أثر برنامج تدريبي بالألعاب التمهيدية على درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى ناشئي كرة القدم U17

د . بلعروسي سليمان *

الملخص :

موضوع بحثنا يهدف إلى إبراز فاعلية تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب التمهيدية على درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى ناشئي كرة القدم U17. لقد شغل موضوع التوافق النفسى والاجتماعى حيزاً كبيراً فى الدراسات والبحوث لأهميته فى حياة الناس ، فالتوافق ليس مرادفًا للصحة النفسية فحسب بل يرجعه الأكثر إلى أنه الصحة النفسية بعينها ، فهو الهدف الرئيسى لجميع فروع علم النفس بصورة عامة ، ومن أهم أهداف العملية الإرشادية والعلاج النفسى ويرتب فى أوائل أهداف الإرشاد النفسى. أجريت الدراسة على 30 لاعبا ناشئا قسموا الى عينتين متكافئتين ضابطة و تجريبية ، تدربت العينة التجريبية على برنامج وظفت فيه تمارين بالألعاب التمهيدية وتركت العينة الضابطة تتدرب بالبرنامج العادي .

من خلال النتائج المتوصل بعد تحليل مقياس التوافق النفسي الاجتماعي على كلتا العينتين و بعد التحليل الاحصائي لنتائج الاختبارات القبلية و البعدية لعينتي البحث استخلص الباحث أن استخدام الألعاب التمهيدية له أثر ايجابي على درجة التوافق النفسي الاجتماعي في اختصاص كرة القدم .

كما استنتج الباحث ان التدريب من خلال توظيف الالعاب التمهيدية الجماعية المقترحة ، أدى إلى زيادة معدلات التحسن فى التوافق النفسيوالاجتماعي للعينة قيد البحث للمجموعة التجريبية.

الكلمات الدالة: الألعاب التمهيدية ـ كرة القدم ـ فئة الناشئين ـ التوافق النفسي ـ التوافق الاجتماعي التوافق العام.

Résumé:

L'importance de cette étude réside en l'impact d'un programme D'entrainement basé sur les jeux préliminaires sur quelques qualités physiques et techniques et l'ajustement psychosocial chez les jeunes footballeurs (U17) Le chercheur a met les hypothèses suivants :

L'utilisation du programme d'entrainements basé sur les jeux préliminaires peut améliorer les degrés de l'ajustement psychologique des jeunes footballeurs.

L'utilisation du programme d'entrainements basé sur les jeux préliminaires peut améliorer les degrés de l'ajustement social des jeunes footballeurs.

L'utilisation du programme d'entrainement peut améliorer les degrés de l'ajustement psychosocial jeunes footballeurs.

Modalités de la recherche :La chercheur a appliqué la méthode expérimentale en raison de son adéquation avec la nature même de la recherche , sur un échantillon de 30 coureurs repartis en deux groupes de15 joueurs (expérimentale et contrôle) On veillant a respecter graphiquement toutes les variations fonctionnelles et physiques on tenant compte de l'âge ,taille et du poids des joueurs, les deux groupes ont été soumis a des épreuves diagnostiques préalables avant l'application du programme , ce dernier a duré 08 semaines en raison de04 séances par semaine

A la fin du programme d'entrainement une épreuve finale a été prévue respectons les mêmes mesures que celles qui ont été appliquées lors des épreuves préalables.

Par conséquence on a procédé aune analyse statistique des données obtenues on utilisant SMA ,

* معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة حسيبة بن بوعلي ـ الشلف ـ

l'écart type et le test de student

Le chercheur a constaté que L'échantillon expérimental a réalisé une progression substantielle dans tousles degrés de l'ajustement que soit psychologique ou bien sociale et sur l'ajustement générale (psychosocial).

Cela est dûà l'application du programme d'entrainement basé sur les jeux préliminaires , le chercheur a constaté que le programme a été rapide et efficace pour le développement des degrés de l'ajustement psychosocial chez les jeunes footballeurs .

les résultats obtenus dans les degrés de l'ajustement psychosocial montrent que tous les écarts constatés étaient en faveur du groupe de l'échantillon expérimental, ce qui nous permet de conclure que ce groupe a réalisé une amélioration importante dans les variables de la recherche.

Mots Clefs :

* les jeux préliminaires * football * jeunes footballeurs *l'ajustement que soit psychologique * * l'ajustement sociale *l'ajustement générale (psychosocial).

1 . المقدمة و اشكالية البحث: المتعة ، التشويق ، التحفيز كلها أصبحت سمات كرة القدم والتي أضحت من الرياضات الأكثر شعبية في العالم حيث يمارسها ويشاهدها الكثيرين ، فتستهويهم لتعدد مهاراتها وتنوعها ، فتظهر متعتها في إتقان اللاعبين للأداء المهارى ومدى التعاون في استغلال هذه المهارات في خدمة الجماعة لتحقيق الغاية وهي إحراز الأهداف التي يترقبها المشاهدين مما دفع بدول كثيرة لبذل جهودا مستمرة لإعداد ناشئي كرة القدم على أسس علمية باعتبارها القاعدة الأساسية التي يعتمد عليها لنمو وازدهار اللعبة كونها أحد الأنشطة الرياضية تتميز بأنها لعبة مركبة من الجانب النفسي المهارى والبدني .

إن الدوافع التي أدت بنا إلى القيام بهذا البحث هو أن الدراسات الجادة حول هذا الموضوع تكاد تكون قليلة خاصة في الجزائر ، من خلال الاطلاع على الدراسات والأبحاث والرسائل والأطروحات السابقة في مجال البرامج التدريبية ، فقد لاحظ الباحث أن الاهتمام الأكبر في هذه الدراسات كان منصب على اللاعبين في كرة القدم من الجانب البدني و المهاري و الخططي و اهمال الجانب النفسي باعتباره علم قائم بذاته ، إن التخطيط العلمي لبرامج التدريب الرياضي من الوسائل الفعالة التي تؤدي إلى التقدم بمستوى الناشئين والفرق في جميع الألعاب الرياضية وخاصة كرة القدم التي ما تزال في الجزائر ولكافة الأعمار تواجه كثيرا من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك يرجع لعدة أسباب منها عدم استعمال البرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية.

والملاحظ لنتائج العشرية الأخيرة لكرة القدم الجزائرية يتبين له جليا تدني مستوى هذه اللعبة والذي مازال بعيدا كل البعد عن المستوى العالمي المطلوب من حيث النتائج المحصل عليها من جهة بالإضافة إلى افتقار اللاعب الجزائري للحالة النفسية الجيدة و بالخصوص التوافق النفسي الاجتماعي .

أمام هذه الظروف يكون المربي في حالة ماسة للألعاب التمهيدية و توظيفها داخل البرامج التدريبية لإضفاء روح المتعة لدى الناشئ ، مع الأخذ بعين الاعتبار الخصائص النفسية والبدنية لهذه المرحلة (الناشئين) حيث تعتبر هذه المرحلة من المراحل الحساسة في نمو الفرد كما تعتبر كذلك في الدول المتقدمة مرحلة التخصص الرياضي.

وإنطلاقا من هذه المعطيات فإن اللعب هو الوسيلة الناجعة لحل هذه الظروف الصعبة ، ويشير محمد حسن علاوى إلى أن الفصل بين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعيفى المجال الرياضي يعتبر تعسفًا؛ حيث يؤثر كل منهما فى الآخر ويتأثر به(1).

ويشير أبو النجا أحمد عز الدين إلى أن الألعاب الرياضية بإمكاناتها المتعددة تعد من الوسائل الفعالة التي

تسهم بقسطٍ وافر في تشكيل وتكوين الشخصية(2).

ويشير عبد النبي الجمال ، إلى أن الألعاب جميعها تهدف إلى إكساب اللاعب المشترك فى النشاط الرياضى القدرات والمهارات الاجتماعية النافعة سواءً فى اللعب أو فى الحياة العامة؛ حيث تنمى هذه الألعاب قدرة التلميذ على التفاعل الاجتماعي كالتعاون ومساعدة الغير وإنكار الذات(3).

ويشير سعد المغربيإلى أن المتوافق نفسيًا واجتماعيًا يتصف بأنه شخصية متكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته ، والذى يتحمل عناء الحاضر من أجل المستقبل متصفًا بتناسق سلوكه وعدم تناقضه ومنسجمًا مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليته مع تمتعه بنمو سليم غير متطرف فى انفعالاته ومساهم في مجتمعه(4).

ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحثوانطلاقا من هذه المعطيات فإن اللعب هو الوسيلة الناجعة لحل هذه الظروف الصعبة وهذا ما دفعنا إلى طرح هذه التساؤل:

هل اللعب والالعاب التمهيدية لها دورفي الرفع من مستوى درجات التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي بالاضافة الى التوافق العام لناشئي كرة القدم ؟

2 . أهداف البحث: يهدف البحث الحالى إلى تصميم برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسىوالاجتماعى لدى ناشئي كرة القدم U17 ، وذلك من خلال:

ـ التعرف على تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح على المجموعة التجريبية.

ـ التعرف على الفروق الدالة إحصائيًا الناتجة عن تأثير برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية المقترح على درجات التوافق النفسي الاجتماعي بين كل من المجموعتين التجريبية والضابطة.

3 . فروض البحث :

ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى معدلات التحسن بين القياسات القبلية والبعدية ، ولصالح القياسات البعدية في درجات التوافق النفسىوالاجتماعى لدى المجموعة التجريبية.

ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ، ولصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

4 . مصطلحات البحث

4 . 1 . الألعاب التمهيدية: تعرفها إيلين وديع فرجبأنها مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة؛ حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تُعد اللاعب لألعاب الفرق. **(5).**

4 . 2 . فئة الناشئين: هي مجموعة من الرياضيين ينتمون إلى الفئة U17اي الفئة العمرية اقل من 17 سنة.

4 . 3 . التوافق النفسى: يعرفه مصطفى فهمي بأنه: تلك العملية الديناميكية المستمرة التى يهدف بها الفرد ـ التلميذ ـ إلى أن يغير من سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقًا بينه وبين نفسه من جهة ، وبينه وبين البيئة من جهة أخرى **(6)**.

4 . 4 . التوافق الاجتماعى: يعرفه مصطفى فهمى ، بأنه: رد فعل طبيعى لكل تغيير ينشأ فى المجتمع يهدف إلى القيام بنوع من المواءمة بين الفرد ـ التلميذ ـ والجماعة**(7)**.

4 . 5 . التوافق النفسيالاجتماعي:يعرفه أحمد عزت راجح ، بأنه: قدرة التلميذ على التواؤم والتوازن بينه وبين بيئته مادية كانت أو اجتماعية ، أي قدرته على مجاراة ظروفها ومتطلباتها ومعاييرها وقوانينها على نحو لا يتنافى مع رضائه عن نفسه ورضاء المجتمع عنه**(8)**.

5 . الدراسات السابقة :

5 . 1 . دراسة السيد محمد أبو النور حسن (2004 م) ، وهدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى رياضة الهوكى لطلاب كلية التربية الرياضية ـ جامعة المنصورة ، واستخدم الباحث المنهج التجريبى باستخدام التصميم التجريبى لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلىوالبعدى لكل مجموعة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقية العشوائية؛ حيث بلغ حجم العينة 70 طالبًا من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية ـ جامعة المنصورة ، وكانت أهم النتائج: البرنامج التعليمى المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية له تأثير إيجابى واضح على تعلم المهارات الحركية قيد البحث(9).

5 . 2 دراسة حسين محمد الأطرش 2005 م والتى هدفت إلى التعرف على التوافق النفسىالاجتماعى وعلاقته بالذكاء لدى عينة من طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته بلبيا ، وفقًا لمتغيرى الجنس والتخصص ، ومحاولة تفسير هذه العلاقة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفى الارتباطى ، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية ، وبلغ قوامها 264 طالبًا وطالبةً من كليات العلوم الإنسانية والتطبيقية.

وكانت أهم النتائج : عدم وجود علاقة دالة إحصائيًا بين التوافق النفسىالاجتماعى ، والذكاء لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة 0.05 ـ عدم وجود علاقة ارتباطية بين التوافق النفسى الاجتماعى والذكاء لدى الذكور ووجود هذه العلاقة لدى الإناث ـ وجود فروق غير دالة إحصائيًا فى التوافق النفسى الاجتماعى وفقًا لمتغيرى الجنس والتخصص(10).

5 ـ 3 دراسة كازلوفسكى (Kozolobckozo, 1981) وهدفت إلى التعرف على تأثير استخدام الألعاب الصغيرة فى الإعداد البدنىللاعبى كرة القدم ، واستخدم الباحث المنهج التجريبى بتصميم مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وكانت عينة البحث قوامها 30 لاعبًا من لاعبى كرة القدم ، وتم اختيارها بالطريقة العشوائية . وكانت أهم النتائج: أن هناك تفوقًا فى النتائج نتيجة لاستخدام الألعاب الصغيرة ضمن وحدة التدريب فى جزء الإعداد البدنى عن المجموعة التى استخدمت البرنامج التقليدى(11) .

5 ـ 4 دراسة كيرك ، وجروتبيتر(Crick & Grotpeter,1995) ، والتى هدفت إلى التعرف على طبيعة علاقة كل من جنس الطفل ، والتوافق النفسىوالاجتماعى بالسلوك العدوانى لدى الأطفال ، واستخدم الباحثان المنهج الوصفى ، وقد تكونت عينة الدراسة من 491 تلميذًا وتلميذة من الذين يدرسون بالصف الثالث حتى السادس الابتدائي ، وكانت أهم النتائج: يوجد علاقة ارتباطية موجبة بين كلٍ من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب والمفهوم السالب عن الذات ، والسلوك العدواني لدى الأطفال من الجنسين ـ مستوى العدوانية يرتفع لدى الأطفال مع تقدم أعمارهم(12).

6 . الدراسة التطبيقية :

6 . 1 . منهج البحث: استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي وذلك باستخدام القياس القبلي والبعدي ، ويعتبر المنهج التجريبي من أكثر المناهج العلمية استعمالا في البحوث العلمية ، ولكونه أنسب المناهج للوصول إلى أهداف البحث ، وبذلك يتناسب وطبيعة المشكلة التي نحن بصدد دراستها ، وصولا بنا إلى إثبات الأثر الإيجابيعلى درجاتالتوافق النفسيوالاجتماعي لدى ناشئي كرة القدم U17 من خلال توظيف الالعاب التمهيدية ضمن برنامج تدريبي هذا المنهج يمثل الاقتراب الأكثر صدقا لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة علمية ونظرية بالإضافة إلى إسهامه في تقدم البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية ومن بينها علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

2.6. مجتمع وعينة البحث: تمثل مجتمع البحث في أصاغر الوفاق الرياضي لبلدية جديوية ولاية غليزان الذي ينشط ضمن القسم الجهوي الثاني التابع لرابطة وهران الجهوية للموسم الرياضي 2011 ـ 2012 ، و البالغ عددهم 240 لاعب ، حيث قام الباحث باختيار عينة متكونة من مجموعتين ضابطة وتجريبية تمثلت في 30 لاعبا .

	العدد	النسبة المؤوية
المجتمع الأصلي	240	%100
عينة البحث	30	%12.5

جدول رقم(1) يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث

3.6 مجالات البحث:

المجال البشري :

. العينة: تمت الدراسة على لاعبي كرة القدم لبلدية جديوية ولاية غليزان الذي ينشط ضمن القسم الجهوي لصنف أصاغر تتراوح أعمارهم من 13 إلى 15 سنة بلغ عددهم 30 مقسمين إلى قسمين :

ـ 15 عينة ضابطة . ـ 15 عينة تجريبية

. المجال الزمني: لقد امتدت فترة العمل التجريبي على مرحلتين أساسيتين هما:

. المرحلة الأولى: تمثلت في إنجاز التجربة الاستطلاعية والتي امتدت طوال الموسم الرياضي 2011/2012 وتضمنت هذه المرحلة فترة الزيارات الميدانية والمقابلات الشخصية وإعداد وتوزيع الاستبيان على المحكمين من الأساتذة والمدربين.

. المرحلة الثانية : تمثلت هذه المرحلة في توزيع استمارة التوافق النفسي الاجتماعي للتجربة الاستطلاعية 31اوت و 01 سبتمبر 2012 واعيد التطبيق يومي 04و05 سبتمبر2012.

ـ توزيع مقياس التوافق النفسي الاجتماعي اجراء للاختبارات القبلية للتجربة الاساسية ، يومي 07و08 سبتمبر 2012 .

ـ تطبيق البرنامج المتضمن الالعاب التمهيدية حيث امتدت من 09 سبتمبر 2012 الى 04 نوفمبر2012 بواقع 4 حصص تدريبية في الأسبوع.

ـ اجراء الاختبارات البعدية للتجربة الاساسية ، وتوزيع مقياس التوافق النفسي الاجتماعي يومي 09و 10 نوفمبر 2012.

4.6 . أدوات البحث : استخدم الباحث في عملية جمع البيانات الأدوات التالية:

. أولا: المصادر والمراجع العربية والأجنبية

. ثانيا : المقابلات الشخصية

. ثالثا: الاستبيان رابعا: مقياس التوافق النفسي الاجتماعي

. خامسا: الوسائل الإحصائية.

7. الدراسة الاستطلاعية لمقياس التوافق النفسي و الاجتماعي : الغرض منها :

ـ التأكد من صلاحية أداة البحث (مقياس التوافق النفسي الاجتماعي) وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية :

ـ وضوح البنود و ملائمتها لمستوى العينة وخصائصها .

ـ التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس المستخدم (الصدق و الثبات) .

ـ التأكد من وضوح التعليمات .

ـ المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية ، و بالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهنا.

7 .1. وصف مقياس التوافق النفسي الاجتماعي: ويحتوي المقياس على قسمين قسم خاص بالتوافق النفسي والقسم الأخر خاص بالتوافق الاجتماعي بحيث كل قسم يحتوي على ستة أجزاء وكل جزء يحتوي على 15 عبارة ويتكون مقياس التوافق النفسي الاجتماعي في قسمين وهي كالاتي :القسم الأول : التوافق النفسي القسم الثاني : التوافق الاجتماعي

7 .2. ثبات المقياس: ثبات الاختبار صفة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختبار الجيد ، إذ يعرفه مقدم عبد الحفيظ بأنه مدى الدقة و الاتساق ، واستقرار النتائج عند تطبيق أدوات جمع المعلومات على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين**(13)**.

وقد دلت النتائج أن الاختبار يتمتع بدرجات ثبات عالية وهذا ما يبينه الجدول رقم (02) .

القسم الأول التوافق النفسي	معاملات الثابت	القسم الثاني التوافق الاجتماعي	معاملات الثبات
اعتماد المراهق على نفسه	0.814	اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية	0.789
خلو المراهق من الأعراض العصبية	0.925	تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع.	0.817
شعور المراهق بحريته	0.790	علاقات المراهق في المدرسة .	0.889
تحرير المراهق من الميل إلى الانفراد	0.777	علاقات المراهق في البيئة المحلية	.9240

الجدول رقم (02) يبين معاملات الثبات للاختبار

7 .3. صدق المقياس:معامل الصدق الذاتي= الجذر التربيعي لمعامل الثبات

القسم الأول التوافق النفسي	معاملات الصدق	القسم الثاني التوافق الاجتماعي	معاملات الصدق
اعتماد المراهق على نفسه	.9020	اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية	0.888
خلو المراهق من الأعراض العصبية	.9610	تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع.	.9030
شعور المراهق بحريته	.8880	علاقات المراهق في المدرسة .	0.942
تحرير المراهق من الميل إلى الانفراد	.8810	علاقات المراهق في البيئة المحلية	0.915

الجدول رقم(3) يبين معاملات الصدق الذاتي للاختبار

7 .4. كيفية تصحيح المقياس المطبق : يتبع هذا المقياس طريقة تدرج الدرجات تبعا لإيجابية و سلبية العبارات ، أي أنه تعطى الدرجات (2) على الإجابة الموجبة والدرجة (1) على الإجابة السالبة بحيث تجمع كل العلامات المتحصل عليها من خلال إجاباته على عبارات المقياس وتسجل .

وطبقا لهذا النظام فإن أقصى وأدنى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في المقياس تتراوح قيمه بين (180 و 360) و بالتالي فإن :

ـ أقل درجة يمكن أن يحصل عليها المعوق حركيا في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي: 1x 180 = 180

ـ أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها التلميذ في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي: 2x 180 = 360 .

8. النتائج و المناقشة :

8.1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعدية للتوافق النفسي و الاجتماعي لعينتي البحث:

8.1.1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياس القبلي للتوافق النفسي لعينتي البحث:

النتائج قبلية للتوافق النفسي	العدد n	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	درجة الحرية df	مستوى الدلالة &	قيمة T المحسوبة	قيمة T المجدولة	الدلالة
تجريبية	15	47.13	3.314	28	0.05	2.244	2.35	غير دال
ضابطة	15	44.27	3.674					

جدول رقم (4) يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياريوقيمT للعينة التجريبية والضابطةومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا أن مستوى العينتين متجانس من حيث درجة الاختبار القبلي للتوافق الاجتماعي وهذا ما يسهل تطبيق البرنامج التدريبي .

8.2.2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياس القبلي للتوافق الاجتماعي لعينتي البحث: والتي تنص على عدم وجود فروق دالة احصائيا في الاختبار القبلي للعينة التجريبية والضابطة في درجة التوافق الاجتماعي .

النتائج لقبلية لتوافق الاجتماعي	العدد n	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	درجة الحرية df	مستوى الدلالة &	قيمة T المحسوبة	قيمة T المجدولة	الدلالة
تجريبية	15	43.67	3.155	28	0.05	1.99	2.35	غير دال
ضابطة	15	41.47	2.875					

جدول رقم (5) يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياريوقيم T للعينة الضابطة والتجريبية ومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا أن مستوى العينتين متجانس من حيث درجة الاختبار القبلي للتوافق الاجتماعي وهذا ما يسهل تطبيق البرنامج التدريبي .

8.3.عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياس القبلي والبعدي للتوافق النفسي للعينة التجريبية:

اختبار التوافق النفسي للعينة التجريبية	العدد n	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	درجة الحرية df	مستوى الدلالة &	قيمة T المحسوبة	قيمة T المجدولة	الدلالة
بعدي	15	57.67	6.640	14	0.05	5.497	2.98	دال
قبلي		47.13	3.314					

جدول رقم (6) يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للعيناتالمترابطة ومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا أن البرنامج التدريبي اثر ايجابا على الرفع من درجة التوافق النفسي عند اللاعبين وهذا مما فسر لنا زيادة الجانبين البدني والمهاري لدى اللاعبين .

8.4.عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياس القبلي والبعدي للتوافق الاجتماعي للعينة التجريبية:

اختبار التوافق الاجتماعي للعينة التجريبية	العدد n	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	درجة الحرية df	مستوى الدلالة &	قيمة T المحسوبة	قيمة T المجدولة	الدلالة
بعدي	15	54.13	5.139	14	0.05	6.722	2.98	دال
قبلي		43.67	3.155					

جدول رقم (7) يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياريوقيمT للعينة التجريبية والضابطة ومنه ومن خلال ما سبق يتبين لنا أن البرنامج التدريبي اثر ايجابا على الرفع من درجة التوافق الاجتماعي عند اللاعبين

وهذا مما فسر لنا زيادة الجانبين البدني والمهاري لدى اللاعبين .

5.8 عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياس البعدي للتوافق النفسية لعينتي البحث:

اختبار توافق النفسي البعدي	العدد n	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	درجة الحرية df	مستوى الدلالة &	قيمةT المحسوبة	قيمة T المجدولة	الدلالة
تجريبية	15	57.67	6.640	28	0.05	4.643	2.35	دال
ضابطة	15	48.60	3.621					

جدول رقم (8) يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T للعينة التجريبية والضابطة بإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينتين يتبين أن درجة التوافق النفسي للعينة التجريبية كانت أكبر أي (48.60<57.67) ، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة و المقدرة بـ 4.643 فقد كانت اكبر من قيمة (T) المجدولة أي:(2.35<4.643) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05) وهي درجة دالة إحصائيا على وجود فروق بين العينة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي و أن الفرق المسجل بين المتوسطين له دلالة إحصائية عند نفس المستوى.

6.8. عرض وتحليل ومناقشة نتائج القياس البعدي للتوافق الاجتماعي لعينتي البحث:

اختبار التوافق الاجتماعي البعدي	العدد n	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	درجة الحرية df	مستوى الدلالة &	قيمةT المحسوبة	قيمة T المجدولة	الدلالة
تجريبية	15	54.13	5.139	28	0.05	5.796	2.35	دال
ضابطة	15	45.80	2.145					

جدول رقم (9) يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعيار وقيم T للعينة التجريبية والضابطة و بإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينتين يتبين أن درجة التوافق النفسي للعينة التجريبية كانت أكبر أي (45.80<54.13) ، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة و المقدرة بـ 5.796 فقد كانت اكبر من قيمة (T) المجدولة أي:(2.35<5.796) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05) وهي درجة دالة إحصائيا على وجود فروق بين العينة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي و أن الفرق المسجل بين المتوسطين له دلالة إحصائية عند نفس المستوى.

9 . تفسير ومناقشة النتائج: فى ضوء أهداف البحث وفروضه وفى حدود طبيعة المنهج المستخدم والبرنامج المقترح والعينة التي طبق عليها البحث والاختبارات المستخدمة ومن خلال مناقشة وتحليل النتائج التي توصل الباحث لها سنحاول من خلال هذا الفصل إلى تقديم جملة من الاستنتاجات ومقابلة النتائج بالفرضيات مع استخلاص جملة من التوصيات نأمل أن يعمل بها مستقبلا.

تبين من خلال النتائج المسجلة أن المتوسط الحسابي للاختبار للعينة التجريبية في اختبار التوافق النفسي القبلي قد بلغ(47.13) وهذا بانحراف معياري قدر بـ (3.314) في حين بلغ المتوسط الحسابي وعلى نفس البعد عند العيينة الضابطة (44.27) بانحراف معياري مقداره (3.674) .

وبإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينتين يتبين أن درجة التوافق النفسي للعينة التجريبية كانت أكبر أي (44.27<47.13) ، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة و المقدرة بـ 2.244 فقد كانت اصغر من قيمة (T) المجدولة أي: (2.35 >2.244) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05) و هي درجة غير دالة إحصائيا على وجود فروق بين العينة التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي و أن الفرق المسجل بين المتوسطين ليس له دلالة إحصائية عند نفس المستوى.

و هذا ما يؤكد لنا مدى تجانس العينتين قصد الدراسةوهذا ما يسهل تطبيق البرنامج التدريبي . يتبين من

خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم (5) أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للعينة التجريبية في اختبار التوافق النفسي قد بلغ(57.67) وهذا بانحراف معياري قدر ب(6.640) في حين بلغ المتوسط الحسابي وعلى نفس البعد للاختبار القبلي (47.13) بانحراف معياري مقداره (3.314) .

وبإجراء مقارنة بين المتوسطين الحسابيين لدى العينية التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي كانت أكبر أي (57.67>47.13) ، أما فيما يخص قيمة (T) المحسوبة و المقدرة بـ 5.497 فقد كانت اكبر من قيمة (T) المجدولة أي:(5.497> 2.98) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05) و هي درجة دالة إحصائيا على وجود فروق بين الاختبار البعدي والقبلي للعينة التجريبية وأن الفرق المسجل بين المتوسطين له دلالة إحصائية عند نفس المستوى ولصالح الاختبار البعدي.

يرجع الباحث هذه النتائج إلى فعالية برنامج الألعاب التمهيدية المقترح الذى تم تطبيقه ، وما تضمنتها وحداته من ألعاب ساهمت فىالزيادة من درجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ قيد البحث.

وهذا ما يؤكده كمال دسوقي197بقوله أن المقصود بحسن التوافق هو التواصل الجيد والمباشر للفرد ببيئته بقصد اشباع حاجاته وهو يستهدف الرضا عن النفس وراحة البال والاطمئنان ، نتيجة الشعور بالقدرة الذاتية على التكيف مع البيئة والتفاعل مع الآخرين ، ولا يحتاج ذلك لأكثر من التعرف على حاجات النفس واستطلاع امكانيات البيئة وحسن التعامل مع الغير **(14).**

لقد ساهم البرنامج التدريبي المبني على الالعاب التمهيدية بشكل كبير فى تنمية توافق اللاعب من الجانب النفسىوالاجتماعى ، فأحب الآخرين ، ووثق فيهم ، وأقام معهم علاقات اجتماعية حميمة ، اتسمت بالحب والأمان؛ الأمر الذى انعكس أثرها على سلوكياته؛ حيث قام بشتى أنواع السلوك المرغوب .

من هنا تم التحقق من الفرضية الاولى و الثانية وهذا ما يتفق نتائج مع دراسة من حسن محمد الأطرش ودراسة إبراهام اسبيرليج(Abraham Sperling, 1980) ، كيرك ، وجروتبيتر(Crick & Grotpeter,1995) ، والتى أوضحت فاعلية البرامج المختلفة سواء الإرشادية أو برامج اللعب فى زيادة التوافق النفسى والاجتماعى.

10. الاستنتاجات

- بناء مقياس التوافق النفسىوالاجتماعى للاعبي كرة القدم الناشئين ، تم التعرف بابعاده على درجة التوافق النفسىوالاجتماعى ، وكذلك معرفة الفروق.
- تصميم برنامج ألعاب تمهيدية جماعية ، اسهم فى تحسين التوافق النفسى والاجتماعى للعينة قيد البحث.
- كانت معدلات التحسن للتوافق النفسىوالاجتماعى للعينة التجريبية ، والتى طبق عليها برنامج الألعاب التمهيدية احسن من العينة الضابطة .

11. المصادر و المراجع :

محمد حسن علاوى: موسوعة الألعاب الرياضية ، (ط ـ 6) ، القاهرة ، دار المعارف ، 1997م.

أبو النجا أحمد عز الدين: الألعاب الصغيرة ، البحرين ، المكتبة الوطنية ، 1994م.

عبد النبى الجمال: الألعاب التمهيدية والألعاب الصغيرة ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، 2001م

سعد المغربى: حول مفهوم الصحة النفسية أو التوافق ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مجلة علم النفس العدد(23) ، يوليو أغسطس سبتمبر 1992م.

إيلين وديع فرج: خبرات فى الألعاب للصغار والكبار ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، 1996م.

مصطفى فهمي.. التكيف النفسي الطبعة الأولى. دار النهضة القاهرة (1978)

مصطفى فهمي. دراسات في سيكولوجية التكيف. القاهرة. سنة1987.

احمد عزت راجح. اصول علم النفس الطبعة العاشرة. مطبعة النهضة المصرية. الاسكندرية: (1976).

السيد محمد أبو النور حسن: تأثير برنامج تعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى رياضة الهوكى لطلاب كلية التربية الرياضية ـ جامعة المنصورة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة المنصورة ، كلية التربية الرياضية.

حسين محمد الأطرش: التوافق النفسىالاجتماعى وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة 7 أكتوبر ، كلية الآداب ، 2005م.

11_ Kozolockozo B.N.: Mogzotobka, Opgtsoluctob, M 1981.

12 __ Crick N. R. &Grotpeter J.K.: Relation Aggression, Gender and Social Psychological Adjustment, Child Development, V 66, 1995.

13 ـ مقدم عبد الحفيظ. الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، . الجزائر ، : ديوان المطبوعات الجامعية ، بدون طبعة. (1993).

14 ـ كمال دسوقي. علم النفس ودراسة التوافق. (1974).