

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique

Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -

Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -



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

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في ميدان علوم و تقنيات

النشاطات البدنية و الرياضية

التخصص: التدريب الرياضي

الموضوع:

الإصابات الرياضية و علاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي
لدى لاعبي كرة القدم - صنفه أكابر -

- دراسة ميدانية على بعض أندية ولاية البويرة -

- إشراف الدكتور:

* براهيم رضوان

- إمداد الطالبان:

* العربي شريف كمال

* لوصيف عمر

السنة الجامعة 2016/2015

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم

بسم الله الرحمن الرحيم

" رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ
وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ "

** سورة النمل 19 **

في الحديث القدسي:

رواه البيهقي في شعب الإيمان وضعفه

((عبدني لم تشكرني ألم تشكر من قدم لك الخير على يديه))

الحمد لله نستعين به ونشكره ونهتدي به، من يهده الله فهو المهتد،

ومن يضل فلن تجد له وليا مرشدا.

بعد الحمد والشكر لله عز وجل لا يسعني بعد أن أتممت هذه الدراسة المتواضعة،

بعون الله وتوفيقه، إلا أن أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان وخالص التقدير والعرفان بالفضل الكبير لأستاذي الفاضل الدكتور برجم رضوان المشرف على هذه المذكرة ولما قدمه لي من دعم وتشجيع وتوجيهات قيمة كان لها الأثر الكبير في إتمام هذا العمل.

وعرفانا بالجميل أتقدم بالشكر الجزيل وعظيم الامتنان إلى الأساتذة الأفاضل

علوان رفيق، منصورى نبيل، رامي عز الدين كما اشكر كل من تعاون معي وساهم في إخراج هذه المذكرة إلى حيز الوجود وعرفانا بالجميل الذي لا ينسى يتقدم الباحث بوافر الشكر والتقدير إلى كل من أصدقائي وزملائي هشام عماري، طاهري رابع، اللذان لم يدخرنا جهدا عليّ، وفي الختام أتقدم بالشكر القدير لكل من قدم لي يد العون حتى ولو بكلمة ساهمت في إخراج هذه المذكرة.

الحمد لله رب العالمين * * * الحمد لله على كل شيء،

لك الحمد ربي على عظيم فضلك وكثير عطائك

أهدي ثمرة جهدي لملكة قلبي وزهرة حياتي، إلى بسمة الأمل التي أحيا بلقائها كل صباح، أمي التي
غرست بقلبي فضائل الأخلاق حفظها الله لي.

إلى من علمني كفاح الحياة وتاج المروءة، أبي الذي يسر لي شعاب الدروب أعانته الله ويسر مسره
وجعله سراجا وتاجا فوق رؤوسنا به نفتدي وبالله نستعين.

إلى من أسرت قلبي بسجن العطاء والحب، إلى من زرعت فيّ بسمة الحياة والأمل، إلى المعادلة
التي ترسم منحني حياتي دنيا.

إلى سندي في حياتي وبهجتني إخوتي وأخواتي. عبد العظيم وزوجته و صغيريه حنان ورفيق، جمال،
فاطمة الزهراء وزوجها محمد وأبناؤها أسامة وأيوب وعلاء الدين، إبراهيم، لمياء وزوجها
لخضر، عيشووووووشة، وأخي الأصغر إسماعيل أعانته الله ووقفه في دراسته.

كما أتقدم بشكر خاص إلى صديقي وزميلي في الدراسة الذي قاسمني شرفه إنجاز هذه
المذكرة العربي شريفه كمال.

إلى صديقي الذي شاركني جنون الحياة مولاي محمد.
وبركي ياسر

إلى أصدقاء طفولتي عبد الله طروم، عبد الرحمان بليلي، زاير علي، مولاي طارق، حمزة قراحي،
بن فلامي خالد، ميهوبي بشير والى كل الأحبة الذين تطيبب الشفاه بذكر أسمائهم زينب، نور
الهدى، إحسان وأسماء الأختين،

إلى جميع أساتذتي في جميع الأطوار الذين أعانوني على تجاوز صعاب الحياة**

* كما أهدي عملي هذا إلى كل من عرفه هذا العبد المتواضع من قريب أو بعيد*

* إلى كل من هم في ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي*

* إلى كل من نساهم قلبي ولم ينساهم قلبي*

*** عمر لوصيفه***

الحمد لله رب العالمين * * * الحمد لله على كل شيء

لك الحمد ربي على عظيم فضلك وكثير عطائك

أهدي ثمرة جهدي هذه إلى التي سكنت روحي وأمرت قلبي بحبها، إلى أمي

حبيبتي التي ربنتني فأحسننت تربيتي، أمي شمعة تنير حياتي.

إلى من قضى عمره في بناء سعادتي وهنائي، أبي الذي علمني أصول الحياة وأدابها

أعانه الله وأطال في عمره وأدام عافيته.

إلى أخي أمين وزوجته فيزا وابنته الحبيبة ليديا bombinoo.

إلى أخي منصف وزوجته حنان.

إلى بهجة حياتي التي اظافت لون السعادة بأيامي، مروة.

كما أتقدم بشكر خاص إلى صديقي وزميلي في الدراسة الذي قاسمني شرفه إنجاز هذه

المذكرة لوصيفه عمر.

إلى أصدقاء العمر الذين لا ينساهم قلبي مختاري إسماعيل، صدوقي محمد، طالب نذير،

سيد علي سويد، طاهري رابع، شعاب عبد النور، موسى حمزة، العربي شريف سامي، إسماعيل

صدار "بريوشة"، خالد حماني، وافي كريم، طاهر زلال، عيسى بو طريق، محمد اميري.

كما أتقدم بإهداء خاص إلى فريقي وإخوتي في الرياضة فريق وفاق سور الغزلان وكل الطاقم

الفني والطبي والاعميين.

* إلى جميع أساتذتي في جميع الأطوار الذين أعانوني على تجاوز صعاب الحياة*

* كما أهدي عملي هذا إلى كل من عرفه هذا العيد المتواضع من قريب أو بعيد*

* إلى كل من هم في ذاكرتي ولم تسعهم ذاكرتي*

* إلى كل من نساهم قلبي ولم ينساهم قلبي*

*** العربي شريف كمال ***

الورقة	الموضوع
أ	- شكر و تقدير.
ب-ت	- إهداء.
ث-ج-ح	- محتوى البحث.
خ	- قائمة الجداول.
د	- قائمة الأشكال.
ذ	- ملخص البحث.
م	- مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث.	
02	01- الإشكالية.
03	02- الفرضيات.
04	03- أسباب إختبار الموضوع.
04	04- أهمية البحث.
04	05- أهداف البحث.
05	06- تحديد المصطلحات و المفاهيم.
06	07- الدراسات المرتبطة بالبحث.
الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة.	
الفصل الأول: الاصابات الرياضية.	
12	تمهيد
13	1-1-تعريف الإصابة الرياضية
13	2-1- تعريف الإصابة البدنية
13	3-1- تعريف الإصابة النفسية
13	4-1- تصنيفات الإصابات المختلفة
14	5-1- الأسباب العامة للإصابات في المجال الرياضي
15	6-1- أعراض و علامات الإصابة الرياضية
16	7-1- الخطوات التي يجب إتباعها فور وقوع الإصابة
16	8-1- أنواع الإصابات الرياضية وعلاجها
19	خلاصة

الفصل الثاني: دافعية الانجاز الرياضي.

21	تمهيد
22	1-2 - مفهوم الدافعية
22	2-2 - وظائف الدوافع
23	3-2 - تصنيف وتقسيم الدوافع
25	4-2 - الدوافع والحاجات النفسية
26	5-2 - مصدر الدافعية في الميدان الرياضي
26	6-2 - الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية
26	7-2 - ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي
27	8-2 - بعض الأبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية
27	9-2 - دافع الانجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية
27	10-2 - أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق)
27	11-2 - مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي
28	12-2 - وظيفة الدافعية في المجال الرياضي
28	13-2 - أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
30	14-2 - تطور دوافع النشاط الرياضي
30	15-2 - نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
31	16-2 - أهمية الدافعية في المجال الرياضي
32	خلاصة

الفصل الثالث: كرة القدم.

34	تمهيد
35	1-3 - تعريف كرة القدم
35	2-3 - نبذة تاريخية عن كرة القدم
36	3-3 - التسلسل التاريخي لكرة القدم
36	4-3 - كرة القدم في الجزائر
38	5-3 - مدارس كرة القدم
38	6-3 - المبادئ الأساسية لكرة القدم
39	7-3 - صفات لاعب كرة القدم
41	خلاصة

الفصل الرابع: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

44	تمهيد
45	1-4- الدراسة الاستطلاعية
45	2-4- المنهج المتبع
45	3-4- تحديد المتغيرات
45	4-4- مجتمع الدراسة
45	5-4- عينة الدراسة
46	6-4- مجالات البحث
46	7-4- أدوات البحث
46	8-4- صدق المقياس
46	9-4- الوسائل الإحصائية
48	خلاصة
الفصل الخامس: عرض وتحليل نتائج الدراسة	
51	تمهيد
68-52	1-5- عرض نتائج الدراسة
69	2-5- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات
72	3-5- مناقشة ومقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة
74	خلاصة
75	الاستنتاج العام
76	اقتراحات وفروض مستقبلية
77	خاتمة
البيبلوغرافيا	
	ملحق رقم 1
	ملحق رقم 2
	ملحق رقم 3
	ملحق رقم 4
	ملحق رقم 5
	ملحق رقم 6

قائمة الجداول

رقم الورقة	العنوان	الرقم الجدول
52	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الأولى من الإستبيان الموجه للاعبين	01
53	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الثانية من الإستبيان الموجه للاعبين	02
54	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الثالثة من الإستبيان الموجه للاعبين	03
55	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الرابعة من الإستبيان الموجه للاعبين	04
56	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الخامسة من الإستبيان الموجه للاعبين	05
57	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة السادسة من الإستبيان الموجه للاعبين	06
58	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة السابعة من الإستبيان الموجه للاعبين	07
59	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الثامنة من الإستبيان الموجه للاعبين	08
60	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة التاسعة من الإستبيان الموجه للاعبين	09
61	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة العاشرة من الإستبيان الموجه للاعبين	10
62	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الحادية عشر من الإستبيان الموجه للاعبين	11
63	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الثانية عشر من الإستبيان الموجه للاعبين	12
64	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الثالثة عشر من الإستبيان الموجه للاعبين	13
65	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الرابعة عشر من الإستبيان الموجه للاعبين	14
66	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة الخامسة عشر من الإستبيان الموجه للاعبين	15
67	جدول يمثل التكرارات و النسب المئوية و قيم كا ² للعبارة السادسة عشر من الإستبيان الموجه للاعبين	16
68	جدول يمثل الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الأول	17
69	جدول يمثل الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثاني	18
70	جدول يمثل الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثالث	19
71	جدول يمثل مقابلة النتائج بالفرضية العامة	20

قائمة الأشكال

رقم الورقة	العنوان	الرقم الشكل
52	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 1	01
53	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 2	02
54	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 3	03
55	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 4	04
56	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 5	05
57	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 6	06
58	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 7	07
59	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 8	08
60	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 9	09
61	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 10	10
62	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 11	11
63	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 12	12
64	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 13	13
65	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 14	14
66	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 15	15
67	دائرة نسبية للتكرارات الجدول رقم 16	16

ملخص البحث:

حاولت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الإصابات الرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر حيث تمحورت مشكلة الدراسة في تأثير الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم، كما اشتملت أهداف الدراسة في تحديد طبيعة العلاقة بين الإصابات الرياضية و دافعية الانجاز إضافة إلى إبراز أهمية دافعية الانجاز الرياضي و ضرورة الاهتمام بها عند اللاعبين الذين سبق لهم التعرض للإصابة و العمل على تنميتها كما حاولنا تسليط الضوء على مدى الانعكاس السلبي للإصابات الرياضية على سلوك اللاعبين الذين سبق لهم و أن تعرضوا للإصابة ومعرفة دور الإصابات الرياضية في التقليل من مستوى أداء هؤلاء اللاعبين، ترسيخ مفهوم دافعية الإنجاز لدى اللاعبين ومحاولة معرفة مستوى معرفتهم بها، كما تكمن أهمية البحث في إبراز دور الجانب النفسي لدى اللاعبين اللذين سبق لهم التعرض للإصابة مع إظهار أهمية دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم و المحافظة على الصحة النفسية للاعبين، كذلك توضيح مدى تأثير الإصابات الرياضية على الجانب النفسي للاعبين كرة القدم.

كما اشتملت عينة البحث على 4 اندية يحتوون على 100 لاعب يمثلون عينة من مجتمع الدراسة وهو 16 فريق يشتملون كلهم على 400 لاعب واستخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة وقمنا بتوزيع الاستبيان على اللاعبين كما استعان الباحث بالوسائل الاحصائية كا² والنسبة المئوية وبعد تحليل نتائج الاستبيان توصلنا الى النتائج التالية:

- الإصابات الرياضية تنعكس سلبا على سلوك اللاعبين الذين سبق لهم و أن تعرضوا لإصابة رياضية.
- تعمل الإصابات الرياضية على تخفيض من مستوى أدائهم.
- تنعكس الإصابات الرياضية سلبا على مستوى التنافس عندهم.
- تخفض الإصابات الرياضية من رغبتهم في تحقيق النجاح و تجنب الفشل.

و في ضوء النتائج أوصينا بما يلي:

الإقتراحات و الفروض المستقبلية:

- الاهتمام برفع مستوى اللياقة البدنية.
- ضرورة تقديم العلاج والعناية الكافية بعد الإصابة.
- الاهتمام بالجانب النفسي للرياضي المصاب.
- تكوين أطباء مختصين في مجال علم النفس الرياضي.
- يجب على المدرب القيام بحصص التوعية للاعبين حول الإصابات والتقليل من القلق والخوف الذي ينتابهم.
- _ ضرورة تنمية العلاقة بين المدرب واللاعب أثناء الحصة التدريبية والمباراة .
- التكفل الحقيقي باللاعبين الذين يعانون من مخاوف التعرض لإصابة رياضية وذلك بإخضاعهم لبرامج إعادة التأهيل النفسي.
- ضرورة الاهتمام بإعادة التأهيل النفسي لما بعد الإصابة الرياضة.

مقدمة:

إن تنشأة الفرد الصالح الذي يؤثر إيجابيا في مجتمعه لا يتم إلا من خلال المؤسسات التعليمية الواعية بقضايا مجتمعاته، وتعتبر كرة القدم جزء مهم من التربية العامة فهي تضع الفرد في حالة تكيف حسنة من خلال تنمية صحته الجسمية والعقلية والنفسية بالإضافة إلى فوائدها من الناحية الخلقية والاجتماعية، فلقد أكدت كل الدراسات على أهمية الأنشطة البدنية الموجهة في الرفع من معادلات الذكاء.

لقد بدأت كرة القدم تأخذ مكانتها الطبيعية كأحد أهم الوحدات التعليمية، لذلك نجد معظم الدول خاصة المتقدمة منها تعمل على توفير كافة الظروف اللازمة لذلك من عتاد وهياكل رياضية إضافة إلى تكوين مدربين مختصين في هذا المجال.

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

تمثل الإصابات الرياضية جانب مهم في مواضيع العلوم البيوطبية الرياضية، وبعد علم الإصابات الرياضية علما قائما بحد ذاته لأنه يهتم بتشخيص الإصابة الرياضية لحظة حدوثها وتحديد طرق علاجها والأهم من ذلك هو معرفة أسبابها وبتالي الحد منها.

إن علم الإصابات الرياضية يرشد المدرب إلى كيفية اتخاذ الإجراءات اللازمة للإسعافات الأولية ونقل المصاب إلى المراكز العلاجية بطرق سليمة وبدون أي مضاعفات، وكذلك يرشد الفريق الطبي إلى تحديد الطرق العلاجية الأكثر نجاعة التي تضمن شفاء الرياضي وسرعة عودته إلى ممارسة نشاطه، ويرتبط هذا العلم بعدة علوم أخرى يؤثر عليها ويتأثر بها ومن بين هذه العلوم نجد الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وعلم التدريب الرياضي والميكانيكا الحيوية و علم الحركة والكيمياء الحيوية....إلخ .

وعلم الإصابات الرياضية يهتم بدراسة الحركة الرياضية في مختلف الأوقات والظروف والأوضاع الثابتة والمتحركة الفردية والجماعية، للوصول إلى القدرة على توقع الإصابة قبل حدوثها وتحديد أشكالها وأنواعها وأنماط من الإصابات ترتبط بالنشاط الرياضي الممارس من أجل العمل على وقاية اللاعب من الإصابة، ولقد لعب التطور العلمي الحاصل في المجال البيوطبي الرياضي دور كبير في التقليل من خطر الإصابات الرياضية خاصة في المجال الجراحي الذي وجد حولا كثيرة للعديد من الحالات المستعصية، وتضافرت الجهود من أجل تجنب الإصابات الرياضية كالتهيئة الجيدة لأرضية الميادين ناهيك على ما تتفقه الهيئات مقابل الحد من الآثار النفسية الناتجة عن مثل هذه الإصابات.

إن ما يحصل من تطور في مختلف الميادين الرياضية ما هو إلا حصيلة لأبحاث ودارسات وعلوم مختلفة وبعد علم النفس الرياضي واحد من العلوم الذي ترك الأثر الكبير في الحركة الرياضية إلى جانب العلوم الأخرى.

لذا فإن عملية إعداد اللاعب والاهتمام بالجانب النفسي له تسير جنباً إلى جنب مع الجوانب البدنية والمهارية والخطئية لأن "الإعداد النفسي أحد الأعمدة التي تركز عليها العملية التدريبية فضلا عن عناصر التدريب الأخرى".¹

وبما أن لعبة كرة القدم واحدة من الألعاب التي تحتاج إلى الاهتمام بالحافز والانفعالية للاعب من أجل زيادة دافعية الانجاز الرياضي له، حيث أن اللاعب لا يتعرض إلى الإصابة البدنية فحسب، بل هو معرض إلى حالات ومواقف نفسية مصحوبة بالانفعال والإثارة لذا فإن الإعداد والتهيئة النفسية أصبحت عملية ضرورية وملحة بالنسبة للاعب لكي يستطيع السيطرة على انفعالاته وضبط تصرفاته وبالتالي زيادة دافعية الانجاز له.

ومن ناحية أخرى فإن الدافعية ليست شيئاً مادياً أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة" إنما هي حالات في الكائن الحي يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة ومن نشاط لاعب كرة القدم نفسه وليس معنى هذا أن الدافعية هي نمط السلوك الذي نلاحظه إنما هي حالة من وراء هذا السلوك أي أنها الحالة التي تثير وتنشط وتوجه السلوك نفسه وتعمل على استمراريته".²

وتعمل دافعية الانجاز على حث اللاعب على أن يكون متقدماً ومتميزاً بين أقرانه في الفريق إذ أن حاجة اللاعب لأداء المهارة بفعالية وللإنجاز والتفوق تعمل على تحفيزه واستثارة الطاقة الكامنة لديه وتعمل على مضاعفة وتوجيه جهوده وطاقاته نحو تحقيق الهدف المنشود وهو الانجاز العالي.

وكنتيجة لما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في التعرف على مدى انعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز لدي لاعبي كرة القدم.

¹ _ كاضم_ مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة_ لبنان_ 2005_ ص35
² _ كامل طه لويس_ محاضرات في علم النفس الرياضي لطلبة الماجستير_ العراق_ 1999-2000_ ص71

مدخل عام:

التعريف بالبحث

01_ الإشكالية:

لقد عرف الإنسان منذ القدم علوما عديدة وطورها، وأخذ منها ما يتناسب مع رقيه وازدهاره، خاصة في عصرنا الحالي الذي يعرف ثورة كبيرة في مجالات العلوم المختلفة والمتكاملة في ما بينها من أجل الوصول بالإنسان إلى أعلى مستوى من الرقي الحضاري والعلمي بحيث يعتبر التطور العلمي الذي شهده المجال الرياضي في مختلف مجالاته من حيث استخدامه أحدث الأجهزة العلمية المتطورة فهو لا يقل شانا عن باقي العلوم الأخرى.

تعتبر الرياضة كمجهود عضلي وذهني لازم حياة البشرية منذ القدم، ونظرا لما أوحى به واقع المجتمعات البشرية قديما وحاضرا بأن كل شيء في هذه الحياة إلا وله هدفه وغايته، فالحياة أهداف مسطرة وكذا الشأن بالنسبة لممارسي الرياضة عامة وكرة القدم خاصة، فلهم أهداف يسعون لتحقيقها رغم التضحيات التي يقدمها اللاعبون لتجاوز المعوقات التي تعترضهم، ويتحقق هدف الوصول إلى المستوى الرياضي العالي والمحافظة عليه في مدى استخدام اللاعب لأقصى قدراته البدنية والمهارية والخطوية والنفسية.

وتعد الإصابات الرياضية من المشكلات الأساسية التي تواجه عملية تقدم المستويات وانتقالها من مستوى لآخر كما إن قلة إلمام اللاعبين والمدربين لأسباب الإصابات وكيفية تجنب حدوثها يدفع اللاعبين أحيانا إلى الوقوع في الإصابة، فكرة القدم كغيرها من الألعاب يغلب عليها طابع الإثارة والتنافس والاندفاع البدني الكبير لذا فهي لا تخلو من الإصابات التي يعود سببها إلى الاحتكاك مع الخصم بالإضافة إلى نقص اللياقة البدنية وأيضا إلى نقص التحضير البدني، وإن معدل الإصابات في كرة القدم هو أعلى من غيرها لأنها تتطلب الاحتكاك بين اللاعبين واصطدامهم مع بعضهم البعض و مع إن معدل الإصابة الحادة جدا قياسا لعدد اللاعبين هو تقريبا قليل إلا إن احتمال التعرض للإصابات الرياضية كبير في كل الأوقات ومع التقدم الهائل في علوم الطب الرياضي الوقائي والدورات المكثفة للمدربين على عمليات التدريب العملي العلمي وتطور أنظمة وقوانين اللعب بما يحمي الرياضيين وكذلك التطور الصناعي العالي في صناعة الأجهزة الرياضية الوقائية للحد من الإصابات الرياضية كما تعتبر الجوانب النفسية من أهم المتغيرات التي يسعى العاملون في المجال الرياضي إلى التعرف على مكوناتها لما تلعبه من دور هام وحيوي في شخصية الرياضي.

يعمل الباحثون والمختصون على تنمية دافعية الانجاز لدى اللاعبين ويحاولون جاهدين القضاء على العراقيل التي يمكن إن تحد وتنقص من تلك الدافعية حيث عرفها **مصطفى عشوي** " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة."¹

لا شك أن اللاعب الذي سبق له وأن تعرض للإصابة أو حتى اللاعب الذي رأى زميله وهو يتعرض لإصابة خطيرة أو حتى اللاعب الذي شاهد أو قرأ أو سمع عن إصابة لاعب ما كادت أن تؤدي بحياته كل هؤلاء نجدهم بلا شك يعيشون مخاوف التعرض للإصابة مما تنعكس سلبا على دافعيتهم لبلوغ أعلى المستويات الرياضية.

¹ مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر ، 1990 ، ص 83

رياضة كرة القدم إحدى أشهر الألعاب التي توليها الجماهير والوسائل الإعلامية أهمية بالغة، حيث يتفق الجميع على أن لعبة كرة القدم بلغت ذروتها في التطور والتنظيم من حيث الفنيات وطرق اللعب مما جعله غاية في الإثارة ويتزامن هذا التطور في التنظيم والإنشاء مع التطور الذي يشمل نواحي متعددة ومنها التطور البدني، من أجل تحقيق أسمى شكل لكرة القدم الذي يهدف إلى بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل كما أن هذه الرياضة تتطلب تحضيراً جيداً على المستويات الثلاثة التكتيكي التقني البدني وهذا ما جعل مرافقة الطب الرياضي والتأهيل النفسي لها أمر حتمي وضروري، فقد أظهرت الخبرات التطبيقية أن المصاب لا يحتاج إلى العلاج وإعادة التأهيل الطبي والبدني فحسب، بل يحتاج كذلك إلى التأهيل النفسي حتى يتمكن من العودة إلى المستوى الذي كان عليه قبل الإصابة.

وعلى الرغم من أن البحوث العلمية في مجال سيكولوجية الإصابة الرياضية ترتبط بالعديد من الصعوبات إلا أن هناك بعض الباحثين في ميدان علم النفس الرياضي اهتموا بهذا المجال البحثي وقاموا بإجراء بعض الدراسات والتجارب للكشف عن أسباب حدوث هذه الإصابات وتحديد الاستجابات النفسية للإصابة الرياضية واقتراح بعض الوسائل والأساليب التي يمكن بها مواجهة المظاهر النفسية للإصابة الرياضية وكذلك طرق الرعاية النفسية للاعبين في فترات العلاج والتأهيل.² وعلى ضوء هذا العرض نطرح التساؤل التالي:

هل تؤثر الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر؟

ومن التساؤل العام يمكننا أن نطرح التساؤلات الفرعية التالية:

1- هل تؤثر الإصابات الرياضية على تراجع مرد ودية لاعبي كرة القدم؟

2- هل تؤثر دافعية الانجاز الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم؟

3- هل لدافعية الانجاز الرياضي انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم؟

02- الفرضيات:

1-2 الفرضية العامة:

- تؤثر الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر .

2-2 الفرضيات الجزئية:

1- تؤثر الإصابات الرياضية على تراجع مرد ودية لاعبي كرة القدم.

2- تؤثر دافعية الانجاز الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم.

3- لدافعية الانجاز الرياضي انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم.

03-أسباب اختيار الموضوع:

_ الاهتمام الشخصي بكرة القدم.

_ التجربة الشخصية عند التعرض للإصابة في الميدان.

_ كثرة الإصابات الرياضية في كرة القدم و قلة الوعي بمخاطرها.

² محمد حسن علاوي- سيكولوجية الإصابة الرياضية ط1-مركز الكتاب للنشر-القاهرة-1998- ص09.

- _ انخفاض مستوى دافعية الانجاز للاعبين الذين سبق لهم التعرض للإصابة رغم توفرهم على إمكانيات عالية.
- _ قلة الاهتمام بالجانب النفسي عد التعرض للإصابة.

04_ أهمية البحث:

يمكن تلخيص أهمية البحث في النقاط التالية:

- إبراز دور الجانب النفسي لدى اللاعبين اللذين سبق لهم التعرض للإصابة.
- إظهار أهمية دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.
- المحافظة على الصحة النفسية للاعبين.
- إظهار مدى تأثير الإصابات الرياضية على الجانب النفسي للاعبي كرة القدم.

05_ أهداف البحث:

كثيرا ما يتعرض الرياضي بصفة عامة ولاعبي كرة القدم بصفة خاصة إلى إصابات رياضية خلال المنافسات أو التحضيرات الرياضية، قد تؤدي باللاعب إلى العجز التام أو إبعاده كليا عن اللعب أو الوقوف عائقا وهذا ما يؤثر سلبا على مردود لاعبي كرة القدم، وتكمن أهداف بحثنا في النقاط التالية:

- _ معرفة مدى الانعكاس السلبي للإصابات الرياضية على سلوك اللاعبين الذين سبق لهم وأن تعرضوا للإصابة.
- _ معرفة دور الإصابات الرياضية في التقليل من مستوى أداء هؤلاء اللاعبين.
- _ معرفة دور الإصابات الرياضية في التخفيض من رغبة تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم التعرض للإصابة.

_ تحديد طبيعة العلاقة بين الإصابات الرياضية و دافعية الانجاز .

_ إبراز أهمية دافعية الانجاز الرياضي.

_ محاربة المخاوف من التعرض للإصابة الرياضية التي تظهر عند بعض اللاعبين.

_ ضرورة الاهتمام بدافعية الانجاز عند اللاعبين الذين سبق لهم التعرض للإصابة و العمل على ترميمها.

_ ترسيخ مفهوم دافعية الإنجاز لدى اللاعبين ومحاولة معرفة مستوى معرفتهم بها.

_ معرفة مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين.

06_ المصطلحات والمفاهيم

6_1_ الإصابة الرياضية:

لغة: تشق كلمة injury من اللاتينية و هي تعني تلف أو إعاقة.

اصطلاحا: عن كل ممارسة مهما كان نوعها معرضة بصفة مباشرة أو غير مباشرة إلى حوادث مختلفة، بسبب الاحتكاك الكبير والحيوية العظيمة التي تتميز بها كرة القدم، حيث توجد إصابات كثيرة في الميدان تكون متفاوتة الخطورة، بسيطة، متوسطة، وخطيرة.³

³ إبراهيم البصري: "الطب الرياضي"، دار الحرية، 1976، ص12

إجرائي: يتعرض الرياضي عند أي نشاط مهما كان نوعه إلى حوادث مختلفة تؤدي إلى تلف الأنسجة نتيجة لأي تأثير خارجي.

6_2_2_ دافعية الانجاز

اصطلاحا: " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة.¹" ويرى " Thomas.r " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف.²

دافعية الإنجاز الرياضي:

إن دافعية الإنجاز الرياضي أو الحاجة للإنجاز يقصد بها طبقا لمفهوم " ميواري " تحقيق شيء صعب والتحكم في الموضوعات المادية أو الكائنات البشرية أو الأفكار وتناولها أو تنظيمها وأداء ذلك بأكبر قدر ممكن من السرعة والاستقلالية والتغلب على العقبات وتحقيق مستوى مرتفع والتفوق على الذات ومنافسة الآخرين.³

إجرائي: دافعية الإنجاز الرياضي هي تمثل السعي والكفاح نحو مستوى معين من الامتياز والتفوق.

3_6_3_ كرة القدم:

لغة: " كرة القدم Football " هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ « regby » أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى « soccer ».

اصطلاحا: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها، رومي جميل كرة القدم قبل كل شيء هي رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع.⁴

إجرائي: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس، حيث تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعب، تلعب بواسطة كرة منفوخة على أرضية مستطيلة، كما يشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس، يلعب اللاعبون المباراة على شوطين مدة كل منهما 45 دقيقة تفصلهما فترة راحة قدرها 15 دقيقة، وفي حالة تعادل الفريقين يلعب اللاعبون شوطان إضافيان مدة كل منهما 15 دقيقة وإذا لم يفز احد الفريقين تحسم المباراة بضربات الترجيح.

07- الدراسات المرتبطة بالبحث:

7-1- الدراسة الأولى:

أعددها الطالب " عبد الحكيم عبد القادر " في إطار إعداد شهادة الماجستير في التربية البدنية والرياضية بمعهد سيدي عبد الله للرياضة عام 2008 بالجزائر، وهي تحت عنوان " الإصابات الرياضية ومدى تأثيرها على السلوك النفسي للرياضي، وهي عبارة عن دراسة ميدانية لمجموع الرياضيين الذين راجعوا مركز الطب الرياضي في مختلف التخصصات الرياضية، تضمنت إشكالية بحثه "مدى تأثير الإصابات الرياضية في أداء الرياضيين في الألعاب المختلفة ونسبة وجودها في كل لعبة " .

¹ - مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر ، 1990 ، ص 83 .

² - Thomas . " préparation psychologique du sportif " ed vigot . 1991 p 32

³ عبد الودود_30.11.2014- دافعية الانجاز في المجال الرياضي - مصر.

⁴ - رومي جميل: "كرة القدم"، دار النقائص، ط1، بيروت، لبنان، 1986، ص50.

1-1 الفرضية العامة:

- تعتبر إصابات الركبة والساعد الأكثر انتشارا في الوسط الرياضي.

1-2 الفرضيات الجزئية:

- الطرف العلوي من الجسم هو الأكثر عرضة للإصابات في الرياضات الجماعية.

- تعتبر التمزقات العضلية الأكثر انتشارا في الوسط الرياضي.

1-3 المنهج:

اتباع الطالب المنهج الوصفي في إنجاز هذه الدراسة، تكونت عينة البحث من 485 رياضي راجعوا المركز الطبي وتم اختيارهم بطريقة عمدية من مجموع الرياضات الفردية منها أو الجماعية.

1-4 الأدوات المستعملة:

استخدم الطالب الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات.

1-5 النتائج المتوصل إليها:

- إصابات الكتف تحتل نسبة عالية إسنادا إلى تصنيف نوع الإصابة.

- يعتبر الإحماء من أحد أهم الأسباب للإصابات الرياضية لدى اللاعبين.

- أظهرت النتائج أن إصابات التمزق العضلي من أكثر الإصابات شيوعاً.

1-6 الاقتراحات والفروض المستقبلية:

- التركيز على الإحماء الجيد قبل البدء بالتمرين الرياضية والمسابقات تجنباً لحدوث الإصابات الرياضية.

- الاهتمام بالرياضيين المصابين وإجراء الفحوصات الطبية عليهم ومعالجة من يحتاج إلى معالجة ورعاية.

- اهتمام المدربين بمتابعة اللاعبين أثناء تعرضهم للإصابة.

- إعطاء محاضرات عن كيفية الوقاية من الإصابات الرياضية .

- الاهتمام بالتجهيزات الرياضية والملاعب والأدوات.

- فهم السلوك الرياضي وتفسيره والاهتمام بالعامل النفسي للرياضي .

7-2- الدراسة الثانية:

أعدّها الطالب ناصري جمال تدخل في إطار إعداد شهادة الماجستير في التربية البدنية والرياضية من معهد التربية

البدنية والرياضية سيدي عبد الله عام 2010 تحت عنوان: " الإصابات الرياضية البدنية والنفسية عند لاعبي كرة

القدم ذوي المستوى العالي وانعكاساتها على مستوى الرياضي خلال المنافسة " .

2-1 الإشكالية:

- ماهي انعكاسات الإصابة البدنية والرياضية من الناحية النفسية عند الرياضي الجزائري المصاب في رياضة كرة

القدم ذوي المستوى العالي؟ .

2-2 الفرضية العامة :

- إن الإعداد البدني الرياضي له تأثير مباشر على الإصابات البدنية مما ينتج عنه صدمة نفسية على لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة .

2-3 الفرضيات الجزئية:

-يعيش الرياضي المصاب بدنيا حالة عجز وظيفي تتعكس سلبا على حالته النفسية.
- يتعدى واقع الإصابة البدنية عند رياضي كرة القدم ذو المستوى العالي البعد البدني إذ يمكن أن يؤدي إلى ظهور أعراض الصدمة النفسية لديه .

2-4 المنهج المتبع:

اتبع الطالب المنهج الوصفي في إنجاز هذه الدراسة وتكونت العينة من 150 رياضي تم اختيارهم بطريقة قصدية.

2-5 الأدوات المستعملة:

-استخدم الطالب الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات .

2-6 النتائج المتوصل إليها:

- عدم إخضاع اللاعبين إلى برامج نفسية وبدنية علمية حديثة للحصول على نتائج طيبة من أجل تعديل الحالة النفسية والتقليل من الإصابات البدنية والصدمة النفسية.
- عدم وجود طبيب مختص في علم النفس الرياضي على مستوى الأندية الرياضية لكرة القدم والمستوى العالي.
- نقص وتراجع مستوى لاعبي كرة القدم الفني والبدني والتقني مع عدم تقبله للإصابة.
- وعي الرياضي المصاب بخطورة الإصابة مما يؤدي قلقه وتوتر دائم خوفا من فقدان مستقبله الرياضي والمهني.

2-7 الاقتراحات والفروض المستقبلية:

- الاهتمام بالجانب النفسي للرياضي المصاب.
- تكوين أطباء مختصين في مجال علم النفس الرياضي.
- يجب على المدرب القيام بحصص التوعية للاعبين حول الإصابات والتقليل من القلق والتوتر والخوف الذي ينتابهم.

- إنشاء مراكز إعادة التأهيل لمصابين

3-7- الدراسة الثالثة:

أعدّها الطالب أمزيان أسامة تحت عنوان "الإصابات الأكثر شيوعاً في الرياضات الجماعية والفردية وأسباب حدوثها" ، سنة 2010 ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية .

3-1 الإشكالية:

- معرفة أنواع وأسباب الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً عند الرياضي النخبة في الرياضات الجماعية و الرياضات الفردية.

3-2 الفرضيات:

- تختلف أنواع وأماكن الإصابات الرياضية في الرياضات الجماعية والفردية حسب نوع الرياضة الممارسة.
- هناك فروقات في أسباب حدوث الإصابات الرياضية بين الرياضات الجماعية والفردية.
- لا توجد فروقات في تقييم الإسعافات الأولية أثناء الإصابة الرياضية والعناية الكافية بعد الإصابة بين الرياضات الجماعية والفردية.

3-3 المنهج:

اعتمد الطالب على المنهج الوصفي وقد قام باختيار عينة البحث بطريقة عمدية وتتمثل في أندية المجمع الرياضي النفطي للجزائر العاصمة أكابر ذكور في اختصاصات كرة اليد كرة السلة والكراتيه والجيدو.

3-4 الأدوات المستعملة:

استخدم الطالب الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات.

3-5 النتائج المتوصل إليها:

- هناك علاقة إرتباطية معنوية بين الأماكن الأكثر عرضة للإصابات الرياضية ونوع التخصص الرياضي.
- هناك إختلاف في الأسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية بين مختلف الاختصاصات الرياضية.
- هناك فروقات في تقييم الإسعافات الأولية وإعادة التأهيل الحركي بين أنواع الرياضات الممارسة.

3-6 الاقتراحات والفروض المستقبلية:

- ضرورة الاهتمام بالإحماء الكافي في الحصص التدريبية.
- الاهتمام برفع مستوى اللياقة البدنية.
- ضرورة تقييم العلاج والعناية الكافية بعد الإصابة.
- عدم إجراء الحصص التدريبية والمنافسات الرياضية على الأرضية غير الملائمة.
- التغذية السليمة تقلل من حدوث الإصابات الرياضية.

4- التعليق على الدراسات:

من البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية والبحث العلمي على وجه الخصوص يتم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاءت بعدها دراسات وبحوث عديدة قد تناولت هذه المواضيع بالشرح والتحليل، أو تشترك في بعض المعاني أو الجوانب وبذلك تتشكل هذه الدراسات.

ومن خلال الإطلاع على الدراسات المرتبطة بالبحث لموضوعنا علاقة الإصابات الرياضية بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر اعتمدت الدراسات على المنهج الوصفي والتجريبي بأدوات مختلفة متمثلة في الاستبيان، اختبارات ومقاييس وتبين النتائج المتوصل إليها إلى أن الإصابات الرياضية مهما كان سبب وأماكن حدوثها لدى اللاعب فهي تعتبر عائق كبير سواء نفسيا أو بدنيا في مشواره الرياضي فهي تعمل على التقليل من قدراته وكفاءته سواء في التدريبات أو المنافسات وأن مشاكل الإصابات الرياضية لها أسباب وعوامل مرتبطة وله سوابق وخلفيات يجب تحديدها ومعالجتها بطرق علمية مضبوطة، والتغلب على هذه المشاكل يعتمد

على تخطيط شامل وفق إستراتيجية مدروسة للإصابات الرياضية والتي تعني بدورها توفر التكوين الجيد ومعرفة ذات مستوى عالي للمدربين .

والهدف من كل هذا هو التوصل إلى نقاط أساسية مشتركة بين الدراسات السابقة والمشابهة خلاصتها أن التقليل ومحااربة " الإصابات الرياضية " تتركز على تكوين المدرب في الطب الرياضي والإسعافات الأولية بشكل أساسي للتركيز على هذا الجانب بشكل أكبر لمواجهة الإصابات التي تعتبر من أكبر المشاكل التي يعاني منها اللاعبون بصفة عامة.

العبارة الأولى:

الجانب النظري

الفصل الأول:

الإحصاءات الرياضية

تمهيد:

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

1-1- تعريف الإصابة الرياضية:

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

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

2-1- تعريف الإصابة البدنية:

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

3-1- تعريف الإصابة النفسية:

الإصابة النفسية هي عبارة عن صدمة Trauma نفسية نتيجة لخبرة أو حادث معين مرتب بالمجال الرياضي والتي قد تسفر أو قد لا تسفر عن إصابة بدنية ولكنها تحدث بعض التغيرات في الخصائص النفسية للفرد ويتضح أثرها في تغيير الحالة الانفعالية والدافعية والسلوك بالنسبة للفرد الرياضي وبالتالي هبوط مستواه الرياضي وفي بعض الأحيان انقطاعه النهائي عن الممارسة الرياضية.⁽²⁾

4-1- تصنيفات الإصابات المختلفة:

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

1-4-1- تقسيمات حسب شدة الإصابة:

أ- تقسيمات بسيطة: مثل التقلص العضلي والسجحات والشد العضلي والملح الخفيف (التمزق في أربطة المفاصل).

ب- إصابات متوسطة الشدة: مثل التمزق الغير مصاحب بكسور.

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

(1) عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: "موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004، ص81.
(2) محمد حسن العلاوي: "سيكولوجية الإصابة الرياضية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص14-17.

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

- أ- إصابات مفتوحة مثل الجروح أو الحروق.
ب- إصابات مغلقة مثل التمزق العضلي والرضوض، والخلع وغيرها من الإصابات المصحوبة بجرح أو نزيف خارجي.

1-4-3- تقسيمات حسب درجة الإصابة:

أ- إصابة الدرجة الأولى:

ويقصد بها الإصابات البسيطة من حيث الخطورة والتي لا تعيق اللاعب أو تمنعه من تكلمة المباراة وتشمل حوالي 70 - 90% من الإصابات مثل السجحات والرضوض والتقلصات العضلية.

ب- إصابات الدرجة الثانية:

ويقصد بها الإصابات المتوسطة الشدة والتي تعيق اللاعب عن الأداء الرياضي لفترة حوالي من أسبوع لأسبوعين، وتمثل غالباً حوالي 8% مثل التمزق العضلي وتمزق الأربطة بالمفاصل.

ج- إصابات الدرجة الثالثة:

ويقصد بها الإصابات شديدة الخطورة والتي تعيق اللاعب تماماً عن الاستمرار في الأداء الرياضي مدة لا تقل عن شهر، وهي وإن كانت قليلة الحدوث من 1 - 2% إلا أنها خطيرة مثل الكسور بأنواعها - الخلع - إصابات غضروف الرقبة - الانزلاق الغضروفي بأنواعه.⁽¹⁾

1-4-4- تقسيمات حسب السبب:

أ- إصابة أولية أو مباشرة في الملعب نتيجة القيام بمجهود عنيف أو نتيجة حادثة غير متوقعة وهي تمثل النوع الرئيسي للإصابات.

ب- إصابة تابعة وتسبب نتيجة إصابة أولية أو أثناء العلاج الخاطئ للإصابة الأولية.⁽²⁾

1-5- الأسباب العامة للإصابات في المجال الرياضي:

1-5-1- التدريب غير العلمي:

إذا ما تم التدريب بأسلوب غير علمي ساهم في حدوث الإصابة لما يلي:

أ- عدم التكامل في تدريبات تنمية عناصر اللياقة البدنية:

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

ب- عدم التنسيق والتوافق في تدريبات المجموعات العضلية للاعب:

فالمجموعات العضلية القابضة والباسطة والمنتبنة والتي تقوم بعملها في نفس الوقت أثناء الأداء الحركي

(1) أسامة رياض: "الطب الرياضي وإصابات الملاعب"، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص22-23.

(2) أسامة رياض، إمام حسن محمد النجمي: "الطب الرياضي والعلاج الطبيعي"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر الجديدة، 1999، ص11.

للرياضي، وأيضا عدم التكامل في تدريب المجموعات العضلية التي تتطلبها طبيعة الأداء، وإهمال مجموعات عضلية أخرى مما يسبب إصابتها مثل الاهتمام بتدريب عضلات الفخذ الأمامية والوحشية (العضلة ذات أربعة رؤوس فخذية) للاعب كرة القدم وإهمال تدريبات العضلات الإنسية المقربة (الضامة) مما يجعلها أكثر عرضة للإصابة بالتمزقات العضلية. (1)

ج- سوء تخطيط البرنامج التدريبي:

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

د- عدم الاهتمام بالإحماء الكافي والمناسب:

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

هـ- عدم ملاحظة المدرب للاعب بدقة:

الملاحظة الدقيقة من قبل المدرب للاعبين تجنب اشتراك اللاعب المصاب أو المريض في التدريب أو في المباريات، ونصح بملاحظة الحالة الصحية والنفسية وطبيعة الأداء الفني للاعب وهل هو طبيعي أم غير طبيعي، لأنه قد يكون هناك خطأ فني في الأداء، وتكراره يتسبب إصابة اللاعب. (2)

1-6- أعراض وعلامات الإصابة الرياضية:

- فقدان الوعي أي عدم القابلية للاستجابة للمؤثرات الحسية و لمدة 10 ثواني فما فوق و في هذه الحالة يجب التأكد من السبب تأكيديا قاطعا قبل رجوع اللاعب إلى اللعب مرة أخرى.
 - التغيرات العصبية غير الطبيعية مثل الحذر، التتمل، الواخزات، الشعور بالضعف.
 - التورم الذي ينتج عادة من النزيف الدموي .
 - الألم بدون حركة الجزء المصاب أو في أثناء المدى الطبيعي للحركة.
 - فقدان الحركة الطبيعية للجزء المصاب بدون وجود ألم.
 - النزيف الدموي، وعادة تظهر الإصابات التي يرفقها نزيف دموي أكبر مما هو عليه في الحقيقة.
 - عدم ثبات المفصل برغم عدم وجود الألم.
 - سماع عدد من الأصوات أثناء الحركة ويمكن الاستفادة من اللاعب هنا لوصف ما يحدث بالضبط. (3)
- بالإضافة إلى هذه الأعراض نجد مايلي:

(1) أسامة رياض: نفس المرجع السابق، 1998، ص24-25.

(2) أسامة رياض: "الطب الرياضي وكرة اليد"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999، ص193-194.

(3) - براز علي جوكل، مبادئ وأساسيات الطب الرياضي، ط1، دار الدجلة، عمان، 2007، ص91-92.

- حدوث تيبس بالمفاصل المعروضة للإصابة أو القريبة من مكان الإصابة.
- وجود تغير في لون منطقة الجلد بمكان الإصابة.
- قد يشتكي اللاعب من سماعه أو يتقطع بعض أنسجته أثناء الإصابة أو خروج المفصل من مكانه الطبيعي.¹
- 1-7- الخبوات التي يجب إتباعها فور وقوع الإصابة:**
- توجد عدة خطوات يجب التقيد بها عند وقوع الإصابة، وذلك من أجل السيطرة على الإصابة والعمل على سرعة عودة المصاب إلى حالته التي كان عليها قبل وقوع الإصابة وتلك الخطوات هي:
 - الحد من الحركة وذلك بعد الإصابة مباشرة.
 - راحة اللاعب المصاب أو التحكم في الراحة وتنظيمها.
 - رفع العضو المصاب أعلى من مستوى القلب.
 - الضغط على مكان الإصابة.
 - إستخدام الكمادات الباردة والتلج ، كيس ثلج ، ماء بارد ، وهذا هو الحد الأدنى المطلوب.²
- 1-8- أنواع الإصابات الرياضية وعلاجها:**
- 1-8-1- الصدمات :** هي أكثر الإصابات حدوثا ، ناتجة من حدوث صدمة قوية على الجلد وبدون حدوث إصابة ، فيها ولكنها تؤدي إلى حدوث كدمات أو رضوض في الأنسجة الداخلية للجلد أو تحطيم بعض الأوعية الدموية الصغيرة.
 - العلاج : تبريد المنطقة عن طريق ماء مثلج أو أرطبة يتم وضع قطعة ثلجية تحتها .
- 1-8-2- الشدة (الإلتواء) :** يحدث نتيجة للإلتواء الشديد لأحد المفاصل بسبب القيام بحركة عنيفة حيث يحدث في بعض الأحيان إنفتاح بسيط في منطقة حدوث الإصابة .
 - العلاج : تبريد المنطقة أو إستخدام أغلفة باردة أو أرطبة واقية لذلك.³
- 1-8-3- الخلع :** هذه الإصابة تحدث عندما تكون هناك إصابة كبيرة في المفاصل بحيث مساحة تأثر المفصل كبيرة وعلى الغم من أن الخلود إلى الراحة والعلاج الدائم لها إلا أن الحركة المستقبلية تصبح صعبة وفي بعض الأحيان يشعر المصاب ببقاء الألم فيها .
 - العلاج : التبريد وتثبيت المفصل المتضرر .
- 1-8-4- كسور العظام :**أغلب هذه الكسور في مجال عظام الساق لفئة البالغين أما بالنسبة لفئة الصغار والشباب فإن مايقال عن طريق الأطباء عند حدوث مثل هذه الكسور هو أن الكسر حصل في الساق الطرية أبيض في الإنقسام ببعضها البعض .
 - العلاج : تجبير وافي للساق وتخفيف الألم عن طريق تبريد المنطقة .

¹ - اسامة رياض، امام حسن محمد النشمي، الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999، ص24 .

² - محمد عادل رشدي، علم الإصابات الرياضية، بدون طبعة، دار منشأة المعارف، الاسكندرية، 1991، ص31.

³ - منذر هاشم الخطيب، علي الخياط، قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم، ط1، دار المناهج، 2000، ص342.

- 1-8-5- الشد العضلي : يحدث نتيجة للتمدد الزائد والفجائي للعضلة ، حيث يتبع ذلك شد في الأوتار (الألياف) ، مما يؤدي إلى ظهور ألم على شكل وخز .
- العلاج : بتبريد المنطقة .
- 1-8-6- التمزق العضلي : يحصل في الأنسجة والعضلة نفسها فالمصاب يشعر بوجود الألام الحادة .
-العلاج : تبريد المنطقة ووضع كمادات حول المنطقة المصابة.
- 1-8-7- التشنج العضلي : تصاب به عضلة الساق من خلال الإرهاق .
العلاج : تمدد العضلة المشنجة .
- 1-8-8- التصلب العضلي : تظهر نتيجة تكرار الحركة الإضافية .
العلاج : تمدد الساق أو العضلة أو المنطقة المصابة في ماء ساخن أو في حمامات الصونا...الخ¹
- 1-8-9- شد الأوتار : عندما تتعرض العضلات إلى حركات غير متوافقة نتيجة لعوامل غير مناسبة أو ملائمة فمن الممكن حدوث هذه الإصابات في الأوتار أو على الأقل تقدير حدوث أضرار فيها .
العلاج : تبريد المنطقة مع وضع روابط سائدة .
- 1-8-10- تمادي الروابط : من الإصابات الخفيفة ، ففي التمدد العرضي للروابط يحدث ضرر وغالباً ما يتم ربط هذه المنطقة والعودة إلى التدريب في اليوم اللاحق لذلك .
العلاج : استخدام ضمادات قوية وباردة.²
- 1-8-11- تشنج الروابط : هذا النوع لا يؤدي إلى مضاعفات شديدة .
العلاج : استخدام الضمادات الباردة.³
- 1-8-12- الجروح : تعرف بأنها قطع أو تهتك في الجلد أو الطبقة تحت الجلد ، ويحدث نتيجة إحتكاك الجلد بأرض الملعب ، الخصم ، إصطدام بالقائم استخدام الأحذية الضيقة ويمكن ملاحظته بوضوح وهو ينقسم إلى عدة أقسام :
- جرح بثري : يحدث في أصابع ، ومنطقة القدم عند استخدام الأحذية لمدة طويلة .
 - الجرح السطحي : عبارة عن تسلخ بسيط يحدث لطبقة الجلد الخارجية .
 - الجرح القطعي : يحدث عند التعرض للأجسام الحادة .
 - الجرح الرضدي : يحدث نتيجة السقوط من أعلى ارتفاع بسيط أو عند الاحتكاك بالخصم في الملعب أو عند التعرض للأجسام الحادة والبارزة .
 - الجرح الوخزي : يكون ناتج عن الوخز بالأجسام المدببة مثل نتوات باطن حذاء كرة القدم.
- العلاج والإسعافات :
- تنظيف الجرح بقطن مبلل بالماء ثم بمطهر طبي (سافلون ، ديتول) .

¹ - منذر هاشم الخطيب، علي الخياط، قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم، ط1، دار المناهج، 2000، ص333.

² - منذر هاشم الخطيب، علي الخياط، قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم، ط1، دار المناهج، 2000، ص334.

³ - عبد الرحمن عبد الحميد زاهر، موسوعة الإصابات الرياضية وأسعافاتها الأولية، ط1، امون القاهرة، 2004، ص87_90.

- إيقاف النزيف إن وجد ذلك بوضع شاش معقم على الجرح ثم القطن ويتم لف الجرح برباط ضاغط .
1-8-13- الجزع : عبارة عن شد في الرباط المثبت للمفصل، تختلف حدته تبعاً لشدة الإصابة المسببة لها ويكثر حدوثه في الرباط الخارجي لمفصل القدم: أربطة مفصل الركبة والرسخ، ويحدث بسبب تدخل خارجي كالتواء مفصل الكاحل للداخل أو سقوط اللاعب الخصم على الركبة أو السقوط الجانبي على الأرض .

- العلاج والإسعافات الأولية:

- وضع المفصل المصاب في الوضع الطبيعي غير المؤلم .
- وضع كمادات باردة على منطقة الجزع .
- استخدام الجبيرة الملائمة.¹
- 1-8-14- النزيف**: عبارة عن انسكاب أو فقدان الدم خارج القلب والأوعية الدموية وينقسم إلى قسمين:

- نوع النزيف حسب مكانه في جسم الإنسان: يتكون من نوعين:
- النزيف الخارجي: فيه يتم انسكاب الدم خارج الجسم مثل الجروح.
- النزيف الداخلي: فيه يتم انسكاب الدم خارج الأوعية الدموية مع بقاءه داخل الجسم مثل الكدم.
- نزيف حسب الوعاء الدموي المقطوع: يتكون من ثلاثة أنواع :
- نزيف شرياني: يكون لون الدم أحمر فاتح ، ويخرج على دفعات متعاقبة تبعاً لسرعة دقات القلب.
- نزيف وريدي: يكون لون الدم المنسكب أحمر قاتم ، ويكون على شكل سيل متدفق.
- نزيف الشعيرات الدموية: هو أبسط أنواع النزيف و أقلها خطورة مثل الملح.

- العلاج والإسعافات الأولية:

- الضغط المباشر والمتوازن على مكان النزيف بواسطة قطن معقم.
- عمل أربطة ضاغطة بين منطقة النزيف والقلب.
- تدفئة اللاعب المصاب وعدم إعطائه المنبهات.²
- 1-8-15- ضربة الشمس** : تحدث نتيجة تعرض جسم الإنسان لأشعة الشمس خاصة في فصل الصيف مما يؤدي إلى ظهور فقاقيع جلدية ، تقلص وتشنج بالعضلات.

- العلاج والإسعافات الأولية:

- نقل المصاب إلى مكان بارد، نزع الملابس ووضع كمادات باردة.
- 1-8-16- إرتجاج المخ** : يحدث بسبب الإصطدام بأجسام صلبة أو أدوات حادة ويؤدي إلى حالة إغماء عقب الإصابة ضعف التنفس.

- العلاج والإسعافات الأولية:

- الراحة التامة للمصاب مع التدفئة.
- يمكن استخدام الثلج ووضعه على الرأس.

¹ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر، موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية، ط1، امون القاهرة، 2004، ص87_90.
² - صلاح عبد الله الزغبى، الوجيز في الإسعافات والإصابات الرياضية والعلاج الطبيعي، ط1، دار الفكر، عمان، 1995، ص54_56.

الخلاصة

رغم اهتمام واجتهاد المسؤولين بالتخفيض من حدة الإصابات الرياضية عن طريق الامتحانات والاختبارات التي تقام قبل الموسم، إلا أننا استنتجنا مما سبق أن الإصابات الرياضية تتعدد وتتنوع عند الرياضيين خلال التدريبات أو المنافسات لذلك وجب علينا التعرف عليها وعلى أسباب حدوثها وكيفية الوقاية منها.

الفصل الثاني:

دافعية الانجاز الرياضي

تمهيد

يعتبر الإنسان الوحيد من الكائنات الحية الذي بقدرته معرفة ما يدفعه إلى القيام بتصرف ما، كما يعتبر أيضا موضوع الدافع من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعا، فهو يهيم الأب ويهيم المربي في معرفة دوافع ممارسة الأفراد للنشاط الرياضي حتى يتسنى له أن يستعملها في تطوير أدائهم نحو الأفضل، فالأداء لا يكون مثمرا إلا إذا كان يرضي دوافع لدى الفرد.

تلعب الدافعية دورا هاما في ميدان التعلم والنشاط الرياضي، فعلى سبيل المثال يمكن أن يحضر الفرد طفلا أو شابا ذكر أو أنثى، إلى المكان المخصص للتعليم أو التدريب ولكن إذا لم يكن له الدافع للتعلم والتدريب، فلا شك أن الفائدة من التعلم والتدريب ستكون محددة ، بمعنى آخر فإنه للآباء أن يجبروا أولادهم على ممارسة نشاط رياضي معين، بل يحضرون فعلا إلى الملعب المخصص للممارسة الرياضية، ولكن في نفس الوقت لا يستطيع أي من الآباء أن يضمن أن هذا الناشئ سوف يبذل الجهد والعطاء المطلوبين للاستفادة من عملية التعليم والممارسة الرياضية لأنه يفتقد إلى الدافع والرغبة في التعلم والممارسة الرياضية ولذلك سنحاول أن نعطي شرحا كافيا لهذا الموضوع ، (موضوع الدوافع).

2-1-1 - مفهوم الدافعية:

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد من علماء النفس، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر:

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي " المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى ".⁽¹⁾

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة ".⁽²⁾

ويرى Thomas.r " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف ".⁽³⁾

ويرى أحمد أمين فوزي " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و توجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه النفسي و الفسيولوجي ".⁽⁴⁾

أما عند اليكسون " الدافعية مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة ".⁽⁵⁾

ونستخلص مما سبق أن تعريف الدافع قد تتعدد وتتنوع واختلف في مفاهيم عديدة ومهما كان هذا الاختلاف في المفاهيم و المصطلحات إلا أنها تبقى المحرك لسلوك جسم الإنسان في حالة النشاط .

2-2-2 - وظائف الدوافع:

إن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائياً وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة بها هذا الفرد حاجياته وغرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة:

2-2-1- السلوك بالطاقة:

ومعنى ذلك أن الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل

1- صالح محمد علي أبو جادو : " علم النفس التربوي " دار المسيرة ط1، الأردن ، ب س ، ص 22 .

2- مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر ، 1990 ، ص 83 .

3- Thomas . " préparation psychologique du sportif " ed vigot . 1991 p 32

4- أحمد أمين فوري : " مبادئ علم النفس الرياضي " ، المرجع السابق ، ص 81 .

5- رومي جميل : " كرة القدم " ، دار النقاوض ، ط1 بيروت ، لبنان ، 1986 ، ص 50

إشباع هذه الحاجات والرغبات فالدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسين قدراته وتكليلها بالنجاح، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية .

2-2-2- أداء وظيفة الاختيار:

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب ويتفاعل معها المراهق و يهمل الأنشطة الأخرى ، كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا، كما أنها تحدد الحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد أقر جوردن ألبرت " أنه عندما تكون اتجاه عام للمواقف والميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استثارتها فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه " .

2-2-3- توجيه السلوك نحو الهدف:

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسين والنمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها فالدكتور حلمي المليجي يلخص وظائف الدوافع فيما يلي:

- أ- إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل.
- ب- السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثيرات الخارجية التي تثير السلوك.
- ج- اختيار نوع النشاط وتحديده.
- د- تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الانتباه ومقاومة التشتت. (1)

2-3- تصنيف وتقسيم الدوافع:

2-3-1- تصنيف الدوافع:

يوضح " ساج " (Sage) عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما : الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية ، ويتعلق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي مع التطبيق السابق في تناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال لا الحصر " فوس " (Fousse) و "تروپمان " (Troppmanet) عام 1981 .

" ليون " (Liewelin) و " بلوكر " (Bluker) عام 1982 .

" محمد علاوي " عام 1983 .

" سنجر " (Singer) عام 1984 .

" دروش " (Harris) و " هارس " (Drothy) عام 1984 .

1- حلمي المليجي : " علم النفس المعاصر " ، دار العربية ، ط6 ، لبنان ، 1984 ، ص 94 ، 95 .

أ- الدافع الداخلي:

يعني الدافع الداخلي أنه مكافأة داخلية أثناء الأداء، ويعبر عن هذا المعنى "مارتنر" عام 1980 عندما يقر أن الدافع الداخلي يعتبر جزءاً مكملاً لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعاً بالحصول على المعرفة وليس هدفه من التعلم الحصول على المكافأة الخارجية، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع استمراره فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد، ويحدث أثناء الأداء.

ب- الدافع الخارجي:

يقصد بالدافع الخارجي حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة وإن السبب الرئيسي بالاستمرار والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يتحصل عليها.

فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية التي ينتظرها إذن نعني بالدوافع الداخلية أسباب ودافع الخوض في النشاط الرياضي، وعادة تقابل الدافعية الخارجية فالشخص المحفز داخليا يتصرف حتى يتحصل على المكافأة مرتبطة بالفعل ذاته، فاهتمامه إذن مركز على تأدية الدور بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر أثناء القيام بالفعل الرياضي.

أما الشخص المحفز خارجياً فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافأة خارجية عن فعله فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على المكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته.⁽¹⁾

2-3-2- تقسيم الدوافع:

ونقسمها إلى قسمين هما: الدوافع الأولية، الدوافع الثانوية.

أ- الدوافع الأولية:

وتسمى أيضاً بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها:

الحاجة إلى الطعام، الحاجة إلى الشراب، الحاجة إلى الراحة، الحاجة الجنسية، الحاجة إلى اللعب (عند الأطفال) والحاجة إلى الحركة والنشاط.... الخ .

وقديماً كانت تسمى هذه الدوافع بـ " الغرائز " إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون لفظ الغرائز لتفسير سلوك الحيوان.

ب- الدوافع الثانوية:

تسمى أيضاً الدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية ، غير أنها تستغل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل

1- أسامة كامل راتب : " دوافع التفوق الرياضي " دار الفكر العربي ، ب ط ، القاهرة ، 1990 ، ص 38 .

الاجتماعية المتعددة ، وأمثلة الدوافع الثانوية ، الحاجة إلى التفوق والمركز أو المكانة ، السيطرة و القوة والأمن والتقدير، والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات إلخ .⁽¹⁾

2-4-4- الدوافع والحاجات النفسية:

يرى " مصطفى عشوي: أنه " ينبغي أن نعرف أن وراء كل سلوك دافع فإذا رأينا شخصا منطويا على نفسه ينبغي أن لا تصدر الأحكام ضده، بل يجب أن نسأل عن الدافع وراء ذلك إن كان متكبرا أو يثير المشاكل في العمل أو في الممارسة، نفس الشيء ينبغي أن نسأل عن الدافع وراء كل سلوك يمكننا ملاحظته ونريد دراسته، فالدافع حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي الذي قد يكون شعوريا أو لا شعوريا، تدفع الفرد للقيام بأعمال ونشاطات و سلوكات لإشباع حاجات معينة للتحقيق من التوتر والإعادة التوازن للسلوك أو للنفس بصفة عامة".⁽²⁾ ومن هنا نذكر بعض الحاجات النفسية وهي كالآتي:

. الحاجة إلى الاطمئنان

. حاجة التفوق

. حاجة التبعية

. حاجة التعلم والمعرفة

2-4-1- الدوافع النفسية:

هناك ارتباط كبير بين الدوافع سواء كانت فسيولوجية على شكل حاجات أساسية فطرية أو حاجات مكتسبة متعلمة ، أو دوافع نفسية اجتماعية .

نعني بالدوافع النفسية مثلا الحاجة إلى الأمن ، الحاجة إلى الحب الحاجة إلى احترام وتقدير الذات والحاجة إلى تأكيد الذات.³

2-4-2- خصائص الدوافع النفسية:

يشير مصطفى عشوي أنه " لا يبدو أن لهذه الدوافع أسسا فطرية واضحة ولا عوامل بيولوجية ظاهرة. للثقافة والتربية دور هام في أنماط ونماذج ظهور هذه الدوافع حسب ترتيب معين وفي أنماط إشباع هذه الدوافع. لا يمكن فصل هذه الدوافع الفيزيولوجية عن الدوافع الاجتماعية كالتملك والسيطرة وغير ذلك إلا من الناحية الفطرية إذ ينبغي النظر إلى الذات الإنسانية نظرة تكاملية تراعي الأبعاد العضوية والنفسية والاجتماعية ومما ينبغي التأكيد عليه هو ضرورة مراعاة دوافع الناس وحاجاتهم أثناء الاتصال بهم والتعامل معهم، وكل ذلك انطلاقا من إدراكه قاعدة هامة تسيير وتقيد سلوك الأشخاص ، وهي أن وراء كل سلوك دافع ، إلا أن نوع الدافع الذي يحدد سلوكه هو الذي يختلف من شخص إلى آخر ، كما أنه يختلف من موقف إلى ، وعليه فإن إدراك الموقف بأبعاده الزمانية والمكانية والانفعالية هو العامل الأساسي للمساعدة على معرفة الدافع أو الدوافع المحركة لسلوك شخص أو أشخاص ما.

1- محمد حسن علاوي : " سيكولوجية التدريب والمنافسة " المعارف ، ط1 ، مصر ، 1987 ، ص 205 .

2- مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " المرجع السابق ، ص 34 .

3 - مصطفى عشوي " مدخل علم النفس "، مرجع سابق ، ص 87،90

2-5- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي:

يعتبر Gros . G أن " الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي وهي موجهة نحو هدف معين يحقق الإشباع " يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا، هي من أصل فيزيولوجي (لذة الحركة) واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة.¹

2-6- الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية:

يشير " Macolin " إلى أنه " من العوامل الأساسية التي تساهم وتلعب دورا مهما في الأداء الفردي أو أداء الفريق ، نذكر القامة الفيزيائية ، مستوى القدرة ، درجة من الشروط الفيزيائية ، الشخصية وأخيرا الدافعية التي تعتبر من أهمها في التأثير على أداء اللاعب " ويبرز المختصون في علم النفس الرياضي هذه الأهمية في العلاقة التالية:

الدافعية + التعلم = النتيجة (الأداء) الرياضية.

تبين هذه المعادلة المختصرة ، شرطا ضروريا ولكن غير كافي ، فالدافعية بدون تجارب ماضية تؤدي إلى نقص النشاط الرياضي والملاعب بدون دافعية فهو دون النتيجة أو المستوى الرياضي.²

2-7- ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي:

تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب والمنافسة.

2-7-1- شدة الجهد:

يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة، فعلى سبيل المثال: فعن اللاعبين أحمد ومحمد يحضران جميع جرعات التدريب في الأسبوع، لكن من حيث شدة الجهد نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد

2-7-2- اتجاه الجهد :

يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه، أو اختياره مدرب معين يفضل أن يتدرب معه أو نادي معين يمارس فيه رياضته المحببة إلخ .

2-7-3- العلاقة بين الاتجاه وشدة الجهد :

يلاحظ وجود علاقة وثيقة بين اتجاه وشدة الجهد على المثال الناشئ ، الذي يواظب على حضور جميع جرعات التدريب (اتجاه الجهد) يبذل جهدا كبيرا في جرعات التدريب المختلفة التي يحضرها (شدة الجهد) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر أو يتغيب عن جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب.³

¹ - Gerand , bet gros.g " lentrqie;ent de basket – ball " ed ,vigat , paris 1985,p223.

² - Macolin (Revue) des cteurs qui cantribuent a la peformanuce indirudelle ou d'une equipe.N° 2 SPOD . , 1998.P12 .

³ - أسامة كامل راتب " الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور " ، دار الفكر العربي ، ط1 ، بدون بلد ، 1997، ص 42 .

2-8-8- بعض الأبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية:

2-8-1- الحاجة للإنجاز:

وهي الحاجة لتحقيق النجاح والفوز في المنافسات الرياضية ومحاولة بذل قصارى الجهد في المنافسة الرياضية و مواجهة تحدي المنافسين والتدريب الشاق المتواصل للوصول للتفوق الرياضي .

2-8-2- ضبط النفس:

اللاعب الرياضي الذي يتميز بسمة ضبط النفس يستطيع التحكم في انفعالاته بصورة واضحة في العديد من المواقف المثيرة بلا انفعالات في أثناء المنافسات الرياضية ولا يفقد أعصابه بسهولة في أوقات الشدة أو الضغوط.

2-8-3- التدريبية:

اللاعب الرياضي الذي يتسم بسمة التدريبية ينفذ بدقة تعليمات المدرب ويحترم كل من قام بتدريبه ويستثير مدربه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بأن مدربه يفهمه جيدا ولا يتحيز للاعبين معينين. (1)

2-9- دافع الانجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية:

يعني دافع الانجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في انجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها .

2-10- أهمية دافع الانجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق):

2-10-1- اختيار النشاط:

يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه.

2-10-2- الجهد من أجل تحقيق الأهداف:

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور 90% من جرعات التدريب في الأسبوع.

2-10-3- المثابرة:

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية. (2)

2-11- مكونات دافع الانجاز نحو النشاط الرياضي :

• تعبر عن العلاقة بين : - مفهوم القدرة

- صعوبة الواجب .

- الجهد المبذول .

وعلى نحو خاص أوضح " نيكولز " أنه يوجد هدفان أساسيان للإنجاز يشملان مفهومين مختلفين هما :
_ هدف الاتجاه نحو الأداء.

1- محمد حسن علاوي : " موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين " مركز الكتاب للنشر ، ط1، مصر، 1998 ، ص 27،28 .
2- أسامة كامل راتب : " الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور " مرجع سابق ، ص 47 .

_ هدف الاتجاه نحو الذات.(1)

من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات (تمرين صعب - واجب معقد) بقدر كبير من الفعالية والسرعة، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.

2-12- وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

ماذا تقرر أن تفعل ؟ اختيار نوع الرياضة .

ما مقدار تكرار العمل ؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب.

كيفية إجادة العمل ؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة.

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني، فإنهما يتضمنان اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي وفترة

ومقدار الممارسة، وليس ثمة شك، فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فإن ذلك يعكس مدى

الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما

يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة.

أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال

تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية (الاستثارة) حيث كل لاعب المستوى الملائم من الاستثارة حتى

يحقق أفضل أداء في وقت المنافسة .(2)

2-13- أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

يقسم " روديك " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي إلى:

2-13-1- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:

ومن أهمها:

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد ، ونذكر على سبيل المثال الجمباز، الترحلق على الثلج، وغيرها من الرياضات التي تميز برشاقة الأداء والحركات.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة .
- الاشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعدد.
- تسجيل الأرقام والبطولات واثبات التفوق وإحراز الفوز.

1- صدقي نورالدين محمد : " المشاركة الرياضية والنمو النفسي للأطفال ، دار الفكر العربي ، ط1 ، مصر ، 1998 ، ص 11 .

2- أسامة كامل راتب : " علم النفس الرياضية ، مفاهيم ، التطبيقات " مرجع سابق ، ص 25 .

2-13-2- الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي:

ومن أهمها:

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فإذا سالت الفرد عن أسباب ممارسة النشاط الرياضي فإنه قد يجيب أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قوياً.
 - ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل والإنتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه في العمل.
 - الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه.
 - الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم عليه الرياضة إذ يرى الفرد أن عليه أن يكون رياضياً مشتركاً في الأندية والفرق الرياضية وليس للانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضياً⁽¹⁾.
- كما قامت وداد الحامي ، بإجراء بحث للتعرف على دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند فتيات الثانوية في وقت الفراغ ، واختارت عينة عشوائية من الأعضاء المشتركة في الأندية بالقاهرة والجيزة ، وشبهت هذه الدوافع مع التي ذكرها روديك مع بعض الدوافع الإضافية وهي:
- الميل الرياضي ، أي أن الفرد له ميل نحو ممارسة النشاط الرياضي.
 - الترويج ، فبممارسة النشاط الرياضي يكون لتحقيق المتعة والراحة.
 - اكتساب نواحي عقلية ونفسية، بما أن سلامة العقل مرتبطة بسلامة الجسد فالفرد يمارس النشاط الرياضي لتحقيق نمو عقلي ونفسي سليمين.

حيث قام محمد صالح علوي في سنة 1970، بججراء بحث ليتعرف على دوافع النشاط الرياضي للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات ، واختيرت عينة عشوائية من لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العليا في مصر وتم تصنيف إجابات أفراد العينة إلى:

- المكاسب الشخصية
- التمثيل الدولي
- تحسين المستوى
- التشجيع الخارجي
- اكتساب نواحي اجتماعية
- اكتساب نواحي عقلية ونفسية وبدنية
- اكتساب سمات خلقية
- الميول الرياضية

بهذا فإن دوافع اكتساب النشاط الرياضي تتشابه على حد كبير عند جميع الأفراد باختلاف أعمارهم².

1- محمد حسن علوي : " سيكولوجية التدريب والمنافسة " مرجع سابق ، ص 208 .
2 - محمد حسن علوي : " علم النفس الرياضي " ، دار المعارف ، ب ط ، مصر ، 1987 ، ص 162 .

2-14- تطور دوافع النشاط الرياضي:

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبد الدهر ، بل تتناولها بالتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي.

إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واختيار المرحلة السنوية التي يمر بها الفرد كما تختلف دوافع الفرد طبقاً لمستواه الرياضي، إذ تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن الدوافع تلميذ المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظراً لأن كل مستوى دوافعه التي يتميز بها.¹

يقسم " جوني " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقاً للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد ، إذ يرى الفرد أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها وهذه المراحل هي :

- مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي : وتكون في مدة 6 سنوات إلى 14 سنة.
- مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي : وتكون من 15 سنة إلى 18 سنة.
- مرحلة المستويات الرياضية العالية : وتكون من 18 سنة فما فوق .

وبما أن المرحلتين الأولى والثالثة هي التي تهتمنا، اقتصرنا على توضيح دوافعها دون التطرق إلى المرحلتين الأولى والثالثة.

وهذه المرحلة ترتبط دوافع المراهق بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية ، إذ يرغب المراهق في أن يكون لاعباً في كرة السلة أو في كرة القدم أو جماًزياً مثلاً . ومن أهم الدوافع في هذه المرحلة:

- ميل خاص نحو نشاط معين.
- اكتساب معرف خاصة.
- الاشتراك في المنافسات
- اكتساب نواحي عقلية ونفسية
- اكتساب قدرات خاصة.
- اكتساب سمات خلقية وإرادية.

2-15- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

2-15-1- نموذج الدافعية لتغيير انسحاب الناشئ من الرياضة:

(الانسحاب أو عدم الميل والرغبة في المشاركة) ، ويحتوي على ثلاثة بناءات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ من الرياضة.

2-15-2- التفسير المعرفي للأهداف المنجزة:

ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف ومدى إدراكه لنجاح تحقيقها .

¹ - أسامة كامل راتب " علم نفس الرياضة (مفاهيم وتطبيقات) " ، مرجع سابق ، ص 27 .

2-15-3- نظرية دافعية الكفاية:

ويشير إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية والاجتماعية والمعرفية.⁽¹⁾

2-15-4- النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر:

ويعني أن قرار الانسحاب يمكن أن يكون سبب التوتر الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء ومقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو نتيجة لافتقاده القدرة على التواتر الناتج عن المنافسة.

2-15-5- نموذج الدافعية لتفسير ممارسة (الرغبة أو الميل) الناشئ للرياضة:

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية وبدنية ، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة: الشعور بالمتعة، تكوين الأصدقاء، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز.

أما الأسباب البدنية، فيأتي في مقدمتها : تعلم مهارات وقوانين اللعب أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة ، مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق ، الاستمتاع باستخدام الإمكانات والأدوات والأجهزة المختلفة ، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس البناءات النظرية الثلاث التي أشرنا إليها مسبقاً.²

2-16- أهمية الدافعية في المجال الرياضي:

يعد موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعاً. في سنة 1908م، اقترح " وود ورت " (Wood Worth) في كتابه : علم النفس الديناميكي ميدانا حيويًا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي " Motivation al psychologie " أو علم الدافعية. " Molivology " وفي سنة 1960م، تتبأ " فاينكي " (Foyniki) بأن الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية.

وفي سنة 1982م، أشار كل من " ليولن وبلوكر " (Liewelln and Blucker) في كتابيهما:

سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق، إلى أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30% من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم النفس الرياضي خلال العقدين الآخرين .

وفي سنة 1983 أشار " وليام وارن " (William) في كتابه التدريب والدافعية، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل في 70% - 90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخطية ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، وللتدريب عليها بفرض صقله وإتقانها وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية:

إن كل سلوك وراءه دافع، أي وراءه قوى دافعية معينة.³

1- أسامة كامل راتب " علم نفس الرياضة (مفاهيم وتطبيقات) " ، مرجع سابق ، ص 27 .

2 - أسامة كامل راتب " علم نفس الرياضة (مفاهيم وتطبيقات) " ، مرجع سابق ، ص 27.

3- [WWW.ELAZAYEM.COM/40\)htm-15/03/200](http://WWW.ELAZAYEM.COM/40)htm-15/03/200)

خلاصة:

من خلال كل ما قدمناه نستطيع القول أن الدوافع موضوع عميق وواسع المعالم وأننا من خلال هذا العرض البسيط والعلم حاولنا أن نقرب أو نعطي ولو فكرة بسيطة عن الدوافع والدافعية حتى تساهم هذه الفكرة البسيطة والموجزة في فهم أعمق وأدق لموضوع دراستنا وبحثنا هذا .

الفصل الثالث:

حركة القدم

تمهيد :

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين وهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة.

وهي من الألعاب القديمة وتاريخها طويل حافظت فيه على حيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير باهتمامهم وممارستها الشعوب بشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزءا من منهاج التدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة والنضال.

وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة وذكر نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم والجزائر، كما ذكرنا بعض المدارس العريقة لهذه اللعبة، والمبادئ الأساسية والقوانين المنضمة لها، وكذا الصفات التي يتميز بها لاعب كرة القدم، وطرق اللعب في هذه اللعبة.

3-1-1- تعريف كرة القدم:

3-1-1-1- التعريف اللغوي: كرة القدم "Football" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ "Rugby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "Soccer" 3-1-1-2- التعريف الاصطلاحي:

كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع" (1).

3-1-1-3- التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل " في حالة مقابلات الكأس " فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

3-2- نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم، وهي الأعظم في نضرة اللاعبين والمتفرجين. نشأت كرة القدم في بريطانيا، وأول من لعب الكرة كان عام 1175م، من قبل طلبة المدارس الانجليزية، وفي سنة 1334م قام الملك (ادوار الثاني) بتحريم لعب الكرة في المدينة نضرا للانزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف (ادوار الثالث) ورتشارد الثاني وهنري الخامس (1373م-1453م) نضرا للانعكاس السلبي لتدريب القوات العسكرية.

لعبة أول مرة في مدينة لندن بعشرين لاعب لكل فريق، وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف، حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية، كما لعبت مباراة أخرى في (ايتون Eton) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م، وعرضها 5.5م وسجل هدفان في تلك المباراة. بدا وضع بعض القوانين سنة 1830م، بحيث تم التعرف على ضربات الهدف والرمية الجانبية، وأسس نظام التسلل قانون هاور (haour) كما اخرج القانون المعروف بقواعد كمبرج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين كرة القدم، وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان: "اللعبة الأسهل" حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم و إعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة باتجاه خط الوسط حين خروجها .

1- رومي جميل: "كرة القدم"، دار النفاض، بيروت (لبنان)، ط1، 1986م، ص50، 52.

وفي عام 1863م أسس اتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس اتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستعمال الصفارة، وفي عام 1863م تأسس الاتحاد الدانمركي لكرة القدم، وأقيمت كأس البطولة بـ15 فريق دانمركي وكانت رمية بكلتا اليدين.

في عام 1904م تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930م وفازت بها (1).

3-3- التسلسل التاريخي لكرة القدم:

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوربية السائدة في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم، وبدأ تطور كرة القدم منذ أن بدأت منافسات الكأس العالمية سنة 1930 (2).

وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم:

- 1863: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.
- 1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.
- 1904: تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.
- 1930: أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي .
- 1963: أول دورة باسم كأس العرب.
- 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفازت بها ولأول مرة نظمت بـ32 منتخب من بينها 5 فرق من إفريقيا.

3-4- كرة القدم في الجزائر:

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت، والتي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ "عمر بن محمود"، "علي رايس"، الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير. lakant garde vie grandin) وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م، وفي 7 أوت 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية "مولودية الجزائر" غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م. بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها غالي معسكر الاتحاد الإسلامي لوهراة والاتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية والاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل لصد الاستعمار، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي

1- موفق مجيد المولى: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان، 1999م، ص 09.

2- مختار سالم: "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988، ص 11.

أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري تعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث في سنة 1956م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق اورلي من (سانت اوجين، بولوغين حاليا) التي على إثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين.

وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطنية في 18 افريل 1958م الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال رشيد مخلوفي الديكان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان، سوخان، كرمالي، زوبا، كريمو ابرير...

وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962م وكان "مهند معوش" أول رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية.

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962-1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في منافسات الكؤوس الإفريقية وفي نفس السنة أي 1963م كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصوله على الميدالية الذهبية⁽¹⁾.

كما شارك في اولمبياد موسكو لسنة 1980، وفاز بكأس إفريقيا مرة واحدة بالجزائر لسنة 1990م وشارك في دورتين لكأس العالم الأولى باسبانيا سنة 1982م، والثانية بالمكسيك سنة 1986م، ودون ذلك لم يحظى المنتخب الوطني بنتائج كبيرة، حيث أقصيا من تصفيات كأس العالم الباقية رغم إنجابه لعدة لاعبين أكفاء أمثال: لالاماس، عاشور، طهير، فريحه، كركور، دراوي، وفي بداية الثمانينات 1982م ظهرت وجوه لامعة مثلت الكرة الجزائرية أحسن تمثيل أمثال: بلومي، ماجر، عصاد، زيدان، مرزقان، سرباح، بتروني... .

أما في التسعينات فقد ظهر كل من صايب وتاسفاوت وآخرون، هذا عن الفريق الوطني، أما عن الأندية فقد برهنت عن وجود الكرة الجزائرية على المستوى الإفريقي، والدليل على ذلك لعبها للأدوار النهائية بالنسبة لكأس إفريقيا للأندية البطلية، وكأس الافرو آسيوية وكأس الكؤوس والحصول على الكأس لبعض أندية العريقة أمثال شبيبة القبائل و وفاق سطيف، مولودية الجزائر.

1- بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: "دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية"، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، مذكرة ليسانس، جوان 1997، ص 47.46.

3-5- مدارس كرة القدم:

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بأنها تتأثر تأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها، وكذلك الشروط الاجتماعية والاقتصادية والجغرافية التي نشأ فيها .

في كرة القدم نميز المدارس التالية :

1- مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا، المجر، التشيك) .

2- المدرسة اللاتينية.

3- مدرسة أمريكا الجنوبية⁽¹⁾ .

3-6- المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب .

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وبتوقيت سليم وبمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية اتقاننا تاما .

وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب .
وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى مايلي:

- استقبال الكرة.

- المحاورة بالكرة.

- المهاجمة.

- رمية التماس.

- ضرب الكرة.

- لعب الكرة بالرأس.

-حراسة المرمى⁽²⁾ .

1- عبدا لرحمان عيساوي: "سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، 1980، ص72 .

2- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"، دار العام للملايين، ط 4، بيروت، 1977، ص27.25 .

3-7- صافات لالعب كرة القدم:

يحتاج لالعب كرة القدم إلى صافات خاصة، تلاءم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ومن هذه الصافات أو المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم، وهي الفنية الخطئية والنفسية والبدنية واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا ومهاريا عاليا والتعدادات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة والنقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر.

سنركز في بحثنا هذا على متطلبات اللعبة البدنية اعتمادا على معلومات وإحصائيات جمة في الميدان الكروي من خلال دراسات متعددة ، تظهر التغيرات الفزيولوجية المقاسة بدقة قبل المباراة والتمرينات أو أثنائهم أو بعدهم. يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصافات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات، فإن التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الصافات والإحصائيات المهمة⁽¹⁾.

3-7-1- الصافات البدنية:

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني، ولئن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد التقنية، ذكي، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا نندهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لنتحقق من أن معايير الاختيار لا تركز دوما على الصافات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي الحازم الشريف المخدوع بحركات خصمه غير المتوقعة ، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم . ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية، ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل التقاط الكرة، والمحافظة عليها وتوجيهها بتناسق عام وتام⁽²⁾.

3-7-2- الصافات الفزيولوجية:

تتحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصافات الفنية والخطئية والفزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية، وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخطئية له قليلة ، وخلال لعبه كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات مصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة وارد من وقت إلى آخر، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى، وتحقق الظروف المثالية فإن هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية .

والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي:

- القابلية على الأداء بشدة عالية.

- القابلية على أداء الركض السريع.

1- موفق مجيد المولى : " الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، مرجع سابق، ص9-10.

2- محمد رفعت: "كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية"، دار البحار، بدون طبعة ، لبنان، 1998، ص99 .

- القابلية على إنتاج قوة (القدرة العالية) خلال وضعية معينة.

إن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات ، يندرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي، وكذلك العضلات المتداخلة مع الجهاز العصبي ومن المهم أن نذكر أن الصفات تحدد عن طريق الصفات الحسية ولكن تحسين كفاءتها (1).

عن طريق التدريب وفي أغلب الحالات، فإن اللاعبين المتقدمين في كرة القدم يمتلكون قابلية عالية في بعض الصفات البدنية فقط ، ولهذا فإن نجاح الفريق يعتمد على اختيار إستراتيجية اللعب التي توافق قوة اللاعبين.

3-7-3- الصفات النفسية:

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

أ- التركيز:

يعرف التركيز على أنه " تضيق الانتباه ، وثبتيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد" ، ويرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي : (المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الانتباه).

ب- الانتباه :

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار، ويتضمن الانتباه الانسجام والابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه، وعكس الانتباه هو حالة الاضطراب والتشويش والتشتت الذهني (2).

ج- التصور العقلي:

وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية ، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن لمح إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب .

د - الثقة بالنفس:

هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن، ولا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء (3).

1- موفق مجيد المولى: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، مرجع سابق، ص62 .

2- يحيى كاظم النقيب: "علم النفس الرياضية"، معهد إعداد القادة، بدون طبعة، السعودية، 1990، ص384 .

3- أسامة كامل راتب: "تدريب المهارات النفسية(التطبيقات في المجال الرياضي)"، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة، 2000، ص117 ، 299 .

خلاصة:

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الأكثر انتشارا في العالم منذ القدم ، وليس هناك ما يستدعي الحديث عنها، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول، التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي. وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، والأکید أن أهم عضو في هذه الرياضة هو اللاعب ، ولهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه، كي يكون دوره إيجابيا في هذه المعادلة، وإعطاء النتائج المرجوة منه.

ولعل ما يجعل هذا اللاعب في أحسن الظروف هو التدريب المنظم والمدرّس، ولهذا وضعت مدارس لتعليم كرة القدم وتكوين اللاعبين والمدربين ، وتعليم طرق لعبها وتطوير هذه الطرق لرفع مستوى الأداء لدى اللاعبين. ولتنظيم هذه اللعبة وضع المختصون مجموعة من المبادئ والقوانين لتنظيم هذه اللعبة والمحافظة على سلامة اللاعبين وإتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ومن كل هذا فإن للاعب كرة القدم العديد من الجوانب التي يجب الاهتمام بها كي يصل إلى أعلى مستوى من الاحترافية والعالمية.

المرحلة الثانية:

المرحلة التطبيقية

الفصل الرابع:

الإجراءات المنهجية للبحث

تمهيد

عندما يقوم الباحث بدراسة استطلاعية ما فإنه يحاول أن يحصل على المعلومات الوافرة التي تمكنه من وصف الظاهرة المرند دراستها وصفا شاملا يسمح له بتحديد العلاقة القائمة بين عناصرها من جهة و بينها و بين باقي الظواهر من جهة أخرى، لذلك فإن عليه أن يتبع الخطوات العلمية الدقيقة و المنظمة التي تمكنه من تحقيق أهداف الدراسة، و تبدأ هذه الخطوات باختيار منهج البحث الذي يتلاءم مع طبيعة الإشكالية فهذه الأخيرة هي من تحدد نوع المنهج و ليس العكس.

ثم يقوم بعد ذلك الباحث بتحديد متغيرات الدراسة وحدودها، قبل أن ينتقل إلى الدراسة الاستطلاعية التي تمكنه من ضبط العينة و اختيار وسائل البحث التي تمكنه من جمع اكبر قدر من المعلومات الصادقة حول الظاهرة المراد دراستها؛ ويشترط في أدوات الدراسة أن تكون صادقة و ثابتة، صادقة بمعنى أنها تقيس فعلا الظاهرة التي وضعت من اجلها وثابتة بمعنى أنها تقيس تلك الظاهرة بدقة عالية.

4-1- الدراسة الاستطلاعية:

هي عبارة عن دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته .

ودراستنا الاستطلاعية قادتنا إلى أربعة (04) نوادي موزعة على تراب الولاية وكان الهدف الرئيسي من ورائها هو تحديد العينة واختيار أدوات البحث الملائمة التي تسمح لنا بتحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة ككل.

4-2- المنهج المتبع:

إن طبيعة دراستنا هذه تتطلب جمع معلومات وبيانات تسمح لنا بوصف الظاهرة وصفا دقيقا وتفسيرها وإيجاد العلاقات فيما بين عناصرها وهو ما حتم علينا إتباع المنهج الوصفي الذي عرفه بوداود عبد اليمين بأنه " المنهج الذي يهدف إلى تحديد سمات وصفات وخصائص ومقومات ظاهرة معينة تحديدا كميًا وكيفيًا".¹ إذ أن اختيار منهج الدراسة لا يتم بشكل عشوائي ولا يخضع للأهواء وإنما هو اختيار موضوعي يعتمد في الأساس على طبيعة الإشكالية المراد درستها. وتعد البحوث الإحصائية من أكثر طرق البحث استخداما في مجال البحوث التربوية النفسية والاجتماعية، فهي تمدنا بمعلومات وحقائق ذات قيمة عن الظروف والأساليب القائمة بالفعل وعن العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة.²

4-3- تحديد المتغيرات: تعتبر مرحلة تحديد المتغيرات البحث ذات أهمية بالغة لما لها من دور في صياغة فروض البحث وإجراءاته الميدانية.

4-3-1- المتغير المستقل: الإصابات الرياضية.

4-3-2- المتغير التابع: دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم .

4-4- مجتمع الدراسة: يضم جميع لاعبي كرة القدم لولاية البويرة الذين سبق لهم وان تعرضوا للإصابة.

4-5- عينة الدراسة:

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

والعينة في دراستنا هذه، هي عينة مختارة بشكل عشوائي وتضم 100 لاعبا سبق لهم وأن تعرضوا للإصابات الرياضية سواء داخل الوسط الرياضي أو خارجه، وفي عملية الاختيار هذه لم نأخذ بعين الاعتبار عامل الوسط الذي حدثت فيه الإصابات لكون أن دراستنا تتمحور حول العلاقة التي يمكن أن تربط بين الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز لدى اللاعبين بغض النظر مكان وقوع الإصابة سواء كان ذلك في المباراة أو الحصة التدريبية ومن خلال الدراسة الاستطلاعية تم إحصاء 100 لاعب تتوفر فيهم موصفات العينة المحددة سلفا.

¹- بوداود عبد اليمين_مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية_ديوان المطبوعات الجامعية_ص 102_103.
²- نفس المرجع السابق.

4-6- مجلات البحث:

4-6-1- المجال البشري: 100 لاعب كرة قدم.

4-6-2- المجال الزمني: الموسم الدراسي 2015-2016,

4-6-3- المجال المكاني: توزعت هذه الدراسة عبر أربعة نوادي موزعة عبر تراب ولاية البويرة وهي:

عدد اللاعبين	اسم النادي
25 لاعب	حمزاوية عين بسام
25 لاعب	وفاق سور الغزلان
25 لاعب	اتحاد الرياضي ازويا سور الغزلان
25 لاعب	فريق عجيبة

4-7- أدوات البحث:

يقوم الباحث باختيار وسيلة أو أكثر تمكنه من جمع أكبر قدر من المعلومات الدقيقة حول الظاهرة المراد دراستها، وفيما يخص بحثنا وبعد التشاور مع الأستاذ المشرف سنقوم باختيار أسلوب الاستبيان الذي يحتوي على مجموعة من الأسئلة الموجهة للاعبين.

4-7-1- الاستبيان:

عرفه **حسين احمد الشافعي** بأنه " أسلوب امثل لحصول الباحث على ملاحظات وتعليقات تزيد البحث ثراء وهو وسيلة علمية لجمع المعلومات والتوصل إلى حقائق من مصدرها الأصلي، وهي الأكثر استعمالا لملائمته وتناسبه مع شرائح المجتمع، فالوصول إلى إجابة للسؤال يعني الوصول إلى حل للفرضيات التي لها علاقة بالأسئلة المطروحة".¹

وضم العبارات من 01 إلى 16 مقسمة على ثلاثة محاور هي:

المحور الأول: هل للإصابات الرياضية دور في تراجع مردودية لاعبي كرة القدم؟

المحور الثاني: هل لدافعية الانجاز الرياضي انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم؟

المحور الثالث: هل للإصابات دور في تقليل دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم؟

4-8- صدق المقياس :

وللتحقق من مدى مطابقة الاستبيان لغرض الدراسة ومدى ملائمته للفروض المطروحة مسبقا تم عرض المقياس على ثلاث أساتذة محكمين.

4-9- الوسائل الإحصائية :

إن إثبات انعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم الذين سبق لهم وأن تعرضوا لإصابات رياضية لا يتم عن طريق مناقشة وتحليل الآراء، إنما يتم عن طريق إثبات العلاقة الإحصائية، أي كيف لنا أن نحول النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان إلى قيم عددية ذات دلالة إحصائية .

¹ - حسين احمد الشافعي- سوزان احمد علي مرسي- مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية- الاسكندرية- منشأة المعارف- ص203-

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا وسائل وطرق حقيقية التي تعالج بها النتائج على أساس فعلي نستند عليها في البحث والاستقصاء وعلى ضوء ذلك استخدمنا مايلي:

$$\text{ع} \frac{\text{ت}}{\text{س}} \times 100\% = \text{ت} \frac{\text{س}}{\text{ع}} \times 100\%$$

حيث أن :

ت: عدد التكرارات . ع : عدد العينة . س: النسبة المئوية .

اختبار كا²:

من الاختبارات البارامترية إذ يعتمد على مقارنة التكرارات المشاهدة أو الملاحظة وذلك عن طريق القياس بالتكرارات المتوقعة أو النظرية، ويستخدم اختبار كا² عندما يتعامل الباحث مع معطيات نوعية، فمستوى القياس هو مستوى اسمي وبذلك يختلف عن اختبار واختبار الذي يتعامل مع معطيات كمية أي مستوى المسافات المتساوية. يقوم الباحث بمعالجة الإحصائيات بالنسبة لمختلف فئات المتغير النوعي، يتم حساب كا² بتحويل الفرق المشاهد والتكرارات الملاحظة في الجدول خاص ب كا² لتحديد حدوث هذه القيمة في المجتمع الإحصائي، كما يستعمل أيضا في حالة وجود متغير نوعي واحد او في حالة وجود متغيران نوعيين.¹ يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء المقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان وهي كما يلي :

$$\text{كا}^2 : \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$

كا²: القيمة المحسوبة من خلال الإختبار .

ت ح : عدد التكرارات الحقيقية (الواقعية) (المشاهد) .

ت ن : عدد التكرارات النظرية (المتوقعة) .

درجة الخطأ المعياري " مستوى الدلالة " = a 0.05 .

درجة الحرية : $df = N - 1$

¹- عبد الكريم بوحفص- الاحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والانسانية- ط2- ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر - 2006 -ص193

خلاصة

تعتبر تعاليم إجراءات البحث الخطوة الأساسية التي يجب الانطلاق منها لحل المشكلة المطروحة، ويمكن اعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث، من بين أهم الفصول التي ضمنتها درستها هذه، لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية، التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة.

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات، وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

تناولنا في هذا الفصل أهم العناصر التي تهم دراستنا بشكل كبير، منها متغيرات البحث، الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع، أدوات والوسائل المستعملة.... الخ من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي لدراسته.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل نتائج

الدراسة

تمهيد:

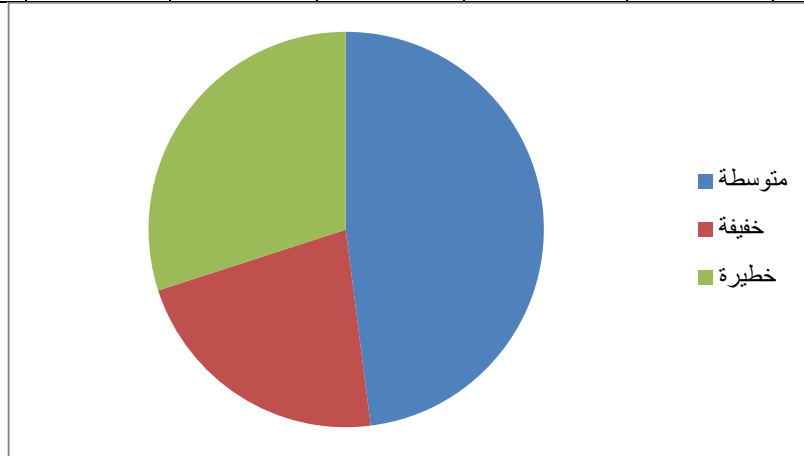
يعتبر الجانب الميداني الأكثر أهمية في موضوع الدراسة فهو يدعم ما جاء في الجانب النظري، ويثبت صحته أو خطأه، فعلى كل باحث القيام بجميع البيانات المتعلقة بموضوع دراسته، ثم يقوم بتبويبها في جداول بيانية وتحليلها وتفسيرها على ضوء ما جاء في الفرضيات، وسنحاول في هذا الفصل المزج بين النظري وما يطابقه ويخدمه في الجانب الميداني، بناء على ذلك وبعد الانتهاء من تحليل الإجراءات المنهجية، الفرضيات، المنهج، عينة الدراسة وأدوات جمع البيانات، ثن القيام بتفريغ البيانات التي تم الحصول عليها من عن طريق استمارات الاستبيان في جداول بيانية ثم التعليق عليها وتحليلها وتقديم الاقتراحات والحلول المستقبلية لها.

5-1- عرض نتائج الدراسة :

السؤال الأول: ماهي درجة خطورة الإصابة التي تعرضت لها؟
الغرض من السؤال: معرفة درجة الإصابة التي يتعرض لها اللاعبون.

جدول رقم(1) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الأولى.

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
خفيفة	22	22%	10.75	5,99	0,05	2	دالة
متوسطة	48	48%					
خطيرة	30	30%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (1)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول(1) نلاحظ أن % 48 اقرروا بان الإصابات التي تعرضوا لها كانت متوسطة الخطورة بينما تعرض % 22 من أفراد العينة لإصابات خفيفة و % 30 هم أفراد بلغت درجة الإصابة لديهم الخطورة.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدره ب10,75 و كا² المجدولة 5,99 لوجدنا ان قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² المجدولة عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على ان هناك دلالة إحصائية .

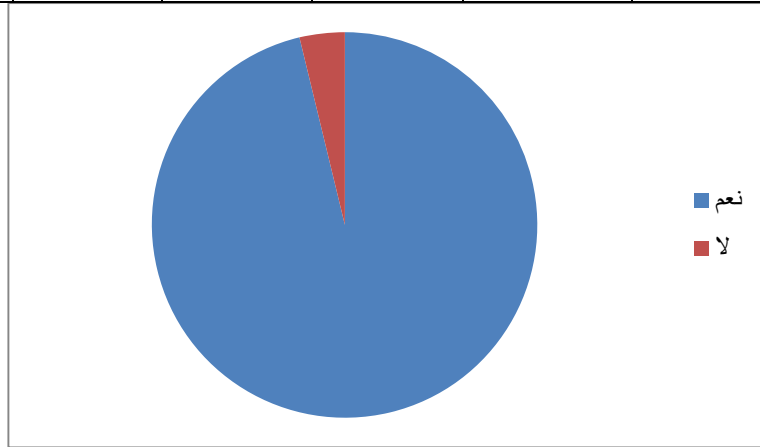
الاستنتاج: نستنتج من خلال إجابات اللاعبين أن معظم اللاعبين يتعرضون لإصابات متوسطة الخطورة بينما يتعرض أقلية قليلة إلى إصابات خطيرة جدا كما إن احتمال التعرض لإصابات خفيفة وارد بصفة دائمة.

السؤال الثاني: هل أثرت الإصابة على مردودك الحالي؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما أثرت الإصابة على مردود اللاعبين.

جدول رقم (2) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الثانية.

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
نعم	82	82%	40,96	3,84	0,05	1	دالة
لا	18	18%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (2)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (2) نلاحظ ان 82 % من اللاعبين أثرت الإصابة على

مردودهم الحالي بينما 18 % فقط من كانت إجاباتهم إن الإصابة لم تؤثر على مردودهم الحالي.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة بـ 40,96 و كا² الجدولة 3,84 لوجدنا إن قيمة كا² المحسوبة

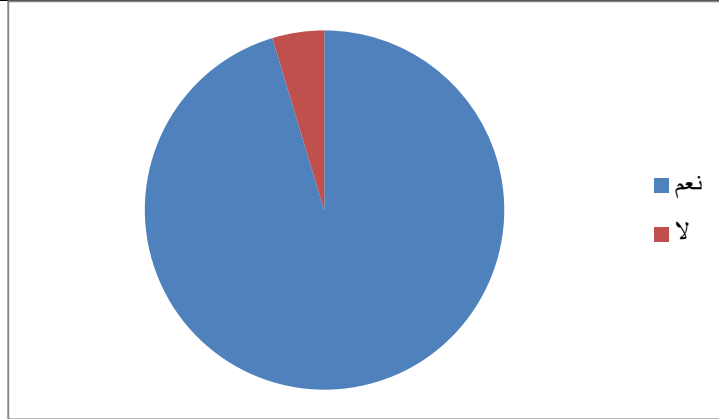
كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: نستنتج من خلال إجابات اللاعبين أن معظمهم يرون بان الإصابة أثرت على مردودهم الحالي.

السؤال الثالث: هل ينتابك الخوف من التعرض للإصابة أثناء المباراة أو الحصة التدريبية؟
الغرض من السؤال: معرفة إذا ما يخاف اللاعبون من احتمال التعرض للإصابة أثناء المباراة.

جدول رقم (3) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الثالثة.

الإحصائية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	نسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
دالة	1	0,05	3,84	9	65%	65	نعم	
					35%	35	لا	
					100%	100	المجموع	



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (3)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (3) نلاحظ ان 65 % من اللاعبين ينتابهم الخوف من التعرض للإصابة أثناء المباراة أو الحصة التدريبية بينما 35% فقط من لا ينتابهم الخوف من التعرض للإصابة الرياضية.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدره ب9 و كا² الجدولة 3,84 لوجدنا ان قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية .

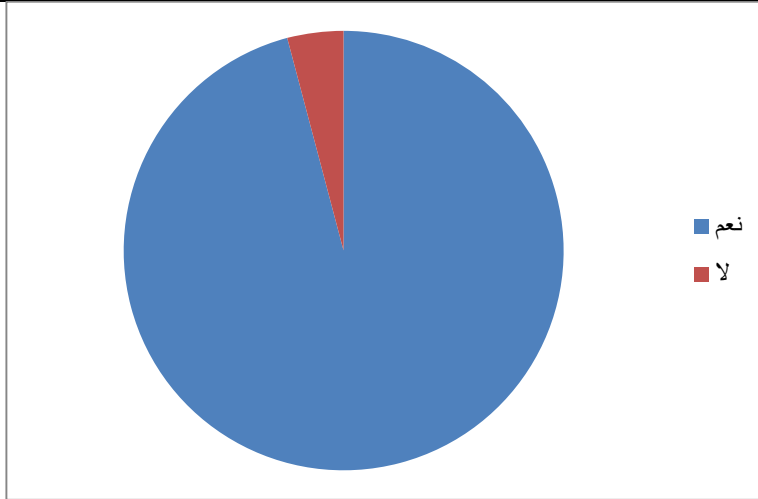
الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن معظمهم ينتابهم الخوف من التعرض للإصابة أثناء المباراة أو الحصة التدريبية.

السؤال الرابع: هل أصبحت حذرا أكثر من ذي قبل أثناء المباراة لتجنب الإصابة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما أصبح اللاعبون أكثر حذرا من ذي قبل أثناء المباراة لتجنب الإصابة او لتجنب تكرار حدوثها.

جدول رقم(4) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الاحصائية لنتائج العبارة الرابعة

الإحصائية	الدلالة	الدرجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	نسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
دالة	1	0,05	3,84	23,04	74%	74	نعم	
					26%	26	لا	
					100%	100	المجموع	



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (4)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول نلاحظ ان 74 % من اللاعبين أصبحوا حذرين أكثر من ذي قبل لتفادي الإصابة أثناء المباراة بينما 26 % فقط من اللاعبين الذين كانت إجاباتهم أنهم ليسوا حذرين خوفا من تكرار الإصابة .

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدره ب23,04 و كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية

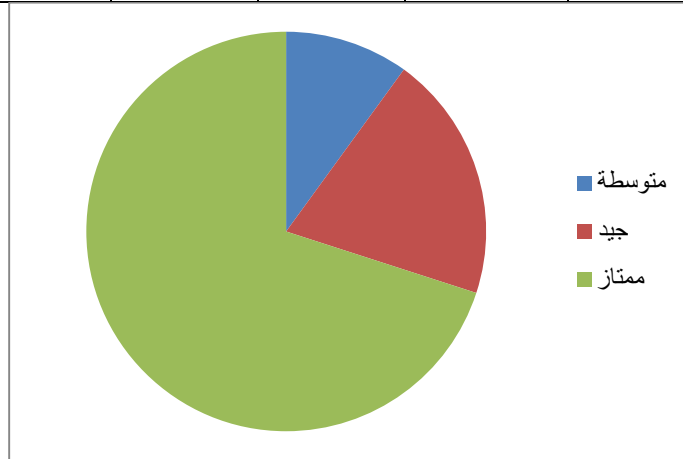
الاستنتاج: نستنتج من خلال إجابات اللاعبين أن معظمهم يتوخون الحذر أثناء المباراة أو الحصة التدريبية لتفادي حدوث أو تكرار الإصابة.

السؤال الخامس: كيف كان أدائك قبل الإصابة؟

الغرض من السؤال: معرفة أداء اللاعبين قبل تعرضهم للإصابة.

جدول رقم (5) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الخامسة.

الإحصائية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	نسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
دالة	2	0,05	5,99	62,45	10%	10	متوسط	
					20%	20	جيد	
					70%	70	ممتاز	
					100%	100	المجموع	



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (5)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (5) نلاحظ إن % 70 من اللاعبين اقروا بامتياز مستوى أدائهم في المباريات قبل تعرضهم للإصابة بينما % 20 من اللاعبين الذين كانت إجاباتهم أنهم يلعبون بأداء جيد خلال المباريات قبل تعرضهم للإصابة و يبقى لدينا %10 من اللاعبين الذين اقروا بان مستواهم متوسط خلال المباريات قبل تعرضهم للإصابة.

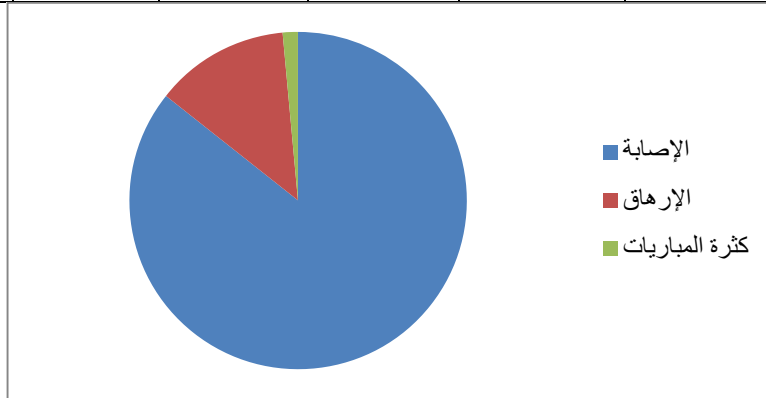
كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 23,04 و كا² الجدولة 5,99 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية .

الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن معظمهم كانوا يلعبون بشكل ممتاز في المباريات قبل تعرضهم للإصابة.

السؤال السادس: هل يرجع سبب تراجع مردودك الحالي إلى الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كانت الإصابة سبب تراجع مردود اللاعبين.

جدول رقم (6) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة السادسة.

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
الإصابة	80	80%	99,24	5,99	0,05	2	دالة
الإرهاق	12	12%					
كثرة المباريات	8	8%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (6)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (6) نلاحظ ان 80% من اللاعبين اقرروا بان الإصابة هي سبب تراجع مردودهم الحالي بينما % 12 فقط من اللاعبين يرجع سبب تراجع مردودهم الى الإرهاق و% 08 فقط هم اللاعبين الذين يرجع سبب تراجع مردودهم إلى كثرة المباريات.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 99,24 كا² الجدولة 5,99 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية.

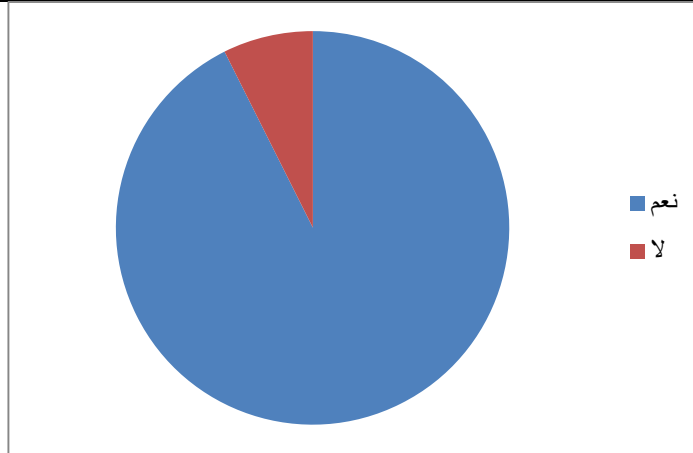
الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن سبب تراجع مردود اللاعبين في المباريات يرجع إلى الإصابة الرياضية

السؤال السابع: هل ترغب في أن تكون لاعبا ناجحا؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان للاعبين الرغبة في كونهم لاعبين ناجحين.

جدول رقم (7) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة السابعة.

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
نعم	94	94%	77,44	3,84	0,05	1	دالة
لا	06	06%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (7)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (7) نلاحظ أن 94% من اللاعبين اقرروا برغبتهم في كونهم

لاعبين ناجحين بان بينما % 06 فقط من اللاعبين لا يرغبون في النجاح في كرة القدم

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدر ب 77,44 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة

كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة

إحصائية

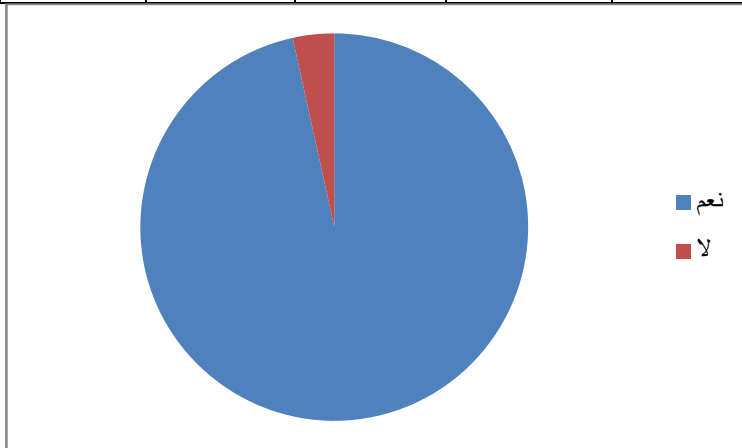
الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبية اللاعبين لديهم رغبة كبيرة في النجاح.

السؤال الثامن: هل تغيرت تلك الرغبة بعد تعرضك للإصابة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما تغيرت رغبة اللاعبين في النجاح بعد تعرضهم للإصابة.

جدول رقم(8) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الثامنة

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	90	90%	64	3,84	0,05	1	دالة
لا	10	10%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (8)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول(8) نلاحظ أن 90% من اللاعبين اقرروا بفقدان رغبتهم في النجاح بعد تعرضهم للإصابة بينما 10 % فقط من اللاعبين لم يفقدوا تلك الرغبة في كونهم لاعبون ناجحون رغم تعرضهم للإصابة.

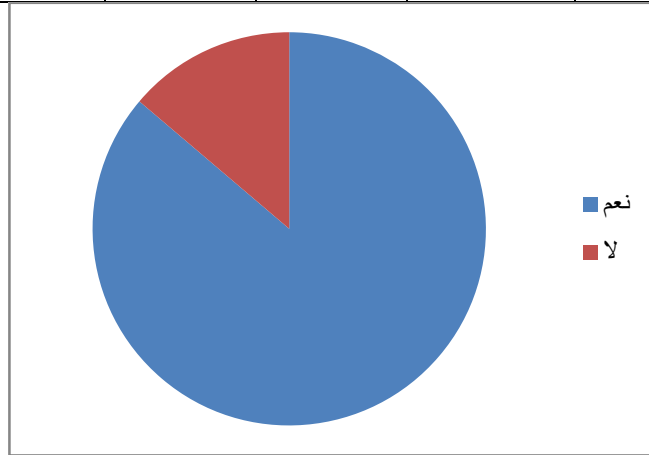
كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 64 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبيتهم يفقدون تلك الرغبة في النجاح بعد تعرضهم لإصابة رياضية.

السؤال التاسع: هل تتخلى عن دافعيتك للانجاز خوفا من تكرار الإصابة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما يتخلى اللاعبون عن رغبتهم في النجاح خوفا من تكرار الإصابة.

جدول رقم (9) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة التاسعة

الإجابات	التكررات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	80	80%	36	3,84	0,05	1	دالة
لا	20	20%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (9)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (9) نلاحظ أن 90% من اللاعبين اقرروا بفقدان رغبتهم في النجاح بعد تعرضهم للإصابة بينما 10 % فقط من اللاعبين لم يفقدوا تلك الرغبة في كونهم لاعبين ناجحون رغم تعرضهم للإصابة.

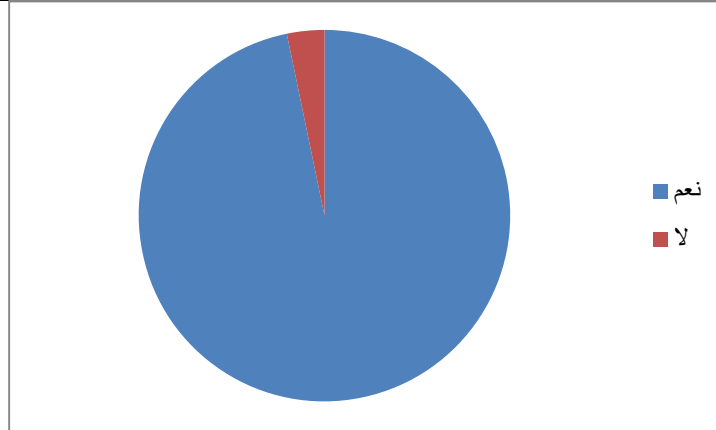
كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 64 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبيتهم يفقدون تلك الرغبة في النجاح بعد تعرضهم لإصابة رياضية.

السؤال العاشر: هل تعتقد انك قادر على تحسين أدائك؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعبين في القدرة على تحسين الأداء

جدول رقم (10) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة العاشرة

الإحصائية	الدلالة	الحرية	درجة	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	نسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
دالة	1	0,05	3,84	81	95%	95	نعم		
					05%	05	لا		
					100%	100	المجموع		



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (10)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (10) نلاحظ ان 95% من اللاعبين اقرؤا بقدرتهم على تحسين أدائهم في المباريات بينما % 05 فقط من اللاعبين لم قالوا بأنهم لا يستطيعون تحسين الأداء لخطورة الإصابة او لفقدان الرغبة جراء الإصابة.

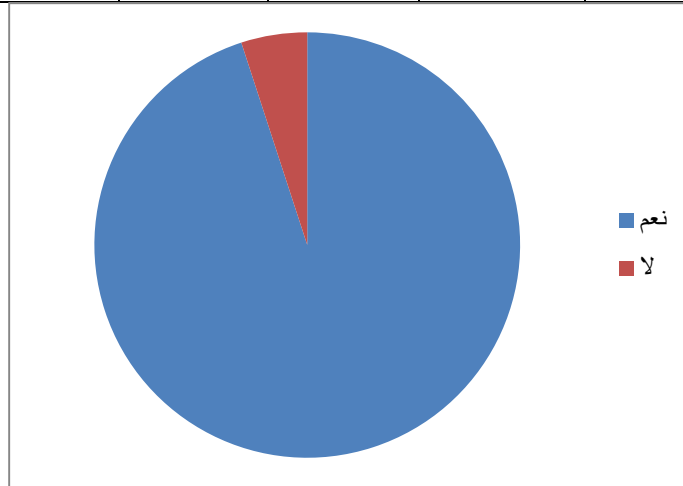
كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 81 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبيتهم يستطيعون تحسين أدائهم خلال المباريات.

السؤال الحادي عشر: هل تتجنب الاحتكاك العدوانى لتفادي الإصابة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما يتجنب اللاعبون الاحتكاك العدوانى خلال المباريات لتجنب الإصابة.

جدول رقم (11) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الحادية عشر

الإحصائية	الدلالة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	نسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
دالة	1	0,05	3,84	81	95%	95	95	نعم
					05%	05	05	لا
					100%	100	100	المجموع



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (11)

عرض وتحليل النتائج :

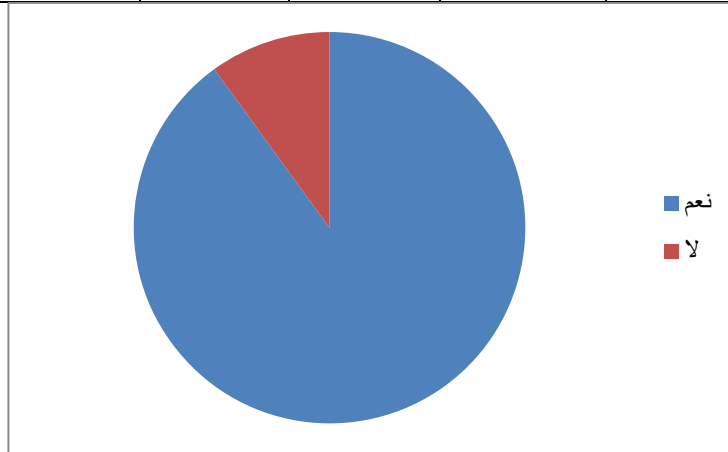
من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (11) نلاحظ أن 95% من اللاعبين اقرؤا بانهم يتجنبون الاحتكاك العدواني خلال المباريات لتفادي الإصابة بينما % 05 فقط من اللاعبين لا يتجنبون الاحتكاك العدواني في المباريات.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 81 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبهم يتجنبون الاحتكاك العدواني خوفا من التعرض للإصابة او تكرارها.

السؤال الثاني عشر: هل تتلقون الثناء والشكر من المدرب عند الفوز بالمباريات؟
الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان اللاعبون يتلقون الشكر من المدربين و الطاقم الإداري وغيرهم عند الفوز بالمباريات.

جدول رقم (12) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الثانية عشر

الإحصائية	الدالة	الدرجة الحرية	مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	كا ² المحسوبة	نسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
دالة	1	0,05	3,84	64	90%	90	نعم	
					10%	10	لا	
					100%	100	المجموع	



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (12)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (12) نلاحظ أن 90% من اللاعبين اقرروا بفقدان رغبتهم في النجاح بعد تعرضهم للإصابة بينما 10 % فقط من اللاعبين لم يفقدوا تلك الرغبة في كونهم لاعبون ناجحون رغم تعرضهم للإصابة.

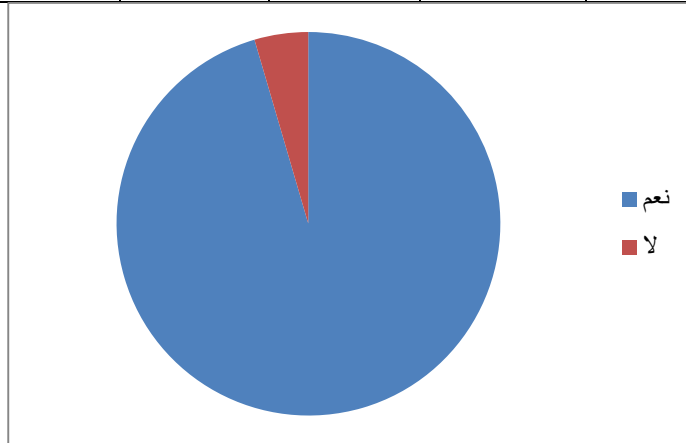
كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 64 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبيتهم يتلقون الثناء و الشكر من قبل المدربين و الطاقم الإداري و المشجعين عند الفوز بالمباريات.

السؤال الثالث عشر: هل تتلقون التوبيخ و الانتقادات من المدرب عند الخسارة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان اللاعبون يتعرضون للتوبيخ و الانتقاد من الطاقم الفني و الطاقم الإداري و الجماهير عند الخسارة في المباريات.

جدول رقم(13) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الثالثة عشر

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
نعم	67	67%	11,56	3,84	0,05	1	دالة
لا	33	33%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (13)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول(13) نلاحظ أن 67% من اللاعبين اقرروا بانهم يتعرضون للتوبيخ و الانتقاد من قبل الطاقم الفني والإداري و حتى الجماهير عند الخسارة من المباريات بينما % 33 فقط من اللاعبين لا يتلقون اللوم و التوبيخ عند خسارة المباريات.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 11.56 كا² المجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² المجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية

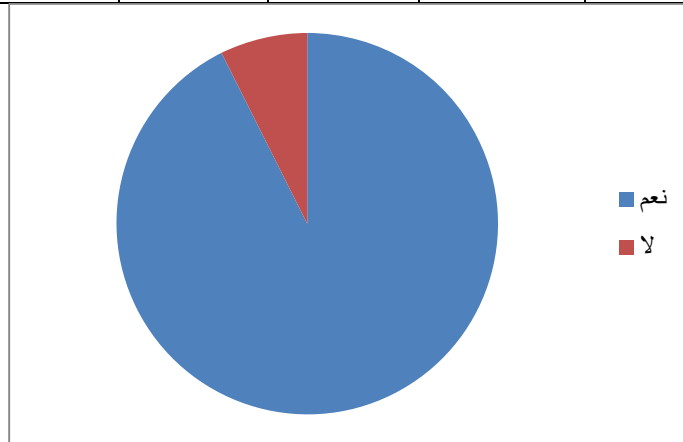
الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغلبيتهم يتعرضون للتوبيخ و الانتقاد من قبل كل من الطاقمين الفني و الإداري و الجماهير أيضا عند الخسارة في المباريات.

السؤال الرابع عشر: هل تتلقون علاوات معتبرة عند الفوز بالمباراة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان اللاعبون يتلقون علاوات معتبرة عند الفوز بالمباريات.

جدول رقم (14) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الرابعة عشر

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	60	60%	4	3,84	0,05	1	دالة
لا	40	40%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (14)

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (14) نلاحظ أن 40% من اللاعبين أقروا بأنهم لا يتلقون

علاوات معتبرة عند الفوز بالمباريات بينما % 60 من اللاعبين هم الذين يتلقون علاوات معتبرة عند الفوز بالمباريات .

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 04 كا² الجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت

اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية

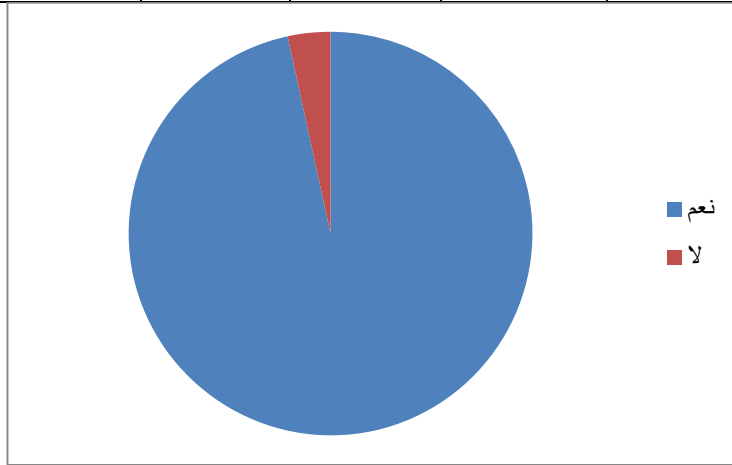
الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين أن أغليبيتهم يتلقون علاوات معتبرة عند الفوز بالمباريات.

السؤال الخامس عشر: هل يزيد المنافس القوي من دافعتيك في الفوز في المباراة؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان المنافس القوي يزيد من دافعية الانجاز لدى اللاعبين للفوز بالمباريات

جدول رقم(15) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة الخامسة عشر

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
نعم	90	90%	64	3,84	0,05	1	دالة
لا	10	10%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (15)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول(15) نلاحظ أن 90% من اللاعبين اقروا بان المنافس القوي يزيد من دافعية الانجاز لديهم للفوز بالمباريات بينما % 10 فقط من اللاعبين اقروا بان المنافس القوي لا يزيد من دافعية الانجاز للفوز بالمباريات.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 64 كا² المجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² المجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية

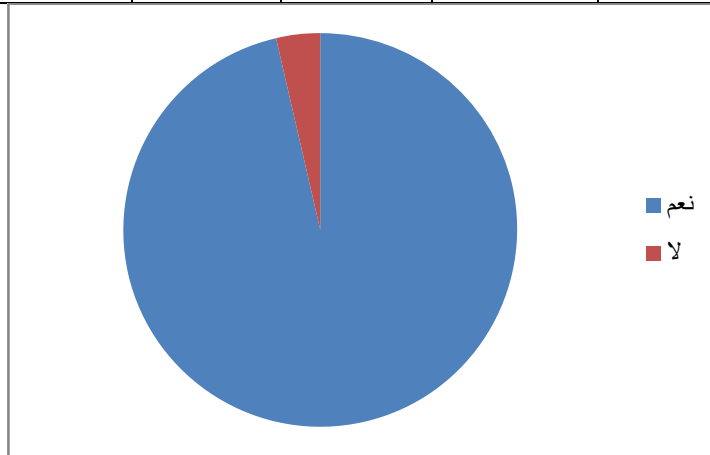
الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين ان المنافس القوي يزيد من دافعية الانجاز لدى اللاعبين للفوز بالمباريات.

السؤال السادس عشر: هل تأخر حصولكم على الأجور يقلل من الدافعية لديكم؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا ما كان تأخر حصول اللاعبين لأجورهم يقلل من دافعية الانجاز لديهم.

جدول رقم (16) يبين القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج العبارة السادسة عشر

الإجابات	التكرارات	نسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
نعم	86	86%	51,84	3,84	0,05	1	دالة
لا	14	14%					
المجموع	100	100%					



التمثيل البياني لتكرارات الجدول رقم (16)

عرض وتحليل النتائج :

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (16) نلاحظ أن 86% من اللاعبين اقرروا بفقدان دافعية الانجاز لديهم عند تأخر حصولهم على الأجور بينما 14 % فقط من اللاعبين لا يفقدون تلك الدافعية رغم تأخر حصولهم على الأجور.

كما انه لو لاحظنا قيمة كا² المحسوبة المقدرة ب 51,84 كا² والمجدولة 3,84 لوجدنا أن قيمة كا² المحسوبة كانت اكبر من قيمة كا² الجدولة عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 مما يدل على أن هناك دلالة إحصائية

الاستنتاج: نستنتج من خلال أجوبة اللاعبين ان أغلبيتهم يفقدون دافعية الانجاز لديهم إذا ما تأخر حصولهم على أجورهم.

2-5- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

5-2-1- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات الجزئية:

من خلال الدراسة التي قمنا بإجرائها قصد معرفة: الإصابات الرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر قمنا بطرح ثلاث أسئلة جزئية متفرعة عن الإشكالية، ثم اقترحنا ثلاث فرضيات لدراستها ميدانيا وتسجيل النتائج من خلال الواقع الميداني.

أ- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الأولى:

- تؤثر الإصابات الرياضية على تراجع مردودية لاعبي كرة القدم.

الجدول رقم (17): الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الأول.

نتائج المحور الأول			
الدلالة الإحصائية	كا ² المجدولة	كا ² المحسوبة	كا ² العبارات
دالة	5.99	10.75	العبارة رقم 01
دالة	3.84	40.96	العبارة رقم 02
دالة	3.84	9	العبارة رقم 03
دالة	3.84	23.04	العبارة رقم 04
دالة	5.99	62.45	العبارة رقم 05
دالة	5.99	99.24	العبارة رقم 06

بعد عرض وتحليل نتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على لاعبي كرة القدم في أندية ولاية البويرة، وبعد عملية التحليل ثم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طرحنا من خلالها فرضيات بحثنا، وانطلاقا من الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها أن: الإصابات الرياضية تؤثر على تراجع مردودية لاعبي كرة القدم. ومن خلال النتائج المتحصل عليها والجدول رقم (01)، (02)، (04)، (05)، (06)، إضافة إلى النسب المئوية 48%، 82%، 65%، 74%، 74%، 70%، 80%، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج (اختبار كا²)، تبين أن معظم اللاعبين يرون أن الإصابات الرياضية تؤثر بشكل كبير على تراجع مردودية لاعبي كرة القدم وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الأولى .

وبالتالي يمكن القول بأنه قد تحققت صحة الفرضية الجزئية الأولى بنسبة كبيرة.

ب - مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثانية:

- تؤثر دافعية الانجاز الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم.

الجدول رقم (18): الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثاني.

نتائج المحور الثاني			
الدلالة الإحصائية	ك ² المجدولة	ك ² المحسوبة	ك ² العبارات
دالة	3.84	77.44	العبارة رقم 07
دالة	3.84	64	العبارة رقم 08
دالة	3.84	36	العبارة رقم 09
دالة	3.84	81	العبارة رقم 10
دالة	3.84	81	العبارة رقم 11

انطلاقاً من الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها أن: دافعية الانجاز الرياضي تؤثر على أداء لاعبي كرة القدم.

ومن خلال الجداول رقم (07)، (08)، (09)، (10)، (11)، إضافة إلى النسب المئوية 94%، 90%، 80%، 95%، 95%، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج (اختبار ك²) تبين أن معظم اللاعبين يرون أن دافعية الانجاز الرياضي تؤثر وبشكل كبير على أداء لاعبي كرة القدم. وبالتالي نستنتج أن الفرضية الثانية قد تحققت إلى حد كبير.

ج- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثالثة:

- للإصابات دور في تقليل دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم.

الجدول رقم (19): الدلالة الإحصائية لعبارات المحور الثالث.

نتائج المحور الثالث			
الدلالة الإحصائية	كا ² المجدولة	كا ² المحسوبة	كا ² العبارات
دالة	3.84	15.8	العبارة رقم 12
دالة	3.84	38.6	العبارة رقم 13
دالة	3.84	6.2	العبارة رقم 14
دالة	3.84	29.4	العبارة رقم 15
دالة	3.84	9.8	العبارة رقم 16

انطلاقاً من الفرضية الجزئية الثالثة التي مفادها أن: للإصابات دور في تقليل دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة

القدم.

ومن خلال الجداول رقم (12)، (13)، (14)، (15)، (16) إضافة إلى النسب المئوية 90% 60% 67% 90%

86%، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج (اختبار كا²) تبين أن لدافعية الانجاز الرياضي انعكاس

على أداء لاعبي كرة القدم ، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الثالثة .

وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت بنسبة كبيرة.

" وفي الأخير يمكننا القول بأن الفرضيات المقترحة جاءت في سياق النتائج المتحصل عليها " .

5-3- مناقشة ومقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة:

- الجدول رقم (20): مقابلة النتائج بالفرضية العامة.

من خلال الجدول رقم (20) يتبين لنا أن الفرضيات الجزئية المقترحة في بداية الدراسة قد تحققت، ومن خلال هذا نستطيع القول بأن الفرضية العامة والتي تقول أن الإصابات الرياضية تؤثر على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر تحققت أيضا بنسبة كبيرة .

النتائج	صياغتها	الفرضية
تحققت	تؤثر الإصابات الرياضية على تراجع مردودية لاعبي كرة القدم.	الفرضية الجزئية الأولى
تحققت	تؤثر دافعية الانجاز الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم.	الفرضية الجزئية الثانية
تحققت	لدافعية الانجاز الرياضي انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم.	الفرضية الجزئية الثالثة
تحققت	تؤثر الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.	الفرضية العامة

مناقشة الفرضية العامة:

من خلال طرح أسئلة الاستبيان ومناقشة الفرضيات الجزئية التي تطرقت معظم أسئلتها الموجهة للاعبين كرة القدم حول الإصابات الرياضية التي يتعرض لها لاعبو كرة القدم ودرجة خطورتها ومدى تأثيرها على مردوديتهم وانجازاتهم خلال المباريات وانعكاساتها على سلوك اللاعبين في نقادي التعرض للإصابة، وكذلك بتحقيق الجانب الثاني للأسئلة المنطوية تحت الفرضية الجزئية الثانية والتي تتمحور معظم أسئلتها حول دافعية الانجاز الرياضي ومدى تأثيرها على مردودية اللاعبين حيث أكد معظمهم أن سبب تراجع مردودهم الحالي هو التعرض الكثير للإصابات كما اقرروا بأنهم يتجنبون الاحتكاك العدواني خلال المباريات وانهم قادرون على التخلي عن الرغبة في النجاح وتحقيق الفوز خوفا من تكرار الإصابة وكذلك بتحقيق الجانب الثالث للأسئلة المنطوية تحت الفرضية الجزئية الثانية والتي تتمحور معظم أسئلتها حول انعكاس دافعية الانجاز الرياضي على اداء اللاعبين حيث أكدوا أن تلقيهم للثناء والشكر عند الفوز بالمباريات يزيد من دافعية الانجاز لديهم كما أن للمنافس القوي اثر كبير على زيادة رغبتهم في النجاح والفوز بالمباريات وبالتالي بتحققهم تحققت فرضيتنا العامة والمتمثلة في تأثير الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

خلاصة:

احتوى هذا الفصل على عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث، لكل من الفرضيات التي تناولناها على شكل محاور وذلك لمعرفة آراء ووجهات نظر الأساتذة حول دور الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، واستخدمنا في الحصول على النتائج كل من النسبة المئوية واختبار χ^2 ، وذلك لمعرفة الدلالة الإحصائية لهذه النتائج.

الاستنتاج العام:

من خلال ما توصلنا إليه من نتائج هذا البحث ومن خلال الفرضيات المطروحة يمكن أن نستنتج أن للإصابة الرياضية انعكاس سلبي بدرجة كبيرة على دافعية الإنجاز للاعب كرة القدم إذ يترتب عن سوء التكفل بها عواقب صحية على الرياضي.

لقد قمنا بتقسيم أسئلة هذا الجانب إلى ثلاثة محاور أساسية حسب الفرضيات الموضوعية في إشكاليتنا، ومن هذا التقييم الذي يعتبر المخطط الرئيسي في هذا الجانب توصلنا إلى الاستنتاج العام ألا وهو :

- الإصابة الرياضية هي هاجس لكل لاعب وهي ذات انعكاس سلبي على نفسيته وبالتالي على المردود.
- الخوف من الإصابة الرياضية يقلل من مردود اللاعب.
- أغلب اللاعبين يتجاهلون الإصابة أثناء المنافسة وهي ما يؤدي إلى تفاقمها.
- شدة الإصابة من حيث الخطورة تنعكس سلباً على الأداء الرياضي.
- يجب الاهتمام بدرجة كبيرة بالجانب الطبي خاصة إعادة التأهيل الذي لا بد أن يتمشى مع نوعية الإصابة.
- الإصابة الرياضية تنعكس سلباً على أداء اللاعبين.
- الإصابة الرياضية تعمل على التخفيض من دافعية الإنجاز لدى اللاعبين.
- تؤثر الإصابات الرياضية على الجانب البدني وكذا الجانب النفسي للرياضي.

اقتراحات وفروض مستقبلية:

- من خلال نتائج الدراسة فإنه يمكن صياغة الاقتراحات والتوصيات التالية:
- الاهتمام برفع مستوى اللياقة البدنية.
- ضرورة تقديم العلاج والعناية الكافية بعد الإصابة.
- الاهتمام بالجانب النفسي للرياضي المصاب.
- تكوين أطباء مختصين في مجال علم النفس الرياضي.
- يجب على المدرب القيام بحصص التوعية للاعبين حول الإصابات والتقليل من القلق والخوف الذي ينتابهم.
- ضرورة تنمية العلاقة بين المدرب واللاعب أثناء الحصة التدريبية والمباراة .
- التكفل الحقيقي باللاعبين الذين يعانون من مخاوف التعرض لإصابة رياضية وذلك بإخضاعهم لبرامج إعادة التأهيل النفسي.
- ضرورة الاهتمام بإعادة التأهيل النفسي لما بعد الإصابة الرياضية.
- ضرورة الإهتمام بالرياضة وذلك من خلال توفير كافة الوسائل التي تسمح لها ببلوغ أهدافها.
- العمل على تنمية دافعية الإنجاز لكرة القدم.
- ضرورة تنمية العلاقة بين المدرب واللاعب أثناء الحصة التدريبية.

خاتمة:

بعد الدراسة التي قمنا بها من خلال مذكرة التخرج بعنوان "الإصابات الرياضية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر" توصلنا لمجموعة من الاستنتاجات والنتائج وهذا من أجل إزالة الغبار على هذه التساؤلات وان دراستنا لهذا الموضوع لم تكن عشوائية أو من قبل الصدفة وإنما هي نابعة من اقتناع لما قد تنعكس إيجابا على لاعبي كرة القدم فمن بين أسباب تألق إي رياضة واحتلالها مكانة مرموقة هو سهر القائمين عليها وبذلهم مجهودات وتضحيات كبيرة لإعطائها العناية الكاملة والكافين من أجل الاستمرارية والتطور.

وتشتمل كرة القدم على مجموعة من التمارين الرياضية التي تمكن اللاعب من تحقيق حاجاته النفسية، فمن خلال هذه الحصة يرغب اللاعب دوما في تحقيق الأداء المتميز للأعمال المطلوبة منه بأقل وقت وجهد ممكنين، (وهذا هو بالضبط مفهوم دافعية الإنجاز) وعندما يسعى هذا اللاعب نحو النجاح في ذلك فإنه يسعى نحو المتعة والرضا عن الذات، وبالتالي فإنه لا يمكن لكرة القدم أن تبلغ أهدافها مالم تكن دافعية الإنجاز الرياضي عند الرياضي مرتفعة.

ومن خلال دراستنا هذه تبين لنا أن الإصابات الرياضية تنعكس سلبا على دافعية الإنجاز عند لاعبي كرة القدم الذين سبق لهم وأن تعرضوا لإصابات رياضية هذا الانعكاس الذي يظهر على سلوكهم وعلى أدائهم وعلى مستوى التنافس عندهم وحتى على رغباتهم في تحقيق النجاح وتجنب الفشل، لذلك فإن من الضروري الاهتمام بهذه الظاهرة ليس فقط على المستوى النخبوي رفيع المستوى وإنما يجب أن يمتد هذا الاهتمام جميع المستويات.

هذا الاهتمام الذي تبدأ خطوته الأولى بالتوعية بمخاطر الإصابات الرياضية والبحث عن الأسباب المؤدية إليها ومحاولة تطوير طرق الوقاية والعلاج منها حيث أنه يمكن ملاحظة أن الرياضي عندما يتعرض لإصابة رياضية تحدث له تغيرات بدنية ونفسية وكثيرا ما يتم الاهتمام بالتأهيل البدني على حساب التأهيل النفسي الذي ينظر إليه على أنه من الجوانب الهامشية التي يمكن إهمالها، والمظاهر النفسية الناتجة عن الإصابة (كالخوف و القلق ونقص الثقة في النفس وغيرها) من شأنها أن تؤدي إلى نتائج كارثية مالم يتم معالجتها بطرق إعادة التأهيل النفسي، ناهيك على أن الاستجابات النفسية التي يمر بها المصاب والتي تبدأ بمرحلة لرفض وتنتهي بمرحلة التقبل وإعادة التنظيم تتطلب هي الأخرى رعاية ومتابعة من طرف الأخصائيين النفسيين وذلك من أجل ضمان الانتقال السليم من مرحلة إلى أخرى.

المبيليوغرافيا

قائمة المصادر:

- 01- كتاب الله، القران الكريم، سورة النمل، الاية 19.
 - 02- حديث نبوي، رواه البيهقي في شعب الايمان و ضعفه، عن النبي صلى الله عليه وسلم.
- قائمة المراجع باللغة العربية:
- 01- أسامة رياض: "الطب الرياضي وكرة اليد"، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999.
 - 02- أسامة رياض: "الطب الرياضي وإصابات الملاعب"، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
 - 03- أسامة رياض، إمام حسن محمد النجمي: "الطب الرياضي والعلاج الطبيعي"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر الجديدة ، 1999.
 - 04- أسامة رياض، إمام حسن محمد النجمي: "الطب الرياضي والعلاج الطبيعي"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر الجديدة ، 1999.
 - 05- أسامة كامل راتب: "الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور" ، دار الفكر العربي ، ط1 ، بدون بلد ، 1997 .
 - 06- أسامة كامل راتب: "دوافع التفوق الرياضي" دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1990.
 - 07- أسامة كامل راتب: "تدريب المهارات النفسية للتطبيقات في المجال الرياضي"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2000.
 - 80- أسامة كامل راتب، "علم النفس الرياضية ، مفاهيم ، التطبيقات" ، مصر، دار الفكر العربي، 2003.
 - 09- إبراهيم البصري: "الطب الرياضي"، دار الحرية، 1976
 - 10- بوداود عبد اليمين: "مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات التشاطات البدنية والرياضية ديوان المطبوعات الجامعية".
 - 11- بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: "دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية"، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، مذكرة ليسانس، جوان 1997.
 - 12- براز علي جوكل، "مبادئ واساسيات الطب الرياضي"، ط1، دار الدجلة، عمان، 2007.
 - 13- حسين احمد الشافعي، سوزان احمد علي مرسى: "مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، الاسكندرية- منشأة المعارف
 - 14- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"، دار العام للملايين، ط1، بيروت، 1977.
 - 15- حلمي المليجي: "علم النفس المعاصر" ، دار العربية، ط6، لبنان، 1984.
 - 16- حياة عياد روفائيل: "إصابات الملاعب وقاية علاج طبيعي إسعاف" ، منشأة المعارف ، الإسكندرية.
 - 17- رومي جميل: "كرة القدم" ، دار النقائص، ط1، بيروت، لبنان، 1986.
 - 18- صالح محمد علي أبو جادو: "علم النفس التربوي" دار المسيرة، ط1، الأردن ، بدون سنة.
 - 19- صدقي نورالدين محمد: "المشاركة الرياضية والنمو النفسي للأطفال" ، دار الفكر العربي ، ط1 ، مصر 1998.

20- صلاح عبد الله الزغبى، "الوجيز في الإسعافات والإصابات الرياضية والعلاج الطبيعي"، ط1، دار الفكر، عمان، 1995.

21- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر: "موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004.

22- عبد الكريم بوحفص: "الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والإنسانية"، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006.

23- عبد الرحمان عبد الحميد زاهر، "موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية"، ط1، امون القاهرة، 2004.

24- عبدا لرحمان عيساوي: "سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، 1980.

25- عبد الودود، "دافعية الانجاز في المجال الرياضي"، مصر، بدون طبعة، 2014.

26- كاضم، مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة، لبنان، 2005.

28- كامل طه لويس، "محاضرات في علم النفس الرياضي لطلبة الماجستير" العراق، 1999-2000.

29- محمد حسن علاوي: "علم النفس الرياضي"، دار المعارف، بدون طبعة، مصر، 1987.

30- محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الإصابة الرياضية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.

31- محمد حسن علاوي: "سيكولوجية التدريب والمنافسة"، المعارف، ط1، مصر، 1987.

32- محمد حسن علاوي: "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين"، مركز الكتاب للنشر، ط1، مصر، 1998.

33- مختار سالم: "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988.

34- مصطفى عشوي: "مدخل إلى علم النفس"، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1990.

35- محمد رفعت: "كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية"، دار البحار، بدون طبعة، لبنان، 1998.

36- محمد عادل رشدي، "علم الإصابات الرياضية"، بدون طبعة، دار منشأة المعارف، الاسكندرية، 1991.

37- موفق مجيد المولى: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان، 1999.

38- منذر هاشم الخطيب، علي الخياط، "قواعد اللياقة البدنية في كرة القدم"، ط1، دار المناهج، 2000.

39- يحي كاظم النقيب: "علم النفس الرياضية"، معهد إعداد القادة، بدون طبعة، السعودية، 1990.

قائمة المراجع باللغة الفرنسية:

01- Gerand , bet gros.g " lentrqie;ent de basket – ball " ed ,vigat , paris 1985.

02- Macolin (Revue) des acteurs qui cantribuent a la peformanuce indivuidelle ou d'une equipe.N° 2 SPOD . , 1998.P12 .

03- Thomas . " préparation psychologique du sportif " ed vigot . 1991 p 322

04- WWW.ELAZAYEM.COM /(40) htm-15/03/200³

الملاحق

الملحق رقم (1)

المحور الأول: هل للإصابات الرياضية دور في تراجع مردودية لاعبي كرة القدم؟

1 - ماهي درجة خطورة الإصابة التي تعرضت لها؟

<input type="checkbox"/>	خطيرة	<input type="checkbox"/>	متوسطة	<input type="checkbox"/>	خفيفة
--------------------------	-------	--------------------------	--------	--------------------------	-------

2_ هل أثرت على مردودك الحالي؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

3_ هل ينتابك الخوف من التعرض للإصابة أثناء المباراة او الحصة التدريبية؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

4_ هل أصبحت حذرا أكثر من ذي قبل أثناء المباراة لتجنب الإصابة؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

5_ كيف كان أداؤك قبل الإصابة؟

<input type="checkbox"/>	ممتاز	<input type="checkbox"/>	متوسط	<input type="checkbox"/>	جيد
--------------------------	-------	--------------------------	-------	--------------------------	-----

6_ هل يرجع تراجعت مردودك الحالي الى:

<input type="checkbox"/>	كثرة المباريات	<input type="checkbox"/>	الارهاق	<input type="checkbox"/>	الاصابة
--------------------------	----------------	--------------------------	---------	--------------------------	---------

المحور الثاني: هل لدافعية الانجاز الرياضي انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم؟

1_ هل تتلقون الثناء و الشكر من المدرب عند الفوز بالمباريات؟

لا

نعم

2_ هل تتلقون التوبيخ و الانتقادات من المدرب عند الخسارة؟

لا

نعم

3_ هل تتلقون علاوات معتبرة عند الفوز بالمباريات؟

لا

نعم

4_ هل يزيد المنافس القوي من دافعتك في الفوز في المباريات؟

لا

نعم

5_ هل تأخر حصولكم على الأجور يقلل من الدافعية لديكم؟

لا

نعم

المحور الثالث: هل للإصابات دور في تقليل دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم؟

1_ هل ترغب في ان تكون لاعبا ناجحا؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

2_ هل تغيرت تلك الرغبة بعد تعرضك للإصابة؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

3_ هل تتغلى عن دافعتك للانجاز خوفا من تكرار الإصابة؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

4_ هل تعتقد انك قادر على تحسين أدائك؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

5_ هل تتجنب الاحتكاك العدواني لتفادي الإصابة؟

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم
--------------------------	----	--------------------------	-----

جامعة أكلي محند أولحاج

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية-البويرة

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان موجه للاعبين

أساتذتنا الكرام نظرا لمستواكم العلمي و خبرتكم في مجال البحث العلمي يسرنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التحكيمية وهذا في إطار انجاز مذكرة بعنوان: الإصابات الرياضية و علاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس يسرنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي نلتمس منكم أيها الأساتذة الأعزاء الإجابة على أسئلتنا بكل صدق و موضوعية من أجل التوصل إلى نتائج تفيد دراستنا؛ وفي الأخير تقبلوا منا فائق التقدير و الاحترام

تحت إشراف الأستاذ:

برجم رضوان

إعداد الطالبان:

العربي شريف كمال

لوصيف عمر

استمارة استبيان موجه للاعبين

مذكرة بعنوان: الاصابات الرياضية و علاقتها بدافعية الاجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف اكابر

تحت اشراف الاستاذ:

برجم رضوان

اعداد الطالبان:

العربي شريف كمال

لوصيف عمر

راي الخبراء المحكمين حول استمارة الاستبيان الموجه للاعبين

اسم الاستاذ	الرتبة العلمية	الجامعة	الملاحظات	الامضاء
علوان رفيق	استاذ محاضر "ب"	البويرة	مقبول بعد تعديل في بعض العبارات	
مهنوري خليل	اساتذ حاصل	البويرة	"	
ماسي عبد العزيز	استاذ محاضر	البويرة	"	

و في الاخير تقبلو فائق التقدير و الاحترام

الملحق رقم (2)



الرقم:...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة):

الكرامة القدر

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة):

- رقم التسجيل:

- تاريخ ومكان الميلاد:



للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمنكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.



رئيس قسم التكوين والتدريب

د. ساسي عبد العزيز



الرقم: لم ع ت ن ب ر .

إلى السيد (ة): رئيس الواجبات الولا ئية

لكري ك القدم

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): العري شريف كمال

- رقم التسجيل: K12.T001

- تاريخ ومكان الميلاد: سور الغزلون، بويرة البويرة، 1994/04/29

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم
رئيس قسم التمرين الرياضي بالبويرة
د. ساسي عبد العزيز

الملحق رقم (3)



الرقم:...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): (رئيس) بنادي (مدين) ب.....

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): (أ. العربي شريف كمال)

- رقم التسجيل: K.12T.001

- تاريخ ومكان الميلاد: 1994/04/29 سور الغزلون ولاية البويرة

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.



رئيس قسم النشاط البدني
الرياضي التربوي بالبويرة
أ. علوان رفيفي

الملحق رقم (4)



الرقم:...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): رئيس، الجمعية الفيدرالية للرياضة... البويرة

..تعنانت أحمد..

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): لوعيف عمار

- رقم التسجيل: K130035

- تاريخ ومكان الميلاد: 03... 09... 1992... عين بسلم

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم
قسم رئيس قسم النشاط البدني
الرياضة والتربية بالنيابة
أحمد رفيع

جمعية الشبيبة الرياضية البويرة
JSA
ADJIBA
رئيس الجمعية
بويرة - البويرة
تعنانت أحمد

الملحق رقم (5)



الرقم:...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): **حسني بن قاسم**

رئيس النادي الرياضي للراك و فو و ب و الجزائر

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): **لو فتيحة**

- رقم التسجيل: **K.13.0035**

- تاريخ ومكان الميلاد: **1992/09/03**

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم
جامعة البويرة
قسم النشاط البدني والرياضي
رئيس قسم النشاط البدني والرياضي
الرياضي التريوي بالدرجة الأولى
أ. علوان رفيق

رئيس النادي الرياضي للراك و فو و ب و الجزائر
لو فتيحة



الرقم: / م ع ت ن ب ر .

إلى السيد (ة): **حميدي بلقاسم**

رئيس النادي الرياضي للوهك في سبور الغزلان

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): **العزيزي شريف كمال**

- رقم التسجيل: **1121001**

- تاريخ ومكان الميلاد: **1994/04/29 سبور الغزلان ولاية البويرة**

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.



**رئيس قسم النشاط البدني*
الرياضي التربوي بالنيابة***

أ. علوان رفيق



الملحق رقم (6)



الرقم:/م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): بوقت قوير

رئيس النادي الرياضي للدراسة الجامعية أوريا

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): كور

- رقم التسجيل: K.13.00.35

- تاريخ ومكان الميلاد: 1992 / 09 / 03 عين بسطام

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016. الذي يندرج ضمن التحضير لمنكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.



رئيس قسم النشاط البدني
الرياضي التربوي بالبويرة
أ. علوان رفيق





الرقم:/م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): **بوفيه قويدر**

رئيس النادي الرياني الهلالي بولاية أوز

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): **العربي شريف كمال**

- رقم التسجيل: **K12.2001**

- تاريخ ومكان الميلاد: **29/04/1994 سور الغزلان ولاية البويرة**

للقيام بدراسة ميدانية على مستوى مؤسستكم خلال الموسم الجامعي 2015 / 2016، الذي يندرج ضمن التحضير لمنكرة تخرج شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم



رئيس قسم النشاط البدني
الرياضي التربوي بالبويرة

أ. علوان رفيق

