



جامعة المسيلة



معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي

تخصص : تحضير بدني وذهني

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بعنوان

دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات

السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام

- من وجهة نظر مدربيهم -

دراسة ميدانية لفرق القسم الشرفي لولاية المسيلة

الأستاذ المشرف:

دا مجادي مفتاح

إعداد الطالب:

صريدي مفتاح

السنة الجامعية 2016/2015

شكر

اللهم صل على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم، النور الذاتي والسر السار وفي سائر الأسماء والصفات وعلى آله وصحبه وسلم.

قال تعالى: (ولئن شكرتم لأزيدنكم) الآية 07 سورة إبراهيم، لك الحمد ربي حتى ترضى ولك الشكر إذا رضيت، لك الحمد حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على جميع نعمك كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك لما وفقتنا عليه .

يسرنا أن نتقدم بالشكر الجزيل وأجل عرفان إلى أستاذنا المشرف مجاد في مفتاح، الذي دعمنا بنصائحه وإرشاداته وتوجيهاته القيمة، فشكرا لما بذلت وتبذل، في سبيل تحرير مقالنا من عبودية الجهل إلى نور اليقين، فكان نتاجها النجاح المغمور بالثناء والعرفان،

كما نتقدم بالشكر الجزيل لكل أساتذة قسم التدريب الرياضي، الذين قدموا لنا يد العون والمساعدة، فجزاهم الله خير الجزاء، كما لا يفوتنا، تقديم جزيل الشكر إلى كل من الطلبة مثلي أحمد، محروقة عبد المالك، بن ورنو سفيان، مشيكي عيسى، لصبرهم الجميل معنا، وفي الأخير نضع ثمرة جهدنا وعصارة فكرنا بين أيديكم عسا أن يعين طالب علم فيجد فيه مبتغاه.

مفتاح

إهداء

إلى اللذين بعثنا فيَّ نور الحياة، اللذين قال فيهم تعالى (وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا)

الآية (24) سورة الإسراء.

إلى التي عمرتني بحنانها وزرعته في قلبي العطف والحنان .

إلى التي قال فيها رسول الله صل الله عليه وسلم : (الجنة تحت أقدام الأمهات). إلى أمي الغالية

أطال الله في عمرها.

وإلى الذي تحدى الدنيا وتعبد وشقها ولم يفرط في تعليمي حتى وصولي إلى هذا المستوى ، أبي

العزیز أسعید أطال الله في عمره.

إلى أخي العزيز كمال وزوجته، إلى أخي عبد الرشيد، إلى أخي عبد الحق، إلى أخي سليمان، إلى

كل أخواتي، إلى كل الأهل والأحباب، إلى أسرة الرابطة الوطنية للطلبة الجزائريين ، إلى كل

الأصدقاء كل باسمه، إلى الأستاذ المشرف مجاد ب مفتاح ، وكل من ساهم في إنجاز هذا العمل

إلى خاصة مشيقي أحمد ومحروقة عبد المالك.

كل رفقاء الحياة الجامعية

إلى كل عزيز لم يذكر اسمه من خلال هذا الإهداء فاسمه مكتوب في قلبي حتى وإن لم يكتبه

قلمي فهو مكتوب في اسمي.

مفتاح

قائمة المحتويات

- شكر.
- إهداء.
- قائمة المحتويات.
- المحتويات الخاصة بالجداول.
- المحتويات الخاصة بالأشكال.
- مقدمة..... أ_ب.

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

التحضير النفسي

- 1_1 - تعريف التحضير النفسي.. 08
- 1_2 - نظرة الإسلام إلى التحضير النفسي 08
- 1_3 - نظريات التحضير النفسي 10
- 1_4 - دور وأهمية التحضير النفسي 11
- 1_5 - أهداف التحضير النفسي 11
- 1_6 - الإعداد النفسي 11
- 6_1 - خطوات الإعداد النفسي 11
- 6_2 - أنواع الإعداد النفسي 12
- 6_3 - واجبات الإعداد النفسي للاعبي كرة القدم 13
- 1_7 - المسؤؤل عن تدريب المهارات النفسية 13
- 7_1 - الأخصائي النفسي الرياضي التربوي 13
- 7_2 - الأخصائي النفسي الإكلينيكي الرياضي 13
- 7_3 - الأخصائي النفسي للبحث في الرياضة 13

الانفعالات

- 2_ الانفعالات 14
- 2_1 - مفهوم الانفعالات 14
- 2_2 - نظرة الإسلام إلى الانفعالات 15
- 2_3 - نظريات الانفعال 15

كرة القدم

- 3_رياضة كرة القدم.....16
- 3_1-التسلسل التاريخي لكرة القدم.....16
- 3_2- تعريف كرة القدم.....18
- 3_3- كرة القدم في الجزائر.....18
- 3_4-مدارس كرة القدم.....19
- 3_5-المبادئ الأساسية لكرة القدم.....19
- 3_6-قوانين كرة القدم.....20

حكام كرة القدم

- 4_حكام كرة القدم.....22
- 4_1-تعريف الحكم.....22
- 4_2- نظرة الإسلام إلى التحكيم.....22
- 4_3_الحكم ودوره في الرياضة.....24
- 4_4-صفات الحكم ودرجته.....25
- 4_5_قرارات الحكم.....26
- 5_الدراسات السابقة والمشاة.....27

الإطار العام للدراسة

- 1_الكلمات الدالة في الدراسة.....35
- 2_إشكالية الدراسة.....36
- 3_أهداف الدراسة.....38
- 4_أهمية الدراسة.....39
- 5_فرضيات الدراسة.....39

الإجراءات الميدانية للدراسة

- 1_ الدراسة الاستطلاعية..... 41
- 2_ المنهج المتبع في لدراسة..... 42
- 3_ مجتمع وعينة الدراسة..... 42
- 4_ أدوات جمع البيانات والمعلومات..... 43
- 5_ إجراءات التطبيق الميداني للأداة..... 45
- 6_ الأساليب الإحصائية..... 46

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

- 1_ جمع المعلومات والبيانات المتوصل إليها في جداول إحصائية..... 48
- 2_ مناقشة المعلومات في ضوء فرضيات الدراسة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة..... 48

استنتاجات واقتراحات

- 1_ استنتاجات عامة..... 72
- 2_ اقتراحات..... 72
- 3_ الآفاق المستقبلية للدراسة..... 72
- 4_ خاتمة..... 74
- 5_ قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة..... 77
- 6_ الملاحق..... /
- 7_ ملخص الدراسة باللغة العربية..... /
- 8_ ملخص الدراسة باللغة الفرنسية..... /

قائمة

الجدول 1

الصفحة	العنوان	رقم
48	يبين مدى تأثير التحضير النفسي في الجانب الخلفي للاعب.	01
49	يبين الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في جعل اللاعب يكسب طريقة مثلى يستطيع من خلالها أن يتعامل بشكل إيجابي مع المواقف الحرجة التي يواجهها.	02
50	يبين الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام.	03
51	يبين الاختلاف الانفعالي للاعبين المحضرين نفسياً عن اللاعبين الغير محضرين نفسياً.	04
52	يبين الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في توطيد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة.	05
53	يوضح أصعب جانب أثناء عملية التحضير.	06
54	يوضح مدى اهتمام المدربين بالتحضير النفسي للفريق.	07
55	يوضح الظروف التي يراعيها التحضير النفسي للمباراة.	08
56	يوضح معرفة الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية الإعداد.	09
57	يوضح معاملة المدربين للاعبين أثناء الهزيمة.	10
58	يوضح سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار.	11
59	يوضح الجوانب التدريبية الأكثر أهمية أثناء عملية إعداد الفريق.	12
60	يوضح قيمة الأخصائي النفسي الرياضي في الفريق.	13
61	يوضح تأثير الأخصائي النفسي في حالة غيابه.	14
62	يوضح طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي.	15
63	يوضح الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي الرياضي في تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.	16
64	يوضح مدى تأثير تحضير الأخصائي النفسي الرياضي على انفعالات اللاعبين.	17
66	يوضح المشاكل التي تعانيها الفرق التي ليس لها أخصائي نفسي رياضي مقارنة مع الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي.	18

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم
48	دائرة نسبية توضح تأثير التحضير النفسي في الجانب الخلقى للاعب.	01
49	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في جعل اللاعب يكسب طريقة مثلى يستطيع من خلالها أن يتعامل بشكل إيجابي مع المواقف الحرجة التي يواجهها.	02
50	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام.	03
51	دائرة نسبية توضح الاختلاف الانفعالي للاعبين المحضرين نفسياً عن اللاعبين الغير محضرين نفسياً.	04
52	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في توطيد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة.	05
54	دائرة نسبية توضح مدى اهتمام المدربين بالتحضير النفسي للفريق.	06
55	دائرة نسبية توضح الظروف التي يراعيها التحضير النفسي للمباراة.	07
56	مع دائرة نسبية توضح الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية الإعداد.	08
57	دائرة نسبية توضح معاملة المدربين للاعبين أثناء الهزيمة.	09
58	دائرة نسبية توضح سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار.	10
59	دائرة نسبية توضح قيمة الأخصائي النفسي الرياضي في الفريق.	11
60	دائرة نسبية توضح تأثير الأخصائي النفسي في حالة غيابه.	12
61	دائرة نسبية توضح طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي.	13
62	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي الرياضي في تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.	14
63	دائرة نسبية توضح مدى تأثير تحضير الأخصائي النفسي الرياضي على انفعالات اللاعبين.	15
64	دائرة نسبية توضح المشاكل التي تعانيها الفرق التي ليس لها أخصائي نفسي رياضي مقارنة مع الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي.	16

قائمة المحتويات

- شكر.
- إهداء.
- قائمة المحتويات.
- المحتويات الخاصة بالجداول.
- المحتويات الخاصة بالأشكال.
- مقدمة..... أ_ب.

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

التحضير النفسي

- 1_1 - تعريف التحضير النفسي.. 08
- 1_2 - نظرة الإسلام إلى التحضير النفسي 08
- 1_3 - نظريات التحضير النفسي 10
- 1_4 - دور وأهمية التحضير النفسي 11
- 1_5 - أهداف التحضير النفسي 11
- 1_6 - الإعداد النفسي 11
- 6_1 - خطوات الإعداد النفسي 11
- 6_2 - أنواع الإعداد النفسي 12
- 6_3 - واجبات الإعداد النفسي للاعبي كرة القدم 13
- 1_7 - المسؤؤل عن تدريب المهارات النفسية 13
- 7_1 - الأخصائي النفسي الرياضي التربوي 13
- 7_2 - الأخصائي النفسي الإكلينيكي الرياضي 13
- 7_3 - الأخصائي النفسي للبحث في الرياضة 13

الانفعالات

- 2_ الانفعالات 14
- 2_1 - مفهوم الانفعالات 14
- 2_2 - نظرة الإسلام إلى الانفعالات 15
- 2_3 - نظريات الانفعال 15

كرة القدم

- 3_رياضة كرة القدم.....16
- 3_1-التسلسل التاريخي لكرة القدم.....16
- 3_2- تعريف كرة القدم.....18
- 3_3- كرة القدم في الجزائر.....18
- 3_4-مدارس كرة القدم.....19
- 3_5-المبادئ الأساسية لكرة القدم.....19
- 3_6-قوانين كرة القدم.....20

حكام كرة القدم

- 4_حكام كرة القدم.....22
- 4_1-تعريف الحكم.....22
- 4_2- نظرة الإسلام إلى التحكيم.....22
- 4_3_الحكم ودوره في الرياضة.....24
- 4_4-صفات الحكم ودرجته.....25
- 4_5_قرارات الحكم.....26
- 5_الدراسات السابقة والمشاة.....27

الإطار العام للدراسة

- 1_الكلمات الدالة في الدراسة.....35
- 2_إشكالية الدراسة.....36
- 3_أهداف الدراسة.....38
- 4_أهمية الدراسة.....39
- 5_فرضيات الدراسة.....39

الإجراءات الميدانية للدراسة

- 1_ الدراسة الاستطلاعية..... 41
- 2_ المنهج المتبع في لدراسة..... 42
- 3_ مجتمع وعينة الدراسة..... 42
- 4_ أدوات جمع البيانات والمعلومات..... 43
- 5_ إجراءات التطبيق الميداني للأداة..... 45
- 6_ الأساليب الإحصائية..... 46

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

- 1_ جمع المعلومات والبيانات المتوصل إليها في جداول إحصائية..... 48
- 2_ مناقشة المعلومات في ضوء فرضيات الدراسة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة..... 48

استنتاجات واقتراحات

- 1_ استنتاجات عامة..... 72
- 2_ اقتراحات..... 72
- 3_ الآفاق المستقبلية للدراسة..... 72
- 4_ خاتمة..... 74
- 5_ قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة..... 77
- 6_ الملاحق..... /
- 7_ ملخص الدراسة باللغة العربية..... /
- 8_ ملخص الدراسة باللغة الفرنسية..... /

قائمة

الجدول 1

الصفحة	العنوان	رقم
48	يبين مدى تأثير التحضير النفسي في الجانب الخلفي للاعب.	01
49	يبين الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في جعل اللاعب يكسب طريقة مثلى يستطيع من خلالها أن يتعامل بشكل إيجابي مع المواقف الحرجة التي يواجهها.	02
50	يبين الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام.	03
51	يبين الاختلاف الانفعالي للاعبين المحضرين نفسياً عن اللاعبين الغير محضرين نفسياً.	04
52	يبين الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في توطيد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة.	05
53	يوضح أصعب جانب أثناء عملية التحضير.	06
54	يوضح مدى اهتمام المدربين بالتحضير النفسي للفريق.	07
55	يوضح الظروف التي يراعيها التحضير النفسي للمباراة.	08
56	يوضح معرفة الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية الإعداد.	09
57	يوضح معاملة المدربين للاعبين أثناء الهزيمة.	10
58	يوضح سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار.	11
59	يوضح الجوانب التدريبية الأكثر أهمية أثناء عملية إعداد الفريق.	12
60	يوضح قيمة الأخصائي النفسي الرياضي في الفريق.	13
61	يوضح تأثير الأخصائي النفسي في حالة غيابه.	14
62	يوضح طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي.	15
63	يوضح الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي الرياضي في تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.	16
64	يوضح مدى تأثير تحضير الأخصائي النفسي الرياضي على انفعالات اللاعبين.	17
66	يوضح المشاكل التي تعانيها الفرق التي ليس لها أخصائي نفسي رياضي مقارنة مع الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي.	18

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم
48	دائرة نسبية توضح تأثير التحضير النفسي في الجانب الخلقى للاعب.	01
49	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في جعل اللاعب يكسب طريقة مثلى يستطيع من خلالها أن يتعامل بشكل إيجابي مع المواقف الحرجة التي يواجهها.	02
50	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام.	03
51	دائرة نسبية توضح الاختلاف الانفعالي للاعبين المحضرين نفسياً عن اللاعبين الغير محضرين نفسياً.	04
52	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في توطيد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة.	05
54	دائرة نسبية توضح مدى اهتمام المدربين بالتحضير النفسي للفريق.	06
55	دائرة نسبية توضح الظروف التي يراعيها التحضير النفسي للمباراة.	07
56	مع دائرة نسبية توضح الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية الإعداد.	08
57	دائرة نسبية توضح معاملة المدربين للاعبين أثناء الهزيمة.	09
58	دائرة نسبية توضح سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار.	10
59	دائرة نسبية توضح قيمة الأخصائي النفسي الرياضي في الفريق.	11
60	دائرة نسبية توضح تأثير الأخصائي النفسي في حالة غيابه.	12
61	دائرة نسبية توضح طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي.	13
62	دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي الرياضي في تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.	14
63	دائرة نسبية توضح مدى تأثير تحضير الأخصائي النفسي الرياضي على انفعالات اللاعبين.	15
64	دائرة نسبية توضح المشاكل التي تعانيها الفرق التي ليس لها أخصائي نفسي رياضي مقارنة مع الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي.	16

مقدمة:

امتلكت الرياضة مكانة أساسية في حياة الإنسان وأصبحت الأنشطة الرياضية تمثل مادة أساسية في المناهج التعليمية، فلقيت اهتماما كبيرا وأصبحت تمثل يجلب إليه عدد كبير من الممارسين، ومن بين هذه الأنشطة الرياضية نجد في المقدمة رياضة كرة القدم التي بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب أو الرياضات الأخرى كما أكسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتنافس على المشاركة في منافستها. (فيصل رشيد عياش الدليمي، لحمير عبد الحق: 1997، ص 02).

والمتبع لواقع الرياضة بصفة عامة في الجزائر وكرة القدم بصفة خاصة قد يصاب بدهشة كبيرة للنتائج المذبذبة و انحطاط المستوى رغم توفر طاقة شبانية قادرة على رفع التحدي إذا ما وجدت السد والمساعدة من طرف المسؤولين و المدربين على أن لا يقتصر هذا على إعطاء مجموعة المهارات الحركية أو برامج تدريبية خالية من روح التفاعل و التأثير التي جيب على المدرب أن يراعيها، وذلك باهتمامه باللاعب وتفهم جميع مشاكله العائلية والاجتماعية والنفسية، ومن بين العوامل و التي تعرقل وبشكل كبير مدربي كرة القدم الجزائرية في إيصال اللاعب إلى تحليه بالأخلاق الجيدة هي نقص كفاءم في الميدان النفسي إذ لا يستطيع هؤلاء المدربون التحكم في متغيراته و القضاء على مختلف الصعوبات والاضطرابات النفسية.

وتقع على المدرب مسؤولية التوجيه والإرشاد النفسي للرياضيين إذ أن إرشادات المدرب وتوجيهاته من العوامل الهامة التي تؤثر على الحالة النفسية للرياضي، فمثال إذا أظهر المدرب بعض الظواهر الانفعالية مثل الخوف والنرفزة فإن ذلك يؤدي إلى انتقال التأثير إلى الرياضيين بدورهم، ولذلك وجب على المدرب بث الروح الأخلاقية من هدوء و تحكم في النفس واحترام الغير.

إن الرياضة الحديثة تعتبر كل المنافسات مهمة وتبقى سلوكيات وانفعالات اللاعبين تختلف حسب أهمية المنافسة، وعلى المدرب أن يأخذ هذا بعين الاعتبار مع محاولة استعمالها في اللحظات الضرورية، وإن الساعات الأخيرة قبل المنافسة يجب أن تكون منظمة بدقة حيث نلاحظ أن العوامل النفسية تصل إلى حدها الأقصى حيث تعتبر كمرحلة حاسمة قبل المنافسة وذلك بإعطاء المشاركين الذين سيشاركون في المنافسة أو لا وهذا الأمر يعتبر جزءا سهلا حيث يؤثر كثيرا على معنويات الرياضيين سواء الأولين أو الذين سيشاركون من بعد، بعدها يقوم المدرب بالتحضير التقليدي أي تلقين اللاعبين القيم الخلقية (الهدوء، عدم النرفزة، احترام الخصم، احترام الحكام وقرارا م.....).

إن ممارسات الأخصائي النفسي الرياضي سواء بواسطة المدرب أو بواسطة الأخصائي النفسي المعتمد تتضمن مكونين أولهما: ذو طبيعة تعليمية، ثانيهما: ذو طبيعة إكلينيكية، فعلى سبيل المثال: فإن الأخصائي النفسي الرياضي يستخدم مبادئ التعلم لمساعدة الرياضي كيف يستخدم أسلوب التصور العقلي و الاسترخاء بفعالية، فكفاءة الأخصائي النفسي تتمثل في تقديم الخدمات واستخدام الطرق و الأساليب التي تؤهله لكيفية استخدامها من خلال التدريب و الخبرة (أسامة كمال راتب: 2000، ص30_31).

ومن خلال دراستنا هذه أردنا أن نبرر بأن التحضير النفسي لو دور كبير في تنمية وتطوير السلوك الرياضي للاعب، وذلك من خلال التقليل من بعض الانفعالات السلبية للاعبين، وبناء علاقة ودية داخل المنافسة من خلال احترام اللاعب لكل ما هو على أرضية الميدان.

وفي هذا الصدد تم اختيارنا لموضوع دراستنا الذي يتناول: "دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام".

ويشمل مخطط دراستنا ما يلي:

* الخلفية النظرية و الدراسات لسابقة.

* الإطار العام للدراسة.

* الإجراءات الميدانية للدراسة.

* عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.

* استنتاجات واقتراحات.

وفي الأخير قمنا ببناء البحث بخاتمة حول ما قدمناه في بحثنا هذا، وعن كل ما توصلنا إليه كنتيجة

عامة.

1_ التحضير النفسي:

1_1_ تعريف التحضير التنفسي:

هو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحدودة موجهة نحو التكوين الفنى (حمد حسن علاو ي: 1985، ص 26).

وعرف "فورينوف" التحضير النفسى هو عبارة عن مجموعة المراحل والوسائل والمناهج التى من خلالها يصبح الرياضى مستعد نفسياً، ودائماً حسب قرينوف، نجد أن التشخيص السيكولوجى كان دائماً ينظر إليه وكأنه جزء من التحضير النفسى، وهذا الأمر فى الحقيقة غير صحيح، ذلك أن التحضير هذه الصفة يمثل جملة من التأثيرات التى تأثر على الرياضى التى تتخذ منه المعلومات التى تأتي من المحيط الرياضى.

وحسب فيليب موست عام 1982م: التحضير النفسى يمثل التقدم فى التكوين و التحسين فى الصفات النفسية للرياضى (Philip moste:1982.p212)

ويرى مارك لافاك أنه يجب الاهتمام بالتحضير النفسى إذ هو عبارة عن وحدة من الطرق المباشرة أو الغير مباشرة المتمكنة فى تحسين القدرات النفسية للرياضى.

1_2_ نظرة الإسلام إلى التحضير النفسى:

ونتلمس هذا من خلال نظرة الإسلام العامة إلى النفس، فلقد وردت النفس فى القرآن الكريم بمفهوم الذات قال الله تعالى وإذ قال موسى لقومه يا قوم إنكم ظلمتم أنفسكم باتخاذكم العجل فتوبوا إلى بارئكم فاقتلوا أنفسكم ذلك خير لكم عند بارئكم فتاب عليكم انه هو التواب الرحيم البقرة الآية 54).

وقد ورد فى القرآن صنوف النفس وهى جزء من مكونات النفس وهى:

_ النفس الأمانة: ((إن النفس لأمانة بالسوء)) (يوسف الآية 53).

_ النفس اللوامة: وقد أقسم الله ((ولا أقسم بالنفس اللوامة)) (سورة القيامة الآية 2).

وقد ذهب المفهوم القرآنى خطوة أوسع فاعتبر أن السلوك هو محل الحكم ((فأصحاب الميمنة ما أصحاب الميمنة،

وأصحاب المشأمة ما أصحاب المشأمة، والسابقون السابقون، أولئك المقربون)) (الواقعة الآية 8_11).

وفى صراع الإنسان النفسى بين النفس الأمانة و اللوامة فإنه يصل فى النهاية إلى تغليب جانب الخير فى نفسه وهنا

يصل إلى درجة الاطمئنان النفسى يؤكدها إيمانه بالله وغيبه وقضائه وقدره واليوم الآخر والملائكة والنبين، وهنا

تصبح ذاته مطمئنة تستحق أن توصف بلفظ النفس المطمئنة فإن النفس المطمئنة هدف كل إنسان خروجاً من

الصراع النفسي الذي يعيشه قال الله تعالى: ((يا أيها النفس المطمأنة ارجعي إلى ربك راضية مرضية فادخلي في عبادي، وادخلي جنتي)) (الفجر الآية 27_30).

ولقد حث الإسلام على التحضير النفسي وذلك من خلال تحقيق الصحة النفسية للإنسان، ويحقق منهج الإسلام أركان الصحة النفسية في بناء شخصية المسلم بتنمية هذه الصفات الأساسية:

1_ قوة الصلة بالله: وهي أمر أساسي في بناء المسلم في المراحل الأولى من عمره حتى تكون حياته خالية من القلق والاضطرابات النفسية، قال الله تعالى: ((الذين آمنوا وتطمأن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمأن القلوب)) (الرعد الآية 28).

2_ الثبات والتوازن الانفعالي: الإيمان بالله يشيع في القلب الطمأنينة والثبات والاتزان و يقي المسلم من عوامل القلق والخوف والاضطراب قال تعالى: ((ثبت الله الذين آمنوا بالقول الثابت في الحياة الدنيا وفي الآخرة)) (إبراهيم الآية 27) ويقول أيضا: (فمن تبع هداي فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون)) (البقرة الآية 38)

3_ الصبر عند الشدائد: يربي الإسلام في المؤمن روح الصبر عند البلاء عندما يتذكر قوله تعالى: ((والصابرين في البأساء والضراء وحين البأس أولئك الذين صدقوا وألئك هم المتقون)) (البقرة الآية 177)، وقول الرسول صلى الله عليه وسلم: ((عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله خير وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن إن إصابته سراء شكر فكان خير له وإن أصابته ضراء صبر فكان خير له)) (رواه مسلم).

4_ المرونة في مواجهة الواقع: وهي من أهم ما يحصن الإنسان من القلق أو الاضطراب حين يتدبر قوله تعالى ((وعسى أن تكرهوا شيئا وهو خير لكم وعسى أن تحبوا شيئا وهو شر لكم والله يعلم وأنتم لا تعلمون)) (البقرة الآية 216).

5_ التفاؤل وعدم اليأس: فالمؤمن متفائل دائما لا يتطرق اليأس إلى نفسه فقد قال تعالى: ((ولا تياسوا من روح الله إنه لا يياس من روح الله إلا القوم الكافرون)) (يوسف الآية 87).

6_ توافق المسلم مع نفسه: حيث انفرد الإسلام بأن جعل من سن التكليف هو سن البلوغ للمسلم وهذه السن تأتي في الغالب مبكرة عن سن الرشد الاجتماعي الذي تقرره النظم الوضعية وبذلك يبدأ المسلم حياته العملية و هو يحمل رصييدا مناسباً من الأسس النفسية السليمة التي تمكنه من التحكم و السيطرة على نزعاته وغرائزه وتمنحه درجة عالية من الرضا عن نفسه بفضل الإيمان والتربية الدينية الصحيحة التي توقظ ضميره وتقوي

صلته بالله.

7_ توافق المسلم مع الآخرين: الحياة بين المسلمين حياة تعاون على البر والتقوى، و التسامح هو الطريق الذي يزيد المودة بينهم ويبعد البغضاء، وكظم الغيظ والعفو عن الناس دليل على تقوى الله وقوة التوازن النفسي قال تعالى: ((ولا تستوي الحسنة ولا السيئة ادفع بالتي هي أحسن فإذا الذي بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم، وما يلقاها إلا الذين صبروا و ما يلقاها إلا ذو حظ عظيم)) (فصلت الآية. 34_35).

8_ التزكية والأخلاق: ما أجمل أن يحيا الإنسان بين قوم يحبهم ويحبونه، ويألفهم ويألفونه، وحين يفقد الإنسان هذا الحب في بيئته ومجتمعه فإنه يعيش في جحيم وتعاسة وعذاب نفسي و إن ملك الدنيا كلها، لذلك لم يكن غريبا أن يأتي الرجل من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم فيقول: ((لني على عمل إذا عملته أحبني الله و أحبني الناس)) (رواه ابن ماجو).

1_3_ نظريات التحضير النفسي الرياضي:

هناك عدة نظريات يركز عليها التحضير النفسي، ومنها النزوات ل كلارك هزل 1934 أو نظرية التحكم ونظريات الإسناد العليا، أو النماذج المختلفة كنموذج يركس ودود سون، 1908، أو النموذج الكارثي لهاردي وفازي 1991 العوامل المشوشة للأداء كالقلق، التوتر، نقص الانتباه واليقظة، يجب العمل بنظرية (u) المقلوبة التي هي أساس هذا نموذج يركس ودود سون مثال على مستوى اليقظة وإيصال الفرد إلى المنطقة المثلى، وبالنسبة لبعض المختصين ينتقدون هذا النموذج ويلحون على ضرورة تعليم الفرد عند ارتفاع اليقظة والآخرين الأخذ بعين الاعتبار بعلاقة اليقظة بالأداء، وبالنسبة لأصحاب النزعة المعرفية تعود اليقظة إلى القلق، من هذا كله نستنتج بأن التحضير النفسي يهتم بتعديل الحالات النفسية قبل المنافسة ليساهم في اكتساب العادات الفكرية والمعرفية وصفات التحكم العاطفي والأساليب السلوكية المناسبة، ويستعمل في هذه العملية نماذج وأساليب مختلفة التصنيف حسب الأساليب النفسية الجسمية كالتدريب الإيحاء الذاتي، التألم...، أو الطريقة الكرمية المتمثلة في التنويم المغناطيسي، وطريقة التحكم الوظيفي النفسي الموجهة خاصة للتحكم الانفعالي، التغذية البيولوجية الرجعية وفي هذه الحالة يلح المختصين على التحكم في القلق، وتحسين التكيف للتوتر، يعني التحكم والخفض لانفعالات الناتجة عن المنافسة، وكذلك لمركب الاضطرابات الجسمية الفيزيولوجية كالتنفس السريع، ارتفاع نبضات القلب، الشد العضلي وغيرها والتدريب التكيفي لفانك التكرار الذهني لكوربان... الخ.

فالرياضي يتصرف في الحالات الرياضية المتوترة، وفي الوضعيات التي يجد نفسه أمام صعوبات الأداء، زيادة عن وجود تقويم، فهي بمثابة ديدات تؤدي إلى الاستجابات العاطفية واضطرابات مشتركة في السلوك. (عباس جمال

2007_2008، ص39)

1_4_ دور و أهمية التحضير النفسي:

التحضير النفسي يسرع من عملية تكوين الإمكانات النفسية الضرورية باستعمال إجراءات ووسائل في تطوير القدرات التالية:

_ تكوين إرادة لتطوير القدرات النفسية.

_ تعلم التحكم في الحالات النفسية خلال التدريب و المنافسات.

_ اكتساب إمكانات الاسترجاع دون مساعدة ولا سيما التركيز على نشاط التحضير النفسي أو

السيكولوجي على مستوى القدرات النفسية.

1_5_ أهداف التحضير النفسي :

إن الهدف العام للتحضير النفسي هو تطوير الصفات النفسية العامة للشخص أو الرياضي للوصول إلى مستوى عالي من التحكم الرياضي و الاستقرار النفسي والاستعداد للمنافسة يتطلب إتباع الخطوات التالية:

_ احترام مستوى التحضير النفسي للخصم.

_ تمكن الرياضي من التحليل الايجابي للعدوانية واحترام ميوله الطبيعية.

_ يسمح للرياضي أن يكون ما هو إلا منافس رياضي آخر و الذي هو هدفه في الرياضة (بن مزيان

رشيد:2003، ص34).

1_6_ الإعداد

النفسي:

هو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين مدف خلق و تنمية الدوافع والاتجاهات و الثقة بالنفس والإدراك المعرفي و الانفعالي والعمل على تشكيل و تطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي

و النفسي لاعبين (حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في تدريب و تخطيط كرة القدم، 2001،

ص263).

6_1_ خطوات الإعداد النفسي:

يعتمد الإعداد النفسي والإرادي للرياضي على الأخذ بعين الاعتبار المؤثرات النفسية لإبراز أفضل قدرات

اللاعبين ويشمل هذا النوع من الإعداد الخطوات التالية:

__ دراسة الخصائص أو الصفات الشخصية للاعب هدف تكييف و ملائمة طرق الإعداد والتوجيه

النفسي لخصائص الفرد الرياضي ونوع اللعبة التي يمارسها.

__ تعليم اللاعبين الأساليب النفسية المحفزة و المنبهة والهادفة لتهيئة اللاعب للاشتراك في المنافسات أو التدريبات.

__ تعليم اللاعبين الأساليب المهدئة و المطمئنة والهادفة لتهدئة النفس و الابتعاد عن الانفعالات.

__الإعداد النفسي للاعب في المرحلة التحضيرية قبل المنافسة.

6_2_ أنواع الإعداد النفسي:

الإعداد النفسي للاعب ينقسم إلى:

أ) الإعداد النفسي طويل المدى: هو ذلك التحضير الذي يسعى إلى خلق وتنمية الدوافع و الاتجاهات الإيجابية

التي تركز على أن تكون الاقتناعات الحقيقية والمعارف العلمية والقيم الخلقية الحميدة، الأمر الذي يساهم في

قدرم في مجلة المشاكل التي تعترضهم، والقدرة على حلها حلا سليما.

1_ أ- المبادئ الهامة في الإعداد النفسي طويل المدى:

يرى البعض أن أهم المبادئ التي يتأسس عليها الإعداد النفسي طويل المدى في كرة القدم

هي:

__ ضرورة اقتناع اللاعب بأهمية المنافسة الرياضية.

__ المعرفة الجيدة لاشتراطات وظروف المنافسة.

__ الفرح للاشتراك في المباراة.

__ عدم تحميل اللعب بأعباء أخرى خارجية.

__ مراعاة الفروق الفردية.

__ تنمية و تطوير السمات الخلقية والفردية.

ب) الإعداد النفسي قصير المدى:

وهو محاولة إعداد اللاعب للمنافسة القادمة ورفع درجة استعداده لكي يتمكن من بذل أقصى جهده ليحقق الفوز

(نزار مجيد طالب: 1980، ص 249_ 560)

ويقصد هو أيضا الإعداد النفسي المباشر للفرد قبل اشتراكه الفعلي في المنافسات الرياضية، هدف التركيز

على يئته وإعداده وتوجيهه بصورة تسمح بتعبئة كل قواه لكي يستطيع استغلالها لأقصى مدى ممكن أثناء

المنافسات الرياضية.

ويرى علماء النفس أن حالة ما قبل المنافسة ما هي إلا ظاهرة طبيعية يمر بها كل فرد رياضي وهدف أساسا إلى العمل على انتقال الفرد من حالة الراحة إلى حالة العمل، أي من حالة الانتظار السلبي إلى حالة الاشتراك الفعلي، أو الممارسة الفعلية، وتساهم بدرجة كبيرة في إعداد الفرد بما سيقوم به من جهد (رشيد عياش الدليمي، 1997، ص25).

6_3_ واجبات الإعداد النفسي للاعب كرة القدم:

المساعدة في تحسين العمليات النفسية الهامة التي تساعد على الوصول إلى أعلى مستوى من المهارات النفسية. تكوين السمات الشخصية للاعب والتي تؤثر بوضوح في الثبات الانفعالي للعمليات العقلية العليا، والاحتفاظ مع رفع مستوى الكفاءة الحيوية و الحركية وخاصة في الظروف الصعبة أثناء التدريب والمباريات. مساعدة اللاعب على إنجاز أهداف أداء لشخصية تتميز بالصعوبة والواقعية. تكوين وبناء حالة انفعالية مثالية أثناء التدريب.

استخدام تدريبات الإحماء قبل المنافسة للعمل على تنظيم التوتر النفسي وتعبئة الطاقة النفسية للاعب . القابلية على التحكم في الانفعالات خلال اللعب. (حسن السيد أبو عبده: 2001، ص270_271).

1_7_ المسؤول عن تدريب المهارات النفسية:

برنامج تدريب المهارات النفسية ينبغي أن يخطط له ، ويشرف عليه ويقوم بتقييمه أخصائي نفسي رياضي وذلك في حالة عمله طوال الوقت مع اللاعبين أو مع الفريق الرياضي وهم: 7_1_ الأخصائي النفسي الرياضي التربوي: تتضمن هذه الفئة الأشخاص الذين لديهم خلفية علمية متسعة في مجال العلوم الرياضية والنشاط البدني، إضافة إلى دراسات مكثفة في بعض فروع علم النفس الرياضي وعلم النفس الإرشادي.....الخ.

ويتركز دوره في جانبين أساسيين هما:

*تعليم واكتساب اللاعبين المفاهيم التربوية والنفسية الصحيحة.

*تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.

7_2_ الأخصائي النفسي الإكلينيكي الرياضي: تتضمن هذه الفئة الأشخاص المختصين في علم النفس

الإكلينيكي أو الطب النفسي ولديهم إجازة معتمدة لهذا النوع من العمل كما يجب أن يكون لديهم الخبرة وفهم عميق بالخصائص النفسية المرتبطة بالرياضة من دراسات علمية مكثفة لعلوم الرياضة.

7_3_ الأخصائي النفسي للبحث في الرياضة: ويعتمد تطور علم النفس الرياضي باعتباره أحد فروع العلوم

الإنسانية على استمرار النمو المعرفي من خلال إجراء الدراسات والبحوث لتدعيم البنية المعرفية (النظرية)

مواجهة المشاكل التطبيقية و إيجاد الحلول لها، وذلك حتى يحض بالمزيد من الاعتراف والتقدير له. (محمد حسن علاوي:1992،ص206_207).

2_ الانفعالات:

1_2_ مفهوم الانفعالات:

يقول "محمد حسن علاوي" فالفرح والحزن والفتور والحماس والغضب والفرع والخوف كلها عبارة عن خبرات انفعالية يعيش فيها الفرد، ويرى بعض العلماء أن الانفعال حالة توتر في الكائن الحي، تصطحبها تغيرات فزيولوجية داخلية و مظاهر جسمانية خارجية، غالبا ما تعبر عن نوع الانفعال (محمد حسن علاوي:1994،ص245).

يرى "لندال دافيد وف" أن الانفعال ناتج حالة منه الإثارة و التغيير وعدم الاستقرار، وهو نوع من السلوك الظاهر...يتمثل في حركات جسمية مضطربة، وتغيرات كلامية تأتي عقب حالة سكون واطمئنان.

وبما أن لكل نتيجة سبب فسبب حدوث الانفعال هو منبهات تعمل كعوامل استثارة داخلية (أم مفاجئ في المعدة، تذكر حدث مفرع)، أو خارجية مثار(ية منظر مفرع أو سماع خبر مؤثر)، كما أن للانفعال تأثيرا بالغا على عدة نواحي في الفرد منها:

تأثير الانفعال في العقل، في الجسم، في حياة الفرد وعلى صحة الفرد، ويعرفها بعض علماء النفس بأما استجابة فزيولوجية وسيكولوجية تأثر في الإدراك وفي التعلم وفي الأداء (لندال دافيد وف :1988،ص480).

كما يعتبرون "مختار وإسماعيل إبراهيم" أن الانفعال سببه مثير خارجي فيستجيب الدماغ والجسم باستجابة انفعالية، فيتأثر سلوك الشخص (مختار متولي ومحمد إسماعيل إبراهيم:1969،ص94).

ويرى نجاتي ومحمد عثمان أن الانفعال خبرة نفسية معقدة تتكون من عدة مكونات وقد اختلف علماء النفس في تحديد طريقة تفاعل هذه المكونات وطريقة تسلسلها في تكوين الاستجابة الانفعالية، فهل إذا حدث الإدراك لموقف ما يحدث الانفعال ثم تحدث بعد ذلك التغيرات الفزيولوجية والعضلية والقيام بالاستجابة الانفعالية؟ .

أم أن التغيرات الفزيولوجية والعضلية تحدث أولا، ثم يحدث الانفعال الذي يساعد الفرد في القيام بالاستجابة

الانفعالية والتعامل مع الموقف (نجاتي ومحمد بن عثمان:1999،ص124).

ومنه فالانفعال حالة من التغيير و الإثارة وعدم الاستقرار الذي ينتج استجابة مما يؤدي بصاحبه إلى الانفعال ثم تحدث بعد ذلك استجابة فزيولوجية.

2_2_ نظرة الإسلام إلى الانفعالات

وكانت هذه النظرة إلى كظم الغيظ الذي يعتبر أبرز الانفعالات النفسية عند الإنسان وهنا وجه سبحانه وتعالى عباده المؤمنين بالتحلي بالصبر وكظم الغيظ بل الدفع بالتي هي أحسن قال تعالى: ((ولا تستوي الحسنة ولا السيئة ادفع بالتي هي أحسن فإذا الذي بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم)) (فصلت الآية.34)

فما أحوجنا إلى هذا الخلق العظيم لتقوى الروابط وتتألف القلوب ويبنى ما دم من روابط اجتماعية لتنال رضا الله وجنته قال تعالى: ((وسارعوا إلى مغفرة من ربكم وجنة عرضها السماء والأرض أعدت للمتقين الذين ينفقون في السراء والضراء والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين)) (آل عمران الآية.134)

إن الشرع المطهر قد أجاز لنا أن يعاقب بمثل ما عقبنا به لكن مع ذلك إن العفو وكظم الغيظ أفضل وأحسن قال تعالى: ((ويذهب غيظ قلوبهم ويتوب الله على من يشاء والله عليم حكيم)) (التوبة الآية.15).

في هذا الصدد نجد قوله صلى الله عليه وسلم عن معاذ بن أنس عن أبيه رضي الله عنهما عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: ((من كظم غيظا وهو قادر على أن ينفذه دعاه الله عز وجل على رؤوس الخلائق يخيره من الحور ما يشاء)) (حديث حسن بن ماجو).

أيضا هناك حديث نبوي شريف يشير إلى كظم الغيظ عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رجلا قال للنبي صلى الله عليه وسلم أوصني قال: ((لا تغضب وردد مرارا قال لا تغضب)) (رواه البخاري).

وفي هذا الصدد قال الإمام الغزالي رحمه الله برحمته الواسعة: إن كظم الغيظ يحتاج إليه الإنسان إذ هاج غيظه ويحتاج فيه إلى مجاهدة شديدة ولكن إذا تعود ذلك مدة صار اعتيادا فلا يهيج الغيظ وإن هاج فلا يكون في كظمه تعب وحيثئذ يوصف بالحلم.

2_3_ نظريات الانفعال:

وفيما يلي عرض موجز لأهم النظريات التي تناولت تفسير الانفعال واستجابة الانفعالية:

(أ) نظرية جيمس_ لانج: يرى أصحاب هذه النظرية أن الانفعالات تحدث عندما يحدث مثير في البيئة وتغيرات فسيولوجية لدى الفرد، ويدرك الانفعال من التغذية الراجعة الناشئة عن هذه التغيرات والرسالة إلى الدماغ كمن الأعصاب الحسية للجسم، طبقا لهذه النظرية فإن الإنسان لا يرتعش لأنه يخاف ، بل يشعر بالخوف لأنه يرتعش، بمعنى آخر أن الانفعال يحدث نتيجة الشعور بالاستجابات الفسيولوجية والعضلية التي يثيرها الموقف الخارجي وليس نتيجة إدراك الموقف الخارجي.

ب) نظرية كانون_ بارد:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الانفعال ينتج عندما يحدث مثير في البيئة أنماطاً من النشاط العصبي في المهيد (المهيو تالاموس)، هذه الأنماط ذات تأثيرين متآنيين: ترسل أنماط النشاط العصبي المستقل حيث تنبه التغيرات الفسيولوجية والعضلية للانفعال.

ج) النظرية المعرفية:

ترى هذه النظرية أن الانفعال يتكون من معلومات معقدة كثيرة تتضمن ما يلي:
معلومات عن الأحداث البيئية التي تصل إلى النخاع المخي عن طريق أعضاء الحس، المخزون الدماغى من المعلومات الذي يساعد على تقدير و تفسير الأحداث الجديدة.
وحسب هذه النظرية فإن الانفعال يتقرر من طريق النشاط المعرفى الناتج عن المثير الذي أحدث التغيرات الفسيولوجية و العضلية والموقف البيئى الكلى الذي تحدث فيه، وعليه فإن شعور الإنسان بالانفعال يكون نتاج نفسه للموقف المثير للانفعال (راجع وأحمد عزت: 1999، ص 158_162).

د) نظرية تومكيتير في التغذيةى الرجعية من تعبيرات الوجه:

يرى تومكيتير أن التغيرات الفسيولوجية الداخلية وتعبيرات الوجه مصاحبة بطريقة فطرية لبعض الانفعالات الأساسية مثل الخوف والحزن والسعادة والغضب، ويعنى ذلك أنه إذا حدثت تعبيرات الوجه التي تميز انفعالا معيناً، فإن ذلك يؤدي إلى حدوث الاستجابات الفسيولوجية الداخلية المصاحبة لهذا الانفعال، وإلى الشعور بالخبرة الانفعالية (نجاتي و محمد بن عثمان: مدخل إلى علم النفس وتطبيقاته في الحياة، 1999، ص 126_127).

3_ رياضة كرة القدم:

3_1_ التسلسل التاريخى لكرة القدم:

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس لو حدود، و التطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس، وأشدت صراع التطور بين القارتين الأمريكية و الأوروبية السائدة في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم و بدأ تطور كرة القدم منذ أن بدأت منافسة الكأس العادية سنة 1930 وفيما يلي التسلسل التاريخى لتطور كرة القدم (موقف مجيد المولى: (الإعداد الوظيفى لكرة القدم، 1999، ص 9).

1845: وضعت جامعة كميريدج القواعد الثالثة عشر للعبة كرة القدم. 1855:

- أسس أول نادي لكرة القدم البريطانية (نادي شيفيلد).
- 1873:** أول مقابلة دولية بين إنجلترا و اسكتلندا.
- 1882:** عقد بلندن مؤتمر دور لمندوبي اتحادات بريطانيا، اسكتلندا ايرلندا و تقرر إنشاء هيئة دولية مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون و تعديله، وقد اعترف الاتحاد الدولي هذه الهيئة.
- 1883:** أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم (أول اتجاه في العالم). **1904:** تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.
- 1925:** وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلل .
- 1930:** أول كأس عالمية فازت ا الأورغواي.
- 1935:** محاولة تعيين حكم في المباراة.
- 1939:** تقرر وضع أرقام على الجانب الخلفي لقمصان اللاعب.
- 1949:** أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر الأبيض المتوسط. **1950:** تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية لكرة القدم.
- 1963:** أول دورة باسم كأس العرب .(حسن عبد الجواد:1977، ص16).
- 1967:** دورة المتوسط في تونس من ضمن ألعاب كرة القدم.
- 1970:** دورة كأس العالم في المكسيك وفاز ا البرازيل.
- 1974:** دورة كأس العالم في ميونيخ وفازت ا ألمانيا.
- 1975:** دورت البحر المتوسط في الجزائر.
- 1976:** الدورة الأولمبية مونديال.
- 1978:** دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز ا البلد المنظم. **1980:** الدورة الأولمبية في المكسيك.
- 1982:** دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز ا
- الألمان. **1986:** دورة كأس العالم في المكسيك وفاز ا
- الأرجنتين. **1990:** دورة كأس العالم في إيطاليا وفاز ا
- الألمان.
- 1994:** دورة كأس العالم في الو-م-أ وفاز ا البرازيل.

- 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفرنسا وفز ا منتخب فرنسا و أول مرة نظمت ب 32منتخبا.
- 2002: دورة كأس العالم وفازت ا البرازيل، وأول مرة تنظيم مزدوج للدورة بين اليابان و كوريا الجنوبية.
- 2006: دورة كأس العالم في ألمانيا وفازت به إيطاليا بضربات الترجيح.
- 2010: دورة كأس العالم في جنوب إفريقيا وفازت ا إسبانيا(14:1998 alaim mischel).

3_2_ تعريف كرة القدم:

هي لعبة جماعية تتم بين فريقين كل فريق من احد عشر لاعبا، يستعملون كرة منفوخة مستديرة، ذات مقياس عالمي محدد، في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة، وفي كل طرف من طرفيه مرمى الهدف، ويحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف.(محمود بن حسن آل سليمان: 1998، ص09).

3_3_ كرة القدم في الجزائر:

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت، والتي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ عمر بن محمود، وعلي راييس، الذي أسس سنة 1895 أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليلة الحياة في الهواء الكبير)، وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917، وفي 7 أوت 1921 تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية(مولودية الجزائر) غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921، بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها: عالي معسكر، الاتحاد الإسلامي لوهران، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبليدة، و الاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الإنضمام والتكامل لصد الاستعمار، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي يعمل على زيادة و زرع الروح الوطنية، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري وتعطي الفرصة لأبناء الشعب الجزائري للتجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث في سنة 1956 وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من (سانت أوجين، بولوغين حاليا) التي على أثرها أعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956 تجنبا للأضرار التي تلحق بالجزائريين وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطنية في 18 أبريل 1958، الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال: رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت إتيان، وسوخان، كرمالي،

زوبا، كريمو، أبرير.....

وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1961، وكان محند معوش أول رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوار 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية.

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم من 1962_1963 وفاز الفريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963 وفاز الفريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية، وفي نفس السنة أي عام 1963 كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975 وحصوله على الميدالية الذهبية. (بلقاسم تالي وآخرون: 1997، ص 46_47)

3_4_ مدارس كرة القدم:

كل مدرسة تتميز عن أخرى بآثار تتأثر تأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها وكذلك الشروط الاجتماعية والاقتصادية، والجغرافية التي نشأ فيها في تاريخ كرة القدم نميز المدارس التالية:

أ_ مدرسة أوربا الوسطى (النمسا، لار، التشيك
ب_ المدرسة اللاتينية.

ج_ مدرسة أمريكا الجنوبية (عبد الرحمان عيساوي: 1980، ص 72).

3_5_ المبادئ الأساسية لكرة القدم:

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

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفرادها أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيت سليم مختلف الطرق، ويكنم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبة، ويجاور عند اللزوم ويتعاون تعاوننا تماما مع بقية الفريق في عمل جماعي منسق. وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة و الطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ

الأساسية اتقاناً تاماً، كما يجب الاهتمام دائماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب.

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم على ما يلي:

استقبال الكرة.

المحاورة.

المهاجمة. رمية

التماس.

ضرب الكرة_ لعب الكرة بالرأس.

حراسة المرمى.(حسن عبد الجواد:كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون

الدولي،1977، ص 25_27).

3_6_ قوانين كرة القدم:

هناك17قانون يسير هذه اللعبة:

1_ميدان اللعب: يكون مستطيل الشكل لا يتعدى طوله130م ولا يقل عن 100م ولا يزيد عرضه عن 100م ولا يقل عن 60م.

2_الكرة: كروية الشكل غطاءه من الجلد يزيد محيطها عن 71سم وال يقل عن 68 سم ،أما وزا لا يتعدى 453 غ ولا يقل عن 359 غ.

3_مهمات اللاعب: لا يسمح لأي لاعب أن يلبس أي شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر.

4_عدد اللاعبين: تلعب بين فريقين، يتكون كل منهما من 11لعباً داخل الميدان وسبعة لاعبين احتياطي^١.

5_الحكام: يعتبر صاحب السلطة لمزاولة قانون اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه.

6_مراقبو الخطوط: يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما أن يبينا خروج الكرة من الملعب ، ويجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة.

7_مدة اللعب: شوطان متساويان كل منهما(45د)، يضاف إلى كل شوط وقت ضائع، ولا تزيد فترة الراحة بين الشوطين (15د).

8_بداية الملعب: يتم اختيار نصف الملعب، وركلة البداية تحمل على قرعة بقطعة نقدية، وللفريق الفائز

بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية.

10_ طريقة تسجيل الهدف: يحتسب الهدف كلما تجتاز الكرة كلها خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة (علي خليفة العنشري: 1987، ص 255).

11_ التسلل: يعتبر اللاعب متسللا إذا كان أقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة.

12_ الأخطاء و سوء السلوك: يعتبر اللاعب مخطئا إذا اعتمد ارتكاب سالفه من المخالفات التالية

ü ركل أو محاولة ركل الخصم.

ü عرقلة اخصم من خلال محاولة إيقاعه باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه.

ü دفع الخصم بعنف أو حالة خطرة.

ü الوثب على الخصم.

ü ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد.

ü مسك اخصم باليد أو بأي جزء من الذراع.

ü يمنع لعب الكرة باليد إلا حارس المرمى.

ü دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه (سامي الصفار: 1982، ص 30).

13_ الضربة الحرة: حيث تنقسم إلى قسمين:

مباشرة: وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخطئ مباشرة.

غير مباشرة: وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر.

14_ ضربة الجزاء: تضرب الكرة من علامة الجزاء، وعند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء

15_ رمية التماس: عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.

16_ ضربة المرمى: لضربة الركنية: عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين

ويكون آخر من لعبها من الفريق الخصم.

17_ الضربة الركنية: عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من

لعبها من الفريق المدافع (حسن عبد الجواد: 1977، ص 177).

4_ حكام كرة القدم

إن التحكيم في المنافسات الرياضية (الفردية منها و الجماعية) شرط لازم يستحيل الاستغناء عنه , ليس هذا فحسب بل أصبح الآن الاهتمام موجه إلى نوعية التحكيم في كل المنافسات المحلية و الدولية , و ذلك من أجل إعطاء أكثر مصداقية للنتائج الرياضية وضمان المتعة والتشويق.

4_1_ تعريف الحكم:

هو ذلك الشخص الذي تتوفر فيه شروط خاصة و المتضمنة في اجتيازه للاختبارات المقررة البدنية والفنية وفي ضوء نتائج تلك الاختبارات يتم اعتماده من قبل الاتحاد المعني وعند ذلك يصنف إلى فئة أو درجة من درجات الحكام على وفق أحكام وتعليمات خاصة".

ويمكن تعريف الحكام على أم مجموعة من الأشخاص الرياضيين منحهم قانون اللعبة سلطة تنفيذية لقانون كرة القدم أثناء المباراة وقبلها وبعدها عند تكليفهم بإدارة المباراة ". وهم على نوعين:

أ - حكم ساحة (رئيسي): الذي يؤدي واجباته في وسط الملعب.

ب - حكم مساعد: الذي يؤدي واجباته من على الخط الجانبي للملعب. وفي كل مباراة يكون هناك حكمان مساعدين. أما الحكم الرابع فيقوم بمراقبة تغيرات اللاعبين و ينظم كرسي الاحتياط خارج الميدان.

4_2_ نظرة الإسلام إلى التحكيم:

عرف العرب التحكيم قبل الإسلام بل إن النبي صلى الله عليه وسلم كان يحترم هذا العرف وأصبح هو يوما حكما في قضية رفع الحجر الأسود وتطرق إلى التحكيم وأوصى بإتباعه في:

الحياة السياسية إذ يقول تعالى: ((فلا ورب كلا يؤمنون حتى يحكموك فيما شجر بينهم ثم لا يجدوا في أنفسهم حرجا مما قضيت ويسلموا تسليما)) (النساء الآية 65)

وقوله تعالى: ((إن الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات إلى أهلها وإذا حكمتم بين الناس أن تحكموا بالعدل إن الله نعماء يعضكم به إن الله كان سميعا بصيرا)) (النساء الآية 58).

و في الأمور العائلية و الاجتماعية كقوله تعالى ((وإن خفتن شقاق بينهما فابعثوا حكما من أهله وحكما

من أهلها إن يريد إصلاحا يوفق الله بينهما إن الله كاف عليما خبيرا)) (النساء الآية 35).

وكذلك تطرق الإسلام إلى التحكيم في غزوة بين قريظة:

ولما رجع صلى الله عليه و سلم بأصحابه وأراد أن يخلع لباس الحرب أمره الله باللحوق ببني قريظة حتى يطهر

أرضه من قوم لم تعد تنفع معهم العهود ولا تربطهم موثيق، ولا يؤمن المسلمون جانبهم في الشدة، فقال لأصحابه: لا يصلين أحد منكم العصر إلا في بني قريظة، فساروا مسرعين، وتبعهم صلى الله عليه وسلم راكبا على حماره، ولوأوه بيد علي بن أبي طالب، وخليفته على المدينة عبد الله بن أم كلثوم، وكان عدد المسلمون ثلاثة آلاف ، وقد أدرك جماعة من الأصحاب صلاة العصر في الطريق، فصلاها بعضهم حاملين أمر الرسول صلى الله عليه وسلم بعدم صلا على قصد السرعة، ولم يصلها الآخرون إلا في بني قريظة بعد مضي وقتها حاملين الأمر على حقيقتها فلم يعنف فريقا منهم.

ولما رأى بنو قريظة جيش المسلم^١ ألقى الله الرعب في قلوبهم، وأرادوا التنصل من فعلتهم القبيحة، وهي الغدر بمن عاهدهم وقت الشغل بعدو آخر ولكن آن لهم ذلك وقد ثبت للمسلمين قدرهم، فلما رأوا ذلك تحصنوا بحصوم، وحاصره المسلمون خمسا وعشرين ليلة، فلما رأوا أن لا مناص من الحرب وأم إن استمروا على ذلك ماتوا جوعا، طلبوا من المسلمين أن ينزلوا على ما نزل عليه بنو عليه بنو النضير من الجلاء بالأموال وترك السلاح، فليقبل الرسول صلى الله عليه وسلم، فطلبوا أن يجلو بأنفسهم من غير مال ولا سلاح ، فلم يرضى أيضا، بل قال لا بد من النزول بما يحكم عليهم ، خيرا كان أو شرا، فقالوا له: أرسل لنا أبا لبابة نستشيره، وكان أوسيا من حلفاء قريظة له بينهم أولاد وأموال.

فلما توجه إليهم استشاروه في النزول على حكم الرسول صلى الله عليه وسلم ، فقال لهم انزلوا وأوما بيده إلى حلقة، يريد أ الحكم الذبح، ويقول أبو لبابة: لم أبارح موقفي حتى علمت أني خنت الله ورسوله وفيه نزلت الآية الكريمة ((يا أيها الذين آمنوا لا تخونوا الله والرسول و تخونوا أماناتكم وأنتم تعلمون))(الأنفال: الآية 27). فنزل من عندهم قاصدا المدينة خجلا من مقابلة رسول الله صلى الله عليه وسلم، وربط نفسه في سارية من سواري المسجد حتى يقضي الله في أمره، ولما سأل عنه صلى الله عليه وسلم أخبر بما فعل، فقال: أما لو جاءني لاستغفرت له، أما وقد فعل ما فعل فنتركه حتى يقضي الله فيه.

ثم أن بين قريظة لما لم يروا بدا من النزول على حكم رسول الله فعلوا، فأمر برجالهم فكتفوا، فجاءه رجال من الأوس وسألوه أن يعاملهم كما عامل بين قينقاع حلفاء إخوانهم الخزرج، فقال لأهلهم ألا يرضكم أن يحكم فيهم رجل منكم؟ فقالوا: نعم ، واختار سيدهم سعد بن معاذ، الذي كان جريحا من السهم الذي أصيب به في الخندق، وكان مقيما بخيمة في المسجد معدة لمعالجة الجرحى، فأرسل صلى الله عليه وسلم من يأتي به، فحملوه

على محاربه، وألثفت عليه مجاعة من الأوس يقولون لو: أحسن في مواليك، ألا ترى ما فعل ابن أبي في مواليه؟، فقال رضي الله عنه : لقد آن لسعد ألا تأخذه في الله لومة لائم.

ولما أقبل على الرسول صلى الله عليه وسلم وأصحابه وهم جلوس، قال صلى الله عليه وسلم: قوموا إذ سيدكم فأنزلوه، ففعلوا، وقالوا لو: إن رسول الله صلى الله عليه وسلم قد ولاك أمر مواليك لتحكم فيهم. وقال لو الرسول صلى الله عليه وسلم: احكم فيهم يا سعد! فألثفت سعد للناحية التي ليس فيها رسولا لله صلى الله عليه وسلم وقال: عليكم عهد الله و ميثاقه أن احكم كما حكمت ؟ فقالوا: نعم، فألثفت إلى الجهة التي فيها الرسول صلى الله عليه وسلم وقال: وعلى من هنا كذلك ؟ وهو غاض طرفه لإجلالا، فقالوا: نعم، قال فإني احكم إن تقتلوا الرجال وتسبوا النساء والذرية وتغنموا الأموال.

كما حث الإسلام على التحكيم بالعدل بين الناس قال تعالى: ((يا أيها الذين آمنوا كونوا قوامين بالقسط)) (النساء الآية 135). ولقد حرص الإسلام قواعد العدل بين الناس لأن أساس العدل الملك وهو ما جثنا عن القيم الخالدة في أي زمان ومكان وفرض الله على المؤمنين بإتباع الحق والالتزام بالصدق والترفع عن الظلم وبفرض الإسلام على المؤمنين أن يظلوا قائمين مواظبين على العدل ويقولون الحق قال تعالى يا أيها الذين آمنوا كونوا قوامين كونوا قوامين لله شهداء بالقسط ولا يجرمنكم شنآن قوم ألا تعدلوا اعدلوا هو أقرب للتقوى.

ويهدف الإسلام بالضمير البشري أن يتحلى بالعدل في القول و العمل وإن الإسلام يأمر بمراعاة قواعد العدل مع الأصدقاء و الأعداء على حد سواء ولا يحل لأحد أن ينحرف عن طريق الصواب بدافع من الكراهية والبغضاء حتى مع الأعداء فيظلم أو يجور ويرتكب ما لا يحل له قال تعالى ((إن الله يأمركم بالعدل و الإحسان)) (النحل الآية 90) وفي هذه العبارة أرثى أبو بكر رضي الله عنه قاعدة عامة للعلاقة بين الحاكم و المحكوم وهي عالقة تقوم على التعاون و العدل في سبيل المصلحة العامة قال تعالى: ((إن أنزلنا إليك الكتاب بالحق لتحكم بين الناس بما أراك الله و لا تكن للخائنين خصيما)) (النساء الآية 105).

4_3_ الحکم و دوره في الرياضة :

لا يمكن بأي حال من الأحوال عزل التحكيم عن مختلف سلوكيات اللاعبين في الميدان، لأن تأثيره يمتد للمدرجات، فيستقر شعور المتفرجين وكذا وسائل الإعلام المسموعة والمرئية وحي المقروءة منها والتحكيم ليس بالأمر الهين يستطيع أي شخص القيام به، بل ووجب توفر صفات وقدرات معينة مع المواهب الخاصة كما ووجب على الحكم أن يعرف أنه هو العامل المحدد لنجاح أو فشل المنافسة، كما أنو ليس بإمكانه إرضاء كل الأطراف

لذا وجب عليه أن يكون في خدمة اللعبة و فقط.

لقد وجد في جريدة لريت (liperte) أن السبب الرئيس للعنف في بعض المقابلات يرجع إلى التحكيم حيث أن الحكم لا يتبع ولا يفهم خصائص اللعبة الحديثة.

إن الحكم يجب عليه أن يملك قوة نفسية تجلب له الطاعة من دوم أخطاء والمؤسسة على احترام المبتدأ

والسلوك الرياضي، فسلوك الحكم مرتبطة بمحاسنه الشخصية ولياقته البدنية (Mohammed

(hangal1994 ,p14

4_4_ صفات الحكم ودرجته:

يمكن إجمال صفات الحكم في النقاط التالية:

1_ الإلمام بكرة القدم: إن الحكم الناجح هو الحكم الذي يكون قد مارس كرة القدم من قبل، ذلك أن تقدير موافق ومواضع اللعب بالإمام بالقوانين وحدها، وإن كان أمرا واجبا فهو غير كافي.

2_ سرعة الإدراك: وهي القدرة على استيعاب ما يحدث أثناء المنافسة، ويئة الذهن لإصدار قرار حاسم، سريع، والحاصل فعال هو أن الشخص عند قيامه بمهمة التحكيم لأي منافسة نتابع عينات وجملة من المتغيرات العقلية المستمرة والسريعة، كما وجب عليه ملاحظة كل الأخطاء و المخالفات بدقة.

3_ قدرة التصميم: أثناء المنافسة، ليس للحكم الحق في التردد في أخذ أي قرار.

4_ التصرف: إن طريقة إعلان الخطأ من طرف الحكم، مهما كان صحيحا بما تأثير واضح على التصرف الغير سليم للاعب، الذي قد يثير شغب.

5_ الثقة: إن الثقة لازمة في مهمة التحكيم، تزيد وتنمو بالخبرة المنافسة العلمية بالتأكد من صدق المعلومات وقوا.

6_ الصدمة الجسمانية: إن مهمة التحكيم تتطلب كثرة التحرك والجري للوقوف ولكي يتمكن إدارة

المباريات في أحسن حالة، وجب توفر عاملين هما:

* أن يكون الحكم في أيام المباراة في حالة جيدة من الراحة.

* أن يكون الحكم في وقت أداء المباريات في مستوى أعلى من اليقظة، (أعلى مستوى من النشاط بالنسبة للجهاز العصبي المركزي).

7_ الشجاعة: يجب على الحكم أن يكون شجاعا، معاقب لأي سلوك يعيق اللعب ويسبب الفوضى.

وعندما نتكلم عن درجات الحكام فإننا نجد فئات الحكام تنقسم إلى:

*حكام بدون درجة تحكيمية: وهم الذين يقومون بتحكيم منافسات المدارس و المعاهد و الفرق الأهلية.

*حكام يقومون بتحكيم منافسات بطولة كرة القدم أو كأس الرابطة وهم مصنّفون حسب الدرجات التالية:

حكام الدرجة الثالثة و الثانية و الأولى.

*حكام مرشحون للدرجة الدولية لإدارة المنافسات الدولية وأحياناً نرى الاستعانة بحكام جيدين من الدرجة الأولى كمساعدين على خطي التماس (علي البيك:1997، ص.246)

4_5_ قرارات الحكم

_ قرارات الحكم المتعلقة بالحقائق و الوقائع ذات الصلة بالعب تعتبر نائية.

_ يمكن للحكم تغيير قراره فقط إذا تحقق أنه قرار غير صحيح أو أنه قدر ذلك بناء على نصيحة الحكم المساعد طالما أن اللعب لم يستأنف بعد.

(المادة 06) :الحكام المساعدون

يعين حكمان مساعدان مهمتهما خاضعة لقرار حكم الميدان. (برقوق عبد القادر:2011، ص14).

الدراسات السابقة والمشابهة

الدراسة الأولى:

وكانت هذه الدراسة مذكرة لنيل شهادة الماجستير من إعداد شريف البشير تحت عنوان دور التحضير النفسي في التقليل من القلق عند لاعبي كرة اليد ، وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور التحضير النفسي في التقليل من القلق، وتمثلت تساؤلات هذه الدراسة فيما يلي:

1_ هل للتحضير النفسي دور في زيادة ثقة اللاعبين بأنفسهم؟

2_ هل التقليل من القلق يسهم في مستوى الأداء عند المراهقين؟

وقد استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي لأنه الأنسب لهذه الدراسة وكانت العينة عشوائية و بالنسبة للأدوات المستخدمة فقد استخدم استبيان موجه للاعبين وآخر للمدربين ومنه فقد توصل إلى النتائج التالية:

1_ إلى أن استعمال من اجل التقليل من القلق له دور هام في الارتقاء بمستوى الرياضي نفسيا وبدنيا ومها ربا وان نقصه يؤدي إلى عواقب وخيمة على الرياضي وعلى الفريق.

أما فيما يخص الاقتراحات والتوصيات فكانت كالتالي:

1_ خلق جو المنافسة بين الفرق في فئة الأواسط من اجل كسب التجربة.

2_ ضرورة إدماج أخصائيين نفسانيين في طاقم تدريب الفريق خاصة فئة الأواسط.

3_ وضع برنامج تدريبي يتماشى مع الحالة النفسية للاعبين وأعمارهم.

الدراسة الثانية:

دراسة تتمثل في مذكرة لنيل شهادة المستر، للطالب لعور هشام سنة 2014_2015 تحت عنوان التحضير

النفسي ودوره في التقليل من التوتر لدى لاعبي كرة القدم قبل المنافسة أوسط (17)

وكانت هذه الدراسة قد شملت التساؤلات التالية:

*هل انعدام الجو المناسب للمنافسة يزيد من شدة التوتر (الجمهور_الحكم_الوسائل_الخشونة)

*هل للمرحلة العمرية دور في التأثير على لاعبي كرة القدم قبل المنافسة (17_19)

وهدف هذه الدراسة إلى دراسة الجانب النفسي للرياضي وبالتحديد الحالة الانفعالية التي تعرف بحالة التوتر وما لها

من تأثير في السيطرة على نفسية الفرد بصفة عامة ومردود اللاعبين.

وقد استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي، أما بالنسبة للأدوات المستعملة في الدراسة فقد استخدم استمارة

استببانية درست كل ما يتعلق بعناصر الموضوع وكذا اعتمد في تحليل النتائج على الطريقة الإحصائية المتمثلة في

النسب المئوية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

_ للتحضير النفسي دور فعال في الحد من التوتر للاعبين كرة القدم قبل المنافسة.

_ انعدام الجو الملائم للمنافسة يزيد من توتر اللاعبين قبل المنافسة.

أما فيما يخص الاقتراحات فكانت كالتالي:

_ الاهتمام بالفئات الشبابية خصوصا فئة الأواسط لأنها مستقبل الفريق.

_ الاهتمام بالجانب النفسي للفئات الشبابية فئة الأواسط لأنه يحدد مصير الفريق.

الدراسة الثالثة:

دراسة بعنوان: انعكاسات حالة الإعداد النفسي للاعبين في ظهور السلوك العدواني أثناء المنافسات الرياضية

مذكرة ماجستير بقسم التربية البدنية والرياضة من أعداد الطالب : محمد عدنان خلفوني جامعة الجزائر

2004/2003.

وكان هدف هذه الدراسة هو الوقوف على آراء المدربين بخصوص ظاهرة العنف لدى اللاعبين في كرة القدم. ونظرا لمتطلبات موضوع البحث فقد تطلب إجراء المنهج الوصفي التحليلي ودعم ذلك بمعطيات إحصائية حيث اعتمدت الدراسة على استبيان كأداة للبحث وتتكون استمارة الاستبيان الموجه للاعبين الأكبر من اختبار قبلي يقاس لعدوان الرياضي وضمت العينة 80 لاعبا لكرة القدم صنف أكابر.

وكانت نتائج الدراسة كما يلي:

بعد تحليل نتائج استمارة الاستبيان تبين أن هناك نقص وضعف في جانب الإعداد النفسي أو الحالة النفسية للاعبين في ميدان كرة القدم في هذه الأندية والمتمثلة في سمات الحاجة للانجاز الرياضي والثقة بالنفس والتصميم الرياضي في بذل الجهد سواء في التدريب أو المنافسات وكذلك الضعف في سمة ضبط النفس لديهم وفي عدم تحكمهم في انفعالهم بصورة واضحة في العديد من المواقف مع عدم تنفيذهم لتعليمات المدرب واحترامه ومشاورته وضعف هذه العلاقة بينهم كل ذلك أدى إلى ظهور سلوكيات وتصرفات رياضية غير مرغوب فيها تنعكس في شكل سلوك عدواني وعنفي مع اللاعبين الآخرين أثناء المنافسة الرياضية أو أوقات التدريب.

الدراسة الرابعة:

دراسة تتمثل في مذكرة لنيل شهادة المستر، للطالب فيلالي عبد الرشيد سنة 2014_2015 تحت عنوان فعالية التحضير النفسي في التقييم من السلوكيات العدوانية لدى لاعبي كرة القدم صنف أوسط وتمثلت تساؤلات هذه

الدراسة فيما يلي:

*هل لطريقة المدرب أهمية في التخفيف من السلوكيات العدوانية لدى لاعبي كرة القدم.

*هل لوجود المدرب اثر في التخفيف من السلوكيات العدوانية لدى لاعبي كرة القدم.

*هل للتدريب النفسي دور في التقليل من السلوكيات العدوانية لدى لاعبي كرة القدم.

وقد هدفت هذه الدراسة إلى إبراز أهمية التحضير النفسي في تحسين مردود اللاعبين أيضا توضيح نقص اهتمام

اللاعبين بالجانب النفسي مقارنة بالجوانب الأخرى.

وتطرق الباحث في هذه الدراسة إلى استخدام المنهج الوصفي واعتمد في الأدوات المستخدمة على الاستبيان

وكانت اقتراحات الدراسة كالتالي:

_ ضرورة استخدام أخصائيين نفسانيين ضمن الطاقم الفني للفريق.

_ عدم إهمال التحضير النفسي باعتبار جزء وعامل مهم في تحقيق النتائج الجيدة.

_ ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي موازاة مع الجوانب الأخرى في التخطيط السنوي.

الدراسات السابقة والمشابهة:

التعليق على الدراسة الأولى:

تشلت دراستنا بدراسة شريف البشير في متغير واحد ألا وهو التحضير النفسي واختلفت في باقي المتغيرات واختلفت أيضا دراستنا بدراسته في عينة الدراسة من حيث أن عينته عشوائية تتمثل في لاعبي كرة اليد بينما عينتنا قصدية تتمثل في مدربي كرة القدم، وتشلا الدراستين من حيث المنهج المستخدم والذي يعتبر المنهج الوصفي، كذلك الأدوات المستخدمة حيث اعتمدنا في كلي الدراستين على استمارة استبيان.

التعليق على الدراسة الثانية:

تشلت دراستنا بدراسة لعور هشام في متغيرين هما التحضير النفسي وكرة القدم، ونستطيع أن نقول أن هناك تشابه أيضا في المتغير التابع لكن ليس مطابق حيث أن دراستنا تناولت الانفعالات السلبية بينما دراسته تناولت التوتر النفسي والذي يعتبر من الانفعالات السلبية لدى الرياضيين، كذلك التشابه من حيث المنهج كلا الدراستين اعتمدتا المنهج الوصفي، واختلفتا الدراستين من حيث العينة حيث تمثلت عينة دراسته في عينة عشوائية بينما تمثلت عينة دراستنا في عينة قصدية.

التعليق على الدراسة الثالثة:

تشلت دراستنا بدراسة محمد عدنان خلفوني في متغير التحضير النفسي، ومتغير كرة القدم، واختلفت عن دراستنا من حيث أا تبحث في انعكاسات حالة الإعداد النفسي في ظهور السلوك العدواني لدى لاعبي كرة القدم، وتشلتا الدراستين من حيث المنهج فكلاهما اعتمد المنهج الوصفي، أيضا بالنسبة للأدوات المستخدمة فاستخدمنا في دراستنا استمارة استبيان.

التعليق على الدراسة الرابعة:

تشلت دراستنا بدراسة فيلايلي عبد الرشيد في متغير التحضير النفسي وكذلك متغير كرة القدم، واختلفت عن دراستنا من حيث أا تبحث عن فعالية التحضير النفسي في التقليل من السلوكات العدوانية لدى لاعبي كرة القدم، بينما دراستنا تبحث في دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة

القدم لقرارات الحكام، أيضا هناك تشابه بين الدراستين فيما يخص المنهج المعتمد فكلا الدراستين اعتمدتا المنهج الوصفي، وكذلك الأدوات المستخدمة فقد استخدمنا في الدراستين استمارة استبيان.

التعليق على الدراسات:

وقد استفدنا من هذه الدراسات عن معرفة بعض العراقيل، التي واجهها الباحثون وأخذ العبرة من الأخطاء التي

وقع فيها، وقد ساعدتنا أيضا على ضبط فرضيات الدراسة ومتغيرها وكذا بتحديد المنهج والعينة والأساليب

الإحصائية، وكذلك دراسة جانب غير مدروس في هذه الدراسات، ويرجع ذلك إلى التشابه الحاصل بين دراستنا وهذه الدراسات.

الكلمات الدالة في الدراسة

1_ التحضير النفسي:

1_1_ لغة: حضر (تحضيراً) مجلة حاضراً يهيب الشيء أتى بشيء راتب أحمد: 2002، ص 252 .)

1_2_ اصطلاحاً: هو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحددة نحو التكوين النفسي الرياضي (محمد حسن علاو ي: 1985، ص 26).

وحسب "فيليب موست" عام 1982م: التحضير النفسي يمثل التقدم في التحسين والتكوين في الصفات

النفسية للرياضي (philipe most:1982,p12).

ويرى "مارك لفاك" أنه يجب الاهتمام بالتحضير النفسي إذ هو عبارة عن وحدة موحدة من الطرق

المباشرة المتمكنة في تحسين القدرات النفسية للرياضي.

1_3_ التعريف الإجرائي: التحضير النفسي يعني مستوى تطوير القدرات النفسية الموجودة لدى الرياضي للوصول

إلى مستوى عالي من الأداء الرياضي والاستقرار النفسي والاستعداد للمنافسة

2_ الانفعالات:

1_2_ لغة: مشتقة من كلمة الفعل الحماسي انفعال، بمعنى قبل التأثر من غيره، وهي مقارنة لمقولة الفعل ذلك أن

الشيء أم يفعل أو ينفعل (محمود يعقوبي: 2009، ص 124).

2_2_ اصطلاحاً: يعرف الانفعال بأنه حالة ينج نفسي، وهو ظاهرة نفسية يصاحبها تعب داخلي في الجسم.

وللانفعال مظهر داخلي يمكن التعرف عليه بالاستيطان الشعوري أي إحساس الشخص المنفعل بانفعاله (وله

أيضاً مظهر خارجي يعرف بملاحظات الحركات التعبيرية والحالات العضوية المصاحبة له (فاروق

البرزنجي: 2007، ص 6)

2_3_ التعريف الإجرائي: هي اضطرابات حادة تصيب الفرد بكامله (جسداً وروحاً)، وتشمل السلوك و

الوظائف الجسدية و الحشوية كما أن هناك استجابات فيزيولوجية وسيكولوجية تؤثر في الإدراك والتعلم وأداء

الأفراد.

3_ كرة القدم:

1_3_ لغة: ج كرى، كرات، كرين، أكر (كل جسم مستدير من مطاط أو جلد يلعب به أو يتخذ يف الألعاب

الرياضية (راتب أحمد قبيعة: 2002، ص 26)

3_2_ اصطلاحاً: لعبة تتم بـ فريقين يتألف كل فريق من 11 لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرض ملعب مستطيل، الطول (90_110م) والعرض (45_60م)، في اية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل فريق إدخال الكرة فيه، تلمس الكرة بكل أعضاء الجسم ماعدا الذراع (سامي خالد: 2003، ص 27).

3_3_ التعريف الإجرائي: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف كما تلعب بفريقيين يتألف كل واحد منها من (11 لاعبا)، بواسطة كرة مطاطية منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في اية كل من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين، ويشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط وحكمان على التماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو (90 دقيقة)، وفي فترة راحة ملا 15د، وفي حالة التعادل في مقابلات الكأس فيكون هناك شوط إضافي وقت كل منهما 15د، وفي حالة التعادل في الشوط الإضافي يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفرق.

4_ الحكم:

4_1 لغة: من الفعل الثلاثي حكم حكما، منع منح وأعطى حقا لذي أحق.

4_2_ اصطلاحاً: الحكم هو الذي يعني انه العامل المحدد لنجاح أو فشل المنافسة، كما أنه ليس بإمكانه إرضاء كل

الأطراف، لذا وجب عليه أن يكون في خدمة لعبة كرة القدم واللعبة فقط (أمل عبد العزيز: 1997، ص 243).

4_3_ التعريف الإجرائي: يتفق الطلبة على أن الحكم هو المسئول عن نجاح أو فشل المنافسة.

1_ إشكالية الدراسة:

أصبحت رياضة كرة القدم إحدى الرياضات الأكثر شعبية في العالم بحيث توليها الجماهير ووسائل الإعلام أهمية بالغة، وظهرت رسمياً في القرن 19م ومع بداية القرن 20م بدا الاهتمام هذه الرياضة يتزايد في العامل، وقد شهدت هذه الرياضة تطوراً فيما يخص القوانين وطرق التدريب والتكوين سواء فيما يتعلق الأمر بالفنيين واللاعبين والمدربين، وظهرت بحوث تم باللاعبين والعوامل المؤثرة على أدائهم فنياً وبنفسياً والتي تنعكس على مردودهم في المنافسات، فمنه التدريب هو تنظيم وإدارة للخبرة التعليمية لتصبح خبرة تطبيقية للمدرب الرياضي فهي منه تعتمد أولاً وأخيراً على الكفاءة الفردية وقدرة فرض الانضباط والتي يجب أن تتوفر في المدرب قبل العمل في هذه المهنة، فعملية التدريب الرياضي تعتمد في الأساس على مبادئ علمية استمدت من التشريح ووظائف الأعضاء البيولوجية وعلم الحركة و علم النفس الاجتماعي والرياضي وغيرها من العلوم التي تساعد في إعداد المدرب الرياضي الذي يساهم في تطوير قدرات اللاعبين ومستواهم المهاري والبدني والنفسي في كرة القدم (مفتي إبراهيم حماد: 1999، ص 17 .) وقد أخذت أهمية علم النفس الرياضي تزداد بالتدرج حيث أصبحت له أهمية أساسية في تحقيق الإنجازات العالمية لمختلف فرق كرة القدم، فعندما تتقارب مستويات الفرق فمن الممكن جداً أن تؤدي مبادئ علم النفس الرياضي الدور الفعال في فوز الفريق، ومن بين المشاكل التي تولي اهتمام علم النفس الرياضي والتي تواجه المدربين من نقص الاهتمام بالتحضير والإعداد النفسي .

"إذ يرى مارك لفاك": أنه يجب الاهتمام بالتحضير والإعداد النفسي إذ هو عبارة عن وحدة موحدة من

الطرق المباشرة المتمكنة في تحسين القدرات النفسية للرياضي .

وعليه التحضير النفسي يسرع من عملية تكوين الإمكانيات النفسية الضرورية باستعمال إجراءات ووسائل

في تطوير مجموعة من القدرات وهذا ما يؤكد "فيليب موست 1982" التحضير النفسي يمثل التقدم في تكوين و

تحسين المهارات النفسية للرياضي (philipe most:1982, p12).

كما نجد أن معظم النوادي التي لا تولي الاهتمام بدراسة الجانب النفسي للاعب الرياضي وهذا من ناحية

استخدام الاختبارات والمقاييس النفسية للتقويم، وبالمقابل ما نجده في الجوانب الأخرى البدنية منها والتكتيكية

والخططية والفنية والذهنية والمعرفية والمهارية مما يتطلب ضرورة وجود أخصائي نفسي يكون ذو مقدرة على

استعمال الاختبارات والقياسات للاعب (نزار محمد الطالب: 1983، ص 214-215)

كما أن الرياضة تستلزم وجود حكام لكي يتم التحكيم في فعالية وتسيير المباريات وأي خلل صغير لهذه الوظيفة على أرضية الميدان من شأنه إحداث فوضى قد تستمر أسابيع أو أشهر أو حتى سنوات وهذا لمسناه عند بعض النوادي العادية ، ناهيك عن الغش الذي ينجر من هذه القرارات اللامسؤولة على المستوى الوطني فان التحكيم له أهمية كبيرة جدا وهناك من المختصين من يرجع تدهور المستوى الكروي في الجزائر إلى التحكيم و الضغوطات التي تفرض على الحكام (علي البيك:1997،ص246 .)

إن الحكم في المباراة يعتبر قاضيا لذا وجب عليه أن يحكم بالعدل وفق ما ينص عليه قانون التحكيم ولهذا السبب يكون أزم علينا الاهتمام هذه الوظيفة خاصة وأن النوادي الجزائرية في الجهوي في تزايد مستمر. ومن كل هذا أردنا ربط التحضير النفسي للاعب بالحكام وذلك من خلال أن الحكم عندما يصدر القرار تنجر عنه انفعالات سلبية للاعب ويعود ذلك إلى أسباب نفسية وبالتالي فإن التحضير النفسي هو الذي يقوم بتهيئة اللاعب نفسيا قبل المنافسة لكي لا ينفعل على الحكم، ومن خلال هذا المنطلق نستطيع أن نقول أن هناك مشكلة نحن بصدد طرحها، وأثار فضولنا أن تكون على شكل التساؤل الآتية: هل للتحضير النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام؟.

▼ **التساؤل العام:** هل للتحضير النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى

لاعي كرة القدم لقرارات الحكام؟

▼ **التساؤلات الجزئية :**

- 1_ هل للتحضير النفسي دور في تعويد لاعبي كرة القدم على احترام قرارات الحكام؟
- 2_ هل للإعداد النفسي طويل المدى دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام؟
- 3_ هل للأخصائي النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام؟

▼ **أهداف الدراسة:**

ü معرفة الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في تعويد لاعبي كرة القدم على احترام قرارات

الحكام.

ü معرفة الدور الذي يلعبه الإعداد النفسي طويل المدى في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

ü معرفة الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

v أهمية الدراسة:

ü إبراز العلاقة الموجودة بين التحضير النفسي الجيد وربطها بتصرفات لاعبي كرة القدم.

ü تبيين مدى اهتمام المدربين بالجوانب البدنية والفنية والخططية وإهمالهم الإعداد النفسي.

ü إبراز الدور الكبير للأخصائي النفسي الرياضي في تحضير اللاعبين نفسياً وهذا للتحكم في انفعالاتهم وعدم احتجاجهم على قرارات الحكام.

ü الاهتمام بمجال علم النفس الرياضي لم له من أهمية في مجال التدريب والتحضير والأداء الرياضي.

ü الاهتمام بالجانب النفسي للاعبين لان له علاقة كبيرة بمستوى الانجاز.

v فرضيات الدراسة

Ø الفرضية العامة:

ü للتحضير النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

Ø الفرضيات الجزئية:

ü للتحضه النفسي دور في تعويد لاعبي كرة القدم على احترام قرارات الحكام.

ü للإعداد النفسي طويل المدى دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

ü للأخصائي النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

1_ الدراسة الاستطلاعية:

وهي البحوث التي تدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي تكمن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي صياغة دقيقة تسير التعمق في بحثها في مرحلة لاحقة أهنأ بحوث تتناول موضوعات جديدة لم يتناولها الباحث من قبل و لا تتوفر عليها معلومات أو بيانات أو جهل الباحث الكثرير من جوانبها وأبعادها وهي تدف إلى الكشف عن حلقات غامضة أو مفقودة في تسلسل التفكير الإنساني مما ساعد على التحليل الربط و التفسير العلمي فيضيف إلى المعرفة الإنسانية ركائز جديدة (مروا ن عبد المجيد إبراهيم: 2000، ص38)

قمنا بجولة استطلاعية على مستوى فرق كرة القدم التي تنشط في القسم الشرقي لولاية المسيلة وهم كل من: إتحاد حمام الضلعة، مولودية بني يلمان، سريع أمل بلعابية، أمل بلدية برهوم، وفاق تامسة، إتحاد سيدي عامر، إتحاد أولاد سيدي إبراهيم، شباب سيدي حملة، شباب أمل بانيو، مولودية بلدية السوامع، إتحاد أولاد ماضي، شباب الهامل، وقد تعرفنا على وجهة نظر مدربيهم إلى التحضير النفسي ومدى تحقيقه لنتائج إيجابية على مستوى سلوكيات اللاعبين، أيضا على مدى اهتمام المدربين بالجانب النفسي على حساب الجوانب الأخرى أما الجانب النظري فقد قمنا بالطالع على بعض المذكرات التي تناولت موضوع دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لاعبين كرة القدم، وكذلك بعض المراجع من كتب، رسالات، انترنيت، ومن خلال هذه المعطيات عملنا وفق خطة منهجية واضحة من أجل التطرق إلى هذه الظاهرة.

1_1_1_ حدود الدراسة:

بداية البحث متمثلة في جمع المادة العلمية عن الموضوع ووضع الطرق المنهجية للبحث بمعية الأستاذ المشرف الذي سدد وجهتنا جيدا ثم انطلقنا في الجانب النظري الذي استغرق (03) أشهر أي من بداية شهر جانفي إلى اية شهر مارس، ثم أقبلنا على الدراسة الميدانية التي خضنا غمارها عن طريق إعداد استمارات الاستبيان حيث وزعنا عدد منها على أهل الاختصاص (أساتذة مختلفي الدرجات العلمية في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة المسيلة)، حيث حصلنا منهم على معلومات قيمة أفادتنا في تعديل وإخراج الصورة النهائية للاستبيان، وقد تم إجراء بحثنا وفق الحدود التالية:

اقتصر البحث على استمارة استبيان موزعة على مدربي الفرق التي تنشط في القسم الشرقي لكرة القدم بولاية المسيلة.

اقتصر البحث على مدربي الفرق التي تنشط في القسم الشرقي لكرة القدم بولاية المسيلة وقدر عددهم ب: (12).

2_ المنهج المتبع في الدراسة:

معنى هذا اللفظ (المنهج) أنه ترجمة للكلمة (méthode) الفرنسية ونظائرها في اللغات الأوربية الأخرى كالإنكليزية method وهو الطريق أو الأسلوب أو الكيفية التي يصل بها العامل أو الباحث إلى نتائجه أو وسيلة محددة توصل إلى غاية معينة، وقد استعملها أفلاطون بمعنى البحث أو النظر أو المعرفة، واستعملها أرسطو بمعنى (البحث) ومعنى الاشتقاق في الأصل من اليونانية يدل على الطريق أو المنهج المؤدي إلى الغرض المطلوب من خلال المصاعب والعقبات (عبد الفتاح محمد العيسوي: 1977، ص 283).

وقد اعتمدنا في بحثنا المنهج الوصفي حيث يستخدم المنهج الوصفي في دراسة الأوضاع الراهنة لظواهر من حيث خصائصها، أشكالها، وعلاقتها، والعوامل المؤثرة في ذلك، وهذا يعني أن المنهج الوصفي يهتم بدراسة حاضر الظواهر والأحداث عكس المنهج التاريخي الذي يدرس الماضي، مع ملاحظة أن المنهج الوصفي يشمل في كثير من الأحيان على عمليات تنبؤ مستقبل الظواهر والأحداث التي يدرسها. ويرتبط استخدام المنهج الوصفي غالباً بدراسة العلوم الاجتماعية والإنسانية التي استخدم فيها منذ نشأته وظهوره وهذا لا يعني أن استخدامه و تطبيقه يقتصر على هذه العلوم فحسب بل أنه يستخدم أحياناً لدراسة العلوم الطبيعية بوصف الظواهر الطبيعية المختلفة، يقوم المنهج الوصفي على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معاً بطريقة كمية أو نوعية لفترة زمنية معينة أو عدة فترات من أجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى أو المضمون و الوصول إلى نتائج و تعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره (ربحي مصطفى عليان: 2000، ص 42_43).

3_ مجتمع وعينة الدراسة:

باعتبار العينة جزء مهم في أي دراسة نجد أن مفهومها هي مجتمع الدراسة الذي جمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء مهم من الكل بمعنى أنه نأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع الذي تجرى عليه الدراسة (رشيد زرواقي: 2002، ص 191). وقد اخترنا عينة قدرت ب 12 مدرب من أصل 14 مدرب أي بنسبة تقدر

$$\begin{aligned} & \text{ب } 85 \% \text{ من اتمع الأصلي حيث: } 14 \longrightarrow 100 \% \\ & \text{س } = (ك/ن) \cdot 100. \text{ (مقدم عبد الحفيظ: 1993، ص 6). } 12 \longrightarrow \text{س } \% \end{aligned}$$

3_1_1 ضبط متغيرات الدراسة

3_1_1_1 المتغير المستقل:

ويدرس آثاره على متغير آخر ويغير الباحث فيه ويدرس الآثار المترتبة على ذلك في متغير آخر فهو المتغير المراد معرفة تأثيره.

والمتغير المستقل في بحثنا هو دور التحضير النفسي.

3_1_2 المتغير التابع:

هو المتغير الذي يتغير بتغير المتغير المستقل، أي أنه ينعكس عليه آثار ما حدث من تغير في المتغير المستقل إذا كانت هناك ثمة علاقة بين المتغيرين (عبد الفتاح محمد العيسوي: مناهج البحث العلمي في الفكر الإسلامي و الفكر الحديث، 1997 ص، 283 ص).

4_ أدوات جمع البيانات

4_1 الاستبيان:

الاستبيان وسيلة من وسائل جمع البيانات ويعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة ترسل بواسطة البريد، أو تسلم إلى الأشخاص الذين تم اختيارهم لموضوع الدراسة ليقوموا بتسجيل إجاباتهم عن الأسئلة الواردة فيه وإعادة ثانياً ويتم كل ذلك بدون مساعدة للأفراد سواء يف فهم الأسئلة أو يف تسجيل الإجابات عنها (عبد اهلل محمد الشريف: 1996، ص123).

4_2 أنواع الاستبيان:

بتعدد أساليب الحصول على الأداء و المعارف و الظواهر الموجودة بالفعل، والتي بدورها سيطر على أفراد عينة البحث، فقد تم تقسيم الاستبيان كأداة لعدة أنواع هي:

4_2_1 الاستبيان المقيد:

يتعين على المبحوث اختيار استجابة واحدة من باحتمالات محددة على كل سؤال أو عبارة أو أن يقوم بترتيب مجموعة من العبارات تنازليا أو تصاعديا وفقا لدرجة أهميتها. إذا كان هذا النوع من الاستبيانات، تتطلب اختيار واحد من عدة احتمالات، لذا فإن ما يتم اختياره يوضح وجهة نظر محددة لا تحتمل تفسير أو تأويلات عدة، وهذه

الاستجابات من السهل ممكن ترجمتها إلى أرقام عديدة لا مجال فيها لتدخل العوامل الذاتية للباحث، وهذه الأرقام يتم رصدها مما يسهل من الإجراءات الإحصائية (خير الدين أحمد عويس: 1997، ص 56).

2_2_4_ الاستبيان المقفل المفتوح:

يعتبر هذا النوع من الاستبيان أكثر شيوعاً من غيره وهو مزيج من الاستبيان المقفل و الاستبيان المفتوح ويتضمن أسئلة ذات أجوبة محددة ومعدة سلفاً وأسئلة مفتوحة وأخرى مغلقة (عبد اهلل محمد الشريف: 1996، ص 124)

3_4_ الخصائص السيكومترية:

1_3_4_ الصدق:

تكون وسيلة القياس صادقة إذا كانت تقيس ما يستدعي قياسه و الحاجة إلى هذه الصفة الواضحة، وإذا كان الصدق ذا أهمية قصوى، فإن الباحثين يقدمون من البراهين ما يدعم ادعاءهم، فيما يتعلق بالصفات التي تقيسها اختبارهم ويستخدم عدد من الأساليب لتحقيق هذا الصدق نذكر منها طريقة التجانس الداخلي و طريقة المحك الخارجي (عبد الفتاح محمد دويدار: 2007، ص 114).

وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على صدق المحكمين، حيث يحسب هذا الصدق (صدق المحكمين) بعد عرضه على عدد من المختصين و الخبراء في المال الذي يقيسه الاختبار فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه، وبذلك يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء (خير الدين علي أحمد عويس: دليل البحث العلمي، 1997، ص 37_9).

ولقد تم توزيع الاستمارة على عدد من المحكمين من مختلف الدرجات العلمية وكان عددهم (5).

2_3_4_ الموضوعية:

من أهم صفات البحث أن يكون موضوعياً في قياس الظاهرة التي اعد أصلاً لقياسها أن يكون هناك فهم كامل من جميع المفحوصين بما سيؤدونه وأن يكون هناك فرصة لفهم معنى آخر غير المقصود منه، وعدم الموضوعية يؤدي إلى التأثير في صدقه و بالتالي في ثباته أي أن الموضوعية تتحقق باتفاق الجميع و كلما ارتفعت نسبة الاتفاق كلما دل ذلك على موضوعية الاختبار في البحث (مروان عبد المجيد إبراهيم: 2002، ص 44).

4_3_3_ الثبات:

يعرف ثبات الاختبار بأنه درجة التماسك التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة تطبيقها ، كما تعني مدى اتساق الاختبار ومدى الدقة التي نقيس لاختبار لظاهرة موضوع القياس ، كما يمكن القول بأن مدى الدقة واتساق للقياسيات التي يتم الحصول عليها فيما يقيسه الاختبار. وغالبا لا يتم الضبط الدقيق في القياس مما يؤدي إلى وجود شوائب أو دخول بعض المتغيرات التي تؤثر على ظاهرة موضوع القياس، مما يؤثر على الدرجة التي حصل عليها فلا تعبر بدقة عن تلك القدرة أو الخاصية أو السمة المقاسة، وعندما يحدث قدرا من الخطأ يؤثر على الدرجة فقد يكون هذا الخطأ موجب يؤدي إلى زيادة الدرجة أو سالبا فتصبح درجة الفرد أقل من الواقع، أي غير معبرة عن الأداء الفعلي للفرد نتيجة عدم الضبط الدقيق للقياس فتسمى تباين اخطأ، لذلك يتم حساب الثبات للتعرف على الدرجة الحقيقية للاختبار أو المقياس وقد عرف "جليفورد" الثبات بأنه نسبة التباين

الحقيقي في الدرجة المستخلصة من اختبارها، حيث أن تباين الدرجة على المقياس هي مؤشر للأداء الفعلي للأفراد، وتعتبر تلك المعادلة عن درجة المقياس (ليلي السيد فرحات:2001، ص144).

5_ إجراءات التطبيق الميداني للأداة:

بعد إكمالنا للجانب النظري توجهنا للجانب التطبيقي الذي قمنا فيه بضبط الاستبيان الخاص بالمدرسين الذين ينشطون في القسم الشرقي لكرة القدم بولاية المسيلة حيث قمنا بتوزيع 12 استمارة استبيان عليهم إبتداء من شهر أبريل 2016 والتي قمنا بجمعها يوم 20/04/2016 لأخذ ومعرفة رأيهم حول دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

6_ الأساليب الإحصائية:

بعد عملية جمع البيانات الخاصة بالمدرسين قمنا بعملية تفرغها وفرزها حيث تم في هذه العملية حساب عدد تكرارات الأجوبة الخاصة بكل سؤال في الاستبيان و بعدها يتم حساب النسب المئوية.

وتعرف كالتالي: لدينا النسبة المئوية "س"

تكرار العينة "ك"

مجموع العينة "ن"

الإجراءات الميدانية للدراسة:

حيث: ن \longrightarrow 100 %

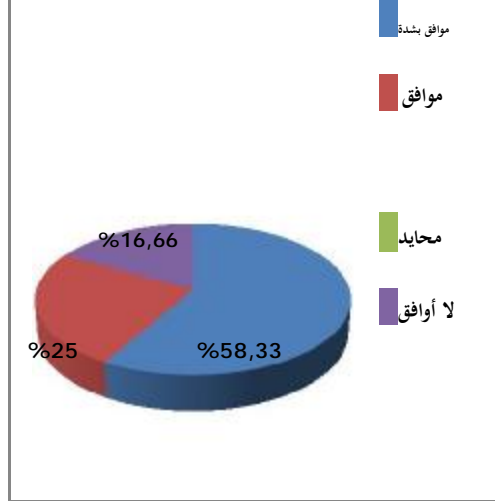
ك \longleftarrow س %

س = (ك/ن)100. (مقدم عبد الحفيظ: 1993، ص 6).

السؤال الأو ل: هل للتحضير النفسي دور في تنمية القيم الخلقية للاعب؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير التحضير النفسي في الجانب الخلقى للاعب.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
موافق بشدة	07	58.33%
موافق	03	25%
محايد	00	00%
لا أوافق	02	16.66%
الموع	12	100%



الشكل 01: دائرة نسبية توضح تأثير التحضير النفسي في الجانب الخلقى للاعب.

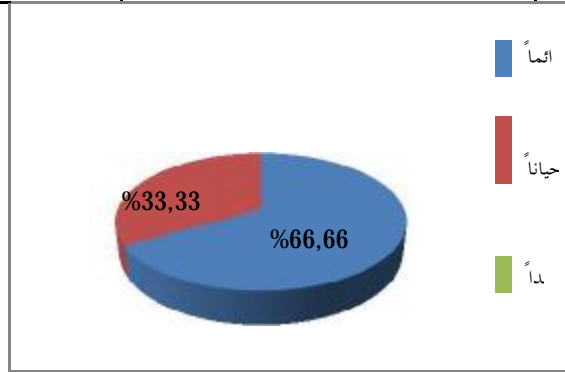
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ضوء الفرضية الأولى وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال الجدول نلاحظ أن 07 تكرار أي ما يقارب نسبة (58.33%) من العينة، يوافقون بشدة على أن التحضير النفسي لو دور كبير في تنمية القيم الخلقية للاعب، ونلاحظ 03 تكرار أي نسبة (25%) من العينة يوافقون على أن التحضير النفسي ينمي القيم الخلقية للاعب وهذا دليل على أهمية التحضير النفسي ودوره في تنمية الجانب الخلقى للاعبين، كما تعد عملية إكساب اللاعبين القيم الخلقية من مبادئ التحضير النفسي، أيضا نجد أن الإسلام يأمرنا بالتزكية والأخلاق وذلك للابتعاد عن التعاسة في الحياة والعذاب النفسي، أما باقي العينة المتمثلة في 2 تكرار أي نسبة (16.66%) لا يوافقون على أن التحضير النفسي له دور في تنمية القيم الخلقية للاعب وهذا يعود للصعوبة التي يواجهها الموبين مع بعض اللاعبين أثناء عملية تلقينهم المفاهيم الخلقية.

السؤال الثاني: هل التحضير النفسي يكسب اللاعبين كيفية التعامل مع المواقف الحرجة؟

الغرض من السؤال: معرفة الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في جعل اللاعب يكسب طريقة مثلى يستطيع من خلالها أن يتعامل بشكل إيجابي مع المواقف الحرجة التي يواجهها.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
دائماً	08	66.66%
أحياناً	04	33.33%
أبداً	00	00%
لموع	12	100%



الشكل 02: دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في جعل اللاعب يكسب طريقة مثلى يستطيع من خلالها أن يتعامل بشكل إيجابي مع المواقف الحرجة التي يواجهها.

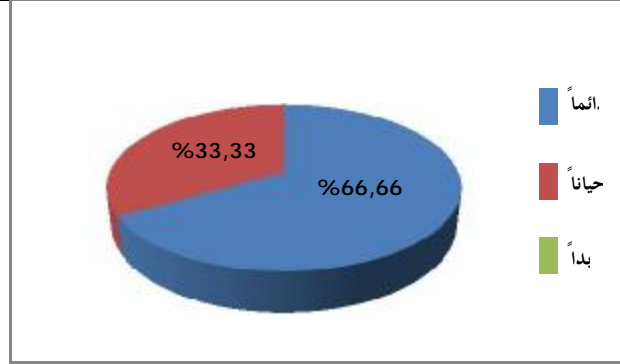
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ضوء الفرضية الأولى وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

نلاحظ من خلال تحليل نتائج الجدول أن 08 تكرار أي نسبة (66.66%) من العينة يؤكدون ثبات دور التحضير النفسي في إكسابه اللاعب كيفية التعامل مع المواقف الحرجة، ويعود ذلك إلى مدى تطبيق عملية التحضير النفسي على الوجه اللائق، وهذا ما نتلمسه في هدف التحضير النفسي والذي يكمن في تطوير الصفات النفسية العامة للاعب، وهذا ما يدل على أنها عملية حرص على مراعاة جميع ظروف المباراة، ونجد في هذا الصدد أيضاً أن الإسلام يأمرنا بالاعتدال والثبات الانفعالي، والمرونة في مواجهة الواقع، وهذه كلها مفاهيم تصب في مفهوم واحد ألا وهو التحضير النفسي، أما العينة الأخرى والتي تمثل 4 تكرار أي نسبة (33.33%)، تقرر على نسبة التحضير النفسي في إكسابه اللاعب كيفية التعامل مع المواقف الحرجة، وهذا راجع إلى الغياب الذهني وعدم التركيز للاعبين أثناء عملية التحضير النفسي.

السؤال الثالث: هل التحضير النفسي يقلل من رد الفعل السلبي للاعب على قرارات الحكام؟

الغرض من السؤال: معرفة الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
دائماً	08	66.66%
أحياناً	04	33.33%
أبداً	00	00%
الموع	12	100%



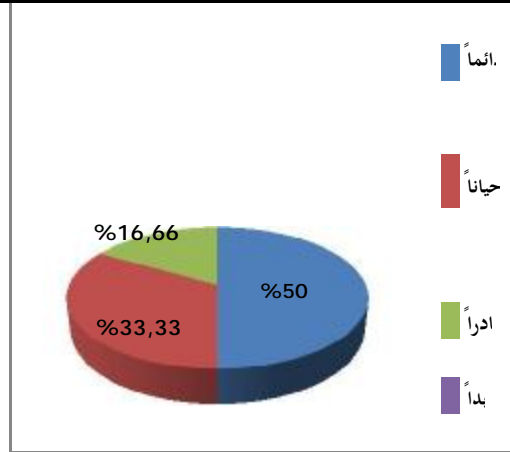
الشكل 03: دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ضل الفرضية الأولى وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 08 تكرار أي نسبة (66.66%) من العينة يؤكدون ثبات عمل التحضير النفسي في التقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين اتجاه قرارات الحكام، ويعود ذلك إلى مدى إدراك المدربين للدور الكبير الذي يلعبه التحضير النفسي والذي يتمثل يف تعلم التحكم في الحالات النفسية خلال التدريب و المنافسات، فالتقليل من ردود الأفعال السلبية للاعبين تعتبر خطوة من خطوات الاستعداد للمنافسة حيث يمكن الرياضي من التحليل الجانبي للعدوانية والحكام ميوله الطبيعية، ومراعاة التحضير النفسي لهذا الجانب هو تجنباً للأضرار التي تلحق للاعبين وعلى نتيجة الفريق مثل البطاقات الحمراء والصفراء، أما العينة الأخرى والتي تتمثل في 04 تكرار أي نسبة (33.33%) من العينة يقرون أن التحضير النفسي يقلل من ردود الأفعال السلبية للاعبين على قرارات الحكام بشكل نسبي، ويعود ذلك لنوع الأخطاء التي يقع فيها الحكام فهناك قرارات يعلو ما تكون غير صائبة ليست في حق اللاعبين وهذا ما يؤدي إلى إثارة انفعال اللاعبين.

السؤال الرابع: هل تختلف انفعالات لاعب محضر نفسيا عن انفعالات لاعب غير محضر نفسيا؟
الغرض من السؤال: معرفة الاختلاف الانفعالي للاعبين المحضرين نفسيا عن اللاعبين الغير محضرين نفسيا.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
دائماً	06	50%
أحياناً	04	33.33%
نادراً	02	16.66%
أبداً	00	00%
المجموع	12	100%



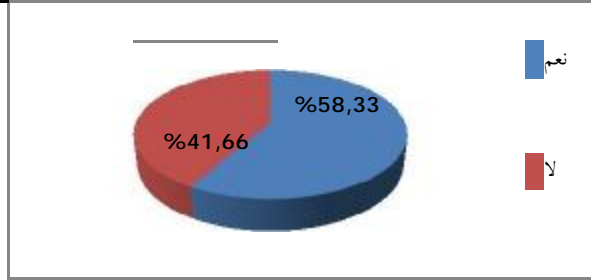
الشكل 04: دائرة نسبية توضح الاختلاف الانفعالي للاعبين المحضرين نفسيا عن اللاعبين الغير محضرين نفسيا.

عرض ومناقشة نتائج الجلسو ل في ضل الفرضية الأولى وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن 06 تكرار أي نسبة (50%) من العينة يؤكدون أن انفعال لاعب محضر نفسيا دائماً تختلف عن انفعال لاعب غير محضر نفسيا، ويرجع ذلك إلى أن اللاعب الذي حضر نفسيا نجده يتسم بصفة الهدوء النفسي والثبات والاتزان الانفعالي، بينما اللاعب الذي لم يحضر نفسيا تطفى عليه السلوكيات العدوانية ولا يستطيع التحكم في انفعالاته أثناء مواجهة أي مشكلة، ونلاحظ أن 04 تكرار أي نسبة (33.33%) من العينة يرون أن انفعالات لاعب محضر نفسيا أحياناً ما تختلف عن انفعالات لاعب غير محضر نفسيا ويعود ذلك إلى نوع الظروف المتسببة في إحداث انفعال اللاعب لأنه أحياناً ما تكون ظروف ملائمة تتناسب مع اللاعب المحضر و اللاعب الغير محضر، أما باقي العينة والتي تمثل 02 تكرار أي نسبة (16.66%) فيرون أن انفعالات لاعب محضر نفسيا نادراً ما تختلف عن انفعالات لاعب غير محضر نفسيا، ويرجع ذلك إلى أن الظروف التي تتسبب في انفعال اللاعب نادراً ما تحدث.

السؤال الخامس: هل التحضير النفسي يوطد العلاقة بين اللاعب والحكم أثناء المنافسة؟
الغرض من السؤال: معرفة الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في توطيد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
58.33%	07	نعم
41.66%	05	لا
100%	12	الموع



الشكل 05: دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في توطيد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ضل الفرضية الأولى وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 07 تكرار أي نسبة (58.33%) من العينة يرون أن التحضير النفسي يوطد العلاقة بين اللاعب وحكم المباراة، ويرجع ذلك إلى أن التحضير النفسي يرمي جذوره إلى جعل اللاعب يحتم قرارات الحكم مهما كانت طبيعتها، وفي ضل هذا الضوء يعمل التحضير النفسي على تعليم اللاعبين الأساليب المهدئة و المطمئنة والهادفة لتهديئة النفس و الابتعاد عن الانفعالات، أما باقي العينة والتي تمثل 05 تكرار أي نسبة (41.66%) يرون أن التحضير النفسي لا يوطد العالقة بين اللاعب و حكم المباراة، ويرجع ذلك إلى الصعوبات التي يواجهها اللاعبين أثناء عملية التدريب مما جعلهم يفقدون التحكم في انفعالهم عند اتخاذ الحكم القرار، فيتصرفون خلالها بسلوك عدواني هذا ما يهدر العلاقة بين اللاعب والحكم.

السؤال السادس: ما هي الجوانب التدريبية الأكثر صعوبة في الميدان أثناء تحضيركم للفريق.....

الغرض من السؤال: معرفة أصعب جانب أثناء عملية التحضير.

عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها في ضل الفرضية الأولى وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

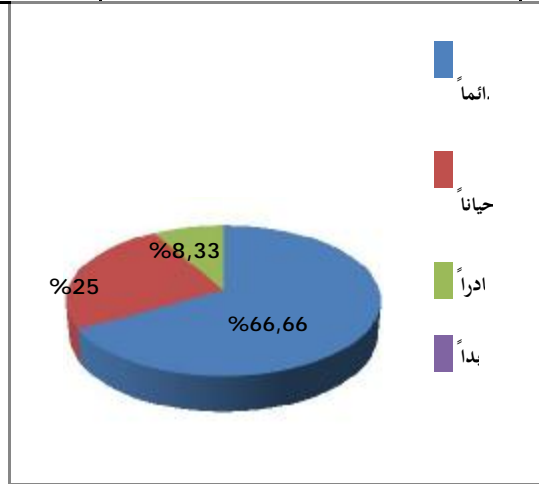
جند أن أغلبية المدربين خصصوا أن أصعب جانب أثناء عملية التدريب هو التحضير النفسي، ويعود ذلك أن أغلبية المدربين بدون صعوبات أكثر في الجانب النفسي وهذا ما يدل على اهتمامهم بالجوانب البدنية وبعدها الجوانب التقنية وإهمالهم للجوانب النفسية، وهذا بين أ م لم يتلقوا تكويننا كافيا في الال النفسي.

نرى من خلال التحليل أن معظم المدربين يؤكدون على أن للتحضير النفسي له دور كبير في تعويد اللاعبين على احترام قرارات الحكام، وهذا ما يثبت صحة الفرضية الأولى: للتحضير النفسي دور في تعويد اللاعبين كرة القدم على قرارات الحكام.

السؤال السابع: هل تقومون بالإعداد النفسي للاعبين؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى اهتمام المدربين بالتحضير النفسي للفريق.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
66.66%	08	دائماً
25%	03	أحياناً
8.33%	01	نادراً
00%	00	أبداً
100%	12	لموع



الشكل 06: دائرة نسبية توضح مدى اهتمام المدربين بالتحضير النفسي للفريق.

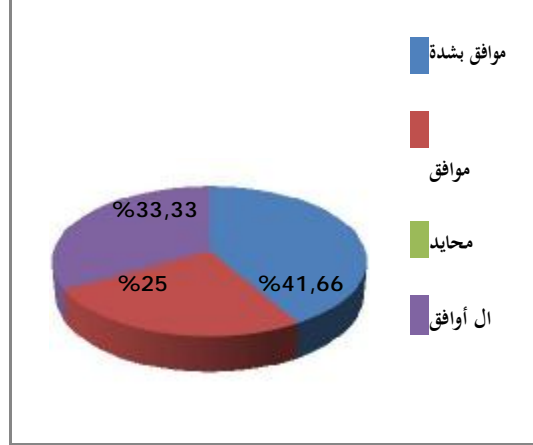
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثانية وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 08 تكرار أي نسبة (66.66%) من العينة يقومون دائماً بالإعداد النفسي للفريق، والذي يكون في غالب الأحيان إعداداً تقليدياً يكمن في التحدث عن أهمية المنافسة والهدف من المنافسة ومستوى الخصم والذي يسعى به إلى رفع المعنويات، بينما 03 تكرار أي نسبة (25%) من العينة أحياناً ما يقومون بالإعداد النفسي للفريق، ويرجع ذلك إلى إدراك المدربين أن هناك بعض المنافسات تحتاج إلى إعداد نفسي للاعبين بسبب صعوبتها، ومنافسات لا تحتاج إلى إعداد نفسي للاعبين لآما تبدو للمدربين شبه محسومة، أما باقي العينة والتي تمثل 01 تكرار أي نسبة (8.33%) نادراً ما يقومون بالإعداد النفسي للاعبين ويرجع ذلك لعدم شعور المدربين بأهمية الإعداد النفسي.

السؤال الثامن: هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة؟

الغرض من طرحه: معرفة الظروف التي يراعيها التحضير النفسي للمباراة.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
41.66%	05	موافق بشدة
25%	03	موافق
00%	00	محايد
33.33%	04	لا أوافق
100%	12	الموع



الشكل 07: دائرة نسبية توضح الظروف التي يراعيها التحضير النفسي للمباراة.

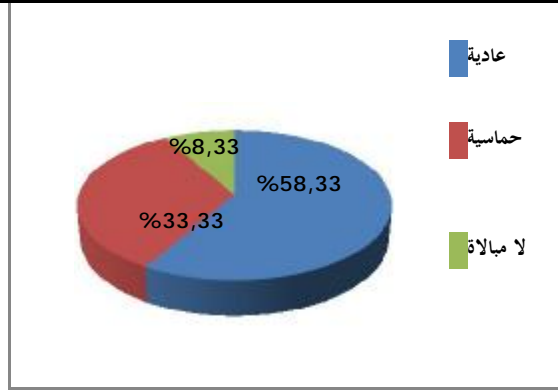
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثانية وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن تكرار 05 أي نسبة (41.66%) من العينة يوافقون بشدة على أن الإعداد النفسي الذي يقومون به يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة، ونلاحظ 03 تكرار أي نسبة (25%) يوافقون على أن الإعداد الذي يقومون به يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة وهذا راجع إلى أن التحضير النفسي يكون للاعب حالة انفعالية مثالية يستطيع من خلالها أن يدرك أي أمر من أمور المباراة يبدو غامضاً، أما باقي العينة والتي تمثل 04 تكرار أي نسبة (33.33%) لا يوافقون على أن الإعداد النفسي يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة ويرجع ذلك إلى أن هناك بعض الظواهر حدث أثناء المنافسة لم تكن متوقعة قبل المفسة و لم يتم إدراكها من قبل.

السؤال التاسع: أثناء عملية التدريب كيف ترون الحالة النفسية للاعبين؟

الغرض من السؤال: معرفة الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية الإعداد.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
58.33%	07	عادية
33.33%	04	حماسية
08.33%	01	لا مبالاة
100%	12	الموع



الشكل 08: دائرة نسبية توضح الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية الإعداد.

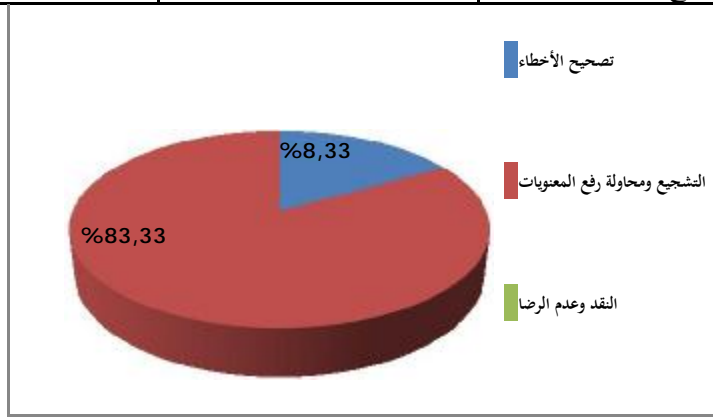
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثانية وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ تكرار 07 أي نسبة (58.33%) يرون أغلبية لاعبيهم تكون حالتهم النفسية عادية، لأنه ليس هناك ما يؤثر على الحالة النفسية للاعبين، وهذا ما يدل على عدم وجود تفاعل قائم بين المدربين واللاعبين، والذي قد ينجر عنه عدم الاستيعاب الجيد للمعلومات من طرف اللاعبين وبالتالي وجود فجوة بين اللاعب والمدرّب، أي عدم الإحساس بالمتغيرات النفسية، ونلاحظ أن تكرار 04 أي نسبة (33.33%) يرون أن الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية التدريب تكون حماسية، وهذا ما يدل على أن هناك بعض اللاعبين الذين لديهم رغبة كبيرة في التحضير، و التدريب، والمشاركة، وأن هناك تفاعل بين اللاعبين و المدرّب، أما بقية العينة و التي تمثل 01 تكرار أي نسبة (08.33%) يرون أن الحالة النفسية للاعبين أثناء عملية التدريب تكون بالامبالاة ويعود ذلك إلى إهمال اللاعبين للجانب النفسي وعدم إدراك قيمته الفعالة.

السؤال العاشر: إذا كان إمهال الإعداد النفسي سببا في الهزيمة فما نوع المعاملة التي تقابل لاعبيك؟

الغرض من السؤال: معرفة معاملة المدربين للاعبين أثناء الهزيمة.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
16.66%	02	تصحيح الأخطاء
83.33%	10	لتشجيع ومحاوله رفع المعنويات
00%	00	النقد وعدم الرضا
100%	12	الموع



الشكل 09: دائرة نسبية توضح معاملة المدربين للاعبين أثناء الهزيمة.

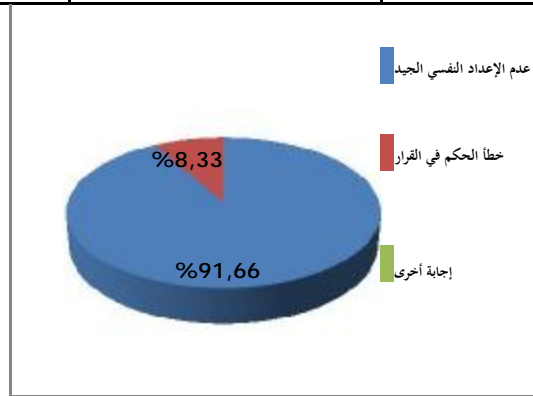
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثانية وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن 02 تكرار أي نسبة (16.66%) من العينة يقومون بتصحيح الأخطاء للاعبين أثناء الهزيمة، وذلك من أجل تحقيق نتائج أفضل من خلال الاستفادة من الأخطاء، ونلاحظ أن 10 تكرار أي نسبة (83.33%) من العينة يرون أن المدرب يقوم بالتشجيع ومحاوله رفع المعنويات وإزالة التوتر الذي يشعر به اللاعبين وكذا إبعادهم عن الضغط النفسي.

السؤال الحادي عشر: في رأيك ما سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء و الصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار؟

الغرض من السؤال: معرفة سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ احكم القرار.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
91.66%	11	عدم الإعداد النفسي الجيد للاعب
8.33%	01	خطأ الحكم في القرار
00%	00	إجابة أخرى أذكر.....
100%	12	لموع



الشكل 10: دائرة نسبية توضح سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ احكم القرار.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثانية وربطها بالخلفية النظرية و الدراسات السابقة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن 11 تكرار أي نسبة (91.66%) من العينة يرون أن سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ احكم القرار هو عدم الإعداد النفسي الجيد للاعبين، ويعود ذلك إلى السلوكيات الغير خلقية التي يتصرف بها اللاعبون في وجه الحكم أثناء إعلانته القرار، وهذا ما نلاحظه في الكثير من المواقف من بينها، إعلان الحكم لضربة الجزاء، والتي تؤثر على نفسية اللاعب فيتصرف اللاعب خلالها بسلوك غير خلقي وبالتالي يتحصل على بطاقة حمراء أو صفراء، وهذا راجع إلى إهمال الإعداد النفسي للاعب لان اللاعب المحضر نفسيا ليس هناك من المواقف ما يثير انفعاله، ونلاحظ أن 01 تكرار أي نسبة (8.33%) من العينة يرون أن سبب تلقي اللاعبين البطاقات الصفراء و الحمراء قد يكون أخطاء الحكام في القرار، وذلك لأما تتسبب في انفعالات اللاعبين.

السؤال الثاني عشر: في رأيك ما هي الجوانب التدريبية الأكثر أهمية في إعدادك للفريق.....

الغرض من السؤال: معرفة الجوانب التدريبية الأكثر أهمية أثناء عملية إعداد الفريق.

عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها في ضل الفرضية الثانية وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

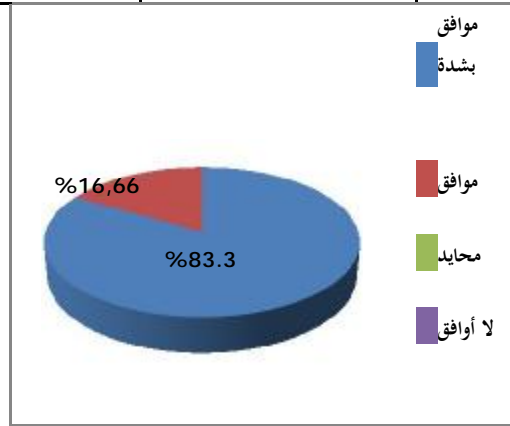
من خلال ما حصلنا عليه من نتائج نلاحظ أن أغلبية المدربين يرون أن الجانب البدني هو الأكثر أهمية أثناء عملية الإعداد وهذا ما يدل على إهمالهم الجانب النفسي الذي يعتبر اللبنة الأساسية لبناء اللاعب في كرة القدم، أيضا هم لا يدركون القيمة الكبرى للإعداد النفسي الذي قد يكون سببا في ا لايار البدني.

نرى من خلال التحليل أن معظم المدربين يؤكدون على أن للتحضير النفسي لو دور كبري يف تعويد اللاعبين على احترام قرارات الحكام، وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثانية: للإعداد النفسي طويل المدى دور في التقليل من بعض الانفعالات لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

السؤال الثالث عشر: هل توجي بضرورة وجود مساعدين ومعاونين في عملية التحضير النفسي؟

الغرض من السؤال: معرفة قيمة الأخصائي النفسي الرياضي يف الفريق.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
83.33%	10	أوافق بشدة
16.66%	02	أوافق
00%	00	محايد
00%	00	لا أوافق
100%	12	الموع



الشكل 11: دائرة نسبية توضح تأثير الأخصائي النفسي يف حالة غيابه.

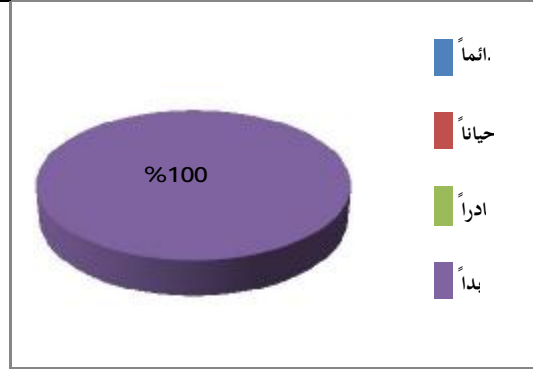
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثالثة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 10 تكرار أي نسبة (83.33%) من العينة يوافقون بشدة على ضرورة وجود أخصائي نفسي في الفريق، كما نلاحظ 02 تكرار أي نسبة (16.66%) يوافقون على ضرورة وجود أخصائي نفسي يف الفريق، وهذا يدل على غرق المدرب في المشاكل النفسية للاعبين وعدم قدرته لوحده بتسيير الحالة النفسية المضطربة لهم لان عدم التدريب الفعال للمهارات النفسية للاعب لا يجعله في وضعية تسيير الضغوطات النفسية التي يمكن أن يتعرض لها أي لاعب في أي منافسة وفي أي وقت كان.

السؤال الرابع عشر: هل تعمل عمل الأخصائي النفسي الرياضي في حالة عدم وجوده أثناء عملية التحضير؟

الغرض من السؤال: معرفة تأثير الأخصائي النفسي في حالة غيابه.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
00%	00	دائماً
00%	00	أحياناً
00%	00	نادراً
100%	12	أبداً
100%	12	الموع



الشكل 12: دائرة نسبية توضح تأثير الأخصائي النفسي في حالة غيابه.

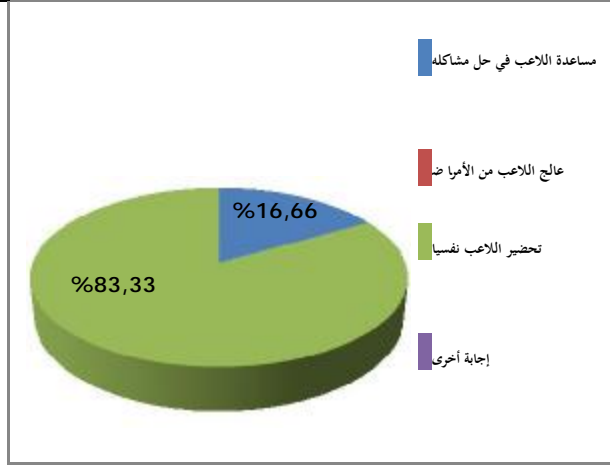
عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثالثة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 12 تكرار أي نسبة (100%) من العينة لا يعملون عمل الأخصائي النفسي أبداً ويرجع ذلك لأهل الاختصاص، فالمدرب ليس مكون ومؤهل ليعمل عمل الأخصائي النفسي وليست لديه الخبرة الكافية لكي يفهم الجانب النفسي للاعبين، وهذا ما يدل على إهمال جزء كبير من التحضير النفسي وهو الجزء الذي يقوم به الأخصائي النفسي.

السؤال الخامس عشر: في رأيك ما طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي؟

الغرض من السؤال: معرفة طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
16.66 %	02	مساعدة اللاعب في حل مشاكله
00 %	00	علاج اللاعب من الأمراض
83.33 %	10	تحضير اللاعب نفسياً
00 %	00	إجابة أخرى أذكر
100 %	12	لموع



الشكل 13: دائرة نسبية توضح طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثالثة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

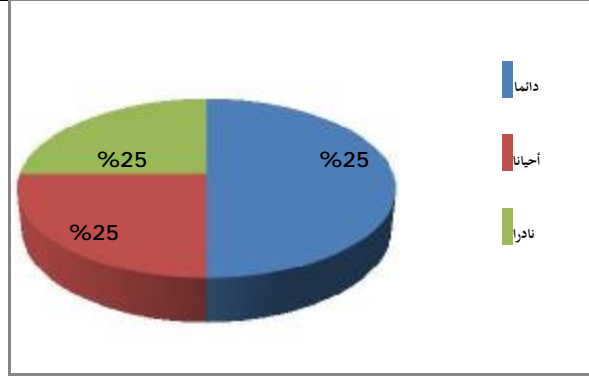
من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 10 تكرار أي نسبة (83.33 %) من العينة أجمعوا في آرائهم على أن طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي هي تحضير اللاعبين نفسياً، أما باقي العينة والتي تمثل 02 تكرار أي نسبة (16.66 %) يرون أن طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي تكمن في مساعدة اللاعب في حل مشاكله وهذا يدل على أن جل المدرسين يعطون المفهوم الصحيح للأخصائي النفسي الرياضي حيث أجابوا بأن طبيعته تكمن في تحضير اللاعب نفسياً حتى يكون مهياً لأجواء المنافسة.

المتعددة؟

السؤال السادس عشر: هل يلعب الأخصائي النفسي الرياضي دور في تعليم وإكساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة؟

الغرض من السؤال: معرفة الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي الرياضي في تعليم وإكساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
50%	06	دائما
25%	03	أحيانا
25%	03	نادرا
100%	12	لموع



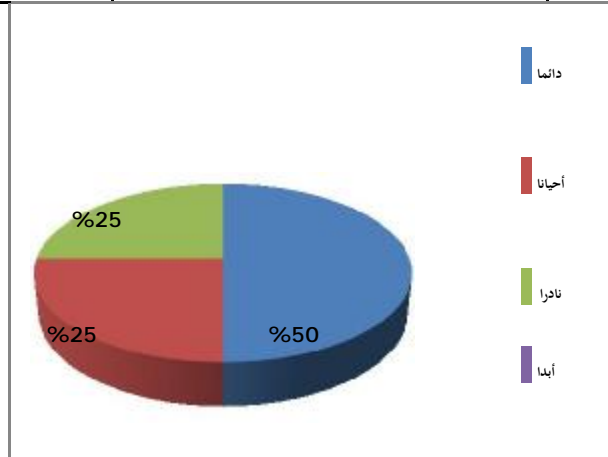
الشكل 14: دائرة نسبية توضح الدور الذي يلعبه الأخصائي النفسي الرياضي في تعليم وإكساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثالثة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن 06 تكرار أي نسبة (50%) من العينة يقرون أن الأخصائي النفسي الرياضي دائما ما يلعب دور في تعليم اللاعبين المهارات النفسية المتعددة، ويرجع ذلك إلى مدى إدراك المدربين بالدور الذي يقوم به الأخصائي النفسي الرياضي التربوي لان دوره يكمن في جانين أساسيين هما: تعليم واكساب اللاعبين المفاهيم التربوية والنفسية الصحيحة، وكذلك المهارات النفسية المتعددة، ونلاحظ أن 03 تكرار أي نسبة (25%) من العينة يرون أنه أحيانا ما يكون للأخصائي النفسي الرياضي دور في تعليم وإكساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة، ويرجع ذلك إلى نوع العوامل المؤثرة على اللاعب، فمثال هناك بعض المنافسات التي تتميز بالصعوبة نلاحظ فيها تصرفات اللاعبين لم تكن متوقعة من قبل، أما باقي العينة والتي تمثل 03 تكرار أي نسبة (25%) يرون أن نادرا ما يلعب الأخصائي النفسي الرياضي دور في تعليم اللاعبين المهارات النفسية المتعددة، ويرجع ذلك إلى عدم إدراك المدربين بعمل الأخصائي النفسي الرياضي عامة والدور الذي يلعبه خاصة، وهذا ما يعني إهمال الجانب النفسي.

السؤال السابع عشر: في رأيك هل تختلف انفعالات لاعب محضر من طرف أخصائي نفسي عن انفعالات
العب محضر من دون أخصائي نفسي؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير تحضير الأخصائي النفسي الرياضي على انفعالات اللاعبين.

النسبة المئوية %	عدد التكرارات	الإجابة
50%	06	دائما
25%	03	أحيانا
25%	03	نادرا
00%	00	أبدا
100%	12	الموع



الشكل 15: دائرة نسبية توضح مدى تأثير حضري الأخصائي النفسي الرياضي على انفعالات اللاعبين.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثالثة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

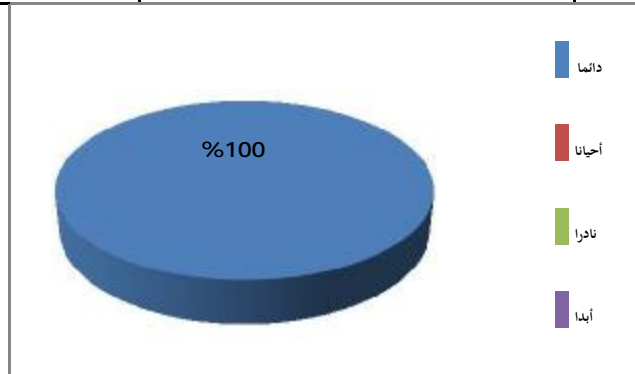
نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن 06 تكرار أي نسبة (50%) من العينة يرون أنه دائما ما تختلف انفعالات لاعب محضر من طرف أخصائي نفسي رياضي عن انفعالات لاعب غير محضر من طرف أخصائي نفسي رياضي، ويرجع ذلك إلى أن الأخصائي النفسي الرياضي له الخبرة الكافية لتوجيه اللاعب إلى كيفية تحكمه في انفعالاته النفسية، فهو مكون من طرف مدارس تدرس علم النفس الرياضي، ونلاحظ أن 03 تكرار أي نسبة (25%) من العينة يرون أنه أحيانا ما تختلف انفعالات لاعب محضر من طرف أخصائي نفسي عن انفعالات لاعب ليس محضر من طرف أخصائي نفسي، ويرجع ذلك لأنهم لا يدركون الصورة الحقيقية للأخصائي النفسي الرياضي والنتائج الإيجابية التي حققها في التقليل من انفعالات اللاعبين، أما باقي العينة والتي تمثل 03 تكرار أي نسبة (25%) يرون أنه نادرا ما تختلف انفعالات لاعب محضر من طرف أخصائي نفسي عن انفعالات لاعب ليس محضر من طرف أخصائي

نفسى، وذلك لأم يربطون انفعالات اللاعبين بطبيعة المنافسة والظروف المحيطة بها، فانفعال لاعب يلعب مباراة رسمية ليس كانفعال لاعب يلعب مباراة ودية.

السؤال الثامن عشر: هل الفرق التي تفتقد أخصائي نفسي رياضي تعاني نفس المشاكل التي تعانيها الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي؟

الغرض من السؤال: معرفة المشاكل التي تعانيها الفرق التي إلى أخصائي نفسي رياضي مقارنة مع الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي.

الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية %
دائما	12	100 %
أحيانا	00	00 %
نادرا	00	00 %
أبدا	00	00 %
الموع	12	100 %



الشكل 16: دائرة نسبية توضح المشاكل التي تعانيها الفرق التي إلى أخصائي نفسي رياضي مقارنة مع الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي.

عرض ومناقشة نتائج الجدول في ظل الفرضية الثالثة وربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن 12 تكرار أي ما يشمل العينة كلها بنسبة (100 %) أجمعوا آرائهم على أن مشاكل الفرق التي تفتقد أخصائي نفسي رياضي دائما تختلف عن مشاكل الفرق التي لها أخصائي نفسي رياضي، ويعود ذلك إلى أن الأولى تعاني مشاكل أكثر من الثانية وخاصة في الجانب النفسي للاعبين، أيضا الصعوبات التي يجدها المدربون في تحضير اللاعبين نفسيا، والدليل على ذلك هي المشاكل التي حدثت في الفرق التي تنشط في القسم الشرقي لولاية المسيلة مثل ضرب الحكام، الشجارات مع المدربين، فلا يمكن أن تحدث هذه المشاكل أبدا على مستوى فرق أندية المحترفين الأولى، إذا غياب الأخصائي النفسي الرياضي في الفريق يفتح المجال إلى تراكم المشاكل داخل الفريق. نرى من خلال التحليل أن معظم المدربين يؤكدون على أن للأخصائي النفسي الرياضي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام، وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثالثة:

للأحصائي النفسي الرياضي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

النتائج المتوصل إليها في ضل الفرضيات:

عرض النتائج المتوصل إليها في الفرضية الأولى:

في هذا المحور قمنا بطرح ستة أسئلة وذلك للتحقق من صحة الفرضية التي وضعناها وكانت على النحو الآتي: للتحضير النفسي دور في تعويد لاعبي كرة القدم على احترام قرارات الحكام.

فمن خلال النتائج المحصل عليها تبين لنا أن للتحضير النفسي دور في تعويد اللاعبين على احترام قرارات الحكم، وهذا ما تبين في الجدول رقم 01 حيث أكدت نسبة **58.33%** من المدربين المستجوبين أن التحضير النفسي ينمي القيم الخلقية للاعب كما أكدت نسبة **66.66%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم 02 أن التحضير النفسي دائما يكسب اللاعب كيفية التعامل مع الواقع الحرجة ويعود ذلك إلى مدى تطبيق عملية التحضير النفسي على الوجه اللائق، وأكدت أيضا نسبة **66.66%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم 03 أن التحضير النفسي دائما يقلل من رد الفعل السلبي للاعب على قرارات الحكام ويعود ذلك إلى مدى إدراك المدربين للدور الكبير الذي يلعبه التحضير النفسي، وأكدت نسبة **50%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم 04 أن انفعالات لاعب محضر نفسيا دائما تختلف عن انفعالات العب غري محضر نفسيا، ويعود ذلك إلى أن اللاعب الذي حضر نفسيا يتسم بصفة الهدوء النفسي والثبات والاتزان الانفعالي، وأكدت نسبة **58.33%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم 05 أن التحضير النفسي يوطد العلاقة بين اللاعب والحكم أثناء المنافسة ويعود ذلك إلى أن التحضير النفسي يرمي جذوره إلى جعل اللاعب يحتم قرارات الحكم مهما كانت طبيعتها.

نستنتج مما سبق أن الفرضية الأولى قد حققت والتي مفادها أن للتحضير النفسي دور في تعويد اللاعبين على احترام قرارات الحكام.

عرض النتائج المتوصل إليها في الفرضية الثانية:

في هذا المحور قمنا بطرح ستة أسئلة وذلك بقصد التحقق من صحة الفرضية التي وضعناها والتي كانت على النحو الآتي للإعداد النفسي طويل المدى دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

من خلال النتائج المتحصل عليها تبين أن للإعداد النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام وهذا ما تبين في الجدول رقم 06 حيث أكدت نسبة **66.66%** من المدربين المستجوبين أن المدربين دائما يقومون بالإعداد النفسي للفريق، وأكدت نسبة **41.66%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم 07 أن الإعداد النفسي الذي يقومون به يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة، ويعود ذلك إلى أن الإعداد النفسي يكون للاعب حالة انفعالية مثالية يستطيع من خلالها أن يدرك أي أمر من أمور المباراة يبدو غامضا،

وأكدت نسبة **58.33%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **08** أن أغلبية لاعبيهم تكون حالتهم النفسية عادية لأنه ليس هناك ما يؤثر على الحالة النفسية للاعبين، وأكدت نسبة **83.33%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **09** أن المدرب يقوم بالتشجيع ومحاولة رفع المعنويات وإزالة التوتر الذي يشعر به اللاعبين وكذا إبعادهم عن الضغط النفسي، وكما أكدت نسبة **91.66%** في الجدول رقم **10** من المدربين المستجوبين أن سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار هو عدم الإعداد النفسي الجيد للاعبين ويعود ذلك إلى السلوكيات الغير خلقية التي يتصرف بها اللاعبين في وجود الحكم أثناء إعلانه القرار.

ونستنتج مما سبق أن الفرضية الثانية قد حققت والتي مفادها أن للإعداد النفسي دور في التقليل من انفعالات لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

عرض النتائج المتوصل إليها في الفرضية الثالثة:

في هذا المحور قمنا بطرح ستة أسئلة وذلك بقصد التحقق من صحة الفرضية التي وضعناها والتي كانت على النحو الآتي: للأخصائي النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى كرة القدم لقرارات الحكام.

فمن خلال النتائج المحصل عليها تبين أن للأخصائي النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام وهذا ما تبين في الجدول رقم **11** حيث أكدت نسبة **83.33%** على أن م يوافقون بشدة على ضرورة وجود أخصائي نفسي في الفريق وبعد ذلك لصعوبة الظروف التي يواجهونها في تسيير الحالة النفسية للاعبين، كما أكدت نسبة **100%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **12** أن المدربون لا يعملون عمل الأخصائي النفسي ويرجع ذلك إلى أهل الاختصاص، وأكدت نسبة **83.33%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **13** أجمعوا في آرائهم على أن طبيعة عمل الأخصائي النفسي هي تحضير اللاعبين نفسياً وهذا يدل على أن أهمية الأخصائي النفسي الرياضي تكمن في هيئة اللاعب نفسياً لأجواء المنافسة وأكدت نسبة **50%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **14** أن للأخصائي النفسي الرياضي دائماً ما يلعب دور كبير في تعليم اللاعبين المهارات النفسية المتعددة ويرجع ذلك إلى مدى إدراك المدربين بالدور الذي يقوم به الأخصائي النفسي، كما أكدت نسبة **50%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **15** يرون انه دائماً ما تختلف انفعالات لاعب محضر من طرف أخصائي نفسي عن انفعالات العب غير محضر من طرف أخصائي نفسي ويرجع ذلك إلى أن الأخصائي النفسي له الخبرة الكافية لتوجيه اللاعب إلى كيفية حكمه في انفعالاته النفسية، كما أكدت نسبة **100%** من المدربين المستجوبين في الجدول رقم **16** اجمعوا آرائهم على أن مشاكل الفرق التي تفتقد أخصائي نفسي رياضي دائماً تختلف عن مشاكل الفرق التي ذا أخصائي نفسي رياضي، ويعود ذلك إلى أن الأولى تعاني مشاكل أكثر من الثانية وخاصة من الجانب النفسي للاعبين.

ونستنتج مما سبق أن الفرضية الثالثة قد حققت والتي مفادها أن للأخصائي النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام.

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

النتائج المتوصل إليها:

- __ تبين النتائج المحصل عليها من خلال هذه الدراسة أن التحضير النفسي المنظم والمستمر يساعد المدربين على صنع لاعبين من المستوى المرموق في كرة القدم.
- __ أظهرت النتائج المحصل عليها أن الإعداد النفسي الجيد يساهم بشكل إيجابي في تكوين لاعب يتحلى بأخلاق رياضية حميدة.
- __ أن النتائج المتحصل عليها أظهرت أن للأخصائي النفسي دور في تدريب اللاعب على المهارات النفسية لا سيما التدريب على مهاراتي الاسترخاء والتصور العقلي مما يسمح للاعب الجزائري من التحكم في انفعالاته واحترام الغير أثناء المنافسة.
- __ نتائج الدراسة تبين أن التحضير النفسي يساهم بشكل كبير في تكوين علاقة احترام بين اللاعب و الحكم.

اقتراحات وتوصيات:

- __ يجب التحضير النفسي العلمي الأكاديمي وجعله كجزء من التحضير العام والمتكامل للرياضيين .
- __ يجب على المدربين تطبيق الإعدادات النفسية بكل صرامة على المدربين القصير والطويل.
- __ عندما لا يكون المدرس بالإجراء المتبعة في التدريب وأساليب الإعدادات النفسية عليه أن يستشير أخصائي نفسي رياضي، فمحاولة تطبيق هذه الأساليب دون خبرة، ودراية كافية قد تعود بالضرر على اللاعبين.
- __ ضرورة توعية اللاعبين بالعلاقة الحاصلة بين الانفعالات النفسية والبدن وتأثيرها السلبي على مختلف أجهزة الجسم، ومن ثم تعليمهم وإكسابهم المهارات النفسية الضرورية للتعامل مع الخبرات الفسيولوجية والذهنية التي يستطيعون من خلالها التعامل مع ضغوط المنافسة وضبط الطاقة النفسية، ومن ثم يصبح اللاعب قادر على توظيفها.
- __ ضرورة تشجيع أخصائيين نفسيين في الرياضة وإدماجهم في الفرق كمساعدين ومدربين فيما يتعلق بالمتابعة النفسية للاعبين والتي تبدأ من المراحل السنية الأولى حتى يتسنى تحقيق الأهداف المستقبلية.

الآفاق المستقبلية للدراسة:

- لقد تطرقنا في بحثنا هذا إلى دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام، وحاولنا الوصول إلى إثبات أن لكل من التحضير النفسي دور في تعويد لاعبي كرة القدم على احترام قرارات الحكام، ودور كل من الإعدادات النفسية طويل المدى و الأخصائي النفسي الرياضي في التقليل من

بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام، إلا أن موضوع البحث مازال مفتوح أمام الباحثين ويمكن التطرق إليه من جوانب أخرى ، كما يمكن اقتراح مواضيع أخرى يمكن البحث فيها:

_ دور التحضير النفسي في الزيادة من دافعية الانجاز للعب كرة القدم

_ دور التحضير النفسي في تحسين أداء لاعبي كرة القدم.

_ دور التحضير النفسي في بناء ديناميكية الفريق الرياضي.

خاتمة:

تطرقنا في دراستنا المتواضعة هذه إلى أحد أهم جانب من جوانب التدريب الرياضي، والذي يأخذ بعين الاعتبار في وقتنا الحالي والذي له دور كبير في إعداد اللاعبين لتحقيق نتائج عالية و التغلب على الصعوبات النفسية، والتي تشكل عائق حاد اتجاه اللاعبين وحالتهم النفسية، آلا وهو الجانب السيكولوجي، ويعتبر هذا الأخير ذو أهمية بالغة في تطوير الرياضة بصفة عامة، وكرة القدم بصفة خاصة حيث أن كل الدول وخاصة الدول المتقدمة تعتمد على هذا الجانب نظرا لما يعطيه من فوائد للمردود والتحكم في الانفعالات النفسية وهذا للوصول إلى أعلى المستويات.

وتعد المهارات النفسية ضرورية لتطوير نفسية اللاعب، لذلك يتم إعداد اللاعبين وتدريبهم عليها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي الذي يتبقى تكوينه في قسم علم النفس الرياضي.

ومن أجل بيئة اللاعبين، يجب أن تطبق عليهم برامج تدريبية نفسية، كما يجب أن تنفذ في الفرق الرياضية، وأن تسيّر مع برامج التدريب الأخرى، كما يعمل على القيام بالإعداد النفسي للرياضي مدف بيئة اللاعب وتجهيزه لمواجهة أي مشكلة من مشاكل المنافسة الرياضية.

كما يولي الأخصائي النفسي الرياضي أهمية لدراسة انفعالات اللاعب النفسية وخاصة في مجال الرياضة والنشاط البدني، ولذا تواجهه في الأندية الرياضية مهما كانت درجتها، لأنه يستطيع مساعدة اللاعبين على حل مشاكلهم النفسية و التحكم في انفعالهم ويعلمهم كيفية التعامل مع المواقف الحرجة.

ومنه نستطيع أن نقول أن التحضير النفسي بجميع أجزائه من إعداد نفسي وأخصائي نفسي رياضي هو جانب أساسي من جوانب التدريب الرياضي لا يمكن نسيانه وحتى التهاون عنه وخاصة في رياضة كرة القدم و بالتالي يمكن إدراجه ضمن الجانبين الإعداد البدني والإعداد التقني.

وحاولنا من خلال دراستنا أن نصل إلى نتائج أكثر دقة عن طريق الدراسة الميدانية أو التطبيقية التي قادتنا إلى بعض ملاعب الولاية ووضع بعض الأسئلة بين أيدي المدربين ، كان الهدف منها التعرف عن دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام، وتم التوصل بذلك إلى نتائج حققت فرضيات دراستنا الجزئية والفرضية العامة .

وفي الختام نأمل أن تساهم هذه الدراسة في تحسين وتطوير الرياضة وخاصة كرة القدم وذلك من خلال تبيننا لمسئولي الفرق والمدربين لأهمية ودور التحضير النفسي في تحقيق وزيادة دوافع اللاعبين نحو ممارسة كرة القدم ، وأن هذه الأخيرة لا تعتمد فقط على الجوانب البدنية والتقنية فحسب ، ولكن من الضروري أن يكون هناك تكامل بين هذه الجوانب، وكذلك التعامل مع مختصين نفسانيين يمكنهم تقديم الكثير لكرة القدم في بلادنا.

قائمة المصادر والمراجع

أ_المصادر:

1_القرآن الكريم

2_الحديث النبوي الشريف

ب_المراجع

1_عزت محمود كاشف: الإعداد النفسي للرياضيين، ط1، دار الفكر العربي، 1991، ص11.

2_محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، بدون طبعة، مصر، 1985.

3_نزار جيد طالب وكمال الويس: علم النفس الرياضي، كلية الرياضة، ط1، جامعة بغداد، العراق، 1980.

4_رشيد عياش الدليمي و لحر عبد الحق: كرة القدم، المدرسة العليا للأساتذة ت ب ر، جامعة مستغانم، الجزائر، 1997.

5_محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط8، مصر، 1992.

6_حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة و طبعة الإشعاع الفنية، ط1، مصر، 2001.

7_حمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط9، دار المعارف، القاهرة، 1994.

8_ليندال دافيدوف: مدخل لعلم النفس، ط3 دار ماكجروهل للنشر، القاهرة، 1988.

9_مخار متولي و محمد إسماعيل إبراهيم: مبادئ علم النفس، ط3، مطبعة وزارة المعارف، سوريا، 1969.

10_نجاتي و محمد بن عثمان: علم النفس و الحياة، مدخل لعلم النفس وتطبيقاته في الحياة، دار المعارف، القاهرة، 1999.

11_راجح وأحمد عزت: أصول علم النفس، دار المعارف، القاهرة، 1999.

- 12_1999.رومي جميل: كرة القدم، دار النفائس، ط1، لبنان، 1986.
- 13_موقف مجيد المولي: الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، ب ط، لبنان، 1999
- 14_راتب أحمد قبيعة: القاموس العربي المصور، دار الراتب الجامعية، بيروت، لبنان، 2002.
- 15_محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف/، القاهرة، 1985.
- 16_محمود يعقوبي: معجم الفلسفة، أهم المصطلحات وأشهر الاعلام، ط2، الميزان للنشر، الجزائر، 2009.
- 17_فاروق الزيرنجي: الانفعالات النفسية وعلاقتها بالبدنية في القرآن الكريم، بغداد، 2007.
- 18_مفتي إبراهيم حماد: بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 20_علي البيك: أسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام، منشأة المعارف ، الإسكندرية، 1997.
- 21_مروان عبد ايد إبراهيم: أسس البحث العلمي في إعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، (ب، ط)، عمان 1997.
- 22_رشيد زرواقي: تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار هومة، ط1، 2002.
- 23_عبد الفتاح محمد العيسوي_عبد الرحمان محمد العيسوي: مناهج البحث العلمي في الفكر الاسلامي والفكر الحديث، دار الراتب الجامعية، (ب_ط)، بيروت، لبنان، 1997.
- 24_ربحي مصطفى عليان_عثمان محمد غنيم: مناهج وأساليب البحث (النظرية التطبيقية)، دار صفاء للنشر و التوزيع، ط1، عمان، الأردن، 2002.
- 25_عبد الله محمد الشريف: مناهج البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع العالمية، ط1، 1996.
- 26_خير الدين احمد عويس: دليل البحث العلمي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1997م.
- 27_عبد الفتاح حمد دويدار: المرجع في مناهج البحث في علم النفس و فنيات كتابة البحث العلمي، ط 4، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، 2007م.
- 28_ليلي السيد فرحات: القياس و الاختبار في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر و التوزيع، ط1، القاهرة، مصر، 2001م.

29_محمود بن حسن آل سليمان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية، دار ابن حزم، بيروت، لبنان، بدون طبعة طبعة 1998.

30_برقوق عبد القادر: أبعاد ومستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم رسالة ماجستير غير منشورة 2011، جامعة الجزائر.

رسائل علمية:

مذكرات الليسانس:

1_بن مزيان رشيد، عزى محمد: الضغط النفسي عند لاعبي كرة القدم، مذكرة التخرج لنيل شهادة الليسانس، ت.ب.ر، الجزائر 2003م.

2_سامي خالد و آخرون: دوافع دراسة النشاط الرياضي الفردي و الجماعي خلال حصة تربية بدنية و رياضية في المرحلة الثانوية، مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية دالي إبراهيم جامعة الجزائر، الموسم الجامعي، 2003_2004.

✓
أطروحة دكتوراه:

3_عباس جمال: التحضير النفسي في ضوء الثنائية الجدلوية البدنية_ الروحية في الوسط الرياضي النخبوي، أطروحة الدكتوراه، معهد التربية البدنية و الرياضية، المدينة الجديدة_ سيدي عبد الله_ معاملة، جامعة الجزائر، الموسم الجامعي 2007_2008.

✓
قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

3_ Philippe Mort : "psychologie sportive, ed Mosson, paris, 1982.

2_Mohammed Hangal larbitrage en question.liperte :2151Mardi :09 /11/1994.

3_Alain Mishal : Football, des systemes de jeux, 2^{eme} edition chiron, Paris,1998.

قائمة القواميس و المعاجم:

1_أمل عبد العزيز حمود: القاموس العربي الشامل(عربي عربي)، دار الراتب الجامعية، ط1، بيروت، 1997.

جامعة المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي استمارة استبائيته

موجهة لمدربي فرق كرة القدم التي تنشط في

القسم الشرفي لولاية المسيلة

أرجوا من سيادتكم التكرم بالإجابة على الأسئلة التالية وذلك باستخدام المعلومات المطلوبة في هذه الصفحة وقراءة التعليمات . إذا ن تعاونكم معنا عنصر أساسي لنجاح هذا البحث العلمي.

ملاحظة: وضع علامة X أمام الإجابة المناسبة ونشكر صدق مساهمتكم ومساعدتكم.

قائمة أسماء المحكمين حسب النموذج:

الامضاء	درجته العلمية	اسم ولقب المحكم	الرقم
		رحلي مراد	01
		زواق محمد	02
		عروسي عبد الرزاق	03
		فايد عبد الرزاق	04
		مجاوي رايح	05

استمارة استبيان قبل التحكيم:

العبارة الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى للتحضير النفسي دور في تعويد لاعبي كرة على احترام قرارا ت
الحكام

- 1_ هل للتحضير النفسي علاقة بكرة القدم ؟ نعم لا
- 2_ هل للتحضير النفسي دور في تنمية القيم الخلقية للاعب ؟ نعم لا
- 3_ هل التحضير النفسي يكسب اللاعب كيفية التعامل مع المواقف الحرجة ؟ دائما أحيانا أبدا
- 4_ التحضير النفسي يقلل من رد الفعل السلبي للاعب على قرارا ت الحكام ؟ دائما أحيانا أبدا
- 5_ هل تختلف انفعالات لاعب محضر نفسيا على انفعالات لاعب ليس محضر نفسيا ؟ نعم لا
- 6_ هل التحضير النفسي يوطد العلاقة بين اللاعب والحكم أثناء المنافسة ؟ نعم لا

العبارة الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية: "للتحضير النفسي طويل المدى دور في التقليل من بعض
الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارا ت الحكام"

- 1_ هل تقوم بالإعداد النفسي للاعبين؟ دائما أحيانا نادرا
- 2_ هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة ؟ نعم لا
- 3_ هل يساعد الإعداد النفسي طويل المدى على معرفة مدى الجوانب السلبية لدى اللاعب ؟ نعم لا
- 4_ أثناء عملية الإعداد كيف ترون الحالة النفسية للاعب ؟ عادية حماسية لامبالاة
- 5_ هل تعليم اللاعب الأساليب المهدئة والهادفة لتهدئة النفس والابتعاد عن الانفعالات خطوة من خطوات
الإعداد النفسي طويل المدى ؟ نعم لا
- 6_ هل للإعداد النفسي طويل المدى دور في تكوين السمات الشخصية للاعب والتي تؤثر بوضوح في الثبات
الانفعالي للعمليات العقلية العليا ؟ نعم لا

العبارة الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة: "هل للأخصائي النفسي الرياضي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام"

1_ هل توحى بضرورة وجود معاونين ومساعدين في عملية التحضير النفسي؟ نعم لا

2_ هل تعمل عمل الأخصائي النفسي الرياضي في حالة عدم وجوده أثناء عملية التحضير؟

دائماً أحياناً نادراً

3_ في رأيك ما طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي؟

مساعدة اللاعب في حل مشاكل؟

علاج اللاعب من الأمراض؟

تحضير اللاعب نفسياً؟

4_ هل يلعب الأخصائي النفسي الرياضي دور في تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة؟

نعم لا

5_ في رأيك هل تختلف انفعالات اللاعب محضر من طرف أخصائي نفسي عن انفعالات لاعب محضر من دون أخصائي نفسي؟ نعم لا

6_ هل الفرق التي تفتقد أخصائي نفسي تعاني نفس المشاكل التي تعانيها الفرق التي لها أخصائي نفسي؟

نعم لا

استمارة استبيان بعد التحكيم:

العبارة الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى للتحضير النفسي دور في تعويد لاعبي كرة على احترام قرارا ت
الحكام

1_ هل للتحضير النفسي دور في تنمية القيم الخلقية للاعب ؟

موافق بشدة موافق محايد لا أوافق

2_ هل التحضير النفسي يكسب اللاعب كيفية التعامل مع المواقف الحرجة ؟ دائما أحيانا أبدا

3_ التحضير النفسي يقلل من رد الفعل السلبي للاعب على قرارا ت الحكام: دائما أحيانا أبدا

4_ هل تختلف انفعالات لاعب محضر نفسيا على انفعالات لاعب ليس محضر نفسيا ؟

دائما أحيانا نادرا أبدا

5_ هل التحضير النفسي يوطد العلاقة بين اللاعب والحكم أثناء المنافسة ؟ نعم لا

ما هي الجوانب التدريبية الأكثر صعوبة في الميدان أثناء تحضيركم للفريق.....

العبارة الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية: "للتحضير النفسي طويل المدى دور في التقليل من بعض

الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارا ت الحكام"

1_ هل تقوم بالإعداد النفسي للاعبين؟ دائما أحيانا نادرا أبدا

2_ هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يعمل على تنمية المعرفة والإدراك الكامل لظروف المباراة ؟

أوافق بشدة أوافق محايد لا أوافق

3_ أثناء عملية الإعداد كيف ترون الحالة النفسية للاعب ؟ عادية حماسية لامبالاة

4_ إذا كان إهمال الإعداد النفسي سببا في الهزيمة فما نوع المعاملة التي تقابل لاعبيك ؟

تصحيح الأخطاء التشجيع ومحاولة رفع المعنويات النقد وعدم الرضا

5_ في رأيك ما سبب تلقي اللاعبين البطاقات الحمراء والصفراء أثناء اتخاذ الحكم القرار؟

عدم الإعداد النفسي الجيد للاعب خطأ الحكم في القرار إجابة أخرى أذكر.....

6_ في رأيك ما هي الجوانب الأكثر أهمية في إعدادك للفريق.....

العبارة الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة: "هل للأخصائي النفسي الرياضي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقرارات الحكام"

1_ هل توهي بضرورة وجود معاونين ومساعدين في عملية التحضير النفسي؟

أوافق بشدة أوافق محايد لا أوافق

2_ هل تعمل عمل الأخصائي النفسي الرياضي في حالة عدم وجوده أثناء عملية التحضير؟

دائماً أحياناً نادراً أبداً

3_ في رأيك ما طبيعة عمل الأخصائي النفسي الرياضي؟

مساعدة اللاعب في حل مشاكل؟

علاج اللاعب من الأمراض؟

تحضير اللاعب نفسياً؟

4_ هل يلعب الأخصائي النفسي الرياضي دور في تعليم واكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة؟

دائماً أحياناً نادراً

5_ في رأيك هل تختلف انفعالات العب محضر من طرف أخصائي نفسي عن انفعالات لاعب محضر من دون

أخصائي نفسي؟ دائماً أحياناً نادراً أبداً

6_ هل الفرق التي تفتقد أخصائي نفسي تعاني نفس المشاكل التي تعانيها الفرق التي لها أخصائي نفسي؟

دائماً أحياناً نادراً أبداً

عنوان الدراسة:

"دور التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقراري الحكام"
"من وجهة نظر مدربيهم".

أهداف الدراسة:

مشكلة الدراسة: هل للتحضير النفسي دور في التقليل من بعض معرفة الدور الذي يلعبه التحضير النفسي في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقراري الحكام.
الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقراري الحكام.

فرضيات الدراسة

* للتحضير النفسي دور في تعويد لاعبي كرة القدم على احترام قراري الحكام

* للإعداد النفسي طویل المدى دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقراري الحكام.

* للأخصائي النفسي دور في التقليل من بعض الانفعالات السلبية لدى لاعبي كرة القدم لقراري الحكام.

عينة الدراسة: عينة قصدية.

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي.

الأدوات المستخدمة في الدراسة: الاستبيان.

النتائج المتوصل إليها:

__ تبين النتائج المحصل عليها من خلال هذه الدراسة أن التحضير النفسي المنظم والمستمر يساعد المدر بين على صنع لاعبين من المستوى المرموق في كرة القدم.

__ أظهرت النتائج المحصل عليها أن الإعداد النفسي الجيد يساهم بشكل إيجابي في تكوين لاعب يتحلّى بأخلاق رياضية حميدة.

__ إن النتائج المتحصّل عليها أظهرت أن للأخصائي النفسي دور في تدريب اللاعب على المهارات النفسية لا سيما التدريب على مهاراتي الاسترخاء والتصور العقلي مما يسمح للاعب الجزائري من التحكم في انفعالاته واحترام الغير أثناء المنافسة.

__ نتائج الدراسة تبين أن التحضير النفسي يساهم بشكل كبير في تكوين علاقة الحكام بين اللاعب و الحكم.

الاقتراحات والتوصيات:

__ يجب التحضير النفسي العلمي الأكاديمي وجعله كجزء من التحضير العام والمتكامل للرياضيين .

__ يجب على المدربين تطبيق الإعداد النفسي بكل صرامة على المدربين القصير والطويل.

__ عندما لا يكون المدرس قادراً على القيام بالإجراء المتبعة في التدريب وأساليب الإعداد النفسي عليه أن يستشير أخصائي نفسي رياضي، فمحاولة تطبيق هذه الأساليب دون خبرة، ودراية كافية قد تعود بالضرر على اللاعبين.

__ ضرورة توعية اللاعبين بالعلاقة الحاصلة بين الانفعالات النفسية والبدنية وتأثيرها السلبي على مختلف أجهزة الجسم، ومن ثم تعليمهم وإكسابهم المهارات النفسية الضرورية للتعامل مع الخبرات الفسيولوجية والذهنية التي يستطيعون من خلالها التعامل مع ضغوط المنافسة وضبط الطاقة النفسية، ومن ثم يصبح قادر اللاعب على توظيفها.

__ ضرورة تشجيع الأخصائيين النفسيين في الرياضة وإدماجهم في الفرق كمساعدين ومدربين فيما يتعلق بالمتابعة النفسية للاعبين والتي تبدأ من المراحل السنية الأولى حتى تحقيق الأهداف المستقبلية.

1) **_ le titre de l'étude:** "le rôle de préparation psychologique pour réduire les émotions des joueurs de football pour la décision des juges _ du point de vue de leurs entraîneurs _".

2) **_ étude d'objectifs :**

Découvrez le rôle joué par la préparation psychologique pour réduire les émotions des joueurs de football pour la décision des juges.

4) **_ problème :** vous préparez un rôle psychologique en minimisant les émotions des joueurs de football pour la décision des juges.

5) **_ étudier les hypothèses :**

* Pour préparer un rôle psychologique pour aider les joueurs de football de respecter la décision des juges.

* Pour préparer un rôle psychologique en minimisant les émotions des joueurs de football pour la décision des juges.

* Rôle du psychologue en réduisant les émotions des joueurs de football pour la décision des juges.

6) **_ étudier échantillon :** échantillon aléatoire.

7) **méthode utilisateur _:** descriptif.

8) **_ outils utilisés dans l'étude :** le questionnaire.

9) **_ résultats :**

_ Montrer les résultats obtenus par le biais de cette étude de préparation psychologique et une aide continue entraîneurs font joueurs niveau dans le football.

_ Les résultats obtenus ont montré que le bon réglage psychologique contribue positivement dans la composition d'un joueur avec une éthique sportive bon.

_ Les résultats obtenus ont montré que le rôle du psychologue en formation le joueur s mentale compétences, surtout ma formation professionnelle et la visualisation mentale permettant aux Algériens de contrôler ses émotions et respect de l'autre pendant la compétition.

_ Les résultats de l'étude montrent que la préparation psychologique contribuent de manière significative à la construction d'une relation de respect entre le joueur et arbitre.

10) **_ suggestions et recommandations :**

_ Vous devez préparer des sciences psychologiques et académique dans le cadre de la préparation pour les athlètes. _ Formateurs doivent appliquer strictement psychologique mise en court- et à long terme.

_ Quand un entraîneur peut faire les procédures de formation et les méthodes de préparation

psychologique de consulter un psychologue du sport, essayer d'appliquer ces méthodes sans expérience, familier assez abîmeraient aux joueurs.

_ La nécessité de sensibiliser les acteurs de la relation entre les émotions mentales et physiques et un effet négatif sur les différents organes du corps et puis leur éducation et compétences mentales nécessaires pour faire face à la physiologie et mental des expériences permettant de faire face aux pressions de la concurrence et le pouvoir du mental et devient alors incapable de joueur à les embaucher.

_ La nécessité d'encourager des psychologues dans les sports et en différence comme assistants et formés en ce qui concerne le suivi des joueurs à partir du premier âge pour atteindre les objectifs futurs.