

تأثير الروح المعنوية خلال التدريب الرياضي لدى لاعبي الجودو

The effect of morale during sports training among judo players

بصوار خيرة¹، خلول غنية²¹ المركز الجامعي البيض / الجزائر / joji.joji1400@gmail.com² معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة خميس مليانة (الجزائر)، G.kheloul@univ-dbk.m.dz/

تاريخ النشر: 2023/07/24

تاريخ القبول: 2023/07/08

تاريخ الاستلام: 2023/02/15

ملخص:

الهدف من هذا البحث معرفة مدى تأثير الروح المعنوية خلال التدريب الرياضي لدى لاعبين الجودو العمر ما بين 08-14، وشملت الدراسة على عينة من 12 لاعب تم اختيارهم بالطريقة المقصودة، واعتمدنا في البحث على المنهج الوصفي، ومما توصلنا إليه أن الروح المعنوية لها تأثير فعال في العملية التدريبية. الكلمات الدالة: الروح المعنوية، التدريب الرياضي، الجودو

Abstract:

The aim of this research is to find out the extent of the effect of morale during sports training on judo players between the ages of 8-14. The study included a sample of 12 players who were chosen in the intended way. The training process.

Keywords: effect of morale ; sports training ;judo

مقدمة:

تعد الروح المعنوية إحدى الظواهر الأساسية لاستمرار الرياضي في الكفاح و بث روح الحماس في الملعب و التزامه بالتدريب و الاشتراك في المنافسات الرياضية و تحقيق الانجاز، فالإنسان يتنافس مع الآخرين بغية تحقيق الهدف وهو الفوز على من يتنافس معهم.

إن الرياضي يتفاعل مع البيئة التي يعيش فيها وهو في تفاعله هذا لا يخضع لدوافعه الداخلية فقط وإنما أيضا للعوامل الخارجية المحيطة به التي يتفاعل معها فتأثر فيه و يتأثر بها ايجابيا أو سلبيا، ولا يمكن أن نطلب منهم أن يترك مشاكلهم خارج الملعب ونطلب منهم في نفس الوقت أداء أفضل حيث أن قدرة الفرد على مواجهة التحديات و الإقبال على الاشتراك في المنافسات و تحقيق الفوز فيها لن يوجد الا بتوافر الروح المعنوية حيث أنها تمدهم بالإرادة و العزيمة و المثابرة و الكفاح لتحقيق الفوز.

ولاشك أن لاعبي الجودو هم أحد العناصر الهامة لرياضة الجودو الذي يجب العمل على إعدادهم و تجهيزهم و الاهتمام بهم من الناحية النفسية بالأسلوب العلمي حتى يمكن الوصول بهم إلى على المستويات لتحقيق الانجازات على المستوى المحلي و الدولي. فهل هناك اثر للروح المعنوية خلال التدريب الرياضي لدى لاعبي الجودو؟

الفرضية العامة :

-للروح المعنوية تأثير على لاعبي الجودو اثناء التدريب الرياضي .

الفرضيات الفرعية:

-يوجد تأثير ايجابي لروح المعنوية أثناء التدريب الرياضي

-يوجد تأثير سلبي لروح المعنوية أثناء التدريب الرياضي

الدراسات السابقة:

1- عنوان الدراسة: دراسة "حسني عز الدين" (1980م) وعنوانها "قياس الروح المعنوية للرياضيين"

إشكالية الدراسة:

وهدفت الدراسة إلى التعرف على أبعاد الروح المعنوية وأسباب ارتفاع وانخفاض الروح المعنوية للرياضيين.

نتائج وتوصيات الدراسة:

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، واختار عينة قوامها 88 رياضي من لاعبي الدرجة الأولى تم اختيارهم من 11 نشاط رياضي وقد استخدم الباحث في جمع البيانات مقياس الروح المعنوية للرياضيين (إعداد الباحث) وأسفرت الدراسة عن نتائج من أهمها تحديد أربعة عشر بعداً للمقياس وضم المقياس 80 عبارة.

2-عنوان الدراسة: كلا من "حمدي عبد المنعم"، "نادية حسن هاشم" 1991م وعنوانها "تأثير الفوز والهزيمة على مستوى الروح المعنوية لدى لاعبي الكرة الطائرة"

إشكالية الدراسة:

وهدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق الفردية بين لاعبي الفرق الفائزة أو المهزومة في أبعاد الروح المعنوية بجانب التعرف على مستوى الروح المعنوية لدى لاعبي الكرة الطائرة،

نتائج وتوصيات الدراسة:

وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وقد اختار العينة من لاعبي الدوري الممتاز لكرة الطائرة وقوامها 96 لاعب بواقع 12 لاعب لكل فريق من ثمانية أندية واستخدم في جمع البيانات مقياس الروح المعنوية "لحسني عز الدين" 1980م وأسفرت الدراسة عن نتائج من أهمها وجود علاقة دالة إيجابية بين اللاعبين الذين يحققون نتائج إيجابية (الفرق الفائزة وبين مستوى الروح المعنوية).

3- عنوان الدراسة: "منى مختار المرسي" (2002م) وعنوانها الروح المعنوية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم لدى الرياضيين المعاقين بدنياً،

إشكالية الدراسة:

وهدف الدراسة إلى تصميم مقياس للروح المعنوية لدى المعاقين ذهنياً لقياس التفاؤل والتشاؤم لديهم

نتائج وتوصيات الدراسة:

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، واختارت عينة قوامها 195 لاعب يمثلون المنتخبات القومية للمعاقين بدنياً، واستخدمت الباحثة في جمع البيانات مقياس الروح المعنوية لدى الرياضيين المعاقين بدنياً من إعداد الباحثة وأسفرت الدراسة عن نتائج من أهمها بناء مقياس للروح المعنوية لدى الرياضيين المعاقين بدنياً وبناء معايير للمقياس.

1. الروح المعنوية :

1-1 مفهوم الروح المعنوية:

يؤكد "قاموس علم الاجتماع" على الاتجاه التكاملي لمفهوم الروح المعنوية، ويعرفها بأنها الأهمية الكبرى التي يعلقها أعضاء الجماعة على أهدافها وشعورهم العميق بالثقة في تحقيقها، واقتناعهم المرتبط بالرضا والإشباع والانتماء إلى الحياة الاجتماعية. (محمد عاطف غيث 1979)،

كما ورد في معجم "العلوم الاجتماعية"، أن سمو الروح المعنوية يرجع إلى ثلاث الشخص مع مجتمعه وبيئته، وثقته بمن حوله واطمئنانه إلى مصيره ومستقبله وتصديق الروح المعنوية على الفرد والجماعة معاً. (ابراهيم مذكور 1975)

ويؤكد قاموس "(Plastorial Psychology على الروح المعنوية بأنها استجابة فردية بعقل الجماعة، بحيث يكون الفرد مستنداً للتفاعل الملائم لمواقف تحدي تتعرض له الجماعة، ويتوقف ارتفاع الروح المعنوية على درجة توافق استجابة الأفراد للموقف وعلى درجة توحيد الأغراض مع هدف الجماعة ومع القيادة، فالروح المعنوية تتكون من تكتل قوى الأفراد المكونين للجماعة من وحدة الهدف. (Kerch and Curtchfield- B 1948)

ويفرق العلماء بين مفهومين أولهما الروح المعنوية للفرد والتي تصف مشاعر الفرد تجاه عمله ومدى رضاه عنه، حيث يرتبط بحاجات الفرد ومدى قدرته على التكيف مع عمله والدور الذي يؤديه في التنظيم، ثانيهما الروح المعنوية للجماعة التي تركز على ردود الفعل الاجتماعية لهم، كما تهتم بالمشاعر تجاه القيم الاجتماعية وتركز على أهداف واهتمامات وإنجازات الجماعة، فالروح المعنوية هي محصلة حالات الشعور بالرضا التي يحصل عليها الأفراد عن طريق مشاركتهم في الجماعة.

2_1 خصائص الروح المعنوية:

هناك خصائص التي تميز الروح المعنوية عن باقي الظواهر النفسية منها:

-أنها حالة نفسية وعاطفية يصعب تحديدها بعامل واحد، فهي تتحكم فيها مجموعة من العوامل المتداخلة. أنها لا تتأثر كثيرا بالخوافز المادية أو بالسلطة الرسمية، بقدر ما تتأثر بجو العمل المحيط والظروف المحيطة خاصة تلك العلاقة بين الرئيس والمرؤوس

-ترتفع وتنخفض وذلك حسب الظروف المحيطة بها، فهي تتحكم فيها العديد من العوامل لأنها ظاهرة معقدة.

-لها معايير يمكن من خلالها الحكم على أنها مرتفعة أو منخفضة.

-لا يمكن إدراكها إلا من أثارها.

-يمكن ملاحظتها في سلوك الأفراد وحاجاتهم النفسي.

-لا تظهر أثارها عادة إلا في جماعة.

-حالة نفسية تسيطر على سلوك الفرد.

-تدفع الفرد إلى المزيد من الجهد والإنتاج إذا كانت عالية.

- تكون سببا في قلة الجهد وضعف الإنتاج إذا كان منخفضة

1_3 أهمية الروح المعنوية:

- إن الهدف من الروح المعنوية هو إخراج المشاكل التي تعاني منها المنظمة إلى العراء، والكشف عنها، بحيث يمكن تحليلها وفهمها ومعالجتها، لأن النتائج التي يمكن الخروج بها لها قيمة وأهمية كبيرة، ومن مزايا قياس الروح المعنوية مايلي:

-تلعب دورا هاما ورئيسيا في تنمية وتعزيز المشاعر والعلاقات الإنسانية.

-يمكن استخدام نتائجها في تشخيص الكثير من المشاكل والمعوقات التي تعاني منها المنظمة ووضع الحلول الملائمة لهذه المشاكل مستقبلا.

-تعتبر أداة لقياس كفاءة الإدارة داخل المنظمة وتشعر الموظفين بأهمية الإدارة العليا في المنظمة بمصالحهم وحرصها على رفع الروح المعنوية لهم، وتعد أيضا أحد وسائل تقييم الاحتياجات التدريبية داخل المنظمة.

-توضح للإدارة المستويات العامة لروح المعنوية للموظفين لتحسين الخدمات الاجتماعية والترفيهية المقدمة لهم.

-معرفة مدى الاختلاف في الروح المعنوية بالنسبة للأقسام المختلفة داخل المنظمة، وطبيعة الأسباب التي تؤدي لذلك، والعمل على إحداث التوازن المطلوب، وذلك برفع الروح المعنوية لعمال الأقسام ذوي الروح المعنوية المنخفضة.

-تعتبر الاستفتاءات التي تقيس الروح المعنوية إحدى وسائل الاتصال، وتبادل المعلومات بين مجموعات العمال والإدارة، وهي أيضا وسيلة لتعبير الموظفين عما يدور بأنفسهم اتجاه العمل والمنظمة، وهي بجانب ذلك أيضا فائدة شعور المواطنين بالمشاركة واهتمام هذه الإدارة بهم، حيث ويخفض هذا الأسلوب من درجة التوترات النفسية التي يعاني منها العمال أحيانا، مما يؤدي إلى رفع الروح المعنوية للموظفين.

-إن قياس الروح المعنوية قد يؤدي إلى معرفة الإدارة لحاجات تدريبية للموظفين وذلك بطريقة غير مباشرة. تساعد الإدارة على فهم مدى أهمية الروح المعنوية للموظفين، واثّر ذلك على الإنتاج، فتعمل الإدارة على تحسين العلاقات الإنسانية السائدة داخل المنظمة.

-حيث تتجه الإدارة المتقدمة إلى التنمية والمحافظة على مستوى رفع الروح المعنوية بين العاملين، إذ تفترض الإدارة أن الروح المعنوية المرتفعة تؤدي إلى إنتاجية أفضل من جانب العاملين، سواء كانت سلع أو خدمات، وتكاليف عمل أقل،

لذلك تعد الروح المعنوية عنصر من عناصر التحفيز، ولا تقل أهمية عن رفع أجور العاملين عالية أو أرباح وخدمات للعاملين، لما لها من آثار إيجابية تتمثل في زيادة استقرار المنشأة أو المنظمة، وتماسكها واستمرارية بقائها والتي تتمثل في: . كما أنها تقوم بدور وقائي أي كلما كانت الروح المعنوية للعاملين مرتفعة في مجال العمل أدى ذلك إلى منع كثرة إصابات العمل، والغياب عن العمل، أو التأخير عن مواعيد العمل الخ

تؤدي إلى حدوث التوازن النفسي والانفعالي للعمل، حيث أثبتت البحوث والدراسات أن العامل الذي يتمتع بروح المعنوية مرتفعة يكون على قدر كبير من التوازن النفسي والانفعالي، ومن ثم الرضا النفسي عمن يحيط به سواء بالنسبة لجماعة العمل الذي يعمل بها أو بالنسبة لطبيعة العمل. بجانب ذلك تجعله أكثر مرونة وقادر على التكيف، والتعامل بطريقة سوية مع الآخرين، وأن تكون لديه رغبة أكثر في التعاون مع زملائه.

-العامل الذي يتمتع بروح معنوية مرتفعة يكون التفاهم معه أكثر سهولة بعكس الشخص الذي يعاني من Actin الروح المعنوية المنخفضة

2. التدريب الرياضي:

يعرف التدريب الرياضي بأنه "عملية خاصة منظمة مبنية على الأسس العلمية والقواعد التربوية بهدف الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى ممكن في النشاط الرياضي الممارس من خلال التشكيل السليم لحمل التدريب باستخدام التمارين البنائية والمعارف المصاحبة وذلك لتنمية قدرات الألعاب البدنية وتحسين مهاراته الحركية وإمكانياته الخطئية وقدراته العقلية وكذلك زيادة الدوافع النفسية وتطوير سماته الشخصية الرياضية" (أبو العلا عبد الفتاح 2012).

والتدريب الرياضي هو العملية البدنية التربوية الخاصة التي تهدف الى تحقيق النتائج العالية ، ويعرف التدريب الرياضي بأنه "عملية تربوية موجهة تهدف الى الوصول باللاعبين الى اعلى المستويات الرياضية بدنيا و فسيولوجيا و مهاريا و خططيا ونفسيا ،وهي العملية الاستراتيجية الهامة والمساعدة في وضع وتنسيق البرامج الخاصة ، في العملية التدريبية للوصول الى المستوى الرياضي المنشود " والتدريب الرياضي عملية مستمرة طوال حياة الفرد الرياضي. وبذلك يمكن ان نلخص التدريب الرياضي بأنه "هو عملية تربوية منظمة لتحقيق التوازن بين متطلبات النشاط الرياضي الممارس وإمكانيات اللاعب وقدراته للوصول به الى اعلى المستويات في هذا النشاط الرياضي."

2_1 خصائص التدريب الرياضي:

يختلف التدريب الرياضي عن سائر الوسائل الاخرى للتربية الرياضية التي تستهدف التأثير على الفرد، كدرس التربية الرياضية بالمدرسة، أو نشاط وقت الفراغ، أو النشاط الترويحي...الخ.

ومن أهم الخصائص التي يتميز بها التدريب الرياضي ما يلي

1- أن الهدف الرئيسي من التدريب الرياضي هو محاولة الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية، وعلى ذلك فإن التدريب الرياضي يشكل أساس ما يسمى، بالرياضة المستويات أو رياضة البطولات أي ممارسة النشاط الرياضي بغرض تحقيق أحسن ما يمكن من مستوى رياضي في البطولات أو المنافسات الرياضية المختلفة .

وطبقا لهذا المفهوم فإن ممارسة التدريب الرياضي بغرض شغل أو قضاء وقت الفراغ، أو بهدف الترويح، أو لمحاولة اكتساب اللياقة البدنية العامة، ما هي إلا أساليب أخرى لممارسة النشاط الرياضي تدخل تحت نطاق ما يسمى بالرياضة الشعبية أي ممارسة غالبية أفراد الشعب للنشاط الرياضي دون محاولة الوصول للتحقق الرياضي، أو دون تخصص دقيق في التدريب الرياضي معين

ولكي يمكن تحقيق هذا الهدف فإن التدريب الرياضي يسعى إلى تنمية وتطوير كل من القوى البدنية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل...الخ،

والقوى الفنية كالمهارات الحركية الرياضية والقدرات الخططية، والقوى النفسية للفرد الرياضي ومحاولة استخدامها وتوجيهها نحو تحقيق أعلى مستوى ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية .

وعلى ذلك فإن حمل عملية التدريب الرياضي، يتميز بارتفاع درجة شدته وكميته وهذا يعني استخدام مختلف التمرينات أو الأنشطة البدنية، أو المنافسات الرياضية التي تتميز بقوتها وشدتها، أو التي تتميز بطول فترة تكرارها، والتي تتطلب قيام الفرد الرياضي ببذل أقصى ما يمكن من جهد حتى يمكن بذلك سرعة تطوير وتنمية كل هذه القوى إلى الدرجة القصوى.

2-من أبرز الخصائص التي تميز التدريب الرياضي في العصر الحديث اعتماده على المعارف والمعلومات العلمية، فالتدريب الرياضي الحديث يستمد مادته من العديد من العلوم الطبيعية والإنسانية كالطب الرياضي والميكانيكا الحيوية وعلم الحركة وعلم النفس الرياضي والتربية وعلم الاجتماع الرياضي والرياضيات وغير ذلك من المعارف.

2_أهداف التدريب الرياضي:

من خلل واجبات التدريب الرياضي يتضح أن هدفه هو تكوين الفرد والعمل على الرفع من قدراته المختلفة وبذلك يمكن أن نوضح مجموعة من الأهداف التي يعمل التدريب الرياضي على تحقيقها:

1-الإعداد البدني :

يهدف التدريب الرياضي إلى تنمية الصفات والقدرات البدنية كالقوة العضلية والتحمل والسرعة والرشاقة

2-الإعداد المهاري والخططي: يهدف إعداد فن الأداء الحركي والخططي إلى ضمان الاقتصاد الحركي والجهد عند أداء الفعالية أو اللعبة الرياضية. وإلى تعليم المهارات الحركية الرياضية والقدرات الخططية التي يستخدمها الفرد في غرض المنافسات الرياضية ومحاولة إتقانها وتثبيتها.

كما أن الجانب المهاري والخططي يكونان وحدة واحدة، إذ أن المهارات الحركية الرياضية هي التي تشكل الأداء الخططي وتحدده من خلال مستوى اللاعبين مهارياً، ونفس الشيء بالنسبة لتعليم المهارات الحركية في مستوى تدريبي معين حيث نجد أن الخطة المبنية على قدرات الخصم تحدد المهارات الحركية اللازمة لتعلمها .

3-الإعداد المعرفي :

يهدف إلى إكساب الفرد الرياضي مختلف المعارف والمعلومات الخاصة بعلم التدريب الرياضي حتى يستطيع الاستفادة من هذه المعلومات والمعارف أثناء اشتراكه في عملية التدريب أو أثناء المنافسات الرياضية وبذلك يستطيع الفرد أن يسهم بصورة ايجابية في تنمية مستواه الرياضي كما انه لابد أن تكون له معلومات حول قوانين الرياضة وما يجب القيام به للوصول إلى نتائج عالية.

4-الاعداد التربوي :

عمل على تربية الفرد خلقياً وعقلياً من خلال تزويده بأفكار ومعارف متنوعة، ترمي إلى بناء فرد صالح، متقبل للغير ومتسامح ومتعاون

5-الإعداد النفسي:

إن طبيعة التدريب الرياضي تستلزم إعداد نفسي مسبق لتحضير الفرد كي يتقبل حمولة التدريب وشدته والتعامل مع جميع التمارين سواء كانت تهدف إلى البناء المهاري أو الخططي إضافة إلى التحكم في النفس وإظهار الحاسيس على طبيعتها دون تصنيع

6-الإعداد العقلي:

- مفهوم المهارة العقلية :المهارة العقلية عبارة عن قدرة يمكن تعلمها وإتقانها عن طريق التعلم والمران والتدريب . فالرياضي لن يستطيع اكتساب و تعلم وإتقان المهارات الحركية كالتصويب في الرمي او غير ذلك من المهارات الحركية إلا

إذا تعلم هذه المهارات وتدريب عليها إلى درجة الإلتقاء، وينطبق ذلك على المهارات العقلية فلن يستطيع الرياضي إتقانها إلا إذا تعلمها وتدريب عليها .

يستخدم مصطلح تدريب المهارات النفسية في علم النفس الرياضي لإشارة إلى العملية التي يتم في غرضها تعليم وتدريب المهارات العقلية في إطار عملية التدريب العقلي و الذي يقصد به التطبيق المنهجي المنظم الاساليب العلمية النفسية و العقلية الارتقاء بمستوى أداء الألعاب الرياضي، وتدريب المهارات العقلية للاعبين الرياضيين ليس وصفة سحرية أو طبية أو برنامجا علاجي سريعا، و لكن برنامج تربوي وتعليمي ، يهدف لمساعدة اللاعبين الرياضيين لاكتساب و إتقان المهارات العقلية و التي تهدف بدورها ارتقاء بمستوى الأداء الرياضي.

الاجراءات المنهجية للدراسة :

1- الدراسة الاستطلاعية:

تمهيد:

يعتبر الجانب الميداني الأكثر أهمية في موضوع الدراسة فهو يدعم ما جاء في الجانب النظري، ويثبت صحة أو خطأه، فعلى كل باحث القيام بجمع البيانات المتعلقة بموضوع دراسته، ثم يقوم بتبويبها في جداول بيانية وتحليلها وتفسيرها على ضوء ما جاء في الفرضيات وسنحاول في هذا الفصل المزج بين النظري وما يطبقه ويخدمه في الجانب الميداني، بناء على ذلك، وبعد الانتهاء من تحليل الإجراءات المنهجية، الفرضيات المنهج، عينة الدراسة وأدوات جمع البيانات، ثم القيام بتفريغ البيانات التي تم الحصول عليها عن طريق استمارات الاستبيان في جداول بيانية ثم التعليق عليها وتحليلها، وتقديم اقتراحات وحلول مستقبلية لها، عرضناها على أساس الفرضيات المطروحة للدراسة ونخرج في الأخير بنتائج عامة. تعد التجربة الاستطلاعية دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه بتجربته النهائية". (عراك، 2003: 48)

2- مجالات الدراسة:

1-2- المجال الزمني:

من المعروف منهجيا أن الباحث يحدد الفترة الزمنية التي ينزل بها إلى الميدان حيث يقوم بتأويل المعلومات النظرية ويحولها إلى أرقام وإحصائيات وفي الدراسة الحالية قسمنا الاستمارات إلى عينة من اللاعبين ابتداء من 04 جانفي 2023 إلى غاية 25 جانفي.

قام الباحث خلالها بإعطاء وحدتين تعليميتين مهاريتين في يومين مختلفين وتحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة الاستبائية و توزيعها على العينة المختارة. وقد حققت نسبة (36%)، من مجتمع البحث. مدة الوحدة (60) دقيقة. كما قام الباحث بإعطاء وحدتين تعليميتين الروح المعنوية في نفس الأيام، مدة الوحدة (15) دقيقة. حيث أجريت الاختبارات المهارية بتاريخ 2023/01/27.

2-2- المجال المكاني:

قمنا بإجراء الدراسة الميدانية الخاصة بالبحث على لاعبي الجودو بولاية البيض.

3- المنهج المتبع:

إن اختيار منهج البحث يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي إذ نجد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس وانطلاقا من موضوع البحث والذي يهتم بدراسة (تأثير الروح المعنوية على التدريب الرياضي) إختارنا في بحثنا المنهج الوصفي لأنه الملائم لدراسة الظاهرة و إعطاءها تفسيراً بشكل علمي. فطبيعة المشكلة المطلوب دراستها هي التي تحدد منهج البحث المستعمل .

يعتبر المنهج الذي اتبعناه لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي الذي هو دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع.

تعريف المنهج الوصفي: "طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوظيفة إجتماعية أو مشكلة إجتماعية " (إحسان محمد الحسن، الأسس العلمية لمناهج البحث الاجتماعي، دار النشر البلد، 1982، ص 157).

كما يرى آخرون أن المنهج الوصفي يعتبر "هو عبارة عن إستقصاء ينص على ظاهرة من الخواطر التعليمية، أو التربوية أو النفسية التي تحدد العلاقة بين عناصرها، و العلاقة بينها و بين الظواهر الأخرى المرتبطة بها، بحيث يصف الظواهر المدروسة تحويلها كميا عن طريق جمع المعلومات المستخلصة من المشكلة، و تصنيفها و تحليلها و إخضاعها للدراسة العلمية الحديثة" (محمد عوض بسيوني، فيصل ياسن الشاطي، نظرية وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجزائرية، 1992، ص 206).

ولجأنا إلى استخدام هذا المنهج من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعارف و بذلك التوصل إلى معرفة دقيقة وتفصيلية عن عناصر ظاهرة موضوع البحث التي تفيد في تحقيق فهم لها أو وضع إجراءات مستقبلية خاصة بها (محمد علي محمد، 1986، ص 181).

4- العينة وطرق اختيارها:

للحصول على المعلومات من المجتمع الأصلي للبحث يتعذر علينا المسح الشامل وبذلك يتم الرجوع إلى وحدات تمثل مجتمع موضوع الدراسة. أو ما يسمى بالعينة وهي مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل فهي بذلك نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع الكلي. لذلك فإن اختيار عينة ممثلة تمثيلا صحيحا وكاملا للمجتمع الأصلي يعتبر من أهم الخطوات. قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة مسحية وشملت (12) لاعبي الجودو بأعمار (8-14) سنة، وهذه العينة تشكل نسبة ما يفوق (60%) من مجتمع الأصل والبالغ عددهم (25) لاعبا، اختيرت بالطريقة المقصودة.

5- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

اعتمدنا على الاستمارة والتي تعرف على أنها وسيلة من وسائل البحث الشائع، وهي تطرح مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى جمع معلومات ترتبط بموضوع البحث وفوائده كونه اقتصادي في الوقت و التكيف حتى من إيجابيات الاستبيان يكمن في تكميم المعلومات المناسبة للبحث و التي تساعد الباحث في بحثه وتمهله للخروج بمفهوم لدى الجميع، أما العيوب تكمن في فقدان الإيصال الشخصي بأفراد العينة و أيضا في صعوبة التأكد من المعلومات، إذ تبقى المتوصل إليها نسبيا (أحمد شلبي، 1992، ص 25).

3-3 خصائص عينة الدراسة :

الرقم	العبارة	نسبة الصدق
01	اجد متعة عند قيامي بعملية التدريب	0.965
2	نظام التوقيت الخاص بالتدريب مناسب	0.893
3	علاقتي جيدة مع مدربي	0.917
4	ألقى المساعدة من طرف مدربي اثناء عملية التدريب	0.940
5	ألقى الثناء من مدربي في الحصص التدريبية	0.950
6	يقوم مدربي بالاستفسار عن احتياجاتي بكثرة	0.959
7	أطمح الى التطوير من قدراتي	0.937
8	لدي استعداد نفسي لأي إصابة اثناء التدريب	0.856
9	يسود بيني وبين زملائي جو من التنافس الرياضي	0.952
10	يسود بيني وبين زملائي جو من الاحترام	0.788

ويمكن أن نسبة صدق المقياس من خلال:

ن ص المقياس = مجموع ن ص المقياس / عدد البنود

ن ص المقياس = 13 / 11.888 = 0.914

4. تحليل النتائج ومناقشتها:

1-4 مناقشة النتائج

بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى النتائج التالية :

أطفال رياضة الجودو يحتاجون إلى متابعة خاصة واهتمام من ناحية المدرب وكذا من ناحية عائلاتهم عند تعليمهم، كونهم مهتمين بهذا النوع من الرياضة فهم حقا مختلفين عن الأطفال العاديين من حيث السلوك وقدرة الاستيعاب أطفال رياضة الجودو لهم برنامج لأداء رياضتهم وهذا الأخير له فعالية كبيرة في تطور القدرات الحركية وكذا العقلية لديهم كما أن له دور هام في التخفيف من الضغوطات ايا كان نوعها وكذا التدريب على المهارات الاجتماعية من ناحية الاحترام وحسن الخلق لأنه الجودو هو بمثابة الفن النبيل لرياضة الجودو فعالية في زيادة تفاعل الأطفال مع أقرانهم وبالتالي سيكون الانسجام والتفاهم والتطور أكثر فيما بينهم

5- استنتاجات عامة :

بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى النتائج التالية :

الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	بدرجة ضعيفة	بدرجة متوسطة	بدرجة مرتفعة	العبارة
7	2.27	0.785	20	47	33	اجد متعة عند قيامي بعملية التدريب
			20.0	46.7	33.3	النسبة %
3	2.53	0.681	10	63	27	نظام التوقيت الخاص بالتدريب مناسب
			10.0	63.3	26.7	النسبة %
8	2.23	0.728	17	40	43	علاقتي جيدة مع مدربي
			16.7	40.0	43.3	النسبة %
4	2.40	0.814	20	60	20	ألقى المساعدة من طرف مدربي اثناء عملية التدريب
			20.0	60.0	20.0	النسبة %
10	2.07	0.944	13	47	40	ألقى الفناء من مدربي في الحصص التدريبية
			13.3	46.7	40	النسبة %
9	2.13	0.860	27	43	30	يقوم مدربي بالاستفسار عن احتياجاتي بكثرة
			26.7	43.3	30.0	النسبة %
11	2.03	0.964	10	47	43	أطمح الى التطوير من قدراتي
			10.0	46.7	43.3	النسبة %
5	2.30	0.877	16	57	27	لدي استعداد نفسي لأي إصابة اثناء التدريب
			16.6	56.7	26.7	النسبة %
6	2.30	0.877	16	57	27	يسود بيني وبين زملائي جو من التنافس الرياضي
			16.6	56.7	26.7	النسبة %
1	2.63	0.718	10	77	13	يسود بيني وبين زملائي جو من الاحترام
			10.0	76.7	13.3	النسبة %

-يرتكز تدريب الأطفال على ثلاثة مبادئ:

- بناء شخصية الطفل وتحسين جميع جوانبها.

-تحقيق أكبر قدر من الكفاءة وبذل أقل قدر من الجهد.

-التسلية والترفيه بين اللاعبين.

-تقوم هذه المبادئ بتدريب كل طفل على حدى بحسب قدراته الجسمية لإخراج أفضل إمكانات الطفل في بيئة مناسبة، بحيث يقوم المدرب بتعليم الأطفال رياضة الجودو بطريقة مدروسة وآمنة، بحيث تتناسب مع مستوى الطفل الجسدي والعقلي، ففي هذه المرحلة يتم التركيز على تعليم الطفل التكنيك السليم بدل من التركيز على الفوز والخسارة فقط، وتقوم رياضة الجودو على غرس القيم والفضيلة في شخصية الأطفال، فقد كان شعار رياضة الجودو في مدارسها قديماً "ليس المهم أن تكون أفضل من الأشخاص الآخرين، المهم أن تكون أفضل مما كنت عليه بالأمس"

1-5 اقتراحات :

-تهيئة الظروف المناسبة وكذا الجو المناسب للرياضيين الاطفال .

-تعليمهم كيفية اللعب بروح الانضباط والمنافسة الشريفة.

-تعلم الطفل للرياضة الجيدو في سن صغير يجعله جاهزا لاكتساب المهارات بشكل أسرع من أي عمر آخر.

-ترك الطفل الرياضي باللعب برياضة الجيدو كلما رغب بذلك فهذا يقلل من تعرضه للإصابات الرياضية من جهة ويجعله أكثر سعادة بالتمارين من جهة أخرى.

6. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

1- المراجع بالعربية :

1. قاموس المنجد في اللغة والإعلام، دار الشروق، الطبعة الثالثة، بيروت، لبنان، 1997.
2. أسامة كامل راتب، ابراهيم عبد ربه خليفة، علم النفس الرياضي (المفاهيم و التطبيقات)، دار الفكر العربي، 1999.
3. سيد حمود فرويد، ترجمة الدكتور محمد عثمان النجاني، الكف والعرض والقلق، الجزائر، بدون سنة نشر.
4. شقير زينب محمود. (2003). *مقياس التوافق النفسي* (ط 1). القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
5. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسن الشاطي، نظرية وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجزائرية، 1992.