

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات التربية البدنية و الرياضية

تخصص: التحضير النفسي الرياضي

تحت عنوان:

أهمية التحضير النفسي للمدرب في تحسين دافعية
الانجاز لدى لاعبين كرة القدم – فئة أكابر –

بحث مسحي تجريبي أجري على لاعبي أكابر لفريقي ترجي و وداد مستغانم

تحت إشراف:

أ.د: بن قلاوز التواتي

إعداد الطالب:

لوافي محمد

السنة الجامعية: 2018 / 1017

الإهداء

- إلى التي لا يرتاح بالها حتى تراني ناجحا في حياتي, إلى التي تفرح لفرحي و تحزن لحزني, إلى التي يرزقني الله من أجلها, إلى الحضن الدافئ, أُمي الحنونة أطل الله في عمرها.
- إلى الذي هو سبب في وجودي, إلى الذي يواجه الصعاب من أجلي و يسهر على تربيتي, أبي العزيز أطل الله في عمره.
- إلى التي تقاسمني الحياة بجلوها و مرها, إلى نصف ديني و شريكة حياتي, إلى التي ترافقني درب النجاح, زوجتي العزيزة حفظها الله.
- إلى كل العائلة من قريب أو بعيد و خاصة الإخوة و الأخوات عائلتهم, دون أن ننسى عائلة زوجتي.
- إلى كل الأصدقاء.
- إلى كل أساتذتي و كل من علمني و لو حرفا أنتفع به.
- إلى كل من يكن حبه للرياضة و خاصة طلبة معهد التربية البدنية و الرياضية

إلى كل هؤلاء أهدي هذا البحث المتواضع

شكر و تقدير

أشكر الله العلي القدير الذي خلقتني و جعلني من أمة الحبيب محمد عليه الصلاة و السلام و الذي وفقني لإتمام هذا البحث.

قال رسول الله صلى الله عليه و سلم "من لا يشكر الناس لا يشكر الله"

- حديث حسن صحيح روي عن أبي هريرة.

* أشكر أستاذي الدكتور بن قلاويز التواتي على تكريسه وقته و بذله كل ما في جهده لتقديمه لي يد المساعدة و تأطيري لإنجاح هذا البحث.

* أشكر رئيس قسم التدريب الرياضي الدكتور سيد محمد كوتشوك و الأستاذ بن سكران و الأستاذ جمال مقراني لتقديمهم يد المساعدة.

* أشكر جميع القائمين على معهد التربية البدنية و الرياضية.

* كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى رئيس فريق ترحي مستغانم و مدربه و إلى رئيس فريق وداد مستغانم و مدربه على تسهيلهم المهمة من أجل إجراء الدراسة الميدانية على لاعبي فرقهم.

ملخص البحث:

الدراسة تحت عنوان "أهمية التحضير النفسي للمدرب في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر" هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أهمية التحضير النفسي للمدربين على الجانب النفسي للاعبين و أثره على دافعية الانجاز لديهم. استخدم الطالب الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها 55 لاعبا موزعين على 40 لاعبا للدراسة الاساسية موزعين 20 لاعبا من فريق وداد مستغانم و 20 لاعبا من فريق ترجي مستغانم و 15 لاعبا من فريق سيدي لخضر للدراسة الاستطلاعية لمعرفة مدى صلاحية الأدوات. لقد استخدمنا في البحث استمارة معدة من طرف الطالب الباحث تقيس التحضير النفسي لدى اللاعبين، الى جانب مقياس دافعية الانجاز أعده الدكتور محمد حسن علاوي مقسم الى بعدين ، بعد دافع النجاح و بعد تجنب الفشل.

و بعد المعالجة الاحصائية للدرجة الخام سواء كان للاستمارة الإستبائية التي تقيس التحضير النفسي أو المقياس الذي يقيس دافعية الانجاز جاءت النتائج تبين ان للتحضير النفسي اهمية كبيرة على الجانب النفسي و بالتالي يؤثر تأثيرا كبيرا على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.

Research Summary:

The study under the title: "The importance of psychological preparation for the coach in improving the motivation of achievement among football players in the category of great" This study aimed to know the importance of psychological preparation of coaches on the psychological side of the players and its impact on motivation achievement. The researcher used the descriptive method in the survey method on a sample of 55 players divided into 40 players for the basic study, distributed 20 players from Wadad Mostaganem, 20 players from the team of Esperance Mostaganem and 15 players from the team of Sidi Lakhdar to study the feasibility study to determine the validity of the tools. We used the research form prepared by the student researcher measures the psychological preparation of the players, along with the measure of motivation achievement by Dr. Mohammed Hassan Allawi divided into two dimensions, after the motivation of success and after avoiding failure.

After the statistical treatment of the raw score, whether the questionnaire questionnaire that measures psychological preparation or the measure that measures the motivation of achievement, the results showed that psychological preparation is of great importance on the psychological side and therefore greatly affect the motivation of achievement among football players.

Résumé de la recherche:

L'étude sous le titre de « l'importance de la préparation psychologique pour l'entraîneur afin d'améliorer la motivation de réussite parmi la classe des joueurs de football classe sénior » étude visant à ce sujet pour connaître l'importance de la préparation psychologique pour les formateurs sur l'aspect psychologique des joueurs et son impact sur leur motivation à la réussite. Le chercheur a utilisé l'approche descriptive de la manière de sondage auprès des étudiants sur un échantillon de 55 joueurs répartis sur 40 joueurs étude de base répartis 20 joueurs de l'équipe Wided Mostaganem et 20 joueurs de l'équipe ES Mostaganem et 15 joueurs de Sidi Lakhdar pour l'équipe d'enquête pour déterminer la validité des outils. Nous avons utilisé dans cette recherche un questionnaire préparé par le chercheur pour mesurer la préparation psychologique des joueurs, ainsi qu'une mesure de la motivation à la réussite préparé par le Dr Mohammad Hassan Allaoui est divisé en deux dimensions, l'envi au succès et éviter l'échec.

Après le traitement statistique du score brut, que ce soit le questionnaire qui mesure la préparation psychologique ou la mesure de la motivation, les résultats ont montré que la préparation psychologique est très importante sur le plan psychologique et affecte donc grandement la motivation des joueurs de football.

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين النسب المثوية لموافقة الأساتذة المحكمين لمحاو استمارة التحضير النفسي	
02	يبين أرقام عبارات بعدي مقياس دافعية الإنجاز	
03	يبين كيفية تصحيح عبارات المقياس حسب بعد دافع النجاح و دافع تجنب	
04	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الأولى	
05	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثانية	
06	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثالثة	
07	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الرابعة	
08	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الخامسة	
90	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السادسة	
10	يبين قيمة كا^2 للمحور الأول	
11	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السابعة	
12	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثامنة	
13	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة التاسعة	
14	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة العاشرة	
15	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الحادية عشر	
16	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثانية عشر	
17	يبين قيمة كا^2 للمحور الثاني	
18	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثالثة عشر	
19	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الرابعة عشر	
20	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الخامسة عشر	
21	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السادسة عشر	
22	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السابعة عشر	
23	يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثامنة عشر	
24	يبين قيمة كا^2 للمحور الثالث	
25	يبين قيمة كا^2 للمحاور الثلاثة	
26	يبين النسبة المثوية لأبعاد دافعية الإنجاز	
27	يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأبعاد دافعية الإنجاز	

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح العلاقة بين الحاجة و الحافز و السلوك	
02	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (1)	
03	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (2)	
04	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (3)	
05	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (4)	
06	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (5)	
07	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (6)	
08	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (7)	
09	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (8)	
10	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (9)	
11	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (10)	
12	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (11)	
13	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (12)	
14	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (13)	
15	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (14)	
16	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (15)	
17	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (16)	
18	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (17)	
19	يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (18)	

المحتوى

2.....	الإهداء
3.....	الشكر و التقدير
4.....	ملخص البحث
7.....	قائمة الجداول
8.....	قائمة الأشكال

التعريف بالبحث

15.....	1- مقدمة
16.....	2- إشكالية البحث
18.....	3- فرضيات البحث
19.....	4- أهداف البحث
19.....	5- مصطلحات البحث
19.....	5-1- التحضير النفسي
20.....	5-2- المدرب
21.....	5-3- الدافعية
22.....	6- الدراسات السابقة و المشابهة
22.....	6-1- عرض الدراسات السابقة و المشابهة
25.....	6-2- تحليل و مناقشة الدراسات السابقة و المشابهة

الجانب النظري

الفصل الأول: التحضير النفسي

29.....	تمهيد
29.....	1-1- مفهوم التحضير النفسي

- 2-1- مكونات عملية التحضير النفسي.....31
- 1-2-1- العمليات العقلية العليا.....31
- 2-2-1- الصفات النفسية المكونة لشخصية اللاعب.....31
- 3-2-1- الحالة النفسية.....32
- 3-1- مبادئ بناء التحضير النفسي في كرة القدم.....32
- 1-3-1- المعرفة عن وعي.....32
- 2-3-1- الفعالية.....33
- 3-3-1- الشمول.....33
- 4-3-1- التدرج و التكرار.....33
- 4-1- الفروق الفردية في التحضير النفسي.....34
- 1-4-1- الاختلافات النفسية.....34
- 2-4-1- الاختلافات العمرية.....34
- 3-4-1- الخبرة الرياضية و درجة توافرها.....34
- 4-4-1- المستوى العقلي.....35
- 5-4-1- النمط العصبي.....35
- 5-1- أهمية التحضير النفسي.....36
- 6-1- العوامل المؤثرة في تحقيق أهداف التحضير النفسي.....36
- 7-1- مجالات التحضير النفسي.....38
- 1-7-1- الجانب التدريبي.....38
- 2-7-1- الجانب التربوي و الاجتماعي.....38
- 3-7-1- الجوانب الوظيفية و الذهنية.....38
- 8-1- خطوات التحضير النفسي للرياضيين.....39

- 9-1- الاعداد النفسي لرفع درجة استعداد اللاعب في التدريب و المنافسات.....40
- 10-1- أنواع التحضير النفسي في رياضة كرة القدم.....41
- 1-10-1- التحضير النفسي العام.....41
- 2-10-1- التحضير النفسي التخصصي.....41
- 11-1- واجبات المدرب في مجال الاعداد النفسي للرياضيين.....42
- 12-1- البرمجة الصحيحة لعملية الإعداد النفسي.....43
- 1-12-1- تعامل اللاعب مع نفسه.....43
- 2-12-1- تعامل اللاعب مع الآخرين.....43
- 3-12-1- تعامل اللاعب مع المعوقات و المفاجئات.....44
- خاتمة.....45

الفصل الثاني: دافعية الإنجاز

- تمهيد.....48
- 1-2- الدافع.....49
- 2-2- تعريف الدافعية.....49
- 3-2- نظريات الدافعية.....51
- 1-3-2- نظرية الحاجات - الدوافع.....51
- 2-3-2- نظرية التحليل النفسي.....51
- 3-3-2- نظرية الحافز - الباعث.....52
- 4-2- تصنيف الدوافع.....53
- 1-4-2- الدوافع الفسيولوجية.....53
- 2-4-2- الدوافع السيكولوجية.....54
- 5-2- مصادر الدافعية.....55

56.....	6-2- قياس الدافعية.....
56.....	2-6-1- مقاييس مستوى النشاط العام (المقاييس الفسيولوجية).....
56.....	2-6-2- المقاييس السيكلوجية الموضوعية.....
57.....	2-6-3- ملاحظة السلوك و دراسة الحالة.....
57.....	2-6-4- مقاييس التقرير الذاتي.....
58.....	2-6-5- المقاييس الإسقاطية.....
59.....	2-7- توجيهات تطبيقية للمدرب لتنمية الدافعية.....
60.....	خاتمة.....

الفصل الثالث: كرة القدم

63.....	تمهيد.....
63.....	3-1- تعريف كرة القدم.....
65.....	3-2- كرة القدم كلعبة.....
66.....	3-3- تاريخ كرة القدم.....
69.....	3-4- تاريخ كرة القدم في الجزائر.....
70.....	3-5- الاتحاد الدولي لكرة القدم.....
70.....	3-6- تاريخ تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.....
71.....	3-7- عناصر إعداد و بناء فريق كرة القدم.....
74.....	3-8- البعد الاقتصادي لكرة القدم.....
75.....	خاتمة.....

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

تمهيد.....	79
1- منهج الدراسة.....	79
2- مجتمع البحث.....	79
3- عينة البحث.....	79
4- متغيرات البحث.....	80
5- مجالات البحث.....	80
6- أدوات البحث.....	81
7- الدراسة الإستطلاعية.....	83
8- الأسس العلمية للمقياس.....	84
9- الأدوات الإحصائية المستعملة.....	84
خاتمة.....	85

الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة نتائج البحث

تمهيد.....	88
1- عرض و تحليل نتائج الاستبيان.....	88
2- عرض و تحليل نتائج المقياس.....	116
3- الإستنتاجات.....	119
4- مناقشة فرضيات البحث.....	120
5- الاقتراحات و التوصيات.....	122
الخلاصة.....	124

المصادر و المراجع

الملاحق

1- مقدمة

2- إشكالية البحث

3- فرضيات البحث

4- أهداف البحث

5- مصطلحات البحث

5-1- التحضير النفسي

5-2- المدرب

5-3- الدافعية

6- الدراسات السابقة و المشابهة

6-1- عرض الدراسات السابقة و المشابهة

6-2- تحليل و مناقشة الدراسات السابقة و المشابهة

1- مقدمة:

في عصرنا هذا كل فرد يعترف أن التحضير الذهني يحتل مرتبة معتبرة في المنافسات الرياضية و خاصة في رياضات المستوى العالي.

ومع ذلك، عندما يريد رياضي اكتساب شهادة ، وتحقيق هدف محدد، واكتساب مهارات جديدة، والقضاء على بعض العوائق النفسية، فمن الأفضل أن تركز على الموارد والإمكانات والمهارات من هذا الأخير والتركيز على كيفية للوصول إلى الأهداف المسطرة. وبعبارة أخرى يجب أن تكون له نظرة شاملة ، من خلال طرح الأسئلة التالية:

هل الأهداف المراد تحقيقها هي أهداف تقنية؟ أو التكتيكية؟ أو حتى مادية؟ أو من أصل نفسي؟ أو تتعلق ببساطة بالعوامل البيئية، والفريق، والعلاقات أو الاتصالات.

التحضير النفسي يمكن أن يكون مسار الصحة الثمينة للذين يريدون تعلم كيفية التحرر من ضغوطات الحياة ، لتسهيل عملية تنمية صحتهم العقلية و النفسية واستكشاف منابعهم الداخلية الكامنة لتنمية الدافعية الخارجية .

نحن نعيش في وقت صحتنا و اجسامنا مهددة في جميع مراحل الحياة، من العوامل المسببة للأمراض، تلوث الهواء والماء والغذاء يتطلب منه جهد إزالة السموم التي غالبا ما تكون صعبة من قبل عالم من الحياة المملوءة بالقلق و الغضب. التحضير النفسي العقلي

يعلمنا في كثير من الأحيان لقمع الغضب و ترك لأجسادنا حالة من الاسترخاء



التعليم الذاتي يسمح للمرء أن يسيطر على زمام حياته ولكي يتوقف عن كونه رياضي عاجز. من كثرة الهجمات النفسية المتعدد من خلال تعلم استخدام تقنيات بسيطة وفعالة للتحرك نحو التوازن الجسدي والعقلي والروحي.

2- مشكلة البحث:

معظم المدربين يركزون اهتماماتهم على الجانب البدني و الفني و التكتيكي و ينسون الجانب النفسي و العقلي الذي يجعل الرياضي ينهار بدنيا و فنيا و تكتيكيا
المثل -العقل السليم في الجسم السليم - يبين لنا مدى اتصال العقل بالجسم و مدى تأثيره عليه إيجابيا و سلبيا

لذا فالمدرّب وحده لا يستطيع الالمام بالجانب النفسي للرياضيين دون وجود محضّر نفسي . لأن الجانب النفسي مجاله واسع و ليس له مقاييس و معايير محددة لدراسته . فهو يعتمد على الملاحظة و دراسة سلوك الرياضي و ايجاد الحلول المناسبة لكل فرد على حدة. لهذا فالمدرّب مع كثرة انشغالاته لا يقدر على متابعة سلوك و تصرفات كل رياضي على حدة. كما نعترف بضرورة وجود محضّر بدني فالمحضّر النفساني لا يقل أهمية عنه . فهو الذي يساعد الرياضي على التدريب و المنافسة بكل ثقة و ثبات و تسيير جهده البدني و العقلي لتحسين الأداء.

و من هذا المنطلق و كون دافعية الانجاز تعتمد على التحضير الجيد للرياضي و التخطيط الجيد للمدرب و اهتمامه بالجانب النفسي. فأهمية دافعية الانجاز الرياضي دفعنا الى طرح التساؤل التالي .

- ما أهمية التحضير النفسي للمدرب في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.

و من هذا السؤال الرئيسي تنبثق أسئلة فرعية أخرى . و هي كالآتي .

- هل لقرارات المدرب أهمية على الحالة النفسية و على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر

- هل للعلاقة الجيدة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية لها أثر على دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر

- هل كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة لها أثر على دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر

3- فرضيات البحث:

- الفرضية العامة:

من خلال الاشكالية العامة للبحث تم صياغة الفرضية العامة كالآتي :

- إن التحضير النفسي للمدرب له أهمية كبيرة في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.

- الفرضيات الجزئية:

بعد أن تم الوصول الى التساؤلات الجزئية تطرقنا الى وضع الفرضيات الجزئية التالية:

- قرارات المدرب لها أهمية على الحالة النفسية و على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر □

- إن العلاقة الجيدة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية لها أثر على دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر □

- كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة لها أثر على دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر □

4- أهداف البحث:

البحث يبين أهمية الجانب النفسي و ما يبثه من روح الدافعية لدى الرياضي و الأهمية التي يوليها المدرب للجانب النفسي عامة و للدافعية خاصة.

ويحفظ المدرب على ضرورة ادراج حصص الدافعية ضمن برنامجه و ضرورة الاتيان ببرنامج تدريبي مقنن لمحاولة تنمية صفة الدافعية لدى لاعبيه, حيث يهدف البحث الى التعرف على ما يلي:

- دور المدرب في رفع دافع النجاح لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.
- دور المدرب في رفع دافع تجنب الفشل لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.
- مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.
- العلاقة بين التحضير النفسي و دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.
- اهتمام المدربين بحصص التحضير النفسي للرفع من دافعية الانجاز.
- مدى اهتمام المدرب بدافعية الانجاز لدى اللاعبين.

5- مصطلحات البحث:

5-1- التحضير النفسي:

تلك الإجراءات التربوية التي تعمل على منع عمليات الاستثارة التي تؤثر سلبيا على مستوى الإنجاز الرياضي.¹

هو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية بهدف خلق و تنمية الدوافع و الاتجاهات و الثقة بالنفس و -إدراك المعرفي و الانفعالي و تشكيل و تطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى التوجيه و الإرشاد التربوي و النفسي للاعبين.²

5-2- المدرب:

¹ أحمد أمين فوزي، و طارق حمد بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة و النشر، 2001، ص214

² حسين السيد أبو عبدو، الإتجاهات الحديثة في التخطيط و تدريب كرة القدم، الإشعاع الفني، القاهرة، مصر، ط1، 2001، ص263.



من الشخصيات التربوية يقوم بدور القيادة في عملية تربوية و تعليم و يَأثر تأثيراً كبيراً و
مباشراً في شخصية الفرد الرياضي.¹

5-3- الدافعية:

- لغة: من فعل دفع , دفعا أي بمعنى أبعد شخصاً أو شيئاًة إزالته عن مكانه, جعل يتقدم
بواسطة دافع محرك يدفع قارباً شراعياً, و بدافع كذا يعني بداعي كذا, و الدافع المحرض
على فعل الشيء.²

- اصطلاحاً: مجموعة من الظروف الداخلية و الخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة
التوازن.³

5-4- دافعية الإنجاز الرياضي:

استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية و محاولة التفوق و الإمتياز عن
طريق إظهار قدر كبير من النشاط و الفاعلية كتعبير عن الرغبة في التفوق في المنافسات
الرياضية.⁴

¹ قاسم حسن حسين, الموسوعة الرياضية البدنية الشاملة في الألعاب و الفعاليات و العلوم الرياضية, دار الفكر للنشر و التوزيع, ط1, الأردن,
1998, ص709.

² صبحي حمودي و اخرون , المنجد في اللغة العربية المعاصرة , ص 120 .

³ خليل المعاينة , علم النفس التربوي , دار الفكر للطباعة و النشر , بيروت , 22

⁴ محمد حسن علاوي , مدخل في علم النفس الرياضي, مركز الكتاب للنشر , القاهرة , ص 5, 2006 , ص 252.

5-5- كرة القدم:

كرة القدم هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من أحد عشر لاعبا بكرة مكورة, تلعب في ملعب مستطيل الشكل مع مرميين في جانبيه و الهدف منها هو إحراز الأهداف بركل الكرة داخل مرمى الخصم.¹

6- الدراسات السابقة و المشابهة:

6-1- عرض الدراسات السابقة و المشابهة:

* الدراسة الأولى:

دراسة لقوقي أحمد سنة 2014-2015 بعنوان "دور المدرب في رفع مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الجمباز", و هدفت الدراسة إلى التعرف على:

- مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الجمباز.
- دور المدرب في رفع دافع النجاح لدى لاعبي الجمباز.
- دور المدرب في رفع دافع تجنب الفشل لدى لاعبي الجمباز.

اعتمد الباحث على منهج دراسة الحالة, يعتبر شكل من أشكال التحليل الوصفي, اختار الباحث العينة بطريقة عمدية تتكون من 20 لاعب جمباز, فئة الذكور و الإناث.

و توصل الباحث في هذه الدراسة إلى مايلي:

- يوجد مستوى معين لدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الجمباز.

¹ <https://ar.m.wikipedia.org/wiki/>



- للمدرب دور في رفع دافع النجاح لدى لاعبي الجمباز.
- للمدرب دور في رفع دافع الفشل لدى لاعبي الجمباز.

* الدراسة الثانية:

دراسة خرشوش محفوظ و قاضي محمد سنة 2015 - 2016 بعنوان "تماسك الفريق

الرياضي و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم هواة كبار, و هدفت إلى:

- معرفة العلاقة الموجودة بين تماسك الفريق الرياضي و دافعية الإنجاز.
 - لفت الانتباه إلى دور المدرب في تماسك الفريق الرياضي.
 - إثبات أن النقص في دافعية الإنجاز لدى اللاعب تؤثر على تماسك الفريق.
 - معرفة دور اللاعب في تماسك الفريق الرياضي دوافع اللاعبين.
 - معرفة أن النقص في التعاون و التآزر بين اللاعبين يؤثر على دافعية الإنجاز.
- اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي واختار الباحث العينة بطريقة عمدية تتكون من 15 لاعب كرة القدم.

و توصل الباحث في هذه الدراسة إلى مايلي:

لكي تكون هناك علاقة بين تماسك الفرق و دافعية الإنجاز يجب على المدرب تقديم و توضيح الأدوار لكل اللاعبين و ذلك ليتمكن كل فرد من أداء دوره دون اي صعوبات.

على اللاعب إدراك ضرورة تنفيذ أدوارهم بنجاح, و إذا الدور لم يتحقق فإن تماسك الفريق قد يتضرر، كما أن عدم تقبل الدور له عواقب خطيرة على معنويات الفريق.

* الدراسة الثالثة:

دراسة عبد العزيز بن علي بن أحمد السليمان سنة 2000 تحت عنوان السلوك القيادي للمدرب الرياضي و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية, و هدفت الدراسة إلى التعرف على السلوك القيادي لدى المدربين السعوديين و العرب و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية لفئة الدرجة الأولى, و مدى تأثير سنوات الخبرة في الممارسة الرياضية على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين.

و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي معتمدا على الأسلوب المسحي, و لجمع بيانات الدراسة استخدم الباحث مقياس أنماط دافعية الإنجاز للاعب الرياضي إضافة لمقياس دافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية, و أجريت الدراسة الميدانية على عينة تتكون من 76 مدربا و 622 لاعبا و قد أسفرت النتائج على وجود علاقة بين السلوك القيادي و بين دافعية الإنجاز للاعبين, و أن مستوى دافعية الإنجاز يعتبر مرتفعا, و وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين سنوات الخبرة و بين دافعية الإنجاز للاعبين في بعد دافع إنجاز النجاح و ذلك لصالح اللاعبين ذوي الخبرة العالية من 16 سنة فما فوق مقارنة باللاعبين ذوي الخبرة المنخفضة من 1- 5 سنوات.

6-2- تحليل و مناقشة الدراسات السابقة و المشابهة:

على الرغم من الاهتمام المتزايد بدافعية و الإنجاز و فرة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع خصوصا الدراسات التي تهدف إلى دراسة الاتصال و علاقته بدافعية الإنجاز

في علم النفس ازداد البحث فيها بشكل ملحوظ في السنوات الأخيرة لأسباب عديدة و متنوعة, حيث ركزت الدراسات على الأهداف و الدور الذي تلعبه الدافعية في تطوير الإنجاز.

و على هذا الأساس درس الباحثون الدافعية من عدة جوانب و قد استفاد من خلال هذه الدراسات في معرفة جميع العراقيل التي واجهها الباحثين و كذلك الاستفادة منها و أخذ العبرة من الأخطاء التي وقع فيها الباحثون.

و بناء على الدراسات السابقة اتضح لنا أهمية الدافعية في معرفة كيفية الإعداد النفسي للأداء الرياضي الجيد من خلال الإعداد النفسي للاعبين بطرق علمية منظمة و تفادي النتائج العشوائية التي تركز على صيغة الصدفة و المفاجآت.

ولقد تبين وجود اختلاف في الدراسات من حيث الأدوات المستعملة في قياس الإعداد النفسي و دافعية الانجاز بحيث استخدم كل باحث الأداة الخاصة ببحثه, و نجد اختلاف في عدد العينات و انواعها و لقد تبين اختلاف في الوسائل الإحصائية المستخدمة للوصول إلى النتائج.

رغم هذا الاختلاف المتواجد بين الدراسات لاحظنا وجود تشابه بين بحثنا الحالي و البحوث السابقة من حيث المنهج المتبع كما تناولت معظم الدراسات مقياس دافعية الإنجاز.

الفصل الأول

التحضير النفسي

تمهيد

1-1- مفهوم التحضير النفسي

1-2- مكونات عملية التحضير النفسي

1-3- مبادئ بناء التحضير النفسي في كرة القدم

1-4- الفروق الفردية في التحضير النفسي

1-5- أهمية التحضير النفسي

1-6- العوامل المؤثرة في تحقيق أهداف التحضير النفسي

1-7- مجالات الاعداد النفسي

1-8- خطوات التحضير النفسي للرياضيين

1-9- الاعداد النفسي لرفع درجة استعداد اللاعب للاشتراك في التدريب و المنافسات

1-10- التحضير النفسي في رياضة كرة القدم

1-11- واجبات المدرب في مجال الاعداد النفسي للرياضيين

1-12- البرمجة الصحيحة لعملية الإعداد النفسي

الخاتمة

تمهيد:

إن قدرة اللاعبين على مواجهة الضغوط النفسية في المنافسات الرياضية من العوامل الأساسية التي تؤثر على زيادة فاعلية الأداء من أجل الوصول الى الانجاز المنشود, لذا تعتبر طرق مواجهة تلك الضغوط باستخدام المهارات المختلفة من الأسس النفسية التي تهدف الى اعداد البطل الرياضي.¹

إن حل هذه المشكلة لابد أن يخضع للمنهج العلمي للتعامل مع أسبابها و كيفية تطويرها, التعامل مع هذه المشكلة لا يخص فرد بعينه و إنما لابد من التعاون و تكاتف الجهود للمختصين في علم النفس الرياضي و المدربين و الأطباء على أن توجه جهودهم نحو ايجاد حل لتلك المشاكل المرتبطة بالإعداد المعنوي و الأخلاقي و وضع طرق تضمن تهيئة اللاعبين لبذل أقصى ما يستطيعون من جهد دون الخلل بالقيم و المبادئ التربوية.²

1- مفهوم التحضير النفسي:

هي تنشئة تربوية نفسية بسياقات علمية للبرمجة الشاملة لبيئة اللاعب في التدريبات و المنافسات الرياضية, و تنظيم حياة اللاعب السيكولوجية و الرياضية و الاجتماعية

¹ مجدى حسن يوسف, الإستراتيجية المعرفية و الدافعية للتصور العقلي للاعبين في المجال الرياضي, الطبعة الأولى, 2014, ص81

² محمود بسيوني , باسل فاضل , الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم, 1994, ص7, 9, 10.

مع الأسرة الرياضية في مواجهة كل الظروف الصعبة التي يواجهها مع إزالة كل الفجوات التي يضطرب بها اللاعب.¹

هو عملية نفسية مركبة يدخل فيها الإدراك المعرفي و الجوانب الإرادية و الانفعالية و الحالة الدافعية التي تهدف في مجموعها الى ابراز شخصية اللاعبين كأفراد و كفرق, و تتضح مظاهر هذه العملية في الثقة بالنفس و السعي للتنافس لتحقيق الهدف من المباراة, و الثبات الانفعالي, و القدرة على توجيه السلوك خلال مراحل الصراع التنافسي في المباراة.²

أصبح الجانب النفسي و الطرق الحديثة في عمليات الإعداد النفسي للاعبين هو الفيصل الذي يحسم نتائج المنافسات و السيطرة على تنفيذ الخطط و المهارات المناسبة, بالإضافة الى رفع الروح المعنوية و المثابرة و الشعور بالمسؤولية الكاملة أمام الخصم و الجماهير مما يتطلب ذلك الهدوء و رباط الجأش لغرض تهيئة اللاعب نفسيا من أجل تجاوز كل المعوقات و الانفعالات التي تؤثر على أداء اللاعب.³

¹ غازي صالح محمود, كرة القدم-المفاهيم و التدريب- الطبعة الأولى, 2011, ص105.

² محمود بسبوني, باسل فاضل, الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم, 1994, ص 204

³ غازي صالح محمود, كرة القدم-المفاهيم و التدريب- الطبعة الأولى, 2011, ص99

2- مكونات عملية التحضير النفسي في كرة القدم:

1-2 - العمليات العقلية العليا:

(الاحساس, الادراك, التصور, التخيل, التذكر, التفكير و الانتباه), و التي تضمن سرعة اكتساب المهارات و الخطط و دقة التطبيق لها في المواقف المختلفة من المباريات و تحت ظروف التحميل العالي أثناء التدريب, و العمليات العقلية العليا تلعب دورا هاما في امتلاك الكفاءة الرياضية كأحد أسس الانجاز الرياضي.¹

2-2 - الصفات النفسية المكونة لشخصية اللاعب: تحدد اطارها من حيث:

- القدرة على التنافس و السعي اليه.

- صلابة الشخصية.

- القدرات العصبية "الاستعداد للاستثارة".

- السمات الارادية.

- المظاهر الانفعالية.

- الحالة المزاجية.

¹ محمود بسيوني , باسل فاضل , الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم , 1994 , ص 204 , 205

- مستوى الثبات النفسي.

3-2 - الحالة النفسية:

تعتبر أكثر الأشكال النفسية تغيراً و اهتزازاً, و هي عملية نفسية مركبة من (الانفعال, الانتباه, التفكير), وتتصف بمستوى محدد من الفعالية و الشدة, و طبيعة و مستوى الحالة النفسية تؤثر بدرجة كبيرة في النشاط في أثناء المباراة و بعدها, و يترتب على وجود هذه الحالة و مستواها كيفية توجيه الفرد و تنظيمه لحالته النفسية التي تعتبر أحد الأسس في بناء الشخصية المتكاملة.¹

3- مبادئ بناء التحضير النفسي في كرة القدم:

يعتبر الاعداد النفسي للاعبين في كرة القدم من حيث المبدأ عملية تربوية بالدرجة الأولى, و بناء على ذلك فان نجاحه يتوقف على تطبيق عدد من المبادئ التربوية العامة التي يمكن اجمالها فيما يلي:

3-1- المعرفة عن وعي:

يحدد هذا المبدأ معنى و ضرورة الصفات النفسية اللازمة للنجاح في المباريات, و التعرف على المعلومات النفسية المرتبطة بكيفية التحليل الذاتي, و أهمية التغلب على الصعوبات و الموانع لتحسين تنمية الأداء.

¹ محمود بسيوني , باسل فاضل , الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم , 1994 , ص 206.

3-2 - الفعالية:

يجيب هذا المبدأ عن سؤال محدد و هو ماذا نريد من اللاعبين. و أيضا ادراك اللاعبين لما هو مطلوب منهم من حيث تحسين صفاتهم و خصائصهم النفسية و كذلك الرفع من حالتهم النفسية, و الفعالية ترتبط في معظم الأحيان بمعرفة الدوافع و اهتمامات اللاعبين.

3-3 - الشمول:

كما هو معروف أن الاعداد النفسي للاعب كرة القدم يتضمن كل الظواهر النفسية التي يتوقف عليها تقدم و تنمية الأداء, و الاعداد النفسي يدخل في اطار الاعداد العام للاعب و ليس منفصلا عن الاعداد التكنيكي و التكتيكي و البدني للاعبين.¹

3-4 - التدرج و التكرار:

ان الاعداد النفسي للاعبين لا يمكن أن يعطي ثماره إلا اذا استخدم الطرق التربوية التي تعتمد على التدرج من السهل الى الصعب و من البسيط الى المركب و من المعلوم الى المجهول, و أن تثبيت الأداء استيعابه يعتمد على التعزيز المستمر من طريق التكرار الواعي و ليس الآلي.

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي , القاهرة, 1991, ص 17

4- الفروق الفردية في التحضير النفسي:

تتحد أهمية الفروق الفردية في أن أي طريقة من طرق التعليم أو التدريب النفسي لا يمكن أن تحقق النتائج المرجوة منها دون أن تأخذ بعين الاعتبار مبدأ الفروق و الاختلافات الفردية النفسية, , مع مراعاة التركيز على الجوانب التالية:

- 4-1- الاختلافات النفسية: يتميز اللاعبون من الالعبات بميلهم الطبيعي للتنافس, فلدتهم الرغبة في مواجهة مواقف الضغط النفسي التي تحدث أثناء ظروف المنافسات على الرغم مما قد يصاحبها من مظاهر كالخوف أو الانبهار من قوة المنافس و احتمال التعرض الاصابات بينما نجد الالعبات يتفوقن في الأنشطة الرياضية المتميزة بالدقة الفائقة و تحمل تكرار الأداء لما يتميزون به من انضباط.¹
- 4-2- الاختلافات العمرية: تتميز رياضة المستويات العالية خلال الأعوام الأخيرة بصغر سن اللاعبين, هناك ناشئين لم يتجاوز أعمارهم (18/16) سنة تمكنوا من الوصول لأعلى المستويات الرياضية, و يرجع العلماء هذا التميز و التفوق الرياضي الى وجود قدر هائل من الطاقات و القدرات البدنية و العقلية و النفسية المخزونة لدى الناشئين.

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي , القاهرة, 1991, ص 18

4-3- الخبرة الرياضية ودرجة توافرها: يعتبر اللاعبون الناشئين أقل خبرة من اللاعبين الناضجين, فهم يحتاجون الى الرعاية و النصيحة و تدعيم و تقويم و سلوكياتهم خلال المسابقات, و على المدرب ضرورة تنمية ثقتهم بأنفسهم من خلال المناقشات الفردية, و قد تحدث بعض مواقف النزاع أو الخلاف بين بعض اللاعبين ذوي الخبرة الرياضية و المشهورين.

4-4- المستوى العقلي: يعتبر اللاعب الناضج عقليا أكثر قدرة و استعدادا على تنمية ذاته عن طريق اتقان أساليب الاعداد النفسي و العقلي الصعبة, من خلال الحوار مع المدرب و الأخصائى النفسي, ليكون لديهم مقدرة أوفر و أعمق على التنبؤ و التخمين بأحداث المنافسات و ظروفها بعكس اللاعب الناشئ ذي درجة النمو العقلي المحدودة.¹

4-5- النمط العصبي: توصل كلا من (ياكوبشيك و راديوناف 1989) الى بعض الأنماط العصبية للاعبين و المتمثلة في :

* النمط الجيد: يتميز بأن اللاعب ذو جهاز عصبي قوي لا تظهر عليه أعراض الارهاق أو الاجهاد النفسي, و يحتاج الى درجة أقل من الاعداد النفسي التخصصي.

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي , القاهرة, 1991, ص 19

* النمط الضعيف: و يتميزون بتشتت طاقتهم العصبية و فتور حماسهم للاشتراك في المسابقات و البطء في أدائهم الحركي.

* النمط المندفع: زيادة درجة الاستثارة الانفعالية, و عدم ثبات تصرفاتهم و تعرضهم للنرفزة, و يحتاجون الى ترشيد طاقتهم العصبية تجنباً للإرهاق العصبي و النفسي.¹

5- أهمية التحضير النفسي:

هناك العديد من البحوث و الدراسات و التجارب الميدانية التي من خلالها مدى أهمية الإعداد النفسي للاعب كرة القدم ولذا أصبحت عمليات الإعداد النفسي أحد المكونات الأساسية للعبة كرة القدم إلى جانب الإعداد البدني و المهاري و الخططي لا يوجد حلة بديل بين أحد هذه المكونات و التي تعتبر سلسلة مترابطة تعمل على تهيئة لاعبي كرة القدم لتقديم أفضل المستويات بثوابت علمية و رياضية في اطار تعديل و ترويض كل أجزاء هذه المستلزمات العامة في تنظيم الحالة العامة للاعب كرة القدم من حالات السلوك المختلفة و علاقة اللعب باللاعبين و الكادر التدريبي

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي, القاهرة, 1991 , ص 20, 21.

بالإضافة إلى التوازن الميداني في تسجيل أعلى درجات الثقة بالنفس و الأداء لتحقيق النصر في المنافسات الرياضية.¹

بالإضافة إلى اكتساب المفاهيم التربوية النفسية و اكتساب المهارات النفسية.²

6- العوامل المؤثرة في تحقيق أهداف التحضير النفسي:

- اعتقاد اللاعب أو عدم اعتقاده في فاعلية و جدوى تلك الأساليب.
- العلاقة الروحية المتبادلة بين اللاعب و الأخصائي النفسي.
- عمر الممارس (ناضج أم ناشئ) و جنسه (ذكر أم أنثى)
- درجة الممارسة المنتظمة للتدريبات النفسية الذاتية
- توحيد ظروف اجراء هذه التدريبات النفسية.
- أفضلية أن يكون الأخصائي النفسي يمارس الرياضة, كما يفضل أن يكون ممارسا لنوع اللعبة التي يتولى الاعداد النفسي للاعبها.
- اجراء التدريبات النفسية الهادفة لتحقيق الاسترخاء و التهدئة في حجرة معتمدة الضوء نسبيا و بعيدة عن الضوضاء.

¹ غازي صالح محمود , كرة القدم-المفاهيم و التدريب - الطبعة الأولى , 2011 , ص99 , 100.

² أسامة كامل راتب , الإعداد النفسي للناشئين , دار الفكر العربي , القاهرة , مصر , ط1 , 2001, ص23.

- اتخاذ اللاعب وضعا مناسباً لأداء تلك التدريبات, بحيث يتحقق الاسترخاء لعضلات الظهر و الرقبة و أفضل الأوضاع تتحصر اما في الرقود على الظهر أو في الجلوس.

- زيادة تكرار أو أداء التدريبات النفسية الايحائية عن معدل مرتين في اليوم, فتكرار الكلمات أو العبارات كمؤثرات نفسية يحدث سرعة لإتقان هذه التدريبات النفسية.¹

7- مجالات التحضير النفسي:

7-1- الجانب التدريبي: البرامج التدريبية التي يخضع لها لاعبو كرة القدم على مختلف المستويات سواء كانت في الإعداد أو المنافسات يتطلب إعداداً و تدريباً يستمر لفترة زمنية طويلة قد تستغرق أشهر طويلة أو عدة سنين, و من خلالها يتلقى اللاعبون أحمالاً تدريبية عالية جداً و مرهقة و في بعض الأحيان تكون رتيبة و مملة و غير مرغوب فيها تبدأ معنويات اللاعبين تقل تدريجياً بالانخفاض نحو إجراء و تنفيذ الوحدات التدريبية بشكل جيد ما لم يخضع اللاعبين إلا عمليات الإعداد النفسي وفق دراسة و حكمة و علمية عالية جداً تلازم بقية العناصر الأخرى في التدريب.

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي, القاهرة, 1991 , ص 23 , 24.

7-2- الجانب التربوي و الاجتماعي:

فريق كرة القدم مجموعة من الأفراد سواء كانت على مستوى مدرسة أو جامعة أو نادي أو أحد المنتخبات الوطنية تدخل هذه المجموعة ضمن ضوابط تربوية و أخلاقية و اجتماعية مترابطة يعمل الجميع داخل سياق ثابت في الواجبات و طرق التنفيذ من أجل الوصول إلى تحقيق هذه معين يضعه المدرب و يشاركه الرأي مجموعة الفريق و في بعض الأحيان يضعه الجهات الإدارية أو الرياضية و يوافق عليه المدربون و .

7-3- الجوانب الوظيفية و الذهنية:

تأخذ الجوانب الصحية و الوظيفية و كذلك الجوانب العضلية المختلفة لدى لاعبي كرة القدم قسطا كبيرا من الاهتمام في عمليات الاعداد النفسي لما لها من تأثير واضح و إيجابي في بناء الجسم السليم في العقل السليم لدى لاعبي كرة القدم، فاللاعب الذي يتعرض إلى حالات القلق و الانفعال داخل الملعب لا يمكن أن يصل إلى مستواه البدني و المهاري و الخططي بسبب هذه الحالة التي لها تأثيرها المباشر على قدراته الذهنية في مجالات التنفيذ الأداء و السيطرة على كل تحركاته داخل الملعب.¹

¹ غازي صالح محمود , كرة القدم-المفاهيم و التدريب - الطبعة الأولى , 2011, ص 100, 101, 102.

8- خطوات التحضير النفسي للرياضيين:

- 1- دراسة الخصائص أو الصفات الشخصية للاعب, بهدف تكييف و مواعاة طرق الاعداد و التوجيه النفسي لخصائص الفرد الرياضي و نوع اللعبة التي يمارسها.¹
- 2- يتعلم اللاعب الأساليب النفسية المهدئة و المطمئنة والهادفة لتهدئة النفس و البعد عن الانفعالات.
- 3- تعليم اللاعب الأساليب النفسية المحفزة و المنبهة والهادفة لتهدئة و اعداد اللاعب للاشتراك في المسابقات أو التدريبات.
- 4- الاعداد النفسي و المتزامن مع التدريب الرياضي بهدف الاتقان المهاري السريع.
- 5- الاعداد النفسي للاعب في المرحلة التحضيرية قبل المنافسات.
- 6- الاعداد النفسي و الهادف لتنمية الثقة بالنفس و الاصرار على تحقيق الهدف.
- 7- الاعداد النفسي قبل المنافسات, بقصد التعبئة و الاستعداد لبعض المواقف الجديدة,
- 8- الاعداد النفسي للاعب بقصد مساعدته في التغلب على بعض المواقف السلبية.

¹ أسامة كامل راتب, الأسس النفسية لبناء الهدف في البرنامج الرياضي، دار الفكر الرري ، القاهرة ، 1991, ص23.

9- الاعداد النفسي للاعب بقصد مساعدته على الاسترخاء و الهدوء عقب

المسابقات.¹

10- الاعداد النفسي للاعب بقصد المساعدة على تنمية و تطوير صفاته الشخص²

9- الاعداد النفسي لرفع درجة استعداد اللاعب للاشتراك في التدريب و المنافسات:

يعد أحد أنواع الإعداد النفسي القصير المدى و هو غالبا ما يبدأ قبل الاشتراك في

المباريات بفترة تتراوح ما بين يومين إلى 7 أيام و تعتبر من الفترات الحرجة مما

يستدعي أن يعطيها المدرب دورا بالغا من الأهمية.³

إتقان التدريبات النفسية بقصد الاسترخاء و الهدوء تسهل من معرفة و إتقان اللاعب

للتدريبات النفسية الهادفة لرفع درجة استعداده و تجهيزه المنافسة, حيث يقوم

الأخصائى النفسي بتدريب اللاعبين غالبا, مع التويه بضرورة أداء التدريبات في

فترة الصباح أو عند التجهيز و التحضير للاشتراك في التدريب أو المنافسات

الرياضية, بينما تؤدي في الفترة المسائية التدريبات النفسية الهادفة للاسترخاء و

¹ أسامة كامل راتب, الأسس النفسية لبناء الهدف في البرنامج الرياضي, دار الفكر الرري, القاهرة, 1991, ص23

² عزت محمود كاشف, الإعداد النفسي للرياضيين, دار الفكر العربي, القاهرة, 1991, ص 27

³ حسين السيد أبو عبود, الاتجاهات الحديثة في التخطيط و تدريب كرة القدم, مكتبة و مطبعة الإشعاع الفني, القاهرة, مصر, ط1

, 2001, 274.

التهديئة, هذا مع ملاحظة أن يكون وضع الجسم الذي يتخذه اللاعب للاستعداد أو الاسترخاء واحدا و هو اما الرقود على الظهر أو الجلوس على مقعد.¹

10- أنواع التحضير النفسي في رياضة كرة القدم:

10-1- التحضير النفسي العام:

ان التطور الدائم لجميع الجوانب المتعلقة بنفسية لاعبي كرة القدم و بالأخص (التوقع, التذكر, الانتباه, قوة الارادة, التصور), يجب أن تكون موضوعا أساسيا في عمل المدرب مع اللاعبين.

ولذلك ينظر للإعداد النفسي العام على أنه بمثابة القاعدة و الأساس للإعداد النفسي التخصصي الهادف لتحقيق الفوز في المباراة, من خلال تحييد و تحجيم الظواهر النفسية السلبية مثل (اللامبالاة, الاستثارة العنيفة و الزائدة, عدم الاستعداد للكفاح و الاشتراك في المباراة, القلق, انعدام الحوافز النشطة للفوز).

10-2- التحضير النفسي التخصصي:

على المدرب أن ينمي في لاعبيه السعي و الاصرار و ادراك المسؤولية أمام الفريق, فتجهيز أو اعداد الفريق للمباراة المقبلة يتم بمراعاة الخصائص الفردية لكل

¹ عزت محمود كاشف, الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي , القاهرة, 1991, ص 33.

لاعب, فمن الضروري الارتفاع بمستوى الاهتمام و الحماس لدى كل فرد, عن طريق تحديد الاهداف المطلوب تحقيقها بجذب انتباههم و استثارتهم نحوها.

1

و هناك الإعداد النفسي الخاص لمنافسة معينة و الإعداد النفسي الخاص للقيام بواجب محدد.²

11- واجبات المدرب في مجال الاعداد النفسي للرياضيين:

يجب أن يعرف المدرب أن هناك واجبات تعمل على زيادة إعداد اللاعب نفسيا لخوض غمار المنافسة و أن هناك مستوى أمثل من التعبئة النفسية للاعب.³

و يأتي دور المدرب في تهيئة اللاعب لإمكانية استيعاب أهداف المسابقة عن طريق تشكيل الدوافع المطلوب تنفيذها خلال تلك المسابقة بإثارة الجوانب العاطفية لدى اللاعب و بشكل مقنن, يستخدم المدرب قبل المسابقات وسائل تحقق له التأكد من فاعلية الأداء

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي, القاهرة, 1991, ص166 , 167 , 168.

² فيصل رشيد العياش الدلي , كرة القدم , المدرسة العليا لأساتذة ت ب ر, مستغانم , الجزائر , 1997, ص28.

³ حسين السيد أبو عبدو, الإتجاهات الحديثة في التخطيط و تدريب كرة القدم, مكتبة و مطبعة الإشعاع الفني, القاهرة, مصر , ط1, 2001, ص270.

النفسي, عن طريق اللجوء لاختبارات تربوية تجريبية و عملية, يمكن بواسطتها قياس منحى نمو درجة استعداد الفرد نفسيا للاشتراك في المسابقات.¹

12- البرمجة الصحيحة لعملية الإعداد النفسي:

هي مفردات ميدانية و شخصية و حقيقية لوضع الأسس العلمية التي يستند عليها الأخصائي النفسي في عمليات بناء اعداد الفريق الرياضي بشكل أو اعداد اللاعبين على انفراد ضمن التحفيز الشامل للإعداد النفسي, و هي ما يلي:

12-1- تعامل اللاعب مع نفسه:

- المشاكل العائلية.
- الظروف الاجتماعية.
- السمات الشخصية للاعب.
- مستوى القدرات العقلية و الانفعالية.
- مستوى القدرات البدنية و المهارية.²

12-2- تعامل اللاعب مع الاخرين:

- الكادر التدريبي.
- زملائه اللاعبين.
- حكام المباراة أثناء المنافسة.

¹ عزت محمود كاشف , الإعداد النفسي للرياضيين , دار الفكر العربي , القاهرة, 1991, ص 245.

² غازي صالح محمود , كرة القدم-المفاهيم و التدريب - الطبعة الأولى , 2011, ص 105,

- الحشود الجماهيرية في الملعب.
- الصحافة و التلفزيون.
- مع المسؤولين في الإدارة و النادي و المجتمع.
- 12-3- تعامل اللاعب مع المعوقات و المفاجئات:
- الأخطاء أثناء المنافسات و التدريب.
- الخصم أثناء التدريب.
- مركز اللاعب ومدى قناعة اللاعب.
- خطة الفريق و الواجبات المكلف بها.
- الحصول على اعتداء أو خشونة متعمدة أثناء التدريب أو المباريات.
- الإنذار من حكم المباراة و العقوبات الصارمة.
- التغيير المبكر من مدرب الفريق.
- ضياع فرصة سهلة أثناء المنافسات.
- ارتكاب أخطاء متعددة أثناء المباراة.
- حكم المباراة و قرارات خاطئة ضد اللاعب.
- أرضية الملعب.
- اللعب في ملاعب الخصم.
- الإصابة و التعامل مع إدارة شفاؤها.¹

الخاتمة:

في هذا الفصل وضح الطالب الباحث العناصر المهمة التي ترتبط التحضير النفسي، باعتبارها فرع من فروع هذا البحث و المتغير المستقل من متغيرات البحث، حيث ركز

¹ غازي صالح محمود، كرة القدم-المفاهيم و التدريب - الطبعة الأولى ، 2011، ص 106.

على التحضير النفسي المرتبط بكرة القدم باعتبارها محل الدراسة, فقد بدأ بمفهوم الاعداد النفسي و أهدافه لإعطاء نظرة شاملة عليه, ثم مكونات عملية الاعداد النفسي في كرة القدم و مبادئها و الفروق الفردية و خطوات الإعداد النفسي العام و الخاص, كل هذا من أجل معرفة كيفية تحضير لاعب كرة القدم تحضيرا نفسيا لمعرفة أثره على دافعية الإنجاز.

الفصل الثاني

دافعية الانجاز

دافعية الإنجاز

تمهيد

1-2- الدافع

2-2- تعريف الدافعية

3-2- تعريف دافعية الإنجاز

4-2- نظريات الدافعية

1-4-2- نظرية الحاجات - الدوافع

2-4-2- نظرية التحليل النفسي

3-4-2- نظرية الحافز - الباعث

5-2- تصنيف الدوافع

1-5-2- الدوافع الفسيولوجية

2-5-2- الدوافع السيكولوجية

6-2- مصادر الدافعية

7-2- قياس الدافعية

8-2- توجيهات تطبيقية للمدرب لتنمية الدافعية

الخاتمة

تمهيد.

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس, و أكثرها دلالة سواء على المستوى النظري أو التطبيقي.¹

وراء كل سلوك دافع, فلا نتخيل انسان بدون دوافع, فهي بالنسبة لسلوكياتنا المحرك الأساسي, من خلال الدوافع نستطيع أن نفسر سلوكيات بعضنا البعض كما نستطيع أن نعمل على تعديلها.²

ويمكن أن ندرّب الأفراد على تنمية دافعيّتهم للنجاح, و نساعدهم على معرفة نواحي قوته و نواحي ضعفه و حين ندرّبه على اختيار أهداف واقعية و نعلمه كيفية بلوغ التخطيط لبلوغ هذه الأهداف وتقويم عملهم.³

و نظرا لأهمية الدافعية ارتأيت أن أتكلّم عنها في فصل كامل, حيث تطرقت الى مفهوم الدافعية و أهميتها و وظائفها و نظرياتها, كما تطرقت الى أقسام الدافعية و تقنيات دراستها, وتكلّمت عن الدافعية و علاقتها بالرياضة.

¹ ثائر أحمد غباري , الدافعية النظرية و التطبيق, دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1, 2008 , ص 13

² محمد محمود بيني يونس , سيكولوجيا الدافعية و الانفعالات, دار المسيرة للنشر و التوزيع, الطبعة 2, 2009 , ص 13

³ مصطفى حسين باهي, أمينة إبراهيم شلي, الدافعية نظريات و تطبيقات, مركز الكتاب للنشر, 1997, ص6

1- الدافع:

الدافع هو استعداد شخصي ثابت نسبياً قد يكون له أساس فطري و لكنه ناتج عمليات التعلم المبكرة للاقتراب نحو المنبهات أو الابتعاد عنها¹

هو طاقة فسيولوجية و نفسية كامنة أو مستترة, تسبب حالة من التوتر, تعمل على استثارة السلوك, و توجيهه نحو تحقيق أهداف معينة, وينشأ نتيجة لشعور الانسان بهذه الحاجة و التي تدفعه لممارسة سلوك هادف لإعادته الى وضع الاتزان الداخلي.²

2 - تعريف الدافعية:

- تعرف الدافعية بأنها طاقة كامنة في الكائن الحي تعمل على استثارته ليسلك سلوكاً معيناً في العالم الخارجي, فهي حالة تغير ناشئة في نشاط الكائن الحي بالاستثارة بالسلوك الموجه نحو تحقيق الهدف.³

- هي عبارة عن القوى المحركة لسلوك و توجيهه نحو تحقيق غايات معينة, حيث تحافظ هذه القوة الذاتية على ديمومة السلوك و استمراريته مادامت الحاجة قائمة.⁴

¹ عبد اللطيف محمد خليفة , الدافعية للإنجاز , دار غريب للطباعة و النشر , القاهرة , 2000, ص 60 .

² محمد محمود بني يونس, سيكولوجيا الدافعية و الانفعالات , دار المسيرة للنشر و التوزيع, الطبعة 2, 2009, ص 15, 16

³ مصطفى حسين باهي , دأمنية إبراهيم شلي, الدافعية نظريات و تطبيقات, مركز الكتاب للنشر, 1997, ص 7, ص 8

⁴ محمد محمود بني يونس , سيكولوجيا الدافعية و الانفعالات, دار المسيرة للنشر و التوزيع, الطبعة 2, 2009 , ص 16

و حسب أليكسون هي مجرد الرغبة في النجاح و النشاط الذي يقوم به الفرد و يتوقع أن ينفذه بصورة جيدة.¹

و للدوافع ثلاث وظائف أساسية في السلوك, هي: تحريكه و تنشيطه, و توجيهه, و المحافظة على استدامته الى حين اشباع الحاجة.²

3- تعريف دافعية الإنجاز:

يرى هنري موراي أنها الرغبة الفرد في التغلب على العقبات و ممارسة القوى لأداء المهام الصعبة بشكل جيد و بسرعة.³

و يعرفها أسامة كامل راتب بأنها الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز المهام التي يكلف بها في التدريب أو المنافسة و المثابرة لمواجهة الفشل و الشعور بالفخر عند أداء واجباته.⁴

3 - نظريات الدافعية:

3 - 1 - نظريات الحاجات - الدوافع:

¹ مصطفى أحمد زكي , الرعاية الوالدية , دار النهضة العربية للنشر, القاهرة, 1974, ص144.

² نادر أحمد غباري , الدافعية النظرية و التطبيق , دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1 , 2008 , ص 16

³ أحمد عبد الخالق , الدوافع للإنجاز , الهيئة المصرية العامة للكتاب, القاهرة, 1991, ص34.

⁴ أسامة كامل راتب, علم النفس الرياضي مفاهيم و تطبيقات, دار الفكر العربي, ط4, القاهرة, 2007, ص106

- حسب موراي القوة الدافعة تنطلق أصلا مما لديه من حاجات و هي التي تجعل الفرد يبذل الجهد لإشباع حاجته¹

- و وضع ماسلو نظاما سباعيا للحاجات, و هذا النظام يتكون من:

الحاجات الفسيولوجية, الشعور بالأمان, الحب و الانتماء, تحقيق الذات, تقدير الذات, الفهم و المعرفة, الحاجات الجمالية.

أن الحاجة تولد الدافعية و تعطي لطاقتها سلوك عقلي. ²GGROS و يعتبر

3 - 2 - نظرية التحليل النفسي:

يشير هذا المفهوم الى ما يقوم به الجسم من أنشطة تعيده الى حالته الأولى في حالة الخلل, فمثلا حينما تختل درجة حرارة الجسم الطبيعية بالارتفاع لسبب ما فان ذلك يدفع الجسم الى أن يزيد من توارد الدم بالأوعية الدموية المنتشرة تحت الجلد فتزداد كمية العرق لتخفض من درجة حرارة الجسم. و اختلال حالة التوازن الأصلية يؤدي الى حالة من التوتر الغير مستحبة و يصبح التخفيف من هذا التوتر لاستعادة الحالة الأصلية من التوازن هو الدافع لقيام الفرد بأنواع السلوك المناسبة لتحقيق الهدف.

¹ محمد الظاهر الطيب, مبادئ الصحة النفسية, دار المعرفة الجامعية, الإسكندرية, 1994, ص203.

² Gerard GROS, l'entraînement de basket-ball, Paris, ed, vigor, 1985

و قد اعتمد نيكولز على افتراضات التوجه نحو القدرة و المهمة و تأكيد على مستوى نمو الطفل و تأكيد على مفهوم القدرة في نمو دافعية الكفاية.¹

3-3- نظرية الحافز - الباحث:

يعتبر كلارك هل من رواد هذه النظريات و التي تقوم على افتراض مؤداه أنه عندما تستثار الحالة الداخلية للحافز يصبح الفرد مدفوعا للقيام بالسلوك الذي يقود الى تحقيق الهدف الذي يعمل على تخفيض شدة الحافز.

و الحافز في نظره هو متغير وسيط بين المعانات التي تستشيرها الحاجة و السلوك الخافض أو المشبع للحاجة أو الاستجابة التي تحقق الهدف.

أما الحاجة فهي متغير مستقل التي تحد الحافز الى جانب بعض المتغيرات الأخرى.

حالة المثير الدافعي ← الحاجة ← الحافز ← السلوك ← اختزال الحاجة
(الجوع) (الطعام) (متغير وسيط) (الاستجابة) (الاشباع)

شكل رقم (1) يوضح العلاقة بين الحاجة و الحافز و السلوك²

¹ يحيى السعيد , أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه , عزو التفوق و الفشل الرياضي و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم , 2008-2009

² مصطفى حسين باهي , أمينة إبراهيم شلي, الدافعية نظريات و تطبيقات, مركز الكتاب للنشر, 1997, ص13,14,16,17,18,19

و يعتبر أتكسون أن الدافعية المستثارة هي السعي للإشباع و الدفاع, حيث تكتسب من الطفولة و تكون مستمرة و ثابتة نسبياً.¹

علاقة الدافعية بالسلوك:

استثارة الدافعية العامة مؤشر على وجود القلق المعرفي, و النتمك من الدافعية العامة مؤشر على وجود الثقة بالنفس.²

4- تصنيف الدوافع:

4-1- الدوافع الفسيولوجية:

هي الحالات الفسيولوجية الناتجة عن وجود حاجات جسمية لدى الكائن الحي تحدث تغييراً في توازنه العضوي و الكيميائي, فتنشأ حالة من التوتر تدفع الكائن الحي الى القيام ببعض الأنشطة لإشباع حاجاته و عودة الجسم الى حالته السابقة, و الدوافع الفسيولوجية هي: دافع الجوع, دافع العطش, دافع التنفس, دافع التعب, دافع الجنس

4-2- الدوافع السيكولوجية:

- حب الاستطلاع: يولد مع الفرد, يقوم الفرد دوماً بطرح أسئلة على الوالدين حول العالم المحيط به, زيادة على اكتساب الأطفال للخبرات و الرضا الداخلي يكتسبون أيضاً المهارات التي تسمح لهم بالمعالجة الفعالة للأشياء و زيادة الدافعية لديهم.

¹ إياد عبد الكريم العزاوي و مروان عبد المحيد ابراهيم , علم النفس الرياضي , الوراق للنشر و التوزيع, الأردن, 2005, ص138

² مجدى حسن يوسف , الإستراتيجية المعرفية و الدافعية للتصور العقلي للاعبين في المجال الرياضي, الطبعة الأولى, 1014, ص14

- دافع الكفاءة: استخدام الكائن الحي لجميع قدراته ووظائفه الإدراكية و الحركية بأفضل شكل ممكن, تدفعه الى تحقيق بعض أهدافه.¹

- دافع الانجاز: هو كفاح الفرد للمحافظة على مكانة عالية حسب قدراته في كل الأنشطة التي يمارسها, و التي يحقق بها معايير التفوق على أقرانه, و حيث يكون القيام بهذه الأنشطة مرتبطا بالنجاح أو الفشل.

- دافع الانتماء: كل نوع من أنواع الكائنات الحية يمثل لبعضه البعض منبهات خاصة فعالة, و يشعر أفرادها بالحاجة الى التقارب مع بعضهم في اطار جماعي مشترك.

- دافع التنافس و السيطرة: الرغبة لإثبات الذات من الدوافع الشائعة لدى الفرد, و التفوق على الزملاء و السيطرة عليهم و احتلال الصدارة و التنافس في سبيل الشهرة.

- دافع الاستقلال عن الآخرين: رغبة الشخص و حاجته للقيام بالمهام بنفسه, و يقود الشخص الى التعبير عن نوع من الدوافع المضادة للانتماء الى الجماعات.²

5- مصادر الدافعية:

- حب الاستطلاع: حيث يولد مع الفرد, و مع تقدم العمر يصبح سمة شخصية لدى الفرد, من خلال مواجهة التحديات الجديدة و العمل على إتقانها و يكتسب الأطفال الخبرات و الرضا الداخلي و المهارات التي تسمح لهم بالمعالجة الفاعلة للأشياء.

¹ نائر أحمد غباري , الدافعية النظرية و التطبيق , دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1, 2008 , ص 25-29

² نائر أحمد غباري , الدافعية النظرية و التطبيق, دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1, 2008 , ص 30 - 37

- التغذية الراجعة: المعلم يساعدهم بتقديم لهم التعزيز و التشجيع, لكي يكونوا أكثر حماسا و دافعية, و تقويم تقدمهم في التعلم, و تقدير كفايتهم و المحافظة على مستوى الجهد المبذول لتحقيق الأهداف و تصحيح أخطائهم ان وجدت, و قد تكون للتغذية الراجعة السلبية اثار محبطة تؤدي الى عدم الشعور بالمتعة أثناء أداء النشاطات, و التغذية الراجعة السلبية هي المعلومات التي تتبع الخطأ الذي يصدر عن المتعلم.

- الدافعية الخارجية: هي التي يكون مصدرها خارجيا كالمعلم أو الادارة أو الأولياء أو الأقران فقد يدفع المتعلم لإرضاء للمعلم أو الوالدين و كسب حبهم و تشجيعهم و تقديرهم لانجازاته أو الحصول على تشجيع مادي أو معنوي منهم.

- الدافعية الداخلية: فهي التي يكون مصدرها المتعلم نفسه, حيث يقدم على التعلم مدفوعا برغبة داخلية لإرضاء ذاته و سعيا للحصول على المتعة من جراء التعلم و كسب المعارف و المهارات التي يحبها و يميل اليها لما لها من أهمية بالنسبة له, و من المهم نقل دافعية التعلم من المستوى الخارجي الى المستوى الداخلي.¹

الدافع الداخلي تتبع من داخل الفرد و يحدث أثناء الأداء²

6- قياس الدافعية:

6-1- مقاييس مستوى النشاط العام (المقاييس الفسيولوجية):

¹ ثائر أحمد غباري , الدافعية النظرية و التطبيق, دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1 , 2008 , ص 43 , 44

² أسامة كامل راتب, دوافع التفوق في النشاط الرياضي, دار الفكر العربي, القاهرة, 1990, ص38.

و يفترض هنا أن الدوافع القوية تؤدي الى القلق التوتر أي انه كلما زاد إلهاح الدوافع زاد القلق و التوتر المرتبطان به, و هذه المقاييس تتجه الى مستوى الاستثارة اللئائية للكائن الحي, و ذلك من خلال مؤشرات سرعة التنفس و معدل ضربات القلب و النشاط الكهربائي للمخ و ضغط الدم.

6-2- المقاييس السيكولوجية الموضوعية:

- أسلوب التغلب على العقبات: يستخدم فيه جهاز العقبة, يتكون من حجرتين بينهما ممر, و تزود أرضيته بشبكة كهربائية أو مادة موصلة للحرارة, و يوضع الحيوان في حجرة و حاجته في الحجرة الأخرى, و تقاس شدة الدافع بقدر الألم الذي يتحمله لعبور الممر الساخن.

- أسلوب التفضيل: يقوم على أساس أن الكائن الحي يثار لديه أكثر من دافع في الوقت نفسه, و الدافع المفضل هو الأكثر الحاحا.

- أسلوب معدل أداء الأفعال المتعلمة: و يقوم على وجود علاقة ايجابية بين الاستجابة المتعلمة و درجة دافعية الكائن, و يركز على قياس قوة الاستجابة المتعلمة.

6-3- ملاحظة السلوك و دراسة الحالة:

و يلجأ هذا الأسلوب الى ملاحظة الطريقة التي يسلك بها الأشخاص في مواقف عديدة في حياتهم الفعلية, و كيفية مواجهتهم لمتطلبات حياتهم و أهم الدوافع التي تثير اهتمامهم و أهمية كل منها بالنسبة لهم.¹

6-4- مقاييس التقرير الذاتي:

فيها يطلب من الأشخاص الاجابة عن بعض الأسئلة التي يعكس بعضها الدافعية العامة للشخص, و البعض الاخر يركز على دوافع محددة, و هناك اختبارات شهيرة في هذا الميدان لقياس الدافعية العامة, نذكر منها ما يلي:

- اختبار الدافعية العامة من بطارية جيلفورد للشخصية.

- اختبار لين للدافعية.

- اختبار التفصيلات الشخصية لادواردز.

- اختبار الدافعية للانجاز.

- اختبار الدافعية للاستقلال.

- اختبار السيطرة.

6-5- المقاييس الاسقاطية:

¹ ثائر أحمد غباري , الدافعية النظرية و التطبيق, دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1 , 2008, ص 58 ، 59

يطلب من الشخص أن يستجيب لمنبه غامض, على أساس افتراض أن حاجات الشخص النفسية سوف تؤثر على الطريقة التي يدرك بها المثيرات الغامضة, وأنه سوف يسقط دوافعه على هذه المثيرات, و من أمثلة هذه المقاييس مايلي:

- اختبار الرورشاخ لبقع الحبر.

- اختبار تفهم الموضوع.¹

7- توجيهات تطبيقية للمدرب لتنمية الدافعية:

1 - أن يعرف المدرب أن الدافعية الداخلية هامة للرياضي لأنها تنطلق من رغبته في الشعور بالافتقار, و تأكيد الذات, و الاصرار على التفوق, و هذه الصفات عندما يحققها الرياضي من خلال الممارسة يشعر بالاستمتاع.²

2 - أن يعرف المدرب أن الرياضي المدفوع داخليا لشعوره بالكفاية يبحث عن التحدي لاختبار قدراته, و محاولة تحسينها, فيستمتع بالممارسة و يحرس على استمرارها.

3 - أن يتعرف المدرب على نوع ضبط الرياضي لسلوكه هل هو ضبط داخلي أم ضبط خارجي, لأن ذلك يساعده على استخدام الدعم الايجابي لسلوك الرياضي الذي يتبنى الضبط الداخلي لأنه يفسر انجازاته في حدود قدراته و مقدار الجهد الذي يبذله.

¹ ثائر أحمد غباري, الدافعية النظرية و التطبيق, دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1, 2008, ص 60-61
² صدقي نوردين محمد, علم النفس الرياضية (المفاهيم النظرية-التوجيه و الإرشاد- القياس), الطبعة الأولى, 2004, ص 159, 160.

4 - أن يعرف المدرب أن عليه المحافظة على استمتاع الرياضي بالممارسة الرياضية و استمرارها.

و حسب " جوزي هيبار" و روبرت واسيج" يجب طرح السؤال التالي: كيفية اثاره الدافع, تنشيطه و الحفاظ عليه على مستوى عال, حتى عندما تتحقق الأهداف الشخصية.¹

¹ José hubert et Robert waseige, Football et motivation , le mental de l'équipe ,1993, p9.

الخاتمة:

في هذا الفصل الثاني من الجانب النظري تطرق الطالب الباحث إلى الدافعية باعتبارها العنصر الأساسي في البحث محل الدراسة, و المتغير التابع في البحث, حيث تطرق إلى مفهوم الدافع و الدافعية و تعريفاتهما و نظريات الدافعية و تصنيف الدوافع و مصادرها, و لمعرفة مستوى الدافعية لدى لاعبي كرة القدم تطرق الطالب الباحث إلى توضيح كيفية قياس الدافعية, و في الختام تطرق إلى التوجيهات التطبيقية للمدرب في كيفية تنمية الدافعية لدى اللاعبين و تطويرها.

الفصل الثالث

كرة القدم

تمهيد

3-1- تعريف كرة القدم

3-2- كرة القدم كلعبة

3-3- تاريخ كرة القدم

3-4- تاريخ كرة القدم في الجزائر

3-5- الاتحاد الدولي لكرة القدم

3-6- تاريخ تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم

3-7- عناصر إعداد و بناء فريق كرة القدم

3-8- البعد الاقتصادي لكرة القدم

الخاتمة

تمهيد:

كرة القدم لعبة جماهيرية, تملك من الاهتمام و المتابعة ما يجعلها الرياضة الأكثر شعبية في العالم, و أصبح الفوز و الانتصار في مبارياتها تستجيب له قوى المجتمع السياسية و الاجتماعية و الاقتصادية, و لهذا فان الفرق المرشحة للاشتراك في دورات محلية أو قارية أو عالمية تكون محملة بالآمال و الدوافع و الخوف و الرغبة في الانتصار و غيرها من الانفعالات التي تشكل حالة نفسية مركبة ومعقدة و لكنها تتصف دائما بالتوتر الذي ينقلب أثناء المباريات الى مظاهر سلوكية أبسطها الخشونة ثم تتقلب في أحيانا أخرى إلى العنف و قد تصل الى العدوان.¹

في كرة القدم كما هو الحال في الأنشطة البدنية والرياضية الأخرى المرين و المدربين هدفهم الأساسي تطوير لاعبيهم من خلال الحصة التي تعزز نوعية التعلم الحقيقي.²

1- تعريف كرة القدم:

تلعب كرة القدم بين فريقين يتكون كل منهما من أحد عشر لاعبا و غرض كل فريق إحراز هدف في مرمى الفريق المضاد, و أن يمنع الفريق الآخر الاستحواذ على الكرة أو إحراز هدف, و يجوز الجري بالكرة و تمريرها بالقدمين و الرأس و أي جزء من الجسم

¹ محمود بسيوني , باسل فاضل , الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم , 1994 , 7-8.

² p8., Eric caballero, Football , entrainement pour tous, mai 2005.

باستثناء اليمين (لا تنطبق على حارس المرمى) و ذلك وفق الأحكام المنصوص عليها في القانون.¹

كرة القدم هو إسم يعطى لألعاب كرة قدم مختلفة, الأكثر شهرة بينها هي التي تعرف باسم سوكر (soccer), كلمة كرة القدم "فوتبول" قد طبقت على كرة القدم راجبي, كرة القدم الأمريكية, كرة القدم على طريقة القواعد الأسترالية, كرة القدم الكندية, و الكثير من أنواع كرة القدم.

عندما تم تأصيل كلمة "كرة القدم" قد اشارت إلى تشكيلة واسعة من الرياضات في أوروبا العصور الوسطى, و التي تعني التحكم بالكرة بواسطة القدم, تلك الرياضة التي يمارسها القرويون, على غرار الرياضة التي تمارس من قبل الأرستقراطيين على أمتة جيادهم, لذلك الاسم دائما يطبق على تشكيلة من الرياضات التي يمارسها الأشخاص بأقدامهم في التحكم بالكرة.²

جميع رياضات كرة القدم تتضمن نقاط أهداف, نقاط يتم تسجيلها بواسطة إيصال الكرة لمكان معين, الكثير من الألعاب العصرية جذورها كانت في إنجلترا ثم تفرعت شيئا فشيئا, و لكن الكثير من الناس حول العالم مارسوا الرياضات التي تتضمن ركل أو حمل الكرة منذ العصور القديمة.³

¹ أحمد الجماعيني , وائل عبد ربه , موسوعة كرة القدم, الطبعة الأولى, 2010, ص1

² رعد محمد عبد ربه , الرياضات الكروية , الجنادرية للنشر و التوزيع, الطبعة الأولى, 2010, ص129.

³ رعد محمد عبد ربه , كرة القدم رياضة الشعوب, الجنادرية للنشر و التوزيع , الطبعة الأولى , 2010, ص7.

2- كرة القدم كلعبة:

تؤكد الدراسات النفسية و السلوكية أن اللعب ظاهرة سلوكية تسود عالم الكائنات الحية لاسيما الإنسان, و أن اللعب لا يخص الطفولة فقط, بل و يلزم أيضا أشد الناس وقارا, و يكاد يكون موجودا في كل نشاط و فعالية, و ترى مدرسة التحليل الفرويدي أن اللعب تعبير رمزي عن رغبات محبطة أو متاعب لا شعورية, و بالتالي فهو يساعد على خفض مستوى التوتر و القلق, و كان أرسطو يرى أن وظيفة التمثيليات المحزنة هي مساعدة المشاهدين على تفريغ أحزانهم من خلال مشاهدة ما فيها من أحداث ووقائع.¹

و كرة القدم كلعبة تجمع ما بين الممارسة و ما تمثله من قيم التنافس و التضامن و الكفاءات الفردية و الجماعية, من جهة, و الفرجة بما تحققه من إثارة و تشويق في العرض, من جهة أخرى ساعد على إنتشار كرة القدم كونها لعبة سهلة يمكن ممارستها أينما كان و دونما حاجة إلى أية وسائل (إلا في المباريات الرسمية), يكفي فقط أن تعرف مع من أنت و ضد من فهي تلعب في الأزقة و على الشاطئ و في أشباه الملاعب المعشوشبة, أما وسيلة اللعب الأساسية التي هي الكرة, فيتم اللعب بما توفر مما هو مكور سهل التدحرج.²

3- تاريخ كرة القدم:

¹ عبد السلام محمد الشناق , رياضة الألعاب الجماعية, مكتبة المجمع العربي للنشر و التوزيع , الطبعة الأولى , 2012 , ص 33.

² رعد محمد عبد ربه , كرة القدم رياضة الشعوب, الطبعة الأولى , الجنادرية للنشر و التوزيع , 2010, ص7.

لا أحد بالضبط يستطيع أن يحدد متى و كيف بدأت و لكن معظم المؤرخين يقولون أن تاريخها يزيد من 2500 سنة ق م.¹

كانت تلعب بأكثر من 50 ممرسا في نفس الوقت و كان العنف مسموح به خلال ممارستها.²

مرت لعبة كرة القدم بتطورات عديدة بتطورات عديدة منذ القدم الى أن استطعنا أن نراها في هذه الصورة الحديثة, و إذا رجعنا إلا تاريخها وجدنا أنها في بدايتها كانت تتسم بالارتجال و لا تقوم على أسس من الفن أو الدراسة أو التهذيب مثلها في ذلك مثل أي لعبة رياضية.³

تعد لعبة كرة القدم الأكثر الألعاب شعبية في أغلب دول العالم, و يرجع تاريخها الى ما قبل الميلاد, فقد بدأ لعبها في الصيف عام 2500 قبل الميلاد, و كانت تعرف باسم (تسو تشو).⁴

و سماها الإنجليز (Soccer) نسبة إلى تشارلز وريفورد براون الذي أصبح لاحقا نائبا رئيسا للاتحاد الإنجليزي.⁴

¹ رعد محمد عبد ربه , الرياضات الكروية , الجنادرية للنشر و التوزيع, الطبعة الأولى, 2010, ص129.

² مفتي إبراهيم , المرجع الشامل في كرة القدم, دار الكتاب الحديث, ط1, 2010, ص14.

³ مختار سالم , كرة القدم لعبة الملايين, الطبعة الثانية, مكتبة المعارف , بيروت لبنان, ص11.

⁴ عادل خير الله, كرة القدم – الرياضة خطوة خطوة – دار المؤلف , الطبعة الأولى , 2006 , ص9.

تطور تنظيمها في عام 500 قبل الميلاد على أساس طريقة حربية من الهجوم و الدفاع, و بغرض التدريب على خطط المعارك الحربية, كما مارس اليونانيون لعبة شبيهة بكرة القدم, و كانت مبارياتها تقام في الأعياد و المناسبات, ثم انتشرت في أوروبا عامة و إنجلترا خاصة, و قد منعها إدوارد الثاني 1214م من شوارع لندن.

تميزت اللعبة في القرن التاسع بالخشونة مما قلل رغبة الناس فيه, و كانت مبارياتها تبدأ من منتصف النهار حتى المساء, و ميدانها سوق المدينة, و اللعب يستمر على إمتداد 4,824 كم و عدد لاعبيها يصل إلى 200 لاعب.

غلب على اللعبة في نهاية القرن التاسع عشر الطابع المهاري و الخططي, مما غير نظرة الناس إليها, فوضعت القواعد و الضوابط و التعليمات و القوانين عام 1862م.

دخلت ضمن برنامج الألعاب الأولمبية في الدورة الثانية التي أقيمت في باريس عام 1900م, و فازت بريطانيا في هذه الدورة بعد فوزها على فرنسا في المباراة النهائية بواقع 4/صفر.

تأسس الإتحاد الدولي لكرة القدم(فيفا) عام 1904م, و كان عدد الدول المؤسسة 7 دول و هي: فرنسا- إسبانيا- بلجيكا- السويد- سويسرا- هولندا- دانمارك, و أنتخب روبير

جيران من فرنسا رئيسا للإتحاد الدولي و التي أصبحت تضم تحت لواءها 181 دولة و بعد عام انضمت كل من ألمانيا- النمسا- إيطاليا- المجر- و إنجلترا.¹

عام 1905 بدأت المعارضة لتنظيم بطولة لكأس العالم و التي اعتبرت أن الألعاب الأولمبية تكفي ثم قاموا بإقامة بطولة سنوية للأندية الأبطال.

و في عام 1914 صدر قرار باعتبار مسابقة كرة القدم الأولمبية بطولة عالمية للهواة مع أن قانون الاحتراف قد صدر عام 1985 و بدأوا بمطالبة تنفيذ المادة التاسعة من دستور الإتحاد الدولي لكرة القدم وهو تنظيم بطولة عالمية لكرة القدم للمنتخبات.

في عام 1920 تولى المحامي الفرنسي جول ريميه رئاسة الإتحاد الدولي وطرح إعادة إحياء فكرة إقامة بطولة بكأس العالم في اجتماع الإتحاد الدولي في باريس و حظيت هذه الفكرة بالموافقة المبدئية.

و في عام 1926 ظهر فرنسي آخر هو هنري ديلاوني الذي شجع إقامة هذه البطولة حيث اعتبر أن البطولة الأولمبية و في ظل انتشار الاحتراف لم تعد قادرة على فرز الفريق الأفضل.

في عام 1928 و على هامش دورة امستردام الأولمبية عقدت الفيفا اجتماع و أقرت الشكل النهائي لكأس العالم حيث ستقام كل أربع سنوات مرة و ستقام أول مرة عام 1930 و تقرر عقد اجتماع في العام القادم لتحديد الدولة المستضيفة.

¹ سالم محمود مجفف , موسوعة الألعاب الجماعية, دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع , 2006 , ص 7

و في عام 1929 عقد الإتحاد الدولي لكرة القدم اجتماعا في برشلونة لبحث مكان إقامة البطولة و تقدمت 6 دول لاستضافها وهي: إسبانيا- إيطاليا- هولندا- المجر- السويد- الأورغواي, وقررت الفيفا منح شرف تنظيم البطولة للأورغواي.¹

4- تاريخ كرة القدم في الجزائر:

أسس الإتحاد الجزائري في عام 1962 و أنضم إلى الإتحاد الدولي "الفيفا" عام 1963, بدء الدوري الجزائري عام 1962 و كأس الجزائر عام 1963, أكبر ملعب هو الملعب الأولمبي الجزائري و يسع 80 ألف متفرج, و أشهر الأندية هي مولودية الجزائر و مولودية وهران و وفاق سطيف و الكرونيك تيزي وزو و شباب بلكور.

5- الاتحاد الدولي لكرة القدم:

هي الهيئة المنظمة للعبة كرة القدم في العالم, و مقرها زيورخ من سويسرا.

6- تاريخ تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم:

اجتمع في العام 1836م 11 مندوبا من الأندية و الجمعيات الإنجليزية في لندن للبحث في كيفية وضع قوانين خاصة باللعبة و بهدف إنشاء أول إتحاد رسمي لكرة القدم.²

فقبل ذلك الوقت كانت المئات من المدارس و الأندية تمارس كرة القدم بقوانين خاصة بها, فقسم منها سمح للاعب باستعمال يديه و كتفيه أثناء اللعب (مشابهة للركبي) فيما مانع

¹ سالم محمود مجفف , موسوعة الألعاب الجماعية, دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع , 2006 , ص 8 .

² رعد محمد عبد ربه , الرياضات الكروية , الجنادرية للنشر و التوزيع, الطبعة الأولى, 2010, ص132.

القسم الآخر استعمال اليدين, و على رغم هذه الخلافات إتفق الإتحاد الجديد على تحديد أصول اللعبة ووضع قانون موحد لها, فخلال عقد من الزمان تم إنشاء الإتحاد الويلزي و تبعه الأسكوتلندي و ثم الأيرلندي, و في عام 1882 أسست الاتحادات الأربعة مجتمعة الإتحاد الدولي لكرة القدم, الذي حاول تنظيم لعبة كرة القدم في أنحاء العالم.

مع نهاية القرن التاسع عشر انتشرت لعبة كرة القدم في مختلف أنحاء العالم, حيث تم نشرها من قبل البحارة و التجار البريطانيين, و من مختلف المسافرين الأوروبيين, فمن أستراليا إلى البرازيل, و من المجر إلى روسيا أنشئت الاتحادات و الأندية و المسابقات, و أدى ذلك النمو الشامل الى تكوين الإتحاد الدولي لكرة القدم (الفيفا) في باريس يوم 21 مايو 1904, بعدما تم إنهاء دور الإتحاد السابق من قبل فرنسا و بمشاركة ست دول أوروبية, و أصبحت كرة القدم لعبة عالمية, و الاسم الفرنسي لا يزال يستخدم حتى يومنا هذا حتى خارج نطاق الدول الناطقة باللغة الفرنسية, كان أول رئيس للإتحاد الفرنسي روبرت غيرين.¹

7- عناصر إعداد و بناء فريق كرة القدم:

إن إعداد فريق كرة القدم يتطلب جهدا كبيرا, و تخطيط علمي سليم و إمكانيات مناسبة حتى يمكن أن يظهر الفريق بصورة مرضية و مشرفة في المباريات الرسمية التي هي تكون في مجملها نظام المسابقة التي يلعب فيها, و عناصر إعداد و بناء فريق كرة القدم

¹ رعد محمد عبد ربه, كرة القدم رياضة الشعوب, الجنادرية للنشر و التوزيع, الطبعة الأولى, 2010, ص11, 12.

كثيرة و متعددة فمنها الإداري و فني و ما يتعلق بالجوانب الطبية و النفسية و الاجتماعية, وكل هذه العناصر تتداخل و تتفاعل و تؤثر كل منها في الأخرى و في بناء الفريق.

فالمسؤول الإداري يمهد الطريق لإزالة جميع المعوقات, يمهد و يعد جميع الترتيبات, إعداد و تمهيد كل ما يتعلق بتوفير الإمكانيات المادية و الأدوات اللازمة للتدريب و إعاشة الفريق في النادي أو في المباريات الخارجية وانتقالاته, و التعامل مع مندوبي اتحاد اللعبة.

كما يمثل القائم بالعمل الإداري أو الجهاز الإداري ذاته همزة وصل بين مجلس إدارة النادي و مدرب الفريق أو المسؤول الفني و هناك العديد من الأعمال التي توكل عليه من أعمال إدارية أخرى متعددة.¹

و يكون العاملون في الجانب الإداري الشق الإداري من جهاز الفريق ويكون على الإداري الاحتفاظ بسجلات كاملة لجميع الجوانب الإدارية.

أما المسؤول الفني (مدرب الفريق) هو المسؤول عن إعداد الفريق فنيا, و قد يساعده في ذلك واحد أو أكثر من المدربين في حالة توافر الإمكانيات و ضخامة مسؤولية الفريق كأن يكون الفريق يمثل المنتخب القومي بجميع مستوياته أو الفريق الأول بأندية الدرجة الممتازة أو الثانية أو الفرق ذات الإمكانيات الجيدة في فرق الناشئين, و قد يستعين المدير الفني بمدرب حراس المرمى في المستويات السابقة جميعها.

¹ محمد عبده صالح الوحشي, إبراهيم محمد, أساسيات كرة القدم, دار عالم المعرفة, 1994, ص19

و يقع على عاتق المدرب و من يساعده في الجوانب الفنية مسئولية:

- الإعداد المهاري, الركيزة الثابتة و المكملة لكل الجوانب العلمية و الرياضية لصناعة اللاعب.

- الإعداد البدني, من أجل تحسين و تطوير القدرات البدنية المختلفة للاعب بالإضافة العمل على رفع المستوى الوظيفي.¹

- الإعداد الخططي, معرفة جميع أنواع الخطط و خطوات تعليمها و واجبات مراكز اللعب تفصيليا و طرق اللعب و تطويرها و الأسباب التي أدت إلى التوصل إلى كل منها, أن يكون لدى المدرب الخبرة الكافية المناسبة في اللعب و أن يدرس العلوم الأساسية التي لها صلة بإعداد الفريق, و ملما بأسس التخطيط للبرامج التدريبية و التعمق في مفهوم و مضمون حمل التدريب و درجاته و دوراته.

- الإعداد النفسي في حالة عدم وجود أخصائي نفسي, و الجوانب النفسية تعتبر مؤثرة بصورة مباشرة في أداء اللاعب و الفريق, فالمدرب يستطيع بدراسة دوافع اللاعبين أن يستغلها لصالح الأداء و الفريق.

- الإعداد الذهني هام و ضروري للوصول إلى أفضل إنتاجية لأداء اللاعبين, حيث يعمل على تحسين تركيز الانتباه و التفكير و سلامة الاستنتاج.²

¹ محمد عبده صالح الوحشي , إبراهيم محمد , أساسيات كرة القدم , دار عالم المعرفة, 1994, ص20

² محمد عبده صالح الوحشي , إبراهيم محمد , أساسيات كرة القدم, دار عالم المعرفة, 1994, ص19, 20

8- البعد الاقتصادي لكرة القدم:

ارتبط ظهور كرة القدم الحديثة كلعبة شعبية في إنجلترا بالثورة الصناعية، حيث أصبحت من العلامات التي ترمز إلى العمال، و قد استثمرت عدة مؤسسات صناعية و تجارية كبرى في هذه اللعبة لتستفيد صورتها من القيم التي تمثلها كرة القدم (الحيوية، التحمل، النهوض، التفوق، ...)، كما وظفتها كعنصر للسلم الاجتماعي و الاندماج. وانتقلت الكرة على مر السنين من مجرد لعبة محبوبة ورياضة شعبية إلى نشاط اقتصادي بكل معنى الكلمة، و قد ساهم في هذا التحول أنظمة الاحتراف و الاحتضان، و تسويق المباريات، و تحول الأندية من جمعيات إلى شركات بدأت تقتحم بورصات القيم، و لم تعد المناسبات الكروية الكبرى كنهائيات كأس العالم مجرد مناسبات لتسويق المنتجات فحسب، بل وأصبحت كذلك فرصا لاقتحام أسواق جديدة، واستطاعت "الفيفا" أن تضم تحت لوائها 204 عضوا، أي أكثر من عدد أعضاء منظمة الأمم المتحدة.¹

¹ رعد محمد عبد ربه، كرة القدم رياضة الشعوب، الجنادرية للنشر و التوزيع، الطبعة الأولى، 2010، ص 10.

الخاتمة:

في هذا الفصل الثالث من الجانب النظري تطرق الطالب الباحث إلى لعبة كرة القدم باعتبارها اللعبة المراد تطبيق الدراسة عليها, و أجرى الاختبار على مجموعة من لاعبي كرة القدم, حيث تطرق الطالب الباحث إلى تعريف كرة القدم بصفة عامة و مفهومها كلعبة و تطرق كذلك إلى لمحة تاريخية للعبة على المستوى الدولي عامة و تاريخها في الجزائر خاصة مع ذكر المنظمة المشرفة على اللعب (الإتحاد الدولي لكرة القدم), ثم تطرق إلى عناصر إعداد و بناء فريق كرة القدم و البعد الاقتصادي للعبة.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

- 1- منهج الدراسة
- 2- مجتمع البحث
- 3- عينة البحث
- 4- متغيرات البحث
- 5- مجالات البحث
- 6- أدوات الدراسة
- 7- الدراسة الإستطلاعية
- 8- الأسس العلمية للمقياس
- 9- الأدوات الإحصائية المستعملة

تمهيد:

بعد الانتهاء من الجانب النظري تطرقت إلى الجانب التطبيقي الذي يعتبر ذا أهمية كبيرة و هو لب الموضوع بما يحتويه من خطوات منهجية و مراحل مهمة, من خلال تضمنه عملية التجريب و اعتماده على الميدان لإظهار حقيقة المعلومة المراد اكتشافها و التأكد من صحة الفرضيات المقدمة في الجانب النظري عبر دراسة ميدانية تكون أكثر دقة و أكثر منهجية

إن البحوث الرياضية العلمية مهما اختلفت أنواعها و اتجاهاتها فإنها تحتاج إلى منهجية علمية للتوصل إلى النتائج و البحث قصد الدراسة.

1 - منهج البحث:

اعتمد الطالب الباحث على المنهج الوصفي بأسلوب المسح الذي يقوم على تجميع كل المعلومات الخاصة بهذا الموضوع بغرض وصفها و تفسيرها و وصف العلاقة الموجودة بين المتغيرين.

2 - مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من لاعبي كرة القدم فئة أكابر بفريقي الترجي و الوداد لولاية مستغانم.

3 - عينة البحث:

اعتمدت في اختيار العينة على الطريقة العمدية, حيث بلغت نسبة العينة 75 %, 55 لاعبا, 20 لاعبا من الترجي مستغانم و 20 لاعبا من و داد مستغانم, 15 لاعبا من فريق سيدي لخضر للدراسة الإستطلاعية.

4 - متغيرات البحث:

البحث يتكون من متغيرين هما: الإعداد النفسي و دافعية الإنجاز.

- المتغير المستقل: هو الإعداد النفسي.

- المتغير التابع: هو دافعية الإنجاز.

5- مجالات البحث:

-المجال البشري:

اعتمدت في هذه الدراسة على عينة البحث عددها 40 لاعب كرة القدم موزعين على فريقين, كل فريق يتكون من 20 لاعب, و 15 لاعبا آخرين في إطار الدراسة الاستطلاعية لدراسة صدق و ثبات المقياس.

-المجال المكاني:

لقد أجريت الدراسة الميدانية في مدينة مستغانم على فريقين لكرة القدم, فريق ترجي مستغانم أكابر الذي يلعب في القسم الوطني الثاني المحترف, و فريق وداد مستغانم الذي يلعب على مستوى القسم ما بين الرابطات, و فريق سيدي لخضر الذي يلعب في المستوى الجهوي الثاني.

-المجال الزماني:

بالنسبة للدراسة الاستطلاعية تم توزيع المقياس يوم 10 جانفي و بعد 15 يوما قمت بتوزيع نفس المقياس على نفس اللاعبين و بالنسبة للدراسة التطبيقية تم اختيار العينة في بداية شهر فيفري و تم العمل على توزيع المقياس و جمعه في الفترة الممتدة ما بين 15 فيفري إلى غاية 15 مارس.

6 - أدوات البحث:

6 - 1 - الببليوغرافيا:

تستند إلى قراءة المصادر و المراجع, من أجل تلخيص المعلومات المفيدة للبحث, و تحليل البيانات و استخلاص منها النتائج, فقد اعتمدت في هذه الدراسة على المراجع باللغة العربية و بعض المراجع باللغة الأجنبية.

6 - 2 - استبيان الإعداد النفسي:

هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة معدة إعدادا جيدا استخدمت من أجل جمع المعلومات و البيانات من اللاعبين بهدف خدمة موضوع البحث بصدد الدراسة, فقد احتوى هذا الاستبيان على ثلاث محاور.

-أثر قرارات المدرب على الحالة النفسية و على دافعية الإنجاز

-العلاقة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية.

-كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة بنجاح عملية التدريب.

و قبل توزيع هذا الاستبيان قمت بعرضه على مجموعة من أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم, و كلهم أهل الإختصاص, من أجل تحكيمه و قد أجريت تعديلات على بعض الأسئلة , و تمت الموافقة عليه من طرف الأساتذة المحكمين المذكورة أسمائهم في القائمة الملحقة في آخر صفحات البحث, و كانت النسب كالأتي:

النسب المئوية	المحاور
100%	أثر قرارات المدرب على دافعية الإنجاز
100%	العلاقة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية
100%	كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة بنجاح عملية التدريب

الجدول رقم(1) يبين النسب المئوية لموافقة الأساتذة المحكمين لمحاور استمارة التحضير

النفسي

هو مقياس من تصميم "WILLIS, ولس" مقياس نوعي يتكون من 20 عبارة تقيس دافعية الإنجاز في المجال الرياضي و لمعرفة نفسية الرياضي و سلوكه قبل و أثناء و بعد المنافسة, قام باقتباسه و تعريبه "محمد حسن علاوي" و قام بتطبيقه في البيئة المصرية على مجموعة من اللاعبين الرياضيين, و تضمن بعدين أساسيين هما: دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل, و يجيب اللاعب على الأسئلة وفق 5 درجات (بدرجة كبيرة جدا, بدرجة كبيرة, بدرجة متوسطة, بدرجة قليلة, بدرجة قليلة جدا).

و لدراسة صدق و ثبات المقياس قمت بتوزيعه على لاعبي فريق سيدي لخضر و عددهم 15 لاعبا, و بعد أسبوعين قمت بتوزيع نفس المقياس على نفس اللاعبين في نفس الظروف و نفس التوقيت.

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

الجدول رقم (2) يبين أرقام عبارات بعدي مقياس دافعية الإنجاز

و يتم تصحيح عبارات المقياس كالآتي:

الإجابات / الأبعاد	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة جدا	درجة قليلة
العبارات الايجابية	5 درجات	4 درجات	3 درجات	2 درجة	1 درجة
العبارات السلبية	1 درجة	2 درجة	3 درجات	4 درجات	5 درجات

الجدول رقم (3) يبين كيفية تصحيح عبارات المقياس حسب بعد دافع النجاح و
دافع تجنب الفشل

7 - الدراسة الاستطلاعية:

من أجل إعطاء مصداقية للبحث و ضمان السير الحسن قمت بإجراء دراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراء البحث و التأكد من صلاحية الأداة المستخدمة و الصعوبات التي قد نواجهها و قد قمت من خلالها زيارة فريق سيدي لخضر من مدينة مستغانم الذي يلعب في القسم الجهوي الثاني و وزعت الاستمارات على اللاعبين و كان عددهم 15 لاعبا و قاموا بالإجابة على أسئلة الاستمارات, وبعد مدة 15 عشر يوما قمت بنفس العملية مع نفس الفريق, و ذلك لدراسة ثبات المقياس فقد اعتمدت على حساب معامل "بيرسون", و لصدق المقياس اعتمدت على حساب معامل الجذر التربيعي لمعامل الثبات

8 - الأسس العلمية للمقياس:

8 - 1 - ثبات المقياس:

قام الطالب الباحث بتوزيع المقياس على 15 لاعبا من فريق سيدي لخضر و بعد 15 يوما قام بتوزيع نفس المقياس على نفس اللاعبين و في نفس الظروف.

و لقياس صلاحية المقياس قام بالمعالجة الإحصائية من خلال الإجابات و بعد حساب معامل الارتباط بيرسون (ر) وجد قيمته 0.58 و التي تبين أن للمقياس درجة عالية من الثبات.

8 - 2 - صدق المقياس:

للتأكد من صدق المقياس استخدمت معامل الصدق الذاتي باعتباره أصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية, والذي يقاس بالجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس ($0.76 = \sqrt{0.58}$).

9- الأدوات الإحصائية المستعملة:

- الوسيط.
- النسبة المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الإنحراف المعياري.
- معامل الارتباط بيرسون (ر).
- الصدق الذاتي.
- درجة الحرية.

الخاتمة:

بعد دراستنا لهذا الفصل الأول من الجانب التطبيقي الذي يعد مدخل إلى الميدانية اتضحت لي الرؤية للبدء في تحليل و مناقشة الأسئلة التي تتضمنها كلا من الإستمارة و المقياس, حيث تطرقنا في موضوع بحثنا إلى الدراسة الاستطلاعية و إلى منهج البحث و تحديد متغيرات البحث و تصميم حجم العينة و مجتمع البحث و كذلك مجالات البحث (البشري و المكاني و الزماني) و الأدوات المستخدمة في البحث مع شرح كل أداة و في الأخير الأسس العلمية للمقياس مع حساب معامل صدق المقياس و ثباته.

الفصل الثاني

عرض و تحليل ومناقشة نتائج البحث

عرض و تحليل و مناقشة نتائج البحث

تمهيد

1- عرض و تحليل نتائج الاستبيان

2- عرض و تحليل نتائج المقياس

3- الإستنتاجات

4- مناقشة فرضيات البحث

5- الاقتراحات و التوصيات

الخلاصة

تمهيد:

بعد الانتهاء من الفصل الأول الذي يعد مدخل للفصل الثاني و تهيئة الأرضية لعرض و تحليل نتائج إجابات الاستمارة و الاختبار و إعطائها المصادقية نظرا للمنهجية التي ارتكزت عليها يحاول الطالب الباحث بتحليل و شرح كل سؤال على حدة. يعتبر الفصل الثاني من الدراسة التطبيقية اللب و الجزء الأساسي من البحث بصفة عامة و الدراسة التطبيقية بصفة خاصة نظرا لما يحتويه من تحليل العبارات و استخراج النسب باستعمال العمليات الحسابية.

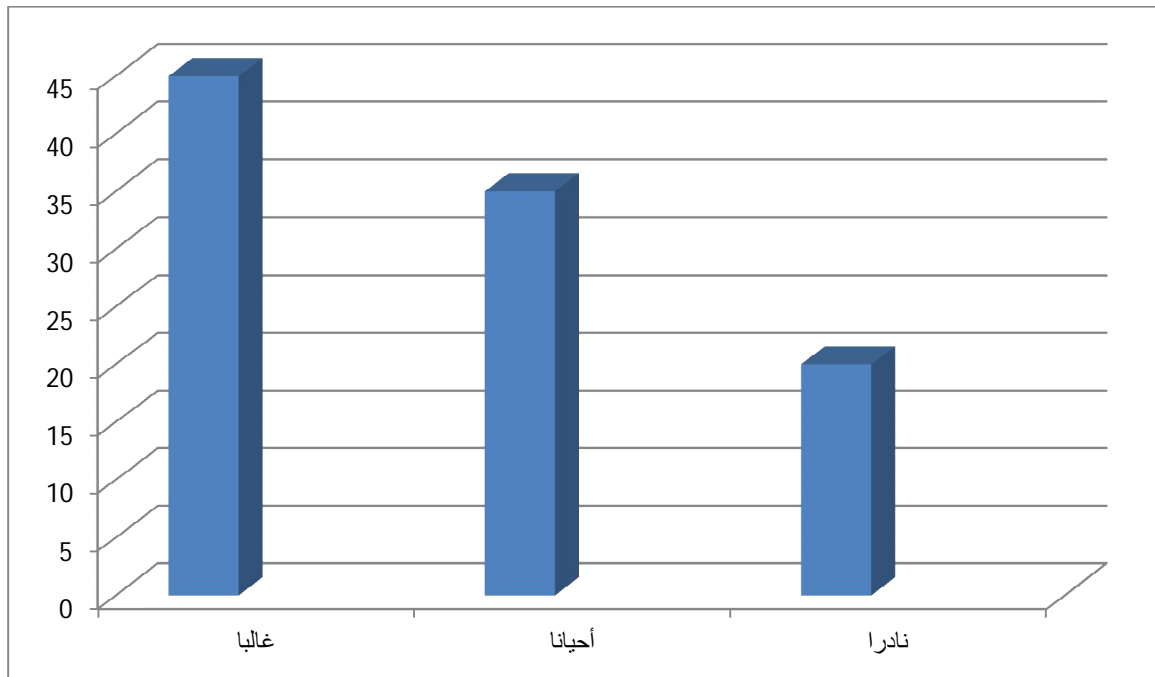
1- عرض و تحليل نتائج الاستبيان:

المحور الأول : أثر قرارات المدرب على الحالة النفسية و على دافعية الإنجاز.

العبرة الأولى: هل ينتابك الخوف من ارضاء المدرب أثناء المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	18	%45	3.79	5,99	2	0.05	غير دال
أحيانا	14	%35					
نادرا	8	%20					

الجدول رقم (4) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الأولى



الشكل البياني رقم (2) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (1)

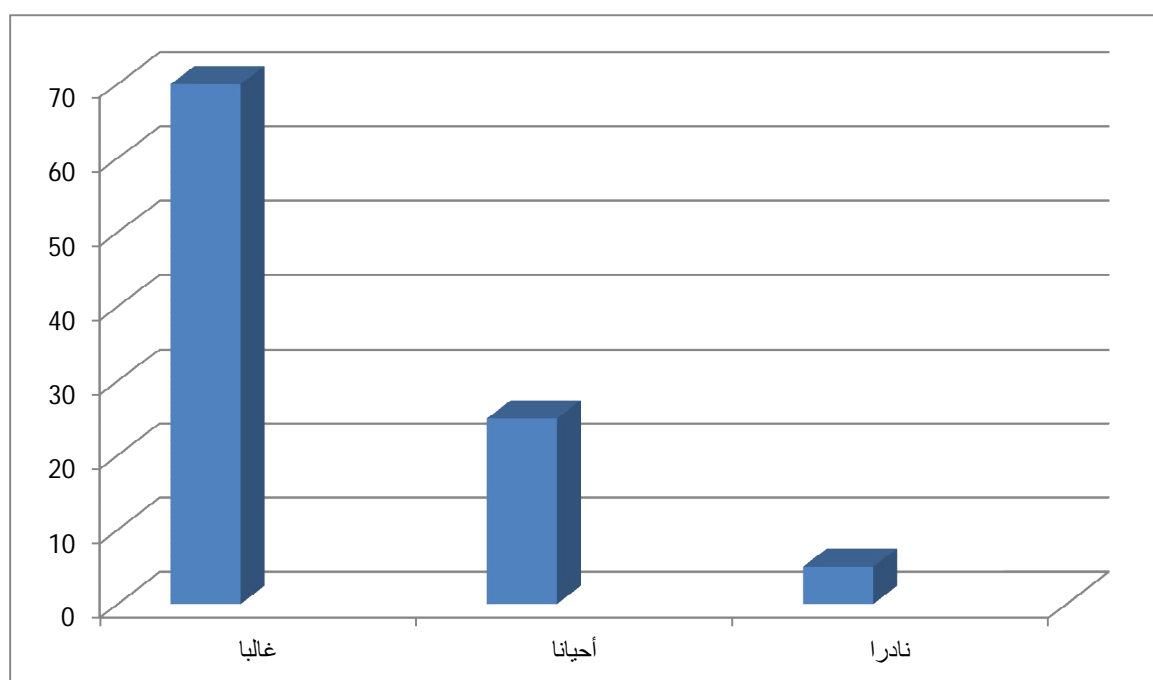
من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه و الذي يتمحور حول تأثير الإعداد النفسي على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين و من خلال الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابة العبارة الأولى لهذا المحور و التي نصها " هل ينتابك الخوف من ارضاء المدرب أثناء المنافسة", و بعد توزيع الاستمارات على اللاعبين (فريق ترجي مستغانم و فريق وداد مستغانم) و الذي كان عددهم 40 لاعبا, كانت أكبر نسبة و التي بلغت 45% بمعدل 18 لاعبا أجابوا غالبا, و 14 لاعبا أجابوا أحيانا بنسبة 35 % و 8 لاعبين أجابوا بنادرا بنسبة 20%, و لدلالة الفروق بين الإجابات استخدم الطالب الباحث اختبار حسن المطابقة (χ^2) , بحيث بلغت χ^2 المحسوبة 3,79 و هي أقل من χ^2 الجدولية و التي بلغت 5,99 و درجة الحرية 2 عند مستوى الدلالة 0,05, و منه يستطيع الطالب الباحث أن يقول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه العبارة الأولى.

عدم وجود دلالة إحصائية في هذه العبارة معناها أن اللاعبين لا ينتابهم الخوف من ارضاء المدرب أثناء المنافسة.

العبارة الثانية: هل يهتم المدرب بحالتك النفسية

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	28	70	26.60	5,99	2	0.05	دال
أحيانا	10	25					
نادرا	2	5					

الجدول رقم (5) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثانية



الشكل البياني رقم (3) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (2)

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه و الذي يتمحور حول تأثير الإعداد النفسي على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين و من خلال الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابة العبارة الثانية لهذا المحور و التي نصها " هل يهتم المدرب بحالتك النفسية " و بعد توزيع الإستمارات على اللاعبين (فريق ترجي مستغانم و فريق و داد مستغانم) و الذي كان عددهم 40 لاعبا، كانت أكبر نسبة و التي بلغت 70% بمعدل 28 لاعبا أجابوا غالبا، و 10 لاعبا أجابوا أحيانا بنسبة 25% و 2 لاعبين أجابوا نادرا بنسبة 5%، و لدلالة الفروق بين الإجابات استخدم الطالب الباحث اختبار حسن المطابقة (كا²)، بحيث بلغت كا² المحسوبة 26.60 و هي أكبر من كا² الجدولية و التي بلغت 5,99 و درجة

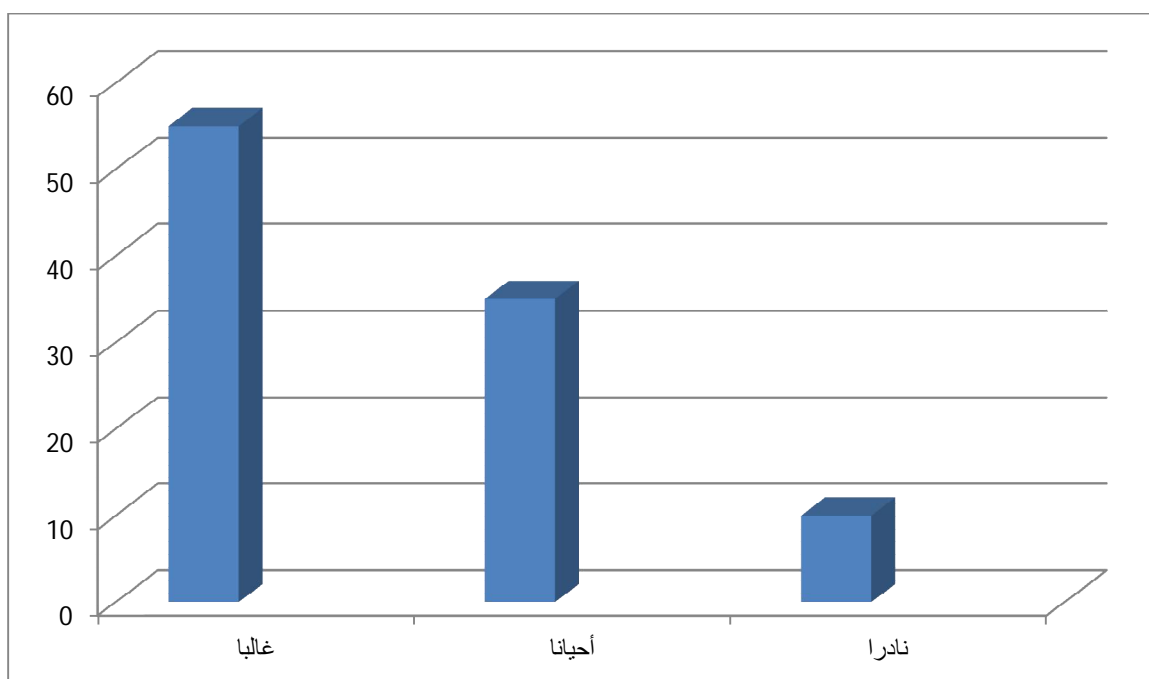
الحرية 2 عند مستوى الدلالة 0.05, و منه يستطيع الطالب الباحث أن يقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه العبارة الثانية.

وجود دلالة إحصائية في هذه العبارة معناها أن المدرب يهتم بالحالة النفسية للاعبين.

العبارة الثالثة: هل يظهر المدرب بحالة نفسية جيدة أثناء المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالباً	22	55					
أحياناً	14	35	12.20	5.99	2	0.05	دال
نادراً	4	10					

الجدول رقم (6) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثالثة



الشكل البياني رقم (4) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (3)

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه و الذي يتمحور حول تأثير الإعداد النفسي على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين و من خلال الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابة العبارة الثانية لهذا المحور و التي نصها " هل يظهر المدرب بحالة نفسية جيدة

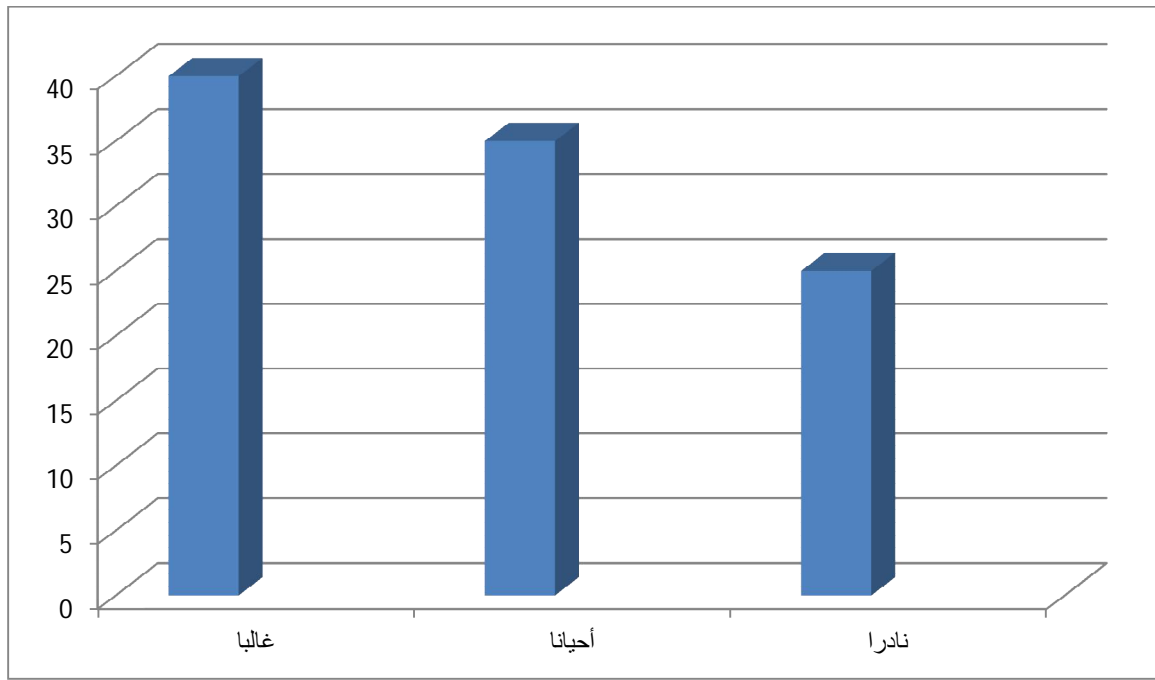
أثناء المنافسة"، و بعد توزيع الإستمارات على اللاعبين (فريق ترجي مستغانم و فريق و داد مستغانم) و الذي كان عددهم 40 لاعبا، كانت أكبر نسبة و التي بلغت 55% بمعدل 22 لاعبا أجابوا غالبا، و 14 لاعبا أجابوا أحيانا بنسبة 35 % و 4 لاعبين أجابوا نادرا بنسبة 10%، و لدلالة الفروق بين الإجابات استخدم الطالب الباحث اختبار حسن المطابقة (كا²)، بحيث بلغت كا² المحسوبة 12.20 و هي أكبر من كا² الجدولية و التي بلغت 5,99 و درجة الحرية 2 عند مستوى الدلالة 0.05، و منه يستطيع الطالب الباحث أن يقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه العبارة الثالثة.

وجود دلالة إحصائية في هذه العبارة معناها أن المدرب يظهر بحالة نفسية جيدة أثناء المنافسة.

العبارة الرابعة: هل أداءك في التدريب أفضل من أداءك في المباراة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	16	40	1.39	5,99	2	0.05	غير دال
أحيانا	14	35					
نادرا	10	25					

الجدول رقم (7) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الرابعة



الشكل البياني رقم (5) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (4)

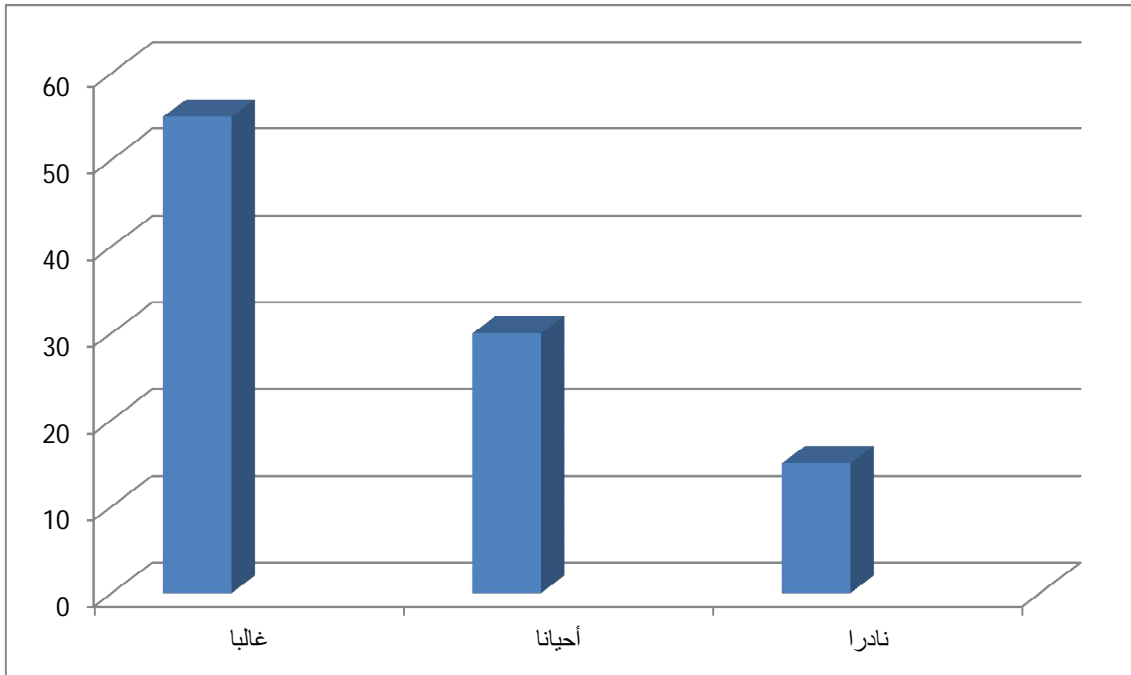
من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه و الذي يتمحور حول تأثير الإعداد النفسي على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين و من خلال الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابة العبارة الثانية لهذا المحور و التي نصها "هل أداءك في التدريب أفضل من أداءك في المباراة"، و بعد توزيع الإستمارات على اللاعبين (فريق ترجي مستغانم و فريق و داد مستغانم) و الذي كان عددهم 40 لاعبا، كانت أكبر نسبة و التي بلغت 40% بمعدل 16 لاعبا أجابوا غالبا، و 14 لاعبا أجابوا أحيانا بنسبة 10% و 4 لاعبين أجابوا بنادرا بنسبة 25%، و لدلالة الفروق بين الإجابات استخدم الطالب الباحث اختبار حسن المطابقة (χ^2) ، بحيث بلغت χ^2 المحسوبة 1.39 و هي أصغر من χ^2 الجدولية و التي بلغت 5,99 و درجة الحرية 2 عند مستوى الدلالة 0,05، و منه يستطيع الطالب الباحث أن يقول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه العبارة الرابعة.

عدم وجود دلالة إحصائية في هذه العبارة معناها أن أداء اللاعبين في التدريب أفضل من أداءهم في المباراة.

العبارة الخامسة: هل تؤثر قرارات المدرب على أداء اللاعبين و على دافعية الإنجاز لهم.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	22	55					
أحيانا	12	30					
نادرا	6	15					
			9.80	5,99	2	0.05	دال

الجدول رقم (8) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الخامسة



الشكل البياني رقم (6) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (5)

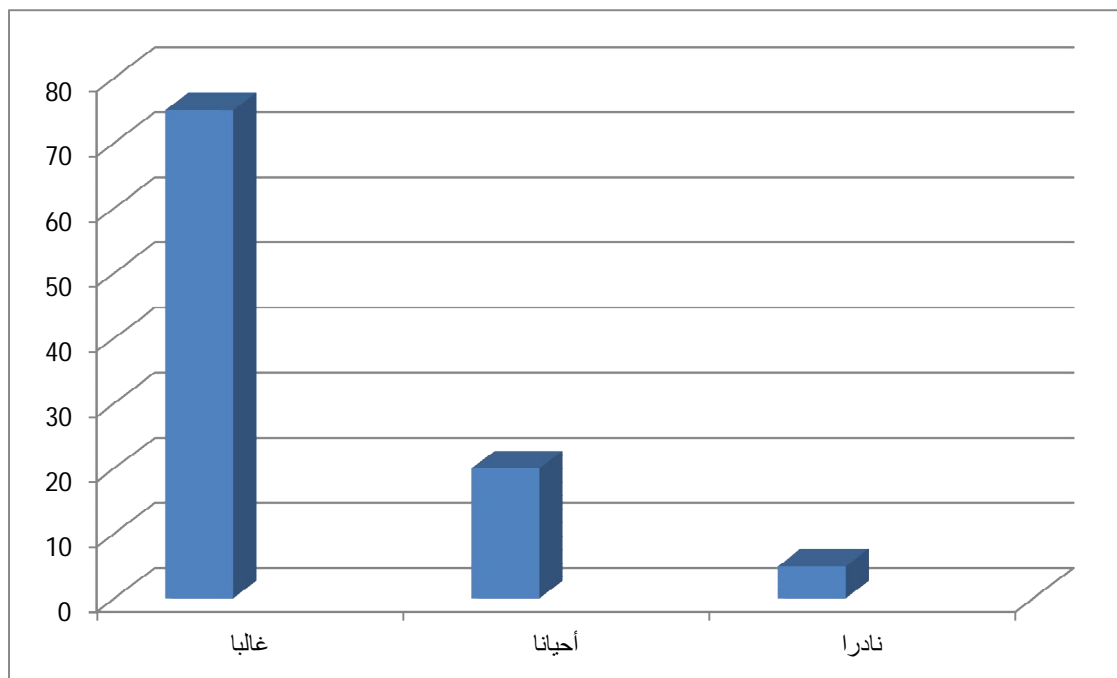
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الخامسة حول مدى تأثير قرارات المدرب على أداء اللاعبين و على دافعية الانجاز لهم, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالبا 22 تكرار من 40 بنسبة 55% ثم أحيانا 12 إجابات بنسبة 30% ثم نادرا 06 إجابات بنسبة 15%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 9.80 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولي التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الإستجابات للعبارة الخامسة, و هذا ما يبين أن قرارات المدرب تؤثر على أداء اللاعبين و على دافعية الانجاز لهم.

العبارة السادسة: هل يترك لك المدرب الحرية أثناء التدريب.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالباً	30	75	32.6	5,99	2	0.05	دال
أحيانا	8	20					
نادراً	2	5					

الجدول رقم (9) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السادسة



الشكل البياني رقم (7) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (6)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السادسة حول مدى ترك المدرب الحرية للاعبين أثناء التدريب, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالباً 30 تكرار من 40 بنسبة 75% ثم أحيانا 08

إجابات بنسبة 20 % ثم نادرا 02 إجابات بنسبة 05%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 32.6 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة السادسة, و هذا ما يبين أن المدرب يترك الحرية للاعبين أثناء التدريب.

نتائج المحور الأول:

كا ² للمحور الأول	كا ² ₆	كا ² ₅	كا ² ₄	كا ² ₃	كا ² ₂	كا ² ₁
	32.6	9.8	1.39	12.2	26.6	3.79
14.39						

الجدول رقم (10) يبين قيمة كا² للمحور الأول

من خلال الجدول نلاحظ أن كا² للمحور الأول التي بلغت قيمتها المحسوبة 14.39 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

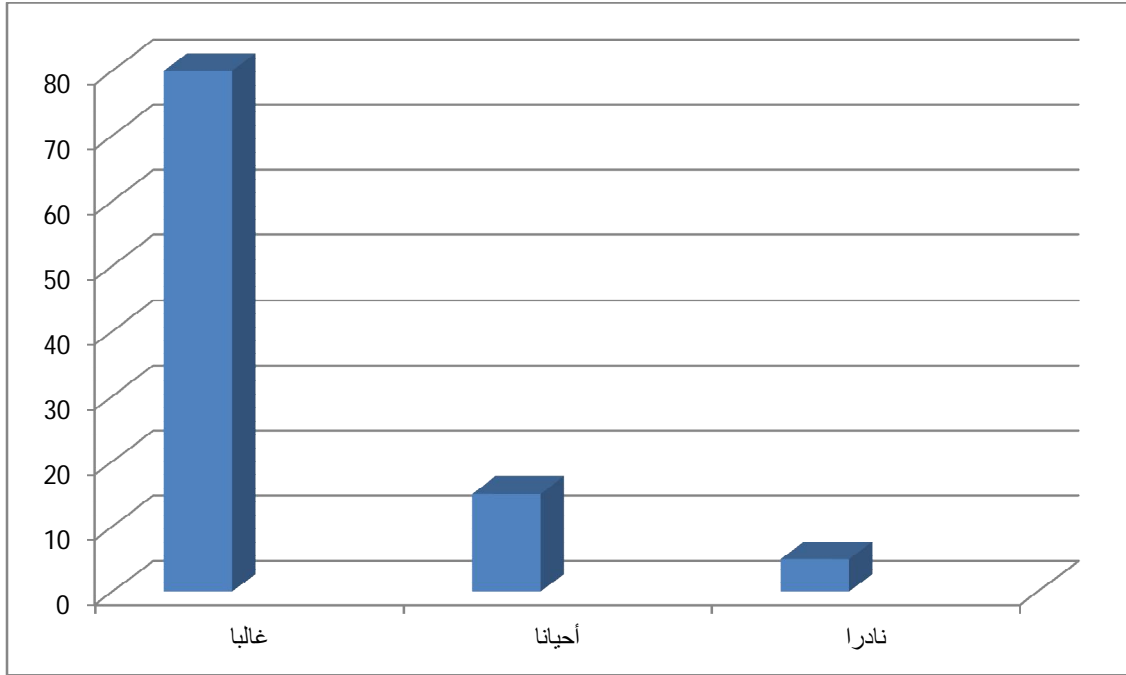
و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات لعبارات المحور الأول, و هذا ما يبين أن الإعداد النفسي له أثر كبير على دافعية الإنجاز.

المحور الثاني: العلاقة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية.

العبارة السابعة: هل يقوم المدرب بتحفيز اللاعب الذي يقوم بأداء جيد.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالباً	32	80					
أحيانا	6	15	39.81	5,99	2	0.05	دال
نادرا	2	5					

الجدول رقم (11) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السابعة



الشكل البياني رقم (8) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (7)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السابعة حول مدى قيام المدرب بتحفيز اللاعب الذي يقوم بأداء جيد، و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالباً 32 تكرار من 40 بنسبة 80% ثم أحيانا 06 إجابات بنسبة 15% ثم نادراً 02 إجابات بنسبة 05%، و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث χ^2 حيث بلغت قيمتها المحسوبة 39.81 و هي أكبر من قيمة χ^2 الجدولية التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

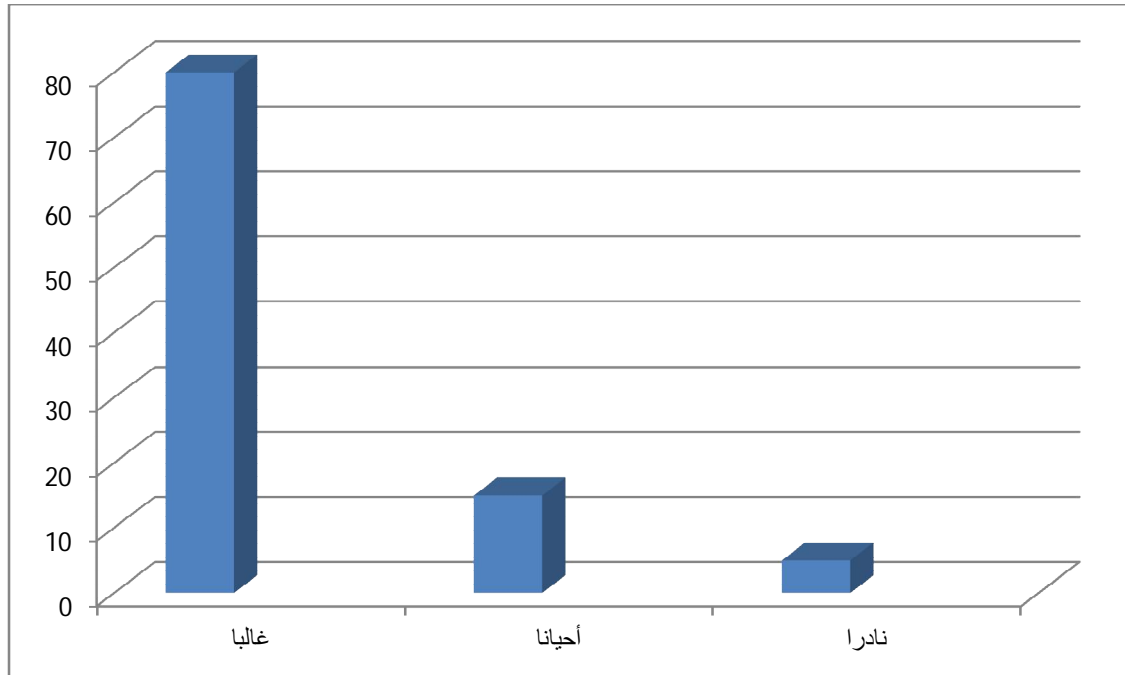
و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة السابعة، و هذا ما يبين أن المدرب يقوم المدرب بتحفيز اللاعب الذي يقوم بأداء جيد.

العبارة الثامنة: هل تشعر بالراحة بوجود مدربك.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	χ^2 م	χ^2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
ت	ات						ة

					80	32	غالبًا
دال	0.05	2	5,99	39.81	15	6	أحيانًا
					5	2	نادرًا

الجدول رقم (12) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثامنة



الشكل البياني رقم (9) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (8)

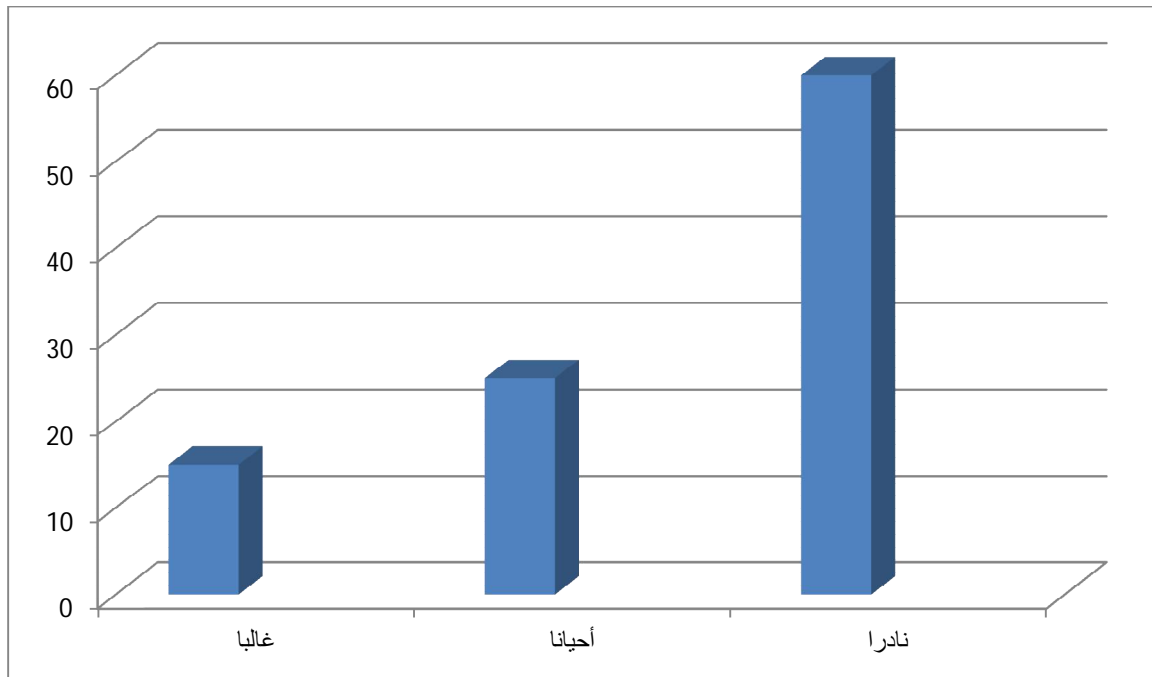
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثامنة حول مدى شعور اللاعبين بالراحة بوجود مدربهم, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالبًا 32 تكرار من 40 بنسبة 80% ثم أحيانًا 06 إجابات بنسبة 15% ثم نادرًا 02 إجابات بنسبة 05%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث χ^2 حيث بلغت قيمتها المحسوبة 9.81 وهي أكبر من قيمة χ^2 الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الثامنة, و هذا ما يبين أن اللاعبين يشعرون بالراحة بوجود مدربهم.

العبرة التاسعة: هل يكون مدربك متسامح معك عند غيابك في الحصص التدريبية.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	6	15					
أحيانا	10	25		5,99	2	0.05	دال
نادرا	24	60		13.4			

الجدول رقم (13) يبين نتائج الاستبيان حول العبرة التاسعة



الشكل البياني رقم (10) يبين النسب المئوية لإجابات العبرة رقم (9)

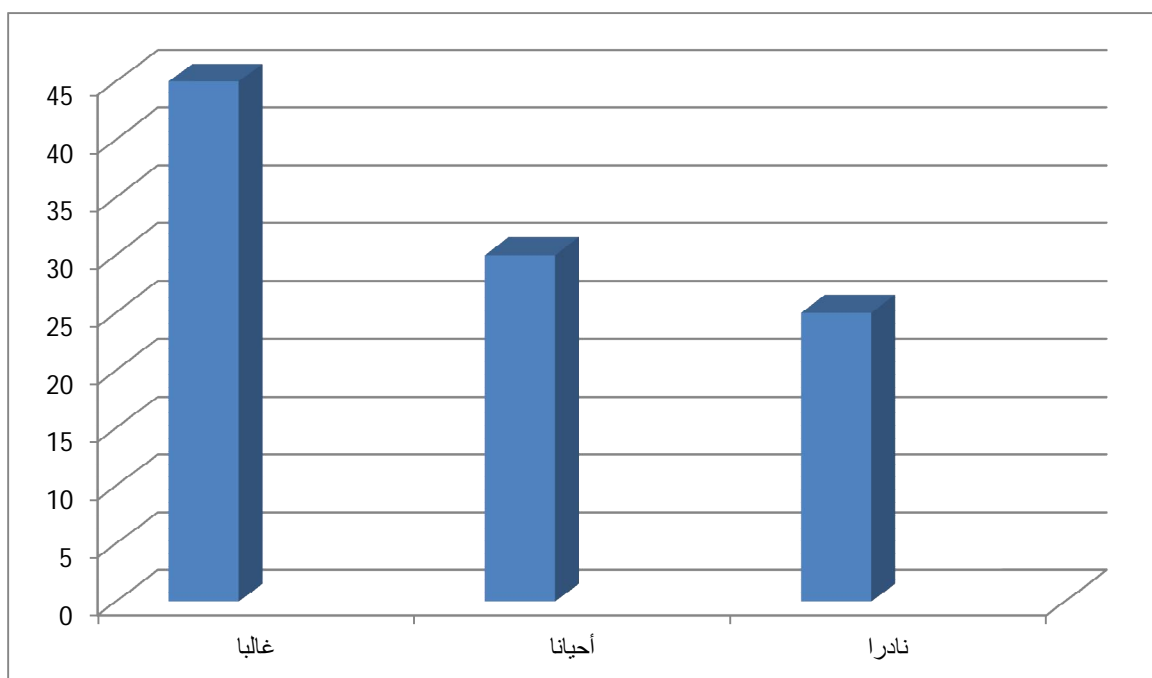
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبرة التاسعة حول مدى تسامح المدرب مع اللاعبين عند غيابهم في الحصص التدريبية، و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالبا 06 تكرار من 40 بنسبة 15% ثم أحيانا 10 إجابات بنسبة 25% ثم نادرا 24 إجابات بنسبة 60%، و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 13.4 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة التاسعة, و هذا ما يبين أن المدرب لا يتسامح مع اللاعبين عند غيابهم في الحصص التدريبية.

العبارة (10) : هل يبين المدرب لكل لاعب نقاط قوته و نقاط ضعفه.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالباً	18	45	2.59	5,99	2	0.05	غير دال
أحياناً	12	30					
نادراً	10	25					

الجدول رقم (14) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة العاشرة



الشكل البياني رقم (11) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (10)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة العاشرة حول مدى تبين المدرب لكل لاعب نقاط قوته و نقاط ضعفه, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية

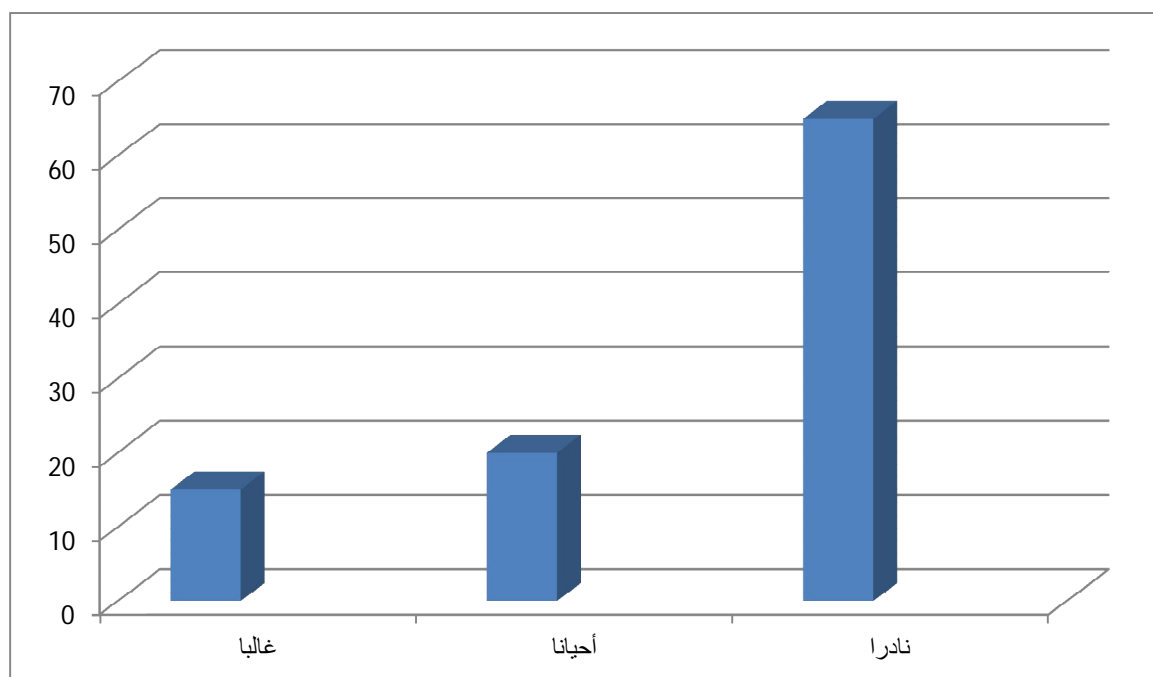
لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالبا 18 تكرر من 40 بنسبة 45% ثم أحيانا 12 إجابات بنسبة 30% ثم نادرا 10 إجابات بنسبة 25%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 3.59 و هي أصغر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة العاشرة, و هذا ما يبين أن المدرب يبين لكل لاعب نقط قوته و نقاط ضعفه.

العبارة(11): هل تشعر بأن مدربك لا يفهمك.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	6	15	18.2	5,99	2	0.05	دال
أحيانا	8	20					
نادرا	26	65					

الجدول رقم (15) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الحادية عشر



الشكل البياني رقم (12) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (11)

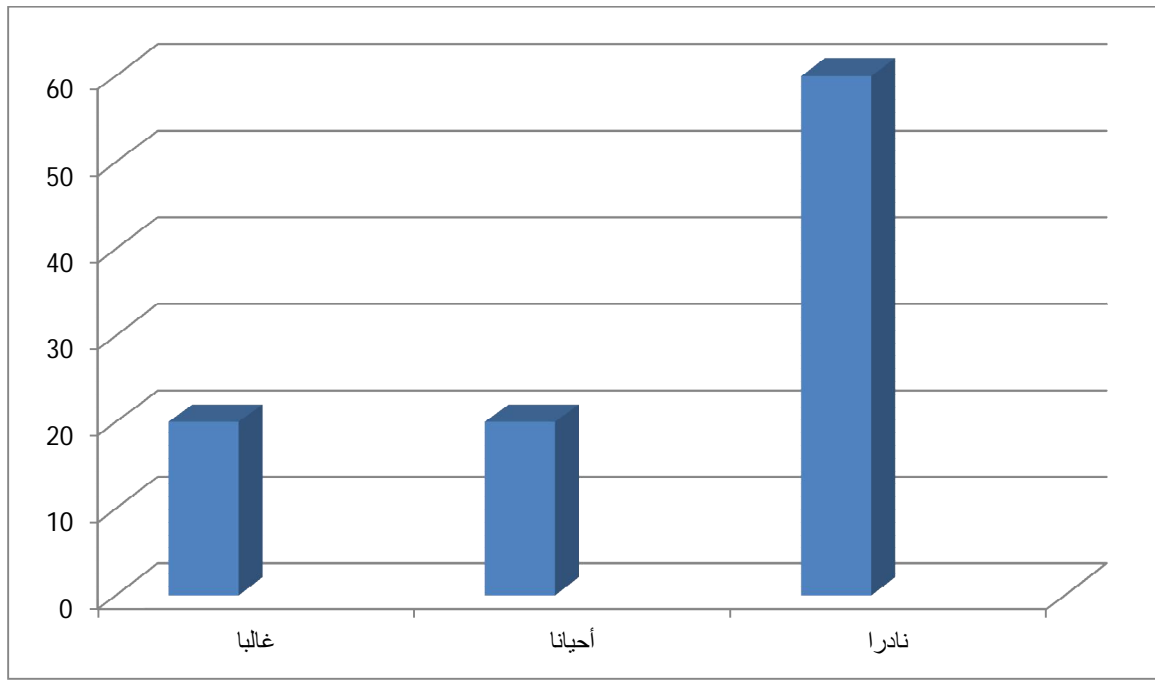
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الحادية عشرة حول مدى شعور اللاعبين بأن مدربهم لا يفهمهم, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا نادرا 26 تكرار من 40 بنسبة 65% ثم أحيانا 8 إجابات بنسبة 20 % ثم غالبا 6 إجابات بنسبة 15%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 18.2 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الحادية عشرة, و هذا ما يبين أن اللاعبين يشعرون بأن مدربهم يفهمهم.

العبارة (12): هل يتعامل المدرب معك أثناء المنافسة بلا مبالاة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	8	20	12.8	5,99	2	0.05	دال
أحيانا	8	20					
نادرا	24	60					

الجدول رقم (16) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثانية عشر



الشكل البياني رقم (13) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (12)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثانية عشرة حول مدى تعامل المدرب مع اللاعبين أثناء المنافسة بلا مبالاة، و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا نادرا 24 تكرار من 40 بنسبة 60%. ثم أحيانا 8 إجابات بنسبة 20%. ثم غالبا 8 إجابات بنسبة 20%. و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث χ^2 حيث بلغت قيمتها المحسوبة 12.8 و هي أكبر من قيمة χ^2 الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الثانية عشرة، و هذا ما يبين أن اللاعبين يشعرون بأن مدربهم يتعامل معهم أثناء المنافسة بمبالاة كبيرة.

نتائج المحور الثاني:

كا ² المحور	كا ² 12	كا ² 11	كا ² 10	كا ² 9	كا ² 8	كا ² 7
21.10	12.8	18.2	2.59	13.4	39.81	39.81

الجدول رقم (17) يبين قيمة χ^2 للمحور الثاني

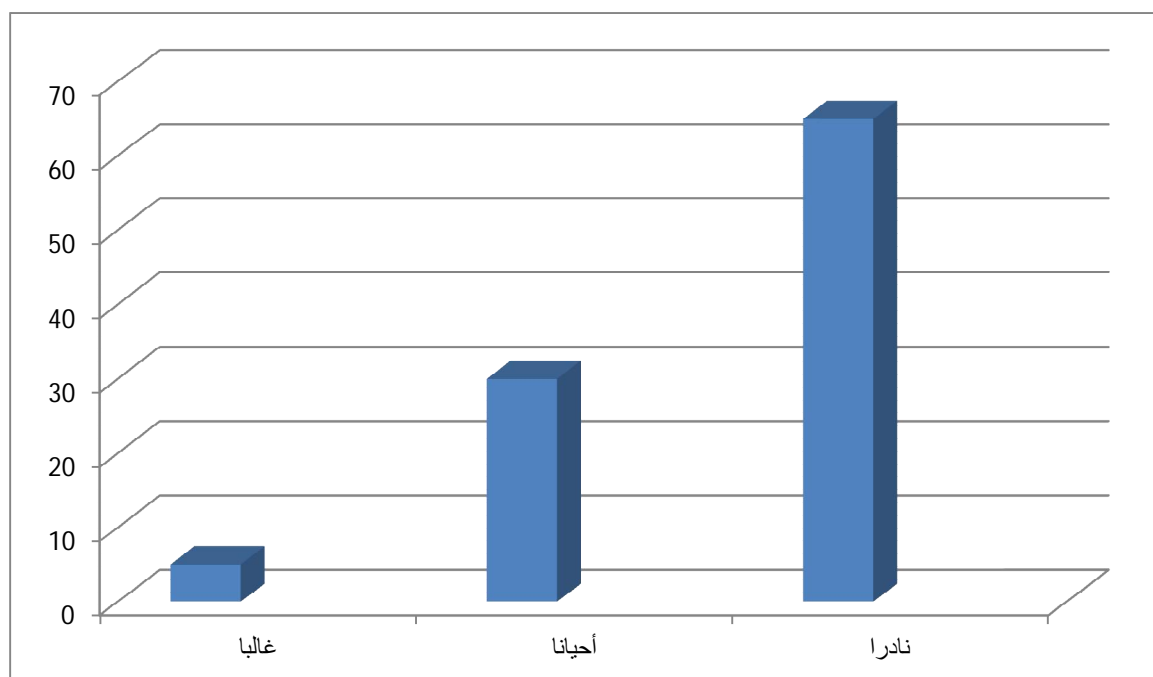
من خلال الجدول نلاحظ أن كا^2 للمحور الثاني التي بلغت قيمتها المحسوبة 21.10 و هي أكبر من قيمة كا^2 الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات لعبارات المحور الثاني, و هذا ما يبين أن العلاقة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية له أثر كبير على دافعية الإنجاز.

العبارة (13): هل تشعر بالملل عندما يحين وقت الحصص التدريبية.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا^2 م	كا^2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالباً	2	5	14.8	5,99	2	0.05	دال
أحياناً	12	30					
نادراً	26	65					

الجدول رقم (18) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثالثة عشر



الشكل البياني رقم (14) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (13)

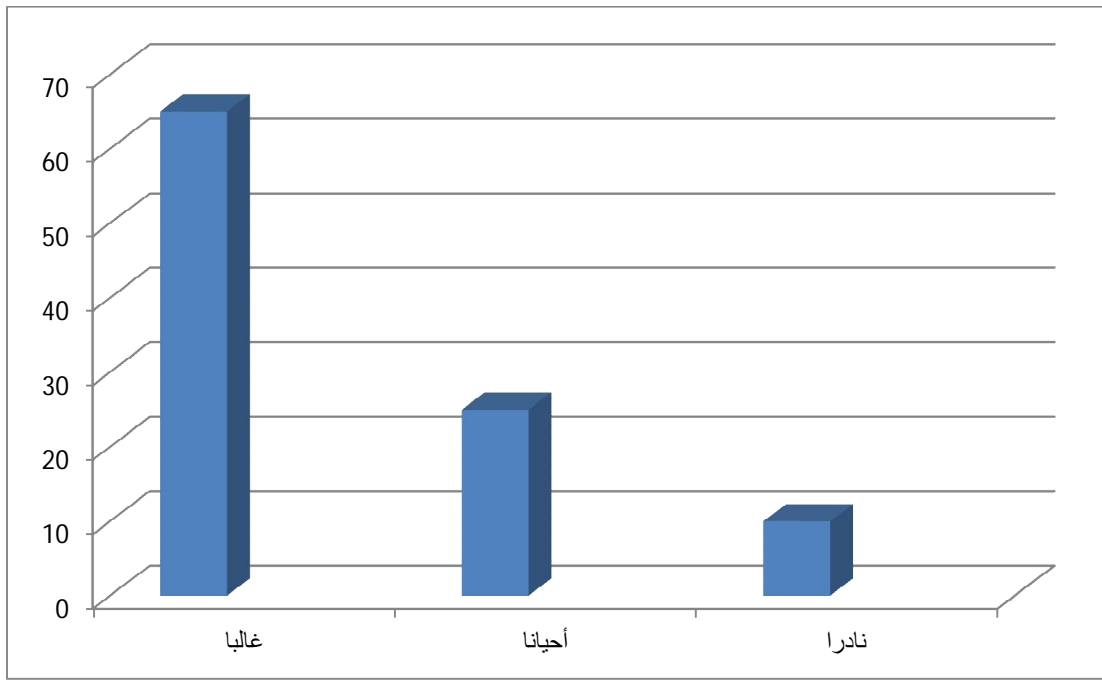
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثالثة عشرة حول مدى شعور اللاعبين بالملل عندما يحين وقت الحصص التدريبية, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا نادرا 26 تكرار من 40 بنسبة 65% ثم أحيانا 12 إجابات بنسبة 30 % ثم غالبا 2 إجابات بنسبة 5%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 14.8 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الثالثة عشرة, و هذا ما يبين أن اللاعبين لا يشعرون بالملل عندما يحين وقت الحصص التدريبية.

العبارة (14): هل نصائح المدرب أثناء المنافسة تساعدك في اظهار قدراتك.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	26	65	19.41	5,99	2	0.05	دال
أحيانا	10	25					
نادرا	4	10					

الجدول رقم (19) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الرابعة عشر



الشكل البياني رقم (15) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (14)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الرابعة عشرة حول مدى مساعدة نصائح المدرب أثناء المنافسة في اظهار قدرات اللاعبين, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالبًا 26 تكرار من 40 بنسبة 65% ثم أحيانًا 10 إجابات بنسبة 25 % ثم غالبًا 4 إجابات بنسبة 10%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث ك² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 19.40 و هي أكبر من قيمة ك² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

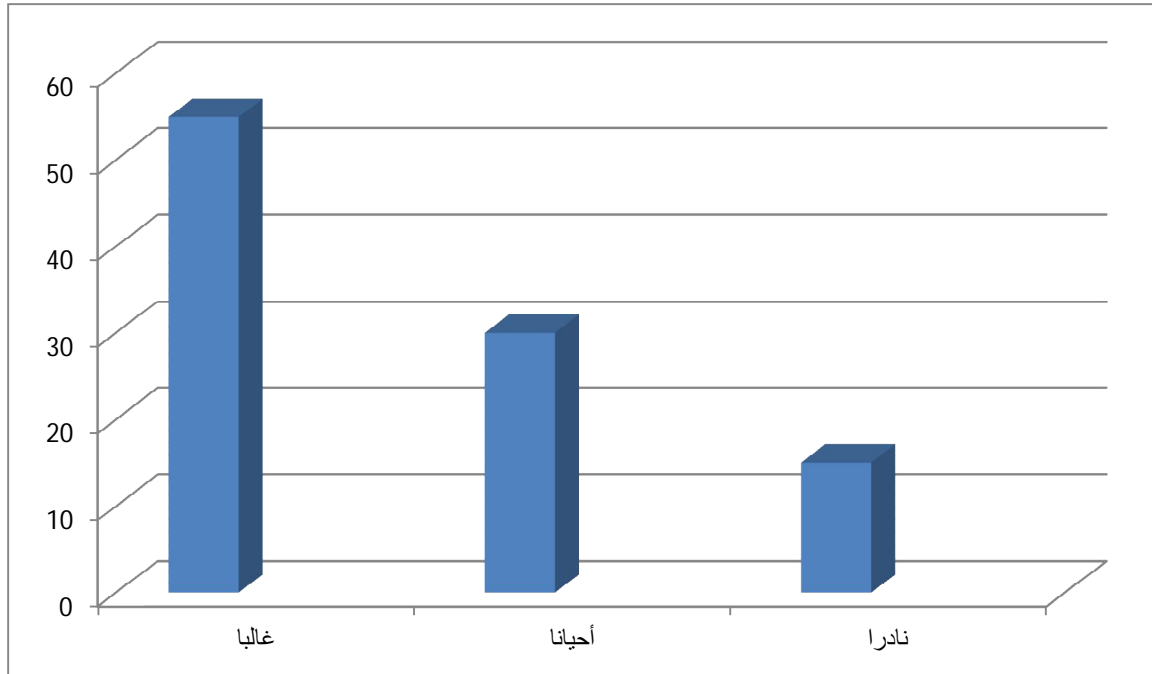
و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الرابعة عشرة, و هذا ما يبين أن نصائح المدرب أثناء المنافسة تساعد اللاعبين في اظهار قدراتهم.

العبارة: (15): هل يعتمد مدربك في تكوينك على الجانب النفسي.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	ك ² م	ك ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبًا	22	55					

دال	0.05	2	5,99	9.81	30	12	أحيانا
					15	6	نادرا

الجدول رقم (20) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الخامسة عشر



الشكل البياني رقم (16) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (15)

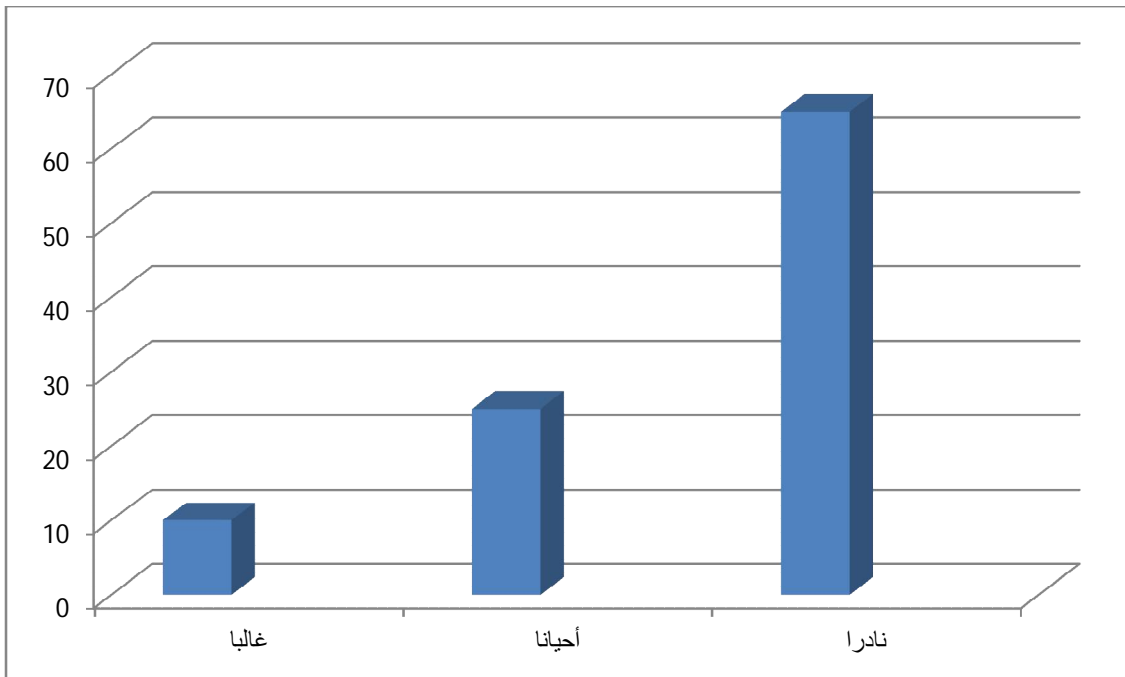
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الخامسة عشرة حول مدى اعتماد المدرب في تكوين اللاعبين على الجانب النفسي، و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا غالبا 22 تكرار من 40 بنسبة 55% ثم أحيانا 12 إجابات بنسبة 30% ثم غالبا 6 إجابات بنسبة 15%، و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كاسم² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 9.81 و هي أكبر من قيمة كاسم² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الخامسة عشرة، و هذا ما يبين أن المدرب يعتمد في تكوين اللاعبين على الجانب النفسي.

العبارة (16): هل طريقة انتقادات مدربك لك تجعلك تشعر بالاحباط.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	4	10					
أحيانا	10	25	19.41	5,99	2	0.05	دال
نادرا	26	65					

الجدول رقم (21) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السادسة عشر



الشكل البياني رقم (17) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (16)

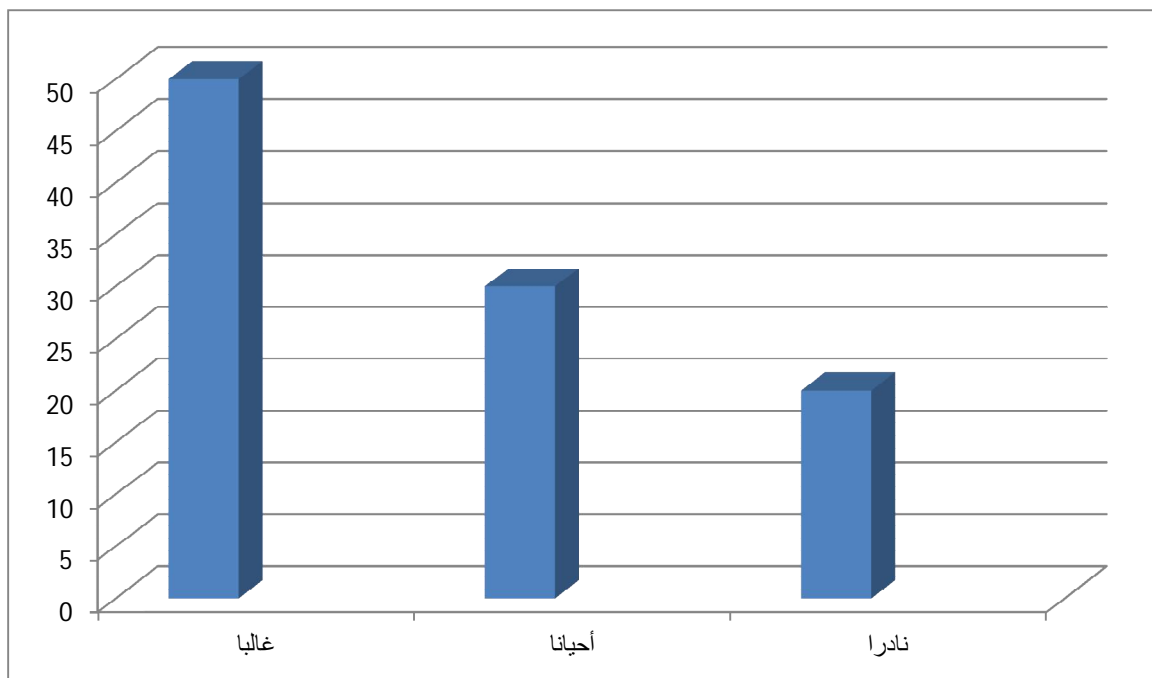
بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السادسة عشرة حول مدى شعور اللاعبين بأن طريقة انتقادات مدربهم لهم تجعلهم يشعرون بالاحباط, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا نادرا 26 تكرار من 40 بنسبة 65% ثم أحيانا 10 إجابات بنسبة 25 % ثم غالبا 4 إجابات بنسبة 10%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 19.41 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة السادسة عشرة, و هذا ما يبين أن اللاعبين يشعرون بأن طريقة انتقادات مدربهم لهم لا تجعلهم يشعرون بالاحباط.

العبارة (17): هل يشعر مدربك بتوترك داخل الميدان.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالباً	20	50					
أحيانا	12	30		5,99	2	0.05	دال
نادراً	8	20					

الجدول رقم (22) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة السابعة عشر



الشكل البياني رقم (18) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (17)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة السابعة عشرة حول مدى شعور اللاعبين بأن مدربهم يشعر بتوترهم داخل الميدان, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا نادراً 20 تكرار من 40 بنسبة

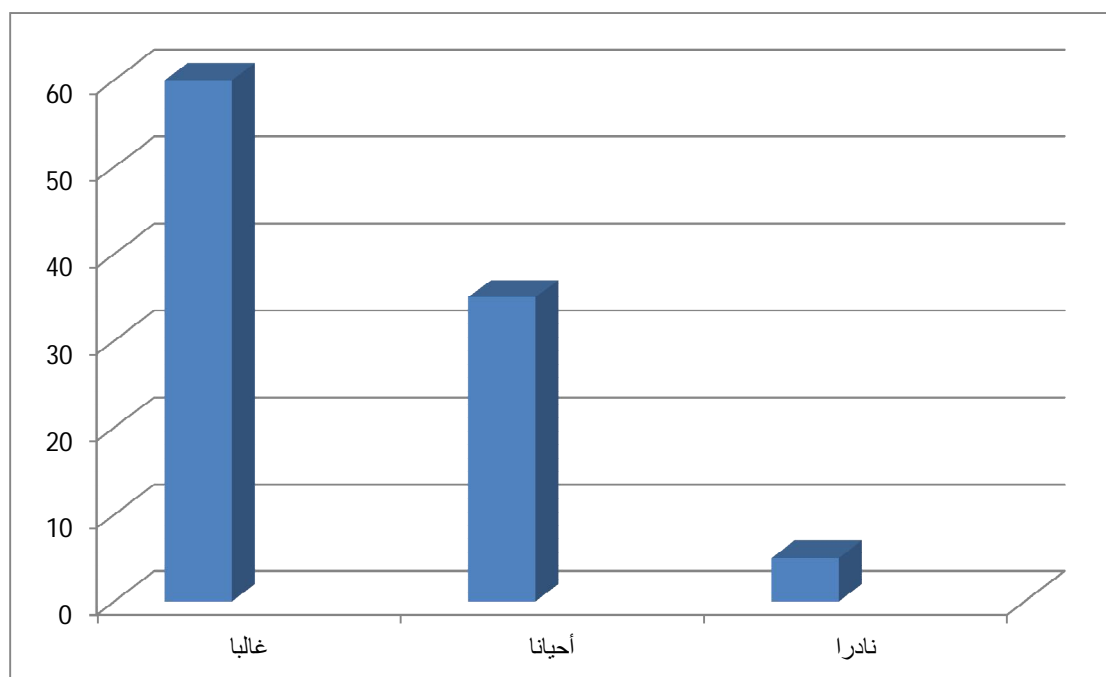
50% ثم أحيانا 12 إجابات بنسبة 30 % ثم غالبا 8 إجابات بنسبة 20%، و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 5.59 و هي أصغر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة السابعة عشرة، و هذا ما يبين أن اللاعبين يشعرون بأن مدربهم يشعر بتوترهم داخل الميدان.

العبارة (18): هل يعطيك مدربك النصائح و الارشادات بطريقة هادئة.

الإجابات	التكرارات	النسبة %	كا ² م	كا ² ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
غالبا	24	60	18.2	5,99	2	0.05	دال
أحيانا	14	35					
نادرا	2	5					

الجدول رقم (23) يبين نتائج الاستبيان حول العبارة الثامنة عشر



الشكل البياني رقم (19) يبين النسب المئوية لإجابات العبارة رقم (18)

بعد الإطلاع على إجابات اللاعبين للعبارة الثامنة عشرة حول مدى شعور اللاعبين بأن مدربهم يعطيهم النصائح و الارشادات بطريقة هادئة, و بالإطلاع على الشكل البياني الذي يبين النسب المئوية لإجابات اللاعبين كانت أعلى نسبة للذين أجابوا نادرا 24 تكرار من 40 بنسبة 60% ثم أحيانا 14 إجابات بنسبة 35 % ثم غالبا 2 إجابات بنسبة 5%, و لدلالة الفروق استخدم الطالب الباحث كا² حيث بلغت قيمتها المحسوبة 18.2 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات للعبارة الثامنة عشرة, و هذا ما يبين أن اللاعبين يشعرون بأن مدربهم يعطيهم النصائح و الارشادات بطريقة هادئة.

نتائج المحور الثالث:

كا ²	كا ² ₁₂	كا ² ₁₁	كا ² ₁₀	كا ² ₉	كا ² ₈	كا ² ₇
المحور						
14.53	18.2	5.59	19.41	9.81	19.41	14.80

الجدول رقم (24) يبين قيمة كا² للمحور الثالث

من خلال الجدول نلاحظ أن كا² للمحور الثالث التي بلغت قيمتها المحسوبة 14.53 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05.

و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات لعبارات المحور الثالث, و هذا ما يبين أن العلاقة كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة بنجاح عملية التدريب له أثر كبير على دافعية الإنجاز.

نتائج الاختبار:

كا2 للمحور الأول	كا2 للمحور الثاني	كا2 للمحور الثالث	كا2 الإجمالية
14.39	21.10	14.53	16.67

الجدول رقم (25) يبين قيمة كا² للمحاور الثلاثة

من خلال الجدول نلاحظ أن كا² الإجمالية التي بلغت قيمتها المحسوبة 16.67 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولية و التي بلغت 5.66 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05. و منه يستنتج الطالب الباحث أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و الاستجابات لعبارات الإختبار, و هذا ما يبين أن الجانب النفسي له أثر كبير على دافعية الإنجاز.

2 - عرض و تحليل نتائج المقياس:

دافعية الإنجاز	العينة (ن)	الدرجة	النسبة المئوية %
دافع إنجاز النجاح	40	1778	74.25
دافع تجنب الفشل	40	1688	70.33
دافعية الإنجاز	40	34.66	72.29

الجدول رقم (26) يبين النسبة المئوية لأبعاد دافعية الأنجاز

من خلال الجدول رقم () نلاحظ أن النسبة المئوية لدافع إنجاز النجاح هي 74.25%، و النسبة المئوية لدافع تجنب الفشل هي 70.33 %، بحيث نجد أن نسبة دافع إنجاز النجاح و نسبة دافع تجنب الفشل نسبتان عاليتان إلى حد كبير.

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	تقييم عالي	تقييم منخفض	
44,55	2.26±	74.25%	25.75%	دافع إنجاز النجاح
42,20	3.50±	70.33%	29.67%	دافع تجنب

الفشل				
دافعية الإنجاز	86,75	3.08±	72.29%	27.71%

الجدول رقم (27) يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأبعاد دافعية الأناجاز

- دافع إنجاز النجاح: من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه و الذي يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و النسب المئوية لدافع إنجاز النجاح, حيث بلغ متوسطه الحسابي لدى لاعبي كرة القدم فريقي (ترجي مستغانم و وداد مستغانم) 4.55, و بانحراف معياري $2.26 \pm$, و هذا ما يبين بأن النتائج متركزة حول متوسطها الحسابي, و بحساب النسب المئوية التي بلغت 74.25 بعد مقارنتها المتوسط الفرضي لبعده دافع إنجاز النجاح و الذي قيمته 30 (الوسيط في المقياس), و هذه النسبة تنتمي إلى التقييم العالي, و منه يستنتج الطالب الباحث أن اللاعبين يتميزون بدرجة عالية في دافع إنجاز النجاح.

- دافع تجنب الفشل: من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه و الذي يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و النسب المئوية لدافع تجنب الفشل, حيث بلغ متوسطه الحسابي لدى لاعبي كرة القدم فريقي (ترجي مستغانم و وداد مستغانم) 42.20, و بانحراف معياري $3.50 \pm$, و هذا ما يبين بأن النتائج متركزة حول متوسطها الحسابي, و بحساب النسب المئوية التي بلغت 70.33% بعد مقارنتها المتوسط الفرضي لبعده دافع إنجاز النجاح و الذي قيمته 30 (الوسيط في المقياس), و هذه النسبة تنتمي إلى التقييم العالي, و منه يستنتج الطالب الباحث أن اللاعبين يتميزون بدرجة عالية في دافع تجنب الفشل.

- دافعية الإنجاز: و بحساب الدرجة الكلية لدافعية الإنجاز لدى عينة البحث و المتمثلة في فريقي (ترجي مستغانم و وداد مستغانم) فقد بلغ المتوسط الحسابي 86.75% و بانحراف معياري $3.08 \pm$ و هذا ما يبين أن النتائج متركزة حول متوسطها الحسابي و أن العينة متجانسة, و هذه القيمة للمتوسط الحسابي لدافعية الإنجاز مقارنتها مع المتوسط الفرضي (الوسيط في المقياس) و الذي قيمته 60 فإن النسبة المئوية بلغت 72.29% و هذه القيمة

تنتمي إلى التقييم العالي, و منه يستنتج الطالب الباحث أن عينة البحث المختارة و المتمثلة في فريقي (ترجي مستغانم و وداد مستغانم) يتميزون بدافعية إنجاز عالية, و هذا ما يبين أن استخدام التحضير النفسي أثناء التدريب له أهمية كبيرة على نفسية اللاعبين أثناء التدريب و في المنافسة و له تأثير كبير على دافعية الإنجاز لديهم.

الخاتمة:

في ختام هذا الفصل الثاني من الدراسة التطبيقية يجد الطالب الباحث أنه استخلص المعلومات القيمة و المجدية للإجابة عن التساؤلات المطروحة في الإشكالية العامة و الإشكاليات الفرعية, حيث تم إفراغ الإجابات و تحويلها إلى درجات لتسهيل الدراسة, و قام بوضع الأرقام في جداول لحساب النسب المئوية و معامل الارتباط بيرسون (ك²) لدراسة الفروق, و قام بمقارنة قيم معامل الارتباط بيرسون بالقيمة الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 و ذلك لدراسة دلالة, و استعان الطالب الباحث بالمدرجات التكرارية لتوضيح النسب المئوية بين الإجابات الثلاث, و لتعميم النتائج قام معامل الارتباط لكل محور و كذلك للاختبار ككل, و قام بحساب المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية لمقياس محمد حسن علاوي لحساب التقييم العالي و المنخفض للنتائج.

- الاستنتاجات:

في حدود أهداف البحث و فرائضه و بعد تفريغ الاستثمارات و المعالجة الإحصائية لدرجات الخام و في حدود المنهج المستخدم و العينة التي طبقت عليها الدراسة الأساسية أمكن الطالب الباحث التوصل إلى مجموعة من الاستنتاجات و هي على النحو التالي:

- أهمية التواصل بين المدربين و اللاعبين في رفع دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم.
- إن اهتمام المدربين بالحالة النفسية للاعبين لها أثر إيجابي على نفسية اللاعبين و دافعية الإنجاز لديهم.
- إن العلاقة بين المدرب و لاعبيه لها أهمية كبيرة و أثر إيجابي على الحالة النفسية و المعنوية لدى اللاعبين سواء في التدريب أو المنافسة.
- تلعب كفاءة المدرب دور كبير في فرض الانضباط و الصرامة و بالتالي نجاح العملية التدريبية.

- يتميز لاعب كرة القدم بدافعية إنجاز عالية.

- إن للتحضير النفسي أهمية بالغة على الحالة النفسية و المعنوية لدى اللاعبين فوق الميدان سواء أثناء التدريب أو المنافسة و التالي تؤثر على أداءهم و على دافعيتهم للإنجاز.

- مناقشة فرضيات البحث:

الفرضية العامة القائلة, إن التحضير النفسي للمدرب له أهمية كبيرة في تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.

و من التحقق من الفرضية العامة لابد من التحقق من الفرضيات الجزئية.

- مناقشة الفرضية الجزئية الأولى: أثر قرارات المدرب على الحالة النفسية و على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (4) (5) (6) (7) (8) (9) (26) (27) تبين أن للتحضير النفسي أثر إيجابي على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر, كما يتجلى أن للتحضير النفسي أهمية كبيرة على اللاعبين من خلال النتائج المدونة في الجدول العام للمحور الأول رقم (10) بحيث يتبين أن الفروق كانت دالة إحصائياً لصالح الذين أجابوا و أصروا على أن للتحضير النفسي أهمية بالغة على نفسية اللاعبين, و هذه النتيجة تتجانس مع ما توصل إليه الباحثة شيماء علي خميس و دراستها تحت عنوان "الاستثارة الانفعالية و علاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة" اهتمام المدرب بجانب الإعداد النفسي للاعب من أجل التحكم بمستوى الاستثارة الانفعالية و دافعية الإنجاز لديه.

و عليه يستنتج الطالب الباحث أن الفرضية الأولى قد تحققت.

- مناقشة الفرضية الجزئية الثانية: إن العلاقة الجيدة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية لها أثر على دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (11) (12) (13) (14) (15) (16) (26) (27) تبين أن للعلاقة الجيدة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية أثر إيجابي على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر, كما يتجلى أن للعلاقة الجيدة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية أهمية كبيرة على اللاعبين من خلال النتائج المدونة في الجدول العام للمحور الثاني رقم (17) بحيث يتبين أن الفروق كانت دالة إحصائيا لصالح الذين أجابوا و أصروا على أن للعلاقة الجيدة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية أهمية بالغة على نفسية اللاعبين, و هذه النتيجة تتجانس مع ما توصل إليه الباحث خرشوش محفوظ و قاضي محمد سنة 2015 - 2016 بعنوان "تماسك الفريق الرياضي و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم هواة كبار" بحيث توصل إلى أن تماسك الفريق الرياضي له أثر كبير على دافعية الإنجاز.

و عليه يستنتج الطالب الباحث أن الفرضية الثانية قد تحققت.

- مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة: كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة لها أثر على دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر.

من خلال النتائج المدونة في الجداول رقم (18) (19) (20) (21) (22) (23) (26) (27) تبين أن لكفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة أثر إيجابي على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر, كما يتجلى أن لكفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة أهمية كبيرة على اللاعبين من خلال النتائج المدونة في الجدول العام للمحور الثالث رقم (24) بحيث يتبين أن الفروق كانت دالة إحصائيا لصالح الذين أجابوا و أصروا على أن كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة لها أهمية بالغة على نفسية اللاعبين, و هذه النتيجة تتجانس مع ما توصل إليه الباحث عبد العزيز بن

علي بن أحمد السليمان سنة 2000 في دراسته التي تحمل عنوان "السلوك القيادي للمدرب الرياضي و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية", بحيث توصل إلى وجود علاقة بين السلوك القيادي الذي يمارسه مدربو بعض الألعاب الجماعية السعوديون و العرب لفئة الدرجة الأولى و بين دافعية الإنجاز للاعبين.

و عليه يستنتج الطالب الباحث أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

5- الاقتراحات و التوصيات:

نظرا لأهمية الجانب النفسي لتطوير دافعية الإنجاز و من خلال التجربة التي قام بها الطالب الباحث و الثمرة التي استخلصها من هذا البحث يوصي الباحث المدربين بما يلي:

- _ الاهتمام الكبير بالجانب النفسي للاعبي كرة القدم
- _ إعطاء الوقت الكافي للتحدث مع اللاعبين عن اهتماماتهم و مشاكلهم اليومية
- _ برمجة العدد الكافي من حصص الإعداد النفسي.
- _ وضع دافعية الإنجاز من أولويات المدرب في برنامجه السنوي.
- _ إدراج أساليب عصرية و ناجعة و تمارين نفسية في حصص الإعداد النفسي.
- استعمال دوافع خارجية (مثل المنح) لدفع اللاعب إلى الأداء الجيد في المبارات
- الاستعانة بخدمات محضر نفسي مكون من معاهد التربية البدنية و الرياضية.

الخلاصة:

من خلال دراستي لموضوع التحضير النفسي و أثره على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم اتضح لي الرؤية أكثر على ما يمكن للمدرب فعله مع الفريق الذي يدربه و الأساليب التي يطبقها المدرب و القدرات النفسية التي يظهرها من أجل دفع لاعبيه للتحلي بصفات نفسية عالية التي تؤدي إلى قدرات بدنية و دافعية إنجاز عالية ثم أداء جيد و إنجازات في المنافسات المحلية و العالمية , و الاهتمام الذي يوليه المدرب بالمجال النفسي لتطوير دافعية الإنجاز لدى اللاعبين حيث أن الدافعية هي بدورها تؤدي إلى الأداء الجيد و النهوض بمستوى الفريق لإنجازات أكثر سواء خلال التدريبات أو المنافسات, كما لا يخفى عن الجميع أن الدافع هو الشيء الأساسي لإظهار قدرات عالية و الظهور بمستوى جيد.

كل المحور التي تضمنها هذا البحث متناسقة و متكاملة و تصب في هدف واحد و هو تحضير اللاعب نفسيا من أجل تطوير دافعيته للنجاح و تجنبه للفشل و بالتالي دافعيته للإنجاز عالية.

حيث أن كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة لنجاح عملية التدريب تساعد المدرب على إعادة النظر في قراراته لتجنب أي رفض من طرف اللاعبين و المساس بنفسيتهم و إحباطها و القرارات الصائبة بدورها تعمل على تحسين العلاقة بين المدرب و لاعبيه من السئ إلى الأحسن.

قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر و المراجع باللغة العربية:

- أحمد أمين فوزي, و طارق حمد بدر الدين, سيكولوجية الفريق الرياضي, ط1, القاهرة, دار الفكر العربي للطباعة و النشر, 2001.
- أحمد الجماعيني, وائل عبد ربه, موسوعة كرة القدم, الطبعة الأولى, 2010.
- أحمد عبد الخالق, الدوافع للإنجاز, الهيئة المصرية العامة للكتاب, القاهرة, 1991.
- أسامة كامل راتب, الأسس النفسية لبناء الهدف في البرنامج الرياضي, دار الفكر العربي, القاهرة, 1991.
- أسامة كامل راتب, الإعداد النفسي للناشئين, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, ط1, 2001.
- أسامة كامل راتب, دوافع التفوق في النشاط الرياضي, دار الفكر العربي, القاهرة, 1990.
- أسامة كامل راتب, علم النفس الرياضي مفاهيم و تطبيقات, دار الفكر العربي, ط4, القاهرة, 2007.
- إياد عبد الكريم العزاوي و مروان عبد المجيد ابراهيم, علم النفس الرياضي, الوراق للنشر و التوزيع, الأردن, 2005.
- ثائر أحمد غباري, الدافعية النظرية و التطبيق, دار المسيرة للطباعة و النشر, الطبعة 1, 2008.
- حلمي محمد فؤاد, عبد الرحمان صالح, المرشد في كتابة الأبحاث الإجتماعية, دار الشروق و التوزيع للطباعة, الطبعة 4, سنة 1983.

- حسين السيد أبو عبدو, الإتجاهات الحديثة في التخطيط و تدريب كرة القدم, مكتبة و مطبعة الإشعاع الفني, القاهرة, مصر, ط1, 2001.
- خليل المعاينة, علم النفس التربوي, دار الفكر للطباعة و النشر, بيروت, 2000.
- رعد محمد عبد ربه, الرياضات الكروية, الجنادرية للنشر و التوزيع, الطبعة الأولى, 2010.
- رعد محمد عبد ربه, كرة القدم رياضة الشعوب , الجنادرية للنشر و التوزيع, الطبعة الأولى, 2010.
- سالم محمود مجفف , موسوعة الألعاب الجماعية, دار عالم الثقافة للنشر و التوزيع , 2006.
- صبحي حمودي و اخرون, المنجد في اللغة العربية المعاصرة.
- صدقي نوردين محمد, علم النفس الرياضة (المفاهيم النظرية-التوجيه و الإرشاد-القياس), الطبعة الأولى, 2004.
- عبد اللطيف محمد خليفة, الدافعية للإنجاز, دار غريب للطباعة و النشر, القاهرة, 2000.
- عادل خير الله, كرة القدم - الرياضة خطوة خطوة- دار المؤلف, الطبعة الأولى, 2006.
- عبد السلام محمد الشناق, رياضة الألعاب الجماعية, مكتبة المجمع العربي للنشر و التوزيع , الطبعة الأولى, 2012.
- عزت محمود كاشف, الإعداد النفسي للرياضيين, دار الفكر العربي , القاهرة, 1991.
- غازي صالح محمود, كرة القدم- المفاهيم و التدريب- الطبعة الأولى, 2011.

- فيصل رشيد العياش الدلمي, كرة القدم, المدرسة العليا لأساتذة ت ب ر, مستغانم, الجزائر, 1997.
- قاسم حسن حسين, الموسوعة الرياضية البدنية الشاملة في الألعاب و الفعاليات و العلوم الرياضية, دار الفكر للنشر و التوزيع, ط1, الأردن, 1998.
- محمد الظاهر الطيب, مبادئ الصحة النفسية, دار المعرفة الجامعية, الإسكندرية, 1994.
- محمد حسن علاوي, مدخل في علم النفس الرياضي, مركز الكتاب للنشر, القاهرة, ص5, 2006
- محمد حسن علاوي, موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين, الطبعة 1, القاهرة, مركز الكتاب, 1998.
- محمد عبده صالح الوحشي, إبراهيم محمد, أساسيات كرة القدم, دار عالم المعرفة, 1994.
- مجدى حسن يوسف, الإستراتيجية المعرفية و الدافعية للتصور العقلي للاعبين في المجال الرياضي, ط1, 2014.
- محمد محمود بني يونس, سيكولوجيا الدافعية و الانفعالات, دار المسيرة للنشر و التوزيع, الطبعة 2, 2009.
- محمود بسيوني, باسل فاضل, الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم, 1994.
- مختار سالم, كرة القدم لعبة الملايين, الطبعة الثانية, مكتبة المعارف, بيروت لبنان.
- مصطفى حسين باهي, أمينة إبراهيم شلبي, الدافعية نظريات و تطبيقات, مركز الكتاب للنشر, 1997.

- مصطفى أحمد زكي, الرعاية الوالدية, دار النهضة العربية للنشر, القاهرة, 1974.
- مفتي إبراهيم, المرجع الشامل في كرة القدم, دار الكتاب الحديث, ط1, 2010.
- يحيى السعيد, أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه, عزو التفوق و الفشل الرياضي و علاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم, 2008-2009

قائمة المصادر و المراجع باللغة الأجنبية:

- Eric caballero, Football , entrainement pour tous, mai 2005.
- Gerard GROS, l'entrainement de basket-ball, Paris, ed, vigor, 1985.
- <https://ar.m.wikipedia.org/wiki/>
- José hubert et Robert waseige, Football et motivation , le mental de l'équipe , 1993.

الملاحق

الرقم	التفسيرات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
01	أجد صعوبة في محاولة النوم عقب الهزيمة في المنافسة					
02	يعجني الازعاج الذي يتدرج لساعات إضافية لتحسين مستواه .					
03	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ .					
04	الإختيار في الرياضة لا يعتبر من الأهداف الأساسية .					
05	أحس عمالا بالخوف قبل إشتراكي في المنافسة مباشرة .					
06	أستمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة .					
07	أحشى الهزيمة في المنافسة .					
08	الخط يؤدي إلى الفوز بدرجة أكثر من بذل الجهد .					
09	في بعض الأحيان عندما أتمتع في المنافسة فإن ذلك يضاهيني لعدة أيام .					
10	في استعداد للتدريب طوال العام بدون إنقطاع لكي أنتج في رياضي .					
11	لا أجد صعوبة في النوم ليلة إشتراكي في المنافسة .					
12	الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا.					
13	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية .					
14	أفضل أن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية .					
15	عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة .					
16	لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضي.					
17	قبل إشتراكي في المنافسة لا أشغل 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	هدي هو أن أكون مميزا في رياضي .					

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس بمستغانم

معهد علوم و تقنيات أنشطة التربية البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي تخصص التحضير النفسي

استمارة الاعداد النفسي موجهة
للسادة الأساتذة المحكمين

أساتذتي الكرام تحية طيبة و بعد

في اطار القيام براسة تحت عنوان " أهمية التحضير النفسي للمدرب في
تحسين دافعية الانجاز لدى لاعبين كرة القدم فئة أكابر " و ذلك ضمن
متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.
و بصفتكم أساتذة التربية البدنية الرياضية و المؤهلين لتحكيم هذه الاستمارة
أرجو من أساتذتي الكرام تحكيمها قصد مساعدتي في انجاز استمارة البحث

تحت اشراف

ا.د بن قلاوز التواتي

اعداد الطالب

لوافي محمد

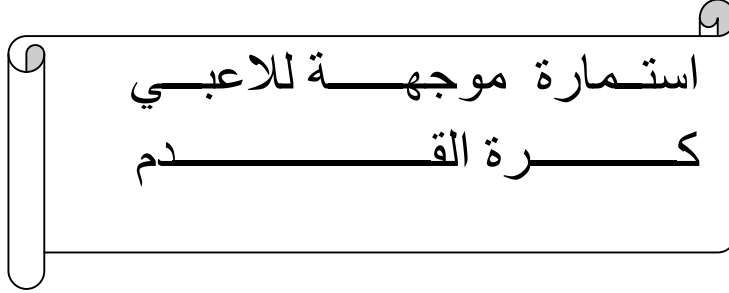
المحور	الرقم	العبارة	غالبا	أحيانا	نادرا
أهمية قرارات المدرب على الحالة النفسية و على دافعية الإنجاز	01	هل ينتابك الخوف من ارضاء المدرب أثناء المنافسة			
	02	هل يهتم المدرب بحالتك النفسية			
	03	هل يظهر المدرب بحالة نفسية جيدة أثناء المنافسة			
	04	هل أداءك في التدريب أفضل من أداءك في المباراة هل دافعيته للانجاز في التدريب أفضل من دافعيته الانجاز في المباراة			
	05	هل تؤثر قرارات المدرب على أداء اللاعبين و على دافعية الانجاز لهم			
	06	هل يترك لك المدرب الحرية أثناء التدريب			
العلاقة بين المدرب و اللاعبين من الناحية النفسية	07	هل يقوم المدرب بتحفيز اللاعب الذي يقوم بأداء جيد			
	08	هل تشعر بالراحة بوجود مدربك			
	09	هل يكون مدربك متسامح معك عند غيابك في الحصص التدريبية			
	10	هل يبين المدرب لكل لاعب نقط قوته و نقاط ضعفه			
	11	هل تشعر بأن مدربك لا يفهمك			
	12	هل يتعامل المدرب معك أثناء المنافسة بلا مبالاة			
كفاءة المدرب في فرض الانضباط و الصرامة بنجاح عملية التدريب	13	هل تشعر بالملل عندما يحين وقت الحصص التدريبية			
	14	هل نصائح المدرب أثناء المنافسة تساعدك في اظهار قدراتك			
	15	هل يعتمد مدربك في تكوينك على الجانب النفسي			
	16	هل طريقة انتقادات مدربك لك تجعلك تشعر بالاحباط			
	17	هل يشعر مدربك بتوترك داخل الميدان			
	18	هل يعطيك مدربك النصائح و الارشادات بطريقة هادئة			

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس بمستغانم

معهد علوم و تقنيات أنشطة التربية البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي تخصص التحضير النفسي



إخواني اللاعبين الكرام تحية طيبة و بعد:

في إطار القيام بدراسة جامعية تحت عنوان "أهمية التحضير النفسي للمدرب في تحسين دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم فئة أكابر" و ذلك ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات التربوية البدنية و الرياضية تخصص التحضير النفسي.

و بصفتكم لاعبين لفريق كرة القدم و الأشخاص المؤهلين لتزويدنا بالمعلومات و الحقائق في هذا الموضوع, نرجو من الإخوة الكرام الإجابة عن عبارات هذه الإستمارة بكل صدق و موضوعية, قصد مساعدتنا في إنجاز هذا البحث بهدف إثراء البحث العلمي.

ملاحظة:

- كل الإجابات صحيحة.

- الإجابة تكون بوضع (X) في الخانة المناسبة.

- الإجابة بكل صدق و موضوعية.

تقبلو منا كل الشكر و الإحترام

تحت إشراف

أ.د. أحمد بن قلاوز التواتي

من إعداد الطالب

لوافي محمد