

انعكاس بعض عوامل الضغوط النفسية قبل المنافسة على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم

الاستاذ : أمان الله رشيد

جامعة المسيلة

ملخص :

تعد الضغوط النفسية من أهم الموضوعات التي مازالت تلقى اهتماما وجدلا بحثيا واسعا لدى الباحثين لما لها من آثار ضارة على الفرد والمجتمع بصفة عامة، ومن الممكن أن يؤدي استمرار الضغوط النفسية وفي حالة التكيف السلبي إلى استجابة انفعالية حادة ومستمرة ومضاعفات صحية وجسمية نفسية وسلوكية تجعل الرياضي ينحرف عن أداءه المعتاد أثناء العملية التدريبية، مع العلم أن تأثير هذه الضغوط يتوقف على طبيعة الشخصية وما تتصف به من قدرة على تحمل الإحباط والمرونة والمستوى المتفائل .

فعامل الضغط النفسي عند الرياضيين يختلف باختلاف المنافسات والمسابقات التي تقام في المحافل الدولية الرياضية (بطولات والدورات) وهذا ما يتعرض له الرياضي أثناء المنافسة، لكن الضغط النفسي يختلف بعامل السن والخبرة وحسب أهميتها .

ورغم اعتبار الضغط ضروريا وعامل محفز للتوازن الداخلي والايقاع البيولوجي للفرد إلا أن الزيادة في الضغط النفسي أو مدة التعرض له التي تتجاوز طاقات التكيف قد تؤدي إلى نشأة توترات ونتائج عكسية، وهو الأمر الذي دفعنا للبحث في هذا الموضوع للتعرف أكثر عن الضغوطات النفسية وعلاقتها بالجانب الرياضي وكيفية التعامل معها ومدى تحكها في نتائج أداء الممارس .

ومنه نطرح التساؤل التالي:- هل لعوامل الضغوط النفسية قبل المنافسة انعكاس على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم ؟

وللإجابة على هذا التساؤل العام سنحاول الإجابة على التساؤلات الجزئية التالية :-

1- هل لعامل التحضير النفسي قبل المنافسة انعكاس على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ؟

2- هل لعامل الخبرة انعكاس على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ؟

3- هل لعامل اختلاف درجة المنافسة انعكاس على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ؟

تكمن أهمية دراستنا في أنها دراسة تحليلية مسحية تتناول جانبا مهما من جوانب الإعداد العام وهو الجانب النفسي وكذا مدى استعمال المحضرين النفسانيين أو المدربين لهذا الجانب من أجل تسيير الضغط النفسي الذي يتعرض له اللاعبين وبالتالي فهو لبنة جديدة تضاف إلى البحوث الأخرى التي تناولت مثل هذه المواضيع الحساسة والتي تشخص واقع كرة القدم والصعوبات التي تنتخب فيها فهو مرجع يضاف لإثراء مكتبة المعهد .

2- أهداف البحث :

- الأهداف النظرية :

● مدى تأثير مستويات الضغوط النفسية باختلاف الخصائص الفردية للرياضي (السن- الجنس - الخبرة المهنية - الحالة المدنية - الصفة).

● التعرف على أهم مسببات ومصادر عوامل الضغوط النفسية الأكثر تأثيرا على ممارسي كرة القدم .

● الأهداف التطبيقية:

● تحديد مستويات الضغوط النفسية لدى اللاعبين.

● تحديد الضغط النفسي عند أفراد عينة الدراسة. إعادة

- تحديد أنماط استراتيجيات المواجهة المستخدمة لدى أفراد العينة .

3 - الدراسات السابقة : اي نوع من الدراسات مشابهة او مرتبطة، في البيئة العربية او الاجنبية

1-دراسة عبد الغني علالي : (2005/2006) مذكرة لئيل شهادة الماجستير تحت عنوان : الضغط النفسي لدى الرياضيين دراسة مقارنة بين رياضي الكراتيه ولاعبي كرة القدم، والتي صاغ لها الفرضيات التالية :

- وقد استخدم الطالب المنهج الوصفي لغرض الدراسة، وقد أجريت الدراسة على فريقي مولودية الجزائر للكراتيه، ونادي أتلنتيك بارادو لكرة القدم بعينة قوامها (40) فرد مقسمين (20) لرياضة الكراتيه و (20) لرياضة كرة القدم كما استعمل الطالب اختبار قلق المنافسة الرياضية " Martineز " وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية :

- الحياة الاجتماعية والبيئية لا تخلو من المواقف الضاغطة وكل الرياضيين أو افراد المجتمع ككل معرضين للضغط امامها ويتعرضون لها .
- لا يوجد رياضيين محصنين من الضغط في مواقف الحياة العامة أو المنافسة أو لا يوجد رياضيين يملكون سلوكا يحميهم من الضغط .
- الضغط ضروري للتكيف مع تحولات العالم والمحيط وابعاء المنافسات ولكن بمستويات معتدلة ومثالية وكل رياضي له مستوى أو شدة معينة خاصة به من الضغط .

- الرياضات الفردية يكون فيها مستوى حالة القلق أعلى منه لدى رياضي الرياضات الجماعية .

- سمات القلق ترتبط بحالة القلق من حيث الزيادة أو النقصان، فإذا زاد مستوى سمة القلق عند الرياضي زاد عنده مستوى حالة القلق في المنافسات .

2-دراسة شريفي مُجد أمين (2003-2004): والتي جاءت تحت عنوان الضغط النفسي لدى الرياضي رفيع المستوى في حالة فشل المنافسة (حالة كرة السلة). حاول الباحث الإجابة عن بعض تساؤلات الدراسة والتي شملها في ثلاثة أسئلة وهي :

- ما هي الحلول السيكولوجية لتفادي هذه المشاكل ؟

- ما هي مصادر الضغط النفسي ذات التأثيرات السلبية لأداء اللاعبين وحالتهم النفسية في حالة فشل المنافسة الرسمية في المستوى العالي وهذا للتقليل منها؟

- هل توجد علاقة بين الضغط ومستوى المردود الرياضي والنتائج ؟

- ومن ثم حاول الطالب وضع فروض للإجابة على تلك التساؤلات وقد جاءت كما يلي :

- وللتأكد من صحة الفروض استخدم الطالب المنهج الوصفي وطبقت الدراسة على عينة شملت اربع أندية رياضية من القسم الوطني الأول لكرة السلة وهي على التوالي : نادي حسين داي، مولودية الجزائر، اتحاد البناء، ورائد اتحاد جامعة الجزائر، حيث شملت العينة (41) لاعبا في القسم الأول بين ذكور وإناث، وقد خلصت الدراسة إلى أن :

- مستوى المردود الرياضي والنتائج لها علاقة مع ارتفاع نسبة الضغط عند الرياضي وبهذا تكون حالة الفشل في المنافسة سبب رئيسي ذو أهمية كبيرة في توليد الضغط عند الرياضي الرفيع المستوى .

- هناك عدة عراقيل تمنع الرياضي الرفيع المستوى في التقليل من نسبة الضغط كمثل ممارسة الضبط والتركيز والاسترخاء وكل هذا لعدم وجود اختصاصيين في هذا الميدان وكذا المرشد النفسي .

- التحضير النفسي الجيد والتحصير البدني والجماعي في الفريق ينقص نسبة الضغط النفسي .

- الضغط النفسي والقلق يؤثران سلبا على اللاعبين ذوي المستوى العالي في حالة فشل المنافسات الرسمية

3-دراسة سلامي الطيب (2003-2004) : تأثير التربية البدنية والرياضية على درجة الضغط المهني لدى الشرطي المعترض للعنف الارهابي (دراسة مقارنة) والتي تهدف إلى معرفة إن كان لممارسة التربية البدنية والرياضية اثر على إدراك الضغط المهني لدى الشرطي المعترض للعنف الارهابي، وقد استخدم المنهج العيادي، كما شملت الدراسة عينة (10) من افراد الشرطة، و (5) ممارسين للتربية البدنية والرياضية و (5) غير ممارسين للتربية البدنية والرياضية ومعرضين للعنف الارهابي .

● وقد خلصت الدراسة إلى استنتاج مفاده أن للممارسة التربية البدنية والرياضية بالغ الاثر في خفض الضغط المهني لدى عناصر الشرطة المتعرضين للعنف الارهابي. دراسة خارج موضوع البحث.

4- دراسة بن عبد الله عبد القادر (2004-2005): الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين مصادرها وأعراضها، فقد هدفت الدراسة إلى :

● تحديد مستويات الضغط لدى النشء الرياضي .
● معرفة مدى تباين مستويات الضغط النفسي باختلاف الخصائص الفردية للرياضيين الناشئين (النشاط الرياضي، سنوات الممارسة، السن، الخبرة).

● الكشف عن أهم العوامل ومسببات الضغط النفسي الأكثر تأثيرا على النشء الرياضي .

● وقد استخدم المنهج الوصفي، كما طبقت الدراسة على عينة قوامها (206) رياضي من الجنسين من مختلف أندية الجزائر العاصمة، وقصد جمع المعلومات استخدم الطالب مقياس التعرف على الاعراض والاعراض المتزامنة التي قد تظهر في وقت واحد والتي تؤدي إلى الاحتراق للمدرب الرياضي، وكذا درجة اقتراب المدرب الرياضي من الاحتراق المصمم من طرف مُجَّد حسن علاوي حيث تم تعديله بما يتماشى وأهداف الدراسة .

● وقد خلصت الدراسة إلى أن :

● تعرض النشء الرياضي لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية .

● عدم وجود فروق في مصادر وأعراض الضغط بين الرياضيين الممارسين للنشاطات الفردية وكذا الجماعية .

● معاناة النشء لنفس مستويات الضغط النفسي باختلاف سنوات الممارسة وكذا مصادر الضغط وأعراضه وجود فروق بين الناشئين والناشئات في أعراض الضغوط النفسية.

● وجود مسببات متعددة للضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين .

● ومن خلال ما سبق نستخلص أن كل الرياضيين معرضين للضغط ولا يوجد رياضيين محصنين من الضغط، ولكن ما علاقة هذه الضغوط بالأداء المهاري وهذا ما نحن بصدد دراسته .

● 5-عمر عزة وآخرون بعنوان: فعالية التحضير البدني على أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة .

● وكانت فرضيات البحث المقترحة كالتالي:

● لزيادة فعالية التحضير البدني تأثير على أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة .

● للتحضير البدني أهمية في تنمية الصفات البدنية والمهارية .

● وقصد تحقيق الفرضيات استعمل الباحث عينة من 36 مدرب ومختص بشؤون كرة القدم لمتختلف أندية ولاية المسيلة الناشطة لمتختلف مستوياتها .

- وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي باعتباره طريقة للوصف والتحليل والتفسير لوضعية عملية لوضعية ما .
- استخدم الباحث الاستبيان كونه الأنسب لموضوع البحث فهو كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانب القوة والضعف فيها وتحديد العلاقات بين عناصرها .
- ومن أهداف الدراسة مايلي :
- العلاقة الموجودة بين التحضير البدني وأداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة .
- مدى تأثير التحضير البدني على مستوى أداء اللاعبين أثناء المنافسة .
- السعي إلى لفت المدربين والمسيرين في جميع التخصصات بأهمية الجانب البدني بالنسبة للاعبي كرة القدم.65
- السعيد بوبكري وآخرون، جاءت المذكرة لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية التي كانت بعنوان : (فعالية مدة التحضير البدني على مردودية لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة).
- وقصد تحقيق الفرضيات استعمل الباحث عينة من 30 مدرب ومحضر بدني من أندية القسم الوطني الثاني مجموعة الشرق وكان اختيار العينة بطريقة عشوائية .
- وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الذي يعتمد على تحقيق العلاقات بين المتغيرات ومحاولة قياسها. كما أنه استخدم الاستبيان والمقابلة ومن بين أهداف هذه الدراسة ما يلي :
- توضيح أهمية مدة التحضير البدني على مردودية الفريق خلال المنافسة .
- العلاقة بين تحسن الأداء ومدة تحضير الصفات البدنية .
- أهمية ودور الصفات البدنية في زيادة مردودية لاعبي كرة القدم .66
- **تحديد مصطلحات البحث :**

- اجرائيا وبالتسلسل المتغيرات المستقلة ثم المتغيرات التابعة ثم المصطلحات الواردة في البحث والتي يركز عليها بشكل كبير ومستمر وهكذا...

1- **تعريف الضغط :** هو كل تأثير مادي أو نفسي معنوي يأخذ أشكالا مؤثرة على سلوك الفرد ويعوق توازنه النفسي والعاطفي، ويؤدي إلى إحداث توتر عصبي أو قلق نفسي، يجعله غير قادر على اتخاذ شكل جدي أو القيام بالسلوك الرشيد تجاه الموافقة الإدارية والتنفيذية التي تواجهه.

2 - **تعريف إجرائي للضغوط النفسية :** هو حالة عدم الاستقرار ناتجة عن الإجهاد العقلي والبدني والنفسي، بسبب عدم قدرة الفرد على التكيف مع البيئة المحيطة به، ونظرا لكثرة المتطلبات التي تقع على عاتقه، وعدم قدرته على تلبية هذه المتطلبات، ولعدم مساعدة الأشخاص المحيطين به لتخطي هذه الضغوط يصل الفرد إلى حالة في الإحباط والاكتئاب قد تصل به إلى حالة من الانفعالات النفسية تؤدي به على الابتعاد عن مهنته .

⁶⁵ عامر عزة وآخرون، فعالية التحضير البدني على أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة، مذكرة ليسانس غير منشورة، قسم الإدارة والتسيير الرياضي كلية العلوم الاقتصادية والعلوم التجارية وعلوم التسيير، جامعة المسيلة، 2007/2006.

⁶⁶ السعيد بوبكري وآخرون، فعالية مدة التحضير البدني على مردودية لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة، مذكرة ليسانس غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2006/2005.

3- تعريف كرة القدم : هي لعبة جماعية تتم بين فريقين، كل فريق من أحد عشر لاعبا يستعملون كرة مستديرة ذات مقياس عالمي محدد في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفيه مرمى الهدف ويحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف .

● 4- الضغوط النفسية : هي الإحساس الناتج عن فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانات ويصاحبه عادة مرافق فشل حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانات مؤثرا قويا في إحداث الضغوط النفسية .

● ويعرفها ميلز (1982) mills (الضغوط بأنها رد فعل داخلي ينتج عن عدم قدرة الفرد على الوفاء بالمتطلبات البيئية الموافقة عليه .

● 5- تعريف المنافسة : يعرفها (مارغريت ماد) تقول : (هي صراع بين فردين أو مجموعة من الافراد يدخلون المنافسة من أجل المنافسة والشهرة ونيل مكانة في المجتمع).

يعرفها شارس : (هي صراع بين فردين أو مجموعة من الافراد للوصول على هدف موحد أو الحصول على نتيجة معينة). (جال معوش، علي بلعباس، 2007/2006). استعمال طريقة واحدة و واحدة

- مجالات الدراسة : تقسم مجالات الدراسة إلى ثلاثة أقسام وهي : المجال المكاني أي المنطقة التي أجري فيها البحث والمجال البشري أي الافراد الذين أجري عليهم البحث وأخيرا المجال الزماني أي المدة التي يستغرقها البحث الميداني وهي موضحة كآتي:

- المجال المكاني : أجرينا بحثنا على ثلاث فرق من الدرجة الثانية وهي : وفاق المسيلة – أمل بوسعادة – نجم مقرة . ولاية المسيلة

- المجال الزماني : من الأفضل تقسيم المجال الزماني إلى مجال زمني للدراسة النظرية ومجال زمني للدراسة التطبيقية أحسن .

قمنا بتوزيع استمارة يوم 10 أكتوبر 2013 ثم استرجاعه 21 أكتوبر 2013.

- المجال البشري :

أجرينا بحثنا على عينة قدرها 60 لاعبا من الفرق المذكورة تفوق أعمارهم ما بين (19-35 سنة).

- الخصائص الشخصية التنظيمية لأفراد عينة الدراسة :

تضمن دراستنا الحالية أربعة متغيرات مستقلة تصف خصائص عينة الدراسة يفترض أن لها تأثير وأهمية على التميز النفسي للاعب كرة قسم وطني

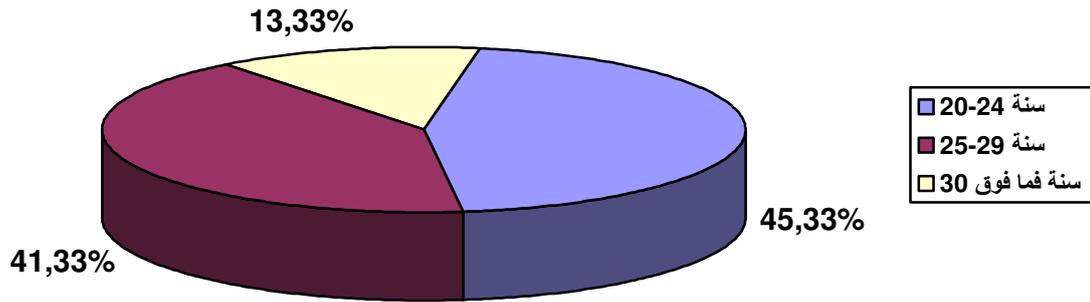
ثاني هواة، وفيما يلي استعراض موجز لتوزيع أفراد العينة حسب الصفات النفسية المدروسة وتكشف المعطيات الواردة في الجدول رقم (01-

02-03-04) توزيع افراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الشخصية على النحو التالي :

1- سن اللاعب :

الجدول رقم (08) يمثل توزيع أفراد العينة حسب سن اللاعب

النسب %	التكرار	سن اللاعب
45.3	34	24-20 سنة
41.3	31	29-25 سنة
13.3	10	30 سنة فما فوق
%100	75	المجموع



شكل رقم (05): النسب المئوية لتكرارات سنوات اللعب

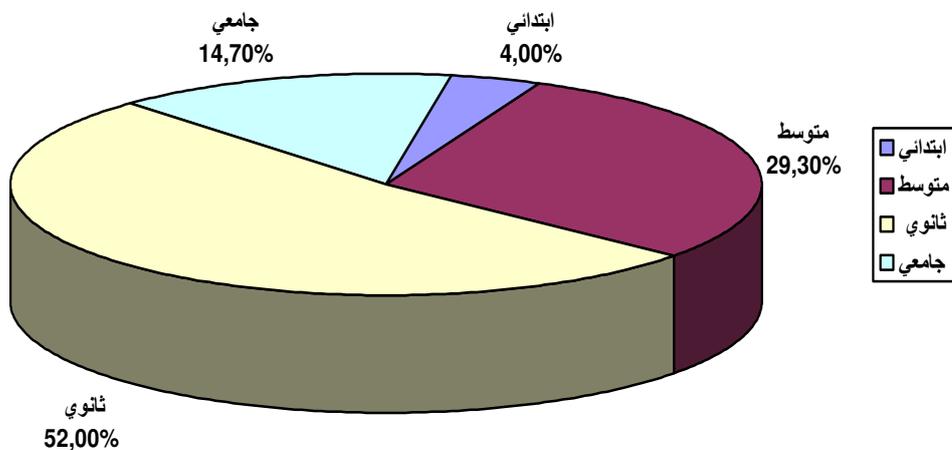
التحليل :

على ضوء المعطيات التي تضمنها الجدول والدائرة النسبية نستنتج أن نسبة 45.3% من مجموع أفراد العينة تمثل بين اللاعبين من 20 إلى 24 سنة وأن نسبة 41.3% من مجموع أفراد العينة تمثل بين اللاعبين من 25 إلى 29 سنة وأن نسبة 13.3% من مجموع أفراد العينة تمثل من اللاعبين من 30 سنة فما فوق ومنه نستنتج أن جل اللاعبين يتراوح أعمارهم ما بين 20 إلى 24 سنة ، وهذا يؤكد أن سياسة الفرق الآن ترمي إلى تثبيت.

2- المستوى الدراسي :

جدول رقم (09) يمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي

النسب %	التكرار	المستوى الدراسي
4	2	ابتدائي
29.3	22	متوسط
52	39	ثانوي
14.7	11	جامعي
% 100	75	المجموع



شكل رقم (06) :

النسب المئوية لتكرارات المستوى الدراسي التحليل :

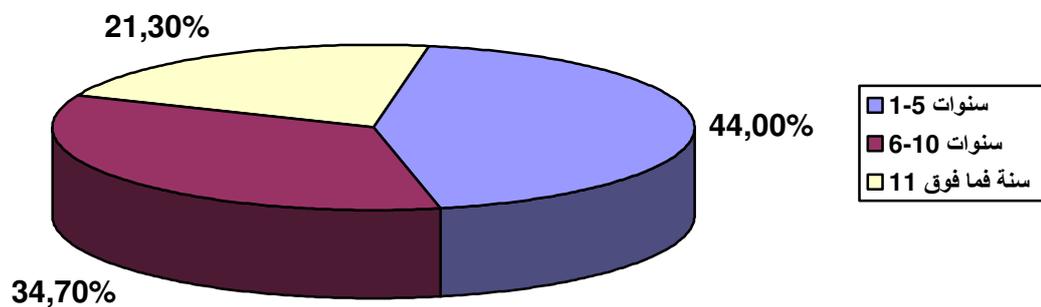
على ضوء المعطيات التي تضمنها الجدول والدوائر النسبية يظهر أن نسبة 52

% من مجموع أفراد العينة تمثل المستوى الدراسي الثانوي ونسبة 29 % من مجموع أفراد العينة تمثل المستوى الدراسي متوسط ونسبة 14.7 % من مجموع أفراد العينة تمثل المستوى الدراسي الجامعي ونسبة 4 % من مجموع أفراد العينة تمثل المستوى الدراسي ابتدائي ومنه نستنتج أن النسب متفاوتة مع بعضها البعض.

3- سنوات الممارسة :

جدول رقم (10) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب سنوات الممارسة

النسب %	التكرار	المستوى الممارسة
44	33	1-5 سنوات
34.7	26	6-10 سنوات
21.3	16	11 سنة فما فوق
% 100	75	المجموع



شكل رقم (07) : النسب المتوقعة لتكرارات سنوات الممارسة

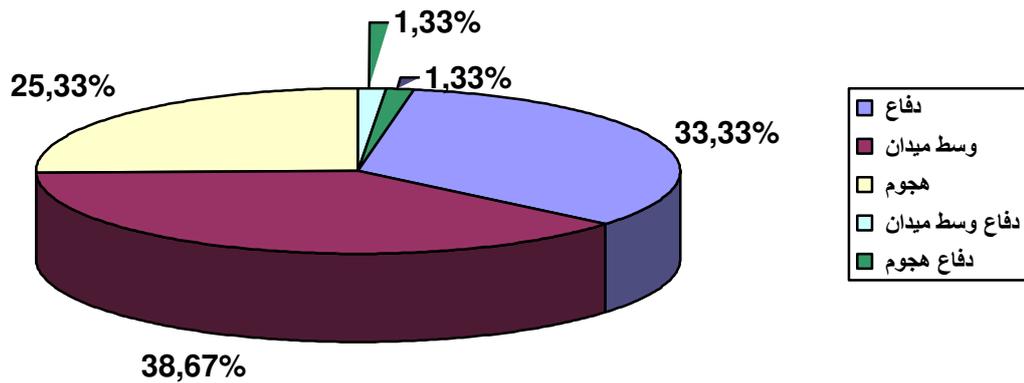
التحليل :

على ضوء المعطيات التي تضمنها الجدول والدوائر النسبة نستنتج أن نسبة 44% من مجموع أفراد العينة تمثل سنوات الممارسة من 1 إلى 5 سنوات وان نسبة 34.7 % من مجموع أفراد العينة تمثل سنوات الممارسة من 06 على 10 سنوات وأن نسبة 21.3 % من مجموع أفراد العينة تمثل سنوات الممارسة من 11 سنة فما فوق، ومنه نستنتج أن جل اللاعبين الخبرة اللازمة حيث أن سنوات اللعب عندهم من 1 إلى 5 سنوات

4- مركز اللعب :

جدول رقم (11) : يمثل توزيع أفراد العينة حسب مركز اللعب

النسب %	التكرار	مركز اللعب
33.3	25	دفاع
38.7	29	وسط ميدان
25.3	19	هجوم
1.3	1	دفاع وسط ميدان
1.3	1	دفاع هجوم
% 100	75	المجموع



شكل رقم (08) : النسب المئوية لتكرارات مركز اللعب

التحليل :

على ضوء المعطيات التي تضمنها الجدول والدائرة النسبية يظهر أن نسبة 38.7 % من مجموع افراد العينة تمثل وسط الميدان وأن نسبة 33.3 % من مجموع أفراد العينة تمثل الدفاع وأن نسبة 25.3 % من مجموع أفراد العينة تمثل الهجوم وأن نسبة 1.3 % من مجموع أفراد العينة تمثل دفاع وسط ميدان ونسبة 1.3 % من مجموع افراد العينة تمثل دفاع هجوم ومنه نستنتج ان عدد وسط الميدان أكبر من عدد الدفاع وهذا الآخر أكبر من الهجوم ثم هناك نيين متكافئين هما الخط بين لاعب الدفاع ووسط الميدان وهجوم ودفاع حيث يمثلان 1.3 % من مجموع أفراد العينة .

الخصائص الإحصائية لاستبيان ومحاور الدراسة:

يبين الجدول رقم (11) أن الخصائص الإحصائية لتوزيع درجات استبيان عوامل الضغط النفسي ومحاوره التحضير النفسي والخبرة وذروة المنافسة، حيث يتضح من الجدول أن المتوسطات الحسابية أكبر قليلا من الوسيط وهذا الأخير أكبر أو يساوي المنوال، كما أن قيم معاملات الالتواء والتفطح وبعدها عن الصفر مؤشر على عدم اعتدالية التوزيعات أو بمعنى آخر انها مختلفة عن التوزيع الطبيعي، وبما يمكن استخلاصه من التحليل السالفة الذكر أن عينة الدراسة تنتمي إلى مجتمع ملتوي ناحية اليمين.

جدول رقم (12) : الخصائص الإحصائية لتوزيع استبيان عوامل التحضير النفسي ، الخبرة، درجة المنافسة

رقم	المحاور	البيان الإحصائي	المتوسط الحسابي	الوسيط	المنوال	الانحراف المعياري	الالتواء	التفطح	التباين
1	محور عامل التحضير النفسي	22.53	21	18	6.61	0.61	-0.82	63.76	
2	محور عامل الخبرة	19.88	17	17	6.97	1.15	0.16	68.70	
3	محور اختلاف درجة المنافسة	11.07	10	10	3	0.27	0.94	9.03	
4	الدرجة الكلية لعوامل الضغط النفسي	53.48	50	41	15.05	0.86	0.44	226.65	

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

لعامل التحضير النفسي قبل المنافسة انعكاس على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم. وللتحقق من صحة الفرضية الأولى ثم تحويل البيانات من مستوى كمي إلى مستوى رتبي، وذلك عن طريق إنشاء مسافات أو فئات متساوية وذلك بحساب المدى العام للبيانات، والذي يتم الحصول عليه بالعلاقة التالية:-
أعلى قيمة في بيانات المحور مطروح منه أدنى قيمة في بيانات المحور

ثم بعد ذلك يقسم الناتج على عدد الفئات (ليعطينا طول الفئة)، وقد ارتأينا أن يكون عدد الفئات ثلاثة (03) إنعكاس قوي، انعكاس متوسط، انعكاس ضعيف للتحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم، ولحساب مجال وحدود هاته الفئات نقوم بأخذ أدنى قيمة وإضافة قيمة طول الفئة للحد الأدنى للفئة الأولى فنحصل على مجال الفئة الأولى، والذي يعبر عن الانعكاس الضعيف للتحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم القسم الجهوي ثاني هواة.

اما مجال الفئة الثانية فنهاية الفئة الأولى هو بداية الفئة الثانية وإضافة قيمة طول الفئة للحد الأعلى للفئة الأولى نحصل على الحد الأعلى للفئة الثانية وهكذا نحصل على مجال الفئة الثانية والذي يعبر عن الانعكاس المتوسط للتحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم القسم الجهوي ثاني هواة صنف أكبر.

اما مجال الفئة الثالثة والاحيرة فيبدأ من نهاية الفئة الثانية وإضافة قيمة طول الفئة نحصل على الحد الأعلى للفئة الأخيرة وهكذا نحصل على مجال الفئة الثالثة والذي يعبر عن الانعكاس القوي للتحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم القسم الجهوي ثاني هواة صنف أكبر.

جدول رقم (13) مجال فئات انعكاس التحضير النفسي على أداء لاعبي كرة القدم (قسم ثاني هواة أكبر) .

مجال الفئة الثالثة	مجال الفئة الثانية	مجال الفئة الأولى	طول الفئة	المدى العام	أدنى قيمة	أعلى قيمة	البيان الاحصائي
انعكاس قوي	انعكاس متوسط	انعكاس ضعيف	7.66	23	13	36	المحاور
36-28.33	28.32-20.76	20.66 – 13					محور التحضير النفسي
85-67.68	67.67-50.34	50.33-33	17.33	52	33	85	الدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغط النفسي

وبعد تفريغ بيانات الاستمارات في الحاسب الآلي ومعالجتها بالبرنامج الاحصائي spss الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية نسخة 18 تحصلنا على النتائج التالية، ولتحقق من درجة الفرضية القائلة لعامل التحضير النفسي انعكاس على الأداء الرياضي وبما أنه توجد تكرارات مشاهدة وتكرارات متوقعة استخدمنا في هذه الفرضية اختبار مربع كاي (χ^2) للدلالة الفروق بين التكرارات فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول الاتي:-

جدول رقم (14) : قيم χ^2 لمحور التحضير النفسي

الدلالة الإحصائية	χ^2 المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	انعكاس التحضير النفسي			البيان الاحصائي	
					انعكاس قوي	انعكاس متوسط	انعكاس ضعيف	المحاور	محور التحضير النفسي
*0.01	8.72	02	0.82	1.75	37	20	18	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع
					25	25	25		
*0.01	8.96		0.81	1.73	37	21	17	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع
					25	25	25		

*دالة عند مستوى دلالة = 0.05

تم حساب التكرار المشاهد والتكرار المتوقع لاجابات عينة الدراسة على محور التحضير النفسي وعلى الدرجة الكلية لاستبيان التحضير النفسي ثم حساب (χ^2) لدلالة الفروق بين درجة الانعكاس (انعكاس قوي، انعكاس متوسط، انعكاس ضعيف) .

ويتضح من الجدول أن محور التحضير النفسي له انعكاس قوي وتكرار مشاهد 37 من مجموع العينة مقارنة بدرجة الانعكاس المتوسطة 20 من مجموع العينة، ومقارنة بدرجة الانعكاس الضعيفة 18 من مجموع العينة كما جاءت الدرجة الكلية لاستبيان التحضير النفسي ذات انعكاس قوي وتكرار مشاهد قيمته 37 من مجموع العينة مقارنة بالانعكاس المتوسط 21 من مجموع تكرارات المشاهدة لعينة الدراسة.

ويظهر من نتائج (ك2) على محور عامل التحضير النفسي أنها دالة إحصائياً حيث جاءت قيمة (ك2) المحسوبة 8.72 أكبر من قيمتها الجدولة 5.99 عند درجة حرية (02) دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا تساوي 0.05 .
كما جاءت قيمة ك2 المحسوبة على الدرجة الكلية لاستبيان التحضير النفسي 8.96 أكبر من الجدولة 5.99 عند درجة الحرية (2) دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05.

وعليه من نتائج الجدول رقم 16 فإننا نرفض الفرض الصفري بعدم وجود فروق دالة إحصائياً ونقبل الفرض البديل بوجود فروق دالة إحصائياً للتحضير النفسي وانعكاسه القوي على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم القسم ثاني هواة صنف أكبر. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

لعامل الخبرة انعكاس على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر. وللتحقق من صحة الفرضية الثانية تم تحويل البيانات من مستوى كمي إلى مستوى رتبي، وذلك عن طريق إنشاء مسافات أو فئات متساوية وذلك بحسب المدى العام للبيانات، والذي يتم الحصول عليه بالعلاقة التالية:-

أعلى قيمة في بيانات المحور مطروح منه أدنى قيمة في بيانات المحور

ثم بعد ذلك الناتج يقسم على عدد الفئات وقد ارتأينا أن يكون عدد الفئات ثلاثة (03) انعكاس قوي وانعكاس متوسط، انعكاس ضعيف لعامل الخبرة على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر ومن ثم يتم إضافة القيمة المحصل عليها إلى أدنى قيمة لنحصل على مجال الفئة (1) والذي يعبر درجة الانعكاس الضعيفة للخبرة على أداء لاعبي كرة القدم القسم الثاني هواة صنف أكبر وبإضافة طول الفئة للحد الأعلى للفئة الأولى نحصل على مجال الفئة الثانية والذي يعبر عن الانعكاس المتوسط لعامل الخبرة على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر وبإضافة قيمة طول الفئة للحد الأعلى للفئة الثانية نحصل عن مجال الفئة الثالثة والذي يعبر عن درجة الانعكاس القوية لعامل الخبرة على أداء لاعبي كرة القدم (قسم ثاني هواة صنف أكبر) .

جدول رقم (16) مجال الفئات لانعكاس عامل الخبرة على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر .

المحاور	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المدى العام	طول الفئة	مجال الفئة الأولى	مجال الفئة الثانية	مجال الفئة الثالثة
محور عامل الخبرة	36	12	24	08	20 - 12	28.01 - 20.01	36 - 28.02
الدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغط النفسي	85	33	52	17.33	50.33-33	67.67-50.34	85-67.68

وبعد تفريغ بيانات الاستمارات في الحاسب الآلي ومعالجتها بالبرنامج الإحصائي spss الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية نسخة 18 تحصلنا على النتائج التالية، ولتحقق من درجة الفرضية القائلة لعامل الخبرة انعكاس على الأداء الرياضي وبما أنه توجد تكرارات مشاهدة وتكرارات متوقعة استخدمنا في هذه الفرضية اختبار مربع كاي (ك2) للدلالة الفروق بين التكرارات فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول الآتي:-

جدول رقم (15) : قيم (ك2) محور عامل الخبرة

المحاور	البيان الإحصائي			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحرية	ك2 المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	التكرار المشاهد	التكرار المتوقع	انعكاس قوي					
محور عامل الخبرة	36	25	36	0.83	1.77	02	7.28	*0.02
	25	25	25					
الدرجة الكلية للاستبيان	37	25	37	0.81	1.73		8.96	*0.01
	25	25	25					

*دالة عند مستوى دلالة = 0.05

تم حساب التكرار الشاهد والتكرار المتوقع لاجابات عينة الدراسة على محور عامل الخبرة وعلى الدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغط النفسي، ثم تم حساب (كا²) لدلالة الفروق بين الانعكاسات (انعكاس قوي، انعكاس متوسط، انعكاس ضعيف). ويتضح من الجدول أن محور عامل الخبرة له انعكاس قوي بتكرار مشاهد قيمة 36 من مجموع العينة مقارنة بالانعكاس المتوسط المقدر بـ 20 من مجموع تكرارات المشاهدة كما جاء انعكاس ضعيف بدرجة مشاهدة قيمتها 19 من مجموع تكرارات المشاهدة كما جاءت الدرجة الكلية لاستبيان عامل الخبرة المجزأة ذات انعكاس قوي بتكرار مشاهد قيمة 37 من مجموع العينة مقارنة بالانعكاس متوسط المقدر بـ 21 من مجموع العينة مقارنة بالانعكاس ضعيف المقدر بـ 17 من مجموع التكرارات المشاهدة. ويظهر من نتائج اختبار (كا²) على محور عامل الخبرة أنها دالة احصائيا حيث جاءت قيمة (كا²) المحسوبة (7.28) أكبر من قيمتها الجدولة عند درجة الحرية (2) دالة احصائيا عند مستوى الدلالة الفا = 0.05. كما جاءت قيمة (كا²) المحسوبة على الدرجة الكلية لاستبيان لعامل الخبرة (8.96) أكبر من الجدولة عند درجة الحرية (2) دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وعليه من نتائج الجدول رقم (0000) فإننا نرفض الفرض الصفري لعدم وجود فروق دالة احصائيا ونقبل الفرض البديل بوجود فروق دالة احصائيا لعامل الخبرة انعكاس قوي على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ثاني هواة أكبر. وبالتالي فالفرضية الثانية محققة.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

لعامل اختلاف درجة المنافسة انعكاس على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر. ولتحقق من صحة الفرضية الثانية تم تحويل البيانات من مستوى كمي إلى مستوى رتبي، وذلك عن طريق إنشاء مسافات أو فئات متساوية وذلك بحسب المدى العام للبيانات، والذي يتم الحصول عليه بالعلاقة التالية:-

أعلى قيمة في بيانات المحور مطروح منه أدنى قيمة في بيانات المحور

ثم بعد ذلك الناتج يقسم على عدد الفئات وقد ارتأينا أن يكون عدد الفئات ثلاثة (03) انعكاس قوي وانعكاس متوسط، انعكاس ضعيف لعامل اختلاف درجة المنافسة على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر ومن ثم يتم إضافة القيمة المحصل عليها إلى أدنى قيمة لتحصل على مجال الفئة (1) والذي يعبر درجة الانعكاس الضعيفة لعامل اختلاف درجة المنافسة على أداء لاعبي كرة القدم القسم الثاني هواة صنف أكبر وبإضافة طول الفئة للحد الأعلى للفئة الأولى نحصل على مجال الفئة الثانية والذي يعبر عن الانعكاس المتوسط لعامل اختلاف درجة المنافسة على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر وبإضافة قيمة طول الفئة للحد الأعلى للفئة الثانية نحصل عن مجال الفئة الثالثة والذي يعبر عن درجة الانعكاس القوية لعامل اختلاف درجة المنافسة على أداء لاعبي كرة القدم (قسم ثاني هواة صنف أكبر).

جدول مجال الفئات لانعكاس عامل اختلاف درجة المنافسة على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر .

المحاور	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المدى العام	طول الفئة	مجال الفئة الأولى انعكاس ضعيف	مجال الفئة الثانية انعكاس متوسط	مجال الفئة الثالثة انعكاس قوي
محور عامل الخبرة	17	06	11	3.66	06 – 9.66	9.67 – 13.33	13.34 – 17
الدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغط النفسي	85	33	52	17.33	33-50.33	50.34-67.67	67.68-85

وبعد تفرغ بيانات الاستمارات في الحاسب الآلي ومعالجتها بالبرنامج الاحصائي spss الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية نسخة 18 تحصلنا على النتائج التالية، ولتحقق من صحة الفرضية القائلة لعامل الخبرة انعكاس على الأداء الرياضي وبما أنه توجد تكرارات مشاهدة وتكرارات متوقعة استخدمنا في هذه الفرضية اختبار مربع كاي (كا²) للدلالة الفروق بين التكرارات فتحصلنا على النتائج التالية والمتمثلة في الجدول الاتي:-

جدول رقم (17) : قيم (كا²) لمحور عاملاختلاف المنافسة

الدلالة الإحصائية	ك ² المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	انعكاس التحضير النفسي			البيان الإحصائي	
					انعكاس قوي	انعكاس متوسط	انعكاس ضعيف	المحاور	محور عامل
*0.04	6.32	02	0.81	1.77	18	22	35	التكرار المشاهد	الخبرة
					25	25	25	التكرار المتوقع	
*0.01	8.96	0.81	1.73	17	21	37	التكرار المشاهد	الدرجة الكلية للاستبيان	
				25	25	25	التكرار المتوقع		

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة الفا = 0.05

تم حساب التكرار المشاهد والتكرار المتوقع لاجابات عينة الدراسة على محور عامل اختلاف درجة المنافسة وعلى الدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغط النفسي، ثم تم حساب (ك²) لدلالة الفروق بين درجات الانعكاس (درجة إنعكاس قوي، درجة انعكاس متوسط، درجة انعكاس ضعيف) ويتضح من الجدول أن محور عامل اختلاف درجة المنافسة له انعكاس قوي بتكرار مشاهد قيمته 35 من مجموع العينة مقارنة بالانعكاس المتوسط المقدر بـ 22 من مجموع التكرارات المشاهدة ومقارنة بالانعكاس الضعيف المقدر بـ 18 من مجموع التكرارات المشاهدة، كما جاءت الدرجة الكلية للاستبيان عوامل الضغط النفسي ذات الانعكاس القوي بتكرار مشاهد قيمته 37 من مجموع العينة مقارنة بالانعكاس المتوسط المقدر بـ 21 من مجموع التكرارات المشاهدة ومقارنة بالانعكاس الضعيف المقدر بـ 17 من مجموع تكرارات المشاهدة . ويظهر من نتائج اختبار (ك²) على محور عامل اختلاف درجة المنافسة أنها دالة إحصائية حيث جاءت قيمة (ك²) المحسوبة (6.32) أكبر من قيمتها الجدولة عند درجة حرية (2) دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا تساوي 0.05.

كما جاءت قيمة (ك²) المحسوبة على الدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغوط النفسية (8.96) أكبر من الجدولة عند درجة الحرية (2) دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه من نتائج الجدول رقم فإننا نرفض الفرض الصفري بعدم وجود فروق دالة إحصائية وتقبل الفرض البديل بوجود فروق دالة إحصائية لعامل اختلاف درجة المنافسة انعكاس قوي على أداء لاعبي كرة القدم قسم ثاني هواة صنف أكبر . وبالتالي فالفرضية الثالثة محققة

عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة :

لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغيرات الدراسة الشخصية (السن، المستوى الدراسي، سنوات اللعب، مركز اللعب).

4-1- لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغير السن. للتحقق من الفرضية تم استخدام الجداول المتقاطعة (الاقتران)، حيث لدينا متغيران وصفيان رتيبان، كل متغير بدوره ينقسم إلى فئات فرعية ثانوية.

فمتغير الشرح العمري (السنية) للاعبين تنقسم الى ثلاث مجموعات: المجموعة الأولى من (20-24 سنة) والثانية من (25-29 سنة) والثالثة (30 سنة فما فوق) .

اما متغير عوامل الضغط النفسي ومحاوره فتنقسم الى ثلاثة فئات او درجات؛ درجة قوية ودرجة متوسطة واخير درجة ضعيفة او منخفضة من الضغوط النفسية.

وجداول رقم يبين معاملات الاقتران بين الشرح العمري وعوامل الضغط النفسي لدلالة الفروق بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة لكل فئة من فئات سن اللاعب من ناحية و بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة للدرجة الكلية لاستبيان عوامل الضغوط النفسية ومحاوره الثلاثة (التحضير النفسي، الخبرة، درجة المنافسة) وانعكاساتها على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم .

يتضح من خلال الجدول رقم (18) أن النتائج الاجمالية عندما أخذنا درجة الانعكاس القوية كبيرة وجدنا أن الفروق في سن اللاعب (20-24) كان تكرار المشاهدة فيه 16 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 47.5 % ومن (25-29 سنة) كان تكرار المشاهدة فيه 15 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 48.38 % ومن (30 سنة فما فوق) تكرار المشاهدة مقدر بـ 5 تكرار ونسبة مئوية 50 % هذا فيما يخص المحور الاول .

أما المحور الثاني وكانت قيمته كالاتي من (20 - 24 سنة) كان تكرار المشاهدة 16 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 47.05 % ومن (25- 29 سنة) كان تكرار المشاهدة 15 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 48.38 % ومن (30 سنة فما فوق) وكان تكرار المشاهدة فيه 6 تكرارات ونسبة مئوية 60 % .

أما المحور الثالث فكانت قيمته كالاتي من (20-24 سنة) كان تكرار المشاهدة 15 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 44.11 % ومن (25-29 سنة) كان تكرار المشاهدة 14 تكرار ونسبة مئوية 45.16 % ومن (30 سنة فما فوق) وكان تكرار المشاهدة 6 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 60 % .

أما المجال الاستبيان ككل فكانت قيمته كالاتي : من (20- 24 سنة) تكرار المشاهدة فيه 15 تكرار ونسبة مئوية 44.11 % ومن (25-29 سنة) سنة) تكرار المشاهدة 16 تكرار ونسبة مئوية مقدرة بـ 51.61 % ومن (30 سنة فما فوق) تكرار المشاهدة كان 6 تكرارات ونسبة مئوية 60 % .

جدول رقم (18) الشرائح السنوية للاعب

عوامل الضغط النفسي		الفئات العمرية للاعب	الفئات العمرية للاعب			المجموع	
			28-20 سنة	29-25 سنة	30 سنة فما فوق		
محور التحضير النفسي	درجة قوية	تكرار المشاهدة	16	15	5	36	
		تكرار متوقع	16.3	14.9	4.8	36.5	
	درجة متوسطة	تكرار المشاهدة	10	8	2	20	
		تكرار متوقع	9.1	8.3	2.7	20.0	
	درجة ضعيفة	تكرار المشاهدة	8	8	3	19	
		تكرار متوقع	8.6	7.9	2.7	19.0	
	المجموع	تكرار المشاهدة	34	31	10	75	
		تكرار متوقع	34.0	31.0	10.0	75.0	
	محور عامل الخبرة	درجة قوية	تكرار المشاهدة	16	15	6	37
			تكرار متوقع	16.8	15.3	4.9	37
درجة متوسطة		تكرار المشاهدة	10	9	1	20	
		تكرار متوقع	9.1	8.3	2.7	20	
درجة ضعيفة		تكرار المشاهدة	8	7	3	18	
		تكرار متوقع	8.2	7.4	2.4	18.0	
المجموع		تكرار المشاهدة	34	31	10	75	
		تكرار متوقع	34	31	10	75.0	
محور درجة المنافسة		درجة قوية	تكرار المشاهدة	15	14	6	35
			تكرار متوقع	15.9	14.5	4.7	35.0
	درجة متوسطة	تكرار المشاهدة	13	7	2	22	
		تكرار متوقع	10.0	9.1	2.9	22.0	
	درجة ضعيفة	تكرار المشاهدة	6	10	2	18	
		تكرار متوقع	8.2	7.4	2.4	18.0	
	المجموع	تكرار المشاهدة	34	31	10	75	
		تكرار متوقع	34	31	10	75	

استبيان عوامل الضغوط النفسية	درجة قوية	تكرار المشاهدة	15	16	6	37
		تكرار متوقع	16.8	15.3	4.2	37
	درجة متوسطة	تكرار المشاهدة	11	8	2	21
		تكرار متوقع	9.5	8.7	2.8	21
	درجة ضعيفة	تكرار المشاهدة	8	7	2	17
		تكرار متوقع	7.7	7	2.3	17
	المجموع	تكرار المشاهدة	34	31	10	75
		تكرار متوقع	34	31	10	75

من نتائج جدول رقم () وقيم (ك²) نستنتج أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغير السن بين افراد عينة الدراسة عند مستوى دلالة (0.05) ؛ حيث أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) على محور عوامل التحضير النفسي والخبرة واختلاف درجة المنافسة لمتغير سن اللاعب (20-24 سنة) ومن (25-29 سنة) ومن (30 سنة فما فوق) .

جدول رقم (19) خاص بقيم (ك²) للفئات السنية للاعب وعوامل الضغط النفسي

الفئات العمرية للاعب					
ن = 75					
المحاور	مستوى الدلالة		درجة الحرية	البيان الإحصائي	قيمة ك ² المحسوبة
	القرار	القيمة			
محور	غير دالة	0.79	4		0.65
محور	غير دالة	0.98	4		0.41
محور	غير دالة	0.45	4		3.66
الدرجة الكلية	غير دالة	0.90	4		1

لنا يتم قبول الفرضية الصفرية بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدرجة الكلية لاستبيان عوامل التحضير النفسي والخبرة واختلاف درجة المنافسة تعزى لمتغير السن.

2-4- لا توجد فروق دالة احصائيا في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

3-4- لا توجد فروق دالة احصائيا في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغير سنوات اللعب او الممارسة.

4-4- لا توجد فروق دالة احصائيا في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغير مركز اللعب. عالجها مثل الفرضية السابقة

في الاخير الاستنتاج الاخير هو قبول الفرضية الصفرية القائلة:

لا توجد فروق دالة احصائيا في درجة الانعكاس لمحاور واستبيان عوامل الضغوط النفسية على الاداء تعزى لمتغيرات الدراسة الشخصية (السن، المستوى الدراسي، سنوات اللعب، مركز اللعب).

فرضية محققة

مناقشة الفرضيات:

جدول رقم (20) المستوى الدراسي

			المستوى الدراسي	المجموع
--	--	--	-----------------	---------

			ابتدائي	متوسط	ثانوي	جامعي	
مخبر 1	درجة انعكاس قوية	تكرار المشاهدة	2	17	14	-	-
		تكرار متوقع	1.5	10.9	19.2	4	37
	درجة انعكاس متوسطة	تكرار المشاهدة	1	3	12	5.4	37
		تكرار متوقع	8	5.9	10.4	4	20
	درجة انعكاس ضعيفة	تكرار المشاهدة	0	2	13	2.9	20
		تكرار متوقع	7	5.3	9.4	3	18
	المجموع	تكرار المشاهدة	3	22	39	2.6	18
		تكرار متوقع	3	22	39	11	75
			-	-	-	11	75
مخبر 2	درجة انعكاس قوية	تكرار المشاهدة	2	16	13	5	36
		تكرار متوقع	1.4	10.6	18.7	5.3	36
	درجة انعكاس متوسطة	تكرار المشاهدة	1	4	12	3	20
		تكرار متوقع	8	5.9	10.4	2.9	20
	درجة انعكاس ضعيفة	تكرار المشاهدة	0	2	14	3	19
		تكرار متوقع	8	5.6	9.9	2.8	19
	المجموع	تكرار المشاهدة	3	22	30	11	75
		تكرار متوقع	3	22	39	11	75
مخبر 3	درجة انعكاس قوية	تكرار المشاهدة	2	13	15	5	35
		تكرار متوقع	1.4	10.3	18.2	5.1	35
	درجة انعكاس متوسطة	تكرار المشاهدة	0	6	13	3	22
		تكرار متوقع	9	6.5	11.4	3.2	22
	درجة انعكاس ضعيفة	تكرار المشاهدة	1	3	11	3	18
		تكرار متوقع	7	5.3	7.4	2.6	18
	المجموع	تكرار المشاهدة	3	22	39	11	75
		تكرار متوقع	3	22	39	11	75
	درجة انعكاس قوية	تكرار المشاهدة	0	17	15	5	37
الاستبيان ككل		تكرار متوقع	1.5	10.9	19.2	5.4	37
	درجة انعكاس متوسطة	تكرار المشاهدة	2	4	12	3	21
		تكرار متوقع	8	6.2	10.9	3.1	21
	درجة انعكاس ضعيفة	تكرار المشاهدة	1	1	12	3	17
		تكرار متوقع	7.1	5.5	2.8	2.5	17
	المجموع	تكرار المشاهدة	3	22	39	11	75
تكرار متوقع		3	22	39	11	75	

جدول رقم (21) خاص بتقييم (كا²) المستوى الدراسي

المستوى الدراسي				
	مستوى الدلالة	درجة	قيمة كا ²	
	دالة			
محور 1	0.06 غير دالة	6	11.77	
محور 2	0.10 غير دالة	6	10.46	
محور 3	0.66 غير دالة	6	4.12	
الدرجة الكلية	0.05 دالة	6	12.96	

يتضح من الجدول رقم (21) أن النتائج المحصل عليها عندما أخذنا درجة الانعكاس القوية لنسبة كبيرة وجدنا أن الفروق في المستوى الدراسي (ابتدائي) مان تكرر المشاهدة 2 والنسبة المئوية 66.06% وفي المتوسط كان تكرر المشاهدة فيها ممثل بـ 14 تكرر والنسبة المئوية 35.89% وفي المستوى الجامعي فكان تكرر المشاهدة فيه 0 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 0%. فيما يخص المحور الأول .

المحور الثاني فكانت قيمه كالاتي في الابتدائي فتكرر المشاهدة كان ممثل بـ 2 تكرر النسبة المئوية المقدرة بـ 66.66% أما في المتوسط فكان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 16 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 72.72% وفي الثانوي فكان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 13 تكرر والنسبة المئوية المتكررة بـ 33.33% وفي المستوى الجامعي فكان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 5 تكرر والنسبة المقدرة بـ 45.45% عدا فيما يخص المحور الثاني .

أما المحور الثالث فكانت قيمه كالاتي : في الابتدائي كان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 2 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 66.66% أما في المتوسط فكان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 13 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 59.09% وفي الاثوي فكان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 15 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 48.46% وفي المستوى الجامعي فكان تكرر المشاهدة فيه ممثل بـ 5 تكرر والنسبة المقدرة بـ 45.45% إذا فيما يخص المحور الثالث .

أما في مجال الاستبيان ككل فكانت فيه كالاتي : في الابتدائي تكرر المشاهدة فيه كان 0 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 0% وفي المتوسط تكرر المشاهدة فيه كان 17 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 77.27% أما في الثانوي فتكرر المشاهدة فيه كان 15 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 38.46% وفي الجامعي فتكرر المشاهدة فيه كان 5 تكرر والنسبة المئوية المقدرة بـ 45.45% .

هنا نلخص إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية الدرجة الكلية للاستبيان تعزى لمتغير المستوى الدراسي بين افراد عينة الدراسة عند مستوى دلالة (0.05)، حيث وجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 على محور عوامل التحضير النفسي والخبرة واختلاف درجة المنافسة لمتغير المستوى الدراسي الابتدائي، المتوسط، الثانوي، الجامعي لنا يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول البديلة القائلة (لوجود فروق ذات دلالة احصائية للدرجة الكلية للاستبيان عوامل التحضير النفسي والخبرة واختلاف درجة المنافسة)

الاستنتاج العام :

بعد دراسة استبيان اللاعبين والذي قمنا فيه بطرح اسئلة حول انعكاس عوامل التحضير النفسي والخبرة واختلاف درجة المنافسة إلى آدائهم قمنا بجمع آجوبتهم وآرائهم ومن خلالها اتضح لنا أنه ليس لعامل التحضير النفسي انعكاس على آداء لاعبي كرة القدم وهذا ما نراه في الجداول (الفرضية الأولى) وبالتالي تكون فرضيتنا الأولى كموضوعنا لا تتحقق وليس لها فروق ذات دلالة احصائية وهذا راجع لعدة ظروف نذكر منها على سبيل المثال الجزائرية (الجزائر) وانعدام محضر نفسي بنسبة أولى في مختلف الفرق الجزائرية والمدرّب هو من يقوم بدور المحضر النفسي في غالب الأحيان أو لاعب ذو خبرة يقوم بتحضير زملائه ونظريا يغير التحضير النفسي انعكاس على الآداء الرياضي للاعبين كرة القدم أما الواقع فهم العكس هذا ما وجدناه في الفرق التي درسناه نظرا للعوامل السالفة الذكر .

أما العامل الآخر والذي هو الخبرة فهو كذلك ليس له انعكاس على الآداء الرياضي للاعبين كرة القدم وهذا ما نراه في الجداول (الفرضية الثانية) ، أما عن تكون فرضيتنا الثانية لموضوعنا لم تتحقق وليس لها فروق ذات دلالة احصائية وهذا عدة أسباب ضمنها ال..... والتي تتواجد في الجزائر بكثرة تتغلب على الخبرة الميدانية وكما ان للإدارة دور كبير فهي تصنع المعجزات يستطيع من خلالها اللعب الصغير السن أن يتخطى عدة مراحل ويضمن لنفسه مكانة رغم نقص خبرته .

أما فيما يخص العامل الثابت والذي هو اختلاف درجة المنافسة فهو لدينا ليس له أي انعكاس على أداء لاعبي كرة القدم وهذا في الجدول (الفرضة الثالثة) . وبالتالي تكون الفرضية الثالثة لموضوعنا لا تتحقق وليس لها فروق ذات دلالة احصائيا . وهذا لعدة اسباب مثل : (طموح بعض اللاعبين حيث أنهم لا يولون أهمية حيث يرون في هدف أسمى بعض النظر عن أهمية المقابلة) تم أو لا تم) لذا مهما كانت درجة المنافسة ونوعيتها نجد مستوى اللاعب مستقر وثابت .

توصيات واقتراحات :

- 1- التأكيد على ضرورة التحضير النفسي من طرف المدربين حتى بدون مرشد نفسي .
- 2- ترك الحرية التامة للاعبين في التعبير عن شعورهم وقدراتهم في الميدان بدون قيود لأننا في مستوى الثاني هواة .
- 3- إقحام اللاعبين الشباب في المنافسات الرسمية قصد إكسابهم نوع من الخبرة والخروج من دوامة الضغط .
- 4- عدم تضخيم حجم المنافسات الرسمية للاعبين .
- 5- ضرورة المساعدة الفنية والنفسية والارشاد للاعبين قبل واثناء المنافسة .
- 6- تدعيم الرصيد المعرفي للمدربين من ناحية علم النفس الرياضي وذلك للتعامل الجيد مع اللاعبين خاصة في المستويات الضعيفة .
- 7- ضرورة إقامة دوريات وملتقيات رياضية تحسيسية تخص الجانب النفسي وذلك بحضور خبراء في علم النفس الرياضي .
- 8- لا بد من وجود اخصائين نفسانيين يتابعون المنافسات الرسمية لمعرفة آرائهم لإفادة المدربين وطريقة التعامل مع اللاعبين .