الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر
في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التحضير النفسي الرياضي

الموضوع:

أهمية مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي لتنمية دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة

إعداد الطالبين:

خوصة بوخوصة
موفوقي عبد الناصر

تحت إشراف:
أ.د/ بومسجد عبد القادر

السنة الجامعية : 2020/2019

شكر و تقدير

قال الله تعالى: ﴿وَمَن يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَن كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ﴾ سورة يوسف الآية (12)

الحمد والشكر لله أن هدانا ووفقنا لإنجاز هذا العمل المتواضع والصلاة والسلام على من بُعث رحمة للعالمين

نتوجه بخالص الشكر إلى كل من مد لنا يد العون لإنجاز هذا العمل المتواضع ونخص بالذكر الأستاذ المشرف: أ.د/ ***بومسجد عبد القادر***

لجميع من ساهم في انجاز هذا البحث.

إهداء

أهدي ثمرة عملي المتواضع هذا إلى
من قال فيهما الله عز وجل بعد بسم الله الرحمان الرحيم

﴿وصاحبهما في الدنيا معروفا وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا﴾

سورة لقمان الآية (14)

إلى من سهرت الليالي وتعبت من أجلي وروتني من نبع حنانها وسقتني عطفها أمي العزيزة أطال الله في عمرها، والغالي الذي تعب وضحى من أجلي وشجعني على مواصلة درب العلم أبي العزيز أطال الله في عمره.

إلى جدتي العزيزة أطال الله في عمرها، إلى الذين جمعتني معهم ظلمة الرحم: إخوتي وأخواتي حفظهم الله ورعاهم وأطال في عمرهم.

إلى كل الأهل والأقارب كبيرا وصغيرا .

إلى كل الأصدقاء والأحباب، إلى المشرف الأستاذ الدكتور: **بومسجد عبد القادر.**

إلى كل من عرفته من قريب أو من بعيد وشاركني الحياة حلوها ومرها

إلى الصديق العزيز الذي شاركني المذكرة حمزة

إهداء

أهدي ثمرة عملي المتواضع هذا إلى
من قال فيهما الله عز وجل بعد بسم الله الرحمان الرحيم

﴿وصاحبهما في الدنيا معروفا وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا﴾

سورة لقمان الآية (14)

إلى الوالدين أطال الله في عمرهما.

إلى زوجتي التي كانت لي سندا قويا في مواصلة دراستي.

إلى ابنتي الغالية هاجر روميساء وابني الغالي محمد جواد وعذرا لكما لان هذه دراسة أخذت الكثير من وقتكما .

إلى كل الأصدقاء والأحباب، إلى الأستاذ الدكتور:

بومسجد عبد القادر.

إلى رفيق الدرب سدرة الشارف

الفهـــــــرس

العناوين	الصفحة
الشكر	أ
الإهداء	ب
الفهرس	ج
ملخص البحث	د
التعريف بالبحث	
1- المقدمة العامة	1
2- مشكلة البحث	4
3- أهمية البحث	6
4- أهداف البحث	6
5- الفرضيات	7
6- الدراسات السابقة والمشابهة	8
7- تحديد المصطلحات والمفاهيم	14
الجانب النظري	
الفصل الأول: دافعية الإنجاز الرياضي ومدرب كرة القدم.	
تمهيد	20
1-1 تعريف الدافعية	21
1-2 أهمية دراسة الدافعية	22
1-2-1 أنماط قوى الدافعية داخل الفرد	23
1-3 بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية	23
1-3-1 مفهوم الحاجة	23
1-3-2 مفهوم الحافز	23
1-3-3 مفهوم الباعث	24

1-4 خصائص الدافعية	**24**
1-5 وظائف الدافعية	**25**
1-6 الأسس التي تقوم عليها الدافعية	**26**
1-7 أهمية الدافعية في المجال الرياضي	**27**
1-**8** دافعية الإنجاز	**29**
1-8-1 تعريف دافعية الانجاز	**29**
1-8-2 قياس دافعية الانجاز	**30**
1-**8-3** طريقة تنمية دافعية الانجاز الرياضي	**34**
1-9 المدرب الرياضي	**35**
1-10 ماذا تعني كلمه تدريب	**35**
1-10-1 تعريف التدريب	**35**
1-11 أهداف التدريب	**35**
1-12 شخصية المدرب وخصائصه	**36**
1-13 صفات المدرب الناجح	**37**
1-14 دور المدرب العام	**37**
1-15 واجبات المدرب الرياضي	**38**
1-16 سلوك المدرب الرياضي	**41**
1-17 المدرب الرياضي كقائد	**43**
1-18 المدرب واتخاذ القرار	**43**
1-19 دافعية المدرب الرياضي	**44**
خلاصة	**47**

الفصل الثاني: كرة القدم و التحضير النفسي الرياضي.	
تمهيد	**50**
2-1 تعريف كرة القدم	**51**
2-2 تاريخ ظهور وانتشار لعبة كرة القدم	**52**
2-3 تطور كرة القدم في الجزائر	**54**
2-3-1 المرحلة الأولى	**54**
2-3-2 المرحلة الثانية	**55**
2-3-3 المرحلة الثالثة	**56**
2-4 تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية	**57**
2-5 شعبية كرة القدم	**59**
2-6 المبادئ الأساسية لكرة القدم	**60**
2-7 قواعد كرة القدم	**61**
2-8 قوانين كرة القدم	**62**
2-9 طرق اللعب في كرة القدم	**71**
2-10 مفهوم علم النفس الرياضي	**74**
2-11 مفهوم التحضير النفسي الرياضي	**74**
2-12 أهمية وأهداف التحضير النفسي الرياضي	**76**
2-13 مبادئ التحضير النفسي الرياضي	**77**
2-13-1 المبدأ الأول	**77**
2-13-2 المبدأ الثاني	**77**
2-13-3 المبدأ الثالث	**78**
2-14 إسهام المدرب في تحضير الرياضي من الناحية النفسية	**78**
2-15 محددات التحضير النفسي الرياضي	**79**
2-15-1 سيكولوجية الرياضي	**80**
2-15-2 سيكولوجية عملية التدريب والأساليب البيداغوجية	**80**

2-15-3 سيكولوجية النشاط الرياضي للممارس	
2-16 الأسس التي يجب أن يقوم على أساسها البرنامج الخاص بالتحضيرالنفسي	**80**
2-16-1 تحديد الأهداف المتضمنة للبرنامج	**81**
2-17 الاعداد النفسي والمنافسة الرياضية	**82**
2-17-1 مراحل الاعداد النفسي بصفة عامة	**82**
2-17-2 التحضير النفسي قبل أيام المنافسة	**83**
2-17-3 التحضير النفسي في يوم المنافسة	**84**
2-17-4 التحضير النفسي خلال فترة الإحماء	**85**
2-17-5 التحضير النفسي خلال المنافسة	**86**
2-17-6 التحضير النفسي بعد انتهاء المنافسة	**88**
2-18 مكونات عملية التحضير النفسي الرياضي في كرة القدم	**89**
2-19 السمات النفسية المكونة لشخصية اللاعب	**90**
خلاصة	**92**
الجانب الميداني	
الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية	
تمهيد	**97**
1-1 منهج البحث	**98**
1-2 مجتمع البحث	**98**
1-3 عينة البحث	**99**
1-4 متغيرات البحث	**99**
1-5 مجالات البحث	**99**
1-6 أدوات البحث	**100**
1-7 الدراسة الإستطلاعية	**103**

1-8 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة	**103**
1-9 الوسائل الإحصائية	**107**
خلاصة	**113**
الفصل الثاني:عرض وتحليل النتائج	
تمهيد	**115**
2-1 عرض وتحليل نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين	**116**
2-2 عرض وتحليل نتائج مقياس دافعية الانجاز	**161**
2-3 مناقشة فرضيات البحث	**164**
2-3-1 مناقشة الفرضة الجزئية الأولى	**164**
2-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية	**166**
2-3-3 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة	**167**
2-4 الاستنتاجات	**169**
2-5 التوصيات والاقتراحات	**171**
الخلاصة	**174**
قائمة المراجع	**178**
قائمة الملاحق	**189**

قائمة الأشكال

الرقم و العنوان	**الصفحة**
الشكل 1.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص وجود سهولة في مواصلة الأداء عندما تشعر بتفاعل المدرب معك.	**118**
الشكل 2.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص نصائح المدرب أثناء	**120**

التدريب والمنافسة تساعدك في إظهار قدراتك.	
الشكل 3.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص تقل المجهودات لما يتدخل المدرب معك بقرارات واضحة.	**122**
الشكل 4.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص استمرار أدائك لما ينتقدك المدرب أمام زملائك بشكل ايجابي.	**124**
الشكل 5.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بالكفاءة عندما يتعامل معك المدرب باهتمام.	**126**
الشكل 6.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص تستطيع تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين.	**128**
الشكل 7.2:يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص الشعور بالثقة والقدرة على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة.	**131**
الشكل 8.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص تكون سعيدا وفخورا لما تتغلب على القلق قبل المنافسة.	**133**
الشكل 9.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بالارتياح لما تجد سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منك.	**135**
الشكل 10.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بالارتياح عندما تلاحظ مساندة المدرب لك في المواقف الصعبة.	**137**
الشكل 11.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص محاولة تجنب المواقف الصعبة لتخوف من الفشل بعد توجيهات المدرب.	**139**
الشكل 12.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة.	**141**
الشكل 13.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بنقص التوتر لما تفكر في الصعوبات التي قد تواجهك في المنافسة بعد إرشادات المدرب.	**143**
الشكل 14.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص زيادة تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك.	**146**
الشكل 15.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص الشعور بالراحة	**148**

النفسية عند تواجد المدرب في الظروف الصعبة.	
الشكل 16.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص إمكانية لديك رغبة عالية جدا لكي تكون ناجحا لما يشجعك المدرب.	**150**
الشكل 17.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص محاولة مواصلة التدريب والمنافسة بسبب عدم تحفيزك من المدرب.	**152**
الشكل 18.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص يقل اهتمامك بالتدريب لما يحفزك المدرب بشكل مستمر.	**154**
الشكل 19.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص التفاعل الايجابي للمدرب مع حالتهم النفسية .	**156**
الشكل 20.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص استطاعة مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتك النفسية.	**158**

قائمة الجداول

الرقم والعنوان	الصفحة
الجدول رقم 1.1 يبين أرقام عبارات بعدي مقياس دافعية الانجاز	**102**
الجدول رقم 2.1 يبين كيفية تصحيح عبارات المقياس حسب بعد دافع النجاح ودافع تجنب الفشل.	**102**
جدول 3.1 يمثل معامل الثبات والصدق للمقياس المقترح.	**105**
الجدول رقم 4.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص وجود سهولة في مواصلة الأداء عندما تشعر بتفاعل المدرب معك.	**116**
الجدول رقم 5.2 يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص نصائح المدرب أثناء التدريب والمنافسة تساعدك في إظهار قدراتك.	**118**
الجدول رقم 6.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تقل مجهودات لما يتدخل المدرب معك بقرارات واضحة.	**120**

الجدول رقم 7.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص استمرار أدائك لما ينتقدك المدرب أمام زملائك بشكل ايجابي.	**122**
الجدول رقم 8.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص الشعور بالكفاءة عندما يتعامل معك المدرب باهتمام.	**124**
الجدول رقم 9.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تستطيع تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين.	**127**
الجدول رقم 10.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور بالثقة وقدرتك على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة.	**129**
الجدول رقم 11.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تكون سعيدا وفخورا لما تتغلب على القلق قبل المنافسة.	**132**
الجدول رقم 12.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور بالارتياح لما تجد سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منك.	**134**
الجدول رقم 13.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص هل تشعر بالارتياح لما تلاحظ مساندة المدرب لك في المواقف الصعبة.	**136**
الجدول رقم 14.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص محاولة مواجهة المواقف الصعبة لتخوف من الفشل بعد توجيهات المدرب للاعب.	**138**
الجدول رقم 15.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة.	**140**
الجدول رقم 16.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور بنقص التوتر لما تفكر في الصعوبات التي قد تواجهك في المنافسة بعد إرشادات المدرب.	**142**
الجدول رقم 17.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص زيادة تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك.	**144**
الجدول رقم 18.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما	**147**

يخص شعور اللاعب بالراحة النفسية لتواجد المدرب في الظروف الصعبة.	
الجدول رقم 19.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص إمكانية لديك رغبة عالية جدا لكي تكون ناجحا لما يشجعك المدرب.	**149**
الجدول رقم 20.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص محاولة مواصلة التدريب والمنافسة بسبب تحفيزك من المدرب.	**151**
الجدول رقم 21.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص هل يقل اهتمامك بالتدريب والمنافسة عند تحفيزك من المدرب بشكل مستمر.	**153**
الجدول رقم 22.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تعامل المدرب مع حالة اللاعب النفسية بشكل ايجابي	**155**
الجدول رقم 23.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص استطاعة مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتك النفسية.	**157**
الجدول رقم 24.2: يبين قيمة كا^2 للمحاور الثلاث وقيمة كا^{2}الإجمالية.	**159**
الجدول رقم25.2: يبين النسبة المئوية للأبعاد دافعية الانجاز.	**161**
الجدول رقم26.2: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأبعاد دافعية الإنجاز	**161**

ملخص البحث:

الدراسة تحت عنوان أهمية مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي لتنمية دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم فئة اقل من 19 سنة، وتهدف إلى معرفة أهمية المستوى العلمي والأكاديمي للمدرب في مجال التحضير النفسي في كرة القدم، ومدى تحكمه في تطبيق وتنفيذ تقنيات التحضير النفسي للاعبي كرة القدم لهذه الفئة، وأثره في تحسين دافعية الانجاز لديهم سواء دافع النجاح أو دافع تجنب الفشل .

استخدم الطالبان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها 63 لاعبا موزعين على 48 لاعبا للدراسة الأساسية تشمل فرق غالية عين تادلس 24 لاعبا وفريق فتح عبد المالك رمضان 24 لاعبا، و15 لاعبا من فريق مولودية الحجاج للدراسة الاستطلاعية لمعرفة مدى صلاحية الأدوات المستعملة في البحث، والمتمثلة في استمارة معدة من طرف الطالبان مقسمة إلى ثلاث محاور تقيس مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي، موجهة للاعبين وحكمت من مجموعة من الأساتذة إلى جانب مقياس دافعية الانجاز من إعداد وتعريب الدكتور محمد حسن علاوي مقسم إلى بعدين وهما بعد دافع النجاح وبعد دافع تجنب الفشل.

وبعد المعالجة الإحصائية للدرجات الخام، سواء كانت الاستمارة الاستبيانية التي تثبت لنا مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي أو المقياس الذي يقيس دافعية الانجاز للاعب، جاءت النتيجة لتبين أن مستوى المدرب العلمي والأكاديمي في مجال التحضير النفسي، له

أهمية بالغة على الجانب النفسي للاعب، وبالتالي تحسن بشكل كبير دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم للفئة المدروسة، هذه النتيجة تجعلنا نقدم أهم توصية، وهي التكوين الجيد للمدرب وعدم إهمال جانب التحضير النفسي في إعداده من خلال إثراء المحتوى التعليمي والتكويني في مختلف المدارس والهيئات والمؤسسات المختصة في تكوين مدربي كرة القدم.

Résumé de la recherche:

L'étude sous le titre : l'importance du niveau de l'entraîneur dans le domaine de la préparation psychologique envers l'amélioration de la motivation d'accomplissement chez les footballeurs de moins de 19 ans visé à connaître l'importance du niveau scientifique et académique de l'entraîneur dans le domaine de la préparation psychologique au football et l'étendue de son contrôle dans les techniques d'application et de mise en œuvre de la préparation psychologique des footballeurs pour la catégorie moins de 19 ans et son effet sur l'amélioration de leur motivation d'accomplissement،que ce soit la motivation pour le succès ou la motivation pour éviter l'échec

Les étudiants ont utilisé la méthode descriptive dans la méthode d'enquête sur un échantillon de 63 joueurs répartis sur 48 joueurs pour l'étude de base،envers des équipes nommées ainTadles 24 joueurs et l'équipe d'Abdel-Malik Ramadan 24 joueurs, plus15 joueurs de l'équipe MC hadjaj pour une étude Préliminaire pour découvrir la validité des outils utilisés dans la recherche représentée sous une forme Préparé par les étudiants divisé en trois axes qui mesurent le niveau de l'entraîneur dans le domaine de la préparation psychologique adressée aux joueurs et corrigé par un groupe de professeurs avec une mesure de motivation à la réussite préparée et arabisée par le Dr Muhammad Hassan Allawi divisée en deux dimensions،elles sont après le motif du succès et après le lecteur pour éviter l'échec .Après le traitement statistique que ce soit le formulaire de questionnaire qui mesure le rôle de l'entraineur dans le domaine de la préparation psychologique ou l'échelle qui mesure la motivation à la réussite du joueur،les résultats sont venus confirmer que le niveau du formation scientifique académique dans le domaine de la préparation psychologique du coach est extrêmement important du côté psychologique du joueur et a donc grandement amélioré la motivation de la réussite des joueurs football pour l'échantillon étudié. Ce résultat nous fait fournir la recommandation la plus importante dans le cadre d'une bonne formation de

l'entraîneur et ne pas négliger l'aspect de préparation psychologique en le préparant en enrichissant le contenu éducatif et de formation dans les différentes écoles et organismes et institutions spécialisées dans la formation des entraineurs.

Research summary:

The study is entitled « importance of the coach level at psychological preparation to improve achievement of the footballers under the age of 19 years old".

The study also aims to determine the importance of coach's scientific and academic level at improving psychological preparation in football; and how extent the coach controls applying techniques of psychological preparation on footballers of this category as well as its effect on their motivation whether it is motivation to succeed or to avoid failure.

The research students used the descriptive method to conduct the surrey, they also used a sample of 63 players distributed over 48 players for a basic study; it includes Gallia ain tadeles with 24 players, Fath abdelmalek ramdan with 24 players too, and other 15 ones of MC hadjadj teams to conduct the validity of the tool used in the research which is a form paper made by the researchers and it is divided to three chapters in order to measure the coach level in the field of psychological preparation .

The form paper was aimed at players, and eventually it was corrected by a group of teachers besides the motivation to achieve measures that are mainly prepared by Dr Mohamed Hassan Alaoui .

The measuring method is divided to two dimensions, the motive to success and the drive to avoid failure.

After the statistical treatment of raw score, whether it is a questionnaire that proves the coach's level at preparing psychologically the player's or a scale that measures the player's motivation to succeed.

Finaly the research results have confirmed that coach's academic and scientific high level at psychological preparation is extremely important on effecting the player's psucholoy,therefor it can improve his motivation.

The results show how important is training the coach at psychology preparation as well a nourishing his intellectual and providing him with the good formation at schools and associations specialized at training football coaches.

التعــريف بالبــحث

1. المقدمة العامة.
2. الإشكالية.
3. أهمية البحث
4. أهداف البحث.
5. فرضيات البحث.
6. الدراسات السابقة والمشابهة.
7. تحديد المفاهيم والمصطلحات.

1-المقدمة :

من المؤكد أن المدرب أهم حلقة في عملية التدريب،مما جعل إعداده الجيد وتكوينه العلمي في مجال التحضير النفسي ضرورة حتمية للارتقاء بمستوى اللاعب من خلال التركيز على تحسين دافعية الانجاز لما لها من أهمية، وذلك بتطبيق التقنيات الخاصة بالتحضير النفسي والتحكم فيها.

فإعداد الرياضي يشمل شخصيته في جميع النواحي، وهذا ما تصبوا إليه الرياضة لأنها علم يرتبط ارتباطا موثوقا مع جميع العلوم الأخرى كعلم الاجتماع والتربية والفيسيولوجية والحركة وعلم النفس.

فالجانب النفسي من أهم المتطلبات الحالية في كرة القدم كونه يضمن للاعب أداء الجوانب البدنية والمهارية والحركية، كما تتميز هذه اللعبة عن الرياضات الأخرى بأنها تعتمد على القدرات النفسية والعقلية، وتطويرها هو أساسا من مهام المدرب باعتباره شخصية تربوية يعمل في مجال التدريب، ومن واجباته التطوير الشامل والمتزن لشخصية الرياضيين للوصول إلى الأهداف والواجبات ،وذلك باستخدام منهجية علمية في التحضير النفسي مما يتطلب تكوينا جيدا وكفاءة تجعله يتحكم في مختلف التقنيات الخاصة بالتحضير النفسي الذي أصبح يشكل أهم العوامل الأساسية للتفوق الرياضي.

فكانت نظرتنا إلى واقع كرة القدم الجزائرية ترتكز على مستوى المدرب العلمي والأكاديمي ومدى تحكمه في المتطلبات النفسية للاعب لتحسين دافعية الانجاز لديه ومعرفة أهمية هذا المستوى للتحكم بالمتغيرات، والعوامل النفسية المؤثرة، والمرتبطة بتحسين الدافعية، والتي عرفها العالم Heeb بأنها أثر لحدثين هما الوظيفة المعرفية التي توجه السلوك ووظيفة الاستشارة التي تمد الفرد كما تعتبر مكونا أساسيا في سعي الفرد اتجاه تحقيق ذاته وتوكيدها.(خليفة,2000,صفحة96).

فمن هذا المنطلق وضعنا الإطار العام للدراسة على أن التحضير النفسي يتطلب مجموعة من المهارات الخاصة التي أصبحت ضرورة يجب على المدرب اكتسابها حتى يصبح عاملا مؤثرا في عملية التدريب، وبالتالي معرفة ما مدى تأثير هذه المهارات على تحسين دافعية الانجاز للاعب، فمهارة التفاعل والاتصال بين المدرب والرياضي عامل أساسي يضمن انسجام الفريق وتماسك أعضاءه وبالتالي سير العملية التدريبية بشكل ايجابي، تؤثر إيجابا في تحسين الدافعية لدى اللاعب.

كما تعتمد الدراسات النفسية على فهم وضبط الانفعالات النفسية للرياضي من خلال إبراز آليات التحكم في التسيير الايجابي لدرجات ومستويات القلق، والسيطرة على مختلف الضغوطات النفسية المرتبطة بالتدريب والمنافسة وبالتالي التحكم الجيد في مختلف الانفعالات، من هنا ظهرت أهمية مستوى المدرب في تحكمه وسيطرته على ضبط انفعالات اللاعب وتأثيرها على مواصلة الجهد البدني وبالتالي تحسين دافعية الانجاز.

من جهة أخرى يحتاج اللاعب إلى العديد من المتطلبات النفسية لمواصلة الجهد وتحسين الأداء وتوجيه سلوكه أهمها التعبئة النفسية المثلى ، والذي ينبغي على المدرب التحكم فيها في بداية كل تدريب ومباراة ، "إذا كانت الطاقة البدنية يمكن تنظيمها والتحكم فيها من خلال تعليم اللاعب كيف يسيطر على أفكاره وانفعالاته وهذا هو الهدف العام للإعداد النفسي " (اسامة راتب.2002 ص328) ، من هنا تظهر أهمية إبراز تحكم وسيطرة المدرب في تسيير التعبئة النفسية للاعب لتحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم.

فتحديدنا لواقع مستوى مدربي عينة البحث في جانب التحضير النفسي من ناحية تكوينه واكتسابه للمهارات والتقنيات المتعلقة بالتعامل والاتصال مع اللاعب وكفاءته في السيطرة على ضبط انفعالات الرياضي، وقدراته للوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين، يمكننا من الإجابة العلمية على أهمية هذا التكوين وأثره في تحسين دافعية الانجاز للاعب كرة القدم، وبالتالي إعادة النظر في محتوى البرامج التكوينية في هذا التخصص ورفع مستوى التكوين للمدربين.

وفي هذا الصدد كان اختيارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول – أهمية مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي لتحسين دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم لفئة اقل من 19 سنة، حيث قمنا بدراسة ميدانية لبعض فرق ولاية مستغانم، واعتمدنا على المنهج الوصفي في دراستنا الأساسية لعينة تتكون من 48 لاعبا يشكلون فريقين كل واحد يتكون من 24 لاعبا، وتوظيف استبيان بعد تحكيمه من طرف أساتذة مختصين ومقياس الدافعية المعرب من

طرف الدكتور محمد حسن علاوي كأدوات، جمعنا البيانات الخاصة بالدراسة الأساسية وكانت نتائج تؤكد أهمية المستوى المعرفي والأكاديمي للمدرب في مجال التحضير النفسي في تحسين دافعية الإنجاز للاعبين.

مشكلة البحث:

إن التطور الكبير الحاصل في الميدان الرياضي وفي كرة القدم بوجه الخصوص لم يكن وليد الصدفة ولكنه نتيجة الأبحاث وخاصة النفسية المختلفة، وتفاعلها مع جملة من العلوم التي ساهمت في تقصي نقاط القوة والضعف في العملية التدريبية وعلاجها باستخدام الأساليب والأسس العلمية للوصول إلى مستوى الانجاز الرياضي.

وركزت أغلب البحوث النفسية على موضوع الدافعية كونها أهم الموضوعات التي تهم المدرب وأكثرها إثارة واهتمام "يمكنك أن تقود اللاعب إلى الملعب للاشتراك في منافسة رياضية ولكنك لا تستطيع أن تجبره على الإجادة وبذل أقصى جهد لأنه سوف يقوم بأداء ذالك من تلقاء نفسه عندما تتوافر لديه الدافعية " (حسن علاوي,2006,ص211).

وباعتبار المدربين هم المساهمين المباشرين في عملية تحقيق النتائج من خلال إشرافهم على تحسين وتطوير أداء فرقهم، محاولين معرفة إمكانيات اللاعبين النفسية والبدنية واستغلالها أحسن استغلال, لذا كان من الضروري على المدربين أنفسهم أن يفهموا جانبا مهما من الجوانب الخاصة لأداء اللاعبين (حسن,1996,ص95).

إذن فالدافعية في التعلم والانجاز والتدريب ترتبط ارتباطا وثيقا بالمدرب والمتدرب.

فعلى المدرب أن يكون ذو مستوى علمي وكفاءة عالية في فهم تقنيات التحضير النفسي المرتبطة بتحسين دافعية الانجاز للرياضي وهذا من خلال اكتسابه لعدة مهارات في التعامل والاتصال مع اللاعب كما أشار إليه **madden 1995** الذي توصل إلى "أن هنالك علاقة ايجابية بين التقدم في الأداء ونوع الاتصال"،بالإضافة إلى مهارة ضبط الانفعالات والتحكم في مختلف الضغوط النفسية المتعلقة بالتدريب والمنافسة، وقدرته للوصول إلى التعبئة النفسية المثلى، فاكتساب المدرب لمهارات وتقنيات التحضير النفسي تساعده وبشكل علمي على حل اغلب المشاكل النفسية المتعلقة بتحسين دافعية الانجاز للاعب لما لها من أهمية.

فبالرغم من الإمكانيات والوسائل البيداغوجية المتوفرة وارتفاع عدد الفرق لاحظنا تفاوتا في تحسين مستوى الدافعية للاعبين فهل هذا راجع إلى نقص المستوى المعرفي والعلمي للمدرب في المجال وعدم تحكمه في تقنيات التحضير النفسي؟

ومن هنا اخترنا موضوع بحثنا الذي نحاول من خلاله الكشف عن أهمية مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي وعلاقته في تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم ،ودفعنا لطرح التساؤل التالي:

هل مستوى المدرب العلمي في مجال التحضير النفسي له أهمية في تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم؟

ومن خلال الإشكالية العامة توصلنا لطرح التساؤلات الفرعية التالية:

1 ما أهمية مستوى المدرب في مهارات التعامل والاتصال مع اللاعب وأثرها على تحسين دافعية الانجاز؟

2 ما أهمية تحكم المدرب في ضبط انفعالات اللاعب وأثرها على تحسين دافعية الانجاز؟

3 ما أهمية التسيير الجيد للتعبئة النفسية المثلى للاعب في تحسين دافعية الانجاز؟

3-أهمية البحث:

لقد وقع اختيارنا على دراسة موضوع المستوى المعرفي والأكاديمي لمدرب كرة القدم في مجال التحضير النفسي وأثره في تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم، واهم المحددات النفسية التي ينبغي التحكم في تقنيات التعامل معها والتي تتحكم في سلوك لاعب كرة القدم ،بالإضافة إلى إثراء الرصيد المعرفي للبحوث النفسية في مجال كرة القدم و إبراز أهمية تكوين المدربين والرفع من مستواهم في مجال التحضير النفسي.

5- أهداف البحث:

1 معرفة واقع مستوى مدربي العينة محل البحث في مجال التعامل والاتصال مع اللاعب وأهميته اتجاه تحسن دافعية الإنجاز.

2 إيضاح مدى كفاءة وقدرة المدرب في ضبط انفعالات اللاعب وأثرها في تحسين دافعية الإنجاز.

3 معرفة قدرة المدرب على زيادة دافعية اللاعبين من خلال التسيير العلمي والمنهجي للتعبئة النفسية المثلى للاعبين.

5-الفرضيات:

من خلال التساؤلات التي طرحت سابقا ارتأينا إلى وضع الفرضيات التالية والتي يمكن اعتبارها إجابات مؤقتة لهذه التساؤلات:

✓ **الفرضية العامة:**

المعارف العلمية والمستوى الأكاديمي للمدرب وقدرته في التحكم في تقنيات التحضير النفسي لها أهمية بالغة في التأثير ايجابيا على تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم لفئة اقل من 19 سنة.

✓ **الفرضيات الجزئية:**

بعد وصولنا إلى التساؤلات الجزئية تطرقنا إلى صياغة الفرضيات الجزئية التالية:

1. المستوى المعرفي والعلمي الجيد للمدرب لمهارات وتقنيات التعامل والاتصال مع اللاعب يؤثر ايجابيا على تحسين دافعية الانجاز للاعب.

2. كلما استطاع المدرب التحكم في ضبط انفعالات اللاعب كلما تحسنت دافعية الانجاز.

3. كلما استطاع المدرب الوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين كلما زادت دافعية الانجاز لديهم.

6-الدراسات السابقة والمشابهة:

❖ **الدراسة الأولى:**

قام بها الطالب لوافي محمد في ايطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات التربية البدنية والرياضة تخصص التحضير النفسي الرياضي سنة 2017-2018 تحت عنوان أهمية التحضير النفسي للمدرب في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأكابر، بمعهد التربية البدنية والرياضة جامعة احمد بن باديس مستغانم.

إشكالية البحث: ماهي أهمية التحضير النفسي في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأكابر؟

وكانت الدراسة تهدف إلى معرفة أهمية التحضير النفسي للمدربين على الجانب النفسي للاعبين وأثره في دافعية الانجاز لديهم.

فرضية البحث: إن التحضير النفسي للمدرب له أهمية كبيرة في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأكابر.

استخدم الطالب المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها 40 لاعبا موزعين على 20 لاعبا من فريق وداد مستغانم و20 لاعبا من فريق ترجي مستغانم.

كما استخدم الباحث استمارة تقيس التحضير النفسي لدى اللاعبين إلى جانب مقياس دافعية الانجاز إعداد الدكتور محمد حسن علاوي مقسم إلى بعدين دافع النجاح ودافع تجنب الفشل

واهم ما توصل إليه الباحث أن للتحضير النفسي أهمية كبيرة على الجانب النفسي وبالتالي يؤثر تأثيرا كبيرا على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.

واهم توصية في البحث كانت الاهتمام الكبير بالجانب النفسي للاعبي كرة القدم.

❖ **الدراسة الثانية:**

قام بها الطالب قزولة احمد-رقيوة لخضر -عبد الحميد حفيظ -في ايطار التحضير لنيل شهادة ليسانس سنة 2008 تحت عنوان التدريب النفسي في تحقيق سمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال بجامعة محمد بوضياف المسيلة.

إشكالية البحث: ما هو دور التدريب النفسي في تحقيق سمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم؟

وكانت الدراسة تهدف إلى إبراز أهمية التدريب النفسي في تحقيق بعض السمات الخاصة بالدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال وإظهار العلاقة بين التدريب النفسي وتطور بعض السمات الخاصة بالدافعية لدى لاعبي كرة القدم.

فرضية البحث: هناك دور للتدريب النفسي في تحقيق سمة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال،استعان الباحث بالمنهج الوصفي واستخدم وسيلة الاستبيان وتمثلت العينة في مجموعة تتكون من 60 لاعبا صنف أشبال لثلاثة أندية على مستوى ولاية مسيلة.

وأهم ما توصل إليه الباحث من نتائج:

التدريب النفسي له دور في تحقيق سمة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم، وهي لا تعتمد فقط على الجانب البدني والتقني بل ضرورة التكامل مع الجانب النفسي في التدريب، واهم توصية كانت ضرورة الاهتمام وإدراج التدريب النفسي في البرامج التدريبية بهدف تنمية السمات الخاصة بالدافعية.

❖ **الدراسة الثالثة:**

قام بها الطالب مخانق عبد القادر في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية تخصص النشاط الرياضي التربوي سنة 2014\2015 تحت عنوان عدم استقرار المدربين وتأثيره على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

إشكالية البحث: ما مدى انعكاس حالة لا استقرار المدربين على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال؟ وكانت الدراسة تهدف إلى التعرف على مدى انعكاس الظاهرة محل الدراسة في تحقيق سمة دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.

فرضية البحث: ظاهرة عدم استقرا المدربين تؤثر في تحقيق سمة دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال.

استعان الباحث بالمنهج المسحي في دراسته واعتمد على عينة تتكون من 40 لاعبا مقسمة إلى مجموعتين تتمثل في فريق شباب العطاف 20 لاعبا وفريق صفاء الخميس 20 لاعبا، كما استخدم مقياس الدافعية من إعداد الدكتور محمد حسن علاوي لقياس سمات الدافعية المرتبطة بالانجاز الرياضي.

واهم ما توصل إليه الباحث من نتائج:

ظاهرة عدم استقرار المدربين تؤثر في تحقيق سمة دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال.

حيث كانت معظم النتائج توحي بأن حالة لا استقرار المدربين تؤثر بشكل مباشر على دافعية الانجاز الرياضية.

عدم استقرار المدربين تؤثر في دافعية الانجاز المكونة من السمات الحاجة للإنجاز،الثقة بالنفس،ضبط النفس،التصميم، التدريبية .

واهم توصية كانت ضرورة الاهتمام بالجانب السيكولوجي للاعبين لما له من دور وأهمية في تطوير دافعية الانجاز خلال المنافسات.

الاهتمام أكثر بتحسين مستوى تكوين المدربين في التفكير بوضع برنامج رسكلة لإطلاعهم على أحدث الطرق التدريبية التي من شأنها الرفع من مستوى دافعية الانجاز وبالتالي الأداء الرياضي.

❖ **التعليق على الدراسات:**

اهتمت الدراسات السابقة والمشابهة في عدة جوانب مشتركة من بينها الاهتمام بكشف وإبراز أهم العوامل الأساسية المرتبطة بالجانب النفسي التي تهدف إلى تحسين دافعية الانجاز للرياضي، والعلاقة الموجودة بين الإعداد النفسي للرياضي وبين المدرب واستقراره وطرق التدريب النفسي على تحسين دافعية الانجاز، فركزت كل الدراسات على متغير الدافعية في بحوثها.

وعلى هذا الأساس درس الباحثون الدافعية بالاعتماد على المنهج الوصفي والاعتماد على اختيار العينة من نفس المجال المكاني، كما استعمل الباحثون مقياس دافعية الانجاز لقياس الدافعية والاستبيان لجمع المعلومات والبيانات.

بينما كانت أهم النتائج المشتركة التي توصل إليها الباحثون، هي اتفاقهم على أن تحسين دافعية الانجاز للرياضي تعتمد على التطبيق العلمي للتحضير النفسي في إعداد الرياضي والاعتماد على الطرق العلمية والمنهجية المنظمة لتفادي العشوائية.

يتضح مما سبق أن الدراسات السابقة ألقت الضوء على الكثير من الجوانب الهامة التي ساهمت في تحديد معالم البحث الحالي وفيما يلي عرض لمدى الاستفادة التي حققها الطالبان من خلال هذه الدراسات:

- كيفية اختيار العينة والعدد المناسب لتحقيق هدف الدراسة
- تحديد المنهج المستخدم
- تحديد المعاملات الإحصائية
- تحديد الأدوات والأجهزة المستخدمة في هذا البحث.

❖ **نقد الدراسات:**

يمكننا القول أنه من خلال الدراسات السابقة والمرتبطة تشكلت لدينا صورة واضحة ومفهومة حول كيفية وضع إطار نظري مناسب للدراسة الحالية، كما تمت الاستفادة من الإجراءات المستخدمة في هذه الدراسات كالمنهجية،اختيار العينة،أدوات الدراسة وغيرها، وبالنظر للمتغيرات التي ارتبطت بمتغير الدافعية بالدراسات السابقة لم يتم التطرق إلى المستوى العلمي والأكاديمي للمدرب باعتباره أهم عنصر في هذه العملية الخاصة بالتحضير النفسي، فاخترنا موضوع بحثنا بهدف الوصول إلى إبراز أهمية التكوين في هذا المجال بالنسبة للمدرب الجزائري بصفة خاصة.

7- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

إن التصور النظري الجيد يقوم على أساس واضح للمفاهيم التي يستخدمها الباحث ولقد وردت في بحثنا عدة مفاهيم ومصطلحات والتي تعتبر بمثابة الكلمات المفتاحية للدراسة والتي نطرحها كما يلي:

❖ **المدرب الرياضي**

➢ **التعريف الإجرائي:**

هو الشخصية التربوية الرياضية التي تتولى عملية تدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي والتي تأثيرا مباشرا ,وهو القائد الذي يقوم بمهامه التدريبية وفق أسس ومبادئ علمية ,فهو محور العملية التدريبية.(مفتي ابراهيم,2001,ص21)

❖ **التحضير النفسي**

➢ **التعريف الإجرائي:**

هو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الايجابية بهدف خلق وتنمية الدوافع والاتجاهات والثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي وتشكيل وتطوير السمات الإرادية بالإضافة للتوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين (حسين السيد,2001,ص263).

و هو العملية التي يجب أن يقوم بها المدرب أو المحضر النفسي الذي يجب أن يتمتع بمؤهلات لإعداد رياضي النخبة المزود بعوامل الدافعية والانفعالات الإيجابية المتنوعة من خلال التحكم في الاستعداد النفسي لتحقيق أداء رياضي أفضل، بالإضافة إلى مساعدة

الرياضي على تحديد مشكلاته وتنمية إمكاناته النفسية وتزويده بالمهارات التي تمكنه من حل مشكلاته في ضوء إمكاناته الشخصية. (ابراهيم، 2001، صفحة 235)

❖ **كرة القدم**

➢ **التعريف الإجرائي:**

هي رياضة جماعية تمارس من جميع الأفراد ويتكيف معها جميع أصناف المجتمع وتتكون من فريقين يتشكل كل واحد من 11 لاعب، ويحاول كل فريق إحراز أكبر عدد من الأهداف في مرمى الفريق الآخر. (حسن سلمان، 1998، صفحة 09)

❖ **دافعية الإنجاز الرياضي**

➢ **التعريف الإجرائي:**

هي استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية كتعبير عن الرغبة في التفوق في المنافسات الرياضية (حسن علاوي,2006,ص252).

هي أيضا رغبة الفرد أو ميله للتغلب على العقبات وممارسة القوة من اجل أداء المهام، وهي كذلك السعي من اجل الوصول إلى التفوق والنجاح وهذه النزعة تعتبر مكونا أساسيا في دافعية الإنجاز، وتعتبر الرغبة في التفوق سمة ومعيار أساسي تميز الأفراد ذوي المستوى المرتفع في دافعية الإنجاز كما تعبر عن الأداء في ضوء مستوى الامتياز والتفوق، وكذلك

الأداء الذي تحدثه الرغبة في النجاح كما أنها مجموع الخصائص النفسية ذات الدوام والثبات النسبي لدى الرياضيين. (العربي شمعون، 1999، صفحة 143)

وهي الطاقات التي ترسم الكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق التوازن الداخلي أوتهيئ له أفضل قدر ممكن من التكيف مع البيئة الخارجية (صالح مدحت,1989,ص23)

الجانب النظري

الفصـــل الأول

دافعية الإنجاز الرياضي

ومدرب كرة القدم

تمهيد:

في هذا الفصل نحاول أن نسلط الضوء على عدد من الجوانب التي تهتم بموضوع دافعية الانجاز الرياضي ومدرب كرة القدم.

فالدافعية بمثابة قوى داخلية تتحكم وتوجه السلوك ، وتعتبر في المجال الرياضي سلسلة متصلة الحلقات مرتبط بعضها ببعض وتهدف إلى تحسين مستوى الأداء حتى يستطيع الرياضي تدريجيا الوصول إلى أحسن لمستويات، فيصبح بذلك الأداء الرياضي وحضوره الحصص التدريبية من الحاجات الأساسية بالنسبة إليه محاولا الارتقاء بقدراته واستعداداته لتحقيق كل طموحاته ، من جهة أخرى تعتبر مهنة التدريب تنظيم وإدارة الخبرة التعليمية للرياضة لتصبح خبرة تطبيقيه، ويتوقف هذا بدرجة أولى على كفاءة وخبرة المدرب، حيث يجب عليه أن يكون على دراية ومقدرة عالية لفهم أسس التدريب وكذا كيفية استخدام الطرق والأساليب المتعلقة بتنظيم وتوجيه حاجيات وقدرات اللاعبين، فالمدرب أصبح يعتمد بشكل كبير على مبادئ وأسس علمية استمدت من علم التشريح ووظائف الأعضاء وعلم الحركة وعلم النفس ... إلخ.

1-1 تعريف الدافعية:

" لها جذور في الكلمة اللاتينية" MOVER والتي تعني يدفع أو"يتحرك في علم النفس

ولقد وردت عدة تعريفات للدافعية عكست عدة توجهات نظرية وفيما يلي التعريفات: (محمد خليفة، 2000، صفحة 68)

- ✓ **تعريف بونج:**

عبارة عن حالة استثارة وتوتر داخلي تثير السلوك وتدفعه إلى تحقيق هدف معين.

- ✓ **تعريف ماسلو:**

هي خاصية ثابتة ومستمرة ومتغيرة وعامة تمارس تأثيرا في كل الأحوال.

- ✓ **تعريف ستاتس:**

تشريط انفعالي لمنبهات محدد ومركبة ووجهها مصدر التدعيم.

- ✓ **تعريف كاجان:**

الدافع هو عبارة عن تمثيلات معرفية لأهداف مرغوبة ومفضلة تتدرج بشكل هرمي وتشبه تمثيل المفاهيم بشكل عام

✓ **تعريف ماكيلاند واخرون:** الدافع هو إعادة التكامل وتجديد النشاط الناتج

عن التغيير في الموقف الوجداني. (معتز، 1990، الصفحات 414-415)

1-2 أهمية دراسة الدافعية:

يعتبر موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس أهمية على المستويين النظري والتطبيقي فمن الصعب مواجهة العديد من المشكلات السيكولوجية دون الاهتمام بدوافع الفرد التي تقوم بدور رئيسي في تحديد سلوكه وتظهر أهمية دراسة الدوافع بشكل صريح في ميدان علم النفس التربوي وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس الصناعي.

ويمكن حصر أهمية الدافعية في:

تزيد من فهم الإنسان لنفسه وغيره وذلك لأن معرفتنا لذاتنا تزداد كثيرا إذا ما تعرفنا على الدوافع المختلفة التي تثير سلوكنا وتوجهه، كما أن تعرفنا على دوافع الغير تمكننا من فهم سلوكهم وتفسيره بالشكل الصحيح، وتساعد على التنبؤ الصحيح لسلوك الإنسان في المستقبل فإذا ما عرفنا دوافع فرد ما في فترة معينة تمكننا من بالتنبؤ بسلوكها في فترات لاحقة.

(علاونة، 2004)

1-2-1 أنماط قوى الدافعية داخل الفرد:

أولا: النمط الإيجابي:

مثل الرغبات والحاجات والتي ينظر إليها على أنها قوة ايجابية تدفع بالشخص نحوى أشياء أو حالات معينة.

ثانيا: **النمط السلبي:**

مثل المخاوف والمكاره والتي ينظر إليها على أنها قوة سلبية تنئ بالفرد بعيدا عن أشياء أو حالات معينة. (hilgrad, 1999, p. 86)

1-3 بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية:

1-3-1 مفهوم الحاجة:

تشير الحاجة إلى شعور الكائن الحي بالافتقاد الى شيء معين، ويستخدم مفهوم الحاجة للدلالة على الحاجة التي يصل اليها الكائن الحي نتيجة حرمانه من شيء معين، إذا ما وجد تحقق الاشباع وبناء على عليه فان الحاجة هي نقطة البداية لإثارة دافعية الكائن الحي.

(maclow, 1954, p. 105)

1-3-2 مفهوم الحافز:

مجموعة العمليات الداخلية الدافعة الناتجة عن منبه معين وتؤدي بالتالي إلى إصدار السلوك، ويرى بعض الباحثين أن كل من الدافعية والحافز مصطلحان مترادفان باعتبار أن

كل منهما يعبر على حالة من التوتر العام الناتج عن شعور الفرد بحاجة معينة. (معتز، الدافعية في علم النفس العام، 1990، صفحة 9)

1-3-3 مفهوم الباعث: يطلق على بعض المواقف التي تنشط الدافع وترضيه في أن واحد كرؤية الطعام، أو وجود جائزة أو منافسة أو ارتفاع في الأجرة أو غير ذلك مما يطمح الفرد الى الظفر به ويطلق أيضا على المعايير والقوانين الاجتماعية التي تحمل على تعديل سلوكه وتكييفه وفقا لمطالب المجتمع وبالتالي مصلحة الفرد. (معتز، الدافعية في علم النفس العام، 1990، صفحة 9)

1-4 خصائص الدافعية:

تتميز الدافعية بمجموعة من الخصائص نلخصها فيما يلي:

- الدافع يكون حالة جسمية كالجوع أو العطش أو حالة نفسية كالرغبة في التفوق أو الشعور بالواجب.
- قد يكون حالة مؤقتة كالغضب أو حالة دائمة ثابتة نسبيا كحب الاستطلاع والدافع الاجتماعي.
- قد يكون فطريا موروثا أو مكتسب كالشعور بالواجب.
- الدافع استعداد ذو وجهين، وجه داخلي محرك ووجه خارجي هو الغاية والهدف الذي يتجه إليه السلوك الصادر عن الدافع.

- القابلية لتغيير مسار الهدف، فالفرد الذي يستمر في بذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين قد يسلك طريق آخر إذا ما شعر أن المسار الذي يسلكه لا يوصله إلى الهدف. (محي الدين ا.، 1979، صفحة 475)

1-5 وظائف الدافعية:

تقوم الدافعية بأربعة وظائف هي:

- **استثارة السلوك:** تشير الحاجة إلى شعور الكائن الحي بالافتقاد إلى شيء معين، ويستخدم مفهوم الحاجة للدلالة على الحاجة التي يصل إليها الكائن الحي نتيجة حرمانه من شيء معين إذا ما وجد تحقق الإشباع، وبناء على ذلك فان الحاجة هي نقطة البداية لإثارة دافعية الكائن الحي، فالدافعية هي التي تحث الإنسان على القيام بسلوك معين وقد بين علماء النفس أن المستوى المتوسط للدافعية هو الذي يؤدي إلى تحقيق نتائج إيجابية، ويرجع ذلك لكون أن المستوى المنخفض للاستثارة يؤدي إلى الملل وعدم الاهتمام كما أن المستوى المرتفع يؤدي إلى ارتفاع القلق والتركيز.
- **توجيه السلوك:**

فالدافعية توجه سلوكنا كما أنها تدلنا على الطريقة المناسبة لفعل ذلك، فمثلا اللاعب الذي لديه دافعية عالية لأداء الأنشطة البدنية و الرياضية نجده ينتبه كثيرا لتعليمات مدربه أثناء

التدريب أو المنافسة وذلك مقارنة بلاعب آخر ذو دافعية منخفضة. (سعد ابراهيم، 2000، صفحة 70)

- **تحديد شدة السلوك عل مدى الحاجة :** إذا كان شعور الكائن الحي بالافتقاد إلى شيء معين يمثل قيمة كبيرة له فإن الدافعية تثير السلوك بشدة وذلك لزيادة فرص

تحقيق هدف وشعور الفرد بالرضا، فمثلا شخص لم يأكل لمدة يوم أو أكثر تجد أن حاجته للطعام تكون كبيرة لذلك لأن دافع الجوع لديه يستثير السلوك بقوة كبيرة من أجل الحصول على الطعام.

- **المحافظة على ديمومة واستمرارية السلوك حتى تحقيق الهدف وإعادة التوازن:** مما لا شك فيه أن الدافع الذي أثار السلوك ووجهه لن يتوقف عن ذلك الفعل حتى يتحقق الهدف الذي يزيل القلق ويعيد التوازن. (احمد حسن، 1998، صفحة 06)

1-6 الاسس التي تقوم عليها الدافعية:

أولا: مبدأ الطاقة والنشاط

تؤدي الدافعية إلى القيام بحركات جسمانية وحركات مهارية وذلك بتمديد عضلات الجسم بالطاقة وتفريغ شحنة هذا النشاط بالاستثارة الجسمانية من البيئة الخارجية أو من داخل الكائن الحي.

ثانيا: مبدأ الفرضية

تؤدي الدافعية إلى توجيه السلوك نحو أغراض وأهداف معينة، فالكائن الحي يسعى دائما إلى الحصول على الطعام والشراب والمال والبيت.

ثالثا: مبدأ التوازن: ويقصد به أن الكائن الحي لديه الاستعداد أن يحتفظ بحالة عضوية ثابتة ومتوازنة ، فإذا تغير هذا الاتزان حاول الجسم استعادته،فحرارة الجسم السليم 37درجة مئوية يحتفظ بها الجسم مهما تغيرت حالة الجو وعملية حفظ التوازن الفيزيولوجي هذه تتم آليا وينظمها جسم الإنسان.

رابعا: مبدأ الحتمية الدينامكية

معنى هذا أن كل سلوك له أسباب وهذه الأخيرة توجد في الدوافع ماهو فيزيولوجي، ومنها ما هو مكتسب، والدوافع المكتسبة وان كانت أصلا تقوم على دوافع فيزيولوجية إلا أنها مستقلة عنها ولها قوتها الخاصة الدافعة لها. (شفيق، 2004، صفحة 203)

1-7 أهمية الدافعية في المجال الرياضي:

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعا في سنة 1908 اقترح وود ورث (Woody worth) في كتابه علم النفس الديناميكي ميدانا حيويا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي (motivation psycholgy) أو علم الدافعية

(molivology) ،وفي سنة 1960م تنبأ فاينكي (foynik) بان الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية.

وفي سنة 1982م أشار كل من "ليولن ويلوكر (rliewelln and blucke)"في كتابهما سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق إلى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي30٪ من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقديين الأخيرين.

وفي سنة1983 أشار" وليام وارن" في كتابه التدريب والدافعية أن استثارة الدافع الرياضي يمثل في 70%_90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية، ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارة وللتدريب عليها بهدف صقلها وإتقانها.

وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية: أن كل سلوك ورائه دافع اي ورائه قوى دافعية معينة. (سعد، الدافعية في المجال الرياضي، 1963، صفحة 272)

1-8 دافعية الإنجاز:

1-8-1 تعريف دافعية الانجاز:

يرجع استخدام مصطلح دافعية الإنجاز في علم النفس من الناحية التاريخية الى "أدلر"الذي أشار إلى أن الحاجة للإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة و"كورت ليفن "الذي عرض هذا المصطلح في ضوء تناوله لمفهوم الطموح وذلك قبل استخدام "موارى" لمصطلح الحاجة للإنجاز.

وعلى الرغم من هذه البدايات المبكرة فإن الفضل يرجع إلى عالم النفس الأمريكي "هينري موراي"لأنه أول من قدم مفهوم الإنجاز بشكل دقيق بوصفه مكونا أساسيا من مكونات الشخصية، وذلك في دراسته بعنوان "استكشافات في الشخصية "والتي عرض فيها "موراي" لعدة حاجات نفسية كان في مقدمتها "الحاجة للإنجاز"

وعرفها موراي بأنها تشير إلى رغبة أو ميل الفرد للتغلب على العقبات وممارسة القوى والكفاح لأداء المهام الصعبة بشكل جيد وبسرعة كلما أمكن ذلك كما أوضح "موراي"أن شدة الحاجة للإنجاز تتمثل في عدة مظاهر من أهمها سعي الفرد إلى القيام بالأعمال الصعبة، وتناول الأفكار وتنظيمها مع إنجاز ذلك بسرعة وبطريقة استقلالية وتفوقه على ذاته ومنافسة الآخرين والتفوق عليهم وتقدير الفرد لذاته من خلال الممارسة الناجحة لما لديه من قدرات .

إذن فتعريف "موراي" للحاجة للإنجاز"يشير إلى الحرص، متضمنا المثابرة والطموح في الاعتبار وفهم الفرد لذاته.

ويركز التعريف على عاملين مهمين حيث يتناول العامل الأول الإتقان مع الأهمية في توفير رغبة لدى الفرد للقيام بالعمل واستعداده لبذل الجهد أملا في تحقيق النجاح، أما العامل الثاني فيتمثل في السرعة نظرا لتقدير أهمية الوقت بالنسبة للشخص المنجز.

وتتحدد طريقة إشباع الحاجة للإنجاز في ضوء تصور "موراى" طبقا لنوعية الاهتمام والميل،فالحاجة في المجال الجسمي،على سبيل المثال تكون على هيئة رغبة في النجاح أو الرياضي، بينما تكون الحاجة للإنجاز في المجال العقلي على هيئة الرغبة في التفوق العقلي المعرفي. (رشاد عبد العزيز، 1988)

1-8-2 قياس دافعية الانجاز:

تبين أن مقياس "لبتي «استخدم في مقياس دافعية الانجاز تنقسم إلى فئتين نعرض منها ما يلي:

الفئة الأولى:المقاييس الاسقاطية:

قام ماكليلاند وزملاؤه بإعداد إختبار لقياس الدافع للإنجاز مكون من أربع صور،ثم اشتقاق بعضهما من إختبار لقياس من إختبار تفهم الموضوع الذي أعده موراي سنة 1938 م

أما البعض الآخر فكان من تصميم ماكليلاند لقياس الدافع للإنجاز.

وفي هذا الإختبار يتم عرض كل صورة من الصور على شاشة لمدة عشرين ثانية أمام المبحوث ثم يطلب الباحث من المبحوث كتابة قصة تغطي أربع أسئلة لكل صورة والأسئلة هي كالتالي:

1-ماذا يحدث؟من هم الأشخاص؟

2-ماالذي يدل إلى هذا الموقف؟

3-ما محور التفكير؟ ما مطلوب عمله؟ ومن يقوم بهذا العمل ؟

4-ماذا يحدث؟وماذا يجب عمله؟ (عبد الخالق، 1991، الصفحات 337-653)

ثم يقوم المبحوث بالإجابة على هذه الأسئلة بالنسبة لكل صورة ويستكمل عناصر القصة بالنسبة لكل صورة في مدة لا تزيد على أربع دقائق ويستغرق اجراء الإختبار كله في حالة إستخدام الصور الاربع حوالي عشرين دقيقة .(عبد الخالق، 1991، الصفحات 337-653)

ويرتبط هذا الإختبار أساسا بالتخيل الإبداعي ويتم تحليل القصص ونواتج الخيال لنوع معين من المحتوى في ضوء ما يمكن أن يشير الدافع للإنجاز وعلى الرغم من أن ماكليلاند وزملاؤه قد كشفوا عن معاملات وصدق وثبات مرتفعة لاختيار تفهم الموضوع وقد وصل

معدل ثباته إلى 96% لكن في دراسة أخرى وعلى الرغم من ذلك فقد كشفت أغلب الدراسات التي استخدمت هذا الإختبار في مجال الدافع للإنجاز عن انخفاض معدل ثباته.

أما بخصوص الصدق فقد تبين أنه لا يوجد علاقة بين إختبار تفهم الموضوع،وكل مقاييس التفضيل للميل للإنجاز.

كما قام فاينسين بحصر كل الدراسات التي أجريت على الدافع للإنجاز سنة1968،

والمقاييس التي استخدمت فيها وأوضح إلى أنها تفتقر إلى الثبات والصدق, وخاصة

الاختبارات الإسقاطية كما أن نتائجها متعارضة ولا تزيد معاملات الارتباط فيما بينها بين 4و0 وعلى الرغم من ضعف صدق وثبات تفهم الموضوع فإنه شاع استخدامه في نطاق واسع في العديد من البحوث التي تناولت الدافعية للإنجاز، وعندما بدأ النقد يوجه إلى أساليب القياس الإسقاطية حاول البعض إدخال بعض التعديلات على هذه الأساليب فقامت "فرانش" بوضع مقاييس الاستبصار في ضوء تصور "ماكليلاند "لتقدير صور وتخيلات الإنجاز.

حيث وضعت جمل مفيدة تصف أنماطا متعددة من السلوك يستجيب لها المبحوث بطريقة لفظية إسقاطية عند تفسيره للمواقف السلوكية الذي يشتمل عليها البند أو العبارة وتم وضع نظام تصحيح له بحيث يمكن استخدامه لقياس الدافع للإنجاز والدافع للتواد، كما قام (ارنسون) بوضع إختبار التعبير عن طريق الرسم وذلك لقياس دافع الانجاز لدى الأطفال .

وتعرضت هذه الأساليب الاسقاطية في قياس دافع الانجاز للنقد الشديد من طرف العديد من الباحثين فيرى البعض أن هذه المقاييس الاسقاطية ليست مقاييس على الإطلاق ولكنها تصف انفعالات المبحوث بصدق مشكوك فيه، كما أن طريقة تصحيحها تحتاج لوقت كبير وتتسم بالثابتية .

هذا بالإضافة إلى انخفاض صدق وثبات الطرق الاسقاطية ونظرا لذلك فقد ابتعد الباحثون عن الطرق الاسقاطية وبدؤوا التفكير في التصميم وإعداد طرق أخرى أكثر موضوعية لقياس الدافع للإنجاز في المجال الرياضي. (عبد الخالق، 1991، الصفحات 337-653)

الفئة الثانية: المقاييس الموضوعية:

قام الباحثون بإعداد المقاييس الموضوعية لقياس دافع الإنجاز بعضها أعد لقياس دافع الإنجاز لدى الأطفال مثل مقياس "وينر"1970 وبعضها لقياس دافع الانجاز لدى الكبار مثل: مقياس"مهربيان"عن الميل للإنجاز، ومقياس"لن"ومقياس "هرمانز."

وقد استخدمت هذه المقاييس في العديد من الدراسات الأجنبية كما استخدمت ايضا في بعض الدراسات العربية والتي تبين من خلالها أن معظمها قد أستخدم مقياس "هرمانز" وفي هذا الشأن قام جابر عبد الحميد 1971بترجمة مقياس التفضيل الشخصي ل"ادواردز" (قشقوش، 1979، صفحة 38)

1-8-3 طريقة تنمية دافعية الانجاز الرياضي:

تعتبر الأهداف من أهم الوسائل التي تؤدي إلى رفع دافعية الانجاز لدى الرياضيين وقد عرف هارين سنة1984 "وضع الأهداف بأن تعين هوية الشيء الذي يريد الفرد أن يحققه أو ينجزه أو بصيغة أخرى بأنه الشيء الذي يريد الفرد تحقيقه عن طريق أداء معين إن وضع الأهداف ترتبط بالأداء وبالتالي بالسلوك الذي يقوم به اللاعب وأن الدافع هو بمثابة المثير الذي يوجه السلوك ولذا ينبغي على الرياضي أن يضع أهدافه حتى يكتسب الدافعية لضرورية لاستثارة السلوك الذي يتطلبه تحقيق الهدف. (ابو رياش، 2006، صفحة 100)

ويمكن تلخيص أثار وضع الأهداف على سلوك الإنجاز لدى اللاعب الرياضي على النحو التالي:

- يسهم في إثارة الدافع الذاتي للاعب.
- يوجه تركيز انتباه اللاعب لبعض الأهداف المعينة التي يحاول إنجازها.
- يعبئ الجهد بصورة تتناسب مع متطلبات بذل المزيد والفعالية لفترات أطول.
- الإحساس بالشعور والرضى والثقة بالنفس وفعالية الذات والانفعالات الإيجابية السارة.
- إن الأهداف إذا ما أحسن بنائها وأمكن تمديدها بأسلوب سليم، فإنها بلا شك تساعد على توجيه سليم للاعب فضلا عما تتضمنه من احتفاظ اللاعب بالدافعية خلال رحلة التدريب. (زكريا، 1981، صفحة 38)

1-9 ماذا تعني كلمه تدريب:

كلمات تدريب لا تخص فقط التدريب الرياضي فحسب بل تشمل تدريب على الأجهزة والأدوات المختلفة وتعني كلمه التدريب أداء شيء ما تستخدم ايضا في تدريب الحيوانات على ممارسة شيء معين وقد جاءت هذه الكلمة من الفعل يسحب الشيء المسافة معينه أو ان الفرد يشاهد شيء ما ويرى البعض ان هذه الكلمة تعني(تربوي) وفي الزمن القديم كانوا يستخدمون هذه الكلمة في جميع الألعاب التي كانت موجودة هناك. (كمال، 2004)

1-10 تعريف التدريب:

هو العملية الشاملة لتحسين الهادف للأداء الرياضي والذي يحقق من خلال برامج مخطط لإعداد المنافسات وهو عمليه ممارسه منظمه تتميز بالديناميكية والتغيير المستمر ولا بد ان يديرها مدرب متخصص يكون له دور قيادي في إطار عمل ملائم يستطيع من خلاله اللاعب الفريق تنميه تطوير قدراته الكامنة. (عز الدين، 2003، صفحة 31)

1-11 أهداف التدريب:

- ❖ الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الانسان من خلال التغيرات الإيجابية لمتغيرات الفيزيولوجية، النفسية والاجتماعية.
- ❖ محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى قدرة في مستويات الانجاز في المجالات الثلاث.

❖ ويمكن تحقيق أهداف عمليه التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية، هما الجانب التعليمي والجانب التربوي ويطلق عليهما واجبات التدريب الرياضي، الأول يعمل على اكتساب وتطوير قدرات البدنية والمهارية والخططية والمعرفية أول خيارات الضرورية للاعب الرياضي والثاني يتعلق بإيديولوجية المجتمع ويهتم بتحسين التذوق والتقدير وتطوير الدوافع وحاجات وميول اللاعب اكتساب السمات الخلقية الحميدة الروح الرياضية وحب الوطن والمثابرة وضبط النفس والشجاعة..... الخ (امرالله، 1998، صفحة 04)

1-12 شخصية المدرب وخصائصه:

تلعب شخصيه المدرب دورا أساسيا في نجاح عمليه التدريب ولابد لكل من يريد ان يشغل وظيفة مدير في أن يتصف بخصائصه ومميزاته تتمثل فيما يلي:

❖ الذكاء الاجتماعي، وهذا يعني قدرته على التعامل الجيد مع الغير وخاصة الذين لهم علاقة بعمليه التدريب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والطبية المساعدة له ومع الحكام والجمهور إلى غير ذلك.

❖ الذكاء في وضع خطة التدريب واللعب الجيدة، والذكاء في حل المشاكل التي تقابله خلال العمل.

❖ النضج الانفعالي والثقة بالنفس والطموح دون طمع.

❖ الخبرة السابقة كلاعب.

❖ القدرة على التغيير وتوصيل المعلومات بسهوله إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه.

❖ أن تكون قدراته العقلية محل تقدير من اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة والمعاونين له مما يترتب عليه ان تكون تعليماته ذات قناعة لديهم، وبذلك يكون تأثيره قوي على اللاعبين. (ابوالعلى، 1997، صفحة 16)

1-13 صفات المدرب الناجح :

ومن بين الصفات التي تميز المدرب الرياضي الناجح ما يلي:

1- الصحة الجيدة والمظهر الجسم والمثل الجيد.

2- القدرة على القيادة وحسن التصرف اتجاه المشاكل.

3- الاقتناع التام بدوره التدريبي والتربوي.

4- الثقة بالنفس والاقتناع التام بالعمل الذي يؤديه.

5- تفهم مشاكل اللاعبين والمشاركة الإيجابية في حلها. (حنفي، 1988، صفحة 4)

1-14 دور المدرب العام:

أهم معالم المدرب العام يمكن تلخيصها فيما يلي:

❖ القيادة الشخصية لفريق المدربين المساعدين والقيادة العملية في عمليه التوجيه التدريبي الجماعي وغيرها.

❖ تشخيص وحل ومعالجة المشكلات النفسية والفنية المتعلقة باللاعبين.

❖ العمل على الإرشاد والتوجيه الأخصائي الخبير المسؤول عن هذه العملية بصفة خاصة سواء كان ذلك بطريقه تربوية او اجتماعية.

❖ مساعده زملائه من أعضاء الجهاز الاستشاري فيما يتعلق ببعض نواحي التخصص حيث انه أكبرهم تخصصا في الميدان.

❖ الاشتراك في عمليه التدريب بإيجابية تامة ولا يقف دوره عن مجرد التوجيه وتوجيه فهو أقدر الأخصائيين على تولي هذه المهمة. (زكي، 2008، صفحة 225)

1-15 واجبات المدرب الرياضي:

➢ **تخطيط التدريب:**

التدريب الرياضي عمليه تهدف إلى الوصول باللاعب الى اعلى مستوى ممكن تسمح بقدراته واستعداداته، وكلما تميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي وكلما وازداد إتقانه بالمعارف النظرية وطرق تطبيقها، كلما اصبح اقدر على تخطيط عملية التدريب بصورة علمية تسهم إلى درجه كبيرة في تطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعبين الى اقصى درجة، وتتطلب عمليه التخطيط الإلمام تام بالأسس النظرية والعلمية لعلم التدريب الرياضي،

بالإضافة إلى العديد من المعارف والمعلومات العلمية في عدد من العلوم الإنسانية والطبيعية. (www.alhiwar.info، 2017)

- **أداء عمليه التدريب:**

يرتكز التدريب على عملية انتقال المعلومات من المدرب إلى اللاعب حتى يتمكن من كتابه الأسس العلمية والبدنية التي تسهم في الارتقاء بالمستوى إلى أقصى درجه ممكنه.

ففي بعض مواقف الأداء يصبح المدرب بمثابة مساعد للاعب، وكلما استطاع المدرب تقديم توجيهات إلى اللاعب بصورة صحيحة كلما أصبح اللاعب قادرا على استقبالها والاستفادة منها، فالمدرب يكون اتجاهات ايجابيه لدى اللاعب نحو عملية التدريب وذلك في محاولة للارتقاء بمستوى تركيزه وانتباهه والتأخير بمستوى الدافع هي والى ربع مستوى التفاعل الاجتماعي بين اللاعبين.

- **تقييم النجاح في عمليه التدريب:**

إن رياضة المستويات العالية بما تتميز به من طابع مركب ومعقد لا تقتصر على التقييم عملية التدريب طبقا للنجاح والفشل في المنافسات الرياضية فقط بل ينبغي استخدام أنواع متعددة من وسائل التقويم مثل: اختبارات القدرات البدنية والمهارية والخططية والاختبارات النفسية ومقاييس العلاقات الاجتماعية حتى يمكن تحديد نوع ومدى الانحراف عن الأهداف الموضوعة للتدريب. (www.alhiwar.info/topic.afp, 2017)

وبذلك يمكننا تصويب وتصحيح مسار عمليه التدريب بصوره مستمرة، هذا بالإضافة إلى ضرورة استعانة المدرب الرياضي بالمعلومات والتقارير التي يقدمها الطبيب المختص بعلم النفس او الإداري من حالات اللاعبين وضرورة مقارنتها بفكرة المدرب عن كل لاعب في أثناء التدريب آو في المنافسات.

- **رعاية اللاعب:**

إن التدريب والمنافسة من المواقف التي تحتاج إلى المزيد من التعب العصبي فقد يستجيب اللاعب لهذه المواقف إما بصورة ايجابيه تساهم في تعبئة طاقاته وقدراتها أو بصوره سلبية تساهم في خفض مستوى قدراته وطاقاته أين ينبغي على المدرب أن يتعرف على المؤثرات المتعددة التي تؤثر على اللاعبين في مختلف مواقف التدريب آو المنافسة حتى يضمن بذلك نجاح عملية الرعاية للاعب.

- **توجيه اللاعب وإرشاده:**

يقصد بالتوجيه كل أساليب المصاحبة لعملية التدريب الذي يجب أن تساعد اللاعب على فهم نفسه وفهم مشكلاته واستغلال إمكاناته، من قدرات ومهارات واستعدادات واتجاهات بيئته ليحاول تحقيق الأهداف التي تتفق مع هذه الإمكانات، وان يختار الطرق والوسائل والأساليب الصحيحة حتى يتمكن من التغلب على مشكلاته ويستطيع التكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي يحقق أقصى ما يستطيع من نمو متكامل في شخصيته.

يمكن للمدرب تحقيق هذه الأهداف عن طريق خدمات التوجيه وعن طريق الإرشاد الفردي الذي يقصد به العلاقات المتبادلة مع اللاعب لمحاولة مساعدته وتوجيهه. (www.alhiwar.info/topic.afp, 2017)

1-16 سلوك المدرب الرياضي:

الدراسة التي قام بها العديد من الباحثين في مجال القيادة الإدارية تم التوصل إلى تحديد نوعين هامين من القيادة الإدارية وهما:

- ❖ سلوك القائد الإداري المهتم-بالدرجة الأولى-بالناس:concernfor people
- ❖ سلوك القائد الإداري المهتم-بالدرجة الأولى-بالإنتاج:concern for production .

واستطاع كل من روبرت بليك (1985) وجين موتون تطوير نتائج هذه الدراسات وأشار إلى إن هذين النوعيين من السلوك يمكن توضيحهما على هيئة شبكة ذات محوريين:

المحور الأول الإهتمام بالناس والمحور الثاني الإهتمام بالإنتاج، وذلك فيما يعرف بنموذج الشبكة الإدارية " managérial grid" كما تم التمييز بين خمسة أنواع رئيسية لسلوك القيادة طبقا لموقعها على الشبكة الإدارية. _(صبحي، 2002، صفحة 95)

وقد قام بعض الباحثين في علم النفس الرياضي(مارتينز)1995 كوكس(1994) علاوي باقتباس مفاهيم الشبكة الإدارية ومحاولة تطبيقها على القادة الرياضيين في المجال الرياضي، وبصفة خاصة المدربين الرياضيين ، وفي ضوء ذلك أمكن تحديد نوعين هامين لسلوك تدريب الرياضي وهما:

– سلوك المدرب الرياضي المهتم باللاعبين: Concern for athlètes.

– سلوك مدرب الرياضي المهتم بالأداء:Concern for performance. (حسن علاوي، علم النفس الرياضي، 1994)

وفي إطار الدراسات التي قام بها محمد علاوي تم التواصل إلى تحديد أربعة أبعاد رئيسية من الأبعاد التي أشار إليها" صالح و " شيلا دوراي" وهي:

أولا : السلوك التدريبي

وهو السلوك الذي يهدف إلى محاولة التطوير أداء اللاعبين عن طريق تدريب الرياضي الذي يتميز بالتكرار والشدة العالية والاهتمام الواضح في تعليم المهارات والقدرات الحركية والخططية، ويشرح استراتيجيه اللعب والاهتمام بقياده اللاعبين في المنافسات الرياضية.

ثانيا: السلوك الديمغرافي

سلوك المدرب الرياضي الذي يسمح بدرجة كبيرة في اشتراك اللاعبين في تحديد الاهداف وطرق التدريب وخطط اللعب التي يجب استخدامها في الحالات المختلفة.

ثالثا: السلوك الاوتوقراطي

هو السلوك الذي يعكس ميل المدرب الرياضي الى وضع نفسه في مكان بعيد عن اللاعبين ويصدر القرارات بمفرده دون مشاركه اللاعبين.

رابعا: السلوك الاجتماعي المساعد

وهو سلوك المدرب الرياضي الذي يهتم باللاعبين ورعايتهم والذي يمنح المزيد من التدعيم والإثابة للاعبين عن طريق الاعتراف الدائم بأدائهم. (هدى، 1997)

1-17 المدرب الرياضي كقائد:

يعتمد وصول اللاعب الفريق الرياضي الى اعلى المستويات الرياضية في عده عوامل من أهمها عامل المدرب، اذ يرتبط الوصول الى المستويات الرياضية ارتباط وثيقا بمدى قدرات المدرب على ادارة عملية التدريب من تخطيط وتنظيم وتقويم، وعلى قدراته في اعداد اللاعب للمنافسات الرياضية وادارته لهذه المنافسات، وكذلك قدرته على رعاية توجيه وارشاد اللاعبين قبل وبعد واثناء وحتى بعد المنافسات. (شعلان، 1994، صفحة 210)

1-18 المدرب واتخاد القرار:

إن جميع الإجراءات او العمليات التي يقوم بها المدرب الرياضي والتي تهدف للوصول باللاعب والفريق الى المستويات الرياضية العالية تحتاج الى اتخاذ قرارات، فالمدرب الرياضي على سبيل المثال يحدد الاهداف المطلوبة لتحقيقها خلال توليه مهمة التدريب الفريق، ويحدد البرامج والإجراءات والعمليات التي يمكن بها تحقيق هذه الاهداف، كما ان المدرب هو الذي يقرر كيفيه اختيار اللاعبين للاشتراك في المنافسات و واجباتهم ومراكزهم و خطط اللعب وتغييرها اذا استدعى الامر ذلك وغير ذلك من الجوانب التي تحتاج من

المدرب اتخاذ القرارات، فكان عمل المدرب ما هو الا سلسلة متصلة من القرارات، وكل قرار من هذه القرارات قد يؤثر بصورة واضحة على اللاعبين او الفريق ايجابيا او سلبيا. (عماد الدين، 2008، صفحة 39)

1-19 دافعية المدرب الرياضي:

اشار محمد علاوي(1999) الى انه يمكن النظر الى الدافعية على انها مصطلح عام يشير الى العلاقة الديناميكية بين الشخص وبيئته وتشتمل على العوامل والحالات المختلفة التي تعمل على توجيه واستمرار السلوك وبصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما.

فكانت الدافعية في ضوء التعريف السابق تعتبر بمثابة حالة بادئة وباعثة للسلوك ومنشطة له وتعمل على دفع الشخص نحو محاولة تحقيق هدف معين والاحتفاظ باستمرارية هذا السلوك.

ومن ناحية اخرى فإن الدافعية ليست شيء مادي أي انها ليست حالات او قوى يمكن رؤيتها مباشرة، انما هي حالات في الشخص يستنتج وجودها من انماط السلوك المختلفة ومن نشاط الشخص نفسه، وليس معنى ذلك أن الدافعية هي نوع السلوك الذي نلاحظه، وانما هي حالة وراء هذا السلوك، أي أنها الحالة التي تثير وتنشط وتوجه السلوك نفسه وتعمل على استمراريته. (حسين علاوي، 1999، صفحة 134)

وقد اشار كل من ارفن هان (1996)، وباومان(1996)، وعلاوي(1992) الى الدوافع التالية:

1- دوافع رياضية:

نجد بعض اللاعبين الرياضيين يشعرون عقب اعتزالهم ممارسة الرياضية ان من واجبهم الاسهام في تطوير نوع الرياضة التي تخصص فيها ومحاولة العمل مع الناشئين لإكسابهم من خبراتهم الشخصية والارتقاء بمستوياتهم الرياضية. (محمد، 2005)

2- دوافع مهنية:

كثيرا ما نجد خريجي كليات التربية الرياضية يعملون في مجال التدريب الرياضي كانت لدراستهم الرياضية التخصصية على اساس ان من التدريب الرياضي هي مهنتهم المناسبة لطبيعة دراستهم.

3- دوافع اجتماعية:

الاتجاه نحو الاشتراك في المجالات الاجتماعية ومحاولة تكوين علاقات وصداقات اجتماعية والسعي نحو التقبل الاجتماعي كنتيجة لعملهم في مجال التدريب الرياضي.

تحقيق واثبات الذات: قد يرى الفرد ان عمله في مجال التدريب الرياضي يحقق له اثبات ذاته في احدى المجالات التي يرى انه كفئ لها وكذلك الشعور بمدى أهميته. (محمد، 2005، صفحة 65)

خلاصة:

في هذا الفصل حاولنا أن نسلط الضوء على عدد من الجوانب التي تهتم بموضوع دافعية الانجاز الرياضي ومتطلبات مدرب كرة القدم.

وقد رأينا سابقا بأن الدافعية تعد بمثابة محرك داخلي وهي المسؤول على إستمرارية الأداء وتوجيهه ، وتكون حلقة واحدة تهدف إلى تحسين مستوى الأداء حتى يستطيع الرياضي تدريجيا الوصول إلى أحسن المستويات،ومن جهة اخرى نستخلص ان المدرب هو العمود الفقري للفريق فعلى عاتقه تقع مسؤولية قيادة الفريق، فهو القادر على حماية أعضاء الفريق من التيارات الفاسدة والأهواء الشخصية، وإعدادهم للحياة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي من خلال عملية التدريب الذي يتحدد بها اداء فريقه، ويرتبط ذلك بمدى قدرة المدرب على إدارة وتنفيذ عملية التدريب ونجاحه بالارتقاء بقدرات لاعبيه، وغالبا ما يحتل هذا النوع من المدربين مكانة عالية في نفوس أفراد الفريق والجمهور والمسؤولين.

الفصـــــل الثـانـي

كـــــــرة القدم

والتحضير النفسي الرياضي

تمهيد:

تعتبر رياضة كرة القدم هي الأكثر شيوعا في العالم بحيث تستقطب الكثير من الشعوب لمشاهدتها وكذلك لممارستها.

وفي الوقت الذي يتحسن فيه مستوى كرة القدم العالمية والإفريقية خاصة نتيجة العمل القاعدي المبني على أسس علمية تسمح بالرفع من المستوى البدني والمهاري والخططي والنفسي، وباعتبار كرة القدم موضوع متعدد الزوايا يشغل مختلف الجوانب البدنية والتقنية والخططية والنفسية، يتطلب النظر إليها من خلال عدة زوايا ،والمميزات والمتطلبات.

ففي مجال التدريب الرياضي أصبحنا بحاجة إلى التحضير النفسي الرياضي داخل الأندية والفرق لكون العصر الحالي عصر الضغوط النفسية التي تمس الرياضي خاصة (رياضي المستوى العالي) لذا وجب على القائمين على عملية التدريب الرياضي الاهتمام بالجانب النفسي ومن خلال هذا الفصل سوف نتناول بعض مفاهيم التحضير النفسي الرياضي وعلاقته بالعلوم الأخرى، بالإضافة إلى أهم الأسس العلمية التي تبنى على أساسها برامج التحضير النفسي، وذلك بهدف إعداد برنامج للتحضير النفسي الذي يتلاءم وحالة الرياضي النفسية.

2-1 تعريف كرة القدم:

- **التعريف اللغوي:**

كرة القدمfoot ball: هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون (الفوتبول) ما يسمى عندهم بالرقبي أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتسمى SOCCER. (رومي، 1986، صفحة 05)

- **التعريف الاصطلاحي:**

كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية، تلعب بفريقين يتكون كل واحد من 11 لاعب من ضمنهم حارس المرمى ولتحكيم المباراة أربع حكام موزعين أحدهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحكم رابع احتياط. (عياش الدليمي، 1997، صفحة 10)

ولقد رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحول كرة القدم الى رياضة اتخذوها حجة لبحث المسابقات واللقاءات المنظمة انطلاقا من قاعدة أساسية أنشأها آنذاك، تم استخدام الأيدي والسواعد باستثناء الحارس.

وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد المنفوخة، فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز ويتم تحريك الكرة بالأقدام ولا يسمح إلا للحارس المرمى بإمساك كرة بيديه داخل منطقه الجزاء وتدوم مباراة 90 دقيقه 45 دقيقه في الشوط

يتخللها وقت راحة يدوم 15 دقيقة وأي خرق لقوانين اللعبة تعرض لاعبي الفريق المخطئ لعقوبة. (لحمر، 1997، صفحة 11)

2-2 تاريخ ظهور وانتشار لعبة كرة القدم:

لقد أطلق على كرة القدم في أزمنه مختلفة وأماكن متعددة أسماء وألقاب كثيرة ومن استقرائنا لتاريخ هذه اللعبة نجد اليونان قديما كانوا يسمونها (EPSKYROS) وكان الرومان يلقبونها" هاربر ستوم"

ولقد دارت في انجلترا منافسات تاريخية بين العلماء والمؤرخين كان الغرض منها وجود صوره واضحة عن لعبه كرة القدم، هل اللعبة ترجع إلى عصر معين ام انها شائعه لا يمكن حصرها ومعرفة بدايتها؟

كما يذهب بعض المؤرخين لهذه اللعبة الى القول أن كرة القدم وجدت في القرنين الثالث والرابع قبل الميلاد كأسلوب تدريب عسكري في الصين وبالتحديد في فترة بين 206 قبل الميلاد وسنه 250 قبل الميلاد، في أحد المصادر للتاريخ الصيني أنها باسم الصيني تسوشو TCU TCHOU، أي بمعنى(ركل الكرة) وكلما عرف عنها انها كانت تتألف من قائمين عظيمين ويزيد ارتفاعهما" 30 قدما" مكسوة بالجرائد المزركشة وبينها شبكة من الخيوط الحريرية يتوسطها ثقب مستدير مقدار ثقبه قدم واحد وكان هذا الهدف يوضح امام الامبراطور في الحفلات العامة . (محمد عبدو و مفتي ابراهيم، 1994، صفحة 08)

ويتبارى مهارة الجنود في ضرب الكرة لكي تمر من هذا الثقب، وكانت الكرة مصنوعة من الجلد المغطاة بالشعر ولم تكن بالقوة والشدة التي عليها الان وكان جزاء الفائز صرف كمية من الفواكه والزهور والقبعات له.

وهناك في ايطاليا لعبة كرة القدم عرفت قديما باسم كالشيو "Cacio"، كانت تلعب في فلورينسا في ايطاليا مرتين في السنة الأولى وفي أول يوم أحد من شهر مايو والثانية في اليوم الرابع والعشرون من يونيو بمناسبه عيد سان جون "Dan jhon " وكانت هذه الايام بمناسبة العيد وكانت المنافسة تقام بين فريقين الأول ابيض باسم "بيات كي " وثاني باسم روسي" فريق 21 لاعبا يلعبون في بياثرا وكان المرمى عبارة عن عرض الملعب كله وكان اللاعب خشنا والملعب مغطى كله بالرمل.

ويجمع الكل على ان نشر كرة القدم كرياضة للشباب كان في جزر بريطانيا حيث اخذت من واقع فكرة قومية التي بنيت على هزيمة الدنماركيين الغزاة، والتنكيل براس القائد الدنماركي.

وعاد جاينز أستاذ في جامعه اكسفورد وذكر احد شعراء الصين تحدث عن كرة القدم، ولكن اتضح ان هذه اللعبة لم تذكر باسمها في الشعر، وانما ترجمه الاستاذ بهذا الاسم وهو يقول: بان الكرة كانت مستديرة صنعت من ثمانية اجزاء من الجلد محشوة بالشعر ولم تعرف الكرة التي تحشى بالهواء الا في سنه 500 بعد الميلاد، هذه الافكار ناقشها الكثير من المؤرخين، وذهب بريطانيون المؤخرون الى القول ان كرة القدم من نبات افكارهم واستدلوا على ذلك

بواقعة تاريخية وهي انهم لما قتلوا القائد الدنماركي الذي احتل بلادهم داسوا راسه بأقدامهم كالكرة وصار هذا بعدها تقليديا قوميا على الثأر والانتقام . (محمد عبدو و مفتي ابراهيم، 1994، صفحة 12)

2-3 تطور كرة القدم في الجزائر:

ان بداية كرة القدم في الجزائر هي بداية غامضة نظرا للظروف الصعبة التي عاشها الشعب الجزائري تحت الاحتلال الفرنسي، والذي كان محتكرا لكل الميادين ومنها ميدان الرياضة وبالخصوص كرة القدم والتي تعتبر من بين أول الرياضات التي ظهرت في بلادنا، اما التاريخ الرسمي لكرة القدم في الجزائر فيعود الى العام 1962 بعد الاستقلال، حيث اكتسبت شعبية كبيرة لا نظير لها ويقسم المختصون مشوار كرة القدم الجزائرية تطورها إلى ثلاث مراحل رئيسية هي:

2-3-1 المرحلةالأولى:(1895- 1962):

تم تأسيس أول فريق رسمي جزائري عام 1895 وهذا بفضل الشيخ" عمر بن محمود علي رايس" تحت اسم طليعة " الهواء الطلق" وفي عام 1921 يوم 7 اوت ظهر أول فريق رسمي يتمثل في عميد الأندية الجزائرية مولودية الجزائر MCA وألوانها الأخضر والأحمر والابيض.

غير أن هناك من يقول ان النادي الرياضي لقسنطينة CSC هو أول نادي أسس قبل سنة 1921. في ظل غياب تاريخ بدايته. تأسست عدة فرق أخرى منها غالي معسكر، اتحاد الإسلامي لوهران، الاتحاد الإسلامي للبليدة والاتحاد الإسلامي للجزائر.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري لقوى ابنائهم من اجل الانضمام لصد الاستعمار كانت كرة القدم إحدى الوسائل المحققة لذلك، ولكن السلطات فرنسية لم تتفطن الى أن المقابلات التي تجرى تعطي الفرصة لأبناء الشعب للتجمع والتظاهر بعد كل لقاء، كما حدث في مقابلة مولودية الجزائر وفريق سانت اوجين "بلوغين حاليا"، والتي على إثرها اعتقل الكثير من الجزائريين وكان هذا في سنه 1956.

وفي سنه 1958 كون فريق جبهة التحرير الوطني الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين امثال رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في فريق سانت اتيان، وكذا كرمالي.....الخ وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المناسبات العربية منها او الدولية.(hamid, 1990, p. 37)

2-3-2 المرحلة الثانية:(1962-1976)

حيث شهدت تأسيس مجلس الرياضة تحت إشراف الدكتور "محمد معوش"وقد شارك في هذه الدورة ثلاث أندية مغاربية.

ونظمت أول بطولة وطنية موسم (1962-1963) توج بها فريق اتحاد الرياضي الاسلامي للجزائر، ونظمت أول كأس للجمهورية سنة 1963 وفاز بها وفاق سطيف، وكانت أول مقابلة للفريق الوطني عام 1963 ضد المنتخب البلغاري انتهت لصالح الجزائر 2 -1، أما على مستوى المنافسات الرسمية لقد لعب المنتخب الوطني أول لقاء رسمي له امام المنتخب التونسي سنة1964 أما على صعيد الأندية الجزائرية ففريق مولودية الجزائر التي سجلت أول فوز لها وللجزائر في كأس افريقيا للأندية البطلة سنة 1976. (تكي و واخرون، 1991)

2-3-3المرحلة الثالثة:(بعد 1978)

تعتبر فترة الاصلاح الرياضي وتشييد الملاعب في مختلف ولايات الوطن مباشرة المسؤولين لسياسة التغيير في اسلوب التأطير الرياضي، وبموافقة الاتحادية الدولية سارعت السلطات المعنية بالرياضة في انشاء الملاعب و تقديم المساعدات المادية والمعنوية، وكذا التمويل السريع للأندية في بلادنا إذ تم ادماج مختلف الأندية في مؤسسات إقتصادية مثلا ضم فريق مولودية الجزائر الى شركة سوناطراك حيث تحولت الى اسم مولودية نفط الجزائر ففي 20 سنة صنعت الجزائر الحدث بجيل جديد متكون من: بلومي، عصاد، فرقاني، ماجر.....، عن نتائج هذا الاصلاح لم تتأثر في الظهور لمدة سنة بعد ذلك حصل المنتخب الوطني على الميدالية الذهبية في الألعاب الافريقية سنة 1978 كما لعب المنتخب الوطني النهائي افريقيا بنيجيريا 1980، ووصل الى مشارف الربع النهائي في الألعاب الأولمبية بموسكو، وتواصلت الانتصارات في هذه المرحلة في تحقيق التأهلين

المتتالية للفريق الجزائري الى نهائيات كأس العالم سنة 1982 بإسبانيا وسنة 1986 بالمكسيك حيث كانت المشاركة مشرفة في اسبانيا إذ تمكن المنتخب الوطني من الفوز على الالمان 1-2، وفي سنة 1990 أول كأس افريقيا للجزائر بعد انتصارها على المنتخب النيجيري في اللقاء النهائي بنتيجة 0-1 من امضاء وجاني. (hamid, 1990, p. 41)

اما على صعيد الاندية ترجمت لتتويج مولودية الجزائر بكأس افريقيا للأندية البطلة 1976، وكذا فريق وفاق سطيف وفوزه بكأس الاندية الافريقية البطلة سنة 1988 وكأس الأفرو أسيوية سنة 1989، وكذا فوز شبيبة القبائل بالكأس الافريقية البطلة 1981 و1990، وكذا بالكأس الممتازة سنة 1983 وثلاث كؤوس للكونفدرالية الافريقية اعوام 2000و 2001 و2002 وكأس الكؤوس سنه 1995 (تكي و واخرون، 1991)

وبهذا تعتبر هذه المرحلة الذهبية في تاريخ كرة القدم الجزائرية حسب العديد من المتابعين لعالم كرة القدم المستديرة حيث تمكنت الكرة الجزائرية أن تشق الطريق نحو فضاء الكرة الدولية، وجسدت وجودها على مستوى المحافل الرياضية العالمية ولعلى هذا ما يفسره مشاركة المنتخبات الجزائرية على اختلاف مشاركتها في المنافسات الجهوية والقارية والدولية.

2-4 تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية:

1917: فتح قسم خاص بكرة القدم

1921: ميلاد أول فريق في الجزائر مولودية الجزائر.

1958: تكوين فريق جبهة التحرير الوطني.

1962: تكوين الفيدرالية الجزائرية برئاسة" محمد معوش"

1963: تنظيم أول بطولة وكأس فاز بالبطولة اتحاد العاصمة وبالكأس وفاق سطيف.

1965: أول مشاركة للجزائر في الألعاب الافريقية.

1967: أول تأهل للجزائر لكأس افريقيا للأمم بأثيوبيا وألعاب البحر الابيض المتوسط.

1975: أول ميدالية ذهبية في ألعاب بحر ابيض متوسط.

1976: أول كأس للأندية البطلة الإفريقية فاز بها فريق مولودية الجزائر.

1980: أول نهائي في كأس افريقيا للأمم ضد نيجيريا.

1980: أول مشاركة للألعاب الأولمبية في موسكو.

1982: أول تأهل للفريق الوطني لنهائيات كأس العالم بإسبانيا.

1990: فوز الفريق الوطني بكأس افريقيا للأمم الأول كرة.

1997: أول كأس عربيه لفريق مولودية وهران بالإسكندرية.

1998: أول تتويج لفريق وداد تلمسان بالكأس العربية للأندية.

2000: أول تتويج لفريق شبيبة القبائل بكأس الكاف. (مجلةالحوادث، 2000، صفحة 10)

2019: ثاني تتويج للفريق الوطني بكأس افريقيا للامم

2-5 شعبية كرة القدم:

ان كرة القدم بلغت من الشهرة ما لم تبلغه الرياضات الأخرى كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على مشاهدة مباريات في الملاعب او حتى في شاشات التلفزيون.

وتعتبر كرة القدم بدون منازع اللعبة الشعبية في الأولى في العالم وقل ما تجد بلد في العالم لا يعرف ابنائه كرة القدم او على الأقل لا يسمع بها وقد ذكر السيد جون ريمي الرئيس السابق للاتحادية الدولية لكرة القدم قال مازحا" ان الشمس لا تغرب ابدا عن إمبراطوريتين" دلاله على انتشار لعبة الكرة القدم في مختلف أرجاء المعمورة تجذب الصغار او الكبار لممارستها او مشاهده مبارياتها وبالرغم انه في السنوات الأخيرة ظهرت عدة ألعاب نالت الكثير من الإعجاب والتشجيع فقد بقيت كرة القدم أكثرا لألعاب شعبية انتشارا.

ولم يتأثر مركزها بالعكس فإننا نجد أنها تزداد شعبية وانتشارا، وكانت دول أمريكا الجنوبية الثلاث الاوروغواي والبرازيل والباراغواي في مسابقة كأس العالم من سنة 1930 قوى يشار إليها من حيث خطورتها ومن حيث الشعبية، ذلك لان غرام شبابها باللعبة بلغ حتى الجنون ومن المعروف ان الاوروغواي فازت بكأس العالم مرتين ولعلك تندهش كيف وصلت هذه الدولة الى هذه المرتبة (احمد الباسطي، 1990)

حيث توضح البيانات والإحصاءات الآتية لسنة 1992:

الاوروغواي مساحتها18000كلم2 اي ثلث مساحة فرنسا سكانها2 مليون نسمة فيها 3600 نادي يضم 125000 لاعب.

الباراغواي مساحتها170000كلم2 عدد سكانها 1،5 مليون نسمة فيها11000 نادي يضم750000 لاعب.

ومن هنا يتضح ان جزء من سبع عشر جزءا من سكان الاوروغواي يلعبون كرة القدم وهذه النسبة تكاد لا تصدق. (العربي، 1985، صفحة 32)

2-6 المبادئ الأساسية لكرة القدم:

يتوقف نجاح اي فريق الى حد كبير على مدى اتقان افراده المبادئ الأساسية للعبة،أي فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراد أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف انواعها بخفه ورشاقة ويقوم بالتمرين بدقة بتوقيت سليم وبمختلف الطرق ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في مكان مناسب ويتعاون مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق وصحيح ان لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع او الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقا ان يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية. (ابو يوسف، 2005، الصفحات 25-26)

وتنقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم الى ما يلي:

– استقبال الكرة. – المحاورة بالكرة. – المهاجمة. – رمية التماس.

– ضرب الكرة. – حراسة المرمى. (ابو يوسف، 2005، الصفحات 25–26)

2–7 قواعد كرة القدم:

ان الجاذبية التي تتمتع بها كرة القدم خاصة في الإطار الحر (المباريات الغير الرسمية– ما بين الاحياء) ترجع أساسا الى سهولتها فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة، ومع ذلك فهناك 17 قاعدة لسير هذه اللعبة حيث سيبقى أول قوانين كرة القدم الى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالا واسع للممارسة من قبل الجميع، وهذه المبادئ هي:

- **المساواة:**

ان هذه اللعبة تمنح لممارس كرة القدم فرص متساوية لكي يقوم بعرض مهارته الفردية دون ان يتعرض للضرب او الدفع او المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون.

- **السلامة:**

وهي تعتبر روحا للعبة وبخلاف الخطورة التي كانت عليها في العهود العابرة قد وضع القانون حدود الحفاظ على سلامة وصحة اللاعبين اثناء اللعب مثل تحديد مساحة الملعب

وأرضيتها وتجهيزهم من ملابس واحذية للتقليل من الاصابات وترك المجال واسعا لإظهار مهارتهم بكفاءة عالية.

- **التسلية:**

وهي إفساح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي يجدها اللاعب لممارسة كرة القدم، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات التي تصدر عن اللاعبين تجاه بعضهم البعض. (عبد الجواد، 1998، صفحة 27)

2-8 قوانين كرة القدم:

وضعت هذه القوانين على شكل مواد وعددها 17 مادة وسنتطرق اليها بالتفصيل:

القانون الأول: الملعب

طوله من 90 الى 120 متر، وعرضه من 45 الى 90 متر، أما بالمباريات الدولية فيكون طوله محصور بين 100 -110 متر، وعرضه محصور بين 64 و75 متر.

يجب ان يكون الملعب او ميدان اللاعب مستطيل، ويكون مخطط بخطوط واضحة عرضها 12 سم،حيث يقسم ملعب الى نصفين متساويين بخط يرسم في منتصف هذا الخط دائرة نصف قطرها (12، 9سم)، كما ان هذه الخطوط تعين لنا منطقة المرمى ومنطقة الجزاء على النحو التالي:

منطقه المرمى تحدد عند كل نهايتين ميدان اللعب حيث يرسم خطان عموديان بزوايا قائمة على مسافة (5.5 م) من الحافة الداخلية لكل قائم هذان الخطان داخل الميدان اللاعب بمسافة (5.5 م) ثم يوصلان بخط موازي لخط المرمى.

منطقة الجزاء: تحدد منطقة الجزاء عند كل من نهايتي ميدان اللاعب كمايلي:

يرسم خطاني عموديا على خط المرمى على مسافة (16.5م) ويمتد هذا الخطان داخل الملعب بنفس المسافة ثم يوصلني بخط موازي لخط المرمى، وداخل منطقة الجزاء توضع علامة جزاء على بعد (11 م من نقطة المنتصف بين القائمين، ويرسم قوس خارج منطقة الجزاء من نقطة الجزاء ونصف قطرها (15.9م)، كما يحدد الملعب بأربعة قوائم توضع في زواياه وارتفاعها 1،5 م على الأقل برأس غير مدببة وراية وترسم ربع دائرة نصف قطرها (0.1 م) من قائم راية الركنية داخل ميدان اللعب. (ابو عبدو، 2002، صفحة 13)

القانون الثاني: الكرة

يجب ان تكون الكرة مستديرة ومصنوعة من الجلد محيطها لا يزيد عن 71،3سم ولا يقل عن 68.2 سم وزنها لا يزيد عن 440 غرام ولا يقل عن 400 غرام.

وضغط الهواء داخلها عند مستوى سطح البحر يكون مساويا ل0.6الى1.1ضغط (600الى1100 غ/ سم2). (FAF، 2006، صفحة 15)

القانون الثالث: التعداد

تلعب مباراة بين فريقين يتكون كل فريق من 11 لاعب ويكون أحدهم حارس للمرمى ويحمل ملابس تميزه عن باقي اللاعبين والحكم، ويمكن تعويض حارس المرمى من أحد رفاقه اثناء اللعب ويجب أن يعلم الحكم من طرف قائد الفريق وفي حالة الطرد قبل بدأ المباراة فان اللاعب الذي طرد يمكن تعويضه بأحد البدلاء ولكن في حاله طرد أحد البدلاء فلا يمكن تعويضه بأحد اللاعبين. (رومي، كرة القدم، 1986، صفحة 84)

القانون الرابع: معدات اللاعبين

يجب على اللاعب ان لا يستعمل اي معدات او يلبس ما يشكل خطورة عليه اوعلى اللأخرين وتكمن المعدات الأساسية للاعب في:

- قميص- سروال قصير او شورت
- جوارب وأحذية
- واقي الساقين والذي يجب ان يكون مغطى بالجوارب ويكون مصنوع من مادة ملائمة اومطاط او بالبلاستيك او ما يشبه ذلك، بحيث يضمن نسبة معقولة من الحماية.

القانون الخامس: الحكم

مباراة تدار بواسطة الحكم وهو الذي له السلطة الكاملة لتنفيذ قانون اللعبة ويتخذ القرارات في كل الحالات وقراراته غير قابلة للنقاش،وهو الوحيد من يحتسب وقت اللقاء،كما يمكنه إيقاف اللقاء كما وجد أن صلاحيته وسلطاته بدأت تضعف، وله الحق في منح انذار الى لاعب

عند سلوك غير رياضي كما له الحق في الطرد، ويسمح او يمنع اي أحد من الدخول الى أرضية الميدان وهو الذي يقوم بإيقاف اللقاء عند اصابه اي لاعب اصابه خطيره كما يسمح باستمرار اللاعب عند خروج اللاعب المصغر، كما يجب ان يتأكد من شخصية اللاعبين ولا يترك اللاعبين يلعبون في حالة ما اذا كانت شخصيته غير موثقة بوثائق رسمية، كما يسمح بالتسجيل احتياطيين مؤهلين قبل بداية اللقاء، كما انه يراقب اللاعب ويظهر على سلامة اللاعبين يدل على هدف ويحترم أولويات الأفضلية كما يعتمد على نصيحة الحكام المساعدين بخصوص الوقائع التي لم يراها، كما يخطر الجهات المسؤولة بتقرير عن مباراة الذي يتضمن عن اي قرار تأديبي اتخذ ضد اللاعبين والجهاز الفني، واي وقائع اخرى حدثت قبل او اثناء او بعد المباراة. (موفق، 2008، صفحة 26)

القانون السادس: الحكام المساعدون

يكون حكام التماس 2 يساعدان الحكم الرئيسي، ما لا يمكن لعب اللقاء وتكمن مهمتهما في اعلان خروج الكرة، واي فريق له الحق في ركلة ركنية، ركلة المرمى، او رمية تماس، كما يعلن عن تواجد اللاعب في موقف التسلل وهو الذي يطلب التبديل من الحكم الرئيسي كما يمكن ايقاف اللعب بإعطاء اشارة للحكم الرئيسي إذا ما لاحظ حدوث سلوك غير رياضي خارج نطاق رؤية الحكم الرئيسي، ودورهم المعتبر ولياقتهم البدنية هي الأمور التي يتوقف عليها السير الحسن للقاء. (موفق، 2008، صفحة 28)

القانون السابع: مدة المباراة

تستمر المباراة فترتين متساويتان مدة كل منها 45 دقيقه وتختلف مدة المباراة حسب الصنف والجنس، وبينهما توجد فتره استراحة مدتها 15 دقيقة كما يتم التعويض في أي شوط من شوطي المباراة من الوقت الضائع وهذا من خلال حدوث الاستبدال واصابة اللاعبين ونقلهم الى خارج الميدان او تضييع الوقت من طرف اللاعبين وغيرها، وهذا الوقت يتم وفقا لتقدير الحكم له كما يمتد الوقت في السماح بتنفيذ ركلة الجزاء عند نهاية كل فترتي المباراة.

القانون الثامن: بدء واستئناف اللعب

عند بدء المباراة يتم اجراء قرعة النقود والفريق الذي يكسب القرعة يختار اما المرمى او الكرة، وضربة البداية يجب ان تمرر في جهة ميدان الخصم الذي يتواجد على بعد 9.15 م من الكرة والتي يقوم بها اللاعبون في بداية اللقاء او عند تسجيل الهدف او عند بداية الشوط الثاني من المقابلة او عند بداية كل شوطين من الوقت الاضافي عند اللجوء اليه، كما يمكن احراز الهدف مباشرة من ركلة البداية ولا تتم هذه الضربة إلا إذا توفرت الشروط الآتية:

- تواجد لاعبي كل فريق في نصف ملعبهم
- تكون الكرة ثابتة على علامة المنتصف
- يعطي الحكم الاشارة لبدء اللعب

– لا يلمس اللاعب ضربة بداية الكرة مرة ثانية إلا إذا لمسها لاعب اخر.

ولو لمس لاعب ركله بداية الكرة مرتين متتاليتين تحسب ركلة حرة غير مباشرة يلعبها الفريق من مكان ارتكاب المخالفة.

وعند ايقاف الحكم المباراة لأي سبب من الأسباب فانه يتم استئنافها وذلك بإسقاط الكرة بين لاعبين من مكان الذي توقفت عنده اللعبة ولا يبدأ اللعب إلا عندما تلمس الكرة الأرض. (موفق، 2008، صفحة 34)

القانون التاسع: طريقة تسجيل الهدف

يسجل الهدف عندما تعبر الكرة بأكملها من خط المرمى، بين القائمين وتحت العارضة بشرط ألا يسبق تسجيل الهدف ارتكاب مخالفة لقوانين اللعب بواسطة الفريق الذي سجله الهدف. (FAF، 2006، صفحة 19)

القانون الحادي عشر: التسلل

التسلل هو تواجد اللاعب في وضعية على الميدان بالنسبة لجهة مرمى الخصم وتكون الكرة في هذا الوقت مرسلة لهذا اللاعب من طرف أحد مرافقيه، كما أن مبدأ الأفضلية يطبق على وضعية التسلل. (محمد عبدو ص.، 1994، صفحة 38)

القانون الثاني عشر: الأخطاء وسوء السلوك

ان الدور الرئيسي للحكم يتمثل في كبح او منع كل حركة او تصرف غير قانوني أول اخطاء ولا يعاقب على الخطأ الا عندما يكون متعمدا، وتختلف نوع العقوبة حسب نوع الخطأ ويمكن ان تكون العقوبة إدارية أو تقنية على حسب حجم الخطأ وحسب الكرة إذا كان ضمن اللعب او خارج اللعب.

القانون الثالث عشر: الركلات الحرة

تكون الركلات الحرة إما مباشرة او غير مباشرة وفي الحالتين يجب ان تكون الكرة ثابتة، ففي حالة الركلة الحرة المباشرة اذا ركلت الكرة داخل مرمى الفريق المنافس فان الهدف يحتسب، أما إذا ركلت الكرة داخل المرمى نفس الفريق تحتسب ركلة ركنية لصالح الفريق المنافس، أما في حالة الركلة الحرة غير مباشرة تحتسب ركلة مرمى، أما إذا دخلت الكرة مرمى نفس الفريق تحتسب ركلة ركنية. (caballero, 2005, p. 45)

وفي كلا الحالتين فانه تصبح في اللعب فور ركلها او تحركها، وعلى اللاعبين أن يقفوا بصورة اجبارية على المسافة المقدرة لذلك وهي 9،15 م من الكرة بالنسبة للفريق الخصم وإذا إقترب الخصم من الكرة أقل من هذه المسافة فانه يعاد تنفيذ هذه الركلة، وإذا لمسها اللاعب المنفذ للركلة مرتين قبل ان يمسها لاعب اخر فإنها تحتسب ركل غير مباشرة لصالح الفريق المنافس من مكان حدوث الخطأ.

القانون الرابع عشر: ضربة الجزاء

تحتسب ركلة جزاء ضد الفريق الذي يرتكب أحد الاخطاء التي يعاقب عليها بركلة حرة مباشرة داخل منطقة الجزاء والكرة في ملعب، ويمكن تسجيل هدف مباشر من ركلة الجزاء، ويمدد الوقت لأخذ ركلة الجزاء عند نهاية كل شوط من الوقت الأصلي أو الوقت الإضافي، ويجب ان يتواجد اللاعبون خارج منطقة الجزاء على بعد لا يقل عن 9،15 م من نقطة الجزاء اما حارس المرمى فيكون على خط مرماه في مواجهة أخذ الركلة بين القائمين حتى تركل الكرة. (مفتي ابراهيم م.، 1998، صفحة 305)

القانون الخامس عشر: رمية التماس

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط التماس سواء على الأرض او في الهواء، فإنها ترمى الى داخل الملعب من النقطة التي اجتازت فيها الخط وفي اي اتجاه بواسطة لاعب من الفريق المضاد لأخر لاعب لمس الكرة، يجب على الرامي للكرة ان يواجه الملعب وان يكون جزء من كتلتها اما على خط التماس او على الارض خارج التماس، يجب ان يستعمل الرامي كلتا يديه وأن يرمي الكرة فوق رأسه في الملعب ولكن لا يجوز للرامي ان يلعب الكرة مرة ثانية إلا بعد أن يلمسها أو يلعبها لاعب أخر، ولا يجوز تسجيل هدف مباشر ومن رمية التماس. (مفتي ابراهيم م.، 1998، صفحة 305)

القانون السادس عشر: ركلة المرمى

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى بين قائمتي المرمى سواء في الهواء او على الارض ويكون اخر لاعب لمسها من الفريق المهاجم، فانه يقوم احد لاعبي الفريق المدافع بركلها مباشرة في الملعب خارج منطقة الجزاء من نقطة الجزاء،فلا يجوز ان يمسك حارس المرمى الكرة بيديه من ركلة المرمى بغرض ركلها بعد ذلك في الملعب واذا لم تركل الركلة خارج منطقة الجزاء اي مباشرة في الملعب فانه يجب إعادة الركلة، يجب على لاعبي الفريق المضاد ان يكون خارج منطقة الجزاء حتى يتم ركل الكرة وتصبح حتى يتم ركل الكرة و تصبح خارج منطقة الجزاء. (FAF، 2006، صفحة 09)

القانون السابع عشر: الركلة الركنية

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيها الواقع بين قائمتين المرمى في الهواء او على الارض ويكون اخر لاعب لمس الكرة من الفريق المدافع، فإنه ينبغي من احد لاعبي الفريق المهاجم ان يلعب الركلة الركنية، اي وضع الكرة بكامله داخل ربع دائرة لأقرب قائم راية ركنية ويجب عدم تحريكه ثم تركل من هذا الوضع، يجوز تسجيل هدف مباشرة من هذه الركنية، يجب على لاعبي الفريق المضاد اللاعب الذي يؤدي الركلة الركنية عدم الاقتراب مسافة اقل من عشر ياردات(9.15م) من الكرة حتى تكون في الملعب، يجب على لاعب الركلة ان لا يلعب الركلة مرة ثانية الا بعد أن يلمسها او يلعبها لاعب اخر. (FAF، 2006، صفحة 10)

2-9 طرق اللعب في كرة القدم:

ان لعبة كرة القدم لعبة جماعية ولذلك فان جميع قدرات اللاعبين ومهاراتهم الفنية تجتمع لتنتهي إلى غرض واحد وهو المصلحة العامة للفريق، ولا بد أن تتناسب طريقة اللعب للفريق مع اللياقة البدنية والمستوى الفني والكفاءة الفردية لجميع لاعبي الفريق. (علي خليفة، 1987، صفحة 211)

أولا: طريقة 4-4-2

وهي الطريقة التي نالت بها البرازيل كأس العالم سنة 1985م وعلى اللاعب أن يتمتع بلياقة بدنية عالية وحسن التصرف بأداء المهارات المختلفة، لان هذه الطريقة تتطلب التعاون بين الهجوم والدفاع، بحيث يزداد عدد اللاعبين في كلتا الحالتين(الدفاع والهجوم) واشراك خط الوسط الذي يعمل على تحليل الدفاع الخصم.

ثانيا: طريقه متوسط الهجوم المتأخر M-M

في هذه الطريقة يكون الجناحان ومتوسط الهجوم على خط واحد خلف مساعدي الهجوم المتقدمين للأمام للهجوم بهما مع قلب هجوم الخصم، ويجب على متوسط الهجوم سرعة التمريرات المفاجئة وسرعة الجناحين للهروب من ظهري الخصم.

ثالثا: طريقة4-3-3

وتمتاز هذه الطريقة بأنها طريقة دفاعية وهجومية، وتعتمد أساسا على تحرك اللاعبين وخاصة لاعبين خط الوسط، ومن الممكن للظهير أن يشارك في عملية الهجوم على فريق الخصم وكما ان هذه الطريقة سهلة الدراسة والتدريب. (ladiscal, 1996)

رابعا: طريقة3-3-4

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

خامسا: الطريقة الدفاعية الايطالية

وهي طريقة دفاعية بحتة وضعها المدرب الايطالي (هيلينكو هيريرا) بغرض سد المرمى أمام المهاجمين1-4-2-3.

سادسا: الطريقة الشاملة

وهي طريقة هجومية ودفاعية في نفس الوقت حيث تعتمد على جمع اللاعبين في الهجوم وفي الدفاع (ladiscal, 1996)

سابعا: الطريقة الهرمية

ظهرت في انجلترا سنة1989، وقد سميت هرمية لأنه تشكل اللاعبين الأساسيين في ارض ملعب يشبه هرما قمته حارس المرمى وقاعدته خط الهجوم(حارس المرمى، اثنان دفاع، ثلاثة خط الوسط، خمسة مهاجمين).

2-10 مفهوم علم النفس الرياضي:

يشكل علم النفس أهمية كبيرة حيث انه يبحث في قواعد النفس وتطورها حيث لا يمكن تحديد مجال علمي معين ينتمي اليه علم النفس، إذ انه يسير متلازما مع العلوم الاجتماعية والإنسانية ولهذا ينظر الى علم النفس باعتبار انه يبحث في سلوك الانسان، أي انه علم قواعد السلوك ويفسر نوع الظواهر النفسية السائدة التي تتمثل في الادراك الإرادة السلوك ...الخ، وأيضا يهتم علم النفس بمظاهر العمليات والصفات النفسية لدى الفرد ثم العمل على تقنين هذا السلوك.

كما أشار امين فوزي على ان علم النفس لا يقتصر على دراسة سلوك الانسان السوي لكنه يتعرض لدراسة السلوك الغير السوي، وأضاف إلى ذلك تعريف علم النفس على انه العلم الذي يحاول الكشف على القوانين والمبادئ التي تفسر العلاقات الوظيفية القائمة بين الفرد وبيئته بهدف فهم السلوك والتحكم فيه وتطبيق المعرفة السيكولوجية على المشكلات الإنسانية من اجل العمل على حلها (حسن علاوي، 1978، صفحة 23)

2-11 مفهوم التحضير النفسي الرياضي :

التحضير أو الإعداد النفسي يجب أن يتم التخطيط له في بداية الموسم الرياضي، مثله مثل التخطيط للإعداد البدني، وهو يعني كل الإجراءات التي توضع بهدف تنمية الصفات

الارادية النفسية للرياضي، ويعرف مفتي إبراهيم حماد الاعداد النفسي على أنه تلك العمليات التي من شأنها إظهار أفضل سلوك للاعب والفريق للوصول به إلى قمة المستويات.

يسعى التحضير النفسي حسب عزت محمود كاشف إلى تنمية الصفات الارادية وتنمية عملية الإحساس والانتباه التي تظهر في القدرة على تذكر خصائص الأداء في مواقف مختلفة، والمقدرة على التصور والتوقع الخططي الصائب، كما يهدف الى تنمية المقدرة على التحكم في الانفعالات خلال مختلف المواقف الخاصة بالمنافسة

كما يمكن تعريف التحضير النفسي الرياضي في كرة القدم على انه عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين، بهدف تنمية الدوافع والثقة بالنفس والعمل على تطوير السمات الارادية بالإضافة الى التوجيه والإرشاد التربوي للاعبين. (مفتي ابراهيم، 2001، صفحة 235)

كما يمثل التحضير النفسي جزءا من التحضير الشامل للرياضي، أين يمكن تمييز ثلاث مكونات أساسية في عملية التحضير النفسي وهي:

- علم النفس التشخيصي.
- التحضير النفسي للرياضيين.
- مراقبة حالة الرياضيين في ظروف الحصص التدريبية وخاصة مرحلة المنافسة. (مفتي ابراهيم، 2001، صفحة 235)

2-12 أهمية وأهداف التحضير النفسي الرياضي :

نتيجة للدراسات التي تناولت الإعداد النفسي في مختلف المجالات،إلا أنه تظهر أهميته في المجال الرياضي بصفة خاصة وهذا ما يؤكده محمد حسن علاوي من خلال تركيزه على ضرورة إعداد اللاعب نفسيا من حيث تحمل الضغوط ولاعتماد على النفس، وتجنب القلق الذي قد يؤثر على مستوى أدائه وكذلك زيادة الدافعية لديه حتى يتمكن من تحقيق أفضل النتائج. (عبدالدرويش، 2003، صفحة 41)

ولهذا أصبح التحضير النفسي قاعدة أساسية لا تقل أهمية عن الإعداد البدني والمهاري وتتلخص أهداف التحضير النفسي الرياضي في:

- تطوير القدرات العقلية للمساهمة في إنجاح الأداء المهاري للحركات الرياضية حسب مختلف المواقف التي تفرضها المنافسة الرياضية.
- رفع التحمل النفسي لدى اللاعبين من خلال التدريب على تحمل الضغوط النفسية التي تتطلب المثابرة القوية.
- تطوير السمات الشخصية للرياضي وذلك بما يتناسب مع الواقع التطبيقي للنشاط الرياضي الممارس.
- بناء وتشكيل الميول والاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي الممارس مع استثارة الدوافع المرتبطة بالممارسة الرياضية.

– تدعيم الثقة بالنفس لدى اللاعبين وطاقم التدريب وكذلك تدعيم التماسك الاجتماعي بينهم.

– تحسين القدرة على تنظيم الحالة النفسية في الظروف الصعبة خلال مرحلة المنافسة.

(محمد عادل، 1996، صفحة 49)

2-13 مبادئ التحضير النفسي الرياضي: يمكن حصر مبادئ الاعداد فيما يلي:

2-13-1 المبدأ الأول المعرفة :

يحدد هذا المبدأ أهمية الصفات الضرورية للنجاح في المنافسات الرياضية، والتعرف على المعلومات النفسية المرتبطة بكيفية التحليل الذاتي وأهمية التغلب على الصعوبات والمعوقات لتنمية الأداء الرياضي، ولهذا يعمل المدرب أو المحضر النفسي مع الرياضيين على التشخيص النفسي، ومتطلبات اللعبة والخصائص النفسية التي يجب أن يتحلى بها اللاعب وكذا أهمية تعديلها بما يتناسب مع خطط الاعداد النفسي بوسائله وطرقه كما يجب الأخذ بعين الاعتبار التعامل مع الحالات الفردية التي تحتاج الى عناية خاصة.

2-13-2 المبدأ الثاني الفعالية:

من خلال هذا المبدأ يمكن الإجابة على التساؤل التالي ماذا نريد من الرياضي؟ وكذلك أدراك اللاعبين لما هو مطلوب منهم من حيث تحسين صفاتهم وخصائصهم النفسية، وكذلك الرفع من حالتهم النفسية التي ترتبط في معظم الأحيان بمعرفة الدوافع واهتمامات اللاعبين، لذلك

يجب ربط الفعالية والدوافع الإيجابية العامة والخاصة وأهمية هذا المبدأ تكمن في كيفية تعرف اللاعبين على أنفسهم والتحكم فيها.

2-13-3المبدأ الثالث الشمولية:

كما هو معروف أن الاعداد والتحضير النفسي للاعب كرة قدم يتضمن كل الظواهر النفسية التي يتوقف عليها الأداء الرياضي الأمثل، والاعداد النفسي يجب ألا يكون منفصلا على باقي جوانب الاعداد الأخرى (البدنية،المهارية،الخططية). (عبدالدرويش و واخرون، الاعداد النفسي في كرة القدم، 2003، صفحة 105)

2-14 إسهام المدرب في تحضير الرياضي من الناحية النفسية:

عندما يكون الرياضي على أتم الاستعداد حيث تكون العلاقات التي تربط أعضاء الفريق مثالية فانه غالبا ما يتوقف تدخل المدرب على بعض الكلمات التشجيعية بينما اذا شعر المدرب بصعوبة المنافسة فانه يتدخل بطريقتين، الأولى تتمثل في العقلنة والثانية تتمثل في الانفعالية حيث تظهر العقلنة عند قيام المدرب بتوضيح كيفية الدخول في أجواء المنافسة، طريقة مواجهة الخصم والتحدث مع اللاعبين مع تقديم النصائح للاعبين، بينما تتضح الانفعالية عندما يختار المدرب المفردات المناسبة لكل لاعب وذلك عند اختياره لأمثلة المقارنة الاجتماعية خاصة في الرياضات الجماعية، أن وضعية عدم التوازن التي يعيشها اللاعب في مرحلة المنافسة خاصة قبل المنافسة وكذلك نقص الدافعية والثقة بالنفس لديه

وهذا ما يضعفه من الناحية النفسية، هنا يحاول كلا من المدرب والمحضر النفسي التخلص من هذا الضعف من خلال مختلف الإجراءات التربوية والنفسية وهذا ما يسمح للاعب الرفع من مستوى أدائه خلال المنافسة. (alalphilippe, 1983)

2-15 محددات التحضير النفسي الرياضي: وتتمثل من خلال

2-15-1سيكولوجية الرياضي:

تتمثل في طبيعة شخصية الرياضي وخصائصها وذلك حسب:

- البعد المورفولوجي.
- البعد المعرفي والعقلي.
- البعد الانفعالي العاطفي
- البعد الاجتماعي.
- البعد الروحي.

2-15-2 سيكولوجية عملية التدريب والأساليب البيداغوجية:

- عملية التعلم والتدريب المتكرر للممارسة للأثر الإيجابي.
- تجنب الطرق التربوية والأساليب التعليمية السلبية.
- انتاج آليات حركية لتعميمها في مواقف المنافسة المختلفة التي تواجه الرياضي.

2-15-3 سيكولوجية النشاط الرياضي الممارس:

وذلك من خلال مراعاة طبيعة النشاطات الرياضية وخصائصها حسب:

- النشاطات الفردية.
- النشاطات الجماعية
- النشاطات المركبة.
- النشاطات البسيطة. (محي الدين، 1982)

2-16 الأسس التي يجب أن يقوم على أساسها البرنامج الخاص بالتحضير النفسي:

ان اختيار برنامج التحضير النفسي لا يأتي من فراغ وانما وفقا لظروف ومحددات يتم ضبطها وفق أسس علمية تساعد المشاركين على اكتساب الاستراتيجيات والمهارات التي تساعدهم في حل المشكلات واتخاذ القرار وفيما يلي أهم الأسس التي يجب أن يقوم عليها برنامج التحضير النفسي.

- **الأساس النظري:**

يراعي تصميم البرنامج في ضوء إطار نظري واضح يحتوي على شرح علمي للمفاهيم المتضمنة في البرنامج وأسباب هذه الظاهرة ومكوناتها والمتغيرات المرتبطة بها.

- **أن يستجيب البرنامج لميول ودوافع الرياضي:**

البرنامج المتوازن يوفر فرصا للاندماج النشط والمشاركة الفعالة والتي يجب أن تتنوع بين التدريبات الفردية والجماعية لجميع الأنشطة.

- **الملائمة الاجتماعية والثقافية:**

حيث يجب أن يكون البرنامج مناسبا من حيث المحتوى للأفراد المقصودين من الناحية الاجتماعية والثقافية. (حمدي، بدون سنة، الصفحات 11-12)

2-16-1 تحديد الأهداف المتضمنة للبرنامج:

أي خلال عملية تصميم البرنامج الخاص بعملية التحضير النفسي الرياضي يجب أن تكون الأهداف مصاغة بدقة وفق معايير علمية.

- **الشكل النهائي للبرنامج وقابليته للاستخدام:**

بحيث يجب أن يكون البرنامج في شكله النهائي ذو جاذبية ومواده مناسبة لإثارة إهتمام المشاركين.

- **النمذجة المناسبة للتطبيقات أو تقديم نماذج تطبيقية:**

حيث يجب أن يقدم البرنامج أمثلة واضحة ومناسبة للتطبيقات العملية بما يعطي للمشاركين فرصة جيدة لنقل الخبرات من إطار النظري إلى الواقع. (حمدي، بدون سنة، الصفحات 11-12)

2-17 الاعداد النفسي والمنافسة الرياضية:

2-17-1 مراحل الاعداد النفسي بصفة عامة:

يتمثل التحضير النفسي للرياضي في مجموعة الإجراءات العلمية عن طريق الأخصائي النفسي الرياضي، تبعا للمتطلبات النفسية للممارسة الرياضية بصفة عامة والممارسة النوعية للنشاط الرياضي التخصصي من جهة أخرى واستعدادات الرياضي وذلك بهدف تطوير دوافعه وتنمية مهاراته العقلية وسماته الانفعالية لتحمل الأعباء البدنية والنفسية للتدريب والتكيف مع ظروف المنافسة من أجل استطاعة الرياضي على تحقيق أفضل مستوى ممكن له من الإنجاز الرياضي ولقد أشار أحمد فوزي أمين إلى أن عملية الإعداد النفسي للرياضي تمر بعدة مراحل وهي كالتالي:

- **مرحلة الرضا عن الممارسة الرياضية.**
- **مرحلة الرضا عن نوع النشاط الممارس.**
- **مرحلة اكتساب السمات الانفعالية.**
- **مرحلة الميل نحو النشاط ثم مرحلة اكتساب الخبرة النفسية للمنافسة** (احمد، 2004)

- الإعداد النفسي خلال مرحلة المنافسة الرياضية:

هناك عدة مراحل تمر عليها عملية الإعداد النفسي خلال مرحلة المنافسة والتي من خلال اعداد الرياضي من الناحية السيكولوجية وتنمية مهاراته النفسية للتحكم في متطلبات المنافسة

وتحقيق أفضل أداء رياضي، هناك خمسة مراحل أساسية لعملية التحضير النفسي خلال مرحلة المنافسة والتي تم توضيحها فيما يلي:

قبل أيام المنافسة– في يوم المنافسة– خلال فترة الإحماء للمنافسة– خلال المنافسة الفعلية– بعد الانتهاء المنافسة. (حمزاوي، 2014)

2-17-2 التحضير النفسي قبل أيام المنافسة:

إن توفير المناخ السيكولوجي للاعب قبل المنافسة الرياضية يعتبر اجراء من الإجراءات التي تتخذ خلال عمليات التدريب إلى تهيئة نفسية للاعب للدخول في المنافسة، لذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي أن يزيد من مجهوده خلال تلك الفترة وتتجه كل إجراءات مع الفريق نحو التهيئة والتعبئة النفسية للقدرات الذاتية للاعب بصفة عامة ويتم تحقيق تلك الأهداف عن طريق اتخاذ بعض الإجراءات والتي تتمثل فيما يلي:

الالتزام بالواجبات اليومية التي اعتاد عليها اللاعب في حياته العادية قبل المشاركة في المنافسة، لأنه يساعد على الاستقرار النفسي للاعب لذلك يجب على المدرب أو أحد الأعضاء تغيير مواقيت اليومية للاعب كموعد التدريب أو ساعات النوم، ووقت تناول الوجبات الغذائية إلا إذا تصادف مع وقت المنافسات في وقت واحد.

المصارحة الواقعية عن قدرات الفريق المنافس في ضوء آخر تدريبات المعلنة أو السرية على أن يراعى عدم الاعلاء أو التقليل من مستوى القدرات الذاتية للمنافس. (حسن علاوي، مدخل في علم النفس الرياضي، 2009)

الاطمئنان على توفر كل مستلزمات الفريق من ملابس وأدوات المستخدمة في المنافسة وتماشيها مع النمط الجسمي للاعب تفاديا لأي حالة طارئة قد تحدث عند بداية المنافسة.

عدم إقحام اللاعبين في شؤون الإدارة الخاصة بالمنافسة الرياضية كوسيلة الانتقال إلى مكان المنافسة أو مكان الإقامة أو ما شابه ذلك، لأنه قد يؤدي إلى التأثير سلبا على الحالة النفسية للاعبين للمشاركة في المنافسة.

في حالة إصابة أحد لاعبي الفريق يجب ابعاد اللاعب المصاب عن مكان التدريب وإعطاء فرصة لطبيب الفريق لتقييم حالته الصحية، يجب إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي له حتى يتمكن من العودة إلى أجواء الفريق وهنا يتجلى دور الأخصائي النفسي في التأهيل النفسي للاعب المصاب بعد فترة العلاج البيولوجي. (احمد امين، 2003، صفحة 219)

2-17-3 التحضير النفسي في يوم المنافسة:

يقوم الأخصائي النفسي الرياضي ببعض الإجراءات يوم المنافسة وذلك بهدف:

- خفض حالة القلق لدى بعض اللاعبين قبل المشاركة في المنافسة.
- التصور الذهني لظروف وواقع المنافسة والفريق المنافس.
- توجيه السلوك العدواني وتوظيفه في اتجاه المنافسة.

تقدير وتأكيد الذات من خلال المشاركة في المنافسات الرياضية ولتحقيق تلك الأهداف تتحدد أهم الإجراءات التي يقوم بها الأخصائي النفسي فيما يلي:

- تعديل مستوى القلق لدى لاعبي الفريق حتى يصل إلى المستوى الأمثل ويتم ذلك باستخدام الإحماء أو التدليك أو الاسترخاء الذاتي.
- تنفيذ البرامج المحددة سالفا على اللاعبين وذلك فيما يتعلق بموعد الحضور يوم المنافسة على أن يراعي الالتزام بالبرنامج المحدد، لأن ذلك الالتزام ينعكس بالإيجاب على سلوك اللاعبين قبل المنافسة وأثناء المشاركة فيها.
- الربط بين نتائج التدريبات الأخيرة والنتائج المتوقعة للمنافسة الرياضية مع ذكر خبرات النجاح وتجنب ذكر خبرات الفشل.
- مراعاة الأخصائي النفسي الرياضي عدم توجيه أي استهزاء أو سخط من أحد اللاعبين كما يجب أن يستعين ببعض الإجراءات أو الرموز التي لها دلالة وأهمية عند اللاعب والمحافظة عليها. (الرحو، 2005، صفحة 59)

2-17-4 التحضير النفسي خلال فترة الإحماء :

تعتبر فترة الإحماء التي تسبق الدخول في المنافسة من أهم التوقيتات تأثيرا في نتيجة أداء الفريق في المنافسة الرياضية، حيث تعتبر بمثابة تهيئة بدنية وتعبئة نفسية وتذكرة خططية لما سوف يتم خلال المنافسة ولذلك يجب على الأخصائي أن يتخذ بعض الإجراءات خلال تلك الفترة ومن أهم تلك الإجراءات ما يلي:

- ✓ الجدية في أداء الإحماء والالتزام كل لاعب بدوره ومهامه في التشكيلات الخططية المكونة للإحماء وهذا ما يؤكد أهمية كل لاعب ومسؤوليته تجاه باقي لاعبي الفريق.
- ✓ يتم الإحماء بشكل منظم في تشكيلات نظامية مختلفة ليعطي انطباعا للفريق المنافس على جماعية الأداء وهدف الإحماء.
- ✓ في حالة وجود جمهور كبير يشجع الفريق الخصم يجب تحذير اللاعبين على عدم التجاوب أو توجيه النظر تجاه الجمهور الفريق الآخر.
- ✓ إن تواجد أحد أعضاء جهاز التدريب للإشراف على عملية الإحماء وتوجيه اللاعبين نحو تحقيق أهداف عملية الإحماء، ويمنع حدوث أي مناوشات بين اللاعبين أو حتى مع الجمهور.
- ✓ بعد الانتهاء من عملية الإحماء لابد أن يتوجه اللاعبين مباشرة إلى غرف تبديل الملابس الخاصة بهم وهنا يقوم الأخصائي النفسي بإجراء جلسة قصيرة خاصة الاسترخاء البدني والتصور الذهني وذلك لتحقيق الأهداف المتفق عليها. (اخلاص، 2002، صفحة 102)

2-17-5 التحضير النفسي خلال المنافسة:

يتعرض اللاعب أثناء مشاركته في المنافسات الرياضية للعديد من الضغوط النفسية التي قد تؤثر عليه بالسلب أو بالإيجاب، لذلك لابد أن يقوم الأخصائي النفسي ببعض الإجراءات أثناء المنافسة ومن أهمها ما يلي:

- ✓ ملاحظة وتسجيل الاستجابات النفسية المصاحبة لأداء الحركي لكل لاعب في الفريق، على أن يتم التسجيل في استمارة الملاحظات كما يمكن تحديد أهم الاستجابات النفسية وتسجيلها من طرف الأخصائي النفسي الرياضي، حتى تساعده على تفسير سلوك اللاعبين وتتمثل تلك الاستجابات في استجابات اللاعبين تجاه العنف والخشونة المتعمدة من لاعبي الفريق المنافس.
- ✓ استجابات اللاعبين تجاه زميلهم المخطئ والذي تسبب في احراز الفريق المنافس هدف ضدهم.
- ✓ استجابات اللاعبين الاحتياطيين نحو أحداث سير المنافسة.
- ✓ استجابات اللاعبين أثناء فترة الراحة بين الشوطين نحو التنبؤ بنتيجة اللقاء.
- ✓ استجابات اللاعبين تجاه التشجيع العدائي من جمهور الفريق المنافس.
- ✓ استجابات اللاعبين تجاه قرارات الحكم.
- ✓ استجابات جمهور الفريق نحو أداء اللاعبين خلال المنافسة.
- ✓ استجابات طاقم التدريب أثناء توجيه اللاعبين خلال المنافسة.
- ✓ استجابات اللاعبين نحو الظروف المناخية التي تجرى فيها المباراة.
- ✓ استجابات اللاعبين نحو لاعبي الفريق المنافس بعد الانتهاء من المباراة.
- ✓ استجابات اللاعبين نحو بعضهم البعض بعد انتهاء المنافسة.
- ✓ استجابات اللاعبين نحو طاقم التدريب بعد الانتهاء من المنافسة..

- ✓ استجابات اللاعبين نحو الجمهور بعد الانتهاء من المنافسة. (حسن علاوي، علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، 2002)

إضافة إلى تسجيل كل هذه الملاحظات يقوم الأخصائي بتقييم بعض العمليات العقلية كالتصور الحركي ومرونة التفكير وغيرها، بالإضافة إلى ملاحظة مظاهر التوافق الحركي والانسجام الخططي بين اللاعبين والتدخل الفوري عند إصابة أي لاعب حتى لا تؤثر على تماسك الفريق. (طارق و احمد، 2001، صفحة 22)

2-17-6 التحضير النفسي بعد الانتهاء من المنافسة:

بعد الانتهاء من المنافسة بغض النظر على نتيجتها هناك هدف عام يسعى جميع أعضاء الطاقم الفني للفريق إلى تحقيقه، وهو العودة إلى الحالة الطبيعية للاعب بدنيا وذهنيا وسيكولوجيا وانفعاليا إلى المستوى الأمثل لها، لأنها بمثابة الغاية التي يسعى إليها الفريق عكس النتيجة التي تعتبر هدف وليست غاية، ولذلك وجب على الأخصائي النفسي الرياضي بالتعاون مع أعضاء الفريق تحقيق الغاية المشار إليها، ويتم ذلك باتباع بعض الإجراءات من أهمها:

-الابتعاد الفوري عن ظروف ومكان المنافسة بغض النظر على نتيجة المسجلة وذلك لخفض عمليات الاستثارة العالية المتزايدة والمؤثرة على الجهاز العصبي للاعبين.

-عدم التسرع بفتح باب المناقشة للاعبين على نتيجة وأحداث المنافسة على أن يتم ذلك في جلسة هادئة في مقر إقامة الفريق وفي ظروف تسمح بالحوار مع تقييم دور كل لاعب خلال المنافسة.

-الاسترخاء الذهني والعضلي للاعبي الفريق وذلك لتحقيق الهدوء النفسي ويتم ذلك عن طريق تدخل الأخصائي في العلاج الطبيعي.

-يجب أن يحرص الأخصائي النفسي للفريق على عدم استخدام جهاز التدريب لأية إشارات أو تعبيرات تعكس نتيجة المنافسة وخاصة في حالة الهزيمة أو الأداء الضعيف، حتى لا يعكس تأثير ذلك بصورة سلبية على سلوك لاعبي الفريق. (نزار مجيد، 1980)

2-18 مكونات عملية التحضير النفسي الرياضي في كرة القدم:

تشتمل عملية التحضير النفسي الرياضي في كرة القدم على جملة من المكونات الأساسية التي يجب على المدرب أو الأخصائي النفسي الرياضي مراعاتها وهي:

العمليات العقلية و تتمثل في الإدراك،التصور،الإحساس، التفكير، التذكر والانتباه وهذه العمليات هي التي تتضمن سرعة اكتساب المهارات والخطط ودقة التطبيق لها في المواقف المختلفة، والعمليات العقلية العليا تلعب دورا هاما في امتلاك الكفاءة الرياضية كأحد أسس الإنجاز والأداء الرياضي. (اسامة، 2000، صفحة 104)

2-19 السمات النفسية المكونة لشخصية اللاعب:

هذه السمات التي يجب أن تتميز بالثبات والصدق أثناء المنافسات والتدريب على أحمال مختلفة الحجم والشدة والكثافة، والتي يحددها سلوك اللاعبين في اللحظات الصعبة والحرجة ويمكن تحديدها في:

- القدرة على التنافس والسعي نحو النجاح.
- صلابة الشخصية و السمات الارادية
- القدرة العصبية و المظاهر الانفعالية

وأهم صفة تميز شخصية المدرب هي مستوى الثبات النفسي، الذي يجب أن يتوفر عند اللاعب بمستوى مرتفع من الكفاية والقدرة على الحسم واتخاذ القرار. (راتب، 2000، صفحة 49)

ثانيا الحالة النفسية:

تعتبر أكثر الأشكال النفسية اهتزازا وتغيرا، وهي عملية نفسية مركبة من الانفعال والانتباه والتفكير، كما تتصف بمستوى محدد من الفعالية والشدة وطبيعة مستوى الحالة النفسية تؤثر بدرجة كبيرة في النشاط أثناء المباراة، وبعدها كما أنها تساهم في تنظيم الحالة النفسية للاعب التي تعتبر أحد الأسس التي تساهم بشكل كبير في بناء الشخصية المتكاملة للاعب.

ثالثا المهارات النفسية:

تلعب المهارات النفسية دورا هاما في تحقيق الإنجازات الرياضية، حيث أن تنميتها يجب أن تكون عملية تسير جنبا الى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية والمهارات المختلفة للنشاط، وتعلم هذه المهارات النفسية لا تؤثر فقط على تطوير الأداء الرياضي ولكن تؤثر كذلك على الحياة اليومية للرياضي وتكسبه مهارات التحكم في الطاقة النفسية والضغط العصبي ووضع أهداف واقعية وتتعدد المهارات النفسية يمكن ذكر البعض منها:

- مهارات التصور
- الاسترخاء
- التحكم في الطاقة النفسية
- التحكم في الضغط النفسي
- الدافعية للإنجاز
- مهارات وضع الأهداف (شمعون، 2003، صفحة 165)

خلاصة

ان تطور كرة القدم لن يتوقف عند هذا الحد سواء من حيث اللعب او من حيث القوانين التي تتحكم فيها، فنلاحظ تغير في بعض القوانين ولكنها تتماشى مع الجيل الذي تم فيه هذا التغير، وعموما فان رياضة كرة القدم أصبحت أكثر شعبية في العالم وهذا ما جعل الدول تهتم أكثر بها وحتى شركات العالمية أكثر من رياضة أخرى.

وفي الأخير نستخلص بأن هذه الرياضة لن يتوقف تطورها ولكنها ستبقى في تطور مستمر من حيث طريقة اللعب.

ومما تم ذكره في هذا الفصل يمكن القول إن موضوع التحضير النفسي في كرة القدم يزداد أهمية يوما بعد يوم خاصة عند الفرق ذات المستويات العليا، فهم بحاجة أكثر إلى الاهتمام بهذا الموضوع لكي تتمكن من إعداد لاعبيها بصورة جيدة للمنافسة، ومحصنة بعناصر اللياقة البدنية والمهارات النفسية التي لها تأثير على أداء اللاعبين.

والهدف من دراسة سلوك الفرد في الرياضة هو محاولة اكتشاف الأسباب أو العوامل النفسية التي تؤثر في سلوك الرياضي من ناحية، وكيف تؤثر خبرة وتجارب الممارسة الرياضية ذاتها على الجوانب الشخصية للرياضيين من ناحية أخرى، الأمر الذي يساهم في تطوير الأداء الأقصى بالإضافة إلى زيادة الاهتمام بتدريب المهارات النفسية مثلها مثل المهارات الحركية

والقدرات البدنية، مع دراسة المواقف الواقعية والعملية في الرياضة وهذا من أجل الرفع من مستوى الأداء الرياضي.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد:

تعتبر منهجية البحث مجموعة الخطوات التي يتبعها الباحث لتفسير ظاهرة ما كما أنها مجموعة المناهج والمفاهيم والأدوات التي تتضافر فيما بينها، حيث تقدم للباحث أو الطالب أو المحلل دليلا إرشاديا يتبعه لإدراك الظواهر المختلفة والتعامل معها وسبر أغوارها ." إذن هي " مجموعة من المسالك التي تتبعها هذه المناهج والقترابات للوصول إلى الحقائق، أو إزالة اللبس والغموض عن كثير من العمليات وتفاعلاتها." (محمد ش.، 1985، صفحة 22)

كل دراسة لابد أن تكون ذات أهداف، لأنه وبتحديد هذه الأهداف يمكن إيجاد الوسائل والطرق التي تجرى بواسطتها، ويمكن إبراز أهداف دراستنا فيما يلي:

- التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل ومناقشة النتائج.
- معالجة بعض جوانب النص التي لامسناها في الموضوع وإعطاء بعض الاقتراحات والتوصيات.
- فتح مجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقا في الموضوع.

1-1 منهج البحث:

إن مجال البحث العلمي يعتمد على "مجموعة القواعد التي يستعملها الباحث لتفسير ظاهرة معينة بهدف الوصول إلى الحقيقة العلمية، أو أنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة التي تهيمن على سير العقل وتحدد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة. (بدوي، ب/س، صفحة 19)

استخدم الطالبان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملاءمته لهذه الدراسة وأهدافها ،وذلك للتعرف على مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي واثره في تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم فئة أقل من 19 سنة على مستوى ولاية مستغانم.

فالمنهج الوصفي يعتبر طريقة لوصف ظاهرة مدروسة، وتصويرها كميا عن طريق جمع المعلومات المقننة عن مشكلة وتصنيفها وإخضاعها لدراسة دقيقة. (بحوش و الذنياب، 1995)

1- 2مجتمع البحث:يتكون مجتمع البحث من 13 فريقا تنتمي جميعها إلى بطولة الجهوي لفئة اقل من 19 سنة .

1-3 عينة البحث: تمثلت عينة البحث في 48 لاعبا، 24 لاعبا من غالية عين تادلس، و24 لاعبا من فتح بن عبد المالك رمضان تم اختيارها بطريقة مقصودة، واختيار 15 لاعبا من مولودية الحجاج للدراسة الاستطلاعية.

1-4 متغيرات البحث: يمكن تحديد متغيرات البحث كما يلي:

1-4-1 المتغير المستقل: وهو المتغير الرئيسي الذي يفترض أنه المؤثر في المتغير التابع، وهو المستوى المعرفي والأكاديمي للمدرب في مجال التحضير النفسي.

1-4-2 المتغير التابع :وهو يتأثر بالمتغيرات المستقلة .في بحثنا هذا يتمثل المتغير التابع في دافعية الانجاز.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري:

اعتمدت في هذه الدراسة على عينة بحث عددها 48 لاعب كرة القدم، موزعين على فريقين، كل فريق يتكون من 24 لاعبا، و15 لاعبا آخرين في إطار الدراسة الاستطلاعية لدراسة صدق وثبات أدوات البحث.

1-5-2 المجال المكاني:أجريت هذه الدراسة في ولاية مستغانم على فريقين لكرة القدم، فريق غالية عين تادلس، وفريق بن عبد المالك رمضان.

1-5-3 المجال الزمني:

بالنسبة للدراسة الاستطلاعية تم توزيع المقياس يوم2020/01/02 وبعد 15 يوما قمنا بتوزيع المقياس على نفس اللاعبين، وبالنسبة للدراسة التطبيقية تم العمل على توزيع المقياس وجمعه في فترة ممتدة مابين2020/02/01 و 2020/03/03.

1-6 أدوات البحث:

استخدمنا في هذه الدراسة كل من أداة الاستبيان "مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي" ومقياس "دافعية الانجاز".

1-6-1 بناء الاستمارة:

من خلال الدراسات السابقة والإطار النظري الذي تناول موضوع البحث، تم إعداد وتصميم استمارة البحث مراعيا فيها أن تكون بسيطة وواضحة العبارات ولا تتحمل أي تأويل، وأن تغطي الجوانب المختلفة لموضوع الدراسة.

1-6-2 خطوات تطبيق الاستبيان:

أ- تم عرض الاستبيان في صورته المبدئية على خمس خبراء من أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم (انظر للملحق رقم 01)، لإبداء رأيهم في مدى صلاحية المحاور لموضوع البحث ومدى مناسبة العبارات لكل محور، وذلك من حيث اتفاق المحاور مع هدف الدراسة ومدى وضوح صياغة الأسلوب كل عبارة.

ب- بعد موافقة الأساتذة على محاور الاستمارة وإعطاء بعض التغيرات والمتعلقة بوضوح العبارات رقم 07-12-14-18 ومدى تناسبها مع المستوى المعرفي للاعبين، تم إعادة صياغة أسئلة الاستبيان المتعلق بمستوى المدرب في التحضير النفسي المتفق عليها. (انظر الملحق 01)

ج-تم توزيع الاستمارة على العينة المدروسة والمتمثلة في لاعبي كرة القدم (غالية عين تادلس،فتح بن عبد المالك رمضان) بولاية مستغانم، والذي بلغ عددهم 48 بحيث تحتوي الاستمارة على ثلاث محاور متمثلة في 20 سؤال.

وبعد إجاباتهم توصلنا على نتائج تتناسب مع فرضيات البحث المطروحة.

1-6-3 مقياس دافعية الانجاز:

هو مقياس من تصميم "ولس" مقياس نوعي يتكون من 20 عبارة تقيس دافعية الانجاز في المجال الرياضي ولمعرفة نفسية الرياضي وسلوكه قبل وبعد وأثناء المنافسة، قام باقتباسه وتعريبه "محمد حسن علاوي" وقام بتطبيقه في البيئة المصرية على مجموعة من اللاعبين الرياضيين، وتضمن بعدين أساسيين هما: دافع انجاز النجاح ودافع تجنب الفشل، ويجيب اللاعب على الأسئلة وفق 5 درجات (بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا).

ولدراسة صدق وثبات المقياس قمت بتوزيعه على لاعبي مولودية الحجاج وعددهم 15 لاعبا، وبعد أسبوعين قمنا بتوزيع نفس المقياس على نفس اللاعبين في نفس الظروف ونفس التوقيت.

أبعاد دافعية الانجاز الرياضي	أرقام العبارات الايجابية	أرقام العبارات السلبية	عدد العبارات
دافع الانجاز	2-6-10-12-16-18-20	4-8-14	10
دافع تجنب الفشل	1-3-5-7-9-13-15	11-17-19	10

الجدول رقم 1.1 يبين أرقام عبارات بعدي مقياس دافعية الانجاز

ويتم تصحيح عبارات المقياس كالاتي:

الأبعاد الإجابات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة جدا	بدرجة قليلة
العبارات الايجابية	5 درجات	2 درجة	3درجات	2 درجة	1 درجة
العبارات السلبية	1 درجة	2 درجة	3درجات	2 درجة	5 درجات

الجدول رقم 2.1 يبين كيفية تصحيح عبارات المقياس حسب بعد دافع النجاح ودافع تجنب الفشل.

1-7 الدراسة الإستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية يوم:02 جانفي 2020 على عينة عددها 15 من لاعبي مولودية الحجاج بولاية مستغانم وبعد أسبوعين قمنا بتوزيع المقياس على نفس العينة، بعد توزيع المقياس على عينة مقصودة قصد إيجاد المعاملات العلمية الآتية:

- ✓ **المعاملات العلمية:**قام الطالبان بإجراء بعض المعاملات العلمية للتحقيق من صلاحية المقياس في الدراسة الحلية واشتملت على:
- ✓ **صدق الأداة:**بعد تحكيم أداة البحث (المقياس دافعية الانجاز)من طرف السادة الخبراء على مستوى معهد التربية البدنية والرياضية التابع لجامعة مستغانم (الملحق1).

- **عينة الدراسة الاستطلاعية:** أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة عددها 15 من لاعبي مولودية الحجاج بولاية مستغانم.

1-8 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

1-8-1 الثبات:يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة او الاتساق او استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم، 1993، صفحة 152)

كما يقول فان فالين(Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الشروط. (حسانين م، 1995، صفحة 193)

واستخدام الطالبان إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه"(معامل الارتباط Test –Retest) للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار، وعلى هذا أساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة، نفس الأماكن، نفس التوقيت، نفس اللاعبين.)

1-8-2 الصدق:

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله، فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسنين، 1995ص193) وباستعمال الوسائل الإحصائية التالية تم حساب ثبات وصدق الاختبار.

معامل الارتباط "ر" لبيرسون

✓ **حساب معامل الثبات:**

1-8-3 معامل الثبات والصدق للمقياس:

جدول 3.1 يمثل معامل الثبات والصدق للمقياس المقترح.

الأبعاد	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل الثبات	معامل الصدق	ر.جدولية
دافعية انجاز النجاح	15	14	0.05	0،94	0،96	0،497
دافعية تجنب الفشل				0،95	0،97	

قيمة "ر" الجدولية 0،497عند مستوى الدلالة 0.05 ن=15

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط للمقياس تراوحت (محصورة) ما بين (0.96-0.97) بالنسبة إلى الصدق و(0.94-0.95) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول الدلالات الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات والصدق الاختبار عند مستوى الدلالة0.05، وهذه القيم دالة إحصائيا بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت 0،497 وعليه يتبين للطالبان أن المقياس الذي تم بناءه بغرض قياس الدافعية

الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 19 سنة يتميز بدرجة ثبات وصدق عاليتين عند مستوى الدلالة 0.05.

1-8-4 الموضوعية: بحيث تم الاعتماد على أساتذة خبراء في التحكيم (انظر الملحق 01) باعتبارها من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في إجراء الاختبار وتسجيل النتائج · (فرحات، 2003، صفحة 170) .

ويعرفها محمد حسن علاوي: "هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز". (علاوي و محمد، 1986، صفحة 169)

الطالبان استخدما في البحث هذا المقياس بعد تقديمه إلى مجموعة من المحكمين الذين تتوفر فيهم درجة الدكتوراه فما فوق على مستوى معهد التربية البدنية والرياضية التابع لجامعة مستغانم، وذلك بغرض التحكيم ثم بعد ذلك تقديمها على لاعبي كرة القدم (مولودية الحجاج) وذلك لقياس مدى صعوبة عباراتها، (مقياس دافعية الانجاز). انظر الملحق 01

فتبين أن فقرات وعبارات أداة القياس التي تم بناءها سهلة وفي متناول المختبرين

وبناء على الخطوات السابقة يمكن للطالبان أن يستخلصا أن أداة الدراسة (مقياس دافعية الانجاز) يتميز بدرجة عالية من الثبات والصدق والموضوعية.

1-9 الوسائل الإحصائية:

- ❖ النسبة المئوية.
- ❖ المتوسط الحسابي.
- ❖ الوسيط.
- ❖ الانحراف المعياري.
- ❖ معامل الارتباط "ر" لكارل بيرسون.
- ❖ الصدق الذاتي
- ❖ درجة الحرية

- النسبة المئوية:

$$\frac{\text{س}}{\text{ع}} \times 100$$

فإن: $\frac{\text{س} \times 100}{\text{ع}} = \times$

×: النسبة المئوية

ع: عدد الإجابات (عدد التكرارات)

س: عدد أفراد العينة

- اختبار حسن المطابقة (كا^2):

يستخدم اختبار كا^2 بنوع خاص في اختبار حدي دلالة الفرق، بين تكرار حصل عليه الباحث.[1] (محمد خيري، 1999، صفحة 228،226)

ويتم حسابه بالطريقة التالية:

حيث أن:

م : المجموع

ك ش : التكرار المشاهد

ك ت(كش) : التكرار المتوقع

درجة الحرية = عدد الاختبارات – 1.

مج(ك ش – ك ت)^2

[1] محمد خيري، 1999، صفحة 228،226.

كا^2= ————————

ك ت

العينة

التكرار المتوقع= ————————————————

عدد الاختبارات

درجة الحرية= عدد الاختبارات−1

❖ **معامل الارتباط لبيرسون (معامل الثبات):**

نكتب معادلة الارتباط لبيرسون كالتالي:[1]

$$ر = \frac{ن\ مج\left(س\ .\ ص\right) - \left(مج\ س\right)\left(مج\ .\ ص\right)}{\sqrt{\left(ن\ س^2مج - \left(مج\ س\right)^2\right).\left(ص^2مجن - \left(مج\ ص\right)^2\right)}}$$

حيث أن:

مج س: مجموع قيم الاختبار (س).

مج ص: مجموع قيم إعادة الاختبار.

مج $س^2$: مجموع مربعات قيم الاختبار س.

[1] الشربيني، 1995، صفحة 132.

مج ص²: مجموع مربعات قيم إعادة الاختبار.

(مج س²): مربع مجموع قيم الاختبار س.

(مج ص²): مربع مجموع قيم إعادة الاختبار ص.

مج (س.ص) مجموع القيم بين الاختبار القبلي س والاختبار البعدي ص

- تمت المعالجة ب exel

من أجل فهم كيفية استعمالها يكون توضيحها كالتالي:

❖ **النسبة المئوية:**

يتم حسابها كما يلي:[1]

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{50\% * \text{المتوسط الحسابي}}{\text{الوسيط}}$$

❖ **المتوسط الحسابي:**[2]

$$\text{و} \ldots\ldots = \frac{\Sigma \text{س}}{\text{ن}}$$

حيث أن

$\overline{\text{س}}$: هو المتوسط الحسابي المراد حسابه.

[1] أحمد بن قلاوزتواتي، 2014

[2] ابراهيم، 1999، صفحة 135)

مج : مجموعة قيم س .

ن : عدد قيم س .

❖ **الوسيط :**

✓ **طريقة حساب الوسيط :**

- ترتيب المفردات وفقا لمقدارها تصاعديا أو تنازليا .
- يسجل عدد القيم أو المفردات (ن) .
- تم تحديد ترتيب الوسيط .
- يحب مقدار قيمة الوسيط .

الوسيطهو القيمة التي تتوسط القي، (رضوان، 2003، صفحة 138)

ع = الانحراف المعياري

س$^{\rightarrow}$ = المتوسط الحسابي

و = الوسيط

❖ **الانحرافالمعياري:**[1]

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

ع : الانحراف المعياري.

[1] الحكيم، 2004، صفحة 146

س: درجات معيارية.

سَ: المتوسط الحسابي.

ن: عدد الأفراد .

مج: اختصار لكلمة مجموع .

خلاصة:

إن أي بحث مهما كانت درجته العلمية مرتبط بشكل وثيق بإجراءات البحث الميدانية، لأن جدوى جوهر الدراسة متمثل في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية، وعليه حاول الطالبان من خلال هذا الفصل وضع خطة محددة لأهداف البحث لأجل تحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث ومشكلته الرئيسية، كما تم تحديد مجالات البحث وتحديد أدواته اللازمة لجمع البيانات والمعلومات الكافية بطريقة علمية وكيفية استخدامها، مع تحديد الوسائل الإحصائية المناسبة والتي تساعد في عرض وتحليل النتائج بغية الإجابة على تساؤلات إشكالية البحث.

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

تتطلب منهجية البحث عرض وتحليل النتائج ومناقشتها، وعلى هذا الأساس اقتضى الأمر عرض وتحليل النتائج التي وصلت إليها الدراسة وفق طبيعة البحث وإجراءاته،حيث قام الطالبان بتفريغ الاستمارات الاستبيانية في جداول قصد معالجة نتائجها الخام إحصائيا.

سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الدراسة الميدانية، وهذا من خلال المعالجة الإحصائية لإجابات أفراد العينة المختارة في البحث، بإتباع المنهج الوصفي، وباستعمال أدوات البحث المتمثلة في أداة الاستبيان والمقياس دافعية الانجاز، كما سنقوم بمناقشة هذه النتائج بتحليل القيم المحسوبة بمختلف الطرق الإحصائية في ظل الإطار النظري الخاص بالدراسة.

2-1 عرض وتحليل نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين:

على ضوء أهداف البحث وفروضه يعرض الطالبان نتائج البحث في جداول على النحو الآتي:

المحور الأول: المستوى المعرفي لمهارات التعامل والاتصال الخاصة بالمدرب.

الغرض من عبارات المحور الأول: معرفة أهمية المستوى المعرفي للمدرب لمهارات التعامل والاتصال مع اللاعب

س1: هل توجد سهولة في مواصلة الأداء عندما تشعر بتفاعل المدرب معك؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	35	12	1	48
النسبة المئوية	72,92%	25%	2,08%	%100
كا^2 المحسوبة	36,62			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

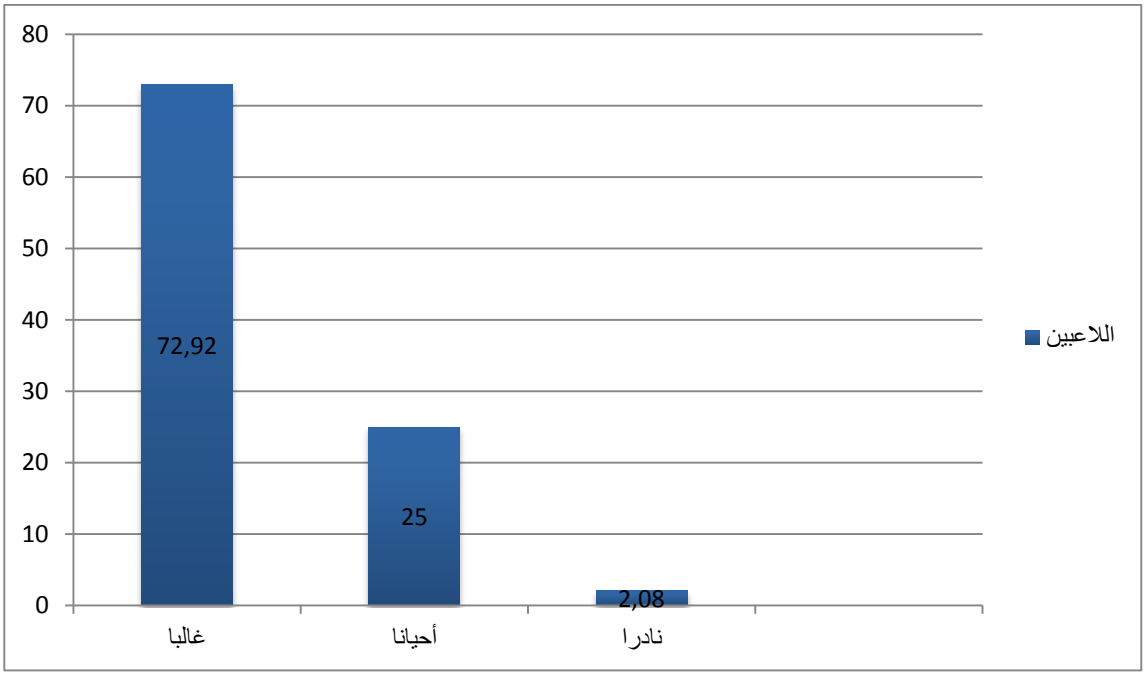
الجدول رقم 4.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص وجود سهولة في مواصلة الأداء عندما تشعر بتفاعل المدرب معك.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم4.2:

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الأولى وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين، التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 35 تكرار من 48 بنسبة72.92% ثم أحيانا ب 12اجابات بنسبة25% ثم نادرا ب إجابة واحدة بنسبة2.08%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين، وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يجدون سهولة في مواصلة الأداء عندما يشعرون بتفاعل المدرب معهم مما يدل على مستوى المدرب وأهمية توظيف تقنيات التفاعل مع اللاعب وبالتالي تضليل الصعوبات أمام اللاعب لمواصلة الأداء والمجهود.



الشكل 1.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص وجود سهولة في مواصلة الأداء عندما تشعر بتفاعل المدرب معك.

س2:هل نصائح المدرب أثناء التدريب والمنافسة تساعدك في إظهار قدراتك ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	39	9	00	48
النسبة المئوية	81,25%	18,32%	00%	%100
كا^2 المحسوبة	52,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

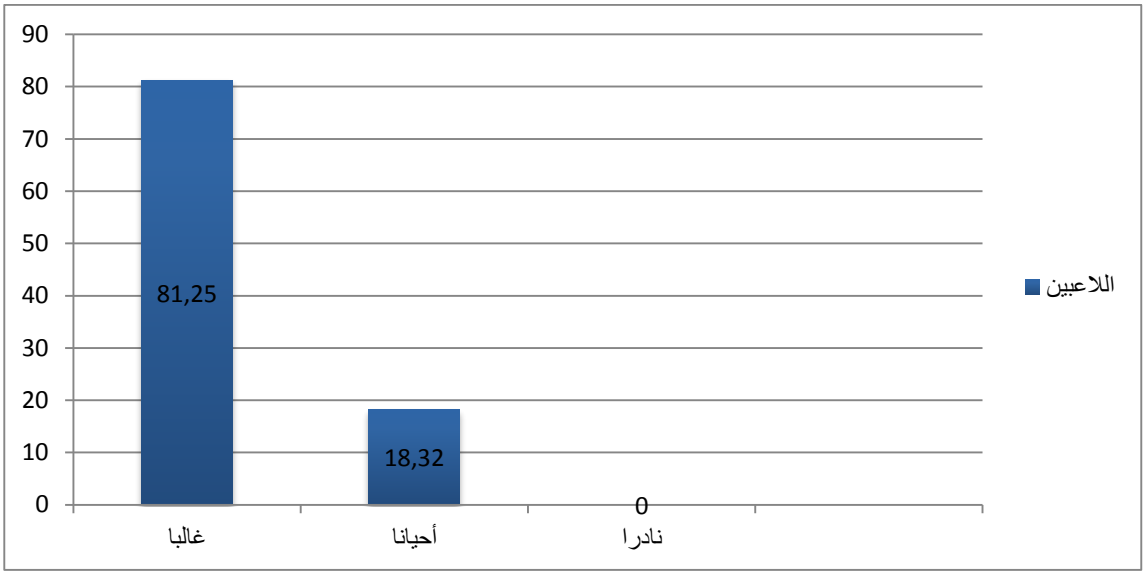
الجدول رقم 5.2 يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص نصائح المدرب أثناء التدريب والمنافسة تساعدك في إظهار قدراتك.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم5.2:

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثانية وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين،التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 39 تكرار من 48 بنسبة81.25% ثم أحيانا ب 9 اجابات بنسبة18.32% ثم نادرا بصفر اجابة بنسبة00%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يوافقون على أن نصائح المدرب أثناء التدريب والمنافسة تساعدهم في إظهار قدراتهم، مما يدل على المستوى العلمي للمدرب وأهمية اختيار العبارات والمواقف المناسبة وتوقيتها لتقديم النصائح، وبالتالي التأثير الايجابي على قدراتهم في إبراز إمكانياتهم أثناء التدريب والمنافسة.



الشكل 2.2يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص نصائح المدرب أثناء التدريب والمنافسة تساعدك في إظهار قدراتك.

س3:هل يقل مجهودك لما يتدخل المدرب معك بقرارات واضحة ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	03	9	36	48
النسبة المئوية	6,25%	18,32%	75%	%100
كا^2 المحسوبة	26,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

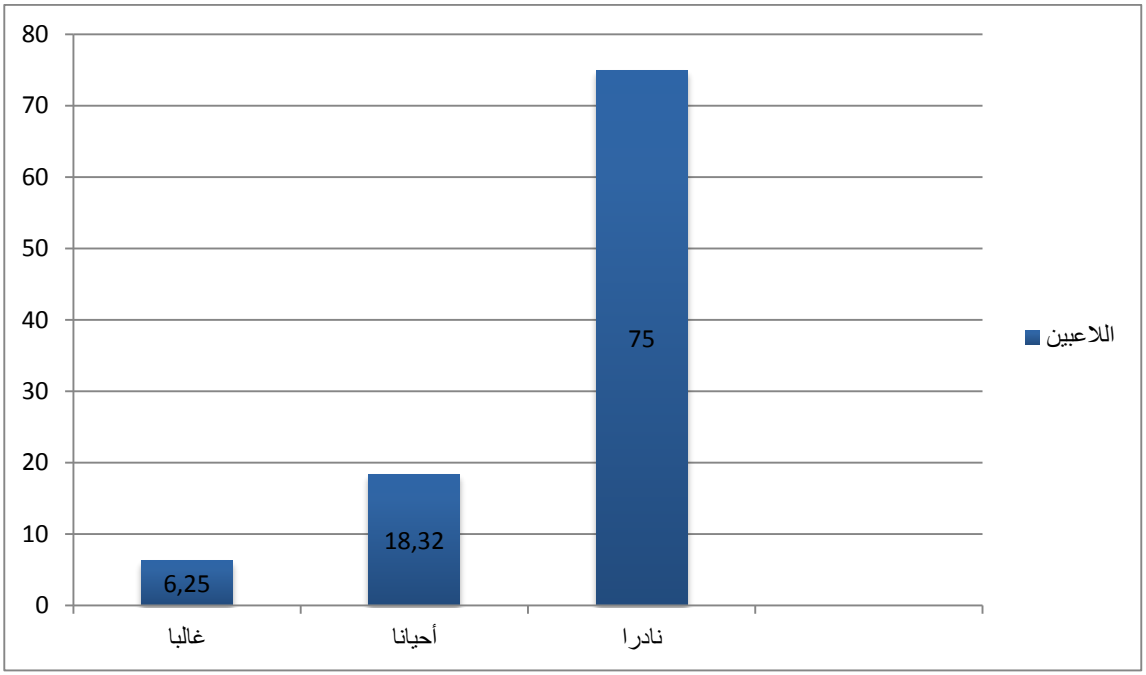
الجدول رقم 6.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تقل مجهودات لما يتدخل المدرب معك بقرارات واضحة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم6.2:

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثالثة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا نادرا ب 36 تكرار من 48 بنسبة75% ثم أحيانا ب 09اجابات بنسبة 18.32% ثم غالبا ب 03إجابات بنسبة 6.25%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين لا تقل مجهوداتهم لما يتدخل المدرب معهم بقرارات واضحة، مما يدل على اكتساب المدرب تقنيات التدخلات النفسية وأهميتها على وضوح قراراته اتجاه اللاعب وبالتالي تحسين دافعيتهم في مواصلة المجهود.



الشكل 3.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص تقل المجهودات لما يتدخل المدرب معك بقرارات واضحة.

س4: هل تستمر في أدائك لما ينتقدك المدرب أمام زملائك بشكل ايجابي؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	27	13	06	48
النسبة المئوية	56,25%	27,08%	12,5%	%100
كا^2 المحسوبة	14,37			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

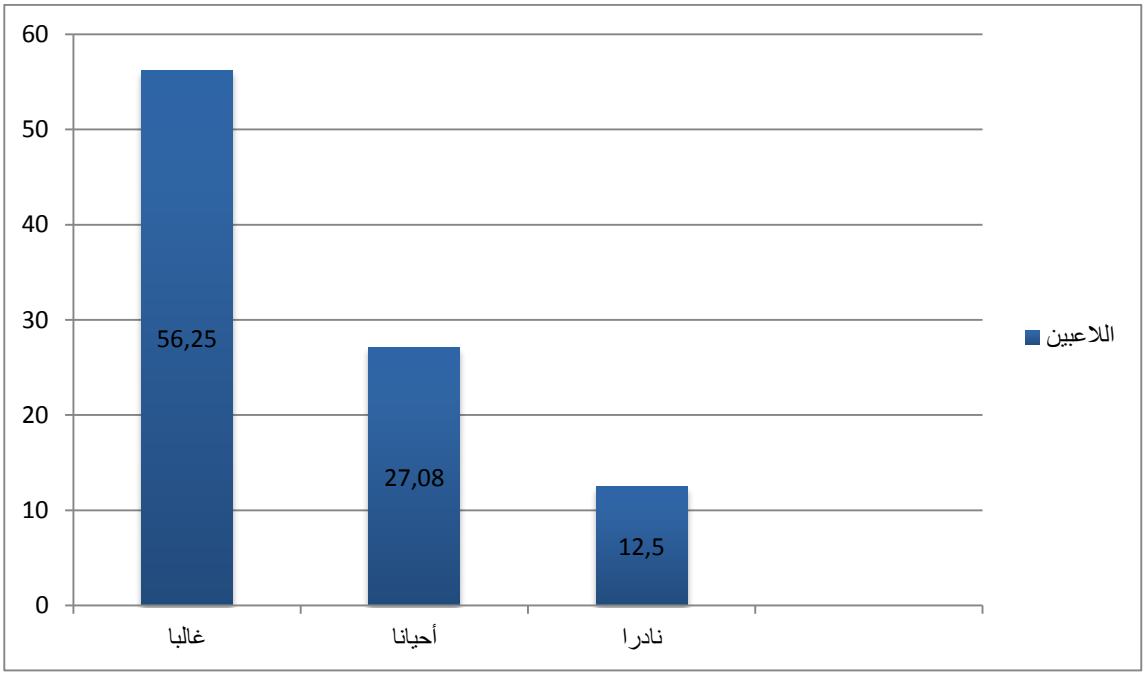
الجدول رقم 7.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص استمرار أدائك لما ينتقدك المدرب أمام زملائك بشكل ايجابي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم7.2:

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الرابعة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 27 تكرار من 48 بنسبة 56.25% ثم أحيانا ب 13اجابات بنسبة 27.08% ثم نادرا ب 06اجابات بنسبة 12.5%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يستمرون في أدائهم لما ينتقدهم المدرب أمام زملائهم بشكل ايجابي،مما يدل على اكتساب المدرب للمفاهيم والمصطلحات والنظريات المتعلقة بأسلوب الانتقاد وتوقيته اتجاه اللاعبين وأهميتها وبالتالي ضمان استمرارية الأداء لديه بشكل تصاعدي.



الشكل 4.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص استمرار أدائك لما ينتقدك المدرب أمام زملائك بشكل ايجابي.

س5: هل تشعر بالكفاءة عندما يتعامل معك المدرب بإهتمام ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	30	14	02	48
النسبة المئوية	62,5%	29,16%	4,16%	%100
كا^2 المحسوبة	24,55			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

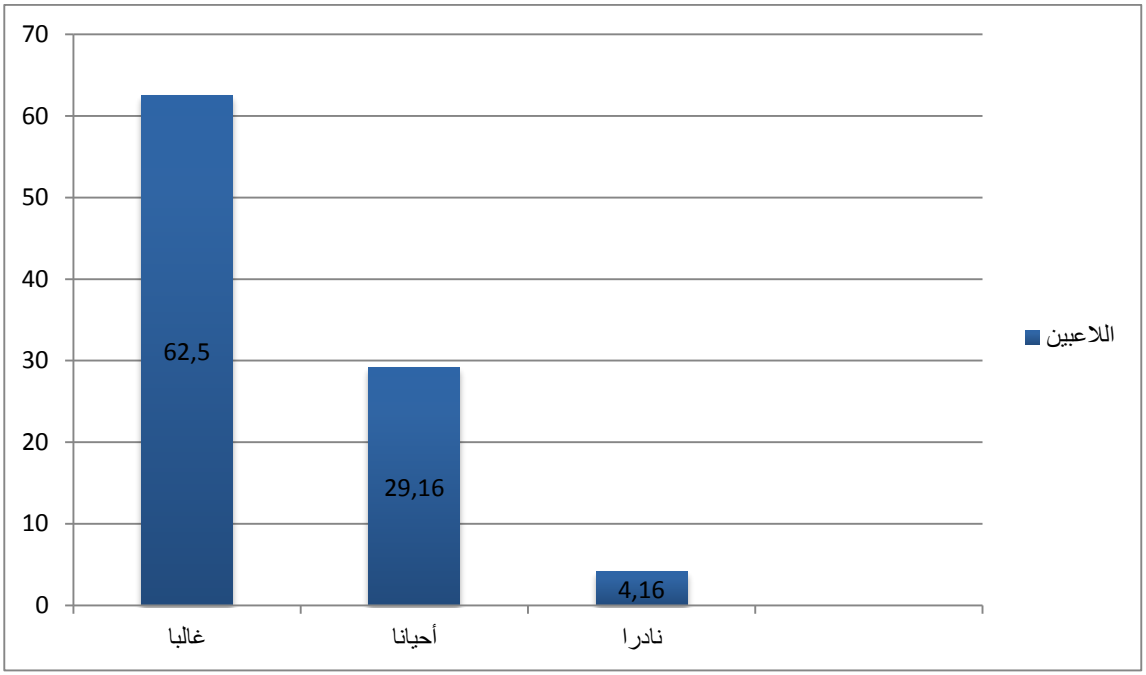
الجدول رقم 8.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص الشعور بالكفاءة عندما يتعامل معك المدرب باهتمام.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم.82:

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الخامسة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 30 تكرار من 48 بنسبة%62.5 ثم أحيانا ب 14اجابات بنسبة 29.16% ثم نادرا ب 02اجابات بنسبة 4.16%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يشعرون بالكفاءة عندما يتعامل معهم المدرب بإهتمام، مما يدل على كفاءة المدرب في التعامل والاهتمام باللاعب وبالتالي دفعه إلى بذل المزيد من المجهودات من خلال تكوين الشعور بالثقة بالنفس لديه .



الشكل 5.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بالكفاءة عندما يتعامل معك المدرب بإهتمام.

س6: هل تستطيع تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	40	8	00	48
النسبة المئوية	83,33%	16,67%	00%	%100
كا^2 المحسوبة	56			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

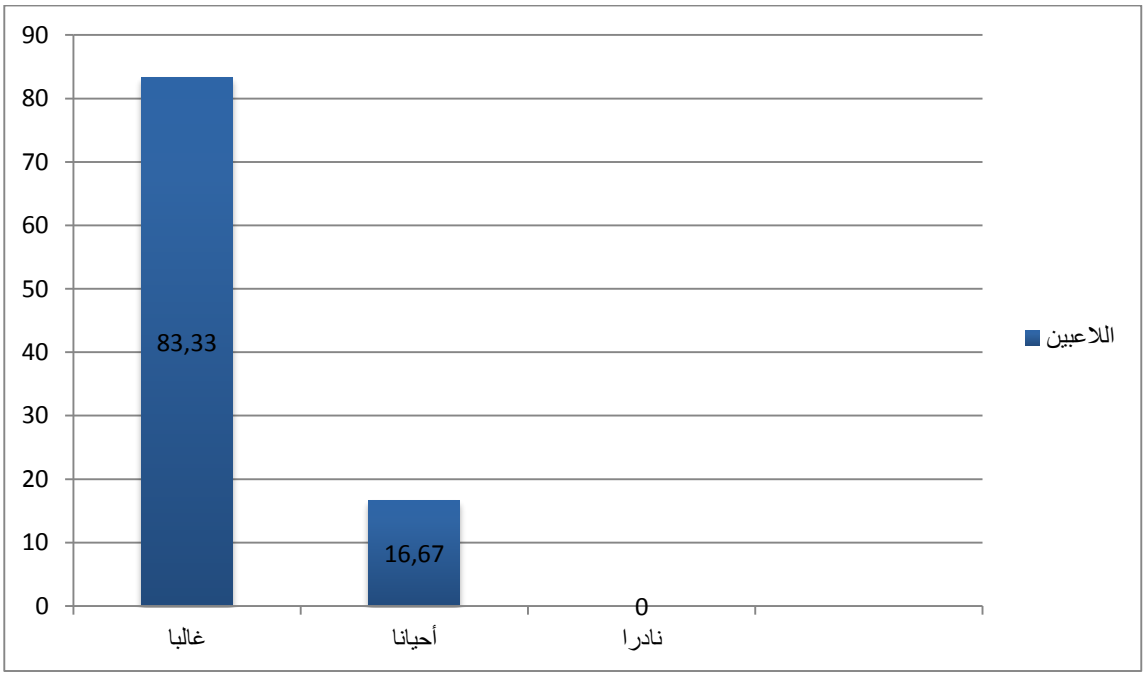
الجدول رقم 9.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تستطيع تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم9.2:

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السادسة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب40 تكرار من 48 بنسبة83.33% ثم أحيانا ب 08اجابات بنسبة16.67% ثم نادرا ب 00اجابات بنسبة 00%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يستطيعون تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين، مما يدل على مستوى المدرب العلمي في إدراك مفهوم التنافس الايجابي وتماسك المجموعة وأهمية توظيفه وبالتالي ضمان روح المنافسة الايجابية بين اللاعبين للوصول إلى أفضل المستويات.



الشكل 6.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص تستطيع تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين.

المحور الثاني: تحكم المدرب في ضبط انفعالات للاعب.

الغرض من عبارات المحور الثاني: معرفة أهمية ومدى تحكم المدرب في تقنيات ضبط انفعالات اللاعب

س7: هل تشعر بالثقة وقدرتك على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	33	12	03	48
النسبة المئوية	68,75%	25%	6,25%	%100
كا^2 المحسوبة	28,06			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

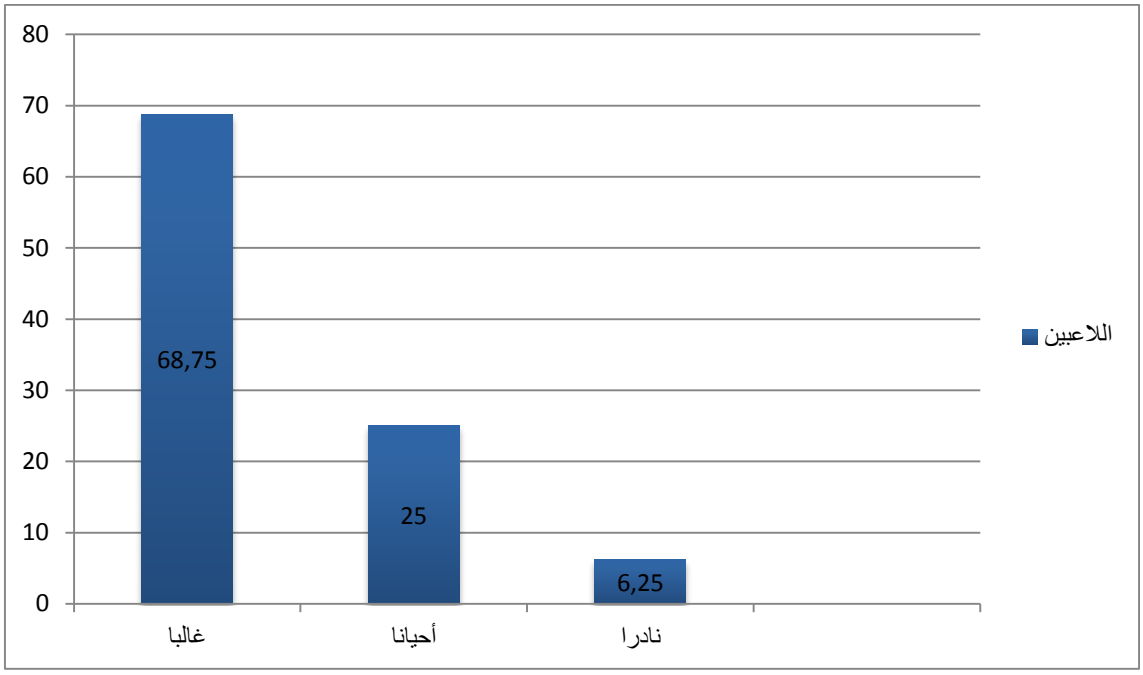
الجدول رقم 10.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور بالثقة وقدرتك على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم10.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السابعة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب33 تكرار من 48 بنسبة68.75% ثم أحيانا ب 12اجابات بنسبة25% ثم نادرا ب 03اجابات بنسبة 6.25%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يشعرون بالثقة و قدرتهم على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة، مما يدل على كفاءة المدرب وتحكمه في تحقيق الشعور الايجابي للاعب وبالتالي تجاوز وتجنب الفشل و الشعور بالثقة قبل المنافسة.



الشكل 7.2:يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص الشعور بالثقة والقدرة على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة.

س8:هل تكون سعيدا وفخورا لما تتغلب على القلق قبل المنافسة ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	29	13	06	48
النسبة المئوية	60,41%	21,08%	12,5%	%100
كا^2 المحسوبة	17,37			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

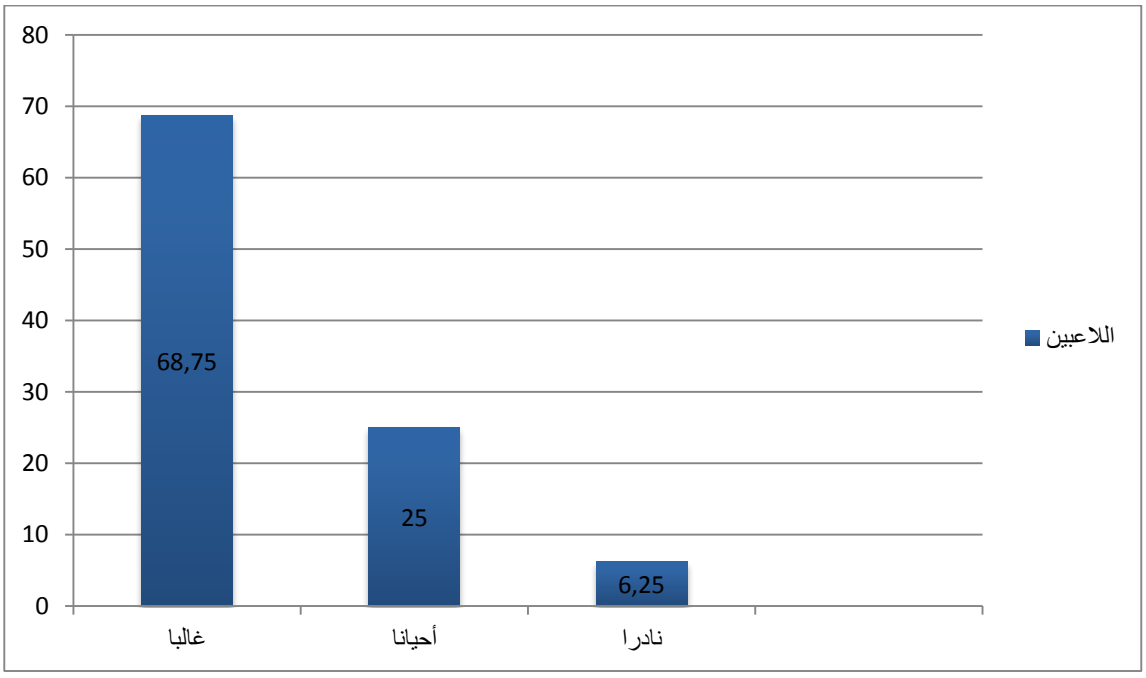
الجدول رقم 11.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تكون سعيدا وفخورا لما تتغلب على القلق قبل المنافسة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم11.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثامنة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب29 تكرار من 48 بنسبة60.41% ثم أحيانا ب 13اجابات بنسبة21.08% ثم نادرا ب 06اجابات بنسبة 12.5%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يكونوا سعداء وفخورين لما يتغلبوا على القلق قبل المنافسة مما يدل على قدرة وتحكم المدرب في ضبط وتسيير مستوى القلق للاعب ،وبالتالي الوصول إلى درجة عالية من الشعور بالنجاح وزيادة الرغبة والدافعية في مواصلة المجهود والأداء قبل المنافسة بتغلبهم على القلق.



الشكل 8.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص تكون سعيدا وفخورا لما تتغلب على القلق قبل المنافسة.

س9:هل تشعر بالارتياح لما تجد سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منك؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	27	16	05	48
النسبة المئوية	56,25%	33,33%	10,42%	%100
كا^2 المحسوبة	15,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

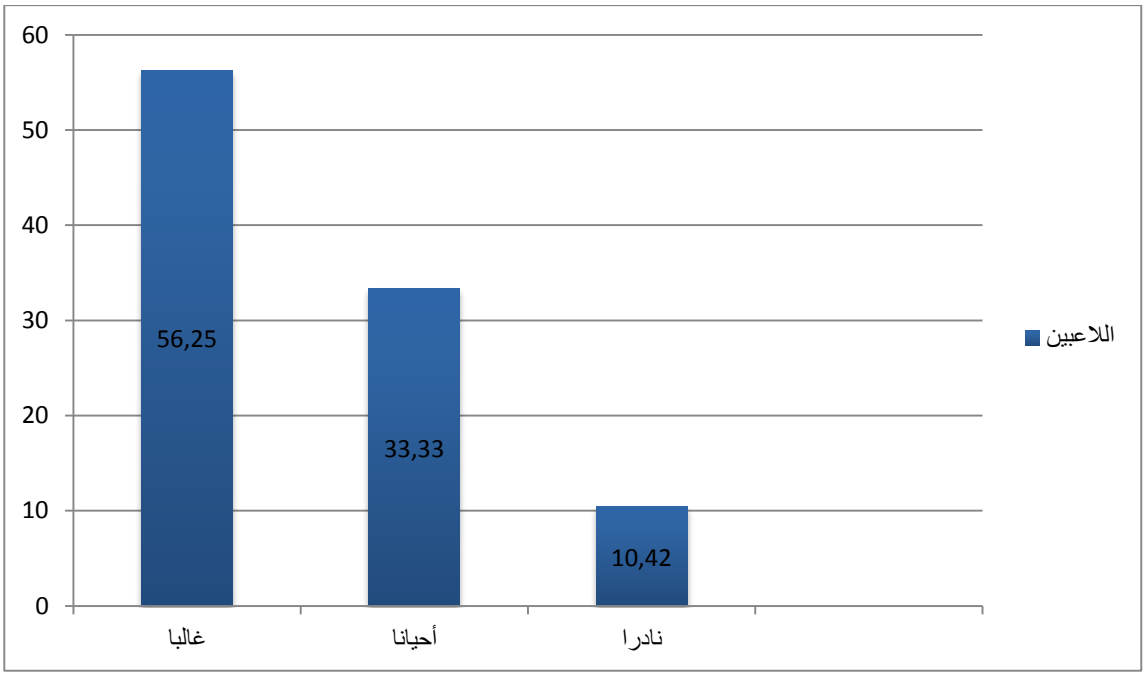
الجدول رقم 12.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور بالارتياح لما تجد سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منك.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم12.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة التاسعة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب27 تكرار من 48 بنسبة56.25% ثم أحيانا ب 16اجابات بنسبة33.33% ثم نادرا ب 05اجابات بنسبة10.42%

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يشعرون بالارتياح لما يجدون سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منه، مما يدل على كفاءة وتحكم المدرب في تحديد المهام وتبسيط الأدوار للاعب حسب قدراته الفعلية وبالتالي تتأثر دافعيته للإنجاز ايجابيا.



الشكل 9.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بالارتياح لما تجد سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منك.

س10: هل تشعر بالارتياح لما تلاحظ مساندة المدرب لك في المواقف الصعبة؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	40	8	00	48
النسبة المئوية	83,33%	16,67%	00%	%100
كا^2 المحسوبة	56			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

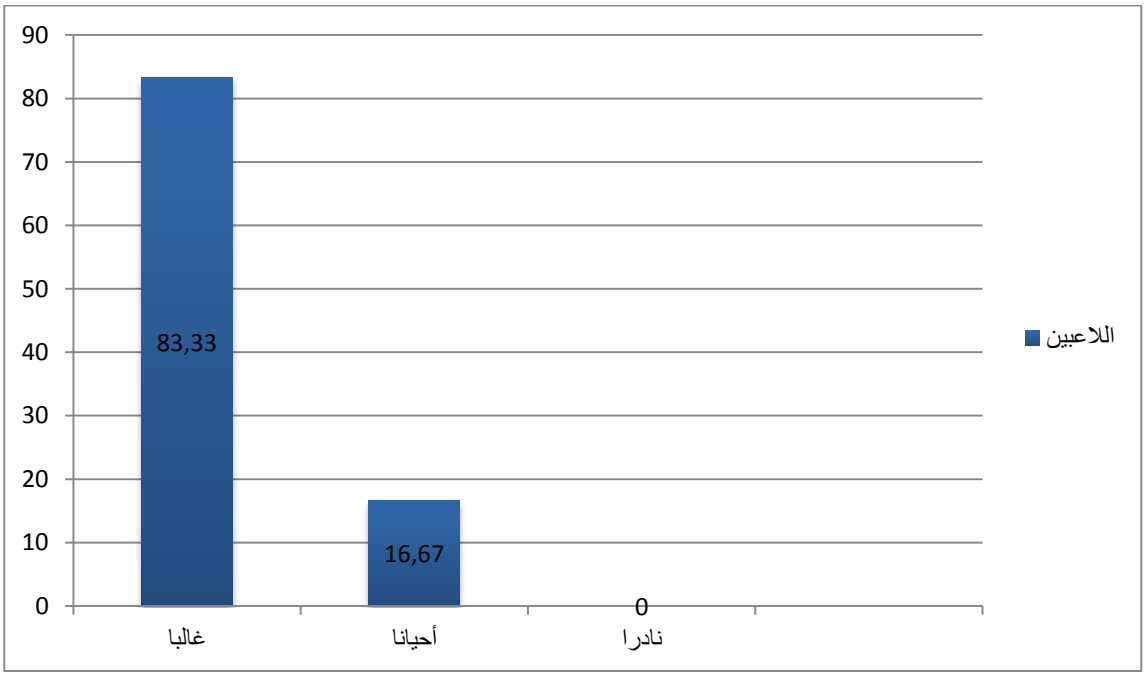
الجدول رقم 13.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص هل تشعر بالارتياح لما تلاحظ مساندة المدرب لك في المواقف الصعبة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم13.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة العاشرة وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 40 تكرار من 48 بنسبة83.33% ثم أحيانا ب 08اجابات بنسبة16.67% ثم نادرا ب 00اجابات بنسبة 00%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يشعرون بالارتياح عندما يلاحظون مساندة المدرب لهم في المواقف الصعبة مما يدل على الخبرات المستعملة من طرف المدرب ومدى التحكم في توظيفها في مساندة اللاعب وبالتالي جعل توقعات اللاعب من ردود المدربين أكثر ايجابية أثناء المواقف الصعبة مما يزيد من دافعيته للانجاز.



الشكل 10.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بالارتياح عندما تلاحظ مساندة المدرب لك في المواقف الصعبة.

س11: هل تحاول مواجهة المواقف الصعبة لتخوفك من الفشل لما يوجهك المدرب؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	27	16	05	48
النسبة المئوية	56,25%	33,33%	10,42%	%100
كا^2 المحسوبة	15,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

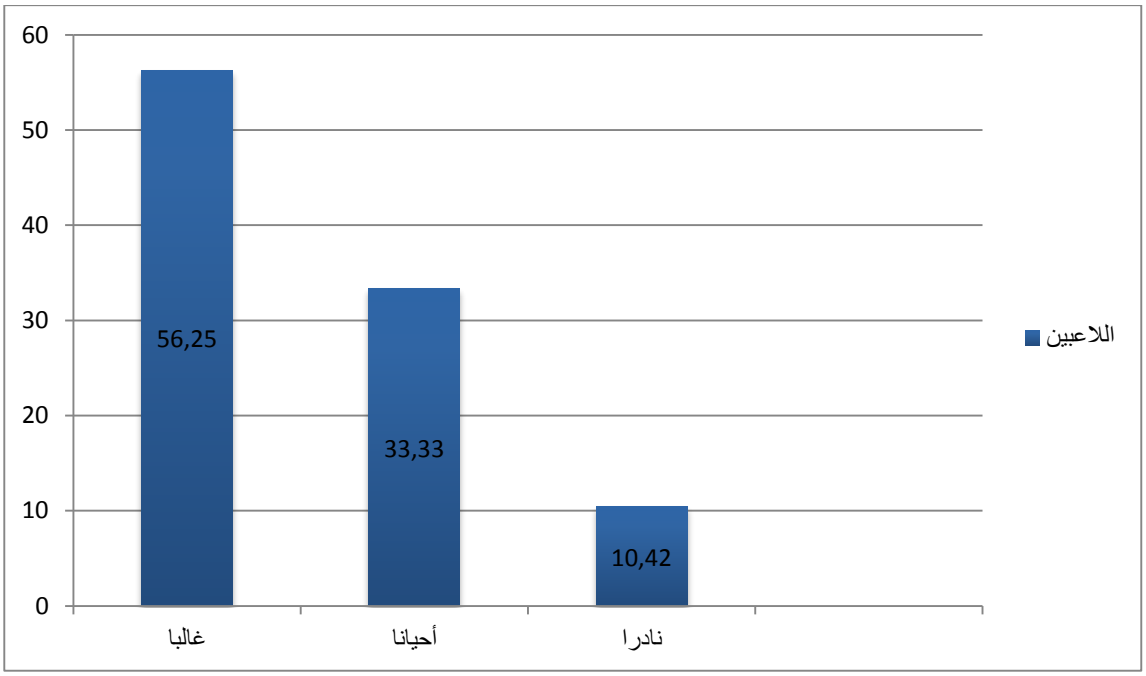
الجدول رقم 14.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص محاولة مواجهة المواقف الصعبة لتخوف من الفشل بعد توجيهات المدرب للاعب.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم14.2

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الحادية عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 27 تكرار من 48 بنسبة 56.25% ثم أحيانا ب 16اجابات بنسبة 33.33%ثم نادرا ب 05اجابات بنسبة 10.42%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يحاولون مواجهة المواقف الصعبة لتخوفهم من الفشل بعد توجيهات المدرب مما يدل على قدرة المدرب في تحكمه في تقنيات الوصول إلى الثقة بالنفس المثلى للاعب وبالتالي تحسين دافع تجنب الفشل ودافع النجاح .



الشكل 11.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص محاولة تجنب المواقف الصعبة لتخوف من الفشل بعد توجيهات المدرب.

س12: هل ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	29	17	02	48
النسبة المئوية	60,42%	35,42%	4,17%	%100
كا^2 المحسوبة	22,87			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

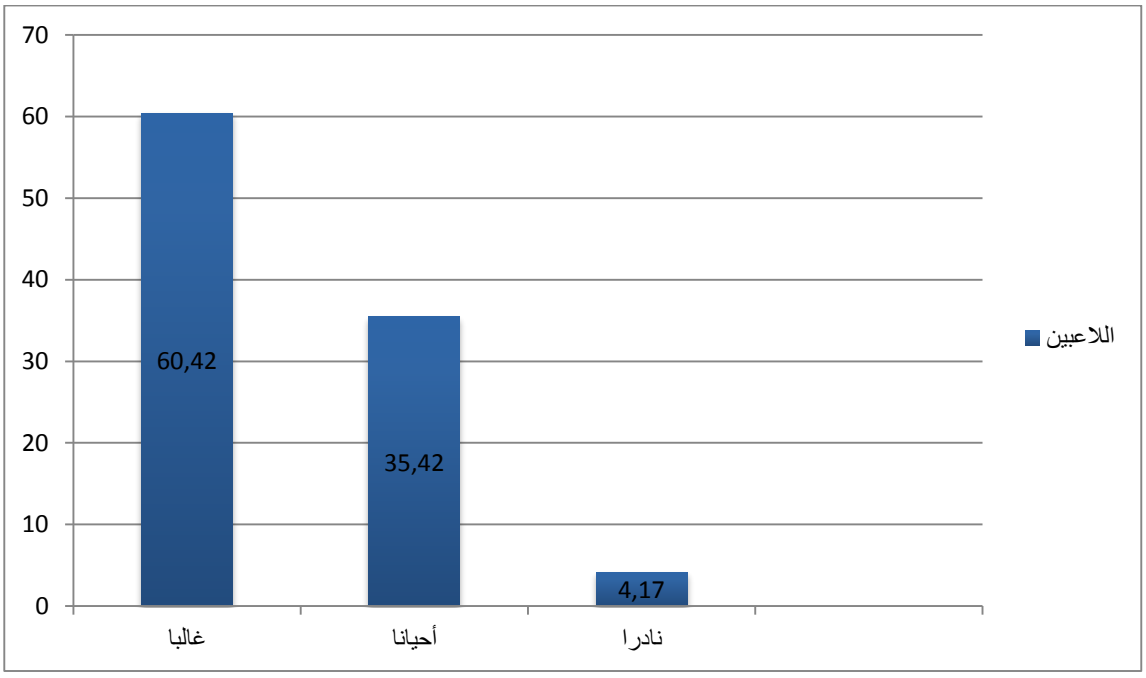
الجدول رقم 15.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم15.2

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثانية عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 29 تكرار من 48 بنسبة60.42% ثم أحيانا ب 17اجابات بنسبة 35.42% ثم نادرا ب 02اجابات بنسبة 4.17%

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يرون أن الثقة التي يكتسبونها من المدرب تجعلهم يواجهون المواقف الصعبة بكل سهولة، مما يدل على اكتساب المدرب لتقنيات تنمية مهارة الثقة بالنفس وتحكمه المثالي في التعامل معها اتجاه اللاعب وبالتالي تحسين دافعيتهم لبذل المزيد من المجهودات في المواقف الصعبة .



الشكل 12.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة.

س13:هل تشعر بنقص التوتر لما تفكر في الصعوبات التي قد تواجهك في المنافسة بعد سماعك لإرشادات المدرب ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	28	16	04	48
النسبة المئوية	58,33%	33,33%	8,33%	%100
كا^2 المحسوبة	18			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

الجدول رقم 16.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور بنقص التوتر لما تفكر في الصعوبات التي قد تواجهك في المنافسة بعد إرشادات المدرب.

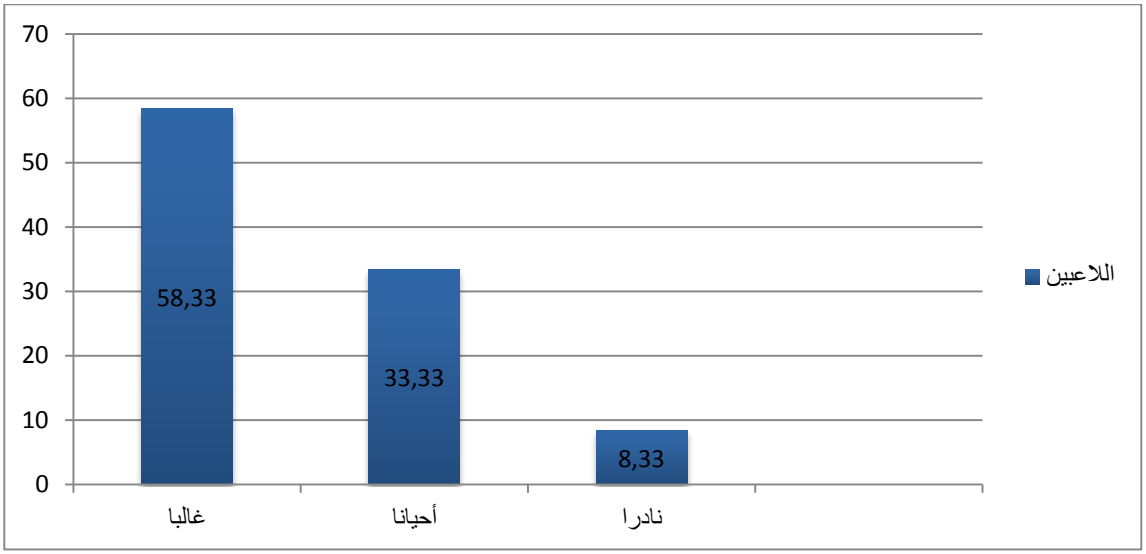
حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم16.2

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثالثة عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا

غالبا ب28 تكرار من 48 بنسبة 58.33% ثم أحيانا ب 16اجابات بنسبة 33.33% ثم نادرا ب 04اجابات بنسبة 8.33%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يشعرون بنقص التوتر لما يفكرون في الصعوبات التي قد تواجههم في المنافسة بعد إرشادات المدرب مما يدل على قدرة وكفاءة المدرب في التحكم في تقنيات تسيير القلق للاعب قبل المنافسة وبالتالي تخفيض معدل التوتر للاعب وتحسين رغبته ودافعيته لبذل المجهود .



الشكل 13.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص شعور بنقص التوتر لما تفكر في الصعوبات التي قد تواجهك في المنافسة بعد إرشادات المدرب.

المحور الثالث: التعبئة النفسية المثلى للاعب.

الغرض من عبارات المحور الثالث: معرفة مستوى المدرب في الوصول للتعبئة النفسية المثلى للاعب

س14: هل يزداد تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	32	11	05	48
النسبة المئوية	66,67%	22,92%	10,42%	%100
كا^2 المحسوبة	25,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

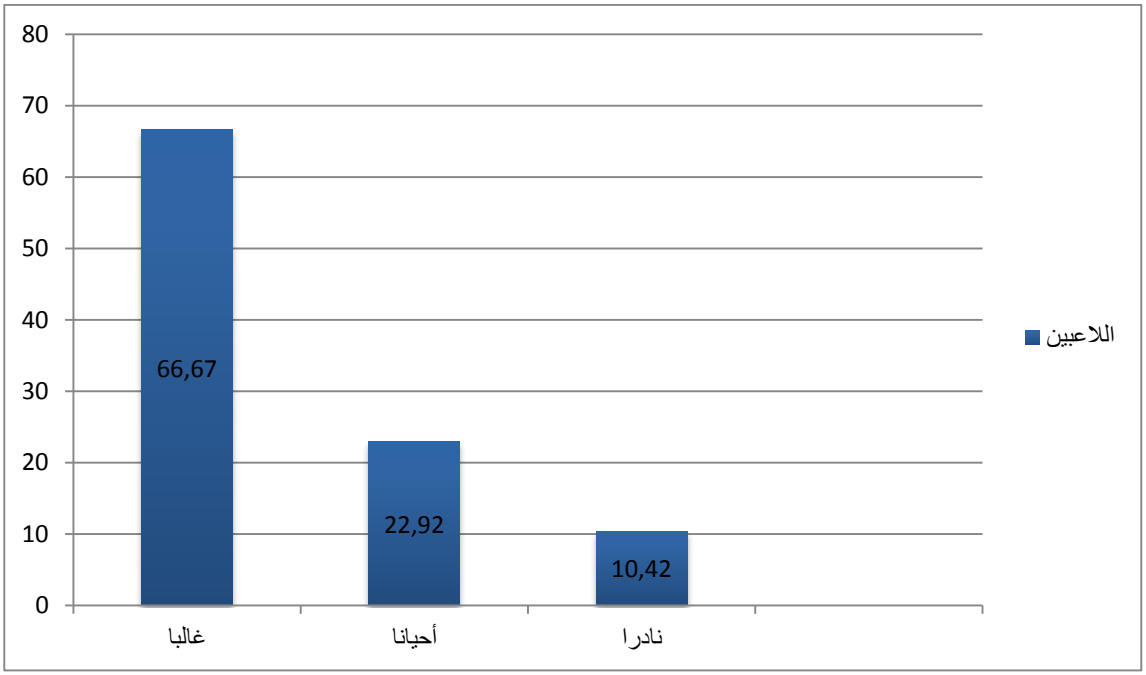
الجدول رقم 17.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص زيادة تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم17.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الرابعة عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 32 تكرار من 48 بنسبة66.66% ثم أحيانا ب 11اجابات بنسبة22.92% ثم نادرا ب 05اجابات بنسبة 10.42%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يزداد تعلقهم بالتدريب لما ينتقدهم المدرب بطريقة،لتصحيح بها أخطائهم مما يدل على القدرات العلمية للمدرب في توظيف الانتقاد الايجابي والتحكم في المنهجية وبالتالي تزداد دافعيتهم وتعلقهم بالتدريبات.



الشكل 14.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص زيادة تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك.

س15:هل تشعر بالراحة النفسية لتواجد مدربك في الظروف الصعبة؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	25	15	08	48
النسبة المئوية	52,08%	31,25%	16,67%	%100
كا^2 المحسوبة	9,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

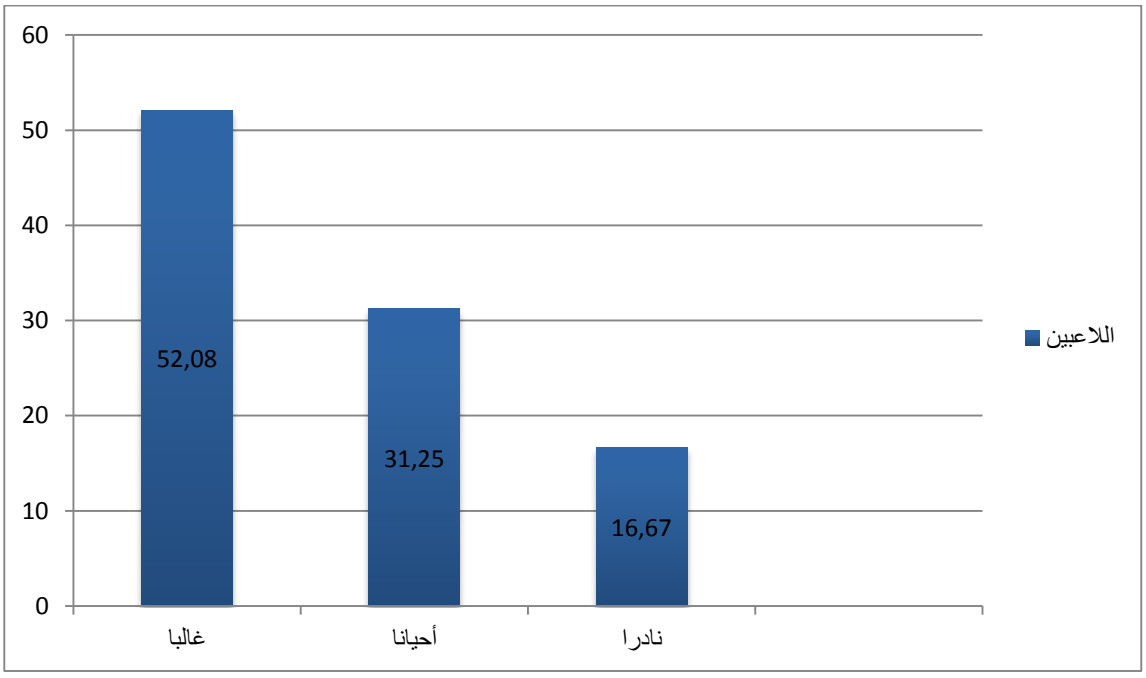
الجدول رقم 18.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص شعور اللاعب بالراحة النفسية لتواجد المدرب في الظروف الصعبة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم18.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الخامسة عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 25 تكرار من 48 بنسبة52.08% ثم أحيانا ب 15اجابات بنسبة31.25% ثم نادرا ب 08اجابات بنسبة 16.67%

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يشعرون بالراحة النفسية لما يتواجد المدرب معهم في الظروف الصعبة، مما يدل على تحكم المدرب في توظيف المعلومات والأساليب الخاصة لرفع درجة الشعور بالراحة النفسية للاعب وبالتالي ضمان استمرارية بذل المجهودات بنفس الوتيرة لتحقيق الأهداف دون تأثير الظروف الصعبة.



الشكل 15.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص الشعور بالراحة النفسية عند تواجد المدرب في الظروف الصعبة.

س16: هل تكون لديك رغبة عالية لكي تكون ناجحا لما يشجعك المدرب؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	42	05	01	48
النسبة المئوية	87,5%	10,42%	2,08%	%100
كا^2 المحسوبة	9,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

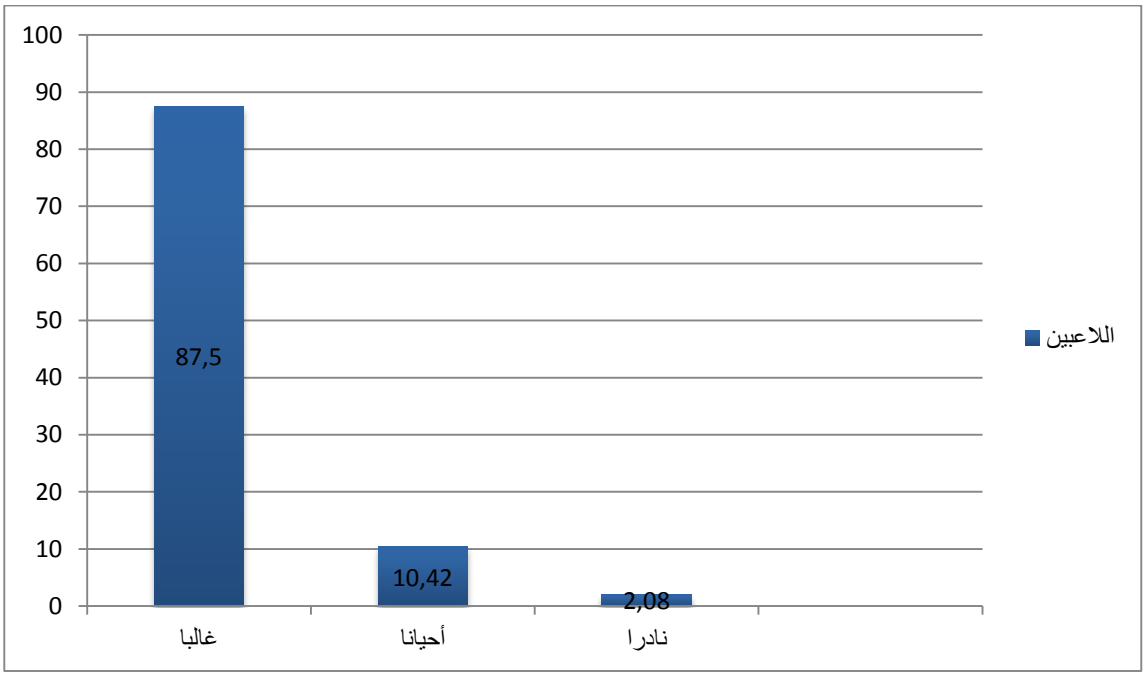
الجدول رقم 19.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص إمكانية لديك رغبة عالية جدا لكي تكون ناجحا لما يشجعك المدرب.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم19.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السادسة عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 42 تكرار من 48 بنسبة87.5% ثم أحيانا ب 05اجابات بنسبة10.42% ثم نادرا ب1 اجابة بنسبة.2.08%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين لديهم رغبة عالية لكي يكونوا ناجحين لما يشجعهم المدرب، مما يدل على اكتساب المدرب للمؤهلات العلمية وإلمامه بالنظريات المتعلقة بطرق التحفيز والتشجيع اللاعب وتحكمه فيها وبالتالي توجيه سولكه إلى بذل المزيد من المجهودات لتحقيق الأهداف.



الشكل 16.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص إمكانية لديك رغبة عالية جدا لكي تكون ناجحا لما يشجعك المدرب.

س17: هل تحاول مواصلة التدريب والمنافسة بسبب تحفيزك من المدرب؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	34	10	04	48
النسبة المئوية	70,83%	20,83%	8,33%	%100
كا^2 المحسوبة	31,50			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

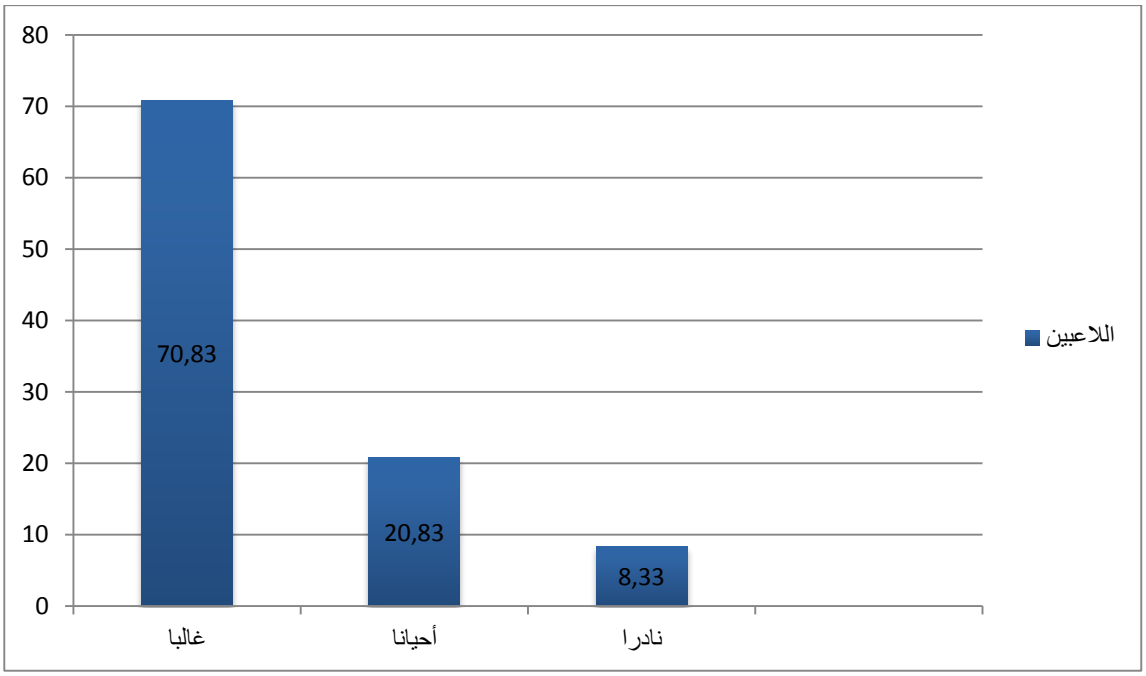
الجدول رقم 20.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص محاولة مواصلة التدريب والمنافسة بسبب تحفيزك من المدرب.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم20.

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السابعة عشر، وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 34 تكرار من 48 بنسبة70.83% ثم أحيانا ب 10اجابات بنسبة 20.83%ثم نادرا ب 04اجابات بنسبة 8.33%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يحاولون مواصلة التدريب والمنافسة بسبب تحفيزهم من المدرب مما يدل على قدرة وتحكم المدرب في الخبرات والمكتسبات العلمية في تحفيز اللاعب وبالتالي التأثير الايجابي على دافعيتهم نحو التدريب والمنافسة.



الشكل 17.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص محاولة مواصلة التدريب والمنافسة بسبب عدم تحفيزك من المدرب.

س18:هل يقل اهتمامك بالتدريب والمنافسة لما يحفزك المدرب بشكل مستمر ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	04	12	32	48
النسبة المئوية	8,33%	25%	66,67%	%100
كا^2 المحسوبة	09			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

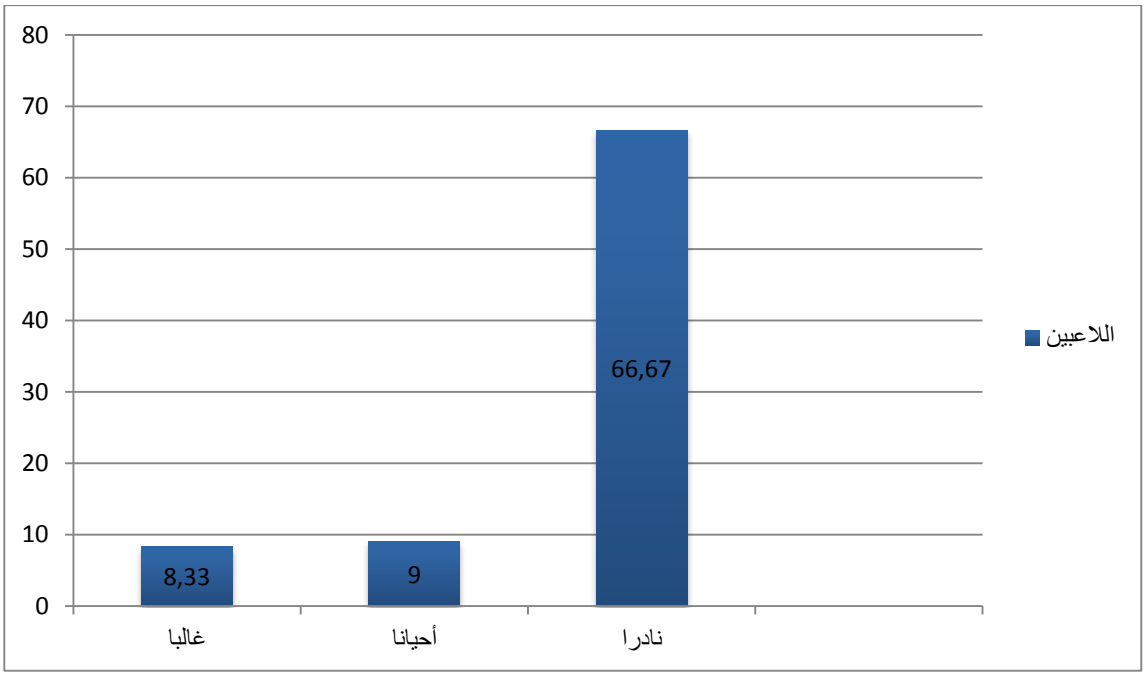
الجدول رقم 21.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص هل يقل اهتمامك بالتدريب والمنافسة عند تحفيزك من المدرب بشكل مستمر.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم21.2:

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثامنة عشر، وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا نادرا ب 32 تكرار من 48 بنسبة 66.67%ثم أحيانا ب 12اجابات بنسبة 25%ثم نادرا ب 04اجابات بنسبة 8.33%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين لا يقل اهتمامهم بالتدريب لما يحفزهم المدرب بشكل مستمر،مما يدل على قدرة و تحكم المدرب في مؤهلاته العلمية الخاصة بالتحفيز المستمر وبالتالي تحسين اهتمامهم و دافعيتهم نحو التدريب.



الشكل 18.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص يقل اهتمامك بالتدريب لما يحفزك المدرب بشكل مستمر.

س19:هل يتفاعل المدرب مع حالتك النفسية بشكل ايجابي؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	24	15	09	48
النسبة المئوية	50%	31,25%	18,75%	%100
كا^2 المحسوبة	7,12			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

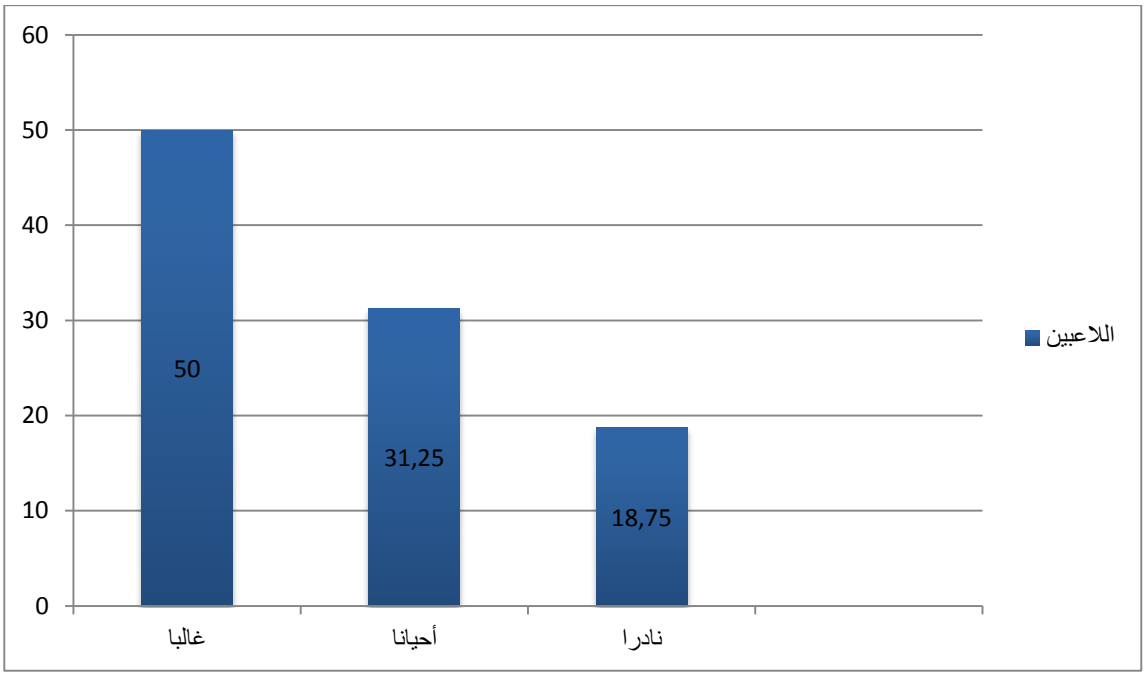
الجدول رقم 22.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص تعامل المدرب مع حالة اللاعب النفسية بشكل ايجابي

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم22.2

وبعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة التاسعة عشر وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 24 تكرار من 48 بنسبة 50% ثم أحيانا ب 15اجابات بنسبة 31.25% ثم نادرا ب 09اجابات بنسبة 18.75%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يتفاعل المدرب مع حالتهم النفسية بشكل ايجابي مما يدل على تحكم المدرب في الأساليب و بيداغوجية التعامل و التفاعل مع نفسية اللاعب وبالتالي جعلهم يواصلون التدريب رغم الضغوطات وذلك بتغيير سلوكهم .



الشكل 19.2:يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص التفاعل الايجابي للمدرب مع حالتهم النفسية .

س20:هل تستطيع مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتك النفسية ؟

الإجابات	غالبا	أحيانا	نادرا	المجموع
اللاعبين	42	05	02	48
النسبة المئوية	87,5%	11,90%	04,76%	%100
كا^2 المحسوبة	62,06			
كا^2 الجدولية	5,99			
درجة الحرية	2			
مستوى الدلالة	0.05			

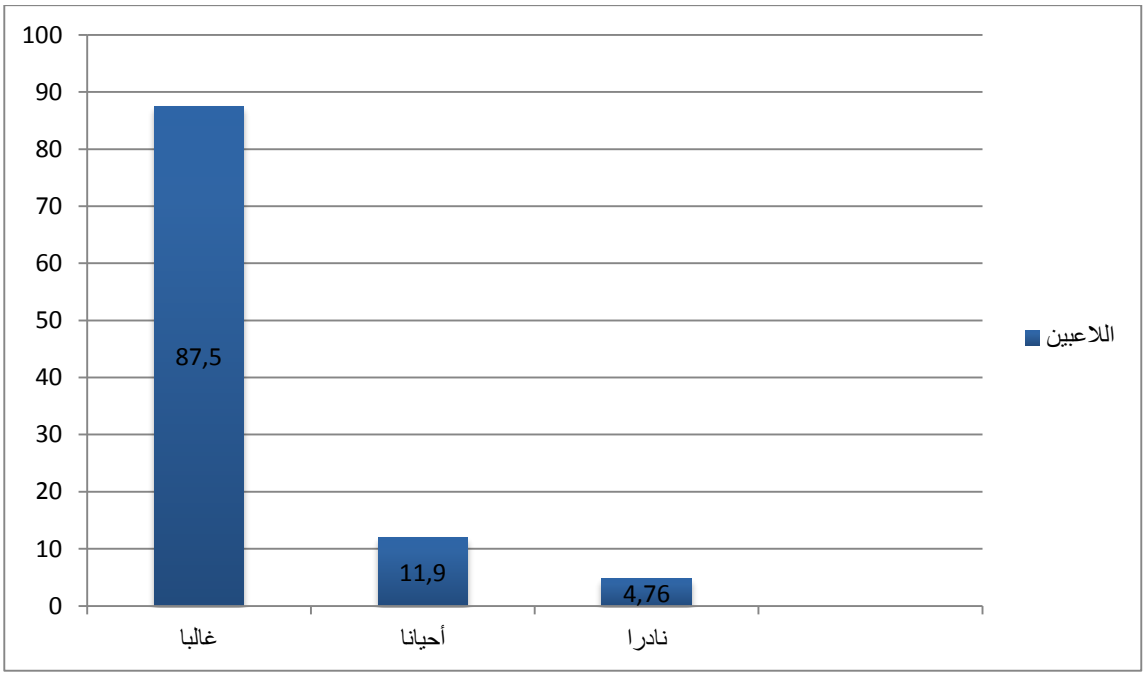
الجدول رقم 23.2: يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا^2 للاعبين فيما يخص استطاعة مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتك النفسية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضح في الجدول رقم23.2

و بعد الاطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة العشرين وبالاطلاع على الشكل البياني الذي يبن النسب المئوية لإجابات اللاعبين التي كانت اعلى نسبة للذين أجابوا غالبا ب 42 تكرار من 48 بنسبة 87.5% ثم أحيانا ب 05اجابات بنسبة 11.90% ثم نادرا ب 02اجابات بنسبة 4.76%.

يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، بحيث نجد أن كا^{2}المحسوبة أكبر من كا^{2}الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب اللاعبين يستطيعون مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتهم النفسية مما يدل على مستوى المدرب وقدرته على تسيير الحالة النفسية للاعب وبالتالي التحكم في سلوكهم وتوجيهه نحو مواصلة بذل المجهود.



الشكل 20.2: يمثل النسب المئوية للاعبين فيما يخص استطاعة مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتك النفسية.

- **نتائج الاستبيان:**

كا^2 للمحور الأول	كا^2 للمحور الثاني	كا^2 للمحور الثالث	كا^2 الإجمالية
34,96	24,65	25,89	28,50

الجدول رقم 24.2: يبين قيمة كا^2 للمحاور الثلاث وقيمة كا^{2}الإجمالية.

من خلال الجدول نلاحظ أن كا^2 للمحور الأول التي بلغت قيمتها المحسوبة34,96

وهي أكبر من قيمة كا^{2}الجدولية والتي بلغت 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05.

ومنه يستنتج الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية والاستجابات لعبارات المحور الأول, وهذا ما يؤكد المستوى معرفي والأكاديمي للمدرب في مهارات التعامل والاتصال مع اللاعبين وأهميته في تحسين دافعيتهم للإنجاز.

ومن خلال الجدول نلاحظ أن كا^2 للمحور الثاني التي بلغت قيمتها المحسوبة24,65

وهي أكبر من قيمة كا^{2}الجدولية والتي بلغت 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05.

ومنه يستنتج الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية والاستجابات لعبارات المحور الثاني, وهذا ما يؤكد مستوى المدرب وقدرته في التحكم بشكل منهجي في ضبط انفعالات اللاعبين وأثره على تحسين دافعية الانجاز.

من خلال الجدول نلاحظ أن كا^2 للمحور الثالث التي بلغت قيمتها المحسوبة25,89

وهي أكبر من قيمة كا^{2}الجدولية والتي بلغت 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05.

ومنه يستنتج الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية والاستجابات لعبارات المحور الثالث, وهذا ما يؤكد على اكتساب المدرب القدرات والمؤهلات العلمية وقدرته على التحكم في توظيفها للوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين، وبالتالي تحسين دافعية الانجاز لديهم.

ومن خلال الجدول نلاحظ أن كا^2 الإجمالية التي بلغت قيمتها المحسوبة28.50 وهي أكبر من قيمة كا^{2}الجدولية والتي بلغت 5,99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05.

ومنه يستنتج الطالبان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية والاستجابات لعبارات

الاختبار مما يفسر مستوى المدرب وتكوينه الأكاديمي في مجال التحضير النفسي

وأهميته، وبالتالي التأثير ايجابيا في تحسين دافعية الانجاز لدى اللاعبين

2-2 عرض وتحليل نتائج مقياس دافعية الانجاز:

دافعية الانجاز	العينة(ن)	النسبة المئوية%
دافع انجاز النجاح	48	69,2
دافع تجنب الفشل	48	70,23
دافعية الانجاز	48	69,71

الجدول رقم25.2 يبين النسبة المئوية للأبعاد دافعية الانجاز.

من خلال الجدول رقم25.2 نلاحظ أن النسبة المئوية لدافع انجاز النجاح هي69,2% , والنسبة المئوية لدافع تجنب الفشل هي70,23% , بحيث نجد أن نسبة دافع انجاز النجاح ونسبة دافع تجنب الفشل نسبتان عاليتان إلى حد كبير.

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تقييم عالي	تقييم منخفض
دافع انجاز النجاح	41,52	3,12	69,2	30,8
دافع تجنب الفشل	42,14	2,57	70,23	29,77
دافعية الانجاز	41,83	2,85	69,71	30,29

الجدول رقم26.2 يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأبعاد دافعية الانجاز

- **دافع انجاز النجاح:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه والذي يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لدافع انجاز النجاح, حيث بلغ متوسط الحسابي لدى لاعبي كرة القدم فريقي (بن عبد المالك رمضان, غالية عين تادلس)41,52 , وبانحراف المعياري3,12, وهذا ما يبين أن النتائج مرتكزة حول متوسطها الحسابي, وبحساب النسبة المئوية التي بلغت69,2% , وبعد مقارنتها بالمتوسط الفرضي لبعد دافع انجاز النجاح والذي بلغت قيمته 30(الوسيط المقياس) , وهذه النسبة تنتمي إلى التقييم العالي, ومنه يستنتج الطالبان أن اللاعبين يتميزون بدرجة عالية في دافع انجاز النجاح.
- **دافع تجنب الفشل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه والذي يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لدافع تجنب الفشل، حيث بلغ متوسط الحسابي لدى لاعبي كرة القدم فريقي (بن عبد المالك رمضان, غالية عين تادلس) 42,14, وبانحراف المعياري2,57, وهذا ما يبين أن النتائج متركزة حول متوسطها الحسابي، وبحساب النسبة المئوية التي بلغت70,23% , وبعد مقارنتها بالمتوسط الفرضي لبعد دافع انجاز النجاح والذي بلغت قيمته 30(الوسيط المقياس)، وهذه النسبة تنتمي إلى التقييم

العالي،ومنه يستنتج الطالبان أن اللاعبين يتميزون بدرجة عالية في دافع انجاز النجاح.

- **دافعية الانجاز:** وبحساب الدرجة الكلية لدافعية الانجاز لدى عينة البحث والمتمثلة في فريقي (بن عبد المالك رمضان, غالية عين تادلس), فقد بلغ المتوسط الحسابي41,83 وبانحراف المعياري2,85، وهذا ما يبين أن النتائج متركزة حول متوسطها الحسابي، وبحساب النسبة المئوية التي بلغت 69,71%, وبعد مقارنتها بالمتوسط الفرضي لبعد دافع انجاز النجاح والذي بلغت قيمته 60(الوسيط المقياس) , وهذه النسبة تنتمي إلى التقييم العالي، ومنه يستنتج الطالبان أن عينة البحث المختارة والمتمثلة في فريقي (بن عبد المالك رمضان,غالية عين تادلس) يتميزون بدافعية انجاز عالية، وهذا ما يبين أن مستوى المدرب في التحضير النفسي الذي أكدته نتائج الاستبيان الموجهة للاعبين له أهمية كبيرة على نفسية اللاعبين أثناء التدريب وفي المنافسة و بالتالي له تأثير ايجابي على دافعية الانجاز لديهم وتحسينها.وهذا ما توصلت إليه الدراسة التي قام بها الطالب لوافي محمد في رسالة الماستر 2018 على أن استخدام التحضير النفسي له أهمية بالغة على نفسية اللاعبين أثناء التدريب والمنافسة وله تأثير كبير على دافعية الانجاز لديهم.

2-3 مناقشة فرضيات البحث:

انطلقنا في بحثنا من الفرضية العامة

المعارف العلمية والمستوى الأكاديمي للمدرب وقدرته في التحكم في تقنيات التحضير النفسي لها أهمية بالغة في التأثير ايجابيا على تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم لفئة اقل من 19 سنة.

وللتحقق من الفرضية العامة علينا أولا التحقق من الفرضيات الجزئية، وذلك بمناقشتها مع النتائج المتحصل عليها بعد تحليلنا لنتائج الاستبيان ومقياس الدافعية الموجه للاعبين, والربط بين الناحية التطبيقية والنظرية لنتائج الدراسة .

2-3-1 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

المستوى المعرفي والعلمي الجيد للمدرب لمهارات وتقنيات التعامل والاتصال مع اللاعب يؤثر ايجابيا على تحسين دافعية الانجاز للاعب.

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (1،2،3،4،5،6،7،8،9),تبين أن للمدرب مستوى علمي ومعارف حديثة في تقنيات التعامل والتفاعل مع اللاعب, واستطاع التحكم في توظيفها في التدريب والمنافسة، واتضح من خلال نتائج الجداول نفسها أهمية توظيف هذه المعارف والخبرات لما لها من تأثير مباشر على توجيه سلوك

اللاعب ومعالجته وتحريك القوى الداخلية والخارجية المسؤولة عن استمرارية بذل المجهود، وهذا ما تبينه النتائج المدونة في الجدول العام رقم (24) الذي يوضح النتائج الكلية للمحور الأول الخاص بالاستبيان بحيث كانت الفروق دالة إحصائيا للذين أجابوا واثبتوا أهمية المستوى العلمي والأكاديمي في تقنيات التعامل والتفاعل مع اللاعب في تنمية رغبته في بذل المجهود.

ومن خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (25)و(26)يتضح بان اللاعبين يتميزون بدافعية انجاز عالية، وهذا ما يبين أن مستوى المدرب في تقنيات التعامل والتفاعل مع اللاعبين له أهمية كبيرة على نفسية اللاعبين أثناء التدريب وفي المنافسة, وبالتالي له تأثير ايجابي على دافعية الانجاز لديهم وتحسينها, وهذه النتيجة تتجانس مع ما توصل إليها الباحثون قزولة احمد- رقيوة لخضر- عبد الحميد حفيظ تحت عنوان التدريب النفسي في تحقيق سمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال، بالاهتمام وإدراج التدريب النفسي في البرامج التدريبية بهدف تنمية السمات الخاصة بالدافعية

وعليه نستنتج أن الفرضية الأولى قد تحققت.

2-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

كلما استطاع المدرب التحكم في ضبط انفعالات اللاعب كلما تحسنت دافعية الإنجاز.

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (10 11 12 13 14 15 16), تبين أن للمدرب القدرة في التحكم في انفعالات اللاعب وتسيير القلق الخاص بالمنافسة وتخفيض مستواه بشكل ايجابي, وكما تظهر أهمية كفاءة المدرب في التحكم الجيد في هذه المعارف من خلال النتائج في الجدول العام رقم 24 للمحور الثاني من نتائج الاستبيان, بحيث يتبين أن الفروق كانت دالة إحصائيا لصالح اللذين أجابوا و أصروا على أن تحكم المدرب في انفعالات اللاعب لها أهمية بالغة على نفسية اللاعبين وبالتالي ضمان استمرارية بذل المجهود تحت ضغط التدريب أو المنافسة

ومن خلال النتائج المدونة في الجداول رقم 25 و26, يتضح بان اللاعبين يتميزون بدافعية انجاز عالية وهذا ما يبين أن قدرة تحكم المدرب في ضبط انفعالات اللاعبين له تأثير ايجابي على دافعية الانجاز لديهم وتحسينها, وهذه النتيجة تتجانس مع ما توصل إليها الباحث مخانق عبد القادر في دراسته تحت عنوان عدم استقرار المدربين

وتأثيره على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة, بحيث توصل إلى أن الجانب السيكولوجي للاعبين له دور وأهمية في تطوير دافعية الانجاز خلال المنافسات.

وعليه نستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت.

2-3-3 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

كلما استطاع المدرب الوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين كلما زادت دافعية الانجاز لديهم.

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم(17 18 19 20 21 22 23), تبين أن للمدرب المقدرة على التحكم, للوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين وتوظيفها ; وبالتالي مساعدة اللاعب على تجاوز المواقف الصعبة, والقيام بالأدوار المنتظرة منهم بنفسية متزنة, كما تظهر قدرة وكفاءة المدرب من خلال نتائج الجدول العام رقم 24 لنتائج المحور الثالث للاستبيان, بحيث يتبين أن الفروق كانت دالة إحصائيا لصالح اللذين أجابوا أصروا على أنه كلما استطاع المدرب في الوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين تأثرت دافعيتهم ايجابيا .

ومن خلال النتائج المدونة في الجداول رقم 25 و26, يتضح بان اللاعبين يتميزون بدافعية انجاز عالية وهذا ما يبين مدى أهمية قدرة المدرب في الوصول إلى التعبئة النفسية للاعب على تحسين دافعية الانجاز وهذه النتيجة تتجانس مع ما توصل إليه

الباحث لوافي محمد في دراسته, تحت عنوان أهمية التحضير النفسي للمدرب في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة الأكابر, بحيث توصل أن للتحضير النفسي أهمية كبيرة على الجانب النفسي وبالتالي يؤثر تأثيرا كبيرا على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم وعليه نستنتج أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

ومن خلال عرضنا وتحليلنا ومناقشتنا لجميع النتائج المحصل عليها, والتي حققت فرضيات البحث الجزئية, أكدت التأثير الايجابي لاستخدام تقنيات التحضير النفسي بشكل علمي ومنهجي وبعيدا عن العشوائية على نفسية اللاعبين وهذا ما يفسر دافعيتهم للانجاز ذات تقييم عالي،وهذا أيضا ما توصلت إليها الدراسات المشابهة من نتائج تؤكد أهمية استخدام التحضير النفسي في تحسين دافعية الانجاز،من جهة أخرى المدرب هو المسؤول المباشر على تطبيق هذه التقنيات ويسهل عليه الوصول إلى أهداف التحضير النفسي بالاعتماد على تكوينه علمي في هذا المجال، وهذا ما يفسر الانعكاس الايجابي على دافعية الانجاز وبالتالي أصبح مستواه ضرورة لتحسين دافعية اللاعب.

ومنه نستنتج أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت والمتمثلة في أن المعارف العلمية والمستوى الأكاديمي للمدرب وقدرته في التحكم في تقنيات التحضير النفسي لها أهمية

بالغة في التأثير ايجابيا على تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم لفئة اقل من 19 سنة.

4-2 الاستنتاجات:

في حدود عينة البحث والمنهج المستخدم ووسائل جمع البيانات وفي ضوء التحليل الإحصائي وبعد تفريغ الاستمارات ومعطيات مقياس الدافعية والمعالجة الإحصائية التي طبقت عليها الدراسة الأساسية يمكن استنتاج ما يلي:

1-تحكم المدرب الجيد في مهارات الاتصال وتقنيات التواصل والتفاعل مع اللاعبين لها أهمية بالغة في بناء علاقة ايجابية بين المدرب واللاعب وبالتالي تحسين دافعية الانجاز للاعبين سواء في التدريب أو المنافسة .

2-إدراك المدرب لفن التعامل مع اللاعب وخاصة العدالة في اتخاذ القرارات يدفع اللاعب إلى قبول المزيد من المهام وبالتالي تنمية دافعتيه للانجاز.

3-المستوى العلمي والأكاديمي للمدرب ومدى إلمامه بمنهجية ضبط انفعالات اللاعب، وخاصة تحكمه في طرق وأساليب تنمية الثقة بالنفس المثلى والتسيير الايجابي لمستوى القلق للاعب، لها أهمية بالغة وكبيرة في تحسين وتنمية دافعية الانجاز للرياضي.

4-مستوى المدرب في التحكم المنهجي والعلمي في تبسيط المهام والأدوار الخاصة باللاعب وجعلها تتماشى مع قدراته الفعلية والحقيقية، تساعد على زيادة دافعية الانجاز للاعب .

5-تنمية وتحسين دافعية الانجاز للاعب كرة القدم تتأثر بمدى قيام المدرب بتطبيق تقنيات التحضير النفسي بشكل علمي ومنهجي.

6-الكفاءة العلمية للمدرب والتحكم الجيد في تقنيات تسيير التعبئة النفسية المثلى، وإدراكه بأهمية الحالة النفسية للاعب واكتسابه المعارف الخاصة بكيفية التحفيز وتطبيقه لمفهوم الانتقاد الايجابي، لها أهمية بالغة على الحالة النفسية والمعنوية للاعبين سواء أثناء التدريب أو المنافسة، وبالتالي تؤدي إلى تحسين وتنمية دافعية الانجاز لديهم.

2-5 التوصيات و الاقتراحات:

هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة لتسليط الضوء على مدى أهمية المستوى العلمي والأكاديمي لمدرب كرة القدم في مجال التحضير النفسي، لتحسين دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم لفئة اقل من 19 سنة, ويمكن إن نضع مجموعة من التوصيات تخص المنظومة الكروية الجزائرية والمعاهد الخاصة بالتربية البدنية والرياضة.

- ينبغي على المدرب الاطلاع على مستجدات العلوم والبحوث المختصة بالجانب النفسي وتحيين مكتسباته بشكل مستمر .
- لكي يكون المدرب ناجحا لابد أن يجيد عمليات الاتصال, وان يكون متصلا جيدا ومؤثرا في المواقف.
- على المدرب أن يقيم نفسه ليعرف ما إذا كان اتصاله ايجابيا أم سلبيا.
- أن يكون للمدرب مهارات حسن الاستماع وتجنب مقاطعة اللاعب.
- على المدرب خلق جو المنافسة أثناء التدريب بنفس وتيرة المنافسات الرسمية للتحكم في الضغوط المختلفة.
- إجراء تربص في دورات تكوينية لصالح المدربين والمنظمين للمنافسات الرياضية خاصة في الجانب النفسي لتعميم الفائدة.

- يجب على المدرب زيادة على خبرته الفنية والتقنية وأن يكون ملما بمبادىء التسيير والتقنيات الخاصة للوصول بالرياضي للتعبئة النفسية المثلى لتحسين دافعية الانجاز.

الخلاصة

إن لكل بداية نهاية ولكل منطلق هدف مسطر ومقصود، فقد بدأ الطالبان دراستهما بجمع المعلومات الخاصة بموضوع البحث وكذا الإطلاع على مختلف الدراسات المرتبطة به ومختلف البحوث في مجال التحضير النفسي الرياضي وأيضا الدراسات التي تناولت المهارات النفسية في المجال الرياضي،وبعدها حاول الطالبان الإجابة على جملة من التساؤلات التي تصب كلها في الكشف عن تأثير مستوى المدربين في التحضير النفسي المقترح على تنمية دافعية الإنجاز الرياضي، خلال مرحلة التدريب و المنافسة للرفع من مستوى الأداء الرياضي للاعبي كرة القدم لفئة الأواسط.

لقد أصبح التدريب الرياضي علما كباقي العلوم يستمد قوانينه من معارف وعلوم معينة،ويسعى إلى تكوين الرياضي تكوينا منهجيا من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية هذا ما يمكنه من تحقيق أفضل المستويات الإنجاز الرياضي، ولقد مر التدريب الرياضي في مجال كرة القدم بمراحل عديدة كان الهدف منها دائما هو البحث عن أفضل الطرق والمناهج التي عن طريقها تتطوير الحالة التدريبية للرياضي وخاصة الحالة النفسية وذلك من أجل تحضيره لخوض مختلف المنافسات والحصول على أفضل النتائج بأداء رياضي جيد.

في الآونة الأخيرة شهد التدريب الرياضي تطورا كبيرا على الصعيد العالمي في مختلف الفعاليات والأنشطة الفردية والجماعية،وهذا التطور لم يكن ناتجا من فراغ و إنما نتيجة

اعتماد المختصين في هذا المجال على العلم والتكنولوجيا ومختلف البحوث والدراسات التي أنجزت في المجال الرياضي عامة والتدريب الرياضي بصفة خاصة،وكرة القدم من بين الأنشطة الرياضية التي أخذ فيها التدريب الرياضي أشكالا وأساليب كان لها الأثر الإيجابي في الرفع من مستوى الأداء البدني و المهاري والخططي والنفسي ,مما أدى إلى تحقيق النتائج الجيدة ولأن كرة القدم تتميز بالأداء الفني العالي والمجهود القصير والشديد والسريع في آن واحد, ألزم المدربين استخدام أساليب تدريبية أكثر فعالية والتي تتناسب مع طبيعة هذا النشاط والتي من خلالها تتطور وتنمو الصفات البدنية و المهارية والنفسية الأساسية في هذه الرياضة.

ومن السمات التي يجب بأن تكون حاضرة عند لاعب كرة القدم ومتصلة به أساسا هي الرغبة في مواصلة المجهود ذلك أن التدريب الرياضي الجيد يعتمد على هذه النقطة الفعالة التي تعتمد على الشجاعة وتحمل المسؤولية ومواجهة ظروف المنافسة والقدرة على اتخاذ القرار في المواقف الصعبة كما لا يمكن للاعب أن يكون لديه الغرور الذي قد يؤدي به إلى اتخاذ قرارات خاطئة أو بذلك يفقد السيطرة على حالته النفسية قبل،أثناء وبعد المنافسة.

كما تبين لنا من خلال الدراسة أن مستوى المدرب في تحضير النفسي للاعبين له تأثير كبير على تنمية دافعية الإنجاز الرياضي وبالتالي الرفع من مستوى الأداء

الرياضي حيث يعتبر التحضير النفسي من أهم العوامل المساعدة في أداء اللاعبين و تحقيق إنجاز أفضل.

قائمة المراجع

قائمة المراجع باللغة العربية

الكتـب:

1- ابراهيم شعلان. (1994). فيزيولوجية التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

2- ابراهيم قشقوش. (1979). الدافعية للانجاز وقياسها. القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية.

3- ابو شقة سعد ابراهيم. (2000). دافعية الانجاز. القاهرة: مكتبة النهضة.

4- احمد الباسطي.ا (1990) .التدريب والاعداد البدني في كرة القدم .القاهرة :دار المعارف.

5- احمد حسن محي الدين. (1979). دراسات الدوافع والدافعية. القاهرة: دار المعارف.

6- احمد عبد الخالق. (1991). دافع الانجاز وعلاقته بالقلق. دراسات نفسية . القاهرة.

7- اسامة كمال. (2004). التدريب الرياضي للقرن 21. عمان: جامعة اردنية.

8- اسامة كمال راتب. (2000). تدريب المهارات النفسية (المجلد ط1). القاهرة: دار الفكر العربي.

9- اسعد محمود موفق. (2008). المهارات الاساسية في كرة القدم. عمان: دار دجلة للنشر والتوزيع.

10- اسماعيل واخرون محمد الفقهي. (2001). علم النفس التربوي . الرياض: مكتبة العبيكان.

11- البيساطي امرالله. (1998). قواعد واسس التدريب. الاسكندرية: منشأة المعارف.

12- العنشري علي خليفة. (1987). كرة القدم. طرابلس: الجماهيرية العربية.

13- امر الله، و امرالله. (1998). سيكولوجية التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

14- جابر محمد. (2005). المنظومة المتكاملة في التدريب الرياضي. الاسكندرية: منشأة المعارف.

15- جلال سعد. (1963). الدافعية في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر.

16- جميل رومي. (1986). كرة القدم. بيروت: دار النفائس.

17- جميل رومي. (1986). كرة القدم. بيروت: دار النفائس.

18- جنان سعيد الرحو. (2005). اساسيات علم النفس. بيروت: دار العربية للعلوم.

19- حسن ابو رياش. (2006). الدافعية والذكاء العاطفي. عمان: دار الفكر.

20- حسن السيد ابو عبدو. (2002). الاعداد المهاري للاعبي كرة القدم. الاسكندرية: مطابع الاشعاع الفنية.

21- حسن عبد الجواد. (1998). المبادئ الاساسية للالعاب الاعدادية والقانون الدولي. بيروت: دار العلم للملايين.

22- حماد مفتي ابراهيم. (2001). التدريب الرياضي الحديث. القاهرة: دار الفكر العربي.

23- رشدي محمد عادل. (1996). علم النفس التجريبي الرياضي. طرابلس: دار الجماهيرية للنشر والتوزيع.

24- زكي. (2008). علم التدريب. القاهرة: دار الفكر العربي.

25- سعد ,ج .(1974) .المرجع فى علم النفس .بيروت :مؤسسة المعارف للطباعة والنشر.,

26- شفيق علاونة. (2004). علم النفس العام. عمان: دار الميسر والنشر.

27- شفيق محمد. (1985). البحث العلمي: خطوات المنهجية إلعداد البحوث االجتماعية. االسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

28- صالح الوحش محمد عبدو، و محمد مفتي ابراهيم. (1994). اساسيات كرة القدم. القاهرة: دار المعرفة.

29- صالح محمد عبدو. (1994). اساسيات كرة القدم. القاهرة: دار المعرفة.

30- عبد الحق لحمر. (1997). كتاب منهجي لطلبة واساتذة التربية البدنية والرياضية. مستغانم.

31- عبد الخالق احمد محمد، و مایاسة النیال. (1991). دافع الانجاز وعلاقته بالقلق والانبسط مجلة الدراسات النفسية. القاهرة.

32- عبد الطيف محمد خليفة. (2000). الدافعية للانجاز. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

33- عبد القادر ابوالعلى. (1997). فيزيولوجية التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

34- عبد اللطيف خليفة. (2000). الدافعية للانجاز. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

35- عبد الله عبد العظيم حمدي. (بدون سنة). البرامج الارشادية. القاهرة: مكتبة اولاد الشيخ للتراث.

36- عبد الله معتز. (1990). الدافعية في علم النفس العام. القاهرة: مكتبة غريب.

37- عبد الله معتز. (1990). الدافعية في علم النفس العام. القاهرة: مكتبة غريب.

38- علاونة شفيق. (2004). الدافعية في علم النفس العام. عمان: دار النشر والتوزيع.

39- علي عماد الدين. (2008). التدريب الرياضي للناشئين. القاهرة: دار الفكر العربي.

40- عمار بحوش، و الذنياب. (1995). منهجية البحث العلمي وتقنياته في العلوم الاجتماعية. برلين: المركز الديمقراطي العربي.

41- فيصل رشيد عياش الدليمي. (1997). كتاب منهجي لطلبة واساتذة التربية البدنية والرياضية. مستغانم: جامعة مستغانم.

42- فوزي احمد امين. (2003). مبادئ علم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

43- كامل راتب اسامة. (2000). علم النفس الرياضية (المفاهيم-التطبيقات) (المجلد ط3). القاهرة: دار الفكر العربي.

44- كامل طه لويس نزار مجيد. (1980). علم النفس الرياضي. بغداد: جامعة بغداد كلية الرياضة.

45- كمال الدين عبدالدرويش. (2003). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

46- كمال الدين عبدالدرويش، و واخرون. (2003). الاعداد النفسي في كرة القدم. القاهرة: دار الكتاب للنشر.

47- لوصيف رابح. (1993). الاعداد النفسي للمنافسات الرياضية. قسنطينة: المعهد الوطني للتكوين العالي في علوم التكنولوجية الرياضية.

48- مأمور حسن سلمان. (1998). كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية (الإصدار ط2). لبنان: دار ابن حزم.

49- محمد العربي شمعون. (1999). علم النفس الرياضي والقياس النفسي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

50- محمد العربي شمعون. (2003). علم النفس الرياضي والقياس النفسي. القاهرة: مرز الكتاب للنشر.

51- محمد بدر الدين طارق، و امين فوزي احمد. (2001). سيكولوجية الفريق الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

52- محمد بدوي. (ب/س). المنهجية في البحوث والدراسات ألادبية. تونس: دار الطباعة والنشر.

53- محمد حازم ابو يوسف. (2005). اسس اختيار الناشئين في كرة القدم. الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.

54- محمد حسن علاوي. (1999).البحث العلمي في التدريب الرياضي وعلم النفس .القاهرة.دار الفكر العربي

55- محمد حسن علاوي. (1999). البحث العلمي في التدريب الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي.

56- محمد حسن علاوي. (2002). علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة: دار المعارف .

57- محمد حسن علاوي. (1978). علم النفس الرياضي. القاهرة: مؤسسة المعارف للطباعة والنشر.

58- محمد حسن علاوي. (1994). علم النفس الرياضي (المجلد ط2). القاهرة: دار المعارف.

59- محمد حسن علاوي. (2009). مدخل في علم النفس الرياضي. قاهرة: دار الكتاب للنشر.

60- محمد حسين علاوي. (1999). البحث العلمي في التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

61- محمد صبحي. (2002). اللياقة البدنية ومكوناتها. القاهرة: دار الفكر العربي.

62- محمد عبد الحفيظ اخلاص. (2002). علم النفس الرياضي مبادئ وتطبيقات. القاهرة: دار العالمية للنشر.

63- محمد مفتي ابراهيم. (1998). الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم. عمان: دار الفكر العربي.

64- محـي الدين احمد حسن. (1998). دراسات الدوافع والدافعية. القاهرة: دار المعارف.

65- مختار حنفي. (1988). الاسس العالمية في تدريب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.

66- مختار محـي الدين. (1982). محضرات في علم النفس الاجنماعي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

67- معتز عبد الله. (2002). الدافعية في علم النفس . القاهرة: مكتبة غريب.

68- معتوق ف.(1998) .

69- مفتي حماد ابراهيم. (2001). التدريب الرياضي الحديث. القاهرة: درا الفكر العربي.

70- موسى رشاد عبد العزيز. (1988). الفروق بين الجنسين في دافع الانجاز. مجلة علم النفس الهيئة المصرية للكتاب . القاهرة..

71- نبيلة سلوى عز الدين. (2003). التدريب الرياضي الحديث. القاهرة: دار الفكر العربي.

72- وجدي مصطفى الفاتح، و محمد لطفي السيد. (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضى للاعب والمدرب. المينيا: دار الهدى للنشر والتوزيع.

قائمة المراجع باللغة الفرنسية :

73- alalphilippe. (1983). manuel de psychologie du sport.

74- bayer, c. (1995). formation des joueur. paris: E.d vigot.

75- caballero, E. (2005). footballe entrainement pour tous . paris: Editions Amphora .

76- FAF. (2006). Un guide d'application pour simplifier les lois du jeu. Ain Melilla: Dar El Hoda

77- hamid, g. (1990). sport algerien . rouiba alger.

78- hilgrad, e. (1999). introduction de psyckologie. tikinson.

79- ladiscal, c. (1996). L'entrainement de foot balle. bruxelle: bros.

80- maclow, a. (1954). motivation and personality. new york: harper ow pub .

81- Norbert Sillamy .*(1991)* .Larousse dictionnaire de psychologie . Paris: Montparnasse.

82- williams, d. (1976). football staff organi. scholasticscaoch , 79

الأطروحات والرسائل الجامعية :

83- احمد الشربيني زكريا. (1981). التوافق النفسي وعلاقته بدافع الانجاز بمرحلة الطفولة المتأخرة. رسالة دكتوراه . القاهرة، عين الشمس.

84- بلقاسم تكي، و واخرون. (1991). دور الصحافة الرياضية المرئية في تطور كرة القدم الجزائرية مذكرة ليسانس. معهد التربية البدنية والرياضية الجزائر.

85- حكيم حمزاوي. (2014). الثقة بالنفس والتوجيه نحو المنافسة اطروحة دكتوراه. الجزائر.

86- فوزي احمد. (2004). السلوك القيادي وعلاقته بتماسك الفريق رسالة ماجيستار. القاهرة.

87- محمد هدى. (1997). تأثير تنمية المرونة الخاصة على مستوى اداء بعض الحركات الارضية اطروحة ماجيستار. القاهرة.

المجلات العلمية :

88- مجلةالحوادث. (23 04, 2000). مجلة الحوادث ، 10.

89- مجلةالرياضي العربي. (1985). مجلة الوطن الرياضي (89)، 32

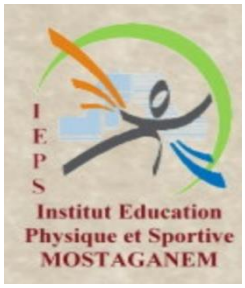
90- موسى ,عبد الله .عماد الدين ,ص .(s.d.) .مجلة علم النفس

المواقع الاليكترونية:

91- www.alhiwar.info/topic.afp

قائمة الملاحق

الملحق رقم 01:استمارة تحكيم استبيان



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم

قسم:التدريب الرياضي

تخصص:التحضيرالنفسي الرياضي

استمارة تحكيم استبيان

أتقدم إلى سيادتكم المحترمة لتحكيم الاستبيان المخصص لقياس دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم فئة اقل من 19 سنة

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص التحضير النفسي الرياضي تحت عنوان أهمية مستوى المدرب في التحضير النفسي لتنمية دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم لفئة اقل من 19 سنة

من إعداد الطالبان : خوصة بخوصة تحت إشراف : أ الدكتور بومسجد ع

موفقي عبدالناصر

المحور الأول: **المستوى المعرفي لمهارات التعامل والاتصال**

المحور الثاني: تحكم **المدرب في ضبط انفعالات اللاعب**

المحور الثالث: التعبئة **النفسية المثلى للاعب**

قسم الاستبيان إلى ثلاثة محاور وذلك للإجابة على الفرضيات الخاصة بالبحث

بهدف جمع البيانات المتعلقة بمستوى المدرب المعرفي والأكاديمي في مجال التحضير النفسي

ملاحظات خاصة بالتصحيح والتعديل:

رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
07	ماهو شعورك لما يقوم المدرب بتحضيرك ذهنيا؟	هل تشعر بالثقة و قدرتك على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة ؟
12	ما معنى الثقة التي تحتاجها من مدربك ؟	هل ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة؟
14	هل تفسيرك لملامح المدرب تجعلك تصحح أخطائك ؟	هل يزداد تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك؟
18	هل علاقتك بالتدريب أساسها تحفيز المدرب لك ؟	هل يقل اهتمامك بالتدريب والمنافسة لما يحفزك المدرب بشكل مستمر ؟

قائمة الأساتذة المحكمين لإستمارة الاستبيان

اللقب والاسم	الدرجة العلمية	الجامعة	الامضاء

2020-2019

الملحق رقم 02: استمارة استبيان خاصة باللاعبين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم

قسم: التدريب الرياضي

تخصص: التحضير النفسي الرياضي

استمارة الاستبيان خاصة باللاعبين

تحية طيبة

أتقدم إلى سيادتكم المحترمة **في إطار انجازنا لرسالة تخرج لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية تخصص التحضير النفسي الرياضي**

تحت عنوان أهمية مستوى المدرب في التحضير النفسي في تنمية دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم فئة اقل من 19 سنة

نضع بين يديك استمارة

نرجو منكم الإجابة عن هذه العبارات بكل دقة ووضوح وذلك بوضع علامةX في الخانة المناسبة حيث أنه بإجابتكم الدقيقة والواضحة على هذه العبارات تكونوا قد ساهمتم في إثراء هذا البحث.ولكم منا جزيل الشكر و التقدير.

المحور	الرقم	العبارة	غالبا	احيانا	نادرا
المستوى المعرفي لمهارات التعامل والاتصال	01	هل توجد سهولة في مواصلة الأداء عندما تشعر بتفاعل المدرب معك؟			
	02	هل نصائح المدرب أثناء التدريب والمنافسة تساعدك في إظهار قدراتك ؟			
	03	هل يقل مجهودك لما يتدخل المدرب معك بقرارات واضحة ؟			
	04	هل تستمر في أدائك لما ينتقدك المدرب أمام زملائك بشكل ايجابي؟			
	05	هل تشعر بالكفاءة عندما يتعامل معك المدرب بإهتمام ؟			
	06	هل تستطيع تقبل أي قرار لما يكون المدرب عادلا في معاملته مع جميع اللاعبين ؟			
تحكم المدرب في ضبط انفعالات للاعب	07	هل تشعر بالثقة و قدرتك على تجاوز الارتباك بعد التحضير الذهني من طرف المدرب قبل المنافسة ؟			
	08	هل تكون سعيدا وفخورا لما تتغلب على القلق قبل المنافسة؟			
	09	هل تشعر بالارتياح لما تجد سهولة في القيام بالمهام والأدوار المطلوبة منك؟			
	10	هل تشعر بالارتياح لما تلاحظ مساندة المدرب لك في المواقف الصعبة ؟			
	11	هل تحاول مواجهة المواقف الصعبة لتخوفك من الفشل لما يوجهك المدرب؟			
	12	هل ثقة التي تكتسبها من المدرب تجعلك تواجه المواقف الصعبة بكل سهولة؟			
	13	هل تشعر بنقص التوتر لما تفكر في الصعوبات التي قد تواجهك في المنافسة بعد سماعك لإرشادات المدرب ؟			
	14	هل يزداد تعلقك بالتدريب لما ينتقدك المدرب بطريقة تصحح بها أخطائك؟			

التعبئة النفسية المثلى للاعب	15	هل تشعر بالراحة النفسية لتواجد مدربك في الظروف الصعبة ؟			
	16	هل تكون لديك رغبة عالية لكي تكون ناجحا لما يشجعك المدرب؟			
	17	هل تحاول مواصلة التدريب والمنافسة بسبب تحفيزك من المدرب ؟			
	18	هل يقل اهتمامك بالتدريب والمنافسة لما يحفزك المدرب بشكل مستمر ؟			
	19	هل يتفاعل المدرب مع حالتك النفسية بشكل ايجابي ؟			
	20	هل تستطيع مواصلة بذل المجهود لما يهتم المدرب بحالتك النفسية ؟			

الملحق رقم 03: مقياس دافعية الانجاز

الرقم	العبـــــارات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
01	أجد صعوبة في محاولة النوم عقب الهزيمة في المنافسة					
02	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه .					
03	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ .					
04	الإمتياز في الرياضة لا يعتبر من الأهداف الأساسية .					
05	أحس غالبا بالخوف قبل إشتراكي في المنافسة مباشرة .					
06	أستمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة .					
07	أخشى الهزيمة في المنافسة .					
08	الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد .					
09	في بعض الأحيان عندما أتهزم في المنافسة فإن ذلك يضايقني لعدة أيام .					
10	لي إستعداد للتدريب طوال العام بدون إنقطاع لكي أنجح في رياضتي .					
11	لا أجد صعوبة في النوم ليلة إشتراكي في المنافسة .					
12	الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا.					
13	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية .					
14	أفضل أن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية .					
15	عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة .					
16	لدي رغبة عالية جدا كي أكون ناجحا في رياضتي.					
17	قبل إشتراكي في المنافسة لا أنشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة أو عن 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 .					

الملحق رقم 04:

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم

قسم: التدريب الرياضي

تخصص: التحضير النفسي الرياضي

عنوان البحث /أهمية مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي في تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم فئة اقل من 19 سنة

التساؤل العام للبحث / هل مستوى المدرب في مجال التحضير النفسي له أهمية في تحسين دافعية الانجاز للاعبي كرة القدم ؟

تصميم الاستبيان /

المحور الاول : **المستوى المعرفي لمهارات التعامل والاتصال**

للإجابة على الفرضية الأولى وهي / المستوى المعرفي الجيد للمدرب لمهارات وتقنيات التعامل والاتصال مع اللاعب يؤثر ايجابيا على تحسين دافعية الانجاز للاعب

المحور الثاني: **تحكم المدرب في ضبط انفعالات اللاعب**

1 **للإجابة على الفرضية الثانية وهي/** كلما استطاع المدرب التحكم في ضبط انفعالات اللاعب كلما تحسنت دافعية الانجاز

المحور الثالث: التعبئة **النفسية المثلى للاعب**

للإجابة على الفرضية الثالثة وهي / كلما استطاع المدرب الوصول إلى التعبئة النفسية المثلى للاعبين كلما زادت دافعية الانجاز لديهم

قسم الاستبيان إلى ثلاثة محاور وذلك للإجابة على الفرضيات الخاصة بالبحث

كما اعتمدنا على مقياس دافعية الانجاز المعرب من طرف الباحث محمد حسن علاوي والذي يتضمن بعدين أساسيين هما :

دافع انجاز النجاح ودافع تجنب الفشل ويجيب على الأسئلة وفق 5 درجات :

- بدرجة كبيرة جدا– بدرجة كبيرة–بدرجة متوسطة–بدرجة قليلة –بدرجة قليلةجدا

أبعاد دافعية الانجاز	أرقام العبارات الايجابية	أرقام العبارات السلبية	عدد العبارات
دافع النجاح	20-18-16-12-10-6-2	14-8-4	10
دافع تجنب الفشل	-15-13-9-7-5-3-1	19-17-11	10

ويتم تصحيح عبارات المقياس كالأتي :

	بدرجة كبيرة جدا	**بدرجة كبيرة**	**بدرجة متوسطة**	**بدرجة قليلة جدا**	**بدرجة قليلة جدا**
العبارات الايجابية	5 درجات	4 درجات	3 درجات	2 درجات	1 درجة
العبارات السلبية	1 درجة	2 درجات	3 درجات	4 درجات	5 درجات