

القلق الرياضي وعلاقته بترتيب فرق كرة القدم للبطولة الوطنية للقسم  
الثاني هواة

**Sports concern and its relationship with the arrangement of  
football teams for the national championship of the second  
section amateur**

بطاهر محمد<sup>1\*</sup> عكوش كمال<sup>2</sup>

**BETTAHAR Mohamed<sup>1\*</sup> AKKOUICHE kamel<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة الشلف، الجزائر  
bettaharmoh@hotmail.com

<sup>2</sup> معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة الشلف، الجزائر  
Akkouche.kamel@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: 2017/09/27- تاريخ القبول للنشر: 2019/06/11

ملخص:

أصبحت لعبة كرة القدم ذات سمة كفاحية تثير التهيج النفسي المستمر والذي يسبب الزيادة فيه اضطراب وخللا في التوجيه الصحيح. وهذا ما نراه خلال مباريات كرة القدم حيث يبذل اللاعب جهدا بدنيا وعصبيا وما يرافق ذلك من انفعالات مختلفة بسبب الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة، والجهد الكبير والسرعة والحركة المستمرة طوال فترة المباراة، فإن مجابهة كل تلك العوامل والتغلب عليها وإحراز الفوز يتطلب إعداد اللاعب إعداداً نفسياً متكاملاً، فلإعداد النفسي دور مهم في تحقيق النتائج المرضية. والقلق النفسي هو أحد مظاهر الانفعالات النفسية،

\* المؤلف المرسل: بطاهر محمد، البريد الإلكتروني: bettaharmoh@hotmail.com.

\*Corresponding author: BETTAHAR Mohamed, e-mail: bettaharmoh@hotmail.com

الذي قد يؤدي باللاعب إلى اختلال في توافقه العصبي العضلي، من هذا المنطلق تمت دراسة موضوع القلق وعلاقته بترتيب الفرق للقسم الوطني الثاني هواة اكابر غرب حيث قمنا باستعمال مقياس القلق على لاعبي كل الفرق القسم الوطني الثاني هواة لسنة 2017/2016 واستنتجنا ان درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) كانت متوسطة وفوق المتوسط بقليل وهي مستويات طبيعية لدى جل الفرق، بالإضافة الى اختلاف درجات مستويات القلق الرياضي بين الفرق حسب مستوى الاعداد النفسي لكل فريق وفي الاخير توصلنا إلى القول أن تأثير القلق على اللاعبين له علاقة بترتيب الفرق.

الكلمات المفتاحية: القلق. القلق الرياضي. كرة القدم.

### Abstract:

The football game has become an aggressive feature of constant psychological irritation which causes an increase in disturbance and imbalance in the correct direction. And that's what we see during football matches where the player makes a physical and mental effort and the accompanying of different emotions because of the psychological pressure caused by the sensitivity of the game, great effort, speed and continuous movement throughout the match, confronting all these factors and overcoming them and winning requires the psychological preparation of the player, psychological preparation plays an important role in achieving satisfactory results. Psychological anxiety is one manifestation of psychological emotions which may lead the player to the imbalance in the compatibility of nervous and muscular. From this point, the subject of anxiety and its relation to the order of teams was studied for the western second national division senior amateur, we used the scale of anxiety on all teams of second national division amateur for the year 2016 /2017, we concluded that the degrees of sport anxiety levels (facilitator and obstruction) it was medium and above average which is normal for the most teams. In addition to the different degrees of levels of sport

anxiety between teams according to the level of psychological preparation for each team. In the final analysis, we found that the impact of anxiety on players has to do with the order of teams.

**Keywords:** Anxiety/ Sport Anxiety/ Football.

## المقدمة:

إن لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي يحتاج فيها اللاعب إلى حالة تدريبية مهارية، خطئية، وحالة نفسية جيدة في مواجهة المنافسة الرياضية، الأمر الذي يجعل الاهتمام بإعداد اللاعب بدنيا ومهاريا على جانب كبير من الأهمية، كما إن كثرة المواقف المتغيرة وغير المعتاد عليها ولكثرة الخطط الدفاعية والهجومية وتعدد المهارات الحركية وتنوعها ونتيجة لاعتراض الخصم والاحتكاك الجسدي أصبحت لعبة كرة القدم ذات سمة كفاحية تثير التهيج النفسي المستمر والذي يسبب الزيادة فيه اضطرابا وخللا في التوجيه الصحيح، وهذا ما نراه خلال مباريات كرة القدم حيث يبذل اللاعب جهدا بدنيا وعصبيا وما يرافق ذلك من انفعالات مختلفة بسبب الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة، والجهد الكبير والسرعة والحركة المستمرة طوال فترة المباراة، فإن مجابهة كل تلك العوامل والتغلب عليها وإحراز الفوز يتطلب إعداد اللاعب إعداداً نفسياً متكاملأً، فللإعداد النفسي دور مهم في تحقيق النتائج المرضية.

والقلق النفسي هو أحد مظاهر الانفعالات النفسية، الذي قد يؤدي باللاعب إلى اختلال في توافقه العصبي العضلي مما يؤثر بدرجة ملحوظة على مستوى أدائه المهاري أثناء المنافسة الرياضية وعند المباريات مما يشكل موقع تهديد لمكانة اللاعب.

والقلق الرياضي هو احد المتغيرات النفسية المهمة التي ينبغي المحافظة على استقراره ومحاولة استثماره كدافع ايجابي لتحقيق أفضل النتائج الرياضية "ان القلق هو توجس يصحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد ويعتقد أنها أساسية لوجوده. (محمد حسن علاوي، 1992: 278).

وتبرز أهمية البحث في محاولة الباحث التعرف على درجة القلق الرياضي بنوعيه

الميسر والمعوق باعتبارها ظاهرة تقوم عليها كرة القدم الحديثة من خلال مطالعنا لبعض المصادر والمراجع ومختلف دراسات السابقة لدى لاعبي كرة القدم.

"إن القلق هو ارتياح نفسي وجسدي، يتميز بخوف منتشر وبشعور من انعدام الأمن وتوقع حدوث كارثة، أو يمكن أن يتصاعد القلق إلى حد الذعر".

ومن هنا نستنتج أن القلق هو ناتج عن الخوف من المستقبل ويختلف تأثيره باختلاف الاستعدادات النفسية لكل فرد. (محمد عبد الظاهر، 1994: 278)

لا يستثني القلق أي فرد رياضي طالما هناك طموح وآمال كبيرة بحاجة إلى تحقيق نتائج وللقلق أعراض عدة من أهمها شرود الذهن وفقدان الشهية للطعام وضعف القدرة على التركيز والانتباه وسرعة النبض واضطراب التنفس وعدم الارتياح وغيرها.

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة في مراقبة تدريبات والإشراف على تدريبات فريق شباب وادي ارهيو الناشط في البطولة الوطنية للقسم الثاني هواة لكرة القدم والمشاركة في البطولة الوطنية للقسم الثاني خلال عدة مواسم وجد أن للقلق الرياضي دوراً مهماً لدى اللاعبين فقد يكون له قوة دافعة إيجابية وبذلك يدفع الرياضيين بمزيد من الجهد أو قد يكون في حالة أخرى معوقاً لنشاطهم البدني المهاري.

وتكمن المشكلة في ملاحظة الباحث ميدانيا وعن طريق دراسة استطلاعية عدم انتباه المدربين لحالات القلق الرياضي لدى اللاعبين قبل المباراة وخلالها وعدم امتلاك المعرفة العلمية لتوظيف حالات القلق الميسر أو معالجة حالة القلق المعوق بما يؤثر على أداء اللاعبين ونتائجهم وإنجاز الفريق ككل لذا ارتأى الباحث دراسة هذه الحالة لمعرفة درجات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) وعلاقتها بترتيب إنجاز الفرق المشاركة في البطولة الوطنية للقسم الثاني هواة لكرة القدم.

#### 2-1 أهداف البحث:

1- التعرف على درجة القلق الرياضي ( الميسر والمعوق) لدى لاعبي فرق القسم

الثاني هواة لكرة القدم.

2- التعرف على العلاقة بين درجة القلق الرياضي ( الميسر) وبين ترتيب انجاز فرق

القسم الثاني هواة لكرة القدم.

3-1 فروض البحث:

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات القلق الرياضي (الميسر) وترتيب

ترتيب انجاز فرق القسم الثاني هواة لكرة القدم.

3-1 الدراسات المشابهة:

الدراسة الأولى 2007: وهي مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان: " دوافع ظهور

القلق لدى لاعبي كرة اليد أثناء المنافسة الرياضية القسم الوطني الأول ( ب ) صنف

أكابر".

وكان التساؤل العام لهذه الدراسة: (بدر الدين يوسف وآخرون، 2007)

- هل هناك دوافع لظهور القلق لدى لاعبي كرة اليد؟

ومن أهداف هذه الدراسة:

- لفت الانتباه لخطورة هذه الظاهرة " ظاهرة القلق "والتحسيس بمدى معالجتها.

- إيجاد الأسباب والدوافع المؤدية للقلق أثناء المنافسة الرياضية.

أما نتائج الدراسة فتمثلت في عدة نقاط هي:

- معظم اللاعبين شخصيتهم عصبية.

الدراسة الثانية 2001:

وهي دراسة قدمها الباحث لنيل شهادة ماجستير في منهجية ونظرية التربية البدنية

والرياضية تحت عنوان: "علاقة التركيز والحدة، كمظهرين للانتباه بالقلق عند

الرياضيين في المنافسات القصيرة "

التعرف على الفروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه "حدة، تركيز" بين القياس

الأول والثاني، وكذلك تحديد العلاقة بين القلق كحالة والمستوى الرقمي لعدائي

المسافات القصيرة، والتعرف على الفروق في القلق وبعض مظاهر الانتباه "حدة، التركيز" بين عدائي (100م، 200م، 400م).

ومن خلال استخدام للمنهج الوصفي، من اجل الكشف عن الظاهرة وتشخيصها وتحديد العلاقة بين عناصرها، كما اعتمدت الأطروحة على عينة للدراسة بالطريقة العمدية للعدائين المشاركين في سباقات المسافات القصيرة في بطولة إفريقيا الثانية عشر من 10 إلى 14 جويلية.

وقد توصل إلى مجموعة من النتائج منها:

- تزداد حالة القلق وضوحا وأثرا في مرحلة المنافسات.
- كلما زادت حالة القلق لدى العدائين كلما انخفض المستوى الرقي لأدائهم.
- تقل حالة القلق عند عدائي 400م في مرحلة بدء المنافسات القصيرة عنها عند عدائي 100م و200م.
- يتأثر مظهر حدة الانتباه سلبا بزيادة حالة القلق لدى العدائين في مرحلة المنافسات.

ومن خلال هذه النتائج والفرضيات التي تحققت وتوصل إليها الطالب كانت بمثابة قاعدة أساسية بنيت عليها هذه الدراسة الحالية.

الدراسة الثالثة دراسة (حسن العبيدي، علي تركي: 1988 )

(قلق الحالة لدى لاعبي الدرجة الأولى بكرة اليد وعلاقته بمستوى أدائهم).

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين قلق الحالة ومستوى الأداء لدى لاعبي كرة اليد وتكونت العينة من (26) لاعب موزعين على ثمانية أندية للدرجة الأولى وإستخدم الباحثان مقياس قلق الحالة الذي يتكون من (20) عبارة وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سببية بين مستوى قلق الحالة ومستوى أداء اللاعبين في كرة اليد لأندية الدرجة

الأولى ووجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي اللاعبين ذوي القلق العالي واللاعبين ذوي القلق الواطئ.

وتأتي هذه الدراسة لتسليط الضوء على ظاهرة القلق في الفرق الرياضية.

## 1. اجراءات البحث

### 1-2 مجالات البحث

أ- المجال البشري: - لاعبي فرق البطولة الوطنية للقسم الثاني هواة كرة القدم غرب للموسم 2016 / 2017

ب- المجال الزمني: - للفترة من 2016/10/20 ولغاية 2017/3/20.

ج- المجال المكاني: - اماكن التدريب وملاعب الفرق.

### 2- الدراسات النظرية والمشابهة

#### 1-2 الدراسات النظرية

#### 2-2 مفهوم القلق:

لقد اختلف علماء النفس فيما بينهم في تعريف القلق، إذ تنوعت 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. ( محمد عبد الظاهر، 1994: 281 )

يرى الدكتور محمد عبد الظاهر الطيب: " أن القلق هو ارتياح نفسي وجسدي، يتميز بخوف منتشر وبشعور من انعدام الأمن وتوقع حدوث كارثة، أو يمكن أن يتصاعد القلق إلى حد الذعر. ( محمد عبد الظاهر، 1994: 281 )

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

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.

"فالقلق باعث إيجابي يساعد في الحفاظ على الذات والنجاح في مسيرة الحياة"

"ويمثل القلق النفسي المرتبة الأولى في الانتشار بين الأمراض النفسية وهناك فرق بين القلق الطبيعي المرغوب كالقلق في أيام الامتحانات وبين القلق المرضي الذي يحتاج إلى تدخل الأطباء" ( زهير الخشاب 1999: 338 )

فالقلق "هو استغلال منحرف للعقل الإنساني منشؤه تعقد الحياة وتطور الحضارة" (عماد زبير، 2000: 113).

في حين أن أنصار مدرسة التحليل عرفوا القلق " بأنه تجربة انفعالية مؤلمة تنتج بسبب التهيج الذي يحصل من الأعضاء الداخلية للجسم وإن هذا التهيج ينتج من المنبهات الداخلية والخارجية التي تسيطر عليها بواسطة الجهاز العصبي " ( محمد حسن علاوي، 1998: 379).

ويحتل موضوع القلق مركزاً رئيسياً في علم النفس بشكل عام وعلم النفس الرياضي بشكل خاص لما له من آثار واضحة ومباشرة في اختلال الوظائف النفسية او الوظائف الجسمية او كليهما. وقد اشار العديد من الباحثين الى ان القلق يعد بمثابة انذار او اشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليه، كما قد يؤدي القلق اذا زاد عن حده الى فقدان التوازن النفسي "الامر الذي يثير الفرد لمحاولة اعادة التحكم في هذا التوازن النفسي واستعادة مقوماته باستخدام العديد من الاساليب السلوكية المختلفة"

#### ب- القلق في المجال الرياضي:

"إن الإنجازات التي يقوم بها الأفراد وسلوكهم ما هي إلا تعبير عن جميع جوانب

الشخصية كما إن الإنجازات الرياضية للفرد لا تعتمد على تطور القابليات البدنية والمهارية فقط بل تتأثر أيضا بعوامل نفسية عديدة مثل الدوافع والرغبات والقناعات والإدراك والتفكير والاستعداد النفسي والخوف والقلق... الخ" (أحمد أمين فوزي، 2003: 211).

أما إذا أخذنا حالة القلق في المجال الرياضي لوجدناها سلاحاً ذا حدين فقد يكون القلق ميسراً فيلعب القلق دوراً محفزاً فيجعل الرياضي يتعرف على مصدر القلق ويبرئ نفسه بديناً ونفسياً للتغلب عليه وفي حالة أخرى نجد القلق معسراً ذو تأثير سلبي على نفسية الرياضي والذي يهمننا هنا هي العوامل التي تُخلق عند الرياضي وتحديد نوعية القلق . ميسراً أو معوقاً .

"وهنا يجب أن نشير إلى ملاحظة مهمة جداً هو إن على المدربين والعاملين في المجال الرياضي أن لا يقعوا في خطأ كبير وهذا الخطأ هو أن لا يتعامل المدرب مع لاعبيه بشدة وعنف خلال فترة المباريات وتأنيبهم والإكثار من اللوم عليهم بسبب فشلهم في تنفيذ الواجبات التي طلبها منهم، وإنما تعزيز الثقة باللاعبين وتشجيعهم وتحويل مصادر القلق من قلق معسر إلى قلق ميسر". (محمد حسن علاوي، 1998: 113)

### 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-3 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته طبيعة البحث كونه (هو جمع المعلومات التي يمكن فيما بعد تحليلها وتفسيرها، ومن ثم الخروج باستنتاجات منها التي تخدم اهداف البحث وتؤكد فرضياته (نوري إبراهيم ورافع صالح، 2004: 56)

#### 2-3 مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار العينة من المجتمع الأصلي المتكون (25 لاعب في كل فريق اي 400 لاعبا ) وتم العمل مع 15 لاعبا في كل فريق اي 240 لاعباً بحيث تشكل نسبه (60 %) من مجتمع الأصل وهم موزعون على ستة عشر فريقا وقد تم استبعاد الذين أدخلوا في التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (10) لاعباً اختيروا عشوائياً من مجتمع الاصل

حيث يشكلون نسبة (9.44%) والجدول(1) يبين اسماء الفرق المشاركة في البطولة الوطنية القسم الثاني هواة كرة القدم غرب وعدد اللاعبين.

جدول رقم (1)

يبين اسماء الفرق المشاركة في البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب كرة القدم وع اللاعبين

الرقم	فرق البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب	عدد اللاعبين
01	إتحاد الرمثي	15
02	إتحاد حجوط	15
03	إتحاد مغنية	15
04	الأمل الرياضي لبلدية مغنية	15
05	أولمي رزيو	15
06	ترجي مستغانم	15
07	سريع المحمدية	15
08	شباب رياضي بن باديس	15
09	شباب سنجاس	15
10	شباب وادي رهيو	15
11	صفاء خميس مليانة	15
12	مديوني وهران	15
13	مولودية بلدية الحساسنة	15
14	نجم القليعة	15
15	وداد تلمسان	15
16	وداد مستغانم	15

3-3 أدوات البحث: -

لغرض تحقيق أهداف وافتراضات البحث استخدمنا الأدوات الملائمة للحصول على المعلومات والبيانات المطلوبة وهي كما يلي: المراجع والمصادر العلمية من المكتبات والانترنت- عينة البحث.

- مقياس القلق الرياضي حيث استخدم الباحث مقياس القلق الرياضي (الميسر

والمعوق) حيث يهدف هذا الاختبار الى التعرف على مدى اسهام القلق في الارتقاء او الانخفاض بمستوى اداء الرياضي في المستويات الرياضية المختلفة، ويشمل الاختبار 20 عبارة يجيب اللاعب عنها طبقاً لدرجة انطباقها على حالته في المواقف التي تصادفه قبل واثناء المنافسة وذلك على مقياس متدرج من خمس اجابات ( دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابدأ ) وان اوزان العبارات عند التصحيح هي على التوالي (1,2,3,4,5).

يتكون القلق الميسر من عشر عبارات تسلسل أرقامها هو (7,9,10,12,14,15,16، 1,3,4) ويتكون القلق المعوق من عشر عبارات تسلسل أرقامها هو (18,19,20، 2,5,6,8,11,13,17)، وان الدرجة النهائية لكل بعد هي مجموع درجات العبارات الخاصة بهذا البعد.

فالدرجة العالية على بعد القلق الميسر تشير الى زيادة اسهام القلق في الارتقاء بمستوى اداء اللاعب والدرجة المنخفضة تشير الى قلة اسهام القلق في الارتقاء بمستوى اللاعب، اما الدرجة العالية على بعد القلق المعوق فتدل على زيادة التأثير السلبي للقلق على مستوى اداء اللاعب والدرجة المنخفضة تدل على قلة التأثير السلبي للقلق على مستوى أداء اللاعب. (نزار الطالب، كامل الويس، 1993: 216).

3-4 إجراءات البحث:

3-4-1 التجربة الاستطلاعية:

استخدم الباحث التجربة الاستطلاعية لغرض التعرف على اهم المعوقات التي قد تواجههم اثناء الاختبارات الخاصة بالمقياس ولغرض سلامة اجراءات البحث الاساسية وعليه فقد قام الباحث بتوزيع الاستمارات الخاصة بالمقياس على (10) لاعبين لغرض تجاوز الصعوبات في التجربة الاساسية.

3-4-2 الأسس العلمية للاختبار (المقياس)

المقياس معروف ومقنن وملائم للبيئة الجزائرية من خلال التجربة الاستطلاعية المقامة وتقنيته من طرف دكاترة ومدربين في مختلف مناطق الجزائر.

لذلك فهذا المقياس مستوفي للأسس العلمية ( الصدق والثبات والموضوعية ).

3-5 الوسائل الإحصائية: -

استخدم الباحث برنامج الحقيبة الإحصائية ( SPSS ) في حساب ما يلي:

- الوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- معامل ارتباط سبيرمان للرتب.

كذلك استخدم الباحث معادلة ( ت ر ) للحصول على دلالة معنوية الارتباط. (علي

سلوم جواد، مازن حسن جاسم، 2008: 180 )

$$T = \frac{r}{\sqrt{\frac{1-r^2}{n-2}}}$$

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج تطبيق مقياس القلق الرياضي (الميسر والمعوق)

على لاعبي البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب كرة القدم.

يوضح الجدول (2) الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدرجات القلق الرياضي

لدى مجموع لاعبي البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب كرة القدم.

جدول (2) الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدرجات القلق الرياضي لدى

مجموع لاعبي البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب

ت	الفرق	القلق الميسر	الوسط الفرضي	القلق المعوق	الوسط الفرضي	المجموع	الوسط الفرضي
1	مديوني وهران	12.33	30	51.28	30	63.61	60
2	سريع	01.30	30	33.29	30	34.59	60

						المحمدية	
60	73.60	30	78.27	30	95.32	صفاء خميس مليانة	3
60	22.58	30	66.28	30	56.29	اتحاد الرمشي	4
60	26.65	30	12.31	30	14.34	وداد تلمسان	5
60	58.61	30	22.28	30	36.33	أولمي رزيو	6
60	13.60	30	55.29	30	58.30	شباب وادي رهيو	7
60	84.57	30	37.28	30	47.29	وداد مستغانم	8
60	60.61	30	06.29	30	54.32	إتحاد مغنية	9
60	36.59	30	15.29	30	21.30	الأمل الرياضي لبلدية مغنية	10
60	10.61	30	85.27	30	25.33	ترجي مستغانم	11
60	13.61	30	03.29	30	10.32	إتحاد حجوط	12
60	36.61	30	14.30	30	22.31	نجم القليعة	13
60	19.63	30	07.30	30	12.33	مولودية بلدية الحساسنة	14
60	75.60	30	77.29	30	98.30	شباب رياضي بن باديس	15
60	07.57	30	41.28	30	66.28	شباب سنجاس	16

يبين الجدول (2) درجات القلق الرياضي بنوعيه الميسر والمعوق ومجموع درجاتهما والاطراف الفرضية لها حيث تراوح الوسط الحسابي لدرجات القلق الميسر بين (34. و14) و(66.28) والوسط الحسابي لدرجات القلق المعوق بين (12.31) و(78.27) وكان

الوسط الحسابي لمجموع درجات القلق الميسر هو (31. 57) والوسط الحسابي لمجموع درجات القلق المعوق (29. 06) بينما كان الوسط الحسابي لمجموع الدرجات (الميسر والمعوق) هو (60. 63).

وعند مناقشة نتائج جدول (2) نجد ان هناك تفاوت في اعلى واقل درجة ضمن مجموع درجات مقياس القلق الرياضي وهو ما يشير الى معدل اختلاف بين لاعبي فرق القسم الوطني الثاني هواة.

وتشير درجات القلق الميسر والمعوق الى وجود تفاوت قليل بين هذه الدرجات لكل فريق مما يدل على مشاركة كل من القلق الميسر والمعوق بدرجة متقاربة في التأثير على اللاعبين خلال مشاركتهم في المباريات وهو بحسب الدرجات التي ظهرت في المقياس مستوى متوسط وفوق الوسط في تأثيره على الاداء الرياضي مقارنةً مع الأوساط الفرضية هذا ما يؤكد محمد حسن علاوي "حيث في هذا المستوى يصبح الفرد أقل قدرة على السيطرة حيث يفقد السلوك مرونته ويستولي الجمود بصفة عامة على استجابات الفرد في المواقف المختلفة ويحتاج الفرد الى المزيد من بذل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب الملائم في مواقف الحياة المتعددة(محمد حسن علاوي، 1992: 280).

ويعزو الباحث ذلك الى انه ناجم من أن اللاعبين في دوامة تفكير مستمرة قبل المباراة بيوم أو يومين أو ساعات مضافاً لها ضغوط الجمهور على اللاعبين والمدرب، إضافة إلى ذلك ردود الفعل المرتبطة ارتباطاً قوياً بعلاقة اللاعبين بأهمية المباراة وتقدير قوتها وقوة اللاعبين الآخرين بالإضافة الى عدم وجود المحضر البدني والنفسي في جل الفرق هذا ما لا يستطيع المدرب الرئيسي التوفيق في جوانب التدريب المختلفة.

ويشير الباحث أن اللاعبين يختلفون في درجة قلقهم ومستوى الإعداد النفسي لكل لاعب وإن بعض اللاعبين يصابون بحى ما قبل المباراة والبعض الآخر يكون مستعد ومهيئ للمباراة.

وإن هذا الاختلاف في درجات القلق عند اللاعبين يؤثر على مستوى أدائهم داخل الملعب كفريق واحد، خاصة إن كلف بعض اللاعبين بواجبات خاصة داخل الملعب فإن ذلك يصيبهم بنوع من القلق يؤثر على مستوى أدائهم داخل الملعب، هذا ما يفسره عماد زويبران:

"في بعض المباريات يقوم المدرب بتكليف احد لاعبيه بواجبات إضافية محددة وإن هذه الواجبات التي سيقوم بها اللاعب تحتاج إلى إعداد نفسي خاص وإلا كان دور اللاعب سلبياً في هذه الحالة" (عماد زبير، 2005: 140).

2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة مقياس القلق الرياضي (الميسر) مع ترتيب إنجاز فرق البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب كرة القدم.

### جدول (3)

يوضح العلاقة بين ترتيب مستوى القلق الرياضي (الميسر) مع ترتيب إنجاز فرق البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب كرة القدم.

الفرق	درجة القلق الميسر	الترتيب	قيمة ر المحسوبة	قيمة ت ر المحسوبة	قيمة ت ر الجدولية	الدلالة
مديوني وهران	12.33	05	.0 i 813	588.2	36.2	معنوي
سريع المحمدية	01.30	13				
صفاء خميس مليانة	95.32	06				
اتحاد الرمثي	56.29	14				
وداد تلمسان	14.34	01				
أولمي رزيو	36.33	02				
شباب وادي رهيو	58.30	11				
وداد مستغانم	47.29	16				
اتحاد مغنية	54.32	07				

				12	21.30	الأمل الرياضي لبلدية مغنية
				03	25.33	ترجي مستغانم
				08	10.32	إتحاد حجوط
				09	22.31	نجم القليعة
				04	12.33	مولودية بلدية الحساسنة
				10	98.30	شباب رياضي بن باديس
				15	66.28	شباب سنجاس

ii.  $r =$  معامل ارتباط سيرمان للرتب

ت = معادلة دلالة معنوية الارتباط

في الجدول (3) وعند استخدام قانون سيرمان للرتب لمعرفة علاقة الارتباط ظهرت لنا قيمة المحسوبة (0.813) وقيمة ت المحسوبة (2.588) وقيمة ت الجدولية (2.36) وكانت الدلالة معنوية في حدود نسبة خطأ (0.05).

تدل النتائج في الجدول (3) على وجود علاقة ارتباط معنوية بين نتائج مستوى القلق الرياضي (الميسر) مع ترتيب انجاز الفرق البطولة الوطنية القسم الثاني هواة غرب كرة القدم إذ كانت قيمة الارتباط المحسوبة (0.813) وقيمة دلالة معنوية الارتباط المحسوبة (2.588) وعند مقارنتها بقيمة دلالة معنوية الارتباط الجدولية تحت مستوى الدلالة (0.05) وباللغة (2.36) ظهر أن هناك دلالة معنوية لكون قيمة دلالة معنوية الارتباط المحسوبة أكبر من قيمة دلالة معنوية الارتباط الجدولية ويستنتج الباحث أن ما تحقق من نتائج مستوى القلق الرياضي (الميسر) للفرق كان له علاقة معنوية مع ترتيب انجازهم في البطولة وبالرغم من وجود اختلافات بسيطة بين مراكز الفرق في ترتيبهم بالنسبة لمستوى القلق الرياضي الميسر وترتيب إنجازاتهم في البطولة إلا أن الدلالة المعنوية تؤكد اسهام القلق الرياضي الميسر في تأثيره على إنجاز الفرق وهذا

التأثير كان ايجابياً ودفعهم لبذل المزيد من الجهد، هذا ما يوافق مع جل المصادر والمراجع لمطلع عليها وخبرة الباحث الميدانية ومن هنا يتبادر لأذهاننا أن الإعداد النفسي ضروري وضروري جدا للتحكم في هذا القلق الذي يسيطر على اللاعبين قبل، بعد وأثناء المباراة، وما تؤكد هذه النتائج على ضرورة توفير المحضر النفسي في الفرق.

5- الاستنتاجات:

1. اظهرت الدراسة ان درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) كانت متوسطة وفوق المتوسط بقليل وهي مستويات طبيعية لدى جل الفرق.
2. اختلاف درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) بين الفرق حسب مستوى الاعداد النفسي لكل فريق، ما يؤدي إلى القول أن المدرب الرئيسي لا يمكن أن يحقق الإعداد النفسي المطلوب لدى يجب توفير المحضر النفسي.
3. تأثير القلق على اللاعبين له علاقة بترتيب الفرق.

## المصادر والمراجع

### المراجع العربية:

- 1- أحمد، أمين فوزي. (2003) مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي ( ط. 1). مصر.
- 2- أستانيدا، ماك كاندرسو آخرون. مقياس القلق للأطفال.
- 3- بدر الدين، يوسف وآخرون. ( 2007 ). دوافع ظهور القلق لدى لاعبي كرة اليد أثناء المنافسة الرياضية للقسم الوطني الأول صنف أكابر، مذكرة ليسانس غير منشورة، كلية العلوم الاقتصادية
- 4- حسان، المالح. تخلص من القلق، مقالة في الإنترنت، موقع [sehha.com](http://sehha.com)
- 5- حسن، العبيدي، وعلي، تركي. ( 1998 ). قلق الحالة لدى لاعبي الدرجة الأولى بكرة اليد وعلاقته بمستوى أدائهم، المؤتمر العلمي الرابع، ج2. جامعة بغداد.
- 6- زهير، الخشاب وآخرون. ( 1999 ). كرة القدم ( ط. 2). محدثة ، جامعة الموصل.

- 7- علي، سلوم جواد، مازن، حسن جاسم. ( 2008 ). الاحصاء وتطبيقاته في المجال الرياضي باستخدام برنامج SPSS(ط. 1). مطبعة الغري الحديثة.
- 8- عماد، زبير. ( 2000 ). محاضرات الدورة التدريبية بخماسي كرة القدم، كلية التربية الرياضية.
- 9- عماد، زبير. ( 2005 ). التكنيك والتكتيك في خماسي كرة القدم، المكتبة الوطنية للطباعة والنشر، بغداد.
- 10- محمد عبد الظاهر الطيب. ( 1994 ). مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة ( ط. 8 ) .( الاسكندرية، مصر.
- 11- محمد، حسن علاوي. ( 1992 ). علم النفس الرياضي، مطبعة دار المعارف، القاهرة.
- 12- محمد، حسن علاوي. ( 1992 ). علم النفس الرياضي، دارالمعارف، القاهرة.
- 13- محمد، حسن علاوي. ( 1998 ). المدخل الى علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 14- محمد، حسن علاوي. ( 1998 ). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 15- محمد، عبد الظاهر الطيب. ( 1994 ). مبادئ الصحة النفسية، دارالمعرفة (ط. 8 ) .( مصر.
- 16- محمد، عبد الله شاروش. القلق والتوتر النفسي، مقالة في الإنترنت، موقع sehha.com
- 17- نزار، الطالب، وكامل، لويس. ( 1993 ). علم النفس الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد.
- 18- نوري، إبراهيم، ورافع، صالح. ( 2004 ) دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة، بغداد.