

جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



العنوان:

مساهمة أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات  
الأساسية (التمرير، التسديد) في كرة القدم  
-دراسة ميدانية على فريق نادي الأبطال عين قشرة سكيكدة أقل من 17 سنة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التحضير البدني

إشراف الدكتور:

\*بوزكرية فوزي

من إعداد الطالبين:

- بوالسليو زين الدين
- بورغيدة مراد

السنة الجامعية: 2021-2022

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



العنوان:

مساهمة أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات  
الأساسية (التمرير، التسديد) في كرة القدم  
-دراسة ميدانية على فريق نادي الأبطال عين قشرة سكيكدة أقل من 17 سنة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التحضير البدني

إشراف الدكتور:

\*بوزكرية فوزي

من إعداد الطالبين:

- بوالسليو زين الدين
- بورغيدة مراد

السنة الجامعية: 2021-2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# الإهداء

إلى من اشترت راحتي وسعادتي بتعبها وشقائها، إلى أختي اسم نطقه لساني

أمي ثم أمي ثم أمي حفظها الله

إلى من كان لي بمثابة الشمعة التي تحترق لتنيير طريق دربي، إلى نعم المثل

ونعم القدوة أبي حفظه الله ورعاه

لكما يا أختي ما أملك في الحياة والديا الكريمين أطال الله في عمرهما

وإلى الذين يدخلون القلب بدون استئذان إلى إخوتي وأخواتي

إلى كل الأهل والأقارب كبيرا وصغيرا، إلى كل الأصدقاء والأحباب

إلى جميع أساتذتي من الطور الابتدائي حتى يومنا هذا

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة عملي هذا



## كلمة شكر وتقدير

أولاً شكراً وحمداً لله سبحانه وتعالى الذي بتوفيقه وقدرته تم إنجاز هذا العمل

وبعدما نتقدم بالشكر الجزيل والتقدير العميق إلى الأستاذ المشرف بوزكرة

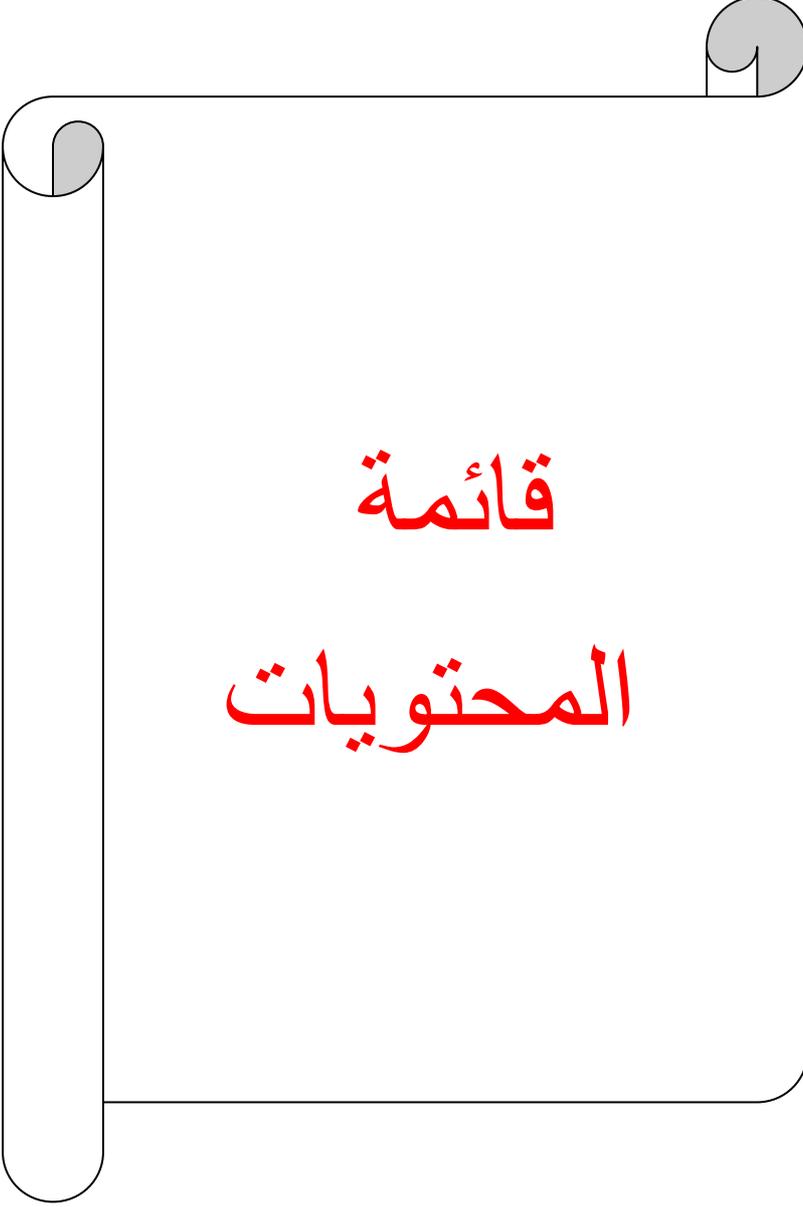
فوزي وإلى رئيس نادي الأبطال عمن قشرة بولشفار زهير وكذا مدربي النادي فارس على دعمهما لنا

وقبولهما لنا في النادي

كما نعبر عن تقديرنا العميق لكل أساتذة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية

والرياضية بجامعة جيجل

ونشكر جزيل الشكر كل من أبدى دعمه وتعاونه معنا في إنجاز هذا البحث



الإهداء.....	أ.....
كلمة شكر وتقدير.....	ب.....
قائمة المحتويات.....	ت.....
قائمة الجداول.....	د.....
قائمة الأشكال.....	ر.....
قائمة الملاحق.....	س.....
ملخص الدراسة.....	ص.....
مقدمة.....	01.....

### الإطار العام للدراسة

1-الإشكالية.....	04.....
2-فرضيات الدراسة.....	04.....
3-أسباب اختيار الموضوع.....	05.....
4-أهداف الدراسة.....	05.....
5-أهمية الدراسة.....	05.....
6-تحديد المفاهيم والمصطلحات.....	06.....
7-الدراسات السابقة.....	07.....

### الجانب النظري

#### الفصل الأول: أسلوب المنافسة

تمهيد.....	12.....
1-مفهوم المنافسة الرياضية.....	13.....
2-طبيعة المنافسة الرياضية.....	13.....
3-المنافسة الرياضية كعملية.....	13.....
4-أنواع المنافسات الرياضية.....	14.....

15	5-نظريات المنافسة.....
15	6-أهمية المنافسة الرياضية.....
16	7-قواعد وضوابط المنافسة الرياضية.....
16	8-أوجه الاختلاف بين المنافسة والتدريب.....
17	9-الإعداد النفسي للمنافسة.....
17	10-تدريب وتنظيم الطاقة النفسية للمنافسة الرياضية.....
17	11-أهمية الإعداد النفسي للمنافسة الرياضية.....
17	12-الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية.....
18	13-طرق تنمية الصفات النفسية للمنافسة الرياضية.....
19	14-تحليل الأداء التنافسي للمنافسة الرياضية.....
19	15-المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية.....
20	خلاصة.....

## الفصل الثاني: المهارة الحركية

22	مقدمة.....
23	1-تعريف المهارة والمهارة الحركية.....
23	2-مراحل تعلم المهارة الحركية.....
24	3-طرق تعلم المهارة الحركية.....
25	4-العوامل المؤثرة في المهارة الحركية.....
25	5-خصائص المهارة الحركية.....
26	6-مبادئ أداء المهارة الحركية.....
26	7-كيفية تحليل مهارة حركية.....
27	8-قابلية تعلم مهارة حركية.....
29	خاتمة.....

## الفصل الثالث: كرة القدم

31.....	تمهيد
32.....	1-تعريف كرة القدم
32.....	2-تاريخ ظهور وانتشار كرة القدم
34.....	3-تاريخ كرة القدم في الجزائر
35.....	4-أهم الأحداث التاريخية في كرة القدم الجزائرية
35.....	5-قواعد كرة القدم
36.....	6-قوانين كرة القدم
38.....	7-خصائص كرة القدم
39.....	8-بعض المهارات الأساسية في كرة القدم
41.....	خاتمة

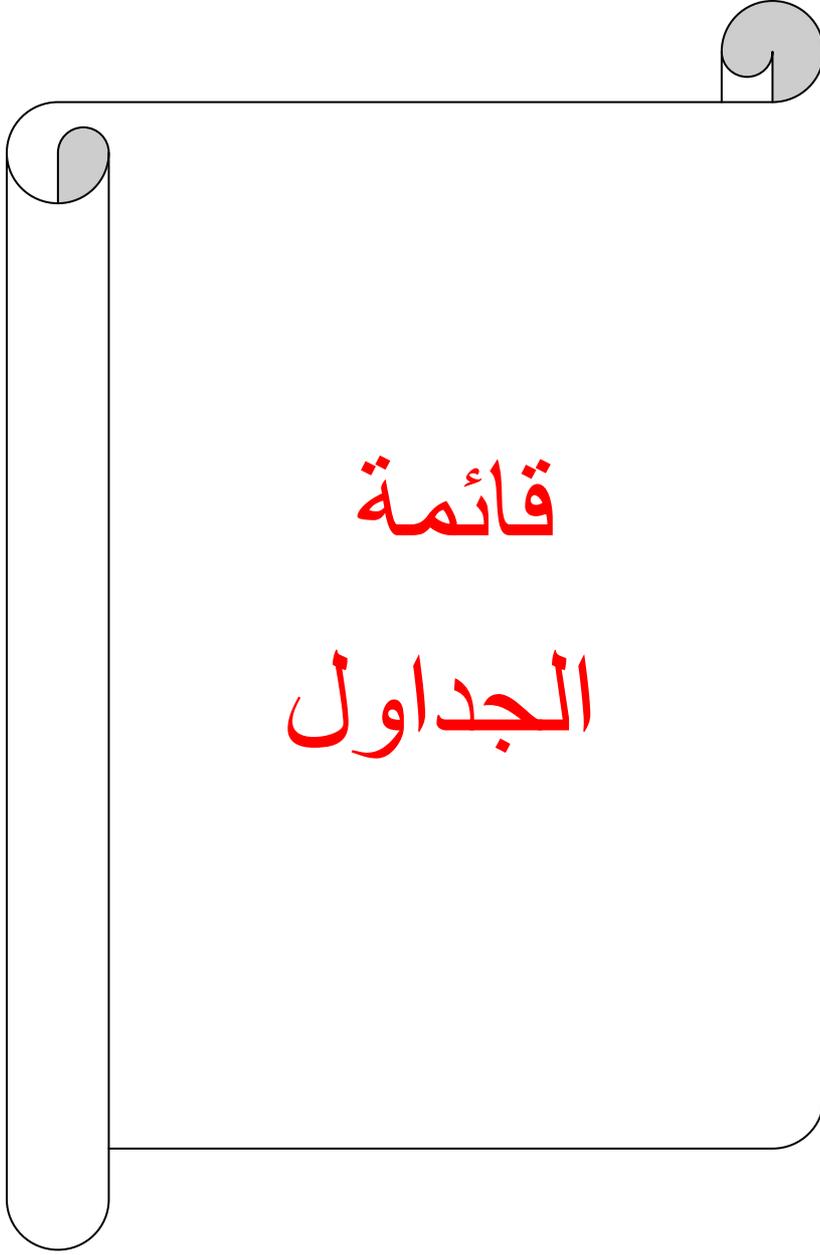
### الجانب التطبيقي

### الفصل الرابع: الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

44.....	تمهيد
45.....	1-الدراسة الاستطلاعية
45.....	2-متغيرات الدراسة
45.....	3-منهج الدراسة
45.....	4-مجتمع الدراسة
45.....	5-عينة البحث وكيف يتم اختيارها
46.....	6-أدوات الدراسة
46.....	7-مجالات الدراسة
47.....	8-الأداة الإحصائية
47.....	9-صعوبات الدراسة
48.....	خلاصة

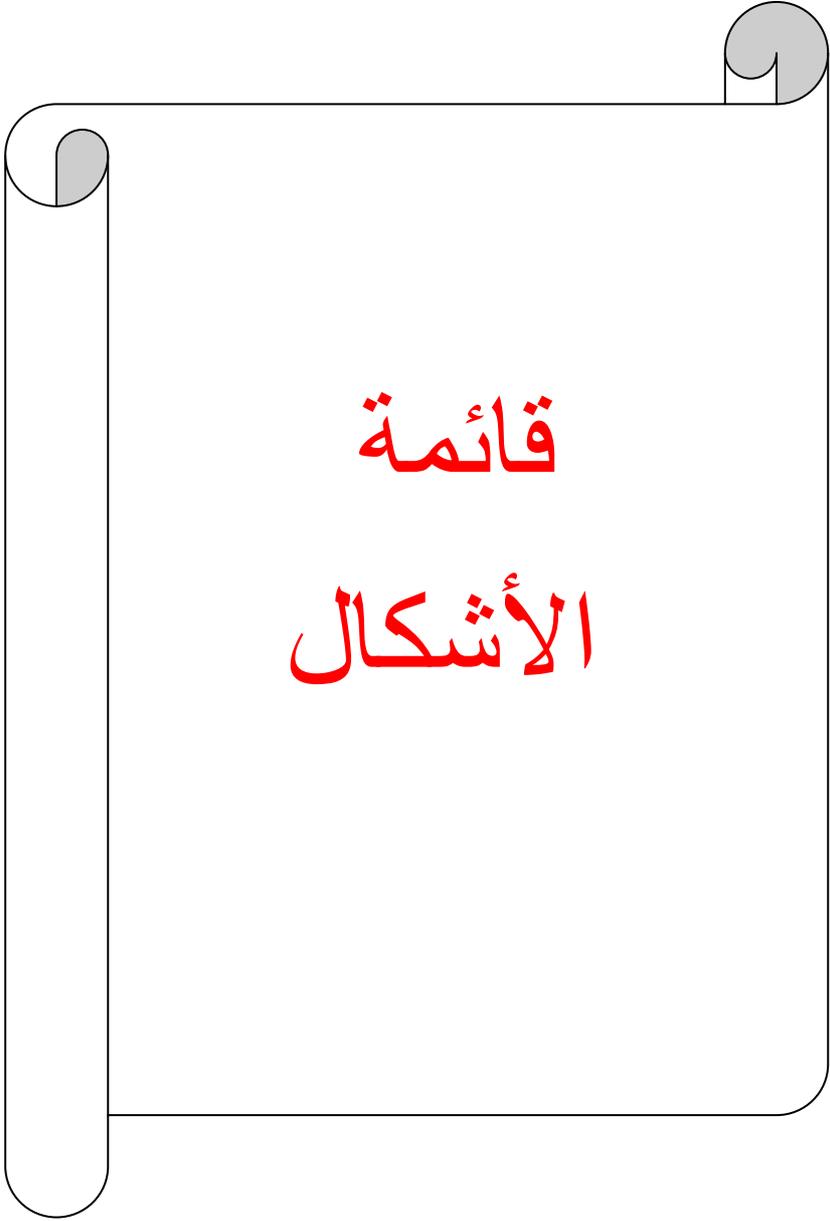
الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج

49.....	عرض وتحليل النتائج
61.....	مناقشة النتائج
63.....	الاستنتاج العام للدراسة
65.....	التوصيات
67.....	قائمة المراجع
70.....	الملاحق



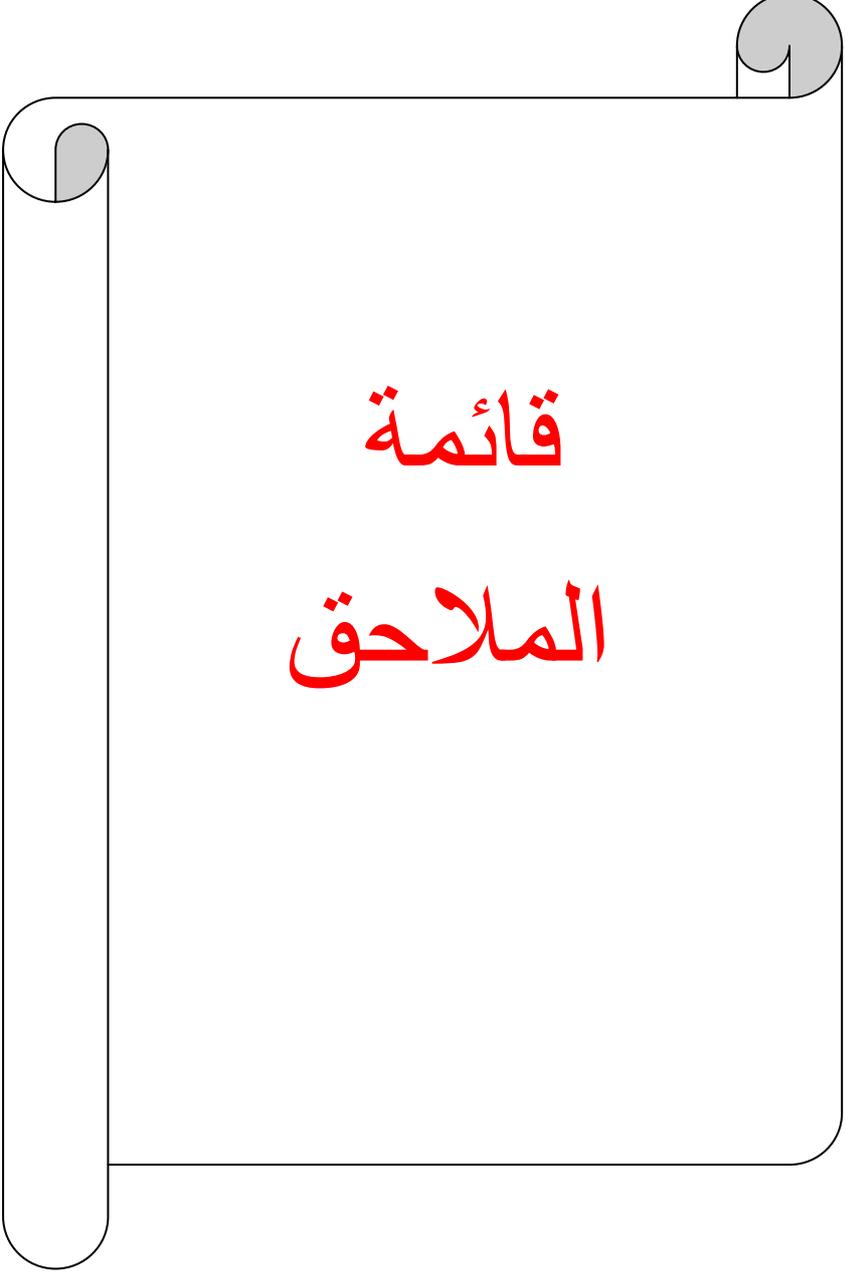
## قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يمثل نسبة الاعتماد على أسلوب المنافسة خلال التدريبات	50
02	يمثل نسبة نجاح أسلوب المنافسة في العملية التدريبية	50
03	يمثل مستوى اللاعبين في ممارسة مهارتي التسديد والتمرير	51
04	يمثل نسبة صعوبة وسهولة أداء مهارة التمرير خلال المباريات أو خلال الحصص التدريبية	52
05	يمثل مدى برمجة حصص تدريبية خاصة بمهارة التمرير	52
06	يمثل نسبة اعتماد المدرب على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التمرير	53
07	أهمية أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير	54
08	يمثل نسبة الاعتماد على أساليب أخرى غير أسلوب المنافسة	55
09	يمثل تقييم أداء اللاعبين لمهارة التسديد خلال المباريات أو الحصص التدريبية	56
10	يمثل نسبة وجود حصص تدريبية مبرمجة لتعلم مهارة التسديد	57
11	يمثل نسبة اعتماد الفريق على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التسديد.	58
12	يمثل نسبة وجود أهمية لأسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التسديد.	59
13	يمثل نسبة الاعتماد على أسلوب آخر غير أسلوب المنافسة خلال الحصص التدريبية المبرمجة لتدريب مهارة التسديد	59



قائمة  
الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
50	نسبة الاعتماد على أسلوب المنافسة خلال التدريبات	01
51	نسبة نجاح أسلوب المنافسة في العملية التدريبية	02
51	مستوى اللاعبين في ممارسة مهارتي التمرير والتسديد	03
52	نسبة صعوبة وسهولة أداء مهارة التمرير خلال المباريات أو الحصص التدريبية	04
53	نسبة برمجة حصص تدريبية خاصة بمهارة التمرير	05
54	نسبة اعتماد المدرب على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التمرير	06
55	وجود أهمية لأسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير	07
55	نسبة الاعتماد على أساليب أخرى غير أسلوب المنافسة	08
56	تقييم أداء اللاعبين لمهارة التسديد خلال المباريات أو الحصص التدريبية	09
57	نسبة وجود حصص تدريبية مبرمجة لتعلم وتحسين أداء مهارة التسديد	10
58	نسبة اعتماد الفريق على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التسديد	11
59	نسبة وجود أهمية لأسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التسديد	12
60	نسبة الاعتماد على أسلوب آخر غير أسلوب المنافسة خلال الحصص التدريبية المبرمجة لتدريب مهارة التسديد	13

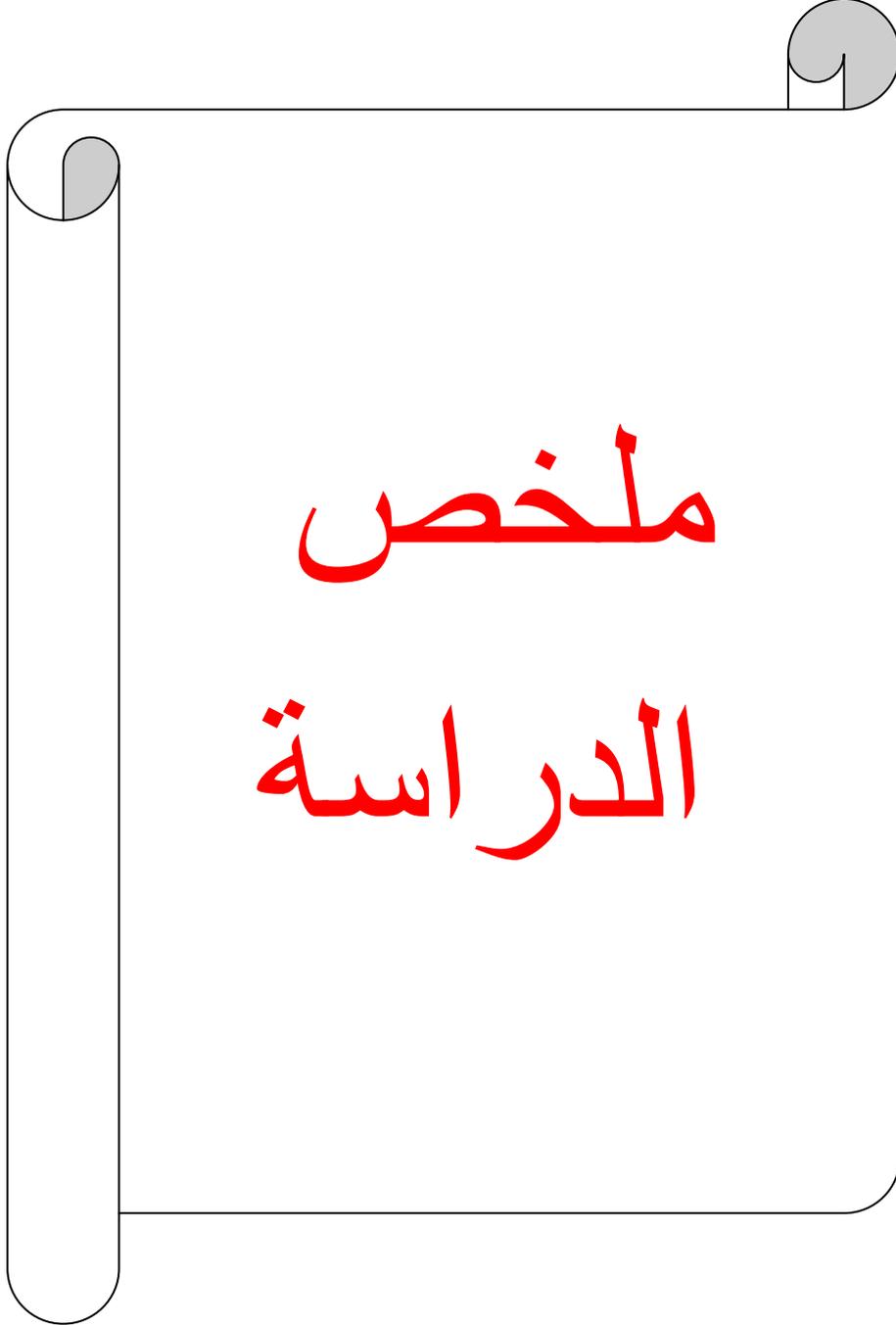


قائمة  
الملاحق

## قائمة الملاحق

---

الصفحة	الملحق	الرقم
71	استمارة موجهة للاعبين نادي الأبطال عين قشرة	01



# ملخص الدراسة

## "أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم"

-دراسة ميدانية على فريق نادي الأبطال عين قشرة سكيكدة أقل من 17 سنة -

هدفت الدراسة إلى معرفة وجود ومدى تأثير أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم من وذلك بتقديم معلومات نظرية وتطبيقية حول أسلوب المنافسة من خلال معرفة أثر هذا الأسلوب على تعلم وتحسين أداء مهارتي التمرير والتسديد في رياضة كرة القدم.

تمحور تساؤلات الدراسة حول تأثير أسلوب المنافسة على أداء مهارتي التمرير والتسديد في رياضة كرة القدم أما بالنسبة للفرضيات فكانت في مجملها تنص على أن لأسلوب المنافسة تأثير على تعلم وتحسين أداء مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم, وقد تم تقديم بعض المعلومات النظرية حول الموضوع من أجل فهمه جيدا قبل التطرق للجانب التطبيقي والقيام بالدراسة الميدانية.

إجراءات الدراسة الميدانية: تم إجراء دراسة استطلاعية متمثلة في توزيع استبيان على 20 لاعبا من أكاديمية نادي الأبطال عين قشرة لكرة القدم وتم بعد التحصل على الإجابات التي كانت العنصر الأساسي للدراسة الميدانية.

مجتمع الدراسة كان نادي الأبطال عين قشرة الذي يحتوي على أكثر من 150 لاعبا في كل الأصناف أما بالنسبة لعينة الدراسة فكانت 20 لاعبا صنف أواسط "أقل من 17 سنة" تم توزيع عليها استمارات من أجل الإجابة عليها وجمع البيانات المتعلقة بالموضوع.

أهم الاستنتاجات التي تم التوصل إليها كانت تتمثل في أن لأسلوب المنافسة الأهمية كبيرة في تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم كما أن لأسلوب المنافسة تأثير نفسي وانفعالي يساعد اللاعب على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

## **The effect of competition style on learning and improving the performance of some basic skills in football**

**-A field study on the Champions Club team, Ain Qeshreh Skikda, under 17 years old -**

The study aimed to know the existence and extent of the impact of the competition method on learning and improving the passing and shooting skills in football by providing theoretical and applied information about the competition method by knowing the effect of this method on learning and improving the performance of the passing and shooting skills in football.

The questions of the study centered on the effect of the competition method on the performance of the passing and shooting skills in football. As for the hypotheses, in their entirety, they stated that the competition method had an impact on learning and improving the performance of the passing and shooting skills in football, and some theoretical information was presented on the subject in order to understand it. Well before touching on the practical side and doing the field study.

Field study procedures: An exploratory study was conducted represented in distributing a questionnaire to 20 players from the Champions Club Ain Qshreh Academy for football, and after obtaining the answers that were the main element of the field study.

The study population was the Champions Club, Ain Qeshrah, which contains more than 150 players in all categories. As for the study sample, it was 20 players of the middle category "less than 17 years", to which forms were distributed in order to answer them and collect data related to the subject.

The most important conclusions that were reached were that the competition method is of great importance in learning and improving the performance of some basic skills in football, and the method of competition has a psychological and emotional impact that helps the player to learn and improve the performance of some basic skills in football.





## مقدمة:

تتضمن العملية التدريبية في كرة القدم كثيرا من الوسائل وأساليب التدريب التي تساهم في تحقيق التقدم والتطور في مستوى الأداء لدى اللاعبين خلال المنافسات الرياضية , حيث نلاحظ أن العملية التدريبية تأخذ قسطا كبيرا من الاهتمام والعمل من قبل القائمين على العملية التدريبية, كما يعمل التنوع في استخدام أساليب وطرق التدريب المختلفة على الرفع من وثيرة العمل في جو مليء بالنشاط والحيوية والمدرب الناجح هو المدرب القادر على تطبيق أكثر من أسلوب واحد خلال مرحلة التدريب.

إن رياضة كرة القدم من الرياضات الأكثر شعبية في العالم فقد بلغت حدا كبيرا من الشهرة لم تبلغه الرياضات الأخرى وهذا ما خلق الحاجة الكبيرة إلى إعداد اللاعبين بدنيا ومهاريا من أجل القدرة على تقديم مستويات عالية مستويات عالية خلال المنافسات الرياضية, وقد اهتمت الكثير من البلدان المتفوقة في كرة القدم بتنمية المهارات الأساسية حيث تعتبر جزء أساسي يساعد على التفوق في المنافسات الرياضية.

ومن الأساليب التي أثبتت الدراسات مدى أهميتها في زيادة سرعة تعلم وتنمية المهارات الأساسية في كرة القدم أسلوب المنافسة, فالمنافسة وسيلة تدريبية لا يمكن للمدرب التخلي عنها كونها باعنا مهما وضروريا في تعلم المهارات الأساسية, أي أن اللاعب لا يمكنه تطوير مهاراته بدون مقارنة ووجود تنافس مع غيره.

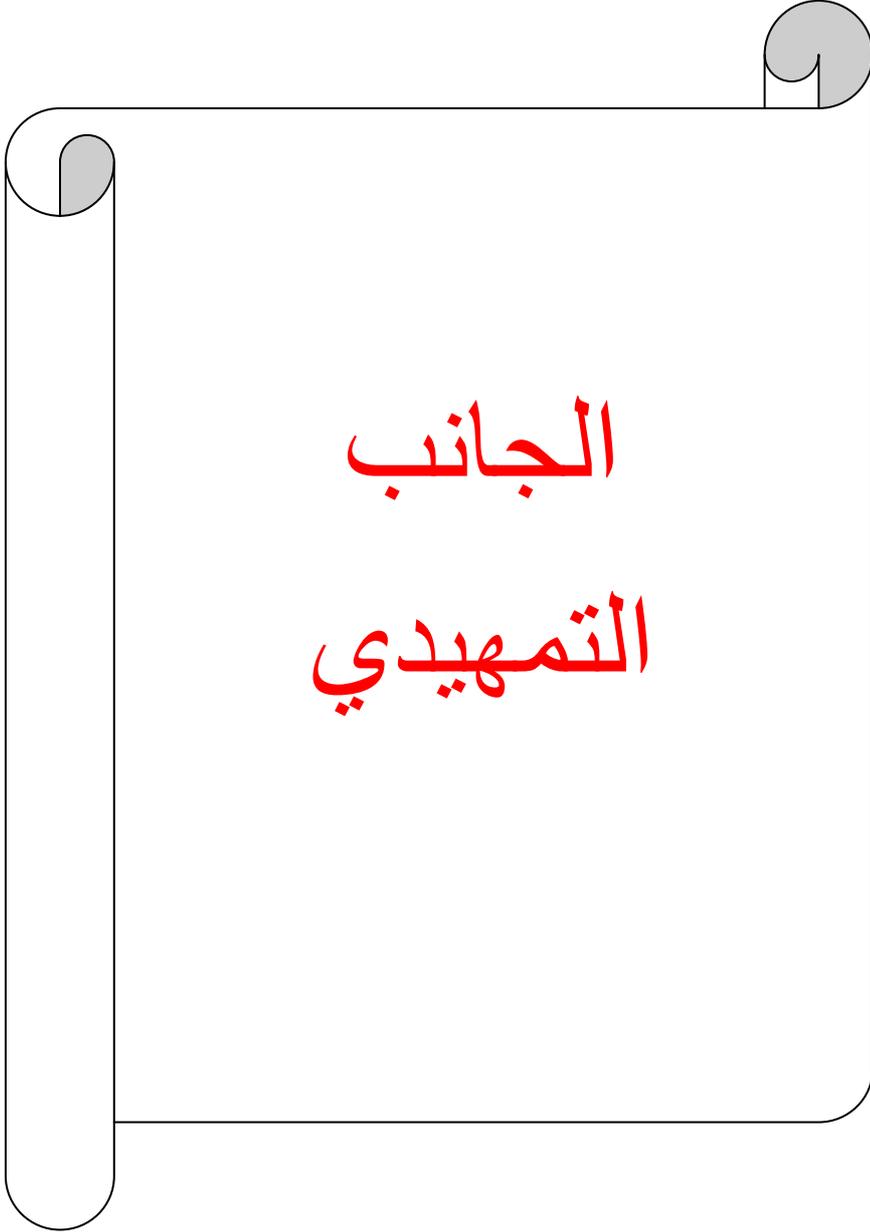
ومن خلال دراستنا هذه نحاول التعرف على أثر استخدام أسلوب المنافسة على تحسين تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى لاعبين بسن أقل من 17 سنة, إضافة إلى تطبيق أسلوب المنافسة ضمن الوحدات التدريبية عند اللاعبين بغرض المساهمة في تحسين وتطوير أداء المهارات الحركية.

ولقد قمنا في دراستنا بتقسيم البحث على عدة أجزاء والمتمثلة في:

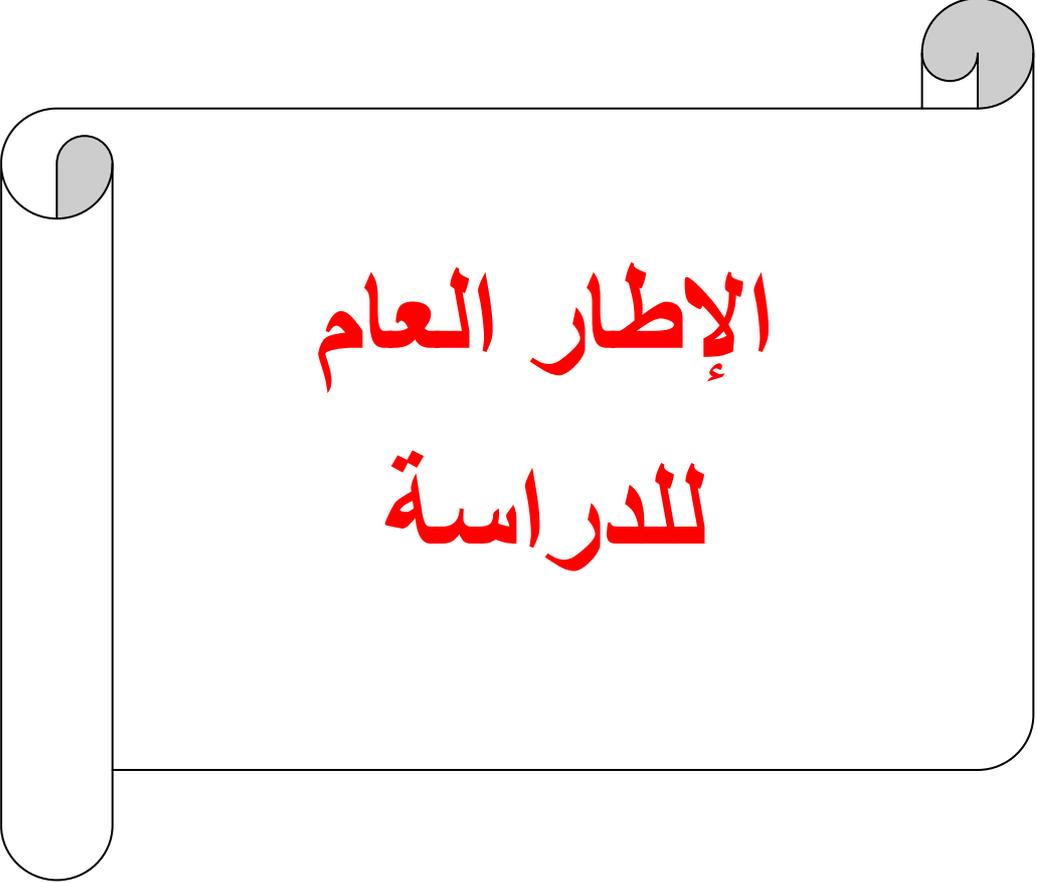
\*-الجانب التمهيدي: والذي يحتوي على الإطار العام للدراسة من خلال طرح إشكالية البحث وتحديد الفرضيات ومحاولة التحقق منها مع عرض بعض الدراسات السابقة والتي تتشابه مع الموضوع

\*-الجانب النظري: وقد تم تقسيمه إلى ثلاثة فصول وتتمثل في: -أسلوب المنافسة  
-المهارات الحركية  
-كرة القدم

\*-الجانب التطبيقي: وفيه يتم التقصي والتأكد من صحة الفرضيات من عدمها من خلال طرح استمارة على لاعبي النادي قيد الدراسة.



الجانب  
التمهيدي



**الإطار العام  
لِلدِّرَاسَةِ**

## أولاً: الإشكالية:

تؤكد بعض الدراسات والأبحاث العلمية على أن الكائن الإنساني تحركه قوى بيولوجية ومن بين هاته القوى الغريزة، حيث يولد الطفل مزود بمجموعة من الدوافع الغريزية التي تحرك السلوك وتوجهه إلى اللعب من أجل التنفيس على مخزون الطاقة، حيثي ينبغي على المعلمين الاستفادة من هذا المخزون وقبل أن يدخلوا عنصر اللعب إلى الفريق لا بد من تحديد الأهداف التعليمية وتحديد الأسلوب الملائم الذي يجعل من ألعاب الأطفال وسيلة أساسية لتعلم وتطوير المهارات الأساسية في أي رياضة كانت ومن بين هاته الرياضات رياضة كرة القدم.

لقد تطورت هذه اللعبة في السنوات الأخيرة وتغير طابع اللعب نظرا لتعدد طرق اللعب الحديثة حيث ازدادت سرعة اللعب وارتفع مستوى الأداء المهاري والبدني والخططي، ورغم هذا التطور الذي يحدث في طرائق اللعب بالإضافة إلى السعي المتواصل لرفع قدرات اللاعبين على أداء جميع متطلبات اللعب الحديث والاستخدام الأمثل لطاقتهم الكامنة لأداء أفضل وبكفاءة أكثر طوال وقت المباراة وقدرتهم على التكيف والاستجابة للمؤثرات والمواقف المتغيرة إلا أن هناك بعض الجوانب لم تلق الاهتمام المطلوب ومنها الاهتمام بشكل ونوعية الأداء الحركي للاعبين أثناء المباريات وهو ما يوضح الحاجة إلى نوعية خاصة من التدريبات تتماشى وطبيعة الأداء المهاري والحركي ومواقف اللعب المتغيرة والسريعة، كتدريب اللاعبين على مواقف تشابه ما يحدث في المباريات الفعلية من خلال وضع اللاعب في مواقف يستدعي من خلالها البحث عن أسرع الحلول وأفضلها باستخدام المهارة اللازمة وبدقة متناهية مع مجهود أقل.<sup>1</sup>

ويشير الباحث هنا إلى أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من الأداء الحركي بما يتشابه مع متطلبات المباراة الذي يتيح له اختيار أفضلها وفق مواقف اللعب الحقيقية وتزويد من قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط في أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بمواقف لم يتم التدريب عليها ومن تم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الجانب المهاري والخططي.<sup>2</sup>

ونظرا لكون المدربين والمعلمين يعتمدون على الأساليب التقليدية والخبرات الشخصية من أجل تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم دون إيجاد أسلوب تعليمي منظم ومخطط ومبرمج له من قبل فقد لجأ الباحثين إلى تسليط الضوء على أسلوب المنافسة من خلال تزويد المتعلم بالمناهج التعليمية لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم بهذا الأسلوب، ونظرا لكون هذا الأسلوب يلعب دورا كبيرا خلال العملية التدريبية فقد تطرقنا إلى طرح التساؤل التالي:

**هل يؤثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم؟**

1- العوادي فارس، مشرّوك مصطفى. فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعض الصفات البدنية (القوة المميزة بالسرعة، السرعة الانتقالية، الرشاقة) والمهارات الأساسية (السيطرة على الكرة، الجري بالكرة، الاستلام والتمرير) لناشئي كرة القدم U15. مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة ألكلي محند أولحاج -البويرة، 2018/2017. ص2.

2- العوادي فارس، مشرّوك مصطفى. المرجع السابق. ص2.

ثانيا: تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام:

هل يؤثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم؟

التساؤلات الفرعية:

1- هل يؤثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارة التمرير في كرة القدم؟

2- هل لأسلوب المنافسة تأثير على تعلم وتحسين مهارة التسديد في رياضة كرة القدم؟

ثالثا: فرضيات الدراسة:

من خلال الإشكالية والتساؤلات المطروحة قمنا بوضع الفرضيات التي من الممكن أن تكون تمهيدا لمعالجة بحثنا والتي اقترحنا أن تكون على النحو التالي:

الفرضية العامة:

لأسلوب المنافسة تأثير على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في رياضة كرة القدم

الفرضيات الجزئية:

1- يؤثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارة التمرير في كرة القدم

2- لأسلوب المنافسة أثر على تعلم وتحسين مهارة التسديد في كرة القدم

رابعا: أسباب اختيار الموضوع:

1- الأسباب الذاتية:

- الرغبة الشخصية للتحري في الموضوع

- الإمكانيات والقدرة على التحري في الموضوع

- الرغبة في إضافة معلومات جديدة في الموضوع

2- الأسباب الموضوعية:

- معرفة مدى تأثير أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم

- التطرق إلى أسلوب المنافسة ومعرفة كيفية تطبيقه والمعايير التي يعتمد عليها

- معرفة الأهمية والدور التي يعتمده أسلوب المنافسة في العملية التدريبية

خامسا: أهداف الدراسة:

- معرفة وجود تأثير أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم من عدمه

-في حالة وجود تأثير أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم, معرفة ما مدى هذا التأثير

سادسا: أهمية الدراسة:

-إضافة جديدة للموضوع

-معرفة أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم

-معرفة دور وأهمية أسلوب المنافسة خلال العملية التدريبية

سابعا: تحديد المفاهيم والمصطلحات الأساسية للدراسة:

في موضوع بحثنا هذا توجد بعض المفاهيم الأساسية التي يجب توضيحها وتحديدها بدقة حتى يستطيع المطلع عليه فهم معناها والمقصود بها وهي متمثلة في:

\*-أسلوب المنافسة

\*-المهارات الحركية

\*- المهارات الحركية

**1-أسلوب المنافسة:**

**أ-الأسلوب:**

\*-لغة: هو الطريق ويقال سلكت أسلوب فلان في كذا: طريقته ومذهبه ويقول صاحب القاموس المحيط

(الأسلوب الطريق و عنق الأسد والشموخ في الأنف).<sup>1</sup>

\*-اصطلاحا: هو مجموعة من القواعد والظوابط أو الكيفيات التي ينفذ بها طريقة التدريس لتحقيق أهداف

الدرس ويرتبط ذلك بالمعلم وسمات شخصيته وهو جزء من الطريقة.<sup>2</sup>

**ب-المنافسة:**

**لغة:** نافست في الشيء ، منافسة ونفاسا إذ رغبت فيه على وجه المباراة<sup>3</sup>.

**اصطلاحا:** هي صراع بين فردين أو مجموعة من الأفراد للوصول إلى هدف موحد أو الحصول على

نتيجة معينة.

**ج- التعريف الإجرائي لأسلوب المنافسة:** هو عبارة عن أسلوب تحدده مجموعة من الوضعيات

الإدماجية المقترحة

يكون فيها للتنافس العنصر الرئيسي على المجموعة عند لاعبي النادي

1-ألفيرو زبادي. القاموس المحيط.مادة سلب.مؤسسة الرسالة. 1993م. ب ط، ص1872  
2-صلاح حمودة.بحث حول الفرق بين الطريقة والاسلوب. http://elmstaba.com, 00:07, 2022/05/09

3-الجوهري. الصحاح. المركز العربي للثقافة والعلوم, 2002م, ب ط,ص548

## 2-المهارات الحركية:

- أ-لغة: مصدر مهر أي حدق وأتقن والماهر هو الحاذق.<sup>1</sup>
- ب-اصطلاحاً : تعرف المهارة أنها الأداء المتقن والمتميز في انجاز عمل ما لتحقيق التفوق والنجاح.
- ج-التعريف الإجرائي للمهارات الأساسية الحركية: وهي حركات متقنة ومميزة التي تختص بها كرة القدم والتي تتمثل في دراستنا هذه على التمرير والتسديد.

## 3-كرة القدم:

- أ-لغة: هي من أصل كلمة لاتينية (foot ball) وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون بما يسمى عندهم بال Rug by أو كرة القدم الأمريكية , أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى Soccer.<sup>2</sup>
- ب-اصطلاحاً: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".<sup>3</sup>

## ثامناً: الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة مصدر هام من المصادر التي يجب على الباحث أن يتناولها ويثري بها بحثه والغرض من هذه الدراسات هو المقارنة أو الإثبات أو النفي ، وقد تناولنا مجموعة من الدراسات السابقة وقمنا باستخراج أهم النتائج والنقاط التي توصلت إليها كل دراسة.

## 1-الدراسات التي تناولت متغير أسلوب المنافسة:

أ- الدراسة الأولى: دراسة أحمد محمد علي شحاتة: (تأثير استخدام أسلوب التنافس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد)

رسالة ماجستير بكلية التربية الرياضية للبنين سنة 2010 م ، وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية الرياضة حيث كانت عينة البحث مختارة بطريقة عمدية بلغ عددهم 20 طالب حيث استخدم في

هذه الدراسة المنهج التجريبي لللائمة وكانت الاستنتاجات على النحو التالي:

\*للبرنامج التعليمي المقترح له تأثير ايجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد لدى طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين.

1-مجمع اللغة العربية، المعجم الوسيط، 2004م، ط4.

2-رومي جميل، كرة القدم، دار النقائض، لبنان، 1986م، ط2، ص50-ص52

3-رومي جميل، المرجع نفسه، ص50-ص52

**ب-الدراسة الثانية: دراسة فداء أكرم الخياط 1977:** (أثر استخدام أسلوب التنافس الذاتي والمقارن في تعليم بعض المهارات الحركية بكرة اليد) رسالة ماجستير جامعة الموصل وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التنافس الذاتي والمقارن في تعليم بعض المهارات الحركية بكرة اليد والتعرف على الأسلوب الأفضل لتعليم بعض المهارات الحركية بكرة اليد وكانت عينة البحث مكونة من 45 طالب قسموا إلى 3 مجموعات من المرحلة الأولى كلية التربية الرياضية وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لللائمة لحل مشكلة البحث. وقد كانت الاستنتاجات على النحو التالي:

\*-إن أسلوب التنافس هو الذي يحقق أفضل النتائج في التعلم.

## 2-الدراسات التي تناولت متغير المهارات الحركية:

**أ-الدراسة الأولى: دراسة فراس أكرم سليم 2006:** (أثر استخدام بعض الجمل الحركية المتنوعة في تنمية وتطوير بعض المهارات الأساسية والقدرات البدنية جامعة صلاح الدين) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الجمل الحركية المتنوعة في تطوير بعض المهارات الأساسية والقدرات البدنية الحركية الخاصة بالكرة الطائرة وكانت عينة البحث مجموعة من طلاب السنة الدراسية الرابعة في كلية النزلية الرياضية جامعة صلاح الدين حيث قسموا إلى مجموعتين 15 طالب لكل مجموعة. ولقد استخدم الباحث المنهج التجريبي الملائم لطبيعة البحث وقد استنتج الباحث التالي:

\*أن برنامج الجمل الحركية المتنوعة المستخدمة في الدراسة الحالية كان له تأثيرات ايجابية وفعالة على تنمية وتطوير بعض المهارات الأساسية والقدرات البدنية والحركية الخاصة بالكرة الطائرة لدى المجموعة التجريبية.

\*تفوق أفراد المجموعة التجريبية الذين استخدموا برنامج الجمل المتنوعة على المجموعة الضابطة في تنمية وتطوير بعض المهارات الأساسية والقدرات البدنية والحركية الخاصة بالكرة الطائرة.

**ب-الدراسة الثانية: دراسة طلال نجم عبد الله وخالد عبد المجيد :** (أثر استخدام برنامج الألعاب الاستكشافية والألعاب الحركية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني ابتدائي) رسالة

ماجستير كلية التربية البدنية جامعة بغداد وتهدف الدراسة إلى ما يلي:

\* التعرف على أثر استخدام برنامج الألعاب الاستكشافية وبرنامج الألعاب الحركية في تطوير بعض المهارات

الأساسية لتلاميذ الصف الثاني ابتدائي.

\* المقارنة بين الحاصل عن استخدام برنامج الألعاب الاستكشافية وبرنامج الألعاب الحركية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني ابتدائي.

وإستخد في هذه الدراسة المنهج التجريبي حيث كانت عينة البحث مكونة من 40 تلميذ وتم تقسيمهم إلى مجموعتين المجموعة الأولى مارست أسلوب المنافسات والألعاب الحركية والمجموعة الثانية مارست أسلوب الاستكشاف الموجه وكانت الاستنتاجات كما يلي:

\*حقق برنامج الألعاب الاستكشافية والألعاب الحركية تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية في الاختبارين القبلي والبعدي.

\*- هناك تكافؤ بين الاختبارات المهارات الحركية الأساسية بين برنامجين باستثناء تفوق الألعاب الاستكشافية على برنامج الألعاب الحركية في الاختبار البعدي في مهارة الجري 20 متر.

### تاسعا: التعليق على الدراسات السابقة:

لقد تنوعت أهداف ومساعي الدراسات السابقة بالنسبة لمتغير أسلوب المنافسة وكذا المهارات الأساسية في كرة الطائرة حيث اختلفت الدراسات ومن خلال دراساتنا هذه وبعد دراساتنا وتحليلنا للاختبارات التي استخدمها الباحثون على الطلاب توصلنا إلى أن النتائج توحى بأن لأسلوب المنافسة تأثير واضح على تعلم وتحسين المهارات الأساسية وإن الدراسات السابقة التي تم التطرق إليها توافقت مع دراساتنا حيث تشابهت دراسة أحمد محمد علي شحاتة في استخدام أسلوب المنافسة كما كانت الفرضيات المطروحة في هذه الدراسة مشابهة لفرضيات دراستنا حيث اثبت أن لأسلوب المنافسة تأثير إيجابي وهو ما يؤكد صحة فروض دراستنا حيث كان وجه الاختلاف في العينة ومكان وزمان الدراسة الدراسة.

أما بالنسبة لدراسة فداء أكرم الخياط فكانت فرضيات الدراسة تؤكد أن أسلوب المنافسة له تأثير على تحسين التعلم بعض المهارات الأساسية أما بالنسبة لأوجه الاختلاف فكان في حجم العينة ومكان وزمان تجربة البحث.

أما بالنسبة لدراسة طلال نجم عبد الله وخالد عبد المجيد فقد كان أوجه التشابه بالنسبة لدراستنا في الفرضيات حيث وفق في طرح الفرضيات كما كان المتغير المستقل يحمل في برامجه أسلوب المنافسة وكانت النتائج لها اثر في تطوير بعض المهارات الأساسية وكان وجه الاختلاف في عينة البحث ومكان وزمان الدراسة.

بالنسبة لدراسة فراس أكرم سليم فقد كان وجه التشابه مع دراستنا الحالية في المتغير التابع أي المهارات الأساسية بكرة الطائرة حيث كانت متغيرات الاختبار متشابهة لدراستنا (المهارات الأساسية) وكان والاختلاف في متغير المستقل وعينة البحث ومكان وزمان الدراسة.



# الفصل الأول:

أسلوب المنافسة

**تمهيد:**

إن أداء أي نشاط رياضي في إطار منظم له طبيعته وخصائصه، وذلك لأغراض لا بد من الوصول إليها، سواء كانت مادية أو معنوية، وللوصول إليها يجب أن تكون في طابع تنافسي مضبوط بقوانين وأحكام فالمنافسة الرياضية جزء ضروري وهام بالنسبة لكل أنواع النشاطات الرياضية على الإطلاق ولا يمكن لأي نشاط رياضي أن يرقى ويتطور بدونها.

فالمنافسة هي الهدف النهائي الذي يرمي إليه التدريب الرياضي، ومن ناحية أخرى تعتبر المنافسة وسيلة فعالة لتطوير وتنمية مستوى اللاعبين.

ولهذا الغرض خصصنا هذا الفصل لإبراز ماهية طبيعة المنافسة الرياضية وخصائصها وكذا القوانين التي تضبطها.

**1- مفهوم المنافسة الرياضية:**

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية، أو في مواجهة منافس وجها لوجه، أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين، وغير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية. يعتمد الباحثون في تعريف المنافسة بشكل عام على وصف عملياتها فهناك العديد من المفاهيم التي قدّمها هؤلاء الباحثين كتعريف للمنافسة ومن بين تلك المفاهيم التعريف الذي قدّمه "مورتون دويش" عام 1969 والذي أشار إلى أن المنافسة بصفة عامة هي "موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين المشتركين أو المتنافسين وهذا يعني أن مكافأة الفائز في المنافسة تختلف عن مكافأة غير الفائز أو المنهزم".

وهذا التعريف الذي قدّمه "دويش" كان أساساً للمقارنة بين عمليتي المنافسة والتعاون على أساس أن التعاون يقصد به أن المشاركين يفتسمون المكافآت بصورة متساوية أو طبقاً لإسهامات كل فرد وليس كما هو الحال في المنافسة<sup>1</sup>.

ويذكر الخولي عن محمد فضالي أنها رغم كل النقد الموجه للمنافسة إلا أنها مازالت الأساس الذي تقوم عليه الرياضة فهي تستخدم لرفع المستوى الصحي ولإضفاء الروح المعنوية العالية للأفراد من أجل التباهي أو التفاخر والاعتزاز القومي، بل ويرى أن درجة حدّة المنافسة تتوقف على ثلاث عوامل هي:

- طبيعة المجتمع من حيث الميل للمنافسة.
- الحوافز المقدرة للمنافسة.
- استغلال المنافسة لرفع مستوى الأداء.

**2- طبيعة المنافسة:**

المنافسة أياً كان مستواها بدءاً بمباريات الفصول في المدارس واللقاءات الحساسة في الدوري أو الكأس أو المباريات الودية أو مباريات الاعتزال أو التكريم والمباريات الودية في المناسبات الوطنية أو لقاءات بروتوكولات التعاون الرياضي الخارجي، فهي على كل حال منافسة مع تباين ظروف واشتراطات التنافس بالرغم من عدم ضرورة إحراز نتيجة معينة أو تأثير النتيجة في تحسين وضع الفريق المنافس في البطولة لكنها منافسة بكل المقاييس.

وتمتد ظروف المنافسة في أقل من دقيقة في المنافسات الفردية كسباحة وألعاب القوى والى بعض دقائق كما هو الحال في الجمباز والغطس وإلى أكثر من ذلك كما هو الحال في كرة القدم وكرة اليد والسلة وتمتد إلى ساعات في رياضات كالتنس وكرة الطائرة في الأشواط الحاسمة<sup>2</sup>.

**3- المنافسة الرياضية كعملية:**

أشار "رايتر مارتينز 1994 م" إلى أنه لكي نستطيع الفهم الكامل للمنافسة الرياضية فإنه تتضمن العديد من الجوانب والمراحل ينبغي علينا النظر إليها على أنها عملية "PROCESS" في إطار مدخل "التقييم الإجتماعي".

وفي ضوء ذلك يعرف المنافسة الرياضية بأنها "العملية التي تتضمن مقارنة أداء اللاعب الرياضي طبقاً لبعض المستويات في حضور شخص آخر على الأقل كما أشار "مارتينز" إلى أن هناك أربعة مراحل في إطار المنافسة الرياضية كعملية ترتبط كل منها بالأخرى وتتأثر بها وهي:

1- محمد حسن علاوي. علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2002م، ط 1، ص 28.  
2- محمود عبد الفتاح عثان. سيكولوجية التربية البدنية والرياضية. دار الفكر العربي، مصر، 1995م، ط 1، ص 422.

**3-1- الموقف التنافسي الموضوعي:**

إن الموقف التنافسي الموضوعي يعتبر بمثابة الشرط الأول لبدء عملية المنافسة فالموقف التنافسي الموضوعي ينبغي أن تتضمن مقارنة الأداء بمستوى معين، ووجود شخص آخر على الأقل يستطيع أن يقوم بتقييم هذه المقارنة، وعلى ذلك فهي حالة توافر المتطلبات فعندئذ يمكن لعملية المنافسة أن تبدأ.

**3-2- الموقف التنافسي الذاتي:**

يعتبر الجانب الذاتي لموقف المنافسة بمثابة الوسيط لبعض العوامل مثل: استعدادات الفرد واتجاهاته وقدراته، إضافة إلى عوامل شخصية أخرى متدخلة<sup>1</sup>.

حيث يتضمن الموقف التنافسي الذاتي إدراكات وتفسيرات وتقييمات اللاعب للموقف التنافسي الموضوعي ففي هذه المرحلة تلعب الجوانب الذاتية للاعب دوراً هاماً مثل قدرات اللاعب المدركة ومدى ثقته بنفسه ودفاعيته ومدى أهمية المنافسة بالنسبة له ومدى تقديره لمستوى المنافس وغير ذلك من العوامل الشخصية والفروق الفردية الأخرى.

وقد أشارت "ديانا جل 1995" م إلى أن سمة التنافسية والقلق التنافسي يمكن اعتبارهما من بين أهم العوامل الشخصية التي تؤثر بصورة واضحة على إدراكات وتقييم الفرد للمنافسة وهذا التقييم يعتبر بمثابة الموقف التنافسي الذاتي وهو الذي يحدد استجابة الفرد للمنافسة، فعلى سبيل المثال فإن اللاعب الذي يتميز بسمة التنافسية بدرجة عالية يميل إلى الاشتراك في المواقف التنافسية بالمزيد من الدافعية لتحقيق الإنجاز بدرجة أكبر من اللاعب الذي يتسم بدرجة أقل من سمة التنافسية.

**3-3- الإستجابة:**

مرحلة الإستجابة تتضمن إما الاستجابات الفسيولوجية مثل زيادة دقات نبضات القلب أو زيادة إفراز العرق في اليدين أو الاستجابات النفسية مثل الدافعية أو الثقة بالنفس، أو الشعور بالتوتر أو القلق أو الضيق، أو الاستجابات السلوكية التي تتمثل في الأداء أو السلوك العدواني مثلاً.

**3-4- النتائج:**

والتي تتضمن النتيجة الظاهرة في الرياضة التنافسية وهي الفوز أو الهزيمة، ويرتبط الفوز والهزيمة بمشاعر النجاح والفشل ولكن العلاقة بينهما ليست علاقة أو توماتيكية، أي أن النجاح لا يعني الفوز، كما أن الهزيمة لا تعني الفشل.

فقد يشعر اللاعب بالنجاح بعد أدائه الجيد بالرغم من هزيمته من منافس أقوى منه كما يشعر اللاعب بالفشل عقب أدائه السيئ بالرغم من فوزه على منافسه، ومشاعر النجاح والفشل وغيرهما من النتائج الحادثة لعملية المنافسة لا تنتهي عند هذا الحد بل تقوم بإحداث عملية تغذية راجعة نحو كل من الموقف التنافسي الموضوعي والموقف التنافسي الذاتي، حتى يتمكن بذلك التأثير على العمليات التنافسية التالية وبالتالي إمكانية التغيير في بعض العوامل الموضوعية أو الذاتية للموقف التنافسي.<sup>2</sup>

**4- أنواع المنافسات الرياضية:**

هناك أنواع مختلفة للمنافسة الرياضية فهناك التمهيدية والمنافسات الرئيسية أو الرسمية:

**4-1- المنافسة التمهيدية:**

ويعتبر هذا النوع من المنافسات نوعاً تجريبياً يستخدمه المدرب لتعود الرياضي على الشكل المبدئي للمنافسات، ويعتبر وسيلة من وسائل الإعداد المتكامل.

**4-2- المنافسة الاختبارية:**

وتستخدم المنافسة الاختبارية لغرض اختبار مستوى إعداد الرياضي ودراسة تأثير مراحل التدريب المختلفة على الحالة التدريبية، والتعرف على نقاط الضعف والقوة، ودراسة تركيب النشاط التنافسي، وبناء على تحليل نتائج هذه المنافسة يتم التخطيط للبرنامج التدريبي للمرحلة المقبلة.

1- أسامة كامل راتب. علم النفس الرياضي. دار الفكر العربي، القاهرة، 1997م، ط2، ص190.  
2- محمد حسن علاوي. علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. مرجع سابق، ص30-31.

**4-3- المنافسة التجريبية:**

يتم خلال هذه المنافسة التركيز على نموذج المنافسة الرئيسية التي يشارك فيها الرياضي، وبصفة خاصة على الدور المطلوب منه خلال هذه المنافسة، وفي هذه الحالة يجب توفر كافة الظروف المشابهة للظروف الرئيسية بأقصى درجة ممكنة.

**4-4- منافسات الانتقاء:**

يتم بناء على هذه المنافسة انتقاء الرياضيين وتشكيل الفريق في المنافسات الرسمية.

**4-5- المنافسة الرئيسية:**

تعتبر الهدف الرئيسي من المشاركة في المنافسات الرسمية هو تحقيق أعلى مستوى ممكن ويتحقق ذلك من خلال التعبئة القصوى لكافة إمكانيات الرياضة البدنية و المهارية والخطية والنفسية<sup>1</sup>.

**5- نظريات المنافسة:****5-1- المنافسة كوسيلة للتدريب الفعال:**

إن المنافسة الرياضية عموماً موجهة إلى تحسن التدريب، فهي تعتبر إذن كوسيلة خاصة للتدريب وعن طريقها تطوير والحفاظ على النتائج الجيدة.

**5-2- المنافسة كشرط إيجابي:**

على نهج "أدرمان" المنافسة هي حافز يسمح للشخص بالتطور فهي إحدى الدوافع التي تسمح للشخص أن يصل إلى نتيجة مشرفة وبذلك تتطور.

**5-3- المنافسة كوسيلة للتطور:**

حالة الشخص في المنافسة تكون متعلقة مباشرة بما يحيط به، إذ سلوكيات ومعاملات الفرد يمكن أن تتغير حسب معاملات رفقاءه، مدربين، منافسين، ومتفرجين.

**5-4- المنافسة كوسيلة للتقييم:**

تعتبر المنافسة كوسيلة لتقييم المستوى وفعالية التدريب وبالتالي يمكن ملاحظة مختلف جوانب المنافسة مثل:

-تقييم مستوى اللياقة البدنية والقدرات النفسية في حالة المنافسة.

-تقييم مدى الحفاظ على التقنيات المكتسبة خلال المنافسة.

-إيجاد حلول للمشاكل التقنية والتكتيكية أثناء اللعب.

-المقارنة بين مستوى النتائج المركبة ومستوى النتائج المحددة<sup>2</sup>.

**6- أهمية المنافسة الرياضية:**

لم تكن الرياضة على هذا الشكل بل عاشت طبيعة الحضارات المختلفة، وإذا كان النشاط الرياضي في البداية شعائري فهو منذ القدم بأهداف خاصة لكل حضارة، رياضات السرعة عند الشعوب القديمة، الرياضات القتالية عند السبارتياط (SPARTIATES)، رياضة القوة عند المصريين، الرياضات التربوية عند اليونانيين، (Despot) الديسبوت عند الفرنسيين أو الرياضات الاستعراضية، سجلت وقتها وعبرت عن روح وتقاليدها هذه الحضارات.

منذ القدم إلى يومنا هذا ومن المشرق إلى المغرب الحضارات خصصت دائماً مكانة للنشاطات البدنية الموجهة نحو التجاوز واللعب إذا كانت الرياضة ظاهرة عامة في الزمان والمكان وإذا كانت هذه الظاهرة عرفت تجاوب دائم، ذلك يؤكد على وجود متطلبات أساسية عند الإنسان.

يرى "مارتينز" الرياضة تعمل على إخراج أحسن ما نملك، وكذلك أنه بدون منافسة ينعدم الإنتاج والابتكار.

1- أبو العلاء أحمد عبد الفتاح. التدريب الرياضي. دار الفكر العربي، مصر، 1997م، ط1، ص25-26.  
2- نبيل محمد إبراهيم. الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية. دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004م، ط1، ص3.

ويرى أيضا أن المنافسة هي السعي وراء النجاح وتحقيق الأهداف المسطرة فالكثير من أفراد المجتمع الأمريكي يعملون على النجاح والفوز والتمكن من إلحاق الهزيمة بالغير والحصول على المكافأة أو تقسيمها.

من هنا فالفوز والنجاح عندهم هو إلحاق الهزيمة بالغير والحصول على المكافأة لهذا يلجأ أغلبية الرياضيين عندهم إلى الطرق غير القانونية من أجل الفوز.

للمنافسة دور كبير في التحضير حيث أن أغلبية الرياضيين يستعملون المنافسة كدافعية إيجابية للتحضير من أجل الاستمرار في تجديد المواهب وتطوير المهارات.

وكما أشار الخولي عام 1996 انطلاقا من أعمال " أولاند سلي " كثيرا ما يعمد الناس إلى إخفاء مشاعر التنافس وعدم إبرازها بوضوح في الحياة اليومية، لكن الرياضة لا تستهدي هذه المشاعر بل تبرزها وتضعها في إطارها الاجتماعي الصحيح، بل وتعمل على تهذيبها وضبطها بالقيم والمعايير الخلقية للرياضة كالروح الرياضية أن الناس يشتركون في الرياضة، يتوقعون المنافسة أو المسابقة أو التنافس، فهي كلها مضامين تندرج ضمن مفهوم التنافس وهذا ما دعا " فاندرو زاج " إلى التساؤل على مدى تنظيم الجماعة للمشاركة في الرياضة في سبيل غناء خصائصها الأولية.

ويبدو أن الإجابة الأسلم أن ما يحدث في هذا الصدد بغض النظر عن النكهة إنما يتم بلا وعي في غالبه، أقصد تنتاب الجماعة بعض المشاعر كالرغبة في التفاعل عبر الرياضة، ولكن في غالب الأحيان، فإنهم لا يعطون اعتبارا لنمط هذا التفاعل<sup>1</sup>.

#### 7- قواعد وضوابط المنافسة الرياضية:

لقد شهدت السنوات الأخيرة تزايد ملحوظ في الاهتمام بالرياضات التنافسية بصفة عامة والمنافسات ذات الطابع الجماهيري بصفة خاصة، وينتج عن هذا الاهتمام وارتفاع ملحوظ في أعداد الممارسين لكل لعبة رياضية، وأيضا ارتفاع مستوى الأداء التقني الذي ساهم في تحقيق التفوق والبطولة الذي يسعى له معظم الرياضيين، وفي سبيل الفوز والنصر والتفوق والبطولة نجد أنه ظهرت في الساحة الرياضية عدّة مفاهيم جديدة على المجتمع الرياضي سواء المستوى المحلي أو العربي أو الدولي مثل السلوك العدواني وظاهرة العنف، وظهور ظاهرة شغب الملاعب، التي امتدت تأثيراتها إلى جماهير المشاهدين، فتحول الأمر من متابعة ومشاهدة لأحداث المباريات إلى عمليات قد تتضمن القتل والاعتداء والإحراق والتدمير، مما جعل المنافسة والمباريات شكلا من أشكال الخرق الصحيح للقوانين المدنية والجنائية واللوائح والقوانين المنظمة للأنشطة الرياضية.

فالمنافسات الرياضية تعد منظومة اجتماعية تضم اللاعبين والحكم والمدرب والإداري والإعلامي ويشار إلى المنافسة الرياضية على أنها موقف اختبائي ذو شدة عالية تبرز فيه جميع خبرات ومهارات اللاعب أو الفريق المكتسبة من خلال حياته التدريبية بهدف التفوق على المنافس أو الفريق في لقاء تحكمه القوانين المحلية والدولية.

فالنشاط الرياضي من المجالات المهيأة للخضوع للتنظيم القانوني، ولكن ممارسة هذا النشاط الذي يخضع لقواعد فنية نابغة من الوسط الرياضي نفسه وهو ما يطلق عليه قواعد اللعبة، فهناك القواعد الفنية البحتة كتلك التي تحدد زمن المباراة وأوصاف الملعب وتكوين الفرق الرياضية ووضع كل لاعب في بداية المباراة ونظام اللعب وزمنه إلى غير ذلك من القواعد الفنية.

وهناك نوع آخر من القواعد يطلق عليه قواعد تنظيم سلوك اللاعبين لضمان السلامة أثناء المنافسة الرياضية، وإذ خالف اللاعب تلك القواعد وقعت عليه عقوبات رياضية معينة كالإيقاف عن اللعب لفترة زمنية محددة أو الطرد من الملعب، فهذه القواعد تؤدي دورا وقائيا بالنسبة للحوادث الرياضية خاصة تلك التي يكون لها نتائج وخيمة مثال ذلك القواعد التي تحرم على الملامك أن يضرب منافسه في أماكن معينة، لكن رغم خضوع الرياضة التنافسية للقواعد الفنية والقانونية إلا أن ذلك لا يستبعد احتمال وقوع حوادث معينة نتيجة لخرق هاته القواعد الفنية والقوانين<sup>2</sup>.

1- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعارف (216)، المجلس الوطني للفنون والإدارة، الكويت، 1996م، ص204.

2- نبيل محمد إبراهيم، الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية. مرجع سابق، ص3-4.

**8- أوجه الاختلاف بين المنافسة والتدريب:**

- تنحصر أوجه الاختلاف بين المنافسة والتدريب فيما يلي:
- تحتل المنافسة أهمية كبيرة تفوق أهمية الحصة العادية لدى اللاعبين نتيجة أنه يحضرها في الغالب متفرجين يفوق عادة الجمهور الموجود خلال الحصة العادية.
- تعتبر المنافسة المجال الحقيقي لاختبار صحة اللاعبين.
- نتائج المنافسة تسجل بشكل رسمي، بخلاف عمليات التسجيل التي تحدث أثناء الحصة العادية.
- يترتب على الأداء في المنافسات الحصول على مراتب مشرفة، الأمر الذي يظهر قيمة المنافسة.
- يوجد دائماً في المنافسات خصم أو منافس.
- نتائج المنافسة عبارة عن ثمار التدريب<sup>1</sup>.

**9- الإعداد النفسي للمنافسة:**

يعتبر الإعداد النفسي من الظواهر الأساسية في الحقل الرياضي وفي جميع الأشكال الرياضية، ويلعب هذا النوع من الإعداد دوراً كبيراً في زيادة الإنجاز أو نقصانه، ومن خلال التجربة والملاحظة توضح بشكل كبير أنه على الرغم من النقص في الإعداد البدني والتكتيكي عند اللاعب إلا أنه بين الحين والآخر يحقق انتصاراً كبيراً غير متوقع من قبل، وقد ارجع الباحثون هذا الانتصار إلى العامل النفسي المتمثل بقوة إرادة الفريق أو اللاعب وتصميمه على مواصلة العمل للوصول إلى نتيجة طيبة<sup>2</sup>.

ويفسر علماء النفس عدم قدرة اللاعبين على تحقيق الفوز والنصر والنجاح بعدم وجود الحافز أو الدافع لديهم، وبعض الأحيان تكون الحالة الانفعالية لديهم زائدة عن الحد المعقول، ولذا كان من الضروري تهيئة اللاعبين وإعدادهم الإعداد النفسي السليم<sup>3</sup>.

**10- تدريب وتنظيم الطاقة النفسية للمنافسة الرياضية:**

في البداية يجب أن نوضح العلاقة بين الطاقة النفسية والطاقة البدنية، حيث أن اللاعب يحتاج إلى تنظيم الطاقة البدنية من خلال التحكم في حمل التدريب وشدة الحمل وحجم الحمل وفترات الراحة، ويتضح ذلك في تنظيم السرعة في مسابقات الجري أو السباحة، فإنه يمكن تنظيم الطاقة النفسية من خلال مساعدة اللاعب في التمرين للسيطرة على أفكاره وانفعاله.

**11- أهمية الإعداد النفسي للمنافسة:**

- يمكننا تلخيص أهمية الإعداد النفسي للمنافسة فيما يلي:
- تشكيل جو ملائم مع خلق جو ملائم لتحسين النتائج.
- خلق الحيوية وخاصة العوامل العاطفية التي تساعد على الفوز.
- دعم اللاعبين في تحقيق النتائج.
- الأخذ بعين الاعتبار بعض العوامل الخاصة بالجو العام قبل المنافسة وأثناء المنافسة (سلوك المتفرجين، الصحافة، الحكام،.....)
- التحضير النفسي للمنافسة شيء رئيسي وأساسي لكل رياضة تنافسية فالمدرّب يستعمل هذا النوع من التحضيرات لتهيئة اللاعبين نفسياً وكذلك خلق الجو الدافعية والانسجام والثقة في قدراتهم على تحقيق النتائج المرضية<sup>4</sup>.

1- عزت محمود الكاشف، الإعداد النفسي للرياضيين. دار التفكير، بيروت، 1991م، ط2، ص12.

2- كمال يحيى الريفي، التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون. الجامعة الأردنية، الأردن، 2004م، ط2، ص116.

3- يحيى إسماعيل الحلوي، الموهبة الرياضية والإبداع الحركي. المركز العربي للنشر، مصر، 2004م، ط1، ص145.

4- محمد عادل، خطاب التربية البدنية للخدمات الاجتماعية. دار النهضة العربية، القاهرة، مصر، 1965م، ب ط، ص67.

**12- الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية:**

تتميز المنافسة الرياضية بمجموعة من الخصائص التي يمكننا ذكر البعض منها فيما يلي:

**12-1- المنافسة اختبار وتقييم لعمليات التدريب والإعداد:**

إن عملية التدريب الرياضي بمفردها لا تنطوي على أي معنى لوحدها، ولكنها تكتسب معناها من ارتباطاتها بإعداد اللاعب بدنيا و مهاريا و خططيا ونفسيا لكي يحقق ما يمكن تحقيقه من رفع مستوى والتحضير الملائم للمنافسة، وفي ظل هذا المفهوم تكون المنافسة الرياضية ما هي إلا اختبار وتقييم لنتائج عمليات التدريب والإعداد الرياضي المتعدد الأوجه.

**12-2- مساهمة المنافسة الرياضية في الارتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب:**

إن إعداد اللاعب للمشاركة في المنافسة الرياضية يتطلب ضرورة الارتقاء بجميع الأجهزة الوظيفية للجسم (الجهاز العضلي، الجهاز الدوري، الجهاز العصبي، والجهاز التنفسي) وبالتالي الارتقاء بمستوى جميع الوظائف البدنية والحركية والعقلية والنفسية، حتى يستطيع اللاعب استخدام هذه الوظائف المختلفة بأقصى قدر من الفاعلية لتحقيق أفضل ما يمكن من مستوى الإنجاز.

**12-3- المنافسة الرياضية تثير الاهتمام والتشجيع:**

نادرا ما يكون في حياة الفرد أو الجماعة ما يحظى بالكثير من الاهتمام والثناء والتشجيع والاعتراف مثلما يحدث في مجال المنافسة الرياضية وخاصة على المستوى القومي والدولي والعالمي، وكثيرا ما يلاحظ اهتمام القيادات العليا في الدولة بالمنافسات الرياضية ونتائجها ويوظفون على حضورها ورعايتها وخاصة في حالات النجاح والفوز في هذه المنافسات الرياضية.

**12-4- المنافسة الرياضية تحدث بمشاهدة المشاهدين:**

تتميز المنافسات الرياضية بحدوثها في حضور جماهير المشاهدين الأمر الذي قد لا يحدث في كثير من فروع الأنشطة الإنسانية الأخرى بالإضافة إلى العدد الهائل من المشاهدين الذين يحضرون المنافسات الرياضية في بعض الأنشطة الرياضية ذات الشعبية الجارفة ككرة القدم مثلا والذي قد يقدر بم يقارب من مئة ألف مشاهد، يختلف تأثير المشاهدين على اللاعبين إيجابا أو سلبا طبقا للعديد من العوامل.

**12-5- تجرى المنافسة طبقا لقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها:**

تجرى المنافسات الرياضية طبقا للقوانين واللوائح والأنظمة المعترف بها والتي تحدد الأسس والقواعد المختلفة للجوانب الفنية والتنظيمية لأي نشاط، وبذلك تجبر اللاعبين والفرق الرياضية على احترامها والعمل بمقتضاها ومن ناحية أخرى تضمن المقارنة العادلة والتنافس الشريف المتكافئ بين المستويات بعضها البعض الآخر.

**12-6- المنافسة نوع هام من العمل التربوي:**

ينبغي أن لا ننظر إلى المنافسة الرياضية على أنها نوع من أنواع الاختبار والتقييم لعمليات التدريب الرياضي والإعداد الرياضي المتكامل فحسب، ولكنها أيضا نوع هام من العمل التربوي الذي يحاول فيه المدرب الرياضي إكساب اللاعب الرياضي العديد من المهارات والقدرات والسمات الخلقية ومحاولة تطوير مختلف السمات الايجابية<sup>1</sup>.

**13- طرق تنمية الصفات النفسية للمنافسة الرياضية:**

يتطلب العمل التدريبي الهادف إلى تحقيق النتيجة الرياضية، وعلى الرياضي التصميم على تحقيق الهدف والإصرار والحزم والتماكك النفسي وغيرها، وتجرى تنمية الصفات النفسية بطريقتين:

-تنمية الصفات النفسية بصورة عفوية.

-تنمية الصفات النفسية بصورة واعية.

1- كمال مفاق. علاقة التحفيز بدافعية الإنجاز عند لاعبي القسم الوطني الأول لكرة القدم الجزائرية. مذكرة ماجستير غير منشورة، (معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله)، جامعة الجزائر، 2006-2007م، ص 87.

وفي بعض الحالات يتم تحسين وبناء الصفات النفسية عن طريق العمل التدريبي بصورة عفوية عندما لا يهّم المدرب في التفكير في تنمية الصفات النفسية بوجه خاص أثناء تدريب الرياضيين ولكن مازال بعض المدربين يفضلون أثناء تنظيم التدريب عادة المزيد من الاهتمام والاعتناء لمسائل تطوير عناصر اللياقة البدنية وتحسين التكتيك لأداء الحركات الرياضية وتدريب وتطوير المعارف التكتيكية، ولا يأخذون في اعتبارهم كيف تتطور الصفات النفسية.

لذلك فمن الممكن أن تتطور الصفات النفسية من خلال تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية مثل تطوير الإرادة من خلال تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية من خلال تمرينات القوة وهكذا، وفي حالات أخرى تجرى تنمية الصفات النفسية بصورة واعية ويبدأ المدرب في مخطط عملية الإعداد النفسي في حالة التخطيط بين عملية الإعداد البدني و المهاري والتكتيكي وبشكل هادف.

لذلك يجب أن تكون العملية التدريبية والتحضير النفسي وحدة متكاملة ويجب أن تكون تنمية الصفات النفسية مضمونا دائما للعملية التدريبية<sup>1</sup>.

#### 14-تحليل الأداء التنافسي الرياضي:

يعتبر الأداء التنافسي للرياضي هو محصلة جميع عمليات الإعداد البدني و المهاري والخططي والنفسي، لذا فإن تحليل الأداء التنافسي للرياضي ومدى فاعليته يعتبر من العمليات الهامة التي يمكن الاسترشاد بنتائجها في غضون عمليات التدريب الرياضي. فمن خلال ذلك التحليل يمكن التعرف على نقاط الضعف والقوة في مستوى الرياضي وكذا التخطيط السليم للأداء التنافسي النموذجي الذي يتلاءم مع إمكانات وظروف الرياضي، ويعتبر تنفيذ ذلك من الناحية العملية من العمليات السهلة لأنشطة الحركة الوحيدة المتكررة والقوة المميزة بالسرعة<sup>2</sup>.

#### 15-المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية:

قد ينظر البعض إلى المنافسة الرياضية من حيث أنها صراع يستهدف التفوق على الآخرين كما يرى المتنافس في منافسيه خصوما له. كما قد ينظر البعض إلى المنافسة الرياضية نظرة فيها الكثير من المغالاة عندما لا يرون في المنافسات الرياضية سوى السباق الجنوني لتسجيل الأرقام والتفوق والفوز، ويتناسون أن الوصول إلى المستوى الرياضي العالي جانب هام من الجوانب التي يسعى إليها اللاعب ويسعى إليها المجتمع ولكنها بطبيعة الحال ليست الهدف الوحيد. وقد تكون للمنافسة الرياضية بعض الجوانب السلبية حيث تنسم بالعنف الزائد، والعدوان والاضطرابات الانفعالية للمتنافسين، أو حينما يحدث اختلاف بين المتنافسين يختلفون فيه اختلافا كبيرا مما يجعل الفوز أو النجاح مقصورا على فريق معين منهم، أو حينما ينقلب التنافس الرياضي إلى تنافس عدواني أو صراع من أجل الوصول إلى الصدارة.

وينبغي علينا مراعاة أن الطابع الذي تتميز به المنافسات الرياضية إذا ما أحسن استثماره و إذا ما تم في حدود الأسس والقواعد التربوية التي تؤكد ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي واللعب النظيف وقبول الأحكام والتواضع وعدم الغرور، فإنه يصبح من القوى المحركة التي تدفع الأفراد إلى ممارسة النشاط الرياضي والتي تحفزهم للوصول إلى المستويات العالية<sup>3</sup>.

1-مهند حسين البنشاي وأحمد إبراهيم خواجه. مبادئ التدريب الرياضي. دار وائل للنشر، عمان، 2005م، ط1، ص237.

2-نبيل محمد إبراهيم. الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية. مرجع سابق، ص2.

3-محمد حسن علاوي. علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. مرجع سابق، ص35.

**خلاصة:**

تلعب المنافسة الرياضية دورا هاما في المجال الرياضي إذ تعتبر من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية حيث أنها تساهم في تحسين مختلف القدرات والمهارات للفرد الرياضي كما تساعد في عملية إخراج المكبوتات الداخلية للرياضي أو للفرد العادي. كما أنها تعد وسيلة من وسائل الاتصال من خلال جلب جموع الجماهير المتفرجين الذين يتابعون باهتمام لهذه المنافسات والبطولات الرياضية.

ومن خلال دراستنا لهذا الفصل نجد أن للمنافسة الرياضية عدّة أنواع وقوانين تضبطها.

# الفصل الثاني:

المهارة الحركية

**مقدمة:**

نقضي وقتنا بأداء العديد من المهارات الحركية الأساسية بطريقة جيدة سواء فكرنا بها أم لم نفكر، ولا نستطيع أداء أي مهارة حركية مثل كتابة بحث أو إرسال بريد صوتي أو قيادة سيارة أو حتى ضرب كرة التنس بيدنا من الخلف دون القدرة على الأداء المهاري، أضيف إلى ذلك المهارات الحركية الأخرى التي نستطيع أدائها والتي نستطيع أن ندرك أنه من المهم لأي رياضي أن يعرف مفهوم وأساسيات التعلم والأداء.

وتأخذ المهارات الحركية العديد من الأشكال وبالطبع من أولئك الذين يركزون على السيطرة والتنسيق للمجموعات العضلية الكبيرة في أنشطة قوية نسبياً مثل أنشطة الكراتي دو وأنشطة كرة القدم.

فنحن لدينا مهارات أساسية ونحتاج فقط إلى النضج (النمو) والخبرة من أجل إجادهم في شكل مكتمل تقريبي ومن الأمثلة على ذلك المشي والركض والمضغ والتوازن، وعلى أية حال من أجل الحصول على الإتقان في المهارات الأخرى فنحن نحتاج إلى الكثير من الممارسة وكذلك غالباً ما نحتاج إلى مساعدة الموجه أو المدرب.

## 1-تعريف المهارة والمهارة الحركية:

### 1-1-تعريف المهارة:

لفظ المهارة يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة, وهو بذلك يشمل كافة الأداء الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة, وهناك ثلاثة أنواع من المهارات:

1-مهارات معرفية: مثل الحساب, الجبر والهندسة

2-مهارات إدراكية: مثل مهارات إدراك أشكال معينة

3-مهارات حركية: مثل المهارات الرياضية<sup>1</sup>

### 1-2-تعريف المهارة الحركية:

عرفت المهارة الحركية بأنها مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين, وتعرف أيضا أنها مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بدل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن.

## 2-مراحل تعلم المهارة الحركية:

إن المراحل التي تمر بها عملية تعلم المهارة الحركية هي ثلاثة مراحل أساسية ترتبط فيما بينها وتأثر واحدة في الأخرى وتتأثر بها. والمراحل هي:

**المرحلة الأولى:** مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية والتي يكون فيها الأداء الحركي صعبا لاشتراك مجاميع عضلية غير مطلوب اشتراكها مما يجعل الأداء الحركي متوترا وبدلك يحتاج إلى طاقة أو جهد إضافي

**المرحلة الثانية:** مرحلة اكتساب التوافق الجدي للمهارة الحركية (الكف) التي يتم فيها التخلص من التوترات العضلية الزائدة والحركات الجانبية ويبدأ فيها الأداء الحركي في التحسن تدريجيا وتصحيح الأخطاء من خلال التكرارات والممارسات المنظمة.

**المرحلة الثالثة:** مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية ( الاستشارة والكف) يتم في هذه المرحلة التوازن بين عمليتي الاستشارة والكف عن طريق تكرار أداء المهارة الحركية والتدريب عليها تحت ظروف مختلفة ويمكن إتقان الأداء المهاري أو الحركي مع الاقتصاد بالجهد والتناسق بين حركات الجسم ونشاط الأعضاء الداخلية مما يعمل على تقليل إحساس اللاعب بالتعب بسرعة.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي, علم التدريب الرياضي, المطبعة الثالثة عشر, القاهرة, 1994م, ب ط, ص 110  
<sup>2</sup> خاهده عبد زيد الدليمي, أساسيات في التعلم الحركي. عمان, دار المنهجية للنشر والتوزيع, 2016م, ط 1, ص 57-58.

**3- طرق تعلم المهارة الحركية:****3-1- الطريقة الكلية:**

وهي الطريقة البسيطة لأداء المهارات الحركية دون أي تمهيد أو مقدمات, وتعتمد هذه الطريقة على الاستعدادات الجسمية والعضلية للاعب, كما أن نجاحها أو فشلها يتوقف على الفوارق الفردية بين اللاعبين, وفي هذه الطريقة يركز المدرب على اللعبة أو الفاعلية كاملة أو على الأقل على مجموعات من مهارات اللعبة في وقت واحد "إن هذه الطريقة تستعمل في تدريب المهارات البسيطة, إلا أن معظم البحوث العلمية تحبب استخدام هذه الطريقة في التعلم إذا كان بوسع اللاعب استيعاب المهارة بأكملها " كما أن من مزايا هذه الطريقة هو أنها تسهم بدرجة كبيرة في العمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة, وذلك لأن الفرد يقوم باستدعاء واسترجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة, أي ارتباطها بأجزائها المختلفة دون تجزئة, إلا أن هذه الطريقة من الصعب استخدامها عند تعلم المهارات الحركية المركبة التي تتميز بالصعوبة.

**3-2- الطريقة الجزئية:**

وهي الطريقة المتدرجة لتعلم المهارة مع تقسيمها إلى أجزاء متتالية على أن يؤدي كل جزء على حدة حتى يتم إتقانها بحيث يقوم اللاعب بربط هذه الأجزاء مع بعضها حتى تصل في النهاية إلى الحركة السليمة ككل.

وبالرغم من مناسبة هذه الطريقة لبعض المهارات الحركية التي تتميز بالصعوبة والتعقيد, إلا أنها لا تتناسب مع المهارات الحركية السهلة البسيطة أو المهارات الحركية التي لا يمكن تجزئتها, ويرى البعض أن من أهم عيوب هذه الطريقة أنه في كثير من الأحيان تفقد بعض أجزاء المهارة الحركية الارتباط الصحيح بالأجزاء الأخرى, مما يعمل على تأخير إتقان التوافق المنشود للمهارة الحركية وظهور بعض العادات الحركية الخاطئة كنتيجة لربط الأجزاء المنفصلة ببعضها البعض. إن لكل من الطريقة الكلية والجزئية محاسنها ومساوئها, كما أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على اختيار الطريقة الصحيحة في التعلم ومن هذه العوامل اللاعب ونوعية المهارات المنفصلة, وسوف يتقبل المهارة أكثر إذا مارسها بشكلها الطبيعي في اللعبة, فإذا كانت المهارة معقدة وطويلة فيجب استخدام الطريقة الجزئية, كما أن نوعية المدرب ومستواه يؤثران على طريقة التعلم.

**3-3- الطريقة الكلية الجزئية:**

في كثير من الأحيان يفضل استخدام الطريقتين معا لكي تتحقق الاستفادة من مزايا كل منها, وفي نفس الوقت تلافي عيوب كل طريقة, وقد دلت التجارب والخبرات على أن التعلم بالطريقة الكلية-الجزئية تحقق أحسن النتائج بالنسبة لمعظم المهارات الحركية.

ويجب على المدرب أن يقوم بتعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة, وأن يكون تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة مع ارتباط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية مع مراعاة تقسيم أجزاء المهارة<sup>1</sup>

<sup>1</sup>مروان عبد المجيد إبراهيم, *النمو البني والتعلم الحركي*, الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع, عمان, 2002م, ط1, ص189-190.

الحركية إلى وحدات متكاملة و مترابطة عند التدريب عليها كأجزاء, هناك عدد كبير من المدربين يحبون هذه الطريقة, وأن على المدرب أن يلاحظ كل لاعب, كما أن اللاعب لا يمكن أن يؤدي الحركة بشكلها وصورتها الصحيحة تماما.<sup>1</sup>

#### 4-العوامل المؤثرة في المهارة الحركية:

تتأثر المهرة الحركية بعدة عوامل أهمها:

- \* الجنس
- \* العمر
- \* الوراثة
- \* الذكاء
- \* الاستعداد
- \* التمرين والممارسة
- \* الشرح والتوضيح
- \* استخدام الوسائل والأدوات التعليمية
- \* السهولة والتدرج
- \* الإتقان للحركات أو المهارات السابقة (التجارب السابقة)
- \* الاستيعاب: وهو فهم في التعلم ويعتمد على: - عرض الحركة
- شرح الحركة
- مشاهدة الحركة<sup>2</sup>

#### 5-خصائص المهارات الحركية:

##### 1-5-تعلم المهارة:

المهارة تتطلب التدريب والتحسين بالخبرة.

\*التعلم يعرف عادة أنه:"التغيير الدائم في السلوك والأداء بمرور الوقت" ويجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا ونحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح حدث بالصدفة.

##### 2-5-المهارة لها نتيجة نهائية:

نعني بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء, وبالقطع فإن هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه "النتائج المحددة سلفا للأداء"<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مروان عبد المجيد إبراهيم. النمو البدني والتعلم الحركي. المرجع السابق, ص190.

<sup>2</sup> تاهده عبد زيد الدليمي, أساسيات في التعلم الحركي. مرجع سابق, ص56-57.

<sup>3</sup> عبد المنعم حمدي لكرة الطائرة مهارات خطط قانون. مؤسسة كليوباترا, القاهرة, 1984م, ب ط, ص62.

### 3-5- المهارة تحقق نتائج بثبات:

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

### 4-5- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية:

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

### 5-5- مقدرة المؤدبين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامه:

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

### 6- مبادئ أداء المهارة الحركية:

يتطلب أداء مهارة حركية معينة مبادئ عدة أهمها:

- 1-النضج والبناء الوظيفي
- 2-المهارة محكومة بمبادئ فسيولوجية وميكانيكية
- 3-المهارة يكون نموها بالتعزيز
- 4-يتعلم اللاعب المهارة برغبته واندفاعه
- 5-تزداد القدرة في تعلم المهارة كلما زادت خبرات النجاح وهذه الخبرات مهمة في تطوير المهارة
- 6-آلية الوصول إلى المهارة تجعل اللاعب يحتفظ بها لأطول مدة ممكنة
- 7-المهارة تحتفظ بالذاكرة الحركية بعد أن يتعلم اللاعبون الخواص.<sup>1</sup>

### 7-كيفية تحليل مهارة حركية:

تحلل المهارة الحركية من خلال ثلاثة عناصر أساسية وهي:

#### 1-1- من خلال وصفها (شكلها الظاهري):

يمكن أن تحلل أية مهارة وذلك من خلال شكلها الظاهري، أي مشاهدتها أو ملاحظتها فهي إما أن تكون مهارة ثنائية أو ثلاثية أو مركبة وكل مهارة تتكون من ثلاثة أقسام وهي:

- 1-1-1-القسم التحضيرية. وهو القسم الذي تبدأ فيه المهارة ويكون واجبه خدمة وإعداد الواجب الرئيسي للمهارة، كما أنه يعطي الجسم القوة التي تساعد على أداء العمل الحركي وإن طال أو قصر المدى لهذا القسم فإنه يعطي حرية كاملة في العمل الحركي، إذ إن طال القسم التحضيرية يعطي تحديد للعضلات بشكل أفضل كما في مهارة ضرب الساحقة في كرة الطائرة، وإن قصر القسم التحضيرية فإنه يخدم الواجب الرئيسي للمهارة (مثل حركات الضرب بالكراتي دو)، فكلما طالت أو قصرت المدة التحضيرية كلما صعب على المنافس الدفاع وهذا ما يعرف عنه بالخداع.

<sup>1</sup>تاوده عبد زيد الدليمي، أساسيات في التعلم الحركي. مرجع سابق، ص58.

**7-1-2- القسم الرئيسي.** وهو القسم الذي يحقق الواجب الحركي ( العمل الحركي) وتكون كل الأقسام والقوى خدمة لهذا القسم.

**7-1-3- القسم النهائي (الختامي).** وهو القسم الذي تنتهي فيه الحركة, كما أنه القسم الذي يتحول فيه الجسم من حالة حركية إلى حالة الثبات (السكون), ويمكن أن يكون هذا القسم بداية لحركات أخرى فضلا عن كونه المسؤول على تثبيت الجسم بعد الأداء الحركي, وفي بعض الحالات فإن هذا القسم يقرر نتيجة الأداء.

### 7-2- من خلال جوانبها التشريحية:

كما هو معلوم لدينا بأن لكل عضلة واجب حركي معين ومحدد وعلى هذا الأساس يتم تحليل المهارة, أي عن طريق عمل كل عضلة وكذلك عن طريق طبيعة التحكم العصبي في العضلات (الجهاز الحركي) ووصف لألية التحكم العصبي على الجهاز العضلي مع تحديد الوظائف التشريحية والوظيفية للجهاز العضلي.

### 7-3- من خلال التحليل الميكانيكي

يتم ذلك من خلال البناء الحركي ويعني مسار المهارة وزمنها وإن مسار وزمن المهارة تتحكم فيها القوى والتي تكون على نوعين هما:

#### 7-3-1- القوى الداخلية: وتشمل: \* العظام

\* العضلات

\* الجهاز العصبي

\* الجهاز الذاتي

#### 7-3-2- القوى الخارجية: وتشمل: \* الجاذبية الأرضية

\* المقاوامات المختلفة<sup>1</sup>

## 8-قابلية تعلم المهارة الحركية:

عندما يبلغ الطفل عمر 6-8 سنوات فإن معظم البناءات العصبية تقترب من مستوى نضج البالغ, كما أن معظم الأنماط الحركية الأساسية يستطيع أن يؤديها الطفل, لذلك فإن من المتوقع أن يكون هذا العمر 6-8 سنوات مناسباً للتعلم النوعي والممارسة للمهارات الحركية الأساسية, ومع ذلك فإن برامج التربية الحركية المخططة جيداً تدعم تنمية المهارات الحركية الأصلية لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة, لذلك فإن التوجيهات التعليمية تكون بواسطة المتخصصين والآباء والمدرسين وتقديم التتابع المنطقي للمهام الحركية, فضل عن تخصيص الوقت الملائم للممارسة فإن ذلك كله يشمل مكونات هامة لبرامج التعليم الناجحة للطفل.

ونظراً لأن المهارات الحركية تستخدم في معظم الأنشطة الرياضية من خلال التزاوج بينها أو تعديل الأنماط الحركية الأصلية فإن ذلك يعكس أهمية التعلم والممارسة المبكرة كمدخل مهم عند ممارسة الطفل للأنشطة الرياضية المنظمة (الرسمية) خلال فترة الطفولة المتوسطة, إذ هناك عوامل متداخلة عديدة يجب أن تأخذ بعين الاعتبار مثل دور الآباء, أعضاء الأسرة, الأصدقاء, اهتمام الطفل بنفسه, كمية الوقت الذي يؤديه الطفل في أنشطة متنوعة حيث يتوقع أن توجد عوامل اجتماعية وثقافية عديدة تؤثر في التطور الحركي والأداء للطفل.

<sup>1</sup>ناهده عبد زيد الدليمي, أساسيات في التعلم الحركي. مرجع سابق, ص(60-63)

وبشكل عام فإن هناك تقدماً متوقعاً في الأداء الحركي يصاحب التقدم في العمر الزمني للطفل في فترة الطفولة المتوسطة ويستمر ذلك التحسن أثناء فترة المراهقة بالنسبة للبنين ولكن قد يصل إلى التوقف بالنسبة للإناث حوالي 14-15 سنة. هذا ويتأثر ارتباط النضج بالأداء بمدى استجابة أو قابلية الطفل للتعلم والممارسة فعلى سبيل المثال فإن البنين الذين يحققون تقدماً في النضج البيولوجي يكون لديهم قابلية أفضل للتعلم والممارسة ومن تم الأداء الرياضي، والأمر ليس كذلك بالنسبة للبنات حيث أن البنات اللاتي يتميزن بالتأخر في النضج البيولوجي قد يحققن أداءً أفضل في بعض المهام الحركية مقارنة بزميلاتهن اللاتي يحققن تقدماً في النضج البيولوجي<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999م، ب ط، ص 360.

## خلاصة:

في رياضة كرة القدم تعتبر المهارات الحركية قاعدة مهمة لأداء اللعبة, حيث تلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الرياضي, وتؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الرياضي مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة مجريات اللعب والأداء, وبالتالي يستطيع اللاعب المهاجم دو السيطرة الميدانية بفضل مهاراته العالية أن يأخذ زمان المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وبالتالي إحراز الأهداف.

كما تعتبر المهارات الحركية احد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية, حيث يستخدمها اللاعب خلال المنافسات ويحاول إتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق أعلى المستويات, ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الحركية للعبة بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المنافسة وفي ضل إطار قانون رياضة كرة القدم.

# الفصل الثالث:

كرة القدم

## تمهيد:

تعتبر رياضة كرة القدم من الرياضات الأكثر انتشارا شعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين فقل ما نجد بلد في العالم لا يعرف أبناءه كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا بها فهي لعبة تتميز بمهاراتها الفنية العالية وخير دليل على كونها الرياضة الأكثر شعبية ما تحققه القنوات التلفزيونية الناقلة لمباريات كرة القدم من مشاهدات مقارنة بالألعاب الرياضية الأخرى.

وقد نذكر 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 الرياضات الأخرى, كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت من شدة الإقبال على ممارستها والتسابق من أجل المشاركة في منافساتها بالرغم من أنه في السنوات الأخيرة ظهرت عدة ألعاب نالت الكثير من الإعجاب والتشجيع فقد بقيت لعبة كرة القدم الأكثر شعبية وانتشارا ولم يتأثر مركزها بل بالعكس فإنها تزداد شعبية أكثر فأكثر.

**1- تعريف كرة القدم:**

كرة القدم لعبة جماعية تلعب بفريقيين يتكون كل فريق من 10 لاعبين وحارس مرمى، ويشرف على تحكيم المباراة أربعة حكام موزعين أحدهم في وسط الميدان، وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحكم احتياطي رابع.<sup>1</sup>

وقد رأى ممارسوا هذه اللعبة أن تحول كرة القدم إلى رياضة اتخذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة.

وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد منفوخة، فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز، ويتم تحريك الكرة بالأقدام، ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمساك الكرة بيده داخل منطقة الجزاء، وتدوم المباراة 90 دقيقة، مقسمة على شوطين كل شوط 45 دقيقة، يتخللها وقت الاستراحة قدره 15 دقيقة، وأي خرق

لقوانين اللعبة، فإنها تعرض لاعبي الفريق المخطي لعقوبة.<sup>2</sup>

**2- تاريخ ظهور وانتشار كرة القدم:**

لقد أطلق على كرة القدم أسماء وألقاب كثيرة، فمن خلال استقراء تاريخ هذه اللعبة نجد اليونان قديما كانوا يسمونها "EPSKYROS" وكان الرومان يلقبونها "HARRASTON".  
لقد دارت في إنجلترا منافسات تاريخية بين العلماء المؤرخين كان الغرض منها رسم صورة واضحة عن لعبة كرة القدم.

كما يذهب بعض المؤرخين لهذه اللعبة إلى القول أن كرة القدم وجدت في القرنين الثالث والرابع قبل الميلاد، كأسلوب تدريب عسكري في الصين وبالتحديد فترة ما بين 206 ق م و 250 ق م، كما وردت في أحد مصادر التاريخ الصيني أنها ذكرت باسم "تسو تشو" « TSU-TCHU » أي بمعنى ركل الكرة، وكل ما عرف عنها أنها كانت تتألف من قائمين عظيمين يزيد ارتفاعهما عن ثلاثين قدما، وبينهما شبكة من الخيوط الحديدية يتوسطهما ثقب مستدير نصف قطره قدم واحد.<sup>3</sup>

ويتبارى أفضل اللاعبين في ضرب الكرة لكي تمر من هذا الثقب، وكانت الكرة مصنوعة من الجلد المغطى بالشعر، ولم تكن بالقوة والشدة التي عليها الآن، وكان جزاء الفائز صرف كمية من الفواكه والزهور والقبعات له.

<sup>1</sup>-فيصل رشيد عياش الدليمي، لتمر عبد الحق. كرة القدم. المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 1997، د ط، ص 01

<sup>2</sup>-إبراهيم علام :كأس العالم لكرة القدم، دار القومية والنشر، مصر، 1960م، ط1، ص 60.

<sup>3</sup>-مختار سالم :كرة القدم لعبة الملايين، مكتبة المعارف، بيروت، 1998، ط2، ص 12

وفي إيطاليا عرفت لعبة كرة القدم قديما باسم "كاليتشو" « KALCIO » وكانت تلعب في فلورنسا مرتين في السنة، الأولى في أول يوم أحد من شهر "مايو"، والثانية في اليوم الرابع والعشرون من "يونيو" بمناسبة عيد "سان جون" « SANJHON »، وكانت المنافسة تقام بين فريقين الأول أبيض باسم "تبيات كي"، والثاني باسم "روسي"، ويضم كل فريق واحد وعشرون لاعبا يلعبون في "تباترا" كان المرمى عبارة عن عرض الملعب كله، وكان اللعب خشنا، والملعب مغطى كله بالرمل.<sup>1</sup>

ويجمع الكل على أن انتشار كرة القدم كرياضة للشباب كان في جزر بريطانيا حيث أخذت من فكرة القومية التي بنيت على هزيمة الدانماركيين الغزاة، والتتكيل برأس القائد الدانماركي<sup>2</sup>.

وبدأت الخلافات والمناوشات حول ملامح لعبة كرة القدم، إلى أن تم الاتفاق سنة 1830 على أن تكون هناك لعبتين، الأولى باسم "تسوكو" والثانية باسم "تجيبينو" بعدما أسس قانون كرة القدم الانجليزية يوم 26 أكتوبر 1863.

وعاد "جايمز" أستاذ في جامعة أكسفورد وذكر أن شعراء الصين ذكروا كرة القدم، ولكن اتضح بعد ذلك أن هذه اللعبة لم تذكر باسمها في الشعر، وإنما ترجمها الأستاذ بهذا قائلا: بأن الكرة كانت مستديرة مصنوعة من ثمانية أجزاء من الجلد محشوة بالشعر، ولم تعرف الكرة التي تتفخ بالهواء، إلا في سنة 500 بعد الميلاد، هذه الأفكار ناقشها الكثير من المؤرخين، حيث ذهب المؤرخون البريطانيون إلى القول أن كرة القدم من أفكارهم، واستدلوا على ذلك بواقعة تاريخية، وهي أنهم لما قتلوا القائد الدانماركي الذي احتل بلادهم، داسوا رأسه بأقدامهم كالكرة، وصار هذا بعدها تقليدا قوميا عمى الثأر والانتقام، واعتبروا هذا فجر ظهور اللعبة واكتشافها<sup>3</sup>.

وحول انتشار هذه اللعبة، قامت بريطانيا البلد الأم لكرة القدم بنشر اللعبة عند جارتها أيرلندا، وفي عام 1831م بدأت "أيرلندا" توفد فريقا منيا إلى الولايات المتحدة الأمريكية، وهكذا انتشرت هناك، ثم دخلت هذه اللعبة إلى أستراليا عام 1858 عن طريق عمال مناجم فكتوريا، وهكذا استمرت في الانتشار حتى دخلت مصر عن طريق الاحتلال الإنجليزي عام 1882م.<sup>4</sup>

إن طبيعة الحياة عند الانجليز تتطلب السفر في البحار للتجارة بحكم أن بريطانيا دولة استعمارية، ولكثرة مستعمراتها سهل نقل لعبة كرة القدم إليها، والانجليز من المعروف عنهم أنهم حينما يضعون أرجلهم على أي أرض يلهو شباب جنودهم بلعب كرة القدم.

1-جميل نظيف. موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة. دار الكتب العلمية، بيروت، 1993م، ط 1، ص 342.

2-حسن عبد الجواد. كرة القدم. دار العلم والملايين، بيروت، 1984م، ط 2، ص 15.

3-Kamal Lamoui : **football technique jeux**, entrainement information édition 2, Alger, 1980, p18.

4-إبراهيم علام : **كأس العالم لكرة القدم**، مرجع سبق ذكره، ص 62.

وهكذا تم نقل هذه اللعبة عن طريق الشباب الانجليزي قبل أن ينشأ القانون، فكانت في ذلك الوقت في أشبع صورها بعيدة عن أهدافها، وبمرور الوقت تم وضع قانون وتشريعات وتشكيلات إدارية وفنية لتقلها إلى أوضاعها الصحيحة<sup>1</sup>.

### 3-تاريخ كرة القدم في الجزائر :

تعد كرة القدم من بين أل الرياضات التي ظهرت، والتي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ "عمر بن محمود" الذي أسس أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير)، وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م، وفي 7 أوت 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يمثل في عميد الأندية الجزائرية "مولودية الجزائر" غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة هو أول نادي تأسس قبل 1921م، بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها: غالي معسكر، الإتحاد الإسلامي لوهران، الإتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية، والإتحاد 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 مولودية الجزائر وفريق أورلي (بولوغين حاليا) التي على أثرها اعتقل العديد كم الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً 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 أنداك في صفوف فريق سانت ايتيان، وسوخان، كرمالي، زوبا، كريمو، 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 "محمند معوش" أول رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية. وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال موسم 1962/1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر

<sup>1</sup>مختار سالم : كرة القدم لعبة الملايين، مرجع سبق ذكره، ص 13.

أحسن تمثيل في المنافسات القارية، وفي نفس السنة أي عام 1963م كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصوله على الميدالية الذهبية.<sup>1</sup>

#### 4- أهم الأحداث التاريخية في كرة القدم الجزائرية:

- لقد مرت الجزائر بتاريخ مشرف في كرة القدم بعد الاستقلال ومنذ تأسيس الفدرالية الجزائرية لكرة القدم عام 1963م حيث يمكننا تلخيص أهم الأحداث الرياضية فيما يلي:
- 1963: نظمت أول بطولة وطنية فاز بها اتحاد العاصمة والثانية وفاق سطيف.
  - 1968: أول تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات كأس إفريقيا للأمم بإثيوبيا.
  - 1976: أول كأس إفريقيا للأندية البطلة فازت بها مولودية وهران.
  - 1980: أول نهائي لكأس إفريقيا للأمم للفريق الوطني ضد نيجيريا.
  - 1982: أول تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات كأس العالم بإسبانيا.
  - 1982: الفوز التاريخي للمنتخب الجزائري على المنتخب الألماني بنتيجة 1-0 بكأس العالم .
  - 1986: ثاني تأهل للفريق الوطني إلى نهائيات كأس العالم في المكسيك.
  - 1990: الفريق الوطني يفوز بأول كأس إفريقية للأمم في الجزائر.
  - 2019: الفريق الوطني يفوز بثاني كأس إفريقية للأمم المنظمة في مصر.<sup>2</sup>

#### 5- قواعد كرة القدم:

إن الجاذبية التي تتمتع بها لعبة كرة القدم، خاصة في الإطار الحر ( المباريات الغير رسمية ما بين الأحياء) ترجع أساسا إلى سهولتها الفائقة فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة ومع ذلك هناك سبعة عشر قاعدة لسير هذه اللعبة وهذه القواعد مرت بعدة تعديلات لكن لا زالت باقية إلى حد الآن.

حيث أن أول صيغ الثبات الأول لكرة القدم أسندوا إلى ثلاث مبادئ أو قواعد رئيسية جعلت للعبة مجالا واسعا للممارسة من طرف الجميع دون استثناء، وهذه القواعد 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 و سلامة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد ساحة الملعب وأرضيتها

1-يلقاسم تلي ومزهود لوصيف والجابري عيساني. دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية. معهد التربية البدنية والرياضة، دالي إبراهيم، جوان 1997م، ب ط، ص 46-47.

2-حسن عبد الجواد. كرة القدم. دار المعلمين، صفاقس، 1986م، ط1، ص 17 (بتصرف مع إضافة بعض الأحداث)

وتجهيزها وأيضاً تجهيز اللاعبين أثناء اللعب من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعاً لإظهار مهاراتهم بكفاءة عالية.

● **التسليية:** وهي إفراح المجال للحد الأقصى من التسليية والمتعة التي ينشدها اللاعب لممارسة اللعبة، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات التي تؤثر على متعة اللعب<sup>1</sup>.

#### 6-قوانين كرة القدم:

هناك 17 قانوناً يسيّر اللعبة وهي كالأتي:

##### ●1-ملعب كرة القدم:

**الأبعاد:** يجب أن يكون ملعب كرة القدم مستطيل الشكل ويجب أن يكون أطول من خط المرمى. وتكون أبعاده في المباريات الدولية كالتالي:

**الطول:** الحد الأدنى 100 متر والحد الأقصى 110 متر.

**العرض:** الحد الأدنى 64 متر والأقصى 75 متر.

ويبلغ ارتفاع المرمى 2,44 متر وطوله 7,32 متر.<sup>2</sup>

##### ●2- الكرة:

كروية الشكل، غطائها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71سم ولا يقل عن 68سم أما وزنها لا يتعدى 453غ ولا يقل عن 359غ.

##### ●3- مصمّمات اللاعبين:

لا يسمح لأي لاعب أن يلبس أي شيء يكون فيه خطورة على أي لاعب آخر.

##### ●4- عدد اللاعبين:

تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 لاعب داخل الميدان و 7 لاعبين احتياطيين.

##### ●5- الحكام:

يغير صاحب السلطة مزاولة قوانين اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه.

##### ●6- مراقبا الخطوط:

يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما أن يبين خروج الكرة من الملعب والتسلل ويجهزان بربايات.<sup>3</sup>

##### ●7- مدة المباراة:

مدة المباراة شوطان متساويان كل منهما 45 دقيقة وللاعبين الحق في فترة الراحة عند منتصف المباراة بين الشوطين وتكون فترة الراحة 15 دقيقة ويتم تعويض الوقت الضائع في أي شوط من شوطي المباراة.

1-سامي الصفار: كرة القدم، دار الكتب للطباعة والنشر، العراق، 1982م، الجزء الأول، ص29.

2-الرابطة الوطنية لكرة القدم، دليل دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، ط 1، ص 19.

3-علي خليفي وآخرون: كرة القدم الجماهيرية العربية الليبية، 1987، ص255.

8• **بداية اللعب:** يتم إجراء قرعة بقطعة نقدية والفريق الذي يفوز بالقرعة يختار المرمى ويأخذ الفريق الآخر ركلة البداية لبدء المباراة.

9• **الكرة في اللعب وخارج اللعب:**

**الكرة خارج اللعب:** تعتبر الكرة خارج اللعب عندما:

—جتاز الكرة بكاملها خط المرمى أو خط التماس سواء على الأرض أو في الهواء.  
—عندما يوقف الحكم اللعب.

**الكرة في اللعب:** تعتبر الكرة في اللعب في كافة الأوقات الأخرى بما في ذلك الحالات التالية:

—إذا ارتدت من قائم المرمى أو العارضة أو قائم الراية الركنية وبقيت داخل ميدان الملعب.  
—إذا ارتدت من الحكم أو من الحكم المساعد عندما يكون داخل الميدان.

10• **طريقة تسجيل الهدف:**

يتم حساب الهدف عند تجاوز الكرة بكاملها لخط المرمى بين قائمي المرمى وتحت العارضة شريطة عدم ارتكاب أي مخالفة أو إمساك لقوانين اللعبة من قبل الفريق الذي أحرز الهدف.<sup>1</sup>

11• **التسلل:**

يعتبر اللاعب متسللاً إذا كان أقرب من خط مرمى خصمه من اللحظة التي تلعب فيها الكرة شريطة أن تلعب الكرة من الزميل لا من الخصم.

12• **الأخطاء وسوء السلوك:**

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

—ركل أو محاولة ركل الخصم.

—عرقلة الخصم.

—دفع الخصم بعنف أو بمحاولة خطيرة.

—ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد.

—مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع.

—يمنع لعب الكرة باليد إلا حارس المرمى.

—دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه.<sup>2</sup>

13• **الضربة الحرة:** حيث تنقسم إلى قسمين:

**مباشرة:** وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الخصم مباشرة.

**غير مباشرة:** وهي التي يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب بالكرة أو لمسها لاعب آخر.

1-المكتبة الرياضية الشاملة: قانون كرة القدم، ترجمة مصطفى بيمومي، سنة 2017/2018.

2-سامي الصفار، كرة القدم، مرجع سابق، ص 30.

**14- ضربة الجزاء:**

تضرب الكرة من علامة الجزاء عند ارتكاب المدافع لمخالفة داخل منطقة الجزاء ويكون جميع اللاعبين سوى المنفذ وحارس المرمى خارج المنطقة عن تنفيذ الضربة.

**15-رمية التماس:**

عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.

**16-ضربة المرمى:**

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق الخصم.

**17- الضربة الركنية**

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المدافع.

**7-خصائص كرة القدم:**

● **الضمير الاجتماعي:** وهي من أهم خاصية في الرياضات الجماعية، إذ تكتسي طابعا جماعيا بحيث تشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة ومتراپطة وتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

● **النظام:** تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم وصفة الاتصال المسموح بها مع الزملاء والاحتكاك مع الخصم وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بحيث كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

● **العلاقات المتبادلة:** تتميز كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق إذ تشكل تكاملا بمجهود كالأعضاء وهذا بدوره ناتج عن التنظيمات والتنسيق خلال معظم فترات المنافسة.

● **التنافس:** بالنظر إلى وسائل كرة القدم، من كرة وميدان ودفاع وهجوم ومرمى كل هذه الجوانب تعتبر حافزا مهما في إعطائها صيغة تنافسية.

● **التغيير:** تمتاز كرة القدم بالتغيير الكبير والتنوع في خطوط اللعب، وبنائها وهذا مرتبط بالحالة التي تواجه الفريق خلال المنافسة حسب طبيعة الخصم.

● **الاستمرار:** مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها أن يكون برنامج البطولة مطولا في كل أسبوع تقريبا، مقارنة بالألعاب الفردية.

● **الحرية:** اللعب في كرة القدم رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي إلا أنه يملك الحرية الكبيرة في اللعب الفردي والإبداعي وأداء المهارات وهذا مرتبط بإمكانات وقرارات كل لاعب<sup>1</sup>.

1-عبد الرحمان عيسوي: بيسيكولوجية النمو، دار النهضة العربية، بيروت، 1980، ط 1، ص 71.

**8- بعض المهارات الأساسية في كرة القدم:**

وتنقسم إلى قسمين مهارات بالكرة ومهارات بدون كرة وهي كالتالي:

**8-1- المهارات الأساسية بالكرة:**

**8-1-1- التمرير:** يعتبر التمرير من أكثر المهارات الأساسية استخداما في كرة القدم، حيث تستخدم هذه المهارة وبكثرة في المباريات والفريق الذي يجيد المهارة يستطيع وبدرجة كبيرة من أداء الواجبات الدفاعية والهجومية في الملعب وبشكل سليم.

تندرج مهارة التمرير ضمن المهارات الجماعية والفردية في آن واحد، إذ تجتمع بين العمل الجماعي والفردى ولعبة كرة القدم هي لعبة جماعية لذلك نجد أن التمرير واستقبال الكرة بين مجموعة من اللاعبين ضمن الفريق الواحد يعتبر ضمن الأعمال الجماعية.<sup>1</sup>

توجد عدة أنواع من التمرير وهي:

\* **التمريرة المفاجئة والسريعة:** وعادة تسمى هذه التمريرة بالتمريرة الابتدائية ويؤديها لاعبان أو أكثر وخاصة في مناطق دفاعات الخصم لغرض التغلب على المراقبة اللاصقة أو بعض حالات الخطط الدفاعية.

\* **التمريرة البينية:** هي تمريرة سريعة جدا مفاجئة لتنفذ بدقة وبسرعة فائقة إلى أقدام اللاعب الزميل المتواجد في أحسن وضعية مناسبة.

\* **التمريرة في دفاعات الخصم:** أو في بعض الأحيان تعطى هذه المناولة للاعب الزميل المتقدم سريعا.<sup>2</sup>

**8-1-2- الجري بالكرة:** بالرغم من كرة القدم الحديثة تتطلب استخدام التمرير السريع بين لاعبي الفريق الواحد، إلا أن ذلك لا يقلل من أهمية استخدام الجري بكثرة وفي مواقف متعددة فالجري بالكرة يفيد في قطع المسافات خلال المساحات الخالية مما يؤدي إلى تحسين موقف الفريق هجوما واقترابه من مرمى الفريق المنافس.<sup>3</sup>

**8-1-3- المراوغة والخداع:** المراوغة هي فن التخلص من اللاعب المنافس وخداعه وبقاء الكرة تحت سيطرته والتحكم فيها في أي جزء من الملعب، ونظرا إلى أغلب مواقف اللعب هي كفاح بين اللاعبين أحدهما مهاجم والآخر مدافع فإن المراوغة تكتسب الأهمية خلال محاولة اللاعب المهاجم التخلص من المدافع مما يساعد أن يكون لديه الوقت والمساحة في الملعب والتصرف بالطريقة السلمية، وعند تنفيذ المراوغة بالكرة لا بد من التأكد من ناحية هامة وهي التوقيت وسرعة رد الفعل بأقل زمن ممكن مع السيطرة التامة على الكرة، ويلجأ اللاعب إلى المراوغة بسبب وقوعه تحت ضغط لاعبي الفريق الخصم.<sup>4</sup>

1- عدى النمرين. مهارات كرة القدم وقوانينها. دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، 2013م، ط1، ص222.

2- غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن. كرة القدم (التدريب المهاري). مكتبة المجتمع العربي، عمان، 2013م، ط1، ص104.

3- قاسم لزام صبر وآخرون. أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم. دار الوفاء لدنيا الطباعة، الإسكندرية، 2005م، ط1، ص76.

4- موقف اسعد محمود. التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. دار دجلة ناشرون وموزعون، عمان-الأردن، 2009م، ط2، ص89.

**8-1-4- السيطرة على الكرة:** تعد السيطرة على الكرة إحدى المهارات الأساسية في كرة القدم وقد عرفها قاسم لزام وآخرون أنها "حصول اللاعب على الكرة وجعلها تحت تصرفه"، وقد زادت أهميتها بزيادة سرعة اللعب الحديثة باعتبارها من العوامل الفنية الرئيسية في تنفيذ خطط اللعب الدفاعية والهجومية. وتتمثل أقسام السيطرة على الكرة في استلام الكرة بمقدمة القدم وبخارجه، بالإضافة إلى القدرة على إخماد الكرة بداخل القدم وبأسفله وخارجه أو بإخماد الكرة بمناطق مختلفة من الجسم (بوجه القدم، الفخذ، بالصدر، بالرأس...)<sup>1</sup>.

### 8-2- المهارات الأساسية بدون كرة:

**8-2-1- الجري وتغيير الاتجاه:** يمتاز لاعب كرة القدم بكثرة الجري بالكرة في ساحة اللعب، فهو يقوم بحركات ومتعددة وبمختلف الاتجاهات طوال زمن المباراة، ونظراً لمتطلبات اللعب والمواقف التي تتطلب منه أن يتحرك لاستقبال الكرة من زميله أو التحرك لقطع الكرة من اللاعب المنافس والجري لاحتلال موقع مناسب في الملعب

أو تبادل المراكز أو لمتابعة الكرة في الهجوم... وقد يكون الجري بخطوات قصيرة أو كبيرة، وقد تكون بطيئة أو سريعة وحسب الموقف المهيأ لتغيير اتجاهه في أي ناحية يتطلبها موقف اللعب.

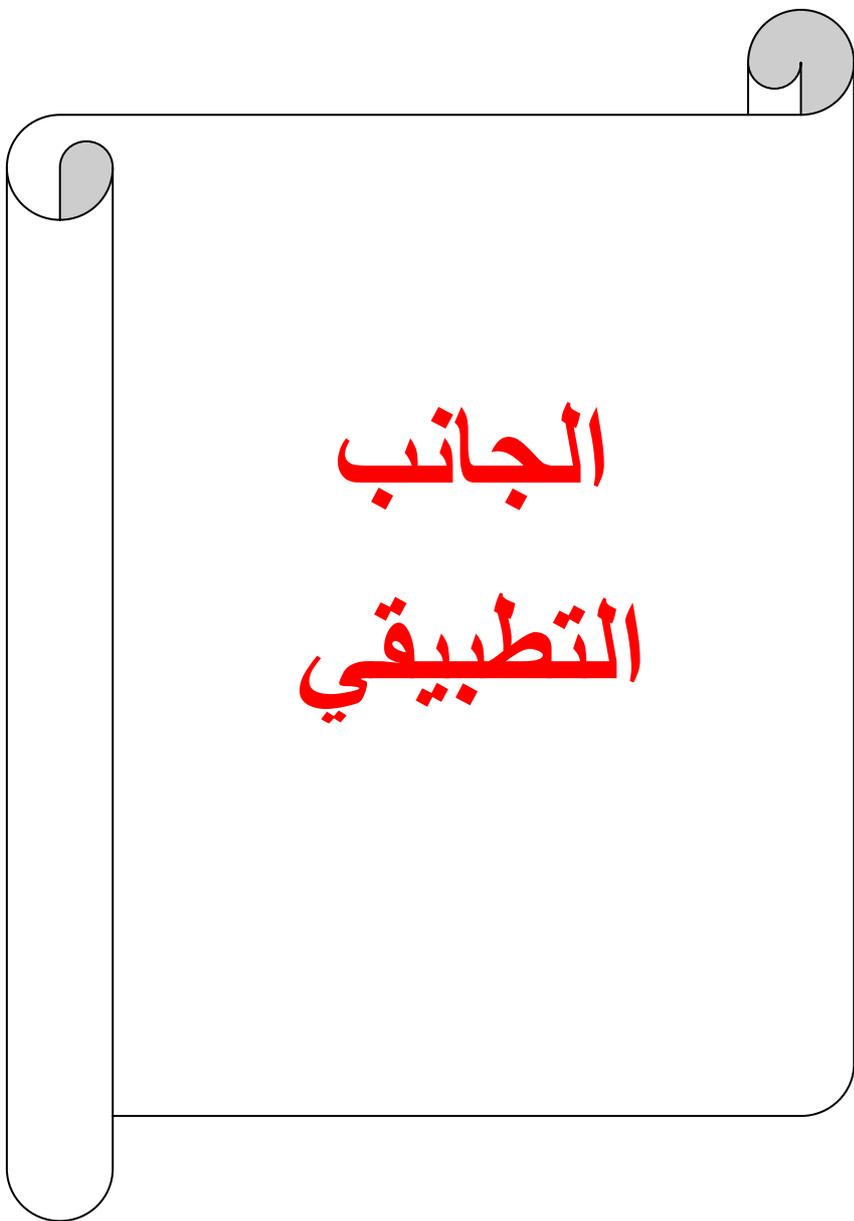
**8-2-2- الوثب:** يعد الوثب من النواحي المهمة للاعب كرة القدم نظراً لاستخدامات الوثب في الملعب، خاصة في ضرب الكرة بالرأس أو لقطع الكرة من اللاعب الخصم، وأن تأدية الوثب بشكل سليم ووفق خطة اللعب الموضوعية قد يكون سبباً في فوز الفريق عن طريق إحرازه هدفه أو في إنقاذ الفريق من خسارة محتملة عن طريق قطعها له والوثب له أهمية بالغة في الوصول إلى الكرة بالوقت المناسب وتنفيذ الهدف المطلوب مما يتطلب التدريب المستمر وتطوير مقدرة اللاعب على الوثب.

**8-2-3- الخداع:** هو فن التخلص من اللاعب الخصم ومحاولة خداعه وعدم تمكين لاعبي الفريق الخصم من محاولاتهم للتخلص من المدافعين المنافسين ووصولهم إلى مرمى الفريق الأخر، فمن الملاحظ أن الخداع يعطي اللاعبين المهاجمين أفضلية للحصول على المساحة في الملعب وأن ذلك يأتي من كون الخداع مرتبط بذكاء اللاعب وسرعة رد الفعل، وحسن الاختيار للكرة وبأقل فترة ممكنة.<sup>2</sup>

1- قاسم لزام صبر صالح بشير أبو خيط، يوسف لزام كماش، أسس التعليم الحركي وتطبيقاته في كرة القدم، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان- الأردن، 2010م، ط1، ص129.  
2- قاسم لزام صبر، يوسف لزام كماش، صالح بشير سعد أبو خيط، أسس التعليم الحركي وتطبيقاته في كرة القدم، مرجع سابق، ص102، 104.

**خلاصة:**

إن التطورات التي عرفتها كرة القدم عبر مراحل التاريخ سواء في الأرضية أو في طريقة ممارستها استوجب من القائمين عليها استخدام قوانين جديدة تتماشى والشكل الجيد لها، كما أن اللاعب نفسه أصبح ملزماً بخوض التدريبات اللازمة لخوض المباريات بالطريقة المطلوبة من الناحية البدنية و المهارية وحتى النفسية، وتعتبر المهارات الأساسية في كرة القدم أحد الأركان الأساسية في وحدة التدريب اليومية حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات ويحاول إتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق أعلى المستويات، ويتخذ المدرب كل الإجراءات اللازمة لتحقيق الوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل مفن أداء جميع المهارات الأساسية للعبة.



**الجانب  
التطبيقي**

# الفصل الرابع:

الأسس المنهجية للدراسة  
الميدانية

**تمهيد:**

إن موضوع دراستنا يدور حول "أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية لكرة القدم" حيث تطرقنا خلال الجانب التمهيدي إلى طرح إشكالية لهذا البحث وتحديد بعض التساؤلات , كما تم التخمين لفرضيات يمكن أن تكون إجابة لهد التساؤلات والتي نتأكد من صحتها خلال هذا الجانب التطبيقي من خلال محاولة وضع خطة منهجية من أجل الوصول إلى نتائج نهائية تجيبنا على تساؤلاتنا كما تطرقنا خلال الجانب النظري إلى جمع المعلومات حول العناصر الأساسية للبحث والمتمثلة في: "أسلوب المنافسة, المهارات الحركية, كرة القدم"

هذا الجانب من البحث "الجانب التطبيقي" سيوصلنا إلى صحة الفرضيات من عدمها من خلال إنجاز دراسة ميدانية والمتمثلة في توزيع استمارة على أفراد العينة التي يتم تحديدها لاحقا والوصول إلى نتائج نهائية تجيبنا على ما نبحت عنه.

**1- الدراسة الاستطلاعية:**

إن الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ومدى صلاحية الأداة المستعملة في موضوع البحث، وحتى يتمكن من معرفة مختلف الجوانب المراد دراستها قمنا بزيارة الفريق الرياضي المعني بالدراسة وذلك من أجل الإلمام والإحاطة بجوانب المشكلة المعالجة في بحثنا، وذلك من أجل التعرف عن مدى تأثير أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

**2- متغيرات الدراسة:**

**1-2- المتغير المستقل:** يعرف بأنه دو طبيعة استقلالية حيث يؤثر في المتغير التابع دون أن يتأثر به وفي بحثنا هذا المتغير المستقل هو: "أثر أسلوب المنافسة".

**2-2- المتغير التابع:** هو المتغير الذي يتأثر مباشرة بالمتغير المستقل في كل شيء سواء بالاتجاه السلبي أو الاتجاه الإيجابي، وفي بحثنا هذا المتغير التابع هو: "بعض المهارات الأساسية"

**3- منهج الدراسة:**

إن اختيار منهج البحث يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي إذ نجد كيفية جمع البيانات و المعلومات حول الموضوع المدروس و انطلاقا من موضوع البحث و الذي يهتم بدراسة أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم حيث تم اختيار المنهج الوصفي كونه منهج متناسب مع البحث وعدم تطرقنا إلى المنهج التجريبي هو عدم وجود وقت كافي لإجراء الاختبارات المطلوبة وكذا عدم تناسقها مع البرنامج التدريبي المسطر للنادي. حيث يعتبر المنهج الوصفي دراسة للوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع<sup>1</sup>. ويعتبر المنهج الوصفي من أحسن المناهج المستخدمة في البحث العلمي حيث يتسم بالموضوعية كون المستجوبين يجدون كل الحرية في التعبير عن آرائهم.

**4- مجتمع الدراسة:**

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات والبيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث وذلك بغرض تصميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المحسوب من العينة، وفي دراستنا هذه هم لاعبي كرة القدم فئة الأصغر لأكاديمية نادي الأبطال عين قشرة.

**5- عينة البحث وكيف يتم اختيارها:**

تعرف العينة على أنها "مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية و هي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة"<sup>2</sup>. وتعرف أيضا أنها إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المحسوب منه العينة.<sup>3</sup>

1- بشير صالح الرشيدى. مناهج البحث التربوي. دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع، الكويت، 2000م، ط1، ص59.

2- رشيد زرواتي. تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية. دار هومة، الجزائر، 2002م، ط1، ص91.

3- ابتسام ناصر بن هويل. المنهج التجريبي. جامعة الإمام محمد بن سعود، السعودية، 2015م، ب ط، ص6.

وفي بحثنا هذا تم اختيار العينة التي هي أساس العمل بطريقة حديثة عن طريق تحديد 20 لاعبا من لاعبي أكاديمية نادي الأبطال عين قشرة صنف أصاغر, وذلك نظرا لمجموعة من الاعتبارات:

- التسهيلات الممنوحة من طرف إدارة الفريق.
- كون العينة قريبة من الباحث.
- المستوى الذي وصل إليه اللاعبون.
- القدرة على التعبير وإعطاء المعلومات.

#### 6-أدوات الدراسة:

لقد تم إعداد استمارة استبيان المكونة من عدد من الأسئلة موجهة للاعبين. ويعرف الاستبيان على انه: "مجموعة من الأسئلة والمركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين ثم يوضع في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها"<sup>1</sup>. ويحتوي الاستبيان على أنواع من الأسئلة:

#### 6-1-الاستبيان المغلق:

\*وتكون الإجابة في معظم الأحيان محدودة نعم أو لا.  
\*يحتوي على أسئلة مغلقة وقد يتضمن كذلك مجموعة من الأسئلة وعلى المستجوب أن يختار الإجابة الصحيحة.

#### 6-2-الاستبيان النصف مفتوح :

يحتوي هذا النوع من الاستبيان على مجموعة من الأسئلة النصف الأول منه مغلق تكون الإجابة عليه بنعم أو لا والنصف الآخر مفتوح هي حق للمستجوب الإدلاء برأيه الخاص.

#### 6-3-أداة الإحصاء المستعملة :

بعد توزيع بيانات النتائج والتي عددها 20 استبيانا و عدد من الأسئلة لكل استبيان و قد استعملنا هنا في دراستنا الاستبيان النصف لسهولة فهمها واستيعابها وكذا إعطاء اللاعب حقه في إبداء رأيه.

#### 7-مجالات الدراسة:

##### 7-1-المجال المكاني:

تم إجراء هذه الدراسة على أكاديمية نادي الأبطال عين قشرة لفئة الأصاغر في بلدية عين قشرة وبالتحديد في الملعب البلدي لبلدية عين قشرة.

##### 7-2-المجال الزمني:

شرعنا في إنجاز هذا البحث في شهر جانفي 2022 حيث تم اختيار الموضوع والمصادقة عليه والتفاهم مع الأستاذ المشرف كمرحلة أولى وبعدها الشروع في جمع البيانات والمعلومات التي لها علاقة بالموضوع ثم بعدها بدأنا بالجانب التطبيقي في بداية شهر أفريل 2022 إلى غاية آخر أجل من دفع المذكرة يوم 12 جوان والموافقة عليها من قبل اللجنة البيداغوجية للجامعة.

##### 7-3-المجال البشري:

اقتصرت الدراسة على لاعبي أكاديمية نادي الأبطال عين قشرة صنف أصاغر حيث تم اختيار 20 لاعبا منهم.

1-محمد حسن علاوي, أسامة كامل راتب. البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. مرجع سابق, ص 146.

8-الأداة الإحصائية:

في استخراج النسب المؤوية وتحليل المعطيات يتم الاعتماد على القاعدة الثلاثية المبينة في القانون التالي:

$$\text{النسبة المؤوية} = (\text{عدد التكرارات} / \text{المجموع}) \times 100$$

**خلاصة:**

على ضوء دراستنا النظرية وانطلاقاً من الطريقة المتبعة في الدراسة قمنا في هذا الفصل بتقديم دراستنا الاستطلاعية من حيث المجال الزمني والمكاني والشروط العلمية للأداة وضبط المتغيرات وعينة الدراسة والأدوات المستخدمة في البحث والتي تمثلت في استمارة الاستبيان والتي سنحاول في الفصل الثاني من الجانب التطبيقي عرض وتحليل النتائج التي توصل إليها الاستبيان ومناقشتها لمعرفة مدى صحة فرضيات الدراسة

# الفصل الخامس:

عرض وتحليل النتائج

## عرض وتحليل النتائج

**السؤال 01:** من بين الأساليب الأكثر استخداما في رياضة كرة القدم، أسلوب المنافسة. هل تعتمدون عليه في تدريباتكم؟

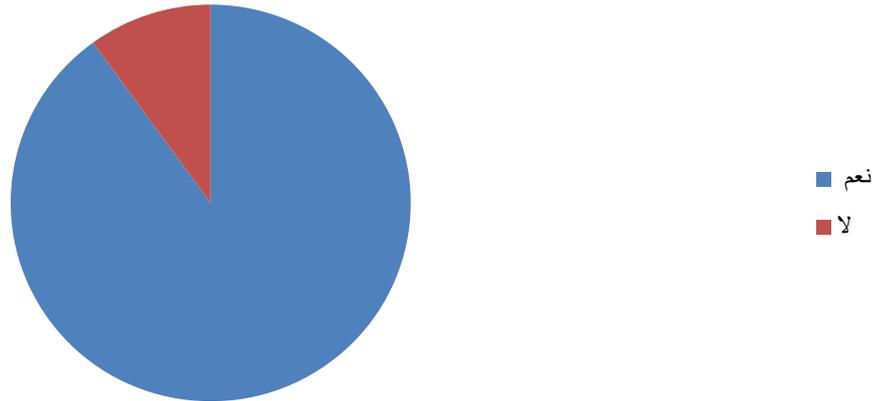
**الغرض منه:** معرفة ما إذا كان اللاعبون يستخدمون أسلوب المنافسة

**الجدول 01:** يمثل نسبة الاعتماد على أسلوب المنافسة خلال التدريبات

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	%90
لا	02	%10

من خلال الجدول نلاحظ أن الأغلبية المطلقة يستخدمون أسلوب المنافسة خلال التدريبات والمقدرة بنسبة 90%

## نسبة الاعتماد على أسلوب المنافسة خلال التدريبات



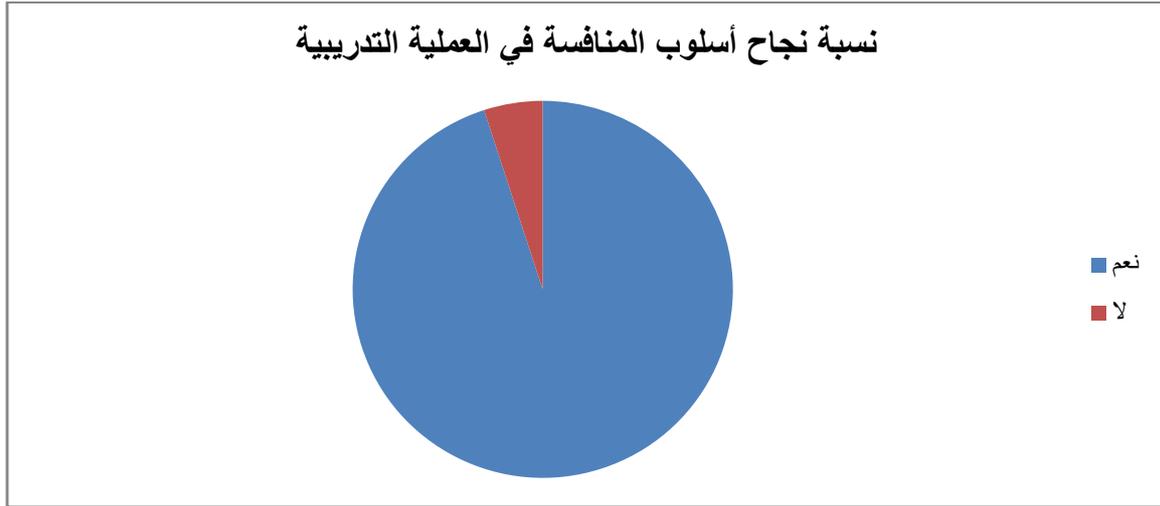
**السؤال 02:** هل ترى أن هذا الأسلوب ناجح في العملية التدريبية؟

**الغرض منه:** معرفة نسبة نجاح أسلوب المنافسة في العملية التدريبية

**الجدول 02:** يمثل نسبة نجاح أسلوب المنافسة في العملية التدريبية

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	19	%95
لا	01	%05

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 95% قالوا أن أسلوب المنافسة أسلوب ناجح خلال العملية التدريبية وهذا ما يعادل 19 لاعبا من العينة من أصل 20 لاعبا



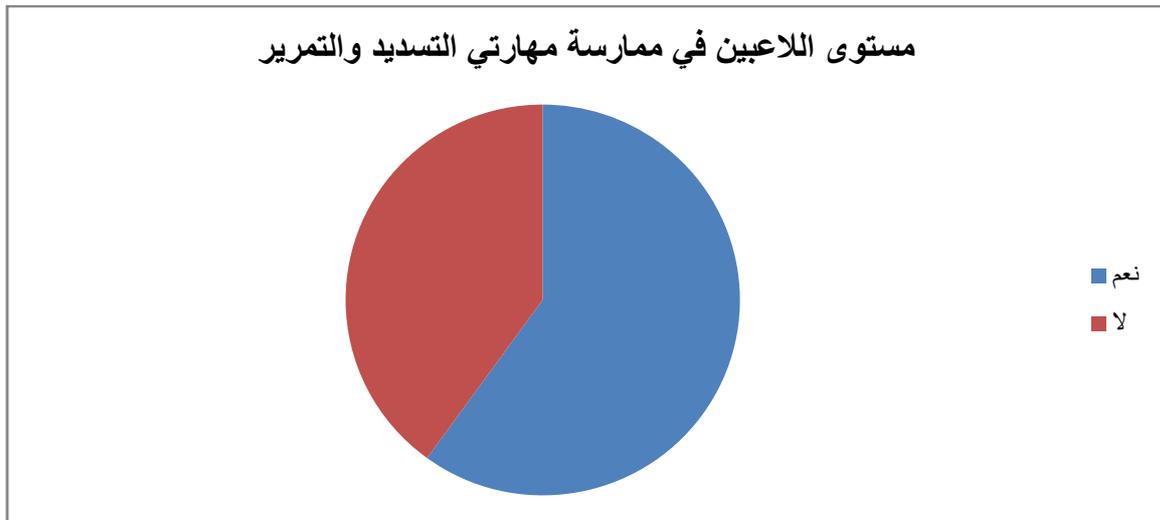
**السؤال 03:** من بين المهارات الأكثر استخداما في كرة القدم مهارتي التمرير والتسديد. هل تمارسها بشكل جيد؟

**الغرض منه:** معرفة مستوى اللاعبين في ممارسة مهارتي التسديد والتمرير

**الجدول 03:** يمثل مستوى اللاعبين في ممارسة مهارتي التسديد والتمرير

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	12	60%
لا	08	40%

من خلال الجدول نلاحظ أن تقريبا ثلثي العينة يمارس مهارتي التمرير والتسديد بشكل جيد في حين الثلث الآخر تقريبا لا يمارسها بشكل جيد



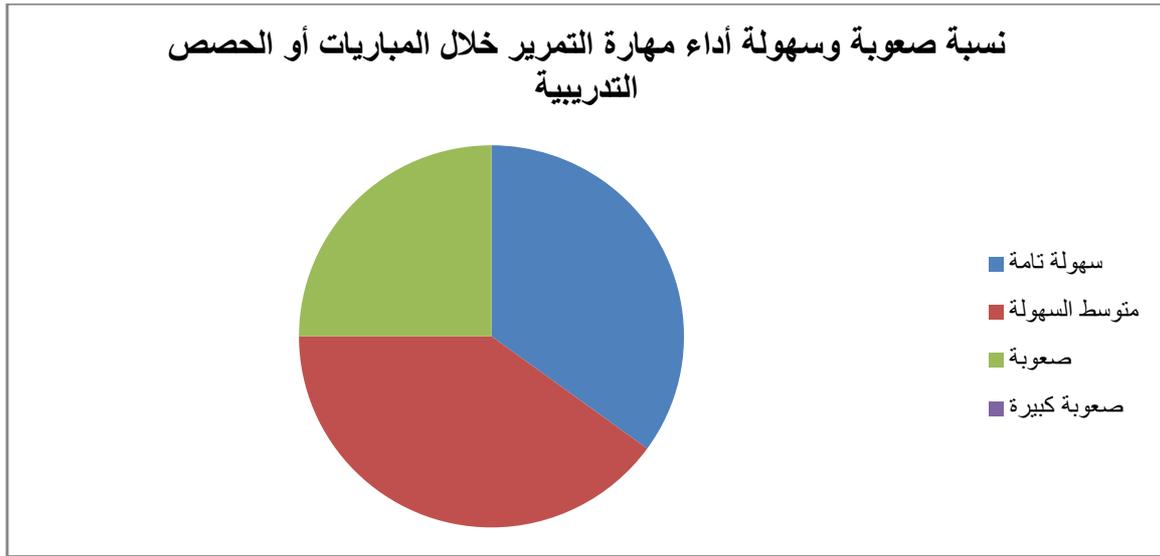
**السؤال 04:** كيف تقيم أدائك لمهارة التمرير خلال المباريات أو الحصص التدريبية؟

**الغرض منه:** تقييم أداء اللاعبين في ممارسة مهارة التمرير خلال المباريات أو خلال الحصص التدريبية

**الجدول 04:** يمثل نسبة صعوبة وسهولة أداء مهارة التمرير خلال المباريات أو خلال الحصص التدريبية

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
بسهولة تامة	07	%35
متوسط السهولة	08	%40
بصعوبة	05	%25
بصعوبة كبيرة	00	%00

من خلال الجدول نلاحظ أن تقييم أداء اللاعبين في صعوبة وسهولة أداء مهارة التمرير متقارب بين الصعوبة والسهولة التامة وكذا متوسط السهولة في حين لم نسجل أي لاعب يمارسها بصعوبة كبيرة



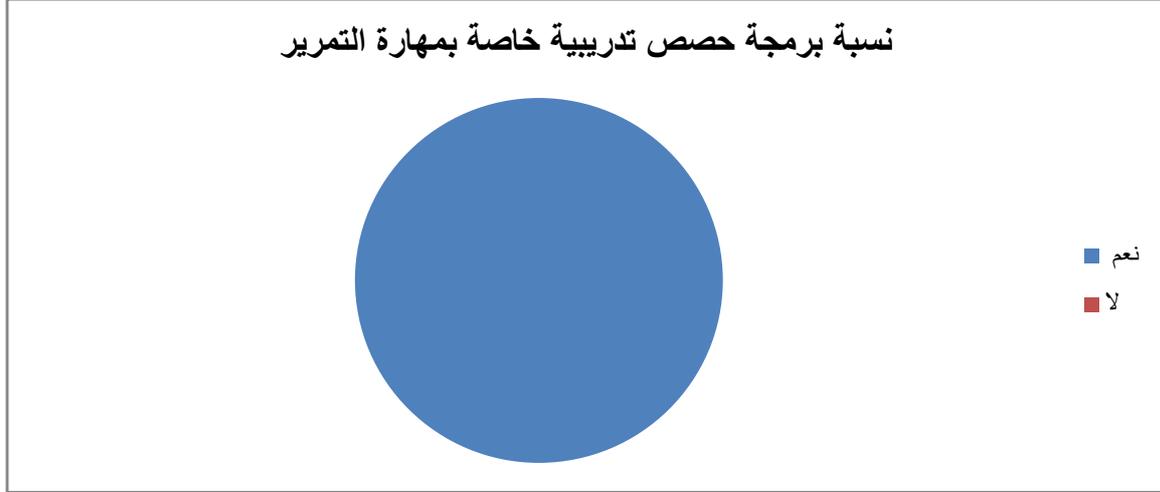
**السؤال 05:** بالنسبة لمهارة التمرير، هل لديكم حصص تدريبية مبرمجة لتعلم وتحسين هذه المهارة؟

**الغرض منه:** معرفة ما إذا كان المدرب يبرمج حصص تدريبية خاصة بالتمرير من عدمه

**الجدول 05:** يمثل مدى برمجة حصص تدريبية خاصة بمهارة التمرير

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	20	%100
لا	00	%00

من خلال الجدول نلاحظ وجود حصص تدريبية مبرمجة خاصة بتعلم وتحسين أداء مهارة التمرير وذلك بعد إجابة كل العينة بنعم أي هناك حصص تدريبية مبرمجة لتعلم وتحسين أداء هذه المهارة



\*-إذا كانت إجابتك نعم . ما الأسلوب المستخدم غالباً خلال هذه الحصص؟

**الغرض منه:** معرفة الأسلوب المستخدم خلال حصص تدريب مهارة التمرير

كانت هناك العديد من الأساليب المذكورة لكن تم تسليط الضوء بنسبة أكبر على أسلوب المنافسة

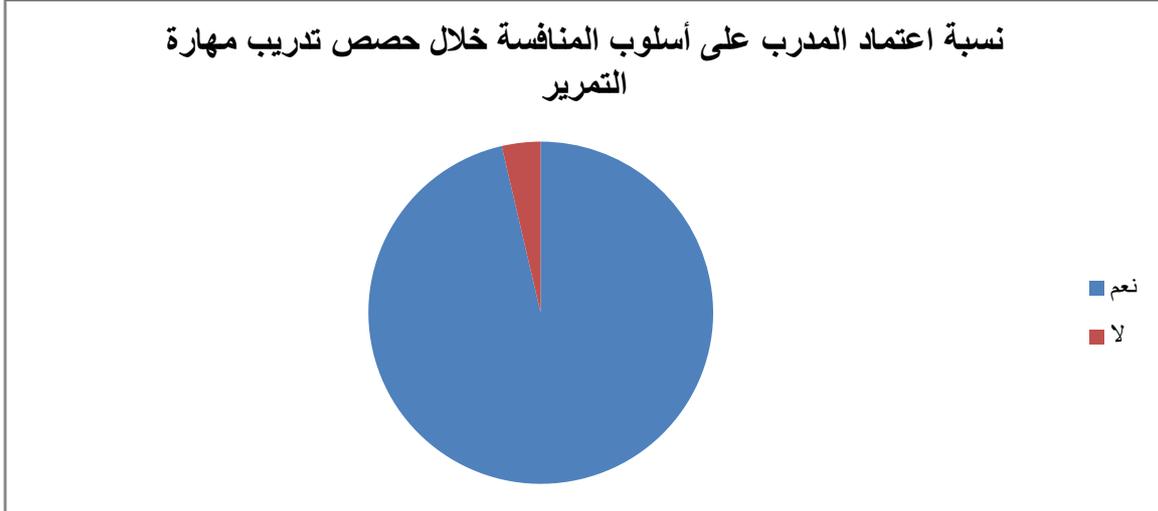
**السؤال 06:** أسلوب المنافسة أحد أهم الأساليب لتعلم وتحسين أداء هذه المهارة. هل تعتمدون عليه؟

**الغرض منه:** معرفة نسبة اعتماد المدرب على أسلوب المنافسة خلال تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير

**الجدول 06:** يمثل نسبة اعتماد المدرب على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التمرير

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	17	85%
لا	03	15%

من خلال الجدول نلاحظ أن الغالبية المطلقة من أفراد العينة والمقدرة بنسبة 85% قالوا أنهم يعتمدون على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التمرير والمقدر عددهم ب17 لاعبا من أصل 20.



\*-إذا كانت إجابتك نعم. ما فائدة هذا الأسلوب؟

**الغرض منه:** معرفة فائدة أسلوب المنافسة

وكانت أغلب الإجابات ملخصة فيما يلي:

-زيادة الفعالية داخل الفريق

-الجدية في العمل بسبب حب الفوز

-خلق جو حماسي داخل الفريق مما يساعد على تشويق اللاعبين للحصص التدريبية

\*-إذا كانت إجابتك لا. لماذا؟

**الغرض منه:** معرفة سبب عدم الاعتماد على هذا الأسلوب

للأسف لم يتم تسجيل أي إجابة على هذا السؤال

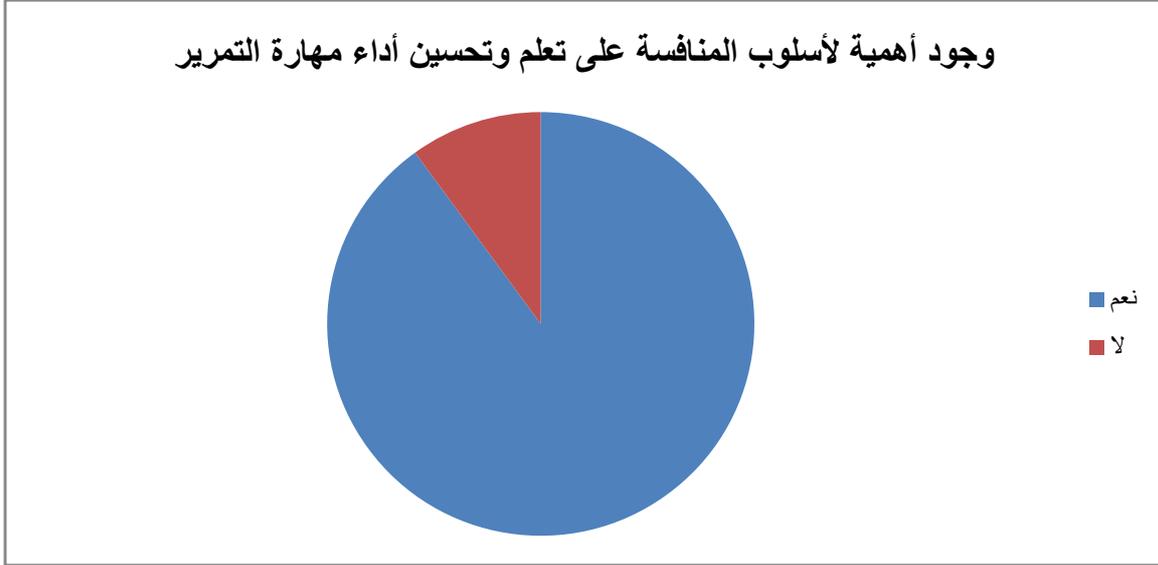
**السؤال 07:** في نظرك، هل لأسلوب المنافسة أهمية على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير في كرة القدم؟

**الغرض منه:** معرفة أهمية أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير

**الجدول 07:** يمثل أهمية أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	90%
لا	02	10%

من خلال الجدول نلاحظ أن 90% من أفراد العينة قالوا نعم توجد أهمية لأسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير في كرة القدم في حين 10% فقط قالوا لا توجد أهمية لهذا الأسلوب وهو ما يعادل لاعبان من أصل 20 لاعبا.



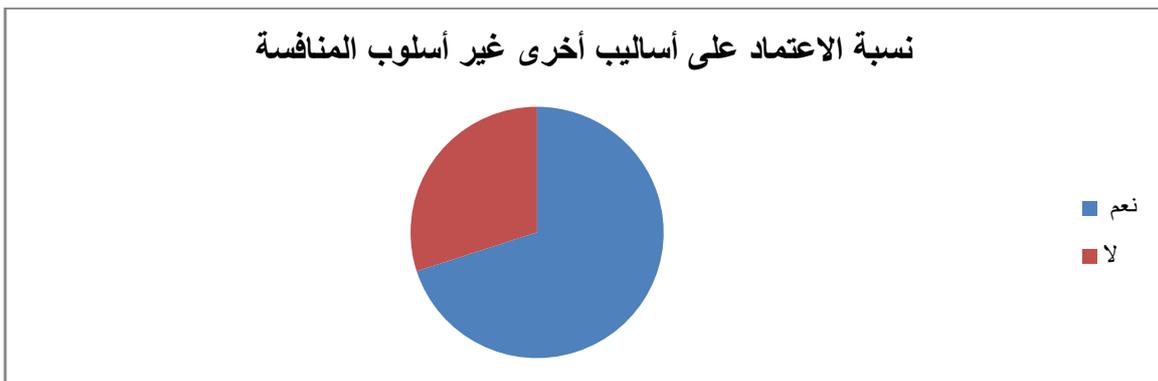
**السؤال 08:** هل جربت استخدام أسلوب آخر خلال الحصص المبرمجة لتعلم مهارة التمرير؟

**الغرض منه:** معرفة ما إذا كان الفريق يعتمد على أساليب أخرى غير أسلوب المنافسة

**الجدول 08:** يمثل نسبة الاعتماد على أساليب أخرى غير أسلوب المنافسة

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	14	70%
لا	06	30%

من خلال الجدول نلاحظ أنه هناك أساليب أخرى يعتمد عليها الفريق خلال الحصص التدريبية وذلك لأن أغلب أفراد العينة قالوا نعم نستخدم أساليب أخرى خلال الحصص التدريبية المبرمجة لتعلم مهارة التمرير.



\*-إذا كانت إجابتك نعم، أيهما ساعدك أكثر في تعلم هذه المهارة؟

الغرض منه: معرفة الأسلوب الأكثر ملائمة لتعلم مهارة التمرير

من خلال إجابات اللاعبين لاحظنا أن أسلوب المنافسة هو الأسلوب الأكثر مساعدة للاعبين من أجل تعلم مهارة التمرير في كرة القدم.

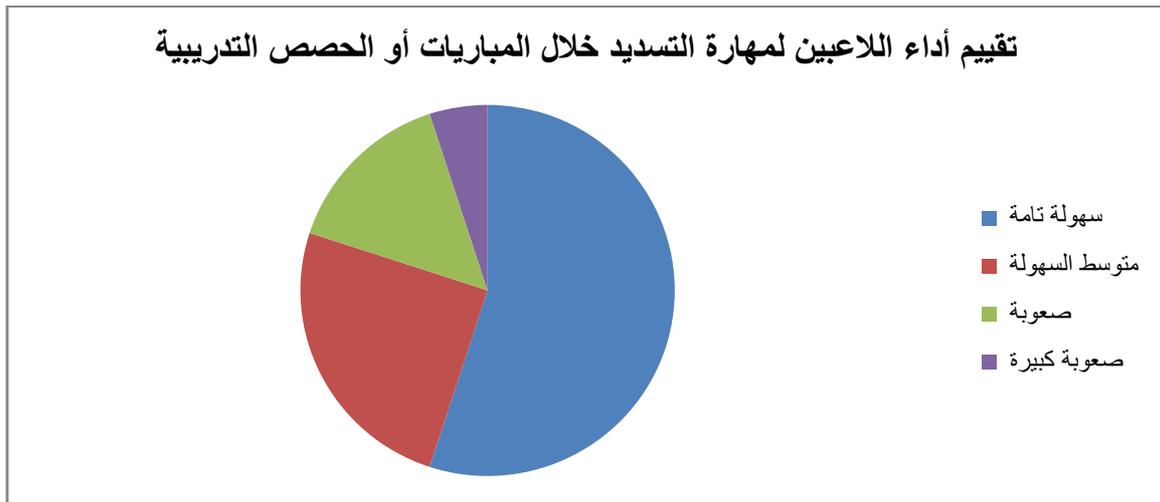
**السؤال 09:** بالنسبة لمهارة التسديد. كيف تقيم أدائك لها خلال المباريات أو الحصص التدريبية؟

الغرض منه: معرفة مستوى أداء اللاعبين لمهارة التسديد

**الجدول 09:** يمثل تقييم أداء اللاعبين لمهارة التسديد خلال المباريات أو الحصص التدريبية

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
بسهولة تامة	11	55
متوسط السهولة	05	25
بصعوبة	03	15
بصعوبة كبيرة	01	05

من خلال الجدول نلاحظ أن أكثر من نصف العينة المدروسة تؤدي مهارة التسديد بسهولة تامة والمقدرة نسبتها ب55% أي ما يعادل 11 لاعب من أصل 20 بينما ثلث آخر من العينة يعتبر ممارستها متوسط السهولة ليبقى أقل من ثلث العينة يمارسها بصعوبة وصعوبة كبيرة وكانت حصة الذين يمارسونها بصعوبة أكثر من الذين يمارسونها بصعوبة كبيرة.



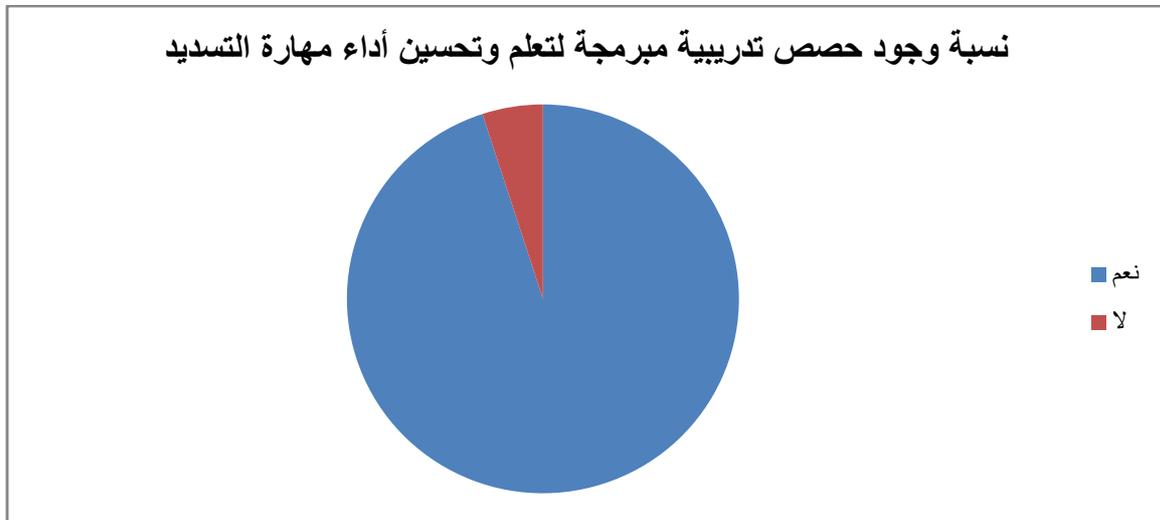
**السؤال 10:** هل لديكم حصص مبرمجة لتعلم وتحسين أداء مهارة التسديد؟

**الغرض منه:** معرفة وجود حصص تدريبية مبرمجة لتعلم مهارة التسديد من عدمه

**الجدول 10:** يمثل نسبة وجود حصص تدريبية مبرمجة لتعلم مهارة التسديد

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	19	95
لا	01	05

من خلال الجدول نلاحظ أن 95% من أفراد العينة قالوا أنه هناك حصص تدريبية مبرمجة لتعلم وتحسين مهارة التسديد وهو ما يعادل 19 لاعبا من أصل 20 لاعبا.



\*-إذا كانت إجابتك نعم. ما الأسلوب المستخدم غالبا خلال هذه الحصص؟

**الغرض منه:** معرفة الأسلوب المستخدم خلال حصص تدريب مهارة التسديد.

من خلال إجابات أفراد العينة لاحظنا وجود العديد من الأساليب لكن تم تسليط الضوء بنسبة أكبر على أسلوب المنافسة

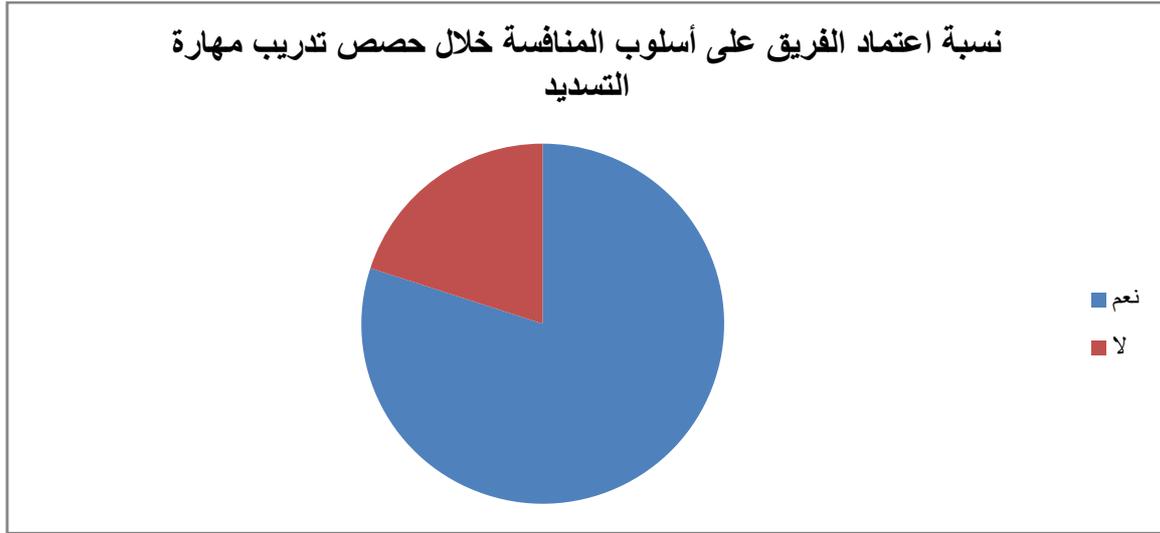
**السؤال 11:** يعتبر أسلوب المنافسة أحد أهم الأساليب المستخدمة لتعلم وتحسين مهارة التسديد. هل تعتمد عليه خلال حصص تدريب هذه المهارة

**الغرض منه:** معرفة إذا ما كان الفريق يعتمد على أسلوب المنافسة خلال تدريب مهارة التسديد

**الجدول 11:** يمثل نسبة اعتماد الفريق على أسلوب المنافسة خلال حصص تدريب مهارة التسديد.

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	16	80
لا	04	20

من خلال الجدول نلاحظ أن أغلبية أفراد العينة قالوا أن الفريق يعتمد على أسلوب المنافسة وكان عددهم 16 فردا من أصل 20 فردا والمقدرة بنسبة 80%.



\*- إذا كانت إجابتك نعم. ما فائدة هذا الأسلوب؟

**الغرض منه:** معرفة فائدة أسلوب المنافسة على تعلم مهارة التسديد

كانت الإجابات تقريبا نفس إجابات السؤال السابق في مهارة التمرير حيث كانت الإجابات ملخصة فيما يلي:

-زيادة الفعالية داخل الفريق

-الجدية في العمل بسبب حب الفوز

-خلق جو حماسي داخل الفريق مما يساعد على تشويق اللاعبين للحصص التدريبية

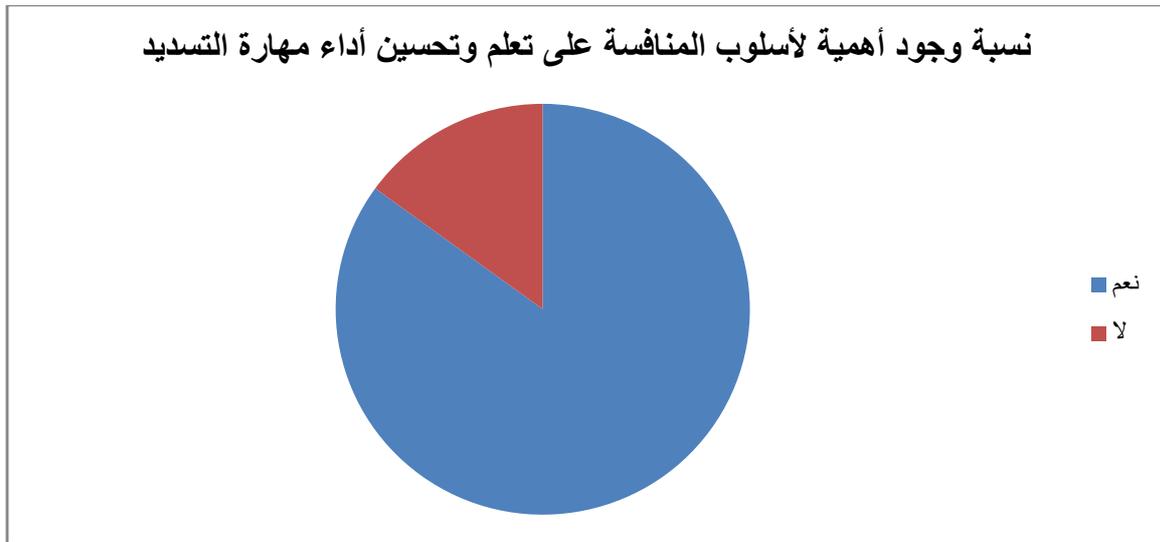
**السؤال 12:** هل لأسلوب المنافسة أهمية على تعلم وتحسين أداء مهارة التسديد في كرة القدم؟

**الغرض منه:** الكشف عن وجود أهمية لأسلوب المنافسة على تعلم وتحسين مهارة التسديد في كرة القدم.

**الجدول 12:** يمثل نسبة وجود أهمية لأسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء مهارة التسديد.

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	17	85
لا	03	15

من خلال الجدول نلاحظ نسبة 85% من أفراد العينة وهو ما يعادل 17 فردا من أصل 20 قالوا أن لأسلوب المنافسة أهمية على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير في حين 3 أفراد قالوا ليس له أهمية.



**السؤال 13:** هل جربت الاعتماد على أسلوب آخر خلال الحصص المبرمجة لتدريب مهارة التسديد؟

**الغرض منه:** معرفة ما إذا كان الفريق يعتمد على أساليب أخرى من غير أسلوب المنافسة خلال الحصص التدريبية المبرمجة لتدريب مهارة التسديد.

**الجدول 13:** يمثل نسبة الاعتماد على أسلوب آخر غير أسلوب المنافسة خلال الحصص التدريبية المبرمجة لتدريب مهارة التسديد

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	13	65
لا	07	35

من خلال الجدول نلاحظ أنه تقريبا ثلثي العينة قالوا أنهم يعتمدون على أسلوب آخر غير أسلوب المنافسة في حين الثلث الآخر قال أن لا يعتمد على أسلوب آخر غير أسلوب المنافسة.



\*-إذا كانت إجابتك نعم. أيهما ساعدك أكثر على تعلم هذه المهارة؟

**الغرض منه:** معرفة الأسلوب المساعد على تعلم مهارة التسديد

من خلال إجابات اللاعبين لاحظنا أن أسلوب المنافسة هو الأسلوب الأكثر مساعدة للاعبين من أجل تعلم مهارة التمرير في كرة القدم.

**السؤال 14:** ما هو الطابع النفسي أو الانفعالي الذي يوله أسلوب المنافسة بداخلك؟

**الغرض منه:** تحديد الطابع الانفعالي والنفسي الذي يوله أسلوب المنافسة.

وكانت الإجابات توحى بوجود ذلك الطابع الانفعالي والمتمثل في:

\*-الشعور بحماس داخلي ورغبة في تقديم مجهود أكبر

\*-تشوق اللاعبين للحصص التدريبية

**السؤال 15:** في نظرك وحسب معلوماتك. ما هو تأثير أسلوب المنافسة على أداء المهارات الحركية في كرة القدم؟

**الغرض منه:** معرفة وتحديد أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

كان التأثير بالإيجاب واعتبره البعض على أنه أسلوب مهم لا بد من الاعتماد عليه خلال العملية التدريبية كونه يساعد على: \*-خلق جو تنافسي يساعد على رفع معنويات اللاعبين

\*-غريزة حب الفوز تساعد على العمل بجدية وانضباط وهذا ما يخلقه أسلوب المنافسة

## مناقشة النتائج:

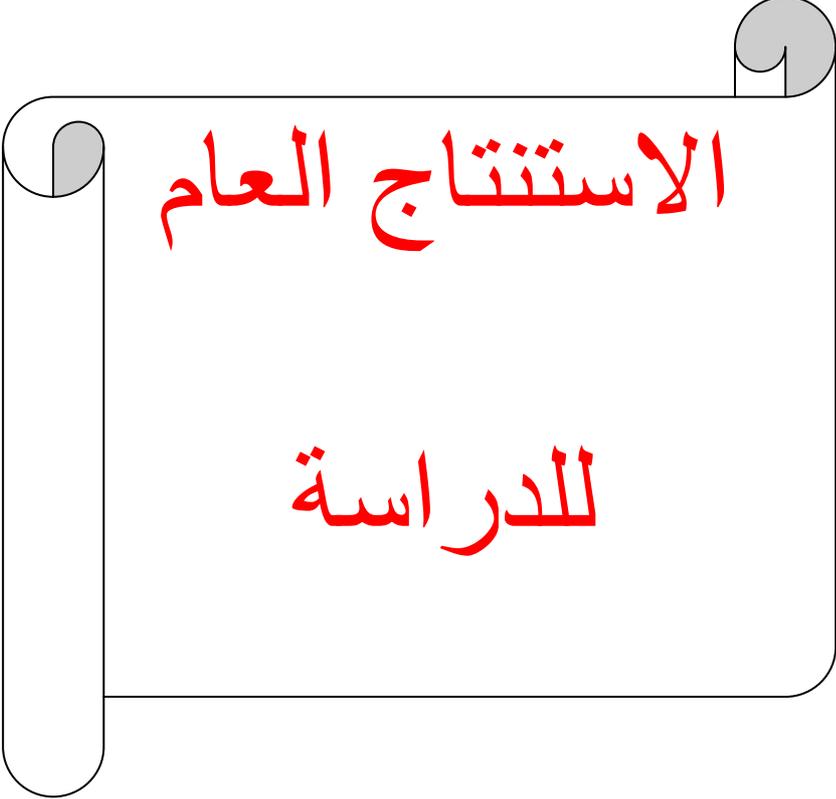
مناقشة نتائج الدراسة للفرضيتين الجزئيتين اللتان تتصان على أن لأسلوب المنافسة أثر على تعلم وتحسين أداء مهارتي التمرير والتسديد على التولي في كرة القدم :

يتضح من خلال النتائج التي تحصلنا عليها والتحليل أن لأسلوب المنافسة أثر على تعلم وتحسين مهارتي التمرير والتسديد على التوالي في كرة القدم وهذا ما أوضحه تحليل نتائج الجداول (2-6-7-8-11-12-13) وهذا الأخير يرجع 'إلى أهمية أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم سواء كانت مهارة التمرير أو مهارة التسديد وهذا ما يثبت صحة الفرضيتين.

وما يزيد ثبات صحة الفرضيتين هو دراسة أحمد محمد علي شحاتة التي تناولت تأثير أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد والتي توصلت إلى أن لأسلوب المنافسة تأثير إيجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد

وكذا دراسة فداء أكرم الخياط التي تناولت أثر استخدام اثر أسلوب التنافس الذاتي والمقارن في تعليم بعض المهارات الحركية في كرة القدم والتي بدورها استنتجت أن أسلوب التنافس هو الذي يحقق أفضل النتائج في التعلم

ومن خلال ربط نتائج البحث بنتائج الدراسات السابقة وكذا بما يقتضيه الجانب النظري للبحث نستنتج أن الفرضيتين صحيحتين وتؤكد أن لأسلوب المنافسة أثر على تعلم وتحسين أداء مهارتي التمرير والتسديد في كرة القدم .

A graphic of a scroll with a white background and a black outline. The scroll is partially unrolled, with the top and bottom edges curved. The text is written in red Arabic calligraphy. The top part of the scroll is unrolled, showing the text. The bottom part is rolled up.

الاستنتاج العام

للدراسة

## الاستنتاج العام للدراسة:

بعد إجراء الدراسة وعرضها وتحليل نتائجها وانطلاقاً من استنتاجات المناقشة يتضح لنا أن أسلوب المنافسة دور فعال وأهمية كبيرة في تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم. حيث يعتبر أسلوب المنافسة من أهم العوامل الأساسية المساعدة في العملية التدريبية في كرة القدم والتي تعتبر دورها أساساً فعالاً من أجل تعلم وتحسين أداء المهارات الحركية في كرة القدم وهذا ما يؤدي بدوره تحقيق الفوز خلال المنافسات الرسمية، ومن خلال جمع الأجوبة والملاحظات من عينة الدراسة حول أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم وبعد تحليلها توصلنا إلى:

- \*-أسلوب المنافسة لأهمية كبيرة ودور فعال في تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم
- \*-أسلوب المنافسة له تأثير نفسي وانفعالي على اللاعبين وهو ما يساعد على الوصول إلى الهدف المسطر
- \*-أسلوب المنافسة يساعد على الرفع من درجة الأداء خلال العملية التدريبية وهو ما يساعد على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم
- \*-لأسلوب المنافسة دوراً هاماً في نجاح العملية التدريبية وبالتالي تطور مستوى الرياضي وبالتالي تحقيق الفوز في المباريات الرسمية وتحقيق الأهداف المنشودة

# توصيات

بعد عرض وتحليل و مناقشة النتائج يأتي الدور على التوصيات و الاقتراحات الخاصة بدراستنا والتي هي بعنوان "أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم" وكانت أهم الاقتراحات كالتالي:

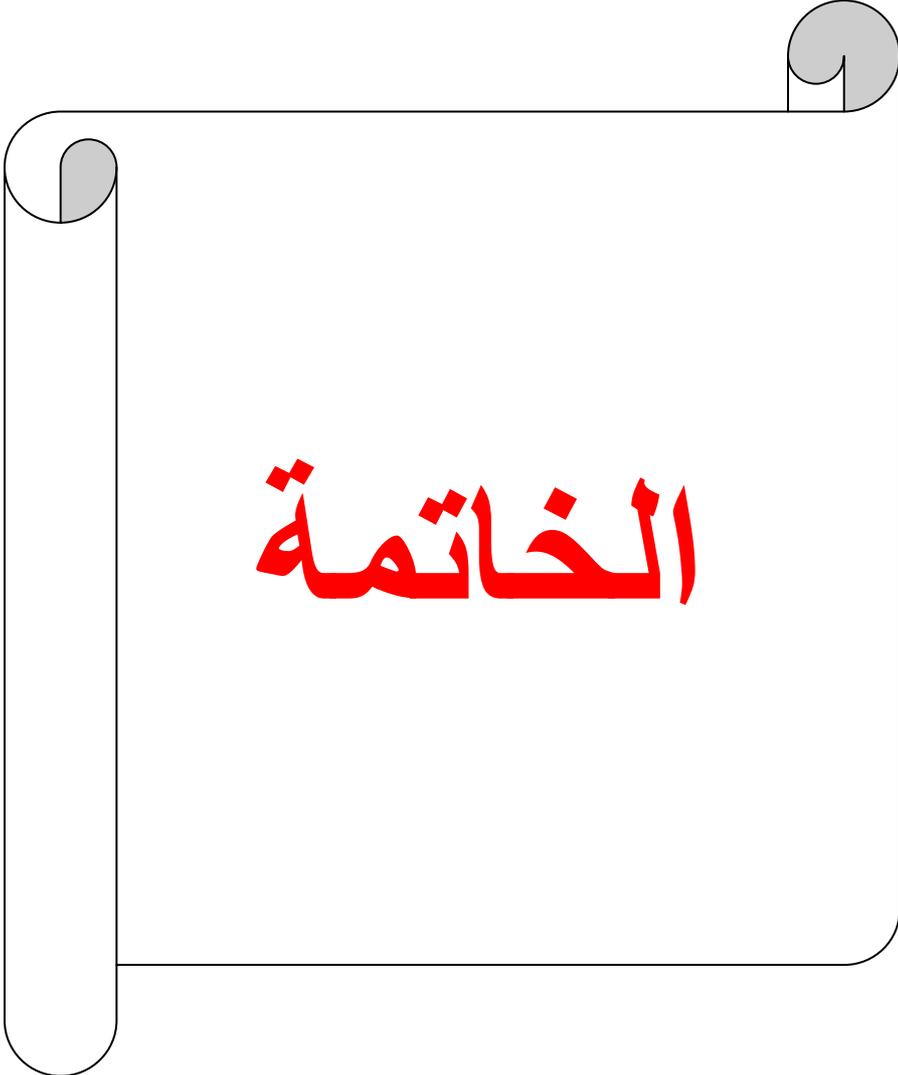
\*- ضرورة استخدام أسلوب المنافسة ضمن المنهج التدريبي لما له من تأثير إيجابي على أداء المهارات الأساسية في كرة القدم

\*- ضرورة اهتمام المدربين بالمهارات الأساسية لكرة القدم والعمل على تعليمها وتطوير أدائها باستخدام أسلوب المنافسة

\*- التأكيد على الأسس العلمية عند وضع البرنامج التدريبي من خلال اختيار الأسلوب والطريقة المناسبة وكذا التمارين والألعاب والتقنين في حمل التدريب وتحديد الأدوات اللازمة وهذا لما لها من تأثير كبير على تطور المستوى الرياضي

\*- تنظيم دورات تدريبية وأيام دراسية لفائدة مدربي كرة القدم حول كل ما هو جديد عن أساليب التدريب المختلفة

\*- إنجاز بحوث ومذكرات مشابهة من أجل التعمق في الموضوع وتحقيق التطور في مستوى الرياضيين.



الخاتمة

## خاتمة:

إن متطلبات التدريب الحديث لم تعد تعتمد على عناصر التدريب الكلاسيكية كالإعداد البدني والإعداد التقني والإعداد الخططي والإعداد النفسي فحسب بل هناك عناصر أخرى ألا وهي الإعداد التأقلمي ونقصد به أن يخلق المدرب جو تدريبي مماثل لجو المنافسة.

من هنا جاءت هذه الدراسة بهدف التعرف على فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسات في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم، وذلك من خلال خلق مواقف أثناء التدريب تشبه ما يحدث في المباراة من ضغط الخصوم إلى صغر مساحة التحريك بالكرة أو بدونها ضف إلى ذلك سرعة اتخاذ القرار في وقت قصير، ولذلك تمت صياغة وحدات يكون فيها الأداء يتلاءم مع صغر حجم تلك الملاعب لتسمح للاعب بالتأقلم مع تلك المواقف التنافسية وبذلك اللعب بكل حرية وبالتالي تحسين الأداء مما يترتب عليه تحسين النتائج والمستويات.

ولتحقيق هذا قام الباحث بتقسيم دراسته إلى ثلاثة جوانب متمثلة في:

\*-الجانب التمهيدي: والذي بدوره تناول إشكالية البحث مع إعطاء بعض الفرضيات المقترحة وكذا تحديد أهمية وأهداف وأسباب اختيار هذا البحث مع تحديد المفاهيم الأساسية بغرض فهم موضوع البحث وقد تم تحديد بعض الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع.

\*-الجانب النظري: وقد تم تقسيم هذا الجانب إلى أربعة فصول أساسية متمثلة في أسلوب المنافسة، المهارات الحركية، كرة القدم وهذا بغرض التعريف بموضوع البحث وفهمه جيدا من قبل القارئ

\*-الجانب التطبيقي: وتم تقسيمه إلى قسمين حيث القسم الأول تناول الأسس المنهجية للبحث والذي فيه تم تحديد مجتمع البحث والعينة والإطار الزمني والمكاني وكذا المنهج المتبع في البحث، أما القسم الثاني فقد تم فيه عرض وتحليل نتائج الدراسة وتقديم الاستنتاج العام والذي يقتضي أن لأسلوب المنافسة أثر على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.



## قائمة المراجع

### أولاً: الكتب

- 1-البنشاوي مهند حسين, خواجه أحمد إبراهيم. **مبادئ التدريب الرياضي**. دار وائل للنشر, عمان, 2005م, ط1.
- 2-الجوهري. **الصحاح**. المركز العربي للثقافة والعلوم, 2002م, ب ط.
- 3-الحولي يحي إسماعيل. **الموهبة الرياضية والإبداع الحركي**. المركز العربي للنشر, مصر, 2004م, ط1.
- 4-الخولي أمين أنور. **الرياضة والمجتمع**. سلسلة عالم المعارف (216), المجلس الوطني للفنون والإدارة, الكويت, 1996م.
- 5-الدليمي فيصل رشيد عياش, عبد الحق لحر. **كرة القدم**. المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية, الجزائر, 1997م, ب ط.
- 6-الدليمي ناهدة عبد زيد. **أساسيات في التعلم الحركي**. دار المنهجية للنشر والتوزيع, عمان, 2016م, ط1.
- 7-الرشدي بشير صالح. **مناهج البحث التربوي**. دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع, الكويت, 2000م, ط1.
- 8-الريفي كمال يحي. **التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون**. الجامعة الأردنية, الأردن, 2004م, ط2.
- 9-الصفار سامي. **كرة القدم**. دار الكتب للطباعة والنشر, العراق, 1982م, الجزء الأول.
- 10-الكاشف عزت محمود. **الإعداد النفسي للرياضيين**. دار التفكير, بيروت, 1991م, ط2.
- 11-النمرين عدى. **مهارات كرة القدم وقوانينها**. دار أسامة للنشر والتوزيع, عمان, 2013م, ط1.
- 12-إبراهيم مروان عبد المجيد. **النمو البدني والتعلم الحركي**. الدار العلمية والدولية للنشر والتوزيع, عمان, 2002م, ط1.
- 13-إبراهيم نبيل محمد. **الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية**. دار الوفاء للطباعة والنشر, الإسكندرية, 2004م, ط1.
- 14-أحمد عبد الفتاح أبو العلاء. **التدريب الرياضي**. دار الفكر العربي, مصر, 1997م, ط1.
- 15-بن هويلم ابتسام ناصر. **المنهج التجريبي**. جامعة الإمام محمد بن سعود, السعودية, 2015م, ب ط.

- 16-جميل رومي .كرة القدم. دار النقائض, لبنان, 1986, ط2.
- 17-حمدي عبد المنعم .لكرة الطائرة مهارات خطط قانون. مؤسسة كليوباترا, القاهرة, 1984م, ب ط.
- 18-زروابي رشيد .تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية. دار هومة, الجزائر, 2002م, ط1.
- 19-زيادي ألفيرو .القاموس المحيط. مادة سلب, مؤسسة الرسالة, 1993م, ب ط.
- 20-سالم مختار .كرة القدم لعبة الملايين. مكتبة المعارف, بيروت, 1998م, ط2.
- 21-صالح محمود غازي , حسن هاشم ياسر .كرة القدم(التدريب المهاري). مكتبة المجتمع العربي, عمان, 2013م, ط1.
- 22-عادل محمد .خطاب التربية البدنية للخدمات الاجتماعية. دار النهضة العربية, القاهرة, مصر, 1965م, ب ط.
- 23-عبد الجواد حسن .كرة القدم. دار العلوم والملايين, بيروت, 1984م, ط2.
- 24-علام إبراهيم .كأس العالم لكرة القدم. دار القومية والنشر, مصر, 1960م, ط1.
- 25-علاوي محمد حسن .علم التدريب الرياضي. المطبعة الثالثة عشر, القاهرة, 1994م, ب ط.
- 26-علاوي محمد حسن .علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, 2002م, ب ط.
- 27-عنان محمود عبد الفتاح .سيكولوجية التربية البدنية والرياضية. دار الفكر العربي, مصر, 1995م, ط1.
- 28-عيسوي عبد الرحمان .سيكولوجية النمو. دار النهضة العربية, بيروت, 1980م, ط1.
- 29-كامل راتب أسامة .النمو الحركي. دار الفكر العربي, القاهرة, 1999م, ب ط.
- 30-كامل راتب أسامة .علم النفس الرياضي. دار الفكر العربي, القاهرة, 1997م, ط2.
- 31-لزام صبر قاسم وآخرون .أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم. دار الوفاء لدنيا الطباعة, الإسكندرية, 2005م, ط1.
- 32-محمود موقف اسعد .التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. دار دجلة ناشرون وموزعون, عمان-الأردن, 2009م, ط2.
- 33-نظيف جميل .موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة. دار الكتب العلمية, بيروت, 1993م, ط1.

ثانيا: مواقع إلكترونية

1-حمودة صلاح .بحث حول الفرق بين الطريقة والأسلوب. http://elmstaba.com , 00:07  
2022/05/09م.

ثالثا: المراجع الفرنسية

-1kamal lamoui .**football technique jeux**. Entrainement information  
edition2 ; alger ;1980.

رابعا: المجالات

- 1-الرابطة الوطنية لكرة القدم, دليل دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع , الجزائر, ط1.
- 2-المكتبة الرياضية الشاملة, قانون كرة القدم, ترجمة مصطفى بيمومي, 2017م/2018م.
- 3-مجمع اللغة العربية, المعجم الوسيط, 2004م.

خامسا: مذكرات التخرج

- 1-تلي بلقاسم, لوصيف مزهود, عيساني الجابري .دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم  
الجزائرية. معهد التربية البدنية والرياضية , دالي إبراهيم, جوان 1997م.
- 2-مقاق كمال .علاقة التحفيز بدافعية الإنجاز عند لاعبي القسم الوطني الأول لكرة القدم الجزائرية.  
مذكرة ماجستير غير منشورة, معهد التربية البدنية والرياضية –سيدي عبد الله-, جامعة الجزائر,  
2006م/2007م.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد الصديق بن يحيى - تاسوست -  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

**استمارة موجهة لممارسي رياضة كرة القدم**  
**نادي الأبطال عين قشرة صنف - أصاغر -**

في إطار انجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية (STAPS) تخصص تحضير بدني تحت عنوان "أثر أسلوب المنافسة على تعلم وتحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم " نرجو منكم التكرم بالإجابة على أسئلة الاستبيان التالي قصد التوصل إلى نتائج إيجابية.

من إعداد الطلبة:

-بوالسليو زين الدين  
-بورغيدة مراد

تحت إشراف الأستاذ:

بوزكرية فوزي

الاسم واللقب:.....

العمر:.....

### أسئلة الاستمارة

1- ما هي رياضة كرة القدم؟ .....

.....

2- ما هي أهدافك من ممارسة رياضة كرة القدم؟ .....

.....

3- ما هي الأساليب التي تستخدمونها في تدريبات كرة القدم؟

أ-..... ب-..... ج-.....

4- من بين الأساليب الأكثر استخداما في كرة القدم، أسلوب المنافسة. هل تعتمدون عليه في تدريباتكم؟

لا

نعم

5- هل ترى أن هذا الأسلوب ناجح في العملية التدريبية؟

لا

نعم

6- هناك العديد من المهارات في كرة القدم. ما هي المهارات التي تمارسونها بشكل كبير؟

1-..... 2-..... 3-.....

7- من بين المهارات الأكثر استخداما في كرة القدم، مهارتي التمرير والتسديد. هل تمارسها بشكل جيد؟

لا

نعم

8- كيف تقيم أدائك لمهارة التمرير خلال المباريات أو الحصص التدريبية؟

بصعوبة كبيرة

بصعوبة

متوسط السهولة

بسهولة تامة

9- بالنسبة لمهارة التمرير. هل لديكم حصص مبرمجة لتعلم وتحسين أداء هذه المهارة؟

لا

نعم

\*- إذا كانت إجابتك نعم، ما الأسلوب المستخدم غالبا خلال هذه الحصص؟ .....

\*- إذا كانت إجابتك لا، ما السبب؟ .....

10- أسلوب المنافسة أحد أهم الأساليب لتعلم وتحسين أداء هذه المهارة. هل تعتمد عليه خلال حصص تعلم وتحسين أداء

لا

نعم

هذه المهارة؟

إذا كانت إجابتك نعم، ما فائدة هذا الأسلوب؟ .....

إذا كانت إجابتك لا، لماذا؟ .....

11- في نظرك هل لأسلوب المنافسة أهمية على تعلم وتحسين أداء مهارة التمرير في كرة القدم؟

لا

نعم

12- هل جربت أن استخدمت أسلوب آخر خلال الحصص المبرمجة لتعلم مهارة التمرير؟

لا

نعم

- إذا كانت إجابتك نعم. أيهما ساعدك أكثر على تعلم هذه المهارة؟  
.....
- 13- بالنسبة لمهارة التسديد. كيف تقييم أداءك لها خلال المباريات أو الحصص التدريبية؟  
بسهولة تامة  متوسطة السهولة  بصعوبة  بصعوبة كبيرة
- 14- هل لديك حصص مبرمجة لتعلم وتحسين أداء مهارة التسديد؟  
نعم  لا
- إذا كانت إجابتك نعم. ما الأسلوب المستخدم غالباً خلال هذه الحصص؟  
.....
- إذا كانت إجابتك لا. ما السبب؟  
.....
- 15- يعتبر أسلوب المنافسة أحد أهم الأساليب المستخدمة لتعلم وتحسين مهارة التسديد. هل تعتمد عليه خلال حصص تدريب هذه المهارة؟ نعم  لا
- إذا كانت إجابتك نعم. ما فائدة هذا الأسلوب؟  
.....
- إذا كانت إجابتك لا. ما السبب؟  
.....
- 16- في نظرك. هل لأسلوب المنافسة أهمية على تعلم وتحسين أداء مهارة التسديد في كرة القدم؟  
نعم  لا
- 17- هل جربت وأن اعتمدت على أسلوب آخر خلال الحصص المبرمجة لتعلم مهارة التسديد؟  
نعم  لا
- إذا كانت إجابتك نعم. أيهما ساعدك أكثر على تعلم هذه المهارة؟  
.....
- 18- في نظرك ما الذي يفرق أسلوب المنافسة على الأساليب الأخرى؟  
.....
- 19- ما هو الطابع الانفعالي أو النفسي الذي يولده أسلوب المنافسة بداخلك؟  
.....
- 20- في نظرك وحسب معلوماتك، ما هو تأثير أسلوب المنافسة على أداء المهارات الحركية في كرة القدم؟  
.....  
.....  
.....

