

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم: تدريب رياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص التدريب الرياضي

تحت عنوان

العلاقة بين تقدير الذات البدنية والمهارية لمستوى دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة

القدم u17

بحث وصفي على بعض فرق ولاية تيارت

من اعداد الطالبان

تحت اشراف : د جبوري بن عمر

- عيدي عبد القادر

- غوثي خالد

السنة الجامعية: 2018/2017

إهداء

إلى قرة عيني ووسام الشرف الذي أحمله على أكتافي، المصلح
الذي أنار دربي حبيبي و سيد قلبي " أبي " رحمه الله و أسكنه

فسيح جنانه

إلى منبع العنان أغلى ما أملك " أمي " إلى صغيري " أيمن "

إلى سواعدي و أعمدة إرتكازي " أحمد - عمر "

إلى أخواتي الغاليات

إلى أحبائي في الله و أعز أصدقائي " جيلالي - قادة - العجال -

موسى محمد - أسماعيل - يوسف - محمد الطاهر - الزواوي

إلى كل من حملهم قلبي و لم يكتبهم قلبي

خالد

إهداء

الحمد لله الذي بعونه تتم الصالحات والصلاة والسلام على رسوله الكريم سيدنا وحبیبنا محمد علیه
أزكى الصلاة وأفضل التسليم وعلى آله وصحبه أجمعين أما بعد:

بعدها رست سفينة هذا البحث على شواطئ الختام لا يسعني إلا أن أهدي ثمرة هذا الجهد
المتواضع إلى التي عجز اللسان عن وصف مآثرها نحووي إلى المرأة التي عمرتني حبا وحنانا إلى
حكاية العمر إلى التي لا أدري بأي كلام أقابلها أبكلام يسكن في الأرض أم في السماء بأعبارات
الليل أم بعبارات النهار .

إلى *****أمي الغالية.

أهدي ثمرة جهدي إلى ذلك الشخص الذي لم يبخل علي يوما بروحه وماله ، إلى الشخص الذي
يسعد بسعادتي ويحزن بحزني رمز الأبوة إلى ذلك المقام الراسخ في ذهني وأفكاري.

إلى *****أبي الغالي.

إلى الغر الميامين الذين لهم فضل على الإنسانية بنو أمية رحمهم الله

إلى رفقاء دربي وشركائي في مشواري الجامعي.

محمد القادر

شكر و عرفان

نحمد و نشكر الله الذي وفقنا لإنجاز هذا العمل كما ينبغي
لجلاله و عظيم سلطانه سبحانه عليه توكلت وهو رب العرش
العظيم

نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدنا وخاصة الأستاذ
الفاضل الذي مدنا بلبه ما اكتسبه من علم و معرفة الذي
كان حاضرا في كل المواقف الأستاذ " جبوري بن عمر " فله

خالص الإمتنان و التقدير

و إلى كل أساتذة المعهد

إلى كل عمال معهد التربية البدنية و الرياضية وإلى كل
طلبة المعهد وإلى كل من ساندني من قريب أو من بعيد

محتوى البحث

الصفحة	العنوان
أ/ب	إهداء
ج	شكر و عرفان
قائمة المحتويات	
د	قائمة الجداول
هـ	قائمة الأشكال
التعريف بالبحث	
1	1.مقدمة
2	2.الإشكالية
3	3.أهداف البحث
3	4.الفرضيات
4	5.مصطلحات البحث
5	6.الدراسات السابقة
الباب الأول الدراسة النظرية	
الفصل الأول : تقدير الذات البدنية و المهارية	
13	مقدمة
14	1.مفهوم الذات
14	2.مفهوم تقدير الذات
15	3.الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات

16	4. مفهوم الذات في المجال الرياضي
17	5. انواع تقدير الذات
17	1.5. الذات المهارية
17	2.5. الذات الجسمية
17	3.5. الذات البدنية
18	6. مستويات تقدير الذات
18	1.6. المستوى العالي لتقدير الذات
19	2.6. كيفية تكوين تقدير ذات عالي
20	7. العوامل المؤثرة في تقدير الذات
20	1.7. العوامل الذاتية
20	2.7. العوامل الاجتماعية
21	3.7. عوامل الوضعية الشخصية
21	8. نظريات تقدير الذات
21	1.8. نظرية روزنبرغ
22	خلاصة

الفصل الثاني : دافعية الانجاز

25	تمهيد
26	1. مفهوم الدافعية
27	2. اهمية الدافعية في المجال الرياضي
29	3. مصادر الدافعية

29	1.3. الدافعية الداخلية
29	2.3. الدافعية الخارجية
30	4. العلاقة بين الدافع الداخلي و الخارجي للاداء الرياضي
30	5. وظائف الدوافع
31	1.5. السلوك بالطاقة
31	2.5. اداء وظيفة الاختبار
32	3.5. توجيه السلوك نحو الهدف
32	6. دافع الانجاز
32	7. اهية دافع الانجاز و المنافسة الرياضية للنشء
32	1.7. اختيار النشاط
33	2.7. الجهد من اجل تحقيق الاهداف
33	3.7. المثابرة
33	8. بعض الابعاد في مجال سمات الدافعية الرياضية
33	1.8. الحاجة للانجاز
33	2.8. ضبط النفس
34	3.8. التدريبية
34	9. وظيفة الدافعية
34	1.9. وظيفة الدافعية في الموقف التعليمي العام
34	1.1.9. البعد الاول
34	2.1.9. البعد الثاني
37	خاتمة

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

الفصل الاول : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

40	تمهيد
40	1.منهج البحث
40	2.عينة البحث و كيفية اختيارها
41	3.مجالات البحث
41	1.3.المجال البشري
41	2.3.المجال المكاني
41	3.3.المجال الزمني
41	4.ضبط متغيرات الدراسة
42	1.4.المتغير المستقل
42	2.4.المتغير التابع
42	5.ادوات البحث
46	5.الطرق الاحصائية
46	1.5.المتوسط الحسابي
46	2.5.الانحراف المعياري
46	3.5.معامل الارتباط لبيرسون

الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

1. عرض و تحليل و مناقشة نتائج الدراسة 49
2. حساب معامل الارتباط بين العلاقة بين الذات البدنية و المهارية بدافعية الانجاز 52
3. تحليل و مناقشة الفرضيات 54
4. الاستنتاجات 57
5. التوصيات 58
- خلاصة عامة 59

مقدمة:

يشكل النشاط البدني الرياضي باعتباره نشاطا إنسانيا جزءا متكاملًا من التربية العامة، يستطيع الفرد من خلال التحكم في جسمه و وسطه الداخلي او حتى الوسط الاجتماعي، ة بفضل ينمي قدراته الحركية ، فهو ميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية، و النفسية و الاجتماعية، و ذلك عن طريق مختلف ألوان النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هاته المهام، و هو يقوم على أسس تعمل كمقومات له، لا تخرج عما يحيط به الإنسان في مختلف الميادين خاصة العلمية منها، و عليه فهو علم مرتبط ارتباطا وثيقا بمختلف العلوم كالفيسيولوجيا، علم التشريح، علم الحركة، علم التاريخ، علم النفس.

ويعتبر الجانب النفسي إحدى المتطلبات الرئيسية لهذا النشاط، فالاهتمام بإعداد الرياضي لا يتوقف عند تعليمه فقط بل يتعدى ذلك إلى بناءه بناءا متكاملًا، يشمل شخصيته في جميع جوانبها، من أجل تكوين جيلا متوازنا في مختلف المجالات، فهو يؤهل الرياضي بصفة عامة و لاعب كرة القدم بصفة خاصة لأداء الجوانب البدنية و المهارية بصورة مناسبة.

و من المعروف ان رياضة كرة القدم تعتمد على القدرات العقلية و النفسية بقدر اعتمادها على الجوانب المهارية و البدنية ، من خلال توافق الجهاز العصبي العضلي و التكيف مع المواقف السريعة.

فالأداء المهاري من خلال هذه الرياضة يشكل وحدة تشترك في إنجازها، فالجوانب النفسية الاجتماعية و مختلف الأجهزة الحيوية لدى اللاعب، لذا تكون قد تجاوزت حدود الجسم لتشمل آفاق الفكر و الإدراك و المشاعر و الإحساسات

والانفعالات و الدوافع الشخصية، يتفاعل من خلالها اللاعب مع نفسه و محيطه " زملاء، المنافس و الجمهور " فهي ليست سلوك فردي فحسب بل اجتماعي أيضا، و لهذا يعتبر الجانب النفسي من الجوانب المهمة حيث يعتبر تقدير الذات من اهم المفاهيم المتعلقة بالشخصية حيث يرى البورث Alport ان تقدير الذات يدخل في كل الجوانب ، كما يشير ايضا جيرجن gergan إلى أن تقييم او تقدير الفرد لذاته يلعب دورا أساسيا في تحديد سلوكه .

وتعتبر مرحلة U17 من المراحل التي تلائم النمو الفيسيولوجي و الادراكي للاعب مما يساعده في تطوير المهارات و تقدير الذات لديه

و تكمن اهمية الدراسة في معرفة مستوى تقدير الذات البدنية و المهارية و مستوى دافعية الانجاز للاعبين كرة القدم U17 لعينة مكونة من 40 لاعبا و اجريت الدراسة على مستوى ملعب كل فريق على مستوي بلدية السوقر و بلدية الفايجة .

و لدراسة هذا الموضوع اعتمدنا على خطة بحث تحتوي على ما يلي :

الجانب الاول :

الفصل التمهيدي:مدخل للدراسة الاشكالية الاهداف الفرضيات مصطلحات

البحث و الدراسات المشابهة.

الفصل الاول:تقدير الذات

الفصل الثاني :دافعية الانجاز

الجانب الثاني :

الفصل الاول : منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

الإشكالية :

يحتل موضوع تقدير الذات مركز هاماً في نظريات الشخصية كما يعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيراً كبيراً على السلوك ، فالسلوك هو حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية ، و هو إحساس الفرد بذاته فقد ذكرت " مارجریت ميد " أن " إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه " ، فالذات عند " ميد " ظاهرة اجتماعية و نتاج اجتماعي لا تنشأ الا في ظروف اجتماعية و حيث توجد اتصالات اجتماعية ، و يرى " ميد " أنه يمكن أن تنشأ عدة أدوات تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات مستقلة بدرجة أو بأخرى و متكسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية

تعد كرة القدم رياضة لها أهميتها من حيث المكانة التي تحتلها من جميع الألعاب إذا تتأثر بكثير من الضغوط المحيطة بها لذا فهي تتعامل مع معظم العلوم لكي تصل باللاعب إلى المستوى الذي يطمح إليه مدربه و ناديه، و قد تكون هناك بعض المصاعب للاعب في تفاعله مع المجتمع الرياضي الذي يعيش فيه، و خاصة الفريق الذي يلعب له مما يؤثر على الصورة التي يكونها عن نفسه، من خلال سوء علاقاته مع زملائه اللاعبين و عدم توفير الحاجات له داخل الفريق، و الحرص على مكانته الاجتماعية داخل الفريق، و على هذا الأساس يخلق مفهوماً عن ذاته مما يؤثر على دافعيته إتجاه الإنجاز و تحقيق الفوز في المباريات وهذا يؤثر على أدائه و قابليته الفنية و المهارية، لذا عمد الباحثون إلى دراسة تقدير الذات البدنية و المهارية و علاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم u17

الأهداف:

العلاقة بين تقدير الذات المهارية و البدنية و دافعية الإنجاز للاعبين كرة

القدم u17

التعرف على درجة تقدير الذات لدى أفراد العينة

التعرف على مستوى دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم u17

الربط بين دافعية الإنجاز و المستوى المهاري و البدني للاعبين كرة القدم

.u17

التعرف على مدى تأثير دافعية الإنجاز على المستوى المهاري و البدني

للاعبين كرة القدم u17.

محاولة التعرف إذا ما كانت دافعية الإنجاز تؤثر على الذات البدنية و

المهارية للاعبين كرة القدم u17

الفرضيات:

- مستوى تقدير الذات الجسمية و المهارية لدى اللاعبين معتدل .
- مستوى دافعية الانجاز لدى اللاعبين مرتفع.
- هناك علاقة طردية بين الذات الجسمية و المهارية و دافعية الإنجاز

مصطلحات البحث:

تقدير الذات :

اصطلاحيا: يقصد بمدى تقدير الإنسان لذاته و ثقته بنفسه و بهويته الذاتية و بأهدافه ، كي يمكن القول بان تقدير الذات أو فكرة المرء عن نفسه هي بمثابة الإطار الذي ينظر الفرد من خلاله للحياة ، و هو موجه لسلوكه و كلما ازداد التباين بين فكرة المرء عن نفسه و بين الواقع الموضوعي من ناحية و بين فكرة الآخرين من ناحية تعرض للاضطرابات و السلوك المرضي. (المجيد، 1972، صفحة 58)

إجرائيا: يقصد بها تقييم الفرد الموهوب لقدراته و إمكاناته الشخصية و الإجتماعية و مدى تأثير تلك القدرات و الإمكانيات بالعوامل المحيطة به .

دافعية الإنجاز:

اصطلاحا عرف *ايتكسون* الدافعية انها استعداد للفرد لبذل الجهد او السعي في سبيل تحقيق او انشاء هدف معين ، اما في حالة دخول هذا الاستعداد او الميل الى حيز التحقيق الفعلي او الصريح ، فذلك يعني الدافعية باعتبارها عملية نشطة. (خليفة، 2000، صفحة 67)

إجرائيا: هو ذلك الإجراء الذي بفضلها يصل الرياضي إلى أفضل مستوى كحد أقصى من الأداء و المهارات الرياضية و رفع المستوى في مختلف الخصائص البدنية، المهارية و الجسمية .

تعريف المرحلة العمرية: 17U عرفها جلال بأنها: " فترة زمنية في مجرى حياة الفرد، تتميز بالتغيرات الجسمانية والفسولوجية، التي تتم تحت ضغوط اجتماعية

معينة، تجعل لهذه المرحلة مظاهرها النفسية المتميزة، وتساعد الظروف الثقافية في بعض الثقافات على تمييز هذه المرحلة (سعد، 2001، صفحة 51) .

" الدراسات المشابهة :

الدراسة الأولى: تقدير الذات البدنية و علاقتها بتقدير الذات الجسمية لدى

التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية الطور الثانوي

دراسة طالبي عبد السلام و رحومة عبد العالي سنة 2015-2016 بجامعة

قاصدي مرياح ورقلة تحت عنوان تقدير الذات البدنية و علاقتها بتقدير الذات

الجسمية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية الطور الثانوي .

و كانت التساؤلات كالتالي:

ما مستوى تقدير الذات البدنية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات البدنية و

الجسمية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية .

عقبتها الفرضيات التالية :

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات البدنية و الذات

الجسمية لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية .

هناك مستويات مرتفعة في تقدير الذات البدنية لدى التلاميذ المشاركين في

الرياضة المدرسية .

و اتبع الطالبان المنهج الوصفي واختارا عينة عشوائية من 100 تلميذ
وإستعملا الإستمارة الإستبانة كأداة بحث .

و من أهم نتائج هذا البحث :

توجد هناك مستويات في تقدير الذات البدنية لدى التلاميذ المشاركين في
الرياضة المدرسية .

توجد علاقة إرتباطية طردية بين تقدير الذات البدنية لدى التلاميذ المشاركين
في الرياضة المدرسية .

الدراسة الثانية : العلاقة بين مفهوم الذات و دافعية الإنجاز الرياضي لدى
لاعبى و لاعبات المنتخبات المدرسية في مديرية حنين

دراسة نشوة سنان هنداوي سنة 2012 جامعة كلية الدراسات العليا في
جامعة النجاح الوطنية بنابلس فلسطين تحت عنوان العلاقة بين مفهوم الذات و
دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية في مديرية
حنين و قد جاءت تساؤلاتها كالآتي :

ما درجة مفهوم الذات لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية في مدارس مديرية
حنين .

ما مستوى دافعية الإنجاز لدى لاعبات المنتخبات المدرسية في مدارس مديرية حنين
عقبها الفرضيات التالية :

درجة مفهوم الذات لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية في مدارس مديرية
حنين

مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية في مدارس مديرية حنين .

و استخدم الطالب المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي حيث أجريت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 1047 لاعب و لاعبة و كانت نتائجها كالآتي :

درجة مفهوم الذات لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية في مدارس مديرية حنين جاءت بدرجة كبيرة .

درجة مفهوم الذات لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية في مدارس مديرية حنين جاءت بدرجة كبيرة لكل الالعاب الفردية .

ثلثها التوصيات الآتية :

أن يتم تنمية الصفات النفسية الإيجابية لدى لاعبي و لاعبات المنتخبات المدرسية خاصة مفهوم الذات و الإنجاز الرياضي لما لها من دور إيجابي و فعال في صقل الشخصية الريادية و تعزيزها .

اجراء دراسات مشابهة عن مفهوم الذات و علاقته بأبعاد اخرى لمفهوم الذات كمفهوم الذات الجسمية و البدنية و دافعية الإنجاز الرياضي .

اجراء دراسة مماثلة عن فئة الشباب و الناشئين .

الدراسة الثالثة: تقدير الذات البدنية و المهارية و علاقتها ببعض المهارات الهجومية عند لاعبي كرة الطائرة .

دراسة زاوي محمد سنة 2012-2013 جامعة الجزائر 3 تحت عنوان تقدير الذات البدنية و المهارة و علاقتها ببعض المهارات الهجومية عند لاعبي كرة الطائرة .

وكانت تساؤلاتها كالآتي :

ما درجة تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى العينة ؟

عقبها الفرضيات الآتية :

- . درجة تقدير الذات لدى أفراد العينة متوسطة .
- . لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الهجومية.

و كانت أهدافها كالآتي :

- . التعرف على درجة تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة .
- . التعرف إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الهجومية .

المنهج المتبع:هو المنهج الوصفي الإرتباطي حيث اختار عينة مقصودة

مكونة من 24 لاعب كرة طائرة .

استعمل الباحث المراجع و المقاييس و الوسائل الجامعية كما استعمل بعض

الإختبارات المهارة .

و كانت أهم توصية في هاته الدراسة إعتتماد المدربين على الصيغ العلمية و الإبتعاد عن الإرتجال في عملية بناء و تطوير فرقهم .

و أهم نتيجة : أنه لا توجد فروقات ذات دلالة إحصائية في المهارة التجريبية

التعليق على الدراسات:

من خلال البحوث و الدراسات السابقة التي تطرقنا اليها في هذا الفصل فيما يتعلق بالجانب البدني و المهاري و مستوى دافعية الإنجاز وجدنا عدة بحوث إهتمت بالإجابة على بعض الأسئلة المتعلقة بالعلاقة بين الذات البدنية و الذات المهارية و مستوى دافعية الإنجاز، و تشير أغلب النتائج إلى أن هناك علاقة إيجابية بين تقدير الذات البدنية و الذات المهارية لمستوى دافعية الإنجاز و لكنها لم تتفق في التوصل إلى حصر هاته السمات جميعها ، فقد أخفق البعض في إظهار هاته العلاقة و ربما يعود إلى عدم تلائم البيئات التي أجريت بها الدراسة و إختلاف الأدوات و طرق إختيار العينة .

من خلال عرضنا للدراسات السابقة و موضوع البحث فإن دراستنا تناولت عينة جديدة عن الدراسات التي سبقتنا في مجال العلاقة بين تقدير الذات البدنية و الذات المهارية و مستوى دافعية الإنجاز حيث أن الدراسات السابقة تحدثت عن العلاقة بين الذات البدنية و علاقتها بالمهارات في حين تناولت دراستنا العلاقة بين الذات البدنية و الذات المهارية و مستوى دافعية الإنجاز .

تمهيد :

إن من أهم الدوافع الشخصية التي تسود كل البشر هو دافع الاعتبار فما من إنسان ألا ويهمه أن يكون له اعتباره الشخصي بين الأفراد ، ، ودراسة الجانب النفسي تعد أهمية خاصة لكل نشاط ومنها الرياضي ، إذ يعبر عنه من خلال قوة الإرادة وتحمل المسؤولية والسيطرة والثقة بالنفس، فالكشف عن السمات المميزة للرياضي والتعرف على السلبي والإيجابي منها يفيد في تطور إلى أن "مستقبل تطوير cratty" مستوى الأداء مما يؤثر في الإنجاز والتفوق ويشير " كراتي الأداء المهاري يعتمد حاليا على زيادة الاهتمام بالجوانب النفسية ، ويعد مفهوم الذات اتجاها يعكس فكرة الفرد عن نفسه وخبرته الشخصية أي كعملية يدرك الفرد خلالها حقائق شخصية ويستجيب لها على نحو انفعالي وان " تقييم الفرد لذاته يعد ذا قيمة كبيرة في الصراع من اجل الإنجاز والتفوق ومتى تنبه الفرد لحقيقة واقعة الذاتي ولم يستمر في خداع نفسه كان في وضع يستطيع منه تسوية هذه الدوافع تسوية افضل نتيجة مواجهة واقعه الذاتي مواجهة صريحة صادقة جريئة، واحترام الذات يرتبط بنظره الرياضي نحو قدراته يزداد كلما اصبح الرياضي اكثر استقلالية وزادت احتمالات شعوره بالقلق عند مواجهته للنقد الذي قد يؤدي إلى ارتفاع مستوى القلق ومن ثم تحسين أدائه .

1_ مفهوم الذات:

ظهرت فكرة الذات بشكل جديد في مجال علم النفس على يد الباحث "وليام جيمس" 1980 ، حيث قال عن الذات او كما سمها " الانا العلمية" انها مجموع ما يمتلكه الانسان او ما يستطيع ان يقول ان له جسمه ، سماته ، ممتلكته المادية اسرته ، اصدقائه ، اعداؤه ومهنته (العمرية، 2004، صفحة 119)

كما يشير يوسف قطامي عبد الرحمان عدس الى مفهوم الذات بانه مجموعة من الشعور والعمليات التاملية التي يستدل عنها بواسطة سلوك ملحوظ او ظاهرة ، او وسيلة مثالية لفهم السلوك ، يمكن التعرف اليه من خلال الاطار الداخلي للفرد نفسه (عدس، 2002، صفحة 377)

2_ مفهوم تقدير الذات:

يعرف كل من جابر عبد الحميد وعلاء كفاقي تقدير الذات تعريفا معجميا بانه اتجاه نحو تقبل الذات والرضا عنها واحترامها.

ويشير كوهن cohen في تعريفه لمفهوم تقدير الذات الى انه الدرجة التي يتطابق عندها "الذات المثالية" و"الذات الواقعية" (الازرق، 2000، صفحة 118)

اما روزنبرج فيعرف تقدير الذات بانه اتجاهات الفرد الشاملة -سالبة كانت او موجبة- نحو نفسه، وهذا يعني ان تقدير الذات المرتفع يعني ان الفرد يعتبر نفسه ذو اهمية وقيمة، بينما يعني تقدير الذات المنخفض عدم رضا الفرد عن ذاته. ان تقدير الفرد لذاته عند روزنبرج انما يعني الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية الاخرين له وتقييمه له. (ابراهيم، 1998، صفحة 199)

ويرى كل من شيفلسون 1982 ومارش 1983 ان تقدير الذات :يمثل عامل(دافع)اساسي للنجاح في مختلف مجالات حياة الفرد.

اما كوبر سميث فيعرفه بأنه الحكم على صلاحية الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات في الجوانب الذاتية والاسرية والاجتماعية والاكاديمية. (الازرق، 2000، صفحة 118).

3_ الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات :

العديد من الناس يخلط بين مفهوم الذات وتقدير الذات ،ولتفرقة بينهما يوضح "كوبر سميث" ان "مفهوم الذات" يشمل مفهوم الشخص ورائه عن نفسه ، بينما "تقدير الذات" يتضمن التقييم الذي يضعه ، ومايتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته ، ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول او الرفض ، ويشير الى معتقدات الفرد اتجاه ذاته .

وباختصار يكون تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته ، معبرا عنها بواسطة الاجاه الذي يحمله نحو ذاته ، فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بواسطة السلوك الظاهر .

ويميز هاماشيك بين ثلاثة مصطلحات في هذا المجال اولا: الذات وتمثل الجزء الواعي من النفس على المستوى الشعوري، وثانيا مفهوم الذات ويشير الى تلك المجموعة الخاصة من الافكار والاتجاهات التي تكون لدينا في أي لحظة من الزمن أي انها ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشا من خبرتنا بانفسنا والوعي بها ، اما ثالثا : تقدير الذات " فيشمل الجزء النفعالي منها (الضيان، 2003 ، صفحة 20 21).

4_ مفهوم الذات في المجال الرياضي :

يرى (حسين ، 1998) إن مفهوم الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة يعدها مصدراً للتأثير في البيئة المحيطة . يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص ، يبذل المزيد من الجهد من أجل حماية ذاته ، وغالباً فان المدربين الكفاء يسعون الى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين ، اقتناعاً منهم بأن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية ، وتزداد الدافعية نحو الانجاز بزيادة هذه القيمة ، وان الثقة بالنفس تعد بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته ، كما ان الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى النشء الصغير ، فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكون اكثر ثقة بانفسهم ، يشعرون بالمزيد من قيمتهم ، ويصبحون اكثر دافعية لمواصل التفوق ، وفي المقابل فان هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون اقل ثقة بانفسهم ويشعرون بقيمة اقل لانفسهم . ان أغلب اللاعبين يميلون الى تقدير قيمة انفسهم وشخصيتهم من خلال مستوى أدائهم الرياضي ، فهم يحددون قيمة انفسهم بقدر تحسن ادائهم الرياضي . هنا يجب التأكيد على اهمية ان يتعرف اللاعب على نواحي الخطأ في الاداء ، فاحياناً يتم الربط بين الاخطاء المرتبطة بمستوى اداء الرياضي باعتباره نوعاً من التقليل الموجه لشخصه ولذاته ومن ثم ذلك من قيمته (حسين، 1998، صفحة 432)

ويرى (أنوبيا 2002) ان هدف قبول الذات يأتي بعد أن تحدد الهدف الحلم والواقعي البعيد ، تقول لنفسك "لو تحقق كل ما تمنيته ولو بذلت كل مايمكن من جهد ، فقد لبيت كل متطلبات الحصول على الميدالية الذهبية التي حلمت بها لاكثر من اربع سنوات ، لكنني خسرت في السباق ، في هذه الحالة ساقبل بهذه الخسارة ولن ألوم نفسي

ولن اشعر بانى فاشل ، بل ساقبل ذاتي لان الذين فازوا لابد من تدريبوا احسن منى أو ان مؤهلاتهم كانت من مؤهلاتي (نويا، 2002، صفحة 71)

5_ انواع تقدير الذات:

5_1_ الذات المهارية :

هي عبارة عن "تقدير لاعب كرة القدم لما يتمتع له من مهارات حركية خاصة بلعبه الكرة القدم و مدى كفاءته و استعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة لتيسر تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساسية في لعبة الكرة القدم (رضوان، 1987 ، صفحة 622)

من خلال الاطلاع على بعض أدبيات علم النفس الرياضي فقد خلصنا الى تعرف الذات المهارية بأنها عبارة عن وعي رياضي و إدراكه لما يتمتع به من مهارات حركية و مدى تطابقها مع مستواه الفعلي و صولا الى تحقيق أفضل الانجازات .

5_2_ الذات الجسمية :

و تعني اتجاهات الفرد نحو جسمه ، ويعد ذلك مؤشرا هاما لجوانب مختلفة من شخصية الفرد نتيجة شعوره بان جسمه كبيرا أو صغير ، بدين أو نحيف، و يؤكد " محمد حسن علاوي" و "محمد نصر الدين رضوان " بان شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته بنفسه و في طريقة تعامله مع البيئة المحيطة به و من ناحية أخرى فان الأفراد الذين لديهم اتجاهات أو تصورات ايجابية نحو أجسامهم يتمتعون بدرجة مرتفعة لتقدير ذواتهم لاسيما يكونوا أكثر اجتماعية و ألفة مع الآخرين و أكثر ذكاء و أكثر قدرة على تحمل المسؤولية و ذلك يعكس الأفراد الذين لديهم تصورات سلبية عن أجسامهم (رضوان، 1987 ، صفحة 634)

5_3_ الذات البدنية :

وهي عبارة عن قدرة الرياضي في تقديره لقدراته الكامنة من خلال فهمه الايجابي لذاته و تقديره لنقاط ضعفه و قوته بما يخدم تعزيز و تطوير شخصيته و ثقته بنفسه و

يأتي ذلك نتيجة التدريب المبرمج المبني على أسس علمية رصينة و المعزز بالاختبارات الدورية التي تمكن الرياضي من الوقوف على حقيقة مستواه بما لديه من تصورات عن قدراته البدنية من سرعة و قوة و مرونة و مطاولة و العمل على تنميتها كونها تعد احد المحاور الرئيسة لتعلم المهارات الرياضية في كافة الألعاب .

6_ مستويات تقدير الذات:

يرى الكثير من العلماء و من بينهم " بوش " Boesh " أن تقدير الذات يتعرض لتغيرات حسب تصرفات الفرد و ردود أفعال " ، فلتقدير الذات مستويات ، و لكل مستوى خصائص و مميزات حسب شخصية كل فرد و لقد صنف العلماء هذه المستويات الى :

المستوى المرتفع لتقدير الذات (العالي) .

المستوى المنخفض لتقدير الذات (المتدني) .

6_1_ المستوى العالي لتقدير الذات:

مفهومه :

أن الحاجة للتقدير الايجابي هي ملحة و نشطة طوال حياة الفرد ، و لقد عرف جوزيف موتان **Joseph mutin** " تقدير الذات العالي بانه الصورة الايجابية التي يكونها الفرد حول نفسه ، إذ يشعر بانه إنسان ناجح جدير بالتقدير و تنمو لديه الثقة بقدراته ، إيجاد الحلول لمشكلاته ، و لا يخاف من المواقف التي يجدها حوله بل يواجهها بكل إرادة و بافتراض انه سينجح فيها " .

و حسب كوبر سميث Cooper smith فان الأشخاص ذوي التقدير العالي

يعتبرون أنفسهم أشخاص مهمين ، و لديهم فكرة محددة و كافية لما يضمنونه صوابا كما ، هم يملكون فهما طيبا لنوع شخصياتهم و يستمتعون بالتحدي و لا يضطربون عند الشدائد و هم أميل الى الثقة بأحكامهم و أقل تعرضا للقلق و لديهم استعداد منخفض للإقناع و التأثر بآراء الآخرين و هم أكثر ميلا لتحمل الايجابية في المناقشات الجماعية و اقل حساسية للنقد. (موسوعة، 2000 ، 2001)

6_2_ كىففة تكوئن تقدر ذات عالى :

ينمو تقدير الذات و يتطور من خلال عملية عقلية تتمثل في تقديم الفرد نفسه ، و من خلال عملية وجدانية تتمثل في إحساسه لأهميته و جدارته ، و يمكن تمييز المراهقين ذوي التقدير العالى بالصفات التالية :

- . أنهم يستمتعون بالخبرات الجديدة .
- . لديهم حب الاستطلاع.
- . يطرحون الأسئلة .
- . يتطوعون للقيام بالمهام و الأنشطة .

و يبدأ تكوين الاتجاهات عندما يبدوون في تعامل مع الآخرين و الذين يلبون حاجاتهم و مطالبهم و هناك ثلاثة ظروف أساسية تساهم تكوين عال لتقدير الذات :

- . الحب و العاطفة غير المشروطين .
- . وجود قوانين محددة بشكل جيد و يتم تطبيقها باتساق .
- . إظهار قدر واضح من الاحترام للأبناء .

تعتقد بأنه يمكن للراشد أن يعمل بشكل ايجابي على تطوير تقدير الذات للمراهق و ذلك عن طريق إفهامه بأنه إنسان نافع و جدير بالتقدير ، و هذا التطوير يمكن أن يحقق من خلال السلوك العملي من جانب المدرس الذي يثبت من خلال ثقته و احترامه للمراهق الى جانب هذا يعتبر التفكير و العمل الايجابيان عاملين فاعلين ، و هما يحققان الغاية منها عندما يكونان فقط متطابقان مع الصورة التي يراها المرء عن نفسه ، و عندما تكون صورة النفس ايجابية تزداد ثقة الفرد بنفسه و أن تقدير الذات لا يتغير بالكلام وحده أو بالمعرفة العقلية بل انه يتغير بالخبرة (موسوعة، 2000 ، 2001، صفحة 155) .

7_ العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

تتدخل عدة عوامل في تحديد موقف الفرد من نفسه و تقييمه لذاته ، و يمكن تصنيف هذه العوامل المختلفة الى ثلاث فئات متداخلة كمايلي :

7_1_ عوامل ذاتية :

و تتمثل في مختلف الخصائص الشخصية و المعطيات الذاتية للفرد كالقدرات العضوية و الذهنية و الحالة الصحية و النقائص الملاحظة ، و كذا المعارف و التصورات و المدركات و الخبرات و المهارات و الطموحات ، و أنماط السلوك التوافقي و طرق إشباع الحاجات ، الى غير ذلك من الخصائص الشخصية المؤثرة في نظرة الفرد الى نفسه و تقدير لذاته .

7_2_ عوامل اجتماعية :

أما هذه فتتمثل خصوصا في موقف أفراد المحيط الاجتماعي اتجاه الفرد ، و كيفية معاملته له و تقديرهم لشخصيته، حيث يقيم الفرد نفسه من خلال تقييم الآخرين له. لكن الملاحظات و الانتقادات و مظاهر الإشادة و التنوية التي تصدر عن الآخرين ليست كلها متساوية في تأثيرها على الفرد في تقديره لذاته ، حيث يقوم الفرد عادة بتفسير ما يصله من تنبيهات تتضمن آراء الآخرين و ملاحظاتهم و اتجاهاته نحوه و معاملاتهم له حسب خصائص الأشخاص الذي تصدر منهم الملاحظات و كذا الملابسات و الظروف التي تصدر فيها و العلاقات التي تربط الفرد المعني بأصحاب هذه الملاحظات ، فالملاحظة الآتية من الصديق ذو المعرفة الواسعة و الثقة المؤكدة مثلا لا تقدر و تفسر مثل الملاحظة التي يبديها أي شخص آخر ، و بالإضافة الى ذلك فان الفرد يستعين بخبراته السابقة و معارفه المكتسبة في تفسير المنبهات الاجتماعية ، و مع ذلك فالفرد بصفة عامة يتأثر بشكل جاد باتجاهات الآخرين نحوه ، لكن هذا التأثير يتم بدرجات متفاوتة ، و ذلك حسب قيمة الشخص مصدر الملاحظة أو الموقف و مصداقيته و مقاصده من جهة و حسب المقومات الذاتية لفرد المتأثر من جهة ثانية .(يحياوي، 2003 ،صفحة 551.552).

و الملاحظ أن الفرد يتأثر خصوصا بالمظاهر المعممة أو المشتركة بين معظم الناس، أو التي يتميز بها معظم الناس، و لا سيما أولئك الذين يقدرهم الفرد المعني و يحترمهم (يحياوي، 2003 ، صفحة 551 . 552) .

7_3_ عوامل الوضعية الشخصية :

أما عوامل الوضعية فتتمثل خصوصا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقدير ذاته ، فقد تتضمن هذه الظروف مثلا تنبيهات معينة تجعل الشخص المعني يراجع نفسه و يتفحص تصوراته ، و يقوم بتعديل اتجاهاته و تقديراته اتجاه ذاته و اتجاه الآخرين ، فقد يكون الفرد مثلا في حالة مرضية أو تحت ضغوط مخيفة أو في ضائقة اقتصادية و اجتماعية ، و كل هذه الحالات و الأوضاع الشخصية تؤثر على نفسية الفرد و توجه تقديراته سواء بالنسبة لذاته أو بالنسبة للآخرين .

أما درجات تأثير هذه الحالات و الأوضاع الشخصية على تقدير ذات الفرد فتحدد حسب مدى تأثير الفرد بمظاهرها و مدى إمكانية تكيفه معها (يحياوي، دراسات في علم النفس، صفحة 525) .

8_ نظريات تقدير الذات:

هناك عدة نظريات حاولت تفسير تقدير الذات و من هذه النظريات مايلي :

8_1_ نظرية روزنبرغ Rosenberg theory :

تدور أعمال روزنبرغ حول محاولته نمو ارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته ، و سلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد ، و قد اهتم روزنبرغ بصفة خاصة بتقييم المراهقين بذواتهم ، ووسع دائرة اهتمامه بعد ذلك بحيث شملت ديناميت تطور صورة الذات الايجابية في مرحلة المراهقة ، و اهتم بالدور الذي تقوم به الاسرة في تقدير الفرد لذاته ، و عمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الاسرة و أساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد ، كما اهتم بشرح و تفسير الفروق التي توجد بين لجماعات في تقدير الذات مثل تلك التي بين المراهقين الزوج و المراهقين البيض ، و التغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر.(جادو ، 1998 صفحة 154 ، 153)

و المنهج الذي استخدمه روزنبورغ هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق و اللاحق من الأحداث و السلوك.

واعتبر روزنبورغ أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه ، و طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاه نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ، و ما الذات الا أحد هذه الموضوعات ، و يكون الفرد نحوها اتجاها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى ، و لكنه فيما بعد عاد و اعترف بان اتجاه الفرد نحو ذاته ربما يختلف و لو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات (جادو ص.، 1998، صفحة 153،154).

خلاصة:

إن مفهوم الذات يزداد الإهتمام به يوما بعد يوم نظرًا لأهميته في الوصول إلى التوافق النفسي ، باعتباره عاملا مهما في حدوثه، غير ان مفهوم الفرد عن ذاته وتقديره لها يتأثر بالعديد من العوامل لا سيما إن كان في مرحلة حرجة كمرحلة المراهقة أين يكون تقدير الفرد لذاته مرتبطا كثيرا بنظرة الآخرين له، فيحاول أن يظهر بأحسن الصور لكي يرضي الآخرين ويكسب إعجابهم ، وهذا تدعيما لتقدير ذاته.

تمهيد:

كل سلوك يصدر عن الفرد إنما هو مدفوع و غرضي و لايمكن التعرف على مظاهر السلوك الإنساني إلا إذا عرفنا الدوافع التي ورائها و لكي يفهم الإنسان غيره من الناس فهما صحيحا فان الشرط الأساسي هو ان يبدأ بفهم دوافعه و ما يرمون إليه من أهداف خاصة بهم .

و الكلام عن الدافعية أصبح مقرونا بتفسير النجاح أو الإخفاق و تبقى الرغبة في بذل المجهود و خوض المنافسة مع البحث عن تحقيق الفوز مقرونة أساسا بطبيعة الدوافع التي تحرض السلوك حيث يبقى مصطلح الدافعية الذي يعلل سلوك الفرد .

1_ مفهوم الدافعية:

يحاول بعض الباحثين التمييز بين الدافع Motive و مفهوم الدافعية Motivation على أساس أن "الدافع هو عبارة عن استعداد الفرد و بذل الجهد أو السعي في سبيل تحقيق أو إشباع هدف معين، أما في حالة دخول هذا الاستعداد أو الميل إلى حيز التحقيق الفعلي أو الصريح فذلك يعني الدافعية باعتبارها عملية نشيطة (خليفة، 2000، صفحة 67)

وعلى الرغم من وجود محاولة للتمييز بين المفهومين إلا أنه لا يوجد الى حد الآن ما يظهر مسألة الفصل بين المفهومين ، فمفهوم الدافع يستخدم كمرادف لمفهوم الدافعية حيث يعبر كلاهما عن الملامح الأساسية للسلوك المدفوع و إن كانت الدافعية هي المفهوم الأكثر شيوعا (خليفة، 2000، صفحة 69)

و سنتطرق لبعض التعريفات التي قدمها الباحثون لمفهوم الدافعية و الإنجاز:

يرى ماسلو A.H Maslow: " الدافعية بأنها خاصية ثابتة، مستمرة، متغيرة، مركبة و عامة تمارس تأثيرا في كل أحوال الكائن الحي". (خليفة، 2000، صفحة 70)

و عرف ماكيلاند D.Mciend: " الدافع بأنه إعادة التكامل و تجدد النشاط الناتج عن التغيير في الموقف الوجداني ".

ويرى **Thomas.r** " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك

لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف " (Thomas, 1991, p. 32)

ويرى أحمد أمين فوزي " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة

نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و

توجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه

النفسي و الفسيولوجي " (فوزي، 2002، صفحة 81)

أما عند اليكسون " الدافعية مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي

يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة " (جميل، 1986، صفحة 50)

ونستخلص أن تعريف الدافع قد تعدد وتتنوع واختلف في مفاهيم ومهما كان

هذا الاختلاف إلا أنها تبقى المحرك لسلوك الإنسان الجسم في حالة نشاط .

2_ أهمية الدافعية في المجال الرياضي :

يتفق الكثير من علماء النفس "أن الدوافع هي نقطة البدء في عملية التعلم و

إشباعها في نقطة النهاية، فلا يمكن تصور سلوك بدون هدف محدد له، فعملية

التعلم ترتبط بالدافع كنقطة بداية و بالهدف كنقطة نهاية يتحقق فيها الإشباع أو

الإرضاء و حياة الإنسان اليومية تمثل سلسلة من محاولات السعي المتكررة من

أجل الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق بين نفسه و المحيط الذي يعيش فيه

ف وراء كل سلوك بشري دافع يثيره و هدف يسعى على تحقيقه، وكلما نجح الفرد في

إشباع دوافعه كلما استطاع تحقيق مستوى أفضل (عصام، 1984، صفحة 30)

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام

الناس جميعا .

في سنة 1908م ، اقترح " وود ورث " (Wood worth) في كتابة : علم النفس الديناميكي ميدانا حيويا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي " Molivation al psychology " أو علم الدافعية

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

سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق ، إلى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30% من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقدين الآخرين .

وفي سنة 1983 أشار "وليام وارن" (William) في كتابه التدريب والدافعية ، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل في 70% - 90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات ، وللتدريب عليها بفرض صقله وإتقانها وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية ، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية :

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

(WWW.ELAZAYEM.COM/(40)htm , 15/03/2008)

_ مصادر الدافعية:

يتفق العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي على القول: إذا أردنا فهم و الإلمام بموضوع الدافعية في المجال الرياضي، فإنه ينبغي تقسيمها من حيث مصادرها إلى دافعية داخلية و دافعية خارجية.

1_3_ الدافعية الداخلية :

" الدافعية الداخلية هي الحالات الداخلية النابعة من داخل الفرد نفسه، و التي تشبعها الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي كهدف في حد ذاته مثل: الرضا، السرور، المتعة الناتجة عن الممارسة الرياضية و الشعور بالإرتياح، كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة و الإرادة، أو بسبب المتعة الجماعية الناجمة عن رشاقة و تناسق الأداء الحركي الذاتي، و كذلك الإثارة و التحدي في مواجهة بعض العقبات أو الصعوبات المرتبطة بالأداء" (العلاوي، 1998، صفحة 215)

2_3_ الدافعية الخارجية:

" و هي تلك الحالات الخارجية الغير نابعة من داخل الفرد نفسه، و التي تنثير و توجه السلوك نحو الممارسة الرياضية". إذ يمكن إعتبار الأستاذ، الوالدين أو الأصدقاء بمثابة دافعية خارجية، مختلف الوسائل التي تعمل على تحقيق غاية أو هدف خارجي مثل الحصول على مكاسب مادية أو معنوية، كالحصول على المكافآت أو الجوائز أو الحصول على التذعيم أو التشجيع الخارجي، بالإضافة إلى اكتساب الصحة و اللياقة البدنية العالية و غيرها. (العلاوي، 1998، صفحة 216)

4_ العلاقة بين الدافع الداخلي و الدافع الخارجي للأداء الرياضي:

" رغم اختلاف المهتمين بعلم النفس الرياضي حول مدى مساهمة كل من الدافع الداخلي و الخارجي في الأداء الرياضي، إلا أنهم يكادون يتفقون على أهمية الدافع الداخلي، ذلك أن الدافعية الخارجية و المتمثلة في المكافآت الخارجية تفيد في دفعه نحو الممارسة الرياضية، لكنها لا تضمن الاستمرارية في الممارسة، أما الدافع الداخلي فهو عامل مهم في بناء الشخصية ، حيث أن الحاجات النفسية هي الأقوى و الأجدر بالاهتمام عن الحاجات المادية كحب الانتماء، تقدير الذات و تحقيق الذات، مع هذا لا يمكن تجاهل دور الدافع الخارجي فهناك علاقة وثيقة بين الدافع الداخلي و الدافع الخارجي، إلا أنه يبقى الدافع الداخلي هو الأهم، لذا وجب الاهتمام به لأنه يضمن الاستمرارية في الممارسة الرياضية لمدة طويلة (راتب، 1990، صفحة 45)

5_ وظائف الدوافع :

إن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائياً وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة بها هذا الفرد حاجياته و غرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة :

5_1_ السلوك بالطاقة :

ومعنى ذلك أن الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل

إشباع هذه الحاجات والرغبات فالدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسين قدراته وتكليفها بالنجاح ، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من اجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية .

5_2_ أداء وظيفة الاختيار :

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب ويتفاعل معها المراهق و يهمل الأنشطة الأخرى ، كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا ، كما أنها تحدد الحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد أقر جوردن ألبرت " أنه عندما تكون اتجاه عام للمواقف والميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استثارتها فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه " .

(المليجي، 1984، الصفحات 94-95).

5_3_ توجييه السلوك نحو الهدف :

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسين والنمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها فالدكتور حلمي المليجي يلخص وظائف الدوافع

فيما يلي :

أ- إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل

ب- السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المنبثرات الخارجية التي تثير

السلوك .

ج- اختيار نوع النشاط وتحديده .

د- تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته

على الانتباه ومقاومة التشتت (المليجي، 1984، الصفحات 94-95)

6_ دافع الانجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية :

يعني دافع الانجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من

أجل النجاح في انجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها .

7_ أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق) :

7_1_ اختيار النشاط :

يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس

أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه .

7_2_ الجهد من أجل تحقيق الأهداف :

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع .

7_3_ المثابرة :

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموائية

8_ بعض الأبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية :**8_1_ الحاجة للإنجاز :**

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

8_2_ ضبط النفس :

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

(العلاوي، 1998، الصفحات 27-28)

8_3_ التدرّيبية :

اللاعب الرياضي الذي يتسم بسمة التدرّيبية ينفذ بدقة تعليمات المدرب ويحترم كل من قام بتدرّيبه ويستشير مدرّبه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بأن مدرّبه يفهمه جيداً ولا يتحيز للاعبين معينين (العلّوي، 1998، الصفحات 27-28)

9_ وظيفة الدافعية:**9_1_ وظيفة الدافعية في الموقف التعليمي العام:**

للدوافع في الموقف التعليمي العام وظيفة ذات ثلاثة أبعاد:

9_1_1_ البعد الأول:

"إن الدوافع عوامل منشطة، فهي تنشط الكائن الحي في الموقف التعليمي و تحرر السلوك، و تنقل الكائن الحي من حالة السكرة إلى حالة الحركة" (الكتّابي، صفحة 175)

9_1_2_ البعد الثاني:

"إن الدوافع عوامل منظمة و موجهة، فهي توجه السلوك نحو غرض معين تحقق له رغبات معينة" (الكتّابي، صفحة 176)

9_1_3_ البعد الثالث:

"إن الدوافع مدعمة و معززة ، و هذا البعد له صلة وطيدة بالبعد الثاني لأن توجيه السلوك لتحقيق أهداف و أغراض معينة هو في نفس الوقت تدعيم للسلوك الذي أدى إلى هذه الإشباعات".

- كيف وجد العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة.

يقول أسامة كامل راتب: " فيما ينطبق بالسؤالين، الأول و الثاني، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي، و فترة و مقدار الممارسة، و ليس ثمة شك في أن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام بهذه الرياضة، و الاستمرار في الممارسة أي المتابعة في التدريب إضافة إلى العمل الجاد، بما يتضمن تعلم واكتساب و صقل المهارات الحركية في هذه الرياضة، أما بخصوص إجابة السؤال الثالث، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى أداء اللاعب باعتبار أن المستوى الأمثل للدافعية يتطلب مستوى ملائم من الحالة التنشيطية (الاستثارة) حيث أن كل لاعب مستوى ملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في موقف المنافسة".

هذا تظهر أهمية وظيفة الدافعية عندما تدرك أن الإنجاز في الرياضة

يتطلب توفر ثلاثة عناصر أساسية: (راتب، 1990، صفحة 75)

استعداد مناسب لهذه الرياضة.

2- التدريب الجاد لتطوير الاستعداد.

3- كفاءة أداء الرياضة عند التقييم.

الاستعداد ←
← التدريب الجاد + قدرة الأداء في موقف الاختيار =

الأداء.

بمعنى آخر فإن الأداء لأي مهارة في أي وقت هو ناتج لتطوير الاستعداد و

القدرة على الأداء الجيد في موقف الاختيار أو المنافسة

و تجدر الإشارة إلى أن الدافعية لا تعتبر العامل الوحيد الذي يؤثر في الأداء الرياضي، و إنما الأداء الرياضي نتاج العديد من المتغيرات المرتبطة بشخصية اللاعب فضلا عن التأثيرات المرتبطة بالموقف نفسه و نوع و متطلبات الأداء ذاته.

خلاصة

في الحقيقة إن موضوع الدافعية هو موضوع هام و حساس الذي يتصل بالدرجة الأولى بدراسة السلوك البشري من جهة ومن جهة أخرى كيفية استغلال الهيئات الرياضية لهذا الموضوع الهام ومن خلال ما تم ذكره في هذا الفصل تبين لنا أن هناك العديد من النظريات والدراسات التي تناولت موضوع الدوافع بشكل عام لكن يبقى الإحاطة بموضوع الدوافع من جميع الجوانب قاصرا على الدراسات النفسية والسلوكية بالرغم من التفاتة أصحاب الفكر التربوي في دراسة موضوع الدافعية في الآونة الأخيرة وما يمكن أن نميزه في هذا الصدد أهمية الدافعية في مجال التدريب الرياضي و دافعية الانجاز بالأخص لدى اللاعبين التي تعتبر عاملا مهما في نجاحهم و تفوقهم الرياضي و بتعزيز دافعية الانجاز يمكن للفرد أن يقدم على أداء مهمة ما بنشاط و حماس كبيرين قصد اكتساب خبرة النجاح الممكن و كذا دافع تجنب الفشل.

تمهيد:

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

1_ منهج البحث :

في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها ، وتختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه وفي بحثنا هذا استوجبت مشكلته إتباع المنهج الوصفي. إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد التي يتم السير عليها واحترام خطواتها من اجل الوصول في الأخير إلى الحقيقة و يعرف عمار بوحوش ومحمد ذنبيات المنهج الوصفي كما يلي "المنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من اجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية معينة".

2_ عينة البحث وكيفية اختيارها:

تعرف العينة على أنها: "مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية و هي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة و قد كانت مقصودة.

و تعرف أيضا على: " أنها جزء من كل أو بعض من المجتمع".
 وقد تم تحديد عينة البحث من طرف الطالبين والتي تمثل لاعبي فرق كرة القدم أصغر و تمثلت في 03 فرق رياضية وهي كالاتي :

- فريق اتحاد الرياضي للسوقر .
- فريق شباب فيلاج بكير السوقر .
- فريق اتحاد الفايجة .

3_ مجالات البحث :

3_1_ المجال البشري :

اشتملت عينة البحث على 40 لاعبا.

3_2_ المجال المكاني :

- لقد تم إجراء دراستنا الأساسية أنجزت في مكان تدريب كل فرق وهي كالاتي :
- فريق اتحاد الرياضي للسوقر _ بلدية السوقر . ملعب السوقر
- فريق شباب فيلاج بكير السوقر . ملعب السوقر
- فريق اتحاد الفايجة _ الفايجة ملعب البلدية الفايجة

3_3_ المجال الزمني :

امتدت فترة الدراسة الميدانية لهذا البحث من شهر فيفري 2018 إلى غاية افريل

2018.

4_ ضبط متغيرات الدراسة:

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

4_1_ المتغير المستقل:

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

4_2_ المتغير التابع :

هو نتيجة التغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو تقدير الذات البدنية والمهارية.

5_ أدوات البحث :

هي الوسيلة أو الوسائل و الطريقة التي يستعملها الباحث لحل مشكلة مهما كانت ، فيستند عليها لكشف الحقيقة في بعض الجوانب في البحث و هي كالآتي :

- المصادر و المراجع العربية و الأجنبية و الإنترنت
- ملاعب الرياضية أو قاعات متعددة الأنشطة
- الاستمارة

❖ الغرض

مقياس تقدير الذات البدنية أعده الدكتور محمد علاوي و عصام الهالي و تيمور واصف للوقوف على تقدير لاعبي للصفات البدنية التي يتمتع بها في إدراكه لمواطن القوة والضعف في كفايته البدنية.

وعند بداية تكوين المقياس تم عرض 100 عبارة منتقاة في ضوء تحليل الصفات البدنية الخاصة والمراجع العلمية التي تناولت موضوع الصفات البدنية بصفة عامة والصفات البدنية للاعبين بصفة خاصة، وتم عرض العبارات الخاصة بكل صفة من الصفات البدنية الخاصة على مجموعة من الخبراء بعد تعريف هذه الصفات تعريفا إجرائيا.

وفي ضوء ذلك تم اختيار 44 عبارة حصة على 80% أو أكثر من آراء الخبراء وتم حساب الأهمية النسبية لكل صفة بدنية يتضمنها المقياس لتحديد عدد عبارات كل من هذه الصفات البدنية وتم تطبيق المقياس في صورته الأولى بعد استخراج معاملات ثباته وصدقه وبعد تحليل مفرداته على 50 لاعب ولاعبة.

وفي ضوء التطبيق الأول للمقياس تم حذف واستبعاد بعض العبارات وتعديل بعض العبارات الأخرى وأصبح المقياس في صورته الثانية يتكون من 20 عبارة وتم حساب الأهمية النسبية لكل صفة من الصفات البدنية التي يشتمل عليها المقياس وأسفر عن الآتي:

4 عبارات لكل من صفات (الرشاقة والقوة المميزة بالسرعة والسعة الحركية).

3 عبارات لكل من صفتي (تحمل القوة والتحمل الدوري التنفسي).

عبارتان لكل من صفات (المرونة وسرعة الاستجابة والتوازن).

عبارة لكل من صفتي (القوة العظمى وسرعة الانتقال).

❖ متوسط السن والجنس

يصلح التطبيق على الجنسين ابتداءً من سن 15 سنة.

❖ الثبات

تم حساب معامل ثبات المقياس وذلك بإعادة تطبيق المقياس على مجموعة من 40

لاعباً كما تم حساب ثبات المقياس باستعمال معامل ألفا Alfa وذلك لحساب الثبات

باستخدام مجموع مربعات التباين لجمع العبارات .

❖ الإجابة

يتكون المقياس من 20 عبارة ويستجيب الفرد على كل عبارة طبقا لمقياس مدرج من 5 تدريجات : أبدا ، نادرا ، أحيانا ، غالبا ، دائما.

❖ التصحيح

يتكون المقياس من 14 عبارة ايجابية، 6 عبارة سلبية،

وأرقام العبارات الإيجابية كمايلي:

12	11	10	8	7	6	4	3
	20	19	18	16	14		13

وأرقام العبارات السلبية كما يلي:

17	15	9	5	2	1
----	----	---	---	---	---

وأوزان العبارات الإيجابية كمايلي:

5 درجات عند الإجابة : دائما

4 درجات عند الإجابة : غالبا

3 درجات عند الإجابة : أحيانا

درجتان عند الإجابة : نادرا

درجة عند الإجابة : أبدا

وأوزان العبارات السلبية كمايلي:

5 درجات عند الإجابة : أبدا

4 درجات عند الإجابة : نادرا

3 درجات عند الإجابة : أحيانا

درجتان عند الإجابة : غالبا

درجة عند الإجابة : دائما

مقياس دافعية الانجاز الرياضي :

لأجراء دراستنا الميدانية قمنا باستعمال مقياس دافعية النجاز الرياضي من تصميم

جو ولس و تعريب الدكتور: "محمد حسن علاوي" ، ويتكون المقياس من 20 عبارة

وصفية حيث يقوم اللاعب الاجابة على مقياس خماسي التدرج (بدرجة كبيرة جدا

، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جدا) وذلك في ضوء تعليمات

المقياس.

والجدول الموالي يبين الدرجات الموجبة والسالبة لمقياس دافعية الانجاز الرياضي:

جدول رقم 02: يبين العبارات الموجبة والسالبة لمقياس دافعية الانجاز الرياضي

العبارات	رقم العبارة
البعد الاول :دافع انجاز النجاح	

عبارات موجبة	2، 10، 12، 16، 18، 20.
عبارات سالبة	04، 08، 14.
البعد الثاني :دافع تجنب الفشل	
عبارات موجبة	1، 3، 5، 7، 9، 13، 13، 15
عبارات سالبة	11، 17، 19

5_ الطرق الإحصائية :

5_1_ المتوسط الحسابي :

وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويستخرج بجمع قيم كل عناصر المجموعة ثم قسمة النتيجة على عدد عناصر وصيغته الرياضية هي :

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

س = المتوسط الحسابي

مج س = مجموع القيم

ن = عدد الأفراد

5_2_ الإنحراف المعياري : وهو من أهم مقاييس التشتت ويستخدم لمعرفة تشتت القيم

عن المتوسط الحسابي و معادلته الإحصائية هي :

$$ع = \sqrt{\frac{\sum (س - \bar{س})^2}{ن}}$$

ع = الإنحراف المعياري

س = المتوسط الحسابي

ن = حجم العينة

5_3_ معامِل الإرتباط لبيرسون :

وهو يسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة ويرمز له بالزمن "ر" ويشير هذا المعامل إلى مقدار العلاقة الموجودة بين متغيرين و التي تنحصر في المجال (1-، 1+) فإذا كان الإرتباط سالبا دل ذلك على أن العلاقة

بين المتغيرين علاقة عكسية ، بينما يدل معامل الإرتباط الموجب على وجود علاقة طردية بين المتغيرين ويحسب معامل الإرتباط وفق المعادلة الإحصائية التالية :

$$ر = \frac{\sum (ص - \bar{ص}) \cdot (س - \bar{س})}{\sqrt{\sum (ص - \bar{ص})^2 \cdot \sum (س - \bar{س})^2}}$$

ر = قيمة معامل الإرتباط البسيط

س = المتوسط الحسابي للمتغير س

ص = المتوسط الحسابي للمتغير ص

$$= \sum (ص - \bar{ص}) (س - \bar{س}) \text{ = مجموع الحاصل ضرب الإنحرافات}$$

$$= \sum (س - \bar{س})^2 \text{ = مجموع مربعات انحرافات قيم س عن متوسطها الحسابي}$$

$$= \sum (ص - \bar{ص})^2 \text{ = مجموع مربعات انحرافات ص عن متوسطها الحسابي .}$$

1- عرض و تحليل و مناقشة نتائج الدراسة:

يوضح الجدول (01) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقدير الذات البدنية والمهارية للعينة.

السؤال	الدرجة	عدد اللاعبين	المتوسط	الانحراف الدات
1	120	40	3	18,50
2	148	40	3,7	22,82
3	164	40	4,1	25,28
4	184	40	4,6	28,37
5	140	40	3,5	21,58
6	164	40	4,1	25,28
7	180	40	4,5	27,75
8	168	40	4,2	25,90
9	165	40	4,125	25,44
10	148	40	3,7	22,82
11	150	40	3,75	23,12
12	164	40	4,1	25,28
13	172	40	4,3	26,52
14	156	40	3,9	24,05
15	176	40	4,4	27,13
16	160	40	4	24,67
17	136	40	3,4	20,97
18	170	40	4,25	26,21
19	120	40	3	18,50
20	166	40	4,15	25,59

من خلال الجدول أعلاه والذي يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى تقدير الذات البدنية و المهارة للاعبين. حيث تراوحت نتائج المتوسطات الحسابية بين (3 و 4.60) وبانحراف معياري تراوح بين (18.50 و 28.37) وهي قيم تدل على أن مستوى تقدير الذات البدنية والمهارة متوسط لدى اللاعبين. ويعزو الطالبان هذه النتيجة لعدة أسباب منها: عدم استقرار المدربين، الدعم المادي المنعدم، قلة الإمكانيات والعتاد لدى النادي، غياب المواظبة في الحصص التدريبية.

يوضح الجدول (02) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدافعية الانجاز لعينة:

السؤال	الدرجة	عدد اللاعبين	المتوسط	انحراف
1	104	40	2,6	16,03
2	164	40	4,1	25,28
3	92	40	2,3	14,18
4	112	40	2,8	17,27
5	112	40	2,8	17,27
6	140	40	3,5	21,58
7	120	40	3	18,50
8	156	40	3,9	24,05
9	148	40	3,7	22,82
10	144	40	3,6	22,20
11	124	40	3,1	19,12
12	52	40	1,3	8,02
13	148	40	3,7	22,82
14	128	40	3,2	19,73
15	140	40	3,5	21,58
16	190	40	4,75	29,29
17	130	40	3,25	20,04
18	196	40	4,9	30,22

22,20	3,6	40	144	19
29,60	4,8	40	192	20

من خلال الجدول أعلاه والذي يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين. حيث تراوحت نتائج المتوسطات الحسابية بين (2.30 و 4.90) وبانحراف معياري تراوح بين (14.18 و 30.22) وهي قيم تدل على أن مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين مرتفعة نوعا ما. ويعزو الطالبان هذه النتيجة لعدة أسباب منها: اللاعبين المفحوصين لديهم رغبة ودافع قوي لتحقيق النجاح وأعلى إنجاز رياضي وهذا لإثبات ذواتهم وحب المنافسة لديهم بالرغم من العوامل المحببة والظروف المحيطة والتي تم ذكرها كعدم استقرار المدربين، الدعم المادي المنعدم، قلة الإمكانيات والعتاد لدى النادي.

2_ حساب معامل الارتباط بين العلاقة بين الذات البدنية و المهارة بدافعية الانجاز:

يوضح الجدول (03) الانحرافات المعيارية لذات البدنية والمهارة وانحراف دافعية الانجاز

من اجل حساب معامل الارتباط:

انحراف ذات البدنية والمهارة	انحراف دافعية الانجاز
18,50	16,03
22,82	25,28
25,28	14,18
28,37	17,27
21,58	17,27
25,28	21,58
27,75	18,50
25,90	24,05
25,44	22,82
22,82	22,20
23,12	19,12
25,28	8,02
26,52	22,82
24,05	19,73
27,13	21,58
24,67	29,29
20,97	20,04
26,21	30,22
18,50	22,20
25,59	29,60

- الجدول(04) يوضح نتائج معامل الارتباط لايجاد العلاقة بين الذات البدنية والمهارة لدافعية الانجاز الرياضي لدى اللاعبين.

العينة 40	الذات الجسمية	الذات المهارة	الانجاز دافعية	
Pearson Correlation	0. 507	0. 881	1	(بيرسون)
Sig. (2-tailed) (الدلالة بالنظر (المعنوية	0.006	0.081		
N	40	40		

من خلال تحليل نتائج الجدول وحساب معامل الارتباط لايجاد العلاقة بين الذات البدنية والمهارة لدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم يوجد ارتباط ايجابي وقوي بينهما فكلما زادت الذات البدنية والمهارة زادت دافعية الانجاز ، معناه وجود دالة معنوية عند مستوى الدلالة 0.05 لان القيمة المحسوبة محصورة بين 1- و 1 عند درجة الحرية 39 أي ان هناك ارتباط قوي و ايجابي مما يبين صحة الفرضيات.

3_ تحليل ومناقشة الفرضيات:

الفرضية الأولى: تشير الفرضية الأولى و التي تتضمن أن: مستوى تقدير الذات الجسمية والمهارة لدى اللاعبين معتدل.

انطلاقاً من الخلفية النظرية لهذه الدراسة تم اختيار الفرضية الأولى للبحث و التي جاءت حول ان الذات الجسمية والمهارة تتميز بمستوى دافعية الإنجاز ، نلاحظ وجود علاقة ارتباطية بين ذات دلالة احصائية بين دافعية الانجاز والذات البدنية والمهارة ، بحيث كلما كانت الذات البدنية والمهارة عالية تكون دافعية الانجاز اكبر حيث يشير "كان" ان الذات البدنية هي احد الابعاد التي تلعب دورا هاما في المجال الرياضي. (المزروع، 2007، صفحة 70)

ويؤكد محمد حسن علاوي ان الرياضي الذي لديه مفهوم ايجابي عن ذاته يتسم بالثقة الواضحة في نفسه وفي قدرته ومهارته ولا يبدو عليه القلق او التردد او الخوف في المواقع غير المتوقعة كما انه يتقبل النقد من مدربه ولديه واقعية عالية للانجاز والتفوق وبإستطاعته اتخاذ القرارات بسرعة وبسهولة. وهذا ما تعززه دراسة تيمور احمد راغب حيث خلص هذا الاخير إلا انه كلما زاد اللاعب حيث شعر اكثر بذاته وهذا ما يؤكد على أنه يجب على اللاعب ان تكون لديه وهذا ما يؤكد على أنه يجب على اللاعب ان تكون لديه إرادة قوية ويؤمن بالفوز مهما كان مستوى للاعبين الذين يواجهونه، (راغب، 1990).

وفي هذا الصدد اظهرت نتائج العديد من الدراسات أن مستوى تقدير الذات لدى الافراد يرتبط بمستوى الانجاز والتحصيل الرياضي والاكاديمي ومنه توصل الطالبان الباحثان إلى تحقيق الفرضية الأولى بحيث اعطت توافق و الاستجابة بين الذات البدنية و مستوى دافعية الانجاز و

هذا ما أكدته جل الدراسات التي تم ذكرها سابقا بحيث أكدت ان مستوى الذات البدنية له تأثير واضح في أداء اللاعبين في المرحلة التدريبية و المنافسات الرسمية .

الفرضية الثانية: تشير الفرضية الثانية و التي تتضمن أن: مستوى دافعية الإنجاز لدى اللاعبين مرتفع. على ضوء نتائج الجدول رقم (02) والذي يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين. حيث تراوحت نتائج المتوسطات الحسابية بين (2.30 و 4.90) وانحراف معياري تراوح بين (14.18 و 30.22) وهي قيم تدل على أن مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين مرتفعة نوعا ما. ويعزو الطالبان هذه النتيجة لعدة أسباب منها: اللاعبين المفحوصين لديهم رغبة ودافع قوي لتحقيق النجاح وأعلى إنجاز رياضي وهذا لإثبات ذواتهم وحب المنافسة لديهم بالرغم من العوامل المحيطة والظروف المحيطة والتي تم ذكرها كعدم استقرار المدربين، الدعم المادي المنعدم، قلة الإمكانيات والعتاد لدى النادي. ويشير محمد حسن علاوي إلى أن " الاستعداد لدافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل موجودان لدى كل فرد لكن بدرجات متفاوتة ومختلفة (علاوي، 2001، صفحة 209). وتؤكد الأبحاث على أن دافعية الإنجاز الرياضي من العوامل المهمة للإستمرارية في بذل الجهد وتعني كذلك مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموائية.

الفرضية الثالثة: تشير الفرضية على أن هناك علاقة طردية بين الذات الجسمية والمهارية ودافعية الانجاز الرياضي.

نصت الفرضية على وجود علاقة طردية بين الذات الجسمية والمهارية ودافعية الانجاز، لدى عينة الدراسة وقد جاءت نتائج الدراسة مؤيدة لصحة هذا الغرض حيث إن اللاعبين لديهم فكرة عن حقيقة مستواهم البدنية والمهاري مما اوجد العلاقة بين ذاتهم البدنية والمهارية ومستوى دافعية الانجاز إذ ان مقدرة اللاعب على تقدير ذاته يعد ذا قيمة كبيرة تساهم في الانجاز ويرجع ذلك إلى مفهوم اللاعبين نحو أجسامهم ولياقتهم البدنية كما يشعرون بها من قوة وتحمل وسرعة ومرونة ورشاقة ، حيث دلت النتائج المتحصل عليها على أنها كلما كانت الذات البدنية والمهارية عالية كلما كان مستوى دافعية الانجاز وهذا ما يؤكد صحة العلاقة الطردية.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه عصام عبد الخالق حيث ذكر أن " التدريب الرياضي يهدف إلى الإعداد المتكامل للاعب من الناحية البدنية والمهارية والفسولوجية والنفسية ، وذلك للوصول إلى أعلى مستوى ممكن في النشاط الممارس " (الخالق، 1992، صفحة 35).

ويرى أسامة كامل راتب أن " النجاح والفشل جزء من الرياضة ، فالرياضيون الذين يتمتعون بدرجة عالية من الثقة يتعامل بهذه الحقيقة بقدر كبير من الواقعية تؤهلهم إلى تحقيق التفوق والنجاح في جميع المواقف أثناء المنافسة الرياضية (راتب، 1995، صفحة 208).

ويشير محمد حسن علاوي إلى أن " الاستعداد لدافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل موجودان لدى كل فرد لكن بدرجات متفاوتة ومختلفة (علاوي، 2001، صفحة 209).

ولهذا تم قبول هذه الفرضية لدراسة.

الاستنتاجات:

- أن أغلبية اللاعبين الذين لديهم ذات بدنية بدرجة جيدة لديهم دافعية إنجاز بدرجة مرتفعة أثناء المنافسة والذين لديهم ذات بدنية بدرجة متوسطة لديهم دافعية إنجاز متوسطة وعليه يمكن القول بان هناك علاقة بين تقدير الذات البدنية ودافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.

- أن أغلبية اللاعبين الذين لديهم ذات مهارية بدرجة جيدة لديهم دافعية إنجاز بدرجة مرتفعة أثناء المنافسة والذين لديهم ذات مهارية بدرجة متوسطة لديهم دافعية إنجاز متوسطة وعليه يمكن القول بان هناك علاقة بين تقدير الذات المهارية ودافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.

- تقدير الذات يوجد عند للاعبي الذين يشعرون أنهم ذو قيمة ، وبالتالي تكون لديهم دافعية إنجاز جيدة.

- ظهر لاعبي كرة القدم بتمتعهم بذات مهارية عالية مما انعكس على دافعية إنجازهم.

- وجود علاقة طردية بين تقدير الذات البدنية والمهارية ودافعية الانجاز.

التوصيات:

- أجراء دراسات مشابهه لفئات عمرية مختلفة تضم جوانب الدراسة الحالية.
- توجيه العمل التدريبي بالاهتمام بالمجال النفسي وخصوصا الذات المهارية والبدنية وعلاقتها بدافعية الانجاز.
- التوجهه الي الدراسات التي تقوم علي تحسين تقدير الذات مما لها تاثير علي مستوي الاداء المهاري وبالتالي تحقيق الانجاز المطلوب.
- ضرورة الاهتمام بالاتجاهات النفسية ومنها إدراك وتقدير الذات لثأثيره الكبير في تحديد حالة اللاعبين النفسية بما يعزز ثقتهم بقدراتهم البدنية والمهارية.

خلاصة عامة:

جاءت هذه الدراسة ضمن سلسلة الأبحاث التي قمنا بها حول موضوع علاقة الذات المهارية والبدنية بدافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم (U17) كونها لم تحضى بالعناية الكافية من قبل معظم الباحثين في مختلف المجالات خاصة اذا علمنا الدور الذي تلعبه تقدير الذات البدنية والمهارية في الرفع من مستوى دافعية الانجاز الرياضي للاعبي كرة القدم، و هذا يتطلب وجود مؤسسات رياضية مهيكلة تعتني باللاعب ماديا و معنويا باعتباره عنصر من عناصر النجاح داخل الفريق.

و بهذا يكون لتقدير الذات تأثيرا واضحا على أداء الفرد و فعاليته فهو يساعده على اتخاذ توجهات مناسبة و تبني استراتيجيات واضحة و سليمة للتعامل مع الوضعيات المختلفة كما يسهم في تعزيز ثقة الفرد في ذاته أولا و في قدراته ثانيا و هذا ما يجعله يستثمر كل طاقاته في مواجهة الصعوبات و العقبات التي قد تقف حائلا ضد نجاحه .

و من هنا تبرز أهمية كل من تقدير الذات و الدافعية للانجاز في المجال الرياضي و دورهما في إنجاح العملية التدريبية لدى اللاعب و في تحقيق الأهداف المنشودة .

فتقدير الذات الايجابي يعمل على رفع مستوى دافعية الانجاز بما ينسجم و إمكانيات الفرد و قدراته اما اذا كان مستوى ما يسعى اللاعب لتحقيقه لا ينسجم مع إمكانياته فان ذلك سيؤدي به إلى الإحباط الذي من شأنه أن يزعزع ثقة اللاعب بنفسه .

ملخص البحث:

العلاقة بين تقدير الذات البدنية و المهارة لمستوى دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم u17.

لقد هدفت الدراسة إلى التعرف على تقدير الذات البدنية و المهارة بمستوى دافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم u17 و هذه الدراسة وصفية الغرض منها معرفة مستوى تقدير الذات البدنية و المهارة لمستوى دافعية الانجاز، حيث أجريت هاته الدراسة على لاعبي كرة القدم u17 حيث قمنا بإختيار 3 فرق بطريقة مقصودة و من بلديات مختلفة حيث بلغ عدد اللاعبين من المجتمع الأصلي 40 لاعب .

حيث اعتمدنا على عدة أدوات منها :

- المراجع و المصادر العربية و الأجنبية.

- استمارة استبيان.

و في الأخير كان الإستنتاج العام وجود علاقة طردية بين تقدير الذات البدنية و المهارة و دافعية الانجاز

و من ثم إقترحنا:

- التوجه الى الدراسات التي تقوم على تحسين تقدير الذات مما لها تاثير على مستوى الاداء المهاري و البدني و بالتالي تحقيق الانجاز المطلوب .

- إجراء نفس الدراسة على فئة عمرية أخرى.

الكلمات المفتاحية: الذات البدنية _ الذات المهارة _ دافعية الانجاز _ كرة القدم

Research Summary: The relationship between physical self – esteem and The skill level of achievement motivation of u17 football players. – The study aimed to identify Physical and technical self–esteem ,The level of motivation achievement of players This study u17 Descriptive purpose is to know the physical level and technical self–esteem To the level of motivation achievement, where This study was conducted on football players. –3Teams where we chose u17 foot In a deliberate manner and from municipalities Where the number of players from .m Player 40 original community : We relied on several tools References and Arab sources and – .aljunbah . Questionnaire – Finally, it was the general conclusion There is a positive relationship between estimation Physical, artistic and motivational self achievements. – And then we suggested Go to studies that improve their self–esteem Effect on skill level and performance Physical and thus achievements. –Conduct the same study on Other ages. _ Keywords: Physical Self _ The self–skill _ motivation achievements

Résumé de la recherche: La relation entre l'estime de soi physique Et
Le niveau de compétence de la motivation d'accomplissement J'ai des
joueurs de football. L'étude visait à identifier Sur l'estime de soi et
physique Niveau de compétence Quand les joueurs de ballé sont ces
Pied L'étude est descriptive Connaître le niveau d'estime de soi
Physique Et le niveau de motivation de la compétence, Réalisation Où
cette étude a été menée sur Joueurs de football U17 où nous avons fait
Sélectionnez 3 équipes de manière délibérée Et de différentes
municipalités où il a atteint Nombre de joueurs de la communauté
L'original 40 joueurs. Nous nous sommes appuyés sur plusieurs outils
D'entre eux : Références arabes et ressources Étranger – Formulaire de
questionnaire. Enfin, c'était la conclusion générale Il y a une relation
positive entre l'estimation Soi physique et professionnel Motivation
Réalisation Et puis nous avons suggéré: Aller aux études qui sont
menées – Améliorer l'estime de soi Sa Effet sur le niveau de
performance Mahary et Physique et donc atteindre la réalisation Requis
– Mener la même étude sur la catégorie Autre âge. Mots-clés: self _
Physique Compétence personnelle _ motivation _ Réalisation Le football

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم: تدريب رياضي

أخي اللاعب نضع بين أيديك مجموعة من العبارات حول مذكرة تحت عنوان:

" العلاقة بين تقدير الذات البدنية والمهارية لمستوى دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم u17" لنيل شهادة الماستر في التدريب الرياضي ، لهذا نرجو منكم المشاركة الفعالة في انجاز هذا البحث بالإجابة عن كل عبارة بصدق و ذلك بوضع علامة (X) داخل الخانة المناسبة التي تبين مدى موافقتك على العبارة التي تصنفك كما يراها الآخرون. مع العلم أنه لا يوجد أجوبة صحيحة أو خاطئة،و يجب أن تفكر أخي اللاعب في كل عبارة عن إنفراد وأن تجيب بسرعة ، وكن دقيقاً في مدى موافقتك على العبارة و الرجاء من لاعبينا الكرام عدم ترك عبارة بدون إجابة .

من اعداد الطالبان

تحت اشراف

- عيدي عبد القادر

د/ دجبوري بن عمر

- غوثي خالد

السنة الجامعية: 2019/2018

ت	الفقرات	ابدا	نادرا	احيانا	غالبا	دائما
1	عندما اتدرب بالانتقال لا استطيع ان اكرر التمرير عدة مرات					
2	اشعر بضعف في عضلات الرجلين					
3	انا لاعب سريع الحركة					
4	استطيع ان اغير اوضاع جسمي تبعا لتغيرات مواقف اللعب					
5	اثناء اشتراكي في المباريات اتمنى ان تنتهي بسرعة لانني اشعر بالتعب					
6	يمكنني الانطلاق بسرعة بدون تردد					
7	استطيع ان اغير اتجاه جسمي بسهولة اثناء اللعب					
8	أؤدي معظم المهارات بسرعة					
9	هناك بعض الحركات لا اتمكن من ادائها على الوجه المطلوب					
10	استطيع ان اتدرب بالانتقال لمدة طويلة					
11	اتحرك بسرعة لاخذ المكان المناسب					

					12	اتميز بخفة الحركة
					13	اتميز بالدقة عند تمرير الكرة
					14	لو كنت في موقف حرج اثناء اللعب يمكنني التصرف
					15	لاحب اداء المهارات التي فيها سقوط على الارض
					16	يمكنني خداع الخصم عن طريق اداء مهارات المراوغة
					17	بعض تمريراتي لاتعجب زملائي في الملعب
					18	يمكنني تنويع حركاتي
					19	تحركاتي في الملعب دقيقة
					20	أجيد جميع أنواع التمرير

العبارة	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
1-أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في منافسة					
2-يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه					
3-عندما ارتكب خطأ في الأداء التثناء المنافسة فإنني احتاج لبعض الوقت لكي انسى هذا الخطأ					
4-الامتياز في الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية					
5-أحس غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة					
6-استمتع بتحمل أي مهمة و التي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة					
7-أخشى الهزيمة في المنافسة					

					8-الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة اكبر من بذل الجهد
					9-في بعض الأحيان عندما انهزم في منافسة فان ذلك يضايقني لعدة أيام
					10-لدي استعداد للتدريب طوال العام دون انقطاع لكي انجح في رياضتي
					11-لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة
					12-الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا
					13-اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية
					14-أفضل أن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية

					15- عندما ارتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة
					16- لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي
					17- قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة أو نتائجها .
					18- أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب
					19- أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة
					20- هدفي هو أن أكون مميزا في رياضتي .

المراجع باللغة العربية :

الحميدي محمد ضدان الضيان. (2003).

تيرس عوديشوا نويا. (2002). دليل الرياضي في الاعداد النفسي . الارن عمان: دار وائل للنشر.

صالح محمد على ابو جادو. سيكولوجية التنشئة الاجتماعية .

صلاح الدين العمريه. (2004).

عبد الرحمان صالح الازرق. (2000). علم النفس التربوي ط1. ليبيا: مكتبة طرابلس العالمية .

قاسم حسن حسين. (1998). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة الالعب والفعاليات والعلوم الرياضية . عمان: دار الفكر للطباعة .

مجموعة من الباحثين. (2000 ، 2001). موسوعة علم النفس و التربية ج 2. بيروت لبنان ،: دار النشر creps.

محمد جمال يحيواوي. دراسات في علم النفس.

محمد جمال يحيواوي. (2003). دراسات في علم النفس . وهران: دار غرب للنشر و التوزيع.

محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان. (1987). الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياض. القاهرة : دار الفكر العربي.

يوسف قطامي عبد الرحمان عدس. (2002). علم النفس العام. عمان (الاردن): دار الفكر.

يوليت فؤاد إبراهيم. (1998). سيكولوجية النمو للطفولة والمرافقة زهراء الشرق. جامعة عين الشمس.

أحمد أمين فوزي. (2002). مبادئ علم النفس الرياضي.

أسامة كامل راتب. (1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي . القاهرة : دار الفكر العربي .

حلمي المليجي. (1984). علم النفس المعاصر. لبنان: دار العربية .

خير الله عصام. (1984). ميادين علم النفس الإجتماعي . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

رومي جميل. (1986). كرة القدم. بيروت ط1: دار النقائض.

- عبد الطيف محمد خليفة. (2000). *الدافعية للإنجاز*. القاهرة: دار غريب ص67.
- محمد حسن العلاوي. (1998). *موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين*. مصر: مركز الكتاب للنشر.
- محمد خير الله منعم الكتابي. *سيكولوجيا التعلم*. القاهرة: دار الفكر العربي .
- رشيد زرواتي. (2002). *تدريبات في منهجية البحث العلميفي العلوم الاجتماعية* (الإصدار 1). دار هومة.
- محمود عبد الدايم محمد، و صبحي حسانين محمد. (1999). *الحديث في كرة السلة* (الإصدار ط2). دار النشر العربي.
- أسامة كامل راتب. (1995). *علم نفس الرياضة(المفاهيم -التطبيقات)* . القاهرة: دار الفكر العربي.
- تيمور احمد راغب. (1990). *الفروق في مفهوم الذات لدى لاعبي كرة الطائرة طبقا لمتغيرات الجنس والمستوى الرياضي وبعض السمات الشخصية*. جامعة عين الشمس ، مصر.
- عصام عبد الخالق. (1992). *التدريب الرياضي (نظرياته - تطبيقاته)* . القاهرة: دار المعارف.
- ليلى بن عبد الله المزروع. (2007). *فعالية الذات وعلاقتها بكل من دافعية الانجاز والذكاء لدى عينة من طالبات جامعة ام القرى ، مجلة العلوم التربوية والنفسية العدد 04* . جامعة الحرين.
- محمد حسن علاوي. (2001). *مدخل في علم النفس الرياضي*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

المراجع باللغة الاجنبية :

Thomas . (1991). *preparation psychologique du sportif* .vigot.

.(2008/03/15) . [WWW.ELAZAYEM.COM/\(40\)htm](http://WWW.ELAZAYEM.COM/(40)htm)