

دراسة واقع وطريقة إنتقاء المواهب الشابة لكرة القدم في الأكاديمية الرياضية لبارادو حيدرة".

- الإسم واللقب: واضح أحمد الأمين

- الإسم واللقب: لاوسين سليمان

- الإسم واللقب: موفق صالح

مقدمة وإشكالية البحث:

تعتبر كرة القدم من بين الرياضات الجماعية الأكثر إستقطابًا للجماهير، فهي تجمع بين الإثارة والفرجة والحماس، الشيء الذي جعلها أكثر الألعاب شعبية في العالم وإقبالًا على ممارستها.

والجزائر ككل بلدان العالم عرفت هذه الرياضة وجعلتها من أولويتها الرياضية من خلال تقديم الدعم بكل أنواعه للفرق الوطنية والأندية بغية تمثيل الألوان الوطنية في المحافل الدولية أحسن تمثيل.

هذا وقد كان لها ذلك من خلال التأهل إلى بطولة كأس العالم لسنوات 1982 و 1986 و 2010، لكن هذه النتائج يمكن أن تصبح بلا معنى إن لم تكن هنالك إستراتيجية رياضية واضحة المعالم خاصة في ظل ضعف البطولة الوطنية وكذا عدم الإهتمام بالتكوين القاعدي المبني على الأسس العلمية، وبالتالي لابد من توفير المناخ الرياضي المناسب الذي يساهم في إبراز هذه المواهب الرياضية الشابة كالإعتماد على الإنتقاء السليم، وكذلك توفير الكفاءة من المؤطرين والمشرفين، إلا جانب إستحداث هياكل رياضية جديدة تسمح بإعتماد تكوين نوعي يتماشى ومتطلبات كرة القدم الحديثة بحيث يخضع اللاعب إلى برنامج تدريبي وترفيهي دون إهمال الجانب التعليمي عبر مختلف المراحل العمرية التي تؤهله مستقبلاً لبلوغ المستوى العالي. وإقرار للدور الفعال البالغ الأهمية لإنتقاء المواهب الخاصة بالفئات الشابة وإنعكاساته على مستقبل كرة القدم الجزائرية، وفي ظل ضعف التكوين المعتمد وإهمال المواهب والإبداع في الأندية والفرق قامت الإتحادية الجزائرية لكرة القدم بإستحداث تجربة جديدة متمثلة في أكاديميات كرة القدم، والتي هدفها الأسمى هو تزويد النخبة بلاعبين موهوبين، ومن بين هذه الأكاديميات نجد أكاديمية بارادو لكرة القدم التي ورغم صغر سنها إلا أنها إستطاعت أن تبرز بطريقة ملفتة للأنظار، هذا وتقوم فرق الأكاديمية في ظل المستوى الذي تقدمه وكذلك نوعية التكوين جعلها تجلب الكثير من الإهتمام، وللوقوف على طبيعة وجودها في الجزائر إرتأينا إجراء دراسة حول هذه الأكاديمية، ونتطلع من خلال هذه الدراسة إلى الإجابة على التساؤل التالي:

ما هو واقع وطريقة إنتقاء مواهب كرة القدم في الأكاديمية الرياضية لكرة القدم ببارادو بحيدرة ؟
ويندرج ضمن هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

هل تستجيب الوسائل المادية والبشرية المتوفرة في الأكاديمية لمتطلبات التكوين الحديث؟

هل طبيعة التكوين في الأكاديمية الرياضية تستجيب لعوامل النجاح؟

هل هناك إهتمام بالمجال التربوي والتعليمي لطريقة التكوين للناشئين؟

فرضيات البحث:

1. الفرضية العامة:

الأكاديمية الرياضية تستجيب لكافة عوامل النجاح من أجل إنتقاء مواهب كرة القدم بدون إهمال كل الجوانب.

2. الفرضيات الجزئية:

- الوسائل المادية والبشرية في الأكاديمية تستجيب لمتطلبات التكوين الحديث.
- طبيعة التكوين في الأكاديمية طريقة علمية مدروسة تستجيب لكافة عوامل النجاح.
- يوجد إهمال فيما يتعلق بالجانب التعليمي والتربوي تجاه اللاعبين في الأكاديمية.

أهداف البحث:

- معرفة طريقة العمل بالأكاديمية.
- معرفة مستوى المشرفين وكذا التأطير داخل الأكاديمية.
- إبراز دور الأكاديمية في إنتقاء وتكوين اللاعبين لاسيما الناشئين.
- الإطلاع على البرامج المخصصة للتدريب في الأكاديمية.
- الإطلاع على كيفية الإنتقاء في اللاعبين.
- معرفة دور الأكاديمية ومدى مساهمتها في تطوير كرة القدم الجزائرية.
- محاولة الإجابة على التساؤلات التي تراود أذهان الناس حول طبيعة هذه الأكاديمية وعملها في ظل ضعف التكوين في الفرق والأندية الوطنية.

أهمية البحث:

موضوع كرة القدم من المواضيع الأكثر تداولاً على ألسنة الناس وخاصة مؤخراً، حيث لفت إنتباه العام والخاص بروز اللاعبين المحترفين لمختلف البطولات الأوروبية ذو الأصول الجزائرية، الذين تلقوا معظم تكوينهم القاعدي في النوادي والمدارس الأوروبية ما جعلهم يخطفون الأضواء من اللاعبين المحليين ويحضون باهتمام أكبر من طرف الناخبين من تقمص الألوان الوطنية، وحتى لا يتم الكلام عن إهمال اللاعبين المحليين، يجب الإهتمام بتكوين لاعبين محليين في نفس المستوى والجاهزية لما هو موجود في المدارس العالمية، وهنا يظهر الدور الحقيقي للأكاديميات الرياضية خاصة في ظل ضعف التكوين المعتمد في الأندية الرياضية الوطنية.

تحديد الكلمات الدالة للبحث:

- الإنتقادات في المجال الرياضي.
- المواهب الشابة.
- رياضة كرة القدم.
- الأكاديمية الرياضية لكرة القدم بارادو.
- الواقع والحقيقة.

منهجية البحث المتبعة في الدراسة:

يمثل المنهج في البحث العلمي مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة، وتكون هذه الأسس منهجية وبمثابة المرشد الذي ينتابه الباحث حتى تتسم دراسته بالدقة والموضوعية، ويتم إختيار المنهج المناسب لدراسة ما حسب طبيعة هذه الدراسة، ومن خلال طرح الظاهرة المدروسة⁽¹⁾.

ولما كانت طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد نوع المنهج المتبع، ولما كنا بحاجة إلى وصف ظاهرة معينة وجمع بيانات ومعلومات حولها، وتحليل نتائج تلك البيانات قصد مقارنتها فيما بينها وإصداره لأحكام عليها ففي إطار هذا النوع من الدراسات إعتدنا **المنهج الوصفي** لإعتبارات خاصة بطبيعة الدراسة ومتطلباتها، حيث يعتبر المنهج الوصفي من المناهج المستخدمة

(1) وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتاب للطبع والنشر، الموصل، 1988، ص 153.

في دراسات مجالات العلوم الإنسانية والاجتماعية، فقد كان إعتقاد على هذا المنهج للمعطيات التي فرضته طبيعة الدراسة.

ويعرف المنهج الوصفي بأنه عبارة عن إسئصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو التربوية أو النفسية التي تحدد العلاقة بين عناصر والعلاقة بينه وبين الظواهر الأخرى المرتبطة بها، بحيث يصف الظواهر المدروسة وتحويرها كميًا عن طريق جمع المعلومات المستخلصة من المشكلة وتصنيفها وإخضاعها للدراسة العلمية الدقيقة⁽²⁾.

عينة البحث:

العينة هي جزء من الظاهرة الواسعة الماصدق*، والمعبرة عنه كله، تستخدم كأساس لتقدير الكل الذي يصعب، أو يستحيل دراسته بصورة كلية لأسباب تتعلق بواقع الظاهرة أو بالكلفة أو الوقت، بحيث يمكن تعميم نتائج دراسة العينة على الظاهرة كلها⁽¹⁾.

إذن فالعينة هي النموذج الذي يعتمد عليه الباحث في إنجاز عمله الميداني، وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية فإن العينة تكون عبارة عن العنصر البشري⁽²⁾.

إستعنا بطريقة الإختيار العشوائي، والتي تم فيها جمع المعلومات على أساس عشوائي من المبحوثين وذلك بإعطاء جميع أفراد مجتمع البحث نفس الفرص المتكافئة للظهور في العينة، أما في كيفية إختيار النادي الرياضي فقد كانت قصدية نظرا لإعتبرات عديدة من بينها عدم النتائج الإيجابية المتحصل عليها من طرف الأكاديمية، زد إلى ذلك السمعة الحسنة لهذه الأخيرة، بحيث أن صورة هذه المؤسسة بلغ حدود البلاد نظرا إلى العمل الجبار لكل إدارتها. ولما كان الإستبيان هو الأداة الأساسية لهذا البحث، وحتى يتم إختيار الفرض المطروح فقد تم بناء إستبيان من ثلاثة جوانب:

- **الجانب الأول:** خاص بالمدرسين المشرفين على التكوين وعددهم أربعة مدربين، مدرب رئيسي وثلاثة مساعدين، هذا وقد كان هذا الإستبيان موزع بطريقة مقصودة نظرا لقلّة عددهم.
 - **الجانب الثاني:** خص الجانب الثاني عينة من الإداريين المسيرين المختصين بالجانب الرياضي، هذا وقد إختارنا عينة عشوائية تتكون من أربع عشر إداري مسير من مجموع المسيرين العاملين في الأكاديمية.
 - **الجانب الثالث:** لقد خصصنا هذا الجانب لعينة مقصودة من الأساتذة، والمقدر عددهم ثمانية أساتذة يشرفون على تدريس اللاعبين في الأكاديمية.
- إذن فقد تمثّلت عينة دراستنا على مجموع 26 فرد ما بين مدرب ومسير وأستاذ كلهم يعملون على مستوى الأكاديمية الرياضية موزعين كما يوضحه الجدول التالي:

(2) طلعت همام، سيم وقيم المنهج العلمي، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1994، ص 162.

* الماصدق هو الأفراد الذين يصدق عليهم الكلي.

(1) صلاح الدين شروخ، منهجية البحث العلمي للجامعيين، دار العلوم للنشر والتوزيع، عنابة، 2003، ص 23.

(2) وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، مرجع سابق، ص 153.

الرقم	نوع العينة	العدد
01	المدربين الرياضيين	04
02	الإداريين المسيرين الرياضيين	14
03	الأساتذة	08
	المجموع:	26

الأدوات والوسائل المستخدمة في الدراسة:

• الإستمارة الإستبائية:

إستعنا بأداة المهمة الأساسية في دراستنا والمتمثلة في أداة الإستبيان، والتي إستخدمناها في جمع المعلومات من العينة المبحوثة في إطار إنجازنا للجانب التطبيقي لهذا البحث. بحيث الدكتور جودة محفوظ وظاهر الكلالدة الإستبيان على أنه مجموعة من الأسئلة المرتبة حول موضوع معين يتم وضعها في إستمارة ترسل لأشخاص معينين عن طريق البريد أو يجرى تسليمها باليد تمهيداً للحصول على أجوبة متعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق⁽¹⁾. والأسلوب المثالي في الإستبيان هو أن يحمله الباحث بنفسه إلى الأشخاص ويسجل بنفسه الأجوبة والملاحظات التي تثرى البحث، ويكون عدد الأسئلة التي يحتوي عليها الإستبيان كافية ووافية لتحقيق أهداف البحث بصرف النظر عن عددها. وبالتالي فقد وظفنا هذه الأداة في إستطلاع رأي المدربين الرياضيين والمسيرين الرياضيين وأخيراً أساتذة الأكاديمية السابق ذكرهم حول موضوع الدراسة المتمثل أساساً في دراسة واقع وطريقة إنتقاء المواهب الشابة لكرة القدم في الأكاديمية الرياضية لبارادو - حيدرة ، هذا بطبيعة الحال بعد توزيع الإستمارات على عينة الدراسة.

• المقابلة:

بالإضافة إلى إستخدام أداة الإستبيان، فإننا إستعنا بأداة أخرى مهمة في دراستنا والمتمثلة في أداة المقابلة، والتي إستخدمناها في جمع المعلومات من الأشخاص الذين يملكون هذه المعلومات والبيانات غير الموثقة في أغلب الأحيان في إطار إنجازنا للبحث . فقد قمنا بالإعتماد على المقابلة كأداة أخرى لجمع المعلومات حول الدراسة مع عدة أطراف وهم بعض المسؤولين في رياضة كرة القدم للفئات الشابة في الجزائر وبعض المختصين في مجالات علم النفس التربوي الرياضي، وكان ذلك بتصميم إستمارات مقابلة متكونة من مجموعة من الأسئلة خاصة بكل طرف، وفيما يخص المقابلة مع هؤلاء الأشخاص فكانت مباشرة، أما فيما يتعلق بنوع المقابلة التي إستعملناها فتمثلت في المقابلة الفردية، التي تعتبر " مقابلة بين الباحث والمبحوث، بحيث تمكن الباحث من الإعتماد على ما يقوله المبحوث فقط، فهو الذي يوجه السؤال وتأخذ منه الإجابة (أي المبحوث)⁽¹⁾ ".

• تحليل المضمون:

من أجل التوصل إلى نتائج صادقة من خلال إتباعنا للمنهج ال وصفي وجب علينا إعتماد بعض الأدوات البحثية المهمة والتي تتناسب ودراستنا لهذا الموضوع، والأداة البحثية التي إستخدمناها هنا كذلك هي أداة تحليل المضمون، حيث يعتبر تحليل المضمون أسلوب البحث الذي يهدف إلى وصف المضمون الظاهر للدراسة وصفاً موضوعياً ومنظماً وكمياً، وعليه يعرفه

(1) جودة محفوظ، ظاهر الكلالدة، منهجية البحث العلمي في علوم التربية، دار الأفاق الجديدة، بيروت، 2004، ص 34.

(1) صلاح الدين شروخ، مرجع سابق الذكر، ص 35.

Roger Mucchielli كما يلي: يتم تحليل مضمون وثيقة أو عملية إتصالية عن طريق مناهج مضمونة بالبحث عن المعلومات الموجودة في هذا المحتوى من أجل إستخراج المعنى أو المعاني المعروفة فيه بصياغة وتصنيف كل ما يضمنه محتوى الوثيقة أو العملية الإتصالية، وكل وثيقة سواء أكانت منطوقة، مكتوبة، أو مسموعة تحتوي كميًا على معلومات حول شخصية المرسل أو الجماعة التي ينتمي إليها⁽²⁾.

ولا يفوتنا هنا التعريف الذي وضعه **سمير محمد حسن** والذي يعد تعريفًا شاملاً حيث يقول: "أن تحليل المضمون هو أسلوب أو أداة للبحث العلمي يمكن أن يستخدمه الباحثون على الأخص في الإعلام لوصف المحتوى الظاهر والمضمون الصريح للمادة الإعلامية المراد تحليلها من حيث الشكل والمضمون لتلبية الإحتياجات البحثية المصاغة في تساؤلات البحث"⁽³⁾، وقد إستخدمنا أداة تحليل المحتوى كأداة أولية من أجل دراسة إستطلاعية لبعض الجرائد الوطنية الناطقة باللغة العربية، وكيفية تناولها لمنافسات هذه الفئة، وهذا بطبيعة الحال قبل البدء مباشرة في الجانب التطبيقي، بحيث أجرينا خطوات أولية لازمة وذلك بالإعتماد على الإستطلاع الأولي بهدف إزالة اللبس ولغموض وتكوين رؤى ونظرة عن الموضوع المعالج، وكان إستخدام هذه الأداة من أجل تحليل مبدئيًا كيفية تناول بعض الوسائل الإعلامية للمنافسات الرياضية سواءا كانت وطنية أم إقليمية أو دولية أو أولمبية، والتطرق لكيفية تغطية مخلف هذه الأحداث ومدى مصداقية وصدق هذه الوسائل.

المعالجة الإحصائية للدراسة:

توظيفنا لتقنية الإحصاء في جمع المعطيات وتحليلها كان بهدف تجسيد النتائج المتوصل إليها حيث أن الإرتكاز على الدلائل الإحصائية تزيد البحث دقة وتؤكد النتائج المتوصل إليها، ويظهر ذلك من خلال إعتدنا على المتغيرات التي تكون الجداول الإحصائية لهذا البحث، سمح لنا بجمع وتنسيق وقائع ووثائق وأخبار عديدة من أنواع مختلفة بحيث نحصل على نتائج عديدة مستقلة عن ظروف الصدفة، وإستعمالنا للتقنية الإحصائية يحل محل التجريب في دراسة الظواهر، والإحصاء هو الوحيد القابل للتطبيق على دراسة الظواهر التي لا يملك الباحث القدرة على تغيير ظروفها.

النسبة المئوية:

النسبة المئوية

إختبار كاف تربيع

تحديد متغيرات البحث:

- **المتغير المستقل:** هو العامل الذي يظهر أو يختفي تبعاً لظهور أو اختفاء أو تغير المتغير الذي يتحكم فيه الباحث ويعالجه تجريبياً، وفي بحثنا هذا يتمثل في **الإنتقاءات في المجال الرياضية**.
- **المتغير التابع:** ويتمثل في بحثنا هذا في **المواهب الشابة**، حيث نرمي إلى إيجاد واقع وطريقة إنتقاء المواهب الشابة لكرة القدم في الأكاديمية الرياضية لبارادو -حيدرة.

مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** أجريت الدراسة النظرية بمكتبة معهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله، والمكتبة الوطنية بالحامة وبعض المكاتب الوطنية، إضافة إلى مكتبة مركز البحث في

(2) تمار يوسف، تحليل المحتوى للباحثين والطلبة الجامعيين، الدراسات والنشر والتوزيع، ط 1، الجزائر، 2007، ص 73.

(3) سمير محمد حسن، تحليل تأثيرات وسائل الإعلام الجماهيرية، دنيا الطباعة، بيروت، ص 67،

الإعلام العلمي والتقني بين عكنون، أما في ما يخص الشطر الثاني من الدراسة والمتمثل أساسا في الجانب التطبيقي للبحث فقد أجري بمقرات الأكاديمية الرياضية السالفة الذكر المتواجدة ببارادو بلدية حيدرة بالجزائر العاصمة.

• **المجال الزمني:** ينحصر المجال الزمني لهذا البحث في الفترة الممتدة من أواخر ديسمبر 2010 إلى غاية جانفي 2011 .

عرض ومناقشة نتائج الدراسات:

من خلال الدراسة التي قمنا بها والتي أردنا من خلالها دراسة واقع وطريقة إنتقاء المواهب الشابة لكرة القدم في الأكاديمية الرياضية لبارادو بحيدرة ثم طريقة التكوين، التدريب، الإمكانيات المادية والبشرية وكل ما يحيط بهذا الواقع، وبعد الحصول على نتائج الدراسة قمنا بتحليلها وتبين لنا ما يلي:

فيما يخص المحور الأول والتي تنص فرضيته على أن طبيعة الوسائل المادية والبشرية في الأكاديمية تستجيب لمتطلبات التكوين الحديث، فمن خلال أجوبة المبحوثين من مدربين ومسيرين وأساتذة، تبين لنا أن ما تحتويه أكاديمية بارادو من وسائل بيداغوجية وإمكانيات بشرية المتمثلة في كفاءة وخبرة المدربين في مجال التكوين الرياضي، وكذلك توفر الأكاديمية بملعب خاص بها معشوشب إصطناعيا جيل رابع، وقاعة علاج فإن هذا لخير دليل على أن تكوين اللاعبين يتم في أحسن الظروف ومنه فإننا نستطيع القول بأن الفرضية الأولى قد تحققت.

أما فيما يخص المحور الثاني والتي تنص فرضيته على أنه طبيعة التكوين في الأكاديمية طريقة علمية مدروسة تستجيب لكافة عوامل النجاح في الأكاديمية فإنه من خلال النتائج تبين لنا أن الأكاديمية تعتمد على نهج مختلف عما هو موجود كالإعتماد على التدريب بدون حذاء مثلا و اللعب دون حارس مرمى وفيما يخص طريقة التدريب فقد قال صاحب الفكرة **جون مارك غيو** أنها من أحسن الطرق لتلص اللاعب من هاجس الخوف واللعب بسلاسة وكذا الدفاع بشكل جيد وتكوين شخصية اللاعب المحارب، ومن خلال الطريقة المميزة للإلتصال بين اللاعبين التي يوضحها أحد الجداول وتوفير المناخ الذي يسمح بتكوين نوعي وحديث فإن الفرضية الثانية قد تحققت.

أما فيما يخص المحور الثالث والتي تنص على أنه يوجد إهمال فيما يتعلق بالجانب التعليمي والتربوي تجاه اللاعبين في الأكاديمية، وأن هناك قصورا فيما يخص الجوانب التعليمية، التربوية والترفيهية تبين لنا أن معظم اللاعبين نتائجهم متوسطة وبعضهم لهم نتائج ضعيفة كانت بسبب نقص الحجم الساعي للتدريس وكذلك شعور معظم اللاعبين بالبعد عن الأهل بالرغم من قيام الأكاديمية ببرامج ترفيهية خارج أوقات الدراسة كالقيام بالرحلات للنزهة والترفيه، والتي تبقى غير كافية، ومنه فإن الفرضية الثالثة قد تحققت هي كذلك.

وفي الأخير فإن الفرضية العامة والتي تنص على أن الأكاديمية الرياضية تستجيب لكافة عوامل النجاح من أجل إنتقاء مواهب كرة القدم بدون إهمال كل الجوانب قد تحققت على العموم لأنه قد لوحظ بعض النقص فيما يخص الجوانب التربوية ونقص التحصيل لدى بعض التلاميذ.

الاستنتاج العام:

بعد الدراسة التي قمنا بها وبعد تحليلنا لنتائج الإستبيان الموزعة على كل من المدربين والأساتذة والمسيرين المشرفين على التكوين في الأكاديمية توصلنا إلى عدة إستنتاجات أثبتت أن هذا المشروع من شأنه أن يساهم في تطوير مستوى اللاعبين خاصة فئة الناشئين مستقبلا وبشكل أفضل، تمثلت فيما يلي:

- أكاديمية بارادو للناشئين إعتمدت على مدرب أجنبي، في حين كان من الإمكان الإعتماد على مدرب وطني وهو الأمر الموجود وذو كفاءة، على دراية بخصائص الفرد الجزائري من كل

الجوانب والإمكانيات.

- توفر كل عوامل النجاح من هياكل قاعدية متمثلة في ملعب خاص، قاعة علاج، حافلة نقل، وكذلك وسائل للإسترجاع والترفيه.
- طريقة الإنتقاء كانت فعالة بالقدر الذي يسمح بإختيار أفضل اللاعبين والكشف عن المواهب حيث مست كل ربوع الوطن فكانت نسبة 45 بالمئة من الغرب و 30 بالمئة من الشرق، و 20 بالمئة من الوسط، و 5 بالمئة من الجنوب.
- من خلال الدراسة الميدانية لاحظنا أن اللاعبين يجدون متعة في ممارسة كرة القدم.
- أثناء قيامنا بهذا البحث تابعنا طريقة معاملة المدربين للاعبين والتي تمتاز بالحوار والنقاش المفتوح في جو أقل ما يقال عنه أنه مرح، وذو علاقات طيبة.
- هناك بعض الإهمال فيما يخص الجانب التعليمي حيث أن اللاعبين ليس لديهم الرغبة الكافية لإستيعاب الدروس، وبالتالي لا يمكن التضحية بالجانب التدريسي.
- الحجم الساعي غير كاف لتكوين اللاعبين في المجال الدراسي، وهذا بسبب تغلب برنامج التدريب على التدريب.
- عدد اللاعبين قليل مقارنة ببعض الأكاديميات العالمية الأخرى.
- المدرب ذو الجنسية الجزائرية لديه لغة إتصال أقرب للاعبين عكس المدرب الأجنبي.
- على الأكاديمية تحسيس اللاعبين بأهمية التعليم ووضعه في المرتبة الأولى، وهذه أكبر نقطة سلبية فيها.

التوصيات والإقتراحات:

- على ضوء دراستنا لنتائج الدراسة وبعد إنهاء عملنا المتعلق بدراسة واقع وطريقة إنتقاء المواهب الشابة لكرة القدم في الأكاديمية الرياضية لبارادو حيدرة، وعلى ضوء النتائج التي توصلنا إليها من هذا الموضوع نتقدم ببعض التوصيات والإقتراحات التي من شأنها أن تزيد في إحترافية هذه الأكاديمية، ولما لا أخذها بعين الإعتبار في حال إنشاء أكاديميات مماثلة، وتتمثل فيما يلي:
- إعتداد برامج دراسية خاصة بمثل هذه الأكاديميات من طرف خبراء في مجالي الرياضة والتعليم بحيث لا مجال للعمل العشوائي.
- إعطاء الوقت الكافي لإجراء عمليات الإنتقاء وضرورة أن تكون العملية شاملة إنطلاقا من الأحياء الشعبية في البلديات فالولايات ثم الإنتقاء النهائي.
- المراقبة المستمرة من أجل تحسين مستوى التعليم الخاصة باللاعبين.
- إضافة مادة التربية البدنية والرياضية في المقرر الدراسي للأكاديمية لم لها من فائدة على التطور العقلي والوجداني في ظل تنوع نشاطاتها.
- الإعتداد على مختصين في علم النفس.
- الإكثار من مراكز الترفيه والتنويع في محتوى برامجها نظرا للحاجة لذلك.
- الإعتداد على مدربين أكفاء تتوفر فيهم شروط التكوين الأكاديمي وكذا الخبرة.
- الإهتمام بالجانب الصحي للاعبين بمراقبتهم طبيا بصفة منتظمة.
- ضرورة المراقبة في المجال التعليمي من طرف الوزارة الوصية فيما يتعلق بالمجال الدراسي.
- تقريب الأكاديمية من المواطنين من خلال أبواب مفتوحة من أجل عرض ما تنتجه أو عن طريق صفحات الإنترنت.
- إنشاء فروع للأكاديمية عبر الولايات من التراب الوطني أو إنشاء مراكز أخرى.

- تقديم تقارير دورية منتظمة شهرية أو فصلية أو سنوية عن سير هذه الأكاديمية والمشاكل التي تواجهها لدراساتها وفق مناهج علمية.
- **المراجع المعتمد عليه البحث:**
- تمار يوسف، تحليل المحتوى للباحثين والطلبة الجامعيين، الدراسات والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007.
- جودة محفوظ، ظاهر الكلادة، منهجية البحث العلمي في علوم التربية، دار الآفاق الجديدة، بيروت، 2004.
- حسن السيد أبو عبده، الإتجاهات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2001.
- سمير محمد حسن، تحليل تأثيرات وسائل الإعلام الجماهيرية، دنيا الطباعة، بيروت.
- صلاح الدين شروخ، منهجية البحث العلمي للجامعيين، دار العلوم للنشر والتوزيع، عنابة، 2003.
- طلعت همام، سيم وقيم المنهج العلمي، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1994.
- عمر أبو المجد وجمال النمكي، تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف، الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 1999.
- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث، تخطيط-تطبيق-قيادة، دار الفكر العربي، 2001.
- مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، 2003.
- هدى محمد الخضري، التقنيات الحديثة لإنتقاء الموهوبين الناشئين، المكتبة المصرية، 2003.
- وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتب للطبع والنشر، الموصل، 1988.
- يحي السيد الحاوي، المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، المركز العربي للنشر، 2002.

التوتر والإبداع الرياضي.

الاسم و اللقب :- الدكتور قاسمي فيصل
- الاستاذ :محفوظي محمود
استاذ بالمركز الجامعي سوق اهراس
أستاذ بالمركز الجامعي سوق اهراس

مقدمة

يعتبر تأثر حالات عاطفية على نشاط الفرد والأداء الرياضي موضوع رئيسي للبحث في علم النفس الرياضي. حيث يمكن القول أن هذا التأثير معقد: فإذا أمكن أن يكون الضغط النفسي مفيدا إلى حد ما ، مما يتيح للشخص الرياضي أن يتحرك إلى أبعد حد ممكن، فله كذلك آثار سلبية على الأداء الرياضي.

ويتفق الكثير أيضا بأن أحد الجوانب الحاسمة من خبرات بطل ما هي القدرة على التعامل مع الضغوطات النفسية. (جونز وهاردي 1989) .

وقد تبلور هذا الإشكال في العقود الأخيرة من خلال العديد من المفاهيم التي نذكر منها التنشيط، اليقظة، الإثارة، العاطفة والتوتر أو القلق. وراء هذه الوفرة الواضحة تكون هذه المفاهيم متقاربة جدا، والنظريات المستخدمة تتداخل بشكل متكرر، واختيار أي إطار مصطلحات يتمسك بالتطور الشامل للنماذج النفسية أكثر من الإشكالية الحديثة.

تنظم أحدث البحوث حول مفهوم الأداء والتوتر، ويمكن أن نستند على الإطار النظري من أجل مواكبة العلوم الحديثة، كما سنحاول مع ذلك إظهار أن هذا النهج يكون امتداد للمقاربات التي سبقته.

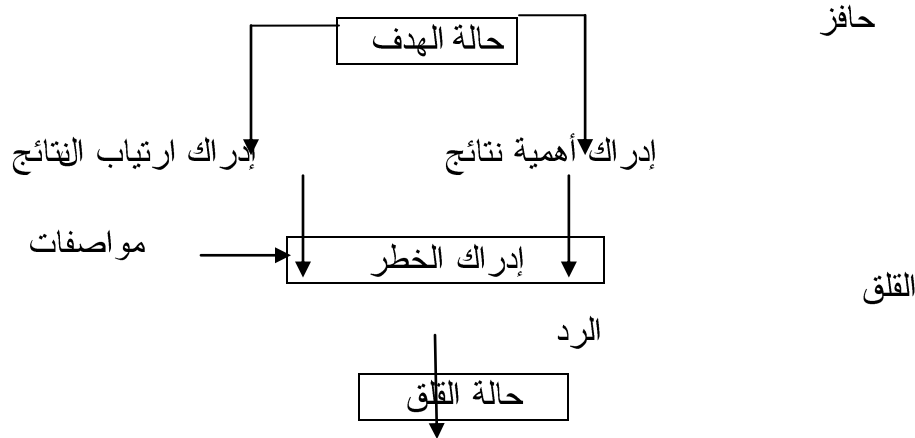
1 النظرية المعرفية للتوتر.

التوتر هو استجابة الجسم في مواجهة ما يحلله المحيط، أي يمكن القول أن التوتر يتجلى من خلال تطور التأثيرات السلبية ، ومشاعر الخوف والقلق المتعلقة بالمستوى العالي من نشاط الجسم (مارتنز ، بيرتون وفيالي ، 1990).

نحن إذا نتكلم عن استجابة معقدة ، تجمع بين الأبعاد الفكرية والفسولوجية، وتنظر الأعمال الحديثة إليها من خلال منظور معرفي: فيوتبط التوتر بمتغيرات وسيطة. وهكذا وفقا (سبيلبيرجر 1972) ، فإن حالة التوتر يتتبط بادراك تهديد ما ، بمعنى أن الوضع الحالي خطير من الجانب الفسيولوجي أو النفسي.

يقترح (ماكجراث 1970) نموذجا مماثلا ، والذي يكون فيه رد الفعل العاطفي نابع من تصور وجود خلل بين صعوبة المهمة وقدرات الاستجابة. هذه الاستجابة تعتمد أيضا على أهمية النجاح أو الفشل بالنسبة للشخص الرياضي : لا يكون تصور الخلل غير الموضوعي بين الصعوبة والقدرة ذو طبيعة توترية إلا إذا كانت النتيجة تمثل تحديا حقيقيا بالنسبة للشخص.

هناك منطقتان مماثلتان في كتاب صدر عن مارتنز ، فيلي وبيرتون (1990) المخصصة للتوتر عند الرياضيين. يفضل المؤلفون أن يعتمد إدراك التهديد على اثنين من تمثيل مستقل: إدراك أهمية النتيجة، وإدراك ترتيب النتائج (الشكل 1).



الشكل 1 : نظرية القلق التنافسية (وفقا لبيرتون ، مارتنز وفيالي (1990)

النموذج المقترح من قبل هؤلاء الكتاب يوضح حالة التوتر التي تمثل الاستجابة السلوكية المستمدة من إدراك التهديد، و سمة التوتر، والتي تظهر أكثر كسمة دائمة للشخص الرياضي .
1 إدراك ترتيبات النتيجة.

يرتبط الارتياح بالاحتمال الذاتي للنجاح ، بمعنى الحظوظ التي يؤمن بها الشخص من أجل بلوغ الأهداف المنشودة. هذا الاحتمال يحدد في ضوء متطلبات المهمة وقدرات الاستجابة (مارتنز ، فيالي وبيرتون 1990). بعبارة أخرى ، هناك المواجهة بين الصعوبة المدركة والوضعية المدركة.

وفي هذا المستوى يمكن أن ندافع على نظريتين : من خلال الأولى ، التي نجدها عند ماكغراث (1970) ، كل ما كان الخلل الذاتي بين المتطلبات والموارد كبيرا بمعنى كلما كان احتمال النجاح ضعيفا ، وارتفاع احتمال النجاح منخفض ، كلما كان الوضع مقلقا أكثر. في هذه الحالة ، فإن الارتياح يختلف خطيا مع احتمال ذاتية النجاح ، وينتج من حجم التناظر بين الصعوبة المدركة والوضعية المدركة.

بعض الملاحظات تكون مخالفة لهذا الاقتراح : مثلا ميكانيك (1970): يرى أن التوتر يمثل مستوى ضعيف عندا لبعض الأشخاص مقارنة بالذين يتقون في حظوظهم. فقبول الهزيمة يبدأ سلوك متعود عليه يفصل الفرد عن النتيجة ويسمح له بالتعايش مع الفشل .

مارتنز وفيالي وبيرتون (1990) يقترحون نموذج بديل ، حيث يرتبط احتمال ذاتية النجاح والارتياح بمنحنى أمثل: يزداد الارتياح على أن يصبح في أمثل تناسب مع احتمالات متساوية ، ثم ينخفض إلى أدنى. في هذه الحالة، لا النجاح المحقق ولا الهزيمة المؤكدة يؤديان إلى التوتر . لا يجب فهم مفهوم الارتياح على أنه يتناسب مع النجاح ولكنه يرتياح بالنسبة لطبيعة النتيجة. يأتي التوتر من الصراع الناجم عن الاقتراب و التباعد، ومع ذلك فإن هذا الصراع لا يظهر إلا إذا كان النجاح والفشل على قدم المساواة .

1.2 إدراك أهمية النتيجة .

يتضمن أهمية هذا المفهوم لمفاهيم التكافؤ التي تطورت في الأعمال الخاصة بالتحفيز والمخاطرة (أتكينسون ، 1957 ؛ روباى 1963)، حيث يجب أن تتميز بوضوح عن سابقتها: ينفذ منبع الارتياح والأهمية في عناصر منفصلة عن الوضع .

نطرح إشكال تحديد مفهوم المهمة: في الوضعيات الإيكولوجية يجد الشخص نفسه مواجهًا إلى عدد من الشروط والأدوات حيث نرى أنه من المهم الفصل بين ما هو مأخوذ بعين الاعتبار وما هو ثانوي. فالأولى تنتمي إلى المهام والثانية إلى الوضعيات الثانوية. فمثلاً في مهمة القفز العالي فالشروط التي لها علاقة بالمهام تحدد في علو العارضة، في نوعية مساحات المناداة والسقوط، في القوانين (الدفع برجل واحدة) وبفنية القفز. أما الشروط الظرفية هي درجة الحرارة، حضور الجمهور، الخصم، التقييم والمنافسة.

ويمكن تصنيف هذه العوامل الظرفية وفقاً للمعنى الذي يتصوره الشخص: إذا كان الأمر يخص (درجة الحرارة، والضوضاء، الخ...) فنحن نتحدث عن عوامل الضوضاء. أما إذا كنا نتكلم عن العواقب التي تترتب على نجاح أو فشل الشخص (مكافأة، وميدالية، والأجور، والتقييم، والنظر، والإصابة...) ونحن نناقش عوامل المسألة (1991 Delignières).

فلا يستنفد السياق جميع المسائل المتعلقة بالوضع. قد يأخذ الشخص بعين الاعتبار قضايا أكثر شخصية مثل تعزيز شعور الكفاءة واحترام الذات، والسعي وراء المتعة، الخ... ويمكن تصنيف عوامل المخاطر إلى خارجية وداخلية مساهمة كل من هذين البعدين في تثبيت القلق لا يزال يتعين التحقيق فيها. ونحن نعلم أن السياق يمكن أن يهدل طبيعة المرافق المأخوذة بعين الاعتبار من قبل الأشخاص (انظر على سبيل المثال تأثير مناخ تحفيزي على اختيار إتقان الأهداف أو أهداف تنافسية (فامز، 1990، روبرتس، 1991) وفي الختام، إذا كان ارتباط النتيجة هو ناتج المواجهة بين المهمة والشخص، فالأهمية تعود إلى التفاعل بين السياق والشخص..

1. 3 العلاقات بين الأهمية والارتياح :

وفقاً لفيالي، مارتنز وبيرتون (1990)، فإن تصور الخطر يصبح وظيفة مضاعفة من حجم الارتياح المتصور. يعتبر هذا الاقتراح منطقي، بمعنى أنه إذا كانت المسألة منعدمة، أو إذا كان على العكس الاحتمال الذاتي للنجاح هو الأقصى، لن ينظر للوضع على أنه تهديداً. ويتبع هذا النموذج بشكل واضح مع فالينس نظريات ما يسمى Yexpectation عثر عليها في مناطق المخاطرة أو الدافع (أتكينسون، 1957؛ روباوي، 1963). وتستند هذه النظريات على افتراض أن جاذبية وضع ما هي وظيفة مضاعفة للمنافع المتوقعة واحتمال وقوعها. إشكالية كثيراً ما تثار في هذه النظريات هو استقلال التوقع والتكافؤ. لذلك بالنسبة لأتكينسون، هناك ارتباط سلبي بين خطي احتمال ذاتية النجاح والتكافؤ: كلما كانت المهمة صعبة، كل ما كانت أكثر جاذبية. ولم يتلقى هذا الاقتراح قبول علم التجريب: عموماً يبدو التوقع والتكافؤ مستقلين هذا ما يبين التحديد الذاتي للأهمية تستند على عوامل أخرى زيادة على احتمال ذاتية النجاح (مارتنز، فيالي وبيرتون، 1990).

ومع ذلك هناك تأثيرات متبادلة بين الأهمية والارتياح، على سبيل المثال ذكرنا في وقت سابق سلوك عدم الاستثمار في الأفراد هو الرضاء بالفشل: الحد من أهمية النتيجة في هذه الحالة، قد تكون وسيلة دفاع لاستيعاب الفشل المحتمل. هذا التداخل بين الارتياح، والأهمية يعتبر جانب من جوانب العجز المكتسبة. من ناحية أخرى، إذا كانت النتيجة في غاية الأهمية، يمكننا أن نلاحظ استراتيجيات ارتياح قصوى، وذلك للحفاظ على مستوى عالٍ من التحفيز.

(ايمرسون 1966) من خلال دراسة محتوى الاتصالات بين المتسلقين في الجبال أثناء رحلة استكشافية إلى ايفرست، سجل أنه عندما تبدو احتمالات النجاح مرتفعة، يقوم المتسلقين إلى تقدير حظوظهم، دارسين إمكانية وقوع حادث أو أحداث لا يمكن التنبؤ بها. وعلى العكس، عندما تكون نسبة النجاح غير كبيرة، على سبيل المثال نظراً لسوء الأحوال الجوية، ففي هذه

الحالة يعول المتسلقون على خبراتهم. هذه الاستراتيجيات في كلتا الحالتين ، تسعى إلى تحقيق الارتياح الأقصى.

1. 4. القلق كحالة والقلق كسمة .

يميز النموذج حالة القلق التي تعتبر الاستجابة السلوكية المستمدة من إدراك التهديد ، وسمة القلق التي تشكل سمة دائمة للشخصية ، والتي تعتبر بعض الوضعيات تهديدا وتستجيب بحالة قلق نوعا ما مرتفعة. الأشخاص الذين يتميزون بمستويات عالية من سمة القلق يفسرون في كثير من الأحيان الوضعيات لتههددا ، ويستجيبون لأوضاع التهديد بحالات عالية من القلق (Spielberg 1972) هذا النهج يتماشى مع النهج المعرفي المعاصرة للعلاقة بين الشخصية والسلوك : لم يتم تحديد السلوك في حد ذاته ، أليا بصفات الشخصية ، ولكن من خلال التفاعل بين الشخصية وخصائص المهمة ، من خلال الإدراك والتمثيل للشخص (روبرتس 1991).

إذا عرف القلق ثباتا سلوكي فمن المهم فهم الطبيعة والماضي. وقد أظهرت العديد من الدراسات أن سمة القلق ترتبط بأسباب خارجية (بيتس ، 1982 ؛ ماكلفي وآخرون ، 1985). الأشخاص الذين يتميزون بالقلق يردون سمة النجاح والفشل لأسباب خارجية غير متحكم فيها. في المقابل الأشخاص الذين لا يتميزون بالتوتر يتقاسمون تحمل مسؤولية الأحداث. فالأشخاص ذوي مستويات عالية من القلق لهم مستوى ضعيف من احترام الذات.

(باسي 1983 ، بروستات وفايس 1987 ؛ بروستات 1988). بنمو الثقة بالنفس كأفضل مؤشر لسمة القلق أكثر منه كمؤشر محدد لسمات أخرى، فالقلق يبدو عموما مرتبطا بعدم وجود الثقة في مواردها الخاصة، يحددها (باسي 1984) بتاريخ النجاح والفشل للأشخاص، عن طريق التعزيزات والأطراف الأخرى (الأباء والأصدقاء والمعلمين والمدربين) . دراسة الفروق للجنسين تميل للتحقق من صحة فرضية تعلم سمة القلق: يبين كل من (أندرسن وويليامز 1987) أن سمة القلق هي ذات ارتباط بلذكور / الإناث. و تقل نسبة سمات القلق لدى جنس الذكور عن نسبتها عند الإناث، يبدو أن سمة القلق هي نتاج التربية والمجتمع أكثر منه نتاج الوراثة.

1. 5. القلق العام والقلق الخاص

تعتبر الأعمال الكلاسيكية (لماكغراث 1970) و Spielberg (1972) سمة القلق قياسا غير محدد للشخصية، كعامل مهيا إلى أي نوع من التهديد وأي كانت طبيعته. يمكن التنبؤ عموما بحدود أفعال القلق للأشخاص من متغير واحد للشخصية. فللنهج الأخيرة تميل إلى تحديد سمة القلق ، وفقا لخصائص الحالات التي تولد مشاعر الخوف. وهذا ينطبق على نظرية توتر المنافسة لفيالي، مارتنز وبيرتون (1990) ، الذي يشيرون تحديدا إلى دراسة استجابات التوتر لدى الرياضيين في الوضع التنافسي.

تمت دراسة أنواع أخرى من حالات التوتر ، مثل مواجهة الجماعي ، والظلام أو الفراغ. عموما أثبتت السمة الخاصة بالتوتر أنها أفضل مؤشر لحالة التوتر في الأوضاع المناسبة. سمة توتر المنافسة التي يقيسها SCAT (مارتنز ، فيالي وبيرتون ، 1990) تبين وجود ارتباط إيجابي ضعيف مع سمة التوتر العامة التي يقيسها STAI الخاصة بسبيلبيرجر: أوسترو وزينغر (1978) يحددان ارتباط يقدر ب0.40 بين القياسين ، ووجد كولي (1987) ارتباط يقدر ب0.30.

2 النهج متعدد الأبعاد .

2-1 التوتر المعرفي والتوتر الجسدي .

يظهر التوتر كرد فعل معقد يجمع بين الأبعاد المعرفية والفسولوجية، والنظريات الحديثة تعتبر

هذين البعدين مستقلين (مارتنز، فيالي وبيرتون ، 1990) هؤلاء الكتاب يميزون -- القلق المعرفي ، الذي يعتبر عنصر تمثيلي تميز بتوقعات التشاؤم حول النجاح وتقييمات ذاتية سلبية وعدم القدرة على التركيز؛

--التوتر الجسدي ، والذي يثير إلى البعد الفسيولوجي ، بما في ذلك مفهوم التنشيط ، الذي نتعرف عليه من خلال مؤشرات محددة مثل معدل ضربات القلب وإيقاع التنفس ، وشد العضلات ، وغيرها من ردود الأفعال (سرعة ضربات القلب ، وضيق في التنفس ، ألم في المعدة شد العضلات والعرق البارد ، الخ...)العلاقة بين هذين العنصرين ، والتنشيط تتطلب التطوير . فكرة التنشيط تعني عادة درجة نشاط الجسم ، وفقا لسلسلة متصلة من النوم إلى اليقظة، ثم إلى اليقظة التي تتطلب التركيز فللإجهاد (stress).

يمثل التنشيط البعد الكثيف والطاوي للسلوك كما أنه يجلب اهتمام الباحثين في تأثيره على فعالية الجانب المعرفي والحسي أو الحركي.

تقليديا ، كان التنشيط عبارة عن مفهوم ذي بعد أحادي (دوفي 1962) بينما تقدمه النماذج الحديثة على شكل متعدد الأبعاد تتميز على المستوى الأبعاد المعرفية والجسدية (ساندرز 1983). بالنسبة للسيد آسي التنشيط المعرفي يشير إلى درجة النشاط الكهربائي للقشرة الدماغية التي تقاس بجهاز electroencephalogram النشاط الجسدي على المستوى الفسيولوجي ، تحت مراقبة الجهاز العصبي الانباتي végétatif .

وفقا لفيالي ، مارتنز وبيرتون (1990) ، لا يبعد القلق عن التنشيط ، فإذا كان التنشيط لا يشير إلا إلى شدة كثافة حجم السلوك للقلق المعرفي أو الفسيولوجي يشمل دائما عنصرا اتجاهي . قد يبدو هذا التمييز مخفيا ، ولكن مع ذلك لا ينبغي خفضه .فللتنشيط هو نتيجة لحالة من القلق (همفريز ورفل ، 1984). على الصعيد الفسيولوجي ، على سبيل المثال يؤدي القلق إلى زيادة الشراط ، ولكن هذا الأخي قد يتنوع أيضا تحت تأثير عوامل أخرى (الطاقة ، ودرجة الحرارة الخارجية ، الخ...). ولعل هذا ما يفسر ضعف الارتباط بين القلق الجسدي والمؤشرات الفسيولوجية للتنشيط (Karteroliotis وجيل 1987). (وأشار رجسكي ، هاردي وشو 1991) ، أن ارتفاع التنشيط الناجم عن التمارين لا يتوافق مع زيادة في القلق الفسيولوجي ، وهذا الأخير يتجه نحو الانخفاض أثناء التمرين.

2-2 استقلال البعدين .

هناك عدد من المعطيات التجريبية تميل إلى إثبات استقلال هذين البعدين ، بعض العوامل الظرفية تزيد في القلق المعرفي ولا تزيد في التوتر الفسيولوجي somatique ،مثل غياب التغذية الراجعة أو التقييم الاجتماعي (موريس ، هاريس وروفين ،) . في المقابل ، موريس وليبرت بين أن الخوف من صدمة كهربائية يزيد القلق الفسيولوجي somatique .

وقد تبين أن هذين البعدين أظهرتا تطورات مختلفة على مر الزمن عند الاقتراب من حادث مهم : عند اقتراب المنافسة ، يزيد القلق المعرفي بصفة مبكرة ، وتظل عند مستويات مرتفعة (عدة أيام أو حتى أسابيع قبل الحدث) ، في حين أن القلق الفسيولوجي somatique لا يظهر إلا عند الوصول إلى مكان المنافسة (جونز ، وكال سوين ، 1991). وبالمثل ، القلق الفسيولوجي يميل إلى الانخفاض عند بداية المنافسة ، في حين يبقى القلق الفكري مستقرا (مارتنز ، فيالي وبيرتون ، 1990).

وأثبت أبادي (1989) أن النتيجة في المنافسة بدورها تؤثر على مستوى القلق : وبشكل أكثر تحديدا ، فالانتصار يقلل من القلق ، والهزيمة تزيد فيه. إلا أن هذا التأثير لا يؤثر إلا في القلق الفكري (ماك أولي ، 1985).

وسيتم وضع مزيد من العناصر الأخرى، مثل التأثير المتنوع للأبعاد الفكرية و الفسيولوجية somatiques على الأداء والنتيجة الرياضية، أو حساسيتها الخاصة على بعض تقنيات مراقبة القلق ، تعزز بوضوح فرضية استقلالهما عن بعضهما البعض.. ومع ذلك ، فإن البعدين في معظم الأحيان يتباين في المواقف المجهدة نفسيا، وربما لأنها تحتوي على العناصر التي تؤثر عليهما.

3 - القلق والأداء الرياضي

تأثير بعدي القلق على الأداء والنتيجة الرياضية يمثل حجة لصالح استقلالهما : إذا كان الأداء الرياضي ينخفض خطيا عندما يرتفع القلق الفكري ، فإن القلق الفسيولوجي يرتبط بالأداء عن طريق علاقة-U⁻ مقلوب (بيرتون ، 1988 ، غولد وآخرون ، 1987). في البداية ، يسمح القلق الفسيولوجي بتحسين مستوى الأداء الرياضي، لكن يميل إلى التدهور في المستوى الذي يفوق المستوى الأمثل.

التأثير السلبي للقلق الفكري يفسر عموما عن طريق تحويل الاهتمام الذي يولده. فالشخص الذي أصبحت توقعاته سلبية ، لا يركز اهتمامه على إشارات ذات صلة قوية بالمنافسة. على مستوى القلق الفسيولوجي نجد الفرضية الكلاسيكية ل-U- التي قدمت في بداية القرن الماضي من طرف ياركس ودودسون (1908) ، حيث يرتبط التنشيط بالأداء عن طريق منحني أمثل. وقد تلقت هذه الفرضية بعض القبول من طرف التجريبيين (ستوفاشر ، 1937 ، بورغيس وهوكسن ، 1961؛ سيوبيرج ، 1968 ؛ ديفي ، 1971 ؛ دويل وسالمولا 1986). تفترض النظرية أن الموقف الأمثل على استمرارية التنشيط تعتمد على صعوبة انجاز المهمة : كلما كانت المهمة أكثر صعوبة ، كلما كان موقع الأمثل في الأسفل. أوكسندين (1970) يعتمد هذا الإطار النظري من أجل التفكير في العلاقة بين التنشيط والأداء في مجال الرياضة. ويستند نهجه على ثلاثة اقتراحات :

-- يفضل مستوى تنشيط يعلو قليلا المتوسط في مستوى طبيعي أو دون الطبيعي (وهذا ينبع من قانون -U-المقلوب) ؛

--مستوى عال من التنشيط أمر ضروري للأنشطة العامة ، يتطلب التحمل والسرعة والقوة ؛

-- مستوى تنشيط عال يضر بالمهارات المركبة التي تتطلب حركات عضلية دقيقة والتنسيق

والتركيز والتوازن .

تسمح هذه المقترحات لأوكسندين أن يقترح تصنيفا للمهارات وفقا لمستوى الأمثل للتنشيط (الشكل 3). هناك نهجا مماثلا عند اندرز وباوتشر (1986).

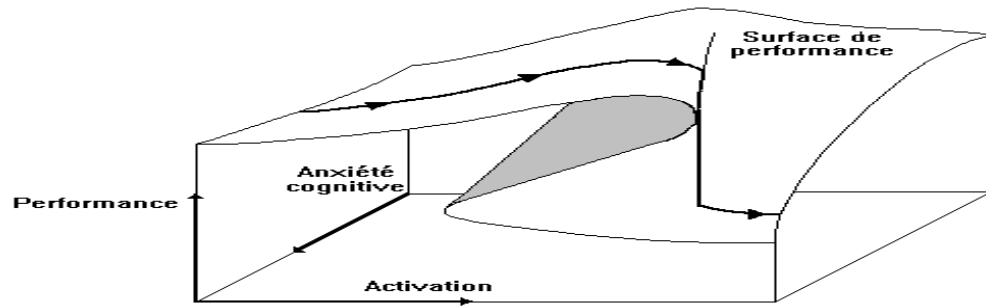
هذه النمذجة تعتبر قديمة. ومع ذلك ، فإنها تتطلب فقط جانب واحد من المهارة الرياضية ، هو القدرة على ضبط التنشيط إلى المستوى الأمثل: على سبيل المثال ، وباوتشر زينسر (1990) بينا أن لاعبي الغولف ذوي المستوى العالي يظهرون انخفاض منتظم في ضربات القلب أثناء القيام برمية دقيقة. وعلى العكس ، فإن بعض ممارسات الإحماء أو التحضير الذهني قبل المنافسة تهدف مما لا شك فيه لإنشاء مستوى تنشيط أمثل لتحقيق أعلى مستويات الأداء .

النشاط الرياضي	المستوى الأمثل تفعيل
كرة القدم الأمريكية (مانع) في رفع الانتقال عدو سريع	# 5 (نشط جدا)
سباحة (سرعة) دفع الجلة الجيدو والمصارعة	#4
كرة السلة - الملاكمة - الجمباز - كرة القدم - الوثب العالي	# 3
البيسبول (الرامي) فنيات القفز في الماء المبارزة كرة المضرب	# 2
البولينج الرماية كرة السلة (الرمية الحرة) لعبة الغولف	# 1
(الحالة العادية)	# 0

الشكل 3 : تصنيف النشاطات الرياضية وفقا للمستوى الأمثل من التنشيط المطلوبة (وفقا — Oxendine، 1971).

يبيّن تايلور (1987) في النشاطات الشاملة والسريعة ، أن أكثر الرياضيين المتفوقين هم الذين لديهم أعلى مستوى من سمات القلق.وبالعكس ، في أنشطة الدقة ، الأشخاص ذوي المستوى المتوسط من القلق يحصلون على أفضل النتائج واينبرغ وغنيشي(1980) بينا أن الأشخاص ذوي المستوى الضعيف من القلق يحصلون على نتائج أفضل في لعبة الغولف أكثر من الأشخاص الذين لديهم مستوى عال. بيرتون (1988) يوضح أن حالة القلق السوماتية هي مؤشر جيد من الأداء في أنشطة عالية التعقيد ، وأنشطة محدودة التعقيد. في أنشطة قليلة التعقيد ، فإن حالة القلق الفسيولوجية تكون لها تأثير ضعيف. عموما فإن ارتفاع مستوى القلق الفسيولوجية الملاحظ قبل بدء المنافسة ،يمثل السلوك المتأقلم الذي يهدف إلى الأداء. الأمثل.

وبما أن مستوى القلق الفسيولوجية يميل إلى الانخفاض في بداية المنافسة ، يمكننا أن نفترض أن الأداء يكون أكثر تضررا في مستويات عالية من القلق بالنسبة للنشاطات الرياضية السريعة ، في حين الرياضي الممارس الأنشطة الطويل له الوقت في تبديد الآثار الفسيولوجية. ويتجلى هذا الاقتراح من قبل بيرتون (1988) ، في تجربة في مجال السباحة. بدلا من ذلك ، ومرة أخرى بسبب اختفاء القلق الفسيولوجية خلال المنافسة ، فإن القلق الفكري هو الذي يؤثر على الأداء ، خاصة في المنافسات الطويلة بيرتون (1988) هاردي و Fazey (1987)، التي استشهد بها جونز و هاردي ، (1989) قاموا بتحليل تأثير القلق الفكري على علاقة التنشيط والأداء. عندما يكون مستوى القلق منخفضا فإن أثر التنشيط على الأداء لا يكون كبيرا.



شكل رقم 4 أثر مستوى المعرفي على العلاقة تنشيط / أداء رياضي هاردي وفازي 1987 حسب جونس وهاري 1989.

وأخيرا ، حلل Sonstroem وبرناردو (1982) تأثير سمة القلق ، على العلاقة الأداء الرياضي. هذه الأعمال تؤكد أن العلاقة بين حالة القلق والأداء تتبع منحنى على شكل U-مقلوب. الأعمال التي ذكرناها أعلاه ترتبط فقط بالأداء الرياضي العام على مستوى المهام المعقدة. الاتجاه الحالي للبحث سواء في مجال القلق أوفي مجال التنشيط هو تحليل آثار التنشيط على أبسط المهام. وهكذا ، وفضل Vealey ، مارتنز وبيرتون (1990) ، فإن القلق الفكري يؤثر على القرارات والبرمجة ، والقلق الفسيولوجية يؤثر على عمليات الاستجابة. همفريز ورفل (1984) يميزان نوعين من المهارات : القدرة على نقل المعلومات ، التي تتطلب العلاج الفوري ولكن احتفاظ قليل ، ومهارات الذاكرة قصيرة المدى ، والتي تتطلب الاحتفاظ بالمعلومات لاستخدامها لاحقا.

خاتمة

بالنسبة للنظريات الحديثة فالقلق أو التوتر هو استجابة مركبة بين المهمة، الوضع والمتغيرات الفردية. فيمكن أن تتعدى الأفكار الوصفية وتتجه إلى النظريات التجريبية حيث تضع المحددات وأسباب القلق المتماشية مع العصر، كما تعطي استراتيجيات تعمل على جعل مراقبة القلق متطورة جدا.

قائمة المراجع

- Abadie, B. (1989). Effects of competitive outcome on state anxiety. *Perceptual and Motor Skills*, 69, 1057-1058.
- Anderson, M.B. & Williams, IM. (1987). Gender role and sport competition anxiety: A reexamination. *Research Quarterly for Exercise and Sport*.
- Atkinson, J.W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64, 6, 359-372
- Betts, E. (1982). Relation of locus of control to aspiration level and to competition anxiety. *Psychological Reports*, 51, 71-76.
- Brustad, RI (1988). Afectives outcomes in competitive youth sports: The influence of intrapersonal and socialization factors. *Journal of Sport ans Exercise Psychology*.
- Brustad, RJ. & Weiss, M.R (1987). Competence perceptions and sources ofworry in high, medium and low competitive trait-anxious young athletes. *Journal of Sport Psychology*,.
- Burton, D. (1988). Do anxious swimmers swim slower? Reexamining the elusive anxiety performance relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- Cooley, EJ. (1987). Situational and trait determinants of competitive state anxiety. *Perceptual and Motor Skills*,.
- Delignières, D. (1991). Risque perçu et apprentissage moteur. In J.P. Famose, P. Fleurance & y. Touchard, *Apprentissage moteur: rôle des représentations*. Paris: EPS.
- Duffy, E. (1962). *Activation and Behavior*. New York: Wiley.
- Emerson, R.M. (1966). Mount Everest: A case study in communication feedback and sustained group goal-srtiving. *Sociometry*, 29, 213-227.
- Famose, IP. (1990). *Apprentissage moteur et difficulté de la tâche*. Paris: INSEP.
- Humphreys, M.S. & Revelle, W. (1984). Personality, motivation, and performance: a theory of the relationship between individual differences and information processing. *Psychological Review*, 91, 153-184.
- Jones, J.G. & Cale, A. (1989). Relationships between multidimensional competitive state anxiety and cognitive and motor subcomponents of performance. *Journal of Sports Sciences*, 7, 229-240.
- McGrath, J.E. (1970). A conceptual formulation for research on stress. In J.E. McGrath (Ed.), *Social and psychological factors in stress* (pp.1-13). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- McAuley, E. (1985). State anxiety: Antecedent or result of motor performance. *Journal of Sport Behavior*, 8, 71-77.

- Martens, R. , Vealey, R.S. & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, Ill.: Human Kinetics Books
- McKelvie, S.J., Valliant, P.M. & Asu, M.E. (1985). Physical training and personality factors as predictors of marathon time and training injury. *Perceptual and Motor Skills*, 60, 551-566.
- Mechanic, D. (1970). Some problems in developing a social psychology of adaptation to stress. In J.E. McGrath (Ed.), *Social and psychological factors in stress* (pp. 104-123). New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Ostrow, A.C. & Ziegler, S.G. (1978). Psychometric properties of the Sport Competition Anxiety Test. In B. Kerr (Ed.), *Human performance and behaviour* (pp. 139-142). Calgary: University of Calgary.
- Passer, M.W. (1983). Fear of failure, fear of evaluation, perceived competence, and self-esteem in competitive trait-anxious children. *Journal of Sport Psychology*, 5, 172-188.
- Passer, M.W. (1984). Competitive trait anxiety in children and adolescents. In J.M. Sylva & R.S. Weinberg (Eds.), *Psychological foundations of sport* (pp. 130-144). Champaign, Ill.: Human Kinetics.
- Rejeski, W.J., Hardy, C.J., & Shaw, J. (1991). Psychometric confounds of assessing state anxiety in conjunction with acute bouts of vigorous exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 65-74.
- Robaye, F. (1963). Quelques propositions pour l'établissement d'un modèle de comportement dans les situations dangereuses. *Bulletin du C.E.R.P.*, XII, 4, 331-340.
- Sanders, A.F. (1983). Towards a model of stress and human performance. *Acta Psychologica*, 53, 64-97.
- Sonstroem, R.J. & Bernardo, P. (1982). Intraindividual pregame state anxiety and basketball performance: A re-examination of the inverted-U curve. *Journal of Sport Psychology*, 4, 235-245.
- Spielberger, C.D. (1972). Conceptual and methodological issues in anxiety research. In C.D. Spielberger (Ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research* (vol. 2, pp. 481-493). New York: Academic Press
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.L. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists.
- Taylor, J. (1987). Predicting athletic performance with self-confidence and somatic and cognitive anxiety as a function of motor and psychological requirements in six sports. *Journal of Personality*,
- Weinberg, R.S. & Genuchi, M. (1980). Relationship between competitive trait anxiety, state anxiety, and golf performance: A field study. *Journal of Sport Psychology*, 2, 148-154.