وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف
معهدالتربية البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه

الشعبة :التدريب الرياضي
التخصص :التحضير النفسي الرياضي

العنوان

التحمل النفسي والسلوك التنافسي وعلاقتهما بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

من إعداد
أمحمد نوقال

المناقشة بتاريخ 2025/11/03 من طرف اللجنة المكونة من:

بن يوسف حفصاوي	أستاذ تعليم عالي	جامعة الشلف	رئيس
يوسف سعيدي زروقي	أستاذ تعليم عالي	جامعة الشلف	مقرر
تاج الدين بن هيبة	أستاذ محاضر قسم "أ"	جامعة الشلف	مقرر مساعد
فاطمة الزهراء لمتوي	أستاذ محاضر قسم "أ"	جامعة الشلف	ممتحن
مراد عايدي	أستاذ تعليم عالي	جامعة ورقلة	ممتحن
شوقي أحمد حسان	أستاذ محاضر قسم "أ"	جامعة الجلفة	ممتحن

ملخص الدراسة

التحمل النفسي والسلوك التنافسي وعلاقتهما بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة

تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي وكذا التعرف على مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة، كما هدفت الدراسة أيضا إلى التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم، واستخدم الباحث في هاته الدراسة المنهج الوصفي لملائمته طيعة الدراسة،ولقد تكونت عينة الدراسة من 40 لاعبا لكرة القدم فئة أقل من 17 سنة، وفيما يخص أدوات الدراسة فقد تم إستخدام كل من مقياس التحمل النفسي والذي يتكون من ستة أبعاد و33 عبارة، كما تم إستخدام مقياس السلوك التنافسي والمكون من 31 عبارة، كما تم استخدام مجموعة من الإختبارات المهارية بغرض قياس الأداء المهاري للاعبين وتمثلت هاته الإختبارات في إختبار التحكم في الكرة وإختبار السيطرة على الكرة وإختبار أكرموف وإختبار تهديف الكرات، وبغرض معالجة البيانات إحصائيا تم إستخدام برنامج spss نسخة 26، وتوصل الباحث في الأخير إلى مجموعة من النتائج تمثلت في أن مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة، أما مستوى الأداء المهاري لدى اللاعبين فقد وقع عند تقدير متوسط، كما أسفرت النتائج على وجود علاقة بين مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

الكلمات الدالة:

التحمل النفسي، السلوك التنافسي، الأداء المهاري، لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

Study Summary

Psychological Resilience, Competitive Behavior, and Their Relationship with Skill Performance

A Field Study :among Under-17 Football Players

The study aimed to identify the levels of psychological resilience, competitive behavior, and skill performance among under-17 football players. It also sought to determine the relationship between psychological resilience and competitive behavior on the one hand, and skill performance on the other. The researcher employed a descriptive methodology appropriate to the nature of the study. The sample comprised 40 under-17 football players. As for the instruments, the psychological resilience scale—consisting of six dimensions and 33 items—was used, alongside the competitive behavior scale comprising 31 items. A set of skill tests was also administered to measure technical performance: the ball control test, the ball mastery test, the Akramov test, and the shooting accuracy test. For statistical processing, SPSS version 26 was used. Ultimately, the researcher reached several results: the levels of psychological resilience and competitive behavior among the under-17 football players were determined, while the players' skill performance level was found to be average. Additionally, the results revealed a relationship between psychological resilience, competitive behavior, and skill performance among the under-17 football players.

Keywords:
Psychological resilience, competitive behavior, skill performance, under-17 football players.

الفهرس

العنوان	الصفحة
كلمة الشكر	
الاهداء	
ملخص البحث بالعربية	
ملخص البحث بالإنجليزية	
محتويات البحث	
قائمة الجداول	
المقدمة	أ
الباب الاول : الجانب النظري	
الفصل التمهيدي : المدخل العام للبحث	
1 – الإشكالية	6
2 – الفرضيات	8
3 – اهداف البحث	9
4 – اهمية البحث	9
5– أسباب اختيار الموضوع	10
6– تحديد المفاهيم و المصطلحات	10
الفصل الاول : التحمل النفسي	
تمهيد	14
1 – مفهوم التحمل النفسي	15
2 – ماهية التحمل النفسي في المجال الرياضي	15
3 – نظريات التحمل النفسي	18
3–1– نظرية فرويد و التحليل النفسي	18
3–2: نظرية يونج التحليلية	19

3-3: نظرية الفريد آدلر	20
3-4: نظرية المجال لليفين	21
3-5: نظرية كوباسا	21
4- أنواع التحمل النفسي	23
4-1- تحمل الإحباط	23
4-2- تحمل الغموض	25
4-3- تحمل عدم التطابق	26
5- العوامل المؤثرة في التحمل النفسي	27
6- مكونات التحمل النفسي	30
7- أنماط التحمل النفسي	31
07-01/ النمط التنظيمي	31
07-02/ النمط الارتباطي	31
07-03/ النمط الموقفي	31
07-04/ النمط الفلسفي	31
8- دورة التحمل النفسي	32
08-01/ مرحلة التدهور	32
08-02/ مرحلة التكيف	32
08-03/ مرحلة التعافي	32
08-04/ مرحلة النمو	32
9- سمات الافراد ذوي التحمل النفسي	33
10- المبادئ التي تعزز التحمل النفسي	33
11- أساليب التحمل النفسي	34
11-1/ تصنيف بيلنجس و موس	35
11-2/ تصنيف جراشا	35
11-3/ تصنيف فولكمان و لازاروس	36
12- العوامل المأثرة على التحمل النفسي لدى اللاعب	37

12-1- القدرة العقلية للاعب	37
12-2- الحالة الجسمية و الصحية للاعب	38
12-3- التنشئة الاسرية و الاجتماعية	38
12-4- ثقافة اللاعب	38
12-5- النمط العصبي للاعب	39
12-6- خبرات اللاعب السابقة	39
12-7- القيم و التقاليد الاجتماعية التي نشأ عليها اللاعب	40
خلاصة	41
الفصل الثاني : السلوك التنافسي	
تمهيد	43
01 - السلوك	44
1-1/ مفهوم السلوك	44
1-2/ خصائص السلوك	44
01-02-01 القابلية للتنبؤ	45
01-02-02/ القابلية للضبط	45
01-02-03/ القابلية للقياس	45
1-3/ أنواع السلوك	45
01-03-01/ السلوك الإستجابي	45
01-03-02/ السلوك الاجرائي	45
1-4/ معايير السلوك السوي و السلوك الشاذ	46
01-5/ الاتجاهات الرئيسية في تعديل السلوك	46
01-05-01 / الاتجاه السلوكي	46
01-05-02/ الاتجاه المعرفي	46
01-05-03/ اتجاه التعلم الحركي	47
2/ المنافسة	47
2-1/ مفهوم المنافسة	47

2-2/ طبيعة المنافسة	48
2-3/ أنواع المنافسات الرياضية	48
2-3-1/ المنافسة التمهيدية	48
2-3-2/ المنافسة الاختبارية	48
2-3-3/ المنافسة التجريبية	48
2-3-4/ منافسات الانتقاء	48
2-3-5/ المنافسة الرئيسية	49
2-4/ اهداف التنافس الرياضي	49
2-5/ الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية	49
2-5-1/ المنافسة اختبار وتقييم لعمليات التدريب و الاعداد	49
2-5-2/ مساهمة المنافسة الرياضية في الارتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب	50
2-5-3/ المنافسة الرياضية تثير الاهتمام و التشجيع	50
2-5-4/ المنافسة الرياضية تحدث بحضور المشاهدين	50
2-5-5/ تجري المنافسة طبقا لقوانين ولوائح و أنظمة معترف بها	50
2-5-6/ المنافسة نوع هام من العمل التربوي	50
2-6/ المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية	51
3/ السلوك التنافسي	51
3-1/ مفهوم السلوك التنافسي	51
3-2/ مفهوم السلوك التنافسي الرياضي	51
3-3/ الفروق الفردية المؤثرة على السلوك التنافسي	52
3-3-1/ العمر	52
3-3-2/ الجنس	52
3-3-2/ الثقافة	52
3-3-3/ السمات الشخصية	52
3-4/ مكونات موقف المنافسة	52

3-5/ التحكم في سلوك الرياضيين اثناء المنافسة	53
3-5-1/ انضباط الرياضي	53
3-5-2/ ضرورة توفير المعارف و المهارات و القدرات المكتملة	53
3-5-3/ استخدام ظروف المنافسة في العملية التدريبية	54
خلاصة	55
الفصل الثالث : الأداء المهاري في لكرة القدم فئة اقل من 17 سنة	
تمهيد	57
أولا / الأداء المهاري	58
1 - مفهوم الأداء	58
2/ مفهوم المهارة	58
3 - مفهوم الأداء المهاري	59
3 - 1 - مستوى الأداء المهاري	60
3 - 2 - مراحل تعلم الاداء المهاري	60
3-2- 1- مرحلة التعلم الخام للحركة (التوافق المبدائي)	60
3- 2 - 2 - مرحلة التعلم الجيد للحركة (التوافق الجيد)	61
3- 2- 3- مرحلة التعلم الألي للحركة (التوافق الالي)	61
3- 3- طرق تعلم الاداء المهاري	61
3- 3- 1- الطريقة الجزئية	61
3-3 -2- الطريقة الكلية	62
3- 3- 3 - الطريقة الكلية - الجزئية (المختلطة) :	62
4 - العوامل المؤثرة على الأداء المهاري	63
4 - 1 - العوامل البدنية و النفسية	63
4 - 1 - 1 - العوامل البدنية	63
4 -1 - 2 - العوامل النفسية	63
5- العوامل النفسية المحققة لثبات الأداء المهاري	64
6 - العوامل المؤثرة على مستوى الأداء في كرة القدم	65

7 – المهارات الأساسية في كرة القدم	65
8 – أهمية المهارات الاساسية في كرة القدم	66
9 – مميزات المهارات الاساسية	66
10 – تصنيف المهارات الاساسية بكرة القدم	67
ثانيا / كرة القدم	68
01/ تعريف كرة القدم	68
02/ المبادئ الأساسية لكرة القدم	69
03/ أهمية كرة القدم في المجتمع	69
ثالثا / خصائص المرحلة العمرية اقل من 17 سنة	70
01/ مفهوم المراهقة	71
02/ تعريف المراهقة	71
03/ مظاهر النمو في هذه المرحلة	72
03-01/ مظاهر النمو الجسمي	72
03-02/ مظاهر النمو العقلي	72
03-03/ مظاهر النمو الاجتماعي	73
03-04/ مظاهر النمو الحركي	73
03-05/ مظاهر النمو الانفعالي	74
04 / حاجات المراهق	74
04-01/ الحاجة الى التقدير و المكانة الاجتماعية	75
04-02/ الحاجة الى النمو العقلي و الابتكار	75
04-03/ الحاجة الى تحقيق الذات وتأكيدها	75
04-04/ الحاجة الى التفكير و الاستفسار عن الحقائق	75

05/ مشاكل المراهقة	76
05-01/ المشاكل النفسية	76
05-02/ المشاكل الانفعالية	76
05-03/ المشاكل الاجتماعية	77
خلاصة	78
الفصل الرابع : الدراسات السابقة	
تمهيد	80
أولا-عرض الدراسات السابقة	81
ثانيا- التعليق على الدراسات السابقة	94
خلاصة	95
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الاول : إجراءات ومنهجية البحث	
تمهيد	98
1 - المنهج العلمي المتبع	99
2 - الدراسة الاستطلاعية	99
2-1 - اهداف الدراسة الاستطلاعية	99
2- 2 - إجراءات الدراسة الاستطلاعية	99
2 - 3 - نتائج الدراسة الاستطلاعية	100
3 - عينة البحث	100
4 - مجالات البحث	100

5 – الوسائل المستعملة	101
5 – 1 – مقياس التحمل النفسي	101
5 – 2 – مقياس السلوك التنافسي	102
5-3 – الاختبارات المهارية	103
5-3 – 1 – اختبار السيطرة على الكرة	103
5 – 3-2- اختبار ايقاف حركة الكرة	104
5-3-3- اختبار أكرموف	104
5-3 – 4- اختبار تهديف الكرات	105
6- المعاملات العلمية لأدوات البحث في الدراسة الحالية	106
6 – 1 – المعاملات العلمية لمقياس التحمل النفسي	106
6 – 2 – المعاملات العلمية لمقياس السلوك التنافسي	109
6 – 3 – المعاملات العلمية للاختبارات المهارية و البدنية	111
7 – الأساليب الإحصائية	112
الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
1-عرض مناقشة نتائج الفرضية الأولى	114
1-2 – مناقشة نتائج الفرضية الاولى	116
2 – عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية	119
2- 1 – مناقشة نتائج الفرضية الثانية	120
3 – عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة	122
03-01/ مناقشة نتائج الفرضية الثالثة	128

4 – عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة	131
4-1- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة	132
5 – عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة	133
05-01/ مناقشة نتائج الفرضية الخامسة	136
الاستنتاج العام	139
التوصيات	140
الخاتمة	143
المراجع	
الملاحق	

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	**يوضح توزيع عناصر العينة حسب الفريق**	100
02	**يمثل توزيع عبارات مقياس التحمل النفسي حسب أبعاده**	102
03	**يوضح مقياس التقدير مع درجات العبارات الإيجابية والسلبية**	102
04	**يوضح توزيع عبارات مقياس السلوك التنافسي**	103
05	**يمثل القيم الاحصائية (المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري) ومعامل الارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس التحمل النفسي والدرجة الكلية للتطبيق الاول و الثاني**	107
06	**معامل الاتساق الداخلي الفا كرونباخ لعبارات مقياس التصور الذهني و ابعاده**	108
07	**يمثل معامل الارتباط بيرسون بين عبارات ابعاد المقياس و الدرجة الكلية للمقياس من خلال الاختبار الاول و الثاني**	109
08	**معامل الاتساق الداخلي الفا كرونباخ لعبارات مقياس السلوك التنافسي**	110
09	**يبين صدق وثبات الاختبارات المهارية قيد الدراسة لعينة الدراسة الاستطلاعية**	111

10	يبن مستوى التحمل النفسي وأبعاده لدى لاعبي كرة القدم	114
11	يمثل السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة	116
12	يبن مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم	119
13	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الالتزام و الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لاقل من 17 سنة	122
14	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد السيطرة و الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	123
15	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الانجاز والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	124
16	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التحدي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	125
17	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الصمود والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	126
18	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التأني والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	127
19	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين درجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	128
20	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى السلوك التنافسي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	131
21	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الإلتزام و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	133
22	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد السيطرة ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	134
23	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الإنجاز و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	134
24	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التحدي ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	135
25	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الالتزام و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة	135

26	**يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التأني ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة**	136
27	**يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة**	136

مقدمة

مقدمة :

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من مجالات الحياة سواء كانت العلمية منها او المعرفية، خاصة تلك المتعلقة بالمجال الرياضي وذلك لما لها من أهمية بالغة في تكوين افراد المجتمع تكوينا متكاملا، فان علم النفس الرياضي يعد من اهم العلوم لعمليتي التدريب والمنافسات الرياضية حيث يهتم ببحث الموضوعات النفسية المرتبطة بالنشاط الرياضي في مختلف مجالاته ومستوياته، كما يبحث في الخصائص والسمات النفسية التي تشكل الأساس الذاتي للنشاط الرياضي بهدف تطوير هذا النوع من النشاط البشري ومحاولة إيجاد الحلول العلمية لمختلف مشكلاته التطبيقية. **(الضمد، 2006)**

وان من ابرز الرياضات ذات الشعبية العالية في جميع أوساط مجتمعات المعمورة هي كرة القدم التي تعتمد على بناء اللاعب من جميع الجوانب البدنية و الخططية و النفسية من اجل الحصول على لاعب متكامل و الوصول للأهداف المطلوبة ، كما ان كرة القدم الحديثة تعطي أهمية بالغة للجانب النفسي للاعبين نظرا لما يميزها من ضغط التدريب والمنافسة و الحياة الاجتماعية لتقليل من تلك الضغوط من خلال الاهتمام بمتطلبات نفسية و منها التحمل النفسي خلال المنافسات لأجل الظهور بالمستوى المهاري المطلوب .

يعد التحمل النفسي من المفاهيم المهمة و المتصلة بشخصية لاعب كرة القدم و صحته النفسية و في علاقاته التفاعلية مع البيئة المحيطة به ، ونظرا لما تزخر به حياة الاعب –ولا سيما في العصر الحديث– من ضغوط مختلفة تتباين في أنواعها و شدتها ، بحسب المواقف التي يتعرض لها اللاعبون، لذى يتفاوتون في تحملهم النفسي لهذه الضغوط و تعاملهم مع المواقف تبعا لفروقهم الفردية فالموقف الذي يتضمن تحديا للاعب ما ربما يبدو غير مهم للاعب اخر، لذى يشجع التحمل النفسي هنا اللاعب الأول على التعامل مع هذا الموقف ويحاول من خلاله حل المشكلة الظاهرة و يوفر له فرصة لتعزيز ذاته ، بينما يسعى اللاعب الاخر الى تجاهل هذا الموقف لأنه لا يرى فيه أهمية له, **(علاوي، 1978)**

ويؤدي التحمل النفسي دورا فاعلا في الحد من حدوث التأثيرات النفسية السلبية التي تسببها ضغوط التنافس في جميع الفعاليات الرياضية، فاللاعبين الذين يتمتعون بتحمل نفسي جيد سيساعدهم ذلك في التعامل مع تلك الضغوط على نحو اجابي و الاحتفاظ باتزانهم النفسي متحدين الصعوبات التي يمرون بها اثناء تحقيق الإنجازات الرياضية و الأهداف الموضوعة ، ولذى فإنه يتطلب من الرياضي بذل الجهود الكبيرة للتغلب على معوقات الأداء في التدريب و المنافسة التي من شانها إعاقة أهدافه ، و يعد السلوك التنافسي في المجال الرياضي ذو دور مهم كونه نشاط يحاول فيه الرياضي احراز الفوز، ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للرياضي فحسب بل أيضا على الدوافع الاجتماعية، لذى يتميز السلوك التنافسي في لعبة كرة القدم دون سائر الأنشطة الرياضية الأخرى بتأثير الفوز و الهزيمة و ما يرتبط بكل منهم من نواحي سلوكية وبصورة واضحة و مباشرة ، ويتطلب السلوك التنافسي ضرورة تعبئة اللاعب لبذل اقصى قدراته البدنية و النفسية لمحاولة تسجيل افضل مستوى ممكن ، الامر الذي يسهم بتطوير وتنمية السمات النفسية وخاصتا السمات الخلقية و الارادية للاعب المؤثرة في دافعية الإنجاز التي تعمل على حث اللاعب على ان يكون متقدما و متميز بين اقرانه في الفريق اذ أن حاجة اللاعب للإنجاز و التفوق تعمل على تحفيزه و استثارة الطاقة الكامنة لديه و تعمل على مضاعفة جهوده نحو تحقيق الهدف المنشود وهو الإنجاز الرياضي **(راتب، 1997، صفحة 78)**

ان اتقان المهارات الأساسية في كرة القدم هو الجزء الهام و الرئيسي لتنفيذ وظائف اللعب بشكل سليم و فعال ، و باعتبار المهارات هي وسيلة تنفيذ الخط لذى فان اتقانها بالشكل المطلوب ضروري لنجاح الخطط ، و ان المباراة في كرة القدم تحتاج الى التركيز و سرعة رد الفعل و استخدام المهارات في نطاق المواقف المتغيرة، الامر الذي يتطلب اعداد اللاعبين مهاريا من خلال استخدام الأسلوب الأمثل في التدريب ، ونظرا الى ان المهارات في كرة القدم تعد عنصرا اساسيا ، اصبح الالمام بكل جوانبها النظرية و التطبيقية و التحكم فيها يشكلان ضرورة لابد منها عند التخطيط لعملية التدريب و وضع البرامج الخاصة

به من اجل الارتقاء بمســتوى أداء اللاعب ، الشــيء الذي يجعله قادرا على التصــرف بالكرة وبدونها و المشاركة في تنفيذ وبناء الخطط الدفاعية و الهجومية بفعالية وكفاءة كبيرة .

البـــاب الاول

الفصل التمهيدي

1 – الاشكالية :

يعتمد التحضير المتكامل للاعبي كرة القدم على علاقة تكاملية بين جوانب التدريب المختلفة والتي تشمل الجانب الخططي و المهاري و البدني اضافة الى الجانب النفسي و الذي يعتبر ذا اهمية في اعداد اللاعبين ، حيث ان الوصول للمستويات الرياضية المتقدمة يتطلب من اللاعب ضرورة استخدام جميع قدراته الخططية و المهارية و البدنية و النفسية بصورة متكاملة من اجل تقديم افضل اداء . وهو ما اكده " **السيد زهران** " على ان الحالة الرياضية للاعبي كرة القدم تعني تكامل حالات التدريب النفسية و البدنية و المهارية و الخططية و الذهنية و الخلقية و المعرفية و التي تمكن اللاعب من الأداء المثالي خلال المنافسة الرياضية .**(زهران، 2008 ، صفحة 116)** ، وترتكز رياضة كرة القدم على مجموعة من المهارات الاساسية تمثل الاداء المهاري للاعب و الذي يشترك في إنجازها بالدرجة الاولى الجوانب البدنية و الجوانب النفسية و الاجتماعية و مختلف الأجهزة الحيوية لدى اللاعب .**(حسن، 2008 ، صفحة 46)**

و اصبح استخدام التدريب على التحمل النفسي شائعا في البحث العلمي منذ عدة سنوات وذلك بغرض تطوير مختلف الجوانب النفسية حيث اجريت دراسات عديدة ، كانت جميعها تؤكد دور التحضير النفسي في تحسين الاداء والوصول بالرياضي الي مستويات متقدمة ، وهو ما اكدته العديد من الدراسات الحديثة في هذا المجال من بينها الدراسة التي قام بها" **عسلى الصحراوي و اخرون** "و التي أوضحت نتائجها ان التحضير النفسي الجيد و التحضير البدني و الجماعي في الفريق يقلل من نسبة الضغط النفسي و ان اللاعب معرض للضغط في بيئته الاجتماعية وهذا الضغط يؤثر سلبا على ادائهم المهاري اثناء المنافسة. **(عسلي، عريبي، و بوسعيد ، 2009)** .

اما الدراسة التي قام بها "" **تفرقة ياسين** "و" **مهاني كمال** " فقد اشارت الى ان التحضير النفسي الجيد يساعد اللاعبين اثناء المنافسة الرياضية ، و ان نقص التحضير النفسي و نقص الاخصائيين النفسيين

في الفرق الرياضية له اثر مباشر على اداء اللاعبين اثناء المنافسة وشعور اغلب اللاعبين بالقلق و التوتر النفسي قبل و اثناء المنافسة الرياضية **(تفرقة و مهاني، 2009)** .

وتمثل القدرة على التحمل النفسي امرا مهما في الارتقاء بمستوى الاداء لدى الرياضيين ، و يعتبر التحكم في هذه العملية اساس تطوير الأداء المهاري ، واكدت العديد من الدراسات ان للتحمل النفسي دور كبير في التثبيت و التحكم في بعض المهارات اثناء المنافسة من خلال ضبط السلوكات التنافسية ، كما اشارت دراسة التي قام بها " **منصوري مصطفى** " الى ان كل منافسة كروية لها ضغط خاص بها وكل ضغط يتميز عن الاخر وذلك لعدة عوامل كقلة الخبرة لبعض اللاعبين وكذا قلة التحضير النفسي الى جانب اختلاف درجة المنافسة بين الفرق . **(مصطفى، 2013)** .

كما يعتبر مفهوم السلوك التنافسي من العوامل التي تلعب دورا هاما في المجال الرياضي فتحكم اللاعب في سلوكاته له تأثيرا كبيرا على ادائه الرياضي في المنافسات الرياضية ، وهذا ما اكدته دراسة " **عشاشة يعقوب** " على انه هناك علاقة ارتباطية بين السلوك التنافسي و مردود لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية . **(يعقوب، 2017)** فكلما كان السلوك التنافسي للاعب ايجابيا انعكس ذلك على أدائه المهاري خلال المنافسات الرياضية ، يلعب دورا هاما في تحقيق التفوق الرياضي وخاصة في المواقف التي يتأرجح فيها الفوز و الهزيمة فاللاعب الايجابي ذو مفهوم الإيجابي ودرجة التحمل النفسي و السلوك التنافسي هي من تصنع الفارق بين الأداء المهاري للاعبين .

من خلال ما سبق يري الباحث ان تطوير الأداء الرياضي للاعبي كرة القدم يعتمد على اهتمام بدراسة العلاقة بين الجوانب النفسية والجوانب البدنية و المهارية للاعب ، ومن هنا تظهر مشكلة البحث في محاولة التعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة ، ما جعلنا نقوم بطرح مجموعة من الاسئلة والتي تعبر عن اشكالية بحثنا .

الجانب التمهيدي

1-1-تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام: هل للتحمل النفسي والسلوك التنافسي علاقة بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟

1-2-التساؤلات الجزئية:

- ✓ ما هو مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة؟
- ✓ ما هو مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة؟
- ✓ هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة؟
- ✓ هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى السلوك التنافسي والاداءالمهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة؟
- ✓ هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي ومستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة؟

2- الفرضيات:

- **الفرضية العامة :**

للتحمل النفسي والسلوك التنافسي علاقة بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

- **الفرضيات الجزئية :**

- ✓ مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط.
- ✓ مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط.
- ✓ توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.
- ✓ توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى السلوك التنافسي والاداءالمهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

- ✓ توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي ومستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

3- هداف البحث:

يمكننا تلخيص الأهداف التي نسعى لتحقيقها من خلال انجازنا لهذا البحث في النقاط التالية :

- ✓ التعرف على مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة.
- ✓ معرفة مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة.
- ✓ التعرف على مدى وجود علاقة بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.
- ✓ التعرف على مدى وجود علاقة بين مستوى السلوك التنافسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.
- ✓ معرفة إذا ما كنت هناك علاقة بين مستوى التحمل النفسي ومستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

4- أهمية البحث:

تتجلى اهمية البحث الذي نحن بصدد انجازه ، انطلاقا من اظهار العلاقة بين الجوانب النفسية و المتمثلة في كل من التحمل النفسي و السلوك التنافسي و الجوانب المهارية و البدنية للاعبي كرة القدم ،لان كل هذه الجوانب هي وحدة متكاملة فلا يمكن اهمال جانب على الاخر، كما تكمن اهمية البحث في ابراز العلاقة بين متغيرات الدراسة (التحمل النفسي ، السلوك التنافسي ، الاداء المهاري) في ما بينها فكل من التحمل النفسي و السلوك التنافسي يؤثر على الاداء المهاري للاعبين فكلما كان مستوى التحمل النفسي عاليا انعكس ذلك على مستوى ادائه ، كما تفتح هذه الدراسة المجال للقيام بدراسات مشابهة في مجال التحمل النفسي و السلوك التنافسي وعلاقتها بأداء لاعب كرة القدم .

5- أسباب اختيار الموضوع

- **ذاتية :**

من خلال ملاحظاتنا الميدانية لاحظنا انه في الأندية الجزائرية هناك اهتمام بالتحضـــير البدني و التقني و التكتيكي ، و اهمال الجانب النفســي الذي يتمثل في تحضـير اللاعبين نفسـيا لخوض المنافسـة وذلك لتحســين مردودهم و الرفع من معنوياتهم و أدائهم ، بالإضـــافة الى غياب مختص في التحضـــير النفســـي بهاذه الأندية ، وهذا ما دفعنا للاهتمام بهذا الجانب الذي يلعب دورا هاما في اعداد لاعبين ممتازين.

- **موضوعية :**

- توضيح تأثير التحمل النفسي على الأداء المهاري في كرة القدم .
- ابراز العلاقة بين السلوك التنافسي و الأداء المهاري .
- ابراز أهمية الجانب النفسي للاعب .
- ابراز أهمية التحضير النفسي في منافسات كرة القدم .

6- تحديد المفاهيم و المصطلحات :

- **التحمل النفسي:**

وردت العديد من المصـــطلحات حول مفهوم التحمل النفســـي ففي مصـــادر علم النفس اللفظ الإنجليزي (Endurance) ليشـير الى " اسـتطاعة تحمل الالام والمشـاق، او الصـمود في سـير فعل ما على الرغم من الصعاب. **(عبود، 1999، صفحة 08)**

اما ارنوف (1988) فقد أشار الى انه " القدرة على تحمل الألم والصعوبة والضغط دون آثار تكيفية سيئة وهو استعداد عقلي لمواجهة معتقدات وأفكار وعادات تختلف او تتناقض مع معتقدات ذلك الشخص. **(الابراهيمي، 2002، صفحة 50)**

أما كوباســا (1979) فقد عرفه انه:" ان يختبر الفرد درجة عالية من الضـــغط دون ان يصـــاب بالمرض، ويتكون هذا المفهوم من ثلاث مكونات هي : التحدي. الســـيطرة. الالتزام" **(حســـن، 2019، صفحة 79)**

التحمل النفسي اجرائيا :

هو قدرة الرياضـــي على تحمل الضـــغوط التي يتعرض لها اثناء المنافســـة ويحاول ان يتكيف معها وهذا يعتمد على ما يمتلكه من خبرة رياضية وقابلية تحمل مكتسبة .

- **السلوك التنافسي :**

التعريف الاصطلاحي:

ويشير علاوي الى ان " السلوك الدافع لممارسي الرياضة لا ينجم عن عوامل الشخصية بمفردها او العوامل الموقفية بمفردها ، ولكنه ينجم عن تفاعل بين هذين المتغيرين " **(علاوي، 2002، صـــفحة 146)**

التعريف الاجرائي:

الســـلوك التنافســـي هو رد فعل طبيعي من الدوافع اثناء التدريب والمنافســـات وليس ســـلوكاً تلقائياً **(فوزي و بدر الدين، 2001، صفحة 83)**

السلوك التنافسي يعبر عن قدرة الرياضي في مواجهة ظروف التنافس محافظا على الأداء العالي و التوازن الانفعالي و النفســي و الرغبة في تحقيق النجاح وعدم التخوف من الفشــل وهو يرتبط بشــخصــية الرياضي وخبرته الميدانية .

- **الأداء المهاري:**

التعريف الاصطلاحي:

هو تلك النشاطات التي تستلزم استخدام العضـلات الكبيرة و الصـغيرة بنوع من التأزر و يؤدي الى الكفاية و الجودة في الأداء **(ممدوح، 1993، صـــفحة 73)** مع معرفة تبادل المجاميع العظلية و القوى المؤثرة فيها وتعرف هذه عن طريق التحليل الحركي لتكنيك معناه الأداء الصـــحيح و الدقيق للمهارة **(محجوب، 1989، صفحة 101)** فتكنيك اللعبة هو تلك الفعاليات التي يقوم بها اللاعب مع الكرة مباشرة او في المنطقة القريبة منها ، اذ بدون إمكانيات فنية لا يســـتطيع الفريق كأفراد او جماعة تأدية واجباته الخططية . **(الصفار، 1989، صفحة 03)**

التعريف الاجرائي:

الأداء المهاري هو تنفيذ اللاعب لمختلف المهارات الخاصة بالنشاط (كرة القدم) بكل فعالية و اتقان خلال المنافسة .

الفصل الأول

التحمل النفسي

تمهيد :

تعرض الانســان للضــغوط امر حتمي لا مفر منه ، فواقع الحياة محفوف بالعقبات و الصــعوبات و اشكال الفشل و الإحباط ، و لا يمكننا الهروب من متطلبات التغيير في نمو الشخصية في أي مرحلة من مراحل حياتنا المعاصــرة ، أي لا حياة بدون ضــغوط ، وحيث توجد الحياة توجد الضــغوط لذلك قد يتعرض الرياضـــي لكثير من الإخفاق و الإحباط في حياته و عليه ان يكون مســـتعدا لمواجهة كل ما يعترضه من الصعوبات و ان تكون لديه القدرة على التحمل .

01/ مفهوم التحمل النفسي :

يعد التحمل النفسي مظهرا من مظاهر الشخصية السوية و عنصرا هاما في عملية التوافق الفعال ، و ان الفرد الذي لديه تحمل عال لديه مستوى عال من القدرة على التوافق و التعامل مع ضغوط الحياة ، كما انه يعد واحدا من المفاهيم النفسية المهمة في الحياة اذ استأثر هذا المفهوم اهتمام العديد من الباحثين و الدارسين وذلك من خلال دراستهم لدوره الفعال و المهم في منع حدوث التأثيرات النفسية السلبية التي تحدثها الظروف .

كما ورد مفهوم التحمل النفسي مع اللفظ (HARDINESS) الذي وضعته كوباسا (KOBASSA 1979) عندما يخير الفرد درجة عالية من السيطرة دون ان يصاب بأمراض نفسية او جسمية ويمتلك بناءا شخصيا قويا يتمثل بدرجة عالية من الضبط و الالتزام و التحدي و الذي تشير الى انه يتضمن ثلاث مكونات رئيسية : التحدي ، الالتزام ، السيطرة. **(حسن، 2019، صفحة 223)**

و التحمل النفسي هو احد المتغيرات النفسية التي تختص بعلاقة الفرد مع البيئة التي يعيش فيها اذ ان الناس يتفاوتون في مدى قدرتهم على تحمل الضغوط التي يتعرضون لها و تكيفهم معها وفق سماتهم الشخصية و طبيعة الضغوط التي يواجهونها .

كما جاء مفهوم التحمل النفسي الرياضي بأنه استعداد او قدرة اللاعب على تحمل مالا يرغب فيه من المواقف و الاحداث ، او ابداء الآراء او قيامه بمواقف لا يكون على اتم التعاطف معها ، وكذلك قدرة الرياضي على ضبط النفس في مواجهة احداث التدريب و المنافسات و التعامل معها بأسلوب يبعد الرياضي عن احتمال الإصابة بالأمراض النفسية و الجسمية التي تحدثها هذه الظروف و كذلك بأنه الدرجة التي حصل عليها الرياضي خلال استجابته على مقياس قوة التحمل النفسي .

ومن خلال ما سبق نستنتج انه قدرة الرياضي على تحمل الضغوط ، و انه يتوسط علاقة احداث الحياة الضاغطة و نتائجها المتوقعة في الصحة النفسية و الجسمية .

02/ ماهية التحمل النفسي في المجال الرياضي :

يعد من المفاهيم المهمة و المتصلة بشخصية اللاعب و صحته النفسية و في علاقته التفاعلية مع البيئة ، و يتفاوت اللاعبون في تحملهم النسبي تبعا للفروق الفردية و نظرا لما تزخر به حياة اللاعب من ضغوط شتى تختلف في أنواعها وحسب المواقف التي تتعرض لها

فالموقف الذي يتضـــمن تحديا للاعب ربما يكون غير مهدد للاعب اخر فاللاعب الأول يتشـجع للتعامل مع هذا الموقف ويحاول حل هذا التحدي ويرى فيه فرصـة لتعزيز ذاته بينما يسـعى اللاعب الاخر الى تجنب الموقف لأنه يرى هذا الموقف تهديدا له . **(عبود، 2001، صفحة 30)**

و ان تأثيرات التحمل النفسـي يمكن ان تتخذ اشـكالا مختلفة يعبر عنها بعدم الارتياح او عدم التركيز على الأداء .

كما ان الاهتمام بدراســة مفهوم التحمل النفســي في عملية التدريب و المنافســات لها أهمية واسعة في الوقت الحاضر، لان تحقيق رفع قوة التحمل المطلوبة في الإنجاز الرياضي يؤدي الى زيادة التحدي و الصـمود و الإرادة لدى اللاعب، فالتحمل النفسـي له تأثير حاسـم على تعبئة الطاقة النفسية لدى اللاعب و بالتالي يساعده بالوصول الى الطاقة النفسية سواء بالتدريب او المنافسات . **(فرج، 1980، صفحة 129)**

و ان أوضـاع التحمل النفسـي المتجانسة ظاهرة قد تحفز لاعبا لزيادة إنجازه بينما تعيق اخر عن أداء مهارات بشكل جيد سواء بالتدريب او المنافسات .

و لهذا فان اللاعب يتعلم في حياته كيف يتحمل و يتعايش مع الموقف الضــاغط، فان لم يتمكن من ذلك فانه سيواجه صـعوبات كثيفة لا يستطيع التوافق معها و ذلك لضـعف قوة التحمل النفســي لديه مما يؤدي الى قلة التركيز لديه وزيادة النرفزة و العصــبية لديه، كما ان جهد التدريب لا ينجم فقط عن حجم التدريب و كثافته و تكرار التدريب و بذل الجهد و انما يتعلق أيضا بالحالة النفسية الانية للرياضي **(الزق، 2009، صفحة 261)**

و ان درجة التحمل النفسي للاعب تعتمد على :

درجة تكوين خصـائصـه الشـخصـية و توجه نشـاطه مثل الاهتمامات – الاحتياجات – الأهداف، و على نوع سمات الشخصية التي يحملها و كذلك على المواقف و الحالات الانية التي يواجهها في بيئته العامة او الرياضية .

و يعد التحمل النفســـي من اهم مكونات الأداء البدني و المهاري لدى اللاعب فهو القاسم المشترك في معظم الفعاليات و الأنشطة الرياضية و خاصتا تلك التي تتطلب منه جهدا بدنيا متعاقبا لفترة طويلة. **(الابراهيمي، 2002، صفحة 50)**

و الطريقة التي يتعامل بها اللاعبون مع المواقف التي تنطوي على الإحباط او الضغط او التهديد و ردود افعالها تجاه تأثيرات الاجهادات النفسية تحدث في ثلاث مراحل متميزة و هي :. **(العناني، 2003، صفحة 15)**

مرحلة الإنذار او التنبيه للموقف الضاغط :

أي استعداد الجسم لمواجهة الموقف الضاغط في افراز هرمون الغدد الصماء (الدرقية) مما يؤدي الى زيادة ضربات القلب و التوتر في العضلات وزيادة نسبة السكر في الدم .

. مرحلة المقاومة :

اصلاح الجسم لما سببته الحالة الأولى من اضرار فيشعر اللاعب بالقلق و الاجهاد محاولا مقاومة الموقف الضـــاغط فاذا حقق النجاح في التغلب عليه فان اعراض الموقف الضاغط ستزول .

. مرحلة الانهاك :

في هذه المرحلة عندما لا يستطيع اللاعب التغلب على الموقف الضاغط و يستمر في معاناته فترة طويلة ، فان قدرة الجسم على التوافق تصبح منهكة و يتعرض لعدة امراض منها (الصداع ، ارتفاع ضغط الدم ، القرحة ، ازمة قلبية) مما يشكل خطرا على اللاعب اذ لا يستطيع تحمل الموقف الضاغط و مقاومته .

و ان العوامل البيئية كالتنشئة و أساليب معاملة الوالدين مهمة في تكوين قوة التحمل النفسي عند اللاعب . و ان مفهوم قوة التحمل النفسي متغير مهم في حيات اللاعب و يلعب دورا أساسيا في تعامله و توافقه مع احداث التدريب و المنافسات .

و يرى ليفين (Levin) بان الطاقة النفسية تدل على قدرة اللاعب للانتقال من حال عدم التوازن الى التوازن ويعبر عن خاصية تكافؤ داخلي للبيئة النفسية و يؤدي الى خفض التوتر .

ومن هذا نصل الى ان البيئة الخارجية تسبب ضغوطا على بيئة اللاعب النفسية فتسبب له التوتر، ويؤثر هذا التوتر في ادراك اللاعب، لذا فإن اللاعب يحاول خفض التوتر عن طريق ادراكه لبيئته الخارجية بشكلها الواقعي فيوجه طاقة نفسية دافعة لخفض توتره.

3 – نظريات التحمل النفسي:

يعد التحمل النفسي مظهرا من مظاهر الصحة النفسية الضرورية في شخصية الانسان، اذ يحدد التحمل النفسي مستوى قابلية الفرد على التوافق مع التغيرات البيئية المختلفة، وهناك عدة نظريات بالنسبة لمفهوم التحمل النفسي وهي :

- نظرية فرويد و التحليل النفسي (Sigmund freud).
- نظرية يونج التحليلية (Yung Theory)
- نظرية الفريد ادلر (Alfred Adeler)
- نظرية ليفين (Lewin)
- نظرية كوباسا (Kopasa)

3-1- نظرية فرويد و التحليل النفسي :

ارتبطت نشأت التحليل النفسي في بداية القرن العشرين بمحاولة سيجمون فريد في تفسير لمضمون الواقع النفسي و الظواهر النفسية ، و قدم فريد (1856-1939) تحليلا لمفهوم قوة التحمل النفسي من خلال طرحه لمفهوم الانا و من خلال هذا الجزء يقدم تحليلا لمفهوم التحمل النفسي أي تحمل الانا ، تحمل الذات **(هول، 1988، صفحة 22)**

ويرى فرويد ان الانا تظهر خلال نمو الاطفال للتحكم في تعاملاتهم اليومية اثناء التعلم وهنا كحقيقة منفصلة عن حاجتهم و رغباتهم و برئي فرويد هذا هو جهاز السيطرة الارادي

المنظم للشخصية ويمثل القدرة على قيام الانا بوظائفه وهي (السيطرة على منافذ السلوك و الفعل و الاختيار المناسب من البيئة و كلما كان الانا قويا يمتلك الطاقة اللازمة للقيام بهاذه الوظيفة كان الفرد اكثر نضجا وتحملا مع نفسه وبيئته و مجتمعه).

ويرى فرويد ان الشخصية مكونة من (الهوى و الانا و الذات العليا) و لكل من هذه الأجزاء خصائصه فالهوى تضمن كل شيء موروث وهي منطقة عقلية أي الإحساس في الشخصية و مصدر النظام للطاقة ككل و تنبثق منها الذات **(دسوقي، 1999، صفحة 369)**

اما الانا فتنمو عن الهوى مباشرة و مهمتها حماية الكائن ، اما الذات العليا فهي ضمير الذات المثالية وهي قوة تنشأ من الابوين و تمثل معايير و اخلاقيات المجتمع.

وهذه المكونات الثلاث تتفاعل مع بعضها فيصعب فصل تأثير كل منها ، فالنمو السليم يؤدي الى نشوء اكثر قوة، وكلما كان الانا قوي و يمتلك الطاقة اللازمة للقيام بوظائفه كان الفرد اكثر قدرة على التحمل .

وبهذا تقدم لنا نظرية التحليل النفسي لفرويد تأثيرا ديناميكيا لنشوء التحمل النفسي ، فمبدأ الانا يسيطر على عملياته هو مبدأ الواقع ، لان تعامله مع الواقع أي التمييز بالتفكير الواقعي وحل المشكلات وهو يجهد لان يؤجل تحقيق رغبات الهوى الى ان يجد الموضوع المناسب للرغبة .**(كمال، 1988، صفحة 497)**

3-2: نظرية يونج التحليلية (Yung Theory) :

يعد كارل يونج احد مؤسسي علم النفس التحليلي، وتتسم نظرته للنوع البشري بانها تقدمية فهو يرى بان الافراد يستمرون في التحسن نحو المستقبل ليس للأمام فحسب بل للأعلى، وهذا ما سماه بالتحقيق الاسمي. **(شلتز، 1983، صفحة 165)**

وقد ميز يونج الشخص ذو قدرة على التحمل النفسي، بانه يحاول ان يتطور ويتوسع ويغير نحو الأفضل، و الأشخاص ذوي قوة تحمل هم اشخاص متعاونون لانهم يخلقون

بتعاونهم حماســـا وقوة لاحد لها في مواجهة الظروف الصـــعبة، لان التعاون لا يثير الروح المعنوية بداخلهم ويحفزها فحســـب، بل يخلق الكفاءة العالية و يضـــاعف الطاقة و المقدرة ويقوي العزيمة و المقاومة، وهذا التماثل بين الافراد هو توليف و مشـاطرة مجريات الأمور و العادات و القوانين و أساليب الحياة عموما بين جماعتين او اكثر .

اذا حســـب وجهة نظر "يونج" ان ما يزيد الفرد قوة ويجعله اكثر قدرة على تغيير الأوضاع هو مواجهتها عن طريق التوجه نحو المستقبل و المساندة و المشاركة و التعاون و الالتزام و تحمل المســؤولية **(حســن، التحمل النفســي وعلاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكراتيه، 2019، صفحة 228)**

3-3: نظرية الفريد آدلر (Alfred Adler) :

تدور فكرة ادلر (Adler) حول مفهوم قوة التحمل عن طريق المصـــطلحات التي طرحها، وهي الكفاح من اجل التفوق الذي اعده و الهدف النهائي الذي يســـعى اليه كل الناس، فالإنسان تحركه توقعاته اكثر مما تحركه خبراته الماضية، لان الأهداف و التطلعات التي يضـــعها الفرد لنفســه ولغيره، هي التي توجه مشـاعره و انفعالاته. **(العكيلي، 2000، صفحة 43)**

ويعد مصـطلح قوة الإرادة مرادفا لمصـطلح قوة التحمل النفسـي، ويمثل ضـورة داخلية للتوجه نحو الحياة، ولكونها حافزا قويا وجذريا لحل المشـكلات، و الازمات التي يصـادفها الفرد في حياته اليومية، و التي تحدد كيفية مواجهته وتعامله مع تلك المشكلات، و الانسـان هو دائم البحث عن القوة و يعززها في داخله، لكي يكون مسيطرا على الاحداث البيئية، وفق مبدأ أسلوب الحياة الذي يتخذه لنفسه و الذي هو نتيجة لقوتين أساسيتين، الأولى ذات منشأ داخلي تنمو مع الفرد و الثانية ذات منشـأ خارجي تأتي من البيئة، و تأثر في سـلوك الفرد وتصرفاته، وتبلغ الذات اعلى قوتها عندما تكون خلاقة ومبدعة .

ويعد (ادلر) الانســـان بان له القدرة على ان يكون مبدعا و متحكما في ظروفه البيئية وتخطي العقبات الصعبة التي تصادفه مهما بلغة درجة خطورتها، لأنه مبدع ونشط وصانع لقراراته ويستطيع ان يختار نمط حياته بنفسه.**(العزة و عبدالهادي، 1999، صفحة 30)**

3-4: نظرية المجال لليفين (Lewin) :

اهتم لفين بالمثيرات في تفسيره للشخصية، بوصفها بنية يفصلها عن العالم الخارجي بسياج نفاذ تعقبه مباشرة الأجهزة الادراكية الحركية التي تتصل بالمحيط الخارجي فتحس بالمثيرات وترد عليها مباشرة، فالمثير في نظر ليفين هو مجال معقد يتضمن حاجات الفرد ومكونات شخصيته وادراكه لإمكانياته المتاحة للفعل، ويتضمن هذا المجال المعقد التفاعل المستمر المتبادل بين التنظيم الداخلي للفرد وبين العالم الموضوعي.

ويطلق على هذه البيئة السيكولوجية مفهوم (حيز الحياة) التي تحدد مباشرة سلوك الفرد في لحظة معينة ، ويعتبر ليفين (حيز الحياة) مفهوما ديناميكيا يتغير باستمرار نتيجة التغيرات الحادثة و حالات التوتر الداخلي للفرد و خبرته كذلك التغييرات الحادثة في البيئة، وقدرة الفرد على السيطرة على هذه التغيرات يمثل قدته على الصمود النفسي. **(بثينة، 2009، صفحة 05)**

3-5: نظرية كوباسا (Kopasa) :

قدمت كوباسا نظرية في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية و الجسمية، وتناولت خلالها العلاقة بين قوة التحمل النفسي و احتمالات الإصابة بالأمراض.

فقد اعتمدت في صياغة نظريتها على عدد من الأسس النظرية التي تمثلت في اراء بعض العلماء أمثال: ماسلو ، روجرز، فرانكل و التي إشارة الى وجود هدف للفرد او معنى لحياته يجعله يتحمل احباطات الحياة ويتقبلها و ان يتحمل الفرد الإحباط الناتج عن الظروف الحياتية الصعبة معتمدا في ذلك على قدرته و استغلال إمكاناته الشخصية و الاجتماعية بصورة جيدة. **(Kopasa, 1979, p. 143)**

كما وضعت كوباسا الأساس التجريبي لنظريتها فقد استطاعت اجراء سلسلة من الدراسات عام (1973)(1975)(1976)(1979) للبرهان على الافتراض الأساسي لنظريتها و القائل بان التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد امرا ضروريا، بل انه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي و الاجتماعي، و ان المصادر النفسية و الاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الاحداث، ومن ابرز هذه المصادر قوة التحمل النفسي بأبعادها الثلاث (الالتزام، التحدي، السيطرة) و التي انتهت الى صياغة نظرياتها و التي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية و الاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية و النفسية، على الرغم من تعرضه للمشقة وذلك على عينات مختلفة الاحجام و النوعيات من شاغلي المناصب الإدارية و محامين ورجال اعمال تتراوح أعمارهم ما بين 32 و 65 سنة. **(الدبور، 2008، صفحة 32)**

وطبقا لنظرية كوباسا فان الفرد الذي يجد درجة عالية من الضغط دون ان يتعرض الى المرض، يمتلك شخصية تختلف عن الفرد الذي يصاب بالمرض عند تعرضه للدرجة نفسها من الضغط، كما اطلقت كوباسا على البناء المتكون من الالتزام و السيطرة و التحدي مصطلح (Hardiness)

- **السيطرة:** اعتقاد الفرد بانه يستطيع السيطرة على الاحداث و التأثير فيها بخبرته الخاصة
- **الالتزام** : وهو امتلاك الفرد الشعور بالمشاركة و الارتباط بنشاطات الحياة.
- **التحدي** : توقع التغيير كالتحدي نحو تطور ابعد و افضل .

3-5-1: افتراض السيطرة :

امتلاك قوة السيطرة على احداث الحياة او حتى الإحساس به او الاعتقاد به تظهر الفرد بصحة افضل من عدم امتلاكه او عدم الإحساس به .

و اعتمدت كوباسا افتراضات افرل (Evril) للفحوص المختبرة التي تبين ان هناك بناءات للشخصية منظمة لا تضعف تجاه المنبهات الضاغطة .

وان الشخص السليم يمتلك :

- **سيطرة جازمة** : أي اختيار البديل المناسب من السلوك للتعامل مع الضغط .
- **سيطرة معرفية** : أي القابلية على تفسير وتقييم الاحداث الضاغطة .
- **مهارات التعامل** : أي الاستجابات الملائمة للتعامل مع الضغوط، لغرض مواجهة ومقاومة الاحداث وعدم الاستسلام لها و الذين لا يمتلكون استجابات ملائمة ومتطورة لا يستطيعون المواجهة .

و توصل افرل (Evril) الى ان الشخص الذي يتعرض للمرض نتيجة الضغط يكون بدون طاقة او قدة و تكون لديه الدافعية للإنجاز قليلة فيضعف امام الضغوط و بالتالي يستسلم لها . **(صفاء، 2002، صفحة 42)**

3-5-2: افتراض الالتزام :

عند تعرض فرد يشعر بالالتزام للضغط في مجالات حياته فانه يبدو سليما من الامراض النفسية، و الالتزام هو قدرة الفرط لربط حياته بصورة كاملة في الظروف المختلفة بما فيها العمل و العائلة و العلاقات الشخصية، فان مواجهة هذا الفرد للبيئة الضاغطة يخفف عنه فضلا عن ان الشخص الملتزم يشعر دائما انه يشارك الاخرين وهذا يشكل مصدر لمقاومة الضغط .

3-5-3: افتراض التحدي :

ان الشخص الذي تكون لديه صفة التحدي ليواجه به التغيير بصورة مستمرة يكون عند تعرضه للضغوط بعيدا عن الإصابة بالمرض فالشعور الإيجابي عن التغيير الذي يحصل من البيئة يعد حافزا لإدراكه قيمة الحياة وتعلقه بها، فضلا عن انه يجد المتعة في هذه الخبرات وطبقا لكوباسا فان متغير قوة التحمل النفسي يمكن ان يحمي الفرد من التأثيرات المدمرة لأحداث الحياة الضاغطة .

4- أنواع التحمل النفسي :

4-1- تحمل الإحباط : الإحباط حالة انفعالية تظهر حينما تتدخل عقبة ما في طريق اشباع رغبة او حاجة او هدف او توقع او عمل. **(لندا، 1973، صفحة 273)**

وينشا الإحباط عن المواقف الضاغطة المكررة و المهددة التي لا يمكن السيطرة عليها، فالناس يغيرون طريقة تفكيرهم عن الضـــغوط و الاحداث التي تواجههم خلال حياتهم وهي احدى الطرائق المؤثرة في معالجة الإحباط. **(الشرقاوي، 1975، صفحة 238)**

فالإحباط هو ادراك الفرد لعائق يحول دون اشباع حاجاته او رغباته او تحقيق هدف او توقع حدوث هذا في المستقبل، كذلك هي حالة انفعالية تظهر حين تتدخل عقبة ما في طريق اشـــباع رغبة او حاجة او هدف او توقع عمل ما. كذلك هي حالة غير مرغوبة ومزعجة تحدث تغييرا في السلوك تتراوح بين الغضب و العدوان الى التراجع و الانسحاب .

يسبب الإحباط ظاهرة جديدة في مقاومة الإحباط، أي محاولة الفرد تبديد الاثار السلبية للإحباط و تحويلها لصـالحه ويرى (سـتيلي) ان تحمل الإحباط طاقة تكيفية يمتلكها الانسـان لمواجهة المواقف الخطرة و المؤلمة، او هي قدرة الفرد على الصمود امام الضغوط دون فشل في التوافق النفسي.

و يعد تحمل الإحباط مظهرا من مظاهر التحمل النفسـي او الصـمود ضـد مظاهر الانا التي تتولد عند منع الشخص من الوصول الى الهدف الذي يرغب فيه.

كما يختلف تحمل الإحباط حسب الدكتور علاوي من شخص لأخر تبعا لأهمية الهدف المعاق لسببين **(علاوي، 1978، صفحة 67)**

أ / تحمل الإحباط يميل لان يزيد مع التقدم في العمر :

- ازدياد الثقافة لدى الفرد وتنوعها مع التقدم في العمر يسهم في تحمل الإحباط.
- ازدياد خبرة الفرد مع التقدم في العم يعد عاملا مســاعدا في التعرف على المعوقات و الضــغوط التي تقف في طريق اشــباع الحاجة فيعمل الفرد على خبرته الســابقة لتجنبه او تعديله.

ب/ لكل فرد درجة نحمل تبدا عندما يتجاوز الضغط مصادر الفرد الاعتيادية التكيفية كما انه درجة قصـــوى من التحمل وهي كمية الإحباط التي يصـــل اليها الفرد عند عمر معين كي يحصل على اقصى تحمل الإحباط.

ان تحمل الإحباط يشـــمل القدة على تحمل التوتر و الحفاض على الاتزان في مواجهة العقبات، و ازدياد تحمل الإحباط دليل على النمو الســـوي للانا وقصـــوره علامة على عدم سلامة الانا.

4-2- تحمل الغموض :

يري ايزنيك (Eysenek) :ان تحمل الغموض هو قدرة الفرد على تحمل شدة التنبيهات الباعثة الى عدم الارتياح النفسي او التي تشكل تهديدا او ضـغطا عليه، بينما ترى نهى عن ايســتمان (Eastman) انه قدة الفرد على التعامل مع المواقف التي تولد شــكوكا و قدرته على التغلب عليه. **(كاظم و التميمي، 1999، صفحة 119)**

وتحمل الغموض يعني قدرة الفرد على مواجهة مشــاعره المتناقضـــة و اســتجابته لكل المواقف الاجتماعية و الادراكية و الانفعالية و هو يرتبط بالمجال المعرفي للفرد لأنه يرتبط بقدرة الفرد على التمييز بين الخصـائص الإيجابية و السـلبية للموضـوع نفسـه. او قدرة الفرد ليصمد او يقاوم الفشل المتولد عن المثيرات غير المنظمة او غير الواضحة.

ويرى بودنر (Budner) المواقف الغـامضـــــة هي المواقف الجـديـدة على خبرة الفرد، او المواقف المعقدة المتناقضـة بتفاصـيلها او محتواها ويحدث تحمل الغموض في مستويين هما المستوى الظاهري و الاجرائي.

أ/ المســتوى الظاهري (Phenomenogical) : ويحدث ضـــمن الادراكات و المشـــاعر الفردية، فالفرد يدرك ويقيم ويشعر .

ب/ المســتوى الاجرائي (Operative) : ويحدث في عالم الأشـياء الطبيعية و الاجتماعية (الواقعية) ويتمثل في السـلوك و الفعل المتصـل بالبيئة الخارجية. وحسـب هذين المسـتويين تكون استجابة الفرد للموقف الغامض اما بالخضوع او الرفض .

إن تحمل الغموض سمة شخصية عندما يكون جزءا من عملية تكيف الفرد ببيئته الداخلية و الخـارجيـة، وهو جزء من التنظيم الهرمي لقيم الفرد وعلى هذا فهو طريقـة للتقييم اكثر منـه علاجا للواقع. **(البهادلي، 1994، صفحة 23)**

ان اســـتقلال الفرد ذو المســـتوى الإبداعي يظهر من خلال تحمله الغموض في حياته ومن خلال رغبته لتقبل الشكوك و التعقيدات الموجود من حوله.

وكشفت الدراسات ان ذوي مركز السيطرة الداخلي لهم قدرة على التحمل النفسي و بخاصة تحمل الغموض بما يتعلق بمســـؤوليات حياتهم و مشـــاكلهم، ويميلون الى التخطيط لحياتهم بعناية كبيرة, **(الواقفي، 1984، صفحة 402)**

4-3- تحمل عدم التطابق :

التطابق (congruence) هو مصطلح جاء به بورني (Burne) ويعني الاتساق بين ما يخبره الفرد نحو الداخل وبين ما يعبر عنه نحو الخارج. **(Burne,1976,p509)**

اما روجرز (Rogers) فيشير الى ان التنافر الحاصل بين مفهوم الفرد عن ذاته وبين خبراته الواقعية أي وجود صـــراع بين الذات المدرك و الذات المثلى، و التي تعني ما يطمح ان يكونه الانسان عن نفسه .

و افتراض روجرز هو ان الكائنات البشرية تجاهد لتحقيق الاتساق بين الخبرات وصورة الذات، (فمن المحتمل ان الناس تســـمح للمواقف التي تتفق مع مفهوم ذاتهم بالدخول في الوعي ويدركون هذه الأمور بدقة)، اما الخبرات الصراعية فهي عرضة لان تمنع من الدخول في الشـعور وتدرك بغير دقة فإذا حدث تعارض بينهما ينضـر الى الفرد على انه يعاني من عدم الاتساق، اما البيئة التي لا تكون مصدر تهديد للفرد و تتبع أساليب التعامل القائمة على الحب و التساهل و تسمح بإشباع الحاجات الأساسية فإنها تكون مصدر اسناد له و تدفعه الى النمو باتجاه تحقيق الذات. و ينظر روجرز الى مفهوم الذات كمفهوم معقد يعبر عن تفاؤل الفرد مع بيئته. **(صالح، 1997، صفحة 88)**

ويرى راضي ان التنافر يحدث عندما :

- لا تتسق الجوانب المعرفية للشخص مع المعايير الاجتماعية .
- يتوقع الافراد حدوث حدث ما ويقع اخر بدلا منه .
- يقوم الافراد بسلوك يختلف عن اتجاهاتهم العامة.**(الواقعي، 1984، صفحة 428)**

وقد يضطر الانسان بفعل ضغوط حضارية الى الموافقة على أمور لا تتفق و مواقفه، أي يجبر على ان يتصرف وفق طريقة معينة لو ترك له الخيار لما تصرف بموجبها، و هنا يحصل تعارض بين ما يطلب من هذا الفرد و ما يعتقد عليه ان يفعله.

اذ ان عدم الاتساق هذا ذو طابع معرفي او عقلي فهو حاجة تستثير السلوك، واذا ما تصارعت او تناقضت الجوانب المعرفية كل منها مع الأخرى فان الفرد يشعر بعدم الارتياح و هذا ما تفترضه نظرية التنافر المعرفي لفستنجر (Festinger) اذ تفسر عدم الاتساق بقدرة الفرد بان يعمل على خفض التوتر الناشئ بين اتجاهات و سلوكه . **(علاوي، علم التدريب و المنافسة الرياضية، 2009، صفحة 87)**

5- العوامل المؤثرة في التحمل النفسي :

ان العمليات السيكولوجية المتضمنة مازالت مصدر جدال، فهناك قضية هامة تتعلق بما اذا كان للتحمل النفسي تطور كنتيجة للصدمة، او ما اذا كان يعتبر صفة شائعة للعديد من الأشخاص، بحيث يمكن ان تظهر هذه الصفة مع الصدمة او بدونها او كما يسمى بصمود الانا

وان من المهم التفكير في التحمل باعتباره مجموعة من الخصائص او العمليات التي تمكن الفرد من ان يستفيد من المصادر الداخلية و الخارجية.

ان فكرة التغير الإيجابي يمكن ان يظهر من المعاناة و الضغوط، هي من الأفكار المتجذرة في الكتابات الفلسفية، الا انه من الممكن ملاحظة انه حديثا تخيير الباحثون السيكولوجيون مصطلحا قريبا منه، وهو "النمو المرتبط بالضغوط" stress-traumatic growth و " النمو ما بعد الصدمة " post-traumatic growth كنوع من التعبير عن النتيجة المفيدة لوصف التغيرات الإيجابية التي يخبرها الافراد كنتيجة للكفاح في مواجهة المواقف الضاغطة للصدمات **(Dolbeir et al, 2009, p3)**.

وبســـبب ظهور التحمل النفســـي حتى في وجود عوامل الخط الوافرة، فإننا بحاجة الى التركيز اكثر على دور البيئـة الاجتمـاعيـة و المـاديـة و مـا تلعبـه لإحداث النواتج النهـائيـة الإيجابية، حين يواجه الفرد كما واضـــحا من الضـــغوط، و في هذا الصـــدد قام ميكائيل Michael (2011) بوضـــع عدة مبادئ على أســـاس التفســـير البيئي لبناء التحمل و هذه المبادئ هي:

- الخروج من التمركز حول الذات .
- عدم الانطباق على القاعدة .
- الارتباط بالثقافة .

هذه المبادئ توفر المعرفة الكافية لتحديد معنى التحمل الذي يركز على السـياق البيئي للنمو الإيجابي، هذا الاطار من العمل يمكن ان يوجه نمو النظر المســـتقبلي ، و تصـــميم التدخل الملائم للارتقاء بطيب العيش well – being بين الافراد الذين يواجهون بيئات تثبط من عمليات الارتقاء بالتحمل النفسي. **(Michael, 2004, p. 30)**

كثيرا ما كان الحديث عن التحمل باعتباره ناتجا فيما يتعلق بالوظائف الناتجة وطيب الحال، ولكن من المهم أيضـا التأمل فيه باعتباره مجموعة من الخصـائص او العمليات التي تمكن الفرد من ان يستفيد من المصادر الداخلية و الخارجية، كما يمكن أيضا اعتبار التحمل كاســتعداد يمكن ان ينتج عنه نواتج جيدة كما أشــار "ماســتن" Masten (2005) الى ان التحمل النفســـي يمكن ان يكون أيا من الثلاث الاتية : عملية او اســـتعداد او ناتج للتكيف الناجح على الرغم من ظروف التحدي او الظروف المهددة .

كما يرى ماســـتن انه بهدف الوضـــوح من المفيد اســـتخدام الفاظ مزدوجة، مثل نواتج التحمل ، عمليات التحمل ، او عوامل التحمل وذلك للتمييز بينها ، وعادتا ما يوصـــف التحمل كناتج باعتباره مكون مقارن وذلك حين يؤدي الأشـخاص بصـورة افضـل من المتوقع او افضل من الطبيعي .

ويمكننا استنتاج ان التحمل النفسي لا يظهر بنفس كيفية كل المواقف و انما هو نتاج تفاعل كل الصفات الشخصية للأفراد و خصائص الموقف المأزم او المحنة التي اما ان يتخطاها الفرد بنجاح، او يبدي تأثرا اقل ممن هم في نفس ظروفه، او ان يتأثر بها الفرد ولكنه يتعافى سريعا مقارنة بمن مر بنفس الخبرة.**(الصائغ و حسن، 2013، صفحة 281)**

بمعنى النظر الى المحددات البيئة ومدى تأثر الفرد بها في فترة زمنية محددة من حياته، ومن المهم تفهم ان العوامل الداخلية و الخارجية و العمليات لا يجب اعتبارها تعمل منفصلة ، حيث يتنوع الافراد في قدراتهم على الاستغلال الجيد للمصادر الخارجية ، في حين ان البيئة هي المؤثر الرئيسي على كفاءة الافراد وعلى مهاراتهم و مواجهتهم ، التي يمكن كذلك ان تعاونهم على التلاؤم مع المشكلات. **(Malcolm,2007,p09)**

ومن الملاحظ ان العنصر الأهم المؤثر في التحمل النفسي في بيئة الفرد هو الأشخاص المحيطون به، فوجود شخص واحد مستجيب و مهتم يمكن ان يحدث فرقا في إيجاد صفات التحمل او غيابها، الا ان اظهار التحمل يعتبر رهنا بظهور المخاطر التي يتعرض لها الفرد.

و في هذا الصدد يشير "ماستن" ان الافراد الصامدين لا يبدون انهم يمتلكون خصائص غامضة او فريدة ، علة العكس فهم يحتفظون او يحافظون على مصادر هامة تمثل نظم حماية أساسية في النمو الإنساني ، وهذا يعني ان التحمل ينمو خلال التعرض للمخاطر . (Masten, 2005, p76)

كما تعتبر أهمية المشاعر الإيجابية التي يمر بها الفرد في فترات مبكرة من حياته كعامل حماية له من الازمات المستقبلية، كما ان بعض ادبيات الدراسة ذات الأساس الطبي و التشريحي قد ربطة بين المشاعر السارة التي يتعرض لها الفرد على التفكير بصورة إيجابية مقارنة بغيره ممن لم يراكموا مخزونا من العواطف الإيجابية في طفولتهم الأولى حيث يشي "ميكائيل" الى ان المشاعر الإيجابية لها وظيفة تخزينية او تراكمية، تمكنها من ان توفر ترياقا للمشكلات المرتبطة بالمشاعر السلبية و الصحة المعتلة .

كما ان الادب التربوي يفيد بان العوامل المؤثرة في التحمل النفسي هي عوامل الحماية factor – protective و هي عوامل فعالة لها تأثير قوي في سياق عوامل الخطر وتظهر في وجود الشدائد من خلال التفاعل مع الخطر في سياق محدد **(Olsson, 2003,p3)** ، وتتحدد هذه العوامل بالمصادر الداخلية للفرد و التي تتمثل في ارتباط التحمل بكل من وجهة الضبط الداخلية، و عوامل الشخصية (الانبساط ، التوافق، الانفتاح على الخبرة، اليقظة) و تقدير الذات و الثقة بالنفس، فعالية الذات، التقبل الضبط الانفعالي، قوة الانا، الصحة النفسية و القدرة على حل المشكلات . **(pierre, 2000, p. 200)**

كما تشير عوامل الحماية الخارجية الى القدرات و الإمكانات التي تتواجد بالبيئة المحيطة بالفرد و التي تساعده على تخفيف تأثير عوامل الخطر و منها الدعم الاجتماعي و الاسري، الذي يتمثل في التماسك الاسري و تقديم العون من الأقارب وذوي الخبرة بالمشكلة المعاشة و مساعدة المختصين من خلال تقديم البرامج و الدورات التعليمية و التدريبية التي تساعد الفرد على تجاوز محنته . **(Richard, 2005, p. 334)**

6- مكونات التحمل النفسي :

اوجز كل من "دير" و "جينيس" اربع مكونات أساسية للتحمل النفسي و هي :

- النهوض وتخطي عقبات ما نواجهه في الحياة .
- الإحساس بالذات و يعني تقبل ما يقع لنا من احداث ,
- النزعة نحو الغاية و تعني المثابرة حتى يتم انجاز الهدف رغم ما يواجه الفرد من صعوبات .
- الاتجاه الى ما قبل الاجتماعية ، و يعنس القدرة على ادخال حياة الفرد اثناء الظروف الصعبة في الحياة ورفضه التعامل مع الافراد ورغبته في ان يعيش منعزلا **(جوهر، 2014، صفحة 302)**

في حين يرى "جولدشين" و "بوكست" ان مكونات التحمل النفسي هي ك

- **التعاطف:** وتتمثل في قدرة الفرد على التفاعل مع مشـــاعر الاخرين، مما يســـهل التعاون و الاحترام بين الافراد .
- **التواصـــل** : تعبير الفرد بوضـــوح عن أفكاره ومشـــاعره و ان يحدد أهدافه و قيمه الأساسية ويحل المشكلات التي تواجهه .
- **التقبل** : وتتمثل في تقبل الفرد لذاته و للأخرين .

7- أنماط التحمل النفسي :

احد المكونات الهامة في التحمل النفســـي هي وجود محنة تقع على الفرد بصـــورة عشـــوائية وغير متوقعة، ووجود تهديد لظروف الحياة مما ينجم عنه القلق و التوتر الفردي، ويتم احتســـاب التحمل في أي لحظة من خلال احتســـاب النســـبة بين وجود عوامل الحماية ووجود عوامل الخطر وقد استخلص "بولك" (1997) اربعة أنماط من التحمل كما ذكرها "فان بريد"**(Van breda, 2001, p06)**

07-01/ النمط التنظيمي: تنتمي لتلك الجوانب الفردية التي ترتقي بتنظيم التحمل و مواجهة ضـغوط الحياة، ويمكن ان تتضـمن الإحسـاس بالسـيطرة او الارتكاز على الذات self-reliance ، الإحساس بالقيمة الذاتية الأساسية، الصحة الجسيمة الجيدة و المظهر الجسمي الجيد.

07-02/ النمط الارتباطي : وهو المتعلق بادوار الفرد في المجتمع و علاقته بالأخرين هذه الأدوار و العلاقات يمكن ان تتراوح من علاقات وثيقة الى حميمة ، الى تلك التي تشمل نظام المجتمع الاوسع .

07-03/ النمط الموقفي : و هو يحدد تلك الجوانب المشـاركة في الربط ما بين الفرد و المواقف الضـاغطة وهذا يمكن ان يتضـمن قدرة الفرد على حل المشـكلات، القدرة على تقييم المواقف و الاستجابات ، الاستعداد لاتخاذ الأفعال و التدابير في مواجهة المواقف .

07-04/ النمط الفلسـفي: يشـير الى نظرة الفرد الى نموذج الحياة ، وتتضـمن معتقدات متنوعة يمكنها ان ترتقي بالتحمل النفســـي ، مثل الايمان بان المعني الإيجابي يمكن ان

نجده في كل الخبرات التي نمر بها ، الايمان بان النمو الذاتي مهم ، و الايمان بان الحياة هادفة، وعلى ذلك فان الشـــكل الذي يتخذه تحمل الفرد يتنوع طبقا للتنوع البيئي و الثقافي للأفراد ، اضـافتا الى التنوع في المعطيات الشـخصـية للأفراد الصـامدين من خصـائص جسمية او شخصية او ذهنية او معرفية .

8- دورة التحمل النفسي :

تصــف "بيار" pearsall المراحل التي يمر بها الفرد عندما يتعرض للمحن و الازمات كما يلي :

08-01/ مرحلة التدهور Deteriorating : تبدا بمشاعر الغضب و الإحباط وتنمو هذه المشاعر مع الفرد وتظهر في القاء اللوم على الاخرين و التقليل من قيمة الذات وقد تطول او تقصـر هذه الفترة ، ويرجع ذلك على مكونات الشـخصـية و الخبرات السـابقة للفرد

08-02/ مرحلة التكيف Adaptation : وفي هذه الفترة و المرحلة قد يرتد الفرد مرة أخرى عكس مسار التدهور و الاختلال ، بقدر يسمح له بالتكيف من خلال اتخاذ بعض التدابير و الاجرائات للتعامل مع عوامل الخطر .

08-03/ مرحلة التعافي Recovering : وتعد هذه المرحلة اسـتمرارا لمرحلة التكيف ويحاول الفرد فيها ان يصـــل الى مســـتوى الأداء النفســـي كما كان عليه قبل التعرض للمحنة .

08-04/ مرحلة النمو Growing : وفي هذه المرحلة يستفيد الفرد ويتعلم من الشدائد و المحن التي تعرض لها ويصـل بهذا التعلم الى مستوى مرتفع من الأداء النفسـي يفوق أدائه قبل التعرض للمحنة ، وهو ما يســـمى باســـتعادة التوازن الفردي للفرد في الاتجاه التصاعدي. **(Pearson, 2001, p. 18)**

9- سمات الافراد ذوي التحمل النفسي :

" يذكر فان كالين " Van Galen عددا من الســـمات التي يتصـــف بها الافراد ذو التحمل النفسي وهي كالاتي :

- إقامة علاقات جيدة مع الاخرين .
- امتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة .
- ارتفاع مستوى تقدير الذات و فاعلية الذات .
- الإحساس بالهدف من الحياة .
- الشعور بالانتماء و المساهمات في الحياة .
- امتلاك أساليب لمواجهة الضغوط متوافقة مع طبيعة الموقف و الفرد .
- الانفعال الإيجابي وروح الدعابة .
- امتلاك المهارات الفعالة في حل المشكلات .
- الايمان بان الضغوط يمكن ان تزيد الفرد قوة .
- تقبل المشاعر السلبية ومحاولة تخطي الخبرات السلبية .
- التعامل الصحيح مع الضغوط و اعتبارها تحديات ينبغي مواجهتها .

10- المبادئ التي تعزز التحمل النفسي :

أشـــار "كوفي" الى ان هناك مجموع من المبادئ الدائمة التي تعمل على تعزيز التحمل النفسي وهي :

- **النشاط و الفعالية :** وتتضمن قدرة الفرد على تحمل مسؤولية افعاله .
- **ان يبدأ يومه بتفهم عميق لما يدور حوله :** و الذي يتضـمن القيم و الأولويات قبل اختيار الأهداف .
- **التعامل مع الأهم قبل المهم :** من خلال تنظيم الوقت و ادارته وحسن استغلاله .
- **توظيف العقل لتحصـــل على ما تريد من مكاســـب :** عن طريق البحث عن المنافع المتبادلة .

- **ان يفهم الفرد وان يكون مفهوما** : وهي تعني احترام الفرد لآراء الاخرين ومحاولة فهم وجهة نظرهم .

- **التعاون:** من خلال العمل بروح الفريق الذي تسوده قيم واحدة**(Wicks,2005,p05)**

11- أساليب التحمل النفسي :

بدأ الاهتمام بأساليب التحمل النفسي منذ العقود الأربعة الماضية ، وتعد الدراسة التي قام بها "مورفي" Murphy من أوائل الدراسات التي استخدمت مصطلح التعامل مع الضغوط، وذلك للإشارة الى الأساليب التي يستخدمها الفرد في تعامله مع المواقف بهدف السيطرة عليها

كما يعرف "سبيليرجر" استراتيجيات التحمل النفسي بانها عملية وظيفتها مواجهة او خفض المنبه الذي يدركه الفرد على انه مهدد ، اما "تشارليز" فيعرفها على انها أي جهد يبذله الفرد للسيطرة على الضغط **(الضريبي، 2010، صفحة 676)**

ويرى "ولمان" ان أساليب التحمل النفسي عبارة عن مجموعة من الوسائل التي تيسر التكيف مع البيئة بغرض تحقيق هدف او بعض الأهداف **(Wolman,1972,p79)** .

اما إبراهيم فيرى ان استراتيجيات التحمل تعني ببساطة ان نتقن ونتعلم بعض الطرق التي من شأنها ان تساعدنا على مواجهة المثيرات وتساعدنا على التعامل اليومي مع الضغوط، و التقليل من اثارها السلبية قدر الإمكان للوصول الى درجة من الصحة النفسية. **(إبراهيم، 2014، صفحة 23)**

كما يعد اتقان أساليب التحمل النفسي ضرورة قصوى خاصة في عالمنا اليوم ، لان الافراد يواجهون المواقف بشكل متزايد، كما تختلف استراتيجيات المواجهة من فرد لأخر، فهناك من يلجا الى أساليب إيجابية لمواجهة الضغوط في حين هناك من يلجأ الى استراتيجيات سلبية لنفس الموقف الضاغط، وهذا يرجع أساسا الى كيفية ادراك الفرد المواقف وتقييمها، ومن ثما تقييم مصادرها و امكانياته التي تساعده في مواجهة المواقف، لذا ونظرا

لعدم وجود قاعدة ثابتة في انتهاج أســـاليب التحمل حتى عند نفس الشـــخص، فقد اختلف العلماء بخصـوص تصـنيفها وتحديد اهم أنواعها لانها تبقى متبطة الموقف المحدث للمواجهة ، وكيفية تقييم الفرد له في تلك اللحظة **(جبالي وصباح، 2012، ص99)**

وهناك عدة تصنيفات لاستراتيجيات التحمل النفسي :

11-1/ تصنيف بيلنجس و موس :

يصنف بيلينجس و موس أساليب التحمل الى أساليب إقداميه و أخرى إحجاميه ، حيث تتضـمن الإقدامية القيام بمحاولات معرفية لتغيير أسـاليب التفكير لدى الفرد عن المشـكلات وذلك بهدف حل المشكلة بشكل مباشر ، اما استراتيجيات المواجهة الاحجامية فهي تتضمن القيام بمحاولات معرفية وذلك بهدف الانكار او التقليل من التهديدات التي يســببها الموقف، وان استراتيجيات المواجهة الاحجامية تتكون من استراتيجيات فرعية مثل الانكار، و التشتت، و الكبت، و التقبل، و الاستسلام .

وبعبارة اكثر وضـوحا ان اسـتراتيجيات المواجهة الإقدامية تتضـمن النزعة للاسـتجابة بشـكل فعال نحو الاحداث الضـاغطة و السـعي للحصـول على معلومات لتحمل الموقف او المشـكلة، وذلك من خلال اسـتخدام أسـاليب سـلوكية ومعرفية محددة، وفي المقابل تتضـمن استراتيجيات المواجهة الاحجامية النزعة نحو تشتيت وصرف ذهن الفرد عن الحدث الضاغط و تجنب الحصـــول على المعلومات و المســـاندات من الاخرين، و اســـتخدام أســـلوب حل المشكلات .

11-2/ تصنيف جراشا:

صنف "جراشا" أساليب التحمل النفسي الى نوعين :

أ- أسـاليب تحمل لاشـعورية ويمثل ذلك في الحيل الدفاعية اللاشـعورية التي تسـتخدم في خفض القلق و الصـــراعات النفســـية لدى الفرد و التي أشـــار اليها فرويد في نظريته للتحليل النفسي .

ب- أساليب تحمل شعورية يستخدمها الفرد في التعامل مع المواقف بمحاولة سلوكية معرفية لتحمل المواقف . **(علاوي ح.، 2006، صفحة 94)**

11-3/ تصنيف فولكمان و لازاروس :

يقدم نوعين من التحمل هما :

أ- التحمل المتمركز حول المشكلة:

وهو عبارة عن الجهود المبذولة لتعديل العلاقات الفعلية بين الفرد و البيئة، فيحاول من خلاله تغيير انماطه السلوكية، او تعديل الموقف وتهدف هذه الاستراتيجية الى خفض متطلبات الوضعية الضاغطة او زيادة مصادر الفرد الشخصية وقدراته الخاصة حتى يتمكن من تحمل المواقف **(Marilou, 2001,p07)**.

وقد حدد لازاروس و فولكمان شكلين للتحمل المتمركز حول المشكلة وهما :

- جمع المعلومات .
- اتخاذ إجراءات لحل المشكلة .

حيث ان الفرد في مواجهة الوالوضعية الضاغطة يقوم بجمع المعلومات و اتخاذ الإجراءات المناسبة من خلال وضع خطة للاستجابة وفق متطلبات المشكلة لتحمل الموقف و التخفيف من شدته او التحرر منه و إيقافه .

ب-التحمل المتمركز حول الانفعال:

تشير الى الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم الانفعالات الناتجة عن المواقف الضاغطة، ومن بين الأساليب المتبعة في هذه الاستراتيجية هي:

- اتخاذ البدائل : وهو تجنب المواقف الضاغطة بتحويل الانتباه من خلال استعمال بدائل في نشاطات سلوكية (رياضة)، او نشاطات معرفية (القراءة) وتعتبر هذه الوسائل ذات فعالية نسبية وهي تختلف عن الهروب على سلوكيات خطيرة مثل التدخين و المخدرات .

- التجاهل: وهو السعي لإنكار وتجاهل الموقف وتشبه استراتيجية الهروب حيث تعمل على تأجيل المشكلة حيث يسعى الفرد لتغيير المعنى الحقيقي للمواقف الضاغطة. **(محمود، 2005، صفحة 36)**

12- العوامل المأثرة على التحمل النفسي لدى اللاعب :

ان التحمل النفسي يختلف بين اللاعبين وبحسب الفروق الفردية من حيث البناء النفسي و البدني و القدرة على تحمل المشاكل، و ان هذه القدرة على التحمل النفسي تنجم عن العديد من العوامل ومن هذه العوامل :

- القدرة العقلية للاعب .
- الحالة الجسمية و الصحية للاعب .
- التنشئة الاسرية و الاجتماعية .
- ثقافة اللاعب .
- النمط العصبي للاعب .
- خبرات اللاعب السابقة .
- القيم و التقاليد الاجتماعية التي نشأ عليها اللاعب . **(محمود، سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي، 2005، صفحة 173)**

12-1- القدرة العقلية للاعب :

من البديهي ان تمتلئ ذاكرة اللاعبين لكل من المهارات العقلية و الخططية و المواقف المفاجئة التي يواجهها اثناء المنافسة و التي يتدرب عليها خلال حيات اللاعب من خلال انعاش الية التذكير لكل العناصر الدقيقة و المكونات لكل حركة داخل الملعب و بالسرعة الممكنة للعمليات العقلية وعمليات الادراك و المعرفة و الادراك يتضمن تفاعل المعلومات المتعرف عليها بواسطة الحواس مع المعلومات الموجودة في الذاكرة . **(سكر، 2002، صفحة 36)**

12-2- الحالة الجسمية و الصحية للاعب :

يتعرض اللاعب في التدريب و المنافسة الى الضغوط الكثيرة و خاصة في وقت المنافسة، وان هذه الضغوط تعمل على تعرض اللاعب الى عدة مشاكل بدنية و نفسية ، ويختلف اللاعبون وفق الفروق الفردية ، في تحملهم هذه الأعباء في التدريب و المنافسة ، فبعض اللاعبين يتحملون هذه الأعباء فتزيد من قوتهم البدنية وقابليتهم الصحية و من ثم تطوير الأجهزة الوظيفية للجسم ، اذ تزداد هذه الأجهزة في مقاومتها للأمراض وتمكن اللاعب على مواجهة الأعباء و الضغوط . **(علاوي، سيكولوجيات التدريب و المنافسات، 1992، صفحة 266)**

12-3- التنشئة الاسرية و الاجتماعية :

يتعلم الفرد في السنوات الأولى انماطا سلوكية إزاء المتغيرات الاجتماعية و الضغوط و المواقف النفسية المألوفة و الغير مألوفة ، اذ يشير محمد جسام الى ان القدرة على التحمل عملية مكتسبة يتمكن الفرد من خلالها ان يكون بصورة تدريجية ذخيرة من الاستجابات الملائمة للمواقف الضاغطة ، ويؤكد أيضا ان النضج الانفعالي يتضمن اتساع حدود ونمو القدرة على التصرف بطريقة ملائمة و مرنة عندما تزداد درجة الضغوط او الإحباط او التهديد . **(كاظم و التميمي، مرجع سابق، 1999، صفحة 99)**

كما يرى هارلوك (Hurloch) ان القدرة على التحمل تنمو وتكتسب من الطفولة عندما يعطى الطفل الفرص و الدوافع لتعلم التعامل مع الخبرة الانفعالية غير المسرة ، و التحمل هو حماية النفس ضد الاخطار . **(Hurloch,1974,P209)**

12-4- ثقافة اللاعب :

قد تاثر ثقافة اللاعب في ارتفاع درجة التحمل ، اذ ان اللاعب المثقف يدرك طبيعة الموقف وتفاصيله بحيث يواجه الموقف بما يمتلك من ثقافة ومعلومات وتفاصيل .

فاللاعب الذي يمارس نشـاطا معينا قد يكتسـب الكثير من المعلومات عن هذا النشـاط الرياضـي نتيجة لممارسـة هذا النوع من النشـاط فاالاعب الذي يعرف قواعد اللعبة و النواحي الفنية و الخططية لها يتمكن من تحمل هذا النشـــاط وتزيد من قدرة تحمله للظروف التي تواجهه . **(نزار و طه لويس، 2001، صفحة 160)**

12-5- النمط العصبي للاعب :

يؤثر النمط العصـبي للاعب بدرجة كبيرة على قوة تحمله ، اذ ان هناك بعض اللاعبين يتميزون بالاسـتثارة السـريعة باقل مثير ويحتاجون الى المزيد من الوقت للتحكم في انفعالاتهم و هؤلاء غالبا ما يكون تحملهم اقل من زملائهم . **(محمود ا.، 2001، صفحة 292)**

12-6- خبرات اللاعب السابقة :

يكتسـب الانسـان بعض أنواع المعرفة نتيجة لبعض الاحداث التي تمر بخبراته السـابقة ويقوم بتفسـيرها و التوصـل الى تعليمات نابعة من احسـاسـه و خبراته الذاتية وليسـت نتائج لعوامل و اعتبارات موضـــوعية فالخبرة الذاتية و المعرفة الحســـية تمثلاني جانبا مهما في التحمل النفسي. **(علاوي م.، سيكولوجية التدريب و المنافسات، 1992، صفحة 28)**

لذا يختلف لاعب عن اخر بمقدار الخبرة المتراكمة التي اكتســبها من خلال التدريبات او المنافسات الرياضية ، وتعد الخبرة السابقة احد العوامل المهمة في التعبير عن الانفعالات و الاســـتجابات تختلف من شـــخص الى اخر. **(محمود ا.، طرق اســـتراتيجية التدريب، 2001، صفحة 290)**

كما يمكن زيادة التحمل النفسـي للاعب من خلال اخضـاعه الى البرامج و المعسكرات التدريبية و التي تتضـمن تطبيق برامج التحمل النفســي في هذه التدريبات. **(Ream.G.R, 1995, p. 544)**

12-7- القيم و التقاليد الاجتماعية التي نشأ عليها اللاعب :

يرى العلماء ان هناك عوامل بيئية مهمة تمثل المتغيرات التي يتعرض لها اللاعب من مسكنه و مدرسته و أصدقائه ، ومن اهم هذه العوامل البيئية الاجتماعية و الاقتصادية و المناخية ، كما ان أسلوب حياة اللاعب و الاشتراطات البيئية و الإمكانات المتاحة و العوامل المناخية لها تاثير في التحمل النفسي للاعب كما انها تحدد وصول الفرد لاعلى المستويات الرياضية **(علاوي م.، سيكولوجية التدريب و المنافسة، 1978، صفحة 70)**

وقد تكون للوراثة الدور الكبير في اكتساب اللاعب قوة التحمل النفسي كذلك فان القيم و العادات التي ينشأ عليها اللاعب قد تكون لها اثر في تنمية التحمل لديه .

خلاصة :

يلعب التحمل النفسي دورا فعال في الحد من حدوث التأثيرات النفسية السلبية التي تسببها ضغوط التعلم و التنافس الرياضي في جميع الألعاب و الفعاليات الرياضية ، فالرياضيون الذين يتمتعون بتحمل نفسي جيد سيساعدهم في ذلك في التعامل مع تلك الضغوط على نحو إيجابي و الاحتفاظ باتزانهم النفسي لتحدي الصعوبات التي يمرون بها اثناء تحقيق الإنجازات الرياضية و الأهداف الموضوعة .

الفصل الثاني

السلوك التنافسي

تمهيد :

ان أداء أي نشاط رياضي في اطار منظم له طبيعته و يهدف الى الحصول على اغراض سواء كانت مادية او معنوية ، و للوصول اليها يجب ان يكون هذا النشاط في طابع تنافسي مضبوط بقوانين و احكام، فالسلوك التنافسي الرياضي جزء ضروري وهام بالنسبة لكل أنواع النشاطات الرياضية و لا يمكن لأي نشاط رياضي ان يرقى ويتطور بدونها فالسلوك التنافسي هو الهدف النهائي الذي يرمي اليه التدريب الرياضي ، ومن ناحية أخرى يعتبر السلوك التنافسي وسيلة فعالة لتطوير وتنمية مستوى اللاعبين و لهذا الغرض خصصنا هذا الفصل لإبراز ماهية وطبيعة السلوك التنافسي الرياضي وخصائصه.

1 / السلوك :

1-1/ مفهوم السلوك :

يعرف السلوك بانه كل الأفعال و النشاطات التي تصدر عن الفرد سواء كانت ظاهرة ام غير ظاهرة ويعفه اخرين بانه أي نشاط يصدر عن الانسان سواء كان انفعالا يمكن ملاحظته وقياسه كالنشاطات الفيسيولوجية و الحركة او نشاطات تتم على نحو غير ملحوظ كالتفكير و الوساوس وغيرها ، و السلوك ليس شيء ثابت ولكنه يتغير وهو لا يحدث من الفراغ و انما في بيئة ما وقد يحدث بصورة لا ارادية وعلى نحو ألي مثل التنفس او الكحة او يحدث بصورة ارادية وعندها يكون بشكل مقصود وواعي وهذا السلوك يمكن تعلمه ويتأثر بعوامل البيئة و المحيط الذي يعيش فيه الفرد ، و الهدف العام للسلوك هو خفض التوترات و القضاء على حالة التفكيك ويؤكد ذلك مخيمر حيث عرف السلوك بانه جملة العمليات المادية و الرمزية التي يحاول بها الكائن العضوي في موقف تحقيق إمكانيات خفض توتراته التي تدفعه الى الحركة بتهديدها لتكامله **(مخيمر و رزق، 1968، صفحة 140)**

ومن الناحية الفسيولوجية النفسية فقد عرفه "هيب" بانه الأساس او القاعدة النفسية لعلم النفس حيث ان النشاط الملاحظ للعضلات او الغدد ذات الافرازات الخارجية ويظهر ذلك في حركات أجزاء معينة من الجسم كالدموع و العرق و اللعب وهذا التعريف يتفق مع ما جاء به عبد المنعم حنفي في موسوعة علم النفس و التحليل النفسي حيث عرفه بانه الاستجابة الكلية لحركة الغدد التي يقوم بها الكائن الحي نتيجة للموقف **(المنعم، 1975، صفحة 92)** .

ومن التعريفات السابقة نستطيع القول بان السلوك هو وصف موضوعي لما يصدر عن الفرد من أنواع مختلفة من الأنشطة سواء كانت أنشطة حركية اجتماعية او نفسية .

1-2/ خصائص السلوك :

01-02-01 القابلية للتنبؤ :

ان السلوك الإنساني ليس ظاهرة عفوية ولا نتيجة للصدفة و انما يخضع لنظام معين و اذا استطاع العلم تحديد عناصر و مكونات هذا النظام فانه يصبح بالإمكان التنبؤ به ويعتقد معدلو السلوك ان البيئة المتمثلة في الظروف المادية و الاجتماعية الماضية في حياة الشخص هي التي تقرر سلوكه ولذلك نستطيع التنبؤ بسلوك الشخص بناء على معرفتنا بظروفه البيئية السابقة و الحالية وكلما ازددنا معرفة بتلك الظروف

و كانت تلك المعرفة بشكل موضوعي أصبحت قدرتنا على التنبؤ بالسلوك اكبر ولكن هذا لا يعني اننا قادرون على التنبؤ بالسلوك بشكل كامل فنحن لا نستطيع معرفة كل ما يحيط بالشخص من ظروف بيئية

01-02-02/ القابلية للضبط :

ان الضبط في ميدان تعديل السلوك الإنساني عادة ما يشمل تنظيم الاحداث البيئية التي تسبق السلوك او تحدث بعده ، كما ان ضبط الذاتي في مجال تعديل السلوك يعني ضبط الشخص لذاته باستخدام المبادئ و القوانين التي يستخدمها لضبط الأشخاص الاخرين و الضبط الذي نريده من تعديل السلوك هو الضبط الإيجابي و ليس الضبط السلبي .

01-02-03/ القابلية للقياس :

بما ان السلوك الإنساني معقد كون ان جزء منه ظاهر و قابل للملاحظة و القياس و الجزء الاخر غير ظاهر و لا يمكن قياسه بشكل مباشر لذلك فان العلماء لم يتفقوا على نظرية واحدة لتفسير السلوك الإنساني وعلى الرغم من ذلك فان العلم لا يكون علميا دون تحليل وقياس الظواهر المراد دراستها ، وعليه فقد طور علماء النفس أساليب مباشرة لقياس السلوك كالملاحظة وقوائم التقدير و الشطب و أساليب غير مباشرة كاختبارات الذكاء و اختبارات الشخصية و اذا تعذر قياس السلوك المباشر فمن الممكن قياسه بالاستدلال عليه من مظاهره المختلفة **(جودة و عزة، 2001، الصفحات 51-52)**.

1-3/ أنواع السلوك : هناك نوعان من السلوك :

01-03-01/ السلوك الإستجابي :

وهو السلوك الذي تتم فيه المثيرات التي تسبقه فبمجرد حدوث المثير يحدث السلوك فالحليب في فم الطفل يؤدي الى افاز اللعاب ونزول دموع العين عند تقطيع شرائح البصل وهكذا تسمى المثيرات التي تسبق السلوك بالمثيرات القبلية و السلوك الاستجابي لا يتأثر بالمثيرات التي تتبعه وهو اقرب ما يكون من السلوك اللاإرادي فاذا وضع الانسان يده في شيء ساخن فانه يسحبها اوتوماتيكيا فهذا السلوك ثابت لا يتغير وان الذي يتغير هو المثيرات التي تضبط هذا السلوك . **(انتصار، 1997، صفحة 368)**.

01-03-02/ السلوك الاجرائي :

هو السلوك الذي يتحدد بفعل العوامل البيئية مثل العوامل الاقتصادية و الاجتماعية و التربوية و الدينية و الجغرافية وغيرها كما ان السلوك محكوم بنتائجه فالمثيرات البعدية قد تضعف السلوك الاجرائي

وقد تقويه وقد لا يكون لها أي تأثير يذكر ونستطيع القول ان السلوك اقرب من السلوك الارادي (يونس انتصار، نفس المرجع) .

1-4/ معايير السلوك السوي و السلوك الشاذ :

يرى **(الظاهر ، 2004)** انه لتحديد المشكلات السلوكية او السلوك الشاذ لابد من وجود معايير ومن هذه المعايير نذكر :

- انحراف السلوك عن المعايير المقبولة اجتماعيا و اختلاف معايير الحكم على السلوك باختلاف المجتمعات و الثقافات و العمر .
- تكرار السلوك وهو عدد مارات حدوث السلوك في فترة زمنية معينة حيث يعد السلوك غير سوي اذا تكرر حدوثه بشكل غير طبيعي في فترة زمنية معينة .
- مدة حدوث السلوك حيث تكون بعض اشكال السلوك غير عادية لان مدة حدوثها قد تستمر فترة أطول بكثير او اقل بكثير مما هو متوقع .
- طبوغرافية السلوك وهو الذي يأخذه الجسم عندما يقوم الانسان بالسلوك .
- شدة السلوك حيث يكون غير عادي اذا كانت شدته غير عادية فالسلوك قد يكون قويا جدا او ضعيفا وفق الزمان و المكان . **(الظاهر، 2004، صفحة 84)**

1-5/ الاتجاهات الرئيسية في تعديل السلوك :

01-05-01 / الاتجاه السلوكي :

يقوم على فكرة ان سلوك الفرد ليس عرضا و انما هو مشكلة بحد ذاتها وانه يجب التعامل معه وفهمه وتحليله ودراسته ووضع افضل الاجراء للتعامل معه حسب أوقات وأماكن حدوثه وانه يمكن التحكم فيه عن طريق التحكم في المثيرات التي تحدثه وفي النتائج المترتبة عليه ويعتمد هذا الاجراء على قوانين تعديل مثل التعزيز وضبط الذات .

01-05-02/ الاتجاه المعرفي :

يرى بان السلوك ليس ناتجا عن تفاعل بين المثيرات البيئية و الفرد فقط وان استجابات الفرد ليست مجرد ردود أفعال على مثيرات بيئية وانما هناك عوامل معرفية لدى الفرد قد تكون مسؤولة سلوكياته مثل ثقافته ومفهومه عن ذاته وخبراته وطرق تربيته ومفهومه عن ذاته وخبراته وطرق تربيته وتنشئته وطرق تفكيره عقلانية كانت ام غير عقلانية .

01-05-03/ اتجاه التعلم الحركي :

صاحب هذا الاتجاه هو البرت باندورا و الذي مفادها ان السلوك البشري يتعلمه الفرد بالتقليد او المحاكاة وان معظم السلوكيات الصحيحة او الخاطئة هي سلوكيات متعلمة من بيئة الفرد .**(جلال و غريب ، 2007، صفحة 26)**

2/ المنافسة :

2-1/ مفهوم المنافسة :

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة و الضرورية لكل نشاط رياضي سواء المنافسة مع الذات او او المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية او في مواجهة منافس وجه لوجه ، او المنافسة في مواجهة منافسين اخرين وغير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية .

يعتمد الباحثون في تعريف المنافسة بشكل عام على وصف عملياتها فهناك العديد من المفاهيم التي قدمها هؤلاء الباحثين كتعريف للمنافسة ومن بين تلك المفاهيم التعريف الذي قدمه (مورتون دويتش) عام 1969 و الذي أشار الى ان المنافسة بصفة عامة هي " موقف تتوزع فيه المكافات بصورة غير متساوية بين المشتركين او المتنافسين وهذا يعني ان مكافأة الفائز في المنافسة تختلف عن مكافأة المنهزم "

وهذا التعريف الذي قدمه دويتش كان أساسا للمقارنة بين عمليتي المنافسة و التعاون على أساس ان التعاون يقصد به ان المشاركين مقتسمون المكافات بصورة متساوية او طبق اسهامات كل فرد وليس كما هو الحال في المنافسة **(علاوي، 2002، صفحة 28)**

عرفها "**ماتيفان**" على انها النشاط الذي يحصل داخل اطار المسابقة المؤقتة في نمط استعدادات معروفة وثابتة بالمقارنة مع الدقة القصوى **(Matvieve, 1983 , p. 13)**.

و لاحظ "مارتينز" حسبما ذكره وانبير عام 1997 ان المنافسة الرياضية هي حالة يقوم خلالها شخصين او اكثر بالتنافس و العمل للحصول على الجائزة او اكبر حصة وتحقيق مستواه النخبوي **(Alderman, 1983 , p. 96)**

2-2/ طبيعة المنافسة :

المنافسة أيا كان مستواها بدءا بمباريات الفصول في المدارس و القاءات الحساسة في الدوري او الكأس او المباريات الودية او مباريات الاعتزال او التكريم في المناسبات الوطنية او لقاءات بروتوكولات التعاون الرياضي الخارجي، فهي على كل حال منافسة مع تباين ظروف و اشتراطات التنافس بالرغم من عدم ضرورة احراز نتيجة معينة او تأثير النتيجة في تحسين وضع الفريق المنافس في البطولة لكنها منافسة بكل المقاييس ، وتمتد ظروف المنافسة في اقل من دقيقة في المنافسات الفردية كسباحة والعاب القوى والى بعض دقائق كما هو الحال في الجمباز و الغطس والى اكثر من ذلك كما هو الحال في كرة القدم وكرة اليد و السلة وتمتد الى ساعات في رياضات كالتنس ورياضات جماعية في الأشواط الحاسمة **(الفتاح، 1995، صفحة 422)**

2-3/ أنواع المنافسات الرياضية :

هناك أنواع مختلفة للمنافسة الرياضية :

2-3-1/ المنافسة التمهيدية :

ويعتبر هذا النوع من المنافسة نوعا تجريبيا يستخدمه المدرب لتعويد الرياضي على الشكل المبدئي للمنافسة ويعتبر وسيلة من وسائل الاعداد المتكامل .

2-3-2/ المنافسة الاختبارية :

وتستخدم المنافسة الاختبارية لغرض اختبار مستوى اعداد الرياضي ودراسة تأثير مراحل التدريب المختلفة على الحالة التدريبية، و التعرف على نقاط الضعف و القوة، ودراسة تركيب النشاط التنافسي، وبناءا على تحليل نتائج هذه المنافسة يتم التخطيط للبرنامج التدريبي للمرحلة المقبلة .

2-3-3/ المنافسة التجريبية :

يتم خلال هذه المنافسة التركيز على نموذج المنافسة الرئيسية التي يشارك فيها الرياضي، وبصفة خاصة على الدور المطلوب منه خلال هذه المنافسة، وفي هذه الحالة يجب توفر كافة الظروف المشابهة للظروف الرئيسية بأقصى درجة ممكنة.

2-3-4/ منافسات الانتقاء :

يتم بناءا على هذه المنافسة انتقاء الرياضيين وتشكيل الفريق في المنافسات الرسمية .

2-3-5/ المنافسة الرئيسية :

تعتبر الهدف الرئيسي من المشاركة في المنافسات الرسمية هو تحقيق اعلى مستوى ممكن ويتحقق ذلك من خلال التعبئة القصوى لكافة إمكانيات الرياضية البدنية و المهارية و الخططية و النفسية **(الفتاح أ.، 1997، الصفحات 25-26)**

2-4/ اهداف التنافس الرياضي :

ان عملية التنافس ضـــرورة اجتماعية لابد منها ، لانها تجعل افراد المجتمع في ديناميكية دائمة و مستمرة تسعى الى تحقيق اهداف إيجابية التي من شانها ان تخلق لنا مجتمع متماسك من جميع الجوانب وتدفعه الى الاستمرار في التطور ،البحث، الابتكار، و من بين الأهداف نذكر :

- التهيئة و التربية و الادماج الاجتماعي لكافة الشباب عن طريق التنافس السليم .
- توعية وتهذيب في سلوكيات الافراد للتأقلم مع مستجدات حديثة .
- المساعدة الكاملة على كشف و ابراز المواهب و القدرات الرياضية الخفية .
- بلوغ التفوق في جميع الميادين من اجل ضمان التفاعل و الفوز .
- خلق جو رياضي يسوده التفاهم و الحركة و النشاط و الحيوية طيلة فترات الأداء .
- تنظيم وتطوير كل الممارسات و النشطات البدنية و الرياضية .
- تنظيم وتطوير وتدعيم جميع الألعاب و النشاطات ضمن الاختصاصات الرياضية .
- تجنب جميع الركود الحركي الذي من شانه عرقلة مشاركة الرياضيين في النشاطات و المسابقات .
- تحقيق نتائج رياضية جد مرضية تتوافق مع متطلبات الحياة الرياضية .

2-5/ الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية :

2-5-1/ المنافسة اختبار وتقييم لعمليات التدريب و الاعداد :

ان عملية التدريب الرياضي تكتسب معناها من ارتباطاتها بإعداد اللاعب بدنيا و مهاريا و خططيا و نفسيا ، لكي يحقق ما يمكن تحقيقه من رفع المستوى و التحضير الملائم للمنافسة ، وفي ضل هذا المفهوم تكون المنافســة الرياضــية ما هي الا اختبار وتقييم لنتائج عمليات التدريب و الاعداد الرياضــي المتعدد الأوجه .

2-5-2/ مساهمة المنافسة الرياضية في الارتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب:

ان اعداد اللاعب للمشاركة في المنافسة الرياضية يتطلب ضرورة الارتقاء بجميع الأجهزة الوظيفية للجسم (الجهاز العضلي ، الجهاز الدوري، الجهاز العصبي، الجهاز التنفسي) و بالتالي الارتقاء بمستوى جميع الوظائف البدنية و الحركية و العقلية و النفسية ، حتى يستطيع اللاعب استخدام هذه الوظائف المختلفة بأقصى قدر من الفاعلية لتحقيق افضل ما يمكن من مستوى الإنجاز .

2-5-3/ المنافسة الرياضية تثير الاهتمام و التشجيع :

نادرا ما يكون في حياة الفرد او الجماعة ما يحظى بكثير من الاهتمام و الثناء و التشجيع و الاعتراف مثل ما يحدث في مجال المنافسة الرياضية على المستوى القاري و العالمي ، وكثيرا ما يلاحظ اهتمام القيادة العليا في الدولة بالمنافسات الرياضية و نتائجها و يواظب على حضورها و رعايتها وخاصة في حالات النجاح و الفوز في هذه المنافسات الرياضية .

2-5-4/ المنافسة الرياضية تحدث بحضور المشاهدين :

تتميز المنافسات الرياضية بحدوثها في حضور الجماهير المشاهدين ، الامر الذي قد لا يحدث في كثير من فروع الأنشطة الإنسانية الأخرى بالإضافة الى العدد الهائل من المشاهدين الذين يحضرون المنافسات الرياضية في بعض الأنشطة الرياضية ذات الشعبية الكبيرة ككرة القدم ويختلف تأثير المشاهدين على اللاعبين إيجابا وسلبا طبقا للعديد من العوامل .

2-5-5/ تجري المنافسة طبقا لقوانين ولوائح و أنظمة معترف بها :

تجرى المنافسة الرياضية طبقا للقوانين و اللوائح و الأنظمة المعترف بها و التي تحدد الأسس و القواعد المختلفة للجوانب الفنية و التنظيمية لأي نشاط ، وبذلك تجبر اللاعبين و الفرق الرياضية على احترامها و العمل بمقتضاها ومن ناحية أخرى تضمن المقارنة .

2-5-6/ المنافسة نوع هام من العمل التربوي :

ينبغي ان لا ننظر الى المنافسة الرياضية على انها نوع من أنواع الاختبار و التقييم لعمليات التدريب الرياضي و الاعداد الرياضي المتكامل فحسب ، ولكنها أيضا نوع هام من العمل التربوي الذي يحاول فيه المدرب الرياضي اكتساب اللاعب الرياضي العديد من المهارات و القدرات و السمات الخلقية و الارادية و محاولة تطوير مختلف السمات الإيجابية **(علاوي، مرجع سابق، 2009، الصفحات 32-33)**

2-6/ المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية :

قد ينظر البعض الى المنافسة الرياضية من حيث انها صراع يهدف الى التفوق على الاخرين كما يرى المتنافس في منافسيه خصوما له، قد ينظر البعض الى المنافسة الرياضية نظرة فيها الكثير من المعاناة عندما لا يرون في المنافسات الرياضية سوى السبق الجنوني لتسجيل الأرقام و التفوق و الفوز، و يتناسون ان الوصول الى المستوى الرياضي العالي جانب هام من الجوانب التي يسعى اليها اللاعب ويسعى اليها المجتمع ولكنها بطبيعة الحال ليست الهدف الأوحد، وقد تكون للمنافسة الرياضية بعض الجوانب السلبية حيث تتسم بالعنف الزائد و العدوان و الاضطرابات الانفعالية للمتنافسين او حينما يحدث اختلاف بين المتنافسين ويختلفون فيه اختلافا كبيرا مما يجعل الفوز او النجاح مقصورا على فريق معين منهم، او حينما ينقلب التنافس الرياضي الى تنافس عدواني او صراع من اجل الوصول الى الصدارة، وينبغي علينا مراعات ان الطابع الذي تتميز به المنافسات الرياضية اذا ما احسن استثماره واذا ما تم في حدود الأسس و القواعد التربوية التي تؤكد ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي و اللعب النظيف وقبول الاحكام و التواضع وعدم الغرور، فانه يصبح من اهم القوى المحركة التي تدفع الافراد الى ممارسة النشاط الرياضي و التي تحفزهم للوصول الى المستويات العالية **(علاوي، مرجع سابق، 2002، صفحة 35)**

3/ السلوك التنافسي :

3-1/ مفهوم السلوك التنافسي :

السلوك التنافسي يكون نتاجا للتفاعل بين دافعين متضادين، حيث يرتبط بكل سلوك إمكانية النجاح و ما يستثيره من الإحساس بالفخر، و إمكانية الفشل وما يصاحبه من الإحساس بالخجل، بمعنى ان السلوك التنافسي ينظر اليه كنتاج للصراع و التفاعل الانفعالي بين اماني الفوز ومخاوف الهزيمة **(فوزي، 2003، صفحة 24)**

3-2/ مفهوم السلوك التنافسي الرياضي:

ان الفريق الرياضي هو جماعة تسعى من خلال توحيد جهودها الى تحقيق هدف مشترك وان التعاون يجب ان يكون الصفة الغالبة لسلوك أعضائه، الا ان التنافس لا غنى عنه في أي طريق او ان أسباب السلوك التنافسي تكمن في الدوافع وخبرات التعلم وتغيرات النضج، فالسلوك قصدي وليس عشوائي فهناك أغراض يسعى السلوك ان يحققها لان اشباع الحاجات غرض يعمل السلوك الى تحقيقه**(عدس و قطامي، 2000، صفحة 45)** .

3-3/ الفروق الفردية المؤثرة على السلوك التنافسي:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر على اللاعب اثناء محاولته الأداء و الذي يمكن القول ان سلوكه تنافســـي ، و بالتالي فان هذه العوامل هي التي تســـبب الفروق الفردية في ســـلوك اللاعب في المواقف التنافسية عامة ، فعند ملاحظة عدد كبير من اللاعبين وهم يؤدون هذه المحاولات في نشاط رياضـي نجد ان بعضــهم يســجل باســتمرار و البعض الاخر يخفق في التســجيل ويعزي ذلك الى الفروق الفردية بينهم وهي موضحة كما يلي :

3-3-1/ العمر :

لا يظهر الســـلوك التنافســـي واضـــحا في المراحل العمرية المختلفة ، فدرجة الرغبة او الفوز في المنافسات تزداد مع زيادة العمر ، كما انها تزداد كنتيجة وظيفية لعوامل منها (الواجبات الخاصة بالمنافسة – عوامل اجتماعية دافعية نحو ممارسة النشاط التنافسي).

3-3-2/ الجنس :

نلاحظ ان المكافأة ،المركز ،الشـهرة ،المكانة الاجتماعية ... تكون مناسـبة للذكور اكثر من الاناث ، اذ ان العادات و التقاليد تحول دون ممارسة النساء للرياضة وخاصة عند اقتراب سن الزواج .

3-3-2/ الثقافة :

ان الســـلوك المســـيطر على الرياضـــي يعكس وجهة النظر التي يقرها المجتمع ويدعمها فهناك المجتمع الأوروبي الذي يشجع السلوك نحو الصراع و الامتياز و النجاح .

3-3-3/ السمات الشخصية :

ان معظم العوامل التي تؤثر على السلوك التنافسي ترجع لوظيفة شخصية اللاعب اذ ان اللاعبين المتنافسين شخصياتهم التي تميز سلوكهم .

3-4/ مكونات موقف المنافسة :

ان المنافســة و المواقف المختلفة تجعل اللاعبين يتميزون بســلوكيات مختلفة نتيجة لعوامل تتوقف عليها ومنها

- **تماســـك الجماعة :** ان التنافس داخل الجماعة يؤدي الى مثير عالي و الذي بدوره يؤدي الى تحقيق افضل النتائج .

- **المنافسة كصراع :** الصراع داخل المنافسة يحدث نتيجة لتجاهل التقاليد و القوانين التي توجه اللاعبين الى التنافس بعنف والى سلوكيات تحدث نوع من الهدم الذي يتم خارج النظام و القوانين
- **المنافسة كإحباط :** ان خسارة فريق لاحد اللاعبين يؤدي الى احباطه و بدوره الى العدوانية التي من شأنها اثارة الغضب خلال المباراة **(عكاشة، 1977، صفحة 120)** .

3-5/ التحكم في سلوك الرياضيين اثناء المنافسة :

تعد المنافسة في تغيير مستمر من ظروف و حالة ومكان وموعد اجراء المسابقات ويتغير كذلك المتنافسون وسماتهم ودرجة تحضيرهم ومدى معرفتهم مع بعضهم ، الامر الذي يتطلب من المنافس حل سريع للمهام الجديدة وتقييم الموقف واتخاذ القرار المناسب ويجري التنافس بحضور اعداد غفيرة من المشاهدين الذين يتأثرون تأثيرا انفعاليا بكل نجاح او كل فشل من جانب اللاعبين .

وفي ظل هذه الظروف يجب ان يتمكن كل لاعب من التحكم بنفسه واعماله و أفكاره وانفعالاته ، وخلال هذا التصارع برز موضوع مهارة وخبرة المدرب وقدراته على التحكم في سلوك اللاعبين خلال المنافسة من خلال مساعدتهم في إخفاء حالة الاضطراب وحالة الهدوء و الاطمئنان ، اذ يتصف الصراع الرياضي بعنف بالغ الامر الذي يتطلب من المدرب اليقظة العالية و الانتباه و القدرة على تحليل سير المنافسة بسرعة خاطفة وهناك طرائق و أساليب كثيرة التحكم في انفعالات الرياضيين وهي متنوعة جدا ومتوقفة على عدد كبير من العوامل الخارجية لظروف المسابقات وعوامل داخلية تتخصص بنفسية الرياضي ومن هذه العوامل :

3-5-1/ انضباط الرياضي :

كلما كان انضباط الرياضي اعلى كلما ازداد تطابق اعماله الى ابداء الابتكار الإبداعي و الوصول الى حل المهمة المطروحة بشكل جديد .

3-5-2/ ضرورة توفير المعارف و المهارات و القدرات المكتملة :

فكلما كانت معارف الرياضي اكثر تنوعا كلما ازداد في استيعاب الخبرة المطلوبة للاشتراك في المنافسات فلاعب كرة القدم ذو الخبرة الطويلة و المعرفة الكافية بقوانين اللعبة يكون اكثر التزاما و اقل تهور من اللاعب الجديد .

3-5-3/ استخدام ظروف المنافسة في العملية التدريبية :

توصلت عدة دراسات الى تحديد أهمية بعض الظروف لإجراء المنافسات لرفع مستوى اللاعبين للقيام بالأعمال الحازمة و الجريئة ، ومن الضروري تعليم المدربين فن التحكم في الرياضيين خلال العمل التدريبي من جهة وفي سياق الصراع الرياضي الحاد و المتوتر واحراز النصر من جهة أخرى. **(خربيط و سكر ، 1988، صفحة 29)**

خلاصة :

تلعب المنافسة الرياضية دورا هاما في المجال الرياضي اذ تعتبر عاملا مهما وضروريا في كل النشاطات الرياضية من خلال السعي دائما الى رفع المستوى الفردي او الجماعي والتي تتجسد في سلوكيات تنافسية سواء كانت المنافسة مع الذات او المنافسة في مواجهة العوامل المحيطة ، حيث انها تساهم في تحسين مختلف القدرات المهارية و النفسية للرياضي كما تساعد في عملية اخراج المكبوتات الداخلية للرياضي او للفرد العادي .

الفصل الثالث

الأداء المهاري في كرة القدم

فئة اقل من 17 سنة

تمهيد

يعتبر الارتقاء بمستوى الاداء المهاري في كرة القدم نتيجة لتفاعل مجموعة من الأبعاد النفسية و العقلية و البدنية و المهارية ، فوصول اللاعب الى مستوى عالي من الأداء لا يتحقق الا إذا كان هناك تكامل بين الاعداد النفسي و البدني و المهاري . فالتخطيط الجيد للعملية التدريبية يعتبر من اهم الاسباب التي تؤدي الى الارتقاء بمستوى الاداء الرياضي.

وفي هذا الفصل سوف نحاول ان نتعرف على العوامل المؤثرة في الاداء المهاري من جانب الاعداد النفسي و اهميته بالنسبة لأداء لاعبي كرة القدم ، و كذا التعرف على اهم المهارات الاساسية و الجوانب البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم .

أولا / الأداء المهاري :

1 – مفهوم الأداء :

يظهر لنا ان مفهوم الأداء هو تصور غني و واسع الاستعمال، اذ نجده في ميادين مختلفة مثل أن نقول أداء كاتب في كتابه ، أداء للموسيقى خلال حفل، أداء دبلوماسي خلال مفاوضات صعبة ، كل هذه الاستعمالات لتصور الأداء ترتكز على شيء مهم وعلى سمات مشتركة، هذه التغيرات للأداء تظهر بالفعل كخاصية الجودة و التفوق. والقدرة على الأداء المنظم المتكامل للأعمال الحركية المعقدة بدقة وبسهولة للتكيف مع الظروف المتغيرة والمحيطة بالعمل .

وفي المجال الرياضي يستخدم مفهوم المهارة على انها تلك النشاطات التي تستلزم استخدام العضلات الكبيرة والصغيرة بنوع من التآزر يؤدي إلى الكفاية والجودة في الأداء ، وعرفت أيضا بأنها جوهر الأداء الذي يتميز بإنجاز كبير من العمل مع بذل مقدار من الجهد. **(علاوي، 1987 ، صفحة 125)**

و في كرة القدم الأداء هو كل التحركات الضرورية الهادفة، التي تؤدى بغرض معين، في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها .

2/ مفهوم المهارة :

اخذت هذه الكلمة من الفعل "مهر" أي حذق و اتقن ، و الماهر هو الحاذق و الساذج المجيد وهذا المفهوم لغوي، **(المنجد في اللغة العربية و الأعلام، 1987)**

اما المفهوم الاصطلاحي للمهارة هو الأداء المتقن و المتميز في انجاز أي عمل لضمان النجاح و التفوق ، وتشمل جميع مجالات الحياة .

وحسب قاموس "ويبستر Webster" المهارة هي القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته بكفاية و استعداد للإنجاز .

وتدل المهارة على مقدرة الفرد على التوصل الى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الاتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة في اقل وقت ممكن. **(hil, 1987, p. 30)**

اما (هيل توماس thomas Hil) فيقول : " هي سلوك معين لفرد يحددها عامل السرعة و الدقة و الأداء ويحكمها عامل النجاح و الغرض الموجود ، وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت " **(Weinker, 1990, p. 233)**

و اما (فاينك Veinek) فيعرفها بانها حل لمشكل حركي معين بطريقة عقلانية و اقتصادية ويشاطره (وجسه محجوب) في اعتباره المهارة حلا لمشكل حركي او مسار حركي بجميع اجزائه **(مختار ح.، 1994، صفحة 71)**

وكخلاصة لجميع هذه التعريفات يمكن القول بان المهارة هي قدرة الفرد على أداء او انجاز عمل او واجب محدد ، ينتج عن عملية التوافق بين العوامل الوجدانية و البنائية بحيث تضمن الاتقان بالاقتصاد في الجهد و الوقت .

3 – مفهوم الأداء المهاري :

يعتبر الأداء المهاري انجاز يمكن قياسه على اساس نتيجة رقمية يتحصل عليها الفرد في مهمة حركية معينة، و النتائج المتحصل عليها تعكس الاستعدادات النفسية الحركية الجسدية للفرد، وتمثل كذلك الكفاءة التي يتميز بها الرياضي في نشاط معين .

يعرف الأداء الأمثل بأنه ارتفاع مستوى النتائج التي تسعى إلى تحقيقها مع ضرورة التمتع بالديناميكية والابتكار والمرونة والقدرة على التأقلم والتطور. **(علي، 1999، الصفحات 89-96)**

و يعرفه " **الدرمان** " على انه تفاعل كل من الأبعاد النفسية و اللياقة البدنية و المهارات الحركية و البدنية ، بالإضافة الى عامل البيئة الرياضي. **(الخولي، 2005 ، صفحة 566)** .

يستهدف الأداء المهاري للاعبين تعليم وتطوير وصقل و إتقان المهارات الحركية الرياضية التي يمكن استخدامها في المنافسات الرياضية لتحقيق أعلى الإنجازات الرياضية ، فمهما بلغ مستوى اللياقة البدنية للفرد الرياضي ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط المتخصص الذي يمارسه. **(علي ع.، 1992 ، صفحة 211)**

3 – 1 – مستوى الأداء المهاري :

هو الدرجة او الرتبة التي يصـــل إليها الرياضـــي من الســـلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لاكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس على أن تؤدى بشكل يتسم بالانسيابية و الدقة وبدرجة عالية من الدافعية عند الفرد لتحقيق اعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد .**(الدليمي، 2008 ، صفحة 54)**

3 – 2 – مراحل تعلم الاداء المهاري :

تمر مراحل تعلم الاداء المهاري بثلاث مراحل اساسية وهي :

المرحلة الاولى : مرحلة التعلم الخام للحركة .

المرحلة الثانية : مرحلة التوافق الجيد للحركة .

المرحلة الثالثة : مرحلة التوافق الالي للحركة .

3-2- 1- مرحلة التعلم الخام للحركة (التوافق المبدائي) :

إن التعرف الجيد من اللاعب على مهارة جيدة يعتد على الشرح او مشاهدة الافلام التعليمية أو الصور أو النماذج حيث أنه كل ما توفرت الخبرة السابقة ارتبطت المهارة الحديثة بذهن اللاعب وكان التصور لها و استيعابها أسرع ، ويجب على المدرب ملاحظة تبسيط المواقف التعليمية حتى يتمكن اللاعبين من استيعاب المهارات . **(الخالق، 2002 ، صفحة 185)**

عند تعليم اللاعب مهارة حركية جديدة ، تجد إن الحركة ليست سليمة الأداء تماما ، إذ انه يدخل عليها حركات بأجزاء مختلفة من جسمه ضرورة لها ومن هذا لا بد على المدرب في هذه المرحلة مراعاة الخطوات التالية :

- عمل نموذج الحركة و إن أمكن استخدام الصور و الأفلام .
- الشرح باللفظ بطريقة سهلة مبسطة وشاملة للمهارة. **(مختار، 1996 ، صفحة 108)**

3- 2 – 2 – مرحلة التعلم الجيد للحركة (التوافق الجيد) :

إن مع تكرار أداء اللاعب للمهارة و الربط بين طريقتي الفهم و المحاولة، وحذف الخطأ في التعلم يقوم اللاعب بالارتفاع بمستوى أدائه حتى يصل إلى اكتساب المقدرة و الدقة في أداء الحركة، هنا يجب على المدرب أن يوجه اللاعب دائما إلى الطريقة الصحيحة لأداء المهارة ، وشرح دقائقها وإصلاح الخطأ باستمرار. وإن المطلب الأساسي و الرئيسي في هذه المرحلة هو محاولة الوصول بالأداء دون الوقوع في الخطأ، حيث تتدرج في التقدم بالأداء المهاري الذي يكون مناسبا لإمكانية اللاعبين لمستواهم الفني و يمكن التركيز على أداء المهارة في مسارين متوازيين .

- تنمية المهارة من خلال التمرينات .
- تنمية المهارات من خلال اللعب ذاته في التقسيمات بالصغيرة و المتوسطة والكبيرة **(الخالق، كرة القدم، 1998، صفحة 205)**

3- 2- 3- مرحلة التعلم الألي للحركة (التوافق الالي) :

لا يكفي أن يصل اللاعب إلى التوافق الجيد ليستطيع أن يؤدي المهارة بدقة ، ولكن لا بد عليه أن يصل بهذه الدقة إلى الدرجة التي يصبح فيها قادرا على أداء المهارة بدقة في أي لحظة من المباراة، تحت أي ظرف من ظروفها ، إلى أن يصبح هذا الأداء أليا متقنا ، عندئذ ينحصر تفكيره فقط في أن تكون المهارة وسيلة لتنفيذ الناحية الخططية المعنية.**(مختار، الاسس العلمية لتدريب كرة القدم، 1996 ، صفحة 180)**

3- 3- طرق تعلم الاداء المهاري :

يوجد العديد من الطرق لتعلم المهارات الحركية ولكل واحدة منها الاساليب التي يمكن استخدامها ، ويحدد " مفتي إبراهيم حمادة " وبصورة ثلاث طرق رئيسية وهي :

3- 3- 1- الطريقة الجزئية :

وهي الأكثر شيوعا في تعلم المهارات الصعبة المركبة من بعض الأجزاء المعقدة ، وتتناسب المهارة التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء ، بينما يضيف " **مفتي إبراهيم حمادة** " بأن في هذه الطريقة تقسم المهارة الحركية المطلوب تعلمها إلى عدة أجزاء حيث يقوم المدرب بتعليم الناشئين الجزء الأول وبعد إتقانهم له يتنقل إلى الجزء الثاني ليقوم بتعليمه وبعد إتقانهم للجزء الثاني يتنقل إلى الجزء الثالث، وهكذا حتى يتعلم

الناشئين كل أجزاء المهارة ، وبعد ذلك يقوم الناشئين بأداء المهارة كوحدة، وإن استخدام الطريقة الجزئية في تعلم المهارات الحركية ، يتم بمراعاة الشروط التالية :

- عندما تكون المهارة طويلة وصعبة الأداء .
- عندما يكون الوقت كافيا لتجزئة المهارة و السيطرة على تلك الأجزاء ثم أداء المهارة ككل.
- عندما تتوفر وسائل الإيضاح المناسبة.
- عندما يكون المتعلمون صغار السن**(مختار، الاسس العلمية لتدريب كرة القدم، 1996، صفحة 23)**

3-3 -2- الطريقة الكلية :

يذكر " عفاف عبد الكريم " على أن يجب أن تعلم المهارات المختلفة بشكل كلي قدر الإمكان لأن إيقاع الحركة التي تؤدى في الأجزاء لا يتماثل مع إيقاع الحركة الكلية فكل جزء من الحركة هو في الحقيقة تمهيد للجزء الموالي وهكذا. **(بيومي، صفحة 230)** .

3- 3- 3 - الطريقة الكلية – الجزئية (المختلطة) :

لقد اكد " **إبراهيم حمادة** " انه من الطبيعي أن للطريقتين الجزئية و الكلية مميزاتها وعيوبها ، لذلك هناك بعض المهارات التي يفضل استخدام الطريقتين معا ، حتى يمكن الاستفادة من مزايا كل منها ، وفي نفس الوقت نتفادى عيوب كل طريقة، وبهذا يمكن أن نعتبر الطريقة الكلية الجزئية حلا وسيطا للطريقتين حيث توضح " عفاف عبد الكريم " ذلك بقولها يوصي الكثير من أصحاب الفكر في التعلم بأنه يجب أن يتاح للمتعلم فرصة العمل بالحركة الكلية قبل العمل بالأجزاء ويكون التقدم هنا (كلي – جزئي – كلي) وعند استخدام الطريقة الجزئية الكلية لتعلم المهارات الحركية لا بد من مراعاة الشروط التالية :

- تعلم المهارات الحركية ككل مبسطة في أول الأمر.
- تعليم الأجزاء الصعبة بصورة مفصلة مع ربط ذلك بالأداء الكلي بالمهارة الحركية.
- مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجزاء.**(حمادة، 2002 ، صفحة 138)**

4 – العوامل المؤثرة على الأداء المهاري :

يكون الرياضي مثالا قويا و فعالا و قادرا على تحقيق أهدافه القريبة و البعيدة إذا توافرت له أسباب القوة والنجاح و العمل المبدع، و هذه الأسباب يمكن توافرها لدى الرياضي في حالة توفرت له مبادرة المؤسسة التي ينتمي اليها الرياضي بتحسين أوضاعه و ظروف عمله و الترفيه عنه و حثه على النشاط و الديناميكية و العمل الهادف، أما اذا لم تتوافر له أسباب القوة و الفاعلية و النجاح لظروف تتعلق بوضع المؤسسة وبقيم و مقاييس و أولويات الرياضي فهي تؤثر على الأداء الرياضي .

ومن العوامل المؤثرة في الأداء الرياضي ما يلي :

4 – 1 – العوامل البدنية و النفسية :

4 – 1 – 1 – العوامل البدنية :

وردت عدة تعاريف واضحة للياقة البدنية تشابهت أغلبها في المضمون، و كان التعريف الشامل هو قدرة القلب و الأوعية الدموية و الجهاز العضلي على أن تعمل بأقصى درجات الفاعلية المطلوبة منها سواء كانت هذه الأعمال و وظيفية أو ترويحية. **(زامل، 2006 ، الصفحات 41-42)**

4 -1 – 2 – العوامل النفسية:

من بين العوامل النفسية المؤثرة على الأداء الرياضي ما يلي :

- **الرقي الانفعالي :**

حيث على الرياضي الشعور بالثقة و السعادة في الاشتراك في المنافسات الرياضية و كذلك الرغبة في الفوز ، اي زيادة القوى الارادية لديه و يقصد بذلك ارتفاع امكانيات الوصول الى اقصى درجة من درجات قوة الارادة، ومن المعروف ان السبب في الهزيمة عند الرياضيين لا يرجع فقط الى عدم كفايتهم

البدنية لأداء المجهود الرياضي بل ايضا لعدم اجبار انفسهم على تهيئة كل القوى الجسمانية التي يتمتعون بها فعلا. **(المقصود، 1998، صفحة 126)**

- **الاعداد النفسي :**

يعتبر الاعداد النفسي من الظواهر الأساسية في الحقل الرياضي وفي جميع الأشكال الرياضية، ويلعب هذا النوع من الاعداد دورا كبيرا في تحسين الأداء، ومن خلال بعض التجارب و الملاحظات توضح انه على الرغم من نقص الاعداد البدني و التكتيكي الا انه بين الحين و الاخر يحقق انتصارا كبيرا غير متوقع من قبل، و قد ارجع الباحثون هذا الانتصار الى العامل النفسي المتمثل في قوة إرادة اللاعب او الفريق، وتصميمه على مواصلة العمل للوصول إلى نتيجة طيبة**(الريفي، 2004، الصفحات 116-119)**

- **الطاقة النفسية :**

تعرف الطاقة النفسية بأنها الخبرة الايجابية التي تحدث عندما يكون اللاعب مرتبطا كليا بالأداء في مواقف ما تساوي فيه المهارات الشخصية مع التحديات المطلوبة لهذا الموقف**(راتب، 2001، صفحة 163)**

5- العوامل النفسية المحققة لثبات الأداء المهاري :

ويقصد بها الحفاظ على مستوى عال من الكفاءة الحركية بصفة مستمرة و مستقرة و ايجابية، وهذا خلال الظروف القصوى للتدريب او المنافسات وفي اطار حالة نفسية معينة حيث نذكر من العوامل المؤثرة ما يلي :

- مستوى نمو العمليات العصبية و النفسية و المقدرة على تحمل الأعباء النفسية.
- الصفات النفسية و درجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات، الطموح النفسي ودرجة تغييره على ضوء خبرات الفشل و النجاح التي يحققها اللاعب.
- المقدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل واثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع سواء كانت صعوبات داخلية أو خارجية، فالتحكم الواعي لتلك الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم، يساعد على الارتفاع بدرجة ثبات اللاعبين خلال المنافسة.

6 – العوامل المؤثرة على مستوى الأداء في كرة القدم:

ان العلاقة بين المهارة و القدرة التوافقية و التي تعرف بأنها شروط نفسية ووظيفية للتحكم الذاتي في تأدية الحركات الرياضية المختلفة علاقة وثيقة وهي ذات اهمية كبرى في عملية التدريب الرياضي حيث ان اللاعب يجب ان يملك اساسا معينا من القدرات التوافقية حتى يستطيع ان ينمي ويطور مهاراته الرياضية، كذلك فإن التدريب على المهارات الحركية المختلفة باستخدام الطرق التدريبية المتنوعة يعمل على رفع مستوى القدرات التوافقية لدى اللاعب، و بناء على ذلك نستطيع القول بأنه لا يمكن تنمية و تطوير المهارات التكتيكية الرياضية لدى لاعب كرة القدم دون أن يكون لديه مستوى معين من القدرات التوافقية و يكسب اللاعب القدرات التوافقية من خلال عملية التعلم الحركي و التي تتطلب تنمية التوافق الحركي ، فكل أداء رياضي وكل مستوى حركي يحتاج إلي متطلبات متنوعة و يكون ذلك في التوافق الحركي ووفقا لذلك فإنه يجب أن تطور كل صفة حركية الى مستوى معين لأن لها علاقة بالقدرات التوافقية و المهارات التكتيكية وان أساس تطور وبناء القابليات الحركية للاعب هو الأداء الحركي المتنوع و يجب ان يطور هذا التوافق الحركي لأنواع الحركات ووضع متطلبات من اجل بناء القابلية العامة و المهارات الحركية و يتم إخراجها بشكل موحد في عملية التدريب بكرة القدم. **(صبر، 2005، صفحة 80)**

ويشير " **اسامة كامل راتب** " الى ان هناك علاقة بين الطاقة النفسية و الطاقة البدنية، حيث يحتاج اللاعب إلى تنظيم الطاقة البدنية من خلال التحكم في الأحمال التدريبية و يمكن تنظيم الطاقة النفسية من خلال مساعدة اللاعب في التمرين للسيطرة على افكاره و انفعالاته ومن خلال ذلك يصل اللاعب إلى الأداء الرياضي المثالي و الى الطاقة النفسية البدنية المثلى **(راتب، مرجع سابق، صفحة 173)**

7 – المهارات الأساسية في كرة القدم :

تعد المهارات الاساسية بكرة القدم من العناصر المهمة و الاساسية التي يجب ان يمتلكها لاعبي كرة القدم واحيانا تكون الفيصل لحسم نتيجة المباراة وخاصة بعد التطور الكبير في طرق اللعب المختلفة و الحديثة في الدفاع و الهجوم وكذلك الارتقاء المهارى الكبير في اداء لاعبي كرة القدم في العالم الذي يساعد اللاعبين في فتح الثغرات في دفاع الخصم و الاستحواذ على الكرة و السيطرة على مجريات المباريات و

استغلال الفرص اينما سنحت لتسجيل أعلى نسبة من الأهداف و تحقيق الفوز.**(غازي و حسن، 2013، صفحة 20)**

8 – أهمية المهارات الاساسية في كرة القدم :

المهارات الاساسية هي الركيزة الاولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم اذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية حيث تم التدريب عليها لفترات طويلة حتى يتم اتقانها لكون درجة اتقان المهارات الاساسية لنوع النشاط الممارس يعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططى في مواقف اللعب المختلفة. وبسبب هذه الأهمية حول تعليمها وتدريبها للاعبين وفق برامج علمية وأساليب تدريبية حديثة تتلاءم مع مستوياتهم من أجل اتقان وتثبيت التكنيك .

ويقع على عاتق المدرب مسؤوليات كبيرة في هذا الجانب المهم في التدريب لان البداية سليمة تضمن للمدرب الغاية و الهدف من التدريب وخبرة المدرب واطلاعه على الخصائص التي تميز كل لاعب ومتابعته للتطورات و الاساليب الحديثة في اللعبة تمكنه من التخطيط الجيد و الصحيح ففي صياغة مفردات البرامج التدريبية و التي تضمن الارتقاء بمستوى اللاعبين اخذا بنظر الاعتبار كافة الامكانات المتوفرة وقابليات اللاعبين ومعرفته في اساليب اللعب ووضع الحلول للحالات التي تطرأ خلال التدريب و المباريات وكل ذلك يحقق النجاح للمدرب في عمله و الوصول الى هدفه.**(غازي و حسن، كرة القدم التدريب المهاري، 2013، الصفحات 21-22)**

9 – مميزات المهارات الاساسية :

1 – تتميز المهارات الاســـاســـية الحركية بالفردية وبذلك تظهر جليا مدى فوارق الفردية في طريقة اداء المهارات بين اللاعبين وهذه تتوقف على نمط و التركيب البدني أو طوله ، سرعته وطباعه وغير ذلك من خصائص اللاعب.

2- المهارات الاساسية بكرة القدم تحوي كل العناصر المعنوية و التطبيقية في تكوين مستلزمات اللاعب المثالي هو اللاعب الذي يعطيك الحلول المناسبة بكل الظروف الصعبة في الوقت المناسب .

3 – من أهم مميزات المهارة الفنية بكرة القدم يتم بتوافق عصبي عضلي ومتجانس و انسيابية في السرعة و البطيء طبقا لمستلزمات الاداء المثالي .

4 – الاقتصاد بالجهد اثناء اداء المهارة بفعالية متكاملة وفي الوقت المناسب وبسرعة فائقة لاستغلال كل مستلزمات نجاح الأداء الفني و التطبيقي.

5 – التقدم في اداء المهارات الاساسية تحتاج الى التدريب المتواصل والتعلم لكل مستلزمات الأداء المهاري و الخبرة في هذا المجال يعني التقدم نحو اداء المهارات الاساسية الحركية في اقل جهد ووقت اثناء مواجهة المنافس و المواقف الطارئة .

6 – تتميز المهارة بأداء حركي اثناء المنافسة لتحقيق الاهداف في المباراة بأقصى درجة من الاتقان و الدقة و الانسيابية في مجالات الحركة الرياضية سوآءا كان في جسم اللاعب او مع الكرة.**(غازي و حسن، كرة القدم التدريب المهاري، مرجع سابق ذكره، الصفحات 24-25)**

10 – تصنيف المهارات الاساسية بكرة القدم:

المهارات الفنية (الأساسية) متعددة ذو اقسام تصنف بصورة مترابطة مع بعضها و ادائها و مختلفة الوحدات عن الاخرى في اغراضها التطبيقية لا يمكن الفصل بين واحدة و اخرى تعطى المستوى الرفيع و الانجاز المتقدم في قدم اللاعب الذي يملك موهبة الربط و الاداء في كل مهارة من المهارات الاساسية اثناء المنافسة او التدريب و لذلك تحتل هذه المهارات جانبا مهما في الوحدات التدريبة اليومية و البرامج التدريبة و لفترات طويلة من اجل اتقانها وادائها بصورة الية وبخفة ورشاقة ولا ننسى موهبة اللاعب في اداء هذه المهارة ودرجة اتقانها و الابداع في تقديم احلى العروض المهارية اثناء المنافسات الرياضية وغالبا ما يكون التدريب وحدة لا يضع اللاعب المثالي بكرة القدم مالم يملك مساحات جيدة بالاهتمام والوضوح في الموهبة وهي نقطة الشروع و البداية لصورة الحقيقة لصقل الجوانب المهارية و الحركية في التدريب المتواصل مع خبرة المدرب اثناء الوحدات التدريبية وخبرة اللاعب الذاتية في التدريب دون المدرب لتطوير الموهبة مع السمات الحقيقة لروح المثابرة و الصبر لكل العقبات و الظروف التي يواجها اللاعب في الممارسة و التدريب.**(غازي و حسن، كرة القدم التدريب المهاري، مرجع سابق، صفحة 26)**

وقد قسمت المهارات بكرة القدم إلي نوعين:

- مهارات اساسية بدون كرة .

- مهارات اساسية بالكرة .

وقد قسم " **كماش 1999** " المهارات الاساسية بدون كرة في كرة القدم الي :

- الركض و تغيير الاتجاه.
- القفز.
- الخداع. **(فرات و خورشيد، صفحة 199)**

ويقسم " **صالح و حماد 1994** " لمهارات بدون كرة الي :

- الجري الحر بدون كرة
- الوثب عاليا
- التمويه
- طريقة وقوف لاعب الدفاع وحارس المرمى استعدادا للحركة. **(صالح و حماد، 1994، صفحة 27)**

اما المهارات الأساسية بالكرة فهي المهارات التي تحقق تميز لعبة كرة القدم عن غيرها من الألعاب الاخرى وهذه المهارات هي :

- ركلات الكرة بالقدم .
- السيطرة على الكرة (التحكم بالكرة)
- الجري بالكرة.
- الخداع بالكرة.
- ضرب الكرة بالقدم.
- رمية التماس.
- حراسة المرمى.**(محمود و حسن، مرجع سابق، صفحة 27)**

ثانيا / كرة القدم :

01/ تعريف كرة القدم :

أ/ التعريف اللغوي:

كرة القدم FOOTBALL هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالاقدام فالامريكيون يعتبرونها بالريغبي (كرة قدم امريكية) اما كرة القدم المعروفة فتسمى Scarr . **(المذكرةالوطنية، 1998، صفحة 60)**

ب/ التعريف الاصطلاحي :

كرة القدم هي لعبة جماعية يهتم فيها بتسجيل اكبر عدد في مرمى الخصم و المحافظة على المرمى نظيفة ، تلعب كرة القدم بين فريقين ، كل فريق يضم احد عشر (11) لاعبا وتلعب هذه الرياضة بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد وتدوم المباراة تسعين دقيقة (90) أي خمسة و اربعون دقيقة (45) في كل شوط يتخللها وقت راحة بـ 15 دقيقة، ويكمن الهدف الحقيقي من اللعبة في حسن صنع اللعب من اجل تطبيق جيد للخطط و الاستراتيجيات . **(قرطيم و عبدالصالح، 1967، صفحة 07)**

02/ المبادئ الأساسية لكرة القدم :

يتوقف أي نجاح أي فريق و تقدمه الى حد كبير على مدى اتقان افراده للمبادئ الأساسية للعبة، و لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة و الطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع او الهجوم الا ان هذا لايمنع ان يتقن جميع المبادئ الأساسية ، وهذه المبادئ متنوعة ومتعددة لذلك يجب عدم تعليمها في مدة قصية و تقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم الى مايلي:

- استقبال الكرة
- المهاجمة
- رمية التماس
- ضرب الكرة
- لعب الكرة بالرأس
- حراسة المرمى **(حسن، 1977، الصفحات 25-27)**

03/ أهمية كرة القدم في المجتمع :

تلعب الرياضة دورا كبيرا في المجتمع فهي وسط للتفاعل الاجتماعي بين الافراد، وكرة القدم رياضة جماهيرية تؤدي ادوارا عديدة في المجتمع ويمكن تلخيصها فيما يلي :

03-01/ الدور الاجتماعي :

كرة القدم هي نظام اجتماعي بحيث تقدم لنا شبكة معتبرة من العلاقات بشتى أنواعها سواء الخاصة بالفرد بحد ذاته او بين مختلف افراد المجتمعات كالتعاون ، المثابرة ،الحب ، الصداقة، الأمانة و التسامح ... الخ ، كما تستعمل كباقي الرياضات الأخرى على تكوين شخصية متزنة اجتماعيا .

03-02/ الدور النفسي و التربوي :

تلعب كرة القدم دورا هاما في سد الفراغ القاتل الذي يعاني منه الافراد ، كما تلعب كذلك دورا في ترقية المستوى الأخلاقي للافراد ومن اهم هذه المواصفات الأخلاقية الروح الرياضية، تقبل الاخرين، اكتساب المواطنة، تقبل القيادة و النظام .

03-03/ الدور الاقتصادي :

ان هذا الدور الذي تلعبه الرياضة لم تزدد أهميته الا مؤخرا حيث ظهرت دراسات متعددة حول اقتصاديات الرياضة ويعتقد ستوكفيتش " Stokvic" عالم اجتماع الرياضة الهولندية ان ككامل النشاطات مع المصالح الاقتصادية قد أدى الى احتلال الرياضة مكانة رفيعة في الحياة الاجتماعية . **(انور، 1996، صفحة 86)**

03-04/ الدور السياسي :

لم تقتصر الرياضة وكرة القدم في المجتمع على كون انها رياضة فقط بل تعدتها الى الدور السياسي فاصبحة مختلف الهيئات السياسية في العالم تحاول كسب اكبر عدد من الجمعيات الرياضية لصالح أهدافها السياسية كما تلعب دورا هاما في التقارب بين مختلف وجهات النظر للتخفيف من النزاعات مثلما حدث في اخسبورغ "Argriarg حيث أجريت بين الاتحاد السوفياتي سابقا و المانيا الفيديرالية السابقة في التقليل من التوتر بين البلدين وتركت انطباعا طيبا بين البلدين خاصة لدى الشعب الألماني ، كما ساهمت المباراة التاريخية بين الولايات المتحدة الامريكية وايران في مونديال 1998 في التخفيف من حد النزاع ونالت هذه المباراة جائزة الروح الرياضية للمونديال . **(انور، الرياضة و المجتمع – سلسلة عالم المعرفة، 1996، صفحة 86)**

ثالثا / خصائص المرحلة العمرية اقل من 17 سنة :

تعتبر المرحلة الوسطى من اهم مراحل المراهقة حيث ينتقل فبها المراهق من المرحلة الأساسية الى المرحلة الثانوية بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج و الاستقلال و الميل الى تكوين عاطفة مع حنين اخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو الجنسي، العقلي، الاجتماعي، الانفعالي و الفيزيولوجي و النفسي ، لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة .

فالمراهقون و المراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي و الاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم كما تتميز بسرعة نمو الذكاء لتصبح حركات المراهق اكثر توافقا و انسجاما وملائمة .

01/ مفهوم المراهقة :

تعتبر هذه المرحلة جد حاسمة وهامة في حيات الطفل الا وهي مرحلة المراهقة ، وماهي الا مرحلة تدعيم وتأكيد التوازن المكتسب من المرحلة السابقة ، حيث انه في هذه المرحلة تأخذ الحياة طابعا يحاول فيه الطفل ان يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه بحيث يحاول التعود على ضبط النفس و الابتعاد عن العزلة و الانطواء تحت لواء الجماعة حيث يصفها **(عبد الله الجسماني)** " بانها المجال الذي يجدر بالباحثين ان ينشدوا فيه ما يصبون اليه من وسائل وغايات " **(الجسماني، 1994، صفحة 195)**

02/ تعريف المراهقة :

أ/ لغة :

جاء على لسان العرب لابن منظور ، راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام اذ قارب الاحتلام و المراهق الذي قارب الحلم **(منظور، 1997، صفحة 430)**

ان المراهقة تفيد معنى الاقتراب و الدنو من الحلم ، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعني في قولهم رهق بمعنى غشي لحق او دنى من الحلم ، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج . **(السيد، 1956، صفحة 254)**

ب/ اصطلاحا :

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا وجسمانيا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة **(الحمحامي و الخلوي، 1998، صفحة 58)**

ان كلمة المراهقة **ADOLESCENCE** مشتقة من الفعل **ADOLESERE** ومعناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي و الانفعالي و العقلي ، وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة و كلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو و هي الناحية الجنسية فنستطيع ان نعرف البلوغ بانه نضج الغدد التناسلية و اكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة الى بدء النضج . **(فهمي، 1986، صفحة 189)**

ويعرف " ستانلي هول " المراهقة على انها تلك الفترة الزمنية التي تسمو حتى سن الخامسة و العشرين و التي تقود الفرد الى مرحلة الرشد . **(المليحي، 1971، صفحة 301)**

اما " ديباس " فتطرق الى تعريف المراهقة من جانبين اساسيان حيث يقول ان المراهقة هي فترة التحولات الجسمية و النفسية التي تحدث بين الطفولة وبين الرشد . **(العيسيوي، 2000، صفحة 63)**

ومن التعريف الأخير نستنتج ان المراهقة عبارة عن مرحلة عبور يتم فيها تغيرين أساسيين وهما:

- الجانب الجسمي و الذي يتعلق بالنضج الفيزيولوجي و الجسمي بشكل عام حتى يكتمل نمو الأعضاء الداخلية و الخارجية .
- الجانب النفسي و المتعلق بظهور حاجات عاطفية ومشاعر جديدة خاصة منها الغرائز الجنسية الى جانب نمو الوظائف العقلية .

03/ مظاهر النمو في هذه المرحلة :

تتميز مرحلة المراهقة عن الطفولة و الرشد بكونها فترة ينتقل الفرد من الطفولة الى الرشد ، وهي تكتسب أهمية من حيث انها المرحلة التي يتم فيها اعداد الناشئ لكي يصبح موطنا ناجحا يتحمل مسؤوليته في المجتمع كما انها مرحلة يعيد فيها الناشئ بناء حياته مع ذاته ومع الاخرين من جراء التغيرات السريعة و الشاملة التي تحدث عند المراهق على المستوى الجسمي النفسي ، المعرفي و الاجتماعي .

03-01/ مظاهر النمو الجسمي :

تظهر عند المراهق مظاهر و تغيرات عضوية وجسمية دليل على نضج الجسم ، ومن اول هذه المظاهر و التغيرات السرعة في نمو الطفل من حيث الطول و الوزن في سنة قد يصل الى ضعف مستوى نموه أواخر مرحلة الطفولة ، كما يزداد حجم نمو قلبه ، ومن مظاهر النمو أيضا تغير شكل الحنجرة وتغير الصوت وكذا نمو الأعضاء التناسلية نمو سريع ، تكون العظام عند الذكور بأشكال نوبية وحجمها اكبر وكمية النسيج العضلي اكثر من كمية الدهون ، وسبب هذا التغير الجسماني راجع الى نشاط الغدد النخامية و التناسلية. **(عبدالعزيز، 1981، صفحة 71)**

03-02/ مظاهر النمو العقلي :

ان الحيات العقلية للمراهق تتطور تطورا يأتي بها نحو التمايز و التباين ، الامر الذي يعد الفرد للتكيف الصحيح ببيئته المتغيرة ، اذ في هذه المرحلة يصبح الطفل قادرا على استخدام المفاهيم الموجودة

فيما يسمى بمرحلة التصور القبلي او التفكيري ، حيث يستطيع استخدام الرمز في التفكير و ادراك النسبة وبناء النتائج و القياس المنطقي وقبول وجهة النظر المقابلة وفهم النظريات فتصبح المراهقة بداية الرشد للفرد . **(حمودة، 1991، صفحة 53)**

ويمكن ان نلخص هذه المظاهر فيما يلي :

- ينمو خيال الطفل نموا خصبا .
- ينتقل خياله من المحسوسات الى المجردات المعقولة .
- استعماله الموز في التفكير و الادراك المنطقي .
- اعتماده على الحفظ الالي وكذلك الذاكرة القوية .

03-03/ مظاهر النمو الاجتماعي :

في هذه المرحلة تستمر عملية التنشئة الاجتماعية من خلال القيم و المعايير الاجتماعية من الثقافة و التقاليد و الميول من الأشخاص المؤثرين في حيات الطفل مثل الوالدين و الأصدقاء ، ومن شان هذا التطبيع تدعيم شخصية الفرد وزيادة الثقة في نفسه وتوسيع وتعميق الحس الاجتماعي لديه ، فمحلة المراهقة من الناحية الاجتماعية هي المرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي يصل اليها الطفل المراهق في مرحلة الرشد ، وعليه ينطلق لحياة أوسع محاولا التخلص من القيود و الخضوع الكامل للأسرة ويصبح قادرا على الانتماء للجماعة و الاقران كوسيلة تزيده الشعور باستقلالية وتكوين صدقات. **(مختار م.، 1982، صفحة 167)**

03-04/ مظاهر النمو الحركي :

في هذه المرحلة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك و الاضطراب الحركي ، وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن و الرقي لتصل الى درجة عالية من الجودة .

كما يلاحظ ارتقاء مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة وتعتبر هذه المحلة ذروة جديدة للنمو الحركي ويستطيع فيها المراهق اكتساب وتعلم مختلف الحركات و اتقانها وتثبيتها. **(علاوي، علم النفس الرياضي، 1992، صفحة 147)**

ويقول حامد عبد السلام زهران : تصبح الحركات في هذه المرحلة اكثر توافقا و انسجاما ويزداد اتقان المهارة الحركية كما تزداد سرعة الزمن الذي يمضي بين المثير و الاستجابة لهذا المثير. **(زهران، 1995، صفحة 374)**

03-05/ مظاهر النمو الانفعالي:

ترتبط الانفعالات ارتباطا وثيقا بالعالم الخارجي المحيط بالفرد وذلك عبر مثيراتها واستجاباتها بالعالم العضوي الداخلي عبر شعورها الوجداني وتغيراتها الفيزيولوجية الكيمائية، ويخضع ارتباطها الخارجي خضوعا مباشرا لنمو الفرد فتتغير المثيرات تبعا لتغير العمر الزمني وتتغير الاستجابات تبعا لتطور مراحل النمو.

ولهذا تختلف مظاهر الانفعالات عند المراهق عن المظاهر الانفعالية للطفولة في بعض معالمها حيث تتميز انفعالات المراهق بانها سريعة الاستجابة ، وتضل هذه الانفعالات قوية يلونها الحماس ، وتلاحظ الحساسية الانفعالية حيث لا يستطيع المراهق غالبا التحكم في المظاه الخارجية لحالته الانفعالية وكذا مشاعر الغضب و التمرد نحو مصادر السلطة في الاسرة و المدرسة و المجتمع. **(زهران، علم النفس النمو، 1995، الصفحات 383-384)**

مما سبق يمكن ان نستخلص ان الانفعالات في مرحلة المراهقة تتميز بسرعة الاستجابة ، كما تتضح في هذه المرحلة مظاهر الخوف ، الغضب و التمرد وكل هذه المظاهر تؤثر على صحة المراهق ونشاطه العقلي ونموه.

04 / حاجات المراهق :

الحاجة امر فطري في الفرد اودعها الله عز و جل فيه ليحقق مطالبه ورغباته ، زمن اجل ان يحقق توازنه النفسي و الاجتماعي ، ويحقق لنفسه مكانة وسط جماعته، وفي الوقت نفسه تعتبر الحاجة قوة دافعة تدفع الفرد للعمل و الجد و النشاط وبذل الجهد وعدم اشباعها يوقع الفرد في العديد من المشاكل وعليه فالحاجة تولد مع الفرد وتستمر معه الى وفاته، وتتنوع وتختلف من فرد لأخر ومن مرحلة زمنية لأخرى، وعلى الرغم من تنوع الحاجات الا انها تتداخل فيما بينها فلا يمكن الفصل بين الحسية ، النفسية ، الاجتماعية و العقلية ، ولما كانت الحاجة تختلف باختلاف الماحل العمرية فان لمرحلة المراهقة حاجات يمكن ان نوضح بعضها فيما يلي :

04-01/ الحاجة الى التقدير و المكانة الاجتماعية :

ان شعور المراهق و احساسه بالتقدير من طرف جماعته ، اسرته ومجتمعه يبوئه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه .

فالمراهق يريد ان يكون شخصا هاما في جماعته وان يعترف به كشخص ذا قيمة ويتوق الى ان تكون له مكانة بين الراشدين ، وان يتخلى على موضوعه كطفل ، فليس غريبا ان نرى ان المراهق يقوم بما يقوم به الراشدين متبعا طرائقهم و اساليبهم ، ان مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالطاقات التي تحتاج الى توجيه جيد ، لذا فالأسرة الحكيمة و المجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها احسن استثمار . **(عقلة، صفحة 38)**

04-02/ الحاجة الى النمو العقلي و الابتكار :

وتتضمن الحاجة الى الابتكار وتوسيع قاعدة الفكر السلوك وكذا تحصيل الحقائق وتحليلها وتفسيرها. وبهذا يصبح المراهق بحاجة كبيرة الى الخبرات الجديدة و المتنوعة ، فيصبح بحاجة الى اشباع الذات عن طريق العمل و النجاح و التقدم الدراسي ، ويتم هذا عن طرق اشباع حاجاته الى التعبير عن النفس و الحاجة الى المعلومات و التركيز ونمو القدرات .

04-03/ الحاجة الى تحقيق الذات وتأكيدها :

ان المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي ، وهو بذلك ذات تفرض وجودها في الحياة حيث ما وجدت خاصة في حياة الراشدين، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة الى النمو السليم، يساعد في تحقيق ذاته وتوجيهها توجيها صحيحا، ومن اجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا اشباع حاجياتهم المختلفة و المتنوعة ، وفقدان هذا الاشباع معناه اكتساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه .

04-04/ الحاجة الى التفكير و الاستفسار عن الحقائق :

من اهم مميزات المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا ، حيث تنفتح القدرات العقلية من الذكاء والانتباه و التخيل و التفكير وغيرها ، وبهذا تزداد حاجة المراهق الى التفكير و الاستفسار عن الحقائق ، فيميل المراهق الى التأمل و النظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته و استفساراته عن بعض القضايا التي يستعصى عليه فهمها، حينما يطيل التفكير فيها ،وفي نفس الوقت يريد إجابات عن اسئلته، لذا من واجب الاسرة ان تلبي هذه الحاجات، وذلك من اجل ان تنمي

تفكيره بطريقة سليمة وتجيب عن اسئلته دونما تردد. **(زهران، علم النفس النمو – الطفولة و المراهقة، 1982، الصفحات 435-436)**

05/ مشاكل المراهقة :

لاشك ان مشكلة المراهقة ظاهرة طبيعية و أساسية في حياة الفرد، و الشباب هي فترة المشكلات و الهموم و المراهق يحتاج الى كثير من المساعدات حتى يصبح راشدا متوافقا في حياته لان المراهقة حالة نفسية وجسدية كامنة في كل منا تدفع الانسان الى التصرف الخاطئ، ويحتاج الى مراقبة مستمرة من الاهل تدعو الى اتباع الأوامر الالاهية التي تنص على عدم الاختلاط ، و المراهقة تحتاج أيضا الى قيم دينية يفترض تزويد الانسان بها لتحصن من الوقوع في الرذيلة . **(نور، 2004، الصفحات 26-29)**

05-01/ المشاكل النفسية :

تنجم المشاكل النفسية عند المراهقين عن التوتر و الكبت الحاصل عن الخجل و التسرع في اتخاذ القرارات و المراهق يميل الى الحرية من الواجبات و السلطة الاسرية و المدرسية ، فينشأ عن ذلك في نفسه الإحباط و الشعور باليأس و الضياع ، فالمراهق يعتبر الانخراط في المجتمع يحط من قيمته بغض النظر عن صلاحه او ضرره ، وقد يجلب المراهق بتصرفاته الكثير من المتاعب لأسرته او المجتمع الذي يعيش فيه لذلك فهو يعيش في صراعات داخلية مكبوتة قد يظهرها أحيانا في شكل تمرد و عصيان ، فهو يعتقد انه يجب على الجميع الاعتراف به، وقد تؤدي هذه الصراعات النفسية الى الإحساس بالذنب و القهر فيؤدي به الى الاكتئاب و العزلة او الى السلوك العدواني.

05-02/ المشاكل الانفعالية :

ان العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدا واضحا في عنف فعاليته وحدتها و اندفاعها وهذا الاندفاع الانفعالي ليس أساس نفسيا خالصا بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية، فإحساس المراهق بنمو جسمه وشعوره ان جسمه لا يختلف عن اجسام الرجال الكبار هذا يقوده للافتخار أحيانا و بالحياد و الخجل أحيانا من هذا النمو الطارئ .

كما يتجلى بوضوح خوف المراهقين من هذه المرحلة التي ينتقل اليها و التي تتطلب منه ان يكون رجلا في تصرفاته وسلوكياته. **(عوض، 1971، صفحة 37)**

05-03/ المشاكل الاجتماعية :

ان مشاكل المراهقة تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية مثل الحصول على مركزه ومكانه في المجتمع و الإحساس بانه فرد مرغوب فيه، وفي هذا الاطار سوف نتناول كل من الاسرة و المدرسة كمصدر من مصادر السلطة الاجتماعية على المراهق.

فبالحديث عن الاسرة فمن بين مشكلات التي يعاني منها المراهق داخل اسرته وجود حواجز بينه وبين والديه تجعله يحتفظ بمشكلاته الشخصية و النفسية لذاته، وكذا الزامه بالتواجد في البيت في ساعة محددة و التدخل في اختيار الأصدقاء و خلافات الوالدين فيما بينهما .

اما من بين المشكلات التي يواجها المراهق في المدرسة هي الشك بقدراته وعدم الثقة بالنفس، وهذا راجع لعدم توفر النصائح و التوجيهات، وكذلك قد يعاني من ضعف التركيز عند التفكير وعدم القدرة على التخطيط وتنظيم الوقت.

خلاصة :

تعتبر المهارات الأساسية احد الاركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات و المنافسات ويحاول اتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق اعلى المستويات ، ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاغب الى الدقة و الاتقان و التكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة، بحيث يستطيع تأديتها بصورة الية متقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل اطار قانون لعبة كرة القدم .

ومن خلال ما سبق نستنتج ان فترة المراهقة ازمة نفسية ومرحلة انفرادية حرة ولا يمكن حصرها في طبقة اجتماعية معينة او مجتمع خاص فهي مرحلة تنشط من مرحلة البلوغ الى مرحلة الرشد .

الفصل الرابع

الدراسات السابقة

تمهيد :

سنحاول في هذا الفصل التطرق الى اهم الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة و المتمثلة في كل من التحمل النفسي و السلوك التنافسي و التي يمكن ان تؤثر على مستوى الاداء المهاري للاعبين، وسوف نحاول ابراز اهم الدراسات العربية والاجنبية، وذلك انطلاقا من عرض هدف الدراسة و الادوات المستخدمة فيها و كذا العينة التي اشتملت عليها بالإضافة ال اهم النتائج التي توصل اليها الباحث.

وهذا بغرض تحديد اهم النقاط التي ترتبط بدراستنا الحالية و كذا الاستناد اليها في مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها من جهة اخرى .

أولا – عرض الدراسات السابقة :

01/ قام الباحث " **إسماعيل الصادق** " **(2008)** بدراسته بعنوان " **العلاقة بين الأداء المهاري وتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم (فئة الناشئين)** "، حيث هدفت الدراسة في تحديد العلاقة بين الأداء المهاري وتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم ، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وتشكلت عينة البحث من 70 لاعبا ، أما في ما يخص أدوات و وسائل البحث فتمثلت في الاستبيان و الاختبارات النفسية و المهارية اما النتائج التي توصل اليها الباحث تتفق الى حد كبير في ما يخص العلاقة بين الأداء المهاري وبين مختلف ابعاد تقدير الذات . **(الصادق، 2008)**

02/ قام الباحث " **نورالدين مزاري** " **2008** بدراسته بعنوان " **اثر القلق على مستوى أداء لاعبي كرة القدم في المنافسات الرياضية** " وهدفت هذه الدراسة الى معرفة اهم الاسباب المؤدية لهذا المشكل وكيفية معالجتها و ما مدى تأثير القلق على مستوى أداء اللاعبين ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي واعتمد على عينة البحث المتكونة من ثلاث اندية من ولاية المسيلة للقسم الشرفي المتمثلة في (الوفاق الرياضي لبلدية حمام الضلعة ، النادي الرياضي للهوات تارمونت ، اولمبيك المسيلة) و اعتمد الباحث في دراسته على الاستبيان كائدات لبحثه وتوصل الباحث الى ضرورة توفير الاخصائيين في علم النفس الرياضي لتقديم افضل رعاية نفسية للاعبين . **(مزاري، 2008)**

03/ قام الباحثان " **فرات جبار** "**و** " **ثائر عامر عباس** " **2008** بدراستهم بعنوان " **التمارين الفردية و تأثيرها على الأداء المهاري للاعبي الشباب بكرة القدم** " وهدفت الدراسة الى التعرف على تأثير استخدام التدريبات الفردية في فترة المنافسة على الأداء المهاري للاعبي كرة القدم 18–19 سنة و اشتملت عينة البحث على (30) لاعبا من نادي ديالى ، و استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، و تحديد أربعة تمارين أساسية لتطوير الأداء المهاري للاعبي كرة القدم (الجري بالكرة، المناولة الجدارية، المناولة الطويلة)

وتوصلوا الى انه هناك تقدم كبير في مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم بسبب تأثير التمارين الفردية **(فرات و ثائر، 2008)**

04/ قام الباحثان " **طلاش حمزة "و" وداحي ظريفة** " **2008** بدراستهما بعنوان " **التحضير النفسي لدى لاعبي كرة القدم اكابر رجال وانعكاساته على المنافسة** " وهدفت هذه الدراسة الى معرفة ما مدى انعكاس التحضير النفسي الجيد لدى لاعبي كرة القدم أكابر رجال على المنافسة ، واستعمل الباحثان المنهج الوصفي ، وتكونت عينة البحث من (60) لاعبا من النخبة الوطنية، و اعتمد الباحثان على الاستبيان كائدات لجمع المعلومات ، وتوصل الباحثان الى ان شعور اللاعبين بالتوتر النفسي اثناء المنافسة يعود الى نقص التحضير النفسي وهذا الأخير عائد الى نقص الاخصائيين و الكفاءة في مجال علم النفس **(طلاش و وداحي، 2008)**

05/ قام الباحثون " **عسلى الصحراوي** " و اخرون بدراستهم بعنوان **2009** " **علاقة الضغط النفسي بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم – دراسة ميدانية لفئة الاواسط القسم الوطني الاول**–" هدفت الدراسة الى ابراز العلاقة بين الضغط النفسي و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم ، واستعمل الباحثون المنهج الوصفي ، كما استخدموا الاستبيان كائدات في دراستهم وشملت عينة البحث ثلاث (03) فرق من ولاية الجزائر، وتوصلوا الى النتائج التالية ان التحضير النفسي الجيد و التحضير البدني و الجماعي في الفريق ينقص من نسبة الضغط النفسي و ان اللاعب معرض للضغط في بيئته الاجتماعية و ان الضغط النفسي للاعبين يؤثر سلبا عليهم اثناء المنافسة و ان حلات الإخفاق في المنافسة تكون سببا في ظهور الضغط النفسي . **(عسلي، عريبي، و بوسعيد ، 2009)**

06/ قام الباحثان " **تفرقة ياسين "و" مهاني كمال** " **2009** بدراستهما بعنوان " **أهمية التحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية** " وهدفت الدراسة الى ابراز أهمية التحضير

النفسي على الأداء المهاري للاعبي كرة القدم اثناء المنافسة و استخدم الباحثان المنهج الوظيفي ، بينما اشتملت عينت البحث على (60) لاعبا لأربع فرق أواسط لأندية الجزائر وسط ، واستخدما الاستبيان كائدات للدراسة ، وتوصل الباحثان الى ان التحضير النفسي الجيد يساعد اللاعبين اثناء المنافسة الرياضية كما له اثر مباشر على نتائج اللاعبين اثناء المنافسة ، وشعور اغلب اللاعبين بالقلق و التوتر النفسي قبل و اثناء المنافسة الرياضية و هذا لنقص التحضير النفسي و نقص الاخصائيين النفسيين في الفرق الرياضية **(تفرقة و مهاني، 2009)**

07/ قام الباحث " **منصوري مصطفى** " **2013** بدراسته بعنوان " **الضغط النفسي و تأثيره على أداء الرياضي خلال المنافسة لدى لاعبي كرة القدم** " وهدفت هذه الدراسة الى ابراز تأثير الضغط النفسي على أداء الرياضي و تبيين دور التحضير البسيكولوجي في المجال الرياضي ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي و اختار عينة البحث المتمثلة في (شباب المشرية و اتحاد المشرية) ، كما اعتمد على الاستبيان كائدات لبحثه وتوصل الباحث الى ان كل منافسة كروية لها ضغط خاص بها وكل ضغط يتميز عن الاخر وذلك لعدة عوامل كقلة الخبرة لبعض اللاعبين وكذا قلة التحضير النفسي الى جانب اختلاف درجة المنافسة بين الفرق . **(مصطفى، 2013)**

08/ قام الباحث " **بن يحي اسامة** " **(2014)** بدراسة حول "**علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم** " وقد هدفت الدراسة الى ابراز ضرورة الاهتمام بالتكوين النفسي للاعب كرة القدم و إعطاء هذا الجانب القيمة اللازمة وكذا معرفة طبيعة العلاقة التي تربط التوافق النفسي الاجتماعي بالأداء المهاري للاعبين . وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي ، وقد شملت عينة البحث على 30 لاعب من فريق اتحاد العاصمة تم اختيارهم بطريقة مقصودة ، اما في ما يخص ادوات البحث فقد استخدم الباحث مقياس التوافق النفسي الاجتماعي و كذا بطارية " **فرنون** " لقياس

الأداء المهاري في كرة القدم . وقد اسفرت نتائج البحث على وجود علاقة ارتباطية قوية بين مستوى التوافق النفسي لدى اللاعبين ومستوى اداء المهارات المختبرة وكذا وجود علاقة ارتباطية ضعيفة بين مستوى التوافق الاجتماعي ومستوى الأداء المهاري لأفراد العينة . **(اسامة، 2014)**

09/ قام الباحثان " **احمد كاظم فهد "و" يونس صبيح عبد الله** " **2014** بدراستهما بعنوان " **تقنين وتطبيق مقياس السلوك التنافسي على لاعبي كرة القدم للدوري الممتاز للفرق العراقية** " وهدفت الدراسة الى وضع مستويات معيارية لمقياس دافعية الإنجاز و السلوك التنافسي المعني بلاعبي الدرجة الممتازة بكرة القدم بالإضافة الى التعرف على علاقة السلوك التنافسي بدافعية الإنجاز الرياضي لكرة القدم و استعمل الباحثان المنهج الوصفي ، واشتملت عينة البحث على (54) لاعبا من اندية الدرجة الممتازة ، كما اعتمدا على الأدوات التالية (المقابلات الشخصية ، مقياس السلوك التنافسي ، استبيان مقياس دافع الانجاز) وتوصل الباحثان الى وجود علاقة ارتباط دالة احصائيا بين مقياس السلوك التنافسي ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي للاعبي كرة القدم دوري الممتاز كما أظهرت النتائج كلما كان مستوى السلوك التنافسي مرتفع لدى لاعب كرة القدم انعكس إيجابا على مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لديهم . **(فهد و يونس، 2014)**

10/ قام الباحث " **بلعيدي عادل** " **2015** بدراسته بعنوان " **تأثير الضغط النفسي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة** " وهدفت الدراسة الى معرفة مدى تأثير الضغط النفسي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقام باختيار عينته بطريقة عشوائية تمثلت في فريقين (شباب المشرية و اتحاد المشرية) كما اعتمد الباحث في بحثه على الاستبيان لجمع المعلومات .وتوصل الى انه هناك علاقة عكسية بين الضغط النفسي و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم . **(عادل، 2015)**

11/ قام الباحث " **باسم سامي شهيد** " **2015** بدراسته بعنوان " **التحمل النفسي وعلاقته بالأمن النفسي لدى لاعبي بعض الفعاليات الفردية و الجماعية** " هدفت الدراسة الى دراسة التحمل النفسي وعلاقته بالأمن النفسي لدى لاعبي الفعاليات الفردية الرياضية الفردية و الجماعية و التعرف على مستويات التحمل و الامن النفسي ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتكون عينة البحث من (40) لاعبا من بعض الفعاليات الفردية (السباحة، رفع الاثقال، المصارعة، التنس الطاولة، الجودو) و (40) لاعبا من الفعاليات الجماعية (كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة، الخماسي) ، و استعمل الباحث مقياس التحمل النفسي و مقياس الامن النفسي، وتوصل الباحث الى الاستنتاجات التالية ، ان لاعبي الألعاب الفردية و الجماعية يتميزون بمستوى عالي من التحمل النفسي وهناك تباين لدى لاعبي الألعاب الفردية و الجماعية في الشعور بالأمن النفسي و ان لاعبي الألعاب الفردية حصلو على درجة اعلى من لاعبي الألعاب الجماعية في التحمل النفسي، الخبرة السابقة و التكتيك العالي يساعد اللاعبين على تحمل الضغوط النفسية . **(شهيد، 2015)**

12/ قام الباحث " **احمدي احمد** " **2015** بدراسته بعنوان " **علاقة المهارات النفسية العقلية بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد** " وهدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى المهارات النفسية العقلية و الأداء المهاري وبنسبة مساهمة المهارات النفسية العقلية في تحديد مستوى الأداء ، و استخدم الباحث المنهج الوصفي كما قام بتطبيق مقياس المهارات النفسية على عينة متكونة من 100 لاعب كرة اليد من الرابطة الجهوية البليدة صنف أواسط ذكور وتوصل الباحث من خلال بحثه الى ان الأداء المهاري للاعب مرتبط بالمهارات النفسية وان هذه المهارات النفسية و العقلية تسهم في الرفع من الأداء المهاري. **(احمدي، 2015)**

13/ قام الباحث " **جبار فالح هزير** " بدراسته بعنوان " **المهارات النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي نادي ديالى الرياضي بكرة القدم** " وهدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين المهارات

النفسية و الأداء المهاري لدى لاعبي نادي ديالى الرياضي لكرة القدم ، و استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية ، اما عينة البحث فقد تضمنت نادي ديالى الرياضي بكرة القدم و البالغ عددهم (16 لاعبا) ، و للحصول على المعلومات استعمل الباحث مقياس المهارات النفسية و استمارة اختبار لقياس الأداء المهاري ، وتوصل الباحث الى وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين المهارات النفسية و الأداء المهاري لدى لاعبي نادي ديالى بكة القدم . **(هزير)**

14/ قام الباحث **سليم بزيو و اخرون 2016** بدراستهم بعنوان " **اثر الاهتمام بتنمية المهارات النفسية من خلال استخدام التدريب العقلي خلال مراحل التعلم في إدارة ضغوط المنافسة عند لاعبي كرة القدم** " واستعمل الباحثون المنهج التجريبي و اجرية الدراسة على عينة البحث المتكونة من (23) لاعبا للفئة العمرية (15–17 سنة) و توصلوا الى ان برنامج التدريب العقلي لبعض المهارات النفسية المستخدم اثر تاثيرا إيجابيا في خفض مستوى الضغط لدى لاعبي كرة القدم **(بزيو ، بزيو، و حشاني، 2016).**

15/ قام الباحث "**عشاشة يعقوب**" **2017** بدراسته بعنوان " **السلوك التنافسي وعلاقته بمردود لاعبي كرة القدم اثناء المنافسات الرياضية** " هدفت الدراسة الى معرفة طبيعة العلاقة بين السلوك التنافسي ومردود لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي ، وتم اختيار العينة بطريقة قصدية مكونة من 14 لاعب لكل من فريقي وفاق سطيف ودفاع تاجنانت ، كما اعتمد على أداة مقياس السلوك التنافسي وبطاقة الملاحظة وتوصل الى انه هناك علاقة ارتباطية بين السلوك التنافسي و مردود لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية . **(يعقوب، 2017)**

16/ قام الباحث " **عدنان لطيف سعد السوداني** " **2017** بدراسته بعنوان " **دافعية الإنجاز الرياضي و علاقتها بالسلوك التنافسي و القلق النفسي الاجتماعي لدى لاعبي كرة القدم الصالات**" وهدفت الدراسة الى التعرف على دافعية الإنجاز الرياضي وعلاقتها بالسلوك التنافسي و القلق النفسي الاجتماعي حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي و تكونت عينت بحثه من (65) طالب من لاعبي فرق كرة قدم الصالات و استعمل الباحث الأدوات التالية (مقياس دافعية الإنجاز الرياضي، السلوك التنافسي، القلق الاجتماعي) وتوصل الباحث الى ان اللاعبين المشاركين في هذه البطولة يمتلكون مستوى عالي من الدافعية كما ان علاقة الارتباط بين الدافعية و السلوك التنافسي لديهم ذات دلالة المعنوية وهي علاقة طردية أي ان مستوى السلوك التنافسي لديهم عالي أيضا اما بخصوص علاقة الارتباط بين الدافعية و القلق الاجتماعي لدى هؤلاء اللاعبين فهي علاقة ارتباطية معنوية أيضا لكنها علاقة عكسية حيث ان مستوى القلق الموجود لديه كان ذات مستوى منخفض او مقبول نسبيا وهو ما يسمى بالقلق الموضوعي او المفيد و المحرك لتحقيق الإنجازات الرياضية . **(السوداني، 2017)**

17/ قام الباحث " **محمد نعمت حسن** " **2017** بدراسته بعنوان " **الصلابة النفسية و الاستجابة الانفعالية وعلاقتهما بالسلوك التنافسي** " وهدفت الدراسة الى ابراز العناصر الأساسية المتمثلة في العلاقة بين الصلابة النفسية و السلوك التنافسي و الاستجابة الانفعالية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي في حين تكونت عينت البحث من (25) و كأدوات للبحث استعمل الباحث مقاييس المتغيرات (الصلابة النفسية، الاستجابة الانفعالية، السلوك التنافسي) وتوصل الباحث الى شيوع ظاهرة الصلابة النفسية و الاستجابة الانفعالية فضلا عن السلوك التنافسي لدى لاعبي العاب القوى كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين المقاييس الثلاثة . **(حسن، 2017)**

18/ قام الباحثون " **كمال حسين عبود "و" جلال كمال عبود "و" صبحي عبد الرزاق " 2018** بدراستهم بعنوان " **قوة التحمل النفسي وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض اندية ديالى بألعاب القوى** " وهدفت الدراسة الى التعرف على قوة التحمل النفسي وعلاقتها بالمهارات النفسية لدى لاعبي بعض اندية محافظة ديالى بألعاب القوى ، اعتمد الباحثون المنهج الوصفي ،وتمت اختيار العينة بطريقة عشوائية تمثلت في (26) لاعبا من بعض اندية ديالى بألعاب القوى ، واختار الباحثون الأدوات التالية (المقابلة ، مقياس قوة التحمل النفسي، مقياس الدافعية، مقياس الثقة بالنفس، مقياس قلق المنافسة الرياضية) وتوصل الباحثون الى وجود علاقة ارتباط معنوية بين قوة التحمل النفسي و الثقة بالنفس لدى لاعبي بعض اندية محافظة ديالى بألعاب القوى . **(عبود، عبودجلال، و صبحي، 2018)**

19/ قام الباحثون "**احمد عبد الأمير حمزة " و" طاهر يحيى" و" امجد عبد العالي " 2019** بدراستهم بعنوان " **اثر منهج تدريبي و الانقطاع غير المنتظم في تحمل الأداء المهاري وبعض المؤشرات الفسيولوجية للاعبي كرة القدم الشباب** " يهدف البحث الى اعداد منهج تدريبي للاعبي كرة القدم الشباب و التعرف على اثر هذا المنهج التدريبي في تحمل الأداء المهاري و بعض المتغيرات الفيسيولوجية ، فضلا عن التعرف على تأثير الانقطاع عن التدريب غير المنتظم للاعبين في تحمل الأداء المهاري و بعض المؤشرات الفسيولوجية ، و استعمل الباحثون المنهج التجريبي ذو المجموعات المتكافئة ، وشملة عينة البحث على (20) لاعبا من منتخب تربية محافظة بابل لكرة القدم دون 19 سنة و استعملوا الاستبيان و الاختبارات المتعلقة بمتغيرات الدراسة وتوصل الباحثون الى انه كلما كان المنهج المستخدم في التدريب مخطط بصورة علمية يكون الاحتفاظ به اكبر من استخدام البرامج التدريبية العشوائية وذات الفائدة المحدودة فكلما كان اثر المنهج التدريبي كبيرا كلما زادت نسبة الاحتفاظ في التكيفات الناتجة عن هذا المنهج وقلت نسبة فقدانه. **(حمزة، يحيى، و امجد، 2019)**

20/ قام الباحث " **خليل إبراهيم سليمان "و " عادل عواد كرحوت " 2020** بدراستهما بعنوان " **تصميم وتقنين اختبار لقياس مستوى الأداء المهاري للاستلام و التسليم بكرة القدم** " وهدف البحث الى تصميم وتقنين اختبار لقياس مستوى الأداء المهاري للاستلام و التسليم بكة القدم ووضع درجات و مستويات معيارية للمهارة قيد البحث ، و استعمل الباحثان المنهج الوصفي ، وشملت عينة البحث (185) لاعبا من اندية الرمادي بكرة القدم فئة الشباب ، و استعمال مقياس الأداء المهاري للاستلام و التسليم، وتوصل الباحثان الى ان اختبار الاستلام و التسليم بكرة القدم يمتاز بدرجات عالية من الأسس العلمية للاختبار. **(سليمان و كرحوت، 2020)**

21/ قام الباحثان " **موفق اسعد محمود "و" فؤاد حماد عسل الدليمي " 2020** بدراستهما بعنوان " **تأثير تمرينات مركبة لتطوير سرعة الأداء المهاري المركب للاعبي كرة القدم فئة الشباب** " هدف البحث الى معرفة مدى تأثير التمرينات المركبة في تطوير سرعة الأداء المهاري المركب بكرة القدم ، حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، و اشتملت عينة البحث على (32) لاعبا ، واستعمل اختبار سرعة الأداء المهاري و المقابلات الشخصية و توصل الباحثان الى ان المنهجين (المتبع و المقترح) تأثيرا إيجابيا في تطوير سرعة الأداء المهاري المركب وبنسب متفاوتة ولصالح المنهج المقترح . **(محمود و الدليمي، 2020)**

22/ قام الباحث " **حسن جاسم حسين "و" ياسر محسن عليوي "و" وسام قيس خزعل " 2020** بدراستهم بعنوان " **الكفاءة البدنية ومستوى الأداء المهاري الهجومي وعلاقتهما بمفهوم الذات البدنية لدى لاعبي كرة القدم** " وهدفت الدراسة الى دراسة الجانب البدني الواقعي للرياضي ومدى علاقته بالذات البدنية في الجانب الرياضي و إمكانية توظيف معرفة اللاعب بقدراته البدنية ولصالح الأداء المهاري ومواجهة المواقف المختلفة في المنافسات الرياضية ، و استخدم الباحثون المنهج الوصفي و اشتملت عينة البحث على (11) لاعبا من لاعبي نادي السكر الرياضي ، واستعملو الأدوات التالية (قياس الكفاءة البدنية ،

الاختبارات المهارية ، مقياس الذات البدنية) وتوصل الباحثون الى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين مفهوم الذات البدنية ومستوى الكفاءة البدنية وهذا يفسر ان عينة البحث يدركون ما يمتلكونه من قدرات بدنية وتطبيق ذلك في الواقع . **(حسين، عليوي، و خزعل، 2020)**

23/ قام الباحثان " **محمد عبد القادر عبد الرحمان** " و" **حامد سليمان حمد** " 2021 بدراستهما بعنوان " **تأثير تمرينات خاصة في بعض المهارات النفسية و مستوى الأداء المهاري للاعبي المراكز التدريبية بكرة القدم** " وهدفت الدراسة الى اعداد تمرينات خاصة في حدود تأثيرها على متغيرات البحث قيد الدراسة في اللعبة و التعرف على تأثيرها في بعض المهارات النفسية و مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم ، وقد استخدما المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة بحثهم اما عينة البحث فتكونت من (40 لاعبا) من لاعبي المراكز التدريبية بكرة القدم في محافظة الانبار و لتطبيق الإجراءات التجريبية بالاختبارات القبلية و البعدية، وتوصل الباحثان الى ان للتمرينات الخاصة و الجلسات التعريفية المعدة تأثير إيجابي في تطوير بعض المهارات النفسية للاعبين . **(عبد الرحمان و حمد، 2021)** .

24/ قام الباحث " **بن التومي بلال** " و اخرون **2021** بدراستهم بعنوان " **التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة** " وهدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي و السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة الطائرة ، كما استخدم الباحثون المنهج الوصفي و ضمت عينة البحث 36 لاعبا ينتسبون الى بطولة القسم الوطني الأول الممتاز للكرة الطائرة وقد استعمل الباحثون الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات وتوصلوا الى ان التحمل النفسي يؤثر على السلوك التنافسي , **(بن التومي، سالم، و بوصلاح، 2021)**

25/ قام الباحث "**محمد خالد محمد داود" و اخرون 2021** بدراستهم بعنوان "**دراسة تحليلية لقوة التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبات اندية الدوري الممتاز بالكرة الطائرة**" وهدف البحث الى التعرف على قوة التحمل النفسي و ابعاده و السلوك التنافسي و العلاقة بينهما وتقدير قيم معاملات الارتباط البسيط بين ابعاد قوة التحمل النفسي بالسلوك التنافسي فضلا عن تجزئة معاملات ارتباط ابعاد قوة التحمل النفسي بالسلوك التنافسي الى تأثيرات مباشرة و أخرى غير مباشرة لدى لاعبات اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة ،واستعمل الباحثون المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث (38 لاعبة) من الأندية الأربعة الأولى في بطولة العراق للدرجة الممتازة ، واستخدم الباحثون الأدوات التالية مقياسي (قوة التحمل النفسي و السلوك التنافسي) وتوصل الباحثون الى ان لاعبات اندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة تمتلك قوة تحمل نفسي عالية بكل ابعاده و سلوك تنافسي بدرجات جيدة . **(داود، يونس، و سلمان، 2021) .**

26/ قام الباحث "**حسن هاشم عبد الله " 2021** بدراسته بعنوان " **تأثير تمرينات تنافسية وفقا لمساحات تدريبية في تطوير بعض متغيرات الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم** " هدف البحث الى اعداد تمرينات تنافسية و التعرف على تأثيرها وفقا لمساحات تدريبية في تطوير بعض متغيرات الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وشملت عينة البحث على (20) لاعبا من شباب نادي حلبجة الرياضية بكرة القدم ، و استعمل الباحث كأدوات لبحث (الاستبيان ، المقابلة ، اختبارات الأداء المهاري

المركب) واستنتج الباحث ان التمرينات التنافسية التدريبية اثرة بصورة إيجابية في تطوير بعض متغيرات الأداء المهاري المركب بكرة القدم ، و التطور الملحوظ في ارتفاع بيانات متغيرات الأداء المهاري المركب هو مؤشر يؤكد تطور مستوى عينة البحث مهاريا استنادا الى تطور القدرات البدنية . **(عبدالله، 2021)**

27/ قام الباحثان "**حيدر عبد الواحد غضبان المحمداوي** "**و**" **ايمان حمد شهاب** " **2021** بدراستهما بعنوان " **تأثير تمرينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الأداء المهاري للاعبي كرة القدم الشباب** " وهدفت الدراسة الى اعداد تمرينات وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الأداء المهاري للاعبي كرة الشباب ، فضلا عن تأثير هذه التمرينات في نسبة تطور الأداء المهاري، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (20) لاعبا من نادي دجلة الرياضي للشباب بكرة القدم ، وكأدوات للبحث استعمل الباحثان الاستبيان و مقاييس تتعلق بمتغيرات الدراسة ، وتوصل الباحثان الى ان التمرينات التي اعدها اثرت على عينة البحث و المجموعة التجريبية بشكل إيجابي وكذلك حصلت نسبة تطور في الأداء المهاري . **(المحمداوي و شهاب، 2021)**

28/ قام الباحث " **محمد زامل عبد الكريم** " **2021** بدراسة بعنوان " **التحمل النفسي و علاقته بدقة التهديف من الحركة بكرة القدم داخل الصالات** " وهدفت الدراسة الى التعرف على مستوى التحمل النفسي وعلاقته بدقة التهديف من الحركة في كرة القدم للصالات ، اين استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وشملت عينة البحث على (15) لاعبا من نادي المقدادية

بكرة القدم للصالة و اعتمد على الاستبيان كائدات لجمع المعلومات ، وتوصل الباحث الى ان الجانب النفسي من الجوانب المهمة عند أداء مهارة التهديف بأنواعها وكذلك ان دمج الناحية النفسية بالمهارية سيؤدي الى تكامل أداء المهارة **(عبدالكريم، 2021)** .

29/ قام الباحثان " **اكرم عبد الواحد محمد امين "و" علي حسين علي "2021** بدراستهما بعنوان " **تركيز حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية و السلبية في المطاولة الهوائية وعلاقتها بالتحمل النفسي** " وهدفت الدراسة الى التعرف على تركيز حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية و السلبية و التحمل النفسي بالإضافة الى التعرف على العلاقة بين تركيز حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية و التحمل النفسي و الراحة السلبية بعد التحمل النفسي وكذلك التعرف على الفروق بين حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية و السلبية لدى لاعبي نادي أربيل الرياضي بالدراجات الهوائية ، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي ، واعتمدا على عينة البحث المتكونة من (10) لاعبين من نادي ابيل الرياضي للدراجات كما استعملا الأدوات (الاستبيان ، مقياس التحمل النفسي) ، وتوصل الباحثان الى ان النتائج أظهرت بان تركيز حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية في المطاولة الهوائية لدى لاعبي نادي أربيل الرياضي بالدراجات الهوائية متباينة بعد قياسها في الدقائق المختلفة ،بالإضافة الى وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين تركيز حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية في المطاولة الهوائية و التحمل النفسي بعد قياسها في دقائق مختلفة ، كما توصلوا الى وجود فروق معنوية بين تركيز حامض

اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية و السلبية في المطاولة الهوائية وبعد قياسها في الدقائق المختلف. **(علي و اكرم، 2021)**

30/ قام الباحثان " **قروش عبد الحكيم** " و " **لزنك احمد** " **2024** بدراستهما بعنوان "**التحمل النفسي وعلاقته ببعض ابعاد التفوق الرياضي للاعبي كرة القدم** " وهدفت هذه الدراسة الى الكشف على العلاقة بين التحمل النفسي وبعض ابعاد التفوق الرياضي للاعبي كرة القدم ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتكونة عينة الدراسة من (60 لاعبا) من بعض فرق الجهوي الأول رابطة باتنة صنف اكابر ، كما اعتمد الباحث على استخدام مقياس التحمل النفسي و مقياس ابعاد التفوق الرياضي ، وتوصل الباحثان الى انه هناك علاقة ارتباط طردية موجبة وقوية بين التحمل النفسي للاعبي كرة القدم . **(قوش و لزنك، 2024)** .

ثانيا / التعليق على الدراسات السابقة :

تعتبر الدراسات السابقة الركيزة و الدعم القوي للباحث، وعلى هذا فإنها تساعد في سـيرورة البحث منذ البداية وحتى النهاية إذ يتم الرجوع إليها دائما وفي كل مجالات البحث ولقد أفادتني الدراسات السابقة التي تناولتها وتنوعت استفادتي منها لكونها تشتمل كل منها الى متغير او متغيرين من متغيرات دراستي ، كما اعتمدت اغلب الدراسات على نفس المنهج الذي اعتمدته في الدراسة و هو المنهج الوصفي، لكنها لم تدرس كل المتغيرات في سياق واحد بالرغم من التكامل المبدئي الواضح بين متغيرات الدراسة وانما كانت هذه الدراسات تتضمن كل متغير في مجال معين .

خلاصة :

تناولنا في هذا الفصل اهم الدراسات السابقة التي تمحورت حول دراسة التحمل النفسي و السلوك التنافسي و الاداء المهاري للاعبي كرة القدم ، حيث ركزنا على اهم الدراسات الحديثة ، ومن خلال عرضنا التسلسلي لهذه الدراسات يتبين لنا أن اغلب الدراسات ركزت على اهمية الجوانب النفسية في مكونات العملية التدريبية للاعبين ، كما اعتمدنا على نتائج هذه الدراسات في تكوين الاطار النظري بدراستنا الحالية .

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

إجراءات ومنهجية البحث

تمهيد :

سنتناول في هذه الفصل من خلال عرضنا للخطوات المنهجية التي اعتمدنا عليها في هذه الدراسة . وذلك انطلاقا من المنهج العلمي المتبع ، وكذا عينة البحث ، اضافة الى الادوات المستخدمة في هذه الدراسة ، حيث تم عرضهم وتحليلهم من خلال عرض العبارات الخاصة بالمقاييس و كذا الاختبارات المهارية والبدنية المستخدمة .

كما تم التطرق الى الدراسة الاستطلاعية وإجراءاتها من خلال تفسير وشرح نتائجها . وفي الاخير تم عرض الاساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة .

1 – المنهج العلمي المتبع :

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ،الذي" يعتبر طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة." **(محمد، 1983، صفحة 48)**

2 – الدراسة الاستطلاعية :

في هذه الدراسة قام الباحث بالحسابات العلمية لأدوات البحث وضبط وتحديد الشروط و الظروف الملائمة لتطبيقها في الدراسة الاساسية .

2-1 – اهداف الدراسة الاستطلاعية :

- التعرف على طبيعة العينة و كيفية التعامل معها .
- حساب المعاملات العلمية لأدوات البحث .
- التأكد من صلاحية التعليمات و البيانات المرفقة .

2- 2 – إجراءات الدراسة الاستطلاعية :

من اجل الحصول على افضل الظروف المساعدة على انجاز الجانب التطبيقي من الدراسة الميدانية و تعرف على مختلف العراقيل و الصعوبات التي قد تعيق عملنا قمنا في البداية بتوزيع ادوات الدراسة على مجموعة من الخبراء بغرض تحكيم هذه الادوات ، اما المرحلة الثانية فقمنا فيها بإجراء الدراسة الاستطلاعية على لاعبي فريق نجم بن عكنون حيث بلغ عدده 10 لاعبين وهذا حتى نتمكن من التحكم في المجموعة بصفة جيدة وقمنا بمراعاة عدة نقاط تتمثل في :

– حساب المدة الزمنية التي يستغرقها اللاعبين في الاجابة على مقاييس الدراسة .

– تسجيل مختلف الاستفسارات التي يطرحها اللاعبين حول وضوح عبارات مقاييس الدراسة .

– التعرف على مدى امكانية اللاعبين في التجاوب مع الاسئلة المطروحة ومدى فهمهم لها .

2 – 3 – نتائج الدراسة الاستطلاعية :

بعدما قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية لمقياس التحمل النفسي ومقياس السلوك التنافسي عند اللاعبين قمنا بحساب الوقت الذي استغرقه اللاعبين في الاجابة عن عبارات المقياس فوجدنا المعدل هو من 15 الى 20 دقيقة، أما في ما يخص عبارات المقاييس فكانت عبارات واضحة في معظمها بالنسبة للاعبين اما في ما يخص الاختبارات المهارية فقد عرفت تجاوب من قبل عينة الدراسة الاستطلاعية .

3 – عينة البحث :

احتوت عينة البحث على 40 لاعبا لكرة القدم صنف اقل من 17 سنة يمثلون فرقين هما ، جمعية الشلف و شباب بلوزداد تم تطبيق عليهم كل من مقياس التحمل النفسي و مقياس السلوك التنافسي و كذا الاختبارات المهارية، والجدول التالي يوضح توزيع عناصر عينة البحث .

الجدول (01) يوضح توزيع عناصر العينة حسب الفريق :

الفريق	عدد اللاعبين
جمعية الشلف	20
شباب بلوزداد	20

4 – مجالات البحث :

4 – 1 – المجال الزماني :

الدراسة الاستطلاعية الاولى : في الفترة الممتدة من 14 فيفري2024 حتى 10 مارس 2024

الدراسة الاستطلاعية الثانية : في الفترة 19 مارس 2024 تم اختيار عينة البحث و التحضير لإجراء الدراسة الأساسية في الفترة الممتدة من 2024/04/05 الى 29 /2024/04.

4 -2 - المجال المكاني :

تم اجراء الدراسة الميدانية بملعب كرة القدم

4 – 3 - المجال البشري :

تم اجراء هذه الدراسة على عينة تتمثل في لاعبي كرة القدم صنف اقل من 17 سنة المنتمين لفريقي : جمعية اولمبي شلف و شباب بلوزداد.

5 - الوسائل المستعملة :

قام الباحث بمسح العديد من المراجع العلمية و البحوث و الدراسات السابقة و ذلك لاختيار و تحديد المقاييس التي تتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية ، حيث تمثلت الادوات فيما يلي :

- **مقياس التحمل النفسي.**
- **مقياس السلوك التنافسي.**
- **الإختبارات المهارية.**

5 – 1 – مقياس التحمل النفسي

لقياس مستوى التحمل النفسي تم استخدام مقياس التحمل النفسي المصمم من قبل "كامل عبود حسين، 2004" وبلغ عدد عبارات المقياس (33) عبارة موزعة على (6) أبعاد تقيس بمجموعها مفهوم قوة التحمل النفسي، إحتوى البعد الأول (الإلتزام) على (5) عبارات وأرقامه من (1-5)، وإحتوى البعد الثاني (السيطرة) على (5) عبارات وأرقامها من (6-10)، وإحتوى البعد الثالث (الإنجاز) على (7) عبارات وأرقامها من (11-17)، وإحتوى البعد الرابع (التحدي) على (6) عبارات وأرقامها من (18-23)، وإحتوى البعد الخامس (الصمود) على (7) عبارات وأرقامها من (24-30)، وإحتوى البعد السادس (التأني) على (3) عبارات وأرقامها من (31-33)، ويتكون المقياس من (26) عبارة إيجابية و (7) عبارات سلبية، والجدول رقم (2) يمثل توزيع عبارات مقياس التحمل النفسي حسب أبعاده. **(عمران علي و هادي ظافر، 2020)**

جدول رقم (02) يمثل توزيع عبارات مقياس التحمل النفسي حسب أبعاده.

الرقم	الأبعاد	العبارات
01	الإلتزام	من 1 إلى 5
02	السيطرة	من 6 إلى 10
03	الإنجاز	من 11إلى 17
04	التحدي	من 18 إلى 23
05	الصمود	من 24 إلى 30
06	التأني	من 31 إلى 33

جدول رقم (03) يوضح مقياس التقدير مع درجات العبارات الإيجابية والسلبية

الرقم	البدائل	الفقرات الإيجابية	الفقرات السلبية
01	تنطبق علي دائما	4	1
02	تنطبق علي كثيرا	3	2
03	تنطبق علي قليلا	2	3
04	لا تنطبق علي أبدا	1	4

5 – 2 – مقياس السلوك التنافسي:

أعد هذا المقياس من طرف "**دورثي هارس**" وقام بتعريبه "محمد حسن علاوي" ويتكون من (31) عبارة منها فقرات يكون احتساب الدرجات فيها كالاتي: (تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة

متوسطة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي)، ويتكون المقياس من عبارات إيجابية وأخرى سلبية والجدول التالي يوضح توزيع العبارات الخاصة بمقياس السلوك التنافسي. **(السوداني، 2017)**

جدول رقم (04) يوضح توزيع عبارات مقياس السلوك التنافسي

العبارات الإيجابية	العبارات السلبية
31،30،29،28،27،26،25،24،23،22،21،17،13،12،11،10،8،6،3،2	20،19،18،16،15،14،9،7،5،4،1

5-3 - الاختبارات المهارية :

5-3 – 1 - اختبار السيطرة على الكرة : (حنفي، 1993، صفحة 56)

الغرض من الاختبار : قياس قدرة اللاعب على السيطرة على الكرة و الإحساس و التحكم بها.

الأدوات المستخدمة :

- ملعب كرة القدم ، رسم خط بداية ونهاية لمسافة (40) متر .
- كرة قدم .
- شريط قياس .

مواصفات الأداء :

- يقف اللاعب عند نقطة البداية مع اشارة المدرب يقوم اللاعب برفع الكرة لتنطيطها محاولا الوصول مع التنطيط لنقطة النهاية مع ملاحظة الاستمرار بالتنطيط بكل خطوة وللاعب محاولتين .

التسجيل :

يسجل مسافة من نقطة البداية مع إشارة المدرب يقوم اللاعب برفع الكرة لتنطيطها محاولا الوصول مع تنطيط لنقطة النهاية مع ملاحظة الاستمرار بالتنطيط بكل خطوة و للاعب محاولتين .

5 – 3–2– اختبار ايقاف حركة الكرة (حنفي، 1993، صفحة 56)

اسم الاختبار : مهارة السيطرة على الكرة و التحكم بها.

الهدف من الاختبار: قياس دقة ايقاف الكرة و استعادة التحكم فيها بجانب القدم أو الركبة أو الصدر أو الرأس .

الادوات اللازمة : (5) كرات قدم قانونية ، شريط قياس .

اجراءات الاختبار :

- تخطيط منطقة الاختبار
- يقف اللاعب خلف خط منطقة الاختبار المحددة .
- يقف المدرب ومعه الكرة على خط (أ) ، وبعد إعطاء إشارة البدء يرمي الكرة عالية للاعب الذي يتقدم من خط البداية الى داخل منطقة الاختبار، محاولا إيقاف الكرة بأي جزء من أجزاء الجسم عدا الذراعين ، ومن ثم العودة الى خط البداية و الانطلاق ثانية ، وهكذا يكرر اللاعب المحاولات الخمس المتتالية .

5–3–3– اختبار أكرموف:

أدوات الاختبار :

خمسة أعلام بارتفاع (1) متر تتوزع كما في الشكل ، يبعد الواحد عن الأخر 10 أمتار، ساعة إيقاف، شريط قياس.

طريقة اجراء الاختبار:

عند اعطاء الاشارة يجري اللاعب بالكرة بأسرع ما يمكن ابتداء من العلم الأول باتجاه العلم الثاني و يدور من خلفه ثم باتجاه العلم الثالث ثم يدور من خلفه ثم العلم الرابع، ويعود مرة ثانية باتجاه العلم الثاني ليدور من خلفه باتجاه العلم الخامس ليدور من خلفه ثم باتجاه العلم الأول من حيث انطلق لأول مرة و بسرعة ينهي الاختبار.

5-3 – 4- اختبار تهديف الكرات (محمود، 2009، صفحة 46)

الهدف من الاختبار : قياس دقة التهديف

الادوات المستعملة : سبع كرات قدم ، شاخص ، حبل ، مرمى مقسم الى مناطق محددة

طريقة الاداء : توزع (7) كرات في منطقة الجزاء و يبدأ اللاعب بالركض من خلف الشاخص الموجود على قوس الجزاء باتجاه الكرة الاولى ، فيهدف ويعود للدوران حول الشاخص ، ثم يتوجه للكرة الثانية .. وهكذا مع الكرات كلها ، ويكون التهديف أعلى من مستوى الارض ، و للاعب الحرية باختيار أي قدم ، على ان يتم الأداء من وضع الركض .

طريقة التسجيل : تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات السبعة وعلى النحو الاتي :

*يمنح اللاعب (3) درجات إذا دخلت الكرة في المنطقتين المحددتين (1 ، 2) .

*يمنح اللاعب درجة واحدة إذا دخلت الكرة في المنطقة المحددة (3) .

*يمنح اللاعب صفرا إذا خرجت الكرة نحو المرمى .

في حالة ارتطام الكرة بالعارضة او العمود ، ولم تدخل تحسب للاعب درجة تلك المنطقة المحددة التي ارتطمت بها الكرة .

6- المعاملات العلمية لأدوات البحث في الدراسة الحالية :

قام الباحث بحساب المعاملات العلمية للمقاييس التالية :

- مقياس التحمل النفسي
- مقياس السلوك التنافسي
- الإختبارات المهارية

6 – 1 – المعاملات العلمية لمقياس التحمل النفسي :

بعد الحصول على الدرجات الخام لمقياس التحمل النفسي بحساب المعاملات العلمية للتحقق من صلاحية المقياس للدراسة الاساسية و اشتملت على :

- ثبات المقياس
- صدق الاتساق الداخلي

أ – ثبات مقياس التحمل النفسي:

لحساب معامل الثبات لمقياس التحمل النفسي لجأ الباحث الى حساب معامل الثبات انطلاقا من طريقة الاختبار واعادة الاختبار Teset – Reteset على عينة استطلاعية قوامها (10) لاعبين من مجتمع البحث و من غير العينة الاساسية، والجدول رقم (05) يوضح ذلك:

جدول رقم (05) : يمثل القيم الاحصائية (المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري) ومعامل الارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس التحمل النفسي والدرجة الكلية للتطبيق الاول و الثاني.

الابعاد	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		عدد افراد العينة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	دالة او غير دال
	القياس 01	القياس 02	القياس 01	القياس 02				
الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي	118.80	118.30	7.36	6.86	10	**0.98	0.000	دال
الإلتزام	18.80	18.60	1.13	1.26	10	**0.86	0.001	دال
السيطرة	16.40	16.20	1.83	1.75	10	*0.66	0.037	دال
الإنجاز	26	25.90	2.05	1.96	10	*0.87	0.001	دال
التحدي	21.90	21.80	2.07	2.04	10	**0.93	0.000	دال
الصمود	25.10	25.30	1.91	2.00	10	**0.94	0.000	دال
التأني	10.60	10.50	1.26	1.17	10	**0.96	0.000	دال

ومن خلال الجدول رقم (05) يتضح لنا ان درجة معامل الارتباط الكلية للمقياس بلغت 0.98 و هي دالة عند مستوى 0.001 و هذا ما يدل على ان المقياس ككل يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

اما فيما يخص أبعاد المقياس فقد تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين (0.66 – 0.96) وهي جميعها دالة عند مستوى 0.05 و 0.01 ومنه يمكن اعتبار المقياس وجميع ابعاده تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ب – صدق الاتساق الداخلي لمقياس التحمل النفسي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قام الباحث بتطبيق مقياس التصور الذهني على العينة الاستطلاعية قوامها (10) لاعبين ومن غير العينة الاساسية و تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس و الدرجة الكلية للمقياس و الجدول (06) يوضح ذلك .

الجدول رقم (06) معامل الاتساق الداخلي الفا كرونباخ لعبارات مقياس التصور الذهني و ابعاده .

رقم العبارة	معامل ألفا كرونباخ	رقم العبارة	معامل ألفا كرونباخ	رقم العبارة	معامل ألفا كرونباخ
العبارة 01	0.839	العبارة 12	0.798	العبارة 23	0.798
العبارة 02	0.787	العبارة 13	0.809	العبارة 24	0.797
العبارة 03	0.797	العبارة 14	0.788	العبارة 25	0.798
العبارة 04	0.790	العبارة 15	0.779	العبارة 26	0.797
العبارة 05	0.790	العبارة 16	0.795	العبارة 27	0.799
العبارة 06	0.798	العبارة 17	0.797	العبارة 28	0.798
العبارة 07	0.815	العبارة 18	0.783	العبارة 29	0.790
العبارة 08	0.874	العبارة 19	0.802	العبارة 30	0.797
العبارة 09	0.787	العبارة 20	0.801	العبارة 31	0.783
العبارة 10	0.799	العبارة 21	0.798	العبارة 32	0.771
العبارة 11	0.797	العبارة 22	0.797	العبارة 33	0.771

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (06) و الذي يمثل درجة الاتساق الداخلي لعبارات المقياس ان قيمة معامل الفا كرونباخ قد تراوحت بين 0.874 و 0.771 و بتالي يمكن الاستدلال من خلال قيمة الفا كرونباخ الخاصة بعبارات المقياس على ان المقياس له درجة عالية من الاتساق الداخلي .

6 – 2 – المعاملات العلمية لمقياس السلوك التنافسي :

- بعد الحصول على الدرجات الخام لمقياس السلوك التنافسي بحساب المعاملات العلمية للتحقق من صلاحية المقياس للدراسة الاساسية و اشتملت على :
- ثبات المقياس
- صدق الاتساق الداخلي

أ – ثبات مقياس السلوك التنافسي :

لحساب معامل الثبات لمقياس السلوك التنافسي لجأ الباحث الى حساب معامل الثبات انطلاقا من طريقة الاختبار واعادة الاختبار Teset – Reteset على عينة استطلاعية قوامها (10) لاعبين من مجتمع البحث و من غير العينة الاساسية ، والجدول رقم (07) يوضح ذلك:

الجدول رقم (07) يمثل معامل الارتباط بيرسون بين عبارات ابعاد المقياس و الدرجة الكلية للمقياس من خلال الاختبار الاول و الثاني .

المقياس	القياس الأول		القياس الثاني		معامل الارتباط
	م	ع	م	ع	(ر)
السلوك التنافسي	113.20	6.54	114.70	6.89	0.97**

يتضح لنا من الجدول (07) بأن معامل الارتباط بين القياس الاول و القياس الثاني لمقياس السلوك التنافسي بلغ (0.97) وهو دال إحصائيا عند مستوى (0.01) وهذا ما يشير إلى ثبات المقياس .

ب – صدق الاتساق الداخلي لمقياس السلوك التنافسي :

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قام الباحث بتطبيق مقياس السلوك التنافسي على العينة الاستطلاعية قوامها (10) لاعبين ومن غير العينة الاساسية و تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس و الدرجة الكلية للمقياس و الجدول (08) يوضح ذلك .

الجدول رقم (08) معامل الاتساق الداخلي الفا كرونباخ لعبارات مقياس السلوك التنافسي .

رقم العبارة	معامل ألفا كرونباخ	رقم العبارة	معامل ألفا كرونباخ	رقم العبارة	معامل ألفا كرونباخ
العبارة 01	0.725	العبارة 12	0.713	العبارة 23	0.725
العبارة 02	0.744	العبارة 13	0.725	العبارة 24	0.715
العبارة 03	0.741	العبارة 14	0.746	العبارة 25	0.723
العبارة 04	0.753	العبارة 15	0.741	العبارة 26	0.758
العبارة 05	0.744	العبارة 16	0.724	العبارة 27	0.724
العبارة 06	0.741	العبارة 17	0.719	العبارة 28	0.727
العبارة 07	0.741	العبارة 18	0.708	العبارة 29	0.745
العبارة 08	0.745	العبارة 19	0.722	العبارة 30	0.733
العبارة 09	0.774	العبارة 20	0.743	العبارة 31	0.735
العبارة 10	0.744	العبارة 21	0.720		

العبارة 11	0.708	العبارة 22	0.716

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (08) و الذي يمثل درجة الاتساق الداخلي لعبارات مقياس السلوك التنافسي ان قيمة معامل الفا كرونباخ قد تراوحت بين 0.708 و 0.774 وبتالي يمكن الاستدلال من خلال قيمة الفا كرونباخ الخاصة بعبارات المقياس على ان للمقياس درجة عالية من الاتساق الداخلي.

6 – 3 – المعاملات العلمية للاختبارات المهارية و البدنية :

أ– ثبات الاختبارات المهارية :

قام الباحث بحساب معامل الثبات للاختبارات المهارية عن طريق تطبيق واعادة تطبيق المقياس على عينة مكونة من 10 لاعبين من غير العينة الاساسية ، حيث بلغت الفترة بين القياس الاول والثاني 12 يوما و الجدول رقم (09) يوضح ذلك .

جدول رقم (09) يبين صدق وثبات الاختبارات المهارية قيد الدراسة لعينة الدراسة الاستطلاعية .

الأساليب الاحصائية / الاختبارات	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل ثبات الاختبار	معامل الصدق
اختبار السيطرة على الكرة.	10	9	0.05	0.82	0.90
اختبار ايقاف حركة الكرة.				0.79	0.88
إختبار أكرموف.				0.89	0.94
اختبار التهديف الكرات لقياس دقة التصويب.				0.85	0.92

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (09) ان معامل الثبات للاختبارات (اختبار السيطرة على الكرة اختبار ايقاف حركة الكرة ، اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات لقياس دقة التصويب) كانت على

التوالي (0.82 ، 0.79 ، 0.89 ، 0.85 0.83) وهذا ما يدل على تمتع الاختبارات بثبات وصدق عاليتين .

7 – الأساليب الإحصائية :

تم معالجة البيانات الخاصة بالبحث إحصائيا ذلك عن طريق برنامج الـ spss نسخة 26 ، وذلك لقدرته الكبيرة على تحليل المعطيات وكذا حل المعادلات الإحصائية ، يعتبر البرنامج الإحصائي spss (Statistical package of social sciences) الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية ، من البرامج الشائعة الاستخدام في مجال تحليل البيانات الخاصة بالأبحاث والدراسات الإنسانية .

وتمثلت الأساليب الإحصائية في ما يلي :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الربيعيات.
- معامل الارتباط بيرسون.

الفصل الثاني

عرض ومناقشة النتائج

1-عرض مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضـية الأولى: مسـتوى التحمل النفسـي والسـلوك التنافسـي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط.

أ / مستوى التحمل النفسي وأبعاده لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة.

جدول رقم (10) يبن مستوى التحمل النفسي وأبعاده لدى لاعبي كرة القدم (ن = 40) .

الأساليب الإحصائية / المقياس وأبعاده	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المستويات				المستوى
			ضعيف	متوسط	جيد	ممتاز	
بعد الإلتزام	18.80	1.36	أقل من 18	من 18 إلى 20	من 20.01 إلى 21	أكثر من 21	متوسط
بعد السيطرة	16.22	1.57	أقل من 15	من 15 إلى 16	من 16.01 إلى 17	أكثر من 17	جيد
بعد الإنجاز	25.60	3.01	أقل من 25	من 25 إلى 26	من 26.01 إلى 28	أكثر من 28	متوسط

بعد التحدي	21.67	2.32	أقل من 21	من 21 إلى 22	من 22.01 إلى 24	أكثر من 24	متوسط
بعد الصمود	25.07	2.91	أقل من 23	من 23 إلى 27	من 27.01 إلى 28	أكثر من 28	متوسط
بعد التأني	11.22	2.00	أقل من 10	من 10 إلى 11	من 11.01 إلى 12	أكثر من 12	جيد
الدرجة الكلية للمقياس التحمل النفسي	118.60	8.40	أقل من 112.75	من 112.75 إلى121.50	من 121.51 إلى 124	أكثر من 124	متوسط

يتضح لنا من الجدول رقم (10) و الذي يمثل مستوى التحمل النفسي وجميع ابعاده الستة لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، ان مستوى التحمل النفسي للاعبين يقع ضمن تقدير متوسط في الابعاد التالية: بعد الإلتزام، الإنجاز، التحدي، الصمود ، اما بعد السيطرة و التأني فقد وقع تقديرهما عند تقدير جيد، أما بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس التحمل النفسي فقد كان تقديرها متوسط، وهذا ما يدل على أن مستوى التحمل النفسي لأفراد عينة الدراسة يقع عند تقدير متوسط.

ب / مستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة:

جدول رقم (11) يمثل السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة (ن = 40)

الأساليب الإحصائية / مقياس السلوك التنافسي	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المستويات				المستوى
			ضعيف	متوسط	جيد	ممتاز	
الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي	113.85	6.20	أقل من 111	من 111 إلى 114	من 111.01 إلى 117	أكثر من 117	متوسط

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (11) و الذي يمثل مستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة ان اللاعبون يتمايزون بمستوى متوسط في سلوكهم التنافسي حيث بلغ المتوسط الحسابي 113.85 بإنحراف معياري قدره 6.20 وهو يقع عند تقدير متوسط.

1-2 – مناقشة نتائج الفرضية الاولى :

تنص الفرضية الاولى على ان مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط ، و انطلاقا من تحليل نتائج الجداول رقم (11،10) الذين يمثلون مستوى التحمل النفسي وجميع ابعاده الستة و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة اقل من 17 سنة ، و انطلاقا من النتائج المتوصل اليها يتضح لنا ان مستوى التحمل النفسي للاعبين يقع ضمن

تقدير متوسط في الابعاد التالية : بعد الالتزام ، الإنجاز، التحدي، الصمود ، اما بعد السيطرة و التأني فقد وقع تقديرهما عند تقدير جيد، أما بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي فقد كان تقديرها متوسط، وهذا ما يدل على أن مستوى التحمل النفسي لأفراد عينة الدراسة يقع عند تقدير متوسط ، اما مستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة فقد اشارت نتائجها على ان اللاعبون يتمايزون بمستوى متوسط في سلوكهم التنافسي حيث بلغ المتوسط الحسابي 113.85 بانحراف معياري قدره 6.20 وهو يقع عند تقدير متوسط .

وهذا ما يجعلنا نستخلص ان لمستوى التحمل النفسي علاقة بمستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم ، وذلك اذا كان مستوى التحمل النفسي لدى اللاعب ضعيف يؤدي الى قلة التركيز لديه وزيادة النرفزة و العصبية مما يؤثر سلبا على مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعب وان الاهتمام بمستوى التحمل النفسي يرفع من مستوى السلوك التنافسي و التي تمثل وصول اللاعب الى اعلى المستويات من حيث التكامل بين الجانب النفسي و السلوكي . **(الزق، 2009، صفحة 261)**

ان الاهتمام بالتحمل النفسي في عملية التدريب و المنافسات لها أهمية واسعة في الوقت الحاضر، لان تحقيق رفع قوة التحمل النفسي المطلوبة في الإنجاز الرياضي يؤدي الى زيادة التحدي و الصمود و الإرادة لدى اللاعب، فالتحمل النفسي له تأثير حاسم على السلوك التنافسي و تعبئة الطاقة النفسية لدى اللاعب و بالتالي يساعده بالوصول الى اعلى مستويات المنافسة . **(فرج، 1980، صفحة 129)**

ومن خلال هذا يمكن القول انه كلما زاد مستوى التحمل النفسي زاد مستوى السلوك التنافسي و العكس صحيح و هذا ما توصلت اليه الدراسة التي قام بها " **محمد خالد محمد داود" و اخرون** " دراسة تحليلية لقوة التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبات اندية الدوري الممتاز بالكرة

الطائرة " حيث توصل الباحثون الى ان لاعبات اندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة تمتلك قوة تحمل نفسي عالية بكل ابعاده و سلوك تنافسي بدرجات جيدة . **(داود، يونس، و سلمان، 2021)**

كما ان التحمل النفسي والسلوك التنافسي هما مفهومان مهمان في مجال علم النفس والرياضة. و التحمل النفسي هو القدرة على التعامل مع الضغوط النفسية والتوتر. أما السلوك التنافسي فهو الإجراءات التي يتخذها الفرد بهدف التفوق على الآخرين في بيئة تنافسية وهذا ما يجعلنا نستخلص ان لمستوى التحمل النفسي علاقة بمستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم .

وهذا ما يحقق الفرض الاول الذي ينص على مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط .

2- عرض مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية الثانية: مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط.

أ / مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة.

جدول رقم (12) يبن مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم (ن = 40) .

الأساليب الإحصائية / الإختبارات المهارية	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المستويات				المستوى
			ضعيف	متوسط	جيد	ممتاز	
إختبار السيطرة على الكرة	27.17	12.67	أقل من 17.75	من 17.75 إلى 28.50	من 28.51 إلى 40	أكثر من 40	متوسط
إختبار إيقاف حركة الكرة	4.05	1.37	أقل من 3.25	من 3.25 إلى 4.10	من 4.10 إلى 5	أكثر من 5	متوسط
إختبار أكرموف	15.81	0.96	أكثر من 16.21	من 15.62 إلى 16.21	من 15.25 إلى 15.61	أقل من 15.25	متوسط

إختبار تهديف الكرات	5.02	2.83	أقل من 21	من 21 إلى 22	من 22.01 إلى 24	أكثر من 24	متوسط

يتضح لنا من الجدول رقم (12) و الذي يمثل مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، ان مستوى الأداء المهاري للاعبين يقع ضمن تقدير متوسط في الاختبارات المهارية التالية: اختبار السيطرة على الكرة، اختبار التحكم في الكرة، اختبار أكرموف، إختبار تهديف الكرات.

02-01/ مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على ان مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط ، و انطلاقا من تحليل نتائج الجدول رقم (12) الذين يمثل مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط ، و انطلاقا من النتائج المتوصل اليها يتضح لنا ان مستوى الأداء المهاري للاعبين يقع ضمن تقدير متوسط في الاختبارات المهارية التالية: اختبار السيطرة على الكرة، اختبار التحكم في الكرة، اختبار أكرموف، إختبار تهديف الكرات وهذا ما يدل على أن مستوى الأداء المهاري لأفراد عينة الدراسة يقع عند تقدير متوسط .

وإن استخدامنا للاختبارات المهارية التالية: اختبار السيطرة على الكرة، اختبار التحكم في الكرة، اختبار أكرموف، اختبار تهديف الكرات ، يستهدف المهارات الحركية الرياضية التي يمكن استخدامها في المنافسات الرياضية لتحقيق أعلى الإنجازات الرياضية ، فمهما بلغ مستوى اللياقة البدنية للفرد الرياضي

ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط المتخصص الذي يمارسه. **(علي ع.، 1992 ، صفحة 211)**

و يرى " **الدرمان** " على انه تفاعل كل من الأبعاد النفســـية و اللياقة البدنية و المهارات الحركية و البدنية ، بالإضافة الى عامل البيئة الرياضي. **(الخولي، 2005 ، صفحة 566)**

يعرف الأداء الأمثل بأنه ارتفاع مستوى النتائج التي تسعى إلى تحقيقها مع ضرورة التمتع بالديناميكية والابتكار والمرونة والقدرة على التأقلم والتطور. **(علي، 1999، الصفحات 89-96)**

وهذا ما يجعلنا نستخلص ان مستوى الأداء المهاري هو نتيجة تفاعل مجموعة من الأبعاد النفسية و العقلية و البدنية و المهارية ، فوصــول اللاعب الى مســتوى عالي من الأداء لا يتحقق الا إذا كان هناك تكامل بين الاعداد النفسي و البدني و المهاري . فالتخطيط الجيد للعملية التدريبية يعتبر من اهم الاسباب التي تؤدي الى الارتقاء بمستوى الاداء المهاري للاعبي كرة القدم ،

يعتبر الأداء المهاري انجاز يمكن قياسه على اساس نتيجة رقمية يتحصل عليها الفرد في مهمة حركية معينة، و النتائج المتحصل عليها تعكس الاستعدادات النفسية الحركية الجسدية للفرد، وتمثل كذلك الكفاءة التي يتميز بها الرياضي في نشاط معين .

وهذا ما يحقق الفرضية الثانية التي تنص على مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط .

3 – عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

✓ **نص الفرضية: توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.**

الجدول (13) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الالتزام و الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

الابعاد	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد الإلتزام	إختبار السيطرة على الكرة	0.493**	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.363*	موجبة
	إختبار أكرموف	0.414**	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.412**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (13) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الالتزام و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.363 و 0.493) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد الالتزام والاختبارات المهارية قيد الدراسة.

الجدول (14) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرســـون للعلاقة بين بعد الســـيطرة و الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

الابعاد	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
السيطرة	إختبار السيطرة على الكرة	0.05	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	-0.02	سالبة
	إختبار أكرموف	-0.299	سالبة
	إختبار تهديف الكرات	-0.116	سالبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (14) عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد السيطرة و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة واختبار التحكم في الكرة واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.05 و0.299 -) و هو ما يدل على عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد السيطرة والاختبارات المهارية قيد الدراسة.

الجدول (15) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الانجاز والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة(ن = 40)

الابعاد	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
الإنجاز	إختبار السيطرة على الكرة	0.175	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.166	موجبة
	إختبار أكرموف	0.068	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.142	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (15) عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الانجاز و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة واختبار التحكم في الكرة واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.06 و0.175) و هو ما يدل على عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد الإنجاز والإختبارات المهارية قيد الدراسة.

الجدول (16) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التحدي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة(ن = 40)

الابعاد	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
التحدي	إختبار السيطرة على الكرة	0.507**	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.510**	موجبة
	إختبار أكرموف	0.393*	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.663**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (16) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد التحدي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة واختبار التحكم في الكرة واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.393 و 0.663) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد التحدي والاختبارات المهارية قيد الدراسة.

الجدول (17) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الصمود والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

الابعاد	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
الصمود	إختبار السيطرة على الكرة	0.383*	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.492**	موجبة
	إختبار أكرموف	0.216	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.186	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (17) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الصمود والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة واختبار التحكم في الكرة) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.383 و 0.492) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا، بينما نلاحظ ان معامل الارتباط بين بعد الصمود و واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات فقد تروح بين (0.186 و216) وهو ما يدل على عدم وجدود علاقة دالة احصائيا.

الجدول (18) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرســون للعلاقة بين بعد التأني والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

الابعاد	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
التأني	إختبار السيطرة على الكرة	0.251	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.506**	موجبة
	إختبار أكرموف	0.642**	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.522**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (18) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد التأني والاختبارات المهارية (اختبار التحكم في الكرة واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.506 و0.642) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا، بينما نلاحظ ان معامل الارتباط بين بعد التأني واختبار السيطرة على الكرة فقد بلغ (0.251) وهو ما يدل على عدم وجدود علاقة دالة احصائيا.

الجدول (19) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرســون للعلاقة بين درجة الكلية لمقياس التحمل النفســي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي	إختبار السيطرة على الكرة	0.485**	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.560**	موجبة
	إختبار أكرموف	0.381*	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.482**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (19) وجود علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.381 و 0.560) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاختبارات المهارية قيد الدراسة.

03-01/ مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، و انطلاقا من تحليل نتائج الجداول رقم (13،14،15،16،17،18،19) الذين يمثلون نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الابعاد التالية (الإلتزام ، السيطرة ، الإنجاز ، التحدي ، الصمود ، التأني) و الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، ويتضح لنا من خلال الجدول رقم (13) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الالتزام و

الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة ، اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.363 و 0.493) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد الالتزام والاختبارات المهارية قيد الدراسة ، ومن خلال جدول رقم (14) يتضح لنا عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد السيطرة و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة ، اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.05 و0.299 –) و هو ما يدل على عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد السيطرة والاختبارات المهارية قيد الدراسة ، اما من خلال الجدول رقم (15) يتضح لنا عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الانجاز و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة ، اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.06 و0.175) و هو ما يدل على عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد الإنجاز والإختبارات المهارية قيد الدراسة، ومن نتائج الجدول رقم (16) يتضح لنا وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد التحدي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة ، اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.393 و 0.663) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد التحدي والاختبارات المهارية قيد الدراسة، ويتضح لنا من خلال الجدول رقم(17) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الصمود والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.383 و 0.492) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا، بينما نلاحظ ان معامل الارتباط بين بعد الصمود و واختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات ، فقد تراوح بين (0.186 و 0.216) وهو ما يدل على عدم وجدود علاقة دالة احصائيا . ومن خلال الجدول رقم (18) يتضح لنا وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد التأني والاختبارات المهارية (اختبار التحكم في الكرة ،

اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات) حيث تراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.506 و0.642) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا، بينما نلاحظ ان معامل الارتباط بين بعد التأني و اختبار السيطرة على الكرة فقد بلغ (0.251) وهو ما يدل على عدم وجدود علاقة دالة احصائيا ، ومن خلال نتائج الجدول رقم (19) يمثل لنتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة يتضح لنا وجود علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة ، اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين(0.381 و 0.560) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاختبارات المهارية قيد الدراسة .

و يعد التحمل النفسي من اهم مكونات الأداء المهاري لدى لاعب كرة القدم فهو القاسم المشترك في معظم الفعاليات و الأنشطة الرياضية و خاصتا تلك التي تتطلب منه جهدا بدنيا متعاقبا لفترة طويلة. **(الابراهيمي، 2002، صفحة 50)**

و قد توصلت الدراسات التي قام بها " **تفرقة ياسين** "و" **مهاني كمال** " أهمية التحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية وهدفت الدراسة الى ابراز أهمية التحضير النفسي على الأداء المهاري للاعبي كرة القدم اثناء المنافسة وتوصل الباحثان الى ان التحضير النفسي الجيد يساعد اللاعبين اثناء المنافسة الرياضية كما له اثر مباشر على نتائج اللاعبين اثناء المنافسة ، وشعور اغلب اللاعبين بالقلق و التوتر النفسي قبل و اثناء المنافسة الرياضية و هذا لنقص التحضير النفسي و نقص الاخصائيين النفسيين في الفرق الرياضية **(تفرقة و مهاني، 2009)** .

وتتوافق هذه الدراسة مع دراسة " **بلعيدي عادل** " تأثير الضغط النفسي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة ، وهدفت الدراسة الى معرفة مدى تأثير الضغط النفسي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة ، وتوصل الى انه هناك علاقة عكسية بين الضغط النفسي و الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم . **(عادل، 2015)**

وهذا ما يحقق الفرضية الثالثة الذي تنص على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة .

4 – عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

✓ نص الفرضية : توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

الجدول (20) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى السلوك التنافسي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

مقياس	الاختبارات المهارية	معامل الارتباط	نوع الارتباط
الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي	إختبار السيطرة على الكرة	0.409**	موجبة
	إختبار إيقاف حركة الكرة	0.430**	موجبة
	إختبار أكرموف	0.429*	موجبة
	إختبار تهديف الكرات	0.649**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (20) وجود علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.409 و0.649) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي والاختبارات المهارية قيد الدراسة.

04-01/ مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

تنص الفرضية الرابعة على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، و انطلاقا من تحليل نتائج الجدول رقم (20) الذي يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى السلوك التنافسي والاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، و انطلاقا من النتائج المتوصل اليها يتضح لنا وجود علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) حيث يتراوح معامل الارتباط بيرسون ما بين (0.409 و0.649) و هو ما يدل على وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي والاختبارات المهارية قيد الدراسة .

و في كرة القدم فان الأداء المهاري هو كل التحركات الضرورية الهادفة، التي تؤدى بغرض معين في مختلف المنافسات و في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها .

كما يرى "الديلمي" ان الأداء المهاري هو الدرجة او الرتبة التي يصل إليها الرياضي من السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لاكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس على أن تؤدى بشكل يتسم

بالانسيابية و الدقة وبدرجة عالية من الدافعية عند الفرد لتحقيق اعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد.**(الدليمي، 2008 ، صفحة 54)**

وهذا ما يحقق الفرضية الرابعة الذي تنص على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة .

5 – عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة :

✓ نص الفرضـية : توجد علاقة دالة إحصـائيا بين مسـتوى التحمل النفسـي ومسـتوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

الجدول (21) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الإلتزام و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد الالتزام		0.769**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (21) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الالتزام و الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.769) وهو ما يدل على وجود علاقة قوية دالة احصائيا.

الجدول (22) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد السيطرة ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد السيطرة		0.051	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (22) عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد السيطرة والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.051) وهو ما يدل على عدم وجود علاقة دالة احصائيا.

الجدول (23) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الإنجاز و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد الإنجاز		0.341*	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (23) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الانجاز والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.341) وهو ما يدل على وجود علاقة دالة احصائيا.

الجدول (24) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التحدي ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد التحدي		0.908**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (24) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد التحدي والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.908) وهو ما يدل على وجود علاقة قوية دالة احصائيا.

الجدول (25) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد الالتزام و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد الصمود		0.515**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (25) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الصمود والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.515) وهو ما يدل على وجود علاقة دالة احصائيا.

الجدول (26) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين بعد التأني ومستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
بعد التأني		0.497**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (26) وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد التأني والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.497) وهو ما يدل على وجود علاقة دالة احصائيا.

الجدول (27) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة (ن = 40)

	مقياس السلوك التنافسي	معامل الارتباط	نوع الارتباط
الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي		0.805**	موجبة

***دال احصائيا عند مستوى (α = 0.05) / ** دال احصائيا عند مستوى (α = 0.01)**

يتضح لنا من الجدول (27) وجود علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.805) وهو ما يدل على وجود علاقة قوية دالة احصائيا.

05-01/ مناقشة نتائج الفرضية الخامسة :

تنص الفرضية الخامسة على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي ومستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة و انطلاقا من تحليل نتائج

الجداول رقم (21،22،23،24،25،26،27) الذين يمثلون نتائج معامل الارتباط بيرســـون للعلاقة بين الابعاد التالية (الإلتزام ، السيطرة ، الإنجاز ، التحدي ، الصمود ، التأني) و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 ســنة ، ويتضـــح لنا من خلال الجدول رقم (21)وجود علاقة دالة احصــائيا بين بعد الالتزام و الدرجة الكلية لمقياس الســلوك التنافســي حيث بلغ معامل الارتباط بيرســون (0.769) وهو ما يدل على وجود علاقة قوية دالة احصائيا ، ومن خلال جدول رقم (22) يتضح لنا عدم وجود علاقة دالة احصــائيا بين بعد الســيطرة والدرجة الكلية لمقياس الســلوك التنافســي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.051) وهو ما يدل على عدم وجود علاقة دالة احصائيا ، اما من خلال الجدول رقم (23) يتضح لنا وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد الانجاز والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.341) وهو ما يدل على وجود علاقة دالة احصــائيا ، ومن نتائج الجدول رقم (24) يتضـح لنا وجود علاقة دالة احصـائيا بين بعد التحدي والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.908) وهو ما يدل على وجود علاقة قوية دالة احصـائيا ، ويتضـح لنا من خلال الجدول رقم (25) وجود علاقة دالة احصـــائيا بين بعد الصـــمود والدرجة الكلية لمقياس الســـلوك التنافســـي حيث بلغ معامل الارتباط بيرســـون (0.515) وهو ما يدل على وجود علاقة دالة احصــائيا.. ومن خلال الجدول رقم (26) يتضــح لنا وجود علاقة دالة احصــائيا بين بعد التأني والدرجة الكلية لمقياس الســلوك التنافســي حيث بلغ معامل الارتباط بيرســون (0.497) وهو ما يدل على وجود علاقة دالة احصائيا.، ومن خلال نتائج الجدول رقم (27) يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي و مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 ســنة ، يتضــح لنا وجود علاقة دالة احصــائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفســي والدرجة الكلية

لمقياس السلوك التنافسي حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.805) وهو ما يدل على وجود علاقة قوية دالة احصائيا.

و قد توصلت الدراسات التي قام بها " بن التومي بلال و اخرون " التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة الطائرة و هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي و السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة الطائرة وتوصل الباحث الى انه هناك علاقة تأثير بين التحمل النفسي و السلوك التنافسي. **(بن التومي، سالم، و بوصلاح، 2021)**

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الباحثين " محمد خالد محمد داود " واخرون " دراسة تحليلية لقوة التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبات اندية الدوري الممتاز بالكرة الطائرة " اين هدف البحث الى التعرف على قوة التحمل النفسي و ابعاده و السلوك التنافسي و العلاقة بينهما وتقدير قيم معاملات الارتباط البسيط بين ابعاد قوة التحمل النفسي بالسلوك التنافسي فضلا عن تجزئة معاملات ارتباط ابعاد قوة التحمل النفسي بالسلوك التنافسي الى تأثيرات مباشرة و أخرى غير مباشرة لدى لاعبات اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة وتوصل الباحثون الى ان لاعبات اندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة تمتلك قوة تحمل نفسي عالية بكل ابعاده و سلوك تنافسي بدرجات جيدة . **(داود، يونس، و سلمان، 2021)** .

وهذا ما يحقق الفرضـــية الثالثة الذي تنص على وجود علاقة دالة إحصـــائيا بين مســـتوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة .

الاستنتاج العام :

في ضوء النتائج التي توصلنا اليها في حدود عينة البحث يمكن استخلاص ما يلي :

- ان مســـتوى التحمل النفســـي للاعبين يقع ضـــمن تقدير متوســـط في الابعاد التالية : الالتزام، الإنجاز، التحدي ، الصمود ، اما بعد السيطرة و الـــــتأني فقد وقع تقديرهما عند تقدير جيد، أما بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي فقد كان تقديرها متوسط .
- ان اللاعبون يتمايزون بمستوى متوسط في سلوكهم التنافسي ويقع مستواه عند تقدير متوسط .
- ان مســـتوى الأداء المهاري للاعبين يقع ضـــمن تقدير متوســـط في الاختبارات المهارية التالية: اختبار السيطرة على الكرة، اختبار التحكم في الكرة، اختبار أكرموف، اختبار تهديف الكرات .
- وجود علاقة دالة احصـائيا بين بعد الالتزام و بعد التحدي و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات)
- وجود علاقة دالة احصـــائيا بين بعد الصـــمود والاختبارات المهارية (اختبار الســـيطرة على الكرة واختبار التحكم في الكرة) بينما نلاحظ عدم وجدود علاقة دالة احصائيا بين بعد الصمود واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات .
- عدم وجود علاقة دالة احصـــائيا بين بعد الســـيطرة و بعد الانجاز و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة واختبار التحكم في الكرة واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات)

- وجود علاقة دالة احصـــائيا بين بعد التأني والاختبارات المهارية (اختبار التحكم في الكرة واختبار أكرموف واختبار تهديف الكرات) بينما نلاحظ عدم وجود علاقة دالة احصـــائيا بين بعد التأني و اختبار السيطرة على الكرة .
- وجود علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) .
- وجود علاقة دالة احصـــائيا بين الدرجة الكلية لمقياس الســـلوك التنافســـي والاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) .
- وجود علاقة دالة احصـــائيا بين بعد الالتزام و الإنجاز و التحدي و الصـــمود و التأني و الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي .
- عدم وجود علاقة دالة احصائيا بين بعد السيطرة والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي .
- وجود علاقة دالة احصـــائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفســـي والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي .

التوصيات :

- انطلاق من الدراسـة التي قمنا بها نجد ان النتائج التي توصـلنا اليها تجعلنا نقترح مجموعة من النقاط وهي :
- الاهتمام بتنمية الجوانب النفسـية و البدنية و المهارية التي من شـأنها تحسـين مسـتوى الأداء المهاري لاعبي كرة القدم ، والتي لها تأثير فعال في الوصول الي اعلى المستويات الرياضية .
- الاهتمام بدراســـة العلاقة بين التحمل النفســـي و الســـلوك التنافســـي و الأداء المهاري وغيرها من المتغيرات الاخرى في مختلف الالعاب الرياضية سواء كانت جماعية او فردية .

- تسطير برنامج تدريبي متكامل يسعى الي رفع قدرات اللاعبين من جميع الجوانب .
- الاهتمام بمجال التحضير النفسي للاعبين وذلك بالاستعانة بأخصائيين نفسانيين في الفرق الشبانية للأندية .
- الاهتمام برفع مستوى التحمل النفسي للاعبين حتي يكون لديهم قدرة ايجابية لذاتهم البدنية .

خـــاتمـــــة

الخاتمة :

من خلال دراستنا هذه و المتمحورة حول " التحمل النفسي و السلوك التنافسي وعلاقتهما بالأداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة اقل من 17 سنة " نجد ان نتائجها قد أضافت مجموعة من المعارف الجديدة و المتمثلة في العلاقة بين الجوانب النفسية و المهارية و السلوك التنافسي ، فانطلاقا من نتائج الفرضية العامة والتي اشارت الي وجود علاقة بين كل من التحمل النفسي و السلوك التنافسي و الأداء المهاري للاعبي كرة القدم ، وهذه العلاقة هي نتيجة لتكامل جميع جوانب العملية التدريبة و المتمثلة في الجوانب النفسية و المهارية والبدنية ، فكلما زاد مستوى التحمل النفسي و السلوك التنافسي انعكس ذلك ايجابيا على الاداء المهاري للاعبين و العكس صحيح .

كما ان الفرضية الجزئية الاولى و التي تشير الى ان مستوى التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند التقدير متوسط قد تحققت ، وقد دلة النتائج الى ان الدرجة الكلية لكل من مقياس التحمل النفسي و السلوك التنافسي يقع عند تقدير متوسط وان مستوى التحمل النفسي للاعبين يقع ضمن تقدير متوسط في الابعاد التالية (الالتزام ، الإنجاز ، التحدي ، الصمود) اما بعد (السيطرة و التأني) فقد وقع تقديرهما عند تقدير جيد .

كما أكدت نتائج الفرضية الجزئية الثانية ان مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة يقع عند تقدير متوسط ، حيث نجد ان مستوى الأداء المهاري يقع ضمن تقدير متوسط في الاختبارات المهارية التالية (اختبار السيطرة على الكرة، اختبار التحكم في الكرة، إختبار أكرموف، إختبار تهديف الكرات)

وكادت نتائج الفرضية الثالثة على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي والاداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين ابعاد التحمل النفسي (الالتزام ، السيطرة ، الإنجاز ، التحدي ، الصمود ، التأني) و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة ، اختبار التحكم في الكرة ، اختبار أكرموف ، اختبار تهديف الكرات) ايم تاكد هنالك لوجود علاقة دالة احصائيا بين مستوى التحمل النفسي و الأداء المهاري ، بان التحمل النفسي من بين العوامل المؤثرة و المتأثرة في الأداء المهاري .

اما نتائج الفرضية الرابعة والتي نصت على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة فقد دلة النتائج المتحصل عليها من حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي و الاختبارات المهارية (اختبار السيطرة على الكرة و اختبار التحكم في الكرة و اختبار أكرموف و اختبار تهديف الكرات) على وجود علاقة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي والاختبارات المهارية قيد الدراسة.

وبالنسبة لنتائج الفرضية الخامسة الناصة على وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التحمل النفسي ومستوى السلوك التنافسي للاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، ومن خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها من حساب معامل الارتباط بين مقياس التحمل النفسي بأبعاده الستة (الالتزام ، السيطرة ، الإنجاز ، التحدي ، الصمود ، التأني) و مقياس السلوك التنافسي تأكدت الفرضية بوجود علاقة قوية بين الدرجة الكلية لمقياس التحمل النفسي و الدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي ، اذ ان ارتفاع مستوى التحمل النفسي يؤدي الى ارتفاع مستوى السلوك التنافسي .

انطلاقا من نتائج فرضيات الدراسة يمكن القول ان هناك علاقة قوية بين متغيرات ، فتكامل هذه الجوانب يساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين لأنه لكل من التحمل النفسي و السلوك التنافسي دور فعال في رفع مستوى الأداء المهاري فكلما انخفض مستوى التحمل النفسي او السلوك التنافسي ينخفض مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم ، فلذا وجب على المختصين في عملية التدريب الرياضي اعطاء نفس الاهمية لكل من التدريب النفسي و التدريب المهاري و البدني و الخططي للاعب .

مراجـــــع

قائمة المراجع

قائمة المراجع بالغة العربية

1. إبراهيم, س. ع .(2014) .*الشخصية الإنسانية و اضطراباتها النفسية* .الاردن: الوارق للنشر و التوزيع.

2. الابراهيمي, ص .(2002) .*قوة التحمل النفسي لدى ضباط المرو و علاقته باتجاههم نحو الاخرين* .العراق: كلية المستنصرية.

3. البهادلي, ع. ا .(1994) .*تحمل الغموض وعلاقته بالتفوق الدراسي لدى طلبة الجامعة* .بغداد: رسالة ماجيستار كلية الاداب.

4. الدبور .(2008) .*علم النفس الرياضي* .

5. الزق, ا. ي .(2009) .*علم النفس* .بيروت: دار وائل للنشر.

6. الشرقاوي, ج .(1975) .*النظرية العامة للالتزام* .القاهرة: دار النهضة العربية.

7. الصائغ, ع & ,.حسن, م .(2013) .*المهارات العقلية و علاقتها بالتحمل النفسي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم* .العراق : المأتمر العلمي الدولي بالرياضة نزدهر و بالمجتمع نرتقي.

8. الضريبي " .(2010) .*استراتيجيات التحمل النفسي* .القاهرة: دار المعارف للنشر .

9. العناني, ح. ع .(2003) .*الصحة النفسية* .عمان: دار الفكر للطباعة.

10. الواقعي, ر .(1984) .*مقدمة في علم النفس* .عمان: دار الندوة للنشر و التوزيع.

11. بثينة, م. ا .(2009) .*قوة تحمل الشخصية و اساليب التعامل مع ضغوط الحياة* .العراق: كلية الاداب بغداد.

12. جوهر .(2014) .*مكونات التحمل النفسي* .

13. حسن, م .(2019) .التحمل النفسي وعلاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكراتيه .*مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية* .223 ,

14. دســـوقي, ك .(1999) .*ديناميةالجماعة في الاجتماع و علم النفس الاجتماعي وعلم النفس الاجتماعي* .القاهرة: المطبعة النفسية الحديثة.

15. سكر, ن .(2002) .*علم النفس الرياضي في التدريب و المنافسة الرياضية* .الاردن: الدار العلمية للنشر و التوزيع.

16. صالح, ق. ح .(1997) .*الشخصية بين التنظير و القياس* .صنعاء: مكتبة الجيل الجديد ط2.

17. صـفاء, ا .(2002) .*قوة التحمل النفســي لدى ضـباط المرو و علاقته باتجاههم نحو الاخرين* . العراق: كلية المستنصرية.

18. عبود .(2001) .*علم النفس الرياضي*.مصر :دار المعارف القاهرة

19. علاوي, م. ح .(1992) .*سيكولوجية التدريب و المنافسات* .القاهرة: دار المعارف.

20. علاوي, م. ح .(2009) .*علم التدريب و المنافسة الرياضية* .القاهرة: دار الفكر العربي.

21. فرج, ط .(1980) .*موسوعة علم النفس و التحليل النفسي* .القاهرة: دار السعادة.

22. كاظم, م & .,التميمي, م .(1999) .*خبرات الاسـر المؤلمة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي* .الاردن: اطروحة دكتوراه.

23. كمال, ه .(1988) .*مبادئ علم النفس* .بغداد: مطبعة الرصافي.

24. لندا .(1973) .*التحمل النفسي* .القاهرة.

25. محمود, ا. م .(2001) .*طرق و استراتيجيات التدريب* .الامارات: دار الكتاب الجامعي.

26. محمود, ع. ا .(2005) .*ســيكولوجية مواجهة الضــغوط في المجال الرياضــي* .القاهرة : مركز الكتاب لدار النشر.

27. نزار & ,طه لويس .(2001) .*الضغط النفسي للرياضي* .القاهرة.

28. هول, ك .(1988) .*مبادئ علم النفس* .بغداد: مطبعة الرصافي ط3

29. الجسماني, ع. ا .(1994) .*سيكولوجية الطفولة و المراهقة وحقائقها الاساسية* .لبنان: دار البيضاء.

30. الحمحامي, م & .,الخلوي, ا .(1998) .*اسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية* .القاهرة: دار الفكر العربي.

31. الخالق, ع. ع .(1998) .*كرة القدم* .جامعة الموصل: مديرية دار الكتب للطباعة و النشر.

32. الخولي, ا. أ .(2005) .*دائرة المعارف الرياضة وعلوم التربية البدنية* . القاهرة : دار الفكر العربي.

33. الدليمي, ن. ز .(2008) .*اساسيات في التعلم الحركي* .النجف : دار الضياء للطباعة و التصميم ط 1.

34. الريفي, ك. ج .(2004) .*التدريب الرياضي للقرن الواحد و العشرين* .الاردن: الجامعة الاردنية.

35. السيد, ف. ا .(1956) .*الاسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة* .مصر: دار الفكر العربي.

36. العيسيوي, ع. ا .(2000) .*التربية النفسية للطفل و المراهقة* .بيروت: دار الراتب الجامعية ط1.

37. المذكرةالوطنية .(1998) .*المركز الوطني للاعلام و الوثائق* .الجزائر.

38. المقصود, ا. ع .(1998) .*نظريات التدريب الرياضي* .القاهرة: دار الفكر العربي.

39. المليحي, ع. ا .(1971) .*النمو النفسي* .بيروت: دار النهضة العربية ط4.

40. *المنجد في اللغة العربية و الأعلام* .(1987) .لبنان: دار المشرق.

41. انور, ا. ا .(1996) .*الرياضة و المجتمع* .الكويت: المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الاداب الكويت.

42. بيومي, ف. ح .(s.d.) .*الاسس العلمية للاعداد وتنمية ناشء كرة القدم ما قبل المنافسة* . الاسكندرية : دار المعارف.

43. حسن, ع .(1977) .*كة القدم المبادئ الاساسية للالعاب الاعدادية لكرة القدم* .بيروت: دار العلم للملايين ط 4.

44. حمادة, م. إ .(2002) .*التدريب الرياضي التربوي* .القاهرة : مؤسسة المختار للنشر و التوزيع ط 1.

45. حمودة, م .(1991) .*الطفولة و المراهقة و المشكلات النفسية و العلاج* .القاهرة: الناشر المؤلف ط1.

46. راتب, ا. ك .(2001) .*تدريب المهارات النفسية)تطبيقات في المجال الرياضي .(* القاهرة: دار الفكر العربي.

47. زامل, ي. م .(2006) .*الثقافة الرياضية* . عمان :مكتبة المجتمع العربي ط 1.

48. زهران, ح. ع .(1982) .*علم النفس النمو – الطفولة و المراهقة* .عالم الكتب.

49. صالح, م & .,حماد, م .(1994) .*أساسيات كرة القدم* .القاهرة: عالم المعرفة ط2.

50. صبر, ق. ل .(2005) .*اسس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم* .الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة.

51. عبدالعزيز, ص .(1981) .*التربية وطرق التدريس* .مصر: دار المعارف ط2.

52. عقلة, ف .(s.d.) .*علم النفس التربوي* .لبنان: دار الملايين للطباعة و النشر و التوزيع.

53. علاوي, م. ح .(1992) .*علم النفس الرياضي* .القاهرة: دارالمعارف ط1.

54. علي, س. ع .(1999) .*إدارة الهيئات الرياضية ، النظريات الحديثة و تطبيقاتها* .الاسكندرية: منشأة.

55. علي, ع. ع .(1992) .*التدريب الرياضي و التعلم بين النظرية و التطبيق* .المكتبة المتحددة.

56. عوض, م. خ .(1971) .*دراسة مقانة في مشكلات المراهقين في المدن و الريف* .مصر: دار المعارف.

57. غازي, ص & ,.حسن, ه .(2013) .*كرة القدم التدريب المهاري* .الاردن: مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ط1.

58. فرات, ج & ,.خورشيد, ا .(s.d.) .*التدريب العقلي للاعبي كرة القدم* .

59. فهمي, م .(1986) .*سيكولوجية الطفولة و المراهقة* .القاهرة: دارالمعارف الجديدة.

60. قرطيم, م & ,.عبدالصالح, م .(1967) .*كرة القدم* .القاهرة: عالم الكتب.

61. محمود, غ. ص .(2013) .*كرة القدم التدريب المهاري* .الاردن : مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ط1.

62. مختار, ح. م .(1994) .*الاسس العلمية في تدريب كرة القدم* .مصر: دار الفكر العربي.

63. مختار, ح. م .(1996) .*الاسس العلمية لتدريب كرة القدم* .القاهرة : دار الفكر العربي.

64. مختار, م. ا .(1982) .*محاضـــرات في علم النفس الاجتماعي* .الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

65. منظور, ا. ا .(1997) .*لسان العرب* .لبنان: دار الطباعة و النشر.

66. نور, ع .(2004) .*سيكولوجية المراهقة* .مصر: الكتب الجامعي الحديث الاسكندرية

67. الظاهر, ق. م .(2004) .*تعديل السلوك* .عمان : دار وائل للنشر و التوزيع ط2.

68. الفتاح, أ. ا .(1997) .*التدريب الرياضي* .مصر: دار الفكر العربي.

69. الفتاح, ع. م .(1995) .*ســـيكولوجية التربية البدنية و الرياضـــية بين النظرية و التجريب و التدريب* .القاهرة: دار الفكر العربي.

70. المنعم, ح. ع *(1975)* .(1975) .، *موسوعة علم النفس* .القاهرة: مكتبة مديولي.

71. انتصار, ي .(1997) .*السلوك الإنساني* .القاهرة: دار المعارف.

72. جلال , ك & ,.غريب , أ .(2007) .*تعديل الســلوك* .عمان: دار صــفاء للطباعة و النشــر و التوزيع ط1.

73. جودة, ع & .,عزة, س .(2001) .*تعديل السلوك الإنساني* .عمان: الدار العلمية الدولية ودار الثقافة للنشر و التوزيع.

74. خربيط, ر & .,سكر , ن .(1988) .*علم النفس في التدريب و المنافسات الحديثة* .البصرة: مطبعة التعليم العالي و البحث العلمي.

75. عدس , ع & .,قطامي, ن .(2000) .*علم النفس الرياضة* .الأردن : دار الفكر العربي للطباعة و النشر ط1.

76. عكاشة, ا .(1977) .*الطب النفسي المعاصر* .مصر : دار المعارف القاهرة.

77. علاوي, م. ح .(2002) .*علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية* .القاهرة مصر : دار الفكر العربي ط1.

78. فوزي, م. ا .(2003) .*مبادئ علم النفس الرياضي* .القاهرة: دار الفكر العربي ط1.

79. مخيمر, ص & .,رزق, ع .(1968) .*الشخصية السوية و المضطربة* .القاهرة، مصر: مكتبة النهضة العربية

80. احمد احمدي. (2015). علاقة المهارات النفسية العقلية بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد .

81. احمد عبد الامير حمزة، طاهر يحيى، و عبد العالي امجد. (2019). اثر منهج تدريبي و الانقطاع غير المنتظم في تحمل الأداء المهاري وبعض المؤشرات الفسيولوجية للاعبي كرة القدم الشباب. مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد 18.

82. احمد كاظم فهد، و صبيح عبد الله يونس. (2014). تقنين وتطبيق مقياس السلوك التنافسي على لاعبي كرة القدم للدوري الممتاز للفرق العراقية. مجلة جامعة البصرة.

83. اسماعيل الصادق. (2008). العلاقة بين الاداء المهاري وتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم (فئة الناشئين).

84. الصحراوي عسلي، عبد الوهاب عريبي، و المسعود بوسعيد . (2009). علاقة الضغط النفسي بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم – دراسة ميدانية لفئة الاواسط القسم الوطني الاول-. الجزائر: جامعة الجزائر.

85. باسم سامي شهيد. (2015). التحمل النفسي وعلاقته بالأمن النفسي لدى لاعبي بعض الفعاليات الفردية و الجماعية. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 15.

86. بلال بن التومي، العياشي سالم، و النذير بوصلاح. (2021). التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة. مجلة المحترف، 332-346.

87. بلعيدي عادل. (2015). تأثير الضغط النفسي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة. جامعة البويرة: مذكرة الماستر.

88. بن يحي اسامة. (2014). علاقة التوافق النفسي الاجتماعي بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم. جامعة الجزائر: اطروحة الدكتوراه.

89. جبار فالح هزير. (بلا تاريخ). المهارات النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي نادي ديالى الرياضي بكرة القدم. العراق: مجلة علوم الرياضة .

90. جبار فرات، و عامر عباس ثائر. (2008). التمارين الفردية و تأثيرها على الأداء المهاري للاعبي الشباب بكرة القدم. نادي ديالى الرياضي.

91. حسن جاسم حسين، ياسر محسن عليوي، و وسام قيس خزعل. (2020). الكفاءة البدنية ومستوى الأداء المهاري الهجومي وعلاقتهما بمفهوم الذات البدنية لدى لاعبي كرة القدم. مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 13.

92. حسن هاشم عبدالله. (2021). تأثير تمرينات تنافسية وفقا لمساحات تدريبية في تطوير بعض متغيرات الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم . مجلة علوم الرياضة، المجلد 14.

93. حسين علي علي، و عبد الواحد محمد امين اكرم. (2021). تركيز حامض اللاكتيك بعد الراحة الإيجابية و السلبية في المطاولة الهوائية وعلاقتها بالتحمل النفسي. مجلة علوم التربية الرياضية، المجاد 14.

94. حمزة طلاش، و ظريفة وداحي. (2008). التحضير النفسي لدى لاعبي كرة القدم اكابر رجال وانعكاساته على المنافسة. الجزائر: جامعة الجزائر.

95. حيدر عبد الواحد غضبان المحمداوي، و ايمان حمد شهاب. (2021). تأثير تمرينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الأداء المهاري للاعبي كرة القدم الشباب. مجلة كلية التربية الاساسية، المجلد 27.

96. خليل ابراهيم سليمان، و عادل عواد كرحوت. (2020). تصميم وتقنين اختبار لقياس مستوى الأداء المهاري للاستلام و التسليم بكرة القدم. مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 13.

97. سليم بزيو ، عادل بزيو، و عقبة حشاني. (2016). اثر الاهتمام بتنمية المهارات النفسية من خلال استخدام التدريب العقلي خلال مراحل التعلم في إدارة ضغوط المنافسة عند لاعبي كرة القدم. مجلة التحدي جامعة العربي بن مهيدي، ام البواقي.

98. عبد الحكيم قوش، و احمد لزنك. (2024). التحمل النفسي وعلاقته ببعض ابعاد التفوق الرياضي للاعبي كرة القدم . مجلة الابداع الرياضي، 51-66.

99. عدنان لطيف سعد السوداني. (2017). دافعية الإنجاز الرياضي و علاقتها بالسلوك التنافسي و القلق النفسي الاجتماعي لدى لاعبي كرة القدم الصالات. مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية، محافظة البصرة.

100. عشاشة يعقوب. (2017). السلوك التنافسي وعلاقته بمردود لاعبي كرة القدم اثناء المنافسات الرياضية. مذكرة ماستر.

101. كمال حسين عبود، كمال عبودجلال، و عبد الرزاق صبحي. (2018). قوة التحمل النفسي وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض اندية ديالى بألعاب القوى. المؤتمرر العلمي الدولي الاول (بالرياضة ترتقي المجتمعات و بالسلم تزدهر الامم)، العراق.

102. محمد خالد محمد داود، محمود حمدون يونس، و ربيع حازم سلمان. (2021). دراسة تحليلية لقوة التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبات اندية الدوري الممتاز بالكرة الطائرة. مجلة واسط للعلوم الرياضية، جامعة الموصل.

103. محمد زامل عبدالكريم. (2021). التحمل النفسي و علاقته بدقة التهديف من الحركة بكرة القدم داخل الصالات. مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة، 98.

104.محمد عبد القادر عبد الرحمان، و حامد سليمان حمد. (2021). تأثير تمرينات خاصة في بعض المهارات النفسية و مستوى الأداء المهاري للاعبي المراكز التدريبية بكرة القدم. مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية و الرياضية، العراق.

105.محمد نعمة حسن. (2017). الصلابة النفسية و الاستجابة الانفعالية وعلاقتهما بالسلوك التنافسي. مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 10.

106.منصوري مصطفى. (2013). الضغط النفسي و تأثيره على أداء الرياضي خلال المنافسة لدى لاعبي كرة القدم. جامعة الجزائر: مذكرة الماستر.

107.موفق اسعد محمود، و فؤاد حماد عسل الدليمي. (2020). تأثير تمرينات مركبة لتطوير سرعة الأداء المهاري المركب للاعبي كرة القدم فئة الشباب. مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية و الرياضية، من الصفحة 299 الى 306.

108.نوردين مزاري. (2008). اثر القلق على مستوى أداء لاعبي كرة القدم في المنافسات الرياضية .

109.ياسين تفرقة، و كمال مهاني. (2009). أهمية التحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية. الجزائر: الجزائر.

قائمة المراجع بالغة الأجنبية :

110. Kopasa. (1979). Event personality and health, An Inquiry to hardiness.

111. Michael. (2004). Student learning motivation and psychological Hardiness : Interactive Effects on students reactions to a management class. Washington: Academy of Management Learning and Education.

112. Pearson. (2001). Psycholoical skills training for taekwon. do competition september .

113. pierre, E. p. (2000). La gestion mentale de stress pour lintervention auprès du sportif. paris : édition de revue EPS.

114. Ream.G.R. (1995). astudy of tolerance of ambirguity of Cooperating teachers and student teachers during the student teaching practicum.

115. Richard, h. (2005). Psychologie du sportif. Bruxelle: Edition de boek université.

116. hil, t. (1987). Manuel de l education sportive. vigot paris.

117. Weinker, J. (1990). Manuel d entrainement. vigot paris.

118. Alderman, R. (1983). Manuel de la psychologie du sport. France: ed vigot, paris.

119. Matvieve. (1983). aspect fondamantaux de l'entrainement. paris : ed, vigot.

الملاحق

ملحق خاص بنتائج الدراسة الإستطلاعية

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_الأول_البعد الأول_القياس_الأول_البعد
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_الأول_البعد	18.8000	1.13529	10
الثاني_القياس_الأول_البعد	18.6000	1.26491	10

Correlations

		الأو_القياس_الأول_البعد ل	الثان_القياس_الأول_البعد ي
الأول_القياس_الأول_البعد	Pearson Correlation	1	.867**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	10	10
الثاني_القياس_الأول_البعد	Pearson Correlation	.867**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_الثاني_البعد الأول_القياس_الثاني_البعد
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_الثاني_البعد	16.4000	1.83787	10
الثاني_القياس_الثاني_البعد	16.2000	1.75119	10

Correlations

		الأو_القياس_الثاني_البعد ل	الثان_القياس_الثاني_البعد ي
الأول_القياس_الثاني_البعد	Pearson Correlation	1	.663*
	Sig. (2-tailed)		.037
	N	10	10
الثاني_القياس_الثاني_البعد	Pearson Correlation	.663*	1
	Sig. (2-tailed)	.037	
	N	10	10

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_الثالث_البعد الأول_القياس_الثالث_البعد
```

```
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_الثالث_البعد	26.0000	2.05480	10
الثاني_القياس_الثالث_البعد	25.9000	1.96921	10

Correlations

		الأو_القياس_الثالث_البعد ل	الث_القياس_الثالث_البعد اني
الأول_القياس_الثالث_البعد	Pearson Correlation	1	.879**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	10	10
الثاني_القياس_الثالث_البعد	Pearson Correlation	.879**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_الرابع_البعد الأول_القياس_البعدالرابع
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_البعدالرابع	21.9000	2.07900	10
الثاني_القياس_الرابع_البعد	21.8000	2.04396	10

Correlations

		الأول_القياس_البعدالرابع	الث_القياس_الرابع_البعد اني
الأول_القياس_البعدالرابع	Pearson Correlation	1	.936**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	10	10
الثاني_القياس_الرابع_البعد	Pearson Correlation	.936**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_الخامس_البعد الأول_القياس_الخامس_البعد
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_الخامس_البعد	25.1000	1.91195	10
الثاني_القياس_الخامس_البعد	25.3000	2.00278	10

Correlations

		الأ_القياس_الخامس_البعد ول	ال_القياس_الخامس_البعد ثاني
الأول_القياس_الخامس_البعد	Pearson Correlation	1	.949**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	10	10
الثاني_القياس_الخامس_البعد	Pearson Correlation	.949**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_السادس_البعد الأول_القياس_السادس_البعد
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_السادس_البعد	10.6000	1.26491	10
الثاني_القياس_السادس_البعد	10.5000	1.17851	10

Correlations

		الأ_القياس_السادس_البعد ول	ال_القياس_السادس_البعد ثاني
الأول_القياس_السادس_البعد	Pearson Correlation	1	.969**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	10	10
الثاني_القياس_السادس_البعد	Pearson Correlation	.969**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_القياس_الكلية_الدرجة الأول_القياس_الكلية_الدرجة
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_القياس_الكلية_الدرجة	118.8000	7.36056	10

الثاني_القياس_الكلية_الدرجة	118.3000	6.86456	10

Correlations

		الأ_القياس_الكلية_الدرجة ول	ال_القياس_الكلية_الدرجة ثاني
الأول_القياس_الكلية_الدرجة	Pearson Correlation	1	.989**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	10	10
الثاني_القياس_الكلية_الدرجة	Pearson Correlation	.989**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الثاني_قياس_التنافسي_سلوك_مقياس الأول_قياس_التنافسي_السلوك_مقياس
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الأول_قياس_التنافسي_السلوك_مقياس	113.2000	6.54557	10
الثاني_قياس_التنافسي_سلوك_مقياس	114.7000	6.89686	10

Correlations

		التنافسي_السلوك_مقياس الأول_قياس_	_التنافسي_سلوك_مقياس الثاني_قياس
الأول_قياس_التنافسي_السلوك_مقياس	Pearson Correlation	1	.971**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	10	10
الثاني_قياس_التنافسي_سلوك_مقياس	Pearson Correlation	.971**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	10	10

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=ع1 ع2 ع3 ع4 ع5 ع6 ع7 ع8 ع9 ع10 ع11 ع12 ع13 ع14 ع15 ع16 ع17 ع18 ع19 ع20 ع21 ع22 ع23 ع24
    ع25 ع26 ع27 ع28 ع29 ع30 ع31
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA
  /SUMMARY=TOTAL.
```

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.740	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ع1	109.7000	38.233	.370	.725
ع2	109.3000	42.900	-.038	.744
ع3	109.2000	42.844	.000	.741
ع4	109.4000	43.156	-.086	.753
ع5	109.3000	42.900	-.038	.744
ع6	109.2000	42.844	.000	.741
ع7	109.2000	42.844	.000	.741
ع8	109.3000	43.122	-.091	.745
ع9	109.6000	44.489	-.200	.774

ع10	109.5000	42.500	.018	.744
ع11	109.5000	37.833	.804	.708
ع12	109.8000	36.844	.517	.713
ع13	109.5000	39.167	.381	.725
ع14	109.8000	42.622	-.007	.746
ع15	109.2000	42.844	.000	.741
ع16	109.9000	38.989	.403	.724
ع17	110.1000	35.211	.436	.719
ع18	109.5000	37.833	.804	.708
ع19	109.4000	39.600	.578	.722
ع20	110.0000	39.333	.189	.743
ع21	109.5000	38.500	.464	.720
ع22	109.4000	38.933	.710	.716
ع23	109.4000	40.044	.491	.725
ع24	109.6000	38.489	.638	.715
ع25	109.9000	37.433	.389	.723
ع26	109.6000	43.600	-.135	.758
ع27	109.6000	38.933	.392	.724
ع28	109.5000	40.056	.418	.727
ع29	109.3000	43.122	-.091	.745
ع30	109.4000	41.156	.279	.733
ع31	110.4000	38.267	.275	.735

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=ع1 ع2 ع3 ع4 ع5 ع6 ع7 ع8 ع9 ع10 ع11 ع12 ع13 ع14 ع15 ع16 ع17 ع18 ع19 ع20 ع21 ع22 ع23 ع24
    ع25 ع26 ع27 ع28 ع29 ع30 ع31 ع32 ع33
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
```

```
/MODEL=ALPHA
/SUMMARY=TOTAL.
```

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.804	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ع1	113.8000	66.178	-.441	.839
ع2	113.8000	55.067	.694	.787
ع3	113.6000	57.822	.490	.797
ع4	113.7000	56.011	.648	.790

ع5	113.8000	55.733	.598	.790
ع6	114.0000	57.333	.334	.798
ع7	114.3000	61.344	-.148	.815
ع8	115.0000	74.889	-.702	.874
ع9	114.0000	53.778	.579	.787
ع10	113.8000	56.844	.293	.799
ع11	113.6000	57.822	.490	.797
ع12	113.7000	57.789	.361	.798
ع13	114.0000	59.111	.061	.809
ع14	114.1000	54.100	.553	.788
ع15	114.0000	52.222	.739	.779
ع16	113.7000	57.122	.467	.795
ع17	113.6000	57.822	.490	.797
ع18	114.0000	53.111	.647	.783
ع19	113.9000	58.322	.214	.802
ع20	114.1000	55.211	.288	.801
ع21	113.7000	57.789	.361	.798
ع22	113.6000	57.822	.490	.797
ع23	113.8000	57.511	.346	.798
ع24	113.6000	57.822	.490	.797
ع25	113.7000	57.789	.361	.798
ع26	113.7000	57.567	.396	.797
ع27	113.6000	58.489	.349	.799
ع28	114.4000	57.156	.326	.798
ع29	114.4000	52.489	.472	.790
ع30	113.6000	57.822	.490	.797

ع31	114.0000	52.000	.616	.783
ع32	114.7000	50.011	.864	.771
ع33	114.7000	50.011	.864	.771

ملحق خاص بنتائج الفرضية الأولى والثانية

```
FREQUENCIES VARIABLES=التحدي_بعد الانجاز_بعد السيطرة_بعد الالتزام_بعد النفسي_لتحمل_الكلية_الدرجة
    الكرة_حركة_ايقاف_اختبار الكرة_على_السيطرة_اختبار التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة التأني_بعد الصمود_بعد
    الكرات_تهديف_اختبار اكرموف_اختبار
  /NTILES=4
  /STATISTICS=STDDEV MEAN
  /ORDER=ANALYSIS.
```

Statistics

		الن_لتحمل_الكلية_الدرجة فسي	الالتزام_بعد	السيطرة_بعد	الانجاز_بعد	التحدي_بعد	الصمود_بعد	التأني_بعد	التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	الك_على_السيطرة_اختبار رة	ايقاف_اختبار ة
N	Valid	40	40	40	40	40	40	40	40	40	
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Mean		118.6000	18.8000	16.2250	25.6000	21.6750	25.0750	11.2250	113.8500	27.1750	
Std. Deviation		8.40574	1.36250	1.57688	3.01109	2.32476	2.91229	2.00624	6.20814	12.67116	
Percentiles	25	112.7500	18.0000	15.0000	25.0000	21.0000	23.0000	10.0000	111.0000	17.7500	

	50	121.5000	20.0000	16.0000	26.0000	22.0000	27.0000	11.0000	114.0000	28.5000
	75	124.0000	20.0000	17.0000	28.0000	24.0000	27.0000	12.0000	117.0000	40.0000

النفسي_لتحمل_الكلية_الدرجة

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	92.00	1	2.5	2.5	2.5
	102.00	2	5.0	5.0	7.5
	108.00	1	2.5	2.5	10.0
	109.00	3	7.5	7.5	17.5
	111.00	1	2.5	2.5	20.0
	112.00	2	5.0	5.0	25.0
	115.00	1	2.5	2.5	27.5
	116.00	3	7.5	7.5	35.0
	118.00	1	2.5	2.5	37.5
	119.00	4	10.0	10.0	47.5
	121.00	1	2.5	2.5	50.0
	122.00	2	5.0	5.0	55.0
	123.00	4	10.0	10.0	65.0
	124.00	5	12.5	12.5	77.5
	125.00	2	5.0	5.0	82.5
	126.00	2	5.0	5.0	87.5
	127.00	1	2.5	2.5	90.0
	128.00	2	5.0	5.0	95.0
	129.00	1	2.5	2.5	97.5

	130.00	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

الالتزام_بعد

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.00	2	5.0	5.0	5.0
	17.00	6	15.0	15.0	20.0
	18.00	11	27.5	27.5	47.5
	20.00	21	52.5	52.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

السيطرة_بعد

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14.00	7	17.5	17.5	17.5
	15.00	4	10.0	10.0	27.5
	16.00	13	32.5	32.5	60.0
	17.00	11	27.5	27.5	87.5
	18.00	2	5.0	5.0	92.5
	20.00	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

الانجاز_بعد

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17.00	3	7.5	7.5	7.5
	22.00	2	5.0	5.0	12.5
	24.00	4	10.0	10.0	22.5
	25.00	6	15.0	15.0	37.5
	26.00	7	17.5	17.5	55.0
	27.00	3	7.5	7.5	62.5
	28.00	15	37.5	37.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

التحدي_بعد

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17.00	3	7.5	7.5	7.5
	18.00	4	10.0	10.0	17.5
	19.00	2	5.0	5.0	22.5
	21.00	4	10.0	10.0	32.5
	22.00	12	30.0	30.0	62.5
	23.00	2	5.0	5.0	67.5
	24.00	13	32.5	32.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

الـتـأثي_بعد

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	3	7.5	7.5	7.5
	10.00	12	30.0	30.0	37.5
	11.00	10	25.0	25.0	62.5
	12.00	12	30.0	30.0	92.5
	17.00	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	103.00	4	10.0	10.0	10.0
	105.00	3	7.5	7.5	17.5
	108.00	2	5.0	5.0	22.5
	111.00	2	5.0	5.0	27.5
	112.00	4	10.0	10.0	37.5
	113.00	4	10.0	10.0	47.5
	114.00	3	7.5	7.5	55.0
	116.00	4	10.0	10.0	65.0
	117.00	5	12.5	12.5	77.5
	120.00	3	7.5	7.5	85.0
	121.00	2	5.0	5.0	90.0

	124.00	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

الكرة_على_السيطرة_اختبار

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.00	4	10.0	10.0	10.0
	10.00	4	10.0	10.0	20.0
	17.00	2	5.0	5.0	25.0
	20.00	3	7.5	7.5	32.5
	25.00	5	12.5	12.5	45.0
	27.00	2	5.0	5.0	50.0
	30.00	3	7.5	7.5	57.5
	37.00	4	10.0	10.0	67.5
	40.00	13	32.5	32.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

الكرة_حركة_ايقاف_اختبار

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	2	5.0	5.0	5.0
	2.00	4	10.0	10.0	15.0
	3.00	4	10.0	10.0	25.0
	4.00	8	20.0	20.0	45.0

	5.00	22	55.0	55.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

اكرموف_اختبار

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14.50	2	5.0	5.0	5.0
	14.86	4	10.0	10.0	15.0
	15.12	2	5.0	5.0	20.0
	15.25	3	7.5	7.5	27.5
	15.26	3	7.5	7.5	35.0
	15.37	2	5.0	5.0	40.0
	15.60	2	5.0	5.0	45.0
	15.62	3	7.5	7.5	52.5
	15.77	4	10.0	10.0	62.5
	15.78	4	10.0	10.0	72.5
	16.21	3	7.5	7.5	80.0
	16.47	4	10.0	10.0	90.0
	18.23	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

الكرات_تهديف_اختبار

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

Valid	1.00	4	10.0	10.0	10.0
	3.00	14	35.0	35.0	45.0
	4.00	6	15.0	15.0	60.0
	6.00	3	7.5	7.5	67.5
	7.00	2	5.0	5.0	72.5
	9.00	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

ملحق خاص بنتائج الفرضية الثالثة

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=اكرموف_اختبار الكرة_حركة_ايقاف_اختبار الكرة_على_السيطرة_اختبار الالتزام_بعد
    الكرات_تهديف_اختبار
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

		الالتزام_بعد	ع_السيطرة_اختبار الكرة_لى	حر_ايقاف_اختبار الكرة_كة	اكرموف_اختبار	الكر_تهديف_اختبار ات
الالتزام_بعد	Pearson Correlation	1	.489**	.457**	.472**	.493**
	Sig. (2-tailed)		.001	.003	.002	.001
	N	40	40	40	40	40
الك_على_السيطرة_اختبار رة	Pearson Correlation	.489**	1	.708**	.091	.363*
	Sig. (2-tailed)	.001		.000	.577	.021
	N	40	40	40	40	40

الكر_حركة_ايقاف_اختبار ة	Pearson Correlation	.457**	.708**	1	.429**	.414**
	Sig. (2-tailed)	.003	.000		.006	.008
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.472**	.091	.429**	1	.412**
	Sig. (2-tailed)	.002	.577	.006		.008
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.493**	.363*	.414**	.412**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.021	.008	.008	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		ع_السيطرة_اختبار الكرة_لى	حرك_ايقاف_اختبار الكرة_ة	اكرموف_اختبار	الكر_تهديف_اختبار ات	السيطرة_بعد
الكر_على_السيطرة_اختبار ة	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.054
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.739
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	-.029
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.859
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	-.299
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.061
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	-.116

	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.476
	N	40	40	40	40	40
السيطرة_بعد	Pearson Correlation	.054	-.029	-.299	-.116	1
	Sig. (2-tailed)	.739	.859	.061	.476	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		عل_السيطرة_اختبار الكرة_ى	حركة_ايقاف_اختبار الكرة_	اكرموف_اختبار	الكرا_تهديف_اختبار ت	الانجاز_بعد
الكر_على_السيطرة_اختبار ة	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.175
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.281
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	.166
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.307
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	.068
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.678
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	.142
	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.380
	N	40	40	40	40	40
الانجاز_بعد	Pearson Correlation	.175	.166	.068	.142	1
	Sig. (2-tailed)	.281	.307	.678	.380	

N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		على_السيطرة_اختبار الكرة_ى	حركة_ايقاف_اختبار الكرة_	اكرموف_اختبار	الكرا_تهديف_اختبار ت	التحدي_بعد
الكرة_على_السيطرة_اختبار	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.507**
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.001
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	.510**
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.001
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	.393*
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.012
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	.663**
	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.000
	N	40	40	40	40	40
التحدي_بعد	Pearson Correlation	.507**	.510**	.393*	.663**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.001	.012	.000	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		على_السيطرة_اختبار الكرة_ى	حركة_ايقاف_اختبار الكرة_	اكرموف_اختبار	الكرا_تهديف_اختبار ت	الصمود_بعد
الكر_على_السيطرة_اختبار ة	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.383*
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.015
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	.492**
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.001
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	.216
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.181
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	.186
	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.250
	N	40	40	40	40	40
الصمود_بعد	Pearson Correlation	.383*	.492**	.216	.186	1
	Sig. (2-tailed)	.015	.001	.181	.250	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

	على_السيطرة_اختبار الكرة_ى	حركة_ايقاف_اختبار الكرة_	اكرموف_اختبار	الكرا_تهديف_اختبار ت	التأني_بعد

الكر_على_السيطرة_اختبار ة	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.251
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.119
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	.506**
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.001
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	.642**
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.000
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	.522**
	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.001
	N	40	40	40	40	40
التأني_بعد	Pearson Correlation	.251	.506**	.642**	.522**	1
	Sig. (2-tailed)	.119	.001	.000	.001	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		عل_السيطرة_اختبار الكرة_ى	حركة_ايقاف_اختبار الكرة_	اكرموف_اختبار	الكرا_تهديف_اختبار ت	لتحم_الكلية_الدرجة النفسي_ل
الكرة_على_السيطرة_اختبار	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.485**
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.002
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	.560**

	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.000
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	.381*
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.015
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	.482**
	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.002
	N	40	40	40	40	40
النفس_لتحمل_الكلية_الدرجة	Pearson Correlation	.485**	.560**	.381*	.482**	1
ي	Sig. (2-tailed)	.002	.000	.015	.002	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

ملحق خاص بنتائج الفرضية الرابعة

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الكرات_تهديف_اختبار اكرموف_اختبار الكرة_حركة_ايقاف_اختبار الكرة_على_السيطرة_اختبار
    التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

لسلو_الكلية_درجة التنافسي_ك	الك_تهديف_اختبار رات	اكرمو_اختبار ف	حر_ايقاف_اختبار الكرة_كة	ع_السيطرة_اختبار الكرة_لى

الكر_على_السيطرة_اختبار ة	Pearson Correlation	1	.708**	.091	.363*	.409**
	Sig. (2-tailed)		.000	.577	.021	.009
	N	40	40	40	40	40
الكرة_حركة_ايقاف_اختبار	Pearson Correlation	.708**	1	.429**	.414**	.430**
	Sig. (2-tailed)	.000		.006	.008	.006
	N	40	40	40	40	40
اكرموف_اختبار	Pearson Correlation	.091	.429**	1	.412**	.429**
	Sig. (2-tailed)	.577	.006		.008	.006
	N	40	40	40	40	40
الكرات_تهديف_اختبار	Pearson Correlation	.363*	.414**	.412**	1	.649**
	Sig. (2-tailed)	.021	.008	.008		.000
	N	40	40	40	40	40
التناف_لسلوك_الكلية_درجة سي	Pearson Correlation	.409**	.430**	.429**	.649**	1
	Sig. (2-tailed)	.009	.006	.006	.000	
	N	40	40	40	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

ملحق خاص بنتائج الفرضية الخامسة

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة  النفسي_لتحمل_الكلية_الدرجة
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

		الالتزام_بعد	التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي
الالتزام_بعد	Pearson Correlation	1	.769**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	.769**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	السيطرة_بعد
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	1	.051
	Sig. (2-tailed)		.756
	N	40	40
السيطرة_بعد	Pearson Correlation	.051	1
	Sig. (2-tailed)	.756	
	N	40	40

Correlations

		التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	الانجاز_بعد
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	1	.341*
	Sig. (2-tailed)		.031
	N	40	40
الانجاز_بعد	Pearson Correlation	.341*	1
	Sig. (2-tailed)	.031	
	N	40	40

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	التحدي_بعد
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	1	.908**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
التحدي_بعد	Pearson Correlation	.908**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	الصمود_بعد
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	1	.515**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	40	40
الصمود_بعد	Pearson Correlation	.515**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	الـتأني_بعد
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	1	.497**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	40	40
الـتأني_بعد	Pearson Correlation	.497**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		التن_لسلوك_الكلية_درجة افسي	ال_لتحمل_الكلية_الدرجة نفسي
التنافسي_لسلوك_الكلية_درجة	Pearson Correlation	1	.805**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
النفسي_لتحمل_الكلية_الدرجة	Pearson Correlation	.805**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).