



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



الرقم:
ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

القسم : ...التدريب الرياضي
التخصص:..تحضير بدني

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة
الماستر الأكاديمي

الأنظمة الشخصية التمثيلية و علاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم
دراسة ميدانية على فريق نجم مقرة أقل من 21 عاما

إشراف الاستاذ:
د/قارة السعيد

اعداد الطالبين:
بركات علاء الدين
بوداود عبدالله

السنة الجامعية :
2021/2020



شكر و تقدير

الحمد لله حمدا يوافي نعمه ويكافئ مزيده، وشكره على توفيقه لنا في إتمام العمل واقتداء
برسوله الذي حثنا على الشكر كما قال " الشكر قيد النعمة وسبب دوامها ومفتاح
المزيد منها "

ونتقدم بالشكر الجزيل و الامتنان الى الدكتور الفاضل " قارة السعيد " لاشرافه على
هذه المذكرة و على ما قدمه من جهد و ارشاد .

و الشكر موجه أيضا الى الزميل و الرجل الطيب " مناري ابراهيم " الذي ساهم في انجاح
هذا البحث المتواضع و لم ييخل علينا بالمساعدة جزاه الله خيرا , و كذا نوجه الشكر الى
جل أساتذة المعهد و خاصة " مرنيذ أسامة " و " شريفى حليم " و " سالم العياشى " و
" مجادى مفتاح " على كل المجهودات المبذولة طيلة فترة دراستنا .

اهداء

إلى حبيبتي التي أفضلها عن نفسي، فهي التي ضحت من أجلي، والتي لم أراها يوماً
ما تدخر جهداً في سبيل إسعادي دائماً وأبداً، إليك وحدك أُمي الحبيبة.

إلى أبي المبجل أعطاني بدون جحود و ضحى بالغالي و النفيس من أجلنا , أبي العزيز
أطال الله في عمره وأمدّه بالصحة والعافية.

الى اخي الصغير و أخواتي

إليك أيضاً يا خالدة الذكر الذي قد وافتها المنية جدتي الغالية رحمها الله

الى عمي الغالي "حمزة" و كل أفراد العائلة

الى صديقي و رفيق الدرب "عبدالله"

الى الدكتور الفاضل "قارة السعيد"

إليكم أصدقائي الأعزاء، ولكم جميعاً يا من ساعدوني وكانوا دائماً بجانبني من أجل
مساعدي بكل ما يملكون من جهد ووقت.

فأنا اليوم أقدم لكم بحشي هذا وأتمنى من الله أن ينال إعجابكم جميعاً.

بركات علاء الدين

اهداء

أهدي ثمرة جهدي ودراستي الى أعز الناس الى قلبي , الى من لا تكفيها كلمات الشكر والامتنان , الى التي لن أوفيها حقها مهما قدمت لها ... الى من تقع الجنة تحت أقدامها وأمرنا

الرحمان بطاعتها أُمِّي الغالية "نورة" اطال الله في عمرها و حفظها لنا
الى خير الآباء الذي عبد لي الطريق و أعطاني بدون جحود و ضحى بالغالي و النفيس من
أجلنا , أبي العزيز " عبد اليمين "

الى اخي الصغير و أخواتي و كل أفراد العائلة .

الى زميلي في العمل و رفيق الدرب "علاء الدين "

الى أصدقائي: لطفي , شرف الدين , فاضل .

الى الدكتور الفاضل " قارة السعيد "

الى الدكتور و الصديق " مرنيز أسامة "

الى كل الأصدقاء في مشواري الدراسي

بوداود عبد الله

قائمة المحتويات

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الاشكال
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية Abstract
	مقدمة
	الجانب المنهجي
الصفحة	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
3	1 - 1 - إشكالية الدراسة
4	1 - 2 - فرضيات الدراسة
5	1 - 3 - أهمية الدراسة
5	1 - 4 - أهداف الدراسة
5	1 - 5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
7	1 - 6 - الدراسات المشابهة
9	1 - 7 - مميزات الدراسة الحالية
10	الجانب النظري
11	الفصل الثاني: الأنظمة الشخصية التمثيلية

12	تمهيد
13	2 - 1 - النظام التمثيلي
14	2 - 1 - 1 - الأشخاص البصريون
14	2 - 1 - 2 - الاشخاص السمعيون
14	2 - 1 - 2 - الاشخاص الحسيون
14	2 - 2 - النظام التمثيلي الصوري
15	2 - 2 - 1 - الصورة الخارجية
16	2 - 2 - 2 - الاجمالي و التفصيل في النظر
16	2 - 2 - 3 - التذكر الصوري
17	2 - 2 - 4 - الابتكار الصوري
18	2 - 5 - الانظمة التمثيلية السمعية
18	2 - 5 - 1 - النبذة الكلامية و النغمة
18	2 - 5 - 2 - الفواصل
19	2 - 5 - 3 - النظام السمعي النغمي
19	2 - 5 - 3 - 1 - النظام السمعي النغمي الخارجي
20	2 - 4 - النظام التمثيلي الحركي
20	2 - 4 - 1 - النظام الحسي الخارجي
20	2 - 4 - 2 - النظام الحسي الداخلي
21	2 - 4 - 3 - النظام الحسي التذكري

22	2-4-4- الابتكار الحسي
22	2-4-5- المشاعر و العواطف و الانفعالات
24	2-5- اكتشف نظامك التمثيلي
27	2-6- التأكيدات اللغوية للانظمة التمثيلية
28	2-6-1- التأكيدات اللغوية في سياق الحديث
29	خلاصة
31	الفصل الثالث: الأداء المهاري في كرة القدم
32	3-1- الأداء المهاري
33	3-2- مفهوم المهارة و القدرة
33	3-2-1- مفهوم المهارة
35	3-2-2- مفهوم القدرة
36	3-3- القدرة و المهارة
37	3-4- تعريف المهارة الحركية
37	3-4-1- خصائص المهارات الحركية
38	3-5- تصنيف المهارات الحركية الرياضية
39	3-5-1- مهارات مستمرة
39	3-5-2- مهارة منفصلة
39	3-5-3- مهارة متسلسلة
39	3-5-4- مهارة مفتوحة

39	3-5-5- مهارة مغلقة
40	3-5-6- التصنيف على اساس التوافق البدني
41	3-6- المهارات الحركية في المجال الرياضي
42	3-6-1- المهارات الحركية الاساسية
42	3-7- الاعداد المهاري
43	خلاصة
44	كرة القدم
45	مقدمة
45	3-2-1- تعريف كرة القدم
46	3-2-2 تاريخ كرة القدم
46	3-2-2-1 البدايات الاولى
47	3-2-2-2 نشأة كرة القدم
48	3-2-2-3 كرة القدم في الجزائر
49	3-2-3 كرة القدم كلعبة
49	3-2-4 أهمية تاريخ كرة القدم كجزء ثقافي لكل من اللاعب و المدرب
49	3-2-5 أركان البطولة في كرة القدم
50	3-2-5-1 اللياقة البدنية العامة
50	3-2-5-2 اللياقة البدنية الخاصة
50	3-2-5-3 المدرب الجيد

50	3-2-5-4- قابلية خططية و مهارية عالية
51	3-2-5-5- خبرة كافية
51	3-2-5-6- خلفية علمية
51	3-2-5-7- خدمات ادارية جيدة
51	3-2-5-8- اعداد نفسي جيد
51	3-2-6- مميزات لاعب كرة القدم
51	3-2-6-1- اللياقة البدنية
52	3-2-6-2- المبادئ الاساسية (التكنيك)
52	3-2-6-3- خطة اللعب التاكتيك
52	3-2-6-4- النواحي النفسية و التربوية
53	3-2-7- الجوانب النفسية المرتبطة بكرة القدم
54	خلاصة
55	الجانب التطبيقي
56	الفصل الرابع: منهجية الدراسة
57	تمهيد
58	4-1 - الدراسة الاستطلاعية
58	4-2 - منهج الدراسة
59	4-3 - مصطلحات و مفاهيم الدراسة
59	4- مجتمع وعينة الدراسة

59	4-5 - اساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات)
61	4-6 - الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق، الثبات، الموضوعية)
61	4-7 - تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية
62	4-8 - خطوات إجراء الدراسة الميدانية
62	خلاصة
63	الفصل الخامس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج
64	5-1 - عرض و تحليل النتائج
64	5-1-1 - عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة
64	5-1-1-1 - عرض نتائج الفرضية العامة
64	5-1-1-2 - تحليل نتائج الجدول 1 الخاص بالفرضية العامة
65	5-1-2 - عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
65	5-1-2-1 - عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى
65	5-1-2-2 - تحليل نتائج الجدول 2 الخاص بالفرضية الجزئية الأولى
65	5-1-3 - عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
65	5-1-3-1 - عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية
65	5-1-3-2 - تحليل نتائج الجدول 3 الخاص بالفرضية الجزئية الثانية
66	5-1-3-3 - تحليل نتائج الجدول 4 الخاص بالفرضية الجزئية الثانية
66	5-2 - مناقشة النتائج في ظل الفرضيات
66	5-2-1 - مناقشة نتائج الفرضية العامة
67	5-2-2 - مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى
67	5-2-3 - مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
68	الفصل السادس: الاستنتاجات و الاقتراحات

69	6 - 1 - الاستنتاج العام
70	6- 2 - الاقتراحات والفرضيات المستقبلية
71	- قائمة المصادر والمراجع
75	- قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	رقم الجدول	عنوان الجدول
64	1	يمثل معاملات الارتباط برسون بين كل نظام تمثيلي و الأداء المهاري
65	2	يمثل تكرارت و النسبة المئوية لكل نظام تمثيلي
65	3	يمثل معامل أنوفا F و دلالة Sig(F) للعينة
66	4	يمثل المتوسط الحسابي لكل نظام تمثيلي

قائمة الاشكال

الصفحة	رقم الشكل	عنوان الشكل
28	1	التأكيدات اللغوية للأنظمة التمثيلية

الأنظمة الشخصية التمثيلية و علاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية على فريق نجم مقرة لأقل من 21 عاما

جاءت الدراسة بعنوان الأنظمة الشخصية التمثيلية و علاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم , و قد هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين الأنظمة الشخصية التمثيلية (الحسي - السمعي - البصري) مع الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم و ذلك بتطبيق استبيان النمط التمثيلي VAK من أجل معرفة النظام التمثيلي السائد لدى كل لاعب , بالاضافة الى اختبار تهديف الكرة من اجل قياس دقة التصويب لدى اللاعب , و قد طبق الاستبيان والاختبار على عينة من 21 لاعب من فريق نجم مقرة أقل من 21 عام , قد استخدم المنهج الوصفي بالتحديد طريقة العلاقات الإرتباطية باعتباره مناسباً للدراسة و قد توصل الباحثان الى أن لاعبو كرة القدم يتمتعون بنظام تمثيلي حسي بالاضافة الى حقيقة وجود علاقة عكسية بين النظام التمثيلي الحسي و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم , توجد فروق في الأداء المهاري لصالح لاعبي النظام السمعي .

Representative Personal Systems And it's related to the technical performance of footballers.

Field study for Team N.C Magra Under 21 Years of Age

Abstract

The study, entitled Representative Personal Systems and Their Relationship to Football Players' technical Performance, aimed at learning about the relationship between representative personal systems. (Sensory, Audio-Visual) With the skilled performance of footballers by applying the VAK Representation Pattern Questionnaire for each player's representative system; In addition to testing the aim of the ball in order to measure the target accuracy of the player, The questionnaire and test were applied to a sample of 21 players from a N.C Magra team under 21 years old, Both researchers found that footballers had a sensual representation system, as well as the fact that there was an inverse relationship between the sensory representation system and the skilled performance of footballers, There are differences in skill performance for audio system players.

مقدمة :

لا شك أن التسارع الحاصل في جميع الميادين والاصعدة لاسيما منها التغيير الاقتصادي والاجتماعي وكذا الرياضي قد ساهم بشكلين مختلفين احدهما سلبي تمثل في زيادة تعقيد أساليب الحياة المختلفة وبطريقة أو بأخرى وصل هذا التأثير الى التدريب الرياضي مما شكل عبئا إضافيا على الفرد الرياضي وهذا في خضم التنافس والسعي من أجل مواكبة ومجابهة هذا التطور الحاصل في مستوى التدريب الرياضي، وبالنظر الى ايجابياته فقد خلق مجالا شاسعا للبحث في جميع العلوم المختلفة للوصول الى كل ما يساعد الرياضي على تحقيق الأفضل ومن بين هذه العلوم علم النفس والذي يعتبر من العلوم التي انفردت بإقبال الباحثين عليها اقبالا شديدا حتى أصبحت المعرفة النفسية أساسا جوهريا لحل العديد من المشكلات المتعلقة بمستوى الانجاز . ومن بين المواضيع الجديدة في علم النفس هي الانظمة الشخصية التمثيلية و التي تعتبر من المواضيع النادرة في وقتنا .

وتعتبر كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم ونظرا للحماس التي تجلبه للفرد الرياضي بداية بالمدرّب وصولا للمشجع فقد خلق هذا الحماس تنافسا يشد بين الفرق والمنتخبات في أكبر المحافل الدولية ككأس العالم والبطولات القارية والوطنية .

ومن المعروف أن لعبة كرة القدم كغيرها من الرياضات تعتمد على جوانب اعداد أساسية (الجانب البدني، الجانب المهاري، الجانب النفسي، الجانب الذهني) وبالأخذ بعين الاعتبار أن المهارة هي جوهر كرة القدم كما أن 80 % من الانتقاء يعتمد على الأداء المهاري واتقان ما تحتويه الرياضة من مهارات أساسية (ضرب الكرة بالقدم، الجري والتحكم بالكرة، السيطرة على الكرة، ضرب الكرة بال رأس الخ) ومما زاد الامر تشويقا هو أي من المهارات السابقة الذكر الذي يحدد تفوق العب على العب آخر مهاريا وببربطه مع ما ذكر سابقا عن الجانب النفسي فهذا هو السبيل الذي سلكناه في اختيار هذا الموضوع والذي يتمثل في ربط الأنظمة الشخصية التمثيلية بالأداء المهاري في كرة القدم .

تعد الأنظمة التمثيلية احد مواضيع البرمجة الغوية العصبية والتي تختصر بة (NLP) اذ ان (N) تعني (Neurology) وهي دراسة الجهاز العصبي والعقل، وكيفية التفكير اما (L) فتعني (Linguistics) وتعني علم اللغة وتأثيراتها واخيرا (P) وتعني (Programming) وهي البرمجة والتخطيط (اوكانور، 2008 ،صفحة 8 .)

وترى عبيد (2006) أن النظام التمثيلي هو الكيفيات الحسية الحواس الخمس البصرية والسمعية والحركية والشمية والذوقية، التي من خلالها يقوم العقل البشري بالتعبير عن الذكريات والأفراد .

و قد قسمنا فصول الدراسة على النحو التالي , فقد استهلنا الدراسة بالجانب التمهيدي و الذي تمثل في الاساس في التطرق الى إشكالية الدراسة المدروسة و كذا الفرضيات المقترحة الى جانب أهمية الدراسة و أهدافها وصولا الى تحديد مفاهيم و مصطلحات الدراسة و تحديد التعريفات الاجرائية و أخيرا الدراسات المشابهة , ثم انتقلنا الى الجانب النظري الذي تناولنا فيه ثلاث فصول , الفصل الأول خصصناه لكل ما يتعلق بالأنظمة الشخصية التمثيلية و مختلف التعريفات مروراً بالنظام التمثيلي الصوري ثم الأنظمة التمثيلية السمعية الى النظام التمثيلي الحركي وصولاً الى التأكيدات اللغوية للأنظمة التمثيلية , ثم تطرقنا الى الفصل الثاني وفيه تكلمنا عن الأداء المهاري و مفهوم المهارة و القدرة الى تصنيف المهارة الحركية و خصائصها , أما الفصل الثالث تناولنا فيه رياضة كرة القدم و من خلالها تطرقنا الى تاريخ كرة القدم و كذا كرة القدم في الجزائر وصولاً الى مميزات لاعب كرة القدم و الجوانب النفسية المرتبطة بكرة القدم , بعدها انتقلنا الى الجانب التطبيقي و تناولنا فيه فصلان : الفصل الرابع تطرقنا فيه الى توضيح الطريقة المنهجية المتبعة في الدراسة

كالمنهج المستخدم و كذا التعريف بمجتمع و عينة الدراسة الى جانب وصف و توضيح أداة الدراسة قصد جمع المعلومات و الحصول على نتائج الدراسة الحالية أما الفصل الخامس فقد خصصناه لعرض و تحليل النتائج و أخيراً قمنا بعرض خلاصة عامة للدراسة و التي ارفقناها ببعض التوصيات التي رأيناها كاقتراعات و حلول لما توصلنا اليه من نتائج ثم خاتمة البحث و كذا المراجع و الملاحق .





الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1-1- الإشكالية:

إن لدراسة البرمجة اللغوية العصبية للإنسان تأثير كبير و ملموس في تحقيق الإنجازات الرياضية فضلا عن مساعدة الرياضي في قيادة نفسه و تغلبه على المصاعب و هذا ما يجعل الأخذ بالإعتبار النظام التمثيلي السائد لدى الرياضي مهم جدا في العملية التدريبية .

والنظام التمثيلي نشأ وتطور مع نشأة وتطور البرمجة اللغوية العصبية ، (NLP) أو

الـ (NEURO LINGUISTIC PROGRAMATION)

فهو تقنية من تقنياتها المتعددة التي ظهرت في منتصف السبعينيات من القرن العشرين على يد كل من العالمين الأمريكيين "ريتشارد باندلر" الذي كان طالبا يدرس الرياضيات، و"جون جريندر" أستاذ اللغويات في جامعة كاليفورنيا، حيث شرع الاثنان في الاختيار، وشرح مدى نجاح العديد من وسائل التواصل الفعالة، حيث بدأت مسيرة التفوق التي هي السمة المميزة للبرمجة اللغوية العصبية وقد امتدت تطبيقات البرمجة اللغوية العصبية في العالم إلى كل شأن يتعلق بالنشاط الإنساني كالتربية والتعليم، والإدارة، والصحة، والتجارة والأعمال .

ويقسم النظام التمثيلي إلى ثلاثة أقسام : الأشخاص السمعيون ، الأشخاص الحسيون و الأشخاص البصريون وبين بافيستر وفيكرز (2006 ص 43) "أن لكل فرد نظاما قائدا خاصا به، وأن الأنظمة التمثيلية الثلاثة توجد عند كل شخص، ولكن الاختلاف يكمن في ترتيب سلم الأفضلية عند هؤلاء الأشخاص، فمثلا هناك شخص نظامه التمثيلي المفضل الذي يستخدمه في غالب أوقاته هو النظام الحسي، يأتي بعد ذلك النظام السمعي كنظام تمثيل أقل تفضيلا، ثم يأتي النظام البصري .

تحضى لعبة كرة القدم بأهمية كبيرة في حياة الشعوب لما توفره من متعة للاعبين و المتابعين من مختلف فئات المجتمع من جراء الأداء الفني و التشويق و الإثارة العالية و كذا وجود التحدي و التنافس الرياضي بين اللاعبين دون نسيان الشغف الجماهيري الذي يعتبر الحافز الأول للاعبين في المحافل الدولية و المنافسات العالمية العريقة و قد لاحظنا في الآونة الأخيرة أثر غياب الجماهير عن الملاعب بسبب الظروف الصحية و الوباء العالمي ، حيث أفقد كرة القدم نكهتها

إن الوصول بالأداء المهاري في كرة القدم الى مستوى عالي يتطلب دراسة و معرفة بعض العوامل النفسية و كذا جوانب تتعلق بالإدراك الحسي السمعي و البصري و التي تعرف بالأنماط الشخصية التمثيلية فالفرد هو مزيج من مجموعة أنظمة بصرية سمعية و حسية إلا أن إحدى هذه الأنظمة هو المسيطر على باقي الأنظمة .

بالإضافة الى ما جاء في دراسة (ليلو دهام و محمد سعيد السمراي) التي هدفت الى معرفة مدى تأثير و أهمية تمرينات الإستجابة الحركية و التوقع الحركي و على وفق الأنظمة التمثيلية (سمعي- بصري- حسي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة حيث بلغت عينة الدراسة 25 لاعبا من لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية .

اثبتت هذه الدراسة أن تطور قدرات سرعة التوقع الحركي والاستجابة الحركية لا يتأثر بالنظام التمثيلي، ويكون له دور كبير في دقة الأداء المهاري إذ يستطيع اللاعب التحرك لاستقبال الكرة لحظة ظهور المثير . ومن خلال إحتكاكنا بالميدان الرياضي و كذا كخبرتنا كلاعبين سابقين و ملاحظتنا تأدية اللاعبين للمهارات الحركية هذا ما أيقن روح البحث فينا فوجدنا أن هناك عوامل عديدة و مختلفة مؤثرة على الأداء المهاري ، فالأداء هو من أهم الأسس الفيزيولوجية لأداء الحركة و الرياضي الماهر هو من يتحكم في أداء حركاته بإتقان و من العوامل المحددة لأداء المهارات بشكل متقن هو معرفة نوع النظام التمثيلي السائد لدى اللاعب . وإزاء هذه المشكلة فإنه يجب عدم اغفالها أو تناسيها و كان من الواجب دراستها و كذا إظهار العلاقة بين الأنظمة الشخصية التمثيلية و الأداء المهاري في كرة القدم ومنه نطرح التساؤلات التالية :

التساؤل العام :

- هل توجد علاقة بين الأنظمة الشخصية التمثيلية و الاداء المهاري في كرة القدم ؟

التساؤلين الجزئيين :

- ما هو النظام التمثيلي السائد لدى لاعبي كرة القدم ؟
- هل توجد فروق في الأداء المهاري تعزى لمتغير النظام التمثيلي ؟

1-2- فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة :

- توجد علاقة بين الأنظمة الشخصية التمثيلية و الأداء المهاري في كرة القدم

الفرضيتين الجزئيتين :

- يتمتع لاعبو كرة القدم بنظام تمثيلي بصري.
- توجد فروق في الأداء المهاري تعزى لمتغير النظام التمثيلي .

1-3- أهمية الدراسة :

- تكتسب الدراسة أهميتها من خلال :
- إلقاء الضوء على علاقة الأنظمة الشخصية التمثيلية و علاقتها بالأداء المهاري في كرة القدم .
- إبراز قيمة معرفة النظام التمثيلي السائد لدى لاعبي كرة القدم .
- تعتبر كمرجع علمي يستفيد منه المجتمع الرياضي خصوصا أن هذا الموضوع نادر جدا في الميدان الرياضي.
- تقديم مقترحات أو حلول يمكن أن تفيد المدربين مستقبلا في البرامج التدريبية .

1-4- أهداف الدراسة :

- معرفة نوع النظام التمثيلي السائد لدى اللاعبين .
- الكشف عن العلاقة بين الأنظمة التمثيلية و الاداء المهاري في كرة القدم .
- معرفة الفروق الفردية المهارية حسب نوع النظام التمثيلي السائد لدي اللاعب .

1-5- تحديد المفاهيم و المصطلحات الواردة في الدراسة:

- **الانظمة الشخصية التمثيلية :**
- هو طرق تلقي الأشخاص للمعلومات والخبرات من العالم الخارجي بطريقة لغوية ملفوظة وغير ملفوظة تستقبل عن طريق الحواس الخمسة (السمع، البصر، الشم، التذوق، الإحساس)، وتنتقل عبر الأعصاب وتعالج في منطقة المخ، ويحصل لها تحليل وتفسير ومقارنة وتخزين، ثم تنتقل إلى العالم الخارجي، وترجم من حيث الاتصال بالآخرين " (عبيد، 2006:156).
- وهناك ثلاثة أنواع رئيسية للأنظمة التمثيلية
- **1- البصري (visually) :** هو الادراك الناتج عن الرؤية وهي الصورة المشاهدة او من الذاكرة او متخيلة منشأة باستخدام حاسة البصر.
- **2- السمعي (auditory) :** الادراك الناتج عن السماع وهو حقيقي او متخيل باستخدام حاسة السمع من الذاكرة.
- **3- الحسي (الاحاسيس) (Feeling) :** الادراك الناتج عن الاحساس وهو الاحساس الحقيقي او المتخيل باستخدام حاسة اللمس.

الأداء المهاري :

- الأداء :

يعرف الأداء على أنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عملية وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة، وتأسيسها على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تركز على أمرين اثنين:

الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي واجباته ومسئوليته .

الثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية ومدى ارتباطها وأثرها .

المهارة:

لغة : أخذت هذه الكلمة من فعل مهر أي حذق وأتقن. والماهر هو الحاذق والسابح المجيد".

اصطلاحا : هي الأداء المتقن والتميز في إنجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق. وتشمل جميع مجالات الحياة، فالرسام البارع هو الذي يجيد مهارات الفنون التشكيلية...

* المنجد في اللغة العربية و الإعلام دار المشرق، لبنان، 1987 ، ص:777

كرة القدم:

لغة: هي كلمة لاتينية تعني ركل الكرة بالقدم.

اصطلاحا: هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس، كما أشار إليها "رومي جميل " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع (جميل، 2002، صفحة 116).

التعريف الإجرائي: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من إحدى عشر لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة في أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين، ويشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط، وحكمان تماس وحكم رابع لمراقبة الوقت، بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت بالتعادل (في حالة مقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين .

1-6- الدراسات المشابهة :

فيما يخص الدراسات السابقة فإن الطالبان الباحثان و في حدود علمهما لم يعثرا على دراسات حول نفس الموضوع و ذلك لأن الموضوع حديث بالدراسة و ربط بين متغير نفسي درس في جوانب أخرى غير الجانب الرياضي و تم ربطه في هذه الدراسة مع متغير الأنماط التمثيلية و عليه فإن الطالبان الباحثان وجدا ثلاث دراسات مشابهة للموضوع و هي :

الدراسة الأولى : تحمل عنوان " تأثير تمارينات الإستجابة الحركية و التوقع الحركي و على وفق الأنظمة التمثيلية (سمعي - بصري - حسي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة " من اعداد الطالب : ليلو دهام محمد سعيد السمراي .

الإشكالية العامة : ما مدى تأثير و أهمية تمارينات الإستجابة الحركية و التوقع الحركي و على وفق الأنظمة التمثيلية (سمعي - بصري - حسي) في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة ؟
منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي للمجموعات المتكافئة

العينة:

وتكونت عينة البحث من لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية والبالغ عددهم 25 لاعبا باعمار من 14-16 عام تم تقسيمهم وفقا لنوع النظام التمثيلي،

نتائج الدراسة :

واثبتت هذه الدراسة أن تطور قدرات سرعة التوقع الحركي والاستجابة الحركية لا يتأثر بالنظام التمثيلي، ويكون له دور كبير في دقة الأداء المهاري إذ يستطيع اللاعب التحرك لاستقبال الكرة لحظة ظهور المثير، واستثمار التقليل من زمن الاستجابة اذ ان توقع المثير الوقتي تعمل على بدء عمليات الاستجابة قبل وصول المثير بحيث تحدث الحركة بأكملها في نفس الوقت الذي وصل اليه المثير، من خلال التوقع المسبق لمسار زاوية سقوط الكرة واتجاهها، مما أدى إلى تطور مستوى اللاعبين في المهارات بشكل جيد.

الدراسة الثانية : تحمل عنوان " تأثير تمارينات مهارية مركبة على أساس الأنظمة التمثيلية في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة "

من اعداد : أ.م.د.سحر حر مجيد

كلية التربية البدنية و علوم الرياضة ١ جامعة ديالي

الإشكالية العامة : ما مدى تأثير تمرينات مهارية مركبة على أساس الأنظمة التمثيلية في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة ؟

منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي للمجموعات المتكافئة

العينة : تمثل مجتمع البحث بطلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية -جامعة ديالى للعام الدراسي (2015-2016) والبالغ عددهم (159) طالبا للدراسة الصباحية تم اختيار ثلاثة شعب هي

(أ، ب، ج) بواقع 10 طلاب لكل مجموعة وقد تم تحديد العينة على وفق الانظمة التمثيلية الثلاثة

(سمعي بصري، حسي)

نتائج الدراسة : من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل إلى أن التمرينات المهارية المركبة فعالة في تحسين الجانب المهاري للمجاميع التجريبية الثلاث (السمعي - البصري - الحسي) وان طريقة عرض النموذج التعليمي للمهارات المركبة ساهم وبشكل كبير في تعليم المهارات الاساسية بكرة السلة. لذا من الضروري تعريف المدرسين على افضلية الانظمة التمثيلية لطلابهم لغرض وضع الطريقة المناسبة لتعليمهم ومن الضروري تعميم هذه التمرينات المهارية المركبة التي تعمل على دمج اكثر من مهارة واحدة في التمرين الواحد وهي حالة مشابهة لحالة اللعب مما تثير لدى الطلاب عنصر التشويق والإثارة وتبعد الملل وضرورة إجراء بحوث ودراسات مشابهة لمراحل عمرية أخرى، وفعاليات رياضية أخرى.

الدراسة الثالثة : تحمل عنوان درجة ممارسة النظام التمثيلي في الاتصال الاداري و علاقتها بفعالية الأداء الاداري لدى مديري المدارس الحكومية في محافظة اربد .

من اعداد : مريم عبد العال و كايد محمد سلامة .

المجلة الاردنية في العلوم التربوية .2016

الاشكالية : ما درجة ممارسة النظام التمثيلي في الاتصال الاداري لدى مديري المدارس الحكومية في محافظة اربد من وجهة نظر المديرين أنفسهم ؟

منهج البحث : المنهج الوصفي الارتباطي .

عينة البحث : تم أخذ عينة عشوائية بنسبة 30% من مجتمع الدراسة المتكون من مديري المدارس الحكومية في محافظة اربد البالغ عددهم 211 مدير و مديرة , الذكور 91 و الاناث 120.

نتائج البحث : تبين من خلال النتائج أن درجة ممارسة النظام التمثيلي في الاتصال الاداري لدى مديري المدارس الحكومية متوسطة , و يعزو الباحثان ذلك لان بعض الادارات المدرسية لا تملك الخبرة الكافية في

العمل الإداري أو في الهيكل التنظيمي للمدرسة أو في التعليمات و الأنظمة التي تحكم العمل حيث لا يتمكن المدير من إبراز قدراته في الاتصال و إنما يكتفي ب تطبيق التعليمات, كما يمكن أن يعزى السبب الى ضعف في مهارات الاتصال لدى البعض .

1-7- مميزات الدراسة الحالية :

- الدراسة الاولى في الجزائر و معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية و جميع معاهد الوطن التي يتم ربط الأداء المهاري في كرة القدم بالأنظمة التمثيلية (NLP).
- تهدف الدراسة الى توضيح ظاهرة جديدة تتعلق بجوانب الإدراك الحسي السمعي و البصري و علاقتها بالأداء المهاري في كرة القدم .
- اعطاء نظرة حول أهمية ادماج برامج تدريبية على وفق الأنظمة الشخصية التمثيلية في المستقبل .

الجانب
النظري

الفصل الثاني
الأنظمة الشخصية
التمثيلية

تمهيد:

تعد الأنظمة التمثيلية احد مواضيع البرمجة اللغوية العصبية والتي تختصر بـ (NLP) اذ ان (N) تعني (Neurology) وهي دراسة الجهاز العصبي والعقل، وكيفية التفكير اما (L) فتعني (Linguistics) وتعني علم اللغة وتأثيراتها واخيرا (P) وتعني (Programming) وهي البرمجة والتخطيط (اوكانور، 2008 ،صفحة 8 .)

و تعرفت (NLP) على انها مجموعة أدوات وتقنيات لتحقيق الفروق الفردية بين الناس من خلال تحديد الحصلة (الهدف) وملاحظة ما يفعل الناجحون، ومحادثتهم في الممارسة (Woerner&Stonehouse, 2008) و تربط البرمجة اللغوية العصبية بين الجسم والعقل ، فالطريقة التي تركز فيها تتأثر بأسلوب تفكيره، وأسلوب تفكيرك يؤثر في كيفية تنفسك ويؤثر في مشاعرك، فكلما كان الفرد على معرفة بتأثير الجسم في العقل وتأثير العقل بالجسم (ولا يشترط ذلك معرفته بموضوع البرمجة العصبية اللغوية) كلما استطاع الحصول على نتائج اكبر، وتعد البرمجة اللغوية العصبية وسيلة وليست غاية، والغاية هي التميز والتفوق في المجال الرياضي تمدنا (NLP) بالافكار الاكثر ملائمة الاكثر ملائمة للاداء الرياضي و تلعب دورا هاما في الارتقاء بسلوك الرياضي وتفكيره (مصطفى و راضي، 2017)، إذ أن البرمجة العصبية اللغوية تساعدنا على أن نكون متفاعلين مع ما نسمعه ونراه ونحسه، بصورة متساوية أحيانا أو تفوق احد الحواس احيانا اخرى وفقا لنوعية النظام التمثيلي السائد لدينا. والنظام التمثيلي يقصد به أن يمثل الإحساس المتولد عن كل حاسة من هذه الحواس الخمس نمطا (Mode) خاصة للإدراك عن (رؤية شيء) وهو نمط بصوري (Visual) (نسبة إلى الصورة)، والإدراك الناتج من (سماع صوت) هو النمط السمعي (Auditory)، والإدراك الناتج عن الإحساس بالشيء هو النمط الحسي (Kinesthetic) (حماد، 2008، الصفحات 192-193)

وان لكل شخص نظامه التمثيلي الخاص به والنظام التمثيلي كذلك هو الجزء الذي يستطيع العقل الواعي إدراكه من المعلومات المخزونة، وان خبراتنا كلها ناتجة مما نراه أو نسمعه أو نشعر به أو نلمسه أو نشمه. وفي البرمجة اللغوية العصبية ترجع هذه الحواس إلى ما يسمى (بالنظام التمثيلي)، وهو تمثيل المعلومات باستخدام الحواس (البصر - السمع - الشم - الذوق - اللمس - الحس) من العالم الخارجي. وتوجد في داخل الجسم مستقبلات حسية تقوم باستقبال المعلومة وتخزينها ومن ثم تستدعي بالطريقة نفسها التي خزنت بها. وعلى الرغم من اشتراك الحواس الخمس في عملية الإدراك إلا إن الغالبية العظمى لمذكراتنا وذكرياتنا تأتي عن طريق ثلاث حواس رئيسية هي (البصر - السمع - اللمس) وعلى الرغم من اشتراك الحواس كلها في عملية الإدراك إلا إن لكل فرد منا نظام تمثيلي يغلب على بقية النظم ويطلق عليه (النظام التمثيلي الأول)

2-1- النظام التمثيلي: "هو طرق تلقي الأشخاص للمعلومات والخبرات من العالم الخارجي بطريقة لغوية

ملفوظة وغير ملفوظة ، تستقبل عن طريق الحواس الخمسة (السمع، البصر، الشم، التذوق، الإحساس)، وتنقل عبر الأعصاب وتعالج في منطقة المخ، ويحصل لها تحليل وتفسير ومقارنة وتخزين، ثم تنتقل إلى العالم الخارجي ، وتترجم من حيث الاتصال بالآخرين" . (عبيد، 2006:156).

وترى عبيد (2006) أن النظام التمثيلي هو الكيفيات الحسية الحواس الخمس البصرية والسمعية والحركية والشمية والتذوقية، التي من خلالها يقوم العقل البشري بالتعبير عن الذكريات والأفراد، حيث برزت نظرية الأنظمة التمثيلية في علم البرمجة اللغوية العصبية. وعرف التكريتي (2002:58) النظام التمثيلي " بأنه الإحساس المتولد عن كل حاسة من هذه الحواس الخمس نمطا خاصا للإدراك، فالإدراك الناتج عن رؤية شيء هو النمط الصوري (Visual) نسبة إلى الصورة، والإدراك الناتج عن سماع صوت هو النمط السمعي (Auditory)، والإدراك الناتج عن الإحساس بشيء هو النمط الحسي (Kinesthetic)، والإدراك المتكامل تشترك فيه الأنماط الإدراكية الثلاثة معا". ويشير بافيستر وفيكروز (2006:37) إلى الأنظمة التمثيلية مجتمعة باسم (VAK) التي هي اختصار لكلمة (Visual)؛ أي البصري، و (Auditory)؛ أي السمعي، و (Kinaesthetic)؛ أي الحركة والإحساس، وهي الحواس الأساسية في الحياة اليومية، وعندما يفكر الأشخاص في العالم الذي يحيط بهم، فهم يلجؤون عادة إلى الصور والأصوات والمشاعر".

والنظام التمثيلي نشأ وتطور مع نشأة وتطور البرمجة اللغوية العصبية أو الـ (NLP)، فهو تقنية من تقنياتها المتعددة التي ظهرت في منتصف السبعينيات من القرن العشرين على يد كل من العالمين الأمريكيين "ريتشارد باندلر" الذي كان طالبا يدرس الرياضيات، و"جون جريندر" أستاذ اللغويات في جامعة كاليفورنيا، حيث شرع الاثنان في الاختيار، وشرح مدى نجاح العديد من وسائل التواصل الفعالة، حيث بدأت مسيرة التفوق التي هي السمة المميزة للبرمجة اللغوية العصبية (ماكديرموت وجاجو، 2006). وقد امتدت تطبيقات البرمجة اللغوية العصبية في العالم إلى كل شأن يتعلق بالنشاط الإنساني كالتربية والتعليم، والإدارة، والصحة، والتجارة والأعمال. ويقسم النظام التمثيلي إلى ثلاثة أقسام كما بينها الفقي (2001) ، والزهراني (2005) ، وبافيستر وفيكروز (2006) :

1- النظام التمثيلي السمعي

2- النظام التمثيلي الحسي

3- النظام التمثيلي البصري

ومع أن الحواس الخمس تعمل جميعها بصورة مستديمة وبلا انقطاع، إلا أن لكل منا نظاما خاصا به بارزا يفوق الأنظمة الأخرى فعالية:

2-1-1- الأشخاص البصريون

هم الذين يتميزون بنظام تمثيلي أساسي بصري، ويميلون إلى التنفس السريع من صدورهم والتحدث بسرعة بينما يرون صوراً لتجاربهم، ويعتمدون على الحركات لدعم أقوالهم.. قد يقاطعون غيرهم، يتحركون بسرعة، يأكلون بسرعة يفيضون بالطاقة، ويتحدثون بصوت مرتفع.. كما أنهم سريعو التتابع، يتخذون قرارات فورية مبنية على ما يرونه مما يدفعهم إلى المخاطرة والمجازفة بأنفسهم.

خلال تعاملاتك مع أشخاص بصريين، عليك أن تصور لهم، وتجعلهم يرون ما تتكلم عنه وأن تتلائم مع طاقتهم.

2-1-2- الأشخاص السمعيون

الأشخاص ذوي النظام التمثيلي الأساسي السمعي يميلون إلى التنفس البطيء.. يفضلون الامتناع عن الكلام، وعندما يتحدثون، يفعلون ذلك بنبرات ونغمات صوتية متباينة.. لديهم القدرة الفائقة على الاستماع دون المقاطعة. يتأني الأشخاص السمعيون في الاستماع والحديث، وعادة يتخذون قرارات مبنية على التحليل الدقيق للأوضاع.. فهم يجمعون أكبر قدر ممكن من المعلومات.. وهم رجال قرار حذرون، يقللون إلى أدنى مستوى نسب المخاطرة والمجازفة..

مع الناس السمعيين تحدث ببطء ووضوح وغير نبرة صوتك. وقم بشرح الوضع بالتفصيل وشجع المناقشة بطرح أسئلة صريحة.

2-1-3- الأشخاص الحسيون

الأشخاص ذو التمثيل الأساسي الحسي يتنفسون عادة بعمق وهدوء.. وينصب اهتمامهم الرئيسي على العواطف، لذلك فإن قراراتهم مبنية على المشاعر والعواطف المستنبطة من التجربة. وعند التعامل مع الحسنيين عليك أن تجعلهم يشعرون بما تقوله. (الدكتور إبراهيم الفقي، 73، 2008)

2-2- النظام التمثيلي الصوري:

تعد حاستنا البصر والسمع من أهم الحواس، وتعد من الحواس العليا في مقابل الحواس الدنيا (اللمس والشم والذوق). لأن هذه الأخيرة لا تخدم العمليات العقلية بمثل ما تقوم به حاستنا البصر والسمع، والعين ما هي إلا جهاز استقبال للصور الخارجية التي تمر تصل إلى الدماغ ليحللها ويعبر عنها، فالرؤية الحقيقية تتم في العقل ما العين إلا أداة لتوصيل الصورة، أما ترى أننا في كثير من الأحيان نبحث عن أشياء هي أمام أعيننا ولكن لا نراها !

أحيانا نجد أن ما نلتقه بالنظر يكون صلته ضعيفة بما نقدمه ، وهذا الأمر يعتمد على عدة عوامل منها :

. أين ما شاهدناه في الماضي كيف نفسره.

- كيف غيرناه من حين لآخر .

- موقفنا أو مشاعرنا تجاهه .

- ما نتوقع أن نراه .

إن فالإبصار لا يحدث من خلال العينين فقط فنحن نرى أيضا بعقولنا، فالعقل يوضح للعينين ما تراه وليس العكس، فكلمة تخيل وتصور تشمل التخيل والتذكر والمعتقدات والمشاعر، وبهذه الطريقة فإن التمثيلات الصورية تصل إلى العقل أقل تشويها وتعميمة من أي نظام تمثيلي آخر، كيفية تخيلنا للأشياء تؤثر في تفكيرنا وسلوكنا ومن ثم قراراتنا وردود أفعالنا... إلخ. إننا أحيانا نستخدم كلمة (تخيل) لتشمل كل الحواس، وعندما نكون بصدد تغيير طريقة تفكيرنا وسلوكنا فإن الصور الذهنية تعد من أساسيات عملية التغيير، وكفاءة أساسية في البرمجة اللغوية العصبية، أن نتعلم كيف نتصل بذاكرة الصور الذهنية وكيفية تغييرها، ومعروف أن قدرات الناس تختلف في إجراء مثل هذه العمليات، لذلك يجب أن نتمرن على إجراء مثل هذه التغييرات والتعديلات في الصور الذهنية و تعتبر من الرياضة الذهنية.

(عبد الناصر الزهراني, 2005 , 174)

2-2-1- الصورة الخارجية:

هذا النظام يقوم على مشاهدة الصور الخارجية وتفسير هذه الصور والمشاهد الخارجية، ، فالعالم به أشياء مختلفة يمكن رؤيتها، إننا لا نهتم بم يراه الشخص بل بطبيعة وطريقة النظر، إن الناس يختلفون عن البعض في دقة وحدة البصر.

أوصل بعض العلماء عدد الألوان إلى بضعة ملايين، والعين العادية تستطيع أن تميز حوالي 180 درجة من اللون، بعض الناس لديهم عمى الألوان بحيث لا يستطيعون تمييز الألوان مثل الآخرين (تسمى هذه الحالة : بالإرهاب)، وبعضهم يستطيعون وبمجرد (الألوان أن يميزوا حوالي 500 إلى 600 لون، بينما يستطيع الآخرون فقط تمييز ألوان قليلة.

والإنسان العادي يستطيع أن يعطى للألوان أكثر من لفظة، يمكن تدريب الناس على ملاحظة الاختلافات في البصرية دقيقة، ولالإحساس بالألوان هناك شروط لا بد منها ، بعضها تعود إلى عوامل داخلية في جسم الإنسان وتركيبية : الإحساس، وبعضها يعود إلى عوامل خارجية منها مقدار الضوء إلى العينين، وطول موجته، وزاويته ... إلخ. ولإدراك الألوان ثلاث عمليات ميكانيكية، واحدة لكل لون من الألوان الثلاثة : الأحمر

والأخضر والأزرق، وتتم هذه العمليات في شبكية العين ومن حل مخروطاتها الحساسة للون تبعا لطول موجة الضوء .

هناك أشخاص لديهم قدرة جيدة على تقدير المسافة، والحجم ودرجة الإشراق، والتباين والتركيز البصري، وهناك الكثير من المتغيرات الصورية التي يمكن قياسها والناس يختلفون في قدراتهم في هذا الصدد، وليس كل ما يدرك بحاسة البصر يدرك بمجرد الحس، بل أيضا بالمعرفة ومنها ما يدرك بتمييز وقياس يزيد على مقاييس المعرفة . (عبد الناصر الزهراني, 2005 , 175_176)

2-2-2- الإجمالي والتفصيل في النظر :

هناك طريقتان للنظر إلى الأشياء أثبتتهما بالتجارب علماء الطريقة الأولى : التركيز على التفاصيل الدقيقة. والطريقة الثانية : تقوم على التركيز على المعلومات الإجمال وهذا الأمر له صلة بشقي الدماغ الأيمن والأيسر. فإذا لاحظت أنا عندما ينظرون لصورة ما، ستجد أن هناك طريقتين أساسيتين للنظر إلى هذه الصور وهي : الإجمالي والتفصيل.

الشخص الذي ينظر للتفاصيل تلاحظ بأن عينيه تتفحصان الصورة أو المشهد الذي يراه وبدقة، ويلاحظ ذلك من حركة عينيه ورأسه. أما الشخص الذي ينظر نظرة شاملة فإنه لا يحرك عينيه أو رأسه كثيرا .

الشخص الذي ينظر للصورة إجمالية، فإنه لا يركز على تفاصيلها الدقيقة وهذا الأسلوب يتناسب مع اكتشاف ورؤية الحركة، فالآثاري والجيولوجي على سبيل المثال، في بادئ الأمر عادة يتبنون النظرة التفصيلية لجمع المادة المراد دراستها، ثم النظرة الإجمالية لعلاقة هذه المادة العلمية مع بعضها .

هناك حالات ومواقف يكون فيها أحد هذين الأسلوبين أفضل من الآخر، فمثلا في عملية التدرج في البرمجة اللغوية العصبية فإن التركيز على النظرة التفصيلية الدقيقة لا يساعد على ملاحظة الدلائل الفسيولوجية والحركات الدقيقة والتغيرات التي تحدث، لذلك يجب اللجوء إلى النظرة الإجمالية، التي تساعد على ملاحظة هذه الحركات

دلائل. وهذا الأسلوب يساعد على ملاحظة أنماط التنفس والحركات الفسيولوجية الأخرى ..(عبد الناصر الزهراني, 2005 , 178)

2-2-3- التذكر الصوري :

يتذكر الأشخاص الصور إما وأعينهم مفتوحة وإما من فالشخص الذي يتذكر الصور فإنه ينظر إلى الأعلى يسارة أي يعتمد على وجود الذاكرة في الدماغ، أو قد ينظر أمامه بدون تركيز على شيء معين أو ربما يغض عينيه . هذه هي أوضاع وحركات العينين في التذكر الصوري.

يريد بعض الناس دائماً أن يعرفوا لماذا لا يستطيعون تذكر الصور بنفس تفاصيلها التي حدثت في الماضي؟ يتذكر الناس الصور إما إجمالية أو بالتفصيل، وهذا الأمر له صلة بكيفية رؤيتهم للحدث لحظة وقوعه، فإذا شاهدوه إجمالية فإنهم لن يستطيعوا تذكره بالتفصيل وإذا شاهدوه بالتفصيل فإنهم لن يتذكروه إجمالية، ونجد أن الناس يفضلون أحد الأسلوبين في تذكر الصور. الشخص الذي يركز على التفاصيل يستطيع أن يتذكر تفاصيل الصورة أو الحدث أو المشهد بدقة ، ولكنه لا يستطيع أن يتذكر الحدث أو المشهد بصورة إجمالية، بعكس الشخص الذي يركز على أسلوب إجمالي حيث لا يستطيع أن يتذكر الحدث بالتفصيل.

الكثير من الناس يقولون : بأنهم لا يستطيعون رؤية الصور ذهنياً وهذا يعني بأنهم لا يستطيعون تذكر التفاصيل الدقيقة.

البرمجة اللغوية العصبية مصممة للذين لديهم مقدرة جيدة على استخدام النظام الصوري والذين يستطيعون رؤية التفاصيل، لقد ثبت بأن كل شخص لديه قدرة على تخيل وتذكر وابتكار الصور ولكنهم قد لا يستطيعون أن يفعلوا كل ذلك بالتفصيل، ومن يقول : إنه لا يستطيع أن يتخيل فكيف يستطيع أن يعرف نفسه أو زوجه أو أبنائه أو إخوانه ... إلخ، فكل واحد من هؤلاء له صورة في مخيلتنا تجعلنا نتعرف عليهم فقط ببعض التمارين البسيطة نستطيع أن نبرهن على ذلك.

بعض الأشخاص لديهم ذاكرة تصويرية ويستطيعون تذكر التفاصيل بدقة شديدة، فهؤلاء الأشخاص يستطيعون أن ينظروا إلى صفحة من كتاب ويكررون ما ورد فيها بدقة، ويستطيعون أن ينظروا إلى الصورة ويذكرون كل تفاصيلها بدقة .(عبد الناصر الزهراني, 2005 , 180_182)

2-2-4- الابتكار الصوري:

هناك طريقتان للابتكار الصوري وهما الإجمال والتفصيل؛ إن تذكر ومشاهدة الصور لها نفس خصائص طريقة ابتكارها، فالذين يبتكرون الصور إجمالية لا يستطيعون التطرق للتفاصيل وقد يشعرون بالاحباط تجاه ذلك، والذين يبتكرون الصور بالتفصيل لا يستطيعون رؤية الصورة بشكل متكامل وقد يشعرون بالاحباط تجاه ذلك أيضا . اصحاب الابتكار الصوري يقومون بدور هام في عملية الإبداع وهو مقومات التقدم في المجالات التقنية، ولكن نجد أن الكثير من الناس لديهم قدرات محدودة في عملية الابتكار الصوري.

يستخدم المهندسون والعلماء الرسومات والخرائط لمساعدتهم في عملية الابتكار والإبداع الصوري، فهم أولاً ينظرون إلى الرسومات أو الأشكال، ثم يخزنونها في ذاكرتهم، ثم يجرون تغييرات على تلك الصور الذهنية المخزنة حتى يصلون إلى الشكل النهائي، وقد يكررون هذه العملية عدة مرات، وبعد أن تتبلور الفكرة جيدة يتم تخزينها في الذاكرة أو ترسم على الورق .

بعض كبار العلماء على مر التاريخ كانت لديهم قدرات خارقة في الابتكار الصوري، فمن علمائنا: الإدريسي صاحب كتاب : نزهة المشتاق في اختراق الآفاق» الذي وصف كروية الأرض قبل كولومبوس بأكثر من ثلاثمئة عام، وابن الهيثم عالم البصريات، وجابر بن حيان الذي اكتشف نظرية : «السعير» التي تنص على أن الأجسام القابلة احتراق عندما تحترق ينطلق منها السعير في شكل لهب أو ضوء (عبد الناصر الزهراني، 2005 ، 183_186)

2-3- الأنظمة التمثيلية السمعية:

الأنظمة التمثيلية السمعية تختص بالأصوات الشديدة والضعيفة ، وأصوات الأنين، والفرع، والبكاء، والتوجع، والنداء، والدعاء، والاستعاذة، والأصوات الخفية، والضخمة، والجافية، والغليظة ، والمبحوحة، والخصام، والكلام كثرت وسرعته، وبطنه وثقله، وخفته ... إلخ. وتعد الأصوات أقل الأنظمة التمثيلية في عدد مصطلحاتها، ولذلك أمكن لبعض الدارسين أن يجمع جل شتاتها في كتاب أسماه: «معجم السمع والمسموعات» لسليمان فياض. كل الأصوات يمكن قياسها بمقاييس علمية ويمكن تحليلها إلى أصوات بذبذبات مختلفة، فعندما يحدث ذبذبة وتردد فإن ذلك يحدث تغيرات في الضغط وهذه التغيرات تمثل الصوت، والأصوات التي تكون فيها هذه التغيرات عشوائية وليست على وتيرة منتظمة فهي تمثل الضوضاء بس الأصوات ذات الوتيرة الواحدة في ذبذبتها والتي تمتاز بنغمة ودرجة صوت معينة يمكن تحديدها.(عبد الناصر الزهراني، 2005 ، 187)

2-3-1- النبرة الكلامية والنغمة:

النبرة الكلامية هي قوة التلغظ النسبية التي تعطى للصائت في كل مقطع من مقاطع الكلمة أو الجملة، أما النغمة فقد تسمى درجة الصوت أو طبقة الصوت، وترتبط النغمة بالزمن، وتتوقف على عدد ذبذبات الأوتار الصوتية في الثانية الواحدة، وهناك نوعان فردية تصاحب الكلمة، وقولية تصاحب الجملة القولية.(عبد الناصر الزهراني، 2005 ، 190)

2-3-2- الفواصل: وهي نوع من السكون يفصل بين مجموعة صوتية وأخرى يفصل بين صوت وآخر، أو كلمة وأخرى، أو بين عبارة وآخر الجملة الواحدة، أو بين جملة وأخرى، والفواصل له تأثير واضح في تحديد المعنى المراد من الكلام. وهناك خمسة فواصل معروفة في جميع اللغات وهي:

- الفاصل الصاعد : ويأتي في نهاية الكلام ويصاحبه ارتفاع في نغمة الصوت كما هو عادة في السؤال مثل: هل عندك قلم؟ فكلمة قلم صاحبها ارتفاع في نغمة الصوت تدل على السؤال.

- الفاصل الهابط: ويأتي في نهاية الكلام دالا على انتهائه ويصاحبه هبوط في نغمة الكلام، فهو من الفواصل الختامية لأي كلام مثل نهاية الجملة الإخبارية : «هذا القلم».

الفصل المؤقت : ويأتي وسط الكلام ولا يصاحبه تغيير في النغمة وهو من الفواصل الخارجية، مثل السكون الذي قد يحدث بين المبتدأ والخبر : «القلم... أخذه محمد».

-الفواصل الموجب: وهو يفصل بين كلمة وأخرى لإحداث تمييز في المعنى وهو من الفواصل الداخلية، مثال ذلك : «طرقت الباب حتى كل متني فلما كل متني كلمتني...». فكل متني في الأولى والثانية تختلف من كلمتني في الأخيرة، وهذا من الفاصل الموجب.

- الفاصل السالب: وهو يفصل بين صوت والصوت الذي يليه في الكلمة الواحدة، ويرمز إليه بترك فراغ بين الأصوات أو الكتابة الصوتية .(عبد الناصر الزهراني, 2005, 191)

2-3-3- النظام السمعي النغمي:

يتعلق هذا النظام بالأصوات ونغمتها أو جرسها، ويتعلق النظام السمعي النغمي الخارجي بالقدرة على سماع الأصوات المختلفة وتمييزها، ويسمع الناس بطريقتين وهما: السمع الإجمالي والسمع التفصيلي، النظام السمعي النغمي الداخلي يشتمل على تذكر الأصوات وابتكارها، ويتميز هذان النمطان بقدرة أصحابهما على تذكر وابتكار الأصوات بدقة أو بصورة إجمالية، إن أهم صوت هو صوت الإنسان أما الأصوات الأخرى فهي تتدرج في الأصوات الموسيقية والضوضاء.(عبد الناصر الزهراني, 2005, 192)

2-3-3-1- السمع النغمي الخارجي:

يتمثل هذا النظام في القدرة على الاستماع والتمييز بين الأصوات المختلفة يستطيع الناس التمييز بين درجات، ونغمات، وإيقاعات ، وسرعات، وجرس، ومواضع الأصوات المختلفة، يستطيعون تمييز أصوات الآلات المختلفة

لدى معظم الناس قدرة جيدة على ملاحظة اختلاف الأصوات دون أن يعوا لذلك، فيستطيع كثير من الناس التمييز بين أصوات كثيرة مختلفة، ويعرفون أيضا الأشخاص المتحدثين، وخاصة عندما يرفعون سماعة الهاتف ويعرفون من هو المتحدث على الطرف الآخر، ويختلف الناس في قدرتهم هذه على الاستماع وتمييز الأصوات.

بعض الناس لديهم ضعف في القدرة على السمع ويحتاجون إلى مساعدات تساعد على السمع بزيادة علو الصوت، ويستطيع البعض الآخر سماع الأصوات التي لا يستطيع غيرهم سماعها، كما تختلف قدرات الناس على السمع باختلاف ذبذبات الصوت، تستطيع بعض الحيوانات مثل الكلاب - أكرمكم الله - أن تسمع أصوات وذبذبات لا يستطيع الإنسان سماعها، ولذلك يلاحظ على بعض الحيوانات قبل حدوث الزلازل أو السيول ينتابها القلق والانزعاج.

يختلف الناس أيضا في قدرتهم على تصنيف الأصوات، وهناك مدة تجارب في علم النفس تتعلق بقياس قدرات الناس على تمييز التصنيف التغيرات في درجة وطبقة الصوت.

فنقول :ان الصوت جاءنا من بعيد من ذلك الاتجاه، والأصوات ليست ذات طام مكانية، وكذلك الكلام عن الشم مثلا. كل الفروق والاختلافات الصورية لها علاقة بالمكان والعلاقات بين الأشياء مكانية، فالأمر يمكن وصفها وصفا دقيقة إلا في حدود مكانية (الحركة تشتمل الزمان والمكان). والخصائص السمعية تتعلق بالاختلافات الزمان هناك أشخاص لديهم قدرة على ملاحظة الاختلافات والفروق الزمانية في جزء من الثانية ؛ ولذلك نجد أصحاب التجويد (في تجويد القرآن) أن كل وقفة لها وقت معين، وكل مدة لها وقت معين تحسب بعدد الحروف بدقة متناهية، فهناك الغنية بحركتين، وهناك المد بحركتين أو

بأربع حركات أو بست حركات، وكذلك الشعراء حين ينظمون أبيات الشعر، فالشعر مبني على الإيقاع والتنغيم اللذين تحددهما الحركة والسكون.(عبد الناصر الزهراني، 2005، 192)

2-4- النظام التمثيلي الحركي (KinestheticRepresentational System):

يعد النظام التمثيلي الحركي من أقل الأنظمة التمثيلية استيعابا فهما، ويعزى ذلك إلى أن هذا النظام هو الأقل دقة في الوصف اللغوي، وكلمة حركي هي ترجمة للكلمة الإنجليزية : (Kinesthetic)، وهي أيضا تفسير لمعنى النظام التمثيلي الحركي الذي هو ما يتحرك في النفوس أو ما يعتلج فيها، يمثل النظام التمثيلي الحركي الأحاسيس والمشاعر أو العواطف، فلو قلت: حسي فسوف نركز على الأحاسيس وننسى المشاعر أو العواطف، ثم إن الحسي من الحواس، وجمع حسي حواس، ، وتقاديا للخلط بين الأحاسيس والمشاعر سوف أذكرهما باسميهما، فعندما أقول : حسي، أقصد بها الأحاسيس في النظام التمثيلي الحركي، أما المشاعر فالمقصود بها الانفعالات والعواطف .

يوجد للنظام التمثيلي الحركي نظام داخلي وخارجي، والنظام الداخلي يتكون أيضا من التذكري والابتكاري، وهناك النظام الحركي الرقمي، ويسميه الدكتور وودسمولبرايل (نفس اسم طريقة برايل في القراءة للكفيف). (عبد الناصر الزهراني، 2005، 205)

2-4-1- النظام الحسي الخارجي:

يتألف هذا النظام من الأحاسيس الخارجية المتعلقة المستقبلات الحسية على سطح الجلد، والجلد هو أكبر عضو في جسم الإنسان، وهذه المستقبلات الحسية تكشف خمسة أنواع وهي: الحرارة، والضغط، والملمس، والرطوبة، والألم أو رد فعل الجلد تجاه كل ما يؤذيه (انظر: الفصل الخامس: الجهاز العصبي ووظائف الأعضاء).

يختلف الناس في قدرتهم على اكتشاف التغيرات في هذه الأشياء الخمسة، يتم قياس الحرارة والضغط بمقاييس وأدوات مألوفة لدى الناس مثل : الترمومتر و ميزان الضغط والحرارة، ويمكن قياس فرق الجهد بين نقطتين على سطح الجلد بردة الفعل الكهربائي للجلد أو درجة رطوبته، ونقاس بجهاز (GSR) المقياس الكلفاني (Galvanic skin response).

وهذا الجهاز يستخدم في الكشف عن الكذب لأن بعض الأشخاص قد يمكنه من التحكم في بعض جوانب سلوكهم عندما تعرض عليهم مثيرات انفعالية، ولكنهم قد لا يستطيعون التحكم في وظائف مثل: العرق، ولا يوجد جهاز لقياس الملمس على سطح الجلد.

(عبد الناصر الزهراني، 2005 ، 207)

2-4-2 - النظام الحسي الداخلي:

من الضروري التمييز بين الأحاسيس والمشاعر أو الانفعالات. سنناقش هنا الأحاسيس وسنتطرق للمشاعر لا الحسي الداخلي يتعلق بوعي الإنسان لأحاسيسه الداخلية، ومن أنواع للأحاسيس الداخلية وتشمل ووعي الشخص للجهاز العصبي والعظام، والجهاز الدوري، والجهاز التنفسي، والجهاز الهضمي، والجهاز البولي، والجهاز التناسلي، وجهاز الغدد الجهاز العصبي يتألف من جهاز إرادي وجهاز لا إرادي والجهاز العصبي اللاإرادي يتألف من الجهاز العصبي السمبثاوي والجهاز نظير السمبثاوي .

ونجد أن أكثر ما يعي له الشخص ويحس به هو الجهاز العضلي والعظمي، وهذان الجهازان يتألفان من العظام والمفاصل والعضلات وكل مسببات الحركة في الجسم، ونجد أن الإحساس في هذا الجهاز يكون خارج نطاق الوعي والإدراك عندما يكون الإنسان في حالة سكون، ويعي الإنسان لها تماماً عندما يخل التوازن فيها، وبصورة عامة فإن الشخص لا يعي لأحاسيسه في هذين الجهازين، ومن السهل ان يعي لها وذلك بأن يقوم الفرد بتمارين شاقة أو أي عمل مرهق لم يمت عليه من قبل، وهذا الأمر يجعله يعي لكل أحاسيسه الجسدية، وبعض هذه الأحاسيس لا يعيها الإنسان إلا في اليوم التالي في شكل الالم وشد توتر في العضلات. (عبد الناصر الزهراني، 2005 ، 208)

2-4-3 - النظام الحسي التذكري:

يمكن للشخص أن يتذكر الأحاسيس الداخلية والخارجية يمكن تذكرها بسهولة مثل تذكر ما هو ساخن أو ما بارد، وما هو جاف أو ما هو رطب، كما يمكن للشخص تقدير الأوزان بالتقريب وهذا يتطلب تذكر حسية للضغط والنقل، كما يمكن للشخص أن يصف أحاسيس ممتعة أو مؤلمة مرت به.

ان تذكر الأحاسيس الداخلية يلعب دورا هاما في المحافظة على توازن الجسم والأداء العملي، وهذا التذكر يقوم على تذكر أحاسيس بدقة كما حدثت، ونجد أن مقومات الأداء والتفوق الرياضي تقوم على تذكر

الأحاسيس الجسدية المرتبطة بحركة معينة، فمثلا في الجمباز أو الحركات البهلوانية يتم تذكر الأحاسيس العضلية والمجهود الذي يجب بذله لأداء الحركة بشكل مناسب، وكذلك الأمر في لعبة كرة ام واليد وغيرها من الألعاب، والذاكرة الحركية تعتبر من أقوى الذاكرات، ومن أبسط الأمثلة على ذلك: أن من تعلم قيادة الدراجة لا يمكن أن ينسى كيفية قيادتها عندما يتقدم في السن، فهذه الأحاسيس مرتبطة بحركات عضلية لا يمكن أن تنسى .

يمكن للإنسان أن يتذكر ويختزن في ذاكرته أحاسيس متنوعة وخاصة الأحاسيس العضلية، ويمكنه أيضا أن يتذكر الأحاسيس المتعلقة بالأعضاء الداخلية للجسم، والإحساس بفقدان التوازن والسقوط .

إن البرمجة اللغوية العصبية تهتم بتذكر كل الأحاسيس الجسدية المرتبطة بتجربة ماضية، ولذلك فإن معايشة تلك التجربة في الحاضر مرة أخرى تعتمد على قدرة الفرد على التذكر الحسي .

(عبد الناصر الزهراني، 2005، 211)

2-4-4- الابتكار الحسي:

عندما يعي الشخص للأحاسيس في جسده ويتذكرها، يأتي بعد ذلك القدرة على ابتكارها عندما يحتاج إليه، قد يصعب على الإنسان أن يحدد ما إذا كان يتذكر الإحساس أو يبتكره، إننا نريد أن نصف التذكر الحسي بالقدرة على تذكر إحساس معين حدث في الماضي، والابتكار الحسي هو القدرة على ابتكار الإحساس في الحاضر دون الرجوع إلى تجربة ماضية مرتبطة به، الكثير من الناس محدودة وقاصرة فيما يتعلق بالابتكار الحسي، إن الابتكار جوهر التأمل، الذي يعتمد على القدرة على التحكم في الجسم، ويبدأ من التحكم في التنفس، فالذي يمارس اليوغا يستطيع حبس أنفاسه لمدة زمنية طويلة، ويستطيع أيضا المحافظة على معدل معين لا في كل دقيقة، ومن خلال هذه العملية يستطيع التحكم في - ونبضات قلبه وأجزاء أخرى من الجهاز العصبي اللاإرادي ..(عبد الناصر الزهراني، 2005، 212)

2-4-5- المشاعر أو العواطف أو الانفعالات:

ومن هذه المشاعر أو العواطف ما يوصف بأنه انفعال إيجابي أو انفعال سار مثل : الفرح والشعور باللذة كما أنه منها ما يوصف بأنه انفعال سلبي أو انفعال غير سار مثل: الحزن، الغضب، الخوف، الخجل، الاشمئزاز والاندحاش»، يقول الدكتور وودسمول : إن الشعور ، هو عبارة عن تفسير وترجمة الأحاسيس داخلية، والمشاعر مثل الكلمات تبعد عن الحقيقة والواقع بخطوتين، والواقع هو الإحساس، والشعور ترجمة لهذا الإحساس، والمشاعر تنقسم إلى مشاعر سلبية وأخرى إيجابية .(عبد الناصر الزهراني، 2005، 213)

على سبيل المثال : فإن الشعور بالغضب يمثل فسيولوجية معقدة تحتوي على أحاسيس داخلية، يستطيع الفرد التمييز بين عدة مشاعر مختلفة وكل شعور قد تختلف درجة قوته وحدته ، وكل شعور يتميز بإحساس داخلي، سواء كان شعور إيجابي أو سلبي، فالحب عبارة عن شعور يتألف من عدة أحاسيس جسدية .

المشاعر لا تأتي من فراغ، فالأحاسيس التي تشكل الشعور قد تثيرها صور وأصوات، وأحاسيس، وروائح، ومذاقات داخلية أو خارجية وهذا ما يسمى بالتزامن الحسي (Synesthesia). إن جزءا كبيرة من تطور ونمو الأفراد يعتمد على إدراك ومعرفة هؤلاء الأفراد للأحاسيس المختلفة التي ترتبط بعدة مشاعر تمثلها، ومن المهم ملاحظة التزامن الحسي الذي يستخدم في ظهور هذه الأحاسيس.

معظم الناس في مجتمعنا يعتقدون أنهم لا يستطيعون السيطرة على مشاعرهم، ويعتقدون أن المشاعر مجرد أشياء تحدث لهم دون إرادتهم، وأنهم ضحايا لهذه المشاعر، في بعض البلدان يصفون الأشخاص الذين لديهم سيطرة على مشاعرهم بأنهم غير صريحين، لأن في ظنهم من يستطيع السيطرة على مشاعره فإنه يعد، على حد قولهم، غير صريح وتكون مشاعره مصطنعة وزائفة .

يتأثر الاعتقاد بالتحكم في المشاعر بالمجتمع، فإذا طلبت من الناس أن يغيروا صورهم الذهنية أو أفكارهم، يمكنهم أن يفعلوا ذلك بسهولة، وإذا طلبت منهم تغيير مشاعرهم سيعدونك مجنونا، وهناك آخرون عكس ذلك، في الحقيقة يمكن للناس أن يتحكموا في أحاسيسهم ونتيجة لذلك مشاعرهم، وبإمكانهم فعل ذلك بشكل مباشر أو من خلال التزامن الحسي. الناس لا يقعون ضحايا لمشاعرهم ما لم يختاروا ذلك

وليس هناك شخص في العالم يستطيع أن يشعر بشعور أي شخص بأي طريقة ، وهذا يعد انتهاكا صارخا للنموذج الأعلى، حيث ان الناس لا يتحملون مسؤولية مشاعرهم أو يقومون بدور الضحية ويلقون اللوم على الآخرين .

الحب هو شعور داخلي لشخص ما نحو شخص آخر في خارج، والشخص الآخر لم يتسبب في هذا الشعور بإرادته ، وقد شعر شخص بالحب في وجود شخص بعينه، وآخر قد يشعر بنفس الشعور في حضور أي شخص، أو عدم حضور أي شخص، مثل: حب الناس والجيران وغيرهم. وفي الأثر: « احب لأخيك المسلم ما تحبه لنفسك». فحب الآخرين ممن يعدون غير محبوبين لدى الناس يجعل الفرد يدرك بأن الحب شعور يختاره الإنسان بإرادته .

إننا بدلا من أن ننتظر شخصا ليجعلنا نشعر بالحب والسعادة فإننا يجب أن توجد هذا الشعور بداخلنا ونعمل على أساسه، بعض الناس ينتظرون شخصا أو حدوث شيء يتسبب في مشاعرهم الإيجابية .

إن السعادة والكثير من المشاعر الإيجابية أشياء لا تحتاج منك إلا أن تتذكرها وتتبناها، ويمكنك أن تعمل على ابتكارها.(عبد الناصر الزهراني، 2005 ، 215)

2-5- اكتشاف نظامك التمثيلي الأساسي

التحديد ما هو نظامك التمثيلي الأساسي، اختر من ورقة الأسئلة التالية الأجوبة التي تبدو طبيعية لك. أجب بسرعة... لا تستغرق أكثر من خمس ثواني في كل سؤال.. عبر عما تشعر به بشكل طبيعي، ودون باختصار وعلى عجل كل جواب في سجل الأجوبة.

1- ما الذي يؤثر في قرارك بشراء كتاب؟

أ- لون الغلاف والصور داخل الكتاب.

ب- عنوان الكتاب ومحتواه.

ج- نوعية الورق وإحساس لمسه.

2- ما الذي تفضله حينما يشرح لك أحد فكرة جديدة؟

أ- مشاهدة الصورة الإجمالية.

ب- مناقشة الفكرة مع الشخص المعني، ومع أشخاص آخرين، والتفكير فيها. (الدكتور إبراهيم الفقي، 2008، 74)

ج- الشعور بالفكرة.

3- ما الذي يحدث

أ- ترى وتتخيل النواحي المختلفة لهذا التحدي.

ب- تتبادل الآراء حول الحلول البديلة والخيارات.

ج- تقرر وفقا لمشاعرك.

4- في اجتماع عمل، ما هو التصرف الذي تميل إليه؟

أ- مراقبة وجهات النظر، ثم إبداء وجهة نظرك الخاصة.

ب- الاستماع إلى جميع الخيارات، ثم تشرح رأيك في الموقف.

ج- الشعور بالمناقشة، ثم إبداء رأيك.

5- إذا احتجت إلى معلومات محددة ما الذي تتوقع حدوثه؟

أ- تتقرب بنفسك للاطلاع على آراء مختلفة.

ب- تستمع إلى أفكار الخبراء.

- ج- تستعين بخبرة ومعرفة أفراد آخرين.
- 6- في حالة اختلافك مع شخص آخر ماذا تفعل عادة؟
- أ- تركز على بلاغ الشخص الآخر.
- ب- تصغي باهتمام دون مقاطعة.
- ج- تحاول الشعور بها يقصده الشخص الآخر.
- 7- خلال مؤتمر أو ندوة ما هو دافعك الأول؟
- أ- النظر إلى الصورة الإجمالية وتقييم الأشياء البصرية.
- ب- الإصغاء لكل كلمة في البلاغ.
- ج- الشعور بمعنى البلاغ.
- 8- ما هو الشيء
- أ- الشخص الآخر وهو في أحسن أحواله. (الدكتور إبراهيم الفقي، 2008,75)
- ب- كلمات دعم وتأييد من قبل الشخص الآخر.
- ج- الشعور بالحب والتقدير من قبل الشخص الآخر.
- 9- ما الذي تبحث عنه لدى شرائك سيارة جديدة؟
- أ- الأجهزة البارزة المميزة مثل: تكييف الهواء، والنوافذ الكهربائية والمقاعد الجلدية.
- ب- كافة التفاصيل التي يزودك بها البائع.
- ج- قيادتها دون تأخير بغية الشعور بالتحكم فيها، والسيطرة عليها.
- 10- عند سفرك على متن الطائرة ما الذي تبحث عنه؟
- أ- مقعد بالقرب من النافذة.
- ب- مقعد يشرف على الجناح لكونه أقل إزعاجاً للآخرين.
- ج- مقعد وسط يجعلك تشعر بقدر أكبر من الطمأنينة. (الدكتور إبراهيم الفقي، 2008,76)
- المجموع الكلي: (أ) - (ب) - (ج)
- * إذا حصلت في (أ) على أعلى مجموع للنقاط - فأنت بصري. .
- * إذا حصلت في (ب) على أعلى مجموع للنقاط - فأنت سمعي

* إذا حصلت في (ج) على أعلى مجموع للنقاط - فأنت حسي.

لاحظ أين يقع المجموع الثاني للنقاط المسجلة فهو يمثل نظامك التمثيلي الثاني في الأنظمة، ونظامك الثالث يكون طبعا أدني مجموع تكون قد حصلت عليه.

إن معرفة نظامك التمثيلي الأساسي والثاني والثالث من شأنهم مساعدتك على تحديد المجالات الواجب تحسينها. فإن كان نظامك التمثيلي الثاني سمعيا، عليك أن تستمع أكثر إلى ما يقوله الآخرون. (الدكتور إبراهيم الفقي، 77, 2008)

وتفسر الصفحات التالية ما يسمى في البرمجة اللغوية العصبية بالتأكيدات اللغوية للنظام التمثيلي.. وفائدة هذه التأكيدات هي المساعدة على تشخيص وتحديد الأنظمة التمثيلية للغير. (الدكتور إبراهيم الفقي، 78, 2008)

«إن اكتشاف شخصيتك الذاتية هو سبيل القدرة الشخصية، واكتشاف شخصيات الأشخاص الآخرين هو القدرة المطلقة، الدكتور إبراهيم الفقي

حاول أن تتذكر آخر تجربة طريفة ومسلية لك.. قم بوصفها لنفسك أو لشخص آخر.. من ضمن الحالات الثلاث التالية، سوف تبدو لك حالة أكثر مطابقة للواقع:

١- قد تصف التجربة من الناحية البصرية.. وتركز معظم انتباهك على صور وألوان التجربة. في هذه الحالة، يكون نظام تمثيلك الأساسي بصريا، أو:

٢- قد تصف الناحية السمعية للتجربة ذاتها..؛ حيث تلفت أنغام وأصوات التجربة انتباهك في المقام الأول. في هذه الحالة يعتبر نظام تمثيلك الأساسي سمعيا، أو:

3- قد تصف الجانب الانفعالي للتجربة مركزا على حالتك الشعورية والعاطفية. إذا كان هذا الوصف ينطبق عليك، فإن نظام تمثيلك هو حسي.

الحالة الأولى الناس البصريون هم أكثر انتباها لما يرونه.

بصري

سمعي

حسي

الحالة الثانية الناس السمعيون يركزون أكثر على ما يسمعونه.

بصري

سمعي

حسي (الدكتور إبراهيم الفقي، 2008، 72)

الحالة الثالثة الناس الحسيون يلتفتون أكثر إلى ما يشعرون به.

بصري

سمعي

حسي

ولكوننا بشر، نتصل بعالمنا عن طريق حواسنا الخمس.. وتشكل هذه الحواس النظام التمثيلي الذي يتولى مهام التحويل إلى رموز، والتنظيم، والاختزان، وربطنا بمصاف الإدراك.. ولهذا النظام خمس كفاءات، أو أنظمة هي: البصري، السمعي، الشمي، الذوقي، والحسي.. .

2-6- التأكيدات اللغوية للأنظمة التمثيلية:

كل شخص يتنفس وكل شخص يتصل بغيره.. والسؤال هو كيف وما الذي يحدث ؟ « فرجينيا ساتر

إن التأكيدات اللغوية هي كلمات و جمل وصفية، وهي بالتخصيص أفعال وأحوال وأوصاف تدل على أن شخصا يفضل نظاما تمثيلا معيناً عن الآخرين. ومع مرور الوقت وبالإستماع إلى الناس، سوف تدرك أنهم يفضلون استعمال .كلمات ومجموعة كلمات معينة تعبر عن نظام تمثيلي معين. وأغلب الظن أن الشخص البصري سوف يلجأ إلى تأكيدات لغوية بصرية مثل: أتصور، أرى، أركز .. بالمعيار، سوف يستخدم الشخص السمعي كلمات مثل: استماع، سماع، حديث، أصوات.. أما الشخص الحسي فسوف يستعمل تأكيدات لغوية من النوع الانفعالي مثل إحساس ولمس. كل هذا يشير إلى أن الناس يدركون تجاربهم عقليا بواسطة ما يرونه، أو يسمعون، أو يشعرون، ويحسون به في المقام الأنماط.

ما هي فائدة التأكيدات اللغوية بالنسبة لك؟

سوف تفهم كيف يدرك الناس عقليا تجاربهم بملاحظة التأكيدات اللغوية التي يستخدمونها. وسوف يشعر الناس الذين تتحدث معهم أنهم محل تفهم واحترام، إذا استطعت تمييز ومجاعة تأكيداتهم اللغوية. والمقصود بالمجاعة هنا: موافقة التأكيدات اللغوية التي يستخدمها الآخرون. (الدكتور إبراهيم الفقي، 2008، 79)

يقدم هذا الجدول أمثلة عن كل نظام تمثيلي

الشخص الحسي	الشخص البصري	الشخص السمعي
يشعر	يرى	يسمع
انفعال	ينظر	يستمع
هدوء	يراقب	يقول
إحباط	يظهر	ضجيج
ضغط	يشاهد	صوت
مرتبك	يتخيل	كلام
عصبي	يلون	سكوت
وحيد	يتهاى	ذروة
مرتاح	رؤية	إيقاع
مرهق	وجهة نظر	

شكل (1)

2-6-1- التأكيدات اللغوية في سياق الحديث

فيما يلي أمثلة على التأكيدات اللغوية في سياق الحديث المفضل استعمالها لدى كل نظام تمثيلي:

البصري

* انظر إلى الموضوع من وجهة نظري. لا ليست فكرتك واضحة لي.

* هل يمكنك التصور؟

دعني أريك.

* دقق الرؤية، وسوف ترى ما أعنيه. (الدكتور إبراهيم الفقي، 80، 2008)

السمعي:

* صداه يبدو مألوقا.

* هذا يدق جرسا.

* اسمع، لدي فكرة عظيمة.

* لدي شيء أقوله لك.

* دعنا نتحدث عن وظيفتك الجديدة.

الحسي :

* إن فكرتك قد أثرت حقا في نفسي.

* هل تشعر بها أنا أشعر به؟

* أنا موافق. أنت انفعالي جدا. .

* لا أتحمل الضغوط، أفضل أن أظل هادئا.

* الجو بارد هنا هل تشعر بالبرودة؟

باتصالك بالناس، أول انتباها خالها لأنظمة التمثيل الأساسية لديهم، ولاحظ الكلمات التي يرددونها للتعبير عن هذه الأنظمة. وسوف تساعدك الأمثلة التالية، الخاصة بتعبيرات كل نظام تمثيلي، على استيعاب المفهوم بشكل أفضل

البصري:

١- الشخص : تبدو فكرتك جيدة لي.

أنت: يمكنني تصور ذلك.

٢- الشخص: هل يمكنك رؤية وجهة نظري؟

أنت: نعم، بوضوح

السمعي:

١ - الشخص: يقرع ما قلته جرسا

أنت: نعم، يبدو أنصداه جيد ، أليس كذلك؟ (الدكتور إبراهيم الفقي، 81، 2008)

- الشخص: هل تسمع ما أقوله؟

أنت:نعم، وإني أسمع صوتا داخليا يقول لي أن فكرتك عظيمة.

الحسي :

١- الشخص: إني، بالعمل معك. أشعر بالارتياح.

أنت: أشعر بالشيء ذاته.

٢- الشخص: لا أحب أن أعمل تحت ضغوط

أنت : لا أشعر بالارتياح حينها أعمل في هذا الجو المشحون بالتوتر
احذر من عدم توافق التعبير إن عدم توافق التعبير هو استخدام نظام تمثيلي لا يتماشى أو لا يتناسب مع
متحدثك.

مثلا: الشخص: فكرتك تبدو جيدة .

أنت:نعم، أشعر بأنها جيدة.

أو

أنت: نعم، صداها أو رنينها جيد.

يؤدي اللاتوافق في التعبير إلى ظهور اختلافات ومصادمات، فاستعمل التعبيرات المناسبة وسوف تنعم
باتصال منسجم مع الناس. (الدكتور إبراهيم الفقي، 82، 2008)

الخلاصة :

إن الأنظمة التمثيلية احد مواضيع البرمجة اللغوية العصبية و هي عبارة عن طرق تلقي الأشخاص
للمعلومات والخبرات من العالم الخارجي عن طريق الحواس الخمسة وتنتقل عبر الأعصاب وتعالج في منطقة
المخ وتترجم من حيث الاتصال بالآخرين كما يُعتبر النظام التمثيلي واحداً من أهم الأنظمة العلمية التي
تساعد على فهم الآخرين والتواصل معهم بشكلٍ صحيح.

الفصل الثالث
الأداء المهاري في كرة
القدم



الأداء المهاري

2-1-1- الأداء المهاري :

هو نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي ، و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية ، و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة .
(وجدي مصطفى الفاتح ، ص 374)

والأداء المهاري يعني كافة العمليات التي تبدأ بتعليم اللاعبين أسس تعلم المهارات الحركية، وتهدف إلى وصولهم فيها الأعلى درجة أو رتبة، بحيث تؤدي بأعلى المواصفات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية بما تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد.

وبمعنى آخر يقصد بالأداء المهاري كل الإجراءات والتمرينات المهارية التي يقوم المدرب بالتخطيط لها وتنفيذها في الملعب بهدف وصول اللاعب إلى دقة أداء المهارات بآلية وإتقان متكامل تحت أي ظرف من ظروف المباراة. (وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد ، 2002، ص 152-153)

3-1-2- مفهوم المهارة و القدرة.

3-1-2-1- مفهوم المهارة:

يستخدم مصطلح المهارة Skill في مجالات الحياة اليومية للدلالة على معاني متعددة ، فبعض الآباء يتحدثون عن أن أطفالهم الصغار أصبحوا يجيدون مهارة المشي ، أو مهارة القفز ، أو قيادة الدراجات ، وفي مجال الصناعة يصنف العمال إلى عمال مهرة وعمال نصف مهرة وعمال غير مهرة ، وتكتب الصحف اليومية عن الأداء المهاري المتميز لبعض لاعبي الفريق القومي في كرة القدم ، وكثير منا يذكر مهارات بعض الأفراد في العزف على الآلات الموسيقية والكتابة على الآلة الكاتبة وقيادة السيارات والدراجات البخارية ، ويقوم مدرسو التربية الرياضية بتدريس مهارات الجمباز والغطس للتلاميذ ، ويتحدث بعض الناس عن مهارة بعض الجراحين النابهين من أمثال جراح القلب الشهير مجدي يعقوب .

(محمد حسن علاوي، 1987، 19)

مما سبق يتبين لنا مدى اتساع استخدام مصطلح المهارة في حياتنا اليومية ولعل ذلك يبين أن كل نشاط من أنشطة الحياة اليومية يحتاج منا الى مهارة خاصة ، كما أن كل انسان حي يمارس أعمالا تعتمد بشكل أو بآخر على مهارات و أن الإنسان المتفوق في الحياة يمارس أعمالا تعتمد بشكل رئيسي على اجادته لبعض المهارات الخاصة بهذه الأعمال .

ومصطلح المهارة يشبه إلى حد بعيد مصطلح التعلم Learning من حيث الصعوبة في وضع تعريف مانع جامع لكل منهما ، ومن ناحية أخرى فانه يلاحظ أنه من الصعب تحديد تعريف مطلق للمهارة ، ذلك لكونها أي المهارة تشير إلى مستويات نسبية من الأداء ، أي أن المهارة خاصية تشير إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد أو مستويات الجماعة ، وفي هذا الصدد يبين سنجر Singer 1982م أنه يمكن التعبير عن مصطلح المهارة وفقا لنوعين من المستويات هما : المستوى النسبي relative والمستوى المطلق Absolut وهو يرى أن المستوى النسبي يقوم على أساس أن المهارة تشير إلى مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة بمستوى تحصيل أقرانه في نفس المهارة ، وأما المستوى المطلق فيعني مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحاكات تقويم توضع في شكل ترتيب Hierarchical order يبين المستويات المطلقة للمهارة في الأعمال والأنشطة الخاصة بها ، هذه المستويات الهرمية تكون معدة مسبقا كمتطلبات رئيسية للأعمال المختلفة حيث يطلق عليها مستويات المهارة القياسية Standard of reference وهي تستخدم كمحكات Criteria لتحديد المستوى المهاري المطلق للفرد مثال ذلك محكات القبول بالكليات الجوية ، ونظام وضع الدرجات في الأداء المهاري في الجمباز والغطس وغيرهما.

ويعرف قاموس وبستر Webster Dictionary 1979م المهارة على أنها القدرة ability على استخدام الفرد لمعلوماته بكفاية واستعداده للإنجاز ، ويعرف جثري Guthrie 1952 م المهارة على أنها قدرة تكتسب بالتعلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة نتيجة لهذا التعلم ، ويشير وايتنج Whiting 1970 م إلى أن المهارة تعني الكفاية في انجاز (أداء) واجبات وأعمال خاصة محددة ، ويبين سنجر Singer 1980م أن المهارة ترتبط بالانجاز في عمل task أو نشاط activity معين ، وهي تشير إلى مجموعة Set من الاستجابات responses الخاصة التي تؤدي في موقف محدد ، هذا الموقف يشتمل أساسا في مضمونه معايير الحكم على مستوى الأداء في المهارة. (محمد حسن علاوي، 1987، 20)

ويبين بارو Barrow 1983م أن مصطلح المهارة يشير إلى القدرة على انجاز عمل ما، ويرى أن المهارة ترتبط دائما بعمل ما ، هذا العمل يتطلب توافر قدرات مهارية خاصة لانجازه ، أي أن المهارة بهذا المفهوم تتطلب تحديد مسبق للحركات الخاصة المطلوبة من الفرد لانجاز العمل ، تلك الحركات غالبا ما تتضمن أنماط مختلفة من التوافقات العضلية العصبية Neuromuscular Coordination وهذا يعني أن مصطلح المهارة يرتبط بالواجبات والأعمال الخاصة التي تعطى الفرد للقيام بها ، حيث يتوقف التفوق في انجاز هذه الواجبات على خبرة الفرد السابقة في مجال هذه الأعمال.

وينكر كنان Knapp 1983م أن المهارة في كل ما يمكن أن يعبر عنه بالانجاز Performance حيث يدل هذا الانجاز على : ما الذي تعلمه الفرد ، وعلى مستوى إجادته لما تعلمه ، ويضيف «كتاب» أن المهارة

عبارة عن إحساسات حركية Sensori - motor ومعلومات information تستقبلها أجهزة الحس المختلفة في الجسم ، وهي أيضا توجيهات تصدر من المخ لإحداث استجابات محددة بغرض انجاز مهام أو أعمال محددة أيضا ، وفي ضوء هذا التحديد لطبيعة المهارة يستبعد « كتاب » كل المهارات التي تعتمد فقط على النشاط العقلي كالتذكر والتفكير وغيرهما ، ويعتبر المهارة هي كل ما يعتمد على الاستجابات الحركية .

ويبين كير 1982Kerr م أن طبيعة المهارة nature of the skill تتحدد بثلاثة عوامل أساسية هي :

1- شكل وطبيعة العمل type of task وعما إذا كان هذا العمل يتطلب التكرار في شكل بسيط ، أو التكرار في شكل مستمر ، وعما إذا كانت المهارة تتضمن الربط بين مجموعة من المهارات في إطار واحد مترابط متتابع أم لا. (محمد حسن علاوي, 1987, 21)

2- النمطية patterning وهي تتوقف على عنصرين رئيسيين هما:

التوقيت timing الذي يتم به الأداء ، أي معدلات الأداء بالنسبة للزمن ، و التسلسل أو التعاقب Sequencing

3 - النتائج المفترضة سلفا بالنسبة للأداء المهاري predetermined results وهذه النتائج يمكن التعبير عنها بالسرعة والدقة والقدرة والكفاية التي يتم بها انجاز المهارة ، وكذا كيفية الأداء ، ودرجة صعوبته ، وفي بين الحالات تتضمن النتائج المطلوب الوصول إليها كل هذه العوامل مجتمعة فالأداء في الغطس أو الانزلاق على الجليد أو النقر على الآلة الكاتبة يتضمن الربط بين عوامل : الدقة والسرعة والجودة في الأداء . ومن ناحية أخرى فقد تتضمن النتائج المفترض تحقيقها للفوز في المنافسات الرياضية وفقا لقواعد خاصة تحددها اللعبة أو النشاط. (محمد حسن علاوي, 1987, 22)

و 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 والثقة. و لفظ مهارة يمتد ليشمل كافة مجالات الحياة من أعمال حرفية أو مهنية . و هناك ثلاثة أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية Cognitive Skills، مثل مهارات الحساب والجبر والهندسة ... إلخ.

- مهارات إدراكية Perceptual Skills، مثل مهارات إدراك أشكال معينة.

- مهارات حركية Motor Skills مثل المهارات الرياضية .

3-2-1- مفهوم القدرة :

يكاد يتفق أغلب علماء القياس النفسي على تحديد معنى القدرة تحديدا اجرائيا بالأداء الذي يسفر عنها ويدل عليها ، ولما كان كل ما يقوم به الفرد من أعمال بدنية أو عقلية يدل على قدرته على الأداء في كل مجال

من هذه المجالات، وأن نشاط الفرد يمكن ملاحظته وتسجيله، لذا فإن قياس القدرة يعتمد على رصد مظاهر الأداء الذي يدل عليها ويرتبط بها ، فالقدرة تعتمد في وجودها على المظهر الأدائي لها ، بمعنى أن وجودها استدلالاً ، أي أن ملاحظتها وتسجيلها لا يمكن أن يتم إلا عن طريق قياس الأداء الذي يدل عليها .

ولكن القدرة بهذا المعنى تصبح بعيدة عن مفهوم الإيجاز العلمي الذي تهدف اليه البحوث وبخاصة البحوث العملية منها ، ذلك أنه إذا كان كل عمل يدل على قدرة ، فإن عدد القدرات يصبح مساوياً لعدد الأعمال التي يقوم بها الفرد وتصبح كلمة أداء performance بمعنى كلمة قدرة ، وهذا يعد مخالفاً للمعنى الدقيق لكل مصطلح من المصطلحين . . ويذكر سيرل بيرت Burt. 1990م أن القدرات وسائل علمية التصنيف الأداء ويعرف فرنون Vernon. 1950م القدرة بأنها تعني وجود طائفة من الأداءات التي ترتبط مع بعضها ارتباطاً عالياً وتتمايز إلى حد ما كطائفة عن غيرها من التجمعات الأخرى للأداءات ، أي أن ارتباطها بالطوائف الأخرى ارتباط ضعيف لا يدل على علاقة قوية قائمة .

(محمد حسن علاوي، 22، 1987)

وهكذا يتبين أن كل تجمع cluster لطائفة متشابهة من الأداء في نوع محدد من الأعمال يمكن أن نسميه قدرة ، فالقدرة ليست قوة من قوى العقل أو ملكة من ملكاته ، وليست مظهر؛ مفرداً من مظاهر الأداء البدني ، ولكنها تصنيف النشاط العقل أو الجسم وتجميع لهذا النشاط في طوائف بحيث ترتبط مكونات كل طائفة ارتباطاً عالياً يبرر هذا التجمع ، ففكرة القدرات تقوم على أساس قياس الأفراد باختبارات مناسبة ثم حساب الارتباطات القائمة بين نتائج تلك الاختبارات تمهيداً للكشف عن العوامل Factors التي تصنف ذلك التجمع الارتباطي إلى فئات تصلح للتحليل الذي يفسرها إلى قدرات .

3-1-3- القدرة والمهارة:

يختلف مفهوم القدرة ability عن مفهوم المهارة Skill في أن المهارة تشير إلى مستوى أداء الفرد في مجال واحد محدد ، بينما تشير القدرة إلى وجود سمة عامة في الفرد غير ظاهرة ولكنها تؤثر في أداء عدد من المهارات الخاصة ، فإذا كان زمن الرجوع reaction time لليد اليمنى مثلاً يرتبط ارتباطاً كبيراً بزمن المرجع لليد اليسرى ، فإن ذلك يعني أن كلتا العمليتين تشيران إلى وجود قدرة رئيسية واحدة في الفرد هي القدرة على « سرعة الاستجابة » . ويكمن الفرق بين القدرة والمهارة في الآتي :

- 1- القدرة مصطلح يشير إلى شيء أو سمة أو صفة أو خاصية لها صفة العمومية وتمتاز بالثبات النسبي ، وتعزي في معظم الأحوال إلى العوامل الوراثية وتتأثر بالتعلم والمران والممارسة ، وتحسن وفقاً لمستويات النضج .

2- أما المهارة فهي عمل أو فعل يمتاز بالتفرد والخصوصية Specificact ويكون لهذا العمل وجهة محددة وهي تكتسب أساسا بالتعلم . وليس : معنى ذلك أن كل أشكال التعلم يمكن أن تؤدي إلى اكتساب المهارات ، (محمد حسن علاوي، 1987، 22)

فمن الممكن أن يتعلم الفرد بعض أنماط المهارات التي تنفقر إلى الكفاية والدقة مما يؤدي إلى الفشل في تحقيق النتائج المرجوة من الأداء، و من الممكن أيضا أن يقبل الفرد على تعلم بعض المهارات ولكنه يفشل فيها تماما ، فقد يقدم الفرد على تعلم مهارات السباحة ويشارك في برامج خاصة بذلك ومع هذا فإنه قد لا يستطيع أن يقوم بالسباحة في الماء .

3 - القدرات خصائص تحدد الملامح العامة للأفراد غير المدربين . من الناحية النظرية على أنها سمات تقدم إسهامات غير مرئية بالنسبة لأداء العديد من المهارات الحركية motorskilis المرتبطة بها والتي يتميز بها الأفراد المدربون .

4 - القدرات مفاهيم لها دلالات افتراضية تكمن في إمكانيات الفرد على الأداء في الأعمال بنجاح ، ولهذا يتوقع من الناحية النظرية أن تكون للقدرات فوائد كمؤشرات للتنبؤ بالكفاية في أداء الأعمال المختلفة التي تكتسب بالتعلم .

5 - يتوقع علماء القياس في المجال التربوي وجود عدد من المهارات يفوق عدد القدرات ، وكما أن المهارات يسهل ملاحظتها ويمكن قياسها ، فان تمييز القدرات يتطلب أساسا إدراك العديد من المفاهيم النظرية التي تختص بمجالات محددة . (محمد حسن علاوي، 1987، 24)

3-1-4- تعريف المهارة الحركية الرياضية :

و تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها «مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين» . تعرف المهارة الحركية الرياضية أيضا بأنها «مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن» .

3-1-4-1- خصائص المهارة الحركية الرياضية

- المهارة تعلم :

المهارة تتطلب التدريب، وتحسن بالخبرة. (مفتي إبراهيم حماد، 2002، 13)

و التعلم يعرف عادة بأنه «التغيير الدائم في السلوك والأداء ويجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا ونحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح قد حدث بالصدفة

- المهارة لها نتيجة نهائية :

الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع

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 سافلا للأداء».

- المهارة تحقق النتائج بثبات :

و نعني بذلك أن تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من أدائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية تقريبا .

4 - المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية :

- وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق وتجانس وانسيابية وتوقيت سليم ، وبسرعة أو ببطء طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها . فالمبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الأداء دون ما تحقيق نجاح في الأداء الماهر، لكن اللاعبين الذين يتميزون بالخبرة سوف يكونوا قادرين على الأداء بإنفاق الطاقة الضرورية فقط لإنجاز الأداء الصحيح وبفاعلية.

- مقدرة المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها :

• اللاعبين / اللاعبين المهرة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام المهارة في مواقف التنافس المختلفة، ويستطيعون اتخاذ قرارات بتنفيذها فالمهارة ليست فقط مجرد أداء فني جيد للحركات، ولكن تعني ان المقدرة على استخدام هذا الأداء بفاعلية في التوقيت المناسب.(مفتي إبراهيم حماد،14،2002)

3-1-5- تصنيف المهارات الحركية الرياضية

- و إن هناك أنواعا متعددة للمهارة على مدى أنواع الرياضيات المختلفة الكثيرة العدد في المجال الرياضي، وهي بذلك تختلف بعضها عن بعض. ويكون من المهم للمدربين والمعلمين حتى للأفراد الرياضيين أنفسهم أن يتعرفوا على تصنيفاتها 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 سنجر ١٩٨٢ 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.

و كما صنف ستيلنجز 1982 Stallings المهارات طبقاً للمحددات الرئيسية التالية :

3-1-5-1- مهارات مستمرة : وهي تلك المهارات التي لا يكون لها بداية ولا نهاية واضحة والتي يمكن أن تستمر طبقاً لرغبة الفرد الرياضي مثل : الجري- الدراجات - التجديف - السباحة.

3-1-5-2 مهارات منفصلة : وهي تلك المهارات التي يكون لها بداية ونهاية واضحة ، مثل : الإرسال في الكرة الطائرة، وألعاب المضرب وضربة الجزاء في كرة القدم.

3-1-5-3 مهارات متسلسلة : وهي تلك المهارات التي تتركب من عدة مهارات منفصلة تشكل مع حركة متماسكة مثل : الوثب العالي، أو الوثب الثلاثي .

3-1-5-4 مهارات مفتوحة : وهي تلك المهارات التي يتأثر أدائها بالمنافسين أوالأداة المستخدمة فيها خلال التنافس، ومن أمثلتها: مهارات كرة القدم، السلة ، الطائرة، اليد، الهوكي، ألعاب المضرب، المنازلات.

3-1-5-5 مهارات مغلقة : وهي تلك المهارات التي تؤدي دون تدخل أي عنصر من عناصر البيئة التنافسية مثل عدم تدخل المنافس، أو تغيير موقع أداة التنافس، مثل العدو ١٠٠م، الجلة، الغطس، الرمية الحرة في كرة السلة، الرماية بالسهم.(مفتي إبراهيم حماد، 15، 2002)

حاول بعض العلماء تقديم بعض النظم Systems أو المحكات Criteria التي يمكن استخدامها في تصنيف Classification المهارات الحركية في الألعاب وتكمن أهمية هذه النظم في الآتي :

1- تزودنا نظم التصنيف المختلفة بمعرفة الوسائل والأسس التي يمكن استخدامها في وضع هذا الكم المتعدد والمتنوع من المهارات الحركية في فئات Categorize متشابهة .

2- تحدد لنا العناصر المشتركة Common elements في كل فئة من فئات التصنيف المختلفة مما يزيد من فهمنا لطبيعة المهارات الحركية في المجالات المختلفة .

3- يفيدنا التعرف على نظم التصنيف المختلفة في توجيه الأبحاث العلمية في المجال الرياضي نحو دراسة طبيعة العناصر المشتركة في كل فئة من فئات التصنيف كل على حدة .

4 : تصنيف المهارات الحركية في الألعاب في مجموعات أو فئات قد يفيد في اختيار الأنشطة المناسبة للمناهج الدراسي وفقاً لمتغيرات السن والجنس، وقد يساعد المدرس والمدرّب على اختيار طرق التدريس

والتدريب المناسبة و لكل مجموعة من الأنشطة كل على حدة ، فمثلا طريقة التدريس في التنس قد تصلح لتدريس تنس الطاولة ولكنها لا تصلح بالقطع لتدريس السباحة.

وقد أسفرت جهود العلماء في هذا الخصوص عن تحديد أربعة معايير رئيسية لتصنيف المهارات الحركية في الألعاب الرياضية ، وهذه المعايير كانت كالتالي : (محمد حسن علاوي, 1987, 37)

1- التصنيف على أساس التوافق البدني

2 - التصنيف على أساس الحركة .

3 - التصنيف على أساس الترابط والاستمرارية في الأداء .

4 - التصنيف على أساس طبيعة ومتطلبات الأداء .

3-1-5-6- التصنيف على أساس التوافق البدني : تصنف المهارات الحركية في الألعاب وفقا للتوافق البدني الى فئتين رئيسيتين هما:

أ- مهارات حركية تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد .

ب - مهارات حركية تتطلب التوافقات الكلية للجسم

أ- مهارات حركية تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد FINE - MOTOR ACTIVITIES:

ويتطلب هذا النمط من أنماط الأداء الحركي استخدام بعض أجزاء الجسم segments of the body في

أداء العديد من الحركات التي تتعلق بقدرات الإحساس وتتميز بالدقة الشديدة، وغالبا ما يكون المجال

المكاني الذي يؤدي فيه هذا النمط من الحركات محدودا جدا ، ويهدف هذا النمط من الأداء الى تحقيق

استجابات حركية صحيحة ودقيقة في حدود المسافات والأبعاد المتاحة للأداء .

ويظهر هذا الشكل من أشكال الأداء الحركي في التوافقات العضلية العصبية

The neuro muscular coordination الذي تتضمنه المهارات الحركية التي تؤدي لتحقيق أهداف

محدودة والتي تتطلب التحكم والدقة والتوافق ، وهي مهارات حركية غالبا ما تتطلب التوافق بين العين و اليد

فالأعمال الحركية في الرماية بالسهم تتطلب الدقة الشديدة في الرمي أو التصويب على الهدف ، ويتطلب

إفراز ورق اللعب cardscrolling السرعة والدقة في ترتيب الورق في أكوام تبعا لخطة مدبرة ، ويقرر

علماء النفس أن النقر على الآلة الكاتبة ، والعزف على البيانو ودورة التنبع أو مقياس التنبع لأجسام متحركة،

كبنودول متذبذب أو كنقطة صغيرة على سطح متحرك ، وفي اختبار لوحة النقر tapping تعتبر نماذج

الأنشطة حركية تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد . (محمد حسن علاوي, 1987, 38)

ب - مهارات حركية تتطلب التوافقات الكلية للجسم GROSS - MOTOR ACTIVITIES

وهي مهارات تشير من حيث الكيف Quality الى عكس المهارات الدقيقة ، وهي بهذا المفهوم تعني أشكال الأداء التي تتضمن القيام بالحركات الكبيرة Large أو الكلية Whole للجسم والتي تتميز بالوضوح الشديد ، وغالبا ما يتطلب هذا النمط من الحركات استخدام مجموعات العضلات الكبيرة Large muscles لتحريك الجسم كوحدة واحدة لتنفيذ الحركات المطلوبة ، ويغلب هذا النوع على معظم أشكال الأداء في الألعاب الرياضية ، كالأداء في كرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة والغطس والجمباز وغيرها.

ويرى بعض علماء القياس النفسي أن المهارات الحركية في الألعاب الرياضية تتضمن العديد من مظاهر الأداء الحركي الدقيق ، وبخاصة ألعاب الكرة ، والألعاب التي يوجه فيها الأداء نحو تحقيق أهداف و مستويات خاصة ، وكذا في الأنشطة التي تتطلب الاستمرارية في الأداء كاللتنس وتنس الطاولة ، وحركات الجمباز على الأجهزة ، والغطس وغيرها .

ومع أن معظم المهارات الحركية في الألعاب الرياضية تتطلب استخدام التوافقات الكلية للجسم ، فإن الكثير من هذه المهارات يتطلب استخدام كل من التوافق الدقيق والتوافق الكلي للجسم .

(محمد حسن علاوي, 1987, 39)

3-1-6- المهارات الحركية في المجال الرياضي:

أشرنا فيما سبق إلى أن مصطلح المهارة يستخدم بمفهوم عام للدلالة على البراعة والتفوق في الانجاز في مجالات عديدة كالطب والموسيقى وبعض الفنون التشكيلية والكتابة واللعب وبعض المهن التي تتطلب الحركة البدنية ، وأشرنا الى أن التفكير والتذكر تمتاز بكونها مهارات عقلية فقط حيث تقتصر إلى المظهر الحركي للمهارة وهو أهم ما يميزها .

وتعتبر المهارات الحركية Motorskills في المجال الرياضي نوع من المهارات تقتضي استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق انجاز أو أداء بدني خاص ، وتمتاز المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بأنها تعتمد بشكل أساسي على الحركة Movement هذا بالإضافة إلى كونها تتضمن التفاعل بين عمليات معرفية Cognitive وعمليات إدراكية perceptual و عمليات وجدانية Affective لتحقيق التكامل في الأداء . (محمد حسن علاوي, 1987, 29)

3-1-6-1- المهارات الحركية الأساسية :

يستخدم مصطلح المهارات الأساسية في مجال التربية الرياضية للإشارة الى بعض مظاهر الانجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو ، والمشي ، والجري ، والدحرجة ، والوثب ، والرمى و التسلق ، و التعلق وغيرها من الحركات التي ترتبط ببعض مظاهر النضج البدني في مراحله الأولى ولأن هذه الأنماط Patterns الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولى ، لذا يطلق عليها البعض اسم المهارات الحركية الأساسية Fundamentalskills أو الرئيسية Basic skills ، ومن الملاحظ أن الكفاية في أداء تلك الأنماط الحركية يعتمد على عوامل رئيسية الأحداث الحركة مثل القوة العضلية والسرعة والقدرة العضلية ، والرشاقة ، وتوافق العين واليد - والعين والقدم ، و التوازن وغيرها من العوامل الرئيسية المحدثة للحركة Basic factors of movement

ويتفق كتاب Knapp 1977م وكلايتون و كلايتون Clayton and clayton 1982م على أنه طالما كانت المهارة تكتسب بالتعلم ، ولأن المهارات الحركية الأساسية تتأثر بشكل رئيسي بالاستعدادات الوراثية وبالنضج ، لذلك يميلون إلى عدم اعتبارها مهارات ، ويفضلون تسميتها باسم الحركات الأساسية Fundamental or basic movements (محمد حسن علاوي, 1987,30)

3-1-7- الإعداد المهاري :

في كرة القدم الحديثة يلعب الأداء المهاري دورا كبيرا في تحقيق نتائج ايجابية لصالح الفريق و يؤثر تأثيرا كبيرا في عملية إتقان و نجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم و عدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب و الأداء في أماكن و مواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم و الوصول إلى مرمى الخصم بإحراز هدف، إن عملية الإعداد المهاري في كرة القدم تهدف إلى تعلم المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات و المنافسات و محاولة إتقانها و تثبيتها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات ، ويستخدم المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية و الهادفة للوصول باللاعب الى الدقة و الإتقان و التكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقدمة تحت ظروف المباراة في ظل قانون لعبة كرة القدم والمهارات الأساسية في كرة القدم هي عبارة عن نوع معين من العمل و للأداء يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص و هي بهذا الشكل تعتمد على أساس الحركة و تتضمن التفاعل بين عمليات معرفية عمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء و يجب أن يعرف أنه يوجد بعض المهارات الأساسية تعتمد على التكتيك و الأسلوب بشكل رئيسي هناك بعض المهارات الأخرى التي تعتمد على قدرة اللاعب على الاستجابة للمثيرات الخارجية المتعلقة بالآخرين في مواقف المنافسة الفعلية وهذا ما يحدث بالفعل في نشاط كرة القدم، كما أننا

نلاحظ ظهور بعض اللاعبين بشكلية توصف بالتوافق في الأداء المهاري أثناء التدريب و لكنهم يفشلون في إظهار نفس المستوى في المباريات لعدم قدرتهم على الاستجابة الصحيحة للمواقف للعب المختلفة . ولما كان تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم هو العملية التي يتم عن طريقها تعديل السلوك المهاري للاعب أو تغييره ،فان التعديل أو التغير لابد إن يكون نتيجة لما قد يطرأ على شخصية اللاعب بانتهاء الموقف التعليمي وحيث إن التعلم الحركي للأداء المهاري وعملية تطوير القدرة الحركية للفرد لأداء المهارة وإتقانها بشكل قوى الفرد البدنية والحركية وقدراته العقلية واستعداداته النفسية ، لذا فمن المهم أن ترى كيف يتعلم اللاعب وكيف نحدد إطار توجيه من اجل تطوير وتحسين أداء المهاري في كرة القدم . (حسن السيدعبد ، ص 127).

الخلاصة : ما يمكن استخلاصه من العرض هو إن أهمية الأداء المهاري في كرة القدم تتوقف عل مدى إجابة لاعبي الفريق للمهارات الأساسية المختلفة وتوظيفها لصالح جهود الفريق لتحقيق هدفه في الفوز بالمباراة ، كما أن المهارة ركن أساسي في حياة الفرد اذ تعد الوسيلة الأساسية لأداء أي نشاط سواء يومي أو أداء واجب أو عمل أو نشاط رياضي .

كرة القدم:

كرة القدم:

مقدمة :

كرة القدم ومنذ بداياتها الأولى استقطبت اهتمام العالم أجمع بكل مجتمعاته البشرية ولم تجاريها في شعبيتها وشهرتها وامتعتها أية لعبة أخرى، فما زالت اللعبة الأمتع في جميع الظروف وجميع الأماكن ولجميع الأعمار ولكلا الجنسين، ومثلما داعبتها أقدام الرجال كذلك داعبتها أقدام الجنس اللطيف لتكون لعبة الملايين من الرجال والنساء، ويكون عشقها سبيلا مشتركا للجميع عندما تختلف بهم السبل، وليس من المغالاة إن ذكرنا "أن لاشيء يتغير في ذلك مطلقا مهما تطور الزمن وتطور العقل البشري" لما لهذه اللعبة من جاذبية وحماسة مثيرة، فقد أصبح للتنافس والتفوق فيها طعم عزيز المذاق وسمعة رفيعة لكل دول العالم (من دون استثناء)، ولهذا كله كان من الواجب على الجميع العمل بجدية وإبداع للانتصار فيها حرصا على السمعة المتأتية من ذلك في البطولات العالمية الكبيرة. (عامر الحيكاني، 2010 . 83)

3-2-1- تعريف "كرة القدم"

كرة القدم هو اسم يعطي لألعاب كرة قدم مختلفة، الأكثر شهرة بينها هي تلك التي تعرف باسم سوكر (Soccer) كلمة كرة القدم "فوتبول" قد طبقت عليك كرة القدم راغبي، كرة القدم الأميركية، كرة القدم على طريقة القواعد الأسترالية، كرة القدم الكندية، والكثير من أنواع كرة القدم.

عندما تم تأصيل كلمة "كرة قدم"، قد أشارت إلى تشكيلة واسعة من الرياضيات في أوروبا العصور الوسطى، والتي تعني التحكم بالكرة بواسطة القدم، تلك الرياضة التي يمارسها القرويون، على غرار الرياضة التي تمارس من قبل الأستقراطيين على أمتة جيادهم، لذلك الاسم دائما يطبق على تشكيلة من الرياضات التي يمارسها الأشخاص بأقدامهم في التحكم بالكرة.

جميع رياضيات كرة القدم تتضمن نقاط أهداف، نقاط يتم تسجيلها بواسطة إيصال الكرة لمكان معين، الكثير من الألعاب العصرية جذورها كانت في انجلترا ثم تفرعت شيئا فشيئا، ولكن الكثير من الناس حول العالم مارسوا الرياضات التي تتضمن ركل أو حمل الكرة منذ العصور القديمة.

إن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل منهما على 11 لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة في نهاية كل طرف من طرفيه مرمى ، يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز ، و يتم تحريك كرة القدم بالأقدام ، ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمسك الكرة بيديه داخل منطقة الجزاء . (ريمي جميل ، 1986، ص 10)

هي لعبة جماعية الهدف منها تسجيل أكبر الأهداف في شباك الخصم و المحافظة على شباكه نظيفة من الأهداف , و تلعب بين فريقين كل فريق يتكون من 11 لاعب و تلعب هذه الرياضة بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد , وتدوم المباراة 90د بشوطين لكل شوط 45د ,تجرى المبارات بين فريقين يرتدين لباسا مختلف اللون , و تكون متكونة هذه الأخيرة من الألبسة من شرت , قميص , جوارب , حذاء , و تجرى المباراة فوق أرضية مستطيلة الشكل , بالإضافة إلى مرمى لكل جهة محدد القياس و النوعية (ريمي جميل , 1986, ص 11)

3-2-2- تاريخ كرة القدم

3-2-2-1- البدايات الأولى:

بقدر سنوات التقويم الميلادي أو اكثر تعود البدايات الأولى لجذور كرة القدم في حضارات العالم القديمة كحضارة الصين وعرفت بها لعبة كرة القدم آنذاك باسم (تسوتشسو) منذ ألفين وخمسمائة عام بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد ومحشوة بالشعر وكما هو الحال سميت لعبة كرة القدم في الحضارة الإغريقية باسم (الهار باستم) حيث كان يمارسها الرجال فقط فيالمدن والأرياف وكانت الكرة عبارة عن جلد حيوان وقد اختلف العلماء والمؤرخون عن تاريخ هذه اللعبة أو مكان نشأتها لأول مرة ولا هنا كحقيقة لا تحتاج الى تفسير ودلائل واضحة التفسير هذه النشأة التي مر عليها اكثر منخمسة الاف سنة ولا يختلف اثنان آن الحضارات القديمة في الغرب والعالم العربي الذين كانوا يمارسون شتى الممارسات الرياضية والالعاب لخدمة جيوشهم وتقوية رجالهم وقد ذكر المؤرخين العرب ان قدماء مصر ووادي الرافدين مارسوا ما يشبه لعبة كرة القدم وينكرون ايضا ان قدماء الرومان نقلوا هذه اللعبة الى الانكليز الذين يعتبرهم اغلب المؤرخين صانعي اللعبة وواضعي تصميمها وابتداء عندهم الأسس الأولية المظاهر اللعبة الحالية بالإضافة لتطوير قواعد وأصول اللعبة وولادة بعض فقرات قانون لعبة كرة وقد مرت لعبة كرة القدم في بريطانيا الدور النهائي لمراحل تطور اللعبة حتى وصلت الى الحالة التي نعرفها بها الآن وشأن كرة القدم كشأن غيرها من الألعاب الرياضية.(هاشم ياسر حسن,17,2009)

لا أحد بالضبط يستطيع أن يحدد متى وكيف بدأت ولكن والمؤرخين يقولون ان تاريخ كرة القدم يعود إلى ما يزيد عن 2500 سنة ق.م حيث مارسها الصينيون القدامى، وكانوا يقدمون الولائم للفريق الفائز و يجلدون الفريق المنهزم، و أيضا عرفها اليونانيون واليابانيون 600 سنة ق.م ، و المصريون و البينيون 300 سنة قبل الميلاد، كما أن بعض آثار الشعر الجاهلي تدل العرب القدامى مارسوا أيضا هذه اللعبة، وتقول روايات أخربأنها بدأت عند الإغريق حيث كانوا يقطعون رؤوس الناس ويدحرجونها.

وكانت الحضارات القديمة، التي عرفت لعبة كرة القدم، تمارسها بأنواع مختلفة من الأشكال الكروية المصنوعة من جلود الحيوانات أو غيرها، وفي الفراعنة كانت كرة القدم تلعب بكرات من الحجر، لازالت نماذج منها محفوظة في المتاحف.

كما تقول مجلة الجغرافيا العالمية في احد إعدادها حيث مارس الصينيون كرة القدم التي أطلقوا عليها (tsu chu) وهي نفس اللعبة التي لعبها الرومان القدامى وهنود أميركا الشمالية، احد الآثار المبكرة لكرة القدم والذي يضرب به اللاعبون الكرة في حقل صغير اكتشف في اليابان ويعود تاريخه الى 1004 سنة قبل الميلاد، إما متحف "منشن" للأعراق البشرية في ألمانيا يحتوي على نصوص صينية تعود الى 50 عام قبل الميلاد تشير الى لعبة قريبة لكرة القدم لعبت بين فريقين من الصين و اليابان حيث كانوا يلعبوا بكرة من الجلد محشوة بالوبر أو الشعر.

ولكن للأسف في العصور القديمة أهملت رياضة كرة القدم أو (لعبة كرة القدم) واهتموا بتدوين وتاريخ الحروب والثورات والتطور الإنساني بشكل عام، ولحد الآن لا يوجد أي معلومة موثقة أو صحيحة بنسبة 100% عن تاريخ كرة القدم.(موفق اسعد محمود،2011،8)

3-2-2-2- نشأة كرة القدم

اللعبة في شكلها الممارس اليوم ظهرت بإنجلترا، ففي سنة 1016 وكان احتفالهم بإجلاء الدنماركيين عن بلادهم، لعب الإنجليز الكرة فيما بينهم ببقايا جثث الدنماركيين، وتقوم على اختيار أقرب أعضاء الجسم شها بالكرة وأسهلها على التدرج بين الأرجل، واللعب بها فممن ممارستها، وكانت هذه اللعبة تظهر وتنتشر، ثم تمنع بمراسيم ملكية لأسباب متعددة، ووصل الأمر إلى حد المعاقبة على ممارستها بالسجن لمدة أسبوع لمن يمارس كرة القدم أو يلعبها ودفع مبلغ ك "كفارة" الكنيسة وسن ذلك ببلاغ المالك ادوارد الذي يقول: " أن هناك ضوضاء كبيره في المدينة بسبب دفع كرات كبيره والذي قد يسبب ظهور العديد من الشرور، لذا وبالنيابة عن الملك نأمر بعقوبة السجن وبمنع هذه اللعبة في المدينة"

الملك هنري الرابع وهنري الثامن أصدرنا قانونا يحد من ممارسة كرة القدم، والملك جايمس الأول طالب البرلمان بمنع هذه اللعبة قائلا: "لا أحد يحب كرة القدم"

ولكن هذه القوانين والإجراءات لم تحد من انتشار اللعبة فراققت للشعب الإنجليزي وأصبحت اللعبة الشعبية الأولى بحلول عام 1800، وفي عام 1815 شرعت المدرسة الانجليزية المشهورة (Eton College) مع مدارس أخرى عدد من القوانين التي أصبحت الأساس أو القاعدة لهذه اللعبة وعدلت عام 1848 م وسميت بقوانين جامعة كامبردج لكرة القدم، وتم تبنيها من قبل معظم الجامعات والمعاهد البريطانية، وفي 26 أكتوبر

1863 أرسل أحد عشر فريق ممثلهم لمناقشة قواعد اللعبة وتمخض الاجتماع عن ولادة اول اتحاد لكرة القدم في العالم، وفي تلك الفترة انقسم المتبنون إلى قسمين؛ بعض المدارس فضلت قوانين (الرغبي) التي تسمح بحمل الكرة والتي منعت حسب قوانين جامعة كامبردج، والقسم الآخر عارض ذلك قطعياً.

وفي 8 ديسمبر 1863 تم انقسام الاتحاد الى اتحاد كرة القدم واتحاد الركبي لكرة القدم ، وفي عام 1869 تم اضافة قانون لا يسمح مطلقاً بحمل الكرة أثناء اللعب.

وهكذا تم تأسيس كرة القدم الحديثة وكان الإنجليز أول من أسس وأنشأ قواعد اللعبة وقوانينها ثم انتشرت الى باقي دول وقارات العالم.(موفق اسعد محمود، 2011، 9)

3-2-2-3 كرة القدم في الجزائر :

تعتبر كرة القدم من بين أولى الرياضات الجماعية التي ظهرت في الجزائر ، و التي اكتسبت شعبية لا نظير لها ، و هذا بفضل الشيخ "عمر بن حمود ابن رايس " الذي قام بتأسيس أول فريق رياضي عام 1895م، تحت اسم طليعة الحياة الهواء في الكبير " للجمعية وقد أسس أول فرع للجمعية للفريق السابق ذكره عام 1917م ، و في 07-08-1921 م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم في الجزائر وهو عميد الأندية الجزائرية " مولودية الجزائر " غير أنه هناك من يقول بأن النادي القسنطيني (شباب قسنطينة) هو أول نادي جزائري تأسس قبل 1921م.

بعد تأسيس العميد مولودية الجزائر تم تأسيس عدة فرق أخرى منها غالي معسكر ، الإتحاد الإسلامي لوهران ، و الاتحاد الرياضي للبلدية ، و الاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر ، و أثناء فترة الاستعمار كانت حاجت شعب الجزائر ماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام و التكتل ضد الاستعمار ، وقد ركزت الجمعيات و الحركات الوطنية على كرة القدم كأحدى الوسائل لتحقيق التكتل لصد الاستعمار ، حيث كانت المقابلات تجمع الفريق الجزائري مع الفريق المعمر وبالتالي أصبح فريق المعمرين ضعيفة نظراً لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية ، مع هذا تقطعت السلطات الفرنسية إلى المباراة التي تجري لأنها تعطي الفرصة للشعب الجزائري في التجمع و التظاهر بعد كل لقاء ، حيث وقعت اشتباكات عنيفة بعد مقابلة الجزائر و فريق أورلي سنة 1956م ، الجزائريين أمثال زويا ، رشيد مخلوفي ، كرمالي ...الخ و حقق هذا الفريق عدة نتائج إذ كان يمثل الجزائر في كل المنافسات العربية و العالمية (علال خالد و آخرون ، 2007، 2008، ص 14-15)

3-2-3 - كرة القدم كلعبة

تؤكد الدراسات النفسية والسلوكية أن اللعب ظاهرة سلوكية تسود عالم الكائنات الحية لاسيما الإنسان، وأن اللعب لا يخص الطفولة فقط ، بل و يلزم أيضا أشد الناس وقارا، ويكاد يكون موجودا في كل نشاط وفاعلية ، وترى مدرسة التحليل الفرويدي أن اللعب تعبير رمزي عن رغبات محبطة أو متاعب لا شعورية ، وبالتالي فهو يساعد على خفض مستوى التوتر والقلق، وكان أرسطو يرى أن وظيفة التمثيليات المحزنة هي مساعدة المشاهدين على تفريغ أحزانهم من خلال مشاهدة ما فيها من أحداث ووقائع.

وكرة القدم كلعبة تجمع ما بين الممارسة وما تمثله من قيم التنافس والتضامن والكفاءات الفردية والجماعية، من جهة، والفرجة بما تحققة من إثارة وتشويق في العرض، من جهة أخرى ساعد على انتشار كرة القدم كونها لعبة سهلة يمكن ممارستها أينما كان ودونما حاجة إلى أية وسائل (إلا في المباريات الرسمية)، يكفي فقط أن تعرف مع من أنت وضد من فهي تلعبه في الأرزقة وعلى الشاطئ وفي أشباه الملاعب المعشوشبة وغير المعشوشبة، أما وسيلة اللعب الأساسية التي هي الكرة، فيتم اللعب بما توفر مما هو مكور سهل التدحرج.(موفق اسعد محمود، 2011، 7)

3-2-4 - أهمية تاريخ كرة القدم كجزء ثقافي لكل من المدرب واللاعب.

* إن معرفة كل من اللاعب والمدرب بتاريخ كرة القدم بشكل عام، وببلاده بشكل خاصيزوده بمعلومات تاريخية حول اللعبة، وتلك المعلومات تعتبر جزء من المعارف التي يجب على اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم كهواة، أو يعدون لاحترافها مستقبلا أنيتزودوا بها.

* لا شك في أن تاريخ كرة القدم يعتبر جانب ثقافي هام يولد لدى اللاعبين الصغار الدوافع والحوافز التي تسهم في تطوير دوافعهم في طريق تطوير أدائهم بكرة القدم.

* إن اطلاع كل من المدربين واللاعبين حتى على نبذة عن تاريخ كرة القدم في العالم وفيبلده أمر يعتبر من أهم متطلبات إعدادهم، خاصة قد لاحظنا خلال خبراتنا الميدانية نقص حاد في معارف الكثير منهم بتاريخ كرة القدم بشكل عام وببلاده أو ببلاد العالم بشكل خاص. (مفتي ابراهيم ، 2013 ، ص 86)

3-2-5 - أركان البطولة في كرة القدم :

حتميات ممارسة أية رياضة هو توفر عدد من العوامل أو المتطلبات التي : الفرد الملم بها أن يمارس هذه الرياضة أو تلك، بل وحتى التنافس فيها، وفي و يمكن القول بمتطلبات أساسية لابد من توفرها كي تتحقق البطولة في أية فعالية رياضية (سيما لعبة كرة القدم) ويمكن عد هذه المتطلبات أركانا للبطولة

كما يذكرها بعض مؤلفي الكتب والمراجع العلمية (الطالب والويس، 2000، ص 9)، وإن من هذه الأركان الآتي:

3-2-5-1- اللياقة البدنية العامة: عندما نذكر مفردة (اللياقة البدنية) نقصد بها جميع

الصفات البدنية مثل (القوة والسرعة والمطاولة)، وكذلك القدرات الحركية مثل (الدقة والمرونة والرشاقة والتوازن والتوافق العضلي العصبي وغيرها)، ولأن أية لعبة رياضية عملية تحتاج الحركة في أداء مهاراتها لابد من أن يتمتع لاعبوها بهذه الصفات والقدرات البدنية والحركية كقاعدة عامة يستندون

عليها لتطوير ما يسمى ب (اللياقة البدنية الخاصة في اللعبة)

3-2-5-2- اللياقة البدنية الخاصة: مع التخصص في مزاوله هذه اللعبة أو تلك هناك حاجة لبعض

الصفات والقدرات البدنية والحركية وينسب مختلفة تتباين من لعبة إلى أخرى حسب طبيعة الأداء المهاري الذي يؤديه اللاعبون في المنافسة، كما إن هناك دمج وترابطا للصفات البدنية يختلف من لعبة إلى أخرى كالصفات التي تنتج من صفتي (القوة والسرعة) لتكوين القوة الانفجارية أو القوة السريعة (القوة المميزة بالسرعة) فنحن نحتاجها في كرة القدم بترابط معين وينسب معينة قد يختلف عن لعبات وفعاليات أخرى.

3-2-5-3- المدرب الجيد: التخطيط لتدريب الأفراد على ما تحتاجه الألعاب الرياضية المختلفة والعمل

المنظم للتفوق الرياضي وتحقيق الانجاز الأفضل في السباقات الرياضية لا يكون إلا بوجود شخص متخصص بالتدريب له معرفة ودراية بآلياته وطرائقه ويعرف كيف يستخدم مفردات التدريب الرياضي من حمل والحجم والشدة والكثافة و مدى مناسبة إستخدام نسب عالية منها و السباقات أو أوقات أخرى كالإعداد العام أو الخاص أو مرحلة الانتقال وهذا الشخص يدعى (بالمدرّب) والذي غالبا ما تقاس جودته وفاعليته والتدريب وتعامله مع لاعبيه بتحقيقه الانجاز التنافسي الأفضل. (عامر الخيكاني، 2010، ص 172)

3-2-5-4- قابلية مهارية و خططية عالية: من الأمور المسلم بها وجود لياقة بدنية عامة وخاصة

ومدرّب جيد دون وجود قابلية مهارية جيدة عند اللاعب أمرا لا يحقق له ما يطمح إليه من تفوق في أية لعبة رياضية فمن الضروري بمكان أن استثمار الحالة البدنية والحركية في تعلم مهارات اللعبة التي تعد المبادئ الأساسية لها ليتم التنافس وفق مستواها ووفق توظيفها بالشكل المدروس الذي يحقق التفوق وانتصار في المنافسة باستخدام الخطط المناسبة والجيدة التي يتفّن في وضعها المدرّب ليؤديها اللاعبون في أرضية الملعب.

3-2-5-5- خيرة كافية بالمنافسة: الأمر الذي يؤهل الرياضي في أية لعبة رياضية من أنينال التفوق في منافساتها هو مدى توفر المعرفة والخبرة الكافية لديه بطبيعة المنافسة الذي سيتنافس فيه وقوانينه واللوائح الفنية التي تنظمه.

3-2-5-6- خلفية علمية جيدة بالفعالية المعنية، ومن المهم لتحقيق البطولة في الألعاب الرياضية هو المعرفة العلمية العالية والجيدة للاعبين بطبيعة اللعبة التي تخصصوا فيها وطبيعة الأداء المهاري والخططي والقوانين الطبيعية التي تحكمه فضلا عن قانون اللعبة المعنية والجزاءات وشروط الفوز والانتصار فيها

3-2-5-7- خدمات إدارية جيدة: من القواعد المهمة التي لابد من مراعاتها لتجديد حيوية اللاعبين في التدريب على الفعالية أو اللعبة المعنية هو توفير الخدمات الادارية الجيدة التي تذلل الصعاب أمام المدرب ولاعبيه للوصول إلى المستوى المطلوب ومن ذلك توفير الأدوات والأجهزة التدريبية عالية الجودة للمساعدة في استنهاض جميع صفات وقدرات اللاعبين الحركية والمهارية والخططية و المعرفة فضلا عن النفسية لتحقيق البطولة.

3-2-5-8- الإعداد النفسي الجيد: قد أجمع جميع المدربين والإداريين المختصين بالرياضة وألعابها المتنوعة فضلا عن الباحثين والمؤلفين بمكانة (علم النفس الرياضي) الحقيقية في رياضة المستويات العليا، فلا يمكن تحقيق البطولة ووصول الرياضي إلى أحسن إنجاز ممكن بدون الإعداد النفسي الجيد لهذا الأمر، بل لا يمكن أن يتدرب الرياضي أو أن ينتظم في تدريباته دون أن تكون لديه دافعية نفسية تحرك سلوكه بالاتجاه الذي يخدم عملية التدريب ومن ثم التفوق في المنافسة وتحقيق البطولة.

(عامر الخيكاني , 2010 , ص178)

3-2-6- مميزات لاعبي كرة القدم :

للإجابة عن سؤال (من هو لاعب كرة القدم؟) لابد من استحضار الصفات الأساسية المشتركة للاعبي كرة القدم والتي تكاد تكون القالب الذي منهم، وإن أهم ما يميز لاعبي كرة القدم هو إنهم يلمون بمكونات اللعبة التي حددها الباحثون بالآتي

3-2-6-1- اللياقة البدنية: وهي مجموعة الصفات والقدرات البدنية والحركية التي لابد أن يتمتع بها لاعبو كرة القدم ومنها (السرعة والقوة والمطاولة والمرونة والرشاقة والتوازن والدقة والتوافق العضلي العصبي وغيرها)، وهي التي تؤمن الخزين الحركي للاعب كرة القدم في المباريات لأداء ما مطلوب منه من مهام وواجبات وفق إمكانياته الفنية ووفق ما عليه الخطط العملية المعدة لتوظيف ذلك في الملعب طيلة وقت المباراة الذي يستمر (90) دقيقة عدا الوقت بدل الضائع من المباراة، فضلا عن كون بعض المباريات التي يشترط في البطولة المعنية أن تنتهي بفائز وخاسر (أي لا تنتهي بالتعادل مطلقا) قد تستمر لأكثر من (30)

دقيقة أخرى، ولاشك إن ذلك يحتاج إلى صفات وقدرات خاصة لا بد أن يمتلكها لاعبو كرة القدم دون غيرهم. (عامر الخيكني , 2010 , ص 182)

3-2-6-2- المبادئ الأساسية (التكنيك): لكل لعبة رياضية مبادئها الأساسية أو ما يدعى بمهاراتها الفنية أو التكنيك الخاص بها، وهكذا الحال مع لعبة كرة القدم التي يكاد يكون لها النصيب الأوفر بين الألعاب من هذه المبادئ والمهارات التي تميز لاعبيها وطريقة اللعب فيها وهذه المهارات تتجسد عند حيازة اللاعبين للكرة في (ركل الكرة بالقدمين بأنواعه المختلفة كالمناولة بأنواعها والتهديف بأنواعه، واستقبال الكرة وإخمادها بأنواع المختلفة، والجري بالكرة أي الدحرجة، وحركات الخداع أي المراوغة، وتخليص الكرة بالمكافئة والشطح و التشتيت بالطريقة المناسبة للعب، وأداء رمية التماس الجانبية، ونطح الكرة بالرأس بأنواعه المختلفة، فضلا عن فن ومهارات حراسة المرمى لحماية الهدف وغيرها

3-2-6-3- خطط اللعب (التاكتيك):

يختلف اللاعبون في كرة القدم للمبادئ الأساسية للعبة فبعضهم يتقن المهارات الدفاعية أكثر من الهجومية أو العكس والبعض الآخر يتقن الاستلام والتسليم والتمريرات الذكية والمساندة والسيطرة الممتازة على الكرة ولكل لاعب دوره وواجباته ضمن الفريق في المنافسة، فمهمة الدفاع تسند إلى اللاعبين الذين يميلون إلى إتقان مهارات التشتيت والمكافئة ومهارات إبعاد الكرة والشطح والمهارات الدفاعية الأخرى كالملازمة الفردية للمهاجمين ومنعهم من التدخل في اللعب بالطرائق القانونية المذكورة، في حين تسند مهمة الهجوم إلى اللاعبين الذين يتمتعون بمهارات هجومية (كالدحرجة بسرعة مع الكرة وإخماد الكرة الجيد في مساحة صغيرة من الملعب والقدرة على المراوغة الذكية والتهديف)، أما اللاعبون الذين يجيدون (استلام الكرة وتسليمها بالشكل الايجابي والجيد، فضلا عن الإجادة في السيطرة الحركية والمهارية اللازمة) فهم الذين يمسكون منطقة العمليات في منافسات كرة القدم وهي منطقة وسط الملعب، وهكذا نجد أن المدرب الجيد هو الذي يوظف مهارات لاعبيه في مكانها الصحيح والمناسب وبالطريقة التي يحاول بها تحقيق هدفه في النشوق الرياضي

3-2-6-4- النواحي النفسية و التربوية : لو افترضنا وجود وتوافر جميع مكونات اللعبة (أنفة الذكر)

عند لاعبي كرة القدم وعدم توافر النواحي النفسية أو التربوية اللازمة فهل من الممكن ان نتوقع نجاحا لهؤلاء اللاعبين؟

لو امتلك اللاعبون نسب جيدة من الإعداد البدني والمهاري للعبة وكانت لديهم العقلية الجيدة لتطبيق خطط المدرب في الملعب إلا أنهم لا يمتلكون المؤهلات النفسية كالثقة بالنفس وقوة الإرادة ودافعية التنافس وعدم التوتر والارتباك وغيرها، فهل من الممكن أن يخوضوا المنافسة بالشكل المطلوب؟ الجواب بالتأكيد سيكون كلا

لأن الحالات النفسية للاعبين لم تعد من الأمور الثانوية التي يتبناها المدرب في تدريباته، وإنما أصبحت ركنا أساسيا من أركان لعبة كرة القدم وعناصرها وبخاصة عند الدول التي تتنافس على صدارة وعرش البطولات الكروية في العالم .

ومن أهم المميزات التي يسعى إليها المدربون هو القدرات الذهنية العالية للاعبين لفهم الواجبات الخطئية الموكلة إليهم بمرونة تفكير عالية وإيجاد البدائل الجيدة عند الضرورة، وعلى الرغم من إمكانية فصل هذه المكونات بشكل نظري إلا أنها في واقع الحال وحدة واحدة منسجمة ومتراصة ومتداخلة يكمل أحدها الآخر ولا يمكن للاعب كرة القدم أن يبلغ المستوى الجيد إذا كان ضعيفا في عنصر أو مكون من مكوناتها، والمدرب الناجح هو الذي يولي جميع هذه المكونات اهتمامه ويعمل بمثابة على الارتقاء بها نحو الأفضل. (عامر الخيواني ، 2010 ، ص 183)

3-2-7- الجوانب النفسية المرتبطة بكرة القدم :

رأى بعض الباحثين أن السر وراء هذا الانتشار الواسع (دون سواها من الألعاب على أنها أسهل الرياضات فهي لا تعدو حاجتها عن ارض مستوية وكرة، فضلا عن قواعدها المفهومة والواضحة، وهي لا تحتاج ملابس خاصا معقدا لممارستها، ويذهب باحثون آخرون إلى حالات الاستمتاع والترويح والأجواء الغنية بالبهجة التي تنتج عن ممارستها وحتى التنافس فيها، ويتم فيها أيضا تفرغ الانفعالات بصورة مشروعة، رغم إن بعض علماء النفس يرى إن الشعبية التي تتمتع بها كرة القدم سببها إنها إحدى صور الحرب والصراع التي كانت تمارس بصورة غريزية في المجتمعات البشرية منذ القدم، وما يحدث في مباريات كرة القدم امتداد لهذه الحروب والكفاح الذي كانت تمارسه الجماعات الإنسانية في العصر القديمة في صورة مواجهات مستمرة فهي جزء من التاريخ الإنساني.

ينظر عموما إلى كرة القدم على إنها نوع من الإبداع باستخدام قدم الإنسان مقارنة بالإبداع في الأعمال اليدوية الذي تتميز به أغلب النشاطات الإنسانية المتنوعة، ومما يجعل كرة القدم أفضل من غيرها ويزيد من السلوك الانفعالي الجماعي عند لاعبيها ومشجعيهم هو إن الأهداف ليست كثيرة مثل ألعاب كرة السلة وكرة اليد وغيرها، وقد تعود أهمية هذه اللعبة إلى كونها وسيلة تربوية وتعليمية للعمل الإنساني والجماعي كما يؤكد ذلك بعض الفلاسفة والمعنين بتفسير الظواهر الإنسانية، وكان سندهم في ذلك كونها اللعبة الأبرز التي تساعد على تقريب وجهات النظر بين الشعوب والتغلب على الخلافات التي تنشأ من الحروب والسياسة.

الراحة والترويح عن النفس من الأشياء المهمة لكل منا حتى يجدد نشاطه ويبعث في جسده ونفسه الطاقة والحيوية ليعود إلى مواصلة العمل البعض منا الراحة على أنها الخلود إلى النوم أو الهدوء والكسل، غير مفهوم آخر للراحة هو قضاء الوقت بصورة أكثر إيجابية وفاعلية بعيدا عن المسؤولية والعمل وبإثارة نشاط

بدني وذهني حيوي، وكما نعلم عن مباريات كرة القدم أنها مليئة بالإثارة والانفعالات التي ترتبط بكل حركة للكرة ، ترتبط بكل حركة للكرة بين أقدام اللاعبين و توقعات ترتفع معها حرارة الانفعال ليصل إلى الذروة عند تسجيل الهدف، أكد من ذلك لو راقبنا انفعالات اللاعبين والجمهور والمعلق الرياضي لحظة تسجيل الهدف، علما أن التعبير بحرية مطلقة عن انفعالاتك كيفما تشاء مفيد من الناحية النفسية، وحتى توجيه النقد والتعبير عن رأيك في كل ما تشاهده هو تنفيس انفعالي إيجابي ووسيلة لإسقاط الانفعالات الداخلية على الحكم أو اللاعبين أو المدربين، ولكن هنا لابد من التأكيد على مراعاة عدم تحويل تلك الانفعالات إلى سلوك العدوان، والتعبير عن الرأي وسيلة لتأكيد الذات وحرية الانفعال هنا تساعد على تعميم ذلك في مواقف الحياة الأخرى حيث يمكن التخلص من الخجل والمخاوف الاجتماعية و الانطواء والتعود على التفاعل مع الأحداث، لهذا فمجرد مشاهدة المباريات فرصة لتحقيق مثل هذه المكاسب على مستوى الصحة النفسية والاستمتاع، فكيف إذا مارسها و اندمج بها؟. (عامر الخياني ، 2010 ، ص190)

الخلاصة :

إن رياضة كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم أجمع ، إذ تحظى هذه اللعبة الشيقة بمتابعة الملايين من مختلف الدول و رغم اختلافاتهم الثقافية و اختلاف أساليب حياتهم ومستوياتهم المعيشية إلا أنهم يشتركون في التأثير بسحر هذه اللعبة و متعتها الخاصة ، و بسبب ما تتمتع به هذه اللعبة من إثارة و تشويق تم تسميتها بالساحرة المستديرة. كما أنها من الرياضات التي تحضي باهتمام كبير من قبل الباحثين في هذا المجال لدراسة كل ما يتعلق بهذه اللعبة من مهارات ومتطلبات وقوانين والتي بدورها تتغير مع مرور الوقت كل هذا وذاك بغية الوصول الى المستويات العليا من الإنجاز في هذا النوع من الرياضات الجماعية.

الجانِب التطبيقِي

الفصل الرابع
منهجية الدراسة

تمهيد :

تعد الدراسة الميدانية وسيلة هامة من أجل الوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة، عن طريق الميدان حيث يمكننا من جمع البيانات وتحليلها وهذا كله لتدعيم الجانب النظري وتأكيد، وفي هذا الفصل نستعرض الإجراءات المنهجية التي اتبعناها وذلك بإعطاء فكرة حول مجال الدراسة المكانية ، البشرية والزمانية بالإضافة إلى ذكر الأدوات المستعملة في جمع البيانات.

وكما هو معلوم أن الهدف من الدراسة هو البرهنة على صحة الفروض أو خطأها، لذلك سنحاول أن نلم بجميع الإجراءات الميدانية قصد الوصول إلى الغاية تسعى إليها البحوث عموما وهي الوصول إلى الأهداف المسطرة.

بعد دراستنا للجانب النظري سنحاول الانتقال إلى الفصل التطبيقي بدراسة الميدان على أرض الواقع حتى نعط منهجية علمية، وتم ذلك باستجوابنا للعينة التي حددناه للإجابة على فرضياتنا المقترحة.

الدراسة الاستطلاعية :

إن الدراسة الاستطلاعية هي : " تجربة استطلاعية صغيرة لإختبار مدى صحة التجربة الرئيسية فنحدد التجربة فتحدد مجتمع الأصل و مفردات و نوعية الإختبار و عينة صغيرة من هذا المجتمع لتجرى عليها التجربة (وجيه محبوب , 1993 , 235)

حيث تعتبر القاعدة التي يبنى عليها الباحث تصوراتها لأولية حول دراسته وميدان تطبيقها، والوقوف على أهم المعوقات والصعوبات التي قد تواجهها في بحثنا وبغية تجاوزها في التجربة الأساسية، وإعداد أدوات البحث وتجريبها والوقوف على خصائصها من حيث صدقها وثباتها وقدرتها على قياس متغيرات البحث ومناسبتها لعينته، ومعرفة أفضل الظروف لإجراء الدراسة الأساسية

المجال المكاني: الملعب البلدي بمقرة .

المجال الزمني : شرعنا في إنجاز هذا البحث في مدة قدرها ثلاث أشهر من مارس 2021 الى جوان 2021 حيث انقسمت الى مرحلتين :

المرحلة الأولى : من شهر مارس الى أواخر أفريل و هي مرحلة البحث النظري حيث قمنا من خلالها بجمع أهم المعلومات حول البحث و الاطار النظري لدراستنا .

المرحلة الثانية : في شهر ماي وجوان خصصناها للجانب التطبيقي من خلال جمع المعلومات و مناقشة النتائج .

منهج الدراسة :

يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة من الخطوات و العمليات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه (رشيد زرواتي , 2004, ص104)

المنهج يعني مجموعة القواعد و الأسس التي يتبعها الباحث من أجل الوصول الى الحقيقة . (عمار بوحوش 2001, ص137)

و استخدمنا في دراستنا " **المنهج الوصفي** " و بالتحديد طريق العلاقات الارتباطية و هذا لملائمته لموضوع الدراسة .

و يعرف المنهج الوصفي بأنه المنهج الذي يهدف الى جمع البيانات لمحاولة إختبار فروض تتعلق بالحالة الراهنة و الجارية لأفراد عينة البحث (محمد حسن علاوي و راتب أسامة , 1999, ص139)

كما يعرف المنهج الوصفي بأنه دراسة إستطلاعية نقوم بها قصد الكشف عن مشاكل المجتمع , و بأنه محاولة منظمة لتقرير و تفسير الواقع الراهن لجماعة معينة أو نظام اجتماعي (مروان عبدالمجيد إبراهيم 2000, ص35)

مصطلحات و مفاهيم الدراسة :

بما أن المنهج المتبع في دراستنا هو المنهج الوصفي الارتباطي فاننا لا نملك متغيرات بل مصطلحات في الدراسة و التي تمثلت في :

المصطلح الأول : في دراستنا هو: "الأنماط الشخصية التمثيلية "

المصطلح الثاني : في دراستنا هو: "الأداء المهاري"

مجتمع و عينة الدراسة :

مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع الدراسة بأنه جميع الأفراد أو الأشياء أو الأحداث الذين يكونون مشكلة البحث (محمد عبد الفتاح الصيرفي, 2009,ص185)

و في دراستنا مجتمع البحث يتمثل في جميع لاعبي نجم مقرة لأقل من 21 عام و عددهم 24. **عينة الدراسة:**

العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث .(رشيد زرواتي, 2007,ص377) قدرت عينة الدراسة ب 21 لاعب من لاعبو نجم مقرة لأقل من 21 عام . حيث توفر 21 لاعب من الفريق و غاب اربعة لاعبين بداعي الاصابة .

أساليب جمع البيانات :

إن أدوات البحث هي الوسيلة التي من خلالها يمكن جمع المعلومات التي تتعلق بالبحث وهذا يتطلب جمع أكثر كم من المعلومات والبيانات وكذلك التوصل الى الحقائق الخاصة لهذه الدراسة الميدانية وعلى هذا الأساس كان من الضروري الإعتماد على أكثر من أداة .

الدراسة النظرية : يصطلح في تسميتها بالمعطيات البيبليوغرافية حي تتمثل في الإستعانة بالمصادر و المراجع كتب و نصوص و مذكرات .

الدراسة التطبيقية : بالإعتماد على البيانات المتوفرة و نوع الدراسة فقد وجدنا أن الأداة الأكثر ملائمة للدراسة هي "الإستبيان "

أولا الاستبيان : هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة و الاستفسارات المتنوعة و المرتبطة بعضها ببعض الآخر بشكل يحقق الهدف , أو الأهداف التي يسعى اليها الباحث و ذلك في ضوء موضوع البحث و المشكلة التي اختارها (عامر ابراهيم قنديلجي ,2014,ص165)

و تنقسم أسئلة الاستبيان الى أنواع هي :

الاستبيان المغلق : و الذي تكون أسئلته محددة الاجابات ,كأن الجواب " بنعم " أو " لا " , "قليلًا" أو "كثيرًا"
الاستبيان المفتوح : و تكون أسئلته غير محددة الاجابات أي أن الاجابة متروكة بشكل مفتوح و مرن لإبداء الرأي .

الاستبيان المغلق - المفتوح : و هذا النوع من الاستبيان تحتاج بعض أسئلته الى اجابات محددة و البعض الآخر الى اجابات غير محددة . (عامر ابراهيم قنديلجي, 2014, ص167)
و اعتمدنا في دراستنا على استبيان نموذج النمط التمثيلي VAK و تضمن 20 عبارة كل منها تحتوي على ثلاث اجابات محددة و مضبوطة .

طريقة التصحيح :

الأسئلة 1-4-7-10-13-16-19 : أ- v ب- A ج- K
الأسئلة 2-5-8-11-14-17-20 : أ- A ب- K ج- V
الأسئلة 3-6-9-12-15-18 : أ- K ب- V ج- A

V : نظام بصري .

A: نظام سمعي .

K: نظام حسي .

ثانيا : الاختبار :

يعتبر من أهم الوسائل في البحث العلمي للحصول على المعلومات الصحيحة، كما أنه وسيلة يمكن بواسطتها الحصول على نتائج ودرجات من خلال القيام بإنجاز تمارين موضوعة لقياس الأداء او المهارة مع حساب في الأخير مجموع الدرجات والذي يمثل الدرجة النهائية المتحصل عليها والتي من خلالها يقيم اللاعب .
كما عرفه وجيه محجوب أنه قياس قدرة الفرد على أداء حمل معين وفق ضوابط و صيغ علمية دقيقة (وجيه محجوب, 1989, ص254)
استعملنا اختبار تهديف الكرة .

الغرض من الاختبار : قياس دقة التصويب عند اللاعبين .

وصف الأداء : نضع سبع كرات عند خط ال 18 متر .

نقسم المرمى الى ثلاث مناطق , المنطقة (1) و المنطقة (2) و المنطقة (3) .

يتقدم كل لاعب ليسدد الكرات السبع في المرمى محاولا جمع أكبر قدر من النقاط التي يتم توزيعها كما يلي :
من يسدد الكرة في المنطقة (1) و (3) لديه ثلاث نقاط و من يسدد الكرة في المنطقة (2) لديه نقطة واحدة و من ضيع الكرة خارج المرمى صفر نقطة و في الاخسر يتم حساب درجة اللاعب بعد تسديد سبع كرات

الأدوات المستعملة :

- ملعب كرة قدم قانوني
- اقماع
- كرات
- صافرة

الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

الصدق و الثبات الظاهري للاستبيان :

ويقوم على فكرة مدى مناسبة العبارة الاستبيان لما يقيس ولما يطبق عليهم ومدى علاقتها بالاستبيان ككل ومن هذا المنطلق تم عرض الاستبيان في صورته الأولية على عدد من المحكمين من ذوي الخبرة واختصاص لأخذ وجهات نظرهم والاستفادة من آرائهم في تعديله والتحقق من مدى ملائمة كل عبارة للمحور الذي تنتمي إليه، ومدى سلامة ودقة الصياغة اللغوية والعلمية لعبارة الاستبيان ، ومدى شمول الاستبيان لمشكل الدراسة وتحقيق أهدافها، وفي ضوء آراء السادة المحكمين تم إعادة صياغة بعض العبارات وإضافة عبارات أخرى لتحسين أداة الدراسة.

الموضوعية : هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العامل الذاتي كتحفيز ويتم ذلك بتحديد درجة إتفاق الحكام أو الفاحصين بحيث يكون المحكم مستقال.(رشيد زرواتي 2007 ، ص 334)

تصميم أدوات الدراسة و المعالجة الاحصائية :

تصميم الدراسة :

صممت الدراسة على أساس القيام بالاختبار قبل بدء المرحلة الرئيسية للحصة التدريبية أي بعد التسخينات وقد تم اجراء الاختبار بعد اخذ اسم اللاعب المختبر وهذا لمقارنة نتائجه مع نتائج الاستبيان .

المعالجة الاحصائية :

- معاملات الارتباط بيرسون .
- معامل انوفا .
- المتوسطات الحسابية
- اختبار **tukey**
- النسب المئوية

خطوات اجراء الدراسة الميدانية :

بعد قبول اللجنة العلمية للموضوع. و أخذ الموافقة من طرف المشرف. قمنا بتحديد نوع الاختبار والاستبيان اللذان يخدمان البحث. والتوجه الى فريق نجم مقرة لأقل من 21 عام وذلك في شهر جوان 2021 للبدء في تطبيق الاختبار الذي دام اربع أيام ، وقد تم اجراء الدراسة على عينة عددها 21 لاعب.

خلاصة :

ان الاجراءات المنهجية للدراسة ضرورية لأي بحث فهي تعتبر بمثابة الدليل الذي يرسم طريق البحث البارزة وفق اجراءات منهجية تتميز بالصرامة المنهجية و التدرج في العمل للوصول الى تحقيق أهداف البحث و في هذا البحث تم تحديد مجالات البحث زمنيا مكانيا و بشريا

الفصل الخامس
عرض و تحليل
النتائج

5-1- عرض و تحليل النتائج :

5-1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة :

5-1-1-1- عرض نتائج الفرضية العامة :

التذكير بالفرضية : توجد علاقة بين النظام التمثيلي و الأداء المهاري للاعب كرة القدم .
تم حساب النتائج عن طريق معامل الارتباط برسون بين درجات اللاعبين ونظامهم التمثيلي و بين الأداء المهاري لديهم . النتائج موضحة في الجدول التالي :

معامل الارتباط برسون بين الأداء النظام السمعي و الأداء المهاري	معامل الارتباط برسون بين الأداء النظام البصري و الأداء المهاري	معامل الارتباط برسون بين الأداء النظام الحسي و الأداء المهاري
0	0.01	- 0.101

الجدول (1): يمثل معاملات الارتباط برسون بين كل نظام تمثيلي و الأداء المهاري

5-1-1-2- تحليل نتائج الجدول (1) الخاص بالفرضية العامة :

من خلال تحليل الجدول تم الإعتماد على معاملات الارتباط برسون و الإستغناء عن الدلالة الإحصائية و ذلك لأن حجم العينة ككل صغير بشكل عام و بشكل خاص حجم العينة من اللاعبين في كل نظام تمثيلي صغير جدا خاصة في النظام السمعي و البصري .

بالنسبة لمعامل الارتباط برسون بين النظام التمثيلي السمعي و الأداء المهاري فإننا لم نتمكن من حسابه يدويا أو ببرنامج spss و ذلك لأن عدد اللاعبين في النظام السمعي 3 لاعبين فقط فمن المستحيل حساب معامل الارتباط برسون .

في حين يمكن معرفة الفروق في الأداء المهاري لدى لاعبين النظام التمثيلي السمعي و هذا ما ستجيب عليه الفرضية الجزئية الثانية .

بالنسبة لمعامل الارتباط برسون بين النظام التمثيلي البصري و الأداء المهاري فبلغ معامل الارتباط برسون 0.01 و هو ضعيف جدا أي أنه توجد علاقة طردية بين النظام البصري و الأداء المهاري و لكنها ضعيفة جدا .

بالنسبة لمعامل الارتباط برسون بين النظام التمثيلي الحسي و الأداء المهاري فبلغ معامل الارتباط برسون -0.101 و هو ضعيف جدا أي أنه توجد علاقة عكسية بين النظام الحسي و الأداء المهاري و لكنها ضعيفة جدا .

5-1-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

5-1-2-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الاولى :

التذكير بالفرضية : النظام التمثيلي السائد لدى لاعبي كرة القدم هو النظام التمثيلي البصري .
تم حساب النمط التمثيلي السائد لدى لاعبي كرة القدم بحساب تكرارات نمط النظام التمثيلي و النسب المئوية له , النتائج موضحة في الجدول التالي :

تكرارات النظام السمعي	النسبة المئوية للنظام السمعي	تكرارات النظام البصري	النسبة المئوية للنظام البصري	تكرارات النظام الحسي	النسبة المئوية للنظام الحسي
3	14.28%	5	23.80%	13	61.90%

الجدول (2): يمثل تكرارات و النسبة المئوية لكل نظام تمثيلي

5-2-1-2- تحليل نتائج الجدول (2) الخاص بالفرضية الأولى :

من خلال تحليل الجدول نجد ان النظام التمثيلي السائد هو النظام الحسي ب 13 لاعب و نسبة مئوية 61.90%

و منه الفرضية الجزئية الأولى لم تتحقق.

5-3-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

5-3-1-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

التذكير بالفرضية الجزئية الثانية : هناك فروق في الأداء المهاري تعزى لمتغير النظام التمثيلي .
تم حساب الفرضية الجزئية الثانية بمعامل أنوفا أحادي الإتجاه , النتائج موضحة في الجدول التالي:

العينة N	معامل أنوفا F	دلالة F (Sig)
21	2.26	0.133

الجدول (3): يمثل معامل أنوفا F و دلالة Sig(F) للعينة

5-3-1-2- تحليل نتائج الجدول (3) الخاص بالفرضية الثانية:

من خلال تحليل الجدول نجد أن معامل أنوفا $F = 2.26$ بمستوى دلالة $Sig(F) = 0.133$ القيمة $0.05 < 0.133$ بمعنى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الأداء المهاري تعزى لمتغير النظام التمثيلي .

و كما سبق و أشرنا الى أن العينة صغيرة فلا يمكن التكلم عن الدلالة الإحصائية , لذا تم إجراء اختبار Tukey لمعرفة (تقريبا) من النظام التمثيلي الذي يتمتع لاعبه بالأداء المهاري , النتائج موضحة في الجدول التالي :

النظام التمثيلي	العينة N	المتوسط الحسابي
الحسي	13	10.76
البصري	5	11
السمعي	3	13.66

الجدول (4) : يمثل المتوسط الحسابي لكل نظام تمثيلي

5-3-1-3- تحليل نتائج الجدول (4) الخاص بالفرضية الثانية:

من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية يمكن استنتاج أن هناك فروق في الأداء المهاري لصالح لاعبي النظام السمعي حيث بلغ متوسط الأداء المهاري لديهم 13.66 مقارنة بالنظام البصري 11 و النظام الحسي 10.76 و منه يمكن استنتاج أنه توجد فروق في الأداء المهاري لصالح لاعبي النظام السمعي .

5-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات :

5-1-2- مناقشة نتائج الفرضية العامة :

من خلال الجدول تم الإعتماد على معاملات الارتباط برسون ذلك لأن حجم العينة ككل صغير بشكل عام و بشكل خاص حجم العينة من اللاعبين في كل نظام تمثيلي صغير جدا خاصة في النظام السمعي و البصري و بالنظر الى النتائج التي نصت بوجود علاقة عكسية بين النظام التمثيلي الحسي و الاداء المهاري في كرة القدم لكنها ضعيفة للغاية و هذا راجع لكون عينة الدراسة صغيرة جدا كما يفسر ذلك بأن النظام التمثيلي الحسي يتميز صاحبه بالاعتماد الكبير على العواطف و اتخاذ القرارات وفقا لمشاعرهم .

اما العلاقة بين النظام التمثيلي البصري و الأداء المهاري فخلصت في كونها علاقة طردية لكن بنسبة ضعيفة أيضا و هذا راجع دائما لصغر عينة الدراسة عامة و صغر عينة لاعبي النظام التمثيلي البصري خاصة , كما يمكننا تفسير هذه العلاقة لاسباب ترجع الى أن اصحاب النظام التمثيلي البصري يتمتعون بخصائص مختلفة عن الآخرين , بحيث يتميز ذوي النظام البصري بالطاقة الفائضة و كذا اتخاذ القرارات بشكل فوري و مبني على اساس ما يرونه في مختلف المواقف الحياتية و اليومية في جميع المجالات عامة

و المجال الرياضي خاصة حيث أن الطاقة الفائضة تعطي أفضلية واضحة في اللعب و فروق فردية مهارية و تكتيكية خلال المنافسات .

بالنسبة لمعامل الارتباط برسون بين النظام التمثيلي السمعي و الأداء المهاري فإننا لم نتمكن من حسابه يدويا أو ببرنامج spss و ذلك لأن عدد اللاعبين في النظام السمعي 3 لاعبين فقط فمن المستحيل حساب معامل الارتباط برسون .

5-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

النظام التمثيلي السائد لدى لاعبو نجم مقرة لأقل من 21 عام هو النظام التمثيلي الحسي و كان بنسبة 61.90 % من عينة اللاعبين المقدره ب 21 لاعب , و هذه النتيجة ترجع بالاساس لكون عينة اللاعبين لفريق نجم مقرة في سن بين 18-20 سنة حيث تعتبر هذه الفترة مرحلة نهاية مراهقة حيث تغلب عليهم و تكثر المشاعر و العواطف وكذا الانفعالات , حيث أن قراراتهم مبنية على العاطفة بشكل كبير و هذا يؤثر بشكل سلبي أحيانا و كما جاء في دراستنا على الأداء المهاري بحيث أن ادخال العاطفة في اتخاذ القرارات على أرضية الميدان في التدريب أو المنافسة قد يؤدي الى نتائج متواضعة نسبيا و يخفض مستوى الانجاز .

5-2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

هناك فروق في الاداء المهاري تعزى لمتغير النظام التمثيلي السمعي بما أن العينة صغيرة فلا يمكن التكلم عن الدلالة الاحصائية لكن بعد اجراء اختبار (Tukey) خلصنا بنتيجة أن هناك فروق في الأداء المهاري لصالح لاعبي النظام التمثيلي السمعي . حيث نفسر هذه النتائج بأن الاشخاص ذوي النظام التمثيلي السمعي لهم مميزات خاصة لأنهم يتخذون قرارات مبنية على التحليل الدقيق للأوضاع كما أنهم يجمعون أكبر قدر من المعلومات قبل أخذ المبادرة و هذا ما يتجلى في الجانب الرياضي و دراستنا أيضا حيث كان للاعبي النظام التمثيلي السمعي أفضلية طفيفة في الأداء المهاري و اختبار دقة التصويب .

الفصل السادس

الإستنتاجات و

الإقتراحات

6-1- الإستنتاج العام :

من خلال العمل على بحثنا هذا و بعد إنجاز كافة الخطوات و التوصل الى النتائج و التأكد منها و تحليل و مناقشة و تفسير النتائج كان لبد من التوصل الى استنتاج بخصوص موضوع بحثنا هذا و الذي يتلخص في النقاط التالية :

- النظام التمثيلي السائد لدى لاعبي كرة القدم هو النظام الحسي و هذا راجع لكون عينة اللاعبين في سن المراهقة بين 18- 20 حيث في هذه المرحلة تغلب على الفرد الأحاسيس و المشاعر .
- توجد علاقة عكسية بين النظام التمثيلي الحسي و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .
- توجد علاقة طردية بين النظام التمثيلي البصري و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .
- توجد فروق في الأداء المهاري لدى لاعبي النظام التمثيلي السمعي .

6-2- الإقتراحات و الفرضيات المستقبلية :

6-2-1- الإقتراحات :

اعتمادا على ما توصل اليه الباحثان من نتائج بخصوص هذا الموضوع الذي يعتبر من المواضي نادرة الدراسة على المستوى الولائي و الوطني و العالمي و بداية بإختيار البحثان لهذا الموضوع و وصولا الى اطلاعنا و تعرفنا على مدى أهميته في المجال الرياضي و ذلك من خلال معرفة تأثير نوع النظام التمثيلي السائد عند اللاعبين و ربطها بمتغير الأداء المهاري و محاولة كشف نقاط الضعف و معالجتها و هذا للمساعدة في التكوين الجيد للاعبين بغية الإرتقاء بالمستوى الرياضي , و في هذا السياق يعرض الباحثان جملة من التوصيات موجهة الى المتخصصين في مجال التدريب الرياضي و علم النفس الرياضي و علم النفس المعرفي و كل من له علاقة بموضوع الدراسة :

- 1- اتمام مثل الدراسات في أطروحة دكتوراه
- 2- اعداد البحوث العلمية التي تتعلق بالأنظمة الشخصية التمثيلية و محاولة جمع أكبر قدر من المعلومات حول هذا الموضوع
- 3- اقتراح برامج تدريبية بوفق استخدام الأنظمة التمثيلية و هذا لتطوير بعض الجوانب التقنية و التكتيكية للاعبو كرة القدم .
- 4- الاهتمام باللاعبين الذين يملكون النظام السمعي حيث يملكون درجات جيدة في الأداء المهاري .
- 5- القيام بدراسات مماثلة و ربط الانظمة التمثيلية بمتغيرات تتعلق بالجانب الرياضي من أجل الاستفادة و تطوير مستوى التدريب الرياضي
- 6- ضرورة اعلام المدربين بأهمية و أفضلية الأنظمة التمثيلية للاعبينهم لغرض وضع الطريقة المناسبة لتدريبهم .

6-2-2- الفرضيات المستقبلية :

- بغرض فتح مجموعة من الآفات المستقبلية أمام الباحثين و المختصين في مجال التدريب الرياضي و علم النفس الرياضي نأمل في ان تساهم دراستنا في اعطاء دفعة معنوية للرياضيين و لاعبو كرة القدم و الرياضة بصفة عامة .
- استمرار الدراسات العلمية في هذا الموضوع .
- و في الأخير نتمنى أن يكون هذا البحث المتواضع مرجع لمن يريد التطرق لمثل هذا الموضوع و نأمل في افادة الباحثين في المستقبل قدر المستطاع .



المراجع

قائمة المراجع

المراجع و المصادر المعتمدة في الدراسة :

المراجع العربية :

1. إبراهيم الفقهي 2008 , البرمجة اللغوية العصبية و فن الاتصال اللامحدود , ن ط ابداع للاعلام و النشر , القاهرة .
2. جون ار اندرسون 2007 , علم النفس المعرفي و تطبيقاته , ط1 دار الفكر ناشرون و موزعون
3. رعد محمد عبدربه 2010 , كرة القدم رياضة الشعوب , ط1 الجنادرية للنشر و التوزيع .
4. رشيد زرواتي 2004 , منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية , ن ط دار الكتاب الحديث , الجزائر .
5. رشيد زرواتي 2007 , مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية و الانسانية , ط1 دار الكتاب الحديث , الجزائر .
6. سامي محمد هشام حريز 2008 , المهارة في مواجهة التحديات , ط1 دار البداية ناشرون و موزعون
7. عمار بوحوش 2001 , مناهج البحث العلمي و طرق اعداد البحوث , ط 3 , ديوان المطبوعات الجامعية , الجزائر .
8. محمد حسن علاوي , راتب أسامة 1999 , البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي ط1 , دار الفكر العربي , عمان .
9. مروان عبد المجيد ابراهيم 2000 , أسس علم الحركة في المجال الرياضي , ط 1 مؤسسة الوراق , عمان .
10. محمد عبد الفتاح الصيرفي 2009 , البحث العلمي التطبيقي للباحثين , ط 5 , دار وائل للتوزيع و النشر , الأردن .
11. مفتي ابراهيم 2010 , المرجع الشامل في كرة القدم , ط 1 دار الكتاب الحديث , القاهرة .
12. موفق أسعد محمود 2009 , الاختبارات و التكتيك في كرة القدم , ط2 دار دجلة ناشرون و موزعون , بغداد .
13. محمد حسن علاوي , محمد نصر الدين رضوان 1987 , الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي , ط 1 دار الفكر العربي , القاهرة .
14. مفتي ابراهيم حماد 2002 , المهارات الرياضية أسس التعلم و التدريب بالدليل المصور , ط1 , مركز الكتاب للنشر جامعة حلوان

15. هاشم ياسر حسن 2009 , تطوير أداء المهارات الهجومية في مناطق اللعب المختلفة بكرة القدم ط1 مركز الكتاب للنشر , كربلاء .
16. غازي صالح محمود 2011 , كرة القدم المفاهيم - التدريب , ط1 مكتبة المجمع العربي للنشر و التوزيع , الجامعة المستنصرية , عمان .
17. المنجد في اللغة العربية و الأعلام دار المشرق، لبنان، 1987
18. وجيه محجوب 1993 , البحث العلمي و مناهجه , ط 2 , مكتبة التابعين , القاهرة .
19. وجيه محجوب 1989 , الاختبارات و القياس و التقويم في التربية الرياضية , ط1 مطبعة التعليم العالي . جامعة الوصل .
20. ناصر بن عبد الرحمان الزهراني 2005 , البرمجة اللغوية العصبية , ط 1 دار ابن الحزم
21. شوقي سليم حماد 2008 , برمجة العقل (NLP البرمجة اللغوية العصبية) , ط 1 دار اليزوري العلمية , عمان .
22. جوزيف اوكانور 2008 , التخطيط اللغوي العصبي , ترجمة محمد الواكد دار العلاء للنشر , دمشق .
23. عبيد الاء محم 2006 , البرمجة اللغوية العصبية , ط 1 دار الصفاء , عمان .
24. ليلو دهام محمد سعيد السامرائي 2020 : "تأثير تمارين الاستجابة الحركية و التوقع الحركي على وفق الأنظمة التمثيلية (سمعي - بصري - حسي) في مستوى أداء بعض المهارات الاساسية في كرة الطائرة" مجلة التربية الرياضية , المجلد 32 , (2) ص 121-122 .
25. مريم عبد الرحمن عبد العالي و كايد محمد سلامة 2015 : "درجة ممارسة النظام التمثيلي في الاتصال الاداري و علاقتها بفاعلية الاداء الاداري لدى مديري المدارس الحكومية في محافظة اربد" المجلة الاردنية في العلوم التربوية (12) , (3) ص 397-400 .
26. سحر حر مجيد 2017 : "تأثير تمارين مهارات مركبة على وفق الأنظمة التمثيلية في تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة السلة" مجلة علوم الرياضة , (9) , (29) ص 1-3 .
27. عامر ابراهيم قنديلجي 2019 , الدليل العلمي المختصر في كتابة البحوث و الرسائل العلمية , ط 1 , دار أمجد للنشر و التوزيع

المراجع الأجنبية :

28-Woernrerv , J , j , & stonehouse , H. B.(2008) the use of the Neuro-
linguistics programming model for learning success . school sciences and
mathimaticts . 88.(6).



الملاحق

الجمهورية الشعبية الجزائرية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

استمارة استبيان موجهة للاعبين

في إطار نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و
الرياضية تخصص تدريب رياضي تحت عنوان " الأنظمة الشخصية
التمثيلية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم "

دراسة ميدانية لفريق نجم مقرة أقل من 21 سنة
ملاحظة : ضع علامة (X) في الإطار المناسب أمام الإجابة المختارة و شكرا

تحت إشراف :
د/قارة السعيد

إعداد الطالبين :
بركات علاء الدين
بو داود عبد الله

السنة الجامعية :
2021/2020

استبيان نموذج النمط التمثيلي VAK

الاسم:
اللقب:

أجب على الأسئلة بسرعة، اختر أول إجابة تخطر على بالك أو التي تحدث لك دائماً.

1- عندما تريد الاسترخاء تفضل عمل الآتي أكثر:

أ- تقرأ أو تشاهد التلفزيون. ☐ ب- تستمع إلى الراديو أو الموسيقى. ☐ ج- تلعب رياضة. ☐

2- عند محاولتك لتذكر الأشخاص عادة:

أ- تتذكر الأسماء ولكن تنسى الوجوه. ☐ ب- تتذكر ما فعلته معهم. ☐ ج- تتذكر الوجوه ولكن تنسى الأسماء. ☐

3- أنتشت بسهولة عندما:

أ- يتحرك أشخاص أو أشياء من حولي. ☐ ب- يكون المكان غير مرتب. ☐ ج- يكون هناك إزعاج. ☐

4- تعلمت أكثر قواعد المرور:

أ- من قراءة كتيب تعليم القيادة للمرور. ☐ ب- مما قاله مدرب القيادة أو أصحابي. ☐ ج- تجربتي أثناء القيادة. ☐

5- أحل المشاكل بسهولة عندما:

أ- أتكلم بالحلول المقترحة. ☐ ب- أكون الحلول بالتجربة الصح أو الخطأ. ☐ ج- أكتب أو أضع قائمة بالحلول المحتملة. ☐

6- إذا انتظرت الباص (الحافلة) لمدة ساعة:

أ- أشعر بالقلق وأمشي حول موقف الباص. ☐ ب- أراقب الناس أو المناظر. ☐ ج- أتحدث مع أو الأشخاص الآخرين. ☐

7- لأظهر مشاعري وتقديري لشخص ما:

أ- أرسل رسالة. ☐ ب- أهاف هذا الشخص. ☐ ج- أقوم بزيارة هذا الشخص. ☐

8- عندما أتجهأ كلمة صعبة أو جديدة:

أ- أنطقها. ☐ ب- أكتبها لأرى كيف اشعر بها. ☐ ج- أكتبها لأرى كيف تبدو. ☐

9- من الفنون أفضل الذهاب:

أ- المسرح. لأشاهد مسرحية. ☐ ب- معرض للفنون أو الأدبيات. ☐ ج- أمسية شعرية. ☐

10- عندما أغضب غضباً شديداً:

أ- اكتم الغضب. ☐ ب- أقوم بالصراخ. ☐ ج- أثور وأكسر الأشياء. ☐

11- في الفصل أفضل:

أ- المحاضرات والنقاش. ☐ ب- التجارب والتمارين. ☐ ج- الصور والرسوم والمخططات. ☐

12- في محل الفيديو أختار:

- أ- أفلام الحركة والإثارة. ☐ ب- أفلام الدراما ☐ ج- الأفلام الموسيقية. ☐

13- لأتعرّف على مشاعر شخص ما:

- أ- أنظر لوجهه. ☐ ب- أستمع لنبرة صوته. ☐ ج- ألاحظ إيماءاته وحركاته ☐

14- أفضل فكاهة أو مرح:

- أ- الكوميديان الذي يتكلم. ☐ ب- الكوميديا مع الحركة. ☐ ج- أفلام الكارتون ☐

15- في الحفلة أقضي معظم الوقت:

- أ- أتنقل (أدور) على الحضور. ☐ ب- أراقب ما يحدث. ☐ ج- أكلم واستمع للآخرين. ☐

16- أفضل أن يوضح لي شيء ما:

- أ- من خلال رسم أو صورة أو خريطة. ☐ ب- شرح أو محاضرة. ☐ ج- عرض توضيحي. ☐

17- في الفصل أفضل أن:

- أ- أستمع للمحاضر وهو يشرح. ☐ ب- أتحرك وأقوم بعمل الأشياء. ☐ ج- أكتب أو أعمل جداول. ☐

18- أتعلّم مهارة رياضية من المدرب:

- أ- يريني الحركة. ☐ ب- يشرح الحركة باستخدام السبورة. ☐ ج- يتكلم عن المهارة. ☐

19- في المساء ، في رحلة أو طلعة للمنتزه:

- أ- العب ورق ☐ . ب- ألقى أو أستمع للنكات أو مواقف مرحة. ☐ ج- ألعب كرة. ☐

20- أفضل من شريكي أو صديقي أن يحب:

- أ- نفس الموسيقى التي أحبها. ☐ ب- نفس اللعبة الرياضية ☐ ج- نفس الفيلم أو برنامج التلفزيون. ☐

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : " الأنظمة الشخصية التمثيلية وعلاقتها بالأداء المهاري في كرة القدم " دراسة ميدانية على فريق نجم مقرة أقل من 21 سنة

أهداف الدراسة :

- معرفة نوع النظام التمثيلي السائد لدى اللاعبين .
- الكشف عن العلاقة بين الأنظمة التمثيلية و الاداء المهاري في كرة القدم .
- معرفة الفروق الفردية مهارية حسب نوع النظام التمثيلي السائد لدي اللاعب

منهج الدراسة : تم إتباع المنهج الوصفي في الدراسة و بالتحديد طريقة العلاقات الإرتباطية

مجتمع و عينة الدراسة :

مجتمع الدراسة : تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم لفريق نجم مقرة لأقل من 21 عام و قد بلغ عددهم 24

عينة الدراسة : و عددها 21 لاعب من فريق نجم مقرة للأمال .

اساليب جمع البيانات :

الأجهزة و الأدوات المستخدمة في البحث :

- ملعب كرة قدم قانوني
- اقماع
- كرات
- صافرة

الاختبارات و الادوات المستخدمة في البحث : اختبار تهديف الكرة -استبيان النمط التمثيلي VAK

النتائج المتوصل اليها :

- يتمتع لاعبو كرة القدم بنظام تمثيلي حسي .
- توجد علاقة عكسية بين النظام التمثيلي الحسي و الأداء المهاري .
- توجد فروق في الأداء المهاري لصالح لاعبي النظام السمعي .

الاستنتاجات و الاقتراحات :

- 1- اتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة دكتوراه
- 2- اعداد البحوث العلمية التي تتعلق بالأنظمة الشخصية التمثيلية و محاولة جمع أكبر قدر من المعلومات حول هذا الموضوع
- 3- اقتراح برامج تدريبية بوفق استخدام الأنظمة التمثيلية و هذا لتطوير بعض الجوانب التقنية و التكتيكية للاعبو كرة القدم .
- 4-الاهتمام باللاعبين الذين يملكون النظام السمعي حيث يملكون درجات جيدة في الأداء المهاري .
- 5- القيام بدراسات مماثلة و ربط الانظمة التمثيلية بمتغيرات تتعلق بالجانب الرياضي من أجل الاستفادة و تطوير مستوى التدريب الرياضي
- 6-ضرورة اعلام المدربين بأهمية و أفضلية الأنظمة التمثيلية للاعبينهم لغرض وضع الطريقة المناسبة لتدريبهم .