

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف
معهد علوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية والرياضية

نموذج مذكرة تحت عنوان

الاستشارة الانفعالية و علاقتها بدافعية الانجاز للاعبين كرة القدم

- دراسة ميدانية لفريق مولودية العلمة أقل من 18 سنة -

تحت إشراف الأستاذ:

أ. سالم العياشي

من إعداد الطالب

روينة عبد الجليل

السنة الدراسية: 2015/2014

محتوى الدراسة

الصفحة	- محتوى الدراسة
	- شكر وعرهان
	- إهداء
أ	- مقدمة
	الجانب النظري
	الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة والمشابهة
03	1- الاستشارة الانفعالية
03	1- مفهوم الاستشارة الانفعالية
04	1-2 نظريات الاستشارة
05	1-3 حالة الاستشارة الانفعالية
06	1-4 العوامل المؤثرة في الاستشارة الانفعالية
08	1-5 التكامل بين معرفة الاستشارة الضغوط و القلق
10	1-6 طرق قياس الاستشارة
11	2- دافعية الانجاز الرياضي
12	2-1 نظريات الدافعية
	2-2 وظائف الدوافع
	2-3 خصائص دافعية الإنجاز
27	2-4 التدريب على دافعية الانجاز
	2-5 أهم العناصر التي يجب أن يتضمنها برنامج دافعية الانجاز
31	2-6 تقسيم الدوافع
31	2-7 وظيفة الدافعية في المجال الرياضي
31	2-8 أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
31	2-9 نموذج الدافعية لتفسير ممارسة الناشئ للرياضة (الرغبة أو الميل)
19	2-10 أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق)
20	3- كرة القدم
20	3-1 نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم
20	3-2 كرة القدم في الجزائر
21	3-3 النادي الجزائري لكرة القدم

22	3-4 مدارس كرة القدم
23	3-5 المبادئ الأساسية لكرة القدم
23	3-6 قوانين كرة القدم
27	3-7 متطلبات كرة القدم
28	4 الدراسات السابقة
	الفصل الثاني الإطار العام للدراسة
33	1 الكلمات الدالة في الدراسة
33	1-1 الاستشارة الانفعالية
34	1-2 دافعية الانجاز
34	1-2-1 الدافعية نحو انجاز النجاح
34	1-2-2 الدافعية نحو تجنب الفشل
35	1-3 كرة القدم
36	1-4 الفئة العمرية من 16 إلى 18 سنة "سن المراهقة"
37	2- إشكالية الدراسة
37	3- أهداف الدراسة
38	4- أهمية الدراسة
38	5- فرضيات الدراسة
	الفصل الثالث الإجراءات الميدانية للدراسة
40	1- الدراسة الاستطلاعية
40	2- منهج الدراسة
40	3- مجتمع و عينة الدراسة
41	4- أدوات جمع البيانات و المعلومات
44	5- إجراء التطبيق الميداني للأداة
45	6- الأساليب الإحصائية
	الفصل الرابع عرض النتائج و مناقشتها
49-47	1- مناقشة النتائج
50-49	2- تفسير و تحليل النتائج
	الفصل الخامس استنتاجات و اقتراحات

52	1- استنتاجات عامة
52	2- اقتراحات عامة
52	3- الآفاق المستقبلية
53	4- قائمة المصادر والمراجع
	5- الملاحق

قائمة الجداول

41	يمثل مقياس الاستشارة الانفعالية المقنن للدراسة	جدول (أ)
43	يمثل مقياس دافعية الانجاز المقنن للدراسة	جدول (ب)
44	يمثل معامل الثبات لمقياس الاستشارة والدافعية	جدول 1
47	معامل الارتباط بين الاستشارة الانفعالية و الدافعية نحو انجاز النجاح	جدول 2
48	معامل الارتباط بين الاستشارة الانفعالية و الدافعية نحو تجنب الفشل	جدول 3

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين فقل ما نجد بلدا في العالم لا يعرف أبناؤه كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا بها فهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة .

وقد ذكر أن السيد " جول ريمي " الرئيس السابق للاتحاد الدولي لكرة القدم ، (FIFA) ، قال مازحا " إن الشمس لا تغرب مطلقا عن إمبراطوريتي " دلالة على أن رياضة كرة القدم بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب ، أو الرياضات الأخرى ، كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على المشاركة في منافساتها بالرغم من أنه في السنوات الأخيرة ، ظهرت عدة ألعاب ، نالت الكثير من الإعجاب والتشجيع فقد بقيت ، لعبت كرة القدم أكثر الألعاب شعبية وانتشارا ولم يتأثر مركزها ، بل بالعكس فإننا نجد أنها تزداد شعبية وانتشارا (د.رمضان ياسين 2008 ص 259)

قبل أن نتحدث عن الجوانب النفسية المرتبطة بكرة القدم يجب أن نعلم أن هذه اللعبة الشعبية الأولى في الكرة الأرضية التي تحظى باهتمام واسع ، كانت و لا تزال محل بحث من جانب علماء النفس و الاجتماع لمعرفة أسرار تأثيرها الساحر على هذه القطاعات العريضة من الناس من مختلف المجتمعات الفقيرة و الغنية على حد سواء، مما جعلها ليست مجرد لعبة يتم ممارستها في الملاعب كنوع من الرياضة البدنية و لكنها تتعدى ذلك إلى أفاق أخرى

يتعرض اللاعب خلال المنافسة إلى حالات و مواقف نفسية مصحوبة بالانفعال و الإثارة لذا فإن الإعداد و التهيئة النفسية أصبحت عملية ضرورية و ملحة بالنسبة للاعب لكي يستطيع السيطرة على انفعالاته و ضبط تصرفاته و بالتالي زيادة الانجاز له. (د.محمد عبد العزيز سلامة 2013)

و تعمل دافعية الانجاز على حث اللاعب ليكون متقدما و متميزا بين أقرانه في الفريق إذ أن حاجة اللاعب للانجاز و التفوق تعمل على تحفيزه و استثارة الطاقة الكامنة لديه و مضاعفة و توجيه جهوده و طاقاته نحو تحقيق الهدف المنشود و هو الانجاز العالي .لذا فلا بد من معرفة مستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة القدم و كذلك مستوى دافعية الانجاز و بالتالي الوصول إلى العلاقة بينهما و كيف يتأثران ببعض .

أخي اللاعب بين يديك قائمتان من العبارات يرجى الإجابة عليها. لتساعدني في عمل دراستي
أجب بما ينطبق عليك ، لا توجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة ، خذ وقتك ، لا داعي لكتابة اسمك :) :

القائمة الأولى

الرقم	العبارات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
1	أجد صعوبة في محاولة النوم بعد خسارة المباراة					
2	يعجبني اللاعب الذي يزيد في ساعات التدريب لتحسين مستواه					
3	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المباراة فإنني أحتاج لبعض الوقت لأنساه					
4	لا أهدف لأكون متميزا					
5	أحس غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المباراة مباشرة					
6	أحب أن أتحمل أي مهمة و التي يرى اللاعبون أنها مهمة صعبة					
7	أخشى الهزيمة في المباراة					
8	الحظ يؤدي الى الفوز بدرجة كبيرة من بذل الجهد					
9	في بعض الأحيان عندما أخزم في المباراة فإن ذلك يضايقتني لعدة أيام					
10	مستعد للتدريب طوال العام بدون توقف لكي أنجح في رياضي					
11	لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المباراة					
12	الفوز في المباراة يمنحني درجة كبيرة من الرضا					
13	أشعر بالتوتر قبل المباراة					
14	أفضل أن أستريح من التدريب فترة ما بعد المباراة الرسمية					
15	عندما أرتكب خطأ في الأداء فان ذلك يزعجني طوال فترة المباراة					
16	لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضي					
17	قبل اشتراكي في المباراة لا أنشغل بما يمكن أن يحدث في المباراة أو عن نتائجها					
18	أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب					
19	أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المباراة مباشرة					
20	هدفي هو أن أكون مميزا في رياضي					

القائمة الثانية:

الرقم	الفقرات	غالباً	أحياناً	نادراً
1	أشعر بالاستقرار النفسي عندما أستخدم تمارين الاسترخاء			
2	أحقق أفضل أداء عندما أكون هادئاً			
3	أفضل الفوز على الهزيمة في المباريات المهمة			
4	يزداد قلقي عندما أتعرض لإصابة			
5	يثيرني الحكم الذي يخطأ			
6	أصلي لله داعياً للنجاح و الفوز			
7	أرتاح عندما ينصحي زملائي في اللعب			
8	أتوتر و أضطرب عند التفكير في أهمية المقابلة			
9	نقد المدرب لي يجعلني لست مركزاً و لا متنبها في المباراة			
10	أذهب إلى المرحاض كثيراً قبل المباراة			
11	أتألم و أتأثر من صيحات اللاعبين السفهية			
12	أشعر بالثقة في النفس عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة			
13	أحقق أفضل أداء عندما يشجعي المدرب			
14	تزداد استشارتي عندما يكون (المسير، الإداري،) غير رياضي			
15	أتصور في ذهني خطة اللعب قبل تنفيذها			
16	ألوم نفسي عند ارتكاب خطأ حتى و لو كان بسيطاً			
17	اهتمام المدرب بخطة اللعب يجعلني أكثر تفكيراً بأهمية المباراة			
18	صيحتي مع زملائي قبل المباراة تدعمني و تقويني			
19	أطمئن نفسي عندما ألع مع فريق يفهم قانون اللعبة جيداً			
20	أقدم أداء أفضل عندما يشاهدني أبي، إخواني و أصحابي			
21	أشعر بالترفة عندما تكون توجيهات المدرب غير مجدية			
22	يثيرني الحكم الذي يخطأ و يتسبب في هزمتنا			
23	أطمئن نفسي عندما يهتم بي المسؤولون كثيراً قبل، أثناء و بعد المباراة			
24	لا أرتاح لتحيز الإداريين لبعض اللاعبين			
25	أكون سعيداً عند مشاركتي في مباراة متكافئة المستوى			
26	أطمئن نفسي عندما أشاهد جماهير تناصر فريقنا			
27	مع قرب موعد المباراة تزداد ضربات قلبي			
28	أبذل جهداً مميزاً في المباراة المهمة			
29	أستمتع بالمباراة أكثر من التدريب			
30	أندم على تكرار نفس الأخطاء التي ارتكبتها سابقاً في المباراة			
31	أفكر دائماً في كيفية الأداء في الوقت المطلوب			

1/ الاستشارة الانفعالية :

قد ينظر الكثيرون إلى الاستشارة و القلق كوجهين لعملة واحدة ، حيث يستخدم أحد المفهومين في كثير من المجالات محل الآخر و لكن الحقيقة تؤكد اختلاف المعنى لكل من المفهومين و بالتالي اختلاف الاستراتيجيات و أسلوب المعالجة فلا بد من التفصيل فيما يخص هذه العناصر.

فحالة القلق نتيجة مثير بيئي ترتبط بمستوى الاستشارة ، فعند مواجهة العنف البدني مثلا من المتوقع شعور الفرد بأعراض الخوف و القلق ، و يرتبط ذلك بزيادة سرعة نبض القلب و دورات التنفس ، كما ترتبط الاستشارة ببعض الانفعالات المصاحبة مثل الفرح و السعادة أو الابتهاج في حالات الفوز و إنجاز أهداف المنافسات الرياضية و عليه فإن الاستشارة ظاهرة فسيولوجية محايدة ، فهي إما انفعالية سالبة (قلق) ، أو انفعالية موجبة (الابتهاج) و لكنها لا تترادف أيا من تلك الانفعالات على حدا.

1-1 مفهوم الاستشارة الانفعالية:

لقد ظهرت بعض التعاريف التي تبين مفهوم مصطلح الاستشارة الانفعالية فهو "عبارة عن حالة تمتاز بقوة و رغبة في عمل سلوك معين .

يوضح **JONES** أن الاستشارة استجابة لمدخل المثير الذي يعمل على تنشيط العمليات الإدراكية

Perceptual processes، أما التنشيط فهو الذي يحكم استعداد الرياضي للاستجابة أو الأداء **Response**

. **or Action** . بينما يفضل كل من **KREMER & GOUD** مصطلح الاستشارة على أنها "التنشيط

الфизиولوجي - التنفسي حيث تتضمن التنشيط العقلي المعرفي و الفسيولوجي.

و يعرف **WILLIAM WARREEN** الاستشارة الانفعالية بأنها "كمية الانفعال التي يمتلكها الرياضي

للمنافسة"، فهي تقع على متصل كمي يتراوح من أقصى درجات الاسترخاء إلى أقصى درجات الاستشارة - التهيج (ناهد رسن سكر 2002. ص115)

1-2 نظريات الاستشارة :

➤ 1-2-1 نظرية الإثارة:

تفترض هذه النظرية أن السلوك الانفعالي و السلوك العدواني لهما نفس الأساس الفسيولوجي (السيد ابو شيعشع ، 1998 ، ص244)

➤ 1-2-2 نظرية جيمس لانج: تشير إلى أن التغيرات العضوية في الجسم تسبق الانفعال و أن هذه التغيرات

تأتي بعد حدوث المنبه (عبد الرحمن محمد عيسوي. 1991. ص59)

➤ 1-2-3 نظرية جون بول ستارتل:

ترى هذه النظرية أن الانفعال حدث سيكولوجي أو هو سلوك سحري يرمي إلى غاية و هي التخلص من موقف معين (مصطفى فهمي ، 1975 ، ص 141)

➤ 1-2-4 نظرية السلوكيين:

توصل واطسون مؤسس مدرسة السلوكيين إلى أنه يوجد لدى الأطفال ثلاث انفعالات لكل واحد منها منه خاص و استجابة خاصة لذلك المنبه و الانفعالات هي الخوف، الغضب و الحب (مصطفى عبد السلام الهيتي 1985 ، ص 45).

أشار وليام وارن William Warren، في كتابه: التدريب والدافعية، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل من 70-90% من العملية التدريبية، ذلك لأن التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية، ثم يأتي دور الدافع ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، وللتدريب عليها بغرض صقلها وإتقانها .

أما فيما يخص تفسير علاقة الاستثارة بالأداء الرياضي فهناك :

➤ 1-2-5 نظرية الحافز:

وضع Hull هذه النظرية لتفسير تأثير الدافع و ارتفاع مستوى الاستثارة في الأداء حيث توضح هذه النظرية أنه كلما زادت الاستثارة يزداد احتمال اطلاق الاستجابات المسيطرة لدى الرياضي ، و أن هناك علاقة بين التنشيط الشبكي و المفهوم النفسي للدافع الذي يعد مصدر الاستثارة و قد اتضح أن زيادة الدافع أو الاستثارة بصورة مطلقة قد يكون عامل إعاقة عند تعلم المهارات الحركية الرياضية و يؤدي لاستجابات خاطئة، بينما يكون تأثير هذه الزيادة ايجابي حينما يتقن الرياضي أداء المهارات الحركية ، و في ضوء هذا يعرف التعلم بكونه "عملية تغيير الاستجابات المسيطرة من استجابة خاطئة إلى استجابة صحيحة" ، و يعرف الأداء بأنه "السلوك الذي يظهر بعد تمام التعلم نتيجة للتدريب". فهناك بعض المآخذ لتفسير هذه النظرية لعلاقة الاستثارة بالأداء الرياضي فيما يتعلق بالمهارات تعلم التي لم يتم إتقان أدائها.

➤ 1-2-6 فرضية المنحنى المعكوس

قام كل من Yerkes و Dodson بوضع هذه الفرضية التي تعتبر أكثر قبولاً في تفسير علاقة الاستثارة بالأداء و تنص على " تأخذ العلاقة بين مستوى الاستثارة و نوعية الأداء شكل المنحنى " و أن لكل مهارة درجة مثلى من الاستثارة يصل عندها الأداء لأفضل مستوى و يؤدي زيادة هذه الدرجة من الاستثارة أو تناقصها إلى انخفاض مستوى الأداء (Weinberg, R.S., & Ragan 1988, p.169-176)

و يتضح من هذا التفسير المهارات ذات الصعوبة تتطلب مستوى منخفض من الاستثارة بينما المهارات السهلة البسيطة كالعدو تتطلب مستوى مرتفع من درجة الاستثارة و المهارات متوسطة الصعوبة فإنها تتطلب درجة متوسطة من الصعوبة ، إلا أن هذه الافتراضات لا تحقق إمكانية توقع الأداء الحقيقي حيث يتدخل كثير من المتغيرات في تحديد هذه العلاقة مثل طبيعة المهارة الحركية و خصائصها و الفروق الفردية و متغيرات مواقف المنافسة (محمد عبد العزيز سلامة.2013.ص60)

1-3 حالة الاستثارة الانفعالية Arousal state:

يتأثر أداء الرياضي للمهارات الحركية بالمتغيرات البيئية المحيطة به؛ تلك المتغيرات التي يحدث بعضها حالة الاستثارة الانفعالية لدى الرياضي؛ و يتمثل الدور الرئيسي لها في إمداد اللاعب بالطاقة اللازمة للأداء؛ فاللاعب الذي لديه القدر الملائم من الاستثارة يكون لديه طاقة أفضل.

و تؤثر الاستثارة الانفعالية كأحد المتغيرات النفسية في أداء الرياضي خلال مواقف التدريب و المنافسة حيث تختلف نوعية و شدة هذا التأثير فيكون إيجابيا من خلال مواقف التدريب و المنافسة حيث تختلف نوعية و شدة هذا التأثير فيكون إيجابيا من خلال زيادة دافعية و استثارة الأداء مما يؤدي لتحسن الأداء؛ و قد يكون التأثير سلبيا من خلال الاستثارة غير الملائمة لطبيعة المهارة التي تؤدي مما يؤثر في عمليات نفسية أخرى و يؤدي لانخفاض مستوى الأداء (محمد حسن علاوي : " سيكولوجية التدريب و المنافسة. دار المعارف، ط1، مصر 1987)

وظاهرة التنشيط الفسيولوجي؛ و إيضاها لذلك فان Arousal هناك كثير من التداخل لدى الباحثين حول استخدام مصطلح الاستثارة، مصطلح الاستثارة يستخدم لبيان "الحالة الفسيولوجية التي تمثل درجة النشاط لأعضاء الجسم التي تحت سيطرة الجهاز العصبي اللاارادي"؛ كما يستخدم مصطلح التنشيط الفسيولوجي الذي يثير السلوك لبيان "الشدة التي تطلق الطاقة الكامنة المخزونة في أنشطة الكائن الحي و تظهر في النشاط او الاستجابة".

و يوضح JONES ان الاستثارة استجابة لمدخل المثير الذي يعمل على تنشيط العمليات الادراكية Perceptual processes، اما التنشيط فهو الذي يحكم استعداد الرياضي للاستجابة او الأداء. Response or Action بينما يفضل كل من KREMER & GOUD مصطلح الاستثارة على انها "التنشيط الفسيولوجي - التنفسي حيث تتضمن التنشيط العقلي المعرفي و الفسيولوجي.

و هذا يمكن تعريف الاستثارة بأنها "الشدة التي يطلق بها الفرد السلوك أو الاستجابة"؛ كما تعرف بأنها "عملية فسيولوجية- نفسية تتغير شدتها من وقت لآخر".

و يعرف WILLIAM WARREEN الاستثارة الانفعالية بأنها "كمية الانفعال التي يمتلكها الرياضي للمنافسة"، فهي تقع على متصل كمي يتراوح من أقصى درجات الاسترخاء إلى أقصى درجات الاستثارة - التبهيج. و تعتبر الاستثارة حالة محايدة؛ فقد يكون مستوى الاستثارة واحد لدى لاعبين و لكن طبيعة الأفكار و الانفعال تكون مختلف بينهما، فقد يكون لاعبان على درجة عالية من الاستثارة الفسيولوجية و لكن احدهما يكون في حالة استثارة انفعالية إيجابية و يكون الآخر في حالة قلق و خوف كحالة استثارة انفعالية سلبية.

و يشير DAVID KAUSS أن الاستثارة الانفعالية في المجال الرياضي نتاج انفعالات نوعية عديدة كالخوف؛ الغضب؛ والثقة؛ وان متطلبات كل نشاط رياضي تختلف عن النشاط الآخر فيما يتعلق بمستوى الاستثارة الذي يحقق أفضل أداء كما يلي:

أولاً: الأنشطة البسيطة السهلة والتي تتطلب القوة العضلية والسرعة والتحمل تحتاج لمستوى مرتفع من الاستشارة الانفعالية. كما أن أنشطة الوثب الطويل؛ دفع الجلة؛ السباحة والمنازلات كالمصارعة تتطلب درجة تكاد تكون مرتفعة.

ثانياً: الأنشطة الرياضية التي تتطلب مهارات حركية معقدة خلال الأداء كما أنها تتطلب توافق ودقة في الأداء فهي تتطلب استشارة منخفضة لتحقيق أفضل أداء كمهارات الرمية الحرة في كرة السلة؛ وضربة الجزاء في كرة القدم و الرماية.

ثالثاً: غالبية الأنشطة الرياضية التي تجمع ما بين القوة؛ السرعة؛ الدقة؛ التركيز والتوافق في الأداء مثل مهارات الملاكمة؛ الوثب العالي فان الدرجة المتوسطة من الاستشارة الانفعالية تناسبها لتحقيق أفضل أداة.

(Corcoran,D.W1985.p.267-273)

1-4 العوامل المؤثرة في الاستشارة الانفعالية:

هناك العديد من العوامل التي يكون لها دور في تحديد مستوى العلاقة بين الاستشارة الانفعالية و الأداء الرياضي و كذلك تفسير هذه العلاقة؛ كما أن لها دور في النظريات المفسرة لعلاقة الاستشارة بالأداء الرياضي, ومن هذه العوامل:

1-4-1 متطلبات المهارة:

تتضمن هذه المتطلبات ثلاث مكونات (القدرات الحركية, الإدراكية, والمعرفية).

● القدرات الحركية Motor Abilities:

حيث تختلف درجة الاستشارة الانفعالية تبعاً لطبيعة الحركة الرياضية؛ فالمهارات التي تتطلب درجة استشارة مرتفعة لأنها تتطلب السرعة للأداء تستفيد من زيادة الاستشارة بينما المهارات التي تتطلب الدقة و التوافق كقدرات؛ فان الاستشارة المرتفعة تعوق الأداء حيث يحدث انقباض عضلي للعضلات العاملة و غيرها نتيجة لارتفاع الاستشارة.

● القدرات الإدراكية Perceptual Abilitie:

إن ارتفاع مستوى الاستشارة يؤثر سلباً في المدى الإدراكي للرياضي و في قدرته على التركيز خلال الأداء؛ و من ثم فان المهارات الحركية ذات البيئة المفتوحة التي تتغير فيها متطلبات الأداء نظراً لتغير ظروف و متطلبات الأداء بتغير المواقف و الأهداف و تتطلب الانتباه الخارجي الواسع و الانتباه الداخلي الضيق؛ تتأثر سلباً و ينخفض مستوى الأداء؛ و تكون درجة الاستشارة المعتدلة هي الأفضل لتحقيق مستوى الأداء المستهدف؛ كما أن مستوى الاستشارة المرتفع يصاحبه عدم الدقة في الأداء خاصة عند التصويت على الهدف؛ كما يصعب التحكم في توجيه الأداء.

إن الأنشطة الرياضية التي تتطلب عمليات عقلية معرفية لتتأثر سلبيا بارتفاع مستوى الاستثارة الذي يرتبط به زيادة نشاط الجهاز العصبي وبالتالي تقل كفاءة ودقة العمليات العقلية مثل الانتباه والإدراك للمعلومات المرتبطة بالأداء والتركيز على المعلومات غير المرتبطة وعدم الاهتمام بها ثم عمليات معالجة المعلومات لاتخاذ القرار الصحيح للأداء الحركي.

2-4-1 الفروق الفردية Differences Individual

يختلف مستوى الاستثارة الانفعالية الذي يرتبط بالأداء الأفضل باختلاف مراحل تعلم الفرد للمهارات الحركية و باختلاف مستوى الاستثارة من رياضي لآخر؛ ففي المرحلة الأولى- المرحلة المعرفية The Cognitive Stage حيث يحتاج الرياضي لمستوى منخفض من الاستثارة لاكتساب النواحي الفنية لتعلم أداء المهارة ولتغير الانتباه بين متطلبات الأداء و انتقاء المثيرات المرتبطة بالأداء ليحقق تصور جيد لأداء المهارة؛ و بدأ فان ارتفاع مستوى الاستثارة يؤثر سلبيا على تعلم المهارة الحركية في هذه المرحلة. (محمد حازم محمد أبو يوسف ، 2005 ص78)

و في المرحلة الثانية-مرحلة الترابط The Associative Stage حيث يكون المتعلم قد اكتسب النواحي لأداء المهارة و يكون الاهتمام موجه في هذه المرحلة لاكتشاف الأخطاء بالمقارنة بين الأداء الفعلي للمهارة و الأداء المتصور للتخلص من الأداء الخاطئ و تدعيم و تثبيت الأداء الصحيح و تكون الحاجة لبذل الجهد لتحقيق مستوى الإنجاز المستهدف، فان المستوى المتوسط من الاستثارة الانفعالية يكون أكثر ملائمة لهذه المرحلة.

وفي المرحلة الأخيرة-مرحلة آلية الأداء أو الأداء المستقل- The Autonomous Stage حيث تقل حاجة الرياضي للمرحلتين السابقتين ويتركز الانتباه في نتائج الأداء وليس في الأداء في الأداء The Performance Results of Performance فان المستوى المرتفع من الاستثارة يحقق أفضل أداء الذي يؤدي لأفضل نتائج. (محمد نصر الدين يحيى . الضغط و القلق و الحالات العصبية . دار الهدى عين مليلة . الجزائر 2000)

3-4-1 الخصائص الشخصية للرياضي Characteristics Personal

تؤثر السمات المسيطرة في مستوى الاستثارة الذي يحقق أفضل أداء و من أهم السمات طبيعة الرياضي الانفعالية؛ و قدرته على التركيز على الظروف المتميزة في موقف الأداء حيث يتأثر مستوى الاستثارة الانفعالية لدى الرياضي بسمه تقدير الذات فيزداد احترامه لذاته عند إدراكه لارتفاع مستوى قدراته و يتحسن الأداء (عبد العزيز عبد المجيد محمد.2005.ص89-95)

1-5-1 التكامل بين معرفة الاستشارة الضغوط و القلق :

و يمكن تحقيق التكامل بين معرفة الاستشارة ،الضغوط و القلق من خلال الأخذ بالتطبيقات التالية لتحقيق الممارسة باحتراف Professional pratice و هذا من خلال :

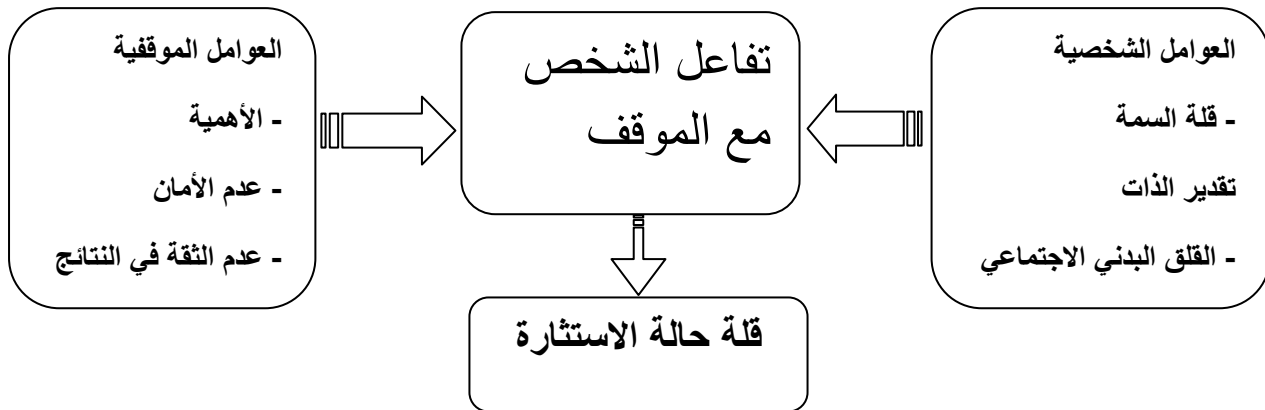
1-5-1-1 تحديد الاستشارة المثلى المرتبطة بالانفعالات :

إن واحدة من أهم طرق مساعدة الأفراد لتحقيق الأداء في القمة هي زيادة وعي هؤلاء الأفراد بكيفية ارتباط الاستشارة بالانفعالات الذي يؤدي لقمة الأداء راجع استراتيجيات التدخل -لمعرفة الأساليب الخاصة بذلك حيث باكتمالها يتعلم الرياضي الاستراتيجيات النفسية (كالتصور و تطوير الأداء النمطي) فذلك يساعدهم في إعادة تنظيم الاستشارة.

فكر في الاستشارة كدرجة حرارة انفعالية و مهارات إعادة تنظيم الاستشارة - كترموستات- كمنظم -فيكون هدف الرياضي التعرف على درجة الاستشارة المثلى المحققة لأحسن أداء ثم يتعلم كيف يعد الترموستات للوصول إلى هذه الدرجة للاستشارة ،سواء يرفع هذه الدرجة من خلال الشحن psyching up أو خفضها من خلال التثييط chilling out

1-5-2 التعرف على تفاعل العوامل الشخصية و الموقفية :

كما في السلوكيات الأخرى يمكنكم فهم الضغوط و القلق و التنبؤ بها من خلال الأخذ في الاعتبار تفاعل العوامل الشخصية و الموقفية كما يتضح من الشكل التالي



فعلى سبيل المثال يعتقد الكثير خطأ أن الرياضي منخفض قلق السمة يكون عادة أفضل أداء، لأنه يحقق المستوى المثالي لقلق الحالة و الاستشارة التي يحتاجها للمنافسة ، و في المقابل فإن الرياضي مرتفع قلق السمة يفترض أن يتعطل تطوره بانتظام ، فحينما يتركز الاهتمام بالأداء دون مبالاة بالنتائج يمكن توقع درجة عالية من قلق السمة و مع الخبرة يمكن رفع الاستشارة و قلق الحالة من خلال إدراك غالبية المواقف التنافسية كممهد إلى حد ما و يتجه نحو المستوى المثالي من الاستشارة و قلق الحالة .

و التنافس الذي له قلق سمة منخفض يمكن ألا يدرك الموقف كأكثر أهمية و حينئذ يظل مستوى الاستشارة و قلق الحالة منخفض و يجد صعوبة لإدراك الأداء الأمثل .

و في مواقف الضغط المرتفعة حيث تكون المنافسة ذات أهمية، و إدراك الحصيلة غير متأكد فإن الرياضي ذو قلة السمة المرتفع يدرك الموقف الأكثر أهمية و يستجيب لذلك بدرجة عالية من الاستشارة و قلق الحالة و يكون في الدرجة المثالية للاستشارة و قلق الحالة ، و الرياضي الأقل في مستوى الاستشارة و قلق السمة يزداد قلق الحالة لديه و لأنه يتجه لإدراك المنافسة و التقييم الاجتماعي أقل تهديدا فان الاستشارة و قلق الحالة لديه تصبح في المدى المثالي

1-5-3 التعرف على إشارات الاستشارة و قلق الحالة :

إن لهذا المدخل التفاعلي على تطبيقات عديدة تساعد الرياضي في إدارة الضغوط من خلال التعرف على الإشارات و الأعراض التي تدل على الضغوط المرتفعة و الاستشارة و يمكن للرياضي و المدرب إيجاد المؤشرات غير الدقيقة لمستويات القلق و الاستشارة من خلال الأعراض و الإشارات التالية :

* برد اليدين	* الشعور بالمرض	* آلام المعدة	* الحديث الذاتي السلبي
* غزير العرق	* انبهار نظرات العين	* جفاف الفم	* الصداع
* تكرار الحاجة للتبول	* زيادة الانقباض العضلي	* صعوبة النوم	* عدم القدرة على التركيز

1-5-4 تكيف استراتيجيات التدريب لتكون فردية :

من الأفضل أن يكون التعليم و التدريب و الممارسة فرديا ، و في كثير من الأوقات تكون الاستشارة و قلق الحالة في حاجة إلى خفضها من خلال التعرف على الاستراتيجيات الخاصة حيث يجب على المدرب و المعلم للتعرف على متى و مع من يجب زيادة الاستشارة و قلق الحالة و متى يجب خفضها و متى يجب أن تبقى ثابتة المستوى فعلى سبيل المثال مع الرياضي ذو قلق الحالة المرتفع و منخفض تقدير الذات يجب أن يؤدي في بيئة تقويمية عالية ، أي زيادة الاهتمام بمتغيرات موقف المنافسة حتى يضيف مصادر لزيادة الاستشارة و الضغوط و يكون قلق الحالة أعلى من المستوى المثالي ، فمع شخص ذو مستوى قلق السمة المعتدل و تقدير الذات يفضل أن يترك بمفرده في بيئة تقويمية عالية ، و مثل هذا الفرد يجب أن يرتفع لديه قلق الحالة و الاستشارة و لكن دون فعالية . و مع الرياضي ذو قلق السمة المرتفع و تقديرات

الذات العالي ، فإنه يحتاج حديث ذاتي قبل الأداء دون بيئة تمهيدية لزيادة الاستشارة ، ز مع ذوي القلق الاجتماعي و البدني المرتفع يجب تشجيعهم لارتداء ملابس ثقيلة و تغطية أجسامهم و أن يقلل التقييم - التقدير - الاجتماعي لديهم و كذلك البدني و تكوين مواقف تعزلهم عن الملاحظة بالإضافة لأهمية معرفة الخصائص الشخصية .

1-5-5 تطوير ثقة المؤدي :

إن واحدة من أكثر الطرق فعالية في مساعدة الأفراد للتحكم في الضغوط و القلق هي مساعدتهم في تطوير الثقة بالنفس ، فالفرد ذو الثقة بنفسه يعتقد أن لديه قدرات و خبرات يكون أقل في قلق الحالة ، علاوة على أنه مع القلق يتجه إلى تفسير زيادة القلق كميسر أكثر منه معوق للأداء . (محمد سلمان الخزاعلة و آخرون.2013.ص104)

1-6-6 طرق قياس الاستشارة :

1-6-1 المؤشرات الكيموحيوية

يصاحب حالة الاستشارة الانفعالية بعض تغيرات إفرازات الهرمونات مثل : -adrenaline-epinephrine- norepinephine بتلك التغيرات التي تربط بالاستشارة العالية و لذا يمكن من خلال قياسها الاستدلال على حالة الاستشارة الانفعالية .

1-6-2 المؤشرات الفيزيولوجية

و تتضمن قياس ضغط الدم ، و معدل نبضات القلب و جهاز تخطيط القلب (E.C.G) و جهاز نشاط القشرة المخية باستخدام جهاز تخطيط الدماغ الكهربائي (E.E.G) الذي يسجل شكل موجات ألفا للمخ ، الذي يسجل شكل موجات ألفا للمخ ، كما يتضمن قياس مقاومة الجلد لتقدير شدة الاستشارة الانفعالية من خلال مقاومة الجلد لمروور التيار الكهربائي باستخدام GALVANOMETER لقياس درجة مقاومة الجلد حيث كلما زادت درجة الاستشارة الانفعالية تضعف مقاومة الجلد ، و تعتبر استجابة الجلد من أهم القياسات الفسيولوجية لتقييم مستوى الاستشارة ، كما يمكن قياس تعرق راحة اليد باستخدام جهاز SUDORIMETER كمؤشر لمستوى الاستشارة الانفعالية.

1-6-3 المؤشرات السلوكية :

حيث تقاس السلوكيات عن طريق الملاحظة للاستجابات التي نستدل منا على مستوى الاستشارة الانفعالية أو عن طريق التقدير الذاتي لمستوى الاستشارة .

1-6-4 مقياس الاستشارة :

و في المجال الرياضي صمم BETTE HARRIS و DORTHY HARRIS مقياس للاستشارة الانفعالية للرياضيين ، و قام أسامة كامل راتب بإعداد صورته العربية و تقنينه و يهدف هذا المقياس إلى التعرف على مستوى الاستشارة الانفعالية للرياضيين في مواقف المنافسة الرياضية حيث تشير الدرجة المرتفعة لزيادة الاستشارة ، و يتكون

المقياس من 50 عبارة لكل عبارة مقياس ثلاثي (غالبا، أحيانا، و نادرا) و يتراوح مدى الدرجة بين 50 و 150 درجة و يراعى تطبيق المقياس على الرياضيين بعنوان "قائمة سلوك المنافسة".

2/دافعية الانجاز الرياضي:

إن دافعية الانجاز عبارة عن قوة تؤثر و تستثير سلوك اللاعب لمواجهة التحديات الرياضية و التغلب عليها من خلال التصميم و المثابرة لتحقيق المستويات العالية (يجي كاظم النقيب . 1990، ص117)

1-2 نظريات الدافعية

➤ **1-1-2 نظرية دافعية الانجاز :** مع بداية منتصف الخمسينات و حتى منتصف السبعينات ظهرت نظرية دافعية الإنجاز و التي لقيت اهتماما واسعا في أبحاث علم النفس و هي نظرية "ماكلياند -أتكنسون" و في هذه الآونة تنافست نظريتان أساسيتان مع نموذج "ماكلياند - أتكنسون" في دراسات علم النفس بصفة عامة ("ماكلياند - أتكنسون" ، كلارك و لويل 1953) ، و قد عرف روبرت 1982، النظريتين المتنافستين بأحما تتمثلان في محاولات قبل الاختبار ("ساراسون" ، "هيل و زباردو" 1964، و محاولة كرانداال 1963) حيث أن طريقة قلق الاختبار تفترض الخوف من الإقدام على الاختبار أو الامتحان أو الخوف من الفشل ، و قلق الاختبار هو العامل الحرج في تحديد ما إذا كان الفرد سوف يقدم على موقف الإنجاز أو يحجم عنه ، و يشير إلى أن الأطفال الذين يعانون من مستويات عالية من القلق قد تتوقع منهم تفادي مواقف الانجاز.

و على النقيض من ذلك فإن منهج "كرانداال" يؤكد على توقع الفرد للتدعيم و كذلك على أن مستوى الامتياز يتحدد فرديا و عمليا ، فنجد أن الطفل يقارن التوقعات الاجتماعية بأقل المعايير للنجاح في المهمة ، فإذا كانت التوقعات مرتفعة جدا أو كان التدعيم قليلا جدا فإن الطفل ينسحب من موقف الإنجاز . (محمود عبد الفتاح عنان 1990 ص123)

➤ 2-1-2 نظرية القيمة المتوقعة لدافعية الانجاز

لقد وضع أتكنست Atkinson نظرية القيمة المتوقعة لدافعية الانجاز تلك و تعتمد في فكرتها الأساسية على أن السلوك وظيفة لمقدار تهمين و تقويم الأفراد لمعزز معين و لتوقعهم الحصول على ذلك المعزز أو المكافأة نتيجة لأدائهم ذلك السلوك .

و عليه فان سلوك الانجاز يمثل صراع بين الميل إلى الاقتراب (الأميل في النجاح) و الميل إلى الأمل في التجنب (الخوف من الفشل) و من ثم فان الأفراد ذوي دافعية الانجاز العالية يختارون أعمالا متوسطة الصعوبة أي يمكنهم أدائها و يشعرون بقيمة نتائجها دونما الخوف من الفشل أو سهولة الأداء ذاته.

➤ 3-1-2 نظرية جدارة الذات:

مفاد هذه النظرية أن النجاح له قيمة ، كما و أن الشعور بالإخفاق أو عدم النجاح يجب تجنبه ، لأن الإخفاق يعني انخفاض القدرة الذاتية للفرد و هو شعور يحاول الناس إخفاءه و من ثم يحاول الفرد البرهنة على قدراته تلك بالعديد من مرات النجاح و لذلك يجب صياغة أهداف مقبولة و سهلة تعمل على تحقيق تجنب الإخفاق هذا.

و من ثم يكون النجاح مؤكداً و عليه فقد أكدت نتائج العديد من البحوث أن هناك ارتباطاً بين إدراك الفرد لقدرته و إمكاناته و توقعات إنجازاته، و يرتبط ذلك بالنمو و الخبرة لدى الأفراد .

➤ 2-1-4 نظرية العزو :

و تفسر هذه النظرية نظرة الأفراد إلى أسباب أنماطهم السلوكية و كذلك أنماط سلوك الآخرين و مفاد الآخرين و مفاد هذه النظرية أنهم يبحثون عن معلومات لكي يتوصلوا إلى عزوهم بمعنى آخر لتبرير النتائج، و يبدو أن عملية تحديد العلل و التبريرات تلك تحكمها بضعة قواعد.

و من جهة النظر الدافعية يعتبر العزو هاما لأنه يؤثر في المعتقدات و الانفعالات و السلوك (عبد العزيز سلامة 2013.ص35)

2-2 وظائف الدوافع يرى جابر عبد الحميد إن للدوافع ثلاث وظائف و هي :

2-2-1 الدوافع تمد السلوك بالطاقة و تنشط الكائن الحي :

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

2-2-2 الدوافع تؤدي وظيفة الاختيار :

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

2-2-3 الدوافع توجه السلوك نحو هدف :

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسين والنمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها . (محمد عبد العزيز سلامة . كتاب سيكولوجية التنافس الرياضي.2013.ص68)

2-3 خصائص دافعية الإنجاز **achèvement motivation**

منذ عهد غير بعيد ظهر مفهوم أطلق عليه " التربية السيكلوجية " و يقصد بها تنمية إمكانيات الفرد العقلية و الانفعالية و الاجتماعية مما يساعده على فهم ذاته و بيئته، و من ثم يساعده على تحقيق أهدافه و الاستفادة من إمكانية توظيفها ، مما دعى سميث لأن يطلق على مصطلح دافعية الانجاز هذا أحد الجوانب التطبيقية للنظرية الإنسانية في علم النفس.

من أهم خصائص دافعية الانجاز لدى الفرد مما يلي:

- 1-السعي نحو الإتقان و التمييز.
- 2- القدرة على تحمل المسؤولية.
- 3-القدرة على تحديد الهدف
- 4-القدرة على استكشاف البيئة .
- 5-القدرة على التخطيط لتحقيق الهدف.
- 6-القدرة على تعديل المسار.
- 7-القدرة على التنافس الذاتي.

و من ثم فان مجمل هذه الخصائص و غيرها تميز سلوك من يتصف بدافعية الانجاز العالية، و قد اتفق الباحثون على إن المجتمع الذي تشيع بين أفرادها مثل تلك الخصائص ،يصبح مجتمعا متميزا مستمرا يسعى للإتقان و التميز.

فإذا ما كان هناك خصائص عقلية انفعالية سلوكية تميز من نصفهم بذوي دافعية الانجاز المرتفعة ، فان مسؤولية المؤسسات التربوية و التعليمية هي تنمية المتعلمين و الطلاب في مراحل التعليم المختلفة باستخدام طرائق و أساليب أكثر تنوعا تمكنهم من أن يفكروا و يسلكوا سبيل النماذج المنجزة.

إن الفرد الذي يتمتع بدافعية الانجاز أكثر من غيره يحاول اكتشاف فرص أكبر للنجاح في بيئته، و من ثم يتطلع إلى العمل الحر غير المقيد مثل البداية بعمل صغير خاص مما يساهم في حل مشكلة البطالة المقنعة و التي يترتب عليها هدر في الإنتاج و خفض للدخل القومي ، و من الناحية الشخصية الشعور الداخلي بالاغتراب عن المجتمع.

و ترى "صفاء الأعسر" أنه قد أجريت العديد من البحوث التي وجهت لهذا الهدف في العالم الثالث كالهند و بعض الدول الإفريقية و يعد بحث " دلاميبي " نموذجا جيدا لوضع برنامج مدرسي يدرّب الطلاب على التفكير الانجازي مما يساعد على تنمية المجتمع و يمثل في نفس الوقت حاجة مجتمعية حقيقية تساعد في حل المشكلات (وفاء درويش 2014ص65)

2-4 التدريب على دافعية الانجاز:

يهدف إلى مساعدة الأفراد على تنمية الأفكار و الأنماط السلوكية التي تتميز ذوي الانجاز العالي عن أقرانهم الأقل ،ومن الضروري أن يكون هناك تكاملا بين التدريب على دافعية الإنجاز و المادة أو المضمون أو الهدف الأساسي .

و يرى "جابر عبد الحميد" نقلا عن "الدرمان" أن تدريب دافعية الإنجاز يتأسس على ما يلي :

1- المساعدة في تحديد هدف واقعي مع توفير تغذية مرتدة تتصل بتحقيق الهدف .

2- دراسة الذات self stady بحيث يفحص الفرد دوافعه لكي ينمي مسؤولياته الشخصية مع التأكيد على أن الجهد المبذول سبب رئيسي لبلوغ النتائج بدلا من إلقاء اللوم على الآخرين عند الإخفاق أو أنهم نجحوا نتيجة لضربات الحظ

3- أن التعرض لخبرات النجاح مع تحقيق كل هدف يساعد في تنمية ذاتهم و زيادة فعاليتها .

و من أهم النقاط التي يركز عليها الأخصائيين :

2-4-1 برامج تغيير العزو

و تحاول هذه البرامج تقوية الدافعية و ذلك بتغيير عزو الأفراد سواء لنجاحاتهم أو لإخفاقاتهم .

ومن أهم برامج التغيير العزو هنا من القدرات المنخفضة لدي الأفراد الى عوامل يمكن السيطرة عليها مثل(جهد غير كافي_استخدام استراتيجية غير مناسبة)لأن الأفراد حينما يعتقدون في انخفاض أدائهم نتيجة لانخفاض قدراتهم قد لا يبذلون جهدا كبيرا لتحقيق النجاح المطلوب .

2-4-2 العجز المتعلم

يرى "جابر عبد الحميد" أنه من الأشكال المتطرفة لتجنب الإخفاق ما يسمى بالعجز المتعلم ،وهو إدراك الفرد لعدم جدوى جهوده وذلك لأن الإخفاق مكتوب عليه مهما اجتهد فلا فائدة ، وهذا معناه تكرار الإخفاق .

ومن الممكن أن ينشئ العجز المتعلم أو المكتسب نتيجة للشعور الداخلي لدى الأفراد حيث أنه لا يوجد ما يفعلونه كي ينجحوا ، ومن ثم يجب استدراك ذلك بتحقيق فرص نجاح صغيرة ومتتالية لهم باستخدام التغذية المرتدة المباشرة .

2-4-3 نوعية التنافس:

يعد التنافس الفردي أو التنافس الجماعي أو المكافأة الفردية أو المكافأة الجماعية من العوامل التي يمكن الاعتماد عليها للتأثير في دافعية الإنجاز .

2-5 أهم العناصر التي يجب أن يتضمنها برنامج دافعية الانجاز:

. جذب انتباه المشاركين . تقديم خبرة حية متكاملة للدافع الجديد.

. صياغة مفاهيم دافعية الانجاز. . مطالب الواقع الحقيقية

. إدراك العلاقات بين دافع الانجاز و جوانب حياة الفرد.

. القيم الحضارية السائدة . . الممارسة و التنفيذ (أسامة كامل راتب. علم النفس الرياضي (المفاهيم وتطبيقات). 1997م ص 76)

2-6 تقسيم الدوافع :

ونقسمها إلى قسمين هما : الدوافع الأولية ، الدوافع الثانوية .

2-6-1- الدوافع الأولية :

وتسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها :

الحاجة إلى الطعام ، الحاجة إلى الشراب ، الحاجة إلى الراحة ، الحاجة الجنسية ، الحاجة إلى اللعب (عند الأطفال) والحاجة إلى الحركة والنشاط الخ .

وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بـ " الغرائز " إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون لفظ الغرائز لتفسير سلوك الحيوان .

2-6-2- الدوافع الثانوية :

تسمى أيضا الدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة ، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية ، غير أنها تستغل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة ، وأمثلة الدوافع الثانوية ، الحاجة إلى التفوق والمركز أو المكانة ، السيطرة و القوة والأمن والتقدير ، والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات الخ

الدوافع والحاجات النفسية :

يرى " مصطفى عشوي : أنه " ينبغي أن نعرف أن وراء كل سلوك دافع فإذا رأينا شخصا منطويا على نفسه ينبغي أن لا تصدر الأحكام ضده ، بل يجب أن نسأل عن الدافع وراء ذلك إن كان متكبرا أو يثير المشاكل في العمل أو في الممارسة ، نفس الشيء ينبغي أن نسأل عن الدافع وراء كل سلوك يمكننا ملاحظته ونريد دراسته ، فالدافع حالة من التوتر النفسي والسيولوجي الذي قد يكون شعوريا أو لا شعوريا ، تدفع الفرد للقيام بأعمال ونشاطات وسلوكيات لإشباع حاجات معينة للتحقيق من التوتر والإعادة التوازن للسلوك أو للنفس بصفة عامة ومن هنا نذكر بعض الحاجات النفسية وهي كالآتي :

. الحاجة إلى الاطمئنان

. حاجة التفوق

. حاجة التبعية

. حاجة التعلم والمعرفة (مصطفى عشوي 1990 ، ص 83).

2-7 وظيفة الدافعية في المجال الرياضي : وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي :

ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة .

ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب .

كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة .

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

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية (الاستثارة) حيث كل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة (أسامة كامل راتب. الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور. 1997، ص 25 .)

2-8 أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

يقسم " روديك " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى :

2-8-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي : ومن أهمها :

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .
 - المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد ، ونذكر على سبيل المثال الجمباز ، التزلج على الثلج ، وغيرها من الرياضات التي تميز برشاقة الأداء والحركات .
 - الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة .
 - الاشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة .
 - تسجيل الأرقام والبطولات واثبات التفوق وإحراز الفوز .
- 2-8-2 - الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي :** ومن أهمها :
- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فإذا سالت الفرد عن أسباب ممارسة النشاط الرياضي فإنه قد يجيب أمارس الرياضة لأنها تكسني الصحة وتجعلني قويا .
 - ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل والإنتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل .
 - الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه .
 - الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم عليه الرياضة إذ يرى الفرد أن عليه أن يكون رياضيا مشتركا في الأندية والفرق الرياضية وليس للانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضيا (محمد حسن علاوي . سيكولوجية التدريب والمنافسة 1987، ص 208) .
 - كما قامت وداد الحامي ، بإجراء بحث للتعرف على دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند فتيات الثانوية في وقت الفراغ ، واختارت عينة عشوائية من الأعضاء المشتركة في الأندية بالقاهرة والجيزة ، وشبهت هذه الدوافع مع التي ذكرها روديك مع بعض الدوافع الإضافية وهي :
 - الميل الرياضي ، أي أن الفرد له ميل نحو ممارسة النشاط الرياضي .
 - الترويح ، فبممارسة النشاط الرياضي يكون لتحقيق المتعة والراحة .
 - اكتساب نواحي عقلية ونفسية ، بما أن سلامة العقل مرتبطة بسلامة الجسد فالفرد يمارس النشاط الرياضي لتحقيق نمو عقلي ونفسي سليمين .
 - حيث قام محمد صالح علوي في سنة 1970 ، بإجراء بحث ليتعرف على دوافع النشاط الرياضي للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات ، واختيرت عينة عشوائية من لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العليا في مصر وتم تصنيف إجابات أفراد العينة إلى :
 - - المكاسب الشخصية - التمثيل الدولي - تحسين المستوى - التشجيع الخارجي
 - - اكتساب نواحي اجتماعية - اكتساب نواحي عقلية ونفسية وبدنية - اكتساب سمات خلقية

بهذا فإن دوافع اكتساب النشاط الرياضي تتشابه على حد كبير عند جميع الأفراد باختلاف أعمارهم (محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي 1987 ، ص 162)

2-9 – نموذج الدافعية لتفسير ممارسة الناشئ للرياضة (الرغبة أو الميل):

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية ، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية وبدنية ، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة : الشعور بالمتعة ، تكوين الأصدقاء ، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز .

أما الأسباب البدنية ، فيأتي في مقدمتها : تعلم مهارات وقوانين اللعب أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة ، مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق ، الاستمتاع باستخدام الإمكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة ، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس البناءات النظرية الثلاث التي أشرنا إليها مسبقاً (أسامة كامل راتب علم النفس الرياضي 1997. ص 27)

ويؤكد (وارن (1983) WAREN علي أن استثارة دوافع اللاعب بهدف التفوق في الرياضة تمثل من 70% : 90% من العملية التدريبية حيث ان التفوق يعني اكتساب الجوانب المهارية والمعرفية والخططية ويعمل الدافع لحث اللاعب علي إطلاق الطاقة وبذل الجهد اللازمين فنجاز المهارات سواء في التعليم او التدريب والمنافسة. ويشير (سنجر (1980) SINGR إلى ن الدافعية MOTIVATION تمثل مكانة متقدمة وتؤثر بصورة مباشرة علي التعلم والتدريب و أداء الفرد للمهارات الرياضية من بين العوامل التي يتأثر الأداء مثل القدرات البدنية ومستوي التدريب وشخصية اللاعب ، ومستواه المهاري ويستمر تأثير الدافعية قبل و أثناء أداء المهارة ن بل وحتى أسلوب تنفيذها والنتائج المحققة ويؤكد ذلك في صيغة ،ومن هذه الصيغة تتضح تأكيدات سنجر SINGER علي عدة جوانب:

أ/الأداء الفعلي :

أو السلوك الذي يبدو عليه اللاعب في المنافسات او في التدريب وكذلك في تعليم المهارات الجديدة في دروس التربية الرياضية أو الملاعب الرياضية.

ب/ القدرات الوراثية : يعد التفاعل ما بين القدرات الوراثية مثل القوة والسرعة والمرونة أو الخصائص الانثرومترية المميزة مثل (الطول والوزن وطول الأطراف) وكذلك الخصائص المورفولوجية والنمط الجسمي المميز .

ج/ القدرات المكتسبة:

تمثل القدرات المكتسبة ومنها (المهارات العامة والمهارات الخاصة) في الرياضة ما وكذا جميع عناصر اللياقة البدنية المميزة للمهارة التخصصية التي يمارسها اللاعب ، دورا هاما في معادلة الأداء والدافعة.

د/ الاستجابة الانفعالية للاعب:

ويتحدد في قدرته علي مواجهة المنافسة الرياضية بينما تمثل الدافعية وما يرتبط بها من السمات الدافعية مثل الاتجاهات والحاجات والميول والرغبات والمعتقدات والقيم وكذلك السمات الانفعالية والتي تميز السلوك الانفعالي للرياضي وتمثل الأسلوب العام لفاعلية الشخصية وتغطي مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية التي يبدو عليها الرياضي في المنافسة (المسابقة أو المباراة) مثل الاتزان الانفعالي، ضبط النفس، مستوى الطموح الإيجابي، الثقة بالنفس

2-10 أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق) :

2-10-1- اختيار النشاط :

يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه .

2-10-2- الجهد من أجل تحقيق الأهداف :

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع .

2-10-3- المثابرة :

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية (أسامة كامل راتب. علم النفس الرياضي 1990، ص 47). من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات (تمرين صعب - واجب معقد) بقدر كبير من الفعالية والسرعة، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز .

الأفعال داخل و خارج الملعب

لا تتضمن الإثارة في مباريات كرة القدم اللعب فقط و لكن هناك مواقف انفعالية أخرى تحدث أثناء سير هذه المباراة يصل فيها الانفعال إلى ذروته لا علاقة لها بفنون اللعب، فالحماس الزائد في الملعب و عدم قدرة بعض اللاعبين على ضبط النفس و السيطرة على اتجاهات العدوان بداخلهم تدفعهم لارتكاب بعض المخالفات لقوانين اللعبة، أو الاحتكاك العنيف بزملائهم.. و هنا يشهر الحكم الكارت الأصفر للإنذار أو الكارت الأحمر للطرد من الملعب، و قد خضعت هذه الانفعالات و السلوكيات لدراسات نفسية حين لوحظ أن بعض اللاعبين الموهوبين يعانون من انفلات الأعصاب الذي يتسبب في فقد جهودهم عندما يتعرضون دائماً للإنذار و الطرد من الملعب.

تفيد بعض البرامج في تحسين أداء اللاعبين المتميزين و إنقاذ هذه المواهب من التعرض للضيق بسبب العتاب المتكرر نتيجة لانفلات السلوك و الاندفاع.. كما أن للطب النفسي دور هام في تهيئة اللاعبين نفسياً للمباريات الهامة دون ضغط على أعصابهم يؤثر على أدائهم و يفقدتهم التركيز في الملعب (محمد عبد العزيز سلامة 2013 ص 203)

3- كرة القدم :

3-1- نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم :

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم ، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين .

نشأت كرة القدم في بريطانيا وأول من لعب الكرة كان عام 1175م من قبل طلبة المدارس الإنجليزية ، وفي سنة 1334م قام الملك - إدوار الثاني - بتحريم لعب الكرة في المدينة نظرا للإزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف - إدوارد الثالث - و رد شارد الثاني وهنري الخامس (1373 - 1453م) خطر للانعكاس السلبي لتدريب للقوات الخاصة .

لعبت أول مباراة في مدينة لندن (جاريز) بعشرين لاعب لكل فريق وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية كما لعبت مباراة أخرى في (إتون Eton) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م وعرضها 5,5 م وسجل هدفين في تلك الفترة المباراة بدئ وضع بعض القوانين سنة 1830م بحيث تم على اتفاق ضربات الهدف والرميات الجانبية وأسس نظام التسلسل قانون (هاور Haour) كما أخرج القانون المعروف بقواعد كامبرج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين الكرة وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان

" اللعبة الأسهل " ، حيث جاء فيه تحرم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة اتجاه خط الوسط حين خروجها ، وفي عام 1863م أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس إتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستخدام الصفارة وفي عام 1889م تأسس الإتحاد الدنمركي لكرة القدم وأقيمت كأس البطولة بـ 15 فريق دنمركي كانت رمية التماس بكلى اليدين .

في عام 1904 تشكل الإتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا ، هولندا ، بلجيكا سويسرا ، دانمرك ، أول بطولة كأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930 وفازت بها . (موقف مجيد المولي : ، 1999 ، ص 09)

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود ، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس ، واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوربية السائد في جميع المنافسات ، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم وبدأ تطور كرة منذ أن بدأت منافسة الكأس العالمية سنة 1930

3-2- كرة القدم في الجزائر :

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت ، والتي اكتسبت شعبية كبيرة ، وهذا بفضل الشيخ " عمر بن محمود " ، " علي رايس " ، الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير) ، وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م ، وفي 07 أوت 1921م تأسس أو فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية " مولودية الجزائر " غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م. بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها : غالي معسكر ، الاتحاد الإسلامي لوهرا ، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبليدة و الاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر .

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكتل لصد الاستعمار ، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك ، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين ، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية ، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري وتعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع والتظاهر بعد كل لقاء ، حيث وفي سنة 1956م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من (سانت اوجين ، بولوغين حاليا) التي على أثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنبا للأضرار التي تلحق بالجزائريين

وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18 أبريل 1958م ، الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال : رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان ، وسوخان ، كرمالي ، زوبا ، كرمو ، ابرير ...

وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية ، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى ، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962م ، وكان " محند معوش " أو رئيس لها ، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و 6 رابطات جهوية .

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962 - 1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر ، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية ، وفي نفس السنة أي عام 1963 كان أول لقاء للفريق الوطني ، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصوله على الميدالية الذهبية (بلقاسم تلي ومزهود لوصيف والجابري عيساني جوان 1997 ، ص 46 ، 47)

3-3 النادي الجزائري لكرة القدم :

جمعية تعنى بالاهتمام بالنشاط الرياضي وتسيير والتنظيم الرياضي في إطار الترقية الخلقية وكذا المستوى بتطوير وجعله يتلائم مع مستلزمات وتطلعات الجماهير الرياضية .

3-3-1- الإطار القانوني للنادي :

النادي الجزائري لكرة القدم هو جمعية منصوص عليها بموجب القانون رقم 90-31 المؤرخ في 04 ديسمبر 1990م ، المتعلق بالجمعيات ، وبموجب الأمر رقم : 95 - 09 في 23 فيفري 1995 المتعلق بتوجيه المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية تنظيمها وتطويرها ، وخاصة المواد 17-18 منه ، وبمقتضى المرسوم الرئاسي رقم 96-01 المؤرخ في 05 جانفي 1996م ، المتضمن تعيين أعضاء الحكومة ، وبمقتضى المرسوم التنفيذي 90/118 المؤرخ في 30 أبريل 1990م المتمم بالمرسوم التنفيذي رقم 94-284 المؤرخ في 22 سبتمبر 1990م الذي يحدد صلاحيات وزير الشباب والرياضة وبمقتضى المرسوم التنفيذي رقم 94-247 المؤرخ في 10 أوت 1994م الذي يحدد صلاحيات وزير الداخلية والجماعات المحلية والبيئة والإصلاح الإداري .

3-3-2- هيكل النادي :

إن النادي الجزائري لكرة القدم يتكون من الهياكل التالية :

- . الجمعية العامة : وهي الهيئة التشريعية في الهيكل التنظيمي للنادي .
- . مكتب النادي : وهو الجهاز التنفيذي للنادي .
- . رئيس النادي .

- . الموظفون التقنيون الموضوعون تحت تصرف النادي طبقا للتنظيم الساري المفعول .
- . اللجان المختصة : تعمل على دعم هياكل النادي في ممارسة مهامه .

3-3-3- مهام النادي :

- من بين المهام الرئيسية للنادي :
- . الاهتمام بالنشاط الرياضي .

- . تسيير وتنظيم الرياضة في إطار التربية الخلقية والروح الرياضية العالية PIPY ، FPIV .
- . تطوير المستوى وجعله يتلاءم مع قطاعات الجماهير الرياضية .

- . الاهتمام بالتكوين منذ الفئات الصغرى

3-4- مدارس كرة القدم :

كل مدرسة تتميز عن أخرى بأنها تتأثر تأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها وكذلك الشروط الاجتماعية والاقتصادية ، والجغرافية التي نشأ فيها في تاريخ كرة القدم نميز المدارس التالية :

- 1 - مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا ، المجر ، التشيك)
- 2 - المدرسة اللاتينية .
- 3 - مدرسة أمريكا الجنوبية . (عبد الرحمن عيساوي 1980 ، ص 72)

3-5- المبادئ الأساسية لكرة القدم :

يتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير ، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة ، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة ، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيف سليم بمختلف الطرق ، ويكتم الكرة بسهولة ويسر ، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبة ، ويجاور عند اللزوم ، ويتعاون تعاوننا تام مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق .

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية إتقانا تاما ، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة ، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة ، كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب .

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي :

استقبال الكرة . المحاورة . المهاجمة . رمية التماس . ضرب الكرة . لعب الكرة بالرأس . حراسة المرمى (حسن عبد الجواد ص 25 ، 27)

3-6- قوانين كرة القدم :

إن الجاذبية التي تتمتع بها لعبة كرة القدم ، خاصة في الإطار الحر (المباريات الغير الرسمية ، ما بين الأحياء) ترجع أساسا إلى سهولتها الفائقة ، فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة ومع ذلك فهناك سبعة عشرة قاعدة (17) لسير هذه اللعبة وهذه القواعد مرت بعدة تعديلات لكن لازالت باقية إلى حد الآن . PIRRE WULLACKI ,médecine du sport , édition vigot , paris , 1990 ,p145

حيث أن أولى صيغ للثبات الأول لقوانين كرة القدم ، أسندوا إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالاً واسعاً للممارسة من طرف الجميع دون استثناء ، وهذه المبادئ حسب سامي الصفار 1982 هي كما يلي:

. **المساواة:** إن قانون اللعبة يمنح لممارسي كرة القدم فرصة متساوية لكي يقوم بعرض مهاراته الفردية ، دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي يعاقب عليها القانون .

. **السلامة :** وهي تعتبر روحا للعبة بخلاف الخطورة التي كانت عليها في العصور الغابرة ، فقد وضع القانون حدودا للحفاظ على صحة وسلامة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد ساحة الملعب وأرضيتها ن وتجهيزها وأيضاً تجهيز اللاعبين من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعاً لإظهار مهاراتهم بكفاءة عالية .

. **التسلية :** وهي إفراح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي ينشدها اللاعب لممارسته للعبة ، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات التي تؤثر على متعة اللعب ، ولهذا فقد وضعوا ضوابط خاصة للتصرفات غير الرياضية والتي تصدر من اللاعبين تجاه بعضهم البعض ... (سامي الصفار 1982 ، ص29).

بالإضافة إلى هذه المبادئ الأساسية هناك سبعة عشر 17 قانون يسيّر اللعبة وهي كالآتي :

3-6-1- ميدان اللعب : يكون مستطيل الشكل ، لا يتعدى طوله 130م ولا يقل عن 100م ، ولا يزيد عرضه عن 100م ولا يقل عن 60م .

3-6-2- الكرة : كروية الشكل ، غطائها من الجلد ، لا يزيد محيطها عن 71سم ، ولا يقل عن 68 سم ، أما وزنها فلا يتعدى 453غ ولا يقل عن 359غ .

3-6-3- مهمات اللاعبين : لا يسمح لأي لاعب بأن يلبس شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر .

عدد اللاعبين : تلعب بين فريقين ، يتكون كل منهما من 11لاعب داخل الميدان ، و 7 لاعبين احتياطيين

3-6-4- الحكم : يعتبر صاحب السلطة لمزاولة قوانين اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه .

3-6-5- مراقبو الخطوط : يعين للمباراة مراقبان للخطوط واجبهما أن يبيّنا خروج الكرة من الملعب ، ويجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة .

3-6-6- مدة اللعب : شوطان متساويان مدة كل منهما 45د ، يضاف إلى كل شوط وقت ضائع ، ولا تزيد فترة الراحة بين الشوطين عن 15دقيقة

3-6-7- ابتداء اللعب : يتقدر اختيار نصفي الملعب ، وركلة البداية ، تحمل على قرعة بقطعة نقدية وللفريق الفائز بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية .

3-6-8- الكرة في الملعب أو خارج الملعب : تكون الكرة خارج الملعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو خط التماس ، عندها يوقف الحكم اللعب وتكون الكرة في الملعب في جميع الأحوال الأخرى من بدء المباراة إلى نهايتها .

- 3-6-9- طريقة تسجيل الهدف :** يحتسب الهدف كلما تجتاز الكرة كلها خط المرمى ، بين القائمين وتحت العارضة
- 3-6-10- التسلسل :** يعتبر اللاعب متسللاً إذا كان أقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة . (علي خليفة المنشري وآخرون 1987 ، ص 255).
- 3-6-11- الأخطاء وسوء السلوك :** يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية :
- . ركل أو محاولة ركل الخصم
 - . عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاعه أو محاولة ذلك باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه .
 - . دفع الخصم بعنف أو بحالة خطيرة .
 - . الوثب على الخصم .
 - . ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد ،
 - . مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع .
 - . يمنع لعب بالكرة باليد إلا لحراس المرمى .
 - . دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه ... (سامي الصفار : " كرة القدم ، ص 30).
- 3-6-12- الضربة الحرة :** حيث تنقسم إلى قسمين : مباشرة وهي التي يجوز فيها إصابة الفريق المخطئ مباشرة ، وغير مباشرة وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر .
- 3-6-13- ضربة الجزاء :** تضرب الكرة من علامات الجزاء ، وعند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء .
- 3-6-14- رمية التماس :** عندما تخرج الكرة بكاملها عن خط التماس .
- 3-6-15- ضربة المرمى :** عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى في ما عدا الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المهاجم .
- 3-6-16- الضربة الركنية :** عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى في ما عدا الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المدافع .
- 3-6-17- الكرة في اللعب أو خارج اللعب :** تكون الكرة خارج اللعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو التماس ، عندها يوقف الحكم اللعب وتكون الكرة في اللعب في جميع الأحوال الأخرى من بدء المباراة إلى نهايتها .

3-7- متطلبات كرة القدم :

3-7-1- الجانب البدني :

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبنى عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم ، والتي تعد أحد أساسيات المباراة ، لما تتطلبه من جري سريع لمحاولة الاستحواذ على الكرة قبل الخصم ، والأداء المستمر طوال زمن المباراة 90 دقيقة ، والذي قد يمتد أكثر من ذلك في كثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات ، والوثب لضرب الكرة بالرأس وتكرار الجري للاشتراك في الهجوم والدفاع بفعالية (حسن عبد الجواد ص 177).

ولذا يجب أن يتصف لاعب الكرة بدرجة عالية بكل ما تحتاجه المباراة والعمل على رفع كفاءته حتى يتمكن من تنفيذ المهام المهارية والخططية المختلفة بفعالية ، فقد أصبح حالياً من واجب الهجوم الاشتراك في الدفاع في حالة امتلاك الكرة لدى الخصم ، وأيضاً من واجب الدفاع المساعدة في الهجوم عند امتلاك الفريق للكرة (ريسان خريط.1998.ص53) يعتبر الإعداد البدني أحد عناصر الإعداد الرئيسية ، وأولها في فترة الإعداد أو على وجه الخصوص ، ويقصد به كل العمليات الموجهة لتحسين قدرات اللاعب البدنية العامة والخاصة ورفع كفاءة أجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها ، وتؤدي تدريبات الإعداد البدني على مدار السنة بكاملها حيث تدخل ضمن محتويات البرنامج التدريبية بشكل أساسي من خلال وحدات التدريب اليومية ، ونجد نوعين من الإعداد البدني : إعداد بدني عام وإعداد بدني خاص

3-7-1-1- الإعداد البدني العام : (préparation physique générale)

هو التطور الجيد للصفات الحركية بدون التوجه إلى رياضة معينة ، ويمثل مرحلة بسيطة خاصة بتطوير الصفات البدنية الهامة الذي يخضع طيلة هذه المرحلة لتمرينات موجهة إلى تطور الصفات الحركية ، المقاومة ، القوة ، المرونة... الخ ويسمح لنا هذا النوع من التحضير البدني من دعم وتقوية عمل الأجهزة العضلية والمفصالية وكذا الأجهزة الفيزيولوجية الجهاز الدموي التنفسي و الجهاز العصبي (MICHEL PRADET 1997, p22)

3-7-1-2- الإعداد البدني الخاص : (préparation spécifique)

الإعداد البدني الخاص يقصد به تقوية أنظمة وأجهزة الجسم وزيادة الإمكانيات الوظيفية والبدنية طبقاً لمتطلبات المباراة في كرة القدم ، أي تطوير الصفات المميزة للاعب الكرة مثل العمل الدوري التنفسي ، والسرعة الحركية وسرعة رد الفعل ، والمرونة الخاصة والسرعة لمسافات قصيرة والقوة المميزة للسرعة للرجلين والرشاقة وتحمل السرعة... الخ .

هذه الصفات مرتبطة مع بعضها فمثلاً العدو لمسافة 30 متراً لتحسين السرعة ، أو الجري لمسافة محدودة بالتناوب أو تبادل الخطوة لتطوير التحمل الدوري التنفسي ، وتقل تدريبات الإعداد البدني الخاص بداية فترة الإعداد مقارنة للإعداد العام ، إذ تصل إلى أعلى نسبة لها في مرحلة الإعداد الخاص والاستعداد للمباريات (أمر الله أحمد البساطي 2000 ص 63)

3-7-2 الجانب النفسي: هنالك عناصر عديدة يجب أن ينتبه إليها المدرب عند تطويره للناحية النفسية للاعب وأهمها

3-7-2-1- حب اللاعب للعبة :

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

3-7-2-2- الثقة بالنفس :

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

3-7-2-3- التحمل وتمالك النفس :

إن لعبة كرة القدم تلقي واجبات كبيرة على اللاعب ولذلك فعليه أن يتحمل الضغط النفسي الذي تسببه الفعاليات المتتالية وكثيراً من الأحيان لا يستطيع اللاعب أداء ما يريد ، وأن الخصم يقوم بما لا يرضاه بما لا يرغب لتسجيل إصابة ، ولذلك على اللاعب بعد كل نشاط جزئي أن يتمالك نفسه (حنفي محمود مختار ، ص288) .

3-7-2-4- المثابرة :

على لاعب كرة القدم أن لا يتوقف إذا فشلت فعالية من فعاليته ، وعليه أن يثابر للحصول على نتيجة أحسن ، وإذا استطاع أن يسجل إصابة في هدف الخصم فإنه يجب أن يستمر على المثابرة لتسجيل إصابة أخرى (رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق ، 1998ص21-22) .

3-7-2-5- الجرأة (الشجاعة وعدم الخوف) :

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

3-7-2-6- الكفاح :

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

3-7-2-7- التصميم :

وهي صفة أخرى لها قيمتها في أداء الفريق عامة واللاعب خاصة ، فالتصميم يعني إصرار اللاعب على أداء واجبه المهيومي والدفاعي في كل لحظة من لحظات المباراة وعدم التأثر بالصعوبات التي تقابله أثناء المباراة وخاصة إن لم تكن نتيجة المباراة في صالح فريقه ففي مثل هذه الحالة يلعب الإصرار والتصميم دورا هاما في رفع الروح المعنوية للفريق (رشيد الدليمي ولحمر عبد الحق 1998 ، ص21-22 .)

4 - الدراسات السابقة:

"تعتبر الدراسات السابقة أساس و مصدر لكل باحث، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى و تمهيد لبحوث قادمة، وهذا ما نجده في خصائص البحث العلمي أنه تكاملي البناء، فكل بحث هو عبارة عن حلقة من حلقات سلسلة البحث العلمي، أما فيما يتعلق بهذا الموضوع يمكن القول أن الأبحاث والدراسات التي تطرقت إلى مثل هذه المواضيع في بلادنا قليلة جدا إن لم نقل معدومة، لكن هناك بعض الدراسات المشابهة والتي نوجزها فيما يلي:

4-1دراسة الأستاذ بورنان شريف مصطفى بعنوان قلق المنافسة الرياضية و علاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر "فرق القسم الوطني الأول" 2012

هدفت هذه الدراسة إلى : الوقوف على معرفة أبعاد قلق المنافسة و دافعية الانجاز التي تميز رياضيي كرة القدم المستوى الأول -صنف أكابر- و التعرف على العلاقة بين المتغيرين و كذا معرفة الفروق من خلال الخبرة و نتائج الفريق تمثلت تساؤلات الدراسة في : 1/ما هو بعد قلق المنافسة الذي يمكن استخلاصه كصيغة نموذجية عامة لدى لاعبي كرة القدم المستوى الأول -صنف أكابر-؟ و إلى أي مدى تتباين أبعاد قلق المنافسة في ضوء مقياس "مارتنز" و زملائه 1990 ؟

2/ ما هي أبعاد دافعية الانجاز التي تميز رياضيي كرة القدم المستوى الأول -صنف أكابر- في ضوء مقياس "جو ولس" ؟

3/هل توجد علاقة ارتباطيه بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز ؟

4/هل هناك فروق في دافعية الانجاز بين لاعبي كرة القدم ذوي المستوى المنخفض و ذوي المستوى المرتفع في قلق المنافسة؟

5/هل يختلف قلق المنافسة باختلاف الخبرة و نتائج الفريق عند لاعبي كرة القدم ؟

استخدم الباحث المنهج الوصفي لعينة مختارة عشوائيا كما استخدم قائمة حالة قلق المنافسة الرياضية ل"مارتنز و زملائه" و قائمة دافعية الانجاز الرياضي ل"جو ولس" من أبرز النتائج الذي توصل إليها :

- وجود علاقة ارتباطيه بين القلق بأنواعه (البدني . المعرفي) و دافعية الانجاز ، وجود علاقة ارتباطيه بين الثقة بالنفس و دافعية الانجاز و كذلك وجود علاقة بين أبعاد قلق المنافسة و أبعاد دافعية الانجاز (دافع انجاز النجاح و دافع تجنب الفشل) . كما اقترح الباحث في المرحلة الختامية

- توفير مختصين نفسانيين في الأندية الرياضية

- إعادة نفس الدراسة مع التغيير في العينة و نوع الرياضة للوصول إلى نتائج حسب المجال

*كما ذكرنا سابقا فإن قلق المنافسة يعتبر إحدى العوامل الأساسية التي تغير في حالة الاستثارة الانفعالية للاعب أي أن دراسة علاقة قلق المنافسة بدافعية الإنجاز و لدى لاعبي كرة القدم (القسم الوطني الجزائري الأول) يعتبر إضافة كبيرة لدراستنا لفهم المسار العلمي و حتى تعديله و توجيهه للحصول على نتائج أدق .

4-2 دراسة الدكتور "شيماء على خميس" بعنوان ' الاستثارة الانفعالية و علاقتها بالذات المهارية للاعبين بعض فرق الكرة الطائرة الشباب'

و كان الهدف العام من الدراسة هو التعرف على الاستثارة الانفعالية و الذات المهارية و العلاقة بينهما عند لاعبي كرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط لموسم 2009-2010 و تمثلت تساؤلات الدراسة في :

- هل توجد علاقة ارتباطيه بين الابتهاج و الذات المهارية للاعبين بعض فرق الكرة الطائرة الشباب
- هل توجد علاقة ارتباطيه بين حالة التوتر و الذات المهارية للاعبين بعض فرق الكرة الطائرة الشباب

و استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح لعينة تتكون من 78 لاعب (6 فرق من 12) تم اختيارها عشوائيا بواسطة القرعة . تم استخدام الاستبيان (مقياس الاستثارة الانفعالية و مقياس الذات المهارية) توصلت إلى استنتاجات التالية :

➤ امتلاك لاعبي الكرة الطائرة الشباب استثارة انفعالية مرتفعة

➤ امتلاك لاعبي الكرة الطائرة الشباب ذات مهارة منخفضة

➤ هناك علاقة عكسية بين الذات المهارية و الاستثارة الانفعالية لعينة البحث

أما فيما يخص أهم التوصيات فكانت كما يلي :

✓ على المدرب الاهتمام بجانب الاعداد النفسي للاعب من أجل التحكم بمستوى الاستثارة الانفعالية و الأداء المهاري و جعلها بالمستوى الجيد الذي يحقق المستويات العالية .

✓ جعلهم يستفيدون من المشاركات السابقة في تحسين مستوى الاستثارة الانفعالية و عدم التأثر بحالات الفشل و التي تؤثر سلبا.

✓ اعتماد إحدى وسائل التدريب العقلي لخفض مستوى الاستثارة الانفعالية للاعب و تعديلها إلى المستوى الجيد و ذلك بعد نهاية الإحماء و بداية المنافسة .

* تشابهت هذه الدراسة مع دراستنا الحالية في عنصر الاستثارة الانفعالية و هذا يسهل علينا الاستفادة من بعض التعريفات و المفاهيم المتعلقة بهذا العنصر ، و نلاحظ أن الاختلاف يكمن في الذات المهارية و كذلك نوع الرياضة و بالرغم من هذا فقد استخدمت بعض خطوات هذه الدراسة للوصول إلى أهداف دراستي.

3-4 دراسة رامي صالح حلاوة بعنوان "الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية و علاقتها بالمستوى الرقمي لدى لاعبي ألعاب القوى العرب" 2008 و التي هدفت إلى معرفة مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية للاعبي ألعاب القوى تبعاً للمسابقة و نوعها و العلاقة بينها و بين المستوى الرقمي في تلك المسابقات حيث تمثلت تساؤلاته في: - ما مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية للاعبي ألعاب القوى تبعاً للمسابقة ونوعها؟

- هل توجد فروقات داله إحصائياً في مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية بين لاعبي ألعاب القوى تبعاً لنوع المسابقة؟

- هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية و المستوى الرقمي في مسابقات ألعاب القوى؟

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، عينة عمدية اشتملت 90 لاعب، كما استعمل مقياس الأعراض النفس جسمية ثم اعتمد على النتائج النهائية لفعاليات بطولة عمان تم الوصول إلى النتائج التالية:

- تتفاوت حدة و مستوى الأعراض النفس جسمية التي تسبق المنافسة الرياضية لدى لاعبي ألعاب القوى بين عالية و منخفضة وذلك حسب طبيعة المسابقة ومدتها. كذلك فإن حدة و مستوى الأعراض النفس جسمية لدى لاعبي مسابقات ألعاب القوى التي زمن أدائها قليل و تتطلب شدة عالية في الأداء خلال المنافسة كانت أعلى من غيرها من المسابقات. - إن زيادة حدة الأعراض النفس جسمية تؤثر سلباً على المستوى الرقمي في أغلب فعاليات ألعاب القوى قيد الدراسة.

التوصيات

وفي ضوء إستنتاجات الدراسة يوصي الباحث بما يلي :

-وضع البرامج التدريبية التأهيلية لمسابقي ألعاب القوى لزيادة خبرتهم والعمل على إعدادهم نفسياً لتخطي الضغوطات والأعراض النفس جسمية التي تعيق الإنجاز الرياضي.

أن يكون مستوى الإعداد النفسي للاعبين بمستوى يوازي مستوى المنافسة التي يشارك بها.

عمل دراسات مشابهة لقياس مستوى الأعراض النفس جسمية على لاعبات ألعاب القوى، و بإشراك مؤشرات و متغيرات أخرى مثل العمر التدريبي والخبرة

* إن أهم ما تطرقت إليه هذه الدراسة هي الأعراض النفس جسمية و التي تلعب دوراً هاماً في التنبؤ لحالة الاستثارة الانفعالية و التي تعتبر إحدى عناصر دراستنا . اختلفت في نوع الرياضة (مجتمع العينة)

4-4 دراسة د / محمد أحمد عبد الله إبراهيم بعنوان قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى الصفوة من لاعبي كرة السرعة 2003 استهدفت التعرف على العلاقة بين أبعاد قلق المباراة الرياضية (المعربي - البدني - الثقة بالنفس) ودافعية الانجاز الرياضي تمثلت تساؤلات الدراسة في :

1/ هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (معربي، بدني و الثقة بالنفس) و بعد دافع انجاز النجاح لدى لاعبي الصفوة من لاعبي كرة السرعة.

2/ هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (معربي، بدني و الثقة بالنفس) و بعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي الصفوة من لاعبي كرة السرعة.

استخدم الباحث المنهج الوصفي بإتباع الأسلوب المسحي لعينة مختارة عشوائيا للاعبي كرة السرعة قدرت ب 47 لاعب

استخدم الباحث الأدوات التالية أجهزة (أجهزة كرة السرعة ، ساعة إيقاف رقمية مزودة بذاكرة) والاختبارات النفسية قائمة حالة قلق المنافسة و مقياس دافعية الانجاز الرياضي

توصل الباحث إلى نتائج من أهمها :

➤ أشارت نتائج الجدول إلى وجود علاقة بين بعد دافع إنجاز النجاح وبعده القلق المعربي.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن بعد القلق المعربي كلما زاد دل على عدم القدرة على التركيز والتوقع السلبي وتصور الفشل، ولذا يعد هذا البعد . البعد السالب في دافع إنجاز النجاح، فكلما قل القلق المعربي كلما كان اللاعب أكثر توجهاً نحو دافع إنجاز النجاح.

أما أسفرت نتائج أحد الجداول عن وجود علاقة ارتباطيه بين بعد دافع انجاز النجاح وبعده القلق البدني والثقة بالنفس لمقياس قلق المباراة الرياضية، ويعزى الباحث هذه النتيجة إلى أن لاعبي كرة السرعة يمرون بانفعال القلق البدني ولكن بدرجات متفاوتة منها المعسر للأداء، ومنها الميسر له، كما قدم بعض التوصيات نذكر منها :

- ضرورة اهتمام مدربي كرة السرعة بالوصول للاعب إلى حالة القلق الميسر و التي لها تأثير فعال على دافعية الانجاز .

- الاهتمام بالتعرف على توجهات الناشئين في رياضة كرة السرعة نحو دافعية الانجاز "انجاز النجاح و تجنب الفشل باعتبارها أحد الأبعاد النفسية الهامة و التي ترتبط ارتباطا وثيقا باستعدادهم للإحجام اتجاه مواقف الإنجاز الرياضي.

* لقد ركز الباحث في دراسته على بعدي انجاز النجاح و تجنب الفشل ما جعل التساؤلات الجزئية لدراسته تتشابه مع تساؤلات دراستنا ما يمكننا الاستفادة من طريقة تعامله مع تلك الأبعاد . وكذلك حالة القلق التي إحدى عناصر الاستشارة الانفعالية ، فنجد أن الاختلاف يكمن في المجتمع الأصلي و المتمثل في لاعبي كرة السرعة .

1-الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1 الاستشارة الانفعالية:

1-1-1 تعريفها اللغوي :

أ/ الاستشارة معنى تارَ في المعجم الوسيط: نُورَانًا، وَتُورًا، وَتُورَةً: هَاجَ وَانْتَشَرَ.

يقال: تار الدُّحَانُ والغَبَارُ، وتار الدَّمُ بفلان، وتارت به الحَصْبَةُ، وتار به الشَّرُّ والعَصَبُ (الانفعال). وتار الماء من بين كذا: نَبَعَ بِقُوَّةٍ وَشِدَّةٍ. وتار به الناسُ: وَثَبُوا عَلَيْهِ. أَثَارَهُ إِثَارَةً، وَإِثَارًا: هَيَّجَهُ وَنَشَّرَهُ (نفسيا) حالة انفعال أو تلهُّف

ب/ الانفعال : " حالة نفسية جسمية تأثره يضرب لها الإنسان كله جسما و نفسا أو أنه حالة من الاهتياج العام تفصح عن نفسها في شعور الفرد و جسمه و سلوكه و لها القدرة على تحفيزه على النشاط.

و يتفق (آرنوف و لندال دافيفوف) على أن الانفعالات حدث داخلي لأن الحدث قد يثير بدوره مظهرها خارجيا يدل عليه و أحيانا ينزع للظهور فجأة و يصعب التحكم به و غالبا ما يواجه لاعب كرة القدم أو الرياضي بمثل هذه الحالة أثناء ممارسة النشاط الرياضي أو في المنافسة الرياضية (المباريات) و نادرا ما ينفعّل الرياضي بمستوى معين حسب ظروف و متطلبات تلك اللعبة (و يعد النشاط الرياضي حالة إغناء لموقف و مسار الانفعالات الشديدة لأنها تسبب الحالات المناسبة التي يمر بها اللاعب) ". (دوفاء درويش 2014)

2-1-1 التعريف الاصطلاحي:

يشير DAVID KAUSS أن الاستشارة الانفعالية في المجال الرياضي نتاج انفعالات نوعية عديدة كالخوف؛ الغضب؛ والثقة؛ وان متطلبات كل نشاط رياضي تختلف عن النشاط الآخر فيما يتعلق بمستوى الاستشارة الذي يحقق أفضل أداء كما يلي:

أولاً: الأنشطة البسيطة السهلة والتي تتطلب القوة العضلية والسرعة والتحمل تحتاج لمستوى مرتفع من الاستشارة الانفعالية. كما أن أنشطة الوثب الطويل؛ دفع الجلة؛ السباحة والمنازلات كالمصارعة تتطلب درجة تكاد تكون مرتفعة.

ثانياً: الأنشطة الرياضية التي تتطلب مهارات حركية معقدة خلال الأداء كما أنها تتطلب توافق ودقة في الأداء فهي تتطلب استشارة منخفضة لتحقيق أفضل أداء كمهارات الرمية الحرة في السلة؛ وضربة الجزاء في كرة القدم و الرماية. ثالثاً: غالبية الأنشطة الرياضية التي تجمع ما بين القوة؛ السرعة؛ الدقة؛ التركيز والتوافق في الأداء مثل مهارات الملاكمة؛ الوثب العالي فان الدرجة المتوسطة من الاستشارة الانفعالية تناسبها لتحقيق أفضل أداة. (عبد العزيز عبد المجيد محمد 2005م ص90-91)

1-1-3 تعريف الإجرائي: حالة تنشيط تخضع لها الأعضاء و الميكانيزمات تحت سيطرة الجهاز العصبي الأوتونومي

لها درجات مختلفة و متفاوتة حسب الفروق الفردية و المواقف. الاستشارة درجة التنشيط لأعضاء وآليات الجسم التي تكون تحت سيطرة الجهاز العصبي المستقل

1-2-2 دافعية الانجاز

1-2-1-1 التعريف اللغوي

دافعية [مفرد]: مصدر صناعي من دافع: رغبة.

• الدافعية اللاشعورية: (نف) الرغبة الجارفة التي لا يدري الفرد عنها شيئاً ولكنها تؤثر فيه لكي يسلك سلوكاً معيناً قد يكون ضد إرادته.

1-2-2-2 التعريف اصطلاحى

تعرف دافعية الانجاز بأنها استعداد اللاعب للاقتراب من موقف المنافسة إيجابيا و يتضمن ذلك عدة مفاهيم مثل الرغبة في التفوق و السعي الحاد المخطط واقعا لإنجاح النجاح في المنافسة الرياضية و بناء الأهداف الدافعية من خلال مستويات الطموح الإيجابية(محمود عبد الفتاح عنان 1990 ص123)

و يشير كوكس COX 1994 إلى أن استعداد اللاعب قد يكون سلبيا بالعمل على تحاشي موقف المنافسة أو الانسحاب من الموقف التنافسي أمام جزء كبير من حياتهم لإنجاز أهداف معينة .

نقصد بدافعية الانجاز بأنها عملية استثارة السلوك و المحافظة عليه لتحقيق هدف(صالح أبو جادو .2000. ص 330)

كذلك تعني "الرغبة و السعي للتغلب على الصعوبات و العوائق لتحقيق النجاح في الأداء (رفقة خليفة سالم. 2000 ص 21)

1-2-3-1 التعريف الإجرائى:

دافعية الإنجاز عبارة عن قوة تؤثر و تستثير سلوك اللاعب لمواجهة التحديات الرياضية و التغلب عليها من خلال التصميم و المثابرة لتحقيق المستويات العالية.

1-3-1 الدافعية نحو انجاز النجاح

وهي الحاجة لتحقيق النجاح والفوز في المنافسات الرياضية ومحاولة بذل قصارى الجهد في المنافسة الرياضية و مواجهة تحدي المنافسين والتدريب الشاق المتواصل للوصول للتفوق الرياضي.

1-4-1 الدافعية نحو تجنب الفشل

هي الحاجة للابتعاد و عدم ملامسة الخسارة و الفشل في المنافسات الرياضية و بذل مجهودات جبارة لتحقيق ذلك المتبغى يمتاز بها اللاعبين الذين لا يتقبلون الهزيمة

1-3-1 كرة القدم :

1-3-1-1 التعريف اللغوي :

كرة القدم " Football " هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بالـ " Regby " أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها كما تسمى " Soccer ... "

1-3-1-2 التعريف الاصطلاحي :

كرة القدم هي رياضة جماعية ، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل ، كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع ... (حسن عبد الجواد ص 50 ، 52).

وقبل أن تصبح منظمة ، كانت تمارس في أماكن أكثر ندرة (الأماكن العامة ، المساحات الخضراء) فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء ، حيث رأى ممارسوا هذه اللعبة أن تحويل كرة القدم إلى رياضة انطلاقاً من قاعدة أساسية .

ويضيف " جوستاتيسي " سنة 1969 أن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة وذلك فوق أرضية ملعب مستطيلة .

1-3-1-2 التعريف الإجرائي :

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

1-4 الفئة العمرية من 16 إلى 18 سنة "سن المراهقة"

1-4-1 التعريف اللغوي:

أ- لغة: إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXERE ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي والاجتماعي- (محمد مصطفى زيدان- نبيل السمالوطي 1985، ص153).

- وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء اللغة العربية هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنا من.

1-4-2 التعريف الاصطلاحي : المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها

الطفل وهو الفرد غير الناضج انفعاليا، جسميا وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج فهي لهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها. (راجح تركي ، 1990 ، ص241-242)

كما تستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج. فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11-21 سنة ولذلك تعرف المراهقة أحيانا باسم (المرحلة العشارية) ويعرف المراهقون بالعشاريين(حامد عبد السلام زهران ، ص323).

1-4-3 التعريف الإجرائي:

مرحلة عمرية تمتاز بتغير جسمي و نفسي و فسيولوجي للإنسان و هي المرحلة الأهم من الناحية التربوية تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد ، يؤكد الأخصائيين النفسانيين أنها محطة تغير في السيرة و الشخصية للفرد .

1-4-4 المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة ، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية ، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع حنين آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو الجنسي ، العقلي ، الاجتماعي ، الانفعالي والفسولوجي والنفسي ، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة .

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية ، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء ، لتصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما وملائمة .

2- إشكالية الدراسة:

أصبحت رياضة كرة القدم إحدى الرياضات الأكثر شعبية في العالم ، بحيث توليها الجماهير ووسائل الإعلام أهمية بالغة ، وظهرت رسمياً في القرن 19م ومع بداية القرن 20م بدا الاهتمام بهذه الرياضة يتزايد في العالم ، وقد شهدت هذه الرياضة تطوراً فيما يخص القوانين وطرق التدريب والتكوين ، سواء فيما يتعلق الأمر بالفنيين و اللاعبين ، وظهرت بحوث تهتم باللاعبين والعوامل المؤثرة على أدائهم فنياً ، بدنياً ونفسياً والتي تنعكس على مردودهم في المنافسات .

وهذه الرياضة لا تتطلب التحضير والتدريبات البدنية والفنية فقط ، وإنما يلعب التدريب النفسي دوراً هاماً في تطوير العمليات النفسية للاعبين منه الانتباه ، التصور الحركي ، القدرة على الاستجابة الحركية ، الإدراك النفسي الحسي ، وتنمية ذكائهم ومزاجهم مع تحكم في الانفعالات و توجيهها ... الخ ، وذلك من خلال المعرفة المسبقة للسلوكيات النفسية للاعبين بالإضافة إلى حسن قيادة الدافع والحوافز وهو ما ينتج أكثر فرص النجاح في المنافسات الرياضية و يجنبهم الفشل .

إن للإعداد النفسي دور كبير في تحديد مستوى الاستعداد التام و تجاوز الحالات المختلفة التي يمر بها ، ومن خلال ملاحظتي لتعرض لاعبي كرة القدم في المباريات لدرجات مختلفة من الاستثارة الانفعالية و في نفس الوقت ملاحظة حدوث تغيرات في مستوى دافعية الانجاز لديهم زادني رغبة في محاولة الإجابة على التساؤلات التي شغلت ذهني ألا و هي .

التساؤل العام

هل توجد علاقة ارتباطية بين الاستثارة الانفعالية و دافعية الانجاز للاعبين فريق مولودية العلمة لكرة القدم أقل من 18 سنة؟

التساؤلات الجزئية

أ/هل توجد علاقة ارتباطية بين الاستثارة الانفعالية و الدافعية نحو انجاز النجاح للاعبين فريق مولودية العلمة لكرة القدم أقل من 18 سنة؟

ب/هل توجد علاقة ارتباطية بين الاستثارة الانفعالية و الدافعية نحو تجنب الفشل للاعبين فريق مولودية العلمة لكرة القدم أقل من 18 سنة ؟

3- أهداف الدراسة :

- معرفة درجات الاستشارة الانفعالية للاعب كرة القدم لفريق مولودية العلمة .أقل من 18 سنة
- معرفة دافعية الانجاز للاعب كرة القدم لفريق مولودية العلمة أقل من 18 سنة
- معرفة العلاقة التي تربط بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز لاعبي كرة القدم لفريق مولودية العلمة أقل من 18 سنة.

4- أهمية الدراسة :

تلعب دافعية الانجاز دورا مهما في رفع مستوى أداء الفرد و إنتاجيته في مختلف الأنشطة الرياضية و هذا ما أكده ماكيليلاند و آخرون و حتى نصل باللاعب إلى أعلى مستوى من الإعداد و التحضير البدني و الذهني فلا بد من وجود تكامل بين جوانب التحضير "البدني ،التقني ،الخططي و النفسي" ، فالرياضي الذي يصل إلى هذا المستوى هو الرياضي الذي يملك ارادة كبيرة و دافعية انجاز قوية ،لذا يجب على المدرب و المحضر النفسي محاولة إيجاد المثيرات الانفعالية و المحفزات النفسية أو المادية التي تمكنه في الوصول إلى درجة مثلى من التحضير بأنواعه.

و هنا تكمن أهمية دراستنا و التي نحاول من خلالها معرفة كيفية زيادة الدافعية نحو انجاز النجاح و تجنب الفشل عن طريق التحكم في الاستشارة الانفعالية .

5- فرضيات الدراسة :**5-1الفرضية العامة :**

✓ توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز للاعب فريق مولودية العلمة لكرة القدم

أقل من 18 سنة .

5-2الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية وبعد دافع انجاز النجاح للاعب فريق مولودية العلمة لكرة القدم أقل من 18 سنة .

- توجد علاقة بين الاستشارة الانفعالية وبعد دافع تجنب الفشل للاعب فريق مولودية العلمة لكرة القدم أقل من 18 سنة

1- الدراسة الاستطلاعية :

قبل الشروع في توزيع استمارة الاستبيان (المقياسان) قمنا بعدة خطوات تمهيدية والمتمثلة في التعرف على ميدان العمل وذلك بزيارتنا للفريق الرياضي لكرة القدم المراد دراسته (MCEE) قصد الحصول على المعلومات والبيانات للتأكد من الظاهرة المدروسة والاستعانة بها في الدراسة الميدانية، ومعرفة الإمكانيات المادية والبشرية للفريق، ومعرفة العراقيل التي تواجهها، بالإضافة إلى مقابلة المدربين والتشاور معهم ولأخذ موافقتهم على الدراسة الميدانية وآرائهم حول موضوع الدراسة، وكذلك تحديد عينة البحث وضبطها والتي تمثل المجتمع الأصلي، وكذلك ضبط متغيرات الدراسة.

2- منهج الدراسة :

1-2 المنهج الوصفي: المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج (محمد أزهري السماك وآخرون، 1980، ص42)

و قد عرفه (محمد حسن علاوي ص 276) بأنه : منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر كما أن هذا المنهج يمثل الاقتراب الأكثر لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة علمية و نظرية ، بالإضافة إلى إسهامه في تقديم البحث العلمي في العلوم الإنسانية و الاجتماعية ،ومن بينها الرياضة "

2-2 المنهج المسحي : من أنواع البحث الوصفي المشهورة و الكثيرة الاستعمال في البحث التربوي البحث المسحي و المسح هو محاولة لتحليل و تفسير و عرض واقع الحال لأفراد في مؤسسة كبيرة أو لمجموعة كبيرة نسبيا من الأفراد في منطقة معينة، من أجل توجيه العمل في الوقت الحاضر و في المستقبل القريب. (مصطفى فؤاد عبيد 2003 ص19)

2-3 عناصر الدراسة:

1-3-2 المتغير المستقل : وهو "الذي يؤدي التغير في قيمته إلى التأثير في قيم متغيرات أخرى لها علاقة به ". وحدد متغير المستقل في دراستنا "الاستشارة الانفعالية".

2-3-2 المتغير التابع :

هو الذي تتوقف قيمة متغيرات أخرى و معنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع . وحدد في دراستنا ب "دافعية الانجاز" .(وجيه محبوب 1988، ص135).

3-مجتمع و عينة الدراسة :

عينة البحث وكيفية اختيارها: "العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث" (رشيد زرواتي ، 2007، ص334).

نوع العينة : عينة مقصودة العينات المقصودة هي العينات التي يتم انتقاء أفرادها بشكل مقصود من الباحث نظرا لتوافر بعض الخصائص في أولئك الأفراد دون غيرهم و لكون تلك الخصائص هي من الأمور الهامة بالنسبة للدراسة. كما يتم اللجوء لهذا النوع من العينات في حالة توافر البيئات اللازمة للدراسة، كما يتم اللجوء لهذا النوع من العينات في حالة توافر البيئات اللازمة للدراسة لفئة محددة من مجتمع الدراسة الأصلي . (محمد مجيدات. محمد ابو نصار. مقنة مبيضين 1999 ص 96)

• 1-3 مجتمع الدراسة : لاعبي كرة القدم فئة أوسط (من 16 إلى 18 سنة) القسم المحترف الأول (الدوري الجزائري).

• 2-3 عينة الدراسة : 20 لاعب من فريق مولودية العلةمة فئة الأواسط (من 16 إلى 18 سنة) .

4- أدوات جمع البيانات و المعلومات :

• 1-4 مقياس الاستشارة : قام الدكتور عصام محمد عبد الرضا باعداد مقياس الاستشارة الانفعالية و الذي يتألف من 31 فقرة يجيب عنها المختبر و حين عرض على بعض الخبراء و المختصين قاموا بإجراء بعض التعديلات البسيطة و ظهر في صورته النهائية كما في الملحق.

الرقم	محتوى العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	أشعر بالاستقرار النفسي عندما أستخدم تمارين الاسترخاء	0.883	0.000
02	أحقق أفضل أداء عندما أكون هادئا	0.732	0.000
03	أفضل الفوز على الهزيمة في المباريات المهمة	0.898	0.000
04	يزداد قلقي عندما أتعرض لإصابة	0.893	0.000
05	يثيرني الحكم الذي يخطأ	0.873	0.000
06	أصلي لله داعيا النجاح و الفوز	0.946	0.000
07	أرتاح عندما ينصحن زملائي في اللعب	0.837	0.000
08	أتوتر و أضطرب عند التفكير في أهمية المقابلة	0.737	0.000
09	نقد المدرب لي يجعلني لست مركزا و لا منتبها في المباراة	0.880	0.000
10	أذهب إلى المرحاض كثيرا قبل المباراة	0.808	0.000
11	أتألم و أتأثر من صيحات اللاعبين السفهية	0.848	0.000

0.000	0.834	أشعر بالثقة في النفس عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة	12
0.007	0.661	أحقق أفضل أداء عندما يشجعني المدرب	13
0.000	0.709	تزداد استشارتي عندما يكون (المسير، الإداري،) غير رياضي	14
0.000	0.789	أتصور في ذهني خطة اللعب قبل تنفيذها	15
0.000	0.783	ألوم نفسي عند ارتكاب خطأ حتى ولو كان بسيطا	16
0.000	0.632	اهتمام المدرب بخطة اللعب يجعلني أكثر تفكيراً بأهمية المباراة	17
0.000	0.898	صاحتي مع زملائي قبل المباراة تدعمني و تقويني	18
0.000	0.693	أطمئن نفسيا عندما ألع مع فريق يفهم قانون اللعبة جيدا	19
0.000	0.873	أقدم أداء أفضل عندما يشاهدني أبي، إخوتي و أصحابي	20
0.000	0.946	أشعر بالنرفزة عندما تكون توجيهات المدرب غير مجدية	21
0.000	0.837	يثيرني الحكم الذي يخطأ و يتسبب في هزيمتنا	22
0.000	0.837	أطمئن نفسيا عندما يهتم بي المسؤولين كثيرا قبل، أثناء و بعد المباراة	23
0.000	0.680	لا أرتاح لتحيز الإداريين لبعض اللاعبين	24
0.000	0.708	أكون سعيدا عند مشاركتي في مباراة متكافئة المستوى	25
0.000	0.844	أطمئن نفسيا عندما أشاهد جماهير تناصر فريقنا	26
0.000	0.834	مع قرب موعد المباراة تزداد ضربات قلبي	27
0.007	0.661	أبذل جهدا مميذا في المباراة المهمة	28
0.000	0.909	أستمتع بالمباراة أكثر من التدريب	29
0.000	0.782	أندم على تكرار نفس الأخطاء التي ارتكبتها سابقا في المباراة	30
0.000	0.713	أفكر دائما في كيفية الأداء في الوقت المطلوب	31

معاملات الارتباط في مقياس الاستشارة الانفعالية تتراوح بين (0.661-0.946) وتعتبر دالة عند مستوى الدلالة (0.05) وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه
مقياس دافعية الانجاز :

قام جو ولس 1982 بتصميم مقياس نوعي خاص بالمجال الرياضي لمحاولة قياس دافعية الانجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية ، و يتضمن المقياس ثلاث أبعاد أساسية إلا أننا اكتفينا ببعدين في دراستنا ألا وهما :

- دافع انجاز النجاح و - دافع تجنب الفشل

تتضمن القائمة الأصلية 40 عبارة و لكن مع العمل مع مختصين في المجال تم الاستبقاء على 20 عبارة كما في الملحق بعد أن قام محمد حسن علوي بتعريبها

الرقم	محتوى العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	أجد صعوبة في محاولة النوم بعد خسارة المباراة	0.665	0.000
02	يعجبني اللاعب الذي يزيد في ساعات التدريب لتحسين مستواه	0.754	0.000
03	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المباراة فإنني أحتاج لبعض الوقت لأنساه	0.847	0.000
04	لا أهدف لأكون متميزا	0.666	0.000
05	أحس غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المباراة مباشرة	0.712	0.000
06	أحب أن أتحمّل أي مهمة و التي يرى اللاعبون أنها مهمة صعبة	0.881	0.000
07	أخشى الهزيمة في المباراة	0.709	0.000
08	الحظ يؤدي الى الفوز بدرجة كبيرة من بذل الجهد	0.754	0.000
09	في بعض الأحيان عندما أتهزم في المباراة فإن ذلك يضايقني لعدة أيام	0.699	0.000
10	مستعد للتدريب طوال العام بدون توقف لكي أنجح في رياضي	0.742	0.000
11	لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المباراة	0.803	0.000
12	الفوز في المباراة يمنحني درجة كبيرة من الرضا	0.702	0.000

0.007	0.654	أشعر بالتوتر قبل المباراة	13
0.000	0.777	أفضل أن أستريح من التدريب فترة ما بعد المباراة الرسمية	14
0.000	0.758	عندما أرتكب خطأ في الأداء فان ذلك يزعجني طوال فترة المباراة	15
0.000	0.744	لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضي	16
0.000	0.854	قبل اشتراكي في المباراة لا أنشغل بما يمكن أن يحدث في المباراة أو عن نتائجها	17
0.000	0.766	أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب	18
0.000	0.901	أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المباراة مباشرة	19
0.000	0.703	هدفي هو أن أكون مميزا في رياضي	20

تم حساب الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان على عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ حجمها (10) مفردات وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمحور التابع له .
معاملات الارتباط في مقياس دافعية الانجاز تتراوح بين (0.654-0.901) وتعتبر دالة عند مستوى دلالة (0.05)، وبذلك تعتبر فقرات المقياس الدافعية صادقة لما وضعت لقياسه.

ثبات الأداة : معامل الثبات ألفا كرونباخ α :

وقد استعملنا معامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات أداة الدراسة، باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss و الجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها لمخاور الاستبيان .

الرقم	الاستبيان	معامل ألفا كرونباخ
01	الاستشارة الانفعالية	0.8180
02	دافعية الانجاز	0.8520.
	الاستبيان الكلي	0.8320

• جدول رقم (01) : معامل الثبات لمقياس الاستشارة والدافعية

يوضح الجدول رقم (01) أن جميع معاملات الثبات عالية و دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) كما أن معامل الثبات الكلي لاستبيان الدراسة بلغ (0.8320) مما يدل على الدرجة العالية لثبات الاستبيان.

5- إجراء التطبيق الميداني للأداة

مجالات الدراسة:

- ❖ المجال المكاني: لقد أجرينا دراستنا الميدانية على مستوى ولاية العـلـمة لفريق كرة القدم (أواسط أقل من 18 سنة) و بالتحديد بملعب عمار حارـش أين يتدرب الأواسط
- ❖ المجال الزماني: كانت بداية القيام بهذه الدراسة الميدانية من: 15 أكتوبر 2014 إلى غاية 10 افريل 2015 وفي هذه الفترة قمنا بتوزيع الاستمارات وتحليل النتائج المتحصل عليها.
- ❖ المجال البشري: لاعبو فريق كرة القدم في ولاية العـلـمة (مولودية شباب العـلـمة MCEE أواسط)

6- الأساليب الإحصائية

6-1 مقياس بيرسون: و هو معامل الارتباط بين متغيرين كل منهما متصل. عند حساب هذا المعامل فإنه يفترض أن العلاقة بين المتغيرين علاقة خطية ، و يفضل رسم شكل الارتباط للتأكد من ذلك قبل حساب هذا المعامل. (مصطفى فؤاد عبيد 2003 ص46)

6-2 مقياس ألفا كرونباخ:

عرض و تحليل نتائج المقياسين :

- الإجابة على التساؤل الأول: هل توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية و الدافعية نحو انجاز النجاح ؟ للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين مقياس الاستشارة الانفعالية و محور الدافعية نحو انجاز النجاح والنتائج محصل عليها في الجدول رقم (02)

جدول رقم (02): معامل الارتباط بين الاستشارة الانفعالية و الدافعية نحو انجاز النجاح.

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
مقياس الاستشارة الانفعالية	3.66	0.523	20	-0.101	0.001	دال
محور الدافعية نحو انجاز النجاح	3.00	0.677				

** دال عند مستوى الدلالة 0.01

بالنظر إلى الجدول السابق يتضح أن : معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرين " الاستشارة الانفعالية " و " الدافعية نحو انجاز النجاح بلغ (0.101-) وهو يدل على وجود علاقة ارتباطيه سالبة بينهما، وان مستوى الدلالة لهذا المعامل قدر بـ 0.001 وهو اقل من مستوى الدلالة المعتمد من طرفنا (0.01)، مما يدل على أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية .

مناقشة النتائج :

يتضح من خلال الجدول أن العلاقة سالبة بين الاستشارة الانفعالية و دافعية انجاز النجاح أي أن هناك علاقة عكسية دالة إحصائيا في درجة الاستشارة الانفعالية و دافع انجاز النجاح للاعب ، و السبب في ذلك يعود إلى عوامل عديدة و منها "الاستقرار النفسي، الاطمئنان، الندم، السعادة، التوتر الابتهاج و الحزن ... و غيرها من العوامل المتعلقة بالاستشارة الانفعالية و التي " تؤثر في الدافع نحو انجاز النجاح و هذا ما أكد عليه الباحث عبد الكريم، محمود حمدي محمد في دراسته تحت عنوان الاستشارة الانفعالية و علاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية و الاداء المهاري في كرة الطائرة خلال المؤتمر العلمي "التنمية البشرية بين التحديات و الطموحات" في كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة، 1996، ص 45.

و منه نستنتج صحة الفرضية الأولى التي مفادها بأنه " توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية و بعد دافع انجاز النجاح لدى لاعبي فريق مولودية العلمة لكرة القدم (16 إلى 18) سنة " .

أي يجب الإعداد الجيد للاعب نفسيا و تحقيق استشارة انفعالية مثلى ، فالاستشارة الانفعالية العالية تؤثر سلبا على دافعية نحو انجاز النجاح

✓ " كلما زادت الاستشارة الانفعالية قل و نقص دافع الانجاز نحو النجاح "

■ الإجابة على التساؤل الثاني: - هل توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية و الدافعية نحو تجنب الفشل ؟

للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين مقياس الاستشارة الانفعالية و محور الدافعية نحو تجنب الفشل والنتائج محصل عليها في الجدول رقم (2).

جدول رقم (03) : معامل الارتباط بين الاستشارة الانفعالية و الدافعية نحو تجنب الفشل.

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
مقياس الاستشارة الانفعالية	3.66	0.671	20	-0.188*	0.015	دال
محور الدافعية نحو تجنب الفشل.	2.95	0.642				

* دال عند مستوى الدلالة 0.05

بالنظر إلى الجدول (03) يتضح أن :

معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرين " الاستشارة الانفعالية " و " الدافعية نحو تجنب الفشل " بلغ (-0.188) وهو يدل على وجود علاقة ارتباطيه سالبة بينهما، وان مستوى الدلالة لهذا المعامل قدر بـ 0.015 وهو اقل من مستوى الدلالة المعتمد من طرفنا (0.05) ، مما يدل على أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية.

مناقشة النتائج :

نستنتج من خلال تحليل الجدول أن العلاقة بين "الاستشارة الانفعالية " و "الدافعية نحو تجنب الفشل" علاقة عكسية و هذا راجع الى عدة أسباب ، منها أن الاستشارة الانفعالية المرتفعة (من توتر زائد، نرفزة و الاضطرابات...) تؤدي إلى الفشل و اليأس و الخوف من عدم الظهور في مستوى جيد ، فعندما يواجه الرياضي الموقف التنافسي الذي يتواجد فيه فانه قد يدرك في بعض الأحيان إمكانية الفشل في هذا اللقاء مما يزيد في قلقه و خوفه من هذا الفشل المتوقع و قد يؤدي

ذلك إلى وقوعه في ارتكاب العديد من الأخطاء و هذا يربك الأداء و ينقص دافعية الانجاز لدى اللاعب، ففي هذه الحالة هناك عوامل أدت إلى خلل في الاستشارة الانفعالية للاعبين و هذا ما يتفق مع النظرية المعرفية. فالإحساس بالسعادة أو اليأس من شيء معين مصحوب بخبرات و معارف عن هذا الشيء (جو المنافسة) و طبقا لهذه الواجهة فإن الانفعال يعد نتيجة التفاعل بين الاستشارة الداخلية و العمليات المعرفية.

فالتعبير الانفعالي يمكن أن يحدث في غياب أي مشاعر انفعالية أو دون وجود دليل واضح يؤكدها و من هنا برزت أهمية تفسيرنا في ضوء الخبرات و المعارف التي توجد لدى الفرد عن موضوع الانفعال " فعملية تقدير الفرد للموقف الخارجي في ضوء خبراته و معارفه هي عملية معرفية تؤثر في الانفعال " .

و هذا يثبت صحة الفرضية الثانية و التي تنص على أنه " توجد علاقة بين الاستشارة الانفعالية و بعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي فريق مولودية العلة لكرة القدم (16 إلى 18) سنة " .

✓ " كلما زادت درجة الاستشارة الانفعالية لدى لاعبي كرة القدم قل و نقص تجنب الفشل "

يتضح لنا من خلال جدول (3) أن العلاقة سالبة بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز و السبب في ذلك يعود إلى عوامل عديدة ومنها ان الاستشارة المرتفعة لدى العينة تؤثر في أداء اللاعب حيث ان " هناك علاقة عكسية دالة إحصائيا في درجة الاستشارة الانفعالية والأداء المهاري في المستوى للاعب (عبد الكريم ، محمود حمدي محمد 1996، ص45)

أي يجب إعداد اللاعب إعداد نفسي جيد يستطيع من خلاله تحقيق استشارة جيدة و تحقق دافعية انجاز مؤثرة و الا قد يحدث العكس، كما ان هذا التحكم يعتمد على خبرة اللاعب حيث ان " الخبرة الرياضية لها دور مهم و فعال في التحكم في الحالات الانفعالية غير المرغوب فيها قبل السباقات و المنافسة " (ريسان حريط ، 1998 ، ص 179) .

اذ ان توفر استشارة انفعالية بمستوى جيد يساعد على تحقيق دافعية انجاز جي .

كما ان الدوافع الجيدة و المتعة و السرور التي يوفرها المدرب للاعب و الظروف المحيطة لها دور كبير في زيادة دافعية اللاعب لذا " فالمدرب الناجح يعد ماهرا في تنظيم طاقات اللاعبين البدنية و النفسية و كيفية التحكم و السيطرة على أفكار و مشاعر لاعبيه في أثناء المنافسة مما يجعل الأداء يتطور بلتجاه صحيح (أسامة كامل راتب ، 1995 ، ص125)

فالإثارة الجيدة تبعد كل القلق و التوتر الذي يرافق المباريات المهمة حيث أن " معدل الإثارة الأمثل يؤدي إلى السلوك والأداء الفعال (علي محمد مطوع ، 1977 ، ص 107)

✓ 1 و من خلال ما ذكر فقد تحققت الفرضية العامة لهذه الدراسة و التي في مضمونها ما يلي

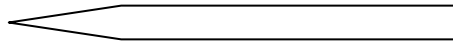
" توجد علاقة ارتباطية بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز لدى لاعبي فريق مولودية العلة لكرة القدم

(16-18) سنة " ، ولكن هذه الاستشارة لا بد أن تكون في مستوى يمكن الاستفادة منها ولا تؤثر سلبا في دافعية انجاز اللاعب ويتم ذلك من خلال الإعداد النفسي الجيد من قبل المدرب خلال فترات التدريب و تعويد اللاعب على كيفية

مواجهه الظروف الصعبة بتحكم وبدون عصبية من اجل الاستفادة من هذه الاستشارة بشكل ايجابي لزيادة دافعية الانجاز بتحقيق الانجاز الجيد و مواجهة الصعوبات و المحاوف التي يقع فيها اللاعب و الفريق ككل .

* إن أهم و أخطر و أعقد عرض ناتج عن الانفعالات النفسية الجسدية في حالات الضغط stress هو القلق anxiété أو القلق الشديد l'angoisse و خاصة حين يصبح مزمناً ،يرافق الإنسان في حياته (حركاته - تأملاته - إحساساته و معاملاته) . فالمصاب بالقلق :

- ناقص التركيز و الذاكرة لأنه منشغل بالألم النفسي قبل كل شيء .
- لا يتقن الأعمال لأن الصبر ينقصه impatient
- معاملته مع الناس رديئة نظراً لفقدان توازنه مع نفسه فهو يصارع رغباته .
- شديد الأرق (د محمد نصر الدين يحيى . الضغط و القلق و الحالات العصبية . دار الهدى عين مليلة / الجزائر 2000 ص 28)



1- استنتاجات عامة:

- ✓ لفريق أواسط مولودية العلمة استشارة انفعالية مرتفعة و دافعية انجاز منخفضة
- ✓ العلاقة بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز عكسية .
- ✓ يتأثر الرياضي بمواقف المنافسة الرياضية .
- ✓ كلما ارتفعت درجة الاستشارة الانفعالية قلت دافعية الانجاز
- ✓ يمكن التحكم في انفعالات الرياضي و توجيهها

2- اقتراحات:

- على اللاعب الاستفادة من المشاركات السابقة في تحسين مستوى استثارته الانفعالية و جعلها بالمستوى الجيد للوصول إلى ما يطمح إليه
- يجب على المدربين الاهتمام بالإعداد الذهني للاعبين من أجل التحكم في الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز لديه و الارتقاء بها للمستوى الأمثل الذي يحقق المستويات العالية.
- ضرورة الاعتماد على إحدى وسائل التدريب العقلي (حسب استجابة اللاعبين و الإمكانيات المتوفرة)
- لخفض درجة الاستشارة الانفعالية للاعب و جعلها في المستوى المناسب (الاستشارة المثلى)
- استخدام مقياسي البحث على اللاعبين لمعرفة الحالة النفسية و تبرير السلوك

3- الأفاق المستقبلية للدراسة :

- إعادة نفس الدراسة مع التغيير في العينة ،مثلا في أندية الوسط أو الغرب مما يسمح باكتشاف الفروق حسب المنطقة
- تغيير نوع النشاط مع ترك نفس الدراسة مثلا: كرة السلة . كرة اليد
- زيادة البحوث و الدراسات حول الاستشارة الانفعالية كونها عامل مهم في المجال الرياضي

4- المراجع المعتمدة في الدراسة

المصادر : القرآن الكريم

-قائمة المراجع العربية:

- أسامة كامل راتب : " الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور " .دار الفكر العربي ط 1 . القاهرة1997
- أسامة كامل راتب . علم النفس الرياضي (المفاهيم وتطبيقات) دار الفكر العربي ، ط 1 ، القاهرة ، 1997
- السيد أبو شعيشع . أسس علم النفس الفسيولوجي ، مكتبة النهضة العربية ، ، ط 2 ، القاهرة 1998
- أمر الله أحمد البساطي : " التدريب والإعداد البدني في كرة القدم " ، 2000
- بلقاسم تلي ومزهود لوصيف والجابري عيساني جوان 1997
- حسن عبد الجواد : "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي " ط2، مصر، 2002
- حنفي محمود مختار : "الأسس العلمية في تدريب كرة القدم " .
- حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو والطفولة والمراهقة
- رايح تركي: أصول التربية والتعلم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1990.
- رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007.
- رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق : "كرة القدم " 1998.
- رمضان ياسين .علم النفس الرياضي . دار أسامة للنشر و التوزيع . الطبعة الأولى.الأردن 2008
- ريسان خريبط . النظريات المهمة في التدريب الرياضي ، عمان ، دار الشرق للطباعة والنشر ، 1998 .

- سامي الصفار : "كرة القدم " ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ب ط ، الجزء الأول ، جامعة الموصل ، العراق ، 1982.
- صالح محمد علي أبو جادو . علم النفس التربوي. دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة. ط1 عمان . 2000.
- عبد الرحمن محمد عيسوي . علم النفس الفسيولوجي ، دراسة في تفسير السلوك الإنساني ، دار النهضة للطباعة والنشر ، بيروت 1991
- عبد الرحمان عيساوي : " سيكولوجية النمو " ، دار النهضة العربية ، ب ط ، لبنان ، 1980
- عبد العزيز عبد المجيد محمد سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي مركز الكتاب للنشر القاهرة 2005م
- علي محمد مطاوع . سيكولوجية المنافسات ، ج 1 ، مطبعة جريدة السفير مصر ، ، 1977.
- علي خليفة الهنشري وآخرون : " كرة القدم " ، بدون دار نشر ، ب ط ، ليبيا ، 1987.
- محمد أزهر السماك وآخرون الأصول في البحث العلمي. دار الحكمة للطباعة ، الموصل. العراق، 1980.
- محمد حازم محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الطبعة الأولى، الإسكندرية، مصر، 2005
- محمد حسن علاوي : " سيكولوجية التدريب والمنافسة. دار المعارف، ط1، مصر 1987
- محمد حسن علاوي : " علم النفس الرياضي " ، دار المعارف ، ب ط ، مصر ، 1987
- محمد سلمان الخزاعلة و آخرون. الرياضة و علم النفس . دار صفاء للنشر و التوزيع . الطبعة الأولى 2013
- محمد عبد العزيز سلامة . كتاب سيكولوجية التنافس الرياضي. ماهي للنشر و التوزيع 2013
- محمد مصطفى زيدان - نبيل السمالوطي: علم النفس التربوي، دار الشروق، ط2، الرياض، السعودية، 1985.
- محمد مجيدات. محمد ابو نصار. مقنة مبيضين منهجية البحث العلمي. دار وائل للطباعة و النشر. عمان 1999

- محمد نصر الدين يحيى . الضغط و القلق و الحالات العصبية . دار الهدى عين مليلة . الجزائر 2000
- محمود عبد الفتاح عنان ، سيكولوجية التربية البدنية و الرياضية جامعة حلوان الطبعة الأولى . دار الفكر العربي/مصر 1990
- مصطفى عشوى : " مدخل إلى علم النفس " المرجع السابق ، ص 34" ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر ، 1990 .
- مصطفى فهمي . علم النفس (أصوله وتطبيقاته) ، مكتبة الخانكي ، القاهرة ، 1975
- مصطفى عبد السلام الهيتي . القلق ، مكتبة النهضة ، ط 2 ، بغداد 1985.
- مصطفى فؤاد عبيد.مهارات البحث العلمي .أكاديمية الدراسات العالمية.دي 2003
- موقف مجيد المولي : " الإعداد الوظيفي لكرة القدم " دار الفكر ، ب ط، لبنان ، 1999 .
- محمود عبد الفتاح عنان سيكولوجية التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي ط 1 مصر 1990 .
- ناهد رسن سكر:علم النفس الرياضي في التدريب والنافسات الرياضية-دار الثقافة للنشر والتوزيع-عمان-الأردن-ط1-2002
- وحيه محجوب : طرق البحث العلمي و مناهجه ، دار الكتاب للطباعة و النشر ،الموصل 1988.
- وفاء درويش : كتاب علم النفس الرياضي نظريات و تطبيقات .مؤسسة عالم الرياضة و دار الوفاء لدنيا الطباعة .الإسكندرية الطبعة الأولى 2014
- يحيى كاظم النقيب .علم النفس الرياضي .الرياض .مطبعة رعاية الشباب .الطبعة الأولى ، 1990
- قائمة المراجع الأجنبية:

-Psychologie du sport.richard H.Cox.2^e édition.De Boeck
superieur s.a;..bibiothèque royale de belgique 2013

-L'entrainement psychologique du sportif.s.chevallon.nouvelle
édition mise a jour .Achévé d'imprimer février2007.sur les
presses de grafiche milani (milan.italie)

- (- MICHEL PRADET – La Preparation physique , clection
Entrainement , INSEP publication , Paris, 1997

-Weinberg, R.S.,& Ragan, J. Motor performance under three
levels of trait anxiety and stress. Journal of motor
behavior,1988.

- . Corcoran,D.W. Personality and the inverted relationship
British journal of
psychology,1985.p.267-273.

– قائمة الأطروحات و الرسائل العلمية :

– بلقاسم تلي ومزهود لوصيف والجابري عيساني : "دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية"،
معهد التربية البدنية والرياضية ، ب ط ، دالي إبراهيم ، جوان 1997 .

–رفقة خليفة سالم.أساليب المعاملة الو الدية و علاقتها بدافع الانجاز الدراسي لدي طالبات كليات المجتمع في
الأردن .أطروحة دكتوراه غير منشورة .كلية التربية .الجامعة المستنصرية . 2000

– عبد الكريم ، محمود حمدي محمد : الاستشارة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية و الأداء المهاري
في الكرة الطائرة ، المؤتمر العلمي (التنمية البشرية بين التحديات والطموحات) ، كلية التربية الرياضية للبنين ،
جامعة حلوان ، القاهرة ، 1996.

Study Title:

Emotional arousal and her relationship with the achievement motivation for footballers junior class "from 16 to 18 years," MC El Eulma.

The goal of the study:

Knowledge of the relationship between emotional arousal and achievement motivation football players (16-18 years) for Team MCEE.

Study Problem: Is there a correlation between emotional arousal and achievement motivation with the ambition of MC El Eulma football from 16 to 18 years?

Hypotheses of the study: - There is a relationship between emotional arousal and the completion of the success ambition of MC El Eulma defended (16 to 18) years.

-There is a relationship between emotional arousal and fear of failure MC El Eulma footballers (16 to 18) years.

The study sampler: The study sample consisted in 20 players from the team junior-MC El Eulma class (from 16 to 18 years old)

the curriculum: you use a descriptive approach

Study tools: emotional arousal scale and achievement motivation scale

Results: the team MCEE (from 16 to 18 years old) have a high emotional excitability

The team mid-MC El Eulma mid-class (from 16 to 18 years) have a low achievement motivation

The most important conclusions: there are inverse relationship between emotional arousal and achievement motivation it's counterproductive

we can control the emotions reaction sports training and competition and directed.

The most important suggestions: the need to rely on one of the means of mental training (by the players and potential response (to reduce the degree of emotional arousal to the player and make them at the appropriate level (optimal arousal)

The player to take advantage of the previous posts left undisturbed in improving the level of emotional and make it a good level to get to what aspires .

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة:

الاستشارة الانفعالية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم صنف أوسط "أقل من 18 سنة" مولودية العلمة .

هدف الدراسة :

معرفة العلاقة التي تربط بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز لاعبي كرة القدم "أقل من 18 سنة" لفريق مولودية العلمة .

مشكلة الدراسة: هل توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز لدى لاعبي فريق مولودية العلمة لكرة القدم "أقل من 18 سنة"؟

فرضيات الدراسة: - توجد علاقة ارتباطيه بين الاستشارة الانفعالية وبعد دافع انجاز النجاح لدى لاعبي فريق مولودية العلمة لكرة القدم "أقل من 18 سنة".

- توجد علاقة بين الاستشارة الانفعالية وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي فريق مولودية العلمة لكرة القدم "أقل من 18 سنة" .

عينة الدراسة: تمثلت عينة الدراسة في 20 لاعبا من فريق مولودية العلمة صنف أوسط "أقل من 18 سنة"

المنهج : قمت باستخدام المنهج الوصفي

أدوات الدراسة: مقياس الاستشارة الانفعالية و مقياس دافعية الانجاز

النتائج : لفريق أوسط مولودية العلمة صنف أوسط "أقل من 18 سنة" استشارة انفعالية مرتفعة

لفريق أوسط مولودية العلمة صنف أوسط "أقل من 18 سنة" دافعية انجاز منخفضة

أهم الاستنتاجات: العلاقة بين الاستشارة الانفعالية و دافعية الانجاز عكسية

يمكن التحكم في انفعالات الرياضي التي تصادفه في التدريب و المنافسة و توجيهها

أهم الاقتراحات: ضرورة الاعتماد على إحدى وسائل التدريب العقلي (حسب استجابة اللاعبين و الإمكانيات)

لخفض درجة الاستشارة الانفعالية للاعب و جعلها في المستوى المناسب (الاستشارة المثلى)

على اللاعب الاستفادة من المشاركات السابقة في تحسين مستوى استثارته الانفعالية و جعلها

بالمستوى الجيد للوصول إلى ما يطمح إليه