



المهارات النفسية والعقلية وأهميتها في انتقاء لاعبي كرة القدم

بحث وصفي على لاعبي الاكاديمية الرياضية - أفلو

Psychological and mental skills and their importance in selecting football players

Descriptive research on the players of the Sports Academy- Aflou

د. عبدالعزيز الوصابي⁽¹⁾ *المركز الجامعي نور البشير-البيضا، الجزائر، a.alwasaby@cu-elbayadh.dz

أ.د. خويلدي الهواري⁽²⁾المركز الجامعي نور البشير-البيضا، الجزائر، h.khouildi@cu-elbayadh.dz

أ.د. بن سعيد محمود⁽³⁾المركز الجامعي نور البشير-البيضا، الجزائر، mahmoudsma@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2021/11/11؛ تاريخ القبول: 2021/12/13؛ تاريخ النشر: 2021/12/31

ملخص:

يهدف البحث الى التعرف على أهمية المهارات النفسية في الانتقاء الرياضي والتعرف على كفاءة ومستوى المدربين في عملية الانتقاء الرياضي للاعبين الأكاديمية الرياضية لكرة القدم في بلدية أفلو- الأغواط ، كما اقترح الباحثون اختيار مدربين أكفاء لعملية انتقاء الناشئين. وإتباع طرق علمية ومن ضمنها المهارات النفسية والعقلية في عملية الانتقاء الرياضي .
كلمات مفتاحية: المهارات النفسية والعقلية، الانتقاء الرياضي.

Abstract:

The research aims to identify the importance of psychological skills in sports selection and to identify the efficiency and level of coaches in the sports selection process for the players of the Sports Academy for Football in the municipality of Aflou - Laghouat. Mathematical selection process.

Keywords: psychological and mental skills, sports selection.

1. مقدمة :

من خلال التطور الذي حصل للرياضة وفي مختلف الانشطة الرياضية ما هو الا حصيلة ابحاث ودراسات وجهود علمية مختلفة ساهمت في تقدم الحركة الرياضية، ولعل مجال علم النفس الرياضي هو احد هذه المجالات المهمة في النشاط الرياضي، اذ كانت اولى تلك الدراسات والبحوث التي بدأ بها هذا العلم هي دراسة الشخصية الرياضية لتلتها دراسات في بعض الظواهر النفسية وعلاقتها بالانتقاء الرياضي،

ويرجع الاهتمام بمشكلة انتقاء الرياضيين في الآونة الأخيرة، إلى الارتفاع المذهل في مستوى النتائج والأرقام الرياضية التي تطالعنا بها مختلف وسائل الإعلام يوماً بعد يوم، مما أدى في المقابل الى ارتفاع هائل في حجم المتطلبات البدنية والنفسية العقلية والمهارية التي تفرضها المنافسة الرياضية على اللاعبين .

ويذكر عزت الكاشف " أن الانتقاء الرياضي في معظم الدول الشرقية مادة دراسية متخصصة وذلك نتيجة للنزول الواضح في المستوى الرقمي و الانجاز الرياضي وصغر سن الأبطال في الأنشطة الرياضية المختلفة، وذلك نتيجة للضرورة الملحة في مراعاة رغبات الفرد الرياضي مع المعايير والقدرات المحددة لنوع النشاط الرياضي المختار، بمعنى أن الانتقاء الرياضي موجه نحو مجموعة من الأفراد المتميزين والموهوبين القادرين على تحقيق مستويات عالية في النشاط الرياضي المحدد"(محمد حازم، 2005، ص19) أوصت العديد من الدراسات بضرورة إيجاد حلول فعلية حول كيفية تقييم الاستعدادات الخاصة في المراحل الأولى من الانتقاء الرياضي، باعتبار أن نمو وتطور القدرات البدنية والمهارية والنفسية والعقلية فيما بعد يعتمد في المقام الاول على وجود تلك الاستعدادات كقدرات كامنة غير ظاهرة تتحول مستقبلا الى قدرات فعلية من خلال تأثير النظام الاعدادي الرياضي الذي يظهر فيه دور كل من المدرب وكفاءة عملية التدريب،

2-تساؤل البحث :

ومما سبق ذكره جاء تساؤل البحث على النحو التالي :

-هل المهارات النفسية والعقلية لها أهمية في عملية الانتقاء الرياضي للاعبين كرة القدم؟

3- فروض البحث :

3-1- الفرضية العامة :

للمهارات النفسية والعقلية أهمية في عملية الانتقال الرياضي للاعب كرة القدم حسب الاسس العلمية .

3-2- الفرضيات الجزئية :

☐ كفاءة ومستوى المدربين لها أهمية في عملية الانتقال الرياضي للاعب كرة القدم المبني على أسس علمية..

☐ اختبارات المهارات النفسية والعقلية لها دور أهمية في عملية الانتقال الرياضي للاعب كرة القدم.

4-أهداف البحث :

1-التعرف على أهمية المهارات النفسية في الانتقال الرياضي لدى لاعبي الأكاديمية الرياضية لكرة القدم في بلدية أفلو- الأغواط.

2-التعرف على كفاءة ومستوى المدربين في عملية الانتقال الرياضي للاعب الأكاديمية الرياضية لكرة القدم في بلدية أفلو- الأغواط.

5- أهمية البحث :

ومن هنا تبرز أهمية البحث الحالي الذي يساهم في التعرف على بعض الجوانب النفسية والعقلية التي في حال الاهتمام بها سوف تساعد في الانتقال الرياضي الجيد الذي يسهم بالوصول للمستوى المتطور في أداء اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية.

6-المفاهيم الدالة :

1- المهارات النفسية والعقلية : هي قدرة نفسية وعقلية يتم اكتسابها عن طريق التعلم والممارسة عن طريق برنامج منظم ، وتساهم هذه المهارات في تحسن مستوى الأداء الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية. (تعريف اجرائي)

2- الانتقاء الرياضي : هو اختيار أفضل اللاعبين ممن يتميزون بقدرات بدنية ومورفولوجيا وقدرات فيزيولوجية ومهارات نفسية وعقلية تتفق مع متطلبات نوع الاختصاص الرياضي (تعريف إجرائي).

2. الجانب النظري:

1.2 المهارات النفسية والعقلية في الرياضة:

المهارات النفسية في الرياضة والتي تتضمن كل من :-

- القدرة على التصور
- القدرة على الاسترخاء
- القدرة على التركيز الانتباه
- القدرة على مواجهة القلق
- الثقة بالنفس
- دافعية الانجاز الرياضي

1- التصور الذهني:-

التعريف الاصطلاحي : نوع من التدريب الهادف الى الوصول الى حالة من خلال تطوير وتنمية المهارات العقلية مع زيادة القدرة على إعادة التكرار لتثبيت الحكم في الأداء ، (صغيري بلال، طيوب أبوبكر الصديق، 2019)، هي أن الاشخاص يستطيعون أن يستحضروا في ذهنهم او ان يتذكروا احداثا او خبرات سابقة , إن التصور الذهني على انه اعم واشمل من عملية التصور البصري حيث انه يشمل حواس اخرى إضافة الى حاسة البصر , مثل حواس السمع واللمس والشم والاحساس الحركي. يوجد تصنيفان شائعان لأنماط التصور هما :- (أسامة راتب، 1997، ص 317-318)

- التصور الخارجي.
- التصور الداخلي.

1-1- التصور الذهني الخارجي :

تعتمد فكرة التصور الذهني الخارجي على أن اللاعب يستحضر الصورة الذهنية لأداء شخص اخر مثل لاعب متميز او بطل رياضي . فكأن اللاعب عندما يستحضر الصورة

الذهنية يقوم بمشاهدة شريط سينمائي أو تلفزيوني . وفي هذا النوع يستحضر الرياضي الصورة الذهنية كما هي .

1-2-التصور الذهني الداخلي :

تعتمد فكرة التصور الذهني الداخلي على ان اللاعب يستحضر الصورة الذهنية لأداء مهارات او احداث معينة سبق ان اكتسبها او شاهدها او تعلمها , فهي عادة نابعة من داخله وليس كنتيجة لمشاهدته لأشياء خارجية. وفي هذا النوع من التصور الذهني ينتقي الرياضي ما يريد مشاهدته عند تنفيذ المهارات المعينة.

2-الاسترخاء:-

يلاحظ إن الكثير من الرياضيين يفشلون في تحقيق أفضل مستويات ادائهم بسبب التوتر العصبي والقلق الذي يصاحب الاشتراك في المنافسات الهامة , والذي يؤدي الى تقلص عضلات الجسم كافة بدلا من ان يحدث التقلص في العضلات المشتركة في اداء المهارة فقط . وتعتبر قدرة الرياضي على الاسترخاء والاحتفاظ بهدوء الاعصاب مهمة جداً لكي يحافظ على المستوى الامثل للاستثارة الانفعالية. لذلك نستعرض اربعة اساليب شائعة في المجال الرياضي تحقق الاسترخاء في مواجهة التوتر الجسدي وهي مرتبة وفقا لمحك درجة الصعوبة على النحو (أسامة راتب، 1997، ص278-285) التالي:-

1-2-الاسترخاء التخيلي

يتطلب هذا الاسلوب من الاسترخاء ان يتخيل الرياضي نفسه في بيئة أو مكان حيث الشعور بالاسترخاء والراحة الكاملين . مثلا يتخيل نفسه مستلقية على الشاطئ البحر , والشمس تملأ الجو والنسيم عليل , والهدوء يخيم من حوله.

2-2-الاسترخاء الذاتي

يعتبر الاسترخاء الذاتي صورة مختصرة للتدريب الاسترخائي التدريجي , وهو اسلوب يتسم بالسهولة ويمكن تعلمه. ويعتمد هذا الاسلوب بدرجة اساسية على تعرف الرياضيين على مواضع التوتر للمجموعات العضلية بالجسم , ثم استخدام التنفس البطيء السهل , واثناء ذلك يتصور الرياضي خروج التوتر من الجسم من خلال الشهيق والزفير العميقين.

3-2- التدريب الاسترخائي التدريجي (التقدمي):

توجد اساليب عديدة للاسترخاء التدريجي , وتعتمد على سلسلة من التقلصات العضلية يتبعها استرخاء. والغرض من ذلك مساعدة الرياضي في التعرف على الفرق بين الاحساس التوتر (عند الانقباض العضلي) والاحساس الاسترخاء العضلي . ويطلق عليه الاسترخاء التدريجي نظراً لانه يشمل التقدم من مجموعة عضلية الى اخرى . حتى يمكن احتواء جميع المجموعات العضلية الرئيسية.

4-2- استرخاء التغذية الرجعية الحيوية:

عندما يخفق الرياضيون في تطوير مهاراتهم من حيث الوعي الذاتي بدرجة التوتر في اجسامهم , فانهم يستخدمون بعض الاساليب الاخرى مثل اسلوب رجع الاستجابة البيولوجي (التغذية الرجعية الحيوية). حيث يتضمن هذا الاسلوب تزويد الرياضيين بالمعلومات والحقائق عن بعض التغيرات البيولوجية غير الارادية مثل ضغط الدم , ومعدل النبض في الدقيقة ومعدل التنفس.

3- التركيز الانتباه:

التركيز على ما يجري حولك او الانتباه اليه وما تقوم به تجاه انجاز الواجب المطلوب منك هو مهارة يمكن تعلمها .يجب ان تتدرب على المحافظة على التركيز بمستوى عال لأنه من المتطلبات الاساسية للعب بمستوى عال (تيرس عوديشو, 2002, ص88).

يختلف الرياضيون في مدى التركيز وشده الذي يمكن ان يعملوا بهما اثناء المباراة او السباق , ويتطلب التركيز او الانتباه الاختياري المقدرة على الاهتمام بما يجري حولك , والى اي مدى يمكن ان تحافظ على هذا الاهتمام. الانتباه الاختياري يعكس قدرتك على اختيار ما ستهتم به وتجاهل المثيرات الاخرى . كما يعكس القدرة على تركيز ذهنك على شيء واحد دون الانتباه الى الاشياء الاخرى , وحيانا يعكس القدرة على التركيز على عدة مثيرات ذات

العلاقة بما يدور حولك في ان واحد. وكلما زادت قدرتك على الاهتمام بما ترغب فيه كلما تتحسن استجابتك ويتحسن اداؤك.

4-القلق: القلق هو انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف و توقع الخطر, وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله.

(يعني القلق عادة المشاعر غير سارة التي تتميز بالهم والخشية والفرع و الرهبة و الخوف التي يستشعرها الفرد في وقت ما في حياته وبدرجات مختلفة ما بين القلق البسيط الذي يظهر على شكل الخشية وانشغال البال والقلق الشديد الذي يظهر على شكل الرعب والفرع, فالفرد الخائف يعرف في العادة مصدر خوفه ولكن القلق لا يعرف دوماً مصدر قلقه) (عبد الرحمن عدس و محي الدين توك, 2005, ص 448).

5-الثقة بالنفس:

يرى الكثير من الرياضيين ان الثقة بالنفس هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز , وهذا اعتقاد خاطئ , وربما يقود الى المزيد من الافتقاد الى الثقة او الثقة الزائدة . ولكن المفهوم الصحيح للثقة بالنفس يعني توقع الرياضي الواقعي لتحقيق النجاح . فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل ان يفعله الرياضي , ولكن ما هي الاشياء الواقعية التي يتوقع عملها.

وقد يكون من المناسب ان نفرق بين العمل بثقة , وتوقع النتائج , فتوقع النتائج يعني الى أي مدى يتوقع اللاعب تحقيق المكسب او الخسارة في المنافسة. بينما الثقة هي الشعور اللاعب ان اداءه سوف يكون جيداً بصرف النظر عن النتائج , وحتى اذا كان المنافس متفوقا عليه.

5-1-خصائص الثقة بالنفس :

عندما يتمتع الرياضي بالثقة فان ذلك يساعده على تطوير ادائه الرياضي من خلال طرق مختلفة (أسامة راتب, 2001, ص 337-343). و أهمها على النحو التالي:

-الثقة تثير الانفعالات الايجابية. - الثقة تساعد على تركيز الانتباه.

-الثقة تؤثر في بناء الاهداف. - الثقة تزيد المثابرة وبذل الجهد.

- الثقة لاتعتبر بديلا للكفاية البدنية والمهارية.

6-دافعية الانجاز الرياضي:

ان الدافعية الإنجاز (محمد علاوي، 1998، ص251)، (أو الحاجة للإنجاز) يقصد بها طبقاً لمفهوم "ميوراى" تحقيق شيء صعب والتحكم في الموضوعات المادية (الفيزيائية) أو الكائنات البشرية أو الأفكار وتناولها أو تنظيمها وإداء ذلك باكبر قدر ممكن من السرعة والاستقلالية والتغلب على العقبات وتحقيق مستوى مرتفع والتفوق على الذات ومناقسة الآخرين والتفوق عليهم وزيادة تقدير وفاعلية الذات عن طريق الممارسة الناجحة للقدرة .

2.2 مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي:

الانتقاء الرياضي هو عملية اختيار انسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات و قدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط (محمد لطفي، 2002، ص13) ، بينما يرى البعض الآخر بأنه " عملية يتم فيها اختيار أفضل العناصر منى اللاعبين أو اللعابت من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني يتوافق و مراحل برامج الإعداد. (هدى محمد، 2003، ص19) .

1- أنواع الانتقاء في النشاط الرياضي:

يرى محمد لطفي طه: "أن أنواع الانتقاء الرياضي تنقسم إلى أربعة أنواع كما حددها "بولجوكوفا" 1986 وهي:

- الانتقاء بغرض الاستدلال على نوع النشاط الرياضي المناسب للمبتدئ، وفيه ينصح الوالدين بالتعرف على قدرات أبنائهم من خلال إتاحة الفرصة أمامهم لممارسة مجموعة من الأنشطة الرياضية المتشابهة.

- وليست نشاطا لذاته (مجموعة الألعاب الجماعية، مجموعة المنازل الفردية، مجموعة الأنشطة الدورية، مجموع الأنشطة ذات التوافق الصعب.

- الانتقاء بغرض الكشف عن الاستعدادات الخاصة للعبة لدى الطفل الناشئ، ويجري هذا الانتقاء في المراحل الأساسية من الإعداد طويل المدى ضمانا لتحقيق أفضل النتائج الرياضية في نشاط رياضي معين.

• الانتقاء بغرض تشكيل فريق (جماعة) رياضي للاشتراك في المنافسات كمجموعة متجانسة كتشكيل فرق الألعاب الجماعية وفرق التجديف...الخ، ويساعد هذا النوع من الانتقاء على تجنب الكثير من المشكلات المرتبطة بالتوافق النفسي التي قد تنشأ بين أعضاء الفريق.

• الانتقاء يهدف تشكيل المنتخبات الرياضية على المستوى القومي والاولمبي من بين مجموع اللاعبين ذوي المستويات العليا، وتكمن صعوبة هذا النوع من الانتقاء في التقارب بين هؤلاء اللاعبين من حيث المستوى والحالة التدريبية. (محمد لطفي، 2002، ص18-19)

2-مراحل الانتقاء الرياضي:

1-مرحلة انتقاء الرياضي :

تعني هذه المرحلة محاولة جذب اهتمام اكبر عدد ممكن من الأطفال الناشئين والموهوبين نحو إمكانية ممارسة الفعاليات الرياضية، ويتم ذلك من خلال السباقات والمنافسات الرياضية وذلك من خلال الاختبارات التي تجري عليهم لغرض التعرف على مستويات ومعدلات نموهم البدني والمهاري، وتنحصر هذه المرحلة بالفئة العمرية (6-8 سنوات) لغرض فحصهم وانتقاء من تتوفر لديهم المتطلبات الأساسية للفعاليات الرياضية مستعيناً بالوسائل الفعالة التالية:

• الملاحظة التربوية.

• الاختبارات.

• المسابقات والمحاورات التجريبية.

• الدراسات والفحوص النفسية.

• الفحوص الطبية والبيولوجية.

2-مرحلة الفحص المتعمق:

وتعني هذه المرحلة تعميق الفحص بالنسبة للناشئين الذين يرغبون في التخصص في نشاط رياضي محدد، وتبدأ هذه المرحلة بعد فترة تتراوح بين (03 إلى 06) أشهر من بدء

المرحلة الأولى، ويتم الانتقاء لهذه المرحلة المتعمقة وفقا للمرحلة التمهيديّة، بتسجيل الناشئين بمركز الأندية والمدارس بغرض التدريب وتخضع هذه المرحلة لنفس الوسائل المستخدمة للمرحلة الأولى في الانتقاء.

3-مرحلة التوجيه الرياضي:

وتشمل الناشئين بعمر (12 إلى 15 سنة) يخضع الناشئين إلى دراسة مستديمة طويلة من خلال الوسائل المستخدمة في الانتقاء الذي سبق ذكره في المرحلة الأولى لغرض التحديد النهائي للتخصص الفردي إذ تعد هذه المرحلة مرحلة بطولة في بعض الفعاليات الرياضية كالسباحة، الجمباز.

4-مرحلة انتقاء المنتخبات:

تعني هذه المرحلة انتقاء الناشئين الشباب للمنتخبات الوطنية ممن تتوفر فيهم المواصفات البدنية، النفسية، العقلية والمهارية من مراكز الأندية الرياضية، وتنحصر هذه الفئة العمرية بين (15 إلى 18 سنة)، وتخضع إلى نفس الوسائل المستخدمة في الانتقاء الرياضي للمرحلة الأولى. (محمد لطفي، 2002، ص 20-22)

3.إجراءات البحث :

1-منهج البحث:- استخدم الباحثون المنهج الوصفي وذلك ملائمة لأهداف البحث وفروضه.

2-مجتمع وعينة البحث:- يتكون مجتمع البحث من من (75) لاعبا من لاعبي الأكاديمية الرياضية لكرة القدم في بلدية أفلو- الأغواط . للموسم (2020-2021)، حيث تكونت عينة البحث من (50) لاعب من مجتمع البحث تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة .

3-أدوات البحث : استخدم الباحثون استمارة استبانة صممت من قبل الباحثون.

4- الوسائل الإحصائية :

1- كاف تربيع (k2) .

2- النسبة المئوية .

2.3 عرض وتحليل نتائج البحث:

السؤال رقم 01 : هل يمكن أن يتحمس اللاعب بمجرد الإعتماد على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي؟

الهدف من السؤال رقم 01 : معرفة مدى تحمس اللاعبين بمجرد الإعتماد على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي .

الجدول 1: (يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك2 لسؤال رقم 01)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	ك2 المجدولة	ك2 المحسوبة	النسب المئوية	التكرار	الإجابات
0,05	1	3,84	5,12	% 66	33	نعم
				% 34	17	لا
				%100	50	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 01 يتبين أن نسبة 66% من العينة يرون تحمس اللاعبين بمجرد الإعتماد على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 01 وهو ما يؤكد مقدار ك2 مجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية رقم 1 التي قيمتها 3.84 وهي أصغر من ك2 المحسوبة التي قدرت قيمتها 5.12 وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج : نستنتج أن أغلب اللاعبين متحمسين للإعتماد على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي.

السؤال رقم 02 : في رأيك هل أغلبية المدربين يعتمدون في الانتقاء الرياضي على المهارات النفسية والعقلية على غرار الجوانب الأخرى ؟

الهدف من السؤال رقم 02 : معرفة مدى أهمية المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء على غرار الجوانب الأخرى .

الجدول 2: (يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك2 لسؤال رقم 02)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	ك2 المجدولة	ك2 المحسوبة	النسب المئوية	التكرار	الإجابات
0,05	1	3,84	2	40 %	20	نعم
				60 %	30	لا
				100 %	50	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 02 يتبين أن نسبة 60% من اللاعبين يرون أن أغلبية المدربين لا يعتمدون على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء على غرار الجوانب الأخرى وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 02 وهو ما يؤكد مقدار ك2 مجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية رقم 1 التي قيمتها 3.84 وهي أكبر من ك2 المحسوبة التي قدرت قيمتها 2 وهذا ما يدل أنه ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج : نستنتج أن أغلبية المدربين يعتمدون في الانتقاء الرياضي على الجوانب الأخرى بالإضافة إلى المهارات النفسية والعقلية.

السؤال رقم 03 : هل تعجبك طريقة المدرب في الإعتماد على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي ؟

الهدف من السؤال رقم 03 : معرفة مدى إعجاب اللاعبين باعتماد المدربين في الانتقاء الرياضي على المهارات النفسية والعقلية.

الجدول 3: (يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك² لسؤال رقم 03)

الإجابات	التكرار	النسب المئوية	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
نعم	32	64 %	3,92	3,84	1	0,05
لا	18	36 %				
المجموع	50	100 %				

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 03 يتبين أن نسبة 64% من اللاعبين تعجبهم طريقة المدرب في اعتماده على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 03 وهو ما يؤكدده مقدار ك² مجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية رقم 1 التي قيمتها 3.84 وهي أصغر من ك² المحسوبة التي قدرت قيمتها 3.92 وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الإستنتاج : نستنتج أن اعتماد المدرب على المهارات النفسية والعقلية في الانتقاء الرياضي تعجب اللاعبين .

السؤال رقم 04 : كونك لاعب ما هو الجانب المناسب لك أثناء الانتقاء ؟

الهدف من السؤال رقم 04 : معرفة الجانب المناسب عند اللاعبين أثناء الانتقاء .

الجدول 4: (يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك2 لسؤال رقم 04)

الإجابات	التكرار	النسب المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المهارات النفسية والعقلية	31	62 %	18,52	5,99	2	0,05
الجانب التقني	9	18 %				
الجانب البدني	10	20 %				
المجموع	50	100 %				

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 04 يتبين أن نسبة 62% من اللاعبين يرون أن الإعتماد على المهارات النفسية والعقلية هو الجانب الأنسب خلال الانتقاء وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 04 وهو ما يؤكد مقدار ك2 مجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية رقم 2 التي قيمتها 5.99 وهي أصغر من ك2 المحسوبة التي قدرت قيمتها 18.52 وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. الإستنتاج : نستنتج أن المهارات النفسية والعقلية هو الجانب لمفضل لدى اللاعبين أثناء الانتقاء.

السؤال رقم 05 : كيف يكون رد فعلك عندما ترى انتقاء الرياضيين بطريقة غير علمية وغير مدروسة ؟

الهدف من السؤال رقم 05 : معرفة رد فعل اللاعبين عند رؤيتهم انتقاء الرياضيين بطرق غير علمية وغير مدروسة .

الجدول 5: (يمثل التكرارات والنسب المئوية وقيم ك2 لسؤال رقم 05)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	ك2 المجدولة	ك2 المحسوبة	النسب المئوية	التكرار	الإجابات
0,05	2	5,99	12,16	36%	18	لا أبالي بذلك
				52%	26	قلق ومتوتر
				12%	06	خائف
				100%	50	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول السؤال رقم 05 يتبين أن نسبة 52% من اللاعبين يشعرون بالقلق والتوتر عند رؤيتهم لانتقاء الرياضيين بطرق غير علمية وغير مدروسة من قبل المدرب وهذا ما تم تمثيله في الجدول رقم 05 وهو ما يؤكد مقدار ك2 مجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية رقم 2 التي قيمتها 5.99 وهي أصغر من ك2 المحسوبة التي قدرت قيمتها 12.16 وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية .

الاستنتاج : نستنتج أن رؤية اللاعبين لانتقاء الرياضيين بطرق غير علمية وغير مدروسة يشعرهم بالقلق والتوتر..

4. خاتمة:

إن عملية الانتقاء في كرة القدم عملية حساسة جدا ومهمة لما لها من تأثيرات على النتائج المستقبلية للطرق الرياضية والمنتخبات، فإعداد لاعبين متميزين من جميع النواحي لن يأتي إلا في وجود تلك الاستعدادات والمؤهلات اللازمة لتحقيق أحسن مستوى ممكن ولأطول فترة زمنية ، وإن الانتقاء المبني على أسس علمية صحيحة ودون إهمال جميع جوانبه له دور كبير في الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى من ناحية الأداء، ومن خلال الدراسة التي قمنا بها وكذا آراء الاختصاصيين فيما يتعلق بعملية الانتقاء،

ومن أجل الانتقاء الأمثل والأنسب للوصول بفئة الناشئين إلى المستوى العالي التي يتوجب الاهتمام بهم بحكم أنهم خزان للمنتخبات والفرق الرياضية (عمارة توفيق وآخرون، 2019) ، حاولنا في بحثنا هذا التعرف على أهمية المهارات النفسية والعقلية في عملية الانتقاء الرياضي للاعبين الأكاديمية الرياضية لكرة القدم بافلوب- الأغواط ، من خلال الجهود التي قمنا بها في هذا البحث وبعد قيامنا بتحليل ومناقشة النتائج توصلنا إلى أن المدرب له دور كبير في عملية انتقاء الرياضيين واختيارهم، ويجب على المدرب أن يكون كفئ وذا خبرة في عملية الانتقاء، حيث كلما كان للمدرب خبرة وكفاءة استطاع التحكم في هذه العملية، ولكي تكون عملية الانتقاء أكثر دقة وموضوعية يجب على المدربين الاعتماد على المهارات النفسية والعقلية خلال هذه العملية، وتتم بعدة مراحل وخطوات يجب إتباعها من أجل الانتقاء الأفضل للرياضيين، وذلك للوصول بهم إلى أعلى مستوى من الأداء وبالتالي الرفع في المستوى الأندية والفرق الرياضية.

اقتراحات البحث:

- انطلاقاً من هذا البحث يمكننا تقديم بعض الاقتراحات التالية:
- اختيار مدربين أكفاء لعملية انتقاء الناشئين.
 - إتباع طرق علمية ومن ضمنها المهارات النفسية والعقلية في عملية الانتقاء.
 - توفير بيئة ملائمة قبل عملية انتقاء اللاعبين الناشئين.
 - الاهتمام بالفئات الصغرى (9-12) سنة .
 - ضرورة توفير الوسائل البيداغوجية والأجهزة والعتاد الخاص بعملية الانتقاء..

5. المراجع:

1. محمد حازم محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، الطبعة الأولى، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 2005.
2. محمد لطفي طه: الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين، الهيئة العامة المطابع الأميرية القاهرة، ، 2002 .
3. هدى محمد الخضري: التقنيات الحديثة لانتقاء الموهبين الناشئين في السباحة، المكتبة المصرية، مصر، 2003.
4. اسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة المفاهيم – التطبيقات، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1997.
5. تيرس عوديشو انويا : دليل الرياضي للإعداد النفسي ، ط1 ، دار وائل للنشر، عمان، 2002 .
6. عبد الرحمن عدس و محي الدين توق : المدخل الى علم النفس ، ط6 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2005.
7. محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر : القاهرة، 1998.
8. صغيري بلال، طيوب أبو بكر الصديق، أهمية التحضير الذهني قصير المدى ودوره في تحسين نتائج الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ، مجلة التميز، المجلد 02، العدد 02، 2019، المركز الجامعي البيض، الجزائر.
9. عمارة توفيق وآخرون، أثر برنامج تربية حركية مقترح على تنمية حركات المعالجة والتناول لدى أطفال المرحلة الابتدائية(8-9 سنوات)، مجلة التميز، المجلد 02، العدد 02، 2019، المركز الجامعي البيض، الجزائر.