

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التدريب الرياضي (LMD)

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في التدريب الرياضي

تحت عنوان :

الرضا الحركي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة

تحت إشراف:

أ- كحلي كمال

من إعداد الطلبة:

- بلعالم أمين

- بوطالب علي

- ابراهيم محمد

السنة الجامعية 2015/2016

شكر وتقدير

نشكر الله عز وجل الذي وفقنا في انجاز هذا
البحث

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من قدم
لنا يد المساعدة في إتمام هذا البحث
المتواضع ونخص بالذكر أستاذنا الفاضل
كمال كحلي الذي لم يبخل علينا بعطائه
العلمي وأرائه وأفكاره ونصائحه
وإرشاداته من خلال مراحل هذا البحث منذ
أن كان فكرة حتى صار بحث، ولا ننسى
أساتذتنا الكرام بمعهد التربية البدنية
والرياضية، ونحن نكن لهم فائق التقدير
والاحترام ونشكرهم جزيل الشكر على ما
قدموه لنا طوال فترة الدراسة .

كما لا يفوتنا أن نشكر كل من ساهم من
قريب أو من بعيد في إنجاز العمل
المتواضع .

- بلعالم أمين

- بوطالب علي

- ابراهيم محمد

الإهداء

إلى من يحمل صدارة إهدائي وطني الغالي
الجزائر

إلى من اشترت راحتي وسعادتي بتعبها وشقائها
إلى أغلى اسم نطقه لساني أمي

إلى من كان لي بمثابة الشمعة التي تحترق
لتنير طريق دربي إلى نعم المثل ونعم القدوة
أبي

لكما يا أغلى ما أملك في الحياة والدنيا
الكريمين

إلى كل إخوتي وأخواتي

إلى أعمامي وعمتي وأبنائهم، وأخوالي
وخالاتي وأبنائهم.

إلى من قضيت معهم أجمل أيام الجامعة وطوال
فترة الدراسة

إلى من أحمل لهم في قلبي مشاعر الحب والخير

إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد في
إنجاز هذا البحث المتواضع

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا.

علي
علي

الإهداء

الحمد لله ومهما حمدناه لن نستوفي في حدود الصلاة والسلام على خير المرسلين أهدي ثمرة جهدي هذا العمل المتواضع

إلى التي أفنت عمرها لأجلي وحملتني وهن على
وهن "أمي" رعاها الله

إلى الذي علمني معنى الحياة وأنار لي طريقي وشقي
لأجلي "أبي" حفظه الله

إلى الذي وجهنا عند الخطأ وشجعنا عند الصواب ولم
يبخل علينا بصغيرة ولا بكبيرة الأستاذ المشرف
"كمال كحلي".

إلى كل أفراد عائلتي

إلى جميع الأهل والأقارب والأصدقاء وكل من أعرفهم
من قريب أو بعيد.

إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد في
إنجاز هذا البحث المتواضع

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا.

أصين

الإهداء

إلى من قال فيهما المولى عز وجل وبالوالدين
إحسانا إلى النور الذي أضاء دربي وجعل السعادة
رمزا يحمله قلبي إلى رجائي في شذتي و عزائي إلى من
كرسا حياتهما في سبيل إعدادي و إسعادي إلى من تعبأ
في حياتهما من اجل تربيتي و تعليمي و سأظل اعترف
بجميلهما مدى الحياة إلى القلبين اللذين لا يعرفان
إلا الحب و العطاء إلى أول كلمة نطقها لساني إلى
رمز العطف و الحنان إلى روح التي أسأل الله العزيز
القدير أن يتغمدها برحمته و يسكنها فسيح جناته و
إلى الذي لبس ثوب التعب و ألبسني ثوب الراحة و
الهناء إليك العزيز، إلى من أحبهم حبا جما إلى
سندي إخوتي ، ، ، ،

إليكن أبناء أختي الأعزاء و إلى جدتي العزيزة و إلى
المرحومة ابنة عمتي أسأل الله أن يتغمدها برحمته
إلى جميع أفراد العائلة الكريمة إليكم جميعا اهدي
هذا العمل.

محلى

ملخص البحث

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الرضا الحركي ودافع الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة حيث إفترضنا في هذه الدراسة انه توجد علاقة ايجابية دالة احصائيا بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة حيث طبقت هذه الدراسة على عينة من لاعبي كرة الطائرة اقل من 17 سنة والممثلين لنادي المحمدية ولاية معسكر تم اختيارهم بالطريقة العمدية والبالغ عددهم 12 لاعب وقد شكلت نسبة عينة البحث (100%) من المجتمع الأصلي استخدم الباحثون أدوات المقاييس الى جانب المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لأنه الأفضل والأسهل نظرا لملائمته لطبيعة هذا البحث وكانت أهم الإستنتاجات التي توصل إليها الباحثون أنه :

- توجد علاقة ايجابية دالة احصائيا بين الرضا الحركي ودافع الإنجاز لدى عينة البحث.
- توجد علاقة ايجابية دالة احصائيا بين الرضا الحركي وبعد دافع انجاز النجاح.
- توجد علاقة ايجابية دالة احصائيا بين الرضا الحركي وبعد تجنب الفشل.

ويوصي الباحثون بما يلي:

- ضرورة الإهتمام بوجود أخصائي نفسي رياضي لتقديم الخدمات النفسية لأعضاء الفريق وذلك بمساعدتهم على تحقيق التفاهم بينهم وبين الأجهزة الفنية والإدارية.
- تحسين المناخ الإجتماعي للاعبين وتدعيم العلاقات الإجتماعية بينهم وبين المدرب.
- دور الأخصائي النفسي في مساعدة اللاعبين على زيادة معدلات ثقتهم في أدائهم الحركي.
- التأكيد على تدعيم مفهوم الرضا الحركي للرياضيين من خلال استعمال وسائل - التهيئة النفسية كالأحاديث الحيوية وتأييد المشجعين ووضوح الأهداف وغيرها .

الكلمات المفتاحية : الرضا الحركي - دافعية الإنجاز - كرة الطائرة .

أ	إهداء(1)
ب	إهداء(2)
ج	إهداء(3)
د	شكر وتقدير
هـ	ملخص البحث

قائمة المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

قائمة الملاحق

التعريف بالبحث

01.....	مقدمة
04.....	1 المشكلة
07.....	2- أهداف البحث
07.....	3- فرضيات البحث
07.....	4- أهمية البحث
08.....	5- تحديد مفاهيم و مصطلحات البحث
10.....	6- الدراسات السابقة والمشاهدة
14.....	7- التعليق على الدراسات السابقة
15	8- نقد الدراسات
17	9- خلاصة

الباب الأول الدراسة النظرية

الفصل الأول: الرضا الحركي

18.....	تمهيد
19.....	1- مفهوم الرضا الحركي
19.....	2- أهمية الرضا الحركي
20.....	3- متغيرات الرضا الحركي
22.....	4- العوامل المؤثرة في الأداء الحركي
22.....	4-1- التدريب الرياضي
22.....	4-2- الضغوط البيئية
22.....	5- إجراءات تكوين الرضا الحركي
24.....	6- العوامل المؤثرة في التعلم الحركي
24.....	6-1- تصميم الهدف
26.....	6-2- المخزن الحركي والتجارب الحركية
26.....	2 - 2 الاعتراف بالجهد الفردي
27.....	7- مبادئ التعلم الحركي
27.....	7-1- الإستيعاب
27.....	7-2- الوضوح
28.....	7-3- السهولة
28.....	7-4- التدرج
28.....	7-5- التشويق والإثارة
29.....	7-6- الإتقان والثبات والتجارب السابقة
29.....	7-7- الممارسة
29.....	7-8- دافع الحركة والمران
30.....	7-9- تأثير المجتمع و البيئة
30.....	7-10- النضوج
30.....	7-11- النمط الجسمي و القوام
30.....	7-12- المزاج و أنماطه
31.....	خلاصة

الفصل الثاني: دافعية الإنجاز

32.....	تمهيد
33.....	1- مفهوم الدافعية.....
33.....	2- أهمية الدافعية في المجال الرياضي.....
34.....	3- مفهوم دافعية الإنجاز.....
36.....	3-1 النظريات التي فسرت دافع الإنجاز
36.....	3-1-1 نظرية هنري موراي.....
37.....	3-1-2 نظرية ماكلييلاند
38.....	3-1-3 نظرية أتكينسون.....
39.....	3-1-4 نظرية العزو
39.....	3-1-4-1 نظرية روتر
40.....	3-1-4-2 نظرية هايدر
40.....	3-1-4-3 نظرية فينر
41.....	3-1-5 نظرية راينر روبن
41.....	3-1-6 نظرية كيوكللا
42.....	3-1-7 نظرية لدسي ورايان
42.....	3-2 مناقشة النظريات التي فسرت دافع الإنجاز.....
44.....	4 أهمية دافع الإنجاز والمنافسة الرياضية للناشئ (المراهق).....
44.....	4-1 اختيار النشاط
44.....	4-2 الجهد من أجل تحقيق الأهداف
44.....	4-3 المثابرة.....
44.....	5 مكونات دافع الإنجاز نحو النشاط الرياضي.....
.....	خلاصة

2- خصائص الكرة الطائرة

- 1- خصائص الكرة الطائرة.....47
- 2-1 المهارات الأساسية في الكرة الطائرة.....47
- 2-1-1 وقفة الاستعداد.....48
- 2-1-2 مهارة الإرسال.....49
- 2-1-3 مهارة الاستقبال.....50
- 2-1-4 التمير.....52
- 2-1-5 مهارة الإعداد.....53
- 2-1-6 مهارة الضرب الساحق.....54
- 2-1-7 مهارة حائط الصد.....55
- 2-8 مهارة الدفاع عن اللعب.....55
- 2-9 الإرتقاء.....56
- خلاصة.....57

3- الفئة العمرية

- تمهيد.....58
- 1- تعريف المراهقة.....59
- 2- أنماط المراهقة وأشكالها.....59
- 2-1-1 المراهقة التكيفية "السوية".....60
- 2-2-2 المراهقة الانسحابية "المنطوية".....60
- 2-3-3 المراهقة العدوانية "المتمردة".....60
- 2-4-4 المراهقة "المنحرفة".....60
- 3- مراحل النمو.....60
- 3-1-1 مرحلة المراهقة الثانية 15-18 سنة.....60
- 4- خصائص تطوير الصفات البدنية لدى المراهقين 15-18 سنة.....61
- 4-1-4 خصائص تطوير السرعة لدى المراهقين الذكور بين 15-18 سنة.....63

64-2-4-خصائص تطوير القوة العضلية لدى الذكور بين 15-18 سنة.....	64
64-3-4-خصائص تطور المطاولة لدى الذكور بين عمر 15-18 سنة.....	64
65-4-4-خصائص تطوير المرونة لدى الذكور من عمر 15-18 سنة.....	65
65-5-أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين 15-18 سنة.....	65
66-6-دوافع النشاط الرياضي للمراهقين 15-18 سنة.....	66
66-1-6-الدوافع المباشرة.....	66
66-2-6-الدوافع الغير مباشرة لممارسة النشاط الرياضي.....	66
67-7-أهمية المراقبة في التطور الحركي للرياضيين.....	67
68.....	68

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث والدراسة الميدانية

69.....	تمهيد
70.....	1-الدراسة الإستطلاعية.....
70.....	2-ممنهج البحث.....
71.....	1-2 عينة البحث.....
71.....	2-2متغيرات البحث.....
71.....	2-3 مجالات البحث.....
72.....	2-4الأدوات المستخدمة في البحث.....
75.....	2-5الأدوات الإحصائية.....
76.....	خلاصة.....

الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج

78.....	تمهيد
79.....	2-1- عرض وتحليل نتائج علاقة الرضا الحركي بدافعية الإنجاز.....
81.....	2-2- عرض و تحليل نتائج علاقة الرضا الحركي ببعد دافع إنجاز النجاح.....
84.....	2-3- عرض وتحليل نتائج علاقة الرضا الحركي ببعد تجنب الفشل.....
86.....	2-4- مناقشة فرضيات البحث
88.....	الإستنتاج العام.....
90.....	الإقتراحات والتوصيات.....
92.....	الخلاصة العامة.....
93.....	الخاتمة
94.....	قائمة المصادر و المراجع.....
97.....	الملاحق.....

قائمة المحتويات

قائمة الجداول:

العنوان	الرقم
جدول يبين العلاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز	1
جدول يبين العلاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع النجاح	2
جدول يمثل رقم عبارات دافع إنجاز النجاح	3
جدول يبين العلاقة بين الرضا الحركي وبعد تجنب الفشل	4
جدول يمثل رقم عبارات دافع تجنب الفشل	5

قائمة الأشكال:

العنوان	الرقم
منحنى بياني يمثل مستوى الرضا الحركي لدى لاعبي كرة الطائرة (أقل من 17 سنة)	1
منحنى بياني يمثل درجات اللاعبين في بعد دافع إنجاز النجاح.	2
منحنى بياني يمثل درجات اللاعبين في بعد دافع تجنب الفشل.	3

قائمة الملاحق:

- ملحق رقم (1).
- ملحق رقم (2).
- ملحق رقم (3).
- ملحق رقم (4).
- ملحق رقم (5).
- ملحق رقم (6).

مقدمة

أثبتت الأبحاث أن اكتساب المعلومات أو الخبرات أو المهارات الجديدة يتطلب توافر الرضا والرغبة الحقيقية من جانب الفرد لتحصيلها واكتسبها، ولا بد أن يكون الفرد مدفوعاً بالدرجة التي تجعله يبذل الجهد الإيجابي، وفي الحقيقة أن الفرد لن ينعم أو يكتسب أي شيء جديد نافع إلا إذا كان هذا الفرد إيجابياً ونشطاً وراضياً وراعياً في التعلم وبدون هذه الإيجابيات يصبح من الصعب على الفرد اكتساب أي مهارة أو تعلم أي شيء جديد.

ويحتل الرضا الحركي مكانة هامة في علم النفس الرياضي، وذلك لأنه يساعد في تحديد نوع السلوك المتوقع مستقبلاً كما يسهم في توجيه ميول الفرد ودوافعه نحو ممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها فهو يعد حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين، أو هو إحساس الرياضي بقدراته على أداء المهارات الحركية المتنوعة، فكلما كان الرياضي متميزاً وناجحاً كلما دل ذلك على ارتفاع درجة رضاه عن حركته.

ويعد مفهوم الرضا الحركي من المفاهيم النفسية المهمة لكل متعلم وغالباً ما يسعى المربون الأكفاء من مدرسين ومدربين إلى تدعيم الذات أو تدعيم رضا الفرد المتعلم عن نفسه، ظناً منهم بأن تقييم الفرد المتعلم لذاته هو مفتاح الدافعية للتعلم والنجاح.

ويؤثر مفهوم الرضا الحركي في إثارة العديد من الانفعالات الإيجابية لدى الفرد المتعلم، فهو يبعث الثقة بالنفس التي بدورها تثير الحيوية والحماس والمتعة والتي من الممكن أن تجعل مهارات الفرد المتعلم تتميز بالانسيابية والدقة والتوافق في الأداء مما يجعله محباً للأنشطة التي يؤديها وبذلك تتحقق رغباته وطموحاته.

ويرى الباحثين والممارسين في المجال الرياضة التي يكون الهدف الرئيسي فيها هو الفوز ضرورة الإهتمام بالرضا الحركي لدى اللاعب الرياضي وذلك نظراً لأهميته الكبيرة، حيث أن العديد من المدربين يعتبرون الرضا والأداء مرتبطين بصورة بديهية لا يحدث أحدهم دون

الآخر، حتى ولو كانت المشاركة الرياضية تطوعية، فبمجرد رضا اللاعب عن أداءه يجعله يبذل المزيد من الجهد للوصول إلى أعلى مستوى له تسمح به قدراته)مجلة علوم الأنشطة الرياضية

المجلد السابع العدد رقم 4)

ومن ناحية أخرى فإن دافع الإنجاز المتمثل في ممارسة النشاط الرياضي كقيمة في ذاته وبدافع الحب وتحقيق الاستمتاع، تولد مشاعر الرضا لدى اللاعب وبالتالي تكفل له الإستمرار في ممارسة النشاط لأطول فترة ممكنة، فضلا عن الإلتزام وبذل الجهد خلال الممارسة أو المنافسة (أسامة كامل راتب "الإعداد النفسي للناشئين")

وتعد لعبة كرة الطائرة إحدى الألعاب الرياضية التي تتميز بأدائها المهاري الصعب الذي يعتمد على جهد الرياضيين الفردي والجماعي فضلاً عن تمتعهم بالعديد من السمات النفسية كالثقة بالنفس والإرادة القوية وسرعة اتخاذ القرار وغيرها، والتي تسهم في جعل أدائهم المهاري يتميز بالدقة والانسيابية والتوافق في معظم الأحيان.

كون لاعب كرة الطائرة لا يعتمد على إتقان وإجادة مهارة واحدة فقط وإنما الإحاطة التامة بكل المهارات ومعرفتها من حيث التنقل لمراكز اللعب المختلفة وأشغالها إذ يتطلب منه إن يمتاز بقدرات حركية خاصة تأهله لأداء مثل هذا الدور بالإضافة إلى الثقة والاستعداد النفسي والمفهوم الجيد عن ذاته وامتلاكه الخبرة والقدرة المناسبة لغرض الوصول إلى الأداء الجيد، ونجد أنه مهما قدمت الدول الدعم وجعلتها جزءاً أساسياً من حياة اللاعب اليومية ومهما كان مستوى الإعداد والتخطيط فإنه تبقى إرادة اللاعب وإصراره على الإنجاز وحرصه على الفوز والنجاح نقطة الفصل في التفوق، من حيث أن دافعية الإنجاز من المتغيرات النفسية المهمة والمؤثرة لدى لاعبي كرة الطائرة ، حيث تعمل دافعية الإنجاز على حث اللاعب لكي يكون متقدماً ومتميزاً بين أقرانه في الفريق وخاصة في اللاعبين المتقدمين، إذ أن حاجة اللاعب الى الإنجاز والتفوق تعمل على تفجير واستثارة الطاقة الكامنة لديه كما تعمل على تحفيزه لمضاعفة وتوجيه جهوده وطاقاته نحو

تحقيق الهدف المنشود وهو الانجاز العالي، لذلك فان المدرب يحتاج إلى معرفة مايمتلك لاعبيه من دافع الانجاز قبل الدخول فيالمنافسة.

ومما سبق تتضح أهمية البحث في كونه محاولة للتعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة وكذلك الإستفادة من النتائج في توجيه نظر العاملين في المجال الرياضي وعلى رأسهم المسؤولين والأجهزة الإدارية بضرورة الاهتمام بهذا الجانب، والذي شهد إهتماما متزايدا في الفترة الأخيرة في الدول الأجنبية لما له من دور هام في مداومة واستمرار اللاعب في ممارسة النشاط وبذل الجهد إلى أن يصل إلى أعلى مستوى من الإنجاز الرياضي.

بالإضافة إلى توجيه نظر الباحثين في مجال علم النفس الرياضي باجراء أبحاث أخرى لاستكمال التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات النفسية والانتقال إلى الجانب التجريبي لعلم النفس الرياضي، وقد لاحظ الباحثون من خلال الإطلاع في مجال علم النفس الرياضي إهتمام الكثير من الباحثين في الدول الأجنبية بهذا الموضوع مما وضع هذا البحث في بؤرة إهتمام الباحثين، بالإضافة الى ذلك وجد الباحثون ندرة في الأبحاث التي سعت إلى الإهتمام بدراسة موضوع الرضا الحركي وعلاقته بغيره من المتغيرات النفسية.

-المشكلة:

الحركة هي النشاط والشكل الأساسي للحياة وهي في مضمونها استجابة بدنية وطريقة أساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم بوجه عام وهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير، سواء كانت داخلياً أم خارجياً وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في المفاهيم وحل المشكلات وأن للحركة أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان، وإن الرضا سواء عن المهنة أم عن الدراسة أو عن النشاط الحركي يأتي نتيجة الاتجاهات التي لدى اللاعب نحو مهنته أو دراسة أو فعاليته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة باللاعب نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصية وميوله التي تظهر في صورة الرضا عن الأداء العام ويحتل موضوع الرضا الحركي مكانه هامة في علم النفس الرياضي لماله من أهمية كبيرة في المساعدة على تحديد نوع السلوك المتوقع في المواقف المستقبلية فضلا عن أن الرضا الحركي يساعد على تحديد ميول الفرد ودوافعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها إذ إن خبرات النجاح والفشل على الرضا تتوقف على درجة تقدير واعتزاز الفرد بذاته مما يؤثر على رضاه عن مهنته وبالتالي يرتفع مستوى طموحه والعكس إذا فشل في تحقيق هذا المستوى وإن الرضا على الأداء يجعل من الفرد محبا للأنشطة التي يؤديها مستقبلا وبذلك تتحقق رغباته وطموحاته.

لهذا فإن دقة الأداء الرياضي يتطلب عدة عوامل أساسية والتي تساهم وتلعب دورا هاما في الأداء الفردي أول أداء الفريق، نذكر القامة الفيزيائية، مستوى القدرة، درجة من الشروط الفيزيائية، الشخصية، وأخيرا الدافعية التي تعتبر من أهمهم من حيث التأثير على أداء اللاعب ويبرز المختصون في علم النفس الرياضي هذه الأهمية حيث يعرف (الندري) الدافعية بأنها " مجموعة القوى التي تحرك السلوك وتوجهه نحو هدف من الأهداف". (الداهري،

علم النفس العام، 2005، صفحة 95)

ويذكر أسامة راتب "أن التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب اللاعب للنواحي المهارية والخطئية ثم يأتي دور الدافع ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين أولاً لتعلم تلك المهارات، وثانياً للتدريب عليها بغرض صقلها واتقانها كما أن مفهوم الدافعية يشمل عدة مفاهيم من الاستشارة والحاجة والحافز والهدف وهي حالة داخلية في الكائن الحي تستشير سلوكه وتعمل على استمرار هذا السلوك وتوجيهه نحو تحقيق هدف معين". (معاينة، 2000،

صفحة 86)

ودافعية الإنجاز الرياضي هي التي تؤدي إلى أفضل مستوى من الأداء وهذا ما أشار إليه "محمود عنان".

ومصطفى باهي بـ" أنه إذا تساوى لاعبان في القدرة ولكنهما لم يتساويا في دافعية الإنجاز فإن اللاعب ذا دافعية الإنجاز الأكبر يقدم الأداء الأفضل"، كما يوضح "وامام النجمي أسامة رياض" إن دوافع الاشتراك في المباريات متعددة التنوع ومن الممكن وجود أكثر من دافع للاشتراك في المباراة.

ومن هنا حاولنا من خلال هذه الدراسة البحث عن العلاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة وهل لهذا الأخير تأثير كبير لتطوير الصفات الحركية وثقة اللاعب بنفسه في هذه اللعبة لمساعدة المدربين للنهوض بهذه اللعبة ومن خلال متابعة الباحثين لمباريات الكرة الطائرة لفئة الشباب لاحظ وجود ضعف الدافع لأداء الحركات الأساسية لدى أغلب اللاعبين، وقلة الاهتمام الكافي بها من قبل بعض المدربين، علما أنها من المتطلبات الأساسية للاعب الكرة الطائرة، مما جعل الباحثين الولوج في هذه المشكلة وإعداد بحث حول أهمية دافعية الإنجاز الرياضي من أجل إعطاء اللاعب الجرعة الأساسية التي تحفزه وتعطيه الثقة في أداء الحركات والنهارات الأساسية في اللعبة.

ومما سبق تتضح أهمية البحث في كونه محاولة للتعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة وكذلك الاستفادة من النتائج في توجيه نظر العاملين في المجال الرياضي وعلى رأسهم المسؤولين والأجهزة الإدارية بضرورة الإهتمام بهذا الجانب، والذي شهد إهتماما متزايدا في الفترة الأخيرة في الدول الأجنبية لما له من دور هام في مداومة واستمرار اللاعب في ممارسة النشاط وبذل الجهد إلى أن يصل إلى أعلى مستوى من الإنجاز الرياضي.

بالإضافة إلى توجيه نظر الباحثين في مجال علم النفس الرياضي بإجراء أبحاث أخرى لاستكمال التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات النفسية والانتقال الى الجانب التجريبي لعلم النفس الرياضي، وقد لاحظ الباحثون من خلال الإطلاع في مجال علم النفس الرياضي إهتمام الكثير من الباحثين في الدول الأجنبية بهذا الموضوع مما وضع هذا البحث في بؤرة إهتمام الباحثين، بالإضافة الى ذلك وجد الباحثون ندرة في الأبحاث التي سعت الى الإهتمام بدراسة موضوع الرضا الحركي وعلاقته بغيره من المتغيرات النفسية ومن هذا كاهجاءت هذه الدراسة للاجابة على التساؤلات التالية:

1- هل هناك علاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة؟

2- هل هناك علاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع النجاح لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة؟

3- هل هناك علاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة؟

2- أهداف البحث :

تكمن أهداف بحثنا هذا في إبراز الوظيفة الفعالة التي يلعبها دافع الإنجاز لدى اللاعبين، ودورها في تنمية مختلف جوانب المهارية خاصة الجانب والحركي ومختلف المهارات الأساسية في الرياضة المتخصصة بها، بالإضافة إلى الأهداف التالية:

- 1-العلاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة.
- 2-العلاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع النجاح لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة.
- 3-العلاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة.

3-فرضيات البحث:

من خلال التساؤلات البحث تم صياغة فرضيات البحث على النحو التالي :

- 1-توجد علاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة.
- 2-توجد علاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع النجاح لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة.
- 3-توجد علاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة.

4-أهمية البحث:

يجب على الباحث في هذا الموضوع أن يفترض أن قارئ البحث قد لا يتفق مع الباحث في أهمية هذه المشكلة وعلى ذلك فإنه يتسنى للباحث أن يطيل في توضيح أهمية المشكلة والجدوى من دراستها وذلك بذكر بعض الأدلة والشواهد التي من شأنها توضيح تلك الأهمية، ومن تلك الأدلة التي يمكن وضعها والاستشهاد بها ما يلي

من الأهمية العلمية لبحثنا ما يلي:

- سد الثغرة الخاص في المكتبة وخاصة الدراسات المتعلقة بعنوان بحثنا.
- ملأ المكتبة الخاصة بالمعهد بمراجع علمية نظراً لقلّة الكتب في هذا المجال.
- أهمية اكتساب الرضا الحركي في تطوير مهارات اللاعبين وتسهيل مهام المدربين.
- المساعدة والتسهيلات التي يقدمها دافع الإنجاز للمدربين وللاعبين.
- إظهار الجانب الإيجابي التي تتميز به الدافعية.
- تقديم مرجع سابق للطلبة المقبلين على دراسة مثل هذا الموضوع.
- تقديم معلومات ومفاهيم للطلبة والمدربين والأساتذة من أجل الاستفادة الجماعية في هذا المجال.

يمكن تلخيص الأهمية العملية كالتالي:

- محاولة معرفة العلاقة بين الرضا الحركي ودافع الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة.
- إبراز الأهمية البالغة والمعرفة العلمية لدافع الإنجاز في تطوير الجانب المهاري الحركي.
- إظهار أهمية دافع الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة.

5-مصطلحات البحث:

الرضا: Satisfaction

إنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين، وتعبّر عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها ألتحق بهذا النشاط. (المؤتمر العلمي الخامس ، 1984)

الرضا الحركي: Satisfaction locomotor

بأنه "حصيلة العوامل المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محباً لعمله مقبلاً عليه في بدء يومه

عفاف محمود محمد: الرضا عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى الطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية. (المؤتمر العلمي الخامس ، 1984 ، صفحة 28)
تعريف الدافعية:

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

دفع إلى فلان دفعا، انتهى إليه، ويقال طريق يدفع إلى مكان كذا أي ينتهي إليه، ودفع شيء، أي نحاه وأزلهبقوة، ويقال دفع عنه الأذى والشر ودفع إليه الشيء رده، ويقال دفع القول: رده بالحجة، دافع عنه مدافعة ودفاعا: حامى عنه وانتصر له، ومنه الدفاع في القضاء، ودفع عنه الأذى: أي بعده ونحاه. (الإسائذة ط1، ج1، 1988، صفحة 289)

-التعريف الإجرائي:

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

تعريف الإنجاز الرياضي: هو أفضل مستوى يحققه اللاعب الذي يعكس مدى استعداداته المختلفة، وهو الوصول إلى الحد الأقصى منالعناصر التي تحدد رفع المستوى في فعالية الاختصاص مع استعداد عالي للمستوى المطلوب. (www.arabscoach.com ، 2014/11/30 ، صفحة لا يوجد صفحة)

-التعريف الإجرائي:

هو ذلك الإجراء الذي بفضلله يصل الرياضي إلى أفضل مستوى كحد أقصى من الأداء والمهارات الرياضية ورفعالمستوى في مختلف الخصائص (البدنية والمهارية والجسمية).

تعريف دافعية الإنجاز الرياضي:

إن دافعية الإنجاز الرياضي أو الحاجة للإنجاز يقصد بها طبقا لمفهوم "ميوراى" تحقيق شيء صعب والتحكمفي الموضوعات المادية أو الكائنات البشرية أو الأفكار وتناولها أو تنظيمها وأداء

ذلك بأكبر قدر ممكن من السرعة والاستقلالية والتغلب على العقبات وتحقيق مستوى مرتفع والتفوق على الذات ومنافسة الآخرين. (الودود، 11/30/2014، لا يوجد صفحة)

-التعريف الإجرائي:

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

تعريف الكرة الطائرة:

الكرة الطائرة هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18م عرض 9م ويقسم بشبكة إلى جزأين متساويين وارتفاع الشبكة هو 2.43م للذكور و2.23م للإناث، والهدف يدور حول إسقاط الكرة من جهة الخصم وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به. (الجواد ، 1982، صفحة 16)

-التعريف الإجرائي:

هي رياضة معروفة عالميا وهذا بمتعة مشاهدتها وبمتعة لعبها وهذا بتوفرها لمجموعة من المهارات التي تمتع المشاهدين، بحيث هي متكونة من ستة لاعبين من كل فريق تفصل بينهما شبكة في منتصف الملعب، وأيضا الشيء الذي يجعل من هذه اللعبة محبوبة من اللاعبين والمشاهدين هي خلوها من التدخلات الخشنة والمناوشات بين اللاعبين وكذلك نقصان حدوث الإصابات إلا نادرا فقط.

6-الدراسات السابقة والمثابفة:

في هذا الفصل سنقوم بدراسة مختلف الدراسات المرتبطة بالبحث من دراسات سابقة قد تم دراستها من قبل ودراسات مشابهة للبحث الذي سأقوم بدراسته، بحيث تعتبر الدراسات السابقة والمثابفة من الدراسات التي من خلالها يستطيع الباحث أن يستقرى جميع النظريات والبيانات والموضوعات التي لها علاقة بموضوع بحثه والتي لا يمكن الاستغناء عنها أن كانت هذه الدراسات مطابقة تماما لمجريات الأهداف والفروض أو المخالفة لها ، فعلى الباحث أن

يفتش عن العناوين من المصادر العلمية والأساسية والثانوية التي تتلاءم مع بحثه ويستشهد بها والأخير أن تكون بعض هذه الدراسات غير مطابقة أو تختلف معها، فالباحث الجيد هو الذي يختار عناوين وموضوعات بشكل يضمن له دعم البحث أو يضمن تحقيق فروضه التي تتقاطع مع هذا الدراسات انما مادة علمية إن هذه الدراسات التي يضعها الباحث في هذا المجال هي ليست مادة لحشو الدراسة النظرية يستطيع الباحث أو القارئ أن يستفيد منها، إذ أن هذا الدراسات سوف يدرسها الباحث من خلال النتائج التي تنتج عنها بحيث يطابق أو يخالف هذه الدراسات.

1-دراسة الأولى تحت عنوان : "رضا الأداء الحركي وعلاقته بفاعلية لاعبي كرة اليد"،مذكرة ماجستير من إعداد الباحثين قيس سعيد دايم وعلي خومان علوان وحكمت عادل عزيز سنة 2009 (قيس سعيد دايم وعلي خومان علوان وحكمت عادل عزيز ، 2009، صفحة 123) وطبقت هذه الدراسة على لاعبي الدوري الممتاز بكرة اليد للموسم 2007-2008 لمنطقة الفرات الأوسط البالغ عددهم (84) لاعبا وقد اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية وهم لاعبو أندية (الشامية، كربلاء، النجف) البالغ عددهم (36) لاعبا واعتمد الباحثان في هذا البحث على المنهج الوصفي كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث حيث إفترضا مجموعة من الفرضيات وهي: هناك علاقة ترابط بين رضا اللاعبين عن أدائهم الحركي وفاعليته أثناء المباراة، الى جانب رضا اللاعبين عن أدائهم الحركي وفاعليته أثناء المباراة، و وجود علاقة ارتباط بين رضا الأداء الحركي وفاعلية لاعبي كرة اليد، وكانت أهم أهداف البحث التعرف على رضا الأداء الحركي لدى لاعبي كرة اليد، الى جانب التعرف على العلاقة بين رضا الأداء الحركي وفاعلية لاعبي كرة اليد، واعتمد الباحثان في هذه الدراسة على مقياس (رضا الأداء الحركي) والوسائل الإحصائية وكانت أهم النتائج : يوجد علاقة بين رضا اللاعبين عن أدائهم الحركي وفاعليته أثناء المباراة ، يوجد علاقة ارتباط بين رضا الأداء الحركي لدى لاعبي كرة اليد.

وكانت أهم التوصيات: التأكيد على تدعيم مفهوم الرضا الحركي للرياضيين من خلال استعمال وسائل التهيئة النفسية كالأحاديث الحوية وتأييد المشجعين ووضوح الأهداف وغيرها، الى جانب إجراء دراسات مماثلة لمهارات أخرى في لعبة كرة اليد من غير المستعملة في الدراسة الحالية.

-الدراسة الثانية تحت عنوان: "علاقة دافعية الإنجاز الرياضي بتحسين أداء المهارات الحركية في كرة الطائرة-فئة أكابر-، مذكرة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدني و الرياضية"تخصص تدريب رياضي" من إعداد الطالب مخازني سيدعلي ولاية شلفالسنة الجامعية 2014-2015 ولقد شملت الدراسة على أندية الكرة الطائرة لولايته"البويرة وبومرداس والجزائر" التي تنشط في رابطة الجزائر وسط للكرة الطائرة الواقعة مقرها في الجزائر انحصرت الحدود الزمنية للبحث من أوائل شهر جانفي إلى أواخر شهر مايو، وتم استخدام المنهج الوصفي في هذه الدراسة، أما أدوات الدراسة فتم استخدام مقياس دافعية الإنجاز للاعبين واستمارة الاستبيان للمدربين.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي في هذه الدراسة وإفترض الباحث أن هناك علاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي بتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة، إلى جانب مجموعة من الفرضيات الجزئية والتي تمثلت في: أن لدافعية الإنجاز الرياضي عند اللاعبين علاقة بالمواظبة على التدريبات، الى جانب أن لدافعية الإنجاز الرياضي علاقة بتحسين مستوى اللياقة البدنية عند اللاعبين، وأن لدافعية الإنجاز الرياضي عند اللاعبين علاقة بتحسين مستوى أداء المهارة بدقة عالية، وكانت أهم أهداف هذا البحث:

- الربط بين دافعية الإنجاز الرياضي وبين مستوى اللياقة البدنية عند اللاعبين.

-محاولة التعرف ما إذا كانت دافعية الإنجاز الرياضي تساهم بالرفع من درجة المواظبة على التدريبات.

-محاولة التعرف على العلاقة الموجودة بين دافعية الإنجاز وبين تحسين الأداء المهاري عند اللاعبين.

-ترسيخ مفهوم دافعية الإنجاز لدى اللاعبين ومحاولة معرفة مستوى معرفتهم بها.

-معرفة مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين.

-التعرف على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضة الجامعية.

-التعرف على مدى تأثير دافعية الإنجاز على أداء المهارة بدقة عالية.

-محاولة التعرف ما إذا كانت دافعية الإنجاز تؤثر بصورة كبيرة على دقة الأداء المهاري الأساسية.

وكانت أهم نتائج التي توصل إليها الباحث أنه عند انعدام دافعية الإنجاز له دور في إنخفاض أدائهم المهاري، دافعية الإنجاز الرياضي تدفع اللاعب على أداء مهارة عالية وجهد مرتفع في كل المنافسات، تشجيع وتحفيز اللاعبين مهم لإعادة الثقة للاعبين والتوازن للفريق، العمل على تجنب التفكير الدائم في النتائج السلبية المسجلة سابقا وتركيز انتباه اللاعبين على المنافس.

ومن أهم التوصيات التي وصى بها الباحث أهمها الأخذ بعين الاعتبار النصائح التي يقدمها المدرب للاعبين، التفرغ أكثر للتدريب على المهاري الأساسية ومحاولة تعلمها، التركيز على الجانب النظري وخاصة فيما يخص دافعية الإنجاز، توعية اللاعبين بأهمية الدافعية ودورها في الرفع من مستواهم المهاري، ضرورة إجراء مقابلات ودورات ودية للمراقبة والتقويم وهذا لتعويد اللاعبين على المنافسات والتغلب على الخوف والقلق بالإضافة إلى رفع المستوى وكسب الخبرة، على اللاعب أن يسعى إلى فهم ذاته من خلال اشتراكه في مواقف الإنجاز، يجب على اللاعب أن يضع لنفسه أهدافا تتميز بالمخاطرة المحسوبة ومثيرة للاهتمام مع اهتمامه بالأهداف ذات المدى البعيد، وأخيرا يجب أن يهتم بالإنجاز في ضوء المعايير ومستويات يضعها لنفسه، إذ لا يتأثر بأية مستويات أو معايير يضعها غيره، وبهذا

تزداد قوة الدافعية لديه، يجب على اللاعب التميز والتفوق من أجل التفوق ذاته، وليس من أجل مكاسب ومكافئات خارجية.

الدراسة الثالثة: دراسة ديوير وفيشر وقاما بدراسة عنوان "تصورات المصارعين لقيادة المدربين كمؤشرات الرضا الحركي عن القيادة " استهدفت الدراسة جانب محدد النموذج المتعدد الأبعاد للقيادة ورضا الرياضيين، بناء على تصوراتهم لسلوكيات القادة ونوع الرياضة واشتملت عينة الدراسة على 152 مصارع، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي ومن أهم النتائج أن المصارعيين تصوروا مدربيهم ذو كفاءة عالية في التدريب والتعليم لديهم درجة كبيرة من الرضا عن القيادة (Dwyer and fischer,D)

الدراسة الرابعة: تحت عنوان دراسة العزب (1981): "الرضا عن مادة السباحة بكليات التربية الرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات" هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الرضا عن مادة السباحة ومستوى الطموح للطلبة والطالبات. اشتملت عينة الدراسة على (432) طالبا وطالبة من جامعة حلوان، طبقت الباحثة مقياس الرضا عن الدراسة للدكتور وجيه (1976)، ومقياس مستوى الطموح، واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الطالبات الأكثر رضا أكثر طموحا من الطلبة، وإن الطلبة الأكثر رضا عن مادة السباحة أكثر تحصيلًا. (العزب، ميرفت سليم ، 1981)

-التعليق على الدراسات:

فدراسة قيس سعيد دايم وعلي خومان علوان وحكمت عادل عزيز تبين أن الباحثين أكدوا الأهمية الكبيرة للرضا الحركي في مجال التدريب الرياضي وفي رياضة كرة اليد إذ يساعد في تحديد ميول اللاعب ودوافعه لممارسة الأنشطة الرياضية، ويرتبط النجاح في أداء النشاط الرياضي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تؤدي الأنشطة الرياضية دوراً إيجابياً للمشاركين فيها سواء من الناحية المهارية أو البدنية أو النفسية أو غيرها ، فمن المؤكد إن الرياضي يُقبل على ممارسة الأنشطة الرياضية التي

يكون لديه اتجاه ايجابي نحوها ، وبيتعد عن ممارسة الأنشطة الرياضية التي يكون لديه اتجاه سلبي نحوها، فكلما زادت الفوائد والمنافع والظروف الملائمة التي يحصل عليها الرياضي من أدائه، كلما زاد اندفاعه وحماسه لبذل جهد اكبر في أدائه.

ودراسة الطالب مخازني سيدعلي تبين لنا أن ودراسة الطالب مخازني سيدعلي تبين لنا أن وجود الدافع شيء أساسي من غير شك في عملية التعلم ونقصانه قد يؤدي إلى توقف الكائن الحي عن ممارسة أوجه النشاط التي تمكنه من السيطرة على الموقف التعليمي ونقل من فرصة التعلم، كما أن زيادة دافعية الإنجاز عن الحد الطبيعي تعمل على عدم ظهور الاستجابة الصحيحة إذا كانت غير مباشرة وهذا يضاعف من الوقت والعمل المبذولين للوصول إلى حل ناجح عن طريق الاستجابة غير المباشرة.

أما دراسة ديوير وفيشر تبين لنا الدور الكبير الذي يقوم به المدرب ذو كفاءة عالية في التدريب والتعليم لديهم درجة كبيرة من الرضا عن القيادة الى جانب أهمية العلاقة بين النشاط الحركي ورضا الرياضي حيث له أهمية كبيرة من ناحية الحوافز الدافعة فرضا الأفراد عن أدائهم في الأنشطة الرياضية يكون حافزا لبذل أقصى الجهد لاستثمار قدراتهم وامكانياتهم وبذلك يتحقق النجاح لهم وللمجتمع.

وأما دراسة ميرفت سليم فهي تهدف الى الأهمية الكبيرة لرضا الرياضي على النشاط الذي يمارسه من خلال التعرف على طموحاته ومدى رغبته في ممارسة النشاط الرياضي وأن الرضا على الأداء يجعل من الفرد محبا للأنشطة التي يؤديها مقبلا عليها وبذلك تتحقق رغبته وطموحاته،.

نقد الدراسات:

لقد تطرقت الدراسة السابقة والمشابهة السالفة الذكر إلى جوانب عديدة متعلقة بالرضا الحركي وعلاقته بالدوافع ودافعية الإنجاز الرياضي ولقد تناولتها من عدة جوانب، حيث ركزت الدراسة على الأهداف والدور الذي تلعبه الدافعية في تطوير الإنجاز والقدرات الحركية وكذا عدة جوانب أخرى للاعبين كرة اليد للمدربين والطلبة.

وعلى هذا الأساس درس الباحثون الدافعية من عدة جوانب، وقد استفاد من خلال هذه الدراسات في معرفة جميع العراقيل التي واجهها الباحثون، وكذلك الاستفادة منها وأخذ العبرة من الأخطاء التي وقع فيها الباحثون وهذا ما يسمحنا بالإلمام والربط بكل حيثيات الموضوع وضبط متغيرات الدراسة، وقد أفادت هذه الدراسات أيضا فيما يلي: الوصول إلى الصياغة النهائية لإشكالية الدراسة وكذا أدوات الدراسة وكذلك تحديد المنهج العلمي المناسب لها.

وبناءً على الدراسات السابقة اتضح لنا أهمية دافع الرضا الحركي ودافعية الإنجاز في بناء دقة أداء المهارات الأساسية وأداء الرياضي وخاصة الجانب الحركي من خلال عملية تدريب اللاعبين بطرق علمية منظمة وتقادي النتائج العشوائية التي تتركز على صيغة الصدفة والمفاجآت.

خلاصة:

لقد تم دراسة وتحليل الدراسة السابقة حيث أن للدراسات المرتبطة بالبحث دور فعال في إعطاء نتيجة مكملة للبحث بحيث إنها توضح للباحث مختلف الجوانب التي تكون البحوث المرتبطة قد عالجتها بالنسبة لمشكلة البحث الحالية أو توضيح للباحث عما إذا كانت مشكلة البحث قد عولجت بقدر كافي من قبل، والأمر الذي قد لا يستوعب إجراء مزيد من البحث لهذه المشكلة، وكذلك تقدم هذه الدراسات للباحث مصادر متنوعة وجديدة البيانات، أي جهودا بحثية قيمة لم يسبق للباحث التعرف عليها.

والأهم من كل هذا تساعد الباحث على رسم خطة البحث وتحديد الإجراءات ووسائل القياس المناسبة، وتقادي الأخطاء التي حدثت في الدراسات السابقة والاستفادة من خبرات الباحثين السابقين، الأمر الذي قد يثير لدى الباحث أفكاره الجديدة لمعالجة موضوع بحثه.

تمهيد:

أصبحت التربية البدنية والرياضية تحتل مكانة مرموقة في التقدم الحضاري لمختلف المجتمعات معيارا بمدلوله على مدى رقي وتقدم المستوى الفكري والعلمي بل والإقتصادي لاي مجتمع وأصبح توفير الإمكانيات المادية والبشرية من الأمور الضرورية لتحقيق المستويات الرياضية العالية ولتطور العملية التدريبية لرفع الإنجاز الرياضي.

إن النجاح وتحقيق التقدم في أداء النشاط الحركي مرتبط بالرضا والمتعة ومهما من الحوافز الدافعة للإهتمام بالنشاط الحركي فالتربية البدنية والرياضية ماهية الخبرة الإجتماعية عن طريق أنشطتها يمكن أن يخطو الأفراد خطوات واسعة وسريعة نحو التقدم الإجتماعي وتكوين إتجاهات سليمة في الحياة أساسها رضا الأفراد عن معيشتهم فرضا الأفراد عن أدائهم في الأنشطة الرياضية يكون حافزا لبذل أقصى الجهد لإستثمار قدراتهم وإمكانياتهم وبذلك يتحقق النجاح لهم وللمجتمع، إن الرضا على الأداء يجعل من الفرد محبا للأنشطة التي يؤديها مقبلا عليها بذلك تتحقق رغباتهم وطموحاتهم، ومن هنا برزت أهمية الفصل للتعرف على الرضا الحركي، والذي يؤثر وبدرجة كبيرة على ممارسة الأنشطة الرياضية.

-مفهوم الرضى الحركي:

الحركة هي النشاط و الشكل الأساسي للحياة و هي في مضمونها استجابة البدنية و طريقة أساسية في التعبير عن الأفكار و المشاعر و المفاهيم بوجه عام و هي الاستجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كانت داخلية أم خارجية و أهم ما يميزها هو ذلك التوغل الواسع في المفاهيم و حل المشكلات و قد أجمعت الآراء في الآونة الأخيرة على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضى و المتعة و هما من الحوافز الدافعة إلى الاهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا ايجابيا سواء من الناحية الفعلية و البدنية أو الاجتماعية أو النفسية للمشاركين فيها. (شهيد مصطفى مهندس، 1990، صفحة 293)

يعرف الرضا الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين و تعبر عن مدى الإشباع المناسب و تحقيق أهدافه التي من اجلها التحقق بهذا النشاط. (محمود سمير طه ، 1989، صفحة 101)

أما الرضا عن اعمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل المتصلة بالعمل و التي تجعل الفرد محبا لعمله مقبلا في بدء يومه. (محمد عفاف محمود ، 1984، صفحة 728)

إن الرضى سواء عن المهنة أو الدراسة يأتي من نتيجة للاتجاهات التي لدى أفراد نحو مهنته أو دراسة و تأثيراتها العديدة و العوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوي طموحه و خصائص الشخصية و ميوله التي تظهر في صورة الرضى. (محمد عفاف محمود ، 1984، صفحة 728)

يلعب المدرس أو المدرب الرياضي دورا هاما في وصول الفرد إلى خبرات سارة مرضية فإذا ما الم بالتدريس الماما تاما بأحسن طرق التعليم المهارات في مجال التربية البدنية فإن هذا ادعي إلى اقتصاد الجهد و الوقت و يحقق نتائج أحسن و سيصل المتعلم على خبرة التعليمية الشاملة و سارة. (تشارل بوكر، 1964، صفحة 434)

إن القيادة الرشيدة هي مفتاح التعليم الجيد و السليم ،فيمكن للقائد إن يخلق مواقف سارة تجعل أفراد يتذوقون النجاح و يحصلون على خبرات مرضية سارة فيحققون شيئاً من الرضى.

إن الرضا عن الأداء الحركي يشكل تدعيماً أساسياً من أجل استمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلاً على ان زيادة الشعور بالرضا عن مستوى الأداء يعد احد الإبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (singer) إلى انه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن المستوي الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشراً عن حالة الرضى ،كما و يرتبط رضا الفرد بخبرات الفرد السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة و سليمة فإن ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبني عليها توجهات الفرد و رغباته فيحيا حياة صحيحة سعيدة متمتعة و يكون قادراً كما يشير (أسامة) في هذا الصدد "إلى أن الخبرات السابقة الإيجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح و الرضى في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد و الرغبة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية و الشعور بالسعادة و الرضا نتيجة تحقيق الأهداف". (أسامة كامل راتب ، 2001 ، صفحة 256)

2- أهمية الرضا الحركي

يحتل موضوع الرضا مكانة هامة في علم النفس الرياضي لما له من أهمية كبيرة في المساعدة على تحديد نوع السلوك المتوقع فني المواقف المستقبلية، فضلاً عن أن الرضا الحركي يأخذ بعداً كبيراً في مجال النشاط البدني و الرياضي، إذ يساعد في تحديد ميول الفرد و دوافعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها ،ويلعب القياس النفس دوراً مهماً في الأنشطة الرياضية حيث يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن الرياضيين في شت المجالات النفسية و تطوير مستوى الأداء من خلال تفاهم أفضل للرياضي عن

نفسه، إديشير (singer) "إلى انه من بين اهم العوامل التي تسهم في تحقيق الانجاز الرياضي هو الشعور بالرضى عن مستوى الأداء".

3-متغيرات رضا الحركي:

كما هو معلوم فإن هناك الكثير من العوامل و المتغيرات التي تؤثر في الموقف التعليمي وهذه العوامل و المتغيرات تستوجب الإدراك من قبل المدرس و الدرب على حد سواء كي يستطيع ضبط هذه المتغيرات و التحكم بتأثيراتها فقد قام الكثير من الباحثين إلى تقسيم هذه العوامل إلا أننا ارتأينا هنا إلى إن نقسمها على ثلاثة أقسام هي (نجاح مهدي شلش وأكرم صبحي، 2000، الصفحات 146-166).

• العوامل الشخصية الخاصة بحالة المتعلم وإبراز هذه العوامل هي :

أ - العمر و الجنس .

ب - الخبرات السابقة .

ج - الذكاء .

د - النضج الانفعالي .

هـ - التغيرات الحركية العامة .

و- لياقة الأجهزة الداخلية .

ز - المستوى الإجتماعي .

• العوامل الخارجية و الخاصة بحالة المتعلمة هي :

أ - برنامج التدريب و طرقه المختلفة .

ب - أدوات التدريب و طرقه و مكانه ووقته .

ج - المدرب و البيئة الاجتماعية .

العوامل و المتغيرات المتوسطة:

إن هدف العوامل و المتغيرات المتوسطة هي عمليات تفرص وجودها و حدوثها ويمكن الإستدلال عليها من أثارها و نتائجها في المواقف المختلفة واهم هذه العوامل هي:

أ - الانتقاء .

ب - التعزيز .

ج - التصميم و التمييز .

• أما أهم العوامل التي يشترط توافرها لحدوث عملية التعلم فهي (نغم حاتم حميد ، 2000، صفحة 12):

- تكوين الروابط بين الموقف و رد الفعل الإلتزام التعلم.
- التكرار يساعد على تكوين هذه الروابط.
- عامل الضيق وعدم الارتياح للحدث من بعض الحركات يعمل على أضعاف المتعلم
- القيام باستجابات متعددة قبل الوصول إلى الاستجابة الصحيحة التي تحقق الهدف.
- ضرورة وجو الإثارة التي تحقق الاستجابة.
- أما الأنشطة التي يتعلمها الفرد فقد قسمت على:
- المهارات و العادات .
- المعارف و المعلومات و المعاني .
- السلوك الاجتماعي.
- السلوك المميز للفرد.

4- العوامل المؤثرة على الأداء الحركي:

4-1- التدريب الرياضي:

يعتبر التدريب الرياضي عملية هادفة موجهة ذات تخطيط علمي لأعداد اللاعبين لمختلف مستوياتهم و حسب قراتهم إعدادا بدنيا و مهاريا و خططيا و نفسيا للوصول لأعلى مستوى ممكن، وبذلك لا لايتوقف التدريب الرياضي على المستوى دون آخر وليس قاصر على إعداد المستويات العليا فقط فلكل مستوى طرق و أساليب ، و من خلال التعريف نستخلص بأن التدريب الرياضي يعد أحد العوامل الأساسية المؤثرة على الأداء الحركي (بسطويسي أحمد ، 1996، صفحة 65).

4-2- الضغوط البيئية:

الضغوط البيئية تنتج من مصادر مختلفة كالضوء أو الحرارة أو البرودة أو الازدحام أو تغيير المكان ، و غيرها من العوامل التي تدخل تحت نطاق الضغوط البيئية . فمستوى الضغط العالي يقلل من الكفاءة ، ومن المطلوب معرفة قدرة الفرد على تحمل الضغوط و كذلك معرفة حدود إمكانيات الفرد لتحمل هذه الضغوط . و الملاحظ أن الضغوطات التي تفوق قدرة الإنسان على التحمل أو التركيز ينتج عنها دائما تغيير في شكل الأداء و دقته (بهاء الدين ابراهيم سلامة ، 1992، الصفحات 96-97).

5- إجراءات تكوين الرضا الحركي:

الرضا عن موضوع معين هو خال وجدانية تؤدي إلى قبول التعامل معه، و هذه الحالة الوجدانية هي محصلة بين مايريد الفرد و ما يحصل عليه، و من ثم فالرضي حالة نفسية تصاحب بلوغ الفرد لغاياته و إشباعه لحاجاته ، و الجدير بالذكر أن الفرد أيا كانت المرحلة العمرية التي ينتمي إليها عندما يتعامل مع أي موضوع جديد، فان هذا الموضوع يكون في

موقع اختباري، فإذا أدى التعامل معه إلى درجة معينة من الإشباع كان ذلك كفيلا بتكوين الرضى عنه درجة تتناسب مع درجة هذه الإشباع.

و نظرا لأن حالة الرضى النفسي عن أي موضوع أو أي نشاط تتكون خلال فترة الأولى للتعامل معه أو ممارسة، فإن دراسة الرضى في المجال الرياضي غالبا ما تنصب على مرحلة الطفولة و المراهقة، حيث أن هذه المرحلة من حياة الفرد هي بمثابة فترة اختبار لكثير من الأنشطة الإنسانية و خصوصا النشاط الرياضي لما له من خاصية إشباع الحاجة إلى الحركة و التي تعتبر من الحاجات الأساسية لإنسان بصفة عامة و الرياضي بصفة خاصة. وتتحكم في عملية التكوين الرضى عن الممارسة الرياضية نوعان أساسيان من المتغيرات الأولى :

هي مجموعة المتغيرات الشخصية و التي تتحدد فيها ما يريد الفرد الحصول عليه، و هذه النوعية من المتغيرات متوافرة لدى كل فرد يسعى لممارسة الرياضة و تتمثل في محاولة إشباع الحاجات البيولوجية من الحركة و كذا إشباع حاجة أو أكثر من حاجاته النفسية تبعا لتكوينه النفسي أما المجموعة الثانية من المتغيرات فهي تلك المتغيرات البيئية التي تساعد على تحقيق غاباته و إشباع حاجاته، و هذه النوعية من المتغيرات يمكن التحكم فيها من خلال بعض الإجراءات التالية (أسامة كامل راتب ، 2001، صفحة 256).

- أن تكون الممارسة الرياضية بصفة عامة و الممارسة أي نوع من النشاط مجالا خصبا لإشباع حاجة الفرد إلى الحركة و متنفسا قوي لطاقته الحركية الكامنة
- أن تكون الممارسة الرياضية في جو انفعالي يسوده المرح و العادة و مجالا لتحقيق أكبر قدر من النجاح.
- أن تكون الممارسة الرياضية للنشاط في تنظيم يتناسب مع مستوى قدرات التنافسية البدنية و العقلية، حتى لا تكون مجالا خصبا لاضهارها.

- أن تشمل الممارسة الرياضية على إجراءات تدعيميه ايجابيا عن كل أداء ناجح على أن تكون هذه الإجراءات فورية و مناسبة لمستوى الأداء ،و في نفس الوقت يحي التجاهل الأداء الخاطئ و عدم تدعيمه سلبيا.
- تطوير الأدوات و الأجهزة لممارسة الرياضية بما يتناسب معي مستوى القدرات البدنية و الحركية حتى لا تكون مجالا للشعور بالفشل و الإحباط.
- أن يكون التنافس عنصرا أساسيا في برامج الممارسة الرياضية على مستوى مناسب لدرجة النضج لانفعالي الذي يكون عليه الممارسون.
- أن يتم تنظيم الممارسة الرياضية بأسلوب يتجنب أي نوع أو درجة من الإصابة ، و ذلك من اجل تجنب الخبرات الانفعالية السلبية في ممارسة الرياضية بصفة عامة أو أي نوع من الأنواع الأنشطة الرياضية..
- أن تكون ممارسة أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية بطريقة الكلية التي تسمح بالاكتساب التوافق الأول ، الأمر الذي يساعد على ايستعابه و تقبله و الاستمرارية التعامل معه.
- أن تكون الممارسة الرياضية-و خصوصا إذا كانت لنوع معين من النشاط الرياضي-مجالا لاكتساب المهارات الأساسية و تحقيق مستوى مناسب من الانجاز الحركي حتى يجد فيها الممارس مجالا للتطور و النجاح.(أسامة كامل راتب ، 2001 ، صفحة 256)

6- العوامل المؤثرة في التعلم الحركي:

6-1- التصميم على الهدف:

إن تعلم الحركة الجديدة عمل ايجابي من جانب الفرد الرياضي ، يرتبط بإدراك الفرج للحركة أو المهارة الجديدة ،مع إيمان الرياضي الحركة أو المهارة ، و طالما أن ذلك عمل ايجابي فهناك نشاط يقوم به الفرد الرياضي في مختلف الظروف و العوامل بتصميم معين و هو

دافع الحركة، هنا الدافع الحركي الذي يظهر بوضوح عندما نلاحظ أن الأطفال الأصحاء يكونون في حركة دائمة خلال مراحل النمو المختلفة، مع تناسب ذلك مع المستوى التطور الحادث في الجهاز العصبي لهؤلاء الأطفال الأصحاء.

لو لاحظنا الطفل في مرحلة الرضاعة و هو يحاول إمساك الأشياء التي يقع عليها بصره، و يحاول جمعها للعب ،ماذ يعني ذلك ؟ يعني أن الطفل بدأ يجمع التجارب حركية جديدة حول هذه الأشياء ،إذن دافع المران أو الحركة يشكلان أهم العوامل التعلم الحركي الجديدة في سن المرء بعدها. (فاروق السيد عثمان ، 1995 ، صفحة 108)

و لقد أطلق باولو على دافع الحركة و المران التصميم على تحقيق الأهداف ،فالحيات تعمل من أجل الهدف ما و هي المحافظة على الحياة ذاتها ،و يسعى الإنسان و يعمل بكل أو من أجل تحقيق هدف و يسمى هذا الهدف بغريزة الحياة، ان هذا الدافع يتكوم من عدة دوافع و يشكل القسم الأكبر منها الدوافع الحركية الايجابية التي تتم في ظل العوامل و شروط تتناسب و الحياة، التي يمكن ملاحظتها من خلالا حركات الذراعين. (أسامة كامل راتب ، 1990 ، صفحة 98)

إن الطاقة الأساسية للحياة تتبع من دوافعي المستقبل الذي له تأثير كبير على الحياة نفسها، فعندما يسعى الإنسان لتحقيق الهدف ما يشع بالسعادة عندما يخفق هذا الهدف لينتقل منه الى الهدف الثاني و هكذا فالطاقة الأساسية للحياة هي العامل الهام لتحسين و تطور و تقدم حركات الحياة ذاتها، أي أنها كل شيء بالنسبة للعلم الحركي، و التي تظهر بوضوح كما بين في بداية الحياة المرء كدافع الحركة و دافع التمرين، و مع مرور الوقت يضاف التفكير و النشاط في التعلم مع الإرادة و القدر على العمل و الوصول إلى اعلي المستويات الرياضية بالإضافة إلى النتائج العالي في الحياة العامة.

6-2-المخزن الحركي و التجارب الحركية :

يرتبط تعلم الحركات الجديدة بدون شك على نمو الأجهزة الداخلية و خاصة جهاز العصبي،فلا يستطيع المشي دون تنمو ساقاه بحيث يستقطعان تحمل وزن الجسم ،و لكن يتمكن الطفل من الشعور بالاتزان و يستطيع الفرد الرياضي تعلم حركات جديدة كلما كثرت عند تجارب الحركية(أو الخبرة الحركية) إن التجارب الحركية التي يمر بها الإنسان و الفرد الرياضي يحتفظ بها في المخزن الحركي بالمخ،ذلك ان الجهاز العصبي ينوم و ينضج من خلال العمل الدائم،و هذا يفسر لنا كيف يتم الانتقال اثر التدريب من المهارة معينة،فلقد تناول علماء النفس هذا الموضوع بالبحث و الدراسة لمعرفة هل ما تعلمه الفرد الرياضي و ما يكتسبه من النواحي السلوكية للرياضي من خلال ممارسة النشاط الحركي ،سواء أكان ذلك في عملية التدريب أو المنافسة يمكن أن ينتقل أثره في التعامل مع الناس و هل تأثر عملية الاكتساب مهارة حركية معينة في أمتساب و تعلم بعض المهارات الحركية الأخرى.(انتصار يونس، 1988، صفحة 128)

من المعروف ان الفرد الرياضي لابد أن يتعلم المهارات الحركية و السلوك الرياضي من درجة الصفر ،فلقد ذكرنا أن الفرد منذ و لأدته يبدأ في التعلم المهارات الحركية إذن ففي المجال الرياضي ، نجد الفرد قد مرى بتجارب كثيرة حركية و سلوكية تؤثر بالطبع في الخبرات التي يحاول تعلمها و اكتشافها،و قد يكون تأثيرها هذه الخبرات ايجابيا أو سلبيا و هذا يتوقف بالطبع على الخبرات السابقة التي يحتفظ بها في المخزن الحركي أو السلوكية،لذلك فهناك انتقال ايجابي لتأثير التدريب أو الملا،و هو عبارة عن إسهام مهارة معينة سبق تعلمها و اكتسابها في تكوين و تطوير مهارة أو مهارات جديدة،مما يسهم في سرعة التعلم و إتقان ذلك المهارة الجديدة،و التي تركز بالطبع على خبرة حركية سبق للفرد الرياضي ، و هذه الخبرة الحركية السابقة تتميز بالإتقان و تيسر الصحيح للمهارة الحركية

السابقة و التي تتشابه في مكوناته بعض مكوناتها مع تلك المهارة الجديدة. (أسامة كامل راتب ، 1990، صفحة 107)

كما أن الفرد الرياضي عندما يعرف مدى تشابه بين مكونات الحركية الجديدة (الخبرات الحركية) يبحث عن عمل آخر و هو اكتشاف العلاقات الأساسية بين المهارة الجديدة و الخبرة الحركية لدية إمكانيات التعميم بينهما ففي كثير من المواقف يمكن التعميم ما تعلمه الفرد الرياضي في المواقف المتشابهة، فالخدع مثلا في الألعاب الصغيرة يمكن استخدامه في الألعاب الكبيرة و هكذا.

و عندما يحدث تعارض بين المهارات كعينة سبق تعلمها معي مهارات أخرى ، و إتقان المهارات مما تعمل على الإقلال من التعلم و إتقان المهارات فيسمى ذلك الانتقال اثر التدريب أو التمرين السلبي ، و الذي يعمل على تداخل أو تعارض المهارات الحركية.

7- مبادئ التعلم الحركي:

7-1- الاستيعاب:

إن سرعة الفهم و الاستيعاب تؤثر على التعلم، فسرعي الفهم و الاستيعاب يتعلمون الحركة أسرع و يستوعبون أكثر من غيرهم الذين لا يستعطون الاستيعاب ، فهم قادرون على التكيف بصورة سريعة للمواقف التي تتطلب التفكير السريع و الاستيعاب يكون على الشكل الآتي (محمد يوسف الشيخ ، 1984، صفحة 121) :

7-2- الوضوح:

إن الوضوح في عملية التعلم تسهل على الفرد استيعاب و غدرارك المسائل الجوهرية المتعلقة بالحركة من الناحية النظرية و العملية ، إن إيضاح الحركة يتطلب أداء حركيا جيدا أو عريضا جيدا أو مشاهد أفلام ، فالوضوح الحركي سوف يسهل عملية الإدراك الحركة و أن

سائل الإيضاح الجيدة تسهل عملية الوضوح و إدراك الأشياء من بعد ذلك كذلك الطريقة التعليمية التي يسلكها المعلم .

7-3- السهولة:

و هي أن تكون الحركات في البادئ الأمر سهلة مقبولة لدي الكائن الحي حتى يستطيع استيعابها ، وخاصة عند المبتدئ فصعوبة الحركات في بادئ الأمر سوف تعطي للمبتدئ الصعوبة في الفهم و الإدراك.

إن التدرج بالمبتدئ بحركات سهلة و الانتقال بها إلى الصعبة سوف يؤدي إلى اثر طيب في التعلم و على تطور الكائن الحي، و الفرد الذي لديه التجارب، سوف يتحمل الحركات الصعبة و يعتبرها سهلة أكثر من الفرد الآخر الذي ليس لديه التجربة ، فالمهم ان يتعلم الفرد الحركات التي يستوعبها ويدركها و يعتبرها سهلة و خاصة الحركات الصعبة و المركبة

7-4- التدرج:

وهي الزيادة في عدد المهارات و الحركات التي تعلمها الرياضي أو أستوعبها و التدرج بصعوبة الحركة نفسها حين إعادتها، و زيادة صعوبتها عن طريق الحمل حتى يستطيع تأدية الحركة الاعتيادية بصورة سهلة.

7-5- التشويق و الإثارة:

من المميزات المهمة التي يجب ان ينبه إليه الربون هي المبدأ التشويق و الإثارة ، لأن أي عمل يقوم به الإنسان لا يمكن أن يتقن إذا ما كانت هناك إثارة أو رغبة في العمل مثل استعمال العاب صغيرة مسلية او التشجيع او الإطراء وإشعار المجموعة الرياضية التي بحوزتك باهتمام بهم، كذلك استعمال طرق خاصة بالتشويق كالسفرات الجماعية و الاجتماعية بعد التمرين، وإعطاء بعض المسؤوليات للإفراد، و مبدأ التشويق والإثارة، يتطلب من المعلم او المدرب درجة عالية من التجارب و الخبرات. (محمد يوسف الشيخ ، 1984، صفحة 122)

7-6- الإتقان والثبات والتجارب السابقة:

الإتقان صفة من صفات الرياضي لدي الرياضي والمدرّب والمعلم الذي يعرف صفة المهارات والحركات ودرجتها وهل أن الرياضي وصل إلي درجة الإتقان.

أن صفة الإتقان من الصفات المهمة التي ينتبه لديها المدربون في تعليم المهارات، إن استيعاب أو إتقان المهارات سوف يؤدي إلي تعلم مهارات جديدة.

إن إتقان المهارات وتنشيتها بشكل آلي مرتبط بالتدريب والتعلم الجيد، وكلما أتقنت المهارات سوف تؤدي الحركات بشكل أفضل من السابق وسببه يعود إلي الاقتصاد بالجهد.

اكتساب المهارات و خاصة التجارب السابقة تؤدي إلي تأدية الحركات بصورة أفضل ،فالرد الذي لديه ممارسة سابقة له قدرة على أداء أفضل من غيره لتأدية الحركات و تعلمها.

7-7-الممارسة:

لا يمكن إن يتعلم الفرد المهارة إلا من خلال الممارسة و خاصة الحركات الثنائية،فلا يمكن أن يتعلم ركوب الدراجة أو السباحة إلا من خلال ممارستها و التدريب عليها و لفترة غير قليلة.

7-8-دافع الحركة أو المران:

هو اتجاه الفرد نحو الآخرين ،أصدقائه،معارفه،و نحو المجتمع الذي يعيش فيه و الولاء للوطن و إنكار الذات و المثابرة و حبه للعمل ،و يقيد بالدافع الحال النفسية الداخلية التي تحركه لتحقيق الهدف و معرفة الدافع الذي يدفع الرياضي لتعلم الحركة مهم جدا من أجل تعليمه و تقدمه،فالدافع و الطموح يدفع الفرد إلي التعلم.

7-9- تأثير المجتمع و البيئة:

بلعب المستوى الاجتماعي و الثقافي و توفير الأجهزة و الأدوات و المناخ و البيئة و المجتمع على تعلم و على نوع النشاط الرياضي. (محمد يوسف الشيخ ، 1984 ، صفحة 123)

7-10-النضج:

و النضج في معنى الحركة معناه السن المناسب لاختيار اللعبة،فمثلا سن النضج للجمباز هو 4-5 و سن النضج للسباحة 3-4 و سن النضج للملاكمة 14-15 ،فالنضج هي الوسيلة التي يراها مناسبة له.

7-11 النمط الجسمي و القوام :

هناك أنماط عديدة يتصف بها الكائن الحي،و إن هذه الأنماط يمكن أن توزع عليها مختلف الأنشطة الرياضية،فقصير القامة يصلح للجمباز و طويل القامة يصلح لكرة السلة ،و أهم مايميز الحركات الرياضية و نجاح هذه الحركات ، هز اختيار النمط الذي يصلح لهذه اللعبة أو لتلك.

7-12- المزاج و أنماطه:

هو مجموعة من الصفات التي تميز الانفعالات الفرد ، و قد تكون هذه لانفعالات مهمة جدا في تأثير على حركات الإنسان و النشاطات الرياضية / و في التدريب الرياضي ينظر إلى هذه الصفة بعين الاعتبار /و لا تقل أهمية المزاج عن أهمية أنماط الجس و القوام،و أننا نجد الأنماط الأمزجة مهمة جدا في تقديم النشاطات الرياضي و المزاج من الناحية علم الحركة هو درجة تأثير بها الفرد في الموقف الحركي،و نوع الاستجابة الحركية و ما هالرد الحركي على هذا الموقف،عان المزاج السائد لدى الفرد سائر عللا سير الحركة، و لهذا ينصح بأن بأخذ الرياضي النشاط وفق مواجه و نمطه،و هذه الأنماط الليمفاوي،و الدموي،و الصفراوي،والسوداني. (أسمامة كامل راتب ، 1990 ، صفحة 114)

خلاصة:

أصبح النشاط الرياضي البدني ضرورة من ضروريات الحياة المعاصرة ويجب أن تكون الممارسة بالصورة التي توفر الفائدة المرجوة منها وعن تحقيق الفائدة والنجاح في أداء الأنشطة الرياضية يؤدي إلى شعور الفرد بالرضا الحركي الذي يعد أهم الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن ممارسين في شتى المجالات المعرفية والحركية ويساهم في تحقيق الإنجاز الرياضي والمساعدة على تطوير مستوى الأداء من خلال أفضل لهم على مستوى رضاهم الحركي فضلا عن أداة الإحساس بالرضا نتيجة استيراد الأنشطة الرياضية يؤدي الى الشعور بالإرتياح والسعادة لممارسة تلك الألعاب وهذا يؤدي الى التغلب على الكثير من الصعوبات التي تواجههم عند عملية التدريب والممارسة ويساهم في إثارة الدافعية لديهم نحو الإستمرار في مزاولة الأنشطة في أن الحالة الإنفعالية الإيجابية التي تستند عليها خبرات النجاح تعد من أهم الأسس لي النهوض بمستوى أداء الفرد.

تمهيد

إن دراسة دوافع السلوك الإنساني أو الحيواني تزيد من فهم الإنسان لنفسه ولغيره من الأشخاص، وذلك لأن معرفتنا بأنفسنا تزداد كثيرا إذا عرفنا الدوافع المختلفة التي تحركنا أو تدفعنا إلى القيام بأنواع السلوك المتعددة في سائر المواقف والظروف، كما أن معرفتنا بالدوافع التي تدفع الآخرين إلى القيام بسلوكهم تجعلنا قادرين على فهم سلوكهم وتفسيره كما تساعدنا دراسة الدوافع كذلك على التنبؤ بالسلوك الإنساني في المستقبل، فإذا عرفنا دوافع شخص ما، فإننا نستطيع أن نتنبأ بسلوكه في ظروف معينة.

كما نستطيع أن نستخدم معرفتنا بدوافع الأشخاص في ضبط وتوجيه سلوكهم إلى وجهات وأهداف معينة من خلال تهيئة بعض المواقف الخاصة التي من شأنها أن تثير فيهم دوافع معينة تحفزهم إلى القيام بالأعمال التي نريد منهم أداءها ونمنعهم من القيام ببعض الأعمال الأخرى التي لا نريد منهم أداءها لذلك تضح أهمية دراسة الدوافع في مختلف الميادين العلمية التطبيقية كميدان التربية والصناعة والعلاج النفسي وغيرها. (غباري، الصفحات 13-14)

1. مفهوم الدافعية:

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد من علماء النفس، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر:

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي " المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى ". (صالح محمد علي أبو جادو، صفحة 22)

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة ". (مصطفى عشوي، 1990، صفحة 83) ويرى Thomas.r " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف ". (Thomas , 1991, p. 3)

ونستخلص أن تعريف الدافع قد تتعدد وتتنوع واختلف في مفاهيم ومهما كان هذا الاختلاف إلا أنها تبقى المحرك لسلوك الإنسان وتبقي الجسم في حالة نشاط.

1-2 أهمية الدافعية في المجال الرياضي:

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعاً. في سنة 1908م، اقترح " وود ورث " (Wood Worth) في كتابته: علم النفس الديناميكي ميدانا حيويًا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي " Motivation al psychologie " أو علم الدافعية " Molivology " وفي سنة 1960م، تتبأ " فاينكي " (Foy Niki) بأن الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية. (حسن حسن عبده "مقياس الدافعية الرياضية"،

سبتمبر 1991 ، الصفحات 131-147)

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

كتابيهما:

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

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

- مفهوم دافعية الانجاز:

تعددت الآراء و وجهات النظر حول مصدر دافعية الانجاز إذ يرى بعضا" من علماء النفس انها سمة شخصية شبة ثابتة لدى الأفراد وهي ذات منشأ داخلي ويعد موراي من أبرز أولئك الذين تبنو وجهة النظر هذه اذ يؤكد ان لدى جميع الكائنات البشرية مجموعة من الحاجات الفسيولوجية والنفسية التي يكافحون من أجل أشباعها وقد وصف موراي (28) حاجة نفسية وفسيولوجية، ويعد أن الحاجة الى الانجاز من أكثر الحاجات أهمية في حياة الكائن البشري ويرى موراي ان الأفراد مدفوعون للانجاز وتحقيق النجاح في المهمات المختلفة ليس من أجل دافع الحصول على التعزيز أو المكافأة و انما من أجل الانجاز ذاته.
(محمد أبو جادو "علم النفس التربوي"، 1998، صفحة 134)

والانجاز هو النوع الأخير من الدوافع الداخلية الفردية وهو على خلاف دافعي حب الاستطلاع والكفاءة ويقتصر على الكائنات الحية البشرية كما انه كان موضوعا لبحوث مكثفة أكثر مما هو الأمر بالنسبة لدافعي حب الاستطلاع والكفاءة والمقصود بالدافعية للإنجاز هو كفاح الفرد لتبوء مكانة عالية حسب امكانياته وقدراته في الانشطة التي يمارسها التي يحقق بها معايير التفوق على أقرانه (معاوية أبو غزال "علم النفس التربوي"، 1988، صفحة 134)

وفي منتصف الستينات قدم اتكنسون نظرية شاملة في الدافعية للإنجاز والسلوك يفترض
اتكنسون أن ميل الفرد لتحقيق هدف ما يتحدد بناء على محصلة ثلاثة عوامل هي:

1- الحاجة الى الانجاز أو دافع النجاح.

2- احتمال النجاح.

3- القيمة الحافزية للنجاح.

ومن ناحية أخرى فإن المواقف التحصيلية غالباً ما يستثار فيها لدى الفرد الخوف من
الفشل لذلك فإنه يوجد في مثل هذه المواقف ميل لتجنب الفشل وهو أيضاً محصلة لثلاثة
عوامل هي (الدافع لتجنب الفشل، احتمالية الفشل، القيمة الحافزية للفشل). (أحمد يحي الزق "علم

النفس"، 2009، صفحة 237)

ونظراً لكون دافع الانجاز يتأثر بممارسات التنشئة الاجتماعية فمن المنتظر ظهور
فروقات واضحة بين أفراد طبقات المجتمع الواحد وما بين أفراد الثقافات المختلفة وذلك
لاختلاف ممارسات التنشئة من طبقة اقتصادية أو اجتماعية الى طبقة أخرى ومن ثقافة الى
ثقافة أخرى وعموماً فإن الطبقات والثقافات التي تشجع على الاستقلالية وتعزز ذلك منذ
السنوات الباكرة في الطفولة تنزع إلى ان تنتج أفراد يتمتعون بدافع مرتفع للإنجاز ويعمل ذلك
في كثير من الاحيان على التعويض على القدرة العقلية العامة. (عبد الرحمن عدس و محي الدين توق"

المدخل الى علم النفس"، 2009، صفحة 246)

ويعد دافع الانجاز إحدى المتغيرات الأساسية التي تحدد نشاط ما يقوم به الفرد من أداء
ويقترض ان الفرد حين يبدأ بممارسة أي نشاط فإنه يهدف من ذلك الوصول الى درجة من
الانجاز وإن غياب الشعور بالإنجاز وتحقيق الهدف يمكن أن يطور مشاعر سلبية كإحباط
والانسحاب. (والتطبيق"، ثامر غباري "الدافعية والنظرية، 2008، صفحة 187)

وفي المجال الرياضي يمكن اعتبار ان موقف المنافسة الرياضية من بين أهم مواقف الانجاز
ويعد بمثابة (موقف انجازي نوعي أو خاص) لذا يرى الباحثين في علم النفس الرياضي
استخدام مصطلح (التنافسية) للإشارة الى دافعية الانجاز الرياضي وبذلك تعرف دافعية

الإنجاز الرياضي أو التنافسية بأنها استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة موقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين من المعايير أو المستويات التفوق والامتياز عن طريق اظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من اجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية. (محمد حسن علاوي "مدخل في علم النفس الرياضي"، 2009، صفحة 252)

ويرى الباحث ان دافعية انجاز اللاعب تكمن في مدى ما يحققه من أشباع الحاجات من خلال ممارسته لأنماط سلوكية معينة تؤدي الى التدريب والمنافسة أي هناك حاجات لدى اللاعبين ينبغي أن تشبع وعلى المربي الرياضي أن يتحقق ما اذا كان اللاعب يجيد اشباعا لهذه الحاجات من خلال ممارسته للنشاطات الرياضية المختلفة.

2-1-4 النظريات التي فسرت دافع الانجاز:

إن قوة دافع الانجاز عند الأفراد تختلف مثلما تختلف النشاطات في طبيعة التحدي الذي تفرضه المواقف، وللتعبير عن هذا الدافع، ويترتب ان نأخذ بعين الاهتمام كل العوامل الشخصية والعوامل البيئية عندما نحاول تفسير قوة دافع الانجاز بالنسبة لشخص معين يواجه تحديا محدودا في حالة معينة، إذ جاءت وجهات نظر عديدة فسرت دافع الانجاز ومكوناته وكل نظرية فسرت دافع الانجاز من زاوية معينة اختلفت أو اتفقت فيه مع النظريات الأخرى.

أولا: نظرية هنري موراي (1938):

يرجع الفضل الى هنري موراي في إدخال مفهوم (الحاجة للإنجاز) الى التراث السيكلوجي منذ عام (1938) (ثائر الغباري "الدافعية والنظرية"، 2008، صفحة 193)، إذ ورد بين عدد من الحاجات البشرية التي صنفها البالغة (28) حاجة في كتاب له بعنوان (استكشافات في الشخصية) الذي نشر عام (1938) ومفهوم الحاجة للإنجاز عند موراي يعني تحقيق شئ والتغلب على المعوقات والحصول على مستوى عال والمنافسة والتفوق على الآخرين واستيعاب وتدبير وتنظيم الأشياء المادية أو الناس أو الأفكار (داون شلتز "نظريات الشخصية"، 1983، صفحة 190)، ان

تصور موراي للحاجة ينبثق من تصوره الكلي للشخصية فهي عنده تكوين فرضي يمثل قوة تنظيم الإدراك و التعقل والنزوع والفعل بحيث تحول الموقف القائم غير المشبع إلى اتجاه الإشباع أو تخفيف التوتر ويعرف موراي الدافع بأنه " تحقيق الأشياء التي يراها الآخرون انها صعبة والسيطرة على البيئة الفيزيائية و الاجتماعية و التحكم في الأفكار وحسن تناولها وتنظيمها وسرعة الأداء والاستقلالية والتغلب على العقبات وبلوغ معايير الامتياز والتفوق على الذات ومنافسة الآخرين والتفوق عليهم والاعتزاز بالذات وتقديرها بالممارسة الناجحة وكان أهم أدوات القياس التي بنيت عليها الدراسات التي قام بها موراي وجماعته في ذلك الوقت اختبار تفهم الموضوع (تيت) (دون شلتر "تظريات الشخصية" ، 1983 ، صفحة 192).

ثانيا: نظرية ماكيلاند (1953):

تعد نظرية دافع الانجاز الدراسي إحدى التفسيرات التي لاقت نجاحا هائلا وقبولاً لدى الباحثين لفهم الدوافع الحقيقية لدى الطلاب نحو الانجاز في البيئة المدرسية وبعد ماكيلاند رائدا في هذا الاتجاه فقد تركزت أبحاثه في بدايتها حول طبيعة دافعية الانجاز وطرائق قياسها وعلاقتها ببعض العوامل الثقافية وقد تأثر ماكيلاند بنظرية التحليل النفسي عند فرويد وجمع في منهجه بين التحليل الأكلينيكي والفرويدي للدافعية وصرامة المنهج التجريبي في علم النفس (ثائر غباري "الدافعية والنظرية"، 2008 ، صفحة 226).

وتوصل ماكيلاند في دراساته الى أهمية التمييز بين الدوافع اللاشعورية والقيم الشعورية اذ هما محددان مختلفان للسلوك ولفحص الدوافع وكيفية تأثيرها في السلوك في أربعة أنواع

رئيسية هي (محمد أبو جادو "علم النفس التربوي"، 1998 ، صفحة 143):

- الدافع الى الإنجاز.
- الدافع الى التسلط.
- الدافع الى الانتماء.
- الدافع الى التجنب.

وفسر دافعية الانجاز على أساس ان بعض الأفراد لديهم نزعة عالية للانجاز والعمل الجيد من اجل الوصول إلى أهداف محددة وهذه النزعة العالية تخلق رغبة طموحة في النجاح على وفق معايير ذاتية للعمل المتقن الجيد والمثابرة و الاستقلالية و قد لجأ ماكلياند الى استخدام عدة صور من اختبار (تيت) الذي وصفه موراي فالشخص الذي يتمتع بدافع انجاز عال يسرد قصصا هائلة وتصورات وأفكار حول الانجاز ثم استنتج ماكلياند ان القصص الناجمة عن اختبار (تيت) يمكن استعمالها كمقياس صحيح للحاجة للتحصيل وهذه الأداة الأساسية لاختبار زبائن ذوي حاجة للتحصيل العالية و الواطئة لبرنامج بحثه الواسع(داون شنتز "نظريات الشخصية"، 1983، الصفحات 417-418).

ثالثا: نظرية أتكسون (1964):

طور اتكسون أنموذج ماكلياند فضلا عن العاملين الذين ذكرهما ماكلياند والخاصين بالشخصية فان هناك متغيرين خاصين بالموقف أو العمل يجب أخذهما بالحسبان وهما (تأثير غباري"الدافعية والنظرية"، 2008، صفحة 221):

- احتمال نجاح العمل: وهويشير الى صعوبة العمل على انها أحد المحددات للقيام بالمجازفة ومن الممكن تحديد هذا التوقع بواسطة قدرات الفرد نفسه.

-أما المتغير الثاني الخاص بالعمل الذي يؤثر في الأداء فهو حافز العمل للنجاح ويشير الى الاهتمام والشغف الذي يحمله العمل نفسه، ويلاحظ أن حافز العمل للنجاح يشير الى العوامل الدافعة لتحقيق عمل صعب وليس لمحتوى العمل الذي يمكن عده حافزا من حوافز العمل الداخلية وقد وضع اتكسون ثلاثة عوامل مهمة تثير دافع الانجاز وتنتج التحصيل

وهي(عبد الرحمن عدس و محي الدين توك" المنخل الى علم النفس" ، 2009، صفحة 248):

- 1- استعداد أو دافع ثابت نسبيا لبلوغ النجاح أو تجنب الفشل.
- 2-احتمالات أو توقع النجاح أو الفشل.
- 3-جاذبية أو قيمة الحافز الخارجي للنجاح أو قيمة الحافز السالب للفشل وعند تفاعل هذه العوامل الثلاثة يتحدد نوع الفرد في كونه من ذوي الأمل في النجاح أو الخوف من الفشل.

ويرى اتكنسون ان الدرجة الواطنة لدافع الانجاز قد تعني الفشل أقوى من دافع الانجاز لدى الفرد وعليه فإن الدافع للانجاز يحمل بين طياته الجانب الايجابي وهو الرغبة في الأداء والجانب السلبي هو الرغبة في تجنب الفشل فإذا تساوت حالة الرغبة في النجاح والخوف من الفشل فان النتيجة تكون ايجابية وتقدم الفرد على الأداء والعمل الجيد(عبد المجيد نشواني" علم النفس التربوي"، 2005، الصفحات 210-211).

رابعا: نظريات العزو:

لقد تمخضت عن النظرية التي جاء بها ماكلياند و آتكنسون الكثير من البحوث والتجارب التي أدت الى ظهور نماذج وإضافات عديدة ومتطورة عن الأنموذج الأصلي كإضافات وغيرها فظهرت النظريات التي تعتمد عزو السببية المتعلقة بالنجاح والفشل وهي(أحمد يحي الزق "علم النفس"، 2009، صفحة 237):

أ-نظرية روتر (1954):

وهي نظرية تصنف الدافعية الى أسباب داخلية وأسباب خارجية وقد استندت هذه النظرية على مفهوم الضبط التي في ضوءها يرجع الأفراد نجاحهم أو فشلهم في الحياة الى أسباب يتحملون مسؤوليتها وهؤلاء هم الذين يكون لديهم موقع الضبط داخليا أما الأفراد الذين يرجعون نجاحهم الى أسباب خارجية فيبحثون عن تفسيرات خارج أنفسهم وهؤلاء يكون موقع الضبط لديهم خارجيا. ان هذه النظرية تفسر دافعية السلوك على أساس موقع الضبط وتحاول ان تفهم السلوك الاجتماعي للإنسان وتكشف عن العوامل المؤثرة فيه وهي محاولة الجمع بين اتجاهين في علم النفس هما الاتجاه السلوكي القائم على أساس (المثير- الاستجابة) والاتجاه المعرفي(فاضل محسن"علم النفس التربوي"، 1991، صفحة 237).

ب-نظرية هايدر (1958):

أما بالنسبة لهايدر فقد قدم تطور علميا لنظرية ورتر إذ عرف بعدا ثالثا للسببية أدخل ضمن حقل الانجاز يسمى (بالقصدية) إذ قال لابد أن يوجد بعض التفاعل بين الأسباب الشخصية والدافعية بالقصد والنية وأكدت النظرية أن السلوك لا يعد مدفوعا داخليا أو خارجيا ما لم يكن الكائن يقصد أو ينوي الوصول الى هدف معين وهكذا أصبح القصد أو التوقع مفاهيم

أساسية في الاتجاه المعرفي لتفسير السلوك (لظفي محمد فطيم "نظريات التعليم المعاصرة" ، 1996 ، صفحة 70)

ج-نظرية فينر (1966):

تنص نظرية (برناند فينر) على ان ردود الأفعال للفشل تعتمد على مستوى الدافع للانجاز عند الفرد فعندما يكون هذا الدافع مرتفعا يزداد مستوى الأداء عند الفشل و يتدهور مستوى الأداء في حالة انخفاضه و قد يعزى ذلك الى اختلاف أدراك الفرد لأسباب الفشل أو النجاح الشخصي و يفترض فينر ان يتميز بدافع مرتفع للانجاز يعزى فشله الى الافتقار للجهد ومن يتميز بدافع انجاز منخفض يعزى فشله الى الافتقار للقدرة ان هذه التفسيرات الإدراكية تتوسط العلاقة المستنتجة بين مستوى الحاجة للانجاز وما يتبع الفشل من تنشيط للأداء أو تعطيله (لظفي محمد فطيم "نظريات التعليم المعاصرة" ، 1996).

وأوضح (فينر) أن دافع الانجاز والخلق مظهران متداخلان لعملية التنشأة الاجتماعية إذ يصبح الانجاز في غياب الخلق أو المعايير الاجتماعية المتفق عليها مدمرا للفرد أو المجتمع وقد صاغ (فينر) نظريته بواسطة مصطلحات معرفية وإنمائية إذ أفترض ثلاثة تكوينات أو أبعاد توجه الحكم الخلقى على الانجاز وهي (لظفي محمد فطيم "نظريات التعليم المعاصرة" ، 1996):

1-القصد أو النية.

2-الجهد أو القدرة.

3-النتيجة أو العائد.

خامسا: نظرية راينر روبن (1971):

تؤكد هذه النظرية التوجه المستقبلي الذي يشترط فيه لأداء المرحلة القادمة النجاح في المرحلة السابقة وفي ضوء هذه النظرية يكون أداء الأفراد من ذوي دافع الانجاز العالي أفضل من ذوي دافع الانجاز المنخفض وقد يحدث العكس إذ لم يتضمن الأداء تتابعا كما هي الحال في دراسة الموضوعات التي ليست لها علاقة بالمستقبل وقد قام (راينر) بتجربته على طلبة احدى الكليات وكانت نتائج هذه التجربة ان الانجاز عند ذوي الدافع القوي أكبر من ذوي الدافع الضعيف عندما كان للعمل علاقة بفعل لاحق ولم يكن هناك فرق واضح عندما لم يكن للعمل علاقة بالمستقبل وتعد هذه النظرية صياغة جديدة لفلسفة اكنسون. والتي تظهر ما يتميز به الأفراد من ذوي دافع الانجاز العالي من نظرة مستقبلية قائمة على الطموح والمثابرة والتفاؤل وتقدير الذات العالي (محمد عبد الله (اخرن)). "علم النفس التربوي وتطبيقاته"،

2001، صفحة 169)•

سادسا: نظرية كيوكلا (1972):

تنبأت نظرية (اندي كيوكلا) بان من يتمتع بنتائج انجاز مرتفع سوف يؤدي أفضل ممن يتمتع بنتائج انجاز منخفض في حال أدراك ان العمل صعب ألا ان ذلك سيكون أسوأ عندما يدرك أن العمل سهل وهنا تساوى ناتج الدافع للانجاز بمفهوم القدرة المدركة فعندما يعتقد الأفراد ان قدرتهم عالية نسبيا سيقرون في هذه الحالة أن ثمة جهدا بسيطا يمكن بذله لضمان النجاح لكن من يتميزون بانخفاض ناتج دافعهم للانجاز (الذين لديهم تقدير متدني لقدراتهم) يتوقع منهم أن يبذلوا جهدا أكبر للنجاح أما اذا كانت القدرة المدركة عند المجموعتين متكافئة فان منخفضي الانجاز في حال أدراك أن العمل سهل سوف يؤدون أفضل من مرتفعي الانجاز.

سابعاً: نظرية لدسي ورايان (1985):

هذه النظرية تفرق بين ثلاث فئات موسعة للسلوك والعمليات النفسية المرتبطة بالدافعية:

- السلوك المستقبل.

- السلوك المنضبط -العائد العزم.

- السلوك غير المتأثر.

فالأنماط السلوكية الاستقلالية تتم المبادرة بها و تنظيمها من خلال خيارات يقوم أساسها على وعي الفرد بحاجته وأهدافه الموحدة فالأفراد الذين يؤدون وظائفهم على نحو استقلالي يفترض بهم ان يبحثوا عن خيار وان يخبروا سلوكهم بأنهم يتم المبادرة به ذاتيا أما الأنماط السلوكية المنضبطة العائدة العزم فتتم المبادرة بها وتنظيمها من خلال الضوابط في البيئة مثل نيل المكافآت أو من خلال الالتزامات التي تعمل على ضبط الفرد داخلها وتشير إلى كيف ينبغي أو يتوجب على الفرد ان يكون تصرفه فالأفراد الذين يتوجهون نحو الضبط يتوقع منهم ان يبحثوا عن الضوابط ويسعون من أجل الوصول إليها وان يفسر بيئتهم أيضا ان المبادرة بها وتنظيمها يقع خارج سيطرتهم القصدية ويعتقد بأنهم لا يمكنهم السيطرة على سلوكهم ويمكن وصف سلوكهم بأنه عاجل (نقص في الواقع) ومنبئ بالاضطرابات في تقدير الذات (تأثر الغباري

"الدافعية والنظرية" ، 2008 ، صفحة 196)

2-1-5 مناقشة النظريات التي فسرت دافع الانجاز:

إن الصياغات الأولية لنظرية دافع الانجاز قد طرحت من قبل ماكلياند التي كانت رائدة لدراسات وبحوث نتج عنها نظريات أخرى مهمة كنظرية (اتكنسون) و(فينر) وغيرهم فنظرية ماكلياند تفسر الدافعية لدى الأفراد على أسس وجود نزعة للانجاز والعمل الجيد من أجل الوصول إلى الهدف وهذه النزعة تخلق رغبة طموحة في النجاح على وفق معايير ذاتية للعمل الجيد والمثابرة والاستقلالية وهؤلاء يتميزون بدافعية عالية للانجاز وقسم الدوافع الى أربعة أنواع وهي: الدافع للإنجاز، والدافع للانتماء، الدافع للتجنب، والدافع للتسلط.

وأكدت أن الدوافع قائمة على أساس الحوافز الطبيعية وهذا يفسر لماذا يجب ان تقسم الدوافع إلى أنواع وكيفية تأثير هذه الأنواع على السلوك ولماذا ترتبط الدوافع ارتباطا وثيقا بالانفعالات. وقد حققت هذه النظرية قوة وتقديرا كبيرة يمكن في كونها من النظريات الرائدة في مجال دافع الانجاز بل لأنها أثارت الكثير من التساؤلات وأثارت الكثير من الباحثين وحثتهم على إجراء المزيد من الدراسات لغرض المزيد من الفهم والتعمق في دراسة هذا المفهوم.

أما اتكنسون فقد أشار إلى أن النزعة لإنجاز النجاح استعداد مكتسب وهي التي تحدد قدرة الفرد على الانجاز من خلال ثلاثة مكونات أو متغيرات تتمثل بالدوافع، وتجنب الفشل ومستوى احتمال النجاح والقيمة الباعثة للنجاح ويعتمد دافع الانجاز على خبرة الشخص في مواقف معينة سواء كانت خبرات نجاح أو خبرات فشل. وتعد هذه النظرية ونتائجها مقدمات و اتجاهات جديدة لتفسير دافع الانجاز فظهرت نظرية العزو لكل من (روتر، هايدر، وينر) إذ قام (روتر) بتصنيف الدافعية إلى سببين (دافعي-خارجي) أما (هايدر) فقد أضاف بعدا ثالثا للسببية القصدية أو النية، أما (وينر) فقد قام بتقسيم أسباب الدافعية إلى (داخلية، خارجية) وأضاف أبعاد لهذا التقسيم (كالقدرة والجهد والحظ) فضلا عن أنه قدم ثلاثة مبادئ وأشار إلى أنه يجب ان تحتوي هذه المبادئ على نظرية تهدف الى تفسير السلوك وهذه المبادئ تجتمع على المدى الكامل للعملية المعرفية وتشتمل على المدى الكامل للانفعالات وعلى السلوك المنطقي وغير المنطقي وأضاف أيضا ان دافعي الانجاز والخلق مظهران متداخلان لعملية التنشئة الاجتماعية. وتأتي نظرية (كيوكلا) التي قامت بتفسير الدافعية على أساس القدرة المدركة أي ان الأفراد عندما يدركون العمل على انه سهل ويعتقدون ان قدراتهم عالية نسبيا سيقررون في هذه الحالة أن ثمة جهدا بسيطا يمكن ان يبذل لضمان النجاح والعكس صحيح بالنسبة للأفراد الذين يعتقدون بتدني قدرتهم فأنهم يتوقع منهم ان يبذلوا جهدا أكبر للنجاح أما في حالة تساوي القدرة عند المجموعتين فأن ذوي الانجاز المنخفض في حالة أدراك العمل على أنه سهل سوف يؤدون العمل أفضل من ذوي الانجاز المرتفع كذلك

أشارت النظرية إلى أثر القدرة وأدراك الصعوبة للعمل وما يحتاج إليه من مثابرة على بذل الجهد و التحمل من أجل الوصول إلى الهدف أو إلى النجاح من مظاهر تكوين دافع الانجاز.

أما نظرية التوجه نحو المستقبل التي قام بصياغتها كل من (راينر روبن) فإنها تعد صياغة جديدة لنظرية اتكنسون إذ ركزت على تتابع العمل والنجاح فيه وفي المستقبل يتطلب نجاحا في هذا العمل في المرحلة المستقبلية وان الدافعية المستتارة تتأثر بتوقع الأهداف المستقبلية. وبعد عرض النظريات التي تناولت تفسير دافع الانجاز لوحظ اتفاق أغلب الباحثين والمنظرين في نظرياتهم علة تكوينات رئيسية لدافع الانجاز مثل مستوى العمل والمثابرة، والطموح التي جاء بها ماكلياند قبل غيره من المنظرين وعليه فان الباحث تبنى نظرية ماكلياند لتفسير دافع الانجاز الرياضي باعتباره موقف المنافسة الرياضية من أهم مواقف الانجاز ورغبة اللاعب في التفوق التميز وخاصة في موقف المنافسة الرياضية.

أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للناشئ (المراهق):

اختيار النشاط: يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه.

الجهد من أجل تحقيق الأهداف:

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

المثابرة:

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

الموالية (أسامة كامل راتب،، 1997، صفحة 47)

-مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي:

تعبر عن العلاقة بين:

- مفهوم القدرة.

- صعوبة الواجب.

- الجهد المبذول.

وعلى نحو خاص أوضح " نيكولز " أنه يوجد هدفان أساسيان للإنجاز يشملان مفهومين مختلفين هما:

- هدف الاتجاه نحو الأداء.

- هدف الاتجاه نحو الذات.

- من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الإنجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات (تمرين صعب - واجب معقد) بقدر كبير من الفعالية والسرعة، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.

-خلاصة:

في الحقيقة إن موضوع الدافعية هام وحساس إذ يتصل بالدرجة الأولى بدراسة دوافع السلوك البشري من جهة ومن جهة أخرى كيفية إستخدام العاملين في قطاع التدريب الرياضي لهذا الموضوع الهام.

ومن خلال ما تم ذكره في هذا الفصل نستخلص أهمية الدافعية في التدريب الرياضي ودافعية الإنجاز بالأخص لدى الرياضي الذي يعتبر عاملا مهما في نجاحه وتفوقه في المجال الرياضي وغيره وتطوير وزيادة قدراته البدنية والعقلية والمهارية لأقصى حد ممكن وبتعزيز دافعية الإنجاز يمكن للفرد أن يقدم على أداء مهمة ما بنشاط وحماس كبيرين لإكتساب خبرة النجاح الممكن وتجنب الفشل ويكمن دافع الإنجاز وراء التباين في مستويات أدائه وإنجازه.

- الوقفة المتوسطة :وهي الأكثر استعمالا وتناسب التمير والإعداد.
- الوقفة المرتفعة :وهي تناسب التمير والإعداد للخلف. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، صفحة 55)

طريقة أداء وقفة الاستعداد :

- في وضع الاستعداد المناسب يجب مراعاة الآتي:
- يقف اللاعب على كلتا قدميه وإحدى قدميه متقدمة على الأخرى، والقدمان متباعدتان والمسافة بينهما باتساع الحوض، وهذا يعتمد على طول اللاعب واتساع الحوض عنده.
- ثني الركبتين قليلا والظهر مفردا بارتياح.
- ثني الذراعين من مفصل المرفق ووضعهما بجانب الجسم استعدادا للتمير أو الإعداد سواء من أسفل أو من أعلى.
- اليدان تكونان مقعرتين وأوسع قليلا من حجم الكرة، والأصابع منتشرة وممتدة بارتخاء وتلمس الكرة على بعد 15 حتى 20 سم أمام الوجه، والساعدان متعامدان على العضدين في حالة التمير أو الإعداد من أعلى.
- النظر في اتجاه سير الكرة.
- التحرك للأمام يكون بتقدم القدم الأمامية ثم الخلفية.
- التحرك للخلف يكون بتأخير القدم الخلفية ثم تتبعها الأمامية.
- التحرك للجانبين إذا كان التحرك لليمين يكون بنقل القدم اليمين ثم تتبعها القدم اليسرى والعكس بالنسبة لجهة اليسار.

الأخطاء الشائعة في وقفة الاستعداد :

- عدم وضع الذراعين في وضعهما الصحيح كوضع الذراعين بعيدتين عن الجسم.
- عدم ثني الركبتين أو ثنيهما للداخل.
- عدم توزيع الجسم على القدمين بالتساوي.
- عدم متابعة النظر لخط سير الكرة.

- الوقوف والمسافة بين الساقين غير مناسبة. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، الصفحات 55-56)

2-1-2 مهارة الإرسال:

تعريف: الإرسال هو الضربة التي يبدأ بها اللعب في المباراة، ويستأنف عقب انتهاء الشوط، وبعد كل خطأ، وهو عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز الخلفي الأيمن في الفريق والذي يضرب الكرة باليد مفتوحة أو مقفلة لإرسالها من فوق الشبكة إلى ملعب الفريق المنافس.

أهمية ومميزات الإرسال:

ترجع أهمية الإرسال إلى أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به، فيجب على لاعبي الكرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة، ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة ودقيقة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال الإرسال، لاعب الإرسال يكون أداؤه مستقلاً وبدون تأثير من زملائه أو الفريق المنافس.

أنواع الإرسال:

نستطيع من خلال التكنيك الصحيح لأداء ضربات الإرسال تصنيفها إلى نوعين رئيسيين:

الإرسال من أسفل:

- الإرسال من أسفل المواجه الأمامي.
- الإرسال من أسفل الجانبي.
- الإرسال من أسفل الجانبي المعكوس (الروسي).

الإرسال من أعلى:

- الإرسال من أعلى برؤوس الأصابع.
- الإرسال من أعلى المواجه (التنس).
- الإرسال الجانبي الخطافي والجانبي المواجه الخطافي.

- الإرسال المتموج (الأمريكي). (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، صفحة 57)

الأخطاء الشائعة في الإرسال من أسفل:

- ضرب الكرة بأصابع اليد.
- عدم ضرب الكرة بالقوة اللازمة مما يؤدي إلى عدم عبورها الشبكة.
- قذف الكرة بعيدا للأمام حيث لا يستطيع اللاعب من ضربها باليد كاملة.
- عدم نقل الجسم أثناء الأرجحة للخلف على القدم الخلفية، واثنا الضرب على القدم الأمامية.

- قذف الكرة مبكرا قبل أرجحة الذراع خلفا.

الأخطاء الشائعة في الإرسال من أعلى:

- قذف الكرة بعيدا عن الجسم أو خلفا أو جانبا مما يؤدي بالمرسل إلى تغيير وضع الامتداد وعدم السيطرة عليها.
- عدم امتداد الجسم والذراع أثناء الضرب.
- عدم الأرجحة الكافية للذراع وعدم الاستفادة من الجذع لزيادة قوة الضرب.
- عدم القدرة على التوقيت بين سرعة الكرة وحركة الضرب.
- مرجحة الذراع بقوة كبيرة لضرب الكرة مما يؤدي إلى خروجها خارج حدود الملعب.
- عدم الدخول إلى الملعب بعد القيام بالإرسال مباشرة، وعدم متابعة الجسم لاستمرارية الحركة. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، الصفحات 59-63)

2-1-3 مهارة الاستقبال:

تعريف: هو استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب، وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وبتمريرها من أسفل إلى أعلى بالساعدين أو بالتمرير أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل.

أهميته :

يعتبر الدفاع عن الإرسال من المهارات الدفاعية ذات أهمية كبيرة في الكرة الطائرة، فمنذ نشأتها وحتى وقتنا الحاضر تنوعت وتتابع طرق استقبال الكرة سواء بالكفين أو الذراعين، وبعد أن كانت تؤدي من أعلى وأصبحت تؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين، الطريقة المتبعة حاليا بالذراعين من أسفل يطلق عليها Begger وذلك لضمان استلام الكرة بطريقة جيدة وتوصيلها للزميل وبدون حدوث أخطاء.

طريقة استقبال الإرسال:

أ- الاستعداد: يتحرك اللاعب إلى المكان الصحيح بطريقة سريعة، حيث يقف اللاعب والقدمان متباعدتان أوسع من الحوض قليلا والركبتان مثنيتان قليلا، وتشكلان زاوية قائمة تقريبا مع الحوض، ميل الجذع قليلا للأمام، الرأس عمودي على مستوى الكتفين وتوجيه النظر إلى المنافس والذراعان متباعدتان عن بعضهما مسافة حوالي اتساع الكتفين، وممدودتان للأمام ومائلتان للأسفل.

ب- الأخطاء الشائعة في استقبال الإرسال:

- المرجحة الزائدة للذراعين أماما ولأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدود اللعب.

- عدم تساوي السطح الداخلي للساعدين عند ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها جانبا.

- وضع الذراعين بمستوى عالي جدا مما يجعل طيران الكرة عموديا وقصير المسافة.

- ثني اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفا.

- ضرب الكرة باليدين وليس على سطح الساعدين مما يؤدي إلى طيرانها لأحد الجانبين.

- عملية امتصاص قوة الكرة على الساعدين كبيرة جدا مما يؤدي إلى طيران الكرة لمسافة

قصيرة. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، صفحة 71)

2-1-4 التمرير:

تعريف: هو استلام الكرة باليدين أو بيد واحدة من أعلى أو من أسفل بتوجيهها لأعلى مع تغيير اتجاهها بدون استقرارها على اليدين.

أهمية التمرير:

التمرير هو الأساس في لعبة الكرة الطائرة، حيث يتوقف نجاح الفريق على مدى قدرة لاعبيه في السيطرة والتحكم بتوجيه الكرة في كل الاتجاهات وبطريقة صحيحة وقانونية وهو المهارة الأهم بالنسبة لخطط الدفاع والهجوم التي يستخدمها الفريق في اللعب، ويستخدم في مهارة التمرير أطراف الأصابع والأيدي والأذرع على الأغلب أكثر من أي جزء من الجسم، ويمكن أن نعتبر الإعداد تمريرا، ولكن أكثر دقة نظرا لضرورة سير الكرة عن طريق محدود في الهواء ومرتبطة بالضربة الهجومية.

أنواع التمرير:

لقد تنوع وتعدد التمرير في الكرة الطائرة ويمكن أن نقسم التمرير من حيث طريقة أدائه إلى تمرير من الثبات وتمرير من الحركة، ونقسمه من حيث المستوى الذي تحصل فيه الكرة إلى تمرير من أعلى التمرير من أسفل، كما يمكن تقسيمه من حيث استخدام اليد أو اليدين إلى تمرير باليدين وتمرير بيد واحدة وعموما يمكننا أن نقسم التمرير إلى نوعين هما:

التمرير من الأعلى:

- التمرير من أعلى إلى الأمام.
- التمرير من أعلى للخلف.
- التمرير من أعلى للجانب.
- التمرير من أعلى مع الوثب.
- التمرير من أعلى مع الدرجة.
- التمرير من أعلى بعد الدوران.
- التمرير من أعلى من وضع الطعن أماما.

- التمير من أعلى مع السقوط.

التمير من الأسفل :

- التمير من أسفل باليدين.

- التمير من أسفل بيد واحدة.

- التمير من أسفل مع السقوط والطيران. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، صفحة 76)

2-1-5 مهارة الإعداد:

تعريف: الإعداد هو عملية تمرير الكرة للأعلى وإلى مكان مناسب بعد استقبالها من إرسال المنافس أو ضربة ساحقة أو تمريرة وتغيير اتجاهها لتصل إلى اللاعب المهاجم، ليقوم بدوره بوضعها بضربة ساحقة داخل ملعب المنافس ويكون الإعداد من اللمسة الأولى وغالبا ما يكون من اللمسة الثانية.

أهمية ومميزات الإعداد:

مهارة الإعداد من المهارات الضرورية الهامة في الكرة الطائرة، وهي الخطوة التي يركز عليها المهاجم للحصول على نقاط في المباراة ويعتمد الإعداد كليا على التمير من أعلى فإجادة التميرات العلوية يساعد على أداء الإعداد الجيد. ويعتبر الإعداد من أكثر مواقف اللعب حساسية وأهمية حيث يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه.

مواصفات الإعداد:

لقد استطاع المختصون في لعبة الكرة الطائرة من تحديد مواصفات الإعداد من حيث:

- الإعداد من حيث البعد.

- الإعداد من حيث الارتفاع.

- الإعداد من حيث الاتجاه. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، صفحة 101)

يشمل الإعداد الأنواع التالية:

- الإعداد الأمامي.

- الإعداد الخلفي من فوق الرأس.

- الإعداد بالدرجة خلفا.

- الإعداد الجانبي.

- الإعداد بالوثب.

2-1-6 مهارة الضرب الساحق:

تعريف: هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة، وتوجيهها إلى ملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية.

أهميته :

الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول على نقاط المباراة، أو الحصول على الإرسال وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بالسرعة، وحسن التصرف والثقة بالنفس، وارتفاع القامة، وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرشاقة والتوافق العصبي العضلي، والقوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب، والدقة في الأداء الحركي وتوجيه ضربات نقطة معينة بالإضافة إلى الهبوط الصحيح. لهذا لا يستطيع جميع اللاعبين أن يقوموا بأداء مثل هذه المهارات نظرا لاختلاف تكوينهم الجسمي وقدراتهم الحركية، فيفضل تدريب جميع أفراد الفريق لأداء هذه المهارة، ثم اختيار أفضل اللاعبين للقيام بمهام أدائها أثناء المباريات.

طريقة الأداء :

تنقسم طريقة أداء الضربة الساحقة إلى أربعة مراحل متتالية:

- الاقتراب.

- الارتقاء.

- الضرب.

- الهبوط. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، الصفحات 136-137)

أنواع الضرب الساحق :

- الضربة الساحقة المواجهة.

- الضربة الساحقة المواجهة بالدوران.
- الضربة الساحقة الخطافية (الجانبية).
- الضربة الساحقة السريعة (الصاعدة).
- الضربة الساحقة الساقطة بالرسغ.
- الضربة الساحقة بالخداع.

2-1-7 مهارة حائط الصد:

تعريف: حائط الصد هو عملية يقوم بها لاعب أو اثنان أو ثلاثة لاعبين من المنطقة الأمامية في مواجهة الشبكة لاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة.

أهميته:

يعتبر الصد من المهارات الأساسية والهامة في عملية الدفاع عن الملعب أمام الضربات المختلفة على الشبكة وهو وسيلة لإحباط عزم الفريق المنافس من خلال منع مهاجميه من ضرب الكرة الساحقة فوق الشبكة.

أنواع حائط الصد:

- الصد الهجومي.
- الصد الدفاعي.

طريقة أداء الصد:

- وقفة الاستعداد - الوثب - الصد - الهبوط.

أشكال حائط الصد:

ينقسم الصد إلى ثلاثة أقسام: الصد بلاعب واحد. الصد بلاعبين. الصد بثلاثة لاعبين.

2-8 مهارة الدفاع عن اللعب:

تعريف: الدفاع عن الملعب هو استقبال الكرة المضروبة ضربا ساحقا من الفريق المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتميرها من أسفل لأعلى بتوجيهها لزميل من الملعب.

أهميته:

يعتبر الدفاع عن الملعب أحد المهارات الدفاعية المهمة ضد الضربات الساحقة القوية في الجزء الخلفي من الملعب وتغطية حائط الصد، وضربات الخداع وتغطية عملية الهجوم للفريق المنافس، ولهذا فإن الدفاع يتساوى في أهميته مع الهجوم وهو من أصعب المهارات في الكرة الطائرة، حيث أنها تتطلب مستوى عال من القوة والرشاقة والقدرة على سرعة رد الفعل والتركيز لفترة طويلة، والتحمل والجرأة والشجاعة في استخدام الجسم عند أداء الدرجات والطيران والانزلاق لإنقاذ الكرات البعيدة.

أنواع الدفاع عن الملعب:

- الدفاع باليدين من الوقوف.
- الدفاع بيد واحدة من الوقوف.
- الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط المحرج.
- الدفاع باليدين أو بيد واحدة بالسقوط الغاطس. (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، الصفحات 150-151)

2-9-الارتقاء (الوثب):

يتم الوثب بعد خطوتي الاقتراب وانتقال ثقل الجسم للاعب من خلف العقبين إلى الأمشاط وتكون زاوية القعدين والركبتين ومفصل الكاحل، أثناء حركة نقل الجسم من العقبين إلى الأمشاط تبدأ الذراعين في المرجحة إلى الأمام بأقصى قوة عند مرورها بمحاذاة الفخذين، تكون القدمان مثبتتين كاملاً وفي هذه اللحظة يتم فرد القدمين والركبتين للحصول على قوة دفع (الوثب). (علي مصطفى طه، موسوعة كرة الطائرة الحديثة، 1996، صفحة 124)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل فإن الأداء المهاري بصفة عامة يمر بعدة مراحل حتى يتمكن اللاعب من إتقانه و تثبيته سواء كان في كرة الطائرة أو في أي رياضة أخرى , و لا يمكننا إغفال بعض الجوانب النفسية التي يمر بها اللاعب في كرة الطائرة أثناء تعلم المهارات و محاولة تثبيتها من ضغط نفسي و كذا في بعض الأحيان قد تجعله يفكر بالانسحاب من المنافسة أو التدريب ، ومن هنا و حسب وجهة نظرنا فإن المسؤولية تقع على المحيط الخارجي الذي يحاط به اللاعب المتمثل في المدرب و كذا أعضاء الفريق في محاولة تشجيع هذا اللاعب و الرفع من دافعيته بغرض الاستثمار في اكتساب المهارات و تثبيتها و رفع التحديات و المعوقات سواء كانت خارجية آتية من المحيط الخارجي أو داخلية نفسية و فسيولوجية.

تمهيد:

يمر المراهق في الطور الثالث بتغيرات متنوعة وسريعة في نفس الوقت وهذا نظرا لحساسية المراهقة المبكرة التي يمر بها الفرد في هذا الطور وهذا من جميع النواحي الجسمية والعقلية والثقافية والاجتماعية فهذه المرحلة بمثابة جسر ينتقل من خلاله الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ولهذا فمن الطبيعي أن يتعرض المراهق إلى مشكلات عديدة ومتاعب بدرجة قد تفوق غيرها من مشكلات الحياة ويعود ذلك لكونه شخص غير متكيف لدوره الجديد في الحياة.

ويرى علماء النفس أن مرحلة المراهقة مرحلة من العمر تظهر فيها تغيرات عديدة وتحولات سريعة والتي من شأنها التأثير باستمرار وكل مظاهر الحياة البيولوجية والعقلية والاجتماعية وسنحاول فيها تحديد مفهوم المراهقة - سماتها.

1-تعريف المراهقة:

إن كلمة المراهقة لغة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في الفرد أما اصطلاحاً فهي مشتقة من المصطلح اللاتيني " ADOLECE " الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج (فؤاد البهي السيد الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، 1994، صفحة 5)، ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعالي والعقلي أي " النمو " أو " النمو إلى النضج " ويستخدم علماء النفس هذا المصطلح للإشارة إلى النمو النفسي والتغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد. ويتفق علماء النفس على أن المراهقة تبدأ بتغيرات جسمية يتبعها البلوغ وتنتهي بإتمام حالة الرشد الكامل التي تقاس بالنضج الاجتماعي والبدني وإن كانت هذه الجوانب للنمو لا تتم في وقت واحد. (هدى محمد قناوي: سيكولوجية المراهقة ، 1992، صفحة 3)

وعلى العموم فإن معالم مرحلة المراهقة تظهر في الفترة ما بين الثالثة عشر والواحد والعشرون سنة وحسب قاموس " روبرار " ROBERT " فإن المراهقة هي السن الذي يلي البلوغ ويتقدم حتى سن الرشد أما المعنى المألوف فهو يرمز للفترة الأولى من الشباب أي المرحلة التي تقع بين الطفولة ومرحلة النضج. (Gerard.I , suprimier l'adolescence , 1982, p. 13) وقد عرفها " مالك سليمان مخول " بأنها مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الشباب وتتسم بأنها فترة معقدة من التحول والنمو، وتحدث فيها تغيرات عضوية ، نفسية ، وذهنية واضحة تجعل الطفل الصغير عضواً في مجتمع الراشد. (مالك سليمان المخول: علم النفس المراهقة ، 1985، صفحة 52)

2-أنماط المراهقة وأشكالها:

المراهقة تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيش فيها الفرد، وهناك عدة أشكال للمراهقة

2-1- المراهقة التكيفية السوية: هي المرحلة التي تنمو نحو الاعتدال في كل شيء، ونحو الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات المختلفة.

2-2- المراهقة الانسحابية المنطوية: تتسم بالانطواء والعزلة الشديدة والسلبية والتردد وشعور المراهق بالنقص وعدم الملائمة.

2-3- المراهقة العدوانية المتمردة: هي مراهقة متمردة ثائرة، تتسم بأنواع السلوك العدواني الموجب ضد الأسرة.

2-4- المراهقة المنحرفة: وهي صورة مبالغ ومضطربة للمراهقة الانسحابية المنطوية، والمراهقة العدوانية المتمردة. (خليل ميخائيل معوض: سيكولوجيا النمو الطفولة والمراهقة، 1994، صفحة 449)

3- مراحل النمو:

قسم العلماء حياة الإنسان منذ اللحظة الأولى لعملية التقاء الحيوان المنوي مع البويضة وحدث الإخصاب، وحتى إتمام النضج إلى ثلاثة مراحل: مرحلة ما قبل الولادة - مرحلة الطفولة - الطفولة المبكرة - مرحلة رياض الأطفال - الطفولة الوسطى - مرحلة الطفولة المتأخرة - مرحلة المراهقة الأولى - مرحلة المراهقة الثانية - مرحلة الرجولة - مرحلة الكهولة وبما أن مجال بحثنا يقتصر على مرحلة المراهقة الثانية 14-17 فبإدنا أن نعرف هذه المرحلة والخصائص المميزة لها. (مروان عبد المجيد إبراهيم: النمو البدني والتعلم الحركي، 2002، صفحة 66)

3-1- مرحلة المراهقة الثانية 15-18 سنة:

في هذه المرحلة يكون نمط الجسم قد بلغ أقصى طول مع ازدياد النمو عرضاً بشكل ملحوظ، وهنا تظهر علامة الشباب في بنية الجسم وجمال القوام لدى البنات، وهنا ترتبط التغيرات الجسمانية الفسيولوجية ارتباطاً مع التغيرات الاجتماعية والانفعالية والعقلية التي يمر بها الفرد، وهنا يكون الاختلاف بين الجنسين في هذه المرحلة واضحاً وظاهراً، ففي هذه المرحلة يختلف الرجل عن المرأة من الناحية التشريحية، حيث تكون عظام الرجل من الأشكال النوعية، وحجمها أكبر وكمية النسيج العضلي عنده أكثر من كمية الدهن، أما في المرأة فتكون سعتها الحيوية أقل.

إن أقصى مجهود رياضي تقوم به المرأة في هذه المرحلة، وذلك لقدرتها على استكمال لياقتها ويجب أن يراعى عند اختيار التمارين بحيث تتصف بالانسيابية والتي تحوي على الرشاقة والخفة والتوازن، أما بالنسبة للرجل فإن جسمه في هذه المرحلة العمرية تظهر عليها القوة العضلية، وتمتاز بقوة التحمل والصبر والجلد والمثابرة، وكذلك الألعاب الجماعية مثل كرة القدم، السلة، الطائرة، والبيد، كذلك تظهر لديهم المهارة الحركية، كما يحتاج الشخص في هذه المرحلة إلى الاعتماد على النفس عن طريق المعسكرات والرحلات الخلوية.

إن المراهقين والمراهقات ضمن هذه المرحلة يجب أن يتدربوا على التمارين الرياضية، وذلك من أجل تنمية جهازهم الحركي، لما لذلك من أهمية كبيرة على هذه المرحلة، ففي الوقت الذي يكون فيه شكل الجسم تتم دوافع النمو، فالشباب الذين لا يزاولون الأنشطة الرياضية، نلاحظ أن لديهم نموا ضيقا وإمكانية واطئة وضعف في العضلات وأحيانا شحوم إضافية، وتكون الحركات غير منسقة وضعيفة وغير رشيقة.

إن هذه المرحلة تظهر تطورا واضحا وملموسا وخاصة عند البنين، حيث تزداد القوة وقيمتها سنويا، وتتحسن القوة السريعة وقوة عضلات الجسم، كذلك نلاحظ زيادة ركض المسافات القصيرة. (مروان عبد المجيد إبراهيم: النمو البدني والتعلم الحركي، 2002، صفحة 66)

والقفز العريض والعالي والرمي، أما مطاولة القوة فتتطور بشكل قليل، وبالنسبة للبنات يكون تطور القوة قليلا ونفس الشيء بالنسبة للقوة السريعة وقوة عضلات الجسم بالنسبة للوزن، إن تطور السرعة يصل إلى مستوى البالغين سنة - في نهاية مرحلة المراهقة الأولى حتى عمر 14-15 سنة.

إن ديناميكية سير الحركات تتحسن من خلال المراهقة الثانية، وكذلك دقة هدف التصرفات الحركية، فهنا يتطور البناء الحركي والوزن الحركي والانسيابية والدقة الحركية وثبات الحركة، وهذه جميعها تعمل من أجل تحسين قابلية التوجيه الحركي، وعلى العموم إن هذه المرحلة تعتبر مرحلة جيدة لقابلية التعلم الحركي عند الجنسين، إضافة إلى ذلك يأتي تطور قابليات القوة والمطاولة، وكذلك التوقع الحركي وسرعة رد الفعل، وعلى هذا فإن هذه المرحلة تعتبر

فترة زمنية جيدة للتعلم السريع والتقدم بالإنجاز وبالتالي تعتبر قمة جديدة للتطور الحركي. فبالنسبة للركض السريع مثلا يحدث عند البنين تطور سنوي في هذه المرحلة، أما عند البنات فيقل هذا التطور، أما النمو السنوي عند البنين في فاعليتي القفز العالي والعريض فإنه أكبر مما هو عليه عند البنات، كما أننا لا نرى توقعاً بالنسبة للقفز العالي والعريض في عمر 17 سنة عند البنين، في الوقت الذي يحدث ذلك عند البنات، أما إنجاز الرمي فيوجد اختلاف كبير بين الجنسين، حيث أن التطور السنوي للبنات يكون قليلاً إضافة إلى ذلك تظهر علامات التوقف في عمر 16 سنة ويشكل قطعي في عمر 17 سنة، أما بالنسبة للمرونة فهي الصفة الوحيدة التي تتطور عند البنات أحسن منه عند البنين. من خلال هذا العرض نلاحظ أن قدرة المراهقين في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار والتفكير السليم، والاختيار، والثقة بالنفس، والاستقلالية في التفكير والحرية، والاستكشاف، حيث يؤثر ذلك كله ليس فقط على شخصية اللاعب الحركية فحسب بل على شخصيته المتكاملة، ولهذا وجب على المدرب الرياضي انتقاء لون النشاط لكل رياضي، فالدرس بأي شكل كاف يكون غير محبب للطلبة في هذه المرحلة من عمرهم، فلكل منهم له نوع خاص ومميز من النشاط الرياضي يختلف عن الآخر. (مروان عبد المجيد إبراهيم: النمو البدني والتعلم الحركي، 2002، صفحة 67) ، فهذا يرغب لعبة كرة القدم، وذلك يرغب لعبة كرة الطائرة، وآخر يرغب ألعاب الميدان والمضمار وعلى ذلك فالمدرّب الرياضي يجب أن يأخذ ذلك بعين الاعتبار عند وضعه للحصة التدريبية، وبناء على ذلك يتطور مستوى المهارات الحركية الأساسية كالعدو والوثب والرمي كصفة مميزة لهذه المرحلة، مع الأخذ في عين الاعتبار الفروق الفردية للمستوى، وبهذا تأخذ هذه المرحلة أهمية خاصة كونها مرحلة كمال النضج والنمو والتطور الحركي. حيث يبدأ مجالها بالمدرسة فالجامعة فالنادي الرياضي، وعليه فإن هذه المرحلة لا تعتبر مرحلة تعلم وغنما مرحلة تطوير وتثبيت بالمستوى للقدرات والمهارات الحركية، فهي مرحلة أداء متميز خال من الحركات الشاذة.

4- خصائص تطوير الصفات البدنية لدى المراهقين 15-18 سنة:**4-1- خصائص تطوير السرعة لدى المراهقين الذكور بين 15-18 سنة:**

يحصل تطور للسرعة وزيادة في سرعة رد الفعل الحركي في هذه المرحلة من العمر، فتطوير السرعة يعني تنمية كافة الفعاليات الحركية سواء في السرعة الحركية أو الانتقالية أو أي أداء تمهيدي آخر، لذلك يتم التدريب بشكل عال في تنفيذ تنمية السرعة لأنها تصل إلى أقصى إنتاج لها خلال هذه المرحلة، كذلك يمكن الوصول إلى حركة السرعة الاقتصادية في هذه المرحلة لكونها مفيدة، كما يتناسب مجال الحركة مع استخدام السرعة التي تتناسب وهدف السرعة، ويمكن الوصول إلى الحركة الأوتوماتيكية في هذه المرحلة العمرية، فالتطوير الموجه يساعد في تطوير صفة السرعة في المستويات العليا، كما أن التطور البيولوجي الطبيعي للسرعة بشكل عام لا يتغير أثناء التدريب الرياضي المنظم.

إن ديناميكية تطور السرعة لدى الرياضيين في هذا العمر يشابه ديناميكية تطور السرعة عند أقرانهم الذين يمارسون الرياضة بشكل منتظم، إلا أن تحسن المستوى عن الرياضيين يكون بمستوى أعلى مما هو عند أقرانهم الذين لا يمارسون الرياضة بشكل منتظم، إن ذلك يعني اعتبار هذه المرحلة من أنسب المراحل العمرية في تطوير السرعة، أما بعد سن 15 سنة فيلاحظ ظهور حالة الاستقرار في السرعة، ويفسر " زانسيورسكي " 1966 أن طريقة تدريب السرعة ليست مناسبة مع الرياضيين الشباب حيث تستخدم بشكل كبير تمارين القوة المميزة بالسرعة والتي تسبب في النهاية أحيانا حاجز السرعة. إن طرق تنمية السرعة يتم على أساس الإعداد البدني المتعدد الجوانب، وهذا يعني الاهتمام الخاص بتمارين السرعة المميزة بالقوة إضافة إلى تمارين القوة، فتحليل منهاج تدريب السرعة في مختلف الألعاب الرياضية أظهر أن التدريب بهدف تطوير السرعة يحتوي على التمارين التي تتصف بقطع مسافة قصيرة بالسرعة القصوى أو المقاربة له، وفي الوقت نفسه لا يشمل منهاج الوسائل وطرق التدريب الخاصة بتطوير صفة السرعة المميزة بالقوة والقوة العضلية، لذا يحصل لدى

الرياضيين بواسطة تلك التدريبات الوصول إلى حاجز السرعة، ويسبب ثبات نتائج السرعة واستقرارها. (قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، 1998، الصفحات 138-139)

4-2- خصائص تطوير القوة العضلية لدى الذكور بين 15-18 سنة:

يطلق على هذه المرحلة من العمر مرحلة البلوغ الجنسي، حيث يزداد نمو القوة العضلية والوزن بسرعة فضلا عن نمو الأجهزة الوظيفية التي يزداد حجمها، ولكن تطورها يكون غير متوازن، فمن خلال التغيرات التي تحدث على الوظائف يبدأ النمو الجنسي، فمرحلة المراهقة الثانية لا تعد مرحلة أزمات حيث تزداد درجة تطور العديد من الصفات البدنية ومنه القوة العضلية ومنه يقترب الذكور تدريجيا من مرحلة الرجولة حيث تعد مرحلة ثابتة وطويلة، وتتسم بالحركة الانسيابية فضلا عن زيادة القوة العضلية. كذلك يحسب شكل تدريب القوة نسبة إلى تحسين قابلية المستوى البدني ويستخدم الأسلوب الدائري في تطوير القوة القصوى، والقوة المميزة بالسرعة والقوة المميزة بالمطاولة.

4-3- خصائص تطور المطاولة لدى الذكور بين عمر 15-18 سنة:

يتطلب مزاوله الفعاليات والألعاب الرياضية إلى تطوير المطاولة، وفق وحدات مختلفة حتى الوصول إلى عمر 18 سنة بسبب عدم قدرة الأجهزة الوظيفية على الإيفاء بالتزاماتها وفق متطلبات الشدة العالية بصورة مستمرة مما يتطلب تغيير الحجم والشدة بصورة مستمرة. يعد عامل العمر من العوامل المهمة بالنسبة إلى مطاولة النفس الدوري، وتزداد بزيادة العمر، يمكن لمدى معين حيث تبدأ بالانخفاض كلما تقدم العمر.

أما المطاولة المميزة بالقوة فتظهر في الذراعين بصورة خاصة وحسب أي "مانيل" يوجد اختلاف في تطوير قابلية المطاولة حيث تبدأ بين عمر 12-14 سنة، وتزداد باستمرار وتظهر أقصى قابلية للمطاولة لدى الذكور في عمر 18-22 سنة، فالتعلم المستمر السريع يحدث نادرا، حين أن التركيز على تحقيق الإنجاز يتم جراء تعلم مسار الحركات الرياضية بسرعة حيث يتم تطوير قابلية المطاولة والتوقع الحركي في هذه المرحلة من العمر، ويمكن تمييز المطاولة لدى المتدربين وغير المتدربين، حيث يظهر التطور المستمر لدى المتدربين

في هذه المرحلة العمرية، فضلا من أن تطور القوة يتطلب المطاولة، ويمن الوصول إلى مستويات عليا في هذا العمر. (قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، 1998، صفحة 140) كما أن مزاوله الفعاليات والألعاب التي تتطلب الصفات الأخرى تعتمد على عنصر المطاولة (المطاولة المميزة بالقوة أو بالسرعة).

4-4- خصائص تطوير المرونة لدى الذكور من عمر 15-18 سنة:

يطلق عليها مرحلة المراهقة الثانية التي تعد مرحلة ثبات الصفات الجنسية الخاصة والتقدم الفردي له حيث تزداد مرة أخرى قابلية التوجيه الحركي بصورة كبيرة ينعكس على زيادة المرونة فضلا عن استمرار استقرار الأداء الحركي وتطوره، كذلك تزداد قابلية التعلم الحركي حيث يتم الارتباط بين فن الأداء الحركي خاصة في فعاليات (الجمناستك) والفعاليات التي تتطلب صفة المرونة وترابطها مع القوة المميزة للسرعة.

يصل تطور المرونة وترابطها أقصى حد في عمر 18-20 سنة حيث يجب برمجة التدريب بشكل منظم في هذه المدة، ويتضح هنا زيادة تطور مستوى المرونة لدى الإناث أكثر من الذكور عدا مفاصل الكتفين، فالذكور الذين يزاولون التدريب الرياضي تظهر إمكانات واطئة وضعف في العضلات، وأحيانا تتجمع شحوم إضافية وحركات غير منسقة وضعيفة، ويسير تطور المرونة في مفاصل الجسم الكبيرة على نقيض الصفات البدنية الأخرى. (قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، 1998، صفحة 141)

5- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين 15-18 سنة:

تظهر أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق في اكتساب اللياقة البدنية كالقوة العضلية والسرعة والرشاقة... الخ، ورفع المستوى الصحي وتقوية الوظائف الحيوية للجسم، كما تساعد على النشاط الدائم للجسم وإصلاح القوام. وتظهر كذلك أهمية النشاط الرياضي للمراهق من ناحية أخرى وهي المجالات الاجتماعية وتنمية التعاون بين الأفراد وتنمية السلوك الاجتماعي والتوازن النفسي. كذلك تساعد على اكتساب الروح الرياضية وتعلم النظام

واحترام القوانين والأخلاق الكريمة وتقوية الإرادة والقدرة على التغلب على المصاعب، والاعتماد على النفس وتعلم الصبر والشجاعة والمثابرة.

6-دوافع النشاط الرياضي للمراهقين 15-18 سنة:

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بالطابع المركب، نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، ومن الأهمية الكبرى أن يعرف المدرب أهم الدوافع التي تحفز اللاعب على ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، وأهمية ذلك بالنسبة للفرد الرياضي أو بالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه، فلكل فرد إذا في الوجود دوافع تحثه للقيام بعمل ما يمكن تقسيم الدوافع إلى دوافع مباشرة، ودوافع غير مباشرة (محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي ، 1992، صفحة 138)

6-1 الدوافع المباشرة:

- الإحساس بالرضا والإشباع نتيجة للنشاط البدني.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة.
- الاشتراك في المناسبات الرياضية التي تعتبر ركن هام من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط من خبرات انفعالية متعددة.

-تسجيل بطولات وأرقام وإثبات التفوق وإحراز الفوز.

6-2 الدوافع الغير مباشرة لممارسة النشاط الرياضي:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن ريق ممارسة النشاط الرياضي، فإذا سألت الفرد عن سبب ممارسة النشاط الرياضي فإنه قد يجيب بما يلي: "أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قويا "
- ممارسة النشاط الرياضي للإسهام في رفعه مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج. (جلال

سعد-محمد علاوي: علم النفس الرياضي ، 1986 ، صفحة 188)

7- أهمية المراقبة في التطور الحركي للرياضيين:

تتضح أهمية المراقبة كمرحلة كمال النضج والنمو والتطور الحركي حيث يبدأ مجالها بالمدرسة فالجامعة ، النادي الرياضي فالمنتخبات القومية ، وتكتسي المراقبة أهمية كونها (بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، 1996، الصفحات 187-188).

-أعلى مرحلة تتضح فيها الفروق الفردية في المستويات ، ليس فقط بين الجنسين بل بين الجنس الواحد أيضا وبدرجة كبيرة.

-مرحلة انفراج سريعة للوصول بالمستوى على البطولة " رياضة المستويات العالية "

-مرحلة انتقال في المستوى من الناشئين إلى المتقدمين والذي يكنهم من تمثيل منتخباتهم القومية والوطنية.

-لا تعتبر مرحلة تعلم بقدر اعتبارها مرحلة تطوير وتثبيت في المستوى للقدرات والمهارات الحركية.

-مرحلة أداء متميز خالي من الحركات الشاذة والتي تتميز بالدقة والإيقاع الجيد.

-مرحلة لإثبات الذات عن طريق إظهار ما لدى المراهق من قدرات فنية ومهارات حركية.

-مرحلة تعتمد تمرينات المنافسة كصفة مميزة لها ، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالإضافة إلى انتقاء الموهوبين .

الخلاصة:

من خلال كل ما تم تقديمه عن فترة المراهقة ،نستطيع القول بشكل عام بان مرحلة المراهقة تعد إحدى أهم مراحل النمو والنضج للإنسان نظرا لما تحتوي من تغيرات وتحويلات جسدية ،نفسية ،اجتماعية حركية ، بدنية....الخ

هذه التحولات إذا حسن استغلالها وتطويرها بشكل متناسق وفعال أمكننا الوصول بالمراهق إلى مرحلة الرشد وهو في أحسن قدراته الجسمية والنفسية أي يعد بطريقة حسنة ليصبح فردا فعالا ومنتجا في المجتمع الذي يعيش فيه ،وعلى العكس من ذلك تماما فعند أي خلل في هاته الفترة الحرجة يؤدي إلى تأثيرات عميقة على نفسية المراهق تستمر معه طوال ما تبقى من مشوار حياته وقد تؤدي في بعض الحالات الصعبة إلى الانحراف الاجتماعي ، والذي يعد من أخطر الأضرار التي يمكن للمراهق مواجهتها مستقبلا إذا لم تتم رعايته في فترة المراهقة.

وعليه فقد ارتأينا دراسة هاته المرحلة من كل الجوانب حتى تكون لدينا نظرة ولو صغيرة عن الأفراد الذين نعني بصدد التعامل معهم ، وأردنا أن نلقي الضوء ولو بالقليل عن هذه الفترة ،والتي تحتاج إلى عناية خاصة من طرف الآباء والمربين والمدرسين ، من حيث أسلوب التعامل ،فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه والاستغلال العقلاني والموزون لإمكانياته وطاقاته وقدراته ، بالإضافة إلى إعطاء جرعات من الثقة في النفس دون الخروج عن المثل العليا ومحاولة صقل وتطوير مواهبه وتوجهاته حسب ميوله ورغباته الذاتية والشخصية وفي الختام لا يسعنا إلا القول بأن مرحلة المراهقة مرحلة جد حساسة من حياة الإنسان إذا صلحت واستغلت بشكل ايجابي وجد الفرد نفسه راشد من دون مشاكل تعيقه، أما إذا فشلت وأهملت فإن الفرد سيعيش مع ما تبقى من حياته من دون أهداف واضحة ، ولا تفكير سليم ويجد نفسه بشكل أو بآخر يعيش على هامش المجتمع ، وهذا بدوره يؤدي به إلى العزلة والابتعاد ، وإما الانحراف.

تمهيد:

في هذا الفصل سنتطرق إلى منهجية البحث وذلك من خلال منهج الدراسة وعينة البحث، كما سنتطرق إلى نوع المتغيرات، أدوات البحث (الدراسة) والمعالجة الإحصائية. وللتأكد من صحة الفرضيات المقدمة في الجانب النظري، كان لا بد لنا من دراسة تكون أكثر دقة وأكثر منهجية، والمتمثلة في الدراسة الميدانية التي من خلالها اختيار المنهج المتبع في هذا البحث، وكذا مجالاته والعينة التي تم اختيارها له، وكذا أداة البحث كما قمنا بتحليل النتائج ومناقشتها.

1- الدراسة الاستطلاعية:

مما لا شك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترض الباحث، وعليه فقد قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية في فريق شباب واد رهيو لكرة الطائرة بولاية غليزان وقد تحصلنا منها على ما يلي:

- التعرف على مواقيت التدريبات والمنافسات التي يقومون بها وعلى مكان إقامتها.
- التعرف على أفراد العينة قيد الدراسة من خلال المقابلات الشخصية.
- الاتصال بالمدرّب والإداريين قصد اطلاعهم على موضوع الدراسة.
- اخذ فكرة واضحة على مستوى الرضا الحركي لدى أفراد العينة.
- مدى أهمية وتأثير دافعية الإنجاز على لاعبي كرة الطائرة.

2- منهج البحث:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشيد البحث من بدايته حتتهنهايته قصد الوصول إلى النتائج. (السمك، 1980، صفحة 42)

حيث يعرفه رابح تركي أنه "عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها. (ترمي، 1984، صفحة 23)

وفي بحثنا هذا اتبعنا "المنهج الوصفي" وهذا لملائمته لموضوع الدراسة الحالية وهو منهج علمي يهدف إلى جمع البيانات لمحاولة اختيار الفروض أو الإجابة على تساؤلات تتعلق بالحالة الجارية أو الراهنة لأفراد عينة البحث.

2-1 عينة البحث:

ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو بعض من الجميع وتتلخص فكرة دراستها في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة أي دراسة بضع حالات لا أن تقتصر على حالة واحدة. (راتب، 1999، صفحة 139)

- تعمدنا على استعمال العينة الغير عشوائية أو القصدية والتي تتمثل في لاعبي كرة الطائرة اقل من 17 سنة والممثلين لنادي محمدية في ولاية معسكر تم اختيارهم بالطريقة العمدية والبالغ عددهم 12 لاعب وقد شكلت نسبة عينة البحث (100%) من المجتمع الأصلي. **مجتمع الدراسة:** مجموعة من لاعبي كرة الطائرة اقل من 17 سنة والممثلين لنادي محمدية في ولاية معسكر والبالغ عددهم 12 لاعب.

2-2 متغيرات البحث:

في طبيعة أي بحث يجب أن يحمل متغيرات تكون مرتبطة بالبحث ونحن نعلم بأن الفرضية تحتوي إما علمتغير واحد أو متغيرين وفي بحثنا هذا هناك متغيرين اثنين وهما:

المتغير المستقل: إن المتغير المستقل هو عبارة عن السبب في الدراسة وفي دراستنا المتغير المستقل "هو الرضا الحركي" لأنه يؤثر ولا يتأثر.

المتغير التابع: هو نتيجة المتغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو "دافع الإنجاز" لأنه يتأثر ولا يؤثر.

2-2 مجالات البحث:

المجال البشري: لقد قدمنا المقاييس لعينة من لاعبي كرة الطائرة اقل من 17 سنة وعددهم 12 لاعبا.

المجال المكاني: لقد شملت دراستنا على نادي الكرة الطائرة لبلدية المحمدية ولاية معسكر.

المجال الزمني: لقد تم إنجاز هذا البحث في الموسم الجامعي (2015-2016) وانحصرت الحدود الزمنية للبحث من أوائل شهر جانفي إلى أواخر شهر مايو.

2-4 الأدوات المستخدمة في البحث:

إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المهمة المتعلقة بالدراسة تسهل علينا الإلمام بأغلب جوانب الدراسة، وتأتي هذه العملية مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها، وتختلف طرق جمع المعلومات والبيانات حسب اختلاف الموضوع، كما تختلف كيفية تطبيق هذه الطرق على حسب المجال الذي تمت فيه الدراسة ولقد لجأنا في بحثنا هذا إلى استعمال مجموعة من الطرق والتمثلة في:

مقياس الرضا الحركي: (العلاوي، محمد حسن، 1998، الصفحات 171-176)

مقياس الرضا الحركي صممه في الأصل نيلسون وألن، إيماناً منهما بأن بعض مقاييس صورة الجسم أو مقاييس مفهوم الذات لا تعطي اهتماماً واضحاً للجانب الحركي الإنساني. إذ إن المقياس يحاول التعرف إلى درجة رضاء الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية، وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس هذا المقياس، والمقياس الأصلي يتضمن (50) عبارة وفي ضوء الدراسات التي أجريت على العبارات الأصلية تم حذف بعض العبارات واستبدال عبارات أخرى لتناسب الإجراء في البيئة المصرية. فعلى سبيل المثال تم حذف عبارات مثل "عندي قدرة على مسابقة الموسيقى عند الرقص"، "أستطيع ركل كرة ثابتة لمسافة طويلة" نظراً لعدم مناسبة العبارة للإجراء على التلميذات وبذلك أصبح المقياس يتكون من (30) عبارة.

ويقوم الفرد بالإجابة عن عبارات المقياس على مقياس خماسي التدرج (ينطبق: بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) ويصلح المقياس للإجراء على تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية وطلاب وطالبات الجامعات أي في المرحلة العمرية من 14-22 سنة.

التصحيح: يتم جمع الدرجات التي حددها المفحوص بالنسبة لعبارات المقياس جميعها، وكلما قاربت من الدرجة العظمى وقدرها (150) درجة كلما دل ذلك على زيادة الرضا الحركي للفرد.

الصدق:

الصدق مفهوم واسع له معاني عدة تختلف بحسب استعمال الاختبار ويقصد بالصدق أن يقيس اختبار ما وضع من أجله أي إن الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي يزعم أنه يقيسها ولا يقيس شيئاً آخر بدلاً منها أو بالإضافة إليها (إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي، 2002، صفحة 137)

وقد اعتمدت الباحثون صدق المحتوى للتأكد من صدق مقياسه إذ يهدف هذا النوع من الصدق إلى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو المقياس لجوانب السمة أو الصفة المطلوب قياسها، وعمّا إذا كان الاختبار أو المقياس يقيس جانباً محدداً من الظاهرة أم يقيسها كلها، أي مدى مطابقتها محتواه لما يريد قياسه ويستعمل في تحديده آراء الخبراء المختصين في المجال الذي يحاول الاختبار قياسه. (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، 2000، صفحة 258)

وقد تحقق هذا النوع عندما تم عرض مقياس الرضا الحركي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي والتقويم والقياس لإقرار صلاحية عباراته ومدى قدرة تلك العبارات على قياس مفهوم الرضا الحركي التي تقيسها وقد كان عددهم (4) خبراء وقد اجمع الخبراء في آرائهم على صلاحية كل العبارات.

الثبات:

طريقة الاتساق الداخلي (الفكرونباخ):

تعد من أكثر مقاييس الثبات شيوعاً وأكثرها ملائمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج إذ تعتمد هذه الطريقة مدى ارتباط الفقرات مع بعضها داخل المقياس وكذلك اختبار كل فقرة من

المقياس ككل. إذ إن معدل معاملات الارتباط الداخلي بين الفقرات هو الذي يحدد معامل ألفا. (مصطفى باهي، 1999، صفحة 18)

وقد طبقت المعادلة على أفراد الدراسة الاستطلاعية على لاعبي نادي الكرة الطائرة لشباب واد رهيو البالغ عددهم (12) لاعبا باستعمال الحقيبة الإحصائية ، وظهر إن قيمة معامل الثبات لمقياس الرضا الحركي تساوي (0,79) وهذه القيمة تعطي مؤشراً عالياً على ثبات المقياس مما يدل على إمكانية الوثوق به.

مقياس دافعية الإنجاز:

اسم المقياس: دافعية الإنجاز الرياضي: (العلاوي، محمد حسن، 1998، صفحة 181)

إجراءات إعداد المقياس: بالنسبة لمقياس دافعية الانجاز فقد تم الاعتماد على مقياس دافعية الانجاز الذي تم تطبيقه في البيئة المصرية حيث يتألف المقياس من (31) فقرة يجيب عنها المختبر وعرض أيضا على الخبراء والمختصين وأبدوا ملامته للعمل.

وصف المقياس:

مقياس دافعية الانجاز يتكون من (20) فقرة ويجيب اللاعب عنها وفق أربعة بدائل وهي (تتطبق على بدرجة كبيرة، تتطبق على بدرجة متوسطة، تتطبق على بدرجة قليلة، لا تتطبق علي) وتعطى درجات (1،2،3،4) على التوالي وتكون هذه الإجابة للفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية، (1-2-3-4) على المفحوص أن يختار العبارة التي يرى أنها تكمل الفقرة بوضع علامة (X) بين القوسين الموجودين أمام هذه العبارة، مع العلم أن الفقرات الإيجابية تتكون من 18 فقرة والسلبية تتكون من 3 فقرات.

أبعاد المقياس:

-دافع إنجاز النجاح: ويعني الإنجاز والتفاني في العمل من أجل التعلم وكذلك الطموح والرغبة في ما يريده وفيما يريد الحصول والوصول إليه اللاعب.

-دافع تجنب الفشل:وتعني الحماسة والرغبة في التفوق والظهور من أجل تحقيق الذات وأيضاً الإصرار على تحقيق الأهداف والمثابرة على نيلها.
حساب الدرجة الكلية:

بالنسبة لمقياس دافعية الانجاز فيتكون من (20) فقرة مابين الموجبة والسالبة، لذا فإن أعلى درجة للاعب هي(124) وأقل درجة هي (31)
- دافعية مرتفعة: من 95 إلى 124.
-دافعية فوق المتوسط: من 70 إلى 94.
- دافعية تحت متوسطة: من 50 إلى 69.
- دافعية ضعيفة: 49 فأقل.

الثبات:

تم استخراج معامل الثبات وبلغت لمقياس دافعية الانجاز (0.96) وهذا مؤشر عالي على ثبات المقياس ومنه نقول بأن المقياس ثابت موجب قوي.

الصدق:

لقد تم التحقق من صدق المقياس وهذا بعد حساب ثباته بمعادلة جذر الثبات وتحصلنا على (0.97) ومنه فإنه صادق موجب قوي.

2-5 الأدوات الإحصائية:

تعد الأدوات الإحصائية من الطرق الحديثة التي يستعملها الباحث لترجمة النتائج الرقمية المتحصل عليها ويهدف بها التعبير ومناقشة وتحويل الأرقام والدلالات اللفظية وتفسيرها وتترجمها وسنستعمل خلال بحثنا هذا حسب الضرورة القوانين التالية:

- الوسط الحسابي (لؤي الصميدي ، 2010 ، صفحة 29)

مج س

$$\frac{\text{مج س}}{\text{ن}} = \text{س}$$

ن

2- الانحراف المعياري (وديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي ، 1999 ، صفحة

(154

$$\frac{\text{مج (س - س)}^2}{\text{ن}}$$

= ع

$$\frac{\text{مج (س - س)}^2}{\text{ن}}$$

3 - قانون معامل الارتباط بارسون: $r = \frac{\text{مج (س * ص)} - (\text{مج س}) * (\text{مج ص})}{\sqrt{\text{ن} * (\text{مج س} - \text{مج س})^2 / \text{ن} - (\text{مج ص} - \text{مج ص})^2 / \text{ن}}}$

$$\frac{\text{مج (س * ص)} - (\text{مج س}) * (\text{مج ص})}{\sqrt{\text{ن} * (\text{مج س} - \text{مج س})^2 / \text{ن} - (\text{مج ص} - \text{مج ص})^2 / \text{ن}}}$$

(الدكتور مروان عبد المجيد ، الإحصاء الوصفي والإستدلالي، الصفحات 256-260)

خلاصة:

من خلال ما سبق ذكره فقد تم دراسة الفصل الثاني جرائته الميدانية ألا وهو منهجية البحث و بعدما تم دراسة الجانب التمهيدي وقد رأينا في هذا الفصل المنهجية العلمية لدراستنا الجانب التطبيقي (الميداني) وهكذا تمت دراسة الموضوع دراسة ميدانية، حتى نعطي المنهجية العلمية، وكذا سن تحقق من المعلومات النظرية، التي سنتناولها في لفصول القادمة وكذلك تمت دراسة الطريقة الإحصائية التي استعنا بها خلال هذه الدراسة، وقد كان في هذا الفصل نظرة على عينة البحث والوسائل المستعملة والأدوات المستخدمة من أجل التحصل على النتائج، كم استعنا بوسيلتين من الوسائل الإحصائية وهما: معامل الارتباط بارسون ومجموعة من الأدوات الإحصائية مثل حساب الانحراف المعياري والوسيط والمتوسط الحسابي.

تمهيد:

لا تخلوا أي دراسة علمية من عرض وتحليل للنتائج المتحصل عليها ولهذا يجب أن تكون لكل دراسة مهما كان مضمونها عرض وتحليل للنتائج المتحصل عليها ومناقشة للأجوبة من نتائج المقياس أو من المقابلة أو الملاحظة، أي عن طريق أداة من الأدوات المعمول بها من أجل الحصول على المعلومات، وخلال بحثنا هذا فقد استعنا على مقياسين مقياس الرضا الحركي ومقياس دافع الإنجاز للاعبين الكرة الطائرة، وعند تقديمنا لذلك المقياس تمت الإجابة عليها من طرف لاعبي أندية الكرة الطائرة، وسنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها أثناء التطبيق الميداني للدراسة التي تبين مضمون فرضيتنا إما تحققها أو تبطلها، القائمة أن هناك علاقة بين الرضا الحركي و دافع الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة.

1-2- عرض و مناقشة النتائج :

1-1-2- عرض و تحليل نتائج و مناقشة نتائج الفرضية العامة:

الرضا الحركي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة (أقل من 17 سنة).

العينة = 12					علاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز
الدلالة الإحصائية	الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	معامل الارتباط بيرسون	
فروق دالة إحصائية	0.57	0.05	ن-2	0.73	

جدول رقم (1) يبين العلاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز.

المحسوبة أكبر من الجدولية وهذا يدل على أن العلاقة بين الرضا الحركي وبعد دافعية الإنجاز علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية مما يدل على وجود ثبات عالي بين المتغيرين ويمكن أن نكشف على نتيجة الارتباط بالكشف عن مستوى الدلالة 0.05 وتحت درجة الحرية (ن-2) = 10 وعند مقارنة ذلك مع جدول الارتباط وجد أن القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والبالغة 0.576 ومستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يحقق لنا الفرضية الأولى.

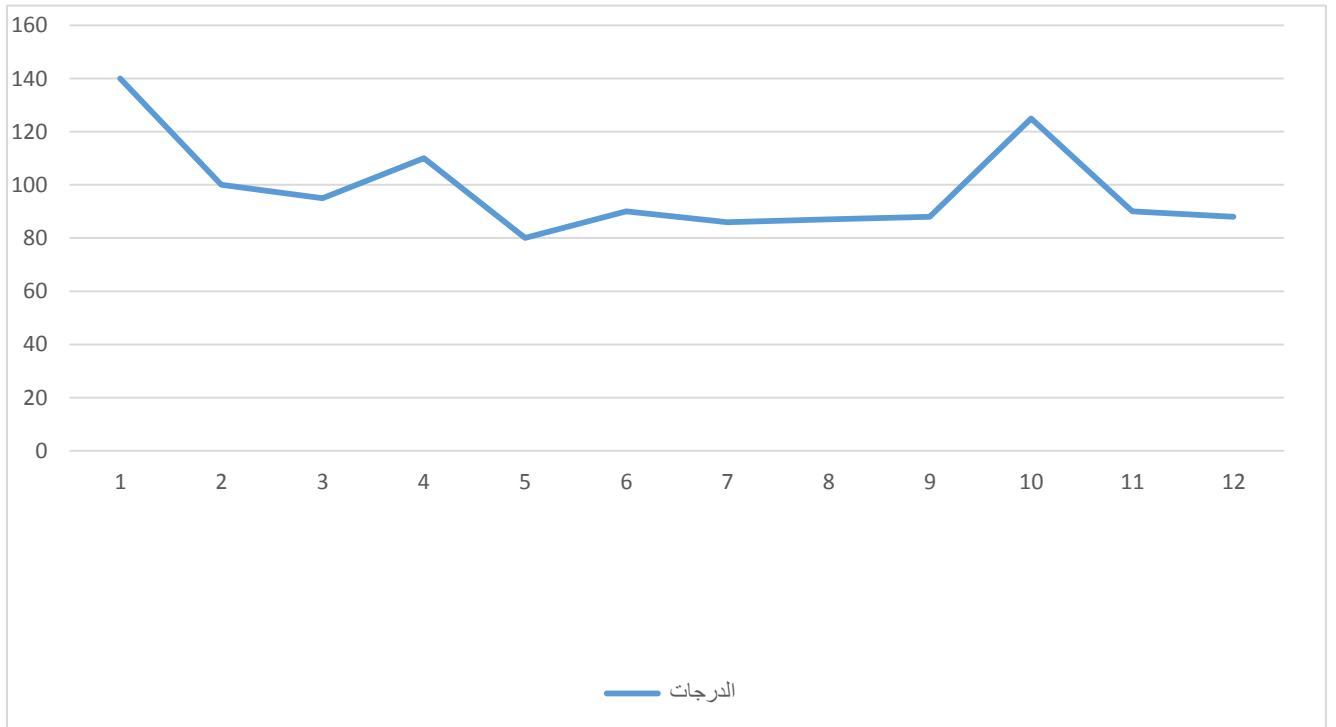
ويعزو الباحثون وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز إلى أن رضا الرياضي عن كل ما يحيط به داخل نشاطه الرياضي من حيث المدرب وأسلوب قيادته والفريق المنتمي إليه من أخلاقيات وجهد وتعاون والهيئة التي تشرف على النشاط وخدمتها المقدمة ورضاه أيضا عن أداءه الفردي ومستوى التحسن في مهارته كل هذا ينتج عن الشعور بالإستمتاع والرغبة في الإستمرار ومحاولة بذل أقصى جهد للإرتقاء بمستوى الأداء وكذلك إحساس اللاعب بمدى كفاءته ودوره الفعال بين أقرانه، لكن عدم

الرضا ينتج عنه الاستياء وعدم الشعور بالمتعة وعدم بذل جهد وعدم التحسين في الأداء مما يؤدي إلى الإنسحاب وترك الفريق.

ويفسر الباحثون ذلك بأن شعور اللاعب بالكفاءة ينتج عن رضاه عن أداءه وعن مدى تطوره وتحسنه وكذلك رضاه عن إستفادة المدرب من قدراته وتصرفات المدرب وسلوكياته معه، كما يشعر اللاعب بالكفاءة أيضا عندما يجد نفسه ذو مكانة بارزة بين زملائه ويكون راضيا عن إسهاماته الشخصية للفريق، كما أن رضا اللاعب عن المبالغ المالية المقدرة له ولفريقه والتشجيع والمدح سواء من الجامعة أو من البيئة المحيطة به يشعره بأنه أكثر كفاءة وهذا ما يحقق صحة فرضيتنا القائلة بأن للرضا الحركي علاقة بدافعية الإنجاز.

الإستنتاج:

نستنتج أن هناك علاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة ومنه تحققت الفرضية العامة للبحث.



منحنى بياني رقم (1) يمثل مستوى الرضا الحركي لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة .

2-1-2 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للفرضية الجزئية الأولى:

-الرضا الحركي وعلاقته ببعد دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي الكرة الطائرة (أقل من 17 سنة).

العينة = 12					الرضا الحركي وعلاقته ببعد دافع إنجاز النجاح
معامل الارتباط بيرسون	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ر الجدولية	الدلالة الإحصائية	
0.81	ن-2	0.05	0.57	دالة إحصائية	

جدول رقم(2) يبين العلاقة بين الرضا الحركي وبعده دافع إنجاز النجاح.

عبارات بعد دافع إنجاز النجاح	20 - 18- 16- 14- 12- 10- 8- 6- 4- 2
------------------------------	-------------------------------------

جدول رقم(3) يمثل رقم عبارات دافع إنجاز النجاح .

أنظر الملحق (2).

ر المحسوبة أكبر من الجدولية وهذا يدل على أن العلاقة بين الرضى ودافع الى النجاح علاقة دالة موجبة إحصائيا مما يدل على وجود ثبات عالي بين المتغيرين ويمكن أن نكشف على نتيجة الارتباط بالكشف عن مستوى الدلالة 0.05 وتحت درجة الحرية (ن-2) = 10 وعند مقارنة ذلك مع جدول الارتباط وجد أن القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والبالغة 0.576 ومستوى الدلالة 0.05 .

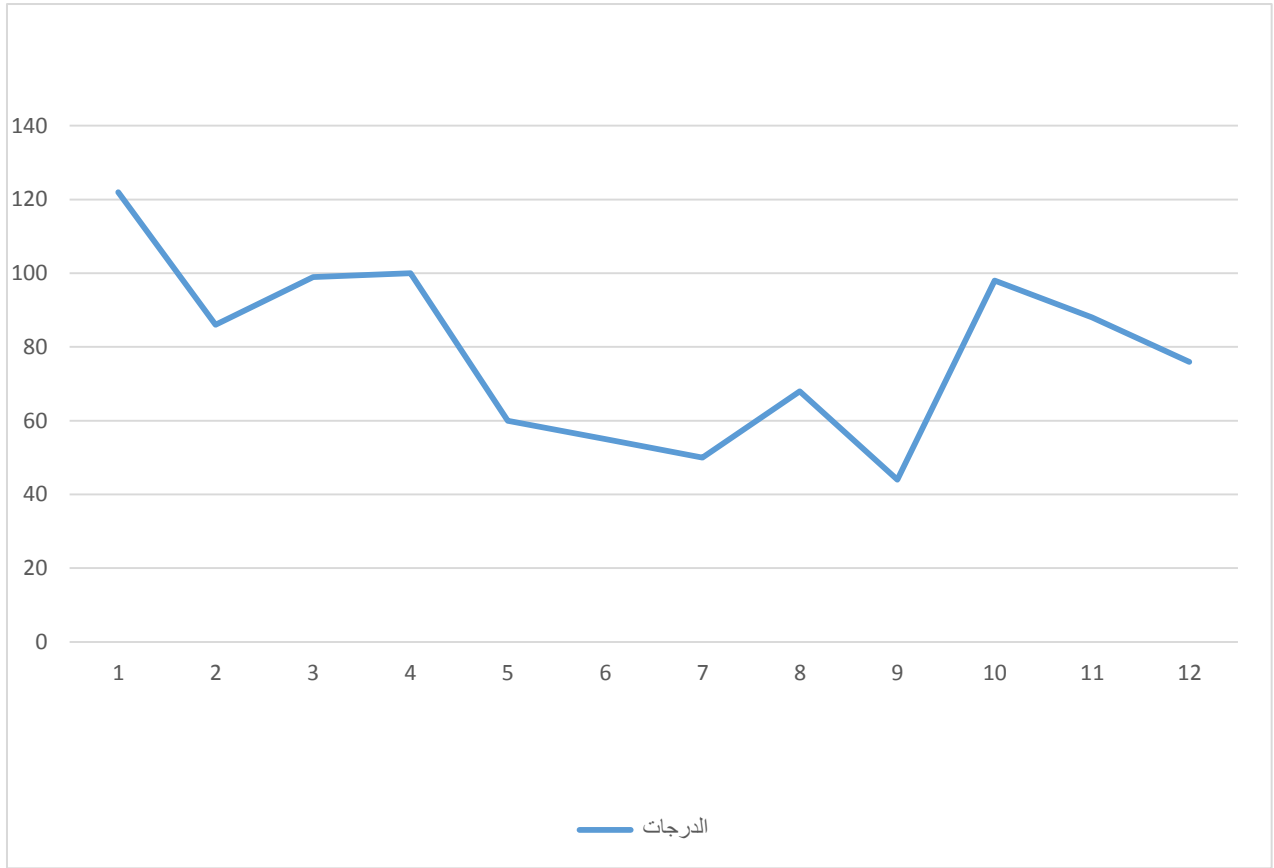
- من خلال ملاحظتنا لنتائج مقياس دافعية الإنجاز الرياضي وهذا من خلال نتائج الجداول

رقم (1-2) تبين لنا أن اللاعبين لديهم مستوى في دافعية الإنجاز الرياضي كما وجدنا تعرفنا أيضا على أهمية الدافع الى النجاح لأنه في حالة إمتلاك معظم اللاعبين دافعية إنجاز، هذا ما يجعلهم والفريق ككل يملكون إمكانيات وقدرات تسمح لهم بتطور مهاراتهم وقدراتهم الحركية وتحسن أدائهم المهاري وهذا لأن دافعية الإنجاز الرياضي والحوافز تدفع اللاعب على أن يكون متقدما بين أقرانه، إذ أن حاجة اللاعب للإنجاز والتفوق تعمل على تحفيزه لإعطاء كامل قدراته ومهاراته من أجل تحقيق ذلك.

بحيث نلاحظ أن اللاعب يبذل قصارى جهده في سبيل الوصول لأعلى مستويات المهارة الرياضية وهذا لامتلاكه دافع الإنجاز الذي يقدم للاعب الحوافز والدوافع اللازمة لتحقيق ذلك، غير أنه في بعض الأحيان يجد اللاعب الصعوبة في محاولة التحكم في مهاراته الرياضية وهذا أثناء المنافسة الرياضية.

الإستنتاج:

هناك علاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة ومنه نستنتج أن فرضيتنا تحققت.



منحنى بياني رقم (2) يمثل مستوى اللاعبين في بعد دافع إنجاز النجاح .

2-1-3 عرض وتحليل ومناقشة النتائج للفرضية الجزئية الثانية :

- الرضا الحركي وعلاقته ببعد دافع الخوف من الفشل.

العينة = 12					الرضا الحركي وعلاقته ببعد دافع الخوف من الفشل
الدالة الإحصائية	ر الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	معامل الارتباط بيرسون	
دالة إحصائية	0.57	0.05	ن-2	0.79	

جدول رقم(4) يبين العلاقة بين الرضا الحركي وبعد تجنب الفشل .

أرقام عبارات بعد تجنب الفشل	19 - 17 - 13 - 11 - 9 7 - 5 - 3 - 1
-----------------------------	-------------------------------------

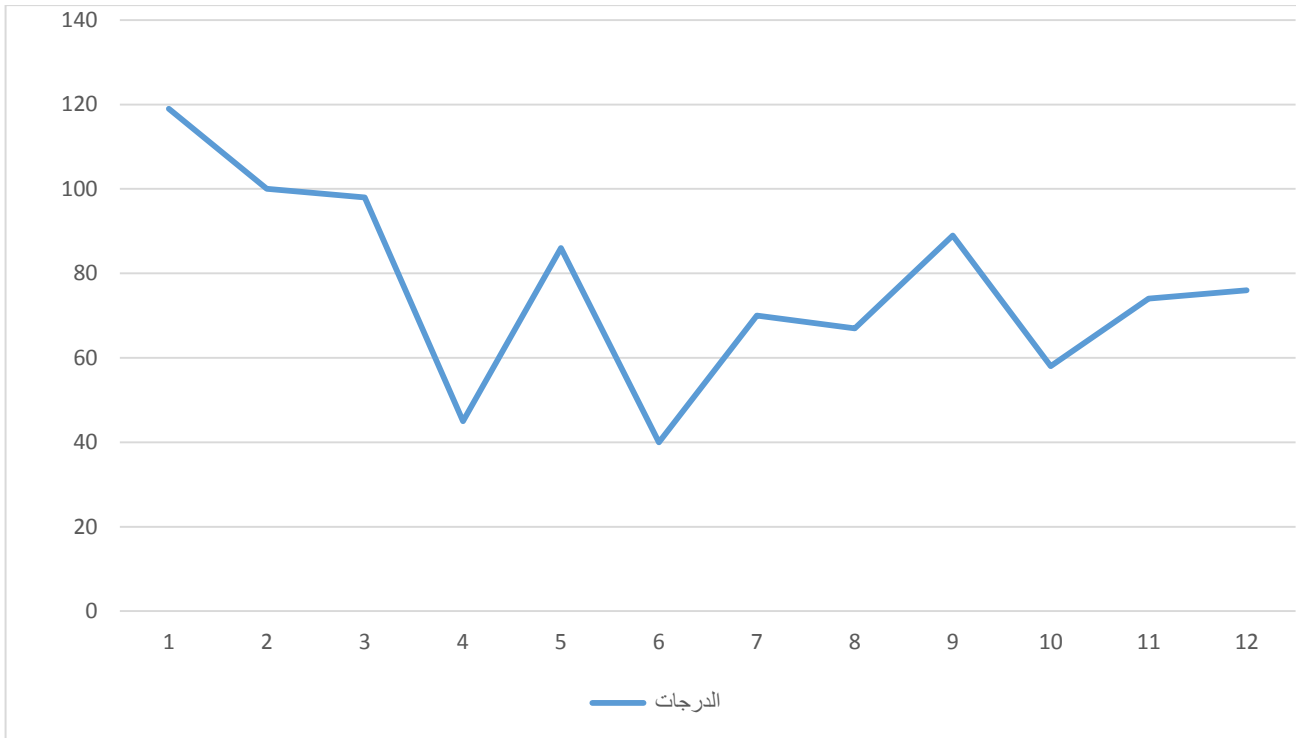
جدول رقم(5) يمثل عبارات دافع تجنب الفشل.

ر المحسوبة أكبر من ر الجدولية وهذا يدل على وجود علاقة بين الرضى الحركي وبعد تجنب الفشل علاقة موجبة دالة إحصائية ويمكن أن نكشف على نتيجة الارتباط بالكشف عن مستوى الدلالة 0.05 وتحت درجة الحرية ن=2=10 وعند مقارنة ذلك مع جدول الارتباط وجدنا ان القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والبالغة 0.57 ومستوى الدلالة 0.05.

من خلال ملاحظتنا لنتائج مقياس دافعية الإنجاز الرياضي وهذا من خلال نتائج الجدول رقم (3) نلاحظ أن دافع تجنب الفشل له علاقة وتأثير على الرضا الحركي للاعبي كرة الطائرة تحت 17 سنة فهو يؤثر إيجابيا على نتائج اللاعبين وقدرتهم الحركية ويغرز فهم حب التعلم والتفوق على الآخرين وتجنب الفشل والحوافز تدفع اللاعب على أن يكون متقدما بين أقرانه، إذ أن حاجة اللاعب للإنجاز والتفوق تعمل على تحفيزه لإعطاء كامل قدراته ومهاراته من أجل تحقيق ذلك ومن خلال تحليلنا للنتائج المتوفرة لدينا نستنتج بأن بامتلاك اللاعب لدافعية الإنجاز الرياضي اصراره على تجنب الفشل فهذا يساعده على تحقيق النتائج الإيجابية، بحيث أن النجاح في المستقبل يرتبط بالإنجاز الحالي واللاعب مرتفع الحاجة للإنجاز وهذا ما يحقق صحة فرضيتنا القائلة بأن للرضا الحركي علاقة بدافع دافعية تجنب الفشل.

الإستنتاج:

هناك علاقة بين الرضا الحركي وبعد دافع تجنب الفشل ومنه نستنتج أن الفرضية تحققت.



منحنى بياني رقم (3) يمثل مستوى اللاعبين في بعد دافع تجنب الفشل .

مناقشة الفرضيات:

1-الفرضية العامة والتي مفادها: هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا الحركي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة (أقل من 17سنة)

أظهرت نتائج الجدول الأول(1) أن مستوى الرضا الحركي لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة كان عاليا حيث كان متوسط الإجابة عليها من 3-5 درجات ووصل متوسط الإجابة إلى (4.04) درجة ويرى الباحثون أن من الأسباب التي أدت الى مثل هذه النتائج هو كون الفئة المستهدفة تكونه من لاعبين شباب لديهم دافعية وحب للعمل الى جانب مكتسبات ومهارات عالية بالنسبة لعمرهم الى جانب دعم الدرب و الإدارة لهم وكل هذه العوامل تعمل على طمئنة اللاعب وإعطائه الدافعية المناسبة حيث تبين لنا من نتائج الدراسة الميدانية أن اللاعبين الذين لديهم مستوى في دافعية الإنجاز الرياضي لديهم نتائج جيدة كما تبين لنا أيضا أهمية دافعية الإنجاز لأنه في حالة إمتلاك معظم اللاعبين دافعية إنجاز، هذا ما يجعلهم والفريق ككل يملكون إمكانيات وقدرات تسمح لهم بتطور مهاراتهم وقدراتهم الحركية وتحسن أدائهم المهاري وهذا لأن دافعية الإنجاز الرياضي والحوافز تدفع اللاعب على أن يكون متقدما بين أقرانه، إذ أن حاجة اللاعب للإنجاز والتفوق تعمل على تحفيزه لإعطاء كامل قدراته ومهاراته من أجل تحقيق ذلك.

2-مناقشة الفرضية الجزئية الأولى والتي مفادها : هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الرضا الحركي وبعد دافع انجاز النجاح.

أظهرت نتائج الجدول الأول(2) أن مستوى الرضا الحركي لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة كان عاليا حيث كان متوسط الإجابة على عبارات بعد دافع انجاز النجاح من متوسط الى درجة كبيرة جدا حيث وصل متوسط الإجابة الى (4.76) ويرى الباحثون أن من أسباب التي أدت إلى هذه النتائج أن استثارة الدافع للرياضي يمثل من 70 % الى 90% من العملية التدريبية ذلك لأن التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب

اللاعب للجوانب المهارية والخططية، ثم يأتي دور الدافعية وخاصة دافع إنجاز النجاح ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، وللتدريب عليها بغرض صقلها وإتقانها، والدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية: إن كل سلوك وراءه دافع، أي وراءه قوى دافعية معينة وهذا ما يحقق صحة فرضيتنا القائلة بأن للرضا الحركي علاقة ببعد دافع إنجاز النجاح (WWW.ELAZAYEM.COM, 15-03-2007).

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية والتي مفادها: هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرضا الحركي وبعد تجنب الفشل.

أظهرت نتائج الجدول الأول (3) أن مستوى الرضا الحركي لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة كان عالياً حيث كان متوسط الإجابة على عبارات بعد دافع تجنب الفشل من درجة كبيرة إلى درجة كبيرة جداً حيث وصل متوسط الإجابة إلى (4.50) ويرى الباحثون أن من أسباب التي أدت إلى هذه النتائج أنه دافعية الإنجاز الرياضي تكمل المهارات الأساسية وتساعد في الوصول لأعلى درجات الأداء الحركي في الكرة الطائرة والعكس صحيح وهنا تظهر أهمية دافع تجنب الفشل بحيث يجب أن يكون للاعب قدرة على أداء المهارة ولو كانت بسيطة حتى يكون له الدافع لأدائها بدقة عالية، ولكن تبقى نوع الدافعية التي يمتلكها اللاعب وشخصيته النفسية ومميزات المدرب القائم على الفريق هما اللذان يحددان درجة الدوافع التي يمتلكها اللاعبون ومستوى دافعية الإنجاز لديه.

-الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة التي قمنا بها والمتمثلة في " الرضا الحركي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة " ومن خلال قيامنا بدراسات نظرية وتطبيقية وفي ضوء النتائج التي توصلنا إليها، تبين لنا بأنه هناك علاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة ، وهذه العلاقة هي علاقة متكاملة بحيث أنه دافعية الإنجاز الرياضي تكمل المهارات الأساسية وتساعد في الوصول لأعلى درجات الأداء الحركي في الكرة الطائرة والعكس صحيح بحيث يجب أن يكون للاعب قدرة على أداء المهارة ولو كانت بسيطة حتى يكون له الدافع لأدائها بدقة عالية.

وبعد تحليلنا لكل من مقياس الرضا الحركي ودافعية الإنجاز الموجهة للاعبين، ظهر لنا بأن لدافعية الإنجاز الرياضي علاقة بتحسين الأداء الحركي في الكرة الطائرة، ولكن تبقى نوع الدافعية التي يمتلكها اللاعب وشخصيته النفسية ومميزات المدرب القائم على الفريق هما اللذان يحددان درجة الدوافع التي يمتلكها اللاعبون ومستوى دافعية الإنجاز لديه.

ولتحقيقنا لهذه النتائج مررنا بمجموعة من المحاور والفصول وأولها المحور الأول الرضا الحركي وهو الجزء الأساسي في هذا البحث وكان فيه أهم ما يميز الرضا الحركي من أهمية ومميزات وأهداف، أما المحور الثاني فكان يخص دافعية الإنجاز وفيه قدمنا ما يميز الدافعية وخصائصها وأنواعها والمميزات الخاصة بها أهم الى جانب المهارات الأساسية في لعبة كرة الطائرة وتعريفها وأنواعها وأهم خصائصها ومميزاتها، وخاصة العوامل النفسية وكل ما يخص علم النفس في هذه اللعبة وهذا بطبيعة بحثنا، وكل هذا في الباب الأول ، وأما في الباب الثاني الفصل الأول فكان مخصص للدراسات المرتبطة بالبحث وفيه تكلمنا على الدراسات السابقة والدراسات المشابهة وأهم النتائج والتوصيات التي تحصلوا عليها، إلى جانب التعريف بمنهجية البحث وإجراءاته الميدانية وفيه أهم ما في البحث وهي العينة والمجتمع البحث وأهم الأدوات المستعملة في المذكرة، وأخيرا الفصل الثاني وهو المهم في جميع هذه المذكرة بحث فيه كل النتائج المتحصل عليها من الاستبيان والمقياس ومنه نتبثق الاستنتاجات والنتائج التي تساعدنا على الحصول على بقية الفراغات التي كانت

- في أوائل بداية هذه المذكرة، ومن أهم هذه النتائج والاستنتاجات ما يلي:7
- هناك علاقة موجبة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة.
 - هناك علاقة موجبة بين الرضا الحركي وبعد دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي الكرة الطائرة.
 - هناك علاقة موجبة بين الرضا الحركي وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي الكرة الطائرة.
 - إهمال دافعية الإنجاز وعدم إعطائها أهمية تتعكس سلبيا على اللاعبين وعلى جميع الفريق.
 - يقدم اللاعب ذو الدافعية الضعيفة أداء منخفض الشدة بالنسبة للذي يمتلك دوافع مرتفعة.
 - للدراس النظرية حول الدافعية ودورها أهمية بالغة للاعبين.
 - توفر صفة دافعية الإنجاز عند جميع اللاعبين أمر إيجابي للفريق.
 - عند انخفاض مستوى الثقة بالنفس عند اللاعب فإن دافع الإنجاز عنده منخفض.
 - دافعية الإنجاز الرياضي تدفع اللاعب على أداء مهارة عالية وجهد مرتفع في كل المنافسات.
 - تشجيع وتحفيز اللاعبين مهم لإعادة الثقة للاعبين والتوازن للفريق.
 - العمل على تجنب التفكير الدائم في النتائج السلبية المسجلة سابقا وتركيز انتباه اللاعبين على المنافسة.

إقتراحات وتوصيات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة لتسليط الضوء على أهمية ودور سمتي الدافعية والدوافع على لاعبي الكرة الطائرة من أجل تحسين مستواهم المهاري ودقه أدائهم الحركي، وعلى ضوء النتائج المسجلة من خلال مقياس الرضا الحركي ودافعية الإنجاز الرياضي الموجه للاعبين والتي نأمل أن تكون بناءة لتخدم كل من يهمهم الأمر سواء كان مدرباً أو لاعباً لتساعدهم في تجنب العديد من الأخطاء التي يعيشونها في أجواء المنافسة كما أن اختلاف الظروف الزمنية واختلاف الخبرة واختلاف شخصية اللاعبين ونوعية المنافسة، تؤثر على مستوى دافعية الإنجاز وبهذا تأثر على مردود اللاعب ونفسيته، ولهذا يجب على المدرب البحث في مختلف الوسائل والطرق لضمان وحدة الفريق، وخلق الجو المناسب لخوض غمار المنافسات وتحقيق نتائج ايجابية ومن أجل هذا نتقدم بهذه الاقتراحات والتوصيات:

- 1-الأخذ بعين الاعتبار النصائح التي يقدمها المدرب للاعبين.
- 2-التفرغ أكثر للتدريب على المهارات الأساسية ومحاولة تعلمها .
- 3-التركيز على الجانب النظري وخاصة فيما يخص دافعية الإنجاز .
- 4-توعية اللاعبين بأهمية الدافعية ودورها في الرفع من مستواهم الحركي و المهاري .
- 5-يجب الاهتمام بالجانب المادي بالأخص المنح نظراً لأهميتها في الرفع من مستوى مردود اللاعبين .
- 6-العمل على تجنب التفكير الدائم في النتائج السلبية المسجلة سابقاً وتركيز انتباه اللاعبين على المنافسة .
- 7-ضرورة إجراء مقابلات ودورات ودية للمراقبة والتقييم وهذا لتعويد اللاعبين على المنافسات والتغلب على الخوف والقلق بالإضافة إلى رفع المستوى وكسب الخبرة.
- 8-الاستفادة من المشاركات السابقة للاعب في تحسين مستوى دافعية الإنجاز لديه وعدم التأثير بحالات الفشل التي تؤثر في دافعية اللاعب.

- 8- يجب على اللاعب التميز والتفوق من أجل التفوق ذاته، وليس من أجل مكاسب ومكافئات خارجية .
- 9- على اللاعب أن يسعى إلى فهم ذاته من خلال اشتراكه في مواقف الإنجاز .
- 10- يجب على اللاعب أن يضع لنفسه أهدافا تتميز بالمخاطرة المحسوبة ومثيرة للاهتمام مع اهتمامه بالأهداف ذات المدى البعيد.
- 11- وأخيرا يجب أن يهتم بالإنجاز في ضوء المعايير ومستويات يضعها لنفسه، إذ لا يتأثر بأية مستويات أو معايير يضعها غيره، وبهذا تزداد قوة الدافعية لديه.
- وهذه بعض العناوين التي من الممكن دراستها مستقبلا:
- 1- اهتمام المدرب بجانب الإعداد النفسي للاعب وعلاقته بالتحكم بمستوى دافعية الانجاز وجعلها بالمستوى الجيد الذي يحقق المهارات العالية للاعبين.
- 2- مدى تأثير تشجيع وتحفيز اللاعبين على إعادة الثقة والتوازن إلى الفريق.
- 3- دافعية الإنجاز الرياضي ومدى مساهمتها في الرفع من وتيرة اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة.

خلاصة عامة:

من خلال ملاحظتنا وتحليلنا لنتائج مقياس الرضا الحركي و دافعية الإنجاز الموجه للاعبين وانطلاقاً من استنتاجات الفصل الثاني التي اعتمدنا فيها خلال دراستنا، تبين لنا بوضوح الدور الإيجابي الذي تلعبه دافعية الإنجاز الرياضي في التأثير على الجانب الحركي عند لاعبي الكرة الطائرة وأهميتها المطلقة للاعب من أجل تحقيق أهدافه والوصول إلى أعلى مستويات الأداء الحركي ، ومن خلال كل هذا تبين لنا أن دافعية الإنجاز الرياضي هي التي تؤدي إلى أفضل مستوى من الأداء الحركي، وأيضا للاعبين ذوي الدافعية المتوسطة المستوى ينتجون أفضل مستويات الأداء على المهارات المعقدة وكلما ازدادت صعوبة المهارة نقل مستوى الدافعية المطلوبة لأدائها من طرف اللاعبين، بحيث أن التفوق في رياضة الكرة الطائرة يتطلب اكتساب اللاعب للنواحي المهارية والخطئية ثم يأتي دور الدافعية ليحث اللاعب على امتلاك لياقة بدنية عالية المستوى من ثم بذل الجهد والطاقة اللازمين أولاً لتعلم المهارات وثانياً للتدرب عليها بغرض إتقانها وصقلها ودقة أدائها.

ومن هذا كله نستنتج بأن هناك علاقة بين الرضا الحركي ودافعية الإنجاز بتحسين الأداء الحركي وبعض الأساسية عند لاعبي الكرة الطائرة، بحيث أن الدافع للإنجاز ليس من الشروط الضرورية لبدء التعلم والعمل فحسب، بل إنه ضروري للاحتفاظ باهتمام اللاعب وزيادة جهده في أداء المهارات، بحيث يؤدي إلى تركيز الانتباه وتأخير الشعور بالتعب فيزيد الإنتاج.

خاتمة:

بعد الدراسة التي قمنا بها من خلال مذكرة التخرج " الرضا الحركي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة U17 " توصلنا لمجموعة من الاستنتاجات والنتائج وهذا من أجل إزالة الغبار على هذه التساؤلات، وإن دراستنا لهذا الموضوع لم تكن عشوائية أو من قبل الصدفة بل كانت نابعة من اقتناع لما قد ينعكس إيجاباً أو سلباً على لاعبي الكرة الطائرة لدى الأصغر، فمن بين أسباب تألق أي رياضة واحتلالها مكانة مرموقة هو سهر القائمين عليها وبذلهم مجهود وتضحيات كبيرة لإعطائها العناية الكاملة والكافية من أجل الاستمرارية والتطور.

ونحن في هذا البحث حاولنا معرفة العلاقة بين الرضا الحركي و دافعية الإنجاز عند لاعبي الكرة الطائرة باعتبارها شيء إيجابي بالنسبة للاعبين عند امتلاكهم للدافعية لأنها ترفع من مستوى اللاعب وتقدم له قوة دفع من أجل الإصرار على تحقيق أهدافه خلال مسيرته الرياضية مستقبلاً، وينبغي كذلك على المدرب أن يبحث عن مختلف الوسائل والطرق التي يستطيع استخدامها لضمان عدم تأثر المهارات والقدرات الحركية و البدنية للاعبين، وينبغي كذلك على المدرب معرفة وتفهم جميع مشاكل اللاعبين، ودون ضغط أو انفعال عليه في إطار جو أخوي يسمح للاعبين باستقبال النصائح والتعليمات بارتياح كبير، وبالتالي يسهل عليهم الدخول في المنافسات بمعنويات ومهارات مرتفعة، وهذا ما ينعكس بالإيجاب على وحدة الفريق وتماسكه بالإضافة إلى تحقيق نتائج إيجابية. حيث تلعب الدافعية دوراً هاماً في ميدان التعلم والنشاط الرياضي، فعلى سبيل المثال يمكن أن يحضر الفرد طفلاً أو شاباً ذكر أو أنثى، إلى المكان المخصص للتعلم أو التدريب ولكن إذا لم يكن له الدافع للتعلم والتدريب، فلا شك أن الفائدة من التعلم والتدريب ستكون محدودة، بمعنى آخر فإنه يمكن للأباء أن يجبروا أولادهم على ممارسة نشاط رياضي معين، بل يحضرون فعلاً إلى الملعب المخصص للممارسة الرياضية، ولكن في نفس الوقت لا يستطيع أي من الآباء أن يضمن أن هذا الناشئ سوف يبذل الجهد والعطاء المطلوبين للاستفادة من عملية التعلم والممارسة

الرياضية لأنه يفتقد إلى الدافع والرغبة في التعلم والممارسة الرياضية. لذلك ومن خلال كل ما قدمناه نستطيع القول أن الدوافع موضوع عميق وواسع المعالم وأنا من خلال هذا العرض البسيط والعام حاولنا أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع والدافعية وتأثيرها على دقة الأداء الحركي في الكرة الطائرة حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة والموجزة في فهم أعمق وأدق لموضوع دراستنا وبحثنا هذا.

1-أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة،
سنة 2001

2-أسامة كامل راتب: النمو الحركي، دار الفكر، القاهرة سنة 1999.

3-أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضي، المفاهيم، التطبيقات، القاهرة،
دار الفكر العربي، سنة 1997.

4- أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضي، مفاهيم وتطبيقات، مصر: دار
الفكر العربي 2003.

5-إنتصار يونس: سيكولوجية النمو والشخصية، دار المعارف،
الإسكندرية، سنة 1988.

6-أكرم زكي حطايبيّة: موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، مصر، دار الفكر،
سنة 1996.

7 - أحمد يحي الزق "علم النفس"، عمان ط1، دائر وائل للنشر، سنة
2009.

8- الدكتور مروان عبد المجيد ، الإحصاء الوصفي والإستدلالي.

9-بسطري عبد الكريم: أسس نظريات الحركة، الطبعة الأولى، دار الفكر
العربي، مصر، سنة 1996.

- 10- بسطوسي أحمد بسطوسي، أسس ونظريات علم الحركة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1996.
- 11- بهاء الدين إبراهيم سلامة: بيولوجية الرياضة والأداء الحركي، دار الفكر العربي ط1، القاهرة، سنة 1996.
- 12- تشارل بوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة 1964.
- 13- سامية فرغلي، زينب سيد حسن: مؤشرات الرضا الحركي، لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة ونشاط الجمباز بصفة خاصة، مؤشر الرضا الحركي لدى تلاميذ دراسات العلوم الإنسانية، المجلد 22 أ، العدد الأول سنة 1985 عمان، الأردن.
- 14- السيد محمد خيربي: الإحصاء في البحوث النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1999.
- 15- طلحة حسن الدين: علم الحركة التطبيقي، الجزء الأول، دار الفكر العربي، سنة 1997.
- 16- عبد الرحمان عيسوي: علم نفس النمو، دار المعرفة، الإسكندرية، سنة 1989.
- 17- فاروق السيد عثمان: سيكولوجية اللعب والتعلم، القاهرة، دار المعارف، سنة 1995.

18- محمد حسن العلاوي موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين، الطبعة الأولى مركز الكتاب للنشر، مصر، سنة 1998.

19- محمد حسن العلاوي، أسامة راتب، علم النفس الرياضي، الطبعة الثانية، دار المعارف، القاهرة، سنة 1976.

20- محمد يوسف الشيخ: التعلم الحركي، دار المعارف، القاهرة، سنة 1984.

21- محمود سمير طه: بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقى الميدان والمضمار، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1989.

22- محمد أبو جادو "علم النفس التربوي"، عمان ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، سنة 1998.

21- محمد عبد الله (واخرون). "علم النفس التربوي وتطبيقاته، عمان، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، سنة 2001. "

23- مذكرة تخرج شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة حسيبة بن بوعلي ولاية شلف، سنة 2010-2011.

24- حسن حسن عبده "مقياس الدافعية الرياضية"، سبتمبر 1991.

25- خليل ميخائيل معوض: سيكولوجيا النمو الطفولة والمراهقة، مصر ط1، دار الفكر الجامعي، سنة 1994.

26- علي مصطفى طه: موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، مصر، دار الفكر، سنة 1996.

27- ثائر غباري "الدافعية والنظرية والتطبيق، عمان ط1، دار المسيرة للنشر والطباعة، سنة 2008.

28- قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة، الأردن ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، سنة 1994.

29- و ديع ياسين التكريتي وحسن محمد العبيدي، 1999

المراجع باللغة الفرنسية:

1-Gerard.I, supprimer l'adolescence, Edition les ouvriers, paris, 1982

المراجع باللغة الإنجليزية:

1-Thomas.R. (1991).Preparation Psychologique du Sportif, .Ed, Vigot

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية

الاستمارة التحكيم

في إطار انجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة ليسانس ل م د تخصص تربية بدنية و رياضية تحت عنوان :
" الرضا الحركي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 " يشرفنا أن نضع بين
أيديكم هذه الاستمارة التي تحتوي على مجموعة من الاختبارات النفسية للدكتور محمد حسن العلاوي
نرجو من سيادتكم المحترمة التفضل ومساعدتكم لنا من اجل ترشيحها قيد استخدام ما هو أنسب لعينة
البحث.

الإشراف :
د/ كحلي كمال

من إعداد الطلبة :
بلعالم أمين
بوطالب علي
ابراهيم محمد

السنة الجامعية : 2015 / 2016

مقياس الرضا الحركي

تصميم : نيلسون Allen و آلن Nelson

اقتباس : محمد حسن علاوي

ملاحظة : ارسم دائرة حول الرقم الذي تعتقد انك تستحقه فعلا في ثقتك بنفسك في المواقف التنافسية

بالمقارنة باللاعب المثالي - من وجهة نظرك - والذي تبلغ 9 درجات

ت	العبارات					الدرجات				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	زملائي يعتقدون إن قدرتي على الحركة جيدة					1	2	3	4	5
2	استطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة					1	2	3	4	5
3	عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات					1	2	3	4	5
4	استطيع الوثب عالياً لارتفاع مناسب					1	2	3	4	5
5	لدي القدرة على الجري بسرعة					1	2	3	4	5
6	استطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة					1	2	3	4	5
7	قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جيدة					1	2	3	4	5
8	استطيع الاحتفاظ بتوازني من الثبات					1	2	3	4	5
9	لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة					1	2	3	4	5
10	استطيع رمي كرة تنس لمسافة كبيرة جداً					1	2	3	4	5
11	استطيع الاحتفاظ بتوازني بالوقوف على قدم واحدة لمدة معقولة					1	2	3	4	5
12	استطيع التحرك بسرعة حول بعض العوائق أو الموانع					1	2	3	4	5
13	لدي القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الأرض					1	2	3	4	5
14	استطيع ثني ومد جسمي بسهولة					1	2	3	4	5
15	استطيع أن أقوم بأداء حركات بدنية أفضل من معظم زملائي					1	2	3	4	5

5	4	3	2	1	16	استطيع أداء الحركات البدنية العنيفة
5	4	3	2	1	17	استطيع السباحة لمسافة طويلة
5	4	3	2	1	18	استطيع أن اشترك في بعض الأنشطة البدنية التي تتطلب مستوى عال من المهارة الحركية
5	4	3	2	1	19	استطيع الاشتراك في النشاط البدني لمدة طويلة دون الشعور بالتعب
5	4	3	2	1	20	لي قدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات
5	4	3	2	1	21	عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية
5	4	3	2	1	22	إننا راض تماماً عن قدراتي الحركية
5	4	3	2	1	23	استطيع حفظ توازني أثناء المشي
5	4	3	2	1	24	لي قدرة على التحرك برشاقة على إيقاع الموسيقى
5	4	3	2	1	25	استطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما ارغب في ذلك
5	4	3	2	1	26	استطيع تقدير المسافات بيني وبين الزملاء الآخرين أثناء الحركة
5	4	3	2	1	27	استطيع القيام باسترخاء جسمي عندما ارغب في ذلك
5	4	3	2	1	28	استطيع استخدام كلاً من الذراعين والرجلين في وقت واحد عندما يتطلب الأمر ذلك
5	4	3	2	1	29	استطيع الوثب أماما لمسافة معقولة
5	4	3	2	1	30	استطيع بذل مجهود بدني متواصل لمدة طويلة

ملحق رقم(1)

مقياس الدافع إلى الإنجاز

تصميم : جو ولس

تعريب : محمد حسن علاوى

ملاحظة:ضع علامة(×) في الخانة التي توافق رأيكم

درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا	العبارات
					1/أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في منافسة .
					2/يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه.
					3/عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.
					4/الإمتياز في الرياضة لايعتبر من أهدافي الأساسية.
					5/إحس غالباً بالخوف قبل إشتراكى في المنافسة مباشرة.
					6/أستمتع بتحمل أية مهمة و التي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة .
					7 / أخشى الهزيمة في المنافسة.
					8/الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.
					9/في بعض الأحيان عندما أنهزم في منافسة فإن ذلك يضايقتني لعدة أيام .
					10/لدي إستعداد للتدريب طوال العام بدون إنقطاع لكي أنجح في رياضتي .
					11/لا أجد صعوبة في النوم ليلة إشتراكى في منافسة.
					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 الإنتهاء من المنافسة الرسمية .
					15/عندما ارتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة .

					16/لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي .
					17/قبل إشتراك 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 .

ملحق رقم(2)

1-التفريغ الخاص بمقياس الرضا الحركي:

المجموع	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	عدد اللاعبين
													عدد العبارات
50	5	5	5	5	3	3	3	3	5	4	4	5	1
52	4	5	4	5	5	5	4	3	3	5	5	4	2
47	5	4	4	5	3	2	4	4	4	4	4	5	3
48	4	4	3	4	4	3	4	3	5	5	4	4	4
51	4	5	4	5	3	4	5	4	3	5	4	5	5
50	4	5	3	4	5	4	4	4	3	5	5	4	6
53	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	7
46	4	4	4	4	3	3	3	5	5	4	4	3	8
51	4	5	3	4	4	2	4	5	5	5	5	5	9
49	5	4	3	3	3	5	4	4	5	5	5	3	10
52	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	11
50	3	5	4	5	4	1	4	5	5	5	5	4	12
48	4	4	4	4	3	5	3	5	5	4	4	3	13
45	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	14
47	4	3	4	4	4	2	3	4	4	5	5	4	15
37	4	3	3	4	3	1	2	3	5	5	2	2	16
39	3	4	2	4	4	3	4	3	5	1	4	2	17
46	4	5	3	4	4	4	3	3	5	4	4	3	18
46	4	3	4	4	2	4	3	4	5	4	4	5	19
53	5	5	5	4	5	2	4	3	5	5	5	5	20
52	5	5	5	4	4	3	3	4	5	5	5	4	21
56	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	22
55	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	23
45	4	5	4	3	4	1	4	4	5	5	5	4	24
51	4	5	3	3	4	3	4	5	5	5	5	5	25
52	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	5	3	26
54	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	27
49	5	4	5	5	4	3	2	4	5	5	5	2	28
49	4	5	5	5	3	2	3	4	5	5	4	4	29
49	4	4	5	5	3	3	3	5	5	4	4	4	30

1475	127	132	123	126	116	96	108	121	135	138	135	114	المجموع
------	-----	-----	-----	-----	-----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	---------

ملحق رقم (6)

التفريغ الخاص بمقياس دافعية الإنجاز:

المجموع	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	عدد اللاعبين رقم العبارة
31	4	1	5	4	4	1	2	1	1	2	2	4	1
41	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	2
42	4	3	4	4	3	5	3	3	3	3	3	3	3
49	5	1	1	5	5	3	3	2	1	5	5	5	4
38	2	3	5	3	5	5	3	3	2	5	3	3	5
30	3	4	4	3	3	1	4	2	5	5	5	4	6
39	2	5	5	5	4	4	5	3	5	4	4	3	7
36	5	5	4	4	5	4	2	2	5	4	4	4	8
26	3	1	4	4	3	5	2	3	5	3	3	2	9
27	5	4	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	10
55	2	1	5	3	3	5	2	1	1	2	3	2	11
41	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	12
43	1	3	4	3	5	5	3	3	3	3	3	3	13
48	3	2	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	14
56	3	2	4	4	4	3	2	3	5	2	2	2	15
59	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	3	5	16
25	2	3	3	1	3	1	1	3	1	2	2	4	17
54	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	18
60	2	2	3	2	1	5	3	2	3	1	1	2	19
57	5	5	5	4	5	5	3	5	5	5	5	5	20
857	71	65	81	75	79	78	60	61	72	71	70	74	المجموع

