

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -
Institut des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives



جامعة البويرة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محمد أولحاج
- البويرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية

مذكرة التخرج لنيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: تدريب رياضي تنافسي

مدى تأثير الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم صنف أشبال (14-17)

دراسة ميدانية لبعض أندية الرابطة الولائية بالبويرة

تحت إشراف الأستاذ:

ارزقي إسماعيل

إعداد الطلبة:

كسوري نورالدين

باي محمد

بلخير عبد القادر

السنة الجامعية: 2018/2017

شُكْرُكَ رَبِّكَ

قال الله تعالى: ﴿لئن شكرتم لأزيدنكم﴾ [إبراهيم: 7]

يا ربه شُكْرُكَ واجبٌ مدته

ها أنا ذا بالشُّكر أتكلم

عَدَّ النُّجُومَ بعرض السماء مقداراً

يُرضيك أنبي بعد شُكْرِكَ مُسلم

ما لي أرى نِعَمَ الإله تحيطني

من كل جنب ثم لا أتكلم

دعني أُحدِّثُ بالنعيم فإنني

ممن يُقر ولست ممن أكتُم

نحمد الله حمداً كثيراً على شمول فضله ونعمته وجميل إحسانه حمداً يُوجب من
رضوانه ورحمته وعفوه ومغفرته.

نتقدم بالشُّكر الجزيل للأستاذ المشرفه ارزقي إسماعيل على صبرها وتوجيهاتها
القيمة.

كما لا يفوتنا أن نتقدم بالشُّكر الجزيل إلى كل الأساتذة الذين ساعدونا في إنجاز
هذا البحث من قريب أو من بعيد.

وأخيراً نود أن نتقدم بشكر خالص إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذه المذكرة
من قريب أو بعيد.

فشكراً لكم

إهداء

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك ولا تطيب
اللحظات إلا بذكرك....

ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك نشكرك اللهم على توفيقك لنا في هذا
العمل المتواضع

كما متقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحببة إلى اللذين
إلى اللذين مهدوا لنا طريق العلم حملوا أقدس رسالة في الحياة،
والمعرفة إلى جميع أساتذتنا الأفاضل.

وأخص بالتقدير والشكر الذي تفضل بالإشراف على هذا البحث
الأستاذ " أرزقي إسماعيل " شكرا إلى من علمنا التفاؤل
والمضي إلى الأمام، إلى من وقف إلى جانبنا عندما ظلنا الطريق.
وكذلك نشكر كل من ساعدنا على إتمام هذا البحث وقدم لنا العون
ومد لنا يد المساعدة وزودنا بالمعلومات اللازمة لإتمام هذا البحث
ونخص بالذكر كل طلبة قسم التدريب الرياضي إلى كل اللاعبين
الذين أجريت لهم اختبارات البحث، وإلى كل من ساهم ولو بكلمة
طيبة.

عبد القادر

إهداء

إلى من ملكته حواسي وإحساسي، وإحتوت عقلي وأفكاري، وهامت بها نفسي
وأنفاسي، إلى العبد الصادق، والشمس الوضاعة التي أنارت لي دروب النجاح في
الحياة، إلى التي حملتني وهنا على وهن فتعبت علي في الصغر ومدت لي يد العون
في الكبر فكانت دوما بجانبني بمساعدتها الدائمة وبعواتها لي.

إلى أمي الحنون حفظها الله.

إلى من رباني على التقوى والفضيلة فكان لي درع الأمان أحتمي به من تدر الزمان
وتحمل عبء الحياة من أجلي.

إليك أبي العزيز حفظك الله.

إلى من وجودهم يؤنسني ورفقتهم تريحني

إلى إخوتي وأخواتي

إلى كل أصدقائي الذي يصعب فراقهم وتحلوا الحياة بهم.

إلى كافة زملاء الدراسة والأخص بالذكر زملائي في التخصص تدريب رياضي.

إلى كل من علمني حرفا أساتذتي الأعزاء.

إلى كافة من ساعدنا في إنجاز هذه المذكرة من قريب أو بعيد.

إلى كل من لم تسعه مذكرتي ولم تنساه ذاكرتي.

إليهم جميعا أهدي ثمرة جهدي المتواضع أسأل الله عز وجل أن ينفعنا بما علمنا ويعلمنا

نورالدين

بما ينفعنا.

الورقة	الموضوع
	- شكر وتقدير.
	- إهداء.
	- محتوى البحث.
	- قائمة الجداول
	- قائمة الأشكال.
	- ملخص البحث.
أب	- مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث	
2	1- الإشكالية
3	2- الفرضيات
3	3- أسباب اختيار الموضوع.
3	4- أهمية البحث.
3	5- أهداف البحث.
5	6- الدراسات المرتبطة بالبحث.
4	7- تحديد المصطلحات والمفاهيم.
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإصابة الرياضية	
11	تمهيد.
12	1- الإصابات الرياضية.
12	1-1- تعريف الإصابة الرياضية.
12	1-2- أنواع الإصابات الرياضية.
12	1-2-1- إصابات أولية أو مباشرة.
13	1-3- خصائص الإصابات الرياضية.
14	1-4- تصنيفات الإصابات المختلفة.
14	1-4-1- تقسيمات حسب شدة الإصابة.
14	1-4-2- تقسيمات حسب نوع الجروح.

15	1-4-3- تقسيمات حسب درجة الإصابة.
15	1-4-4- تقسيمات حسب السبب.
15	1-5- الأسباب العامة للإصابات في المجال الرياضي.
17	1-6- الإصابات الشائعة في كرة القدم.
17	1-6-1- إصابات الأطراف السفلى.
24	خلاصة.
الفصل الثاني: دافعية الانجاز	
26	تمهيد.
27	1- الدافعية
28	1-1- مفهوم الدافعية
28	1-2- مصادر الدافعية
29	1-2-1- الدافعية الداخلية
29	1-2-2- الدافعية الخارجية
30	1-4- وظيفة الدافعية
30	1-3- العلاقة بين الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية
30	1-4-1- وظيفة الدافعية في الموقف التعليمي العام
32	1-4-2- وظيفة الدافعية في الموقف التعليمي الرياضي
32	1-5- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
32	1-5-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي
33	1-5-2- الدوافع الغير مباشرة للنشاط الرياضي
33	1-6- دافعية الإنجاز الرياضي
33	1-6-1- مفهوم دافعية الإنجاز
35	1-7- أهمية دافعية الانجاز والمنافسة
36	1-8- الأطر النظرية المفسرة لدافعية الإنجاز
36	1-8-1- الدافعية للإنجاز في ضوء منحنى التوقع - القيمة.
37	1-8-2- الدافعية للإنجاز في ضوء نظرية العزو السببي.
37	1-8-3- الدافعية للإنجاز في ضوء نظرية التنافر المعرفي.
38	1-9- العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز الرياضي.

39	10-1- دافعية الإنجاز في كرة القدم.
40	11-1- الأساليب المستخدمة في إثارة دوافع اللاعب لممارسة كرة القدم.
42	خلاصة.
الجانب التطبيقي.	
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.	
45	تمهيد.
46	1- الدراسة الاستطلاعية.
46	2- مجالات الدراسة.
46	3- المنهج المتبع في الدراسة.
47	4- مجتمع الدراسة.
47	5- عينة الدراسة.
52	6- أدوات جمع البيانات والمعلومات.
53	7- الأساليب الإحصائية.
54	خلاصة.
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
56	تمهيد
57	1- عرض نتائج الدراسة
60	2- تحليل ومناقشة الفرضية الأولى
64	3- تحليل ومناقشة الفرضية الثانية
67	4- تحليل ومناقشة الفرضية الثالثة
71	5- مناقشة نتائج الفرضية العامة
73	6- الخاتمة
73	7- الاقتراحات
74	8- الآفاق المستقبلية للدراسة.
76	9- قائمة المصادر والمراجع
78	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	عبارات أبعاد دافعية الانجاز .	48
02	عبارات عكس اتجاه أبعاد دافعية الانجاز .	48
03	معامل الفاكرونباخ لمقياس دافعية الانجاز .	49
04	معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الانجاز وبنود محور دافع انجاز النجاح (صدق الاتساق الداخلي).	50
05	معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الانجاز وبنود محور دافع تجنب الفشل (صدق الاتساق الداخلي).	51
06	النسبة المئوية وقيمة (كا ²) لأسباب الإصابات الرياضية عند عينة الدراسة.	57
07	النسبة المئوية و قيمة (كا ²) لمناطق حدوث الإصابات الرياضية عند عينة البحث.	58
08	النسبة المئوية وقيمة (كا ²) لنوع الإصابات الرياضية عند عينة البحث.	59
09	قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع انجاز النجاح وسبب حدوث الإصابة الرياضية.	61
10	قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع تجنب الفشل و سبب حدوث الإصابة الرياضية.	62
11	قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع انجاز النجاح و موقع حدوث الإصابة الرياضية.	65
12	قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع تجنب الفشل و موقع حدوث الإصابة الرياضية.	66
13	قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع انجاز النجاح و نوع الإصابة الرياضية.	68
14	قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع تجنب الفشل و نوع حدوث الإصابة الرياضية	69

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مصادر الدافعية للسلوك أو للأداء	29
02	وظيفة الدافعية والانجاز الرياضي	31

❖ ملخص الدراسة:

✓ **عنوان الدراسة:** الإصابات الرياضية ومدى تأثيرها على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم "أشبال" (14-17).

✓ أهداف الدراسة:

- تحديد تأثير الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز عند لاعبي كرة القدم.
- إبراز أهم الإصابات التي تؤثر سلباً على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين في كرة القدم.
- معالجة المخاوف من التعرض للإصابات الرياضية التي تظهر عند لاعبي كرة القدم.
- ضرورة الاهتمام بدافعية الإنجاز الرياضي عند الرياضيين الذين تعرضوا للإصابة والعمل على تنميتها.

✓ **مشكلة الدراسة :** هل للإصابات الرياضية تأثير على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

✓ فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.
 - توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و بعد دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.
 - توجد علاقة بين نوع الإصابة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.
- ✓ **عينة الدراسة:** هي عينة عشوائية تتكون من 27 لاعب من ثلاث فرق و هي (النجم الرياضي الأخضرية (NML)،(الهاشمية(ASCEH)،(نادي جمعية قاديوية(DRBK).

✓ **المنهج المتبع:** استخدمنا المنهج الوصفي.

✓ **أدوات الدراسة:** مقياس دافعية الإنجاز الرياضي , الاستبيان.

✓ النتائج المتوصل إليها:

- عدم كفاية الإحماء والمفردات الخاصة لكرة القدم من النواحي التكنيكية والمهارية والتي كانت الأسباب الرئيسية لإصابات مما أدى لتأثيرها سلباً على خفض من دافع تحقيق النجاح ودافع تجنب الفشل.
- موقع الإصابة تركزت في مفصل الكاحل بالرضوض و الركبة بنسبة كبيرة وهذا ما أثر سلباً على أداء اللاعبين بخفض في دافع تحقيق النجاح ودافع تجنب الفشل.
- نوع الإصابة الرياضية يؤثر سلباً على دافع تحقيق النجاح ودافع تجنب الفشل ويرجع السبب إلى ضعف الإحماء الخاص بكل نشاط وعدم الدقة في أداء التكنيك المهاري .

✓ الاقتراحات:

- العمل على تنمية دوافع اللاعبين نحو ممارسة الرياضة و ذلك عن طريق التوعية بدور هذه الأخيرة في تنمية الصحة الجسمية والعقلية و النفسية للاعبين.
- العمل على تنمية دافعية الإنجاز لكرة القدم .
- ضرورة تنمية العلاقة بين المدرب و اللاعب أثناء التدريب والمنافسة.
- ضرورة الاهتمام بمخاطر الإصابات الرياضية على الصحة النفسية للاعبين.
- التكفل الحقيقي باللاعبين الذين يعانون من مخاوف التعرض لإصابة رياضية وذلك بإخضاعهم لبرنامج إعادة التأهيل النفسي.

❖ **Study summary:**

Study Title : Sports injuries and their impact on the sports achievement motivation of football player1- Determine the impact of sports injuries on the achievement motivation of football players.

- To highlight the most important injuries that negatively affect the achievement motivation of players in football.
- Addressing the concerns of sports injuries that appear in football players.
- The need to pay attention to the motivation of sports achievement in athletes who have been injured and to work on their development.

✓ **Problem of the study:** Does sports injuries affect sports achievement motivation among footballers ?.

✓ **Study Hypotheses:**

- There is a link between the cause of the injury and the motivation for sports achievement of football players.
- There is a relationship between the location of the injury and the motivation of athletic achievement of football players.
- There is a relationship between the type of sports injury and the motivation of sports achievement of football players.

✓ **The study sample:** Is a random sample consisting of 27 players from three teams namely (NML),(ASCEH), (DRBK).

✓ **Methodology:** We used the descriptive approach.

✓ **Study Tools:** A measure of motivation for Athlete achievement.

✓ **Results:**

- The lack of adequate warm up and vocabulary of football from the technical and technical aspects, which were the main causes of injuries, which led to their negative impact on the reduction of motivation to achieve success and the motivation to avoid failure.
- Injury site was concentrated in the ankle joint of the knee and injury significantly, which negatively affected the performance of the players in

reducing the motivation to achieve success and the motivation to avoid failure.

- The type of sports injury negatively affects the motivation to achieve success and the motivation to avoid failure due to the weakness warm-up of all activity and the lack of precision in the performance of technical skill.

✓ **Suggestions:**

- To develop the motivation of the players towards the exercise of sport through awareness of the role of the latter in the development of physical health, mental and psychological player.
- Work on the development of the achievement motivation for football.
- The need to develop the relationship between the coach and the player during training and competition.
- The need to pay attention to the risks of sports injuries to the psychological health of the players.
- Real care for players who suffer from sports injury concerns by subjecting them to a psychological rehabilitation program.

مقدمة:

إن التطور الكبير في كل المجالات ومنها المجال الرياضي أدى إلى فتح آفاق جديدة أمام استخدام التكنولوجيا المتقدمة في خدمة الرياضيين والوصول بهم إلى أعلى المستويات في جميع الألعاب ومنها لعبة كرة القدم، "إذ أن الرياضة ذات المستويات العالية ترتبط بشكل كبير بعاملين أساسيين هما عامل الشدة وعامل الدوام المستمر والوصول إلى القمة صعب والبقاء على القمة أيضا صعب.

ولقد حظت الرياضة مكانة مرموقة وعالية في الدول المتقدمة لمعرفة فوائدها إذ إن لممارسة الرياضة فوائد متعددة منها الصحية والنفسية والاجتماعية والتربوية والاقتصادية سواء للذين يمارسون الرياضة للمتعة أو للاحتراف الرياضي، إلا أن طبيعة ممارسة الرياضة لا تخلوا من حدوث الإصابات الرياضية والتي تعد من أخطر المعوقات التي تواجه الرياضيين إذ قد تتسبب في ابتعادهم عن الملاعب وهم في قمة عطائهم الرياضي ولأن الرياضيين ذوي المستويات العليا يعدون ثروة قومية لبلدانهم لذا فإن المحافظة عليهم من الإصابات تعد من الضروريات التي لا بد منها، وتعد الإصابة الرياضية إحدى المعوقات الكبيرة التي تواجه الرياضيين والتي تتباين من مباراة وأخرى وبين موسم وآخر حسب أهمية المباراة وكيفية إعداد اللاعبين وهناك أنواع عديدة من الإصابات التي تحدث أثناء ممارسة التمارين الرياضية أو أثناء المباراة وتشمل الرضوض والجروح والتقلصات والكسور والتمزقات العضلية بأنواعها والإصابات الدماغية وتهتك الأعضاء الداخلية وتسبب النزيف وهناك أسباب عديدة لهذه الإصابات منها الشخصية خاصة باللعب نفسه عن طريق عدم الاهتمام بالإحماء أو التدريب الخاطئ غير المدروس، سوء الحالة النفسية والخلقية للاعب وابتعاده عن الروح الرياضية، عن طريق مخالفة القوانين الرياضية، أو استخدام المنشطات، أو عدم الراحة الكافية، أو نتيجة العوامل الخارجية ومنها الظروف الجوية وأرضية ساحات اللعب.

يوجه المدرب الرياضي الرياضيين نحو القيام ببعض النشاطات مما يسمح بالوصول إلى جملة من الأهداف، التي لا يمكن تحقيقها إلا إذا كان الرياضي على استعداد كامل لبذل أقصى طاقاته من أجل إنجاز ذلك النشاط و على النحو المطلوب منه، أي يجب أن تكون دافعية الإنجاز لديه كبيرة، و هنا يجب الإشارة إلى أن الرياضي خلال هذه الفترة يتجه للقيام بأنشطة رياضية تنافسية التي يغلب عليها طابع الاندفاع البدني الكبير مما يجعله عرضة للإصابات الرياضية.

ونظرا لهذه الأهمية اهتم الباحثون بجانب التدريب الرياضي ولكن لم يعطوا نفس الاهتمام للجانب النفسي الذي يعتبر جانبا مهما في تحقيق الانجازات الرياضية بشكل عام وفي كرة القدم بشكل خاص، لما له من دور فعال ومؤثر في عملية الإعداد الشامل والمتوازن للرياضي.

إذ يعتبر الجانب النفسي عند لاعبي كرة القدم من أهم الجوانب التي يجب أن يهتم بها، وتعطى لها أولوية عند التحضير دون الاهتمام فقط بالنواحي البدنية والتقنية والتكتيكية، خاصة وأن الشواهد الواقعية تؤكد على أن اللاعبين الأكثر تحضيرا نفسيا هم الذين يقدمون ويفوزون في الميدان أداء ونتيجة، لذلك أصبح من الضروري والواجب على المدربين فهم شخصيات لاعبيهم حتى يتسنى لهم التنبؤ بأداء ومستقبل اللاعبين.

وتعتبر دافعية الإنجاز الرياضي من أهم العوامل النفسية التي تؤثر تأثيرا مباشرا على أداء الرياضيين بشقيها دافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل.

ومن أجل ذلك جاءت هذه الدراسة التي تسعى إلى التعرف على الإصابات الرياضية ومدى تأثيرها على دافعية الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم، محاولين من خلالها الجمع بين المعالجة النظرية والتطبيقية للموضوع مقسمين إياها إلى جانبين نظري وتطبيقي، والإلمام بهذا الموضوع تم تقسيم دراستنا إلى الفصول التالية:

- **الفصل الأول:** تناولنا فيه الخلفية النظرية والدراسات السابقة حيث تطرقنا إلى مختلف النظريات المفسرة لمتغيرات دراسة.
- **الفصل الثاني:** تناولنا فيه الإطار العام للدراسة ضم كل كلمات الدالة وإشكالية الدراسة وأهدافها وأهميتها وفرضياتها.
- **الفصل الثالث:** فقد كان الحديث فيه حول إبراز الإجراءات الميدانية التي تشمل الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع ومجتمع وعينة البحث الدراسة، مختلف الأدوات لجمع البيانات إلى جانب أهم الأساليب الإحصائية التي استعملناها.
- **الفصل الرابع:** فقد جاء فيه عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها في ظل فرضيات البحث.
- **الفصل الخامس:** ضم كل من الاستنتاجات العامة وبعض الاقتراحات والأفاق المستقبلية للدراسة.

إشكالية:

كان التطور في كل المجالات ومنها المجال الرياضي أدى إلى فتح آفاق جديدة أمام استخدام التكنولوجيا المتقدمة في خدمة الرياضيين والوصول بهم إلى أعلى المستويات في جميع الألعاب ومنها لعبة كرة القدم، إذ أن الرياضة ذات مستويات عالية ترتبط بشكل كبير بعاملين أساسيين هما عامل الشدة وعامل الدوام والوصول إلى القمة صعب والبقاء على القمة أمر صعب¹.

ولقد حظت رياضة كرة القدم بمكانة مرموقة وعالية في الدول المتقدمة إذ أن لممارسة رياضة كرة القدم فوائد متعددة منها الصحية والنفسية والاجتماعية والتربوية والاقتصادية سواء للذين يمارسون رياضة كرة القدم للمتعة أو للاحتراف، إلا أن طبيعة ممارسة هذه الرياضة لا تخلوا من حدوث الإصابات الرياضية، من أخطر المعوقات التي تواجه الرياضيين إذ قد تتسبب في ابتعادهم عن الملاعب وهم في قمة عطائهم الرياضي، أن الإصابات المختلفة التي تحدث أثناء ممارسة التمارين الرياضية أو أثناء مباراة والتي تمس مختلف أعضاء الجسم وتشمل الرضوض والجروح والتقلصات والكسور والتمزقات العضلية بأنواعها والإصابات الدماغية وتضرر الأعضاء الداخلية للجسم وتسبب النزيف، و هناك أسباب عديدة لهذه الإصابات منها الشخصية والخاصة باللاعب نفسه عن طريق عدم الاهتمام بالإحماء، أو التدريب الخاطئ غير المدروس، سوء الحالة النفسية والخلقية للاعب وابتعاده عن الروح الرياضية ومخالفة القوانين أو عن طريق مخالفة القوانين الرياضية، استخدام المنشطات، أو عدم الراحة الكافية، ونتيجة العوامل الخارجية .

يعتبر الجانب النفسي عند لاعبي كرة القدم من أهم جوانب التي يجب الاهتمام بها وتعطى لها أولوية عند التحضير دون الاهتمام فقط النواحي البدنية والتقنية والتكتيكية، خاصة وأن الشواهد الواقعية تؤكد على أن اللاعبين الأكثر تحضيراً نفسياً هم الذين يفوزون في الميدان أداء ونتيجة، لذلك أصبح من الضروري والواجب على المدربين فهم شخصيات لاعبيهم حتى يتسنى لهم التنبؤ بأداء ومستقبل اللاعبين.

وتعتبر دافعية الانجاز الرياضي من أهم العوامل النفسية التي تؤثر تأثيراً مباشراً وعلى أداء الرياضيين بشقيها دافع انجاز النجاح ودافع تجنب الفشل.

يوجه المدرب الرياضي الرياضيين نحو القيام ببعض النشاطات مما سمح بالوصول إلى جملة من الأهداف التي يمكن تحقيقها إلا إذا كان الرياضيين على استعداد كامل لبذل أقصى طاقته من أجل انجاز ذلك النشاط وعلى النحو المطلوب منه أي يجب أن تكون دافعية الانجاز لديه كبيرة، وهنا يجب الإشارة إلى أن الرياضيين في هذه الفترة ينتج للقيام بأنشطة رياضية تنافسية التي يغلب عليها طابع الاندفاع البدني الكبير مما يجعله عرضة للإصابات الرياضية التي تجبره على التوقف عن أداء الأنشطة الرياضية لفترة زمنية معينة قصد المعالجة وبعد

¹- رشدي محمد عادل، علم إصابات الرياضيين، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2007، ص9

انقضاء تلك الفترة يعود الرياضي بكل قدراته البدنية التي تؤهله لأداء الأنشطة البدنية وبناء على ذلك فإنه تم صياغة تساؤل الدراسة على النحو التالي :

ما مدى تأثير الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم؟

- ومنه يمكن صيغة التساؤلات الفرعية التالية :
- هل توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل توجد علاقة بين نوع الإصابة الرياضية و دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؟

1- الفرضيات:

- الفرضية العامة:

تؤثر الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم

- الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.
- توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و بعد دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.
- توجد علاقة بين نوع الإصابة الرياضية و دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

2- أهمية اختيار الموضوع:

- إظهار مدى تأثير الإصابات الرياضية على الجانب النفسي عند اللاعب.
- معالجة المخاوف من التعرض للإصابات الرياضية التي تظهر عند اللاعبين.
- التوعية بالآثار النفسية الناتجة عن الإصابات الرياضية.
- إبراز أهمية دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.
- تحديد طبيعة العلاقة بين الإصابة الرياضية ودافعية الانجاز عند اللاعبين.
- المحافظة على الصحة النفسية للاعبين.

3- أهداف البحث:

- تكمن أهداف في النقاط التالية :
- معرفة مدى الانعكاس السلبي للإصابات الرياضية على سلوك اللاعبين الذين سبق لهم ان تعرضوا لها.
- معرفة دور الإصابات الرياضية في التقليل من مستوى أداء هؤلاء اللاعبين أثناء التدريب.

- معرفة مدى الانعكاس السلبي للإصابة الرياضية على مستوى عند هؤلاء اللاعبين.
- معرفة دور الإصابات الرياضية في التخفيض من الرغبة في تحقيق النجاح وتجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم وتعرضوا للإصابات الرياضية.

4- شرح المصطلحات وتحديد المفاهيم:

– الإصابات الرياضية:

لغة: تشتق كلمة إصابة Injury من اللاتينية تعني تلف أو إعاقة.

التعريف الاصطلاحي :

هي التي تصيب أعضاء أو جسد الرياضيين خلال التمرينات أو المباريات مما يؤدي إلى تعطيل الأعضاء عن القيام بوظيفتها الطبيعية بصورة مؤقتة¹.

والإصابة الرياضية هي ناتجة عن تأثير خارجي مفاجئ يتعدى أو يفوق قدرة التحمل سواء على مستوى الأعضاء السليمة أو الأعضاء المصابة من جراء إصابات خفيفة سابقة تسبب إصابة بليغة تتسبب في توقف وظيفي.

التعريف الإجرائي: هي تغير ضار يحدث نتيجة حدث غير متوقع تم أثناء ممارسة النشاط الرياضي ينتج عنه أضرار فسيولوجية تشريحية للممارس كما يؤدي إلى آلام مصاحبة لممارس النشاط الرياضي.

– الدافعية:

التعريف الاصطلاحي:

عرف "أتكسون" الدافعية : هو عبارة عن استعداد الفرد لبذل الجهد أو السعي في سبيل تحقيق أو إشباع هدف معين، أما في حالة دخول هذا الاستعداد أو الميل إلى حيز التحقيق الفعلي أو الصريح فذلك يعني الدافعية باعتبارها عملية نشطة².

التعريف الإجرائي: هي كل المثيرات الداخلية أو الخارجية التي تؤدي بالفرد إلى أداء أو القيام بسلوك ما.

الدافعية للإنجاز الرياضي :

¹ - بسام هارون وساري حمدان، الرياضة والصحة، دار المسيرة، ط1، 1995، ص23
² - عبد اللطيف محمد خليفة، الدافعية للإنجاز، دار غريب الطباعة والنشر، القاهرة، 2000، ص67

يعرفها ماكلياند: على أنه الرغبة في الأداء الجيد والنجاح في وضعية تنافسية طبقا لمعايير تفوق معينة، وهي عبارة عن استعداد في الشخصية تتكون شبكة من الأفكار والأحاسيس المستقرة نسبيا والمكتسبة أثناء الطفولة المبكرة.

تعريف يونغ: يعرفه على أنه التخطي العقبات و الحواجز، كما يعني القوة والنضال من أجل عمل بعض الأشياء الصعبة بكل سرعة ويقدر الإمكان¹.

التعريف الإجرائي:

هي عبارة عن استعداد ورغبة شديدة في أداء بعض الأمور وتجاوز العقبات والوصول إلى أعلى مستوى من التفوق النجاح.

5- الدراسات السابقة المشابهة و المرتبطة:

أولا : الدراسات التي تناولت متغير الإصابات :

• الدراسة الأولى: دراسة (سميرة خليل محمد) 2002.

بعنوان "دراسة تحليلية للإصابات الرياضية عند طلبة كلية التربية الرياضية " هدفت الدراسة إلى تحديد أنواع وأسباب ومواقع حدوث الإصابات ووضع أسس وقائية يمكن إن تحتويها المناهج الدراسية من خلال كشف نقاط الخلل من اجل تنفيذ المفردات المقررة دون إعاقة قدر الإمكان، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة تكونت من طلبة كلية التربية الرياضية (الجادية) المصابين وللمراحل الدراسية الأربعة حيث بلغ عددهم (204) مصاب من أصل (1245) طالب وهو العدد الكلي لطلبة الكلية، أي أن نسبة المصابين شكلت (16.3%)، و قد اعتمد الباحث في دراسة على استمارتان للاستبيان وعولجت البيانات إحصائيا باستخدام النسب المئوية و مربع كاي وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- هناك نسبة عالية من الإصابات في كلية التربية الرياضية وخاصة في المراحل المبكر
- (المرحلة الأولى والثانية).
- ارتفاع نسب إصابات الأطراف السفلى وخاصة مفصلي الركبة والكاحل.
- عدم كفاية الإحماء بنوعيه والمفردات الخاصة لكل لعبة من النواحي التكتيكية و المهارية كانت من ابرز أسباب الإصابات.
- زيادة نسبة الإصابات في النشاطات متعددة التكنيك والمهارات التي تتطلب سرعة الأداء في

¹ - عبد اللطيف محمد خليفة، نفس المرجع، ص69

(ساحة الميدان).

➤ ظهور توافق بين ما توصلنا إليه من نتائج استبيانات الطلبة المصابين والأساتذة المشرفين على النشاطات وهذا يدل على خلل تنفيذ المفردات التدريبية.

الدراسة الثانية : دراسة (ميهوبي رضوان) 2003.

بعنوان " الانعكاسات النفسية للإصابة البدنية الرياضية عند الرياضي الجزائري " هدفت الدراسة إلى محاولة إظهار واقع الإصابة البدنية على البعد النفسي، من خلال التعرض لتصرفات و سلوكيات الرياضي المصاب، وكذا الاقتراب من حالة الصدمة النفسية من خلال التعرض لأعراضها ومحاولة إثبات نظرية ما بعد الإصابة في ميدان الرياضة، و قد استخدم الباحث المنهج الإكلينيكي (العيادي) على عينة تكونت من 21 فردا ، بما فيها الحالة التي تمت دراستها في المقابلة العادية .وقد تم اختيار العينة بطريقة مقصودة ، و قد اعتمد الباحث في دراسة على الدراسة البليوغرافية و الاستبيان و المقابلة وولجت البيانات إحصائيا باستخدام النسب المئوية وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- للإصابة البدنية وقع على الجانب النفسي عند الرياضي الجزائري الرفيع المستوى ، إذ أنها تجعله يعيش حالة نفسية غير متزنة ، كما يمكن أيضا أن تؤدي إلى ظهور أعراض تشخص الإصابة بالصدمة النفسية .
- يعيش الرياضي الجزائري المصاب بدنيا، حالة عجز وظيفي ينعكس سلبيا على حالته النفسية العامة .
- يتعدى وقع الإصابة البدنية عند الرياضي الجزائري الرفيع المستوى البعد البدني، إذ يمكن أن يؤدي إلى ظهور أعراض الصدمة النفسية لديه.

ثالثا : الدراسات التي تناولت متغير دافعية الإنجاز :

الدراسة الثانية : دراسة (شلغوم عبد الله و بهلول محمد الصغير) 2012.

بعنوان " أهمية الدافعية في تحسين الأداء المهاري لدى تلاميذ الطور المتوسط من التعليم العام في الجزائر " هدفت الدراسة إلى معرفة مدى تأثير الدوافع الداخلية و الخارجية على أداء التلاميذ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة مشكلة البحث تم اختيار عينة بحثنا بشكل محدد و قصدي، حيث تم اختيارنا لفئة الرابعة متوسط و هم قسمين من أصل ستة أقسام و هذا لعجز الباحث على الإلمام بكل العينة،

و قد اعتمد الباحث في دراسة لقياس المتغيرات التي تم دراستها في البحث المقابلة والاستبيان وولجت البيانات باستخدام معامل الارتباط بيرسون و النسب المئوية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- للدافعية الداخلية تأثير على الأداء المهاري لدى تلاميذ الطور المتوسط .
- للدافعية الخارجية تأثير على الأداء المهاري لدى تلاميذ الطور المتوسط .
- للدافعية دور في تحسين أداء المهارات الرياضية لدى تلاميذ التربية البدنية عند أقسام الطور المتوسط.

✓ الاستفادة من الدراسات السابقة :

- وسعت من فهم و إدراك الباحث لموضوع الدراسة.
- أسهمت الدراسات السابقة في إثراء الإطار النظري للدراسة.
- الاستفادة من الأساليب الإحصائية التي استخدمت في الدراسة السابقة.
- تحديد القيم الأخلاقية الأكثر ارتباطا بالتربية البدنية و الرياضية.
- الاطلاع على مصادر و المراجع المختلفة و التي تتناسب مع الدراسة الحالية.

✓ التعليق على الدراسات :

نظرا لنقص الدراسات المتعلقة بالإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي وبعد تصنيف وعرض الدراسات المرتبطة في حدود ما أتيح للباحث من إطلاع ودراسة أمكن للباحث التوصل إلى ما يلي:

• **المنهج و العينة:** يلاحظ من خلال الدراسات المشابهة السابق عرضها ما يلي :

اتفقت الدراسات في استخدام المنهج الوصفي الذي يتناسب وأهداف الدراسة، حيث تم استخدام المنهج الوصفي في جميع الدراسات، وهو ما تم في دراستنا هذه إذ استخدمنا المنهج الوصفي الذي يلاءم دراستنا. إذ يلاحظ أن العينات كانت (204) مصاب من أصل (1245) لاعبا في الدراسة الأولى المرتبطة بالإصابات الرياضية وفي الدراسة الثانية 21 لاعب كرة قدم بطريقة مقصودة، و43 لاعبا في الدراسة الأولى المرتبطة بدافعية الإنجاز بطريقة مقصودة، وفي دراستنا كانت العينة متمثلة في 27 لاعبا عشوائيا.

• **الأدوات:**

نلاحظ أن معظم الدراسات استخدمت مقياس دافعية الإنجاز ل "جو ولس" تعريب "حسن علاوي" متمثلة في دراسة علي أحمد حسين علي ، بورنان شريف مصطفى ، ودراسة مخازني سيد علي ، وهو ما استخدمناه في هذه الدراسة

• **المعالجة الإحصائية:**

اختلفت الأساليب الإحصائية الخاصة بالدراسات المشابهة المرتبطة بدراستنا وهذا باختلاف الهدف من كل دراسة إلا أنها اتفقت جميعا في استخدام المعالجات الإحصائية الأولية المتداولة في جل البحوث والمتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية إلى جانب دلالة الفروق ومعامل الارتباط.

✓ النتائج:

• نتائج الدراسات المرتبطة بالإصابات الرياضية :

كانت نتائجها على النحو التالي :

- عدم كفاية الإحماء بنوعيه والمفردات الخاصة لكل لعبة من النواحي التكتيكية والمهارية كانت من ابرز أسباب الإصابات .
- ارتفاع نسب إصابات الأطراف السفلى وخاصة مفصلي الركبة والكاحل.
- هناك علاقة ارتباطيه معنوية بين أنواع الإصابات الرياضية ونوع الرياضة الممارسة سواء كانت جماعيا أو فردية حيث، تختلف أنواع الإصابة باختلاف التخصص الرياضي الممارس.
- نتائج الدراسات المرتبطة بدافعية الإنجاز الرياضي:

توصلت كل الدراسات المذكورة سابقا في أن إهمال دافعية الإنجاز وعدم إعطائها أهمية تنعكس سلبيا على اللاعبين وعلى جميع الفريق، عند انعدام دافعية الإنجاز له دور في انخفاض أدائهم المهارى.

يتميز رياضي كرة القدم بأبعاد مختلفة لدافعية الإنجاز وهي: دافع انجاز النجاح ، دافع تجنب الفشل.

تمهيد:

تعتبر الإصابات الرياضية كثيرة في ميدان الممارسة الرياضية عامة، فكل منطقة او جزئ من أجزاء الجسم معرضة للإصابة، فمن خلال هذا الفصل سنحاول توضيح كل ما يتعلق بالإصابات الرياضية من خلال تعريفها وأنواعها وطرق تشخيصها وأعراضها وعلاجها والوقاية منها وكيفية منع حدوث مضاعفاتها، بالإضافة إلى توضيح دور كل من المدرب واللاعب نفسه في الحد والوقاية من الإصابات الرياضية، وتوضيح كذلك مفهوم الإسعافات الأولية والقواعد الخاصة بالإسعافات لكل الإصابات الرياضية.

1- الإصابات الرياضية:**1-1- تعريف الإصابة الرياضية**

الإصابة الرياضية هي تأثير نسيج أو مجموعة أنسجة الجسم نتيجة مؤثر خارجي أو داخلي مما يؤدي إلى تعطيل عمل أو وظيفة ذلك النسيج ، وتنقسم هذه المؤثرات إلى:

- أ- مؤثر خارجي: أي تعرض اللاعب إلى شدة خارجية كالاصطدام بزميل أو الأرض أو أداة مستخدمة.
 - ب- مؤثر ذاتي: أي إصابة اللاعب مع نفسه نتيجة للأداء الفني الخاطئ أو عدم الإحماء.
 - ج- مؤثر داخلي: مثل تراكم حمض اللاكتيك في العضلات أو الإرهاق العضلي أو قلة مقدار الماء والملاح.¹
- وينبغي علينا مراعاة أن الإصابات الرياضية قد تكون إصابة بدنية، أو إصابة نفسية.

- الإصابة البدنية:

قد تحدث نتيجة حادث عارض أو غير مقصود مثل اصطدام لاعب بأخر منافس، أو ارتطام أداة اللعب كعصا الهوكي مثلا بجسم لاعب منافس ، أو سقوط اللاعب فجأة أثناء الأداء كما في الجمباز مثلا، أو أثناء أداء مهارة حركية في كرة القدم أو كرة اليد وفقد اللاعب لتوازنه وقد تحدث نتيجة لعمليات العدوان الرياضي والعنف أثناء المنافسات الرياضية.²

- الإصابة النفسية:

الإصابة النفسية هي عبارة عن صدمة Trauma نفسية نتيجة لخبرة أو حادث معين مرتب بالمجال الرياضي والتي قد تسفر أو قد لا تسفر عن إصابة بدنية ولكنها تحدث بعض التغيرات في الخصائص النفسية للفرد و يتضح أثرها في تغيير الحالة الانفعالية والدافعية والسلوك بالنسبة للفرد الرياضي وبالتالي هبوط مستواه الرياضي وفي بعض الأحيان انقطاعه النهائي عن الممارسة الرياضية.³

1-2- أنواع الإصابات الرياضية:

تقسيم الأسباب حسب السبب إلى:

1-2-1 إصابات أولية أو مباشرة:

¹ - محمد حسن العلوي، ، سيكولوجية الإصابة الرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص14

² - مرجع سابق، ص61

³ - مرجع سبق ذكره، ص17

تحدث في الملعب نتيجة أداء جهد عنيف أو التعرض لحادث غير متوقع و هي تمثل النوع الرئيسي للإصابات و تنقسم إلى ما يلي:

- إصابة ذاتية (شخصية) يسببها اللاعب نفسه.
- إصابة بسبب عوامل خارجية (اللعب المنافس و الأدوات).
- إصابة بسبب عوامل داخلية (تغيرات داخل أنسجة الجسم، بسبب التدريب المستمر).

إن الإصابات الشخصية تكون أقل خطورة و عادة يكون سببها مزمن و أن معظمها يكون نتيجة إصابات بسيطة متكررة و نتيجة خطأ في تحميل أنسجة الجسم أكثر من طاقتها.

أما الإصابات الخارجية عندما تكون مفاجئة وتكون أشد من الإصابات الذاتية، لأن السبب هو قوة عالية خارجية كبيرة وبسرعة و من أمثلة هذه الأسباب (الرضوض ، الكسر ، الخلع ، قطع الأربطة ،إصابات الرأس، و غيرها).

وتحدث الإصابات الداخلية نتيجة تغيرات في أنسجة الجسم جراء استمرار التدريب وتكرار الجهد ، مما يسبب تجمع الفضلات و الحوامض خاصة عندما لا تتوافر الراحة الكافية لتصرفها ، فعند استمرار الرياضي فإن سرعة جريان الدم و زيادة حجم السوائل في الأنسجة يسبب انتفاخ العضلة، إذ لم تتوفر الراحة الكافية لتصرف هذه السوائل و إذا تكرر هذا الإجهاد فقد يؤدي إلى التلف العضلي نتيجة الإرهاق وبالتالي فقدان العضلة لوظيفتها أو جزء من وظائفها.

1-3- خصائص الإصابات الرياضية:

لا تختلف الإصابة الرياضية عن الإصابات العامة سواء أن العوامل المسببة غالبا ما تكون بسبب الجهد البدني المسلط وخصوصية متطلبات الأداء في النشاطات الرياضية المختلفة ومن خصائصها ما يأتي:

- تتوقف نسبة حدوث الإصابات الرياضية إلى حد كبير على مدى كفاءة اللاعب البدنية و الوظيفية والنفسية و حسن الإعداد ،كلما انخفضت كفاءته ازدادت نسبة الإصابات لديه والعكس صحيح.
- تزداد نسبة الإصابات الرياضية أثناء التدريبات في حالة غياب الإشراف ،العلمي للمدرب المتخصص.
- تحدث الإصابات الرياضية في المنافسات والتدريب وتزداد نسبة الإصابات الرياضية في المنافسات وخاصة عند المستويات المتقدمة.
- تزداد نسبة حدوث الإصابات الرياضية في الألعاب الجماعية و خاصة كرة القدم عنها في الألعاب الفردية مثل السباحة و التنس وكذلك تزداد في الألعاب التي تحتاج إلى مجهود ر حكي عنيف وتتطلب الاحتكاك بالخصم، كما في الملاكمة والمصارعة.
- تزداد احتمالات حدوث الإصابات بنسبة كبيرة ، عند القيام بحركات تكتيكية عنيفة ومركبة.

- تكون الإصابة اقل نسبيا لدى النساء عنها لدى الرجال.
 - تكثر الإصابات عند الرياضيين الشباب ، وتحدث الإصابات في جميع الأعمار ، ولكن هناك إصابات شائعة في أعمار معينة دون الأخرى ، فمثلا تكثر إصابات (الكسور ، إصابة العضلات و المفاصل ، وإصابة مراكز النمو في نهايات العظام الطويلة) في سن المراهقة¹.

وتكثر الإصابات العضلية في سن النضوج بسبب التدريبات الشديدة أو في المنافسة وبسبب الطموح العالي في هذا السن ، إما في سن ما فوق الثلاثين حيث تظهر الخبرة و المهارة ولكن نقل اللياقة البدنية تدريجيا ، و عندما يكون اللاعب مستمر في ممارسة نشاطه ولصعوبة الوصول إلى مستوى التنافس في مثل هذه السن فان اللاعب يبذل جهدا شديدا قد يؤدي به إلى الإصابة ، و خاصة في أوتار العضلات وأربطة المفاصل و أن أداء المهارات بطريقة صحيحة واتخاذ الأوضاع والتكنيك المناسب في تنفيذها يحمي اللاعب من الإصابة وفي مختلف الأعمار ، وبالعكس فان بعض الحركات تكون خطيرة عندما تحمل أعضاء الجسم للضغط الشديد أثناء الأداء وتسبب الآلام ، كما في بعض الرياضات العنيفة كالملاكمة والمصارعة ورفع الأثقال ، ولذلك ضروري الابتعاد عنها في الأعمار الكبيرة².

1-4- تصنيفات الإصابات المختلفة:

توجد عدة مدارس طبية تقسم الإصابات عامة وإصابات الملاعب خاصة إلى عدة مدارس لتسهيل شرح التشخيص وتنفيذ العلاج ومن ذلك ما يلي:

1-4-1- تقسيمات حسب شدة الإصابة:

- تقسيمات بسيطة: مثل النقص العضلي و السجحات والشد العضلي والملح الخفيف (التمزق في أربطة المفاصل).

- إصابات متوسطة الشدة: مثل التمزق الغير مصاحب بكسور .

- إصابات شديدة: مثل الكسر والخلع والتمزق المصحوب بكسور أو بخلع.

1-4-2- تقسيمات حسب نوع الجروح (مفتوحة أو مغلقة):

- إصابات مفتوحة مثل الجروح أو الحروق.

- إصابات مغلقة مثل التمزق العضلي والرضوض، والخلع وغيرها من الإصابات المصحوبة بجرح أو نزيف خارجي³.

¹-سميعة خليل محمد، إصابات الرياضيين ووسائل العلاج والتأهيل، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد، 2008، ص ص 12-13

²-مرجع سابق، ص 12-13

³-اسامة رياض، الطب الرياضي وإصابات الملاعب، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص 22

1-4-3- تقسيمات حسب درجة الإصابة:

- أ- إصابة الدرجة الأولى: ويقصد بها الإصابات البسيطة من حيث الخطورة والتي لا تعيق اللاعب أو تمنعه من تكملة لمباراة وتشمل حوالي 70-90% من الإصابات مثل السجحات والرضوض والتقلصات العضلية.
- ب- إصابات الدرجة الثانية: ويقصد بها الإصابات المتوسطة الشدة والتي تعيق اللاعب عن الأداء الرياضي لفترة حوالي من أسبوع لأسبوعين، وتمثل غالبا حوالي 8% مثل التمزق العضلي وتمزق الأربطة بالمفاصل.
- ج- إصابات الدرجة الثالثة: ويقصد بها الإصابات شديدة الخطورة والتي تعيق اللاعب تماما عن الاستمرار في الأداء الرياضي مدة لا تقل عن شهر، وهي وإن كانت قليلة الحدوث من 1-2% إلا أنها خطيرة مثل الكسور بأنواعها الخلع- إصابات غضروف الرقبة - الانزلاق الغضروفي بأنواعه¹.

1-4-4- تقسيمات حسب السبب:

- إصابة أولية أو مباشرة في الملعب نتيجة القيام بمجهود عنيف أو نتيجة حادثة غير متوقعة وهي تمثل النوع الرئيسي للإصابات².
- إصابة تابعة وتسبب نتيجة إصابة أولية أو أثناء العلاج الخاطئ للإصابة الأولية³.

1-5- الأسباب العامة للإصابات في المجال الرياضي:

- **التدريب غير العلمي:** إذا ما تم التدريب بأسلوب غير علمي ساهم في حدوث الإصابة على النحو التالي:

أ- عدم التكامل في تدريبات تنمية عناصر اللياقة البدنية:

يجب الاهتمام بتنمية كافة عناصر اللياقة البدنية وعدم الاهتمام بجزء منها على حساب الآخر حتى لا يتسبب ذلك في حدوث إصابات، ففي كرة القدم مثلا إذا اهتم المدرب بتدريبات السرعة وأهمل الرشاقة فإنه قد يعرض اللاعب للإصابة عند أي تغيير لاتجاهات جسمه بصورة مفاجئة، لذلك يلزم الاهتمام بتنمية كافة عناصر اللياقة البدنية العامة كقاعدة تبنى عليها الخاصة واللياقة مهارية واللياقة الخطئية.

ب- عدم التنسيق والتوافق في تدريبات المجموعات العضلية للاعب:

فالمجموعات العضلية القابضة والباسطة والمثبتة والتي تقوم بعملها في نفس الوقت أثناء الأداء الحركي للرياضي، وأيضا عدم التكامل في تدريب المجموعات العضلية التي تتطلبها طبيعة الأداء و إهمال مجموعات عضلية أخرى مما يسبب إصابتها مثل الاهتمام بتدريب عضلات الفخذ الأمامية والوحشية (العضلة ذات أربعة رؤوس فخذية)

¹-مرجع سابق، ص23

²-اسامة رياض وامام حسن محمد النجمي، الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة 1999، ص11

³- اسامة رياض وامام حسن محمد النجمي، الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، مرجع سابق، ص11.

للاعب كرة القدم وإهمال تدريبات العضلات الإنسية المقربة (الضامة) مما يجعلها أكثر عرضة للإصابة بالتمزقات العضلية.¹

ج- سوء تخطيط البرنامج التدريبي:

سواء كان برنامجا سنويا أو شهريا أو أسبوعيا أو حتى داخل الوحدة التدريبية في الأسبوع التدريبي يوم المباراة ، فإن أقصى حمل لاعب 100% من مستواه ، والمفروض أن يكون التدريب في اليوم السابق للمباراة خفيفا 20-30% من مستواه، وقد يفضل الراحة في بعض الحالات ، أما إذا تدرب اللاعب تدريبا عنيفا في هذا اليوم فإنه يتعرض للإصابة كذلك إذا ما حدث خطأ في تخطيط وتنفيذ حمل التدريب (الشدة والحجم التدريبي) داخل الوحدة التدريبية ذاتها فإنه قد يسبب إصابة اللاعب.²

د - عدم الاهتمام بالإحماء الكافي والمناسب:

ويقصد بالإحماء الكافي أداء التدريب أو المباراة والمناسب لهم وبطبيعة الجو مع مراعاة التدرج على اختلاف مراحلهم تجنباً لحدوث إصابات.

هـ - عدم ملاحظة المدرب للاعب بدقة:

الملاحظة الدقيقة من قبل المدرب للاعبين لتجنب اشتراك اللاعب المصاب أو المريض في التدريب أو في المباريات، وننصح بملاحظة الحالة الصحية والنفسية وطبيعة الأداء الفني للاعب وهل هو طبيعي أم غير طبيعي، لأنه قد يكون هناك خطأ فني في الأداء، وتكراره يتسبب إصابة اللاعب.³

و- سوء اختيار مواعيد التدريب:

قد يسبب ذلك إصابة اللاعب ، فمثلا التدريب وقت الظهيرة في الصيف قد يصيب اللاعب بضربة شمس أو يفقد اللاعب كمية كبيرة من السوائل والأملاح مما يسبب حدوث تقلصات عضلية، ولذلك يفضل تدريب اللاعبين في الصباح الباكر أو في المساء صيفا وعكس ذلك في مواسم الشتاء.

¹-اسامة رياض، الطب الرياضي واصابات الملاعب، دار الفكر العربي، القاهرة 1998، ص13

²-رياض وأسامة والنجمي، الطب الرياضي والعلاج الطبي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة 1999، ص193

³-مرجع سابق، ص ص 193-194

• مخالفة المواصفات الفنية والقوانين الرياضية:

هدف القوانين الرياضية هي حماية اللاعب وتأمين سلامة أدائه لرياضته ، ومخالفة تلك القوانين تؤدي إلى حدوث كمهاجمة لاعب مباراة عند خلع قناعه أو مهاجمة لاعب من الخلف ، وكتم قدمه بخشونة وغيرها في كرة القدم والأدوات الرياضية ، ويمتد ذلك إلى مخالفة القوانين في كل الرياضات، كما أن المواصفات الفنية والقانونية لملابس اللاعبين سبب احتمال إصابتهم¹.

• عدم الأخذ بنتائج الفحوص والاختبارات الفسيولوجية للاعبين:

يجب عند انتقاء الفرق عامة والفرق الوطنية خاصة الأخذ بنتائج الفحوص والاختبارات خاصة بتقييم اللاعبين فسيولوجيا والتي تجري بمراكز الطب الرياضي على أن تعرض على المدرب المؤهل ليتعاون مع أخصائي الطب الرياضي في اختبار اللاعب أو الفريق الجاهز واللائق فنيا من حيث المهارة واللياقة البدنية، وهناك العديد من الحوادث والإصابات التي نتجت من اختيار اللاعب غير اللائق فسيولوجيا وطبياً للاشتراك في المباريات.

• استخدام الأدوات الرياضية غير الملائمة:

نقصد هنا الأدوات التي يستخدمها اللاعب في مجال رياضته مثل كرة القدم، مضرب التنس والسلاح في المباراة، فيجب أن يكون هناك تناسب بين عمر اللاعب والأدوات المستخدمة في نشاطه الرياضي، فاستخدام الناشئ لأدوات الكبار خطأ طبي جسيم ينتج عنه العديد من الأضرار الطبية والإصابات².

1-6- الإصابات الشائعة في كرة القدم:

1-6-1- إصابات الأطراف السفلى:

وهي أكثر أجزاء الجسم تعرضا للإصابة و خاصة إصابات مفصل الركبة و تعد أكثر مناطق الجسم عرضة للإصابات الرياضية على المستوى العالمي و قد أثبتت الدراسات ذلك ، و تزداد بنسبة كبيرة في كرة القدم ومن إصابات الحوض و الأطراف السفلية ما يأتي:

- إصابات الفخذ.

- إصابات مفصل الركبة.

- إصابات مفصل الكاحل.

- إصابات القدم.

¹-اسامة رياض، الطب الرياضي واصابات الملاعب، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص27

²-مرجع سبق ذكره، ص28

أ- إصابات الفخذ:

تحدث إصابات الفخذ نتيجة القوة الهائلة التي تتولد في منطقة الفخذ بسبب حجم العضلات و خاصة لدى الرياضيين الذين تتطلب رياضتهم قوة انفجارية،

• تصنيف إصابات الفخذ:

اغلب إصابات الفخذ حادة و التي تشمل (الرضوض ، كدمات) و التي يمكن أن تحدث بسبب انقباض عنيف للعضلة أو الاصطدام.

• كدمة الفخذ:

تحدث بسبب ضربة مباشرة تسبب نزيف في الألياف و غالبا ما تؤثر هذه الإصابة على عضلة أو أكثر من المجموعة الأمامية و تحدث الكدمة في عمق العضلة قريبا من العظم.

• الأعراض:

- ألم مباشر مع احتمال تشنج و تلون العضلة.
- صعوبة ثني الركبة.
- ألم موضعي وورم ألم عند اللمس¹.

• الوقاية من إصابات الفخذ:

- تكيف المجاميع العضلية من خلال وحدة تدريبية صحيحة.
- تعلم التكنيك الصحيح و استخدام المعدات المناسبة.
- ارتداء الواقيات لتجنب الخطورة.
- تطوير القوة و المرونة لعضلات الفخذ (المجموعة الخلفية للفخذ التي يجب أن تكون (70-60%).
- أدوية لتخفيف الألم و الالتهاب (في حالة الألم و الالتهاب الشديدين).

ب- إصابات مفصل الركبة:

يقوم مفصل الركبة بوظيفتين متعاكستين وهما الحركة الواسعة من جري ولف والأخرى حمل وزن الجسم، ويعد مفصل الركبة من أكثر مفاصل الجسم تعرضا للإصابات عند الرياضيين خاصة.

¹-سميعة خليل محمد، الإصابات الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 2004، ص ص 169-170

• تشريح الركبة.

تكون مفصل الركبة من التراكيب الآتية: (الأربطة ، الغضاريف ، العظام ، الأوتار وكذلك صبونة الركبة والغدد). وتعود فرصة حصول الإصابة إلى الطبيعة البيوميكانيكية لهذا المفصل حيث يقع في منطقة ارتباط عظم الفخذ القصبية ويعد مفصل الارتباط الذي يسمح بالحركات للأمام والخلف ويساعده على إنجاز ذلك الرباط الصليبي القريب والرباط الصليبي البعيد اللذان يربطان عظم الفخذ بعظم القصبية في مركز مفصل الركبة ويعملان بدرجة كبيرة على ثبات الركبة ويمنعان الانحدار والارتجاع لعظم الفخذ والقصبية على بعضهم.

كذلك ترتبط الركبة بالأربطة الأنسية للداخل والوحشية للخارج وتعمل هذه الأربطة على تنظيم الاتجاه المائل لكل من عظم الفخذ والقصبية على بعضهما.

كذلك الأربطة المجوفة للركبة وتشمل (رباط العضلة المائلة الخلفي ، ورباط العضلة المأبضية المائلة) وهذه الأربطة توفر للمفصل الكثير من الثبات والمدى الحركي خلال ممارسة الألعاب الرياضية.

وتحدث الإصابة عادة عندما تتعرض هذه الأربطة إلى التمدد الكبير حيث تتمزق بشكل جزئي أو كلي وذلك عند حصول الإصابة بشكل متعمد أو عندما يجبر المفصل للحركة فوق مستواه ، فالأربطة سوف تتمدد وتتمزق بشكل كامل عند تغير اتجاه الحركة بشكل مفاجئ مما يسبب حني الركبة للأمام ورأس الركبة يتميز بميكانيكية محدودة وعملها ملازم لوتر العضلة ذات الرؤوس الأربعة والوتر القصبي الكبير وهذه التركيبات تعمل بشكل دائم من أجل التوسيع الميكانيكي للركبة الضروري لركض والقفز لذا فإن إصابات رأس الركبة تؤثر بشكل كبير على قدرة الرياضي في هذه المهارات كما أن الإصابات الحادة في منطقة رأس الركبة (الكسور والتمزقات) تعد من الإصابات كثيرة الحدوث.¹

• تصنيف إصابات الركبة:

الإصابات الحادة: وتشمل:

✓ التواء الركبة:

- تأثير التداخل والذي يحدث عند دفع المفصل للداخل.
- تأثير التداخل والذي يحدث عند دفع المفصل للخارج بسبب إصابة الرباط الموازي للجهة الوحشية.
- تأثير تداخل المرونة الزائدة للرباط الصليبي والرباط الوحشي.

¹- مرجع سبق ذكره، ص177

✓ التواء الرباط الإنسي:

هو تمدد أو تمزق جزئي أو كلي للأربطة التي تربط عظم الفخذ والقصبة من الداخل في مفصل الركبة.

✓ طرق الوقاية من إصابات الركبة:

من الصعوبة تجنب الإصابات الحادة للركبة لحدوثها بشكل مفاجئ مع ذلك هناك بعض التدابير الوقائية التي تخدم الرياضي ولتجنب إصابات الركبة الحادة يمكن تنفيذ ما يأتي:

- تمارين تطوير المرونة والقوة للعضلات المحيطة بمفصل الركبة وخاصة عضلات الفخذ ، لتوفير الحماية للركبة عند المستويات الحركية غير الطبيعية والتوازن في قوة العضلات العاملة على المفصل.
- ارتداء الأحذية المناسبة ذات المسامير الجلدية القصيرة.
- استخدام الأربطة لتجنب الإصابة.

وهناك إجراءات ترتبط بعوامل المخاطرة وتشمل ما يأتي:

إجراء فحص بدني قبل النشاط (المشاركة) ويمكن كشف بعض الحالات من خلال الفحص أهمها: التشوهات التشريحية والسلبيات في القوة والمرونة (التي غالبا ما تكون بسبب عدم التوازن العضلي والتي تسبب ألم رأس الركبة وأعراض ألم الفخذ و الصبونة) عندما تكون العضلة الرباعية أضعف من العضلات الخلفية للفخذ.

التأكيد على الإحماء وكيفية ضرب الكرة مع تناسب أرضية الملعب¹.

ج- إصابات مفصل الكاحل:

تعتبر هي الأكثر شيوعا وقد تصل إلى 85 % من مجموع إصابات المفاصل، و لذلك لكون الكاحل من أكثر مفاصل الجسم تعقيدا، وغالبا ما تكون الإصابة تمزق أو تمدد في الأربطة التي تربط عظام الكاحل، وتحدث الإصابة نتيجة لحركات أسفل الجسم المختلفة التي لا تتناسب مع كمية الضغط المسلط على هذه المنطقة وحجم الكاحل.

• تصنيف إصابات مفصل الكاحل:

✓ إصابات الكاحل الحادة:

¹ -صالح عبد الله الزغبى، الوجيز في الاسعافات والاصابات الرياضية والعلاج الطبي، ط1، دار الفكر، عمان، 1992، ص11

وتشمل (التواء الكاحل ،كسر العظام ،خلع المفصل) ، وأهم هذه الإصابات وأكثرها حدوثا هي التواء الكاحل والتي تحدث بسبب زيادة لف الكاحل نحو الخارج وهذا ما يعرف (بالالتواء المنعكس) أو يطوى الكاحل للداخل فيعرف(بالالتواء المنقلب للداخل) وعادة تكون الالتواءات المنقلبة أكثر شيوعا وذلك بسبب زيادة ثبات العظم من جهته الخارجية وأن الرباطات من هذه الجهة تسمح بزيادة الانطواء والتمدد.

ولهذا تكون الجهة الداخلية أكثر تعرضا للإصابة وتحدث الإصابة بسبب التواء رباط أو اثنين من

(الرباطات القصبية) وأن إلتواءات الكاحل المنعكسة أقل تكرارا غالبا ما تحدث عندما تكون خطوات الرياضي محمولة للداخل ويميل الكاحل إلى الخارج مع دوران نحو الخارج وغالبا ما يحدث تحطيم الرباط القصبي (الثالوث القصبي أو الرباط المثلي) ويجب معالجته بشكل جيد لأن عدم إثبات الناتج عن التواء الكاحل يسبب ضرر لعظام المفصل ويؤدي إلى التهاب المفصل.

وتصنف الإلتواءات إلى ثلاث درجات حسب شدتها (أولى ، ثانية و ثالثة) ويعد عدم الثبات أهم ثلاث علامات تحديد مستوى الالتواء ومع ذلك فإن حدوث ورم المفصل المصاب يقلل من هذه العلامة مما يصعب التشخيص لذا فإن تشخيص الالتواء يجب أن يكون من قبل متخصص.

✓ الأسباب و الأعراض:

اصطدام الكاحل (كعب القدم) بأرضية صلبة تؤدي إلى تورمه مع ألم عند اللمس و التهاب المرضي بالأنسجة قد يؤدي إلى انتقال العظام من مكانها.

✓ العلاج إصابات الكاحل:

- وضع القدم في حوض ثلجي أو أكياس ثلج في مكان الإصابة فور و وقوعها.
- رفع لمدة 24 ساعة أو أكثر حتى زوال الألم.
- وضع قطع إسفنج تحت و حول الكاحل عند المشي مع رباط ضاغط للسيطرة على التورم.
- علاج يدوي لتحريك المفصل.
- تدريبات لتقوية العضلات أثناء رفع القدم لعضلات القدم و الساق.
- المشي في حوض مائي مع رفع الكاحل¹.

¹-سميعة خليل محمد ،اصابات الرياضيين ووسائل العلاج والتأهيل، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة بغداد،2008،ص ص265،266

د - إصابات مفصل القدم:**• التواء مفصل القدم:**

وهو من الإصابات الأكثر انتشارا بين الرياضيين ويحدث بنسبة 15% من كافة أنواع الإصابات، والتواء هو تمزق بسيط في بعض الألياف الطويلة في الأربطة الرئيسية لأحد المفاصل ، وفي هذه الحالة يكون الغلاف الخارجي لهذا الرباط سليما.

• الأسباب الإصابة مفصل القدم:

- حركة اكبر من المدى الطبيعي لمفصل القدم مما يسبب شد على الرباط المانع لهذه الحركة الزائدة.
- التواء القدم للداخل أثناء الجري أو الوثب خاصة على ارض غير مستوية.
- ضغط وشد على أربطة القدم التي تربط عظام القدم بالساق أكثر من القدرة الطبيعية بسبب الضغط الوظيفي الحاصل أثناء الممارسة الرياضية.
- الطبيعة التشريحية لمفصل القدم ويمكن أن يكون التمزق جزئيا بالرباط الداخلي أو تمزقا كليا، وفي هذه الحالة غالبا ما يحدث كسر بالنتوء الداخلي السفلي.

• أنواع التواء مفصل القدم:**أولاً: تمزق الأربطة الخارجية:**

يحدث الالتواء في الرباط الخارجي بنسبة أكثر من الرباط الداخلي ، و يحدث التمزق بالرباط الخارجي نتيجة لالتواء مفصل القدم للداخل أو ثني القدم ليصبح باطنها في اتجاه الجسم بشكل مفاجئ أثناء الممارسة و هو الأكثر شيوعا و يشكل إعاقة على الممارسة الرياضية، و يتم الفحص تحت التخدير العام و التشخيص بالأشعة، و يعالج بالجبس 21 يوم ثم العلاج الطبيعي.

ثانياً: تمزق الأربطة الداخلية:

تمزق الرباط الداخلي يحدث نتيجة لالتواء شديد للخارج و هو نادر حدوث لأنه رباط قوي و شديد يسمى (رباط دلتا) و يتم العلاج كما في تمزق الأربطة الخارجية.

وتعالج الإصابات البسيطة طبيعياً فقط ، أما الإصابات الحادة و الشديدة تعالج جراحياً فوراً و خاصة للرياضيين من أجل العودة المبكرة لممارسة الفعاليات.

✓ أعراض وعلامات إصابة مفصل القدم:

تختلف عادة بحسب درجات التمزق و شدة الإصابة و أهمها:

- ألم شديد بالمفصل المصاب و ألم شديد عند جس الرباط الممزق ، و كذلك الإحساس بألم شديد عند تحريك المفصل و خاصة في حالة التواء المفصل للداخل.
- تورم في اتجاه الرباط الممزق.
- تلون الجلد باللون الأزرق نتيجة لتمزق الأوعية الدموية.

✓ العلاج:

يتم بعد تشخيص الإصابة بالأشعة للمفصل مع تدوير القدم للداخل تحت مخدر موضعي لإظهار الحركة الغير طبيعية للعظم القنزعي، و يكون حسب درجة و شدة الإصابة.

✓ العلاج الأول: يتم حال وقوع الإصابة و يتضمن:

- استخدام الثلج أو الماء بارد في مكان التمزق مباشرة لمنع النزيف و لتخفيف الألم و استخدام أكياس الثلج أو السوائل المبردة للقدم مع تدليك ثلجي حتى تنقبض الأوعية الدموية و تقليل الارتشاح المصاحب.
- رباط ضاغط محكم، و عدم نزع الجوارب بحالة الإصابة.
- رفع القدم للأعلى و إزالة ضغط الحذاء لزيادة الدورة الدموية و تقليل الارتشاح الدموي في مكان الإصابة¹.

✓ العلاج الطبيعي:

يبدأ العلاج فور وقوع الإصابة في الإصابات البسيطة و المتوسطة و بعد إزالة الجبس في الإصابات الشديدة².

¹-مرجع سبق ذكره،ص ص 277-279

²-مرجع سابق،ص280

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف الإصابات الرياضية وأنواعها وأعراضها وطرق العلاج بالإضافة إلى أهم القواعد الأساسية التي يمكن استعمالها في علاج الإصابات الرياضية التي يتعرض إليها معظم اللاعبين سواء كانت في تدريبات أو المنافسات الرياضية كما تطرقنا إلى أهم الطرق والوسائل التي يمكن أن تستعمل قبل التدريبات، وذلك لتجنب الإصابات الرياضية حتى لا تؤثر على الجانب الصحي والمستوى الرياضي للاعبين إضافة إلى ذلك أهم قواعد الإسعافات الأولية التي يقوم بها الطبيب والمدرّب فور وقوع الإصابة داخل الملعب وذلك للحد من خطورتها حتى لا تعود بالسلب على اللاعبين.

تمهيد:

تمثل دافعية الإنجاز أحد الركائز المهمة في منظومة الدوافع الإنسانية التي كانت محور اهتمام الباحثين في مجال علم النفس التربوي وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس الصناعي، وتعد بداية النصف الثاني من القرن العشرين نقطة تحول هامة في دراسة موضوع الدافعية بشكل عام، إذ أن قبل هذا التاريخ اتسمت الدراسات التي تناولت هذا الموضوع لعدم الدقة والخلط بينه وبين مفاهيم أخرى لكن بعد هذا التاريخ أصبحت هذه الدراسات أكثر دقة ووضوحاً التي أدت إلى تحديد أبعاد هذا المفهوم وعناصره كما تم وضعه ضمن إطاره النظري.

إن موضوع دافعية الإنجاز تلقى النصيب الأكثر من الدراسات المقارنة بباقي الدوافع الاجتماعية الأخرى ويعد عالم النفس الأمريكي "هنري موراي" هو أول من قدم مفهوم لدافعية الانجاز لاعتبارها مكوناً أساسياً من مكونات الشخصية.

1- الدافعية:

1-1- مفهوم الدافعية:

يحاول بعض الباحثين التمييز بين الدافع Motive ومفهوم الدافعية Motivation على أساس أن "الدافع هو عبارة عن استعداد الفرد و بذل الجهد أو السعي في سبيل تحقيق أو إشباع هدف معين، أما في حالة دخول هذا الاستعداد أو الميل إلى حيز التحقيق الفعلي أو الصريح فذلك يعني الدافعية باعتبارها عملية نشيطة¹.

وعلى الرغم من محاولة البعض التمييز بين المفهومين، فإنه لا يوجد حتى الآن ما يبرر مسألة الفصل بينهما، ويستخدم مفهوم الدافع كمرادف لمفهوم الدافعية، حيث يعبر كلاهما عن الملامح الأساسية للسلوك المدفوع وإن كانت الدافعية هي المفهوم الأكثر شيوعاً².

وعلى ضوء ذلك فإنه عند استخدامنا لأي من المفهومين الدافع أو الدافعية فإننا نقصد شيء واحد.

إن كلمة الدافعية لها جذور في الكلمة اللاتينية Mover و التي تعني يدفع أو يحرك في علم النفس حيث تشمل دراسة الدافعية محاولة تحديد الأسباب أو العوامل المحددة للفعل أو السلوك و اتساقا مع ذلك فإنه يمكن من خلال نماذج الدافعية فهم تفسير السلوك الموجه نحو الهدف و كذلك إلقاء الضوء على الفروق الفردية في اختيار الأنشطة و في مقدار الجهد المبذول بهذه الأنشطة، مدى مثابرة الفرد أو إستمراريته على العمل فيها رغم ما يواجه من عقاب وسوف نتطرق فيما يلي لبعض التعريفات التي قدمها الباحثون لمفهوم الدافع أو الدافعية .

• **تعريف يونج p.Tyange** للدافعية: أنها عبارة عن حالة استثارة و توتر داخلي تثير السلوك وتدفعه إلى تحقيق هدف معين.

• **يرى ماسلو A.H Maslo**: الدافعية بأنها خاصية ثابتة ، مستمرة ، متغيرة ، مركبة و عامة تمارس تأثيراً في كل أحوال الكائن الحي³.

• **عرف ماكيلاند D.Mciend**: الدافع بأنه إعادة التكامل و تجدد النشاط الناتج عن التغيير في الموقف الوجداني.

• **يعرف الدكتور مصطفى زيدان**: الدوافع بأنها هي الطاقات التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق التوازن الداخلي و أو تهيأ له أحسن تكييف ممكن من البيئة الخارجية.

¹ - عبد اللطيف محمد خليفة، الدافعية للانجاز، دار غريب للطباعة والنشر، 2000، القاهرة، ص67.

² - عبد الحليم محمود سعيد ومعتز عبد الله وآخرون، علم النفس العام، مكتبة غريب، 1990، القاهرة، ص419-422.

³ - عبد اللطيف محمد خليفة، مرجع سابق، ص69.

• **عرف نبييل الشمالوطي:** الدافع بأنه حالة داخلية جسمية أو نفسية أو فطرية أو مكتسبة، تثير السلوك وتحدد نوعيته واتجاهه و تثير به نحو تحقيق أهداف معينة من شأنها إرضاء جانب معين من جوانب الحياة الإنسانية كما أنه عرف الدافع على أنه حالة داخلية أو استعداد فطري أو مكتسب، شعوري أو لا شعوري، عفوي أو اجتماعي، نفسي يثير السلوك الحركي ويسهم في توجيهه إلى غاية شعورية أو لا شعورية¹.

ولقد بين محي الدين حسين تعدد تعريفات الدافعية و اختلافها عن بعضها البعض وهذا راجع إلى عدة عوامل أهمها.

تركيز المنظرين، فهناك من يركز على بعض مظاهر عملية الاستثارة مثل التوتر العضلي أو معدل النبض أو التنفس و هناك من يركز على كيفية تعامل الفرد مع الأهداف، كما يرجع تعدد تعريفات ومفاهيم الدافعية إلى اختلاف أسلوب.

التعامل فهناك من يركز على محددات مفاهيم، وهناك من يركز على النتائج المترتبة².

1-2-1- مصادر الدافعية:

يتفق العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي على القول: إذا أردنا فهم والإلمام بموضوع الدافعية في المجال الرياضي فإنه ينبغي تقسيمها من حيث مصادرها إلى دافعية داخلية ودافعية خارجية.

1-2-1-1- الدافعية الداخلية:

الدافعية الداخلية هي الحالات الداخلية النابعة من داخل الفرد نفسه، والتي تشبعها الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي كهدف في حد ذاته مثل: الرضا، السرور، المتعة الناتجة عن الممارسة الرياضية والشعور بالارتياح، كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والإرادة، أو بسبب المتعة الجماعية الناجمة عن رشاقة و تناسق الأداء الحركي الذاتي، وكذلك الإثارة و التحدي في مواجهة بعض العقبات أو الصعوبات المرتبطة بالأداء³.

¹ - محمد زيدان ونبييل الشمالوطي، علم النفس التربوي، ط1، دار الشروق، بدون سنة نشر، جدة، ص94.

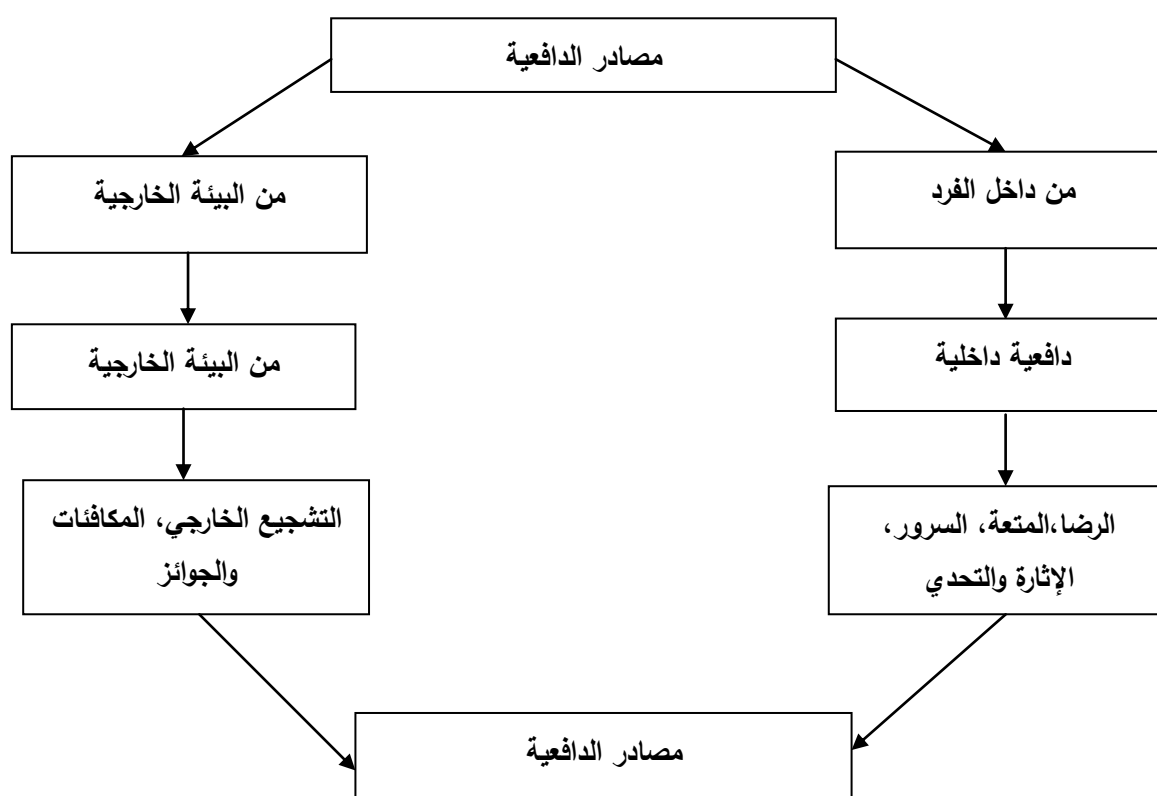
² - محي الدين أحمد حسين، دراسة في الدافعية والدوافع، دار المعارف، 1988، القاهرة، ص6.

³ - محمد حسن العلاوي، علم النفس الرياضي، ط8، دار المعارف، 2002، القاهرة، ص215.

1-2-2- الدافعية الخارجية:

وهي تلك الحالات الخارجية الغير نابعة من داخل الفرد نفسه، و التي تثير و توجه السلوك نحو الممارسة الرياضية إذ يمكن اعتبار الأستاذ، الوالدين أو الأصدقاء بمثابة دافعية خارجية ، لمختلف الوسائل التي تعمل على تحقيق غاية أو هدف خارجي مثل الحصول على مكاسب مادية أو معنوية ، كالحصول على المكافآت أو الجوائز أو الحصول على التدعيم أو التشجيع الخارجي، بالإضافة إلى اكتساب الصحة واللياقة البدنية العالية وغيرها¹.

الشكل 01:مصادر الدافعية للسلوك أو للأداء.



1-3- العلاقة بين الدافعية الداخلية و الدافعية الخارجية للأداء الرياضي:

رغم اختلاف المهتمين بعلم النفس الرياضي حول مدى مساهمة كل من الدافع الداخلي والخارجي في الأداء الرياضي إلا أنهم يكادون يتفقون على أهمية الدافع الداخلي ، ذلك أن الدافعية الخارجية والمتمثلة في المكافآت

¹ - محمد حسن العلاوي، مرجع سابق، ص216.

الخارجية تفيد في دفعه نحو الممارسة الرياضية، لكنها لا تضمن الاستمرارية في الممارسة ، أما الدافع الداخلي فهو عامل مهم في بناء الشخصية ، حيث أن الحاجات النفسية هي الأقوى و الأجدر بالاهتمام عن الحاجات المادية كحب الانتماء، تقدير الذات وتحقيق الذات، مع هذا لا يمكن تجاهل دور الدافع الخارجي فهناك علاقة وثيقة بين الدافع الداخلي والدافع الخارجي، إلا أنه يبقى الدافع الداخلي هو الأهم، لذا وجب الاهتمام به لأنه يضمن الاستمرارية في الممارسة الرياضية لمدة طويلة¹.

1-4-1- وظيفة الدافعية :

1-4-1-1- وظيفة الدافعية في الموقف التعليمي العام:

للدوافع في الموقف التعليمي العام وظيفة ذات ثلاثة أبعاد:

• البعد الأول:

إن الدوافع عوامل منشطة، فهي تنشط الكائن الحي في الموقف التعليمي وتحرر السلوك، وتنقل الكائن الحي من حالة السكرة إلى حالة الحركة².

• البعد الثاني:

إن الدوافع عوامل منظمة وموجهة، فهي توجه السلوك نحو غرض معين تحقق له رغبات معينة.

• البعد الثالث:

إن الدوافع مدعمة ومعززة ، وهذا البعد له صلة وطيدة بالبعد الثاني لأن توجيه السلوك لتحقيق أهداف وأغراض معينة هو في نفس الوقت تدعيم للسلوك الذي أدى إلى هذه الإشباعات³.

1-4-1-2- وظيفة الدافعية في الموقف التعليمي الرياضي:

تتضمن وظيفة الدافعية الإجابة عن التساؤلات الثلاث التالية:

- ماذا تقدر أن تفعل ؟ اختر نوع الرياضة.
- ما مقدار تكرار العمل؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب.

¹- أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، 1990، القاهرة، ص45.

²- محمد خير الله وممدوح منعم الكتاني، سيكولوجيات التعلم، دار النهضة، بدون سنة نشر، بيروت، ص175.

³- نفس المرجع، ص176.

- كيف وجد العمل؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة.

يقول أسامة كامل راتب: "فيما ينطبق بالسؤالين، الأول والثاني، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي، وفترة ومقدار الممارسة، وليس ثمة شك في أن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام بهذه الرياضة، و الاستمرار في الممارسة أي المثابرة في التدريب إضافة إلى العمل الجاد، بما يتضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية في هذه الرياضة، أما بخصوص إجابة السؤال الثالث فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى أداء اللاعب باعتبار أن المستوى الأمثل للدافعية يتطلب مستوى ملائم من الحالة التنشيطية (الاستثارة) حيث أن كل لاعب مستوى ملائم من الاستثارة حتى يحقق أفضل أداء في موقف المنافسة.

هنا تظهر أهمية وظيفة الدافعية عندما تترك أن الإنجاز في الرياضة يتطلب توفر ثلاثة عناصر أساسية:

- استعداد مناسب لهذه الرياضة.

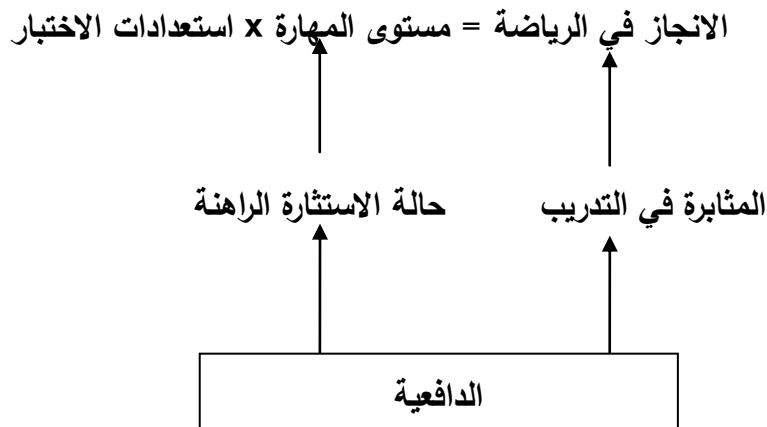
- التدريب الجاد لتطوير الاستعداد.

- كفاءة أداء الرياضة عند التقييم.

بمعنى آخر فإن الأداء لأي مهارة في أي وقت هو ناتج لتطوير الاستعداد والقدرة على الأداء الجيد في موقف الاختيار أو المنافسة كما في الشكل التالي:

وتجدر الإشارة إلى أن الدافعية لا تعتبر العامل الوحيد الذي يؤثر في الأداء الرياضي، وإنما الأداء الرياضي نتاج العديد من المتغيرات المرتبطة بشخصية اللاعب فضلا عن التأثيرات المرتبطة بالموقف نفسه ونوع ومتطلبات الأداء ذاته¹.

الشكل 02: وظيفة الدافعية والانجاز الرياضي



¹ - أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، 2000، القاهرة، ص 74-75.

1-5- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية فإن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بالطابع المركب، ومن الأهمية بمكان معرفة المربي لأهم الدوافع التي تدفع التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، وأهمية ذلك بالنسبة للتلميذ أو للفرد الرياضي أو المجتمع الذي يعيش فيه ويقسم "روديك Rudik" أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:

1-5-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:

يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي حسب الدكتور حسن علاوي في:

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط البدني.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها.
- الاشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركن هام من أركان النشاط الرياضي وما يربطه من خبرات انفعالية متعددة.
- تسجيل الأرقام و البطولات و إثبات التفوق و إحراز الفوز¹.

1-5-2- الدوافع الغير مباشرة للنشاط الرياضي:

ومن أهم الدوافع الغير مباشرة للنشاط الرياضي حسب الدكتور محمد علاوي فيما يلي:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي.
- الوعي بالدور الاجتماعي التي تقوم به الرياضة².

¹- محمد حسن العلاوي وسعد جلال، علم النفس التربوي، ط6، دار المعارف، 1978، ص183.

²- محمد حسن العلاوي، علم النفس الرياضي، ط8، القاهرة، 1992، ص161.

1-6-1 - دافعية الإنجاز الرياضي:

1-6-1-1 - مفهوم دافعية الإنجاز:

مرت دافعية الإنجاز بعدة مراحل وأول من بدأ التنظير فيها "هنري موراي" 1983 "MURRAY" في كتابه استكشافات في الشخصية لدراسة ديناميات الشخصية باعتبار أن دافع الإنجاز أحد المتغيرات الأساسية، وتعتبر المتغيرات الدافعية والتفسيرية التي أسس عليها نظريته تمثل جانبيين أحدهما جانب القوة وتظهر في إمكانية توضيف الشخصيات المختلفة، أما الآخر فهو جانب الضعف ويتمثل في المخاطرة بتفسيرات كاذبة قد يقع فيها بعض علماء النفس وقد دفعه ذلك لتعديل نظريته عدة مرات خلال الفترة من (1951 وحتى، 1959) حيث استبدل مفهوم الحاجة" إلى الاستعداد للموضوع وقد انعكس هذا التطور في بنائه لأداة قياس تسمى "اختبار تفهم الموضوع" (TAT)¹.

ثم تبعه بعد ذلك زملاؤه "دافيد ماك كيلاند McClelland" وجون أنكيسون Atkinson" و "كلارك Klark" وذلك في الفترة من (1951 وحتى 1974) حيث قاموا بمحاولة لقياس الفروق الفردية في قوة دافعية الإنجاز وذلك باستخدام اختبار "التات" الذي قدمه "موراي" والذي أظهرت نتائجه صدق مقياس التات ، ثم تركزت جهودهم حول صياغة نظرية لدافعية الإنجاز².

أشار جون هول ، ولندزي Hall, Lindzey 1957 لدافعية الإنجاز بأنها تحقيق شيء صعب، والتحكم في الأشياء وتناولها أو تنظيمها وأداء ذلك بأكبر قدر ممكن من السرعة والاستقلالية، والتغلب على العقبات، وتحقيق مستوى مرتفع، والتفوق على الذات ومنافسة الآخرين والتفوق عليهم وزيادة تقديره وفاعلية الذات عن طريق الممارسة الناجحة للقدرة³.

يشير إليها "محمود عبد القادر" (1979) بأنها تكوين فرضي يتضمن الشعور أو الوجدان المتعلق بالأداء التقيمي لبلوغ معايير الامتياز وهي محصلة ثلاثة عوامل هي الطموح العام، المثابرة على بذل الجهد، التحمل من أجل الوصول هدف بجانب بعض المتغيرات الأخرى التي تختلف تبعاً للسن والمستوى التعليمي⁴.

¹ - إبراهيم قشقوش وطلعت منصور، دافعية الإنجاز وقياسها، ط2، مكتبة النجل المصرية، 1997، القاهرة، ص22.

² - إبراهيم قشقوش وطلعة منصور، نفس المرجع، ص22.

³ - محمد حسن العلاوي، علم النفس الرياضي، نفس المرجع، ص251.

⁴ - منى مختار المرسي عبد العزيز، بناء مقياس دافعية الإنجاز لدى الناشئين الرياضيين، رسالة دكتوراه، جامعة حلوان كلية التربية الرياضية، 1999، القاهرة، ص13.

تعرف دافعية الإنجاز في الرياضة من خلال النظر إلى مواقف المنافسة الرياضية كمواقف إنجازيه ، وفي هذا المعنى يعرفها مارتنز 1987 "Martens بأنها استعداد للكفاح من أجل الرضا وذلك عند إجراء مقارنات لبعض معايير ومستويات التفوق في حضور تقييم الآخرين¹.

ولذا يرى بعض الباحثين في علم النفس الرياضي استخدام مصطلح التنافسية "Competitive" للإشارة إلى دافعية الإنجاز الرياضي.

بينما يعرفها "محمود عنان 1995" بأنها استعداد اللاعب للاقتراب من موقف المنافسة ايجابيا ويتضمن ذلك عدة مفاهيم مثل الرغبة في التفوق والسعي الجاد المخطط واقعيا لإنجاز النجاح في المنافسة الرياضية وبناء الهدف الدافعية من خلال مستويات الطموح الإيجابية.

يرى "أسامة راتب 1997" بأنها الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها في التدريب والمنافسة كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز تلك الواجبات والمهام².

يرى محمد حسن علاوي 1998 أنها استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتنياز عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفعالية والمثابرة كتغيير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتنياز في مواقف المنافسة الرياضية³.

وعلى ضوء ما سبق من تعريفات لكل من دافعية الإنجاز عامة ودافعية الإنجاز في الرياضة يمكن أن يقدم الباحث التعريف التالي لدافعية الإنجاز حيث يرى أنها دوافع داخلية تتمثل في رغبة الفرد في تحقيق التفوق وإظهار قدر كبير من المثابرة والاستقلالية والتنافس في مواقف الإنجاز في ضوء مستوى معين من الامتنياز كما يمكن تعريف دافعية الإنجاز في الرياضة بأنها سعي وكفاح الرياضي ومثابرته على بذل الجهد لمجابهة المواقف التنافسية الرياضية من خلال رغبته في التفوق وإظهار قدر كبير من الثقة بالنفس والاستقلالية والالتزام بالمهام التي يكلف بها.

كما يمكن أن يقدم الباحث مجموعة من الخصائص الشخصية الهامة للرياضي الذي يتسم بدافعية إنجاز عالية على النحو التالي:

- الرغبة في التفوق والامتنياز.

¹ - نفس المرجع، ص13.

² - أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي، المفاهيم والمصطلحات، 1997، ص157.

³ - محمد حسن علاوي، علم نفس الرياضي، مرجع سابق، ص251.

- الميل للاشتراك في المنافسات حيث يتميزون بالأداء المرتفع.
- المثابرة على بذل الجهد.
- الطموح وأداء المهام التي تتطلب بعض المخاطرة.
- الثقة بالنفس والدافعية الداخلية.
- الاستقلالية والاستحسان الاجتماعي.
- الالتزام بالمهام والواجبات التي يكلف بها والالتزام نحو المدرب والزملاء والقوانين.
-

1-7- أهمية دافعية الانجاز والمنافسة:

يتميز سلوك الإنجاز بثلاثة جوانب هي.

- اختيار السلوك.
- الشدة.
- المثابرة.
- **اختيار السلوك:**

يقصد باختيار السلوك الإنجازي المقدرة على الاختيار من بين البدائل، والاتجاه نحو سلوك معين بمعنى

أن اختيار اللاعب لممارسة نشاط ما يتحدد عن طريق توقع اللاعب للنجاح والقيمة العائدة من ممارسة هذا النشاط.

• شدة السلوك:

يقصد بشدة السلوك مستوى ودرجة تنشيط السلوك ويعني قدرة اللاعب على الاستمرار في بذل الجهد

ومزاولة التدريب الذي يتميز بشدة عالية وحجم مرتفع.

• المثابرة على السلوك:

يقصد بها استمرار اللاعب لممارسة التدريب لفترات طويلة بمعنى دوام السلوك، بينما اللاعب الذي يفتقر إلى

المثابرة ينسحب من ممارسة النشاط، وإذا استمر لا يستطيع تحقيق إنجازات رياضية¹.

¹- نفس المرجع، ص253.

1-8- الأظر النظرية المفسرة لدافعية الإنجاز:

لقد وضعت عدة نظريات حاولت تفسير دافعية الإنجاز تخص بالذكر منها ما يلي:

1-8-1- الدافعية للإنجاز في ضوء منحنى التوقع - القيمة:

هناك العديد من نظريات التوقع ولكن أكثرها ارتباطا بالسياق الحالي هي نظرية التوقع التي قدمها (تولمان) في مجال الدافعية و التي أشار فيها إلى أن السلوك يتحدد من خلال الهاديات الداخلية و الخارجية أو البيئة كما أوضح (تولمان) أن الميل لأداء فعل معين هو دالة أو محصلة التفاعل بين ثلاث أنواع من المتغيرات هي:

- المتغير الدافعي: ويتمثل في الحاجة أو الرغبة في تحقيق هدف معين.
- متغير التوقع: الاعتقاد بأن فعل ما في موقف معين سوف يؤدي إلى موضوع الهدف.
- متغير الباعث: أو قيمة الهدف بالنسبة للفرد.

ومن خلال هذه المتغيرات يستثار السلوك ويوجه نحو تحقيق الهدف المنشود وبشكل عام كلما كانت التوقعات المرتبطة بقيمة الانجاز ضئيلة ومحدودة كلما قلت شدة استثارة السلوك الموجه نحو الانجاز و العكس صحيح.

وتعد كل من نظرية (ماكيلاند) ونظرية (أتيكسون) أهم نظريتين وضعنا من خلال هذا الإطار¹.

أ- نظرية ماكيلاند:

يقوم تصور (ماكيلاند) للدافعية للإنجاز في ضوء تفسيره لحالة السعادة أو المتعة بالحاجة للإنجاز فقد أشار ماكيلاند وآخرون إلى هناك ارتباطا بين الهاديات السابقة والأحداث الايجابية وما يحققه للفرد من نتائج فإذا كانت مواقف الانجاز الأولية ايجابية بالنسبة للفرد فانه يميل للأداء والانهماك في السلوكيات المنجزة أما إذا حدث نوع من الفشل وتكونت بعض الخبرات السلبية فإن ذلك سوف ينشأ عنه دافعا لتحاشي الفشل.

ونظرية (ماكيلاند) ببساطة تشير إلى أنه في ظل ظروف ملائمة سوف يقوم الأفراد بعمل المهام والسلوكيات التي دعمت من قبل، فإذا كان موقف المنافسة -مثلا- هاديا لتدعيم الكفاح والانجاز فإن الفرد سوف يعمل بأقصى طاقته ويتفانى في هذا الموقف².

¹ - عبد اللطيف محمد خليفة، مرجع سابق، ص107.

² - نفس المرجع، ص109.

ب- نظرية أتيكسون:

اتسمت نظرية (أتيكسون) في الدافعية للإنجاز بعدد من الملامح التي يميزها عن نظرية (ماكليلاند) ومن أهم هذه الملامح أن (أتيكسون) أكثر توجهها معمليا و تركيزا على المعالجة التجريبية للمتغيرات الاجتماعية المركبة لمواقف الحياة التي تناولها ماكيلاند، كما تميز أتيكسون بأنه أسس نظريته في ضوء كل من نظرية الشخصية وعلم النفس التجريبي، ووضع أتيكسون نظرية الدافعية للإنجاز في منحنى التوقع -القيمة متبعا في ذلك توجهات كل من (تولمان) و(كورت ليفن) وافترض دور الصراع بين الحاجة للإنجاز و الخوف من الفشل¹.

1-8-2- الدافعية للإنجاز في ضوء نظرية الغزو السببي:

ترجع الخلفية الأساسية لنظرية الغزو السببي إلى عالم النفس الاجتماعي الألماني (هيدر) إذ يرى أن الإنسان ليس مستجيبا للأحداث كما هو الحال في النظريات السلوكية وإنما مفكر في سبب حدوثها وأن سلوك الفرد هو الذي يؤثر على سلوكه القادم و ليست النتيجة التي يحصل عليها و يفترض (هيدر) أن الأفراد يقومون بالغزو لأسباب النجاح أو الفشل عندهم هو عبارة عن محاولة لربط السلوك بالظروف التي أدت إليه إذ أن إدراك الفرد للسبب يساعده في السيطرة على ذلك الجزء من البيئة ويعتقد (هيدر) أن معتقدات الأفراد حول أسباب نتائجهم حتى ولو لم تكن حقيقة يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار عند تفسير توقعاتهم وأشار إلى أن الأفراد يرجعون الأسباب إما إلى (عوامل خارجية بيئة مثل الحظ وصعوبة العمل) أو (عوامل داخلية تتعلق بهم مثل الجهد والقدرة)².

1-8-3- الدافعية للإنجاز في ضوء نظرية التنافر المعرفي:

تمثل نظرية التنافر المعرفي التي قدمها (ليون فستنجر) امتدادا إلى منحنى التوقع - القيمة وتشير هذه النظرية إلى أن لكل منا عناصر معرفية تتضمن معرفة بذاته ما نحبه ونكرهه، وأهدافنا وضروب سلوكنا كما أن لكل منا عناصر معرفة بالطريقة التي يسير بها العالم من حولنا فإذا تنافر عنصر من هذه العناصر مع عنصر آخر بحيث يقضي وجود أحدهما منطقيا غياب الآخر حدث التوتر الذي يملئ عليه ضرورة التخلص منه.

وتفترض هذه النظرية أن هناك ضغوطا على الفرد لتحقيق الاتساق بين معارفه أو نسق معتقداته وبين انسق معتقداته وسلوكه وأشار (فستينجر) إلى أن هناك مصدرين أساسيين هما:

- آثار ما بعد اتخاذ القرار.
- آثار السلوك المضاد للمعتقدات والاتجاهات.

¹ - نفس المرجع، ص 113-114.

² - نبيل محمد زايد، دافعية للتعليم، مكتبة النهضة المصرية، 2003، القاهرة، ص 84.

فقد ينشأ عدم الاتساق بين الاتجاهات والمعتقدات التي يتبناها الفرد وبين سلوكه نظرا لأن الفرد اتخذ قرارا "دون تروي" أو معرفة بالنتائج المترتبة على اتجاهاته وقيمه، أما فيما يتعلق بآثار السلوك المضاد للإنجاز فقد يعمل الشخص في عمل معين ويعطيه أهمية كبرى على الرغم من أنه لا يرضى عنه في الحقيقة، فهو يعطيه قيمة و أهمية لأنه يريد مثلا الحصول من ورائه على كسب مادي ومن هنا ينشأ عدم الاتساق بين القيم والسلوك وتوصف أشكال عدم الاتساق هذه بأنها حالة من حالات التناظر المعرفي¹.

1-9- العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز الرياضي:

يعرف دافع الانجاز بأنه منافسة من اجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن ، و قد يستخدم أحيانا مصطلح الحاجة للإنجاز أو التوجهات الإنجازية ليعبر عن دوافع الانجاز ، و بهذا يندرج دافع الإنجاز بشكل عام تحت حاجة كبيرة أشمل و أعم هي الحاجة للتوفيق ، و يبدو أنا هناك خصائص عامة تميز الأشخاص الذين يتميزون بدرجة عالية من الإنجاز في منشط الحياة المختلفة و منها النشاط الرياضي ربما من المناسب أن نشير إليها كما يلي:

- يظهرون قدرا كبيرا من المثابرة في أدائهم.
- يظهرون نوعية متميزة في الأداء.
- ينجزون الأداء بمعدل مرتفع.
- يعرفون واجباتهم أكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين ، يتسمون بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة أو المخاطرة.
- يتطلعون إلى أداء المواقف التي تتطلب التحدي.
- يتحملون المسؤولية فينا يقومون به من أعمال ، يحبون معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم و تطويرها نحو الأفضل.
- يتسمون بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة أو المخاطرة.
- يحبون معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم و تطويرها نحو الأفضل².

¹ - عبد اللطيف محمد خليفة، مرجع سابق، ص146.

² - أسامة كمال راتب، مرجع سابق، ص67.

1-10- دافعية الإنجاز في كرة القدم:

يعرف بأنه الرغبة في الفوز بالمباريات لأن الدوافع التي تؤدي إلى الإنجاز هي المنافسة من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن ، و قد يستخدم أحيانا مصطلح الحاجة إلى الإنجاز و التوجهات الإنجازية أو الحاجة إلى التفوق ، و هذا ما يرغبه لاعب كرة القدم ، إن كان على مستوى النادي أو المنتخب و لذلك يمتلك اللاعب الإحساس القوي بالحاجة إلى النجاح و تجاوز الصعوبات و التغلب على المشكلات التي تعترض طريقه لتحقيق الإنجاز و مدى استعداده الثابت في الشخصية يحدد مدى سعي الإنسان و مثابرتة في سبيل تحقيق نجاح أو بلوغ الهدف ، مما يترتب عليه درجة معينة من الإشباع و ذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى معين للامتياز في هذا يحدث التباين من شخص إلى آخر و من ثقافة إلى أخرى ، و يعتمد في ذلك جزئيا على التنشئة الاجتماعية و الدراسية و التربية أسرية و هناك خصائص عامة للذين يتميزون بدرجة عالية من الإنجاز في أنشطة الحياة المختلفة و منها ممارسة كرة القدم و هي على النحو التالي:

- يظهرون قدرا كبيرا من المثابرة في أدائهم.
- يظهرون نوعية متميزة من الأداء.
- ينجزون الأداء بمعدل مرتفع.
- يعرفون واجباتهم أكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين.
- يتسمون بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة و المخاطرة.
- يتطلعون إلى أداء المواقف التي تتطلب التحدي.
- يتحملون المسؤولية فيما يقومون به من أعمال.
- يحبون معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم و تطويرها نحو الأفضل.

وهناك قوتان تؤثران و تدفعان اللاعب باتجاه التطور، و هاتان القوتان هما القوى الخارجية و القوى الداخلية، والقوى الخارجية هي الهدف أو الباعث، أما القوى الداخلية فهي الرغبة أو الحافز، إن التفاعل بين كلتا القوتين يسبب الدافع في اللاعب، فالرغبة و الهدف أو الحافز و الباعث يعتمد كل منهما على الآخر ، و عند ظهور الرغبة يظهر الهدف أو عندما يوجد الحافز يظهر الباعث، فالرغبة أو الحافز هي حاجات اللاعب الداخلية و ميوله و اتجاهاته و عواطفه هي استثارة داخلية عضوية موجودة عند اللاعب تدفعه إلى الشعور بالإحساس و التوتر، أما الأهداف أو البواعث فهي الأغراض و الأهداف التي يطمح اللاعب الحصول عليها من أجل إزالة التوتر و التي تتمثل بالمكافآت المتوقع حصولها نتيجة تحقيقه للنتائج الإيجابية، إن لعبة كرة القدم عندما تعرض مبارياتها على شاشة التلفزيون أو الإذاعة أو تكثر الكتابات عنها في الصحف و المجلات أو اهتمام الدولة و رعايتها لها يمثل حوافز أو رغبات داخلية ، أما البواعث و الأهداف فتمثل الاعتبارات المادية و المعنوية التي يتوقع الحصول عليها من قبل اللاعب كجزء على ذلك، مما يدفعه إلى التدريب و الممارسة لتحقيق هدفه، و إن

العلاقة بين الحوافز و البواعث علاقة مترابطة، فإذا ما انخفضت الحوافز يجب زيادة البواعث لكي يندفع الفرد للتعلم، و يلعب المدرب دورا مهما في زيادة مبدأ التشويق و الإثارة و توضيح الأهداف لكي تدفعه للاستمرار في العطاء، مع الأخذ بنظر الاعتبار أن هذه الأهداف يجب أن تتناسب مع قدرات اللاعب و تحقيق ميوله و حاجاته لكي يستطيع إشباعه.

1-11- الأساليب المستخدمة في إثارة دوافع اللاعب لممارسة كرة القدم:

إن من أهم الأساليب المستخدمة في إثارة دوافع اللاعب لممارسة كرة القدم تتمثل فيما يلي:

- تسهيل طرق ممارسة كرة القدم من أجل دفع اللاعب للاستمرار في الممارسة.
- وضوح الهدف المناسب لأن لكل مهارة تعليمية أهداف محددة، و عند بدأ عملية التدريب لابد للمدرب من توضيح هذه الأهداف، حيث تكون مناسبة مع القدرات البدنية و العقلية للاعب، فعندما تكون الأهداف متعددة و كبيرة و غير متناسبة مع الفئة العمرية أو أكبر من القدرات البدنية و العقلية لهذه الفئة، فإن ذلك يؤدي إلى الإحباط، لذا على مدربنا الاهتمام بهذه الناحية، لأن الإحباط قد يتسبب في ابتعاد موهبة كروية من ممارسة كرة القدم.
- التوازن في إشباع الحاجات لأن عدم التوازن ربما يطفئ في داخل اللاعب الدوافع للاجتهاد في التدريب واكتساب المهارات و اللياقة البدنية بسبب الشعور بالإحباط و اللامبالاة، لهذا يجب على المدربين التركيز على استثارة الدافع عن طريق جعل اللاعب دائما يرغب في مزيد من التطور و الرقي بأدائه من اجل تحقيق الأهداف القريبة من مستواه ، حتى لا يشعر بالغرور و عدم الحاجة إلى الاستمرار بتطوير المستوى وبالتالي الفشل، و هذا ما لازم عددا من اللاعبين و تسبب في إنهاء مسيرتهم الرياضية¹.
- يجب التوازن بين الأهداف و الرغبات، لأن الهدف المختار في العملية التعليمية يجب أن يختار بشكل متوازن و متناسب مع رغبة اللاعب فإذا ما أريد تعلم مهارة معينة في كرة القدم كالتهديف في المرمى مثلا فإن إثارة حماس اللاعبين عن طريق التعزيز المادي كالمكافآت المادية و المعنوية أو إهداء الميداليات أو الكؤوس للاعب الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف بالمقارنة مع زملائه الآخرين خلال الوحدة التدريبية يكون أكثر مناسبة و إثارة مما لو خصص كتاب علمي على سبيل المثال للهدف الجيد.
- يأتي دور التحفيز و هو ما يقوم به المدرب من ثواب أو عقاب لفظي أو معنوي خلال الوحدات التدريبية بغرض تحفيز اللاعب على بذل المزيد من الجهد لتطوير المستوى الفني و التعزيز هو مكافأة يقدمها المدرب، و قد يكون بشكل تقديم الجوائز أو الميداليات أو شهادات تقدير أو بشكل لفظي كالتشجيع و المدح و الثناء، و هذا

¹ - يحي كاظم النقيب، معهد إعداد القادة، 1990، السعودية، ص 118-119.

التحفيز أي كان نوعه مادي أو معنوي فإنه يجب أن يكون متناسبا مع مقدار الإنجاز على أن يكون فوريا و يتبعه مباشرة.

- إن إجراء الاختبارات المستمرة في تقويم مستوى اللاعب من أهم العوامل التي ترفع من مستوى فعالية الدافع ، للاعب يجب أن يعرف مستوى إنجازه أو مدى تطور مستواه باستمرار لكي يتسنى له الاطلاع على واقع أدائه ، و المدرب يلعب دورا أساسيا في استخدام و اختيار الأساليب المحركة و الدافعية للاعبين وتطوير مستواهم.

خلاصة:

من خلال ما سبق يمكن استخلاص النتائج التالية:

- الدافعية العامة عبارة عن حالة عدم التوازن الداخلي التي تثير السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف معين.
- يتداخل في الكثير من الأحيان مفهوم الدافعية مع مفاهيم أخرى مرتبطة بالسلوك.
- يعد التصنيف وفق المنشأ الأكثر شيوعاً.
- تتمثل وظائف الدافعية في استثارة السلوك وتوجيهه بالإضافة إلى تحديد شدة السلوك اللازمة والمحافظة على ديمومته حتى يتحقق الهدف.
- وضعت العديد من الأطر النظرية التي حاولت تفسير الدافعية أهمها النظرية المعرفية والنظرية الإنسانية والنظرية التحليل النفسي.
- تعتبر دافعية الإنجاز من الدوافع الاجتماعية المنشأ وتتميز بأهميتها مقارنة بالباقي الأنواع الأخرى وتعرف على أنها الرغبة في الأداء المتميز في الأعمال بأقل وقت ممكنين.
- يمكن قياس الدافعية للإنجاز عن طريق المقاييس الإسقاطية والمقاييس الموضوعية ويعد هذا النوع الأخير أكثر صدق وثبات مقارنة بالنوع الأول.
- هناك العديد من الطرق التي تسمح بتنمية دافعية الإنجاز نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

تمهيد:

في هذا الفصل سنتطرق إلى منهجية البحث وذلك من خلال منهج الدراسة وعينة البحث، كما سنتطرق إلى نوع المتغيرات، أدوات البحث (الدراسة) والمعالجة الإحصائية.

وللتأكد من صحة الفرضيات المقدمة في الجانب النظري، كان لا بد لنا من دراسة تكون أكثر دقة وأكثر منهجية والمتمثلة في الدراسة الميدانية التي من خلالها اختيار المنهج المتبع في هذا البحث، وكذا مجالاته والعينة التي تم اختيارها له وكذا أداة البحث كما قمنا بتحليل النتائج ومناقشتها.

1- الدراسة الاستطلاعية:

مما لا شك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترض الباحث ، وعليه فقد قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية لبعض أندية كرة القدم لولاية البويرة.

وقد تحصلنا منها على ما يلي:

- التعرف على مواقيت التدريبات والمنافسات التي يقومون بها.
- التعرف على أفراد العينة قيد الدراسة.
- الاتصال بالمدرّبين قصد اطلاعهم على موضوع الدراسة.
- أخذ فكرة واضحة على واقع دافعية الإنجاز الرياضي لدى.

لقد قمنا بزيارة ميدانية لأندية ولاية البويرة التي اخترناها من أجل الدراسة والحصول على معلومات كافية عن المجتمع لأصلي للدراسة ، حيث وجدنا تفهم وتعاون كبيرين من الأندية الرياضية التي أعطتنا كل ما كنا بحاجة إليه وسهلت مهمتنا في تحقيق الأهداف قيد الدراسة.

2- مجالات الدراسة:

المجال البشري: الدراسة متكونة من 27 لاعب موزعون على الأندية المذكورة أعلاه.

المجال الزمني: من 2018/04/29 إلى 2018/06/28

المجال المكاني: النجم الرياضي الأخضرية NML ، الهاشمية ASCEM ، نادي جمعية قاديوية DRBK

3- المنهج المتبع في الدراسة:

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

حيث يعرفه رابح تركي أنه "عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها.

وفي بحثنا هذا تطرقنا إلى إتباع المنهج السليم والصحيح من أجل الحصول على الإجابات التي نخدم بحثنا هذا وتعطينا مجموعة من المعلومات والحقائق السليمة ، ومن أجل كشف جوانب هذه الظاهرة وتشخيصها والمرتبطة بين

متغيرات البحث ، تطرقنا إلى استعمال " المنهج الوصفي " الذي يهدف إلى جمع البيانات لمحاولة اختيار الفروض أو الإجابة على تساؤلات تتعلق بالحلة الجارية أو الراهنة لأفراد عينة البحث.

4- مجتمع الدراسة:

يواجه الباحث عند شروعه في القيام ببحثه مشكلة تحديد نطاق العمل، أي اختيار مجتمع البحث ، وفي هذا الأساس يتكون مجتمع بحثنا من 320 لاعب كرة القدم لصنف أواسط لأندية ولاية البويرة.

5- عينة الدراسة:

عندما يكون عدد أفراد مجتمع البحث كبير فنن الباحث يتعثر عليه إجراء دراسته على كل أفراد المجتمع لذلك يلجأ إلى اختيار عينة ممثلة لذلك المجتمع يستطيع إجراء الدراسة عليها بسهولة ، وتمكنه من الحصول على نتائج أكثر دقة وتصلح لأن تعمم على كافة أفراد مجتمع البحث.

والعينة في دراستنا هذه، هي عينة مختارة بشكل عشوائي بسيطة وتضم 27 لاعبا سبق لهم وان تعرضوا للإصابات الرياضية سواء داخل الوسط الرياضي أو خارجه ، وفي عملية الاختيار هذه لم نأخذ بعين الاعتبار عامل الوسط الذي حدثت فيه الإصابات لكون أن دراستنا تتمحور حول مدى تأثير الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز لدى اللاعبين بغض النظر عن الوسط الذي حدثت فيه الإصابة.

ومن خلال الدراسة الاستطلاعية تم إحصاء 27 لاعب تتوفر فيهم مواصفات العينة المحددة سلفا.

أما الفرق فهي من أندية ولاية البويرة موزعة على ثلاث هي (النجم الرياضي الأخرسية NML) كذلك (الهاشمية ASCEM) و(نادي جمعية قاديوية DRBK).

6- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

يؤكد علماء المنهجية على أنه بقدر ما يمكن للباحث الاستعانة بمجموعة من الأدوات والمناهج بقدر ما يتم التوصل إلى نتائج موضوعية ودقيقة، وبما أن طبيعة الموضوع هي التي تفرض على الباحث نوع المنهج وتبعاً لذلك تفرض عليه نوع الأدوات الواجب استخدامها لجمع الحقائق والمعطيات من الميدان، والدراسة تتطلب إلى:

• مقياس دافعية الإنجاز

قام "ولس" (1982) بتصميم مقياس نوعي خاص بالمجال الرياضي لمحاولة قياس دافعية الانجاز الرياضي المرتبط بالمنافسة الرياضية.

وقد قام محمد حسن علاوي بتعريب القائمة وفي ضوء بعض التطبيقات الأولية في البيئة المصرية على عينات من اللاعبين الرياضيين ثم الاقتصار على بعدين هي : (دافع انجاز النجاح - دافع تجنب الفشل) ويتضمن 20 عبارة فقط.

الجدول رقم(1): يمثل عبارة أبعاد دافعية الانجاز

عبارات بعد تجنب الفشل	عبارات بعد دافع انجاز النجاح
1	2
3	4
5	6
7	8
9	10
11	12
13	14
15	16
17	18
19	20

الجدول رقم (2): يمثل عبارات عكس اتجاه أبعاد دافعية الإنجاز

عبارات عكس اتجاه بعد تجنب الفشل	عبارات عكس اتجاه بعد دافع انجاز النجاح
11	4
17	8
19	14

ويتم تصحيح عبارات كل بعد على حدة طبقاً لما يلي:

العبارات في اتجاه البعد تصحح كما يلي:

بدرجة كبيرة جداً = 5 درجات ، بدرجة كبيرة = 4 درجات ، بدرجة متوسطة = 3 درجات بدرجة قليلة = درجتان ، بدرجة قليلة جداً = درجة واحدة.

أ- خصائص السيكو مترية للمقياس للبحث:

لقد تم التأكد من ثبات و صدق المقياس من طرف العديد من الباحثين الذين طبقوه في البيئة العربية

✓ الثبات:

هو لو أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فانه يعطي النتائج نفسها لو كررت مرة أخرى ، و لكثرة الطرق الإحصائية لإيجاد معامل الثبات وصعوبة أكثرها ، قام الباحث بحساب معامل الثبات ألفا كرونباخ (Alpha de cronbach) على أفراد العينة، كما يوضح الجدول رقم (3).

الجدول رقم (3): يوضح معامل الفاكرونباخ لمقياس دافعية الإنجاز.

الرقم	الأبعاد	معامل الفاكرونباخ
1	دافع انجاز النجاح	0.75
2	دافع تجنب الفشل	0.81

من خلال تحليل الجدول (03) نجد أن معامل ألفا كرونباخ لكل محور كان على النحو الآتي:

- بلغ معامل ألفا كرونباخ في بعد دافع انجاز النجاح (0.75).

- بلغ معامل ألفا كرونباخ في بعد تجنب الفشل (0.81).

لقد تراوحت معاملات الثبات بين البعدين ما بين (0.75-0.81) ، وهو معامل ثبات عالي ، ومنه نستنتج أن المقياس يتمتع بثبات.

✓الصدق:

• صدق الاتساق الداخلي:

تم حسب صدق المقياس عن طريق صدق الاتساق الداخلي وهو معرفة مدى ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس ، و تستخدم هذه الوسيلة الإحصائية كمحك داخلي لقياس مدى صلاحية العبارات ومعرفة ما يقبسه الاختبار أو بمعنى آخر صدق المضمون إذ تم حسب معامل الارتباط بيرسون بين بنود كل محور و الدرجة الكلية التي ينتمي إليها.

الجدول رقم (4): يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز وبنود محور دافع انجاز النجاح (صدق الاتساق الداخلي).

العبارة	معامل الارتباط بين درجة الكلية للمحور	مستوى الدلالة	النتيجة
02	0.932**	0.01	دال
04	0.899**	0.01	دال
06	0.914**	0.01	دال
08	0.932**	0.01	دال
10	0.928**	0.01	دال
12	0.974**	0.01	دال
14	0.857**	0.01	دال
16	0.786**	0.01	دال
18	0.724*	0.05	دال
20	0.832**	0.01	دال

الجدول رقم (5): يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز وبنود محور دافع تجنب الفشل (صدق الاتساق الداخلي).

العبارات	معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور	مستوى الدلالة	النتيجة
01	0.884**	0.01	دال
03	0.698*	0.05	دال
05	0.937**	0.01	دال
07	0.745*	0.05	دال
09	0.769**	0.05	دال
11	0.708*	0.05	دال
13	0.720*	0.05	دال
15	0.688*	0.05	دال
17	0.686*	0.05	دال
19	0.647*	0.05	دال

من خلال تحليل الجداول رقم (04) و رقم (05) نجد أن جل معاملات الارتباط للبنود دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05 إلى 0.01) وتعبّر عن ارتباط ايجابي ، و هذا ما يثبت أن هذا المقياس يتمتع بصدق و اتساق داخلي جيد.

• استثمار استبيان:

من أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام استثمار الاستبيان التي تعد أداة رئيسية لجمع البيانات الكلية عن وقائع محدودة وعدد كبير نسبياً من الأشخاص.

لقد استعملنا من أجل الوصول إلى الحقيقة الاستبيان الموجه إلى اللاعبين كي نحصل على أكبر عدد من المعلومات وللتأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل النتائج ، وإعطاء اقتراحات وتوضيحات لفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقاً في هذا الموضوع.

✓ الصدق:

التي تعرف بأنها:

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما اعد لقياسه.

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما اعد له حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على أساتذة قسم التدريب الرياضي من جامعة البويرة ، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون ، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمون حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر.

• الثبات:

ومن ذلك ثبات والتي هي أسئلة الاستبيان:

حيث يقصد بثبات الاختبار أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد في نفس الظروف.

ولمعرفة درجة ثبات الأداة تم توزيع الاستبيان على مجموعة من اللاعبين وبعد أسبوعين تسترجع الاستبيانات وهذا لمعرفة مدى قوة الارتباط بين النتيجة و الذي بدوره يفسر لنا ثبات الاختبارات.

✓ إجراءات التطبيق الميداني للأداة:

بعد التحقق من صلاحية أدوات البحث ومصداقيتها ، قام الباحث ببعض الإجراءات لتسهيل مهمة القيام بالدراسة الميدانية لتوظيف أدوات البحث وجمع البيانات تمهيدا لتحليلها وتفسير نتائجها ، حيث تحصل على رخصة تسهيل مهمة من طرف معهد التربية البدنية والرياضية موجهة إلى رؤساء النوادي الرياضية المعنية من أجل تسهيل الاتصال باللاعبين الذين يمثلون عينة الدراسة ، وقد تم إبلاغ اللاعبين المستهدفين بأن نتائج هذه الدراسة إنما هي لأغراض البحث العلمي فقط ، لقد تم إجراء الدراسة وفق الخطوات التالية:

تحديد أدوات الدراسة (مقياس دافعية الانجاز والاستبيان).

- توزيع أداة الدراسة على أفراد العينة.

- جمع البيانات و ترميزها وإدخالها في الحاسوب.

معالجة البيانات إحصائيا باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss وتحليل نتائجها وعرضها وتفسيرها.

7- الأساليب الإحصائية:

من أجل الإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- معامل الارتباط بيرسون للصدق الاتساق الداخلي لأبعاد القياس و إيجاد العلاقة بين المتغيرات.
- معامل ألفا كرونباخ للثبات.
- اختبار k^2 .
- النسب المئوية :

س ← % 100

ع ← x
حيث أن:
فإن: $x = \frac{ع \times 100}{س}$

X : النسبة المئوية.

ع : عدد التكرارات.

س : عدد أفراد العينة.

خلاصة:

من خلال هذا الفصل بينا الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة وكذا توضيح أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتنظيمها، كما قمنا بعرض هذه الطرق والأدوات بالتفصيل وتوضيح كيفية استعمالها، بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة من مجال المكاني وزماني، كما أننا حددنا كل من مجتمع وعينة البحث التي تمحورت حوله الدراسة، كل هذه الإجراءات تعمل على جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور ولكن جمع هذه المعلومات ليس هو الغاية وإنما مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سابقا الغاية هي الوصول إلى نتائج وهذا الفصل ذو أهمية كبيرة في البحوث العلمية حيث أنه لا يخلو أي بحث من وجود هذا الفصل من بين فصول الدراسة، لأنه يعتبر الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد، أضف إلى ذلك فإنه يحدد الإطار المنهجي والعلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطي مصداقية علمية لبحثه.

تمهيد:

بعد التطرق إلى الفصل السابق و الذي تضمن الإجراءات الميدانية للدراسة، سوف يتم في هذا الفصل عرض أهم النتائج المتحصل عليها، ومن ثم تحليلها وتفسيرها ومناقشتها استنادا على الجانب النظري، والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة.

✓ عرض نتائج الدراسة:

التعرف على أسباب الإصابات الرياضية لدى عينة البحث :

الجدول رقم (06): يبين النسبة المئوية وقيمة (كا²) لأسباب الإصابات الرياضية عند عينة البحث:

الدلالة *	درجة الحرية	ك ²	النسبة المئوية	عدد الإصابات	سبب الإصابة
0.043	4	9.85	37.04%	10	الإحماء الغير الكافي
			29.63%	08	اللهو بتهور وعنف
			18.52%	05	اللياقة البدنية
			11.11%	03	سوء الأحوال الجوية
			3.70%	01	أرضية اللعب
			100%	27	المجموع

يبين الجدول (06): الإصابات الرياضية لدى عينة البحث إذ ظهر لدينا بأن من أهم الأسباب لحدوث الإصابات الرياضية هو (الإحماء) إذ بلغت نسبته إلى (37.04%) أما (اللعب بتهور وعنف) حصلت على نسبة (29.63%) فيما يخص (اللياقة البدنية) فكانت نسبتها (18.52%) أما (سوء الأحوال الجوية) بلغت نسبتها (11.11%) أما (أرضية الملعب) فحصلت على نسبة بلغت (3.70%) وقد بلغت قيمة (كا²) (12.07) (0.043) (0.05) وهي اقل من (0.05) وهذا يعني وجود فروق معنوية في أسباب حدوث الإصابات الرياضية لدى عينة البحث.

✓ التعرف على مناطق حدوث الإصابات الرياضية لدى عينة البحث:

الجدول رقم (07): يبين النسبة المئوية وقيمة (ك²) لمناطق حدوث الإصابات الرياضية عند عينة البحث.

الدلالة *	درجة الحرية	ك ²	النسبة المئوية	عدد الإصابات	موقع الإصابة
0.009	4	13.57	44.44%	12	الكاحل
			25.95%	7	الركبة
			14.81%	4	الفخذ
			11.11%	3	الرأس
			3.07%	1	الظهر
			100%	27	المجموع

يبين الجدول (07): مناطق الإصابة لدى اللاعبين اذ ظهر لدينا إن إصابات الكاحل من أكثر الإصابات بنسبة بلغت (44.44%) فيما كانت إصابات الركبة (25.93%) وإصابات الفخذ بلغت بنسبة (14.81%) والرأس بنسبة (11.11%) وإصابة الظهر بنسبة (3.70%) من خلال ما تبين من الجدول أعلاه نجد إن أكثر مناطق الإصابة في الإطراف السفلى للجسم ومنها إصابات الكاحل والركبة التي تعد من الإصابات التي توقف اللاعب من اللعب إذا لم يعالج.

✓ التعرف على نوع الإصابات الرياضية لدى عينة البحث:

الجدول رقم (08): يبين النسبة المئوية وقيمة (كا²) لنوع الإصابات الرياضية عند عينة البحث.

نوع الإصابة	عدد الإصابات	النسبة المئوية	ك ²	درجة الحرية	الدلالة *
الرضوض	11	40.74 %	12.07	4	0.017
الالتواء	7	25.93 %			
التمزق	6	22.22 %			
الخلع	2	7.41 %			
الكسور	1	3.70 %			
المجموع	27	100 %			

يبين الجدول رقم (08) إن من أنواع الإصابات الشائعة والتي أصيب اللاعبون بها كانت كالأتي: الرضوض حصلت على أعلى نسبة بلغت (40.74 %) وجاء الالتواء في المرتبة الثانية بحسب ما حصل عليه من النسب والتي كانت (25.23 %) أما التمزق كانت نسبته (22.22 %) فيما حصل الخلع على نسبة (7.41 %) أما الكسور فحصلت على أقل نسبة وبلغت (3.70 %) وقد بلغت قيمة (كا²) المحتسبة (12.07) وبلغت الدلالة (0.017) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يعني بأن هناك فروق معنوية في أنواع الإصابات الرياضية التي عند عينة البحث كانت متنوعة وهي تختلف من لاعب إلى آخر تبعاً لسبب حدوث الإصابة، وظهر لدينا إن إصابات الرضوض من أكثر الأنواع حدوثاً عند العينة بسبب طبيعة لعبة كرة القدم التي تكثر فيها الالتحامات الجسدية من أجل الاستحواذ على الكرة أو الاحتفاظ بها أو ارتطام اللاعبين ببعض نتيجة الاحتكاك أثناء اللعب.

✓ تحليل و مناقشة الفرضيات:

تحليل الفرضية الأولى:

توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم أي

✓ **الفرضية الصفرية H0:** لا توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الفرضية البديلة H1:** توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية:** للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار "معامل الارتباط بيرسون" للدلالة على وجود ارتباط بين سبب حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح يستخدم اختبار لتقدير العلاقة بين المتغيرين.

✓ **المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية:** تم اختيار مستوى الدلالة 0.01.

✓ **درجة الحرية (DF):** في حالة وجود عينتين مستقلتين فان درجة الحرية تساوي: عدد العينة - 01 إذن :
(DF) - درجة الحرية = 26 .

✓ **تحديد القيمة الجدولية لـ R أي قيمة R الجدولية:** عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 فان قيمة الجدولية تساوي $R_{tab}=0.437$.

✓ **الطريقة:** نقارن بين قيمة ت المحسوبة (Rcal) و قيمة ت الجدولية (Rtab) إذا كانت المحسوبة اكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة (H1) .

الجدول رقم (09) : يبين قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع انجاز النجاح و سبب حدوث الإصابة الرياضية.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
سبب حدوث الإصابة	Rcal=0.865	.Rtab= 0.4372	0.000
دافع انجاز النجاح			
Rtab=0.4972			درجة الحرية = عدد افراد العينة 27-1=26 عند مستوى دلالة 0.01

من خلال الجدول نجد أن:

بصفة كلية نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير إجابات اللاعبين على إجمالي عبارات مقياس دافع انجاز النجاح ومتغير إجابات عبارات نوع الإصابة بلغ: (0.865) و اكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة (0.4372) عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 وانه ايضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 اقل من مستوى الدلالة 0.01 أي انه توجد علاقة معنوية بين سبب الإصابة الرياضية و دافع انجاز النجاح وهذا ما ينعكس على تحقيق نتائج السلبية في مجال التنافس الرياضي و بالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية H0 ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على انه توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم أي:

✓ **الفرضية الصفرية H0:** لا توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الفرضية البديلة H1:** توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية:** للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) 'للدلالة على وجود ارتباط بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل يستخدم اختبار (Pearson Correlation) لتقدير العلاقة بين المتغيرين .

✓ **المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية:** تم اختيار مستوى الدلالة . 0.01.

✓ **درجة الحرية (DF):** في حالة وجود عينتين مستقلتين فان درجة الحرية تساوي : عدد العينة-01 إذن DF=26.

✓ تحديد القيم الحرجة لـ R أي قيمة R الجدولية: عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 فان قيمة الجدولية تساوي $R_{tab}=0.4372$.

✓ اتخاذ القرار في اختبار الفرضية:

الطريقة: نقارن بين قيمة R المحسوبة (Rcal) و قيمة R الجدولية (Rtab) إذا كانت المحسوبة اكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة (H1)

الجدول رقم (10): يبين قيمة R المحسوبة و قيمة R الجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع تجنب الفشل و سبب حدوث الإصابة الرياضية.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	قيمة R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
سبب حدوث الإصابة	Rcal=0.708	Rtab= 0.4372	0.000
دافع تجنب الفشل			
Rtab=0.4372 درجة الحرية= عدد أفراد العينة عند مستوى دلالة 0.01			

من خلال الجدول نجد أن:

بصفة كلية نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير إجابات اللاعبين على إجمالي عبارات مقياس دافع انجاز النجاح و متغير إجابات عبارات نوع الإصابة بلغ: 0.708 و اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولة 0.4372 عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 وانه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 اقل من مستوى الدلالة 0.01 أي انه توجد علاقة معنوية بين نوع الإصابة الرياضية و دافع تجنب الفشل وهذا ما ينعكس على مردود اللاعبين خلال المنافسات الرياضية و بالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية H0 ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على انه توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ مناقشة الفرضية الأولى:

من خلال الجدول (10،09،06) و ما تقدم من عرض للنتائج وتحليلها كانت نتائج علاقة سبب الإصابة الرياضية بأبعاد دافعية الانجاز كالتالي : معامل الارتباط للمتغيرين عند دافع انجاز النجاح وبلغ (0.865)، معامل ارتباط بعد دافع تجنب الفشل قد بلغ (0.708) وهي نتائج أكبر من قيمة Rالمجدولة (0.4372) وبالتالي يمكن القول بأنه توجد علاقة بين سبب الإصابة و دافعية الانجاز الرياضي لدي لاعبي كرة القدم ، أي أن إهمال جانب حيوي ومهم للاعب هو (الإحماء) ، سواء قبل التدريب أو المنافسة الرياضية يتحمله اللاعب و المدرب لعدم الاهتمام بهذا الجانب "لذا تعد من أهم الأسباب لحدوث الإصابات لدى اللاعبين هو الإحماء غير الكافي إذ تكون العضلة غير مستعدة لتحمل الجهد الذي يتناسب وإعدادها¹.

أما اللياقة البدنية عند اللاعبين كانت من الأسباب المهمة لحدوث الإصابة ويؤكد (رياض و النجمي) على أن اللياقة البدنية هي من أهم العوامل التي تمنع الإصابة حيث تحمي العضلات القوية مفاصل الجسم التي تمر عليها وتعطي الأربطة المرنة الفرصة الطبيعية لحركة المفاصل في مداها الكامل بدون معوقات².

إذن نجد أن معظم اللاعبين يتمتعون بدافع إنجاز النجاح عالي ، وهو الدافع الداخلي الذي يجعل لاعبي كرة القدم يقبلون على أداء أدوارهم وتدفعهم لمحاولة تحقيق التفوق والفوز في المباريات ، مما قد يعرضهم لكثير من الإصابات داخل الملاعب و قبل المنافسة الرياضية حيث أن إصابة الملاعب عامة ما تنشأ من أخطاء إما في الأماكن التي تزاوّل فيها الأنشطة الرياضية أو بسبب الأدوات المستخدمة أو الملابس التي يرتديها اللاعب أو الحالة الجسمانية أو النفسية له أو لخطأ في التدريب أو التطبيق.

أما دافع تجنب الفشل لدى بعض اللاعبين عالي، وهو تكوين نفسي مرتبط بالخوف من عواقب نتائج الفشل في الأداء يجعل من لاعبي كرة القدم يسعون لتجنب وتحاشي الفشل والخسارة نظرا لزيادة قدراتهم البدنية و انفعالاتهم التي يحاولون التخلص منها أثناء المنافسة مما يعرضهم أكثر للإصابات.

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة "سميعة خليل محمد " التي هدفت إلى تحديد أنواع وأسباب حدوث الإصابات ووضع أسس وقائية ، ومن أهم نتائجها ارتفاع نسب إصابات الأطراف السفلى وخاصة مفصلي الركبة والكاحل.

وعليه يمكن قول أن عدم كفاية الإحماء والمفردات الخاصة لكرة القدم من النواحي التكنيكية و المهارية

¹ - سميعة خليل محمد، الرياضة العلاجية، مطبعة دار الحكمة، بغداد، 1990، ص 59

² - رياض وأسامة النجمي، الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999، ص14

والتي كانت الأسباب الرئيسية للإصابات مما أدى لتأثيرها سلبا على خفض من دافع تحقيق النجاح ودافع تجنب الفشل.

✓ تحليل الفرضية الثانية:

توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم أي:

✓ **الفرضية الصفرية H0:** لا توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الفرضية البديلة H1:** توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية:** للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' معامل الارتباط بيرسون' (Pearson Corrélation) للدلالة على وجود ارتباط بين سبب حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح يستخدم اختبار (Pearson Corrélation) لتقدير العلاقة بين المتغيرين.

✓ **المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية:** تم اختيار مستوى الدلالة 0.01.

درجة الحرية (DF): في حالة وجود عينتين مستقلتين فان درجة الحرية تساوي : عدد العينة - 01 إذن DF=26.

تحديد القيم الحرجة لـ R أي قيمة R الجدولية: عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 فان قيمة الجدولية تساوي Rtab=0.437 .

✓ اتخاذ القرار في اختبار الفرضية:

الطريقة: نقارن بين قيمة ت المحسوبة (Rcal) و قيمة ت الجدولية (Rtab) إذا كانت المحسوبة اكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة (H1) .

الجدول رقم (11): يبين قيمة R المحسوبة و قيمة R المجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع انجاز النجاح و موقع حدوث الإصابة الرياضية.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	قيمة R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
موقع حدوث الإصابة	Rcal= 0.882	Rtab= 0.4372	0.000
دافع انجاز النجاح			
درجة الحرية = عدد افراد العينة 1-27 = 26 عند مستوى دلالة 0.01			Rtab=0.4372

من خلال الجدول نجد أن:

قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير إجابات اللاعبين لدافع انجاز النجاح على متغير إجابات عبارات موقع الإصابة بلغ : (0.882) ، اكبر من قيمة معامل الارتباط المجدولة 0.4372 عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 و أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 اقل من مستوى الدلالة 0.01 أي انه توجد علاقة معنوية بين موقع الإصابة الرياضية و دافع انجاز النجاح وهذا ما ينعكس على ما يحققه اللاعب من انجازات عند تعرضه إلى إصابة على مستوى الكاحل أو الركبة و بالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية H0 ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على انه توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم أي:

✓ **الفرضية الصفرية H0:** لا توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الفرضية البديلة H1:** توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية:** للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ' معامل الارتباط بيرسون ' (Pearson Correlation) للدلالة على وجود ارتباط بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل يستخدم اختبار (Pearson Correlation) لتقدير العلاقة بين المتغيرين.

✓ **المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية:** تم اختيار مستوى الدلالة . 0.01

درجة الحرية (DF): في حالة وجود عینتین مستقلتین فان درجة الحرية تساوي : عدد العينة - 01 إذن
DF=26

تحديد القيم الحرجة لـ R أي قيمة R الجدولية: عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 فان قيمة الجدولية تساوي Rtab=0.4372 .

✓ اتخاذ القرار في اختبار الفرضية:

الطريقة: نقارن بين قيمة R المحسوبة (Rcal) و قيمة R الجدولية (Rtab) إذا كانت المحسوبة اكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة (H1) .

الجدول رقم (12): يبين قيمة R المحسوبة و قيمة R الجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع تجنب الفشل و موقع حدوث الإصابة الرياضية.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	قيمة R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
موقع حدوث الإصابة	Rcal=0.814	Rtab= 0.4372	0.000
دافع تجنب الفشل			
درجة الحرية = عدد أفراد العينة 27-1=26 عند مستوى دلالة 0.01			Rtab=0.4372

من خلال الجدول نجد أن:

بصفة كلية نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير إجابات اللاعبين على إجمالي عبارات مقياس دافع انجاز النجاح و متغير إجابات عبارات موقع حدوث الإصابة بلغ: 0.814 و اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولة 0.4372 عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 وانه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 اقل من مستوى الدلالة 0.01 أي انه توجد علاقة معنوية بين موقع حدوث الإصابة الرياضية و دافع تجنب الفشل وهذا ما ينعكس على مردود اللاعبين خلال المنافسات الرياضية و بالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية H0 ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على انه توجد علاقة بين موقع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ مناقشة الفرضية الثانية:

من خلال الجدول (07،11،12) و ما تقدم من عرض للنتائج وتحليلها كانت نتائج علاقة موقع الإصابة الرياضية بأبعاد دافعية الانجاز الرياضي كالتالي: معامل الارتباط لبعد دافع انجاز النجاح بلغ (0.882) ، و معامل ارتباط بعد دافع تجنب الفشل قد بلغ (0.814) وهي نتائج أكبر من قيمة R المجدولة (0.4372) ، وبالتالي يمكن القول بأنه توجد علاقة بين موقع الإصابة و دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة "أمزيان أسامة" تحديد الأماكن الأكثر عرضة للإصابات الرياضية و تشخيص أنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعا في الرياضات الجماعية والفردية ومن أهم النتائج المتوصل إليها هناك علاقة ارتباطيه معنوية بين الأماكن الأكثر عرضة للإصابات الرياضية و نوع التخصص الرياضي، حيث تختلف أماكن الإصابة باختلاف التخصص الرياضي الممارس.

وعليه يمكن قول أن موقع الإصابة تركزت في مفصل الكاحل بالرضوض و الركبة بنسبة كبيرة وهذا ما أثر سلبا على أداء اللاعبين بخفض في دافع تحقيق النجاح و دافع تجنب الفشل و هذا التباين بسبب الأداء الخاطئ (التكنيك الخاطئ) كذلك عدم كفاية الإحماء يجعل مركز الثقل غير مستقر مما سبب جهدا غير متوازنا على أعضاء الجسم، كما أن تجاوز الحدود الفسلجية الطبيعية أثناء الأداء كل ذلك يجعل الإصابة محتملة.

✓ تحليل الفرضية الثالثة:

توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم أي:

✓ **الفرضية الصفرية H0:** لا توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الفرضية البديلة H1:** توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ **الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية:** للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار "معامل الارتباط بيرسون" (Pearson Corrélation) للدلالة على وجود ارتباط بين نوع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح يستخدم اختبار (Pearson Corrélation) لتقدير العلاقة بين المتغيرين.

✓ **المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية:** تم اختيار مستوى الدلالة 0.01.

درجة الحرية (DF): في حالة وجود عینتين مستقلتين فان درجة الحرية تساوي : عدد العينة - 01 إذن DF=26.

تحديد القيم الحرجة لـ R أي قيمة R الجدولية: عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 فان قيمة الجدولية تساوي $R_{tab}=0.4372$.

✓ اتخاذ القرار في اختبار الفرضية:

الطريقة: نقارن بين قيمة R المحسوبة (R_{cal}) و قيمة R الجدولية (R_{tab}) إذا كانت المحسوبة اكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H_0) ونقبل الفرضية البديلة (H_1) .

الجدول رقم (13): يبين قيمة R المحسوبة و قيمة R الجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع انجاز النجاح و نوع الإصابة الرياضية.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	قيمة R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
نوع الإصابة	$R_{cal}=0.886$	$R_{tab}= 0.4372$	0.000
دافع انجاز النجاح			
$R_{tab}=0.4372$	درجة الحرية= عدد افراد العينة 27-1=26 عند مستوى دلالة 0.01		

من خلال الجدول نجد أن:

قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير إجابات اللاعبين لدافع انجاز النجاح و متغير إجابات عبارات نوع الإصابة بلغ: 0.886 و اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولة 0.4372 عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 وانه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي 0.000 اقل من مستوى الدلالة 0.01 أي انه توجد علاقة معنوية بين نوع الإصابة الرياضية و دافع انجاز النجاح وهذا ما يعكس و بالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية H_0 ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على انه توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع انجاز النجاح لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم أي:

✓ الفرضية الصفرية H_0 : لا توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ الفرضية البديلة H_1 : توجد علاقة بين نوع حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

✓ الأدوات الإحصائية لاختبار الفرضية: للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار معامل الارتباط بيرسون (Pearson Corrélation) للدلالة على وجود ارتباط بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل يستخدم اختبار (Pearson Corrélation) لتقدير العلاقة بين المتغيرين.

✓ المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية: تم اختيار مستوى الدلالة 0.01.

درجة الحرية (DF): في حالة وجود عينتين مستقلتين فان درجة الحرية تساوي : عدد العينة - 01 إذن DF=26.

✓ المستوى الدلالة المعتمد من طرف الطالب لاختبار الفرضية: تم اختيار مستوى الدلالة . 0.01.

درجة الحرية (DF): في حالة وجود عينتين مستقلتين فان درجة الحرية تساوي : عدد العينة-01 إذن DF=26 .

تحديد القيم الحرجة لـ R أي قيمة R الجدولية: عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 فان قيمة الجدولية تساوي Rtab=0.4372 .

✓ اتخاذ القرار في اختبار الفرضية:

الطريقة: نقارن بين قيمة R المحسوبة (Rcal) و قيمة R الجدولية (Rtab) إذا كانت المحسوبة اكبر من الجدولية فإننا نرفض الفرضية الصفرية (H0) ونقبل الفرضية البديلة (H1) .

الجدول رقم (14): يبين قيمة R المحسوبة و قيمة R الجدولة و المستوى المعنوي لمتغيرات دافع تجنب الفشل و نوع حدوث الاصابة الرياضية.

المتغيرات	قيمة R المحسوبة	قيمة R الجدولية	Sig (مستوى المعنوية)
نوع حدوث الإصابة	Rcal=0.820	Rtab=0.4372	0.000
دافع تجنب الفشل			
Rtab= 0.4372 درجة الحرية = 27=1-26 عند مستوى دلالة 0.01			

من خلال الجدول نجد أن:

بصفة كلية نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون المحسوبة بين متغير إجابات اللاعبين على إجمالي عبارات مقياس دافع انجاز النجاح ومتغير إجابات عبارات نوع الإصابة بلغ : (0.820) و اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولة 0.4372 عند مستوى الدلالة 0.01 و درجة الحرية 26 وانه أيضا قيمة مستوى المعنوية sig يساوي

0.000 اقل من مستوى الدلالة 0.01 أي انه توجد علاقة معنوية بين نوع الإصابة الرياضية و دافع تجنب الفشل وهذا ما ينعكس على مردود اللاعبين خلال المنافسات الرياضية و بالتالي فإننا نرفض الفرضية الصفرية H_0 ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على انه توجد علاقة بين سبب حدوث الإصابة و دافع تجنب الفشل لدى لاعبي كرة القدم عند مستوى الدلالة 0.01.

• مناقشة الفرضية الثالثة:

من خلال الجدول (14،08،13) و ما تقدم من عرض للنتائج وتحليلها كانت نتائج علاقة نوع الإصابة الرياضية بأبعاد دافعية الانجاز الرياضي كالتالي : معامل الارتباط لبعد دافع انجاز النجاح بلغ (0.886)، ومعامل ارتباط بعد دافع تجنب الفشل قد بلغ (0.820) وهي نتائج أكبر من قيمة R المجدولة (0.4372)، وبالتالي يمكن القول بأنه توجد علاقة بين نوع الإصابة ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم. وهذا ما أكدته سميرة خليل محمد بأنها من الإصابات إلى تحدث كثيراً نتيجة صدمات خارجية أو عنف خارجي كالاصطدام بجسم صلب أو جسم لاعب وغالباً ما تحدث في كرة القدم.

وتعد كدمات العضلات (الرضوض) من أهم أنواع الكدمات لكثرة انتشارها وهي من الإصابات المباشرة وغالباً ما تصيب (الطرف السفلي).

وتشكل إصابات الرضوض 20% من الإصابات الرياضية وتشكل 75% من الرضوض الناجمة عن رياضة كرة القدم.

أما الالتواء (الملخ) وهي من الإصابات التي تصيب أربطة المفصل وتحدث نتيجة استخدام القوة بشكل غير صحيح وكذلك لبس أحذية رديئة الصنع أو أرضية الملعب قد تساعد على حدوث الإصابة " ويعتبر التواء مفصل الكاحل من الإصابات الكثيرة والشائعة بين العامة وخاصة الرياضيين منهم وتحدث نتيجة تعرض القدم لانقلاب داخلي مع عطف أخمصي أثناء ممارسة التمرينات أو حتى المشي على ارض غير مستوية.

أما الخلع والكسر فهي من الإصابات التي تحدث في الملاعب بنسب قليلة جداً وذلك بسبب ارتداء اغلب اللاعبين واقيات الساق وكذلك صرامة قانون كرة القدم مع حالات اللعب العنيف.

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة "سابق مهدي ، تريش حمزة " التي تهدف إلى محاولة التعرف على أنواع الإصابات التي يتعرض لها التلاميذ أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية وعليه يمكن قول أن نوع الإصابة الرياضية يؤثر سلبي على دافع تحقيق النجاح و دافع تجنب الفشل ويرجع السبب إلى ضعف الإحماء الخاص بكل نشاط وعدم الدقة في أداء التكنيك المهاري.

• مناقشة نتائج الفرضية العامة:

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول رقم (09، 10، 11، 12، 13، 14) تم التأكد من صحة الفرضية العامة وذلك بواسطة حساب معامل الارتباط لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز الرياضي ، وهذه النتائج تؤكد بأن أندية ولاية البويرة تهتم بالجانب الصحي للاعبين و تحافظ على لياقتهم البدنية خشية تعرضهم للإصابات تبعدهم على الملاعب ، ومن خلال الوصول إلى هذه النتائج تم استنتاج أن للإصابات الرياضية تأثير مباشر على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ، وهذا ما يؤكد لنا صحة الفرضية العامة ويظهر مدلول الإصابات الرياضية في الخلفية النظرية وكذلك هذه الدراسة تتفق مع دراسة ماجستير لطالب "ميهوري رضوان" بعنوان الانعكاسات النفسية للإصابة البدنية الرياضية عند الرياضي الجزائري ، والتي وجدت أن للإصابة البدنية وقع على الجانب النفسي عند الرياضي الجزائري الرفيع المستوى ، إذ أنها تجعله يعيش حالة نفسية غير متزنة ، كما يمكن أيضا أن تؤدي إلى ظهور أعراض تشخص الإصابة بالصدمة النفسي ، وهذا ما أكده "عباس لونيس" دور الإصابات الرياضية في التخفيض من الرغبة في تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا لإصابات رياضية ومن أهم النتائج المتوصل إليها:

الإصابة الرياضية هي هاجس لكل لاعب و هي ذات انعكاس سلبي على نفسيته و بالتالي على المردود وعليه يمكن قول أن للإصابات الرياضية تأثير سلبي على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

● خاتمة:

بعد دراسة مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي و التي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات فرضيات دراستنا و التي دارت حول : (الإصابات الرياضية و مدى تأثيرها على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أشبال).

- عدم كفاية الإحماء والمفردات الخاصة لكرة القدم من النواحي التكنيكية و المهارية والتي كانت الأسباب الرئيسية للإصابات مما أدى لتأثيرها سلبا على خفض من دافع تحقيق النجاح و دافع تجنب الفشل.
- موقع الإصابة تركزت في مفصل الكاحل بالرضوض و الركبة بنسبة كبيرة وهذا ما أثر سلبا على أداء اللاعبين بخصف في دافع تحقيق النجاح و دافع تجنب الفشل.
- نوع الإصابة الرياضية يؤثر سلبا على دافع تحقيق النجاح و دافع تجنب الفشل ويرجع السبب إلى ضعف الإحماء الخاص بكل نشاط وعدم الدقة في أداء التكنيك المهاري.
- الإصابات الرياضية لها تأثير سلبي على نفسية اللاعب و بالتالي على المردود و الأداء.
- تؤثر الإصابات الرياضية على الجانب البدني و كذا الجانب النفسي للرياضي.

● الاقتراحات:

بعد عرض نتائج الدراسة و الخروج ببعض الاستنتاجات , ارتأينا لإعطاء بعض التوصيات التي نراها ضرورية قد تلقى أذانا صاغية نذكر منها:

- العمل على تنمية دوافع اللاعبين نحو ممارسة الرياضة و ذلك عن طريق التوعية بدور هذه الأخيرة في تنمية الصحة الجسمية و العقلية و النفسية للاعب.
- العمل على تنمية دافعية الإنجاز لكرة القدم.
- ضرورة تنمية العلاقة بين المدرب و اللاعب أثناء التدريب و المنافسة.
- ضرورة الاهتمام بمخاطر الإصابات الرياضية على الصحة النفسية للاعبين.
- التكفل الحقيقي باللاعبين الذين يعانون من مخاوف التعرض لإصابة رياضية و ذلك بإخضاعهم لبرنامج إعادة التأهيل النفسي.
- الحرص على عدم عودة اللاعبين المصابين للتدريبات الرياضية قبل الشفاء التام.
- عدم الشحن الزائد لدافعية تحقيق النجاح خلال المنافسة لتجنب التعرض للإصابات.

- تعزيز الثقة بالنفس و إعطاء حلول جوهرية لتفادي الفشل خلال المنافسات.
- **الآفاق المستقبلية للدراسة:**
- بغرض فتح مجموعة من الآفاق المستقبلية أمام الباحثين والمختصين في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية عامة والتدريب الرياضي خاصة يقترح الطالب ما يلي:
- إجراء المزيد من الدراسات العلمية حول الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي وهذا لما لهذه المتغيرات من آثار على العملية الرياضية بصفة عامة مع ربطها بمتغيرات أخرى والتي يمكن أن تكون كما يلي:
- الإصابات الرياضية وعلاقتها بالثقة بالنفس.
- الإصابات الرياضية وعلاقتها بالتوجه التنافسي.
- الإصابات الرياضية وعلاقتها بالتماسك في الفريق الرياضي.

مقياس دافعية الإنجاز: الملحق رقم 02

جامعة العقيد اكلي محند اولحاج البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

مقياس موجه للاعبين

بحث مقدم لتحضير شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية

إلى أعزائي اللاعبين :

يشرفني أن أضع بين يديك هذا مقياس دافعية الإنجاز و الذي أدرج في إطار إنجاز بحث علمي لتحضير شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية راجيا منكم الإجابة بكل صدق و موضوعية عن هذه الأسئلة وبذلك تكونوا قد ساهمتم بقسط كبير في إنجاز هذا البحث .

تعليمات:

- يتكون الاختبار من 20 سؤالاً.
- لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة، فالإجابة صحيحة طالما أنها تعبر عن رأيك بصدق.
- اقرأ السؤال جيدا ويتمعن ثم اختر العبارة التي تراها المناسبة لك وضع العلامة (X) ولا تضع أكثر من علامة في سؤال واحد.

اختبار دافعية الانجاز الرياضي

تصميم جو لوس

تعريب محمد حسن علاوي

العبارة	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
1 - اجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في المنافسة					
2- يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه.					
3- عندما ارتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني احتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.					
4- الامتياز في الرياضة لا يعتبر من الأهداف الأساسية.					
5- أحس غالباً بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة.					
6- استمتع بأي مهمة والتي يرى بعض اللاعبين أنها مهمة صعبة.					
7- أخشى الهزيمة في المنافسة.					
8- الحظ يؤدي بدرجة اكبر إلى الفوز من بذل الجهد.					
9- في بعض الأحيان عندما انهزم في المنافسة فان ذلك يضايقني لعدة أيام.					
10- لدي استعداد للتدرب طوال العام دون انقطاع لكي انجح في رياضتي.					
11- لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة.					
12- الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا.					

					13- اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية.
					14- أفضل أن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية.
					15- عندما ارتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة.
					16- لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي.
					17- قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة أو عن نتائجها.
					18- أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لالعاب.
					19- استطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة.
					20- هدفي هو أن أكون مميزا في رياضتي.

جامعة العقيد اكلي محند اولحاج

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية البويرة

قسم التدريب الرياضي

في إطار إعداد مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان:

مدى تأثير الإصابة الرياضية على دافعية الانجاز
الرياضي لدى لاعبي كرة القدم أشبال "14-17"

تحت إشراف الأستاذ:

- ارزقي إسماعيل

من إعداد الطلبة:

- كسوري نورالدين

- باي محمد

- بلخير عبد القادر

أعزائي اللاعبين - السلام عليكم - نرجو لكم التوفيق و السداد في مشواركم الرياضي و بعد :
فإنه يشرفنا التقدم ليكم بطلب المساعدة لإتمام هذا البحث العلمي المتواضع ، وذلك تكريماً منكم بالإجابة
على أسئلة هذا الاستبيان ، كما نرجو منكم الإجابة بموضوعية و الاعتماد على القدرات الشخصية ، وفي
الأخير نشكركم على صدقكم و مساهمتكم الطيبة.

ملاحظة: ضع علامة " × " أمام الإجابة التي تراها مناسبة.

1- ما هو سبب حدوث الإصابة الرياضية ؟

الإحماء الغير الكافي

اللعب بتهور وعنف

اللياقة البدنية

سوء الأحوال الجوية

أرضية اللعب

2- في أي منطقة تعرضت للإصابة الرياضية؟

الكاحل

الركبة

الفخذ

الرأس

الظهر

3- ماهي نوع الإصابة الرياضية التي تعرضت لها؟

الرضوض

الالتواء

التمزق

الخلع

الكسور