



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:

القسم: التدريب الرياضي

الرمز:

الشعبة: التدريب الرياضي

التخصص: التحضير البدني الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة

ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

اللياقة البدنية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم

-دراسة ميدانية ببعض نوادي الرابطة المحترفة الأولى - صنف الأكاير"

إشراف الأستاذ:

إعداد الطالب:

د. شرطي رشيد

طواهرية عبد القادر

قطاري يوسف

السنة الجامعية: 2021/2020





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:

القسم: التدريب الرياضي

الرمز:

الشعبة: التدريب الرياضي

التخصص: التحضير البدني الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة

ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

اللياقة البدنية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم

-دراسة ميدانية ببعض نوادي الرابطة المحترفة الأولى - صنف الأكاير"

إشراف الأستاذ:

إعداد الطالبين:

د. شراطي رشيد

طواهرية عبد القادر

قطاري يوسف

السنة الجامعية: 2021/2020

# شكر

بسم الله الرحمن الرحيم

(وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ) سورة إبراهيم، الآية 7

بفضل الله وعونه تعالى خرج هذا العمل المتواضع للنور فالحمد لله على فضله ونعمه،  
فالشكر لله المتفضل علينا بإتمام هذا العمل المتواضع، سبحانه من رزقنا من ذلك الصبر  
والإرادة والصحة، فيا رب زدنا علما وانفعنا بما علمتنا.

فبعد إنهاء هذا العمل نتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير والاحترام وأرقى معالي  
الامتنان والعرفان إلى من كان مشرفا لنا في هذا العمل، أستاذنا القدير "شرطي رشيد"  
نشكره على جميل توجيهاته ونصائحه القيمة والسديدة وإرشاداته المفيدة، إليك أستاذنا  
أجمل التحيات والأمنيات بالتوفيق في مشارك العلمي والعملية ودوام الصحة والعافية إن  
شاء الله، ألف شكر أستاذي.

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى لجنة المناقشة على قبولها مناقشة هذا العمل المتواضع  
ونخص بشكرنا أيضاً إداري، ومدربي ولاعبي نادي وفاق سطيف الذين كانوا كعينة لهذه  
الدراسة.

دون أن ننسى جميع الأساتذة، والإداريين، والعمال، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية  
والرياضية بجامعة محمد بوضياف المسيلة، خاصة أساتذة قسم التدريب الرياضي  
لمجهوداتهم فأنتم أصحاب فضل في تألقنا وتفوقنا ونجاحنا.

## إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

(وَبَرًّا بِوَالِدَيْهِ وَلَمْ يَجْعَلْ لِي جَبَّارًا شَقِيًّا) سورة مريم، الآية 32

أمي... لو وصفتها شعرا بأجمل الكلمات والعبارات لأصبحت شاعرا لا يشق له غبار فماذا عساي أقول، بعدد ألوان الزهر، وقطرات المطر، كلمات الثناء لا توفيك حقك، شكراً لكي أمي على مساندتي دائماً وأبداً...

بسم الله الرحمن الرحيم

(وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٌ وَلَا تَنْهَرَهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا \* وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا) سورة الإسراء، الآية 23-24.

أبي... هذا الرجل الهادئ الصامت الذي أورثني شموخاً وكبرياء وعزة وأنفة، كان دائماً سنداً لي في كل الأمور بدعائه وجهوده، لم يبخل علي بشيء، ولن يبخل علي حتى ولو كان مستحيلاً.

إلى إخوتي وأخواتي... المتألقون في حياتهم أتمنى لهم الخير كله دمتم طيبين.

إلى أستاذي وسندي في هذا العمل رشيد شرطي لا يسعني إلى أن أقول إنه لعظيم الشرف لي، أنك كنت مؤطري في هذه المذكرة...أهديك ثمرة هذا النجاح.

إلى أخي وصديقي رياض بوساهل أبو إياد أتمنى له دوام الصحة والعافية.

إلى إخوتي وأصدقائي الذين لم تتجبههم أمي، إلى رجال ليسوا كالرجال، الذين أعتبرهم أجمل هدية في حياتي، أخي وزميلي رشيد كرم، أخي حسين بوراس، أخي أسامة معاش، أخي رياض معاش، أخي محمد حمدون أبو لجين، شكراً على الوقوف معي في مشواري الرياضي كطالب، ولاعب ومدرب، دائماً ما كنتم تعتبروني الأفضل، أهديك جميعاً ثمرة مجهودي بهذا النجاح المتواضع.

إلى خليلي، أخي، صديقي، زميلي ورفيق دربي، قطاري يوسف، والله إنك أعز وأحب إلى قلبي، شكراً على مجهوداتك في إنجاز هذا العمل.

طواهرية عبد القادر



## إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

(وَبَرًّا بِوَالِدَيْهِ وَلَمْ يَجْعَلْ لِي جَبَّارًا شَقِيًّا) سورة مريم، الآية 32

أمي...لو وصفتها شعرا بأجمل الكلمات والعبارات لأصبحت شاعرا لا يشق له غبار فماذا عساي أقول، بعدد ألوان الزهر، وقطرات المطر، كلمات الثناء لا توفيك حقك، شكراً لكي أمي على مساندتي دائماً وأبداً...

بسم الله الرحمن الرحيم

(وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٌ وَلَا تُنْهَرَهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا \* وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا) سورة الإسراء، الآية 23-24.

أبي...الذي كان دائماً سندا لي في كل الأمور بدعائه وجهوده، لم يبخل علي بشيء، ولن يبخل علي حتى ولو كان مستحيلاً.

إلى إخوتي وأخواتي... المتألقون في حياتهم أتمنى لهم الخير كله.

إلى إخوتي وأصدقائي أهدىكم ثمرة نجاحي شكراً لكم على كل من ساعدني من قريب أو من بعيد

إلى أستاذي وسندي في هذا العمل رشيد شرطي لا يسعني إلى أن أقول إنه لعظيم الشرف لي، أنك كنت مؤطري في هذه المذكرة...أهدىكم ثمرة هذا النجاح.

قطاري يوسف



## قائمة المحتويات:

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية abstract
أ، ب	مقدمة
	<b>الجانب المنهجي</b>
الصفحة	<b>الفصل الأول: الإطار العام للدراسة</b>
04	1-1- إشكالية الدراسة
06	1-2- فرضيات الدراسة
06	1-3- أهمية الدراسة
07	1-4- أهداف الدراسة
07	1-5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
09	1-6- الدراسات السابقة
15	1-7- مميزات الدراسة الحالية
	<b>الجانب النظري</b>
الصفحة	<b>الفصل الثاني: اللياقة البدنية لدى لاعب كرة القدم المحترف</b>
18	تمهيد
19	2-1- اللياقة البدنية
19	2-2- مفهوم الصفات البدنية
20	2-3- أقسام الصفات البدنية
20	2-4- مكونات الصفات البدنية
22	2-5- مكونات اللياقة البدنية بمفهوم المدرستين الغربية والشرقية
23	2-6- مكونات اللياقة البدنية
23	2-6-1- القوة العضلية
25	2-6-2- التحمل
27	2-6-3- السرعة
29	2-6-4- الرشاقة

30	2-6-5- المرونة
33	خلاصة
الصفحة	<b>الفصل الثالث: التفكير الإبداعي لدى لاعب كرة القدم المحترف</b>
36	تمهيد
37	3-1- مفهوم التفكير الإبداعي
38	3-2- مفهوم التفكير الإبداعي على أساس العمل الإنتاجي
38	3-3- مستويات التفكير الإبداعي
39	3-4- تعريف التفكير الإبداعي على أساس السمات الشخصية
41	3-5- مهارات التفكير الإبداعي
41	3-6- المهارات الأساسية المكونة للتفكير الإبداعي
44	3-7- التفكير الإبداعي الحركي
45	3-8- مفهوم الإبداع الحركي
45	3-9- مراحل العملية الإبداعية في المجال الرياضي
46	3-10- العوامل والمؤثرات التي تؤثر على الإبداع الحركي
46	3-11- المهارات الإبداعية الحركية
47	3-12- قيمة التفكير الإبداعي وأهميته
47	3-13- الإبداع في الأنشطة الرياضية
48	3-14- الإبداع عند لاعب كرة القدم
48	3-15- أهمية الإبداع لدى لاعبي كرة القدم
49	3-16- مجالات الطاقة الإبداعية الرياضية
50	3-17- سمات الشخصية الرياضية المبدعة
51	3-18- تنمية التفكير الإبداعي للاعبين كرة القدم
53	خلاصة
	<b>الجانب التطبيقي</b>
الصفحة	<b>الفصل الرابع: منهجية الدراسة</b>
56	تمهيد:
57	4-1- الدراسة الاستطلاعية
57	4-2- منهج الدراسة
58	4-3- متغيرات الدراسة
58	4-4- مجتمع وعينة البحث

59	4-5 أساليب جمع البيانات والمعلومات
60	4-6 الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق والثبات)
74	4-7 تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية
74	4-8 خطوات إجراء الدراسة الميدانية
75	خلاصة
الصفحة	<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج</b>
77	5-1 عرض وتحليل النتائج
83	5-2 مناقشة النتائج في ظل الفرضيات
الصفحة	<b>الفصل السادس: الاستنتاجات والاقتراحات</b>
90	6-1 الاستنتاج العام
90	6-2 الاقتراحات والفرضيات المستقبلية
92	قائمة المصادر والمراجع
	قائمة الملاحق
	ملخص الدراسة

قائمة الجداول

الصفحة	الرقم	عنوان الجدول
61	01	Coefficient de Guttman يوضح قيم معاملات
61	02	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور التحمل
62	03	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور السرعة
62	04	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور المرونة
62	05	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور القوه البدنية
62	06	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور الرشاقة
63	07	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمقياس ككل.
63	08	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمحاور الثلاث والمقياس ككل
64	09	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور التحمل والدرجة الكلية للمقياس
64	10	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور السرعة والدرجة الكلية للمقياس
65	11	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور المرونة والدرجة الكلية للمقياس
66	12	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور القوة والدرجة الكلية للمقياس
67	13	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور الرشاقة والدرجة الكلية للمقياس
68	01	Coefficient de Guttman يوضح قيم معاملات
68	02	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور المرونة
68	03	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور الأصالة
68	04	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور حل المشكلات
69	05	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمقياس ككل
69	06	يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمحاور الأربع والمقياس ككل
70	07	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور الطلاقة والدرجة الكلية للمقياس
71	08	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور المرونة والدرجة الكلية للمقياس
72	09	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور الأصالة والدرجة الكلية للمقياس
73	10	يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور حل المشكلات والدرجة الكلية للمقياس
77	01	يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي

78	02	يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين القوة العضلية والتفكير الإبداعي
79	03	يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين التحمل والتفكير الإبداعي
80	04	يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين السرعة والتفكير الإبداعي
81	05	يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين الرشاقة والتفكير الإبداعي
82	06	يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين المرونة والتفكير الإبداعي

## المخلص باللغة العربية:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة "العلاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم" دراسة ميدانية ببعض نوادي الرابطة المحترفة الأولى - صنف الأكاير، ولدراسة هذا الموضوع تم صياغة فرضية عامة مفادها: توجد علاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

وللتحقق من صحة فرضية هذه الدراسة تم الاعتماد في دراستنا على المنهج الوصفي التحليلي، حيث تم إجراء دراسة ميدانية على أكابر نادي وفاق سطيف لكرة القدم من خلال الاعتماد على مقياسين الأول مقياس الحالة البدنية، ومقياس التفكير الإبداعي لكرة القدم، وقد توصلت الدراسة إلى ما يلي:

- وجود علاقة عكسية بين اللياقة البدنية و التفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

**الكلمات المفتاحية:** عناصر اللياقة البدنية، التفكير الإبداعي، اللاعب المحترف في كرة القدم

## **Abstract**

The current study aims to know the "**relationship between physical fitness and creative thinking among the players of the First Professional Football League**", a field study in some clubs of the First Professional League - the senior class. To study this topic, a general hypothesis was formulated that: There is a relationship between physical fitness and creative thinking among the players of the League. The first professional soccer player.

In order to verify the validity of the hypothesis of this study, our study relied on the descriptive analytical approach, where a field study was conducted on the largest football club ES Setif by relying on two scales, the first being the physical condition scale, and the football creative thinking scale. The study found the following:

There is an inverse relationship between physical fitness and creative thinking among the players of the First Professional Football League.

Keywords: fitness elements, creative thinking, professional football player

مقدمة

## مقدمة:

لقد كان اهتمام الباحثون في المجال الرياضي وخاصة كرة القدم بالجوانب البدنية والخطية والفنية، ولم يلقى الجانب النفسي الكثير من الأبحاث والاهتمام والذي يعتبر بدوره عاملا مهما وأساسيا في تكوين وتطوير الرياضي والوصول به إلى أعلى المستويات وتحقيق الإنجازات الرياضية، حيث تؤكد عدة دراسات أن معظم اللاعبين الأكثر تحضيرا من الجانب النفسي أفضلهم تقدما لأروع المستويات وتحقيقا لأفضل النتائج.

فكرة القدم اليوم من أكثر الرياضات شعبية في العالم، حيث بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الرياضات الأخرى أين يغلب عليها الطابع التنافسي والحماسي الكبير فأصبحت تكتسي أهمية بالغة للشعوب على اختلاف أجناسهم ولغاتهم نظرا لخصائص هذه اللعبة ومميزاتها وأيضا يغلب عليها طابع المنافسة القوية بين اللاعبين، فنجد تنافس بدني، مهاري وخطي بين اللاعبين ولا بد من الحديث أن كرة القدم في يومنا هذا تتطلب التركيز على تدريب المهارات الأساسية من مختلف الجوانب البدنية والفنية دون نسيان الجوانب النفسية للاعبين لأنها تعتبر عوامل هامة يكمل بعضها بعضا.

يعتبر الجانب النفسي عند لاعب كرة القدم من أهم الجوانب التي يجب أن يهتم بها المدربون، وتعطى له الأهمية والأولوية لذلك أصبح على المدربين الاستعانة بالمحضر النفسي لفهم ما يدور في ذهن وعقول اللاعبين حتى يستطيعوا تفجير أفكارهم ومواهبهم، فالتحضير النفسي الذي لا يلقى اهتماما كبيرا في مجال التدريب الرياضي يعتبر من الظواهر الأساسية في المجال الرياضي حيث يلعب هذا النوع من الإعداد دورا كبيرا في تحقيق الإنجازات الرياضية. (راتب، 2005، ص09)

إن تحقيق المستويات الرياضية العالية في جميع الألعاب الرياضية لم يكن وليد الصدفة، لكن جاء نتيجة التخطيط السليم المبني على أسس علمية واضحة في مجال التدريب الرياضي، والاهتمام بتكامل إعداد الرياضيين إعدادا جيدا في النواحي البدنية التي كان لها النصيب الأكبر من البحوث والاهتمام بها في مجال التدريب الرياضي دون غيرها من النواحي الأخرى، فالتفكير الإبداعي يعتبر من المواضيع الهامة في مجال علم النفس، وخاصة في المجال الرياضي نظرا لما تتطلبه الألعاب الرياضية سواء الجماعية أو الفردية من العمليات العقلية كالتفكير، فله دور هام وأساسي في حياة الرياضي. (القذافي، 2000، ص 06)

اللاعب عندما يفكر بسلوك إيجابي وعقلانية فإن عقله يبرمج على عملية التفكير الإبداعي الذي تساعده في إيجاد الحلول والتعبير عن مهارات سواء كان من إبداعه أو قام بنقلها وتكون مصدر فخر وقوة له، فاللاعب سواء كان في التدريب أو المنافسة تجول في ذهنه عدة أفكار، قد يقوم بالتفكير مع نفسه من أجل تطبيق هذه الأفكار على أرض الميدان، لذا فالتفكير الإبداعي جوهر أساسي ومهم للاعبين لتحقيق الطموح والوصول إلى مستوى النخبة والتألق.

إن من مميزات كرة القدم أنها أصبحت صعبة بسبب تقارب مستويات الفرق واللاعبين فيها، مما جعلها أكثر تعقيدا وصعوبة في الوقت الحاضر، وكلما ازداد تعقيدها وصعوبتها كلما احتاجت إلى لاعبين مهرة يميلون إلى الإبداع في الأساليب والتصرفات. (الحوري، 2019 ص328) حيث تلعب اللياقة البدنية دورا فعالا في تحقيق التفوق والإبداع، حيث تعتبر قاعدة أساسية تبنى عليها إمكانية ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية والتقدم بمختلف الجوانب والمهارات الأساسية كالجوانب النفسية، المهارية، الفنية، الخطئية. (عثمان، 1994، ص25)

ومن أجل هذا جاءت دراستنا للتعرف على اللياقة البدنية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، حيث كانت دراستنا الميدانية ببعض نوادي الرابطة المحترفة الأولى صنف الأكابر، حيث وقع اختيارنا على نادي وفاق سطيف لكرة القدم الناشط في الرابطة المحترفة الأولى.

وعلى هذا الأساس قمنا بتقسيم بحثنا إلى قسمين الجانب النظري والجانب التطبيقي، واحتوى الجانب النظري على عدة فصول، حيث جاء الفصل الأول تحت عنوان الإطار العام للدراسة، تطرقنا فيه إلى إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، وفرضيات الدراسة، وأهمية وأهداف، بالإضافة إلى تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة وأخيرا عرضنا بعض الدراسات السابقة والمشابهة والتعليق عليها لما لها من أهمية في توضيح مسار البحث.

أما الفصل الثاني جاء تحت عنوان اللياقة البدنية لدى لاعب كرة القدم المحترف حيث تطرقنا فيه إلى مفهومها، وأقسامها، حسب المدرستين الشرقية والغربية، ثم تكلمنا عن اللياقة البدنية، تعريفها، أهميتها، مكوناتها، أنواعها، وكان عنوان الفصل الثالث التفكير الإبداعي لدى لاعب كرة القدم المحترف حيث تطرقنا فيه إلى مفهوم، ومراحل، ومستويات، ومهارات التفكير الإبداعي وأهميته وأهدافه، أما بخصوص الجانب التطبيقي فهو يحتوي على فصلين، الفصل الرابع يتعلق بمنهجية الدراسة، حيث تطرقنا فيه إلى الدراسة الاستطلاعية، ومنهج الدراسة، ومتغيرات الدراسة، ومجتمع وعينة البحث، وأدوات جمع البيانات، والخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة، والمعالجة الإحصائية، وخطوات إجراء الدراسة الميدانية.

وفي الأخير قمنا بعرض النتائج، وتحليلها ومناقشتها وفق فرضيات الدراسة وهذا ما نجده في الفصل الخامس، ولتنهي عملنا بفصل سادس تطرقنا فيه إلى الاستنتاجات المتوصل إليها، وبعض الاقتراحات، وإعطاء عدد من الفرضيات المستقبلية للدراسة.

# الفصل الأول

## الإطار العام للدراسة

## 1- إشكالية الدراسة:

يتعرض اللاعبون في كرة القدم كغيرهم من أقرانهم العاديين للعديد من المشكلات والتحديات، سواء أكان ذلك على مستوى حياتهم الشخصية، أم علاقاتهم مع الآخرين، أم في المجالات الدراسية والأكاديمية، أو في التدريب خاصة، مما يتطلب جهودًا مخصصة وكبيرة من قبل المدربين ومؤسسات المجتمع الرياضي المختلفة، لتذليل هذه الصعوبات والمشاكل التي تواجههم.

وفي المقابل يواجه المدربون والنظام التدريبي العديد من التحديات والصعوبات المتعلقة بإعداد فئة اللاعبين الموهوبين في كرة القدم وتشتتهم لمواجهة المستقبل واحتياجاته بالشكل السليم، ومن حق هذه الفئة الحصول على رعاية تدريبية تتسجم مع قدراتهم واستعداداتهم على اعتبار أنهم طاقة وثروة وطنية كبرى يجب رعايتها والاهتمام بها، وذلك بهدف استثمارها وتوجيهها لخدمة المجتمع الرياضي.

من خلال ملاحظتنا الميدانية المباشرة وغير المباشرة، واطلاعنا على عدد من الدراسات العلمية، والحوارات الصحفية المرئية والمسموعة والمكتوبة لعدد من الفاعلين من المدربين والمختصين ولاعبين محترفين في كرة القدم الجزائرية، استنتجنا أن هناك ضعف أو انعدام التحضير النفسي (الذهني) للاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية، وإن غياب المختص النفسي الرياضي في مجمل النوادي المحترفة لا خير دليل على انعدام التحضير النفسي (الذهني) للاعب المحترف الجزائري، حيث يتم التركيز في تحضيره على الجوانب البدنية والخطئية والمهارية وإهمال الجوانب النفسية خاصة الذهنية منها كعمليات التفكير وأنواعها. والتي من بينها التفكير الإبداعي الذي يعرف على أنه: "عملية ذهنية يتفاعل فيها المتعلم مع الخبرات العديدة التي يوجهها بهدف استيعاب عناصر الموقف من أجل الوصول إلى فهم جديد أو إنتاج جديد يحقق حلا أصيلا لمشكلته أو اكتشاف شيء جديد ذي قيمة بالنسبة لها وللمجتمع الذي يعيش فيه". (سعادة، وجودة، 2003، ص12)

فتحقيق النتائج الرياضية (الإنجاز الرياضي) هو أمر مهم ولكن الأهم من ذلك هو الاستمرار في تحقيق النتائج الرياضية (تحقيق الإنجاز الرياضي) لأطول فترة زمنية ممكنة، أي الثبات على تحقيق الإنجازات الرياضية، كالأداء المثالي، وتحقيق الفوز في المنافسات الرياضية والبطولات، وهو ما يتطلب خضوع اللاعب المحترف الجزائري للتدريب المتكامل والشامل، الذي لا يقصي أي جانب من جوانب شخصية اللاعب المحترف، وخاصة جانبه الذهني، الذي لا يلقى نفس الاهتمام الذي تلقاه الجوانب الأخرى خاصة البدنية والمهارية والخطئية، فالجانب البدني مهم في حياة اللاعب المحترف في كرة القدم، إذا لا بد أن يتمتع باللياقة البدنية المثلى، الذي تمكنه من تقديم الأداء الرياضي المثالي (الجيد)، وتحقيقه للنتائج الرياضية الايجابية (تحقيق الانجازات الرياضية والثبات عليها)، حيث تعرف اللياقة البدنية على أنها: الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حالته الجسمانية والتي تمكنه من

استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني والحركي بأفضل درجة وأقل جهد ممكن. (حسن، 1994، ص 189)

فاللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية يعاني من نقص في التحضير النفسي (الذهني)، حيث لا يلقى نفس الاهتمام الذي يلقاه الجانب البدني، والمهاري والخططي، إذ لا تتوفر النوادي المحترفة لكرة القدم على المحضر النفسي الرياضي، الذي هو المسؤول الأول والأخير على عملية إعداد البرامج العلمية والمنظمة، لتحضير اللاعب المحترف نفسياً (ذهنياً)، وهو ما انعكس سلباً على النتائج الرياضية سواء على المستوى الفردي أو على المستوى الجماعي، حيث نلاحظ عدم الثبات في تحقيق النتائج الإيجابية خاصة على المستوى القاري، وخير دليل على ذلك غياب النوادي المحترفة في كرة القدم عن منصات التتويج القارية والعالمية، ومن هنا أصبح من الضروري الاهتمام بالتحضير المتكامل للاعب المحترف (بدنياً، نفسياً، خططياً، مهارياً، واجتماعياً، وصحياً...)

وجاءت دراستنا لتسلط الضوء أكثر على متغيرات الدراسة، وذلك من خلال معرفة طبيعة العلاقة الموجودة بين مختلف عناصرها اللياقة البدنية ( القوة العضلية، التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة) والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. وهذا يقودنا نحو طرح التساؤل العام التالي:

#### التساؤل العام:

- هل توجد علاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم؟

#### ويتفرع من التساؤل العام الأسئلة الجزئية التالية:

- هل توجد علاقة بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم؟

- هل توجد علاقة بين التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم؟

- هل توجد علاقة بين السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم؟

- هل توجد علاقة بين الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم؟

- هل توجد علاقة بين المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم؟

## 2- فرضيات الدراسة:

### الفرضية العامة:

- توجد علاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

### الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- توجد علاقة بين التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- توجد علاقة بين السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- توجد علاقة بين الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- توجد علاقة بين المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

## 3- أهمية الدراسة:

### الأهمية النظرية:

تكمن أهمية دراستنا، في توفير أدب نظري عن متغيرات هذه الدراسة (اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي) والرجوع إليها والاستناد عليها من قبل الباحثين، والتي من شأنها المساهمة في إثراء المكتبة العربية في هذا المجال، كذلك تشجيع الباحثين للقيام بدراسات أخرى حول هذه الدراسة لزيادة الفهم النظري لها حول متغيرات هذه الدراسة.

### الأهمية التطبيقية:

تكمن أهمية الدراسة في معرفة العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، لأنها تعتبر من الألعاب الجماعية التي تبرز فيها أهمية التفكير الإبداعي نظرا لطبيعة وصعوبة هذه الرياضة التي تتميز بالعديد من المواقف الصعبة والسريعة سواء في الهجوم أو الدفاع وحتى حراسة المرمى فهي نشاط رياضي يتميز بالحيوية والنشاط المستمر نتيجة تزايد وتيرة اللعب وخطتها ومهاراتها وتقنياتها، فمن الملاحظ أن أغلب اللاعبين الذين يقومون بمهارات فنية وتقنية فإنهم بذلك يحصلون على إعجاب الجمهور والمتابع بأدائهم المتميز، وللحصول على أداء ومستوى جيد للاعبين على المدربين تطوير الصفات البدنية وربطها بالتفكير الإبداعي، لأن الاستفادة من إمكانيات اللاعب الإبداعية على أعلى مستوى يتطلب منه مستوى عال من التفكير الإبداعي، حيث أن اللاعب الذي يفقد قدرا معيناً من هذه القدرات الإبداعية قد ينتج عنه صعوبة بالغة في الوصول إلى آلية الأداء فضلا عن عدم الموازنة بين الحركات

ونواتجها من مهارات ذات مستوى من الصعوبة للأداء فموضوع البحث يحوي في أعماقه الكثير من الدلائل والمؤشرات التي تبرز أهميته.

#### 4- أهداف الدراسة:

- معرفة العلاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

#### 5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

##### 5-1- اللياقة البدنية:

##### التعريف اللغوي:

هي قدرة الشخص على العمل بفضل ما فيه من قدرات جسمية وروحية وعقلية. (حسين، 1980، ص13)

##### التعريف الاصطلاحي:

يشمل الخصائص البدنية الأساسية التي تؤثر على نموه وتطوره، والغرض من اللياقة البدنية الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى إنجاز عالي(الصفار، وآخرون، 1987، ص199)

##### التعريف الإجرائي:

هي الدرجات التي يتحصل عليها اللاعب المحترف على مقياس الحالة البدنية المطبق في هذه الدراسة.

##### 5-1-1- عناصر اللياقة البدنية:

- **القوة العضلية:** هي قدرة العضلة على التغلب على مقاومة خارجية، أي هي قابلية العضلة لبذل شدة ضد مقاومة. (رزق الله، 1994، ص، 111)،
- **التحمل:** هو القدرة على تحقيق الجهد المتواصل أثناء وقت طويل أو محدد، دون هبوط مستوى الكفاءة أو الفاعلية(مختار، 1985، ص، 70)

- السرعة: السرعة: هي الاحتفاظ بمعدل عال من توقيت الحركة بأقصى سرعة خلال المسافات القصيرة ولفترة طويلة.(الشعلان، 1989، ص100)
- الرشاقة: هي مقدرة اللاعب على استدام جسمه بأكمله لأداء الحركة بمنتهى الإتقان، مع القدرة على تغيير اتجاهه وسرعته.(رزق الله، 1994، ص14)
- المرونة: هي قدرة اللاعب على الأداء الحركي بمدى واسع وسهولة ويسر نتيجة إطالة العضلات والأربطة العاملة على تلك المفاصل.(أبو عايش، 2011، ص92)

## 5-2- التفكير الإبداعي:

### التعريف اللغوي:

هو أسلوب شخصي فكري يستخدمه الشخص في إنتاج أكبر عدد من الأفكار حول مشكلة يتعرض لها، وهو القدرة على التخيل أو اختراع أشياء جديدة عن طريق التوليف بين الأفكار وتعديلها أو تغييرها(السرور، وهایل، 1998، ص17)

### التعريف الاصطلاحي:

يعتبر نشاطا عقليا مركبا هادفا توجهه رغبة قوية في البحث عن الحلول والتوصل إلى نوات أصيلة لم تكن معروفة سابقا، ويتميز التفكير الإبداعي بالشمولية والتعقيد لأنه ينطوي على عناصر معرفية، انفعالية وأخلاقية متداخلة تشكل حالة ذهنية فريدة.(جروان، 1998، ص154)

### التعريف الإجرائي:

هي الدرجات التي يتحصل عليها اللاعب المحترف على مقياس التفكير الإبداعي المطبق في هذه الدراسة.

## 5-6- اللاعب المحترف:

### التعريف الاصطلاحي:

هو الشخص الذي يمارس نشاطه على أنه حرفة وذلك بأن يباشره بصيغة منتظمة بغرض تحقيق عائد مادي يعتمد عليه كوسيلة للعيش.(درويش، 2006، ص41)

## 6- الدراسات السابقة:

### 6-1- الدراسة الأولى:

دراسة الحايك وعموش (2015) بعنوان "الاستراتيجيات التدريسية الأكثر استخداما في تدريس مسافات السباحة وعلاقتها بالتفكير الإبداعي في الجامعات الأردنية"

#### أهداف الدراسة:

- التعرف إلى الاستراتيجيات التدريسية الأكثر استخداما في تدريس مسافات السباحة وعلاقتها بالتفكير الإبداعي في الجامعات الأردنية.
- تكونت عينة الدراسة من 13 مدرسا من مدرسي مسافات السباحة 275 طالبا من طلاب كليات التربية البدنية في الجامعات الأردنية وأظهرت النتائج التالية:
- أن الإستراتيجية الأمرية هي الأكثر استخداما في تدريس مسافات سباحة 1 و 2 والاستراتيجية التدريبية في مسافة سباحة تخصص 3.
- الإستراتيجية التعاونية هي الأكثر فاعلية في تنمية التفكير الإبداعي في مسافة سباحة 1.
- الاكتشاف الموجه الأكثر فاعلية في مسافة السباحة 2.
- مسافة سباحة تخصص 3 فكانت استراتيجي التقييم الذاتي والتدريس المصغر هما الأكثر فاعلية في تنمية التفكير الإبداعي.
- جاء متوسط التفكير الإبداعي للطلبة الذين اجتازوا مسافات السباحة في الجامعات الأردنية ككل، وفي مسافتي سباحة 1 و 2 بمستوى متوسط وجاء بمستوى مرتفع للذين اجتازوا مسافة سباحة تخصص 3
- لا توجد فروق إحصائية في مستوى التفكير الإبداعي تبعا لمتغير الجنس.
- توجد فروق إحصائية في مستوى التفكير الإبداعي تبعا لمتغير العلامة ولصالح الطلبة المتميزين.
- فروق إحصائية تبعا لمتغير الجامعة ولصالح الجامعة الأردنية والهاشمية واليرموك.(الحايك، ص وعموش، أ، 2015)

### 6-2- الدراسة الثانية:

دراسة الفاتح (2015) بعنوان "أثر برنامج ترويحي رياضي في تنمية بعض القدرات الإبداعية لدى أطفال الروضة المتمثلة أساسا في قدرة الخيال، قدرة الطلاقة، قدرة الأصالة"

أهداف الدراسة: معرفة أثر برنامج ترويحي رياضي في تنمية بعض القدرات الإبداعية لدى أطفال الروضة المتمثلة أساسا في قدرة الخيال، قدرة الطلاقة، قدرة الأصالة.

استخدم الباحث المنهج التجريبي لعينتين متجانستين من حيث العدد ومن حيث الخصائص المورفولوجية والنفسية والبدنية واستخدما اختبار تورنس للتفكير الإبداعي لدى أطفال الروضة في هذه الدراسة على عينة تكونت من مجموعتين: إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة حيث تكونت كل مجموعة من 20 طفلاً يدرسون بدور الحضانة وأظهرت النتائج التالية:

- أن معظم الأطفال لديهم قدرة كبيرة من الخيال بالمقارنة من قدرة الأصالة.
- بينما جاءت قدرة الأطفال على الطلاقة متقاربة بين العينتين لأن سن الأطفال تسمح بنمو هذه القدرة في هذه المرحلة.(الفتاح، ز، 2015)

### 3-6- الدراسة الثالثة:

دراسة الحايك وخصاونة(2013) بعنوان "أثر برنامج تعليمي قائم على الاقتصاد المعرفي باستخدام بعض أساليب التدريس على المستوى المهاري والتفكير الإبداعي في الجمناز على جهاز الحركات الأرضية"

#### أهداف الدراسة:

- التعرف على أثر برنامج تعليمي قائم على الاقتصاد المعرفي باستخدام بعض أساليب التدريس على المستوى المهاري والتفكير الإبداعي في الجمناز على جهاز الحركات الأرضية.
- طبقت الدراسة على عينة تكونت من 43 طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك وقدمت استخدام المنهج التجريبي وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:
- فاعلية البرنامج التعليمي القائم على الاقتصاد المعرفي في تعلم مهارات الجمناز وتنمية مستوى التفكير الإبداعي لدى الطالبات.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعات التجريبية في القياس البعدي للمستوى المهاري ولصالح حل المشكلات مقارنة بالتعلم التعاوني.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبيتين لحل المشكلات والتعلم التعاوني في مهارات التفكير الإبداعي: الطلاقة، الأصالة، المرونة في القياس البعدي ولصالح مجموعة حل المشكلات.

وأوصت الدراسة باستخدام البرنامج التعليمي القائم على الاقتصاد المعرفي بأسلوب حل المشكلات والتعلم التعاوني، وتطبيق اختبارات تورانس للتفكير الإبداعي في صورتها اللفظية في الألعاب الرياضية المختلفة.(الحايك، ص، الخصاونة، غ، 2013)

#### 6-4- الدراسة الرابعة:

دراسة علي حميد علي (2013) بعنوان التفكير الإبداعي وعلاقته بالأداء المهاري للاعبين الشباب في محافظة ديالى

أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى التفكير الإبداعي للاعبين الشباب في محافظة ديالى.
  - التعرف على العلاقة ما بين التفكير الإبداعي وأداء اللاعبين الشباب في محافظة ديالى.
- تكونت عينة البحث من ( 15 ) لاعب يمثلون نادي المقدادية للشباب بكرة القدم في محافظة ديالى ، تم اختيارها

بالطريقة العمدية من المجتمع الأصلي واستخدم الباحث مقياس التفكير الإبداعي الذي صممه العالم (برنستن، 1989)، أما مقياس الأداء لقد توصل الباحث إن أفضل أسلوب لتحديد أداء اللاعب هو الاعتماد على قرارات الطاقم التدريبي حيث اعتمد الباحث على استمارة لتقييم مستوى الأداء للاعبين.

توصل الباحث إلى النتائج الآتية :

- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين التفكير الإبداعي و الأداء المهاري لدى لاعبين نادي المقدادية في كرة القدم.(علي حميد علي، 2013)

#### 6-5- الدراسة الخامسة:

"دراسة الحايك وشوكه (2010) بعنوان الآثار المترتبة على استخدام الأسلوب التبادلي لتعليم طلاب التربية البدنية كرة السلة وأثرها على قدراتهم في التفكير الإبداعي"

أهداف الدراسة:

- معرفة الآثار المترتبة على استخدام الأسلوب Ashworths و Mosston التبادلي لتعليم طلاب التربية البدنية كرة السلة وأثرها على قدراتهم في التفكير الإبداعي.

تكونت عينة الدراسة من 20 طالبا وطالبة من طلبة مساق التربية البدنية من كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية المشاركين في دورة الجامعيين المطلوبة من مستوى كرة السلة فئة 3 خلال الفصل الدراسي الثاني من عام 2009/2010، استخدمت الدراسة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واختبار T المستقل، وأشارت نتائج تحليل البيانات إلى أن هناك اختلافات كبيرة بينما قبل الاختبارات

وبعدها في قدرات التفكير الإبداعي المشاركين فيما يتعلق بالأبعاد الاجتماعية والروتين والكفاءة ومواجهة المشكلات كما أظهرت النتائج:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قدرات التفكير الإبداعي لدى الطلاب الذكور والإناث.  
(ALHAYEK, SHOKA, 2010)

#### 6-6- الدراسة السادسة:

دراسة احمد عريبي عودة (2009) بعنوان التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبين الارتكاز في دوري النخبة العراقي لكرة اليد

#### أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى التفكير الإبداعي لدى لاعبي الارتكاز لكرة اليد في دوري النخبة العراقية.
- التعرف على نوع العلاقة بين التفكير الإبداعي وأداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الارتكاز في فريق كرة اليد.
- استندت إلى فرضية وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإبداعي وأداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الارتكاز في فريق كرة اليد.

تمثل مجتمع البحث لاعبي الارتكاز دوري النخبة لكرة اليد للموسم (2010-2009) والبالغ عددهم (16) لاعبا استخدم الباحثان مقياس التفكير الإبداعي الذي قام العالم برنستن عام 1989 بتصميمه والذي يتكون في الأصل من 74 فقرة تهدف لقياس التفكير الإبداعي لدى الأفراد وتكون الإجابة عليها من خلال ثلاثة بدائل هي أوافق، متردد، لا أوافق، بعد تقليل عدد فقراته إلى 38 فقرة وتعديلها بما يتناسب وبما لا يؤثر على جوهر الفقرات مع الاختبارات المهارية الخاصة بلاعب الارتكاز.

#### استنتج الباحث:

- عدم وجود علاقة ارتباط بين التفكير الإبداعي وأداء كلا من مهارات التصويب نحو المرمى والتمرير والاستلام.
- درجة مستوى التفكير الإبداعي لدى لاعبي الارتكاز كانت جيدة، وأوصى الباحثان بضرورة الاهتمام في الإعداد المهاري المكثف للاعبين الارتكاز وعدم تقيدهم بخطط محددة وإطلاق حرية التصرف لهم داخل الملعب.(أحمد عريبي عودة، 2009)

## 6-7- الدراسة السابعة:

دراسة حردان عزيز سلمان(2008) "التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية لحراس مرمى دوري النخبة العراقي بكرة اليد"

أهداف الدراسة:

- تحديد مفردات مقياس التفكير الإبداعي لدى حراس المرمى بكرة اليد.
- التعرف على التفكير الإبداعي لدى حراس المرمى بكرة اليد لدوري النخبة العراقي.
- التعرف على نوع العلاقة ما بين التفكير الإبداعي وأداء بعض المهارات الأساسية لدى حراس مرمى كرة اليد بدوري النخبة العراقي.
- التعرف على نسبة مساهمة وأثر التفكير الإبداعي في بعض المهارات الأساسية لحراس المرمى بكرة اليد لدوري النخبة العراقي. تكونت عينة البحث من 24 حارس يمثلون دوري النخبة العراقي بكرة اليد، تم اختيارها بالطريقة العمدية من المجتمع الأصلي واستخدم الباحث مقياس التفكير الإبداعي الذي صممه العالم برنستن 1989.

توصل الباحث إلى النتائج الآتية:

- بأن التفكير الإبداعي لم يكن له الدور البارز في هذه الدراسة في العلاقات الارتباطية ما بين نتائج التفكير وتنفيذ المهارات الحركية الأساسية لحراس المرمى بكرة اليد.
- وجود عوامل أخرى لم يتطرق إليه الباحث في هذه الدراسة تعمل على تحسين وتطوير التفكير الإبداعي ليلعب الدور البارز في الأداء المهاري وممكن إجرائه افي بحوث لاحقة.
- عدم وجود علاقة ارتباطيه بين التفكير الإبداعي وأداء كل من مهارات التصويب نحو المرمى والتمرير والاستلام.(حردان عزيز سلمان،2008)

## 6-8- الدراسة الثامنة:

دراسة زهرة جميل صالح (2006) "بعنوان التفكير الإبداعي وعلاقته بالتحصيل المعرفي والمهاري في مادة السباحة لدى طلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الرياضية جامعة الموصل"

أهداف الدراسة:

- قياس التفكير الإبداعي والتحصيل المعرفي والمهاري في مادة السباحة لدى طلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.
- التعرف على العلاقة بين التفكير الإبداعي والتحصيل المعرفي والمهاري في مادة السباحة لدى طلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

اشتملت العينة على طلاب السنة الدراسية الأولى في كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل للعام الدراسي (2004-2005) والبالغ عددهم 160 طالباً ومن أجل ضمان دقة الإجراءات العلمية في البحث تم تصنيف العينة إلى مجموعتين الأولى تم استخدامها لأغراض بناء الاختبار التحصيل المعرفي في مادة السباحة وبواقع 57 طالباً يمثلون نسبة التطبيق النهائي للاختبار وبواقع 30 طالباً يمثلون نسبة 28.03 % من مجتمع البحث وبعد جمع البيانات تم معالجتها إحصائياً باستخدام الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط بيرسون، تحليل التباين، معامل الانحدار، القوة التمييزية وتوصلت إلى النتائج الآتية:

- هناك علاقة بين التفكير الإبداعي والتحصيل المعرفي في مادة السباحة .
- من خلال الاختبارات المهارية التي استخدمت في البحث الحالي في التحصيل المهاري لمادة السباحة لا يرتبط بالضرورة مع التفكير الإبداعي وذلك بسبب طبيعة وخصوصية الأداء المهاري المطلوب في عملية التقويم المستخدم في تثبيت درجة التحصيل. (زهرة جميل صالح، 2006)

#### 9-6- الدراسة التاسعة:

دراسة أميرة عبد الواحد منير العاني (1987) "بعنوان الجمناستك الإيقاعي وعلاقته بتنمية القدرة على التفكير الإبداعي جامعة بغداد كلية التربية الرياضية"

#### أهداف الدراسة:

التعرف على العلاقة بين ممارسة الجمباز الإيقاعي والتفكير الإبداعي، تكونت عينة الدراسة من 24 طالبة في المرحلة الدراسية الرابعة من كلية التربية الرياضية في جامعة بغداد، درسن منهج مفردات الجمباز للكلية، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي (اختبار الأداء الحركي واختبارات التفكير الإبداعي) لملائمته طبيعة البحث، وكانت أهم الخطوات التي اتبعتها في إجراء الدراسة ما يلي:

- تصميم بطارية اختبار مكونة من 6 اختبارات لقياس التفكير الإبداعي.
  - تطبيق هذه الاختبارات على العينة بعد الانتهاء من اختبار التشكيلات الحركية الاختبارية.
- واستخدمت الباحثة معالجة إحصائية حددت الطالبات اللواتي حصلن على أعلى مرتبة في القدرة الإبداعية وتم تسميتهن (المجموعة الأعلى) والطالبات اللواتي حصلن على مرتبة أدنى للقدرة الإبداعية وتم تسميتهن (المجموعة الأدنى)

## وقد أظهرت النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباط إيجابية بين درجات الابتكار الحركي للمجموعة الأعلى ودرجاتهن في التفكير الإبداعي ولم تحقق المجموعة الأدنى ارتباط معنوي بين الابتكار الحركي والتفكير الإبداعي أما نتائج الابتكار الحركي والدرجة الكلية للإبداع وقد أظهرت عدم وجود علاقة بين الجمباز الإيقاعي والتفكير الإبداعي. (أميرة عبد الواحد منير العاني، 1986)

## 7- مميزات الدراسة الحالية:

تتميز دراستنا عن الدراسات السابقة، حيث تعتبر ذات أصالة وحدائث خاصة في رياضة كرة القدم، والدليل على ذلك عدم وجود دراسة حسب علمنا نحن الباحثان خاصة في البيئة المحلية، تتناول العلاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي كرة القدم المحترفة، وهذا ما يجعل هذه الدراسة متميزة بموضوعها وإشكالياتها عن باقي الدراسات السابقة المدرجة وهو يعطي أهمية قصوى لهذه الدراسة العلمية ومخرجاتها.

# الجانب النظري

# الفصل الثاني

اللياقة البدنية لدى لاعب كرة القدم المحترف

## تمهيد:

تختلف المتطلبات البدنية حسب كل نشاط رياضي ممارس، فعناصر اللياقة البدنية للسباحين ليست هي نفسها للملاكمين وليست للاعبي كرة القدم، ومن هذا المنطلق يختلف محتوى التدريب وفتراته حسب الاختصاص كما تختلف أيضا طرق التدريب، وذلك على حسب تناسب تلك الطرق مع متطلبات الرياضة، ولعبة كرة القدم من الألعاب التي تتطلب تطوير الصفات البدنية للاعبين، وهذا حتى يصب حذو مقدرة على أن يصمد لوقت طويل ويتأقلم مع جميع المتغيرات الموجودة فيستطيع تحقيق النجاح، وتعتبر الصفات البدنية أمر حيوي للفرد كي يقوم بالواجبات اليومية، كما أن لها دورا أساسيا في زيادة الإنتاج ولقد اعتبرها الكثير من العلماء في مجال التدريب الرياضي أحد الأهداف العامة التي يسعى التدريب الرياضي إلى تحقيقها، حيث تلعب اللياقة البدنية دورا أساسياً في ممارسة الأنشطة الرياضية، ويختلف حجم الدور وأهميته طبقاً لنوع النشاط الرياضي الممارس وطبيعته، وعليه جاء هذا الفصل ليوضح بعض من جوانب اللياقة البدنية.

## 1- اللياقة البدنية

في المجال الرياضي يندرج تحت مصطلح اللياقة البدنية الكثير من الصفات والقدرات البدنية ولما لها من أهمية في حياة كل فرد بصورة عامة فهي جزء من اللياقة الشاملة له إلى جانب اللياقة الصحية والنفسية والاجتماعية والجوانب الأخرى التي تؤهله للعيش بصورة متوازنة داخل المجتمع، وكذلك لدور اللياقة البدنية المهم في إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة فهي تعد القاعدة الأساسية التي تبنى عليها خطط التدريب واللعبة للوصول إلى الأداء المهاري الأمثل، لتحقيق المستوى الأفضل وفي هذا يقول مفتي إبراهيم: أنه في تمرين اللياقة البدنية المستخدمة في الإعداد البدني هو إحداث تغيرات فسيولوجية إيجابية لتحسين مستوى الأداء الفني. (حماد، 1998، ص 101)

حيث حازت اللياقة البدنية على اهتمام الباحثين والمختصين في هذا المجال وعرفت من قبلهم.

عرفها قاسم حسن حسين: بأنها تطور القدرة الحركية والوظيفية للفرد وتأثير النشاط الرياضي في نمو تلك القابلية وتنميتها. (حسين، 1988، ص 13)

واستنادا إلا مبدأ الخصوصية والنوعية في اللياقة البدنية قسمها معظم الباحثين و المختصين في هذا المجال إلى:

### 1-1- اللياقة البدنية العامة:

وتعني كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة بما يحقق السعادة والصحة وقيام الفرد بدور في المجتمع بأفضل صورة، وعليه تطوير اللياقة البدنية العامة يكون من خلال تطور مكوناتها الأساسية بصورة عامة. (حسين، 1985، ص 17)

### 1-2- اللياقة البدنية الخاصة:

تعتبر كفاءة مكونات اللياقة البدنية العامة للإيفاء بمستلزمات النشاط الحركي الخاص بالفعاليات والأنشطة الرياضية بشكل تخصصي، حيث تهدف إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية لنمو النشاط الرياضي الذي يمارسه الفرد وتطويره لدرجة تمكنه من الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية وإبرازها وتفضيلها على مكونات أخرى بحسب طبيعة النشاط الرياضي الممارس.

### 2- مفهوم الصفات البدنية:

تعددت مفاهيم وتعريفات الصفات البدنية في ضوء تعدد الدراسات واختلاف آراء علماء الكتلة الغربية والكتلة الشرقية.

حسب رأي كل من تشيكوسلوفاكيا فإن مفهوم اللياقة البدنية تشمل مجموعة قدرات عقلية ونفسية وخلقية واجتماعية وثقافية وفنية وبدنية. (درويش، 1984، ص35)

كما يعرف (Koryakvrski) أن اللياقة البدنية هي نتيجة تأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم والتي تشخص المستوى وتطور القدرة الحركية كما أن مفهوم اللياقة البدنية يعطي نفس مفهوم الصفات البدنية أو الصفات الحركية أو القابلية الفيزيولوجية أو الخصائص الحركية، فمفهوم اللياقة البدنية يشمل الخصائص البدنية الأساسية للرياضة التي تؤثر على نموه وتطوره، فالغرض من تنمية اللياقة البدنية الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى الإنجاز الأعلى. (مختار، 1985، ص62-63)

أما تعريف اللياقة البدنية حسب علماء التربية البدنية وعلماء الفيزيولوجيا ومن بينهم العالم رديك أندرسون فجاء على النحو التالي: هي قدرة جهاز التنفس والدورة الدموية على استعادة حالتها الطبيعية بعد أداء عمل معين. (عبد الحميد، وحسانين 1997، ص35)

إذن يمكننا القول أن اللياقة البدنية هي الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حالته الجسمانية والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني والحركي بأفضل درجة وأقل جهد ممكن.

### 3- أقسام الصفات البدنية:

تقسم صباح رضا الصفات البدنية إلى:

#### 3-1- الصفات البدنية العامة:

تعني اكتساب اللاعب لجسم متكامل متزن، وإعداده لبذل المجهود البدني الذي يتطلبه النشاط الرياضي الممارس بصفة عامة دون تخصص لنوع معين من الألعاب.

#### 3-2- الصفات البدنية الخاصة:

هي ضرورية لإنجاز القدرات الحركية للوصول إلى مستوى من القدرات التي تتطلبها اللعبة. (جابر، 1990، ص 94)

#### 4- مكونات الصفات البدنية:

يرى الكثير من العلماء الأهمية الكبرى لتحديد مكونات اللياقة البدنية بهدف سهولة دراستها، وحتى يتيح وضع البرامج التنفيذية لتطورها، تبعا لتطور هذه المكونات بنسب مختلفة حسب أهمية كل منها لنوع النشاط البدني المطلوب تنفيذه.

وفي ضوء العديد من الدراسات واختلاف آراء علماء الكتلة الغربية والكتلة الشرقية حول العدد والمسميات التي تطلق على مكونات اللياقة البدنية، فمنهم من يرى أنها عشر مكونات ومنهم من يرى أنها أكثر أو أقل من ذلك، فقد أطلقت الكتلة الغربية في بداية الأمر مصطلح (عناصر اللياقة البدنية) وأطلقت الكتلة الشرقية مصطلح (الصفات البدنية) ولذلك وضعت هذه الآراء من قبل علماء الغرب والشرق في دراسات عدة. (عبد الفتاح، ونصر الدين، 1993، ص17)

#### 4-1- حسب آراء علماء الكتلة الغربية:

ظهر اختلاف واضح بين علماء الولايات المتحدة الأمريكية في تحديد مكونات اللياقة البدنية وفيما يلي آراء بعضهم:

صورها هاريسون كلارك في ثلاث مكونات أساسية هي:

- القوة العضلية.

- التحمل العضلي.

- التحمل الدوري.

في حين أنه اعتبر أن اللياقة الحركية أكبر في مكوناتها من اللياقة البدنية، حيث ضمنها بالإضافة للمكونات السابقة ما يلي:

القدرة العضلية، الرشاقة، المرونة، السرعة.

كما أنه اعتبر القدرة الحركية العامة أكثر هذه اللياقات شمولاً، حيث ضمنها بالإضافة لمكونات اللياقة البدنية واللياقة الحركية العنصرين التاليين:

توافق الذراع والعين، توافق القدم والعين. (عبد الفتاح، ونصر الدين، 1993، ص18)

وقد ذكر تشارلز بيوتشر أن لارسون و يوكوم قد قاما بعملية مسح للبحوث الفسيولوجية ووضعاً قائمة مكونات اللياقة البدنية تتضمن عشرة مكونات، ويضيف أن اللياقة البدنية واللياقة الحركية يمكن فهمها بمفهوم واحد، والمكونات هي:

مقاومة المرض، القوة العضلية والجلد العضلي، الجلد، القدرة العضلية (وهي مركب من القوة والسرعة مع القدرة على إدماجها معاً) المرونة، السرعة، الرشاقة، التوافق التوازن، الدقة.

أما هيلين م. إيكرت فقد حددت مكونات اللياقة البدنية بالقوة، السرعة، الجلد، الرشاقة والتوافق.

كما ضمنها ماتيويز القوة، الجلد العضلي، المرونة، الجلد الدوري النفسي والتوافق العضلي العصبي.

في حين حددها بأفرد وكازوندو هاجمان بالقوة، السرعة، الرشاقة، الجلد الدوري التنفسي، الجلد العضلي، القدرة والتوازن، وحددها هوكي بالقوة والجلد العضلي والقدرة والمرونة والجلد الدوري التنفسي.

ويرى ولجوس أن اللياقة البدنية تتضمن القوة العضلية، الجلد العضلي، القدرة العضلية، السرعة، الرشاقة، والتوازن، المرونة، والتوافق. (عبد الفتاح، ونصرالدين، 1993، ص19)

#### 4-2- حسب آراء علماء الكتلة الشرقية:

في ألمانيا الشرقية يوجد شبه اتفاق على المكونات التي حددها هاره في خمسة مكونات أساسية فقط هي: القوة، التحمل، السرعة، المرونة، الرشاقة.

ويرى هاره أن القوة ثلاثة مكونات وهي:

القوة العظمى، القوة السريعة أو القوة المميزة بالسرعة، قوة التحمل أو تحمل القوة.

وينظر العلماء إلى الرشاقة على أنها مكون مركب عام وهام، ويرى بيتر هرتز أن الرشاقة تتضمن المكونات التالية:

القدرة على رد الفعل الحركي، القدرة على التوجيه الحركي، القدرة على التوازن الحركي، المقدرة على التنسيق أو التناسق الحركي، المقدرة على الاستعداد الحركي، المقدرة على الربط الحركي، خفة الحركة.

يرى زاتسورسكي أن مكونات الصفات البدنية هي:

القوة، التحمل، المرونة، المهارة، السرعة.

ثم يلي ذلك من أهمية:

التوازن، الاسترخاء العضلي، الإحساس بالمسافة. (عبد الحميد، وحسنين، 1997، ص55-56)

#### 5- مكونات اللياقة البدنية لمفهوم المدرستين الغربية والشرقية:

##### 5-1- مكونات اللياقة البدنية بمفهوم المدرسة الشرقية:

القوة العضلية، التحمل، السرعة، المرونة والرشاقة.

##### 5-2- مكونات اللياقة البدنية بمفهوم المدرسة الغربية:

القوة العضلية والتحمل العضلي، مقاومة المرض، القوة العضلية، الجلد الدوري التنفسي، السرعة

المرونة، الرشاقة، التوازن والتوافق والدقة.

## 6- مكونات اللياقة البدنية:

### 6-1- القوة

تعتبر من بين الصفات البدنية الأساسية، وهي خاصية حركية تشترك في تحقيق الإنجاز والتفوق في الملعب وهي من بين العوامل الجسمية الهامة للإنجاز.

#### 6-1-1- مفهوم القوة:

هي إحدى المكونات الأساسية للياقة البدنية وتعرف القوة على أنها القدرة على التغلب على مقاومة خارجية أو الفعل المعاكس الذي يقف ضد اللاعب، ويرى هارا القوة أنها: أعلى قدرة من القوة يبذلها الجهاز العصبي والعضلي لمجابهة أقصى مقاومة خارجية. (Jurgan, 1986, P.65)

ويتفق الباحث مع التعريف الذي قدمه **Turpin** حول القوة على أنها: مقدرة العضلات في التغلب على المقاومات المختلفة ومواجهتها وقد تكون هذه المقاومات جسما للاعب نفسه أو المنافس أو الكرة.

(tupin, 1990, p.88)

#### 6-1-2- أنواع القوة:

قسم سعد محسن أنواع القوة إلى:

القوة القصوى، القوة الانفجارية، القوة المميزة بالسرعة، تحمل القوة.

#### 1- القوة القصوى:

تعني الحد الأقصى من القوة الذي تخرجها لعضلة ضد مقاومات تتميز بارتفاع شدتها، وهذا المطلب هام وضروري لكثير من الأنشطة الرياضية، وعادة ما يقاس هذا النوع من القوة باستخدام أجهزة الدينامومتر لقياس قوة قبضة اليد.

وفيما يلي التعريفات التي وضعها العلماء للقوة القصوى أو العظمى:

يعرفها كلارك بأنها: أقصى قوة تخرجها العضلة نتيجة انقباض عضلة واحدة.

عرفها بارو: قدرة الفرد على إخراج أقصى قوة ممكنة.

تعريف محمد صبحي حسنين: قدرة العضلات على مواجهة المقاومات الخارجية تتميز بارتفاع شدتها. (حسانين، وكسرى، 1998، ص22)

## 2- القوة الانفجارية:

القوة الانفجارية تعني أن الحركة التي تستخدم فيها القوة في فترة زمنية قصيرة وقوة كبيرة لمرة واحدة، وتعرف القوة الانفجارية أنها: عامل القوة الانفجارية في القابلية على استهلاك أقصى طاقة في عمل حركي متفجر واحد، ويظهر هذا النوع في الفعاليات (الرمي والوثب والقفز) وفي الفعاليات المنتظمة في كرة القدم وضرب الكرة بالرأس أثناء القفز. (الخشاب، وآخرون، 1999، ص29)

## 3- القوة المميزة للسرعة:

إن الحديث عن القوة المميزة بالسرعة كبير وهذا نظرا لدخول هذه الصفة في الكثير من الأنشطة الرياضية، فهي باختصار شديد حاصل ضرب القوة في السرعة، أو هي التغلب على مقاومة من خلال تأدية حركة معينة وانجازها بأقصى سرعة وأقل زمنا. (حسام الدين، 1997، ص213)

## 4- تحمل القوة:

هو عبارة عن قدرة حركية تتكون من القوة والتحمل، تبعا لمدى ثقل هذه أو تلك تنشأ قدرة خاصة مستقلة بذاتها وتكون هذه القدرة مهمة لكل من التدريب والمنافسات. (مجيد، وصالح، 2002، ص82)

كما أن تحمل القوة هو المعنى للجلد العضلي أو تحمل القوة هو استمرار أداء الجهد المبذول ضد المقاومات بحيث يقع العبء الأكبر على الجهاز العضلي.

## 6-1-3- أهمية القوة للاعب كرة القدم:

إن القوة العضلية تلعب دورا بالغا لأهمية في:

احتياج اللاعب لها في كثير من المواقف خاصة عند الوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو التمريرات الطويلة بأنواعها المختلفة، وعند أداء مختلف المهارات بالقوة و السرعة المناسبة فيما تتطلبها لمباراة.

- الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للاستحواذ على الكرة أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء المباراة من المعروف أنه كلما كانت العضلات قوية حمت الرياضي وقللت من إصابات المفاصل.

- القوة تزيد من المدخرات الطاقوية مثل كرياتين الفوسفات والجليكوجين.

- كما تربي لدى اللاعب الصفات الإرادية الخاصة بلعبة كرة القدم أهمها الشجاعة، الجرأة، العزيمة والثقة بالنفس.

- كما أن هناك بعض الحركات المهارية التي لا يمكن أن تؤدي بدون مستوى معين من القوة، فتطوير القوة إذن قد يؤثر على فعالية النظام التدريبي طويل المدى. (المولى، 2008، ص48)

#### 6-1-4-علاقة القوة بالسرعة:

تعتبر القوة والسرعة من الصفات البدنية الأساسية للاعب كرة القدم فإن ارتباط وتزاوج عنصري القوة العضلية والسرعة ينتج عنها لصفات التالية:

- تتزاوج صفة القوة العضلية كعنصر أساسي مع السرعة كعنصر ثانوي وبذلك تكون نسبة القوة أكبر من السرعة وينتج القوة المميزة بالسرعة كعنصر يظهر أهميته في مسابقات الرمي والوثب.

- كما يتزاوج عنصر السرعة كعنصر أساسي مع القوة كعنصر ثانوي، وبذلك تكون نسبة السرعة أكبر من القوة وينتج عن ذلك (قوة السرعة) حيث يظهر أهمية هذا العنصر لمسابقة العدو بشكل خاص .

وعندما يكون هذا الارتباط بين صفتي القوة والسرعة في أعلى شدة أي بأقصى قوة وسرعة ممكنة ينتج عن ذلك عنصر في غاية الأهمية في مجال التدريب، ويلعب دورا كبيرا في أداء المهارات الحركية الوحيدة وهو ما يعرف بالقوة الانفجارية أو القدرة الانفجارية حيث يظهر أهمية هذا العنصر مثل رياضة كرة القدم التي تتطلب الارتقاء وضرب الكرة والتسديد. (رزق الله، 1994، ص202)

#### 6-2-التحمل:

#### 6-2-1- مفهوم التحمل:

يعرف عباس أبوزيد التحمل على أنه: القدرة على أداء الأعمال الآلية دون انخفاض في مستوى الأداء لفترة زمنية طويلة. (عماد الدين، 2005، ص89)

ويتفق كل من تلمان **Telmane** وحسن السيد في تعريف التحمل على أنه: مقدرة اللاعب في الاستمرار طوال زمن المباراة مستخدما صفاته البدنية والمهارية والخطئية بإيجابية وفعالية بدون أن يطرأ عليه التعب أو الإجهاد الذي يعرقل من دقة وتكامل الأداء بالقدر المطلوب، أي مقدرة اللاعب في التغلب أو مقاومة التعب. (telmane, 1991, p.26)

#### 6-2-2-أنواع التحمل:

يمكن تحديدها انطلاقا من علاقته بالصفات الأخرى فنجد:

- تحمل القوة.

- تحمل السرعة.

وفي مجال كرة القدم أنواع التحمل الأكثر استعمالاً نجد نوعان التحمل العام والتحمل الخاص.

**1- التحمل العام:** هو أن يكون اللاعب قادراً على اللعب خلال مدة المباراة القانونية المحددة دون صعوبات بدنية، وعليه يجب أن يكون قادراً على الجري بسرعة متوسطة طويلة شوطي المباراة، ويكون الاهتمام بالتحمل العام في بداية الفترة الإعدادية الأولى، ويعتبر التحمل العام وأساس التحمل الخاص.

**2- التحمل الخاص:** الاستمرار في الأداء بصفات بدنية عالية وقدرات مهارية وخطية متقنة طوال مدة المباراة دون أن يطرأ عليه التعب. (عماد الدين، 2005، ص92)

ومن الممكن أن تقترن صفة التحمل بالصفات البدنية الأخرى، فنجد ما يسمى بتحمل القوة أو تحمل السرعة، أي القدرة على أداء نشاط مميز بالقوة أو السرعة لفترة طويلة، ويعتبر تحمل السرعة من أهم الصفات البدنية للاعب كرة القدم الحديثة، وهذا يعني أن اللاعب يستطيع أن يجري بأقصى سرعة في أي وقت خلال المباراة.

### 6-2-3- أهمية التحمل للاعب كرة القدم:

يلعب التحمل دوراً هاماً في مختلف الفعاليات الرياضية، وهو الأساس في إعداد الرياضي بديناً، وأظهرت البحوث العلمية في هذا المجال أهمية التحمل للاعب كرة القدم فهو:

- يطور الجهاز التنفسي.

- يزيد من حجم القلب.

- ينظم الجهاز الدوري الدموي.

- يرفع من الاستهلاك الأقصى للأوكسجين.

- يرفع من النشاط الإنزيمي.

- يرفع من مصادر الطاقة.

- يزيد من ميكانيزمات التنظيم ( التخلص من المواد الزائدة حمض اللاكتيك) بالإضافة إلى الفوائد البدنية، الفسيولوجية التي يعمل التحمل على تطويرها، هنا كجانب هام يعمل التحمل على تطويره والرفع منه وهو الجانب النفسي.

- التحمل يساعد على تطوير صفة الإرادة، وقدرة المواصلة، وقدرة مواجهة التعب.(عماد الدين، 2005، ص93)

### 6-3- السرعة:

تعتبر السرعة إحدى مكونات الإعداد البدني وإحدى الركائز الهامة للوصول إلى المستويات الرياضية العالية، وهي لا تقل أهمية عن القدرة العضلية بدليل أنه لا توجد أي بطارية اختبارات لقياس اللياقة البدنية العامة.( علي، 1999، ص104)

### 6-3-1- تعريف السرعة:

يرى البعض أن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابات العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي وحالة الاسترخاء العضلي، ويرى البعض الآخر أن السرعة هي القدرة على أداء حركات معينة في أقصر زمن ممكن بحيث يعرفها **بيوكر Bioker** بأنها: قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة.(بيوكر، 1964، ص381)

### 6-3-2- أنواع السرعة:

باعتبار الأهمية الموجهة للسرعة كصفة بدنية، نفسية، حركية وعصبية تعددت كذلك أنواعها كما يلي:

### 1- السرعة الحركية:

والتي يعرفها **إبراهيم شعلان** بأنها: السرعة القصوى لانقباض العضلة من سلسلة العضلات الأخرى عند أداء الحركات الوحيدة.(الشعلان، 1989، ص115)

ويعرفها **علي فهمي البيك** بأنها: تتمثل في انقباض عضلة لأداء حركة معينة في أقل زمن ممكن.(البيك، 1992، ص99)

وكثيرا ما يعتبرها البعض الآخر على أنها تعبر عن سلسلة الانطلاقات، وهي أن ينطلق اللاعب بقوة انفجارية قصوى تساعده في إمكانية الحصول على الكرة خلال الأمتار القليلة الأولى، ويحتاج اللاعب إلى سرعة حركية حتى ينجز العمل بشكل جيد ومتقون.

### 2- السرعة الانتقالية:

هنا من يطلق عليها سرعة العدو والتي يعرفها **إبراهيم شعلان** بأنها: القدرة على التحرك للأمام بسرعة.

ويضيف علي فهمي البيك حول سرعة الانتقال: أنها تكرر أداء حركات متماثلة للانتقال من مكان لآخر.

وعادة تستخدم هذه السرعة في الحركات المتشابهة مثل: الجري، التجديف، وكذلك نجد أن أقصى استخدام للقوة العضلية من أهم الوسائل للوصول إلى المستويات العالية في سرعة الانتقال ولن نصل إليها إلا إذا تحكم اللاعب أيضا في سريان الحركة، ومن هنا نجد أن سرعة الانتقال والأداء المهاري يعملان على رفع المستوى، وبالتالي يعبر عنها في لعبة كرة القدم على أنها انتقال اللاعب من مكان إلى آخر من أجل تنفيذ العمل بأقصى سرعة ممكنة وبأقل وقت، ويحتاجها لاعب كرة القدم من أجل الدفاع والهجوم حتى ينفذ ما يطلب منه أثناء الأداء بشكل جيد.

### 3- سرعة رد الفعل:

هناك من يطلق عليها سرعة الاستجابة لمختلف الإشارات وهذا لان اللاعب يحتاجها كثيرا من أجل الاستجابة السريعة لمختلف الإشارات السمعية والبصرية، حيث يقول: ثامر محسن ووثاق ناجي: هي قابلية الجسد لتغيير وضعه من حالة إلى أخرى نتيجة حافز خارجي يتأثر به فيأتي رد الفعل بأقل وقت ممكن. (محسن، 1988، ص21)

وتعرف سرعة رد الفعل الحركي بأنها: كفاءة الفرد على التلبية الحركية لمثير معين في أقصر زمن ممكن. (عبد الخالق، 1991، ص160)

### 6-3-3- مبادئ وطرق تنمية السرعة:

- تطوير معدل السرعة يعتمد أساسا على بذل المجهود وأيضا التصميم وقوة الإرادة كأن يضغط اللاعب على نفسه حتى يصل إلى أعلى كفاءة.

- وجود الحافز الخارجي والحقيقي أثناء التدريب على السرعة وذلك عن طريق التقويم والقياس والمسابقات المختلفة.

- التدرج والإيضاح لإيقاع كمية الحركة أثناء التدريبات على السرعة وذلك بأن تقسم مراحل التقدم إلى وحدات تدريبية وعلى فترات ويقصد بالإيضاح مدى البطء والزيادة في سرعة الحركة.

- تجنب تقلص العضلات والأربطة لابد من تهيئة اللاعب نفسيا لسرعة الأداء وكذلك بعد تسخين وتجهيز جيد ليصبح التدريب على السرعة فعالا.

- في مختلف الألعاب وخاصة كرة القدم وجد أن السرعة العالية يمكن أن تصل إلى لاشيء أي لا تحقق أي عائد من خلال اللعب بسبب الحالة النفسية السيئة التي تظهر في أداء اللاعبين.

- مراعاة شدة الحمل كالتدريب باستخدام السرعة الأقل من القصوى حتى السرعة القصوى.

لقد أثبتت دراسات أكوروبكوف أن السرعة الانتقالية إذا توفر معها عنصر القوة فإنها لا تتأثر بالموانع التي تبطئ الحركة كمقاومة المنافس وذلك في تجاربه على التغيير المختلف لسرعة الحركة أثناء التدريب مع مقاومة مختلف الشدة.

أما بخصوص سرعة الاستجابة لمؤثر معين (رد الفعل) تختلف من لاعب لآخر وهي إلى حد ما صفة خلقية وطبيعية في الفرد دون إرادة منه، وأي فرد يستطيع أن يزيد من سرعة حركته لدرجة معينة حتى وإن لم يستطع أن يحقق نفس السرعة التي يمتلكها شخص آخر أيضا في حدود معينة. (إسماعيل، وآخرون، 1989، ص110)

#### 6-3-4- أهمية السرعة للاعب كرة القدم:

إن السرعة تتوقف على سلامة الجهاز العصبي والألياف العضلية، لذا فالتدريب عليها ينمي ويطور هذان الجهازين لما لها من أهمية وفائدة في الحصول على النتائج الرياضية والفوز في المباراة، كما أن هذه الصفة لها أهمية كبيرة من الناحية الطاقوية إذ تساعد على زيادة المخزون الطاقوي من الكرياتين الفوسفات و أدينوزين ثلاثي الفوسفات.

وتتضح أهمية السرعة في المباراة عند مفاجئة الخصم من خلال سرعة الأداء والتمرير والتحرك وتغيير المراكز وتؤكد دراسات تحليل النشاط الحركي للمباريات الدولية أن السرعة بأنواعها من مميزات لاعب الكرة الحديثة حيث يساهم ذلك في زيادة فعاليات الخطط الهجومية.

كما تنمي لدى المهاجم والمدافع الاستجابات المتعددة لمواقف اللعب المختلفة والحركات الخطيرة وهذا بالنسبة لتغيير موضع الكرة والزملاء والمنافسين طيلة المباراة فبالنسبة للمدافع يستطيع أن يستعيد صحة موقفه بعد المخدعات التي يمكن أن يقوم بها المهاجم. (المولى، 1999، ص201)

#### 6-4- الرشاقة

#### 6-4-1- مفهوم الرشاقة:

يعرف مانيل الرشاقة بأنها: القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو جزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس، ويعرف كيرين الرشاقة بأنها القدرة على رد الفعل السريع للحركات الموجهة التي تتسم بالدقة مع إمكانية الفرد لتغيير وضعه بسرعة، ولا يتطلب القوة العظمى أو القدرة.

والرشاقة استعداد جسمي وحركي لتقبل العمل الحركي المتنوع والمركب وهي استيعاب وسرعة في التعلم مع أجهزة حركية سليمة قادرة على هذا الأداء، فعندما نريد أن نصل إلى الإتقان والتثبيت في

الأداء المهاري نجد أن الرشاقة تلعب دورا مهما وذلك للسيطرة الكاملة على الأوضاع الصعبة والرشاقة هي خبرة وممارسة حيث أنها تفقد وتضعف عند الانقطاع عن التدريب لفترة معينة.(الصفار، 1984، ص74)

#### 6-4-2- أنواع الرشاقة:

##### 1- الرشاقة العامة:

هي نتيجة تعلم حركي متنوع نجده في مختلف الأنشطة الرياضية، وتشير إلى المقدرة على أداء واجب حركي يتسم بالتنوع والاختلاف والتعدد بدقة وانسيابية وتوقيت سليم.

##### 2- الرشاقة الخاصة:

هي القدرة على الأداء الحركي المتنوع حسب التكنيك الخاص لنوع النشاط الممارس وهي الأساس في إتقان المهارات الخاصة باللعبة.(حماد، 1997، ص165)

وتعكس قدرة اللاعب على الأداء الحركي في الرياضة المختارة بأسرع ما يمكن وكذلك بسهولة وأقل ما يمكن من أخطاء وبدقة عالية، وترتبط بخصائص المهارات الحركية الأساسية من خلال تكرار أداء تلك المهارات المختلفة بدقة عالية.

كما يعرف الباحث الرشاقة الخاصة في كرة القدم على أنها: مقدرة اللاعب على تغيير أوضاع الجسم أو الاتجاه سواء على الأرض أو في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت سليم خلال أدائه للمتطلبات البدنية أو المهارية أو الخططية في رياضة كرة القدم.

ويمكن أن تطور صفة الرشاقة في كرة القدم بما يلي: تمارين الجمباز المختلفة، تمارين الألعاب والمسابقات، التمارين الثنائية، تمارين الدرجة من خلال الشواخص والأعلام، التمارين المعقدة، التمارين الخاصة بكرة القدم. (المولى، 2000، ص263)

#### 6-5- المرونة

##### 6-5-1- مفهوم المرونة:

وهي قدرة اللاعب على الأداء الحركي بمدى واسع، وسهولة، ويسر نتيجة إطالة العضلات والأربطة العاملة على تلك المفاصل لتحقيق المدى اللازم للأداء في كرة القدم.

ويعرف Hare وFrey المرونة بأنها قدرة الرياضي على أداء حركات بأكثر حرية في المفاصل بإرادته أو تحت تأثير قوة خارجية مثل مساعدة زميل، وتعرف المرونة كذلك بأنها قدرة الفرد على أداء

الحركات بمدى حركي كبير وتبعاً لذلك فإن الحد الأعلى لمدى السعة أو القدرة على الحركات هو مقياس المرونة، وتقاس المرونة بالدرجات أو السنتيمترات في مجال النشاط الرياضي.(محمود، 2009، ص263)

#### 6-5-2- أنواع المرونة:

هناك أربع أنواع من المرونة يجب أن نميز بينهما: المرونة العامة والمرونة الخاصة وبين المرونة الايجابية والمرونة السلبية.

#### 1- المرونة العامة:

عندما تكون ميكانيزمات المفاصل متطورة بشكل كاف مثل العمود الفقري بمعنى قدرة الفرد على أداء حركات بمدى واسع في جميع المفاصل.

#### 2- المرونة الخاصة:

عندما تكون المرونة متعلقة بمفصل واحد بمعنى القدرة على أداء الحركات بمدى واسع في اتجاهات معينة طبقاً للناحية الفنية الخاصة بنشاط رياضي معين.

#### 3- المرونة الإيجابية:

هي قابلية الفرد على تحقيق حركة بنفسه، بمعنى إمكانية الحصول على أقصى مدى ممكن لحركة في المفصل على حساب المجموعة العضلية العاملة على هذا المفصل والتي تقوم بأداء تلك الحركة.

#### 4- المرونة السلبية:

نحصل عليها عن طريق قوى خارجية كالزميل أو الأدوات بمعنى إمكانية الحصول على أقصى مدى ممكن لحركة ما في المفصل على حساب قوة خارجية تقوم بأداء الحركة أو المساعدة في أدائها.(إسماعيل، والمولى، 1998، ص108)

#### 6-5-3- تنمية المرونة:

يرى **Allen.J.Ryan** و **Fred.L** أنه يمكن تنمية صفة المرونة لمفصل معين عن طريق تقوية العضلات المضادة في نوع العمل على المفاصل (عضلات تؤدي إلى ثني المفصل وأخرى تؤدي إلى مد المفصل) بنفس النسبة وبنفس القوة ولو تم تقوية مجموعة من العضلات على حساب المجموعة الأخرى لأدى ذلك إلى نقص المجال الحركي للمفصل في الاتجاه الذي تعمل فيه العضلة الضعيفة،

وإضافة إلى أن الخمول وعدم النشاط يؤدي إلى نقص المرونة للمفاصل.(عبد الحميد، وحسين،  
2001، ص15)

## خلاصة:

لقد تمكنا في هذا الفصل من إعطاء بعض التعاريف للصفات البدنية وذكرنا عناصر ومكونات اللياقة البدنية، وأوضحنا من خلالها أهميتها في تكوين الجسم الرياضي السليم، وعليه يجب على كل الرياضيين من مختلف الأنشطة التمتع على الأقل بأحد هذه الصفات البدنية، ولقد تعددت الأبحاث واختلفت الآراء حول تحديد مكونات اللياقة البدنية ونرى أن مكونات اللياقة البدنية التي اجمع عليها اغلب العلماء هي القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة، والمرونة.

# الفصل الثالث

التفكير الإبداعي لدى لاعب كرة القدم المحترف

## تمهيد:

لقد اهتم الباحثون بالتفكير الإبداعي في المجال الرياضي كونه يهدف إلى إظهار تنوع استثنائي وفريد في الاستجابات الحركية، كما أنه يمكن أن يتطور في المجال الرياضي من خلال العمل على تطوير الاستعدادات الخاصة التي تمكن الرياضي من أن يصل الى الإبداع في الأداء، والتي بدورها يمكن أن تتطور من خلال توفر العوامل المناسبة والفرص الجيدة والمنتالية والمثابرة على التدريب والممارسة المستمرة خاصة إذا علمنا أن الاختيار المناسب للأسلوب يعد عاملا مكملا، لأن الأسلوب المناسب يتيح للرياضي أن يرى الأداء ونتائج هذا الأداء، بحيث يمكن أن يكون قادرا على إيجاد ما هو نافع وأصيل كي يطور مهاراته الإبداعية.

## 1- مفهوم التفكير الإبداعي:

عرف جيلفورد (Guilford) التفكير الإبداعي بأنه: عمليات عقلية تتميز بالشمول والتعقيد وتتطوي على عوامل معرفية وانفعالية وأخلاقية متداخلة تشكل حالة ذهنية نشطة. (Guilford, 1986, p.20)

و عرف تورانس (Torrance) التفكير الإبداعي بأنه: عملية تحسس للمشكلات وإدراك الثغرات ومواطن الضعف، والبحث عن الحلول والتنبؤ وصياغة الفرضيات واختبارها وإعادة صياغتها وتوليد حلول جديدة من خلال توظيف المعطيات المتوافرة من أجل التوصل إلى نتائج جديدة ينقلها المتعلم للآخرين. (Torrance, 2001, p.12)

## 1-2- مفهوم التفكير الإبداعي على أساس العملية الإبداعية:

يرى أصحاب هذا النوع من التعريفات إلى تعريف التفكير الإبداعي عن طريق تعريف عملية الإبداع ذاتها ولما كانت هذه العملية غير ظاهرة ومعقدة حيث تجرى داخل المخ والجهاز العصبي للإنسان، لذا فإن من حاولوا تعريفها قد لجؤوا في معظم الأحوال إلى محاولة تبسيطها بنقسيمها إلى مراحل.

وأشهر هذه التقسيمات وأقدمها هو تقسيم جراهام والاس G.wallas (1926) الذي وصف العملية الإبداعية بأنها تتم في مراحل متباينة، تتولد خلالها الفكرة الجديدة من خلال أربع مراحل وهي: (انشر، 2003، ص49)

## 1-3- مراحل التفكير الإبداعي على أساس العملية الإبداعية:

1- مرحلة الإعداد: التي تتضمن دراسة المشكلة بالاطلاع والتجربة والخبرة، التي تتضمن الاختبار التجريبي للفكرة المبتكرة وتقييمها، وتعد مرحلة الإعداد مرحلة مهمة، حيث يتاح فيها للمبدع أن يحصل على المعلومات والمهارات والخبرات التي

تمكن من تناول موضوع الإبداع أو تحديد المشكلة، وقد تبين أن ذوي المستوى المرتفع في الإبداع هم الذين يخصصون جزءا كبيرا من الوقت الكلي للمرحلة الأولى الخاصة بتحليل المشكلة وفهم عناصرها قبل الشروع في محاولة حلها على عكس ذوي المستوى الأولي في الإبداع الذين منحوا وقتا أقل لتلك الخطوة. (عيسى، 1994، ص135)

## 3- مرحلة الكمون والاختمار:

تتضمن الاستيعاب لكل المعلومات والخبرات المكتسبة الملائمة وهضمها أو تمثيلها عقليا، أما الكمون ربما يقود دون أن يفتن الفرد إلى رموز جديدة أكثر فائدة مستمدة من البيئة كما يسمح لنمو التمثيل الذهني في حين يكون الفرد منغمسا في نشاط آخر، وقد وضح من إحدى التجارب أن أداء الفرد في

عمل سابق ربما يسهل الاستبصار في عمل لاحق حتى ولو كان لا يفتن إلى الارتباط بينهما.  
(المليجي، 1984، ص114)

### 3- مرحلة الإشراق والكشف والوميض:

التي تتضمن انبثاق شرارة الإبداع وهي اللحظة التي تنبثق فيها الفكرة الجديدة، وتتوهج فيها الفكرة وتظهر فجأة بشكل جلي ومترابط معاً للأحداث التي تسبقها، أو التي تكون مصاحبة لها وعادة ما تكون هذه المرحلة مسبقة بسلسلة من الأفكار التي تم التعامل معها في المرحلة السابقة، وعلى الرغم من وجود جوانب لاشعورية لهذه العملية، إلا أن لها جانباً شعورياً خافتاً، مما يجعلها تبدو غير واضحة المعالم في البداية، ويجعل الإنسان يعي بالعلاقات ولكن بشكل غير واضح، وبعيدا عن متناوله بشكل مباشر، ويعقب ذلك حدوث التجلي، وانبثاق شرارة الإبداع. (القذافي، 2000، ص54)

### 4- مرحلة التحقق:

أما مرحلة التحقق فهي تشبه مرحلة الإعداد من حيث أنها واعية تماماً، وتخضع للقوانين والأسس والمبادئ المنطقية، مثلها في ذلك مثل مرحلة الإعداد، ويتم في هذه المرحلة تقييم واختبار الحلول والأفكار المنتجة، وإعادة فحص محتواها، والنظر في مدى تماشيها مع قوانين المنطق العقلي وصلاحياتها للعمل أو التنفيذ. (القذافي، 2000، ص55)

ويرى بعض الباحثين أن العامل المهم في العملية الإبداعية هو الإلهام الذي قد تسبقه فترة من التفكير والبحث عن الحل أو فترة من الهدوء والاسترخاء والسكون، وتأتي الفكرة الملهمة فجأة وفي وقت لا يكون المبدع منشغلاً بالتفكير فيها، وقد تأتي هذه الفكرة أثناء الأحلام الليلية، ولهذا يرى عبد الرحمان محمد العيسوي أن التفكير الإبداعي هو تفكير حدسي وأن المبدع قد لا يرى في لحظة التنوير أو الإلهام حل هذه المشكلة فقط، ولكن بصيرته تنفتح على مشاكل أخرى وحلولها تتعلق بالمشكلة الأولى وتفجرها. (العيسوي، 1991، ص96)

وهناك من لا يعترف مطلقاً بوجود أي خطوات لعملية التفكير الإبداعي، فهو يرى أن خطوتي الإعداد، والكمون هما خطوتان مبدئيتان لا تدخلان أصلاً في الإبداع ذاته لأن تجميع المعلومات واستيعابها العقلي يحدث يوماً لمعظم الناس دون إنتاج أفكار مبدعة، أما الخطوة الأخيرة، وهي التحقق فهي خطوة تعقب الخلق والإبداع وليس لها دور بالمرّة في الخلق ذاته، إذ أن الخطوات الثلاث السابقة ليس لها أهمية في عملية الخلق، ولكن خطوة الإشراق هي التي تعتبر بحق محور العملية الإبداعية، ويرى فوكس أيضاً أن عملية التفكير الإبداعي لاتخرج عن كونها تفكير إنشائي. (معوض، 1995، ص55-

(56)

وهناك وجهة نظر أخرى تصف عملية التفكير الإبداعي بأنها عملية شديدة التعقيد فيها التذكر والتفكير والتصور، وفيها الكثير من الدوافع، وتتضمن إصدار القرارات.(الحفني، 1995، ص30)

## 2- مفهوم التفكير الإبداعي على أساس العمل الانتاجي:

هناك بعض الآراء التي نظرت إلى التفكير الإبداعي في إطار أكثر تحديدا فقد ظهرت بعض التعريفات تحدد معنى التفكير الإبداعي في ضوء ما ينتج عنه من ناتج، تشير انشراح ابراهيم محمد المشرفي في مذكرتها إلى أن لتفكير الإبداعي هو تلك العملية التي يقوم بها الفرد والتي تؤدي إلى اختراع شيء جديد بالنسبة إليه.(انشراح، 1977، ص13)

فالإنتاج الإبداعي يمكن أن يكون مقبولا إذا وصل إليه الفرد لأول مرة، رغم وصول آخرين من قبل إلى إنتاج مشابه، فالجدة هنا بالنسبة للفرد ذاته، وينتمي لهذا النوع من التعريفات تعريف كالفن تايلور(1965) الذي وضع خمس مستويات للتفكير الإبداعي هي:(منسي، 1994، ص36-37)

## 3- مستويات التفكير الإبداعي:

### 3-1 مستوى الإبداع التعبيري:

وتتمثل في الرسوم التلقائية، وفي التعبير المستقل دون حاجة إلى مهارة أو أصالة أو نوعية الإنتاج.

### 3-2 مستوى الإبداع الإنتاجي:

وفيه يتم تقيد النشاط التلقائي وضبطه وتحسين أسلوب الأداء في ضوء قواعد معينة.

### 3-3 مستوى الإبداع الاختراعي:

وأهم ما يميز هذا المستوى الاختراع والاكتشاف اللذان يضمن مرونة في إدراك علاقات جديدة وغير عادية بين مجموعات أجزاء كانت منفصلة من قبل.

### 3-4 مستوى الإبداع الانبثاقى:

ويمكن الاستدلال على هذا النوع من الإبداع بظهور نظرية جديدة أو قانون علمي تزدهر حوله مدرسة فكرية جديدة.

### 3-5 مستوى الإبداع التجديدي:

ويستدل على هذا النوع من الإبداع بقدرة الفرد على التطوير والتجديد الذي يتضمن استخدام المهارات التصورية الفردية ويوضح (سيد محمد خيرالله) أن التفكير الإبداعي هو قدرة الفرد على إنتاج يتميز

بأكبر قدر من الطلاقة الفكرية، المرونة التلقائية، الأصالة، التداعيات البعيدة، وذلك كاستجابة لمشكلة أو موقف مؤثر. (خيرالله، 1978، ص5)

ويشير (محمد عدس) إلى أن التفكير الإبداعي هو التفكير الذي نصل به إلى أفكار ونتائج جديدة لم يسبقنا إليها أحد، وقد يتوصل إليها الفرد المبدع بتفكير مستقل، وقد تكون نتائج مبدع آخر يعمل كل منهما مستقلا عن زميله، وتأتي هذه الأفكار والنتائج لهما معا، مع عدم وجود صلة بينهما في عمل مشترك كما أنه: تفكير يسير نحو هدفه بأسلوب غير منظم، ولا يمكن التنبؤ به، فهو لا يسير ضمن خطوات محددة وهذا ما يميزه عن غيره. (عدس، 1996، ص33)

#### 4- تعريف التفكير الإبداعي على أساس السمات الشخصية:

هناك بعض الآراء التي نظرت إلى الإبداع في ضوء السمات الشخصية التي يتميز بها الفرد المبدع، حيث يتسم الفرد المبدع بمجموعة من الخصائص الشخصية التي تميزه عن غيره من الأفراد العاديين، والتي تساعده في عمليات الإبداع المختلفة، لذا كان الاهتمام منذ البداية في مجال التفكير الإبداعي منصبا بصورة رئيسية على دراسة شخصية المبدع بهدف الوصول إلى فهم مدقق لطبيعة ظاهرة الإنتاج الإبداعي، وهذا يؤدي بالضرورة إلى تحسين الوسائل في التعرف على من لديه القدرات الإبداعية والارتقاء بمستوى القدرة التنبؤية لهذه الوسائل، فضلا عن ذلك قد تؤدي المعرفة بهذه الخصائص والسمات إلى تنظيم برامج تربوية وإرشادية من أجل تنميتها بين الأفراد.

وقد استنتج دلاس(1970) من دراسات عديدة للأشخاص المبدعين أن هناك تركيبة من السمات السيكولوجية تظهر متسقة مع القدرة على التفكير الإبداعي وتشكل نمطا متميزا للشخصية الإبداعية تعتمد هذه التركيبة على اهتمامات ودوافع واتجاهات الشخص المبدع أكثر ما تعتمد على مستوى قدراته العقلية. (عويس، 1993، ص19)

وتشير الدراسات إلى حصول المبدعين على درجات مرتفعة في الاختبارات التي تقيس عوامل المرونة، الطلاقة، الدينامية، الصراحة، الوضوح، حب الاستطلاع، الاستقلال الذاتي، إصدار الأحكام، الثقة بالنفس، التحلي بروح المرح والدعابة. (القذافي، 2000، ص109)

وقد وصف خليل وديع شكور في مؤلفته الشخصية المبدعة، على أنها تشمل ست سمات سيكولوجية مترابطة، ولكنها أيضا متميزة، مضافا إلى ذلك أن الأفراد أو المبدعين قد لا يحوزون السمات الست كلها، إلا أنه كلما زاد نصيبهم منها كانوا أكثر إبداعا، وهي كما يلي: (شكور، 1994، ص163-164)

- نزوع قوي إلى الجماليات الشخصية.
- القدرة العالية على اكتشاف المشكلات.
- الحراك العقلي، أي القدرة على التفكير بمنطق المتضادات، والمتناقضات.

- الاستعداد للمخاطر من خلال البحث دوما عن الإثارة.
- سمة الموضوعية إلى جانب البصيرة والالتزام.
- الحافز الداخلي (الدافع) أي القوة الكامنة وراء الإبداع.

يصف (هوارد جاردنر) التفكير الإبداعي من منظور تفاعلي، فهو يعرف الشخص المبدع بأنه شخص يقوم بحل المشكلات وابتدع المنتجات ويعرف أسئلة جديدة بصورة منتظمة في منطقة ما بطريقة تعتبر بالدرجة الأولى جديدة ولكنها تقبل حتما في إطار ثقافي معين. (Gardner; 1993; p34)

وتأسيسا على ما سبق يتضح أنه لا يوجد مفهوم واحد محدد لمصطلح التفكير الإبداعي فإن تنوعت التعريفات قد يكون فيه من السعة والمرونة بحيث يجعل من تعريفات التفكير الإبداعي إبداعا، ويؤكد ذلك أن كل تعريف شائع في الميدان يركز على أحد جوانب التفكير الإبداعي دون سواه، إلا أن هناك عناصر مشتركة، مثلا لتأكيد على أن:

التفكير الإبداعي عبارة عن إنتاج أشياء، أفكار جديدة غير مألوفة وان كان لا يمنع أن يكون تكويننا جديدا لعناصر قديمة.

- بدون الأصالة و الحدائة لا يوجد إبداع.
- التفكير الإبداعي نوع من طرق حل المشكلات.
- التفكير الإبداعي يقابله التفكير التباعدي.

هناك سمات شخصية للفرد المبدع مثل: حب الاستطلاع ، التخيل، الاكتشاف والاختراع، المرونة، الأصالة، الطلاقة، الصراحة، التحلي بروح المرح والدعابة.

وعلى ذلك يمكن القول أن التفكير الإبداعي لا يمكن عزله وتجريده والنظر إليه بمنأى عن شخصية صاحبه، فهناك علاقة تفاعل بين الأفراد والمناطق والمجالات، فشخصية المبدع تعتمد على مجموعة من المكونات والعوامل المتشابكة التي تحيط به منذ طفولته وحتى بلوغه، وكذلك على العوامل الجسمية والوراثية والظروف البيئية المحيطة به.

يشير الأدب التربوي إلى أن التفكير الإبداعي يتضمن عددا من العناصر الرئيسية التي يمكن اعتبارها بمثابة مهارات التفكير الإبداعي، وهذه المهارات هي: الطلاقة، المرونة، الأصالة، الحساسية للمشكلات، التفصيلات، وإعادة التحديد ولقد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن أغلب المكونات الأساسية للتفكير الإبداعي هي: الطلاقة، المرونة والأصالة. (روشكا، 1989، ص59)

وصنف **جيلفورد** مهارات التفكير الإبداعي تحت ثلاثة فئات حسب ترتيب حدوثها في عملية الإبداع على النحو التالي: (منسي، 1991، ص241)

## 5-مهارات التفكير الإبداعي:

5-1مهارات تشير إلى منطقة القدرات المعرفية: تشمل الإحساس بالمشكلات، وإعادة التنظيم والتجديد.

5-2مهارات تشير إلى منطقة القدرات الإنتاجية: وتشمل الطلاقة، والأصالة، والمرونة.

5-3مهارات تشير إلى منطقة القدرات التقييمية: وتشمل عاملا لتقييم بفروعه.

## 6- المهارات الأساسية المكونة للتفكير الإبداعي:

سوف يتناول البحث الحالي بشيء من التفصيل للمهارات الأساسية المكونة للتفكير الإبداعي على النحو التالي:

### 6-1 الطلاقة:

ويقصد بالطلاقة القدرة على توليد عدد كبير من البدائل والمترادفات، الأفكار، المشكلات والاستعمالات عند الاستجابة لمثير معين، والسرعة والسهولة في توليدها، وهي في جوهرها عملية تذكر واستدعاء اختيارية لمعلومات، وخبرات، ومفاهيم سبق تعلمها.(جروان، 1999، ص82)

وقد تم التوصل إلى عدة أنواع للطلاقة هي:

1-الطلاقة اللفظية: هي القدرة على سرعة إنتاج أكبر عدد ممكن من الكلمات التي تتوافر فيها شروط معينة، وتبدو على شكل قدرة على إنتاج أكبر عدد من الكلمات التي تحتوي على حروف معينة أو مجموعة من الحروف أو النهايات المتشابهة وتلاحظ هذه القدرة على وجه الخصوص، لدى المبدعين في مجالات العلوم الإنسانية والفنون.(معوض، 1995، ص51)

2-الطلاقة الفكرية: تشير إلى القدرة على إنتاج أكبر عدد من التعبيرات التي تنتمي إلى نوع معين من الأفكار، في زمن محدد وتعد الطلاقة الفكرية من السمات عالية القيمة في مجالات الفنون والآداب، وتدل على القدرة في إنتاج الأفكار لمقابلة متطلبات معينة، ويتم الكشف عنها باستخدام اختبارات تتطلب من المفحوص القيام بنشاطات معينة.(القذافي، 2000، ص42-43)

3-الطلاقة التعبيرية: تعني القدرة على التفكير السريع في الكلمات المتصلة الملائمة.(معوض، 1995، ص51)

ويمكن التعرف على هذا العامل عن طريق الاختبارات التي تتطلب من المفحوص إنتاج تعبيرات أو جمل تستدعي وضع الكلمات بشكل معين أو في نسق معين لمقابلة متطلبات عملية تكوين الجمل أو التعبيرات. (القذافي، 2000، ص43)

4- **الطلاقة الإرتباطية:** وهي القدرة على إنتاج أكبر عدد ممكن من الوحدات الأولية ذات خصائص معينة مثل علاقة تشابه، تضاد، وهو عامل يتطلب إنتاج أفكار جديدة في موقف يتطلب أقل قدر من التحكم، ولا تكون لنوع الاستجابة أهمية، وإنما تكون الأهمية في عدد الاستجابات التي يصدرها المفحوص في زمن محدد. (معوض، 1995، ص15)

ومما سبق يمكن تعريف الطلاقة إجرائيا في هذا البحث بأنها: القدرة على التعبير القصصي، التعبير الفني، التعبير الحركي والتعبير الموسيقي، بأكبر عدد ممكن من الاستجابات في زمن محدد، و يرى محمود منسي أن المرونة هي القدرة على تغيير الحالة الفعلية بتغيير الموقف. (منسي، 1994، ص241)

## 6-2 المرونة:

هي عكس التصلب العقلي الذي يتجه الشخص بمقتضاه إلى تبني أنماط فكرية محددة يواجه بها المواقف المتنوعة.

كما يقصد بها زيادة عدد فئات ما تم إنتاجه، والفئة هي مجموعة أشياء ذات خاصية واحدة، فمثلا إذا طلبنا من أحد المتعلمين عمل صور متعددة من كل خطين متوازيين، فنجد مثلا يعمل نخلة، وردة، شباك، باب وقلم رصاص وغير ذلك، وعند تقسيم هذه الصور إلى فئات نجد أن النخلة والوردة تعتبر من فئة النباتات، والباب والشباك من فئة المعمار، والقلم من فئة الأدوات الكتابية، وهنا نلاحظ أن القدرة على الطلاقة سجلت (5) وحدات، والقدرة على المرونة سجلت (3) فئات، وكلما زادت القدرة على تنوع الفئات زادت القدرة على المرونة، وهو ما يجب تنبيه المتعلمين إليه، وتشجيعهم على تنوع وتغيير خططهم وأفكارهم كلما واجهوا شيئا جديدا. (لبن، 1996، ص57)

ويمكن التعبير عن المرونة في شكلين:

### 1- المرونة التلقائية:

وهي قدرة تعمل على إنتاج أكبر عدد من الأفكار بحرية وتلقائية، بعيدا عن وسائل الضغط والتوجيه والإلحاح و القصور الذاتي، ويتطلب الاختبار الذي يقيس هذه القدرة من المفحوص أن يتجول بفكره بكل حرية في اتجاهات متشعبة، فعندما يطلب منه ذكر الاستخدامات الممكنة لقطعة من الحجر، على سبيل المثال، نجده ينتقل من استخدامها في أعمال البناء إلى استخدامها في الموازين، واستخدامها كتقل

لحفظ الأوراق من التطاير، واستخدامها للرمي في اتجاه بعض الأهداف، واستخدامها كمطرقة، وكمسحوق، لذا عادة ما يتوقف ذو التفكير الجامد أو المحدد عند استخدامه لغرض واحد أو غرضين على أكثر تقدير، بينما يجد المبدعون عشرات الاستخدامات لقطعة الحجر.

## 2- المرونة التكيفية:

تشير إلى القدرة على تغيير أسلوب التفكير والاتجاه الذهني بسرعة لمواجهة المواقف الجديدة والمشكلات المتغيرة، وتساهم هذه القدرة في توفير العديد من الحلول الممكنة للمشاكل بشكل جديد أو إبداعي بعيدا عن النمطية والتقليد، ويمكن التعرف على مدى تمتع الشخص بهذه القدرة عن طريق الاختبارات التي تقدم للمفحوص مشكلة ثم تطلب منه إيجاد حلول متنوعة لها، رغم توفر بعض الحلول التقليدية المعروفة للمشكلة، إلا أنها تعتبر مرفوضة، لأن ما هو مطلوب في مثل هذا الموقف هو لتتوع.

ويلاحظه أن الاهتمام ينصب على تنوع الأفكار أو الاستجابات، بينما يتركز الاهتمام بالنسبة للطلاقة على الكم دون الكيف والتنوع.

وتقاس درجة المرونة بعدد الأفكار البديلة أو المواقف والاستخدامات المختلفة أو الاستجابات والمداخل التي ينتجها الفرد في زمن محدد لموقف معين أو مشكلة. (عريان، 1995، ص 193)

## 6-3 الأصالة:

تعد الأصالة من أكثر الخصائص ارتباطا بالتفكير الإبداعي، والأصالة هنا بمعنى الجودة والتفرد. (جروان، 1999، ص 84)

وهي العامل المشترك بين معظم التعريفات التي تركز على النواتج الإبداعية للحكم على مستوى التفكير الإبداعي، وتشير الأصالة إلى القدرة على إنتاج أكبر عدد ممكن من الاستجابات غير العادية، غير المباشرة أو الأفكار غير الشائعة والطريفة، وذلك بسرعة كبيرة، ويشترط أن تكون مقبولة ومناسبة للهدف، مع اتصافها بالجدة والطرافة. (السحماوي، 1998، ص 84)

وللحكم على عمل ما بأنه جديد أو أصيل لا بد أن يكون الحكم عليه من خلال انتسابها إلى مجال معين أو إطار مرجعي، فالطفل الذي يأتي بسلوك غير مسبوق قد يكون مبدعا بالنسبة لزملائه الأطفال ولكنه ليس بالمبدع إذا قيس عمله إلى أعمال الكبار، وكذلك فإن ما قد يظنه شخص ما في مجتمع جديدا و أصيلا قد لا يكون كذلك في مجتمع آخر. (الحفني، 1995، ص 25)

كذلك يجب التفريق بين الأصالة والطلاقة، ففي حالة طلب تقديم فكرة غير مطروحة أو مألوفة، فإن ذلك يدل على الأصالة، أما إذا كانت الفكرة في عداد الأفكار المعروفة، فتعتبر نوعاً من أنواع الطلاقة الفكرية. (الفدافي، 2000، ص48-49)

ونقاس درجة الأصالة بمدى قدرة المفحوص على ذكر إجابات غير شائعة في الجماعة التي ينتمي إليها، وكلما قل التكرار الإحصائي لأي فكرة زادت درجة أصالتها، والعكس صحيح بمعنى أنه كلما زاد التكرار الإحصائي للفكرة قلت درجة أصالة الفرد. (خير الله، 1981، ص13)

#### 7- التفكير الإبداعي الحركي:

لقد كان الفلاسفة يحسبون أن الإبداع واحد في كل الميادين لكن جيلفورد رفض هذه النظرة واعتقد أن ثمة فروق بين المبدعين في مختلف الميادين بالرغم من اعتقاده أن ثمة عوامل مشتركة بين كل المبدعين وقدراتهم. (عاقل، 1975، ص188)

ولهذا يختلف الأشخاص فيما بينهم في المهارات الإبداعية من مجال إلى آخر يكون منهم مبدعون في مجال الرياضيات أو الشعر أو الموسيقى و غيرها من المجالات الأخرى، أما في المجال الرياضي فيمتاز الأشخاص فيما بينهم في المهارات الإبداعية بالدرجة، إذ ينتشر الأشخاص في حدين فمنهم من يكون أعلى إبداعاً وهو الذي يحصل على درجة عالية، ومنهم من يحصل على درجة أدنى في المجال نفسه، وبذلك يصبح الشخص الذي يستطيع الإبداع هو من تتوفر عنده خبرات سابقة في المجال الرياضي فضلاً عن العوامل الذاتية والظروف البيئية الملائمة التي تسمح له بالتخيل الواسع والتعبير بحرية عن قدراته والمواقف التي تثير اهتمامه.

إن تنوع مهارات التفكير الإبداعية يتوقف على نوعية المعلومات التي يتصرف بها الإنسان ويتعامل معها، ويؤثر فيه الوسط الذي يتعامل معه، والوسائل والوسائط الذين يتعامل معهم، فمنهم من يعالج الخطوط أو الألوان أو الكلمات كما هو الحال في الفنون الأدبية، أما في النشاطات الرياضية فتظهر الحاجة إلى حركات ومهارات جديدة من أجل الفوز وإظهار التفوق، كما أن التنافس في بعض الألعاب أصبح متساوياً مما جعل العلماء يسعون إلى تنمية القدرات الإبداعية لإظهار حركات جديدة تؤهل الرياضي للفوز. (محجوب، 1989، ص35)

لقد اهتم الباحثون بالتفكير الإبداعي في المجال الرياضي كونه يهدف إلى إظهار تنوع استثنائي وفريد في الاستجابات الحركية للحوافز، كما أن التفكير الإبداعي يمكن أن يتطور في المجال الرياضي من خلال العمل على تطوير الاستعدادات الخاصة التي تمكن الرياضي من أن يصل إلى الإبداع في الأداء، والتي بدورها يمكن أن تتطور من خلال توفر العوامل المناسبة، الفرص الجيدة والمتتالية، المثابرة على التدريب، الممارسة، التسهيل، التشجيع الاجتماعي، النجاح في المحاولات والتمرين المستمر،

خاصة إذا علمنا أن الاختيار المناسب للأسلوب يعد عاملا مكملا، لأن الأسلوب المناسب يتيح للرياضي في مجال التدريب وللمتعلم في مجال التعليم أن يرى الأداء ونتائج هذا الأداء بحيث يمكن أن يكون قادرا على إيجاد ما هو نافع وأصيل، كي يطور مهاراته الإبداعية، وعليه توجه الباحثون حاليا إلى اكتشاف المتعلمين الموهوبين رياضيا الذين لديهم الاستعدادات والقدرات على الإبداع في الأداء الحركي، وتوجيه العناية لهم كي يقدموا أفكار جديدة وأداء حركيا مبدعا، بهدف الارتقاء بالرياضة والرياضيين، كما ازداد اهتمام العلماء بالإبداع في المجال الرياضي في الفترة الأخيرة نظرا لاهتمامهم بتطور الإبداع الحركي الفردي في مجال الرياضة، وظهرت ثمرة هذا الاهتمام في الإنجازات الرياضية التي حققها الأبطال في البطولات العالمية من إبداع في أداء المهارات الفردية والجماعية في مختلف الألعاب الرياضية.

#### 8- مفهوم الإبداع الحركي:

يعد الإبداع الحركي مطلباً رئيسياً في الأنشطة والألعاب الرياضية على اختلاف أنواعها، ويظهر من خلال تعلم المهارات الرياضية الخاصة باللعبة وإتقانها واقتران الأداء بالتفكير أي القدرة على استدعاء المهارات والمعلومات التي تساعد على إظهار استجابة حركية إبداعية، كما يعد الإبداع الحركي كمهارة عقلية في مجال الحركة الذي بدوره يعتمد على المكونات الأساسية للإبداع وهي:

- الطلاقة الحركية
- المرونة الحركية
- الأصالة الحركية.

ونظرا لقلّة الدراسات التي تخص التفكير الإبداعي الحركي سنذكر تعريفين له:

تعريف فائزة محمد سعيد حيث عرفته بأنه القابلية على إظهار تنوع استثنائي وفريد في الاستجابات الحركية للحوافز. (الديوان، 1999، ص16)

تعريف أميرة عبد الواحد العاني التي عرفته بأنه: القابلية على إنتاج أكبر عدد من الاستجابات الحركية الجديدة والمتكونة من الطلاقة، المرونة، الأصالة خلال زمن محدد والنابعة من التفاعل بين المتعلم وما يكسبه من خبرات تبعده عن التقليد في التفكير. (العاني، 1986، ص45)

#### 9- مراحل العملية الإبداعية في المجال الرياضي:

مراحل العملية الإبداعية في المجال الرياضي في أغلب الأحيان تتم بالشكل التالي:

1- مرحلة الإحساس بالمشكلة: فيها يظهر الشعور لدى الرياضي بوجود مشكلة تتطلب حلا لها.

2- مرحلة تحديد المشكلة: فيها يحدد الرياضي إطار المشكلة لأجل البحث فيها.

3- مرحلة جمع المعلومات: فيها تجمع المعلومات والحقائق المتعلقة بالمشكلة والاستفادة من الخبرات السابقة.

4- مرحلة الفرضيات: فيها تقترح الحلول الحركية.

5- مرحلة الظهور: فيها تظهر الحلول الحركية على شكلان وهي من بين الحلول الحركية المقترحة في المرحلة الرابعة.

6- مرحلة التقويم: فيها يتم اختبار النتائج للتأكد من صحتها وذلك بالمقارنة بين ما يجب أن يتم وما تم فعلا بالنتيجة.

10- العوامل والمؤثرات التي تؤثر على الإبداع الحركي:

- كمية المعلومات المتوافرة للرياضي ونوعها في ما يتعلق بمهارات اللعبة، الخصم والمواقف التي يتعرض لها.
- تحليل الأداء واستدعاء المعلومات المناسبة في الوقت المناسب.
- سرعة اتخاذ القرارات والتصرف السليم.
- تنفيذ الواجبات المناطة بالرياضي واستيعاب مكونات وعناصر الموقف واختيار البدائل وحسن التصرف.

11- المهارات الإبداعية الحركية:

تتمثل في:

1- الطلاقة الحركية: عرفت لها لمياء الديوان بأنها قدرة المتعلم على إنتاج استجابات حركية كثيرة يسجلها في وحدة زمنية معينة وثابتة (الديوان، 1999، ص17)

2- المرونة الحركية: تعرفها لمياء الديوان بأنها القدرة على بناء استجابات حركية مناسبة للمهارات الحركية المعروفة وفقا للحالات المستجدة و التي تغير من بناء الحركة عندما لا يبرهن شكلها السابق فاعليته. (الديوان، 1999، ص19)

3- الأصالة الحركية: تعبر عنها لمياء الديوان بأنها الانفراد بإنتاج الاستجابات الحركية غير المألوفة للمتعلم مقارنة ببقية زملائه في الصف. (الديوان، 1999، ص21)

## 12- قيمة التفكير الإبداعي وأهميته:

يعد التفكير الإبداعي أحد الأشكال الراقية للنشاط الإنساني، فقد أصبح منذ الخمسينيات مشكلة هامة من مشكلات البحث العلمي في عدد كبير من الدول، حيث أن التقدم العلمي لا يمكن تحقيقه بدون تطوير المهارات الإبداعية عند الإنسان، كما أن تطور الإنسانية وتقدمها مرهون بما يمكن أن يتوفر لها من مهارات إبداعية تمكنها دوماً من أن تقدم مزيداً من الإبداعات أو الإسهامات التي تستطيع من خلالها مواجهة ما يعترضها من مشكلات يوماً بعد يوم ولحظة تلو الأخرى، فالتفكير الإبداعي هو أحد وسائل التقدم الحضاري الراهن، وهو ذو أهمية في تقدم الإنسان المعاصر وعدته في مواجهة المشكلات الراهنة والتحديات المستقبلية.

وهذا ما تظهره دراسة كل من **جيلفورد** (1965) و**تورانس** (1977) حيث تؤكد على أنه لا يوجد شيء يمكن

أن يسهم في رفع مستوى رفاهية وتطور الإنسانية وتقدمها أكثر من رفع مستوى الأداء الإبداعي لدى الأمم والشعوب ويرى محمد عبد الرزاق أن التفكير الإبداعي مسؤول عن الحضارات الراقية التي توصلت إليها البشرية على مر العصور، فإنتاج القدماء في مختلف الحضارات فيه إبداع وإنتاج العصور الحديثة، فلو لا المبدعين وأفكارهم لظلت الحياة بدائية حتى اليوم، وبالإضافة إلى ذلك فالإبداع تصاحبه سعادة، وينمي أذواق الناس ومشاعرهم، والفرد المبدع يقدم لنا إنتاجاً علمياً أو فنياً على مستوى عالي، ويجعلنا نقبل على الحياة، ويسهم في إثرائها بالعمل الجاد. (عبد الرزاق، 1994، ص6-7)

إننا في مواجهة مستقبل متزايد التعقيد يحتاج إلى كثير من المهارات في اتخاذ الاختيارات وحل المشاكل والقيام بالمبادرات المختلفة وإن الدراسات في موضوع التفكير الإبداعي من شأنها أن تساعد في التعرف على المبدعين الذين ينبغي على المجتمع إحاطتهم بالرعاية والاهتمام والتشجيع في المراحل المبكرة من حياتهم، كما أن جل هذه الدراسات تؤكد على أهمية تنمية المهارات الإبداعية التي من شأنها إفادة المتعلم في تحقيق تعلم أفضل، وتحسين الصحة العقلية، كما أنها تفيد المجتمع كذلك، فالغاية من التفكير الإبداعي لا تكمن في تصميم الذات أو التحكم في البشر وإنما في المساهمة في تأسيس الخير العام. (عيسى، 1994، ص102)

## 13- الإبداع في الأنشطة الرياضية:

يظهر الإبداع عند الأطفال الصغار في ألعابهم وهذا ما يتأكد عن طريق اللعب والحركة تتضح القدرات الإبداعية الحركية كذلك أصبحت النظرة المعاصرة للباحثين هي استكشاف العناية بالطلبة الموهوبين رياضياً، والذين لديهم الاستعدادات والقدرات على الإبداع في الأداء الحركي وتوجيهها حتى يقدموا

أفكارا جديدة وأداء حركيا مبتكرا يهدف إلى الارتقاء بالصفوة الرياضية والمنوط بهم في التمثيل العالمي أو الأولمبي، كذلك هناك إرشادات لتطوير الموهوبين والمبدعين، فالتغذية السليمة، النوم الكافي، الظروف المعيشية، النفسية، الاجتماعية السليمة، الاستقرار الأسري، توافر خبرات النجاح والعلاقة المتوازنة بين النشاطات، لها أثر على إمكانيات الإبداع لتحقيق نتائج رياضية عالية، كما أن توافر المناهج القائمة على أسس علمية حديثة، وكذلك توفر الأجهزة والأدوات الرياضية تعد عوامل وإرشادات أساسية لتطوير إمكانيات الإبداع والوصول إلى أعلى المستويات التي يمكن بلوغها في النشاط الذي يمارس، إذن الرياضي المبدع هو الرياضي الذي يكون بصحة جيدة وبجسم متكامل يعمل بعقل منفتح وناجح، لأن العقل السليم في الجسم السليم، فمن خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة يستطيع الفرد أن يسهم بدرجة كبيرة في تنمية المواهب وصقلها وإظهار إبداعاته الفردية بشكل يفوق الآخرين. (الحوري، 2019، ص327)

#### 14- الإبداع عند لاعب كرة القدم:

هو إيجاد حل جديد وأصيل لمشكلة علمية أو عملية فنية أو اجتماعية ويقصد بالحل الأصيل أنه الحل الذي لم يسبق لصاحبه أحدا فيه، وفي المجال الرياضي هي الحلول أو المهارات أو الطريقة التي يسجل بها هدف وبأقل جهد وبطريقة فنية مبهرة، وقد تكون مهارة يظهرها اللاعب من دون أن يكون قد تدرب عليها مسبقا ويشتهر عدد من اللاعبين في العالم وفي مراكز مختلفة في هذه اللعبة بداية من حارس المرمى وانتهاء بالمهاجم الذي غالبا ما تكون انجازاتهم وإبداعاتهم الأكثر تميزا وتترك أثرها في تاريخ اللعبة وكلنا يتذكر بيليه البرازيلي وطريقته في تسجيل الأهداف ومن أوضاع مختلفة وهكذا جاء مارا دونا الأرجنتيني وحاليا ميسي الأرجنتيني ورونالدو البرتغالي الذي فاز كل منهما بجائزة أفضل لاعب في العالم خمس مرات بفعل الحلول الابتكارية والمبدعة لهم في فرقهم، إن الإبداع في كرة القدم هو عملية إيجاد طرق ابتكارية أصلية في الأداء الفني كمهارة فردية أو حل خططي للفرق وهو طريقة فريدة تجعل قلوب الجماهير تهفو إلى كرة القدم وتعشقها وتجعل لاعبي كرة القدم الأشهر في كل ألعاب الرياضة على الإطلاق. (الحوري، 2019، ص328)

#### 15- أهمية الإبداع لدى لاعبي كرة القدم:

إن الإبداع مهم جدا في كرة القدم للأسباب الآتية:

- تتميز لعبة كرة القدم بعدم الاستقرار على حال واحد وعدم سير المباراة على وتيرة واحدة وإنما هي في تبديل مستمر وتغيير دائم تحدث فيها أمور مفاجئة لم تكن في حساب اللاعب أو المدرب.
- عدم إمكانية وضع برنامج تدريبي يغطي كافة العناصر الأساسية بكرة القدم (البدينية، الخطئية والنفسية) لذا فإن بعضا من الحالات تفاجئ اللاعب في أثناء المباراة.

- صعوبة وضع مفردات علمية لتنمية صفة الإبداع ما يدفع أكثر المدربين إلى تركه للاعب نفسه وحسب ظروف متغيرات اللعب، وإهماله عند المدربين يدعونا إلى العناية بمفردة الإبداع وتقدير أهميتها باللعب كونها حالة مؤقتة لا تظهر في كل الأوقات وعلى اللاعب استثمار قدراته حال ظهور الفرصة.

- إن مطالبتنا اللاعب بالالتزام بالتعليمات والخطط المرسومة وتطبيق الحالات التي تدرّب عليها، يجب ألا تتعارض مع استقلالية اللاعب في التفكير والتصرف ضمن كل الأمور التي ذكرت، لأننا لا نريد أن يتصرف اللاعب كآلة ومن هنا جاءت أهمية الإبداع في كرة القدم.

- إن من مميزات كرة القدم أنها أصبحت صعبة بسبب تقارب مستويات الفرق واللاعبين فيها مما جعلها أكثر تعقيدا وصعوبة في الوقت الحاضر، وكلما ازداد تعقيدها وصعوبتها كلما احتاجت إلى لاعبين مهرة يميلون إلى الإبداع في الأساليب والتصرفات. (الحوري، 2019، ص328-329)

## 16- مجالات الطاقة الإبداعية الرياضية:

هناك ثلاث مجالات رئيسية للطاقة الإبداعية في المجال الرياضي:

### 1- مجال المثابرة على الإبداع:

ويقصد بها الاستمرار مدة طويلة في الاحتفاظ بحيوية الأداء الرياضي وهي التي تمكن اللاعب من تحقيق الهدف حتى تحت ظروف تتميز بالصعوبة فعلى لاعب كرة القدم أن لا يتوقف إذا فشل في تعديل النتيجة أو تأخر بتسجيل الهدف وعليه أن يثابر للحصول على نتيجة أحسن وإذا استطاع أن يسجل هدف في مرمى المنافس فعليه أن يستمر بالمثابرة لتسجيل هدف آخر والذي يساعد في تنمية صفة المثابرة للاعب كرة القدم هو الحث على العمل الدؤوب لتطوير القدرات المهارية والخطئية. (الحوري، 2019 ص329)

### 2- مجال الثراء المهاري والحركي:

يتصف الأداء الحركي الرياضي بالإبداع عندما يمكن صاحبه من حل المشكلات الحركية التي تواجه تفاعلاته في الملعب مع أداة اللعب أو مساحته أو توقيته أو مع الخصوم أو الزملاء أو غير ذلك بواحد أو أكبر من الإجراءات الآتية:

- عمل حركة جديدة تتوج جهود الآخرين بتسجيل هدف لم تكن معهودة أو متوقعة.

- أداء مهارة حركية رياضية معروفة في توقيت أو اتجاه جديد.

- التخلص من الخصم واجتيازه بطريقة مراوغة غير متوقعة وبطريقة غير مألوفة.

- الربط بين حركتين أو مهارتين أو أكثر لم يتوقع غيره أن تكون بينهما رابطة.

- أداء مهارة حركية شائعة في موقف رياضي معهود مواجهته بمهارات أخرى يعطي استخدام جديد ومفيد لها خاصة في الضربات الثابتة.

فالإبداع الحركي الرياضي بهذا الشكل هو ابتكار لحل مشكلة حركية ورياضية سواء بإصدار حركة أو مكون حركي جديد لم يكن دليلاً لحل المشكلة، أو بأداء حركي معروف سلفاً ولكن في تنظيم جديد يعطي استخدام حديث مفيد له.

### 3- مجال الإنتاج الإبداعي:

أكد الكثير من الباحثين على أن الإبداع في كرة القدم يعني الإنتاج ويتميز هذا الإنتاج بسمات خاصة تميزه عن غيره وحددت هذه السمات بالواقعية، وعدم التقليد، الاستمرارية، الرضا الاجتماعي والأصالة وبعد الإنتاج الإبداعي أحد المعايير الرئيسية للاعبين من الطراز العالمي الذي أصبح لديهم جمهور بالملايين وهم قادرين في كل مباراة على الإتيان بالشيء الجديد أو الحل الناجح للفريق بطريقة سهلة وأصيلة أو تسجيل الهدف في أي لحظة ويتميز الإنتاج الإبداعي بأن يظهر اهتمام الجمهور الرياضي ويعبر عن فرحه به. (الحوري، 2019، ص330)

وهناك سمات أخرى تتعلق باللاعب المبدع وهي ذات أهمية كبيرة على حياته منها الفريق وبخبرات بديلة، تصاعد القدرات البدنية والمهارية خلال الموسم الرياضي، وحث الزملاء على العمل الجماعي، الإنتاجية الإبداعية متجددة لديه وتتجم عن التجربة والخبرة، إن الأداء الإبداعي نوعي لا يعتمد بالضرورة الأداء الكمي، ومن خلال التطرق إلى مجالات الطاقة الإبداعية من خلال مثابرة اللاعب على الإبداع وهي الاستمرار لأطول فترة ممكنة بحيوية الأداء وكذلك الثراء المهاري والحركي في كرة القدم وإمكانية حل المشاكل الحركية المتوقعة والغير متوقعة للاعب وأيضاً الإنتاج الإبداعي للحركات في حل الموقف أو المشكلة بطريقة أصلية أو تركيب جديد ذو قيمة مما يؤدي إلى طاقة إبداعية أثناء التدريب والمباريات الرسمية: (الحوري، 2019، ص 331)

### 17- سمات الشخصية الرياضية المبدعة:

تتميز الشخصية الرياضية المبدعة بعدد من السمات المهمة وهي:

- الذكاء المتعدد الجوانب.

- الثقة بالنفس والقدرة على تحقيق الأهداف مهما ازدادت صعوبتها.

- درجة عالية من الثقافة في الاختصاص الرياضي ودرجة مقبولة في الثقافة العامة.

- القدرة على توليد الأفكار الإبداعية الرياضية وتجريبها وتنفيذها بإتقان.
- الاستنباط من الظواهر الرياضية المشاهدة وتحليلها وإثارة التساؤلات عنها.
- العلاقات الاجتماعية الواسعة والاستفادة من آراء الآخرين وكل ما هو جديد
- يتحدى قدراته وقدرات الآخرين ومحاولة إثبات الذات أمامها.
- الثبات على الرأي والجرأة والإقدام والمجازفة والمخاطرة في بعض الأحيان.
- التحدي العملي ومحاولة إيجاد حركات ومهارات جديدة تختصر جهد اللاعبين.
- الفضول وعدم التسليم للواقع ومحاولة التجريب المستمرة. (الحوري، 2019، ص 332-333)

### 18- تنمية التفكير الإبداعي للاعب كرة القدم:

يشير الحوري، 2015 أستاذ علم النفس الرياضي بجامعة الموصل في العراق والمحاضر على الدورة الآسيوية للمدربين فئة a\_ إلى أهم وأبرز وأوضح خصائص البيئة الصالحة لتعلم وتعليم التفكير الإبداعي لدى الرياضيين بشكل ولاعب كرة القدم بشكل خاص:

- التأكد على أن نشاط التفكير هدفا في حد ذاته
- خلق صورة إيجابية عن الذات لدى كل لاعب.
- تقديم الأنشطة التي تساعد على تنمية ذكاء اللاعب خاصة في مرحلة الناشئين مع التأكيد على حرية التفكير في إطار منظم.
- تقديم أنشطة ملائمة للاعبين بحيث تتحدى تفكيرهم دوم أن تشعرهم بالفشل.
- التأكيد الشديد على ضرورة قيام اللاعب نفسه بمهارات مركبة ومشاركته مشاركة فعالة فيها، مع تركيز انتباه اللاعب على القيام بالنشاط المستقل لا على تقليد المدرب أو لاعب آخر، كما لو كان المدرب أو اللاعب الآخر هو مصدر المهارات.
- يقوم كل لاعب بممارسة أداء المهارات فعليا داخل نطاق مجموعة من الزملاء الذين يتفاعل معهم اجتماعيا وتعاونيا، أي أنه يركز على مبدأ المجموعات الصغيرة التي أثبتت كفاءة وفعالية كبيرة في الأداء الجماعي للمهارات المعقدة.
- يقدم المدرب للاعبين نموذجا للاعب مفكر في الميدان الذي يصنع اللعب لزملائه.

- إعداد برامج فيديو للمشاهدة المفضلة عن لاعبين من الطراز العالي لخلق مناخ التفكير بمراحل حياتهم وكيف أنهم نموا مواهبهم بذاتهم وأن المدربين هم داعمين وموجهين فقط.
- ضرورة الحرص على تنمية عادة التفكير المستقل والإبداعي والناقد لدى اللاعب.
- ضرورة الحرص على المزاجية بين ما يقدم للاعبين من مفاهيم وعمليات ومهارات معرفية ومستوى نموهم العقلي والأداء المهارى والبدني والخططي ومرحلة النمو الجسمي التي بلغوها. (الحوري، 2019، ص 333-334)

## خلاصة:

مما سبق نستطيع القول أن التفكير الإبداعي يساهم في تنمية المواهب الرياضية وصقلها إظهار إمكانياتها بما يخدم المجال الرياضي، لأن الموهبة التي تظهر من خلال النشاط البدني لا بد أن تنمى ويتم تطويرها وتقديم العون لها، فمن خلال النشاط البدني والحركي تظهر المهارات الإبداعية، حيث تتيح للرياضيين فرصة الإبداع وإضافة مهارات جديدة، فطبيعة النشاط البدني والحركي تظهر وتحرر من الضغوط، كذلك الإبداع في المهارة يتطلب الحرية والانطلاق في التفكير.

# الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع

## منهجية الدراسة

## تمهيد:

إن أهمية أي دراسة و دقتها تتعدى الجانب النظري المنطلق منه، حيث تتطلب تدعيما ميدانيا من أجل التحقق من فرضيات الموضوع، هذا ما يتطلب من الباحث التحلي بالدقة في اختيار المنهج العلمي الملائم و الأدوات المناسبة لجمع المعلومات، التي يعتمد عليها فيما بعد و كذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية، من أجل الوصول الى نتائج ذات دلالة و دقة، تساهم في تسليط الضوء على الإشكالية المدروسة بصفة خاصة و في تقدم البحث العلمي بصفة عامة.

## 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله، وهي خطة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها.

فالدراسة الاستطلاعية إذا هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية، وتهدف لقياس مستوى الصدق والثبات الذي تتمتع به الأدوات المستخدمة في الدراسة، حيث تم توزيع مقياسين لكل من اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي، كما تساعدنا على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق، وبما أننا مقبلون على إجراء دراسة ميدانية لا بد من إجراء دراسة استطلاعية كانت كما يلي:

- التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء الدراسة.

- التقرب من أفراد العينة ومعرفة مميزات وخصائصها.

- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي تواجهها.

وعلى هذا قمنا بتوزيع المقاييس على عينة مكونة من 6 لاعبين، وهذا لحساب الصدق والثبات.

## 2- منهج الدراسة:

بناء على طبيعة الدراسة والأهداف التي نحاول الوصول إلى تحقيقها فقد تم استخدام المنهج الوصفي، والذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع.

يعرف المنهج على أنه الطريق المؤدي إلى الحقيقة بواسطة مجموعة من القواعد حين يصل إلى نتيجة معينة أو هو الطريق الذي يسلكه الباحث للإجابة عن تساؤلات مشكلة البحث. (غرايبي، 2002، ص30)

ولا يمكن لأي دراسة علمية مهما كانت أن تنجز دون الاعتماد على منهج علمي ذو خطوات يسير عليها الباحث ككل وتكون خطواته مبنية على أسس علمية تتناسب مع طبيعة المراد دراسته وفي ظل طبيعة الحال بنيت هذه الدراسة كغيرها من الدراسات والبحوث العلمية اعتمد فيها على منهج علمي يتناسب مع الموضوع المعالج.

وينتمي بحثنا هذا إلى البحوث الوصفية التحليلية التي تهدف إلى وصف ظاهرة أو وقائع وأشياء معينة من خلال جمع الحقائق والمعلومات والملاحظات بها، بحيث يرسم ذلك كله واقعية لها، وهذا وقد لا تكفي تلك البحوث بمجرد وضع الواقع أو تشخيصه فقط بل وتهتم بتقدير ما ينبغي أن تكون عليه

الأشياء أو الظواهر وبناء على هذا فقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي في دراستنا، والذي يعد ركنا أساسيا من أركان البحث العلمي، وما يميزه هو رصده للحقائق المتعلقة بظاهرة ما رصدنا واقعا ودقيقا وذلك بجمع المعلومات وتفسيرها وإصدار تعميمات بشأنها. (محمد حسن، 1982، ص19)

### 3- متغيرات الدراسة:

#### 3-1 المتغير المستقل:

وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة وغالبا ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي، وهو المراد تأثيره على الظاهرة. (عمر، 1996، ص54)

ويتمثل في دراستنا هذه باللياقة البدنية لدى اللاعب المحترف في كرة القدم.

#### 3-2 المتغير التابع:

يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث أنها كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع (علاوي، 1998، ص191)

يتمثل في دراستنا بالتفكير الإبداعي لدى اللاعب المحترف في كرة القدم.

### 4- مجتمع وعينة البحث:

#### 4-1 مجتمع البحث:

فمجتمع الدراسة هو جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث، وهو مجموعة من الخصائص التي يحددها الباحث تكون مضبوطة عند كافة أعضاء العينة، ويعتبر من النقاط الأساسية التي ينبغي أن يراعيها الباحث ويوليها اهتماما كبيرا، فبدون تحديد المجتمع وتحديد العناصر الداخلية فيه لا يستطيع الباحث التحكم في كافة المتغيرات المرتبطة بالبحث. (عطاء الله، وبوداود، 2009، ص69)

ينكون مجتمع دراستنا من جميع اللاعبين الذين ينشطون في الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم صنف الأكاير والذي قدر عددهم بـ 25 لاعب لكل فريق، وعدد الفرق هو 20 فريق حسب التقسيم الجديد للرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم لهذا الموسم، وقدر عدد اللاعبين 500 لاعب، تم اختيار عينة دراستنا من نادي وفاق سطيف لكرة القدم وهذا نظرا للظروف الصحية بسبب جائحة كورونا.

#### 4-2 عينة البحث:

هي ذلك الجزء من المجتمع، يتم اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا، إن الهدف الأساسي من اختيار العينة هو الحصول على معلومات عن المجتمع الأصلي

للبحث، وليس من السهل على الباحث أن يقوم بتطبيق بحثه على جميع أفراد المجتمع الأصلي، إن الهدف من اختيار العينة الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث، فالعينة إذا هي انتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع الدراسة، فالاختبار الجدي للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع، حيث تكون نتائجها صادقة بالنسبة له. (عبد الحفيظ، وباهي، 2000، ص129)

لقد حاولنا أن نحدد عينة لهذه الدراسة، تكون أكثر تمثيلاً للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول لنا الحصول على نتائج يمكن تعميمها على مجتمع الدراسة، ولكن نظراً للظروف الصحية بسبب جائحة كورونا، اشتملت عينة دراستنا على أكابر نادي وفاق سطيف لكرة القدم الناشط بالرابطة المحترفة الأولى، حيث بلغ عدد العينة 16 لاعبا.

#### 6- أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات):

لإنجاز بحثنا وتحقيق الأهداف المسطرة قصد نفي أو إثبات للفرضيات المقدمة للدراسة لجأنا إلى استخدام طرق ووسائل تتلائم مع هذا النوع من البحوث، ولقد لخصت الأدوات والوسائل في:

**6-1 الدراسة النظرية:** تمثلت في الاستعانة بالمراجع والمصادر وكتب ومذكرات ونصوص منشورة التي تخدم الموضوع، سواء كانت باللغة العربية أو اللغة الأجنبية أو دراسات ذات صلة بالموضوع، وهذا سمح لنا ببناء إشكالية والاستعانة باستبيان.

#### 6-2 الدراسة التطبيقية:

#### 6-2-1 مقياس الحالة البدنية:

قام الباحثان باستخدام والاستعانة بمقياس الحالة البدنية صممه محمد حسن علاوي كمقياس متعدد الأبعاد لمفهوم الذات لبعض الصفات البدنية التي يمكن أن تشكل في مجموعها أهم عناصر اللياقة البدنية. (علاوي، 1998، ص120)

والأبعاد التي يقيسها الاختبار هي: (القوة العضلية، التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة) وفي بحثنا شمل:

- **القوة:** الدرجة العالية على هذا النحو تشير إلى التميز بالقوة العضلية والجسم القوي، والعضلات الواضحة في الجسم.
- **التحمل:** الدرجة العالية على هذا النحو تشير إلى عدم التعب عقب بذل جهد بدني لفترة طويلة وسرعة العودة للحالة الطبيعية عقب أداء مجهود بدني عنيف.

- **السرعة:** الدرجة العالية على هذا البعد تشير إلى التميز في الجري وإجادة الحركات التي تتطلب السرعة.
- **الرشاقة:** الدرجات العالية على هذا البعد تشير إلى إجادة الحركات التي تتطلب الرشاقة بدرجة كبيرة وسهولة تغيير أوضاع الجسم عند أداء بعض المهارات الحركية.
- **المرونة:** الدرجات العالية على هذا البعد تشير إلى القدرة على أداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من مرونة الجسم والشعور بالرضا من ناحية مرونة الجسم.

ويتكون الاختبار من 30 عبارة وكل بعد من الأبعاد الخمسة يقيسه 6 عبارات نصفها في اتجاه البعد والنصف الآخر في عكس اتجاه البعد.

ويقوم المفحوص بالإجابة على عبارات الاختبار على مقياس خماسي التدرج (تتطبق على درجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً)

#### **مقياس التفكير الإبداعي:**

هو مقياس لتطوير التفكير الإبداعي للمدارس الكروية في إقليم كردستان العراق لكرة القدم من تصميم سعيد نزار سعيد، وهو أيضاً مقياس خماسي التدرج.

يتكون مقياس التفكير الإبداعي من 59 فقرة، وذات 5 بدائل (أتفق تماماً، أتفق، أتفق إلى حد ما، لا أتفق، لا أتفق مطلقاً) وموزعة على 4 أبعاد وكلها فقرات إيجابية في اتجاه البعد.

#### **7- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق والثبات):**

##### **7-1- مقياس وصف الحالة البدنية**

قدرت مجموعة الدراسة من خلال مقياس الحالة البدنية بـ 25 لاعب من لاعبي الفريق، أين تم توزيع 25 نسخة من المقياس على عينة الدراسة، يقومون بملاحظة وتسجيل البيانات المتعلقة بالتفكير الإبداعي على هذا المقياس.

وبعدما تم استرجاع 16 استمارة قمنا بحساب الثبات والصدق للمقياس بعدة طرق معتمدين على البيانات التي جمعناها.

أولاً: الثبات

- التجزئة النصفية:

نلاحظ من خلال الجدول قيم معاملات **Coefficient de Guttman**، وقيم معاملات **Coefficient de Spearman-Brown** وهي قيم تقريبا متقاربة كلها وهذا يدل على ثبات المقياس بدرجة عالية.

جدول رقم (01) يوضح قيم معاملات **Coefficient de Guttman**

الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
0.68	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
0.73	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
0.77	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
0.65	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
0.72	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:
0.75	الفيا كرونباخ:	الفيا كرونباخ:

الفيا كرونباخ:

تم الاعتماد على معامل **Alpha de Cronbach** لحساب ثبات هذا المقياس عن طريق الاتساق الداخلي باعتماد في تقدير هذا المؤشر على نظام تحليل البيانات **spss v 25** كما هو موضح في

الجدول التالية:

جدول رقم (02) يوضح قيم معامل **Alpha de Cronbach** لمحور التحمل

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,741	06

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  Cronbach = 0.74 معناه أن بنود محور "التحمل" ثابتة.

جدول رقم (03) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور السرعة

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,696	06

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.69 معناه أن بنود محور "السرعة" ثابتة.

جدول رقم (04) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور المرونة

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,689	06

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.81 معناه أن بنود محور "المرونة" ثابتة.

جدول رقم (05) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور القوة البدنية

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,689	06

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.81 معناه أن بنود محور "القوة" ثابتة.

جدول رقم (06) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور الرشاقة

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,689	06

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.81 معناه أن بنود محور "الرشاقة" ثابتة.

جدول رقم (07) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمقياس ككل.

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,772	30

إذن بما ان قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.77 معناه أن بنود "المقياس ككل" ثابت.

تم الاعتماد على معامل Alpha de Cronbach لحساب ثبات هذا المقياس عن طريق الاتساق الداخلي، باعتماد في تقدير هذا المؤشر على نظام تحليل البيانات spss v 25 كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (08) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمحاور الثلاث والمقياس ككل

معامل الثبات	محاور المقياس
0.74	محور التحمل
0.69	محور السرعة
0.68	محور المرونة
0.79	محور القوة العضلية
0.64	محور الرشاقة
0.77	المقياس ككل

قيم معامل Alpha de Cronbach مرتفعة تدل على أن المحاور الخمسة محور التحمل، السرعة، المرونة، القوة العضلية، والرشاقة، ذو ثبات مرتفع.

ثانياً: الصدق.

- الاتساق الداخلي.

المحور الأول: التحمل

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

جدول رقم(09) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور التحمل والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدلالة
02		0.704	0.000
07		0.541	0.000
12		0.248	0.006
17		0.510	0.000
22		0.381	0.000
27		0.705	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "التحمل" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 06 بنود تتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 06 بنود في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### المحور الثاني: السرعة

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

#### جدول رقم(10) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور السرعة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدلالة
03		0.518	0.000
08		0.369	0.000
13		0.560	0.000
18		0.443	0.000

0.000	0.557		23
0.006	0.250		28

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "السرعة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 06 بنود يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 06 بنود في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### المحور الثالث: المرونة.

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

#### جدول رقم (11) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور المرونة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدلالة
04		0.457	0.000
09		0.150	0.101
14		0.610	0.000
19		0.523	0.000
24		0.635	0.000
29		0.600	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "المرونة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 06 بنود يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 06 بنود في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### المحور الرابع: القوة البدنية.

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

#### جدول رقم(12) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور القوة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدلالة
01		0.523	0.000
06		0.635	0.000
11		0.600	0.000
16		0.710	0.000
21		0.420	0.000
26		0.570	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "القوة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 06 بنود يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 06 بنود في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### • المحور الخامس: الرشاقة.

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

جدول رقم(13) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور الرشاقة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدالة
05		0.391	0.000
10		0.423	0.000
15		0.484	0.000
20		0.719	0.000
25		0.420	0.000
30		0.570	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "الرشاقة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 06 بنود يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 06 بنود في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### 7-2- التفكير الإبداعي:

قدرت مجموعة من خلالها مقياس التفكير الإبداعي بـ 25 لاعب من لاعبي الفريق، أين تم توزيع 25 نسخة من المقياس على عينة الدراسة، يقومون بملاحظة وتسجيل البيانات المتعلقة بالتفكير الإبداعي على هذا المقياس.

وبعدما تم استرجاع 16 استمارة قمنا بحساب الثبات والصدق للمقياس بعدة طرق معتمدين على البيانات التي جمعناها.

#### أولاً: الثبات

-التجزئة النصفية: نلاحظ من خلال جدول قيم معاملات **Coefficient de Guttman**، وقم معاملات **Coefficient de Spearman-Brown** وهي قيم تقريبا متقاربة كلها وهذا يدل على ثبات المقياس بدرجة عالية.

#### الفاكرونباخ:

تم الاعتماد على معامل **Alpha de Cronbach** لحساب ثبات هذا المقياس عن طريق الاتساق الداخلي باعتماد في تقدير هذا المؤشر على نظام تحليل البيانات spss v 25 كما هو موضح في الجداول التالية:

جدول رقم (01) يوضح قيم معاملات Coefficient de Guttman

التجزئة النصفية		أبعاد المقياس
سيبرمان-براون Coefficient de Spearman-Brown	جيتمان Coefficient de Guttman	
0.65	0.69	المحور الأول الطلاقة
0.71	0.76	المحور الثاني المرونة
0.69	0.72	المحور الثالث الاصالة
0.75	0.65	المحور الرابع حل المشكلات
0.71	0.75	الدرجة الكلية

جدول رقم (02) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور المرونة

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,664	15

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.66 معناه أن بنود محور "المرونة" ثابتة.

جدول رقم (03) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور الأصالة

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,815	16

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.81 معناه أن بنود محور "الأصالة" ثابتة.

جدول رقم (04) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach لمحور حل المشكلات

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,689	14

إذن بما أن قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.68 معناه أن بنود محور "حل المشكلات" ثابتة.

### جدول رقم (05) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمقياس ككل

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,765	59

إذن بما ان قيمة  $\alpha$  "Cronbach" = 0.76 معناه أن بنود "المقياس ككل" ثابت.

تم الاعتماد على معامل Alpha de Cronbach لحساب ثبات هذا المقياس عن طريق الاتساق الداخلي،  
باعتماد في تقدير هذا المؤشر على نظام تحليل البيانات spss v 25 كما هو موضح في الجدول الآتي:

### جدول رقم (06) يوضح قيم معامل Alpha de Cronbach للمحاور الأربعة والمقياس ككل

معامل الثبات	محاور المقياس
0.76	محور الطلاقة
0.66	محور المرونة
0.81	محور الأصالة
0.68	محور حل المشكلات
0.76	المقياس ككل

قيم معامل Alpha de Cronbach مرتفعة تدل على أن المحاور الأربعة "محور الطلاقة، المرونة، الأصالة، حل المشكلات"، ذو ثبات مرتفع.

#### ثانيا: الصدق:

تم تقدير الصدق بالنسبة لمقياس "التفكير الإبداعي" من خلال الاتساق الداخلي والصدق التمييزي بطريقة المقارنة الطرفية.

#### - صدق الاتساق الداخلي:

#### المحور الأول: الطلاقة

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

جدول رقم (07) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور الطلاقة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدالة
01		0.828	0.000
02		0.763	0.000
03		0.728	0.000
04		0.634	0.000
05		0.574	0.000
06		0.321	0.013
07		0.550	0.000
08		0.158	0.227
09		0.745	0.000
10		0.649	0.000
11		0.220	0.091
12		0.550	0.000
13		0.321	0.013
14		0.763	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "الطلاقة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 14 بند تتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 14 بند في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### المحور الثاني: المرونة

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

جدول رقم(08) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور المرونة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدلالة
15		0.522	0.000
16		0.427	0.001
17		0.513	0.000
18		0.499	0.000
19		0.386	0.002
20		0.199	0.128
21		0.201	0.123
22		0.262	0.043
23		0.360	0.005
24		0.456	0.000
25		0.286	0.026
26		0.067	0.613
27		0.058	0.661
28		0.393	0.002
29		0.336	0.009

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "المرونة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 15 بند يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 15 بند في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### المحور الثالث: الأصالة

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبي، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

جدول رقم(09) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور الأصالة والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدلالة
30		0.423	0.001
31		0.346	0.007
32		0.521	0.000
33		0.722	0.000
34		0.503	0.000
35		0.492	0.000
36		0.545	0.000
37		0.090	0.493
38		0.628	0.000
39		0.687	0.000
40		0.560	0.000
41		0.590	0.000
42		0.274	0.034
43		0.589	0.000
44		0.722	0.000
45		0.590	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "الأصالة" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 16 بند يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 16 بند في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

#### المحور الرابع: حل المشكلات

يهدف الاتساق الداخلي إلى تقدير مدى اتساق كل بند من بنود المقياس مع المحور الذي ينتمي إليه، من خلال تقدير مدى ارتباط البنود مع محورها، وباعتبار أن بنود المقياس تنتمي للمستوى الرتبى، قمنا بحساب معامل الارتباط للاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط "سبيرمان" حيث جاءت الارتباطات بين كل عبارات المحور مع الدرجة الكلية له عند مستوى دلالة 0,05 كالتالي:

جدول رقم(10) يوضح معامل الارتباط بين كل بند من بنود محور حل المشكلات والدرجة الكلية للمقياس

رقم	البند	قيمة الارتباط	الدالة
46		0.802	0.000
47		0.513	0.000
48		0.547	0.000
49		0.637	0.000
50		0.624	0.000
51		0.218	0.094
52		0.596	0.000
53		0.632	0.000
54		0.729	0.000
55		0.156	0.234
56		0.052	0.695
57		0.171	0.193
58		0.596	0.000
59		0.646	0.000

يتضح من خلال الجدول المبين أعلاه جميع قيم معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس الذي يقيس "حل المشكلات" والدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0,05، تحصلنا على 14 بند يتمتع بصدق قوي، لذلك سنعتمد على 14 بند في هذا المحور لأن هذه البنود تتمتع بصدق الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المحور والدرجة الكلية للمقياس وهو ما يعكس صدق المقياس، بمعنى أنه يقيس ما صمم لقياسه.

ومن خلال نتائج ارتباطات البنود بمحاورها، يتبين أن المحاور تتميز بصدق اتساق مقبول، وأنها صادقة في قياس ما وضعت لقياسه، نعني بذلك أن المحاور قادرة على أن تقيس ما وضعت لقياسه بشكل مستقل.

## 8- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية لغرض معالجة، تحليل، تفسير النتائج، فاستعملنا الوسائل الإحصائية المتمثلة في:

- استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) ومن بين الأساليب نذكر:
- spss v 25
- معامل الارتباط اللابارامتري بيرسون.
- معامل الارتباط سبيرمان.
- ألفا كرو نباخ.
- **Coefficient de Guttman**
- **Coefficient de Spearman-Brown**

## 9- خطوات إجراء الدراسة الميدانية:

تم إجراء الدراسة على مستوى فريق وفاق سطيف لكرة القدم المنتمي للرابطة المحترفة الأولى صنف الأكابر - بولاية سطيف.

تم التواصل مع العينة عن طريق شخص يعتبر من إطارات وزارة الشباب والرياضة، وهو مدير لدار الشباب بحي طنجة ولاية سطيف، وهو من أحد المساهمين في فريق وفاق سطيف، قمنا بإعطائه أوراق الاستبيان وهو من قام بتسليمها بنفسه للاعبين، بسبب عدم السماح لنا بمقابلة اللاعبين بسبب جائحة كورونا والبروتوكول الصحي المعمول به في إقامة اللاعبين والفندق.

شرح لهم هذه الدراسة وأهدافها، وتوضيح قيمتها، وإعطاء نظرة للاعبين حول ضرورة وجود محضر نفسي في الفريق مع التأكيد لهم أن هذه الدراسة ذات حداثة، كما كان لهم ترحيب وتفاعل كبير حول هذه الدراسة وردود أفعال جميلة.

تم إجراء الدراسة الميدانية في شهر ماي تم القيام بتوزيع استمارات الاستبيان في 4 ماي 2021 وتم استرجاع 16 استمارة في 25 ماي 2021.

## خلاصة:

تعد الدراسة الميدانية معبرا هاما للوصول إلى الحقائق الموجودة في المجتمع إذ عن طريق نزول الباحث إلى الميدان يصبح بالإمكان جمع البيانات وتحليلها لتعميم النتائج المحصل عليها ولقد تم في هذا الفصل من هذه الدراسة، تبيان المنهج المتبع وتحديد مجالات الدراسة ومتغيراتها بالإضافة إلى ذكر الادوات المستخدمة في جمع البيانات والخصائص السيكومترية للمقياسين.

# الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

## 1- عرض وتحليل نتائج:

### 1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة

توجد علاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

اختبار فرضيات الدراسة بمعامل الارتباط اللابارامتري "سبيرمان Spearman"

جدول رقم: (01) يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين....

			Pensée_Créative	Condition_Physique
Rho de Spearman	Pensée_Créative	Coefficient de corrélation	1,000	-,642**
		Sig. (bilatéral)	.	,007
		N	16	16
Condition_physique	Condition_physique	Coefficient de corrélation	-,642**	1,000
		Sig. (bilatéral)	,007	.
		N	16	16

#### التحليل الكمي:

يوضح الجدول رقم (01) حجم العينة المطبق عليها هذا الاختبار والذي قدر بـ 16 رياضي، وقدرت درجة الارتباط بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي باستخدام معامل الارتباط **Rho de Spearman** بـ **-0.642**، وهذه القيمة أكبر من المتوسط وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة: **0.05** فإن الارتباط عكسي بين المتغيرين ودال إحصائياً.

وهو ما يعني وجود علاقة عكسية بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت اللياقة البدنية والتي تظهر من خلال الكفاءة الجسدية للاعب المحترف والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني والحركي بأفضل درجة وأقل جهد ممكن، انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة، وتفسر هذه النتيجة على أن اللاعب المحترف في كرة القدم يعتقد أن تقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات وتحقيق الانجازات الرياضية (تحقيق الفوز في المنافسات والبطولات) يعود لارتفاع لياقته البدنية أكثر من أنه يعود لارتفاع تفكيره الإبداعي

## 2- عرض وتحليل نتائج الفرضيات الجزئية:

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

توجد علاقة بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

جدول رقم: (02) يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين.

			Pensée_créative	Force_physique
Rho de Spearman	Pensée_créative	Coefficient de corrélation	1,000	-,245
		Sig. (bilatéral)	.	,360
		N	16	16
Force_physique	Force_physique	Coefficient de corrélation	-,245	1,000
		Sig. (bilatéral)	,360	.
		N	16	16

### التحليل الكمي:

يوضح الجدول رقم (02) حجم العينة المطبق عليها هذا الاختبار والذي قدر بـ 16 رياضي، وقدرت درجة الارتباط بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي باستخدام معامل الارتباط **Rho de Spearman** بـ **-,245**، وهذه القيمة أقل من المتوسطة وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة: **0.05** فإن الارتباط عكسي بين المتغيرين ودال إحصائياً.

وهو ما يعني وجود علاقة عكسية بين صفة القوة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة القوة العضلية والتي تظهر من خلال استطاعة اللاعب المحترف حمل الأشياء الثقيلة بكل سهولة، وشعوره بالقوة في معظم عضلاته، وأن جسمه قوي بدرجة كافية، انخفض التفكير الإبداعي لديه، وتفسر هذه النتيجة على أن اللاعب المحترف في كرة القدم يعتقد أن تقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات وتحقيق الانجازات الرياضية (تحقيق الفوز في المنافسات والبطولات) يعود لارتفاع صفة القوة العضلية لديه أكثر من أنه يعود لارتفاع تفكيره الإبداعي

## 2-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

توجد علاقة بين التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

جدول رقم: (03) يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين.

			Pensée_créative	Endurance
Rho de Spearman	Pensée_créative	Coefficient de corrélation	1,000	,004
		Sig. (bilatéral)	.	,987
		N	16	16
	Endurance	Coefficient de corrélation	,004	1,000
		Sig. (bilatéral)	,987	.
		N	16	16

### التحليل الكمي:

يوضح الجدول رقم (03): حجم العينة المطبق عليها هذا الاختبار والذي قُدِّرَ 16 رياضي، وقدرت

درجة الارتباط بين التحمل التفكير الإبداعي باستخدام معامل الارتباط **Rho de Spearman** بـ **0,004-**، وهذه القيمة ضعيفة جداً، وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة: **0,05**، فإن الارتباط عكسي بين المتغيرين دالاً إحصائياً.

وهو ما يعني وجود علاقة عكسية بين صفة التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة التحمل والتي تظهر من خلال استطاعة اللاعب المحترف العودة لحالته الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود بدني عنيف، وأنه لا يتعب بسرعة عند بذل جهد بدني لفترة طويلة، كما أنه يتحمل الأداء البدني المتواصل بدون فترة راحة طويلة، انخفض التفكير الإبداعي لديه، وتفسر هذه النتيجة على أن اللاعب المحترف في كرة القدم يعتقد أن تقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات وتحقيق الانجازات الرياضية (تحقيق الفوز في المنافسات والبطولات) يعود لارتفاع صفة التحمل أكثر من أنه يعود لارتفاع تفكيره الإبداعي.

## 2-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

توجد علاقة بين السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

جدول رقم: (04) يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين.

			Pensée_créative	Vitesse
Rho de Spearman	Pensée_créative	Coefficient de corrélation	1,000	-,654**
		Sig. (bilatéral)	.	,006
		N	16	16
	Vitesse	Coefficient de corrélation	-,654**	1,000
		Sig. (bilatéral)	,006	.
		N	16	16

### التحليل الكمي:

وضح الجدول رقم (04) حجم العينة المطبق عليها هذا الاختبار والذي قدر بـ 16 رياضي، وقدرت

درجة الارتباط بين السرعة والتفكير الإبداعي باستخدام معامل الارتباط **Rho deSpearman**

بـ **-,654**، وهذه القيمة أكبر من المتوسط وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة: **0.05**، فإن الارتباط

عكسي بين المتغيرين ودال إحصائياً.

وهو ما يعني وجود علاقة عكسية بين صفة السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة السرعة والتي تظهر من خلال استطاعة اللاعب المحترف أداء الحركات التي تتطلب السرعة، انخفض التفكير الإبداعي لديه، وتفسر هذه النتيجة على أن اللاعب المحترف في كرة القدم يعتقد أن تقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات وتحقيق الانجازات الرياضية (تحقيق الفوز في المنافسات والبطولات) يعود لارتفاع صفة السرعة أكثر من أنه يعود لارتفاع تفكيره الإبداعي.

## 2-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

توجد علاقة بين الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

جدول رقم: (05) يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين.

			Pensée _créative _	Agilité
Rho de Spearman	Pensée _créative	Coefficient de corrélation	1,000	-,397
		Sig. (bilatéral)	.	,128
		N	16	16
Agilité	Agilité	Coefficient de corrélation	-,397	1,000
		Sig. (bilatéral)	,128	.
		N	16	16

### التحليل الكمي:

يوضح الجدول رقم (05) حجم العينة المطبق عليها هذا الاختبار والذي قدر بـ 16 رياضي، وقدرت درجة الارتباط بين الرشاقة والتفكير الإبداعي باستخدام معامل الارتباط Rho de Spearman بـ  $-,397$ ، وهذه القيمة أقل من المتوسطة وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة:  $0.05$  فإن الارتباط عكسي بين المتغيرين ودال إحصائياً.

وهو ما يعني وجود علاقة عكسية بين صفة الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة الرشاقة والتي تظهر من خلال استطاعة اللاعب المحترف وبسهولة تغيير أوضاع جسمه عند أداء بعض المهارات الحركية، وإجادته للحركات التي تتطلب درجة كبيرة من الرشاقة، انخفض التفكير الإبداعي لديه، وتفسر هذه النتيجة على أن اللاعب المحترف في كرة القدم يعتقد أن تقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات وتحقيق الانجازات الرياضية (تحقيق الفوز في المنافسات والبطولات) يعود لارتفاع صفة الرشاقة أكثر من أنه يعود لارتفاع تفكيره الإبداعي.

## 2-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

توجد علاقة بين المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

جدول رقم: (06) يوضح قيمة Rho de Spearman لدلالة الارتباط بين المتغيرين.

			Pensée_créative	Flexibilité
Rho de Spearman	Pensée_créative	Coefficient de corrélation	1,000	-,325
		Sig. (bilatéral)	.	,220
		N	16	16
	Flexibilité	Coefficient de corrélation	-,325	1,000
		Sig. (bilatéral)	,220	.
		N	16	16

### التحليل الكمي:

يوضح الجدول رقم (06) حجم العينة المطبق عليها هذا الاختبار والذي قدر بـ 16 رياضي، وقدرت

درجة الارتباط بين المرونة والتفكير الإبداعي باستخدام معامل الارتباط **Rho de sperman**

بـ  $-0,325$ ، وهذه القيمة أقل من المتوسط وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة: **0,05**، فإن الارتباط

عكسي بين المتغيرين ودال إحصائياً.

وهو ما يعني وجود علاقة عكسية بين صفة المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة المرونة والتي تظهر من خلال استطاعة اللاعب المحترف أداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من مرونة الجسم، وأن جسمه يتميز بالمرونة الجيدة، انخفض التفكير الإبداعي لديه، وتفسر هذه النتيجة على أن اللاعب المحترف في كرة القدم يعتقد أن تقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات وتحقيق الانجازات الرياضية (تحقيق الفوز في المنافسات والبطولات) يعود لارتفاع صفة المرونة أكثر من أنه يعود لارتفاع تفكيره الإبداعي.

### 3- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات:

#### 3-1- مناقشة الفرضية العامة:

توجد علاقة بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

تبين من خلال الجدول رقم (1) الخاص بالفرضية العامة، أنه توجد علاقة عكسية بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، أي كلما ارتفعت اللياقة البدنية انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

#### التفسير:

إن التواجد الدائم للمحضر البدني مع اللاعبين المحترفين، وهذا من خلال البرامج التدريبية والتحضيرية المسطرة، التي تركز على تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية للاعب المحترف في كرة القدم، والتي تظهر من خلال كفاءة حالته الجسمانية والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الأداء البدني والحركي بأفضل درجة وأقل جهد ممكن، وفي المقابل عدم تواجد المحضر النفسي (الذهني) مع اللاعبين المحترفين في النوادي المحترفة لكرة القدم الجزائرية، وبالتالي عدم وجود برامج تدريبية وتحضيرية علمية ومنظمة ومستمرة تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني (التفكير الإبداعي) للاعب المحترف في كرة القدم، جعل اللاعب المحترف يعتقد أن تحقيق النتائج الرياضية الإيجابية، وتقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات كان كنتيجة لارتفاع لياقته البدنية أكثر من أنه كان كنتيجة لارتفاع تفكيره الإبداعي.

كما أن ضعف النتائج الرياضية وعدم تقديم الأداء المثالي وعدم الثبات عليهما يعود إلى عدم خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتدريب المتكامل والشامل، وخاصة عدم خضوعه للتدريب والتحضير النفسي (الذهني) الذي لا يحضاه باهتمام النوادي المحترفة في كرة القدم الجزائرية، بالرغم من أهميته ودوره البارز في تحقيق التفوق والنجاح والثبات عليه.

وهذا ما أكده خلوف محمد في دراسته إذ قال أن المدربين يركزون على الجانب البدني والتكتيكي والتقني من أجل تعديل وتطوير الأداء الرياضي، ولا يهتمون بالجانب النفسي من خلال تطبيقه في

البرنامج السنوي، (خلوف، 2016، ص47)

كما أشار ألماني أحمد الزهير (2012-2013) في دراسته إلى أن الطواقم الفنية لا تتوفر على أخصائي في علم النفس الرياضي (مرشد نفسي رياضي) وكذا اللاعب الجزائري لم يخضع للمتابعة النفسية أثناء مراحل التكوين في الفئات الشبانية. (الزهير، 2012-2013)

وهذا ما أشار إليه عكلة سليمان الحوري (2019)، أنه يتوقع من الناحية المثالية أن يتولى الأخصائي النفسي الرياضي تطبيق برنامج تدريب المهارات النفسية، باعتباره مؤهل لهذا العمل. (الحوري،

2019، ص208)

### 3-2- مناقشة نتائج الفرضيات الجزئية:

#### 3-2-1- تحليل ومناقشة الفرضية الأولى:

توجد علاقة بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. حيث يتبين من خلال الجدول رقم (2) الخاص بالفرضية الأولى، أنه توجد علاقة لكن عكسية بين صفة القوة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، أي كلما ارتفعت صفة القوة انخفضت صفة التفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

#### التفسير:

إن التواجد الدائم للمحضر البدني مع اللاعبين المحترفين، وهذا من خلال البرامج التدريبية والتحضيرية، التي تركز على تنمية وتطوير صفة القوة العضلية للاعب المحترف في كرة القدم، والتي تظهر من خلال استطاعته حمل الأشياء الثقيلة بكل سهولة، وشعوره بالقوة في معظم عضلاته، وأن جسمه قوي بدرجة كافية، وفي المقابل عدم تواجد المحضر النفسي (الذهني) مع اللاعبين المحترفين في النوادي المحترفة لكرة القدم الجزائرية، وبالتالي عدم وجود برامج تدريبية وتحضيرية علمية ومنظمة ومستمرة تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني (التفكير الإبداعي) للاعب المحترف في كرة القدم، جعل اللاعب المحترف يعتقد أن تحقيق النتائج الرياضية الإيجابية، وتقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات كان كنتيجة لارتفاع صفة القوة العضلية لديه أكثر من أنه كان كنتيجة لارتفاع تفكيره الإبداعي.

كما أن ضعف النتائج الرياضية وعدم تقديم الأداء المثالي وعدم الثبات عليهما يعود إلى عدم خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتدريب المتكامل والشامل، وخاصة عدم خضوعه للتدريب والتحضير النفسي (الذهني) الذي لا يحضاه باهتمام النوادي المحترفة في كرة القدم الجزائرية، بالرغم من أهميته ودوره البارز في تحقيق التفوق والنجاح والثبات عليه.

وهذا ما أكده خلوف محمد في دراسته (2016)، بقوله: عدم استعمال المدربين للتقنيات الحديثة للتحضير النفسي الرياضي، حيث يفضل الكثير من المدربين عدم اللجوء إلى التقنيات الحديثة للتحضير النفسي واكتفائهم بخبراتهم الميدانية لتشخيص حالة اللاعبين، وهذا ما يؤثر سلبا على مستوى أداء اللاعبين. (خلوف، 2016، ص 48)

كما أشار عبد الودود أحمد الزبيدي وآخرون (2019) إلى أن العديد من الباحثين يروا أن الأخصائي النفسي الرياضي التربوي ينظر إليه على أنه المدرب العقلي للاعبين الرياضيين. (الزبيدي، وآخرون، 2019، ص 212)

### 3-2-2- مناقشة الفرضية الثانية:

توجد علاقة بين التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. حيث يتبين من خلال الجدول رقم (3) الخاص بالفرضية الثانية، أنه توجد علاقة لكن عكسية بين صفة التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، أي كلما كانت صفة التحمل مرتفعة كانت صفة التفكير الإبداعي منخفضة لدى عينة الدراسة.

#### التفسير:

إن التواجد الدائم للمحضر البدني مع اللاعبين المحترفين، وهذا من خلال البرامج التدريبية والتحضيرية، التي تركز على تنمية وتطوير صفة التحمل للاعب المحترف في كرة القدم، والتي تظهر من خلال استطاعته العودة لحالته الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود بدني عنيف، وأنه لا يتعب بسرعة عند بذل جهد بدني لفترة طويلة، كما أنه يتحمل الأداء البدني المتواصل بدون فترة راحة طويلة، وفي المقابل عدم تواجد المحضر النفسي (الذهني) مع اللاعبين المحترفين في النوادي المحترفة لكرة القدم الجزائرية، وبالتالي عدم وجود برامج تدريبية وتحضيرية علمية ومنظمة ومستمرة تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني (التفكير الإبداعي للاعب المحترف في كرة القدم)، جعل اللاعب المحترف يعتقد أن تحقيق النتائج الرياضية الإيجابية، وتقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات كان كنتيجة لارتفاع صفة التحمل لديه أكثر من أنه كان كنتيجة لارتفاع تفكيره الإبداعي.

كما أن ضعف النتائج الرياضية وعدم تقديم الأداء المثالي وعدم الثبات عليهما يعود إلى عدم خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتدريب المتكامل والشامل، وخاصة عدم خضوعه للتدريب والتحضير النفسي (الذهني) الذي لا يحضاه باهتمام النوادي المحترفة في كرة القدم الجزائرية، بالرغم من أهميته ودوره البارز في تحقيق التفوق والنجاح والثبات عليه.

وهذا ما أكدته منيرة كواش في دراستها (2015)، حيث توصلت إلى أن العمل النفسي الذي يقوم به المدربون مع الرياضيين مرتبط فقط بالمنافسات، وعلى الرغم من كون الجانب النفسي يلعب دور مهم جدا في تحقيق التفوق بنتائج إيجابية. (كواش، 2015)

وهو ما أشار إليه الباحثان الزبيدي والهوتي (2017)، حين أكدوا على أن للإعداد النفسي والتهيئة النفسية للرياضي الدور الفعال والمؤثر في حسم النتيجة المنافسة الودية والرسمية. (الزبيدي، والهوتي، 2017، ص260)

### 3-2-3- مناقشة الفرضية الثالثة:

توجد علاقة بين صفة السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. حيث يتبين من خلال الجدول رقم (4) الخاص بالفرضية الثالثة، أنه توجد علاقة لكن عكسية بين صفة السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعب الرابطة المحترفة لكرة القدم، أي كلما ارتفعت صفة السرعة انخفضت صفة التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

#### التفسير:

إن التواجد الدائم للمحضر البدني مع اللاعبين المحترفين، وهذا من خلال البرامج التدريبية والتحضيرية، التي تركز على تنمية وتطوير صفة السرعة للاعب المحترف في كرة القدم، والتي تظهر من خلال استطاعته أداء الحركات التي تتطلب السرعة، وفي المقابل عدم تواجد المحضر النفسي (الذهني) مع اللاعبين المحترفين في النوادي المحترفة لكرة القدم الجزائرية، وبالتالي عدم وجود برامج تدريبية وتحضيرية علمية ومنظمة ومستمرة تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني ( التفكير الإبداعي للاعب المحترف في كرة القدم)، جعل اللاعب المحترف يعتقد أن تحقيق النتائج الرياضية الإيجابية، وتقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات كان كنتيجة لارتفاع صفة السرعة لديه أكثر من أنه كان كنتيجة لارتفاع تفكيره الإبداعي.

كما أن ضعف النتائج الرياضية وعدم تقديم الأداء المثالي وعدم الثبات عليهما يعود إلى عدم خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتدريب المتكامل والشامل، وخاصة عدم خضوعه للتدريب والتحضير النفسي (الذهني) الذي لا يحضاه باهتمام النوادي المحترفة في كرة القدم الجزائرية، بالرغم من أهميته ودوره البارز في تحقيق التفوق والنجاح والثبات عليه.

وهذا يؤكد راتب (2004)، أن الاهتمام بالإعداد البدني والفني مقابل عدم الاهتمام بالإعداد النفسي يؤدي إلى عدم استقرار أداء اللاعب، فضلا عن فشل اللاعب في إخراج أحسن وأفضل ما لديه. (راتب، 2004)

كما أشارا الباحثان حازم علوان منصور و وعادل عبد الرحمان الصالحي (2020)، إلى أن من مهام الاختصاصي النفسي الرياضي تقديم خدمات التدخل والحل للمشكلات والأزمات التي تحدث للمتعلمين أو المتدربين أثناء الوحدات التعليمية أو التدريبية أو المنافسات. (منصور، والصالحي، 2020، ص 421).

### 3-2-4- مناقشة الفرضية الرابعة:

توجد علاقة بين صفة الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. حيث يتبين من خلال الجدول رقم (5) الخاص بالفرضية الرابعة، أنه توجد علاقة عكسية بين صفة الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، أي كلما ارتفعت صفة الرشاقة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

#### التفسير:

إن التواجد الدائم للمحضر البدني مع اللاعبين المحترفين، وهذا من خلال البرامج التدريبية والتحضيرية، التي تركز على تنمية وتطوير صفة الرشاقة للاعب المحترف في كرة القدم، والتي تظهر من خلال استطاعته وبسهولة تغيير أوضاع جسمه عند أداء بعض المهارات الحركية، وإجادته للحركات التي تتطلب درجة كبيرة من الرشاقة، وفي المقابل عدم تواجد المحضر النفسي (الذهني) مع اللاعبين المحترفين في النوادي المحترفة لكرة القدم الجزائرية، وبالتالي عدم وجود برامج تدريبية وتحضيرية علمية ومنظمة ومستمرة تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني ( التفكير الإبداعي للاعب المحترف في كرة القدم)، جعل اللاعب المحترف يعتقد أن تحقيق النتائج الرياضية الإيجابية، وتقديم الأداء المثالي (الجيد) سواء في التدريبات أو في المباريات كان كنتيجة لارتفاع صفة الرشاقة لديه أكثر من أنه كان كنتيجة لارتفاع تفكيره الإبداعي.

كما أن ضعف النتائج الرياضية وعدم تقديم الأداء المثالي وعدم الثبات عليهما يعود إلى عدم خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتدريب المتكامل والشامل، وخاصة عدم خضوعه للتدريب والتحضير النفسي (الذهني) الذي لا يحضاه باهتمام النوادي المحترفة في كرة القدم الجزائرية، بالرغم من أهميته ودوره البارز في تحقيق التفوق والنجاح والثبات عليه.

وهو ما جاء في دراسة بوصول النذير وآخرون حين أكدوا أن ضرورة إعداد اللاعبين بدنيا ونفسيا ومهاريا وخطبيا، وفق الأسس العلمية الحديثة في التدريب.(النذير، وآخرون، 2014، ص512) وهذا ما أكده الباحث رمضان ياسين (2008)، حيث أكد أن ممارسة الأنشطة الرياضية تحتاج إلى جانب المتطلبات البدنية الكثير من المتطلبات النفسية.(ياسين، 2008، ص252)

### 3-2-5- مناقشة الفرضية الخامسة:

توجد علاقة بين صفة المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. حيث يتبين من خلال الجدول رقم (6) الخاص بالفرضية الخامسة، أنه توجد علاقة لكن عكسية بين صفة المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم، أي كلما ارتفعت صفة المرونة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

#### التفسير:

إن التواجد الدائم للمحضر البدني مع اللاعبين المحترفين، وهذا من خلال البرامج التدريبية والتحضيرية، التي تركز على تنمية وتطوير صفة المرونة للاعب المحترف في كرة القدم، والتي تظهر من خلال استطاعته أداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من مرونة الجسم، وأن جسمه يتميز بالمرونة الجيدة، وفي المقابل عدم تواجد المحضر النفسي (الذهني) مع اللاعبين المحترفين في النوادي المحترفة لكرة القدم الجزائرية، وبالتالي عدم وجود برامج تدريبية وتحضيرية علمية ومنظمة ومستمرة تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني (التفكير الإبداعي للاعب المحترف في كرة القدم)، جعل اللاعب المحترف يعتقد أن تحقيق النتائج الرياضية الإيجابية، وتقديم الأداء المثالي (الجيد) كان كنتيجة لارتفاع صفة المرونة لديه أكثر من أنه كان كنتيجة لارتفاع تفكيره الإبداعي.

كما أن ضعف النتائج الرياضية وعدم تقديم الأداء المثالي وعدم الثبات عليهما يعود إلى عدم خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتدريب المتكامل والشامل، وخاصة عدم خضوعه للتدريب والتحضير النفسي (الذهني) الذي لا يحضاه باهتمام النوادي المحترفة في كرة القدم الجزائرية، بالرغم من أهميته ودوره البارز في تحقيق التفوق والنجاح والثبات عليه.

حيث أثبت ذلك سفيان زهواني (2018) من خلال دراسته، أن برامج التحضير النفسي لها تأثير كبير على نفسية اللاعب في تنمية كفاءته وتحسين مردوده وهذا من خلال الكشف على العوامل النفسية والشخصية لكل رياضي. (زهواني، 2018، ص218)

# الفصل السادس

استنتاجات واقتراحات

## 1- الاستنتاج العام:

بعد القيام بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- وجود علاقة عكسية بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت اللياقة البدنية انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة القوة العضلية انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة التحمل انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة السرعة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة الرشاقة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة المرونة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

## 2- الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:

### 2-1- الاقتراحات: يقترح الباحثان في حدود نتائج دراستهم ما يلي:

- الحرص على خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتحضير النفسي (الذهني) وأن يكون عبر مختلف المراحل العمرية التي يمر بها وصولاً إلى مرحلة الاحتراف، وذلك من خلال بناء واقتراح برامج تدريبية علمية ومنظمة ومستمرة، تعنى بالجانب الذهني (التفكير الإبداعي)، المهم في حيات اللاعب المحترف في كرة القدم
- ضرورة إنشاء مدارس ومراكز تكوين في كرة القدم تعمل وفق البرامج التدريبية العلمية والحديثة والمنظمة التي تركز على تنمية وتطوير مختلف جوانب شخصية اللاعب المحترف في كرة القدم (البدنية، النفسية، الخططية، المهارية، الصحية، الاجتماعية...)
- ضرورة إطلاع وتكوين المدربين في كرة القدم الجزائرية على مختلف الاستراتيجيات الحديثة للتحضير المتعلقة بالجوانب البدنية والنفسية (الذهنية).
- الاعتماد على استراتيجيات التحضير النفسي (الذهني) الرياضي المبني على أسس علمية ومنظمة ومستمرة.

- استخدام الاستراتيجيات والطرق الحديثة للتحضير الذهني التي تساعد على تطوير وتنمية التفكير الإبداعي لدى اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية.
- استخدام الاستراتيجيات والطرق الحديثة للتحضير البدني التي تساعد على تطوير وتنمية مختلف عناصر اللياقة البدنية (القوة العضلية، التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة) لدى اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية.
- ضرورة تطوير البحوث والبرامج المتعلقة بالإعداد الذهني لجميع الفاعلين في رياضة كرة القدم المحترفة، وبصفة خاصة للاعبين المحترفين.
- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية وعلى مراحل عمرية أخرى ومستويات أخرى، مع التوسعة في العينة التي تطبق عليها الدراسة الميدانية.
- ضرورة توفر الأندية المحترفة في كرة القدم الجزائرية على المحضر النفسي والبدني ذو الكفاءة والقدرة العالية للوصول باللاعب المحترف إلى اللياقة البدنية وال نفسية (الذهنية) المثلى، تمهيدا لتقديمه الأداء الرياضي المثالي (الجيد) وتحقيقه للإنجازات الرياضية والثبات عليها.
- الحرص على التدريب المتكامل والشامل الذي يركز كل جوانب شخصية اللاعب المحترف في كرة القدم.
- توفير بيئة رياضية مشوقة وهادفة تعمل على تشجيع الإبداع الرياضي، وذلك من خلال العمل على تنمية وتطوير التفكير الإبداعي للاعب المحترف في كرة القدم، وهذا لا يكون إلا من خلال تضافر جهود جميع الفاعلين في محيط كرة القدم المحترفة الجزائرية (مدربين، مختصين، لاعبين، إداريين، إعلاميين...).

## 2-2- الفرضيات المستقبلية:

من بين الفرضيات:

- اللياقة البدنية وعلاقتها بالطاقة الايجابية لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- اللياقة البدنية وعلاقتها بالتزام التكتيكي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بالسلوك الجازم لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- اللياقة البدنية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- اللياقة البدنية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

## قائمة المصادر والمراجع:

### المراجع العربية:

1. ابتسام محمد حسن السحماوي، (1998)، أساليب تربية الإبداع لتلاميذ التعليم الابتدائي في مصر، مجلة العلوم التربوية، مصر.
2. إبراهيم الشعلان، (1989)، كرة القدم بين النظرية والتطبيق والإعداد البدني في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
3. أبو العلا عبد الفتاح، وأحمد نصر الدين، (1993)، فيزيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
4. أبو زيد عباس عماد الدين، (2005)، التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفرق للألعاب الجماعية (نظريات، تطبيقات)، ط1، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر.
5. أحمد عبادة، (2001)، التفكير الابتكاري (المعوقات والميسرات)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
6. أحمد عطاء الله، عبد اليمين بوداود، (2009)، المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات، الجزائر.
7. إخلص محمد عبد الحفيظ، ومصطفى حسين باهي، (2000)، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي، مركز دار النشر.
8. أسامة راتب كامل، (2005)، الإعداد النفسي للناشئين في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
9. أسامة كمال راتب، (2004)، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
10. انشراح ابراهيم محمد المشرفي، (1977)، التفوق العقلي والابتكار، مرجع سابق، نقلا عن، عبد السلام عبد الغفار، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر.
11. بسام عبد الله طه إبراهيم، (2009)، التعلم المبنى على المشكلات الحياتية وتنمية التفكير، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
12. بطرس رزق الله، (1994)، متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية، دار المعارف الإسكندرية، مصر.
13. تامر محسن إسماعيل، وموفق مجيد المولى، (1998)، التمارين التطويرية لكرة القدم، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
14. تشارلز أ. بيوكر، (1964)، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن سيد معوض وكمال صالح عبدة، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.

15. ثامر محسن، ووائل ناجي، (1988)، كرة القدم وعناصرها الأساسية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، المطبعة الجامعية، بغداد، العراق.
16. جليل وديع شكور، (1994)، كيف تجعل ابنك مجتهداً أو مبدعاً، سلسلة المعرفة، عالم الكتب، بيروت، لبنان.
17. حازم علوان منصور، وعادل عبد الرحمان الصالحي، (2020)، مقدمة في علم النفس الرياضي التطبيقي المعاصر، مؤسسة عالم الرياضة للنشر ودار الوفاء لندنيا للطباعة، ط1، الإسكندرية، مصر.
18. حسن أحمد عيسى، (1994)، سيكولوجية الإبداع بين النظرية والتطبيق، مكتبة الإسراء، القاهرة، مصر.
19. حلمي المليجي، (1984)، علم النفس المعاصر، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
20. حلمي حسين، (1980)، اللياقة البدنية مكوناتها والعوامل المؤثرة عليها، دار المتنبى، القاهرة، مصر.
21. حنفي محمود مختار، (1985)، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
22. خليل ميخائيل معوض، (1995)، القدرات العقلية، ط2، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية، مصر.
23. رمضان محمد القذافي، (2000)، رعاية الموهوبين و المبدعين، ط2، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.
24. رمضان ياسين، (2008)، علم النفس الرياضي، دار أسامة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.
25. ريسان خريبط مجيد، وعلي تركي صالح، (2002)، نظريات تدريب القوة، بغداد، العراق.
26. زهير قاسم الخشاب، وآخرون، (1999)، كرة القدم، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، العراق.
27. سامي الصفار وآخرون، (1987)، كرة القدم الجزء الأول، ط2، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، بغداد، العراق.
28. سامي الصفار (1984)، الإعداد الفني لكرة القدم، مطبعة جامعة بغداد، العراق.
29. السرور، نادية هائل، (1998)، تربية المتميزين والموهوبين، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
30. سعادة، جودة، (2003)، تدريس مهارات التفكير مع مئات الأمثلة التطبيقية، دار الشروق، الأردن.

31. سيد محمد خير الله، (1978)، سلوك الإنسان أسسه النظرية والتجريبية، ط9، الأنجلو المصرية القاهرة، مصر.
32. سيد محمد خير الله، (1981)، اختبار القدرة على التفكير الإبداعي، عالم الكتاب، القاهرة، مصر.
33. صالح أبو عايش، (2011)، الصحة واللياقة البدنية، مكتبة العبيكان للنشر، المملكة العربية السعودية.
34. صباح رضا جابر، (1990)، تدريب لاعب كرة القدم، مطبعة دار السلام، بغداد، العراق.
35. صلاح الدين حسن، (1994)، الأسس العلمية الحديثة للتقويم في الأداء الحركي، مكتبة النهضة، القاهرة، مصر.
36. طلحة حسام الدين، (1997)، الموسوعة العلمية في التدريب، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
37. طه إسماعيل وآخرون، (1989)، كرة القدم بين النظرية والتطبيق، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
38. عادل عبد البصير علي، (1999)، التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، ط1، مركز الكتاب والنشر، القاهرة، مصر.
39. عبد الباسط محمد حسن، (1982)، أصول البحث الاجتماعي، مكتبة وهبة، القاهرة، مصر.
40. عبد الستار إبراهيم محمد، (1978)، آفاق جديدة في دراسة الإبداع، وكالة المطبوعات، الكويت.
41. عبد المنعم الحفني، (1995)، علم النفس في حياتنا اليومية، الموسوعة النفسية، سيكولوجية الإبداع، مكتبة، مدبولي، مصر.
42. عبد الودود أحمد الزبيدي، وآخرون (2019)، المتغيرات النفسية في المجال الرياضي، شركة دار الأكاديميون للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.
43. عبد الودود أحمد الزبيدي، وحسين عمر سليمان الهروتي، (2017)، علم النفس الرياضي، شركة دار الأكاديميون للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.
44. عصام عبد الخالق، (1991)، التدريب الرياضي (نظريات تطبيقات)، ط4، دار المعارف، الإسكندرية، مصر.
45. عفاف أحمد عويس، (1993)، الطفل المبدع دراسة تجريبية باستخدام الدراما الإبداعية، مكتبة الزهراء، القاهرة، مصر.
46. عكة سليمان الحوري، (2019)، مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي، ط1، دار الأكاديميون للنشر والتوزيع، عمان، الأردن

47. علي أحمد لبن، (1996)، مرشد المعلمة برياض الأطفال، سفير للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
48. علي فهمي البيك، (1992)، أسس إعداد لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية (د.ن).
49. فاخر عاقل، (1975)، الإبداع وتربيته، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان.
50. فتحي عبد الرحمان جروان، (1998)، الموهبة والتفوق والإبداع، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة.
51. فتحي عبد الرحمان جروان، (1999)، تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة.
52. فوزي غرايبية، (2002)، أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية، ط3، دار وائل، الأردن.
53. قاسم حسن حسين، (1985)، تعلم قواعد اللياقة البدنية، دار الفكر العربي للنشر، القاهرة، مصر.
54. قاسم حسن حسين، (1988)، علم التدريب الرياضي، دار الفكر، عمان، الأردن.
55. الكسندر روشكا، (1989)، الإبداع العام والخاص، ترجمة غسان عبد الحي، عالم المعرفة.
56. كمال درويش، السعداني خليل السعداني، (2006)، الاحتراف في كرة القدم، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
57. كمال درويش، محمد صبحي حسنين، (1984)، التدريب الدائري دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
58. كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين (1997)، اللياقة البدنية ومكوناتها، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
59. محمد السيد عبد الرزاق، (1994)، تنمية الإبداع لدى الأبناء، سلسلة سفير التربوية (16)، وحدة ثقافة الطفل بشركة سفير، القاهرة، مصر.
60. محمد حسن علاوي، (1998)، موسوعة الاختبارات النفسية عند الرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
61. محمد زيان عمر، (1996)، البحث العلمي مناهجه وتقنياته، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
62. محمد صبحي حسنين، وأحمد كسرى، (1998)، موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، ط1، مركز الكتاب الناشر، القاهرة، مصر.
63. محمد عبد الرحيم عدس، (1996)، المدرسة وتعليم التفكير، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
64. محمد عثمان، (1994)، التعلم الحركي والتدريب الرياضي، دار القلم، الكويت.

65. محمود عبد الحليم منسي، (1991)، علم النفس التربوي للمعلمين، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
66. محمود عبد الحليم منسي، (1994)، الروضة وإبداع الأطفال، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
67. مفتي إبراهيم حماد، (1997)، الجديد في الإعداد المهاري والخطط يلعب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
68. مفتي إبراهيم حماد، (1998)، طرق تدريس ألعاب الكرات، دار الفكر العربي، ط1، جامعة الحلوان، القاهرة، مصر.
69. موفق أسعد محمود (2009)، اختبارات والتكتيك في كرة القدم، ط2، الأردن.
70. موفق مجيد المولى، (1999)، الإعداد الوظيفي في كرة القدم، دار الفكر العربي، عمان، الأردن.
71. موفق مجيد المولى، (2000)، الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
72. موفق مجيد المولى، (2008)، الفكر التدريبي الألماني بكرة القدم، دار الينابيع، سوريا.
73. نايفة قطامي وآخرون، (2004)، تعليم التفكير للمرحلة الأساسية، ط 2، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
74. وجيه محجوب، (1989)، علم الحركة التعلم الحركي، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر، مصر.

#### المجلات العلمية:

1. احمد عريبي عودة، (2009)، "التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية للاعبين الارتكاز دوري النخبة العراقي لكرة اليد".
2. بوصول النذير، وآخرون، (2014)، "عوامل الارتقاء بمستوى الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم"، مجلة الإبداع الرياضي، العدد 14.
3. الحابك، ص، عموش، أ، (2015)، "الاستراتيجيات التدريسية الأكثر استخداما في مسافات السباحة وعلاقتها بالتفكير الإبداعي في الجامعات الأردنية"، مقبول للشرفي مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية.
4. الحايك، ص، الخصاونة، غ، (2013)، "أثر برنامج تعليمي قائم على الاقتصاد المعرفي باستخدام بعض أساليب التدريس على المستوى المهاري والتفكير الإبداعي في الجمباز"، مجلة أبحاث اليرموك، مجلد، 27 العدد 22.

5. خلوف محمد، (2016)، "مكانة التحضير النفسي الرياضي في أندية كرة القدم الجزائرية"، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والفنية، العدد العاشر.
6. زهرة جميل صالح، (2006)، "التفكير الإبداعي وعلاقته بالتحصيل المعرفي والمهاري في مادة السباحة"، جامعة الموصل.
7. سعيد نولر سعد، و شيركو محمد، (2018)، أثر استخدام برنامج نفسي باستخدام نظرية تريز triz لتطوير التفكير الإبداعي لدى المدارس الكروية في محافظة أربيل، جامعة صلاح الدين، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية، إقليم كردستان، العراق.
8. سفيان زهواني، (2018)، دور استخدام برامج التحضير النفسي للرفع من مستوى الأداء الرياضي عند لاعبي كرة القدم لفئة الأشبال، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، المجلد السادس، العدد السادس عشر.
9. عبد الرحمن محمد العيسوي، (1991)، "علم نفس الشخصية، بسيكولوجية الإبداع، مجلة الثقافة النفسية"، عدد7، مج2، مركز الدراسات النفسية والجسدية، طرابلس، ليبيا.
10. علي حميد علي، (2013)، "التفكير الإبداعي وعلاقته بالأداء المهاري للاعبين الشباب في محافظة ديالى"، مجلة الفتح، العدد الرابع والخمسون، جامعة ديالى، العراق.
11. الفاتح، ز، (2015)، "أثر برنامج تروحي رياضي في تنمية بعض القدرات الإبداعية لدى أطفال الروضة"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد، 16 جامعة المسيلة، الجزائر.
12. كواش منيرة، (2015)، "تمكن مدربي النخبة الوطنية من تقنيات التحضير النفسي للرياضيين"، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد السادس، العدد الثاني.
13. محفوظي وآخرون، (2015)، "إستراتيجية تكوين لاعبي المستوى العالي في المدارس الكروية الجزائرية المحترفة"، المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد الثاني عشر.
14. نعار ربحانة، (2019)، "انعكاس قلق المنافسة الرياضية على نتائج فريق كرة السلة"، المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد السادس عشر، العدد الثالث.

#### رسائل جامعية:

1. أميرة عبد الواحد منير العاني، (1986)، "الجمناستيك الإيقاعي وعلاقته بتنمية القدرة على التفكير الإبداعي لدى طلبة صف الرابع كلية التربية الرياضية"، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، العراق.
2. انشراح إبراهيم محمد المشرفي، (2003)، "فاعلية برنامج مقترح لتنمية كفايات تعليم التفكير الإبداعي لدى الطالبات المعلمات بكلية رياض الأطفال"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الإسكندرية، كلية التربية، قسم المناهج وطرق التدريس، مصر.

3. حردان عزيز سلمان،(2008)، "التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض مهارات الأساسية لدى حراس المرمى، بالدوري العراقي لكرة اليد"، رسالة ماجستير غير منشورة، العراق.
4. سميرة عطية عريان، (1995)، "برنامج مقترح لتنمية التفكير الإبداعي في تدريس الفلسفة لدى الطلاب المعلمين"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.
5. عزيزة المانع، (1996)، "تنمية قدرات التفكير عند التلاميذ اقتراح تطبيق برنامج كورت للتفكير"، رسالة الخليج العربي، عدد59، السنة السابعة عشر، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.
6. لمياء حسن الديوان، (1999)، "أثر استخدام أسلوبين تدريسيين لتنمية القدرات الإبداعية العامة والحركية في درس التربية الرياضية لدى تلميذات الصف الخامس ابتدائي"، رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة البصرة، العراق.

#### مذكرات:

1. ألماني أحمد الزهير، (2012-2013)، محددات عملية الإرشاد النفسي على ضوء المقومات الجوهرية للرياضي الجزائري بين النظري والتطبيقي، مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة حسبية بن بو علي، الشلف.

#### المراجع الأجنبية:

2. Alhayk,S et shoka,N.(2010),"The effets of using reciprocal basketball teaching style on physique education, students thinking abilities at the University of Jordan".
3. Gardner, H. (1993),"**Creasting minds**", Basic books, New York, usa.
4. Guildford j,p.(1986),"**Créative talents their uses and développement**", bearly new York usa.
5. Taupin Bernard. (1990),"**Préparation entrainement du footballeur**" edition amphore, paris, France.
6. Telmane Rene.(1991),"**Football performance**", Edition amphore, Paris, France.
7. Torrance. (2001)."**Making the créative leap beyond créativeéducation** press Buffalo". N Y U S A.
8. Waeineck jurgan, (1986),"**Manuel Entrainement**", Edition vignot, Paris, France.

الملاحق

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي



## استمارة استبيان

عزيزي اللاعب المحترف:

في إطار إنجاز دراسة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تخصص التحضير البدني الرياضي، تحت عنوان: "اللياقة البدنية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة لكرة القدم" دراسة ميدانية ببعض النوادي الرياضية المحترفة- صنف الأكاير.

نرجو من سيادتكم المحترمة المساهمة في إنجاز هذه الدراسة العلمية، وذلك بالإجابة على العبارات المرفقة، بوضع علامة (X) أمام العبارة التي تراها مناسبة وتتنطبق مع رأيك، وهذا بعد القراءة الجيدة لها.

علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما يستفاد من إجابتك في دراسة وتحليل أهم متغيرات هذه الدراسة العلمية.

ملاحظة: لا تترك العبارة دون إجابة.

وفي الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات الشكر والتقدير.

إشراف الدكتور: شرطي رشيد

إعداد الطالبان:

طواهرية عبد القادر

قطاري يوسف

إمضاء و ختم رئيس النادي



السنة الجامعية: 2021/2020

## مقياس التفكير الإبداعي.

ت	الفقرات	أتفق تماما	أتفق	أتفق إلى حد ما	لا أتفق إطلاقا
1	إعطاء اللاعبين بعض الألعاب الترفيهية التي تنمي روح الدعاية والسرور والحب والانسجام بين أفراد الفريق				
2	أرغب وأفضل أن أسمع، عند اتقاني لأداء مهارات كرة القدم، كلمات مرادفة مثل، شجاع، جريء، مميز، مبدع.				
3	أناقش الموضوعات الخاصة بكرة القدم بأفكار واضحة ومتعددة وطبيعية لحل مشاكل الفريق				
4	أبتكر تمارين تساعدني على تسريع تعلمي لمهارات كرة القدم				
5	أستطيع تجاوز كل خلافاتي مع مدرب الفريق بمجرد بدء اللعب لغرض الوصول إلى الهدف				
6	أحيانا تراودني الأفكار المختلفة خارج إرادتي				
7	يهمني كثيرا أن يتم اعتباري عضوا مهما لتكملة المباراة				
8	أستمتع كثيرا عندما أأخذ المنافس أثناء اللعب				
9	أنظم المعلومات التي أجمعها عن كل ما يتعلق بكرة القدم				
10	عندما تقوم مجموعة بطرح أفكار كثيرة في موضوع ما أكون أكثرهم مقدرة على تقديم أفكار أكثر وبسرعة				
11	أشعر بالثقة بالنفس أثناء أداء المهارات مهما كانت نتيجة المباريات				
12	لا أفضل مدرب كرة القدم الذي يقمع لاعبيه لأنه يقتل فيهم روح الإبداع والتخيل				
13	أطبق خطوات الأداء المهاري التي تستند إلى مرجع علمي				
14	أحاول تقديم الأفكار الجديدة والغير مألوفة أثناء التدريب				
15	أعتقد أن برنامج إعدادي كلاعب ينمي الإبداع لدي				
16	أطلع على جميع المواضيع القانونية والفنية والمهارية التي تتعلق بكرة القدم				
17	أحاول باستمرار على تغيير أسلوب التدريب في تعلم المهارة				
18	أستطيع التكيف بسهولة مع المدربين واللاعبين ذوي أنماط وسمات مختلفة في مجال كرة القدم				
19	أفضل العمل الجماعي على العمل الفردي بالتعامل مع الآخرين				

					20	لدي استجابات مختلفة ومتنوعة لزملائي اللاعبين أثناء التدريب
					21	أراجع نفسي غالباً عندما أخرج مشاعر زملائي
					22	أعمل ما هو صحيح ولا يهمني النقد من الآخرين
					23	غالباً ما تتنابني أفضل الأفكار وأنا على مقاعد البدلاء
					24	أحافظ على دافعي وحماسي في التدريب والمنافسة حتى في وجود المشاكل والعقبات
					25	أتبع الحركات الصعبة والغير مألوفة لتحسين المهارات لدي
					26	أنتقد الأفكار الغير صحيحة لدى اللاعبين في سبيل الوصول إلى الحل في جميع المواقف التدريبية عن طريق المناقشة
					27	أمتلك القدرة على التكيف والتهيئة مع كافة الظروف ومواقف اللعب المختلفة أثناء التدريب واستيعابها
					28	أعيش بسهولة مع زملائي الذين هم في مستويات اجتماعية وثقافية مختلفة
					29	أقبل توجيهات مدربي كرة القدم وأبقى دائم على اتصال معهم
					30	أدخل في نقاش مع من لديهم الخبرة في كرة القدم أكثر مني
					31	لدي القدرة على الاندماج وإكمال المباراة في أي مركز لو تطلب الأمر ذلك
					32	من المستحسن أن يجاري اللاعب زملائه اللاعبين في الفريق عاداتهم وتقاليدهم بغض النظر عن هذه العادات
					33	حياة لاعبي كرة القدم ومستوى إنجازاتهم تجذبني وتثير دافعي لتحسين أدائي
					34	أميل إلى رأي الأغلبية في معظم الموضوعات التي يناقشها أفراد الفريق
					35	أستطيع ابتكار تمارين جديدة تساعدني في تعلم المهارات وخاصة الصعبة والمركبة
					36	أقضي وقتاً طويلاً في التفكير بخطط اللعب وأقارنها بالخطط السابقة
					37	أنا بحاجة إلى التدريب على الإسترخاء لأنمي قابليتي الخطئية
					38	أشعر أن ممارسة التدريب الشاق هو الأساس للفوز بالمباريات
					39	أقضي وقتاً طويلاً لتحليل مباراة الفريق المنافس قبل اللعب معهم للوصول إلى أفضلها

					أ طرح الكثير من الأسئلة التي تحقق الوصول إلى خطط لعب جديدة	40
					أحيانا أتحمس للعب الفردي بشكل كبير	41
					إذا كنت رأي أو أسلوبا أو طريقة حول تعلم مهارة من مهارات كرة القدم لا يهمني لو خالفني اللاعبون الآخرون	42
					أرغب في ممارسة كرة القدم والمتابعة بشكل دوري ومستمر	43
					أحب البرامج التعليمية والتدريبية المميزة في لعبة كرة القدم	44
					أمتلك قدرة عالية في التعرف على اللاعبين المبدعين في الفريق	45
					أستطيع أن أحل مشاكلي إذا ما اتبعت طريقة منطقية متدرجة	46
					أقضي وقتا طويلا في التفكير العميق لأنه يساعدني في حل الكثير من مشكلاتي	47
					عند حدوث مشكلة مع المدرب أحاول تجاوز كل الخلافات بمجرد بدء اللعب	48
					أستطيع أن أتحمل المشكلات لفترات زمنية طويلة	49
					أتأني في تنظيم المعلومات التي أجمعها لإخراجها بأحسن صورة ممكنة	50
					أحيانا أقع في المشكلات بسبب حب الاستطلاع للمواضيع	50
					أعتمد على أحاسيسي الداخلية وتخميناتي في الصح والخطأ عندما اكون في طور الوصول لحل المشكلة	52
					عندما أحس بوجود مشكلة فإنني أبدأ العمل بحل المشكلة	53
					يمتلك اللاعبون إمكانية الإحساس بالمشكلات التي تواجههم والخاصة بعملهم في داخل الفريق	54
					متى توليت العمل في مشروع ما، فإنني أسعى بجد للنجاح فيه والتخلص من العقبات	55
					أستطيع أن أحل الكثير من المشاكل التي تواجهني في الحياة	56
					أمل في الحصول على جميع التساؤلات التي تدور في ذهني	57
					لا أتخلى عن أهدافي في الحياة بالرغم من المشاكل الاقتصادية والسياسية والاجتماعية التي تواجهني	58
					أحاول أن أسيطر على ضبط انفعالي أثناء التفوق على الفريق المنافس	59

## مقياس وصف الحالة البدنية

ت	الفقرات	درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا
1	أشعر بالضعف في بعض عضلات جسمي					
2	أستطيع أن أعود لحالتي الطبيعية بسرعة بعد أداء مجهود عنيف					
3	معظم زملائي أسرع مني في الجري					
4	أستطيع جيدا أداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من المرونة					
5	لا أستطيع بسهولة أداء الحركات التي تتطلب الرشاقة					
6	أستطيع حمل الأشياء الثقيلة بسهولة					
7	أتعب بسرعة عند بذل جهد بدني لفترة طويلة					
8	أجيد أداء الحركات التي تتطلب السرعة					
9	مرونة جسمي لا تساعدني على أداء معظم الحركات بصورة جيدة					
10	أستطيع بسهولة تغيير أوضاع جسمي عندلا أداء بعض المهارات الحركية					
11	جسمي ليس قويا بدرجة كافية					
12	أستطيع أداء مجهود بدني عنيف دون أن أتوقف لألتفظ أنفاسي					
13	أحتاج إلى تنمية قدراتي في الجري السريع (العدو)					
14	بعض زملائي يصفونني بأن جسمي يتميز بالمرونة الجيدة					
15	أنا ضعيف في أداء الحركات التي تتطلب الرشاقة					
16	معظم زملائي يصفونني بأنني قوي بدنيا					
17	لا أستطيع تحمل الاداء البدني المتواصل بدون فترة راحة طويلة					
18	قدراتي جيدة في الأنشطة التي تتطلب سرعة الحركة					
19	أشعر بأن جسمي ليس مرنا بدرجة كافية					

					معظم زملائي يصفونني بأنني أجيد الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من الرشاقة	20
					عضلات جسمي لا تتطور بصورة واضحة	21
					بعض زملائي يصفونني بأنني لا أتعب بسرعة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية	22
					لا أستطيع أداء بعض الحركات التي تتطلب السرعة في الاداء	23
					أشعر بالرضا من ناحية مرونة جسمي	24
					لا أستطيع بسهولة تغيير اتجاهات جسمي عند أداء بعض المهارات الحركية	25
					أشعر بالقوة في معظم عضلات جسمي	26
					أحتاج لوقت طويل حتى أسترد أنفاسي عقب بذلي لمجهود بدني عنيف	27
					أنا أسرع من معظم زملائي في الجري	28
					لا أستطيع بسهولة أداء الحركات التي تتطلب درجة كبيرة من مرونة الجسم	29
					أستطيع بسهولة أداء الحركات التي تتطلب الرشاقة	30

## ملخص الدراسة باللغة العربية:

العنوان: اللياقة البدنية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

### أهداف الدراسة:

- معرفة العلاقة بين القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- معرفة العلاقة بين المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.

منهج الدراسة: استخدمنا المنهج الوصفي.

### مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة: كل لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم صنف أكابر، الذي يبلغ عددهم 500 لاعب.

عينة الدراسة: أكابر نادي وفاق سطيف لكرة القدم إذ بلغ عدد العينة 16 لاعبا.

أساليب جمع البيانات: مقياس الحالة البدنية، مقياس التفكير الإبداعي لكرة القدم.

### نتائج الدراسة:

بعد القيام بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- وجود علاقة عكسية بين اللياقة البدنية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت اللياقة البدنية انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة القوة العضلية والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة القوة العضلية انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة التحمل والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة التحمل انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة السرعة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة السرعة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

- وجود علاقة عكسية بين صفة الرشاقة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة الرشاقة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.
- وجود علاقة عكسية بين صفة المرونة والتفكير الإبداعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم. أي كلما ارتفعت صفة المرونة انخفض التفكير الإبداعي لدى عينة الدراسة.

## 2-الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:

### 2-1- الاقتراحات: يقترح الباحثان في حدود نتائج دراستهم ما يلي:

- الحرص على خضوع اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية للتحضير النفسي (الذهني) وأن يكون عبر مختلف المراحل العمرية التي يمر بها وصولاً إلى مرحلة الاحتراف، وذلك من خلال بناء واقتراح برامج تدريبية علمية ومنظمة ومستمرة، تعنى بتنمية وتطوير الجانب الذهني للاعب المحترف (تنمية وتطوير التفكير الإبداعي لديه).
- ضرورة إنشاء مدارس ومراكز تكوين في كرة القدم تعمل وفق البرامج التدريبية العلمية والحديثة والمنظمة التي تركز على تنمية وتطوير مختلف جوانب شخصية اللاعب المحترف في كرة القدم (البدنية، النفسية، الخطئية، المهارية، الصحية، الاجتماعية...).
- ضرورة إطلاع وتكوين المدربين في كرة القدم الجزائرية على مختلف الاستراتيجيات الحديثة للتحضير المتعلقة بالجوانب البدنية والنفسية (الذهنية).
- الاعتماد على استراتيجيات التحضير النفسي (الذهني) الرياضي المبني على أسس علمية ومنظمة ومستمرة.
- استخدام الاستراتيجيات والطرق الحديثة للتحضير الذهني التي تساعد على تطوير وتنمية التفكير الإبداعي لدى اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية.
- استخدام الاستراتيجيات والطرق الحديثة للتحضير البدني التي تساعد على تطوير وتنمية مختلف عناصر اللياقة البدنية (القوة العضلية، التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة) لدى اللاعب المحترف في كرة القدم الجزائرية.
- ضرورة تطوير البحوث والبرامج المتعلقة بالإعداد الذهني لجميع الفاعلين في رياضة كرة القدم المحترفة، وبصفة خاصة للاعبين المحترفين.
- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية وعلى مراحل عمرية أخرى ومستويات أخرى، مع التوسعة في العينة التي تطبق عليها الدراسة الميدانية.
- ضرورة توفر الأندية المحترفة في كرة القدم الجزائرية على المحضر النفسي والبدني ذو الكفاءة والقدرة العالية للوصول باللاعب المحترف إلى اللياقة البدنية والنفسية (الذهنية) المثلى، تمهيداً لتقديمه الأداء الرياضي المثالي (الجيد) وتحقيقه للإنجازات الرياضية والثبات عليها.

- الحرص على التدريب المتكامل والشامل الذي يركز كل جوانب شخصية اللاعب المحترف في كرة القدم.
- توفير بيئة رياضية مشوقة وهادفة تعمل على تشجيع الإبداع الرياضي، وذلك من خلال العمل على تنمية وتطوير التفكير الإبداعي للاعب المحترف في كرة القدم، وهذا لا يكون إلا من خلال تضافر جهود جميع الفاعلين في محيط كرة القدم المحترفة الجزائرية (مدربين، مختصين، لاعبين، إداريين، إعلاميين...).

## 2-2- الفرضيات المستقبلية:

- اللياقة البدنية وعلاقتها بالطاقة الايجابية لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- اللياقة البدنية وعلاقتها بالتزام التكتيكي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بالسلوك الجازم لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- اللياقة البدنية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.
- اللياقة البدنية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى لاعبي الرابطة المحترفة الأولى لكرة القدم.