علاوي، 1999، صفحة 142_143)

وعليه فقد تمت إختيار عينة بحثنا من لاعبي كرة القدم لفئة الأواسط والذين كان عددهم 40 لاعبا وقد تم اختيارهم بصورة مقصودة وهذا بأمر من مدربيهم كونهم دائمي الحضور وكانو موزعين كالتالي :

_ 18 لاعبا من فريق أمل بلدية سيدي بلعطار .

_ 22 لاعبا من فريق بلدية مولودية حجاج .

4_ مجالات البحث :

4_1 المجال البشري : وتضمن 40 لاعبا من فئة الأواسط لكرة القدم .

4_2_المجال المكاني : أجريت هذه الدراسة على مستوى فريقين لكرة القدم وهما فريق أمل بلدية سيدي بلعطار وفريق مولودية بلدية حجاج من ولاية مستغانم .

4_3_المجال الزمني : تمت الدراسة الكلية ابتداء من شهر فيفري وانتهت لغاية شهر ماي 2024 ، أما

الإجراءات الميدانية فكانت بين الفترة المحصورة من 10 أبريل و 16 ماي 2024

فخلال شهر أفريل تمت خطوات إعداد استمارة الاستبيان وعرضها على الأستاذ المشرف ومجموعة من أساتذة محكمين، وبعدها تم ضبط الاستمارة النهائية، ثم إجراء التطبيق الميداني وجمع البيانات وتفريغها، وعرض وتحليل النتائج ومناقشتها وهذا من خلال الفترة الممتدة من 05 ماي إلى 16 ماي 2024 .

5_ متغيرات البحث :

عن أي دراسة يتطرق إليها الباحث إلا وتوفرت على متغيرات ألا وهما المتغير المستقل والتابع .

5_1_ المتغير المستقل : هو المتغير الذي أحدث التغييرات التي طرأت على المتغير الآخر (التابع) أو بمعنى آخر هو السبب الذي قامت من أجله الدراسة وفي موضوعنا هذا المتغير المستقل هو الدوافع .

5_2_ المتغير التابع : هو ذلك المتغير الذي يرغب في الكشف عن تأثير المتغير المستقل عليه، وفي موضوعنا هذا المتغير التابع هو رياضة كرة القدم .

6_ أدوات البحث :

لقد وقع اختيارنا على أداة الاستبيان من اجل دراسة هذا الموضوع لأنه كثير الإستعمال في البحوث الوصفية والتحليلية الذي يساعد على الفهم الأعمق والأوضح للجوانب العلمية والعناصر الأساسية المكونة لموضوع دراستنا .

فالاستبيان هو مجموعة من الأسئلة المركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين، ثم يوضع في استمارة ترسل أو تقدم إلى أشخاص معينين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها . (أ.ر. كامل، 1999، صفحة 142)

ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تساهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت ممكن بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية (الخالق، 1982، صفحة 111)

حيث تم إعداد أسئلة الاستمارة التي حاولنا أن تكون شاملة لجميع ما جاء في الجزء النظري، فقد ضم الاستبيان قائمة متكونة منموزعة علىمحاور وقد راعينا عند صياغة الأسئلة مايلي :

_ صياغة الأسئلة بطريقة سهلة وواضحة .

_ ربط الأسئلة بالأهداف والمحاور المراد الحصول عليها .

_ احتواء هذه الأسئلة على أسئلة مغلقة يجيب عليها أفراد العينة بنعم أو لا ،وهي موجهة إلى أفراد العينة من أجل الحصول على معلومات حول الموضوع أو المشكلة المراد دراستها ،ولقد تم توزيع الاستبيان بالتوجه إلى لاعبي فئة الأواسط لكرة القدم ،حيث صادفنا اللاعبين رفقة المدربين وذلك بعد أخذ الإذن من إدارة المعهد وإمضاء تسهيل المهمة من قبل مدير الدراسات .

7_ الأسس العلمية للأداة :

7_1 الصدق : يعني به أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه كما يقصد بالصدق شمول الاستبيان لكل العناصر الأساسية التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث يكون مفهومه لكل من يستخدمها . (بسطويسي، 1984، صفحة 87)

ولتأكيد من صدق الأداة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة من أن الاستبيان يقيس ما أعده له ،حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على 5 أساتذة من معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم ،واعتمادا على التعديلات والملاحظات والتوجيهات التي قدموها لنا المحكمين قمنا بتعديلها والذي اتفق عليه معظم المحكمين .

7_2_ الثبات :

قام الطالب بإجراء ثبات الإختبار حيث تم توزيعه على عينة تتكون من 15 لاعب من كلا الناديين وتم إستبعاده عن العينة الرئيسية وبعد أسبوع أعيد الإختبار على نفس العينة .

8_ الموضوعية : بعد توزيع إستمارة الإستبيان على اللاعبين إرتأينا أن النتائج مسندة إلى مصداقية إجابات اللاعبين على الإستمارة ،وعليه حرصنا على إقناع الجميع بموضوعية ومصداقية إستمارة الإستبيان ،لأن آرائهم توصلنا إلى نتائج دقيقة في بحثنا هذا .

8_ صعوبات البحث :

لقد تضمنت حدود دراستنا الميدانية استبياننا موجهها للاعبين فريق أمل سيدي بلعطار وفريق مولودية حجاج لفئة الأواسط ،فقد واجهنا بعض الصعوبات في بداية الأمر في ما يخص مشكل برجمة اللقاء مع اللاعبين من أجل توزيع الإستبيان وكذا مشكل التنقل من بلدية على أخرى وكذلك من أجل إختيار العينة المقصودة حتى يتسنى لنا إسترجاع الإستبيان .

8_ الأساليب الإحصائية :

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها وكفي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الإستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الإستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وقد استخدمنا قانون النسبة المئوية الذي يعطي نتائج دقيقة تمكننا من الفصل بينها، وقانون النسب المئوية كالآتي :

$$\frac{100 \times 1ن}{ن} = س \quad \left\{ \begin{array}{l} ن \longleftarrow \%100 \\ 1ن \longleftarrow \%س \end{array} \right.$$

حيث : س : النسبة المئوية المحسوبة .

ن : المجموع الكلي للعينة

1ن : عدد التكرارات . (السيد، 1970، صفحة 74)

خلاصة :

من خلال كل ما سبق التطرق إليه في هذا الفصل فقد تم التعرف على منهجية البحث ومجتمعه وعينته، بالإضافة إلى استخراج الأسس العلمية للأدوات المستخدمة فيه، وفي الأخير الأساليب الإحصائية التي من شأنها المساعدة في التحقق من صحة الفرضيات المقترحة والإجابة على التساؤلات، وهذا ما قد يمكننا من الوصول إلى المتغى من وراء إنجازنا لهذا البحث .

الفصل الثاني

❖ عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث

تمهيد :

في هذا الفصل سنتطرق إلى عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة، ثم نستخلص الاستنتاجات العامة للبحث، وكذلك التوصيات والاقتراحات، وهذا من خلال ما توصلنا إليه من النتائج الدراسية الميدانية لغرض معرفة دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين .

1_ عرض وتحليل النتائج :

المحور الأول : دوافع اللياقة البدنية والصحية .

السؤال الأول : هل تمارس كرة القدم من أجل المحافظة على اللياقة البدنية ؟

الغرض : معرفة ما إذا كانت المحافظة على اللياقة البدنية دافع لممارسة كرة القدم .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	38	02	40
النسبة المئوية	% 95	% 05	%100

الجدول رقم (1) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم من أجل المحافظة على اللياقة البدنية.

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 38 لاعبا أي ما يعادل 95 % من اللاعبين المنخرطين في النادي يرون أن المحافظة على اللياقة البدنية هي ما تؤهلهم إلى ممارسة كرة القدم ، حيث يرى لاعبين إثنين غير ذلك وقدرت بنسبة 05 % .



الشكل رقم (1) : ممارسة كرة القدم للمحافظة على اللياقة البدنية

الإستنتاج : نستنتج من خلال نتائج الجدول والشكل البياني أعلاه أن أغلب اللاعبين يمارسون كرة القدم. وذلك بدافع المحافظة على اللياقة البدنية سواء السرعة أو الرشاقة أو القوة الخ... ، بهدف الإرتقاء بالحالة البدنية والفسولوجية وتطويرها هذا ما يجعله مستعد بدنيا خلال المباريات والمنافسات المختلفة طبيعتها .

السؤال الرابع : هل تمارس كرة القدم لأنها تساهم في الوقاية من الأمراض ؟

الغرض : معرفة هل لممارسة كرة القدم للاعبين دور في الوقاية من الأمراض .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	40	00	40
النسبة المئوية	% 100	% 00	% 100

الجدول رقم (2): يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع الوقاية من الأمراض.

التحليل والمناقشة: تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 40 لاعبا مراهقا أي ما يعادل 100 % من اللاعبين يرون أن ممارستهم لكرة القدم تقيهم من الأمراض بمختلف أنواعها ولم نسجل أي حالة ترى من غير هذا القبيل.



الشكل رقم (2): ممارسة كرة القدم كونها تساهم في الوقاية من الأمراض .

الإستنتاج: نستنتج من خلال نتائج الجدول والشكل البياني أعلاه أن جل اللاعبين المراهقين يمارسون كرة القدم لأن ممارستها مفيد لصحتهم وتقيهم من الأمراض والإمتناع عنها قد يزيد من وزهم والإنقاص من مستواهم الحقيقي . .

السؤال السادس : هل تمارس كرة القدم لغرض تطوير المهارات الفنية والبدنية ؟

الغرض : معرفة هل يمارس المراهق كرة القدم من اجل تطوير مهاراته الفنية والبدنية .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	38	02	40
النسبة المئوية	% 95	% 05	% 100

الجدول رقم (3) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم من أجل تطوير المهارات الفنية والبدنية.

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 38 لاعبا مراهقا أي ما يعادل 95 % من اللاعبين المنخرطين في النادي يمارسون كرة القدم بدافع تطوير مهاراتهم الفنية والبدنية ، في حين أجاب لاعبين إثنين بأنه من خلال ممارسة كرة القدم لا يرون غير ذلك وقدرت بنسبة 05 % .



الشكل رقم (3) : ممارسة كرة القدم لأجل تطوير المهارات الفنية والبدنية .

الإستنتاج : نستنتج من خلال نتائج الجدول والشكل البياني أعلاه أن جل اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم بهدف تنمية وتطوير المهارات الفنية والبدنية وهذا من أجل الإستمرارية والوصول إلى المستوى العالي وكفي يجعله مستعد بدنيا وفنيا وهذا لطبيعة أداؤها وحملها التدريبي .

المحور الثاني : الدوافع الإجتماعية .

السؤال الثالث : هل تمارس كرة القدم من أجل تكوين علاقات صداقة وتحقيق مركز إجتماعي أفضل ؟

الغرض : معرفة إن كان الغرض من ممارسة كرة القدم هو تحقيق و تكوين علاقات ومركز إجتماعي أفضل .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	30	10	40
النسبة المئوية	%75	% 25	%100

الجدول رقم (4) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم من اجل تكوين علاقات صداقة وتحقيق مركز إجتماعي أفضل .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 30 لاعبا أي ما يعادل 75 % وهي نسبة عالية كون اللاعبين يرون أن ممارستهم لكرة القدم من أجل تكوين علاقات صداقة و هذا ما يبرز أهمية ممارستها، في حين أجاب 10 لاعبين لا يرون ذلك كدافع وقدرت بنسبة 25 % .



الشكل رقم (4) : ممارسة كرة القدم بدافع الشهرة

الإستنتاج : نستنتج من خلال نتائج الجدول والشكل البياني أعلاه أن جل اللاعبين يمارسون كرة القدم لغرض البحث عن علاقات صداقة أخوية إنسانية مع الزملاء سواء داخل المجموعة أو خارجها خلال فترة الممارسة .

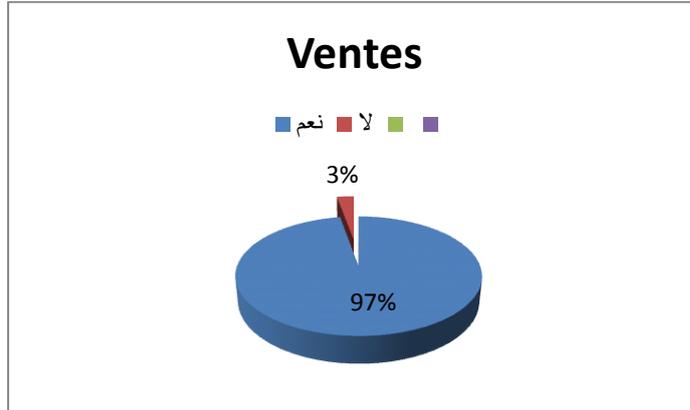
السؤال الرابع : هل تتلقى التشجيع والثناء من عائلتك وأصدقائك عند ممارستك لكرة القدم ؟

الغرض : معرفة إن كان تحفيز الأسرة والأصدقاء دور في ممارسة اللاعب لكرة القدم .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	39	01	40
النسبة المئوية	% 97.5	% 02.5	%100

الجدول رقم (5) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع تحفيز الأسرة والأصدقاء .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 39 لاعبا مارهاقا أي ما يعادل % 97.5 يمارسون كرة القدم معناه أن الأسرة هي المتكفل والمرشد الأول بإبنها وخاصة في فترة المراهقة ، في حين رأى لاعب واحد دون ذلك وراجع ذلك طبيعة العلاقة مع الأصدقاء وقدرت بنسبة % 02.5 .



الشكل رقم (5) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن الأسرة هي العامل الأول في تحفيز والوقوف إلى جانب إبنها والتي تحاول

دوما الحفاظ على كارييرته والتألق باستمرار كما أن لفريق الأصدقاء دور فعال في تحفيز زميلهم وتشجيعه .

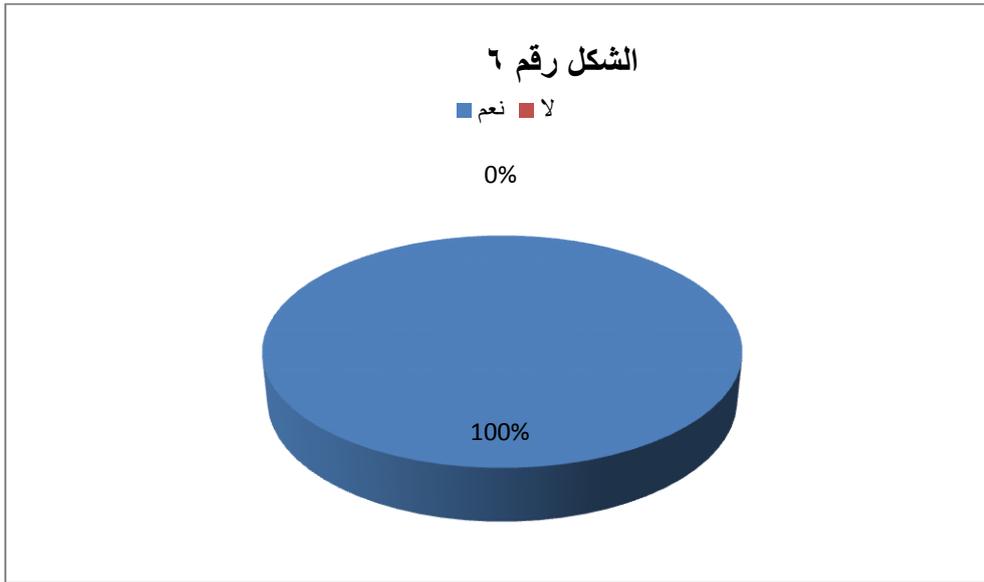
السؤال السادس : هل الابتعاد عن الآفات الإجتماعية هو ما جعلك بأن تمارس كرة القدم ؟

الغرض :هل يمارس اللاعب كرة القدم من أجل الهروب والابتعاد عن الآفات الاجتماعية .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	40	00	40
النسبة المئوية	% 100	% 00	%100

الجدول رقم (6) :يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل الابتعاد عن الآفات الاجتماعية

التحليل والمناقشة :تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن جميع اللاعبين أي 40 لاعبا ما يعادل % 100 يمارسون كرة القدم من أجل الابتعاد و عدم التصادم بشبح الافات الاجتماعية من مخدرات وشرب الكحول الخ....، .



الشكل رقم (6) : .

الإستنتاج :نستنتج من خلال ما سبق أن لاعب كرة القدم يمارس كرة القدم ليكون مثال يقتدى به في الاخلاق والأدب ورمز من رموز سلامة الأسرة والمجتمع وتفاديه هذه الآفات يعني نجاحه في حياته الرياضية خاصة والعملية عامة ولإن "العقل السليم في الجسم السليم" .

المحور الثالث : الدوافع النفسية

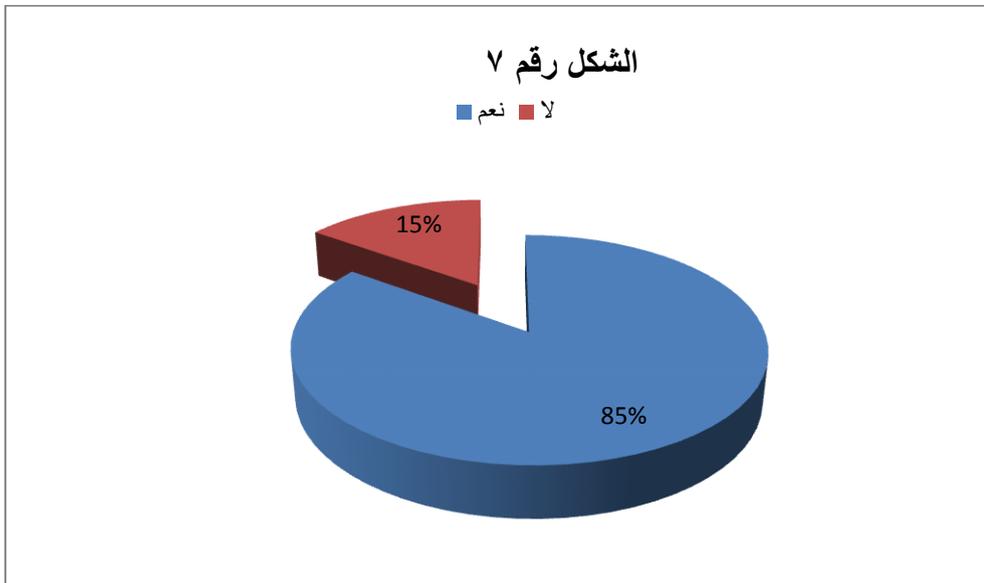
السؤال الأول : هل تمارس كرة القدم لأنها تكسبك الإعتماد على النفس ؟

الغرض : معرفة إن كان اللاعب يمارس كرة القدم لأجل الإعتماد على النفس .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	34	06	40
النسبة المئوية	% 85	% 15	% 100

الجدول رقم (7) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع إكتساب الاعتماد على النفس .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 34 لاعبا أي ما يعادل 85 % يمارسون كرة القدم لأجل كسبهم وتميزهم بالاعتماد على النفس ، في حين رأى 06 لاعبين عكس ذلك وهذا بحكم طبيعة نشأته في الأسرة التي ترعرع فيها وقدرت بنسبة 15 % .



الشكل رقم (7) :

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن اللاعب لكرة القدم يبحث دوماً أن يفرض نفسه داخل المجموعة وهذا بكل المواقف الصعبة التي تواجهه بنفسه دون الإعتماد على غيره وهذا ما يكسبه الثقة بالنفس وإثبات الذات .

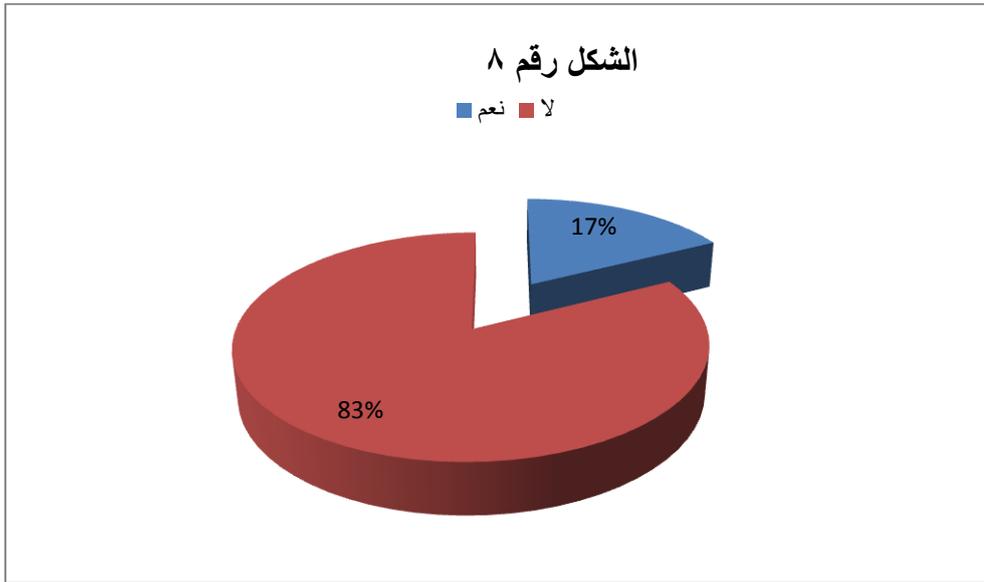
السؤال الثاني : هل تمارس كرة القدم من أجل أن تكون لديك شخصية مؤثرة ؟

الغرض : هل لممارسة القدم دور في تكوين الشخصية المثالية للاعب كرة القدم .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	33	07	40
النسبة المئوية	% 82,5	% 17,5	% 100

الجدول رقم (8) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل إكتساب شخصية مؤثرة .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 33 لاعبا مراهقا أي ما يعادل 82.5% يمارسون كرة القدم من أجل أن تكون لديهم شخصية مؤثرة وهذا من طبيعة المراهق في سنه هذا ، في حين رأى 07 لاعبين عكس ذلك وهذا بحكم عقليتهم التي تحب أن تكون لديهم شخصية بسيطة و فقط وقدرت بنسبة 17,5% .



الشكل رقم (8) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن أغلب اللاعبين يفضلون ان تكون شخصيتهم ذات تأثير في المجتمع عامة وداخل المجموعة خاصة من خلال إبراز قراراته وتدخلاته من جهة أو كونه متأثر بشخصية رياضية ما أو التظاهر بأنه الأفضل من الكل .

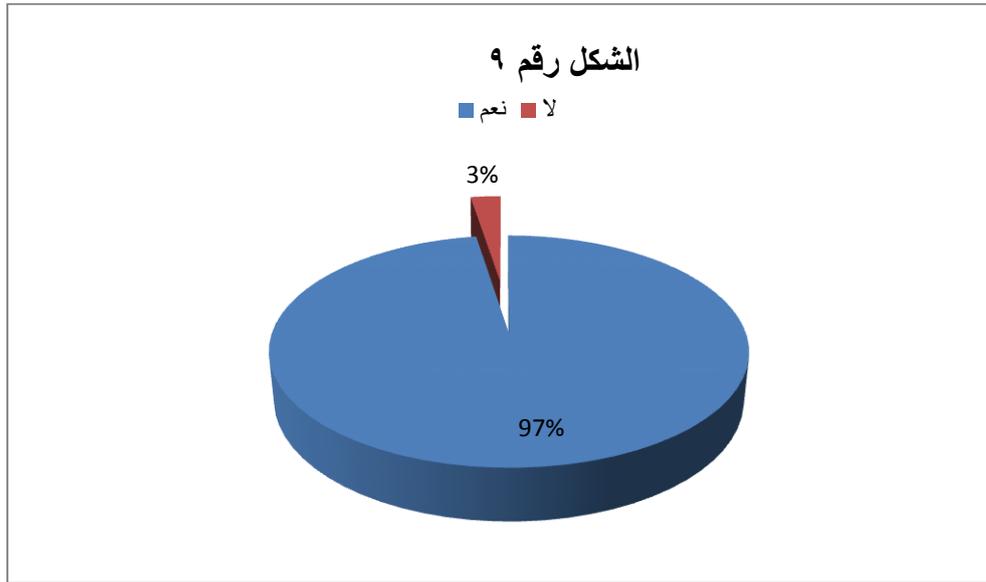
السؤال الثالث : هل تمارس كرة القدم لأنها تزيل عنك مظاهر القلق والتوتر ؟

الغرض : معرفة ما إذا كانت ممارسة كرة القدم تزيل وتخفف مظاهر القلق والتوتر للاعب .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	39	01	40
النسبة المئوية	% 97.5	% 02.5	%100

الجدول رقم (9) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم لأجل التخلص من القلق والتوتر .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 39 لاعبا أي ما يعادل 97.5 % وهي قيمة كبيرة تبين أهمية ممارسة كرة القدم في معالجة حالات التوتر والقلق للاعب ، في حين كان هناك لاعب واحد قرر عكس ذلك وقدرت بنسبة 02.5 % .



الشكل رقم (9) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أغلب اللاعبين يمارسون كرة القدم وهذا من أجل تجاوز حالات القلق والتوتر لأنهم يجيدون في ممارستها مجالا لتفريغ الشحنات السلبية وضغوطات الحياة اليومية والعملية وبالتالي يكسب نوع من الراحة النفسية والإنشراح .

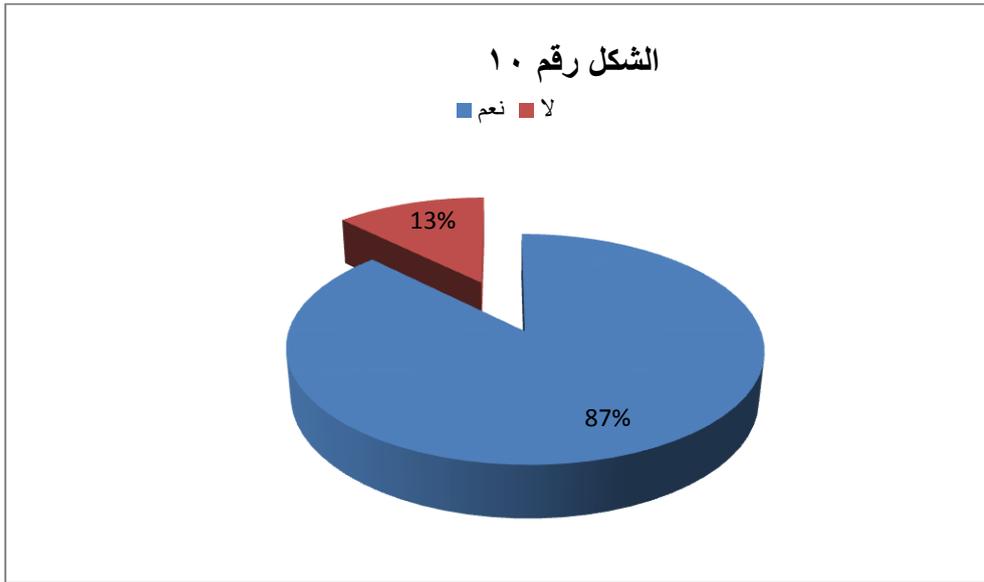
السؤال الخامس : هل تمارس كرة القدم لأنها تكسبك سمات سلوكية جديدة كالجرأة والشجاعة ؟

الغرض : معرفة ما إذا كان لممارسة كرة القدم دور في اكتساب السمات السلوكية الفذة .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	35	05	40
النسبة المئوية	% 87.5	% 12.5	% 100

الجدول رقم (10) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع إكتساب السمات السلوكية .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 35 لاعبا أي ما يعادل 87.5% يمارسون كرة القدم من أجل اكتساب السمات السلوكية والخلقية الجياشة في حين كان 05 لاعبين رأي آخر ربما كونهم يروا أنفسهم أنه يملكون هذه الصفات ولا دخل في ممارسة كرة القدم وقدرت بنسبة 12.5% .



الشكل رقم (10) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن لكرة القدم دور و أهمية كبيرة في إكساب اللاعب مختلف السمات الشخصية كالشجاعة والجرأة التي تبني له الشخصية السوية والقوية الجريئة وبناء الثقة بالنفس وذلك عند وضع اللاعب في جو المنافسة مما لا بد من التركيز والشجاعة لتجنب الفشل .

المحور الرابع: الدوافع الإقتصادية

السؤال الأول : هل تمارس كرة القدم لأنها تعود عليك بالمكسب المادي ؟

الغرض : معرفة إن كان الجانب المادي دافع في ممارسة كرة القدم بالنسبة للاعب .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	37	03	40
النسبة المئوية	% 92.5	% 07.5	% 100

. الجدول رقم (11) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم على أنها تحقق لهم الجانب المادي.

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن غالبية اللاعبين والمقدر عددهم 37 لاعبا أي ما يعادل % 92.5 يرون أن ممارستهم لكرة القدم تحقق لهم نوع من الجانب المادي كونها لعبة تنافسية ،ماعدا كان هناك 03 لاعبين قد رأوا غير هذا فلا ربما لا توفي بحاجياتهم و قدرت بنسبة 07,5 % .



الشكل رقم (11) :

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن اللاعب المراهق الممارس لكرة القدم لا يقبل التقليد أو الإنصياع وإنما يحقق أهدافه بأفكاره الخاصة دون الإعتماد على الآخرين .

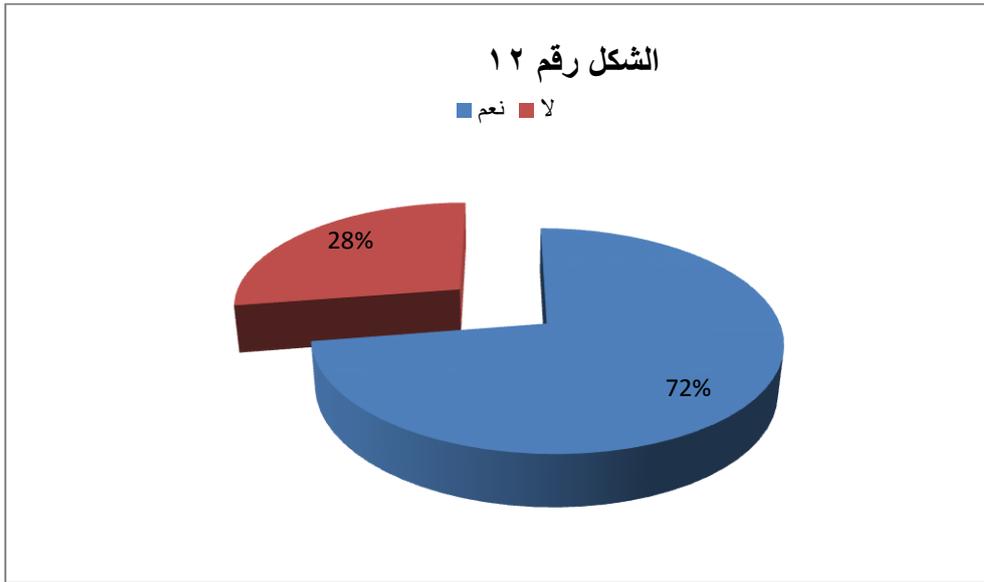
السؤال الثاني : هل تلقيك التحفيزات المادية هو ما أهلك أن تمارس كرة القدم ؟

الغرض : معرفة إن كان اللاعب يمارس كرة القدم بدافع تلقي التحفيزات المادية .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	29	11	40
النسبة المئوية	% 72,5	% 27,5	% 100

الجدول رقم (12) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع وجود تحفيزات مادية .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 29 لاعبا أي ما يعادل 72.5% يرون أن الغاية من ممارسة كرة القدم هو تلقيهم تحفيزات مادية كونهم بحاجة ماسة إليها في سنهم هذا ، بينما ترى فئة قليلة والمقدرة ب 11 لاعبا عكس ذلك كونهم لا ينالونها طوال الموسم وقدرت بنسبة 27,5% .



الشكل رقم (12) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال النتائج السابقة أن معظم اللاعبين قد أشاروا عل أن التحفيزات المادية لها دور كبير في إقبالهم على ممارسة كرة القدم لما لها من دور مادي ومعنوي تجعل من اللاعب يعمل بجهد واستمرارية من التطور أكثر والرقى بفريقه إلى مستوى أفضل .

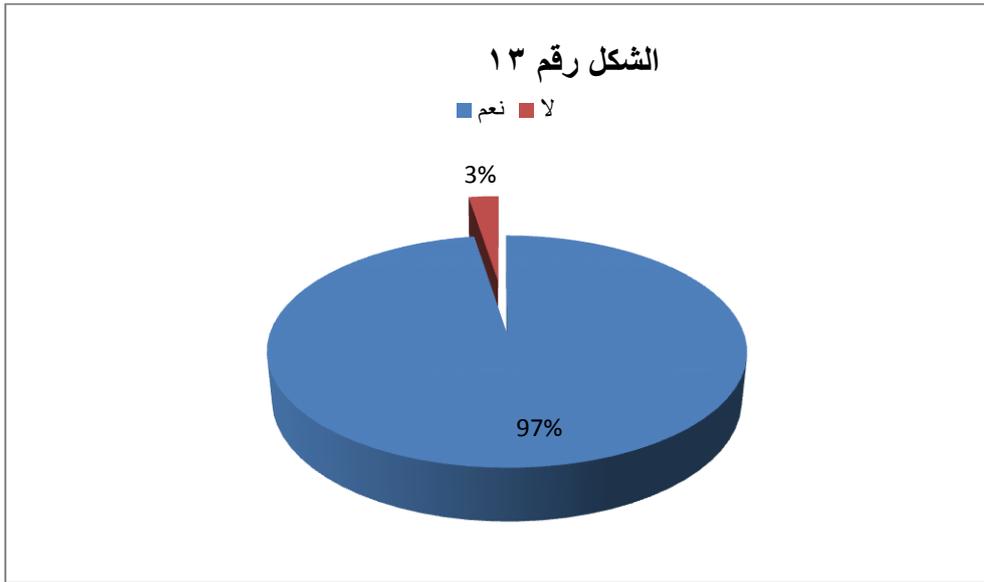
السؤال الخامس : هل تمارس كرة القدم من أجل الإحتراف مستقبلا ؟

الغرض : معرفة هل يمارس اللاعب كرة القدم بدافع الإحتراف .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	39	01	40
النسبة المئوية	% 97.5	% 02.5	% 100

الجدول رقم (13) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع الإحتراف .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن أغلب اللاعبين 39 لاعبا يمارسون كرة القدم بهدف الوصول إلى الإحتراف كرويا مستقبلا أي ما يعادل 82.5% ، في حين رأى لاعب واحد غير هذا ربما عدم تفائله أو استصغار إمكانياته وقدرت بنسبة 02.5% .



الشكل رقم (13) : .

الإستنتاج : نستنتج مما سبق ذكره أن معظم اللاعبين يمتازون بفلسفة الإحتراف من أجل الإرتقاء بالمستوى الشخصي الرياضي والمادي وتطويره من جانب وتحقيق إنجازات فردية في هذه الرياضة من جانب آخر .

المحور الخامس: الدوافع الفنية المعرفية

السؤال الأول : هل تمارس كرة القدم من أجل الوصول إلى درجة التفوق والتميز الرياضي ؟

الغرض : معرفة إن كان تحقيق عنصر التفوق والتميز دور في ممارسة اللاعب لكرة القدم .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	38	02	40
النسبة المئوية	% 95	% 05	% 100

الجدول رقم (14) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع تحقيق التفوق والتميز الرياضي .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن جل اللاعبين 38 قد أشاروا أن التفوق والتميز الرياضي

هو مادفعهم إلى ممارسة كرة القدم كون اللاعب في هذه السن يجب التملك والتسلط وكانت بنسبة 95 % ،

وفي نفس الوقت كان للاعبين إثنين نظرة عكس ذلك وقدرت بنسبة 05 % .



الشكل رقم (14) : .

الإستنتاج : نستنتج مما سبق أن ممارسة كرة القدم هي مجال وفرصة تجعل من اللاعب أن يسعى للبروز وبسط

مالديه من إمكانيات ومهارات وإثبات الذات حتى يبين للآخرين أنه متميز ومتفوق من جميع النواحي .

السؤال الثالث : هل لأجل الإحتكاك مع فرق خارجية لتحسين مستواك الفني هو ما جعلك تمارس كرة القدم ؟

الغرض : معرفة ما إذا كانت لكرة القدم لها دور في تحسين وتطوير الجانب الفني من خلال الإحتكاك .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	37	03	40
النسبة المئوية	% 92.5	% 07.5	% 100

الجدول رقم (15) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع تحسين المستوى .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أنغالبية اللاعبين والمقدر عددهم 37 لاعبا يرون أن تحسين

المستوى الفني وتطويره هو من الوامل التي تدفعهم أن يمارسوا كرة القدم وهذا لأجل رفع المستوى وقدر بنسبة

92,5% ، وفي المقابل فقد اشار 03 لاعبين عكس من ذلك وتمثلت بنسبة 07.5% .



الشكل رقم (15) : .

الإستنتاج : نستنتج مما سبق أن لكرة القدم أهمية وخدمة فعالة في تحسين وتطوير المستوى الفني والمهاري للاعب

وهذا من خلال تنقلاته المختلفة لملاقاته شتى الفرق وبمستوياتها المتباينة كإكتساب الخبرة والإندماج .

السؤال السادس : هل لأنها تهدف إلى شعورك والإحساس بالرضا والإشباع الذاتي ؟

الغرض : معرفة ما إذا كان لكرة القدم ان تحقق الرضا والإشباع الذاتي .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	38	02	40
النسبة المئوية	% 95	% 05	% 100

الجدول رقم (16) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع الإحساس بالرضا والإشباع الذاتي .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن معظم اللاعبين والمقدر عددهم 38 لاعبا أشاروا أنهم يمارسون كرة القدم كونها تحقق لهم الإشباع الذاتي والإحساس بالرضا بنسبة 95 %، في حين قد أشار 02 لاعبان فقط غير ذلك وكانت بنسبة 05 % .



الشكل رقم (16) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن ممارسة كرة القدم تشبع حاجيات اللاعب ورغباته الذاتية وهذا راجع لحبه لها ومدى تفضيله لها وهذا يدل بوضوح على أنها تستجيب للعديد من احتياجاته الضرورية التي تساعدهم على النمو الجيد والمتوازن .

المحور السادس : دوافع مهنية

السؤال الأول : هل تمارس كرة القدم لأنك ترغب أن تكون مدرب في المستقبل ؟

الغرض : معرفة رغبة اللاعب إن كانت ممارسته لكرة القدم من أجل أن يصبح مدرب: .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	29	11	40
النسبة المئوية	% 72.5	% 27.5	%100

الجدول رقم (17) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع ممارسة مهنة التدريب .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 29 لاعبا أي ما يعادل % 72.5 يمارسون كرة القدم لأجل أن يصبحوا مدربين ، في حين رأى إحدى 11 لاعبا أنهم لا يمارسونها من أجل ذلك ربما استمرارهم كلاعبين فقط وقدرت بنسبة 27.5 % .



الشكل رقم (17) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن غالبية اللاعبين يمارسون كرة القدم لغرض أن يصبحوا مدربين فهم يرونها كمهنة مستقبلية تفي لهم الجانب المادي وتحسن من مستواهم الإجتماعي من جانب وتحقق لهم رغبات في تحقيق إنجازات رياضية مع الفرق التي يشرفون عليها ، بينما يرى البعض أن ممارستها من أجل التدرج والإرتقاء بالمستوى دون جعلها كسبيل لمهنة مستقبلا وبالتالي كرة القدم هي بوابة أفاق مستقبلية مهنية لكل لاعب .

السؤال الرابع: هل الإهتمام الكبير للمدارس الكروية والفرق الرياضية بكرة القدم دون غيرها ما جعلك تمارسها؟

الفرض : معرفة هل أن المكانة التي تحظى بها كرة القدم دون سواها هي ما أهلت اللاعب على ممارستها .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	37	03	40
النسبة المئوية	% 92.5	% 07.5	%100

الجدول رقم (18) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع المكانة التي تحظى بها .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن جل اللاعبين والمقدر عددهم ب37 لاعبا أي ما يعادل % 92.5 يمارسون كرة القدم بدافع كونها ذات مكانة واهتمام عند الكثير من الجمعيات والفرق الرياضية بينما كان هناك 03 لاعبين اللذين رأوا غير ذلك قدرت بنسبة 07,5 % .



الشكل رقم (18) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن المكانة التي تحتلها كرة القدم في الوسط الإجتماعي الرياضي والأهمية البالغة التي تحظى بها و جعلها تستقطب الكثير من اللاعبين المهارين منذ صغرهم من أجل صقل مهاراتهم وتطوير إمكانياتهم الفنية وبالتالي تحفز أي لاعب لممارستها من اجل تفجير طاقاته وإستعراض مهاراته لأهل الاختصاص .

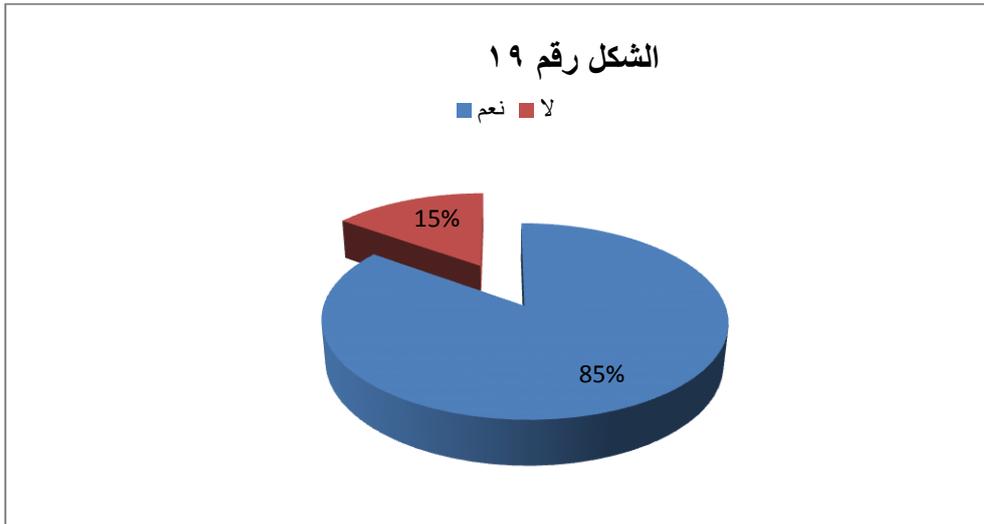
السؤال الخامس : هل تمارسها حتى تتمكن القيام بعملك بصورة جيدة ؟

الغرض : معرفة مدى أهمية ممارسة كرة القدم في قيام اللاعب بواجب عمله بأحسن صورة .

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	34	06	40
النسبة المئوية	% 85	% 15	% 100

الجدول رقم (19) : يوضح النسبة المئوية للاعبين الذين يمارسون كرة القدم بدافع القيام بعملهم بأحسن صورة .

التحليل والمناقشة : تبين لنا من خلال الجدول أعلاه أن 34 لاعبا أي ما يعادل 85 % يمارسون كرة القدم بدافع أنها تمكنه بالقيام بعملهم بصورة جيدة وهنا تكمن أهميتها داخل نفسية الفرد بينما اشار 06 لاعبين فقط أن ممارستها لا تحقق لهم هذا وقدرت بنسبة 15% .



الشكل رقم (19) : .

الإستنتاج : نستنتج من خلال ما سبق أن لكرة القدم أهمية كبرى وتأثير قوي ومباشر على اللاعب في القيام بواجباته العملية على أحسن مايرام كونه يشبع حاجياته الداخلية والتخلص من الضغط اليومي الذي يولده روتين العمل وبها يوازي بين الجانب العملي وجانب الممارسة وخاصة إذا ما بات يحقق في نتائج جيدة مع فريقه فإنه حتما يتفرغ إلى أداء عمله بصورة تليق بشخصيته داخل وخارج مكان عمله .

2_مقابلة النتائج بالفرضيات :

عند دراستنا لموضوع بحثنا وبعد القيام بمقابلة النتائج بالفرضيات توصلنا إلى :

الفرضية الأولى : لدوافع اللياقة البدنية والصحية دور في إقبال اللاعب المراهق على ممارسة كرة القدم .

من خلال عرض ومناقشة نتائج الاستبيان الموجه للاعبين كرة القدم (فئة الأواسط) وعلى ضوء النتائج المحصل عليها من المحور الأول من السؤال الأول الذي يقول هل تمارس كرة القدم من اجل المحافظة على اللياقة البدنية ؟ تبين لنا أن جل التلاميذ يمارسون كرة القدم من اجل المحافظة على اللياقة البدنية وكانت النتائج بنسبة إجاباتهم بنعم أي ما يعادل 38 لاعب كرة قدم وهذا ما أكدته النتائج المحصل عليها في الجدول رقم 01 وكذا الموضحة في الرسم البياني ، كما وجدنا من خلال طرحنا للسؤال رقم 04 من المحور الأول المتمثل في هل تمارس كرة القدم لأنها تساهم في وقايتك من الأمراض ؟ وكانت جميع اللاعبين (40 لاعبا) إجاباتهم بنعم أي بنسبة 100 % وهذا ما أكدته نتائج الجدول رقم (04) وكذا الشكل البياني رقم (04)

ومما سبق واستنادا على النتائج المتحصل عليها يمكن القول أن مجمل إجابات اللاعبين تدعم الفرضية الأولى " لدوافع اللياقة البدنية والصحية دور في إقبال اللاعب المراهق على ممارسة كرة القدم " وبالتالي قد تحققت وهذا ما يتطابق مع نتائج دراسة زيدان وآخرون 1995 .

الفرضية الثانية : هناك دوافع إجتماعية ونفسية تدفع اللاعب المراهق إلى ممارسة كرة القدم .

من خلال عرض ومناقشة نتائج الاستبيان الموجه للاعبين ومقابلتها بالفرضية الثانية التي تنص على أن : "هناك دوافع إجتماعية ونفسية تدفع اللاعب المراهق على ممارسة كرة القدم " وبناء على النتائج المحصل عليها من خلال السؤال رقم 04 المتمثل في : هل تتلقى التشجيع والثناء من عائلتك عند ممارستك لكرة القدم ؟ فنجد أن جل اللاعبين والمقدر عددهم 39 من 40 لاعبا أجابوا بنعم أي بنسبة 97 بالمئة . فهم يرون أن تشجيع العائلة والأصدقاء دافع حقيقي في ممارسة كرة القدم وهذا ما تبرزه نتائج الجدول والشكل البياني رقم 05 ، كما أننا نجد . من اللاعبين قد أجابوا بنعم في ما يخص السؤال رقم 06 من المحور الثاني (دوافع إجتماعية) أن نسبة 100 (الذي يرون أن الإبتعاد عن الآفات الإجتماعية هو دافع لممارستهم كرة القدم وهذا ما يوضحه الجدول رقم 06

وكذا الشكل البياني رقم 06 ، كما أننا نجد من خلال السؤال رقم 01 من المحور الثالث (دوافع نفسية) الذي هو : هل تمارس كرة القدم لأنها تكسبك الإعتماد على النفس ؟ أن معظم اللاعبين (34) لاعبا قد أجابوا بنعم

وبنسبة 85 % . فهم يرون أن الإعتماد على النفس دافع شحي وقوي في ممارسة كرة القدم وهذا ما تبينه نتائج الجدول رقم 07 وكذا الشكل البياني رقم 07 ، كما نجد في السؤال رقم 03 من محور الدوافع النفسية الذي هو : هل تمارس كرة القدم لأنها تزيل عنك مظاهر القلق والتوتر ؟ أن جل اللاعبين يرون أن التخلص من عامل القلق والتوتر هو ما جعلهم يرغبون في ممارسة كرة القدم وقدرت بنسبة 97 % . أي ما يعادل 39 لاعبا وهذا ما تبينه نتائج الجدول رقم (08) وكذا الشكل البياني رقم (08) .

وبناء على هذه النتائج المتحصل عليها يتضح لنا أن : أغلب إجابات اللاعبين تدعم الفرضية الثانية التي تنص على أن هناك دوافع إجتماعية ونفسية تدفع اللاعب على ممارسة كرة القدم . وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الثانية تحققت من خلال النتائج المتحصل عليها و هذا أيضا ما أشار إليه محمد حسين علاوي في كتابه " الإختبارات المهارية والنفسية " ، حيث قال أن هناك دوافع نفسية و إجتماعية وبأنها حالة إجتماعية لكل فرد يرغب من خلالها الخروج من الروتين اليومي والترفيه عن النفس في وسط متشبع بالحياة والنشاط والحركات المختلفة وهي تختلف في الطريقة من فرد لأخر من حيث الرغبات والمحتوى والكيفية (عشوي، 2004، صفحة 177).

الفرضية الثالثة : الدوافع المعرفية والمهنية الإقتصادية دور في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم .

على ضوء النتائج المحصل عليها من المحور الرابع للاستبيان وبالأخص السؤال رقم 01 والمتمثل في : هل تمارس كرة القدم لأنها تعود عليك بالمكسب المادي ؟ فكانت أغلبية اللاعبين والمقدر عددهم 37 لاعبا الذين أجابوا بنعم كونهم يرون أن للجانب المادي دور في توجيههم لممارسة كرة القدم لأنها تساعدهم في الرفع من مستواهم المادي في المجتمع وقدرت بنسبة 92% ، وهذا من خلال ما تبينه نتائج الجدول والشكل البياني رقم (11) . نجد أيضا في السؤال 05 من المحور الرابع (دوافع إقتصادية) والمتمثل في : هل تمارس كرة القدم من أجل الإحتراف ؟ فكانت إجابة أغلبية اللاعبين بنعم والمقدر عددهم 39 لاعبا كونهم يرون أن الولوج إلى عالم الإحتراف هو دافع

أساسي لأجل ممارسة كرة القدم بهدف البروز والرقي أيضا خاصة من الناحية المادية . وتمثلت بنسبة 97% كما تظهره نتائج الجدول والشكل البياني رقم (13) .

أما من الناحية الفنية المعرفية فقد جاءت النتائج المحصل عليها من خلال المحور الخامس (دوافع فنية معرفية) للإستبيان وبالضبط السؤال رقم 01 الذي كان : هل تمارس كرة القدم من أجل الوصول إلى درجة التفوق والتميز الرياضي ؟ فتبين لنا أن ما قدره 38 لاعبا أشاروا أن دافع التميز والتفوق هو ما أهلهم لأن يمارسوا كرة القدم لأجل البروز وإثبات الذات . وحددت بنسبة 95% وهذا ما تثبته نتائج الجدول الشكل البياني رقم (14). ونجد أيضا في السؤال رقم 06 والمتمثل في : هل تمارس كرة القدم لأنها تهدف إلى شعورك والإحساس بالرضا وإشباع الذات ؟ فقد أشاروا معظم اللاعبين والمقدر عددهم 38 لاعبا أن إشباع الذات والإحساس بالرضا دافع رئيسي من أجل ممارسة كرة القدم كونها تلبي حاجياتهم وبلغت نسبة 92 % وهذا ما تظهره نتائج الجدول والشكل البياني رقم (16) .

ويأتي أخيرا كجزء من الفرضية الثالثة والتي تخص الدوافع المهنية فكانت النتائج المتحصل عليها من خلال المحور السادس (دوافع مهنية) من الإستبيان وبالأخص السؤال رقم 01 والمتضمن :هل تمارس كرة القدم لأنك ترغب أن تكون مدرب في المستقبل ؟ فرأى أغلبية اللاعبين (29) لاعبا أن ممارسة مهنة التدريب مستقبلا هي دافع وغاية لأجل ممارسة كرة القدم فبلغت نسبة قدرت بـ 72,5% . وهذا ما تبين من خلال نتائج الجدول والشكل البياني رقم (17) وكذا بناءً على النتائج المتحصل عليها من الجدول والشكل البياني رقم (18) .

من خلال عرض ومناقشة نتائج الإستبيان الموجهة للاعبين ومقابلتها بالفرضية الثالثة التي تنص على أن الدوافع المعرفية والمهنية الإقتصادية دور في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم .و من خلال النتائج المتحصل عليها السالفة الذكر والتي تخص الدوافع الإقتصادية والفنية المعرفية وكذا المهنية يتضح لنا أن :

— إن معظم إجابات اللاعبين تدعم الفرضية الثالثة ولقد أكدوا على أن للدوافع المعرفية والمهنية اقتصادية دور واثر كبير في ممارستهم لكرة القدم ، وعليه يمكن القول إن الفرضية الثالثة تحققت من خلال النتائج المتحصل عليها وهذه النتائج تتوافق مع الفرضية الموضوعية (الثالثة) ومما يزيد من تأكيدها الدراسات السابقة وأراء الباحثين في هذا المجال حيث نجد آرائهم تصب في اتجاه الفرضية .

3_ الإستنتاجات العامة :

على ضوء عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من أداة ووسائل الإحصاء استطاع الطالب قدر المستطاع التوصل على الاستنتاجات التالية :

نستنتج أن :

- _ اللاعب يمارس كرة القدم بدافع إكتساب والمحافظة على اللياقة والقدرات البدنية الخاصة به .
- _ أن اللاعب يمارس كرة القدم من أجل تطوير المهارات الفنية والبدنية .
- _ أن كرة القدم تنمي الجانب البدني وتربي عناصر اللياقة البدنية للاعب وتمنحه القوام المناسب
- _ أن اللاعب يمارس كرة القدم بغاية إكتساب مكانة إجتماعية .
- _ أن الهروب والإبتعاد عن أللآفات الإجتماعية دافع لممارسة اللاعب لكرة القدم .
- _ أن اللاعب يشعر بالراحة النفسية عند ممارسته لكرة القدم وتخلصه من شتى أنواع التوتر والقلق .
- _ أن اللاعب خلال ممارسته لكرة القدم فإنه يكسب شخصية قوية ومثالية ومؤثرة:
- _ أن للجانب الإقتصادي والمادي دور كبير لتفضيل اللاعب لممارسة كرة القدم .
- _ للتحفيزات المادية دور في دفع اللاعب إلى تحقيق مستوى جيد أو بلوغ مجال الإحتراف
- _ أن كرة القدم تشعر اللاعب بالرضا وإشباع مختلف حاجاته خلال حياته اليومية .
- _ أن ممارسة كرة القدم تلي حاجات وإشباع الذات للاعب وهذا ما يشعر به خلال ممارسته للعبة
- _ أن دافع اللاعب من ممارسة كرة القدم هو من أجل دخول عالم التدريب مستقبلا .
- _ أن ممارسة كرة القدم تساهم بشكل إيجابي على اللاعب من أجل قيامه بعمله على أحسن وجه .

الإقتراحات والتوصيات :

بعد التطرق لهاته الدراسة الدراسة يمكن اقتراح جملة من التوصيات والإقتراحات وهي :

- مراعاة دوافع الممارسة والتي تم التطرق لها من خلال هذه الدراسة والعمل على تطويرها لدى اللاعبين المراهقين .
- ضرورة الإهتمام أكثر برياضة كرة القدم والعمل على زيادة الإقبال عليها
- توعية الأسرة بضرورة إشراك أبنائهم في فرق رياضية في سن مبكرة من أجل إشباع حاجياتهم وميولاتهم الشخصية .
- الإهتمام بالفئات الشبانية وعدم تهميشها حتى يتسنى لهم تفجير طاقاتهم وإكتشاف روعة مواهبهم في كرة القدم خاصة وإبتعادهم عن مخاطر ممارسة الآفات الإجتماعية .
- إجراء بحوث مشاهمة على فئات عمرية مختلفة .
- الإهتمام بدوافع المراهقين وميولاتهم واتجاهاتهم ،لايعني بالضرورة إهمال الجوانب النفسية والإجتماعية والتربوية الأخرى .
- تشجيع المراهقين وخاصة الموهوبين منهم على ممارسة كرة القدم لإثراء المنتجات والمنتخبات الوطنية بالمواهب الشابة لعلها تقدم شيئاً للوطن .

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا في العالم وأقدمها شهرة خاصة في بلدنا الجزائر، فهي الرياضة الرقمة واحد، فالآلاف من عشاقها يذهبون إلى الملاعب لتشجيع فرقهم المفضلة، بينما نجد الملايين من الناس يشاهدون هذه مولوعون بممارستها، فقد أصبحت هوس وعشق الأطفال والشباب والمراهقين خاصة وحتى الشيوخ منهم وهذا راجع للتطور والخدمة التي أصبح يقدمها الإعلام المرئي والسمعي في السنوات الخيرة .

والجدير بالذكر أن موضوع بحثنا هذا المتواضع جاء ليتناول "دراسة دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين" ومنه جاء بحثنا هذا ليظم بابين، فالباب الأول هو الجانب النظري الذي يشمل هو بدوره على ثلاثة فصول وهي الدوافع وكرة القدم والمراهقة على الترتيب وكل فصل ضم أهم عناصره من مفاهيم وخصائص الخ.....

أما الباب الثاني فقد حُصَّ بالدراسة الميدانية ، بحيث تطرقنا فيه إلى الجانب الميداني من البحث وتناولنا فيه فصلين ، حيث ضم الفصل الأول منهجية البحث المتبعة وإجراءاته الميدانية بحيث ترقنا فيه إلى الدراسة الإستطلاعية وكذا الدراسة الأساسية وكل ما يتعلق بهم ، أما الفصل الثاني فخصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصلنا إليها كما تم التحقق من كل فرضيات البحث وبعد عرض النتائج ومناقشتها إستخلصنا أن : الدوافع اللياقة البدنية والصحية دور في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم كما أن هناك دوافع إجتماعية ونفسية تدفع المراهق لممارستها أيضا وكذا للدوافع الإقتصادية والمهنية والمعرفية دور كبير في إقبال المراهق على ممارسة كرة القدم

المصادر والمراجع

أ _ المراجع باللغة العربية :

1. آ و زيدان. (1995). الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الشباب والأواسط. جامعة الجزائر: قسم التربية البدنية والرياضية.
2. إ.عبدربه. (1990). النمو والدافعية في التوجيه لنشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
3. إبراهيم شعلان. (2001). كرة القدم للناشئين. مصر: مركز الكتاب للنشر.
4. أحمد أمين فوزي. (2001). سيكولوجية الفريق الرياضي. القاهرة_مصر: دار الفكر العربي.
5. أحمد رضا. (1965). متن اللغة. بيروت: مكتبة الحياة.
6. أحمد زكي. (1999). النمو والمراهقة. القاهرة: دار الفكر العربي.
7. أسامة كامل راتب. (1999). النمو والدافعية. القاهرة: دار الفكر العربي.
8. أسامة كامل راتب. (1990). دوافع التفوق الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
9. الهنداوي. (2009). دوافع ممارسة لدى لاعبات كرة القدم في الأندية الرديئة. الأردن: مجلة الدراسات للعلوم التربوية.
10. امينة شلبي. (1988). الدافعية نظريات وتطبيقات. مصر: مركز الكتاب للنشر.
11. حامد عبد السلام زهران. (1977). علم انفس النمو (الطفولة والمراهقة). القاهرة: عالم الكتاب.
12. حامد عبد السلام زهران. (1972). علم النفس و النمو. بيروت: دار التعلم.

.13

14. **حسن السيد ابو عبده**. (2006). الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم . الإسكندرية_مصر: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.

15. **حسن عبد الجواد**. (2002). كرة القدم. بيروت_لبنان: دار العلم للملايين.

16. **حنفي محمود مختار**. (1997). التطبيق العلمي في كرة القدم. القاهرة_مصر: دار الفكر العربي.

17. **راتب أسامة كامل**. (2001). تدريب المهارات النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

18. **رومي جميل**. (1986). كرة القدم. بيروت_لبنان: دار النقائص.

19. **رومي جميل**. (1986). كرة القدم. القاهرة: دار غريب.

20. **سامي الصفار**. (1982). كرة القدم. جامعة الموصل_العراق: دار الكتب للطباعة والنشر.

21. **سامي محمد ملحم**. (2004). سوسولوجية التعلم والتعليم، السس النظرية والتطبيقية. عمان: دار السيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

22. **سامي ملحم**. (2000). مناهج البحث في التربية وعلم النفس. الأردن: دار المسيرة للنشر.

23. **عبد الرحمان عيسوي**. (1991). الطفولة والمراهقة والمشكلات النفسية. القاهرة: مكتبة النهضة.

24. **عصام عبد الخالق**. (1982). التدريب الرياضي تدريبات وتطبيقات. مصر: دار الكتب الجامعية.

25. **علي خليفة**. (1987). كرة القدم. الجماهيرية العربية اللبية: بدون طبعة.

26. **عمرو بدران**. (2003). أهمية الدافعية في المجال الرياضي. مصر: جامعة المنصورة.

27. **فؤاد الباهي**. (1982). الأسس النفسية للنمو. الكويت: دار القلم.

28. **م.الهنداوي**. (2002). سكولوجية النمو للطفولة والمراهقة. القاهرة: دار الكتاب الجامعي.

29. **م.حسن علاوي**. (2002). مدخل علم النفس الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

31. م. خليل. (1970). مشكلات المراهقين في المدن والريف. القاهرة: دار المعارف.
32. م. فايز. (2001). بحوث ودراسات في المراهقة. مصر: مؤسسة الرسالة.
33. م. ميخائيل. (1991). رعاية المراهقين. عمان: الغريب للطباعة.
34. مجيد متولي. (1999). الإعداد الوظيفي لكرة القدم. بغداد: دار الفكر العربي.
35. محمد السيد. (1970). الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والإجتماعية. مصر: دار النهضة العربية.
36. محمد حسن علاوي. (1999). البحث العلمي في التبية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
37. محمد زيان عمر. (1993). البحث العلمي: مناهجه وتقنياته. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
38. محمد عشوي. (2004). مدخل إلى علم النفس. مصر: المكتب الجامعي الحديث.
39. محمود حنفي. (1995). التطبيق العملي في تدريب كرة القدم. القاهرة_مصر: دار الفكر العربي.
40. مصطفى حسين باهي. (1999). الدافعية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
41. مصطفى عاشوري. (1999). مدخل إلى علم النفس المعاصر. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
42. مصطفى غالب. (1979). سيكولوجية الطفولة والمراهقة. بيروت: مكتبة الهلال.
43. مصطفى فهمي. (1979). علم النفس الإجتماعي. الكويت: دائرة البحوث العلمية.
44. ملكاوي. (2010). قضايا الإصلاح والتجديد الشامل لكرة القدم. مصر: مجلة الدراسات للعلوم التربوية.
45. موفق مجيد المولى. (1999). الإعداد الوظيفي لكرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
49. زيدان وآخرون. (1995). الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الشباب والأواسط. قسم التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر .

50. **ناجي أحمد بسطويسي**. (1984). *الإختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي*. العراق: مطبعة جامعة بغداد.

51. **نادية حسيني**. (1984). *الدوافع الهامة لممارسة الرياضة عند طلبة المدارس*. القاهرة: مؤتمر الرياضة للجميع، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

52. **يحي كاظم النقيب**. (1990). *علم النفس الرياضية*. السعودية: معهد إعداد القادة_بدون طبعة.

ب_المراجع باللغة الأجنبية :

1. **denis** .(1995) .*manuel de schence economique et humaines baillier* .ammsterdam: ed vigot.
2. **R.E saliva** .(1986) .*educational psychology theoryin tp practice* .wood cliffs: NEWJESY PRENTICE HALL Entge.
3. **vallerant** .(1993) .*introduction a la psychologyde la motivation* .canada: ed_M _Etudes vivantes.
4. **woodwrth moslow** .(1970) .*motivation and personlity* .n_city: harper and row.

الملاحق



الديمقراطية الشعبوية الجزائرية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مسغانم

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية

قسم التدريب الرياضي

الأستاذ والدكتور الفاضل :

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته :

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان : دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين

(17_19سنة) وذلك لنيل شهادة الماستر في تخصص التحضير البدني .

وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الدوافع المختلفة لممارسة كرة القدم لدى

المراهقين .وقد تم إعداد استمارة الإستبيان بعد الإطلاع على المراجع العلمية المتعلقة

بالبحث واطلاع على الدراسات والبحوث السابقة .

ولهذا نرجوا من سيادتكم الموقرة إبداء ملاحظتكم حول مدى تغطية العبارات لأبعاد

الإستبانة ،ومدى ملائمة صياغة العبارات ،واقترح التعديلات التي ترونها مناسبة .

شكرا لتعاونكم وإسهامكم

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية



قسم : التدريب الرياضي

التخصص : التحضير البدني

القائمة الاسمية للاساتذة والدكاترة المحكمين بجامعة عبد الحميد بن باديس _ مستغانم

الموضوع _____

دوافع ممارسة كرة القدم لدى المراهقين (17_19 سنة)

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الامضاء
غوال عدة	استاذ	
سنانو سيدي اري	استاذ	
كوتشوك سيد احمد	استاذ ق.ع	
ريشونكا عبد القادر		
كروم محمد عاب	استاذ التعليم العالي	

عن اعداد الطالب :

تحت اشراف :

قراوي لخضر

ا. د بلكبيش قادة



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



University Abdelhamid Ibn Badis Mostaganem
Institute of Sports and Physical Education

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

The Date : 23/04/2024
Ref :31 / S.T / 2024

مستغانم في: 23/04/2024
الرقم: 31 / ت.د / 2024

Sport training département

قسم: تدريب رياضي

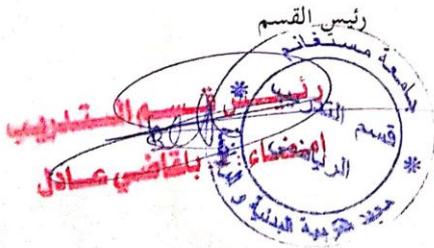
إلى السيد : رئيس مولودية حجاج لكرة القدم .
- لولاية مستغانم -

الموضوع : طلب تسهيل مهمة

يسر رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد التربية البدنية و الرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس أن يتقدم إلى سيادتكم
المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة الطالب :

- قراوي لحضر .
المسجل في السنة الثانية ماستر تحضير بدني رياضي للسنة الجامعية 2023/2024 .
وهذا قصد توزيع الإستمارة على لاعبي لإعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر .

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير .



تُحْمَتُ بِفَضْلِ اللَّهِ