

الرقم التسلسلي :

الرمز :

القسم : التدريب الرياضي

الشعبة : التدريب الرياضي

التخصص : تحضير بدني رياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة
(الماستر الأكاديمي)



تحت إشراف :

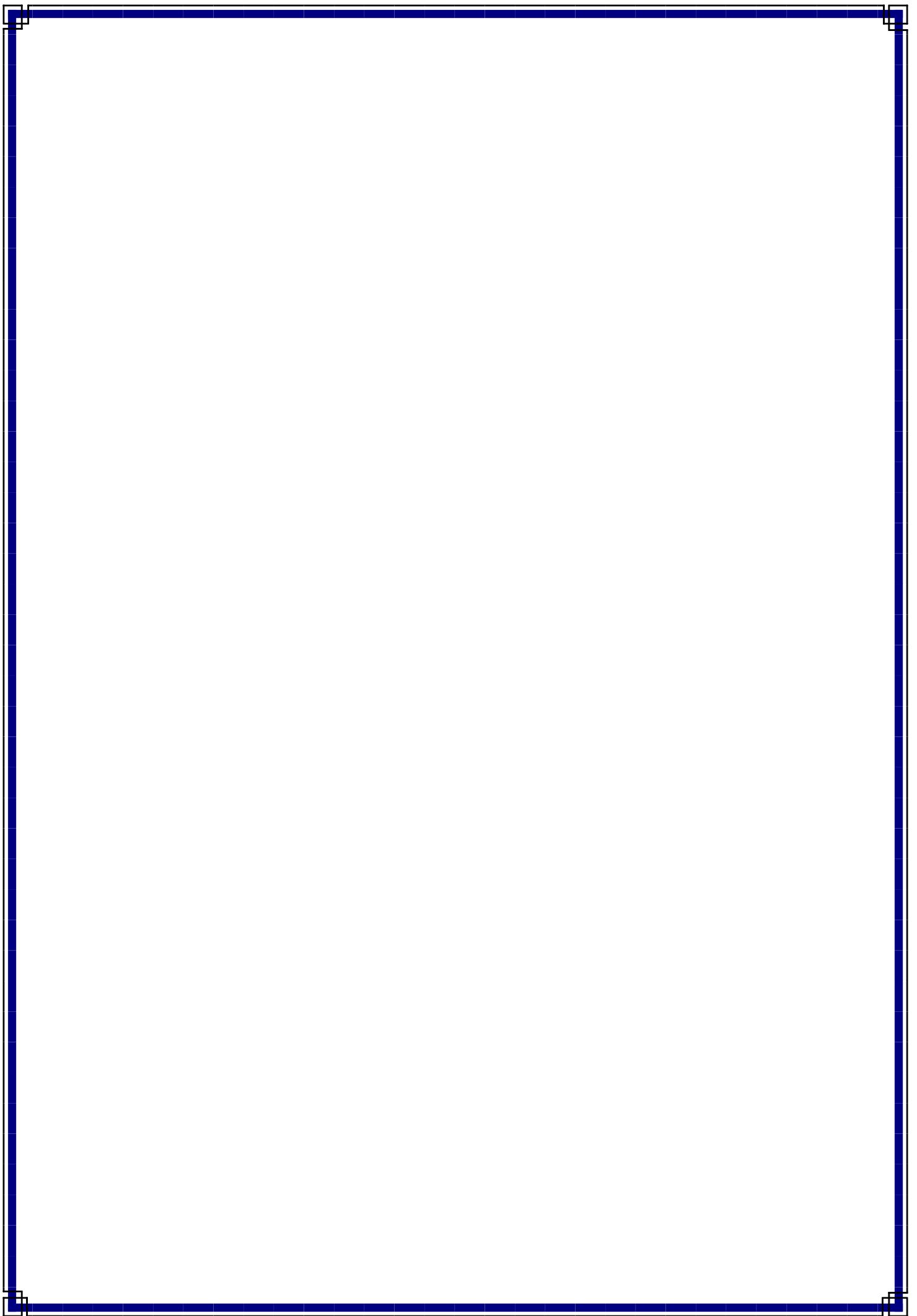
الدكتور قارة السعيد

من إعداد الطالبين :

* مناري إبراهيم

* بوراس يونس

السنة الجامعية : 2021/2020



الرقم التسلسلي :

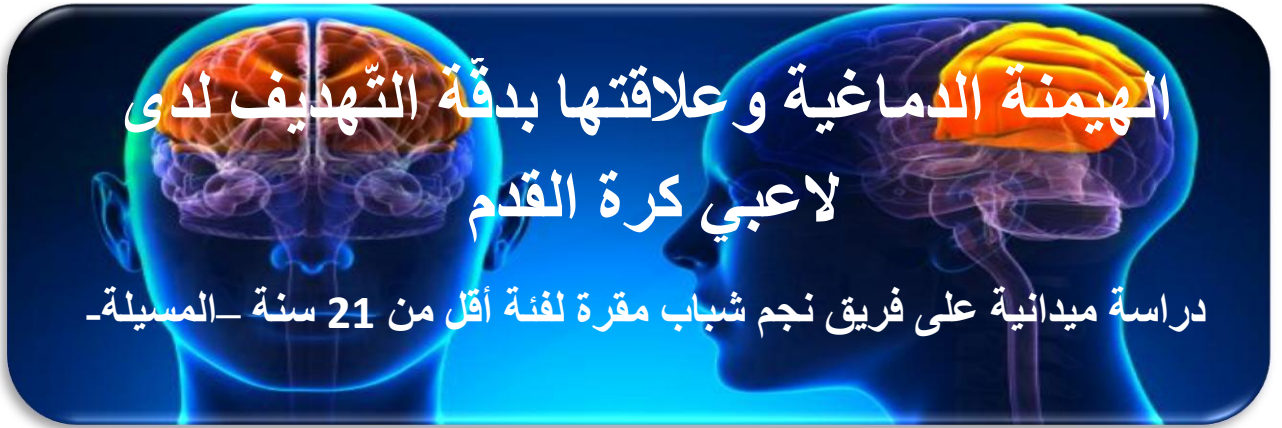
القسم : التدريب الرياضي

الرمز :

الشعبة : التدريب الرياضي

التخصص : تحضير بدني رياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة
(الماستر الأكاديمي)



تحت إشراف:

الدكتور قارة السعيد

من إعداد الطالبين :

* مناري إبراهيم

* بوراس يونس

شكر و تقدير

قال تعالى : " وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ " إبراهيم : 7).

الحمد لله حمدا كثيرا، الحمد لله شكرا جزيلا ، الحمد لك خلقتنا، و بين مخلوقاتك زرعنا، الحمد لك بالعقل و النطق ميزتنا، الحمد لك عدد خلقك، و مداد كلماتك أعنتنا، و بالعلم زودتنا.

الحمد و الشكر لله على فضله و نعمته في إتمام هذا البحث و يدعوننا واجب الوفاء و العرفان بالجميل ومصدقا لقوله ﷺ من لم يشكر الناس لم يشكر الله نتقدم بالشكر العميق إلى الأستاذ الفاضل المشرف الدكتور " قارة السعيد" الذي لم يبخل علينا بمعلوماته القيمة و آرائه النيرة و الصائبة

و تشجيعاته المتواصلة لإنجاز هذا البحث كما نشكره على الوقت الذي خصصه للإطلاع على كل كبيرة و صغيرة لنقول له دمت فخرا وذخرا للمعهد... دمت في القمة.

كما لا ننسى أن نشكر أساتذتنا الكرام وجميع الطلبة لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة فنقول: حياتنا ألم، يغطيها أمل يحققها عمل، نهايتها أجل ولكل امرئ جزاء بما عمل

كما أتوجه بجزيل الشكر و التقدير للأخ والصديق العزيز " خلفه عماد " ومدرّب شباب نجم مقرة لأقل من 21 سنة "عزي عبد الله" و المدرّب المساعد "مكي سمير" وكل اللاعبين وأخي وصديقي العزيز "واضح عاشور" على مد يد العون و المساعدة.

كما نشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة

إلى كل هؤلاء نتقدم بأخلص التحيات وأطيب الأمنيات

بوراس يونس

مناري إبراهيم

إهداء

قال تعالى " وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ " "لقمان" 14 "

إلى الحبيبة الغالية إلى من أَرْضَعْتَنِي طَهَارَةَ الرُّوحِ وَعَلَّمْتَنِي كَيْفَ أَكُونُ رَجُلًا وَأَحَاطْتَنِي بِحُبِّهَا، إلى من يَجْرِي حُبُّهَا فِي الْجَسَدِ مَجْرَى الدَّمِ فِي العُرُوقِ، إلى الزَّهْرَةَ الَّتِي يَتَرَنَحُ عَيْبِهَا مَفَاخِرًا عَلَى بَسَاطِ فُؤَادِي، إلى نَسْمَةِ أَثَارَتِ رِيَاضِ أَشْوَاقِي... إلى أُمِّي أَحْرَرِ وِدَادِي...

إلى التي إن قالوا عنها أحبها ؟ قلت : بجنون.

قالوا : أجميلة هي ؟ قلت : أكثر مما تتصورون.

قالوا : أين هي ؟ قلت : في القلب وبين الجفون.

قالوا: ما إسمها؟ قلت: **أمي** ومن سواها تكون.

لك يا من علّمني سحر الجهاد و نشوة التضحية لك يا جبلاً رقيقاً أثبت له عن عجز و امتنان ثقل التحية لك **أبي** أحرر وداي أطل الله في عمرك.

إلى الذين صنعوا ذكرياتي و زينوا أيامي والذين شاركوني في عرش أبي وأمي والذين جمعوني معهم ظلمة الرحم والذين يدخلون القلب بلا استئذان: إخوتي وأخواتي و أولادهم وخاصة أنس وملاك.

إلى رفيقة الدرب وشريكة الحياة زوجتي الكريمة

إلى كل الذين يؤمنون بالعلم منهاجا وتعلّما

إلى أساتذتي الكرام خاصة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة

كل بمقامه وكل بقدره.

مناري إبراهيم

إهداء

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله
أهدي ثمرة جهدي إلى من قال فيهما عز وجل

" وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي
وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ " "لقمان" 14 "

إلى أول كلمة نطقها لساني وأول نظرة رأتها عيني وأول دفء في حياتي
إلى التي إن أعطيتها كنوز الأرض ما وفيتها حقها إلى **أمي** العزيزة
وإلى الذي عبد لي الطريق دون أن يبالي بأحمالي ومتاعبي
إلى روح **أبي** الطاهرة رحمة الله عليه
وإلى أخي و أخواتي إلى ابن أختي الكتكوت "مصعب" وكل العائلة
وإلى رفقاء العمر وكل الأصدقاء والأحباب
وإلى كل من قرأ هذه المذكرة
أهدي ثمرة جهدي.

بوراس يونس

قائمة المحتويات

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الصور
	الملخص بالعربية
	الملخص بالإنجليزية
أ - ب	المقدمة
الجانب المنهجي	
الصفحة	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
03	1-1 إشكالية الدراسة:
04	2-1 فرضيات الدراسة :
04	3-1 أهمية الدراسة:
05	4-1 أهداف الدراسة:
05	5-1 تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:
06	6-1 الدراسات السابقة:
08	7-1 مميزات الدراسة الحالية:
الجانب النظري	
الصفحة	الفصل الثاني: الهيمنة الدماغية
12	تمهيد
13	1-2 دماغ الإنسان:
13	1-1-2 تعريف الدماغ :
13	2-1-2 مكونات الدماغ :
16	2-2 المخ:
16	1-2-2 تعريف المخ :

16	2-2-2 مكونات المخ:
18	3-2 التطور التاريخي لأبحاث المخ و الهيمنة الدماغية.
21	4-2 مكونات ووظائف الجهاز العصبي.
24	1-4-2 البنية الأساسية للجهاز العصبي (الخلية العصبية) :
25	2-4-2 الجهاز العصبي:
27	5-2 مفهوم الهيمنة الدماغية.
28	1-5-2 تعريف الهيمنة الدماغية:
29	2-5-2 أقسام الهيمنة الدماغية :
30	6-2: نظريات الهيمنة الدماغية.
30	1-6-2 النظرية الوراثية.
30	2-6-2 النظريات البيئية
30	3-6-2 النظريات الهرمونية النمائية
30	4-6-2 النظريات التشريحية
35	7-2 الفروق بين الذكور و الإناث
36	خلاصة
الصفحة	الفصل الثالث: الأداء المهاري
39	تمهيد:
40	1-3 الأداء المهاري :
40	1-1-3 مفهوم الأداء :
42	2-1-3 مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية :
51	3-1-3 مفهوم الأداء المهاري :
52	2-3 التهديد في كرة القدم
55	خلاصة:
الصفحة	الفصل الرابع: كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية لفئة أقل من 21 سنة
57	تمهيد:

58	4-1 كرة القدم :
58	4-1-1 تعريف كرة القدم :
58	4-1-2- نبذة تاريخية عن كرة القدم:
61	4-1-3- خصائص كرة القدم :
62	4-1-4 الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم:
65	4-1-5 بعض عناصر الناحية النفسية في كرة القدم :
67	4-1-6 الخصائص النفسية للاعب كرة القدم :
67	4-1-7 المتطلبات النفسية للاعب كرة القدم:
68	4-2 خصائص المرحلة العمرية لفئة أقل من 21 سنة
68	4-2-1 التعريف بفئة الآمال أقل من 21 سنة
68	4-2-2 مميزات فئة الآمال (أقل من 21 سنة) :
69	4-2-3 مشاكل فئة الآمال (أقل من 21 سنة) :
71	خلاصة :
الجانب التطبيقي	
الصفحة	الفصل الخامس: منهجية الدراسة
74	تمهيد
75	5-1- الدراسة الاستطلاعية.
75	5-2- منهج الدراسة .
75	5-3- متغيرات الدراسة.
76	5-4- مجتمع و عينة الدراسة.
77	5-5- أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات).
78	5-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق، الثبات، الموضوعية).
79	5-7- تصميم الدراسة و المعالجة الإحصائية.
79	5-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية.

80	خلاصة
الصفحة	الفصل السادس: عرض وتحليل و مناقشة النتائج
83	6-1- عرض وتحليل النتائج :
83	6-1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :
83	6-1-1-1- عرض نتائج الفرضية العامة :
84	6-1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:
84	6-1-2-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى :
85	6-2-1- تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:
85	6-3-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :
85	6-1-3- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :
85	6-2-3- تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :
87	6-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات :
87	6-1-2- مناقشة نتائج الفرضية العامة :
88	6-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :
89	6-3-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :
الصفحة	الفصل السابع: الاستنتاجات والإقتراحات
91	7-1- الاستنتاج العام:
91	7-2- الإقتراحات و الفرضيات المستقبلية :
91	7-1-2- الإقتراحات :
92	7-2-2- الفرضيات المستقبلية:
الخاتمة	
	قائمة المصادر و المراجع
	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
76	يمثل عينة اللاعبين لفريق رديف نجم شباب مقرة	01
83	يمثل العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و دقة التهديد	02
84	يمثل النمط السائد لدى لاعبي كرة القدم	03
85	يبين نتائج معامل أنوفا أحادي الإتجاه لمتغير نمط الهيمنة الدماغية	04

قائمة الصور

الصفحة	رقم الصورة	عنوان الصورة
15	01	مكونات الدماغ البشري
23	02	جسم الخلية العصبية
24	03	أنواع الخلايا العصبية
26	04	الجهاز العصبي عند الإنسان
31	05	أقسام الدماغ عند روجر سبيري
32	06	أقسام الدماغ عند ماكلين (MacLean)
35	07	الفرق بين دماغ الرجل و المرأة

قائمة الأشكال

الصفحة	رقم الشكل	عنوان الشكل
34	01	تطوير رمزي لاستنباط مقياس هيرمان
78	02	يوضح نموذج اختبار تهديد الكرات (قياس دقة التصويب)
84	03	الدائرة النسبية المئوية لأنماط الهيمنة الدماغية

الملخص باللغة العربية

الهيمنة الدماغية و علاقتها بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم .

دراسة ميدانية على فريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21 سنة - المسيلة-

هدفت الدراسة إلى معرفة أنماط الهيمنة الدماغية (A-B-C- D)، وعلاقتها بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة، و ذلك بتطبيق مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية بغرض معرفة النمط المهيمن الذي يتمتع به كل لاعب ، بالإضافة إلى اختبار تهديف الكرات بهدف معرفة دقة التصويب نحو المرمى التي تحدد الفروق الفردية في بدقة التهديف بشكل واضح، و قد طبق هذا المقياس و الاختبار على 25 لاعبا من فريق رديف شباب مقرة (فئة أقل من 21 سنة) لكرة القدم ،و قد استخدم المنهج الوصفي الإرتباطي باعتباره الأنسب لدراستنا هذه،و قد توصل الباحث إلى أن النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم هو النمط (A)، في حين أن اللاعب الذي يتمتع بالنمط (B) تكون بدقة التهديف أفضل من اللاعب الذي يتمتع بأحد الأنماط الأخرى (A-C-D).

الملخص باللغة الإنجليزية

Abstract in English

**Brain dominance and its relationship to soccer players scoring accuracy .
A field study for the Najm Shabab Magra team for a category under 21 years old - Al-Masila-**

The study aimed to find out the patterns of brain dominance (A-B-C-D), and its relationship to the accuracy of scoring among football players for a category less than 21 years old, by applying the Hermann brain dominance scale in order to know the dominant pattern that each player enjoys, in addition to the balls scoring test. With the aim of knowing the accuracy of shooting towards the goal that clearly determines individual differences in the accuracy of scoring, this measure and test were applied to 25 players from the youth team of Magra youth (under 21 years old) football team, and the descriptive correlative approach was used as the most appropriate for our study. This, and the researcher has concluded that the dominant pattern of brain dominance among football players is the pattern (A), while the player who enjoys the pattern (B) has better scoring accuracy than the player who enjoys one of the other patterns (A-C-D).

مقدمة:

يعد الدماغ البشري أحد معجزات الخلق و من حيث تصميمه يعتبر أعظم من أي آية عرفها الإنسان على وجه الأرض ، و هو أرقى بكثير من سائر أدمغة المخلوقات الأخرى ، كما أنه العضو الأكثر تعقيدا من أعضاء الجسم ، حيث يضم وظائف مشفرة في ملايين من الأخابد والصدوع و التي لا يزال العلماء حتى الآن عاجزين عن فك رموزها ، فعلى الرغم من الاكتشافات التي يتم التوصل إليها بين حين وآخر فإنه يظل هناك الكثير من الأسرار التي تحيط به ، وتعتبر الطاقات الكامنة في الدماغ مجالا من أكثر مجالات البحث فائدة ، ويعتبر الدماغ ميدانا رائعا للبحث العلمي و عالما غامضا ، و هذا العضو المعجز مازال يتحدى العلماء والعامّة على حد سواء و بالرغم من ذلك فإن هناك تقدم عظيم و هائل يتحقق من فهم عمل الدماغ.

وقد أعلن العقد الذي بدأ بالأول من كانون الثاني لعام 1990 هو عقد الدماغ (Decade of the brain) نتيجة الاكتشافات الهائلة في بناء المخ ووظائفه والتي بناء عليها انطلقت العديد من الدراسات التي اقتحمت هذا المجال (الهملان ، 2017، ص 9).

فالدماغ البشري يتكون من جانبين أحدهما أيمن والآخر أيسر وقد أشارت العديد من الدراسات التي استندت إلى نظرية النصفين الكرويين للدماغ (Tow Hemispheres of the brain) أن الدماغ يعمل بكليته ولا يمكن فصل الجانب الأيمن عن الجانب الأيسر في التعامل مع المواقف الحياتية فالإنسان يمتلك دماغا واحدا إلا أنه يتكون من نصفي كره لمعالجة المعلومات بأسلوبين مختلفين فالنصف الأيمن من الدماغ يتخصص في إعادة بناء وتركيب الأجزاء لتكوين كل متكامل كما أنه يتعرف على العلاقات بين الأجزاء المنفصلة وهو لا ينتقل بصورة خطية وإنما يعمل بشكل متوافق ومتواز بينما يبدي النصف الأيسر للكرة الدماغية فاعلية في عمليات المعالجة البصرية والمكانية، ونحن لا نفكر بنصف واحد دون الآخر فكلاهما يشترك في العمليات العقلية العليا.

وقد أشارت دراسة هيرمان (Hermann,1999) إلى أن الأشخاص الذين يتعلمون من خلال طرائق تتوافق مع نمط الهيمنة الدماغية لديهم يحققون نتائج مرتفعة في عملية التعلم والتعليم بعكس هؤلاء الأشخاص الذين يتعلمون بطرق غير متنسقة مع نمط الهيمنة الدماغية السائدة لديهم.

وتمتاز كرة القدم عن غيرها باحتوائها على الكثير من المهارات التي يتعين على اللاعب إتقانها سواء بالكرة أو بدونها، وبغرض تحقيق التفوق على المنافس ومن هنا إن التدريب على تلك المهارات يشغل حيزا زمنيا هاما في برامج إعداد و تدريب المدربين و الكبار من لاعبي كرة



مقدمة:

القدم ، وتجدر الإشارة هنا إلى أن الإعداد المهاري يعتبر أحد الجوانب الأساسية لعملية التدريب في كرة القدم ، ويمثل مستوى إتقان الأداء المهاري أحد مؤشرات القدرة مهارية العامة "الانجاز المهاري" للاعب و خاصة إذا تماثل أو تشابه هذا الأداء مع متطلبات مواقف اللعب خلال المباريات ، و الأداء المهاري في كرة القدم يمثل مجموعة من الأداءات الحركية المندمجة بالكرة وبدونها ، والتي يتطلب تنفيذها من اللاعب قدرات بدنية ومعرفية ونفسية تتكامل معا لإخراج هذا الأداء بالصورة و الشكل المناسب للموقف وعلى ضمن ما سبق ومن هذا المنطلق برزت لدينا أهمية البحث في هذا المجال ومعرفة الهيمنة الدماغية و علاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لفريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21 سنة.

حيث تضمن بحثنا مجموعة من الفصول والمحاوّر نذكرها كالآتي:

الجانب التمهيدي: مدخل عام للبحث والذي من خلاله التعريف بالدراسة عن طريق الإشكالية وصياغة الفرضيات وتحديد أهم أهداف البحث وكذا الأسباب التي دفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع وكذلك ضبط المفاهيم والمصطلحات أي تعريفها اصطلاحا وإجراءيا بالإضافة إلى الدراسات المرتبطة بالبحث.

فيما يخص الجانب النظري والذي تم تقسيمه إلى ثلاث فصول كالآتي:

الفصل الأول : الذي يحمل عنوان " الهيمنة الدماغية " .

الفصل الثاني : " الأداء المهاري " .

الفصل الثالث : " كرة القدم وخصائص الفئة العمرية " .

الجانب التطبيقي: في الجانب التطبيقي للدراسة قمنا بإدراج فصلين على النحو التالي:

الفصل الخامس : يحتوي على منهجية البحث وإجراءاته الميدانية وذكرنا فيه المنهج المستعمل ومجتمع البحث و كذلك العينة وكيفية اختيارها والأدوات والوسائل المستخدمة في الدراسة وأهم الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل ومناقشة النتائج.

الفصل السادس : تطرقنا فيه إلى عرض وتحليل ومناقشة النتائج والوصول إلى استنتاج عام للدراسة بالإضافة إلى خاتمة ووضع بعض الاقتراحات و الحلول المستقبلية، و قائمة المراجع والمصادر التي اعتمدنا عليها في الدراسة.





الجانبي

المنهجي



الفصل الأول

الإطار العام

للدراصة

2-1- إشكالية الدراسة:

إن الرياضة نظام اجتماعي كبير؛ وهي ملموس في حياتنا يحدث فيها كل أنماط السلوك التي تحدث في حياتنا العادية ومن الدلائل الهامة في مجتمعنا اليوم والتي تدل على تأثير الرياضة على المجتمع هو تخصيص مساحة زمنية للرياضة لعرض المباريات وكذا البرامج الرياضية في التلفزة وبرامج الإذاعة كما تخصص لها صفحات عديدة في الصحف الرسمية والجزئية بل وأكثر من ذلك هناك العديد من الصحف الرياضية المتخصصة التي تتناول الموضوعات الرياضية فقط. (إخلاص، 2001، ص 29).

وتعتبر كرة القدم كغيرها من الرياضات الأخرى تعتمد في تطورها ونجاحها على خاصية أساسية ألا وهي التدريب الرياضي والذي يعتبر اللبنة الأولى في جميع القطاعات الرياضية خاصة التنافسية منها.

ويعتبر التدريب في كرة القدم عملية طويلة وصعبة مبنية على أسس علمية صحيحة هدفها تدريب وتهذيب اللاعب وذلك باستخدام الوسائل الخاصة للحصول على حالة للتدريب القصوى للاعب على أساس التطوير الكامل لشخصيته ويتطلب تحقيق هذا الهدف القيام بتخطيط قدرات اللاعب المهارية والذهنية والأخلاقية والبدنية خاصة والتي هي مسؤولية المختصين في ذلك من أجل الوصول به إلى أعلى المستويات (غازي، 2013، ص 14).

ولعبة كرة القدم من الألعاب التي تحتاج إلى إعداد اللاعب الإعداد المتكامل من النواحي البدنية والمهارية والخطية والنفسية والتي تتطلب من الفرد بذل أقصى ما لديه من مهارات وتوظيفها بالشكل الصحيح على أرض الملعب والتي ترتبط بعمل الدماغ بصورة متكاملة وعدم اقتصره على جانب دون الآخر مما يرجع ذلك إلى موضوع الهيمنة الدماغية، والذي يعد من الموضوعات الحيوية ذات أهمية بالغة كونها تلعب دور في ترقية هذه الألعاب والتي يتحكم فيها المخ (موفق، 1998، ص 25).

حيث يعتبر المخ العضو الأكثر أهمية في الجهاز العصبي وهو بمثابة المحرك الأساس لجسم الإنسان ذلك لأنه المسؤول على الأنشطة الحركية والفكرية والانفعالية والوجدانية والسلوكية التي يقوم بها الإنسان في موقف معين، حيث يحتل المخ معظم الدماغ وهو يتكون من مجموعة من العناصر وأهمها النصفين الكرويين الذين يغطيهما من الخارج القشرة المخية والتي تتحكم في عملية التفكير والوظائف الحسية والحركات الإرادية.



ومما لا شك فيه أن الإنسان مفكر إيجابي بطبيعته فإذا توفرت له بيئة إيجابية سنجد أنه يتصرف بإيجابية أما إذا كانت البيئة التي ينمو فيها سلبية فإنها سوف تؤثر على ذريته تفكيره بإيجابية حيث يهيئ العقل ليفكر إيجابيا وهذا يؤدي إلى الأعمال الإيجابية التي تجعله ناجحا في معظم الأحيان بما يقوم به من أفعال ومهارات.

وبناء عليه فإن التفكير الإيجابي سوف يجعل اللاعب قادرا على الاستفادة مثلا من التدريب من ثم القدرة على التصور والتدقيق لممارسة المهارة والتوقع للحركة ومكان الزميل وكذلك الخصم والقدرة على التركيز وعزل المؤثرات وأصوات الجمهور والتركيز على الأداء الدقيق للمهارات إذ أن هذه القدرة لا يصل إليها اللاعب بين يوم وليلة وإنما تحتاج إلى إعداد اللاعب ليكون قادرا على السيطرة على تفكيره وتوجيهه بالاتجاه الذي يريده وهذا يتطلب استخدام مناهج إرشادية تدريبية من قبل أشخاص متخصصين يمتلكون القدرة على جعل اللاعب يسيطر على أفكاره ويبعد الأفكار السلبية من ذهنه.

ومنه نطرح التساؤل العام التالي :

- هل توجد علاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم ؟
- ومن هذا السؤال يندرج تساؤلين :

- ما هو النمط السائد للهيمنة الدماغية و دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم ؟
- هل توجد فروق في دقة التهديف تعزى لمتغير نمط الهيمنة الدماغية ؟

1-2- فرضيات الدراسة :

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أنماط الهيمنة الدماغية و دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم.
- النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم هو النمط (A).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دقة التهديف تعزى لمتغير نمط الهيمنة الدماغية.

1-3- أهمية الدراسة:

- تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال إلقاء الضوء على علاقة أنماط الهيمنة الدماغية بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم.
- الاهتمام بأداء المهارات لدى لاعبي كرة القدم بغية تطويرها وبالتالي المساهمة في تطوير الرياضة الوطنية بشكل عام.



- المساهمة في إثراء المكتبة الجامعية بالإضافة إلي الحرص على تطبيق الخطوات المنهجية المتسلسلة في إعداد البحوث العلمية.

1-4- أهداف الدراسة:

- التعرف على العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم.
- التعرف على النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية و تأثيره على دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم.
- التعرف على الفروق في الاختبارات مهارية و علاقتها بأنماط الهيمنة الدماغية.

1-5 تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

❖ الهيمنة الدماغية:

هي أنماط التعلم والتفكير ويقصد بها استخدام الأفراد للمعلومات في مواجهة المشكلات وتتمثل في وظائف النصفين كرويين الأيمن والأيسر أو كليهما معا المتكامل في العمليات العقلية أو السلوكية.

- النمط الأيمن: يقصد به استخدام النصف كروي الأيمن من الدماغ كما صدرها تورانس ومساعدته.
 - النمط الأيسر يقصد به استخدام النصف كروي الأيسر من الدماغ كما صدرها تورانس ومساعدته.
 - النمط المتكامل: يقصد به التكامل بين وظائف النصفين كرويين (الأيمن والأيسر من الدماغ).
- (مهدي 1999 ص45)

❖ التعريف الاجرائي:

هي المفهوم الأساسي والضروري لفهم الوظائف المحددة لكل جزء حين أن كلا من النصف كروي الأيسر ونصف كروي الأيمن من الدماغ متخصص لأداء وظيفة منفصلة ومتكاملة في الوقت ذاته.

❖ الأداء المهاري:

- المهارة :

لغة : مصدر مهر وهو القدرة على أداء عمل بحذق و براعة (معجم المعاني الجامع ص31).

إصطلاحا : مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإلتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن (عايش، 2009 ص17).



يرى كنان أن المهارة هي استجابات حركية لتوجيهات تصدر عن المخ.

❖ الأداء المهاري:

كل الإجراءات والتمرينات المهارية التي يقوم بها المدرب بالتخطيط لها بهدف الوصول إلى دقة أداء مهارة وإتقانها تحت أي ظرف من الظروف (علاوي، 1987، ص147).

التعريف الإجرائي: هي أداء مهمة ما أو نشاط معين بصورة مقنعة و بالأساليب و الإجراءات الملائمة وبطريقة صحيحة.

❖ كرة القدم :

لغة: الكرة هي كل جسم مستدير , كرة القدم هي لعبة رياضية (معجم المعاني الجامع ص81).

إصطلاحا : كرة القدم هي لعبة وهذا صحيح، فأينما تذهب وترى مجموعتين من الصغار يلعبون ضد بعضهم ففي أغلب الأحيان فإن كل جانب يسعى للفوز وتجنب الخسارة، ولأجل أن تلعب كرة القدم فأول ما تحتاجه هو كرة، خصم، ساحة ملعب وأهداف مع بعض المواد القانونية وهذه هي عناصر لعبة كرة القدم التي تجعل اللعبة تبدو كما هي وإن حذف أي من تلك العناصر سيغير من اللعبة إلى غير كرة القدم (موفق ، 1998 ، ص25).

1-6 الدراسات السابقة:

1-6-1 دراسة خديجة بن فليس 2008

عنوان الدراسة: أنماط السيادة النصفية للمخ والإدراك والذاكرة البصريين دراسة مقارنة بين التلاميذ ذوي صعوبات تعلم (الكتابة والرياضيات) و العاديين.

هدف الدراسة: الكشف عن أكثر أنماط السيادة النصفية للمخ شيوعا بين أطفال المرحلة الابتدائية.

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي (الدراسة المسحية).

عينة الدراسة: 35 طالب وطالبة من الطلبة العاديين و35 من ذوي صعوبة التعلم.

أدوات جمع البيانات: إختبار الذاكرة البصرية، إختبار الإدراك البصري، إختبار أنماط معالجة المعلومات لكوفمان.



أهم النتائج المستخلصة:

وجود فروق دالة في نمط المعالجة المتزامنة بين التلاميذ العاديين و نظرائهم من ذوي صعوبات تعلم الرياضيات و الكتابة.

1-6-2 دراسة طارق محمد بدر الدين 2012:

عنوان الدراسة: أنماط السيطرة المخية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لسباحي المنافسات.

هدف الدراسة : تحديد أنماط السيطرة المخية المميزة لسباحي المنافسات وأيضا تحديد قيم

و نوعية ودلالة العلاقات المتبادلة بين أنماط السيطرة المخية و بعض المهارات النفسية.

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي (الدراسة المسحية).

عينة الدراسة: 33 سباح من أندية منطقة الإسكندرية في المرحلة السنية تحت 15 سنة من

المشاركين في البطولات المحلية والدولية لمنافسات السباحة القصيرة.

أدوات جمع البيانات: اختبار أنماط السيطرة المخية وبعض المقاييس والاختبارات النفسية لقياس مهارات الاسترخاء العقلي ومواجهة القلق والتصور العقلي بأبعاده المختلفة والثقة بالنفس ودافعية الإنجاز الرياضي والضغط النفسي للسباحين.

أهم النتائج المستخلصة :

شيع نمط السيطرة المخية المتوازنة لدى السباحين ثم تلاها نمط السيطرة المخية اليمنى ثم أخيرا نمط السيطرة المخية اليسرى وأن هناك تنوع في قيم و نوعية ودلالة العلاقات المتبادلة بين أنماط السيطرة المخية والمهارات النفسية قيد البحث.

1-6-3 دراسة إيمان عبد العزيز 2014.

عنوان الدراسة: دراسة أنماط السيطرة الدماغية كمؤشر لاختيار الأنشطة الترويحية لطلاب جامعة الإسكندرية.

هدف الدراسة: التعرف على أنماط السيطرة الدماغية لدى طلاب جامعة الإسكندرية.

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي (الدراسة المسحية)



عينة الدراسة: 70 من الرياضيين الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية والمقيمين بمرحلة التعلم لجامعي.

أدوات جمع البيانات: مقياس السيطرة المخية عن محمد نوفل 2008 استمارة حصر الأنشطة الترويحية إعداد الباحثة

أهم النتائج المستخلصة: تتوع أنماط السيطرة الدماغية لطلاب جامعة الإسكندرية، حيث جاء الطلاب أصحاب نمط السيطرة الدماغية الأيسر بأعلى نسبة 59.51 بالمئة بينما جاء الطلاب أصحاب نمط السيطرة الدماغية المتوازنة بأقل نسبة 15.26 بالمئة كما اختلفت أنماط السيطرة الدماغية لعينة البحث باختلاف الأنشطة الطلابية قيد الدراسة.

1-7 مميزات الدراسة الحالية:

- أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة و المشابهة وموضوع الدراسة:

من حيث المنهج: استعملت هذه الدراسات المنهج الوصفي، وهو نفس المنهج الذي نعتمد عليه في دراستنا.

من حيث مجتمع البحث: يختلف مجتمع البحث التي أجريت عليها الدراسات المشابهة من دراسة لأخرى.

من حيث العينة: تختلف العينات من حيث الحجم و العمر و طريقة اختيارها.

من حيث النتائج: اتفقت اغلب الدراسات من حيث نتائج البحث مع توقعاتنا.

- الاستفادة من الدراسات السابقة والمشابهة:

من خلال تصنيف وتحليل الدراسات المشابهة هذا ما أمكننا من الاستفادة من نتائج دراستهم وفيما يلي بعض النقاط التي استفدناها من هذه الدراسات

- توجيه الباحث إلى اختيار الأسلوب المناسب في تحديد العينة التي ستجرى عليها الاختبار.
- تحديد متغيرات البحث والدراسة.
- تحديد المقياس المناسب.
- اختيار الأمثل لعرض النتائج ومناقشتها.
- تحديد المنهج المستخدم ألا وهو المنهج الوصفي والملائم للدراسة.
- توجيه الباحث إلى كيفية اختيار مقياس.



- الوقوف والاستفادة من ما توصلت إليه الدراسات من نتائج وتفسيرات وكذا استنتاجات من شأنها أن تؤخذ كمرجع للأبحاث الجديدة.





قال الله تعالى: “ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ مُصَدِّقًا لِمَا بَيْنَ يَدَيْهِ مِنَ الْكِتَابِ وَ مُهَيِّمًا عَلَيْهِ فَاحْكُم بَيْنَهُم بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ “
(سورة المائدة : الآية 48).



الفصل الثاني الهيمنة الدماغية

تمهيد:

إن مفهوم الهيمنة الدماغية قد نال اتفاقاً كبيراً في التعريف بين الباحثين على الرغم من استخدامهم مصطلحات مختلفة لهذا المفهوم ، مثل: Lateralization, Hemisphericity, Brain Dominance. ، فقد جاء عند تورانس ومراد (Torrance & Mourad, 1979) أن الهيمنة الدماغية عبارة عن نزعة الفرد في الاعتماد على أحد نصفي الدماغ أكثر من غيره في معالجة المعلومات ، وفي السياق ذاته يشير سبرنجر وديوتج (Springer & Deutsch, 2003) إلى أن الهيمنة الدماغية تعني تميز أحد نصفي الدماغ بالتحكم في نشاطات الفرد، أو الاعتماد على احد النصفين أكثر من النصف الآخر في تلك النشاطات.

أولاً : دماغ الإنسان.

1-2 تعريف الدماغ :

هو كتلة رخوة رمادية اللون من الخارج بيضاء من الداخل (حمدان: 1986، ص 07).

- وهو تكوين عصبي محفوظ داخل عظام الجمجمة وينقسم إلى ثلاثة أقسام عامة (Laura. Goldstein and Jane p:29)

وتنقسم بدورها إلى أقسام أخرى كثيرة ، الأول مقدم المخ (cerebrum) ويتكون من نصفي كرة ويتحكم في معظم أنشطة الإنسان الجسمية والعقلية والثاني المخيخ (cerebellum) ويقع تحت مؤخرة السيربيرام وهو مختص بالعمليات التلقائية بالجسم والثالث جذع المخ (brain stem) وهو الجزء الخارج من بطن المخ يوصله بأول الحبل الشوكي بالرقبة (دويدار: 2008، ص 134).

ويتكون الدماغ من (78%) الماء و(10%) دهون و(8%) بروتين ومواد أخرى ويعتبر الدماغ الحي طريا جداً بحيث يمكن قطعه بسكين كقطع الزبدة ومن أنواع الخلايا نجد أن هناك خلايا عصبية (10%) وخلايا روية أو صمغية (90%) وظيفتها الربط بين الخلايا وتوفر لها البيئة للحركة وتوفر الغذاء للخلايا العصبية بينما يزن دماغ الحوت 7800غرام أو 17باوند ويزن دماغ الدلفين 4باوند ووزن دماغ الغوريلا باوند واحد فقط ودماغ الكلب 72غرام أي حوالي (6%) فقط من الوزن الكلي لدماغ الإنسان (العضيلة : 1429هـ، ص4-5).

2-2 مكونات الدماغ :

يتكون الدماغ من ثلاثة أقسام رئيسية هي:

أولاً :الدماغ الأمامي: ويتكون من:

- المخ أو الدماغ الكبير.
- الدماغ البيني.
- الجهاز اللمبي أو الحافي(Lymbic system) .
- * المخ أو الدماغ الكبير.(Cerebrum)

هو أكبر جزء من الدماغ الأمامي وهو المسئول عن الأنشطة العقلية المعقدة ، ويشار إلى المخ في الغالب على أنه المادة البيضاء وذلك لأنها مكسوة بالغللاف الميليني ، وهي المادة الدهنية التي تُغلف بعض

وصلات خلايا الدماغ ويتكون الدماغ فعلياً من مجموعة من الوصلات التي تُرسل رسائل من الدماغ إلى الجسم.

و ينقسم المخ إلى نصفين أيمن وأيسر ويهيمن الجزء الأيمن من المخ على الجانب الأيسر من حركة الجسم والعكس صحيح ويرتبطان بواسطة حزمة من الألياف تُسمى الجسم الجاسئ ، ففي حالة سلامة هذا الممر فإنه يتولّى توصيل المعلومات بين نصفي المخ ، ويهتم النصف الأيسر للمخ دائماً بتحليل الأفكار وبخاصة ذات العلاقة باللُّغة فهي مسؤولة عن الكلام والمنطق والتتالي والوقت والتفاصيل والرياضيات، أما الأيمن فيرتبط بالموسيقى والفن والاستجابات الانفعالية الحادة والحدس والصور والتلخيص والتعرف على الوجوه والذاكرة ويتعامل الجانب الأيسر مع الجزئيات في حين يتعامل الجانب الأيمن مع الكُلِّيات ويعمل هذا النصفان معا باتساق من أجل حياة مثالية ، ويتكون الجزء الخارجي من نصفي المخ من قشرة المخ والتي تكون كثيرة التلافيف ولونها رمادي بسبب احتوائها على أجسام الخلايا العصبية والألياف القصيرة وتظهر فيها حمرة الدماغ الحي ولقشرة الدماغ وظائف عدة منها (عفانة والخزندار: 2004، ص 109).

• تنظيم الحركات الإرادية وتبدأ فيها.

• توجد فيها مراكز الإحساسات.

• توجد فيها مراكز الذاكرة والانفعالات النفسية والذهنية.

• توجد فيها مراكز النطق والبصر والسمع الذوق والشم.

* **الجهاز اللَّمبي (الحافي) :** فهو يحفظ التوازن ويهيمن على الحركات العضلية المعقّدة والدقيقة التي تؤدي بصورة لا شعورية ويتحكّم في كثير من فعاليات الإنسان المتواصلة الغير إرادية كالتنفس ونبض القلب وتقلص الشرايين (نايت : 1993، ص 40-41).

* **القنطرة:** عبارة عن ألياف عصبية متقاطعة لتدخل في المخيخ.

* **النخاع المستطيل:** يوجد في الاتجاه السفلي من حيث اتصاله بالحبل الشوكي (كامل: 1994، ص 65).

ثانياً - الدماغ المتوسط: ويتكون من جزأين مهمين هما:

• **السويقتان المخيتان:** وهي خيوط من الألياف العصبية تربط الدماغ الأمامي بالدماغ الخلفي.

• **الأجسام التوأمية الرباعية:** وهي أربعة بروزات تحتوي على مراكز الإحساسات السمعية والبصرية.

ثالثا - الدماغ الخلفي أو جذع الدماغ (brain-Hind):

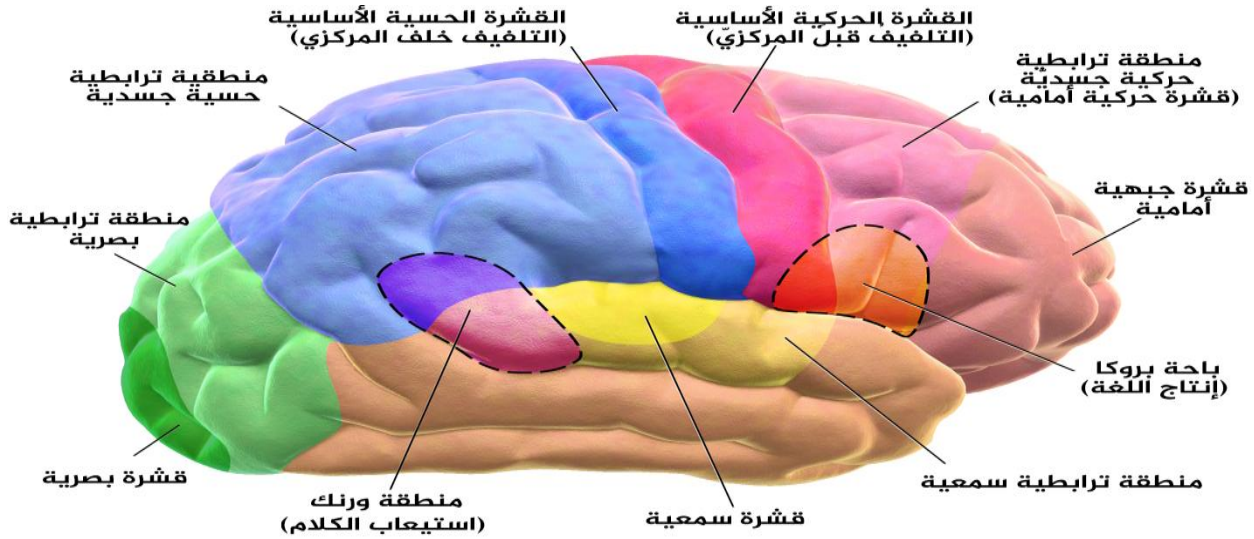
ويشير إليه البعض بجذع الدماغ ويقوم بأدوار متعددة منها توصيل المعلومات إلى المخ وإليه ، ويتكون من المخيخ والقنطرة الجسر والنخاع المستطيل (عفانة والخزندار: 2004، ص 109-110).

*المخيخ (Cerebellum):

وهو جسم بصلي الشكل يتكون من نصفين كرويين ويمكن تقسيمه إلى ثلاثة أجزاء ذات وظائف مختلفة وهي: المخيخ البدائي يساعد في المحافظة على التوازن والمخيخ القديم وهو يتلقى معلومات عن الإحساس بالضغط واللمس من العضلات والمخيخ المستحدث ويقوم بتنسيق الحركات الإرادية الدقيقة وتسهيل أدائها

(تمبل: 1990، ص12)، إذا هو يختص بوضع الجسم وبالتكيف العضلي.

صورة رقم 01 تمثل مكونات الدماغ البشري :



المصدر: <http://www.sharpbrains.com/blog20080605your-brain-on-trading-101>

ثانيا : المخ.

1-2 تعريف المخ :

يوجد أعلى النخاع الشوكي وداخل الجمجمة والنخاع المستطيل الذي يكون الجزء الأسفل من جذع المخ (تمبل:1990، ص 12) ، ويزن مخ الإنسان نحو ثلاثة أرطال ويحتوي على خلايا وسائل عصبية ويبلغ حجمه ثلاثة أضعاف حجم المخ وأكثر أجزاء المخ بدائية هو جذع المخ المحيط بقمة الحبل الشوكي وهذا الجزء مشترك بين الأنواع كافة حتى تلك التي تملك الحد الأدنى من الجهاز العصبي ، فهذا الجزء القاعدي من المخ ينظّم وظائف الحياة الأساسية مثل: التنفس والتمثيل الغذائي لأعضاء الجسم الأخرى كما يتحكّم في ردود الفعل والحركات النمطية هذا المخ البدائي لا يمكن أن يفكر أو يتعلّم لأنه ليس أكثر من مجموعة أدوات تنظيم مبرمجة تحافظ على استمرارية قيام الجسم بوظائفه كما ينبغي والاستجابة بطريقة تضمن البقاء (جولمان: 2000، ص26).

وهو أكبر أجزاء الدماغ في الإنسان ويتكون من كتلتين كبيرتين تُدعيان نصفا كرة المخ تتّصلان مع بعضهما البعض بجسر من الألياف العصبية يدعى الجسم الجاسي الثقفي ففي حالة سلامة هذا الممر فإنّه يتولّى توصيل المعلومات بين نصفي المخ. و يهتم النصف الأيسر للمخ دائماً بتحليل الأفكار وبخاصة ذات العلاقة بالّلغة والمنطق عن طريق استعراض تلك الأفكار والتعامل معها بشكل تدريجي متسلسل وهو ما يتناسب مع متطلبات المنطق ، أما الجزء الأيمن فيهتم بشكل رئيسي بوضع الجسم وأحاسيسه وبالقدرات الفنية والموسيقية الإبداعية والتعرف على الوجوه ويتكون الجزء الخارجي من نصفي المخ (Cerebrum cortex) من قشرة المخ والتي تكون كثيرة التلافيف ولونها رمادي بسبب احتوائها على أجسام الخلايا العصبية والألياف القصيرة وتظهر فيها حمرة الدماغ الحي (عفانة والخزندار: 2004، ص 111).

ويتكون من نصفين كرويين مرتبطان بوصلة ويوجد بالقشرة الخارجية للمخ مركز السمع و الشم والإبصار والحركة والكلام والإحساس ، لذا فالمخ هو الجهاز المسؤول عن التحكم والسيطرة على كافة الحواس وأجهزة الجسم المختلفة ويعتبر أدق شبكة كهربائية (فهمي: 1995، ص59).

2-2 مكونات المخ:

2-2-1 النصفان الكرويان:

ويتكونان من مادة رمادية تكون قريبة من السطح وتُسمى قشرة المخ وفيها تستقر الخلايا العصبية التي تحكم المَلَكَات العقلية العليا وهي من أهم أجزاء المخ الجديد (فهيمى : 1995، ص 67)، ويهيمن الجزء الأيمن من المخ على الجانب الأيسر من حركة الجسم والعكس صحيح ويرتبطان بواسطة حزمة من الألياف تُسمى الجسم الجاسي ، ففي حالة سلامة هذا الممر فإنه يتولى توصيل المعلومات بين نصفي المخ ويهتم النصف الأيسر للمخ دائماً بتحليل الأفكار وبخاصة ذات العلاقة باللُّغة فهي مسؤولة عن الكلام ، والمنطق ، والتتالي ، والوقت والتفاصيل والرياضيات ، أما الأيمن فيرتبط بالموسيقى والفن والاستجابات الانفعالية الحادة والحس و الصور والتلخيص والتَّعرف على الوجوه الذاكرة.

ويتعامل الجانب الأيسر مع الجزئيات في حين يتعامل الجانب الأيمن مع الكلِّيات ويعمل هذا النصفان معا باتساق من أجل حياة مثالية(عفانة والخزندار: 2004، ص 109).

2-2-2 جذع المخ: ويتكون من النخاع المستطيل والمخ الأوسط و القنطرة.

2-2-2-1 النخاع المستطيل (Medulla Oblogato):

هو جزء من الجهاز العصبي المركزي والذي يبدأ من قاعدة المخ و يمر خلال العمود الفقري ووظيفته الرئيسية هي نقل النبضات العصبية من وإلى المخ وتوصيلها للأعصاب الفرعية هو عبارة عن حبل طويل من الأعصاب الشوكية.

يتراوح طول النخاع الشوكي حوالي (45سم) في القناة المركزية في الفقرات له دور مهم في توصيل الإشارات الكهربائية من وإلى المخ حيث يقوم بتوصيل الإشارات الكهربائية من المخ إلى العضلات وإذا أراد الإنسان تحريك يده مثلا ويقوم بعمل الفعل المنعكس أو إذا لمس إنسان جسم ساخن فإنه يقوم بإصدار الأمر إلى العضلات بالتحرك قبل أن تصل إلى المخ (حامد و نانف: 2008، ص 10).

2-2-2-2 المهاد وتحت المهاد (المخ الأوسط) :

•المهاد أو السرير البصري(Thaiamus): وهو الجزء من المخ يقع في كلا الجانبين البطين الثالث بالمخ وله وظائف عديدة وشكله بيضاوي (كامل: 1994، ص 63) ، ويتكون من مادة رمادية ويحتوي على عشرين نواة

عصبية تشرف على توصيل التنبيهات الحسية الصاعدة إلى المراكز البصرية و السمعية ومراكز الإحساس بالمخ وأخطر ما في المهاد مراكز حركية خاصة بالانفعالات (فهيمى : 1995، ص 58).

● تحت المهاد دون السرير البصري (Hypothalamus): (والمقطع HYPO) عادة يدلُّ على الشيء الأسفل ولذلك فإن ذلك الجزء يقع تحت المهاد (Thalamus) وتصله مسافة معينة (كامل: 1994، ص 63) ، ويوجد في أسفل السرير البصري في قاع المخ وهو منظم لعملية الميثابوليزم أي الهدم والبناء في الجسم و يتحكم في الغدد الصماء (فهيمى : 1995، ص 60).

2-2-3-قنطرة فارول المخية(PONS):

وهي عبارة عن ألياف عصبية متقاطعة لتدخل في المخ (كامل: 1994، ص 65) ، وتساهم في ضبط تعبيرات الوجه والحركات الجانبية للعينين وتنظيم الإحساس باتزان الجسم (فهيمى : 1995، ص 60).

ثالثا : التطور التاريخي لأبحاث المخ و الهيمنة الدماغية.

في الوقت الذي كان فيه الفيلسوف الإغريقي أرسطو (Thales Aristo) منذ 300 سنة قبل الميلاد يعلن عن أن الروح تسكن في القلب ، كان هناك هيروفيلوس (Hirovelios) في الإسكندرية يتبنى فكرة وجودها في تجاويف وفراغات الدماغ ، وهي نظرية عاشت حتى القرن السابع عشر الميلادي. أما الكنيسة فقد كانت في نهايات القرن الرابع الميلادي تستلهم من كتابات القدماء وتتحدث عن ثلاث تجاويف مختلفة (حيث تتمركز الحواس الخمسة) وهي: التخيل أو القدرة المبدعة والحكمة والذاكرة. ومع بداية القرن السادس عشر تعددت عمليات التشريح وبدأت تتضح ملامح علم التشريح الدماغى ، حيث إقترح الإنكليزي ويليس (Wayles) في القرن السابع عشر تنظيماً مختلفاً بشكل جذري للدماغ على أساس ثلاث وظائف هي: الحس ، الحكمة ، الذاكرة داخل لب الدماغ وليس ضمن التجاويف ، وفي القرن الثامن عشر رسم النمساوي فرانزغال (Frenze) خارطة دقيقة للدماغ ، بتحديدته لكافة المَلَكات العقلية والأخلاقية مثل: الرفق والعطف والحذر والانتباه والضمير والوعي... الخ ، وهذه الخطوة هي التي قادت لمحاولات أخرى فيما بعد سميت بفراسة الدماغ (phrenology) (البهلول : 1999، ص 51).

وتُعتبر مساهمة بلير فلورنس (1867-1794 Pierre.Flourens) وهو تجريبي فرنسي الذي ساهم في اختفاء نظرية الفراسة وطور أساليب في إزالة أجزاء من دماغ الحيوانات لمعرفة ودراسة سلوكها بعد ذلك. وقد حدد جال (Gall) مركز الكلمات واللغة الذي يقع في المنطقة الأمامية للمخ (تمبل : 1999، ص 28)

وكذلك نجد مساهمة بيولند (Beuland .1881-1796) الذي أيد وجهة نظر جال (Gall) في أن اللُّغة تتمركز في الفص الأمامي (الشقيرات : 2005، ص 23) .

وفي عام (1851) إكتشف الجراح بول بروكا (Paul. Broca.1880-1824) خلال فحصه لدماغ جثة أحد المرضى، منطقة تتعلّق باللُّغة تقع في القسم الأيسر من الدماغ وبهذا اعتبر أول شخص يحدد بطريقة لا تقبل الجدل وظيفة عقلية في تَلافيف القشرة الدماغية (البهلول : 1999، ص 51).

ويرجع لبروكا (Broca) الفضل أيضا في وصف العرض السلوكي للحبسة وتطويره لمفهوم القشرة المسيطرة للُّغة في النصف الأيسر من الدماغ ، فهي كانت بداية فكرة أن للنصف الأيسر والنصف الأيمن وظائف مختلفة (الشقيرات : 2005، ص 24) .

في خلال الحرب العالمية الأولى طرأ تطور كبير على المعرفة العلمية بالدماغ وأقسامه ووظائفه إذ وجد أن إتلاف جزء من الدماغ أو إلحاق الضرر به ينجم عنه الصمم وأن وجود عطب في جزء معين من الدماغ يؤدي إلى الشلل وهكذا مع أنّه لم يلحق بالأذنين أو العينين أو الأعضاء الأخرى أي تلف وبهذا تم الحصول على كثير من المعلومات الوافرة لذا أمكن تتبع الأنسجة العصبية ابتداءا من الأجزاء المتباينة إلى أعضاء الحس أو العضلات(نايت : 1993، ص 53) .

وقد حدث تطور نوعي هائل في التكنولوجيا الطبية في عام (1975) بدخول الماسحات مثل جهاز الرنين ظن العلماء أن هيمنة الشق الشمالي بالنطق تعود إلى استعداد فطري ومكتسب لاستعمال اليد اليمنى المغناطيسي الذي يسمح لنا برؤية وفحص الدماغ عبر الجمجمة للأشخاص الأحياء .

أما في عام(1985) دخلت تقنية أخرى إلى حيز التطبيق وهي التصوير الطبقي بالبث البوزيتروني (PET) الذي يسمح بتصوير مناطق فعالة من الدماغ البشري ، وهذا ما يساعد من الآن فصاعداً في عملية بناء خارطة للدماغ البشري(البهلول : 1999، ص 51).

ومن كل هذا والحركة تحدد النشاط العصبي المخالف، فعند استعمال اليد اليمنى يَنشَطُ الشق الشمالي قبل الآخر والعكس صحيح (الدر: 1983، ص 61) .

ثم جاء فرتش (Fertsh 1838-1929) وهزج (Hizg 1838-1907) اللذان استعملتا أسلوباً لإثارة الدماغ كهربائياً عن طريق أقطاب كهربائية توضع على سطح القشرة الدماغية أو داخلها ومن ثم إيصال تيار كهربائي بسيط ووجدوا بأن إثارة القشرة الدماغية يمكن أن يحدث حركات في الجهة المقابلة للجسم (الشقيرات: 2005، ص 26).

وظلّت فكرة سيادة أحد نصفي الدماغ أو النصف الأهم سائدة لبعض الوقت إلى أن جاء هجلينجز جاكسون (Hejlenjer jacson 1911-1935) حيث بين أن النصف الكروي الأيمن للمخ يمتلك قدرة أعلى في مهارات معينة خاصة في مجال الإدراك المكاني غير اللفظي (تمبل : 1999، ص 28).

وفي العام (1982) نال العالم (سبيري Spiry) جائزة نوبل للطب أو للفسيولوجيا تقديراً لفتوحاته الجلييلة في المخ وشقيه فقد اعتبر أن للمخ شقان أو قسمان مختلفان حسب رأيه وإنما مرتبطان بجسور أهمها الجسم الكانب وهي حزمة غليظة من 200 مليون وتر تقريبا يقدر الخبراء أن كل وتر يطلق 20 نبضة كهربائية في الثانية مما يدل على ضخامة المعلومات المتبادلة بين الشقين ، وهذه الجسور تحقق الوحدة بين الشقين الشق الشمال مقر الكلام والشق اليمين مقر البلاغة والخيال ولم يعرف العلماء فروقاً عضوية أو اختلافاً في مستوى الكيماويات بين الشقين إلا من عهد قريب ويبدو أن فروقاً عضوية ظاهرة حتى في دماغ جنين عمره 07 أشهر تجعل النطق مفضلاً في الشمال ونقل النطق إلى اليمين مستطاع إذا تم التدريب في الطفولة (الدر: 1983، ص 45).

ثم جاء العالم ماكلين (Boul MacLean) بالنموذج الثلاثي كما أوضح في السبعينيات من القرن الماضي أن دماغ الإنسان يتكون من ثلاثة أدمغة وهي:

- دماغ الزواحف: ويختص بالحاجات البيولوجية الطعام والشراب والأمن والسلامة الجنس.
- دماغ الثدييات: ويختص بالشعور، المهارات اللطيفة، الشم، الذوق، الإنفعال.
- الدماغ الإنساني العاقل: ويختص بالتفكير، التصور، التعلم.

ثم جاء العالم نيد هيرمان (Ned. Herrmenn.1976) بالنموذج الثلاثي فقد بدأ أبحاثه على الصفات الغالبة للعقل البشري في أثناء عمله في قسم التطوير الإداري بشركة جنرال إلكتريك ودرس هيرمان (Herrmann) أبحاثاً في الأجزاء الأساسية المختلفة من الدماغ والتي تُشير إلى أجزاء التخصص في الدماغ (نوفل: 2007، ص 6) وقد دمج العالم هيرمان (Herrmann) بين نظرية ماكلين (Boul MacLean) ونظرية سبيري (Spiry) في نظرية «الدماغ الكلي (Theory Whole Brain)» فجزأت هذه

النظرية الدماغ حسب خصائص التعلم إلى: علوي ، أيمن وأيسر ، وسفلي ، أيمن وأيسر ، فالعلوي كله يختص بالمفاهيمية والتجريد والسفلي كُله يختص بالعاطفية والأيسر كله يختص بالمنطقية والكمية في أعلاه وبالتسلسلية والتنظيم في أسفله ، والأيمن كله يختص بالمفاهيمية والبصرية في أعلاه وبالشخصية والعاطفية في أسفله ، وبشكل عام يكون الأيمن غير محكم البنية بينما الأيسر يكون محكم البنية (رواشدة وآخرون : 2010، ص 362) .

رابعاً: مكونات ووظائف الجهاز العصبي.

إن الجهاز العصبي (Nervous system) من أكثر أجهزة الجسم تميزاً وأهميةً وتعقيداً لأنه يعتبر الجهاز القائد، فهو يقوم بالتعاون مع الغدد الصماء بوظائف التوجيه والسيطرة على جميع أعضاء الجسم وقبل التطرق إلى مكونات الجهاز العصبي ووظائفه يجب معرفة البنية الأساسية لهذا الجهاز العضوي وهي الخلية العصبية.

2-1 البنية الأساسية للجهاز العصبي (الخلية العصبية) :

بخلاف غيرها من الخلايا الحية الأخرى في الجسم لا تنقسم الخلية العصبية ولا تتكاثر بعد اكتمال نُموها ، فهي تعيش مع الإنسان حتى آخر حياته (حمدان: 1986، ص 13) ، وتعتبر الوحدة البنائية للجهاز العصبي وهي صغيرة جدا في مكوناتها.

وتتألف الخلية العصبية من الأعصاب الموردة أو الحسية وهذه الأخيرة تنقل الدفعات العصبية من أعضاء الحس إلى مركز الأعصاب المصدرة وبدورها تنقل الدفعات العصبية من مركز التوزيع إلى العضلات (عوض: 1999، ص 45)، وتختلف الخلية العصبية من حيث الشكل والحجم ولكنها لا تختلف في صفاتها الخلوية حيث تعجز عن الانقسام لتعويض نفسها في حالة الإصابة أو التلف (بويدار : 2008، ص 129) ويوجد داخل الإنسان منها ما يقارب 10-15 بليون خلية عصبية (عبد الستار: 2000، ص 83).

2-1-1-1 مكونات الخلية العصبية:

2-1-1-1-1 جسم الخلية:

يوجد بها نواة الخلية ومن حيث التركيب والوظائف فهو مشابه لجسم الخلية العادية إلا أن جسم الخلية العصبية يمكن أن يستقبل رسائل عصبية (الشقيرات : 2005، ص74).

2-1-1-2-النواة:

وهو الجزء الأساسي الذي تنمو منه الخلية العصبية (نايت : 1993، ص 30).

2-1-1-2-المحور:

يمتد من جسم الخلية وهو الخيط العصبي الذي قد يبلغ في بعض الحالات عدة أقدام طولاً (نايت : 1993، ص 31) وتنتهي بما يسمى النهايات العصبية التي تنقل الاستثارة إلى وصلة عصبية أخرى ويستمر مرور الاستثارة من خلية عصبية لأخرى بنفس الطريقة (Goldstein and McNeil: p.25) ويغطي محور الخلية العصبية جدار رقيق دهني يخنتق على امتداد المحور فيما يعرف بعقد راينكير (كامل: 1994، ص43)، ووظيفته الأساسية نقل النبضة العصبية والتي تكون معلومات كيميائية كهربائية من جسم الخلية إلى نهاية المحور (الشقيرات : 2005، ص 75).

2-1-1-2-الوشائج أو الشجيرات:

وهي استطالات أو تفرعات شبيهة بالحوالق (نايت: 1993، ص 30) تتصل بالخلايا الأخرى عن طريق الوصلة العصبية (كامل: 1994، ص 43) وهي زوائد دهنية متصلة بجسم الخلية هذا التفرع يمكّن الخلية من الاتصال بعدد كبير من نهايات الخلايا العصبية الأخرى أو في استقبال المعلومات والمثيرات مباشرة ويختلف شكل وانتشار هذه الشجيرات تبعا لنوع الخلية العصبية (الشقيرات : 2005، ص 74).

2-1-2-أنواع الخلية العصبية:

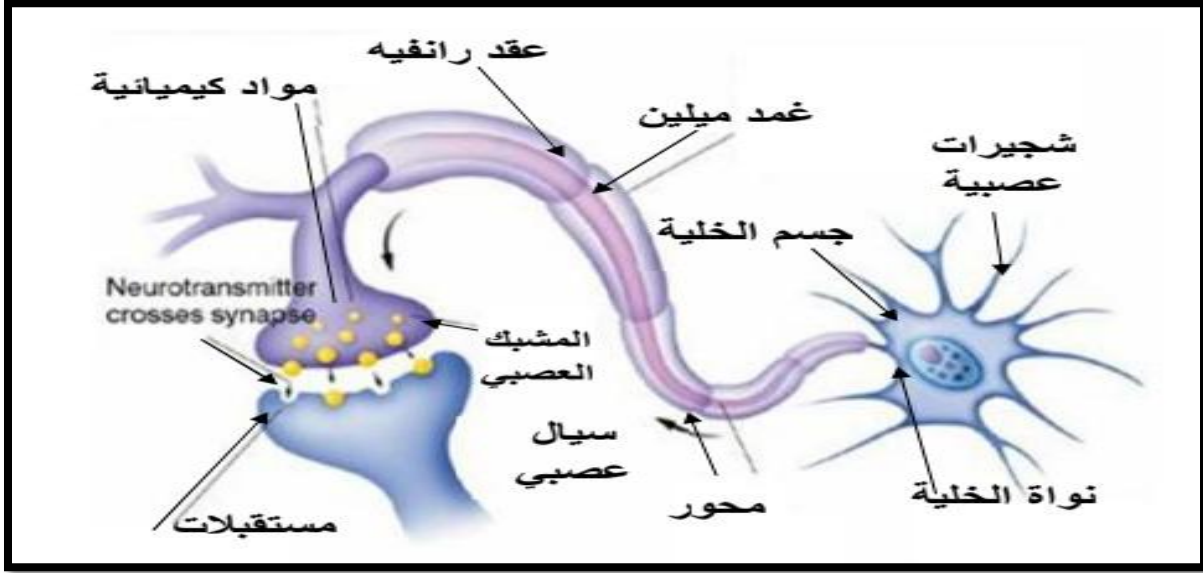
طبعا لطبيعة الوظائف التي تقوم بها الخلايا العصبية يمكن تقسيمها تشريحيًا ووظيفيًا على النحو التالي(كامل: 1994، ص 44).

2-1-2-1-التقسيم الوظيفي:

- **المستقبلات :** وهي التي يتم تنبيهها عن طريق أعضاء الحس مباشرة فتثير الإحساسات (نايت : 1993، ص 57) أي تقوم باستقبال المعلومات من الحواس والجلد ونقلها إلى الجهاز العصبي المحيطي ثم إلى الجهاز العصبي المركزي من خلال الحبل الشوكي ثم إلى الدماغ.
- **المستجيبات :** وتقوم بنقل الأوامر الحركية للاستجابة من الجهاز العصبي المركزي للجهاز العصبي المحيطي ثم إلى أعضاء الحس (العتوم: 2004ص45-46).

• الضابطة: حيث تعمل كوسيط بين خلايا المستقبلات والمستجيبات.

صورة رقم 02: توضح جسم الخلية العصبية.



المصدر: <http://wikipedia.org/wiki/Neuron>

2-2-1-2-التقسيم التشريحي:

• الخلية العصبية أحادية القطب (Monopolar):

في الغالب تقوم بتوصيل الاستثارة من أعضاء الحس إلى المخ والحبل الشوكي وترتبط الخلايا العصبية وحيدة القطب بمحاور الخلايا الأخرى ولما كان جسم الخلية يقع بالقرب من المخ والحبل الشوكي فلا بد وأن تكون الشجيرات طويلة لتصل إلى سطح الجلد ولها قدرة سريعة على التوصيل كما هو الحال بالنسبة للمحور.

• الخلية العصبية ثنائية القطب (Bipolar): ولها وظائف هامة ومنها تكون شبكة العين (كامل: 1994، ص45).

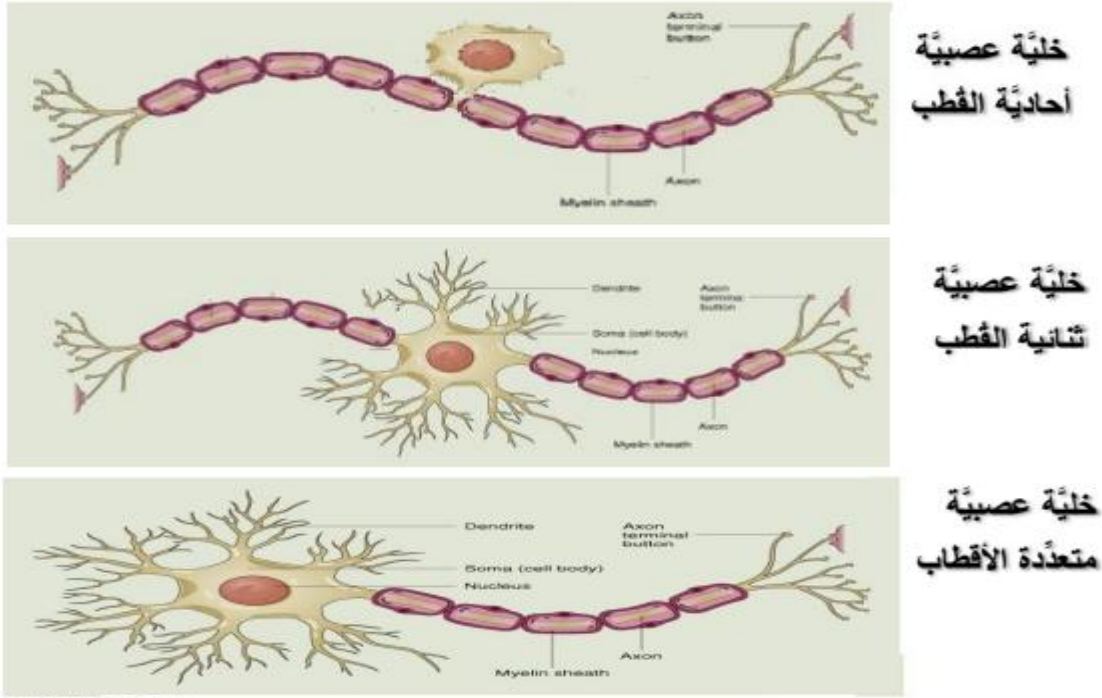
• الخلية العصبية متعددة الأقطاب (Multipolar): وهي مسؤولة عن العديد من العمليات العصبية الفسيولوجية وغالبا ما توجد بالجهاز العصبي المركزي وتكون محاور هذه الخلايا مسارات المخ العصبية من جهة ومسارات الأعصاب المحركة من جهة أخرى وتُقسم هذه الخلايا حيث تحمل اسم خلايا جوجلي إذا كانت محاورها قصيرة متكررة التفرعات (كامل: 1994، ص43).

3-1-2-وظائف الخلية العصبية:

وطبقًا لاختلاف وظائف الجهاز العصبي إذن فمن الضروري اختلاف خصائص ووظائف الخلايا العصبية طبقًا لنوعها وتركيبها (حمدان: 1986، ص 13) ومن وظائفها ما يلي :

- إستقبال وإرسال الرسائل العصبية من وإلى الخلايا الأخرى .
- دمج ومعالجة الرسائل العصبية المختلفة الواردة إليها من الخلايا أو المناطق الدماغية الأخرى للحصول على رسائل موحدة مفيدة للسلوك بواسطة منطقة المعالجة الخلوية داخل جسم الخلية نفسها.
- توجيه الرسائل العصبية المعالجة إلى الخلايا والمناطق الدماغية المعينة الأخرى بواسطة منطقتي الضخ والإخراج.

صورة رقم 03 : تمثل أنواع الخلايا العصبية



المصدر: <http://www.vc4arab.com/showthread.php?t=30>

2-2- الجهاز العصبي:

2-2-1- مفهوم الجهاز العصبي:

إن الجهاز العصبي هو عبارة عن منظّمة من الخلايا العصبية التي تختص في الاستقبال، التوصيل والإرسال ويعتبر من أهم الأجهزة المسؤولة عن التكامل عن السيطرة على وظائف الأجهزة الأخرى بالجسم حيث أنّه المتصل بالخارج والقائم بضبط وإثارة أو إبطاء الوظائف الحيوية كلّها أو بعضها والإرادي منها أو اللاإرادي حسب متطلبات الموقف أو الأوامر الصادرة من المخ.

2-2-2- تقسيم الجهاز العصبي:

يقسم الجهاز العصبي من حيث التراكيب إلى جزأين رئيسيين هما (كركوتلي: 1986، ص 26):

• **الجهاز العصبي المركزي** : ويتكون من الدماغ والنخاع الشوكي.

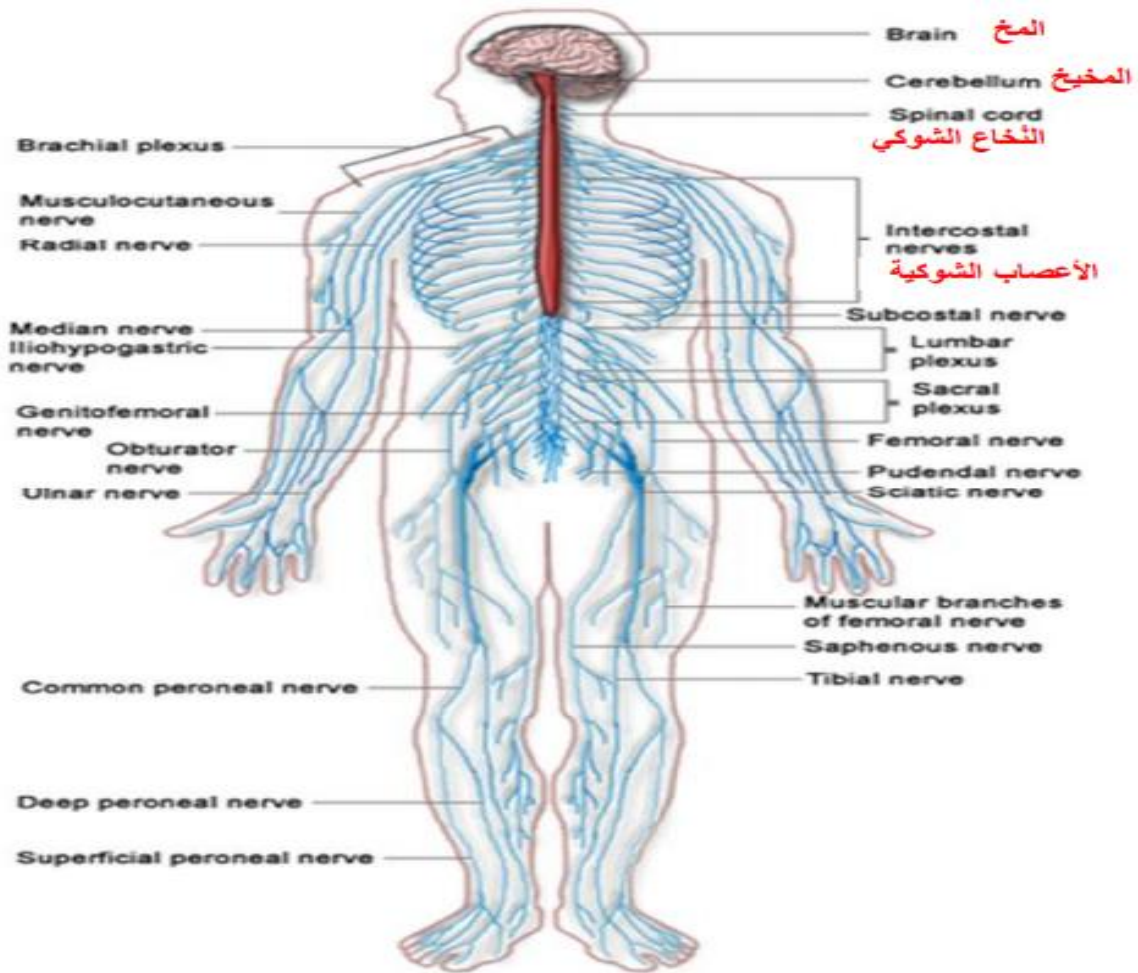
• **الجهاز العصبي الطرفي أو المحيطي** : ويتكون من شبكة من الأعصاب التي تمتد بين الجهاز العصبي المركزي ومختلف أعضاء الجسم ، فالأعصاب التي تنقل المعلومات باتجاه الجهاز العصبي المركزي تدعى بالأعصاب الواردة ، أما تلك التي تنقل المعلومات من الجهاز العصبي المركزي إلى أعضاء الجسم فتدعى بالأعصاب الصادرة (عفانة والخزندار: 2004، ص 109).

إن الجهاز العصبي الجسدي أو الطرفي هو المسؤول عن توجيه حركات الجسم و أيضا استقبال المنبهات الخارجية ، أما التلقائي فهو جزء مستقل يعمل على تنظيم الوظائف الداخلية للجسم (حامد و نافس: 2008، ص 07).

الجهاز العصبي المركزي: (central nervous system):

يمثّل الجزء الأضخم من الجهاز العصبي العام واجتماعه مع الجهاز العصبي التلقائي والجهاز العصبي الجسدي يشكل ما ندعوه الجهاز العصبي الذي يلعب الدور الرئيس في التحكّم بسلوك وتصرفات الحيوانات عامة والإنسان خاصة ، ففي الخمسينيات تم تمييز الجهاز العصبي المركزي على أنّه (Cybernetics) منذ بداية التأثير النظري لعلم السيبرنتيك الجهاز المخصص لمعالجة المعلومات ، حيث يتم حساب الناتج الحركي المناسب كنتيجة للدخل الحسي الذي يرد الدماغ ويتكون الجهاز العصبي المركزي من (كامل: 1994، ص 52).

صورة رقم 04: تمثل الجهاز العصبي عند الإنسان.



المصدر: <http://www.tbceb.net/albumarticles.php?id=59>

وظائف الجهاز العصبي :

- وظيفة الجهاز العصبي هي التعرف على التغيرات التي تطرأ على البيئة الداخلية والبيئة الخارجية للجسم ثم تأويل وترجمة المعلومات الواردة لضبط وإصدار الأوامر الخاصة بالاستجابات العصبية التي تتطلبها الإثارة (دويدار: 2008، ص 126).
- هو المسؤول عن استقبال وتحليل المعلومات وتشفيرها وإرسال المعلومات التي تأتي من البيئة الداخلية أو الخارجية للكائن الحي وفي الواقع أن الجهاز العصبي يعمل في اتساق ونظام متكامل يتسم بدرجة عالية من الدقة (كامل: 1994، ص 52).

- إستقبال المعلومات من جميع الأجهزة الحسية وتوصيلها بأجزاء الجسم المختلفة.
- تنظيم عملية إنتاج الطاقة اللازمة للنبضات العصبية الحركية التي تُستخدم في النشاط الحركي أو لعمل الغدد المتنوعة بالجسم.
- التنسيق بين نشاطات الجسم المختلفة بشكل يؤدي إلى التكامل والترابط والاتزان.
- إتخاذ القرارات وإصدار الأوامر للاستجابة بسلوك معين لمقابلة متطلبات المواقف المختلفة.
- المحافظة على استمرار العمليات الحيوية بالجسم بشكل تلقائي للمحافظة على حياة الكائن الحي (عفانة والخزندار: 2004، ص 110).

خامساً: مفهوم الهيمنة الدماغية.

يرجع مفهوم الهيمنة الدماغية إلى العالم **جون جاكسون** (John Jackson) بفكرته عن الجانب القائد في الدماغ (The Leading Hemisphere) ويعتبر هذا المفهوم الأصل الذي اشتق منه مفهوم الهيمنة الدماغية إذ يعتبر **جاكسون** (Jacson) أن نصفي الدماغ لا يمكن أن يكونا مجرد تكرارا لبعضهما البعض حيث بين أن التلف الذي يحدث لأحد نصفي الدماغ يفقد القدرة على الكلام وهي الوظيفة الأرقى في الإنسان فلا بد إذن من أن يكون أحد نصفي الدماغ هو الذي يتولى أرقى هذه الوظائف وبالتالي يكون هذا النصف هو القائد، وهذا أيضا ما أكدّه **هيوغوليبيمان** (Hugoliepman) وهو عالم الأعصاب ، إذ أشار إلى هيمنة النصف الأيسر لدى معظم الأفراد، حيث بين أن النصف الأيسر من الدماغ هو الذي يسيطر على الحركات الإرادية واللغة والمنطق وبالتالي ظهر مفهوم الهيمنة الدماغية والذي أصبح يشير إلى تميز أحد النصفين الكرويين للدماغ بالتحكم في تصرفات الفرد أو ميل الفرد إلى الإعتماد على أحد نصفي الدماغ أكثر من النصف الآخر وبعد أن أصبح مفهوم الهيمنة الدماغية شائعاً سرعان ما ظهر أن النصف الأيمن من الدماغ هو النصف المهمل وقد أكد هذه النتيجة عالم الأعصاب **جوسيف بوغن** حيث رأى أن الاتجاه الحالي في التعليم يركّز على وظائف الجانب الأيسر من الدماغ وهذا يؤدي إلى إماتة نمو وظائف الجانب الأيمن للدماغ" (نوفل: 2006، ص 6-7).

1-2- تعريف الهيمنة الدماغية:

1-1-2- لغة: إن كلمة هيمن ليس لها ذكر في كتاب (المختار في صحاح اللُّغة) إلاَّ أنَّه قد وردت في (المعجم الوسيط) هكذا: "المهيمن على فلان: قال أمين"، وهيمن على كذا أي سيطر عليه وراقبه وحفظه، وهيمن الطائر على فراخه: (رُفِرَ على فراخه) (مجمع اللغة العربية : 2004، ص720).

هذا ولم نجده في معاجم اللُّغة التي اطلعنا عليها أي تصريف للكلمة.

قال الله تعالى: " وأنزلنا إليك الكتاب بالحق مصدقا لما بين يديه من الكتاب و مهيمنا عليه فاحكم بينهم بما انزل الله" (سورة المائدة : الآية : 48).

2-1-2-اصطلاحا:

الهيمنة الدماغية وفق نموذج نيد هيرمان (Ned Hermann):

هي ميل الفرد إلى الاعتماد على أحد أرباع الدماغ أكثر من اعتماده على الأرباع الأخرى مقاسة بعدد الدرجات التي يحققها على كل ربع أو قسم من الدماغ على مقياس نيد هيرمان (Ned Herrmann) للهيمنة الدماغية ، ويتم الحصول على أربع درجات نتيجة تطبيق مقياس هيرمان (Herrmann).

وهي "ميل أحد هذين النصفين الكرويين إلى السيطرة في أداء جميع الوظائف مما يؤدي إلى تفضيل استخدام أحد جانبي الجسم، وتدعى أيضا بالسيطرة أو الهيمنة الجانبية" (جابر وآخرون : 1991، ص 1006).

و يرى صلاح أحمد مراد و آخرون أن الهيمنة الدماغية هي "استخدام أحد النصفين الكرويين الأيسر أو الأيمن أو كليهما معا في العمليات العقلية أو السلوك" (مراد وآخرون : 1982، ص 117).

ويعرفها أحمد فلاح العلوان وموفق سليم بشارة(2009):

"بأن الهيمنة الدماغية تتميز أحد أنصاف الدماغ بالتحكُّم في سلوكات وتصرفات الفرد أي ميل الفرد إلى الإعتماد على أحد نصفي الدماغ أكثر من الآخر" (العلوان : 2009، ص 123).

2-2- أقسام الهيمنة الدماغية :

إن آخر تقسيمات الهيمنة الدماغية عند الأفراد نجدها على النحو التالي (نوفل و ابوعواد: 2007، ص 145).

2-2-1-العلوي الأيسر(A):

وهي تعني درجة تفضيل الفرد للأنشطة التي تتطلب معلومات تستند إلى الحقائق والمنطق والتحليل، وتقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد نتيجة تطبيق المقياس، وذلك على الفقرات التي ترتبط بوظائف هذا الجزء.

2-2-2-الجزء السفلي الأيسر(B):

وهي تعني درجة تفضيل الفرد للأنشطة المخططة جيداً والمتسلسلة والمنتظمة والمعلومات التفصيلية، وتقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد نتيجة تطبيق المقياس، وذلك على الفقرات التي ترتبط بوظائف هذا الجزء.

2-2-3-الجزء السفلي الأيمن(C):

تفضيل الفرد للأنشطة المستندة إلى العواطف والانفعالات والمشاعر، وتقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد نتيجة تطبيق المقياس ، وذلك على الفقرات التي ترتبط بوظائف هذا الجزء .

2-2-4-القسم العلوي الأيمن(D):

تفضيل الفرد للأنشطة التفكير التي تستند إلى المفاهيم والنظرة الكلية، وتقاس بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد نتيجة تطبيق المقياس ، وذلك على الفقرات التي ترتبط بوظائف هذا الجزء .

سادسا: نظريات الهيمنة الدماغية.

هناك عدة نظريات تُفسر الهيمنة الدماغية لدى الإنسان حيث نجد من أهمها:

1- النظرية الوراثية.

2- النظريات البيئية : ولها ثلاث نظريات منها نظرية السيف والدرع وكذا نظرية الأم-الطفل ونظرية الضغوط الوالدية.

3- النظريات الهرمونية النمائية : ولها نظريتين هما نظرية هرمون الذكورة ونظرية ضغوط الولادة.

4- النظريات التشريحية : وتقسم إلى ثلاث نظريات وهي كالتالي:

• النظرية الثنائية للعالم سبيري (Sperry) .

• والنظرية الثلاثية للعالم ماكلين (MacLean) .

• والنظرية الرباعية للعالم نيد هيرمان (Herrmann) .

وفي بحثنا هذا إرتأينا إلى تبني النظريات التشريحية بأقسامها الثلاث وذلك لتناسبها مع موضوع الدراسة وخاصة النظرية الرباعية للعالم نيد هيرمان (Herrmann) .

2-1- نظرية التقسيم الثنائي للعالم جورج سبيري (Sperry) :

اكتشف العالم روجر سبيري (Sperry.1960) أن لكلٍ من نصفي الدماغ الأيمن والأيسر عمل خاص به ، وقد أثبت العالم الأمريكي روجر سبيري (Sperry) بالبحث أن كل نصف من الدماغ متخصص في أعمال معينة ، فمثلاً وجد بأن النصف الأيمن مسؤول عن التمييز بين الأشكال والتذوق والإبداع والإحساس بالجمال ، أما النصف الأيسر فمسؤول عن الإدراك والتحليل والإتصال خاصة لغة الكلام، وقد نال جائزة نوبل على اكتشافه الفريد (Herrmann: 1989 p 35).

ونظرية سبيري (Sperry.1964) التي تفترض وجود دماغين أيمن وأيسر، وتتم في كل منهما أشكال التفكير (رواشدة وآخرون: 2010 ص362)، حيث نال في العام (1981) جائزة نوبل للطب أو للفسيولوجيا تقديراً لفتوحاته الجليلة في المخ وشقيه ، فالمخ عنده شقان أو قسمان مختلفان عملاً إنّما مرتبطان بجسور أهمها الجسم الكانب وهي حزمة غليظة من 200 مليون وتر تقريبا ويقدر الخبراء أن كل وتر يطلق 20 نبضة

كهربائية في الثانية مما يدل على ضخامة المعلومات المتبادلة بين الشقين وهذه الجسور تحقّق الوحدة بين الشقين الشق الشمال مقر الكلام والشق اليمين مقر البلاغة والخيال واليمين الصامت .

وفي تجاربه ودراسته وضع أورنشتاين (Ournstin) قبعات خاصة لقياس ذبذبات الدماغ عند بعض طلابه عندما يطلب منهم ممارسة أنشطة عقلية مختلفة وطلب إليهم جمع قوائم أرقام وكتابة رسائل رسمية وموضوعات طويلة وترتيب الأحجار الملونة والقيام بالتحليل المنطقي وممارسة أحلام اليقظة ، وكان في أثناء قيام طلابه بهذه الأنشطة العقلية يقيس ذبذبات الدماغ في نصفي المخ كل واحد من طلابه.

كما إكتشف أورنشتاين (Ournstin) أن الأشخاص الذين دربوا على استخدام جانب واحد من دماغهم كانوا قادرين على استخدام الجانب الآخر في كل من الحالات العامة والخاصة التي تحتاج فيها النشاطات إلى الجانب الآخر من المخ(بوزان: 1996، ص 19).

وهذا ما أكّده العديد من الدراسات التي اعتمدت على نظرية النصفين الكرويين (Roger.Sperry) للعالم روجر سبيري (Two Hemispheres Brain Theory) للدماغ من حيث إن أنماط التفكير المهيمن لدى طلبة المدارس والجامعات ترتبط بوظائف جانبي الدماغ فالتفكير المعتمد على التحليل واللغة والمنطق هي من وظائف الجانب الأيسر للدماغ في حين أن وظائف الجانب الأيمن للدماغ تركز على النمط التفكيري التركيبي والمكاني والبصري والإبداعي وهذه الأنماط في تراجع مستمر، وخصوصا التفكير الإبداعي (العلوان و بشارة: 2009، ص123).

صورة رقم 05 : تمثل أقسام الدماغ عند روجر سبيري (Roger Sperry).

نظرية سبيري

تلخيص 7

اكتشف روجر سبيري عام ١٩٦٠م أن لكل من نصفي الدماغ الأيمن والأيسر عمل خاص به ونال سبيري جائزة نوبل على اكتشافه يبدو نغما كرة المخ متماثلان في الوظائف الحيوية. ولكل من نصفي الدماغ خصائص وظيفية خاصة به حسب تقسيم روجر سبيري وهي كالتالي:

الجانب الأيسر	الجانب الأيمن
منطقي	عاطفي
تحليلي	مرن
فاقد للإبداع	روحاني
عقلاني	خيالي
شفهي	بصري
عملي	تفكيري
متصلب الرأي	مرح
علمي	فني
يهتم بالتفاصيل	شمولي

الفص الأيسر



الفص الأيمن

دورات
الاستشارات

www.whatscourses

للتسجيل في الدورات
زورونا علي صفحتنا الرسمية

المصدر: <http://www.freud-sigmund.com/left-hemisphere-vs-hemisphere>

1-2- نظرية ماكلين (MacLean) :

لقد أوضح بول ماكلين (MacLean) في السبعينيات من القرن الماضي أن دماغ الإنسان يتكون من ثلاثة أدمغة هي:

• دماغ الزواحف: ويختص بالحاجات البيولوجية الطعام والشراب الأمن والسلامة.

• دماغ الثدييات: ويختص بالشعور، المهارات اللطيفة الشم، الذوق، الإنفعال.

• الدماغ الإنساني العاقل: ويختص بالتفكير، التصور، التعلّم .

وقد اهتمت النظرية الثلاثية (1952.Triune Brain) لماكلين (MacLean) بالدماغ وتفسير حدوث التفكير والتعلم به وتفترض هذه النظرية ثلاثة أدمغة متداخلة وفي كل جزء يتم التعلّم بطريقة معينة ، فهناك (رواشدة وآخرون: 2010، ص 362).

• الدماغ العقلاني-التبريري.

• الدماغ المتوسط.

• الدماغ الفطري.

صورة رقم 06: تمثل أقسام الدماغ عند ماكلين (MacLean).



1- نموذج نيد هيرمان (HBDI. Hermann Brain Dominance): (Herrmann: 1996, p 32)

لقد استخدم هيرمان (Herrmann) فكرة روجر سبيري (Sperry) وفكرة بول ماكلين (MacLean) ليبدع فكرة جديدة ألا وهي تقسيم الدماغ إلى أربعة أرباع ، وهذا انتقال من العلم إلى الرمز ليصبح الدماغ رباعي التكوين ، وأعطى لكل مربع إسماً ولوناً ومواصفات ومن هنا بدأ تفعيل فكرة الهيمنة الدماغية والتي يتم التعرف عليها من خلال تعبئة إستبانة خاصة (تيرنر: 2006، ص 10-11).

القسم العلوي الأيسر (A): يقوم بالوظائف التآلية: تحليل، حقائق، بيانات ، أرقام تركيز ، تقييم نتائج .

القسم العلوي الأيمن (D): يقوم بالوظائف التآلية: تفكير إستراتيجي ، تفكير إبداعي نظرة شاملة تصورات إستكشاف خيارات متعددة ، تجارب ، إبداع ، إبتكار بديهية.

القسم السفلي الأيسر (B): يقوم بالوظائف التآلية: تخطيط تشغيلي، تنفيذ، إجراءات تفاصيل صيانة، ترتيب، طرق وأساليب، نظام، إدارة الوقت، انضباط، الأمن والسلامة

القسم السفلي الأيمن (C): يقوم بالوظائف التآلية: علاقات مع الآخرين ، مشاعر عواطف التعامل مع الآخرين ، معاني إنسانية ، رعاية ، إهتمام بالوالدين ، البديهة الحسية

(<http://www.delta-schools.com/vb/t6728.html>).

فبدمج هيرمان (Hermann) لنظرية ماكلين (Sperry) ونظرية سبيري (MacLean) في نظرية الدماغ الكلي (Theory Whole Brain) جزأت هذه النظرية الدماغ حسب خصائص التفكير والتعلم إلى:

علوي أيمن وأيسر وسفلي وأيمن وأيسر، فالعلوي كُله يختص بالمفاهيمية والتجريد والسفلي كُله يختص بالعاطفية والداخلية ، والأيسر كُله يختص بالمنطقية والكمية في أعلاه وبالتسلسلية والتنظيم في أسفله والأيمن كُله يختص بالمفاهيمية والبصرية في أعلاه وبالشخصية والعاطفية في أسفله ، وبشكل عام يكون الأيمن غير محكم البنية بينما الأيسر يكون محكم البنية.

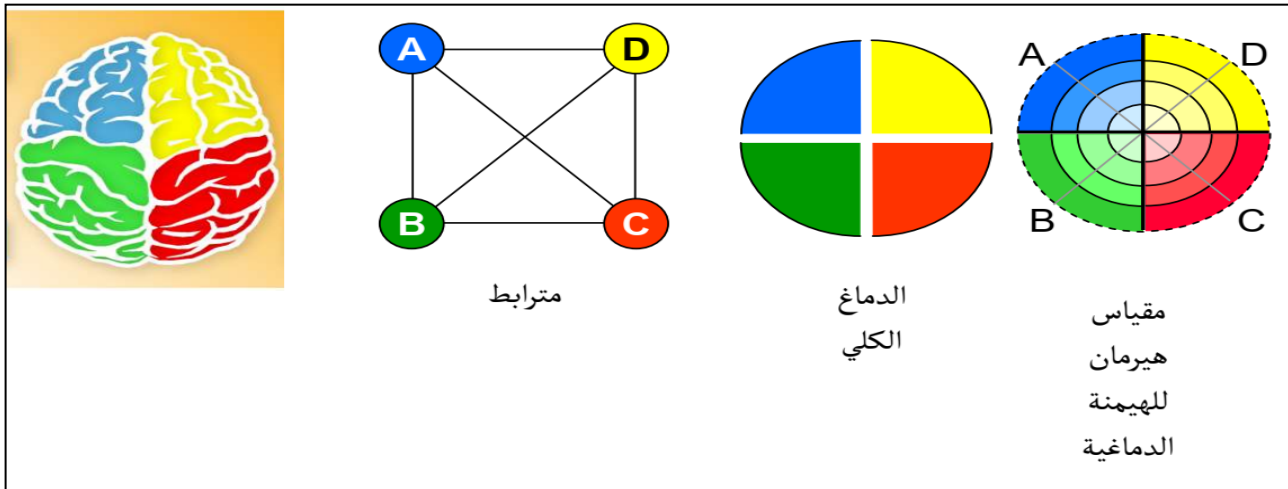
وورد عند كل من هيرمان (Hermann.2005) وستاين (Steyn.2003) وماري (Maree.2005) وشي (She.2005) وكاري (Carey.2007) وفقر (Voges) وصف أنماط التفكير الأربعة في الأجزاء الأربعة للدماغ ، ووصف خصائص التعلم والتفكير في كل من هذه الأجزاء الأربعة ، ووصف الطرق التعليمية والسياقات التي تتقابل معها (رواشدة وآخرون: 2010، ص 363).

لقد ظهر مصطلح الهيمنة النصفية للدماغ مع بداية السبعينيات من القرن الماضي نتيجة اختلاف الزوايا التي تناول منها الباحثون والعلماء الفروق الوظيفية بين نصفي المخ فبعضهم تناول هذه الفروق من زاوية أنها تتعلق بالأمور اللفظية و بعضهم الآخر تناولها من ناحية الكيفية التي يتعامل بها كل نصف في معالجة المعلومات الواردة إليه

وقد ارتبط هذا المفهوم بعدة مصطلحات أخرى هي أشبه بالمرادف و أيا كانت التسميات يشير مصطلح الهيمنة للمخ (La dominance cérébrale) إلى تأكيد التحكم أو ميل أحد النصفين الكرويين المخيين إلى ممارسة تأثير أكبر من تأثير النصف الآخر على وظائف معينة كاللغة و استخدام اليد. ويرجع مفهوم هيمنة أحد نصفي الدماغ على الآخر إلى عالم الأعصاب جون جاكسون (John. Jackson) بفكرته عن الجانب القائد من الدماغ (The Leading Hemispheres) ويعتبر هذا المفهوم الأصل الذي إشتق منه مفهوم الهيمنة الدماغية ، إذ يعبر جاكسون (Jackson) عن ذلك بقوله: "أن نصفي الدماغ لا يمكن أن يكونا مجرد تكرار لبعضهما بعضا" (نوفل: 2006، ص 6).

حيث يبين أن التلف الذي يحدث لأحد نصفي الدماغ يفقد الفرد القدرة على الكلام وهي الوظيفة الأرقى في الإنسان ، فلا بد إذاً أن يكون أحد نصفي الدماغ هو الذي يتولى أرقى هذه الوظائف وبالتالي يكون هذا النصف هو القائد.

وبالتالي ظهر مفهوم الهيمنة الدماغية والذي أصبح يشير إلى تميز أحد النصفين الكرويين للدماغ بالتحكم في تصرفات الفرد أو ميل الفرد إلى الاعتماد على أحد نصفي الدماغ أكثر من النصف الآخر.



الشكل 01: يمثل تطوير رمزي لاستنباط مقياس هيرمان

سابعاً : الفروق بين الذكور و الإناث

في السنوات المنصرمة أثبتت العديد من الأبحاث والدراسات وجود اختلافات في العصب الدماغى بين ذكور و إناث الكائنات البشرية ، وهذا الاختلاف لم يتجل فقط على المستوى الوظيفى إنما تعداه إلى المستوى التشريحي العضوي (الهملان : 2017 ، ص 40).

إن أغلب الأفراد الذكور والإناث يستخدمون اليد اليمنى ولكن احتمال استخدام الرجال لليد اليسرى أكبر من احتمال استخدام النساء لها (ميليسا : 1990 ، ص 24).

وقد أشارت الدراسات إلى أن هناك فروقاً في وزن الدماغ لصالح الذكور أما وظائف القشرة الدماغية فتشير إلى أن الإناث أفضل في المهارات اللغوية، والذكور أفضل في المهارات المكانية. وتشير الدراسات أن اللاتماثل بين النصف الأيمن والأيسر ينمو أكبر عند الذكور منه عند الإناث كذلك فإنه يوجد عند الذكور مكونات أكثر أفقية بالنسبة لشق سيليفيان في النصف الأيسر أكثر من الإناث وعليه يكون عند الذكور لا تماثل أكبر في شق سيليفيان من الإناث كذلك يشير إلى الفروق في اللغة بين الجنسين (الشقيرات : 2005 ، ص 113-114).

الصورة رقم 07: توضح الفرق بين دماغ الرجل و المرأة



<https://images.akhbarelyom.com//images/images/medium/20181119120055149.jpg>

خلاصة:

إن الوراثة تلعب دورا مهما في موضوع الهيمنة لأحد نصفي الكرة المخية ، كما تلعب إصابات الدماغ في المراحل الجنينية أو الطفولة الأولى دورا في ذلك، وقد يكون لاستعمال اليد اليسرى في بعض المهارات ، إضافة إلى استعمال اليد اليمنى فوائد إضافية ويدلُّ على مهارات حركية خاصة ولا سيما في ميدان الرياضة، بعض الأذكىء من الذين يستعملون اليد اليسرى وقد يعود السبب إلى عوامل نفسية وردود فعل تعويضية أو عوامل أخرى لا تزال مجهولة وقد يكون منهم المتخلفون عقليا ، ولا سيما في حال الإصابات الشديدة للدماغ.



الفصل الثالث

الأداء المهاري

تمهيد:

في كرة القدم الحديثة تعتبر المهارات الأساسية قاعدة مهمة لأداء اللعبة، حيث تلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، وتؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم و إحراز الأهداف.

3-1-1- الأداء المهاري :

3-1-1 مفهوم الأداء :

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنجز، فيذكر "thomas"

(أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة، وترتبط كثيرا بين العمل والرياضة والفريق)، لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء كانت ذات صلة كبيرة بالإنتاج .

وكان تعريف منصور 1973 للأداء (بأنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة)، وتأسيسها على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تتركز على أمرين اثنين هما:

الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله، أي واجباته ومسؤولياته.

الثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، ومدى ارتباطها وآثارها على مستوى أدائه لعمله، ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكانية الاعتماد على العامل وتفكيره المتزن والاستعداد الشخصي له، ويرى "thomas" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة والاستعداد، والدافعية...وأغلبها تشكل مفهوم الأداء حيث ذكر "singer" 1975

(أن الأداء هو المهارات المكتسبة)، ويضيف "thomas" أن "الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة (عروسي، ودحمان ، 2004).

ويعرف عصام عبد الخالق(1992) الأداء بصفة عامة حيث يذكر "هو انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، أو هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيراً سلوكياً(عبد الخالق، 1992 ، ص168).

3-1-1-1 أنواع الأداء : تتمثل أنواع الأداء في :

أ- أداء بمواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المعلم/المدرّب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة .

ب- أداء دائري:

طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤديون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

ج- أداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

د- أداء في مجموعات: يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب الرياضي على شكل محطات، حيث يقوم اللاعبون الذين يشكلون كل مجموعة بالأداء بصورة فردية، وتعد من أقدم طرق التدريب الرياضي.

هـ - أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم:

الانقباض الانعكاسي أو التلقائي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي أو الشد التلقائي، والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم نوعان:

. إنعكاسات ثابتة: وتنقسم إلى إنعكاسات عامة، و أخرى جزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف الأربعة.

. إنعكاسات حركية أو وضعية: وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو أداء أي عمل أو حركة رياضية أو عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة.

فالتغيير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغيير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعددا للرجل في الاندفاع للأمام.

و- أداء رياضي والجهاز العصبي:

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يقي أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، ويوجه وظائف الأجهزة الوظيفية، للأداء الانعكاسي أهبة كبيرة أثناء أداء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهدا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية (قاسم ، 1984 ، ص41) .

3-1-2 مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية :

3-1-2-1 مفهوم المهارة :لفظ مهارة SKILL يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة.

هناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية cognitive skill مثل: الحساب، الجبر، الهندسة.
- مهارات إدراكية perceptual skill مثل: مهارات إدراك أشكال معينة.
- مهارات حركية motor skill مثل: المهارات الرياضية.

3-2-1-2 تعريف المهارة الحركية الرياضية:

- تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها "مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين".

3-1-2-3- خصائص المهارة الحركية الرياضية :

أ- المهارة تعلم: المهارة تتطلب التدريب والتحسين بالخبرة.

*.التعلم يعرف عادة بأنه" التغيير الدائم في السلوك والأداء بمرور الوقت" ويجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا ونحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح قد حدث بالصدفة.
ب- المهارة لها نتيجة نهائية:نعني بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء، وبالقطع فإن هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه " النتائج المحددة سالفا للأداء.

ج- المهارة تحقق النتائج بثبات:نعني بذلك أن تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من أدائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية تقريبا.

د- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية: وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق وتجانس وانسيابية وتوقيت سليم، وبسرعة وببطء طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها، فالمبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الأداء دون تحقيق نجاح في الأداء الماهر لكن اللاعبين الذين يتميزون بالخبرة سوف يكونوا قادرين على الأداء بإنفاق الطاقة الضرورية فقط لإنجازي الأداء الصحيح وبفاعلية.(مفتي، 2002، ص14) .

هـ- مقدرة المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها : اللاعبون واللاعبات المهرة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام المهارة في مواقف التنافس المختلفة ويستطيعون اتخاذ قرارات وتنفيذها بفاعلية، فالمهارة ليست فقط مجرد أداء فني جيد للحركات ولكن تعني أيضا المقدرة على استخدام هذا الأداء بفاعلية في التوقيت المناسب.

3-1-2-4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية: يجب على المدربين والمعلمين حتى الأفراد

الرياضيين أنفسهم أن يتعرفوا على تصنيف المهارات المختلفة حتى يتمكن كل منهم من تحليل الخصائص المختلفة التي يجب أن توضع في الاعتبار عند تعلمها والتدريب عليها وكذلك تحديد الأهمية النسبية للأساليب المؤثرة في إتقانها ومن ثم تحديد طرق التدريب عليها.

صنف سينجر 1982 (singer) المهارات طبقا للمحددات الرئيسية التالية:

- أجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة.

- فترة دوام أداء المهارة.

- المعارف المشاركة في أداء المهارة.

- التغذية الراجعة المستخدمة في أداء المهارة.

3-1-2-5- مفهوم المهارات الأساسية: المهارات الأساسية في كرة القدم هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء، يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص، وهي بهذا الشكل تعتمد أساسا على الحركة وتتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

3-1-2-6 أهمية المهارات في كرة القدم: تتوقف نتائج أي فريق في كرة القدم على مدى إجادة لاعبيه للمهارات المختلفة لهذه الرياضة وتوظيفها لصالح جهود الفريق لتحقيق هدفه في الفوز بالمباراة. إن درجة أو مستوى إجادة لاعبي الفريق تحدد بدرجة كبيرة مستوى تعامل كل لاعب مع الكرة و كيفية التحكم فيها، أو توصيلها، أو أسلوب الاستحواذ عليها من المهاجم، وكذلك كيفية تصويبها إلى المرمى والتحرك بدون الكرة وينطبق ذلك كله على حارس المرمى (Tupin,1990,p110) إن ممارسي رياضة كرة القدم كثيرون جدا ، ولكن كلما ارتفع مستوى إجادة اللاعب للمهارات كلما زادت قيمته في الفريق، إذ ذلك ينطبق على أي مستوى من مستويات ممارسة كرة القدم في العالم، ففي فرق الصغار البراعم أو الناشئين أو الشباب أو الدرجة الأولى أو الفرق القومية كلما ارتفع مستوى اللاعب في مستوى أدائه للمهارات كلما زادت أهميته في الفريق شريطة أن يكون متمتعا بقدر مناسب من باقي العناصر الأخرى كالياقة البدنية، حتى اللاعب الذي يكون يتميز بأداء مهارة واحدة أعلى من مستوى زملائه فإنه يصبح مميزا في الكثير من المواقف، فاللاعب الذي يتميز بارتفاع في مستوى أدائه في المراوغة، أو الذي يمتاز في نوع معين من أنواع ضربات الكرة عن باقي زملائه يكون سلاحا مميزا داخل هذا الفريق.

و كرة القدم رياضة تربية جماعية يتطلب أن يكمل أداء كل لاعب فيها أداء باقي زملائه في الفريق، إذ ذلك ينطبق أيضا على المهارات الأساسية حتى يصبح لدى كل فريق تنوعا وتكاملا في مستويات أداء لاعبيه، وبذلك يصبح مستوى أداء الفريق جيدا.

3-1-2-7 خصائص المهارات في كرة القدم: للمهارات في كرة القدم عددا من الخصائص يمكن تلخيصها فيما يلي:

أ. **التعدد :** إن أمل خاصية في مهارات كرة القدم هي تعددها فبالإضافة لعددتها الكبير نجد أن كل واحدة منها لها فروع.

ب. **التنوع :** كرة القدم تؤدي مهاراتها بكافة أجزاء الجسم باستثناء الذراعين، أن ذلك أدى إلى تنوع كبير في تنفيذها، إذ يستخدم في ذلك القدمين والرأس و الركبة والفخذ والصدر.

وقطعا تختلف طبيعة استخدام كل جزء من أجزاء الجسم السابقة في شكل الأداء وقوة التعامل مع الكرة وغيرها (مفتي : 1984، ص 116).

3-1-2-8 تقسيم المهارات الأساسية:

أ- **المهارات الأساسية بدون كرة :**

• **الجري وتغيير الاتجاه:**

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإقطاع وتمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم والعكس طوال زمن المباراة وهذا الأمر يستدعي من اللاعبين إجادة الجري والتدريب عليه، والجري بدون كرة للاعب كرة القدم يكون بخطوات قصيرة لكي يحتفظ بتوازنه باستمرار والتحكم في الكرة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسهولة، وتختلف المسافة التي يتحرك فيها اللاعب بالجري بدون كرة سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة متوسطة لمسافات تتراوح ما بين (5-30م) ويكون غالبا هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق بالكرة والوصول إليها قبل أن تصبح في متناول الخصم. (مفتي، 2002، ص14).

•الوثب(الارتقاء):

يعتبر اللاعب الذي يتمتع بالقدرة على الوثب عالياً أكثر من منافسه ذو ميزة تكتيكية وتكنيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس وتتضح هذه القدرة في الوثب عالياً أمام المرمى بغرض إحراز هدف في مرمى الخصم أو محاولة المدافع منع المهاجم من إحراز هذا الهدف بالوثب عالياً مسافة أعلى منه واستخلاص الكرة بالرأس قبل أن تصل إلى المنافس، وهذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الارتقاء للاعب كرة القدم مع التوقيت السليم، والهبوط المناسب ويكون ذلك الارتقاء إما برجل واحدة أو بالرجلين معا مع ملاحظة عدم رفع الرجل الحرة أثناء الارتقاء والوثب الأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس، ويلاحظ أن الوثب عالياً مع الاقتراب والجري أفضل للاعب الكرة من الوثب من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللاعب الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عالياً، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عن طريق تدريجات المرونة والإطالة والرشاقة.

•الخداع والتمويه بالجسم:

تعتبر هذه المهارة من المهارات التي يجب أن يجيدها اللاعب المدافع والمهاجم على حد سواء مع القدرة على أدائها باستخدام الجسم والجذع والرجلين والنظر، وهذا يتطلب من اللاعب قدرا كبيرا على الاحتفاظ بمركز الثقل بين القدمين والتمتع بقدر كبير من المرونة والرشاقة والتوافق العضلي العصبي وقدرة كبيرة على التوقع السليم والإحساس بالمسافة والزمن والمكان الذي يقوم به اللاعب أثناء الخداع (السيد، 2002، ص 43).

ب-المهارات الأساسية القاعدية بالكرة:

•التمرير: التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب)(Bernard turpin : 1990, p99) . إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزرع ثقة الفريق المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطا وثيقا بالسيطرة على الكرة، ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير، بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير كالتالي:

• **التمرير الأمامي:** يعتبر التمرين للأمام هو مفتاح التمرين الخططي فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة إلى أنه يساعد على التخلص من الكثير من المدافعين.

• **التمرير العرضي :** أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغيير اتجاه اللعب أو يستطيع التمرير للأمام.

• **التمرير للخلف:** أما آخر خيار أما اللاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس وينبغي التدرج في تعليم التمرير للناشئ كالاتي:

-التمرير بعد إيقاف الكرة (بعد أكثر من لمسة) بدون منافس

-التمرير بعد إيقاف الكرة بوجود منافس سلبي.

-التمرير تحت ضغط المنافس من خلال التقسيمات المصغرة.

***استقبال الكرة:** استقبال الكرة هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات والمستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو المنخفضة الارتفاع أو المرتفعة، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتا دقيقا للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المهاجم والمدافع بدرجة كبيرة من الإلتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب.

***الجري بالكرة:** عندما يجري اللاعب بالكرة فإن هذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات والمعارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح على تسمية هذه المهارة " بالجري بالكرة" حيث أن اللاعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بالجري، غير أنها في بعض الأحيان تؤدي بالمشي، وخاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية " خطئية"، ولتنفيذ هذه المهارة فإن اللاعب غالبا ما يستخدم إحدى أجزاء القدم وأحيانا يجري بالكرة مستخدما الفخذ أو الفخذين معا، وقد يجري بالكرة مستخدما رأسه، غير

أنه عندما يستخدم الفخذ أو الرأس فإننا نفضل التعبير عن ذلك بعبارة "تنطيط بالكرة" فلا يجري اللاعب بالكرة برأسه أو فخذه لمسافة كبيرة حيث لا يساعده ذلك على مجاراة سرعة وظروف اللعب أو اللاعبين.

أما الجري بالكرة باستخدام الرأس (أو الجزء الأوسط من الجبهة) فإن ذلك نادرا ما يحدث، وكما سبق القول فإن أداء هذه المهارة يكون لتنطيط الكرة وتعليم الجري بالكرة للمبتدئين يتطلب مراعاة الأوضاع التشريحية للقدم التي يستخدمها اللاعب في الجري فمن الضروري البدء بتعليم اللاعب (الناشئ) الجري بالكرة أولا بجزء القدم الأمامي الخارجي حيث يضمن اللاعب بهذه الطريقة مرونة أكثر في الحركة بالإضافة إلى أن الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الخارجي يعتبر أكثر مناسبة لتحقيق السرعة المطلوبة في الجري (الوقاد : 2003، ص 173).

ويرى البعض أن البدء في تعليم اللاعب الناشئ الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الداخلي والخارجي - بعد ذلك فقط- يمكن البدء في تعليمه الجري بوجه القدم وسن القدم.

وتعليم مهارة الجري بالكرة بأي جزء من الأجزاء يجب أن يمر بالخطوات التالية:

- * أداء المهارة من المشي باستخدام كرة طبية ثم بكرة عادية.
- * أداء المهارة من الجري الخفيف بكرة عادية.
- * أداء المهارة مع زيادة سرعة الجري.
- * أداء المهارة من الجري العادي والمرور بين كرات طبية أو أرماع.
- * أداء المهارة مع تغيير السرعات.
- * أداء المهارة مع تعدية خصم أو حاجز (الوقاد : 2003، ص 173).

*المراوغة:

هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدما بعض حركات الخداع التي يؤديها إما بجذعه أو بقدميه، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية، والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم، لذلك

يجب أن يجيدها المهاجم والمدافع على حد سواء مع احتفاظ كل لاعب بأسلوبه المميز في مهارة المراوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب أن يتمتع اللاعب المحاور بقدرة بدنية عالية تساعده على نجاح مهارة المراوغة، ومن أهم القدرات البدنية التي تساعده على ذلك الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على تحسين الأداء المهاري للمراوغة.

وبالرغم من أهمية المراوغة للفريق فإنها سلاح ذو حدين، فإذا أجاد لاعبي الفريق في استخدام طرق المحاورة بنجاح فإن ذلك يعتبر مفيدا من الناحية الخطئية للفريق لأنه ينقص من عدد المدافعين للفريق الآخر بالإضافة إلى اكتساب المهاجم الثقة بالنفس وعلى الجانب الآخر فإن سوء استخدام المراوغة وأدائها بصورة غير مجدية يؤدي إلى هدم خطط الفريق الهجومية وإهدار الفرص في امتلاك الكرة (السيد : 2002، ص 153).

لذلك يجب أن يضع اللاعب المهاجم نصب عينيه أن المراوغة لا بد أن تكون بسبب ولها هدف لفائدة الفريق وليس الاستعراض ونسبة أداء المراوغة كبيرة بالنسبة للاعب الهجوم وتقل بالنسبة لساعدي الدفاع وأقل لباقي أفراد الدفاع، وكلما امتاز اللاعب بطريقة أدائه السهلة لتنفيذ المراوغة وتزود بمهارة أداء الطرق المختلفة للمراوغة، كلما أفاده ذلك كثيرا في تنفيذ خطط الفريق الهجومية وأعطى فريقه فرصة تفصيل للفوز بالمباراة.

ومن أهم صفات وشروط المراوغة الناجحة ما يلي:

- * إختيار الطريقة المناسبة لموقف اللعب والتي غالبا لا يتوقعها المنافس.
- * قدرة اللاعب المهاجم على إقناع الخصم المدافع بتحريك خادع.
- * أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجأة.
- * قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة.
- * قدرة اللاعب المهاجم على استخدام أكثر من نوع وطريقة للمراوغة حتى لا ينجح خصمه المدافع في توقع نوع المراوغة التي يقوم بتنفيذها المهاجم.
- * قدرة اللاعب المهاجم على تغيير سرعة ريثم الأداء.
- * تمتع اللاعب بحسن استخدام التوقيت السليم للقيام بعملية المراوغة أمام الخصم.

وهناك عدة طرق للمراوغة هي:

•المراوغة من الأمام.

•المراوغة من الجانب.

•المراوغة من الخلف (السيد : 2002، ص 154) .

وعلى ضوء ذلك يجب على الناشئ أن يفهم ما يلي:

* أن تتناسب طريقة المراوغة مع الموقف، مثل المسافة المتاحة أو اتجاه المدافع صوب المهاجم وعلى ذلك يتدرب الناشئ على أنواع المراوغات الممكنة كلها وتترك له الحرية في اختيار ما يناسبه أثناء المباراة.

* أن يتعلم الناشئ كيفية حماية الكرة من المنافس.

* أن يدرك الناشئ ماذا سيفعل بعد المراوغة مثلا: التمرير للزميل أو التصويب (شعلان و عفيفي :

2001، ص 53).

التصويب:

هو إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس(حنفي : 1997، ص 106).

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أما الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا، ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكنيك التصويب تحت كل الظروف مثل:

*التدريب على التصويب في ظروف سهلة و بسيطة.

* الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء .

* استخدام الوسائل المساعدة (الحوائط المقسمة -الأقماع -الحواجز -المقاعد -المرمى متعدد

المساحات).

* أن تؤدي تمارين التصويب من اتجاهات متغيرة لمسار الكرة.

* تثبت مهارة التصويب عن طريق تغيير الظروف الخارجية مثل استخدام مدافع سلبي ولكن بفاعلية.

* التدريب على المهارة نحو ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع ايجابي.



3-1-3 مفهوم الأداء المهاري :

يقصد بالأداء المهاري كل الإجراءات و التمرينات المهارية التي يقوم بها المدرب بالتخطيط لها وتنفيذها في الملعب بهدف وصول اللاعب إلى دقة أداء المهارات بآلية و إتقان متكامل تحت أي ظرف من ظروف المباراة (وجددي، و السيد ، 2002 ، ص : 152- 153).

3-1-4 مراحل الأداء المهاري :

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاث مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة و تدريبات مختلفة و هي :

أ- مرحلة التوافق الأولي للمهارة :

تهدف هذه المرحلة إلى تكوين التشكيل الأساسي الأولي لتعلم المهارة الحركية و إتقانها ، و تبدأ بإدراك اللاعب للمهمة الحركية ثم تأديتها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الأساسية دون وضع أية اعتبارات بالنسبة لجودة و مستوى أداء المهارة الأساسية ، و تتميز هذه المرحلة بالزيادة المفرطة في بذل الجهد مع الارتباط بقلّة و كفاءة الأداء المهاري .

ب- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة :

تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية و التي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة ، و مع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي و قلة حدوث الأخطاء (البساطي : 1998 ، ص . 26-27) .

ج- مرحلة إتقان و تثبيت أداء المهارة :

إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية ، و خلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة و تصبح المهارة الأساسية أكثر دقة و انسيابية و استقرار من حيث شكل الأداء و ذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية و هذا يؤدي إلى إتقان الأداء الحركي للمهارة بصورة ناجحة و ثابتة حتى لو تم أداء الحركة في ظل ظروف تتميز بالصعوبة كوجود منافس أو أكثر أثناء الأداء المهاري أو من خلال أداء المباريات التجريبية (البساطي : ص ، 28-29).

3-1-5 أهمية الأداء المهاري :

الإلتقان التام للمهارات الحركية من حيث أنه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري، و يتأسس عليه الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ، ومهما اتصف به من سمات خلقية إرادية فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإلتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الذي يتخصص فيه .

فالمهارات الأساسية هي وسائل تنفيذ الخطط و بدون مهارات أساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخطط و بالتالي يصعب تحقيق نتائج ممتازة.

إن تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخطئية هو الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي ، و ذلك بتكرار المهارة من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسة مما يؤدي إلى اكتساب الفرد الرياضي صفة الآلية عند الأداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة ، و لما كانت المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة إذا و جب الإهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي ، فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة (السيد : 2002 ، ص 33-37) .

3-2 التهديف في كرة القدم:

يمكن اعتبار مهارة التهديف في كرة القدم من أهم المتطلبات أو المهارات إذ تحسم عن طريقها نتائج المباريات ويعد التهديف من وسائل الهجوم الفردي.

التهديف الناجح يتم بشروط منها: الدقة ، القوة ، والسرعة وفي اللحظة التي يتم فيها تنفيذ المهارة، ولا يشترط أن يتم التهديف بوجود كل الشروط إلا أن الدقة والتركيز هي أكثر تلك الشروط أهمية لتحقيق التهديف الناجح. فيما تلعب النواحي النفسية دورا هاما في عملية التهديف كالثقة بالنفس والإرادة وتحمل المسؤولية

ويشير كل من (عبد المجيد نعمان، ومحمد عبده صالح) السرعة والدقة في التسديد لها أهمية متساوية وكما كانت الضربة بعيدة كلما و جب أن تزيد السرعة بينما تزيد أهمية الدقة عند التسديد من مسافة قريبة من المرمى فاللاعب الذي يتميز بإجادته هذه الصفات يكون أكثر كفاءة من غيره في تنفيذ تكتيك التهديف ؟

والتهديف من أصعب الواجبات الخطئية التي يكلف بها اللاعب خاصة إذا واجهه حائط صد منظم وحارس مرمى جيد.(نعمان ، صالح ، ص 405) .

3-4-1- شروط التهديد

- 1- أن ينظر اللاعب إلى الهدف.
- 2- يستلم اللاعب الكرة.
- 3- النظر إلى الهدف بعد استلام الكرة.
- 4- القيام بالتهديد إلى الزاوية التي حددها تبعا لوضع حامي الهدف.
- 5- متابعة الكرة بعد التهديد.

3-4-2- دقة التهديد

هناك بعض الشروط التي يجب على اللاعب الذي يقوم بالتهديد التمسك بها:

- 1- الهدوء : أي أن يكون هادئ الأعصاب.
 - 2- مرتاح البال.
 - 3- ذو تركيز عال من خلال تعامله مع الكرة ومع كل متطلبات التهديد.
 - 4- القدرة على اتخاذ القرار المناسب للتهديد.
- ومع كل هذه الشروط التي يجب أن تتوفر عند اللاعب الهدف هناك أمور أخرى يجب أن تتوفر في التهديد الجيد والناجح و هي : القوة ، الدوران و الدقة هذه الأخيرة لها الأولوية في التهديد من حيث أن وبدون الدقة سوف يكون التهديد يأخذ صفة العشوائية ، حيث أن توفر الدقة في التهديد هو أكثر فرصة في التهديد من التهديد العشوائي.
- التهديد العشوائي هو الذي يتم فيه التركيز على الكرة دوما وليس على الهدف ، ولكي يتخلص من هذه العشوائية في التهديد عليه أن يركز على دقة اتخاذ قرار التهديد وكذلك مراقبة الوضع لحامي هدف التهديد على العمود البعيد ، الزاوية البعيدة. (قاسم ، 2009 ، ص 183).

3-4-3- العوامل الأساسية التي تتوقف عليها دقة التهديد:**أولا: العمل الفني**

ويتمثل في إجادة اللاعب مهارة التهديد بأي جزئ من أجزاء القدم ، من أي مكان من الملعب ، سواء من الحركة ، أو الثبات أو الوثب من أي وضع يتخذه الجسم.

ثانيا : العامل البدني / أهم ما يؤثر في ذلك :

- 1- قوة اللاعب التي تساعد على التهديف بقوة مما يؤثر نفسيا على المدافعين وخاصة حارس المرمى ، كما أن قوة اللاعب تجعله يتفوق بدنيا على المنافس في لحظة التهديف.
- 2- رشاقة ومرونة اللاعب التي تجعله يستطيع أن يأخذ الوضع الصحيح عند التهديف.

ثالثا / العامل النفسي:

ويدخل تحت هذا العامل مجموعة صفات هي :

- 1- العزيمة والإرادة.
- 2- قدرة اللاعب على التركيز عند التهديف.
- 3- هدوء اللاعب عند التهديف.
- 4- ثقته بنفسه و قدراته.
- 5- مدى اتساع زاوية رؤيته للملعب وخاصة حارس المرمى و ما حوله.(الصغار ، 1984 ، ص 3).

خلاصة:

من خلال ما سبق تعد المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في كرة القدم ، حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ويحاول إتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق أعلى مستويات الأداء ، ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة، بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة وبجمالية في الأداء ، تحت ظروف المباراة وفي ظل إطار قانون لعبة كرة القدم.



الفصل الرابع

كرة القدم

تمهيد:

ينظر علماء النفس إلى كرة القدم التي يعود تاريخها إلى العصر الفيكتوري حينما تم وضع قواعد هذه اللعبة في إنجلترا ، قبل أن تنتشر إلى أمريكا وإيرلندا وأستراليا ، لكن تاريخ كرة القدم يعود للأبعد من ذلك بكثير فالكرة غالبا ما ترتبط بتاريخ الشعوب القديمة في شرق الأرض وغربها ، فربما كان الفراعنة في مصر القديمة هم أول من مارسها ، كما يذكر هيروودرت أو ربما بدأت الصين القديمة أو لدى الإغريق أو الرومان ثم أخذت في الانتشار عبر العصور(حنفي : 1984، ص 15).

4-1 كرة القدم :

4-1-1 تعريف كرة القدم :

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل، كرة القدم قبل كل شيء هي رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع، وقبل أن تصبح كرة القدم منظمة كانت تمارس في أماكن نادرة فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية، حيث رأى ممارسو هذه اللعبة تحويلها إلى رياضة منظمة انطلاقاً من قاعدة مبنية على أسس علمية.

كرة القدم هي لعبة جماعية يعتمد فيها على تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في شباك الخصم والمحافظة على الشباك نظيفة، تلعب كرة القدم بين فريقين يضم كل فريق (11) لاعب وتلعب هذه اللعبة بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد تدوم المباراة (90) دقيقة أي (45) دقيقة لكل شوط يتخللها وقت راحة مدته (15) دقيقة، وتجرى المقابلة بين فريقين يرتديان ألواناً مختلفة اللون وتتكون هذه الأخيرة من تبان، قميص، جوارب، وحذاء رياضي خاص باللعب، ويكمن الهدف الحقيقي من اللعبة في حسن صنع اللعب الجماعي من أجل تطبيق جيد للخطط والاستراتيجيات الخاصة بهذه اللعبة (رومي : 1986).

4-1-2 نبذة تاريخية عن كرة القدم:

4-1-2-1-1 عالمياً : إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوروبية السائد في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم وبدأ التطور الفعلي منذ أن بدأت منافسة كأس العالم سنة 1930 م وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم كما هو موضح أدناه (حسن : 1998، ص 16).

1845 م : وضعت جامعة كمبريدج القواعد الثلاثة عشر للعبة كرة القدم.

1855 م : تأسيس أول نادي لكرة القدم البريطانية.

1833 م : تأسيس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.

- 1863 م : تأسيس أول اتحادية لكرة القدم في لندن
- 1873 م : إجراء أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.
- 1882 م : عقد مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا.
- 1904 م : تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA.
- 1925 م : وضع مادة جديدة في قانون كرة القدم التي حددت حالات التسلل.
- 1930 م : أول كأس عالمية فازت بها الأورغواي.
- 1935 م : محاولة تعيين حكمين للمباراة.
- 1939 م : تقرر وضع أرقام على الجانب الخلفي لقمصان اللاعبين.
- 1949 م : أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر الأبيض المتوسط.
- 1950 م : تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية لكرة القدم.
- 1963 م : أول دورة باسم كأس العرب.
- 1970 م : دورة كأس العالم في المكسيك وفازت بها البرازيل.
- 1975 م : دورة البحر الأبيض المتوسط في الجزائر.
- 1978 م : دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها البلد المنظم.
- 1980 م : الدورة الأولمبية في المكسيك.
- 1994 م : دورة كأس العالم في الولايات المتحدة الأمريكية وفاز بها منتخب البرازيل.
- 1998 م : دورة كأس العالم بفرنسا وفاز بها منتخب فرنسا.

4-2-1-2- في المغرب العربي : عرف المغرب العربي كرة القدم عن الجيوش الفرنسية والإيطالية المحتلة لها وأنشأت لها الفرق والأندية، وأقامت مباريات عديدة سواء بين الفرق المحلية ، أو بين هذه الفرق وفرق الجيوش الأجنبية، وتكون لها اتحاديات خاصة ترعى شؤونها وتشرف على دوراتها، وتعد فرق المغرب ، الجزائر ، تونس في مستوى الفرق العالمية

خاصة إذا علمنا أن الفرق الفرنسية تضم لاعبين مغاربة يعتبرون في مصاف اللاعبين الممتازين في العالم.

4-1-2-3 في الجزائر: تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت في الجزائر، والتي اكتسبت شعبية كبيرة وهذا بفضل الشيخ عمر بن محمود الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم **طليلة الحياة في الهوا الكبير** وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م وفي شهر أوت سنة 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم تمثل في عميد الأندية الجزائرية المعروف باسم مولودية الجزائر غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م وبعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى من بينها:

- غالي معسكر.

- الاتحاد الإسلامي لوهران، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبليدة، الاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل لصد الاستعمار، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية وفي شهر مارس 1956م تم تجميد كل النشاطات الرياضية وذلك تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين.

وقد عرفت الثورة الجزائرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في أفريل 1958م الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال رشيد مخلوفي الذي كان آنذاك يلعب في صفوف فريق سانت استيان، إضافة إلى لاعبين آخرين مثل كرمالي، كريمو... إلخ، وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية وقد عرفت كرة القدم بعد الاستقلال مرحلة انتقالية أخرى حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962م وكان محند معوش أول رئيس لهذه الاتحادية وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم الرياضي 1962م/1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية، وفي نفس السنة أي عام 1963م كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة

1975م وحصول المنتخب الوطني الجزائري على الميدالية الذهبية. (تلي وآخرون : 1997، ص 46-47).

-معلومات مهمة في كرة القدم الجزائرية :

- تاريخ نشأة الفاف 21 أكتوبر 1962م.
- عدد المنخرطين في الفاف سنة 1962م 3000 منخرط.
- عدد المنخرطين في الفاف سنة 1988م 79735 منخرط.
- عدد الرباطات سنة 1962م 3 رباطات وفي سنة 1988م 48 رابطة منها جهوية.

4-1-3- خصائص كرة القدم :

تميز كرة القدم بخصائص أهمها:

4-1-3-1 الضمير الجماعي : وهي أهم خاصية في الرياضات الجماعية ، إذ تكتسي طابعا جماعيا بحيث يشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة ومترابطة، لتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

4-1-3-2 النظام : تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم، وصفة الاتصال المسموح بها مع الزملاء و الاحتكاك بالخصم، وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب، يتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

4-1-3-3 العلاقات المتبادلة : تتميز رياضة كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق ، إذا تشكل كلا متكاملًا بمجهود كل الأعضاء، وهذا بدور ناتج عن التنظيمات و التنسيقيات خلال معظم فترات المنافسة.

4-1-3-4 التنافس : بالنظر لوسائل رياضة كرة القدم ، كالكرة والميدان وكذلك بالنظر إلى الخصم و الدفاع والهجوم والمرمى، كل هذه العوامل تعتبر حوافر مهمة في إعطائها صيغة تنافسية بحتة، إذ يبقى اللاعب خلال فترة اللعب في حركة مستمرة ومتغيرة لمراقبة تحركات الخصم وهذا ما يزيد من حدت الاحتكاك بالخصم، ولكن في إطار مسموح به تحدده قوانين اللعبة.

4-3-1-5 التغيير : تمتاز كرة القدم بالتغيير الكبير والمتنوع في خطط اللعب وبنائها ، وهذا مرتبط بالحالة التي تواجه الفريق خلال المنافسة أي حسب طبيعة الخصم والمنافسة.

4-3-1-6 الاستمرار : مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها ، إذ يكون فيها برنامج البطولة مطول (سنوي ومستمر) كل أسبوع تقريبا مقارنة مع الرياضات الفردية التي تجري منافستها في شكل متباعد.

4-3-1-7 الحرية : اللاعب في كرة القدم، رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي إلى أنه يملك حرية كبيرة في اللعب الفردي والإبداع في أداء المهارات وهذا يرتبط بإمكانيات ومهارات كل لاعب (الفردية) ، إذ أنه ليس مقيدا بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية، بل " لديه الحرية في التفاعل والتعرف حسب الوضعية التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعا تشويقيا ممتعا" (الصفار : 1984، ص 24).

4-1-4 الصفات البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم:

إن ممارسة كرة القدم تتطلب من دون شك الإلمام بعدة صفات بدنية ضرورية وهذا لأجل التنمية الشاملة للمهارات الحركية الذاتية.

4-1-4-1 التحمل:

يعرف التحمل بأنه :

(مقدرة الفرد الرياضي على الاستمرار في الأداء بفاعلية دون هبوط في كفاءته) أو (مقدرة الرياضي على مقاومة التعب) (مفتي : 2001 ، ص 147).

- أنواع التحمل :

أ- التحمل العام :

ويعرف بكونه (قدرة الفرد على أداء نشاط بدني بشدة مناسبة لمدة زمنية طويلة ، وهذا يتطلب العمل بأكبر جزء من الجهاز العضلي) و يذكر " عصام عبد الخالق" أن التحمل العام هو القاعدة الأساسية للتحمل الخاص (الصفار : 1984، ص 24).



ب- التحمل الخاص :

تختلف الأنشطة الرياضية من حيث متطلبات التحمل طبقا للخصائص المميزة له والتحمل الخاص هو نتيجة ارتباط التحمل العام مع مكون من المكونات البدنية الأخرى بعضها ببعض (تحمل السرعة - تحمل القوة) (بسطويسي : 1997، ص 151).

4-1-4-2 السرعة:

تعتبر السرعة مكونا هاما في العديد من الأنشطة الرياضية ، كما أنها عنصرا أساسيا من عناصر الأداء البدني وتؤثر السرعة في جميع المكونات البدنية الأخرى. هي قدرة الإنسان على القيام بحركات في أقصى فترة زمنية وفي ظروف معينة ويفترض في هذه الحالة تنفيذ الحركة لا يستمر طويلا. (عبدالجبار: 1984، ص 118).

و يؤكد " هولمان" بأن السرعة تعتمد على:

- القوة العظمى.
- سرعة تقلص انقباض العضلات.
- نسبة طول الأطراف للجدع.
- التوافق الحركي .
- نوعية الألياف العضلية.
- قابلية ورد الفعل في البداية (عبد الله : 1980 ، ص 48) .

أنواع السرعة:

أ. سرعة الانتقالية:

يقصد بسرعة الانتقالية (القدرة على التحرك من مكان إلى آخر في أقصى زمن ممكن) تتأثر السرعة في الجري بشكل عام بعاملين اثنين هما:

- عامل معدل تزايد السرعة.
- عامل السرعة القصوى.

ب- السرعة الحركية:

يقصد بها " أداء حركة ذات هدف محدد لمرة واحدة ولعدد متتالي من المرات في أقل زمن ممكن أو أداء حركة ذات هدف محدد لأقصى عدد من التكرارات في فترة زمنية قصيرة ومحددة" (عبد الجبار: 1989، ص 32).

ج- سرعة رد الفعل:

هي السرعة التي يتمكن بها الفرد من الاستجابة لمنبه نوعي مثير، وتعرف أيضا (بكونها قدرة الفرد على التلبية الحركية لمثير معين في أقل زمن ممكن (Badin,1991,p55).

4-1-4-3 القوة :

القوة البدنية صفة أساسية هامة في جميع النشاطات الرياضية تشترك في تحقيق الإنجاز والتفوق في اللعب، ومن العوامل الجسمية الهامة للإنجاز (الصفار: 1987، ص 199). وبالتالي فهي من الصفات الهامة للنشاط الرياضي، ومن العوامل المؤثرة لممارسة الألعاب (حسنين: 1984، ص 35).

تنقسم القوة إلى:

أ- القوة العامة: يقصد بها قوة العضلات بشكل عام والتي تشمل عضلة الساقين والبطن والظهر والكتفين والصدر والرقبة والذراعين، وتقويم هذه المجموعات من العضلات على القوة الخاصة.

ب- القوة الخاصة: هي تقويم بعض العضلات التي تعتبر ضرورية للأجزاء الحركية المستخدمة في نشاط أو في فعالية رياضية معينة، كما هو الحال في جري المسافات المتوسطة التي تحتاج على قوة الساقين والذراعين.

ج- القوة القصوى: ويقصد بها أكبر قوة تنتجها العضلة أو المجموعة العضلية مكتملة عن طريق انقباض إيزو مترى إرادي، وهذا بعد أكبر أو أعلى قوة ينتجها الجهاز العصبي العضلي عند الانقباض الإرادي (الصفار: 1987، ص 199).

د- قوة التحمل: ويقصد بها مقدرة العضلات أو المجموعة العضلية على الوقوف ضد التعب أثناء الانقباضات العضلية المتكررة لمرات عديدة ومتتالية، بمعنى آخر مقدرة العضلة على العمل ضد المقاومة الخارجية ولفترة زمنية طويلة.

هـ - قوة مميزة السرعة: وتعرف بأنها الجهاز العصبي العضلي في التغلب على مقاومات تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية (خريبط: 1989، ص 03).

4-4-1-4 المرونة:

المرونة الحركية هي القدرة على تحريك الجسم أو أجزائه خلال أوسع مدى ممكن للحركة دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق للعضلات أو الأربطة، ويرى العديد من الباحثين أن المرونة الحركية من بين الصفات الهامة للأداء الحركي سواء من الناحية النوعية أو الكمية (رضوان: 1982، ص 318).

4-4-1-5 الرشاقة : ويعرفها هيرتز " المقدره على إتقان الحركات التوافقية المعقدة والسرعة في تعلم الأداء الحركي وتطويره وتحسينه وأيضا المقدره على استخدام المهارات وفق متطلبات الموقف المتغير بسرعة على إعادة تشكيل الأداء تبعا لهذا الموقف بسرعة (Weineck,1988,35).

أما مانين " (فيعرف الرشاقة على أنها المقدره على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين منه) " (درويش: 1984، ص 82).

4-1-5 بعض عناصر الناحية النفسية في كرة القدم :

هنالك عناصر عديدة يجب أن ينتبه إليها المدرب عند تطويره للناحية النفسية للاعب وأهمها:

4-1-5-1 حب اللاعب للعبة :

إن أول ما يضعه المدرب في اعتباره هو أن الناشئ يحب اللعبة وهذا الحب هو الذي يدفعه إلى المجيء إلى الملعب وانطلاقا من هذا يجب على المدرب أن يجعل هذا النشء يحس بأنه يتطور و أن هناك فائدة من حضوره التدريب.

4-1-5-2 الثقة بالنفس :

إن بث الثقة في نفسية اللاعب الناشئ تجعله يؤدي الفعاليات بصورة أدق وبمجهود أقل ، وفي نفس الوقت فإن هذا يؤدي الفعاليات التعاونية بصورة أفضل ، ولكن يجب تحاشي الثقة الزائدة والتي لا تستند على أسس لأنها تظهر على شكل غرور .

4-1-5-3 التحمل وتمالك النفس :

إن لعبة كرة القدم تلقي واجبات كبيرة على اللاعب ولذلك فعليه أن يتحمل الضغط النفسي الذي تسببه الفعاليات المتتالية وكثيرا من الأحيان لا يستطيع اللاعب أداء ما يريد ، وأن الخصم يقوم بما لا يرضاه بما لا يرغب لتسجيل إصابة ، ولذلك على اللاعب بعد كل نشاط جزئي أن يتمالك نفسه (الدليمي، ص21).

4-1-5-4 المثابرة :

على لاعب كرة القدم أن لا يتوقف إذا فشلت فعالية من فعاليته ، وعليه أن يثابر للحصول على نتيجة أحسن ، وإذا استطاع أن يسجل إصابة في هدف الخصم فإنه يجب أن يستمر على المثابرة لتسجيل إصابة أخرى. (الدليمي : ص22)

4-1-5-5 الجرأة (الشجاعة وعدم الخوف) :

تلعب صفة الجرأة دورا هاما في كرة القدم ، ففي هذه الأخيرة تكون الكرة في حياة اللاعب ويحاول المنافس مهاجمته للحصول عليها ، وهذا يقتضي من المدافع جرأة وشجاعة والعكس صحيح ، وكلما أحس اللاعب بقوته ومقدرته المهارية ازدادت جرأته ولكن يجب أن يلاحظ المدرب ألا تصل هذه الجرأة إلى الاندفاع والتهور.

4-1-5-6 الكفاح :

أصبح الآن كفاح اللاعب للاستحواذ على الكرة إحدى الصفات الإرادية الهامة التي يجب أن يتصف بها لاعب الكرة الحديث ، وخاصة لاعب الدفاع .

4-1-5-7 التصميم :

وهي صفة أخرى لها قيمتها في أداء الفريق عامة واللاعب خاصة ، فالتصميم يعني إصرار اللاعب على أداء واجبه الهجومي والدفاعي في كل لحظة من لحظات المباراة وعدم التأثر بالصعوبات التي تقابله أثناء المباراة وخاصة إن لم تكن نتيجة المباراة في صالح فريقه ففي مثل هذه الحالة يلعب الإصرار والتصميم دورا هاما في رفع الروح المعنوية للفريق . (حنفي : 2000، ص288).

4-1-6 الخصائص النفسية للاعب كرة القدم :

تتمثل الخصائص النفسية للاعب كرة القدم في الخصائص الخلقية وفي الطباع وفي مستوى المشاعر وروح الفريق العمل و العقلانية... ومن جهة أخرى تتمثل في التوازن الانفعالي فلا بد من مراعاة هذان العاملين تجاه السوابق العائلية المدرسية والاجتماعية للاعب كرة القدم فالتوازن الانفعالي يتجلى من خلال القدرة على السيطرة على الدوافع والانفعالات عموماً أبطال العالم العدوانيون قادرون على تحويل عدوانيتهم إلى تصارع وبهذه الطريقة قادرون على الاستجابة بشكل هادف لمواقف غير منتظرة والتحكم فيها بشكل سريع والتقييم بدقة ولطريقة لعبهم وكذا تحمل قرارات الحكام وتجاوزات الجمهور والخروج بنتائج ايجابية من الهزيمة وفضلاً عن ذلك تطور البيكولوجية (عبد المالك ، شتيوي : 2012، ص 282).

4-1-7 المتطلبات النفسية للاعب كرة القدم:

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين أهم الصفات النفسية للاعب كرة القدم نوضحها في الشكل الآتي(حنفي : 1993، ص 23).

- الثقة بالنفس.

- التركيز و الانتباه.

- الدافعية .

- التصور العقلي.

- الاسترخاء.

إضافة إلى مختلف المتطلبات والصفات الأخرى الواجب توافرها في لاعب كرة القدم خاصة في المستويات العالية وكذا لدى لاعبي المنافسات الرياضية وتتمثل في النقاط الآتية:

- المثابرة و الهدوء والشجاعة في مواجهة الخصم.

- تقدير صفات المهاجم وعدم التأثر بها.

- استخدام اللاعب عقله وتفكيره أثناء الكفاح لتخليص الكرة من الخصم.

- التصميم والتوقع الصحيح والقدرة على الملاحظة

- القدرة على التقدير السليم للموقف.

- تحمل المسؤولية.

كل هذه الصفات تكسب اللاعب الثقة في النفس، التي تساعده في تحقيق المهارات البدنية على أكمل وجه إن اللاعب الذي يتحرك في الملعب بدون أن يمتلك هذه الصفات النفسية تجعل منه يلعب بقدمه فقط ولا يكون ذا مبادرة ويتميز بسوء التصرف في الملعب فقد يؤثر ذلك السلوك على باقي أعضاء الفريق أما عندما يكون هنالك إعداد ذهني ونفسي جيد يؤدي ذلك إلى اللعب بترباط شديد ويكون الفهم متبادل بين اللاعبين فمثلا من أجل أن يكون لتهديف ناجحا في كرة القدم لا بد على اللاعب أن يتصف بالهدوء والقدرة على التركيز والثقة العالية بالنفس(الخشاب : 2000، ص 205).

4-2- خصائص المرحلة العمرية لفئة أقل من 21 سنة

4-2-1-1 التعريف بفئة الآمال أقل من 21 سنة :

هي مرحلة الانتهاء من الثانوية العامة و بالتالي الانتقال إلى المعاهد المتخصصة أو التعليم العالي بصفة عامة ، و يطلق البعض من العلماء على هذه المرحلة مزيجا بمرحلة الشباب أو المرحلة الممهدة للشباب ، رغم أن السلوك الطائش و المتهور لا يزال هو السائد و المسيطر على شخصية الفرد في هذه المرحلة ، و لا نستطيع حقيقة أن نجزم تماما بأن المراهق تخلص نهائيا من رواسب المراهقة ، وهي ما يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة المتأخرة وما هي إلا مرحلة تدعيم التوازن المكتسب من المرحلة السابقة وتأكيدا لها.

4-2-2-2-4- مميزات فئة الآمال (أقل من 21 سنة) :

4-2-2-1-1- النمو الجسمي : تعتبر هذه المرحلة هي قمة الصحة و الفتوة و الشباب ، حيث يصل المراهق إلى قمة النضج الجسمي و ليس العقلي ، و هنا يكتمل النضج الهيكلي و تنضج النسب الجسمية الناضجة و تتعدل ملامح الوجه الراشد ، فالأنف الذي كان كبيرا يصبح حجمه متناسقا مع ملامح الوجه و تكتمل الأسنان الدائمة ، و تظهر أضرار العقل الأربعة و بنهاية سن الواحد و العشرين يصل نمو المراهق ذروته.

4-2-2-2-4- النمو العقلي : كان هناك اعتقاد سائد من أن الذكاء يتوقف مع بداية هذه المرحلة ، و لكن الحقيقة الدراسات و البحوث تؤكد من أن الذكاء يستمر بنموه حتى يصل إلى قمة نضجه بنهاية هذه المرحلة ، رغم أن هناك دراسات أخرى تشير إلى أن الذكاء لدى

الأشخاص المتفوقين و العباقرة يستمر في النمو و لكن ببطء شديد حتى العقد الخامس من العمر (زهران ، 2005) ، و في هذه المرحلة يطرد نمو التفكير المنطقي و تزداد القدرة على الفهم و حل المشكلات و اتخاذ القرارات و تتطور الميول و الطموحات و يتبلور هنا التخصص الذي يميل إليه.

4-2-2-3 النمو الانفعالي : يتجه المراهق إلى الثبات الانفعالي و النزوع نحو المثالية و تمجيد الأبطال و الشغوف بهم ، و تتبلور بعض العواطف الشخصية كالأعتداد بالنفس و العناية بالمظهر و طريقة الكلام ، في هذه المرحلة تتكون العواطف و يحب المراهق الجمال و قد يقع في الحب الذي يجلب له السعادة أو يجرح عليه العذاب ، و يسعد بمصاحبة الجنس الآخر، و يتعلق به و بصحبته و يطيل النظر إليه و إلى صورته و يتلذذ بسماع صوته و يهيم بنظراته و يقرأ خطاباته الغرامية عدة مرات ، و يعتز بهداياه و يمجدها رغم بساطتها ، المهم أن حب الجنس الآخر يجعله يشعر بقيمته و أهميته لدى الجنس الآخر، المشكلة الحقيقية التي يقع فيها المراهق أن الإفراط في حب الجنس الآخر يجعله لا يرى عيوبه و يتغاضى عن عاداته السيئة ، بل إنه يشغله عن دراسته و أعماله اليومية.

4-2-2-4 النمو الاجتماعي : نلاحظ هنا سعي المراهق لتحقيق التوافق الشخصي و الاجتماعي ، و كلما زاد احترام المراهق من قبل زملائه يشعر بالسعادة و التوافق الشخصي و الاجتماعي ، كما أن الرغبة واضحة لدى المراهق لتحقيق الذات ، حيث يتضح ذلك من خلال محاولاته المضنية و المستميتة لتحقيق الاستقلال ، كما أن هناك العديد من القيم تتبلور لدى المراهق بهذه المرحلة كالقيمة الاجتماعية و التي تمثل حبه و ميله إلى مساعدة الآخرين (الزهراني ، 2014).

4-2-3 مشاكل فئة الآمال (أقل من 21 سنة) :

- أ- التكيف مع العمل المدرسي.
- ب- إجراءات المنهج والتعليم.
- ج- المستقبل المهني والتربوي.
- د- العلاقات الاجتماعية النفسية.
- ح- الفعاليات الاجتماعية و الاستجمامية.
- هـ- الغزل والجنس والزواج.

- و- الصحة والنمو الجنسي.
- ر- المال وشروط الحياة والاستخدام.
- ز- البيت والأسرة.
- س- الأخلاق والدين (فاخر ، 1998 ، ص 128).

خلاصة :

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الأكثر انتشارا في العالم منذ القدم، وليس هناك ما يستدعي الحديث عنها فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول المختلفة ، هذا ما جعلها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالي والعالمي ولا يمكن تحقيق هذا إلا إذا تم التعرف على كل متطلبات هذه الرياضة والأکید أن أهم متطلب لهذه الرياضة هو اللاعب ولهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه كي يكون دوره إيجابيا في هذه الرياضة وإعطاء النتائج المرجوة منه.





الفصل الخامس

منهجية الدراسة

تمهيد:

إن البحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها وأنواعها تحتاج إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث قصد الدراسة ، وبالتالي تقديم وتزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة وهامة، إن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها، وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة والوضوح في عملية تنظيم وإعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية، وبالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء واستغلال أكثر للوقت والجهد، انطلاقاً من اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث وطرق اختيار عينة البحث إلى انتقاء الوسائل والأدوات المتصلة بطبيعة تجربة البحث.

5-1- الدراسة الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية هي عملية يقوم بها الباحث قبل بداية العمل الميداني وكذلك، هي عملية الاستطلاع على الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي (مروان ، 2000 ، ص 38).

قبل البدء في إجراء التجربة قمنا بزيارة ميدانية لتفقد الوسائل المستعملة و معرفة أوقات تدريب الفريق، و بعد ذلك قمنا بدراسة الإمكانيات المتوفرة ، و بعد الانتهاء من جمع كل المعلومات و المعطيات التي نحتاجها تم اختيار عينة قصدية بغرض إخضاعها للتجربة و كان ذلك على النحو التالي:

- فريق نجم شباب مقررة لفئة أقل من 21 سنة وذلك بملعب الإخوة بوشليق في الفترة الممتدة ما بين 10 ماي و 25 ماي 2021.

5-2- منهج الدراسة :

نظرا لطبيعة موضوع هذه الدراسة يعتبر المنهج الوصفي الإرتباطي (طريقة العلاقة الإرتباطية) هو المنهج الملائم للمعالجة حسب أهداف الدراسة.

و يعرف المنهج الوصفي الإرتباطي بأنه :توع من أساليب البحث يمكن بواسطتها معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين متغيرين أو أكثر، ومن ثمّ تحديد درجة تلك العلاقة (العساف ، 1995 ، ص 162) فهو الأنسب لهذه الدراسة وذلك من أجل تفسير البيانات والمعلومات المتحصل عليها.

5-3- متغيرات الدراسة: بما أننا استخدمنا في دراستنا هذه المنهج الوصفي

الإرتباطي وبالتالي لاتوجد متغيرات الدراسة وانما مصطلحات الدراسة والمتمثلة فيما يلي:

- الهيمنة الدماغية .

- دقة التهديف .

- كرة القدم .

4-5- مجتمـع و عينة الدراسة:

4-5-1- مجتمـع الدراسة : يشمل جميع عناصر ومفردات المشكلة أو ظاهرة قيد الدراسة (ربحي وآخرون ،ص 137)، كما يشير مجتمـع البحث حسب غرويتز 1998، Grawitz إلى أنها مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات (موريس، 2006، ص 298)، إذا فمجتمـع البحث هي أن يختار عينة ممثلة لمجتمـع الدراسة بحيث تحقق أهداف البحث وتساعده على إنجاز مهمته ، ويمثل مجتمـع الدراسة في بحثنا هذا لاعبي فريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21 سنة.

4-5-2- عينة الدراسة : تعرف بأنها مجموعة من الأفراد تختار بطرق مختلفة من مجتمـع كبير لدراسة ظاهرة معينة (عبد اليمين ، 2009 ،ص 68).

لقد تم اختيار في دراستنا هذه عينة قصدية فريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21 سنة مكونة من 25 لاعبا ، الجدول الموالي يبين مواصفات العينة :

الجدول رقم (01) : يمثل عينة اللاعبين لفريق رديف شباب نجم مقرة

متوسط مدة اللعب	المستوى الدراسي المتحصل عليه	السن	الجنس	العينة
4 سنوات	من السنة الثانية متوسط إلى السنة الأولى جامعي	من 18 سنة إلى 21 سنة	ذكور	25

5-5- أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات):

استخدمنا في هذه الدراسة :

5-5-1- استبيان مقياس هيرمان للهيئة الدماغية : و الذي تضمن 76 بند ، و يتم الإجابة ب (بنعم) أو (لا) ، و يتم في الأخير حساب مجموع (A) و حساب مجموع (B) و حساب مجموع (C) و حساب مجموع (D) لإيجاد النمط المهيمن.

5-5-2- إختبار تهداف الكرات (محمود : 2009، ص 46)

- الهدف من الإختبار : قياس دقة التهديف.

- الأدوات المستعملة : سبع كرات قدم ، شاخص ، حبل ، مرمى مقسم إلي مناطق محددة.

- طريقة الأداء : توزع سبع (07) كرات في منطقة الجراء و يبدأ اللاعب بالركض من خلف الشاخص الموجود على قوس الجراء باتجاه الكرة الأولى ، فيهدف ويعود للدوران حول الشاخص ، ثم يتوجه للكرة الثانية .. وهكذا مع الكرات كلها ، ويكون التهديف أعلى من مستوى الأرض ، و للاعب الحرية باختيار أي قدم ، على أن يتم الأداء من وضع الركض .

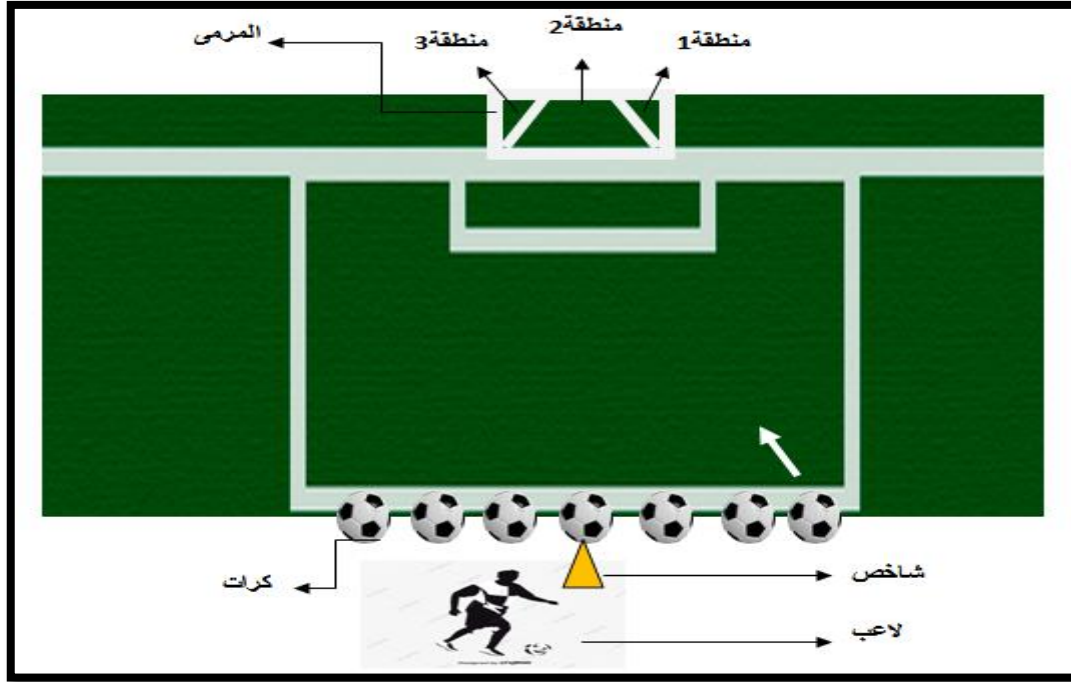
- طريقة التسجيل : تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات السبعة وعلى النحو الآتي :

*يمنح اللاعب (3) درجات إذا دخلت الكرة في المنطقتين المحددتين (1 ، 2) .

*يمنح اللاعب درجة واحدة إذا دخلت الكرة في المنطقة المحددة (3) .

*يمنح اللاعب صفرا إذا خرجت الكرة نحو المرمى.

في حالة ارتطام الكرة بالعارضة أو العمود ، ولم تدخل تحسب للاعب درجة تلك المنطقة المحددة التي ارتطمت بها الكرة .



الشكل 02: يوضح نموذج اختبار تهديف الكرات (قياس دقة التصويب)

5-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق، الثبات، الموضوعية)

أ- **صدق الاختبار**: يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار لهدفه الذي وضع من أجله. ويقصد بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس فيما وضع لقياسه (عبد الحفيظ ، 1993 ، ص 146) و يذكر من بارومك جي إن الصدق يعني "المدى الذي يؤدي فيه الاختبار للغرض الذي وضع من أجله حيث يختلف الصدق وفقا للأغراض التي يود قياسها و الاختبار الذي يجري لإثباتها" (حسانين ، 1995، ص 183).

من أجل التأكد من صدق الاختبار الصدق الذاتي = الثبات معامل (عبد الحفيظ ، 1993 ، ص 146).

ب- **ثبات الاختبار** : يقصد بثبات الاختبار هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد وفي نفس الظروف، والمقصود بثبات الاختبار (درجة الثقة) وذلك أن الاختبار لا يتغير في النتيجة (أي ذو قيمة ثابتة) خلال التكرار أو الإعادة، وبمعنى آخر

إعطاء الثبات للنتائج التي تحصل عليها الباحث إذا ما أعيدت التجربة على نفس المجموعة المشابهة (فرحات، 2005، ص 143).

ج- الموضوعية : تعني موضوعية الاختبار عدم تأثره، أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم، يشير فان دالين (Van Dalin) إلى أنه "يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه" (حسانين، 1995، ص 192).

الاختبار لا يوجد فيه صدق و ثبات و إنما تكيف و تقنين فقط .

5-7- تصميم الدراسة و المعالجة الإحصائية

إستخدامنا في هذه الدراسة :

1- برنامج التحليل الإحصائي باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية (Statistical Package for Social Sciences) والتي يرمز لها اختصارا بالرمز (SPSS) (الزعبي ، و الطلايحة، 2004، ص 54).

2- المتوسط الحسابي.

3- معامل الارتباط بارسون.

5-8- خطوات إجراء الدراسة الميدانية

➤ المجال الزمني : امتدت الفترة بين 10 ماي و 25 ماي 2021.

➤ المجال البشري : اشتملت عينة الدراسة لاعبي نجم شباب مقرة (25 لاعبا) فئة أقل من 21 سنة.

➤ المجال المكاني :جرت الدراسة في الملعب المخصص لتدريب هذه الفئة وكانت بملعب الإخوة بوشليق.

خلاصة

لقد شمل محتوى هذا الفصل الإجراءات الميدانية، فكان الاستطلاع تمهيد للعمل الميداني بالإضافة للأجزاء الأخرى للبحث، فيما يخص الاختبار المهاري وعينة البحث ومجالاته وكذا الدراسة الإحصائية.

حيث أن هذه الإجراءات تعتبر أسلوب منهجي في أي بحث، يسعى أن يكون دراسة علمية تركز عليه الدراسات الأخرى، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث في تحليل النتائج التي توصل إليها من جهة ومن جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي هو أساس كل بحث علمي.



الفصل السادس
عرض وتحليل
ومناقشة النتائج
في ظل
الفرضيات



أولاً: عرض

و تحليل النتائج

6-1-1- عرض وتحليل النتائج :

6-1-1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :

6-1-1-1-1- عرض نتائج الفرضية العامة :

الفرضية العامة :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الهيمنة الدماغية و دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم.

تم حساب الفرضية العامة عن طريق معاملات الارتباط بيرسون بين أنماط الهيمنة الدماغية المختلفة

(A - B - C - D) و بين درجات دقة التهديف ، النتائج موضحة في الجدول التالي :

الجدول رقم (02) : يبين العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية المختلفة (A - B - C - D) و بين دقة التهديف

العلاقة بين النمط (D) و دقة التهديف	العلاقة بين النمط (C) و دقة التهديف	العلاقة بين النمط (B) و دقة التهديف	العلاقة بين النمط (A) و دقة التهديف	
- 0,345	- 0,941	0,577	- 0,007	معاملات الارتباط
غير دال	0,05 دال	0,05 دال	غير دال	مستوى الدلالة

6-1-1-2- تحليل نتائج الفرضية العامة :

من خلال تحليل الجدول نجد أن هناك علاقة طردية بين النمط (B) و دقة التهديف لمعامل ارتباط بيرسون 0,577 وبمستوى دلالة 0,05 أي أنه كلما تمتع اللاعب بنمط (B) كلما زادت دقة التهديف.

في حين توجد علاقة عكسية بين النمط (C) و الأداء المهاري ، أي كلما كان اللاعب بهيمنة دماغية (C) كلما قلت دقة التهديف.

6-1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

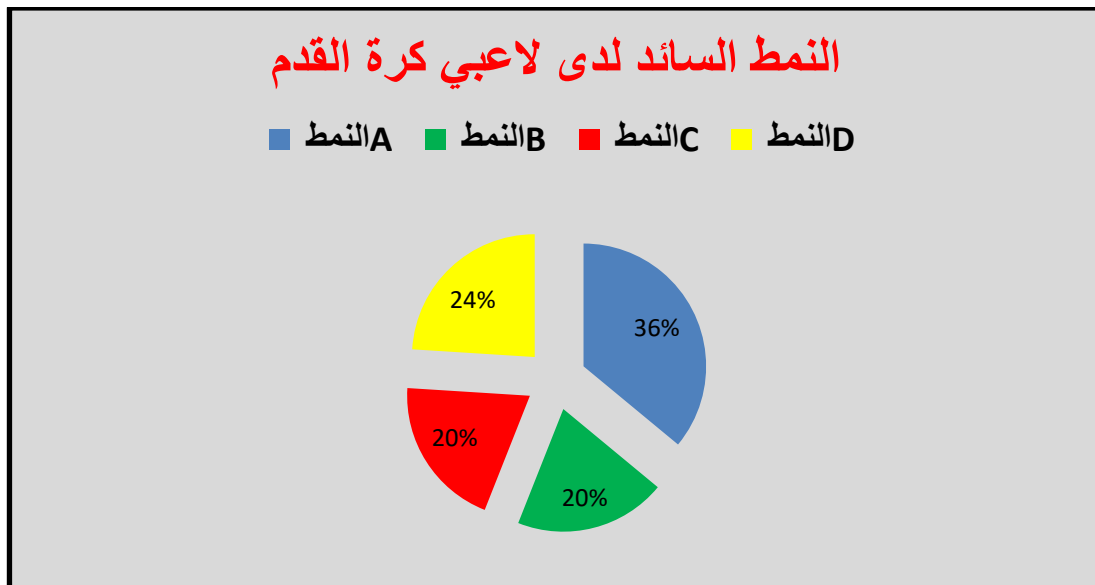
6-1-2-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

الفرضية الجزئية الأولى : النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم هو النمط (A) .

تم حساب النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم عن طريق التكرارات و النسب المئوية (للأنماط السائدة) لدى 25 لاعبا ، النتائج موضحة في الجدول التالي :

الجدول رقم (03) : يبين النمط السائد لدى لاعبي كرة القدم

النمط D		النمط C		النمط B		النمط A		العينة N
العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	
6	24%	5	20%	5	20%	9	36%	25



الشكل رقم 03 : يمثل دائرة نسبية توضح النسبة المئوية لأنماط الهيمنة الدماغية

6-1-2-2- تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال تحليل الجدول نجد أن النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم هو النمط (A) بعدد (9) و بنسبة 36 % ، يليه النمط (D) بنسبة 24 % ، ليتساوى كل من النمط (B) و (C) بنسبة 20 % ، ومنه فالفرضية الجزئية الأولى تحققت .

6-1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

6-1-3-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

الفرضية الجزئية الثانية : توجد فروق في دقة التهديف تعزى لمتغير نمط الهيمنة الدماغية.

تم حساب الفرضية الجزئية الثانية عن طريق معامل أنوفا أحادي الاتجاه ، النتائج موضحة في الجدول التالي :

الجدول رقم (04) : يبين نتائج معامل أنوفا أحادي الاتجاه لمتغير نمط الهيمنة الدماغية

العينة N	معامل F	دلالة F (sig)
25	0,267	0,848

6-1-3-2- تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

من خلال تحليل الجدول نجد أن قيمة $F = 0.267$ لمستوى دلالة $\text{sig} (F) = 0.848$

القيمة $\text{sig} (F) > 0,05$.

ومنه لا توجد فروق في دقة التهديف تعزى لمتغير الهيمنة الدماغية ، ومنه نستنتج أن الفرضية الجزئية الثانية لم تتحقق .

ثانياً: مناقشة

النتائج في

ظل الفرضيات

6-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات :

6-2-1- مناقشة نتائج الفرضية العامة :

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول رقم (02) و التي تنص على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الهيمنة الدماغية و دقة التهديد لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة ، تبين أنه هناك علاقة طردية بين النمط (B) و دقة التهديد لمعامل ارتباط بيرسون أي أنه كلما تمتع اللاعب بنمط (B) كلما زادت دقة التهديد ، أي اللاعب ذو هذا النمط يستطيع ان يخطط وينفذ مع القدرة على الترتيب ووضع الأسلوب الأمثل عند الأداء وكذا تحديد النظام والذي يكون موجه نحو الهدف المراد تحقيقه، وهذا على عكس اللاعبين الذين يتمتعون بالنمط (C)، حيث تبين من خلال نتائج الجدول أنه توجد علاقة عكسية بين النمط (C) و دقة التهديد ، أي كلما كان اللاعب بهيمنة دماغية (C) كلما قلت دقة التهديد ، حيث أن أصحاب هذا النمط يتجهون نحو البديهة الحسية والاعتماد على عواطفهم وانفعالاتهم ومختلف المشاعر الأمر الذي يؤثر بشكل كبير على أداء هذا اللاعب خاصة وأن الانفعالات الغير سارة تمثل عامل للإحباط عند الأداء .

يرى الباحث أن هناك بعض اللاعبين يتمتعون بنمط (B) الذين يركزون على التنظيم والتخطيط أي على العمليات العقلية مما يزيد من قدرته على دقة التهديد الجيد، في حين أن هناك بعض اللاعبين يتمتعون بنمط (C) أين يتجهون إلى مختلف مشاعرهم وانفعالاتهم مغيرها مما يؤثر بشكل كبير على دقة التهديد.

و هذا ما نجده في الخلفية النظرية حيث يرى هيرمان (Herrmann) أن تقسيم الدماغ إلى

أربعة أرباع ، وهذا انتقال من العلم إلى الرمز ليصبح الدماغ رباعي التكوين

القسم العلوي الأيسر (A): يقوم بالوظائف التآلية: تحليل، حقائق، بيانات ، أرقام تركيز ، تقييم نتائج .

القسم العلوي الأيمن (D): يقوم بالوظائف التآلية: تفكير إستراتيجي ، تفكير إبداعي نظرة شاملة تصورات إستكشاف خيارات متعددة ، تجارب ، إبداع ، إبتكار بديهية.

القسم السفلي الأيسر (B): يقوم بالوظائف التآلية: تخطيط تشغيلي، تنفيذ، إجراءات تفاصيل صيانة، ترتيب، طرق وأساليب، نظام، إدارة الوقت، انضباط، الأمن والسلامة.

القسم السفلي الأيمن (C): يقوم بالوظائف التآلية: علاقات مع الآخرين ، مشاعر عواطف التعامل مع الآخرين ، معاني إنسانية ، رعاية ، إهتمام بالوالدين ، البديهة الحسية.

و هذا ما أشارت إليه دراسة دراسة طارق محمد بدر الدين 2012 عن شيوع نمط السيطرة المخية المتوازنة لدى السباحين ثم تلاها نمط السيطرة المخية اليمنى ثم أخيرا نمط السيطرة المخية اليسرى وأن هناك تنوع في قيم و نوعية ودلالة العلاقات المتبادلة بين أنماط السيطرة المخية والمهارات النفسية قيد البحث.

6-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

في ضوء النتائج المحصل عليها في الجدول رقم (02) و من خلال حساب النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم عن طريق التكرارات والنسب المئوية (للأنماط السائدة) لدى 25 لاعبا تبين أن النمط السائد هو النمط (A) و التي تعزى في هذا السياق إلى أن هذا الأخير يتميز بالعقلانية و الواقعية و الحزم و يجيد حل المشكلات منطقيا و يميز بين الناس بسهولة و يحلل القضايا و يقوم بالقياسات الدقيقة ، كما أن أصحاب هذا النمط يعتمدون وبشكل كبير على الحقائق والمنطق والقدرة في التحليل، هذا أن أصحاب هذا النمط لديهم امكانية تقييم النتائج مما ساعد هذا الفرد على دقة التهديف الجيد في غضون ممارسته لرياضة كرة القدم وهذا ما نجده في الخلفية النظرية حيث يرى هيرمان (Hermann) لنظرية ماكلين (Sperry) ونظرية سبيري (MacLean) في نظرية الدماغ الكلي (Theory Whole Brain) جزأت هذه النظرية الدماغ حسب خصائص التفكير والتعلم إلى:

علوي أيمن وأيسر وسفلي وأيمن وأيسر، فالعلوي كُله يختص بالمفاهيمية والتجريد والسفلي كُله يختص بالعاطفية والداخلية ، والأيسر كُله يختص بالمنطقية والكمية في أعلاه وبالتسلسلية والتنظيم في أسفله والأيمن كُله يختص بالمفاهيمية والبصرية في أعلاه وبالشخصية والعاطفية في أسفله ، وبشكل عام يكون الأيمن غير محكم البنية بينما الأيسر يكون محكم البنية.

وهذا يتوافق مع ما أشارة له دراسة إيمان عبد العزيز (2014) والتي توصلت في مضمونها إلى أن أصحاب نمط السيطرة الدماغية الأيسر أعلى بنسبة 59,51 بالمائة من أصحاب نمط السيطرة الدماغية الأيمن.

6-2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

في ضوء النتائج المحصل عليها في الجدول رقم (04) و بعد المعالجة الإحصائية للفروق في دقة التهديد والتي تعزى إلى الهيمنة الدماغية، وبعد تحليل النتائج المتحصل عليها باستخدام معامل أنوفا أحادي الاتجاه تبين أنه لا توجد فروق في دقة التهديد تعزى لمتغير الهيمنة الدماغية ، حيث أن أغلب النتائج في المقياس أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في دقة التهديد تعزى إلى الهيمنة الدماغية، هذا لوجود إختلاف بين نصفي المخ في التحكم والميل الى ممارسة تأثيرات أكبر من تأثير النصف الآخر على وظائف معينة كاستخدام الجسم عند دقة التهديد ، وهذا ما نجده في نظرية التقسيم الثنائي للعالم جورج سبيري (Sperry) إكتشف العالم روجر سبيري (Sperry.1960) أن لكلٍ من نصفي الدماغ الأيمن والأيسر عمل خاص به ، وقد أثبت العالم الأمريكي روجر سبيري (Sperry) بالبحث أن كل نصف من الدماغ متخصص في أعمال معينة ، فمثلاً وجد بأن النصف الأيمن مسؤول عن التمييز بين الأشكال والتذوق والإبداع والإحساس بالجمال ، أما النصف الأيسر فمسؤول عن الإدراك والتحليل والإتصال خاصة لغة الكلام، وقد نال جائزة نوبل على إكتشافه الفريد (Hermann: 1989 p 35).



الفصل السابع

الاستنتاجات

و الاقتراحات

7-1- الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة الميدانية التي قمنا بها على لاعبي فريق نجم شباب مقرة لأقل من 21 سنة ، ومن خلال عرض النتائج وتحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية ومن ثم مناقشتها، وفي حدود المنهجية العلمية المتبعة والعينة التي قمنا بتطبيق الاختبارات عليها توصلنا إلى جملة من الاستنتاجات نذكر منها ما يلي :

- لأنماط الهيمنة الدماغية علاقة بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 21 سنة ، بحيث أن اللاعبين الذين يتميزون بالنمط (B) (روتيني ، تنفيذي ، تشغيلي) تكون دقة تهديفهم أفضل من اللاعبين الذين يهيمن عليهم النمط (C) (عاطفي ، إجتماعي) .
- يعتبر النمط السائد للهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 21 سنة هو النمط (A) ، هذا الأخير الذي يتميز بالعقلانية و التحليل و حل المشكلات بسهولة.
- لا توجد فروق في دقة التهديف تعزى لمتغير الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم .

7-2- الإقتراحات و الفرضيات المستقبلية :

7-2-1- الإقتراحات :

لعل أن خير أثر يتركه الباحث في دراسته هو تركه المجال مفتوح للبحث واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه، وبعد عرض نتائج البحث والخروج ببعض الاستنتاجات قمنا بصياغة مجموعة من الاقتراحات التي نأمل أن تكون بناءة وتعمل على مساعدة العاملين في المجال الرياضي وبالخصوص في ميدان التدريب الرياضي وكذا الارتقاء بمستوى البحث العلمي، نذكر منها ما يلي :

- زيادة إهتمام المدربين بتحسين دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة .
- عقد ملتقيات وطنية و دولية تبرز أهمية دقة التهديف و علاقته بالهيمنة الدماغية في مختلف الرياضات عامة وكرة القدم بشكل خاص .
- ضرورة إمام المدربين بأنماط الهيمنة الدماغية لتحسين دقة التهديف.
- ضرورة الإهتمام بالتدريب العقلي لتحسين دقة التهديف في مختلف الأصناف العمرية و لكلا الجنسين .

- ضرورة استغلال الوسائل و الإمكانيات في التدريب و تخطيط برامج تدريبية مقننة لتنمية المهارات الأساسية في كرة القدم.

- عقد أيام دراسية و تكوينية لكيفية التدريب على الهيمنة الدماغية.

كما نوصي بضرورة اهتمام المسؤولين في كرة القدم برفع مستوى التكوين للمدربين كل حسب نوع النشاط الرياضي الممارس، و خاصة كرة القدم وفي كل المستويات وهذا لما تشهده المستويات الدنيا من البطولة الوطنية وخاصة أقسام الهواة من أوضاع جد مزرية وحالات يرثى لها .

7-2-2- الفرضيات المستقبلية:

بعد تناولنا لموضوع " الهيمنة الدماغية و علاقتها بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة " و توصلنا إلى مجموعة من الإستنتاجات من خلال التساؤلات المطروحة حول الموضوع ، إضافة إلى الدراسة النظرية و كلنا أمل أن تعطي الإضافة المرجوة للنهوض بالرياضة و الرياضيين، كذلك إجراء دراسات أخرى حول تأثير أنماط الهيمنة الدماغية لمختلف التخصصات الرياضية المختلفة، بالإضافة إلى إجراء الدراسة على عينات مختلفة في السن والجنس والمستوى وكذا على حراس مرمى كرة القدم لما تتناسب مهاراتهم الحركية مع مميزات هذا الأسلوب التدريبي.

يعتبر موضوع الهيمنة الدماغية "cerebra dominance" أو السيطرة المخية "brain dominance" أو النصف الكروي القائد "Leading hemisphere" أو الجانب القائد في الدماغ the leading hemisphere من الموضوعات الحديثة والمثيرة والمفيدة التي نالت اهتمام علماء النفس العصبي في بداية الأمر، ثم تناولها بالاهتمام والدراسة والتطبيق علماء التربية والمناهج وطرق التدريس وعلم النفس المعرفي وعلم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي خلال الفترة الحالية ، ولا يزال البحث والغموض والطرافة أحيانا يكتنف الكثير من المعلومات والحقائق ونتائج الأبحاث والتجارب العلمية.

وتعد نظرية الهيمنة الدماغية لهيرمان من أهم التطبيقات التربوية المستحدثة والمستخلصة من علم النفس العصبي ، حيث وضع هيرمان نظريته مستندا على العديد من النظريات المفسرة لكيفية عمل المخ Theories Brain ارتباطا بمفهوم الهيمنة المخية ، وقدم هيرمان من خلال النظرية مقترحا نموذجاً رمزياً للدماغ البشري، وأطلق عليه مسمى "النموذج الرمزي الرباعي للدماغ" .

فمن خلال الدراسة الميدانية التي قمنا بها في تحديد علاقة الهيمنة الدماغية بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 21 سنة ، ومن خلال اختيارنا لمهارة دقة التصويب تبين انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الهيمنة الدماغية و دقة التهديف ، و أن هناك نمط سائد على باقي الأنماط الأخرى ألا و هو النمط (A) الذي يتميز بالعقلانية و التحليل و يجيد حل المشكلات ، كما اتضح عدم وجود فروق في دقة التهديف تعزى لنمط الهيمنة الدماغية.

وفي الأخير إن النتائج المتوصل إليها في هذا البحث هي عبارة عن معلومات بسيطة قابلة للإثراء والمناقشة ، وكذلك تتطلب دراسات عميقة ودقيقة أكثر قصد الوصول إلى التحكم في متغيرات مجال التدريب الرياضي بشكل فعال ، والتي تبقى قابلة للإثراء والنقد العلمي والمناقشة.





قائمة

المصادر

والمراجع

- القرآن الكريم.

باللغة العربية :

- 1- أثر، صبري و عقيل ، عبد الله (1980) : التدريب الدائري الحديث ، مطبعة علاء ، بغداد .
- 2- البساطي ، أمر الله احمد (1998) : قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته ، منشأة المعارف، الإسكندرية .
- 3- الدر، إبراهيم (1983) : الأسس البيولوجية لسلوك الإنسان ، ط1 ، الدار العربية للعلوم .
- 4- الدليمي ، رشيد عياش (1997) : كرة القدم ، المدرسة العليا للأساتذة التربية البدنية و الرياضية ، جامعة مستغانم ، الجزائر .
- 5- الزعبي ، محمد بلال ، الطلايحة ، عباس (2004) : النظام الإحصائي (SPSS) فهم و تحليل البيانات الإحصائية، ط1 ، دار وائل للنشر، عمان .
- 6- السيد ، أبو عبده حسن (2002) : الاتجاهات الحديثة في تخطيط و تدريب كرة القدم ، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية .
- 7- الشقيرات ، محمد عبد الرحمان (2005) : مقدمة في علم النفس العصبي ، ط1 ، دار الشروق.
- 8- الصفار ، سامي (1984) : الإعداد الفني في كرة القدم ، جامعة بغداد .
- 9- الصفار ، سامي و آخرون (1987) : كرة القدم ، الطبعة الثانية ، مديرية دار الكتب للطباعة و النشر ، جامعة الموصل .
- 10- العتوم ، عدنان (2004) : علم النفس المعرفي النظرية و التطبيق ، دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان .
- 11- العساف ، محمد صالح (1995) : المدخل الى البحث في العلوم السلوكية ، ط1 ، مكتبة العبيكان ، الرياض .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 12- العضيلة ، بدرية سعد (1429هـ) : كيفية توظيف أبحاث الدماغ و توليد الأفكار الابتكاري في عملية التعلم ، مركز الإشراف التربوي بمحافظة الخبر ، قسم علم النفس و الاجتماع ، المملكة العربية السعودية .
- 13- المولى ، موفق مجيد (1999) : الإعداد الوظيفي في كرة القدم ، ط1 ، دار الفكر ، عمان .
- 14- المولى ، موفق مجيد (1998) : الإعداد الوظيفي لكرة القدم ، دار الفكر العربي .
- 15- الهملان ، أمل فلاح فهد (2017) : الهيمنة الدماغية ، الطبعة الأولى ، إيتراك للطباعة و النشر والتوزيع ، الدار الهندسية ، مصر الجديدة ، القاهرة.
- 16_ الوحش ، محمد عبده صالح ، مفتي ، ابراهيم حماد (1984) : الإعداد المتكامل للاعبين كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 17- الوقاد ، محمد رضا (2003) : التخطيط الحديث في كرة القدم ، ط1 ، دار السعادة للطباعة ، القاهرة، مصر .
- 18- بسطويسي ، أحمد بسطويسي (1997) : سباقات المضمار و مسابقات الميدان ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 19- بوداود ، عبد اليمين و عطاء الله ، أحمد (2009) : المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .
- 20- توني ، بوزان (1996) : العقل واستخدام طاقته القصوى ، ط1 ، ترجمة الهام الخوري ، دار الحصاد .
- 21- جابر ، عبد الحميد جابر، و قشقوش ، صفاء الأعسر و إبراهيم (1985) : مقدمة في علم النفس ، ط1 ، دار النهضة العربية ، القاهرة .
- 22- حامد ، مصطفى و نائف ، نبيل حاجي (2008) : المخ الدماغ و برامج التعليم و السلوك ، بدون طبعة ، كتاب انساق الثاني .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 23- حسنين ، محمد حسن (1995) : القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 24- حسن ، السيد أبو عبده (2002) : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، ط1 ، دار الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر .
- 25- حسن ، أحمد الشافعي (1998) : تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي و الدولي ، منشآت المعارف ، مصر .
- 26- حسن ، عبد الجواد (1984) : كرة القدم ، ط7 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان .
- 27- حسين ، عبد الجواد (1982) : كرة القدم ، دار الملايين ، بيروت .
- 28-- حمدان ، محمد زياد (1986) : الدماغ و الإدراك الإنساني ، دار التربية الحديثة ، عمان ، الأردن
- 29- حنفي ، عبد الجواد (1984) : كرة القدم ، دار العلم ، لبنان .
- 30- حنفي ، محمود مختار (1997) : كرة القدم للناشئين ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- 31- خربيط ، ريسان مجيد (1998) : موسوعة القياسات و الاختبارات في التربية البدنية و الرياضية في جامعة البصرة ، العراق .
- 32- دايان ، تيرنر (2006) : بوصلة الشخصية ، ترجمة حمود الشريف ، ط6 ، مكتبة جرير .
- 33- درويش ، كمال و آخرون (1984) : التدريب الدائري ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 34- دويدار ، عبد الفتاح محمد (2008) : الأساس البيولوجي و الفيزيولوجي للشخصية من المنظور السيكولوجي ، دار المعارف الجامعية ، الإسكندرية .
- 35- رضوان ، محمد نصر الدين (1992) : مقدمة في التقويم و التربية البدنية ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 36- رومي ، جميل (1986) : كرة القدم ، ط1 ، دار النفائس ، بيروت .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 37- ركس ، نايل (1993) : المدخل إلى علم النفس الحديث ، ترجمة عبد العلي الجسماني ، ط2
المؤسسة العربية للدراسات و النشر .
- 38- شعلان ، إبراهيم ، و عفيفي ، محمد (2001) : كرة القدم للناشئين ، مركز الكتاب للنشر ، مصر .
- 39- صالح ، محمد عبده الوحش ، و مفتي ، حماد إبراهيم (1984) : الإعداد المتكامل للاعب كرة القدم ،
دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 40- طلعت ، إبراهيم لطفي (1995) : أساليب و أدوات البحوث الاجتماعية ، ط1 ، دار غريب
للطباعة و النشر ، القاهرة .
- 41- عبد الجبار ، قيس ناجي (1989) : تطوير القابلية البدنية في العمر المدرسي ، جامعة بغداد .
- 42- عفانة ، عزو و الخزندار ، نائلة (2004) : التدريس الصفّي بالذكاوات المتعددة ، ط1 ، آفاق
النشر و التوزيع ، غزة ، فلسطين .
- 42- علاوي ، محمد حسن (1987) : الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر
العربي ، مصر .
- 43- علاوي ، محمد حسن و رضوان ، نصر الدين (1987) : علم النفس الرياضي التربوي الطبعة
الخامسة ، دار المعارف ، القاهرة .
- 44- عوض ، عباس محمود (1999) : علم النفس الفيزيولوجي ، دار المعرفة الجامعية .
- 45- غازي ، صالح محمود (2013) : علم النفس الرياضي ، ط1 ، مكتبة المجتمع للنشر و التوزيع ،
عمان ، الأردن .
- 46- فرحات ، ليلى السيد (2005) : القياس و الاختبار في التربية البدنية و الرياضية ، الطبعة الثانية ،
مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 47- فهمي ، مصطفى (1995) : الصحة النفسية و سيكولوجية التكيف ، ط3 ، مكتبة الخانجي ،
القاهرة .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 48- قاسم ، حسن حسين (1998) : الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة ، ط1 ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، الأردن .
- 49- قاسم ، لزام صبر (2009) : نظرية الإستعداد و تدريبات المناطق المحددة بكرة القدم ، ط1 ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد.
- 50- قاسم ، حسن السيد (1984) : مكونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة ، العراق .
- 51- كامل ، عبد الوهاب محمد (1994) : علم النفس الفيزيولوجي ط2 ، جامعة طنطا .
- 52- كركوتلي ، عبد المجيد (1986) : بافلوف و أبحاثه في الجهاز العصبي و التعلم ، ط3 ، مطبعة الهلال .
- 53- لويس ، كوهين و لورانس ، مانينون (1990) : مناهج البحث في العلوم الاجتماعية و التربوية ، ترجمة كوثر كوجاك وويليام تارزوس عبيد ، الدار العربية للنشر و التوزيع ، القاهرة .
- 54- مروان ، عبد المجيد إبراهيم (2000) : أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية ، مؤسسة الرواق ، الأردن .
- 55- مروان ، عبد المجيد إبراهيم (2002) : طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية ، الدار العلمية الدولية ، عمان .
- 56- مفتي ، إبراهيم حماد (2001) : التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 57- مفتي ، إبراهيم حماد (2002) : المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب و الدليل المصور ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر .
- 58- مقدم ، عبد الحفيظ (1993) : الإحصاء و القياس النفسي و التربوي مع نماذج من المقاييس و الاختبارات ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 59- منسي ، محمود عبد الحليم (2006) : الإحصاء و القياس في التربية و علم النفس ، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة .
- 60- مورييس ، انجرس 2004 2006 : منهجية و نظرية البحث العلمي في العلوم الانسانية تدريبات علمية ، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون ، دار القصة للنشر ، الجزائر .
- 61- موفق، أسعد محمود (2009) : الاختبارات و التكتيك في كرة القدم ، ط 2 ، دار دجلة ، الأردن .
- 62- نعمان ، عبد المجيد ، و صالح ، محمد عبده : كرة القدم - تدريب - تخطيط ، دار الفكر العربي، ب ت ، القاهرة.
- 63- - وجدي ، مصطفى الفاتح و محمد لطفي ، السيد (2002) : الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب ، دار الهدى للنشر و التوزيع ، القاهرة ، مصر .

المجلات

- 1- إبراهيم ، عبد الستار (2000) : الإنسان و علم النفس ، سلسلة عالم المعرفة ، إصدار المجلس الوطني للثقافة و الفنون ، الكويت .
- 2- البهلول ، اليعقوبي ، (1999) : نبذة تاريخية عن الدماغ ، المجلة العربية للعلوم ، العدد 33 ، مطبعة المنطقة العربية للتربية و الثقافة و العلوم ، تونس .
- 3- الزهراني ، علي، (2014) : المراهقة المتأخرة .. ثبات انفعالي و نزوع نحو المثالية و تمجيد الأبطال، جريدة الرياض العدد 16678 .
- 4- العلوان ، أحمد فلاح ، و بشارة ، موفق سليم ، (2009) : العلاقة بين السيطرة الدماغية و التحصيل الدراسي لدى عينة من الطلبة الجامعيين كلية العلوم التربوية ، المجلد 7 ، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية و الاجتماعية ، جامعة الحسين طلال العدد 1 .
- 5- تمبل ، كريستين (1990) : المخ البشري ، ترجمة عاطف احمد ، عالم المعرفة ، سلسلة ثقافية شهرية يصدرها المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الآداب ، الكويت .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 6- دانييل ، جولمان (2000) : الذكاء العاطفي ، ترجمة ليلي الجبالي ، سلسلة عالم المعرفة ، إصدار المجلس الوطني للثقافة و الفنون ، الكويت .
- 7- - رواشدة ، إبراهيم و آخرون ، (2010) : أنماط التعلم لدى طلبة الصف التاسع في أريد و أثرها على تحصيلهم الدراسي ، المجلد 6 ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، عدد 4 .
- 8- شتيوي ، عبد المالك ، (2012) : أهمية اللياقة البدنية عند لاعب كرة القدم ، مجلة علوم الإنسان و المجتمع ، جامعة بسكرة .
- 9- نوفل ، محمد ، (2006) : علاقة السيطرة الدماغية بالتخصص الأكاديمي لدى طلبة المدارس و الجامعات الأردنية ، المجلد 1-21 ، مجلة جامعة النجاح لأبحاث العلوم الإنسانية .
- 10- نوفل ، محمد ، و فريال ، أبو عواد ، (2007) : الخصائص السيكومترية لمقياس السيطرة الدماغية لنيد هيرمان و فاعليته في الكشف عن السيطرة الدماغية لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية ، المجلد 3 ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، العدد 2 .
- 11- مهدي علي ، (1999) أنماط السيطرة المخية ، لدى طلاب كلية التربية في جامعة قابوش ، مجلة علم النفس ، القاهرة .

المذكرات

- 1- إياد ، ناصر حسين ، و كاظم العزاوي ، (2005) : القلق المتعدد الأبعاد وعلاقتها بدقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، مذكرة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية .جامعة القادسية ، بغداد .
- 2- تلي ، بلقاسم ، ومزهود ، لوصيف ، والجابري ، عيساني ، (1997) : دور الصحافة المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية ، معهد التربية البدنية و الرياضية، دالي إبراهيم مذكرة ليسانس .
- 3- ديلمي ، عبد الرزاق ، (2015) : علاقة الاداء المهاري لبعض متغيرات تقدير الذات لدى ناشئي كرة القدم دراسة ميدانية على بعض اندية المسيلة ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية المسيلة .

المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة

- 4- عروسي ، عبد الغفار ، ودحمان ، معمر ، (2004) : دور قلق المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين ، مذكرة ليسانس ، غير منشورة ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، سيدي عبد الله ، جامعة الجزائر
- 5- طلحة ، جمال ، (2015) : أثر كرة القدم المصغرة على التعلم المهاري و الخططي لدى لاعبي كرة القدم للناشئين (12 - 14) ، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي .

القواميس و المعاجم:

- المعجم الوسيط مجمع اللغة العربية ط4 مكتبة الشروق الدولية 2004.

مواقع الانترنت :

-<http://www.detta-schools.com/vb/t6728.html>

- سمر منتديات دلتا يوم 24-05-2010.

الكتب الأجنبية:

- 1- Badin. J. Ch.(1991) : Formation Du Joueur ET Entraînement. Edition Corlet France .
- 2- Herrmann Ned (1989) : The creative Brian Lake Lure North Carolina Brian Books.
- 3- Laura H. Goldstein and Jane E. McNeil Clinical Neuropsychology Apractical Guid to Assessment and Management for clinicians.
- 4- Turpin Bernard (1990) : Préparation et Entraînement du foot balleur Edition Amphora. Paris. France

الملاحق

مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية

نضع بين أيدي اللاعبين إستبيان بغرض معرفة النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة ، يحتوي على 76 بند ويتم الاجابة عليها ب (نعم) أو (لا) بوضع إشارة (×) في الخانة المناسبة.

الإسم :

اللقب :

السن :

المستوى الدراسي :

الرقم	الفئة	العبارة	نعم	لا
01	A	حرصى على الدقة والحقائق قد يجعلني في نظر الآخرين جاف المشاعر .		
02	C	أعمل مع الآخرين عن طيب نفس من أجل هدف مشترك.		
03	A	أدرك الأرقام و أتصورها و أعي دلالتها و لي القدرة على حسابها و تطويعها لما أرغب.		
04	C	لدي القدرة على توقع احتياجات الآخرين و من ثم مراعاتها .		
05	D	أدرك الكثير من الأشياء بالحدس و البديهة دون التفكير العميق فيها.		
06	B	حذر و حريص و اهتم بالعواقب كثيرا.		
07	C	أجمل اللحظات هي اللحظات التي أسعد فيها الآخرين.		
08	D	أتحمس للأهداف و أكرس لها وقتي و جهدي كله.		
09	A	أستطيع أن احدد سبب المشكلة عند حدوثها و أحلها ثم أجد لها الحل المناسب .		
10	B	لا يمكن أن أصبر على الفوضى بل أرتب و أنظّم كل الأمور و الأشياء الخاصة و العامة.		

الملاحق

		لدي القدرة على تنمية العلاقات مع الآخرين و المحافظة عليها و التواصل معها.	C	11
		المال عندي للإففاق و الاستمتاع و يصعب علي جمعه.	D	12
		لا أصرف شيئا من مالي إلا بعد تحليل و دراسة متأنية لمدى أهمية الأمر لي.	A	13
		أكره الروتين و أحب التغيير دائما.	D	14
		أحافظ على أغراضي و ممتلكاتي بطريقة مرتبة و منظمة.	B	15
		يقول بعض الناس عني (أنت مندفع و لا يمكن توقع أفعالك).	D	16
		أعتبر نفسي أسير بوضوح إلى هدفي الذي قررتة.	A	17
		أنفذ الأمور دائما خطوة بخطوة و أتمتع بالدقة في عملي.	B	18
		أعتبر أن علاقتي الطيبة مع الآخرين هي أعز ما أملك.	C	19
		أميل للفعل أكثر من ميلي للتأمل و التفكير و التنظير.	B	20
		مستعد للخدمة و تقديم نفسي للآخرين متى احتاجوا إلى ذلك.	C	21
		أجد نفسي أفكر و أستنتج بعيدا عن العاطفة و المشاعر.	A	22
		يعتمد علي الآخرون و يتقون في إنجازي و إخلاصي.	B	23
		أحب التحدث مع الآخرين عن مشاعري و قصصي.	C	24
		تستهويني الأفكار غير الاعتيادية و التي يسميها الآخرون أفكار مجنونة.	D	25
		لدي قدرة عالية على تحليل الأحداث و استنتاج آثارها المنطقية.	A	26
		لدي القدرة على مواصلة العمل حتى إنجازه.	B	27
		أجيد بث الحماس في همم الآخرين.	C	28
		أمتلك معرفة مميزة بالمواضيع العلمية و التقنية.	A	29
		أعتبر نفسي عطوفا و لطيفا و أنس بالآخرين و أساعدهم متى احتاجوا.	C	30
		أحب العمل في أكثر من شيء في وقت واحد.	D	31
		أراقب وجوه الآخرين لا إراديا عندما يتحدثون إلي.	C	32
		كثيرا ما تراودني الأفكار الجديدة.	D	33

الملاحق

		لا أحب أن يقاطع أحد نمطي الروتيني.	B	34
		أشعر بارتياح أثناء أدائي لأعمال التصنيف و الترتيب و التنظيم.	B	35
		أهتم عادة بالصورة العامة و لا أدقق في التفاصيل.	D	36
		أعتقد أن العمل أهم بكثير من المشاعر الإنسانية.	A	37
		يفضل الآخرون أن أتولى زمام القيادة لمعرفتي لدقائق الأمور.	A	38
		أدون التزاماتي الاجتماعية في مفكرتي الخاصة و احرص على القيام بها.	B	39
		أتمتع بروح الدعابة التي قد توقعني في مشاكل .	D	40
		أميل في حكمي على الأشياء على حدسي وتوقعاتي أكثر من ميلي إلى الدقة و التحليل.	D	41
		أفضّل تعليمات محددة على أن يترك الأمر بلا تعليمات محددة وواضحة.	B	42
		يصفني الناس بأني عاطفي.	C	43
		يصفني الناس بأني حريص (أو)حذر(أو)منضبط.	B	44
		يصفني الناس بأني مغامر.	D	45
		يصفني الناس بأني حازم (أو)عقلاني.	A	46
		أحب معرفة التفاصيل و خطوات أي عمل سأقوم به.	B	47
		لا أحب الأنظمة و القوانين و أشعر بأنها تقيدني.	D	48
		أحب الشعر (أو)القصص(أو)التواصل مع الآخرين.	C	49
		أشعر بأنه يجب أن تنفذ القوانين و العقوبات بحزم و بدون عاطفة أو مجاملات.	A	50
		لا أحب الأشياء المحتملة أو التي لا يمكن توقع نتائجها(غير مضمونة و لا تستند للأدلة)	A	51
		أحب مساعدة الآخرين و إعطائهم من وقتي و مالي و جهدي.	C	52
		أحب التخطيط المفصّل لأي عمل سأقوم به.	B	53
		عند شرائي لجهاز جديد أحاول تشغيله بنفسني دون اللجوء إلى كتيب التشغيل.	D	54

الملاحق

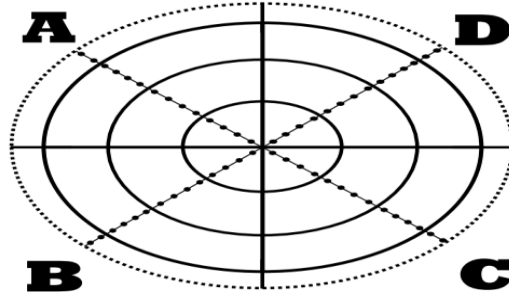
		أحب الاستماع لمشاكل الآخرين و مساعدتهم.	C	55
		لدي القدرة في التعامل مع الأرقام (أو) الحسابات.	A	56
		أحب الشكل المثلث في الأشكال الهندسية.	A	57
		أحب الدائرة و الأشكال التي فيها منحنيات أكثر من الأشكال الحادة.	C	58
		أنا أفضل الشكل المستطيل و أحب الأشكال التي في هيئتها كالمربع مثلا.	B	59
		تجدني عند فراغي و بيدي القلم أرسم نجمة أو أشكال فيها تشبعات نجمية .	D	60
		نبرة صوتي فيها ارتفاع و أحب بناء العلاقات.	D	61
		نبرة صوتي فيها ارتفاع و أحب انجاز المهام.	B	62
		نبرة صوتي منخفضة و أحب بناء العلاقات.	C	63
		نبرة صوتي منخفضة وأحب إنجاز المهام.	A	64
		عندما أتحدث إلى زميلي في المدرسة من (65 -68).		
		أنظر إلى عينيه طوال الوقت.	B	65
		أنقل النظر بتكرار بين عينيه و النظر إلى الأسفل.	C	66
		أتلقت حولي.	A	67
		أحاول النظر إلى عينيه و لكنني أصرف بصري بعيدا من وقت لآخر.	D	68
		إذا كان عليّ اتخاذ قرار هام من (69 - 72)		
		أفكر فيه بشكل متكامل قبل اتخاذ القرار .	A	69
		أتحمل مسؤولية قراري بشجاعة.	B	70
		أضع اعتبارا لمدى تأثيره على الآخرين قبل اتخاذه.	C	71
		أشاور مع شخص أحترم وجهة نظره.	D	72
		عندما أتحدث على الهاتف من (73-76).		
		أركز في حديثي على الهدف من الاتصال .	B	73
		أتحدث في الدقائق الأولى من المحادثة عن أمور عامة قبل	D	74

الملاحق

		التحول إلى العمل.		
		لن أكون في عجل و لا مانع من التحدث عن أشياء خاصة أو عامة.	C	75
		أختصر المكالمة ما أمكن.	A	76

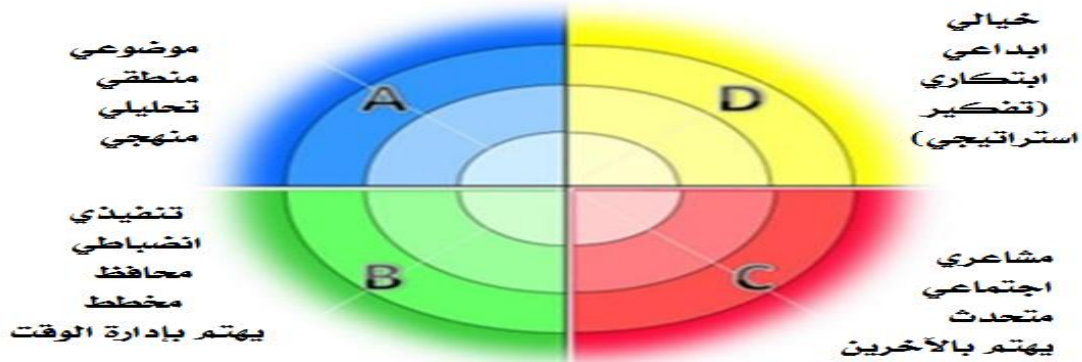
أجمع قيم كل حرف وأضعه في جدول المجموع:

D	C	B	A



مقياس هيرمان

بوصلة تحليل الأنماط الشخصية



ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : الهيمنة الدماغية و علاقتها بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم .

دراسة ميدانية على فريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21 سنة.

أهداف الدراسة : - التعرف على العلاقة بين أنماط الهيمنة الدماغية و دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة.

- التعرف على النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية و تأثيره على دقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة.

منهج الدراسة : يعتبر المنهج الوصفي الإرتباطي (طريقة العلاقة الإرتباطية) هو المنهج الملائم للمعالجة حسب أهداف الدراسة.

مجتمع و عينة الدراسة :

مجتمع الدراسة : مجتمع الدراسة في بحثنا هذا لاعبي فئة أقل من 21 سنة لكرة القدم.

عينة الدراسة : تم اختيار في دراستنا هذه عينة قصدية متمثلة في الفريق الريف (أقل من 21 سنة) لشباب نجم مقرة مكونة من 25 لاعبا.

أساليب جمع البيانات : استبيان مقياس هيرمان للهيمنة الدماغية ، إختبار تهديف الكرات (دقة التهديف).

النتائج المتوصل إليها :

- لأنماط الهيمنة الدماغية علاقة بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة .

- يعتبر النمط السائد للهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 21 سنة هو النمط (A) .

- لا توجد فروق في دقة التهديف تعزى لمتغير الهيمنة الدماغية لدى لاعبي كرة القدم .

الاستنتاجات و الاقتراحات : - ضرورة إلمام المدربين بأنماط الهيمنة الدماغية لتحسين دقة التهديف.

- ضرورة الإهتمام بالتدريب العقلي لتحسين دقة التهديف في مختلف الأصناف

العمرية و لكلا الجنسين.