



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة العربي التبسي - تبسة -



Larbi Tebessi University - Tebessa -

Université Larbi Tebéssi - Tebessa -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر ل.م.د أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

فرع : تدريب رياضي

تخصص: تدريب رياضي نخبوي

العنوان :

قلق المنافسة و علاقته بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المنخرطين
في الرياضة المدرسية لولاية تبسة
دراسة ميدانية: بعض متوسطات ولاية تبسة

تحت إشراف الأستاذ:

- قذيفة يحي

اعداد الطالبين:

- ضيف حمزة

- قريوسي نصر الدين

لجنة المناقشة :

الاسم و اللقب	الرتبة العلمية	الصفة
قذيفة يحي	استاذ مساعد -	مشرفا
لعمارة سليم	استاذ محاضر -	رئيسا
ناجم نبيل	استاذ محاضر -	ممتحنا

السنة الجامعية: 2020/2019



- الإهداء.

- مقدمة.

الصفحة	العنوان
	الباب الأول : الجانب النظري
	الفصل التمهيدي
5	1-الإشكالية
6	2- الفرضيات
7	3- أهداف البحث
7	5 - أهمية البحث
8	6- مفاهيم و مصطلحات البحث
9	7-الدراسات السابقة والمشابهة
	الفصل الأول:قلق المنافسة
13	تمهيد
14	1-تعريف القلق
14	2-انواع القلق
15	3-أعراض القلق
16	4-مكونات القلق
17	5-مكون فزيولوجي
17	6-اسباب القلق
19	7-القلق في المجال الرياضي
19	8-علاج القلق
	الفصل الثاني: دافعية الإنجاز

21	تمهيد :
22	1- مفهوم الدافعية
22	2- وظائف الدوافع
24	3- تقسيم الدوافع
25	4- الدوافع و الحاجات النفسية
26	5- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي
27	خلاصة
الفصل الثالث : الرياضة المدرسية	
29	تمهيد
30	1- مفهوم الرياضة المدرسية
30	2- أهمية الرياضة المدرسية
30	3- اهداف الرياضة المدرسية
31	4- مفهوم الرياضة المدرسية و اهدافها في الجزائر
31	5- المقارنة بين التربية البدنية و الرياضة المدرسية
32	6- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر
33	7- أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر
34	8- المنافسة الرياضية المدرسية
38	خلاصة
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الاول : منهجية البحث و إجراءاته الميدانية	
41	تمهيد

42	1- منهج البحث
42	2- الدراسة الاستطلاعية
43	3- مجتمع البحث و عينته
43	4- زمن البحث
43	5- متغيرات الدراسة
44	6- أدوات البحث
44	7- الوسائل الإحصائية المستعملة
	الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج
46	تمهيد
62-47	1- عرض نتائج الاستمارة الاستبائية و تحليلها
64	الاستنتاجات ومقابلة النتائج ب الفرضيات
65	خاتمة
66	قائمة المراجع.
	الملاحق
	ملخص الدراسة

الصفحة	قائمة الجداول	الرقم
48	يمثل علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية	1
50	يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية	2
52	يبين درجات انتقاد الأستاذ للتلاميذ	3
53	تأثر الدافعية المنخفضة على التلاميذ في نفسيتهم	4
54	يبين ما مدى قلق التلاميذ بالمنافسة ودافعية الانجاز عندهم	5
55	يبين توزيع العبارات الايجابية و السلبية لتأثر الدافعية على النتائج	6
56	يبين تحصيل نتائج إيجابية في المنافسة راجع لدافعية الانجاز الجيدة لدى التلاميذ	7
57	يبين ما تأثير خبرات النجاح و الفشل على دافعية الانجاز لدى التلاميذ	8
59	يمثل كيف يرى تأثير قلق منافسة الرياضية على الدافعية لدى التلاميذ	9
60	يبين هل يظن أن كثرة عدد التلاميذ كجمهور و حضور تأثر على دافعية البعض	10
61	يبين هل يرى أن دافعية الانجاز العالية تساعد التلاميذ على تحصيل نتائج جيدة رغم القلق بالمنافسة	11

الصفحة	قائمة الأشكال	الرقم
48	يمثل نسبة علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية	1
50	يبين نسبة توزيع العبارات الايجابية و السلبية	2
52	يبين نسبة درجات انتقاد الأستاذ للتلاميذ	3
53	نسبة تأثر الدافعية المنخفضة على التلاميذ في نفسيتهم	4
54	يبين نسبة ما مدى قلق التلاميذ بالمنافسة ودافعية الانجاز عندهم	5
55	يبين نسبة توزيع العبارات الايجابية و السلبية لتأثر الدافعية على النتائج	6

56	يبين نسبة تحصيل نتائج إيجابية في المنافسة راجع لدافعية الانجاز الجيدة لدى التلاميذ	7
57	يبين نسبة ما تأثير خبرات النجاح و الفشل على دافعية الانجاز لدى التلاميذ	8
59	يمثل نسبة كيف يرى تأثير قلق منافسة الرياضية على الدافعية لدى التلاميذ	9
60	يبين نسبة هل يظن أن كثرة عدد التلاميذ كجمهور و حضور تأثر على دافعية البعض	10
61	يبين نسبة هل يرى أن دافعية الانجاز العالية تساعد التلاميذ على تحصيل نتائج جيدة رغم القلق بالمنافسة	11



المقدمة

المقدمة

إن من أكثر المشكلات انتشارا وشيوعا في عالم اليوم هو التوتر والخوف. قالتنافس والصراع في المجتمعات الإنسانية بأشكاله ومستوياته المختلفة، يعتبر من المحيطات للإنسان سواء كانت مصادره البيئة، أو الإمكانيات، أو البيئة الطبيعية للإنسان والتي تحيط بالفرد في مجال أداء مهماته، مما يؤدي إلى إرهاق الفرد وتوتره، وبالتالي التأثير على نوعية سلوكه ومستوى أدائه. إلا أن فهم الفرد وإدراكه للتوتر الذي ينتابه وقدرته في السيطرة عليه أو التكيف معه يجعله قادرا على مواجهته، وقادرا على تأدية واجبه و إتمام مهمته بنجاح.

وفي معظم الأحيان تعتبر الرياضة التنافسية من أكثر النشاطات الإنسانية متابعه وشعبية في العصر الحديث، مصحوبة بالتوتر والقلق لميزتها التنافسية، والتي قد تتخذ في بعض الأحيان أشكالا مختلفة من الصراع، خصوصا أن الرياضة من أكثر اللقاءات الجماعية جنيا، ومن أسرع النشاطات التي تظهر فيها نتائج الفوز أو الخسارة، والتي توصف بالنجاح أو الفشل، وبالتالي تعتبر نصرا أو هزيمة لأي من الفريقين المتنافسين. في هذه الحالة، ولاعتبارات شخصية، ونفسية، و عقلية، وبدئية، ولاعتبارات ظرفية، فإن

القلق يصبح من المكونات الرئيسية للرياضة التنافسية سواء كان مرتبطا بمستوى ونوعية المهمة المباراة، أو الإنجاز المطلوب من التلاميذ، أو إرضاء الجماهير الحاضرة والمتابعة لفرقهم التي يشجعونها، أو لأسباب مؤسسية تؤثر فيها.

يعتبر ارتفاع مستوى درجة القلق أحد العوامل الرئيسية التي تحدد مستوى أداء التلاميذ، هذا المفهوم تم استقصاؤه ومراجعته بدراسات تمثل طرفي الاتجاه السائد (1991) (Cale , Jones and Hardy and Parfitt ; 1989 ، والتي خلصت إلى طرح النظرية العكسية للقلق (Reversal Theory) في علم النفس الرياضي (Jones, 1991) والتي تعتبر أن مستوى الأداء يرتبط بنوعية تفسير الرياضي لشدة الأعراض الإدراكية والجسدية المصاحبة لقلق - المنافسة باعتبارها عاملا محفزا أو عاملا مهبطا لمستوى الأداء

وكثيرا ما يكون مستوى أداء التلاميذ ضعيفا نتيجة سيطرة نوع من الشد والقلق عليهم. هذه الحالة من القلق التي يصاب بها التلاميذ في ظروف المنافسة أدت إلى محاولة كثير من الباحثين تحديد مصادره، وأنواعه، ومعرفة كيفية إدراك وتفسير التلاميذ لذلك، بهدف التغلب على القلق - المعيق للأداء. وهذه الدراسة محاولة التعرف على العلاقة بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز.



الباب الأول: الجانب النظري



الفصل التمهيدي:
مدخل عام لدراسة

1- إشكالية البحث:

تعتبر الرياضة في الوقت المعاصر من أهم مجالات الحياة حيث أصبحت تلقى اهتماما واسعا بين مختلف شرائح المجتمع من لاعبين و مدربين و باحثين كل حسب دوره و اختصاصه، و مما لا شك فيه أن علم النفس من أهم التخصصات في المجال الرياضي الذي أستقطب و ما زال يستقطب أكبر عدد من الباحثين و ما فتى يتطور باعتماده على الطرق الحديثة و انتهاج أساليب متطورة لتحضير و إعداد اللاعبين و تطوير مهاراتهم و قدراتهم النفسية استعدادا للمنافسات.

إن الممارسة الرياضية تتطلب التحضير الجيد و إعداد الفرد الممارس ذهنيا و نفسيا كي يستطيع تطوير إمكانياته و مهاراته و تحقيق الانتصارات في المنافسات التي تعتبر هدف كل رياضي لإثبات ذاته، ولا يقتصر تحضير اللاعب على تنمية قدراته البدنية المهارية الخطئية، بل يتعدى إلى التنظيم النفسي على الدافعية بأنواعها، و بالرغم من أن التدريب و المنافسات الرياضية التي يشترك فيها اللاعب في مجال طبيعي لنمو و تطور دوافعه و مهاراته العقلية و سماته الانفعالية المساهمة في ممارسته للرياضة، إلا أن المخطط الواعي لبرامج إعداد الرياضيين هو الذي يضع الإعداد النفسي موضع التقدير و الإهتمام ومن ثم يكلف الأخصائي النفساني الرياضي بتحديد البرامج و الإجراءات و تطوير مهارته العقلية و سماته الانفعالية المطلوبة لممارسة الرياضة المطلوبة عامة و النوع النشاط الممارس بدلا من ترك الصدفة و المواقف العارضة أثناء التدريب و المنافسات لتميتها و تطويرها.

إن تنمية الدوافع الرياضية من الأهداف المهمة في التحضير النفسي لماله من إرتباطات مع الأداء و نتائج المنافسات سواء كانت ناجحة أو خاسرة حيث أشار "ماكليلاند" إلى الدور الذي يقوم به الدافع في رفع مستوى أداء الفرد و إنتاجه و أن لكل سلوك نافع. (محي الدين، صفحة45) و كل سلوك صادر عن الإنسان إنما هو مدفوع و غرضي و لا يمكن التعرف على مظاهر السلوك، إلا إذا عرفنا الدوافع التي من ورائها فأداء اللاعب أثناء المباراة يكون مدفوعا إليه بدوافع إحرار الإنتصار و إلحاق الهزيمة بالخصم و يأخذ الدوافع في أشكال متعددة يختلف تأثيرها باختلاف الخبرات السابقة و مدى التحضير للاعب، هذا ما يجعل الباحثين في ميدان الرياضة يعتبرون الدافعية الرياضية إحدى العوامل المسؤولة عن إختلاف مستويات الداء التي يظهرونها، فالدافع عبارة

عن إستعداد الفرد لبذل الجهد، أو السعي في سبيل تحقيق أو إشباع هدف معين، و تأتي هذه الدراسة لمعرفة : العلاقة بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة

المدرسية، و قد تناول علم النفس الرياضي نتائج البحوث التجريبية في مجال النشاط الرياضي الأمر الذي ساعد على التطبيق العملي لكثير من المبادئ المرتبطة بخبرات النجاح و الفشل في المجال الرياضي، و يعتبر التحضير النفسي و خاصة تطوير عنصر الدافعية من أهم الجوانب لتحضير اللاعبين قبل و خلال المباريات .

لذا إنطلقنا في دراستنا هذه من فكرة أساسية ألا وهي تأثير قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية و هذا ما أدي بنا إلى طرح التساؤل التالي:
هل لقلق المنافسة علاقة بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية ؟
وجاءت التساؤلات الفرعية كالنحو الآتي:

➤ - هل هناك علاقة بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية ؟

➤ - هل تؤثر الدافعية المنخفضة بالسلب على دافعية الإنجاز لدى تلاميذ ؟

➤ - هل تؤثر خبرات النجاح و الفشل بالإيجاب على الثقة بالنفس لدى تلاميذ المتوسط ؟

2- الفرضيات: -

الفرضية العامة:

- هناك علاقة بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية.

- الفرضيات الجزئية:

- هناك علاقة سلبية بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية.

- يؤثر قلق المنافسة بالسلب على دافعية الإنجاز لدى تلاميذ.

- تؤثر خبرات النجاح و الفشل بالإيجاب على دافعية الأنجاز لدى تلاميذ المتوسط.

3- أهداف البحث:

• معرفة أهمية الدافعية في المنافسة الرياضية لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية.

• معرفة العلاقة بين القلق المنافسة و دافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة

المدرسية.

• معرفة تأثير خبرات النجاح و الفشل على تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية.

• إبراز أهمية مراعاة الجانب النفسي في المرحلة العمرية.

4- أهمية البحث:

- يتمثل بحثنا هذا في دراسة قمنا بها قصد تبيان العلاقة بين القلق المنافسة و دافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية و ما له من تأثير و انعكاس على مردود التلاميذ، مع تبيان أهمية مراعاة عنصر الدافعية بأنواعها عند هذه الفئة و استغلالها لهم من اجل الانتفاع من مواهبهم و قدراتهم التي قد تظهر عندهم، فالتلميذ في هذه المرحلة إذا تمتع بدافعية و ثقة بالنفس فإن ذلك يساعد على تطوير أدائه الرياضي لطرائق مختلفة.

و مزيد من القوة و السرعة و الدقة و تساعد على تركيز الانتباه، و يميز الرياضي أو التلميذ موجهها نحو الإهتمام و يبتعد عن القلق، ومنه تؤثر في بناء الأهداف ذات الصعوبة الملائمة، و تستثير التحدي، و منه يقوم التلميذ ببذل الجهد لإنجاز

6- مفاهيم و المصطلحات:

- قلق المنافسة :

يعرف القلق في التنافس الرياضي على انه: " حالة انفعالية غير سارة مقترنة بالاستثارة الناتجة عن الخوف أو توقع الخطر".

والقلق من خلال هذا التعريف: " هو حالة الاستثارة التي يستعد بها الفرد للدفاع عن نفسه والمحافظة عليها ويقصد بحالة الاستثارة ذلك التنشيط الفيزيولوجي والنفسي الذي يؤدي الى انتاج مالمدى الفرد من طاقة حركية أو فكرية كامنة تبعث في داخله للدفاع عن ذاته المهددة أو المتوقعة للخطر". (رسن، 2002)

- دافعية الانجاز:

استعداد الفرد للتنافس في مواقف من مواقف الانجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الانجاز التي ينتج عنها نوع معين من النشاط و الفاعلية و المثابرة. (شريف، 1990، صفحة 08)

- مفهوم الرياضة المدرسية

الرياضة المدرسية، تمثل مجموعة العمليات و الطرق البيداغوجية العملية، الطبية، الصحية و الرياضية التي باعتبارها يكتسب الجسم الصحة، القوة، الرشاقة و اعتدال القوام فالتربية الرياضية المدرسية، تعد جزء لا يتجزأ من التربية عامة و هي تعمل على تحقيق النمو الشامل و المتزن للتلميذ، لأنها لا تهتم بتربية البدن فقط كما كانت قديما، إنما تطورت بتطور التربية، فارتبطت الرياضة بمختلف علوم الأخرى، كالعلوم البيولوجية و الفيزيولوجية و الطبية، التي أجمعت بالإضافة إلى غيرها من الأبحاث العلمية، على أن التربية الرياضية تهتم بالفرد من كل جوانبه البدنية، النفسية، العقلية، الاجتماعية والثقافية.

7- الدراسات السابقة و المشابهة و المرتبطة بالبحث :

7-1- دراسة ابراهيم خلاف أبوزيد و ابراهيم السيد أحمد السعيد جزر:

الدراسة بعنوان "قلق المنافسة الرياضية ودافعية الانجاز لدى ممارسي بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية"

أهداف البحث:

التعرف على الفروق بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية في شدة و اتجاه قلق المنافسة الرياضية بأبعاده الثلاثة ودافعية الإنجاز.

التعرف على الفروق بين لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية في شدة و اتجاه قلق المنافسة الرياضية بأبعاده الثلاث ودافعية الإنجاز .

التعرف على الفروق بين لاعبي الأنشطة الرياضية الجماعية في شدة و اتجاه قلق المنافسة الرياضية بأبعاده الثلاث ودافعية الإنجاز .

أهم النتائج:

تميز لاعبو الأنشطة الرياضية الفردية عن لاعبي الأنشطة الرياضية الجماعية في قلق المنافسة بأبعاده الثلاثة كشدة واتجاه ودافعية الإنجاز .

وجود ارتباط بين شدة القلق المعرفي واتجاه القلق البدني واتجاه الثقة بالنفس .

وجود ارتباط بين شدة الثقة بالنفس وشدة الثقة بالنفس .

عدم وجود ارتباط بين شدة القلق واتجاه القلق بأبعاده الثلاثة و دافعية الإنجاز . (ابراهيم،2000،صفحة23)

7-2- دراسة رشاد عبد العزيز موسى 1994م.

عنوان هذه الدراسة "بعض العوامل النفسية المرتبطة بدافعية الإنجاز"هدف الدراسة التعرف على

الفروق بين الأفراد مرتفعي الدافعية للإنجاز والأفراد منخفضي الدافعية للإنجاز في القلق والخوف

والعصابية بين الأفراد مرتفعي الدافعية للإنجاز والأفراد منخفضي الإنجاز في الانطواء وقوة الأنا.

نتائج البحث: أشارت أهم النتائج إلى أن: أن الأفراد المرتفعي الدافعية للإنجاز أقل قلقا وخوفا وعصبية

كما أنهم يميلون للانطواء ويتميزون بقوة الأنا مرتفعة عن الأفراد المنخفضي الإنجاز .

7-3- دراسة سامية غانم 1993م.

عنوان هذه الدراسة دراسة مقارنة بين الدافع للإنجاز ومستوى اللياقة البدنية لتلميذات الريف والحضر .

الهدف: استهدفت هذه الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين دافع الإنجاز ومستوى اللياقة البدنية

لتلميذات الريف والحضر المشتركات في فريق اللياقة وغير المشتركات في كل من دافع الانجاز واللياقة

البدنية.

نتائج البحث:

أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين دافع الإنجاز ومستوى اللياقة البدنية لتلميذات الريف

والحضر لصالح تلميذات المشتركات في فريق اللياقة البدنية، بينما لا يوجد فروق بين التلميذات

المشتركات في فريق اللياقة البدنية من الريف والحضر .

7-4- دراسة روبرتس Roberts 1974

الدراسة بعنوان: "أثر دافعية الإنجاز والمواقف التنافسية على المخاطرة".

الهدف: استهدفت الدراسة التعرف على أثر دافعية الإنجاز والمواقف التنافسية على المخاطرة.

نتائج البحث: أظهرت النتائج أن اللاعبين الذين يسعون للنجاح يتميزون بدافعية إنجاز عالية ويميلون

لاختيار المواقف التنافسية التي تتميز بالمخاطرة بشكل أسرع عن اللاعبين الذين يتجنبون الفشل .

7-5- دراسة قام بها Usher 1975م:

عنوان الدراسة دافعية الانجاز ومستويات الأداء الرياضي.

أهداف الدراسة: التعرف على طبيعة العلاقة بين دافعية الانجاز و مستويات الأداء الرياضي.

نتائج الدراسة: وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين دافعية الانجاز وكل من دافع الرغبة في النجاح

كموقف عام و الرغبة في النجاح كموقف نوعي للاعبي كرة القدم الناشئين. (احمدين،2008،صفحة 134-

(143



**الفصل الثاني:
قلق المنافسة**

تمهيد:

يعتبر القلق أكثر شيوعاً لدى البشر، خاصة في عصرنا الحالي الذي يطلق عليه الكثير بعصر القلق، ولقد اختلف العلماء في إعطاء مفهوم للقلق حول المقومات التي يمكن للشخص الاعتماد عليه للتخلص من القلق النفسي.

كما تنفرد معظم النظريات السيكلوجية لظاهرة القلق، لما لها من مكانة كبيرة في نظامها النظري وفي دراستها للشخصية.

فالقلق حقيقة من حقائق الوجود الإنساني، بل أن الفيلسوف الإنساني الوجودي "هيدجر Heidegger" 1927م، يعتبر بأن الوجود ككل هو موضوع قلق، وأن احتمالية الغناء والدمار والعدمية هي ظاهرة لب القلق (كاندرس، 1987)، لذلك تطرقنا في هذا الفصل إلى تعريف القلق، أنواعه، أعراضه، مستوياته، مكوناته، أسبابه، وكذلك القلق في المجال الرياضي.

1- تعريف القلق :

1- مفهوم القلق :

لقد اختلف علماء النفس فيما بينهم في تعريف القلق، إذ تتوعت تفسيراتهم كما تبينت آرائهم حول الوسائل التي يستخدمها للتخلص منه، وعلى الرغم من اختلاف علماء النفس حول هذه النقاط، إلا أنهم اتفقوا على أن القلق هو نقطة البداية للأمراض النفسية والعقلية.

* يرى الدكتور محمد عبد الطاهر الطيب: " أن القلق هو ارتياح نفسي وجسمي، يتميز بخوف منتشر ويشعور من انعدام الأمن وتوقع حدوث كارثة، أو يمكن أن يتصاعد القلق إلى حد الذعر. (الطاهر، 1994)

* أما الدكتور فاروق السيد عثمان: " يقول أن فهم موضوع القلق يجعلنا نضع تصورا شاملا بحيث تكون الرؤية أوسع حتى تستطيع أن نفهمه، فالقلق ليس مصطلحا بسيطا منفرد بذاته، بل يمكن أن نتصوره بخريطة معرفية. (كاندرس، 1987)

ومن هذا نستنتج أن القلق يرتفع وينخفض حسب المعطيات الموجودة في المحيط، والقلق ناتج من عدم معرفة ما يمكن أن يكون في المستقبل القريب أو البعيد.

2- أنواع القلق:

يتميز فرويد بين نوعين من القلق هما: القلق الموضوعي والقلق العصابي ويضيف إلى ذلك بعض العلماء القلق الذاتي العادي .

1 - 2 - القلق الموضوعي :

يرى فرويد: " أن القلق الموضوعي هو رد فعل القلق خارجي معروف أي الخطر في هذا النوع من القلق يكمن في العالم الخارجي، وكما يمكن تسميته بالقلق العادي أو الحقيقي. (العلاوي، 1992)

2 - 2 - القلق العصابي :

وهو اعقد أنواع القلق، حيث أن سببه داخلي غير معروف ويسميه بعض البيكولوجيين بالقلق اللاشعوري المكبوت، ويعرفه فرويد بأنه خوف غامض غير مفهوم لا يستطيع الفرد أن يشعر به أو يعرفه، إذ أنه رد فعل غريزي داخلي، أي أن مصدر القلق العصابي يكون داخل الفرد في الجانب الغريزي في الشخصية. (العلاوي، 1992، صفحة 391)

ويتميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق العصابي هي:

القلق الهائم الطليق.

قلق المخاوف الشاذة.

قلق الهستيريا.

3 - 2 - القلق الذاتي العادي:

وفيه يكون القلق داخلياً، كخوف الفرد من تأنيب الضمير إذا أخطأ واعتزم الخطأ (الطاهر، 1994، صفحة 391).

4-2- قلق الحالة :

وهو ظرف أو حالة انفعالية متغيرة تعتري الإنسان وتتغير بمشاعر ذاتية من التوتر والتوجس يدركها الفرد العادي ويصاحبها نشاط في الجهاز العصبي.

5 - 2 - قلق السمة :

عبارة عن فروق ثابتة في القابلية للقلق، أي تشير إلى الاختلافات بين الناس في ميلهم إلى الاستجابة اتجاه المواقف التي يدركونها كمواقف مهددة وذلك بارتفاع في شدة القلق. (الرحمان، 1985، الصفحات 389-390)

3 - أعراض القلق:

إن صورة مريض القلق تشمل أعراض نفسية وجسمانية :

فقدان الشهية، وعسر الهضم، جفاف الفم، اضطراب في النوم التعب والصداع المستمر

3- أعراض القلق :

3 - 1 - الأعراض الجسمانية الفيزيولوجية :

الأزمات العصبية، مثل مص وقصم الأصابع، تقطيب الجبهة وضر الرأس و عض الشفاه ، وما إلى ذلك وكذلك الاضطرابات الجنسية . (الطاهر، 1994، صفحة 389)

3 - 2 - الأعراض النفسية:

هي الشعور بالخوف وعدم الراحة الداخلية وترقب حدوث مكروه، مما يترتب على ذلك تشتت انتباه المريض وعدم قدرته على التركيز فيما يفعل، ويتبع ذلك النسيان اختلال أداء التسجيل في الذاكرة. (حمودة، 1991)

3 - 3 - مستويات القلق :

يرى بعض علماء النفس أن أداء وسلوك الإنسان وخاصة مواقف التي لها علاقة بمستقبلهم يتأثر لحد كبير بمستويات القلق الذي يتميز به الفرد، و هناك على الأقل ثلاثة مستويات وهي:

3 - 3 - 1 - المستوى المنخفض :

في هذا المستوى يحدث التنبه العام للفرد مع ارتفاع درجة الحساسية نحو الأحداث الخارجية، كما تزداد درجة استعداده وتأهبه لمجابهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها، ويشار إلى هذا المستوى من القلق بأنه علاقة إنذار لفظ وشيك الوقوع.

3 - 1-3 - المستوى المتوسط :

في المستويات المتوسطة للقلق يصبح الفرد أقل قدرة على السيطرة، حيث يفقد السلوك مرونته ويتولى الجمود بوجه عام على استجابة الفرد في المواقف المختلفة. ويحتاج الفرد إلى بذل المزيد من الجهد للمحافظة، على السلوك المناسب والملائم في مواقف الحياة المتعددة.

3 - 3-3 - المستوى العالي :

يؤثر المستوى العالي للقلق على التنظيم السلوكي للفرد بصورة سلبية، أو يقوم بأساليب سلوكية غير ملائمة للمواقف المختلفة. لا يستطيع الفرد التمييز بين المثيرات أو المنبهات الضارة والغير ضارة ويرتبط ذلك بعدم القدرة على التركيز والانتباه وسرعة التهيج و السلوك العشوائي .

5- مكونات القلق :

5 - 1- مكونات انفعالية :

يتمثل في الأحاسيس من المشاعر كالخوف، الفزع، التوتر، التوجس، الانزعاج، والهلع الذاتي .

5 - 2- مكون معرفية :

يتمثل في التأثيرات السلبية لهذه الأحاسيس على الإدراك السليم للموقف والانتباه، التركيز، التذكر والتفكير الموضوعي وحل المشكلة سيغرقه الانشغال بالذات والريب في مقدرته على الأداء الجيد والشعور بالعجز بتفكيره بعواقب الفشل وعدم الكفاءة والخشية من فقدان التقدير

5 - 3- مكون فيزيولوجي :

يترتب عن حالة من تنشيط الجهاز العصبي المستقبل، مما ينجر إلى تغيرات فيزيولوجية عديدة منها زيادة نبضات القلب بسرعة التنفس والعرق، ارتفاع ضغط الدم و انقباض الشرايين الدموية، كما وضحاها الباحثون إلا أنه يمكن تمييز القلق بصورة واضحة على الانفعالات الأخرى بوجود المصاحبات الفيزيولوجية . (العلاوي، 1992، صفحة 280)

6- أسباب القلق :

6 - 1- أسباب وراثية :

أحدث الدراسات والأبحاث التي قام بها علماء النفس على التوائم وعلى العائلات 10% من الأباء والأخوة من مرض القلق يعانون من نفس المرض ولقد وجد "شليير وشلدز" أن نسبة القلق في التوائم المتشابهة تصل إلى 50%، وأن حوالي 60% يعانون من صفات القلق، وقد اختلفت النسبة في التوائم غير الحقيقية وصلت إلى 94 فقط، أما سمات القلق فقد ظهرت في 13% من الحالات، وبهذه العوامل الإحصائية قرر علماء النفس أن الوراثة تلعب دورا فعلا في استعداد للمرضى. (مصطفى، 1980، صفحة 80)

6 - 2- أسباب فيزيولوجية :

ينشأ القلق من نشاط الجهازين العصبيين: السمبتاوي والبارسمبتاوي خاصة السمبتاوي والذي مركزه في الدماغ بالهيبوثلاموس و هو وسط داخل الألياف العصبية الخاصة بالانتقال، هذه الأخيرة سبب نشاطها الهرمونات العصبية كالأدرينالين والنوادريلين التي يزداد نسبتها في الدم فينتج

مضاعفات. (كاظم، صفحة 113)
6 - 3- نزع غرائز قوية :

عندما تنزع الغرائز القوية مثل غريزتي: الجنس والعدوان نحو التحقق أو يعجز كبجها، فالمجتمع يمنع الإنسان من مثل هذه الغرائز وتجدد أنواع من العقوبات المادية والمعنوية للمحافظة على مستويات مقبولة من السلوك، في هذه الحالة يجد الإنسان نفسه بين تحدي مجتمع المحلي وأنظمتها مع ما يترتب على ذلك من عقاب وكبح جميع غرائزه و احترام هذه الأنظمة ليجنب نفسه الإهانة. (فخري، 1983، صفحة 97)

6-4- تبني معتقدات فاسدة :

من مسبباته أن يتبنى الإنسان معتقدات متناقضة مخالفة لسلوكه، كأن يظهر الأمان والتمسك بالأخلاق والالتزام بالأنظمة والتقاليد فيعتقد الناس فيه الخير والصلاح، بينما في قرارات نفسه عكس ذلك فهذه الهفوة بين ظاهره وباطنه تكون مصدرا للقلق وتلعب الضغوط الثقافية التي يعيشها الفرد المشبعة من عوامل عدة مثل الخوف وهو أهم دور في خلق هذا القلق . (حامد، 1979، صفحة 397)
6 - 5 - أفكار ومشاعر مكبوتة :

من الأفكار والمشاعر المكبوتة : الخيالات، التصورات الشاذة والذكريات الأخلاقية التي تترك شعور أفراد بالذنب وأفكار أنها مكروهة أو محرمة، حاول المرء أن يبقي هذه الأعمال والأفكار الممنوعة سرية، وهذا يكلفه جهدا ويحول جزء من توتره و انطوائه أو ثقل فعاليته وإنتاجه . (بو علو، 1993، صفحة 76)
6 - 6 - عامل السن :

إن عامل السن له أثر بالغ في نشاط القلق، فهو يظهر عند الأطفال بأعراض قد تختلف عند الناضجين فيكون في هيئة الخوف من الظلم. أما في المراهقة فيأخذ القلق مظهر آخر من الشعور بالاستقرار أو الحرج الاجتماعي وخصوصا عند مقابلته للجنس الآخر. (نوري، 1995، صفحة 190) 6-7- حالات قلق الشعور بالذنب :

تتوقف على ظروف خاصة من الحالات الفردية، فالغيرة أو البغض الواعي أو اللاوعي يسبب ولادة التوتر الذهني، الأرق والقلق، وهذا الأخير يتبلور خوفا نوعيا أو جنونيا. 6-8- حالات قلق مركب نقص :

إن الحياة خصم، وبما أنها كذلك فهي تثير غرائز معادية توقف الغرائز العدائية الأصلية فتحرر القلق بترعها مع الوعي. (بهج، صفحة 24-25) 7- القلق في المجال الرياضي : 7-1- مفهوم القلق في المجال الرياضي :

القلق حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثير من الكدر، الضيق والألم (سيد، صفحة 15)، كما يعتبر الانفعالات العامة على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية التي تأثر على أداء الرياضيين . قد يكون هذا التأثير إيجابيا يدفعهم لبذل المزيد من الجهد، وبصورة سلبية تفوق الأداء كما يستخدم مصطلح القلق في وصف مكون من شدة السلوك واتجاه الانفعال وللقلق أنواع:

حالة القلق: صفة مؤقتة متغيرة تعبر عن درجة القلق.
سمة القلق: هي ثابتة و تشترك في تشكيل شخصية الفرد. (اسامة، صفحة 15) 7-2 - تأثير القلق في المجال الرياضي :

يعبر الفرد عن جميع جوانبه في كل الإنجازات بما فيها من انفعالات وسلوكيات، فالإنجازات الرياضية لا تعتمد على تطور البنية البدنية و المهارية فقط، بل تتأثر أيضا بعوامل نفسية مثل الدوافع، التفكير، القلق.... الخ. (نزار، 1980، صفحة 14) كما نجد نوعين من حالة القلق في المجال الرياضي .

النوع الأول: عندما يكون القلق ميسرا يلعب دور المحفز والمساعد للرياضي في معرفته و إدراكه لمصدر القلق وبالتالي يهيئ نفسه.

النوع الثاني: عندما يكون القلق معرقلا ويؤثر سلبا على نفسه. 8- علاج القلق :

حسب الفرد وشدة القلق يختلف علاج القلق، وحسب الوسائل المتاحة يمكن علاج القلق ب:

العلاج النفسي .

العلاج الاجتماعي. 

العلاج الكيميائي . 

العلاج السلوكي . 

العلاج الكهربائي. 



الفصل الثالث:
دافعية الانجاز

تمهيد :

يعتبر الإنسان الوحيد من الكائنات الحية الذي بقدرته معرفة ما يدفعه

إلى القيام بتصرف ما، كما يعتبر أيضا موضوع الدوافع من أكثر موضوعات علم النفس أهمية واثارة الإهتمام الناس جميعا، فهو يهم الأب ويهم المربي والمدرّب في معرفة دوافع انفعال الأفراد عند ممارستهم النشاط الرياضي خاصة عند المنافسة، أو بالأحرى معرفة دوافع ظهور القلق، لذلك تطرقنا في هذا الفصل إلى معرفة ماهية الدوافع، وظائفها، تصنيفها، مصادرها، كما تطرقنا كذلك إلى الدافعية في المجال الرياضي ودوافع النشاط الرياضي ونماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي.

1- مفهوم الدافعية :

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

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي: " المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، بمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى ".
(جادو،صفحة22)

ونجد الدافع عند مصطفى عشوائي، أنه حالة من التوتر النفسي والفزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات الإشباع حاجات معينة للتحقيق من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة ".(عشوي،1990، صفحة 88)

: أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك الإشباع الحاجات و البحث THOMAS/R ويرى:
(33) p، 1991، Thomas.R عن الأهداف ".

أما عند أليكسون: " الدافعية مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة ".(أحمد زكي، 1974، صفحة 144)

ونستخلص أن تعريف الدافع قد تعدد وتتنوع واختلف في مفاهيمه ومهما كان هذا الخلاف إلا أنه يبقى المحرك لسلوكات الإنسان والتي تجعل الجسم في حالة نشاط .

2- وظائف الدوافع :

أن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائيا و إنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة يلبي بها هذا الفرد حاجياته وغرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط.

السلوك وهي ثلاثة :

2 - 1 - مد السلوك بالطاقة :

ومعنى ذلك أن الدوافع تستشير النشاط الذي يقوم به الفرد فيؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه، أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجات والرغبات، فالدوافع تمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح اللاعب جائزة مكافأة له على تحسين قدراته وتكليلها بالنجاح، لكن سرعان ما تفقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية

2 - 2 - أداء وظيفة الإختيار:

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

3 - 2 - توجيه السلوك نحو الهدف :

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسن والنمو عن الطفل بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها، وتحقيقها فالدكتور حلمي المليحي يلخص وظائف الدوافع فيمايلي: : إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل. مد السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثبرات الخارجية التي تستشير السلوك اختيار نوع النشاط وتحديدته. تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الانتباه ومقاومة التشتت: (المليحي 1984، صفحة 94 -

3- تطبيق وتقسيم الدوافع :

* تصنيف الدوافع :

يوضح "ساج / SAGE عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما: الدافع الداخلي و الدافع الخارجي، ويتفق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي مع التصنيف السابق في تناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال الحصر:

فوس وترويمان Furose et Troppman عام 1981.

ليولن وبلوكز Liewelin et Blucker عام 1982.

محمد علاوي عام 1983. . سنجر Singer عام 1984.

دورث هارس Drothy Harris عام 1984.

3 - 1 - 1 - الدافع الداخلي :

يعني الدافع الداخلي أن مكافأة داخلية أثناء الأداء ويعبر عن هذا المعنى "مارتنز" عام 1980 عندما يقرر أن الدافع الداخلي يعتبر جزءا مكتملا لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستصنعا بالحصول على المعرفة وليس هدفه من التعلم الحصول على المكافآت الخارجية، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفرقي رياضي بدافع الرغبة والحب في خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع استمراره، فدافع الاستمرار في الممارسة يكون نابعا من طبيعة النشاط الرياضي الذي أحبه والأداء الذي يستمتع به، والواقع أن الناشئ عندما يقبل على ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط الذي يريده ويرغب فيه، وهذه السعادة تفوق حصوله على مكسب مادي أو مكافأة خارجية، إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد، ويحدث أثناء الأداء. (كامل راتب، 1974، صفحة 144)

3 - 1 - 2 - الدافع الخارجي :

يقصد بالدافع الخارجي حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة وإن السبب الرئيسي للاستمرار في الممارسة والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يحصل عليها، فالدافع الخارجي على النحو السابق، ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية التي ينتظرها .

إنني نعني بالدوافع الداخلية أسباب ودوافع الخوض في نشاط رياضي، وعادة تقابل الدافعية الداخلية الدافعية الخارجية، فالشخص المحفوز داخليا يتصرف حتى يتحصل على مكافأة مرتبطة بالفعل ذاته، فاهتمامه إذن مركز على تأدية الدور، بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر بها أثناء القيام بالفعل الرياضي، أما الشخص المحفوز

خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافآت خارجية عن فعله، فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على (حسن علوي، 1987، صفحة 1205). الحصول على مكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته

3 - 2 - تقسيم الدوافع :

وتنقسم إلى نوعين هما :

الدوافع الأولية،

الدوافع الثانوية.

3 - 2 - 1 - الدوافع الأولية :

وتسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها: الحاجة إلى الطعام والحاجة إلى الشراب والحاجة إلى الراحة أو الحاجة الجنسية والحاجة إلى اللعب (عند الأطفال والحاجة إلى الحركة والنشاط ... الخ وقديما كانت تسمى هذه الدوافع ب: (الغرائز) إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون مصطلح الغرائز التفسير سلوك الإنسان، إذ غالبا ما يستخدمون لفظ الغرائز التفسير سلوك الحيوان.

3 - 2 - 2 - الدوافع الثانوية :

وتسمى أيضا دوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعله مع البيئة، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية، غير أنها تستقل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة للتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة، ومن أمثلة الدوافع الثانوية الحاجة إلى التفوق والمركز أو المكانة، السيطرة والقوة والأمن و التقدير والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات الخ.

4 - الدوافع والحاجات النفسية :

برى "مصطفى عشوي" أنه: "ينبغي أن نعرف الآن أن وراء كل سلوك دافع، فإذا رأينا شخصا منطويا على نفسه ينبغي أن لا نصدر الأحكام ضده، بل يجب ان نسأل عن الدافع وراء ذلك أو كان متكبرا أو يثير مشاكل في العمل أو في الممارسة، نفس الشيء ينبغي أن نسأل عن الدافع وراء كل سلوك يمكننا ملاحظته ونريد دراسته، فالدافع حالة من التوتر النفسي و الفيزيولوجي الذي قد يكون شعوريا أو لا شعوريا، تدفع الفرد للقيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتحقيق من التوتر ولإعادة التوازن للسلوك أو للنفس بصفة عامة(عشوي، 1990، صفحة 34)

ومن هنا نذكر بعض الحاجات النفسية و هي كالآتي:

الحاجة إلى الأطمئنان.

حاجة التفوق.

حاجة التبعية .

حاجة التعلم والمعرفة .

4 - 1- الدوافع النفسية :

هناك ارتباط كبير بين الدوافع سواء كانت فيسيولوجية على شكل حاجات أساسية فطرية أو حاجات مكتسبة متعلمة، أو دوافع نفسية أو دوافع نفسية اجتماعية، نعني بالدوافع النفسية مثلا الحاجة إلى الأمن، الحاجة إلى الحب، الحاجة إلى احترام وتقدير الذات والحاجة إلى تأكيد الذات(عشوي، 1990، صفحة 190)

4 - 2- خصائص الدوافع النفسية :

يشير مصطفى عشوي أنه: "لا يبدو أن لهذه الدوافع أسسا فطرية واضحة ولا عوامل بيولوجية ظاهرة للثقافة والتربية دور هام في أنماط ونماذج ظهور هذه الدوافع حسب ترتيب معين وفي أنماط إشباع هذه الدوافع . (عشوي، 1990، صفحة 190)

لا يمكن فصل هذه الدوافع الفيزيولوجية عن الدوافع الاجتماعية كالتملك و السيطرة وغير ذلك إلا من الناحية الفطرية، إذ ينبغي النظر إلى الذات الإنسانية نظرة تكاملية تراعي الأبعاد العضوية والنفسية والاجتماعية ومما ينبغي التأكيد عليه هو ضرورة مراعاة دوافع الناس وحاجاتهم أثناء الاتصال بهم والتعامل معهم، وكل ذلك انطلاقا من إدراكه قاعدة هامة تسيير وتقيد سلوك الأشخاص، وهي أن وراء كل سلوك دافع إلا أن نوع الدافع الذي يحدد سلوكه هو الذي يختلف من شخص لآخر، كما أنه يختلف من موقف إلى آخر، وعليه فإن إدراك الموقف بأبعاده الزمانية والمكانية والانفعالية هو العامل الأساسي للمساعدة على معرفة الدافع أو الدوافع المحركة لسلوك شخص أو أشخاص ما.

5- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي :

أن: "الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي، وهي موجهة نحو هدف معين يحقق Gros ويعبر الإشباع" يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا، هي من أصل فيزيولوجي الذة الحركة) و Gerard، 1985,p(223اجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة .)

6- الدافعية والأداء أو النتيجة الرياضية :

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

الدافعية + التعلم = النتيجة -الأداء الرياضية-

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

الخلاصة :

نستنتج أن القلق من أشد الانفعالات التي يتعرض إليها الرياضي قبل وأثناء المنافسة، والذي يترك أثر كبير في نفسية و مردود اللاعب، حيث أنه يتكون من عدة تغيرات جسمية، نفسية، وسيكولوجية مختلفة، ولقد قمنا في هذا الفصل بإبراز هذه المراحل المكونة للقلق وكيفية معالجتها.

كماوضحنا فيه أيضا الدافع و أنواعه و علاقته بالرياضة و النتائج الرياضية حيث يعتبر عنصر مهم لا يمكن اهماله في المجال الرياضي و هذا لما فيه من تأثير على مردودية الرياضي أثناء المنافسة و بالتالي على النتائج المحصلة ، لذا يجب على المدربين والأخصائيين الأخذ بعين الإعتبار هذين العاملين ومعرفة كيفية التعامل معهما لتحقيق أهدافهم .



الفصل الرابع:
الرياضة المدرسية

تمهيد:

لا شك أن النشاط الرياضي له دور كبير و مهم في إعداد شخصية الفرد والتي يبدأ تشكيلها خلال مراحلها الدراسية المختلفة ، ولهذا خصصت لهذا العلم كليات أطلق عليها التربية الرياضية والتربية البدنية و الرياضية عند شارلز بوكر هي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح اللائق من الناحية البدنية والانفعالية والاجتماعية وذلك من خلال ممارسة ألوان النشاط البدني والرياضي والتربية الرياضية تستند من المعطيات الانفعالية والوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني في تنمية شخصية الفرد تنمية تتسم بالاتزان و الشمول والنضج بهدف التكيف النفسي الاجتماعي للفرد مع مجتمعه ، ممارسة الرياضة أمر مؤصل له في الإسلام فأحاديث النبي صلى الله عليه وسلم (تحت على ممارسة الرياضة ارموا بني إسماعيل فإن القوة الرمي) و كان صلى الله عليه وسلم يسابق السيدة عائشة رضي الله عنها كما لا بد أن نورد حديث الخليفة الراشد عمر بن الخطاب رضي الله عنه (علموا أولادكم السباحة والرماية و ركوب الخيل).

فالرياضة المدرسية والمقصود بها كافة الفعاليات التي تطلب نشاطا عضليا أو نشاطا فكريا لدى الصغار إلى الحديث عن الحقيقة وضرورة اهتمام المدارس بدروس التربية البدنية بشكل تحقيقي وصدق وليس فقط جعلها مجموعة من الشواغر التي تستعمل كلما أدت إلى ذلك حاجة دراسية أخرى فالرياضة المدرسية تساهم وتشارك في الإعداد مواطن الصالحة

تساعد الأفراد على فهم أنفسهم وتنمية شخصياتهم و فهم المجتمع الذي يعيشون فيه و قيمه وأخلاقه كذلك تنمية شاملة متكاملة مشتركة عقليا وبدنيا واجتماعيا. (احمد محمد ،أ)

إن ارتباط الرياضة بالشباب ، هو ارتباط الحياة بالحياة ، فالرياضة هي قدرة و تحبي على العطاء و التفوق و التجدد و الإبداع و الشباب مثل لها في آل ذلك ، هذا خاصة أننا ننتمي إلى وطن جريح ، استعصت مشاله و معضلاته إلى درجة مأساوية فمن له طاقاتو قدرات أهم و أفعل و أخلص من طاقات شبابه. فالنشاطات الرياضية، التي تمارس على مستوى المؤسسات التعليمية، سواء منها الداخلية أو الخارجية، لا شك أن لها دور في اختيار وتوجيه التلاميذ ذوي القدرات و المواهب نحو الاختصاص في مجال رياضي معين.

1 مفهوم الرياضة المدرسية

إن الرياضة المدرسية تعتبر حديثة النشأة منذ وقت قريب من هذا القرن وهي تختلف نما عن التربية البدنية سواء في المضمون أو الأهداف، وهذا الإختلاف ليس تعارضا او تكاملا فيما بينهما .

ويمكن تعريفها على أنها: "البنية الأساسية للحركة الرياضية التي يجب الإهتمام بها لنضمن لحركتنا الرياضية التطور والإنتشار .

"وهي أيضا: "مجموع الأنشطة الرياضية المزولة داخل المؤسسات التعليمية والتي تتوج ببطولات محلية ووطنية بيدع من خاللها الطلبة و يبرزون كفاءاتهم ومواهبهم الرياضة المدرسية تمثل مجموعة العمليات والطرق البيداغوجية الالصفية، الصحية، والرياضية التي باعتبارها تكسب الجسم الصحة، القوة، الرشاقة واعتدال القوام.

2- أهمية الرياضة المدرسية:

تساعد الرياضة المدرسية، على تحسين الأداء الجسماني للتلميذ و اكتسابه للمهارات الأساسية و زيادة قدراته الجسمانية الطبيعية، أما الخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية، تم التلميذ بالمتعة من خلال الحركات التي تؤدي في المسابقات و التمرينات الرياضية التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الآخرين أو منفردة، أما المهارات التي تتم باستخدام أدوات، خلال التدريب أو باستخدام أجهزة سواء كبيرة أو صغيرة، تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على إشعار التلميذ بقوة الحركة.

كما أن وجود برنامج رياضي يشتمل على ألعاب و أنشطة داخلية (بين الأقسام) و خارجية (بين مختلف المدارس)، فإنه يعمل على إظهار الفروق الفردية بين التلاميذ و تشجيعهم، لأنه من غير المفترض أن جميع التلاميذ سوف يؤدون التدريبات الرياضية بنفس الكفاءة و نفس المستوى. (فنوش، 2005-2004، صفحة 61-59)

3 - 1- أهداف الرياضة المدرسية:

3- أهداف الرياضة المدرسية:

✚ إن البرنامج الرياضي الجيد ، يجب أن يشتمل على مساعدة التلاميذ لتحقيق الأهداف التالية : إمدادهم بالمهارات الجسمانية المفيدة .

✚ تحسين النمو الجسماني للتلاميذ بشكل سليم(العقل السليم في الجسم السليم) . المحافظة على اللياقة البدنية و تتميتها .

✚ قدرتهم على معرفة الحركات في مختلف المواقف .

✚ تنمية القدرة على ممارسة التمرينات الرياضية .

✚ تعليمهم المهارات الاجتماعية المختلفة ، كالتعاون ، التسامح و الروح الرياضية . تحسين و تطوير قدراتهم الابتكارية ، من خلال خطط اللعب المعقدة .

✚ تحسين القدرة على أداء الأشكال المختلفة للحركة .

اكتشاف و انتقاء المواهب الرياضية تنمية القدرة على التقييم. (فنوش، 2005-2004، صفحة 59)

4- مفهوم الرياضة المدرسية وأهدافها في الجزائر:

سوف نتطرق إلى إجراء مقارنة بسيطة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية حتى نضع كل واحدة في معناها المناسب، ثم توضيح مفهوم وأهداف الرياضة المدرسية في الجزائر إلى جانب ذلك مميزات التلاميذ خلال كل المراحل المدرسية.

5- المقارنة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية:

إن الرياضة المدرسية تعتبر حديثة النشأة في العالم عموماً أو في الجزائر خصوصاً، حيث أنها لم تظهر سوى في أواخر هذا القرن وهي تختلف عن التربية البدنية من حيث المضمون والأهداف التي تسعى إليها كل واحدة وهذا الإختلاف ليس تعارضاً وإنما هو تكامل بين المفهومين وفيما يلي نعرف كلا المصطلحين:

يعرف شارل: "التربية البدنية أنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط المستخدم بواسطة الجهاز الحركي لجسم والذي ينتج عنه اكتساب بعض السلوكيات التي تنمي فيها بعض قدراته".

أما بيوتشر فيري: "إن التربية البدنية هي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة حيث يكون الهدف هو تكوين مواطن متكامل من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ممارسة مختلف النشاطات البدنية واختياره لتحقيق غرضه. (عمراني، 1996، صفحة 11-12)

أما فوتر فيري: "إنها ذلك الجزء الكامل من التربية العامة التي تهدف إلى تقوية الجهاز البدني والجهاز العقلي حيث لو نظرنا من الباب الواسع لتربية نرى أنها تعطى عناية كبيرة للمحافظة على صحة الجسم. (عوض بسيوني، 1986، صفحة 22)

أما بالنسبة للرياضة المدرسية فلا يوجد هناك تعريف واضح يفسر مدى أهميتها والهدف من ممارستها فهناك تضارب لتعريف هذه الأخيرة، فمنهم من يرى أنها مادة تعليمية أو حصة تدريبية رياضية أو حاجز واق الانحراف للتلاميذ. ومن أجل توضيح أكثر من الضروري إدماج الرياضة المدرسية في صف النشاطات الكبرى للتكوين وفي بحثنا هذا أردنا توضيح الرؤية بالنسبة لمصطلح الرياضة المدرسية ومدى أهميتها حتى لا تبقى محصورة وفي حصة التربية البدنية وإنما تأخذ طابع المنافسة وإثبات الذات والكشف عن المواهب قصد تكوين المستقبل ورفع مستوى الرياضة.

6- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية و على كل المستويات. وتسهر على تنظيمها وإنجاحها كل من الإتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، مع وضع في الحسبان أن ذلك يتم بالتنسيق مع الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ولتغطية بعض النقائص .

ظهرت الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية. (Samir B، 1997، p 19)

إن الرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به، وتسعى على ذلك كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والمنافسات في أواسط التلاميذ.

إن هذه العملية يمكنها أن تساهم بقسط وافر في تحقيق هذه الغاية، وهذا المطلوب من كل المسؤولين المعنيين في اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من أجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة مبدئياً، ومما أعطى نفسا جديدا للممارسة الرياضية في الأواسط المدرسية وهو ما قرره وزارة التربية الوطنية في نقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة في المدرسية. (S. M، 2000، p 31)

حسب التعليلة رقم 09-95 بتاريخ 25 فيفري 1995 من خلال المادتين 5 و6 وهو ما أكدته وزارة التربية في جريدة الخبر تحت عنوان إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية.²

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إجبارية لكل التلاميذ، مع إعفاء كل الذين يعانون من المشاكل الصحية، وجاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارتي التربية الوطنية والشباب والرياضة مع وزارة الصحة والسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي في 25 أكتوبر 1997، ويهدف هذا القرار إلى ترفيه الممارسة الرياضية في المدارس كما وجهت الوزارة تعليلة تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي تحت فيها المعنيين الإداريين والمربين على تطبيق مضمون القرار الوزاري المشترك بين الوزارات الثلاثة

ونص القرار على استفادة الأطفال الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي. (جريدة الخير، 26 نوفمبر 1996، صفحة 04)

7 - أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن ممارسة الرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية لها أهداف أساسية منها نمو جسمي نفسي حركي، إجتماعي وكما لا يخفي ذكر الهدف الاقتصادي، وهذا برفع المردود الصحي للطفل ثقافية التي تسمح للفرد من معرفة ذاته مع تطوير كل من حب النظام روح التعاون، روح المسؤولية تهذيب السلوك، تنمية صفات الشجاعة والطاعة واتخاذ القرارات الجماعية بالإضافة إلى التوافق الحسي الحركي العصبي والعضلي وبهذا يمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية تساهم في إعداد رجل الغد من كل الجوانب

فالميزانية المخصصة من طرف الدولة للرياضة المدرسية لا تعتبر فقط استثمار في صالح الجانب المادي، كت تحقيق النتائج وإنما هو استثمار أيضا في صالح الجانب المعنوي للفرد وبالتالي أصلح الفرد يعني بالضرورة إصلاح المجتمع. (حبيب الله، صفحة 46)

8- المنافسة الرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية هي الأخرى تحتوي على منافسات سواء جماعية أو فردية هناك منافسات أو تصفيات تقوم بها الفيدرالية الجزائرية للرياضة المدرسية والتي تسعى من خلالها اختيار أبطال في الفردي أو الفرق وذلك من أجل تنظيم بطولة وطنية مصغرة والتي معظمها تجري في العطل الشتوية أو العطل الربيعية ثم يليها البطولة ولذلك الرياضة المدرسية كغيرها من الرياضات تنظم منافسات الترفيه المواهب الشابة وإعطاء نفسا جديدا للحركة الرياضية وقبل أن تعطي مفهوم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر وكيفية تنظيمها سنعطي مفهوم المنافسات ونظرياتها بصفة عامة. (عوض بسيوني، 1986، صفحة 146)

8 - 1 - المنافسة:

إن المنافسة موجود في الحياة اليومية وهي متواجدة أساسا في الحياة الاقتصادية الاجتماعية الفنية والسياسية وبصفة عامة المنافسة هي صراع بين أشخاص أو بين مجموعة كمنى الأشخاص للوصول إلى الهدف المنشود إليه لإيجاد نتيجة ما و الرياضة هي الميدان الوحيد الذي سترى أكثر معلوماتنا حول المنافسة. (Matviev، 1983، p13)

8- 2 - تعريف المنافسة:

كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية وتعني البحث المتواصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب ونفس الصفة، وحسب كتاب روبرت الرياضة الذي يعرف المنافسة على أنها كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية. (Matviev، 1983، p13)

ويأتي ما اتفق ليكمل هذا التعريف بقوله: "هو النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة منقفة في إطار أو نمط استعدادات معروفة وثانية بالمقارنة مع الثقة القصوى.

وحسب ردا لدرمان المنافسة هي صراع بين عدة أشخاص للوصول إلى هدف منشود أو نتيجة ما وحسب فير نوندر فيعرف المنافسة بقوله المنافسة هي كل حالة يتواجد فيها إثنان أو عدد كبير من الأشخاص من صراع للأخذ بالجزء الهام أو النصيب الأكبر. (ALDERAM، 1990، p95)

وحتى في علم النفس اهتم بدوره بالمنافسة ويعطي لها التعريف التالي: "نفهم المنافسة كمجابهة للغير أو عند المحيط الطبيعي، الهدف نصر الأشخاص أو جماعات لكن كلمة المزاحمة هي اقرب معني لمنافسة في ميدان الرياضة لأن هذه الأخيرة تخص مجابهة بين أشخاص من أجل أحسن لمحة ولأحسن مستوى. (خطاب، 1965، صفحة 67)

8-3- نظريات المنافسة:

للمنافسة نظريات منها مايلي:

3-1: المنافسة كشرط إيجابي:

حسب رد اردمان المنافسة هي حافز يسمح للشخص بالتطور وحسب بركس دورسن المنحة هي دائما التي تدفع أو تعقد من حد المنافسة، إذن المنافسة هي إحدى الدوافع التي تسمح للشخص أن يصل إلى نتيجة مشرفة بذلك. (حبيب الله ، صفحة 53)

3-2 : المنافسة كوسيلة للمقاربة:

حالة الشخص في المنافسة يمكنها أن تكون متعلقة لما يحيط به إذن سلوكات ومعاملات الفرد يمكن أن تتغير حسب معاملات رفاقه، مدربيه، منافسيه، ومتفرجيه... الخ

3-4 : المنافسة كمهمة متبادلة:

بين الرغبة في تحسين القدرات والرغبة في تقييمها، الدرمان يعيد قوله النفساني فيذكر أن التصرفات في المنافسة هي نتيجة للراغبين في المنافسة للأشخاص، والرغبة في تحسين قدراتهم والرغبة في تقسيمها وبهذا نصل لقولنا أن كلما كانت الرغبة في تحسين القدرات كبيرة، كلما كانت الرغبة في تقييمها أكبر، وكلما كان الشخص في احتياج التقدير والتقييم لقدراته بالمنافسة.

8-4 - أهداف المنافسات الرياضية المدرسية:

إن المنافسات الرياضية المدرسية من أهم الوسائل المساعدة على اتزان العدد نفسيا واجتماعيا فهي لكسب الجسم الحيوية والرشاقة و القوام اعتدالا وجمالا، مما تجنب الفرد الممارس لكل والخمول كما تمنحه نموا صحيا جيدا، حيث تجعله أقل عرضة لأمراض التي تصيبه، لأنه يصبح عال على مجتمعه، ويعتقد البعض أنها تختص بتكوين الفرد في وحدة متكاملة بين جميع النواحي يؤثر ويتأثر بسائر النواحي الباقية، فالعقل مثلا يؤثر على مجهود الجسم ومن هنا يتضح لنا علاقة العقل بالجسم إذن فلا يقتصر دور الممارسة على تنمية الجسم فقط أي القوة البدنية كما يعتقد البعض وفيمايلي سوف نوضح ذلك بأهم ما تهدف إليه المنافسات الرياضية المدرسية. (حبيب الله ، صفحة 54-53)

4-1 : هدف النمو البدني:

من أهداف المنافسات الرياضية المدرسية على هذا الجانب مايلي:

- ✚ تنمية القدرات البدنية للرياضيين المتنافسين.
- ✚ تقوية العضلات والأجهزة العضوية المختلفة للجسم .
- ✚ تحقيق تحمل الأداء الخاص لكل المهارات كالسرعة، والرشاقة، القوة، المقاومة.

الصحة البدنية. (خطاب، 1965، صفحة 67-68)

4-2 : هدف النمو الاجتماعي:

إن للمنافسات هدف اجتماعي يتمثل في خلق جو التعاون لكل فرد يقوم بدوره عن طريق مساهمته بما عنده بالتنازل عن بعض الحقوق في سبيل القدرة والمثل من أجل تحقيق هدف اجتماعي يعود بالفائدة على المجتمع مثلا أن

يتنازل اللاعب عن حقه في تسديد ضربة جزاء أو تسديد مخالفة كي يتجنب التخاصم مع أعضاء فريقه الخصم وهذا التعاون لا يتحقق إلا عن طريق الجماعة والتنافس.

3-4 : هدف النمو العقلي:

إن المنافسات الرياضية المدرسية تلمس كل الجوانب حتى الجانب العقلي فهي تفيد الناحية البدنية والعقلية وحتى يتحقق تفكير واكتساب المعارف المختلفة ذات طبيعة المنافسة الرياضية كتاريخ اللغة التي تمارس فوائدها وطرق التدريب لها، بالإضافة إلى ما تتيحه من فرص لأسباب خيرات ومعلومات تتعلق بالبيئة المحلية والخارجية للفرد، فيجب التذكر أن العقل و الجسم مرتبطان إذ أنه ليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل ولكنه يؤدي استعمال العقل استخداما فعالا مؤثرا

4-4 : هدف النمو النفسي:

إن المنافسات الرياضية كغيرها من المنافسات الرياضية نحقق اللذة والإنتاج فيتحرر من كل ما هو مكبوت ويغمره السرور والابتهاج و عندما يسيطر على حركته، أضف إلى هذا أنها تهدف إلى إشباع الميول العدوانية العنيفة لدى بعض المراهقين عن طريق الألعاب التنافسية العنيفة كالملاكمة مثلا، هذا إن شدد الملاكم ضربات للخصم فإنه في هذه الحالة يعبر عن دوافعه المكبوتة بطريقة مقبولة ومفيدة بوجه عام، ويحرز إلى إعادة التوازن بسبب نجاحه في نشاطه الرياضي، إذ أن الحل السليم للتخلص من العبرات والإندفاعات غير المناسبة هو كبتها في اللاشعور ووضعها في السلوك المقبول اجتماعيا وشخصيا. (خطاب، 1965، صفحة 68-69)

5-4 : هدف النمو الخلقى:

إن المنافسات الرياضية في إطار الرياضة المدرسية عملية تربوية خلقية، نظرا لما يوفره النشاط التنافسي من سلوك أخلاقي وهذا بالنظر إلى حماسة المنافسة. ومما يجري بها من اصطدام و هجوم والخوف من الهزيمة وفي كل هذه المنافسات تهتم بالتهدئة وذلك بتوضيح ما يجب وما لا يجب القيام به من المنافسة وهذا ما يساعد الفرد على العمل الصالح والثقة في النفس والإخاء والصدقة وروح التعاون والمسؤولية.

5-8 - مفهوم وتنظيم المنافسات الرياضية المدرسية في الجزائر:

إن المنافسات الرياضية المدرسية كغيرها من المنافسات تمر عبر مراحل من التصنيفات مات بين الأقسام الولائية، الجهوية ثم الوطنية وأخيرا الدولية وفي كل مستوى هناك هيئات تعمل لهذه المنافسات وبدورها هذه الأخيرة تنقسم إلى نوعين من المنافسات الفردية والجماعية ولكلا الجنسين وفي كل الأصناف. (وثيقة من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية ، صفحة 05)

أ: الفرق الرياضية المدرسية.

ب: الغرض من إنشاء وإعداد الفرق المدرسية.

كل مؤسسة تربوية يجب أن تنشئ جمعية رياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك التفوق للمنافسات مع المؤسسات التربوية الأخرى.

وقد أقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية حيث نصت المادة 05 أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية والرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية. وسيكون الإنضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية على النحو التالي: تكون الجمعية المنشأة على مستوى الثانوية ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية حيث يتكون ملف الاعتماد - طلب الإنضمام - قائمة اللجنة المديرة بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء. - ثلاث نسخ من اعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة. - اللجنة المديرة هي المسؤولة أمام الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية - الرابطة الولائية الرياضية المدرسية ترد على الانضمام أي جمعية في كل 15 يوم التي تلي والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الإنضمام، البطاقات التأمينات، تصب كل النفقات إلى الرابطة. (القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية ، المادة 02)

خلاصة:

تكتسي الرياضة المدرسية أهمية كبيرة للتلاميذ ، من مختلف النواحي النفسية ، البدنية والتربوية فأما من الناحية النفسية ، لها دور في إشباع نمو التلاميذ و رغباتهم في الممارسة الرياضية ، أما من الناحية البدنية ، فهي تساهم في تطوير القدرات الكامنة لدى التلاميذ و تنمية مواهبهم الخاصة ، من خلال توفير لهم وسط حيوي و رحب لتحقيق ذلك ، كما تساهم في تربية التلميذ و تثقيفه و تعلم أنماط مختلفة في التفكير والسلوك،يسهر على تنظيم الرياضة المدرسية ، الكثير من الهيئات الخاصة بذلك فعلى المستوى الوطني ، نجد الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية ، أما على مستوى كل ولاية فنجد الرابطة الولائية للرياضة المدرسية ، ثم يأتي المستوى المحلي الذي توجد فيه الجمعيات الرياضية الثقافية ، التي توجد حتى في المؤسسات التربوية.

نستخلص أن السلطات الجزائرية حاولت بقدر الإمكان الاعتناء بالرياضة المدرسية وأرادت أن تعطي لها مكانتها المرموقة وذلك حتى تكون وسيلة من الوسائل التي ستساهم في تطوير وازدهار الرياضة الوطنية بصفة عامة.



الواجب الثاني:
الجانبة التطبيقي



الفصل الأول:

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

بناء على ما أثير من تساؤلات تبحث عن إجابات التي تمثل أبعاد الإشكالية التي تدور حولها الدراسة الحالية، و طبقا لما أفرت عليه الدراسات السابقة التي أنارت الطريق للاستنتاج الإجابات محتملة و تلك التساؤلات التي صيغت في صورة فرضيات، لزم علينا القيام بدراسة تطبيقية و ذلك لتحقيق من صحة الفروض الإثباتها و نفيها، حتى نتمكن من الوصول إلى نتائج محددة. و سنتطرق في هذا الفصل إلى التعريف بمنهج البحث، الدراسة الاستطلاعية و نتائجها، عرض مجتمع البحث و عينته، وفي الأخير عرض الأساليب الإحصائية المستعملة في البحث.

1- منهج البحث:

المنهج في البحث العلمي هو مجموعة من القواعد و الأسس يتم من اجل الوصول إلى الحقيقة، و المنهج يعبر عنه ب " الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة لاكتشاف الحقيقة . و منهج البحث يختلف باختلاف المواضيع و لهذا توجد عدة مناهج علمية. و من خلال المشكلة التي تطرحها فان المنهج المتبع هو المنهج الوصفي لأنه أكثر ملائمة لحل المشكل عن طريق العمل الميداني ، و هو عبارة عن جمع بيانات لمحاولة الإجابة عن التساؤلات سعيا لمعالجة الاستبيانات (بخوش،1995،صفحة 89) ونظرا لطبيعة موضوع بحثنا ومشكلته اعتمدنا على المنهج الوصفي الذي يقوم على دراسة و تحليل و تفسير الظاهرة.

2-الدراسة الاستطلاعية:

تعد إجراءات الدراسة الاستكشافية أمرا ضروريا في كثير من البحوث، حيث تواجه الباحث صعوبات توجهه في مختلف مراحل بحثه ، سواء في تحديد المشكلات الهامة ذات القيمة العلمية، أو في التعرف على الظواهر الجديدة بالدراسة و بالظروف المحيطة بها، أو في مرحلة صياغة التساؤلات صياغة دقيقة ، أو في تحديد فروضها التي على جوانب البحث و تجيب عن استفساراته، هذا بالإضافة إلى الصعوبات الأخرى المتعلقة بمنهج البحث و الأدوات المستخدمة و العينة المختارة و مجالات الدراسة و طرق جمع البيانات و معالجتها وقد شملت هذه المرحلة عدة خطوات نلخصها فيما يلي:

- توزيع الإستمارات

-معرفة و فهم طبيعة الأسئلة إن كانت صعبة الفهم غامضة مبهمة ، أم كانت سهلة واضحة في المتناول.

3-مجتمع البحث و عينته:

3 - 1 - خصائص مجتمع البحث:

تتمحور الدراسة على فئة أساتذة التربية البدنية و الرياضية. * من حيث السن: أفراد مجتمع البحث في المرحلة العمرية ما بين (25-42) سنة. * من حيث النوع: أفراد العينة شمل أساتذة ذكور و إناث.

3 - 2 - عينة البحث:

إن العينة هي أساس عمل الباحث حيث أن "العينة هي مجموعة من الأفراد يبني الباحث عمله عليها و هي مأخوذة من المجتمع الأصلي ممثلة له تمثيلا صادقا".

3 - 3 - طريقة اختيار عينة البحث:

وعينتنا هذه مكونة من 20 أستاذًا في التربية البدنية و الرياضية في بعض متوسطات ولاية تبسة، حيث تم اختيارها بطريقة عشوائية و ذلك بتوزيع 20 استمارة استبائية على الأساتذة .و الإستعانة بمواقع التواصل الإجتماعي لتوصل معهم .

4- زمن البحث :

4-1 المجال البشري : اساتذة التربية البدنية و الرياضية طور التعلم المتوسط

4-2 المجال المكاني: ولاية تبسة بلدية تبسة

4-3 المجال الزمني: شهر مارس -أفريل - 2020.

5- ضبط متغيرات الدراسة:

5-1 المتغير المستقل : يعرف المتغير المستقل بأنه المتغير الذي يقوم بكافة المتغيرات الأخرى ولكنه لا يتأثر بأي متغير منها. في حالتنا بحثنا المتغير المستقل هو :قلق المنافسة

5-2 المتغير التابع : وهو المتغير الذي يكون تابعا للمتغير المستقل، حيث أن التغييرات التي يقوم بها المتغير المستقل تنعكس بشكل رئيسي على المتغير التابع. في حالتنا بحثنا المتغير المستقل هو :دافعية الإنجاز عند التلاميذ

6 أدوات البحث :

- الإستبيان :

الاستبيان هو عبارة عن مجموعة الأسئلة المرتبطة بطريقة منهجية حول الموضوع المعني، و يتم وضعها في استمارة توزع إلى الأشخاص المعنيين للإجابة على الأسئلة الواردة فيها و ذلك بعد أن تبني و تعدل من طرف أساتذة مختصين

7 - الوسائل الإحصائية المستعملة :

لقد استعملنا في بحثنا هذا: - النسبة المئوية: استعملنا في تحليل الاستمارة الاستبائية النسبة المئوية و صيغتها هي:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{ن}{أ} \times ك$$

حيث:

أ:هو عدد الأساتذة .

ك: الأساس =100.

ن : عدد العينة.

تمهيد

في هذا الجزء الخاص بالجانب التطبيقي قد قمنا بالدراسة الميدانية عن طريق توزيع الاستبيان على تلاميذ الطور المتوسط (الرابعة متوسط) والذي تمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها ثم تقديم عرض وتحليل النتائج للأسئلة المطروحة في الاستبيان بحيث نقوم بوضع جداول لهذه الأسئلة تتضمن عدد الإجابات والنسب المئوية الموافقة لها ، وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج وتوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.



الفصل الثاني:
عرض وتحليل النتائج

1- عرض نتائج الاستمارة الاستبائية وتحليلها:

بعدها قمنا بانجاز استمارة استبائية موجهة لأساتذة التربية البدنية و الرياضية بالتعليم المتوسط و بعد تحديد هدف كل سؤال سنوضح فيمايلي النتائج مع تحليلها ودراستها.

السؤال الأول: حسب رأيك ما تعريفك للدافعية في الوسط الرياضي ؟

الهدف منه: التعرف على مفهوم الدافعية حسب رأي أساتذة الطور المتوسط في الوسط الرياضي.

تحليل ومناقشة النتائج:

كان التعريف الغالب للدافعية من طرف أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط لعينة البحث هو أنها استعداد الرياضي أو التلاميذ وبذل الجهد و الطاقة من أجل تحقيق أهداف ما، سواء كانت رياضية تربوية تعليمية

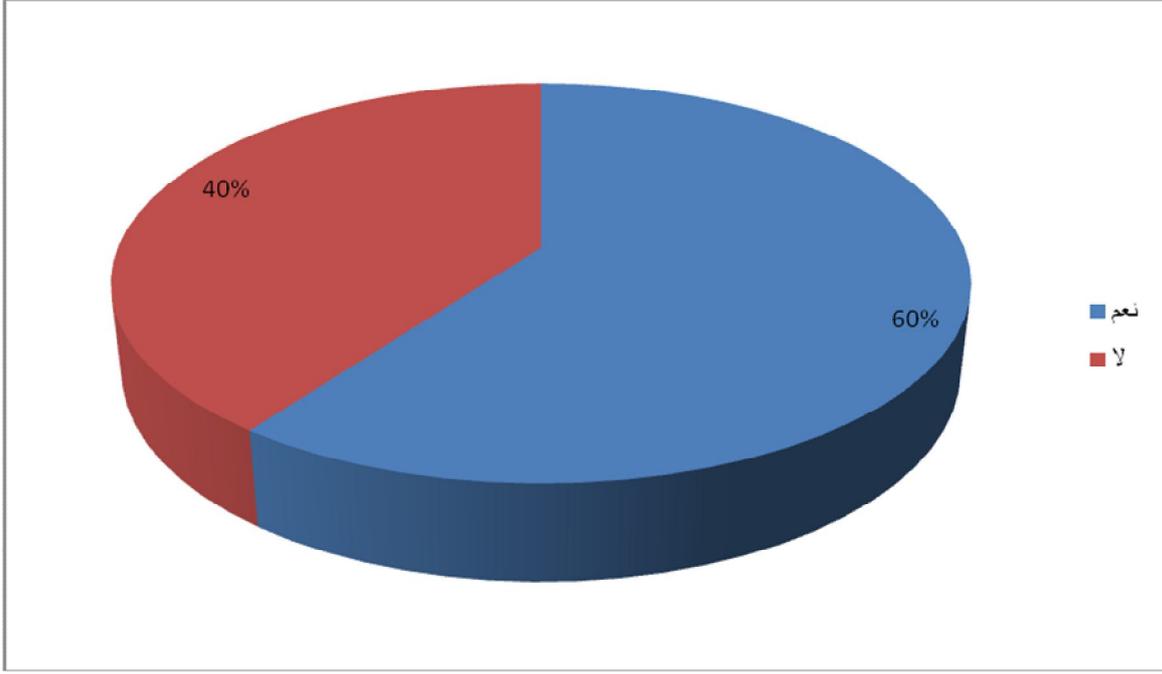
يرى أساتذة التربية البدنية و الرياضية أن تعريف الدافعية هو استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين لما تحظى الدافعية بأهمية بالغة في مجال علم النفس بصفة عامة و في المجال الرياضي بصفة خاصة. ذلك ما ذهب إليه "أسامة كامل راتب" فيعرف الدافعية بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين"

السؤال الثاني: هل هناك علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية ؟

الهدف منه:

طرح السؤال لمعرفة إن كانت هناك علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية.

الإجابة	لا	نعم	المجموع الكلي
العدد	08	12	أستاذ
النسبة	%40	%60	%100



الشكل رقم 01 -

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال إطلاعنا على مختلف الإجابات تبين لنا أن معظم الأساتذة و بنسبة 60% أجابوا بأنه توجد علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية فيما ذهب بعضهم إلى الإجابة بعدم وجود بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية وبنسبة 40%.

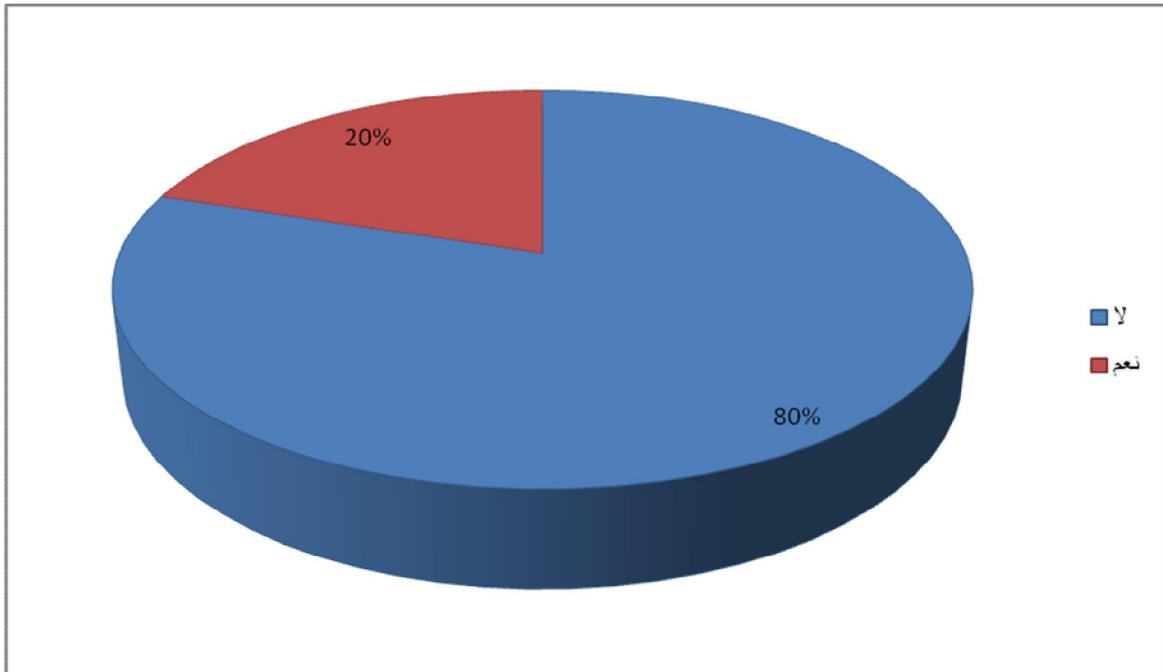
هناك علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية إذ يعتبر القلق اثناء المنافسة دافع لحفظ الثقة بالنفس في النشاط الرياضي عامة.

السؤال الثالث: حسب رأيك هل هذه العلاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية تكون؟

الهدف منه : معرفة إيجابية أم سلبية العلاقة بين الدافعية و الثقة بالنفس في حصة

الإجابة	سلبية	اجابية	المجموع الكلي
العدد	16	04	أستاذ
النسبة	%80	%20	%100

جدول رقم - 02 -



الشكل رقم 02 -

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال جمع الإجابات تبين لنا أن العلاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية ، حيث أن 40% من الأساتذة أجابوا بإيجابية العلاقة بينهما، بينما أجاب 60% منهم بسلبية العلاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية. إن العلاقة بين الدافعية و الثقة بالنفس في حصة التربية البدنية لها دور كبير

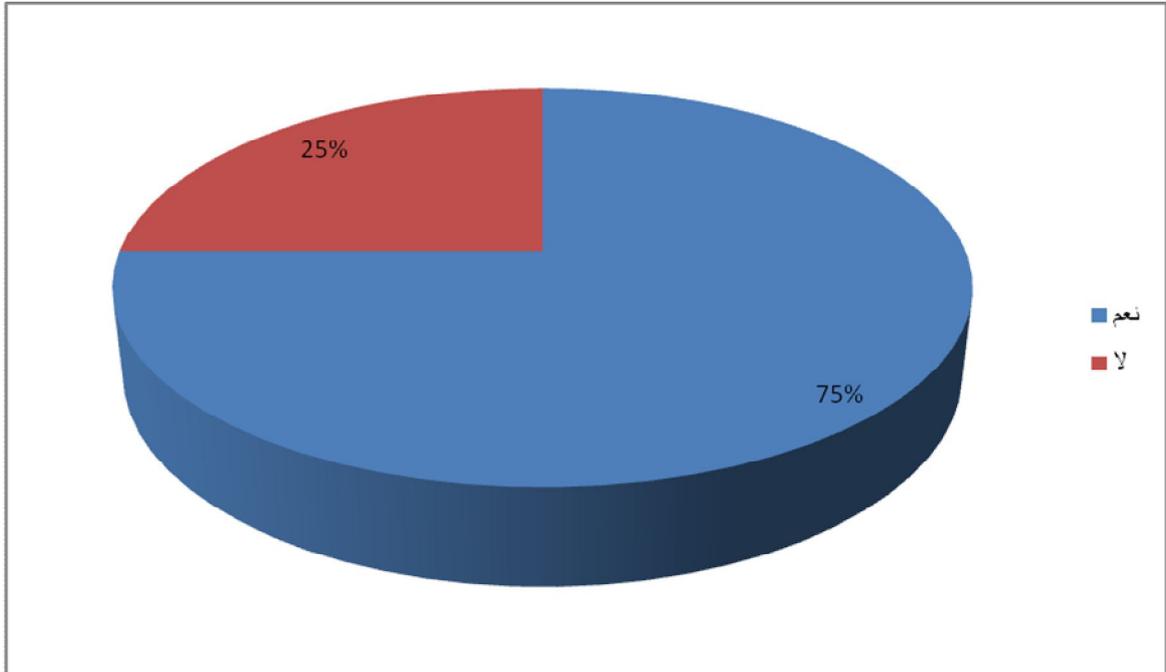
حيث تأثير سلبي على نفسية التلاميذ إذ تعمل حفظ معنويات التلاميذ وعدم الثقة في قدراتهم، الشيء الذي ينعكس سلبي على دافعيته نحو الممارسة وتحقق النتائج الجيدة .

السؤال الرابع: هل انتقادك للتلاميذ يقلل من مستوى دافعيتهم؟

الهدف منه: معرفة هل انتقاد الأساتذة للتلاميذ يقلل من مستوى دافعيتهم.

الإجابة	لا	نعم	المجموع الكلي
العدد	08	12	أستاذ
النسبة	%25	%75	%100

جدول رقم - 03 -



الشكل رقم-03

تحليل ومناقشة النتائج:

بعد جمع الإجابات وتحليلها تبين لنا أن أغلبية الأساتذة و بنسبة 75% الذين ينتقدون التلاميذ يقلل ذلك من مستوى دافعية التلاميذ، وعلى العكس و بنسبة 25% يرون أن انتقاد الأساتذة للتلاميذ لا يقلل من مستوى دافعيتهم. إن انتقاد الأساتذة للتلاميذ يقلل من مستوى الدافعية لهم، مما ينعكس ذلك على نفسيته، و ينعكس أيضا على أدائه الرياضي أو المهاري اثناء المنافسة.

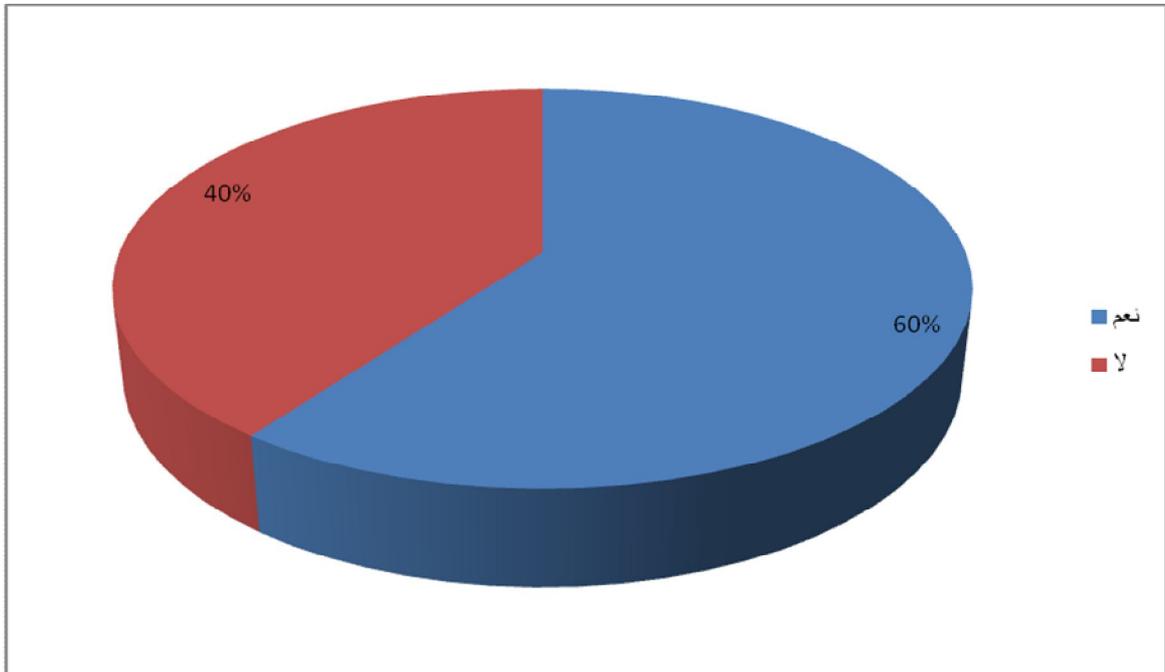
السؤال الخامس: إذا هل الدافعية المنخفضة للتلاميذ تؤثر في نفسياتهم مما يسبب صعوبة تحقق نتائج جيدة في

المنافسات ؟

الهدف منه: معرفة مدى تأثير الدافعية المنخفضة في نفسية التلاميذ و انعكاسها في تحقق نتائج جيدة في المنافسات .

الإجابة	لا	نعم	المجموع الكلي
العدد	08	12	أستاذنا
النسبة	%40	%60	%100

جدول رقم - 04 -



الشكل رقم 04

تحليل ومناقشة النتائج:

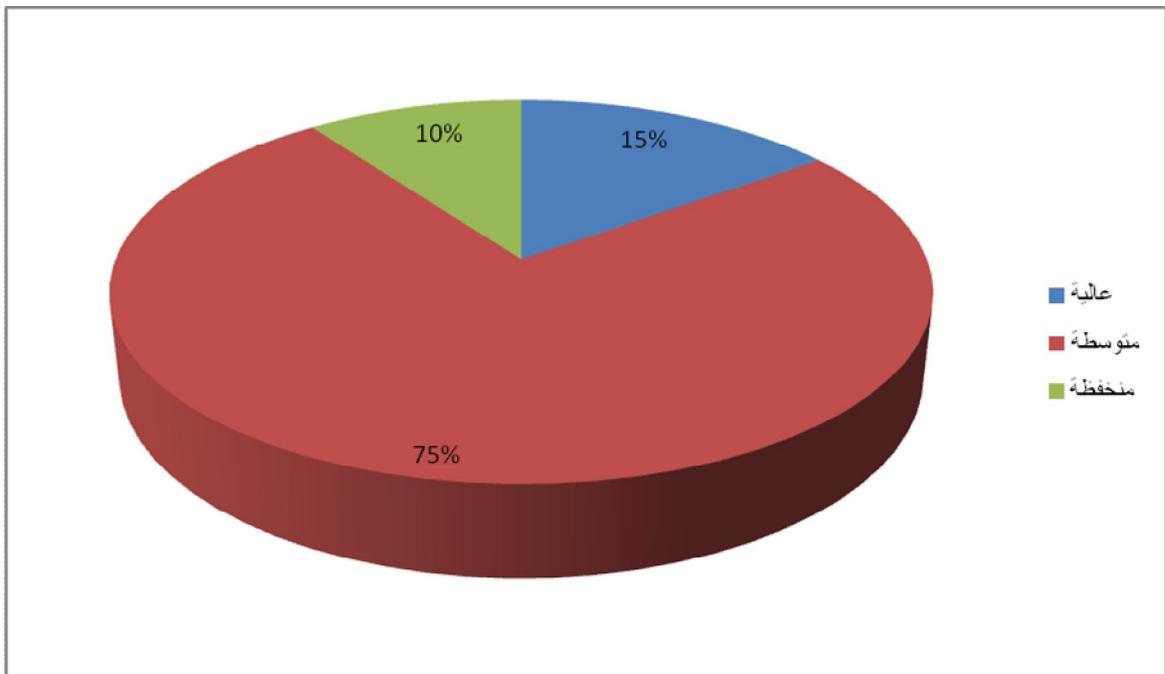
أغلب الأساتذة و بنسبة 60% يرون أن الدافعية المنخفضة للتلاميذ تؤثر في نفسياتهم مما يصعب ذلك من سيرورة حصة التربية البدنية، في حين يرى و بنسبة 40% عكس ذلك. إن الدافعية المنخفضة لدى التلاميذ تؤثر على حالتهم النفسية مما تؤثر على أدائهم و مستواهم الرياضي مما تعكس دافعتهم و تصبح غير مجدية ومنه عدم الوصول إلى الأهداف المرجوة وتحقيق أهداف المنافسة .

السؤال السادس: ما مدى قلق التلاميذ بالمنافسة ودافعية الانجاز عندهم ؟

الهدف منه: معرفة ما مدى قلق التلاميذ بالمنافسة ودافعية الانجاز لديهم .

الإجابة	عالية	متوسطة	منخفضة	المجموع الكلي
العدد	03	15	02	20 أستاذًا
النسبة	%15	%75	%10	%100

جدول رقم - 05 -



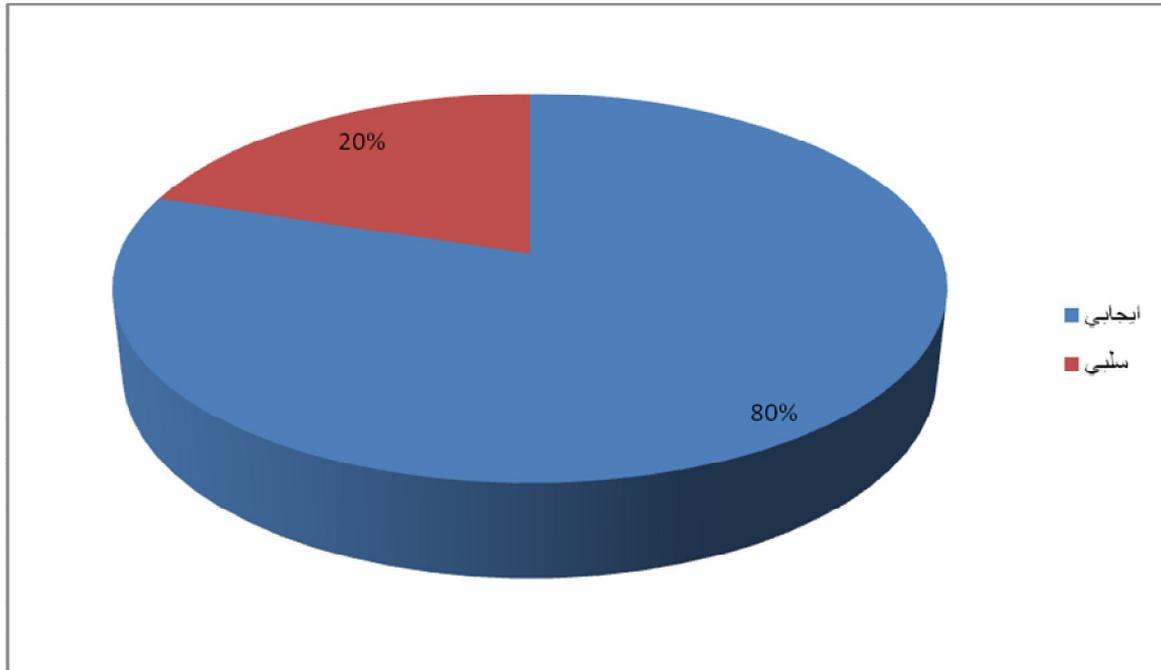
الشكل رقم-05

تحليل و مناقشة النتائج: معظم الأساتذة و بنسبة 75% قلق التلاميذ بالمنافسة ودافعية الانجاز يكون متوسط، في حين أجاب و بنسبة 15% منهم أن دافعتهم تكون عالية ، و اكتفى 10% منهم بالقول بأن قلق منخفض . قلق التلاميذ بالمنافسة متوسط لأنها المرحلة التي يتم خلالها ظهور مواقف مثل الفشل او الفوز

السؤال السابع: -حسب رأيك- ما تأثير الدافعية الجيدة على التحصيل الدراسي؟
الهدف منه: معرفة تأثير الدافعية الجيدة على التحصيل الدراسي .

الإجابة	إيجابي	سلبي	المجموع الكلي
العدد	16	04	20 أستاذًا
النسبة	%80	20%	%100

جدول رقم - 06 -



الشكل رقم-06

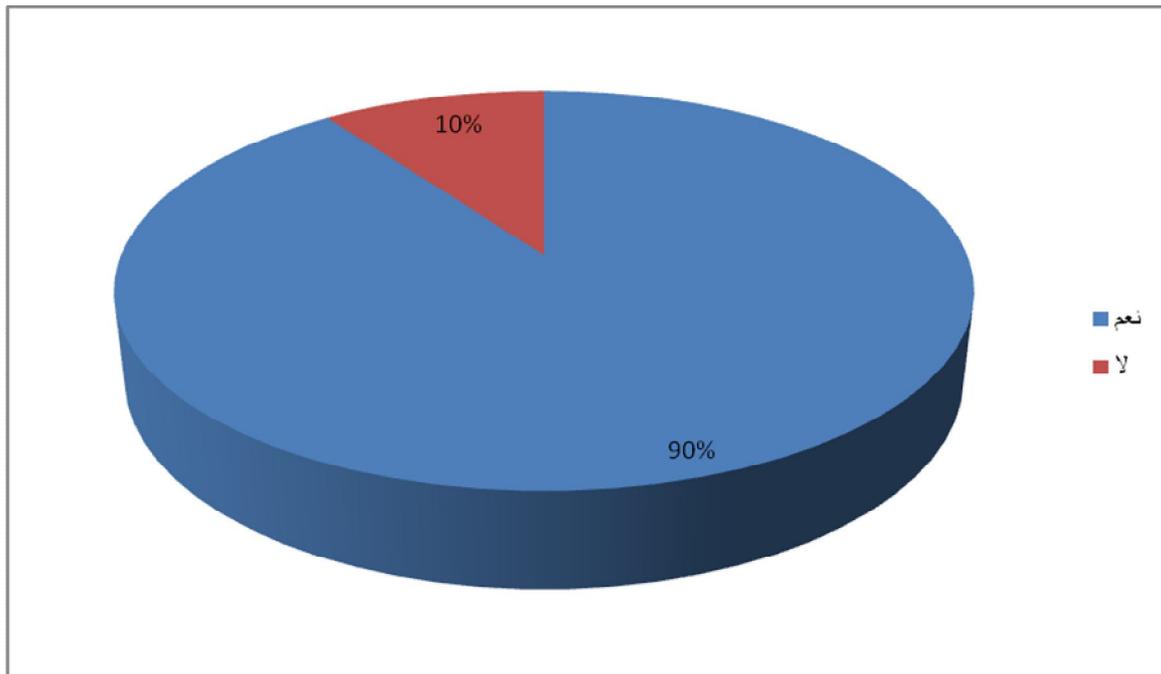
تحليل و مناقشة النتائج: أغلبية الأساتذة و بنسبة 80% يرون أن الدافعية تؤثر بالإيجاب على تحصيل النتائج الدراسية بالنسبة للتلاميذ، في حين يرى البعض الآخر و بنسبة 20% أن دافعية التلميذ تنعكس عليه سلبا من حيث التحصيل الدراسي . حسب رأي الأساتذة- فإن الدافعية تعمل على تحصيل النتائج الإيجابية بالنسبة للتلاميذ الطور المتوسط، و يعرفه آخرون بأنه عبارة عن حالة " تثير السلوك في ظروف معينة و توجهه و تؤثر عليه.

السؤال الثامن: إذا هل تحصيل نتائج إيجابية في المنافسة راجع لدافعية الانجاز الجيدة لدى التلاميذ ؟
الهدف منه: طرحنا السؤال لمعرفة إن كانت الدافعية تساعد على تحقيق

النتائج الإيجابية في المنافسات الرياضية.

الإجابة	نعم	لا	المجموع الكلي
العدد	18	02	20 أستاذًا
النسبة	%90	%10	%100

جدول رقم - 07 -



الشكل رقم-07

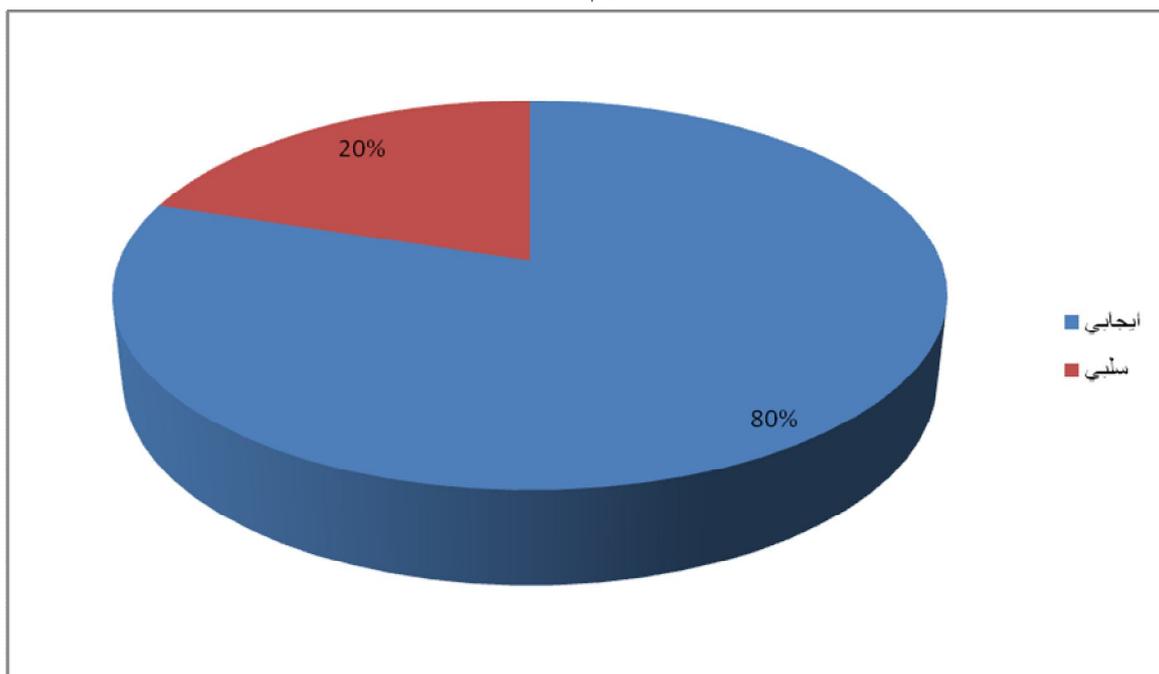
تحليل و مناقشة النتائج: يمكن القول أن أغلبية الأساتذة أجابوا بأن تحصيل التلميذ لنتائج إيجابية في المنافسات الرياضية راجع الدافعية حيث لغت نسبتهم 90 %، في حين أن نسبة 10 % من الأساتذة يرون تحصيل النتائج الإيجابية في المنافسات الرياضية لا يرجع إلى دافعية التلميذ الجيدة. حسب رأي الأساتذة - فإن تحصيل النتائج الإيجابية و الجيدة في المنافسة الرياضية راجع لدافعية التلميذ ما يساهم في تسهيل النجاح و الفوز وبالتالي الوصول إلى الأهداف المرجوة والوصول لتحقيق المنافسة.

السؤال التاسع: حسب رأيك - ما تأثير خبرات النجاح و الفشل على دافعية الانجاز لدى التلاميذ؟

الهدف منه: معرفة مدى تأثير خبرات النجاح و الفشل على دافعية الانجاز لدى التلاميذ.

الإجابة	إيجابي	سلبي	المجموع الكلي
العدد	16	04	20 أستاذًا
النسبة	80%	20%	100%

جدول رقم - 08 -



الشكل رقم-08

تحليل و مناقشة النتائج: بعد استعراضا للنتائج وجدنا أن نسبة 80 % من الأساتذة أجابوا بإيجابية تأثير خبرات النجاح و الفشل على دافعية الانجاز لدى التلاميذ، أما نسبة 20 % من باقي الأساتذة يرون عكس ذلك. تنعكس خبرات النجاح و الفشل بالإيجاب على دافعية الانجاز التلميذ ، مما تساعده على تقدير ذاته و منه المضي قدما، هذا ما ينعكس إيجابا على سيرورة الحصة.

يقول أسامة كامل راتب "إن ما يوجه الرياضي في أول الأمر خبرات عديدة في حصة تدريبية تتسم بالنجاح، فذلك يدعم لهم الإحساس بالكفاية و الثقة بالنفس، مما يقوي لديهم الحاجة إلى المزيد من التفوق و الإقبال على الرياضة".

السؤال العاشر: في رأيك - ما تعريفك لقلق المنافسة في المجال الرياضي؟
الهدف منه: معرفة ماهية قلق المنافسة في المجال الرياضي.

تحليل ومناقشة النتائج :

أغلب الأساتذة عرفوا قلق المنافسة في المجال الرياضي على أنها وبصفة عامة هي صراع بني اشخاص أو بين مجموعة من الاشخاص للوصول الى الهدف المنشود أو لإيجاد نتيجة ما.

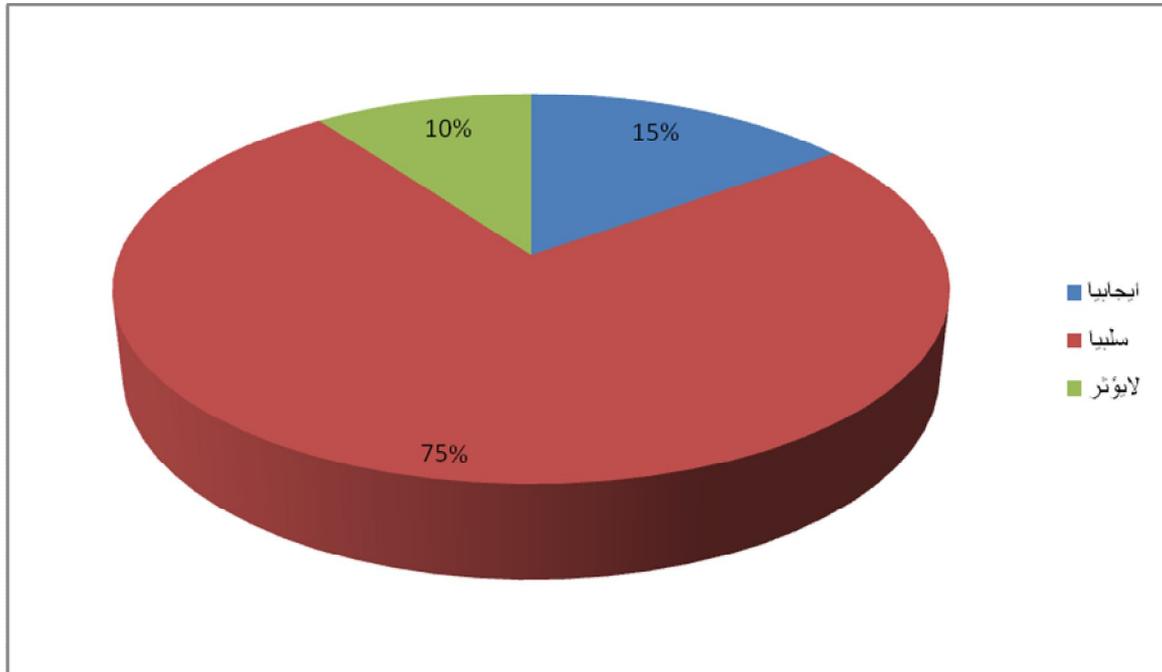
(وينريق قولد . 1997 -) نقال عن « مارتنز » - أن المنافسة هي حالة يقوم خلالها شخصين أو أكثر بالتنافس هي للحصول على جائزة أو على أكبر حصة المنافسة بصفة عامة هي موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين المشتركين ، فهذه كل منافس يختلف عن هدف المنافس الآخر ويتعارض معه.

السؤال الحادي عشرة: حسب رأيك - كيف ترى تأثير قلق منافسة الرياضية على الدافعية لدى التلاميذ ؟

الهدف منه : طرحنا السؤال معرفة مدى تأثير قلق منافسة الرياضية على الدافعية لدى التلاميذ.

الإجابة	إيجابيا	سلبيا	لا يؤثر	المجموع الكلي
العدد	03	15	02	20 أستاذًا
النسبة	%15	%75	%10	%100

جدول رقم - 10 -



الشكل رقم - 10 -

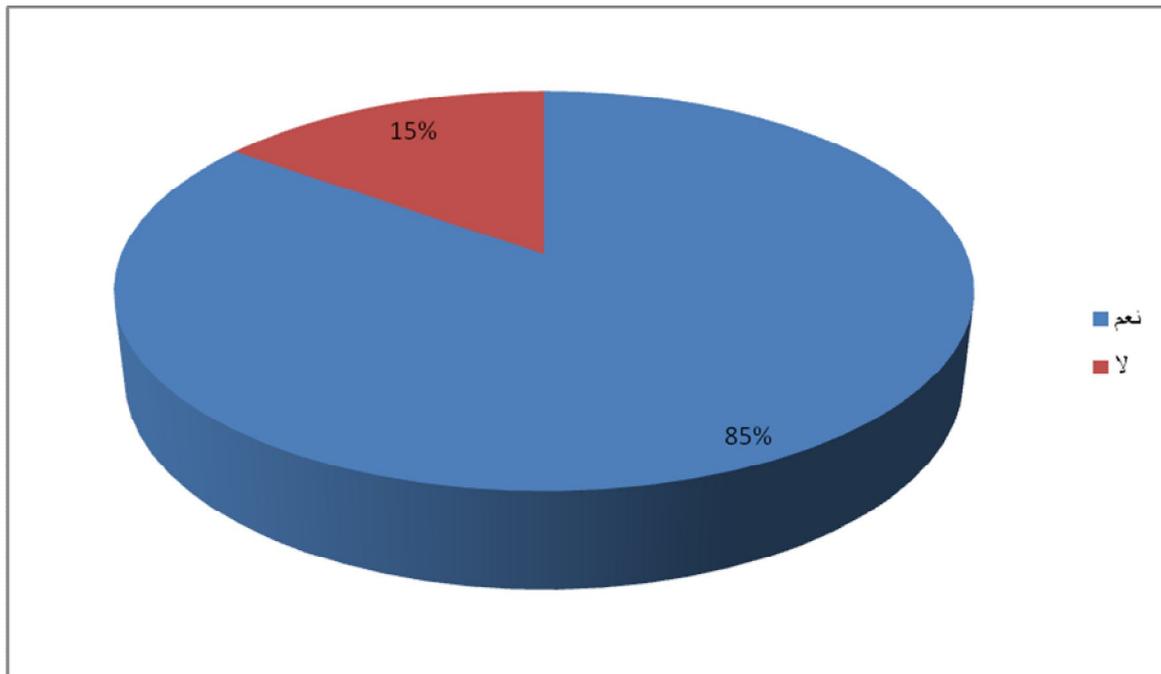
تحليل و مناقشة النتائج: تمثل نسبة 75% إقرار الأساتذة بأن قلق المنافسة لها تأثير سلبي على الدافعية لدى التلاميذ، في حين أجاب 15% من الأساتذة اجابية تأثيرها على دافعتهم، و اكتفى الباقي أي ما يمثل نسبة 10% بأنها لا تؤثر

إن التأثير السلبي لقلق المنافسة الرياضية على دافعية التلاميذ يقلل من المعنوية و منه حفظ الدوافع النفسية للتلميذ ما سيؤثر وينعكس سلبا على النتائج الخاصة بالمنافسة.

السؤال الثاني عشرة: هل تظن أن كثرة عدد التلاميذ كجمهور و حضور تأثر على دافعية البعض؟
الهدف منه: معرفة إن كان كثرة عدد التلاميذ كجمهور و حضور يآثر على دافعية البعض الآخر في حصة التربية البدنية.

الإجابة	نعم	لا	المجموع الكلي
العدد	17	03	20 أستاذا
النسبة	%85	%15	%100

جدول رقم - 11 -



الشكل رقم-11

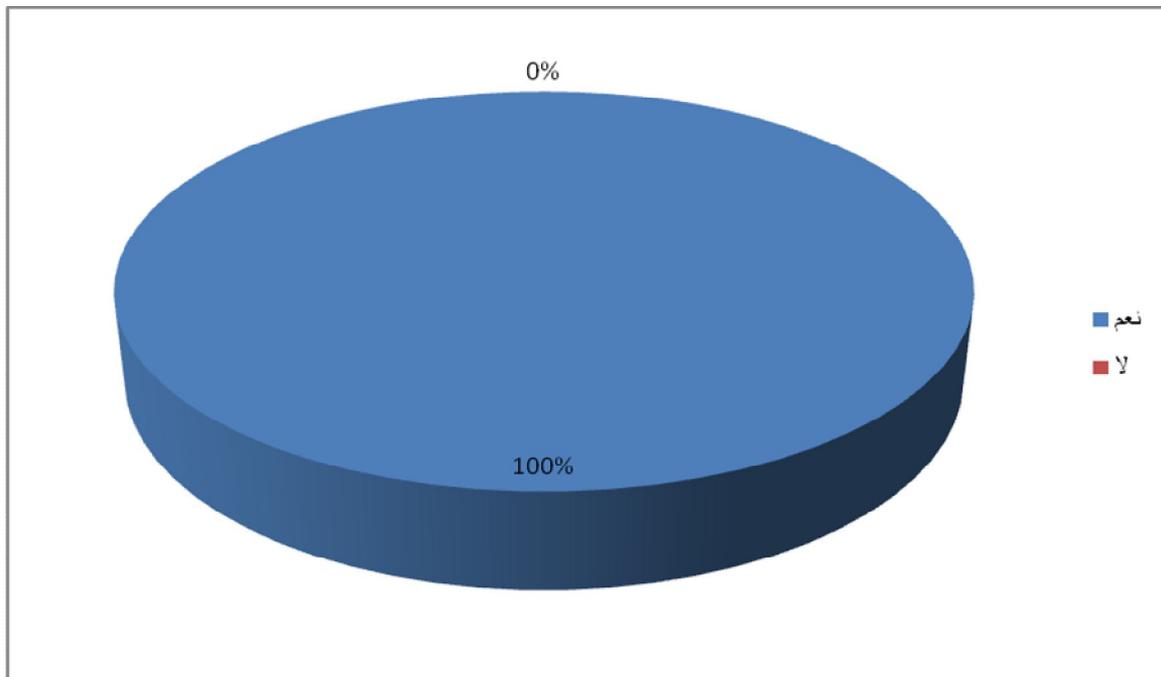
تحليل و مناقشة النتائج: جل الأساتذة أكدوا أن عدد التلاميذ كجمهور و حضور يآثر على دافعية التلاميذ في المنافسة حيث جسدت بنسبة 85% ، أما النسبة المتبقية و المتمثلة ب15% أجابوا عكس ذلك. كثرة التلاميذ كجمهور و حضور يؤثر من دافعية بعض التلاميذ تأثيرا كبيرا و هذا راجع إلى الاحتكاك القائم بين التلاميذ، ولأنه يتأثر بالجماعة مما يصعب من عملية التحكم و الانفعال و التواصل اثناء المنافسة وهذا بشكل اجابي او سلبي .

السؤال الثالث عشرة: هل ترى أن دافعية الانجاز العالية تساعد التلاميذ على تحصيل نتائج جيدة رغم القلق بالمنافسة؟

الهدف منه : معرفة إن كانت دافعية الانجاز العالية تساعد على تحصيل نتائج جيدة رغم القلق بالمنافسة.

الإجابة	نعم	لا	المجموع الكلي
العدد	20	00	20 أستاذا
النسبة	%100	%00	%100

جدول رقم - 12 -



الشكل رقم -12-

تحليل و مناقشة النتائج: اتفق معظم الأساتذة المستجوبون على دافعية الانجاز العالية تساعد التلاميذ على تحصيل نتائج جيدة، رغم القلق بالمنافسة حيث تحققت النسبة الكلية أي 100%. تعمل الدافعية الجيدة و الثقة العالية دورا كبيرا على تحصيل النتائج الجيدة لدى التلاميذ، فهي تجعل من التلميذ الموجه و المحرك الأساسي ، كما تجعله أكثر مسؤولية من خلال إحساسه بالمسؤولية الملقاة على عاتقه، كما تساهم في الوصول للأهداف المبتغاة عن طريق إيجابية مشاركة التلميذ و تفاعله في المنافسة

الاستنتاجات ومقابلة النتائج بالفرضيات :

لدينا من الجدولين و الشكلين رقم (01) و (02) الذين يبينان التوزيع التكراري والنسب المئوية للسؤالين رقم (01) و (02) على الترتيب أنه هناك علاقة ترابط و تداخل بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز في النشاط الرياضي لتلميذ ، كان التعريف الغالب للدافعية من طرف أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط لعينة البحث هو أنها استعداد الرياضي أو وبذل الجهد و الطاقة من أجل تحقيق أهداف ما، يرى أساتذة التربية البدنية و الرياضية أن تعريف الدافعية هو استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين لما تحظى الدافعية بأهمية بالغة في مجال علم النفس بصفة عامة و في المجال الرياضي بصفة خاصة. ذلك ما ذهب إليه "أسامة كامل راتب" فيعرف الدافعية بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين"

اي هناك علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية إذ يعتبر القلق اثناء المنافسة دافع لحفظ الثقة بالنفس في النشاط الرياضي عامة.

➤ وهذا ما يثبت صحة الفرضية الأولى والتي تعتبر أنه - هناك علاقة سلبية بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية.

من خلال الجداول رقم (03) و (04) و (11) الذين يبينون التوزيع التكراري والنسب المئوية لنتائج الأسئلة (04) و (05) و على الترتيب يتأكد أن تلاميذ الطور المتوسط ليس بإمكانهم تجاوز مواقف الفشل والإحباط بسهولة والالتزان دون الشعور بالقلق مما يعكس ذلك تأثيرا سلبيا على نفسياتهم و انخفاضاً من مستوى دافعيتهم و على أدائهم و مستواهم الرياضي مما تعكس دافعيتهم و تصبح غير مجدية ومنه عدم الوصول إلى الأهداف المرجوة وتحقيق النتائج الجيدة في المنافسات .

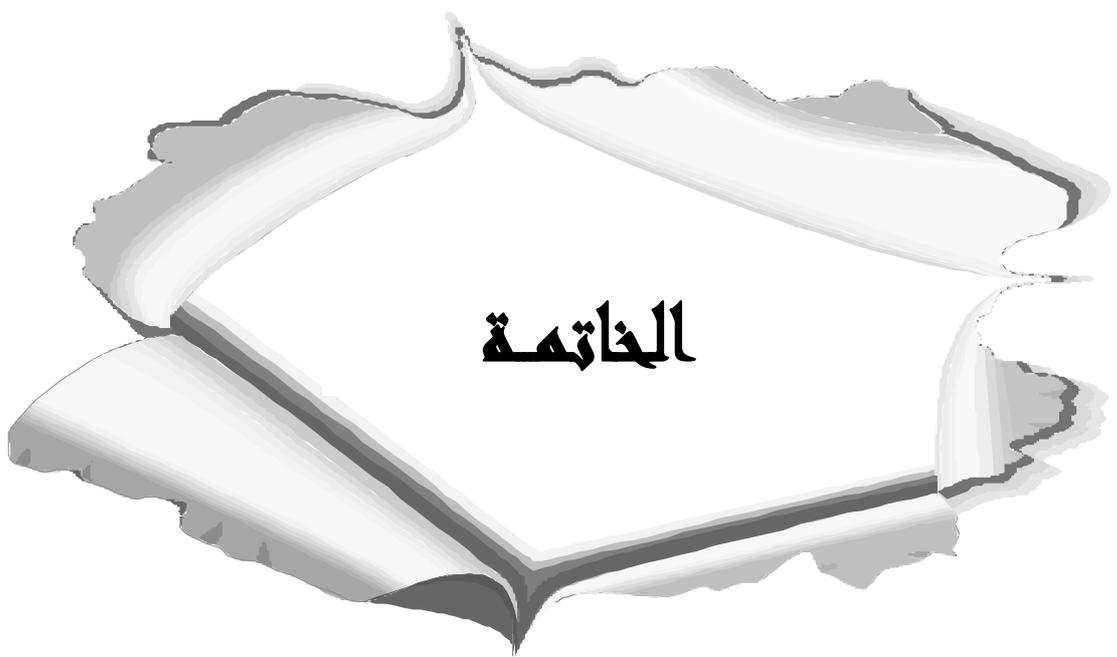
➤ وهذا ما يثبت صحة الفرضية رقم (2) والتي تقول يؤثر قلق المنافسة بالسلب على دافعية الإنجاز لدى تلاميذ.

تبين نتائج الجداول رقم (06) (07) (12) المتعلقة بالأسئلة رقم (07) (08) (13)

إن دافعية الأنجاز العالية تساعد على تحقيق نتائج إيجابية لدى تلاميذ الطور المتوسط وأن دافعية الأنجاز تعمل على تحصيل النتائج الإيجابية بالنسبة لتلاميذ الطور المتوسط حيث تعمل دافعية الأنجاز العالية دورا كبيرا على تحصيل النتائج الجيدة لدى التلاميذ، الوسط الرياضي .

➤ وهذا ما يوضح صحة الفرضية رقم (03) والتي تؤكد تؤثر خبرات النجاح و الفشل بالإيجاب على دافعية الأنجاز لدى تلاميذ المتوسط.

من مختلف هذه الاستنتاجات ومن منطلق الفرضيات الجزئية التي توصلنا إلى تحققها نستخلص أن فرضيتنا العامة التي تقول أنه هناك علاقة بين قلق المنافسة ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية تحققت.



الخاتمة

الخاتمة :

تعتبر الرياضة المدرسية واحدة من أهم المجالات العصرية حيث أصبح لرياضية المدرسية دور بارز في الحياة المعاصرة ، حيث بدأ يزداد الإقبال عليها على المستوى المهني و الترويحي فهي تعمل على إعداد و تأهيل الفرد ترويا و فنيا على أفضل مستوى ، و النشاط الرياضي وسط يتيح استيعاب المفاهيم التي تقود حركة الإنسان بطريقة فعالة .

وعلم النفس في رياضة المدرسية له مبدأ أساسي لتطوير شخصية التلاميذ و اكتساب جيد و استمرار تطور للتصرف بواسطة مختلف ركائزه ، و تعتمد عملية التربية الحديثة على هذه الركائز على غرار القلق و الدافعية فعلاقتها بمواقف معينة تؤدي إلى إظهار قيمتها و ثبوت أثرها في ظهور نتائج إيجابية تعود على التلميذ فيما بعد، و يحتاج التلميذ إلى عناية دقيقة في التحفيز و تطوير دافعية بنفسه للوصول إلى النتائج المراد تحقيقها و من ثم فإن الدراسة التي قمنا بها و المتمثلة في قلق المنافسة وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المنخرطين بالرياضة المدرسية ، لإثراء المكتبة في المجال الرياضي بهذا العمل العلمي المتواضع .



أ. المراجع العربية:

1. إبراهيم خلاف أبو زيد وإبراهيم السيد أحمد السعيد جزر. المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية، كلية التربية البدنية للبنين بالهرم، يوليو 2000، العدد 34.
2. احمدبن قلاوز تواتي .(السمات الدفاعية لدى عدائي المسافات الطويلة ونصف الطويلة وعلاقتها بدافعية الانجاز لألعاب القوى) .دكتوراه.2008.
3. أسامة كامل راتب ، دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 .
4. احمد ادم احمد محمد.الرياضة المدرسية واثارها في تحقيق السلم المجتمعي.ورقة دراسية.السودان للعلوم والتكنولوجيا-كلية التربية البدنية و الرياضية ,ولاية الخرطوم.
5. بهج شعبان: التغلب على الخوف، الموسوعة النقية، بتون طبعة، بيروت. .
6. بو علو الأزرق الإنسان و القلق، سيناء للنشر، طاء، مصر، 1993.
7. حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النضوي، عالم الكتب، ط2، القاهرة، 1979، .
8. حلمي المليجي : " علم النفس المعاصر " ، دار العربية ، ط6 ، لبنان ، 1984 .
9. سيد حمود فرويد: ترجمة الدكتور محمد عثمان التجاني، الكف والعرض والقلق، الجزائر.
10. صالح محمد علي أبو جادو ، علم النفس التربوي ، دار الميسرة ، ط 1، الأردن ، بدون سنة .
11. شريف فؤاد الجرواني:دافعية الانجاز وعلاقتها بمستوى اداء لدى ملاكمي الدرجة الأولى بمحافظة الغربية.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية طنطا ،1990م.
12. محي الدين أحمد حسن، دراسات في الدوافع و الدافعية بدار المعارف القاهرة، دون سنة طبع.
13. محمد عبد الطاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة، طع، الإسكندرية 1994.
14. محمد حسن العلاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، طع، القاهرة 1992.
15. محمد عبد الرحمان حمودة: الطفولة والمراهقة، المشكلات النفسية والعلاج، مركز الطب النفسي العصبي ، 1991.
16. محمد حسن علوي ، سيكولوجية التدريب و المنافسة ، دار المعارف ، ط6 ، القاهرة ، 1987 .
17. محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط2، 1986.
18. مصطفى غالب: و القلق والخجل، منشورات دار الهلال.
19. محمد السيد عبد الرحمان: دراسات في الصحة النفسية، دار قباء ، القاهرة 1985.
20. مصطفى عشوي ، مدخل إلى علم النفس ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1990 .

21. مصطفى أحمد زكي ، تقديم عثمان نجاتي ، الرعاية الوالدية ، دار النهضة العربية للنشر ، القاهرة .
22. عمار بخوش ، محمد محمود نبيات، مناهج البحث العلمي وطرائق إعداد البحوث وديوان المطبوعات الجامعية، جامعة الجزائر، 1995.
23. نزار المجيد الكامل طه الويس: علم النفس الرياضي، طل، جامعة بغداد، 1980.
24. 3 نوري حافظ المراهق، المؤسسة للدراسات والنشر، ط2، 1995، ص 190
25. 3 فخري الدباغ: أصول الطب النفسي، دار الطليعة الطباعة، بيروت، 1983.
26. كاظم ولي آغا: علم النفس الفيزيولوجي، دار الآفاق الجديدة، ط1، بيروت، ص 113.
27. كاستانيدا، مالك كاندرس وآخرون: مقياس القلق للأطفال، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر، 1987، ص05.
28. رسن، ناهد .(2002). علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية. الدار العلمية للنشر والتوزيع.

II. مذكرات التخرج :

29. لكلل حبيب الله وآخرون، مكانة الرياضة المدرسية ودورها في انتقاء المواهب، مذكرة لنيل شهادة ليسانس قسم التربية البدنية والرياضية ، الجزائر.
30. فنوش نصير، الانتقاء و التوجيه الرياضي للتلاميذ الموهوبين في اطار الرياضية المدرسية، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في التربية البدنية والرياضية ، 2005/2004.
31. 2 عبد الوهاب عمران، التربية البدنية والرياضية ومشاكلها في المدرسة الجزائرية، مذكرة لنيل شهادة ليسانس مذكرة غير منشورة)، 1996.

III. المراجع باللغة الأجنبية

1. 30- Thomas.R , Preparation Psychologique du Sportif ,ed ,Vigot ,1991 .

31- Gerard , Bet Gros.G ,in " l'entrainement de Basket-ball " ed ,vigot ,Paris ,1985 ,p223

2 32-Samir B, Pour un champion not du monde en Algérie, Enterions avec Mtazi, presient (ANDSS)- Journalquotidien d'Algérie liberté de 08 Avril 1997.

33-S. M. Spour solaire des lobbies récitent toujours, Journal quotidien d'Algérie et elwatan du 21 juin 2000.

2 34-Matviev (T.P), aspects fondamentaux de l'entrainement, Edition Vigo, Paris, 1983, P 13

235-ALDERAM (R.D), manuel de la psychologie du sport, Edition Vigo, Paris, 1990.

IV. جرائد و قوانين:

37- جريدة الخير، تاريخ 26 نوفمبر 1996.

38- وثيقة من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية.

39- القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، الانضمام و التأهيل، المادة 02



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة العربي التبسي -تبسة-
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استبيان خاص بالأساتذة

استمارة استبائية موجهة إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالتعليم المتوسط.
سلام الله عليكم وبعد: أساتذتنا نتقدم إليكم بهذا الاستبيان الذي يندرج في إطار البحث العلمي
لتحضير شهادة الماستر في التدريب الرياضي تحت عنوان: قلق المنافسة وعلاقته بدافعية الانجاز
لدى التلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية لولاية تبسة
لذا نرجو من سيادتكم المساهمة في هذا البحث، بإعطاء أجوبتكم على هذه الاستمارة من منطلق
خبرتكم المهنية. شكرا مسبقا على مساعدتكم لنا و تقبلوا منا أساتذتي فائق الاحترام والتقدير .
ملاحظة : توضع العلامة X في الإطار المناسب.

المعلومات الشخصية:

.....	المؤسسة
.....	عدد سنوات الخبرة
.....	الشهادة

السؤال الأول: حسب رأيك ما تعريفك للدافعية في الوسط الرياضي ؟

.....

السؤال الثاني: هل هناك علاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية

نعم لا

السؤال الثالث: حسب رأيك هل هذه العلاقة بين قلق المنافسة و دافعية الانجاز لتلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية تكون؟

سلبية اجابية

التعليل

السؤال الرابع: هل انتقادك للتلاميذ يقلل من مستوى دافعتهم؟

نعم لا

السؤال الخامس: إذا هل الدافعية المنخفضة للتلاميذ تؤثر في نفسياتهم مما يسبب صعوبة

تحقق نتائج جيدة في المنافسات ؟

نعم لا

التعليل

السؤال السادس: ما مدى قلق التلاميذ بالمنافسة ودافعية الانجاز عندهم ؟

عالية متوسطة منخفضة

السؤال السابع: -حسب رأيك- ما تأثير الدافعية الجيدة على التحصيل الدراسي؟

اجابية سلبية

السؤال الثامن: إذا هل تحصيل نتائج إيجابية في المنافسة راجع لدافعية

الانجاز الجيدة لدى التلاميذ؟

 لا نعم

السؤال التاسع: حسب رأيك - ما تأثير خبرات النجاح و الفشل على دافعية الانجاز لدى

التلاميذ؟

 سلبية ايجابية

السؤال العاشر: في رأيك - ما تعريفك لقلق المنافسة في المجال الرياضي؟

.....
.....

السؤال الحادي عشرة: حسب رأيك - كيف ترى تأثير قلق منافسة الرياضية على الدافعية

لدى التلاميذ؟

ايجابي

السؤال الثاني عشرة: هل تظن أن كثرة عدد التلاميذ كجمهور و حضور تأثر على دافعية

البعض؟

لا

نعم

السؤال الثالث عشرة: هل ترى أن دافعية الانجاز العالية تساعد التلاميذ على تحصيل

نتائج جيدة رغم القلق بالمنافسة؟

لا

نعم

ملخص الدراسة:

قلق المنافسة وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية دراسة ميدانية لمتوسطات ولاية تيسة

إن الرياضية المدرسية تطلب كلامكاملًا من القدرات البدنية و دافعية لإنجاز عمل رياضي مميز. وقد اهتمت الدراسات الحديثة بالجانب النفسي، وأولت له الأهمية القصوى من أجل بلوغ أحسن نتيجة ممكنة في هذا المجال إذ بينت الدراسات العلمية تقارب كبير بين التلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية من حيث المؤهلات البدنية والمهارات ، لكن النتائج تحسم في غالب الأحيان بناء على العامل النفسي، فكلما كان الجانب النفسي جيد كانت النتائج المحققة جيدة هي كذلك ، وكان العلاقة بين الأمرين حتمية، ولذلك اهتم المختصون في مجال علم النفس الرياضي بهذا الجانب

وكان هذا من بين الدوافع التي فرضت نفسها في البحث للتوغل في هذا المجال لكن من جانب واحد ، وجدناه الأهم، و من جهة اخرى لان هذا المجال منشعب ولا يمكن الإلمام بكل جوانبه وفي ضوء ما سبق برزت فكرة القيام بالدراسة الحالية سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية ، وذلك من خلال إلقاء الضوء على علاقة قلق المنافسة بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المنخرطين بالرياضة المدرسية باعتبارهما من العوامل المهمة التي تقف وراء النتائج واداء التلاميذ في المنافسة خاصة و نشاط الرياضي عامة .

➤ وعليه فقد لاحظنا مبدئيا - من خلال الملاحظة الميدانية أثناء المنافسة - تأثير قلق المنافسة على دافعية

التلاميذ و أدائهم من جهة، ومن جهة اخرى ما يتمتع به التلاميذ من روح المنافسة، ومن خلال هذا الطرح

تلخصت الأهداف الأساسية للبحث في الإجابة على الأسئلة التالية: هل هناك علاقة بين قلق المنافسة

ودافعية الانجاز لدى تلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية ؟ هل تؤثر الدافعية المنخفضة بالسلب على

دافعية الإنجاز لدى تلاميذ ؟ هل تؤثر خبرات النجاح و الفشل بالإيجاب على الثقة بالنفس لدى تلاميذ

المتوسط ؟

الكلمات المفتاحية :

قلق المنافسة .دافعية الإنجاز.الرياضة المدرسية

Study summary:

Competition anxiety and its relationship to the achievement motive of students involved in school sports

A field study of the averages of Tebessa

School sports require a full physical and motivation to accomplish a distinguished sporting work.

Modern studies have paid attention to the psychological aspect, and have given it the highest importance in order to achieve the best possible result in this field, as scientific studies have shown a great convergence between students involved in school sports in terms of physical qualifications and skills, but the results are often decided based on the psychological factor, the more The psychological aspect was good, the results achieved were good, as well, as if the relationship between the two was inevitable, and that is why the specialists in the field of sports psychology paid attention to this aspect.

This was among the motives that imposed itself in the search for the incursion in this field, but from one side, and the most important found it, and on the other hand because this field is bifurcated and it is not possible to know in all its aspects and in light of the foregoing the idea of carrying out the current study emerged, whether in theory or practice. And, by highlighting the relationship of competition anxiety with the motivation of achievement among students involved in school sports, as they are important factors behind the results and the performance of students in competition in particular and athletic activity in general.

Accordingly, we have noticed in principle - through field observation during the competition - the impact of competition anxiety on the motivation and performance of students on the one hand, and on the other hand, what students enjoy from the spirit of competition, and through this proposal the main objectives of the research are summarized in answering the following questions: Is there a relationship between competition anxiety and achievement motivation among students involved in school sports? Does low motivation negatively affect achievement motivation for students? Do experiences of success and failure positively affect the self-confidence of Mediterranean students?