



جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -



القطب الجامعي تاسوست

كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة التخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص: تحضير بدني رياضي

مذكرة بعنوان:

انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة القدم خلال
المنافسة صنف أكابر
- ذكور -

(دراسة ميدانية لفرق الثاني هواة شرق لولاية جيجل)

تحت إشراف الأستاذ:

عيسات كمال

من إعداد الطلبة:

بن عبید لطفی

لحمر مروان

الموسم الجامعي: 2020/2019



شكر و عرفان

"ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي
وأن أعمل صالحا ترضاه"

الحمد لله الذي وفقنا إلى إتمام هذا العمل، فما كان لشيء أن
نكون في هذا المقام إلا أن نتقدم بالشكر والتقدير إلى الأستاذ
المشرف "عيسات كمال" كما أتقد بجزيل الشكر إلى الأستاذة
"شهير فايزة" على ما قدمته لنا من مساعدة، ولا يفوتنا أن نتقدم
بالشكر والعرفان إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد في
إنجاز هذا العمل.

الإهداء

أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع الى من قال فيهما الرحمان: " و اخفض لهما جناح الذل
من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا"..... الاسراء 24.

الى المرأة التي كانت و مازالت تعزيني في الحزن و رجائي في اليأس و قوتي في
الضعف، الى من علمتني معنى الحياة، الى من العمر فداها.. أطلب من الله أن يرعاها
أمي الغالية.

الى من زرعتني على ضفاف العلم، ناخذ من أجلي و كان أكبر سند لي في معارك
الحياة، الى قدوتي و تاجي، الى رأس مالي.. حفظه الله، أبي الغالي.

الى من حبهم يسري في عروقي و ذكراهم تلج فؤادي إلى أخوتي و أخواتي
الى جميع أفراد عائلتي الكبيرة دون استثناء

الى اصدقائي

وإهداء خاص إلى من شاركني في هذا العمل صديقي مروان

الى جميع اساتذتي الذين درسوني في مشواري من الابتدائي و حتى آخر عام في
دراستي

الى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في هذا العمل المتواضع.

"الطفي"

الإهداء

إلى من قال فيهما سبحانه وتعالى: "وبالوالدين إحساناً"... الأسراء 23
إلى التي حملتني في بطنها، وعمرتني بحبها وشملتني بوذها
إلى التي سهرت الليالي لراحتي.. وتعبت وكلفت من أجل سعادتي
إلى مَهجة قلبي وفلذة كبدي .. أمي الحنون

إلى الذي رباني على الإيمان.. وأثار لي حربة العلم والإحسان
إلى الذي ذاق الأمرين في سبيل نجاتي.. وأفنى حياته في سبيل فلاحتي
إلى أبي الغالي

إلى إخوتي الأعمام

إلى أخوالي وخالاتي.

كما لا أنسى أن أتقدم بأخلص الشكر والعرفان إلى الأستاذ المشرف عيساء كمال

إلى كل أصدقاء الدراسة

إلى أساتذتي الكرام

إلى جميع الأحباب والأصحاب

إلى صديقي و زميلي في هذا العمل المتواضع.. لطفني

إلى إخوتي في الله:

إلى كل محبة للعلم ومخلص للدين

"مروان"



قائمة المحتويات

محتويات الدراسة

- بسمة أ
- الإهداء ب ت
- شكر وتقدير ج
- محتويات الدراسة.
- قائمة الجداول.
- قائمة الأشكال.
- قائمة الملاحق.
- مقدمة 1

الإطار النظري

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

- 1- الإشكالية..... 5
- 2- الفرضيات..... 6
- 3- أسباب الدراسة..... 7
- 4- أهداف الدراسة..... 7
- 5- أهمية الدراسة..... 7
- 6- مفاهيم الدراسة 8
- 7- الدراسات السابقة..... 10
- 8- التعقيب على الدراسات السابقة..... 13

الفصل الثاني: الضغط والضغط الجماهيري.

- تمهيد 16
- 1- مفهوم الضغط ... 17
- 2- أنواع الضغوطات 17

19.....	3- مراحل الضغط
20.....	3-1- مرحلة استجابة الإنذار
20.....	3-2- مرحلة المقاومة
20.....	3-3- مرحلة الإنهاك والإعياء
20.....	4- عناصر الضغط
21.....	4-1- عنصر المثير
21.....	4-2- عنصر الاستجابة
21.....	4-3- عنصر التفاعل
22	5- أساليب قياس الضغوط
22	5-1- قياس إدراك الأفراد للضغوط
22	5-2- قياس مصدر الضغط كمؤشر لدرجة الضغوط
22	5-3- قياس الضغوط من حيث أعراضها
23	6- أعراض الضغوط
23	6-1- الأعراض الجسدية
23	6-2- أعراض انفعالية
23	6-3- الأعراض الفكرية والذهنية
23	7- أساليب التعامل مع الضغوطات النفسية وآليات الدفاع عنها
24	8- آثار الضغوطات
24	8-1- الآثار المعرفية
24	8-2- الآثار الانفعالية
24	8-3- الآثار السلوكية
25	9- الضغط الجماهيري
25.....	9-1- علاقة الضغط الجماهيري ببعض المصطلحات
25.....	9-1-1- التعصب الرياضي
25.....	9-1-2- الحضور الجماهيري
25.....	10- أنواع الضغط الجماهيري

25.....	10-1-1 جمهور ايجابي مشجع
25.....	10-2-1 جمهور سلبي متهور
25.....	10-3-1 جمهور محايد
25.....	11- خصائص الجمهور
26	12- سلبيات وايجابيات الجمهور
26.....	12-1- الايجابيات
26.....	12-2- السلبيات
26	13- مكونات الجمهور
28	خلاصة

الفصل الثالث: الأداء المهاري.

30	تمهيد
31	1- مفاهيم أساسية
31	1-1- مفهوم الأداء
31	1-2- مفهوم المهارة
32	2- مفهوم الأداء المهاري
32	3- مراحل الأداء المهاري
33.....	4- أهمية الأداء المهاري
33.....	5- الجوانب الفنية للأداء المهاري
33	6- عوامل نجاح التنفيذ الجيد للتقنية
34	7- متطلبات الأداء في كرة القدم الحديثة للاعبين
36	8- الصفات المهارية في كرة القدم
36	8-1- المهارات الحركية
36	8-2- المهارات الأساسية في كرة القدم
37	9- أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم
37.....	9-1- المهارات الأساسية بالكرة
37.....	9-1-1- التمرير

37.....	9-1-2- الجري بالكرة
39.....	9-1-3- المراوغة والخداع.
40.....	9-1-4- السيطرة على الكرة
41.....	9-1-5- التصويب في كرة القدم
43.....	9-1-6- مهاجمة الكرة
44.....	9-1-7- رمية التماس
44.....	9-1-8- ضرب الكرة بالرأس
45.....	9-2- المهارات الأساسية بدون كرة
45.....	9-2-1- الجري وتغيير الاتجاه
45.....	9-2-2- الوثب
45.....	9-2-3- الخداع
46	خلاصة

الفصل الرابع: كرة القدم.

48.....	تمهيد
49.....	1- ماهية كرة القدم
49	2- ألعاب كرة القدم المختلفة
50.....	2-1- كرة القدم الأمريكية
50.....	2-2- كرة القدم الأسترالية
50.....	2-3- كرة القدم الكندية
50	3- طرق اللعب في كرة القدم
51	4- أهمية طرق اللعب
51	5- نماذج طرق اللعب
51	5-1- الطريقة الانجليزية
51	5-2- الطريقة الاسكتلندية
51	5-3- الطريقة الهرمية

51	4-5	طريقة الظهير الثالث الدفاعية.....
51	5-5	طريقة المثلثات النمساوية.....
51	6-5	طرق قلب الهجوم المتأخرة المجرية.....
51	7-5	الطريقة البرازيلية.....
52	8-5	الطريقة الدفاعية الايطالية.....
52	9-5	طريقة 3-3-4
52	10-5	الطريقة الشاملة.....
52	6	ملامح كرة القدم الحديثة
52	7	متطلبات كرة القدم الحديثة حسب مراكز اللعب
52	1-7	متطلبات لاعبي الدفاع
53	2-7	متطلبات لاعبي الهجوم
53	3-7	متطلبات لاعبي الوسط
54	4-7	متطلبات لاعبي الجناح
54	8	صفات لاعب كرة القدم
55	1-8	الصفات البدنية.....
55	1-1-8	الأداء البدني كعامل أساسي في كرة القدم.....
60	2-8	الصفات الفسيولوجية.....
61	3-8	الصفات النفسية.....
61	1-3-8	التركيز
62	2-3-8	الانتباه.....
62	3-3-8	التصور العقلي.....
62	4-3-8	الثقة بالنفس.....
62	4-8	الصفات المرفولوجية.....
63		خلاصة

الإطار التطبيقي

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- تمهيد 66
- 1- الدراسة الاستطلاعية 67
- 2- مجالات الدراسة 67
- 3- مجتمع الدراسة 68
- 4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها 69
- 5- منهج الدراسة 69
- 6- أدوات الدراسة 70
- 7- متغيرات الدراسة 70
- 8- الأساليب الإحصائية للدراسة 71

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

- 1 - عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة 74
- 1-1- عرض وتحليل نتائج محور البيانات الشخصية 74
- 2-1- عرض وتحليل نتائج المحور الثاني 78
- 3-1- عرض وتحليل نتائج المحور الثالث 97
- 2- مناقشة النتائج في ضوء الفروض والدراسات السابقة 113
- 1-2- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى 113
- 2-2- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية 114
- 3-2- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرئيسية 114
- 3- اقتراحات وفرضيات مستقبلية 114
- خاتمة 117

- قائمة المراجع.

- الملاحق.

- ملخص الدراسة.

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
الإطار النظري		
18	يبين المقارنة بين الضغوط الايجابية والضغوط السلبية.	1
35	أهم مهارات لاعبي كرة القدم في السبعينيات.	2
35	يوضح أوقات الجري حسب خطوط ومركز العمل.	3
36	يوضح مكتسبات اللاعبين الناجحين مستقبلا.	4
57	يوضح المسافات الكلية المقطوعة للاعب كرة القدم خلال مباراة رسمية.	5
58	يبين مختلف مسافات الجري حسب المستوى.	6
58	يبين المسافات المقطوعة خلال مباراة حسب الشدة ومراكز اللعب.	7
59	يبين المستوى التقني خلال كل المباريات الدوري الاسباني والانجليزي حسب مختلف مراكز العمل.	8
61-60	يبين عدد ضربات القلب المتوسط والأقصى خلال مباراة حسب عدة باحثين.	9
61	يبين كمية اللكنات المتكونة خلال المباراة بشوطيها الأول والثاني.	10
الإطار التطبيقي		
68	يبين توزيع اللاعبين على نوادي الهواة شرف.	1
69	يبين توزيع أفراد العينة.	2
74	يبين توزيع أفراد العينة حسب السن.	3
75	يبين توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.	4
76	يبين توزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة.	5
77	يبين توزيع أفراد العينة حسب مراكز اللعب.	6
78	يبين تأييد اللاعبين لحضور الجماهير بأعداد غفيرة	7
80	يبين تأييد اللاعبين لانتقال اللاعبين معهم خارج الديار	8
82	يبين ما إذا سبق الجماهير رسم لوحات فنية للاعبهم	9

84	يبين مدى اعتماد الجماهير على شحن اللاعبين بالعبارات التشجيعية	10
86	يبين ما إذا سبق للجماهير مدح لاعبيها	11
88	يبين تصرف الجمهور عند الخسارة وشعور اللاعبين	12
90	يبين مستوى أداء اللاعبين عند تصفيق الجماهير لها أثناء المباراة	13
92	يبين رد فعل اللاعبين عند ضغط جماهيرها على الفريق الخصم	14
94	يبين طريقة مناصرة الجماهير لها	15
97	يبين رد فعل اللاعبين عند انقلاب الجماهير عليها	16
99	يبين رد فعل اللاعبين عند انتقاد الجماهير لهم	17
101	يبين ما إذا كان صافرات الاستهجان تفقد اللاعبين تركيزهم	18
103	يبين أثر رفع اللافتات الهينة على اللاعبين	19
105	يبين رد فعل اللاعبين عند شتمهم أثناء المباراة	20
107	يبين ما إذا سبق للجماهير أن رمت على اللاعبين بالمقذوفات	21
109	يبين إن كان اللاعبون يتعرضون للتهديد من قبل جماهيركم وشعورهم عند التهديد	22
111	يبين تأثير الأداء عند خروج الجماهير من الملعب أثناء المباراة	23

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
74	دوائر نسبية لتوزيع أفراد العينة حسب السن	1
75	دوائر نسبية لتوزيع العينة حسب المستوى التعليمي	2
76	دوائر نسبية لتوزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة	3
77	دوائر نسبية لتوزيع العينة حسب مراكز اللعب	4
79	نسب حضور الجماهير بأعداد صغيرة	5
81	نسب تأييد انتقال الجماهير مع اللاعبين خارج الديار	6
83	نسب سبق الجماهير لرسم لوحات فنية للاعبين	7
85	نسب مدى اعتماد الجماهير على شحن اللاعبين بالعبارات التشجيعية	8
87	نسب مئوية تبين إذا سبق للجماهير مدح لاعبيها	9
89	نسب مئوية تبين تصرف الجمهور عند الخسارة وشعور اللاعبين	10
91	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير التصفيق لهم أثناء المباراة	11
93	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير أن ضغطت على الفريق الخصم	12
95	نسب مئوية تبين ما إذا كانت طريقة المناصرة تتصف بالحضارية	13
98	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير الانقلاب على لاعبيها	14
100	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير انتقاد اللاعبين	15
102	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير إطلاق صافرات الاستهجان	16
104	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير رفع لافتات مهينة	17
106	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير شتم اللاعبين	18
108	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير أن رمت على اللاعبين بالمقذوفات	19
110	نسب مئوية تبين إن كان اللاعبون يتعرضون للتهديد من قبل جماهيركم وشعورهم عند التهديد	20
112	نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير الخروج من الملعب أثناء المباراة	21

قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
01	بعض اجازات عينة الدراسة
02	صور تشكيلة الفريقين
03	شعار النوادي محل الدراسة
04	استمارة التحكيم
05	الاستمارة
06	مقطع فيديو يبين مؤشرات الدراسة

مقدمة



تعد كرة القدم من إحدى أشهر وأهم الألعاب الرياضية التي توليها الجماهير ووسائل الإعلان أهمية بالغة، حيث دخلت في العالم مرحلة مهمة ومتطورة في فنيات وطرق اللعب، إذ يغلب عليها الطابع التنافسي والحماسي الكبير، والانسجام والتنظيم بين أفراد الفريق، فأصبحت تكتسي أهمية بالغة عند الجماهير، وتستحوذ على قدر كبير من المتابعة.

وبحكم طبعها الخاص تعتمد كرة القدم على اللياقة الشاملة للفرد والجانب التكتيكي وكذلك الجانب النفسي حيث أن هذا الأخير له مظاهر وحالات يتعرض لها الرياضي كضغوطات الجماهيرية قد تؤثر فيه وفي أداءه وقد يصبح مشكل عويصا يقف أمام الرياضي في أداء أدوارهم وتطور مستواهم. حيث يعد الجمهور الرياضي أحد العوامل المؤثرة في ارتفاع مستوى اللاعبين وتقدم وتطور الفرق الرياضية والأداء الرياضي، وطبيعة مباريات كرة القدم، تتضمن وتتطلب علاقات اجتماعية بين اللاعبين بعضهم البعض وبين الجماهير أيضا.

حيث أن الأداء الرياضي دائما يتأثر بالبيئة المحيطة به سواء من لاعبين أو الجماهير نفسها وهذا التأثير في الواقع يعود إلى طبيعة العلاقة بين الأطراف المشاركة في اللعبة، فإذا كانت هناك مشاكل بين أي جانبيين من الأطراف السابقة، فإن الأداء يتأثر سلبا بمعنى أنه ينخفض، أما إذا كانت العلاقة ايجابية وقوية فإن المستوى الفني يظهر في أفضل حالاته ويكون في تقدم وتطور مستمر.

ونسمع في بعض الأحيان أن بعض النقاد والإعلاميين والمدربين والإداريين يتحدثون عن المساندة الجماهيرية وتأثيرها على مستوى اللاعبين ونتائج الفرق الرياضية.

ومن هذا المنطلق جاءت فكرة بحثي محاولة في إبراز وتوضيح معنى انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أكابر - ذكور - ولهذا تطرقنا في دراستنا هذه إلى إطارين:

الإطار النظري :

وتمثل في أربع فصول حيث تناولنا في الفصل الأول الجانب التمهيدي للدراسة، أما الفصل الثاني فتناولنا فيه الضغط الجماهيري في حين تناولنا في الفصل الثالث الأداء المهاري أما الفصل الرابع تناولنا فيه كرة القدم.

أما الإطار التطبيقي :

فتناولنا فيه فصلين .

الفصل الخامس: تكلمنا فيه حول منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية.

الفصل السادس: يتكلم عن عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها في ضوء الفروض والدراسات السابقة.

ومن ثم ختم البحث باقتراحات وفرضيات مستقلة، خاتمة، قائمة المراجع والملاحق.

الإطار النظري





الفصل الأول: الجانب التمهيدي

1- الإشكالية:

عرفت مختلف الحضارات في العصور القديمة أشكالاً متشابهة للعبة كرة القدم الحالية، هذه اللعبة والرياضة التي أصبحت أكثر انتشاراً وشعبية في العالم، استطاعت أن تتخطى جميع حدود الجنس والعقيدة، فاستطاعت، أن تتفد إلى أعماق عواطف الجماهير، أعجبت الكبار والصغار من مختلف الأعمار، يجري عشقها في عروقهم مجرى الدم، يمارسونها بمتعة خالصة، ويتابعون أخبارها بشغف وهي أكثر ما تشرئب لها أعناق الجماهير منطلقاً لتحقيق أحلامها مطامحها حتى أصبح يعتبر فوز المنتخبات على خصوصها انتصار الأوطان، رياضة كرة القدم لبغت الشهرة حداً لم تبلغه الألعاب الرياضية الأخرى، كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على مشاهدة مباراتها.¹

كما تعكس هذه المكانة الريادية لهذه الرياضة الشعبية من باقي الرياضات المتابعة الجماهيرية الواسعة لأحداثها والإمام بقضاياها وإحاطتهم بأخبارها مستجداتها، وهذا قد يخلق تعصبا رياضيا لها في بعض المناسبات للرياضية نظرا لتمييزها بهذا الإقبال الجماهيري.²

وفي حين يقرر الاتحاد الدولي لكرة القدم فيفا (FIFA) تخصيص جزء من حفله السنوي من أجل منح جائزة مخصصة للجماهير تحت عنوان الجمهور الأفضل فإنه اعتراف واضح بكن الجمهور محورا أساسيا تدور حوله كرة القدم، وأن تقدير دور المشجع لا يقل أهمية عن تقدير اللاعب أو المدرب.³

حيث أن للمشاهدين انتمائهم للفريق وأسلوب تشجيعهم تأثيرا بالغا على أداء اللاعبين، حيث عرفه فانيك بأنه: درجة التحسن لنشاط رياضي معين وهو شرط بعدد من العوامل المحددة. فقط التطير المتناسق لهذه العوامل المحددة لقدرة الأداء يمكن أن يحقق المستوى الأمثل للأداء الفردي.⁴

إذا تختلف انفعالات اللعب وحدثها تبعا لهذه المتغيرات فاللاعب الذي يشاهده عشرات أو مئات المشاهدين يختلف عن الذي يشاهده الآلاف واللاعب ينافس وسط مشجعيه يختلف عن ذلك الذي

¹ حسن جابرة كرة القدم، دار اليوسف للطباعة والنشر والتوزيع، 2005 ص1.

² أميرة بن بوط: دور الصحافة الرياضية الجزائرية في التوعية من مظاهر العنف في الملاعب كرة القدم الجزائرية، مذكرة مكملة لنيل

شهادة الماستر في الاعلام و الاتصال ، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي 2016/2017

³ 56 :20/5/2020 http /m.arabia.ewrsport.com

⁴ محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف، القاهرة، 1987 ص30.

ينافس أمام مشجعي الخصم كذلك تختلف انفعالات اللاعب الذي ينافس أمام جمهور متعصب له أو ضده وأمام جمهور يتميز بالأسلوب الرياضي في التشجيع أو بأسلوب غير مقبول رياضياً،¹ حيث أن هناك اختلاف كبير بين مشجعي كرة القدم الأمر الذي يجعلنا قادرين على تقسيمهم إلى أنواع مختلفة بحسب أهدافهم من تشجيعهم لهذا الفريق أو ذاك.

وتتطلب المنافسة الرياضية ضرورة استخدام الفرد لأقصى قواه وقدرته النفسية والبدنية لمحالة تسجيل أحسن مستوى ممكن من الأداء والتي تعتبر من أهم مميزات المنافسة التي تؤثر على شخصية الفرد.² وعليه نطرح التساؤل الرئيسي التالي:

هل للضغط الجماهيري انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أكابر؟

التساؤلات الجزئية:

- هل الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء اللاعبين أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم؟

2- الفرضيات:

2-1- الفرضية الرئيسية:

للضغط الجماهيري انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أكابر.

2-2- الفرضيات الجزئية:

- الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم.
- الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء اللاعبين أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم.

¹ أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2003، ص58.

² Jurgen Weineik :Manuel d'entrainement,4em edition,edition Vigot Paris ,1999,P17 .

3- أسباب اختيار الموضوع:

3-1- الأسباب الذاتية:

- الرغبة الشخصية في انجاز الموضوع وذلك من خلال الخبرة في ميدان الممارسة كلاعبين.
- محاولة التعرف على الانعكاس الموجودة بين الجمهور وأداء اللاعب.

3-2- الأسباب الموضوعية:

- أهمية الموضوع في مجال الرياضة.
- انعدام المواضيع والدراسات التي تطرقت إلى هذا الموضوع بجامعة محمد الصديق بن يحي في حدود إطلاعنا.
- إثراء مجال البحث العلمي وتدعيم المكتبة بالمراجع التي تخدم طالب علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- إمكانية تناول الدراسة من الناحية النظرية والميدانية.

4- أهداف الدراسة:

- معرفة ما إذا كان الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم.
- معرفة ما إذا كان الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء اللاعبين أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم.

5- أهمية الدراسة:

5-1- الأهمية العلمية: يتجلى من خلال معرفة أنماط الضغوطات التي يتعرض لها الافراد أو اللاعبين وتحليل مصادرها وكذلك تحديد الآثار المترتبة عنها وتحديد مختلف الأساليب التي يمكن من خلالها تخفيف الضغط الجماهيري بغرض الكشف عن انعكاسات الضغط الجماهيري على الأداء أثناء المنافسة.

5-2- الأهمية العملية: يتجلى هدفنا العملي من خلال دراستنا التطبيقية، حيث تحاول معرفة الضغوط التي يتعرض لها اللاعبون اثناء المنافسة ومدى تأثيرها على أدائهم والأساليب المعتمدة لمواجهتها.

6- مفاهيم الدراسة:

6-1- الضغط:

6-1-1- لغة: ضغط. الضغط: عصر الشيء إلى الشيء.¹

6-1-2- اصطلاحاً: هي استجابة تكسفية لدى الفرد تختلف باختلاف خصائص الفرد نتيجة للتفاعل مع البيئة وتتمثل في اختلاف التوازن الداخلي للجسم مما يؤدي غالباً إلى مشكلات صحية وجسدية ونفسية.²

6-1-3- إجرائياً: هي مجموعة من المثيرات تتواجد في بيئة الفرد تنتج عنها ردود أفعال تظهر سلوك وأداء الفرد.

6-2- الضغط الجماهيري:

6-2-1- إجرائياً: يتمثل الضغط الجماهيري في تلك التشجيع الجماهيرية للاعبين فريقهم قصد تحفيزهم ورفع معنوياتهم من أجل القيام بأدوارهم والدفع بهم إلى تحقيق نتائج إيجابية، ويكون إيجابي أو سلبي.

6-3- الأداء:

6-3-1- لغة: قامَ بأداءٍ واجبه : بِإِنجازه ، بِإِكْماله.³

6-3-2- اصطلاحاً: هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة.⁴

6-3-3- إجرائياً: هي قدرة الفرد على تنفيذ وأداء المهام الموكلة إليه.

¹ عقون آسيا: الضغط النفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة، سطيف، 2012/2011، ص45.

² العبودي فاتح : الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي، قسنطينة، 2008/2007، ص11.

³ قاموس المعاني لكل رسم معنى نقلا عن الموقع:

<https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/أداء/> Le 04-03-2020 a14 :38

⁴ عامر فاخر شغاتي: علم التدريب الرياضي، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2014، ص380.

6-4-كرة القدم:

6-4-1- لغة: هي كلمة لاتينية و تعني "ركل الكرة بالقدم"، فالأمريكيون يعتبرون كرة القدم بما يسمى عندهم "الرقبي" أو كرة القدم الأمريكية¹.

6-4-2- اصطلاحاً: هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة (هدف) وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط.²

6-4-3- اجرائياً: هي نشاط جماعي يمارس عن طريق كرة جلدية بين فريقين يتألف كل فريق من 11 لاعبا على أرضية مستطيلة الشكل يقوم كل فريق بالدفاع عن مرماه ومحاولة التسجيل في مرمى الخصم وذلك في إطار ما يسمح به قانون اللعبة ويفوز الفريق الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف.

6-5- المنافسة:

6-5-1- لغة: مصدر نَافَسَ، المُنَافَسَةُ: التَّنَافُسُ، مُنَافَسَةٌ رِيَاضِيَّةٌ: مُبَارَاةٌ رِيَاضِيَّةٌ، أَي بَدَلُ كَلِّ الجُهُودِ لِتَحْقِيقِ التَّقْوَى³.

6-5-2- اصطلاحاً: المنافسة الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية وعقلية وانفعالية، من اجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات وتمييزها عن قدرات من ينازلهم.⁽⁴⁾

6-5-3- اجرائياً: هي موقف أو حدث رياضي ذو طابع رسمي يقوم فيه المدرب بتطبيق ما قام به أثناء الأسبوع التدريبي.

رومي جميل: كرة القدم، ط1، دار النقائص، بيروت، 1986، ص 05.¹

² مأمور بن حسن آل سلمان: "كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية"، ط2 دار ابن حزم، بيروت، لبنان، 1998، ص09.

³ قاموس المعاني لكل رسم معنى نقلا عن الموقع:

<https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar/منافسة/> Le 04-03-2020 a14 :38

⁴ - أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر 2003، ص211.

6-6- الأكاير:

6-6-1- اصطلاحا: هي مرحلة من مراحل عمر الإنسان وهي مرحلة النضج واكتمال الشخصية، وهي ربيع العمر حيث ان الكبار لديهم خبرات طويلة كما لديهم دائرة موسعة من العلاقات والمسؤوليات والأدوار الاجتماعية⁽¹⁾.

6-6-2- اجرائيا: هي عبارة عن فئة عمرية تستعمل في المجال الرياضي وتعتبر آخر فئة من الفئات العمرية.

7- الدراسات السابقة:

7-1- الدراسات المحلية:

الدراسة الأولى:

دراسة حملاوي سارة: "انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة صنف أوسط من 17 الى 19 سنة" مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، 2014-2015.

وجاءت أهم تساؤلات الدراسة كمايلي:

- هل هناك أثر ايجابي للجمهور على أداء اللاعبين؟
- هل يفقد اللاعب فعاليته في أداءه بسبب الضغط للجماهير؟
- هل التحضير النفسي الجيد يقلل من الضغط السلبي للجماهير؟

وارتكزت الدراسات على الفرضيات التالية:

- هناك أثر ايجابي للجمهور على أداء اللاعبين.
- يفقد اللاعب فعاليته في أداءه بسبب الضغط للجماهير السلبي.
- يلعب التحضير النفسي الجيد للاعبين دورا فعالا في التقليل من الضغط السلبي للجماهير.

وقد أجريت هذه الدراسة بالبويرة، واعتمد الباحث في ذلك على المنهج الوصفي، أما عينة الدراسة فاستعملت على 3 فرق لفئة الأواسط لرابطة ولاية البويرة لكرة اليد واشتملت على 36 لاعب وكان اختيار العينة بشكل قصدي غير عشوائي.

(1) أمر الله الساطر: أسس وقواعد التدريب وتطبيقاته، دار الفكر العربي، مصر، 1998، ص21.

واستعان الباحث للتحقق من فرضياته باستخدام الاستبيان بحيث يوجه اللاعبين والمقابلة كأداة مساعدة لتوجه الى المدربين.

وتوصل من خلال ذلك الى النتائج التالية:

أن الضغط الجماهيري الايجابي يلعب دورا أساسيا لدى اللاعب ويساعده ذلك على تطور أداءه فقد أجمعوا بذلك على ضرورة وجوده وانتقاله معهم سواء داخل الديار او خارجها وغير أنهم تجددهم مترددين بشأن إنقلاب الجمهور عليهم ويحيد عن مساره.

فيحدث ذلك لهم نرفزة وقلق يأثر سلبا ويقيد عملية تطوير الأداء ويعكس ذلك بشكل سلبي على أداء مردود الفريق.

الدراسة الثانية:

دراسة شعيعاني سعيد وشعيعاني فوزي، مدى تأثير الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة آكلي محند أو لحاج البويرة، 2012-2013.

وكان الهدف من دراسته هو الإجابة عن الأسئلة التالية:

- هل هناك تأثير للجمهور على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة؟
- ما مدى تأثير الضغط الجماهيري على أداء اللاعبين أثناء المقابلة؟
- هل للتحضير النفسي دور في التقليل من الضغط أثناء المقابلة؟

وحاول من خلال ذلك الارتكاز على الفرضيات التالية:

- للجمهور أثر على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة.
- الضغط الجماهيري يقلل من مردود اللاعبين أثناء المقابلة.
- للتحضير النفسي دور فعال في التقليل من الضغط أثناء المقابلة.

وقد أجريت هذه الدراسة بالبويرة واعتمد الباحث في ذلك على المنهج الوصفي ، أما عينة الدراسة فاشتملت على 3 فرق من مجموع الفرق الرياضية لرابطة ولاية البويرة لكرة اليد صنف أواسط واشتملت على 30 لاعب موزعة كمايلي:

10 لاعبين من آمال عين بسام.

10 لاعبين من فريق أولمبيك البويرة.

10 لاعبين من فريق رائد شباب القادرية.

وكان اختيار العينة بشكل قصدي غير عشوائي.

واستعان الباحث للتحقق من فرضياته باستخدام الاستبيان مغلق بحيث يوجه للاعبين .

وأشارت أهم النتائج إلى أن الضغط الجماهيري يلعب دور أساسي لدى اللاعب ويساعد على تطوير أداءه كما أنه يقلل من مردود اللاعبين أثناء المقابلة، ويلعب التحضير النفسي دور فعال في مجابهة الضغوطات والحالات المؤرقة وهذا من طرف المحضر البدني.

الدراسة الثالثة:

دراسة بلطيط فاروق، أثر الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة صنف أواسط 17.19 سنة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2009-2010.

وجاءت أهم تساؤلات دراسته كما يلي:

- هل الضغط الجماهيري يحفز اللاعبين على أداء دورهم بشكل ايجابي؟
- كيف يتأثر لاعب كرة اليد أثناء المقابلة بالضغط السلبي للجمهور؟
- هل للتحضير النفسي دور في التقليل من تأثر اللاعب بضغوطات الجماهير؟

وارتكزت الدراسات على الفرضيات التالية:

- هناك أثر ايجابي للجمهور على أداء اللاعبين.
 - يفقد اللاعب فعاليته في أداء دوره بسبب الضغط الجماهيري.
 - دور التحضير النفسي في تحضير اللاعب للمباراة.
- وقد أجريت هذه الدراسة بالجزائر العاصمة واعتمد في ذلك الباحث على المنهج الوصفي ، أما عينة الدراسة فاشتملت على 3 فرق من مجموع الفرق الرياضية للرابطة الجهوية لكرة اليد واشتملت على 36 لاعب موزعة كمايلي:

12 لاعب من فريق الأبيار

12 لاعب من فريق المجمع البترولي

12 لاعب من فريق اتحاد الحراش

واستعان الباحث للتحقق من فرضياته باستخدام الاستبيان بحيث يوجه الاستبيان إلى اللاعبين والمقابلة توجه إلى المدربين وذلك لتكون هذه التقنية من بين أنجح التقنيات والطرق للتحقيق في الإشكالية. وتوصلت الدراسة إلى تحقيق نتائج ايجابية تتمثل في أن الضغط الجمهوري الايجابي يلعب دورا أساسيا لدى اللاعب ويساعده ذلك في تطوير أداءه، فقد أجمعوا بذلك على ضرورة وجوده وانتقاله معهم داخل الديار وخارجها.

غير أنهم تجدهم مترددين بشأن انقلاب الجمهور عليهم ويحيد عن مساره، فيحدث ذلك لديهم نرفزة وقلق وتأثر سلبا وتقييد عملية تطوير الأداء ويعكس ذلك بشكل سلبي على مردود الفريق. ولكي يتجنب اللاعبون هذا التأثير السلبي توضح لنا أنهم يأخذون دروس خصوصية وخصص في التحضير النفسي والذي يعتبرونه الحل الأمثل لمثل هذه الحالات المؤرقة.

8- التعقيب على الدراسات السابقة:

ما يلاحظ من خلال دراساتنا المعروضة هو غياب الدراسات المحلية والأجنبية وذلك في حدود إطلاعنا لدى تم الاعتماد على ما هو متوفر من دراسات محلية ومما لاحظناه في عرضنا لهذه الدراسات مايلي:

من حيث الهدف:

اتضح أن تلك الدراسات حاولت التعرف على تأثير الضغوطات وأسبابها ومن هنا حاولنا دراسة تأثير الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة لصنف أكابر من خلال اختيارنا لفرق الثاني هواة شرق كمجتمع للدراسة.

من حيث المنهج:

حيث اتفقت الدراسات المعروضة على استخدام المنهج الوصفي وذلك للإجابة على الإشكال المطروح.

من حيث العينة:



لم تختلف الدراسات في اختيار العينة المناسبة لها والتي تتفق مع طبيعتها وأهدافها والمتمثلة في العينة الغير احتمالية القصدية.

من حيث أدوات جمع البيانات:

اشتركت الدراسات في طريقة جمع البيانات الرئيسية والمتمثلة في الاستبيان أما الأداة المساعدة فكان هناك اختلاف حيث أن دراسة حملاوي سارة ودراسة بلطيط فاروق استعملت المقابلة عكس دراسة شعباني سعيد وشعباني فوزي التي لم تستعمل الأداة المساعدة.

من حيث النتائج:

انتقلت الدراسات على وجود ضغوطات مؤثرة على اللاعبين وأن هذه الضغوطات تكون ايجابية وعادة ما تكون سلبية.



الفصل الثاني: الضغط والضغط
الجماهيري

تمهيد:

مما لا شك فيه أننا نعيش في بيئة تسودها المثيرات والمنبهات المتنوعة بغض النظر عن مصادرها سواء كانت مادية أو سيكولوجية، ولم يقتصر تأثيرها على الفرد في البيت أو المحيط وإنما تجاوز ذلك إلى الأداء خاصة أثناء المنافسة، ومن هنا برزت الضغوط الجماهيرية وهي التي اتخذ تأثيرها جانبيين، جانب ايجابي ما إذا كان الجمهور محفزا، وجانب سلبي إذا ما كان الجمهور متهورا.

1- مفهوم الضغط:

أصبح الضغط النفسي يواجه أصحاب المهن والعاملين والناس جميعا والضغط النفسي المهني ينتج عن صراع بين متطلبات المهنة ومقدرة العامل على الوفاء بها، مما يترتب عليها انحصار ملحوظ في كم العمل وأداء المهام و سواء كان الموظف أخصائيا اجتماعيا أو مدرسا أم طبيبا أم مديرا فهو يعرف عن طريق الخبرة المباشرة أو غير مباشرة أن الضغط النفسي عواقبه وخيمة.¹

2- أنواع الضغوطات :

1-2- الضغوطات الحادة : وهي الأكثر انتشار نتيجة متطلبات الماضي القريب والمتطلبات المتوقعة للمستقبل وهذه يمكن أن يمر بها معظم الناس مثل ترك وظيفته، مشاكل الأطفال في مدارسهم وهي لا تحدث التدمير كما هو الحال في الضغوطات المزمنة.

2-2- الضغوطات المزمنة :

وهي الضغوطات التي تطحن الناس يوما بعد يوم وشهرا بعد شهر وسنة بعد سنة فالضغط المزمن يدمر الجسد والعقل والحياة انه ضغط الفقر والعائلة التي تعاني من خلل في الزواج غير السعيد والعمل المحتقر من قبل شخص والأمر الأسوأ للضغوطات المزمنة هو أن الناس تتعود عليها فالناس ينتبهون للضغوطات الحادة لأنها مستجدة عليهم ولكنهم يتجاهلون الضغوطات المزمنة لأنها قديمة ويعتادون عليها.² بالإضافة إلى التصنيف السابق هناك تصنيفات أخرى أهمها :

2-3- من حيث التأثير: يمكن تقسيم ضغوط العمل من حيث تأثيرها إلى نوعين:

2-3-1- الضغوط الايجابية: هي الضغوط المفضلة والمرغوب فيها والتي لها انعكاسات ايجابية على الفرد العامل حيث تزيد من قدرته على الإنتاج بسرعة مما يتولد له شعور بالسرور وعلى المستوى الوظيفي قد يتعرض العامل للعديد من الضغوطات مثل اجتياز اختبار ما أو دورة تدريبية معينة للترقي وللتنقل إلى موقع وظيفي أفضل أو تحقيق معدلات الأداء العالية أو أن يحوز على رضا رئيسه المباشر عنه عندما يلتزم بالأداء وفي مواعيد محددة وقد أوضح فور بيس المؤشرات التالية في ما يتعلق بالضغط الايجابية التي تحدث بين العاملين

- ارتفاع حجم النشاط وقوته وزيادة الدوافع.
- تعلم الهدوء وعدم الانفعال تحت الضغط.

¹ حمدي علي الفرماوي، رضا عبد الله: الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2009، ص 15.

² سمير بقيون: الطب النفسي، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2007، ص 152.

2-3-2- الضغوط السلبية : وهي الضغوط غير مفضلة والتي تسبب الضرر و الأذى والمرض للأفراد وتؤدي إلى اختلال وظيفي في تكيف الكائن الحي حيث تؤثر على حالته الجسدية والنفسية ويستطيع المدير أن يدرك هذه المؤشرات ويتعرف على درجة الضغوط الواقعة للأفراد وان يساعدهم على التفاعل معها عبر مواجهتها والتعرف على مصادرها التنظيمية ومحاولة علاجها والتخفيف منها .

جدول رقم (1) يبين المقارنة بين الضغوط الايجابية والضغوط السلبية.¹

الضغوط السلبية	الضغوط الايجابية
- تسبب انخفاضا في الروح المعنوية.	- تمنح دافعا للعمل.
- تولد ارتباكا.	- تساعد على التفكير.
- تدعو للتفكير في الجهد المبذول.	- تحافظ على التركيز على النتائج.
- تجعل الفرد يشعر بتراكم العمل عليه.	- تجعل الفرد ينظر إلى العمل بتحد.
- تشعر الفرد بأن كل شيء يمكن أن يقاطعه ويشوش عليه.	- تحافظ على التركيز على العمل.
- الشعور بالأرق.	- النوم الجيد.
- ظهور انفعالات وعدم القدرة على التعبير عليها.	- القدرة على التعبير على الانفعالات والمشاعر.
- الإحساس بالأرق.	- تمنح الإحساس بالمتعة.
- تؤدي إلى الشعور بالفشل.	- تمنح الشعور بالانجاز.
- تسبب للفرد الضعف.	- تمد الفرد بالقوة والثقة.
- التشاؤم من المستقبل.	- التفاؤل بالمستقبل.
- عدم القدرة على الرجوع إلى الحالة النفسية الطبيعية عند المرور بتجربة غير سارة.	- القدرة على الرجوع إلى الحالة النفسية الطبيعية عند المرور بتجربة غير سارة.

2-4-4- حسب معيار السبب :

2-4-4-1- الضغوط الأسرية : (التنافر الأسري، الانفصال، وفاة، فقر...)

2-4-4-2- ضغوط النقص: (نقص الممتلكات، نقص الأصدقاء...)

¹ عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان: ضغوط العمل، منهج شامل لدراسة الضغوط مصدرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، الرياض، ص 13.

2-4-3- ضغوط العدوان: (سوء المعاملة من العائلة ، من الأقران والأصدقاء ...)

2-4-4- ضغوط السيطرة:(التأديب ، العقاب القاسي ...)¹

2-5- من حيث الشدة: صنفها بابتكوك إلى ثلاث أنواع و هي :

2-5-1- ضغط ناتج من الصراعات الداخلية: كالأعصاب وهذا النوع مرتبط بشكل وثيق بالمفهوم الذي يعطيه الطب العقلي للقلق .

2-5-2- ضغط ذو أصل خارجي : أي صادر من بيئة الفرد كمواجهته لعراقيل خلال سعيه لتحقيق أهداف معينة فيعيد اجتيازها وتخطيها ليحس بالراحة والرضا.

2-5-3- ضغط مرتبط بالحاجة إلى الإبداع : فالمبدع في حاجة لان يعيش في بيئة تحفزه على استغلال طاقاته الإبداعية بتطوير وظائفه الطبيعية.²

2-6- حسب المدة الزمنية التي تستغرقها الشدة أو التوتر ومدى التأثير على صحة الإنسان النفسية والبدنية ويقسم الضغوط إلى:

2-6-1- الضغوط البسيطة : وتستمر من ثوان معدودة إلى ساعات طويلة وتكون ناجمة عن مضايقات صادرة عن أشخاص تافهين أو أحداث قليلة الأهمية في الحياة .

2-6-2- الضغوط المتوسطة: وتمتد من ساعات إلى أيام وتتجم عن بعض الأمور كفترة عمل إضافية أو زيارة شخص مسؤول أو غير مرغوب فيه .

2-6-3- الضغوط المضاعفة : وهي التي تستمر لأسابيع وأشهر وتتجم عن أحداث كبيرة كالنقل من العمل أو الإيقاف عن العمل أو موت شخص عزيز .³

3- مراحل الضغط :

قدا تنشأ الضغوط من داخل الشخص نفسه وتسمى ضغوطا داخلية أو قد تكون من المحيط الخارجي مثل العمل العلاقة مع الأصدقاء والاختلاف معهم في الرأي أو خلافات مع شريك الحياة أو الطلاق أو موت شخص عزيز أو التعرض لموقف صادم مفاجئ تسمى ضغوطا خارجية.

¹ عمر وصفي عقلي: إدارة الموارد البشرية المعاصرة بعد استراتيجي، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2005، ص 595.

² لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة: الإجهاد مختبر التطبيقات النفسية والتربوية ، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، 2006، ص15-16.

³ فائق فوزي عبد الخالق: ضغوط العمل، مجلة أفاق اقتصادية، اتحاد غرف التجارة والصناعة، الإمارات، مجلد 17، العدد 67، 1996، ص14.

وعلى العموم فإن الضغوط سواء كانت داخلية المنشأ نتيجة الانفعالات أو احتباسات الحالة النفسية وعدم قدرة الفرد على البوح بها وكتمها أو ضغوطا خارجية متمثلة في أحداث الحياة فإنها تعد استجابات لتغيرات بيئية، وانطلاقا من وجهة نظر العلماء فإن آلية حدوث الضغط تتمثل في:

3-1- مرحلة استجابة الإنذار: في هذه المرحلة يستدعي الجسم كل قواه الدفاعية لمواجهة الخطر الذي يتعرض له فيحدث نتيجة التعرض المفاجئ لمنبهات لم يكن مهينا لها وهي مجموعة من المتغيرات الكيميائية فترتفع نسبة السكر في الدم و يتسارع النبض و يرفع الضغط الشرياني فيكون بالتالي الجسم في حاله استنفار وتأهب من اجل التكيف مع مصدر الضغط النفسي الذي يهدده،

3-2- مرحلة المقاومة: فإذا استمر المصدر الضغط في التأثير فإن مرحلة الإنذار تتبعها مرحلة أخرى وهي مرحلة المقاومة لهذا المصدر وتشتم هذه المرحلة الأعراض الجسمية التي يحدثها التعرض للمستمر للمنبهات والمواد الضاغطة التي يكون الإنسان فيها كذا اكتسب الكتلة على التكيف معها وتعتبر هذه المرحلة ها ما في نشاء أعراض التكيف أو ما يسمى بالأعراض البسيكوسوماتية ويحدث ذلك خاصة عندما تعجز قدرة الإنسان على مواجهة المواقف عن طريق ردة الفعل التكيفي. ويؤدي تعرض المستمر للضغوطات إلى اضطرابات التوازن الداخلي مما يحدث مزيدا من الإفرازات الهرمونية المسببة للاضطرابات العضوية والنفسية.

3-3- مرحلة الإنهاك أو الإعياء: فإذا طال تعرض ضغط الفرض لضغوط نفسية متعددة لفترة أطول فانه سوف يصل إلى نقطة يعجز عن الاستمرار في المقاومة و يدخل في حيث يصبح عاجزا عن التكيف بشكل كامل في هذه المرحلة تنهار الدفاعات الهرمونية قص وتنقص مقاومة الجسم وتصاب الكثير من أجهزة الجسم وقد يصل إلى حد الموت أما إذا كان يتمتع الإنسان بقدرة الاستجابات التكيفية فإنها تساعده على حماية نفسه كلما تعرض إلى تغييرات ومواقف ضاغطة.¹

4- عناصر الضغط:

يرى سيرلاجي دوالاس أن الضغوط عبارة عن تجارب داخلية تخلق وتولد عدم توازن نفسي أو فيزيولوجي للفرد، وهي تكون لعوامل في البيئة الخارجية، وهذا يعنى أنه يمكن تحديد عناصر الضغوطات بثلاث عناصر أساسية هي:

¹ فاطمة عبد الرحيم النوابية: الضغوطات والأساليب النفسية وأساليب المساندة، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، ط1 ،

❖ عنصر المثير

❖ عنصر الاستجابة

❖ عنصر التفاعل

ويمكن توضيح هذه العناصر كما يلي :

4-1- عنصر المثير:

يشتمل هذا العنصر على الضغوط والمؤثرات الأولية الناتجة عن مشاعر الضغوط، وقد تأتي هذه العناصر من البيئة أو المنظمة أو الأفراد، ويتبنى معظم علماء النفس تعريف الضغوط باعتبارها مثيرات الضاغطة هي في الغالب أحداث تفرد على الشخص، أو ظروف تتبع من داخل الشخص مثل: الجوع كما تنشأ من الخصائص العصبية لديه، وهناك أنواع عديدة من الأحداث التي توجد في البيئة المحيطة بالفرد والتي يمكن أن يطلق عليها مثيرات المشقة أو الضواغط، ويصنفها "لازاروس" و"كوهين" في ثلاثة فئات هي التغيرات الحياتية الكبرى أو الرئيسية، وهي عادة مزلزلة وتؤثر في أعداد كبيرة من الأشخاص ثم أحداث الحياة الكبرى التي تؤثر في شخص واحد، أو بعد قليل من الأشخاص، ثم منغصات الحياة اليومية.¹

4-2- عنصر الاستجابة:

يعتبر "هاترسيلي" واحد من الذين يعتبرون الضغوط استجابة للظروف البيئية، ومن ثم فهو تعرف على أساس معايير ومحكات مختلفة مثل: الانزعاج الانفعالي، وتدهور الأداء أو التغيرات الفسيولوجية مثل زيادة توصيل الجلد بالكهرباء، أو زيادة في المستوى هرمونات معينة.

ويرى بعض الباحثين مثل: لااروس أنه من الصعوبة تعريف الضغوط بطريقة موضوعية زمن تم فهو يقترح أن الطريقة التي ندرك بها أو نقدر بها الضغوط وكذا البيئية هي تحدد ما إذا كان الضغط موجود أم لا وبشكل أكثر تحديدا فإننا نحس أو نشعر بالضغط عندما قيم عندما نقيم الضغط بأنه يتطلب استجابات لتكيفه من الفرد ومن هنا يمكن القول أن لهذا العنصر ردود الفعل الفيزيولوجية والنفسية والسلوكية التي يبدلها الفرد مثل القلق والتوتر والإحباط وغيرها.²

¹ صلاح الدين محمد عبد الباقي: السلوك التنظيمي مدخل تطبيقي معاصر، دار لجامعة الجديدة، الإسكندرية، ط1، 2003، ص331.

² محمود سليمان العميان: السلوك التنظيمي بمنظمات الأعمال، دار وائل للنشر و التوزيع، عمان، ط1، 2005، ص173.

4-3- عنصر التفاعل:

إن تعريف الضغوط ينبغي أن يؤكد على العلاقة بين الفرد والبيئة أي بين المؤشرات والاستجابات الضغوط هي مترتبة عمليات التكبير لدى الفرد وتقييمها إذا كانت مصادر ضغوط الفرد كافية للوفاء بالمتطلبات المفروضة عليه من البيئة أم لا ومن تم فإن الضغوط تتحدى بمدى الموائمة بين الشخص والبيئة فعندما تكون مصادر الفرد كيفية ومناسبة للتعامل مع الموقف الصعب فسوف يشعر قليل من الضغوط وعندما يدرك الفرد وان مصادره لن تكون كافية لتلبية متطلبات البيئة فسوف يشعر بتعرضه لكم هائل من الضغوط وبالتالي فإن الضغوط تنتج عنه عملية تكبير الأحداث وفحص الاستجابات الممكنة والاستجابة لتلك الأحداث.¹

5- أساليب قياس الضغوط:

تواجه عملية قياس الضغط صعوبة في وضع نماذج دقيقة وشاملة لها إذ تختلف أساليب القياس حسب المداخل التي يتبعها الباحثون في دراسة الضغوط ويمكن للإشارة إلى بعض تلك الأساليب على النحو التالي:

5-1- قياس إدراك الأفراد للضغوط

وذلك بسؤالهم مباشرة عن مدى شعورهم بالضغط وكما استخدمها الباحثان سنة 1990 عند دراسة الضغوط على الأطباء في كندا وذلك باستخدام مقياس شمل للضغوط وباستخدام العبارة القائلة ما درجة الضغوط التي تسببها لك ممارسة مهنة الطب وطلب من المبحوثين الإجابة عن هذا السؤال من خلال المقياس الخماسي ومن أهم عيوب هذه أنها لا تقدم مقياس موضوعي للضغوط حيث تكون بقياس مدى إدراكهم للضغوط وليس ماذا تعرضهم لها وبالتالي تخضع للاختلافات الشخصية في تقييم وتفسير هذه الظاهرة

5-2- قياس مصدر الضغط كمؤشر لدرجة الضغوط

وذلك باستخدام مقاييس مدعمن من حيث الثبات والمستقيم طورها كل من **matsen** و **Ivansivitch** وكذلك **madkil** و **stirly** غير أنه يعيب على هذه الطريقة قياسها للأسباب بدل النتائج.

¹ عمر وصيفي عقيلي: الموارد البشرية المعاصرة بعد استراتيجي، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2005، ص401.

3-5- قياس الضغوط من حيث أعراضها

وقد حظيت هذه الأعراض باهتمام الباحثين فقد تكون سلوكية والتي يعتقد بأنها من أهم ما يمكن الاستدلال به على وجود الضغط من عدمه أو قوته من ضعفه مثل التغيب عن العمل وقد تكون فيزيولوجية مثل الصداع أو الشعور بالتعاسة وقد عمل على استخدام هذه الدراسة الكثير من الباحثين.¹

6- أعراض الضغوطات:

6-1- الأعراض الجسدية:

- التوتر العالي.
- تعب وفقدان الطاقة.
- زيادة التعرض للحوادث التي تؤدي إلى إصابات جسمية.
- عدم الانتظام في النوم.

6-2- أعراض انفعالية:

- العصية.
- سرعه الغضب.
- سرعه الانفعال.
- العدوانية واللجوء إلى العنف.

6-3- الأعراض الفكرية أو الذهنية:

- الصعوبة في اتخاذ القرارات.
- انجاز المهام بدرجة عالية من التحفظ.
- تزايد عدد الأخطاء.
- الصعوبة في التركيز.²

7- أساليب التعامل مع الضغوطات النفسية وآليات الدفاع عنها:

من أساليب التعامل مع الضغوطات النفسية:

- التصدي للمشكلة.
- ضبط النفس.

¹ جبلي نسمة، لوقادي رشيدة: الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى معلمي المرحلة الابتدائية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية، جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل، 2016-2017، ص37-38.

² علي عسكر: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، القاهرة، ط1، 2009، ص44.

- طلب الإسناد الانفعالي.
- طلب الإسناد الاجتماعي.
- أما آليات الدفاع عنه فهي:
- التبرير.
- تعويض.
- تكوين العكسي.
- الإسقاط.
- الخيال.¹

8- آثار الضغوطات:

8-1- الآثار المعرفية:

- صعوبة التنبؤ بالاستجابات: حيث تضعف سرعة الاستجابة الموضوعية سيصدر الفرد قرارات متسعة.
- يزداد معدل أخطاء: حيث تزيد معدلات الأخطاء في المهام المعرفية والمعالجات ويزداد الشك في القرارات.
- يتناقص مدى الانتباه فيجد العقل صعوبة في التركيز وتضعف قوة الملاحظة.
- غلبت الاضطرابات الفكرية والوهم صعوبة في الاختيار الصحيح.

8-2- الآثار الانفعالية:

- زيادة التوتر الفيزيولوجيا والنفسي: حيث تقل القدرة على انسجام أو استرخاء العضلات وتزيد اللامبالاة.
- تغيير سمات الشخصية: إذ يميل الإنسان أثرا إلى اللامبالاة والإهمال وعدم الاكتراث والتسلط.
- انخفاض الشعور بتأكيد الذات: شعور الإنسان بالعجز ينمي شعوره بعدم القيمة ومن ثم ينخفض إحساسه بتأكيد ذاته.
- يظهر الاكتئاب والعجز تنخفض حيوية الإنسان ويزداد شعوره بالعجز وينخفض اقباله على الحياة.

¹ فاطمة عبد الرحيم النوابية: الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2013، ص82.

8-3- الآثار السلوكية:

- إعادة توزيع الأدوار على الآخرين يزداد ميل الإنسان إلى إعادة رسم الحدود مع الناس مع إقصاء الواجبات عنه.
- تجاهل المعلومات الجديدة بحيث يميل الفرد إلى الرفض المستمر للمعلومات أو الضوابط أو التعليمات الجديدة.
- يزداد التغيب عن العمل حيث يميل الإنسان إلى التأخر عن العمل شيئاً فشيئاً يغيب نهائياً.¹

9- الضغط الجماهيري:

9-1- علاقة الضغط الجماهيري ببعض المصطلحات:

- 9-1-1- **التعصب الرياضي:** هو الإفراط والمبالغة في حبي ل لاعب أو فريق معين في لعبة معينة بصورة تتغلب فيها العاطفة على العقل.²
- 9-1-2- **الحضور الجماهيري:** يؤدي ارتفاع حجم الجمهور المناصر داخل الملعب إلى خلق جو مناسب للفريق الكروي و من ثم يمكن أن يعد مقياس للنجاح بحد ذاته.³

10- أنواع الضغط الجماهيري:

10-1- **جمهور ايجابي مشجع:** يصف بأنه يتحلى بقدر معين من الروح الرياضية رغم ميله المفرط لفريقهما هو أمر عادي ويتعاطى مع الوضع بطريقة عادية وللمناصر الايجابي دور بارز ومحدد في تمويل الفرق وتنشيط المدرجات الشيء الذي يجعل اللاعب يقوم بتقديم أحسن ما لديه من الأداء فوق الملعب.

10-2- **جمهور سيلبي متهور:** يمكن أن هذا النوع يمثل تماما عكس الجمهور الايجابي فهو يتعاطى مع نتائج المقابلات بنفس الذهنية والسلوكيات فخروجه عن النص يحدث في حاله الفوز أو الانهزام على حد سواء حيث تعبر عن غضبها أو فرحها بنفس الأسلوب أو بصفة دائمة.

10-3- **الجمهور المحايد:** هو ذلك الجمهور الذي يذهب إلى الفرجة وقت الفراغ قصد الترفيه فلا هو معني ولا النتيجة تعنيه فنجدهم يصفقون للأداء الجيد والفوز للفريق.⁴

¹ حميدي علي الفرماوي، رضا عبد الله: الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2009، ص36.

² ياسين فضل ياسين: الإعلام الرياضي، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2011، ص 136.

³ <https://bookns.google.dz.28.12.2019/21:04>

⁴ حملاوي سارة: أثر الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة صنف أواسط، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية والرياضية، البويرة، ص15.

11- خصائص الجمهور:

- ❖ **الحجم الواسع:** فتشكل الجماهير يتخذ حيزا أوسعاً بكثير من الأشكال الأخرى.
- ❖ **التشتت:** عناصر الجمهورية يتواجدون في أوضاع وأماكن متباعدة وما تطور وسائل الإعلام والتكنولوجيا الاتصال الحديثة اكتسب الجمهور بعدا كونيا فاتحد البشر وقلص الزمان والمكان وأصبح العالم كقرية صغيرة.
- ❖ **عدم التجانس:** وعليه فأفراد الجمهور غير متجانسين وبالتالي متميزين في احتياجاتهم ومصالحهم ودوافعهم واهتماماتهم في سلوكهم.
- ❖ **عدم التعارف أو المجهولة:** فنجد أن عناصره غير معروفة بدواتهم وأيضا مجهولون لبعضهم البعض وكذلك القائمة لدى القائم بالاتصال.¹

12- سلبيات وإيجابيات الجمهور:

إن لجماهير كرة القدم في شتى بقاع الأرض سلبيات وإيجابيات كثيرة جدا فالجماهير كما تكون عامل إيجابي فهي تكون عامل سلبي أيضا.

12-1- الإيجابيات:

إن كره القدم ومبارياتها سواء المحلية أو القارية أو العالمية للأندية أو المنتخبات ليس لها طعم بدون جمهور يشجع ويغني طوال الـ 90 دقيقة من عمر المباراة فعامل الأرض والجمهور كان في الغالب مساعدا جدا فترى النادي أو المنتخب لديه تحفيز رهيب عندما يلعب جمهوره وأرضه واللذان يقدمان دعما كبيرا وهائلا سواء النفسي أو المعنوي والشعور بارتياح أكبر فهناك جماهير ومنتخبات مثلا عندما تلعب في أرضها.

وبين جمهورها تكون وحشا كاسرا يصعب التفوق عليه وما أن يلعب خارج أرضه إلا ويكون كالحمل الوديع لذلك الجماهير عامل إيجابي وبشكل كبير جدا ومميز من الصعب الاستغناء عنها.

12-2- السلبيات:

كما للجماهير إيجابيات وعوامل مؤثرة جدا فلها سلبيات أيضا ولعل أبرز السلبيات التي تكون الجماهير فيها هي عمليات الشغب سواء التي تسبق المباراة أو أثناءها أو بعدها فجماهير كرة القدم في كل مكان

¹ كامل خور رشيد مراد الاتصال الجماهيري والإعلام التطور والخصائص والنظريات، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، ط2، 2014، ص321.

تملك في داخلها بعض من التعصب والغيرة على فريقها خصوصا عندما يكون المنافس عدو لدود من نفس المدينة أو الوطن وكذلك على مستوى المنتخبات.¹

13- مكونات الجمهور:

وبفصل احد علماء الاجتماع وهو الدكتور هربرث بلومر أربعة مركبات سيولوجية إذ جمعت تكون منها ما يعرف بالجمهور، عضوية الجمهور قد تجيء من جميع مسالك الحياة ومن جميع الطبقات الاجتماعية التي يمكن تمييزها ويمكن أن تضم أناسا مختلفين في المهنة مختلفين في التحصيل الثقافي ومختلفين في الواقع الاجتماعي والانتماء الطبقي.

الجمهور أناس كثيرون غير معروفين في الاسم والهوية أو بشكل آخر أدق مكون من أفراد مجهولي الاسم والهوية.

ليس هناك قدر يذكر من التفاعل أو تبادل التجربة بين أعضاء الجمهور هم في العادة منفصلين جسديا ولكونهم غير معروفين لا تتاح لهم الفرصة لأعضاء الخليط المتجمع المتزاحم من الناس في التفاعل وطن الفكر والرأي.



الجمهور مفك جدا من حيث التنظيم ولا يملك القدرة على التصرف الموحد الذي يميز الخليط المتزاحم.²

خلاصة:

¹ https : forum.koora.com.28.12.2019.20 :06

² كامل خور رشيد مراد: الاتصال الجماهيري و الإعلام- التطور الخصائص النظريات، دار المسيرة للنشر و التوزيع والطباعة، عمان، ط1، 2011، ص316.

يتضح مما سبق أن موضوع الضغوط الجماهيرية مسألة جديرة بالدراسة والبحث نظرا لارتباطها وتأثيرها على شخصية وأداء الرياضي. فالضغوط الجماهيرية التي يواجهها اللاعبون تعتبر بمثابة حاجز وعائق عندما يكون الجمهور متعصب وغير راضي بالنتيجة، ودافعا عندما يكون الجمهور مشجع ومحفز، لذلك وجب على المدرب الاهتمام وتحضير اللاعبين لمثل هذه المواقف.



الفصل الثالث: الأداء المهاري

تمهيد:

يلعب الأداء المهاري في أي رياضة من الرياضات دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفرق حيث تلعب المهارة دورا بارزا في عمليتي إتقان و نجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى ارتباك الخصم و عدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب .
ونظرا إلى أن المهارة في كرة القدم تعد عنصرا أساسيا أصبح الإلمام بكل جوانبها النظرية والتطبيقية والتحكم فيها يشكلان ضرورة لا بد منها.

1- مفاهيم أساسية:

1-1- مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مفهوم أو مصطلح الأداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنتج، لذا يذكر " تينكر " (1989) أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء لها علاقة أو ذات صلة بالإنتاج.¹ هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة، وبناء على هذا المعنى فإن الفرد تركز على اثنين هما: أولاً: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله، أي واجبات ومسؤولياته.

ثانياً: يتمثل في صفات الفرد الشخصية ومدى ارتباطها وأثرها على مستوى أداءه لعمله (thomas 1989) ان علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة: كالقدرة، الاستعداد، الدافعية وأغلبها تشكل مفهوم الأداء. مضيفاً أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة.²

ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح "الأداء الأقصى" ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات، منها النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات.³

1-2- مفهوم المهارة:

حسب يوهان كرويف: " التكتيكات تحدد المكان الذي يجب أن تذهب إليه الكرة، لكن المهارة كذلك هي التي تحدد ما إذا كانت الكرة ستصل إلى هناك".⁴ لفظ المهارة " skill " يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى العالي والرفيع في كافة مجالات الحياة وهو بذلك يشمل كافة الأدوات الناجحة المتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شرطية أن يتميز هذا الأداء بالالتقان والثقة.

¹ Barthelemy.M et Ourmelen B : manuel des écoles de football et de jeunes footballeurs, Ed chiron, Paris, 1985, p 38.

² عبد الغفار عرومي، دحمان معمر: دور قلة المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين، مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، غير منشورة، معهد تربية بدنية، سيدي عبد الله، الجزائر، 2004، ص40.

³ محمد نصر الدين رضوان: مقدمة في التقويم والتربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3، 1992، ص168.

⁴ Jean-Michel Bénézet , Hansruedi Hasler(FIFA): football des jeunes, zurich, 2016, page 46.

وفي بعض الأحيان مصطلح المهارة يشبه إلى حد بعيد مصطلح التعلم من حيث الصعوبة في وضع تعريف مانع جامع لكل منهما ومن ناحية أخرى فأن يلاحظ من الصعب تحديد مصطلح للمهارة وذلك لكونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء وهناك خاصية منفردة للمهارة تشير إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى اللاعب أو مستويات جماعة معينة.

• المستوى النسبي.

• المستوى المطلق.¹

2- مفهوم الأداء المهاري:

نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت وحركات تؤدي بالتوالي و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية والمؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية ، و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمن اللعبة .² وهو التعاقب الحركي الأوتوماتيكي المنظم الحاصل نتيجة التدريب باستخدام أداة و الذي يمكن بواسطته حل الواجبات مهارية المراد تنفيذها.³

3- مراحل الأداء المهاري :

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاثة (03) مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة و تدريبات مختلفة و هي :

3-1- مرحلة التوافق الأولي للمهارة : تهدف تلك المرحلة إلى اكتساب المتعلم و إدراكه التوافق الحركي الأول للمهارة و الذي يسمى "بالشكل الخام " و مجال تلك المرحلة درس التربية البدنية في المدرسة أو أول مرحلة من مراحل تعلم الناشئين في الأندية الرياضية.⁴

3-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة : تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي لمهارة الأساسية و التي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة

¹ غازي صالح محمود، هاشم ياسر: كرة القدم التدريب المهاري، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2012، ص13.

² غازي صالح محمود، هشام ياسر حسن: مرجع سابق، ص 13.

³ هاشم ياسر حسن، تمارين خاصة لتطوير دقة الأداء الحركي والمهاري للاعبين كرة القدم، ط1. عمان مجتمع عربي للتوزيع 2011 ص 29.

⁴ جابر عبد الحميد جابر، بيكولوجية التعلم ونظريات التعلم. دار الكتاب الحديث، الكويت 1982 ص 11.

الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة و مع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي و قلة حدوث الأخطاء.¹

3-3-3- مرحلة إتقان و تثبت أداء المهارة : إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية و من خلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة و تصبح المهارة الأساسية أكثر دقة و انسيابية و استقرار من حيث شكل الأداء و ذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية و هذا يؤدي إلى إتقان الأداء الحركي للمهارة بصورة ناجحة و ثابتة.²

4- أهمية الأداء المهاري :

الإتقان التام للمهارة الحركية من حيث انه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري ويتأسس عليه الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية ،فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي.إن تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخطئية هو الاتجاه الحديث لتدريب الرياضي فذلك بتكرار من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسات مما يؤدي إلى اكتساب للرياضي الآلية عند الأداء المهاري، فالمهارة وسيلة تنفيذ الخطة .³

5- الجوانب الفنية للأداء المهاري :

إن الاستثمار في اللاعب داخل مجريات اللعب أساسي ، وتنظيم الدورات سيتم التخطيط وفقاً للأهداف. التقنية هي أولاً علاقة اللاعب بالكرة، وهي طريقة للتعامل مع الكرة في ظل الظروف العادية للعبة - مع إشراك الخصم - لكنها أيضاً وقبل كل شيء لعبة الحركة.

التقنية مشروطة بالكرة واتصال السطوح. الكرة هي كرة مرنة تسمح بذلك الاتصالات والاستجابات. هناك مبدآن يحكمان أسطح الاتصال: تزداد الدقة مع السطح ؛ السرعة المعطاة للكرة هي أكبر من المساحة المستخدمة صغيرة.

مختلف سطوح الاتصال هي القدمين (مشط القدم ، الداخل ، الخارج ، أخمص القدمين ، كعب ، وحيد ، توقف داخلي) ، الركبتين والفخذين والصدر والرأس.

6- عوامل نجاح التنفيذ الجيد للتقنية:

- كن في وضع جيد: إدراك المسار والشعور بشدته.

- ضمان دعم القدم: الحصول على توازن جيد ، دور اليدين؛

¹ مهند حسن البشتاوي، أحمد إبراهيم الخوجا، مبادئ التدريب الرياضي ، عمان، ط1، 2005، ص200.

² غازي صالح محمود، هشام ياسر حسن، كرة القدم التدريب المهاري، مرجع سبق ذكره، ص 17.

³ موفق أسعد محمود، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، دار العجلة ، عمان، ط2، 2008، ص 38.

- التوجه الجيد تكيف السطح (ارتخاء عند السيطرة ، وصلب عند التسديد)؛
- في وقت القيام بالمهارة ، التركيز والنظر الى الكرة.
- إذا كان المدرب يعتني فقط لتحسين الفريق بشكل عام ، سوف ندرك بسرعة أن المستوى الفردي للاعبين لا يزيد، العناية بشكل فردي من اللاعبين ، مستواهم سوف تزيد بقوة.¹
- 7- متطلبات الأداء في كرة القدم الحديثة للاعبين:

لقد اختلف أسلوب كرة القدم منذ عشرين عاما عن أسلوب اللعب حاليا، فمنذ سنة (1972م) تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خططيا بالقوة والفهم الصحيح على الأداء القوي والمتوالي على مرمى الفريق المنافس مع الابتعاد عن اللعب إلى الخلف أو اللعب في عرض الملعب أو البطء في تحضير الهجمات والمراوغات الغير مجدية، وهذا محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس، ولقد ترتب على قرار الاتحاد بجعل الفريق الفائز يتحصل على ثلاث نقاط (3) نقاط والفريق المتعادل على نقطة (1) واحدة، فمنذ ذلك الوقت أصبح كل فريقي بحث عن الفوز الذي ينقله بسرعة إلى مرتبة عالية كما أن الخسارة تجعله في مرتبة أدنى.

وأثناء المقابلة يكون اللاعبون على اتصال مباشر مع الخصم، حالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والفعل وبأسرع وقت ممكن، عن عمل لاعب كرة القدم ذو طابع تكراري متغير، العمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن الأخرى فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز.²

ويشير الأخصائيون إلى أن جزءا كبيرا من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله الجري الذي يتطور من البطيء إلى السريع، إضافة إلى الانطلاق الذي يتحول من توقف مفاجئ أو تغير خاطف للسرعة أو الاتجاه.

وحاليا نشاهد مباريات في كرة القدم يغلب عليها الجانب الفني والذكاء في اللعب مع التحضير البدني الجيد للاعبين، فالفرق ذات المستوى العالي لها اتجاه تطوير اللعب مثلما هو عليه في الرياضات الأخرى، كرة السلة، كرة اليد، فالكل يهاجم ويدافع في آن واحد وهذا ما أجبر المدربين على الاهتمام

¹ Jean-Michel Bénézet , Hansruedi Hasler(FIFA): football des jeunes, OP.cit, page 55.

² حنفي محمود مختار: المدير الفني في كرة القدم، دار النشر، 1997، ص 187-188.

بتحضير اللاعب في شتى جوانبه البدني، التقني، التكتيكي، النظري، والجانب النفسي، وهذا استجابة للمتطلبات الاستراتيجية الحديثة.¹

ونسجل في منافسة أخرى زيادة في شدة اللعب تترجم بارتفاع عدد العمليات التكنيكونكتيكية وسرعة التنفيذ والجري لمسافة أطول، واستنادا لدراسات أخصائيون أمثال "أكرموف" سنة (1975) والتسجيلات التي قام بها "لوكشيفوف" سنة (1981) موضحة في الجداول التالية.

الجدول رقم (05): يوضح أهم المهارات التي يقوم بها لاعبي كرة القدم وهذا في السبعينات حيث تخضع هذه المتغيرات لمراكز اللعب، والمهمة التي تم التخطيط من قبل المدرب، حين الوقت الفعلي خلال المباراة يتراوح ما بين (55_60 دقيقة).²

الجدول رقم (02): أهم مهارات لاعبي كرة القدم في السبعينات.

الملاحظة	التقدير	المهارة
/	من 07-05 كلم	مسافة التنقل
ما يناسب مسافة 900-600م	من 80-30 انطلاق	عدد الانطلاقات
/	من 06-02 قفزة	قفزات عمودية
/	من 42-14 صراع	صراع من أجل الكرة
/	من 45-29 تمريرة	عدد التمريرات
/	من 30-18 مرة	عدد مرات مراقبة الكرة
/	من 07 02 مراوغة	عدد المراوغات
/	من 16-03 مرة	عدد مرات صد الكرة
/	من 07-04 قذفات	قذف اتجاه المرمى

الجدول رقم (03): يوضح أوقات الجري حسب خطوط ومراكز اللعب.

الوقت	خطوط ومراكز اللعب
23 دقيقة و 37 ثانية	مهاجمو الوسط
22 دقيقة و 07 ثواني	مهاجمو الجناح
22 دقيقة و 7 ثواني	لاعبي وسط الميدان

¹ حنفي محمود مختار: مرجع سابق، ص 187-188.

² Akramov.A. : sélection et préparation des jeunes footballeurs, OPU, Alger, 1990 ; p36.

لاعبى وسط الدفاع	20 دقيقة و 4 ثواني
------------------	--------------------

وحسب قول الأخصائي (N-M- LUKCHIVOV) "1981" أن اللاعبين الذين يملكون هذه الصفات يستطيعون في المستقبل لعب (60-70) مقابلة وتحمل (520) تدريباً خلال الموسم.¹

الجدول رقم (04): يوضح مكتسبات اللاعبين الناجحين مستقبلاً.

الخصائص	القيمة
<ul style="list-style-type: none"> ➤ السرعة القصوى للجري . ➤ سرعة المداومة . ➤ الاستهلاك الأقصى للأكسجين . ➤ القفز نحو الأعلى في وضعية الوقوف. ➤ نسبة الدهون في الكتلة الجسدية. ➤ الكتلة العضلية . 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ من 11.00 إلى 11.30 م/ث. ➤ 47.00 إلى 54.90 م/ثا بمعدل 3000 م في 09 و 40 ثا 10 دقائق . ➤ من 60-70 مل/كغ/دقيقة . ➤ 75-80 سم. ➤ 07 إلى 09 %. ➤ من 05 إلى 54 كغ .

8- الصفات المهارية في كرة القدم :

8-1- المهارات الحركية (كرة القدم):

هي المهارات التي تتطلب استخدام العضلات الكبيرة الأساسية في الجسم و خاصة عضلات الجذع، و تعتمد على عضلات الجذع بشكل رئيسي كمصدر لإنتاج و توزيع القوة و كوسيلة للتعبير عن الحركة في المهارات المختلفة و خاصة في الألعاب الرياضية.²

واستطاع العلماء و المختصون تصنيف المهارات الحركية في الألعاب الرياضية الجماعية :

- التصنيف على أساس التوافق البدني .
- التصنيف على أساس الحركة.
- التصنيف على أساس الترابط و الاستمرارية في الأداء.³
- التصنيف على أساس طبقة و متطلبات الأداء.

8-2- المهارات الأساسية لكرة القدم :

تعد المهارات الأساسية (الفنية) بكرة القدم من العناصر المهمة و الأساسية التي يجب أن يمتلكها لاعبين كرة القدم وأحياناً تكون الفيصل لحسم نتيجة المباراة و خاصة بعد التطور الكبير في طرق اللعب المختلفة

¹Batte.A : le football est devenu meilleur, édition vigot, Paris, 1969, p 14.

² مغني إبراهيم محمد :الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1994 ص 87.

³ موفق أسعد محمود الهيتي: الاختبارات و التكتيك في كرة القدم، دار دجلة ، عمان، 2007، ص 43.

و الحديثة في الدفاع و الهجوم و كذلك الارتقاء المهاري الكبير في أداء لاعبي كرة القدم . وعلى ضوء ذلك فالمهارات الأساسية لكرة القدم هي بمثابة تكنيك اللاعب و أدائه للكرة و مدى انسجامها مع مهاراته الحركية و حسن استخدامها في المباراة بشكل مناسب وفقا لحالات اللاعب المختلفة في إطار قانون كرة القدم.¹

9- أقسام المهارات الأساسية لكرة القدم :

9-1- المهارات الأساسية بالكرة:

9-1-1- التمرير:

التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبي أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم و وضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب).

إن إجابة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة و كذلك الدفاعية، حيث يركز اللاعب على أداء التمرير كالتالي:²

9-1-1-1- التمرير الأمامي: يعتبر التمرير للأمام هو مفتاح التمرير الخططي فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة إلى يسعد على التخلص من الكثير من المدافعين .

9-1-1-2- التمرير العرضي : أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغير اتجاه اللاعب أو يستطيع التمرير إلى الأمام.

9-1-1-3- التمرير للخلف: أما آخر خيار عند اللاعب فهو التمرير للخلف و فيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدا الهجوم أو لتهيئة الكرة لزميل للخلف حتى على مرمى المنافس و ينبغي التدرج في تعليم التمرير .

وعند التدريب على مهارات التمرير يراعي التركيز على المتابعة لمواقف اللعب المتغير و الحركات الخاصة بالزملاء و المنافسين، كما لا بد أن يكون التمرير أسرع من اللازم و قبل إن يكون الزميل مستعدا لاستقبال الكرة، و أيضا استخدام القوة اللازمة لوصول الكرة لمكان الزميل.³

¹ غازل صالح محمود، هاشم ياسر: مرجع سابق.ص 20.

² إبراهيم شعلان ،محمد عفيفي: كرة القدم للناشطين. مركز الكتاب للنشر، مصر، ط1، 2001، ص 57.

³ نفس المرجع ، ص 60.

9-1-2- الجري بالكرة :

يعد الجري بالكرة من المهارات الفردية ، حيث يستخدمها اللاعب من أجل التقدم باتجاه مرمى الخصم وخلال الجري بالكرة يجب أن يكون نظر اللاعب موزعا بين الكرة و المساحة لرؤية اللاعبين ، واللاعب الذي يتقن هذه المهارات لا يحتاج إلى استمرار التركيز بالنظر إلى الكرة و إنما يمكن أن يكون من كل لمستين للقدم بوجه نظرة للأمام أو يكون مع النظرة الشاملة وملاحظته الكرة والموقف الذي فيه اللاعبون.¹

9-1-2-1- عوامل نجاح أداء مهارة الجري بالكرة :

الثقة بالنفس و الجرأة على القيام بتحركات فردية .

مدى سيطرة الناشئ على الكرة و هو الجري بسرعة مع تأدية حركات خداع ، و تغيير سرعة الجري في مختلف الاتجاهات .

حسن توقيت الجري بالكرة بمعنى اختيار اللحظة المناسبة ليقوم المهاجم بالمراوغة و مباغطة منافسه.²

9-1-2-2- أهداف نجاح أداء مهارة الجري بالكرة :

➤ مراوغة الخصم و الابتعاد عنه.

➤ اجتياز الدفاع لتوفير فرصة للتهديف أو أداء التميرير .

➤ تأخير اللعب عن طريق احتفاظ اللاعب بالكرة .

➤ إعطاء فرصة للزملاء من التحرر من المراقبة وأخذ الفراغ المناسب.

9-1-2-3- أقسام مهارة الجري بالكرة :

تنقسم إلى أربعة (04) أنواع :

✓ الجري بوجه القدم الخارجي .

✓ الجري بجانب القدم .

✓ الجري بوجه القدم الداخلي .

✓ الجري بأسفل القدم.³

9-1-2-4- الجري بالكرة بوجه القدم الداخلي و الخارجي :

➤ الخطوات الفنية:

• لا تبتعد الكرة عن القدم أو تلمسه مع كل خطوة.

¹ محمود، موفق أسعد، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، دار دجلة، عمان، ط1، 2008 ص 172.

² شعلان إبراهيم، العفيفي محمد: مرجع سابق ص 102.

³ حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة، ط1، 1992، ص 80.

• عند هجوم المنافس لاستخلاص الكرة يقوم اللاعب بركل الكرة بالرجل الأخرى مع الملاحظة أن يضع اللاعب جسمه.

• عند الجري بالكرة أماما يستحسن ركل الكرة بالقدمين بالتبادل القدم الداخلي و الخارجي .

➤ الخطوات التطبيقية:

- الجري بالكرة بالوجه القدم الخارجي مسافة 10 متر
- الجري بالكرة بالوجه القدم الداخلي مسافة 10 متر .
- الجري بالكرة أماما ثم الاستدارة خلفا و الجري بالكرة أماما .
- تكرير التمارين السابقة مع وجود زميل ¹.

9-1-3- المراوغة و الخداع:

إن مهارات كرة القدم عديدة وعلى اللاعب إتقانها ليصل إلى مستوى متقدم في لعبة كرة القدم التي اخدت تستهوي الكثير من الناس سواء أكان لممارستها أم لمشاهدة مبارياتها ومن بين المهارات المراوغة والخدع وهي ترتبط ارتباطا وثيقا بالدرجة و المناولة .

9-1-3-1- الخداع : هو وسيلة لجعل الخصم يتوقع حركة اللاعب توقعًا خاطئًا وبذلك تكون استجابة الخصم للحركة الحقيقية استجابة خاطئة .

المراوغة والخداع هي تلك الحركات والفعاليات الفنية والبدنية والخطية التي يقوم بها اللاعب مع الكرة أو بدونها من اجل الاحتفاظ بالكرة و التخلص من الخصم للسيطرة على الظروف المباراة ².
وإنها تعتمد على أداء فني كوسيلة تدفع اللاعب الخصم وتمكن اللاعب من اجتياز نقطة الاشتراك، وينقسم إلى:

أ- الخداع بدون كرة :

يشمل هذا النوع من الخداع على عدة أنواع هي:

- **الخداع بالعينين:** يتجه نظر اللاعب إلى جهة لإيهام الخصم ثم يتحرك إلى الاتجاه الآخر بشكل سريع و مفاجئ .

- **الخداع بالجسم:** يقوم اللاعب بميل رأسه و جدعه إلى جهة معينة ثم يعمل حركات مفاجئة و سريعة في الاتجاه الآخر .

¹ مشعل عدي النمري: مهارات كرة القدم وقوانينها ، دار أسامة للنشر، الأردن، 2000، ص 37 .

² مختار حنفي : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1985، ص 94.

- **الخداع بالرجلين:** يعمل اللاعب على أخذ خطوة إلى جانب معين ثم يتحرك إلى الجانب الآخر أو يبقى في مكانه دون حركة لإيهام الخصم بعدم المشاركة و فجأة يتحرك لغرض استلام الكرة أو قطعها.¹

- **الخداع بتغيير السرعة و تغيير الاتجاه:** يركض اللاعب بشكل بطيء أمام الخصم و بعدها يتحول إلى الانطلاق السريع أو يعمل على تغيير اتجاه الركض لإيهام و خداع الخصم

ب- الخداع بالكرة:

وهذا يشمل على عدة أنواع هي:

- **الخداع بالجسم :** يعمل اللاعب الذي بحوزته الكرة بحركة خداع إلى إحدى الجانبين و في اللحظة التي يستجيب فيها اللاعب بسرعة إلى الجهة الأخرى مع المراوغة بالقدم البعيدة عن الخصم .

- **الخداع بالتمرير:** يعمل اللاعب بحركة توهي للخصم بأنه يرغب المراوغة إلى جهة معينة ثم يمرر الكرة بطريقة أخرى.

- **الخداع بالمجاورة:** يعمل اللاعب بحركة توهي للخصم بأنه يرغب المراوغة إلى جهة معينة ثم يقوم بالمراوغة من جهة أخرى مع تغيير القدم المستعملة.

9-1-3-2- الهدف من المراوغة :

- جعل الخصم في وضع يعطي فرصة للمهاجم في أداء تمرير لزميل .
- التخلص من المدافع و اجتيازه و جعله خلفه .
- بقاء الكرة بحوزة الفريق.²

9-1-4- السيطرة على الكرة :

السيطرة على الكرة من المهارات الهامة و الضرورية للاعب كرة القدم فلا يمكن للفريق إحراز النصر أو فرض السيادة على مجريات اللعب أو تسجيل الأهداف ما لم يجيد لاعبه أداء هذه المهارة بأقسامها المختلفة.³

¹ غازي صالح محمود، هشام ياسر حسن: مرجع سابق، ص 160-162.

² يوسف لازم كماش، صالح بشير أو خيط : أسس التعلم وتطبيقاته في كرة القدم، زهران للنشر والتوزيع، عمان، 2010، ص171.

³ الوقاد محمد رضا، التخطيط الحديث في كرة القدم، مصر، ط1، 2003، ص 27.

السيطرة هي قدرة و إمكانية اللاعب على تنطيط الكرة في الهواء لأكثر عدد مرات لأجزاء الجسم عدا اليدين ، و يجب أن يكون توقيت اللاعب دقيقا و إحساسه عاليا بالكرة عند ملامستها سواء كان بالرأس أو القدمين أو أي جزء من الأجزاء الجسم و اللاعب الذي تكون سيطرته على الكرة عالية و باستطاعته التحكم بها بأجزاء جسمه يتمكن من التقدم في المهارات الأخرى .¹
وتنقسم إلى:

9-1-4-1- استلام الكرة أثناء دحرجتها على الأرض: و تنقسم إلى:

✚ استلام الكرة بباطن القدم .

✚ استلام الكرة بوجه القدم الخارجي .²

9-1-4-2- كتم الكرة :

وتنقسم إلى ثلاثة أنواع :

○ كتم الكرة بباطن القدم .

○ كتم الكرة بأسفل القدم .

○ كتم الكرة بخارج القدم .³

9-1-4-3- امتصاص الكرة:

❖ مفهوم امتصاص الكرة:يشير مصطلح امتصاص الكرة إلى السيطرة على الكرة و هي في الهواء قبل ملامستها للأرض بتعريض جزء من الجسم إليها.

❖ أنواع امتصاص الكرة: هناك أربعة أنواع لامتصاص الكرة في الهواء هي كما يلي:

امتصاص الكرة في الهواء بوجه القدم الأمامي .

امتصاص الكرة في الهواء بباطن القدم .

امتصاص الكرة في الهواء بالفخذ .

امتصاص الكرة في الهواء بالصدر .

امتصاص الكرة في الهواء بالرأس .⁴

¹ محمود، موفق أسعد : التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، عمان، ط 1 ، 2008 ص 182.

² مفتي إبراهيم: المرجع الشامل في كرة القدم، القاهرة، دار الكتاب الحديث، ط1، 2010، ص 142.

³ مفتي إبراهيم: المرجع الشامل في كرة القدم، مرجع سابق ص 147.

⁴ مشعل عندي النمري: مرجع سابق، ص 264-269.

9-1-5- التصويب في كرة القدم :

هو إحدى وسائل الهجوم الفردي ، و يتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز و مهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم و تأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين أو يجب قبل التصويب أن تقرر اللاعب كيف يصوب ، و يجب أن يدرك نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس .¹

9-1-5-1- الشروط و المبادئ القاعدية في التصويب :**أ. الدقة في الاتجاه :**

الدقة في الاتجاه تلي لتوجيه مساحة التصويب لذا فهي تخضع إلى :

- توجيه قدم الارتكاز وكذا مساحة الاتصال في الاتجاه المراد .
- الحوض يكون عموديا في هذا الاتجاه المراد.
- تثبيت رجل الارتكاز (نصف مثبتة).

وهناك مبادئ خاصة بالحركة هي :

- تتطلب ضرب الكرة النقطة محددة.
- بعد أقصى لمسافة التصويب .
- صلابة الرسغ.
- توجيه ركبة التصويب تبعا للمسار المراد بعد الارتطام بالكرة .

ب . عناصر الدقة في العلو :

غير بعيد عن المعطيات الخارجية المحدد للمسار و المرتكزة أساسا و خصوصا على اتجاه التصويب فان هذه الأخيرة متشرطة ب:

- وضعية قدم الارتكاز .
- توجيه مساحة الاتصال .
- المكان الموجه إليه الكرة بعد القذف .

¹ حنفي مختار، مرجع سابق ص 196.

إن توجيه خط الركبة و مساحة التلامس عموديا هو أساس في تحديد اتجاه فدف أو التصويب سواء كان تصويبا أفقيا والى الأعلى.¹

ج . عناصر القوة في التصويب : عرض مختلف العوامل بمفترض وجود :

. استطاعة عضلية.

اتزان جيد و صلابة الارتكاز .

. سعة الاتزان لكل السلسلة المشاركة في الحركة .

. سرعة تثبيت مساحة التلامس.

. صلابة مساحة التلامس و كذا موقع مفصل الدم، الركبة و الحوض.²

9-1-5-2- أقسام التصويب:

❖ **التصويب بباطن القدم** : يستخدم في التصويب التي تتطلب الدقة و توجيه الكرة الخاصة في

ضرب الجزء خلال اللعب لمسافة قريبة.

❖ **التصويب بوجه القدم الأمامي** : هي أقوى أنواع الضربات و أسرعها نظرا لصلابة الجزء

الضارب ، وزيادة المدى الحركي للرجل الضاربة مما يؤثر ايجابيا على زيادة كمية الحركة

المنقولة للكرة لحظة الاصطدام بفعل العمل العضلي للعضلات القابضة للفخذ.³

❖ **التصويب بوجه القدم الداخلي** :يستخدم في حالات قليلة في التصويب على مرمى و خاصة

الضربات المنحنية التي (على شكل موزه) ويتحدد الجزء الضارب بالمسافة ما بين الأصبع

الأكبر و عظم مفصل القدم .

❖ **التصويب بوجه القدم الخارجي** :تستخدم في التصويب على مرمى من الضربات الثابتة للتغلب

على حائط الصد حيث يأخذ اتجاه التصويب مسارا منحنيا يتحدد الجزء الضارب بالمسافة ما بين

الأصبع الصغير و مفصل القدم من الخارج.⁴

¹ سعد سعود فؤاد: مذكرة ماجيستر، دراسة أثر الاتزان على تعلم التصويب، قسم التربية البدنية والرياضية ، فسنطينة 2002 ص 13.

² نفس المرجع ، ص 14.

³ مفتي إبراهيم: المرجع الشامل في كرة القدم ، مرجع سابق، ص 160-161.

⁴ سعد سعود فؤاد، مذكرة ماجيستر، مرجع سابق ص 15 .

9-1-6- مهاجمة الكرة:

تعني مهارة مهاجمة الكرة: محاولة الانقضاض على الكرة التي في حوزة المنافس بهدف الاستحواذ عليها أو تشتيتها.¹

أ. أنواع المهاجمة الكرة :

يمكننا التفريق بين نوعين من مهاجمة الكرة كما يلي :

- مهاجمة الكرة من الأمام .
- مهاجمة الكرة من الجانب .²

ب . أغراض المهاجمة:

- تشتيت الكرة و إبعادها عن الخصم .
- محاولة الحصول على الكرة و السيطرة عليها .

و ينقسم تشتيت الكرة إلى ثلاثة طرق وفقا للوقت الذي يهاجم فيه المدافع اللاعب المهاجم عند استقبال الكرة و هي:

1. تشتيت الكرة قبل أن تصل المهاجم (قطع الكرة) .
2. تشتيت الكرة لحظة استلام المهاجم لها لمحاولة الحصول على الكرة .
3. تشتيت الكرة بعد استقبال المهاجم لها .

ج . طرق المهاجمة :

توجد ثلاث طرق أساسية لتنمية و تطوير مهارة المهاجمة و هي :

1. المكافئة (الدفع بالكتف)

2. المهاجمة بالقدم .

3. إيقاف رصد الكرة.³

¹ مفتي إبراهيم ، مرجع سابق، ص 165.

² نفس المرجع، ص 165.

³ موفق أسعد محمود الهيتي، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، عمان ،دار دجلة، ط 1 ، 2008، ص 176-

9-1-7- رمية التماس:

9-1-7-1- مفهوم مهارة رمية التماس :

حدد أداء رمية التماس في قانون كرة القدم بحيث يكون على منفذها أن يواجه اللعب و قدمه خارج خط التماس مع ضرورة ملامسة جزء من كلتا القدمين للأرض و يجب أن ترمى من فوق الرأس باستخدام كلتا اليدين.¹

9-1-7-2- أنواع مهارة رمية التماس :

- رمية التماس بالاقتراب .
- رمية التماس من الوقوف .
- رمية التماس و القدمان متباعدتان.
- رمية التماس رجل أماما و رجل خلفا .²

9-1-8- ضرب الكرة بالرأس :

ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية الصعبة التي تحتاج إلى توقيت مناسب في لحظة ملامسة الكرة للرأس ، و شجاعة و ثقة عالية بالنفس ، و استخدامها مهم في كرة القدم ، لأنها المهارة المناسبة و لا بديل عنها من الكرات ذات التمرير العالي ، و هي سبب مباشر لإحراز الأهداف و لا تقل أهمية عن إحراز الأهداف باستخدام القدم في التصويب .³

9-2- المهارات الأساسية بدون كرة:

9-2-1- الجري و تغيير الاتجاه :

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإقطاع و تمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم و العكس خلال زمن المباراة و هذا الأمر يستدعي من اللاعبين إجادة الجري و التدريب عليه و الجري بدون كرة للاعب كرة القدم يكون بخطوات قصيرة لكي يحافظ على توازنه باستمرار و التحكم في الكرة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسهولة و تختلف المسافة التي يتحرك فيها اللاعب بالجري بدون كرة سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة متوسطة و يكون اغلب هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق و الوصول إليها قبل أن تصبح في متناول الخصم .⁴

¹ مفتي إبراهيم، مرجع سابق، ص 169-170.

² نفس المرجع ، ص 169-170.

³ مشعل عدي النمري، مرجع سابق، ص 244-245.

⁴ حسن أبو عبدوا، الإعداد للاعب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، ط1، 2002 ص 27.

9-2-2- الوثب:

يعتبر اللاعب الذي يتمتع بالقدرة على الوثب عالياً أكثر من منافسه ذو ميزة تقنية و تكتيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس ، وتتضح خاصة فيضرب الكرة بالرأس أو قطع الكرة من اللاعب الخصم ، أبغرض إحراز هدف في مرمى الخصم ونحتاج إلى توفر الارتقاء السليم.¹

9-2-3- الخداع:

هو فن التخلص من اللاعب الخصم ومحاولة خداعه ، وهذا يتطلب من اللاعب قدراً كبيراً على الاحتفاظ بمركز الثقل بين القدمين والتمتع بقدر كبير من المرونة والرشاقة والتوافق العضلي وقدر كبيرة على التوقيع السليم والإحساس بالمسافة.²

¹ قاسم لزوم صبر ، يوسف لازم كماش ، صالح بشير سعد أو خيط ، أسس التعليم وتطبيقاته في كرة القدم ، دار لندنيا الطباعة أسكندرية ، مصر ، ط 1 ، 2005 ، ص 99.

² عامر سعيد الخيكانى ، سكيولوجية كرة القدم ، مجتمع ع للنشر و التوزيع ، عمان ، أردن ، ط 1 ، 2001 ، ص 59.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا اليه في هذا الفصل فان الاداء المهاري بصفة عامة يمر بعدة مراحل حتى يتمكن اللاعب من اتقانه و تثبيته سواء كان في كرة القدم او في أي رياضة اخرى , و لايمكننا اغفال بعض الجوانب النفسية التي يمر بها اللاعب في كرة القدم أثناء المباراة من ضغط جماهيري وكذا في بعض الاحيان قد تجعله يفكر بالنسحاب من المنافسة، ومن هنا و حسب وجهة نظرنا فان المسؤولية تقع على المحيط الخارجي الذي يحاط به اللاعب المتمثل في المدرب و كذا اعضاء الفريق في محاولة تشجيع هذا اللاعب و الرفع من دافعيته بغرض الاستثمار في اكتساب المهارات و تثبيتها ورفع التحديات والمعوقات سواء كانت خارجية آتية من المحيط الخارجي او داخلية نفسية و فسيولوجية .

الفصل الرابع: كرة القدم

تمهيد:

تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات شعبية في العالم إذ بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الرياضات الأخرى إذ يغلب عليها الطابع التنافسي والحماسي الكبير، وقد مرت كرة القدم بعدة تطورات تاريخية من الناحية القانونية والتنظيمية وطريقة لعبها، فقد أصبحت لها معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين الإطار المتخصصة بهذه اللعبة، فأصبحت تكتسي أهمية بالغة عند الشعوب على اختلاف أجناسهم وألسنتهم، وذلك لما تتميز به هذه اللعبة من خصائص ومميزات جعلتها تختلف عن باقي الرياضات الأخرى وبالتالي أصبحت رياضة يغلب عليها طابع علمي يتسم بالتنظيم ودراسات معمقة سواء النظرية أو الميدانية، فأصبحت تكتسي حلة تكنولوجية جديدة من خلال برامج الفيديو في تحليل المباريات، والتي تساهم في الخروج بتحليل للأداء الرياضي سواء البدني، الفسيولوجي، النفسي أو المرفولوجي.

كما تعددت طرق ومناهج تدريبها والتحضير فيها، وأصبحت هناك معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين الإطار الخاصين لهذه اللعبة، بعدما كانت مجرد لعبة تمارس من أجل الترويح في أوقات الفراغ، حتى أصبحت تمارس بانتظام لها بطولات خاصة، بالإضافة إلى وجود متطلبات خاصة بالرياضة تساهم في الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات.

1_ ماهية كرة القدم:

كرة القدم لعبة جماعية يتقابل فيها فريقين يضم كل منهما 11 لاعبا على الأكثر، و 7 لاعبين على الأقل ويجب على كل فريق تسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم، والمحافظة على شبابه نظيفة والفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف يفوز بالمباراة، وتتضمن هذه الرياضة 17 قاعدة أسست من طرف اللجنة الدولية بوار "International Boar"، وبمرور الوقت وتطور اللعبة عدلت العديد من القواعد بفضل الاتحادية الدولية لكرة القدم (FIFA).

تلعب كرة القدم على بساط مستطيل، بطول يتراوح ما بين 90 - 120 م وعرضه يقدر ما بين 45- 90م، أما خلال المباريات الدولية فيشترط أن يكون الملعب يقدر ما بين 100 - 110 م وعرضه بين 65 - 75م، كما تستعمل خلال المباراة كرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد محيطها من 68 إلى 72 سم، ويوزن من 410 إلى 450 غ، تجرى المباراة بين فريقين يرتديان ألبسة مختلفة اللون وتتكون هذه الأخيرة من شورت، قميص، جوارب، وحذاء خاص بالعبة، ويدوم وقت اللعب مدة 90 دقيقة إلى 120 دقيقة في حالة وجود وقت إضافي، وتعطى مدة 45 دقيقة لكل شوط يتخللها وقت راحة قدره 15 دقيقة.

يطغى في كرة القدم أسلوبين في اللعب، الأسلوب الأوروبي والأمريكي، فالأول يتميز بالدقة في اللعب والانضباط التكتيكي في خطط اللعب والتكوين العالي في الجانب التقني والتحضير البدني الجيد، أما الثاني فيعتمد على المواهب الفردية وحسن الابتكار لدى اللاعب بالتركيز على مستواه الفني بالدرجة الأولى، وهذا ما يصعب من تحقيق الأهداف الجماعية ومتطلبات الفريق ككل، ويكمن الهدف الرئيس في حسن صنع اللعب بشكل جماعي من أجل أحسن تطبيق للخطط الإستراتيجية الموضوعية¹.

كرة القدم هي رياضة فترية التي تتطلب جميع الإمكانيات البدنية، التقنية، التكتيكية والعقلية، فالأحمال في مباراة وخاصة العدو الذي يختلف بالكرة وبدونها استهدفت في الأعوام الأخيرة لتطويرها بشكل خاص².

2- ألعاب كرة القدم المختلفة:

بالإضافة إلى كرة القدم المعروفة هناك ألعاب إقليمية تستعمل فيها الكرة المنفوخة وتحمل اسم كرة القدم وتمارس في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وأستراليا وإيرلندا وهي:

¹ محمد عبده صالح، مفتي إبراهيم حماد: أساسيات كرة القدم، دار المعرفة، القاهرة، 1994، ص 28.

² Jean-Michel Bénézet ; Hansruedi Hasler(FIFA), OP cit, 2016, p 12.

2-1- كرة القدم الأمريكية: لعبة عنيفة جدا ظهرت في هارفارد سنة 1872م وهي مشتقة من لعبة الريكبي التقليدية وتسمى (فوت بول) بينما كرة المعروفة ب سوكر يتألف الفريق من أحد عشر لاعبا يضعون الخوذ الراقية على رؤوسهم ويرتدون ملابس خاصة.

2-2- كرة القدم الأسترالية: اعتبرت هذه اللعبة قانونية سنة 1868م الملعب بيضوي الشكل، الكرة شبيهة بكرة الريكبي يتألف الفريق من 18 لاعبا واحتياطين يحتل 15 لاعبا في الملعب أماكن محددة كل واحد قبالة خصم له أما الثلاثة الآخرون فيمثلون عناصر متحركة وعندما تدخل الكرة مركز الهدف تسجل نقطة وإذا تمكن الفريق المهاجم من إدخال الكرة بين العارضتين العموديتين بدون عارضة مستقيمة يسجل هدف (6 نقاط).

2-3- كرة القدم الكندية: تشبه بشكل عام كرة القدم الأمريكية ولها الاصطلاحات نفسها مع وجود اختلاف بسيط في بعض قواعدها ويلعب كل فريق 12 لاعبا عوضا عن 11 لاعبا⁽¹⁾.

3- طرق اللعب في كرة القدم:

« في لعبة كرة القدم عليك أن تعرف كل شيء لا الكرة فقط »، نيلسون رودريغور⁽²⁾.

يوصف التشكيل (النظام) بالكيفية التي يزرع فيها اللاعبون في الفريق على مراكز اللعب في الساحة أو الطريقة التي يعمل فيها اللاعبون فرادى ومجاميع داخل الساحة وهي تتضمن التشكيل الأولى ودليل لكيفية تطبيق الواجبات الأولية في اللعب الهجومي والدفاعي، من الممكن استخدام مختلف التشكيلات طبقا لرغبة الفريق في اللعب هجوما أكثر ودفاعا أكثر ، وتوضح التشكيلة في الوقت الحاضر عدد اللاعبين في كل ثلث من أثلث الساحة (من دون حارس مرمى) حيث يمكن القول بأن التشكيل (4-4-2) يتضمن 4 مدافعين في الثلث الدفاعي و4 في وسط الثلث الوسطى و2 مهاجمين في الثلث الهجومي كما يمكن أن توصف بخمسة أرقام (4-1-2-1-2) ولم يظهر الترقيم حتى ظهور التشكيل (4-2-4) في الخمسينات⁽³⁾.

(1) مشهور بن حسن آل سلمان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية ، دار حازم للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، ط2، 1998م، ص11-12-13-14.

(2) أليكس بيلوس، ترجمة: عبلة عودة: كرة القدم الحياة على الطريقة البرازيلية ، مراجعة أحمد خريس، أبو ظبي: هيئة أبو ظبي للسياحة والثقافة، ط1، 2011م، ص241.

(3) محمد مجيد المولى: المدرب والعمل التكتيكي لكرة القدم، دار الينابيع، ط1، 2009م، ص55.

4- أهمية طرق اللعب:

تكمن أهمية وجود طريقة للعب الفريق في أن يعتاد كل لاعب بطريقة منظمة أثناء التدريب وينعكس هذا التعود المنظم في التدريب على قدرة اللاعب على تنفيذ الواجبات الملقاة عليه أثناء المباراة بدقة وكفاءة عالية، فاللعب بطريقة يجعل اللاعب ينظم لعبه في حيز الملعب أو المنطقة التي يلعب فيها بحيث يستفيد فريقه من لعبه أو تحركه، فاللعب في منطقة محددة له يجعله قادرا على إدراك موقعه من اللعب بسرعة مما يساعده على التصرف السليم هجوما أو دفاعا⁽¹⁾.

5- نماذج من طرق اللعب:

5-1- الطريقة الإنجليزية سنة 1863: وهي تنظم اللاعبين في الملعب على الشكل (1-1-9) حارس مرمى يقف أمامه مدافع وتسعة لاعبين في خط الهجوم.

5-2- الطريقة الاسكتلندية: ظهرت سنة 1872م: وتنظم على النحو التالي: الشكل (1-2-2-6) حارس مرمى، اثنان دفاع، اثنان خط الوسط، وستة مهاجمين.

5-3- الطريقة الهرمية: ظهرت في إنجلترا سنة 1890م وقد سميت هرمية لأن تشكيل اللاعبين الأساسي في أرض الملعب يشبه هرمًا قمته حارس مرمى وقاعدته خط الهجوم (1-2-3-5) حارس مرمى، اثنان دفاع، ثلاثة خط الوسط وخمسة مهاجمين.

5-4- طريقة الظهير الثالث الدفاعية: ظهرت في إنجلترا عام 1925م وهي طريقة دفاعية

5-5- طريقة المثلثات النمساوية: وهي خطة هجومية هدفها كسر قوة دفاع طريقة الظهير الثالث الإنجليزية.

5-6- طرق قلب الهجوم المتأخرة المجرية: (MM) وهي طريقة دفاعية، رجل لرجل Mon toman وقد ظهرت في سنة 1952 م.

5-7- الطريقة البرازيلية: (4-2-4) وهي طريقة دفاعية وهجومية في نفس الوقت ولقد استطاع البرازيليون إحراز كأس العالم لعام 1958م في ستوكهولم عاصمة السويد بهذه الطريقة.

(1) حنفي محمود مختار: "كرة القدم للناشئين"، دار الفكر العربي، مصر، بدون سنة، ص 270.

5-8- الطريقة الدفاعية الإيطالية: وهي طريقة دفاعية بحتة وضعها المدرب الإيطالي (هلينكو هيريرا) بغرض سد المرمى أمام المهاجمين (1-4-2-3).

5-9- طريقة (4-3-3): وهي طريقة دفاعية هجومية وتعتمد على تحرك اللاعب وخاصة خط الوسط.

5-10- الطريقة الشاملة: وهي طريقة هجومية ودفاعية في نفس الوقت حيث تعتمد على جميع اللاعبين في الهجوم وفي الدفاع⁽¹⁾.

6- ملامح كرة القدم الحديثة:

هناك مقولة قديمة تقول: "إن الهجوم أحسن وسيلة للدفاع" إلا أن تلك المقولة هي نصف الحقيقة ما لم يكن ذلك الهجوم قادر على التحول السريع إلى الدفاع، ففريق ممتاز في الهجوم لا يعني طبقاً للقول حصوله على امتياز بالدفاع، فكرة القدم تصبح لعبة راقية جداً حينما يكون التوازن بين الدفاع والهجوم ورغم التأكيد الأخير في المباريات على الطرق الدفاعية إلا أن الهجوم وتسجيل الأهداف يظل الجانب الأكثر تشويقاً في الملعب وفي كرة القدم الحديثة أصبحت التشكيلات الدفاعية صعبة جداً حيث أصبح على المهاجم أن يبذل جهداً كبيراً في سبيل التخلص من الرقابة، وبجانب تطور الخطط الدفاعية فقد تطورت الخطط الهجومية فأصبح الواجب الهجومي لا يقتصر على المهاجمين فقط بل على كل اللاعبين، حتى أصبحت بعض الخطط تركز على جعل المهاجمين عناصر لتنفيذ المناورات الهجومية وترك مهمة التهديد والتسجيل لاعبي الوسط ومدافعي الجناح.²

7- متطلبات كرة القدم الحديثة حسب مراكز اللعب:

7-1- متطلبات لاعبي الدفاع:

- يقوم أفراد الفريق بالدفاع من لحظة فقدان الكرة.
- استخدام طرفي الوسط خاصة الظهر الحر.
- الدفاع القوي ضد الجناحين ومراقبتهم اللاصقة.
- المراقبة اللصيقة للمهاجمين الخطرين.
- عدم التهور والاندفاع عند القلة العددية.

(1) حسن أحمد الشافعي: تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998، ص ص22-

23.

² ثامر محسن إسماعيل، موفق مجيد المولي: التمارين التطويرية لكرة القدم، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 1999، ص 253 .

- يعود لاعبو الوسط لخلق منطقة اللعب المباشرة الخطرة.¹

7-2- متطلبات لاعبي الهجوم:

- أن يعمل جميع الفريق على تنفيذ خطط اللعب التي تدربوا عليها.
- العمل على مساعدة الزميل المستحوذ على الكرة.
- جري اللاعب الحر (المهاجم) مائلاً أمام وخلف المدافعين.
- جري المهاجم في داخل الملعب للأهداف التالية:
- مساعدة الزميل الذي معه الكرة في الوسط.
- خلق مساحة فارغة في الجناح.
- فسح المجال الهجومي لمدافع الجناح الذي تصعب مراقبته، القادم من الخلف.
- المشاركة في إنهاء الهجوم لأكبر عدد ممكن من اللاعبين.²

7-3- متطلبات لاعبي الوسط:

تضع كرة القدم الحديثة متطلبات كثيرة على اللاعبين وعلى الخصوص على بعض اللاعبين في المناطق الحاسمة من الملعب، فخط الوسط يشكل الخط الأول للتكتل الدفاعي ويعتبر حلقت وصل بين الهجوم والدفاع، وتعتبر منطقة الوسط المنطقة التي يمر منها أكثر اللاعبين ذهاباً وإياباً، بالإضافة إلى كل هذا فإن لاعبي الوسط هم أحسن اللاعبين المساندين لخط الهجوم، وبناءً على ذلك يوزع أغلب المدربين أحسن لاعبيهم في هذا الخط باعتبار أن كرة القدم الحديثة لمن يمتلك منطقة الوسط، ولكي يكتمل هذا المفهوم يجب على لاعبي الوسط العمل كوحدة واحدة، وأن أولى مهمات لاعبي الوسط هو تقديم العمق الدفاعي والذي يرتبط بمسؤولياتهم في تشكيل نقاط الانحراف في لعب المثلثات الدفاعية. ويمكن ترتيب التكتيكية للاعبي الوسط كالآتي:

- تحويل اتجاه اللعب من جانب لآخر.
- تطبيق مبدأ الاحتفاظ بالكرة والبدء بتطبيق الخطط الهجومية.
- القيام بتنفيذ المناورات الجدارية كأسلوب لهزيمة الدفاع.
- التهديد و الهجوم المباشر.
- تشكيل جدار الدفاع الأول (الدفاع المتقدم).

¹ حنفي محمود مختار: التطبيق العملي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، ص 32.

² ثامر محسن إسماعيل، موفق مجيد المولي، مرجع سابق، ص 179.

- المراقبة القوية للاعبين الخصم.¹

7-4 - متطلبات مدافعي الجناح:

النقدم في خطط اللعب ألزم المدافعين المشاركة في الهجوم وإنجاحه باعتبارهم يتقدمون من الخلف حيث تصعب مراقبتهم وحررهم من فكرة الالتزام بالدفاع فقط.

وتعتبر منطقة الجناح من المناطق الحيوية وذلك للأسباب التالية:

- الفراغات الواسعة عند الأجنحة باعتبارها مناطق هجومية غير مباشرة.
- قلة المدافعين في المناطق الجانبية.
- صعوبة التغطية من المدافعين أنفسهم.

ولذلك تتلقى كرة القدم الحديثة واجبات إضافية لمدافعي الجناح بتحويلهم إلى مهاجمين جناح وحتى إلى مهاجمين إنهاء الهجوم ويتم هذا خاصة إذا أراد المدرب الاحتفاظ بلاعبي خط الوسط كاملين حتى يتمكن من التحكم في وسط الملعب.

ومن أهم الخطط التكتيكية الهجومية الملقاة على عاتق مدافعي الجناح هي "التغطية".²

8 - صفات لاعب كرة القدم:

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة تلائم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ، ومن هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربعة متطلبات للاعب كرة القدم وهي الفنية الخططية، النفسية، والبدنية واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا ومهاريا عاليا والتعدادات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة ونقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر.

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات ، فان التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والإحصائيات المهمة.³

¹ حنفي محمود: التطبيق العملي في تدريب كرة القدم، مرجع سابق، ص ص 37-40.

² حنفي محمود، نفس المرجع، ص ص 40-47.

³ موفق مجيد المولى: الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، لبنان، 1999، ص 62.

8-1- الصفات البدنية:

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مما كان تكوينهم الجسماني، ومهما كان الاعتقاد بأن رياضياً مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد التقنية، ذكي، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا تتدهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل و الأسلوب، لنتحقق من أن معايير الاختيار لا تركز دوماً على الصفات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية، ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل التقاط الكرة، والمحافظة عليها وتوجيهها يتناسق بتناسق عام وتام.¹

8-1-1- الأداء البدني كعامل أساسي في كرة القدم:**8-1-1-1- اللياقة البدنية للاعب كرة القدم:**

تعرف اللياقة البدنية على أنها: « مقدرة يتسع بها الفرد تتمكن من خلالها أجهزته الفسيولوجية من الوفاء بمتطلبات بعض الواجبات البدنية والحياة بكفاءة وفعالية ». «

من التعريف السابق يتضح لنا أن اللياقة البدنية ترتبط بمقدرة الأشخاص على القيام بالأعمال والحياة حياة فعالة بما يمكن من الاستمتاع بوقت الفراغ المتاح، يتضح أيضاً من التعريف السابق العلاقة المباشرة للياقة الشخص وبين تمتعه بالصحة ومقدرة جسمه على مقاومة الأمراض ونقص الحركة Hypokinetic Diseases، والوفاء بالأعمال والمجهودات الطارئة على حياته.

يتضح أيضاً من التعريف أن اللياقة البدنية تعتمد على العديد من العناصر التي لها علاقة بكفاءة عمل الأجهزة الفزيولوجية.

ومن المهم مراعاة أن التعريف السابق للياقة البدنية لم يتعرض لكل من المكونات الاجتماعية والانفعالية والذهنية والمعنوية للشخص، على اعتباره أن تلك المكونات تعتبر مكونات شاملة تندرج تحت مفهوم اللياقة الشاملة.

هناك نتيجة هامة تعتبر مبدأ وهي أن الوصول للياقة البدنية المثالية سوف يكون صعباً دون أن يمارس الشخص التمرينات البدنية بصورة منتظمة.

¹ محمد رفعت: كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، دار البحار، لبنان، 1999، ص 99.

تتكون اللياقة البدنية من عناصر متعددة حيث يعتبر كل من القوة العضلية ولياقة الجهاز الدوري التنفسي مجرد عنصرية فقط منها، إذ أن كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية يعتبر حيويًا لتحقيق اللياقة البدنية النموذجية⁽¹⁾.

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

يرى **مصطفى السايح** أن قياس البدنية للتلميذ تساعده على تطوير اتجاهه الإيجابي نحو جسمه، أيضا تمكنه من تحقيق إدراكه الذاتي نحو حالته البدنية وهكذا يصبح أكثر دافعية للاحتفاظ أو تحسين لياقته⁽²⁾.

كما يرى **محمد إبراهيم شحاتة (2008)** أن اللياقة البدنية والرياضية هي القدرة على التحمل اليومي بما يكفي من قوة لكي يبقى ما يتمتع به الفرد بقية اليوم، وبحيث يستطيع مواجهة الأعمال المفاجئة والطارئة. فاللياقة البدنية في كرة القدم هي توفير واكتساب اللاعب لخصائص بدنية عالية متمثلة في مختلف الصفات البدنية (المدائمة، القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة) في شكلها البسيط أو المركب كمدائمة السرعة، القوة المميزة بالسرعة، مداومة القوة ... والتي تأتي عن طريق التدريب المستمر والشاق، إضافة لكفاءة الأجهزة الوظيفية المختلفة للجسم كالجهاز القلبي، الدوراني، الهضمي والجهاز العصبي... فتكامل كل هذه الجوانب يعطي للاعب كرة القدم فرصة الارتقاء للمستوى العالي و اكتساب اللياقة التي تسمح له بتحقيق أفضل النتائج³.

8-1-1-2- تحليل نشاط كرة القدم من الناحية البدنية:

ينقسم التحليل البدني في كرة القدم إلى:

❖ التحليل الكمي (Quantitative):

يتطرق هذا النوع من التحليل إلى المسافة الكلية المقطوعة من قبل كل لاعب خلال كامل المباراة وهذا دون التطرق إلى تكتيكات اللعب أو غيرها، كما أن لهذا التحليل معطيات لا تستعمل بطريقة مباشرة في

(1) مفتي إبراهيم: اللياقة البدنية طريق الصحة البطولة الرياضيين، سلسلة معالم رياضية، القاهرة، ط1، 2004، ص ص 27، 28.

(2) مصطفى السايح محمد، صلاح أنيس محمد: الاختبار الأوروبي للياقة البدنية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط1، 2009، ص22.

3 - محمد إبراهيم شحاتة: دليل اللياقة البدنية، المكتبة المصرية، الإسكندرية، ط1، 2008، ص 171.

التدريب لأنها معلومات عامة جداً، فمثلاً الباحثون أعطوا مسافة كلية مقطوعة بين 8-13 كلم وسرعة متوسطة 7.8 كلم/سا و عدد ضربات قلب متوسط هو 164 ن/د.¹

والجدول التالي يبين بعض المسافات الكلية المقطوعة خلال مباراة لكرة القدم:

المسافة الكلية المقطوعة (م)	المستوى	الباحث
3361	المحترف الانكليزي	قامبلين و ونثريوتوم (1952)
10200	المحترف السويدي	أجنيفيك (1970)
12000	الهواة السويدي	سالتان (1973)
11700	المحترف الانكليزي	وايتهيد (1975)
7100	القسم الثاني الفنلندي	سماروس (1980)
11500	المنتخب الاسترالي	وايتر و اخرون (1982)
10000	الهواة السويدي	اكلوم (1986)
9000	الهواة الالمانى	جيريش و اخرون (1988)
9660	القسم الثاني الانكليزي	رايلي (1994 و 1996)
10550	المنتخبات الدنماركية	بانقسبو (1994)
8638	منتخبات جنوب أمريكا	ريانزي و اخرون (2000)
10333	المحترف الدنماركي	مور و اخرون (2004)
15000	المحترف الانكليزي	هاوكينس (2004)
11393	المحترف الاسباني	دي سالفو و اخرون (2007)
10012	المحترف البرازيلي	بارو و اخرون (2007)
10864	المحترف الانكليزي	رامبينيني و اخرون (2007)
11627-10425	المحترف الفرنسي	اليكسوندر دولال و اخرون (2010)
11780-10496	المحترف الاسباني- الانكليزي	اليكسوندر دولال و اخرون (2011)

الجدول رقم (05): يوضح المسافات الكلية المقطوعة للاعبين كرة القدم خلال مباراة رسمية.²

¹ Alexandre dellal : de l'entraînement à la performance en football, OP cit, p 04.

² Alexandre dellal, une saison de preparation physique en football, OP cit, p 04

❖ التحليل النوعي (qualitative):

يقوم اللاعب بما بين 825 الى 1636 حركة أو انتقال خلال المباراة، وهي انتقالات متنوعة من حيث الجري المختلف الشدة، انتقالات جانبية، قفزات، جري خلفي و احتكاكات.

حيث قاما الباحثان (BANGSBO) "1994" و (VERHIJEN) "1998" بالتحليل على حسب مراكز اللعب، على حسب المستوى وعلى حسب شدة الجري، كما هو موضح في الجدولين التاليين¹:

شدة الجري	المستوى	الدوري الدنماركي(كلم)	القسم الأول الانكليزي(كلم)
توقف	/	/	/
مشي	3.4	3.2	
هرولة	2.2	2.4	
جري خفيف	3.2	3.1	
جري متوسط	1.3	1.2	
جري سريع	0.6	0.7	
سبرينت ماكس (SPRINT MAX)	0.4	0.3	
مشي خلفي	0.4	0.35	

الجدول رقم (06): يبين مختلف مسافات الجري حسب المستوى (BANGSBO 1994).

مراكز اللعب	م.م. جري		م.م. جري ذو		م.م. جري ذو		م.م. جري
	شدة	متوسطة	شدة	متوسطة	شدة	عالية	
	25.2	19.8-14.4	14.4-7.2	19.8-14.4	25.2	19.8	SPRINT (أكبر من 25.2 كلم/سا)
مدافع أوسط	18	278	1458	3846	9995	76	
مدافع جانبي	31	211	1601	3504	11233	123	
وسط أوسط	24	467	1726	3341	11746	118	
وسط جانبي							
مهاجم	27	321	1361	3844	10233	95	

الجدول رقم (07): يبين المسافات المقطوعة خلال مباراة حسب الشدة و مراكز

اللعب (RAMPININI2007).

¹ Alexandre dellal : de l'entraînement à la performance en football, OP cit, P 05

كما أن التحليل يمر بتحليل الجوانب التقنية وهو الموضح في الجدول التالي:

نسبة الصراعات الارضية الناجحة%	نسبة الصراعات الهوائية الناجحة%	عدد لمس الكرة مقارنة بالاستحواذ	الزمن الكلي للاستحواذ (ثا)	العدد الكلي للاستحواذ	عدد التمريرات للأمام	% التمريرات الناجحة	عدد العينة	الدوري	مركز اللعب
56.04	59.44	1.76	43.89	43.40	15.32	77	624	LIGA	مدافع
55.84	61.89	1.74	41.72	41.22	15.16	75	1704	FAPL	أوسط
54.20	61.48	1.79	54.40	54.38	18.28	79	212	LIGA	مدافع
55.42	59.41	1.84	59.76	58.88	20.30	81	132	FAPL	جانبي
50.13	48.99	2.03	63.61	53.60	14.13	78	616	LIGA	وسط
49.96	47.55	2.01	60.76	53.22	14.52	77	1356	FAPL	ميدان دفاعي
50.75	40.19	2.26	84.04	60.96	13.42	78	82	LIGA	وسط
50.74	39.21	2.24	76.09	57.12	13.06	80	76	FAPL	ميدان هجومي
49.66	46.46	2.03	67.23	55.30	14.44	77	100	LIGA	وسط
49.67	49.05	2.24	77.85	56.24	14.46	80	50	FAPL	ميدان جانبي
47.70	39.38	2.16	55.87	41.52	6.52	74	262	LIGA	مهاجم
46.61	34.98	2.01	54.19	43.04	7.79	70	724	FAPL	

الجدول رقم (08): يبين المستوى التقني خلال كل مباريات الدوري الاسباني والانكليزي حسب مختلف

مراكز اللعب.¹

¹ Alexandre dellal, une saison de preparation physique en football, OP cit, P 07.

8-2- الصفات الفيزيولوجية:

تتحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخطية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد، وخلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات المصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى، وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت إلى آخر وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى، فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى، و تحقيق الظروف المثالية فان هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

- القابلية على الأداء بشدة عالية.
- القابلية على أداء الركض السريع.
- القابلية على إنتاج قوة (القدرة العالية) خلال وضعية معينة.

أن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات، يتدرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي وكذلك العضلات المتداخلة من الجهاز العصبي.¹

العديد من الدراسات قامت بتحليل العدد المتوسط لضربات القلب، الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين وكذا نسبة حمض اللبن المنتجة، وهذا ما أشار إليه بانقسبو (1994) وستولان واخرون (2005).

كما هو موضح في الجدولين التاليين²:

¹ موفق مجيد المولى: الاعداد الوظيفي لكرة القدم، مرجع سابق، ص 62.

²Alexandre Dellal : de l'entraînement à la performance en football, OP cit, pp 07-09.

الباحث	عدد ضربات القلب المتوسط	عدد ضربات القلب الأقصى %	العينة
Seliger (1986)	165	80	الدوري التشيكوسلوفاكي
Agnevic (1970)	175	93	الدوري السويدي
Smoldaka (1978)	171	85	الدوري السويسري
Reilly (1986)	157	72	القسم 1 الانكليزي
Van gol et al (1988)	165-169	84	لاعبين جامعيين بلجيكيين
Ali et Farrali (1991)	168-172	-	الدوري الاسكتلندي
Bangsbo(1992)	154-164	80	الدوري الدنماركي
Brewer et Davis(1994)	175	89.91	الدوري السويدي
Heljerud et al (2001)	-	82.2	الدوري النرويجي
Mohr et al (2004)	160	-	الدوري الدنماركي

الجدول رقم (09): يبين عدد ضربات القلب المتوسط والأقصى خلال مباراة حسب عدة باحثين.

الباحث	اللكتات في الشوط الاول /mmol/	اللكتات في الشوط الثاني /mmol/
Smaros (1980)	4.9	4.1
Eklom (1986)	9.5	7.2
Rhode et Espersen (1988)	5.1	3.9
Gerish et al (1991)	5.6	4.7
Bangsbo et al (1991)	4.9	3.7
Bangsbo (1994)	4.1	2.4
Brewer et Davis (1994)	5.1	4.6
James et Reilly (1995)	4.4	5

الجدول رقم (10): يبين كمية اللكتات المتكونة خلال مباراة بشوطيها الأول والثاني.

8-3- الصافات النفسفة:

ومن بفن الصافات النفسفة الفف ففمفر بها لاعب كرة القدم نذكر ما فلف :

8-3-1- الفركفز:

فعرف الفركفز على انه " ففصفق الففباف، وففبففة على مففر معفن أو الفففاف بالففباف على مففر مففد"، وفرى البعب أن مصفلف الفركفز ففب أن ففقفصر على المعنف الفالف: "المقفرة على الفففاف بالففباف على مففر مففد لففرة من الزمن وغالبا ما فسمى هفه الففرة ب: مءى الفففباف".

8-3-2- الففباف:

فعنف فركفز العقل على واحة من بفن العءفء من الموضوعات الممكنة ، أو فركفز العقل على فكرة معفنة من بفن العءفء من الأفكار ، وففضمن الفففباف، الففسفام والفبفعاء عن بعب الأشياء فف ففمكن من الففامل بكفاءة مع بعب الموضوعات الأفرى الفف فركز عليها الففر الففبافه ، وعكس الفففباف هو حالة الفاضفراب والفففوش والففففف الففنف .

8-3-3- الففصور العقلف:

وسفلة عقلفة فمكن من فلالها فكونف ففصوراف الففبراف السابقة أو ففصوراف ففءفة لم فففب من قبل لعرض الأعااء للءاء ، وففلق على هفا النوع من الففصوراف العقلفة الفرفطة العقلفة ، بففب كلما كانت هفه الفرفطة واحة فف عقل اللاعب أمكن إرسال إشاراف واحة للفسم لففءفء ما هو المطلوب.

8-3-4- الفففة بالففس:

هف فوقع الففاح، والأكفر أهمية الففقااء فف إمكانيه الففسن ولا ففطلب بالففورة ففقق المكبب فبالرغم من عءم ففقق المكبب أو الفوز فمكن الفففاف بالففة بالففس وفوقع ففسن الأءاء¹.

8-4- الصافات المورفولوجفة:

- ففسم النمو بالفطفف عن ذف قبل، كما ففءو الفمافر بفن الففسفن بشكل واضح.
- ففسفر نمو الفسم وففبب ففءاء فف الفول والوزن والعرض.
- فففءل الففسب الففسمفة وففبب فرفبفة من الففسب الففسمفة عءء الراشء.

¹أسامة كامل رافب: ففرفب المهاراف النفسفة "ففففقات فف المفال الفراضف ، ءار الفكر العربف، الفاهرة، ط1، 2000، ص 117.

- يزداد نمو العضلات الصغيرة ويستمر نمو العضلات الكبيرة.¹
- تتضح أهمية الخصائص المورفولوجية من خلال ما يلي:
إن ممارسة أي نشاط رياضي باستمرار ولفترات طويلة يكسب الرياضي خصائص مورفولوجية خاصة بنوع الرياضة التي يمارسها.²

¹ محمد الحماحمي، أمين الخولي: اسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة، ط2، 1990، ص 64.

³ محمد حازم محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لندنيا الطباعة و النشر، مصر، ط1، 2005، ص 25.

خلاصة:

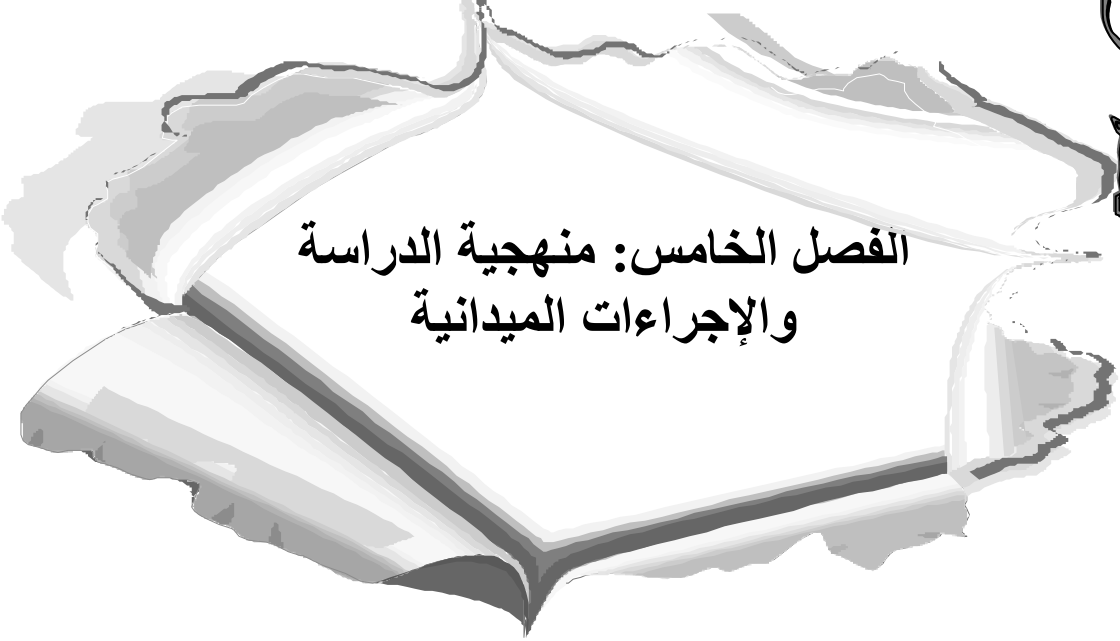

أصبحت كرة القدم الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول التي جعلتها في مقدمة الرياضيات التي تطورها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي.

وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، و الأكد أن أهم عنصر في هذه الرياضة هو اللاعب، ولهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات و الخصائص التي يجب أن تتوفر فيه كي يكون دوره ايجابيا في هذه المعادلة، و إعطاء النتائج المرجوة منه.

ولعل ما يجعل هذا اللاعب في أحسن الظروف هو التدريب المنظم والمدروس، ولهذا وضعت نجد المدربين يركزون على تحديد برامج تدريبية وفق المتطلبات المتاحة لتعليم كرة لقدم وتكوين اللاعبين، وتعليم طرق لعبها وتطوير هذه الطرق لرفع مستوى الأداء لدى اللاعبين.

الإطار التطبيقي





الفصل الخامس: منهجية الدراسة
والإجراءات الميدانية

تمهيد:

إن كل باحث من خلال بحثه يتحقق من الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي لإستخدام مجموعة من التقنيات البحثية، وكذا بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، حيث إعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي كمنهج علمي ملائم لهذه الدراسة كونه يعتمد على إستقصاء ظاهرة من الظواهر ويعمل على تشخيصها وكشف جوانبها المختلفة.

ويشمل الجانب التطبيقي لدراستنا هذه على فصلين، الفصل الخامس ويمثل الإجراءات المنهجية المعتمدة في الدراسة والتي تشمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال الزماني والمكاني وكذا الشروط العلمية للأداة مع ضبط متغيرات الدراسة كما إشتمل على عينة الدراسة وكيفية إختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة.

أما الفصل السادس فيحتوي على عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة وكذا الاقتراحات والفرضيات المستقبلية مع الخلاصة العامة للدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

يقصد بالدراسة الاستطلاعية أو الاستكشافية بأنها دراسة مبدئية يقوم بها الباحث للتعرف على أهم عناصر خطة البحث، خاصة مشكلة البحث، ويتمثل الهدف الرئيسي للدراسة الاستطلاعية في تحديد مشكلة البحث إضافة لمجموعة من الأهداف الأخرى ومن بينها:

- تعميق معارف وأفكار الباحث.
 - المساعدة في تحديد المتغيرات البحثية وصياغة الفروض.
 - المساعدة في صياغة عنوان البحث.
 - المساعدة في تحديد موضوعات الدراسة ذات العلاقة بالمشكلة.
 - المساعدة في تحديد مجتمع البحث وخصائصه.
 - المساعدة في جمع البيانات الوثائقية والأولية.¹
- الدراسة الاستطلاعية هي تجربة مصغرة عن التجربة الحقيقية.²
- وقد تم إجراء دراسة استطلاعية للدراسة الحالية وفقا للآتي:

- يوم 25 أكتوبر 2019 بعد أخذ الموافقة من مسيري فريق شبيبة جيجل وفريق شباب حي موسى وبعد إختيار 4 لاعبين من كل فريق تم التحدث مع اللاعبين وكان الغرض منها هو الوقوف على معطيات الدراسة المتوفرة ، وجمع بيانات واقعية تساعد على تحديد مسار الدراسة، وجمع المؤشرات حول الظاهرة التي سوف تكون محل الدراسة الحالية.

- يوم 10 جانفي 2020 قام الباحثان توزيع استمارة الدراسة على الـ 8 لاعبين الذين تم إختيارهم بطريقة عشوائية وذلك للتعرف على مدى وضوح الأسئلة بالنسبة للاعبين بغية تجنب الإجابات الفارغة ملائمة الأداة لموضوع الدراسة، وقد تم استبعادهم من التجربة وكانت العينة المأخوذة تستوفي نفس شروط الفئة الموضوعية للدراسة.

2- مجالات الدراسة:

- **المجال المكاني:** اجريت هذه الدراسة على ناديين لكرة القدم بولاية جيجل وهما: فريق شبيبة جيجل والذي تأسس في مارس 1936 وذلك على مستوى ملعب الشهيد رويح حسين والذي يقع في المدخل الغربي لبلدية جيجل.

¹ - محمد محمد إبراهيم: دليل الباحث في إعداد ومناقشة الرسائل والبحوث العلمية، الدار الجامعية، الإسكندرية، 2014، ص 43.

² وجيه محجوب: البحث ومناهجه، دار الكتاب، بغداد، ط1، 2002، ص84.

فريق شباب حي موسى والذي تأسس في 26 جويلية 1989 وذلك على مستوى ملعب الشهيد العقيد عميروش حسين والذي يقع وسط مدينة جيجل.

- المجال الزمني:

تم الانطلاق في الدراسة بشقيها النظري والتطبيقي بعد الاتفاق مع الأستاذ المشرف على العنوان وقبوله وكان ذلك في شهر أكتوبر 2019 وتم العمل وفق مرحلتين:

المرحلة الأولى: وتناولنا خلالها الجانب النظري للدراسة وكان ذلك في الفترة الممتدة بين شهري أكتوبر وجانفي 2020.

المرحلة الثانية: وتناولنا الجانب التطبيقي للدراسة وكان ذلك في الشق الثاني من الموسم الجامعي ابتداء من شهر فيفري إلى منتصف شهر جوان 2020.

3- مجتمع الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي الثاني هواة شرق لفئة الذكور أكابر والموزعين على 16 فريق والمقدرة عددهم بـ: 439 والممثلة في الجدول التالي:

الجدول رقم (01): يبين توزيع اللاعبين على نوادي الثاني هواة- شرق-.

عدد اللاعبين	اسم النادي
29	شبيبة جيجل
29	شباب حي موسى
30	مولودية قسنطينة
23	شباب باتنة
29	مولودية باتنة
24	اتحاد الشاوية
29	اتحاد عين البيضاء
27	شباب عين فكرون
28	هلال شلغوم العيد
29	أمل شلغوم العيد
28	تضامن واد سوف
28	شباب أولاد جلال

27	نادي التلاغمة
27	اتحاد تيسة
24	شباب قايس
28	اتحاد خنشلة

4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

"العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث".⁽¹⁾

كانت عينة الدراسة غير احتمالية قصدية والمتمثلة في 25 لاعب من شباب حي موسى و 25 لاعب من شبيبة جيجل ومن الأسباب المؤدية إلى اختيار هذه العينة كون أحد الباحثين لاعب في شبيبة جيجل وللاعب سابق في شباب حي موسى، وكون الفريقين يمتلكان بيئة تشتمل على متغيرات الدراسة من ضغط جماهيري، بالإضافة إلى قرب المسافة.

الجدول رقم (02): يبين توزيع أفراد العينة.

25	شباب حي موسى
25	شبيبة جيجل

5- منهج الدراسة:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج.⁽²⁾

باعتبار ان دراستنا هذه تتطلب الوصف والتفسير والتحليل فقد قمنا باستخدام المنهج الوصفي، ومن ثم فالمنهج الوصفي هو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين.⁽³⁾

¹ رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007، ص(334).

² محمد أزهر السماك وآخرون: "الأصول في البحث العلمي"، دار الحكمة للطباعة والنشر، الموصل، العراق، 1980، ص42.

³ عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: "مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص129، 130.

6- أدوات الدراسة:

إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة سهلت علينا الإحاطة بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة استعملنا في بحثنا مجموعة من الطرق المتمثلة في:

6-1- طريقة الاستمارة:

تعد الاستمارة أكثر أدوات جمع البيانات شيوعاً واستخداماً في الجوانب التطبيقية الإبريقية للبحوث الاجتماعية، وتعرف الاستمارة بأنها مجموعة من الأسئلة المصممة لجمع البيانات اللازمة عن مشكلة الدراسة، وهي أهم الوسائل الفعالة في جمع البيانات، شريطة أن يكون الباحث على معرفة دقيقة بالبيانات المطلوب جمعها وكيفية قياس المتغيرات المرغوب دراستها.¹

وكان الهدف من اعتماد الباحث على استمارة البحث ذات أسئلة مغلقة محددة الخيارات للحصول على إجابات لقياس مؤشرات الفرضيات الموضوعية حول انعكاس الضغط الجماهيري على أداء اللاعبين أثناء المنافسة، بحيث قسم الباحث استمارة الدراسة إلى 3 محاور رئيسية تعكس اثنان منها فرضيات الدراسة إضافة إلى محور خاص بالبيانات الشخصية للمبحوثين، وكانت كالاتي:

المحور الأول: البيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة، اشتمل على 4 أسئلة.

المحور الثاني: تضمن 10 أسئلة عن الضغط الجماهيري الايجابي وانعكاسه على أداء اللاعبين.

المحور الثالث: تضمن 9 أسئلة عن الضغط الجماهيري السلبي وانعكاسه على أداء اللاعبين.

6-2- التقنية المساعدة:

بالإضافة إلى استخدام الباحث للملاحظة بالمشاركة كأداة مساعدة، حيث تعرف بأنها طريقة يقوم الباحث بملاحظة الأفراد والجماعات، عن طريق اشتراكه في أوجه النشاط الذين يقومون به لفترة معينة، حتى يمر بنفس الظروف التي يمر بها الأفراد، ويخضع لنفس المؤثرات التي تؤثر فيهم.²

7- متغيرات الدراسة:

7-1- تعريف المتغير المستقل: هو عبارة عن المتغير الذي يتحكم فيه الباحث عن طريق تثبيت جميع

المتغيرات، ما عدا متغير واحد، أو هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.³

¹ وائل عبد الرحمان التل: البحث العلمي في العلوم الانسانية والاجتماعية، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن، 2007، ص58.

² بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد، مرجع سابق ص92.

³ بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009، ص139.

- تحديد المتغير المستقل: والمتمثل في "الضغط الجماهيري".

7-2- تعريف المتغير التابع: هو العامل الذي يتبع العامل المستقل ويعرف بأنه المتغير الذي يتغير

نتيجة تأثير المتغير المستقل، أو هو المتغير الذي يراد معرفة التأثير المتغير المستقل عليه.¹

- تحديد المتغير التابع: والمتمثل في "أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة".

8- الأساليب الإحصائية للدراسة:

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة بـ:

النسبة المئوية تساوي عدد التكرارات x 100 / عدد العينة

س ← 100 %

ع ← %x

وعليه تكون:

$$X = \frac{ع}{س} \times 100$$

حيث أن:

س: عدد أفراد العينة.

ع: عدد التكرارات (عدد الإجابات).

X: النسبة المئوية.

ثم تحويل هذه النسب المئوية إلى زوايا تمثل في دائرة نسبية بالطريقة التالية:

360 ← 100 %

y ← %x

¹ المرجع السابق، ص 141.

• اختبار كاف تربيع:

حساب اختبار كاف تربيع، ويسمى هذا الاختبار حسن المطابقة أو اختيار التوافق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها من تجربة حقيقية بمجموعة أخرى من البيانات أو الفرضية التي وضعت على أساس النظرية الفرضية التي يراد اختبارها.⁽¹⁾

$$\text{مجموع (التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)}^2 \div \text{التكرارات المتوقعة} = \text{كا}^2$$

حيث أن:

التكرارات المشاهدة: هي التكرارات الملاحظة أو الحقيقية.

التكرارات المتوقعة: تساوي مجموع التكرارات على عدد الاختيارات المقترحة.


مع ملاحظة أن درجة الحرية = $n-1$ ، حيث تدل (n) على عدد الفئات أو المجموعات لإعداد

الأفراد في العينة.

(1) فري كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب وآخرون: منهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة، عمان، الأردن، 2006، ص 212 - 213.

خلاصة:

من خلال عرضنا لهذا الفصل الذي يعتبر القاعدة الأساسية للدراسة الميدانية الممنهجة وفق الأسس العلمية، حيث حاولنا التطرق إلى الأساليب المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المتبعة في تحليل النتائج.



الفصل السادس: عرض وتحليل
نتائج الفرضيات

1- عرض وتحليل النتائج:

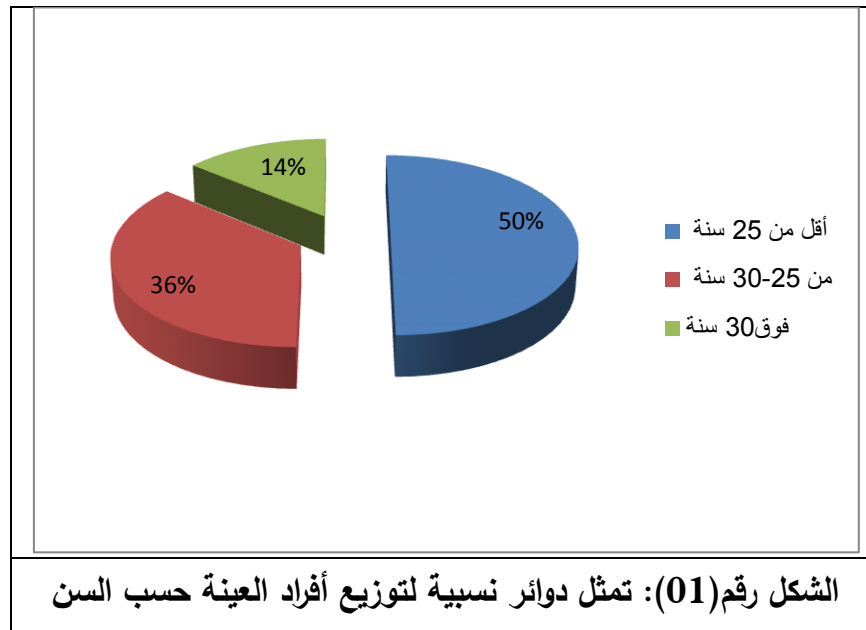
1-1- عرض وتحليل نتائج محور البيانات الشخصية:

جدول رقم (03) يبين توزيع أفراد العينة حسب السن.

فئة العمر	التكرار	النسبة
أقل من 25 سنة.	25	50
من 25 إلى 30 سنة.	18	36
فوق 30 سنة.	7	14
المجموع.	50	100

من خلال ملاحظتنا للجدول رقم (03) نلاحظ أن غالبية أفراد عينة الدراسة تقل أعمارهم عن 25 سنة، وذلك بنسبة 50%. وهذا راجع أن كون الرابطة ألزمت الفرق بجلب 10 لاعبين يقل سنهم عن 23 سنة، في حين بلغت نسبة اللاعبين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 25-30 سنة 36 %، وبلغت نسبة اللاعبين فوق 30 سنة بـ 14% وتعتبر أخفض نسبة وذلك راجع أن الرابطة ألزمت الفرق على عدم تجاوز 5 إجازات للاعبين فوق 30 سنة.

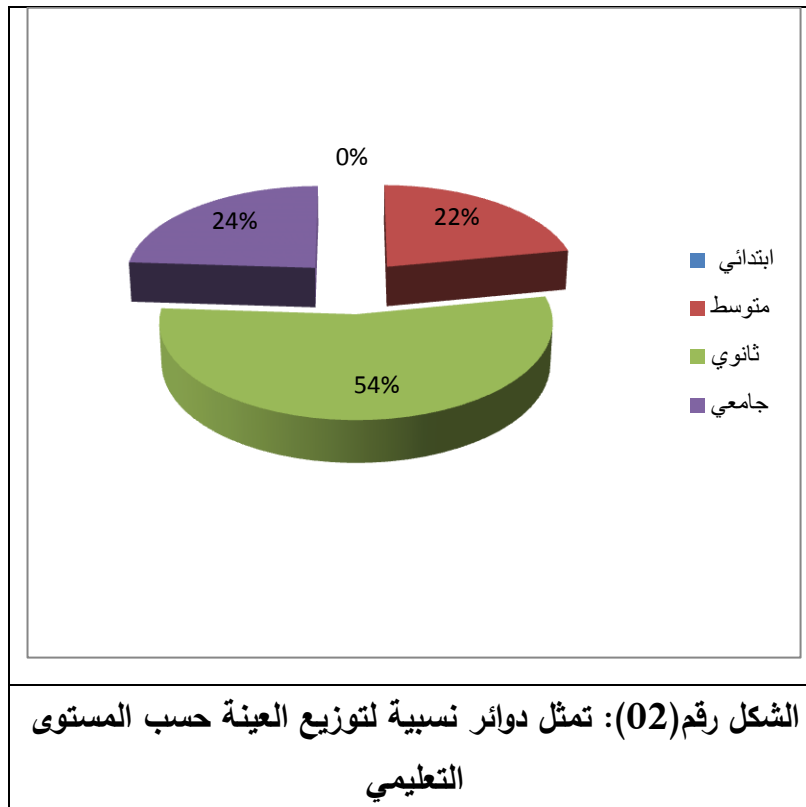
وتشير هذه النتائج إلى أن أفراد العينة التابعة لرابطة قسنطينة هم من فئة الشباب.



جدول رقم (04) يوضح توزيع العينة حسب المستوى التعليمي.

المستوى التعليمي	التكرار	النسبة
ابتدائي	00	00
متوسط	11	22
ثانوي	27	54
جامعي	12	24
المجموع	50	100

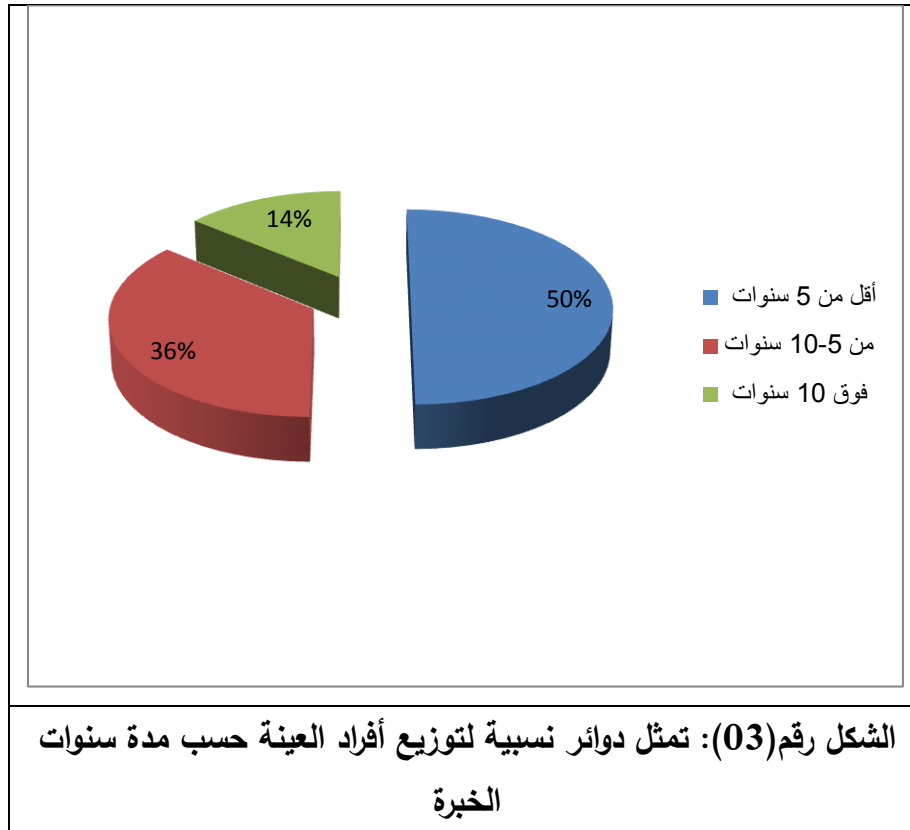
نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) والذي يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي أن غالبية أفراد العينة مستواهم التعليمي ثانوي بنسبة قدرها 54%. في حين أن 24% من أفراد العينة مستواهم جامعي، و22% دو مستوى متوسط، وهذا يبين لنا أن أغلبية أفراد العينة لها مستوى يمكنهم من فهم أسئلة الاستمارة والإجابة عليها بكل سهولة.



جدول رقم (05) يبين توزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة.

النسبة	التكرار	فئة السنوات
50	25	أقل من 5 سنوات
36	18	من 5-10 سنوات
14	07	فوق 10 سنوات
100	50	المجموع

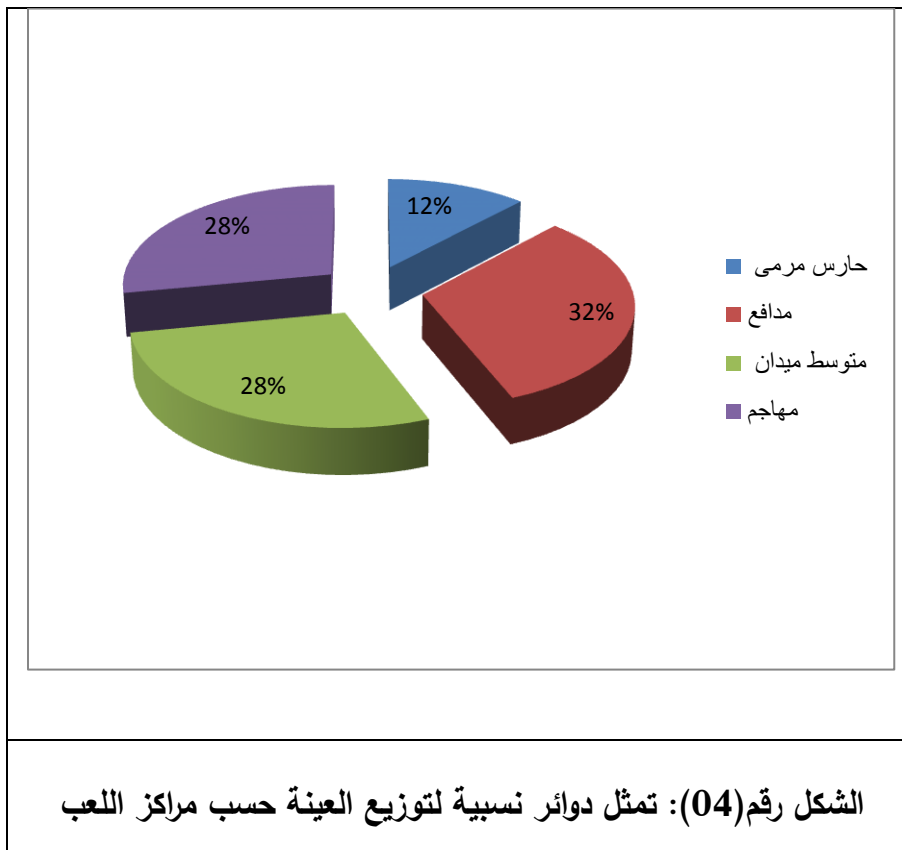
يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن غالبية أفراد العينة نقل خبرتهم عن 5 سنوات وذلك بنسبة نسبة قدرت بـ 50%، في حين بلغت نسبة أفراد عينة الدراسة التي تتراوح خبرتهم بين 5-10 سنوات 36% أما الأفراد التي تزيد مدة خبرتهم 10 سنوات بلغت نسبتهم 14% وهذا يشير إلى أن غالبية أفراد عينة الدراسة ذو خبرة قصيرة في مجال عملهم كلاعبين.



جدول رقم (06) يبين توزيع العينة حسب مراكز اللعب.

النسبة	التكرار	مركز اللعب
12	6	حارس مرمى
32	16	مدافع
28	14	متوسط ميدان
28	14	مهاجم
100	50	المجموع

من ملاحظتنا للجدول رقم (06) نلاحظ أن غالبية اللاعبين يلعبون في مركز مدافع وذلك بنسبة قدرها 32% في حين تساوت نسبة متوسطي الميدان والمهاجمين وذلك بنسبة قدرها 28% ، أما نسبة حراس المرمى تقدر بـ 12% ويرجع هذا التوزيع إلى احتياجات الفريق وما يتطلب من لاعبين في كل منصب.



1-2- عرض وتحليل نتائج المحور الثاني:

السؤال رقم 5: هل تؤيد حضور الجماهير بأعداد غفيرة وبما تساهم؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعبين في تواجد الجماهير بأعداد غفيرة وبما يساهم حضورها.

الاقتراحات	التكرار		النسبة المئوية		كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	45	29	90	65					
نعم الزيادة من عزيمتكم على بدل جهد مضاعف. تمنحكم تدفعا قويا لتقديم الأفضل. أخرى	45	29	90	65	32	3,841	0,05	01	دال
	16			35					
	00			00					
لا	05	10							
المجموع	50	100							

جدول رقم (07) يوضح تأييد اللاعبين لحضور الجماهير بأعداد غفيرة.

قراءة وتعليق:

من خلال الجدول رقم (07) يتضح أن نسبة 10% لا تؤيد حضور الجماهير بأعداد غفيرة في حين 90% يؤيد حضور الجماهير بأعداد غفيرة حيث أكد:

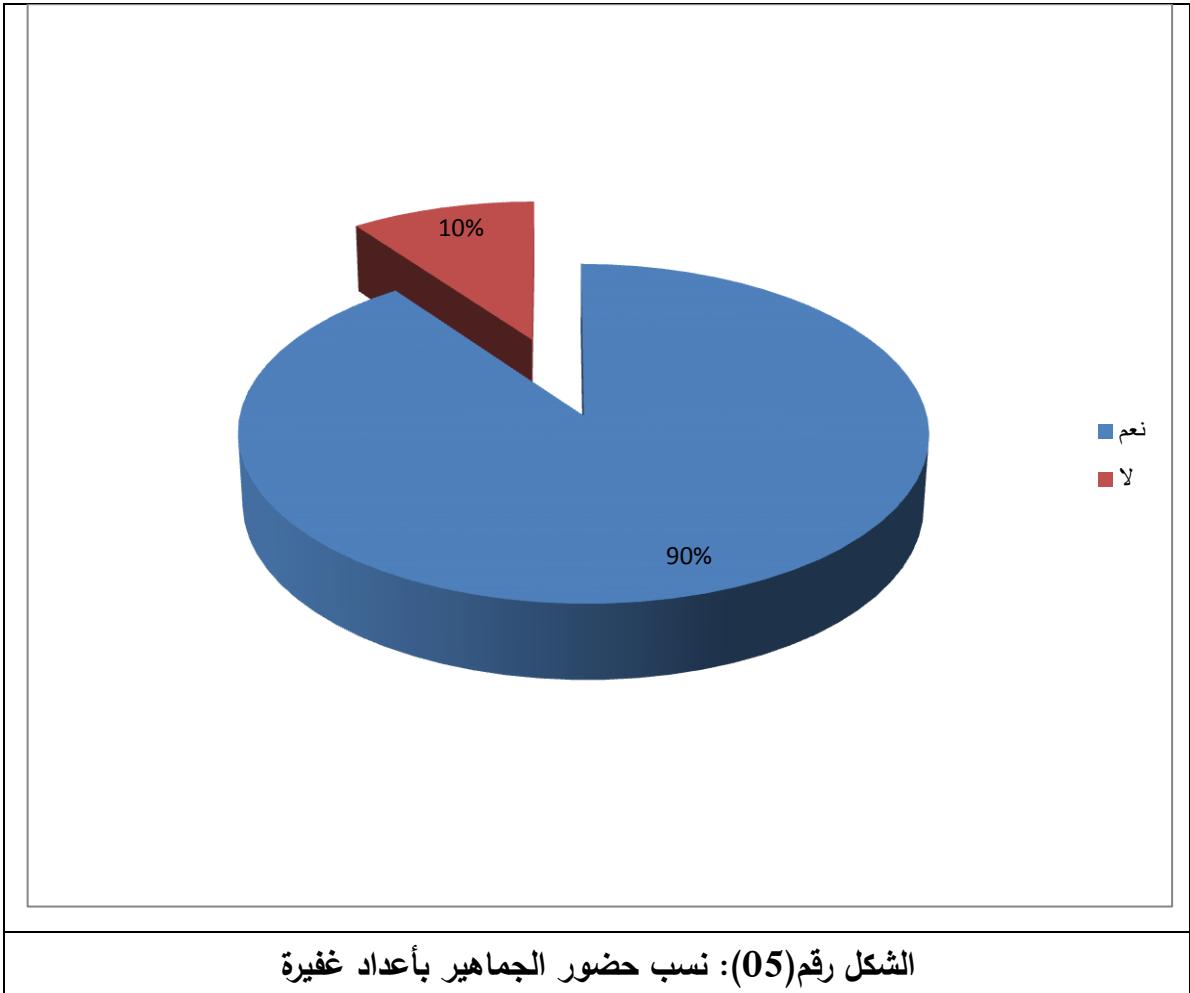
✓ 65% من الذين يؤيدون حضور الجماهير بأعداد غفيرة أنه تساهم في الزيادة من عزيمتهم على بدل جهد مضاعف.

✓ في حين 35% من الذين يؤيدون حضور الجمهور بأعداد غفيرة أن هذا الحضور يمنحهم دفعا قويا لتقديم الأفضل.

وقد تبينت كا² الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 32 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق ذكره يتضح أن أغلبية عينة البحث تؤيد حضور الجماهير بأعداد غفيرة، فمن خلال هذا الحضور تزيد عزيمة اللاعبين وتمنحهم دفعا قويا لتقديم الأفضل وهذا راجع إلى أن الجمهور يعتبر اللاعب رقم 12 ويعتبر سبب من أسباب الانتصار. الضغط على الفريق الخصم وكذلك عندما تكون الجماهير غفيرة فإن اللاعب يعطي الكرة حقها ويقدم كل ما بوسعه وهذا ملاحظه أحد الباحثين كونه لاعب في فريق شيبية جيجل jsd ، وهذا ما أكدته دراسة بلطيط فاروق.



السؤال رقم 6: هل تؤيد انتقال جماهيركم معكم خارج الديار، وهل تزيد تنقلهم معكم من رغبتكم في بدل جهد مضاعف لتحقيق نتيجة ايجابية؟

الغرض من السؤال : معرفة ما إذا كان اللاعبون يؤيدون انتقال الجماهير معهم.

الاقتراحات	التكرار		النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
	نعم	41	82	20,48	3,841	0,05	1	دال
	لا	04	10					
	لا		18					
	المجموع		50					

جدول رقم (08) يوضح تأييد اللاعبين لانتقال اللاعبين معهم خارج الديار.

قراءة وتعليق :

من خلال الجدول رقم (08) يتضح أن 18% من أفراد العينة لا تريد انتقال الجماهير معها خارج الديار في حين 82% تؤيد انتقال الجمهور رفقة الفريق عند المباريات خارج الديار حيث أكد 90% من المؤيدين بأن الجمهور يزيد رغبتهم في بدل جهد لتحقيق نتيجة ايجابية في المقابل 10% أكدوا عكس ذلك.

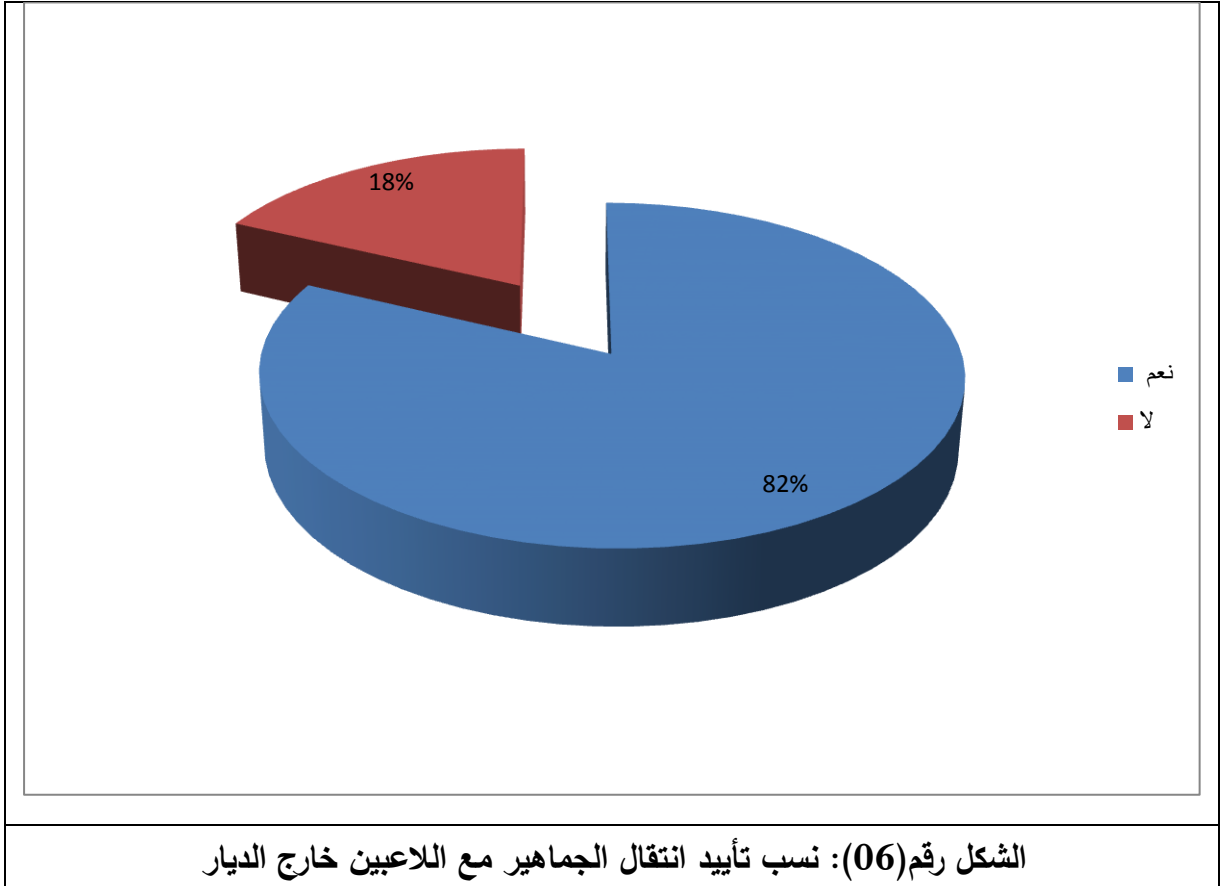
و تبين أن كا² المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى دلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة 35,28 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق عرضه يتضح أن أغلبية عينة البحث تؤيد انتقال الجمهور معهم خارج الديار ويرجع ذلك إلى :

- الهتافات التي يقدمها الجمهور للاعبين تزيد من حماسهم في اللعب.
- التقليل من ضغوط الهتافات المضادة للفريق المقابل.
- الإحساس بالأمان واللعب بأريحية.

- ومن خلال انتقال الجمهور وراء الفريق في المباريات التي يلعبها خارج الديار دور كبير في رفع معنويات اللاعبين ومن ثم ارتفاع مستويات اللعب وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيغل وثلتمس ذلك من خلال ارتفاع مستويات اللعب والطاقة التي يبذلها اللاعبون في المباراة من هجوم ورد هجوم وكأنهم يلعبون في معقلهم ويتوافق هذا ما توصلت إليه دراسة حملوي سارة بشأن انتقال الجمهور مع اللاعبين خارج الديار.



السؤال رقم 7: هل سبق وأن رسمت جماهيركم لوحات فنية إبداعية فوق المدرجات وهل يحفزكم على رفع وتحسين أداؤكم؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان اللوحات الفنية ترفع وتحسن الأداء.

الاقتراحات	التكرار		النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
نعم	50	50	100	50	3,841	0,05	01	دالة
	00	00	00					
	00		00					
	100		50					
لا								
المجموع								

جدول رقم (09) يوضح ما إذا سبق الجماهير رسم لوحات فنية للاعبينهم.

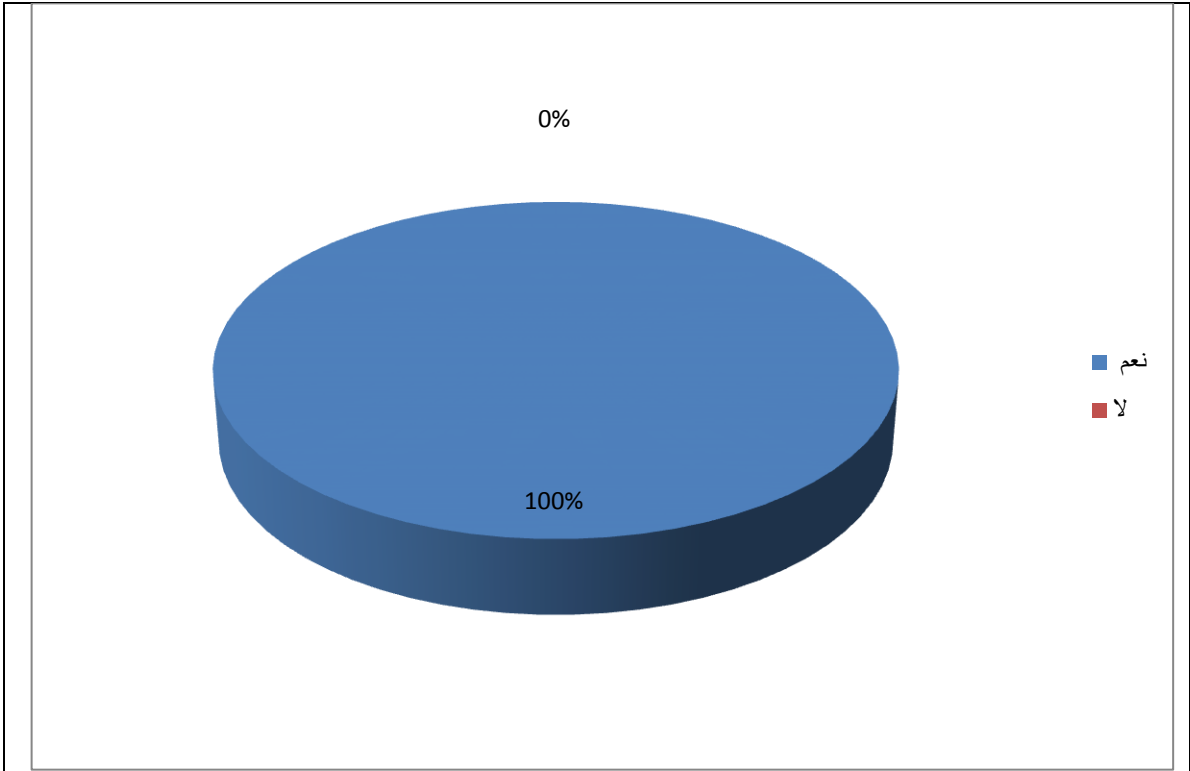
قراءة وتعليق:

من خلال الجدول رقم (09) يتضح أن نسبة 100% أكدت أن الجماهير ترسم لوحات فنية إبداعية فوق المدرجات حيث أن هذه اللوحات تحفزهم وترفع وتحسن من أداؤهم.

وقد تبين أن كا² الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 50 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق عرضه يتضح أن الجماهير تبديع بلوحات فنية فوق المدرجات حيث أن اللوحات الفنية تنقل رسالة أو مغزى معين سواء للفريق صاحب الأرض من أجل شد همته وتحفيز لاعبيه أو في خانة الإهانة للمنافس والتقليل من شأنه، وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيجل وهذا ما يحفز اللاعبين ويحسن ويرفع من أداؤهم وهذا ما توصلت إليه دراسة شعباني سعيد وفوزي.



الشكل رقم(07): نسب سبق الجماهير لرسم لوحات فنية للاعبينهم.

السؤال رقم 08: هل يعتمد جمهوركم على شحنكم بالمباراة التشجيعية أثناء المباراة، وكيف يكون شعوركم؟

الغرض من السؤال: معرفة شعور اللاعبين عند شحنهم بالعبارة التشجيعية.

الاقتراحات	التكرار		النسبة المئوية		كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	42	32	84	76					
نعم	42	32	84	76	23,12	3,841	0,05	02	دالة
الحماس									
القلق									
الخوف									
أخرى	08	16	100	50	لا	المجموع			
00									

جدول رقم (10) يوضح مدى اعتماد الجماهير على شحن اللاعبين بالعبارة التشجيعية.

قراءة وتعليق:

من خلال الجدول رقم (10) يتضح أن نسبة 6 % ترى أن الجمهور لا يشحنهم بالعبارة التشجيعية أثناء المباراة ، في حين أن 84 % ترى أن الجمهور هم يعتمد على شحنهم بالعبارة التشجيعية أثناء المباراة حيث أكد:

76 % من الذين يرون أن الجمهور يعتمد على العبارة التشجيعية يشعروهم بالحماس.

21 % من الذين يرون أن الجمهور يعتمد على العبارة التشجيعية يشعروهم بالقلق.

2 % من الذين يرون أن الجمهور يعتمد على العبارة التشجيعية يشعروهم بالخوف.

و قد تبين أن كا² الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05

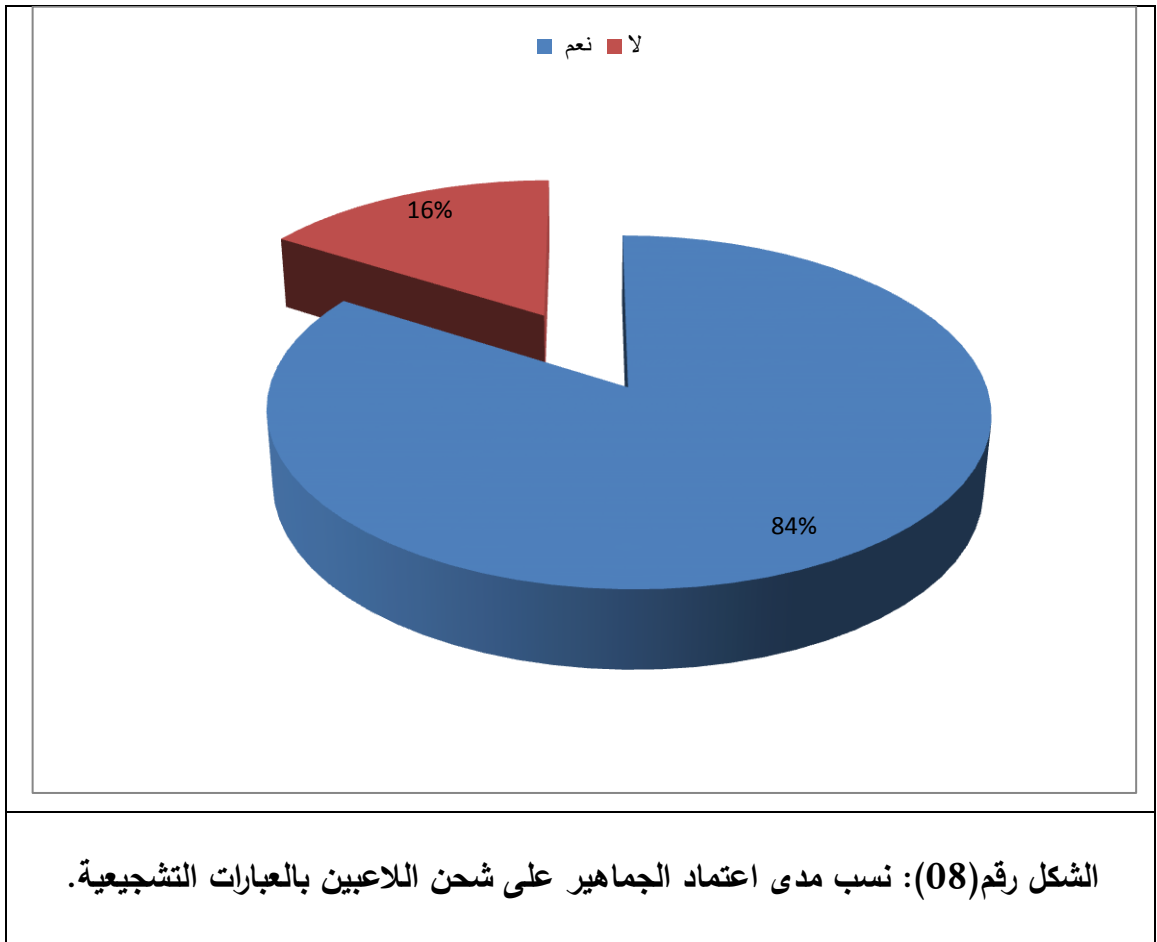
أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 23,12 ، وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق عرضه يتضح أن الجماهير تعتمد على شحن لاعبيها بالعبارات التشجيعية وذل راجع إلى :

- إعطاء أفضلية لفريقها عند تكافئ مستوى اللاعب في الفريق.
- عند رؤية أداء الفريق في تراجع.

مثل هذه العبارات التشجيعية وهذا الشحن تجعل اللاعب يكسب الثقة و تمده بالقوة والتفاؤل وتجعلهم ينظرون إلى المباراة بتحد كبير وتساعدهم على التركيز والتفكير الجيد وهذا ما يرفع من أداءهم ويحثون على الفوز بشتى الطرق، وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في فريق شبيبة جيجل.



السؤال رقم 09: هل سبق وأن مدحك الجماهير أثناء الأهازيج، وكيف يساهم ذلك؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان مدح الجماهير للاعبين يزيد من أداءهم.

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية		كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
		40	80					
نعم تدفعك لبدل مجهود الثقة بالنفس أخرى	24	60	18	3,841	01	0,05	دالة	
		40						
		00						
لا	10	20						
المجموع	50	100						

جدول رقم (11): يوضح ما إذا سبق للجماهير مدح لاعبيها.

قراءة وتعليق:

من خلال الجدول رقم (11) يتضح أن 20% من أفراد العينة أن الجمهور لا يمدحهم أثناء الأهازيج، في حين 80% أكدت أن الجماهير تمدحهم أثناء الأهازيج وأن

✓ 60% من أفراد العينة التي يمدحها الجمهور أثناء الأهازيج أن هذه المدح لبدل مجهود أكبر.

✓ 40% من أفراد العينة التي يمدحها الجمهور أثناء الأهازيج أن هذه المدح يكسبك الثقة في النفس.

وقد تبين أن كا² الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 18 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

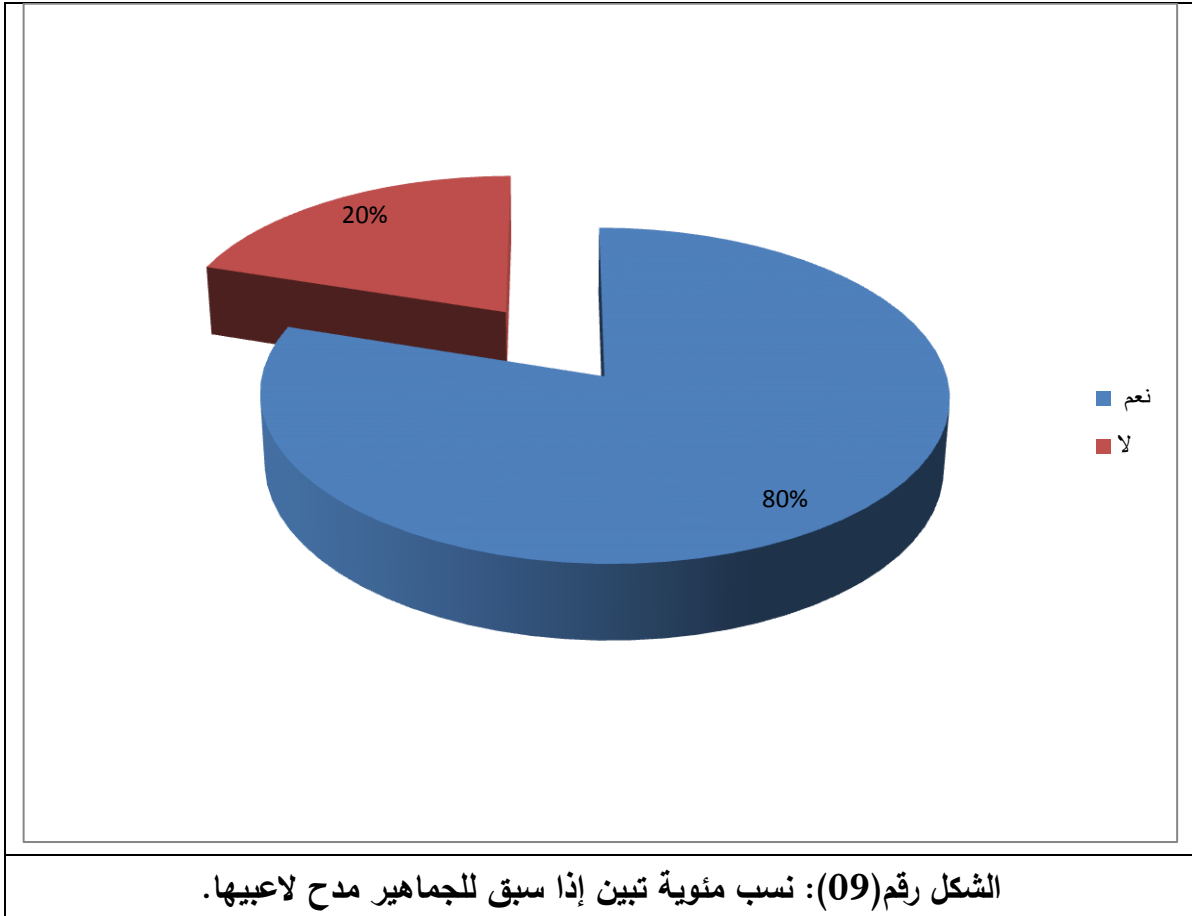
تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح أن الجماهير تمدح اللاعبين أثناء الأهازيج وذلك من خلال:

- تسجيل الأهداف.

- انقاد الفريق من أهداف محققة.
- إحساس الجماهير أن اللاعبين يبذلون مجهودات مضاعفة.

حيث أن اللاعب أثناء سماع أصواتهم تدوي في كل أرجاء الملعب تجدهم يكتسبون الثقة في النفس، وهذا يدفعهم إلى بدل كل ما لديهم في سبيل تحقيق نتيجة ايجابية، وهذا ما يدل على زيادة أداء اللاعب وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في فريق شبيبة جيجل.



السؤال رقم 10: هل تقوم جماهيركم بتشجيعكم والرفع من معنوياتكم في حالة الخسارة وكيف يكون شعوركم؟

الغرض من السؤال: معرفة تصرف الجمهور عند الخسارة وشعور اللاعبين.

الاقتراحات	التكرارات		النسب المئوية		كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	36	21	72	58					
نعم	الحماس	15	72	58	9,68	3,841	0,05	01	دال
الثقة									
بالنفس									
أخرى	00	00							
لا	14	28							
المجموع	50	100							

جدول رقم (12): يوضح تصرف الجمهور عند الخسارة وشعور اللاعبين.

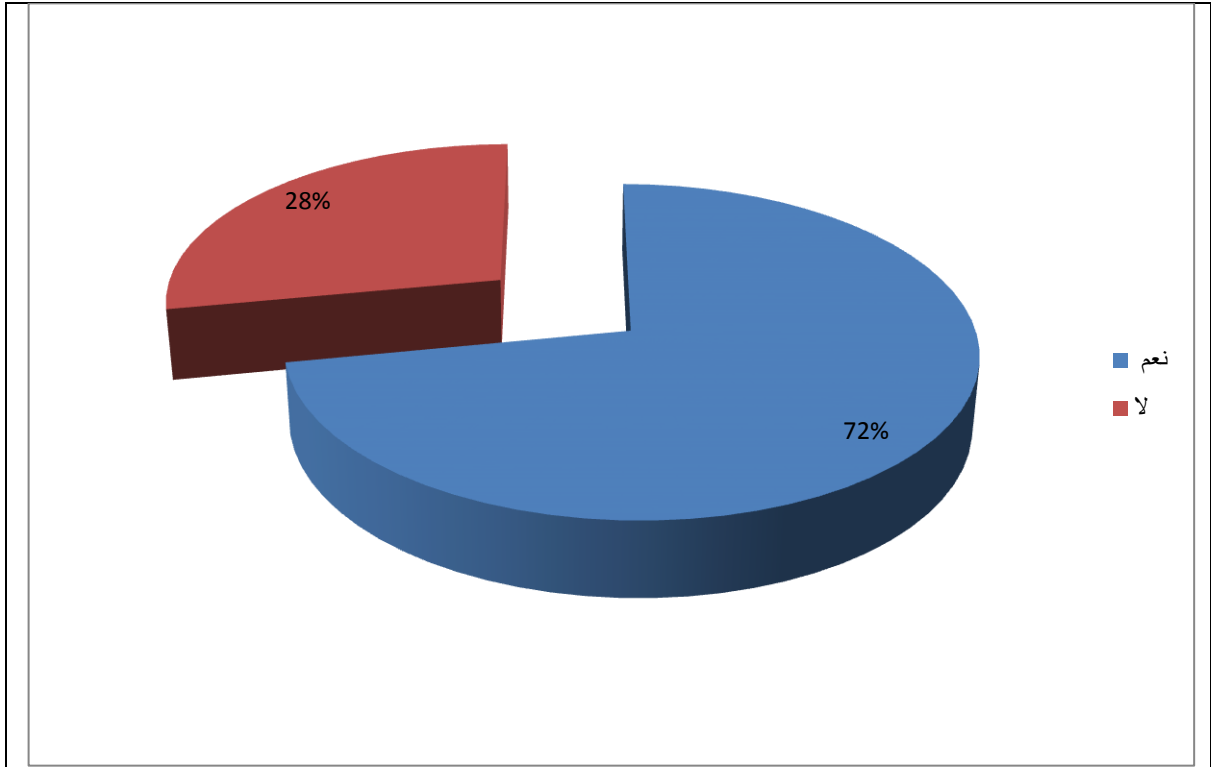
يتضح من خلال الجدول أن 28 من أفراد العينة يرون أن الجمهور لا يقوم بتشجيعهم والرفع من معنوياتهم في حالة الخسارة، في حين 72 يرون عكس ذلك وأنه:

58 من أفراد العينة التي تشجعهم وترفع من معنوياتهم في حالة الخسارة أن هذا التشجيع يدفعهم إلى الحماس في حين 42 أحسوا أنه يكسبهم الثقة بالنفس.

وتبين أن كا² الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 9,68 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح أن أغلبية عينة الدراسة ترى أن الجمهور يشجعهم ويرفع من معنوياتهم في حالة الخسارة، وهذا الأخير يجنب انهيار اللاعبين وعادة ما يجنبهم الخسارة، وكذلك من خلال الإحساس أن اللاعبين يقدمون كل ما لديهم ومن خلاله وجب محاولة رفع معنوياتهم لتقديم الأفضل، وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في فريق شبيبة جيبل. وهذا ما يجعل أغلبية اللاعبين يكتسبون الحماس ويقدمون كل ما لديهم وهذا ما توصلت إليه دراسة حملاوي سارة.



الشكل رقم (10): نسب مئوية تبين تصرف الجمهور عند الخسارة وشعور اللاعبين.

السؤال رقم 11: هل سبق وأن وصفت لكم الجماهير عند القيام بأداء جيد أثناء المباراة، وهل يرفع ذلك من أداؤكم؟

الغرض من السؤال: معرفة مستوى أداء اللاعبين عند تصفيق الجماهير لها أثناء المباراة.

الاقتراحات	التكرارات		النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
نعم	50	47	100	50	3,841	0,05	01	دال
	03	06	94					
	00	00	00					
	50	100	100					
لا	0	0	00	00	00	00	00	00
المجموع	50	50	100	100	100	100	100	100

جدول رقم (13): يوضح مستوى أداء اللاعبين عند تصفيق الجماهير لها أثناء المباراة.

قراءة وتعليق:

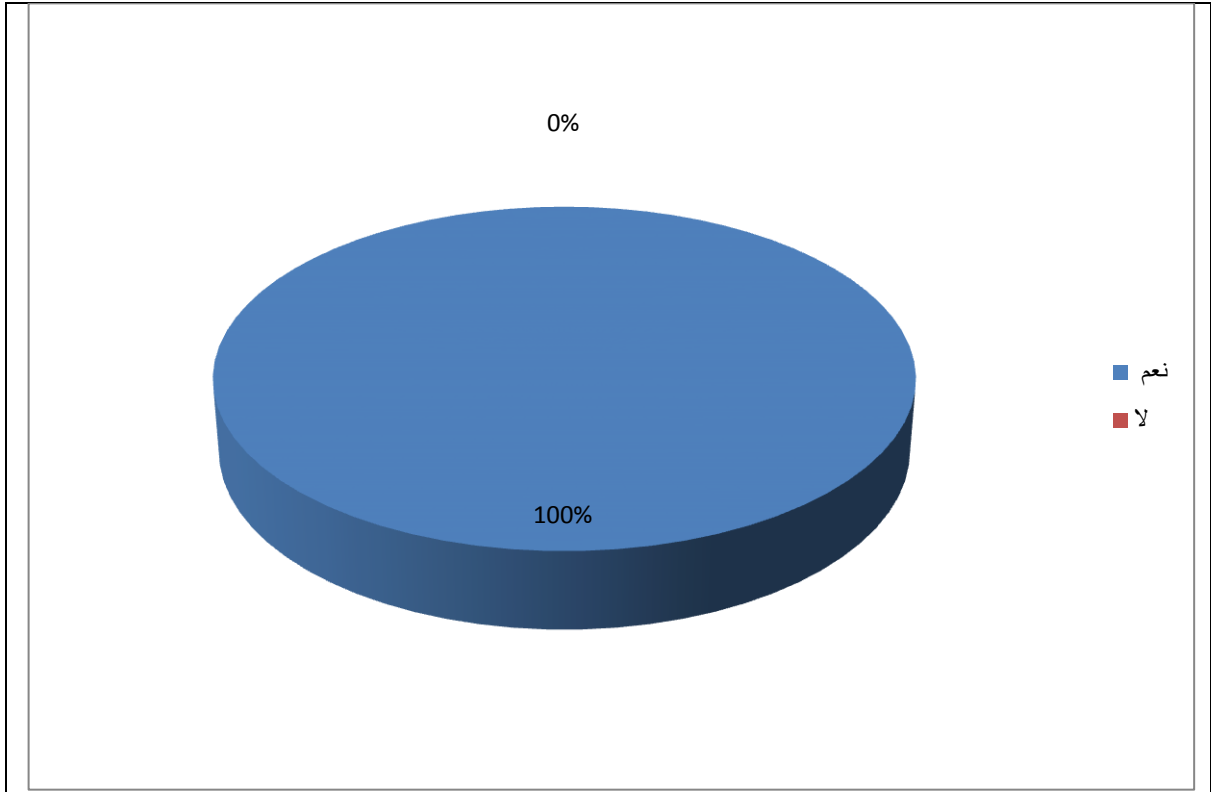
من خلال الجدول يتضح أن الجماهير تصفق للاعبين عند القيام بأداء جيد أثناء المباراة وهذا التصفيق يرفع من أداؤهم.

تبين أن كا² الجدولة المقدر ب 3,841 عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 50. وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق عرضه يتضح أن أغلبية عينة البحث ترى أن الجمهور يصفق لهم عند القيام بأداء جيد أثناء المباراة وذلك من خلال القيام بأداء فواصل مهارية وظهور اللاعبين بمستوى عالي والتقدم في النتيجة وصد الكرة وهذا ما لاحه أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيبل ، حيث أن مثل هذه التصرفات مرغوب فيها و لها انعكاسات ايجابية على الفرد (الضغوط الايجابية) وترفع من أداء اللاعب.¹

¹ عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان: ضغوط العمل، منهج شامل لدراسة الضغوط مصدرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، الرياض، ص 13.



الشكل رقم (11): نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير التصفيق لهم أثناء المباراة.

السؤال رقم 12: هل سبق وأن ضغطت جماهيركم على الفريق الخصم، وكيف كانت ردة فعلهم؟

الغرض من السؤال: معرفة رد فعل اللاعبين عند ضغط جماهيرها على الفريق الخصم.

الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	النسب المئوية		التكرارات		الاقتراحات	
					45	55	19	23	رفع رثم المباراة	الرغبة في بدل مجود مضاعف
دال	01	0,05	3,841	23,12	84	00	42	00	لا	نعم
					16	08	لا	نعم		
					100	50	المجموع	نعم		

جدول رقم (14): يوضح رد فعل اللاعبين عند ضغط جماهيرها على الفريق الخصم.

قراءة وتعليق:

من خلال الجدول رقم (14) يتضح أن 16% من أفراد العينة تفت ضغط الجماهير على الفريق الخصم، في حين 84% أكدت أن جماهيرها تضغط على الفريق الخصم وأن 45% من الذين أجابوا بنعم كانت ردة فعلهم من خلال ضغط جماهيرها على الفريق الخصم يرفع رثم المباراة و 55% الباقية ظهرت ردة فعلها من خلال جهد مضاعف.

وقد تبين أن كا² الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة ب 23,12 وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

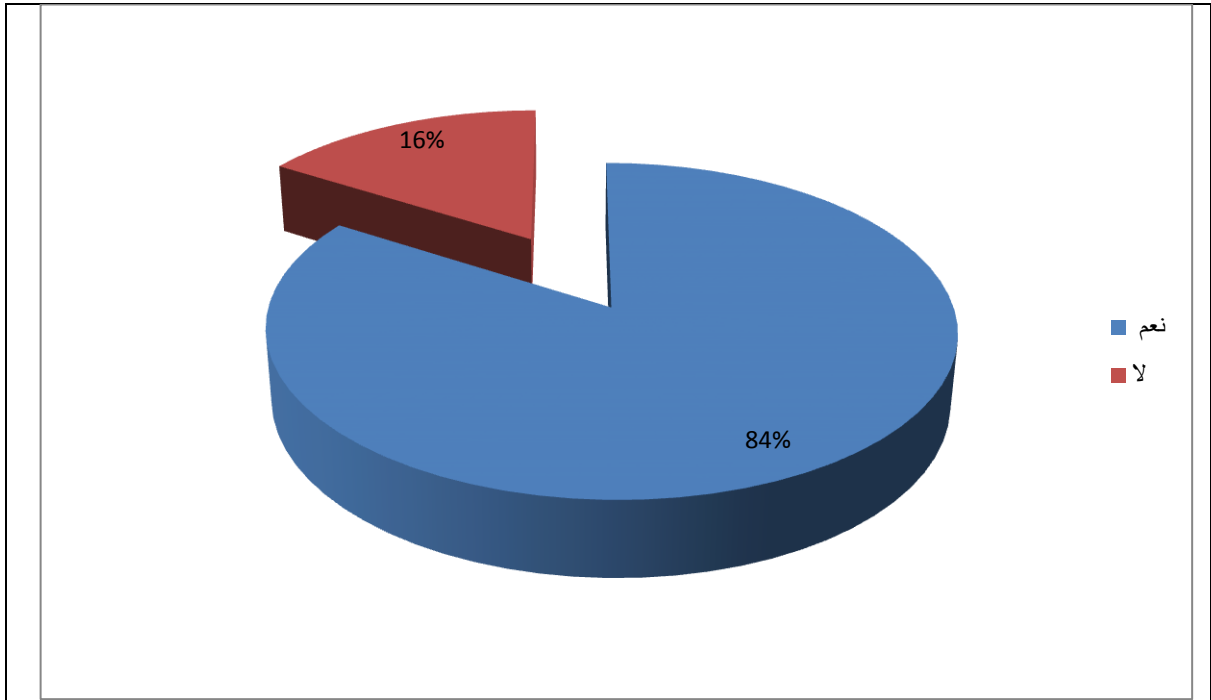
تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح أن الجماهير تضغط على الفريق الخصم وذلك من خلال:

إطلاق صافرات الاستهجان وهذا لإفقاد تركيز لاعبي الخصم وامتصاص حرارتهم. (انظر الجدول رقم 17)

تهديد اللاعبين وهذا يولد لديهم الخوف ويفقدون الثقة بأنفسهم. (انظر الجدول رقم 21)

مثل هذه التصرفات تولد لدى اللاعبين الرغبة في بدل جهد مضاعف والرفع من رثم المباراة وتلتزم ذلك من خلال الهجمات المتتالية للفريق والسيطرة على جل أطوار المباراة، وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيجل.



الشكل رقم(12): نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير أن ضغطت على الفريق الخصم.

السؤال رقم 13: هل طريقة مناصرة الجمهور لكم تتصف بالحضارية، وفي ما يظهر ذلك؟

الغرض من السؤال: معرفة طريقة مناصرة الجماهير لها.

الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	النسب المئوية		التكرارات		الاقتراحات		
					49	70	17	35	نعم	لا	
دال	01	0,05	3,841	08	17	70	06	35	المحافظة على تجهيزات الملعب	نعم	
					34	70	12	35	قلة المشاجرات	لا	
					00	70	00	35	قلة الكلام الفاحش	لا	
					00	70	00	35	أخرى	لا	
					30	70	15	35	لا		
					100	70	50	35	المجموع		

جدول رقم (15): يوضح طريقة مناصرة الجماهير لها.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (15) يتضح لنا أن 30% من أفراد العينة ترى أن طريقة مناصرة الجماهير لا تتصف بالحضارية، في حين 70% يرون أنها تتصف بالحضارية حيث أكد:

✓ 49% أن المناصرة بطريقة حضارية يكون من خلال المحافظة على تجهيزات الملعب.

✓ 17% أن المناصرة بطريقة حضارية يكون من خلال قلة المشاجرات.

✓ 34% أن المناصرة بطريقة حضارية يكون من خلال قلة الكلام الفاحش.

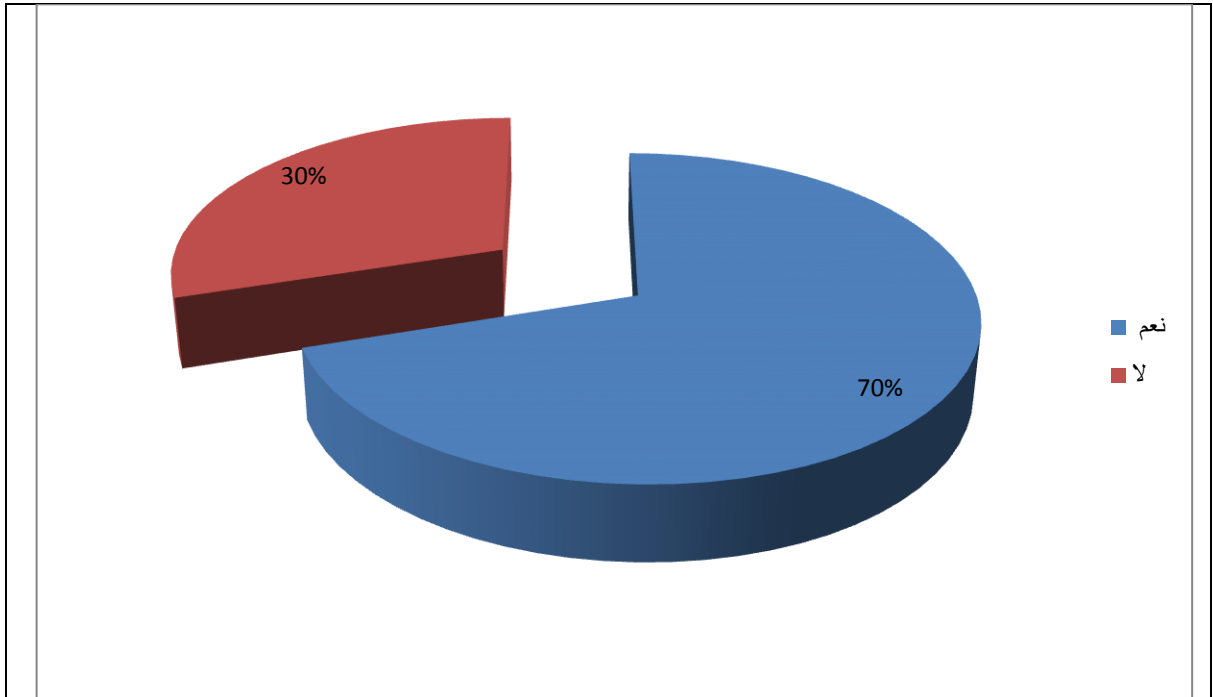
وقد ثبتت أن كا² الجدولة المقدرة بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 08 ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق عرضه يتضح لنا أن أغلبية عينة البحث ترى أن طريقة مناصرة الجمهور لهم تتصف بالحضارية ويرجع ذلك إلى:

- هتافات الأنصار التي تزيد من حماسهم في اللعب. (انظر الجدول رقم 8)
- اللوحات الفنية الإبداعية التي تحفز اللاعبين وترفع وتحسن من أدائهم. (انظر الجدول رقم 07)
- التشجيع ودعم اللاعبين رغم الخسارة. (انظر الجدول رقم 10)

ومعنى ذلك أن طريقة مناصرة الجماهير لها دور كبير في ارتفاع مستويات اللعب وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في فريق شباب جيجل، وهذا ما توصلت إليه دراسة شعبياني سعيد، شعبياني فوزي بشأن الطريقة الحضارية في التشجيع وأثرها على أداء اللاعب.



الشكل رقم (13): نسب مئوية تبين ما إذا كانت طريقة المناصرة تتصف بالحضارية.

السؤال رقم 14: كيف ينعكس الضغط الجماهيري الايجابي على أداء اللاعبين:

لقد جاءت إجابات اللاعبين فيما يخص نظرتهم كيف ينعكس الضغط الجماهيري على أداءهم على شكل نقاط، حيث يرون أن الجمهور لما يكون بأعداد غفيرة فوق المدرجات وما يفعله من هتافات ولوحات فنية وغيرها يكسبهم الثقة وتمنحهم دفعا قويا وعزيمة على بدل جهد مضاعف لتحقيق الفوز وهذا يحسن من أداءهم وفي كثير من الأحيان يكسبهم الفوز، باعتبار الجمهور اللاعب رقم 12 ويعتبر سببا من أسباب الانتصار.

1-3- عرض وتحليل نتائج المحور الثالث:

السؤال رقم 15: هل سبق وأن انقلبت عليكم جماهيركم، وكيف تكون ردة فعلكم؟

الغرض من السؤال: معرفة رد فعل اللاعبين عند انقلاب الجماهير عليها.

الاقتراحات	التكرارات		النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
عدم التحكم في الأداء الزيادة من مسؤوليتكم أخرى	27	46	59	35,28	3,841	0,05	01	دال
		19	41					
		00	00					
		04	08					
لا								
المجموع	50	100						

جدول رقم 16 يوضح رد فعل اللاعبين عند انقلاب الجماهير عليها.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (16) يتضح لنا أن 8% من أفراد العينة نفت انقلاب الجماهير عليها، في حين

92% أكدت أن الجماهير سبق وأن انقلبت عليهم، حيث أن:

59% من الذين أكدوا انقلاب الجماهير عليهم كانت ردة فعلهم عدم التحكم في الأداء.

41% من الذين أكدوا انقلاب الجماهير عليهم كانت ردة فعلهم الزيادة من مسؤوليتهم.

وقد ثبتت أن كا² المجدولة المقدر بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من

كا² المحسوبة والمقدرة بـ 35,28 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

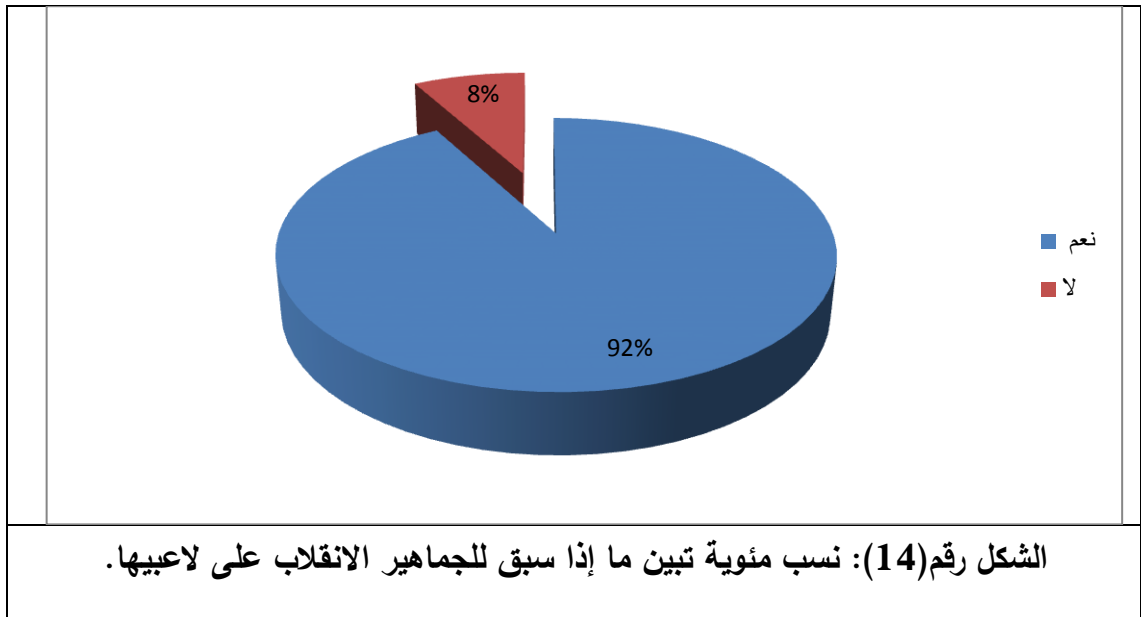
مما سبق عرضه يتضح أن أغلبية عينة البحث تؤكد أن الجماهير تتقلب عليهم ويرجع ذلك إلى:

- الخسارة المتتالية.
- مرور الفريق بمرحلة فراغ.
- الفريق لم يكن في مستوى التطلعات والتوقعات.

ويكون انقلاب الجمهور على اللاعبين من خلال :

- ❖ صافرات الاستهجان أنظر الجدول رقم (17)، وتشجيع الفريق الخصم.
- ❖ شتم اللاعبين انظر الجدول رقم (19).
- ❖ الرمي بالمقذوفات انظر الجدول رقم (20).

حيث أن اللاعبين لا يستطيعون التحكم في أداءهم جراء انقلاب جماهيرهم عليهم وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيجل، فتزداد معدلات الأخطاء ويزداد الشك في اتخاذ القرارات وينقص مدى الانتباه فيجد العقل صعوبة في التركيز وتضعف قوة الملاحظة وهذا ما أكده "حميدي علي الفرماوي، رضا عبد الله".²



² حميدي علي الفرماوي، رضا عبد الله: الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2009، ص36.

السؤال رقم 16: هل سبق أن انتقدكم الجمهور، وماذا كانت ردة فعلكم؟

الغرض من السؤال: معرفة رد فعل اللاعبين عند انتقاد الجماهير لهم.

الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	النسب المئوية		التكرارات		الاقتراحات	
					59	96	28	48	نعم	لا
دال	01	0,05	3,841	42,32	41	96	20	48	الشعور بالإحباط	لا
									السعي لتحقيق أداء أفضل	
					00		00		أخرى	
						04		02		
					100		50	المجموع		

جدول رقم 17: يوضح رد فعل اللاعبين عند انتقاد الجماهير لهم.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (17) يتضح لنا أن 4% من أفراد العينة نفت انتقاد الجماهير لها، في حين 96% أكدت انتقاد الجماهير لها، حيث أن:

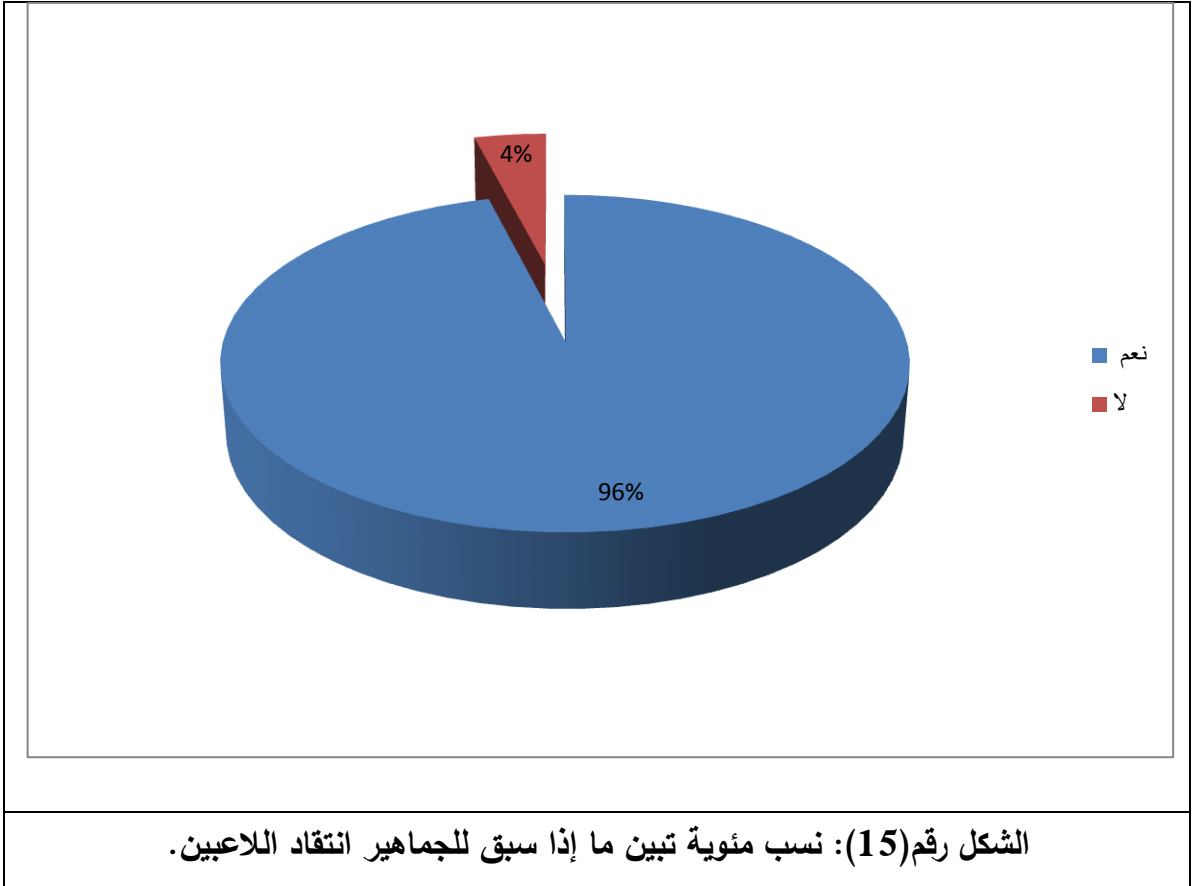
✓ 59% من الذين أكدوا انتقاد الجماهير لهم كانت ردة فعلهم الشعور بالإحباط.

✓ 41% من الذين أكدوا انتقاد الجماهير لهم كانت ردة فعلهم السعي لتحقيق أداء أفضل.

وتبينت أن كا² الجدولة المقدره بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدره بـ 42,32 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح لنا أن الجماهير عادة ما تنتقد لاعبيها، فمثل هاته التصرفات نجد اللاعب يجد صعوبة في اتخاذ القرارات وانجاز المهام بدرجة عالية من التحفظ والصعوبة في التركيز، هذا الأخير يؤثر سلبا على أداء اللاعبين وهذا ما أكده "علي عسكر"³.



³ علي عسكر: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، القاهرة، ط1، 2009، ص44.

السؤال رقم 17: هل سبق وأن أطلقت جماهيركم صافرات الاستهجان، وهل تفقدكم تركيزكم؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان صافرات الاستهجان تفقد اللاعبين تركيزهم.

الافتراضات	التكرارات		النسب النئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
	29	71	82	20,48	3,841	0,05	01	دال
	12	29						
	09	18						
	50	100						

جدول رقم (18) يوضح ما إذا كان صافرات الاستهجان تفقد اللاعبين تركيزهم.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (18) يتضح لنا أن 18% من أفراد العينة نفت إطلاق الجماهير عليها صافرات استهجان، في حين 82% أكدوا ذلك ، حيث أن:

71% صرحوا أن إطلاق الجماهير صافرات الاستهجان يفقدهم تركيزهم.

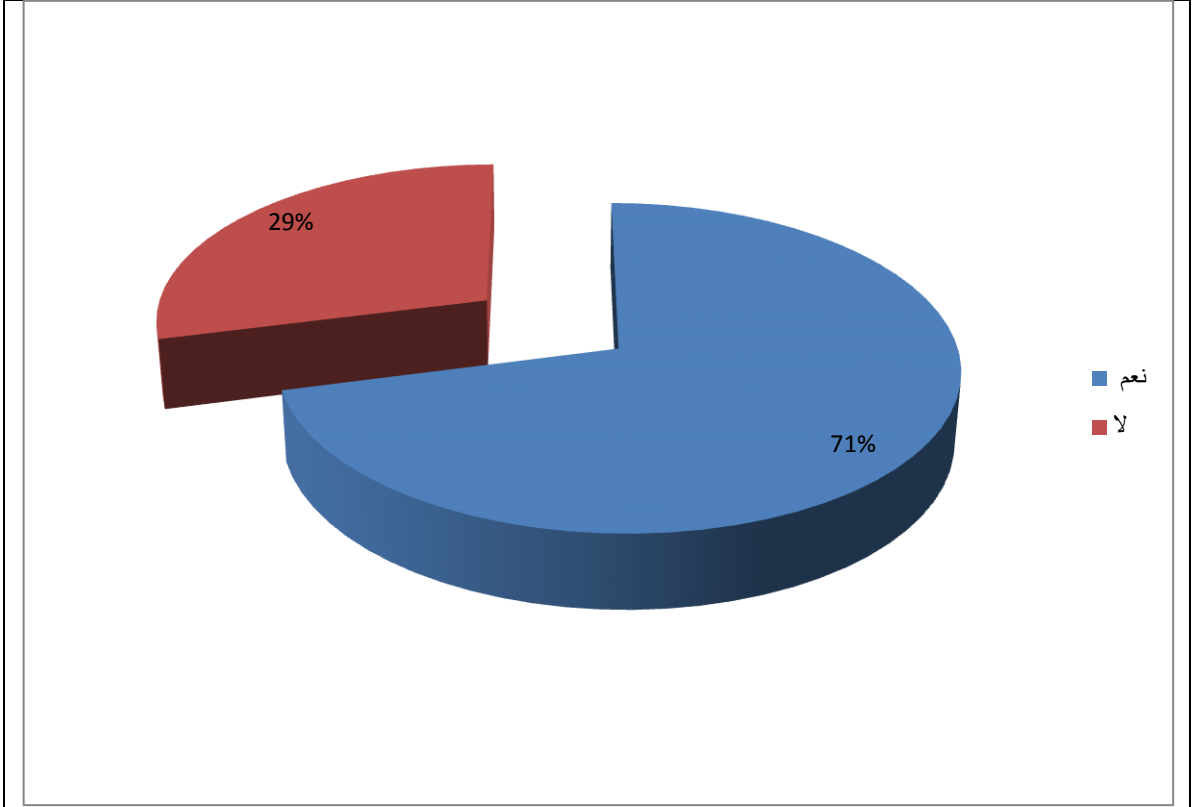
29% صرحوا أن إطلاق الجماهير صافرات الاستهجان لا يفقدهم تركيزهم.

وقد ثبتت أن كا² المجدولة المقدره بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 20,48 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح أن الجماهير عادة ما تطلق صافرات الاستهجان للاعبين حيث أنها تسبب انخفاضاً في الروح المعنوية وتولد ارتباكاً، كما أنها تؤدي إلى الشعور بالفشل وتسبب للفرد الضعف وهذا ما أكدته "عبد

الرحمان بن محمد هيجان"⁴ وتلتبس ذلك من خلال أن اللاعب لا يستطيع حتى ترويض الكرة والتمرير وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جبيل، والذي يدل على انخفاض مستوى اللاعب جراء هاته الصافرات.



الشكل رقم(16): نسب مئوية تبين إذا سبق للجماهير اطلاق صافرات الاستهجان.

⁴ عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان: ضغوط العمل، منهج شامل لدراسة الضغوط مصدرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، الرياض، ص 13.

السؤال رقم 18: هل سبق وأن رفع جمهوركم لافتات مهينة لكم وهل تؤثر سلبا على أداءكم ؟

الغرض من السؤال: معرفة أثر رفع اللافتات الهينة على اللاعبين.

الاقتراحات	التكرارات		النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
	23	32	64	3,92	3,841	0,05	01	دال
	72	28						
	18		36					لا
	50		100					المجموع

جدول رقم (19): يوضح أثر رفع اللافتات الهينة على اللاعبين.

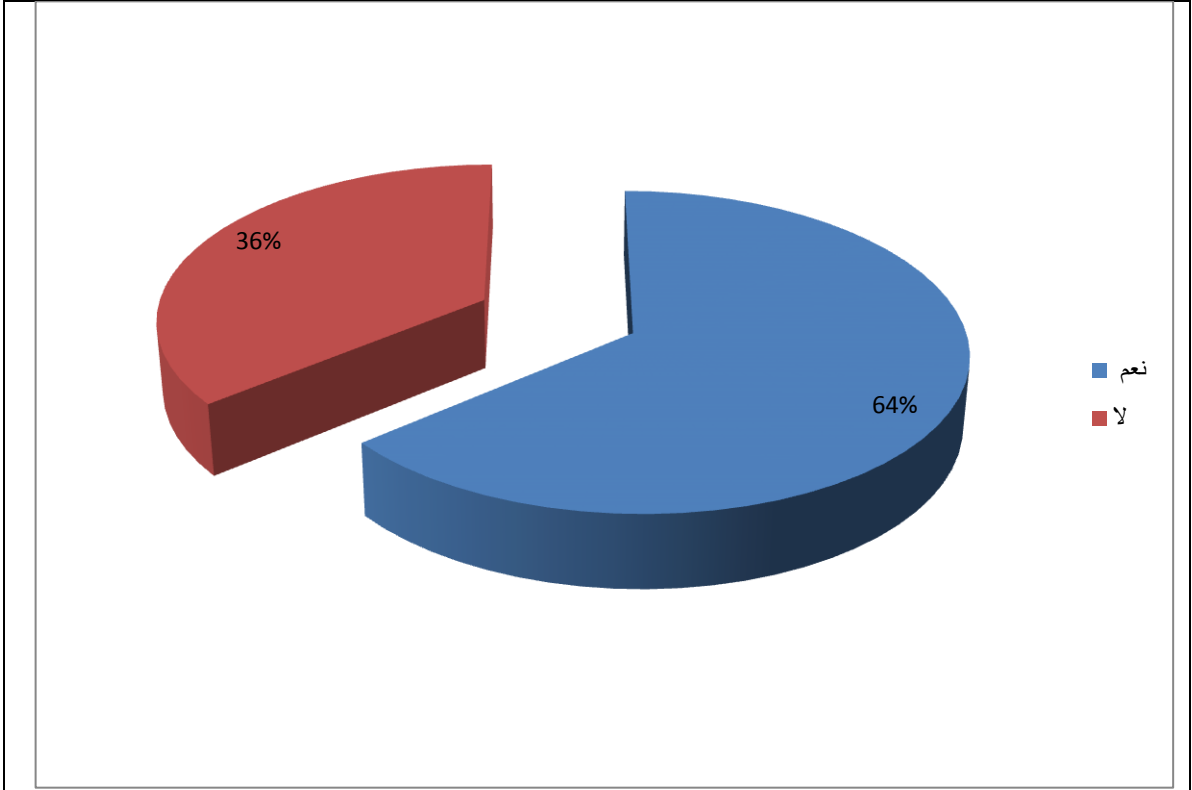
عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (19) والخاص بالسؤال 18 والخاص برفع لافتات مهينة للاعبين وتأثيرها على الأداء يتضح لنا أن 36% من أفراد العينة صرحت أن الجماهير لم يرفع لافتات مهينة لهم، في حين 64% صرحوا أن الجماهير رفعت لافتات مهينة لهم، وأن 72% من الذين أجابوا بنعم أكدوا أنها تؤثر على أداءهم سلبا، أما 28% فلا تؤثر عليهم.

وقد تبين أن قيمة كا² المجدولة المقدره بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 3,92 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح أن الجماهير عادة ما ترفع لافتات مهينة للاعبين وذلك يجعل من اللاعب المستهدف يدخل في دوامة من الشكوك والحيرة يحيط به جو من الشعور بالإحباط وفقدان التركيز وفي بعض الأحيان يتعدى ذلك إلى الدخول في مناوشات مع الجماهير، وهذا ما لاحظته أحد الباحثين، مما يؤدي باللاعب إلى الدخول في مرحلة فراغ وانخفاض ملحوظ في مستوى الأداء.



الشكل رقم (17): نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير رفع لافتات مهينة.

السؤال 19: هل سبق وأن شتمكم جمهوركم أثناء المباراة وكيف كانت ردة فعلكم؟

الغرض من السؤال: معرفة رد فعل اللاعبين عند شتمهم أثناء المباراة.

الاقتراحات	التكرارات		النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
عدم التحكم في الأداء	33	47	70	38,72	3,841	0,05	01	دال
	14	30	94					
	00	00	00					
	06	03	06					
المجموع	50	100	100					

جدول رقم (20): يوضح رد فعل اللاعبين عند شتمهم أثناء المباراة.

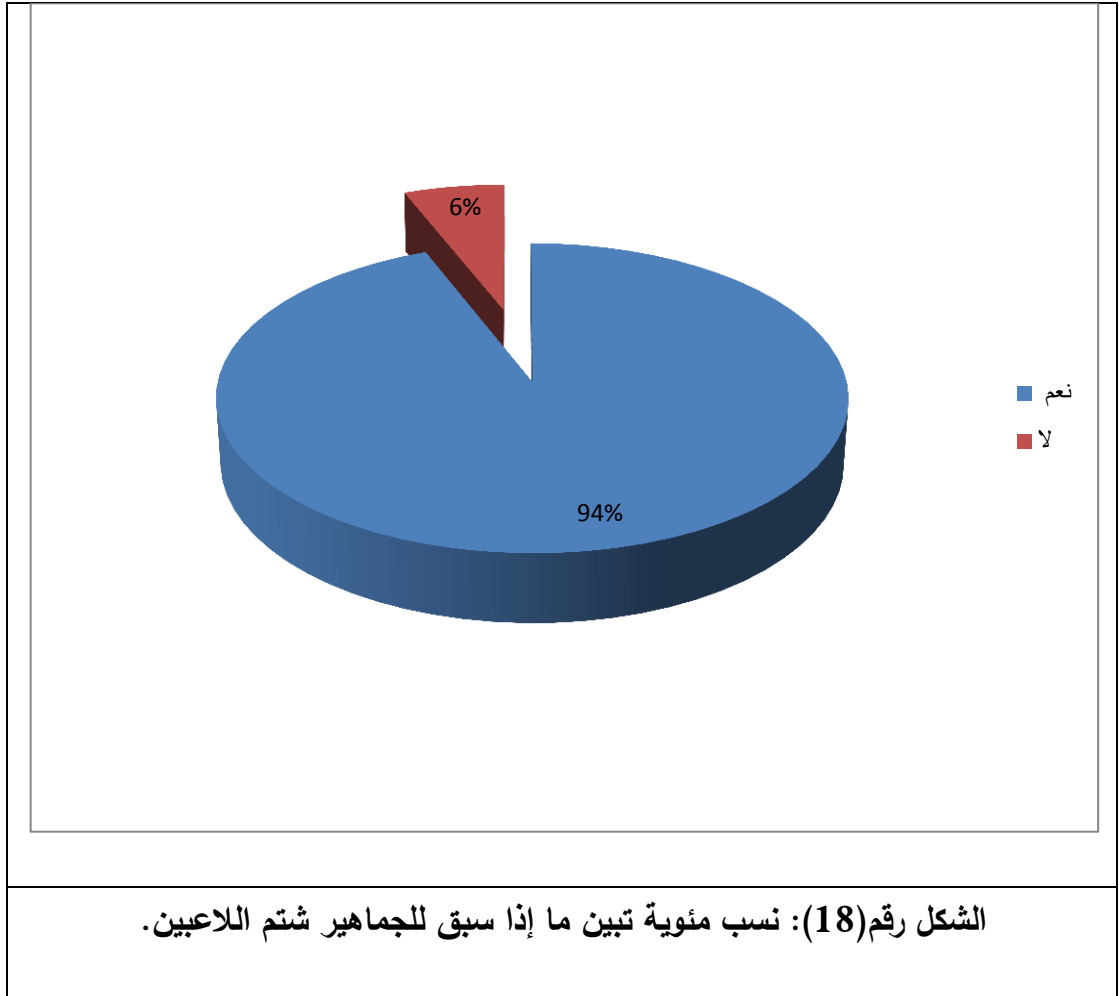
عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (20) يتضح لنا أن 8% من أفراد العينة نفت انقلاب الجماهير عليها، في حين 92% أكدت أن الجماهير سبق وأن انقلبت عليهم، حيث أن:

✓ 59% من الذين أكدوا انقلاب الجماهير عليهم كانت ردة فعلهم عدم التحكم في الأداء.

✓ 41% من الذين أكدوا انقلاب الجماهير عليهم كانت ردة فعلهم الزيادة من مسؤوليتهم.

وقد ثبتت أن كا² المجدولة المقدرة بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 35,28 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



السؤال رقم 20: هل سبق وأن تم الرمي عليكم بالمقذوفات من قبل جماهيركم؟ وماذا سبب ذلك؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا سبق للجماهير أن رمت على اللاعبين بالمقذوفات.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية		كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
		54	92					
نعم انخفاض رثم المباراة الخوف أخرى	25			35,28	3,841	0,05	01	دال
	46	21						
	00	00						
لا	04	08						
المجموع	50	100						

جدول رقم (21): يوضح ما إذا سبق للجماهير أن رمت على اللاعبين بالمقذوفات.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (21) يتضح لنا أن 8% من أفراد العينة نفت رمى المقذوفات عليها، من قبل جماهيرها في حين 92% أكدت أن الجمهور يرمي عليهم المقذوفات، حيث أن:

✓ 54% من الذين أجابوا بنعم تسبب لهم مثل هذه التصرفات في انخفاض رثم المباراة و

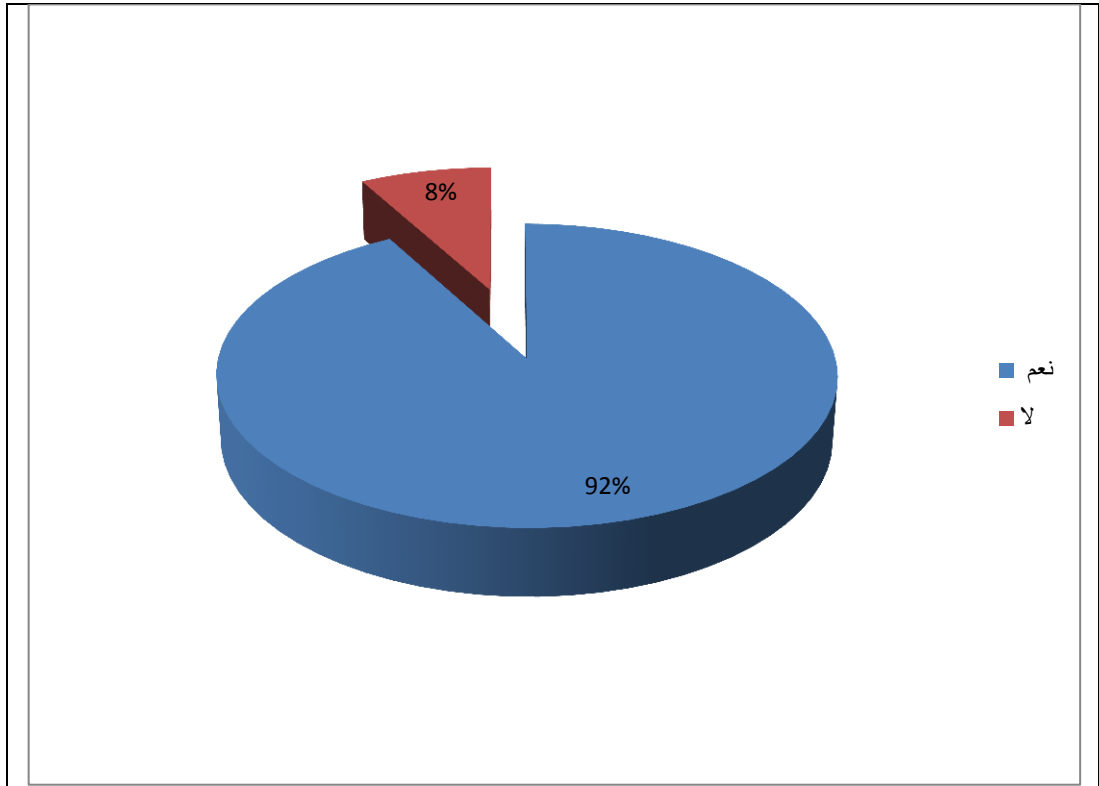
✓ 46% نسب لهم الخوف والهلع.

وقد ثبتت أن كا² الجدولة المقدرة بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 35,28 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما يتضح أن الجماهير ترمي بالمقذوفات على اللاعبين حيث أن اللاعبين لا يستطيعون اللعب بكل أريحية وأنهم يخافون من الإصابة جراء المقذوفات حتى أنهم لما يتقربون من محيط الملعب، كما أن

إيقاف واستئناف المباراة يخفض من رثم المباراة ويؤثر سلبا على أداءهم. وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيجل.



الشكل رقم(19): نسب مئوية تبين ما إذا سبق للجماهير أن رمت على اللاعبين بالمقذوفات.

السؤال رقم 21: هل سبق وأن هددكم جماهيركم وكيف كان شعوركم؟

الغرض من السؤال: معرفة إن كان اللاعبون يتعرضون للتهديد من قبل جماهيركم وشعورهم عند التهديد.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية		كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة		
		60	19							
نعم الخوف ضبط النفس واللامبالاة أخرى	32	64	00	3.92	3,841	0,05	01	دال		
									40	13
									36	18
									100	50
لا										
المجموع										

جدول رقم (22): يوضح إن كان اللاعبون يتعرضون للتهديد من قبل جماهيركم وشعورهم عند التهديد.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (22) يتضح لنا أن 36% من أفراد العينة نفت تهديد الجماهير لها، في حين 64% أكدت أن الجماهير سبق وأن هددتهم، وأن 60% من الذين أجابوا بنعم شعورا بالخوف جراء التهديدات 40% تضبط نفسها ولا تبالي جراء هذه التصرفات.

وقد ثبتت أن كا² الجدولة المقدره بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 3,92 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

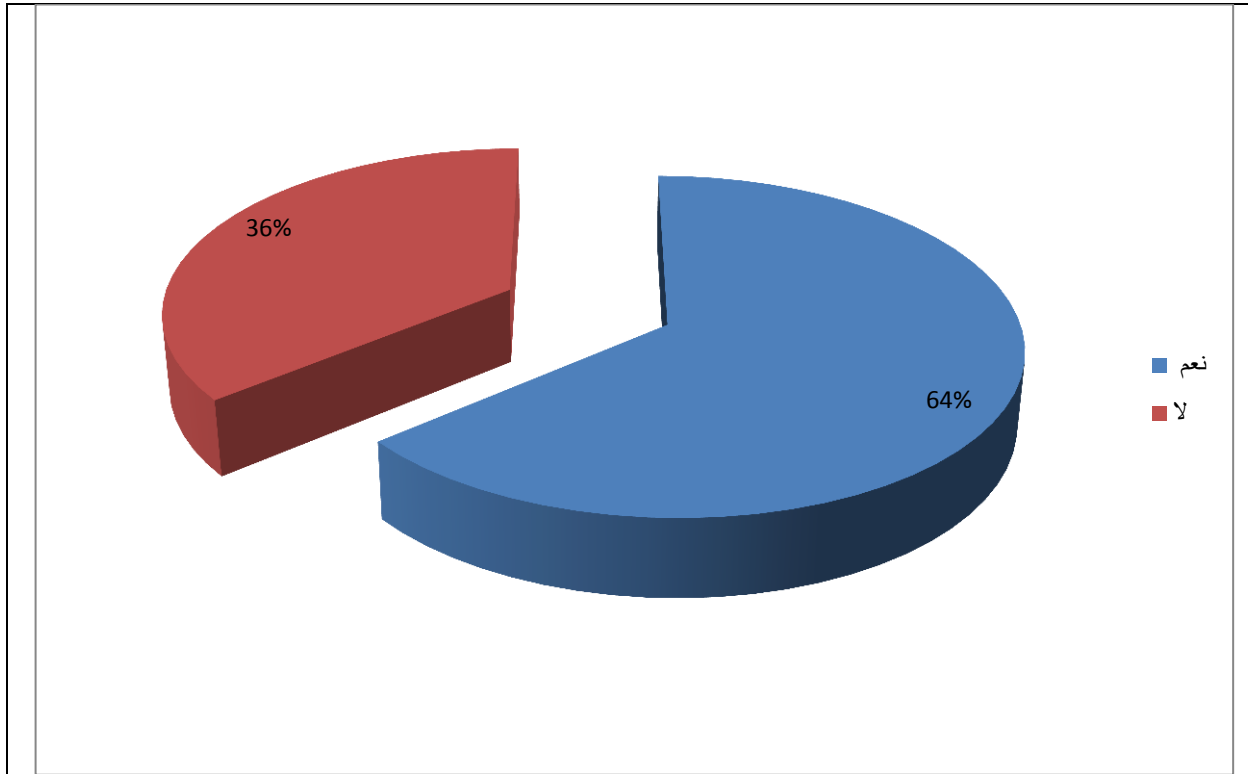
تحليل واستنتاج:

مما سبق عرضه يتضح أن الجماهير عادة ما تهدد لاعبيها وذلك من خلال:

- التأخر في النتيجة في مباراة مثل الداربي.
- لاعبين غير مرغوب فيهم في تشكيلة الفريق.

- إحساس بعض اللاعبين يتلاعبون بنتيجة المباراة.

حيث من خلال هذا التهديد يجعل اللاعبين في حالة دعر وخوف وتولد لهم ارتباكاً، وتجد تفكيرهم يتركز على كيفية الخروج من الملعب عند انتهاء المباراة ألية على حساب نتيجة المباراة وهذا ما يقال من أداءهم وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيجل.



الشكل رقم(20): نسب مئوية تبين إن كان اللاعبون يتعرضون للتهديد من قبل جماهيركم وشعورهم عند التهديد.

السؤال رقم 22: هل سبق وأن خرجت جماهيركم من الملعب أثناء المباراة وهل تؤثر سلبيًا على أداءكم؟

الغرض من السؤال: معرفة تأثير الأداء عند خروج الجماهير من الملعب أثناء المباراة.

الاقتراحات	التكرارات		النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
	نعم	لا						
	16	28	68	13,52	3,841	0,05	01	دال
	12							
	56		32					
	44	22						
	100	50						

جدول رقم (23): يوضح تأثير الأداء عند خروج الجماهير من الملعب أثناء المباراة.

عرض وقراءة :

من خلال الجدول رقم (22) يتضح لنا أن 24% من أفراد العينة نفت خروج الجماهير من الملعب أثناء المباراة ، في حين 76% أكدت خروج الجماهير من الملعب، حيث أن:

68% من الذين أكدوا أن خروج الجماهير من الملعب يؤثر سلبيًا على أداءهم.

32% من الذين أكدوا أن خروج الجماهير من الملعب لا يؤثر على أداءهم.

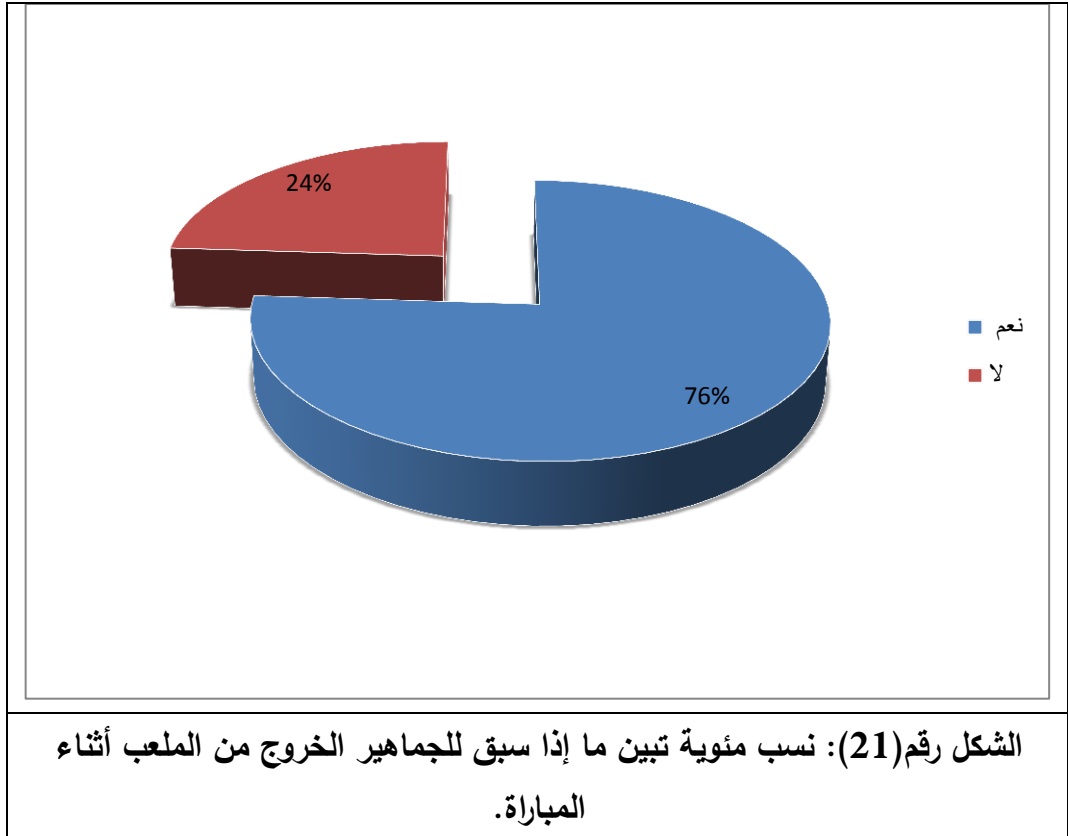
وقد ثبتت أن كا² المجدولة المقدره بـ 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من كا² المحسوبة والمقدرة بـ 13,52 ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

تحليل واستنتاج:

مما سبق يتضح أن الجماهير عادة ما تخرج من الملعب أثناء المباراة وهذا راجع إلى:

- أن الفريق يكون في حالة الخسارة.
- نقص مردود الفريق حسب ظنهم.

زمن خلال هذا التصرف نجد أن اللاعبين يفقدون الثقة بأنفسهم كونهم كانوا ينتظرون مساندة ودعم من المدرجات من هتافات وشحن وضغط على الفريق الخصم والذين كانوا بمثابة ضخ دماء جديدة إلا أنهم اصطدموا بخروج الأنصار من الملعب وهذا ما يسبب انخفاضا في روح معنوية اللاعبين. وتؤدي إلى الشعور بالفشل والضعف بالنسبة للاعبين ومن خلاله نجد هبوط في مستوى أداء اللاعبين وهذا ما لاحظته أحد الباحثين كونه لاعب في شبيبة جيغل.



السؤال رقم 23: كيف ينعكس الضغط الجماهيري السلبي على أداء اللاعبين؟

الغرض من السؤال: معرفة وجهة نظر اللاعبين اتجاه الضغط الجماهيري السلبي.

إن الضغط الجماهيري السلبي الذي يمارسه الجمهور اتجاه اللاعبين يؤدي إلى انخفاض الروح المعنوية وفقدان التركيز فعند سماع اللاعبين صافرات الاستهجان الملقاة عليهم والتهديدات والرمي بالمقدوفات وغيرها من التصرفات السلبية للجمهور نجدها تسبب الضعف للاعبين وتولد لهم ارتباكاً ينتج عنه انخفاض في مستوى الأداء وفي كثير من الأحيان يؤدي إلى خسارة الفريق والجمهور لنقاط المباراة.

2- مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفروض والدراسات السابقة:

من خلال دراستنا هذه حاولنا التوصل إلى نتائج موضوعية على الضغط الجماهيري وإنعكاسه على الأداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة لصنف الأكابر باعتبار هذه الفئة العمرية هي الأكثر تعرضاً للضغط الجماهيري مقارنة بباقي الأصناف.

2-1- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الأول.

من خلال النتائج الخاصة بالمحور الثاني : الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين أثناء المنافسة. والتي تتكون من 9 أسئلة موجهة نحو اللاعبين والمتمثلة في الأسئلة من 5 إلى 14:

يتضح أن عملية اللاعبين مع وجود الجماهير إلى جانبهم لما له من انعكاسات ايجابية على أدوارهم فوق الميدان وذلك من خلال اكتسابهم الثقة بأنفسهم والتركيز الجيد أثناء سير اللقاء وهذا يحفزهم على بدل مجهودات مضاعفة، ومن خلال ذلك يتضح أن الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين أثناء المنافسة وهو ما أكدته دراسة بلطيط فاروق ودراسة شعباني ودراسة حملوي حيث توصل إلى أن الضغط الجماهيري الايجابي يلعب دوراً أساسياً لدى اللاعب ويساعده ذلك في تطوير أداءه وهذا ما اثبت صحة الفرضية.

2-2- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرض الثاني:

من خلال النتائج الخاصة بالمحور الثالث والمتعلق بالضغط الجماهيري السلبي يقال من أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة. والتي تتكون من 8 أسئلة موجهة نحو اللاعبين والمتمثلة في الأسئلة من 15 إلى 23:

حيث يتضح أن أغلبية اللاعبين أجمعوا أنهم يتأثرون سلبا جراء التصرفات الغير لائقة من الجمهور اتجاههم حيث تجدهم يفقدون تركيزهم ويشعرون بالإحباط مما يحدث انهيار و فراغا نفسيا مما يساهم في تراجع الأداء بشكل ملحوظ ومنه نستنتج أن الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء اللاعبين وهذا ما توصلت إليه دراسة حملوي سارة أن اللاعبين تجدهم مترددين بشأن انقلاب الجمهور عليهم ويحيد عن مساره فيحدث ذلك نرفزة وقلق يؤثر سلبا ويقيد عملية تطوير الأداء ويعكس ذلك بشكل سلبي على الأداء ومردود الفريق. وكذلك دراسة شعباني السعيد وفوزي أن الضغط الجماهيري يلعب دورا أساسيا في التقليل من مردود اللاعبين أثناء المقابلة. وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثانية.

2-3- مناقشة الفرضية الرئيسية:

من خلال تحقيق نتائج الفروض والتي تثبت أن الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين وأن الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء اللاعبين وعلى ضوء هذه النتائج نتضح لنا صحة الفرضية النسبية القائلة:

للضغط الجماهيري انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف الأكاير.

3- اقتراحات وفرضيات مستقبلية:

في ضوء حدود ما توصلنا عليه من نتائج وجب علينا الخروج ببعض الاقتراحات المستقبلية منها:

الاقتراحات المستقبلية الخاصة بالمدرسين:

- جلب أطباء نفسانيين إلى الطاقم الفني لمساعدة اللاعبين على التخفيف من الضغوطات السلبية.
- وضع المدربين لبرامج تدريبية تخفف من الضغط الممارس على اللاعبين.
- إعداد معلومات خاصة عن سيرة حياة اللاعبين وكيفية تعاملهم مع الضغوطات.

- ضرورة قيام المدربين بتشخيص المتطلبات النفسية للاعبين للاشتراك في المباراة.

الاقتراحات المستقبلية الخاصة باللاعبين:

- وضع برامج وأساليب للتعامل مع الضغوطات للاعبين.
- تعويد اللاعبين على التركيز كل الواجبات الملقاة على عاتق كل منهم وعدم التأثر بالمشكلات الخارجية.
- تعويد اللاعبين على الكفاح تحت أسوأ الظروف.

الاقتراحات المستقبلية الخاصة بالجماهير:

- حث لجنة الأنصار على توصية الجماهير للابتعاد على التشجيع السلبي.
- وضع بطاقات اشتراك للجماهير في حالة قيام أحد بسلوك سيء تسحب منهم هذه البطاقات.
- استغلال مواقع التواصل الاجتماعي باعتبارها حلقة تجمع شبابنا لمساهمتها في غرس الأفكار في نفوس الأفراد وذلك باستغلالها لغرس الأفكار الصحيحة والعادات الجيدة في التشجيع.

الاقتراحات المستقبلية الأكاديمية:

- إجراء دراسات أخرى حول الضغط الجماهيري.
- إجراء المزيد من الدراسات حول الموضوع وبمتغيرات مختلفة.

خاتمة

لقد كان هدفنا من إجراء هذه الدراسة إلى الإشارة إلى أهمية عامل الضغط الجماهيري في ميدان كرة القدم لما في ذلك من انعكاسات وآثار على مستوى البدني والمهاري للاعبين.

فقد تطرقنا في دراستنا هذه إلى إبراز انعكاسات الضغط الجماهيري على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

وبعد البحث النظري والدراسة الميدانية المنجزة والاستعانة بالاستمارات وجدنا أن هناك انعكاس للضغط الجماهيري على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

ونتيجة دراستنا هذه أدت إلى إثبات الفرضيات المقدمة في بداية الدراسة فيتضح لنا أنه غالبا ما يكون الانعكاس إيجابيا لدى اللاعب ولكن في بعض الأحيان يكون تأثر اللاعب سلبا وهذا يكون حسب طريقة التشجيع.

وفي الأخير نقول أن الضغط الجماهيري كما له من إيجابيات له سلبيات تنعكس على أداء اللاعب فهو يعتبر عنصرا فارقا خاصة عند تقارب المستويات.



قائمة المراجع

أولا المصادر:

- سورة الإسراء.

ثانيا: المراجع باللغة العربية:

1- الكتب:

- 1- إبراهيم شعلان ،محمد عفيفي: كرة القدم للناشطين. مركز الكتاب للنشر، مصر، ط1،2001،1.
- 2- أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 2003.
- 3- أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 2003.
- 4- أسامة كامل راتب: تدريب المهارات النفسية "تطبيقات في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 2000.
- 5- أليكس بيلوس، ترجمة: عبلة عودة: كرة القدم الحياة على الطريقة البرازيلية ، مراجعة أحمد خريس، أبو ظبي: هيئة أبو ظبي للسياحة والثقافة، ط1، 2011م.
- 6- أمر الله الباسطي: أسس وقواعد التدريب وتطبيقاته، دار الفكر العربي، مصر، 1998.
- 7- بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية،الجزائر، 2009.
- 8- ثامر محسن إسماعيل، موفق مجيد المولي: التمارين التطويرية لكرة القدم، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 1999.
- 9- جابر عبد الحميد جابر، بيكولوجية التعلم ونظريات التعلم .دار الكتاب الحديث، الكويت 1982.
- 10- حسن أبو عبدوا، الإعداد للاعب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية،الإسكندرية، مصر، ط1، 2002.
- 11- حسن أحمد الشافعي: تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998.
- 12- حسن جابر: كرة القدم، دار اليوسف للطباعة والنشر والتوزيع. 2005.
- 13- حمدي علي الفرماوي، رضا عبد الله: الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1 ، 2009.

- 14- حميدي علي الفرماوي، رضا عبد الله: الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2009.
- 15- حنفي محمود مختار: "كرة القدم للناشئين"، دار الفكر العربي، مصر، بدون سنة.
- 16- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة، ط1، 1992.
- 17- حنفي محمود مختار: التطبيق العملي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
- 18- حنفي محمود مختار: المدير الفني في كرة القدم، دار النشر، 1997.
- 19- رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الإجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007.
- 20- رومي جميل: كرة القدم، دار النقائص، بيروت، ط1، 1986.
- 21- سمير بقيون: الطب النفسي، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2007.
- 22- صلاح الدين محمد عبد الباقي: السلوك التنظيمي مدخل تطبيقي معاصر، دار لجامعة الجديدة، الإسكندرية، ط1، 2003.
- 23- عامر سعيد الخيكاني، سكيولوجية كرة القدم، مجتمع ع للنشر و التوزيع، عمان، أردن، ط1، 2001.
- 24- عامر فاخر شغاتي: علم التدريب الرياضي، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2014.
- 25- عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان: ضغوط العمل، منهج شامل لدراسة الضغوط مصدرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، الرياض.
- 26- علي عسكر: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، القاهرة، ط1، 2009.
- 27- عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: "مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
- 28- عمر وصفي عقلي: إدارة الموارد البشرية المعاصرة بعد استراتيجي، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2005.
- 29- عمر وصيفي عقيلي: الموارد البشرية المعاصرة بعد استراتيجي، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2005.

- 30- غازي صالح محمود، هاشم ياسر: كرة القدم التدريب المهاري، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، 2012.
- 31- فاطمة عبد الرحيم النوابية: الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2013.
- 32- فاطمة عبد الرحيم النوابية: الضغوطات والأساليب النفسية وأساليب المساندة، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2013.
- 33- فائق فوزي عبد الخالق: ضغوط العمل، مجلة أفاق اقتصادية، اتحاد غرف التجارة والصناعة، الإمارات، مجلد 17، العدد 67، 1996.
- 34- فري كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب وآخرون: منهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة، عمان، الأردن، 2006.
- 35- قاسم لزام صير، يوسف لازم كماش، صالح بشير سعد أو خيط، أسس التعليم وتطبيقاته في كرة القدم، دار لندنيا للطباعة أسكندرية، مصر، ط 1، 2005.
- 36- كامل خور رشيد مراد الاتصال الجماهيري والإعلام التطور والخصائص والنظريات، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، ط2، 2014.
- 37- كامل خور رشيد مراد: الاتصال الجماهيري و الإعلام- التطور الخصائص النظريات، دار المسيرة للنشر و التوزيع والطباعة، عمان، ط1، 2011.
- 38- لويا الهاشمي، بن زروال فتيحة: الإجهاد مختبر التطبيقات النفسية والتربوية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، 2006.
- 39- مأمور بن حسن آل سلمان: "كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية"؛ دار ابن حزم، لبنان، ط2، 1998.
- 40- محمد أزهر السماك وآخرون: "الأصول في البحث العلمي"، دار الحكمة للطباعة والنشر، الموصل، العراق، 1980.
- 41- محمد الحماحي، أمين الخولي: اسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 1990.
- 42- محمد حازم محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لندنيا للطباعة و النشر، مصر، ط2005، 1.
- 43- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف، القاهرة، 1987.

- 44- محمد رفعت: كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، دار البحار، لبنان، 1999.
- 45- محمد عبده صالح، مفتي إبراهيم حماد: أساسيات كرة القدم، دار المعرفة، القاهرة، 1994.
- 46- محمد مجيد المولى: المدرب والعمل التكتيكي لكرة القدم، دار الينابيع، ط1، 2009م.
- 47- محمد محمد إبراهيم: دليل الباحث في إعداد ومناقشة الرسائل والبحوث العلمية، الدار الجامعية، الإسكندرية، 2014 .
- 48- محمد نصر الدين رضوان: مقدمة في التقويم والتربية البدنية ، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3، 1992.
- 49- محمود سليمان العميان: السلوك التنظيمي بمنظمات الأعمال، دار وائل للنشر و التوزيع، عمان، ط1، 2005 .
- 50- محمود، موفق أسعد : التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، عمان، ط 1 ، 2008.
- 51- محمود، موفق أسعد، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، دار دجلة، عمان، ط1، 2008.
- 52- مختار حنفي : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1985.
- 53- مشعل عدي النمري: مهارات كرة القدم وقوانينها ، دار أسامة للنشر، الأردن، 2000.
- 54- مشهور بن حسن آل سلمان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية ، دار حازم للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان، ط2، 1998م.
- 55- مصطفى السايح محمد، صلاح أنيس محمد: الاختبار الأوروبي للياقة البدنية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط1، 2009.
- 56- مغني إبراهيم محمد :الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1994.
- 57- مفتي إبراهيم: المرجع الشامل في كرة القدم، القاهرة، دار الكتاب الحديث، ط1، 2010.
- 58- مفتي إبراهيم: اللياقة البدنية طريق الصحة البطولة الرياضيين، سلسلة معالم رياضية، القاهرة، ط1، 2004.
- 59- مهند حسن البشتاوي، أحمد إبراهيم الخوجا، مبادئ التدريب الرياضي ، عمان، ط1، 2005.
- 60- موفق أسعد محمود الهيتي: الاختبارات و التكتيك في كرة القدم، دار دجلة ، عمان، 2007.
- 61- موفق أسعد محمود الهيتي، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، عمان ،دار دجلة، ط 1 ، 2008 .

- 62- موفق أسعد محمود، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، دار العجلة ، عمان، ط2، 2008.
- 63- موفق مجيد المولى: الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، لبنان، 1999.
- 64- هاشم ياسر حسن، تمارين خاصة لتطوير دقة الأداء الحركي والمهاري للاعبين لكرة القدم، ط1. عمان مجتمع عربي للتوزيع 2011.
- 65- وائل عبد الرحمان التل: البحث العلمي في العلوم الانسانية والاجتماعية، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن، 2007.
- 66- وجيه محجوب: البحث ومناهجه، دار الكتاب ، بغداد، ط1، 2002.
- 67- الوقاد محمد رضا، التخطيط الحديث في كرة القدم، مصر، ط1، 2003.
- 68- ياسين فضل ياسين: الإعلام الرياضي، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2011.
- 69- يوسف لازم كماش، صالح بشير أو خيط : أسس التعلم وتطبيقاته في كرة القدم، زهران للنشر والتوزيع، عمان، 2010.

2- المذكرات والمجلات:

- 70- أميرة بن بوط: دور الصحافة الرياضية الجزائرية في التوعية من مظاهر العنف في الملاعب كرة القدم الجزائرية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في الاعلام والاتصال ، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، 2016/2017.
- 71- عقون آسيا: الضغط النفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، سطيف، 2011/2012.
- 72- العبودي فاتح : الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي، قسنطينة، 2007/2008.
- 73- جبلي نسمة، لوقادي رشيدة: الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى معلمي المرحلة الابتدائية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية، جامعة محمد الصديق بن يحيى- جيجل، 2016-2017.
- 74- حملاوي سارة: أثر الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة صنف أواسط، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية والرياضية، البويرة.

75- عبد الغفار عرومي، دحمان معمر: دور قلة المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين، مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، غير منشورة، معهد تربية بدنية، سيدي عبد الله، الجزائر، 2004.

76- سعد سعود فوائد: مذكرة ماجيستر، دراسة أثر الاتزان على تعلم التصويب، قسم التربية البدنية والرياضية ، قسنطينة 2002.

3- القواميس:

77- قاموس المعاني لكل رسم معنى.

ثالثا: المراجع باللغة الأجنبية:

78- Akramov.A. : sélection et préparation des jeunes footballeurs, OPU, Alger, 1990 .

79- Barthelemy.M et Ourmelen B : manuel des écoles de football et de jeunes footballeurs, Ed chiron, Paris, 1985.

80- Jean-Michel Bénézet , Hansruedi Hasler(FIFA): football des jeunes, zurich, 2016.


81- Jurgen Weineik :Manuel d'entraînement,edition Vigot Paris,4em edition, 1999.

الملاحق




1- إجازات بعض اللاعبين من عينة الدراسة:


306822J 2019/2020
Nom : TIAB
Prénom : ADEM
Né le : 27/03/1992
Wilaya : Constantine
Club : C.S.A/J.S.D




306823J 2019/2020
Nom : BOUTABOUNA
Prénom : ZINEDDINE
Né le : 16/06/1993
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




306829J 2019/2020
Nom : BOUCHAKRI
Prénom : RAMI
Né le : 25/06/1998
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




306827J 2019/2020
Nom : SELMI
Prénom : KHALID
Né le : 01/04/1989
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



306818J 2019/2020
Nom : SADOU
Prénom : MOHAMMED-WAIL
Né le : 17/03/1999
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




306805J 2019/2020
Nom : BOUDIAF
Prénom : IMAD
Né le : 05/10/1996
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




306824J 2019/2020
Nom : ZINE
Prénom : Mehdi
Né le : 05/07/1994
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




306826J 2019/2020
Nom : AYADI
Prénom : ANISSE
Né le : 24/02/2000
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306816J
Nom : CHABOUNIA
Prénom : HOUCEM
Né le : 21/07/1997
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306810J
Nom : FENAR
Prénom : MESSAOUD
Né le : 09/08/1994
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306814J
Nom : BAHRI
Prénom : ABDELHAK
Né le : 01/08/1992
Wilaya : Mila
Club : C.S.A/J.S.D




LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
406804J
Nom : BERKAT
Prénom : OUSSAMA
Né le : 14/03/2001
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306815J
Nom : CHAHMAT
Prénom : AYMENE
Né le : 09/09/2000
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D




LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306806J
Nom : BERTOULI
Prénom : WALID
Né le : 24/01/1996
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306802J
Nom : BOUDABA
Prénom : Borhane
Né le : 28/06/1998
Wilaya : Constantine
Club : C.S.A/J.S.D



LNFA
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020
306813J
Nom : BAKHBAKH
Prénom : WAIL
Né le : 23/05/1997
Wilaya : Mila
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306817J


Nom : ALALTA
Prénom : RAOUF
Né le : 01/12/1992
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306807J

Nom : DROUA
Prénom : Islam
Né le : 08/08/1993
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306821J


Nom : GHETTOUT
Prénom : Tariq
Né le : 24/07/1994
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306828J


Nom : BOUKHENOUGA
Prénom : SEIF-EDDINE
Né le : 31/03/1995
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306820J


Nom : ROUIDI
Prénom : SABER
Né le : 07/11/2000
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306812J


Nom : GUIRA
Prénom : SMAIN
Né le : 12/07/1994
Wilaya : Constantine
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306808J


Nom : DJEBILI
Prénom : ABDESSATAR
Né le : 03/10/1999
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



Fédération Algérienne de Football
LIGUE NATIONALE DU FOOTBALL AMATEUR
2019/2020

306825J

Nom : BOULOUDENE
Prénom : MOHAMMED
Né le : 07/07/1999
Wilaya : Jijel
Club : C.S.A/J.S.D



2- صور التشكيلة الأساسية لعينة الدراسة:



3- شعار نوادي محل الدراسة:



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

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : تحضير بدني رياضي.

استمارة تحكيم أداة الدراسة

في إطار نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص التحضير البدني، تحت عنوان انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أكابر - ذكور-.

يشرفنا أن نطلب منكم تحكيم أداة الدراسة والمتمثلة في استمارة استبيان موجه للاعبين صنف أكابر لفريقي شباب جيجل وحي شباب موسى.

لذا نرجو من حضرتكم التكرم بإبداء الرأي في مؤشرات الاستمارة وكيفية صياغة أسئلتها.

بوزكرية فوزي
بولحبيب مبروك
شهير فايذة
أيت وازو محند واعمر

5- استمارة الدراسة:

المحور الأول: محور البيانات الشخصية

1- السن:

أقل من 25 سنة من 25-30 سنة فوق 30 سنة

2- المستوى التعليمي:

ابتدائي متوسط ثانوي جامعي

3- عدد سنوات اللعب مع الأكابر:

أقل من 5 سنوات من 5 إلى 10 سنوات فوق 10 سنوات

4- مركز اللعب:

حارس مرمى مدافع متوسط ميدان مهاجم

المحور الثاني : الضغط الجماهيري الايجابي يرفع من أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

5- هل تؤيد حضور الجماهير بأعداد غفيرة ؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل تساهم في:

الزيادة من عزيمتكم على بذل مجهود أكبر تمنحكم دفعا قويا لتحقيق الأفضل

أخرى :

6-هل تأيد انتقال جماهيركم معكم إلى خارج الديار؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم ، هل يزيد تنقلهم معكم من رغبتكم في بذل جهد مضاعف لتحقيق نتيجة ايجابية؟

نعم لا

7-هل سبق وأن رسمت جماهيركم لوحات فنية ابداعية فوق المدرجات؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يحفزكم ذلك على الرفع وتحسين أدائكم؟

نعم لا

8-هل يعتمد جمهوركم على شحنكم بالعبارات التشجيعية أثناء المباراة؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يشعرك ذلك بـ:

الحماس القلق الخوف

أخرى:

9- هل سبق وأن مدحك الجماهير أثناء الأهازيج؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يساهم ذلك في :

دفعك لبذل مجهود أكبر الثقة بالنفس

أخرى:

10- هل تقوم جماهيركم بتشجيعكم والرفع من معنوياتكم في حالة الخسارة؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل تشعر بـ:

الحماس الثقة بالنفس

11- هل سبق وصفقت لكم الجماهير عند القيام بأداء جيد أثناء المباراة؟

نعم لا

في حال الإجابة بنعم، هل يرفع ذلك من أدائكم؟

نعم لا

12- هل سبق وأن ضغطت جماهيركم على الفريق الخصم؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، كيف كانت ردة فعلكم؟

رفع رثم المباراة الرغبة في بذل مجهود مضاعف

أخرى:

13- هل طريقة مناصر الجمهور لكم تتصف بالحضارية؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يظهر ذلك في:

المحافظة على تجهيزات الملعب قلة المشاجرات قلة الكلام الفاحش

14- في رأيك كيف ينعكس الضغط الجماهيري الإيجابي على أداء اللاعبين؟

المحور الثالث : الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

15- هل سبق وأن انقلبت عليكم جماهيركم؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يكون ذلك بـ:

عدم التحكم في الأداء الزيادة من مسؤولياتكم

أخرى:

16- هل سبق وأن انتقدكم الجمهور؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، ماذا كانت ردة فعلكم؟

الشعور بالإحباط السعي لتحقيق أداء أفضل

أخرى:

17- هل سبق وأن أطلقت عليكم جماهيركم صافرات الاستهجان؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل تفقدكم تركيزكم؟

نعم لا

18- هل سبق وأن رفع جمهوركم لافتات مهينة لكم؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يؤثر ذلك سلباً على أدائكم؟

نعم لا

19- هل سبق وأن شتمكم جمهوركم أثناء المباراة؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، كيف كانت ردة فعلكم؟

ضبط النفس واللامبالاة

عدم التحكم في الأداء

أخرى:

20- هل سبق وأن تم الرمي عليكم بالمقذوفات من قبل جماهيركم؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يسبب ذلك في؟

انخفاض رثم المباراة الخوف

أخرى:

21- هل سبق وأن هددتكم جماهيركم؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل كان شعورك؟

الخوف ضبط النفس واللامبالاة

أخرى:

22- هل سبق وأن خرجت جماهيركم من الملعب أثناء المباراة؟

نعم لا

في حالة الإجابة بنعم، هل يؤثر سلبي على أدائكم؟

نعم لا

23- في رأيك كيف ينعكس الضغط الجماهيري السلبي على أداء اللاعبين؟

.....
.....
.....
.....

جامعة محمد الصديق بن يحيى جيغل
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص : تحضير بدني رياضي.

استمارة بحث موجهة للاعبين
بعنوان:

انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أكابر
- ذكور -

دراسة ميدانية لفرق الثاني هواة شرق لولاية جيغل

أخي الرياضي، نرجو تعاونكم معنا في هذا البحث وملء هذه الاستمارة وذلك بالإجابة على الأسئلة المطروحة بكل مصداقية، حتى يتسنى لنا الوصول إلى نتائج دقيقة، ونحيطكم علماً أن الإجابات الواردة في هذه الاستمارة سرية ولن تستخدم إلا لخدمة أغراض البحث العلمي.

ملاحظة: الإجابة تكون بوضع علامة (X) أمام الإجابة المناسبة، وفي الأخير تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

الأستاذ المشرف:

عيسات كمال

إعداد الطلبة:

بن عبيد لطفي

لحمر مروان

السنة الجامعية: 2019/ 2020

6- فيديو يبين بعض مؤشرات الدراسة:



ملخص الدراسة

ملخص الدراسة باللغة العربية:

يعتبر الضغط الجماهيري من العوامل المؤثرة في أداء الرياضي، حيث أن أسلوب تشجيع الجماهير وانتمائهم له تأثير بالغاً على أداء اللاعبين، ولهذا تناولنا في هذه الدراسة التي هدفت إلى إظهار انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أكابر وذلك من أجل التعرف على مختلف مصادره والحلول الممكنة لعلاجها والتخلص منه، حيث ارتكز الباحثان في الدراسة على الفرضيات التالية:

- الضغط الجماهيري الإيجابي يرفع من أداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.
- الضغط الجماهيري السلبي يقلل من أداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان المنهج الوصفي كونه يعتمد على التحليل والتفسير، كما تمثلت عينة الدراسة في فريقين من ولاية جيجل ينشطون بدوري الثاني هواة شرق لرابطة قسنطينة والمتمثلين في شباب حي موسى وشبيبة جيجل، فتحصلنا على عينة قوامها 50 لاعبا أجريت عليهم الدراسة.

وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات بحيث يوجه للاعبين، والملاحظة كأداة مساعدة. والنسب المئوية واختبار كاف تربيع كوسائل إحصائية.

وأسفرت نتائج دراستنا هذه إلى إثبات الفرضيات المقدمة، فيتضح أنه غالباً ما يكون الانعكاس إيجابياً ويزيد من أدائه، ولكن في بعض الأحيان يكون انعكاسه سلباً ويؤدي إلى انخفاض مستوى أداء اللاعبين وهذا يكون حسب طريقة التشجيع.

ملخص الدراسة بالفرنسية:

La pression publique est l'un des causes du performance d'un athlète, alors l'encouragement du public et leur appartenance a une grande influence sur la performance des joueurs, c'est pour cela nous avons traité dans cette étude qui visait à montrer le reflet de la pression publique sur la performance des joueurs de football pendant la compétition, la plus grande Ses sources et les solutions possibles pour la traiter et s'en débarrasser, les chercheurs se sont basé sur les hypothèses suivantes:

- La pression publique positive augmente les performances des joueurs footballeur sénior.

- La pression négative de la foule réduit les performances des joueurs de football sénior.

Pour réaliser les objectifs d'étude, les chercheurs ont utilisé la méthode descriptive parce qu'elle repose sur l'analyse et l'explication, l'échantillon d'étude s'est présenté dans deux équipes de l'état de wilaya de Jijel qui jouent dans la deuxième division amateurs de la Ligue de Constantine, représentés par les jeunes village Moussa (CRVMJ) et l'équipe de jeunesse de Jijel (JSD), nous avons donc obtenu un échantillon de 50 joueurs qui ont été interrogés.

Le questionnaire a été utilisé comme un outil de collecte de données pour qu'elles soient dirigées vers les acteurs, et l'observation comme aide. Les pourcentages et le test K-carré comme méthodes statistiques.

Les résultats de nos études ont abouti à prouver les hypothèses proposés, et il s'avère que souvent la réflexion est positive et augmente sa performance, mais parfois sa réflexion est négative et conduit à une diminution de la performance des joueurs et ceci selon la méthode d'encouragement.

تم بحمد

الله