

تحديد درجات معيارية لبعض الخصائص النفسية والبدنية لأواسط أندية النخبة الجزائرية لكرة القدم (18-19 سنة)

Determining standardized scores for some psychological and physical characteristics of junior football players (18-19 years) belonging to Algerian elite clubs.

خيرالدين شايشي¹ ومحمد عبد المالك²
Kheireddine Chaichi¹ & Mohammed Abdelmalek²

1 جامعة منتوري قسنطينة. chaichikh@yahoo.com

2 مخبر العلوم البيولوجية المطبقة على الرياضة، المدرسة العليا في علوم وتكنولوجيا الرياضة الجزائر

نشر في 15 ديسمبر 2017

قبل في 15 أبريل 2017

أرسل في 22 ديسمبر 2016

مقال أصيل

ملخص

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى اللاعبين الجزائريين الأواسط في بعض الخصائص النفسية والبدنية والكشف عن العلاقات الارتباطية بين الخصائص النفسية والخصائص البدنية. شارك في الدراسة 91 لاعب كرة قدم من بين مجتمع مكون من 400 لاعب من صف الأواسط البالغ عمرهم بين 18 و19 سنة خضعوا لبطارتي اختبارات نفسية (TEOSQ) من إعداد دودا و نيكولز و CSAI-2 من إعداد مارتينز، فيالي و بورتون) وأخرى بدنية (اختبار الوثب العمودي لسارجنت لقياس القوة الانفجارية، اختباري الجري 15م و 30م لقياس السرعة، اختبار السرعة سبعة مرات لقياس القدرة على تكرار السرعة لبانكسبو Bangsboo). تمثلت النتائج في أن مستوى اللاعبين في العامل النفسي كان جيداً ومقبولاً، أين تحصل أفراد العينة على درجة مرتفعة في توجه دافعية الانجاز نحو الواجب، ودرجة منخفضة للتوجه دافعية الانجاز نحو الذات، مع وجود مجموعة معتبرة من اللاعبين يتمتعون بالازدواج في التوجه نحو البعدين في حين أنّ نتائج الاختبارات البدنية (الحركية) بينت مستوى متواضع للاعبين مما يدعو إلى إعادة النظر في توجه محتوى الوحدات التدريبية، والتي تبدو متوجهة نحو تطوير القدرات الهوائية. كما بينت الدراسة الارتباطية وجود علاقة دالة إحصائياً بين البعد النفسي حالة القلق الجسدي وخاصة السرعة على مسافة 15م و30م.

الكلمات الدالة: القوة المميزة بالسرعة، السرعة، كرة القدم، البطولة الجزائرية.

Abstract

This study aims to identify the level of Algerian junior players in some psychological and physical characteristics and to explore correlations between psychological and physical characteristics. 91 football Player out of 400 junior class players aged between 18 and 19 years participated in the study and they underwent two batteries tests. Initially, it is the psychological tests, which took place (TEOSQ of Duda and strength, 15 meters speed and 30meters speed and the test of Bangsboo consisting in seven repetitions of speed). The results indicate that the level of psychological factor was good and acceptable; the sample members achieved a high degree in the direction of achievement motivation towards duty and a low degree in the direction of achievement motivation towards self-esteem, with a significant group of players having a dual approach to the two dimensions. On the other hand, the results of the physical tests showed a modest level for the players, which calls for a renewal of the trend in the content of the training units that seem to be directed towards developing aerobic abilities. The correlational study also revealed a statically significant between the psychological dimension in terms of the physical anxiety characteristics and the speed characteristics at the distances of 15meters and 30meters.

Keywords: Speed strength, speed, football, Algerian Championship.

مقدمة

إلى ذلك ضعف نتائج منتخب اقل من عشرين سنة في المنافسات الدولية وحتى الإقليمية. حيث تعتبر هذه العملية مرحلة حساسة للنادي وحاسمة ومصيرية للرياضي لاسيما إذا كانت الممارسة على مستوى أندية النخبة.

على هذا الأساس انتابنا بعض التساؤلات، هل ضعف مستوى العاملين النفسي والبدني لدى أواسط أندية النخبة الجزائرية

من الأمور التي لفتت انتباهنا والتي نراها تمثل إحدى المشاكل التي تمر بها كرة القدم الجزائرية في الآونة الأخيرة ضعف مشاركة اللاعبين الشباب اقل من عشرين سنة أو حتى أكبر بقليل مع صف الأكابر في بطولة الدرجة الأولى، وفي بعض الأندية تكاد تنعدم، مقارنة بما يحدث في البطولات الأجنبية أين نشاهد بروز عناصر شابة ضمن الفرق الأولى وحتى مع المنتخبات. بالإضافة

(الدرجة الأولى) هما السببين الذين أوجدا هذه الحال ؟ هل توجد علاقات ارتباطية بين هذين العاملين ؟

و في ظل غياب قياسات تكون أداة مساعدة في تقييم مستوى القدرات و تُيسّر عملية الاختيار الأمثل للاعبين على أسس علمية، ارتأينا محاولة ملئ هذه الثغرة باهتمامنا بموضوع التقييم و التقويم عن طريق تحديد قيم لقياسات لبعض الخصائص النفسية و البدنية عند لاعبي أواسط أندية النخبة الجزائرية (18 - 19 سنة)، لغرض الوقوف على مستوى قياس اللاعبين في العاملين النفسي و البدني (الحركي)، ومحاولة التعرف على نواحي الضعف أو القصور لتداركها و نواحي القوة لاستغلالها، و كذلك لتوفير وسيلة علمية للتعرف على اللاعبين المؤهلين للمنافسة ضمن الفرق الأولى لأندية النخبة الجزائرية. كما يهدف إلى معرفة العلاقات الارتباطية بين الخصائص النفسية والخصائص البدنية، والاستفادة العملية من استنتاجات البحث في توجيه المحتوى التدريبي في الأندية.

بعد الإلمام بأهمية العامل النفسي والعامل البدني في أداء كرة القدم، وبعد معرفة صعوبة وحساسية عملية الاختيار في هذه المرحلة السنية، تستنفرا عدة تساؤلات. ما هو مستوى الخصائص النفسية والبدنية للاعبين أواسط أندية النخبة الجزائرية ؟ وهل توجد علاقات ارتباطية بين الخصائص النفسية والخصائص البدنية ؟

وعلى ضوء الممارسة الميدانية ومطالعة المراجع النظرية يقدم الباحث إجابات مسبقة على هذه التساؤلات، حيث يزعم أن:

- مستوى الخصائص النفسية عند لاعبي أندية النخبة الجزائرية (18 - 19 سنة) جيد ومقبول.

- مستوى خصائصهم البدنية متواضع وغير مقبول.

- توجد علاقات ارتباطية دالة بين الخصائص النفسية والخصائص البدنية.

وللوصول إلى الأهداف المرجوة لجئنا إلى دراسة وصفية تستعين ببطارية اختبارات نفسية وبدنية، وباستخدام الوسائل الإحصائية اللازمة. وتحليل الدراسات التي تطرقت للخصائص النفسية للاعبين كرة القدم خاصة منها ما يمس توجهات دافعية الانجاز الرياضي وحالة قلق المنافسة الرياضية، وكذلك التي اهتمت بخصائصهم البدنية والتي تتمحور حول القوة المميزة بالسرعة والسرعة والقدرة على تكرار السرعة.

1. المنهجية:

1.1. مجتمع وعينة البحث: يتكون مجتمع البحث من

لاعبي كرة القدم الأواسط الذين سنهم 18 - 19 سنة والمنتمين إلى الأندية الناشطة في بطولة القسم الوطني الأول الجزائري والتي عددها ستة عشرة (16) فريقاً وكل فريق يضم خمسة وعشرون (25) لاعباً أي أن مجموع المجتمع الأصلي يساوي أربعة مائة (400) لاعباً. اختيرت العينة بالطريقة العمدية، وأجريت الدراسة على 91 لاعباً ما يمثل نسبة % 22.75 من المجتمع الأصلي.

2.1. أدوات البحث: أستخدمت بطريقة من

الاختبارات النفسية والبدنية على عينة البحث في المرحلة التنافسية، من طرف ثلاثة مُختبرين مُتَحصلين على شهادات عليا في التدريب ويتمتعون بخبرة ميدانية. وقد تم شرح كيفية إجراء الاختبارات مسبقاً.

1.2.1. الاختبارات النفسية:

- اختبار توجه دافعية الانجاز الرياضي نحو الواجب ونحو الذات (TEOSQ) من إعداد دودا ونيكولز Duda et Nicholls (1992)، لقياس التوجه نحو الواجب والتوجه نحو الذات.

- اختبار قياس حالة قلق المنافسة الرياضية CSAI-2 (حالة القلق المعرفي، حالة القلق الجسمي والثقة بالنفس) من إعداد مارتينز وفيالي وبورتون Martens, Vealy & Burton (1990).

2.2.1. الاختبارات البدنية:

لقياس القوة المميزة بالسرعة. (St)- اختبار الوثب العمودي لسارجنت

- اختبار الجري 15م لقياس السرعة.

- اختبار الجري 30م لقياس السرعة.

(1994) Bangsbo- اختبار السرعة سبعة مرات لقياس القدرة على تكرار السرعة لبانكسبو.

2. النتائج

1.2. قياسات الاختبارات النفسية:

يمثل الجدول رقم 1 القيم الإحصائية الوصفية للزعة المركزية والتشتت الخاصة بقياسات الاختبارات النفسية المستعملة في دراستنا هاته.

جدول 1. القيم الوصفية لقياسات الاختبارات النفسية

الاختبار	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القصى	الدنيا
TEOSQ	ت. الواجب (درجة)	31,319	2,965	35	20
	ت. الذات (درجة)	16,275	4,365	29	7
CSAI - 2	قلق معرفي (درجة)	18,022	4,728	29	9
	قلق جسسي (درجة)	14,516	2,814	23	9
	ثقة بالنفس (درجة)	28,253	4,197	36	14

ت: التوجه نحو

سجلنا 13 لاعباً ما نسبته 14.28% يجتمع لديهم درجات مرتفعة في كلا البعدين، معتبرين أن أقل درجة مجتمعة هي 30 درجة للتوجه نحو الواجب و22 درجة للتوجه نحو الذات، وهذا هو الازدواج المرغوب الحصول عليها. كما نلاحظ أن مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية اظهر مستوى جيد ومقبول جداً للاعبي أواسط كرة القدم أندية النخبة الجزائرية.

2.2. قياسات الاختبارات البدنية:

نقدم في الجدول رقم 2 أقيم الإحصائية الوصفية للزعة المركزية والتشتت الخاصة بقياسات الاختبارات البدنية الأربع المستعملة في هذه الدراسة.

جدول رقم 2: القيم الوصفية لقياسات الاختبارات البدنية

الاختبار	وسط حسابي	انحراف معياري	القصى	الدنيا
وثب عمودي (سم)	48	6,812	82	30
سرعة 15م (ثانية)	2,817	0,245	3,39	2,22
سرعة 30م (ثانية)	4,756	0,257	5,27	3,93
تكرار السرعة (ثانية)	46,999	2,88	51,59	39,78

بينها وبين البعد النفسي والبدني مثنى مثنى عن القيم المتواجدة في الجدول رقم 3.

3.2. العلاقات الارتباطية البينية: لقد أسفر حساب معاملات

الارتباط بين قياسات البعد النفسي فيما بينها وبينها والبعد البدني فيما

جدول 3: مصفوفة العلاقات الارتباطية البينية للخصائص النفسية والبدنية (بيرسون. n=91. درجة دلالة $p > 0,05$)

ت. الواجب	ت. الذات	قلق معرفي	قلق جسسي	ثقة بالنفس	وثب عمودي	سرعة 15م
1,00						
0,24	1,00					
-0,07	0,00	1,00				
-0,11	-0,03	0,14	1,00			
0,24	0,35*	0,00	-0,13	1,00		
0,05	0,03	0,07	0,00	0,10	1,00	
-0,07	0,05	0,06	0,30*	-0,09	0,02	1,00

سرعة 30م	-0,19	-0,23	0,09	0,23	-0,09	-0,02	0,50*	1,00
تكرار السرعة	0,06	-0,11	-0,04	0,11	-0,10	-0,04	0,30*	0,27*

(ملاحظة: المنطقة الملونة تمثل التقاطع بين الخصائص النفسية والخصائص البدنية. *درجة دلالة $p > 0,01$ ؛ ت: التوجه نحو

الناقشة:

بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين البعدين التوجه نحو الواجب والتوجه نحو الذات قيمتها 0.24 عند درجة دلالة $p < 0.05$ وهو ما توصل إليه كو آن وروي (2007)، حيث تحصلوا على علاقة ارتباطية بين البعدين قيمتها 0.36 عند درجة دلالة $p > 0.05$ ، عند إجراء الاختبار على عينة قوامها 40 رياضي جامعي من ماليزيا في الرياضة القتالية ووشو (Wu Shu)، سنهم 21 ± 1.66 سنة. كما يعضد ذلك دراسات كينغ وويليامس (1997)؛ فلاشوبولوس وبيدل (1999)؛ ورايلي (2000).

يعتبر الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبار (TEOSQ) 31.31 درجة ± 2.96 ، درجة عالية لتوجه دافعية الانجاز نحو الواجب، مع العلم أنّ كل أفراد العينة إلا واحداً فقط، تحصلوا على درجات فوق الوسط الحسابي للمقياس 21 درجة، ما لا يجعل مجالاً للشك أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى عالي في دافعية الانجاز الرياضي نحو الواجب، وهذا أمر جيد إذا احتكنا إلى كل الدراسات في هذا المجال التي أجمعت على وجوب تمتع الرياضي في المستوى العالي على درجة عالية في توجه دافعية الانجاز نحو الواجب (دودا، 1988؛ كينغ، وويليامس، 1997؛ فلاشوبولوس وبيدل، 1999؛ رايلي، 2000؛ كوكس، 2005)، وهي منبأ بإمكانية تطوير و تنمية قدرات اللاعبين لرفع مستوى الأداء مستقبلاً.

بالنسبة للوسط الحسابي لتوجه دافعية الانجاز الرياضي نحو الذات 16.275 درجة ± 4.365 ، هي درجة اقل من الوسط الحسابي للمقياس 18 درجة، والتي تعبر عن انخفاض درجة التوجه نحو هذا البعد، وهو ما أيدته عدة دراسات. وبما أن كل العينة تتمتع بدرجة عالية من التوجه نحو الواجب فان زيادة درجة التوجه نحو الذات تسمح بالازدواج في البعدين وهو الشيء المرغوب فيه (دودا، 1988؛ كوكس، 2005)، فقد سجلنا 13 لاعباً أي ما نسبته % 14.28 من العينة تجمع لديهم درجات عالية التوجه نحو البعدين (الواجب والذات)، وهي تدل على ارتفاع مستوى دافعية الانجاز عند أفراد العينة.

هذه النتيجة المتحصل عليها تتوافق مع نتائج عدة دراسات نذكر منها دراسة رايلي وزملائه (2000)، أين تحصلوا على درجة

32.80 ± 3.05 للتوجه نحو الواجب ودرجة 19.33 ± 7.9 للتوجه نحو الذات. وكذلك دراسة ميكناغ وزملائه (2006)، بتطبيق اختبار (TEOSQ) على رياضيين من الفلامون البلجيكي من اختصاصات مختلفة أعمارهم 15.4 سنة، تحصلوا في التوجه نحو الواجب على درجة 29.72 أين كان عدد العينة 179 رياضي، وفي التوجه نحو الذات تحصلوا على درجة 17.35 أين كان عدد العينة 180 رياضي. أما في دراسة فوغارتي وزملائه (2006)، على لاعبي كرة القدم من استراليا عددهم 201 وعمرهم 20.78 ± 4.59 سنة، تحصلوا على درجة 27.21 ± 4.23 في التوجه نحو الواجب و 15.9 ± 4.97 في التوجه نحو الذات.

نغزو هذه النتائج الجيدة و المقبولة جداً في اختبار توجهات دافعية الانجاز الرياضي إلى وجود اللاعبين في مرحلة متقدمة من مراحل التكوين و على عتبة فئة الأكبر و على أعلى مستوى من الممارسة، يمنحهم دوافع قوية وطموحاً مشروعا لتطوير قدراتهم والوصول إلى مبتغاهم، كما ان أغلبية اللاعبين غير متمردين ، و يعتبرون ممارسة كرة القدم هي مستقبلهم المهني، و فيهم من يعتبر شبه محترف حيث أنهم جلبوا من مناطق غير مدينة الفريق، و كذلك الاحتكاك المباشر و المستمر لهذه الفئة مع الأكبر في الحياة اليومية في الملعب ومشاركهم الظرفية في المنافسة مع فئة الأكبر و إدراكهم للآفاق التي ستفتح لهم عند ولوج هذه الفئة، هي عوامل تسمح برفع من مستوى دافعتهم للانجاز الرياضي و تطوير الأداء.

في اختبار حالة قلق المنافسة الرياضية (csai-2)، سجلت نتائج مقبولة و جيدة جداً لعينة البحث في الأبعاد الثلاثة للمقياس، حيث تحصلنا في بعد حالة القلق المعرفي على درجة 4.728 ± 18.022 ، و في بعد حالة القلق الجسمي على درجة 14.516 ± 1.55 ، علماً أن الوسط الحسابي للمقياس هو 22 درجة، و هي درجات ضعيفة على المقياس لها دلالة ايجابية تعبر على المستوى العالي للقدرات التي يتمتع بها اللاعبون في التحكم الانفعالي في حالة قلق المنافسة الرياضية. كما يمكن أن نستنتج منها ضعف درجة سمة القلق عند العينة استناداً إلى دراسات جولد و زملائه (Gould et al 1984)؛ كروكر و زملائه (Croker et al 1988). كما أظهرت نتائج الاختبار درجة مرتفعة لعينة البحث في البعد الانفعالي الثقة بالنفس، أين قدر الوسط الحسابي بدرجة 28.283 ± 4.197 ، وهي درجة مرتفعة تبرز ارتفاع مستوى هذا

البعد لدى اللاعبين، الشيء الذي يمكنهم من التغلب ومقاومة حالة القلق المعرفي والجسمي، وهو ما يفسر انخفاض درجة هذين البعدين عند اللاعبين. وقد تحصل رايلي (2000)، تقريباً على نفس النتائج في هذا الاختبار، حيث كانت نتائجها في حالة القلق المعرفي 4.91 ± 22.46 درجة، وفي حالة القلق الجسمي 11.86 ± 27.20 درجة، وفي الثقة بالنفس 6.54 ± 27.20 درجة.

ويعزو الباحثان ارتفاع درجة الثقة بالنفس وانخفاض درجتي حالة القلق المعرفي والجسمي إلى مستوى الممارسة للاعبين وإلى الخبرة التي اكتسبوها طيلة حياتهم الرياضية وإلى الخصائص النفسية الانفعالية لهذا السن استناداً إلى دراسات مارتينز وزملائه (1990)، هامرمايستر وبورتن (1995)، جونز وسواين (1995) ولورون (1998).

بينت العلاقات البينية وجود علاقات ضعيفة وغير دالة إحصائياً بين الأبعاد الثلاثة، وهو ما يعضد مبدأ استقلالية هذه الأبعاد. كما أوضحت العلاقات البينية عدم وجود أي علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين بعدي توجه دافعية الانجاز (الواجب، الذات) وحالتي القلق المعرفي والجسمي وهو ما يعني ما ذهب إليه نيكولز (1989)، على أن التوجه نحو الواجب ونحو الذات يؤثر على حالة القلق. لكن بينت العلاقات البينية وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين بعدي توجهات دافعية الانجاز والبعد الانفعالي الثقة بالنفس، حيث كانت قيمتها في بعد التوجه نحو الواجب 0.24 عند درجة دلالة $p < 0.05$ وفي بعد التوجه نحو الذات 0.35 عند درجة دلالة $p < 0.01$ ، وهو ما يعضد ما راح إليه نفس المؤلف نيكولز (1989)، بأن توجه الدافعية نحو الواجب ونحو الذات يؤثر على بعض المتغيرات الانفعالية.

على ضوء هذه النتائج والاستنتاجات التي أفرزتها الاختبارات النفسية (TEOSQ) و (CSAI-2)، يمكن لنا الحكم على أنها أبرزت مستوى جيد ومقبول للخصائص النفسية للاعبين أواسط أندية النخبة الجزائرية.

من جهة أخرى وفي الاختبارات البدنية، تعتبر نتيجة اختبار سارجنت للوثب العمودي متوسطة، حيث سجلنا وسط حسابي قيمته 48 ± 6.812 سم وذلك مقارنةً بنتائج عدة دراسات أفرزت نتائج أفضل رغم صغر سن العينة أو صعوبة الاختبار (الوثب بثبتت اليدين على الحوض). فبالنسبة لدراسة رايلي وزملائه

(2000)، في اختبار الوثب العمودي على البساط الإلكتروني، علماً أن سن العينة 15-16 سنة، تحصلوا على ارتفاع 55.80 ± 5.82 سم. أما في دراسة اوستوييتش (Ostojić 2000)، على لاعبي كرة قدم محترفين من صربيا عددهم 16 وسنهم 23.8 ± 3.4 سنة، في اختبار الوثب العمودي على البساط الإلكتروني بثبتت اليدين، تحصل على ارتفاع 47.6 ± 5.7 سم، وهي تعادل درجة عينة بحثنا.

وفي دراسة كازورلا (2006a)، على لاعبين فرنسيين من نفس سنّ العينة وفي نفس الاختبار (سارجنت)، تحصل على ارتفاع 57.28 ± 8.86 سم. هذا ما يبين نقص وضعف خصائص القوة والقوة المتفجرة لدى اللاعبين.

كما بينت العلاقات البينية أنه لا توجد أي علاقات ارتباطية بين الوثب العمودي والمتغيرات الأخرى قيد الدراسة نفسية كانت أو بدنية (حركية).

أما في اختبار السرعة على مسافة 15م سجلت عينة البحث زمن 2.817 ± 0.245 ثانية كوسط حسابي، أي ما يمثل سرعة قيمتها 19.16 كم/ساعة، وهي نتيجة نعتبرها متوسطة قياساً بنتائج بعض الدراسات. ولقلل استخدام اختبار سرعة 15م في المصادر لجأنا إلى المقارنة بين السرعات على مسافة 10م. حيث في دراسة رايلي (2000)، في اختبار سرعة 15م تحصل على زمن 2.44 ± 0.07 ثانية، ما يمثل سرعة قيمتها 22.13 كم/ساعة، وهو أحسن من توقيت عينة بحثنا رغم صغر السن. وفي دراسة ماك ميلان (2004)، على لاعبي كرة القدم من نادي السالتيك الاستكلاندي عددهم 11 لاعباً وسنهم 16.9 سنة، في اختبار سرعة 10م تحصل على سرعة 18.36 كم/ساعة، وهي سرعة تقترب من سرعة عينة بحثنا، علماً أنه يوجد فرق بين السرعة عند مسافة 10م والسرعة عند مسافة 15م، زيادةً على صغر سنّ العينة. كذلك دراسة كازورلا (2006b)، على لاعبي كرة قدم فرنسيين عددهم 222 وسنهم 18 سنة فما فوق، في اختبار سرعة 10م تحصل على سرعة قيمتها 19.78 كم/ساعة، ما يعني أن السرعة عند مسافة 10م لدى عينة كازورلا تعادل السرعة عند 15م لدى عينة بحثنا.

وتعتبر نتيجة اختبار السرعة على مسافة 30م ضعيفة، حيث سجلنا زمن 4.756 ± 0.257 ثانية كوسط حسابي، أي ما يمثل سرعة

قدرها 22.70 كم/ساعة، وذلك مقارنةً بنتائج عدة دراسات أخرى، نذكر منها دراسة رايلي (2000)، حيث تحصل على زمن 4.31 ± 0.014 ثانية في اختبار السرعة 30م، ما يعادل سرعة قيمتها 25.05 كم/ساعة. كما تحصل كومي (2000)، في هذا الاختبار الذي اجري على لاعبي كرة القدم محترفين فرنسيين، عددهم 29 وسنهم 26.1 ± 4.3 سنة، على زمن قدره 4.223 ± 0.192 ثانية، أي ما يمثل سرعة قيمتها 25.57 كم/ساعة. كذلك دراسة كازورلا (2006b)، تحصل على زمن قدره 4.05 ± 0.45 ثانية ما يعادل سرعة قيمتها 26.66 كم/ساعة.

بالنسبة لاختبار تكرار السرعة سبعة مرات على مسافة 34.2 مع زمن استشفاء 25 ثانية سجلت العينة مجموع زمن 46.999 ± 2.88 ثانية كوسط حسابي، وهو يمثل زمن قدره 6.714 ثانية للتكرار الواحد، وما يمثل سرعة 18.33 كم/ساعة للتكرار الواحد، وهي سرعة تعتبر ضعيفة مقارنةً بالسرعات المتحصل عليها في الدراسات السالفة الذكر، مع الأخذ بعين الاعتبار الانعطافين في المسار. وبما أن السرعة على مسافة 30م تساوي 22.70 كم/ساعة تعتبر ضعيفة كذلك، بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً مع اختباري السرعة 15م و30م، كما أن الخسارة في الزمن قياساً بأحسن توقيت لم تكن معتبرة حيث كانت بين 0.02 ثانية و0.07 ثانية، فهذا يؤكد لما توصل إليه كومي (2004) وبوشيت (2008)، على أن قيمة السرعة لا تتأثر بالتكرار إذا كانت مدة الاستشفاء 20 ثانية.

نتائج الاختبارات البدنية (الحركية) الأربعة بينت تواضع مستوى الأداء البدني للاعبين، ويعزو الباحث هذا التواضع إلى الضعف القدرات اللاهوائية، لنقص وضعف تطوير وتنمية قدرات القوة والقوة المميزة بالسرعة والسرعة في الوحدات التدريبية، ونرجع هذا إلى توجيه الوحدات التدريبية في المراحل التكوينية في الأندية الجزائرية إلى تطوير القدرات الهوائية (المداومة)، رغم أن كل الدراسات الحديثة تؤكد أن القدرات اللاهوائية (القوة، القوة المميزة بالسرعة، السرعة) هي خصائص محددة في كرة القدم. وبما أن السرعة خاصية موروثية (فاينك، 1992)، وقيمة تطويرها محدودة وفي زمن محدود، ما يعني أن عملية انتقاء اللاعبين في الفئات الصغرى غير مدروسة.

بينت العلاقات البينية وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اختباري السرعة 15م و3م قيمتها $0.50 (p < 0.01)$. كما بينت وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين اختبار القدرة على تكرار السرعة واختباري السرعة 15م و3م قيمتها على التوالي 0.30 و0.27 عند درجة دلالة $p < 0.01$ ، وهو ما يعضد ما راح إليه كومي (2004)، على أن أساس تطوير القدرة على تكرار السرعة هو تطوير السرعة وليس القدرات الهوائية للاستشفاء.

على ضوء نتائج الاختبارات البدنية تبين تواضع الخصائص البدنية للاعبين أوسط أندية النخبة الجزائرية.

على مستوى العلاقات البينية بين المتغيرات النفسية والمتغيرات البدنية موضوع الدراسة، سجلنا وجود ثلاثة علاقات دالة إحصائياً كانت بين بُعد حالة القلق الجسدي واختبار سرعة 15م، وبين بُعد حالة القلق الجسدي واختبار السرعة 30م، وعلاقة ارتباطية دالة إحصائياً عكسية بين توجه دافعية الانجاز نحو الذات واختبار السرعة 30م. ومنه نستنتج أن حالة القلق الجسدي تؤثر سلباً على أداء السرعة، ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير العمليات الفسيولوجية بالقلق ما ينعكس سلباً على الأداء (أسامة، 1999). وكذلك كلما زاد توجه الدافعية نحو الذات كلما زادت السرعة، ما يعني أن الأفراد ذوي التوجه نحو الذات يتصفون بسرعة أكبر وللتحقق من ذلك عن كذب، قمنا بالتدقيق في النتائج الفردية في المتغيرين (التوجه نحو الذات واختبار السرعة 30م). واستخرجنا العناصر التي تحصلت على نتيجة جيدة في التوجه نحو الذات والتي تفوق نتيجتها 22 درجة، حيث كان عددهم 13 لاعباً، تبين أن 8 لاعبين منهم أي ما يمثل 61.53 % تحصلوا على زمن جيد في اختبار السرعة 30م (أقل من الوسط الحسابي للعينة).

الخلاصة:

توصلت هذه الدراسة التي ألفت الضوء على عاملين أساسيين من عوامل الأداء الرياضي وهما العامل النفسي والعامل البدني، إلى نتائج واستنتاجات هامة تعطي إضافة إلى التراكم العلمي في الميدان الرياضي، تمثلت في أن مستوى اللاعبين في العامل النفسي كان جيداً ومقبولاً، أين تحصل أفراد العينة على درجة مرتفعة في توجه دافعية الانجاز نحو الواجب، ودرجة منخفضة للتوجه دافعية

عن نتائج اختبارات السرعة، حيث بينت سرعة ضعيفة لدى اللاعبين، وهو ما يعضد طرح كوميقي (2004)، بأن أساس تطوير القدرة على تكرار السرعة هي تطوير خاصية السرعة وليس القدرات الهوائية للاستشفاء.

العلاقات البينية أثبتت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الخصائص النفسية والخصائص البدنية، تمثلت في وجود علاقة دالة إحصائياً بين البعد النفسي حالة القلق الجسدي وخاصية السرعة على مسافة 15م و 3م، وهو ما يرجع إلى التأثيرات الفسيولوجية التي تسببها حالة القلق على الجسم والتي تترجم سلباً على أداء السرعة كذلك تبين وجود علاقة ارتباطية بين البعد النفسي توجه دافعية الانجاز نحو الذات وخاصية السرعة على مسافة 30م، حيث تبين لنا أن الأفراد ذوي التوجه نحو الذات يتمتعون بسرعة أكبر. ويرى الباحثان أن هذا الاستنتاج هو أهم ما توصلوا إليه في هذا البحث.

المراجع العربية:

أسامة كامل راتب. (1999). علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات. دار الفكر العربي.

الانجاز نحو الذات، مع وجود مجموعة معتبرة من اللاعبين يتمتعون بالازدواج في التوجه نحو البعدين واتفقت نتائج العلاقات البينية مع عدة دراسات، بأنه توجد علاقة دالة إحصائياً بين توجه دافعية الانجاز نحو الواجب و نحو الذات. كذلك بينت النتائج تمتع اللاعبين بمستوى مرتفع من القدرات التي تمكنهم من التحكم في انفعالاتهم أثناء المواقف الرياضية العصبية، وذلك بانخفاض درجة حالة القلق المعرفي والجسدي وارتفاع درجة الثقة بالنفس. من جهة أخرى نفت نتائج الدراسة ما تقدم به نيكولز (1989)، أن توجه دافعية الانجاز نحو الواجب ونحو الذات يؤثر على حالة القلق، واتفقت مع نفس المؤلف على أن توجه دافعية الانجاز الرياضي نحو الواجب ونحو الذات لها علاقة دالة مع الثقة بالنفس.

نتائج الاختبارات البدنية (الحركية) بينت مستوى متواضع للاعبين مما يدعو إلى إعادة النظر في توجه محتوى الوحدات التدريبية، والتي تبدو متوجهة نحو تطوير القدرات الهوائية. حيث بين اختبار سارجنت للوثب العمودي على مستوى متوسط لأفراد العينة في الوثب العمودي، وهو ما يدل على تواضع خصائص القوة والقوة المتفجرة عند اللاعبين. كذلك أظهرت اختبارات السرعة على مسافة 15م و 30م عن سرعات متوسطة وضعيفة مقارنةً بنتائج دراسات أخرى. ولم تختلف نتائج اختبار القدرة على تكرار السرعة

المراجع الأجنبية

Bosquet L. (2007). *L'entraînement de l'aptitude aérobie au soccer*. Université de Monreal, Département de kinésiologie.

Buchheit, M., & Delhomel, G. (2008). *Détermination de la capacité de répétition de sprint chez des footballeurs adolescents de haut niveau*. Université de Picardie.

Cazorla. G. (2006a). *Evaluation physique et physiologique du footballeur et orientation de sa préparation physique*. Laboratoire Evaluation, Sport, Santé. Faculté des sciences du sport. Université Victor Segalen ; Bordeaux 2.

Cazorla, G. (2006b). *Expertise des exigences physiques et physiologiques du football de haut niveau*. Laboratoire Evaluation, Sport, Santé. Faculté des sciences du sport. Université Victor Segalen ; Bordeaux 2. 2006.

Cometti, G. (2005). *La préparation physique en football*. Paris : Ed Chiron.2005.

Cometti, G. (2006). *La résistance à la vitesse : clé de la préparation physique en sport collectifs ?* Faculté des sciences du sport. UFR STAPS Dijon.

Cometti, G., Maffiuletti, N. A., Pousson, M., Chatard, J. C., & Maffulli, N. (2001). Isokinetic

- Strength and Anaerobic Power of Elite, Sub elite and Amateur French Soccer Players. *Int J Sports Med.*; 22 : 45-51.
- Cox RH. (2005). *Psychologie du sport*. Bruxelles : Ed de Boeck.
- Cury, F., Sarrazin, P., Pérès, C., & Famose JP. (1999). Mesurer l'anxiété du sportif en compétition : Présentation de l'échelle d'état d'anxiété en compétition (EEAC). *Dossier EPS n° 43*. Paris : eds Revue EPS.
- Fogarty G, Tenenbaum G, & Morrow K. (2006). Psychometric evaluation of goal orientation measures in sport. In M. Katsikitis (Ed.), *Proceedings of the 2006 Joint Conference of the APS and NZPSS*, pp 120 -124. Auckland, NZ, 26 - 30 September.
- Gernigon C. (1998). *Motivation et préparation à la performance sportive*. Laboratoire de Psychologie Appliquée au Sport. Paris : INSEP.
- Huebner A. (2008). *Adolescent Growth and Development*. Department of Human Development. February 7, 2008.
- Kuan G and Roy G. (2007). Goal profiles, mental toughness and its influence on performance outcomes among Wushu athletes. Sports Science Unit, School of Medical Sciences, Universiti Sains Malaysia, Kota Bharu, Kelantan State, Malaysia. *Journal of sport Science and Medicine*.
- Lane, A., Sewell, D. F., Terry, P. C., & Batram, D. (1999) *Confirmatory factor analysis of the Competitive State Anxiety Inventory - 2*. Journal of sport sciences, 17 (6), 505-512.
- McMilan K, Hegerud J, Macdonald R, Hoff J. (2005). Physiological adaptation to soccer specific endurance training in professional youth soccer players. *Br J Sport Med*.
- Meganck J, Van Hoof E, Scoliers G, Snauwaert E, Desmadryl J, Gansbeke L, Van Poucke B, Maenhout E, & Geeraerts S. *Differences in motivational orientation and sport competition anxiety between elite adolescent athletes*. Flemish Institute for Elite Sports (ITV).
- Chidester M. (2008). *A Physiological Profile: Soccer Players. Introduction to Coaching*. Tim Bacon. April 14.
- Ostojić SM. (2000). Physical and physiological characteristic of elite Serbian soccer players. Institute of Sports Medicine, Sports Academy, Serbia and Montenegro Facta Universitatis. *Serie Physical Education and Sport*, Vol. 1, No 7, pp. 23 - 29.
- Reilly T, Williams AM, Nivill A, and Franks A. A. (2000). Multidisciplinary approach to talent identification in soccer. *Journal of Sports Science*.
- Stebbing G. (2008). *An Introduction to Fitness Training for Soccer*.
- Walling, M. D., & Duda, J. L. Motivating Kids. *Balancing Learning, Fun & Ego*. Volume 4: No. 6.
- Weineck, J. (1992). *Biologie du sport*. Paris : Vigot.