



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:....

القسم : التدريب الرياضي

الرمز:

الشعبة: التدريب الرياضي

التخصص: التحضير البدني الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة (ماستر)

دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة
" دراسة ميدانية لبعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم "

إشراف الاستاذ:

اعداد الطالب:

الدكتور مقدر رابح

ماضي الربيع

السنة الجامعية : 2025/ 2026



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:....

القسم : التدريب الرياضي

الرمز:

الشعبة: التدريب الرياضي

التخصص: التحضير البدني الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة

(ماستر)

دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة
" دراسة ميدانية لبعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم "

إشراف الاستاذ:

اعداد الطالب:

- الدكتور مقدر رابح

- ماضي الربيع

السنة الجامعية : 2025-2026

شكر وعرفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين أما بعد:

فإننا نشكر الله وافر الشكر أن وفقنا وأعاننا على إتمام هذه المذكرة، ثم نوجه أسمى عبارات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل الى الأستاذ الدكتور "مقدر رابح" نظير ما قدمه لنا من توجيهات وارشادات لإثراء بحثنا في جميع جوانبه وفصوله، نسأل الله العلي القدير أن يجازيه خير الجزاء وأن يمتعه بموفور الصحة والعافية.

كما يدعوننا واجب الوفاء والعرفان أن نتقدم بخالص عبارات الشكر والتقدير والاحترام لكل أساتذة وموظفي قسم التدريب الرياضي خصوصا كل باسمه ومقامه ووظيفته، والى كل العاملين بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة كل حسب رتبته ومنصبه.

كما لا يفوتنا أن نقف في هذه المحطة وقفة إجلال وتقدير لكل معلمينا وأساتذتنا في مختلف الأطوار، وكل من له فضل علينا، دون أن ننسى زملاؤنا الطلبة وكل من قدّم لنا المساعدة والمساندة ولو بكلمة طيبة.

الأهداء

أهدي هذا العمل إلى الله عز و جل الذي سدد خطانا لانجاز هذا العمل ، كما نشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في انجاز هذا العمل ، ونخص بالذكر الأستاذ التي لم تبخل علينا بتوجيهاته و معلوماته القيمة التي ساعدتنا كثيرا " وإلى العائلة الكريمة كما لا يفوتنا أن نوجه شكرنا إلى كل الذين ساعدونا في إتمام هذا البحث

	فهرس المحتويات
	شكر وعرفان
	إهداء
	قائمة المحتويات.
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية
أ	مقدمة
الجانب المنهجي	
الفصل الأول	
الإطار المنهجي للدراسة	
05	1- الإشكالية:
06	2- التساؤلات الجزئية:
06	3- الفرضية العامة:
06	4- الفرضيات الجزئية:
06	5- أهداف الدراسة:
07	6- أهمية الدراسة:
08	7- حدود الدراسة:
08	8- صعوبات الدراسة:
10	9- تحديد مفاهيم و شرح مصطلحات الدراسة:
13	10- الدراسات السابقة:
18	11- التعليق على الدراسات السابقة:

الجانب النظري	
الفصل الثاني	
الألعاب الشبه رياضية	
22	تمهيد:
23	المبحث الأول: مفهوم اللعب
30	المبحث الثاني : مفهوم الألعاب الشبه رياضية
31	المطلب الأول: تعريف الألعاب الشبه رياضية
31	المطلب الثاني: أهداف الألعاب الشبه رياضية
37	المطلب الثالث: أنواع الألعاب الشبه رياضية
43	خلاصة الفصل:
الفصل الثالث	
الدافعية في الميدان الرياضي	
45	تمهيد:
46	المبحث الأول: مفهوم الدافعية الرياضية وأهميتها
46	المطلب الأول: تعريف الدافعية
48	المطلب الثاني: مبادئ الدافعية و خصائصها
50	المطلب الثالث : النظريات المفسرة للدافعية
56	المطلب الرابع: أنواع الدافعية
58	المبحث الثاني: الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة
58	المطلب الأول: خصائص المرحلة العمرية
60	المطلب الثاني: العوامل المؤثرة في دافعية لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة
65	المطلب الثالث: مؤشرات ضعف وقوة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة

69	خلاصة الفصل:
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع عرض ومناقشة وتفسير النتائج	
71	تمهيد:
71	1 / منهجية البحث:
72	2 / الدراسات الاستطلاعية:
72	3 / مجتمع البحث:
73	4 / عينة البحث وكيفية اختيارها:
73	5 / خصائص عينة البحث:
74	6 / متغيرات البحث:
74	7 / المجال الزمني والمكاني للدراسة:
74	8 / أدوات جمع البيانات:
75	9 / الصدق والثبات:
75	10 / الوسائل الإحصائية:
77	ثانيا / عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:
83	المحور الأول: واقع استخدام الألعاب الشبه رياضية في تدريب كرة القدم
84	واقع استخدام الألعاب الشبه رياضية في تدريب كرة القدم
86	المحور الثاني: دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى اللاعبين
86	دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى اللاعبين
88	مقابلة النتائج بالفرضيات
88	1 / مقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الأولى
89	2 / مقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثاني

90	3/ مقابلة النتائج بالفرضية العامة
91	النتائج العامة للدراسة
92	التوصيات والاقتراحات
92	الخاتمة
97	قائمة المراجع
	الملاحق

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب السن	77
02	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى العلمي	78
03	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخبرة في التدريب	79
04	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الشهادة التدريبية	81

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب السن	77
02	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى العلمي	78
03	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخبرة في التدريب	80
04	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الشهادة التدريبية	81

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، وذلك من خلال دراسة ميدانية أجريت على بعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم. وانطلقت الدراسة من التساؤل الرئيس المتمثل في مدى إسهام الألعاب الشبه رياضية في رفع مستوى الدافعية لدى اللاعبين، من خلال تعزيز روح التنافس وتحفيزهم على المشاركة الفعالة في التدريبات والمباريات. اعتمد الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملاءمته طبيعة الدراسة، حيث تم جمع البيانات من عينة من المدربين واللاعبين المنتمين إلى أندية رابطة باتنة الجهوية لفئة أقل من 20 سنة، بالاعتماد على استمارة الاستبيان والمقابلة والملاحظة الميدانية، ثم تمت معالجة البيانات وتحليلها إحصائياً للوصول إلى النتائج العلمية.

أظهرت نتائج الدراسة أن الألعاب الشبه رياضية تعد وسيلة تدريبية فعالة تسهم في رفع مستوى الدافعية لدى اللاعبين، من خلال زيادة الحماس والرغبة في التدريب، وتنمية روح التنافس الإيجابي بينهم، وتعزيز مشاركتهم الفعالة أثناء الحصص التدريبية والمباريات. كما بينت النتائج أن هذه الألعاب تساعد على كسر الروتين التدريبي وإضفاء جو من المتعة والتشويق، مما ينعكس إيجاباً على الأداء الرياضي والالتزام بالتدريب. وفي ضوء هذه النتائج، أوصت الدراسة بضرورة إدماج الألعاب الشبه رياضية بصورة منتظمة ضمن البرامج التدريبية الخاصة بفئة أقل من 20 سنة، مع توعية المدربين بأهميتها النفسية والتربوية والبدنية، والعمل على استثمارها كأداة فعالة لتعزيز الدافعية وتحسين جودة العملية التدريبية.

الكلمات المفتاحية: الألعاب الشبه رياضية، الدافعية الرياضية، كرة القدم، لاعبو فئة أقل من 20 سنة، التدريب الرياضي.

Study Abstract

This study aimed to identify the role of semi-sport games in enhancing motivation among football players under the age of 20 through a field study conducted on selected clubs affiliated with the Batna Regional Football League. The study was based on the main research question of whether semi-sport games contribute to increasing players' motivation by strengthening their competitive spirit and encouraging their active participation in training sessions and matches.

The researcher adopted the descriptive survey method, which was considered appropriate for the nature of the study. Data were collected from a sample of coaches and players belonging to clubs of the Batna Regional Football League in the under-20 category. The research relied on questionnaires, interviews, and field observations as data collection tools, and the gathered data were statistically analyzed to obtain scientific results.

The findings revealed that semi-sport games are an effective training tool that significantly enhances players' motivation by increasing enthusiasm and willingness to train, fostering a positive competitive spirit, and encouraging active participation during training sessions and matches. The results also showed that these games help break training monotony and create an atmosphere of enjoyment and excitement, which positively affects athletic performance and commitment to training.

Based on these findings, the study recommends the regular integration of semi-sport games into training programs designed for under-20 football players. It also emphasizes the importance of raising coaches' awareness of their psychological, educational, and physical benefits and utilizing them as an effective means of enhancing motivation and improving the overall quality of the training process.

Keywords: Semi-Sport Games, Sports Motivation, Football, Under-20 Players, Sports Training.

مقدمة

أصبحت الرياضة في العصر الحديث من أهم المجالات التي تحظى باهتمام كبير من طرف الدول والمجتمعات، لما لها من دور فعال في تنمية الفرد بدنيا ونفسيا واجتماعيا، حيث لم تعد الممارسة الرياضية تقتصر فقط على الترفيه أو المنافسة، بل أصبحت وسيلة أساسية لإعداد الفرد المتكامل القادر على التفاعل الإيجابي داخل المجتمع، وقد ساهم التطور العلمي والتكنولوجي في إحداث تغييرات كبيرة في ميدان التدريب الرياضي، إذ اتجهت مختلف الهيئات والنوادي الرياضية إلى تبني أساليب تدريبية حديثة تعتمد على أسس علمية ونفسية وتربوية تهدف إلى الرفع من مستوى الأداء وتحقيق أفضل النتائج.

كرة القدم هي من أكثر الرياضات انتشارا وشعبية في العالم، لما تتميز به من إثارة وتشويق ومنافسة، إضافة إلى تأثيرها الكبير على مختلف الفئات العمرية، خاصة فئة الشباب، كما أن التطور الذي عرفته هذه الرياضة جعل عملية إعداد اللاعبين تعتمد على برامج تدريبية دقيقة تهدف إلى تطوير مختلف الجوانب البدنية والمهارية والخططية والنفسية. ولم يعد نجاح اللاعب مرتبطا فقط بامتلاكه للقدرات البدنية أو المهارية، بل أصبح مرتبطا كذلك بمدى تمتعه بعوامل نفسية تساعد على الاستمرار والتطور، وعلى رأسها الدافعية التي تعتبر من أهم المحددات المؤثرة في السلوك الرياضي.

وتعرف الدافعية بأنها القوة الداخلية التي تدفع الفرد إلى القيام بسلوك معين من أجل تحقيق هدف محدد، وهي عنصر أساسي في المجال الرياضي لأنها تؤثر بشكل مباشر في درجة التزام اللاعب بالتدريبات، ومدى رغبته في تطوير مستواه وتحقيق الإنجازات، فاللاعب الذي يمتلك دافعية مرتفعة يكون أكثر قدرة على التحمل والمثابرة والتفاعل الإيجابي داخل الفريق، بينما يؤدي ضعف الدافعية إلى انخفاض مستوى الأداء وفقدان الرغبة في التدريب والمنافسة، لذلك أصبحت الدافعية من الموضوعات التي تحظى باهتمام واسع من طرف الباحثين والمدرسين في علوم الرياضة، خاصة عند التعامل مع الفئات الشبانية التي تتأثر بدرجة كبيرة بالمحيط التدريبي والنفسي.

وفي ظل هذا الاهتمام المتزايد بالجوانب النفسية، ظهرت العديد من الأساليب التدريبية الحديثة التي تهدف إلى خلق جو تدريبي محفز وممتع يساعد اللاعبين على الاندماج والتفاعل داخل الحصة التدريبية، ومن بين هذه الأساليب الألعاب الشبه رياضية التي أصبحت تحتل مكانة مهمة في العملية التدريبية الحديثة. وتتمثل الألعاب الشبه رياضية في مجموعة من الأنشطة والتمارين التي تشبه الألعاب الرياضية الحقيقية من حيث الحركة والتنافس، لكنها تتميز بالمرونة والتشويق وتنوع المواقف، مما يجعلها أكثر جذبا للاعبين، خاصة فئة الشباب.

وتكمن أهمية الألعاب الشبه رياضية في كونها لا تقتصر فقط على تطوير الجوانب البدنية والمهارية، بل تمتد أيضا إلى الجوانب النفسية والاجتماعية، حيث تساعد على تنمية روح التعاون والتنافس الإيجابي، وتخفيف الضغوط النفسية، وكسر الروتين الذي قد يرافق التدريبات التقليدية، كما تساهم في زيادة حماس اللاعبين وتشجيعهم على المشاركة الفعالة داخل الحصة التدريبية، الأمر الذي ينعكس إيجابا على مستوى الدافعية لديهم، ولهذا أصبحت العديد من الأندية والمدربين يعتمدون على هذه الألعاب باعتبارها وسيلة فعالة لتحفيز اللاعبين وتحسين استجابتهم للبرامج التدريبية.

وتبرز أهمية هذا الموضوع بشكل أكبر عند الحديث عن فئة أقل من 20 سنة، باعتبارها مرحلة عمرية حساسة تتسم بالتغيرات النفسية والبدنية والاجتماعية، حيث يكون اللاعب في حاجة إلى أساليب تدريبية تتماشى مع خصائصه العمرية والنفسية. فهذه الفئة تحتاج إلى التنوع والتشويق داخل الحصص التدريبية حتى لا تقع في الملل أو فقدان الرغبة في التدريب، وهو ما يجعل الألعاب الشبه رياضية من الوسائل المناسبة التي يمكن أن تسهم في تعزيز دافعيتهم وتشجيعهم على تطوير أدائهم الرياضي.

ومن خلال الملاحظة الميدانية واحتكاك الباحث بالوسط الرياضي، تبين أن بعض المدربين مازالوا يعتمدون على أساليب تدريبية تقليدية قد تقتصر أحيانا إلى عناصر التشويق والتحفيز، الأمر الذي قد يؤثر سلبا على دافعية اللاعبين، خاصة في الفئات الشبانية، كما أن اعتماد الألعاب الشبه رياضية داخل الحصص التدريبية قد يختلف من ناد إلى آخر حسب إمكانيات

المدرّب ونظّرتّه لأهمّية هذا النوع من الأنشطة التدرّيبية، ممّا دفع إلى محاولة دراسة هذا الموضوع والكشف عن مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة.

وتكمن أهمّية هذه الدراسة في كونها تتناول موضوعاً يجمع بين الجانبين النفسي والتدرّبي في المجال الرياضي، كما قد تساهم نتائجها في توجيه المدرّبين إلى ضرورة الاهتمام بالألعاب الشبه رياضية كوسيلة فعّالة لتحفيز اللاعبين ورفع مستوى دافعيتهم. إضافة إلى إثراء الجانب العلمي في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من خلال تسليط الضوء على أهمّية الأساليب التدرّبية الحديثة في تطوير الأداء الرياضي.

وقد تم تقسيم هذه المذكرة إلى إطار منهجي وثلاثة فصول رئيسية، حيث تضمن الإطار المنهجي إشكالية الدراسة وفرضياتها وأسباب اختيار الموضوع وأهداف الدراسة والمنهج المعتمد وأدوات جمع البيانات، إضافة إلى تحديد المفاهيم الأساسية للدراسة، أما الفصل الأول فقد تناول موضوع الألعاب الشبه رياضية من حيث المفهوم والخصائص والأهمّية والأنواع ودورها في العملية التدرّبية، بينما خصص الفصل الثاني لدراسة الدافعية في الميدان الرياضي، من خلال التطرق إلى مفهوميها وأنواعها وخصائصها والعوامل المؤثرة فيها وعلاقتها بالأداء الرياضي، في حين تم تخصيص الفصل الثالث للدراسة الميدانية، والذي تم فيه عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة المطبقة على بعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم، وصولاً إلى مجموعة من النتائج والاستنتاجات والتوصيات المرتبطة بموضوع البحث.

الإطار المنهجي للدراسة

1/ الإشكالية:

تعتبر الدافعية لدى الرياضيين عنصرا أساسيا في تطوير الأداء الرياضي، إذ تلعب دورا محوريا في تحديد مستوى الالتزام، الاستمرارية، وتحقيق النتائج المرجوة على المستوى الفردي والجماعي ولا يخفى أن كرة القدم، بصفتها رياضة جماعية تتطلب تنسيقا عاليا بين اللاعبين، تعتمد بشكل كبير على عناصر التحفيز الداخلي للفرد، إلى جانب التدريب الفني والبدني، ويعد الحفاظ على دافعية اللاعبين الشباب، خاصة فئة أقل من 20 سنة، أمرا بالغ الأهمية، نظرا للحساسية النفسية والاجتماعية لهذه الفئة، وتأثرهم بعوامل متنوعة قد تؤثر على رغبتهم في المشاركة والتفوق.

في هذا السياق، ظهرت الألعاب الشبه رياضية كأحد الأساليب الحديثة والفعالة في التدريب الرياضي، إذ تمثل نمطا تدريبيا يجمع بين التنافسية والمرح والمحاكاة الجزئية للمواقف الحقيقية داخل المباريات، وتعتمد هذه الألعاب على تنويع المهام، تحدي القدرات، وتشجيع التعاون بين اللاعبين، مما يساهم في تعزيز الدافعية الذاتية لديهم، سواء على مستوى المشاركة الفعالة في التدريبات أو الأداء داخل المباراة.

على الرغم من الاهتمام الأكاديمي والتطبيقي بهذا المجال، إلا أن الدراسات الميدانية حول فعالية الألعاب الشبه رياضية في تحفيز لاعبي كرة القدم الشباب في الجزائر، وبشكل خاص في أندية رابطة باتنة الجهوية، ما زالت محدودة، ومن هنا يبرز التساؤل حول مدى قدرة هذه الألعاب على تحسين الدافعية وتعزيز الالتزام الرياضي لدى هذه الفئة العمرية، وتقديم توصيات عملية للمدربين حول استراتيجيات التدريب الأكثر تحفيزا وفاعلية.

تتمحور إشكالية هذه الدراسة حول التساؤل الرئيسي التالي:

هل للألعاب شبه الرياضية فعالية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة؟

وترتكز هذه الإشكالية على ضرورة فهم العلاقة بين طرق التدريب التفاعلية والمحفزة وبين مستويات الدافعية لدى اللاعبين الشباب، بما يسمح للمدربين والأندية بتطوير أساليب تدريبية تركز على الحافز الداخلي للاعب وتحفيزه على الاستمرار والتفوق.

2/ التساؤلات الجزئية:

1-2 هل للألعاب شبه رياضية دور في تعزيز روح التنافس لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة؟

2-2 هل للألعاب الشبه رياضية دور في تحفيز اللاعبين وتعزيز المشاركة في التدريبات والمباريات؟

3/ الفرضية العامة:

للألعاب شبه الرياضية فعالية كبيرة في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة.

4/ الفرضيات الجزئية:

1-4 للألعاب شبه رياضية دور كبير في تعزيز روح التنافس لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة.

2-4 للألعاب الشبه رياضية دور كبير في تحفيز اللاعبين وتعزيز المشاركة في التدريبات والمباريات.

5/ أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى معرفة ما يلي:

1- معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة.

2- دور الألعاب شبه رياضية في تعزيز روح التنافس لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة.

3- دور الألعاب الشبه رياضية في تحفيز اللاعبين وتعزيز المشاركة في التدريبات والمباريات.

6/ أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة من الدور المحوري الذي تلعبه الدافعية في الأداء الرياضي، حيث تعد محفزا أساسيا لاستمرارية اللاعبين في التدريب والمنافسة، ولتحقيق مستويات أداء عالية فاللاعبون الشباب، وبالأخص فئة أقل من 20 سنة، يحتاجون إلى تحفيز مستمر يعزز رغبتهم في المشاركة والتفوق، ويحول التحديات التدريبية إلى فرص لتطوير مهاراتهم البدنية والفنية ومن هذا المنطلق، تأتي أهمية البحث في استكشاف الألعاب الشبه رياضية كأداة فعالة لتحفيز هذه الفئة، ورفع مستوى اهتمامهم واندماجهم في العملية التدريبية.

كما تكتسب الدراسة أهميتها من الحاجة العملية للمدربين والأطر التدريبية، إذ توفر لهم مؤشرات واضحة حول كيفية توظيف الألعاب الشبه رياضية بطريقة منهجية لتعزيز الدافعية والتحفيز الداخلي للاعبين فالمعرفة الدقيقة بأنواع الألعاب وطرق تطبيقها ومدى تأثيرها على الحافز النفسي تساهم في تطوير أساليب تدريبية مبتكرة، تزيد من جودة التدريب وفعالية الأداء خلال المباريات، وتقلل من حالات الملل أو الانسحاب من الأنشطة الرياضية.

على المستوى الأكاديمي، تساهم الدراسة في سد الفجوة البحثية المتعلقة بتأثير الألعاب الشبه رياضية على الدافعية في كرة القدم الشبابية داخل الجزائر، خاصة في أندية رابطة باتنة الجهوية، حيث لا تزال الدراسات الميدانية محدودة إذ تمثل هذه الدراسة إضافة علمية تسلط الضوء على العلاقة بين أساليب التدريب التفاعلية والدافعية لدى اللاعبين، وتفتح المجال لإجراء المزيد من الدراسات المستقبلية حول هذا الموضوع في سياقات محلية وإقليمية مختلفة.

تتجلى أهمية الدراسة أيضا في البعد الاجتماعي والتربوي، حيث يتيح تعزيز الدافعية لدى اللاعبين الشباب فرصا أفضل للتنشئة الرياضية السليمة، تطوير قيم التعاون والانضباط، وتعزيز الصحة النفسية والجسدية، مما يجعل الرياضة وسيلة فعالة لبناء شخصية متكاملة

للجيل الصاعد، بعيدا عن المخاطر السلبية التي قد تواجه الشباب في غياب التحفيز والتوجيه السليم.

7- حدود الدراسة:

7-1 الحدود الزمانية

تغطي هذه الدراسة الفترة الزمنية للموسم الرياضي الحالي، حيث تم متابعة اللاعبين خلال التدريبات والمباريات لفترة محددة تسمح بقياس تأثير الألعاب الشبه رياضية على دافعية لاعبي كرة القدم الشباب قبل وبعد تطبيقها وقد تم تحديد هذه الفترة لضمان توفر بيانات دقيقة وواقعية حول التغيرات في مستويات الدافعية، مع إمكانية مقارنة النتائج على مدار مراحل التدريب المختلفة.

7-2 الحدود المكانية

تقتصر الدراسة على أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم، وذلك بسبب توفر اللاعبين الشباب المنتمين لفئة أقل من 20 سنة وإمكانية الوصول إليهم ومتابعتهم أثناء التدريبات والمباريات. كما يسمح هذا التحديد المكاني للباحث بجمع بيانات دقيقة وميدانية حول طرق استخدام الألعاب الشبه رياضية في بيئة تدريبية فعلية، مع مراعاة السياق المحلي للمنطقة وتأثيره على سلوك اللاعبين والتحفيز النفسي لديهم.

7-3 الحدود البشرية

تشمل الدراسة اللاعبين الشباب المنتمين للفئة العمرية أقل من 20 سنة داخل الأندية المختارة، إضافة إلى المدربين المسؤولين عن هذه الفئة ويهدف هذا التحديد إلى ضمان أن تكون البيانات المتعلقة بالدافعية واستجابة اللاعبين للألعاب الشبه رياضية دقيقة ومحددة ضمن العينة المستهدفة، مع التركيز على التفاعل بين اللاعبين والألعاب خلال التدريب، وتقييم الانطباعات والتجارب الواقعية للمدربين حول تأثير هذه الألعاب على تحفيز اللاعبين.

8/ صعوبات الدراسة:

تواجه هذه الدراسة عدة صعوبات طبيعية تتعلق بطبيعة البحث الميداني والفئة العمرية المستهدفة والبيئة التدريبية، ويمكن تقسيمها إلى عدة محاور أساسية:

8-1 الصعوبات البشرية

تتعلق الصعوبات البشرية بالعينة المستهدفة من اللاعبين والمدربين فالفئة العمرية أقل من 20 سنة تتميز بحساسية نفسية عالية، وقد يظهر بعض اللاعبين تفاوتاً في استجابتهم للدافعية والتحفيز أثناء التدريب كما أن بعض اللاعبين قد يكونون مترددين في التعبير عن آرائهم بحرية في الاستبيانات أو المقابلات، أو يميلون إلى تقديم إجابات تحاكي توقعات الباحث والمدرّب، وهو ما قد يؤثر على دقة البيانات كما أن الانضباط والالتزام بالتدريبات والمقابلات ليس متساوياً بين جميع اللاعبين، وقد يتسبب الغياب الجزئي لبعض اللاعبين في فقدان جزء من البيانات المهمة.

8-2 الصعوبات الميدانية

تتعلق هذه الصعوبات بتنظيم العمل الميداني وجمع البيانات ضمن أندية رابطة باتنة الجهوية إذ أن اختلاف أوقات التدريبات بين الأندية، أو كثافة جدول المباريات، قد يشكل تحدياً في متابعة اللاعبين بانتظام كما أن الحاجة للتنسيق مع الإدارات والمدربين للحصول على إذن بدخول التدريبات والمشاركة في الملاحظة تتطلب وقتاً وجهداً إضافياً، وقد واجهتنا صعوبة في الحصول على موافقة جميع الأندية المختارة بالإضافة إلى ذلك، قد تتغير ظروف التدريبات أو توقيت المباريات فجأة، مما يفرض علينا المرونة وإعادة جدولة جمع البيانات لضمان استمرارية المتابعة.

8-3 الصعوبات المنهجية وأدوات البحث

تمثل الصعوبات المنهجية تحدياً آخر، حيث أن دمج البيانات الكمية والنوعية يتطلب إعداد أدوات دقيقة وموثوقة، مثل الاستبيانات المقننة، المقابلات شبه المهيكلة، والملاحظة الميدانية. فصيغة الأسئلة بطريقة واضحة وسهلة الفهم للاعبين الشباب يعد أمراً بالغ الأهمية لتجنب الالتباس وضمان دقة الإجابات كما أن تحليل البيانات النوعية يتطلب مهارة عالية لاستخراج الأنماط والاتجاهات دون تحيز الباحث، والحفاظ على الموضوعية أثناء تفسير النتائج.

8-4 الصعوبات الزمنية

يشكل الجانب الزمني أحد أهم التحديات، إذ أن دراسة أثر الألعاب الشبه رياضية على الدافعية تتطلب متابعة اللاعبين لفترة زمنية محددة خلال الموسم الرياضي وقد يؤثر ضغط الوقت أو اضطراب جدول التدريبات والمباريات على قدرة الباحث على جمع البيانات بشكل منتظم، مما قد يؤدي إلى وجود فروقات في قياس مستويات الدافعية قبل وبعد التطبيق.

8-5 الصعوبات البيئية والاجتماعية

تلعب العوامل البيئية والاجتماعية دوراً في مدى استجابة اللاعبين للألعاب الشبه رياضية. فالدعم الأسري، البيئة المدرسية، العلاقات داخل الفريق، والمناخ الاجتماعي للمدرب واللاعبين قد تؤثر على مستوى الدافعية، مما يجعل تفسير النتائج أكثر تعقيداً ويستدعي مراعاة هذه العوامل عند تحليل البيانات وربطها بسلوك اللاعبين.

8-6 صعوبات التحليل والتفسير

تتضمن هذه الصعوبات الحاجة إلى الجمع بين البيانات الكمية والنوعية بشكل متكامل، لضمان تفسير النتائج بدقة وموضوعية فالبيانات الكمية المستخلصة من الاستبيانات تحتاج إلى تحليل إحصائي دقيق، بينما البيانات النوعية من المقابلات والملاحظة تتطلب تصنيفاً موضوعياً وتفسيراً علمياً يربط بين مستوى الدافعية والألعاب الشبه رياضية.

على الرغم من هذه الصعوبات، يمكن تجاوزها عبر التخطيط المسبق للعمل الميداني، التنسيق المستمر مع الأندية والمدربين، استخدام أدوات بحثية متعددة ومتنوعة، والاعتماد على التحليل الموضوعي للبيانات وتعتبر هذه الإجراءات ضرورية لضمان دقة النتائج وموثوقيتها، والاستفادة العملية من التوصيات المستخلصة لتعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

9/ تحديد مفاهيم و شرح مصطلحات الدراسة:

من خصائص العلم ومستلزمات الدقة في العلم وضع تعريفات واضحة ومحددة لكل مفهوم أو مصطلح مهما كانت هذه المفاهيم بسيطة، ولذلك سنحاول التعرض لكافة المفاهيم والمصطلحات التي تحتوي عليها هذه الدراسة.

9-1 الألعاب الشبه رياضية:

لغويا: هي الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها ، (السهروردي، 1977، ص20)

اصطلاحا: الألعاب الشبه رياضية تعتبر وسيلة من الوسائل التي تساعد في بناء قدرة الجسم بدنيا ومهاريا وهي لا تخلو من عنصر المنافسة، وتعد إحدى وسائل إعداد الناشئ إعدادا جيدا حيث أنها تحتوي على عناصر اللياقة البدنية والتي تتمثل في القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة، التوازن، التحمل (السباح، 2007، ص27)

ويعرفها عبد الحليم مشرف على أساس أنها ألعاب بسيطة التنظيم وتتميز بسهولة في أدائها، يصاحبها البهجة والسرور، تحمل بين طياتها روح التنافس، وتتميز قوانينها بالبساطة والسهولة (شرف، 2001، ص100)

الألعاب الشبه الرياضية هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا وسهلة في الأداء ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها، ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة، ولكن يمكن للمدرب وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم والهدف المراد تحقيقه،

ويمكن ممارستها في أي مكان، كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات وهي لا تحتاج إلى تنظيم معقد ودقيق (فرج، 2002، ص25).

اجرائيا:

الألعاب الشبه رياضية هي ألعاب جماعية وفردية لا تتطلب وسائل كبيرة لأدائها تكون محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم يمكن ممارستها في أي مكان، تعمل على تحفيز الطفل وبناء فكره وتطوير قدراته البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة.

الألعاب الشبه رياضية هي ألعاب صغيرة وبسيطة تبعث البهجة والسرور في نفوس اللاعبين وخاصة فئة المراهقين حيث تحمل في طياتها روح التنافس كما أنها تتميز بالبساطة.

9-2/ الدافعية:

تعتبر الدافعية من المفاهيم الأساسية في علم النفس الرياضي، حيث تشير إلى مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تحرك سلوك الفرد وتوجهه نحو تحقيق أهداف محددة فهي تمثل الحالة النفسية التي تدفع اللاعب إلى بذل الجهد، والاستمرار في الأداء، والمثابرة رغم الصعوبات، من أجل تحسين مستواه وتحقيق النجاح الرياضي.

وفي سياق كرة القدم، تعرف الدافعية بأنها ذلك الاستعداد النفسي الذي يجعل اللاعب يقبل على التدريب والمنافسة بحماس ورغبة، ويسعى إلى تطوير مهاراته البدنية والتقنية، مع الحفاظ على مستوى عال من الالتزام والانضباط كما ترتبط الدافعية بدرجة الإشباع النفسي الذي يحصل عليه اللاعب من ممارسته للنشاط الرياضي، سواء كان ذلك بدافع داخلي (كحب اللعبة والتحدى) أو بدافع خارجي (كالحوافز والتشجيع) (علاوي، 2002، ص45).

وعليه، يمكن القول إن الدافعية تمثل عاملا حاسما في توجيه سلوك لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، لما لها من دور في رفع مستوى الأداء، وتعزيز روح المنافسة، وتحقيق الاستمرارية في التدريب والتطور الرياضي.

9-3 / كرة القدم:

هي رياضة جماعية يتبارى فيها فريقان لكل منهما 11 لاعب، 10 لاعبين مع حارس المرمى، يمرر اللاعبون الكرة فيها بينهم ليحاولوا التسجيل في مرمى الخصم لإحراز الهدف. كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل، كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع (رومي، 1986، ص 50-52)

التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي نوع من الرياضات الجماعية المحببة لدى العديد والتي تتكون من فريقين بحيث يحاول كل فريق إحراز أكبر عدد من الأهداف عن طريق التسجيل في مرمى الخصم والفوز بالمباراة.

كرة القدم هي رياضة جماعية تتحكم فيها عدة عوامل عقلية، نفسية، الاجتماعية، التقنية، والبدنية، مباراة كرة القدم عبارة عن مجهودات متقطعة تتخللها راحة بينية، كما تختلف شدة المجهودات المبذولة خلال مباراة كرة القدم من شدة ضعيفة تتمثل في المشي، الجري الخفيف، الجري للخلف، وشدة متوسطة كالجري بسرعة متوسطة أما المجهودات التي تحدث الفرق في نتيجة المباريات هي المجهودات ذات شدة عالية كالجري بأقصى سرعة والمجهودات الانفجارية كالقفزات وإنطلاق السرعة وتغيير الاتجاهات.

9-4 / المرحلة العمرية أقل من 20 سنة :

تشير المرحلة العمرية أقل من 20 سنة إلى فئة عمرية تتدرج ضمن أواخر مرحلة المراهقة وبدايات مرحلة الشباب، وتمتد تقريبا من سن 17 إلى 19 سنة وتتميز هذه المرحلة بجملة من التغيرات المتكاملة، تشمل النمو البدني السريع، والنضج الفسيولوجي، إلى جانب التطور المعرفي والانفعالي والاجتماعي.

في المجال الرياضي، تعد هذه الفئة من أهم المراحل التكوينية، حيث يصل اللاعب إلى مستوى متقدم من النضج البدني والمهاري، ما يسمح له باستيعاب الخطط التكتيكية المعقدة وتحمل أعباء التدريب والمنافسة كما تتسم هذه المرحلة بارتفاع مستوى الدافعية والطموح نحو تحقيق الإنجاز، مع الحاجة إلى التوجيه والتأطير المناسبين لضمان تطور متوازن. وعليه، يمكن تعريف فئة أقل من 20 سنة بأنها مرحلة انتقالية حاسمة في مسار اللاعب الرياضي، يتم خلالها صقل القدرات البدنية والتقنية والنفسية، تمهيدا للانتقال إلى فئة الأكابر والمنافسة على مستويات أعلى.

10- الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة نقطة انطلاقاً للمواضيع أو البحوث والدراسات، حيث تأتي البحوث الجديدة لسد الثغرات وتكملة ما تم عرضه أو دراسته سابقاً، وفي مجال بحثنا تم حصر بعض الدراسات التي اهتمت بدراسة موضوع بحثنا هذا ومن بين الدراسات نذكر ما يلي:

الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: واقع تطبيق الألعاب الشبه رياضية في رياضة كرة القدم، هي دراسة من إعداد الطالبة بوبلي أنيس - بولمطافس عبد الرؤوف - دريدي صابر في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر تخصص تدريب رياضي تنافسي سنة 2019/2018 بجامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل.

إشكالية الدراسة: هل يحظى تطبيق الألعاب الشبه رياضية باهتمام المدربين في رياضة كرة القدم كأداة لتطوير الأداء الرياضي؟

التساؤلات الفرعية:

- ما موقع تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصة التدريبية عند مدربي فرق كرة القدم؟
- هل نقص الوسائل البيداغوجية لا يعيق تطبيق الألعاب الشبه رياضية لتحقيق أهداف الحصة التدريبية عند مدربي كرة القدم؟

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى تطبيق واعتماد الألعاب الشبه رياضية في كرة القدم الجزائرية.

عينة الدراسة:

طبقت هذه الدراسة على عينة سملت 20 مدرب و 200 لاعب ولقد اختيرت العينة بطريقة حيث تكونت عينة الدراسة من 10 مدربين و 62 لاعب صنف أوسط من 10 فرق.

المنهج المتبع : تم الاعتماد على المنهج الوصفي .

نتائج الدراسة:

توصلت هذه الدراسة إلى أن الألعاب الشبه رياضية تحظى باهتمام مدربين كرة القدم كأداة لتحسين الأداء الرياضي وأيضاً أنها وسيلة فعالة في تربية الناشئ ومادة أساسية في البرامج التدريبية والدراسية وفي الأنشطة المختلفة للمؤسسات التربوية والإجتماعية.

- وسيلة فعالة ومؤثرة في تربية الناشئ.
- معظم عينة البحث دائمون على تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية.

الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة : الألعاب الشبه رياضية ودورها في تطوير المهارات الحركية لتلاميذ الطور المتوسط (11-15 سنة) هي دراسة من إعداد الطلبة حنيت يعقوب - لعايب سهيل في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر تخصص تدريب رياضي تنافسي سنة 2016/2017.

إشكالية الدراسة: هل يعتمد استاذ التربية البدنية والرياضية على الألعاب الشبه رياضية في تطور المهارات الحركية لتلاميذ الطور المتوسط؟

التساؤلات الفرعية:

هل الألعاب الفردية والجماعية (الشبه رياضية) المبرمجة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضة من شأنها تحسين المهارات الحركية لتلاميذ الطور المتوسط (11\15 سنة)؟

هل استاذ التربية البدنية والرياضية يقوم ببرمجة الألعاب الشبه رياضية كأسلوب محفز لتنمية المهارات الحركية عند تلاميذ الطور المتوسط (11 / 15 سنة)؟

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن دور الألعاب الشبه رياضية (الفردية والجماعية) المبرمجة من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحسين المهارات الحركية عند تلاميذ الطور المتوسط وكذا مدى استخدامه لهذه الألعاب كأسلوب محفز لتنمية هذه المهارات.

عينة الدراسة:

طبقت هذه الدراسة على عينة شملت 30 تلميذ و 30 أستاذ موزعين على عدة متوسطات بولاية جيجل.

المنهج المتبع: تم الاعتماد على المنهج الوصفي.

نتائج الدراسة:

- توصلت هذه الدراسة إلى أن نصف عينة الأستاذ يرون أن الألعاب الشبه رياضية هي وسيلة لإيصال المعلومات بطريقة مريحة وترفيهية وأيضاً وسيلة تساعد التلاميذ على إتقان بعض المهارات الحركية.
- الاختيار الأمثل للألعاب الشبه رياضية تجذب وتزيد من إقبال التلاميذ لممارسة حصة التربية البدنية.

الدراسة الثالثة:

دراسة خالي يوسف، انعكاسات الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئ كرة القدم 9 / 12 سنة دراسة ميدانية لبعض نوادي ولاية البويرة (من وجهة نظر المدربين)
مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، سنة، 2015 - 2014.

أهداف الدراسة:

- إبراز مكانة ودور الألعاب الشبه الرياضية في الحصة التدريبية.
- محاولة القضاء على مشاكل نقص العتاد الرياضي في المؤسسة الرياضية بصفة عامة وداخل الحصص التدريبية بصفة خاصة.
- إبراز الدور الكبير للألعاب الشبه الرياضية في تعلم المهارات الحركية لدى ناشئ كرة اليد 9-12 سنة أثناء الحصص التدريبية.

المنهج المعتمد: هو المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

النتائج : من خلال الدراسة للنتائج الناجمة عن الفرز توصلنا إلى أن المدربين يرون في الألعاب الشبه رياضية خير وسيلة لتعويض نقص الوسائل والأجهزة الرياضية الكافية لتحسين وتعليم الحركية للاعب .

الدراسة الرابعة:

بعضون : أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير صفتي السرعة والمرونة لدى لاعبي كرة القدم صنف أواسط.

من إعداد الطالب مقيرحي إبراهيم مذكرة ماستر 2016-2017.

الإشكالية:

هل للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي على تطوير صفة السرعة والمرونة لدى لاعبي كرة القدم للأواسط؟

الفرضيات:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي واختبار البعدي في صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي لصفة المرونة لدى لاعبي كرة القدم أواسط.

أهداف الدراسة:

- تعرف التأثير البرنامج التدريبي المقترح في تطوير صفة المرونة لدى لاعبي كرة القدم صنف أواسط.
- معرفة التأثير البرنامج التدريبي المقترح لتطوير صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم صنف أواسط.

مجتمع البحث : فريق كرة القدم آمال سوف رابطة كرة القدم الولاية الوادي.
العينة : قصدية تتمثل في 18 لاعب صنف واسط

المنهج : المنهج التجريبي

أدوات البحث :

المراجع والمصادر باللغتين العربية والأجنبية.

اختبارات السرعة والمرونة.

استخدام برامج تدريبية.

الوسائل البيداغوجية المتمثلة في : مقياتي، أقماع، صفارة، كرة قدم، صناديق، كراسي.

النتائج المتحصل عليها:

- أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي على صفة السرعة للاعبين كرة القدم أواسط.
- أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي على صفة المرونة.

11- التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة، يتضح أنها ركزت في مجملها على أهمية الألعاب الشبه رياضية في المجال الرياضي، خاصة في كرة القدم، حيث سعت الدراسة الأولى إلى معرفة مدى تطبيق هذه الألعاب من طرف المدربين، وأكدت نتائجها على أهميتها كوسيلة فعالة لتحسين الأداء الرياضي وتنمية الناشئين وهذا يدل على وعي المدربين بقيمة هذا النوع من الأنشطة في العملية التدريبية.

أما الدراسة الثانية فقد تناولت دور الألعاب الشبه رياضية في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط، وخلصت إلى أنها وسيلة تربوية فعالة تساهم في تحسين التعلم الحركي وزيادة دافعية التلاميذ للمشاركة، مما يعكس بعدها البيداغوجي والتعليمي.

في حين ركزت الدراسة الثالثة على فئة الناشئين (9-12 سنة)، وأبرزت دور الألعاب الشبه رياضية في تعلم المهارات الحركية وتعويض نقص الوسائل، وهو ما يؤكد مرونة هذه الألعاب وإمكانية توظيفها في ظروف مختلفة.

أما الدراسة الرابعة فقد اختلفت نوعا ما، حيث اعتمدت على برنامج تدريبي تجريبي لتطوير الصفات البدنية (السرعة والمرونة)، وأثبتت فعاليته، مما يعكس أهمية التخطيط العلمي للبرامج التدريبية في تحسين الأداء الرياضي.

وعموما، تبرز هذه الدراسات الأهمية الكبيرة للألعاب الشبه رياضية والبرامج التدريبية في تطوير الجوانب البدنية، غير أنها لم تتناول بشكل مباشر جانب الدافعية النفسية لدى اللاعبين.

أوجه التشابه مع دراستنا:

تشابه دراستنا مع الدراسات السابقة في عدة نقاط، أهمها:

- جميع الدراسات تنتمي إلى المجال الرياضي وخاصة كرة القدم أو الأنشطة البدنية .
- التركيز على الألعاب الشبه رياضية كمتغير أساسي في العملية التدريبية (خاصة الدراسات 1، 2، 3) .
- الاعتماد على المنهج الوصفي في أغلب الدراسات، وهو ما يمكن أن يتقاطع مع منهج دراستنا.
- الاهتمام بفئة الشباب أو الناشئين، وهي فئة قريبة من الفئة التي درسناها (أقل من 20 سنة) .
- التأكيد على دور الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء أو التعلم أو الجذب نحو النشاط الرياضي .

أوجه الاختلاف عن دراستنا:

رغم وجود نقاط تشابه، إلا أن دراستنا تتميز بعدة جوانب تختلف عن الدراسات السابقة:

من حيث الموضوع:

الدراسات السابقة ركزت على تطوير الأداء البدني أو المهارات الحركية، بينما تركز دراستك على تعزيز الدافعية النفسية، وهو بعد نفسي لم يتم التطرق إليه بشكل مباشر .

من حيث المتغير التابع:

المتغير في دراستنا هو الدافعية، بينما في الدراسات الأخرى كان (الأداء، المهارات الحركية، الصفات البدنية) .

من حيث الفئة العمرية:

بعض الدراسات تناولت فئات أصغر (9-12 سنة، 11-15 سنة)، بينما تركز دراستك على فئة أقل من 20 سنة (الأواسط)، وهي مرحلة مختلفة من حيث النضج النفسي والبدني .

من حيث المنهج:

معظم الدراسات اعتمدت المنهج الوصفي، بينما الدراسة الرابعة اعتمدت المنهج التجريبي.

من حيث الهدف:

الدراسات السابقة سعت إلى تحسين الأداء أو التعلم، أما دراستنا فتهدف إلى فهم وتحليل تأثير الألعاب الشبه رياضية على الجانب التحفيزي والدافعي.

الفصل الثاني

الألعاب الشبه رياضية

تمهيد:

لا يقتصر اللعب على كونه نشاطا ترفيهيا، بل يمثل وسيلة تربوية ونفسية واجتماعية تسهم في بناء شخصية الفرد وتنمية قدراته المختلفة منذ المراحل العمرية الأولى، وقد حظي مفهوم اللعب باهتمام كبير في ميادين التربية وعلم النفس، نظرا لدوره في اكتساب الخبرات، وتنمية المهارات، وتفريغ الطاقة، إضافة إلى كونه وسيلة فعالة للتعلم والتكيف مع البيئة المحيطة، كما تظهر أهمية اللعب في كونه نشاطا طبيعيا يعكس حاجات الفرد الداخلية، ويساعده على النمو المتوازن على المستويات الجسدية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

وظهرت الألعاب الشبه رياضية باعتبارها امتدادا منظما له داخل المجال الرياضي، حيث تم توظيفها بشكل تربوي وتدريبى يهدف إلى تحقيق مجموعة من الأهداف البدنية والمهارية والنفسية، خاصة في رياضة كرة القدم، فهي تجمع بين الطابع التنافسي والجانب الترفيهي، مما يجعلها وسيلة فعالة في تحسين الأداء الرياضي وتعزيز الدافعية لدى اللاعبين، من خلال خلق مواقف لعب قريبة من الواقع التنافسي.

نتطرق من خلال هذا الفصل إلى الألعاب الشبه رياضية من خلال مبحثين أساسيين، حيث يتناول المبحث الأول مفهوم اللعب من حيث أهميته، فوائده، أهدافه، خصائصه، وظائفه، والعوامل المؤثرة فيه، وذلك لتوضيح الخلفية النظرية التي ينطلق منها هذا المفهوم، أما المبحث الثاني فيخصص لدراسة مفهوم الألعاب الشبه رياضية من خلال تعريفها، أهدافها، وأنواعها، بهدف إبراز دورها كوسيلة تدريبية حديثة داخل المجال الرياضي، وخاصة في كرة القدم.

المبحث الأول: مفهوم اللعب

رافق اللعب الإنسان منذ مراحل طفولته الأولى، وهو سلوك طبيعي وفطري يعبر من خلاله الفرد عن ميوله واحتياجاته الداخلية بطريقة تلقائية وغير مقيدة، مما يجعله عنصرا أساسيا في عملية النمو الشامل، وقد حظي مفهوم اللعب باهتمام واسع من قبل الباحثين في مجالات التربية وعلم النفس، نظرا لدوره المحوري في بناء شخصية الطفل وتنمية قدراته الجسدية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

وتظهر أهمية اللعب في كونه وسيلة تربوية فعالة تسهم في التعلم واكتساب الخبرات، كما يوفر بيئة مناسبة لتفريغ الطاقة والتعبير عن الذات، ويعزز مهارات التواصل والتفاعل مع الآخرين، إضافة إلى ذلك فإن اللعب يؤدي وظائف متعددة تتجاوز الترفيه، ليصبح أداة تعليمية وتكوينية تساعد الطفل على فهم محيطه والتكيف معه بشكل أفضل.

نتطرق في هذا المبحث إلى مفهوم اللعب بشكل مفصل من خلال دراسة تعريفه، أهميته فوائده، أهدافه، خصائصه، وظائفه، العوامل المؤثرة فيه، وأنواعه، إضافة إلى إبراز دوره في تكوين الطفل وبناء شخصيته، باعتباره الأساس الذي تنطلق منه مختلف الأنشطة التربوية والرياضية لاحقا.

1/ تعريف اللعب

لقي موضوع اللعب اهتماما من طرف العلماء والباحثين حيث عرف اللعب على أنه نشاط تلقائي يقوم به الطفل في جو من الحرية والاسترخاء بغرض تحقيق المتعة والسرور والاستمتاع بالوقت، ويعبر عن مستويات نمو الطفل وعن ذاته ويعد من الوسائل الفعالة في تربيته وتطوير نموه (الحماحي، 2002، ص91) ويعرفه محمد حسن علاوي بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي

والخلفي ، البدني، الجمالي والاجتماعي، والمتتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو (علاوة، 1991، ص9)

ويعرفه الدكتور عطية محمود : " أن اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالطفل والتي تفرض نفسها عليه في كل لحظة وأونة فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من معلوماته ويزيد من مهاراته ويعبر عن أفكاره ووجدانه ".(عطية، ص124)

ويشير بلقيس وتوفيق مرعى إلى مفهوم اللعب بأنه نشاط حر موجه أو غير موجه يكون على شكل حركة أو عمل، ويمارس فرديا أو جماعيا، ويستثمر طاقة الجسم الحركية والذهنية، ويمتاز بالسرعة و الخفة لارتباطه بالدوافع الداخلية، ولا يتعب صاحبه، وبه يتمثل الفرد المعلومات ويصبح جزءا من حياته.(بلقيس، مرعى، 1982، ص15)

2/ أهمية اللعب:

- + اللعب وسيلة للسرور والاستمتاع الذي يجلب السعادة للفرد.
- + يستخدم اللعب كوسيلة لاكتساب الخبرات لدى الأفراد.
- + يعتبر اللعب وسيلة للتخلص من الطاقة الزائدة لدى الأطفال.
- + يعمل اللعب على تنمية مختلف المهارات لدى الأطفال.
- + يعمل اللعب على تنمية الصحة النفسية للأفراد كضبط النفس والابتعاد عن السلوك الانفعالي والعدواني

+ فوائد اللعب:

- + للعب فوائد كبيرة للأطفال والكبار على حد سواء ويمكن إجمال هذه الفوائد فيما يلي:
- + ينفس على التوتر الجسمي والانفعالي عند اللاعب.
- + يدخل الخصوبة والتنوع في حياة الطفل.
- + يعلم الطفل أشياء جديدة عن نفسه وعن العالم المحيط به (عرفان، 1885، ص4)

✚ يتيح للطفل الفرصة ليعبر عن حاجاته التي لا يستطيع التعبير عنها في حياته الواقعية.

✚ يعطي الطفل مجالا لتمارين عضلاته كما في ألعاب الحركة، والمجهود الجسمي.

✚ يجذب انتباه الطفل ويشوقه إلى التعليم، فالتعليم باللعب يوفر للطفل جوا طليقا يندفع فيه إلى العمل.

✚ يعطي للطفل الفرصة الاستخدام حواسه وعقله وزيادة قدرته على الفهم.

✚ اللعب الجماعي تقويم للحلق، ان تخضع فيه عوامل مهمة كالمشاركة الوجدانية والتضامن مع الزملاء

✚ اللعب يوفر فرصة التعبير، وهي حاجة أساسية عند الإنسان، فلا بد في الحياة من التعبير لكي لا تصبح الحياة مملة. (عرفان، 1885، ص4)

أهداف اللعب:

يعد أحد الطرق الشائعة المستعملة في التدريب الرياضي في مختلف مراحل النمو، ذلك راجع إلى نجاعة هذه الطريقة في تحقيق مختلف الأهداف المسطرة من طرف المدرب.

1/ الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة يجب أن تهدف إلى تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية مثل : الحركات الانتقالية والمتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان آخر كالوثب والجري، إضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس والجذع والحركات اليدوية كالضرب باليد والقدم، كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث أنها تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والمعقدة.

2/ الأهداف المعرفية:

ينبغي أن تهدف برامج اللعب إلى اعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة والتي تشمل المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابقة إضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم

قادرا على الفهم الحركي أو المهارة التي يتعلمها وكذا تطابقها وتحليل تلك الحركات وتركيبها، وصولا إلى تقويمها ومعرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع لها.

مثل: الأهداف الحركية نذكر ما يلي ان يعرف المصطلحات الخاصة باللعب ويتعرف على انواع المهارات الخاصة به، ويختار طرق اللعب المناسبة للفريق ويحلل انماط المهارات تحليلًا دقيقًا ويقارن بين مستويات الأداء الأولى والتهائي ويقوم أخطاء الأداء،

3/الأهداف العاطفية:

لاشك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي وتلازمهم أمر طبيعي، وعلى المعلم أن يجنب اهتمامات المتعلمين لتعلم الألعاب حتى يولد لديهم الرغبة في تعلمها، وغرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل التفاهم والإحساس بمشاعر الآخرين واحترام الآخرين والحكام والإداريين، وتقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي الذي تتأثر به الجماعة، وإدراك الفرد لذاته والشجاعة والمثابرة، وبذل الجهد مما يكسب اللاعب قيمة ثقافية بحيث تساعد على فهم ثقافة المجتمع وثقافة المجتمعات الأخرى، وهذا بالإضافة إلى اكتساب قيم جمالية وفنية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضا الجمالي والفني.

خصائص اللعب:

- اللعب نشاط حر وليس اجباري ويتميز بالسرور والمتعة.
- اللعب يعمل على تطوير وتنمية الصفات الرياضية.
- ينمي اللعب القدرات العقلية كالتخيل والتذكر والانتباه.
- اللعب يمارس فرديًا وجماعيًا.
- اللعب يكتب الأطفال السمات الاجتماعية بالتعاون، الاحترام... الخ.
- يخضع اللعب القواعد وقوانين معينة تختلف باختلاف نوع اللعبة. (خطيبة ، 2011 ، ص20)

وظائف اللعب:

اللعب نشاط إنساني هاتف يمارسه الأطفال بكثرة وهو نشاط تعليمي ضروري للطفل فمن خلاله يكسب الطفل مهارات حركية وجسمية ومن خلاله يطور قدراته العقبة وهو مجال يكثر فيه الابتكار وهو وسيلة ناجحة لتحقيق الطاقة الانفعالية المتراكمة نتيجة بعض مواقف حياته ولقد توصل العلماء إلى أن اللعب يشبع أغراض متعددة وهو في جملته تطوعي دون سابق التخطيط أو ضبط ينهمك فيه الطفل بكليته (فيولا، 1997، ص95)

ومن وظائفه :

وظيفة تكوين الذكاء : توجد علاقة طبيعية بين نشاط الجسم وتطوير الذكاء الحركة تؤدي إلى الملاحظة والملاحظة تترجم إلى كلام، والكلام يتطلب الفكر (ريسان ، 2000، ص53).

الوظيفة البيولوجية: تتمثل في تفريغ الطاقة البيولوجية الزائدة عن الحاجة، ومن ثم استعادة الإلتزان البيولوجي، وذلك أن الميول لدى البعض من الأطفال في هذه المرحلة محددة، وهم لا يستفيدون من كل ما يتولد لديهم من طاقة، واللعب وسيلة مناسبة لتفريغ الطاقة الزائدة عن حاجة الجسم. (فيولا، 1997، ص97)

الوظيفة النفسية : وتتمثل هذه الوظيفة في الأمور التالية:

- ✚ تأكيد الذات عن الرغبة في تجاوز المرحلة التي يعيشها أحيانا وذلك بممارسة ألعاب معينة، أو تقليد أنشطة الكبار وأدوارهم أثناء اللعب مما يساعده على تحديد مفهومه لذاته، وإدراكه لها.
- ✚ التسلية والترويح عن النفس بما يمنحه اللعب من راحة ولذة وسعادة.
- ✚ اكتساب الطفل المزيد من المعارف والخبرات، مما ينمي قدراته العقلية كالتفكير والتمثيل.
- ✚ التعبير عن الحاجات والرغبات، حيث يمكن للطفل التعبير عن حاجاته ورغباته عن طريق اللعب (فيولا، 1997، ص98)

العوامل المؤثرة على اللعب:

يرى نبيل عبد الهادي أن هناك عوامل كثيرة مؤثرة على اللعب أهمها:

الصحة والنمو الحركي:

إن الأطفال الأصحاء بدنيا يلعبون أكثر ويبذلون جهدا ونشاطا أكثر، وأما بالنسبة للنمو الحركي، فيلعب دورا في تحديد مدى نشاط الطفل، فالطفل الذي لا يستطيع قذف أو التقاط الكرة من الطبيعي أن لا يشارك أقرانه في العديد من الألعاب التي تعتمد على التنسيق الحركي. **الذكاء:** الأطفال الأذكى أكثر لعبا من الأطفال الأقل لعبا فالطفل الذكي ينتقل من اللعب الحسي إلى اللعب القائم على المحاكاة بسرعة و يبرز لديه عنصر الخيال أثناء لعبه، وكلما تقدم الأطفال في السن تصبح الفروق بين الأطفال مرتفعي الذكاء و منخفضي الذكاء أكثر وضوحا **الجنس:** الملاحظة العامة أن الأولاد يلعبون بعنف مقارنة بالبنات، ويتأثر إختيار الألعاب بالثقافة الأسرية والبيئة الاجتماعية المحيطة بهم. (عبد الهادي، 2004، ص ص 81-82)

البيئة: تؤثر البيئة الاقتصادية والاجتماعية في اللعب، فالأطفال في البيئات الفقيرة يلعبون أقل من الأطفال في البيئات الغنية لأن إنشغالهم بالحياة أكبر وكذلك الأماكن المخصصة لذلك أقل. كما يؤثر الطقس في نوعية اللعب فمثلا في الشتاء في المناطق المعتدلة يخرج الأطفال للعب في الحدائق والمنتزهات، وفي المناطق الباردة بالترحلق واللعب بالثلج و في المناطق الحارة يذهب الأطفال إلى البحر و المسابح ، أما في المناطق الريفية و الصحراوية فيلاحظ فيه اللعب بها (عبد الهادي، 2004، ص ص 83-84)

المستوى الاجتماعي و الاقتصادي:

الأطفال الذين ينتمون إلى مستوى اجتماعي و اقتصادي مرتفع يفضلون أنشطة تكلف بعض المال كالتنس والسباحة، بينما الأطفال في المستويات الأقل في أنشطة ضئيلة التكاليف مثل كرة القدم .

أنواع اللعب:

أنواع اللعب كثيرة ومتعددة وقد تختلف من مجتمع إلى آخر ومن بيئة إلى أخرى بل وقد تختلف من فرد إلى آخر، ومن مرحلة سنية إلى أخرى في الفرد الواحد وهناك عدة أنواع من اللعب حسب عبد الرزاق السيد هناك الأنواع التالية:

➤ ألعاب الحواس.

➤ ألعاب المهارات الفردية

كما صنفها من حيث عدد المشتركين في اللعب إلى نوعان هما:

➤ اللعب الانفرادي واللعب الجماعي.

ومن حيث تنظيم اللعب الإشراف عليه نوعان أيضا هما:

➤ اللعب الحر التلقائي غير المنظم و اللعب المنظم.

ومن حيث نوعية اللعب وطبيعته هناك عدة أنواع منها:

➤ اللعب النشط واللعب الهادي.

➤ اللعب الذي يساعد على تنسيق الحركات ونمو العضلات.

➤ اللعب الذي تغلب عليه الصفة العقلية (عبد الرزاق السيد، 2000، ص34)

دور اللعب في تكوين الطفل:

يقول "LEE" : اللعب يكون الطفل عبر اللعب الطفل يعبر عن أفكاره ويرضي احتياجاته الداخلية، ويعتبر اللعب وسيلة محددة للتطوير الشامل للطفل عبر التنوع في اللعب المعطى للطفل قصد تحسين وتسهيل المهارة والتوافق.

الجانب الاجتماعي : إن اللعب يساهم في تنشئة الطفل اجتماعيا واثرائها عاطفيا وانفعاليا فالطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين الإثارة والأخذ والعطاء واحترام حقوق الآخرين، ويؤدي اللعب دورا في تكوين النظام الأخلاقي.

والجانب الاجتماعي للألعاب هو الجانب الذي يبحث عنه بكثرة في النشاط الرياضي بحيث أنه لا يمكن اللعب مفردا ، لهذا الغرض الطفل مدعوا للاندماج في مجموعة الأطفال لكي يستطيع التعبير مع مختلف الزملاء ، ولكي يفضل لديه روح الجماعة ولكي يوضع منذ حداثة عهده في مواجهة أهم الحقائق التي يتطلبها اللعب التعاوني (أبو العلا، 2012، ص123)

الجانب النفسي : الطفل كأى كائن حي في علاقة تبادل مع محيطه، إن اللعب يسمح للطفل بالتعلم التدريجي والسيطرة على محيطه وكذا التحكم في وجوده.

إن المحللون النفسيون ينظرون إلى اللعب على أنه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم بها ذات الطفل بالتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها إذ يكتشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة عن نفسه وعن مشكلته عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى . (جلال، علاوي، 1996، ص47)

الجانب البدني : توجد فوائد عديدة تعود على البدن بالإيجاب ، حيث يساعد على زيادة الوزن ونمو القدرات العضلية للطفل لهذا يعتبر اللعب ضروريا في هذه المرحلة لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال، والمهارات التي تتطلبها المرحلة المقبلة إلى جانب هذا فاللعب ينمي العضلات الكبيرة والصغرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمال التي تتطلب مهارة بدوية معينة وتوضح أهمية اللعب في النمو. (أمر الله، 1998، ص44)

الجانب العقلي : إن اللاعب ينمي القدرة العقلية على الإبداع التي تنشأ أساسا من التقييد والتي تعتبر انعكاسا لواقع الطفل، فالأطفال حينما يلعبون فإنهم يحاولون نسخ الواقع نسخا ميكانيكيا وإنما يدخلون فيه الإدراك والذاكرة والتصورات والإرادة لذلك فإن الطفل يستطيع الوصول إلى كل شيء من خلال اللعب وبهذا يتحقق لدينا بأن اللعب عبارة عن استخدام للمعارف ووسيلة لتحقيقها وطريق لنمو قدرات الطفل وقواه المعرفية.

المبحث الثاني : مفهوم الألعاب الشبه رياضية

تعتبر الألعاب الشبه رياضية من الوسائل التدريبية المهمة التي أصبحت تحتل مكانة بارزة في المجال الرياضي الحديث، لما توفره من فرص لتنمية قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والنفسية في إطار يتسم بالتشويق والتنافس المنظم. فهي لا تقتصر على الجانب الترفيهي فقط، بل توظف بأسلوب علمي يهدف إلى تحسين الأداء الرياضي، وتطوير روح الجماعة، وتنمية الدافعية لدى اللاعبين، خاصة في الألعاب الجماعية وعلى رأسها كرة القدم.

وتتميز هذه الألعاب بكونها أقرب إلى الوضعيات الحقيقية للمنافسة، حيث تدمج بين عناصر اللعب والمتعة وبين متطلبات التدريب والإعداد، مما يجعلها وسيلة فعالة لكسر الروتين داخل الحصص التدريبية، ورفع درجة التفاعل والمشاركة الإيجابية لدى اللاعبين، كما تسمح للمدرب بتطبيق أهداف متعددة في وقت واحد، مثل تحسين اللياقة البدنية، صقل المهارات الفنية، وتعزيز الانسجام الجماعي بين أفراد الفريق.

سيتم في هذا المبحث التطرق إلى مفهوم الألعاب الشبه رياضية من خلال ثلاثة مطالب أساسية، يتناول المطلب الأول تعريف الألعاب الشبه رياضية وبيان خصائصها، بينما يخصص المطلب الثاني لعرض أهم أهداف الألعاب الشبه رياضية في المجال الرياضي، أما المطلب الثالث فيتناول أنواع الألعاب الشبه رياضية في كرة القدم وكيفية توظيفها في العملية التدريبية. وبذلك يشكل هذا المبحث أساساً نظرياً لفهم طبيعة هذه الألعاب ودورها في تطوير مستوى اللاعبين وتحفيزهم.

المطلب الأول: تعريف الألعاب الشبه رياضية

الألعاب الشبه الرياضية هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة ، فالألعاب الشبه الرياضية هي نشاط خاص بالطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا، بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل وغالبا ما تسير الألعاب الشبه

الرياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية، من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة. (ميلرن 1982، ص161)

أهمية الألعاب الشبه رياضية:

تتميز الألعاب شبه الرياضية بقيمتها التربوية إذ أنها تمهد السبل نحو التربية الخلقية والإدارية، فالمجالات الكثيرة للألعاب تساهم في تنمية سمات التعاون والولاء والنظام. كما تعتبر من الوسائل التي تساهم في تنمية مختلف القدرات العقلية لأنها تتيح للفرد فرصا متعددة لتنمية سرعة التفكير والتصرف، كما لا يمكن إغفال دور الألعاب شبه رياضية في تشكيل وتكوين وبناء الجسم وإكسابه القدرات المهارية والفكرية والحركية. (السياح، 2007، ص36)

المطلب الثاني: أهداف الألعاب الشبه رياضية

الأهداف النفس الحركية:

لكي تكون برامج الألعاب فعالة فإنه يجب أن تهدف إلى إعداد المتعلم في المجال النفس الحركي من حيث تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والمهارة الحركية. أ- الحركات البنائية الأساسية : هي الحركات التي تتضمن القدرة على التحرك من وضع ثابت إلى مكان آخر كالمشي والجري والوثب والخطوة والانزلاق.

ب - الحركات غير الإنتقالية : وهي حركات محورية أي حركات التي تدور حول محور رأسي أو أفقي والتي تؤدي من الأطراف والجذع مع ثبات الجسم في مكان مثل الانحناء والرفع والدفع والشد. ج - الحركات اليدوية : وهي الحركات التي تهدف على إعطاء قوة الشيء آخر يتسبب عنها تحرك هذا الشيء أو تغير اتجاهه سواء كان هذا الشيء ثابتا أو في حالة مثل الرمي واللعب والضرب والركل

القدرات الادراكية: تساعد القدرات الادراكية المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التنبيه وتعتمد الأنشطة الحركية على نمو الادراك وتتضمن القدرات الادراكية ما يلي:

- **تميز حركي :** و ينقسم إلى الوعي بأجزاء الجسم والوعي الاتجاهي والتوازن والتصور الجسمي

- **تميز بصري :** و يتضمن حدة بصرية وتتبع بصري وذاكرة بصرية إذا يستطيع للفرد أن يميز الحركة المرئية وتفسير محتواها والتوافق معها والتكيف لها

- **تميز سمعي :** تتضمن حدة سمعية وتتبع سمعي لا ذاكرة سمعية حيث يمكن للفرد أن يميز الأصوات الناتجة عن الحركات أو الافراد المشتركين في اللعب والتكيف معها وفقا لأهميتها. (ودب فرج، 2003، ص ص 4194).

القدرات البدنية : وهي تعتبر القاعدة الهامة في بناء و تقديم الفرد المراهق في مجال الأنشطة المختلفة وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل والقوة في مجال الأنشطة المختلفة وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل، القوة العضلية، السرعة، الرشاقة، المرونة، الدقة والتوازن، وتعمل على نمو وتحسين القدرة البدنية وعلى تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة (عبده، السيد، 2002، ص 157)

الأهداف المعرفية:

أن تهدف وتعمل الالعب الشبه رياضية على إعداد التلاميذ للاستفادة في المجال المعرفي بأقسامه المختلفة والتي تشمل على المعرفة والفهم، التطبيق والتحليل، والتركيب والتقدم من خلال ممارسة التلاميذ للألعاب الشبه رياضية و يكتشف و يتعلم المفاهيم والمعارف والمعلومات عن النشاط الذي يمارسه كذلك يمكنه أن يكتشف و يحلل ويميز من حوله من حيث المكان الأدوات الزملاء، الفراغ والنشاط الممارس.

الأهداف الوجدانية:

ترتبط الأهداف الوجدانية بالأهداف المعرفية ارتباطاً وثيقاً حيث أن لكن هدف معرفي جانب وجداني وبالتالي فإن تلازمها أمر طبيعي وعلى مدرس التربية الرياضية و الحركية أن يجذب اهتمام تلاميذ لتعلم الألعاب والألعاب الشبه رياضية حتى تتولد لديهم الميل و الرغبة والإصرار على تعلمها وممارستها و يشمل المجال الوجداني على عملية التطبيع الاجتماعي التي لها الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه وتشمل على الاستقبال الاستجابة، التنظيم ، التقديم وهنا تلعب دور مدرس التربية الرياضية في توفير الأنشطة والألعاب الصغيرة التي تعمل على تحقيق التوازي الانفعالي للتلميذ والتنغيس عن مشاعره من خلال ممارسة النشاط البدني واللعب. (عبده، السيد، 2002، ص157)

اغراض الألعاب الشبه رياضية:

النمو البدني: (تشارلز، ص ص 163-164)

يهتم هذا الغرض بالبرامج الحركية التي تبقى القدرة الجسدية للفرد عن طريق تقوية الأجهزة المختلفة للجسم، وينتج عنها المقدرة على الاحتفاظ بمجهود تكيفي، المقدرة على الشفاء والمقدرة على مقاومة التعب، وتقوم فائدة هذا الغرض على الحقيقة القائلة بأن الفرد يصبح أنشط وأقدر على الأداء الأفضل وأتم صحة إذا قويت أجهزة جسمه العضوية قوة كافية، وقامت بوظائفها على الوجه الصحيح، وينتج عن هذا كله تقوية أجهزة الجسم العضوية، إذ ينتج عن طريق ممارسة الألعاب الصغيرة وبصورة مستمرة ولفترة زمنية زيادة في النشاط العضلي، إذ يوفر القلب تغذية أفضل للجسم كله، وإزالة أسرع للفضلات المتراكمة في العضلات، عودة القلب الى الحالة الطبيعية بوقت أقصر من القلب غير المدرب ولكون متطلبات الحياة اليومية تحتاج الى الحيوية، القوة، السرعة، وأن يحي الفرد حياة متدفقة من لحظة استيقاظه حتى نموه، فإن تحقق غرض النمو البدني عن طريق الألعاب المصغرة أصبح أمراً حتمياً.

النمو الحركي: (تشارلز، ص ص 166-168)

إن جل الحركات الجسمية نافعة مع بذل أقل قدر ممكن من الطاقة وأن يكون الشخص ماهراً وحركته رشيقة وجميلة غرض تحقيقه الألعاب المصغرة من خلال ممارستها فضلاً عن أن كل حركة فعالة تعتمد على الطفل المنسق بين الجهازين العضلي والعصبي الذي ينتج توافقهما الحركة المنسجمة، وتتمثل هذه الحركات في أوجه النشاط التي تتضمن مهارات مثل الجري، الرمي، التعلق، الوثب، المراوغة، الانحناء، لف الجسم والحمل والرمي والتي تمارس ضمن الألعاب الصغيرة، تساعد الفرد على أداء أعماله اليومية بكفاءة أكبر فهي تزود الشخص بالمقدرة التي تمكنه من الأداء بدرجة تقارب من الكمال وهذا يؤدي إلى تمتعه بممارسة هذا اللون من النشاط إذ أن اكتساب الطفل المقدرة على التحكم في رمي الكرة إلى منطقة معينة بمهارة، فإن هذه الفعاليات أو المهارات تؤهله لممارسة الألعاب التي يميل إليها الفرد، وهذا لا يؤدي إلى الاستمتاع فقط بالممارسة بل يؤدي أيضاً إلى القدرة على التكيف للمواقف الجماعية إذ تمكن الفرد من تلك المهارات الأساسية تمده بالرضا والسعادة طوال حياته، ويستوجب أن يحتوي برنامج الألعاب الصغيرة أوجه النشاط الفردية وأوجه النشاط الثنائية وأوجه النشاط الجماعية، فالإنسان المتكامل يكون نتيجة للبرنامج المتزن المتكامل.

النمو العقلي: (تشارلز، ص ص 170-171)

إن التنمية العقلية وتجميع المعارف والعناية بالقدرة على التفكير وتفسير هذه المعارف غرض تحقيقه الألعاب الصغيرة، إذ أن التوافقات المتضمنة في الحركات المختلفة يجب أن تتقن وتعمل بما يناسب البيئة التي يعيش فيها الفرد، سواء كانت هذه التوافقات في المشي أم في الجري أم في استعمال بعض الأجهزة والأدوات الرياضية، ففي كل هذه الحركات يجب على الطفل أن يفكر ويوافق بين جهازية العضلي والعصبي، هذا فضلاً على أن هذا النوع من المعرفة يكتسب عن طريق التجربة والخطأ ومنه لابد أن يكون هناك تغير لبعض المواقف نتيجة لهذه الخبرة

والتوافقات يتعلمها الفرد بدليل أن العمل يكون صعبا، ومرهقا في أدائه في أول الأمر ويصبح سهلا فيما بعد.

إلا أن الألعاب المصغرة لا تنمي التوافقات فقط إنما تكسب المعارف وتجعل الفرد ملما ببعض القواعد الخاصة باللعبة وفنون الأداء فضلا عن الفوائد والقيم المستمرة عن ممارسة هذه الألعاب، والدراسة الفنية التي يتعلمها الشخص بالخبرة ينتج عنها معارف يجب على الفرد أن يكتسبها، فمثلا يعرف الشخص أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر إذا قام بخطوة عند تمريرها، كما يمكن للفرد اكتساب بعض المعارف التي تعد في غاية الأهمية مثل التبعية والقيادة والشجاعة والاعتماد على النفس ومساعدة الغير.

نمو العلاقات الإنسانية:

إن عملية التكيف الشخصي والجماعي ومساعدة الفرد على أن يكون عضوا نافعا في المجتمع من ضمن الأغراض التي تحققها الألعاب الصغيرة، إذ يتحقق هذا التكيف بوجود القيادة الملائمة .

وتحقق الألعاب الصغيرة احتياجات أساسية اجتماعية للفرد مثل الشعور بالانتماء والشهرة واحترام الذات واللعب، فإذا تحققت هذه الاحتياجات أصبح الفرد متلائما مع المجتمع، إذا لم تتحقق فإن الصفات الغير اجتماعية تبدأ في الظهور والنمو.

إن كل فرد في حاجة إلى أن يمارس النجاح ويمكن تحقق هذا من خلال اللعب، فعن طريق الخبرات الناجحة في الألعاب يبني الطفل ثقته بنفسه ونجد المنفعة في هذا النوع من التحصيل وفي أركان الألعاب الصغيرة إذ توفر هذه الخبرات الناجحة بتقديمها برنامجا يحوي العديد من الألعاب المختلفة.

إن شعور الطفل بالسعادة يدفعه للقيام بعمليات التكيف اللازمة فالطفل السعيد يكون احتمال تكيفه أكبر بكثير من احتمال تكيف الشخص المريض المكتئب، فالسعادة تعكس الود والمرح وروح التعاون وكلها تساعد الشخص على أن يكون راضي النفس، وأن يسلك تبعاً للمستويات الاجتماعية السائدة في نفوس الأفراد، وأن ترشدهم وتوجههم في النشاط حيث يمكنهم أن يجدوا السعادة وممارستها، وفي مجتمعنا الذي نعيش فيه يجب أن يكون لدى كل فرد شعور تام بالوعي الجماعي والمعايشة التعاونية، كما يجب أن يكون ذلك غرضاً من أهم أغراض الألعاب الصغيرة (تشارلز، ص ص 171-172).

خصائص الألعاب الشبه رياضية:

✚ تختص بإظهار الغالب والمغلوب بصورة قاطعة، الأمر الذي يترتب عنه معاناة وخبرات مفيدة لا يمكن توافرها بوضوح في أي نشاط إنساني آخر، إذ تتصف بالمنافسة العادلة قصد تحديد المستوى.

✚ تتطلب جهوداً عقلية نفسية وبدنية كبيرة إذ تحتاج إلى درجة من التدريب والتركيز والانتباه، وتمارس طبقاً للمبادئ العلمية والخلقية.

✚ رياضة اختيارية يمارسها الفرد برغبة منه دون ضغط أو إكراه (السياح، 2007، ص ص 29-30)

✚ ارتباطها بعناصر الفرح والسرور والاستثارة المحببة إلى النفس، إذ تتميز بمواقفها المتعددة المتباينة من لحظة لأخرى.

✚ إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة للكثير من المتطلبات مثل الأدوات والأجهزة.

+ تعدد إمكانياتها الحركية ومتطلباتها الذهنية مما يسمح بتعدد السلوك الحركي والتفكير الأخلاقي داخل إطار قانون اللعب فضلا عن عدم خطورتها بمقارنتها بالكثير من الأنشطة الأخرى نتيجة قصر زمن ممارستها وصغر الأدوات المستخدمة في الألعاب.

+ سهولة تعلم و إتقان عند كثير من الألعاب الصغيرة في وقت قصير نسبيا، مما يمنح الفرد خبرات النجاح السارة التي تؤثر بصورة إيجابية على لغة الفرد بنفسه وقدراته والتي تؤثر على مكونات شخصيته (حسن علاوي، 1983، ص ص 23-24)

المطلب الثالث: أنواع الألعاب الشبه رياضية

تصنف الألعاب الشبه الرياضية إلى أربع مجموعات وهي:

ألعاب جد نشيطة:

تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين وهذا الجهد يدوم بدوام اللعب في حد ذاته.

ألعاب نشيطة:

يكون فيها الجهد عالي يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق الثاني في راحة نسبية، مع أخذ قسط حقيقي وفعال من اللعب.

العاب ذات شدة ضعيفة:

يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت الا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة. في حالة ما استعملت هذه الألعاب تكون بعدد قليل من التلاميذ

ألعاب ترويجية تثقيفية:

تتميز هذه الألعاب بالجهد الضعف وإثارة الجهد الذهني والعقلي مما ينتج عنه الترويح والتثقيف (فرج، 2002، ص 26).

أنواع الألعاب الشبه الرياضية:

هي متعددة الأشكال ومختلفة التصنيف نذكرها على النحو الآتي:

ألعاب الجري والمطاردة: هذا النوع من الألعاب التي يقبل عليها الأطفال واللاعبين لأنها تشبع رغبتهم في الجري والوثب والقفز وتمثيل الحيوانات.

ألعاب بسيطة التنظيم: هي التي تحتوي على مهارات أولية كالرمي، وتتميز بعدم حاجيتها إلى أي أدوات بسيطة وساحة صغيرة وترجع سهولتها إلى خلوها من التفصيل وتحضر التلميذ إلى الألعاب المعقدة تحضيراً يشمل النظام وسرعة التلبية، واحترام قانون اللعبة وعمل التشكيلات.

الألعاب الجماعية: يعتبر هذا النوع من الألعاب بكثرة قوانينها وتباين أنواعها وهي تمهد الألعاب الجماعية، وتساعد اللاعب تدريجياً على أن يتولى قيادة الجماعة وأن يكون عضواً فيها، فيأمر بأمر القائد، فتبدأ تنمو عنده روح الجماعة وروح العمل لمصلحتها والانتصار لها.

العاب التتابعات : يعتبر هذا النوع من أنسب نواحي النشاط لهؤلاء اللاعبين لأن التتابع نشاط الجماعات وهذا اللاعب يميل إلى التنافس وإظهار قدراته ومهارته وولاءه للجماعة (عبد الجواد ، 1984، ص11)

كما يصنف عبد الحميد شرف الألعاب شبه رياضية إلى:

- الألعاب اللياقة البدنية وتشمل الدفع، التوازن، الرشاقة، القوة، السرعة.
 - الألعاب الخلاء مثل العاب المطاردة
 - الألعاب المائية مثل العاب المطاردة في المياه والتتابع.
 - ألعاب الحواس وتحتوي على الحركات لتدريب الحواس المختلفة (شرف، 2001، ص148)
- مبادئ اختيار واستخدام الألعاب الشبه الرياضية:**

✓ نوع الهدف المطلوب تحقيقه .

✓ الفروق الفردية بين الذكور والإناث.

✓ درجة مستوى قدرات، استعدادات ومهارات غالبية اللاعبين (فرج ،2002، ص55).

وحسب قاسم المندلاوي هناك مبادئ أخرى هي:

✓ فهم الغرض من اللعبة ومراعات الظروف التالية : السن، الجنس ، النمو.

✓ أن يكون هناك توافق بين غرض المدرب من اللعبة و رغبة اللاعبين فيها، و تهيئ الغرض لإكتتاف قابليتهم البدنية والحركية.

✓ مراعات سهولة تعلمها و بساطتها و قواعدها، و أن تكون في حدود الإمكانيات المتوفرة في النادي.

✓ مراعات التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلقة، حيث تنتقل بالمتعلم تدرجيا من السهل إلى المعقد بصفة عامة.

✓ مراعات أن تكون هذه الألعاب متنوعة، مشوقة واقتصادية وبما يتفق مع الموقف التعليمي (المندلاوي، 1990، ص ص 172-173)

صفات البرنامج المثالي للألعاب الشبه رياضية:

1/ أن يفسح مكانا للجميع:

➤ فهو يوفر أشكال من الرياضيات والألعاب بحيث توجد أنشطة تتناسب مع مختلف أنشطة الميول ومستويات القوة البدنية ومراحل النمو والخبرات والمهارات.

➤ يوفر إمكانيات وأدوات للجميع.

➤ لا يشغل بالجماعة الممتازة من اللاعبين بصورة تحجب الميل نحو اللاعب العادي.

➤ يساوي بين المنافسة لصيانة ميول اللاعبين من مختلف درجات الكفاءة.

يرقى بالرفاهية البدنية: إذ يمارس كل إجراءات الاحتياط والوقاية لمنع الإصابات البدنية ولا يسمح للمنافس بالتضحية بسلامته البدنية سواء في المنافسة أو التدريب ويعلم فضلا عن الأنشطة قواعد المعيشة الصحية.

يقود الروح التنافسية نحو غايات تربوية: لا يثير أهمية زائدة للفوز أو يضع الفرد تحت مسؤوليات كبيرة لكي يفوز، لكي يفوز و يغرس وينفي فكرة أن المحاولة المنصفة والرغبة الجادة في الفوز النظيف أكثر أهمية من الفوز نفسه، ولا يضحي بالقيم الترويحية ويغرس في نفوس الطلاب الاحترام للميول العملية وغيرها من الميول الفنية الأخرى.

يؤكد التدريب الاجتماعي: يساعد الفرد ليجد الرضا والارتياح في السلوك الاجتماعي المقبول ويرفض الروح الرياضية غير السوية، ولا يتسامح مع أية معالجة خبيثة أو ظاهرة سواء في تقدم أو إدارة أو تعليم أو قيادة الأنشطة الرياضية كما أنه يغرس الاحترام والصداقة من قبل المنافس .

تخطيط برامج الألعاب الشبه الرياضية:

يرى عبد الحميد شرف أنه من أهم الخصائص التي يجب أن تتوفر في أي برنامج تعليمي أو تدريبي هي:

- أن يراعي الأهداف التي وضع من أجلها.
- الاهتمام بعمليات الإحماء ومراعاة الراحة الكافية للممارسين
- مراعات حمولة التدريب
- أن يمدنا بتغيرات متشابهة ومتوازنة في النمو والتطور.
- أن يقوم على اهتمامات واحتياجات الأفراد الذين يعمل على خدمتهم.
- أن يمكن تنفيذه من خلال التسهيلات المتاحة والوقت المتيسر والأدوات المتوفرة.
- أن يراعي نوعية وعدد المشتركين.
- لابد من مراعاة عملية التقويم

يشير ألين أن الخطوة التالية في بناء البرنامج بعد تحديد أهدافه في إختيار محتواه و إختيار خبرات التعلم وما تحتويها من معرفة، فكل مجال من مجالات الألعاب بنيته المعرفية المميزة له و الخاصة به و محتوى البرنامج هو لب العملية التعليمية وجوهرها، ولذلك فإن

اختيار هذا المحتوى يعد من الأمور الرئيسية في بناء برنامج الألعاب، وتمثل عملية اختيار المحتوى وتحديد مادة التعلم ثم تنظيمها أمرا في غاية الأهمية، ولذلك لابد أن يتم اختيارها في ضوء الأهداف العامة والخاصة للعبة (شرف ، 2001، ص ص 50-51)

استخدامات الألعاب الشبه رياضية:

استخدامات في دروس التربية البدنية والرياضية:

ترى زكية ابراهيم أنه غالبا ما يهتم معلمي التربية البدنية الرياضية بإعطاء الألعاب الصغيرة في بداية مرحلة الطفولة المتأخرة و خاصة من أجل الإحماء ، وهذا الغرض له أهداف تربوية بجانب ميزات الوظيفية للإعداد البدني فكثير من هذه الألعاب رغم بساطتها تتطلب تركيز الانتباه الفهم السريع، الملاحظة والدقة مما يؤكد فائدتها التربوية .

تستخدم كنشاط تنافسي بين الأطفال:

يحتاج اطفال المرحلة السنية فئة أقل من 20 سنة الى نشاط تنافسي يتميز بسهولة التنظيم وعدم شدة التنافس مع الحاجة للشعور بالفرح والبهجة والسرور .

تستخدم كتطبيق للمهارات التي تعلمها:

تعتبر الألعاب الصغيرة مجال خصب لتطبيق وممارسة المهارات الحركية الأساسية مثل الجري، الوثب، وكذا بعض مهارات الرمي والمسك وضرب الكرة.

تستخدم في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية:

تساهم بقسط كبير في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية.

طريقة تعلم الألعاب الصغيرة:

حسب عبد الحميد أن طرق تعلم وتنفيذ الألعاب شبه رياضية يكون بالخطوات التالية:

- اشرح اللعبة بألفاظ بسيطة وسهلة وبلغة تتماشى مع مرحلة نمو الطفل، مع مراعاة أن تكون قواعدها سهلة وبسيطة.
- أطلب تنفيذ اللعبة بقواعدها كما تم شرحها، وتقوم بتصحيح الأخطاء التي ظهرت في الأداء و القواعد.
- كرر الأداء في شكل منافسة لتحديد الفائز

لاحظ الأداء في كل مرة، ولا يجوز أن يكون الفوز على حساب الأداء الصحيح، بل ركز على أن يكون الأداء صحيحا ولن يكون هناك فوز إلا مع الأداء الصحيح وتنفيذ القواعد أو الشروط المطلوبة.

خصائص الألعاب الشبه رياضية بالنسبة لفئة أقل من 20 سنة:

يتميز اطفال هذه المرحلة بتزايد نمو القلب وسعة الرئتين، كما يزداد نمو العضلات وقوتها و تكتمل بعض خصائص الجهاز العصبي، وعلى الرغم من ذلك فيجب عدم إعطائهم الحركات التي تتطلب الجهد العضلي لفترات طويلة، كما يتميز هؤلاء الأطفال باكتساب الحساسية نحو تطوير الأداء الحركي، كما يتميز أطفال هذه المرحلة بنمو الخصائص النفسية كقوة الإرادة، و يهتم الأطفال في هذه المرحلة بالألعاب التي يجدون أنفسهم فيها فيثبتون ذاتهم وبصفة عامة فإن الألعاب تحديهم و يميلون إلى إظهار مواهبهم

كما يسمح النمو الفكري الأطفال هذه المرحلة بإمكانية ممارسة الألعاب التي تتميز بعدد كبير من القواعد والعلاقات المتبادلة، ويجب ملاحظة النمو الجنس في نهاية هذه المرحلة الذي يرتبط ببعض المتغيرات الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة، وكذلك التغيرات المورفولوجيا حيث يؤثر ذلك على لعب الأطفال، حيث يجب زيادة فترات الراحة ومراعاة التطبيق الصارم القواعد

اللعب و يجب مراعاة القواعد التي تعمل على تكافؤ الفرص بين الأطفال و عدم شعورهم بالظلم.

ويهتم الأطفال في هذه المرحلة بالحركات التي يصاحب ادائها الموسيقي كحركات الجمباز خاصة للفتيات، أما بالنسبة للأولاد فإن ميولهم الحركية تكون نحو العاب القوة والتحمل والسرعة

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل الذي تناول الألعاب الشبه رياضية من جانبها النظري، يتضح أن هذه الألعاب تمثل أحد أهم الأساليب التدريبية الحديثة في مجال كرة القدم، لما لها من دور فعال في تطوير مختلف الجوانب البدنية والمهارية والنفسية للاعبين، فقد تبين أن الألعاب الشبه رياضية ليست مجرد أنشطة ترفيهية، بل هي وسائل تدريبية منظمة تهدف إلى تحقيق أهداف تربوية وتكوينية تتماشى مع متطلبات الأداء الرياضي الحديث.

كما أظهر الفصل أن لهذه الألعاب مجموعة من الأهداف المتنوعة، تتراوح بين تحسين اللياقة البدنية، وتنمية المهارات الحركية، وتعزيز روح التعاون والعمل الجماعي، إضافة إلى دورها البارز في رفع مستوى الدافعية لدى اللاعبين، خاصة فئة أقل من 20 سنة التي تحتاج إلى أساليب تدريبية محفزة ومشوقة.

كما أبرزت الدراسة أن نجاح تطبيق الألعاب الشبه رياضية يرتكز على مجموعة من الأسس التربوية والنفسية والفسولوجية المتكاملة، حيث تسهم الأسس التربوية في بناء شخصية اللاعب وتنمية قيم الانضباط، بينما تعمل الأسس النفسية على تعزيز الدافعية والثقة بالنفس والتخفيف من الضغوط، في حين تضمن الأسس الفسيولوجية تطوير القدرات البدنية وتحسين الاستجابة الوظيفية للجسم خلال الجهد الرياضي.

يمكن القول إن الألعاب الشبه رياضية تشكل حلقة وصل مهمة بين التدريب التقليدي والممارسة التنافسية، مما يجعلها أداة فعالة في إعداد لاعبي كرة القدم إعداداً متكاملاً يواكب متطلبات المنافسة الحديثة.

واصفات الألعاب الشبه رياضية

الفصل الثالث

الدافعية في الميدان الرياضي

تمهيد:

يعتبر موضوع الدافعية في الميدان الرياضي من المحاور الأساسية في علم النفس الرياضي، لما له من دور حاسم في توجيه سلوك الرياضيين وتحديد مستوى أدائهم واستمراريتهم في التدريب والمنافسة، فالدافعية تمثل القوة الداخلية التي تدفع اللاعب إلى بذل الجهد، والمثابرة، وتجاوز الصعوبات، كما تساهم بشكل مباشر في رفع مستوى الإنجاز الرياضي وتحقيق النتائج الإيجابية داخل الميدان.

وتكتسب الدافعية أهمية خاصة في رياضة كرة القدم، باعتبارها لعبة جماعية تنافسية تتطلب استعدادا بدنيا ونفسيا عاليا، إضافة إلى قدرة اللاعب على التكيف مع ضغوط المباريات ومتطلبات التدريب المستمر، كما أن مستوى الدافعية يختلف من لاعب لآخر حسب عوامل متعددة مثل البيئة التدريبية، أسلوب المدرب، الدعم النفسي، والأهداف الشخصية لكل لاعب. وتبرز أهمية دراسة الدافعية بشكل أكبر لدى فئة أقل من 20 سنة، حيث تعتبر هذه المرحلة العمرية مرحلة انتقالية حساسة في المسار الرياضي، تتسم بتشكيل الشخصية الرياضية وبناء الطموحات المستقبلية، مما يجعل الحاجة إلى تعزيز الدافعية أمرا ضروريا لضمان الاستمرارية والتطور في الأداء.

سيتم في هذا الفصل التطرق إلى موضوع الدافعية في الميدان الرياضي من خلال بحثين أساسيين، حيث يتناول المبحث الأول مفهوم الدافعية الرياضية وأهميتها في تحسين الأداء الرياضي، بينما يركز المبحث الثاني على دراسة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة والعوامل المؤثرة فيها، وذلك بهدف إبراز دورها في تطوير مستوى اللاعبين وتحقيق الأداء الأمثل داخل المنافسات الرياضية.

المبحث الأول: مفهوم الدافعية الرياضية وأهميتها

تعتبر الدافعية الرياضية من المفاهيم المحورية في علم النفس الرياضي، لما لها من تأثير مباشر على سلوك الرياضيين ومستوى أدائهم داخل التدريب والمنافسة، فهي تمثل المحرك الأساسي الذي يدفع اللاعب إلى بذل الجهد، والاستمرار في العمل، وتجاوز الصعوبات والعقبات التي قد تواجهه خلال مساره الرياضي، كما أنها عنصر حاسم في تحديد درجة الالتزام والانضباط والرغبة في تحقيق الإنجاز، مما يجعلها من أهم العوامل التي يحرص المدربون والباحثون على دراستها وفهم آلياتها.

وتظهر أهمية الدافعية الرياضية في كونها ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية التعلم والتطور المهاري والبدني، حيث إن اللاعب الذي يتمتع بدافعية مرتفعة يكون أكثر قدرة على الاستجابة للتدريبات، وأكثر استعداداً لتقبل التوجيهات، وأكثر إصراراً على تحسين مستواه، كما تختلف الدافعية من لاعب لآخر تبعاً لعوامل داخلية وخارجية متعددة، وهو ما يجعل دراستها أمراً ضرورياً لفهم السلوك الرياضي وتفسيره.

سيتم في هذا المبحث التطرق إلى مفهوم الدافعية الرياضية وأهميتها من خلال ثلاثة مطالب أساسية، حيث يتناول المطلب الأول تعريف الدافعية الرياضية وتحديد خصائصها، بينما يخصص المطلب الثاني لعرض أنواع الدافعية الرياضية وتمييز أشكالها المختلفة، في حين يعالج المطلب الثالث أهم النظريات المفسرة للدافعية الرياضية التي حاولت تفسير مصادرها وآليات عملها داخل المجال الرياضي .

المطلب الأول: تعريف الدافعية

تلعب الدافعية دورا كبيرا في حياة الإنسان لسلوكه وأنشطة حياته المختلفة ويعتبر موضوع الدافعية من أهم المواضيع التي اهتم بها علم النفس التي تهتم وتبحث عن محركات أسباب السلوك، ولقد وردت عدة تعاريف لمصطلح الدافعية اختلفت فيها علماء النفس باختلاف تخصصاتهم (علم النفس الرياضي، علم النفس التربوي...الخ) تختلف في المصطلحات ولكن تتفق في المعنى.

1 / تعريف الدافع Motive:

يعرف الدافع على أنه : " مثير داخلي يحرك سلوك الفرد ويوجهه للوصول إلى هدف معين." القوة التي تدفع الفرد لأن يقوم بسلوك من أجل إشباع وتحقيق حاجة أو هدف." ويعتبر الدافع شكلا من أشكال الاستشارة الملحة التي تخلق نوعا من النشاط أو الفعالية. وهناك علاقة بين الباعث أو الذي يسميه البعض بالحافز (Incentive) وبين الدافع (Motive)، حيث يعرف:

الباعث (الحافز) بأنه: "الموضوع الخارجي الذي يحفز الفرد للقيام بسلوك للتخلص من حالة التوتر." بينما يعني المدافع : " ما يوجه سلوك الفرد نحوه أو بعيدا عنه لإشباع حاجة أو تجنب أذى.

2 / مفهوم الدافعية (Motivation):

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

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

(ص20)

ويرصدى نور الدين محمد انه : " استعداد الفرد لبذل جهد من أجل هدف معين " (صدقي، 2004، ص127)

ويرى Thomas r : " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف ". (thomas ,1991)

ويرى أحمد أمين فوزي: " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك وتوجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه النفسي والفيوبوجي (فوزي، 2004، ص230)

أما محمد حسن علاوي فيعرفها : " أنها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الديناميكية بين الفرد وبيئته، وتشتمل على العوامل والحالات المختلفة: الفطرية والمكتسبة، الداخلية والخارجية، المتعلمة والغير متعلمة، الشعورية والاشعورية، التي تعمل على توجيه واستمرار السلوك حتى يتحقق هدف ما.(العلاوي، 1986، ص39)

يشير مصطلح الدافعية إلى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن الذي اختل، فالدافع بهذا المفهوم يشير إلى نزعة للوصول إلى هدف معين، وهذا الهدف قد يكون لإرضاء حاجات داخلية أو رغبات داخلية.

أما الحاجة: فهي حالة تنشأ لدى الكائن الحي لتحقيق الشروط البيولوجية أو السيكولوجية اللازمة المؤدية لحفظ بقاء الفرد.

أما الهدف، فهو ما يرغب الفرد في الحصول عليه، ويؤدي في الوقت نفسه إلى إشباع الدافع (حسن حسين، 1987، ص99)

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

المطلب الثاني: مبادئ الدافعية وخصائصها

1/ مبادئ الدافعية:

مبدأ الطاقة والنشاط : تؤدي الدافعية إلى القيام بحركات جسمانية وحركات مهارية، وذلك بتمديد عضلات الجسم بالطاقة وتفرغ شحنة هذا النشاط بالاستثارة الجسمانية من البيئة الخارجية أو من داخل الكائن الحي.

مبدأ الغرضية: تؤدي الدوافع إلى توجيه السلوك نحو أغراض وأهداف معينة، فالكائن الحي يسعى دائما للحصول على الطعام، الماء ، المال، المركز والبيت.

مبدأ التوازن : ويقصد به أن الكائن الحي لديه استعداد أن يحتفظ بحالة عضوية ثابتة، فإذا تغير هذا الاتزان حاول الجسم استعادته، فحرارة الجسم السليم 37° مئوية يحتفظ بها الجسم مهما تغيرت حرارة أو برودة الجو وعملية حفظ التوازن الفيزيولوجي هذه تتم آليا وينظمها جسم الإنسان.

مبدأ الحتمية الديناميكية: معنى هذا أن كل السلوك له أسباب وهذه الأسباب توجه في الدوافع، ومن هذه الدوافع ما هو فسيولوجي، ومنها ما هو مكتسب (متعلم)، والدوافع المكتسبة وان كانت أصلا تقوم على دوافع فسيولوجية الا أنها مستقلة عنها ولها قوتها الدافعية الخاصة بها (جلال، 1963، ص ص 227-243)،

2/ خصائص الدافعية

من خصائص الدافعية ما يلي:

الغرضية: إن الدافع في أساسه يوجه السلوك نحو غرض معين، ينهي حالة التوتر الناشئة من عدم إشباعه.

النشاط: إذ يبذل الإنسان نشاطا ذاتيا لإشباع الدافع، ويزداد هذا النشاط كلما زادت قوة الدافع. **الاستمرار:** يستمر نشاط الإنسان بوجه عام، حتى ينهي حالة التوتر التي أوجدها الدافع، ويعود إلى الحالة الاتزان.

التنوع: يأخذ الإنسان بتنوع سلوكه وتغيير أساليب نشاطه عندما لا يستطيع إشباع الدافع بطريقة مباشرة.

التحسن: يتحسن سلوك الإنسان أثناء المحاولات لإشباع الدافع، مما ينتج عنه سهولة في تحقيق أغراضه عند تكرار المحاولات.

التكيف الكلي: يتطلب إشباع الدافع من الإنسان تكيفا كليا عاما، وليس في صورة تحريك جزء صغير من الجسم، ويختلف مقدار التكيف الكلي باختلاف أهمية الدافع وحيويته، فكلما زادت قوة النافع، كلما زادت الحاجة للتكيف الكلي.

تحقيق الغرض: ويتم ذلك عندما يتوقف السلوك وعندما يتم تحقيق الغرض أي الهدف الذي كان الإنسان يرمي إلى تحقيقه، وحيث يتم إشباع الدافع وعندنا يتوقف الستوك (الفقي، 2001، ص168)

المطلب الثالث : النظريات المفسرة للدافعية

هناك عدة نظريات تطرقت في تحليلاتها وتفسيراتها إلى المفاهيم النفسية والاجتماعية للدوافع، حيث حاولت في مجملها إعطاء صورة كاملة عن مفهوم الدافع محاولة منها في مساعدتنا على فهم أعمق لهذا السلوك الإنساني وتكوين تصور واضح، فنظريات الدافعية تساعد المعلم على فهم أعمق للسلوك الإنساني وتكوين تصور واضح عنه وفيما يلي نعرض بإيجاز وجهات نظر ثلاث نظريات شهيرة هي النظرية الارتباطية، المعرفية والنظرية الإنسانية.

1/ النظرية الارتباطية:

تهتم هذه النظرية بتفسير الدافعية في ضوء نظريات التعلم السلوكية (المثير والاستجابة)، كان ثورندايك من أوائل العلماء الذين أشاروا، وذلك في قانون الأثر الذي يرى فيه أن البحث عن الاشباع وتجنب الألم يمثل دوافع تعتبر كافية لتعلم استجابات معينة في موقف مثيري معين، أي أن الطالب يسلك طبقا لرغبته في تحقيق الإشباع وتجنب الألم.

يستبعد سكينر SKINNER وجود متغيرات متدخلة مثل الحافز، أي أنه يرى أن استخدام أساليب التعزيز المختلفة كفيل بإنتاج السلوك المرغوب فيه.

2/ النظرية المعرفية:

التفسيرات المعرفية تفترض أن الإنسان مخلوق عاقل يتمتع بإرادة تمكنه من اتخاذ القرارات التي يرغب فيها، لذلك تؤكد هذه التفسيرات على مفهوم الدافعية الذاتية المتأصلة فيه، وبذلك يتمتع بدرجة عالية من الضبط الذاتي، وتعتبر ظاهرة حب الاستطلاع نوع من الدافعية الذاتية، والتي تمثل دافعا إنسانيا ذاتيا وأساسيا ولدافع حب الاستطلاع أثره.

الواضح في التعلم والابتكار والصحة النفسية، لأنه يساعد الطلاب وخاصة الأطفال على الاستجابة للعناصر الجديدة والغريبة والغامضة، وإبداء الغربة في معرفة المزيد عن أنفسهم وعن بيئتهم والمثابرة في ذلك، وهي أمور ضرورية لتحسين القدرة على التحصيل (علاوي، 1999، ص120)

3/ النظرية الإنسانية:

تهتم هذه النظرية بتفسير الدافعية من حيث علاقتها بالشخصية أكثر من علاقتها بالتعلم وترجع مفاهيم هذه النظرية إلى ماسلو Maslow والذي يفترض أن الدافعية الإنسانية يمكن تصنيفها على نحو هرمي يتضمن سبع حاجات حيث تقع الحاجات تقع الحاجات الفسيولوجية في قاعدة التصنيف، بينما تقع الحاجات الجمالية في قمته على النحو التالي:

أ - الحاجات الفسيولوجية: مثل الحاجة إلى الطعام والشراب والأكسجين والراحة... الخ، وإشباع هذه الحاجات يعطي الفرصة الكافية لظهور الحاجات ذات المستوى الأعلى.

حاجات الأمن: وتشير إلى رغبة الفرد في السلامة والأمن والطمأنينة، وتجنب القلق والاضطراب والخوف ويبدو ذلك واضحا في السلوك النشط للأفراد في حالات الطوارئ مثل

الحروب والأوبئة والكوارث الطبيعية. (الخولي ، 2000 ، ص45)

حاجات الحب والانتماء: وتشير إلى رغبة الفرد في إقامة علاقات وجدانية وعاطفية مع الآخرين بصفة عامة ومع المقربين بصفة خاصة.

حاجات احترام الذات: وتشير إلى رغبة الفرد في اشباع الحاجات المرتبطة بالقوة والثقة والجدارة والكفاءة وعدم اشباعها يشعر الفرد بالضعف والعجز والدونية، فالطالب الذي يشعر بقوته وكفاءته أقدر على التحصيل من الطالب الذي يلازمه شعور الضعف والعجز.

حاجات تحقيق الذات: وتشير إلى رغبة الفرد في تحقيق إمكاناته المتنوعة على نحو فعلي، وتبدو في النشاطات المهنية والامهنية التي يمارسها الفرد في حياته الراشدة، والتي تتفق مع رغباته وميوله وقدراته، حيث يقصر ماسلوهذه الحاجات على الأفراد الراشدين فقط لعدم قدرة الأطفال على تحقيق هذه الحاجات بسبب عدم اكتمال نموهم ونضجهم (راتب، 1997، ص67)

حاجات المعرفة والفهم: وتشير إلى رغبة الفرد المستمرة في الفهم والمعرفة، وتظهر في النشاط الاستطلاعي والاستكشاف له، ورغبته كذلك في البحث عن المزيد من المعرفة، والحصول على أكبر قدر من المعلومات، وهذه الحاجات لها دور حيوي في سلوك الطلاب الأكاديمي، حيث تعتمد على دوافع ذاتية داخلية.

الحاجات الجمالية: وتدل على الرغبة في القيم الجمالية وميل بعض الأفراد إلى تفضيل الترتيب والنظام والاتساق في النشاطات المختلفة وكذلك محاولة تجنب الفوضى وعدم التناسق، ويرى ماسلو أن الفرد الذي يتمتع بصحة نفسية سليمة يميل إلى البحث عن الجمال ويفضله كقيمة بصرف النظر عن أية منفعة مادية.

4/ نظرية التحليل النفسي:

تنسب هذه النظرية إلى العالم الشهير سيغمون فرويد حيث ترى هذه النظرية أن أي نشاط للإنسان يكون مدفوعا بدافعين هما الجنس والعدوان، كما تفسر مفهوم الدافعية بأنه يعود أساسا للاشعور فيما يقوم به الفرد من أفعال وسلوكيات، كما أن للكبت دور في قدرتنا على تحديد أو

معرفة الدوافع الكامنة وراء أي سلوك سواء كان ذلك الفعل والسلوك سوي أو غير سوي (راتب، 1997، ص37). نظرية مفاهيم الحاجة: ترجع أصولها إلى العالم موراي (1938) وحسب هذه النظرية فإن القوة الدافعة للفرد تنطلق أصلاً مما لديه من حاجات، والحاجة هي التي تجعل الفرد ينتقل من المواقف المشبعة إلى مواقف تحقق له إشباع هذه الحاجات. (راتب، 1990، ص243)

5/ نظرية مفاهيم الحاجة:

ترجع أصولها إلى العالم موراي (1938)، وحسب هذه النظرية فإن القوة الدافعة للفرد تنطلق أصلاً مما لديه من حاجات، والحاجة هي التي تجعل الفرد ينتقل من المواقف المشبعة إلى مواقف تحقق له إشباع هذه الحاجات (عضاضة، 1962، ص98)

6/ النظرية الجشطاطية (الكلية):

تعتبر المدرسة الكلية من أحدث المدارس في علم النفس، ومن رواد هذه المدرسة العالم الألماني كوهلر (Köhle) ، ولقد ظهرت هذه الدراية في ألمانيا في القرن العشرين جشطالت كلمة ألمانية معناها الصيغة الكاملة، وترى مدرسة الجشطالت أن الكائن الحي يعيش في وسط بيئة اجتماعية ومادية معينة، وأن تغير في عناصر هذه البيئة يسبب للكائن الحي الشعور بالقلق والتوتر ولا يزول هذا التوتر إلا إذا قام هذا الكائن الحي بنشاط معين على أن هذه البيئة تختلف من فرد لآخر، أو بعبارة أدق يختلف معناها من فرد لآخر بحسب حاجاته وميوله وحالاته المزاجية وخبراته السابقة العضوية، وعلى ذلك يتضح لنا أن هناك فرقاً واضحاً بين البيئة الجغرافية وبين البيئة السلوكية للكائن الحي (الخولي ، 2000، ص237)

7/ نظرية التعلم الاجتماعي:

يشير فيدي (1989) إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصادر الدافعية، فالنجاح أو الإخفاق الاستجابة معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية، ومن ثمة الرغبة في تكرار السلوك الناجح، كما أن أصحاب هذه النظرية يرجعون أصول الدافعية إلى العمليات الاجتماعية وحدها.

وتركز النظريات التي تقول بالمنشأ الاجتماعي للدافعية المحددات الثقافية الحضارية لتشكيل السلوك الدافعي للإنسان.

وانطلاقاً من أن الحاجة هي مفهوم افتراضي يختلف من فرد لآخر ولا يمكن قياسه، فقد حدد موراي خمسة معايير يمكن على أساسها تقييم فعالية هذه الحاجات وسلوك الفرد هي:

✓ تراجع السلوك ونتيجته.

✓ نمط السلوك المتبع للوصول إلى تلك النتيجة.

✓ الإدراك الانتقائي المجموعة من الموضوعات والاستجابة لمؤثرات محددة.

✓ التعبير بصراحة عن الانفعالات والمشاعر التي تتصل بتلك الحاجة.

✓ إبداء الرضا عن تحقيق الحاجة وعدم الرضا عند الإخفاق في الوصول إلى النتائج المرجوة.

(الفقي، 2001، ص39)

8/ النظرية الوظيفية:

تنسب هذه النظرية إلى العالم البورت Allport 1940، ويقوم أساسها على أن الدوافع الإنسان وظيفة استقلالية مرحلية تتغير وتنمو مع الفرد، حيث يتم عن طريق التعديل في الميول الفردية وقيمها واتجاهاتها وأنماط تفاعل الفرد في مختلف عناصر البيئة المادية والمعنوية (جابر، 1998، ص140)

وظائف الدافعية :

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

1/ السلوك بالطاقة:

ومعنى ذلك أن الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما حاملاً طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجات والرغبات فالدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلاً يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسين قدراته وتكليفها بالنجاح ، لكن سرعان ما تقتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية.

2/ أداء وظيفة الاختيار:

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب ويتفاعل معها المراهق و يهمل الأنشطة الأخرى ، كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلاً ، كما أنها تحدد الحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد أقر جوردن ألبرت " أنه عندما تكون اتجاه عام للمواقف والميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استثارته فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل بعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه.(عبد الجواد، 1984، ص321)

3/ توجيه السلوك نحو الهدف:

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

- إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل
- السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثيرات الخارجية التي تثير السلوك
- اختيار نوع النشاط وتحديد
- تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الانتباه ومقاومة التشتت. (حلمي، 1984، ص36)

وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة

ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب

كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة ومقدار الممارسة، وليس ثمة شك، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة. (كامل، ص92)

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية (الاستثارة) حيث كل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة.

المطلب الرابع: أنواع الدافعية

يوضح " ساج " SAGE عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين هما: الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية، ويتعلق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي. (جابر، 1998، ص ص 15-16)

1/ الدافعية الداخلية:

يعني الدافع الداخلي أنه مكافأة داخلية أثناء الأداء ، ويعبر عن هذا المعنى " مارتنر " عام 1980 عندما يقر أن الدافع الداخلي يعتبر جزءا مكملًا لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعًا بالحصول على المعرفة وليس هدفه من التعلم الحصول على المكافأة الخارجية ، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة ، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع استمراره فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد ، ويحدث أثناء الأداء .(جلال، 1993، ص ص 25-26)

2/ الدافعية الخارجية:

هو ذلك الذي ينبع من مؤثرات ومتغيرات خارجية يقدمها الآخرون، أو تقتضها قيم اجتماعية أو تتطلبها حاجات دراسية أو تعليمية. وبعبارة أخرى هو الذي يكون مصدره خارجيا كالمدرس، أولياء الأمور، فقد يقبل الطالب على التعلم سعيا وراء إرضاء المدرس، وقد يقبل الطالب على التعلم إرضاء لوالديه وكسب حبهما أو الحصول على تشجيع مادي أو معنوي منهما، وقد تكون إدارة المدرسة مصدرا آخرًا للدافعية بما تقدمه من حوافز مادية ومعنوية للطالب (ميلر، 1987، ص34)

أما الشخص المحفز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافأة خارجية عن فعله فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على المكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته.

تقسيم الدافعية:

ونقسمها إلى قسمين هما : الدوافع الأولية ، الدوافع الثانوية

1/ الدوافع الأولية:

وتسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها: الحاجة إلى الطعام ، الحاجة إلى الشراب ، الحاجة إلى اللعب والحاجة إلى الحركة الخ وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بـ " الغرائز " إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون لفظ الغرائز لتفسير سلوك الحيوان (أبو جادو، ص123))

2/ الدوافع الثانوية:

تسمى أيضا الدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية، غير أنها تستغل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة ، وأمثلة الدوافع الثانوية ، السيطرة و القوة والأمن والتقدير ، والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات إلخ.(صدقي، 1998، ص 34-35)

المبحث الثاني: الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة

تعتبر فئة لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة من الفئات العمرية الحساسة في المسار الرياضي، حيث تمثل مرحلة انتقالية مهمة بين التكوين القاعدي والاحتراف، وتشهد هذه المرحلة تطوراً ملحوظاً على مستوى القدرات البدنية والمهارية والنفسية، إلى جانب تشكل الهوية الرياضية وبناء الطموحات المستقبلية للاعب، لذلك فإن دراسة الدافعية لدى هذه الفئة هي ضرورة لفهم سلوكهم داخل التدريب والمنافسة، ولتحديد العوامل التي تسهم في رفع أو خفض مستوى أدائهم (صدقي، 1998، ص66)

يهدف هذا المبحث إلى دراسة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة من خلال التطرق إلى ثلاث نقاط أساسية، حيث يتناول المطلب الأول خصائص هذه المرحلة العمرية وانعكاساتها على السلوك الرياضي، بينما يخصص المطلب الثاني لتحليل العوامل المؤثرة في دافعية اللاعبين، في حين يعالج المطلب الثالث مؤشرات قوة وضعف الدافعية لدى هذه الفئة، وذلك بهدف فهم أعمق لطبيعة الدافعية ودورها في تطوير مهاراته، مرحلة أقل من 20 سنة من المراحل العمرية المهمة في حياة الرياضي، إذ تمثل فترة انتقالية بين مرحلة المراهقة المتأخرة وبداية النضج، وتتسم هذه المرحلة بجملة من الخصائص الجسمية، النفسية، العقلية والاجتماعية التي تؤثر بصورة مباشرة في سلوك اللاعب ومستوى دافعيته وأدائه الرياضي.

المطلب الأول: خصائص المرحلة العمرية

أولاً: الخصائص الجسمية والبدنية

تشهد هذه المرحلة نموا ملحوظا في القدرات البدنية نتيجة اكتمال أغلب مراحل النمو الجسمي، حيث يزداد الطول والوزن وتتحسن القوة العضلية والسرعة والتحمل والتوافق الحركي. كما يصبح اللاعب أكثر قدرة على تحمل الأحمال التدريبية المرتفعة مقارنة بالمراحل العمرية السابقة، مما يسمح بإدخال برامج تدريبية أكثر تخصصاً في كرة القدم (علاوي، 2002، ص115)

وهذه المرحلة مناسبة لتطوير الصفات البدنية الأساسية مثل القوة الانفجارية، السرعة الانتقالية، الرشاقة، والتحمل الدوري التنفسي، وهي عناصر ضرورية لتحقيق الأداء الجيد داخل الملعب (الخولي، 1996، ص87)

ثانياً: الخصائص النفسية والانفعالية

يتميز اللاعب في هذه السن بالحساسية الانفعالية والرغبة في إثبات الذات، حيث يسعى إلى تحقيق النجاح وكسب التقدير من المدرب والزملاء والجمهور، كما تتسم هذه المرحلة بتقلبات نفسية ناتجة عن الضغوط الدراسية أو الرياضية أو الاجتماعية، مما قد يؤثر في مستوى الدافعية والاستقرار النفسي (الخولي، 2004، ص142)

ويحتاج اللاعب في هذه المرحلة إلى التشجيع المستمر، والدعم المعنوي، وتعزيز الثقة بالنفس، لأن أي إحباط أو نقد سلبي قد يؤدي إلى انخفاض الرغبة في التدريب أو الانسحاب من النشاط الرياضي.

ثالثاً: الخصائص العقلية والمعرفية

يصل الفرد في هذه المرحلة إلى مستوى متقدم من النضج العقلي، حيث تزداد قدرته على الفهم والتحليل واتخاذ القرار وحل المشكلات. وفي المجال الرياضي يصبح اللاعب أكثر قدرة على استيعاب الخطط التكتيكية والتعليمات المعقدة، وفهم أدواره داخل الفريق (شمعون، 2001، ص66)

كما تتطور لديه القدرة على التركيز والانتباه لفترات أطول، وهو ما يساعده على تحسين الأداء الفني والخططي أثناء المباريات والتدريبات.

رابعاً: الخصائص الاجتماعية

يميل اللاعب في هذه السن إلى الانتماء للجماعة وتكوين العلاقات الاجتماعية، ويبحث عن مكانته داخل الفريق، كما يتأثر بشكل كبير بآراء الزملاء والمدرّب والأسرة. ويمثل الفريق الرياضي مجالا مهما لإشباع حاجاته الاجتماعية، مثل الشعور بالانتماء والتقدير والتعاون (محجوب، 2005، ص91)

لذلك فإن المناخ الاجتماعي الإيجابي داخل الفريق يسهم في رفع دافعية اللاعب، بينما تؤدي الصراعات وسوء العلاقات إلى ضعف الحماس وانخفاض الأداء.

خامساً: الخصائص الرياضية والتنافسية

تتسم هذه المرحلة بارتفاع الطموح الرياضي والرغبة في الوصول إلى الفريق الأول أو الاحتراف، لذلك يكون اللاعب أكثر استعداداً لبذل الجهد والتضحية من أجل النجاح. كما يبدأ في تكوين هوية رياضية واضحة، ويصبح أكثر اهتماماً بالإنجاز والمنافسة وتحقيق النتائج (عبد الخالق، 2003، ص174)

ومن هنا تظهر أهمية استثمار هذه المرحلة من خلال برامج تدريبية متوازنة تراعي احتياجات اللاعب البدنية والنفسية، وتعمل على توجيه طاقاته نحو التطور الرياضي السليم.

يتضح مما سبق أن مرحلة أقل من 20 سنة تتميز بخصائص متعددة ومتكاملة تجعلها مرحلة حاسمة في إعداد لاعب كرة القدم. فهي مرحلة يكتمل فيها النمو البدني، ويتطور النضج العقلي، وتتبلور الشخصية النفسية والاجتماعية، مما يجعل التعامل السليم مع هذه الخصائص عاملاً أساسياً في تعزيز الدافعية وتحقيق النجاح الرياضي.

المطلب الثاني: العوامل المؤثرة في دافعية لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة

الدافعية هي من الركائز الأساسية التي يقوم عليها النجاح الرياضي، إذ تمثل القوة الداخلية والخارجية التي تدفع اللاعب إلى المشاركة، الاستمرار، بذل الجهد، وتحقيق التفوق داخل الميدان الرياضي. وتكتسي الدافعية أهمية خاصة لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة، لأن هذه الفئة العمرية تعيش مرحلة انتقالية تجمع بين النمو البدني والنفسي والاجتماعي، وتعدّ مرحلة حاسمة في تحديد مستقبل اللاعب الرياضي، لذلك فإن أي تغير في مستوى الدافعية ينعكس بصورة مباشرة على الانتظام في التدريب، جودة الأداء، والثبات في المنافسة.

ولا تتحدد دافعية اللاعب بعامل واحد فقط، بل تتأثر بجملة من العوامل المتشابكة التي قد تكون ذاتية مرتبطة بشخصية اللاعب، أو خارجية مرتبطة بالمحيط الرياضي والاجتماعي الذي يعيش فيه. ومن ثم فإن فهم هذه العوامل يساعد المدربين والإداريين على وضع استراتيجيات فعالة لتحفيز اللاعبين والحفاظ على رغبتهم في التطور والنجاح. (علاوي، 2002، ص133)

أولاً: العوامل الشخصية والذاتية

تشكل الخصائص الشخصية للاعب عاملاً أساسياً في تحديد مستوى دافعيته، حيث تختلف درجة الحماس والطموح من لاعب إلى آخر تبعاً للفروق الفردية. فاللاعب الذي يتمتع بثقة عالية بالنفس، وإرادة قوية، وقدرة على تحمل المسؤولية، يكون أكثر ميلاً للانتظام في التدريب، وأكثر استعداداً لمواجهة التحديات والمنافسة (راتب، 2004، ص161)

كما يعتبر مستوى الطموح الرياضي عاملاً مهماً، فكلما كان اللاعب يمتلك أهدافاً واضحة، مثل الوصول إلى الفريق الأول أو الاحتراف الخارجي، زادت رغبته في العمل والتضحية. أما اللاعب الذي يفتقد للأهداف المستقبلية، فقد يصبح أقل التزاماً وأكثر عرضة للفتور. وتلعب الخبرات السابقة دوراً مهماً كذلك، فاللاعب الذي سبق له تحقيق نجاحات أو نيل إشادة من المدرب يزداد لديه الشعور بالكفاءة، بينما قد تؤدي تجارب الفشل المتكرر إلى انخفاض تقديره لذاته الرياضية.

ثانياً: العوامل النفسية والانفعالية

يرتبط مستوى الدافعية بالحالة النفسية التي يعيشها اللاعب، حيث تؤثر مشاعر القلق، الخوف، الإحباط، أو التوتر في رغبته في الأداء. فاللاعب الذي يشعر بالاستقرار النفسي والراحة الذهنية يكون أكثر قدرة على التركيز والمثابرة، بينما تؤدي الضغوط النفسية المستمرة إلى ضعف الحماس والتردد (وجيه، 2005، ص 109). كما أن الحاجة إلى التقدير وإثبات الذات تبرز بقوة في هذه المرحلة العمرية، إذ يسعى اللاعب إلى إثبات قدراته أمام المدرب والزملاء والجمهور. وإذا لم يجد التقدير المناسب، قد يشعر بالإهمال أو عدم القيمة، مما ينعكس سلباً على دافعيته. ومن الجوانب المهمة أيضاً الخوف من الفشل، إذ قد يتجنب بعض اللاعبين المحاولة أو المخاطرة بسبب الخشية من النقد أو فقدان مكانتهم داخل الفريق، لذلك يحتاجون إلى بيئة تشجع المحاولة والتعلم من الخطأ.

ثالثاً: دور الأسرة في تنمية الدافعية

تعتبر الأسرة المؤسسة الأولى التي تؤثر في شخصية اللاعب وسلوكه، لذلك فإن دورها في تعزيز الدافعية مهم جداً، فالدعم الأسري المتمثل في التشجيع، الحضور للمباريات، توفير المستلزمات الرياضية، وإظهار الفخر بإنجازات اللاعب، كلها عوامل تمنحه شعوراً بالأمان والثقة (عبد الخالق، 2003، ص 192).

كما أن الحوار الإيجابي داخل الأسرة يساعد اللاعب على تجاوز لحظات الإحباط والفشل، ويجعله أكثر قدرة على التوازن بين الدراسة والرياضة. كما قد تؤدي الضغوط الأسرية المفرطة، أو التقليل من أهمية النشاط الرياضي، أو المقارنة المستمرة بالآخرين، إلى خلق توتر نفسي يضعف الدافعية ويؤثر في الاستقرار الرياضي للاعب.

رابعاً: تأثير المدرب وأسلوب القيادة

المدرب من أكثر الشخصيات تأثيراً في دافعية اللاعب، لأنه المسؤول عن توجيهه والتقييم والتحفيز. فالمدرب الناجح هو الذي يعرف كيف يتعامل مع الخصائص النفسية للاعبين الشباب، ويوظف أساليب التشجيع والثواب أكثر من العقاب (الخولي، 1996، ص121) ويؤدي أسلوب القيادة الديمقراطي القائم على الحوار، إشراك اللاعبين في بعض القرارات، وتقديم التغذية الراجعة الإيجابية، إلى رفع مستوى الانتماء والرغبة في العمل. أما الأسلوب المتسلط أو المهين، فقد يخلق جواً من الخوف والرفض، ويؤدي إلى تراجع الحماس أو التمرد. كما أن عدالة المدرب في اختيار التشكيلة الأساسية وتوزيع الفرص بين اللاعبين لأن الشعور بالتمييز أو الظلم يضعف دافعية اللاعبين ويخلق توتراً داخل الفريق. (شمعون، 2001، ص94)

خامساً: المناخ الاجتماعي داخل الفريق

الفريق الرياضي ليس مجرد مجموعة لاعبين، بل هو بيئة اجتماعية متكاملة تؤثر في مشاعر الأفراد وسلوكهم. فعندما تسود روح التعاون والاحترام والتضامن بين اللاعبين، يشعر الفرد بالانتماء والراحة، مما يزيد من حماسه للمشاركة والتضحية من أجل المجموعة (رانتب، 2004، ص173)

أما إذا انتشرت الصراعات، الغيرة، السخرية، أو التكتلات داخل الفريق، فإن اللاعب قد يفقد الرغبة في التواجد داخل هذا الوسط، حتى وإن كان يمتلك قدرات جيدة. كما أن وجود قادة إيجابيين داخل الفريق من اللاعبين ذوي الخبرة يساعد على تحفيز زملائهم الشباب ورفع معنوياتهم.

سادسا: الحصص التدريبية وطرق الإعداد

يؤثر محتوى التدريب بشكل كبير في دافعية اللاعب، فالحصص المنظمة والمتنوعة والمبنية على أهداف واضحة تجعل اللاعب أكثر اندماجا واستمتاعا، و التنوع في التمارين، وإدخال الألعاب الشبه رياضية، والمسابقات المصغرة، من أهم الوسائل التي تكسر الروتين وتزيد من التشويق (عبد العزيز، 1968، ص44)

أما التكرار الممل، أو غياب التخطيط، أو الأحمال المبالغ فيها دون مراعاة سن اللاعبين، فقد يؤدي إلى التعب النفسي والجسدي، وبالتالي انخفاض الرغبة في التدريب.

سابعا: النتائج الرياضية والنجاح التنافسي

النجاح هو من أقوى مصادر الدافعية، إذ يمنح اللاعب الشعور بالكفاءة والقدرة. فعندما يحقق الفريق نتائج إيجابية، أو ينجح اللاعب في تسجيل الأهداف أو تقديم أداء جيد، ترتفع معنوياته ويزداد تعلقه بالرياضة (درويش، 1994، ص2020)

أما الخسائر المتكررة أو الجلوس الطويل على مقاعد الاحتياط، فقد تؤدي إلى الإحباط وفقدان الثقة غير أن التعامل التربوي السليم مع الفشل يمكن أن يحوله إلى فرصة للتعلم واكتساب الخبرة.

ثامنا: الحوافز المادية والمعنوية

تلعب المكافآت دوراً مهماً في تعزيز الدافعية، سواء كانت مادية مثل المنح والمكافآت المالية، أو معنوية مثل كلمات الثناء، منح شارة القيادة، أو التكريم أمام الزملاء، وفي هذه المرحلة العمرية تكون الحوافز المعنوية ذات تأثير كبير لأنها ترتبط بحاجة اللاعب إلى الاعتراف الاجتماعي والتقدير (أبو المجد، 2001، ص321)

لكن ينبغي أن تستخدم الحوافز بطريقة متوازنة، حتى لا يصبح اللاعب مرتبطاً فقط بالمكافأة الخارجية على حساب الدافع الداخلي.

تاسعا: التوازن بين الدراسة والرياضة

يمارس أغلب لاعبي أقل من 20 سنة نشاطهم الرياضي بالتوازي مع الدراسة، مما يجعل تنظيم الوقت عاملاً أساسياً في الحفاظ على الدافعية، فإذا استطاع اللاعب التوفيق بين الواجبات الدراسية والتدريبية، شعر بالاستقرار والنجاح في الجانبين.

أما إذا تعرض لضغط دراسي شديد، أو تعارضت أوقات الامتحانات مع المنافسات، فقد يشعر بالإرهاق والارتباك، مما ينعكس على دافعيته الرياضية (علاوي، 2002، ص148)

عاشرا: البيئة المجتمعية والإعلامية

يسهم اهتمام المجتمع بكرة القدم، وتقدير المواهب الرياضية، في رفع دافعية الشباب نحو الاستمرار في الممارسة. كما أن متابعة النماذج الناجحة من اللاعبين المحليين والدوليين تمنح اللاعب قدوة يسعى للاقتداء بها.

يتبين أن دافعية لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة تتأثر بمنظومة متكاملة من العوامل الشخصية، النفسية، الأسرية، التدريبية والاجتماعية، وكلما توفرت بيئة إيجابية تراعي حاجات اللاعب النفسية والتربوية، ارتفع مستوى الحماس والانضباط والطموح لديه. لذلك فإن مسؤولية تنمية الدافعية لا تقع على اللاعب وحده، بل هي مسؤولية مشتركة بين الأسرة، المدرب، النادي، والمجتمع الرياضي ككل.

المطلب الثالث: مؤشرات ضعف وقوة الدافعية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة

الدافعية من المتغيرات النفسية الأساسية التي تنعكس بصورة مباشرة على سلوك اللاعب داخل التدريب والمنافسة، فهي العامل الذي يحدد درجة الحماس، الالتزام، المثابرة، والرغبة في تحقيق النجاح. غير أن الدافعية لا يمكن ملاحظتها بشكل مباشر لأنها حالة نفسية داخلية، وإنما يتم التعرف عليها من خلال مجموعة من المؤشرات السلوكية والانفعالية والأدائية التي تظهر على اللاعب في مواقف التدريب والمباريات. ومن هنا فإن معرفة مؤشرات قوة الدافعية أو ضعفها تساعد المدرب والإدارة الفنية على التدخل في الوقت المناسب لتوجيه اللاعبين وتحسين مستوى أدائهم (الفاندي، 1983، ص32)

وتبرز أهمية هذه المؤشرات لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة، لأن هذه الفئة العمرية تتأثر بسرعة بالنجاح أو الفشل، وبالظروف النفسية والاجتماعية المحيطة، مما يجعل مستوى الدافعية متغيراً من فترة إلى أخرى.

أولاً: مؤشرات قوة الدافعية

1/ الانتظام والانضباط في التدريب

الالتزام بالحضور المنتظم للحصص التدريبية من أبرز علامات قوة الدافعية، فاللاعب المتحفز يحرص على الحضور في الوقت المحدد، ويحافظ على الانضباط واحترام تعليمات المدرب، لأنه يدرك أن التدريب هو الوسيلة الأساسية للتطور والنجاح (عبد الكريم، 1993، ص243)

كما يظهر هذا المؤشر في حرص اللاعب على الاستفادة من كل وحدة تدريبية وعدم التهاون في تنفيذ التمارين.

2/ بذل الجهد العالي أثناء التدريب والمباريات

اللاعب ذو الدافعية المرتفعة يتميز باستعداده لبذل أقصى جهد ممكن، سواء في التمارين البدنية أو المهارية أو التكتيكية، كما يستمر في العطاء حتى في اللحظات الصعبة من المباراة (مهنا، 1985، ص142)

ويظهر ذلك من خلال سرعة الحركة، الجدية في الأداء، الإصرار على افتكاك الكرة، والمساهمة الفعالة في الدفاع والهجوم.

3/ الرغبة المستمرة في التعلم والتطور

من أهم مؤشرات قوة الدافعية رغبة اللاعب في تحسين مستواه، إذ يحرص على تعلم مهارات جديدة، والاستفادة من ملاحظات المدرب، وتصحيح أخطائه باستمرار، كما يهتم بمتابعة المباريات والنماذج الناجحة لتطوير معارفه الكروية (فاخر، 1968، ص87)

فاللاعب المتحفز لا يكتفي بما حققه، بل يسعى دائماً إلى التقدم والوصول إلى مستويات أعلى.

4/ المثابرة ومقاومة الصعوبات:

الدافعية القوية تجعل اللاعب أكثر قدرة على الصبر والتحمل عند مواجهة الإصابات، الخسائر، أو فترات الجلوس على مقاعد الاحتياط. فهو لا يستسلم بسهولة، بل يواصل العمل حتى يستعيد مكانته داخل الفريق (درويش، 1994، ص137)

5/ الثقة بالنفس والطموح الرياضي

يتميز اللاعب صاحب الدافعية القوية بإيمانه بقدراته، وطموحه نحو تحقيق أهداف مستقبلية مثل اللعب مع الفريق الأول أو الاحتراف. وهذه الثقة تدفعه إلى الجرأة في الأداء واتخاذ المبادرة داخل الملعب (السيباني، 1981، ص44)

6/ الروح الإيجابية والانتماء للفريق

تظهر قوة الدافعية كذلك في حب اللاعب للنادي، احترامه لزملائه، واستعداده للتضحية من أجل مصلحة الفريق. كما يشارك في تشجيع زملائه ويحافظ على الروح الجماعية.

ثانيا: مؤشرات ضعف الدافعية

1/ الغياب المتكرر وعدم الانضباط

من أبرز علامات ضعف الدافعية كثرة الغيابات أو التأخر عن التدريبات دون مبرر مقنع، إضافة إلى عدم احترام النظام الداخلي للفريق أو تعليمات المدرب. (مهنا، 1985، ص95) ويعكس هذا السلوك انخفاض اهتمام اللاعب بالرياضة أو تراجع رغبته في الاستمرار.

2/ الأداء الفاتر وضعف الجهد

اللاعب ضعيف الدافعية يؤدي التمارين دون حماس، ويتجنب بذل الجهد المطلوب، ويظهر عليه التكاسل أثناء الجري أو تنفيذ الواجبات الخططية، كما قد يتوقف سريعا عند أول شعور بالتعب (علاوي، 1986، ص34)

3/ الاستسلام السريع عند الفشل

عندما يفقد اللاعب للدافعية، فإنه يتأثر بشدة عند الخسارة أو ارتكاب الأخطاء، وقد يفقد الثقة بنفسه بسرعة، ويشعر بأن المحاولة غير مجدية. كما قد يتخلى عن أهدافه الرياضية بعد أول عقبة تواجهه، مثل عدم اختياره ضمن التشكيلة الأساسية.

4/ اللامبالاة وعدم الاهتمام بالتطور

من مؤشرات ضعف الدافعية أيضا غياب الرغبة في التعلم أو تحسين المستوى، حيث لا يهتم اللاعب بتصحيح أخطائه، ولا يتفاعل مع ملاحظات المدرب، ولا يبدي اهتماماً بالتقدم الفني أو البدني (السابع، 2001، ص39)

5/ التوتر والانفعالات السلبية

قد يظهر ضعف الدافعية في شكل عصبية زائدة، احتجاج مستمر، أو افتعال مشاكل مع الزملاء والمدرب، لأن اللاعب غير المتحفز غالباً ما يبحث عن مبررات خارجية لفشله بدل مواجهة أوجه القصور لديه.

6/ التفكير في الانسحاب أو ترك الممارسة

عندما تتخفّض الدافعية بشكل كبير، قد يبدأ اللاعب في التغيب المتواصل أو التفكير في ترك النادي نهائياً، خاصة إذا ترافق ذلك مع شعور بالإحباط أو غياب الدعم النفسي.

ثالثاً: أهمية اكتشاف هذه المؤشرات مبكراً

إن التعرف المبكر على مؤشرات ضعف الدافعية يسمح للمدرب بالتدخل عبر الحوار الفردي، تغيير أساليب التدريب، تقديم الحوافز، أو معالجة المشكلات النفسية والاجتماعية التي يعاني منها اللاعب. كما أن تعزيز مؤشرات القوة يساعد على تكوين شخصية رياضية ناجحة وقادرة على الاستمرار في المنافسة (علاوي، 1992، ص41)

يتضح أن قوة الدافعية أو ضعفها لا تظهر في شكل مباشر، وإنما من خلال سلوكيات ومواقف يعيشها اللاعب يومياً داخل التدريب والمنافسة. فالالتزام، الحماس، المثابرة، والطموح تُعدّ مؤشرات واضحة على قوة الدافعية، في حين أن الغياب، اللامبالاة، الاستسلام، وضعف الجهد تعكس انخفاضها، لذلك فإن متابعة هذه المؤشرات لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة يُعدّ أمراً ضروريا لضمان تطوّرهم الرياضي والنفسي في آن واحد.

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل الذي تناول موضوع الدافعية في الميدان الرياضي، يتضح أن الدافعية تُعد من أهم العوامل النفسية المؤثرة في سلوك وأداء الرياضيين، إذ تمثل القوة الداخلية التي تدفع اللاعب إلى بذل الجهد والاستمرار في التدريب وتحقيق الإنجاز الرياضي، وقد تبين أن الدافعية الرياضية مفهوم متعدد الأبعاد يرتبط بعدة جوانب داخلية وخارجية، وأن فهمه يتطلب الإحاطة بأنواعه المختلفة والنظريات المفسرة له التي حاولت تفسير مصادره وآليات اشتغاله داخل السياق الرياضي.

كما أظهرت الدراسة أن الدافعية تختلف بشكل واضح حسب الفئات العمرية، حيث تكتسي أهمية خاصة لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، باعتبارها مرحلة انتقالية حاسمة في المسار الرياضي، تتأثر فيها الدافعية بمجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية والتنظيمية. كما أن خصائص هذه المرحلة العمرية تجعل اللاعب أكثر حساسية للمحيط وأكثر تأثراً بأسلوب التدريب والدعم الذي يتلقاه من المدرب والأسرة والنادي.

وقد تم التأكيد كذلك على أن الدافعية لدى هذه الفئة يمكن أن تكون قوية أو ضعيفة حسب توفر مجموعة من المؤشرات، مثل مستوى الحماس، الالتزام بالتدريب، الرغبة في التطور، والاستمرارية في الأداء، وبناء على ذلك فإن تعزيز الدافعية لدى اللاعبين الشباب يعد عاملاً أساسياً في تطوير مستواهم الرياضي وضمان نجاحهم المستقبلي في كرة القدم .

الفصل الرابع

عرض ومناقشة وتفسير النتائج

تمهيد:

لكل دراسة أو بحث علمي أسس منهجية يبني عليها الباحث قاعدته الأساسية ويجعلها منطلق في عملية البحث والدراسة تكون هذه المنهجية بمثابة المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتسم دراسته بالدقة العلمية، ومما لا شك فيه أن تقديم أي بحث في أي علم من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه وفي دقة الأدوات المستعملة والمستخدم لقياس بحثه هذا، فعلى الباحث إذ أن يدرك طريقة استعمال مختلف الأدوات الخاصة لهذه العملية وفي كيفية إدراجها وتوظيفها في بحثه ليتسم بإجراءات ومنهجية البحث العلمي ويكون منطلقاً للبحوث القادمة ومصدراً إضافياً لمصادر البحث العلمي ويكون منطلقاً للبحوث القادمة ومصدراً إضافياً لمصادر البحث العلمي.

بعد الانتهاء من الجانب النظري للبحث، يجب الانتقال إلى هذا الفصل للإحاطة بالموضوع من الجانب التطبيقي والقيام بدراسة ميدانية تهدف إلى تحقيق الأهداف المسطرة من قبل، وتتطلب تدعيمها ميدانياً من أجل التحقق من فرضيات الموضوع، ما يفرض توخي الدقة في اختيار المنهج العلمي الملائم والأدوات المناسبة لجمع المعلومات التي يعتمد عليها فيما بعد وكذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية، كل هذا من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة ودقة علمية مشبعة بإسناد علمي، تساهم في تسليط الضوء على الإشكالية المدروسة وفي تقديم البحث العلمي بصفة عامة .

1 / منهجية البحث:

كلمة منهج مشتقة من نهج، أي سلك طريقاً معيناً وبالتالي كلمة منهج تعني الطريق، كما تعني باللغة الانجليزية Method ، التي ترجع إلى أصل يوناني، يعني البحث أو النظر أو المعرفة، التي تؤدي إلى الغرض المطلوب (محمد زبان عمر ، 1996، ص 48) .

يمثل المنهج في البحث العلمي، مجموعة من القواعد والأسس التي تم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة و تكون هذه الأسس المنهجية، بمثابة المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتم دراسته بالدقة العلمية، ومنهج البحث هو النتيجة التي ينتهي إليها الباحث، انطلاقاً من البناء النظري، إلى غاية النتائج التي سوف يحصل عليها تجسيدا لكافة الخطوات التي تصاغ خلال إنجاز هذا البحث، انطلاقاً من الإشكالية المطروحة، فإن المنهج الوصفي التحليلي هو الأكثر ملائمة للإجابة على التساؤلات المطروحة حول موضوع " دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة دراسة ميدانية لبعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم "

إذا كان المنهج الوصفي ينطلق من وصف الظاهرة كما هي في الواقع، فإنه لا يتوقف عند هذا الحد، حيث يقول محمد شفيقة الدراسات الوصفية، لا تقف عند مجرد جمع البيانات والحقائق بل نتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالتها وتحديد الصورة التي هي عليها، كمياً وكيفياً بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها (شفيق، 1998، ص 108).

2 / الدراسات الاستطلاعية:

لا يخفى على أي باحث أن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات هو أساس انطلاق الدراسة وأما أدوات البحث المناسبة فهي أساس إنجاز الجانب الميداني، الذي يعطي مصداقية للإشكالية ولما كان الاستبيان هو أحد الأدوات المعتمد عليها لإنجاز هذا البحث فقد قمنا بدراسة استطلاعية من خلال زيارة بعض الأندية الرياضية لرابطة باتنة الجهوية لكرة القدم، ابن قمنا بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من المدربين المقدرين بـ 5 مدربين ، من أجل الوقف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له.

3/ مجتمع البحث:

من الناحية الإصطلاحية هو: " تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة: أندية رياضية، فرق تلاميذ، أو أي وحدات أخرى ".

4/ عينة البحث وكيفية اختيارها:

للحصول على المعلومات من المجتمع الأصلي للبحث يتعذر علينا المسح الشامل، وبذلك يتم الرجوع إلى وحدات تمثل المجتمع موضوع الدراسة، أو ما يسمى بالعينة والتي هي جزء لا يتجزأ من مجتمع الدراسة، الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة مجتمع البحث. (محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، 1999، ص 219).

أو كما تعتبر نمودجا، يشمل جانبا أو جزءا من وحدات المجتمع الأصلي المعني بالبحث تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة، وهذا النموذج أو الجزء يغني الباحث عن دراسته كل وحدات ومفردات المجتمع الأصل، خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة كل تلك الوحدات، ويتم اختبار العينة عادة وفق أسس وأساليب علمية متعارف عليها، فإذا كان المجتمع الأصل يشتمل على عشرين ألف عائلة، ويحتاج الباحثون إلى دراستهم دراسة مسحية أو أي دراسة منهجية أخرى، تعتمد الاستبيان أو الملاحظة، أو المقابلة أحيانا كأداة لجمع البيانات والمعلومات من ذلك المجتمع، فإنه سيعتمد في الغالب إلى اختيار عدد معقول منهم (عامر ، قنديلجي، 2007، ص 179).

لذلك فإن اختيار عينة البحث ممثلة تمثيلا صحيحا وكاملا للمجتمع الأصلي، تعتبر من أهم الخطوات وتمثلت عينة بحثنا في بعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم ثمثبة في نادي نجم أولاد دراج - سريع أمل بلعابية - اتحاد عين الخضراء تم توزيع عليهم استبيان، واحتراما للأسس المنهجية عند إجراء البحوث العلمية وحتى تكون النتائج أكثر صدق

وموضوعية فقد تم أخذ نسبة 10% من المجموع الكلي لأفراد مجتمع البحث لنحصل في الأخير علي عينة حجمها 40 مدرب كرة قدم تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

5/ خصائص عينة البحث:

من المعروف أنه كلما كان المجتمع غير متجانس كانت الحاجة إلى عينة كبيرة والعكس صحيح، فإن الحاجة إلى عينة كبيرة الحجم تتضاءل حينما يكون المجتمع متجانس.

6/ متغيرات البحث:

1/ المتغير المستقل: هو العلاقة بين السبب والنتيجة، أي العامل المستعمل الذي نريد من خلاله قياس النواتج، أو هو تلك المتغيرات التي يتناولها الباحث بالتجريب في الدراسات العلمية المختلفة وحدد المتغير المستقل في بحثنا هذا بـ " الألعاب الشبه الرياضية " .

2/ المتغير التابع:

هو الذي يوضح الناتج أو الجواب، لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها، وهي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها، وهي تتأثر بالمتغير المستقل (محمد شفيق، 1986، ص 80)، هي متغيرات لا تخضع لتحكم الباحث ويمكن التعبير عنها بالبيانات أو النتائج المحصلة من التجربة، وفي دراستنا هاته هي الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة.

7/ المجال الزماني والمكاني للدراسة:

7- 1/ المجال الزماني : تنحصر الدراسة التطبيقية في السنة الجامعية 2026/2025 وهي الفترة الممتدة من شهر نوفمبر إلى شهر ماي 2026.

7- 2/ المجال المكاني: تشمل الدراسة الميدانية لاعبي كرة القدم الفئة العمرية أقل من 20 سنة المتواجدين التابعين لرابطة باتنة الجهوية لكرة القدم، حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

8/ أدوات جمع البيانات:

لقد اعتمدنا في بحثنا هذا على الاستبيان لجمع البيانات، وهو من الوسائل الشائعة في البحوث الوصفية، الذي هو أحد أدوات المسح الهامة لتجميع البيانات المرتبطة بموضوع الدراسة، من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة يقوم المبحوث بالإجابة عليها، تم صياغتها في شكل استفسارات محددة، وهو أيضا قائمة تتضمن مجموعة من الأسئلة المعدة ترسل إلى عدد كبير من أفراد المجتمع الذين يكونون العينة الممثلة له للحصول على حقائق وبيانات تتعلق بالظروف الاجتماعية القائمة (بوداود، 2010، ص 103)

وقد تم تصميم هذا الاستبيان وتحديد عناصره استنادا إلى آراء وتوجيهات عدد من الباحثين والمختصين في الميدان الرياضي بما يتماشى ويتفق مع موضوع البحث وإشكاليته وفرضياته.

9/ الصدق والثبات:

الصدق: إن صدق الأداة المستخدمة في البحث مهما اختلف أسلوب القياس، تعني قدرته على قياس ما وضعت من أجله أو الصفة المراد قياسها.

وللوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف البحث، قمنا بعرضها على مجموعة من المحكمين من الأساتذة بمعهد التربية البدنية والرياضية، ممن لهم الخبرة في ميدان البحث العلمي، وبعد إبداء آرائهم وتقديهم الملاحظات، تم استبعاد عدد من العبارات وإضافة أخرى، وتم تعديل أسئلة الاستبيان لتخرج بالشكل النهائي الذي تم توزيعه على المبحوثين من العينة.

الثبات: اعتمدنا في ثبات الاستبيان على طريقة الاختبار وإعادةه على نفس الأشخاص في فرصتين مختلفتين، والتي تعتبر الأسهل والأكثر استخداما في مثل هذه البحوث، بحيث قمنا بعرض نفس الاستمارة على عينة استطلاعية مكونة من 10 لاعبين كرة قدم فئة أقل من 20 سنة وتم الوصول إلى نفس النتائج تقريبا.

10/ الوسائل الإحصائية:

إن هدف الدراسة الإحصائية، هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات دلالة، تساعدنا على التحليل والتفسير والحكم على مدى صحة الفرضيات والمعدلات الإحصائية المستعملة هي كالتالي:

النسب المئوية: استخدم الباحث قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة بعد حساب تكرارات كل منها:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات} \times 100}{\text{العدد الكلي للعينة}}$$

اختبار كاف تربيع "كا²": يسمح لنا هذا الاختبار، بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها، من خلال الاستبيان وهي كما يلي:

$$\text{كا}^2 = \frac{(ت ح - ت ن)^2}{ت ن} \text{ مجموع}$$

درجة الخطأ المعياري $\alpha = 0,05$.

درجة الحرية $ن = ه - 1$ ، حيث ه تمثل عدد الفئات.

إذا كانت عدد التكرارات أقل من 5 نستعمل تصحيح " ياتس "

$$\chi^2 = \frac{(ت ح - ت ن - 0,5)^2}{ت ن}$$

يمثل χ^2 : القيمة المحسوبة من خلال الاختبار .

ت ح : عدد التكرارات الحقيقية (الواقعية) .

ت ن : عدد التكرارات النظرية (المتوقعة)

$$ت ن = ن / و$$

يتم حساب عدد التكرارات النظرية (ت ن) من خلال المعادلة التالية:

حيث: ن يمثل العدد الكلي لأفراد العينة.

و: يمثل عدد الاختيارات الموضوعية للأسئلة.

يسمح هذا الاختبار تحديد الفروق بين الإجابات، إذا كانت ذات دلالة إحصائية أم لا، ذلك من

أجل الكشف دور تأثير الألعاب الشبه الرياضية في تعزيز الدافعية لاعبي كرة القدم فئة أقل

من 20 سنة .

ثانيا / عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

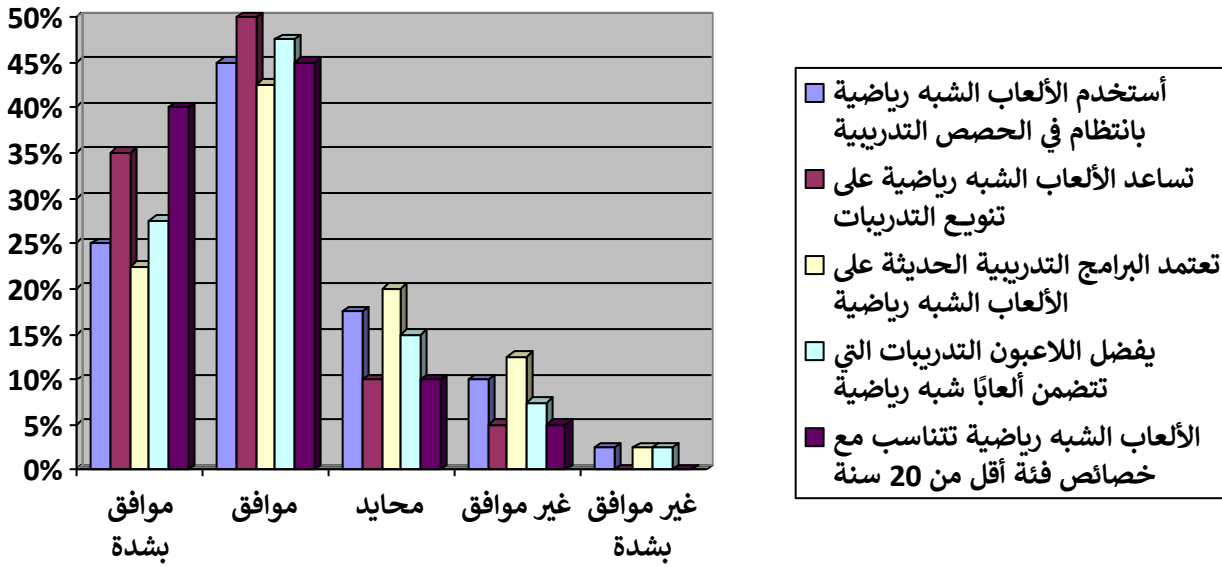
المحور الأول : واقع استخدام الألعاب الشبه رياضية في تدريب كرة القدم

واقع استخدام الألعاب الشبه رياضية في تدريب كرة القدم

تم اعتماد عينة مكونة من 5 مدربين ، وتم تحويل الإجابات إلى تكرارات ونسب مئوية وفق مقياس ليكرت الخماسي.

جدول النتائج:

غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	العبارة
2.5%	10%	17.5%	45%	25%	أستخدم الألعاب الشبه رياضية بانتظام في الحصص التدريبية
0%	5%	10%	50%	35%	تساعد الألعاب الشبه رياضية على تنويع التدريبات
2.5%	12.5%	20%	42.5%	22.5%	تعتمد البرامج التدريبية الحديثة على الألعاب الشبه رياضية
2.5%	7.5%	15%	47.5%	27.5%	يفضل اللاعبون التدريبات التي تتضمن ألعاباً شبه رياضية
0%	5%	10%	45%	40%	الألعاب الشبه رياضية تتناسب مع خصائص فئة أقل من 20 سنة



التحليل والتعليق

تظهر نتائج هذا المحور أن هناك اتجاهًا إيجابيًا عامًا نحو استخدام الألعاب الشبه رياضية في التدريب، حيث سجلت معظم العبارات نسب موافقة مرتفعة بين "موافق" و "موافق بشدة". بالنسبة لعبارة "أستخدم الألعاب الشبه رياضية بانتظام في الحصص التدريبية" فقد حصلت على نسبة موافقة إجمالية مرتفعة بلغت 70%، مما يدل على أن أغلب المدربين يوظفون هذه الألعاب بشكل فعلي داخل الحصص التدريبية، رغم وجود نسبة محدودة من المدربين الذين لا يعتمدون عليها بشكل منتظم.

أما عبارة "تساعد الألعاب الشبه رياضية على تنويع التدريبات" فقد سجلت أعلى مستويات الاتفاق، بنسبة موافقة بلغت 85%، وهو ما يعكس إدراكًا واضحًا لأهمية هذه الألعاب في كسر روتين التدريب التقليدي وإضفاء عنصر التنوع والتحفيز.

وفيما يتعلق بعبارة "تعتمد البرامج التدريبية الحديثة على الألعاب الشبه رياضية" فقد جاءت بنسبة موافقة معتبرة بلغت 65%، مما يشير إلى وعي نسبي لدى المدربين بمدى إدماج هذه الألعاب في المناهج التدريبية الحديثة، رغم بقاء نسبة من المدربين محايدين أو غير مقتنعين بشكل كامل.

كما أظهرت عبارة " يفضل اللاعبون التدريبات التي تتضمن ألعابًا شبه رياضية " نسبة موافقة مرتفعة بلغت 75%، وهو ما يعكس الأثر الإيجابي لهذه الألعاب على تقبل اللاعبين للحصص التدريبية وزيادة تفاعلهم معها.

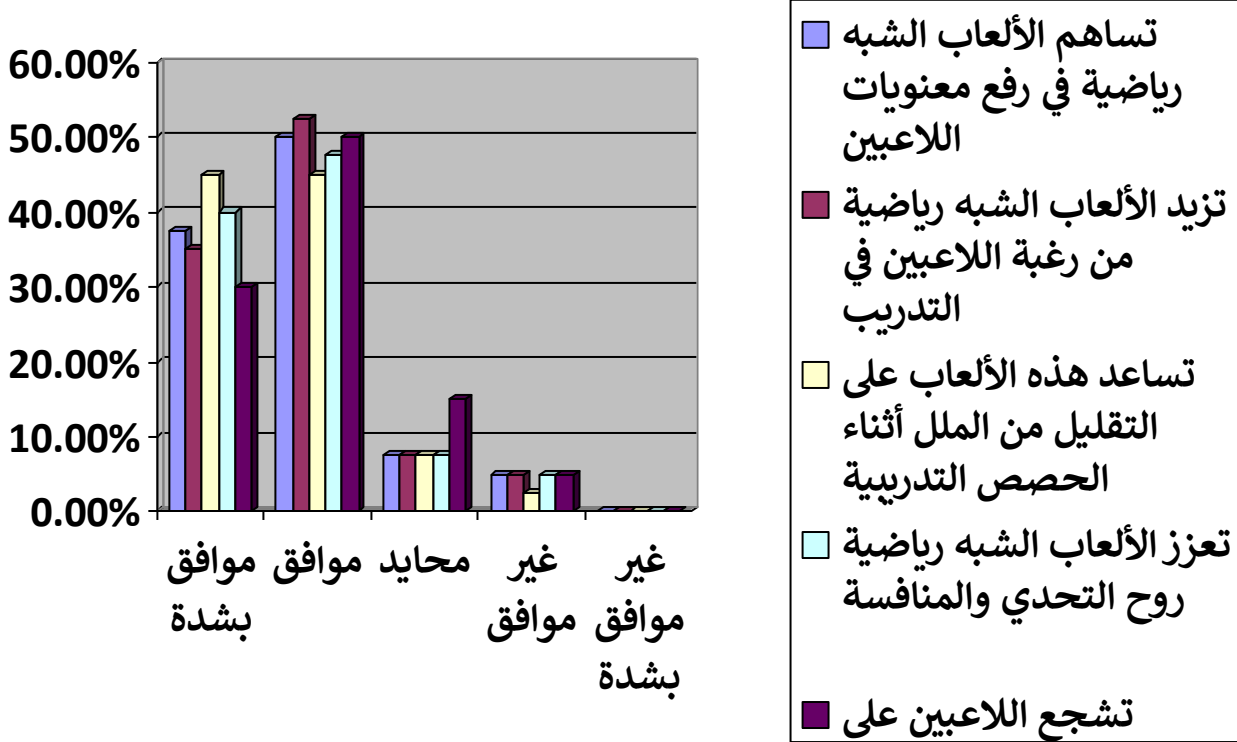
أما العبارة الأخيرة الألعاب الشبه رياضية تتناسب مع خصائص فئة أقل من 20 سنة فقد سجلت أعلى نسبة موافقة بلغت 85%، مما يؤكد اتفاق المدربين على ملاءمة هذه الوسائل التدريبية للخصائص النفسية والبدنية لهذه الفئة العمرية.

المحور الثاني: دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى اللاعبين

دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى اللاعبين

تمت معالجة إجابات 40 مدرباً وفق مقياس ليكرت الخماسي، وتحويلها إلى تكرارات ونسب مئوية.

العبارة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع معنويات اللاعبين	37.5%	50%	7.5%	5%	0%
تزيد الألعاب الشبه رياضية من رغبة اللاعبين في التدريب	35%	52.5%	7.5%	5%	0%
تساعد هذه الألعاب على التقليل من الملل أثناء الحصص التدريبية	45%	45%	7.5%	2.5%	0%
تعزز الألعاب الشبه رياضية روح التحدي والمنافسة	40%	47.5%	7.5%	5%	0%
تشجع اللاعبين على الانضباط والالتزام بالتدريبات	30%	50%	15%	5%	0%



التحليل والتعليق

توضح نتائج هذا المحور وجود اتجاه إيجابي قوي جداً لدى المدربين حول دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة. بالنسبة لعبارة "تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع معنويات اللاعبين" فقد سجلت نسبة موافقة مرتفعة بلغت 87.5% بين "موافق" و"موافق بشدة"، مما يدل على أن هذه الألعاب تعد وسيلة فعالة لرفع الروح المعنوية وتحفيز اللاعبين نفسياً. أما عبارة "تزيد الألعاب الشبه رياضية من رغبة اللاعبين في التدريب" فقد حصلت على نسبة موافقة بلغت 87.5% أيضاً، وهو ما يعكس تأثيرها المباشر في زيادة الحافزية الداخلية لدى اللاعبين ودفعهم نحو المشاركة الإيجابية في الحصص التدريبية.

وفيما يتعلق بعبارة "تساعد هذه الألعاب على التقليل من الملل أثناء الحصص التدريبية" فقد سجلت أعلى درجات الاتفاق بنسبة 90%، ما يبرز دورها الأساسي في كسر الروتين التدريبي وإضفاء طابع ممتع وتنافسي على التمارين.

كما بينت عبارة "تعزز الألعاب الشبه رياضية روح التحدي والمنافسة" نسبة موافقة بلغت 87.5%، مما يؤكد مساهمتها في خلق بيئة تدريبية تنافسية تساعد على تطوير الأداء البدني والنفسي للاعبين.

أما العبارة الأخيرة "تشجع اللاعبين على الانضباط والالتزام بالتدريبات" فقد سجلت نسبة موافقة أقل نسبياً ولكنها ما تزال مرتفعة بلغت 80%، وهو ما يدل على أن تأثير هذه الألعاب لا يقتصر على التحفيز فقط، بل يمتد أيضاً إلى تحسين سلوك اللاعبين داخل الفريق.

مقابلة النتائج بالفرضيات:

أولاً: مقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الأولى

نص الفرضية الأولى:

"للألعاب الشبه رياضية دور كبير في تعزيز روح التنافس لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة".

أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة الموافقة على عبارة "تعزز الألعاب الشبه رياضية روح التحدي والمنافسة بين اللاعبين" بلغت 87.5%، وهي نسبة مرتفعة تعكس اقتناع أغلب أفراد العينة بالدور الإيجابي لهذه الألعاب في تنمية روح التنافس الرياضي، كما بينت النتائج أن الألعاب الشبه رياضية توفر مواقف تدريبية تحاكي ظروف المنافسة الحقيقية، مما يدفع اللاعبين إلى بذل المزيد من الجهد وإظهار قدراتهم وتحقيق التفوق داخل النشاط التدريبي.

وبناء على ذلك، فإن النتائج الميدانية جاءت متوافقة مع الفرضية الجزئية الأولى، مما يسمح بقبولها وإثبات صحتها، حيث تبين أن للألعاب الشبه رياضية دوراً فعالاً في تعزيز روح التنافس والتحدى لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة .

ثانياً: مقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثانية

نص الفرضية الثانية:

للألعاب الشبه رياضية دور كبير في تحفيز اللاعبين وتعزيز المشاركة في التدريبات والمباريات .

أظهرت النتائج أن نسبة الموافقة على عبارة "يزيد استخدام الألعاب الشبه رياضية من رغبة اللاعبين في التدريب" بلغت 87.5%، كما أظهرت النتائج أن 75% من أفراد العينة يفضلون التدريبات التي تتضمن ألعاباً شبه رياضية، أكدت النتائج أن هذه الألعاب تساعد على التقليل من الملل أثناء الحصص التدريبية بنسبة 90%، وتشجع اللاعبين على الانضباط والالتزام بالتدريبات بنسبة 80%.

وتدل هذه النتائج على أن الألعاب الشبه رياضية تسهم في جعل التدريب أكثر متعة وتشويقاً، مما يزيد من إقبال اللاعبين على المشاركة الفعالة في التدريبات والمنافسات الرياضية، ويرفع مستوى الدافعية لديهم.

وعليه، فإن النتائج تؤكد صحة الفرضية الجزئية الثانية وقبولها، إذ ثبت أن للألعاب الشبه رياضية دوراً مهماً في تحفيز اللاعبين وتعزيز مشاركتهم والتزامهم بالتدريبات والمباريات .

ثالثاً: مقابلة النتائج بالفرضية العامة

نص الفرضية العامة:

"للألعاب الشبه رياضية فعالية كبيرة في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة".

أظهرت نتائج الدراسة وجود اتفاق كبير بين أفراد العينة حول الدور الإيجابي للألعاب الشبه رياضية في رفع مستوى الدافعية لدى اللاعبين الشباب، حيث بلغت نسبة الموافقة على عبارة "تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع معنويات اللاعبين 87.5%"، كما بلغت نسبة الموافقة على عبارة "تزيد الألعاب الشبه رياضية من رغبة اللاعبين في التدريب 87.5%"، في حين سجلت عبارة "تساعد هذه الألعاب على التقليل من الملل أثناء الحصة التدريبية" أعلى نسبة موافقة بلغت 90%

وتؤكد هذه النتائج أن الألعاب الشبه رياضية توفر بيئة تدريبية محفزة وممتعة تسهم في رفع الحماس والرغبة في التدريب والمشاركة، كما تساعد على كسر الروتين التدريبي وتعزيز التفاعل الإيجابي لدى اللاعبين .

جاءت النتائج الميدانية متوافقة مع الفرضية العامة، مما يسمح بقبولها والتأكيد على أن الألعاب الشبه رياضية تعد وسيلة تدريبية فعالة في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة .

النتائج العامة للدراسة:

في ضوء التحليل الإحصائي للبيانات ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية المتعلقة بدور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، تم التوصل إلى مجموعة من النتائج العامة، يمكن تلخيصها فيما يأتي:

1. أثبتت الدراسة أن الألعاب الشبه رياضية تعد من الوسائل التدريبية الفعالة التي تسهم في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة .
2. أظهرت النتائج أن الألعاب الشبه رياضية تساهم بدرجة كبيرة في تنمية روح التحدي والمنافسة بين اللاعبين، حيث سجلت نسبة موافقة مرتفعة بلغت (87.5%)، مما يؤكد دورها في خلق بيئة تدريبية تنافسية محفزة .
3. بينت الدراسة أن استخدام الألعاب الشبه رياضية يزيد من رغبة اللاعبين في المشاركة في التدريبات، ويرفع مستوى حماسهم وانخراطهم الإيجابي داخل الحصص التدريبية .
4. كشفت النتائج أن اللاعبين يفضلون التدريبات التي تتضمن ألعاباً شبه رياضية مقارنة بالتدريبات التقليدية، لما توفره من تشويق ومتعة وتنوع في الأنشطة التدريبية .
5. أكدت الدراسة أن الألعاب الشبه رياضية تساهم في التقليل من الشعور بالملل والروتين أثناء الحصص التدريبية، حيث سجلت هذه العبارة أعلى نسبة موافقة بلغت (90%) .
6. أوضحت النتائج أن الألعاب الشبه رياضية تساعد على رفع معنويات اللاعبين وتحسين حالتهم النفسية، مما ينعكس إيجاباً على أدائهم الرياضي واستمرارهم في التدريب .
7. تبين أن هذه الألعاب تشجع اللاعبين على الانضباط والالتزام بالتدريبات، وتدعم المواظبة على المشاركة في الأنشطة الرياضية المختلفة .

8. أظهرت الدراسة أن دمج الألعاب الشبه رياضية ضمن البرامج التدريبية يسهم في تحسين التفاعل والتواصل بين اللاعبين، ويعزز روح العمل الجماعي والتعاون داخل الفريق .
9. أكدت النتائج أن الألعاب الشبه رياضية تمثل أداة تدريبية حديثة تساعد المدربين على تحقيق الأهداف البدنية والمهارية والنفسية في آن واحد .
10. خلصت الدراسة إلى أن توظيف الألعاب الشبه رياضية بشكل منتظم داخل البرامج التدريبية لفئة أقل من 20 سنة يسهم في رفع مستوى الدافعية الرياضية وتحسين الأداء والتفاعل داخل العملية التدريبية، مما يؤكد صحة الفرضية العامة للدراسة .

التوصيات والاقتراحات:

- بناء على النتائج التي توصلت إليها الدراسة حول دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، يمكن تقديم التوصيات الآتية:
- الاعتماد المنتظم على الألعاب الشبه رياضية ضمن البرامج التدريبية لفئة أقل من 20 سنة لما لها من دور فعال في رفع مستوى الدافعية لدى اللاعبين.
- تنويع الألعاب الشبه رياضية المستخدمة خلال الحصص التدريبية بما يتناسب مع الأهداف البدنية والمهارية والنفسية المراد تحقيقها.
- تشجيع المدربين على توظيف الألعاب الشبه رياضية كوسيلة تدريبية أساسية تساعد على كسر الروتين وإضفاء جو من المتعة والتشويق داخل التدريب.
- تنظيم دورات تكوينية للمدربين حول كيفية تصميم وتطبيق الألعاب الشبه رياضية وفق الأسس العلمية الحديثة.

مراعاة الخصائص العمرية والبدنية والنفسية للاعبين عند اختيار الألعاب الشبه رياضية لضمان تحقيق أفضل النتائج التدريبية.

تعزيز استخدام الألعاب التنافسية الجماعية التي تنمي روح التحدي والمنافسة الإيجابية بين اللاعبين وتدعم العمل الجماعي

إدماج الألعاب الشبه رياضية في مختلف مراحل الموسم الرياضي وعدم الاقتصار على مرحلة الإعداد فقط، لما لها من أثر إيجابي على المحافظة على الدافعية طوال الموسم.

توفير الإمكانيات والتجهيزات اللازمة التي تساعد على تنفيذ الألعاب الشبه رياضية داخل الأندية الرياضية بصورة فعالة.

إجراء تقييم دوري لمدى فعالية الألعاب الشبه رياضية من خلال متابعة مستوى دافعية اللاعبين ومردودهم أثناء التدريبات والمباريات.

تشجيع الباحثين والطلبة على إجراء المزيد من الدراسات حول الألعاب الشبه رياضية وعلاقتها بمتغيرات أخرى كالأداء المهاري، واللياقة البدنية، والثقة بالنفس، والانسجام الجماعي لدى مختلف الفئات العمرية.

الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة في تصميم وتنفيذ بعض الألعاب الشبه رياضية بما يساهم في زيادة تفاعل اللاعبين وتحفيزهم على المشاركة الفعالة.

تعزيز الجانب النفسي داخل العملية التدريبية من خلال توظيف الألعاب الشبه رياضية كوسيلة لتحسين الحالة المعنوية للاعبين وتقليل الضغوط والملل المصاحب للتدريبات التقليدية.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع:

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح، التدريب الرياضي المعاصر، دار الفكر العربي، القاهرة، 2012.
2. أبو عبدة، وحسين السيد، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، الإشعاع الفني، الإسكندرية، 2002.
3. أحمد أمين فوزي، دافعية الممارسة الرياضية، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، 2004.
4. أحمد بلقيس، وتوفيق مرعي، الميسر في سيكولوجية اللعب، ط1، دار الفرقان للنشر والتوزيع، عمان، 1982.
5. أحمد مختار عضاضة، التربية العلمية التطبيقية في المدارس الابتدائية والتكميلية، ط3، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، بيروت، لبنان، 1962.
6. أكرم خطيبة، التربية الرياضية للأطفال والناشئة، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 2011.
7. أمر الله أحمد البساطي، قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته، ط1، دار المعارف، الإسكندرية، 1998.
8. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
9. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
10. أمين أنور الخولي وآخرون، مناهج التربية الرياضية الحديثة، ط1، دار الفكر العربي، 2000.
11. أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي: المفاهيم والتطبيقات، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.

12. أسامة كامل راتب، الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور، ط1، 1997.
13. أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
14. إسماعيل محمد الفقي وآخرون، علم النفس التربوي، 2001.
15. إلين وديع فرج، خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2، دار المعارف للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2002.
16. إلين وديع فرج، خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2003.
17. تشارلز بيوكر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن سيد معوض وكمال صالح عبده، مكتبة الأنجلو المصرية.
18. جابر عبد الحميد جابر، الدافعية: نظريات وتطبيقات، جامعة القاهرة، 1998.
19. حسين عبد الجواد، الألعاب الصغيرة، ط1، دار العلم للملايين، بيروت، 1984.
20. حلمي المليجي، علم النفس المعاصر، ط6، دار العربية، لبنان، 1984.
21. خالد عبد الرزاق السيد، سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، 2000.
22. ريسان عبد المجيد، الألعاب الحركية، ط1، دار الشروق، الأردن، 2000.
23. رومي جميل، كرة القدم، ط1، دار النفائس، لبنان، 1986.
24. زكريا إبراهيم كامل وآخرون، طرق التدريس في التربية الرياضية، ج1، ط1، مكتبة الإشعاع الفنية.
25. زكية إبراهيم كامل، ومصطفى السايح محمد، (البيانات غير مكتملة في النص الأصلي).
26. سعد جلال، المرجع في علم النفس، دار المعارف، القاهرة، 1963.

27. سعد جلال، المرجع في علم النفس، دار المعارف، القاهرة، 1993.
28. سعد جلال، ومحمد حسن علاوي، علم النفس التربوي الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، 1996.
29. سوزانا ميلر، سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى، عالم المعرفة، الكويت، 1987.
30. صالح عبد العزيز، التربية وطرق التدريس، ج1، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1968.
31. صالح محمد علي أبو جادو، علم النفس التربوي، ط1، دار المسيرة، الأردن.
32. عبد الحميد شرف، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء وحماية الإعاقة، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001.
33. عدنان درويش جلول وآخرون، التربية البدنية والرياضية المدرسية، ط3، دار الفكر العربي، 1994.
34. عدنان عرفان مصلح، التربية في رياض الطفل، دار الفكر للنشر والتوزيع.
35. عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي: نظريات وتطبيقات، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2003.
36. عفاف عبد الكريم، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1993.
37. علي بشير الفاندي وآخرون، المرشد الرياضي التربوي، ط1، المنشأة العامة للنشر والتوزيع والإعلام، طرابلس، ليبيا، 1983.
38. عطية محمود، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.
39. عمرو أبو المجد وآخرون، الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة، ط1، مركز الكتاب للنشر، 2001.
40. فاخر عاقل، معالم التربية، ط2، دار العلم، بيروت، لبنان، 1968.

41. فايز مهنا، التربية الرياضية الحديثة، ط1، دار طه يس، 1985.
42. فيولا البيلاوي، دراسات في لعب الأطفال، ط2، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1997.
43. قاسم حسن حسين، التطبيق العلمي في التربية الرياضية، المكتبة الوطنية، بغداد، 1987.
44. قاسم المندلاوي، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
45. محمد الحماحي، فلسفة اللعب، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002.
46. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط6، دار المعارف، القاهرة، 1986.
47. محمد حسن علاوي، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.
48. محمد حسن علاوي، سيكولوجية التدريب والمنافسة، ط7، دار المعارف، بيروت، 1992.
49. محمد العربي شمعون، التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
50. مصطفى السايح محمد، موسوعة الألعاب الصغيرة، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 2007.
51. مصطفى السايح محمد، اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، ط1، مكتبة الإشعاع الفنية، 2001.
52. نبيل عبد الهادي، سيكولوجية اللعب وأثرها في تعليم الطفل، ط1، دار وائل للنشر، عمان، 2004.
53. نجم الدين السهروردي، فلسفة اللعب، ط4، القاهرة، 1977.

54. وجيه محجوب، علم النفس الرياضي والتعلم الحركي، دار الكتب العلمية، بغداد، 2005.

55. وديع ياسين التكريتي، (البيانات غير مكتملة في النص الأصلي).

الملاحق



جامعة محمد بوضياف المسيلة



استمارة استبيان لدراسة حول موضوع:

دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة
دراسة ميدانية لبعض أندية رابطة باتنة الجهوية لكرة القدم

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في تخصص:

إشراف الأستاذ :

إعداد الطالب :

د. مقدر رابح

الربيع ماضي

الأستاذ(ة) المحترم(ة):

نضع بين أيديكم هذه الاستمارة بهدف جمع البيانات اللازمة للدراسة العلمية، ونرجو منكم التكرم بالإجابة بكل موضوعية ودقة، علماً أن المعلومات المقدمة ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

ضع علامة (✓) أمام الإجابة المناسبة

السنة الجامعية: 2026/2025م

المحور الأول : واقع استخدام الألعاب الشبه رياضية في تدريب كرة القدم

1. هل تستخدم الألعاب الشبه رياضية بانتظام في الحصص التدريبية؟
2. هل تساعد الألعاب الشبه رياضية على تنويع التدريبات المقدمة للاعبين؟
3. هل تعتمد البرامج التدريبية الحديثة على الألعاب الشبه رياضية كجزء من العملية التدريبية؟
4. هل يفضل اللاعبون التدريبات التي تتضمن ألعابًا شبه رياضية مقارنة بالتدريبات التقليدية؟
5. هل تتناسب الألعاب الشبه رياضية مع الخصائص العمرية والبدنية والنفسية للاعبين فئة أقل من 20 سنة؟

المحور الثاني : دور الألعاب الشبه رياضية في تعزيز الدافعية لدى اللاعبين

1. هل تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع معنويات اللاعبين أثناء التدريب؟
2. هل تزيد الألعاب الشبه رياضية من رغبة اللاعبين في المشاركة في التدريبات؟
3. هل تساعد الألعاب الشبه رياضية على التقليل من الشعور بالملل أثناء الحصص التدريبية؟
4. هل تعزز الألعاب الشبه رياضية روح التحدي والمنافسة بين اللاعبين؟
5. هل تشجع الألعاب الشبه رياضية اللاعبين على الانضباط والالتزام بالتدريبات؟

السؤال المفتوح

في رأيك، كيف يمكن تطوير استخدام الألعاب الشبه رياضية لتحسين دافعية لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة؟

شكرا لكم على حسن تعاونكم ومساهمتم في إنجاح هذا البحث العلمي.

