

جامعة آكلي محند أولحاج - البويرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التدريب الرياضي النخبوي.
الموضوع:

تداعيات جائحة كورونا على البطولة الوطنية لكرة القدم وانعكاسها

على مستوى الأداء الرياضي للاعبين

-دراسة ميدانية على بعض أندية الرابطة الولائية -ولاية البويرة-

لجنة المناقشة:

د. فرنان مجيد مشرفا

د. حماني ابراهيم مناقشا

د. ايت الطاهر مناقشا

إعداد الطالبان:

*وهاب فارس

*بوشيبان عبد الغاني

السنة الجامعية

2022/2021

شكر وتقدير:

الحمد لله حمدا طيبا مباركا فهو الأحق بالحق، والشكر على جزيل نعمه
عملا بقول الرسول صلى عليه وسلم " **من لو يشكر الناس لو يشكر الله** "
نشكر الله تعالى على توفيقه لنا لإنجاز هذا البحث.

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة...

إلى جميع أساتذتنا الأفاضل ".....

وأخص بالتقدير والشكر:

الدكتور المشرف " فرنان مجيد " و الدكتور " منصور نبيل "

فله يبطلوا بتوجيهاتهم ونصائحهم علينا، ولم يتوانوا في تقديم آرائهم السائبة لنا، حتى تو إنجاز هذا العمل.

وذلك نشكر كل من ساعد على

إتمام هذا البحث

وقدم لنا العون ومد لنا يد المساعدة

ونخص بالذكر كل " عمال وعماله المكتبة "

إلى الذين كانوا عوننا لنا في بحثنا هذا ونورا يضيء الظلمة التي كانت تقطن أحيانا في طريقنا.

إلى من زرعوها التناؤل في دربنا وقدموا لنا المساعدات والتسهيلات والأفكار والمعلومات.

الهمم

كريم الغني

كريم فارس

الإهداء:

بسم الله الرحمن الرحيم

((قل عملوا فسيري الله عملكم ورسوله والمؤمنون))

إلهمي لا تطيب لي الليل إلا بشكرك ولا تطيب لي النهار إلا بطاعتك .. ولا تطيب لي اللحظات إلا بشكرك ..

ولا تطيب لي الآخرة إلا بعفوك .. ولا تطيب لي الجنة إلا برويتك

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة .. ونصح الأمة .. إلى نبي الرحمة ونور العالمين ..

سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

إلى رمز الحب ولبس الشفاء

إلى القلب الناصع بالبياض "والدي الحبيبة"

إلى من جرع كأس فارغاً ليستقيني قطرة حب

إلى من حصد الأهواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم

إلى القلب الكبير "والدي العزيز"

إلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله

إلى من علموني علم الحياة

إلى من أظفروا لي ما هو أجمل من الحياة "إخوتي"

إلى كل أساتذة ودكاترة المعهد وعمال المكتبة

الآن تفتح الأشعة وترفع المرسة لتنطلق السفينة في عرض بحر واسع مظلم هو بحر الحياة وفي هذه الظلمة لا يضيء إلا قنديل الذكر بانه ذكر بانه الأخوة البعيدة إلى الذين أحببتهم وأحبوني

"أصدقائي"

إلى من أسمع لهم قلبي ولو تتسع لهم صفحتي

بسمك الغني

الإهداء:

الحمد لله رب العالمين والصلوة
والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين

أهدي هذا العمل إلى:

من قال فيهما المولى تبارك و تعالی: "واخفض لهما جناح الذل من الرحمة

وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا"

إلى من قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم- "الجنة تحب أقدام الأعمام"

إلى أحق الناس وأولاهم بإهدائي.

إلى سبب الوجود وأجل شيء في الوجود.

إلى من لا يمكن للكلمات أن توفي حقهما

إلى من لا يمكن الأرقام أن تحصى فضائلهما

إلى من كانت تحترق كالشمعة لتضيء دربي.

إلى أمي ثم أمي ثم أمي.

إلى أبي حفظه الله وكل عائلة "شريف" في كامل أرجاء الوطن

إلى من قاسموني أيامي و شاركوني أفراحي و أحزاني إخوتي خاصة اختي الصغيرة

إلى كل أستاذة و كاتبة المعمد و عمال المكتبة

إلى كل الزملاء والأصدقاء في الدراسة من الابتدائية حتى الجامعة

إلى من افتخر ب صداقتهم ومن عشق معهم أسعد اللحظات وأصعبها "مرسلي عثمان. عثماناني

إسماعيل و كودري امين."

و إلى كل من أتسع له قلبي ولم تتسع له صفحتي

كهر فارس

محتوى البحث

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير .
ب-ج	- إهداء .
هـ-ز	- محتوى البحث .
ح-ط	- قائمة الجداول
طي	- قائمة الأشكال .
ل	- ملخص البحث .
ن	- مقدمة
مدخل عام: التعريف بالبحث	
2	1- الإشكالية
2	2- الفرضيات
3	3- أسباب اختيار الموضوع
3	4- أهمية البحث .
3	5- أهداف البحث .
4-3	7- تحديد المصطلحات والمفاهيم .
الجانب النظري	
الفصل الاول	
المحور الأول: فيروس كورونا	
6	- تمهيد
7	1-1- التعريف بفيروس كورونا
7	1-2- اسم الفيروس
8	1-3- متلازمة الشرق الأوسط التنفسية MERS و كوفيد 19
8	1-4- الوقاية من هذا الفيروس
9	1-5- الفئة الأكثر عرضة للإصابة
9	2- عدوى الفيروس التاجي الجديد
9	2-1 عدوى فيروس كورونا المستجد

9	2-2 أسباب العدوى
10	3-2 تشخيص المرض
10	1-3 الحجر الصحي
10	2-3 الفرق بين العزل الذاتي، التباعد الجسدي والحجر الصحي
11	3-3 الحجر الصحي في الجزائر
11	4-3 التأثير النفسي السلبي للحجر الصحي
11	5-3 الآثار المترتبة عن الحجر المنزلي وفيروس كورونا على الرياضي
12	خلاصة
المحور الثاني: البطولة الوطنية لكرة القدم	
14	- تمهيد.
15	1-2-2 كرة القدم
16- 15	2-2- التطور التاريخي لكرة القدم الجزائرية
17	3- أهم منافسات كرة القدم في الجزائر
19-17	3-1 منافسات البطولة
20	خلاصة
المحور الثالث: الاداء الرياضي	
21	3-1- مفهوم الأداء الرياضي
23 - 22	3-3 الخصائص للمنافسات الرياضية و تأثيرها على أداء اللاعب
24 - 23	3-4 فئات تصنيف الرياضيين على اساس نتائج المنافسة ونوعية الاداء
25 - 24	3-5 أنواع الأداء
26 - 25	3-6 العوامل المساهمة في الأداء
27	3-7 سلوك الأداء الرياضي
27	3-8 ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة
27	3-9 العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة:
28 - 27	3-10 تدعيم ثقة الرياضي في نفسه
الجانب التطبيقي	
الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث	
الفصل الثالث: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية	
عرض و تحليل ومناقشة النتائج.	
43	- تمهيد.

73-44	-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالمدرسين
مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات.	
74	4-2-1- مناقشة الفرضية الأولى
74	4-2-2- مناقشة الفرضية الثانية
74	4-2-3- مناقشة الفرضية الثالثة
74	4-2-4- مناقشة نتائج الفرضية العامة
الاستنتاج العام.	
76	- الاستنتاج العام.
الخاتمة .	
78	-الخاتمة
اقتراحات وفروض مستقبلية .	
80	- اقتراحات وفروض مستقبلية .
-	- البيبليوغرافيا
-	- الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	الجدول
44	الجدول 1 : يمثل نية خفض الرواتب للاعبين من عدمها
45	الجدول 2 : يبين الوقع النفسي للاعبين من أثر انتشار جائحة كورونا
46	الجدول 3: يمثل شعور اللاعبين عند اصابة احد الزملاء بالفيروس
47	الجدول 4: يمثل ما اذا كان هنالك تذبذب في اجراء المقابلات عند بداية الجائحة
48	الجدول 5: يبين قرارات الرابطة من اجل تفادي انتشار الجائحة
49	الجدول 6: يمثل نسبة اصابة اللاعبين للاعبين بفيروس كورونا
50	الجدول 7: يمثل ما اذا اتبع الفريق البروتوكول الصحي
51	الجدول 8: يبين تأثير الحجر الصحي على نقص التواصل بين اعضاء الفريق
52	الجدول 9: يبين تأثير اختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات في سير المباريات
53	الجدول 10: يبين تأثير غياب الجماهير على دافعية الاداء لدى اللاعبين
54	الجدول 11: يبين شدة التدريب في الحجر المنزلي
55	الجدول 12: يبين عدد الحصص التدريبية في الاسبوع
56	الجدول 13: يبين ما اذا واصلو الفرق في اجراء الحصص التدريبية اثناء توقف البطولة
57	الجدول 14: يبين حضور اللاعبين الى الحصص التدريبية من عدمه
58	الجدول 15: يبين شدة التدريبات المقدمة من طرف المدرب
59	الجدول 16: يمثل تراجع اللياقة البدنية للاعبين من عدمها
60	الجدول 17: يمثل انعكاس تعثر التدريب على مستوى الاداء لدى اللاعبين
61	الجدول 18: يمثل ماذا توقف البطولة ادى الى احباط المعنويات
62	الجدول 19: يمثل تأثير الحجر المنزلي على مستوى الاداء الرياضي للاعبين
63	الجدول 20: يمثل ماذا تعرض اللاعبون الى انخفاض في المستوى الاداء البدني والفني
64	الجدول 21: يبين ما اذا كانت البرامج التدريبية الاحتياطية ملائمة لحالة البدنية والنفسية
65	الجدول 22: يبين على ماذا اعتمدت هذه البرامج التدريبية
66	الجدول 23: يبين تأثير نقص المباريات الودية على اتمام هذه البرامج
67	الجدول 24: يمثل توافق البرامج التدريبية مع لالامكانيات البدنية والمهارية للاعبين
68	الجدول 25: يبين مدى تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية
69	الجدول 26: يبين مدة الحصص التدريبية

70	الجدول 27: يمثل ماذا كانت مدة الحصص التدريبية كافية
71	الجدول 28: يبين انعكاس هذه البرامج على اللاعبين
72	الجدول 29: يبين مراعاة الجانب النفسي من عدمه في هذه البرامج
73	الجدول 30: يبين مدى تقييم المدربين للبرامج المقدمة

قائمة الاشكال

الصفحة	الشكل
44	شكل 1 : يمثل نسبة خفض الاندية لرواتب اللاعبين بسبب انتشار الجائحة
45	شكل 2: يمثل نسبة اثر انتشار الجائحة على الواقع النفسي للفريق
46	شكل 3: يمثل نسبة تاثر اللاعبين نتيجة اصابة احد الزملاء بالفيروس
47	الشكل 4: يمثل نسبة التذبذب في اجراء المقابلات عند بداية الجائحة
48	الشكل 5: يمثل نسبة كيف كانت قرارات الرابطة من ناجل تفادي انتشار الفيروس
49	الشكل 6: يمثل نسبة اصابة اللاعبين بفيروس كورونا
50	الشكل 7: يمثل نسبة اتباع البروتوكول الصحي ضد الجائحة
51	الشكل 8: يمثل نسبة تاثير الحجر الصحيي نقص التواصل بين اعضاء الفريق
52	الشكل 9: يمثل نسبة تاثير الحجر الصحي بين الولايات في سير المباريات
53	الشكل 10: يمثل نسبة تاثير غياب الجماهير على دافعية الاداء لدى اللاعبين
54	الشكل 11: يمثل نسبة شدة التدريب في الحجر المنزلي
55	الشكل 12: يمثل نسبة عدد الحصص التدريبية في الاسبوع
56	الشكل 13: يمثل نسبة المواصلة في اجراء الحصص التدرسية اثناء توقف البطولة
57	الشكل 14: يمثل نسبة حضور اللاعبين الى الحصص التدريبية
58	الشكل 15: يمثل نسبة شدة التدريبات المقدمة من طرف المدربين
59	الشكل 16: يمثل نسبة تراجع اللياقة البدنية للاعبين
60	الشكل 17: يمثل انسبة انعكاس تعثر التدريب على مستوى الاداء عند اللاعبين
61	الشكل 18: يمثل نسبة احباط معنويات اللاعبين اثناء توقف البطولة
62	الشكل 19: يمثل انسبة تاثير الحجر المنزلي على مستوى الاداء الرياضي للاعبين
63	الشكل 20: يمثل نسبة انخفاض المستوى البدني و الفن يفي فترة الحجر المنزلي
64	الشكل 21: يمثل نسبة ملاءمة برامج التريب الاحتياطية
65	الشكل 22: يمثل نسبة على ماذا اعتمدت هذه البرامج الاحتياطية
66	الشكل 23: يمثل نسبة تاثير نقص المباريات الودية على اتمام هذه البرامج التدريبية
67	الشكل 24: يمثل نسبة توافق البرامج التدريبية مع الامكانيات البدنية و المهارة للاعبين

68	الشكل 25: يمثل نسبة تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في فترة الحجر المنزلي
69	الشكل 26: يمثل نسب مدة الحصص التدريبية
70	الشكل 27: يمثل نسبة ما اذا كانت مدة الحصص التدريبية كافية لتدارك الاخطاء
71	الشكل 28: يمثل نسبة انعكاس هاته البرامج بشكل ايجابي على اللاعبين
72	الشكل 29: يمثل نسبة مراعاة البرامج للجانب النفسي لدى اللاعبين
73	الشكل 30: يمثل نسبة تقييم البرامج الاحتياطية المقدمة من طرف المدربين

ملخص البحث

"تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية لكرة القدم و انعكاسها على مستوى الأداء الرياضي للاعبين "

- دراسة ميدانية أجريت على اندية ولاية البويرة

إشراف الدكتور:

فرنان مجيد

إعداد الطالب:

وهاب فارس

بوشيبان عبدالغاني

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى محاولة إبراز تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية لكرة القدم و انعكاسها على مستوى الاداء الرياضي للاعبين ولتحقيق ذلك تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (30 مدرب) من مختلف اندية ولاية البويرة ، وبعد تحليل النتائج المتحصل عليها بواسطة اختبار كا ، وكذا النسب المئوية توصلنا الى ان لجائحة كورونا تأثير سلبي على سير البطولة الوطنية لكرة القدم و مستوى الاداء الرياضي للاعبين .
وقد كانت اقتراحات والفروض المستقبلية كالتالي:

- ضرورة استعمال برامج تدريبية للحفاظ على مستوى الاداء الرياضي للاعبين.

- ضرورة مراعاة المدربين للجانب النفسي للاعبين.

- ضرورة اجراء مباريات ودية للحفاظ على مستوى الاداء الرياضي للاعبين خاصة في ظل جائحة كورونا كوفيد

. 19

- ضرورة اجراء حصص تدريبية كافية قبل اجراء المباريات.

- الحرص على تطبيق البروتوكول الصحي داخل الفرق والأندية.

ملخص البحث

- اقامة دورات تكوينية وتحسيسية للمدربين واللاعبين حول تأثيرات جائحة كورونا كوفيد 19 على الجانب البدني للرياضي.

- ضرورة حضور اللاعبين بشكل عادي الى الحصص التدريبية لضمان نجاح البرامج التدريبية المقترحة .

-وضع أخصائي نفسي في الفريق.

- يتوجب على المدربين تنسيق العمل بين كل الجوانب والتكامل بينها لأن الجوانب البدنية والتقنية غير كافية لتحضير اللاعبين ، ولابد من ادراج الاعداد النفسي في البرامج التدريبية نضراً لدوره وأهميته.

-على المدرب أن يبادر لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجه لاعبيه .

❖ **الكلمات الدالة:** فيروس كورونا ، البطولة الوطنية لكرة القدم، مستوى الاداء الرياضي .

مقدمة

تعتبر كرة القدم لعبة جماعية شعبية يمارسها ويشاهدها الكثيرون، فتستهوهم لتعدد مهاراتها وتنوعها، فتظهر متعتها في إتقان اللاعبين للأداء المهاري ومدى التعاون في استغلال هذه المهارات في خدمة الجماعة لتحقيق الغاية وهي إحراز الأهداف التي يتربها المشاهدين مما دفع بدول كثيرة لبذل جهودا مستمرة لإعداد ناشئي كرة القدم على أسس علمية القاعدة الأساسية التي يعتمد عليها لنمو وازدهار اللعبة.

شهدت سنة 2020 انتشار فيروس كورونا الذي ظهر لأول مرة في مدينة ووهان الصينية، وقد كانت الأشاعات تحوم حول سوق المأكولات البحرية للمدينة كمصدر حيواني للفيروس ، إن فيروسات كورونا هي زمرة واسعة من الفيروسات تشمل فيروسات يمكن أن تتسبب في مجموعة من الاعتلالات في البشر، تتراوح ما بين نزلة البرد العادية وبين المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة كما أن الفيروسات من هذه الزمرة تتسبب في عدد من الأمراض الحيوانية، ينتقل الفيروس الذي يسبب مرض كوفيد بشكل رئيسي عن طريق الفطريات التي يفرزها الشخص المصاب بالعدوى عندما يسعل أو يعطس أو يتنفس. ووزن هذه الفطريات أثقل من أن يسمح لها بالبقاء معلقة في الهواء، فهي سرعان ما تسقط على الأرض أو الأسطح.

بعد توسع رقعة انتشار فيروس الكورونا في العالم عن طريق تنقل الأشخاص من الصين والبلدان المجاورة لها لبقية دول العالم بدأت الدول في فرض القيود من اغلاق الفضاءات العامة وتعليق كل الرحلات الجوية والبحرية (اغلاق تام لكل دول العالم) ووقف كل الأنشطة ووضع بروتوكولات صحية من ارتداء للكمامة والتباعد الاجتماعي. الانتشار الهائل لجائحة كورونا حول العالم أطل فترة الحجر الصحي أكثر مع الوقت وذلك ما ترتب عنه مشاكل وضغوطات نفسية لكل شرائح المجتمع، من ضمن هذه الشرائح نجد المجتمع الرياضي بكامل هيئاته ومؤسساته الذي اخذ نصيب الأسد من تأثير الحجر الصحي حيث ان كل الأنشطة الرياضية توقفت بشكل كلي مما رجع بالسلب على الناحية النفسية للرياضيين وفي ضوء هاته المعطيات أردنا الخوض في هاته الدراسة التي تهدف إلى معرفة تأثير جائحة كورونا على التحضير النفسي للاعب كرة القدم لفرق الرابطة المحترفة الأولى بالجزائر.

مدخل عام

التعريف بالبحث

1- الإشكالية:

تسبب تفشي فيروس كورونا (كوفيد 19) في تغييرات كثيرة في يوميات وسلوكيات الأفراد والرياضيين خاصة بعد إعلان ضرورة الحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي كأفضل وسيلة للحد من تفشي المرض، غير أن البقاء في المنزل له تأثيرات نفسية مختلفة على الرياضيين والأفراد عموماً، بسبب تغير النمط المعيشي ما يجعل البعض يشعر بالضغط وسيطرة المشاعر السلبية مثل الحزن، القلق الغضب والإحباط وتسببت هذه الجائحة، في تغيير العادات والروتين اليومي للناس. كما أن الكثيرين منهم غارقون في الأخبار والمعلومات حول الوباء، لاسيما عندما يتم نشر الإشاعات أو تداول أخبار وهمية وعلاجات مشكوك فيها، وذلك بسبب سرعة وسهولة الوصول إلى وسائل الإعلام الرقمي ومنصات التواصل الاجتماعي، كل هذه الظروف تؤدي بشكل مباشر إلى حدوث بعض الاضطرابات النفسية نظراً للتأثير المباشر لتفشي فيروس كورونا كوفيد 19 على الحالة النفسية للرياضي في فترة الحجر الصحي وفرضه لظروف معيشية صعبة (تأثيره على الجانب الاقتصادي والاجتماعي) وعلى ضوء كل ما تقدم قمنا بطرح التساؤل التالي :

التساؤل الرئيسي : هل لتداعيات جائحة كورونا تأثير على مستوى الأداء الرياضي للاعبين ؟

التساؤلات الفرعية :

- هل أثرت تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة ؟
- هل توقف البطولة أدى إلى تعثر التدريب ؟
- هل إستعمل المدربون برامج تدريبية إحتياطية للحفاظ على مستوى اللاعبين ؟

فرضيات الدراسة :**الفرضية العامة :**

لتداعيات جائحة كورونا تأثير على مستوى الأداء الرياضي للاعبين .

الفرضيات الجزئية :

- أثرت تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة.
- توقف البطولة أدى إلى تعثر التدريب.
- للحفاظ على مستوى اللاعبين إستعمل المدربون برامج تدريبية إحتياطية .

أسباب اختيار الموضوع :

- الأسباب الذاتية :

- الميل و الرغبة مدى تأثير جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية عند لاعبي كرة القدم .
- اختبار المعارف المنهجية السابقة من خلال استخدام استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات.
- اهتمامنا الشخصي بالبحوث التي تهتم بدراسة جائحة كورونا و تأثيرها على مستوى أداء اللاعبين.

- الأسباب الموضوعية :

- جدة الموضوع أي أنه يعتبر موضوع حديث .
- عدم وفرة أبحاث ودراسات حول تداعيات جائحة كورونا على البطولة الوطنية لكرة القدم.

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة في أنها تدرس مدى تأثير جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية للاعبين كرة القدم في الجزائر و معرفة علاقتها بمستوى أداء اللاعبين . كما أن ندرة الدراسات العلمية التي تناولت هذا الموضوع يعطي الدراسة أهمية إضافية إذ قد يستفيد من نتائجها القائمون على رياضة كرة القدم من مدربين ولاعبين.

أهداف الدراسة :

- تأثير جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية لكرة القدم .
- توقف البطولة وتأثيره على تعثر التدريب .
- أهمية الحفاظ على مستوى أداء اللاعبين .
- البرامج الاحتياطية التي إستعملها المدربون للحفاظ على مستوى اللاعبين .

تحديد المفاهيم والمصطلحات :**1- جائحة كورونا :**

1- التعريف اللغوي : جائحة: أي بمعنى الوباء أو الأفة المنتشرة بين البشر

كورونا: فيروسات كورونا (الفيروسات التاجية)، هي عائلة فيروسات كبيرة تتسبب في أمراض للبشر والحيوانات على السواء

يشير مصطلح كوفيد-19 إلى المرض الذي يسببه الفيروس التاجي المستجد لعام 2019. وقد صيغ الاسم بالشكل التالي CO :covid :كورونا ، : Vفيروس ، : disease Dبالإنجليزية بمعنى مرض معدي.

2- التعريف الاصطلاحي : جائحة الفيروس التاجي الجديد، المعروف أيضا باسم COVID 2019، هو نوع من الفيروسات التي تسبب مرضا في الجهاز التنفسي. وهذا قد يؤدي إلى التهاب وانسداد في مجرى الهواء وفي الرئتين (الالتهاب الرئوي) ، انتشار هذا الأخير تسبب في حجر صحي وحالة تأهب قصوى في معظم دول العالم .

3- التعريف الاجرائي : جائحة كورونا هي فترة تفشي وباء الكورونا المستجد مما أدى الى حدوث كارثة صحية عالمية وإقرار المنظمة العالمية للصحة لحالة التأهب القصوى للتصدي للفيروس وقد فشلت حتى أكبر المنظومات الصحية وأكثرها تطورا في البداية لكن مع مرور الوقت استطاع العالم التعايش مع هذا الفيروس.

2- كرة القدم :

2-1- التعريف اللغوي : كرة القدم (football) : هي كلمة لاتينية بمعنى ركل الكرة بالقدم.

2-2- التعريف الاصطلاحي : هي رياضة جماعية وتعد اللعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية للممارسين، رياضة كرة القدم من الالعاب القديمة جدا تاريخها طويل عرفت قديما في الصين منذ حوالي 3000 سنة قبل الميلاد عرفها الاغريق ثم مارسها الرومان عبر الامبراطورية الشاسعة التي امتدت على جميع انحاء العالم المعروف آنذاك التعريف.

2-3- التعريف الاجرائي : هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على (هدف) وللتفوق على المنافس يجب احراز أهداف أكثر منه، تمارس اللعبة بلمس الكرة بالقدمين فقط ويسمح للحارس لمس الكرة بالقدم، تمتد المباراة ل 90 دقيقة من الزمن مقسمة الى شوطين مع وجود راحة بينهما (فرحات، 1996، صفحة 217).

3-1- مفهوم الأداء الرياضي :

إن الأداء الرياضي بصفة عامة يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكيات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر ومتواصل في كل أفعاله و أقواله لتحقيق أهداف معينة ومن اجل بلوغ حاجاته و أغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي ، هذا الأخير الذي عرف تطورا كبيرا و ملحوظا نتيجة الأبحاث العديدة و الدراسات المعمقة في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة والرياضيين. (نزار مجيد الطالب_ 1983_ ص 214-215).

The background of the page is a light-colored marbled paper with a complex, organic pattern of veins in shades of beige, cream, and light grey. The marbling is contained within a decorative border that has a scalloped, shell-like shape at the top and bottom corners. The text is centered in the middle of this marbled area.

الجانب النظري

تمهيد :

لقد أصيب العالم فجأة بانتشار مرض كوفيد19 ، حيث انقلبت موازين الإنسان بمختلف مجالات حياته، مما أفرز صراعات وضغوط سواء بسبب المرض في حد ذاته أو بسبب ضغوطات الحجر وتعطيل المصالح الخاصة والعامة ما هو هذا المرض؟ وما هي أعراضه؟ كيف ينتقل من إنسان إلى آخر؟ وهل له دواء؟ لقد ترك نقشي فيروس كورونا، أثارة نفسية بالغة الصعوبة، على الكبار والصغار، بسبب حالة الذعر التي أصابت العالم، إذ لم تقتصر أضرار الجائحة العالمية على الآثار الجسدية المتمثلة بأعراض المرض فقط، بل تؤثر أيضا على الحالة النفسية بسبب السلوكيات والتصرفات الخاطئة من قبل الكثيرين في التعامل مع الوباء. وفي هذا السياق يجمع الأخصائيون في الصحة النفسية أن الحجر الصحي المفروض على أكثر من مليار شخص حول العالم بسبب جائحة فيروس كورونا المستجد ، ليس أمرا سهلا ولا موضوعا يستهان به، إذ أنه إجراء استثنائي وغير مسبوق يقيد الحريات الفردية ، وهذا الوضع يتسبب بمشاكل نفسية للعديد من الأشخاص خاصة بالنسبة للذين يفشلون في التعامل بشكل إيجابي مع هذا الظرف .فالانغلاق الاجباري بين جدران البيت لعدة أيام أو أسابيع نتيجة للحجر الصحي المفروض في عدة بلدان عبر العالم في خطوة لاحتواء نقشي فيروس كورونا، هو أمر غير اعتيادي بالنسبة لعامة الناس إلا في الظروف الاستثنائية، وهو ما يتسبب في الكثير من الحالات بآثار نفسية وخيمة، تقتضي المتابعة والعلاج لدى المختصين، إذ يرى العديد من الأخصائيين النفسانيين بأن "القلق والتوتر والانفعال" من أبرز التأثيرات النفسية التي تنتشر في مثل هذه الحالات و إن الذين هم في وضعية نفسية هشة معرضون أكثر من غيرهم للإصابة هذه المشاكل النفسية .(كريم مأمون، 2019، ص 3).

ويؤكد مركز الدراسات البريطاني معهد " College Kings في دراسة نشرت بالمجلة الصحية "دو للمي"، أن "الحجر الصحي عموما هو تجربة غير مرضية بالنسبة لمن يخضعون لها"، ويعتبر أن "العزل عن الأهل والأحباب، فقدان الحرية، الارتياح من تطورات المرض، والملل، كلها عوامل يمكنها أن تتسبب في حالات مأساوية.(شعاع بن عبد الله المناعي ، 2019 ، ص 7)

وقد أجري العديد من البحوث حول الصحة النفسية أثناء الجائحة، في شتى أنحاء العالم . و أبلغ عن معدلات عالية نسبيا من أعراض القلق (6 - 51)%والاكتئاب (15 - 48)% والاضطرابات التالية للصدمة (7 - 54)% والضييق النفسي غير المحدد (34 - 38)% ~ 39 ~ الجانب النظري والخلفية العلمية في صفوف عامة السكان في الصين و الدانمارك و جمهورية إيران الإسلامية و إيطاليا ونيبال وأسبانيا وتركيا والولايات المتحدة الأمريكية .غير أن من السابق لأوانه معرفة ما إذا كانت هذه الدراسات تشير إلى استثناءات أو تسلط الضوء على نمط عام، ويعاني العديد من الأشخاص المصابين أصلا باضطرابات نفسية وعصبية واضطرابات تعاطي مواد الإدمان من تقاوم أعراضهم بسبب عوامل الضغط المختلفة في وقت يصعب فيه الحصول على الرعاية. كما أن العزلة الاجتماعية والحد من النشاط البدني والتحفيز الفكري تزيد من خطر التدهور المعرفي والخرف لدى كبار السن .إن انتشار فيروس كورونا رسم وبوضوح معالم دراما حقيقية لها أوجه عديدة فمن ناحية، المرض نفسه وآثاره المدمرة ،

التي مست جوانب متعددة من حياتنا، ومن ناحية أخرى التجارب الشخصية لكل عائلة، إضافة للقلق بشأن ما يخبئه لنا المستقبل .(غدير سالم ، 2019 ، ص 12)

1- فيروس كورونا:

1-1 التعريف بفيروس كورونا:

ينتمي فيروس كورونا إلى فيروسات الكورناويات المستقيمة ضمن فصيلة الفيروسات الناجية وضمن رتبة الفيروسات العضية ، يشتق اسم "coronavirus" من اللاتينية corona وتعني التاج أو الهالة ، حيث يشير الاسم إلى المظهر المميز لجزيئات الفيروس مما يظهرها على شكل تاج الملك أو الهالة الشمسية ، ويعتقد أن انتقال فيروسات كورونا من إنسان إلى آخر يحدث أساسا بين الأشخاص المقربين أثناء الاتصال المباشر عبر الرذاذ التقي الناتج عن العطس و السعال .(ظاهر صالح ، 2019 ، ص 5).

فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات التي يمكن أن تتسبب في طائفة من الأمراض تتراوح بين نزلة البرد الشائعة والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس) .

و حسب وثيقة منظمة الصحة العالمية الموثقة بتاريخ 21 ماي 2020 ، فإن الفيروس المسبب لمرض MERS أو ما يسمى متلازمة الشرق الأوسط التنفسية هو الفيروس (MERS—COV) الذي ينتمي لعائلة فيروسات كورونا . في الأصل هي فيروسات شائعة يصاب بها معظم الأشخاص خلال حياتهم ، و تسبب هذه الفيروسات عادة أمراض بالجهاز التنفسي العلوي تصل شدتها من معتدل إلى متوسط. لكن يختلف فيروس (MERS_CoV) هذا عن أي فيروس كورونا آخر تم اكتشافه في وقت سابق بين البشر ، كما أنه يتشابه مع المتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (سارس).

1 - 2 اسم الفيروس:

الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19 يسمى SARS—COV2 ينتمي هذا الفيروس لعائلة فيروسات كورونا و معنى التسمية كالاتي :

coronavirus

SARS: Severe Acute Respiratory Syndrome

COV: CoronaVirus

2: type2

فبداية ظهر فيروس سارس SARS—COV في الصين . بعدها، ظهر فيروس جديد في عائلة الفيروسات التاجية (كورونا) الذي تغشى في منطقة الشرق الأوسط، و سبب ما يعرف بمتلازمة ضيق التنفس الشرق الأوسطية MERS، ثم استحدثت تسمية فيروس كورونا المستجد SARS—COV2، للفيروس المسبب لمرض كوفيد 19 ، لأنه يشبه فيروس السارس الأول لكنه متطور عليه من حيث البنية الجينية و الخصائص . تم اختيار هذا الاسم لارتباط الفيروس جينيا بفيروس كورونا (SARS- CoV) الذي سبب فاشية متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم (سارس) في عام 2003 ، غير أن الفيروسين مختلفان رغم ارتباطهما الجيني .(منظمة الصحة العالمية) .

1-3- متلازمة الشرق الأوسط التنفسية MERS و كوفيد 19:

متلازمة الشرق الأوسط التنفسية مرض تنفسي فيروسي يتسبب فيه فيروس كورونا مستجد (فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية) ، اكتُشف لأول مرة في المملكة العربية السعودية في عام 2012 . مرض كوفيد-19 هو مرض معد يسببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا SARS-COV2 و معنى تسمية المرض كالآتي :

CO: Corona

VI: Virus

D: Disease

19: 2019

ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الجديد ومرضه قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في ديسمبر 2019 ،وقد تحول كوفيد - 19الآن إلى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم (منظمة الصحة العالمية).

1-4-الوقاية من هذا الفيروس :

أهم طريقة لحماية نفسك هي التزام منزلك قدر الإمكان وتجنب أماكن التجمعات. وتجنب أي سفر غير ضروري، واتباع إرشادات قيود السفر الصادرة عن المسؤولين المحليين أو منظمة الصحة العالمية.

ومن الطرق الأخرى المهمة لحماية نفسك غسل يديك كثيراً بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، إذا لم يكن الماء والصابون متوفرين، فاستخدم مطهراً لليدين يحتوي على الكحول بتركيز % 60 على الأقل .بالإضافة إلى غسل يديك كثيراً، فمن المهم أن تتبع الاحتياطات التالية :

- الالتزام بارتداء الكمامة و المحافظة على نظافتها.
 - عدم المصافحة و التسليم بين الأشخاص.
 - الابتعاد عن التجمعات.
 - احترام مسافة الأمان 1.5 م إلى 2 متر بين الأشخاص.
 - تعقيم الأماكن العمومية.
 - تعقيم الأشياء الشخصية عند دخول المنزل.
 - وضع أرضيات و ماسحات أرجل عند دخول أماكن عامة فيها مواد معقمة.
 - التباعد في وسائل النقل الجماعي.
 - الغذاء السليم و الصحي.
 - الإكثار من شرب الماء.
- (منظمة الصحة العالمية).

1-5- الفئة الأكثر عرضة للإصابة :

حسب موقع منظمة الصحة العالمية، يستهدف هذا الفيروس البالغين الأكثر من 14 سنة، و يؤثر بشكل كبير على من تجاوزوا 60 سنة، و من لديهم أمراض مزمنة كالسكري خاصة و الضغط الدموي و أمراض القلب و السرطان و أصحاب الربو و حساسية التنفس و أمراض المناعة و من لهم أمراض على مستوى الكبد و الكلى و الغدد و أيضا الحوامل. لكن لا يصيب الأطفال ما دون 12 سنة في الغالب، و لم تحدد بعد أسباب ذلك بشكل علمي. كما تتراوح نسب الإصابة حسب الأشخاص ما بين أعراض خفيفة الى الوفاة كبار السن الفئة الأكثر تعرضا للخطر و هم الذين ترتفع نسبة الوفاة عندهم ابتداء من (65-60) عاما ، ففي الصين مثلا تصل نسبة الوفاة لدى المصابين حتى الأربعين عاما إلى % 2.0 ، و بين 70 و 79 عاما تصل إلى (% 8) ، وابتداء من 80 عاما تصل إلى (%14.8). (موقع منظمة الصحة العالمية).

حسب موقع COM.DW الإنجليزي، فان فيروس كورونا يصيب الرجال أكثر من النساء حسب معطيات منظمة الصحة العالمية يموت الرجال في الغالب أكثر من النساء .و حسب إحصائيات دولة الصين ، فان نسبة الوفاة في الصين في منتصف فبراير /شباط للرجال وصلت إلى % 8.2 وللنساء إلى %7.1 و توزيع مشابه سبق و أن حصل في 2003 عند تفشي فيروس سارس في هونغ كونغ . وحتى الزكام العادي تكون له تبعات أكثر قسوة عند الرجال منها لدى النساء .للمقارنة يكون نظام المناعة النسوي أقوى من مثيله عند الرجال، ويعود ذلك بالأساس لهرمون أوستروجين النسوي الذي يحفز نظام المناعة، ويكافح بشكل أسرع وأقوى ضد الجراثيم كما توجد "أسباب جينية"، كما يقول الاختصاصي في الفيروسات " توماس بيتشمان" لـ DW فالنساء لهن مؤهلات جينية أكبر تحمي نظام المناعة ، إضافة إلى أن النساء يتمتعن بأسلوب حياة أكثر صحية من أسلوب حياة الرجال، فغالبا الرجل يتجه نحو التدخين و الإدمان و العمل المتواصل و السهر وعدم ممارسة الرياضة ، ما يضعف المناعة أو يسبب مشاكل في الرئة و التنفس.(موقع DW.COM الانجليزي)

2-عدوى الفيروس التاجي الجديد:**2-1 عدوى فيروس كورونا المستجد:**

الفيروس التاجي الجديد، المعروف أيضًا باسم COVID-2019 ، هو نوع من الفيروسات التي تسبب مرضًا في الجهاز التنفسي .وهذا قد يؤدي إلى التهاب وتراكم المخاط والسوائل في مجرى الهواء وفي الرئتين (الالتهاب الرئوي). هناك العديد من الفيروسات التاجية المختلفة، ومعظم هذه الفيروسات تؤثر فقط في الحيوانات، ولكن في بعض الأحيان يمكن أن تتغير هذه الفيروسات وتصيب البشر.

2-2 أسباب العدوى:

تحدث العدوى بسبب النقاط الفيروس التاجي المستجد وذلك عن طريق:

- تنفس قطرات من السعال أو العطاس لشخص مصاب.
- لمس الأسطح الملوثة بالفيروس، مثل طاولة أو مقبض الباب، ومن ثم لمس الأيدي الملوثة للنف أو الأنف أو العينين .

- التواجد حول الحيوانات التي تحمل الفيروس.
- تناول اللحوم غير المطبوخة أو غير المطبوخة بشكل جيد أو المنتجات الحيوانية التي تحتوي على الفيروس.
- 2-2-1 أسباب زيادة احتمالية العدوى:
- من المرجح أن تصاب بهذا المرض إذا كنت :
- تعيش في أو سافرت إلى منطقة تفشى فيها الفيروس التاجي الجديد.
- تواصلت مع شخص مريض سافر مؤخرا إلى منطقة تفشى الفيروس التاجي الجديد.
- توفر الرعاية أو تعيش مع شخص مصاب بالفيروس التاجي الجديد بدون أخذ الاحتياطات الطبية لمنع العدوى.

2-3 تشخيص المرض:

- يمكن تشخيص المرض بناءً على :
- العلامات والأعراض خاصة إذا كان الشخص:
- يعيش في منطقة تفشى الفيروس التاجي الجديد.
- سافر مؤخرا من أو إلى منطقة تفشى فيها الفيروس.
- يوفر الرعاية أو يعيش مع شخص تم تشخيصه بالفيروس التاجي الجديد .الفحص السريري.
- الفحوصات المخبرية، والتي قد تشمل:
- مسحة أنفية لأخذ عينة من السوائل الأنف
- مسحة الحلق لأخذ عينة من السوائل من حلقك.
- عينة من المخاط من الرئة (البلغم)
- اختبارات الدم 3 .

3-1 الحجر الصحي:

الحجر و مدته : الحجر الصحي هو فصل أو عزل الأشخاص المشتبه في إصابتهم بعدوى فيروس كورونا عن بقية الافراد و تقييد حركتهم و بقاءهم بأماكن مخصصة من قبل الجهات المختصة حتى تنتهي فترة الاشتباه بالإصابة ، من أجل منع انتشاره إلى الآخرين في حالة الإصابة بالفيروس، في فترة لا تقل عن أسبوعين .

3-2 الفرق بين العزل الذاتي، التباعد الجسدي والحجر الصحي:

العزل الذاتي يعني عزل الأشخاص المرضى الذين تظهر عليهم أعراض كوفيد-19 ويمكنهم نقل العدوى، وذلك لمنع انتشار المرض.

أما التباعد الجسدي فهو الابتعاد عن الآخرين جسديا.وتوصي المنظمة بالابتعاد عن الآخرين مسافة متر واحد (3 أقدام) على الأقل .وهي توصية عامة يتعين على الجميع تطبيقها حتى لو كانوا بصحة جيدة ولم يتعرض لعدوى كوفيد19 . العزل الصحي ،يقصد به فصل المصاب أو المشتبه بإصابته عن الأشخاص الأصحاء خلال فترة العدوى في أماكن صحية، قد يكون مستشفى وقد يكون بيت يتوفر على ظروف صحية مناسبة لا يسمح بانتقال

العدوى لأشخاص آخرين. فهو يعني تقييد الأنشطة و عزل الأشخاص غير المرضى هم أنفسهم، ولكنهم ربما تعرضوا للإصابة بعدوى كوفيد-19.

3-3 الحجر الصحي في الجزائر:

فرضت الجزائر تدابير صحية ومنها إجراءات الحجر المنزلي بعد تسجيل مؤشرات عالية على مستوى أرقام الوفيات والإصابات، علاوة على إلزام المواطن بالإجراءات الوقائية المتعلقة بالحجر الصحي وارتداء الكمامات، والتزام مسافة الأمن، واستعمال المعقمات، ووقف الزيارات العائلية وغلقت المدارس... الخ، وكان هذا التدبير أساسي وإلزامي أمام عدم وجود التلقيح المناسب للشفاء في حالة الإصابة، وركزت السلطات العامة على حساسية الوضع لدى الأفراد الذين تكون مناعتهم ضعيفة، أو لديهم أمراض مزمنة أو كبار السن أو نساء حوامل. (يمين بوقوق، كمال بورزق، 2020، ص218).

وقد اتخذ إجراء الحجر كفعل وقائي لضمان أمن و استقرار المجتمع ، و بدأت الجزائر بتطبيق هذا الإجراء يوم 12 مارس 2020.

3-4 التأثير النفسي السلبي للحجر الصحي:

3-4-1 المدى قصير: الخوف والقلق من الموت (الوضع ، العدوى)، مخاوف صحية ، الشعور بالعجز، تركيز ضعيف ، التفرغ للتفكير في المواقف الحياتية و صعوبة تقييمها ، اختلال النوم، كوابيس، الضغط، الإحباط و اليأس، القلق، نوبات الاكتئاب .

3-4-2 المدى طويل : اضطراب الإجهاد الحاد ، الوحدة و الملل مرتبطان بالحجر الصحي لفترات طويلة ،سوء المزاج ، الخوف الاجتماعي ، نوبات البكاء ، التعب ، خطر الإصابة بالاكتئاب ، خطر الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة.

3-5 الآثار المترتبة عن الحجر المنزلي وفيروس كورونا على الرياضي:

•العزلة.

•تغيير في الروتين اليومي

•.تغيير في النظام الغذائي.

•تغيير في برنامج النوم.

•نقص التدريبات.

•نقص التواصل مع الآخرين.

•قد تصل لحالات اكتئاب نظرا لكم الهائل من الأنباء اليومية المتعلقة بكوفيد 19.

خلاصة:

يؤكد الأخصائيون في الصحة النفسية وبالإجماع أن الحجر الصحي المفروض على أكثر من مليار شخص حول العالم بسبب جائحة فيروس كورونا، ليس أمرا سهلا ولا موضوعا يستهان به، إذ أنه إجراء استثنائي وغير مسبوق يقيد الحريات الفردية حتى في الدول الديمقراطية. وهذا الوضع يتسبب بمشاكل نفسية للعديد من الأشخاص، خاصة بالنسبة للذين يفشلون في التعاطي بشكل إيجابي مع هذا الظرف. وأمام ضرورة تقييم الآثار النفسية مثلها مثل الآثار الاقتصادية والاجتماعية المترتبة عن جائحة كوفيد-19 بكل "موضوعية و دون مزايدات"، نشير إلى أن الهدف يبقى التحضير لما بعد الأزمة الصحية والحفاظ على التزام قوي لدى كل أفراد المجتمع. ومن أجل مواجهة الآثار النفسية والاجتماعية اللاحقة لجائحة كوفيد-19 على سلطات الدولة إنشاء لجنة الحماية التي ستتكفل بتقييم انعكاسات وباء كورونا على الصحة النفسية للمواطنين مصابين كانوا أم لا، مثل لجنة الحماية التي تقرر إنشائها لتقييم انعكاسات وباء كورونا على الاقتصاد الوطني ولجنة حماية مناصب الشغل. فالجوانب النفسية لا تقل عن الجوانب الاقتصادية. كذلك يجب منع التعرض بشكل مستمر للأخبار الخاطئة المضخمة للوباء والتي لا تساعد الصحة النفسية لدى الأشخاص الموجودين رهن الحجر الصحي.

تمهيد:

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين وهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة. وهي من الألعاب القديمة وتاريخها طويل حافظت فيه على قدرتها وحيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير باهتمامهم وممارستها الشعوب يشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزءا من منهاج التدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة والنضال. وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة وذكر نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم والعالم العربي والجزائر؛ كما ذكرنا بعض المدارس العريقة؛ والمبادئ الأساسية والقوانين المنظمة لها؛ وكذا الصفات التي يتميز بها لعب كرة القدم؛ وطرق اللعب في هذه اللعبة.

1-2 كرة القدم :

1-2-1 **التعريف اللغوي** : كرة القدم (football): هي كلمة لاتينية بمعنى ركل الكرة بالقدم.

1-2-2 **التعريف الاصطلاحي** : هي رياضة جماعية وتعد اللعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية للممارسين، رياضة كرة القدم من الألعاب القديمة جدا تاريخها طويل عرفت قديما في الصين منذ حوالي 3000 سنة قبل الميلاد عرفها الاغريق ثم مارسها الرومان عبر الامبراطورية الشاسعة التي امتدت على جميع انحاء العالم المعروف آنذاك التعريف.

1-2-3 **التعريف الاجرائي** : هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على (هدف) وللتفوق على المنافس يجب احراز اهداف أكثر منه، تمارس اللعبة بلمس الكرة بالقدمين فقط ويسمح للحارس لمس الكرة بالقدم، تمتد المباراة ل 90 دقيقة من الزمن مقسمة الى شوطين مع وجود راحة بينهما (فرحات، 1996، صفحة 217).

2-2 **التطور التاريخي لكرة القدم الجزائرية** : تمتد الجذور التاريخية لكرة القدم الجزائرية منذ الاحتلال الفرنسي ويقسم المختصون مراحل تطورها إلى ثلاث فترات رئيسية تبدأ من 1895م إلى يومنا هذا.

1-2-2 **المرحلة الأولى (1815-1980)** : لقد كانت أول انطلاقة مع تأسيس أول فريق سنة 1895م تحت إسم "طليلة الحياة في الهواء الكبير" وبعده تم ظهور الفرق الرسمية كمولودية الجزائر والنادي الرياضي لقسنطينة ونادي معسكر .. وظهرت الفرق لجمع الجزائريين لخلق تكتل لمواجهة الإستعمار وكانت كرة القدم وسيلة لزرع روح النضال والتضحية لرفض الإستعمار وكان خير دليل على ذلك المقابلة التي جمعت مولودية الجزائر بفريق أورلي(سانت أوجين) والتي على إثرها تم اعتقال الكثير من الجزائريين بسبب الإشتباكات العنيفة التي وقعت آنذاك في سنة 1956م ، وفي هذه الحالة أمر القادة الثوريون بإعلان تجميد هذا النشاط الرياضي في 11 مارس 1956م تجنباً للخسائر البشرية في 18 أبريل 1958م تم تأسيس فريق جبهة التحرير الوطني.

2-2-2 **المرحلة الثانية (1962-1976م)** : لقد عرفت هذه المرحلة أي بعد الإستقلال وفي 31 أكتوبر 1962 تنظيم أول دورة كروية وهذا بمناسبة تأسيس مجلس الرياضة ولقد شاركت في هذه الدورة الأندية المغربية وهي : الوداد البيضاوي من المغرب، الترجي الرياضي من تونس ، واتحاد طرابلس من ليبيا.

وبعد ذلك نظمت أول بطولة جمهورية لكرة القدم خلال الموسم (1962-1963م) وكذلك نظمت أول كأس جمهورية في سنة 1963م أول مقابلة للفريق الوطني سنة 1963م كانت ضد الفريق البلغاري ، وكانت أول انطلاقة للبطولة الوطنية وهذا في سبتمبر 1964م وأول تتويج للفريق الوطني كان بميدالية ألعاب البحر الأبيض المتوسط سنة 1975م وكان أول فوز لأندية لفريق مولودية الجزائر بكأس إفريقيا لأندية البطولة سنة 1976م

2-2-3 **المرحلة الثالثة (1976-1990)** : تتميز هذه المرحلة بنوع من التنظيم وهذا بإصدار أمر 79-81 المؤرخ في 10 أكتوبر 1976م الخاص بالإصلاح الرياضي ووالإهتمام بإنشاء المنشآت الرياضية والمعاهد

التكنولوجية، ففي هذه المرحلة عرفت الأندية الإنظام إلى المؤسسات العمومية الإقتصادية الكبرى وكذلك دمج الأندية الرياضية بالمجالس الشعبية وهذا لفرض التمويل المالي للأندية.

ولقد عرفت كرة القدم الجزائرية في هذه المرحلة الكثير من الإنتصارات والإنجازات وهذا بحصول المنتخب الوطني على الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية عام 1978م ، والتي أقيمت بالجزائر، حيث فاز المنتخب على نظيره النيجيري بنتيجة (1-0) وبعد ذلك وفي عام 1979 حاز المنتخب الوطني على الميدالية البرونزية في ألعاب البحر الأبيض المتوسط بيوغسلافيا، كما وصل المنتخب إلى الدور النهائي في كأس إفريقيا بنيجريا سنة 1980 ولعب الدور الربع النهائي في الألعاب الاولمبية في موسكو، ثم تأهل الفريق الوطني إلى مونديال إسبانيا سنة 1982م حيث فاز على المنتخب الألماني بنتيجة (2-1) في مقابلة تاريخية .وكذلك تأهل المنتخب الوطني إلى مونديال مكسيكو سنة 1986م.كما كان للأندية بصمات في هذه المرحلة كتتويج مولودية الجزائر بكأس إفريقيا للأندية سنة 1976م وفوز شبيبة القبائل بالكأسين الإفريقيتين للأندية وهذا خلال سنتي 1981-1990 وكذلك بالكأس الممتازة سنة 1983م وأحرز وفاق سطيف كأس الأندية الإفريقية البطة سنة 1988 وحاز على الكأس الأفروآسيوية عام 1989 لكن الوقوف عند هذا التقسيم لتطور كرة القدم الجزائرية يبقى ناقصا، لذا وجب التحدث عن مرحلة صعبة من تاريخ كرة القدم الجزائرية والتي تمتد من التسعينيات إلى يومنا هذا. (بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: "لور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية"، معهد التربية البدنية والرياضية ،دالي إبراهيم ،مكترة ليسانس، جوان 1997، ص46-47).

2-2-4 المرحلة الرابعة (1990 - إلى يومنا هذا) : في هذا المرحلة عرفت حصول الفريق الوطني على كأس إفريقيا للأمم والتي نظمت بالجزائر سنة 1990م ودار النهائي بين نيجيريا وفازت الجزائر 1-0 من إضاء اللاعبين الوجاني ، بعد هذا التتويج عرفت الجزائر كرة القدم الجزائرية تدهورا كبيرا بسلسلة متتالية من الإنهزامات في الدورات التصفاوية لكأس إفريقيا للأمم وكأس العالم، وهذا بانهزام المنتخب الوطني في الدورة الثامنة عشر لكأس إفريقيا أمام كوت ديفوار، ثم إقصاؤه من تصفيات الدورة التاسعة عشر لكأس إفريقيا للأمم بتونس سنة 1994م ، ثم غياب الفريق الوطني في كأس إفريقيا بمصر سنة 2006م وفي غانا سنة 2008م كما تميزت هذه المرحلة غياب الفريق الوطني في مونديال 1990-1994-1998-2002-2006 على التوالي.

وبالرغم بما تميزت به كرة القدم الجزائرية منذ سنة 1990م من تدني في المستوى إلى أنه على مستوى الأندية تحصلت بين فترة وأخرى على تتويجات عربية وإفريقية كتتويج شبيبة القبائل سنة 1995م بكأس الكؤوس الإفريقية، وكؤوس الإتحاد الإفريقية لسنة (2000, 2001, 2002) على التوالي، كما كانت التتويجات بالكؤوس العربية لكل من مولودية وهران ،وداد تلمسان، وفاق سطيف للكأس العربية للأندية البطة سنة (2007-2008) بصيغتها الجديدة، وشهدت نتائج المنتخب الوطني لسنة 2009م عودة قوية بالتأهل إلى كأس إفريقيا بأنغولا 2010م وكأس العالم بجنوب إفريقيا في جوان 2010م لأول مرة بعد 24 سنة وبعد غياب على الساحة الإفريقية والعالمية، وهذا خلال التصفيات المزدوجة المؤهلة لكأس إفريقيا والمونديال في المجموعة الثانية بعد الفوز على المنتخب المصري في مقابلة تاريخية بملعب أم درمان في السودان في مقابلة فاصلة سجل فيها عنتر يحيى الهدف الوحيد في هذه

المقابلة، وينبغي أن يكون هذا التأهل بداية وعودة حقيقية لكرة القدم الجزائرية. (بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية" مرجع سابق، ص 46-47).

3- أهم منافسات كرة القدم في الجزائر:

تختلف منافسات كرة القدم حسب إختلاف المستويات التي تلعب فيها الفرق أو كذلك حسب الرقعة الجغرافية التي تنظم على مستواها (ولائي، وطني). وعلى المستوى الوطني الجزائري تنقسم إلى:

3-1 منافسات البطولة:

وهي دورات رياضية طويلة المدى، تلعب على مرحلتين متساويتين من حيث عدد المباريات لكل مرحلة، وتفصل بينهما فترة راحة تدعى بمرحلة "الميركاتو" وتقوم فيها الفرق باستقدام اللاعبين وتسريح آخرين أي إعادة النظر في العبي الفريق إن كان ذلك مائئ. وكذلك معالجة الإصابات، و استغلالها في إعطاء الراحة والإسترجاع للاعبين والتحصير الجيد لمواصلة المرحلة الثانية من البطولة.

ولعل ما يميز هذه المنافسات هو لعبها على شكل ذهاب و إياب من جهة، وكذلك إختلاف المستويات التي تنشط فيها الفرق المشاركة، فكل فريق يلعب في بطولة المستوى الذي تنشط فيه و إختلاف الأهداف أيضا وهذه المستويات هي:

3-2 منافسات بطولة القسم الأول:

وتضم (18) فريقا، والتنافس في هذه البطولة من أجل الحصول على المراتب الأربعة الأولى، حيث أن الفريق الحائز على المرتبة الأولى يتوج ببطولة العام الوطنية بالإضافة إلى حصوله على شارة المشاركة في المنافسة القارية و التي تتمثل في منافسة " كأس رابطة أبطال إفريقيا" والفريق المتحصل على المرتبة الثانية يشارك في نفس المنافسة القارية مع الفريق الأول والمتحصل على المرتبة الثالثة تعطى له شارة المشاركة في منافسة قارية أخرى وهي " أما الفريق المتحصل على المرتبة الرابعة فيحصل على شارة المشاركة " C.A.F كأس الكونفيدريالية الإفريقية على المستوى العربي في "الكأس العربية الممتازة" أما اللجنة الأولمبية الجزائرية، أما الفرق الأخرى فتلعب من أجل البقاء في القسم الأول فقط، وتلعب بكل إمكاناتها من أجل الإبتعاد على المراكز الثلاثة الأخيرة لتجنب السقوط إلى القسم الأدنى " القسم الثاني. "

أما فيما يخص التحكيم فإن إدارة هذه المباريات يكون من طرف حكام فيديرالين ودوليين يتم تعيينهم من طرف لجنة التحكيم الوطنية.

3-3 منافسات بطولة القسم الثاني:

وتنقسم اليمجموعتين ، (وسط شرق، وسط غرب)وتضم كل مجموعة (16) فريقا، و يتم التنافس فيها على المرتبة الأولى بهدف الصعود إلى القسم الأعلى " القسم الأول ". والإبتعاد عن المراتب الثلاثة الأخيرة قصد تفادي السقوط إلى القسم الأدنى (قسم ما بين الرابطات) ويكون التحكيم في هذه المنافسات بحكام فيديرالين ودوليين معينين من طرف لجنة التحكيم الوطنية.

3-4 منافسات بطولة ما بين الرابطات:

وهي تحتوي ثلاث مجموعات عن المستوى الوطني، وكل مجموعة تضم 11 فريقا هي الفرق المتحصلة على المرتبة الأولى في مجموعتها على المستوى الجهوي الأول، لكل رابطة جهوية مثل الرابطة الجهوية لكرة القدم قسنطينة... الخ، ويتم التنافس فيها من الحصول على المراتب الأولى قصد الصعود إلى القسم الثاني، والإبتعاد على المراتب الأخيرة لتفادي السقوط إلى القسم الأدنى. وتدار مباريات هذه المنافسة أو البطولة من قبل حكام ما بين الرابطات و حتى حكام الدرجات العليا (فيدرالي دولي) إن اقتضت الضرورة مثلما هو الامر في المباريات الصعبة ويتم تعيينهم من طرف FAF .

3-5 منافسات بطولة القسم الجهوي:

وتكون المنافسة في هذه البطولة على مستوى فرق الرابطة الجهوية فقط، أي الفرق التي تتبع نفس الرابطة الجهوية و هي تنقسم إلى:

3-6 بطولة القسم الجهوي الأول:

ويختلف عدد الفرق المشاركة باختلاف الرابطة الجهوية ولكل رابطة عدد معين يتم فيها التنافس على احتلال المرتبة الأولى من أجل الصعود إلى القسم الأعلى (ما بين الرابطات) والإبتعاد عن المراتب الأخيرة الثالثة لتفادي السقوط إلى الجهوي الثاني.

3-7 بطولة القسم الجهوي الثاني:

ويختلف عدد الفرق المشاركة من رابطة إلى أخرى، وتتنافس على إحتلال المرتبة الأولى قصد الصعود إلى الجهوي الأول. وتلعب الفرق الأخرى من أجل البقاء وتفادي السقوط إلى القسم الشرفي، وتختلف عدد الفرق الصاعدة حسب متطلبات المستوى الأعلى وهذا بقرار من الرابطة المعنية. (الإتحادية الجزائرية لكرة القدم).

3-8 بطولة القسم الشرفي (الجهوي الثالث):

وتختلف عدد المجموعات والفرق المتنافسة باختلاف الرابطة الجهوية التي تنتمي إليها وتلعب وتتنافس للحصول على المرتبة الأولى للصعود إلى القسم الجهوي الثاني، وقد يصعد أكثر من فريق حسب متطلبات القسم الأعلى ويتم إدارة هذه المنافسات لمختلف الأقسام الجهوية من طرف حكام جهويين وحتى حكام ما بين الرابطات وحكام فيدراليين إن اقتضت الضرورة في المقابلات المحلية ، ويكون تعيينهم من طرف الرابطة المعنية.

3-9 بطولة القسم الولائي:

وتكون المنافسة في هذه البطولة على مستوى الولاية فقط، وتختلف عدد الفرق من ولاية إلى أخرى ، ويتم التنافس لضفر بالمرتبة الأولى قصد الصعود إلى القسم الشرفي ، وقد تتعدى إلى صعود فريقين أو أكثر حسب إحتياجات القسم الأعلى ، أما الفرق الأخيرة فهي تلعب من أجل اللعب ، لأنه لا يوجد هناك إقصاء أو سقوط إلى قسم آخر، بما أنه القسم الأدنى ، وتدار مباريات هذه البطولة من طرف حكام ولائيين وحتى جهويين وحكام ما بين الرابطات في اللقاءات الصعبة، ويتم تعيينهم من طرف الرابطة الولائية المعنية.

3-10 منافسات كأس الجمهورية:

تتميز مبارياتها على مباريات البطولة كونها إقصائية بالنسبة لكل الأقسام ولكل الأدوار، وتبدأ هذه المنافسات على مستوى الأقسام الدنيا (الولائي-الجهوي - ما بين الرابطات) ويديرها حكام جهويين و ولائيين وحكام ما بين الرابطات ويتم تعيينهم من طرف الرابطات المعنية وهذا في الدور التمهيدي. بعدها تشارك الفرق المتأهلة من هذا الدور مع فرق القسمين الأول والثاني في عملية القرعة. ويديرها حكام ما بين الرابطات وحكام فيدراليين ودوليين حسب نوعية المباراة ودرجات صعوبتها، وهذه المباريات تلعب في ملاعب محايدة، ويتم تعيين الحكام و الملاعب التي تلعب فيها المباريات من طرف (FAF) وتجرى هذه المنافسات على نفس الوتيرة إلى غاية الدور النهائي الذي يلعب غالبا في الملعب الأولمبي "ملعب 05 جويلية " ،ويكون تاريخ إجرائها غالبا متزامنا مع عيد وطني وهو "عيد الإستقلال" وبحضور شخصيات وطنية إضافة إلى الرئيس. (الإتحادية الجزائرية لكرة القدم).

3-11 منافسات الكأس الممتازة:

وتجمع بين الفريق الحائز على البطولة الوطنية للقسم الأول مع الفريق المتوج بالكأس الجمهورية في نفس العام ويديرها حكام دوليين معينين من طرف (FAF) إضافة إلى هذه المنافسات هناك المنافسات الودية،وهي عبارة عن منافسات إما تقييمية لدرجة تحضير الفرق أو انتقائية الإنتقاء العناصر الشابة والوقوف على إمكانات اللعب أو فريق ما وهي تنحصر غالبا على فرق المستويات العليا كفرق القسم الأول والثاني وكذلك الفريق الوطني.

خلاصة :

بعد الإطلاع على كرة القدم والتعرف على تاريخها وقوانينها ومبادئها وأهم منافسات كرة القدم كما يمكن أن استنتج أن لعبة كرة القدم هي لعبة ذات تاريخ قديم , كما يمكننا الإستنتاج إن هذه الرياضة هي رياضة منظمة تحكمها قوانين مضبوطة و متفق عليها , وقد بلغت من الشهرة ما يجعلها تحتل المرتبة الأولى من حيث الشعبية واستقطاب الجماهير في العالم, فال تزال كرة القدم تستقطب العديد من متبعيها, فهي محبوبة الجماهير على إختلاف البلدان والأجناس .

3- الأداء الرياضي :

3-1- مفهوم الأداء الرياضي :

إن الأداء الرياضي بصفة عامة يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكيات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر ومتواصل في كل أفعاله و أقواله لتحقيق أهداف معينة ومن اجل بلوغ حاجاته و أغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي ، هذا الأخير الذي عرف تطوراً كبيراً و ملحوظاً نتيجة الأبحاث العديدة و الدراسات المعمقة في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة والرياضيين.

و يعرفه الدكتور " عصام عبد الخالق " الأداء الرياضي على أنه : " إيصال الشيء إلى المرسل إليه : وهو عبارة عن إنعكاس لقدرات و دوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية و غالباً ما يؤدي بصورة فردية ، وهو نشاط و سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم ، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم سلوكياً " . (نزار مجيد الطالب _ 1983 _ ص 215-214).

و للأداء الرياضي درجات و مستويات منها :

- **الأداء الأقصى** : ويقصد به هام يؤدي الفرد أفضل أداء ممكن قدر استطاعته .

- **الأداء المميز** : ويقصد به ما يؤديه الفرد بالفعل وطريقة أدائه ، وليس ما يستطيع تأديته .

دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي:

بعد ثبات الأداء الرياضي للاعب احد المؤشرات الهامة لعمل المدرب حيث أنها تعبر عن ارتفاع و ازدهار كافة جوانب إعداده إذ يتأثر هذا بالثبات بجملة عوامل منها :

- درجة ثبات الانفعالي و العاطفي في المنافسات .

- كيفية التحكم في اللاعب أثناء المنافسة .

- الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة .

وثبات الأداء الحركي للاعبين يعني القدرة أو الإمكانية في المحافظة المستمرة والمستقرة على مستوى عال من الكفاءة الحركية سواء خلال الظروف القصوى للتدريب أو المسابقات في إطار حالة نفسية إيجابية و يؤثر على حالة ثبات الأداء الحركي مجموعة من العوامل النفسية منها ما يلي :

- **الصفات العقلية و درجة ثباتها مثل** : التذكر ، الإنتباه ، سرعة رد الفعل ، التصور لتنفيذ مختلف الواجبات

الحركية المهارية في كافة الظروف التدريبية أو التنافسية سواء كانت عالية أو منخفضة الشدة و ذلك عن طريق ظهور بعض ردود الأفعال العصبية المترتبة على ذلك بغض النظر عن حالة الإجهاد و الصعوبات الخارجية .

- **الصفات الشخصية و درجتها** سواء من حيث الشدة أو الثبات مثل الدوافع المساعدة في تحقيق الإنجاز و درجة

الثبات ، الاستقرار أو الإلتزان العاطفي للاعب ، مستوى التنافس أو الطموح النفسي و درجة تغييره أو تبديله على

ضوء خبرات الفشل أو النجاح التي يحققها اللاعب ، و مستوى نمو العمليات العصبية و النفسية و المقدرة على

تحمل الأعباء النفسية .

- المقدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل و أثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع و الأشكال سواء كانت (صعوبات داخلية أم صعوبات خارجية) ، فالتحكم الواعي في مثل هاته الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد على الإرتفاع في درجة ثبات أداء اللاعبين خلال المباراة ، كذلك المساعدة في تمييز كافة العوامل التي تساعد على عدم تركيز اللاعب قبل المنافسة .

- العلاقات النفسية و الإجتماعية بين أفراد الفريق و التي تساعد على الأداء الثابت للفريق المتمثلة في درجة التحام أو تماسك الفريق بما يحقق جوا نفسيا و علاقات متبادلة و ملائمة .

3-2 اعتبارات المدرب عند تقويم الأداء الرياضي :

يجب أن يكون هناك تقويم لمستوى الأداء عقب نهاية كل وحدة تدريبية لكي يتسنى للاعبين التعرف على مستواهم خلال الوحدات التدريبية لكي يستطيعوا مواصلة التقدم خلال الوحدات التدريبية اللاحقة ، وهناك اعتبارات على المدرب مراعاتها عند تقويم هذا الأداء وهي :

- لكل وحدة تدريبية هناك هدف ، لذلك على المدرب تبليغ اللاعبين بتحقيق ذلك الهدف أو عدمه كذلك تحديد هدف لوحدة التدريب اللاحقة وهكذا ، لذلك عند وضع الوحدة الجديدة يجب أن يكون هناك تقادي لجميع الأخطاء والسلبيات التي رافقت الوحدة التدريبية والبدء من جديد في الوحدة التدريبية اللاحقة .

- أن يكون هناك تسجيل لسلبيات و إيجابيات وحدة تدريبية ليتسنى بعد ذلك من مراجعة شاملة و التعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين و التحقق من تحقيق الأهداف المرسومة .

- على المدرب أن يسأل نفسه دائما : هل حقق المطلوب للوحدة التدريبية التي وضعها ؟ ولماذا ؟ و لماذا لم يتحقق؟ ، وهذه الإجابة تعد تخطيطا مستقبليا لوضع الأسس السليمة لعملية التدريب . (نزار مجيد الطالب - 1983 - ص 216).

3-3 الخصائص للمنافسات الرياضية و تأثيرها على أداء اللاعب :

تعتبر المنافسات الرياضية عاملا هاما و ضروريا لكل نشاط رياضي ، و يرى أن الرياضة لا تعيش بدون منافسة ، و أن عملية التدريب الرياضي بمفردها لا تتطوي على أي معنى إلا بارتباطها بإعداد الفرد لكي يحقق أحسن ما يمكن من مستوى في الأداء خلال المنافسة (المباراة) الرياضية ، و في ضوء هذا المفهوم تكون المنافسة الرياضية ما هي إلا إختبار لنتائج عمليات التدريب الرياضي ، و لكن لا ينبغي أن ننظر إلى "المنافسة الرياضية " على أنها نوع من أنواع الإختبار فحسب ، و إنما على أنها هام من العمل التربوي ، إذ أنها تسهم في التأثير على تنمية و تطوير مهارات و قدرات الفرد و تشكيل سماته الخلقية و الإدارية ، ومن أهم هذه الخصائص ما يلي :

- إن المنافسة الرياضية ما هي إلا نشاط يحاول فيه الفرد الرياضي إحراز الفوز ، و تسجيل أحسن مستوى من الأداء ، و لا يتأسس ذلك على الدوافع الداتية للفرد فحسب ، بل أيضا على الدوافع الإجتماعية ، (كرفع شأن الفريق أو سمعة النادي مثلا) إذ أن ذلك يعتبر من أهم القوى التي تحفز الفرد نحو الوصول لأعلى المستويات الرياضية .

- تتطلب المنافسة الرياضية ضرورة استخدام الفرد لأقصى قواه و قدراته النفسية و البدنية لمحاولة تسجيل أحسن مستوى ممكن من الأداء ، و تعتبر هذه الناحية من أهم مميزات المنافسة الرياضية التي تؤثر في شخصية الفرد تأثيرا تربويا و تساهم في تطوير و تنمية الكثير من خصائصه و سماته النفسية الخلقية و الإدارية .
- تسهم المنافسات الرياضية في الإرتقاء بمستوى جميع الوظائف العقلية والنفسية مثل الإدراك والإنتباه وعمليات التفكير والتصور، إذ تحتاج المنافسة الرياضية إلى استخدام كل هذه الوظائف لأقصى مدى ممكن .
- تتميز المنافسة الرياضية بحدوثها في حضور جمهور غفير من المشاهدين الامر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة اليومية ، ويختلف تأثير المشاهدين على الفرد الرياضي اختلافا واضحا ، فتارة يساعد على رفع مستوى الرياضيين وتارة اخرى يكون سببا في عدم اجادتهم .
- تجري المنافسات الرياضية طبقا لقوانين ولوائح ثابتة معروفة ، وتحدد هذه القواعد و القوانين واللوائح المختلفة النواحي الفنية والتنظيمية لانواع النشاط ولسلوك الفرد ، وبذلك تجبر الافراد على احترامها والعمل بمقتضاها ، ومن ناحية اخرى تضمن المقارنة العادلة بين المستويات الرياضية بعضها ببعض الاخر . (نزار مجيد الطالب 1983ص 217).
- وقد يرى البعض ان التنافس بطبيعته ماهو الا صراع يستهدف الفوز والتفوق على الاخرين وكثيرا مايرى المتنافس في منافسيه خصوم له ، كما ينظر البعض الى التنافس الرياضي نظرة فيها كثير من المغالاة عندما يرى في الرياضة سوى السبق الجنوبي لتسجيل الارقام و التفوق الرياضي ، ويتناسون ان الوصول الى المستوى الرياضي العالي ناتجة هامة من النواحي التي يسعى اليها كل مجتمع ، ولكنها ليست بطبيعة الحال هدفه الاوحد (محمد حسن علاوي - سيكولوجية التدريب والمنافسات - 61. دار المعارف : القاهرة مصر ، 1987 - ص 30-32)

3-4 فئات تصنيف الرياضيين على اساس نتائج المنافسة ونوعية الاداء :

ان نتائج اي مسابقة لاي رياضي تقع في واحدة من الفئات الاربع المحددة ، حيث يمكن للرياضي او الفريق ان يكسب او يخسر المباراة ، كما يمكن ان يكون مستوي الاداء او اللعب جيدا او ضعيفا وهذه الفئات هي :

المكسب والاداء جيد :

تعتبر هذه الفئة الاسهل في التعامل مع الرياضيين حيث ان الاداء جيد ، و المكافاة اي الفوز تحقق وينصح المدرب بتوجيه التقدير للرياضيين على هذا الانجاز ، كذاك من الاهمية تفسير نجاح الرياضيين في ضوء ما يتمتعون به من قدرات مهارية ونفسية ، حيث ان ذلك يزيد من ثقتهم في انفسهم وقيمة الدات لديهم ، اضافة الى ما سبق يجب التركيز اكثر على الجهد الذي يبذله الرياضيون في المباراة واهداف الاداء ، كما يجب عدم التركيز على المكسب ، فبالرغم من انه شئ مستحب ، وتجدر الاشارة الى اهمية توجيه الرياضيين الى النقاط السلبية في المباراة وما هي الاقتراحات لتطوير الاداء ، على ان يتم ذلك في التمرين التالي وليس بعد المباراة مباشرة ، ويقدم في شكل التوجيه البناء وليس النقد السلبي .

المكسب و لكن الاداء ضعيف :

عندما يكسب الفريق المباراة أو يحقق فوزا بالرغم من أن مستوى الأداء في المسابقة كان ضعيفا فمن الأهمية أن يعرف أفراد الفريق أن المكسب الذي تم تحقيقه جاء بسبب ضعف المنافس و ليس كنتيجة لقدراتهم البدنية و

المهارية ، و يمثل ذلك أهمية كبيرة حتى لا يكافأ الرياضيون أنفسهم على النتائج و ينسبون ذلك لقدراتهم و جهدهم و ذلك يخالف الواقع .

هذا و بالرغم من ضعف الأداء فمن الأهمية مكافأة الرياضيين من التعرف على جوانب الضعف و من ثم التمرن عليها و تطويرها .

و بشكل عام ، من الأهمية الا يكون التوجيه ضربا من العقاب نتيجة ضعف الاداء ، و لكن يقدم في شكل ايجابي و بناء .

الخسارة ولكن الاداء جيد :

تمثل هذه الفئة من النتائج المتوقعة الاكثر صعوبة ، فما أقصى على النفس من الخسارة بالرغم من الاداء الجيد ، و هنا يجدر التساؤل عن كيفية تدعيم النواحي الايجابية للاداء ، و كيف يمكن التعامل مع انخفاض الروح المعنوية للرياضيين أو الفريق ؟

ربما كان من المناسب أن يقدم المدرب حديثا موجزا مع الرياضيين عقب المباراة ربما لا يتجاوز الدقيقتين ، حيث أن كل رياضي يعيش تجربة الفشل بطريقته ، و يفضل أن يتضمن الحديث النقاط التالية :

- تقدير الجهد و الاداء المتميزين بالرغم من الخسارة .

- الخسارة تعتبر شيئا طبيعيا و متوقعا في الرياضة ، و لا تنقص من التقدير للاداء الجيد و الجهد المبذول .

- توضيح أن المشاعر (الحزن ، الغضب) تمثل ردود فعل طبيعية للخسارة و ربما يصعب التخلص منها بعد المباراة مباشرة ، ولكن يمكن التخلص منها مع مضي الوقت يوما أو يومين .

- يمكن الإقلال من أهمية النتائج لهذه المسابقة ، و ذلك لتقبل التأثير السلبي للخسارة على تقدير الرياضي لذاته .

الخسارة و اللعب الضعيف :

عندما يواجه المدرب هذه الفئة ، فمن الأهمية أن يعزى الفشل كنتيجة للتقصير في الجهد و الحاجة إلى تحسين المهارات البدنية و المهارات النفسية ، كما أن من الأهمية أن يعبر عن عدم الرضا للجهد و الأداء الضعيفين .

و ينصح في هذه الحالة بعدم التحدث مع الرياضيين بعد المباراة مباشرة ، و إرجاء ذلك إلى التمرين التالي للمسابقة حيث يتم التركيز على المشكلات الفعلية و كيفية تطويرها ، و بالرغم من ذلك يجب عدم إغفال تقدير الجهد و الأداء لبعض الرياضيين الذين أظهروا أداء حسنا .(اسامة كامل راتب - علم النفس الرياضية (المفاهيم . التطبيقات) - ط3- دار الفكر العربي : القاهرة ، مصر 2000- ص407.405).

3-5 أنواع الأداء :

اداء بمواجهة :

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المعلم/المدرّب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة.

أداء دائري : طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤديون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

أداء في محطات: أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

أداء في مجموعات: يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب الرياضي على شكل محطات، حيث يقوم اللاعبون الذين يشكلون كل مجموعة بالأداء بصورة فردية، وتعد من أقدم طرق التدريب الرياضي .

أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم: الانقباض الانعكاسي أو التلقائي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي أو الشد التلقائي، والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم نوعان:

انعكاسات ثابتة، وتنقسم إلى انعكاسات عامة، و أخرى جزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف الأربع.

انعكاسات حركية أو وضعية : وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو أداء أي عمل أو حركة رياضية أو عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة.

فالتغيير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغيير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدًا للرجل في الاندفاع للأمام.

3-6 العوامل المساهمة في الأداء: يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأول وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق ذا النشاط، وتختلف درجة الأداء و المهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي:

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.

- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي.

- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس وغيرها.

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل من أهمها ما يلي. (محمد حسن علاوي . نصر الدين رضوان ، 1987، ص41-42).

-القوة العضلية: تعتبر القوة العضلية من أهم وأكثر العوامل المرتبطة بالأداء في جميع الألعاب الرياضية، وتكمن هذه الأهمية بصفة خاصة بالدور الذي تلعبه القوة في أداء المهارة أثناء المنافسة وأثناء التدريب واكتساب المهارة، وفي تثبيتها وتحسينها.

-التوازن: التوازن مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف وأثناء الحركة وهناك نوعين من التوازن(ثبات، ديناميكي)، ولقد اتفق العديد من الأخصائيين على أن التوازن يلعب دورا

هاما في العديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب درجة عالية منه كالرقص، التزلج على الجليد والجمباز. --
المرونة: تشير المرونة إلى مدى الحركة على المفاصل المعينة أو مجموعة المفاصل المشتركة في الحركة، حيث تتأثر بتركيب العظام التي تدخل في تكوين المفاصل وبالخصائص الفيزيولوجية للعضلات والأربطة والأوتار وجمع الأنسجة المحيطة بالمفاصل وتعتمد المهارات في معظم الألعاب الرياضية على مرونة أكثر من مفصل واحد من مفاصل الجسم لأن المهارة خلال أداءها تتطلب تكاتف جهود المهارة في نظام لأداء حركات في أن واحد أو بالتدرج..، وتتطلب معظم الألعاب الرياضية توفر مستويات مختلفة ومتباينة من المرونة فهناك رياضات تتطلب نوع من المرونة المتوسطة بينما هناك أنشطة تتطلب مستوى عالي من المرونة.

-**التحمل:** يسهم التحمل في أداء الألعاب الرياضية المختلفة بدرجة تختلف باختلاف نوع وطبيعة النشاط ويتفق العديد من الباحثين على أهمية كل من التحمل العضلي والتحمل الدوري التنفسي بالنسبة للكثير من الأنشطة الرياضية كالسباحة، والعدو، كرة القدم وغيرها من الرياضات الجماعية. بينما تتطلب بعض الأنشطة الأخرى مستوى أقل من التحمل العضلي والتحمل الدوري التنفسي، مثل: تنس الطاولة التنس.

-**الذكاء:** يتطلب الأداء الحركي العام في معظم الألعاب الرياضية المنظمة ضرورة توافر الحد الأدنى من الذكاء العام، وإضافة إلى هذا ثبت أن بعض الرياضات الجماعية تستخدم خطط وإستراتيجيات خاصة، تستلزم توافر مستويات مرتفعة نسبيا من القدرة العقلية العامة لأداء النشاط بنجاح.

-**السرعة:** مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تتنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل، , سرعة الجري لمسافات قصيرة..... الخ. والسرعة بمفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في الألعاب.

-**التوافق:** هو القدرة على الربط أو الدمج بين عدد من القدرات المنفصلة في إطار حركي توافقي واحد للقيام بأعمال وواجبات مركبة أكثر صعوبة، والتوافق ذا المفهوم يعتمد بالدرجة الأولى على التوقيت السليم بين عمل الجهازين العضلي والعصبي. من ناحية أخرى لم تكشف الدراسات العلمية عن وجود عامل للتوافق يمكن استخدامه للتنبؤ بالقدرة التوافقية للألعاب الرياضية، لهذا يظهر ارتباطه بطبيعة المهارات الخاصة في النشاط حسب اختلافه .
القدرة الإبداعية: تشير بعض الدراسات التخصصية في علم النفس الرياضي إلى أن الألعاب الرياضية التي تحكمها قواعد ونظم وقوانين محددة، يقل فيها الإبداع الحركي في الأنشطة التي تتطلب التوقع الحركي، وكذا الأنشطة التي تستلزم توافد القدرة على الإبداع الحركي بدرجة عالية نسبيا.

-**الدافعية:** يؤكد معظم الباحثين والمتخصصين في مجال الدراسات النفسية التربوية على أهمية الدافعية كعامل مؤثر في نتائج اختبارات الأداء العقلي والبدني، وتعد الدافعية في الوقت الحالي من أهم العوامل التي يوليها العاملون في الال الرياضي إهتماما كبيرا، وخاصة في مجالات التدريب والتعليم والمنافسة الرياضية ولقد قسم بعض العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة ودوافع غير مباشرة وقسم 1963 "pumi" الدوافع طبقا للمراحل قلال الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة، وهذه المراحل هي:

أ - مرحلة الممارسة الأولية من نشاط رياضي .

ب- بمرحلة الممارسة الفعلية. (فضيل موساوي ، عبد القادر 2004ص77).

3-7 سلوك الأداء الرياضي: إن سلوك الأداء الذي يقوم به الرياضيين أو بالأحرى اللاعبين, تحدده ثلاث عوامل رئيسية وهي: الجهد المبذول، القدرات والخصائص الفردية للاعبين بالإضافة إلى إدراك اللاعب لدوره.

الأداء = الجهد المبذول + القدرات والخصائص الفردية للاعبين + إدراك اللاعب لدوره .

أ . **الجهد المبذول**: يعكس في الواقع درجة حماس اللاعب لأدائه دوره، كما ينبغي أي أن اللاعب إذا ما بذل مجهودا ما فهذا لأن هناك دوافع تدفعه للقيام بذلك.

ب . **القدرات والخصائص الفردية للاعبين**: وتتمثل في قدرة اللاعب وخبراته السابقة التي تحدد درجة وفعالية الجهود المبذولة . ج . إدراك اللاعب لدوره: يقصد ذا تصورات وانطباعاته عن السلوك والأنشطة التي تتكون منها مهامه، وعن الكيفية التي ينبغي أن يمارس دوره . وعليه فإن سلوك الأداء يتوقف على مدى تأثير قدرات وكفاءة اللاعب لأداء مهامه ، وهذا بدوره يتوقف على ما توفره و يئه ظروف بيئته الرياضية وحتى الاجتماعية من التسهيلات بتطبيق هذه القدرات والكفاءات والوصول إلى أعلى مستوى من الأداء والنتائج. (فضيل موساوي . عبد القادر قلال ، 2004 ، ص70)

3-8 ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة: يعتبر ثبات الأداء الرياضي لدى اللاعب أحد المؤشرات الهامة المعبرة

عن ارتقاء وازدهار كافة الجوانب، إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

- درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسة.

- كيفية الضبط والتحكم في انفعالات اللاعب خلال المنافسة.

- الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.

وتعتبر المنافسات الرياضية مجالا حقيقيا وخصبا للحكم على ثبات أداء اللاعبين الذي يتحمل أن يتعرض لبعض المواقف التي قد تؤثر على مستواه في مختلف الظروف أو المواقف .

3-9 العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة:

- ظروف مرتبطة بالمنافسات مثل (الظروف الجوية، الإضاءة، الخصائص المعمارية والهندسية للملعب أو القاعة، عدم توفر أماكن ملائمة لراحة اللاعبين أو خلع ملابسهم أو للإحماء الجيد).

- نتيجة سحب القرعة وأهمية أن يبدأ الفرد أو الفريق في التنافس أولا كالبداية بالإرسال، فرصة ضربة الجزاء .

- خصائص ومواصفات المنافس وإنجازاته من حيث (وزن الجسم ، الطول ، النتائج السابقة تحليلها مثلا).

- سلوكيات الأفراد المحيطين مثل : المتخرجين ، مدربين أو مرافقي الفريق الآخر، الحكام).

- التغيير المفاجئ لموعد المسابقة مثل: تأخير بدء المباراة أو البطولة، تأخر موعد وصول الفريق .

- الإصابات التي قد يتعرض لها اللاعب، أو الزملاء ففي الفريق، التغيير أو الحكم غير الموضوعي لأفعال الزملاء أو المنافسين.

3-10 تدعيم ثقة الرياضي في نفسه: تتضمن المنافسة الرياضية في طيا ا خبرات النجاح والفشل، ويلاحظ أن

اللاعب الذي يتمتع بالثقة في النفس يقترح لنفسه أهدافا واقعية تتماشى مع قدراته وتجعله يشعر بالنجاح عندما يصل إلى أعلى مستوى منها ولا يسعى لإنجاز أهداف غير واقعية بينما اللاعب الذي تنقصه الثقة في النفس يخاف

من الفشل لدرجة كبيرة مبالغ فيها، وينعكس ذلك عادة على حالته النفسية من زيادة القلق وضعف التركيز، الاهتمام نحو نقاط الضعف مما يعوق التركيز على النقاط الإيجابية، الاقتصاد إلى المتعة والشعور بالرضي لذلك من الأهمية استخدام الأساليب الملائمة لتنمية الثقة في النفس للاعبين كوقايتهم من الآثار النفسية السلبية ويتحقق ذلك من خلال:

- **خبرات النجاح:** يعتبر أهم عامل يساهم في بناء الثقة هو الانجازات التي يحققها اللاعب، بمعنى أن اللاعب الذي يتميز أداءه بالنجاح يزيد من ثقته في المستقبل.

- **الأداء بثقة:** إن حرص اللاعب على الأداء بثقة يساعد على الاحتفاظ بروح معنوية عالية حتى أثناء الأوقات الصعبة من المباراة وإضافة إلى ذلك يجعل المنافس غير مدرك بالتحديد ما هي المشاعر التي تميز هذا اللاعب .

- **التفكير الإيجابي:** يؤثر نوع التفكير في مقدار الثقة، حيث يلاحظ أن بعض اللاعبين وخاصة قبل المنافسات الهامة يسيطر عليهم التفكير السلبي الذي يركز على نقاط القوة في المنافس، وفي المقابل نقاط الضعف وجوانب الضعف في قدراته، وهذا النوع من التفكير السلبي يؤثر في ثقة اللاعب في نفسه وفي تدعيم الحالة النفسية السلبية، بينما الأفضل أن يعتاد اللاعب التفكير الإيجابي الذي يدعم ثقته في نفسه مثل:

مراجعة خبرات النجاح السابقة وتذكر أفضل مستوى أداء سابق، التركيز على تحقيق أهداف الأداء وبذل الجهد بصرف النظر عن النتائج. (أسامة كامل راتب ، 1994، ص203).

الفصل الثاني

الدراسات

المرتبطة بالبحث

تمهيد:

يعتبر البحث العلمي سلسلة مترابطة من الدراسات بحيث كل بحث مكمل لدراسة سابقة أو بداية وتمهيد لدراسة قادمة، ولا يمكن إنجاز أي بحث من البحوث العلمية دون اللجوء أو الاستعانة بالدراسات السابقة أو المشابهة، حيث تكمن أهمية هذه الدراسات في معالجة مشكلة البحث ومعرفة الأبعاد التي تحيط به مع الاستفادة منها في توجيه الباحث وتمهيد له الطريق من أجل الخوض في اكتشاف نتائج لم يتوصل إليها الباحثون السابقون. وعلى هذا الأساس قام الباحث بمراجعة الأبحاث السابقة والمشابهة التي اعتمدنا عليها كدليل موجه لنا في الطرق الصحيح لإنجاز هذا البحث وتقادي الأخطاء، وسوف نتطرق إلى عرض هذه الدراسات في هذا الفصل.

1 الدراسات المرتبطة بالبحث:

1-1 الدراسة الأولى :

دراسة الطالب زلوف الباي و كابرين فادي عبد الحليم 2021/2020:

- عنوان الدراسة: تأثير جائحة كورونا على التحضير النفسي للاعبين كرة القدم. دراسة ميدانية أجريت على فرق الرابطة المحترفة الأولى ولاية الجزائر
- هدف الدراسة: بيان معرفة تأثير جائحة كوفيد 19 على الجانب النفسي للاعبين كرة القدم.
- فرض البحث: لجائحة كورونا كوفيد 19 تأثيرات على الجانب النفسي لرياضيين كرة القدم
- منهج البحث: استعمل الباحث المنهج الوصفي.
- أداة البحث: استبيان .

-عينة البحث وكيفية اختيارها: 60 لاعب من مختلف اندية الرابطة المحترفة الاولى ولاية الجزائر

1-2 الدراسة الثانية :

صاحب الدراسة: طوبال عنتر مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي تحت اشراف لورنيك يوسف جامعة محمد بوضياف المسيلة 2017/2016

- عنوان الدراسة: التحضير النفسي لدى لاعبي كرة السلة وعلاقته بالأداء الرياضي دراسة ميدانية على بعض فرق ولاية سطيف
- الهدف من الدراسة :

-معرفة علاقة التحضير النفسي بمستوى الأداء للاعبين أثناء المنافسة

-معرفة الحالات النفسية التي يواجهها الرياضي

-التعرف على مدى اهتمام المدرب بالتحضير النفسي

عينة الدراسة: 12 مدرب لفرق الجهوي الأول وفرق الجهوي الثاني

المنهج المستخدم في الدراسة: استخدام المنهج الوصفي متبعا للأسلوب التحليلي

أدوات جمع البيانات: استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع بياناته

نتائج الدراسة:

- للتحضير النفسي أهمية كبيرة للاعبين كرة السلة.

- تركيز المدربين على الجانب النفسي في الوحدات التدريبية وذلك لدا لو من أهمية كبيرة في الرفع من مستوى اداء وقدرات اللاعبين.

- نقص الأهمية الدولات من طرف رؤساء ومسيري الأندية لعملية التحضير النفسي.

1-3-1-3 الدراسة الثالثة :

-صاحب الدراسة: زحاف رياض مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تحت اشراف أمان الله رشيد جامعة المسيلة
2015/2014

- عنوان الدراسة: التحضير النفسي وعلاقته ببعض السمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر دراسة ميدانية لفريقيين من القسم الجهوي الأول لكرة القدم
-الهدف من الدراسة:

- التعرف على الدوافع الحقيقية التي تدفع اللاعب لممارسة رياضة كرة القدم
- مدى مساهمة الدوافع الداخلية النفسية والخارجية الاجتماعية في تحفيز اللاعب لممارسة كرة القدم
- الوصول الى مختلف قيم التحضير النفسي
- عينة الدراسة: 36 لاعب من فريقيين مولودية بوسعادة ووافق السلامة عين الحبل الجهوي الأول
- المنهج المستخدم في الدراسة: استخدام المنهج الوصفي متبعا للأسلوب التحليلي
- دوات جمع البيانات: استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع بياناته
- نتائج الدراسة:

-للتحضير النفسي أهمية بالغة في تحقيق نتائج متقدمة في المستويات العليا في كرة القدم
-كلما زاد الترابط بين التحضير النفسي والسمات الدافعية الرياضية كان تحقيق نتائج أفضل في المنافسات بشكل أسهل

-الاستعانة بالأخصائي النفسي الرياضي والتنسيق بينه وبين المدرب لنجاح العملية التدريبية

-نتائج البحث:

- فاعلية كل من طريقتي التدريب الفترتي مرتفع الشدة و التدريب التكراري في تطوير القوة القصوى عضلات الرجلين .

- عدم وجود فروق معنوية بين الطريقتين المستخدمتين مما يسمح للمدرب حرية اختيار نوع الطريقة التدريبية المستخدمة في تطور القوة القصوى لعضلات الرجلين .

- أن المتابعة المستمرة لتطور مستوى القوة القصوى خلال فترة تنفيذ المنهاج التدريبي له الأثر الواضح في عدم وصول الرياضي إلى حالة الإجهاد و يسهل للمدرب برمجة مكونات الحمل التدريبي بشكل علمي

1-4-4 الدراسة الرابعة:

-صاحب الدراسة: بوصافر حمزة، غواث يحيى، مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر، جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي 2014/2013

-عنوان الدراسة: مدى تأثير التحضير النفسي على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة الرياضية "صنف أكابر" دراسة ميدانية لفرق قسم الهواة شرق .

-الهدف من الدراسة:

-تسليط الضوء على أهمية التحضير النفسي خلال مرحلة المنافسة الرياضية
-يهدف هذا البحث إلى معرفة العلاقة الموجودة بين الإعداد النفسي والأداء الرياضي إبراز دور وأهمية الصفات الشخصية لدى لاعب كرة القدم لدى اللاعبين أثناء المنافسة
يسعى هذا البحث إلى لفت انتباه المدربين والمسيرين في كل التخصصات لأهمية البالغة للمحافظة على الجانب النفسي بالنسبة للرياضيين .

-عينة الدراسة: 60لاعب كرة القدم موزعون على أربعة أندية مولودية قسنطينة، جمعية عين مليلة، اتحاد عين البيضاء، اتحاد بسكرة

- المنهج المستخدم في الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي في دراسته

- أدوات جمع البيانات: استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات

- نتائج الدراسة :

-القدرة على التصور لها تأثير على الأداء الرياضي للاعب وهذا ما ظهر على أغلبية اللاعبين
-هناك تأثير في القدرة على الاسترخاء لدى لاعبي كرة القدم، ويتبين ذلك من خلال معرفتهم وقدرتهم على الاسترخاء أثناء المباراة او قبلها خاصة في الأوقات الحساسة من المباراة
-هناك نسبة متوسطة من اللاعبين يشعرون باحتمال الهزيمة في المنافسات التي يشتركون فيها، وخشيتهم من عدم الإجابة في اللعب أثناء المباريات، كما أن حالة القلق تزيد عند اشتراكهم في المنافسات
-الكثير من اللاعبين أفكارهم أثناء المنافسات تتضمن الثقة بالنفس، وعندما لا تكون نتيجة المباراة في صالحهم يزداد ضعف ثقتهم في أنفسهم، كما أنهم لا يستطيعون الاحتفاظ بالثقة في النفس بدرجة عالية .

2-1التعليق على الدراسات:

يتضح من خلال عرضنا للدراسات المرتبطة بالبحث العلاقة بينها وبين الدراسة الحالية في بعض النقاط وسيقوم الباحث إلى عرضها بالتفصيل:

✚ من حيث متغيرات الموضوع: بالرغم من اختلاف صياغة الموضوع بين مختلف الدراسات إلا أن هناك اشتراك بينها وبين الدراسة الحالية في المتغيرات التالية: الأداء الرياضي ،فيروس كورونا ، كرة القدم .

✚ من حيث المنهج المستخدم: اشتركت هذه الدراسة مع الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي

✚ من حيث العينة وكيفية اختيارها: اغلب الدراسات السابقة استخدمت العينة المقصودة.

✚ من حيث الأدوات المستخدمة: استخدمت الدراسات السابقة الذكر الأدوات التالية: المصادر والمراجع العلمية

✚ من حيث النتائج: انفتحت اغلب الدراسات على التأثير الإيجابي من خلال الفروق الدالة التي كانت لصالح

القياس البعدي وأن البرنامج التدريبي بطريقة التدريب الفكري مرتفع الشدة حقق نتائج إيجابية في تطوير القدرات البدنية المتمثلة في السرعة و القوة .

2-2- أوجه الاستفادة من الدراسات المرتبطة:

تمكن الباحث من الاستفادة من تلك البحوث والدراسات من حيث:

- ✓ تحديد الإطار النظري لموضوع الدراسة.
- ✓ ضبط متغيرات الدراسة.
- ✓ تم الاعتماد عليها كمرجع في اختيار عينة البحث والمنهج المتبع.

خلاصة:

تشكل الدراسات السابقة والمشابهة أهمية كبرى لأي باحث فهي بمثابة خريطة الطريق الموجهة للباحث نحو رسم طريق بحثه، فهي تزود الباحث بالنتائج التي توصلت لها الدراسات السابقة كما تفر لهم المعلومات النظرية وتساعدهم في تحديد المراجع والدراسات التي يمكن الاستفادة منها. ومن خلال عرضنا للدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة تبين للباحث أهمية هذه الدراسة بالنسبة لدراستنا الحالية من خلال إيجاد نقاط التشابه والاختلاف ومعرفة الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث وكذا كيفية الوصول إلى تحقيق أهداف وفروض البحث، فقد كانت هذه الدراسات دليلاً للباحث حتى نهاية مشروع الدراسة.

الفصل الثالث

منهجية البحث

و اجراءاته

الميدانية

تمهيد:

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها. (فريدريك معتوق، 1998، صفحة 231).

فالبحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها وأنواعها تحتاج بالضرورة إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث، وبالتالي تقديم وتزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة وهامة، وطبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها، وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة والوضوح في عملية تنظيم وإعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية، وبالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء واستغلال أكثر للوقت والجهد.

بعد انتهائنا من الجانب النظري للبحث، سننتقل في هذا الفصل إلى الإحاطة بالموضوع من الجانب التطبيقي، والقيام بدراسة ميدانية تهدف إلى تحقيق الأهداف المسطرة من قبل، فيما تتأكد صحة الفرضيات، حيث سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة، والمنهج العلمي المتبع حسب متطلبات الدراسة وتصنيفها، كل هذا من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وكما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا لا يتحقق إلا إذا اتبع القائم بالدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

تمهيد:

بعد دراسة الجانب النظري الذي يتضمن شرح الجوانب المتعلقة بالموضوع وذلك بالاستعانة بالمراجع والدراسات والبحوث السابقة في هذا الميدان، سنحاول في هذا الجزء الإلمام بالموضوع ودراسته دراسة ميدانية حتى نعطيه مفهوما علميا . كما أن أهمية أي دراسة ودقتها تتعدى الجانب النظري، حيث تتطلب تدعيمها ميدانيا من أجل التحقق من فرضيات البحث، وهو ما يتطلب من الباحث توخي الدقة في اختيار المنهج العلمي الملائم والمناسب لموضوع الدراسة، والأدوات المناسبة لجمع المعلومات، وكذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية وتوظيفها من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة ودقة علمية تساهم في تسليط الضوء على إشكالية الظاهرة المدروسة وفي تقدم البحث العلمي بصفة عامة.

سنحاول الانتقال للجانب التطبيقي (الميداني) ، قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية، حتى نعطي المنهجية العلمية حقها، وكذا التحقق من المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السالفة الذكر ويتم ذلك عن طريق تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان، والتي وجهت إلى بعض المدربين بولاية البويرة .

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية أولى خطوات البحث العلمي، فهي عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المتحصل عليها في النهاية، فالدراسة الاستطلاعية تعد الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه حيث يقوم بتنظيم زيارات لميدان دراسته أو الإطلاع على بعض محاور دراسته الميدانية (أنجرس، 2004، صفحة 298)

قبل قيامنا بتوزيع استمارات الاستبيان أردنا أن نتصل ببعض أندية كرة القدم لولاية البويرة بهدف الإطلاع على كيفية عملهم على مستوى أنديةهم ومعرفة الأمور التي تساعد والأمور التي تعرقل عملهم التدريبي، وعلى ضوء كل هذه الظروف الصحية في ظل انتشار فيروس كوفيد 19 المستجد هذا قمنا بإنشاء استبيان خاص بمدربي كرة القدم ، يهدف هذا الاستبيان الى الكشف والوقوف على تداعيات جائحة كورونا وتأثيرها على سير البطولة الوطنية ومستوى الاداء الرياضي للاعبين ، وبعد صياغتنا أسئلة الاستبيان وقبل الشروع في توزيعها قمنا بعرضها على الأساتذة المحكمين، حتى يمكننا الاستفادة من الأخطاء والقيام بتصحيحها،

المجال الزمني:

كانت بداية بحثي منذ 04-01-2022 حيث أجرينا عدة جلسات مع الأستاذ المشرف حيث تم ضبط الجانب التمهيدي والنظري وقد تزامن ذلك مع تاريخ 28-03-2022 بعدها مباشرة قمنا بضبط الاستبيان والشروع في ضبط الجانب التطبيقي للدراسة، تم نشر الاستبيان على افراد العينة ابتداء من 18-05-2022

المجال المكاني:

كان جمع المعلومات الخاصة بالدراسة النظرية باعتمادنا على مكتبة المعهد بصورة كبيرة للحصول على المراجع سواء كتب أو مذكرات تخرج بالإضافة الى الانترنت لعدم توفر أي مرجع في المكتبة يتناول موضوع فيروس كورونا المستجد كوفيد 19 اما فيما يخص الدراسة الاستطلاعية فقد قمنا بالتنقل الى بعض ملاعب ولاية البويرة لتوزيع الاستمارات الاستبيان.

ضبط متغيرات الدراسة:

إن أي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على متغيرين أولهما متغير مستقل والآخر متغير تابع.

المتغير المستقل: إن المتغير المستقل هو عبارة عن السبب في الدراسة وفي دراستنا المتغير المستقل هو جائحة كورونا كوفيد 19

المتغير التابع: هو نتيجة المتغير المستقل وفي هذه الدراسة المتغير التابع هو سير البطولة الوطنية لكرة القدم و مستوى الأداء الرياضي للاعبين

المنهج المتبع في الدراسة : مما لا شك فيه أن أي منجز علمي يطمح إلى الاتصاف بصفة العلمية يجد نفسه مطالباً بوضع خطة أو طريقة أو منهج يحدد من خلاله الخطوات التي تتبعها للوصول إلى النتائج التي حققها، ومن دون ذلك يعد هذا المنجز عملاً يتصف بالنشاز وعدم الثقة والمنهجية لذلك نجد أن الضرورة العلمية تقتضي من الباحث استخدام المنهج الوصفي متبعاً الأسلوب التحليلي باعتباره دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع (حسين عبد الحميد رشوان ، 2003، ص6)

المنهج الوصفي : يعرف أنه استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية والنفسية كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها أو كشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين الظواهر التعليمية أو الاجتماعية الأخرى. ويعرف أيضاً على أنه الطريق الذي يسلكه الباحث في دراسة ظاهرة ما كي يصل إلى نتائج يقينية في الكشف عن طبيعة الظاهرة المدروسة (علي عبد الواحد وافي، 1992، ص 558)

مجتمع البحث من الناحية الاصطلاحية هو: تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى. اجريت الدراسة على بعض مدربي ولاية البويرة .

عينة الدراسة وكيفية اختيارها : إن العينة هي النموذج الأولي الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني فهي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، فهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة مجتمع البحث .

أدوات جمع البيانات والمعلومات:

الاستبيان: يعتبر الاستبيان من الأدوات الشائعة الاستعمال في البحوث السلوكية، ويعرف الاستبيان أيضا بالاستمارة والاستقصاء وحتى الاستفتاء، وأما بعض الباحثين يفضلون استعمال استمارة، لكن عادة ما تقصد الاستمارة (Formulaire) معلومات ثابتة أو رسمية كاستمارة مصالح الضرائب أو استمارة التسجيل في الضمان الاجتماعي، لكن الاستبيان يشمل على أسئلة تهدف إلى دراسة موضوع معين في إطار انجاز بحث معين ويفضل استعمال الاستبيان على الخصوص لسهولة تطبيقه وقلّة تكاليفه ولا ربما أيضا لان الباحث يجد نفسه مطمئنا لوجود أداة ملموسة بحوزته، يستطيع أن يتأكد من خصائصها السيكو مترية، والاستبيان هو مجموعة من الأسئلة المكتوبة تشمل موضوعا معينا ويعبر المجيب على الأجوبة كتابيا ومن أهدافه الحصول على بيانات حول معلومات شخصية أو ببليوغرافية مثل السن والجنس والأقدمية في العمل، كما يرمي أيضا للحصول على ما يدور في ذهن الفرد من قيم ومعتقدات واتجاهات، ويقيس أيضا المعلومات المعرفية التي تعرف عادة بمقاييس التحصيل (مزيان محمد، 2006 ، ص122، 123)

يشمل الاستبيان مجموعة من الأسئلة ذو طبيعة مختلفة تتمثل في :

-الأسئلة المغلقة : هي أسئلة بسيطة في أغلب الأحيان، تكمن خاصتها في تحديد مسبق للأجوبة وتحديد الإجابات هذه يعتمد على أفكار الباحث وأغراض الباحث والنتائج المتوفات منه، ويتضمن أجوبة محددة وعلى المجيب اختيار واحدة منها فقط .

المحور الاول : يضم أسئلة من 1 الى 10 تتمحور أسئلة هذا المحور لمعرفة تأثير تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية لكرة القدم .

المحور الثاني: يضم أسئلة من 01 الى 10 تهدف أسئلة هذا المحور لمعرفة ما اذا توقف البطولة أدى إلى تعثر التدريب .

المحور الثالث: يضم هذا المحور الأسئلة من 01 الى 10 تهدف أسئلة هذا المحور لمعرفة ما اذا إستعمل المدربون برامج تدريبية إحتياطية للحفاظ على مستوى اللاعبين .

الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة: ان الأساليب الإحصائية كثيرة ومتنوعة، وقد جرت العادة بأن الباحث هو الذي يختار الأسلوب الذي يريد أن يعالج به بيانات دراسته وهذا خطأ، ذلك الأسلوب الإحصائي يتحدد حسب طبيعة كل متغير من متغيرات الدراسة والطريقة التي صيغت بها الفرضيات، ونوع المنهج والدراسة، لذا في دراستنا هاته فقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وهذا ما تم الإشارة اليه سابقا مما يلزم الباحث اتباع لأساليب محددة كالآتي:

المعادلة الإحصائية لتحويل التكرارات لنسب مئوية:

$$س \text{ ————— } 100\%$$

$$ع \text{ ————— } x$$

$$ع \times 100$$

$$x = \text{—————}$$

س

بحيث ان: x :النسبة المئوية / ع: عدد الإجابات (عدد التكرارات) / س: عدد افراد العينة

لدينا $x \times 10$ ع

اختبار ك² : *

ولمطابقة النتائج مع الجانب النظري نقوم بحساب ك² بعد ذلك ك² المجدولة بعد تحديد مستوى الدلالة (0.05) ودرجات الحرية .

مجموع (التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)²

$$= ك^2$$

التكرارات المتوقعة

تساعد هذه الطريقة على تحويل النتائج والبيانات من خلال حالتها الكمية الى نسب مئوية، وقد اعتمدنا في تحليلنا للمعطيات العددية للاستبيان على القاعدة الثلاثية و ك² وذلك لاستخراج و تحصيل نسب مئوية لمعطيات كل سؤال .

اختبار ك² : يتكون هذا القانون :من التكرارات المشاهدة وهي التكرارات التي نتحصل عليها بعد توزيع الاستبيان . التكرارات المتوقعة : هو مجموع التكرارات يقسم على عدد الإجابات المقترحة (الاختيارات) .

جدول ك² يحتوي هذا الجدول على :

ك² المجدولة : و هي قيمة ثابتة نقارنها مع ك² المحسوبة لاتخاذ القرار الاحصائي .

درجة الحرية : و قانونها هو (ن-1) حيث ن هو عدد الاجابات المقترحة .

مستوى الدلالة : نقوم بمقارنة النتائج عندها و اغلب الباحثين يستعملون مستوى دلالة 0.05 او 0.01 .

الاستنتاج الاحصائي : بعد الحصول على نتائج ك المحسوبة نقوم بمقارنتها ب ك المجدولة فاذا :

- كانت χ^2 المحسوبة اكبر من χ^2 الجدولة فاننا نرفض الفرضية الصفرية H_0 ونقبل الفرضية البديلة H_1 التي تقول بان الفرق في الناتج يعود للفرق بين الفئتين اي توجد دلالة احصائية .
- و اذا كانت χ^2 المحسوبة اصغر من χ^2 الجدولة فاننا نقبل الفرضية الصفرية H_0 التي تقول بانه لا توجد فروق بين النتائج و انما يعود ذلك الى عامل الصدفة .

الفصل الرابع

تحليل و مناقشة

النتائج

تمهيد:

تعد عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات المقدمة أو عدم صحتها، غير ان العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة علمية (ذات دلالة علمية) ما لم يكملها الباحث بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج، حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من الدراسة الميدانية، وسنحاول من خلاله أيضا إعطاء بعض التفاسير لإزالة الإشكال المطروح في الدراسة مع الحرص على ان تكون مصاغة بطريقة منظمة تمكن من توضيح مختلف الأمور المبهمة، وحرصنا عند تقديم عملية الشرح والتحليل على ان تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة و الهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في اتمام هذه الدراسة وبلوغ أهدافها.

عرض وتفسير النتائج المتحصل عليها من الاستبيان:

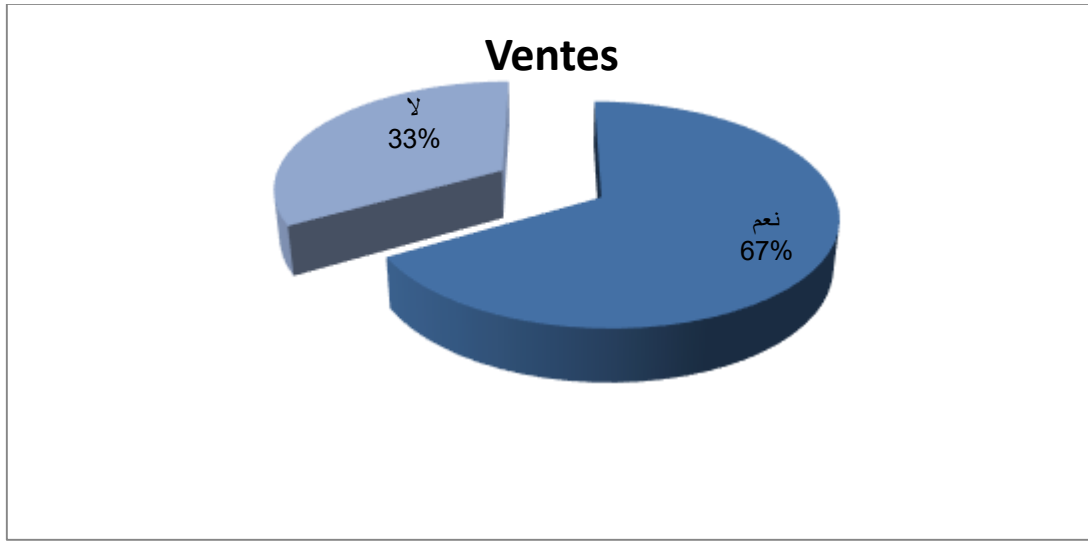
1- المحور الأول: أثر تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة:

السؤال الأول : هل قام النادي بخفض رواتب اللاعبين بسبب جائحة كورونا؟

الغرض منه : معرفة تأثير انتشار جائحة كورونا على الوضع الاقتصادي لأندية البطولة .

الجدول رقم 1: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 1.

الافتراضات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	20	66.67%	3.33	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	10	33.33%					
المجموع	30	100%					



الشكل 01 : يمثل نسبة خفض لرواتب اللاعبين بسبب جائحة كورونا

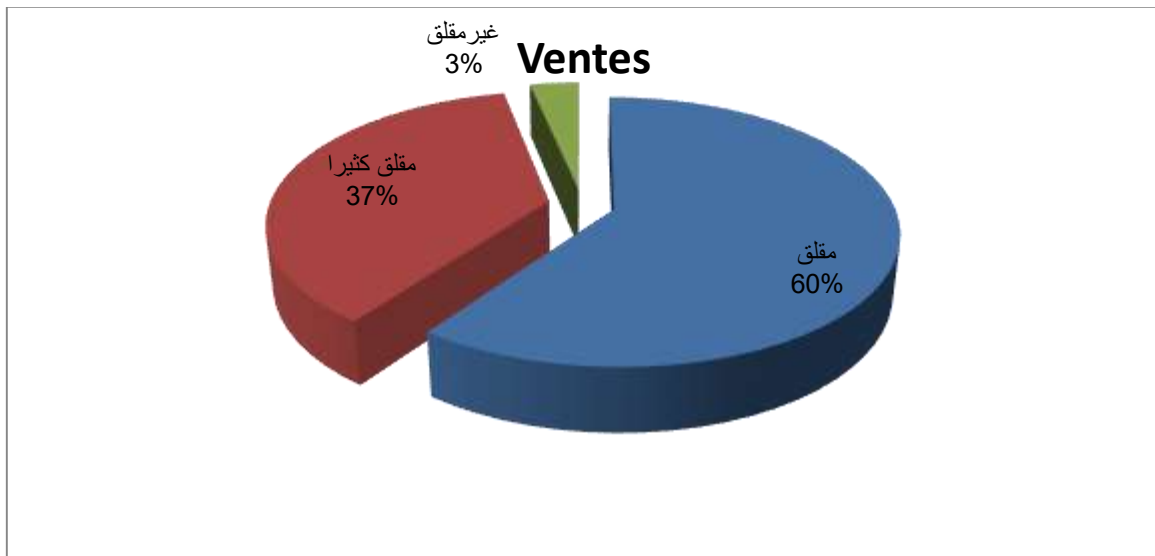
1- عرض وتحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 01 تبين ان نسبة 66.67% هي اكبر نسبة والتي تمثل المدربين الذين يرون ان النادي قام بخفض رواتب اللاعبين بسبب جائحة كورونا وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 01 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اكبر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 3.33 وهذا مايدل ان ليس هناك فروق ذات دلالة احصائية .

الإستنتاج : نستنتج ان نسبة كبيرة من المدربين الذين يرون ان النادي قام بخفض رواتب اللاعبين بسبب جائحة كورونا .

السؤال الثاني : كيف كان أثر إنتشار جائحة كورونا على واقعكم النفسي ؟
الغرض منه: معرفة تأثير جائحة كورونا على نفسية اللاعبين .
الجدول رقم 2: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 2.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
مقلق	18	60%	14.6	5.99	0.05	2	دالة
مقلق كثيرا	11	36.67%					
غير مقلق	1	3.33%					
المجموع	30	100%					



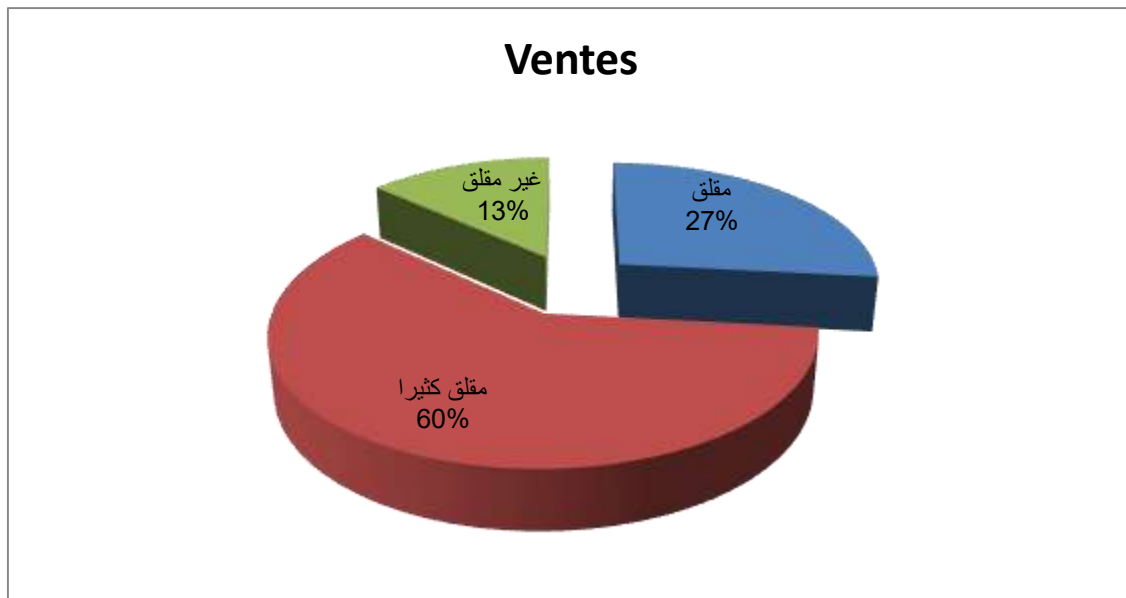
شكل 2 : يمثل نسبة اثر انتشار جائحة كورونا على الواقع النفسي

تحليل النتائج: من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 2 تبين ان نسبة 60 % من العينة اجابو بمقلق اي ان حسب المدربين تأثر اللاعبين نفسيا بسبب جائحة كورونا وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 2 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 14.6 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الإستنتاج : نستنتج ان الوباء اثر بشكل مباشر ونشر القلق بين المدربين .

السؤال الثالث : كيف كان شعوركم عند إصابة احد زملائك بالفيروس ؟
الغرض منه : معرفة شعور المدربين عند اصابة احد اللاعبين بالفيروس .
الجدول رقم 3: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 3.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
مقلق	8	26.67%	10.4	5.99	0.05	2	دالة
مقلق كثيرا	18	60%					
غير مقلق	4	13.33%					
المجموع	30	100%					



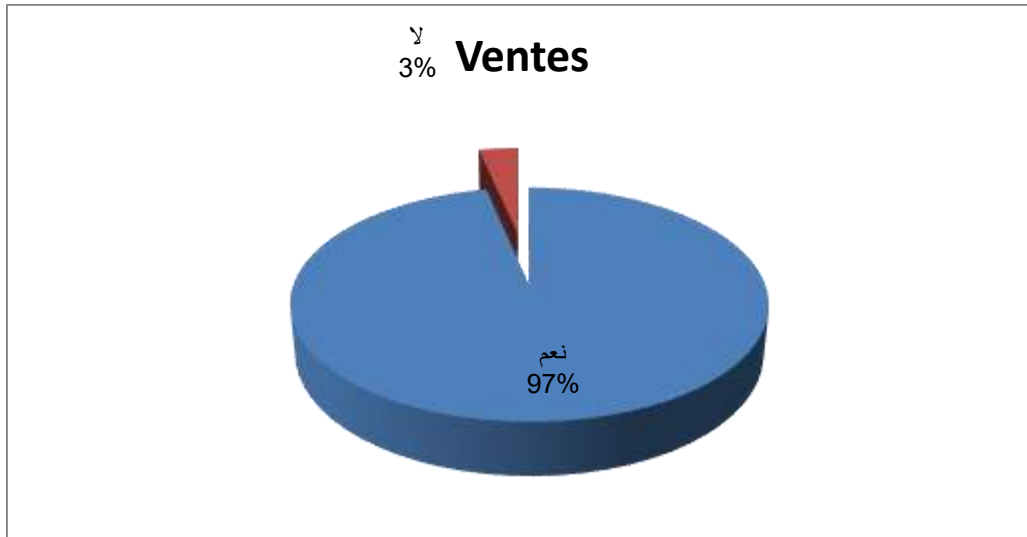
الشكل 3 : يمثل نسبة الشعور عند اصابة احد الزملاء بالفيروس

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 3 تبين ان نسبة 60 % من العينة اجابو بمقلق كثيرا اي ان المدربين قلقو كثيرا نتيجة اصابة احد اللاعبين بالفيروس وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 3 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 10.4 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج ان المدربين قلقو كثيرا عند اصابة احد اللاعبين بالفيروس .

السؤال الرابع : هل حدث هناك تذبذب في إجراء مقابلات عند بداية الجائحة ؟
الغرض منه : معرفة هل كان هناك تذبذب في إجراء المباريات اثناء الجائحة .
الجدول رقم 4: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 4.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	29	96.67	26.13	3.84	0.05	1	دالة
لا	1	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 4 : يمثل نسبة التذبذب في إجراء المقابلات عند بداية الجائحة

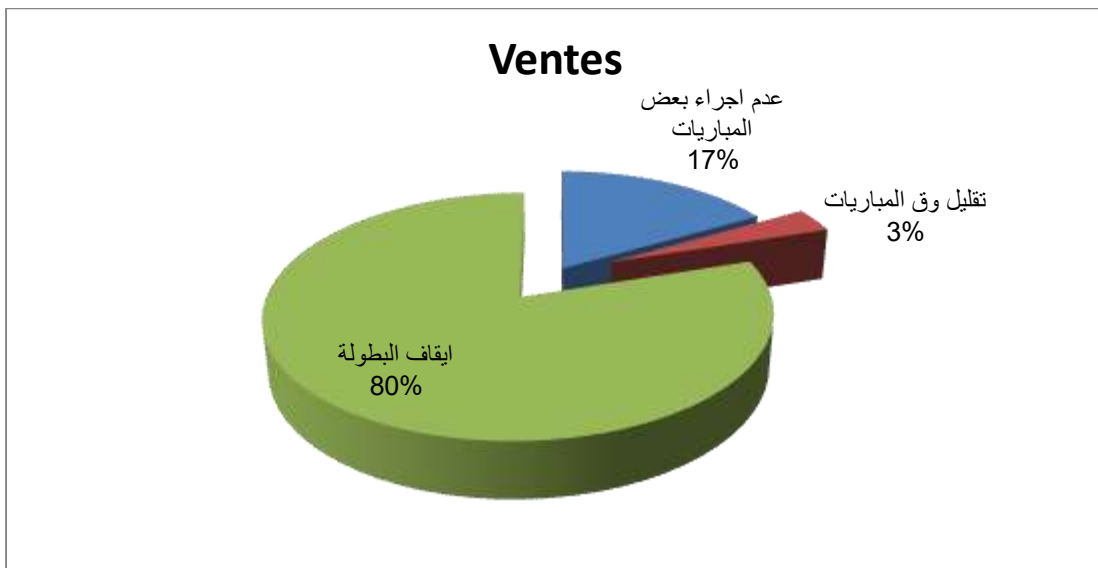
تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 4 تبين ان نسبة 96.67 % من العينة اجابو بنعم اي ان كان هناك تذبذب في إجراء المباريات اثناء الجائحة وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 4 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 26.13 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج انه كان هناك تذبذب في إجراء المباريات عند بداية الجائحة .

السؤال الخامس : كيف كانت قرارات الرابطة من أجل تفادي إنتشار الجائحة ؟

الغرض منه : معرفة قرارات الرابطة من اجل تفادي الجائحة .

الجدول رقم 5: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 5.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
عدم اجراء بعض المباريات	5	16.67	30.2	5.99	0.05	2	دالة
تقليل وقت المباريات	1	3.33					
إيقاف البطولة	24	80					
المجموع	30	%100					



الشكل 5 : يمثل نسبة قرارات الرابطة من اجل تفادي انتشار الجائحة

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 5 تبين ان نسبة 80 % من العينة اجابو بإيقاف البطولة وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 5 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 30.2 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج انه تم ايقاف البطولة نتيجة انتشار الجائحة .

السؤال السادس : هل تعرض اللاعبين للإصابة بفيروس كورونا ؟

الغرض من : معرفة هل تعرض اللاعبين للإصابة بكورونا .

الجدول رقم 6: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 6.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	30	100	30	3.84	0.05	1	دالة
لا	0	0					
المجموع	30	%100					



الشكل 6 : يمثل نسبة تعرض اللاعبين للإصابة بفيروس كورونا

تحليل النتائج: من خلال النتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 6 تبين أن نسبة 100% من العينة أجابوا بتعرض لاعبيهم بإصابة بفيروس كورونا وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 6 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 30 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

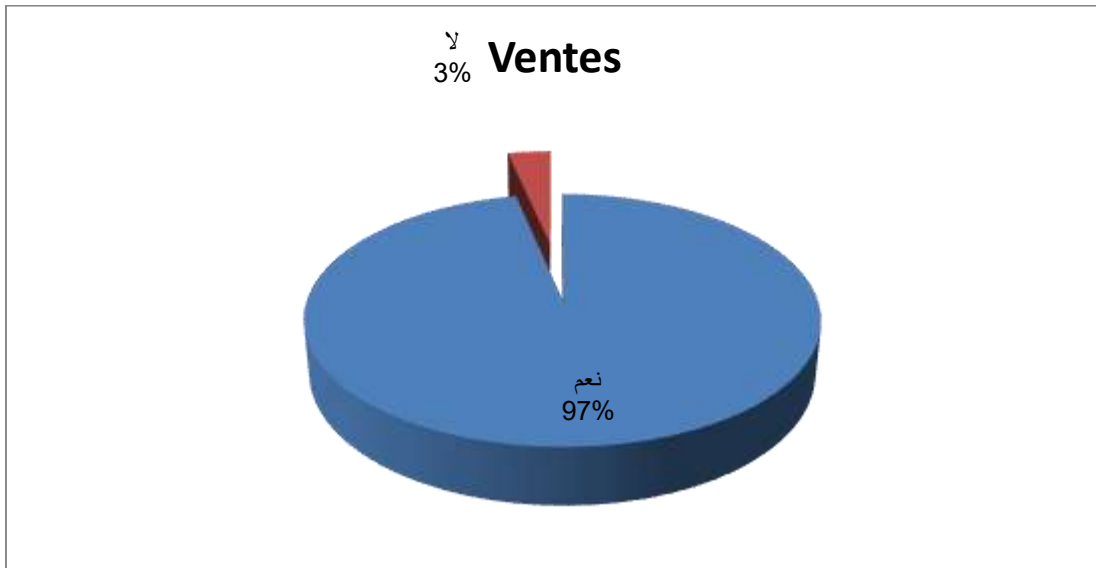
الإستنتاج : نستنتج أن كل اللاعبين أصيبوا بفيروس كورونا .

السؤال السابع : هل اتبعتم البروتوكول الصحي ضد هذه الجائحة ؟

الغرض من السؤال 7 : معرفة ما إذا اتبعت هذه الفرق البروتوكول الصحي .

الجدول رقم 7: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 7.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	29	96.67	28.06	3.84	0.05	1	دالة
لا	1	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 7 : يمثل نسبة اتباع البروتوكول الصحي ضد الجائحة

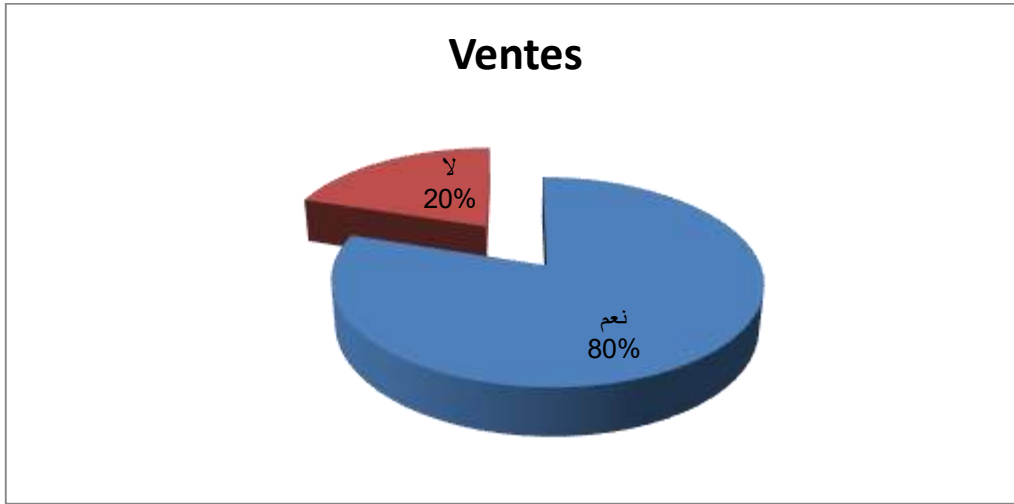
تحليل النتائج: من خلال النتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 7 تبين أن نسبة 96.67 % أجابوا ب"نعم" أي أنهم اتبعوا البروتوكول ضد هذه الجائحة في حين أن 3.33% أجابوا ب"لا". وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 7، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 28.06 وهذا ما يدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج: نستنتج أن غالبية الفرق اتبعوا البروتوكول الصحي ضد هذه الجائحة.

السؤال الثامن : هل أثر الحجر الصحي في نقص التواصل مع الآخرين على مستوى التنسيق بين اعضاء الفريق ؟
الغرض من السؤال رقم 8: معرفة ما إذا أثر الحجر الصحي في نقص التواصل مع الآخرين على مستوى التنسيق بين اعضاء الفريق .

الجدول رقم 8: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 8.

الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك ² المجدولة	ك ² المحسوبة	النسب المئوية	التكرارات	دذا لاقتراحات
دالة	1	0.05	3.84	18.46	80	24	نعم
					20	6	لا
					%100	30	المجموع



الشكل 8 : يمثل نسبة تأثير الحجر الصحي في نقص التواصل مع الآخرين على مستوى التنسيق بين اعضاء الفريق

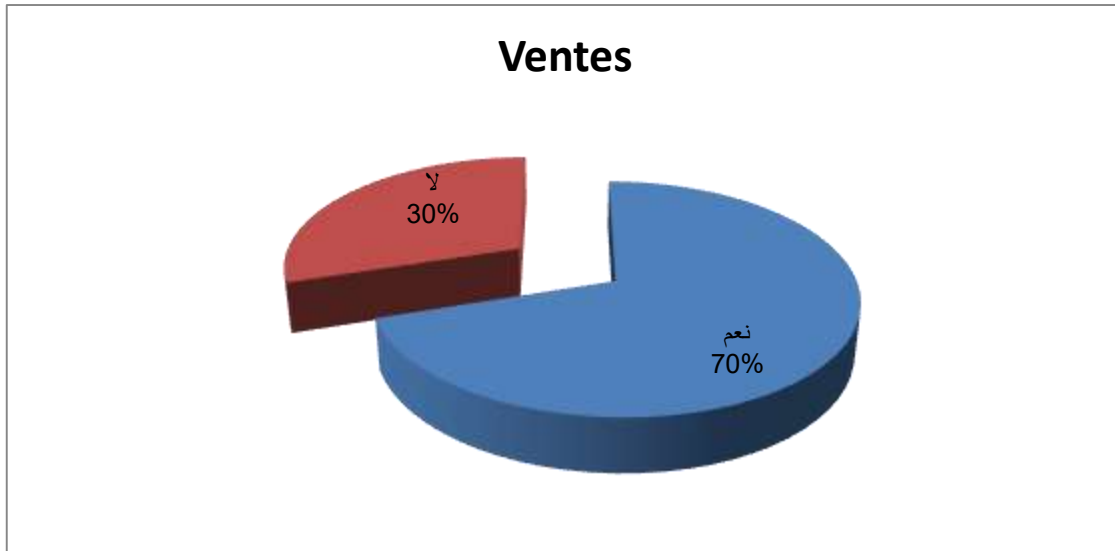
تحليل النتائج: من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 8 تبين أن نسبة 80 % أجابوا بنعم أي أن الحجر الصحي أثر في نقص التواصل مع الآخرين على مستوى التنسيق بين اعضاء الفريق وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 8، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 18.46 وهذا ما يدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج أن أثر الحجر الصحي في نقص التواصل مع الآخرين على مستوى التنسيق بين اعضاء الفريق .

السؤال التاسع : هل أثر إختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات في سير المباريات داخل وخارج الديار؟
الغرض من السؤال رقم 9: معرفة ما إذا أثر إختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات في سير المباريات داخل وخارج الديار؟

الجدول رقم 9: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 9.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	21	70	7.08	3.84	0.05	1	دالة
لا	9	30					
المجموع	30	%100					



الشكل 9 : يمثل نسبة إختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات في سير المباريات داخل وخارج الديار

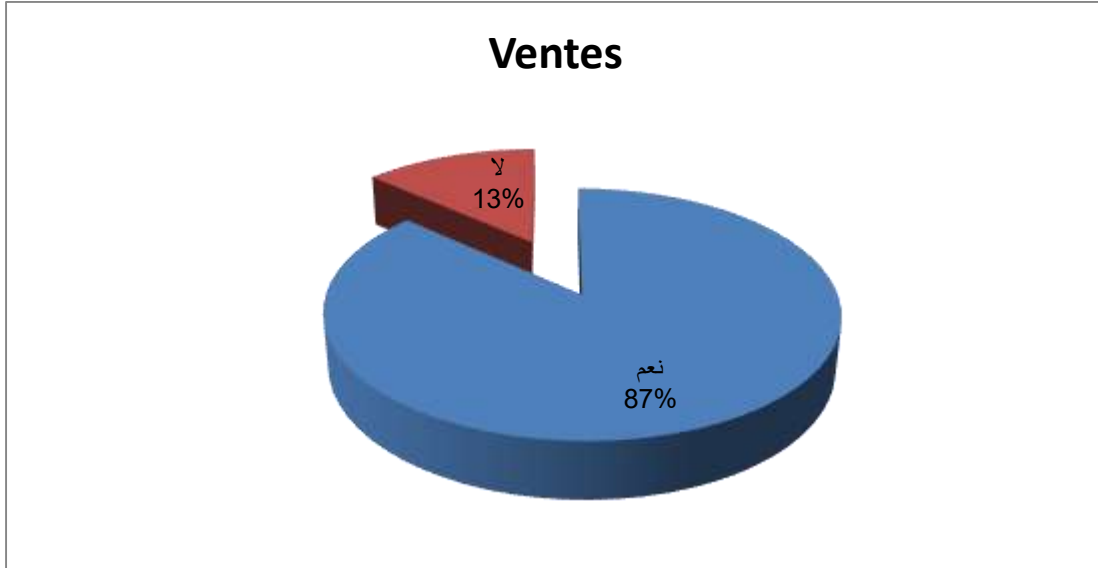
تحليل النتائج: من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 9 تبين أن نسبة 70 % أجابوا بنعم أي أن إختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات أثر في سير المباريات داخل وخارج الديار. وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 9، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 7.08 وهذا ما يدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج: نستنتج أن إختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات أثر في سير المباريات داخل وخارج الديار.

السؤال العاشر : هل أثر غياب الجماهير بسبب جائحة كورونا على دافعية الأداء لدى اللاعبين ؟
الغرض من السؤال رقم 10: معرفة ما إذا غياب الجماهير بسبب جائحة كورونا على دافعية الأداء لدى اللاعبين .

الجدول رقم 10: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 10.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	26	86.67	10.46	3.84	0.05	1	دالة
لا	4	13.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 10 : يمثل نسبة تاثير غياب الجماهير بسبب الجائحة على دافعية الاداء لدى اللاعبين

تحليل النتائج: من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 10 تبين أن نسبة 86.67 % أجابوا بنعم أي أن غياب الجماهير بسبب جائحة كورونا أثر على دافعية الأداء لدى اللاعبين . وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 10 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 10.46 وهذا ما يدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج ان غياب الجماهير بسبب جائحة كورونا اثر على دافعية الاداء لدى اللاعبين .

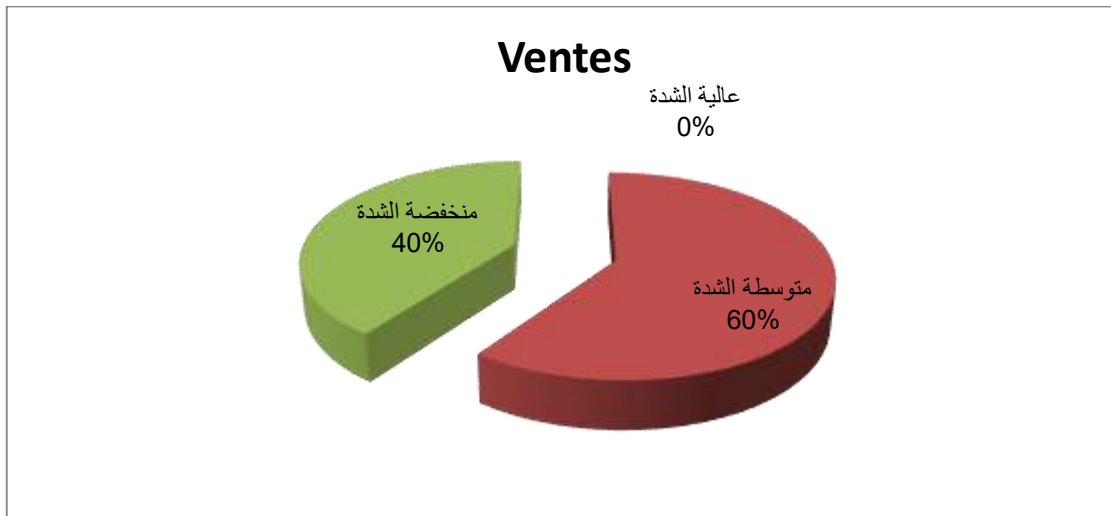
المحور الثاني : توقف البطولة ادى إلى تعثر التدريب

السؤال الأول : كيف كانت طريقة التدريب في الحجر المنزلي ؟

الغرض منه : معرفة كيف كانت طريقة التدريب في الحجر المنزلي .

الجدول رقم 01 : يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 01.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
عالية الشدة	0	0	16.8	5.99	0.05	2	دالة
متوسطة الشدة	18	60					
منخفضة الشدة	12	40					
المجموع	30	%100					



الشكل 1 : يمثل نسبة طريقة التدريب في الحجر المنزلي

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 01 تبين ان نسبة 60% اجابو ان طريقة التدريب كانت متوسطة الشدة في حين ان 40% اجابو ان طريقة التدريب كانت منخفضة الشدة وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 01 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 16.8 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

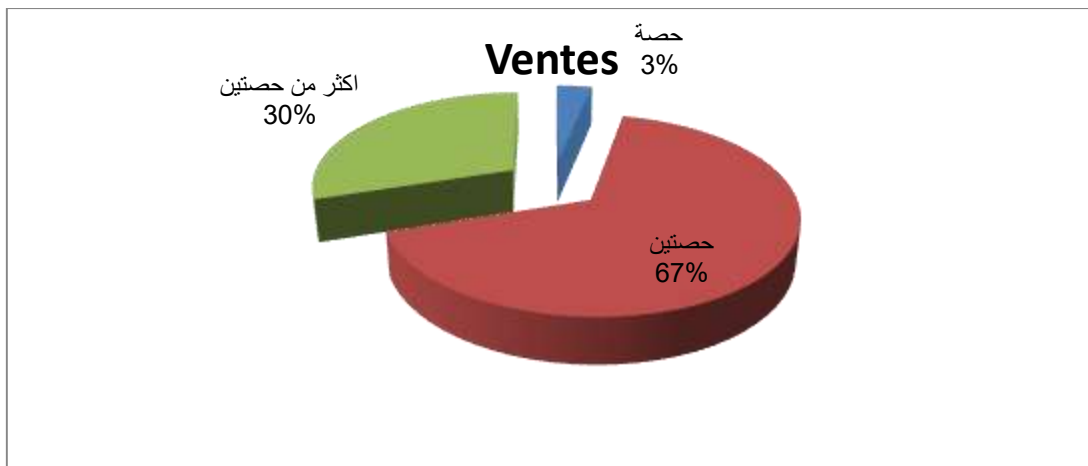
الاستنتاج : نستنتج ان التدريبات في فترة الحجر المنزلي كانت متوسطة الشدة.

السؤال الثاني : كم كان عدد الحصص التدريبية في الاسبوع ؟

الغرض منه : معرفة كم كان عدد الحصص التدريبية في الاسبوع .

الجدول رقم 02 : يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 02.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
حصّة	1	3.33	18.2	5.99	0.05	2	دالة
حصتين	20	66.67					
اكثر من حصتين	9	30					
المجموع	30	%100					



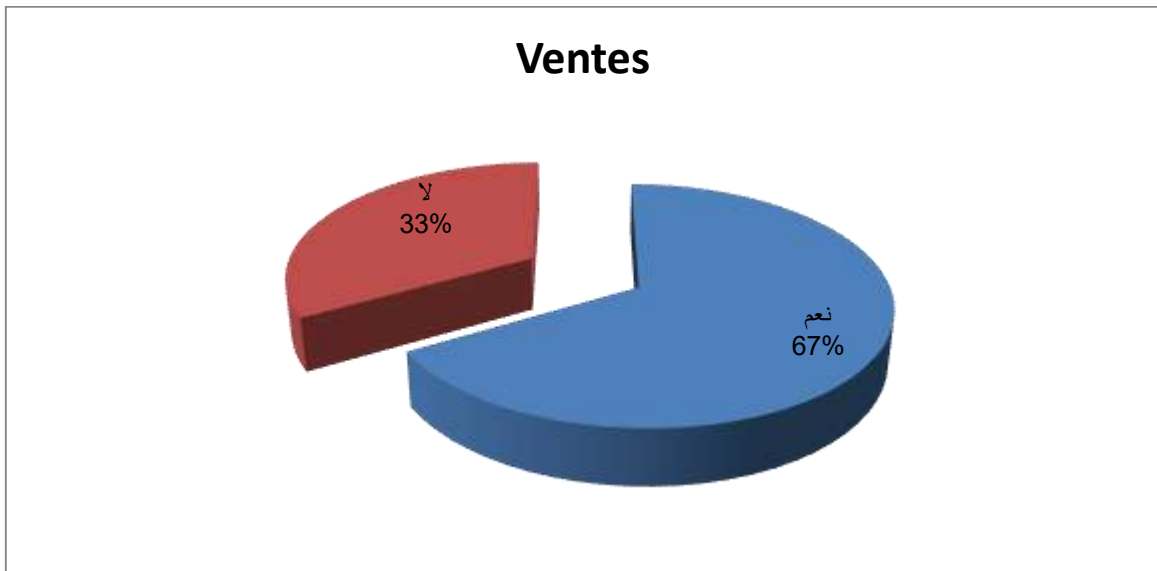
الشكل 2 : يمثل نسبة عدد الحصص التدريبية في الاسبوع

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 02 تبين ان نسبة 66.67% اجابو ان عدد الحصص كان حصتين في الاسبوع في حين 30% اجابو ان عدد الحصص كانم اكثر من حصتين في الاسبوع وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 02 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 18.2 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج ان عدد الحصص كان حصتين في الاسبوع .

السؤال الثالث : هل واصلتم في اجراء الحصص التدريبية اثناء توقف البطولة ؟
 الغرض منه : معرفة اذا واصلتم في اجراء الحصص التدريبية اثناء توقف البطولة .
الجدول رقم 03 : يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 03.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	20	66.67	3.33	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	10	33.33					
المجموع	30	%100					

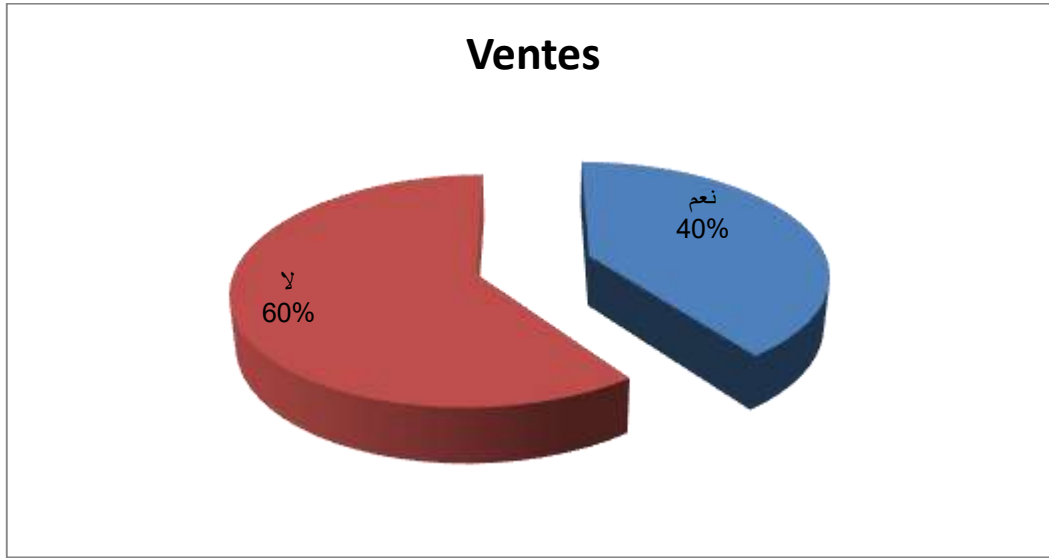


الشكل 3 : يمثل نسبة المواصلة في اجراء الحصص التدريبية في فترة توقف البطولة

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 03 تبين ان نسبة 66.67% اجابو انهم واصلو في اجراء الحصص التدريبية اثناء توقف البطولة في حين 33.33% اجابو انهم لم يواصلو في اجراء الحصص التدريبية وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 03 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اكبر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 3.33 وهذا مايدل ان ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان الفرق واصلت في اجراء الحصص التدريبية.

السؤال الرابع : هل كان يحضر اللاعبين بشكل عادي الى الحصص التدريبية ؟
الغرض منه : معرفة اذا كان يحضر اللاعبين بشكل عادي الى الحصص التدريبية .
الجدول رقم 04 : يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 04.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	12	40	1.2	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	18	60					
المجموع	30	100%					



الشكل 4 : يمثل نسبة حضور اللاعبين الى الحصص التدريبية

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 04 تبين ان نسبة 60% اجابو انه لم يكن يحضر اللاعبين بصفة عادية الى التدريب في حين 40% اجابو انه كان يحضر اللاعبين بصفة عادية الى التدريبات وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 04 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اكبر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 1.2 وهذا مايدل ان ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية

الاستنتاج : نستنتج ان اللاعبين لم يحضرو الى الحصص التدريبية بشكل عادي .

السؤال الخامس : هل ترى ان التدريبات المقدمة من طرفك كانت ؟
الغرض منه : معرفة كيف كانت التدريبات المقدمة من طرف المدرب .
الجدول رقم 05 : يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 05.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
عالية الشدة	1	3.33	38.6	5.99	0.05	2	دالة
متوسطة الشدة	26	86.67					
منخفضة الشدة	3	10					
المجموع	30	%100					



الشكل 5 : يمثل نسبة كيف كانت التدريبات المقدمة من طرف المدرب

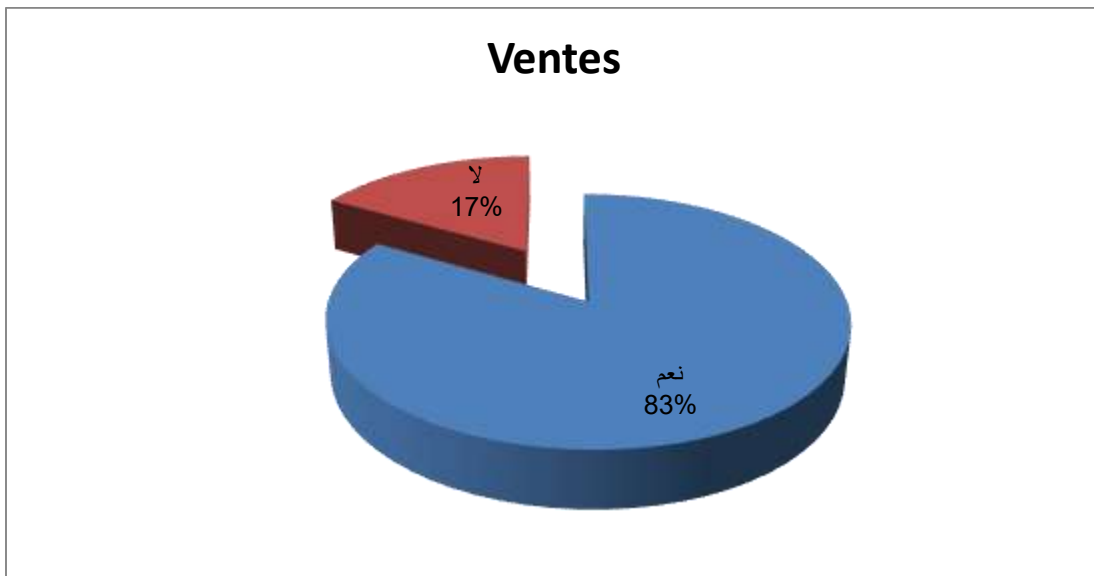
تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 05 تبين ان نسبة 86.67% اجابوا انه التدريبات المقدمة كانت متوسطة الشدة وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 05 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99.وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 38.6 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان التدريبات المقدمة من طرف المدرب كانت متوسطة الشدة .

السؤال السادس : هل تراجع اللياقة البدنية للاعبين ؟

الغرض منه : معرفة ما إذا تراجع اللياقة البدنية للاعبين .

الجدول رقم 6: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 06 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	25	83.33	13.33	3.84	0.05	1	دالة
لا	5	16.67					
المجموع	30	%100					



الشكل 6 : يمثل نسبة تراجع اللياقة البدنية للاعبين

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 06 تبين ان نسبة 83.33% اجابو ان اللياقة البدنية للاعبين تراجعت . وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 06 ، وهو ما يؤكد مقدار ك²

المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 13.33 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج ان اللياقة البدنية للاعبين تراجعت .

السؤال السابع : هل تعثر التدريب انعكس على مستوى الاداء لدى اللاعبين ؟
الغرض منه : معرفة ما إذا تعثر التدريب انعكس على مستوى الاداء لدى اللاعبين.
الجدول رقم 7: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 07 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	30	100	30	3.84	0.05	1	دالة
لا	0	00					
المجموع	30	%100					

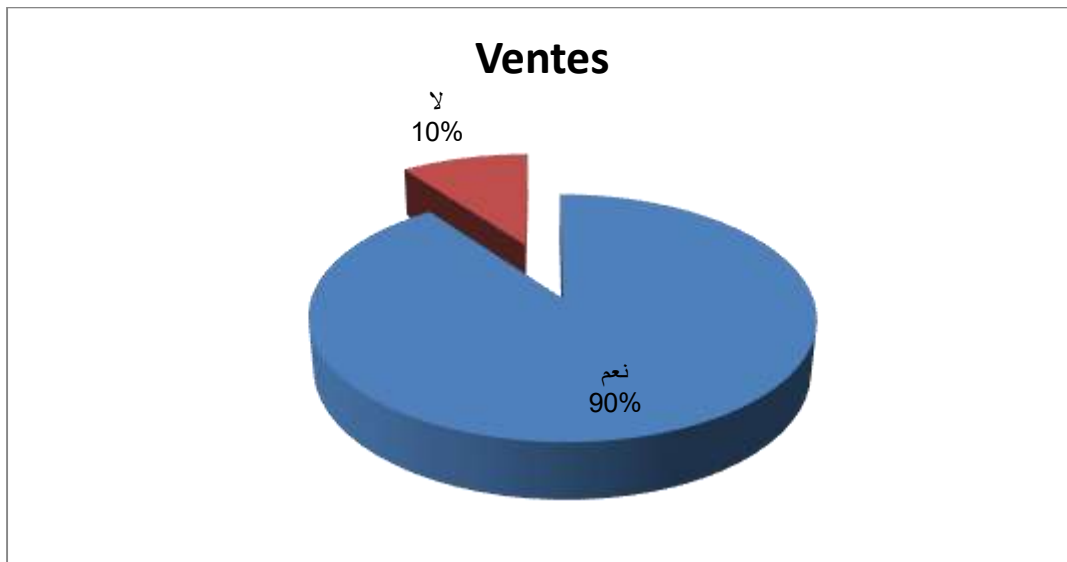


الشكل 7 : يمثل نسبة تعثر التدريب على انعكاس مستوى الاداء لدى اللاعبين

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 07 تبين ان نسبة 100% اجابوا ان تعثر التدريب انعكس على مستوى الاداء لدى اللاعبين. وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 07 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 30 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان تعثر التدريب انعكس على مستوى الاداء لدى اللاعبين.

السؤال الثامن : هل توقف البطولة ادى الى احباط معنويات اللاعبين اثناء التدريب ؟
الغرض منه : معرفة ما إذا توقف البطولة ادى الى احباط معنويات اللاعبين اثناء التدريب.
الجدول رقم 8: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 08 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	27	90	19.2	3.84	0.05	1	دالة
لا	3	10					
المجموع	30	%100					



الشكل 8 : يمثل نسبة توقف البطولة وانعكاسه على احباط المعنويات اثناء التدريب

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 08 تبين ان نسبة 90% اجابوا ان توقف البطولة ادى الى احباط معنويات اللاعبين اثناء التدريب. وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 08 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 19.2 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان توقف البطولة ادى الى احباط معنويات اللاعبين اثناء التدريب.

السؤال التاسع : هل اثر الحجر المنزلي على مستوى الاداء الرياضي للاعبين ؟
الغرض منه : معرفة ما إذا اثر الحجر المنزلي على مستوى الاداء الرياضي للاعبين.
الجدول رقم 9: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 09 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	30	100	30	3.84	0.05	1	دالة
لا	00	00					
المجموع	30	%100					



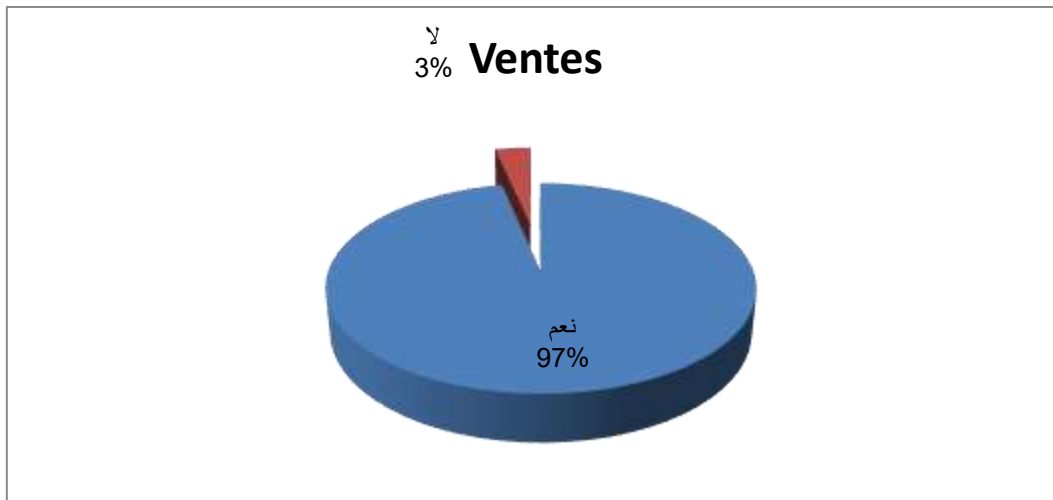
الشكل 9 : يمثل نسبة تاثير الحجر المنزلي على الاداء الرياضي للاعبين

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 09 تبين ان نسبة 100% اجابوا ان الحجر المنزلي اثر على مستوى الاداء الرياضي للاعبين. وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 09 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 30 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان الحجر المنزلي اثر على مستوى الاداء الرياضي للاعبين.

السؤال العاشر : هل تعرض لاعبوكم الى انخفاض في مستوى الاداء البدني والفني في فترة الحجر المنزلي ؟
الغرض منه : معرفة ما إذا تعرض اللاعبون الى انخفاض في مستوى الاداء البدني والفني في فترة الحجر المنزلي .

الجدول رقم 10: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 10 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	29	96.67	26.13	3.84	0.05	1	دالة
لا	1	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 10 : يمثل نسبة تعرض اللاعبين الى انخفاض في مستوى الاداء الفني والبدني في فترة الحجر المنزلي

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 09 تبين ان نسبة 96.67%

اجابوا انه تعرض اللاعبون الى انخفاض في مستوى الاداء البدني والفني في فترة الحجر المنزلي .

. وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 10 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة

الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 و هي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 26.13 وهذا

مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

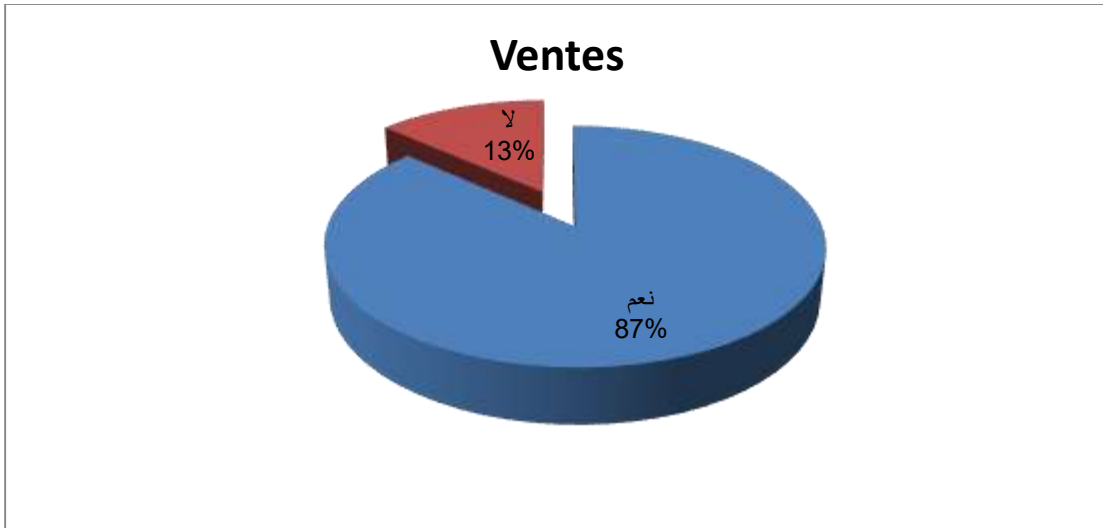
الاستنتاج : نستنتج انه تعرض اللاعبون الى انخفاض في مستوى الاداء البدني والفني في فترة الحجر المنزلي .

المحور الثالث : استعمال المدربين برامج احتياطية للحفاظ على مستوى اللاعبين

السؤال الأول : هل استعملتم برامج التدريب احتياطية ملائمة للحالة البدنية والنفسية خلال الحجر الصحي ؟
الغرض منه : معرفة ما إذا استعمل المدربون برامج التدريب احتياطية ملائمة للحالة البدنية والنفسية خلال الحجر الصحي.

الجدول رقم 01: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 01 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	26	86.67	16.13	3.84	0.05	1	دالة
لا	4	13.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 1 : يمثل نسبة استعمال البرامج التدريبية الاحتياطية ملائمة للحالة البدنية والنفسية في فترة الحجر

المنزلي

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 01 تبين ان نسبة 86.67% اجابوا انه استعمل المدربون برامج التدريب احتياطية ملائمة للحالة البدنية والنفسية خلال الحجر الصحي. وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 01 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 و هي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 16.13 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

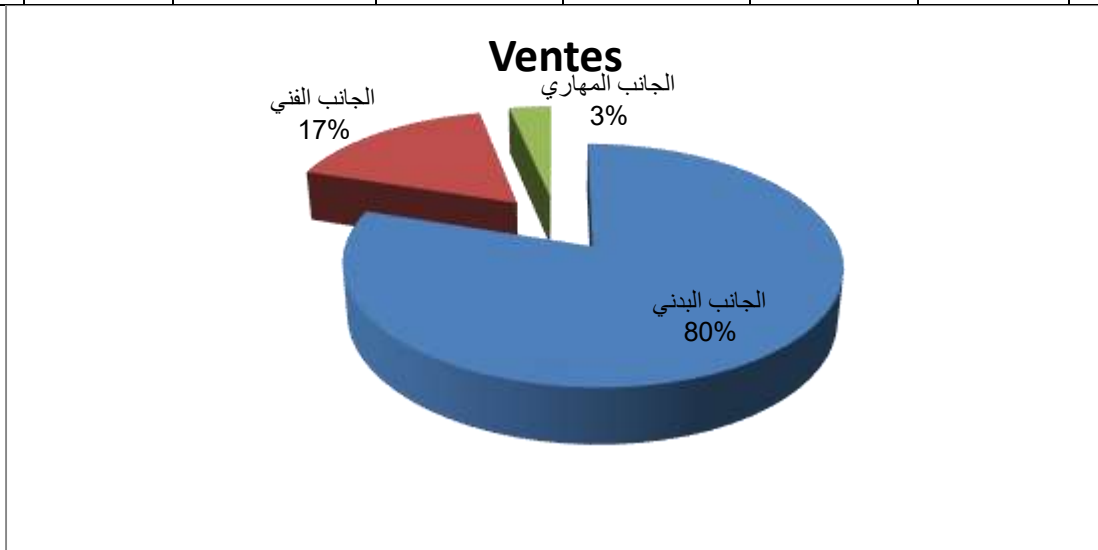
الاستنتاج : نستنتج انه استعمل المدربون برامج التدريب احتياطية ملائمة للحالة البدنية والنفسية خلال الحجر الصحي.

السؤال الثاني : على ماذا إعتمدت هذه البرامج التدريبية ؟

الغرض منه : معرفة على ماذا اعتمدت هاته البرامج التدريبية .

الجدول رقم 02: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 02 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
الجانب البدني	24	80	30.2	5.99	0.05	2	دالة
الجانب الفني	05	16.67					
الجانب المهاري	01	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 2 : يمثل نسبة على ماذا اعتمدت هذه البرامج

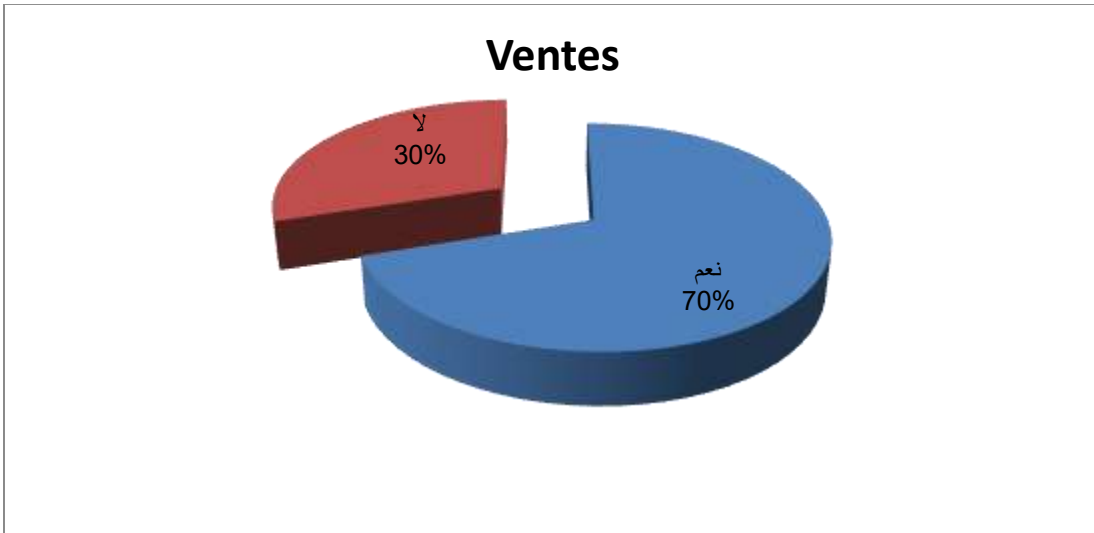
تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 02 تبين ان نسبة 80% اجابوا انه اعتمد المدربون على الجانب البدني في هاته البرامج التدريبية . في حين أن نسبة 16.67 % اعتمدوا على الجانب الفني .

وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 02 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 و هي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 30.2 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج أن المدربين اعتمدوا على الجانب البدني في استعمال البرامج التدريبية ومنهم من اعتمد على الجانب الفني.

السؤال الثالث : هل أثرت نقص مباريات ودية على إتمام هذه البرامج ؟
الغرض منه : معرفة هل اثرت نقص المباريات الودية على اتمام هذه البرامج .
الجدول رقم 03: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 03 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	21	70	4.8	3.84	0.05	1	دالة
لا	09	30					
المجموع	30	%100					

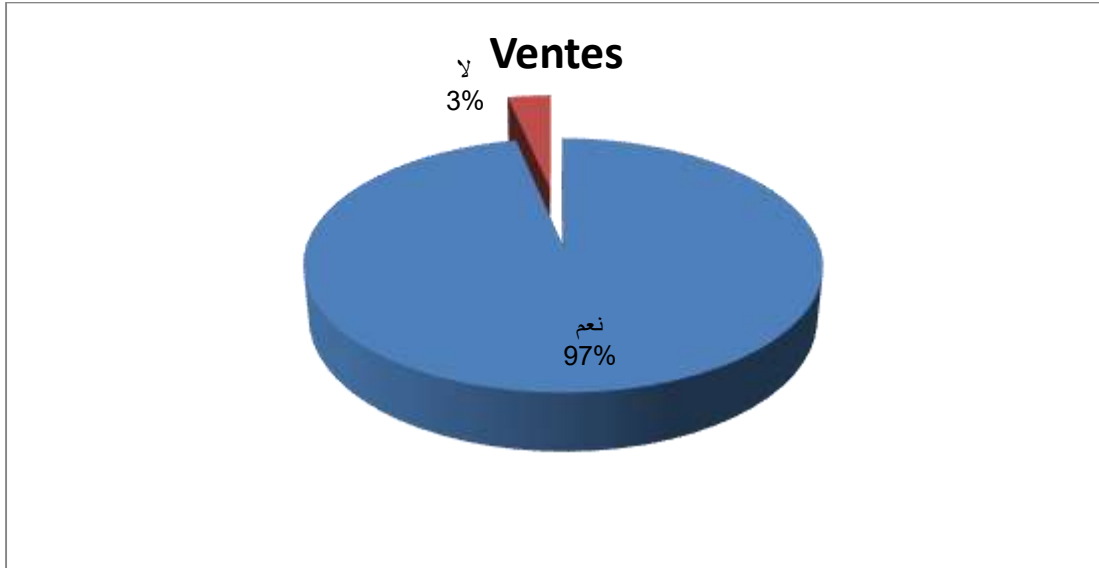


الشكل 3 : يمثل نسبة تاثير نقص المباريات الودية على اتمام البرامج التدريبية

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 03 تبين ان نسبة 70% اجابوا ان نقص المباريات الودية اثر على اتمام البرامج . في حين أن نسبة 30% اجابوا ان نقص المباريات لم يؤثر على اتمام البرامج .
 وهذا ما تمثله في الجدول رقم 03 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 4.8 وهذا ما يدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان نقص المباريات الودية اثر على اتمام البرامج التدريبية .

السؤال الرابع : هل كانت البرامج التدريبية المقدمة من طرفك تتوافق مع الإمكانيات البدنية والمهارية للاعبين ؟
الغرض منه : معرفة اذا كانت هذه البرامج تتوافق مع الامكانيات البدنية والمهارية للاعبين .
الجدول رقم 04: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 04 .

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	29	96.67	26.13	3.84	0.05	1	دالة
لا	1	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 4 : يمثل نسبة توافق البرامج التدريبية مع القدرات البدنية والمهارية للاعبين

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 04 تبين ان نسبة 96.67% اجابوا ان البرامج المقدمة كانت تتوافق مع الامكانيات البدنية والمهارية للاعبين . وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 04 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 و هي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 26.13 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

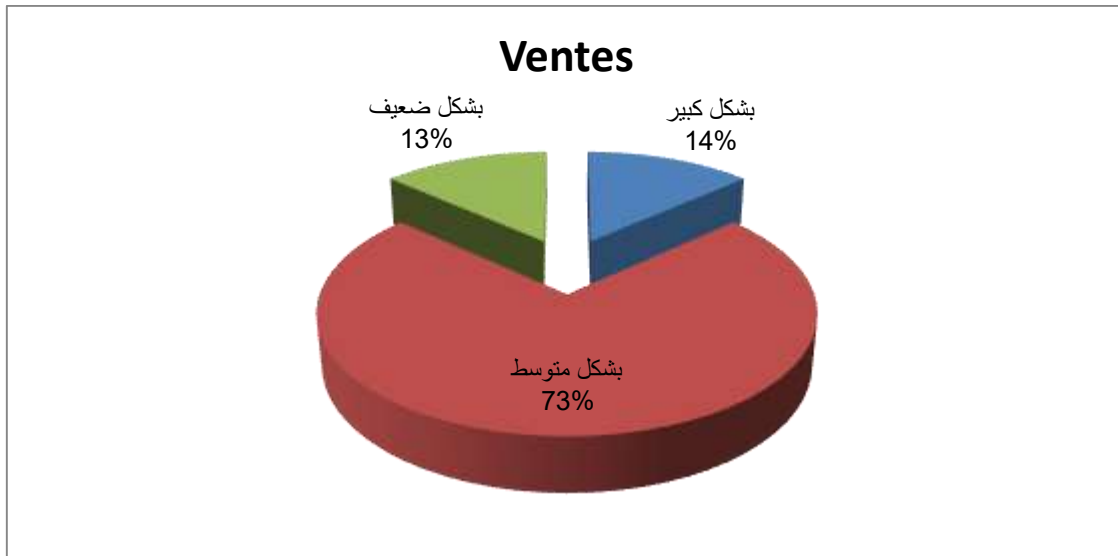
الاستنتاج : نستنتج ان البرامج المقدمة كانت تتوافق مع الامكانيات البدنية والمهارية للاعبين .

السؤال الخامس : كيف كان تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في فترة الحجر المنزلي ؟

الغرض منه : معرفة كيف كان تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في فترة الحجر المنزلي .

الجدول رقم 05: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 05

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
بشكل كبير	4	13.33	21.6	5.99	0.05	2	دالة
بشكل متوسط	22	73.33					
بشكل ضعيف	4	13.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 5: يمثل نسبة تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في فترة الحجر المنزلي

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 05 تبين ان نسبة 73.33%

اجابوا ان تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في الحجر المنزلي كان بشكل متوسط .

وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 05 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية

2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 21.6 وهذا مايدل ان هناك

فروق ذات دلالة إحصائية .

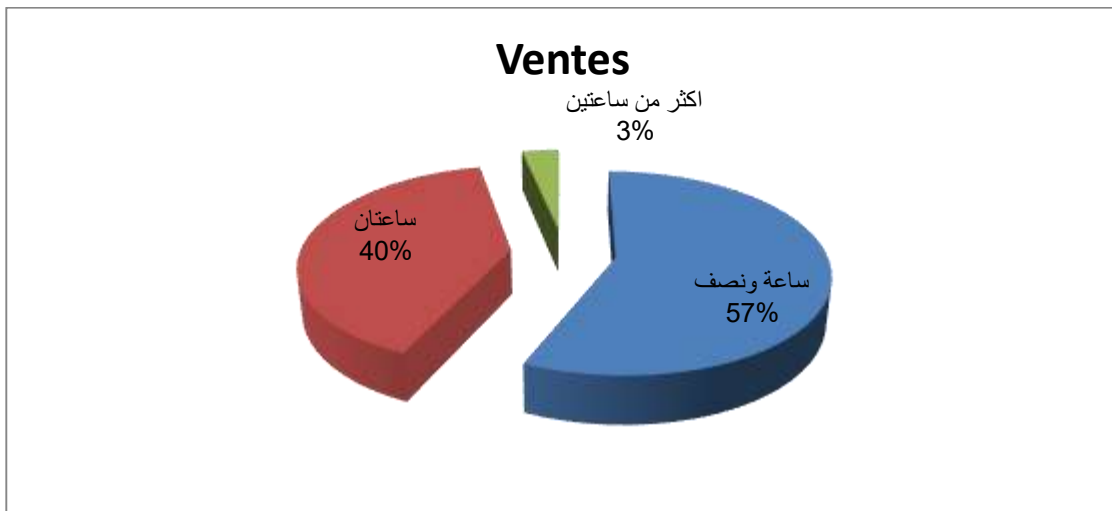
الاستنتاج : نستنتج ان تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في فترة الحجر المنزلي كانت بشكل متوسط

السؤال السادس : كم كانت مدة الحصة التدريبية ؟

الغرض منه : معرفة كم كانت مدة الحصة التدريبية .

الجدول رقم 06: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 06.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
ساعة و نصف	17	56.67	13.4	5.99	0.05	2	دالة
ساعتان	12	40					
أكثر من ساعتين	1	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 6 : يمثل نسبة مدة الحصة التدريبية

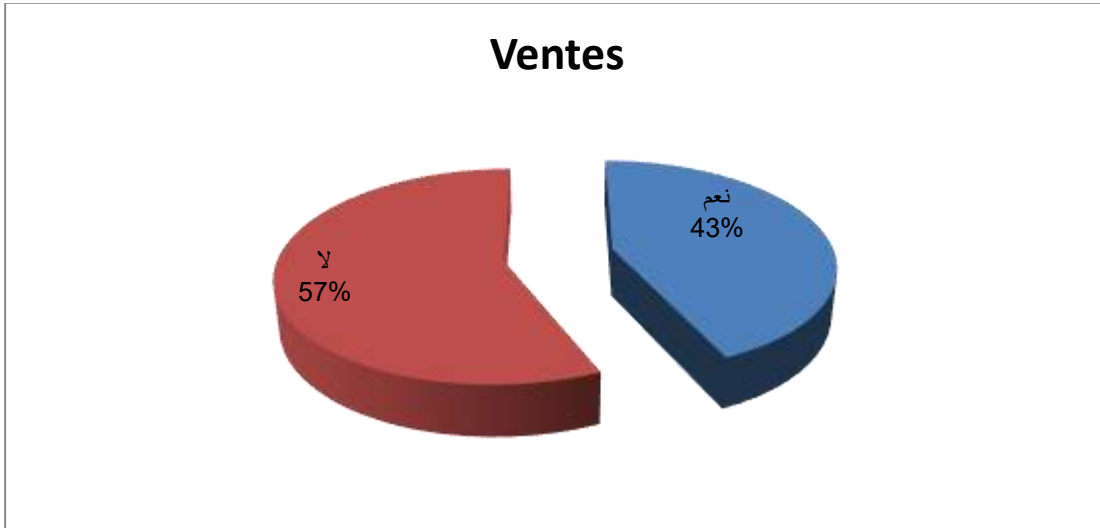
تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 6 تبين ان نسبة 56.67% اجابوا ان مدة الحصة كانت ساعة ونصف في الحجر المنزلي في حين 40% اجابوا ان مدة الحصة كانت ساعتان.

وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 06 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 13.4 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج ان مدة الحصة التدريبية كانت ساعة ونصف وبدرجة اقل ساعتان.

السؤال السابع : هل ترى بأن مدة الحصص التدريبية كانت كافية لتدارك أخطاءهم ؟
الغرض منه : معرفة اذا كانت مدة الحصص التدريبية كافية لتدارك اخطائهم .
الجدول رقم 07: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 07.

الافتراضات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	13	43.33	0.53	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	17	56.67					
المجموع	30	%100					

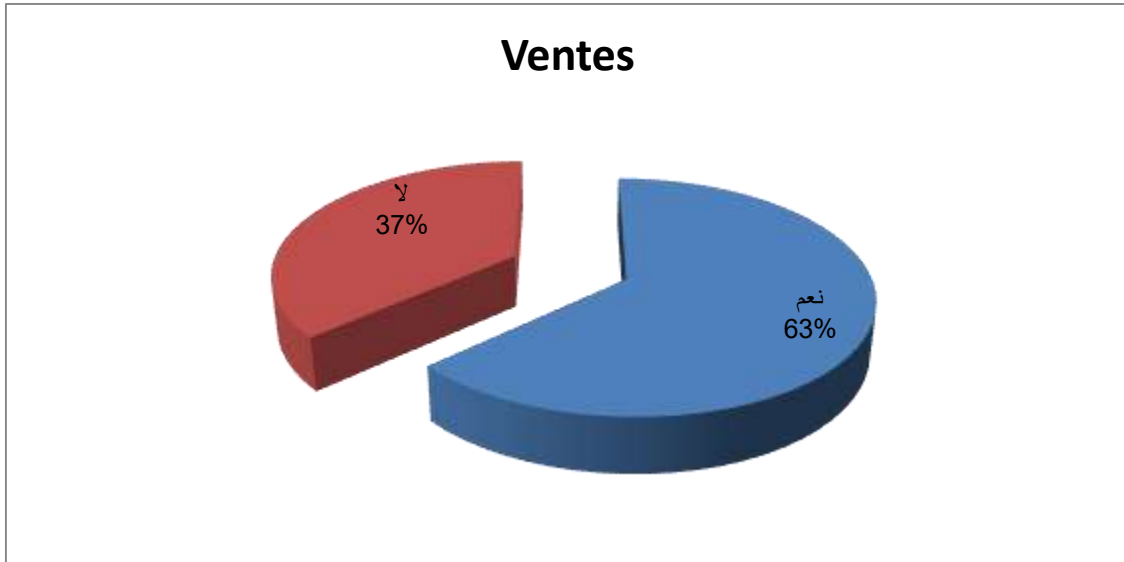


الشكل 7 : يمثل نسبة مدة الحصص التدريبية لتدارك الخطاء

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 7 تبين ان نسبة 56.67% اجابوا بلا اي ان مدة الحصص كانت غير كافية لتدارك اخطائهم في حين 43.33% اجابوا ان مدة الحصص كانت كافية لتدارك اخطائهم .
وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 07 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اكبر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 0.53 وهذا مايدل ان ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان مدة الحصص لم تكن كافية لتدارك الاخطاء .

السؤال الثامن : هل انعكست هاته البرامج بشكل إيجابي على اللاعبين ؟
الغرض منه : معرفة اذا انعكست هذه البرامج بشكل ايجابي على اللاعبين .
الجدول رقم 08: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 08

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	19	63.33	2.13	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	11	36.67					
المجموع	30	%100					

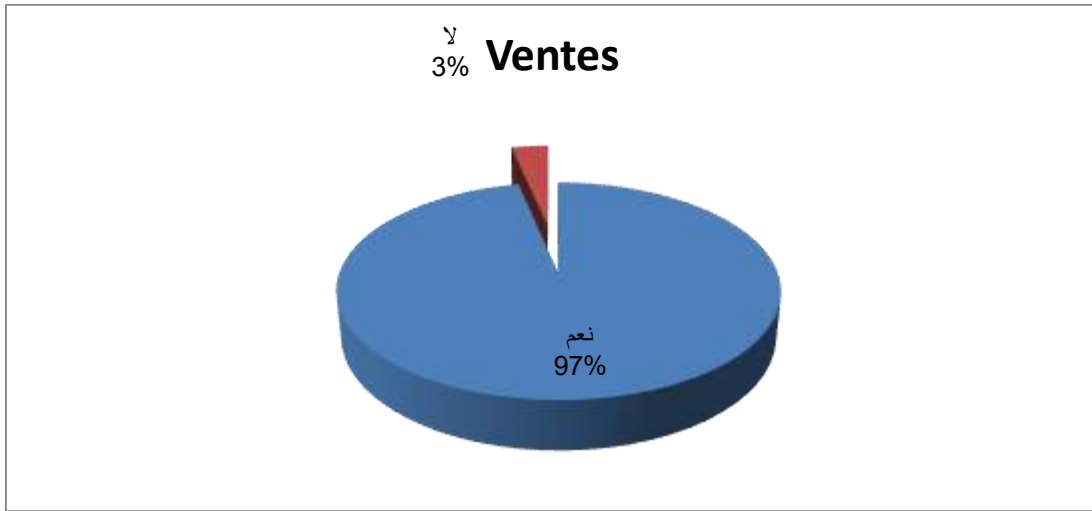


الشكل 8 : يمثل نسبة انعكاس البرامج بشكل ايجابي على اللاعبين.

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 8 تبين ان نسبة 63.33% اجابوا ان هذه البرامج انعكست بشكل ايجابي على اللاعبين في حين ان 36.67% اجابوا ان هذه البرامج لم تنعكس بشكل ايجابي على اللاعبين .
وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 08 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اكبر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 2.13 وهذا مايدل ان ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان هذه البرامج انعكست بشكل ايجابي على اللاعبين .

السؤال التاسع : هل راعيتم في برامجكم الجانب النفسي للاعبين ؟
الغرض منه : معرفة اذا رعى المدربون في برامجهم الجانب النفسي للاعبين .
الجدول رقم 09: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 09

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
نعم	29	96.67	26.13	3.84	0.05	1	دالة
لا	1	3.33					
المجموع	30	%100					



الشكل 9 : يمثل نسبة مراعاة في البرامج الجانب النفسي للاعبين

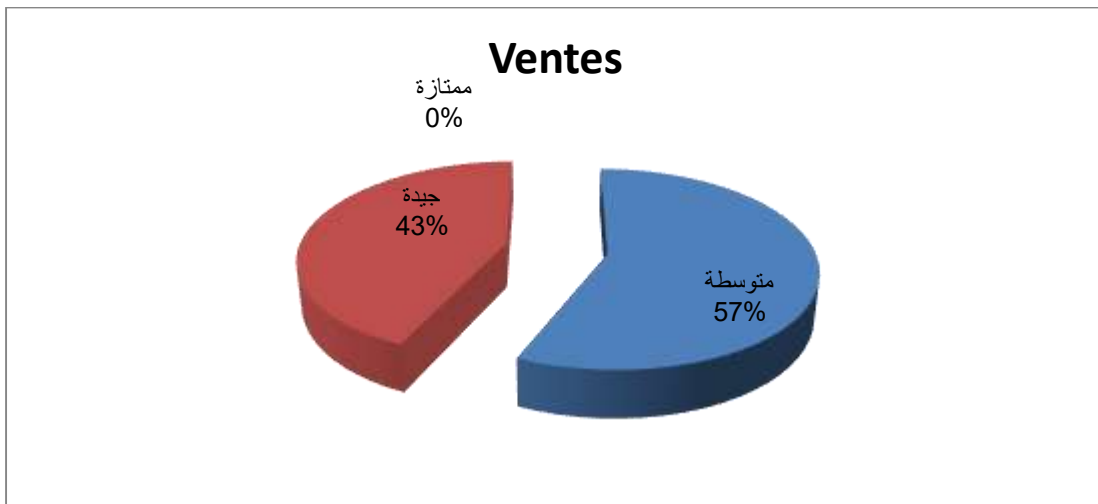
تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 9 تبين ان نسبة 96.67% اجابوا انهم راعوا في برامجهم الجانب النفسي للاعبين وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 09 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 حين كانت قيمتها تساوي 3.84 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 26.13 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .
الاستنتاج : نستنتج ان المدربون راعوا في برامجهم الجانب النفسي للاعبين .

السؤال العاشر : ماهو تقييمكم للبرامج الإحتياطية المقدمة؟

الغرض منه : معرفة ماهو تقييمهم للبرامج الاحتياطية المقدمة .

الجدول رقم 10: يمثل التكرارات و النسب المئوية وقيم ك² للسؤال رقم 10.

الاقتراحات	التكرارات	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
متوسطة	17	56.67	15.8	5.99	0.05	2	دالة
جيدة	13	43.33					
ممتازة	00	00					
المجموع	30	%100					



الشكل 10 : يمثل نسبة تقييم البرامج الاحتياطية المقدمة

تحليل النتائج : من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الاجابات حول السؤال رقم 10 تبين ان نسبة 56.67% اجابوا ان للبرامج الاحتياطية المقدمة كانت متوسطة في حين ان 43.33 % تقييمهم كان جيدة. وهذا ماتم تمثيله في الجدول رقم 10 ، وهو ما يؤكد مقدار ك² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حين كانت قيمتها تساوي 5.99 وهي اصغر من قيمة ك² المحسوبة والتي تقدر ب 15.8 وهذا مايدل ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج ان تقييم البرامج المقدمة كانت متوسطة .

4-2-1 مناقشة نتائج الفرضية الاولى :

تتعلق هذه الفرضية في محورها الاول في الاستبيان على اعتقاد مفاده ان لتداعيات جائحة كورونا تاثير على سير البطولة الوطنية لكرة القدم بحيث ان معظم الفرق قامت بخفض رواتب اللاعبين نتيجة لتوقف البطولة اثر انتشار جائحة كورونا كما هو موضح في الجدول رقم 1 كذلك انتشار الفيروس اثر على اجراء المباريات كما هو موضح في الجدول رقم 4 ومن جهة اخرى نقشي فيروس كورونا ادى بالرابطة الى ايقاف البطولة الوطنية وذلك لتفادي انتشار الوباء كما هو موضح في الجدول رقم 5 ، مما سبق ومن تحليل النتائج المتحصل عليها نستطيع تبني صحة الفرض الذي ينص على تاثير تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية لكرة القدم .

4-2-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تقر هذه الفرضية في محورها الثاني من الاستبيان ان توقف البطولة الوطنية لكرة القدم ادى الى تعثر التدريب حيث ان طريقة التدريب في الحجر المنزلي كانت متوسطة الى منخفضة الشدة وهذا ما يوضحه الجدول رقم 1 كما كان عدد الحصص في الاسبوع حصتين وهذا بسبب الحجر المنزلي وهذا ما يوضحه الجدول رقم 2 ، كما ان اللاعبين لم يحضرو بشكل عادي الى التدريب وهذا ما يوضحه الجدول رقم 4 ، ومما لاشك فيه ان اللياقة البدنية للاعبين تراجعت وهذا ما يوضحه الجدول رقم 6 ، كذلك تعثر التدريب ادى الى تراجع مستوى الاداء لدى اللاعبين كما هو موضح في الجدول رقم 7 و 9 ، مما سبق ومن خلال تحليل النتائج المتحصل عليها نستطيع تبني صحة الفرض الذي ينص على ان توقف البطولة ادى الى تعثر التدريب .

4-2-3 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

تتعلق هذه الفرضية الجزئية في محورها الثالث في الاستبيان مفاده ان للحفاظ على مستوى اللاعبين استعمل المدربون برامج تدريب احتياطية حيث ان تقريبا جل المدربون استعملو برامج تدريب احتياطية ملائمة للحلة البدنية والنفسية للاعبين وهذا استنادا على نتائج الجدول رقم 1 و 2 و 4 ، كذلك نقص المباريات الودية اثر على اتمام هذه البرامج كما هو موضح في الجدول رقم 3 ، كما اثر الحجر المنزلي على تجاوب اللاعبين مع هذه البرامج والذي كان بشكل متوسط كما هو موضح في الجدول رقم 5 ، ورغم الحجر المنزلي اثرت هذه البرامج بشكل ايجابي على اللاعبين كما هو موضح في الجدول رقم 8 ، مما سبق ومن خلال تحليل النتائج المتحصل عليها نستطيع تبني صحة الفرض الذي ينص على استعمال المدربون برامج احتياطية للحفاظ على مستوى الاداء للاعبين .

4-2-4 مناقشة نتائج الفرضية العامة :

تتعلق الفرضية العامة على اعتقاد مفاده ان لتداعيات جائحة كورونا تاثير على مستوى الاداء الرياضي للاعبين ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الاستبيان ككل (المحاور 3) اثبتت ان لتداعيات جائحة كورونا تاثير مباشر على تعثر التدريب وتوقف البطولة مما ادى الى تراجع مستوى الاداء لدى اللاعبين ماتطلب من المدربين اقتراح برامج تدريبية احتياطية اثناء فترة الحجر الصحي لتدارك انخفاض مستوى الاداء الرياضي للاعبين وهذا ما نصت عليه الفرضيات الجزئية والفرضية العامة، ومما سبق ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستطيع تبني صحة الفرضية العامة .

الاستنتاج

العام

الاستنتاج العام :

إن الهدف الرئيسي من كل جهد فكري أو علمي أو بحث علمي أكاديمي هو الحصول على بعض الاستنتاجات و التوصيات و الاقتراحات التي يمكن أن تعود بالفائدة على الباحثين الآخرين، حيث يمكن اعتبارها كمرجع أو بداية لدراساتهم و اثرء بحوثهم بمعلومات والاستفادة منها ولو بقدر قليل .ومن خلال ما تناولناه في الجزء التطبيقي من طرح أسئلة الاستبيان وكذا عرض و تحليل النتائج توصلنا الى النتائج التالية :

- المحور الأول : أثرت تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة.
- المحور الثاني : توقف البطولة أدى إلى تعثر التدريب.
- المحور الثالث : للحفاظ على مستوى اللاعبين إستعمل المدربون برامج تدريبية إحتياطية .

وانطلاقاً من استنتاجات المحاور الثلاث استخلصنا من خلال هذا البحث النتائج التالية:

- أثرت جائحة كورونا سلباً على الجانب البدني للاعبي كرة القدم.
 - للاعداد البدني و الفني دور هام في رفع المردود الذي يقدمه اللاعب.
 - أثرت جائحة كورونا في زيادة القلق عند رياضيي كرة القدم.
 - للمدرب دور كبير في استعمال برامج تدريبية ملائمة للحفاظ على مستوى الاداء الرياضي للاعبين .
- ومن خلال النتائج التي توصلنا إليها في الاستبيانات الخاصة بالمدرسين والتي أثبتت صحة الفرضيات الجزئية ، نستنتج بأن لجائحة كورونا كوفيد 19 تأثيرات على مستوى الاداء الرياضي للاعبي كرة القدم .و منه تحقق الفرضية العامة لدراستنا .ومن جهة أخرى نتمنى أن يتم أخذ هذه الدراسة والدراسات السابقة بعين الاعتبار للاستفادة من كشف الايجابيات والسلبيات.

خاتمة

خاتمة :

لقد توصلنا من خلال بحثنا هذا ان لتداعيات جائحة كورونا إنعكاس كبير على سير البطولة الوطنية لكرة القدم و مستوى أداء اللاعبين حيث أن إنتشار هذا الفيروس أصاب عدد كبير من الأشخاص من كافة الأعمار مما توجب على السلطات فرض حجر منزلي على المستوى الوطني مما أدى الى توقف البطولة و تعثر التدريب مما تطلب من المدربين اقتراح برامج تدريبية احتياطية و ذلك بمراعاة الجوانب البدنية و النفسية للاعبين للمحافظة على مستوى الأداء ، و من خلال دراستنا توصلنا الى معرفة التأثير السلبي للجائحة و الحجر الصحي الاجباري على كل من الدافعية ، الخوف من العدوى ، القلق والانفعالات و تأثير مختلف وسائل التواصل الاجتماعي في رفع حالة الترقب و التوتر لدى الرياضي ، و عليه نقترح مستقبلا أن تكون دراسات وبحوث تشمل هذه الدراسة والدراسات السابقة وتزيد عليها في التطرق إلى كل الجوانب الخفية والغير مدروسة سابقا لتكون دراسة نموذجية حول هذا الموضوع، وهذا من أجل العمل على الاهتمام بالجانب التنظيمي و الرفع من مستوى الرياضة في بلدنا بصفة عامة، وكرة القدم بصفة خاصة.

اقتراحات وفروض

مستقبلية

➤ اقتراحات وفروض مستقبلية:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة ومحصورة في إمكانياتنا المتوفرة ، ورغم ذلك أردنا أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال بتوسع وتعمق أكثر، خصوصا أن موضوع الدراسة حديث ويفتقر إلى الدراسات السابقة خاصة باللغة العربية . و من خلال النتائج نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من يهمله الأمر ، سواء كان المدربين أو مسؤولين ، والتي نأمل أن تسهل عليهم عملهم وتجنبهم العديد من المشاكل .ونستطيع أن نتقدم بالاقتراحات التالية:

- ضرورة استعمال برامج تدريبية للحفاظ على مستوى الاداء الرياضي للاعبين.

- ضرورة مراعاة المدربين للجانب النفسي للاعبين.

- ضرورة اجراء مباريات ودية للحفاظ على مستوى الاداء الرياضي للاعبين خاصة في ظل جائحة كورونا كوفيد

. 19

- ضرورة اجراء حصص تدريبية كافية قبل اجراء المباريات.

- الحرص على تطبيق البروتوكول الصحي داخل الفرق والأندية.

- اقامة دورات تكوينية وتحسيسية للمدربين واللاعبين حول تأثيرات جائحة كورونا كوفيد 19 على الجانب البدني للرياضي.

- ضرورة حضور اللاعبين بشكل عادي الى الحصص التدريبية لضمان نجاح البرامج التدريبية المقترحة .

-وضع أخصائي نفسي في الفريق .

- يتوجب على المدربين تنسيق العمل بين كل الجوانب والتكامل بينها لأن الجوانب البدنية والتقنية غير كافية لتحضير اللاعبين ، ولابد من ادراج الاعداد النفسي في البرامج التدريبية نضراً لدوره وأهميته.

-على المدرب أن يبادر لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجه لاعبيه .

المراجع

المراجع

1. كريم مأمون المجلد صحة و تغذية العدد 418 سنة 2019 ص 3.
2. بلقاسم تلي ، مزهود لوصيف ، الجابري عيساني . دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية ، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، دالي ابراهيم ، مذكرة ليسانس جوان 1997
3. بلقاسم تلي ، مزهود لوصيف ، الجابري عيساني . دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية ، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، دالي ابراهيم ، مذكرة ليسانس جوان 1997 ص 46-47.
4. الاتحادية الجزائرية لكرة القدم.
5. محمد حسن علاوي سيكولوجية التدريب و المنافسات 61 دار المعارف القاهرة مصر 1987 ص 30-32.
6. اسامة كامل راتب علم النفس الرياضي(المفاهيم ، التطبيقات) ط 3 دار الفكر العربي القاهرة مصر سنة 2000 ص 405-407.
7. محمد عبد الظاهر الطيب، مبادئ الصحة النفسية، دار المعارف الجامعية، ط1، مصر، 1994
8. فضيل موساوي ، عبد القادر قلال عامل الضغط النفسي و مدى انعكاسه على الاداء الرياضي اثناء المنافسة (مذكرة ليسانس غير منشورة) معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، دالي ابراهيم الجزائر 2003-2004 ص 76
9. محمد حسن علاوي و نصر الدين رضوان الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ط 1 دار الفكر العربي القاهرة 1987.
10. اسامة كامل راتب علم النفس الرياضي (المفاهيم و التطبيقات) دار الفكر العربي ط 3 القاهرة مصر 1994.
11. حسين عبد الحميد رشوان في مناهج العلوم بدون طبعة مؤسسة شباب الجامعة الاسكندرية مصر 2003 ص 6.
12. فضيل موساوي ، عبد القادر قلال عامل الضغط النفسي و مدى انعكاسه على الاداء الرياضي اثناء المنافسة (مذكرة ليسانس غير منشورة) معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، دالي ابراهيم الجزائر 2003-2004 ص 77
13. محمد حسن علاوي و نصر الدين رضوان الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ط 1 دار الفكر العربي القاهرة 1987.ص41-42
14. نزار مجيد الطالب أثر الممارسات الرياضية في التوافق النفسي لطلبة جامعة بغداد رئاسة الجامعة بغداد بحث منشور مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد المجلد 16 العدد 1 - 2007
15. نزار مجيد الطالب أثر الممارسات الرياضية في التوافق النفسي لطلبة جامعة بغداد رئاسة الجامعة بغداد بحث منشور مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 1983 ص 216

16. نزار مجيد الطالب أثر الممارسات الرياضية في التوافق النفسي لطلبة جامعة بغداد رئاسة الجامعة بغداد بحث منشور مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد 1983 ص 217
17. فريدريك معتوق ، معجم العلوم الاجتماعية ، انجليزي- فرنسي - عربي ، اكاديميا بيروت 1998 ص 231.
18. محمد حسن أبو عبية: علم النفس الرياضي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1991
المواقع الإلكترونية
موقع منظمة الصحة العالمية
موقع منظمة الصحة العالمية
موقع (DW.com) الانجليزي
الاتحادية الجزائرية لكرة القدم
الاتحادية الجزائرية لكرة القدم

الملاحق

جامعة ألكلي محمد أولحاج - البويرة -

معهد علوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدر بعب الرياضي

إستمارة استبيان موجبة للمدربين في إطار إنجاز بحثنا العلمي بعنوان :

تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة الوطنية لكرة القدم

وإنعكاسها على مستوى الأداء الرياضي للاعبين

أعزائي المدربين نرجوا من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بالإجابة على كل الأسئلة ونعلمكم أن الهدف من الاستمارة هو إثراء وتوسيع مجالات البحث العلمي والمعلومات التي تقدمونها ستحظى بكامل العناية لذا نرجوا منكم ملء هذه الاستمارة بموضوعية ولكم منا جزيل الشكر و أسمى عبارات الامتتان .

ملاحظة :

يرجى وضع علامة x في الخانة التي تراها مناسبة حسب رأيك الشخصي .

تحت إشرافه الدكتور

د: فرنان مجيد

من إعداد الطلبة :

- وهاب فارس

- بوشيبان عبد الغني

المحور الأول : أثر تداعيات جائحة كورونا على سير البطولة .

- 1- هل قام النادي بخفض رواتب اللاعبين بسبب جائحة كورونا ؟ نعم لا
- 2- كيف كان أثر إنتشار جائحة كورونا على واقعكم النفسي ؟ مقلق مقلق كثيرا غير مقلق
- 3- كيف كان شعوركم عند إصابة احد زملائك بالفيروس ؟ مقلق مقلق كثيرا غير مقلق
- 4- هل حدث هناك تذبذب في إجراء مقابلات عند بداية الجائحة ؟ نعم لا
- 5- كيف كانت قرارات الرابطة من أجل تقادي إنتشار الجائحة ؟
- عدم إجراء بعض المباريات تقليل وقت المباريات إيقاف البطولة
- 6- هل تعرض اللاعبون للإصابة بفيروس كورونا ؟ نعم لا
- 7- هل اتبعتم البروتوكول الصحي ضد هذه الجائحة ؟ نعم لا
- 8- هل أثر الحجر الصحي في نقص التواصل مع الآخرين على مستوى التنسيق بين أعضاء الفريق ؟
- نعم لا
- 9- هل أثر إختلاف توقيت الحجر الصحي بين الولايات في سير المباريات داخل وخارج الديار ؟
- نعم لا
- 10- هل أثر غياب الجماهير بسبب جائحة كورونا على دافعية الأداء لدى اللاعبين ؟ نعم لا

المحور الثاني : توقف البطولة ادى إلى تعثر التدريب

- 1- كيف كانت طريقة التدريب في الجر المنزلي ؟ عالية الشدة متوسطة الشدة منخفضة الشدة
- 2- كم كان عدد الحصص التدريبية في الأسبوع ؟ حصة حصتين أكثر من حصتين
- 3- هل واصلتم في إجراء الحصص التدريبية أثناء توقف البطولة ؟ نعم لا
- 4- هل كان يحضر اللاعبين بشكل عادي الى الحصص التدريبية ؟ نعم لا
- 5- هل ترى ان التدريبات المقدمة من طرفك كانت ؟ عالية الشدة متوسطة الشدة منخفضة الشدة
- 6- هل تراجعتم اللياقة البدنية للاعبين ؟ نعم لا
- 7- هل تعثر التدريب انعكس على مستوى الأداء لدى اللاعبين ؟ نعم لا

8- هل توقف البطولة أدى إلى إحباط معنويات اللاعبين أثناء التدريب ؟ نعم لا

9- هل أثر الحجر المنزلي على مستوى الأداء الرياضي للاعبين ؟ نعم لا

10- هل تعرض لاعبوكم إلى انخفاض في مستوى الأداء البدني و الفني في فترة الحجر المنزلي ؟

نعم لا

المحور الثالث : استعمل المدربون برامج احتياطية للحفاظ على مستوى اللاعبين

1- هل استعملتم برامج التدريب احتياطية ملائمة للحالة البدنية والنفسية خلال الحجر الصحي ؟

نعم لا

2- على ماذا إعتمدت هذه البرامج التدريبية ؟

الجانب البدني الفني المهاري

3- هل أثرت نقص مباريات ودية على إتمام هذه البرامج ؟

نعم لا

4- هل كانت البرامج التدريبية المقدمة من طرفك تتوافق مع الإمكانيات البدنية والمهارية للاعبين ؟

نعم لا

5- كيف كان تجاوب اللاعبين مع البرامج التدريبية في فترة الحجر المنزلي ؟

بشكل كبير بشكل متوسط بشكل ضعيف

6- كم كانت مدة الحصة التدريبية ؟

ساعة ونصف ساعتان أكثر من ساعتين

7- هل ترى بأن مدة الحصص التدريبية كانت كافية لتدارك أخطاءهم ؟

نعم لا

8- هل انعكست هاته البرامج بشكل إيجابي على اللاعبين ؟

نعم لا

9- هل راعيتهم في برامجكم الجانب النفسي للاعبين ؟

نعم لا

10- ماهو تقييمكم للبرامج الإحتياطية المقدمة ؟

متوسطة جيدة ممتازة