

أثر برنامج تدريبي ذهني مقترح في تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم. دراسة ميدانية لنادي أفاق الحمامات وجيل بئر مقدم. أكابر ذكور

د/ شتيوي عبد المالك
جامعة بسكرة

د/ قلاتي يزيد
أ/ زمالي حسان
جامعة أم البواقي

تاريخ النشر: 2018-12-10

تاريخ القبول: 2018-11-05

تاريخ الإرسال: 2017-12-07

Abstract :

Cette recherche vise à connaître l'impact d'un programme de préparation mentale proposé pour améliorer le niveau des caractéristiques motivationnelles associées à la motivation d'accomplissement chez les joueurs du football.

La communauté de la recherche s'est représentée des joueurs des clubs de football de la championnat de la wilaya de - TEBESSA - (masculins, seniors), tandis que l'échantillon de la recherche était des joueurs du club AFAK HAMMAMET et DJIL BIR MOKADEM (masculins, seniors), ceux – ci ont été choisis de manière délibérée, et leur nombre est estimé de (46) joueurs, cette échantillon constitue un pourcentage de (12,20 %) de la communauté de la recherche sur les (377) joueurs.

Le chercheur a utilisé la méthode expérimentale basée sur la conception expérimentale avec deux groupes égaux (normatif et expérimentale) où l'échantillon de la recherche a été divisée en deux groupes égaux et homogènes pour que le groupe expérimentale comprenne les joueurs du club AFAK HAMMAMET (masculins, seniors).

Après avoir appliqué le programme de préparation mentale proposé de (12) semaines, et en traitant les résultats obtenus en utilisant les moyens statistiques appropriés, le chercheur a atteint :

- L'efficacité du programme de préparation mentale proposé pour influencer le niveau des caractéristiques motivationnelles associées à la motivation d'accomplissement représentées : (le besoin d'accomplissement, la confiance soi, la conception, maîtrise de soi, formation) et par conséquent, augmenter le niveau de ces caractéristiques motivationnelles associées à motivation d'accomplissement.

المخلص :

هدف هذا البحث إلى معرفة أثر برنامج تدريبي ذهني مقترح في تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم، وتمثل مجتمع البحث في لاعبي نوادي البطولة الولائية - تبسة - لكرة القدم (ذكور، أكابر)، في حين اشتملت عينة البحث على لاعبي نادي أفاق الحمامات وجيل بئر مقدم (ذكور، أكابر)، وقدر عددها بـ (46) لاعب، وهذه العينة تشكل نسبة (12.20%) من مجتمع البحث والبالغ عددهم (377) لاعب، وتم اختيار هذه العينة بالطريقة العمدية.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي، معتمدا على التصميم التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (ضابطة وتجريبية)، وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين متكافئتين ومتجانستين، بحيث شملت المجموعة الضابطة لاعبي نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر)، في حين شملت التجريبية لاعبي نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر)، وبعد تطبيق البرنامج التدريبي الذهني المقترح على المجموعة التجريبية بواقع (12) أسبوع، تم إجراء القياسات والاختبارات، وباستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة، ومن خلال النتائج المحصل عليها، توصل الباحث إلى:- فاعلية البرنامج في التأثير على مستوى السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

1- المقدمة وأهمية البحث:

لما كانت المتطلبات المحددة وطبيعة التنافس في أي رياضة قد فرضت على ممارسيها قدرات بدنية ومهارية وخططية خاصة، فإنها قد فرضت أيضا توافر قدرات ذهنية وسمات نفسية معينة لكل نوع من أنواع هذه الرياضات، ولما كانت الحاجة إلى تحقيق إنجازات كبيرة كانت الحاجة إلى الاهتمام بالمؤشرات التي لها علاقة بالإنجاز والتي من بينها العوامل الذهنية التي يجب التدخل بإجراءات هادفة لإظهارها وتنميتها وتوجيهها، وهو ما جعل خبراء التدريب الرياضي بوجهون عناية فائقة لمختلف نواحيها خاصة منها المرتبطة بالتدريب والمنافسات الرياضية، فظهرت بذلك عدة بحوث ودراسات تناولت موضوع التدريب الذهني بشكل دقيق (دراسة الجنابي، التراجوي والوظيفي (2014)، حتاملة، محمود عايد، العلوان، بشير ومغايرة، إباد عقلة (2011)، الزبيدي، محمد خالد، (2011)، ذيب، ميرفت عاهد حسن (2007)، الحريري، يحيى محمد زكريا (2006)، أبو عبدون، فاطمة (2006)، محمود، نبيلة أحمد (2003)، كاتلين وكريغ (Katheelin & Craig, 1995))، حيث أكدت هذه الدراسات أن الإعداد الذهني للرياضيين يعتبر مطلباً أساسياً لا يقل أهمية عن الإعداد البدني، المهاري والخططي بل ويعتبر العامل الفاصل في التفوق الرياضي، وأبرزت علاقته وأثره الفعال في تحسين دافعية الإنجاز، التي تعرف بأنها الميل للوصول إلى النجاح ورغبة الفرد في أن يكون أداؤه على مستوى الامتياز، أو هي الرغبة القوية لإتمام الأهداف على نحو أفضل. (Johnson et McClelland, 1984, 111)

2- الإشكالية:

بناء على ما ذهب إليه شمعون وإسماعيل بأن التدريب الذهني يجب أن يحقق مستوى أفضل في الأداء بواسطة تطوير مختلف المهارات النفسية، وزيادة القدرة على الثبات والتحكم في الأداء لما له من دور هام وفعال في الوصول إلى حالة الأداء المثالية لتحقيق الإنجاز، باعتباره يمثل أحد المداخل لتطبيق مبادئ علم النفس الرياضي، ويساعد في تدريب اللاعب على استخدام طرق متعددة تساهم في التحكم في الأفكار وتعديل السلوك للوصول إلى مستوى أفضل، تم تجربتها وتطبيقها واختبار صلاحيتها على مجموعة من لاعبي العالم في مستويات رياضية عالية وأنشطة مختلفة. (شمعون وإسماعيل، 2007، 79) وبناء على ما أشارت إليه هبة محمد نديم لبيب نقلا عن كل من عصام حلمي (1980)، جاك وجودي (Jack & Judy, 1982)، نديفر (Nideffer, 1985) وبيت (Butt, 1987) أن التدريب الذهني من الوسائل الفعالة في تحقيق الفوز على كافة المستويات الرياضية لجميع الأعمار السنية إذا ما تم بدرجة كافية، وعلى مدى كافٍ لأنه يحل المشاكل المتعلقة بالفوز، وذلك لأن التفوق في النشاط الرياضي يتطلب قدرة عالية من التركيز لضبط درجة الجهد والاستثارة اللازمة لإخضاع المتغيرات الداخلية والعوامل البيئية المشوشة والمعوقة للأداء والتي يعمل التدريب الذهني على إفراح مساحة كبيرة منه لاجتيازها ونقل الحدود الذهنية لاكتشاف رغبات التدريب. (لبيب، 2014، 12)، وهو ما أكدته هارا (Harra, 1982) بأن التدريب الذهني يعتبر أحد الأساليب الحديثة المستخدمة في اكتساب المهارات الحركية وتطويرها إلى جانب الإعداد للمنافسات، وأن الإنجازات الرياضية العالية تتطلب قدراً كبيراً من الاستخدامات الذهنية وإصدار القرارات، وهو ما يجب التركيز عليه خلال التدريب قبل الوصول إلى المنافسات. (Deitrich Harra, 1982, 12)

وبناء على ما ذهب إليه سعد الله والزهاوي بضرورة أن يوجه التدريب الذهني في مجال المنافسات بشكل قليل على الأداء وبشكل أكبر وأدق على الاستثارة، مستدلين في ذلك بما ذهب إليه بافيو (Paivio, 1985) بأن للتصور العقلي تأثيراً معرفياً ودافعياً، وعلى هذا

الأساس يمكن جعل التدريب الذهني ذو اتجاهين، الأول يمكن استخدامه في العملية التعليمية بوصفه جانباً معرفياً، والثاني له علاقة بالتهيئة للأداء حيث يتعلق الأمر بالاستثارة لغرض إعطاء أداء فاعل. (سعد الله والزهاوي، 2011، 129)

وبناءً على القيام بدراسة استطلاعية شملت جميع مدربي مجتمع البحث بغرض تقصي واقع معرفتهم بالتدريب الذهني ومدى تطبيقهم له، والتي أفرزت عن غياب تطبيقهم له على أرض الواقع وتهميشهم له بكافة أشكاله وهذا راجع لعدم معرفتهم به وبمكوناته ومحتوياته، وكذا نتيجة لترسخ بعض الأفكار الخاطئة لديهم حول التدريب الذهني.

بناءً على كل هذا تبلورت إشكالية البحث وتم صياغتها في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل يؤثر البرنامج التدريبي الذهني المقترح في تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم بنادي آفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنةً بلاعبي نادي جيل بنر مقدم (ذكور، أكابر)؟

3-1- هدف البحث:

- اقتراح برنامج تدريبي ذهني بهدف تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.
- التعرف على أثر البرنامج التدريبي الذهني في تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.

4-1- فرضية البحث:

- يؤثر البرنامج التدريبي الذهني المقترح في تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي نادي آفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنةً بلاعبي نادي جيل بنر مقدم (ذكور، أكابر).

5-1- مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبو نادي آفاق الحمامات وجيل بنر مقدم لكرة القدم (ذكور، أكابر).
المجال الزماني: الفترة الممتدة من 2016-12-20 إلى غاية 2017-05-23.
المجال المكاني: الملعب البلدي (الحمامات)، الملعب البلدي (بنر مقدم).

6-1- مصطلحات البحث:

- التدريب الذهني: حسب أونستال (unestahle): هو تدريب متتابع طويل المدى للاتجاهات والمهارات العقلية، يتضمن بعدين أساسيين: الوصول إلى المستويات الرياضية العالية وتطوير الصحة العامة. (شمعون، 1996، 30)
- السمات الدافعية: وتشمل خمسة أبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية، وهذه الأبعاد هي: الحاجة للإنجاز، الثقة في النفس، التصميم، ضبط النفس، التدريبية. (علاوي، 1998، 27-28)

- كرة القدم: هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما من (11) لاعبا يستعملون الكرة، وفي نهاية كل طرف من طرفي الملعب مرمى هدف، ويحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى خصمه عبر حارس المرمى، بغية تسجيل هدف والتفوق على الفريق المنافس. (مختار، 1988، 11)

2- الإطار النظري والدراسات السابقة والمثابرة:

1-1- الإطار النظري:

تضمن الإطار النظري التطرق إلى مفاهيم التدريب الذهني، دافعية الإنجاز وكرة القدم، بشيء من التفصيل والربط بين مكوناتهم.

2-2- الدراسات السابقة والمثابرة:

1-2-2- الدراسات العربية:

2-1-2-1-دراسة الزبيدي، محمد خالد، (2011): والتي هدفت إلى إعداد برنامج للمهارات النفسية للاعبين كرة القدم الشباب والكشف عن أثر البرنامج في تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الإنجاز والأداء الفني للاعبين الكرة القدم الشباب، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثل مجتمع البحث في لاعبي كرة القدم لفئة الشباب بالدوري العراقي خلال الموسم (2009-2010)، في حين تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عمدية وقد بلغت (33) لاعبا بأعمار (16-19) سنة من نادي مستقبل المشرق الرياضي، تم تقسيمهم بطريقة عشوائية إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، ومن أبرز النتائج المحصل عليها أن برنامج المهارات النفسية ذو تأثير إيجابي على تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الانجاز وكذا مستوى الأداء الفني. (الزبيدي، 2011)

2-1-2-2-دراسة حتاملة، محمود عايد، العلوان، بشير ومغايرة، إباد عقلة (2011): والتي هدفت إلى تحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين المنتخب الوطني الأردني للكرة الطائرة، والمهارات النفسية المساهمة في تنميتها والتعرف على نوعية العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية المميزة لدى اللاعبين، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتمثل مجتمع الدراسة في جميع لاعبي ولاعبات المنتخب الوطني الأردني للكرة الطائرة عام (2007)، فيما تكونت عينة الدراسة من (37) لاعبا ولاعبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية، ومن أبرز النتائج المحصل عليها بعد المعالجة الإحصائية التوصل إلى تحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين الكرة الطائرة؛ حيث جاءت بالترتيب الآتي: العدوان، التدريبية، التحكم الانفعالي، الصلابة، الحافز، الثقة بالنفس، التصميم، القيادة، المسؤولية، الثقة بالآخرين، الضمير، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين بعض السمات الدافعية الرياضية والمهارات النفسية المميزة للاعبين ولاعبات الكرة الطائرة في الأردن. (حتاملة، العلوان، مغايرة، 2011)

2-1-2-3-دراسة أبو عبدون، فاطمة (2006): والتي هدفت الدراسة إلى معرفة أثر برنامج للمهارات النفسية على مستوى الأداء لبعض مهارات كرة اليد لطالبات السنة الثانية بجامعة الزقازيق، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين، وتكونت عينة البحث من (60) طالبة، تم تقسيمهن إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية طبق عليها البرنامج المقترح ومن أبرز النتائج المحصل عليها بعد المعالجة الإحصائية وجود فروق دالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمهارات النفسية (القدرة على التصور، القدرة على الاسترخاء، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على مواجهة القلق، الثقة بالنفس، دافعية الانجاز) ومستوى الأداء المهاري في كرة اليد ولصالح المجموعة التجريبية. (أبو عبدون، 2006)

2-1-2-4-دراسة محمود، نبيلة أحمد (2003): والتي هدفت إلى تحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبات كرة السلة والمهارات النفسية المساهمة في تنميتها وكذا التعرف على نوعية العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة قيد الدراسة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتمثل مجتمع البحث في لاعبات كرة السلة بالدوري المصري، في حين تمثلت عينة البحث في لاعبات كرة السلة بأندية منطقة الإسكندرية (سموحة – الإسكندرية) وقدر عددهن بـ (26) لاعبة، ومن أبرز النتائج المحصل عليها بعد المعالجة الإحصائية، التوصل لتحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبات كرة السلة، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين بعض السمات الدافعية الرياضية والمهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة. (محمود، 2003)

2-2-2-الدراسات الأجنبية:

2-2-1- دراسة كاتلين وكريغ (Katheelin & Craig, 1995): والتي هدفت إلى معرفة أثر استخدام التصور العقلي في تعزيز الدافعية الداخلية، حيث كان الافتراض بأن الأشخاص الذين يستخدمون التصور العقلي سوف يقضون المزيد من الوقت في ممارسة مهمة موضوعية ومحددة في لعبة الغولف (مهمة القذف)، وسوف يكون لهم مهمة أعلى ذات كفاءة ذاتية مميزة مقارنة بأفراد العينة الضابطة، وتم استخدام المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث على 39 لاعب غولف من ذوي المستوى المبتدئ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، محددة بضرورة التوفر على شرط معالجة التصور للمجموعة التجريبية أو حالة عدم التصور للمجموعة الضابطة، وتم تدريس جميع الأفراد حول كيفية قذف كرة الغولف خلال الدورات الثلاث الأولى، كما شارك أفراد معالجة التصور أيضا في برنامج تدريبي للتصور الذي صمم خصيصا للقيام بهذه المهمة القذف في الغولف، ومن أبرز النتائج المحصل عليها أن الأفراد في مجموعة التصور قضت أداء مزيدا من الوقت ممارسة الغولف في مهمة القذف أكثر من أفراد المجموعة الضابطة، إضافة إلى أن الأشخاص الذين استعملوا التصور أيضا قاموا بتعيين أهداف عليا لأنفسهم، وكانوا أكثر واقعية في التوقعات الذاتية، كما كانوا أكثر التزاما ببرامجهم التدريبية خارج المختبر. (Katheelin & Craig, 1995)

مناقشة الدراسات السابقة والمثابرة:

نقاط التقاطع مع الدراسات السابقة والمثابرة:

- من حيث الأهداف: دراسة حتملة، العلوان ومغايرة (2011)، دراسة أبو عبدون (2006).
- من حيث المنهج: دراسة فولغام (Fulgham, 1999)، دراسة كريغ، جينيفير، ويندي (Hall, Toews, Rodgers, 1990).
- من حيث تصميم البحث: تصميم المجموعتين المتكافئتين: دراسة الزبيدي، محمد خالد، (2011)، دراسة فولغام (Fulgham, 1999).
- من حيث العينة: دراسة الزبيدي، محمد خالد (2011).
- امتازت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة والمثابرة بما يلي:
- يهدف هذا البحث للتعرف على أثر التدريب الذهني في تحسين السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.
- سيتضمن هذا البحث استراتيجيات تحسين مستوى السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي بشكل دقيق مفصل في شكل برنامج تدريبي ذهني.
- الاعتماد على أحدث الاستراتيجيات الذهنية من مخابر البحث العلمي الأمريكية والأسترالية في بناء البرنامج التدريبي الذهني.

3- إجراءات البحث:

3-1- منهج البحث:

تماشيا مع طبيعة البحث وأهدافه فقد اتبعنا المنهج التجريبي، وذلك لملاءمته طبيعة البحث، ولأنه يتميز بالضبط والتحكم في المتغيرات المدروسة بحيث يحدث في بعضها تغيرا مقصودا ويتحكم في أخرى لذلك يعد منهج البحث الوحيد الذي يوضح العلاقة بين الأثر والسبب على نحو دقيق. (علاوي وراتب، 1999، 104)

3-2- تصميم البحث:

استخدم الباحث التصميم التجريبي باستخدام المجموعتين المتكافئتين (ضابطة وتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي، مع العشوائية في الاختيار، ويتم في هذا التصميم إدخال العامل

التجربي وهو البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية، وترك الضابطة في ظروفها الإعتيادية.

3-3- مجتمع البحث:

تمثل مجتمع بحثنا في لاعبي كرة القدم بالبطولة الولائية - تبسة - فئة (أكابر، ذكور).

جدول رقم (01): يوضح مجتمع البحث.

		المناصب	عدد اللاعبين	متوسط العمر	متوسط العمر التدريبي
المسابقة	رابطة تبسة	حراسة المرمى	48	22.77	11.43
عدد النوادي	16	الدفاع	125	26.32	12.36
التخصص	كرة القدم	وسط الميدان	112	25.59	10.12
الجنس	ذكور	الهجوم	92	24.11	09.71
الفئة	أكابر		377	25.11	10.93

4-3- عينة البحث:

1-4-3- عينة البحث وكيفية اختيارها:

شتملت عينة البحث على لاعبي نادي أفاق الحمامات وجيل بئر مقدم (ذكور، أكابر)، وقدر عددها ب (46) لاعب، وهذه العينة تشكل نسبة (12.20%) من مجتمع الأصل (لاعبو نوادي البطولة الولائية - تبسة - لكرة القدم ذكور، أكابر) والبالغ عددهم (377) لاعب، وتم اختيار هذه العينة بالطريقة العمدية، وتم تقسيمها إلى مجموعتين متكافئتين ومتجانستين، بحيث:

- المجموعة الضابطة: شملت لاعبي نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر).

- المجموعة التجريبية: شملت لاعبي نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر).

2-4-3- تجانس وتكافؤ المجموعتين:

1-2-4-3- تجانس المجموعتين:

جدول رقم (02): يوضح تجانس عينة البحث.

المتغير الإحصائي	وحدة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		الانثناء
		ض	تج	ض	تج	
العينة						
دافعية الإنجاز	درجة	63.62	63.75	2.39	2.45	-0.03
النقاء	درجة	43.95	44.45	2.57	3.03	0.53
المهارات العقلية	القدرة على التصور	15.91	15.83	1.04	1.36	-0.50
	القدرة على الاسترخاء	15.83	16.33	1.06	1.21	0.25
	القدرة على تركيز الانتباه	15.66	15.70	0.87	0.88	-0.07
	القدرة على مواجهة القلق	15.37	15.54	1.04	0.99	-0.15
	الثقة بالنفس	15.95	16.25	0.90	1.11	-1.14
	دافعية الإنجاز الرياضي	15.33	15.08	0.75	0.95	-0.23
	الحاجة للإنجاز	13.45	13.04	1.28	1.48	0.03
السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي	الثقة في النفس	12.83	12.95	0.91	1.12	-0.17
	التصميم	13.00	12.79	1.02	0.93	0.36
	ضبط النفس	13.29	13.41	0.85	0.97	-0.08
	التدريبية	13.04	12.87	1.08	1.11	0.09

-0.18	1.36	1.48	24.70	24.87	سنة	العمر البيولوجي	المتغيرات البيولوجية
-0.58	1.77	2.06	11.87	12.37	سنة	العمر التدريبي	
-0.10	3.11	2.81	70.87	72.45	كغ	الوزن	
0.15	3.16	2.29	177.91	179.04	سم	الطول	
-0.82	0.67	0.64	22.63	22.42	سم (كغ/م ²)	مؤشر الكتلة الجسمية Imc	

نلاحظ من خلال الجدول أن جميع قيم معامل الالتواء تتراوح بين القيمتين (03- و +03) وهذا يؤكد اعتدالية التوزيع التكراري، ومنه فإن المجموعتين متجانستين في المتغيرات البيولوجية (العمر البيولوجي، العمر التدريبي، الطول، الوزن، مؤشر الكتلة الجسمية)، وكذا الذهنية والنفسية (دافعية الإنجاز، الذكاء، المهارات العقلية، السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي، مظاهر دافعية الإنجاز العالية والمنخفضة).

3-2-2- تكافؤ المجموعتين:

أ- المتغيرات النفسية والذهنية:

جدول رقم (03): يوضح التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات النفسية والذهنية.

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة		
63.62	2.39	0.17	0.85	46	0.05	غير دال	ض	دافعية الإنجاز (درجة)
	2.45							
43.95	2.57	0.61	0.54	46	0.05	غير دال	ض	الذكاء (درجة)
	3.03							
15.91	1.04	0.26	0.78	46	0.05	غير دال	ض	القدرة على التصور (درجة)
	1.36							
15.83	1.06	1.65	0.10	46	0.05	غير دال	ض	القدرة على الاسترخاء (درجة)
	1.21							
15.66	0.87	0.14	0.88	46	0.05	غير دال	ض	القدرة على تركيز الانتباه (درجة)
	0.88							
15.37	1.04	0.65	0.51	46	0.05	غير دال	ض	القدرة على مواجهة القلق (درجة)
	0.99							
15.95	0.90	0.87	0.38	46	0.05	غير دال	ض	الثقة بالنفس (درجة)
	1.11							
15.33	0.75	0.85	0.39	46	0.05	غير دال	ض	دافعية الإنجاز الرياضي (درجة)
	0.95							
13.45	1.28	1.03	0.30	46	0.05	غير دال	ض	الحاجة للإنجاز (درجة)
	1.48							
12.83	0.91	0.42	0.67	46	0.05	غير دال	ض	الثقة في النفس (درجة)

					1.12	12.95	تج		
غير دال	0.05	46	0.46	0.73	1.02	13.00	ض	التصميم (درجة)	
					0.93	12.79	تج		
غير دال	0.05	46	0.63	0.47	0.85	13.29	ض	ضبط النفس (درجة)	
					0.97	13.41	تج		
غير دال	0.05	46	0.60	0.52	1.08	13.04	ض	التدريبية (درجة)	
					1.11	12.87	تج		

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %). / قيمة - ت - الجدولية: عند درجة الحرية

(46) ومستوى دلالة (0.05) = 2.013

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %). عند درجة الحرية (46) ومستوى دلالة

(0.01) = 2.687

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين متوسطات متغيرات الجانب النفسي والذهني لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية، وانطلاقاً من النتائج المحصل عليها عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات المجموعة الضابطة والتجريبية لمتغيرات (دافعية الإنجاز، الذكاء، المهارات العقلية، السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي)، وهذا يدل على أن المجموعتين متكافئتين من الجانب النفسي والذهني، وما يؤكد ذلك هو أن جميع قيم ت المحسوبة والمتراوحة بين (0.14 و 1.65) أصغر من قيمة ت الجدولية المقدر بـ 2.013 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 46، وما يثبت ذلك هو أن جميع قيم الاحتمالية تراوحت بين (0.1 و 0.88) وهي أكبر من القيمة 0.05 (مستوى الدلالة).
النتيجة: انطلاقاً من النتائج المحصل عليها تبين أن المجموعتين متكافئتين من الجانب النفسي والذهني.

ب- المتغيرات البيولوجية:

جدول رقم (04): يوضح التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات البيولوجية.

مؤشر الكتلة الجسمية (كغ/م ²)		الطول (سم)		الوزن (كغ)		العمر التدريبي (سنة)		العمر البيولوجي (سنة)		
تج	ض	تج	ض	تج	ض	تج	ض	تج	ض	
22.63	22.42	179.04	177.91	72.45	70.87	12.37	11.87	24.87	24.70	المتوسط الحسابي
0.67	0.64	2.29	3.16	2.81	3.11	2.06	1.77	1.48	1.36	الانحراف المعياري
1.10		1.41		1.84		0.90		0.40		ت المحسوبة
0.27		0.16		0.07		0.37		0.68		الاحتمالية
0.05		0.05		0.05		0.05		0.05		مستوى الدلالة
46		46		46		46		46		درجة الحرية
غير دال		غير دال		غير دال		غير دال		غير دال		النتيجة

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %). / قيمة - ت - الجدولية: عند مستوى

دلالة (0.05) = 2.013

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %). عند مستوى

دلالة (0.01) = 2.687

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين متوسطات متغيرات الجانب النفسي والذهني لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية، وانطلاقاً من النتائج المحصل عليها عدم

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات المجموعة الضابطة والتجريبية لمتغيرات (العمر البيولوجي، العمر التدريبي، الوزن، الطول، مؤشر الكتلة الجسمية)، وما يؤكد ذلك هو أن جميع قيم ت المحسوبة والمتراوحة بين (0.40 و 1.84) أصغر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.013 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 46، وما يثبت ذلك هو أن جميع قيم الاحتمالية تراوحت بين (0.07 و 0.68) وهي أكبر من القيمة 0.05 (مستوى الدلالة).
النتيجة: انطلاقاً من النتائج المحصل عليها تبين أن المجموعتين متكافئتين من الجانب البيولوجي.

3-5- الإجراءات الإدارية:

- سحب طلب تسهيل مهمة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة العربي بن مهيدي - أم البواقي -
- الاتصال برئيسي النادييين ومخاطبتهما بالكتاب الصادر من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة العربي بن مهيدي - أم البواقي -، وسحب رخصة التربص التطبيقي.

- الاتصال بمدربي كرة القدم فئة (أكابر، ذكور) على مستوى النادييين قيد البحث.
- الشروع في تطبيق العمل الميداني.

3-6- أدوات ووسائل جمع البيانات:

3-6-1- التحليل النظري:

وذلك من مختلف المراجع العربية والأجنبية المتوفرة لغرض استخلاص أكبر قدر ممكن من المعلومات النظرية.

3-6-2- استبيان موجه لمدربي مجتمع البحث:

تم بناء استبيان لاستخدامه في هذا البحث تضمن فقرات تهدف إلى معرفة واقع التدريب الذهني ميدانيا ومدى تطبيقه وكذا إلى تقصي مدى معرفة مدربي مجتمع البحث بالتدريب الذهني ومتطلباته، وتضمن الاستبيان (10) أسئلة منها المغلقة ومنها نصف المفتوحة وكذا المفتوحة.

3-6-3- الاختبارات والمقاييس النفسية:

من خلال اطلاع الباحث على مجموعة من المصادر والرسائل التي تناولت مجموعة من الاختبارات والمقاييس التي تسمح بقياس المتغيرات قيد البحث وتلائم عينة البحث، وبعد عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين تم الإتفاق على الاختبارات التالية:

- قائمة السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.

- اختبار رافن للمصفوفات المتتابعة.

- مقياس المهارات النفسية في الرياضة.

3-6-4- القياسات الجسمية: الطول، الوزن.

- الطول: تم قياس طول اللاعبين بـ (سم).

- الوزن: تم قياس وزن اللاعبين بـ (كغ) عن طريق وقوفه فوق ميزان طبي ثم قراءة المؤشر.

- مؤشر الكتلة IMC: وهو مؤشر للتعبير عن درجة البدانة، وتم حسابه وفق القانون التالي:

$$IMC = \frac{\text{الوزن (كغ)}}{(\text{الطول (متر)})^2}$$

3-6-4- الوسائل المورفولوجية:

- الميزان الطبي يستعمل لقياس الوزن وتعطى النتيجة بـ (كغ).

- الشريط المتر.

3-6-5- الوسائل الديدانتيكية:

- صافرة، ميقاتية، شريط ديكامتر، مشغل موسيقى، كراسي، طاولات....

3-6-6- الوسائل البشرية:

الاعتماد على مجموعة من الأشخاص المؤهلين من ذوي الخبرة والاختصاص بغرض المساعدة على تطبيق البرنامج التدريبي والقياسات والاختبارات، بغرض ربح الوقت والجهد.

3-6-6- برنامج تدريبي ذهني مقترح:

المعاملات العلمية لأدوات البحث (الخصائص السيكمترية):

رغم أن جميع الاختبارات البدنية والحركية تتميز بدرجة عالية من الصدق والثبات نظرا لاستعمالها سابقا من طرف عدد معتبر من الباحثين، إلا أن الباحث أثر التحقق من ذلك، ومن خلال المعالجة الإحصائية لاحظ أن جميع مفردات المقاييس والاختبارات تتمتع بدرجة كبيرة من الصدق والثبات.

- مقياس السمات الدافعية للرياضيين:

- الصدق: جدول رقم (05): يوضح قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مقياس السمات الدافعية للرياضيين.

البعد	الحاجة للإنجاز	الثقة في النفس	التصميم	ضبط النفس	التدريبية
الحاجة للإنجاز	قيمة - ر	1	-	-	-
	الاحتمالية	0.000	-	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	-	-	-
	النتيجة	دال **	-	-	-
الثقة في النفس	قيمة - ر	0.727	1	-	-
	الاحتمالية	0.000	0.000	-	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	-	-
	النتيجة	دال **	دال **	-	-
التصميم	قيمة - ر	0.735	0.709	1	-
	الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	-
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	-
	النتيجة	دال **	دال **	دال **	-
ضبط النفس	قيمة - ر	0.527	0.501	0.545	1
	الاحتمالية	0.008	0.013	0.006	0.000
	مستوى الدلالة	0.05	0.05	0.05	0.05
	النتيجة	دال **	دال *	دال **	دال **
التدريبية	قيمة - ر	0.761	0.652	0.705	0.568
					1

0.000	0.004	0.000	0.001	0.000	الاحتمالية
0.05	0.05	0.05	0.05	0.05	مستوى الدلالة
** دال	** دال	** دال	** دال	** دال	النتيجة

* معنوي عند نسبة الخطأ (05%).

** معنوي عند نسبة الخطأ (01%).

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن كل قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (0.501 و 0.735)، في حين تراوحت قيم الاحتمالية بين (0.000 و 0.013) وهي جميعها أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين أبعاد مقياس السمات الدافعية للرياضيين فيما بينها، مما يدل على أن أبعاد المقياس تتمتع بدرجة عالية من صدق التكوين الفرضي.

- الثبات:

- طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest): تم حساب ثبات الاختبار انطلاقاً من حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيق الأول والثاني لكل بعد على حدى وكذا للدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (06): يوضح قيم معاملات الارتباط لمقياس السمات الدافعية للرياضيين:

قيمة - ر -	الاحتمالية	مستوى الدلالة	النتيجة
0.802	0.000	0.05	الحاجة للإنجاز
0.842	0.000	0.05	الثقة في النفس
0.768	0.000	0.05	التصميم
0.723	0.000	0.05	ضبط النفس
0.764	0.000	0.05	التدريبية
0.821	0.000	0.05	الدرجة الكلية

* معنوي عند نسبة الخطأ (05%).

** معنوي عند نسبة الخطأ (01%).

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أن كل معاملات الارتباط قد تراوحت بين (0.723 و 0.842)، في حين قدرت كل قيم الاحتمالية بـ (0.000) وهي جميعها أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجات أبعاد المقياس وكذا الدرجة الكلية للتطبيقين الأول والثاني.

النتيجة: نلاحظ انطلاقاً من النتائج المحصل عليها وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للتطبيقين الأول والثاني، وهذا يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

7-3- ضبط متغيرات الدراسة:

7-3-1- المتغير المستقل: حسب متطلبات الدراسة تحدد في: البرنامج التدريبي الذهني المقترح.

7-3-2- المتغير التابع: تحدد في: دافعية الإنجاز.

8-3- الدراسة الاستطلاعية:

8-3-1- المجال المكاني والزمني للتجربة الاستطلاعية:

أ- المجال المكاني: تم إجراء الاختبارات والقياسات على مستوى الملعب البلدي والملحق التدريبي للنادي.

ب- المجال الزمني: تمثل فيما يلي:

- الدراسة الاستطلاعية الأولى: صادفت تاريخ (2016/09/30)، وهدفت إلى الوقوف على واقع التدريب الذهني ميدانيا ومدى تطبيقه، وكذا تقصي مدى معرفة مدربي مجتمع البحث بالتدريب الذهني ومتطلباته انطلاقاً من استبيان مبني لهذا الغرض.
- الدراسة الاستطلاعية الثانية: صادفت تاريخ (2016/12/20)، حيث تم إجراء القياسات القبلية والتكافؤ بين المجموعتين في:

- 1- متغيرات مرتبطة بخصائص أفراد العينة (الطول - الوزن - العمر البيولوجي - العمر التدريبي).
- 2- الاختبارات والقياسات النفسية.
- الدراسة الاستطلاعية الثالثة: صادفت تاريخ (2017/01/10) إلى غاية (2017/01/22) بهدف التعرف على مدى صلاحية البرنامج التدريبي الذهني المقترح.

9-3- التجربة الرئيسية:

بعد إجراء التجربة الاستطلاعية، وبعد التأكد من سلامة المعاملات العلمية للاختبارات والمقاييس، وكذا صلاحية البرنامج التدريبي الذهني المقترح وملائمته لعينة البحث، تم توزيع الأدوار على فريق العمل المساعد، تلاه البدء في عملية تنفيذ التجربة الرئيسية في الفترة الممتدة من شهر ديسمبر 2016 إلى غاية شهر ماي 2017، وقد كانت تواريخ إجراء التجربة الرئيسية كما يلي:

جدول رقم (07): يوضح تاريخ إجراء التجربة الرئيسية.

المهمة	الإجراء	التاريخ
تطبيق البرنامج التدريبي الذهني المقترح	بداية التطبيق	2017/02/27
	نهاية التطبيق	2017/05/15
قياس مستوى السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي	القياس القلبي	2017/12/20
	القياس البعدي	2017/05/23

ملاحظة: تم اعتماد قياسات التكافؤ كقياسات قبلية.

10-3- الوسائل الإحصائية:

جدول رقم (08): يوضح الوسائل الإحصائية المستعملة خلال البحث:

بالنسبة للإحصاء الوصفي تم استخدام:	بالنسبة للإحصاء الاستدلالي تم استخدام:
- المتوسط الحسابي.	- (ت) ستيودنت.
- الانحراف المعياري.	- معامل الارتباط (بيرسون).
- النسب المئوية.	- معامل الالتواء.
- التكرارات.	- معامل الثبات سبيرمان - براون.

وتمت الاستعانة بالحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الإصدار السادس عشر (spss v. 16.0) في المعالجات الإحصائية.

4- عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج المقارنة بين القياسين القبلي والبعدى فيما يخص نتائج السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي:

1-4- عرض ومناقشة نتائج المقارنة بين لاعبي العينة الضابطة:

جدول رقم (09): يوضح قيم الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجات الكلية للقياسين القبلي والبعدى للعينة الضابطة فيما يخص السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.

المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
الحاجة للإنجاز	قبلي	13.45	1.28	1.43	0.16	23	0.05	غير دال
	بعدي	13.75	0.98					
الثقة في النفس	قبلي	12.83	0.91	1.49	0.14	23	0.05	غير دال
	بعدي	13.12	0.74					
التصميم	قبلي	13.00	1.02	0.18	0.85	23	0.05	غير دال
	بعدي	12.95	0.75					
ضبط النفس	قبلي	13.29	0.85	1.90	0.069	23	0.05	غير دال
	بعدي	13.58	0.77					
التدريبية	قبلي	13.04	1.08	1.07	0.29	23	0.05	غير دال
	بعدي	13.20	0.83					

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %). / قيمة - ت - الجدولية: عند مستوى

دلالة (0.05) = 2.069

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %). عند مستوى دلالة (0.01) =

2.807

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدى للدرجات الكلية للعينة الضابطة فيما يخص السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي، أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد الحاجة للإنجاز وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 1.43 أصغر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.16 < 0.05 (مستوى الدلالة)، كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد الثقة في النفس وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 1.49 أصغر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.14 < 0.05 (مستوى الدلالة)، إضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد التصميم وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 0.18 أصغر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.85 < 0.05 (مستوى الدلالة)، وكذا أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد ضبط النفس وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 1.90 أصغر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.069 < 0.05 (مستوى الدلالة)، وكذا أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد التدريبية وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 1.07 أصغر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069

عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.29 < 0.05$ (مستوى الدلالة).

وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق أو وجود فروق عشوائية لم تبلغ الدلالة المعنوية، ومنه عدم تطور مستوى السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي، ويعزو الباحث ذلك إلى غياب برنامج تدريب ذهني مبني على أسس علمية سليمة بغرض تنمية السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.

4-2- عرض ومناقشة نتائج المقارنة بين لاعبي العينة التجريبية:

جدول رقم (10): يوضح قيم الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجات الكلية للقياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية فيما يخص السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.

المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
الحاجة للإنجاز	قبلي	13.04	1.48	15.54	1.08 E-13	23	0.05	دال **
	بعدي	16.54	1.17					
الثقة في النفس	قبلي	12.95	1.12	17.01	1.58 E-14	23	0.05	دال **
	بعدي	16.83	1.04					
التصميم	قبلي	12.79	0.93	18.62	2.26 E-15	23	0.05	دال **
	بعدي	16.33	0.76					
ضبط النفس	قبلي	13.41	0.97	19.99	4.85 E-16	23	0.05	دال **
	بعدي	16.70	0.90					
التدريبية	قبلي	12.87	1.11	19.49	8.39 E-16	23	0.05	دال **
	بعدي	16.70	1.08					

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %). / قيمة - ت - الجدولية: عند مستوى دلالة

$$2.069 = (0.05)$$

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %). عند مستوى دلالة

$$2.807 = (0.01)$$

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للدرجات الكلية للعينة الضابطة فيما يخص السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي، أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد الحاجة للإنجاز وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 15.54 أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.000 > 0.05 (مستوى الدلالة)، كما أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد الثقة في النفس وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 17.01 أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.000 > 0.05 (مستوى الدلالة)، إضافة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد التصميم وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 18.62 أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ 0.000 > 0.05 (مستوى الدلالة)، وكذا أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعد ضبط النفس وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 19.99 أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.069 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية

23، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.05 > 0.000$ (مستوى الدلالة)، وكذا أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعث التدريبية وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ **19.49** أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ **2.069** عند مستوى الدلالة **0.05** ودرجة حرية **23**، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.05 > 0.000$ (مستوى الدلالة).

وهذا ما يؤكد زيادة مستوى السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي العينة التدريبية، ويعزو الباحث ذلك إلى فاعلية البرنامج التدريبي الذهني، وتأثيره المباشر في تطور السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي في الاتجاه الإيجابي.

3-4- عرض ومناقشة نتائج مقارنة القياس البعدي بين العنيتين الضابطة والتدريبية فيما يخص نتائج السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي:

جدول رقم (11): يوضح قيم الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجات الكلية للقياس البعدي للعنيتين الضابطة والتدريبية فيما يخص السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي.

المتغير القياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	الاحتمالية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
الحاجة للإنجاز	ض	13.75	0.98	8.88	1.50 E-11	46	0.05	دال**
	تج	16.54	1.17					
الثقة في النفس	ض	13.12	0.74	14.14	2.31 E-18	46	0.05	دال**
	تج	16.83	1.04					
التصميم	ض	12.95	0.75	15.46	7.61 E-20	46	0.05	دال**
	تج	16.33	0.76					
ضبط النفس	ض	13.58	0.77	12.82	8.57 E-17	46	0.05	دال**
	تج	16.70	0.90					
التدريبية	ض	13.20	0.83	12.55	1.83 E-16	46	0.05	دال**
	تج	16.70	1.08					

* معنوي عند نسبة الخطأ (05 %). / قيمة - ت - الجدولية: عند مستوى دلالة $2.013 = (0.05)$

** معنوي عند نسبة الخطأ (01 %). عند مستوى دلالة $2.687 = (0.01)$

نلاحظ من خلال الجدول وانطلاقاً من المقارنة بين المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي للدرجات الكلية للعنيتين الضابطة والتدريبية فيما يخص السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي، أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعث الحاجة للإنجاز وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ **8.88** أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ **2.013** عند مستوى الدلالة **0.05** ودرجة حرية **46**، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.05 > 0.000$ (مستوى الدلالة)، كما أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعث الثقة في النفس وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ **14.14** أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ **2.013** عند مستوى الدلالة **0.05** ودرجة حرية **46**، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.05 > 0.000$ (مستوى الدلالة)، إضافة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعث التصميم وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ **15.46**

أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.013 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 46، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.000 > 0.05$ (مستوى الدلالة)، وكذا أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعده ضبط النفس وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 12.82 أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.013 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 46، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.000 > 0.05$ (مستوى الدلالة)، وكذا أنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لبعده التدريبي وما يؤكد ذلك هو أن قيمة ت المحسوبة المقدرة بـ 12.55 أكبر من قيمة ت الجدولية المقدرة بـ 2.013 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 46، وما يثبت ذلك قيمة الاحتمالية التي قدرت بـ $0.000 > 0.05$ (مستوى الدلالة).

وهذا ما تؤكدته النتائج التي توصلت إليها دراسة "حتاملة، محمود عايد، العلوان، بشير ومغايرة، إياد عقلة (2011)، دراسة الزبيدي، محمد خالد، (2011)، دراسة أبو عبدون، فاطمة (2006)، دراسة محمود، نبيلة أحمد (2003)، دراسة كاتلين وكريغ (Katheelin & Craig, 1995).

وهذا يتفق مع ما أشار إليه "حتاملة وآخرون" (2011)، بأن استخدام القدرات العقلية والعوامل الوجدانية من وإلى أقصى درجة يزيد من الجهد المبذول من قبل الرياضي سواء في التدريب أو المنافسات الرياضية. (حتاملة، العلوان، ومغايرة، 2011). كما يتفق مع ما أشار إليه "راتب"، بأن دافعية الإنجاز هي دافعية التفوق، وتعتبر من أقوى الدوافع التي تكمن خلف كل نجاح أو تفوق في الأداء الرياضي، وأنه لا بد من تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن يجب على الأفراد أن تتوفر فيهم السمات الدافعية وهي: المثابرة في الأداء، الأداء المتميز بالفاعلية، الأداء بمعدل مرتفع، معرفة الرياضيين لواجباتهم، الواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة أو المخاطرة، الأداء في المواقف التي تتطلب التحدي. (راتب، 1990)

وفي نفس السياق أوضح "أتكسون" أن مؤشرات الدافعية للإنجاز من حيث قوتها أو ضعفها تتمثل في الآتي:

- 1- محاولة الوصول للهدف، والإصرار عليه.
 - 2- التنافس مع الآخرين وما يعنيه ذلك من سرعة الوصول للهدف، وبذل الجهد.
 - 3- أن يتم ذلك وفقا لمعيار الإمتياز أو الجودة في الأداء.
- وأشار ميهير إلى أن الدافعية للإنجاز تعنى بشكل محدد الجوانب التالية:
- 1- السلوك الذي يحدث في ضوء معيار الإمتياز، وهو ما يمكن تقويمه في ضوء النجاح أو الفشل.
 - 2- احساس الفرد بأنه مسؤول عن نتائجه أو مترتبات سلوكه.
 - 3- مستويات التحدي والإحساس بعدم التأكد.
- وحدد هيرمانز مظاهر الدافع للإنجاز في عشرة جوانب هي: مستوى الطموح، سلوك تقبل المخاطرة، الحراك الاجتماعي، المثابرة، توتر العمل أو المهمة، إدراك الزمن، التوجه للمستقبل، اختيار الرفيق، سلوك التعرف، سلوك الإنجاز.
- وتوصل زكريا الشريني إلى إحدى عشرة سمة تعبر عن الدافع للإنجاز هي: الطموح، المثابرة، الاستقلال، تقدير النفس، الاتقان، الحيوية، الفطنة، التفاؤل، المكانة، الجرأة الاجتماعية.

وتوصل محمود عبد القادر من خلال استقرائه للدراسات السابقة إلى أن هناك ثلاثة دوافع فرعية للإنجاز تتمثل في الطموح العام، والنجاح بالمتابعة على بذل الجهد، والتحمل من أجل الوصول للهدف. (خليفة، 2006، 89-94)

5- الاستنتاجات:

انطلاقاً مما سبق خلص الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- ✓ 5-1-1- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى بعد الحاجة للإنجاز لصالح القياس البعدي للاعبين نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنة بلاعبين نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر).
- ✓ 5-1-2- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى بعد الثقة في النفس لصالح القياس البعدي للاعبين نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنة بلاعبين نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر).
- ✓ 5-1-3- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى بعد التصميم لصالح القياس البعدي للاعبين نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنة بلاعبين نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر).
- ✓ 5-1-4- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى بعد ضبط النفس لصالح القياس البعدي للاعبين نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنة بلاعبين نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر).

- ✓ 5-1-5- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى بعد التدريب لصالح القياس البعدي للاعبين نادي أفاق الحمامات (ذكور، أكابر) مقارنة بلاعبين نادي جيل بئر مقدم (ذكور، أكابر).

وهذا ما يؤكد فاعلية البرنامج في التأثير على مستوى السمات الدافعية المرتبطة بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

قائمة المراجع:

باللغة العربية:

- أبو عبدون، فاطمة، "تأثير برنامج لتنمية بعض المهارات النفسية على مستوى الأداء المهاري في كرة اليد لطالبات الصف الثاني بكلية التربية الرياضية بالزقازيق"، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد 58، كلية التربية الرياضية للبنين، أبو قير، الإسكندرية، القاهرة، 2006.
- الزبيدي، محمد خالد، "أثر برنامج للمهارات النفسية على تهيئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الانجاز والأداء النفسي للاعبين كرة القدم"، رسالة ماجستير، جامعة الموصل، العراق، 2011. (غير منشورة)
- حتاملة محمود عايد، العلوان بشير مغيرة، إياد عقل، "المهارات النفسية المميزة للاعبين الكرة الطائرة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية"، دراسات، العلوم التربوية، المجلد 38، الملحق 7، 2011.
- سعد الله، فرات جبار والزهاوي، هه فال خورشيد، التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم، ط1، دار دجلة، عمان، 2011.
- شمعون، محمد العربي وإسماعيل، ماجدة، اللاعب والتدريب العقلي، مركز الكتاب، القاهرة، 2007.
- شمعون، محمد العربي وعبد النبي، الجمال، التدريب العقلي في التنس، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 1996.
- شمعون، محمد العربي، التدريب العقلي الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
- شمعون، محمد العربي، التدريب العقلي الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- علاوي، محمد حسن، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
- علاوي، محمد حسن وراتب، أسامة كامل، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- علاوي، محمد حسن، علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002.

- لبيب، هبة محمد نديم، التدريب العقلي وقلق المنافسة وفعالية الأداء للاعبات التايكواندو، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2014.
- محمود، نبيلة أحمد، "المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية"، بحث منشور، الأكاديمية الدولية لتكنولوجيا الرياضة، السويد، 2003.
- مختار، سالم، كرة القدم لعبة الملايين، ط2، مكتبة المعارف، بيروت، لبنان، 1988.
- باللغة الأجنبية:**

- **Deitrich Harra**, Priciples of sport training, Sportvelag Berlin, 1982.
- **Johnson; E.W et McClelland; D.C**, learning to achieve grade 9-12, illiabis Scott, foresman and company, 1984.
- **Martin. Kathleen. A, Hall. Craig. R**, Using Mental Imagery to Enhance Intrinsic Motivation, Journal of Sport & Exercise Psychology, Vol 17(1), 1995.