جامعة آكلي محند أولحاج –البويرة–

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية

التخصص: تدريب رياضي نخبوي

الموضوع:

القلق النفسي وتأثيره على تركيز الانتباه لدى ناشئي كرة القدم

–دراسة ميدانية لأندية رابطة البويرة – U13–

– من إعداد الطالبين:

* بن طاهر مهدي

* يشير الصادق

– تحت إشراف الأستاذ:

* منصوري نبيـل

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الصفة
رافع أحمد	رئيس اللجنة
منصوري نبيل	مشرفا ومقررا
طاهري رابح	عضو مناقش

السنة الجامعية: 2025/2024

الشكر والتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم، وبه نستعين، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين.

نحمد الله عز وجل الذي وفقنا وسدد خطانا لإنجاز هذا العمل المتواضع.

وانطلاقًا من قول النبي صلى الله عليه وسلم:

"من صنع إليكم معروفًا فكافئوه، فإن لم تجدوا ما تكافئونه به فادعوا له حتى تروا أنكم قد كافأتموه"،

ومن مبدأ" :**من لم يشكر الناس لم يشكر الله"،**

نتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ المشرف**منصوري نبيل**، الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة، فكان عونًا كبيرًا لنا في إتمام هذا العمل.

الاهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

أحمدك يا رب على ما أنعمت، وأشكرك على التيسير والإتمام.

إلى والديَّ العزيزين، منبع الدعاء والحب والدعم،

وإلى عائلتي الغالية التي كانت الحصن والملجأ،

وإلى زوجتي الكريمة وإلى إبني الغالي **سعيد ريان**،

لكم جميعاً أهدِي ثمرة هذا الجهد المتواضع.

الصادق

الاهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات.

إلى من كان دعاؤهم لي سنداً وعوناً، إلى والديَّ

الكريمين، رمز الحب والتضحية،

وإلى عائلتي التي منحتني الدفء والدعم في كل

مراحل حياتي،

وإلى زوجتي الفاضلة وإلى أبنائي الأعزاء .

أهدي هذا العمل المتواضع تقديراً وامتناناً للجميع.

مهدي

محتوى البحث

الموضوع	الصفحة
-شكر وتقدير	
-اهداء	
-محتوى البحث	
-قائمة الجداول	
-ملخص البحث	
-مقدمة	
مدخل عام :التعريف بالبحث	
1-الإشكالية	
2-الفرضيات	
3-اسباب اختيار الموضوع	
4-أهمية البحث	
5-أهداف البحث	
6-تحديد المصطلحات والمفاهيم	
الجانب النظري : الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث	
الفصل الأول:الخلفية النظرية للدراسة	
-تمهيد	07
المحور الأول:القلق النفسي	
1-1-تعريف القلق	08
1-1-1-تعريف كارول	08
1-1-2-تعريف فرويد	08
1-1-3-تعريف محمد السيد عبد الرحمان	08
1-2--ماهية الانتباه	09
1-2-1-انواع الانتباه	10
1-2-2مظاهر الانتباه	12
1-3-تركيز الانتباه في المجال الرياضي	13
المحور الثاني :تركيز الانتباه	
2-التركيز	16
2-1-تعريف االتركيز	16

2-2-الانتباه	16
2-2-1-تعريف الانتباه	17
2-3-تعريف تركيز الانتباه	17
2-4-أهم مظاهر الإنتباه	18
2-5-تركيز الانتباه	19
2-5-1-تضييق الانتيباه نحو النثيرات المرتبطة بالبيئة	19
2-5-2-الاحتفاظ بالانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة	20
2-6-الفرق بين الانتباه والادراك والتركيز	20
2-7-تركيز الانتباه في المجال الرياضي	21
المحور الثالث :كرة القدم	
تمهيد	23
3-1-تاريخ كرة القدم في العالم	24
3-2-تلخيص لبعض الاحداث الهامة في العالم	26
3-3-تاريخ كرة القدم في المغرب العربي	27
3-4- تطوير كرة القدم في الجزائر	27
3-5-شعبية كرة القدم	30
3-6- تاريخ الاتحاد الدولي لكرة القدم	31
3-7-الاتحادية الجزائرية لكرة القدم	33
3-8-القواعد العالمية للعبة كرة القدم	33
3-9-التحكيم في رياضة كرة القدم	34
3-10- تنظيم لعبة كرة القدم	34
3-11-المنافسات	35
3-12-الكؤوس القارية	35
3-12-1-المنافسات الوطنية	35
3-12-2-المنافسات القارية والعالمية	36
3-12-3-الجزاء في كرة القدم	36
3-12-4-الممارسة في العالم	36
3-13-لاعبو كرة القدم	37
3-14-مدربو كرة القدم	37
3-15-مناجير اللاعب	38
3-16-أنصار كرة القدم	38
3-17-ملعب كرة القدم	38
3-18-تجهيز اللاعب	39

3-19-الصحافة	39
3-20-كأس العالم	39
3-20-1-كأس جول ريمي (كأس العالم القديمة)	39
3-20-2-كأس العالم الجديدة	40
3-21- الدول الفائزة بكاس العالم القديمة	40
خلاصة	42
الفصل الثاني : الدراسات السابقة	
تمهيد	44
1-الدراسات العربية	
1-اقامت (عزيز)2013: بدراسة هدفت التعرف إلى بناء اختبار المعرفة النظرية للتكتيك بكرة السلة لطلبة السنةالدراسية الرابعة بكلية التربية الرياضية بجامعة الموصل.	44
1-2قامت (مجيد)2012 بدراسة هدفت التعرف إلى تأثير المقتربات الخططية في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة	44
(2019 "The Relationship BetweenAnxiety and Depression in Adults" دراسة	45
(2018 "Cognitive BehavioralTherapy for AnxietyDisorders" دراسة .	45
(2017) "Anxiety and Social Support: A Study on UniversityStudents" دراسة .	45
الفصل الثالث :منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
تمهيد	50
3-1-الدراسة الاستطلاعية	50
3-2-المنهج المستعمل	51
3-3-متغيرات الدراسة	52
3-3-1- المتغير المستقل	52
3-3-2- المتغير التابع	52
3-4-المجتمع الاصلي للدراسة	52
3-5-عينة الدراسة	52
3-6-مجالات الدراسة	53
3-6-1-المجال الزماني	53
3-6-2-المجال المكاني	53
3-7-اداة الدراسة	53
3-8-تفريغ سلم الاجابة	53
3-9-الأسس العلمية للاداة	54
3-10-الوسائل الإحصائية	54
خلاصة	56

الفصل الرابع :عرض وتحليل النتائج	
4-1-مستوى تركيز الانتباه	70
4-2-مستوى القلق النفسي	70
4-3-العلاقو بين مستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه	70
4-4-مناقشة نتائج الفرضة الجزئية الاولى	71
4-5- مناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثانية	73
4-6-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العامة	77
خاتمة الدراسة	80
توصيات الدراسة	81
الملاحق	
قائمة الاشكال	
1-تعريف التركيز	19
قائمة الجداول	
الجدول 1 :نتائج المتوسطات الحسابية والنسب المئوية للاستجابة لمستوى القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم	60
الجدول2: نتائج المتوسطات الحسابية والنسب المئوية للاستجابة لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم	65
الجدول 3: العلاقة بين مستوى تركيز الانتباه ومستوى القلق لدى لاعبي كرة القدم	69

ملخصالدراسة

القلق النفسي وتأثيره على تركيز الانتباه لدى ناشئي كرة القدم

-دراسة ميدانية على أندية البويرة-

اعداد الطالبين : إشراف الدكتور :

-بن طاهر مهدي -منصوري نبيل

-يشير الصادق

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى استكشاف القلق النفسي ومستوى التفكير الاستراتيجي لدى لاعبي كرة القدم. وقد تم صياغة خمس فرضيات تدعم أهداف البحث وتتناول جوانب مترابطة .

اختار الباحث عينة عشوائية، حيث تُعتبر من أبسط الطرق لاختيار العينات، وتكونت عينة البحث من 80 لاعباً من نوادي ولاية البويرة، موزعين على أربع نوادٍ، بنسبة 20% لكل نادٍ. اعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة البحث، أما بالنسبة للأدوات المستخدمة في الدراسة، فقد تم استخدام مقياس القلق النفسي (إيلفرينك) ومقياس التفكير الاستراتيجي، نظراً لتوافقهما مع موضوع البحث، بالإضافة إلى استبيان لجمع البيانات..

وتوصل الباحث إلى جملة من النتائج أهمها:

ه هناك علاقة بين مستوى تركيز الانتباه والتفكير الاستراتيجي لدى لاعبي كرة القدم.

- يتمتع لاعبو كرة القدم بمستوى منخفض من القلق النفسي.

- كما أن مستوى تركيز الانتباه لديهم مرتفع.

- بالإضافة إلى ذلك، توجد علاقة عكسية بين مستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى هؤلاء اللاعبين.

يوصي الباحث بعدد من التوصيات والاقتراحات، منها: ضرورة التركيز على فهم اللاعبين لأساليبهم المهارية والتخطيطية، والعمل على تطوير هذه الجوانب من خلال ربط التعليم بالممارسة العملية، لما لذلك من أهمية في تحسين أدائهم أثناء المباريات..

-**دمج برامج التدريب النفسي المتخصصة**

- تعزيز القدرة على التحمل الذهني وإدارة الانفعالات.

- تقديم دعم نفسي شامل.

- إجراء بحوث مستمرة وتقييم فعالية التدخلات.

- يتطلب المستوى العالي للاعبين اهتمام الأندية بمدربي كرة القدم من خلال تنظيم دورات تدريبية متخصصة تبرز أهمية المهارات الخططية والتفكير الاستراتيجي للوصول إلى مستويات متقدمة.

- من الضروري التركيز على التمارين المزدوجة والمركبة، واعتمادها في تطوير المهارات الفنية

ملخصالدراسة

والخططية، لما لها من تأثير إيجابي على تحسين الجوانب المهارية والذهنية للاعبين.

-إجراء دراسات مماثلة على ألعاب أخرى، سواء كانت جماعية أو فردية.

الكلمات الدالة:القلق النفسي -التفكير الخططى-كرة القدم

مقدمة :

يُعرَّف القلق (Anxiety) بأنه تجربة عاطفية غير مريحة، تُوصَف بأنها حالة من الخوف، توقع الخطر، التوتر، وعدم الاستقرار. ويشير علاء كفافي وآخرون إلى أن القلق يُعتبر في الأساس تجربة انفعالية غير مريحة، وغالبًا ما يصاحبه بعض الأعراض الفسيولوجية والنفسية. من جهته، يؤكد سامي عبد القوي أن القلق عادة ما يترافق مع أعراض جسدية تُعرف بمكافئات القلق (Anxiety Equivalents). بينما يرى أحمد عبد الخالق أن القلق هو انفعال إنساني أساسي، يتمثل في شعور مزعج مصحوب بالتوتر والخوف غير المبرر من الناحية الموضوعية، وغالبًا ما يرتبط هذا الخوف بالمجهول أو المستقبل. وبالتالي، يتضمن القلق استجابات مفرطة تجاه مواقف لا تشكل خطرًا حقيقيًا على الفرد، لكنه يتفاعل معها كما لو كانت ضرورات ملحة أو مواقف يصعب مواجهتها.

يُعتبر التركيز من أبرز مظاهر الانتباه، حيث يلعب دورًا حيويًا في تحقيق مستويات عالية من الأداء، نظرًا لتأثيره على دقة ووضوح وإتقان الجوانب النفسية للمهارات الحركية. بالإضافة إلى ذلك، فإن الوصول إلى درجة الإتقان في هذه المهارات لا يعتمد فقط على مؤهلات التدريب، بل يرتبط أيضًا بقدرة الفرد على تركيز انتباهه والمساهمة بوعي في التحكم في مهاراته الحركية..

يهدف الانتباه إلى إعداد الرياضيين لتحقيق مستويات رياضية عالية، ولتحقيق ذلك، يجب تحقيق التكامل بين الجوانب البدنية والمهاريةوالخططية والنفسية. يُعتبر الانتباه بمثابة ترجمة للجوانب الأخرى من الإعداد. وقد عرّف إيلفرنك وآخرون (2004) الانتباه في الألعاب الجماعية بأنه قدرة اللاعب على تنفيذ الإجراء المناسب في الوقت المناسب، بالإضافة إلى سرعة التكيف مع المتغيرات الجديدة في اللعب وتداول الكرة. يحتاج اللاعب إلى معرفة شاملة بلعبته، إلى جانب تطوير جوانب شخصيته وقدراته الفنية والمهارية، مما يتطلب مستوى عالٍ من التركيز والانتباه. وهذا الأمر ينطبق بشكل خاص على الألعاب التي تعتمد على الهجوم، مثل كرة القدم، حيث يتنافس اللاعبون وخصومهم على نفس الملعب. ونظرًا .لأن البيئة في هذه الألعاب تتغير باستمرار، فإن اتخاذ القرارات يتطلب تركيزًا كبيرًا وانتباهًا عاليًا

تُعتبر كرة القدم من الألعاب الجماعية المنظمة، حيث يمارسها عدد كبير من اللاعبين وتتمتع بشعبية واسعة في جميع أنحاء العالم. إن تنوع المهارات المطلوبة في هذه اللعبة يضفي عليها متعة فريدة، حيث يعتمد نجاح الفريق على إتقان اللاعبين لأدائهم المهاري وتعاونهم في استغلال هذه المهارات لخدمة الفريق، بهدف تحقيق الهدف النهائي وهو تسجيل الأهداف.

شهدت السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً في أساليب اللعب في مختلف الألعاب، بما في ذلك كرة القدم. لفهم الملامح الفنية والخططية لهذه اللعبة التي تحتل الصدارة عالمياً، من المهم مراقبة هذا الجانب في البطولات العالمية، التي تُعتبر من بين الأكثر تطوراً من حيث المستوى والتكتيك. لقد أصبح اللعب الحديث أكثر تعقيداً وصعوبة مقارنةً بما كان عليه قبل عقود. فالمتطلبات البدنية للاعبين اليوم أصبحت أعلى، وأصبح تنفيذ المبادئ الخططية يتم بسرعة أكبر. كما أن التحركات الخططية في الدفاع والهجوم أصبحت أكثر تنوعاً، مما يتطلب من الفرق تقديم تمارين متنوعة تشمل أكبر عدد ممكن من الفعاليات

الأساسية وتفرعاتها، لتسهيل عملية التدريب وتنظيم التمارين بما يتماشى مع آلية العمل الخططي داخل الملعب. لذا، يجب على المدربين تدريب فرقهم وفقاً لأحدث الخطط التي تتناسب مع قدرات ومستويات لاعبيهم، مع السعي المستمر للتطور. كما يتطلب البحث عن أساليب جديدة وخلق ظروف تدريبية مشابهة للتنافس الفعلي أثناء المباريات، تمارين تتضمن أهدافاً واضحة.

تتضمن الأنشطة الرياضية المتعددة التي يشارك فيها أكثر من لاعب مجموعة متنوعة من المهارات، مما يسهم في تعزيز الجوانب الذهنية والمهاريةوالخططية. ومع ارتفاع مستوى المنافسة في السنوات الأخيرة وتطور استراتيجيات اللعب، أصبح من الضروري تكثيف الجهود التدريبية وتطوير القدرات البدنية والمهاريةوالخططية خلال الوحدات التدريبية. يهدف هذا التدريب إلى تحسين تنفيذ الخطط ومنح اللاعبين قاعدة معرفية جيدة حول الاستراتيجيات أثناء المباريات، سواء على المستوى الفردي أو الجماعي. ومن هنا تبرز أهمية البحث في تأثير تدريب الاستراتيجيات الخططية على تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات والخطط الفردية..

تُعتبر الجوانب التخطيطية من العناصر الأساسية التي يجب أخذها بعين الاعتبار لتعزيز قدرات اللاعبين وتحسين أدائهم. ويُعتبر التفكير الاستراتيجي أحد أهم متطلبات الأداء الرياضي التنافسي، إلى جانب مجموعة من العناصر الأخرى مثل الإعداد البدني والنفسي..

أشار الجبالي (2003) إلى أن التفكير التكتيكي يُعتبر من أهم متطلبات الأداء الرياضي التنافسي، حيث تلعب عمليات التفكير دورًا حيويًا في نشاطات الفرد واستجاباته أثناء ممارسته لمختلف الأنشطة الرياضية، خاصة عند تنفيذ خطة معينة. يتم ذلك من خلال تقديره للموقف أو إدراكه للعلاقات المرتبطة بسير اللعب.

كما أوضح علاوي (1992) أن مصطلح "التكتيك" يُعرف في سياق الحروب بأنه فن إدارة المعركة، بينما يُستخدم في المجال الرياضي للإشارة إلى فن التحركات خلال المباريات أو فن إدارة المباراة الرياضية.

من جهته، أشار آدامز (2010) إلى أن التكتيكات تتكون من أفعال واستراتيجيات مخططة تهدف إلى تحقيق الأهداف، وغالبًا ما يكون الهدف النهائي هو الفوز..

يشير حسن علاوي (1992) إلى تزايد أهمية إعداد الخطط بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتسم بالكفاح والتنافس، مثل الألعاب الجماعية. ومن بين هذه الألعاب، نجد كرة اليد وكرة القدم وكرة السلة، حيث تتطلب هذه الأنشطة وجود منافس يواجه اللاعب مباشرة، ويسعى بكل جهده لإحباط الأهداف التي يسعى الفريق المنافس لتحقيقها. ويعتقد البعض أن المنافسة في هذه الأنشطة الرياضية ليست سوى صراع بين تفكيرين: تفكير اللاعب مقابل تفكير منافسه..

يعتبر ايلفرانكواخرونان أن المهارات الخططية من منظور الفريق الرياضي تعكس قدرة اللاعب على الأداء المناسب في اللحظة المناسبة (التوقيت) والقدرة على التكيف بسرعة مع أشكال اللعب الجديدة وتمرير الكرة. وهذا يتطلب من اللاعب أن يكون لديه فهم ومعرفة عميقة باللعبة.

وفيما يتعلق بكرة القدم، أشار المولي (2008) إلى أن اللعبة تتطلب سرعة في التصرف والتفكير، بالإضافة إلى اتخاذ قرارات سريعة. كما أن سرعة الحركة ومقدرة اللاعب على معالجة المعلومات من خلال ملاحظة المواقف المختلفة أثناء المباراة تلعب دورًا حاسمًا. إذ يجب اتخاذ القرار المناسب والتحرك في الوقت الملائم، مما يؤثر بشكل إيجابي على الأداء في المباراة.

يعتبر (حسو، 2008) أن تحقيق الإنجاز الرياضي العالي يعتمد بشكل كبير على التفكير الاستراتيجي. من خلال هذا النوع من التفكير، يتمكن اللاعب من فهم المواقف المختلفة التي تظهر أثناء المباراة، ثم يقوم بتحليلها. بعد ذلك، يتخذ اللاعب استجابة استراتيجية مناسبة لتلك المواقف. تتطلب المواقف المتغيرة في مباراة كرة القدم سرعة في تفكير اللاعب لاتخاذ القرارات اللازمة (مختار، 1977، ص 316). وهذا يسهم في الوصول إلى الأداء المثالي، وتعزيز القدرات الاستراتيجية، وسرعة اتخاذ القرارات السليمة داخل الملعب..

من الضروري استخدام المهارات الذهنية، التي تُعتبر بُعدًا مهمًا في إعداد اللاعبين، حيث تلعب دورًا أساسيًا في تحسين الأداء. لقد أصبح التركيز على التفكير الاستراتيجي جزءًا لا يتجزأ من المتطلبات المهارية والبدنية والخططية، مما يساعد على تعزيز القدرة على معالجة المشكلات الخططية أثناء المنافسة وفي مختلف الظروف..

لإجراء دراسة هذا الموضوع، تم تقسيم العمل إلى ثلاثة جوانب رئيسية: الجانب التمهيدي الذي يتضمن إشكالية الدراسة، والفرضيات المطروحة، فضلاً عن أهمية وأهداف الدراسة، وأسباب اختيار هذا الموضوع، بالإضافة إلى توضيح المفاهيم والمصطلحات المستخدمة.

تضمن الجانب النظري أربعة فصول، حيث تناول الفصل الأول موضوع القلق النفسي، بينما استعرض الفصل الثاني التفكير الخططي. أما الفصل الثالث فقد خصص لكرة القدم، في حين اعتمد الفصل الرابع على الدراسات السابقة والمشابهة، التي شكلت دعماً مهماً للدراسة وساهمت في تفسير النتائج وتجسيدها على أرض الواقع.

أما الجانب التطبيقي فقد اشتمل على فصلين، حيث تناول الفصل الأول الإجراءات الميدانية، والتي تشمل الدراسة الاستطلاعية، المنهج المستخدم، متغيرات الدراسة، المجتمع، العينة، مجالات الدراسة، أدوات البحث، الأسس العلمية، والوسائل الإحصائية..

يتناول الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج وتفسيرها، كما يتضمن أيضًا الاستنتاجات العامة والتوصيات والاقتراحات.

مدخل عام تعريف بالبحث

-الإشكالية :

تعتبر لعبة كرة القدم واحدة من أكثر الألعاب شعبية على مستوى العالم، حيث شهدت تطورًا ملحوظًا في إعداد اللاعبين. وقد تميز هذا التطور بارتفاع مستوى الأداء المهاري والبدني والخططي والنفسي للاعبين، مما يعكس امتلاكهم لقدرات ومهارات عالية، بالإضافة إلى مستوى بدني جيد. كما تم تعزيز التفكير الجماعي وقدرتهم على تنظيم تحركاتهم وفقًا للخطط الموضوعة، مما يسهم في تكوين رؤية موحدة للفريق، وبالتالي تنفيذ استراتيجيات اللعب بشكل سليم في مختلف مواقف المباراة.

أما القلق، فهو شعور داخلي ينشأ نتيجة التوتر، ويعتبر بمثابة صراع دائم يسعى الإنسان من خلاله للحفاظ على توازنه الداخلي. يمكن أن يكون القلق قوة دافعة إما مدمرة أو بناءة، وذلك يعتمد على مدى شعور الفرد بوجود خطر محتمل وحجم التهديد الذي يواجهه. لذا، يُعرف القلق بأنه حالة من التوتر الداخلي، وهو انفعال معقد يتضمن توقع حدوث شيء سلبي، مما يجعل الفرد يشعر بعدم الاطمئنان ويجعله في حالة دفاع عن نفسه ضد المخاطر المحتملة، بهدف الحفاظ على توازنه النفسي..

يُعتبر تركيز الانتباه القوة الأساسية التي تدفعنا نحو التقدم والتطور في اللعبة مع مرور الوقت. ويعكس هذا التقدم التطور في استراتيجيات اللعب، سواء كانت هجومية أو دفاعية. فخطط اللعب في كرة القدم تعني "فن التحركات أثناء المباراة، سواء كانت هذه التحركات تهدف إلى الهجوم أو الدفاع" (مجد، 1994، 29). في كل مباراة، يتبنى فريق خطة هجومية بينما يتبنى الفريق الآخر خطة دفاعية، بغض النظر عن تنوع أساليب الهجوم والدفاع، مما يتطلب من اللاعبين استغلال نقاط قوتهم بذكاء.

يُعتبر التركيز أحد أبرز مظاهر الانتباه، وله دور كبير في الوصول إلى مستويات عالية من الأداء، حيث يؤثر بشكل مباشر على دقة ووضوح وإتقان الجوانب النفسية المرتبطة بالمهارات الحركية. كما أن تحقيق درجة عالية من الإتقان في المهارات الحركية لا يعتمد فقط على مؤهلات التدريب، بل يرتبط أيضًا بقدرة الفرد على تركيز انتباهه والمساهمة بوعي في التحكم في مهاراته الحركية.

تُعتبر كرة القدم لعبة تعتمد على اتخاذ القرارات، حيث يجب على اللاعب أن يكون سريع البديهة كما هو سريع الحركة. تتطلب سرعة التصرف قدرة اللاعب على استيعاب المعلومات التي يتلقاها من خلال ملاحظة المواقف المختلفة أثناء المباراة. كلما كان اللاعب أكثر قدرة على التصرف بسرعة وفهم المعلومات المتاحة له، وكان لديه القدرة على التفكير السريع واستنتاج ما يجب القيام به، وتنفيذ التحركات المطلوبة في الوقت المناسب، كان لذلك تأثير إيجابي على أدائه خلال المباراة (مختار، 1977، ص 317).

تتجلى أهمية التفكير الاستراتيجي لدى لاعبي كرة القدم في تطور سرعة اللعب، وكيفية التحرك، والقدرة على اتخاذ القرارات السريعة. يرتبط ذلك ارتباطًا وثيقًا بمستوى التفكير الاستراتيجي لدى اللاعب، وقدرته على توظيف مهاراته البدنية والنفسية لرفع مستواه التكتيكي وتحقيق أفضل النتائج لفريقه..

تتجلى أهمية البحث في تناول القلق النفسي كجانب أساسي في إعداد لاعبي كرة القدم، حيث يُعتبر عنصراً حيوياً في تحديد المستوى. يلعب القلق النفسي دوراً كبيراً في حسم نتائج المباريات بين فريقين

متساويين من حيث اللياقة البدنية والمهارات. لذا، فإن القدرة على التركيز والانتباه تُعدّ العامل الحاسم في نجاح أحد الفريقين خلال المباراة .

يساهم وجود اختبار للقلق النفسي، الذي يُعتبر من الاختبارات النادرة والمهمة، في مساعدة اللاعبين على تقييم مستوياتهم واستعداداتهم الذهنية والتكتيكية، مما يتطلب منهم تدريباً وتمريناً مستمراً. هذا سيمكن اللاعبين من التعرف على إمكاناتهم النفسية بالكامل، وفهم ما سيقوم به كل زميل في الفريق، بالإضافة إلى كيفية استغلال المميزات الفردية لكل لاعب في مختلف مواقف اللعب..

هذا ما حفز الباحث على إجراء البحث والاستقصاء للحصول على اختبار من هذا النوع، بالإضافة إلى أن الموقف الخططي يتطلب من اللاعبين خلال المباراة أن تكون قدراتهم العقلية المرتبطة بالموقف قادرة على تحقيق الأداء الأمثل.

تُعتبر تدريبات المقتربات الخططية من أبرز الوسائل التي تسهم في تطوير مستوى اللاعب فنياً وخططياً، حيث تتشابه مع المهام التي يواجهها اللاعب في المباريات. كما تساهم هذه التدريبات في تعزيز عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية وأسس العمل الخططي. تُعد هذه التمارين جزءاً أساسياً من عملية تطوير اللاعبين، مما يجعلها عنصراً لا يتجزأ من أداء الفريق داخل الملعب. في غيابها، يصبح تحقيق الفوز في المباريات أمراً صعباً، خاصة مع تطور أساليب العمل الخططي لدى الفرق المنافسة وارتفاع مستوى الأداء. لذا، يتعين على المدربين العمل على تحسين مستوى اللاعبين من خلال إعداد برامج تدريبية تكتيكية خاصة، تساهم في تعزيز المستوى التكتيكي والخططي لديهم. وقد قام الباحثون بمتابعة معظم مفردات المناهج التدريبية ذات الصلة.أظهرت الفرق التدريبية للأندية عدم تخصيص الوقت الكافي للتدريبات، مما لا يتناسب مع أهمية هذه الجلسات ودورها في المباريات. كما تعاني معظم الفرق من نقص في برمجة حصص التحضير النفسي وغياب الخطط التكتيكية المناسبة من قبل المدربين. إن فهم قدرات اللاعبين ومستوياتهم الفكرية والتكتيكية يساعد المدربين بشكل كبير في تحديد أسلوب التصرف الخططي خلال المباريات. وبما أن الذكاء يعد جزءًا من القدرات العقلية، فإن اللاعبين يختلفون في درجات الذكاء. وهذا يدفع الباحث إلى طرح سؤال رئيسي يتمحور حول طبيعة العلاقة بين القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم. ؟

التساؤلات الجزئية:

ذاتية:

-يسعى الباحث إلى دراسة المواضيع المتعلقة بمستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه. كما يعبر عن اهتمامه ورغبته في إنجاز هذه الدراسات. بالإضافة إلى ذلك، يهدف إلى التعرف على الصعوبات والعقبات التي تواجه كرة القدم الجزائرية بشكل عام، وكرة القدم في البويرة بشكل خاص..

الموضوعية:

-هناك نقص في الدراسات المتعلقة بهذا المجال الواعد.

-تسليط الضوء على جانب مهم من جوانب الإعداد، وهو الإعداد النفسي.

-تعتبر هذه الدراسة دعماً للدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع.

-تناول هذا الموضوع يأتي في ظل التراجع الملحوظ في كرة القدم على المستوى المحلي.

توعية القارئ بأهمية القلق النفسي وتركيز الانتباه في مجال كرة القدم. -

4-أهميةالبحث:

تناولنا في حديثنا موضوع القلق النفسي وتركيز الانتباه، حيث تسعى العديد من الأندية العالمية جاهدة لتطبيق هذه الاستراتيجية المثالية التي لا تعتمد على أي لاعب بغض النظر عن وزنه في الفريق. تساهم هذه الطريقة في تحقيق الهدف الأساسي لكل نادٍ، وهوالفوز والحصول على النقاط الثلاث، بشرط تنفيذها بشكل صحيح. كما تستخدم بعض الأندية هذه الاستراتيجية لإغلاق المنافذ أمام الفرق المنافسة، مما يقلل من فرص تسجيل الأهداف .

يسعى العديد من المدربين العالميين إلى تعلم كيفية تطبيق هذه الطريقة المثالية، التي تعزز من قدرات الفرق على تحقيق نتائج إيجابية بشكل ملحوظ، وتساهم بشكل كبير في ترابط الخطوط وتقارب اللاعبين في الملعب، مما يعزز من قدرة الفرق على الهجوم والدفاع. ومن هنا جاءت دراستنا لتسليط الضوء على مستوى تركيز الانتباه وفقاً لرؤية اللاعبين..

5- أهداف الدراسة:

5-1-الهدف الرئيسي :

تحديد طبيعة وقوة العلاقة بين القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم

5-2-أهداف فرعية :

.الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي بين اللاعبين الذين يمتلكون مستويات مختلفة من تركيز الانتباه.

6-تحديد المفاهيم والمصطلحات:

6-1القلق النفسي :

:تعريف محمد السيد عبد الرحمان

يشير كل من عبد العزيز علاوي (1994) وعبد العزيز سلامة (2001) إلى أن القلق يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على الأداء، حيث يعزز من دافع اللاعب الرياضي لبذل المزيد من الجهد وتعبئة طاقاته، مما يزيد من ثقته بنفسه. في المقابل، قد يتحول القلق إلى عائق يؤثر سلبًا على الأداء، مما يؤدي إلى .تراجع ثقة اللاعب في نفسه

6-2-تركيز الانتباه :

التعريف الاصطلاحي: "التركيز هو القدرة على تسهيل الحركة الدقيقة والصعبة، خاصةً أن هذه العملية تستغرق وقتًا قصيرًا جدًا. لا يتحقق التركيز الجيد إلا إذا كان الإدراك واضحًا، أي القدرة على استيعاب المؤشرات الخارجية والاستجابة لها. إن مستوى التركيز الجيد يسهم في تحقيق الأهداف المرجوة

التعريف الإجرائي:

التركيز هو القدرة على توجيه الانتباه بشكل مكثف نحو موضوع أو نشاط معين، مما يسهم في إنجاز المهام بكفاءة أعلى. يمكن أن يتجلى التركيز في مجالات العمل، الدراسة، الرياضة، أو أي نشاط آخر. عندما يكون الشخص مركزًا، يبتعد عقله عن المشتتات، مما يتيح له معالجة المعلومات واتخاذ القرارات ..بسرعة ودقة أكبر

3-6كرة القدم :

التعريف اللغوي :

تُشتق كلمة "كرة القدم" من اللاتينية، حيث تعني ركل الكرة بالقدم. في الولايات المتحدة، يُطلق على هذه ."rugby" أو كرة القدم، بينما تُعرف كرة القدم التي سنتحدث عنها باسم "soccer" اللعبة اسم

التعريف الاصطلاحي :

تُعتبر كرة القدم رياضة جماعية يمارسها الجميع، كما أشار رومي جميل بقوله: "كرة القدم هي في المقام الأول رياضة جماعية تتناسب مع جميع فئات المجتمع".

التعريف الاجرائي :

كرة القدم هي رياضة جماعية تُمارس من قبل جميع الفئات العمرية، وتُلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 لاعبًا. تُستخدم كرة منفوخة على أرضية مستطيلة، حيث يوجد في كل طرف من الطرفين مرمى. يتم تحريك الكرة باستخدام الأقدام، ولا يُسمح إلا لحارس المرمى بلمسها بيديه. يشرف على إدارة المباراة حكم رئيسي، بالإضافة إلى حكم للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت. تستمر المباراة لمدة 90 دقيقة، مع فترة استراحة مدتها 15 دقيقة. إذا انتهت المباراة بالتعادل، خاصة في مباريات الكأس، يتم لعب شوطين إضافيين، كل منهما مدته 15 دقيقة. وفي حال استمرار التعادل بعد الشوطين الإضافيين، .يُجري الحكم ركلات الترجيح لتحديد الفائز

الفصل الأول:
الجانب النظري

المحور الأول:
القلق النفسي

تمهيد:

يُعتبر الحديث عن القلق، خاصة في المجال الرياضي، موضوعًا حديثًا نسبيًا. يُعبر عن القلق عادةً بمجموعة من المشاعر مثل الخوف، الحذر، العصبية، والتوتر. يُعد القلق من الانفعالات المهمة، ويُنظر إليه كأحد الظواهر النفسية التي تؤثر على أداء الرياضيين، حيث يمكن أن يكون له تأثير إيجابي يدفعهم لبذل المزيد من الجهد، أو تأثير سلبي يعيق أدائهم.يختلف القلق عن الاستثارة في كونه يتضمن، بالإضافة إلى مستوى من التنشيط، حالة انفعالية غير مريحة. لذا، يُستخدم مصطلح القلق لوصف مركب يتكون من شدة السلوك واتجاه الانفعال، حيث يكون اتجاه الانفعال في القلق سلبيًا لأنه يعكس مشاعر غير مريحة .هناك نوعان من القلق: الأول هو حالة القلق (Anxiety State)، وهي صفة مؤقتة تتغير من وقت لآخر وتعبر عن مستوى القلق الذي يشعر به الفرد في لحظة معينة. أما الثاني فهو سمة القلق (Anxiety Trait)، وهي صفة ثابتة تشكل جزءًا من شخصية الفرد. الأشخاص الذين يتمتعون بسمة القلق يميلون إلى إدراك عدد أكبر من المواقف التي يشعرون أنها تمثل تهديدًا لهم، ويستجيبون لمثل هذه المواقف بدرجات عالية من الشدة الفسيولوجية.

1-1-تعريف القلق:

يُعرَّف القلق بأنه تجربة وجدانية غير مريحة، تتمثل في شعور بالخوف وتوقع الخطر، بالإضافة إلى التوتر وعدم الاستقرار. ويشير علاء كفافي وآخرون إلى أن القلق يُعتبر في الأساس تجربة انفعالية غير مريحة، وغالبًا ما يصاحبه مظاهر فيزيولوجية ونفسية. من جهته، يؤكد سامي عبد القوي أن القلق يرتبط عادةً ببعض الأعراض الجسدية المعروفة بمكافئات القلق (Anxiety Equivalents). بينما يرى أحمد عبد الخالق أن القلق هو انفعال إنساني أساسي، يتميز بشعور مزعج مصحوب بتوتر وخوف غير مبرر من الناحية الموضوعية، وغالبًا ما يكون هذا الخوف مرتبطًا بالمجهول أو المستقبل. وبالتالي، يتضمن القلق استجابات مفرطة تجاه مواقف لا تشكل خطرًا حقيقيًا على الفرد، لكنه يتفاعل معها كما لو كانت ضرورات ملحة أو مواقف يصعب التعامل معها. .(1)

1-1-1 تعريف كارول:

القلق هو شعور داخلي يتجلى كألم ناتج عن التوتر. يسعى الإنسان دائمًا للحفاظ على توازنه الداخلي، لذا يمكن أن يكون القلق قوة دافعة إما مدمرة أو بناءة، وذلك يعتمد على مدى شعور الفرد بوجود خطر محتمل وحجم التهديد الذي يواجهه. وبالتالي، يمكن تعريف القلق بأنه حالة من التوتر الداخلي، وهو انفعال معقد يتضمن توقع حدوث شيء سلبي، ويتميز بإحساس الفرد بعدم الأمان، مما يدفعه للدفاع عن نفسه ضد المخاطر المتوقعة، في محاولة للحفاظ على توازنه الداخلي...

1-1-2 تعريف فرويد:

القلق هو استجابة لحالات الخطر، ويظهر مجددًا كلما تكررت تلك الظروف المهددة.

1-1-3 تعريف محمد السيد عبد الرحمان:

يشير كل من عبد العزيز علاوي (1994) وعبد العزيز سلامة (2001) إلى أن القلق يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على أداء الرياضي، حيث يعزز من جهوده ويحفزه على استثمار طاقاته، مما يزيد من ثقته بنفسه. في المقابل، قد يتحول القلق إلى عائق يؤثر سلبًا على الأداء، مما يؤدي إلى تراجع ثقة اللاعب بنفسه.

لذا، فإن التعرف على حالة القلق لدى الرياضي قبل مشاركته في المنافسة يعد أمرًا بالغ الأهمية. يساعد ذلك في وضع استراتيجيات مناسبة لتحقيق النجاح وتطوير مستواه في المجال التنافسي، بالإضافة إلى مواجهة التحديات والمواقف التي قد يواجهها أثناء المنافسة. يُعتبر القلق انفعالًا مركبًا يتضمن توترًا داخليًا، شعورًا بالخوف، وتوقعات سلبية، كما يُعرف بأنه تجربة انفعالية غير مريحة يشعر بها الفرد نتيجة لمؤثرات داخلية..

1-2-ماهية الانتباه:

يعتبر الانتباه أحد الأسس الأساسية التي تستند إليها مختلف العمليات العقلية الأخرى، مثل التذكر والتخيل والتصور والتفكير والتعلم. فعندما يتفاعل الإنسان مع بيئته، يتعين عليه أن يكون على دراية بها ليتمكن من حماية نفسه من المخاطر. الشرط الأول لتحقيق ذلك هو أن ينتبه إلى ما يهمه في هذه البيئة ويدركه بحواسه، مما يمكّنه من التأثير عليها والسيطرة عليها بعقله وعضلاته. لذا، يُعتبر الانتباه الخطوة الأولى لتكيف الفرد مع محيطه. وقد تناول علماء النفس موضوع الانتباه من خلال العديد من التعريفات، حيث عرّفوه...

(حلمي المليجي،2000) بأنه توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه (كما عرف الانتباه بأنه (استعداد إدراكي عام يقوم بتوجيه شعور الفرد نحو موقف معين ككل أو

كجزء (2) حلمي المليجي. علم النفس المعاصر . ط8،بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر،2000،ص197.

في حين عرفه (فاخر عاقل،1981) بأنه (العملية النفسية التي تقوم باختيار عدد من المثيرات المتواردة على النفس والتركيز عليها وتجاهل المثيرات

تتناسب التعريفات المذكورة مع مفهوم الانتباه من منظور علم النفس العام، لكنها لا تنطبق بنفس الطريقة في مجال علم النفس الرياضي. على الرغم من أن الانتباه يعد ظاهرة شائعة في البيئة المحيطة بالفرد، إلا أنه يختلف بشكل كبير في السياق الرياضي. يوضح (يحيى النقيب) أن مصطلح الانتباه يُستخدم لوصف العملية التي من خلالها يدرك الرياضي بيئته المحيطة، وذلك من خلال استخدام حواسه المختلفة عندما يركز انتباهه على شيء معين. وهذا يعني أنه يصبح مدركًا لهذا الشيء دون الانتباه إلى العناصر الأخرى.

يعرفه وجيه محجوب (1988) بأنه قدرة الفرد على تنفيذ الأنشطة الحركية وفهم ما يحدث من خلال التفاعل مع الأجهزة والأدوات. وتعتبر المهارات جزءًا أساسيًا من الانتباه في الحركات المعقدة.

يمكن تعريف الانتباه بأنه تكيف حركي وعقلي تجاه شيء معين. فهو يعتبر تكيفًا حركيًا لأن الانتباه يترافق مع ردود أفعال تعمل على إيقاف جميع الحركات غير الملائمة للموقف. كما أنه تكيف عقلي يتضمن عملية اختيار وكف في آن واحد.(3

من خلال مراجعة التعريفات المذكورة، يمكننا تعريف الانتباه على أنه العملية التي يتم من خلالها التركيز على بعض المنبهات الحسية دون غيرها، وذلك بفضل استعداد الفرد الإدراكي. فلكي يتعلم الشخص شيئًا ما، يجب عليه أولاً أن ينتبه ثم يدرك، وبالتالي فإن الانتباه يسهم في فهم الأشياء بسرعة ومعرفتها بشكل أفضل..

1-2-1-أنواع الإنتباه :

أولا: يقسم من حيث الدافع إليه إلى ما يأتي:

أ) <u>الانتباه الإرادي(الطوعي)</u>

هو توجيه الإحساس نحو موضوع محدد، حيث يركز الفرد انتباهه على هدف معين يختاره، مثل توجيه اهتمامه نحو عمل معين أو فكرة محددة..

ب) <u>الانتباه اللاإرادي (القسري):</u>

هو اتجاه الإحساس نحو موضوع معين دون تدخل من الشخص نفسه. في هذه الحالة، يتبنى الفرد موقفًا سلبياً تجاه الانتباه، حيث تصل إليه المؤثرات البيئية وتجذب انتباهه دون إرادته، مثل الانتباه إلى الأصوات العالية كصوت إطلاق مسدس، على سبيل المثال..

<u>جـ) الانتباه التلقائي (العادي):</u>

هو الانتباه إلى شيء ما بدافع فطري وغريزي، حيث يأتي هذا الانتباه بشكل طبيعي وسلس دون أن يتطلب من الفرد أي جهد. ومع ذلك، لا تختفي الإرادة تماماً، إذ لا يحتاج الشخص إلى بذل جهد أو خوض صراع مع رغباته في هذه الحالة..

<u>د) الانتباه ألاستباقي:</u>

يتعلق الأمر بتوجيه وتجميع المشاعر حول موضوع معين لم يظهر بعد في مجال الانتباه. يتضمن ذلك تركيز انتباه الفرد واستعداده لمثير لم يظهر بعد، مثل توقع حدوث شيء ما، كما يحدث عند انتظار إطلاق البندقية في سباقات السباحة والعدو، أو صافرة الحكم في كرة الطائرة قبل بدء الإرسال..

هـ) الانتباه المشتق:

يتعلق هذا بتغير نوع الانتباه بناءً على المؤثر الذي نركز عليه، سواء كان ذلك بشكل طوعي أو نتيجة .لإجبار خارجي. على سبيل المثال، قد يتحول الانتباه اللاإرادي أحيانًا إلى انتباه إرادي أو انتباه استباقي

ثانيًا: يُقسم الانتباه من حيث طبيعة الموضوع إلى الفئات التالية::(1)

أ) الانتباه الداخلي:

يتعلق الأمر بالانتباه وتركيز الذهن على الأحاسيس الداخلية، بالإضافة إلى مشاعرنا وأفكارنا. على سبيل المثال، يمكن أن نتأمل في كيفية تنفيذ الإرسال في كرة الطائرة، أو كيفية التصويب نحو الهدف في كرة اليد أو كرة السلة..

ب) الانتباه الخارجي:

يشير الانتباه إلى تركيز الذهن على المواضيع أو المؤثرات الخارجية، مثل البيئة المحيطة بالفرد. على سبيل المثال، يمكن أن تشمل هذه المؤثرات أرض الملعب، المنافس، الجمهور، درجة الحرارة، الإضاءة، والأدوات المستخدمة..

ثالثاً: ويقسم الانتباه من حيث السمة إلى ما يأتي:(2)

أ) الانتباه الواسع: يتناسب هذا النوع من الانتباه مع معظم الألعاب الجماعية، حيث يتعين على اللاعب أن يكون يقظاً وواعياً لتحركات المنافسين، وفي الوقت نفسه، متابعة تحركات زملائه.

بالانتباه الضيق: يشير هذا النوع إلى أن الرياضي يكون مركزاً أو واعياً بشيء واحد أو منطقة صغيرة نسبياً، كما هو الحال في ألعاب الرماية أو أثناء تنفيذ لاعب كرة السلة للرمية الحرة أو التصويب..

2-2 -1 مظاهر الانتباه:(3)

أ) حجم الانتباه Amount:

حجم الانتباه يشير إلى كمية المعلومات أو المثيرات التي يستطيع اللاعب التركيز عليها من بين ما يدركه في لحظة معينة .

على سبيل المثال، قد يتضمن حجم الانتباه للاعب كرة القدم في موقف معين كل من الكرة، وبعض اللاعبين المنافسين، وزملائه، والحكم. بينما في موقف آخر، مثل تنفيذ ركلة جزاء، قد يقتصر حجم الانتباه على اللاعب المنافس فقط.

ب) شدة الانتباه Inxensity:

تشير شدة الانتباه إلى مستوى القوة أو الجهد الذي يبذله اللاعب تجاه مثير أو مجموعة من المثيرات. وبالتالي، كلما زادت شدة الانتباه نحو مثيرات معينة، زادت الحاجة إلى استهلاك المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية التركيز..

جـ) انتقاء الانتباه Selection:

يشير انتقاء الانتباه إلى القدرة على تحديد المثيرات المهمة التي يجب التركيز عليها، مع تجاهل المثيرات الأخرى التي لا تحمل أهمية..

د. ثبات الانتباه Stability:

يعني ثبات الانتباه قدرة اللاعب على التركيز على مثير أو مجموعة من المثيرات لفترة زمنية طويلة نسبياً..

هـ) توزيع الانتباه Distribution:

توزيع الانتباه يشير إلى قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو عدة مثيرات في آن واحد، أو على استيعاب وفهم معلومات متعددة من مصادر مختلفة في نفس الوقت..

و. تحويل الانتباه Shifting:

تحويل الانتباه يشير إلى قدرة اللاعب على الانتقال بسرعة وتوجيه تركيزه من مثير معين إلى مثير آخر..

ز. تشتت الانتباهDistraction:

تشتت الانتباه يعني عدم قدرة اللاعب على التركيز على مثير أو مجموعة من المثيرات لفترة زمنية طويلة نسبياً، مما يؤدي إلى عدم ثبات الانتباه، بالإضافة إلى انتقاله بين عدة مثيرات في الوقت نفسه..

ح) تركيز الانتباه Concentration:

يُستخدم مصطلحا التركيز والانتباه بشكل مترادف في المجال الرياضي، ولكن عند فهم معنى الانتباه يصبح من السهل التمييز بين المصطلحين. فهناك فرق بينهما من حيث الدرجة وليس النوع، حيث يُعتبر الانتباه أكثر أهمية من التركيز. يُعد التركيز نوعًا من تضييق الانتباه وتثبيته على مثير معين، مما يعكس قدرة الفرد على توجيه انتباهه وشدته.(

ويمكن تعريف التركيز بأنه

((القدرة على عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد فقط

تركيز الانتباه هو مصطلح يُستخدم للإشارة إلى تجميع الطاقة العقلية وتوجيهها بشكل مركز نحو فكرة معينة أو أحد محتويات الذاكرة الحركية، أو نحو موضوع محدد، بحيث تتجه الطاقة العقلية نحو هذا الهدف.) (

يُعرف تركيز الانتباه بأنه الاستعداد الإدراكي العام الذي يوجه شعور الرياضي نحو موقف معين، سواء كان ككل أو كجزء. إذا كان الموقف معروفًا للرياضي، فإن الانتباه يكون مستقرًا. أما إذا كان الموقف جديدًا تمامًا، فإن الانتباه يزداد، مما يؤدي إلى تركيز أكبر على هذا الموقف الجديد.(

1-3 تركيز الانتباه في المجال الرياضي:

تلعب مظاهر الانتباه في المجال الرياضي دورًا حيويًا في إتقان المهارات الحركية وتعزيز القوى النفسية. يُعتبر تركيز الانتباه من العناصر الأساسية التي تؤثر بشكل ملحوظ على مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية. يرتبط تطور الحركات المختلفة بقدرة الفرد على تركيز انتباهه، حيث يؤثر ذلك على دقة ووضوح وإتقان الجوانب الفنية لأداء المهارة الحركية. يُعتبر تركيز الانتباه أساسًا مهمًا لنجاح المهارات الحركية، خاصة في الأنشطة التي تعتمد بشكل كبير على حالات البداية..

وقد أكد خالد عبد المجيد (1989) أن ارتفاع مستوى الإتقان في المهارات الرياضية لا يعتمد فقط على مؤهلات المدرب، بل يرتبط أيضًا بقدرة الفرد على تركيز انتباهه ومساهمته الواعية في التحكم في مهاراته الحركية.)

تُعتبر عملية تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تتم من خلال تأثير المؤثرات المناسبة المرتبطة بنوع معين من النشاط على مناطق محددة في قشرة المخ. وفي الوقت نفسه، يتم تقليل تأثير باقي أجزاء القشرة لتفادي أي تشويش قد يؤدي إلى تشتت الانتباه.(4

يلعب تركيز الانتباه دورًا حيويًا في عملية التدريب الرياضي، حيث يمكن الاستفادة منه في تعلم المهارات الحركية خلال مراحل التطوير الرياضي. كما يُستخدم أيضًا في الإعداد النفسي للمنافسات. وقد أشار

هاشم سليمان (1988) إلى أن علماء النفس الرياضي يؤكدون على أهمية تركيز الانتباه كعنصر أساسي في الاستعداد النفسي خلال التدريب والمنافسات. لذلك، من الضروري تدريب الرياضيين على تحسين تركيز انتباههم أثناء التدريب، مما يسهم في تعزيز قدرتهم على الحفاظ على تركيزهم خلال المنافسات.) (1)

تختلف قدرة اللاعبين على التركيز، حيث يتمتع البعض بقدرة عالية على التركيز على الآخرين، بينما يكون البعض الآخر أكثر عرضة للتشتت بسبب ضعف قدرتهم على توجيه انتباههم. من المهم الإشارة إلى أن التوتر النفسي قد يعيق التركيز الكامل قبل وأثناء المباراة، خاصة في الدقائق الأولى. كما يشير كامل الويس (1984) إلى أن المدربين يجب أن يدركوا أن التركيز يتأثر سلباً في حالة حمى البداية، حيث نلاحظ انخفاضاً في قدرة اللاعب على التركيز، بالإضافة إلى الشرود الذهني والتهيج العام الذي قد يصاحبه قلة الاستعداد للأداء

يشير عبد الستار الضمد (2000) إلى أن خاصية الانتباه تتسم بالتغير المستمر، حيث ترتبط بالمواقف المتغيرة والعوامل المؤثرة فيها. فقد يكون الانتباه في بعض الأحيان شديدًا، بينما يتشتت في أحيان أخرى. وغالبًا ما يحدث تحويل للانتباه أو تشتيته نحو أهداف مختلفة في اتجاهات متعددة، مما قد يؤدي إلى ارتكاب أخطاء فنية وتكتيكية بسيطة للغاية.(3

المحور الثاني:
تركيز الانتباه

التركيز :2-

يُعتبر التركيز أحد أبرز مظاهر الانتباه، حيث يلعب دورًا حيويًا في تحقيق مستويات عالية من الأداء، نظرًا لتأثيره على دقة ووضوح وإتقان الجوانب النفسية المرتبطة بالمهارات الحركية. بالإضافة إلى ذلك، فإن الوصول إلى درجة الإتقان في هذه المهارات لا يعتمد فقط على مؤهلات التدريب، بل يتطلب أيضًا قدرة الفرد على تركيز انتباهه والمساهمة بوعي في التحكم في مهاراته الحركية.

2-1-تعريف التركيز:

التركيز هو القدرة على توجيه الانتباه بشكل مكثف نحو موضوع أو نشاط معين، مما يسهم في إنجاز المهام بكفاءة أعلى. يمكن أن يتجلى التركيز في مجالات مثل العمل، الدراسة، الرياضة، أو أي نشاط آخر. عندما يكون الشخص مركزًا، يبتعد عقله عن المشتتات، مما يتيح له معالجة المعلومات واتخاذ القرارات بسرعة ودقة أكبر..

بالنسبة للتركيز، فإنه يسهل القيام بالحركات الدقيقة والصعبة، خاصةً أن هذه العمليات تستغرق وقتًا قصيرًا جدًا. ولا يتحقق التركيز الجيد إلا إذا كان الإدراك واضحًا، أي القدرة على استيعاب المؤشرات الخارجية والاستجابة لها. إن مستوى التركيز الجيد يسهم في تحقيق الأهداف المرجوة..

2-2-الانتباه:

يُعتبر الانتباه من أبرز المهارات العقلية، حيث يشكل أساس شخصية الفرد وعاملاً رئيسياً في تطويره النفسي. في غيابه، تصبح حياة الإنسان مشابهة لحياة الكائنات الدنيا. يمتلك الإنسان قدرة محدودة على معالجة المعلومات في آن واحد، مما يبرز أهمية الانتباه الإرادي في تركيز الفرد على ما حوله والحفاظ على هذا التركيز حتى النهاية. من خلال ما سبق، يتضح وجود علاقة وثيقة بين الانتباه والعمليات العقلية؛ فعندما ينخفض مستوى الانتباه، تتراجع قدرة العمليات العقلية، وأي ارتباك في هذه العمليات يؤدي إلى انخفاض مستوى تركيز الانتباه..(

2-2-1تعريف الانتباه :

تُعتبر الملاحظة عملية اختيار وانتقاء، ويُعرفها البعض بأنها النشاط الانتقائي الذي يميز الحياة العقلية. إنها تكيف حسي يؤدي إلى حالة قصوى من اليقظة، حيث يحدث تكيف في الجهاز العصبي للكائن الحي، مما يسهل عليه الاستجابة لمنبه معين أو لأداء وظيفة محددة..(

2-3-تعريف تركيز الانتباه:

يُعرَّف تركيز الانتباه بأنه: "توجيه الانتباه أو تثبيته نحو مثير محدد، مع الاستمرار في التركيز على هذا المثير المختار." ".

الانتباه هو عملية إدراكية عامة تُعدّ الفرد لتوجيه مشاعره نحو موقف معين، سواء كان ذلك ككل أو كجزء منه..

يعرّف (ديرنهاون) الانتباه بأنه عملية أولية يقوم بها الفرد للتكيف، تؤدي إلى اكتساب المعرفة وتعميمها على الأشياء والأحداث التي يركز عليها. أما في مجال الحركة، فيرى وجيه محجوب أن الانتباه هو انجذاب الفرد نحو شيء معين، حيث يتم ذلك من خلال حاستي البصر والسمع..

وهو (قدر الفرد على أداء النشاط الحركي ومعرفة ما يحدث.)

الانتباه في المجال الرياضي: استعداد وتهيئة الذهن لفترة من الزمن.

الانتباه :

تُعتبر العمليات العقلية، بما في ذلك الانتباه، من الموضوعات النفسية الأساسية التي ترتبط بالأداء الحركي. يُعد الانتباه أحد الركائز الأساسية التي تستند إليها مختلف العمليات العقلية العليا؛ إذ بدون الانتباه، يصبح من الصعب على الإنسان التعلم أو التذكر أو التفكير في أي موضوع. لتعلم شيء جديد، يجب على الفرد أولاً أن يشعر به ويُدركه، مما يعني أنه يحتاج إلى الانتباه قبل أن يتمكن من فهمه. وبالتالي، يسهم الانتباه في التعرف على الأشياء وسرعة فهمها أو استنتاجها. يتعين على الرياضي تعلم المهارات الحركية وإتقانها، ولا يمكن تحقيق ذلك إلا من خلال إعداد شامل يتضمن الجوانب البدنية والنفسية والمهاريةوالخططية.. .

يتميز الانتباه في المجال الرياضي بعدة جوانب. ويعتمد الوصول إلى مستويات رياضية عالية بشكل كبير على تطوير وإتقان هذه الجوانب لدى الأفراد، حيث تختلف درجاتها باختلاف طبيعة كل نشاط. يُعتبر الانتباه شرطًا أساسيًا للملاحظة الناجحة، ويتطلب وجود حالة من التأهب العقلي أو اليقظة، مما يساعد على تحسين الإدراك لمجموعة من الوقائع أو الظروف أو الأشياء..

2-4-أهم مظاهر النتباه:

تُعتبر عملية تركيز الانتباه من أبرز مظاهر الانتباه التي تؤثر بشكل كبير على مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية. فتركيز الانتباه يلعب دورًا حيويًا في تحسين دقة ووضوح إتقان الجوانب الفنية للمهارات الحركية، كما يسهم في تقليل مخاطر الإصابات. يتضح مما سبق أن الانتباه هو استعداد إدراكي لدى الفرد لتوجيه وتركيز نشاطه العقلي نحو موقف معين، حيث يُعرف بأنه تركيز الشعور على شيء ما استعدادًا لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه..

تُعتبر العوامل النفسية من العناصر الأساسية لتحقيق الإنجازات الرياضية العالمية، وأبرزها هو العامل النفسي. من بين الموضوعات النفسية المهمة تأتي العمليات العقلية، حيث يلعب الانتباه دورًا كبيرًا في الأداء الحركي. يُعتبر الانتباه أحد الأسس التي تستند إليها مختلف العمليات العقلية .

عندما يغيب الانتباه، يواجه الفرد صعوبة في التعلم أو التذكر أو التفكير في أي موضوع. لذا، لكي يتمكن الشخص من اكتساب معرفة جديدة، يجب أن يركز انتباهه عليها أولاً ثم يدركها. وبالتالي، يمكننا القول إن الانتباه يسهم في فهم الأشياء بسرعة واستنتاجها بفعالية..

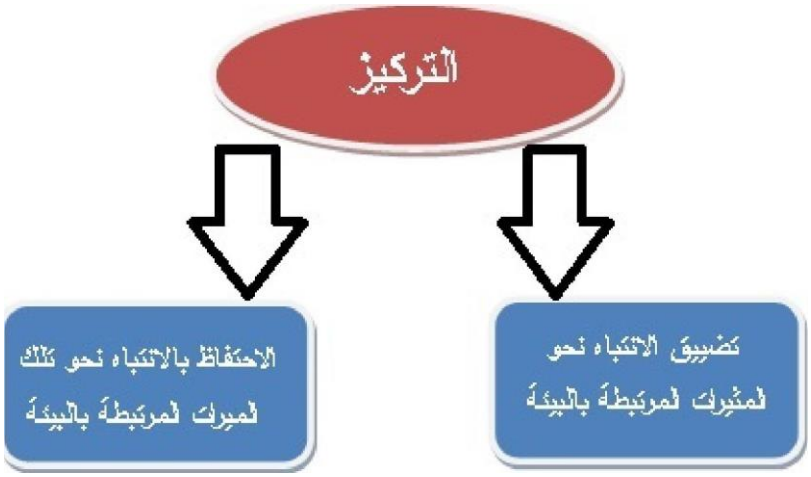
• **حدة الانتباه:** تُعتبر هذه الطاقة العصبية أكبر كمية يمكن فقدانها أثناء النشاط الذي تتداخل فيه العمليات النفسية بدقة ووضوح. تتفاوت حدة الانتباه، حيث يمكن أن تكون قوية وحادة في بعض الأحيان، بينما تضعف عندما يكون الجهاز العصبي متعبًا، مما يؤدي إلى انخفاض مستوى الانتباه

توزيع الانتباه: وهو توجيه الانتباه نحو أكثر من نشاط بنفس الوقت. (

تحويل الانتباه: تختلف قدرة اللاعبين على تحويل انتباههم من شخص لآخر، وذلك بناءً على مهارات كل لاعب. فهذه القدرة تعكس قدرة الفرد على الانتقال بسرعة من نشاط إلى آخر..

.ثبات الانتباه: هي قدرة اللاعب على التركيز على مثير أو مجموعة من المثيرات لأطول فترة ممكنة..

•**حجم الانتباه:** تشير إلى كمية المعلومات أو المثيرات التي يستطيع اللاعب التركيز عليها من بين المعلومات أو المثيرات المتاحة في لحظة زمنية معينة..



الشكل(1) : تعريف التركيز

•**تركيز الانتباه:** هو تجميع شامل لجميع الأفكار والعمليات العقلية بهدف محدد، مما يعزز التركيز لتحقيق هذا الهدف..(

2-5-تركيز الانتباه:

يُعرَّف تركيز الانتباه وفقًا لوينبرج وجولد (1995) بأنه عملية تضييق الانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة، مع الحفاظ على هذا الانتباه تجاه تلك المثيرات. يتضمن هذا التعريف عنصرين كما هو موضح في الشكل.(1)

2-5-1 - تضييق الانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة:

توجد مثيرات تتعلق بالبيئة وأخرى لا ترتبط بها. لذا، من الضروري توجيه التركيز والانتباه نحو المثيرات البيئية، مع العمل على التخلص من المثيرات غير المرتبطة بها وعزلها..

تعتبر قدرة اللاعب على تركيز انتباهه على المثيرات المرتبطة، مع تجاهل المثيرات غير المرتبطة، أمرًا بالغ الأهمية لتحقيق النجاح والفوز. فعندما يقوم لاعب كرة السلة بتنفيذ رمية حرة في موقف حرج يتعلق بنتائج المباراة، تكون المثيرات المرتبطة بالبيئة التي يجب أن يركز عليها هي: الروتين المعتاد قبل الرمية، مثل تنطيط الكرة ثلاث مرات، وأخذ شهيق عميق، وتوجيه نظره نحو السلة، والتركيز على حلقة السلة. في المقابل، يجب عليه عزل المثيرات غير المرتبطة وعدم السماح لها بالتأثير عليه، حيث يمكن أن تؤدي إلى تشتت انتباهه ونقص تركيزه، مثل وجود اللاعبين الآخرين في الملعب.

لانتظار ارتداد الكرة، تشجيع الجماهير. (

2-5-2- الاحتفاظ بالانتباه نحو المثيرات المرتبطة بالبيئة:

الجزء الثاني من مفهوم التركيز يتعلق بقدرة اللاعب على الحفاظ على انتباهه طوال فترة المنافسة. فبينما يتمكن العديد من اللاعبين من إظهار تركيز متميز لفترات قصيرة خلال المنافسة، فإن القلة منهم فقط تستطيع الحفاظ على مستوى عالٍ من التركيز والانتباه طوال الوقت. هناك أبطال بارزون ليسوا فقط بفضل قدراتهم البدنية، بل أيضاً لقدرتهم على الحفاظ على انتباههم خلال المباراة. هؤلاء اللاعبون لا يتأثرون بالمؤثرات غير المرتبطة بالبيئة، مثل ضوضاء الجمهور أو الأخطاء السابقة. لذا، فإن التدريب على تركيز الانتباه يساعد اللاعبين على توجيه انتباههم نحو المؤثرات المرتبطة لفترات طويلة تتناسب مع متطلبات المنافسة الرياضية..

2-6-الفرق بين الانتباه- الإدراك- التركيز:

يعمل الانتباه على توجيه الوعي نحو المثيرات المعنية، مما يجعلها في متناول الحواس. عندما يمتلك الفرد الوعي والمعرفة بتلك المثيرات، يتطلب الأمر منه الانتباه للأشياء التي يدركها. وبالتالي، يقوم الانتباه بتوجيه الوعي، بينما يستخدم الإدراك الانتباه لتعزيز الوعي بالمثيرات .

أما بالنسبة للاختلاف بين الانتباه والتركيز، فإن التركيز يُعتبر نوعًا من تضييق الانتباه وتثبيته على مثير محدد. بمعنى آخر، التركيز هو قدرة اللاعب على الحفاظ على انتباهه لفترة أطول خلال المنافسة

2-7-تركيز الانتباه في المجال الرياضي :

تلعب مظاهر الانتباه المختلفة في المجال الرياضي دورًا حيويًا في إتقان المهارات الحركية وتعزيز القوى النفسية. يُعتبر تركيز الانتباه من العناصر الأساسية التي تؤثر بشكل ملحوظ على مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية. يرتبط تطور الحركات المتنوعة بقدرة الفرد على تركيز انتباهه، حيث يؤثر ذلك على دقة ووضوح وإتقان الجوانب الفنية لأداء المهارة الحركية. يُعتبر تركيز الانتباه عنصرًا أساسيًا لنجاح المهارات الحركية، خاصة في الأنشطة التي تعتمد بشكل كبير على حالات البداية..

وقد أكد خالد عبد المجيد (1989) أن ارتفاع مستوى الإتقان في المهارات الرياضية لا يعتمد فقط على مؤهلات المدرب، بل يرتبط أيضًا بقدرة الفرد على تركيز انتباهه ومساهمته الواعية في التحكم بمهاراته الحركية.). (

تُعتبر عملية تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تتم من خلال التأثير المناسب للمؤثرات المرتبطة بنشاط معين على مناطق محددة من قشرة المخ. وفي الوقت نفسه، يتم تقليل تأثير باقي أجزاء القشرة لتفادي أي تشويش قد يؤدي إلى تشتت الانتباه.

يلعب تركيز الانتباه دورًا حيويًا في التدريب الرياضي، حيث يمكن استغلاله في عملية التعلم الحركي خلال مراحل البناء الرياضي، بالإضافة إلى استخدامه في الإعداد النفسي للمنافسات. وقد أشار هاشم سليمان (1988) إلى أن علماء النفس الرياضي يؤكدون على أهمية تركيز الانتباه كعنصر أساسي في الاستعداد النفسي خلال التدريب والمنافسات. لذلك، من الضروري تدريب الرياضيين على تحسين قدرتهم على تركيز انتباههم أثناء التدريب، مما يسهم في تطوير هذه القدرة خلال المنافسات

المحور الثالث:

كرة القدم

كرة القدم

تمهيد :

تعتبر رياضة كرة القدم واحدة من أشهر الرياضيات وأكثرها شعبية، حيث أصبحت الشغل الشاغل للشعوب خاصة أثناء التظاهرات الكروية الكبرى ، ولا عجب في ذلك فميزانية النوادي صارت تضاهي ميزانية اكبر الشركات الافتصادية

فأسعار اللاعبين بلغت سقف 200 مليون يورو

أما في فصل هذه الدراسة، فسنحاول تقديم نبذة تاريخية عن رياضة كرة القدم في العالم ، ثم نتوقف عند تلخيص بعض الأحداث الهامة هذه الرياضة، وبعد ذلك نعطي نظرة سطحية عن تاريخها في المغرب العربي وتطورها ، ونلخص بعض أحداثها البارزة في الجزائر ، و بعدها سنتحدث عن شعبيتها و عن تاريخ الاتحاد الدولي لكرة القدم و الاتحادية الجزائرية، اظاقة إلى إعطاء نضرة عن قواعدها وتنظيماتها، وفي الأخير سنسلط الضوء على كاس العلم و أهم الدول الفائزة بها.

3-1- تاريخ كرة القدم في العالم

تعتبر رياضة كرة القدم من أكثر الألعاب شهرة، حيث تفوقت على العديد من الرياضات الأخرى في شعبيتها. وقد تجلى ذلك في الإقبال الكبير على ممارستها ومتابعة مبارياتها. شهدت كرة القدم تطورات ملحوظة على مر العصور، حتى أصبحت كما نعرفها اليوم، مما يتيح لنا الاستمتاع بمشاهدتها في الملاعب أو عبر شاشة التلفزيون، أو حتى الاستماع إلى وصفها عبر الراديو..(1) محمد جلال قرطيم، محمد عبده صالح، كرة القدم، القاهرة، عالم الكتب، 1967، ص 74.

إذا عدنا إلى تاريخ كرة القدم، نجد أن بداياتها كانت تتسم بالعفوية، ولم تكن تعتمد على الفن أو الدراسة أو التهذيب كما هو الحال في العديد من الألعاب الرياضية. وقد اتفق جميع خبراء التربية الرياضية والمؤرخون على أن لعبة كرة القدم بدأت تمارس منذ زمن بعيد بين الجنود. تشير السجلات التاريخية إلى أن الجيوش الصينية كانت تلعب لعبة تشبه كرة القدم، حيث اعتبرت هذه اللعبة جزءًا من تدريباتهم العسكرية المتعلقة بالهجوم والدفاع. كما أن الجيوش الرومانية كانت تمارس كرة القدم أيضًا نظرًا لمزاياها العديدة. بعد ذلك، انتقلت اللعبة إلى الشعب الإنجليزي الذي قام بتطويرها، وقد شهدت إنجلترا العديد من المنافسات التاريخية بين العلماء والمؤرخين، بهدف الوصول إلى فهم أوضح حول أصول كرة القدم، وما إذا كانت تعود إلى عصر معين أو أنها نشأت بشكل غير محدد زمنياً.؟

أفاد الباحثون أن لعبة كرة القدم ظهرت في القرنين الثالث والرابع قبل الميلاد كوسيلة للتدريب العسكري خلال فصل الصيف، وتحديدًا بين عامي 206 و25 قبل الميلاد، وفقًا لمصادر تاريخية صينية. كانت تُعرف اللعبة باسم "تسوشو" (Tau-Tchu)، حيث تعني الكلمة الأولى "ركل" والثانية "كرة". ومن المعروف أن اللعبة كانت تتكون من قائمتين عاليتين يزيد ارتفاعهما عن 30 قدمًا، مزينتين بأقمشة ملونة، وبينهما شبكة مصنوعة من خيوط حريرية تحتوي على فتحة مستديرة بقطر قدم واحد. وكان الهدف من اللعبة هو تقديم عرض أمام الإمبراطور خلال الاحتفالات العامة.".(2طبعة2 (1988 ، ص 12.

جاء مؤرخ آخر فقال: لقد كانت كرة القدم باليابان وكانت تسمى كيماريKimari*

تعود أصول اللعبة إلى 14 قرنًا مضت، حيث كانت تُمارس في ملعب مساحته 140 مترًا مربعًا. كما عُرفت في إيطاليا تحت اسم "كاليتشيوCalcio"، وكانت تُلعب في مدينة فلورنسا مرتين سنويًا، الأولى في يوم أحد من شهر مايو والثانية في 24 يوليو احتفالًا بعيد "سانجون" (Saint John) في فلورنسا.(

أشار بعض المؤرخين إلى أن اليونانيين القدماء كانوا يمارسون لعبة كرة القدم المعروفة باسم "إيبسكيروكس .(Episkyros) "كما كان لدى الرومان لعبة أخرى تُدعى ."Harbastom" وقد جلب آخرون هذه الألعاب إلى الجزر البريطانية خلال فترة احتلالهم، حيث أشار المؤرخون إلى أن الرومان مارسوا هذه اللعبة في جميع البلدان التي احتلوها أثناء حروبهم، بما في ذلك مصر.

من خلال المناقشات التاريخية المتعددة، يتضح أنه لا يوجد توافق حول كيفية نشر لعبة كرة القدم بناءً على معطيات تاريخية محددة. ومع ذلك، تصدى المؤرخون البريطانيون لهذه الآراء، مدعين أن فكرة كرة القدم تعود إليهم وحدهم، واستندوا في ذلك إلى أحداث تاريخية معينة.

احتل الدانمركيون إنجلترا في الفترة ما بين 1016 و1042 ميلادي. خلال هذه الفترة، خاض الإنجليز معركة ضدهم، حيث تمكن الجنود الإنجليز من قطع رأس القائد الدانمركي وداسوا عليه بأقدامهم، بل وبدأوا يضربونه كما لو كان كرة قدم. وقد اعتُبر هذا الحدث بمثابة بداية ظهور اللعبة واكتشافها.2ص 15.

أصبح هذا التقليد بعد ذلك رمزًا وطنيًا يعبر عن الثأر والانتقام. لاحقًا، تم استبدال الرأس البشري بكرة، وذُكر أن الأطفال، سواء كانوا حفاة أو مرتدين للأحذية، كانوا يلعبون ويتندرون حول الحادث. ومع مرور الوقت، بدأ بعض الأطفال يتبادلون رمي كرة مصنوعة من جلد البقر بين أقدامهم.!

تعود جذور فكرة الكرة واللعب بها إلى العصور القديمة، حيث تطورت مع مرور الزمن لتصبح لعبة كرة القدم كما نعرفها اليوم. يُعتبر عام 1050/1075 ميلادي هو بداية ظهور اللعبة واكتشافها، حيث كانت تُعرف باسم ."futballe" في تلك الفترة، لم تكن هناك ميادين مخصصة أو قوانين واضحة تحكم اللعبة.

مع حلول عام 1711، بدأت لعبة كرة القدم في التطور، حيث تم التركيز على حماية اللاعبين وتجنب الأضرار. وبدأت تظهر في الملاعب عناصر من المثقفين والنبلاء، مما دفع القائمين على اللعبة للبحث عن قوانين وتقاليد جديدة لتفادي العودة إلى فترات المطاردة والحرمان .

وفي عام 1800، تم اتخاذ قرار بمساواة عدد اللاعبين في كل فريق، وتم تحديد أبعاد المرمى بشكل مبدئي ليكون بين قدمين وثلاثة أقدام. ومنذ ذلك الحين، استمرت القوانين في التحسن لصالح اللاعبين والجمهور..

تأسس الاتحاد الدولي لكرة القدم "FIFA" في عام 1904، وأصبح معترفًا به كهيئة تشريعية عالمية تشرف على شؤون اللعبة. يتلقى الاتحاد الاقتراحات والتعديلات، ويعقد اجتماعات سنوية لمناقشة ما يصله من مقترحات. كما يقوم بإبلاغ الاتحادات الوطنية بالتعديلات الجديدة التي يتم الاتفاق على إدخالها في القوانين، بهدف حماية اللاعبين والهيئات المعنية.(.مختار

تُعد هذه بعض التطورات التي نعرضها كمثال وليس على سبيل الحصر، وهي كافية لإثبات أن لعبة كرة القدم قد انتقلت من مرحلة الخشونة والهمجية إلى مرحلة الفن والتقنية، ومن الجمود إلى الحركة والتكتيك. وقد نتجت هذه التحولات عن التعاون بين جميع الدول المحبة للرياضة والسلام، وما قدمته من تضحيات من أجل رفاهية شعوبها. وبهذا، ظهرت لعبة كرة القدم بصورتها المشرفة الحالية، مما زاد من تعلقنا بها وبلاعبيها..

3-2- تلخيص لبعض الأحداث الهامة في العالم

3-3- تاريخ كرة القدم في المغرب العربي.

دخلت كرة القدم إلى المغرب العربي بفضل الجيوش الفرنسية والإيطالية التي احتلت المنطقة. وقد تم إنشاء أندية وفرق خاصة بها، وأقيمت العديد من المباريات بين الفرق المحلية وأخرى مع فرق الجيوش الأجنبية. كما تم تأسيس اتحادات خاصة تعنى بشؤون هذه الفرق وتدير دوراتها. وتُعتبر الفرق في المغرب والجزائر وتونس من بين الأفضل على مستوى العالم، خاصةً إذا أخذنا في الاعتبار أن المنتخبات الفرنسية، قبل بضع سنوات، كانت تضم لاعبين جزائريين يُعتبرون من بين الأفضل في العالم..

3-4- تطور كرة القدم في الجزائر.

تُعتبر كرة القدم من أوائل الرياضات التي ظهرت في الجزائر، وقد حققت شهرة واسعة بفضل الشيخ "عمر بن محمود علي الرايس"، الذي أسس في عام 1895 أول فريق رياضي جزائري تحت اسم "الطبعة الجزائرية الكبرى" (l'avant grand). وقد تم تشكيل أول فريق لكرة القدم ضمن هذه الجمعية في عام 1917. بعد تأسيس مولودية الجزائر، تم إنشاء العديد من الفرق الأخرى، مثل: معسكر، الاتحاد الإسلامي لوهران، الاتحاد الإسلامي للبليدة، والاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر.(

نظرًا للحاجة الملحة للشعب الجزائري إلى توحيد جهود أبنائه لمواجهة الاستعمار، أصبحت كرة القدم إحدى الوسائل الفعالة لتحقيق ذلك. ومع ذلك، لم تدرك السلطات الفرنسية أهمية المباريات التي كانت تُقام، والتي وفرت فرصة لأبناء الشعب الجزائري للتجمع والتعبير عن مطالبهم. في عامي 1954-1955، تم تشكيل أول فريق يحمل اسم "شمال إفريقيا"، والذي ضم مجموعة من اللاعبين الذين كانت أسماؤهم كالتالي::

تحت قيادة اللجنة الثورية ووحدة النشاط، اجتمع عدد من الشخصيات مثل زيتون، العربي، بوبكر، محجوب، قريقة، حسونة، بلعيد، عبد الرزاق، مفتاح، بن مبروك، وبن تيفور، وغيرهم، حيث دعوا جميع الأحزاب إلى الوحدة من أجل توحيد الجهود في التحضير للثورة. في عام 1956، وقعت اشتباكات عنيفة عقب المباراة التي جرت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي "سانت أوجين" في بولوغين، مما أدى إلى اعتقال العديد من الجزائريين. نتيجة لذلك، قررت قيادة الثورة تجميد جميع الأنشطة الرياضية في 11 مارس 1956، حرصًا على

سلامة الجزائريين. وفي 18 أبريل 1958، تم تشكيل فريق جبهة التحرير الوطني، الذي ضم أفضل اللاعبين الجزائريين، ومن بينهم الأسماء المذكورة

أحمد بن الفول، رشيد مخلوفي، عبد القادر زرار، مصطفى زيتوني، أحمد جائي، عبد القادر معزوز، السعيد براهيمي، عبد الحميد كرمالي، عبد الحميد زوية، محمد معوش، محمد بوريش، عبد الكريم كروم، مختار لعريبي، السعيد حداد، دحمان دفنون، حسان بورطال، حسان شرابي، حسين بوشاش، السعيد عمرة، عبد الله بن فضة حدحود، عبد العزيز بن تفور، محمد سوكان، محمد بومزرق، عبد الحميد بوشوك، أمقران وليكان، علي دودو، عبد الرحمان إبراهيم، عمار بوراوي، سلامي ولعمري.

كان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية. وقد أقيمت أول دورة كروية في 31 أكتوبر 1962، بمناسبة تأسيس مجلس الرياضة تحت إشراف الدكتور "محمد معوش". شاركت في هذه الدورة أندية الوداد البيضاوي من المغرب، والترجي الرياضي التونسي، واتحاد طرابلس الليبي.

أقيمت أول بطولة جهوية جزائرية لكرة القدم في الموسم الرياضي 1962-1963، حيث توج فريق "الاتحاد الرياضي الإسلامي الجزائري" بالبطولة. كما تم تنظيم أول كأس للجمهورية في عام 1963، والتي فاز بها فريق وفاق سطيف، الذي يمثل الجزائر بشكل متميز في منافسات كأس الكؤوس الإفريقية والأفرو آسيوية.

أقيمت أول مباراة للفريق الوطني الجزائري في عام 1963 ضد المنتخب البلغاري، وانتهت بفوز الجزائر 2-1. وفي سبتمبر 1964، انطلقت البطولة الوطنية لأول مرة. أما على صعيد المنافسات الرسمية، فقد خاض المنتخب الوطني أول لقاء رسمي له في عام 1964 ضد المنتخب التونسي .

وفي عام 1975، حقق المنتخب الوطني أول ميدالية ذهبية له في ألعاب البحر الأبيض المتوسط التي أقيمت في الجزائر، بعد انتصاره على المنتخب التونسي بنتيجة 3-2. وعلى مستوى الأندية، حققت مولودية العاصمة أول فوز لها بكأس الأندية البطلة في عام 1976 .

تعتبر فترة السبعينات، التي تمتد من 1975 إلى 1985، مرحلة هامة للإصلاح الرياضي، حيث شهدت تطوراً ملحوظاً في تاريخ كرة القدم الجزائرية. بفضل الإمكانيات المادية المتاحة، مثل التجهيزات الضرورية وبناء الملاعب في مختلف ولايات البلاد، تم تدشين ملعب 05 جويلية في عام 1972، الذي يُعتبر من أحدث الملاعب ليس فقط في الجزائر بل في إفريقيا أيضًا. تم تصميمه بأسلوب حديث، وزُود بتجهيزات عصرية تضاهي، إن لم تكن تفوق، تلك الموجودة في بعض ملاعب العالم.

في هذه المرحلة الذهبية، بدأ المسؤولون في مجال كرة القدم بتطبيق سياسة جديدة تهدف إلى تغيير أسلوب التأطير الرياضي. تم إدماج معظم الأندية في مؤسسات اقتصادية وطنية كبرى، مثل انضمام مولودية الجزائر إلى شركة سوناطراك، مما أدى إلى تغيير اسمها إلى مولودية نفط الجزائر (MPA). بالإضافة إلى ذلك، تم إدماج بعض الأندية الوطنية ضمن سلطة المجالس الشعبية البلدية، وكان الهدف من هذا التحول هو توفير الإمكانيات المادية اللازمة لدعم الرياضة النخبوية..

فيما يتعلق بالفترة الأخيرة، وتحديدًا بين عامي 1991 و1998، شهدت كرة القدم الجزائرية تدهورًا خطيرًا أثر سلبًا على سمعة منتخبنا الوطني على الصعيدين الدولي والقاري. فقد ظهر المنتخب خلال دورة كأس إفريقيا للأمم الثامنة عشر التي أُقيمت في السنغال عام 1992 بمستوى متواضع، مما أدى إلى هزيمته في أول مباراة له أمام منتخب كوت ديفوار، وهو ما خيب آمال وتطلعات الجماهير الرياضية. بالإضافة إلى ذلك، فإن إقصاء الفريق الوطني بسبب حادثة "كاروف" لاعب شبيبة القبائل يعكس تدهور كرة القدم الجزائرية على مستوى الإدارة والتنظيم والأداء

3- 5- شعبية كرة القدم.

تُعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شعبية في العالم بلا منازع. وقد أشار السيد "جول ريميه"، الرئيس السابق للاتحاد الدولي لكرة القدم، مازحًا إلى أن "الشمس لا تغرب أبدًا عن إمبراطوريتي"، في إشارة إلى انتشار كرة القدم في جميع أنحاء العالم. تجذب هذه اللعبة الصغار والكبار على حد سواء، سواء لممارستها أو لمتابعة مبارياتها. ورغم ظهور العديد من الألعاب الجديدة التي حظيت بشعبية كبيرة في السنوات الأخيرة، إلا أن كرة القدم لا تزال تتربع على عرش الألعاب الأكثر شعبية وانتشارًا..

تشير إحصائيات عام 1962 في الأوروغواي إلى أن من بين كل 17 شخصًا يوجد لاعب كرة قدم واحد، بينما في باراغواي يوجد لاعب واحد من بين كل 20. وفي البرازيل، يتواجد لاعب كرة قدم واحد بين كل 60 شخصًا، وهي نسبة مرتفعة جدًا إذا استثنينا الأطفال وكبار السن من إجمالي السكان في هذه الدول. حتى الدول التي تشتهر برياضات أخرى، مثل كرة السلة في الولايات المتحدة والمصارعة في اليابان، أصبحت كرة القدم الآن الرياضة الأكثر شعبية لديها، كما رأينا عند تأهل اليابان إلى كأس العالم. - 1994.في الولايات المتحدة، يمكن رؤية النساء والأطفال والشيوخ وهم يعبرون عن حزنهم الشديد، بينما في كوريا الجنوبية، احتفل الجميع بتأهل منتخبهم إلى الدور نصف النهائي لمونديال 2002. وفي الجزائر، تحظى كرة القدم بشعبية هائلة، حيث تعتبر الرياضة الأولى في البلاد. من ينسى الانتصار التاريخي الذي حققه المنتخب الوطني على ألمانيا الغربية في مونديال 1982 بإسبانيا، حين خرج الشعب الجزائري بأسره، من نساء وشيوخ وشباب، إلى الشوارع للاحتفال بهذا الإنجاز الرائع ودعم فريقهم حتى اللحظة الأخيرة؟ كما لا يمكن نسيان كأس إفريقيا عام 1990، حيث توفي أحد المشجعين بسكتة قلبية من شدة الفرح بعد فوز الجزائر في نصف النهائي. كل هذه اللحظات تعكس مكانة كرة القدم العالية في الجزائر، وهو ما لم نشهده في أي رياضة أخرى.

6-3- تاريخ الاتحاد الدولي لكرة القدم"

في عام 1863، اجتمع 11 مندوبًا من الأندية والجمعيات الإنجليزية في لندن لمناقشة كيفية وضع قوانين خاصة بلعبة كرة القدم، بهدف إنشاء أول اتحاد رسمي لها. قبل هذا الاجتماع، كانت هناك مئات من المدارس والأندية تمارس كرة القدم وفقًا لقوانين خاصة بها، حيث سمح بعضها باستخدام اليدين والكتفين أثناء اللعب، بينما منع البعض الآخر ذلك. ورغم هذه الاختلافات، اتفق الاتحاد الجديد على وضع أصول اللعبة وقانون موحد لها.

خلال العقد التالي، تم تأسيس الاتحاد الويلزي، تلاه الاتحاد الاسكتلندي ثم الاتحاد الإيرلندي. وفي عام 1882، اجتمعت الاتحادات الأربعة لتأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم، الذي سعى إلى تنظيم لعبة كرة القدم على مستوى

مع نهاية القرن التاسع عشر، انتشرت لعبة كرة القدم في جميع أنحاء العالم بفضل البحارة والتجار البريطانيين ومختلف المسافرين الأوروبيين. من أستراليا إلى البرازيل، ومن المجر إلى روسيا، تم تأسيس اتحادات وأندية ومسابقات. وقد أدى هذا الانتشار الواسع إلى إنشاء الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) في باريس في 21 مايو 1904، بعد انتهاء دور الاتحاد السابق بمشاركة ست دول أوروبية. وقد أصبحت كرة القدم رياضة رائجة، ولا يزال الاسم الفرنسي يُستخدم حتى اليوم، حتى في الدول غير الناطقة باللغة الفرنسية. وكان أول رئيس للاتحاد الفرنسي هو روبير غيرين..

تحت إشراف الاتحاد الدولي لكرة القدم، ينظم كأس العالم لكرة القدم والألعاب الأولمبية، بالإضافة إلى العديد من البطولات الأخرى مثل كأس العالم لكرة القدم تحت 17 سنة وكأس العالم تحت 20 سنة. كما أطلق الفيفا بطولة كأس القارات، التي كانت فكرة سعودية بادر بها الأمير فيصل بن فهد آل سعود، حيث أُطلق عليها في البداية اسم كأس الملك فهد. تتنافس في هذه البطولة أبطال القارات إلى جانب بطل كأس العالم لكرة القدم ومضيف البطولة القادمة، وتُقام المنافسات في الدولة المضيفة. ويُذكر أن حامل لقب البطولة السابقة هو منتخب البرازيل، الذي حقق الفوز على منتخب الأرجنتين. 4.-1

مع تطور كرة القدم النسائية، أطلق الفيفا كأس العالم لكرة القدم للسيدات في عام 1991، تلاها كأس العالم لكرة القدم للسيدات تحت 20 سنة في عام 2002، ومن المقرر أن تبدأ بطولة كأس العالم لكرة القدم للسيدات تحت 17 سنة في عام 2008. كما نظم الفيفا بطولة خاصة للأندية تحت مسمى كأس العالم للأندية، التي كانت تُقام بين بطلي أمريكا الجنوبية وأوروبا، ثم تم توسيعها لتشمل جميع القارات، وتُقام البطولة في اليابان. بالإضافة إلى ذلك، ينظم الفيفا العديد من المسابقات لكرة القدم داخل الصالات..

بين عامي 1870 و1880، أثرت مباريات كرة القدم بشكل كبير على معظم المشاهدين، مما زاد من إعجابهم بسحر الكرة المستديرة. خلال هذه الفترة، تم وضع القوانين الأساسية للعبة، بالإضافة إلى إدخال قوانين جديدة مثل رمي الكرة من خط التماس باليدين وركلة الجزاء.

لفترة طويلة، كان من الممكن مهاجمة حراس المرمى، لكن هذا الأمر لم يعد مسموحًا إلا عندما يكون الحارس في حوزته الكرة. كما كان بإمكان الحراس التقاط الكرة من أي نقطة في الملعب، لكن هذه القاعدة تغيرت بعد أن سجل عدد من حراس المرمى أهدافًا في شباك الخصم عام 1910..

تأسس الاتحاد الدولي لكرة القدم وفقًا للقوانين السويسرية، حيث تتولى الهيئة العليا في الفيفا التواصل مع جميع الاتحادات المحلية. منذ عام 1998، تعقد الهيئة العليا اجتماعًا كل أربع سنوات لمناقشة تعديل بعض قوانين كرة القدم .

تقوم الهيئة العليا بانتخاب رئيس الفيفا والسكرتارية التابعة له، بالإضافة إلى أعضاء الفيفا. يركز رئيس الفيفا على الأمور الإدارية، بينما تتولى السكرتارية معالجة قضايا الأعضاء البالغ عددهم 208 .

كما أنشأ الاتحاد الدولي لكرة القدم العديد من الاتحادات، بما في ذلك الاتحادات القارية. ويتعين على الاتحادات الوطنية أن تكون عضواً في الاتحاد القاري لكرة القدم وكذلك في

•

وللدول الواقعة بين أسيا وأوروبا الخيار أي إتحاد قاري يريدون الانضمام إليه.

توجد مجموعة من الدول مثل روسيا وتركيا وأرمينيا وأذربيجان التي اختارت الانضمام إلى أوروبا، على الرغم من أن أراضيها تقع في قارة آسيا. انضمت إسرائيل إلى الاتحاد الأوروبي لكرة القدم في عام 1994، رغم كونها في قارة آسيا، وذلك بعد حدوث العديد من المشكلات مع بعض الدول في الشرق الأوسط. كما انضمت كازاخستان إلى قارة أوروبا في عام...2002

3-7-الإتحادية الجزائرية لكرة القدم

Federation Algèrienne de football (FAF)

تأسست هذه الهيئة الرياضية المستقلة عام 1963، وتُعنى بتكوين وتنظيم وتطوير رياضة كرة القدم الوطنية لمختلف الفئات على الصعيدين الوطني والدولي الاحترافي. كما تولي هذه الهيئة اهتمامًا خاصًا بالمنتخبات الوطنية بمختلف أصنافها..)

من خلال توفير أحسن الظروف للقيام بتربصات على مستويات عالية، أما الرابطة الوطنية فهي رياضة تنضوي تحت لواء الاتحادية الجزائرية لكرة القدم (FAF) ومهمتها:)السهر على إجراء منافسات البطولة (لكل المستويات) والكؤوس في أحسن الظروف التنظيمية، كما أن هيئة التحكيم الرياضي لكرة القدم، والمحكمة الرياضية...، لها أدوار تنظيمية هي الأخرى تساهم في الرفع من مستوى كرتنا الوطنية

3-8-القواعد العالمية للعبة كرة القدم.

- كرة القدم تحوي في مضامينها كلعبة تطبيقية 17 عشر قانون لعبة، وضعت من طرف international board "الدولي بورد'

قانون اللعبة هو نفسه سواء في الاحتراف او في الهواة لدى الأكابر او لدى الشبان الفدرالية الدولية لكرة القدم التي تأسست سنة 1904م، تسهر على التطبيق الميداني لنفس القوانين الأساسية للعبة أو الرياضة على كل التجمع الدولي المكون لهذه اللعبة أو الرياضة، وهذه القوانين هي :17

17

في رياضة كرة القدم، قوانين (مواد) اللعبة ومصطلحات أو أسماء قوانين اللعبة تقرر على مستوى جمعية بورد الدولية لكرة القدم' International Foot-Ball Association) (IFAB)

وهذه المواد هي اخر مقررات هذه الهيئة أي قانون اللعبة لسنة 2000 م(www.wikipidia.fr)

3-9-التحكيم في رياضة كرة القدم(L'arbitrage)

في الملعب، تطبيق القوانين يوكل إلى هيئة تحكيمية، والتي عرفت الظهور سنة 1891، هذه الهيئة التحكيمية تتكون من حكم رئيسي (Arbitreprincipale)، والذي يتحرك (Se déplace) في داخل الملعب، كذلك من حكمين مساعدين (Arbitres assistants 02)، يتحركون على طول كل خطا الاتماس والذين يمسكان عمودين بهما علم، لكل حكم مساعد عمود هبه علم، للإشارة بهما عند حدوث الأخطاء والمخالفات في اللعبة، وفي الوسط الإحترافي، وجود حكم رابع ضرورة والذي يسمح بإجراء التغييرات للاعبين الأساسيين في الملعب باللاعبين الإحتياطيين على منصة البدلاء، وكذلك تغيير اللاعبين المصابين عند وقوع الإصابة، ويتمثل عمله أيضاً بإشارة التغيير، ويسهر كذلك على إحترام قواعد اللعب في المناطق التقنية أي منصة جلوس البدلاء وتحرك المدربين وكذلك داخل الملعب.

3-10-تنظيم لعبة كرة القدم (Lorganisation)

الاتحاديات (Association)

- على المستوى العالمي، الهيئة الحاكمة المنفذة الآمرة هي الإتحادية العالمية لكرة القدم الجمعية

والتي يقع مقرها في عاصمة سويسرا زويرخوهي المسؤولة عن تنفيذ دورة كأس العالم كل أربع سنوات.

على المستوى القاري، جمعيات قارية، ننظم المنافسات بين الأندية، و الدولية داخل أتربتهم الوطنية، وهذه الجمعيات هي:

على المستوى الوطني أو القومي، إتحاديات (جمعيات) مرسمة من طرف الإتحادية العالمية لكرة القدم لجمعية (FIFA) وكذلك من طرف الإتحاديات القارية، هي التي تتكفل بإجراء منافسات وطنية ومقابلات أو مباريات الفرق الوطنية أو المنتخبات القومية، وهناك بعض المناطق هي عبارة عن جزر وليست ولايات مكونة للدولة، لها إتحادية ولها فريق أو منتخب وطني من دون أن تكون دولة مستقلة كجزيرة فيروي (Féroé) ونأخذ كمثال: الإتحادية الجزائرية لكرة القدم (FAF)، الرابطة الوطنية الجزائرية لكرة القدم.

3-11-المنافسات :

عن كأس العالم تقام كل أربع سنوات بدءا من أول ظهور لها سنة 1930م وتجمع في دورتها النهائي((32phase finale منتخب وطني (Equipe National)

بدءا من سنة 1991م، في إيطار المساواة بين الرجل والمرأة، أوجدت منافسة مماثلة هي كأس العالم للنساء.

كأس مابين القارات (Coup des confédération)، نشأت سنة 1992، وتقام كل 04 أربع سنوات، وتجمع بين حامل لقب كأس العالم والفروق الوطنية والفائزين بالكؤوس القارية المختلفة.

3-12- الكؤوس القارية

3-12-1-المنافسات الوطنية:

البطولات الوطنية (Championnat National)

(Coupe National) الكأس الوطنية

(Super coup) الكأس الممتازة

كأس الرابطة (Coupe de la ligne)، كل هذه المنافسات موجودة في كل بلد من بلدان العالم.

3-14-2-المنافسات القارية والعالمية :(www.wikipidia.fr)

رابطة أبطال (La ligne des champions) (Ex- coup d'Europe des clubs - أوروبا

.(champio

كاس أنترتوتو. (Coupe Intertoto)

(Super coupe UEFA).كأس الممتازة للإتحاد الأوروبي

(Copa libertadores) كاس ليبرتادوريس

(Coupe intercontinental).كأس مابين القارات

(Coupe du Monde de clube) .كأس العالم للأندية البطلة

رابطة أبطال إفريقيا.(Ligne des champions de la caf)

رابطة أبطال أسيا.(Ligne des champions de l'Asie)

3-12-3-الجزاء في رياضة كرة القدم

• Ballond'or France foot ball.الكرة الذهب لجريدة فرانس فوتبول

• لاعب السنة حسب الفيفا. Joueurfila de l'année

• Ballond'orafricain .الكرة الذهبية الإفريقية

• أحسن لاعب سنة لأمريكا الجنوبية. MeilleurjoueurSud-Américain de l'année

3-12-4-الممارسة في العالم

حسب إحصائيات الإتحادية العالمية لكرة القدم (FIFA) في ربيع 2001، تمارس لعبة كرة القدم من طرف 242 مليون شخص، 22 مليون منهم نساء، وقد عددت حوالي 305000 ألف نادي رياضي لأكثر من 1.5 مليون ونصف المليون فريقو 720.000 ألف حكم.

تعتبر الولايات المتحدة الأمريكية الأولى ب: 17.9 مليون ممارس، وبنسبة 40٪ منهم نساء، وتأتي أندونيسيا ثانية ب: 10 مليون ممارس، تأتي ثالثة المكسيك ب: 7.4 مليون ممارس،

الصين رابعة ب: 7.2 مليون ممارس، البرازيل خامسة ب: 7 مليون ممارس، ألماني سادسة ب: 6.2 مليون ممارس، البنغلداش سابعة ب: 5.2 مليون، إيطاليا ثامنة ب: 4 مليون، روسيا تأسعة ب: 3.8 مليون ممارس اليابان عاشرة ب: 3.3 مليون، المرتبة الحادية عشر لإنجلترا ب: 3.3 مليون ممارس، المرتبة الثانية عشر فرنسا ب: 3 مليون نسمة.

3-14-5- التكتيك واللعب الجماعي لرياضة كرة القدم3

كرة القدم رياضة جماعية، فهي تحوي على صفاة اللعب الجماعي الذكي، ومنذ ظهور لعبة كرة القدم، عرفت هذه الأخيرة العديد من الخطط التكتيكية، ويعتمد الهجود في هذه اللعبة على خطط تكتيكية معمول بها كثيراً، مثل خطة: (WM) وخطة (4-2-4)، أما الدفاع فيعتمد الكثيرون على الخطط التكتيكية التالية: (Verson Suisse) أو (Catenaccio) الإيطالي.

3-13- لاعبو كرة القدم

لقد أحصت الإتحادية الدولية لكرة القدم الجمعية (IFA) لائحة تضم 125 كبار اللاعبين الأحسن في تاريخ اللعبة يتقدمهم كل مهم كل من: اللاعب البرازيلي: Pelé بولي، واللاعب الأرجنتيني الظاهرة:

دييغو مارادونا (Diego Maradona)، واللاعب القوي الشخصية الجزائري الأصل الفرنسي الجنسية:

.(Zinedin Salah Zidane)زين الدين صالح زيدان

3-14- مدربوا كرة القدم

لقد ظهر مفهوم المدرب الرياضي لاول مرة في أواخر القرن 19 م في بريطاني، والذي عوض مهام قائد الفريق آنذاك والذي يقوم بعملية إنتقاء اللاعبين من خلال الحصص التدريبية الرياضية، أن العديد من اللاعبين يتجمعون للقيام بعملية التدريب الرياضي بقيادة المدرب الرياضي، فهم يصنعون اللعب وهو الذي ينتقي ويدرب ويوجه ويلعب هؤولاء اللاعبين حسب قدراتهم وفروقاتهم وأداءاتهم الفردية والجماعية.

لكي تكون مدربا يجب عليك أن تحصل على شهادة علمية تؤهلك لهذا المنصب، فمهنة التدريب الرياضي تأطرت عمليا في الجزائر وفي مختلف بلدان العالم بلزومية الشهادة العلمية وهذه الشهادة هي

تكوين علمي خاص لهؤولاء والذي ظهر في فرنسا مثلا عام 1920م والذي أصبح الزامية في سنوات 1970

3-15-مناجير اللاعب:

مهنة مناجير اللاعب تأسست سنة 1990م وهي مراقبة وتحت سيطرة (FIFA)، وتتمثل في عملية الدفاع عن امتيازات اللاعبين من طرف هؤلاء، ومنذ سنة 2000 الإتحادية الدولية لكرة القدم منحت لكل الاتحاديات الوطنية الإمكانيات وتصريح القبول لتطبيق هذا النظام المهني، وعلى مناجير اللاعب أن يحترم قوانين كل بلد، فهو يأخذ 10٪ من نسبة الأرباح بعد التفاوض مع الإدارة الرياضية للحصول على خدماته، فلا يجوز له أن يتحم في تحديد القيمة المالية لإمضائه لفريق ما ولا حتى أن يعلم عن قيمة الإمضاء من نادي إلى نادي بالنسبة للاعبين.

3--16-أنصار كرة القدم :

كرة القدم تملك حركة شعبية كبيرة للمساندة، وغير مشروطة، ويمكن لأنصار الفريق أن ينظموا

أنفسهم في حركات خاصة تدعى لجنة الأنصار. (Groupe ou Association de supporters)

3-17-ملعب كرة القدمStade de foot ball

كرة القدم عندما تكون هناك مقابلات رسمية، تلعب هذه المباراة في ملاعب، ومن المفروض أن لكل نادي ملعبه الخاص والذي يلعب فيه مقابلاته التنافسية مع الفرق الأخرى.

إن أكبر استطاعة للملاعب في العالم تستقبل أكثر من: 100.000 ألف متفرج في المدرجات (LesTribaues

التجمع الشعبي الكبير هذا من دون وجود مقاييس ومعايير أمنية غير كافية، يمكن أن تحدث كوارثبشرية محتملة الحدوث من مقابلة إلى أخرى.

3-18- تجهيز اللاعب

اللاعب يكون مجهز ببذلة رياضية كرة القدم والتي تتمثل في: قميص وسروالة رياضية تحملان ألوان الفريق الذي يلعب له، حامي القصبة (Protège tibia)، جوارب تغطي حامي القصبة، أحذية كرة القدم المسمرة أو البلاستيكية حسب نوعية ميدان الملعب

3-19-الصحافة

كرة القدم والصحافة لهم دائما علاقة مرتبطة، التلفزيونات تبث العديد من المقابلات كقوة تمويلية

هامة لهذه الرياضة، كذلك الصحافة المكتوبة تلعب دور في هذا المقام.

3-20- كأس العالم

3-20-1-كأس جول ريمي (كأس العالم القديمة)

من سنة 1930-1970 قد دامت كأس جول ريمي كلقب عالمي قديم، وسميت كذلك تقديرا لمؤسسها جول ريمي، وكانت تقدم للفائزين بالدورات العالمية، وكانت شروط الكأس أنه من يتحصل عليها ثلاث مرات متتالية يأخذها البلد نهائيا ولقد صممها وزخرفها المزخرف الفرنسي

Abel la fleur، أبال لافلور، وكانت على شكل أميرة (Deesse) الفوز إيلي (Aillée) تحمل على رأسها صاعا ذهبيا

كانت تزن 3.8 كيلوغرام وتحمل 35 سم إرتفاعا وكانت مصنوعة ينم g i a)

خاصة مسطحة، ولقد أخذتها دولة البرازيل نهائيا بعد الفوز بها سنوات 1958-1962-1970 ومنه كانت من نصيبهم إلى الأبد بعد الفوز بها لثلاث مرات متتالية.

في معرض بمدينة لندن أستعرضت كأس جول ريمي في متحف سنة 1966، ولقد تعرضت إلى السرقة، وسرعان ما وجدها الكلب يدعى بيكلز (Pickles) في وسط بستان المنظر الجميل في جنوبلندن، وفي سنة 1983 تعرضت مرة أخرى كأس جول ريمي إلى السرقة في

قاعات الإتحادية البرازيلية، والحكومة رأت أن السارقين قد أذابوها لذلك صنعت كأس عالمية جديدة.

3-20-2-كأس العالم الجديدة (FIFA WORLDCUP

في سنة 1974، قدمت كأس العالم الجديدة للعالم الكروي والتي وضعها سيلفيو قازنيقا" تتمثل في رياضيين يحملان الكرة الأرضية على ظهورهم، طولها 36.5 سم وتزن 5 كيلو غرام من الذهب الصافي (18 carats) بنسبة 75٪ وقاعدة طولها 13 سم (Diamètre)، تحمل جزئين من

World cup - FIFA ،كلغ الكلي وتسمى كاس العالم 6.175 الكأس ،(Malacthite) المالانشيت أسماء البلدان التي تفوز بهذه الكأس تنقش عليها وهم ثماني لحد الساعة، ومساحة اللوحة التي تنقش عليها أسماء الفرق الفائزة بها تسمح بنقشها حتى سنة 2038م.

عند قرب منافسة كأس العالم، الكأس تكشف للجمهور، ومن الصعب أن نعرف بأنها الحقيقة، أم

أنها مشابهة، وتحتفظ بها الإتحادية العالمية لكرة القدم الجمعية FIFA لمدة أربع سنوات.

لا سمح بلمس الكأس العالمية، إلا لرؤساء العالم وممثلي الإتحادية العالمية لكرة القدم الجمعية FIFA

وبطبيعة الحال اللاعبين الفائزين بها لمرة واحدة على الأقل.

3-21-أسماء الدول الفائزة بكأس العالم Jule rimet(القديمة)

- البرازيل 1958-1962-1970
- الأروغواي 1950-1930م.
- إيطاليا 1938-1934م-2008م.
- ألماني 1954م.
- إنجلترا 1966م.
- أسماء الدول الفائزة بكأس العالم الجديدة:
- ألمانيا 1974م - 1970م
- الأرجنتين 1986-1978م

- إيطاليا 2006-1982م
- البرازيل 2002-1994م
- فرنسا 1998.

خلاصة الفصل الثالث

أن الشيء الذي يتجلى بعد تقديم محتوى الفصل، أن رياضة كرة القدم لها تاريخ عريق وشعبية كبيرة حيث تطورت هذه الأخيرة في مختلف النواحي خاصة من الناحية التكتيكية و المنشات الرياضية حتى عشاق هذه الرياضة ازداد حبهم لها .

إلى حد القيام بإعمال جنونية بسها، و أي خطاء سواء كان ذلك من لاعب أو مدرب و خاصة الحكام سيؤدي حتما إلى تبعات و نتائج وخيمة .

الفصلالثاني:
الدراسات السابقة

تمهيد

تعتبر الدراسات السابقة والمشابهة المرتبطة بالبحث ميدانا يجب التطرق إليه قبل إجراء أي دراسة لما لها من أهمية بالغة في تحضير الباحث واطلاعه على المعارف المرتبطة بميدان ومجال بحثه، وكذا لإطلاع الباحث على أخر المستجدات والتطورات في ميدان الدراسة ولتجنب وقوع الباحث في الإعادة والتكرار وكذا تحديث النظريات والمعارف المرتبطة بمجال الدراسة.

ولذلك فقد تناولنا في هذا الفصل مجموعة من الدراسات والتي كانت في مجملها دراسات مشابهة للدراسة الحالية،حيث سنتناولها بالعرض من حيث أهم المحاور المتناولة في هذه الدراسات مثل الفرضيات والأهداف والمنهج والأدوات، ثم التعليق عليها ومقارنتها مع الدراسة الحالية من حيث أوجه التشابه والاختلاف وبالتالي توضيح ما جاءت به هذه الدراسة من جديد وهنا نركز على الجانب العلمي الأكاديمي.

إن الدراسات السابقة تفيدنا في التحصيل والاطلاع على مختلف المعارف النظرية المرتبطة بالدراسة وكذا الإطلاع على المنهجية المستخدمة ومقاربتها مع الدراسة الحالية، وأهم المراحل والتقنيات المستخدمة في الدراسات التطبيقية للبحث، ومن كل هذا فإن الدراسات التي سنتطرق إليها بالعرض والتعليق روعي فيها ارتباطها بالدراسة الحالية من حيث المتغيرات المدروسة والمنهج المستخدم.

الدراسات السابقة:

1-الدراسات العربية:

1-اقامت (عزيز)2013: بدراسة هدفت التعرف إلى بناء اختبار المعرفة النظرية للتكتيك بكرة السلة لطلبة السنةالدراسية الرابعة بكلية التربية الرياضية بجامعة الموصل.

ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (114) من طلبة السنة الدراسية الرابعة بكلية التربية الرياضية بجامعة الموصل (161) طالبا وطالبة ولغاية جمع البيانات استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملامته طبيعة البحث.

أما وسائل جمع المعلومات فقد استخدمت الاستبيان، والتحليل وجمع البيانات، والاختبار، كوسائل لجمع البيانات، واهم الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة ان الاختبار المعرفي للتكتيك الدفاعي بكرة السلة لطلبة السنة الدراسية الرابعة وسيلة موضوعية يمكن الاسترشاد بها في تقييم الطلبة، وأوصت الباحثة اعتماد الاختبار المعرفي للتكتيك الدفاعي بكرة السلة، وتصميم اختبارات معرفية ومعلوماتية للتكتيك الهجومي في كرة السلة، للتقييم المعلومات الخاصة بالأنشطة الرياضية الأخر.

1-2قامت (مجيد)2012 بدراسة هدفت التعرف إلى تأثير المقتربات الخططية في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة السلة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (30) طالب وطالبة من طلاب

المرحلة الثانية في الدراسة الصباحية في جامعة ديالي للعام الدراسي 2011/2012 ولغاية جمع المعلومات استخدمت الباحثة منهجا معدا باستخدام أسلوب تمرينات المقتربات الخططية للمجموعة التجريبية والأسلوب التقليدي للمجموعة الضابطة، فضلا عن معرفة الفروق في تأثير استخدام اسلوب المقتربات الخططية، والأسلوب المتبع من قبل مدرس المادة في تطوير مستوى أداء اللعب لبعض المهارات الهجومية بكرة السلة، وقد تم معالجة نتائجها بالوسائل الإحصائية المناسبة.

وقد أسفرت نتائج هذا البحث على ان أسلوب تمرينات المقتربات الخططية كان أكثر تأثيرا في تطوير مستوى أداء بعض المهارات الهجومية بكرة السلة من الاسلوب التقليدي (الاعتيادي) المتبع، مما يدل على فاعليته وتأثيره، وفي ضوء النتائج توصي الباحثة على ضرورة استخدام تمرينات المقتربات الخططية في تطوير مستوى أداء المهارات الهجومية بكرة السلة، فضلا عن ضرورة تطبيق استخدام أسلوب المقتربات الخططية للألعاب الفرقية، مثل كرة القدم والطائرة واليد.

- الدراسات الاجنبية:

دراسة(2019) "The Relationship BetweenAnxiety and Depression in Adults"

هذه الدراسة تناولت العلاقة بين القلق والاكتئاب لدى البالغين. وجدت الدراسة أن هناك ارتباطًا قويًا بين اضطراب القلق العام والاكتئاب، مما يساهم في فهم العلاقة الثنائية بين هذين الاضطرابين. كما أظهرت الدراسة أن القلق قد يكون أحد الأعراض المبدئية التي تؤدي إلى تطور الاكتئاب إذا لم يتم التعرف عليه وعلاجه في وقت مبكر.

2.دراسة(2018) "Cognitive BehavioralTherapy for AnxietyDisorders"

تناولت هذه الدراسة فاعلية العلاج السلوكي المعرفي (CBT) في علاج اضطرابات القلق. وأظهرت الدراسة أن العلاج المعرفي السلوكي يعد من الأنماط العلاجية الأكثر فاعلية في تقليل مستويات القلق لدى الأشخاص المصابين بالقلق العام، الفوبيا الاجتماعية، واضطراب الهلع. كما تبين أن العلاج يكون أكثر نجاحًا عندما يتم دمجه مع تقنيات الاسترخاء مثل التأمل والتمارين التنفسية.

3.دراسة "Anxiety and Social Support: A Study on UniversityStudents" (2017)

استهدفت هذه الدراسة تحليل العلاقة بين الدعم الاجتماعي والقلق لدى طلاب الجامعات. وجدت الدراسة أن الطلاب الذين يحصلون على دعم اجتماعي جيد (من الأصدقاء والعائلة) أقل عرضة للإصابة بالقلق

مقارنة بالطلاب الذين يعانون من نقص في الدعم الاجتماعي. كما تبين أن الطلاب الذين يعانون من قلق اجتماعي يكون لديهم صعوبة في بناء شبكة دعم فعالة.

4.دراسة(2015) "The Role of Genetics in AnxietyDisorders"

تناولت هذه الدراسة دور العوامل الوراثية في تطور اضطرابات القلق. أظهرت الدراسة أن هناك علاقة جينية في تطور اضطرابات القلق، حيث أن الأفراد الذين لديهم تاريخ عائلي من القلق أو الاكتئاب هم أكثر عرضة للإصابة بالقلق. بالإضافة إلى ذلك، كشفت الدراسة عن بعض الجينات التي قد تلعب دورًا في التسبب في اضطرابات القلق.

5.دراسة(2020) "Mindfulness and ItsEffect on AnxietyReduction"

تناولت هذه الدراسة تأثير تمارين اليقظة الذهنية (Mindfulness) في تقليل القلق النفسي. أظهرت الدراسة أن ممارسة الوعي الذهني يوميًا يمكن أن تساعد في تقليل الأعراض المرتبطة بالقلق، حيث يحسن الشخص من قدرته على التركيز والتحكم في الأفكار السلبية التي تساهم في زيادة القلق.

أما وسائل جمع البيانات فاعتمدت فيها دراسة (الحيان،2000)استخدام المقابلة الشخصية، وفي دراسة (عزيز،2007)،في جمع المعلومات فقد استخدمت الاستبيان، والتحليل وجمع البيانات، والاختبار، كوسائل لجمع البيانات،وفي الوسائل الإحصائية أستخدم في جميع هذه الدراسات مؤشرات الإحصاء الوصفي، حيث تباينت الدراسات السابقة في استخدامها الوسائل الإحصائية على وفق أهدافها، ومن بين الوسائل الشائعة في الدراسات السابقة: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسو).

وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة في صياغة أهداف وفروض دراسته، وكذلك المنهج المستخدم، واختيار العينة، واتباع عدد من الإجراءات في بناء اختبار التفكير الخططي، والطرائق العلمية الدقيقة في معالجة مشكلة البحث.

خلاصة:

تعد الدراسات المرتبطة بالبحث(السابقة والمشابهة) الوسيلة المهمة من اجل التحليل و مناقشة النتائج على عينة الدراسة، فمن خلال تناولنا لهذا الفصل لاحظنا أن العديد من الدراسات تناولت متغيرات بحثنا (احدهما أو كلاهما) من عدة زوايا (كمصدر، كسببا، كنتيجة، كأثار) لهذه المتغيرات على الحالة البدنية والمهارية و النفسيةللرياضي(المفحوص)، وقد شكلت هذه الدراسات المنطلق التطبيقي الأول لنا في دراستنا الأساسية

فجل الدراسات والبحوث العلمية والأكاديمية ترتبط بعدد من الدراسات السابقة والمشابهة ذات الصلة المباشرة المواضيع المراد دراستها، ولأهمية هذه الدراسات، فإن صاحبي البحث قد حاولوا استعراض جملة من الدراسات في ميدان التدريب الرياضي، بغرض تحديد وضبط بعض المتغيرات الرئيسية في ميدان البحث.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

تعد الدراسة الميدانية وسيلة هامة من أجل الوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة، فإخضاع الظواهر في التربية البدنية والرياضية والرياضة عموما إلى القياس والتجريب، واعتمادالأساليبالإحصائية سعيا إلى الوصول لقدر كبير من الدقة في النتائج المتوصل إليها في البحوث، وكذلك إضفاء الموضوعية العلمية من حيث طرح المواضيع وكذلك معالجتها، ولذلك يتم التركيز كثيرا على الجانب التطبيقي في البحوث العلمية وهذاقصد الإجابة على التساؤلات التي تطرح حول الموضوع المدروس وهذا بتوظيف التقنيات الإحصائية في التحليل والتفسير للتأكد من صحة الفرضيات المصاغة أوبطلانها، وهنا تتجلى أهمية اختيار الوسائل الصحيحة والمناسبة لجمع المعلومات والتقنيات المناسبة للترجمة المتعلقة بالبيانات.

ولذلك سوف نتناول فى هذا الفصل المتعلق بمنهجية الدراسة الميدانية من حيث المنهج المناسب وشرح الأدوات والوسائل المستعملة لجمع المعلومات وتحليل ذلك، مع إبراز علاقتها في الفرضيات والجانب النظري وكذا شرح التقنيات الإحصائية بشيء من التفصيل.

3-1الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية في معناها العام أنها البحوث جديدة التناول لم يتطرق إليها من قبل ولا تتوفر عليها بيانات أو معلومات علمية مسبقة تجعل الباحث يجهل كثيرا من أبعادها وجوانبها .(ناصر ثابت ،1984، ص74) ٠

ويشير إبراهيم أبو زيد أن هدف الدراسة الاستطلاعية في أي بحث إلى التحقق من سلامة الاختبارات المستخدمة والتحقق من سلامة العينات وأسلوب اختيارها وتقدير الوقت اللازم والمناسب لتطبيق هذه الاختبارات عليها، بما في ذلك طريقة تطبيق وشروطها وذلك كله لان الدراسة الموضوعة للشخصية تتطلب استخدام أدوات مقننة حتى لا تكون الدراسة تحكمها العوامل الذاتية .

وبعد أن استعرض الباحثان الإطار النظري للدراسة والذي تم من خلال تحديد المفاهيم الأساسية لها و المتمثلة أساسا في موضوع المهارات الخططية والتفكير الخططي في رياضة كرة القدم، فالباحث يركز على ضبط الإشكالية والفرضيات عند الانطلاق في البحث العلمي ومنها يحتم عليه اختيار أدوات البحث الضرورية والمناسبة لانجاز الدراسة الميدانية الذي يعطي مصداقية كبيرة للإشكالية المطروحة من جهة ومن جهة أخرى تأكيد أو نفي الفرضيات الموضوعة مسبقا كحل نظري للموضوع، ومما لاشك فيه أن الاختبارات والمقاييس النفسية تعد المقياس الموضوعي المقنن لعينة من السلوك المراد اختياره تمثيلا

دقيقا.(فيصل عباس، 1996، ص

ولأجل ذلك استخدمنا مقياسي الاختبار المعرفي في الانتباه وكذا المقياس المعرفي في القلق النفسي فمقياس تركيز الانتباه عبارة عن طريق مجموعة من الاشكال وفق الاتجاه (الاتجاه الخاطئ والاتجاه الصحيح) وهو ثلاثي التقييم على عينة محددة من اللاعبين

في حين مقياس القلق النفسي عبارة عن مجموع عبارات بالابعاد تحدد درجة ادراك اللاعبين للمهارات الخططية وتتبعنا لأجل ذلك الخطوات التالية:

تحديد عينة (مجتمع) الدراسة والمثل في لاعبي كرة القدم المنطوين تحت إدارة الرابطة الولائية مع انطلاق الموسم الرياضي 2025/2024.

تسليم اللاعبين استمارة مقياسي(القلق النفسي- تركيز الانتباه) من أجل الاطلاع عليها جيدا والإجابة عليها بعد التأكد من عدم وجود صعوبة لديهم في استيعاب وفهم مضمون وعبارات المقياس.

-تسليم المدربين استمارة الاستبيان المعد بغرض معالجتها وتحليليها.

ومما اتضح أيضا أن الإجابة على العبارات الموجودة في المقياسين كانت تستغرق في العموم والمتوسط(ساعة)

ومن خلال التطبيق واستلام المفحوصين للاستمارة طرحوا بعض الاستفسارات حول بعض العبارات في المقياس مما جعل الباحثان يأخذان عملية ضبط هذه العبارات بشكل أكثر وضوح في الصورة النهائية وذلك بدون تغيير في المعنى أو الاتجاه.

3-2المنهج المستعمل :

في حقيقة الأمر ليس الباحث هو من يختار المنهج الذي يراه مناسبا للدراسة بقدر ما طبيعة الموضوع المتناول هي التي تحدد نوع المنهج وبما أن الدراسة التي بين أيدينا دراسة القلق النفسي

وعلاقتهبمستوىتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم، وتبعا لأهداف الدراسة وطبيعة الموضوع وكذلك تبعا للمشكلة يحتم علينا استعمال المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لطبيعة الإشكال المطروح حيث يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ،ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهرالمختلفة.(إخلاص ، مصطفى باهي ،2000، ص83)

والمنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، يهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كيفيا أو تعبيرا كميا، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا

وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى .
فالمنهج الوصفي لا يتوقف عند وصف الحالة فقط بل يتعدى ذلك ليصل إلى تحليل و استنتاج النتائج إذ يرى مد شفيق أن الدراسة الوصفية لا تقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق بل تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلكالبيانات وتحليها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها وتحديدها بالصورة التي هي عليها كما وكيفا بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها. (مهد شفيق ،1998 ، ص 108).

3-3متغيرات الدراسة:

3-3-1المتغير المستقل: العلاقة بين السبب والنتيجة أي العامل المستعمل الذي نريد من خلاله قياس النواتج. (عدنان حسين الجادي ، يعقوب عبد الله أبو حلو، 2009، صفحة 82)

تحيد متغير المستقل في دراستنا: القلق النفسي

3-3-2المتغير التابع: هوالذي يتأثر بالتغيرات التي تحدث على المتغيرات المستقلة ويمكن للباحث أن يكشف تأثيرالمتغيرات المستقلة فيها. (عنان حسين الجادي ، يعقوب عبد الله أبو حلو، 2009، صفحة 84)

تحديد متغير التابع في دراستنا: تركيز الانتباه .

-تحديد مجتمع وعينة البحث:

3-4المجتمع الأصلي للدراسة:

يعني مجموعة من المفردات أو العناصر التي تدخل في دراسة ظاهرة معينة (عدنان حسين الجادي ، يعقوب عبد الله أبو حلو، 2009، صفحة 92)، إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة بحيث تمثل مجتمع البحث جميع الفرق التي تنشط على مستوى الرابطة الولائية لكرة القدم بالبويرة للموسم الرياضي 2025/2024. والبالغ عددهم 16 ناديا و16 مدريا و400 لاعبا،

3-5-عينة الدراسة :

العينة في معناها هي مجتمع الدراسة الذي يجمع منه البيانات الميدانية وهي جزء من الكل، وتعني بذلك عدد الأفراد المستخرج من المجتمع المراد دراسته، وتستخدم للدلالة على جزء من مفردات المجتمع التي تم اختيارها في الدراسة في أغلب الأحيان وتطبق نتائجها على المجتمع وتقدر العينة في دراستنا الحالية 04 نوادي رياضية مع 08 مدربين و80 لاعا وبنسبة تتراوح 20% من عدد اللاعبين.

3-6-مجالات الدراسة :

3-6-1-المجال الزماني:

يمثل المجال الزماني الفترة الزمنية التي تم خلالها إنجاز أي عمل أو بحث انطلقنا في بحثنا مع بداية الموسمالجامعي 2025/2024. وفق الخطوات التالية :

-موافقة الأستاذ المشرف على مشروع البحث بالإضافة إلى الإدارة وذلك في نهاية شهر ديسمبر 2024 .

-انطلقنا مباشرة في بداية البحث وذلك بجمع المراجع والمصادر المتعلقة بالدراسة من إجراء الخلفية النظرية إلى

غاية شهر فيفري 2025 .

قمنا بتحديد الاختبار المناسب بالتشاور وتصديق من الأستاذ المشرف على صورته النهائية تم تطبيقه على اللاعبين المذكورين في العينة ابتداء من شهر مارس إلى شهر مايو وهذه المدة تم التطبيق الميداني، وتحليل النتائج المتحصل باستعمال الوسائل الإحصائية .

3-6-2المجال المكاني:

يمثل المجال المكاني الإطار المكاني الذي تم إنجاز عمل أو بحث، إذ يقوم الباحث في هذه الخطوة بتحديد المكان الذي تم إنجاز هذا العمل فيه واعتمد الباحثون على تطبيق الاختبار على اللاعبين على مستوى نوادي التدريب.

3-7- أداة الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على القلق النفسي وتأثيره على التفكير الخططي لدى لاعبي كرة القدم، وتماشيا مع أهداف الدراسة المسطرة و لأجل التحقق من فرضياتها المسطرة في الجانب النظري وما تتطلبه بيانات ونتائج يستند إليها الباحث في تحقيق أهداف الدراسة فقد اختار الباحث الأدوات التالية :

اختبار المعرفة الخططية برسومات التوضيحية .متعمداعلى : -المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

-الدراسات المرتبطة بالموضوع ·

- ترجمة المقياس المهارات الخططية إلى العربية لمساعدة الباحثين لتوفير أداة القياس اللازمة للمهارات الخططية

في النواحي المعرفية .

3-8-تفريغ سلم الإسجابة على النحو التالي :

(6) درجات دائما جداً

(5) درجات دائما

(4)درجات غالبا

(3) درجات أحيانا

(2) درجات نادرا

(1) درجاتنادرا جداً

3-8الاستبيان:

وهو عبارة عن وسيلة من الوسائل الشائعة في مجال البحث حيث تطرح فيه مجموعة من الأسئلة المرنة بطريقة منهجية تهدف إلى جمع معلومات لها علاقة بالموضوع المدروس.

وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبطة بطريقة منهجية حول موضوع معين يتم وضعها في استمارة ترسل للأشخاص المعنيين بالبريد أو تسلم مباشرة وهذا قصد الحصول على الأجوبة للأسئلة الواردة فيها لكن في نظرنا يجب أن تتم الأجوبة بحضور الباحث بحيث يقوم بتسجيل الإجابات ومراقبة المبحوث أو المجيب، وفي بعض الأحيان تفيد هذه الطريقة في إثراء الاستبيان وتدارك بعض المتغيرات في حينها.

3-9- الأسس العلمية للأداة:

3-9-1الصدق: لاختبار صدق الاستبيان اعتمدنا على صدق المحكمين في العملية واخذ الباحث قيمة قدرت ب:(03) اساتذة، وكان للصدق الظاهري دور فى ذلك 09.

2-8:0.94=Rالثبات: اعتمد الباحث لاختبار صحة الاستبيان على الجذر التربيعي للصدق وكانت النتيجة كالتالي وهو ثابت بنسبة 94%.

3-9-2الموضوعية: من خلال الموضوع المطروح من قبل الباحث وجد ان الصدق والثبات الموضوعين في الاستبيان وكذا الاختبارين (القلق النفسي، التفكير الخططي) كانت ايجابية وفعالة في موضوعنا هذا ووفق الباحث الى حد كبير في بسط وبرمجة هذا الموضوع على ارض الواقع وفي ظروف ملاءمة.

3-10- الوسائل الإحصائية :

هدف الدراسة الإحصائية هو محاولة التوصل الى مؤشرات ذات دلالة، تمكننا من التحليل والتفسير والحكم على مدى صحة الفرضيات واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة بعد قيام الباحث بتفريغ البيانات وترميزها، واستخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية

-النسبة المئوية .

-المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

-ك الترييع

-معامل الارتباط بيرسون.

-تحليل النتائج :

قمنا بتفريغ البيانات من الاستبيان داخل جدول تحمل نتائج كل عبارة، ثم الأبعاد، ثم قمنا بإدخال هذه المعطيات من النتائج داخل جداول خاصة بالحزمة الإحصائية SPSS حيث تمت المعالجة الإحصائية من خلاله باستعمال الوسائل الإحصائية المذكورة سابقا وتحويل النتائج المرقمة إلى عبارات دالة من أجل مناقشتها وتحليلها .

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل التمهيدي للجانب التطبيقي الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة و توضيح أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتسلسلها وتنظيمها،

وأيضا عرض هذه الطرق والأدوات وتوضيح كيفية استعمالها بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة من مجال مكاني وزماني، كما حددنا كل من مجتمع وعينة البحث الذي تمحورت حوله دراستنا، والهدف منها جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور لأجل الوصول إلى نتائج مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سلفا .

وتكمن أهمية هذا الفصل كونه يعتبر الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد ويحدد الإطار المنهجي والعلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطي مصداقية علمية لبحثه، فالباحث الذي يتبع هذه الخطوات والإجراءات أثناء إنجازه لبحثه للوصول إل بنتائج علمية ودقيقة يمكن الاعتماد عليها مستقبلا وحتى إمكانية تعميمها.

الفصل الرابع:

عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

تعدالدراسةالتطبيقيةوسيلةهامةمنأجلالوصولإلىالحقائق الميدانيةالموجودةفيمجتمعالدراسة،فإخضاعالظواهرفي مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية يخضع عموما إلىالقياسوالتجريب واعتمادالأساليب الإحصائيةسعياإلىالوصوللقدركبيرمنالدقةفيالنتائجالمتوصلإليهافيالبحوث، وكذلك إضفاءالموضوعيةالعلميةمنحيثطرحالمواضيعوكذلكمعالجتها، ولذلكيتمالتركيزكثيراعلى الجانبالتطبيقيفيالبحوثالعلميةوهذاقصدالإجابةعلىالتساؤلاتالتيتطرححولالموضوع المدروس وهذابتوظيفالتقنياتالإحصائيةفيالتحليلوالتفسيرللتأكدمنصحةالفرضيات المصاغةأوبطلانها، وهناتتجلىأهميةاختيارالوسائلالصحيحةوالمناسبةلجمعالمعلوماتوالتقنيات المناسبةللترجمةالمتعلقةبالبيانات

أولًا: النتائج المتعلقة بالتساؤل الجزئي الأول:

ما مستوى القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم

وللإجابة عن التساؤل الجزئي الأول تم حساب المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية للاستجابة لمستوى القلق لدى عينة الدراسة من لاعبي الرابطة الولائية لكرة القدم كما هو موضح في الجدول .(1)

ولتفسير النتائج اعتمدت النسب المئوية الآتية لسلم ليكرت الخماسي وفق ما يلي:

-3.50 فأعلى أي 70%فأعلى مستوى قلق نفسي مرتفع جدا.

-3 الى 3.49 أي ما بين 60 %الى 69.99 %مستوى قلق نفسي مرتفع.

-2.50 الى2.99 أي ما بين 50% الى 50.99 % مستوى قلق نفسي متوسط

-2 الى 2.49 أي ما بين 40 الى 49.99 مستوى قلق نفسي منخفض

-أقل من 2 أي أقل من 40 مستوى قلق نفسي منخفظ جدا

الجدول (1):نتائج المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية للاستجابة لمستوى القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة*	النسبة المئوية للاستجابة %	مستوى القلق النفسي
1	لا أستطيع التركيز خلال المباراة.	1.75	35.2	منخفض جدا
2	أقلق من تدني مستوى لياقتي البدنية.	2.95	59.2	متوسط
3	تؤثر مشاكلي العائلية على أدائي سلبا.″	2.53	50	متوسط
4	أشعر أن التوتر يساعدني على التركيز.	2.59	52	متوسط
5	لا تقدم لي عائلتي الدعم الكافي.	1.57	31.6	منخفض جدا
6	أشعر بضعف الثقة بالنفس خلال المباراة.	1.42	28.6	منخفض جدا
7	عندما أشعر بالتوتر لا أستطيع السيطرة على أعصابي.	2.21	44.4	منخفض
8	أقلق من قدرتي على النجاح في المباريات الصعبة.	1.72	34.6	منخفض جدا
9	لا أستطيع خلق جو نفسيمريح مع اللاعبين بسهولة.	1.73	34	منخفض جدا
10	قبل المباراة أشعر باضطراب في المعدة.	2.81	56.4	متوسط
11	هتاف الجماهير تزيد توتري.	1.95	39.2	منخفض جدا
12	قبل المباراة لا أكون هادئا″ ولا أشعر بالاسترخاء.	1.71	34.2	منخفض جدا
13	لا أستطيع التعامل مع مجريات اللقاء بهدوء.	1.62	32.6	منخفض جدا

14	أشعر بأني لست متمكنا" من مواد قانون اللعبة.	1.75	35.2	منخفض جدا
15	عندما أرتكب أخطاء في بداية المباراة يربكني ذلك طوال المباراة.	2.33	46.6	منخفض
16	بعض الملاعب تزيد توتري.	2.63	52.6	متوسط
17	الاعتراض المستمر من اللاعبين يسبب لي الإزعاج.	2.79	55.8	متوسط
18	أخشى مواجهة مواقف اللعب الصعبة.	1.84	36.8	منخفض جدا
الدرجة الكلية لمستوى القلق النفسي لدى لاعبي الرابطة الولائية لكرة القدم		**2..2**	42.4	منخفض

تُظهر هذه النتائج التي تهدف إلى قياس مستوى القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم، مع تحديد النسبة المئوية للاستجابة ومتوسط الاستجابة لكل فقرة، بالإضافة إلى تصنيف مستوى القلق. بشكل عام، يتراوح مستوى القلق النفسي الكلي بين "منخفض" و"منخفض جداً"، مما يشير إلى أن معظم اللاعبين لا يعانون من مستويات عالية من القلق النفسي.

الفقرات ذات مستوى القلق "متوسط"

تُشير هذه الفقرات إلى بعض التحديات التي يواجهها اللاعبون والتي قد تسبب لهم قلقًا متوسطًا:

أقلق من تدني مستوى لياقتي البدنية (59.2%، متوسط استجابة 2.95): هذا هو أعلى مستويات القلق بين جميع الفقرات، مما يدل على أن لياقة اللاعبين البدنية تشكل مصدر قلق كبير لهم. قد يعكس هذا ضغطًا كبيرًا يشعر به اللاعبون للحفاظ على مستوى بدني عالٍ لتجنب الإصابات أو تراجع الأداء.

قبل المباراة أشعر باضطراب في المعدة (56.4%، متوسط استجابة 2.81): هذا يشير إلى وجود قلق جسدي واضح قبل المباريات، مما قد يؤثر على تركيز اللاعب وأدائه.

الاعتراض المستمر من اللاعبين يسبب لي الإزعاج (55.8%، متوسط استجابة 2.79): يدل هذا على أن التفاعل السلبي مع الزملاء أو الخصوم يؤثر على راحة اللاعبين النفسية ويسبب لهم إزعاجًا.

أشعر أن التوتر يساعدني على التركيز (52%، متوسط استجابة 2.59): هذه نتيجة مثيرة للاهتمام، حيث تُظهر أن بعض اللاعبين يرون التوتر كمحفز إيجابي يساعدهم على التركيز. ومع ذلك، من المهم التفريق بين التوتر الصحي الذي يحفز الأداء والقلق المفرط الذي قد يؤدي إلى نتائج عكسية.

تؤثر مشاكلي العائلية على أدائي سلباً (50%، متوسط استجابة 2.53): يشير هذا إلى أن العوامل الشخصية خارج الملعب لها تأثير مباشر على أداء اللاعبين، مما يؤكد على أهمية الدعم الاجتماعي والنفسي لهم.

بعض الملاعب تزيد توتري (52.6%، متوسط استجابة 2.63): قد يعود هذا إلى عوامل بيئية مثل ضغط الجمهور، أو حجم الملعب، أو حتى جودة الأرضية، مما يؤثر على راحة اللاعبين النفسية قبل وأثناء المباراة.

الفقرات ذات مستوى القلق "منخفض"

تُظهر هذه الفقرات وجود قلق، ولكنه ليس بالمستوى الذي يعيق الأداء بشكل كبير:

عندما أشعر بالتوتر لا أستطيع السيطرة على أعصابي (44.4%، متوسط استجابة 2.21): على الرغم من أن هذا المستوى منخفض، إلا أنه يشير إلى صعوبة في تنظيم الانفعالات لدى بعض اللاعبين عند الشعور بالتوتر.

عندما أرتكب أخطاء في بداية المباراة يربكني ذلك طوال المباراة (46.6%، متوسط استجابة 2.33): يوضح هذا أن الأخطاء المبكرة قد تؤثر على الأداء الكلي للاعبين، مما يشير إلى الحاجة إلى تطوير مهارات التعامل مع الأخطاء.

الفقرات ذات مستوى القلق "منخفض جداً"

تشكل هذه الفقرات الغالبية العظمى من النتائج، مما يدل على أن معظم اللاعبين لديهم مستوى منخفض جدًا من القلق في هذه الجوانب:

لا أستطيع التركيز خلال المباراة (35.2%، متوسط استجابة 1.75): يشير هذا إلى أن معظم اللاعبين لديهم قدرة جيدة على التركيز أثناء المباريات.

لا تقدم لي عائلتي الدعم الكافي (31.6%، متوسط استجابة 1.57): تُظهر هذه النتيجة أن معظم اللاعبين يشعرون بالدعم الكافي من عائلاتهم، وهو أمر إيجابي للغاية.

أشعر بضعف الثقة بالنفس خلال المباراة (28.6%، متوسط استجابة 1.42): هذه هي أدنى نسبة قلق، مما يدل على أن غالبية اللاعبين لديهم مستوى عالٍ من الثقة بالنفس أثناء اللعب.

أقلق من قدرتي على النجاح في المباريات الصعبة (34.6%، متوسط استجابة 1.72): يدل هذا على أن معظم اللاعبين لديهم ثقة في قدرتهم على مواجهة التحديات في المباريات الصعبة.

لا أستطيع خلق جو نفسي مريح مع اللاعبين بسهولة (34%، متوسط استجابة 1.73): يشير هذا إلى أن معظم اللاعبين لديهم قدرة جيدة على بناء علاقات إيجابية مع زملائهم.

هتاف الجماهير تزيد توتري (39.2%، متوسط استجابة 1.95): على الرغم من أن الجماهير قد تسبب بعض التوتر، إلا أن هذه النتيجة تُظهر أن معظم اللاعبين لا يتأثرون بشكل كبير بهتاف الجماهير.

قبل المباراة لا أكون هادئًا ولا أشعر بالاسترخاء (34.2%، متوسط استجابة 1.71): يُشير هذا إلى أن معظم اللاعبين قادرون على الحفاظ على الهدوء والاسترخاء قبل المباريات.

لا أستطيع التعامل مع مجريات اللقاء بهدوء (32.6%، متوسط استجابة 1.62): يدل هذا على أن معظم اللاعبين لديهم قدرة جيدة على التعامل مع أحداث المباراة بهدوء.

أشعر بأني لست متمكنًا من مواد قانون اللعبة (35.2%، متوسط استجابة 1.75): تُظهر هذه النتيجة أن معظم اللاعبين لديهم فهم جيد لقوانين اللعبة.

أخشى مواجهة مواقف اللعب الصعبة (36.8%، متوسط استجابة 1.84): يشير هذا إلى أن معظم اللاعبين لديهم شجاعة لمواجهة المواقف الصعبة في الملعب.

الدرجة الكلية لمستوى القلق النفسي

الدرجة الكلية لمستوى القلق النفسي لدى لاعبي الرابطة الولائية لكرة القدم هي 42.4% بمتوسط استجابة 2.02.

هذه الدرجة الكلية تُصنف ضمن "منخفض" (بين 2.00 و 2.49)، مما يؤكد أن مستوى القلق النفسي لدى عينة اللاعبين هذه ليس مرتفعاً بشكل عام.

ثانياً:ما مستوى تركيزالانتباهلدى لاعبي كرة القدم

ولتحليل الفرضية الجزئية الثانية تم حساب المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية للاستجابة لمستوى القلق لدى عينة الدراسة من لاعبي الرابطة الولائية لكرة القدم كما هو موضح في الجدول (2).

ولتفسير النتائج اعتمدت النسب المئوية الآتية لسلم ليكرت الخماسي وفق ما يلي:

-4 فأعلى أي 80%فأعلى مستوى تركيز الانتباه مرتفع جدا.

-3.50 الى 3.99 أي ما بين 70 %الى 79.99 %مستوى تركيزالانتباهمرتفع.

-3 الى3.49 أي ما بين 60% الى69.99 % مستوى تركيزالانتباهمتوسط

-2.50 الى 2.99 أي ما بين 50 الى 59.99 مستوى تركيزالانتباهمنخفض

-أقل من.50 2 أي أقل من 50مستوىتركيزالانتباهمنخفظ جدا

الجدول(2) المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية للاستجابة لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الرابطة الولائية لكرة القدم

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة*	النسبة المئوية للاستجابة %	مستوى تركيز الانتباه
1	لا أجد صعوبة في تجميع الأفكار خلال المباراة.	4.18	81.4	مرتفع جدا
2	ضعف لياقتي البدنية لا يؤثر على مستوى انتباهي.	3.09	61.9	متوسط
3	لا أعاني من شرود الذهن في المباراة.	4.17	81.6	مرتفع جدا
4	أستطيع استرجاع وتذكر لقطة اللعب السابقة	3.95	79.2	مرتفع
5	لا أعاني من الإرهاق الذهني خلال المباراة.	3.87	77.6	مرتفع
6	أتناول وجبات الطعام بانتظام في موعدها.	3.54	71	مرتفع
7	لا أعاني من ضعف الانتباه على مجريات المباراة.	3.97	79.6	مرتفع
8	مستوى أدائي يصل القمة في المباريات الصعبة	4.13	80	مرتفع جدا
9	لا أشعر باللامبالاة أثناء المباراة.	4.42	88.6	مرتفع جدا
10	لا أستغرق وقتا" طويلا" بالسهر والتفكير ليلة المباراة.	3.94	79	مرتفع
11	ارتكابي لبعض الأخطاء يدفعني لزيادة تركيزي.	4.11	81.4	مرتفع جدا
12	ضعف الإضاءة في الملعب لا يعيق تركيزي.	3.50	71.2	مرتفع

13	لا أجد صعوبة في الإحساس بالمسافة والزمن.	3.83	76.98	مرتفع
14	صافرات الجماهير لا تشتت انتباهي.	3.79	76	مرتفع
15	الاحتجاج المتكرر من اللاعبين لا يسبب ليالتشتت.	3.83	76.98	مرتفع
16	التحايل من قبل اللاعبين يزيد من تركيزي	4	81	مرتفع جدا
17	الانقطاع عن التحكيم لا يؤثر على تركيزي	3.71	74.4	مرتفع
18	أستطيع تحليل مواقف اللعب بسهولة	3.97	79.6	مرتفع
20	لا تؤثر درجة الحرارة على تركيزي.	3.22	64.6	متوسط
21	تكليفي بالمباريات الهامة يزيد من حماسي	4.59	91.98	مرتفع جدا
الدرجة الكلية لمستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي الولائية لكرة القدم		**3.87**	**77.6**	**مرتفع**

من خلال النتائج نلاحظ ما يلي:

التركيز المرتفع جداً والمرتفع: جوهر التركيز والمرونة

يُلاحظ أن عدداً كبيراً من البنود يندرج ضمن هذه الفئات، مما يشير إلى أن اللاعبين يمتلكون بشكل عام قوة ذهنية وتركيزاً جيداً خلال المباريات.

درجات عالية في التركيز الأساسي: يُظهر اللاعبون مستويات عالية من التركيز في الجوانب الأساسية. على سبيل المثال، "لا أجد صعوبة في تجميع الأفكار خلال المباراة" (1)، "لا أعاني من شرود الذهن في المباراة" (3)، "أستطيع استرجاع وتذكر لقطة اللعب السابقة" (4)، "لا أعاني من الإرهاق الذهني خلال المباراة" (5)، و"لا أعاني من ضعف الانتباه على مجريات المباراة" (7) تسجل جميعها مستويات تركيز مرتفعة جداً أو مرتفعة، مع نسب استجابة تتجاوز 77% ومتوسطات استجابة أعلى من 3.8. هذا يدل على أن اللاعبين منخرطون بشكل كبير وواعون ذهنياً طوال المباراة.

الأداء في ذروته في المباريات الصعبة: "مستوى أدائي يصل القمة في المباريات الصعبة" (8) يُظهر تركيزاً مرتفعاً جداً (80% استجابة، 4.13 متوسط)، مما يوحي بأن المباريات الصعبة تعزز في الواقع تركيزهم وأداءهم. علاوة على ذلك، يبرز بند "تكليفي بالمباريات الهامة يزيد من حماسي" (21) بنسبة

استجابة استثنائية بلغت 91.98% ومتوسط 4.59، مما يسلط الضوء على علاقة إيجابية قوية بين أهمية المباراة وزيادة الدافع والتركيز.

المرونة ضد المشتتات: يُظهر اللاعبون مرونة ملحوظة تجاه المشتتات الخارجية والداخلية المتنوعة.

العوامل الخارجية: "صافرات الجماهير لا تشتت انتباهي" (14) و"الاحتجاج المتكرر من اللاعبين لا يسبب لي التشتت" (15) كلاهما يُظهر مستويات تركيز مرتفعة (76% و76.98% على التوالي).

"ضعف الإضاءة في الملعب لا يعيق تركيزي" (12) يُظهر أيضاً مستوى تركيز مرتفعاً) 71.2.(%

ديناميكيات الموقف: "ارتكابي لبعض الأخطاء يدفعني لزيادة تركيزي" (11) يُظهر تركيزاً مرتفعاً جداً (81.4%)، مما يشير إلى استجابة إيجابية وتكيفية للأخطاء. "التحايل من قبل اللاعبين يزيد من تركيزي" (16) يسجل أيضاً تركيزاً مرتفعاً جداً (81%)، مما يوحي بأن المواقف الصعبة أو المخادعة يمكن أن تزيد من تركيزهم.

التحكم العاطفي والسلوكي: "لا أشعر باللامبالاة أثناء المباراة" (9) يحقق أعلى نسبة استجابة (88.6%) ومتوسط (4.42)، مما يدل على انخراط عاطفي والتزام قوي. "لا أستغرق وقتاً طويلاً بالسهر والتفكير ليلة المباراة" (10) يُظهر أيضاً تركيزاً مرتفعاً (79%)، مما يشير إلى إعداد ذهني جيد قبل المباراة وإدارة جيدة للتوتر.

القدرات المعرفية: "أستطيع تحليل مواقف اللعب بسهولة" (18) لديه تركيز مرتفع (79.6%)، مما يشير إلى فهم تكتيكي جيد ومعالجة سريعة. "لا أجد صعوبة في الإحساس بالمسافة والزمن" (13) يُظهر أيضاً تركيزاً مرتفعاً) 76.98.(%

التركيز المتوسط: مجالات للتحسين المحتمل

بينما يُعد الاتجاه العام إيجابياً، يندرج بندان ضمن فئة "التركيز المتوسط"، مما يشير إلى مجالات محتملة للتطوير:

تأثير اللياقة البدنية: "ضعف لياقتي البدنية لا يؤثر على مستوى انتباهي" (2) يسجل مستوى متوسطاً (61.9% استجابة، 3.09 متوسط). هذه نقطة حاسمة للمدربين والمعنيين بالتدريب. بينما قد يعتقد اللاعبون أن لياقتهم البدنية لا تؤثر على انتباههم، فإن الدرجة المنخفضة مقارنة بالبنود الأخرى تشير إلى وجود تأثير ضمني أو عدم ترابط بين حالتهم البدنية والتركيز الذهني المستمر. هذا يستدعي مزيداً من

البحث وربما التركيز بشكل أكبر على العلاقة المباشرة بين التكييف البدني والأداء المعرفي أثناء المباريات.

العوامل البيئية – درجة الحرارة: "لا تؤثر درجة الحرارة على تركيزي" (20) يندرج أيضاً ضمن فئة المتوسط (64.6% استجابة، 3.22 متوسط). على غرار اللياقة البدنية، قد يرى اللاعبون أن درجة الحرارة لا تزعجهم، لكن البيانات تشير إلى أنها قد تكون عاملاً يؤثر على تركيزهم. هذا يوحي بأن استراتيجيات التحكم البيئي أو تأقلم اللاعبين قد تكون مفيدة لتحسين التركيز.

تحليل البعد العام

تُكشف البيانات عن "**بعد عام" قوي** لتركيز الانتباه بين اللاعبين. يُظهر معظم اللاعبين **مستويات عالية من الوعي الذاتي، والمرونة الذهنية، والقدرة على الحفاظ على التركيز** على الرغم من الضغوط الداخلية والخارجية المختلفة خلال مباراة كرة القدم. يبدو أنهم متحمسون للغاية بالمباريات الهامة ويمكنهم تحويل أخطائهم إلى زيادة في التركيز، وكلاهما يُعد سمات إيجابية للرياضيين التنافسيين.

ومع ذلك، يُشير "البعد العام" أيضاً إلى مجالين قد يكونان غير معالجين بشكل كافٍ أو يُساء فهمهما من قبل اللاعبين أنفسهم :**تأثير اللياقة البدنية ودرجة الحرارة البيئية على التركيز** .بينما قد يعبر اللاعبون لفظياً عن أن هذه العوامل لا تؤثر عليهم، تُشير البيانات الكمية إلى خلاف ذلك. تُعد هذه الفجوة بين الإدراك والواقع نقطة رئيسية للاستفادة منها.

في جوهرها، يمتلك اللاعبون بشكل عام سمات ذهنية قوية للتركيز والانتباه في كرة القدم. تُقدم البنود "المتوسطة" رؤى محددة وقابلة للتنفيذ للجهاز الفني لزيادة تعزيز أداء اللاعبين من خلال التركيز على التفاعل الذي غالباً ما يُغفل بين الرفاهية البدنية، والظروف البيئية، والوظيفة المعرفية المستمرة.

تحليل الفرضية العامة

توجد علاقة عكسية بين مستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم

من أجل الإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط بيرسون Pearson)(Correlation لدلالة العلاقة بين مستوى القلق ومستوى تركيز الانتباه لدى لدى لاعبي كرة القدم.

الجدول(3) العلاقة بين مستوى القلق ومستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم

مستوى القلق النفسي		مستوى تركيز الانتباه		قيمة (R)	* Sig.
المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
2.10	0.44	3.87	0.43	0.557 -	*0.000

* دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.005$).

تحليل النتائج

1. **مستوى تركيز الانتباه:**

المتوسط الحسابي:يبلغ متوسط تركيز الانتباه 3.87. بالنظر إلى أن أقصى درجة في هذا المقياس (كما هو موضح في التحليل السابق) هي 5، فإن هذا المتوسط يشير إلى أن لاعبي كرة القدم في هذه الدراسة يتمتعون بمستوى **مرتفع بشكل عام من تركيز الانتباه.**

الانحراف المعياري:يبلغ الانحراف المعياري 0.43، مما يدل على أن هناك **تجانساً نسبياً** بين درجات اللاعبين في مستوى تركيز الانتباه؛ أي أن معظم اللاعبين يميلون إلى تجميع درجاتهم حول المتوسط، ولا يوجد تشتت كبير.

2. **مستوى القلق النفسي:**

المتوسط الحسابي :يبلغ متوسط مستوى القلق النفسي 2.10. يشير هذا المتوسط إلى أن اللاعبين يعانون من مستوى منخفض إلى متوسط من القلق النفسي .إذا كانت الدرجة الأعلى في مقياس القلق تشير إلى قلق أعلى، فإن هذا الرقم يدل على أن اللاعبين ليسوا قلقين للغاية بشكل عام.

الانحراف المعياري :يبلغ الانحراف المعياري 0.44، مما يشير أيضاً إلى تجانساً نسبياً في مستويات القلق بين اللاعبين، حيث لا يوجد تباين كبير في درجات القلق لديهم.

3. **العلاقة بين مستوى القلق وتركيز الانتباه (معامل الارتباط بيرسون):**

قيمة :(R) بلغت قيمة معامل الارتباط .0.557–تشير الإشارة السالبة إلى وجود علاقة عكسية .هذا يعني أنه كلما زاد مستوى القلق النفسي لدى اللاعبين، كلما انخفض مستوى تركيز الانتباه لديهم، والعكس صحيح.

قوة العلاقة :قيمة 0.557 تعتبر علاقة متوسطة إلى قوية (فوق 0.5 تعتبر قوية بشكل عام في العلوم الاجتماعية). هذا يشير إلى أن القلق النفسي ليس مجرد عامل عشوائي، بل له تأثير ملموس وواضح على قدرة اللاعبين على التركيز.

الدلالة الإحصائية :(.Sig) بلغت قيمة الدلالة الإحصائية .0.000بما أن هذه القيمة أقل من مستوى الدلالة المقبول (عادة 0.05)، فهذا يعني أن العلاقة العكسية الملاحظة ذات دلالة إحصائية عالية جداً .

بعبارة أخرى، هذه العلاقة ليست مجرد صدفة، ومن المرجح أنها موجودة بالفعل في مجتمع لاعبي كرة القدم.

تؤكد النتائج الإحصائية بشكل قاطع وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية وقوة متوسطة إلى قوية بين مستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم في هذه الدراسة. هذا يدعم الفرضية بأن إدارة القلق النفسي تُعد عاملاً حاسماً في تعزيز قدرة اللاعبين على التركيز أثناء المباريات.

على الرغم من أن اللاعبين يظهرون مستويات مرتفعة من تركيز الانتباه ومنخفضة إلى متوسطة من القلق بشكل عام، إلا أن العلاقة العكسية تبرز أهمية التدخلات النفسية والتدريبية التي تهدف إلى تقليل القلق أو تعليم اللاعبين كيفية التعامل معه بفعالية. قد يؤدي ذلك إلى تحسينات ملحوظة في تركيزهم وأدائهم العام داخل الملعب.

مناقشة النتائج المتحصل عليها:

1-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الأولى والذي نصه:

مستوى القلق النفسي لدى لاعبي كرة القدم متوسط

يُظهر التحليل أن اللاعبين يمتلكون قدرات تركيز قوية، حيث تُشير الغالبية العظمى من الفقرات المتعلقة بتركيز الانتباه إلى مستويات "مرتفعة" أو "مرتفعة جداً". هذا يعكس قدرتهم على تجميع الأفكار، مقاومة شرود الذهن، تذكر لقطات اللعب السابقة، وعدم المعاناة من الإرهاق الذهني. كما أنهم يتمتعون بمرونة ملحوظة تجاه المشتتات الخارجية مثل صافرات الجماهير واحتجاجات اللاعبين، وحتى العوامل البيئية مثل ضعف الإضاءة. اللافت للنظر هو أن ارتكاب الأخطاء أو مواجهة مواقف التحدي (مثل التحايل من الخصوم أو المباريات الهامة) يدفعهم لزيادة تركيزهم وحماسهم، وهي سمات حاسمة للرياضيين النخبة. هذا يتوافق مع النظريات التي تتحدث عن الصلابة الذهنية (Mental Toughness) لدى الرياضيين، حيث يُنظر إلى التحديات كفرص للنمو لا كمصادر للتهديد.

في المقابل، فإن مستوى القلق النفسي العام لدى اللاعبين يُصنف "منخفضاً"، حيث أن غالبية مؤشرات القلق تندرج ضمن فئتي "منخفض" أو "منخفض جداً". هذا يعني أن اللاعبين يمتلكون ثقة عالية بالنفس، ويشعرون بالدعم الكافي من عائلاتهم، ولديهم قدرة جيدة على الحفاظ على الهدوء والاسترخاء قبل المباريات والتعامل بهدوء مع مجريات اللقاء، كما أنهم لا يتأثرون كثيراً بهتاف الجماهير. هذه النتائج تعكس وجود بيئة داعمة وآليات تأقلم فعالة تُساعد اللاعبين على تجنب الوقوع في دوامة القلق المفرط، وهو ما يتسق مع الأدبيات التي تُشير إلى أن الرياضيين ذوي الأداء العالي يمتلكون مهارات أفضل في إدارة القلق.

تتوافق هذه النتيجة مع الفهم السائد في علم النفس الرياضي بأن الرياضيين ذوي الأداء العالي، وخاصة أولئك الذين وصلوا إلى مستويات تنافسية (مثل الفرق الولائية)، يميلون إلى امتلاك آليات تأقلم أفضل مع الضغوط. دراسات عديدة تُشير إلى أن الخبرة في المنافسة، والتدريب النفسي، والدعم الاجتماعي يساهم في خفض مستويات قلق السمة (Trait Anxiety) ويُمكن الرياضيين من إدارة قلق الحالة (State Anxiety)بفعالية أكبر

فنتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج الدراسات التي تناولت طبيعة القلق وفق البيئة التدريبية او التنافسية، وخاصة تلك التي تستخدم مقاييس مثل "مقياس قلق المنافسة الرياضية "(SCAT) أو "جرد قلق الحالة

والسمة"(STAI) ، قد تُظهر أن مستوى قلق المنافسة (State Anxiety) يكون متوسطاً قبل وأثناء المنافسات .هذا طبيعي، لأن درجة معينة من الإثارة والقلق ضرورية للأداء الأمثل) كما تُشير نظرية الـU المقلوب .(عندما يُسجل اللاعبون متوسطات في هذا النوع من القلق، فهذا يعني أنهم في حالة استعداد ذهني وجسدي للمنافسة، ولكنهم لم يصلوا بعد إلى مرحلة القلق المفرط الذي يعيق الأداء.

كما جاءت هذه النتيجة لتتفق مع بعض الأبحاث اللتيوجدت أن اللاعبين الشباب(Youth Football Players) قد يُظهرون مستويات قلق متوسطة أو أعلى من البالغين. على سبيل المثال، قد تُشير دراسة (أُجريت على "الشباب") إلى "مستويات فوق المتوسطة من قلق الحالة " (abovemoderatelevel of state anxiety)بين لاعبي كرة القدم الشباب، حيث يكونون أكثر عرضة للضغوط المتعلقة بالأداء والتوقعات.

دراسة أخرى تناولت "علاقة مستوى القلق النفسي بترتيب أندية كرة القدم" (أُجريت على أندية الرابطة الجزائرية المحترفة الثانية) وجدت أن "درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) كانت متوسطة وفوق المتوسط بقليل وهي مستويات طبيعية لدى جل الأندية ."هذه الدراسة تُقدم دليلاً مباشراً على وجود مستويات قلق متوسطة في سياق كرة القدم الجزائرية، وهو ما يتوافق مع النطاق "المنخفض إلى المتوسط" لدراستنا.

دراسات تُركز على أنواع محددة من القلق أو الضغوط:

دراسات تُركز على قلق الإصابات الرياضية قد تُظهر مستويات متوسطة من القلق. اللاعبون، بغض النظر عن مستواهم العام، قد يُظهرون قلقاً متوسطاً أو عالياً عندما يتعلق الأمر بإمكانية التعرض لإصابة أو العودة بعد إصابة، وهذا يُعد قلقاً طبيعياً نظراً لتأثير الإصابات على مسيرتهم المهنية.

الأبحاث التي تدرس الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق قد تُظهر أن اللاعبين يتعرضون لضغوط تساهم في قلقهم. على سبيل المثال، تُشير دراسة "دراسة مستويات الضغط النفسي وعلاقتها بالقلق ودافعية إنجاز لاعبي كرة القدم" إلى أن اللاعبين يتعرضون لضغوط نفسية نتيجة ظروف المنافسة وأهمية المباراة. هذه الضغوط يمكن أن تُترجم إلى مستويات قلق متوسطة

2-مناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثانية:

مستوى تركيز الإنتباه لدى لا عبي كرة القدم مترفع

تُظهر دراستنا أن غالبية بنود قياس تركيز الانتباه تندرج ضمن مستويات "مرتفع جداً" و"مرتفع"، مع نسب استجابة تتجاوز 77% ومتوسطات تزيد عن 3.8. هذا يُشير بوضوح إلى أن اللاعبين يتمتعون بقوة ذهنية عالية وقدرة ممتازة على التركيز أثناء المباريات.

ويفسر الباحثان أن التركيز الأساسي والوعي الذهني من خلال قدرة اللاعبين على "تجميع الأفكار"، "عدم شرود الذهن"، "استرجاع لقطات اللعب السابقة"، و"عدم المعاناة من الإرهاق الذهني" هي مؤشرات قوية على الوعي الذهني المرتفع (Mindfulness) والتركيز المستمر .(Sustained Attention) هذا يتوافق مع العديد من الدراسات في علم النفس الرياضي التي تؤكد أن الرياضيين الناجحين يتميزون بقدرة عالية على الحفاظ على التركيز على المهام ذات الصلة وتجاهل المشتتات الداخلية والخارجية. على سبيل المثال، تُشير أبحاث نيفين أليسون (Neville, 2007) حول الانتباه في الرياضة إلى أن القدرة على "تضييق" و"توسيع" نطاق الانتباه بفاعلية هي سمة أساسية للرياضيين المميزين.

فالأداء في المباريات الصعبة كذروة التركيز: بند "مستوى أدائي يصل القمة في المباريات الصعبة" ونسبة الاستجابة الاستثنائية لبند "تكليفي بالمباريات الهامة يزيد من حماسي" يُسلطان الضوء على مفهوم "التحدي كفرصة(Challenge-as-Opportunity) "، وهو جزء أساسي من الصلابة الذهنية Mental) .(Toughnessالرياضيون ذوو الصلابة الذهنية لا يرون الضغوط كتهديد، بل كفرص لإظهار أفضل ما لديهم. هذا يتوافق بقوة مع أبحاث جونز (Jones, 2002) حول الصلابة الذهنية التي تُشير إلى أن التحديات تُحفز الرياضي وتزيد من تركيزه بدلاً من تشتيته.

وحتى المرونة ضد المشتتات التي تؤثر قدرة اللاعبين على عدم التأثر بـ"صافرات الجماهير" أو "الاحتجاج المتكرر من اللاعبين" أو حتى "ضعف الإضاءة" تُظهر مرونة إدراكية عالية (Cognitive Flexibility) ومناعة ضد المشتتات .(Distractor Immunity) هذا يتوافق مع دراسات حول الانتباه الانتقائي (Selective Attention)في الرياضة، والتي تُبرز أن الرياضيين يطورون القدرة على تصفية المعلومات غير الضرورية والتركيز على الإشارات المهمة للمهمة.

والتكيف مع ديناميكيات الموقف من خلال استجابة اللاعبين الإيجابية للأخطاء ("ارتكابي لبعض الأخطاء يدفعني لزيادة تركيزي") والتحايل من الخصوم ("التحايل من قبل اللاعبين يزيد من تركيزي") تُعد دليلاً على التعلم من الأخطاء (Learning from Mistakes) والاستجابة التكيفية للضغط Adaptive)

.(Response to Pressureهذا يُظهر أن الأخطاء والمواقف الصعبة لا تُربكهم، بل تُصبح حافزاً لزيادة اليقظة والتركيز، وهو ما يُعرف في علم النفس الرياضي بـ "تأثير الإفاقة" أو "التنشيط الأمثل."

التحكم العاطفي والسلوكي والقدرات المعرفية: الدرجات العالية في بنود مثل "عدم الشعور باللامبالاة"، "إدارة التوتر قبل المباراة"، و"تحليل مواقف اللعب بسهولة" تُشير إلى ذكاء عاطفي (Emotional Intelligence)ومهارات معرفية متقدمة .(Advanced Cognitive Skills) هذه القدرات حاسمة في كرة القدم التي تتطلب اتخاذ قرارات سريعة ومعقدة تحت الضغط. تتفق هذه النتائج مع أبحاث غولد (Gould, 2008)التي تُسلط الضوء على أهمية هذه الجوانب النفسية لتحقيق الأداء الأمثل.

2-التركيز المتوسط: مجالات للتحسين المحتمل

أظهرت النتائج أنه على الرغم من الصورة الإيجابية العامة، يبرز بندان بمستوى "متوسط" في تركيز الانتباه: "ضعف لياقتي البدنية لا يؤثر على مستوى انتباهي" (61.9%) و"لا تؤثر درجة الحرارة على تركيزي) "64.6.(%

ويفسر الباحثان هذه النتائج أن تأثير اللياقة البدنية على الانتباه: هذه النتيجة تُشير إلى وجود فجوة بين الإدراك الذاتي والواقع .(Self-Perception Gap) اللاعبون قد يعتقدون أن لياقتهم البدنية لا تؤثر على انتباههم، لكن الدرجة المتوسطة تُلمّح إلى وجود تأثير ضمني أو أن هناك نسبة من اللاعبين تتأثر لياقتهم بانتباههم. دراسات عديدة تُؤكد وجود علاقة مباشرة بين الإرهاق البدني والتدهور المعرفي (Cognitive Decline due to Physical Fatigue).فعندما تتراجع اللياقة، يزداد الجهد المبذول للحفاظ على الأداء البدني، مما يستنزف الموارد المعرفية التي تُستخدم للتركيز واتخاذ القرار. أبحاث بيرتونوراوب (Burton &Raub, 2008)في علم النفس الرياضي تؤكد أن التعب البدني يُمكن أن يُقلل من القدرة على معالجة المعلومات وتقييم المواقف بفاعلية.

تأثير العوامل البيئية (درجة الحرارة): النتيجة المتوسطة حول تأثير درجة الحرارة على التركيز تُشير أيضاً إلى تحدٍ محتمل. على الرغم من أن اللاعبين قد لا يُدركون ذلك بشكل مباشر، فإن الإجهاد الحراري (Heat Stress)يُمكن أن يؤثر سلباً على الوظائف المعرفية، بما في ذلك التركيز وسرعة الاستجابة. دراسات مثل تلك التي أُجريت في مجلة علم وظائف الأعضاء التطبيقي (Journal of Applied Physiology)تُبين كيف يمكن للظروف المناخية القاسية أن تُضعف الأداء المعرفي والبدني للرياضيين.

هذا يُشير إلى أهمية التكييف البيئي ووضع استراتيجيات لتقليل تأثير الظروف الجوية القاسية على تركيز اللاعبين.

ويمكن تفسير نتائج البعد العامأنهيُكشف عن "بعد عام قوي" لتركيز الانتباه، مع مستويات عالية من الوعي الذاتي، والمرونة الذهنية، والقدرة على الحفاظ على التركيز تحت الضغط. ومع ذلك، يُشير البعد العام أيضاً إلى مجالين يُساء فهمهما من قبل اللاعبين: تأثير اللياقة البدنية ودرجة الحرارة البيئية.

يفسر الباحثان أن الصلابة الذهنية الشاملة تظهر من خلال النتائج الكلية تُعزز فكرة أن لاعبي كرة القدم (على هذا المستوى) يمتلكون صلابة ذهنية عالية، وهي القدرة على الأداء المتسق والتميز على الرغم من الظروف المتغيرة. هذا يتوافق مع النماذج الحديثة للصلابة الذهنية التي تُركز على السمات مثل الثقة، التحكم، الالتزام، والتحدي.

الفجوة بين الإدراك والواقع: النقطة الأهم في البعد العام هي الفجوة بين ما يعتقده اللاعبون وما تُظهره البيانات الكمية بخصوص تأثير اللياقة البدنية ودرجة الحرارة. هذا التناقض ليس فريداً لهذه الدراسة؛ فغالباً ما يُقلل الرياضيون من شأن تأثير بعض العوامل الخفية على أدائهم. دراسات حول "الوعي الذاتي للأداء" تُشير إلى أن الرياضيين قد يركزون بشكل كبير على الجوانب الواضحة للأداء ويُغفلون التأثيرات غير المباشرة للعوامل الفسيولوجية أو البيئية على قدرتهم المعرفية. هذا يُؤكد على الحاجة إلى التدريب النفسي المرتكز على البيانات، حيث يتم تزويد اللاعبين بمعلومات موضوعية عن كيفية تأثير هذه العوامل عليهم.

3-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العامة

توجد علاقة عكسية بين القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم.

تُقدم النتائج المعروضة تحليلاً إحصائياً دقيقاً للعلاقة بين مستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم، وتُؤكد بشكل قاطع على وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية وقوة متوسطة إلى قوية. هذه النتائج تحمل دلالات مهمة وتتوافق بشكل كبير مع الأدبيات العلمية في مجال علم النفس الرياضي.

فمستوىتركيزالانتباهالمرتفع:يُظهراللاعبونمتوسطتركيزانتباهيبلغ 3.87 من 5،بانحرافمعياريمنخفض (0.43).

هذايُشيرإلىمستومرتفعبشكلعاممنتركيزالانتباهوتجانسكبيربينااللاعبينفيهذهالمهارة.

المناقشةوالتوافقمعالدراساتالسابقة: هذاالمستوىالمرتفعمنالتركيزمتوقعوطبيعيللاعبينفيمستوىتنافسي (مثلفرقالرابطةالولائية).

تتفقالدراساتالسابقةباستمرارعلىأنالتركيزالفعالهوحجرالزاويةللأداءالمتميزفيكرةالقدم. فاللعبةتتطلبقدرةعاليةعلىالانتباهالانتقائي (لتحديدالإشاراتالمهمةوتجاهلالمشتتات)،والانتباهالمستمر (للحفاظعلىالتركيزطوالالمباراة)،ونقلالانتباههبسرعةبينالمهاممالمختلفة (مثلمراقبةالكرة،الخصم،الزملاء،والوعيالمكاني). أبحاثمثلتلكالتيأجراها Nideffer (1976)

فينموذجهلأبعادالانتباه،تؤكدأنالرياضيينالناجحينيمتلكونمرونةفيالتحكمفينطاقوتركيزانتباههم.

الانحرافالمعياريالمنخفضيعكسأنغالبيةاللاعبينفيالعينةيمتلكونهذهالمهارةالأساسية،ممايُشيرإلىأنالتدريبوالخبرةقدصقل لقدرتهمعلىالتركيز.

مستوىالقلقالنفسيالمنخفضإلىالمتوسطالذييبلغمتوسطمستوىالقلقالنفسي 2.10 بانحرافمعياري 0.44،ممايُشيرإلىأناللاعبينيعانونمنمستومنخفضإلىمتوسطمنالقلقبتجانسنسبي.

ويفسر الباحثان أن نتائج هذا البحث

هذايتماشىمعالعديدمنالدراساتالتيتُظهرأنالرياضيينذويالخبرةأوالمستوياتالتنافسيةيميلونإلىامتلاكآلياتتأقلمأفضلمعالقلقمقارنةبالرياضيين الأقلخبرةأوغيرالرياضيين. إنهمغالباًمايُظهرونمستوياتأقلمنقلقالسمة(Trait Anxiety) ،ولديهمقدرةأكبرعلىإدارةقلقالحالة (State Anxiety).هذاقديكوننتيجةللتدريبالنفسي،الخبرةالمتراكمةفيالتعاملمعضغوطالمباريات،والدعمالاجتماعيالمقدملهم.

ومعذلك،فإنتصنيف "منخفضإلىمتوسط"

يُشيرإلىأنالقلقلايزالموجوداً،وهومايتوافقمعالأبحاثالتيتُؤكدأندرجةمعينةمنالإثارةوالقلقتُعدطبيعيةوحتىضروريةللأداءالأمثل (نظرية U المقلوب .)علىسبيلالمثال،دراساتأجريتعلىلاعبينفيمستوياتتنافسيةمشابهة(مثلالدورياتالجهويةأوالوطنيةالثانية) أظهرتمستوياتقلق "متوسطة" يمكناعتبارهاطبيعيةفيسياقالمنافسةالرياضية.

وما يفسر العلاقةالعكسيةالقويةبينالقلقوتركيزالانتباه:التيتُظهرقيمةمعاملالارتباط (R) البالغة 0.557- وجودعلاقةعكسيةمتوسطةإلىقوية،معدلالإحصائيةعاليةجداً .(Sig. = 0.000)

هذايعنيأنارتفاعالقلقيرتبطبانخفاضالتركيز ،والعكسصحيح،وأنهذهالعلاقةليستصدفة.

تُعد هذه النتيجة هي الركيزة الأساسية للفرضية وتتفق بشكل قاطع مع الأدبيات العلمية الواسعة في علم النفس الرياضي.

نظرية الموارد المعرفية المحدودة :(Limited Capacity Model of Attention)

تُفسر هذه النظرية العلاقة العكسية بأن القلق يستنزف الموارد المعرفية المتاحة للدماغ.

عندما يكون اللاعب قلقاً، فإن جزءاً كبيراً من انتباهه وموارده الذهنية يُستهلك في معالجة الأفكار السلبية، المخاوف من الفشل، أو الأعراض الجسدية للقلق (مثل اضطراب المعدة).

هذا يُقلل من الموارد المتاحة لمهام التركيز الأساسية في اللعبة، مثل معالجة المعلومات من الملعب، اتخاذ القرارات، وتوقيت الحركات.

تضييق الانتباه :(AttentionalNarrowing) تُشير العديد من الدراسات إلى أن القلق المفرط يؤدي إلى تضييق نطاق الانتباه بدلاً من مسح الملعب بالكامل والوعي بالوضع المحيط، يميل اللاعب إلى التركيز على عدد قليل جداً من الإشارات (غالباً ما تكون سلبية أو تهديدية)، مما يجعله يفقد معلومات حاسمة ويؤثر على أدائه الشامل.

الشلل التحليلي :(Paralysis by Analysis)

في بعض الحالات، يمكن أن يؤدي القلق إلى الإفراط في التفكير والتحليل، مما يُبطئ عملية اتخاذ القرار ويُعيق الاستجابات التلقائية والسريعة المطلوبة في كرة القدم.

التوافق مع أبحاث الانتباه والقلق في الرياضة: تُؤكد هذه النتيجة دراسات سابقة عديدة، مثل ما توصل إليه شرفو وحسليمان (2014) في دراستهم حول انعكاس القلق على أداء لاعبي كرة القدم، والتي تُبرز أن القلق المفرط يُمكن أن يُعيق الأداء من خلال التأثير على الانتباه والتركيز.

كما تتفق مع أبحاث خالد فوزي الجمال وآخرون (2012) حول العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية ومستوى الأداء في كرة القدم، حيث تُشير إلى أن المستويات العالية من القلق تُؤثر سلباً على الأداء العام والتركيز.

استنتاج الدراسة:

خلصت هذه الدراسة إلى نتائج محورية تُسلط الضوء على الأبعاد النفسية للأداء في كرة القدم. أظهرت البيانات أن لاعبي العينة يتمتعون بمستوى مرتفع ومُتجانس من تركيز الانتباه، مما يؤكد قدرتهم على الاستجابة بفاعلية للمتطلبات المعرفية المعقدة للعبة. هذا المستوى العالي من التركيز يُمكّنهم من معالجة المعلومات، اتخاذ القرارات السريعة، والتفاعل مع مجريات المباراة بوعي كامل، حتى في ظل ظروف التحدي والضغط.

في المقابل، كشفت الدراسة أن مستوى القلق النفسي العام لدى اللاعبين يتراوح بين المنخفض والمتوسط، مما يشير إلى قدرتهم النسبية على إدارة الضغوط النفسية. ومع ذلك، أبرزت النتائج وجود جيوب من القلق المتوسط المرتبطة بعوامل محددة مثل اللياقة البدنية وتأثير درجة الحرارة البيئية. هذه النقاط تُشير إلى أن بعض التحديات الفسيولوجية والبيئية قد تُسهم في شعور اللاعبين ببعض القلق، حتى لو لم يُدركوا تأثيرها المباشر على تركيزهم.

النتيجة الأكثر أهمية ومركزية في هذه الدراسة هي التأكيد القاطع على وجود علاقة عكسية قوية وذات دلالة إحصائية بين مستوى القلق النفسي وتركيز الانتباه .هذه العلاقة تعني بوضوح أن ارتفاع القلق لدى اللاعبين يرتبط بانخفاض قدرتهم على التركيز بفاعلية، والعكس صحيح. هذا يُمثل دليلاً قوياً على أن القلق يستنزف الموارد المعرفية للاعب، ويُعيق قدرته على معالجة المعلومات الأساسية للمهمة، مما يؤثر سلباً على الأداء العام.

بناءً على هذه الاستنتاجات، تؤكد الدراسة على الضرورة المُلحة لدمج التدخلات النفسية والتدريبية ضمن البرامج الرياضية. يجب أن تُصمم هذه التدخلات خصيصاً لمساعدة لاعبي كرة القدم على إدارة قلقهم النفسي بفعالية، وتعزيز مهاراتهم في الحفاظ على تركيزهم. إن الاهتمام بالجانب النفسي لا يُعد ترفاً، بل هو استثمار حيوي يُترجم مباشرة إلى تحسين الأداء على أرض الملعب، ويُسهم في بناء لاعبين أكثر صلابة ذهنياً وقدرة على المنافسة.

خاتمة الدراسة:

تُقدم هذه الدراسة رؤى عميقة حول العلاقة المعقدة بين القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى لاعبي كرة القدم، مُبرزةً بذلك الأهمية الحاسمة للجوانب النفسية في تحقيق الأداء الرياضي الأمثل. لقد كشفت النتائج عن صورة إيجابية بشكل عام، حيث أظهر اللاعبون مستويات مرتفعة من تركيز الانتباه وقدرة ملحوظة على مواجهة ضغوط المباراة والمشتتات المختلفة بمرونة ووعي ذهني عالٍ. هذه القدرة على التكيف مع ديناميكيات اللعب والاستجابة الإيجابية للتحديات، وحتى الأخطاء، تؤكد على امتلاك اللاعبين لصلابة ذهنية تُعد ركيزة أساسية في الرياضات التنافسية.

ومع ذلك، لم تخلُ الدراسة من نقاط تستدعي الاهتمام، حيث أشارت إلى وجود مستويات متوسطة من القلق المرتبط ببعض الجوانب مثل اللياقة البدنية وتأثير درجة الحرارة والعوامل البيئية الأخرى. هذه النتائج تُشير إلى وجود فجوة بين الإدراك الذاتي للاعبين والواقع الموضوعي لتأثير هذه العوامل على تركيزهم. هنا تكمن الفرصة للتدخلات الهادفة.

إن العلاقة العكسية القوية وذات الدلالة الإحصائية التي كشفت عنها الدراسة بين القلق وتركيز الانتباه تُعد بمثابة حجر الزاوية الذي يُبنى عليه فهمنا لأداء اللاعب. فهي تؤكد أن ارتفاع القلق، حتى في مستوياته المتوسطة، يستنزف الموارد المعرفية وُيضعف القدرة على التركيز الفعال، مما يؤثر سلباً على اتخاذ القرار وسرعة الاستجابة والدقة في الأداء. هذه النتيجة ليست مجرد رقم إحصائي، بل هي دعوة واضحة لتبني استراتيجيات شاملة تعترف بأن العقل والجسد كيان واحد لا يتجزأ في ميدان كرة القدم.

بناءً على هذه المعطيات، يُصبح من الضروري للمدربين والأجهزة الفنية والنفسية دمج برامج تدريب نفسي مُصممة خصيصاً لاستهداف هذه الجوانب. يجب أن تتجاوز هذه البرامج مجرد التدريب البدني والمهاري لتشمل تنمية مهارات إدارة القلق، تقنيات تنظيم الإثارة، وتعزيز الوعي الذاتي لدى اللاعبين حول تأثير العوامل الفسيولوجية والبيئية على تركيزهم. إن الاستثمار في الصحة النفسية للاعبين ليس مجرد رفاهية، بل هو استراتيجية أساسية لتعزيز أدائهم، وتحقيق أقصى إمكاناتهم في المباريات. هذه الدراسة تُمهد الطريق نحو فهم أعمق ونهج أكثر تكاملاً في إعداد لاعبي كرة القدم للمنافسة، ليس فقط جسدياً ومهارياً، بل وذهنياً ونفسياً أيضاً.

توصيات الدراسة:

بناءً على النتائج التي توصلت إليها الدراسة، والتي أظهرت العلاقة العكسية القوية بين القلق النفسي وتركيز الانتباه، بالإضافة إلى تحديد نقاط القوة والضعف في الجوانب النفسية للاعبي كرة القدم، نُقدم التوصيات المفصلة التالية لتعزيز الأداء العام للاعبين:

دمج برامج التدريب النفسي المتخصصة:

برامج إدارة القلق :(Anxiety Management Programs) يجب تصميم وتطبيق برامج تدريب نفسي مُنتظمة تُركز على تعليم اللاعبين تقنيات عملية للتحكم في القلق قبل وأثناء المباريات. يشمل ذلك :

تقنيات الاسترخاء :مثل التنفس العميق، والاسترخاء التدريجي للعضلات، لمساعدة اللاعبين على تهدئة الاستجابات الجسدية للقلق (مثل اضطراب المعدة).

التصور الذهني :(Imagery/Visualization) تدريب اللاعبين على تخيل أنفسهم وهم يؤدون بشكل جيد في المواقف الضاغطة، أو يتخيلون التحكم في مشاعر القلق، مما يُعزز الثقة ويُقلل من التوتر.

الحديث الذاتي الإيجابي :(Positive Self-Talk) مساعدة اللاعبين على تحديد وتغيير الأفكار السلبية التلقائية إلى أفكار أكثر إيجابية وداعمة للتركيز والأداء.

برامج تعزيز التركيز والانتباه :تطوير تمارين ذهنية تُعزز من التركيز الانتقائي والمستمر، وتُحسن القدرة على نقل الانتباه بفاعلية. يمكن أن يشمل ذلك تمارين مُحددة أثناء التدريبات تزيد من تحدي التركيز تحت الضغط، واستخدام أدوات بصرية لتدريب الانتباه.

معالجة النقاط الحساسة للقلق (اللياقة البدنية والعوامل البيئية):

التوعية بالعلاقة بين اللياقة والتركيز :يجب على المدربين والأجهزة الفنية توعية اللاعبين بشكل صريح بالعلاقة المباشرة بين اللياقة البدنية المُثلى والقدرة على الحفاظ على التركيز طوال المباراة. يُمكن توضيح كيف أن الإرهاق البدني يستنزف الموارد العقلية، مما يؤثر على اتخاذ القرار والانتباه.

الدعم النفسي لقلق اللياقة :توفير دعم نفسي للاعبين الذين يُبدون قلقاً بشأن لياقتهم البدنية أو العودة من الإصابات. يُمكن أن يشمل ذلك جلسات فردية مع أخصائي نفسي رياضي لمناقشة المخاوف ووضع استراتيجيات للتعامل معها.

التكيف مع الظروف البيئية :تطوير برامج تدريبية تُحاكي ظروف المباريات الصعبة (مثل درجات الحرارة المرتفعة أو الإضاءة الخافتة) لمساعدة اللاعبين على التأقلم نفسياً وجسدياً مع هذه العوامل وتقليل تأثيرها على تركيزهم.

تعزيز الصلابة الذهنية وإدارة الإثارة:

فهم نظرية الـ U المقلوب :تثقيف اللاعبين والمدربين حول مفهوم الحد الأمثل للتوتر/الإثارة اللازم للأداء. مساعدة اللاعبين على تحديد "نقطتهم المثلى" وكيفية تنظيم مستويات إثارتهم للبقاء ضمنها.

مهارات تنظيم الإثارة :(Arousal RegulationSkills) تدريب اللاعبين على تقنيات لزيادة أو خفض مستوى إثارتهم حسب الحاجة، مثل استخدام الموسيقى، أو الروتين قبل المباراة(pre-performance routines) ، أو تقنيات التنشيط الذهني.

التعلم من الأخطاء والتحديات :تعزيز ثقافة داخل الفريق تُشجع على رؤية الأخطاء والتحديات كمصادر للتعلم وزيادة التركيز، وليس كأسباب للقلق أو الإحباط.

توفير الدعم النفسي الشامل:

أخصائي نفسي رياضي مؤهل :توفير أخصائي نفسي رياضي مؤهل كجزء لا يتجزأ من الجهاز الفني للفريق. يُمكن للأخصائي تقديم الدعم الفردي والجماعي، وتصميم برامج التدريب النفسي، ومساعدة اللاعبين في التعامل مع الضغوط المتعلقة بالرياضة والحياة الشخصية.

برامج الدعم الاجتماعي :التأكيد على أهمية الدعم الاجتماعي داخل وخارج الفريق (من العائلة، الأصدقاء، الجهاز الفني) كعامل وقائي ضد القلق. تشجيع بناء بيئة فريق إيجابية وداعمة.

البحث المستمر وتقييم التدخلات:

التقييم الدوري :إجراء تقييمات دورية لمستويات القلق النفسي وتركيز الانتباه لدى اللاعبين، بالإضافة إلى تقييم فعالية البرامج التدريبية النفسية المُطبقة. هذا يُساعد على تكييف البرامج وتطويرها بما يتناسب مع احتياجات اللاعبين.

المزيد من الأبحاث :تشجيع إجراء المزيد من الدراسات المعمقة لتحديد عوامل أخرى قد تؤثر على القلق والتركيز، وفهم الفروقات الفردية بين اللاعبين في استجابتهم للضغوط النفسية.

البيبليوغرافيا

قائمة المراجع:

أولا: المراجع باللغة العربية:

1. .أسامة كامل راتب علم نفس الرياضة – المفاهيم والتطبيقات " دار الفكر ،2000
2. ابو العلا محمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين، فيزيولوجية اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر
3. ابو المجد، عمرو والنمكي، جمال..تخطيط برامج تدريب وتربية البراعم والناشئين في كرة القدم. الجزء الاول. مركز الكتاب للنشر. القاهره.1997.
4. أحمد مطري.ـعلم التدريب .ـ موقع المدرب العربي . Http://www.arabscoock.com/ ?p=617
5. أسامة كامل راتب : التدريب المهارات النفسية (التطبيقات في الفعال الرياضي) ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، القاهرة 2000 .
6. حسن عبد الجواد كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، مرجع سابق،
7. حسن عبد الجواد, كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم, دار العلم الملاين, ط 4 , بيروت 1977
8. حماد،مفتي محمد. الحديث في الاعداد البدني والمهاري والخططي بكرة القدم. القاهرة. دار الفكر العربي.1994.
9. الحميد، خالد، وآخرون. المحضر البدني في الرياضة. الرياض: دار النشر العلمية.2017.
10. حنفي محمود بخار، " مدرب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1980م
11. رومي جميل :"كرة القدم", دار النفائس , ط1 , لبنان 1986,
12. سامي الصفار " كرة القدم"، دار الكتب للطباعة والنشر، الجزء الأول، جامعة الموصل، العراق، 1982
13. سامي الصفار: كرة القدم "، ج 1، بدون طبعة, دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1982م
14. عباس عبد الرحمان الرملي ومحمد إبراهيم شحاتة، اللياقة والصحة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر،
15. عبد الرحمان عيساوي, "سيكولوجية النمو", دار النهضة العربية ,لبنان ,1980
16. العربي، القاهر ة. 9 .حيدر البصري . اللاعنف مدخل إلى المفاهيم والرؤى، مجلة النبأ، العدد (54).2001.
17. غالي، زيد، وآخرون. المعايير الرياضية والبدنية للأفراد والفرق الرياضية. الجزائر: دار النشر العلمية.2016.
18. مامور بن سن آل سليمان .ـكرة القدم بين المصالح و المفاسد.ـ ط2.دار ابن حزم بيروت لبنان: 1998.
19. محسن السيد أبو عبد الله عند الاتجاهات الحديثة في التدريب والتخطيط في كرة القدم، مطابع الإتساع الفنية بالإسكندرية
20. محمد رفعت كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، دار البحار، بدون طبعة ، لبنان، 1998،
21. مد حسن علاوي علم النفس الرياضي"، ط9 ،دار الفكر العربي، القاهر ،1994

22. مفتي إبراهيم حماد : تطبيقات الإدارة الرياضية"، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى القاهرة ، 1999،
23. منذر هاشم الخطيب, علي الخيط, قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم, ط1, دار المناهج, 2000,
24. النجار، علاء، وآخرون. الاختبارات الرياضية والبدنية الشاملة. القاهرة: دار النشر العلمية.2015.
25. يحي كاظم النقيب: "علم النفس الرياضة"، معهد إعداد القادة بدون طبعة السعودية 1990 ،
26. يوسف لازم كمال وصالح بشير سعد: الأسس الفيزيولوجية في كرة القدم, دون طباعة, دار الوفاء للطباعة والنشر الإسكندرية 2006،
27. **الزاد، عبد الرحمن** .(1992) .*التوجيه والإرشاد النفسي* .عمان: دار الفكر.
28. **بدوي، عبد العزيز** .(1990) .*الإدارة الرياضية الحديثة* .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
29. **بعاج، أحمد** .(2001) .*الإدارة الرياضية وأسس تسيير الجمعيات* .الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
30. **برو، فيليب** .(1993) .*الموسوعة النفسية*)ترجمة وجدي عبد الرحمن). بيروت: دار الكتاب اللبناني.
31. **حمود، حسن** .(1996) .*الإدارة التربوية الحديثة* .بيروت: دار النهضة العربية.
32. **حسن، خالد عبد الفتاح** .(2016) .*التخطيط الرياضي واكتشاف الموهبة* .القاهرة: دار الفكر العربي.
33. **حسنين، محمد صبحي** .(2001) .*القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية* .القاهرة: دار الفكر العربي.
34. **شعبان، فتحي، وتيم، عبد العزيز** .(1996) .*علم النفس الرياضي* .القاهرة: دار الفكر العربي.
35. **علاوي، محمد حسن** .(2002) .*المدخل إلى علم النفس الرياضي* .القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
36. **كامل، راتب** .(1997) .*علم النفس التربوي* .عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
37. **مرسي، زكي** .(1976) .*أصول التربية* .القاهرة: عالم الكتب.
38. **واعيطة، عبد الحميد** .(1995) .*سيكولوجية الميول والاتجاهات* .الجزائر: الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية.
39. **جلال، زينب، وعلاوي، محمد حسن** .(1984) .*التوجيه التربوي والنفسي* .القاهرة: دار المعرفة الجامعية
40. **عبد المقصود، محمود، والشافعي، حسين** .(2003) .*أسس التربية الرياضية* .القاهرة: دار الفكر العربي.

ثانيًا: الرسائل الجامعية والمجلات العلمية

1. **بوخاري، فتحي** .(2012) .*مساهمة الإعلام الرياضي المكتوب في نشر الثقافة الرياضية المرتبطة بالصحة* . مذكرة ماجستير، جامعة مستغانم، الجزائر.

2. **بوشريط، عبد القادر** .(2018) .*الرياضة المدرسية ودورها في تكوين الرياضيين النخبة* .مجلة العلوم والتقنيات الرياضية، العدد 12.

3. **بوزيد، نذير** .(2017) .*آليات انتقال الرياضي من المدرسة إلى النادي* .أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر 3.

4. **رابح، مونية** .(2021) .*دور المدرب الرياضي في صقل الموهبة الرياضية* .مجلة الأداء الرياضي، العدد 8.

5. **لعموري، فيصل** .(2020) .*دور المدرسة في اكتشاف المواهب الرياضية* .مجلة دراسات التربية البدنية، جامعة قسنطينة.

ثالثًا: التشريعات والقوانين

1. **الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية** .(1990) .*القانون رقم 90-31 المؤرخ في 04 ديسمبر 1990 المتعلق بالجمعيات* .الجزائر.

2. **الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية** .(1995) .*الأمر رقم 95-09 المؤرخ في 23 فيفري 1995 المتعلق بتوجيه المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتنظيميها وتطويرها* .الجزائر.

3. **الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية** .(2013) .*القانون الأساسي النموذجي للجمعيات الرياضية* .العدد رقم 12.

4. **المرسوم الرئاسي رقم 96-01** .(1996) .*المؤرخ في 05 جانفي 1996، المتضمن تعيين أعضاء الحكومة* . الجزائر.

5. **المرسوم التنفيذي رقم 90-118** .(1990) .*المؤرخ في 30 أفريل 1990، المتمم بالمرسوم التنفيذي رقم 90-284 المؤرخ في 22 ديسمبر 1990، الذي يحدد صلاحيات وزير الشباب والرياضة* .الجزائر.

6. **المرسوم التنفيذي رقم 94-247** .(1990) .*المؤرخ في 10 أوت 1990، الذي يحدد صلاحيات وزير الداخلية والجماعات المحلية والبيئة والإصلاح الإداري* .الجزائر.

رابعًا: منظمات ودوريات دولية

1. Alain Michel:"Foot balle, les systèmes de jeu",2^eme edition,edition chiram, Paris, 1998
2. alain mischel, foot ball les systèmes de jeu 2eme édition, édition chiron. paris, 1998.
3. **الاتحاد الدولي للتربية البدنية (ICHPER-SD)**. (2015). *School Sport as a Talent Development Tool*. International Journal of Physical Education.

الملاحق

إستبيان خاص بالمدربين

ملاحظة:

- **ضع/ي العلامة (×) داخل المربع الذي يعبر عن إجابتك.**
- **لا تذكر/ي اسمك.**
- **تأكد من الإجابة على كل الأسئلة.**
- **الإجابة تكون بكل موضوعية قصد مساعدتنا في إنجاز هذا البحث.**
- **لا توجد إجابة صحيحة أو إجابة خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تناسب سلوكك ووجهة نظرك.**

المحور الأول: البيانات الشخصية.

الجنس:

ذكر ☐ ☐

ما هو التحصيل العلمي لديك

- دكتوراه ☐
- ماستر ☐
- ليسانس ☐

شهادة أخرى.....

الاقدمية في العمل

- اقل من سنتين ☐
- من 2الى 5 سنوات ☐
- اكثر من 5 سنوات ☐

المحور الثاني: للكفاءة المعرفية لمدرب كرة القدم دور في عملية انتقاء الموهبة الرياضية في الطور الابتدائي .

1. هل لديكم معلومات كافية عن كيفية انتقاء الموهبة الرياضية

نعم ☐ ☐

2. هل تلقيتم في تكوينكم مقاييس تتعلق بانتقاء الموهبة الرياضية

نعم ☐ ☐

3. هل عملية توجيه التلاميذ في الطور الابتدائي ضرورة في نظرك

نعم ☐ ☐

4. اذا كان للتلاميذ عدة مواهب كيف يتم اكتشافها

.....

.....

5. على ماذا تعتمدون لتحسين المعارف لديكم

الاطلاع على المنهاج ☐

الاعتماد على الندوات ☐

الاحتكاك بالمدربون ذوي الخبرة ☐

6. ما هي الطريقة التي تستعملونها اثناء عملية الانتقاء

الانتقاء العفوي ☐ الانتقاء التجريبي ☐

المحور الثالث: واقع الرياضة المدرسية التنافسية في النوادي

1. **هل يتم تنظيم مسابقات رياضية تنافسية على مستوى النادي؟**

☐نعم ☐ لا

2. **في رأيك، هل الرياضة التنافسية تسهم في اكتشاف المواهب؟**

☐نعم ☐ لا

3. **ما مدى توفر الإمكانيات (ملاعب، أدوات، زمن كافٍ للحصة) لتطبيق أنشطة رياضية تنافسية؟**

☐كافية ☐ متوسطة ☐ ضعيفة ☐ منعدمة

4. **ما هي العراقيل التي تواجهونها أثناء تنظيم المنافسات الرياضية؟**

.....

5. **هل تتعاون إدارتكم معكم في تنظيم الأنشطة الرياضية التنافسية؟**

☐نعم ☐ لا ☐ أحيانًا

المحور الرابع: العلاقة بين النادي والنادي الرياضي في انتقاء المواهب

1. **هل يوجد تنسيق بين مؤسستكم التربوية والنوادي الرياضية المحلية؟**

☐نعم ☐ لا ☐ لا أعلم

2. **هل سبق أن تم انتقاء تلميذ من طرف نادٍ رياضي بناءً على أدائه في النادي؟**

☐نعم ☐ لا

3. **ما هو دوركم في ترشيح التلاميذ الموهوبين للنوادي؟**

☐التواصل المباشر مع النوادي

☐**إشعار أولياء الأمور فقط**

☐**لا يوجد دور محدد**

☐**أخرى**..... :

4. **في نظرك، كيف يمكن تحسين العلاقة بين النادي والنادي الرياضي؟**

.....

5. **ما اقتراحاتك لتفعيل دور الرياضة المدرسية في انتقاء المواهب الكروية؟**

.....