



جامعة ألكي محمد أولحاج - البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



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

التخصص: التدريب الرياضي التنافسي

تحت عنوان:

متطلبات تكوين محضر نفسي في كرة القدم وعلاقتها بممارسة المهنة

دراسة ميدانية على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة

إشراف الأستاذ الدكتور:

- د. حماني إبراهيم.

إعداد الطالبين:

- سلام محمد.

- سعدي حمزة.

السنة الجامعية: 2023/2022

شكر وتقدير

بداية نشكر الله سبحانه وتعالى الذي نحمده حق الحمد، الذي وفقنا ومنحنا القدرة والعزيمة لإتمام هذا العمل وأن ينفعنا وينفع الناس جميعا به.

فلما كان شكر الناس من شكر الله لقول النبي صلى الله عليه وسلم: "من لا يشكر الناس لا يشكر الله".

نتوجه بالشكر الجزيل والخاص إلى الأستاذ الفاضل الذي لم ييخل علينا بتوجيهاته أو نصائحه وجهده، التي مهما شكرناه لا نستطيع رد الجميل على قبوله الإشراف على المذكرة.

كما نتوجه بالشكر والامتنان إلى الأساتذة الذين أفادونا بعلمهم، وكل الأساتذة الذين ساعدونا سواء من قريب أو بعيد، خاصة الأستاذ محمد قليل من دون أن ننسى شكر موظفي وموظفات مكتبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، وكذا كل الجامعات التي نتقلنا إليها وذلك على تعاونهم وتسهيلاتهم.

إهداء

إلى والدي الغاليين، منبع الحنان اللذين كانا لي عوناً وسنداً في
مصاعب الدنيا وشجعاني على طلب العلم والمعرفة، وربياني
على الفضيلة والأخلاق.

فاللهم أحفظهما واخفض لهما جناح الذل من الرحمة،
((وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيراً)).

إلى من لهم محبة في قلبي
إلى جميع الأصدقاء الذين جمعتني بهم الأقدار.
إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل.

محمد

إهداء

إلى والدي الغاليين، منبع الحنان اللذين كانا لي عوناً وسنداً في
مصاعب الدنيا وشجعاني على طلب العلم والمعرفة، وربياني
على الفضيلة والأخلاق.

فאלلهم أحفظهما واخفض لهما جناح الذل من الرحمة،
((وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيراً)).

إلى من لهم محبة في قلبي
إلى جميع الأصدقاء الذين جمعتني بهم الأقدار.
إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل.

حمزة

محتوى البحث:

| | |
|---|--------------------|
| أ | شكر وتقدير..... |
| ب | إهداء..... |
| د | محتوى البحث..... |
| ز | قائمة الجداول..... |
| ح | قائمة الأشكال..... |
| ط | ملخص البحث:..... |
| ك | مقدمة:..... |

مدخل عام: التعريف بالبحث

| | |
|---|-------------------------------|
| 2 | 1- الإشكالية:..... |
| 2 | 2- فرضيات البحث:..... |
| 2 | 3- أسباب اختيار الموضوع:..... |
| 3 | 4- أهمية البحث:..... |
| 3 | 5- أهداف البحث:..... |
| 3 | 6- الدراسات السابقة:..... |
| 6 | 7- تحديد المصطلحات:..... |

الجانب النظري:

الفصل الأول: كرة القدم

| | |
|----|---------------------------------------|
| 9 | تمهيد:..... |
| 10 | 1-1 تاريخ كرة القدم:..... |
| 11 | 2-1 تعريف كرة القدم:..... |
| 11 | 3-1 المبادئ الأساسية لكرة القدم:..... |
| 12 | 4-1 صفات لاعب كرة القدم:..... |
| 13 | 5-1 قوانين كرة القدم:..... |

15..... الخلاصة:

الفصل الثاني: التحضير النفسي الرياضي

17..... تمهيد:

18..... 1-2 نبذة حول التحضير النفسي الرياضي:

18..... 2-2 مفهوم علم النفس الرياضي:

18..... 3-2 مفهوم التحضير النفسي الرياضي:

19..... 5-2 دور وأهمية التحضير النفسي الرياضي:

19..... 6-2 أهداف التحضير النفسي الرياضي:

20..... 7-2 مبادئ التحضير النفسي:

21..... 8-2 نتائج التحضير النفسي:

22..... الخلاصة:

الفصل الثالث: المحضر النفسي

24..... تمهيد:

25..... 1-3 تعريف المحضر النفسي الرياضي:

25..... 2-3 مهن المحضر النفسي الرياضي:

26..... 3-3 دور الاختصاصي النفسي الرياضي:

26..... 4-3 مجالات عمل المحضر النفسي الرياضي:

29..... الخلاصة:

الجانب التطبيقي:

الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

32..... تمهيد:

33..... 1-4 الدراسة الاستطلاعية:

33..... 2-4 العينة:

33..... 3-4 المنهج المتبع:

33..... 4-4 متغيرات البحث:

| | |
|---------|--|
| 33..... | 4-5 مجتمع البحث: |
| 34..... | 4-6 مجالات البحث: |
| 34..... | 4-7 أدوات البحث: |
| 34..... | 4-8 التقنيات والأدوات الإحصائية المستعملة: |
| 36..... | خلاصة: |

الفصل الخامس: عرض وتحليل مناقشة النتائج

| | |
|---------|---------------------------------------|
| 38..... | تمهيد: |
| 39..... | 5-1 عرض وتحليل نتائج الاستبيان: |
| 59..... | 5-2 مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضيات: |
| 60..... | الاستنتاج العام: |
| 61..... | الخاتمة: |
| 62..... | الاقتراحات وفروض مستقبلية: |
| 64..... | البيبلوغرافيا: |
| | الملاحق |

قائمة الجداول

قائمة الجداول:

| رقم الجدول | عنوان الجدول | الصفحة |
|------------|--|--------|
| 01 | يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية استبيان المدربين (صدق الاتساق الداخلي) | 35 |
| 02 | يوضح مقياس معامل الثبات ألفا كرونباخ لاستبيان الاساتذة. | 35 |
| 03 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01) | 39 |
| 04 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03) | 41 |
| 05 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04) | 42 |
| 06 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07) | 44 |
| 07 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09) | 46 |
| 08 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10) | 47 |
| 09 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11) | 48 |
| 10 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13) | 50 |
| 11 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14) | 51 |
| 12 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (16) | 53 |
| 13 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17) | 54 |
| 14 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (18) | 55 |
| 15 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (19) | 56 |
| 16 | يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (20) | 57 |

قائمة الأشكال

قائمة الأشكال:

| الصفحة | عنوان الشكل | رقم الشكل |
|--------|---|-----------|
| 39 | يمثل اختلاف الآراء حول مهنة التدريب | 01 |
| 41 | يمثل إذا كان الفريق يمتلك محضر نفسي أم لا | 02 |
| 42 | يمثل إجابات الاساتذة حول ما إذا كان أساسيا وجود المحضر النفسي في الفريق | 03 |
| 44 | يمثل فيما إذا كان لمهنة المحضر النفسي مكانة في الوسط الرياضي الجزائري لكرة القدم | 04 |
| 46 | يمثل شروط تكوين محضر نفسي | 05 |
| 47 | يمثل فيما إذا كان التكوين الجامعي اجباري | 06 |
| 48 | يمثل فيما إذا كان يستطيع المدرب الرئيسي ان يكون محضرا نفسيا | 07 |
| 50 | يمثل إجابة الاساتذة حول ما إذا كانت معاهد التربية البدنية والرياضية تكوّن محضرين نفسيين | 08 |
| 51 | يمثل إذا ما كانت البرامج الموجودة في تخصص التدريب تساعد على تكوين محضر نفسي | 09 |
| 53 | يمثل إذا ما كان اختصاص المحضر النفسي خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة | 10 |
| 54 | يمثل فيما إذا كان يستطيع اللاعب السابق ان يكون مدرب ومحضر نفسي | 11 |
| 55 | يمثل فيما إذا كان عدد سنوات العمل كمدرب تسمح بأن يكون محضر نفسي | 12 |
| 56 | يمثل فيما إذا كانت الخبرة في الميدان كافية لتكوين محضر نفسي | 13 |
| 57 | يمثل فيما إذا كان المحضر النفسي مهم في الفريق مثل المحضر البدني | 14 |

ملخص البحث:

هدفت الدراسة إلى التعرف على متطلبات تكوين محضر نفسي في كرة القدم وعلاقتها بممارسة المهنة، حيث انتهج الطالبان المنهج الوصفي كونه يناسب دراسة البحث على عينة قوامها 25 أستاذ من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية البويرة، كما استخدم الطالبان استمارة الاستبيان كأداة لجمع المعلومات واستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة (النسبة المئوية وكاف تربيع)، وتوصل الطالبان إلى الاقتراحات التالية:

- إعطاء أهمية وعناية كاملة لتكوين المدربين وخاصة المحضرين النفسيين.
- إدراك أهمية المحضر النفسي كعامل أساسي بإعطائه العناية الكاملة في عمليات التحضير النفسي الرياضي.
- عقد دورات تدريبية وذلك بإنشاء مراكز تلوين متخصصة لمدربي كرة القدم والإعداد النفسي والتدريب على المهارات النفسية.
- يجب الأخذ بعين الاعتبار للمحضر النفسي دور في صنع الفارق في تحقيق الإنجازات وتحسين الأداء.

● الكلمات الدالة:

المحضر النفسي - كرة القدم - ممارسة المهنة.

مقدمة

مقدمة:

نظرا لما للرياضة من أهمية في الوقت الحالي فإنها لم تبقى حبيسة مجال الترفيه، بل تحولت الى علم من العلوم. فأنشأت معاهد متخصصة في تكوين المدربين والاطارات المختصة في مختلف الرياضات من، من خلال هذه العناية بالرياضة أصبح للتدريب الرياضي مفهوم أوسع يقوم على أسس منهجية وعلمية مدروسة تستند على المادة العلمية البحتة، تلك التي تعود على الرياضي بفوائد عديدة تمكنه من ربح الوقت وتفادي الضرر البدني. الا ان ما يقف حاليا كعائق في طريق المدربين هو الجانب النفسي، عمليا فيما يسمى بجانب الاعداد النفسي تو التحضير النفسي.

يعد تكوين محضر نفسي في كرة القدم من المجالات المهمة التي تساهم في تطوير المستوى الفني والبدني للاعبين وتعزيز العلاقات بين اللاعبين والمدربين والإداريين. وترتبط هذه المهنة بالسياق الرياضي والاجتماعي والثقافي، وتتطلب الكثير من المهارات والخبرات للتعامل مع أنواع مختلفة من اللاعبين والمشجعين.

ويهدف هذا البحث إلى دراسة متطلبات تكوين محضر نفسي في كرة القدم وعلاقتها بممارسة المهنة، وذلك من خلال تحليل العوامل التي يجب مراعاتها في تدريب المحضرين النفسيين وتقييم مدى تأثيرها في تحسين الأداء الرياضي والنفسي للفرق واللاعبين.

وتتضمن هذه المتطلبات المهارات اللازمة للعمل كمحضر نفسي في كرة القدم، والتدريب والتأهيل اللازمين لتطوير هذه المهارات، بالإضافة إلى الاحتياجات النفسية والاجتماعية للفرق واللاعبين المختلفين خلال الفترات المختلفة للمباريات.

وسيعمل هذا البحث على تحليل العوامل المؤثرة في الاستجابة الفعالة للاعبين والفرق لتعزيز أداءهم الرياضي والنفسي، وكيف يمكن تحسين هذه العوامل من خلال التدريب النفسي والتدريب الرياضي الشامل. وبهذا البحث سيتم التركيز على أهمية مهنة المحضر النفسي في كرة القدم، وكيفية تأثيرها على الفرق واللاعبين، وعلاقتها بممارسة المهنة، وذلك من خلال استخدام العديد من المصادر الثقافية والعلمية المختلفة.

مدخل عام التعريف بالبحث

1- الإشكالية:

عرفت كرة القدم تطورا كبيرا من ناحية المنافسة ما أدى الى تطور مختلف الجوانب من بينها الجانب التكتيكي والتقني والبدني والنفسي، وهذا الأخير الذي يعتبر جانب حساس في تحضير اللاعبين للمنافسة. فبعدما كانت كرة القدم في القديم تمارس للتسلية، أصبحت يومنا هذا مهنة لجد ذاتها، والحديث عنها يقودنا الى التحدث على الجانب النفسي الرياضي والمتمثل في التحضير النفسي للاعبين واهميته التي يلعبها على نفسياتهم، مع ارتفاع المستوى وزيادة ضغوط وحملات المنافسات وتتابع المقابلات، أصبح من الضروري توظيف محضر نفسي. في المستوى ومطلع على جميع طرق التحضير والتواصل مع اللاعبين. وعليه نتساءل: ماهي المتطلبات الواجب توفرها في المحضر النفسي من اجل ممارسة مهنته مع الطاقم التدريبي؟

ومن خلال هذا الاشكال نطرح التساؤلات التالية:

- هل يوجد محضر نفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة؟
- ماهي المتطلبات الواجب توفرها فيه من اجل ممارسة عمله؟
- هل التكوين المتخصص شرط أساسي لممارسة مهنة محضر نفسي في الفريق؟

2- فرضيات البحث:

أ. الفرضية العامة:

- مهنة المحضر النفسي ليست أساسية بالنسبة لان دولة رابط دولة البويرة لكرة القدم والتكوين ليس شرط أساسي بالنسبة للتوظيف.

ب. الفرضيات الجزئية:

- هناك توظيف للمحضر النفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة.
- التكوين شرط أساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي.
- التكوين الجامعي في المعاهد الرياضية مهم لممارسة مهنة محضر نفسي.
- الخبرة الرياضية كافية لممارسة مهنة محضر نفسي.

3- أسباب اختيار الموضوع:

أ- أسباب ذاتية:

- ميلونا ورغبتنا في خوض هذا الموضوع.
- تخصصنا في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ما يخلونا لإجراء مثل هذه البحوث.

ب- أسباب موضوعية:

- اهمال الجانب النفسي من طرف المدربين.
- التحضير النفسي العشوائي من قبل المدربين.
- اثناء مكتبائنا ببحوث تخص هذا الموضوع.

4- أهمية البحث:

إن المحضر النفسي أصبح ضرورة أساسية ووجوده لا غنى عنه في ظل احتدام التنافس وفي ظل الضغوط التي تعرفها المقابلات الرياضية لذلك فإن المنفعة تعود على الجميع. بالنسبة للاعب. بالنسبة للفريق. بالنسبة للنتائج. الأداة. رفع مستوى كرة القدم الجزائرية.

5- أهداف البحث:

- معرفة أهمية وجود المحضر النفسي في الفريق.
- معرفة أهمية التكوين بالنسبة للمحضر النفسي.
- التعرف على التكوين الأكاديمي الذي يخضع له المحضر النفسي.
- معرفة واقع هذه المهنة في الأندية.
- معرفة مما يتكون الطاقم التدريبي في اندية كرة القدم.
- التعرف على شروط قبول مدرب متخصص في التحضير النفسي.

6- الدراسات السابقة:

أ- الدراسة الأولى: من اعداد الطالب جمعون امين، تحت اشراف الأستاذ زاوي عبد السلام، 2015/2014 جامعة البويرة.

- العنوان: التحضير النفسي الرياضي ومدى اسهامه في تحسين نتائج رياضي النخبة -صنف اكابر- دراسة ميدانية لبعض فرق القسم الوطني الأول لكرة القدم.
- التساؤلات:

- هل التحضير النفسي الجيد يرفع من الثقة بالنفس وبالتالي تحسين النتائج لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل التحضير النفسي الجيد يؤدي الى التقليل من شدة القلق لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل التحضير النفسي الجيد يرفع من كفاءة لاعبي كرة القدم اثناء المباراة؟
- هل نقص اهتمام اندية كرة القدم بالجانب النفسي يؤثر سلبا على اللاعبين؟

• الفرضيات:

- الفرضية العامة: للتحضير النفسي دور في احراز النتائج للاعبي كرة القدم.

• الفرضيات الجزئية:

- التحضير النفسي الجيد يرفع من الثقة بالنفس ويحسن النتائج لدى لاعبي كرة القدم
- التحضير النفسي الجيد يؤدي الى التقليل من شدة القلق لدى لاعبي كرة القدم
- التحضير النفسي الجيد يرفع من كفاءة لاعبي كرة القدم اثناء المباراة.
- نقص اهتمام اندية كرة القدم بالجانب النفسي يؤثر سلبا على اللاعبين.
- المنهج المتبع: المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي.

- **العينة:** تم اختيار العينة بشكل قصدي وتتمثل في 66 لاعب صنف اكابر من أربعة اندية على المستوى الوطني.
- **المجال المكاني والزمني:** تمت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة ما بين جانفي 2015 الى غاية 10 ماي 2015. وتم توزيع الاستبيان على بعض الفرق من البطولة الوطنية.
- **أهم النتائج:**
 - ينبغي على المدربين ادراج الجانب النفسي في برامجهم.
 - ضرورة توفير للأندية مختصين نفسانيين.
 - يجب على المدربين تنسيق العمل بين كل الجوانب والتكامل بينها لان الجوانب البدنية والتقنية غير كافية لتحضير اللاعبين، ولا بد من أبراج التدريب النفسي نظرا لدوره واهميته.
 - تنسيق العمل والتعاون بين كل من المدرب والمختص النفسي في تقديم برامج خاصة للتدريبات.
- **ب- الدراسة الثانية:** من اعداد الطالب بوكريف محمد، تحت اشراف الدكتور رامي عز الدين. 2015/2014 جامعة البويرة.
- **العنوان:** علاقة التحضير النفسي بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم "صنف اكابر". دراسة ميدانية لأندية القسم الجهودي الثاني.
- **التساؤلات:**
 - هل للتحضير النفسي أهمية كبيرة في تحسين الأداء وتخفيف النتائج لدى لاعبي كرة القدم.
 - هل للتحضير النفسي دور هام في تطوير الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم.
 - هل للإحصائي النفسي دور فعال في مساعدة اللاعب على التطوير مكونات التحضير النفسي.
- **الفرضيات:**
- **الفرضية العامة:** توجد علاقة إيجابية بين التحضير النفسي والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم "صنف اكابر"
- **الفرضيات الجزئية:**
 - للتحضير النفسي أهمية كبيرة في تحسين الأداء وتحقيق النتائج لدى لاعبي كرة القدم.
 - للتحضير النفسي دور هام في تطوير الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم.
 - للإحصائي النفسي دور فعال في مساعدة اللاعب على تطوير مكونات التحضير النفسي.
- **المنهج المتبع:** المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي.
- **العينة:** تم اختيار 5 فرق من أصل 15 فريق اندية الرابطة الجهوية الثانية لكرة القدم بطريقة عشوائية باستعمال القرعة البسيطة (الصندوق الأسود) وهي: شعبية البويرة، شباب الرياضي امشدالة، نادي الشباب الرياضي تامر، حمزاوية عين بسام، اولمبك اقبو. (50 لاعب).

- أهم النتائج:
 - الاجتهاد الكامل لأجل اكتشاف المستويات المختلفة في فريديات اللاعبين والتركيز عليها في عمليات التحضير النفسي الرياضي لتسهيل المهمة التدريبية.
 - إدراك أهمية محددة التحضير النفسي كعامل أساسي بإعطائها العناية الكاملة في عمليات التحضير النفسي الرياضي.
 - عقد دورات تدريبية وذلك بإنشاء مراكز تكوين متخصصة لمدربي كرة القدم في التحضير النفسي والتدريب على المهارات النفسية.
- ج- الدراسة الثالثة: من اعداد الطالبين قطاف محمد اسلام، زواو طارق، تحت اشراف الدكتور الوناس عبد الله، 2016/2015 جامعة البويرة.
- العنوان: أهمية التحضير النفسي في تحسين أداء لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية -فئة اكابر- دراسة ميدانية لبعض اندية القسم الجهوي الثاني لكرة القدم.
- التساؤلات:
 - هل التحضير النفسي يرفع من قدرات لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة؟
 - هل التحضير النفسي يؤدي الى التعليل من حدة القلق عند اللاعبين؟
 - هل التحضير النفسي يؤدي الى الرفع من الثقة في النفس اثناء المنافسة؟
- الفرضيات:
 - الفرضية العامة: للتحضير النفسي دور في تحسين الأداء للاعبي كرو القدم اثناء المنافسة الرياضية.
 - الفرضيات الجزئية:
 - التحضير النفسي يرفع من قدرات لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة.
 - التحضير النفسي يؤدي الى التقليل من حدة القلق عند اللاعبين.
 - التحضير النفسي يؤدي الى الرفع من الثقة في النفس اثناء المنافسة.
- المنهج المتبع: المنهج المتبع هو المنهج الوصفي.
- العينة: شملت العينة جزءا من مجتمع الدراسة على مستوى الأندية الناشطة في الجهوي الثاني لكرة القدم صنف اكابر حيث قام باختيار عينة البحث بطريقة عشوائية بسيطة واخذ 15% من مجموع المجتمع الأصلي. (60 لاعب، 3 مدربين)
- أهم النتائج:
 - التحضير النفسي الجيد يرفع من قدرات لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة.
 - التحضير النفسي الجيد يؤدي الى التقليل من حدة القلق لدى اللاعبين.
 - التحضير النفسي يؤدي الى الرفع من الثقة في النفس اثناء المنافسة.

6- تحديد المصطلحات:

• تعريف التحضير النفسي:

الاصطلاحي: هو الذي يقوم بالبحث في الموضوعات المرتبطة بالنشاط الرياضي على مختلف مستوياته ومجالاته، كما يبحث في الخصائص النفسية المرتبطة بالنشاط الرياضي وتطوير هذا النوع من النشاط البشري ومحاولة إيجاد مختلف الحلول لمختلف مشكلات التحضير النفسي.¹

الاجرائي: هو سيرة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحددة موجهة نحو التكوين النفسي الرياضي.

• تعريف كرة القدم:

الاصطلاحي: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها روجي جميل: "كرة القدم قبل كل شيء هي رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع"²

الاجرائي: هي عبارة عن لعبة رياضة جماعية يكون التنافس فيها من أجل اخذ الكرة واحراز أكبر عدد ممكن من الأهداف ويتكون كل فريق من 11 لاعبا من بينهم حارس المرمى.

• تعريف المحضر النفسي:

الاصطلاحي: تتضمن هذه الفئة معظم الافراد الذين تحصلوا على تدريب أكاديمي من اقسام وكليات التربية البدنية حيث يفترض انهم درسوا مقررات علم النفس الرياضية والمقررات المرتبطة به. ومن ثم يتوقع منهم ان يقدموا خدماتهم التطبيقية لتعليم المبادئ النفسية الصحيحة بما يسهم في تطوير الأداء للرياضيين.³

الاجرائي: ذلك الشخص الذي لديه خلفية علمية بعلم التربية البدنية والرياضة، وتلقى دراسات محددة في تخصص علم النفس وعلم النفس التربوي الرياضي.

¹ محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، بدون طبعة، سنة 1985، ص26.

² روجي جميل: كرة القدم، الطبعة الأولى، دار النقائص، بيروت (لبنان)، 1986، ص86.

³ د. نظام أبو حجلة: الطب النفسي الحديث، مطبعة الصفدي، طبعة أولى. 1997، ص279.

الجانب النظري

الفصل الأول

كرة القدم

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 اثناء المنافسة. وهي من الألعاب القديمة تاريخها طويل حافظت فيه على حيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير باهتمامهم وممارستهم بشغف كبير واعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزء من منهج التدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة والنضال. وقد تطرقنا في هذا الفصل الى التعريف بهذه اللعبة وذكر المبادئ الأساسية والقوانين، وكذا الصفات التي يتميز بها لاعب كرة القدم.

1-1 تاريخ كرة القدم:

1-1-1- في العالم:

لقد اختلفت الآراء وكثرت الأقاويل حول تحديد البداية الحقيقية لكرة القدم فهي لعبة قديمة التاريخ ظهرت من حوالي خمسة آلاف سنة في الصين لتدريب الجيوش وتحسين لياقتهم البدنية، كما يرى البعض الآخر أن حوالي 4500 سنة قبل الميلاد القدماء المصريون مارسوا هذه اللعبة ويذكرون أن قدماء اليونان نقلوا هذه اللعبة عن المصريين وهم بدورهم نقلوها إلى الانجليز حسب المؤرخين تعددت الأسماء الخاصة لكرة القدم ففي اليابان كانت تدعى كيماري Kemari¹.

وهناك في ايطاليا لعبة كرة قديمة تسمى * الكاليشو calicio. كانت تلعب في فلورنسا مرتين في السنة، بمناسبة عيد " سان جون sanjon²

كما ورد في احد مصادر التاريخ الصيني أنها تذكر باسم " تسو - شوي Tsu Shu" أي بمعنى ركل الكرة وكل ما عرف من تفاصيل أنها كانت تتألف من قائمين كبيرين يزيد ارتفاعهما عن 30 قدم مكسوة بالحرائر المزركشة وبينهما شبكة من الخطوط الحريرية يتوسطها ثقب مستدير مقداره قطره قدم واحد، وبعد كل هذه الخلافات تم الاتفاق سنة 1830 على أن تكون هذه اللعبة لعبتين الأولى (soccer) والثانية (rugby)، و بعدها في عام 1845 تم وضع القواعد الثلاثة عشر لكرة القدم بجامعة كامبردج، وفي عام 1862 أنشئت عشر قواعد جديدة تحت عنوان " اللعبة السيلة " وجاء فيها منع ضرب الكرة بكعب القدم، وفي 26 أكتوبر 1863 أسس أول اتحاد انجليزي على أساس القواعد والقوانين الجديدة لكرة القدم وبمرور كل هذه السنوات أدى ذلك إلى ظهور قواعد جديدة تحت عنوان "اللعبة السهلة " وجاء فيها منع ضرب الكرة بكعب القدم، وفي 26 أكتوبر 1863 أسس أول اتحاد انجليزي على أساس القواعد والقوانين الجديدة لكرة القدم وبمرور كل هذه السنوات أدى ذلك إلى ظهور أول بطولة رسمية عام 1888 وسميت باتحاد الكرة، وبدا الدوري باثنا عشر فريقا وسنة بعدها أسست في الدنمرك اتحادية وطنية لكرة القدم ويتنافس على بطولتها خمسة عشر فريقا.

1-1-2 في الجزائر:

طويل هو تاريخ كرة القدم في الجزائر، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروبيتها، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق هو نادي مولديه الجزائر ، جاء بعدها شباب قسنطينة، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهراة وانضمام فرق عديدة أخرى للمجموعة، تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار ، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 افريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم.

¹ مختار سالم. كرة القدم لعبة الملايين مكتبة المعارف: بيروت. لبنان. ط2 -1988- ص15.

² حسن عبد الجواد. كرة القدم. مكتبة المعارف: لبنان. ط2 -1984- ص15

في ظرف أربع سنوات تحول الفريق إلى مجموعة ثورية مستعدة للتضحيات وإسماع صوت الجزائر في ابعاد نقطة من العالم، وبدأت مسيرة جبهة التحرير الوطنية من تونس عبر العالم في تحفيظ النشيد الوطني. بعد الاستقلال جاءت فترة الستينات والسبعينات التي تغلب عليها الجانب التروحي والاستعراضي، حيث أن المستوى الفني للمقابلات كان عاليا تلتها مرحلة الإصلاحات الرياضية من 1978 - 1985 التي شهدت قفزة نوعية في مجال تطور كرة القدم بفضل ما وفر لها من إمكانيات مادية، الشيء الذي سمح للفريق الوطني نيل الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية الثالثة بالجزائر ثم المرتبة الثانية في كأس إفريقيا للأمم سنة 1980، وفي المنافسات الاولمبية تأهل الفريق الوطني إلى الدور الثاني من ألعاب موسكو سنة 1980.

وكذلك الميدالية البرونزية سنة 1979 في ألعاب البحر الأبيض المتوسط ووصلت الى قمته في مونديال المانيا 1982 اين فاز الفريق الوطني على أحد عمالقة كرة القدم في العالم الا وهو الفريق الألماني الغربي وانهزمت بصعوبة سنة 1986 في مونديال المكسيك امام البرازيل، وتحصلت على كأس افريقيا للأمم سنة 1990 بالجزائر.¹

1-2 تعريف كرة القدم:

1-2-1 1- التعريف اللغوي:

كرة القدم {football} هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم باك {rugby} او كرة القدم الامريكية اما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى {soccer}.

1-2-2 2- التعريف الاصطلاحي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار اليها رومي جميل " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل افراد المجتمع ".²

1-3 المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في اتقانها على اتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

وتوقف نجاح أي فريق وتقدمه الى حد كبير، على مدى اتقان افراده للمبادئ الأساسية للعبة، ان فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من افراده ان يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيف سليم بمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالراس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم، ويتعاون تعاوناً تام مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.³

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم الى ما يلي:

– استقبال الكرة.

– المحاورة.

¹ مجلة الوحدة الرياضية. عدد خاص. 1982/06/18. الجزائر - ص 10

² رومي جميل - كرة القدم - دار النقائص. بيروت. لبنان. 2001 - ص 50.

³ ادوارد غالانو، كرة القدم، بيت الشمس والظل، 1985.

- المهاجمة.
- رمية التماس.
- ضرب الكرة.
- لعب الكرة بالراس.
- حراسة المرمى.

1-4 صفات لاعب كرة القدم:

يحتاج لاعب كرة القدم الى صفات خاصة تلائم هذه اللعبة وتساعد الأداء الحركي الجيد في الميدان، ومن هذه الخصائص او المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم وهي الفنية، الخططية، النفسية والبدنية واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تمالك خططيا جيدا ومهاريا عاليا والتعددات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة ونقص الحاصل في احدى تلك المتطلبات يمكن ان تعوض في متطلب آخر.

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتطيلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعبين للمباريات، فان التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والاحصائيات المهمة.¹

1-4-1 الصفات البدنية:

من مميزات كرة القدم ان ممارستها في متناول الجميع مهما كان تكوينها الجسماني، ولئن اعتقدنا بان رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد الفني، ذكي، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا تندش اذا شاهدنا مباراة تضم وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لنتحقق من ان معايير الاختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماهر يجيد المراوغة على خصمه قوي، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية، ومعروفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من اجل التقاط الكرة، والمحافظة عليها وتوجيهها يتناسق بتناسق عام وتام.²

1-4-2 الصفات الفيزيولوجية:

تحدد الإنجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخططية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب، كانت المعرفة الخططية له قليلة، وخلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات ما بين الوقوف الكامل الى الركض بالجهد الأقصى، وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت الى اخر، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن العاب الأخرى، فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى، وتحقيق الظروف المثالية فان هذه المتطلبات تكون فريدة لقابلية اللاعب البدنية والتي يمكن ان تقسم الى ما يلي:

✓ القابلية على الأداء بشدة عالية.

¹ حسن عبد الجواد- كرة القدم: دار العلم للملايين - بيروت، لبنان، 1999، ص 25-27.

² موفق مجيد المولى - (الاعداد الوظيفي لكرة القدم) مصر. دار المعارف. 2000- ص 09-10.

✓ القابلية على أداء الركض السريع.

✓ القابلية على انتاج قوة خلال وضعية معينة.

1-4-3 الصفات النفسية:

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصفات النفسية نذكر ما يلي:

- أ. **التركيز:** يعرف التركيز على انه تضيق الانتباه، وتثبيته على مثير معين او الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد ويرى البعض ان مصطلح التركيز يجب ان يقتصر على المعنى التالي: (المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الانتباه).¹
- ب. **الانتباه:** يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة، او تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار، ويتضمن الانتباه، الانسجام والابتعاد عن بعض الأشياء.
- ج. **التصور العقلي:** وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة او تصورات جديدة لم نتحدث من قبل لغرض الاعداد للأداء، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية. حيث كلما كانت الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن ارسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب.
- د. **الثقة بالنفس:** هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن ولا تتطلب الضرورة تحقيق المكسب، فبالرغم من عدم تحقيق المكسب او الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسين الأداء.²
- هـ. **الاسترخاء:** هو فرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانتفاعية بعد القيام بنشاط، وتظهر مهارات اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر.

1-5 قوانين كرة القدم:

بالإضافة الى هذه المبادئ الأساسية هناك 17 قانون يدير اللعبة وهي كالتالي:

- أ. **ميدان اللعب:** يكون مستطيل الشكل لا يتعدى طوله 130 م ولا يقل على 100 م، ولا يزيد عرضه من 100 م ولا يقل عن 60 م.
- ب. **الكرة:** كروية الشكل، غطائها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71 سم، ولا يقل عن 68 سم اما وزنها لا يتعدى 453 غ ولا يقل عن 359 غ.
- ج. **مهام اللاعبين:** لا يسمح لأي لاعب ان أي شيء يكون فيه فطورة على لاعب اخر.
- د. **عدد اللاعبين:** تلعب بين فريقين، يتكون كل منهما 11 لاعبا داخل الميدان وسبعة لاعبين احتياطيين.
- هـ. **الحكام:** يعتبر صاحب السلطة المزاولة لقوانين اللعبة لتنظيم قانون وتطبيقه.
- و. **مراقبو الخطوط:** يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما ان يبينوا خروج الكرة من الملعب، ويجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة.

¹ يحي كاضم النقيب- علم النفس الرياضة- السعودية، مطابع الايوبي. 1990- ص384.

² أسامة كامل راتب- تدريب المهارات النفسية- مصر، دار الفكر. 2003- ص117.

- ز. مدة اللعب: شوطان متساويان كل منهما 45 د، يضاف الى كل شوط وقت الضائع ولا تزيد فترة الراحة بين الشوطين 15 د.
- ح. بداية اللعب: يتحدد اختيار نصفي الملعب، وركلة البداية على القرعة بقطعة نقدية.
- ط. الكرة في الملعب أو خارج الملعب: تكون الكرة خارج الملعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو التماس، عندما يوقف الحكم اللعب وتكون الكرة في الملعب في جميع الأحوال الأخرى.
- ي. طريقة تسجيل الهدف: يحتسب الهدف كلما اجتازت الكرة خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة.¹
- ك. التسلل: يعتبر اللاعب متسللاً إذا كان أقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة.

¹ علي خليفة العنشري وآخرون- كرة القدم- الجماهيرية العربية الليبية- 1987- ص255.

الخلاصة:

من خلال ما تطرقنا في هذا الفصل رأينا ان رياضة كرة القدم عرفت في الآونة الأخيرة تطورا ملحوظا في مختلف الجوانب، حيث تعتمد كرة القدم على لياقة بدنية عالية من اجل مسايرة ريثم المقابلات، حيث تظهر اللياقة البدنية كتحليل عضوي وكتحضير شامل وموحد للاعبي كرة القدم بدنيا.

الفصل الثاني

التحضير النفسي الرياضي

تمهيد:

يشكل التحضير النفسي اهم العوامل الأساسية لتفوق الرياضي واجتياز الأرقام القياسية لان نتائج الدورات والبطولات الدولية والقارية اثبتت الأهمية البالغة للدور الذي يقوم به التحضير النفسي، هما دفع المسؤولية الى استخدام كل الوسائل لتحسين وتطوير المهارات وقدرات الرياضي بحيث لجئوا الى علم النفس اين وجدوا العلاقة الهامة التي تربطه بالرياضة ومدى أهميته في مساعدة الرياضي في النجاح والوصول الى اعلى قمة لقدراته.

كما أكد المسؤولين في علوم الرياضة بان علم النفس الرياضي هو المجال الذي له أولوية التطوير وبذلك يصبح التحضير النفسي يشكل بجانب التحضير البدني والتكتيكي جزء لا يتجزأ من عملية تعليم وتربية وتدريب الرياضيين للمنافسات الرياضية. والأداء الرياضي يعتمد بدرجة أولى على اتقان افراد الفريق للمبادئ الأساسية للعبة في جميع المواقف، ويعتمد على الأسلوب الصحيح والعلمي في طرق التدريب والتحضير النفسي الجيد وتحقيق نتائج جيدة مع أفضل اقتصاد في المجهود.

2-1 نبذة حول التحضير النفسي الرياضي:

لقد أصبحت ممارسة الرياضة رفيعة المستوى في الوقت الراهن تستوحي على الرياضي كفرد أو فريق التدريب الجاد والتحضير الرياضي الشامل لكل الجوابي سواء البدنية، التقنية، التكتيكية والنفسية التي لا تقل أهمية عن سابقتها بالإضافة إن هناك عامل آخر يتمثل في الاستعداد للمنافسة والتي تغير من قدرة الجسم على إبراز الإمكانيات القصوى أثناء المنافسة الرياضية.¹

قول الدكتور محمد حسن علاوي أن التحضير النفسي والسيكولوجي يعني مستوى تطور القدرات النفسية الموجودة لدى الرياضي وبعض المناصب الشخصية للرياضي التي تشترط للإنهاء الجيد والمناسب للرياضة إما في التدريب أو المنافسة. فالتحضير النفسي هو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومنهاج معين وموجهة نحو التكوين النفس الرياضي.²

2-2 مفهوم علم النفس الرياضي:

هو علم يدرس سلوك الرياضي الظاهري والداخلي، ويدرس الحياة النفسية للرياضي وما تمليه من تأثيرات وجدانية وانفعالية وكل ما يتعرض طريقه أثناء الممارسات الرياضية من انفعالات وضغوطات واثار نفسية، يعرف على النفس الرياضي حسب "أسامة راتب كامل" انه العلم الذي يدرس سلوك الانسان في الرياضة.³

2-3 مفهوم التحضير النفسي الرياضي:

قول الدكتور "محمد حسن علاوي" ان التحضير النفسي والسيكولوجي يعني مستوى تطوير القدرات النفسية الموجودة لدى الرياضي وبعض المناصب الشخصية للرياضي التي تشترط للإنهاء الجيد والمناسب للرياضة في شرط المنافسة والتدريب. فالتحضير النفسي هو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحدودة وموجهة نحو التكوين النفسي للرياضي.

كما هو ذلك الاعداد الذي يخلق وينمي الدوافع والاتجاهات الإيجابية التي تتركز على تكوين الاقتتاعات الحقيقية والمعارف العلنية كما يعمل على تطوير السماعاات الإدارية العامة والخاصة لدى الفرد الرياضي بالإضافة الى توجيه والإرشاد النفسي للرياضي.⁴

2-4 تعريف التحضير النفسي:

التحضير النفسي هو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحددة، موجهة نحو التكوين النفسي الرياضي.⁵

¹ جمال عباس: التحضير النفسي النخبوي. دار القانة، الجزائر، 2011 ص102.

² محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف ط1- مصر، 1985. ص26

³ - أسامة كامل راتب - علم النفس الرياضي - مصر: دار الفكر العربي (1997) ص24.

⁴ - بسطوسي - سباقات المضمار ومسابقات الميدان - مصر: دار النشر المعارف (1998) ص273.

⁵ - احمد امين فوزي - مبادئ علم النفس الرياضي - مصر: دار الكتاب للنشر (1994) ص162.

2-5 دور وأهمية التحضير النفسي الرياضي:

نتيجة الدراسات المستيقظة في السلوك الاجتماعي أصبح من مسلمات علم النفس ان أي حركة واعية من الانسان لا تصدر عن أعضاء جسمه فقط بل نتيجة لمجموعة من العمليات العقلية كالإحساس، الانتباه، التفكير والانفعالية، الحماس، الإصرار، الخوف والقلق، فاذا اقتصر المدرب في اعداده للاعب البدني والتكتيكي والتقني فانه يكون قد تعامل مع نظامين من شخصية الرياضي هما النظام العقلي والبدني دون الاهتمام بالنظام الانفعالي للاعب بالرغم من ان السلوك الحركي لا يصدر لا من خلال التفاعل بين النظم الثلاثة الرئيسية للشخصية.¹

حسب " فور بينون" نجد ان التشخيص البسيكولوجي يملك الطريقة او الاتجاه المعاكس بعبارة أخرى انطلاقاً من الرياضي الى الاختصاصي النفسي او المدرب، الا انه في الحقيقة للفريق واستمرار التمارين التي تؤدي بالفريق يشكل مباريات تشبه حالات اللعب بالإضافة الى الجوانب التنظيمية في خطوط الفريق وكيفية ربط هذه الخطوات بأسلوب علمي للوصول التنظيمية للفريق، الهدف من ذلك هو خدمة الفريق الأداء الجماعي بشكل متكامل مؤكدين على الأسلوب الجيد.²

فالتحضير النفسي يسرع من عملية الإمكانات النفسية الضرورية باستعمال الإجراءات ووسائل التحضير النفسي الذي يساعد على تطوير القدرات التالية:

- طموح للتحمس الذاتي للنشاط.
- تكوين الإرادة لتطوير القدرات النفسية.
- تعلم التحكم المقصود في الحالات النفسية خلال التدريب والمنافسة.
- اكتساب إمكانية التحكم والمراقبة والموازنة.³
- اكتساب إمكانية الاسترجاع دون مساعدة المدرب ولا سيما التركيز لدى الرياضي وبعض الخاصيات لشخصيته التي تشترط الانتماء الجيد والمناسب للأنشطة الرياضية في التدريب والمنافسة.

2-6 أهداف التحضير النفسي الرياضي:

الهدف من الحضير النفسي هو تعليم الفرد التكلف بنفسه وحل مشاكله بنفسه، وعدم جعل من الرياضي فرد في حاجة الى مساعدة دائمة، لكن الفرد قادر ومسؤول عن نفسه وعن مجتمعه، لأنه يوجد هنا الذي يجعله فائق ويصل الى درجة الانسان التام، هذا هو الهدف العام للتحضير النفسي، وللحصول الى هذا المستوى هناك بعض النقاط يمكن اتباعها:⁴

- السماح للرياضي التحكم في جسمه بإعطائه التقدم الشخصي الذي ينعكس على اسهاماته الرياضية.
- ان يكون التحضير النفسي لجميع الرياضيين، ولا يجب ان يكون للرياضيين ذوي المستوى العالي.
- السماح للرياضي بالتوجيه الإيجابي واحترام حيويته الطبيعية.

¹ احمد امين فوزي: سيكولوجية الفريق الرياضي، ط1، مصر، دار الفكر العربي (2001)، ص193.

² Most, Psychologie. Sportive, édition Masson, Paris. 1982 p12.

³ كمال طه الويس: علم النفس الرياضي: ط1، كلية الرياضة، جامعة بغداد (1980) ص249.

⁴ - Fernandez, L: Sophrologie et compétitions sportives, édition vigot, Paris, 1982 p31

- عدم السماح للرياضي بالانهيار النفسي وذلك بالتحكم في نفسه قبل المنافسة.
 - الوصول بالرياضي الى أفضل استعداد وأداء يتناسب وتحقيق الإنجاز الرياضي في النشاط الممارس.¹
- 2-7 مبادئ التحضير النفسي:**

هناك العديد من الأسس والمبادئ العامة للتحضير النفسي ومن بين هذه المبادئ ما يلي:

2-7-1 مبدأ اعتبار التحضير النفسي عملية تعليمية:

إن عملية التحضير النفسية عملية تعلم اذ يتعلم اللاعب منها اتجاهات وقيما وانماط سلوكية جديدة ويعبر من وجهة نظره نحو المبادئ والأشياء ويتعلم طرقا جديدة لمعالجة ما يعترضه من مشكلات بدلا من الحيل الهروبية او العدوانية او الخداع.²

2-7-2 مبدأ استعداد الرياضي للتحضير النفسي:

يقوم هذا المبدأ على ان الاخصائي النفسي التربوي لا يستطيع مساعدة الرياضي الذي لا يشعر انه في حاجة الى مساعدة، او الذي لا يثق في قدرة الاخصائي النفسي على مساعدته، والمشكلة هي ان الرياضي قد لا يعي المشكلة التي يعاني منها لنقص في مستوى ادراكه او وعيه بعناصر المشكلة لسبب اخر وفي ضوء ذلك ينبغي على الاخصائي النفسي الرياضي الاسهام بصورة إيجابية في محاولة استشارة الرياضيين وتحفيزهم للإفادة من خدماته التوجيهية والارشادية ومن امثلة على ذلك ما يلي:

- استخدام طريقة الدعوة.
- العلاقة الشخصية بالإحصائي.
- تنمية الرغبة في التحضير.
- تهيئة الجو المناسب.

2-7-3 مبدأ التقبل:

المقصود بالتقبل المتبادل أي تقبل الرياضي للمدرب، وكذلك تقبل المدرب للرياضي، وهناك بعض الآراء التي تعارض مبدأ التقبل الموجه للرياضي، وخاصة عندما يكون أساس مشكلته بعض أساليب السلوك التي تتنافى مع تقليد المجتمع ولكن من ناحية أخرى فاذا رفض المدرب تقبل مثل هذا النوع من الرياضيين يجعلهم ينفرون من التوجيه ويهربون منه وهنا نكمن مهمة الاخصائي النفسي الرياضي او المدرب الا يقف موقف المجادل او المحقق مع الرياضي بل يحاول جاهدا ان يهيئ الموقف له حتى يشعر بالثقة والطمأنينة وحتى لا يلجأ الرياضي الى التهرب او إخفاء مشكلته.

¹ - محمد عادل رشدي، علم النفس التجريبي الرياضي، ليبيا، دار الجماهيرية للنشر والتوزيع (1986) ص48

² - محمد حسن علاوي- علم النفس في التدريب الرياضي، القاهرة: دار المعارف (1985) ص110.

2-7-4 مبدأ استمرارية التحضير:

إن عملية التحضير النفسي عملية تتميز بالاستمرارية وليست مقصورة على خدمات تؤدي للرياضي اثناء فترة التدريب او المنافسات الرياضية فقط والاتجاه السائد الان ان التحضير النفسي الرياضي عملية تبدأ مع بداية ممارسته للنشاط الرياضي حتى بلوغه اعلى المستويات الرياضية.

لقد تطرق الدكتور " محمد حسن علاوي" في كتابه " علم النفس الرياضي " الى بعض المبادئ والتوجيهات العامة التي يجب على المدرب مراعاتها اثناء التحضير النفسي وهي:

- أهمية المنافسة وإقناع الرياضي بها.
- تحديد الهدف المناسب المراد الوصول اليه.
- اجتناب الرياضي للمشاكل الخارجية.
- الحالة الفردية للرياضيين ومراعاتها من طرف المدرب.
- تعويد الرياضي على المواقف المختلفة التي يمكن حدوثها في المنافسة.
- يجب على الرياضي التحضير الجيد باستمرار بغية الارتقاء بمستواه الى ابعد الحدود.¹

2-8 نتائج التحضير النفسي:

- إن التحضير النفسي الرياضي ينتج عنه تطور عدة صفات منها:
- **الاهتمام بالمنافسة:** يشعر الرياضي ان له القدرة على التركيز في المنافسة، ولا يجد صعوبة في تهيئة او تحضير نفسه للمنافسة، كما انه يعطي اهتماما بنتائج المنافسة.
- **الشعور بالجماعة:** يشعر الرياضي بالجماعة تسانده قبل المنافسة كما انه متأكد مما هو متوقع منه عمله.
- **الشعور بالقوة:** يشعر الرياضي بنوع من القوة فهو يشعر بذراعين خفيفين وسهولة الاحتفاظ بالركبتين منتصبين وهذا كله يدل على عدم الشعور بالخوف.
- **الشعور بالتحضير الجيد للمنافسة:** يشعر الرياضي بان لديه الوقت الكافي للتحضير البدني والنفسي للمنافسة ومن هذا نستنتج ان طريقته في التحضير للمنافسة صحيح وتزيد من كفاءته وقدرته على التحضير الجيد.
- **الشعور بالصبر:** يشعر الرياضي ان لديه الوقت الكافي للتحضير قبل بدء المنافسة يمثل هذا الوقت نوع من الصبر والتفأول لديه.²
- **الشعور بالثقة التامة:** يشعر الرياضي ان قدرته على الأداء جيدة، على الأقل ما هو متوقع منه او أداء أفضل من ذلك، وهذا كله يبين درجة الثقة التي يملكها الرياضي والناجمة عن تحضيره الجيد اثناء التدريب.
- **عدم الشعور بالخوف من المنافسة:** لا يشعر الرياضي بالخوف من الاشتراك في أي منافسة مهما كان مستواها.

¹ - محمد حسن العلاوي- سيكولوجية التدريب والمنافسات، القاهرة مصر: دار المعارف (1987) ص111.

² - أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، بدون طبعة، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي (1989) ص326-327.

الخلاصة:

نظرا للأداء الحديث في كرة القدم فقد ظهر واضحا خلال مباريات البطولات الوطنية والدولية تأثير الجانب النفسي على أداء اللاعبين والفرق وبالتالي على الجانب الفني سواء المهاري والخططي، فقد لعبت العديد من السمات النفسية كضبط النفس والثقة والتوتر والخوف وغيرها من السمات النفسية الأخرى دورا هاما ورئيسيا في حسم نتائج المباريات، فظهر بوضوح الدور الذي يقومك به الجانب النفسي بالنسبة للاعبين والفريق، وبذلك أصبح التحضير النفسي يشكل بجانب التحضير البدني والتقني والتكتيكي جزءا لا يتجزأ من عملية التدريب الرياضي، لذلك أصبح لزاما على المدربين والمتخصصين الاعتماد على الأسس العلمية الحديثة للتدريب الرياضي باستخدام الوسائل الخاصة والمتاحة للحصول على حالة التدريب القصوى لكل لاعب على أساس التطوير الكامل لشخصيته، وكذا إظهار وتوثيق الروح الجماعية للفريق.

الفصل الثالث

المحضر النفسي

تمهيد:

في بداية الخمسينات عندما أمكن اخضاع السلوك الإنساني للدراسة والقياس الموضوعي، بدا التطبيق العملي لعلم النفس في كثير من مجالات الحياة، فظهر علم النفس الرياضي الذي عقد اول مؤتمر دولي له سنة 1965م، ونتيجة للدراسة المستضيفة في السلوك الإنساني أصبح من مسلمات علم النفس ان اية حركة واعية للإنسان لا تصدر عن أعضاء جسمه فقط.

بل أيضا نتيجة لمجموعة من العمليات العقلية، وكذلك مجموعة من العمليات الانفعالية ونتيجة أيضا للنشاط الانفعالي كالحماس والإصرار والخوف أو القلق، فاذا اقتصر المدرب في اعداده للاعب على الاعداد المهاري والخططي والاعدادي البدني فانه بذلك يكون قد تعامل مع نظامين فقط من شخصية اللاعب هما النظام العقلي والنظام البدني وتجاهل النظام الانفعالي للاعب. بالرغم من أن السلوك الحركي لا يصدر الا من خلال التفاعل بين النظم الثلاثة الرئيسية للشخصية.

ومن هذا المنطلق أصبح الاعداد النفسي للاعب مطلبا أساسيا لا يقل أهمية عن الاعداد البدني والمهاري والخططي.

3-1 تعريف المحضر النفسي الرياضي:

يرى هيمان HEYMAN (1993م) ان الاختصاصي النفسي الرياضي هو الشخص الذي يستطيع تحسين مستوى أداء اللاعبين من خلال التوظيف الصحيح لقدراتهم وتعزيز مهاراتهم السيكلوجية ومساعدتهم على تجنب الانفعالات والتوترات، بالإضافة الى المساهمة في حل مشكلاتهم الشخصية والتي تؤثر بصورة مباشرة على مستوى الأداء لديهم.¹

3-2 مهن المحضر النفسي الرياضي:

لقد اقامت اللجنة الأولمبية بالولايات المتحدة الامريكية (USOC) عام 1983م حلا جزئيا لقضية تحديد الأشخاص الذين يحق لهم مهنة الاختصاصي النفسي الرياضي في ضوء ثلاث فئات مفتوحة هي:

3-2-1 المحضر النفسي التربوي الرياضي:

تتضمن تلك الفئة الأشخاص الذين لديهم خلفية عملية متسعة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني. إضافة الى دراسات مكثفة في بعض فروع علم النفس الرياضي، وعلم النفس الارشادي وعلم النفس الاكلينيكي، وعلم نفس الشخصية، ويتحدد دور الاختصاصي النفسي التربوي الرياضي في مجالين اساسين هما:

- تعليم واكساب اللاعبين المفاهيم التربوية والنفسية الصحيحة.
- تعليم واكساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.

3-2-2 المحضر النفسي الاكلينيكي الرياضي:

تتضمن تلك الفئة الأشخاص المتخصصين في علم النفس ولديهم إجازة معتمدة لذلك النوع من العمل. كما يجب ان يكون لديهم خبرة وفهم عميق بالخصائص النفسية المرتبطة بالرياضة من خلال دراسات عملية مكثفة لعلوم الرياضة. وطبيعة دور الاختصاصي النفسي الاكلينيكي الرياضي تجعله يتعامل عادة مع نسب ضئيلة من الرياضيين الذين قد يعانون من بعض المشكلات والاضطرابات النفسية الحادة مثل الاكتئاب والخوف المرضي.

3-2-3 الاختصاصي النفسي للبحث في الرياضة:

يستند تطور علم النفس الرياضي باعتباره أحد الفروع التطبيقية لعلم النفس على استمرارية النمو المعرفي من خلال اجراء العديد من الدراسات والبحوث لتدعيم البنية المعرفية النظرية ومواجهة المشكلات التطبيقية وإيجاد الحلول لها. ومن هنا يظهر دور الاختصاصي النفسي للبحث في الرياضة، حيث يوضح من خلال ذلك الدور الإجابة على العديد من التساؤلات التي تحتاج الى إجابات وتفسيرات علمية، ومن امثلة تلك التساؤلات ما يلي:

- ما هي مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الرياضيين؟
- كيف يمكن تدريب وتطوير المهارات النفسية للرياضيين؟
- كيف يمكن استثارة دافعية الرياضيين نحو الإنجاز الرياضي؟

لقد حددت الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضي (ISSP) الاختصاصيين الذين يقدمون الاستشارة النفسية

للرياضيين في نوعين هما:

- الاختصاصي النفسي الاكلينيكي الرياضي.

¹ محمد حسن علاوي (1998): مدخل علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة- مصر، ص76.

• الاختصاصي النفسي التربوي الرياضي.

وينظر أسامة كامل راتب 1995م الى الاختصاصي النفسي التربوي الرياضي على انه الشخص الذي يقوم بتعليم واكساب اللاعبين الرياضيين او الممارسين للرياضية المهارات النفسية المختلفة كمهارات الاسترخاء والتنشيط والتصور العقلي ومهارات الانتباه والتركيز والثقة بالنفس وغيرها من المهارات النفسية التي تسهم في مواجهة القلق والاستثارة والضغوط. وتهيئة اللاعبين نفسيا قبل الاشتراك في المنافسات الرياضية. وكذلك الاسهام في سرعة تعلم واتقان المهارات والقدرات الحركية والخططية.¹

3-3 دور الاختصاصي النفسي الرياضي:

- يهدف الاختصاصي النفسي الى التحضير وتدعيم الرياضي نفسا من اجل الوصول الى اقصى قدراته للحصول على أحسن النتائج، ولذلك يعمل على اتباع بعض النقاط الأساسية والتي أمكننا حصرها فيما يلي:
- شرح الأهداف الأساسية وعلى المدى الطويل.
- تطوير روح وتقاليده الفريق.
- اقناع الرياضي بانه له قدرات الوصول الى تحقيق النتائج.
- تحضير التخطيطات والاهداف للتحقيق على النتائج الجيدة.
- تطوير بصفة إيجابية حب النفس الرياضي.
- معرفة استخدام التشجيعات والعقوبات.
- خلق روابط جيدة بين أعضاء الفريق وبين الفريق والمسؤولين.
- استعمال مثال احسن الرياضيين، وأيضا مثال احسن مدرب واقرب اعوانه.²

3-4 مجالات عمل المحضر النفسي الرياضي:

ترى "يفون بريث" 1998م ان هناك العديد من المجالات التي يستطيع الاختصاصي النفسي الرياضي تقديم المساعدة للفريق من خلالها. وتلك المجالات هي:

3-4-1 بناء الفريق الرياضي:

يقصد به كل الإجراءات التي يقوم بها لمساعدة افراد الفريق على العمل المشترك بصورة أفضل خاصة عند سفر الفريق وتعايش افرادهم معا لفترة من الزمن، وهو امر يحتاج الى ترتيبات خاصة تتعلق بالسفر والإقامة والانتقال.

3-4-2 مهارات الحياة:

كل ما يحدث للاعب خلال حياته اليومية يتدرج تحت مسمى مهمات الحياة مثل المتاعب التي تواجهه على مدار يومه ثم يتوجه في نهاية اليوم للتدريب وهو لا يستطيع التخلص من التفكير في كل ما صادفه وواجهه. وبالطبع سوف يؤثر ذلك على أداء اللاعب.

¹ أسامة كامل راتب (1997): احتراف الرياضي بين ضغوط التدريب والاجهاد النفسي. دار الفكر العربي- مصر ص 69

² GORBUNOV (G.D) : « problèmes psychologique de la préparation à la compétition chez les achetés de haut niveau » cite in mythologie d'entrainement INSP, 1982. P174

3-4-3 المواقف الصعبة:

تلك المواقف التي تصادف العديد من اللاعبين والتي تحدث دو أسباب ظاهرة ودون مقدمات او انذار كفقء اللاعب لوظيفته، او اصابته إصابة بالغة تؤثر على ممارسته للنشاط، وما يترتب على تلك المواقف من ضغوط ومشاكل نفسية ومادية واجتماعية.

3-4-5 التدريب على المهارات السيكلوجية:

التي ترتبط بالعديد من الجوانب المتعلقة بالتدريب الرياضي مثل صعوبات التركيز او الاسترخاء عند المنافسة أو الشعور بعدم الدافعية للاستمرار في المنافسة.¹

ويضيف مؤلفات الكتب مجموعة من المجالات التي يمكن ان يساهم فيها الاختصاصي النفسي الرياضي بالجهد والفكر مع الفريق الرياضي وهي:

- أ. **استشارة وتعزيز الطاقة النفسية للاعبين:** ويتم ذلك من خلال استخدام الاختصاصي النفسي الرياضي للإجراءات المناسبة لاستثارة اللاعبين نحو الإنجاز الرياضي في النشاط الممارس.
- ب. **مواجهة القلق السلبي لدى اللاعبين:** وذلك بمساعدة اللاعبين وتعريفهم على أفضل الأساليب والإجراءات التي تعينهم على مواجهة القلق السلبي لديهم والذي يؤدي الى عدم التركيز قبل وخلال المشاركة في المنافسة الرياضية مما يؤثر سلبا على مستوى الأداء الرياضي.
- ج. **رفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين:** وذلك بمساعدة اللاعبين من خلال بعض الإجراءات خلال التدريب على تحمل الضغوطات النفسية التي قد تظهر خلال الدورات والبطولات التي تتطلب كفاها مستمرا ومثابرة لفترة زمنية غير معتادة لديهم.
- د. **التدريب العقلي على المهارات الحركية والنفسية المرتبطة بالممارسة الرياضية:** وذلك بوضع البرامج العلمية للتدريب العقلي لرفع مستوى المهارات المرتبطة بالممارسة التخصصية للنشاط الرياضي.
- هـ. **التكيف النفسي مع الريتم البيولوجي للجسم:** وذلك بتعريف اللاعبين ببعض الإجراءات المناسبة لمساعدتهم على التكيف بسرعة أكبر مع تغيرات الزمن (الريتم البيولوجي للجسم) مما يوفر لهم الراحة في النوم والقيام بأعباء الحياة اليومية سواء عملية او دراسية.
- و. **تدعيم الثقة بين اللاعبين وجهاز التدريب:** ويتم تدعيم الثقة بين اللاعبين وجهاز التدريب باتخاذ بعض الإجراءات التربوية وخاصة خلال مرافقة الفريق الرياضي في الرحلات ومعسكرات السفر خارج الوطن او المشاركة المحلية داخل الوطن وخاصة مع المدربين الذين ليست لديهم معرفة قوية بإمكانيات وقدرات اللاعبين الحقيقية.
- ز. **الموازنة النفسية خلال مواقف المنافسة ذات الاستشارة الانفعالية العالية:** وذلك بالوقوف بجانب اللاعبين بصفة خاصة في المواقف الصعبة كحالات ما بعد الهزيمة وانخفاض مستوى الطموح وضعف مستوى الإنجاز

¹ زكي محمد حسن (1997): المدرب الرياضي - اسس العمل في مهنة التدريب. منشأة المعارف، الإسكندرية ص53

الرياضي حيث ان دور الاختصاصي في تلك المواقف اهم وأكبر تأثيراً من تواجده مع اللاعبين في مواقف الفوز والانتصار وحقيق البطولات.

ح. وضع وتحديد الأهداف المراد تحقيقها بالتعاون مع الجهازين الإداري والفني للفريق: وذلك بمشاركة الجهازين المذكورين في وضع وتحديد الأهداف المطلوب إنجازها تبعاً للإمكانيات والقدرات والاستعدادات المميزة للاعبين الفريق الرياضي بعد دراستها وتقييمها.

ط. تدعيم التماسك الاجتماعي بين اللاعبين: وذلك باتخاذ الإجراءات المناسبة في الظروف والمواقف المناسبة لزيادة الاتصال الاجتماعي بين اللاعبين، وبينهم وبين جهاز التدريب بهدف الارتقاء بمستوى التفاعل، ومن ثم التماسك الاجتماعي والذي يؤثر بدوره في تحقيق الإنجاز الرياضي.

ي. معالجة المشاكل التي تظهر من بعض لاعبي الفريق: وتبدأ هذه المهمة بالملاحظة الدقيقة للعلاقات بين اللاعبين بعضهم البعض وبين القائمين على إدارة الفريق خلال التدريب والمباريات وأوقات الراحة، وذلك من أجل تحديد المشاكل التي تطرأ من بعض اللاعبين مثل حالات عدم الامتثال أو عدم التألف أو حالات التحالفات والتكتلات بين بعض اللاعبين أو حالات التمرد، وبعد تحديد المشكلة يتم دراستها ثم توضع الإجراءات المناسبة لمعالجتها بالتعاون مع إدارة الفريق.¹

¹ محمد حسن علاوي (2006): مدخل علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الخامسة، القاهرة- مصر. ص 97.

الخلاصة:

يتمثل المحضر النفسي الرياضي في تقييم الجوانب النفسية للرياضيين، والذي يشمل الاهتمام بالجوانب النفسية المرتبطة بالأداء الرياضي. ويعتبر المحضر النفسي الرياضي أداة مهمة لتحسين أداء الرياضيين وتحسين مستوى التركيز والتصميم الذهني اللازم لتحقيق النجاح في الرياضة.

ويتم عادة تقديم المحضر النفسي الرياضي من قبل مستشار نفسي رياضي ويتضمن هذا المحضر تقييماً شاملاً للرياضيين، بما في ذلك تقييم مستوى النفسي والتحليل النفسي للأداء الرياضي والتصميم الذهني لتطوير الروح الرياضية وتعزيز الثقة بالنفس.

ومن بين المهارات التي يمكن تحسينها باستخدام المحضر النفسي الرياضي، هي القدرة على التركيز والتصميم الذهني، وتحويل الضغوطات إلى فوائد في الأداء الرياضي. كما يساعد المحضر النفسي الرياضي على تحسين الثقة بالنفس والتحمل النفسي للإصابات والتحديات المختلفة في الرياضة.

وبشكل عام، فإن المحضر النفسي الرياضي يعتبر مهمة لتحسين أداء الرياضيين والمحافظة على الصحة النفسية والجسدية وتعزيز الروح الرياضية في الرياضة.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

من خلال هذا الفصل سنحاول الالمام بموضوع بحثنا ودراسته الميدانية، حتى نغطي من ناحية المعلومات العلمية والمناهج التي سنتبعها والأدوات التي سنستعملها لتطبيق إجراءات الدراسة الميدانية. لذلك سنحاول تحديد المنهج الذي سنتبعه وتحديد معالم المجتمع والعينة التي سنقوم بتطبيق إجراءات البحث عليها كما نحدد الوسائل والأدوات العلمية والاحصائية التي نستعين بها لتطبيق هذه الدراسة.

4-1 الدراسة الاستطلاعية:

قمنا الدراسة الاستطلاعية من خلال تنقلنا الى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لجامعة البويرة من أجل الحصول على بعض المعلومات الهامة في دراستنا التي سهلت التواصل مع الأساتذة وتقديم استمارات الاستبيان لهم، بغية تشخيص وجمع الأفكار التي ترتبط مباشرة بموضوع بحثنا.

4-2 العينة:

هي عبارة عن مجموعة من المفردات او العناصر التي يتم اخذها من المجتمع الذي نريد بحثه او بتعبير اخر انها جزء من الكل، وبفترض في هذا الجزء ان يكون ممثلا للكل.¹

خطوات اختيار العينة:

لقد قمنا باختبار 25 أستاذ من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بطريقة مقصودة.

4-3 المنهج المتبع:

ان اختيار الباحث للمنهج الذي يتبعه في بحثه يعتمد على طبيعة الموضوع الذي يود دراسته، فالمنهج هو الطريق المؤدي الى الهدف المطلوب او هو الخيط الغير مرئي الذي يشد البحث من بدايته قصد الوصول الى نتائج معينة.² من خلال المشكلة المطروحة في هذا البحث فان المنهج الوصفي هو الأكثر ملائمة للإجابة على التساؤلات المطروحة وتكون أهمية هذا المنهج في انه يعطي للباحث فهما أفضل لظاهرة موضوع البحث حتى يتمكن من تحقيق تقدم كبير في حل المشكلة ومعرفة طبيعة الظاهرة وتحليلها والتعرف على العلاقات بين مكوناتها، والآراء حولها والاتجاهات نحوه وكذلك العمليات التي تمنها والاثار المترتبة عنها.

4-4 متغيرات البحث:

- المتغير المستقل: هو الذي يؤثر في العلاقة بين المتغيرين ولا يتأثر بها وفي موضوعنا هذا المتغير المستقل هو متطلبات تكوين المحضر النفسي في كرة القدم.

- المتغير التابع: هو الذي يتأثر بالعلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يؤثر فيها وفي موضوعنا المتغير التابع هو ممارسة المهنة.

4-5 مجتمع البحث:

هو إجراء يهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة او مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات او البيانات المتعلقة بالدراسة او البحث. وذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل اليها من العينة المسحوبة على المجتمع الأصلي.³

¹ عدنان حسين الجادي، يعقوب عبد الله أبو حلو: الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية في بحوث العلوم التربوية. اثراء للنشر والتوزيع الأردن. 2009. ص93

² محمد الازهر السماك وآخرون: الأصول في البحث العلمي بغداد، دار الحكمة (1980) ص42

³ محمد نصر الدين رضوان. الإحصاء الاستدلالي في التربية البدنية والرياضية. مصر. دار الفكر العربي (2003) ص20

إن مجتمع بحثنا والذي يدل على عنوان البحث وهو أستاذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة لجامعة البويرة والمكون من 25 أستاذ.

4-6 مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** قمنا في بحثنا هذا بجمع المعلومات الخاصة بالدراسة النظرية ولقد اعتمدنا على مختلف المكتسبات للحصول على المراجع سواء كتب أو مذكرات تخرج. أما فيما يخص الدراسة الميدانية فكان اعتمادنا على معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لجامعة البويرة وأستاذة المعهد وتم توزيع استمارات الاستبيان عليهم على مستوى المعهد.
- **المجال البشري:** لقد أجرينا هذا البحث على عينة متمثلة في أستاذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لجامعة البويرة، وكان عددهم 25 أستاذ.
- **المجال الزمني:**

– بداية العمل: 12 فيفري 2023

– نهاية العمل: 31 ماي 2023

4-7 أدوات البحث:

قصد إيجاد حلول لإشكالية البحث المطروحة وللتحقق من صحة الفرضيات لزم علينا اتباع طرف علمية للدراسة واستخدام مجموعة من الأدوات لجمع المعلومات التي تخدم موضوع البحث حيث تم استخدام الأدوات التالية:

4-7-1 الاستبيان:

هو قائمة تحتوي على مجموعة من أسئلة يستخدمها الباحث لبناء أسئلة. والاستبيان ليس الا صحيفة اختبار يطبقها الباحث بدلا من المجيب ويسمح استخدام استمارة الاستبيان للمجيب ان يسجل إجابات في الحال.¹

4-7-2 استبيان خاص بالأساتذة:

تحتوي استمارة الاستبيان الموجهة للأساتذة على مجموعة من الأسئلة، تمت صياغتها لإيجاد حلول لمشكلة البحث تبعا للمنهج العلمي الذي اتبعناه في هذه الدراسة. وقد تم تصميم هذا الاستبيان وصياغة الأسئلة والعبارات وكتابتها استنادا الى آراء وتوجيهات الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة المتخصصين بما تتماشى مع موضوع وإشكالية البحث وفرضياته ولقد احتوى الاستبيان في مضمونه على عبارات في شكل أسئلة عددها 21 سؤال.

4-8 التقنيات والأدوات الإحصائية المستعملة:

4-8-1- النسبة المئوية:

بعد عملية جمع كل الاستمارات الخاصة بالمدرسين واللاعبين، قمنا بعملية فرزها حيث يتم في هذه المرحلة حساب عدد تكرارات الاجوبة الخاصة بكل سؤال في الاستبيان، وبعدها يتم حساب النسبة المئوية بالطريقة التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{100 \times \text{عدد التكرارات}}{\text{المجموع الكلي}}$$

¹ مراد عبد الفتاح: موسوعة البحث العلمي واعداد الأبحاث والمؤلفات. القاهرة 2000 ص 807

4-8-2- اختبار كاف تربيع (ك 2)

يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان، وقانون كاف تربيع (ك²) هو كما يلي:¹

$$كا2 = \frac{\text{مجموع (التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

يتم حساب التكرارات المتوقعة من خلال المعادلة التالية:

$$\frac{\text{عدد افراد العينة}}{\text{عدد الاختبارات}} = \text{التكرارات المتوقعة}$$

صدق الاتساق الداخلي: استبيان الاساتذة.

الجدول رقم (01): يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية استبيان المدربين (صدق الاتساق الداخلي).

| النتيجة | مستوى الدلالة (Sig) | معامل الارتباط | عدد الفقرات | المحور |
|---------|---------------------|----------------|-------------|---|
| دال | 0,000 | 0,932 | 05 | المحور الاول: هناك توظيف للمحضر النفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة. |
| دال | 0,000 | 0,990 | 11 | المحور الثاني: التكوين شرط أساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي. |
| دال | 0,000 | 0,921 | 05 | المحور الثالث: الخبرة الرياضية كافية لممارسة مهنة محضر نفسي. |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.

ثبات المقياس:

الجدول رقم (02): يوضح مقياس معامل الثبات ألفا كرونباخ لاستبيان الاساتذة.

| معامل الثبات ألفا كرونباخ | المحاور |
|---------------------------|---------------|
| 0.667 | المحور الأول |
| 0.773 | المحور الثاني |
| 0.719 | المحور الثالث |
| 0.843 | مجموع المحاور |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.

¹ فريد كامل أبو زينة وآخرون، مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي. - ط1. - دار المسيرة للنشر والتوزيع: الأردن، 2006. - ص213.

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تطرقنا الى تحديد الخصائص والوسائل التي سنعتمد عليها في إجراءات البحث التطبيقية وهذا من اجل العمل على تمهيد الطريق للعمل الميداني وتطبيق اجراءاته الميدانية في أحسن الظروف ومن اجل استبعاد العمل العشوائي والفوضوي، حيث عددنا المنهج المتبع وخصائص العينة والوسائل الإحصائية التي سنستعملها في تحليل النتائج.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

إن عرض النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق الدراسة وتناولها بالتحليل والمناقشة يعتمد على الوسائل الاحصائية، وهنا يجب تحديد كيفية عرضها وكيفية استعمال الوسائل الاحصائية وتقديمها في جداول وبيانات تعكس وتعبّر عن النتائج المتحصل عليها بالشكل المناسب كما ان هذا يسهل عملية مقارنة النتائج المتحصل عليها بالفرضيات المطروحة من اجل الخروج بالدراسة متماسكة، وهنا نركز على كيفية عرض النتائج كل على حدا من اجل تقادي الالتباسات الغير مرغوبة والاعتماد على مقارنة النتائج بتطبيق الوسائل الاحصائية و استخراج النتائج ومناقشتها ومقارنتها بالفرضيات.

5-1 عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

المحور الأول: هناك توظيف للمحضر النفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة.

السؤال رقم (01): "ما رأيك في مهنة التدريب؟ هل هي؟"

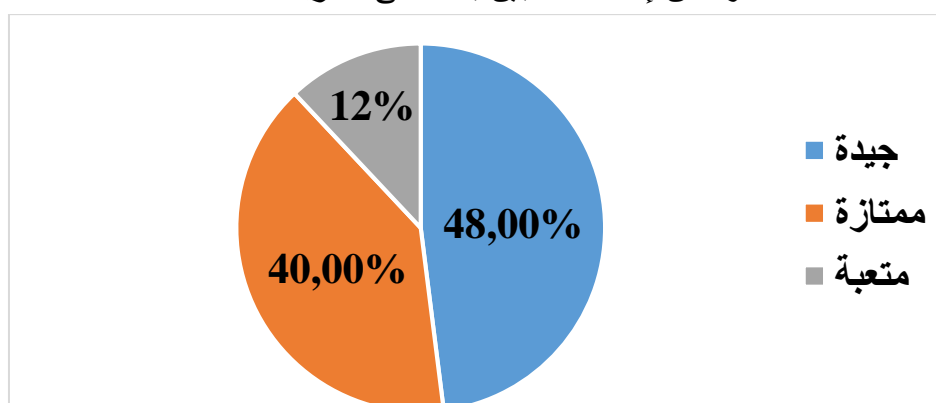
الغرض منه: معرفة رأي الأساتذة في مهنة التدريب.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (03): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (01)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة النئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K ² المحسوبة | قيمة K ² المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------|------------------|
| جيدة | 12 | 48,0 | 8,3 | 3,7 | 5,360 | 5.991 | 2 | 0.05 |
| ممتازة | 10 | 40,0 | 8,3 | 1,7 | | | | |
| متعبة | 3 | 12,0 | 8,3 | -5,3 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (01): يمثل اختلاف الآراء حول مهنة التدريب

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، والتي تبين لنا اجابات الأساتذة حول السؤال رقم (01) فكانت نسبة 48% قد اجابوا بجيدة وهي اكبر نسبة مقارنة مع الاجابات الاخرى، منها ممتازة والتي بلغت نسبتها 40%، ومتعبة بلغت نسبتها 12% مثل ما هو موضح اكثر في الشكل رقم (01)، اذ بلغت حينها قيمة ك² المحسوبة 5.360 وهي اقل من ك² المجدولة والتي كانت 5.991، هذا عند مستوي الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية تميل لصالح جيدة الاستنتاج: ومنه نستنتج ان أغلب الأساتذة يحبون مهنة التدريب

السؤال رقم (02): " هل ترى انه يجب ان يكون طاقم تدريبي كامل او نكتفي بالمدرّب الرئيسي؟"

الغرض منه: معرفة إذا يتم الاكتفاء بالمدرّب الرئيسي فقط او يجب توفر طاقم تدريبي كامل.

وبعد الاطلاع على إجابات الأساتذة، وجدنا اختلافا في إجاباتهم ونلخصها فيما يلي:

عرض وتحليل النتائج:

من خلال اجابات الاساتذة وجدنا ان هناك من يرى انه يجب ان يكون طاقم تدريبي كامل وهناك من يرى انه لا

بأس بالاكتفاء بمدرّب رئيسي ومدرّب مساعد وذلك على حسب مستوى الأندية او الفرق.

الاستنتاج: ومنه نستنتج انه يجب توفر طاقم تدريبي كامل اما في الاندية الهاوية فنستكفي بمدرّب ومدرّب مساعد.

السؤال رقم (03): " هل يوجد محضر نفسي في الفريق؟"

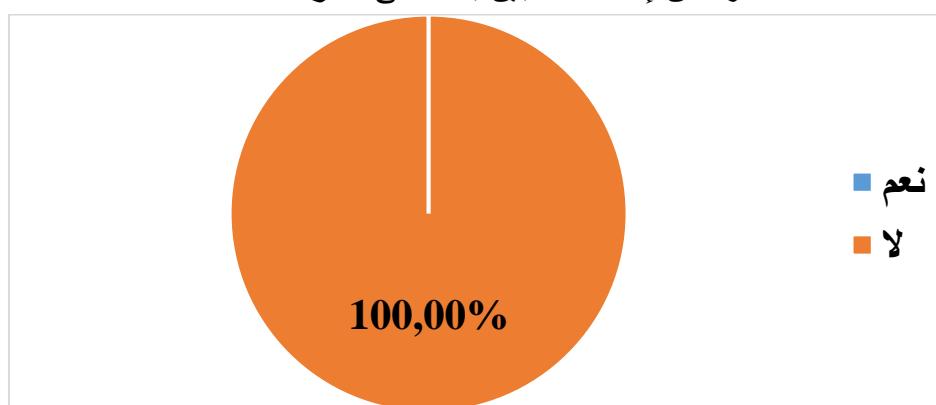
الغرض منه: معرفة اذا كان هناك محضر نفسي في الفريق .

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (03)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (02): يمثل إذا كان الفريق يمتلك محضر نفسي أم لا

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (03) فكانت نسبة 100% قد اجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى لا والتي بلغت نسبتها 00%, مثل ما هو موضح في الشكل رقم (02) ، حينها كانت قيمة K^2 المحسوبة والمجدولة معدومة، هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية معدومة، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.

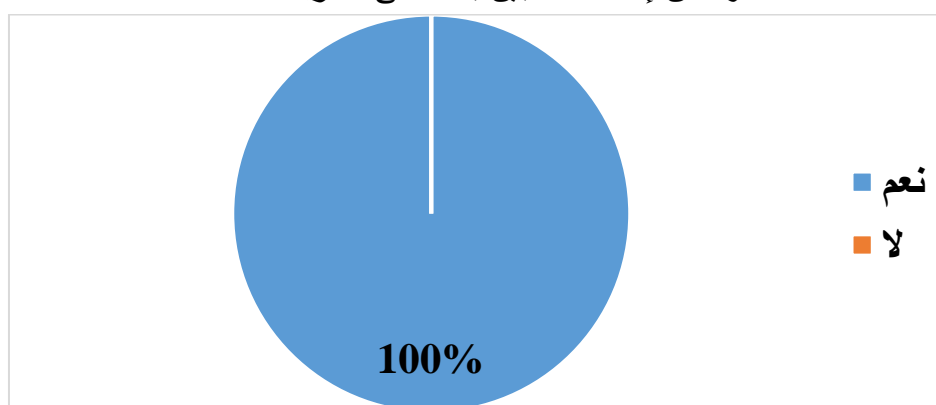
الاستنتاج: ومنه نستنتج انه لا يوجد محضر نفسي في الفريق

السؤال رقم (04): " هل ترى ان وجود المحضر النفسي أساسي في الفريق؟"
الغرض منه: معرفة اذا كان وجود المحضر النفسي اساسي في الفريق.
وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (05): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (04)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (03): يمثل إجابات الاساتذة حول ما إذا كان أساسيا وجود المحضر النفسي في الفريق

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول، والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (04) فكانت نسبة 100% قد اجابو بنعم وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى لا، والتي بلغت نسبتها 00% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل رقم (03). اذ كانت حينها قيمة K^2 المحسوبة والجدولة معدومة، هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية معدومة، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.
الاستنتاج: ومنه نستنتج انه وجود المحضر النفسي في الفريق شيء اساسي.

السؤال رقم (05): " ما هو سبب عدم وجود محضر نفسي في المستويات الدنيا؟"

الغرض منه: معرفة سبب عدم وجود محضر نفسي في المستويات الدنيا.

وبعد الاطلاع على اجابات الاساتذة وجدنا اختلافا في اجاباتهم ونلخصها في مايلي:

عرض وتحليل النتائج:

من خلال اجابات الاساتذة وجدنا ان هناك من يرى ان السبب في عدم وجود محضر نفسي في المستويات

الدنيا هو نقص الامكانيات والظروف التي لا تساعد في توفيره ومنهم من قال انه لا يوجد وعي بضرورة ودور

المحضر النفسي في الفريق وهناك من يرى انه لا يوجد اهتمام اصلا بهذه المهنة في هذه المستويات.

الاستنتاج: ومنه نستنتج ان الاسباب التي تمنع وجود المحضر النفسي في المستويات الدنيا مختلفة ومتعددة.

المحور الثاني: التكوين شرط أساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي

السؤال رقم (06): "ما رأيك في المحضر النفسي كمهنة؟"

الغرض منه: معرفة رأي الاستاذ في مهنة المحضر النفسي

وبعد الاطلاع على اجابات الاساتذة وجنا اختلافا في اجاباتهم ونلخصها في مايلي:

عرض وتحليل النتائج:

من خلال اجابات الاساتذة وجدنا ان هناك من يرى انها مهنة جيدة والاخر يرى انها مهنة متعبة ونسبة كبيرة أكدت انها مهنة ضرورية.

الاستنتاج: ومنه نستنتج ان مهنة المحضر النفسي مهنة ضرورية.

السؤال رقم (07): "هل لديها مكانة في الوسط الرياضي الجزائري لكرة القدم؟"

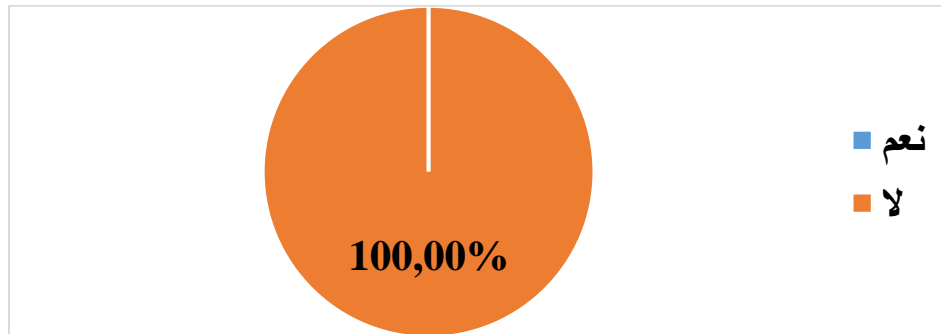
الغرض منه: معرفة اذا كان لمهنة المحضر النفسي مكانة في الوسط الرياضي الجزائري كرة القدم.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (06): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (07)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة النسبية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K ² المحسوبة | قيمة K ² المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (04): يمثل فيما إذا كان لمهنة المحضر النفسي مكانة في الوسط الرياضي الجزائري لكرة القدم

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (07) فكانت

نسبة 100% قد أجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم، والتي بلغت نسبتها 00% مثل ما هو

موضح اكثر في الشكل (04)، حينها كانت قيمة ك² المحسوبة والمجدولة معدومة، هذا عند مستوى الدلالة 0.05

ودرجة حرية معدومة، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.

الاستنتاج: ومنه نستنتج انه لا توجد مكانة لمهنة المحضر النفسي في الوسط الرياضي الجزائري لكرة القدم.

السؤال رقم (08): " في نظرك من هو المحضر النفسي؟"

الغرض منه: معرفة من هو المحضر النفسي.

وبعد الاطلاع على اجابات الاساتذة وجدنا اختلافا في اجاباتهم ونلخصها فيما يلي:

عرض وتحليل النتائج:

من خلال اجابات الاساتذة وجدنا انهم يرون ان المحضر النفسي بصفة عامة هو من يقوم بتحضير اللاعبين لمختلف

الضغوط التي يمكن ان يتعرضوا لها.

الاستنتاج: ومنه نستنتج ان المحضر النفسي هو من يقوم بتحضير اللاعبين نفسيا.

السؤال رقم (09): " ماهي شروط تكوين محضر نفسي؟"

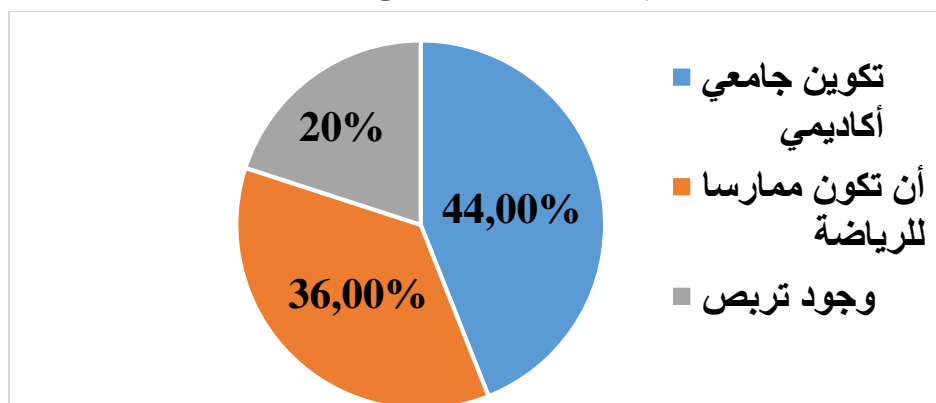
الغرض منه: معرفة شروط تكوين محضر نفسي.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (07): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (09)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 الجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|------------------------|-----------------|----------------|-----------------|------------------------------------|---------------------|--------------------|-------------|---------------|
| تكوين جامعي أكاديمي | 11 | 44,0 | 8,3 | 2,7 | 2,240 | 5.991 | 2 | 0.05 |
| أن تكون ممارسا للرياضة | 9 | 36,0 | 8,3 | 0,7 | | | | |
| وجود تربص | 5 | 20,0 | 8,3 | -3,3 | | | | |
| خبرة | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | | | |
| أخرى | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | 100% | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (05): يمثل شروط تكوين محضر نفسي

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا إجابات الاساتذة حول السؤال رقم (09) فكانت نسبة 44% قد اجابوا بتكوين جامعي أكاديمي وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابات الاخرى، منها ان تكون ممارسا للرياضة والتي بلغت نسبتها 36%، ووجود تربص والتي بلغت نسبتها 20% مثل ما هو موضح في الشكل (05)، إذ بلغت حينها قيمة K^2 المحسوبة 2.240 وهي اقل من قيمة K^2 الجدولة والتي كانت 5.991 هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2. وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.

الاستنتاج: ومنه نستنتج ان التكوين الجامعي الأكاديمي شرط اساسي في تكوين محضر نفسي.

السؤال رقم (10): " هل ترى ان التكوين الجامعي اجباري؟"

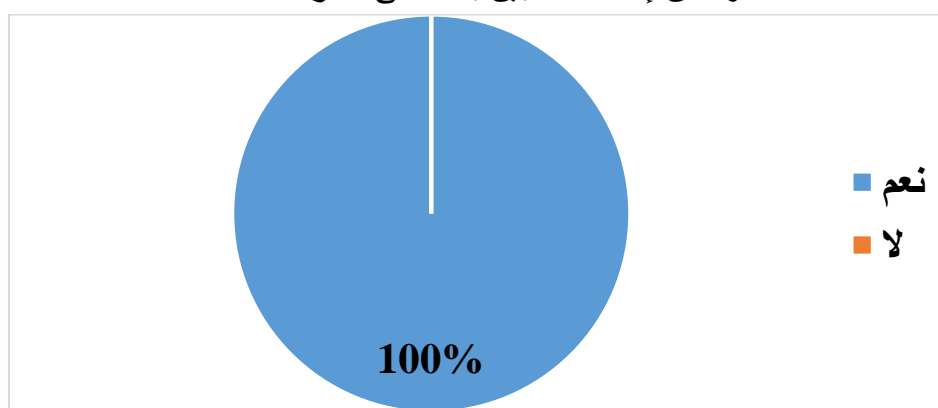
الغرض منه: معرفة اذا كان التكوين الجامعي اجباري.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (10)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (06): يمثل فيما إذا كان التكوين الجامعي اجباري

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (10) فكانت نسبة 100% قد اجابوا بنعم وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى لا، والتي بلغت نسبتها 00% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل رقم (06) اذ كانت حينها قيمة K^2 المحسوبة والمجدولة معدومة، هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية معدومة، هذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية. الاستنتاج: ومنه نستنتج ان التكوين الجامعي اجباري في تكوين محضر نفسي.

السؤال رقم (11): " هل المدرب الرئيسي يمكن ان يكون محضر نفسي؟"

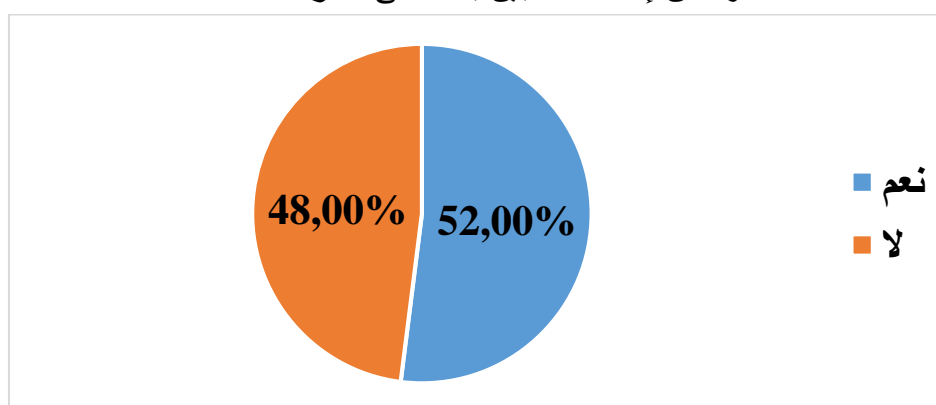
الغرض منه: معرفة اذا يمكن للمدرب الرئيسي ان يكون محضر نفسي.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (09): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (11)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 13 | 52,0 | 12,5 | 0,5 | 0,040 | 3.841 | 1 | 0.05 |
| لا | 12 | 48,0 | 12,5 | -0,5 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (07): يمثل فيما إذا كان يستطيع المدرب الرئيسي ان يكون محضرا نفسيا

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (11) فكانت نسبة 52% قد أجابوا بنعم، وهي نسبة أكبر مقارنة مع الاجابة الاخرى لا والتي بلغت نسبتها 48% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل رقم (07) إذ بلغت حينها قيمة K^2 المحسوبة 0.040 وهي اقل من قيمة K^2 المجدولة والتي كانت 3.841 هذا عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية. الاستنتاج: ومنه نستنتج ان المدرب الرئيسي يستطيع أن يكون محضر نفسي.

السؤال رقم (12): "في نظرك ما هي الإضافة التي يأتي بها المحضر النفسي؟"
وبعد الاطلاع على اجابات الاساتذة وجدنا اختلافا في اجاباتهم ونلخصها فيما يلي:
عرض وتحليل النتائج:

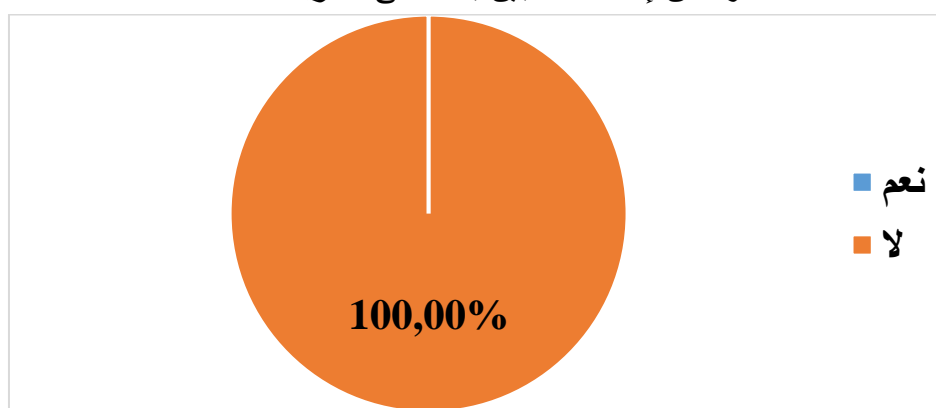
من خلال اجابات الاساتذة وجدنا ان هناك من يرى انه يمكن للتحضير النفسي ان يصنع الفارق وهناك من يرى انه يمكن تحقيق الانجازات وتحسين وتطوير الأداء والبعض يرى يمكن الوصول الى النتائج المرجوة. **الاستنتاج:** ومنه نستنتج ان المحضر النفسي قد يأتي بالإضافة بالنسبة للاعبين او الفريق ككل.

السؤال رقم (13): " هل تكوّن معاهد التربية البدنية والرياضية محضر نفسي؟"
الغرض منه: معرفة إذا تكوّن معاهد التربية البدنية والرياضية محضر نفسي.
وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (10): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (13)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة النسبية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (08): يمثل إجابة الاساتذة حول ما إذا كانت معاهد التربية البدنية والرياضية تكوّن محضرين نفسيين

عرض وتحليل النتائج:

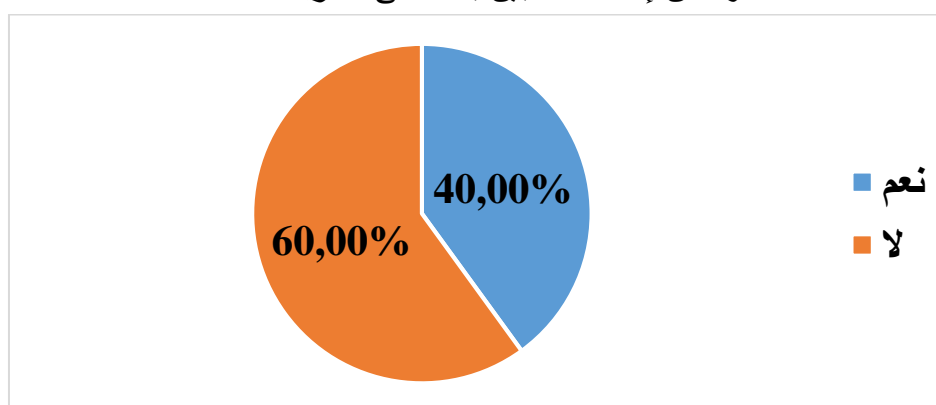
من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (13) فكانت نسبة 100% قد اجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم والتي بلغت نسبتها 00% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل (08) اذ كانت حينها قيمة قيمة K^2 المحسوبة والمجدولة معدومة هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية معدومة، هذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.
الاستنتاج: ومنه نستنتج ان معاهد التربية البدنية والرياضية لا تكون محضر نفسي.

السؤال رقم (14): " هل البرامج الموجودة في تخصص التدريب تساعد على تكوين محضر نفسي؟"
الغرض منه: معرفة اذا كانت البرامج الموجودة في تخصص التدريب تساعد على تكوين محضر نفسي.
وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (14)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 10 | 40,0 | 12,5 | -2,5 | 1,000 | 3.841 | 1 | 0.05 |
| لا | 15 | 60,0 | 12,5 | 2,5 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (09): يمثل إذا ما كانت البرامج الموجودة في تخصص التدريب تساعد على تكوين محضر نفسي
عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (14) فكانت نسبة 60% قد اجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم، والتي بلغت نسبتها 40% مثل ما هو موضح اكثر في الشكل (09) اذ بلغت حينها قيمة K^2 المحسوبة 1.000 وهي اقل من قيمة K^2 المجدولة والتي كانت 3.841 هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 01 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.
الاستنتاج: ومنه نستنتج ان البرامج الموجودة في تخصص التدريب لا تساعد على تكوين محضر نفسي.

السؤال رقم (15): " هل الوحدات المدرسية في تخصص التدريب الرياضي كافية لتكوين محضر نفسي؟"
الغرض منه: معرفة إذا كانت الوحدات المدرسية في تخصص التدريب الرياضي كافية لتكوين محضر نفسي.
وبعد الاطلاع على اجابات الاساتذة وجدنا تقارب في اجاباتهم ونلخصها فيما يلي:

عرض وتحليل النتائج:

من خلال اجابات الاساتذة وجدنا ان أغلبهم أكد ان الوحدات المدرسية فيتخصص التدريب الرياضي غير كافية لتكوين محضر نفسي.

الاستنتاج: ومنه نستنتج ان الوحدات المدرسية في تخصص التدريب الرياضي لا تكفي لتكوين محضر نفسي.

السؤال رقم (16): " يقال ان اختصاص محضر نفسي كالمحضر البدني خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة."

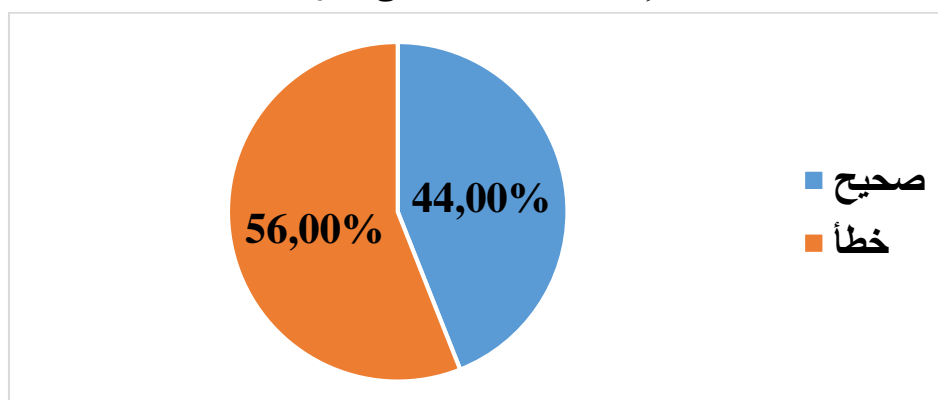
الغرض منه: معرفة إذا كان اختصاص محضر نفسي كالمحضر البدني خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (12): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (16)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 الجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|-----------------|----------------|-----------------|------------------------------------|---------------------|--------------------|-------------|---------------|
| صحيح | 11 | 44,0 | 12,5 | -1,5 | 0,360 | 3.841 | 1 | 0.05 |
| خطأ | 14 | 56,0 | 12,5 | 1,5 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (10): يمثل إذا ما كان اختصاص المحضر النفسي خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (16) فكانت نسبة 56% قد اجابوا خطأ وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى صحيح، والتي بلغت نسبتها 44% مثل ما هو موضح اكثر في الشكل (10) اذ بلغت حينها قيمة K^2 المحسوبة 0.360 وهي اقل من قيمة K^2 الجدولة والتي كانت 3.841 هذا عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 01 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية. الاستنتاج: ومنه نستنتج ان اختصاص المحضر النفسي غير خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة.

المحور الثالث: الخبرة الرياضية كافية لممارسة مهنة محضر نفسي.

السؤال رقم (17): "هل اللاعب السابق يمكن ان يكون مدرب ومحضر نفسي؟"

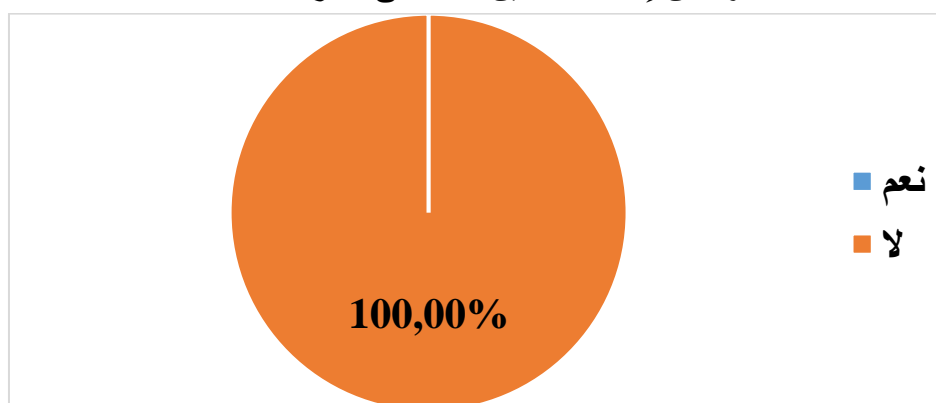
الغرض منه: معرفة إذا يمكن للمدرب السابق ان يكون مدرب ومحضر نفسي.

وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (13): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (17)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة النئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (11): يمثل فيما إذا كان يستطيع اللاعب السابق ان يكون مدرب ومحضر نفسي

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (17) فكانت

نسبة 100% قد اجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم والتي بلغت نسبتها 00% مثل ما هو

موضح اكثر في الشكل (11) ذا كانت حينها قيمة K^2 المحسوبة والمجدولة معدومة هذا عند مستوى الدلالة 0.05

ودرجة حرية معدومة. وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية

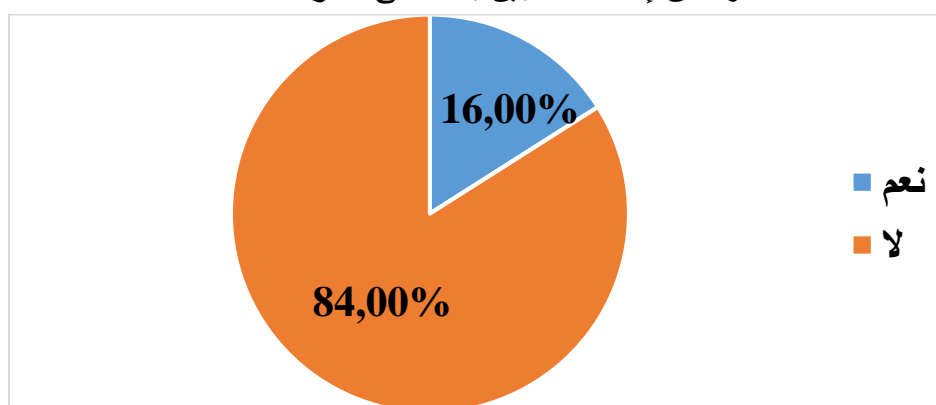
الاستنتاج: ومه نستنتج ان اللاعب السابق لا يمكن ان يكون مدرب ومحضر نفسي.

السؤال رقم (18): " هل عدد سنوات العمل كمدرّب تسمح لك ان تكون محضر نفسي؟"
الغرض منه: معرفة إذا كانت عدد سنوات العمل كمدرّب تسمح ان يكون محضر نفسي.
وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (14): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (18)

| البدايل | التكرار | النسبة | التكرار | الفرق بين التكرار | قيمة K^2 | قيمة K^2 | درجة | مستوى |
|---------|---------|---------|---------|-------------------|------------|------------|--------|--------|
| المشاهد | المتوقع | المشاهد | المتوقع | المشاهد والمتوقع | المجدولة | المحسوبة | الحرية | الدالة |
| نعم | 4 | 16,0 | 12,5 | -8,5 | 11,560 | 3.841 | 1 | 0.05 |
| لا | 21 | 84,0 | 12,5 | 8,5 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (12): يمثل فيما إذا كان عدد سنوات العمل كمدرّب تسمح بأن يكون محضر نفسي

عرض وتحليل النتائج:

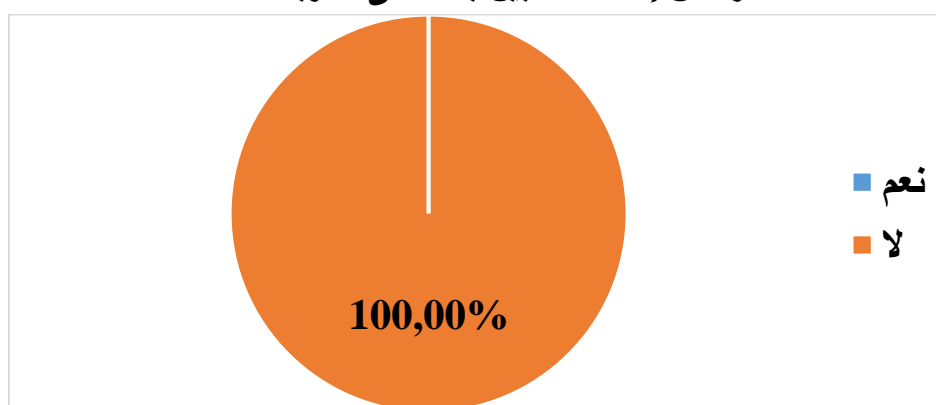
من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (18) فكانت نسبة 84% قد اجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم والتي بلغت نسبتها 16% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل (12) اذ بلغت حينها قيمة K^2 المحسوبة 11.560 وهي أكثر من قيمة K^2 المجدولة والتي كانت 3.841، هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 01، هذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية. الاستنتاج: ومنه نستنتج ان عدد سنوات العمل كمدرّب لا تسمح بان تكون محضر نفسي.

السؤال رقم (19): " هل الخبرة في الميدان كافية لتكوين محضر نفسي؟"
الغرض منه: معرفة اذا كانت الخبرة في الميدان كافية لتكوين محضر نفسي.
وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (15): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (19)

| البدائل | التكرار المشاهد | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 المجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|------------------------|------------------------|----------------|------------------|
| نعم | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | / | / | / | 0.05 |
| لا | 25 | 100,0 | 25,0 | 0,0 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (13): يمثل فيما إذا كانت الخبرة في الميدان كافية لتكوين محضر نفسي

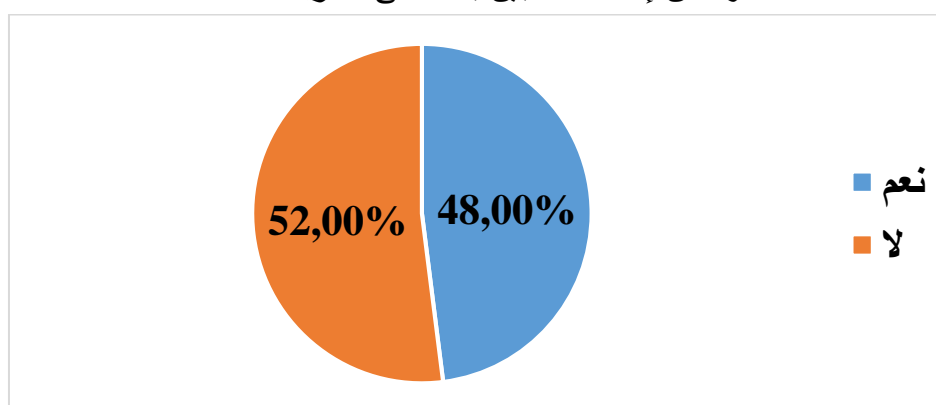
عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (19) فكانت نسبة 100% قد اجابوا بلا وهي نسبة كبيرة مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم والتي بلغت نسبتها 00% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل (13) اذ كانت حينها قيمة K^2 المحسوبة والمجدولة معدومة هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية معدومة، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية.
الاستنتاج: ومنه نستنتج ان الخبرة في الميدان غير كافية لتكوين محضر نفسي.

السؤال رقم (20): " هل المحضر النفسي مهم في الفريق مثل المحضر البدني؟"
 الغرض منه: معرفة إذا كان المحضر النفسي مهم في الفريق مثل المحضر البدني.
 وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة الموضحة في الجدول التالي:
 الجدول رقم (16): يوضح توزيع إجابات أفراد عينة الدراسة على السؤال رقم (20)

| البدايل | التكرار | النسبة المئوية | التكرار المتوقع | الفرق بين التكرار المشاهد والمتوقع | قيمة K^2 المحسوبة | قيمة K^2 الجدولة | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|---------|---------|----------------|-----------------|------------------------------------|---------------------|--------------------|-------------|---------------|
| نعم | 12 | 48,0 | 12,5 | -0,5 | 0,040 | 3.841 | 1 | 0.05 |
| لا | 13 | 52,0 | 12,5 | 0,5 | | | | |
| المجموع | 25 | %100 | | | | | | |

المصدر: من إعداد الطالبين بناء على مخرجات SPSS.



الشكل رقم (14): يمثل فيما إذا كان المحضر النفسي مهم في الفريق مثل المحضر البدني

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول والتي تبين لنا اجابات الاساتذة حول السؤال رقم (20) فكانت نسبة 52% قد اجابوا بلا وهي نسبة أكبر مقارنة مع الاجابة الاخرى نعم والتي بلغت نسبتها 48% مثل ما هو موضح أكثر في الشكل (14) اذ بلغت حينها قيمة K^2 المحسوبة 0.040 وهي اقل من قيمة K^2 الجدولة والتي كانت 3.841 هذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 01 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية. الاستنتاج: ومنه نستنتج ان المحضر النفسي غير مهم في الفريق مثل المحضر البدني لان كل اختصاص له طابعه الخاص.

السؤال رقم (21): " كيف ترى مهنة محضر نفسي في الوسط الرياضي الجزائري (كرة القدم) " الغرض منه: معرفة رأي الأساتذة في مهنة المحضر النفسي في الوسط الرياضي الجزائري (كرة القدم). بعد الاطلاع على اجابات الاساتذة وجدنا اختلافا في اجاباتهم ونلخصها فيما يلي:

عرض وتحليل النتائج:

من خلال اجابات الاساتذة وجدنا ان هناك من يرى ان ليس لها اهمية وهناك من يرى انها لا تتلقى الاهتمام وهناك من يرى ليس هناك وعي بضرورة ودور المحضر النفسي في الفريق. الاستنتاج: ومنه نستنتج ان مهنة محضر نفسي في الوسط الرياضي الجزائري (كرة القدم) ليس لها اهتمام حاليا

5-2 مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضيات:

الفرضية الاولى: هناك توظيف للمحضر النفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة.

من خلال الجداول 03-04-05 والاشكال المبينة لها وبعد القيام بتحليلها واستخلاص النتائج منها والخروج باستنتاج لكل من العبارات 01-02-03-04-05 تبين لنا ان النتائج لا تدعم الفرضية الاولى حيث وجدنا ان في اندية كرة القدم الولائية لا يوجد توظيف للمحضر النفسي حيث ولا حتى وعي بهذه المهنة.

ومن هذا وفي إطار حدود وظروف ما ترمي اليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للفرق يمكننا القول ان الفرضية التي تنص بأن هناك توظيف للمحضر النفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة لم تتحقق.

الفرضية الثانية: التكوين شرط اساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي.

من خلال الجداول 06-07-08-09-10-11-12 والاشكال المبينة لها وبعد القيام بتحليلها واستخلاص النتائج منها والخروج باستنتاج لكل من العبارات 06-07-08-09-10-11-12-13-14-15-16 تبين لنا ان النتائج تدعم الفرضية الثانية حيث وجدنا ان للتكوين دور مهم في ممارسة مهنة محضر نفسي ويعتبر شرط اساسي.

ومن هذا وفي إطار حدود وظروف ما ترمي اليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للفرق يمكننا القول ان الفرضية التي تنص بأن التكوين شرط اساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي قد تحققت.

الفرضية الثالثة: الخبرة الرياضية كافية لممارسة مهنة محضر نفسي.

من خلال الجداول 13-14-15-16 والاشكال المبينة لها وبعد القيام بتحليلها واستخلاص النتائج منها والخروج باستنتاج لكل من العبارات 17-18-19-20-21 تبين لنا ان النتائج لا تدعم الفرضية الثالثة حيث وجدنا ان الخبرة الرياضية غير كافية لممارسة مهنة محضر نفسي حيث يجب التكوين في المعاهد الجامعية والقيام بتربصات خاصة.

ومن هذا وفي إطار حدود وظروف ما ترمي اليه هذه الدراسة وحسب ملاحظتنا للفرق يمكننا القول ان الفرضية التي تنص بان الخبرة الرياضية كافية لممارسة مهنة محضر نفسي لم تتحقق.

الاستنتاج العام:

- من خلال ما درسنا في موضوعنا هذا وما تناولناه من خلال الجانبين النظري والتطبيقي والدراسات الميدانية توصلنا الى الاستنتاجات التالية والتي نرى ان لها اهمية كبيرة وهي:
- ان التحضير النفسي جانب مهم يشغل حيزا شائعا على الساحة الرياضية نظرا لما يقدمه من دور فعال في خدمة النشاط الرياضي ككل ولما يساهم به خصوصا في تهيئة اللاعبين وكذا تحسين مردود ادائهم والوصول الى النتائج المسطرة.
 - انه لا يوجد توظيف للمحضر النفسي في الاندية الهاوية ولا يتلقى الاهتمام اللازم وذلك راجع لنقص الامكانيات والوعي بضرورته ودوره في الفريق،
 - ان التكوين شرط أساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي بحيث الخبرة الرياضية غير كافية فيجب الخضوع لتربصات خاصة وتكوينات جامعية اكايدمية.
 - مهنة محضر نفسي في الوسط الرياضي الجزائري (كرة القدم) حاليا ليس لها أهمية واهتمام.
 - يمكن للمحضر النفسي ان يأتي بالإضافة للفريق وصنع الفارق في تحقيق الإنجازات والوصول الى النتائج المرجوة.

الخاتمة:

بناءً على النتائج التي تم الوصول إليها في هذه الدراسة، يمكن الاستنتاج أن تكوين محضر نفسي في كرة القدم يعد أمراً أساسياً لتحسين ممارسة المهنة والتأثير إيجابياً على الفريق واللاعبين. ويحدث ذلك عن طريق تطوير المهارات النفسية للفريق وتوفير بيئة نفسية صحية وإيجابية. وبالإضافة إلى ذلك، تعزز مهمة المحضر النفسي تحسين الأداء الرياضي والتعامل مع المشاكل التي قد تطرأ على اللاعبين أثناء المنافسة. ومن المهم أيضاً الاهتمام بالجوانب الأخرى اللازمة لتحقيق هذا الهدف، مثل تحسين التغذية واللياقة البدنية، وتعزيز التواصل داخل الفريق والتفاعل بين اللاعبين والمدربين. وبالتالي فإن تكوين محضر نفسي في كرة القدم يتطابق جهوداً وتخطيطاً عند التطبيق، ويمكن أن يؤدي إلى تحقيق أداء رياضي أفضل وتطوير العديد من المهارات والميزات النفسية والاجتماعية للفريق الرياضي.

الاقتراحات وفروض مستقبلية

الاقتراحات وفروض مستقبلية:

- إدراك أهمية المحضر النفسي كعامل أساسي بإعطائه العناية الكاملة في عمليات التحضير النفسي الرياضي.
- إعطاء أهمية وعناية كاملة لتكوين المدربين وخاصة المحضرين النفسيين.
- يجب الأخذ بعين الاعتبار أن للمحضر النفسي دور في صنع الفارق في تحقيق الانجازات وتحسين وتطوير الأداء.
- عقد دورات تدريبية وذلك بإنشاء مراكز تكوين متخصصة لمدرربي كرة القدم والاعداد النفسي والتدريب على المهارات النفسية.
- زيادة الاهتمام بطرق التدريب النفسي عند وضع مناهج التدريب لل نوادي الرياضية لكرة القدم.
- ينبغي على مدربي كرة القدم توسيع معلوماتهم الخاصة بميدان علم النفس الرياضي حيث تساعده على التقرب أكثر من الدقة في الممارسة.

البيليو غرافيا

الببليوغرافيا:

1. احمد امين فوزي - مبادئ علم النفس الرياضي - مصر: دار الكتاب للنشر (1994).
2. احمد امين فوزي: سيكولوجية الفريق الرياضي، ط1، مصر، دار الفكر العربي (2001).
3. أسامة كامل راتب - علم النفس الرياضي - مصر: دار الفكر العربي (1997).
4. أسامة كامل راتب (1997): احتراف الرياضي بين ضغوط التدريب والاجهاد النفسي. دار الفكر العربي - مصر.
5. أسامة كامل راتب - تدريب المهارات النفسية - مصر، دار الفكر. 2003.
6. أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، بدون طبعة، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي (1989).
7. بسطوسي - سباقات المضمار ومسابقات الميدان - مصر: دار النشر المعارف (1998).
8. جمال عباس: التحضير النفسي النخبوي. دار القانة، الجزائر، 2011.
9. حسن عبد الجواد - كرة القدم: دار العلم للملايين - بيروت، لبنان، 1999.
10. حسن عبد الجواد. كرة القدم. مكتبة المعارف: لبنان. ط2 1984.
11. دوارد غاليانو، كرة القدم، بيت الشمس والظل.
12. رومي جميل - كرة القدم - دار النقائص. بيروت. لبنان. 2001.
13. زكي محمد حسن (1997): المدرب الرياضي - اسس العمل في مهنة التدريب. منشأة المعارف، الإسكندرية.
14. عدنان حسين الجادي، يعقوب عبد الله أبو حلو: الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية في بحوث العلوم التربوية. اثراء للنشر والتوزيع الأردن. 2009.
15. علي خليفة العنشري وآخرون - كرة القدم - الجماهيرية العربية الليبية - 1987.
16. فريد كامل أبو زينة وآخرون، مناهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي. - ط1. - دار المسيرة للنشر والتوزيع: الأردن، 2006.
17. كمال طه الويس: علم النفس الرياضي: ط1، كلية الرياضة، جامعة بغداد (1980).
18. مجلة الوحدة الرياضية. عدد خاص. 18/06/1982. الجزائر.
19. محمد الازهر السماك وآخرون: الأصول في البحث العلمي بغداد، دار الحكمة (1980).
20. محمد حسن علاوي - سيكولوجية التدريب والمنافسات، القاهرة مصر: دار المعارف (1987).
21. محمد حسن علاوي (1998): مدخل علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة - مصر.
22. محمد حسن علاوي (2006): مدخل علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الخامسة، القاهرة - مصر.
23. محمد حسن علاوي - علم النفس في التدريب الرياضي، القاهرة: دار المعارف (1985).
24. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف ط1 - مصر، 1985.

25. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، بدون طبعة، سنة 1985.
26. محمد عادل رشدي، علم النفس التجريبي الرياضي، ليبيا، دار الجماهيرية للنشر والتوزيع (1986).
27. محمد نصر الدين رضوان. الإحصاء الاستدلالي في التربية البدنية والرياضية. مصر. دار الفكر العربي (2003).
28. مختار سالم. كرة القدم لعبة الملايين مكتبة المعارف: بيروت. لبنان. ط2 - 1988.
29. مراد عبد الفتاح: موسوعة البحث العلمي واعداد الأبحاث والمؤلفات. القاهرة 2000.
30. موفق مجيد المولى - (الاعداد الوظيفي لكرة القدم) مصر. دار المعارف. 2000.
31. يحي كاضم النقيب - علم النفس الرياضة - السعودية، مطابع الايوبي. 1990.
32. Fernandez, L: Sophrologie et compétitions sportives, édition vigot, Paris, 1982.
33. GORBUNOV (G.D) : « problèmes psychologique de la préparation à la compétition chez les achetés de haut niveau » cite in mythologie d'entraînement INSP, 1982.
34. Most, Psychologie. Sportive, édition Masson, Paris. 1982.

الملاحق

الملاحق

جامعة آكلي محند أولحاج البويرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي التنافسي

استمارة استبيان موجهة لأساتذة المعهد

تحية طيبة؛

في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية،
تخصص التدريب الرياضي التنافسي، تحت عنوان:

متطلبات تكوين محضر نفسي في كرة القدم وعلاقتها بممارسة المهنة

دراسة ميدانية على مستوى معهد علوم وتقنيات نشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة

نضع بين أيدي الأساتذة هذه الاستمارة راجين منكم ملأها بالإجابة عن الأسئلة الموجودة فيه بكل
صدق وإعانة حتى يتسنى لنا الوصول إلى المعلومات والحقائق التي تفيدنا في موضوع دراستنا.

نحيطكم علما أن هذه الإجابات خاصة بالبحث فقط.

وتقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير.

ملاحظة: وضع علامة (x) أمام الإجابة المناسبة.

إشراف الأستاذ الدكتور:

- د. حماني إبراهيم.

إعداد الطالبين:

- سلام محمد.

- سعدي حمزة.

السنة الدراسية: 2023/2022

الملاحق

المحور الأول: هناك توظيف للمحضر النفسي في اندية كرة القدم لولاية البويرة.

1. ما رأيك في مهنة التدريب. هل هي؟

جيدة ☐ ممتازة ☐

متعبة ☐

شيء آخر:

.....

2. هل ترى انه يجب ان يكون طاقم تدريبي كامل او نكتفي بالمدرّب الرئيسي؟

3. هل لديكم محضر نفسي في الفريق؟

نعم ☐ لا ☐

لماذا:

4. هل ترى ان وجود المحضر النفسي أساسي في الفريق؟

نعم ☐ لا ☐

5. ما هو سبب عدم وجود محضر نفسي في المستويات الدنيا؟

المحور الثاني: التكوين شرط أساسي في ممارسة مهنة محضر نفسي.

1) ما رأيك في المحضر النفسي كمهنة؟

2) هل لديها مكانة في الوسط الرياضي الجزائري لكرة القدم؟

نعم ☐ لا ☐

3) في نظرك من هو المحضر النفسي؟

.....

4) ماهي شروط تكوين محضر نفسي؟

خبرة ☐

تكوين جامعي أكاديمي ☐

ان تكون ممارسة للرياضة ☐

وجود تربص ☐

شيء آخر ☐

5) هل ترى ان التكوين الجامعي اجباري؟

نعم ☐ لا ☐

لماذا:

.....

الملاحق

(6) هل المدرب الرئيسي يمكن ان يكون محضر نفسي؟

☐ لا

☐ نعم

(7) في نظرك ما هي الإضافة التي يأتي بها المحضر النفسي؟

.....

(8) هل تكون معاهد التربية البدنية والرياضية محضر نفسي؟

☐ لا

☐ نعم

(9) هل البرامج الموجود في تخصص التدريب يساعد على تكوين محضر نفسي؟

☐ لا

☐ نعم

(10) هل الوحدات المدرسية في تخصص التدريب الرياضي كافية لتكوين محضر نفسي؟

.....

(11) يقال ان اختصاص محضر نفسي كالمحضر البدني خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة.

☐ خطأ

☐ صحيح

..... كيف ذلك:

المحور الثالث: الخبرة الرياضية كافية لممارسة مهنة محضر نفسي.

1- هل اللاعب السابق يمكن ان يكون مدرب ومحضر نفسي؟

☐ لا

☐ نعم

2- هل عدد سنوات العمل كمدرب تسمح لك ان تكون محضر نفسي؟

☐ لا

☐ نعم

3- هل الخبرة في الميدان كافية لتكوين محضر نفسي؟

☐ لا

☐ نعم

4- هل المحضر النفسي مهم في الفريق مثل المحضر البدني؟

☐ لا

☐ نعم

..... لماذا:

5- كيف ترى مهنة محضر نفسي في الوسط الرياضي الجزائري (كرة القدم)

.....

الملاحق

الملحق رقم (02): نتائج التحليل الإحصائي (SPSS)

معامل الارتباط بيرسون:

Corrélations

| | | الاستبيان | الأول_المحور | الثاني_المحور | الثالث_المحور |
|---------------|------------------------|-----------|--------------|---------------|---------------|
| الاستبيان | Corrélation de Pearson | 1 | 0,932** | 0,990** | 0,921** |
| | Sig. (bilatérale) | | 0,000 | 0,000 | 0,000 |
| | N | 25 | 25 | 25 | 25 |
| الأول_المحور | Corrélation de Pearson | 0,932** | 1 | 0,898** | 0,805** |
| | Sig. (bilatérale) | 0,000 | | 0,000 | 0,000 |
| | N | 25 | 25 | 25 | 25 |
| الثاني_المحور | Corrélation de Pearson | 0,990** | 0,898** | 1 | 0,876** |
| | Sig. (bilatérale) | 0,000 | 0,000 | | 0,000 |
| | N | 25 | 25 | 25 | 25 |
| الثالث_المحور | Corrélation de Pearson | 0,921** | 0,805** | 0,876** | 1 |
| | Sig. (bilatérale) | 0,000 | 0,000 | 0,000 | |
| | N | 25 | 25 | 25 | 25 |

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Table de fréquences

ما رأيك في مهنة التدريس. هل هي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|--------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | جيدة | 12 | 48,0 | 48,0 | 48,0 |
| | ممتازة | 10 | 40,0 | 40,0 | 88,0 |
| | متعبة | 3 | 12,0 | 12,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

هل يوجد محضر نفسي في الفريق؟

الملاحق

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|----|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | لا | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

هل ترى ان وجود المحاضر النفسي أساسي في الفريق؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-----|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | نعم | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

هل لديها مكانة في الوسط الرياضي الجزائري لكرة القدم؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|----|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | لا | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

ماهي شروط تكوين محاضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|------------------------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | تكوين جامعي أكاديمي | 11 | 44,0 | 44,0 | 44,0 |
| | أن تكون ممارسا للرياضة | 9 | 36,0 | 36,0 | 80,0 |
| | وجود ترخيص | 5 | 20,0 | 20,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

هل ترى ان التكوين الجامعي اجباري؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-----|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | نعم | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

هل المدرب الرئيسي يمكن ان يكون محاضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | نعم | 13 | 52,0 | 52,0 | 52,0 |
| | لا | 12 | 48,0 | 48,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

الملاحق

هل تكون معاهد التربية البدنية والرياضية محضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|----|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | لا | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

هل البرامج الموجود في تخصص التدريب يساعد على تكوين محضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | نعم | 10 | 40,0 | 40,0 | 40,0 |
| | لا | 15 | 60,0 | 60,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

يقال ان اختصاص محضر نفسي كالمحضر البدني خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة.

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | صحيح | 11 | 44,0 | 44,0 | 44,0 |
| | خطأ | 14 | 56,0 | 56,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

هل اللاعب السابق يمكن ان يكون مدرب ومحضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|----|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | لا | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

هل عدد سنوات العمل كمدرب تسمح لك ان تكون محضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | نعم | 4 | 16,0 | 16,0 | 16,0 |
| | لا | 21 | 84,0 | 84,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

هل الخبرة في الميدان كافية لتكوين محضر نفسي؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--|--|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
|--|--|-----------|-------------|--------------------|--------------------|

الملاحق

| | | | | | |
|--------|----|----|-------|-------|-------|
| Valide | لا | 25 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |
|--------|----|----|-------|-------|-------|

هل المحاضر النفسي مهم في الفريق مثل المحاضر البدني؟

| | | Fréquence | Pourcentage | Pourcentage valide | Pourcentage cumulé |
|--------|-------|-----------|-------------|--------------------|--------------------|
| Valide | نعم | 12 | 48,0 | 48,0 | 48,0 |
| | لا | 13 | 52,0 | 52,0 | 100,0 |
| | Total | 25 | 100,0 | 100,0 | |

Test du khi-carré

Tests statistiques

| | Khi-carré | ddl | Sig. asymptotique |
|---|-----------|-----|----------------------|
| ما رأيك في مهنة التدريب. هل هي؟ | 5,360 | 2 | 0,069 |
| ماهي شروط تكوين محاضر نفسي؟ | 2,240 | 2 | 0,326 |
| هل المدرب الرئيسي يمكن ان يكون محاضر نفسي؟ | 0,040 | 1 | 0,841 |
| هل البرامج الموجود في تخصص التدريب يساعد على تكوين محاضر نفسي؟ | 1,000 | 1 | 0,317 |
| يقال ان اختصاص محاضر نفسي كالمحاضر البدني خاص فقط بمعاهد التكوين للشباب والرياضة. | 0,360 | 1 | 0,549 |
| هل عدد سنوات العمل كمدرّب تسمح لك ان تكون محاضر نفسي؟ | 11,560 | 1 | 0,001 |
| هل المحاضر النفسي مهم في الفريق مثل المحاضر البدني؟ | 0,040 | 1 | 0,841 |

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
X•O•V•E•X •K•E•C•A•I•A •H•X•X - X•O•E•O•t -
Institut des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محمد أولحاج
- البويرة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي:

الرقم: / ق ت ر / م ع ت ن ب ر / ج ب.

الى السيد (ة): مدير المعهد

..... د. فائق مزاري

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن اتقدم الى سيدتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): سلام محمد / محمد / حمزة

- رقم التسجيل: 202033022633 / 202033018254

- تاريخ ومكان الميلاد: 04/09/2008 بن الأخضرية

- في اطار انجاز مذكرة التخرج خلال الموسم الجامعي 2022/2023. الذي يندرج ضمن التحضير

لمذكرة التخرج لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام

رئيس القسم
رئيس قسم التدريب الرياضي

د. منصور تبيل



الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muhend Ulhag - Tibirett -
Institut des Sciences et Techniques
des Activités Physiques et Sportives



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محمد أولحاج
- البويرة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات الرياضية والبدنية

الموضوع: متطلبات تكوين محضر نفسي في كرة القدم وعلاقتها بممارسة المهنة

قائمة الأساتذة المحكمين لاستمارة الإمتحان

| الرقم | الإسم واللقب | المؤهل العلمي | الامضاء | الملاحظات |
|-------|-----------------|----------------------|---------|-----------|
| 1 | نبيل مطهر | أستاذ علم دة | | |
| 2 | علمون رفيق | أستاذ التعليم العالي | | |
| 3 | لؤي بن عبد الله | أستاذ التعليم العالي | | |

الأستاذ المشرف:

حماني إبراهيم

رئيس القسم:

إعداد الطالب:

*سلام محمد

*سعد حمزة

السنة الدراسية: 2023/2022