



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد بوضياف المسيلة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي: M201535093372

الرمز: .....

القسم: تدريب رياضي

الشعبة: .....

التخصص: تحضير بدني

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة

(الماستر الأكاديمي)

مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة

القدم

دراسة ميدانية على فرق بلدية مسيلة (صنف أكابر)

تحت اشراف:

د/قارة السعيد

من اعداد الطالب:

بوعلي اقبال الدين





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد بوضياف المسيلة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي: M201535093372

الرمز: .....

القسم: تدريب رياضي

الشعبة: .....

التخصص: تحضير بدني

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة

(الماستر الأكاديمي)

مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة

القدم

دراسة ميدانية على فرق بلدية مسيلة (صنف أكابر)

تحت اشراف:

د/قارة السعيد

من اعداد الطالب:

بوعلي اقبال الدين

# شكر وتقدير

قال تعالى " وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ ۚ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ كَفَرَ

فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ " سورة لقمان الآية (12)

قال تعالى " بَلِ اللَّهُ فَاعْبُدْ وَكُن مِّنَ الشَّاكِرِينَ "

سورة الزمر الآية (66)

أسجد لله سبحانه وتعالى وأحمده وأشكره أن أخرجت هذا البحث إلى حيز الوجود توفيقاً منه سبحانه فله الحمد والشكر أولاً وأخيراً وأقول "اللهم لك الحمد كله ولك الشكر كله واليك يرجع الأمر كله علانيته وسره ...." فتولى أمري يا رحمان يا رحيم يامن على كل شيء قدير .

"عبدني ..... لأن تشكرني ما لم تشكر من قدمت لك الخير على يديه "

-حديث قدسي-

من بين سطور هذا الحديث الى سطور هذا البحث أتقدم بجزيل الشكر والامتنان وكافة معاني التقدير والاحترام الى من هو بشرة خير حلت علي الى استاذي الغالي "قارة سعيد" أقول له هذا ثمرة جهدك وتعبك وتخصيص وقتك، لك جزيل الشكر والامتنان على ما قدمته لي من عرفان، وأعذرنني لم أجد من كلمات الثناء ما يوفيك حقك، شكراً لك على عطائك، وأسأل الله أن يمدك بالصحة والعافية ويزيدك علماً وخلقا

ولكي أكون منصفاً في شكري ويرتاح ضميري أتقدم بوافر الشكر والامتنان الى أستاذي العزيز "كمال مفاق" وأقول له يا أستاذي "لو كنت أعرف فوق الشكر منزلة أعلى من الشكر عند الله في

الثلث لمنحك مني مهذبة حذوا على حذو ما واليت من حسن "

ولا تفوتني الفرصة أن أتقدم بجزيل الشكر والعرفان لجميع أساتذة قسم التدريب الرياضي كل

باسمه ومكانه ولا يسعني الا أن أقول لهم:

ان المعلم للشعوب حياتها

ودليلها وعطاؤها المتفاني

فاذا سألت عن الشعوب فلا تسل

غير هاديتها فذاك الباني.

# إهداء

أهدي ثمرة جهدي ودراستي ...الى أعز الناس الى قلبي ...الى من لا تكفيها كلمات الشكر والامتنان ...الى التي لن أوفيتها حقها مهما قدمت لها ...الى من تقع الجنة تحت أقدامها ...وأمرنا الرحمان بطاعتها أمني

الغالية "خديجة"

الى من لي في الوجود ... وأعطاني بدون جحود...لأكسر كل القيود ...ولم يطلب مني مقابلا لذلك الكرم والجود ...أبي العزيز "محمد"

الى أخي عباس وأختي صفاء وصغيرنا ادم

الى أصدقائي: مهدي، أيمن صلاح الدين، شعيب، مفدي زكريا

الى كل من عرف بوعلي اقبال الدين من قريب وبعيد

الى كل من ذكرهم قلبي ونسيهم قلمي

الى كل من يسر لنا الحب والاحترام

الى كل من قرأ هذا الاهداء فلم يجد اسمه فغضب

والحمد لله الذي أعانني على إتمام هذا البحث

اقبال الدين

2020

## قائمة المحتويات

	شكر
	اهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية
أ-ب	مقدمة
	الجانب المنهجي
الصفحة	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
3	1-1- إشكالية الدراسة
4	1-2- فرضيات الدراسة
4	1-3- أهمية الدراسة
5	1-4- أهداف الدراسة
5	1-5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
8	1-6- الدراسات السابقة
12	1-7- مميزات الدراسة الحالية
	الجانب النظري
الصفحة	الفصل الثاني: مصدر الضبط (التحكم)
15	تمهيد
15	1-2- مصدر الضبط
15	2-1-1- تعريف مصدر الضبط
17	2-1-2- مصدر الضبط الداخلي / مصدر الضبط الخارجي

17	2-1-3-فئتي مصدر الضبط
17	2-1-3-1-فئة مصدر الضبط الداخلي
18	2-1-3-2-فئة مصدر الضبط الخارجي
18	2-1-4-الصفات والسمات المميزة لأفراد مصدر الضبط الداخلي والخارجي
19	2-1-5-مؤشرات فئتي مصدر الضبط
19	2-1-5-1-مؤشرات فئة الضبط الداخلي
20	2-1-5-2-مؤشرات فئة الضبط الخارجي
21	2-1-6-خصائص الافراد في فئتي مصدر الضبط
21	خلاصة
الصفحة	الفصل الثالث: الأداء المهاري في كرة القدم
	الأداء المهاري
24	تمهيد
24	3-1-الأداء المهاري
24	3-1-1-مفهوم الأداء
25	3-1-2-أنواع الأداء
25	3-1-3-مفهوم المهارة
25	3-1-3-1-المهارات المغلقة
26	3-1-3-2-المهارات المفتوحة
26	3-1-4-مفهوم الأداء المهاري
27	3-1-5-مراحل الأداء المهاري
27	3-1-5-1-مرحلة التوافق الأولي للمهارة
27	3-1-5-2-مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة
27	3-1-5-3-مرحلة اتقان وتثبيت أداء المهارة
27	3-1-6-أهمية الأداء المهاري
28	خلاصة

	كرة القدم
30	تمهيد
30	3-2-1-تعريف رياضة كرة القدم
31	3-2-2-ملامح كرة القدم الحديثة
31	3-2-3-المهارات الأساسية في كرة القدم
32	3-2-4-أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم
32	3-2-4-1-المهارات الأساسية بدون كرة
32	3-2-4-1-1-مهارة الجري وتغيير الاتجاه
32	3-2-4-2-مهارة الخداع والتمويه
32	3-2-4-3-مهارة الوثب
33	3-2-4-2-المهارات الأساسية بالكرة
33	3-2-4-2-1-ضرب الكرة بالقدم
33	3-2-4-2-2-الجري والتحكم بالكرة
35	3-2-4-2-3-السيطرة على الكرة
40	3-2-4-4-المراوغة
40	3-2-4-5-المهجمة (قطع الكرة)
40	3-2-4-6-ضرب الكرة بالرأس
42	3-2-4-7-رمية التماس
42	3-2-4-8-حراسة المرمى
43	3-2-5-متطلبات كرة القدم الحديثة
43	3-2-5-1-متطلبات كرة القدم الحديثة للاعبين
43	3-2-5-2-متطلبات كرة القدم الحديثة حسب مراكز اللعب
43	3-2-5-1-متطلبات لاعبي الدفاع
44	3-2-5-2-متطلبات لاعبي الهجوم
44	3-2-5-3-متطلبات لاعبي الوسط

45	3-2-5-2-4-متطلبات مدافعي الجناح
45	خلاصة
	الجانب التطبيقي
الصفحة	الفصل الرابع: منهجية الدراسة
48	تمهيد
48	4-1-الدراسة الاستطلاعية
49	4-2-منهج الدراسة
50	4-3-مصطلحات الدراسة
50	4-4-مجتمع وعينة الدراسة
50	4-4-1-مجتمع الدراسة
50	4-4-2-عينة الدراسة
51	4-5-أساليب جمع البيانات
51	4-5-1-الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث
51	4-5-2-الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث
54	4-6-الخصائص السيكو مترية للأداة
55	4-7-تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية
55	4-7-1-تصميم الدراسة
55	4-7-2-المعالجة الإحصائية
55	4-8-خطوات اجراء الدراسة الميدانية
55	خلاصة
الصفحة	الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج
57	5-1-عرض وتحليل النتائج
57	5-1-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
57	5-1-1-1-عرض نتائج الفرضية الأولى

58	5-1-1-2- تحليل نتائج الفرضية الأولى
58	5-1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
58	5-1-2-1- عرض نتائج الفرضية الثانية
58	5-1-2-2- تحليل نتائج الفرضية الثانية
59	5-1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
48	5-1-3-1- عرض نتائج الفرضية الثالثة
59	5-1-3-2- تحليل نتائج الفرضية الثالثة
59	5-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات
59	5-2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى
60	5-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية
60	5-2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة
الصفحة	الفصل السادس: الاستنتاجات والاقتراحات
62	6-1- الاستنتاج العام
63	6-2- القترحات والفرضيات المستقبلية
63	6-2-1- الاقتراحات
63	6-2-2- الفرضيات المستقبلية
65	قائمة المصادر والمراجع
70	قائمة الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	رقم الجدول	عنوان الجدول
50	1	يمثل عينة اللاعبين لفرق بلدية المسيلة لكرة القدم
54	2	يمثل درجة تقييم اللاعبين في الاختبار
57	3	يمثل التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي للاعب الضبط الداخلي والخارجي
58	4	يمثل حساب معامل الارتباط بيرسون بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري
59	5	يمثل حساب معامل الارتباط بيرسون بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري

## قائمة الأشكال

الصفحة	رقم الشكل	عنوان الشكل
34	1	يمثل طرق التحكم والجري بالكرة
35	2	يمثل أنواع السيطرة على الكرة
53	3	يوضح الشكل النموذجي اختبار أكر موف بالكرة وطريقة أدائه
57	4	يمثل دائرة نسبية توضح النسبة المئوية لمصدر لضبط الداخلي والخارجي

## الملخص باللغة العربية:

مصدر الضبط وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية على فرق بلدية المسيلة لكرة القدم (صنف أكابر)

جاءت الدراسة بعنوان مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم، وقد هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين مصدر الضبط بفئتيه مع الأداء المهاري للاعبي كرة القدم أكبر من 18 سنة وذلك بتطبيق مقياس الضبط لروتر من اجل معرفة مصدر الضبط الذي يتمتع به كل لاعب بالإضافة الى اختبار أكر موف لقياس تقنية السيطرة والجري بالكرة والتي اختيرت من قبل المدربين على انها تحدد الفروق الفردية في الأداء المهاري بشكل واضح وقد طبق هذا المقياس والاختبار على 29 لاعب من فرق بلدية مسيلة لكرة القدم، وقد استخدم المنهج الوصفي باعتباره مناسباً للدراسة وقد توصل الباحث الى أن لاعبي كرة القدم يتمتعون بمصدر ضبط خارجي بالإضافة الى حقيقة وجود علاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وعدم تحقق هذه العلاقة بين الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

## الملخص باللغة الإنجليزية:

### **The source of the control and its relationship to the skillful performance of soccer players**

#### **A field study on Msila municipality football teams (senior class)**

The study was titled The Source of Control (Control) and its Relationship with the Skill Performance of Soccer Players The study aimed to know the relationship between the sources of the two categories with the skill performance of football players over 18 years old. By applying a scale adjustment for a rotator in order to know the source of control That each Player enjoys, in addition to the ACR Move test to measure the Ball control and running technique, which was chosen by coaches as clearly identifying individual differences in skill performance. This standard and test were applied to 29 players from teams M'sila municipality for football. The descriptive approach was used as an appropriate study. The researcher concluded that football players enjoy an external source of control in addition to the fact that There Is a relationship between the source of internal control and the skillful performance of football players and the lack of vérification of This relationship between external control and skill performance of players Football.

## مقدمة:

لا شك أن التسارع الحاصل في جميع الميادين والأصعدة لاسيما منها التغيير الاقتصادي والاجتماعي وكذا الرياضي قد ساهم بشكلين مختلفين احدهما سلبي تمثل في زيادة تعقيد أساليب الحياة المختلفة وبطريقة أو بأخرى وصل هذا التأثير الى التدريب الرياضي مما شكل عبئا إضافيا على الفرد الرياضي وهذا في خضم التنافس والسعي من أجل مواكبة ومجاهة هذا التطور الحاصل في مستوى التدريب الرياضي، وبالنظر الى ايجابياته فقد خلق مجالا شاسعا للبحث في جميع العلوم المختلفة للوصول الى كل ما يساعد الرياضي على تحقيق الأفضل ومن بين هذه العلوم علم النفس والذي يعتبر من العلوم التي انفردت بإقبال الباحثين عليها اقبالا شديدا حتى أصبحت المعرفة النفسية أساسا جوهريا لحل العديد من المشكلات المتعلقة بمستوى الإنجاز ، ومن بين الموضوعات الجديدة في علم النفس التي أثارت الفضول العلمي هو مصدر الضبط أو ما يعرف بمركز التحكم والذي تم ربطه بالعديد من المتغيرات المختلفة بما في ذلك كرة القدم وما تحتويه من جوانب اعداد.

وتعتبر كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم ونظرا للحماس التي تجلبه للفرد الرياضي بداية بالمدرّب ووصولاً للمشجع فقد خلق هذا الحماس تنافسا يشد بين الفرق والمنتخبات في أكبر المحافل الدولية ككأس العالم والبطولات القارية والوطنية اذ أصبح مفهوم الفائز لا يقتصر على الجانب المادي بل على المكسب العلمي، أو بالأحرى على كل ما ساهم في الاعداد والتحضير للفوز بهذه البطولات.

ومن المعروف أن لعبة كرة القدم كغيرها من الرياضات تعتمد على جوانب اعداد أساسية (الجانب البدني، الجانب المهاري، الجانب النفسي، الجانب الذهني) وبالأخذ بعين الاعتبار أن المهارة هي جوهر كرة القدم كما أن 80 % من الانتقاء يعتمد على الأداء المهاري واتقان ما تحتويه الرياضة من مهارات أساسية (ضرب الكرة بالقدم، الجري والتحكم بالكرة، السيطرة على الكرة، ضرب الكرة بالرأس .... الخ) ومما زاد الأمر تشويقا هو أي من المهارات السابقة الذكر الذي يحدد تفوق لاعب على لاعب آخر مهاريا و يربطه مع ما ذكر سابقا عن الجانب النفسي فهذا هو السبيل الذي سلكناه في اختيار هذا الموضوع والذي يتمثل في ربط مصدر الضبط بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

ومفهوم وجهة الضبط مفهوم حديث في العلوم النفسية، فقد ظهر هذا المصطلح مع أعمال جوليان روتر (Julian Rotter) في التعلم الاجتماعي، حيث احتل مكانة جد هامة في دراسات الشخصية منذ ذلك الحين وينظر علماء النفس المهتمون بنظرية التعلم الاجتماعي إلى مصدر الضبط بوصفه متغيرا أساسيا، يشير الى كيفية إدراك الفرد للعوامل التي تتحكم بالأحداث والمواقف التي يختبرها والشروط التي تضبط أحداث البيئة من حوله وتوجهها. (بوالليف أمال ،2010، ص20)

وقد ارتأينا أن يكون تقسيم فصول الدراسة على النحو التالي، لما نراه يخدم مسارها المنهجي فقد استهل بداية بالجانب التمهيدي والذي تمثل أساسا في التطرق الإشكالية المطروحة للدراسة وكذا الفرضيات المقترحة إلى جانب أهمية الدراسة وأهدافها وأخيرا توضيح بعض المصطلحات والمفاهيم الواردة في هذه الدراسة واعطائها التعاريف الإجرائية تفاديا لأي لبس، ثم انتقلنا إلى الجانب النظري والذي تناولنا فيه ثلاث فصول الأول فقد خصصناه لكل ما له صلة بمصدر الضبط بدءا بمفهوم مصدر الضبط وكذا مختلف النظريات المفسرة مروراً بفئات مصدر الضبط وصولاً إلى خصائص وسمات الأفراد في فئتي مصدر الضبط، ثم انتقلنا إلى الفصل الثاني والذي خصصناه للأداء المهاري ومفهوم الأداء ومفهوم المهارة ثم تصنيف المهارات في الألعاب الرياضية، أما الفصل الثالث فقد تناولنا فيه رياضة كرة القدم حيث تطرقنا إلى تعريف كرة القدم الحديثة ومختلف متطلباتها والمهارات الأساسية لهذه الرياضة ، بعدها انتقلنا إلى الجانب التطبيقي الذي تناولنا فيه فصلان: الفصل الرابع، تطرقنا فيه إلى توضيح الطريقة المنهجية المقترحة للدراسة كالمنهج المستخدم في الدراسة وكذا التعريف بمجتمع الدراسة وكيفية اختيار العينة إلى جانب توضيح ووصف الأداة المستعملة في الدراسة قصد جمع المعلومات للحصول على نتائج الدراسة الحالية أما الفصل الخامس فقد خصصناه لعرض وتحليل النتائج وأخيرا قمنا بعرض خلاصة عامة للدراسة والتي أر فقناها ببعض التوصيات التي رأيناها كإقتراحات وحلول لما توصلنا إليه من نتائج، ثم خاتمة البحث وكذا المراجع والملاحق.

# الجانِب المنهجي

# الفصل الأول

## الإطار العام للدراسة

## 1- الإطار العام للدراسة:

### 1-1- إشكالية الدراسة:

نظرا لما تحظى به التربية الرياضية من أهمية في الوقت الحالي، لم تبق حبيسة مجال الترفيه فقط بل تحولت إلى علم من العلوم، أنشأت له معاهد خاصة متخصصة في تكوين المدربين والإطارات الرياضية ومن الأمور المعمول بها حاليا في ميدان كرة القدم هو القيام بدراسات حديثة من أجل البحث عن أفضل السبل لتطوير الأداء المهاري لدى اللاعبين. ومن خلال احتكاكنا بالميدان الرياضي وملاحظتنا تأدية اللاعبين للمهارات الحركية بصعوبة، هذا ما أيقن فينا روح البحث فوجدنا أن هناك عوامل عديدة ومختلفة مؤثرة على الأداء المهاري فالأداء هو من أهم الأسس الفيزيولوجية لأداء الحركة، والرياضي الماهر هو الذي يتحكم في أداء حركاته بإتقان ودون عناء، وأهم هذه العوامل التي تؤثر على الأداء المهاري هي العوامل النفسية التي لها تأثير كبير على الرياضيين، فنحن من خلال دراساتنا هذه نحاول دراسة جانب من هذه العوامل النفسية.

ونشير في هذه الحالة الى اللاعبين الذين تواجههم مشكلات عديدة واضطرابات نفسية، مما يترتب عليها توتر يؤدي إلى حدوث أزمات نفسية تؤثر على أدائهم مستقبلا في مجالهم الرياضي، وتحد من نمو وتطور مواهبهم، وأهم هذه المشكلات ما يواجهها الرياضيون من جهة المصادر التي تتحكم في أدائهم الرياضي على وجه عام ومصادر التحكم بفرعيه الداخلي والخارجي على وجه خاص.

وفي هذا السياق يعرف ليفكورت (Lecourt)(1976) مصدر الضبط فيقول: ان مصدر الضبط يعتبر بعدا من أبعاد الشخصية حيث يؤثر في العديد من أنواع السلوك وان اعتقاد الفرد بأنه يستطيع التحكم في اموره الخاصة والعامه يسمح له ذلك باستمرار على قيد الحياة دون قهر ويتمتع بحياته ومن ثم يمكنه التوافق مع البيئة التي يعيش فيها. (طلعت حسن عبد الرحيم 1859 ص 129)

بالإضافة الى ما جاء في دراسة (جن)(jen) التي هدفت الى معرفة تأثير مصدر الضبط على ردود الأفعال النفسية للتغيير؛ وذلك بفحص العلاقة بين مصدر الضبط، ومكونات الالتزام الوظيفي بالتغيير، حيث بلغت عينة الدراسة (215) فردا من الموظفين الفنيين وقد دلت النتائج على الالتزام بالتغيير لذوي الضبط الداخلي أكثر من ذوي الضبط الخارجي. (محمد سليمان بني خالد، 2009، ص. 495)

كما انبثقت مشكلة الدراسة من حقيقة ارتباط وتأثير مصدر الضبط بالعديد من المتغيرات النفسية، والتربوية، والديمقراطية: كالتحصيل المدرسي، والأكاديمي، والقلق، ومفهوم الذات والجنس وهذا ما جاءت به العديد من الدراسات السابقة كدراسة بوالليف أمال سنة (2010) حول علاقة مصدر الضبط بالتفوق الدراسي ودراسة أمل الأحمد سنة (2001) حول مركز الضبط وعلاقته بمتغير الجنس والتخصص العلمي.

أما فيما يخص المعنى والدلالة على الشيء فالتحكم الداخلي يشير الى امتلاك الرياضي القدرة على التحكم في مهاراته الذاتية وابدائها في الوقت والمكان المناسبين بانسيابية وثقة كاملة في أدائها أما بالنسبة للمصدر الخارجي فهو ما يتعلق بعدة عناصر نذكر منها توجيهات تكون على عاتق المدرب أو الزملاء أو عامل الحظ والصدفة والقدر .

وإزاء هذه المشكلة التي يتعرض لها اللاعبين فإنه ينبغي عدم إغفال أو غض النظر عنها لذا كان من الواجب دراسة هذه الظاهرة وتحديد أهم تفاصيلها ليتسنى لنا العمل على الجانب الإيجابي منها وبالتالي الوصول باللعبين إلى التكيف الإيجابي معها، ومن أجل فهم أكثر لظاهرة مصدر الضبط نقوم في دراستنا هذه ببحث علاقته بالأداء المهاري وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- ما هو البعد الذي يتمتع به لاعبو كرة القدم؟
- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟

### 1-2- فرضيات الدراسة:

- يتمتع لاعبو كرة القدم بمصدر ضبط خارجي
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

### 1-3- أهمية الدراسة:

- تستمد هذه الدراسة أهميتها وذلك من خلال إلقاء الضوء على علاقة مصادر الضبط بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم بالإضافة الى أهمية إعادة برمجة الشخصية للتعامل مع عوامل النجاح بفاعلية وكفاءة؛ مما يقلل قدر الإمكان من عوامل الفشل لدى اللاعبين. وقد ارتبط مفهوم مصدر الضبط بمعظم المتغيرات النفسية الاجتماعية والتربوية لدى اللاعبين.
- الاهتمام بأداء المهارات لدى لاعبي كرة القدم بغية تطويرها وبالتالي المساهمة في تطوير الرياضة الوطنية.
- الاهتمام بمصادر الضبط الداخلي والخارجي بالنسبة للاعبي كرة القدم في ابراز مواهبهم وادائهم المهاري.

#### 1-4- أهداف الدراسة:

- معرفة البعد المهيمن لدى لاعبي كرة القدم.
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

#### 1-5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

##### 1-5-1- مصادر الضبط (التحكم)

##### 1-5-1-1- التعريف اللغوي:

يعرف الضبط لغة على أنه النشاط المسؤول عن تخطيط التغييرات لاستخدام الموارد بالشكل الأمثل. والضبب يمثل جزءا من إدارة الأداء والذي يشتمل أيضا على مراقبة الأداء وتنفيذ التغييرات الضرورية.

(بعلي إبراهيم، 2016، ص 39)

##### 1-5-1-2- التعريف الاصطلاحي:

لقد واجه علماء النفس صعوبة في إيجاد وتحديد مفهوم لمصدر الضبط أو مركز التحكم وعليه فان الأساس الذي بنيت عليه البحوث حول مصدر الضبط يرجع الى التعريف الذي وضعه جوليان روتر (Julian Rotter) 1966. والذي يعد التعريف الأكثر شيوعا وشمولا حتى الان وبنيت عليه جميع التعريفات الأخرى

يعرفه جوليان روتر (Julian Rotter) (1966) على أنه الدرجة التي من خلالها يدرك الفرد أن المكافأة أو التدعيم مضبوطة أو متحكم فيها إما بأفعاله (سلوكياته) وخصائصه الشخصية أو بقوى خارجية، أو قد تكون مستقلة عن سلوكه، بعبارة أخرى فإن مصدر الضبط هو مدى إدراك الفرد للعلاقة السببية بين سلوكه وبين ما يتبع هذا السلوك من مكافأة وتدعيم. (rotter.1966.p02)

-تعريف تيفويد (teford)(1981) حيث يرى أن الناس ينسبون نجاحهم الشخصي الى القدرة والجهد وعوامل داخلية بينما يلقون بفشلهم على الحظ السيئ أو الظروف الخارجية التي لا يتحكمون فيها. في حين يميلون الى عزو وفشل الاخرين الى تصرفاتهم المتأصلة فيهم (عوامل داخلية) ويعززون نجاح الاخرين الى الحظ والصدفة أو ظروف خارجية ملائمة. (بعلي إبراهيم، 2016، ص 39)

### 1-5-1-3-التعريف الاجرائي:

مصدر الضبط: هو اعتقاد اللاعب بأن ما يمر به من مواقف له علاقة اما بمثيرات خارجية أو بالذات الشخصية وهو درجة لاعبي كرة القدم على مقياس مصدر الضبط الداخلي-الخارجي لروتر وهو نوعان:

أ-الضبط الداخلي: هو حصول لاعب كرة القدم على درجات منخفضة على مقياس مصدر الضبط الداخلي-الخارجي لروتر أي ما بين (0-6 درجات)

ب-الضبط الخارجي: هو حصول لاعب كرة القدم على درجات مرتفعة على مقياس مصدر الضبط الداخلي-الخارجي لروتر أي ما بين (10-23 درجة)

### 1-5-2-الأداء المهاري:

### 1-5-2-1-التعريف اللغوي:

الأداء: هو مقياس لما تم إنجازه أو تقديمه بواسطة نظام، أو شخص، أو فريق، أو عملية، أو خدمة

المهاري: المهارة (اسم) مصدرها: مهر، وهي القدرة على أداء عمل بحذق وبراعة. مهارة يدوي.  
(بعلي إبراهيم.2016.ص40)

### 1-5-2-2-التعريف الاصطلاحي:

الأداء المهاري نظام خاص للحركات التي تؤدي في نفس الوقت والحركات التي تؤدي بالتوالي. ويقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية والخارجية والمؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها الكامل بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية. وهو أيضا دلالة مستوى اللاعبين ومدى اتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة. (وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد، 2001، ص. 374)

### 1-5-2-3-التعريف الاجرائي:

هو قدرة لاعبي كرة القدم في الحصول على نتيجة جيدة في اختبار الجري بالكرة والمراوغة والقدرة على تأدية هذه المهارات بانسيابية ومرونة تامة. والتي تتطلبها اللعبة بالإضافة الى ان الجري بالكرة يمثل محور أساسي لجميع لاعبي كرة القدم حسب كل مراكزهم غيرها.

### 1-5-3- كرة القدم:

#### 1-5-3-1- التعريف اللغوي:

هي عبارة عن لعبة جماعية تلعب بواسطة كرة مدورة مصنوعة من عدة مواد خاصة ولا ابعاد محددة. وتمارس في فضاء اللعب وفق قوانين خاصة.

#### 1-5-3-2- التعريف الاصطلاحي:

هي لعبة تتم بين فريقين، يتألف كل منهما من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة، وفي نهاية كل طرف من طرف الملعب مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى خصمه عبر حارس مرمى بغية تسجيل هدف والتفوق على الفريق المنافس. يتم تحريك الكرة بالأقدام والرأس، وخلال اللعب لا يسمح إلا لحارس المرمى أن يمسك الكرة بيديه داخل منطقة تعرف باسم منطقة الجزاء.

(الموسوعة المنهجية الحديثة (الرياضة)، 2002، ص 116).

#### 1-5-3-3- التعريف الاجرائي:

هي اللعبة أو الرياضة التخصصية التي نحن بصدد اجراء بحثنا على متطلباتها المهارية. تمارس في المقابلات الوطنية والدولية ومختلف المنافسات المحلية والخارجية.

## 1-6- الدراسات السابقة:

ان القيام بأي دراسة يتطلب من الباحث الحصول على كافة المعلومات والنظريات المرتبطة بهذه الدراسة بالإضافة الى المامه الشامل بكفة الدراسات السابقة والمثابه لدرسته حيث يتسنى للباحث الحصول على هذه الدراسات من خلال البحث عنها في جامعات وطنية أو دولية عن طريق مواقع تتيح للطلاب الباحث التعرف على هذه الدراسات وبخصوص موضوع دراستنا قد تسنى لنا ما يلي:

### الدراسة الأولى:

دراسة بعلي محمد. مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر تخصص تدريب رياضي 2015

### عنوان الدراسة:

مصدر الضبط وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة الطائرة. دراسة ميدانية لفرق بن سرور (15-18) سنة

وقد كان الهدف من هذه الدراسة هو معرفة البعد المهيمن لدى لاعبي الكرة الطائرة بالإضافة الى معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الداخلي والخارجي بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي الكرة الطائرة وهذا باتباع المنهج الوصفي وقد شملت عينة الدراسة (36) لاعبا من فرق بلدية بن سرور تم اختيارهم عشوائيا وقد استخدم الباحث الطالب الاستبيان الذي تمثل في مقياس الضبط لروتر وقد توصل الى ما يلي:

- مصدر الضبط الخارجي هو البعد المهيمن لاعبي الكرة الطائرة
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

أما بالنسبة للاقتراحات والتوصيات التي جاء بها كانت كالآتي:

- اقتراح برنامج تعليمي تكميلي لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى الرياضيين في مختلف الرياضات
- اعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية وتطوير الأداء المهاري في مختلف الرياضات
- عقد ملتقيات وطنية ودولية لتحسيس بأهمية الأداء المهاري الرياضي وكيفية تطويره
- إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على ان يأخذ منحى اخر يقوم على صياغة برامج تنموية للضبط الداخلي

- عقد دورات تكوينية لتوعية المعنيين للاهتمام بتطوير الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي الكرة الطائرة  
الدراسة الثانية:

دراسة: قارة سعيد. اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس تخصص علم النفس العيادي. 2015

عنوان الدراسة: مصدر الضبط الصحي وعلاقته بكل من فعالية الذات وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي.

وقد هدفت الدراسة الى الكشف عن البعد السائد من ابعاد مصدر الضبط الصحي لدى العينة المتتولة بالدراسة وقد اتبع الباحث في ذلك المنهج الوصفي وتم اختيار العينة من بعض العيادات الخاصة والمتخصصة في الامراض الداخلية وأمراض القلب والشرابين بالمسيلة وقد كان عددهم (123) وعدد الذكور (55) وعدد الاناث (55) يتراوح أعمارهم ما بين (20-79) سنة كما هدفت الى دراسة العلاقات بين المتغيرات المتتولة بالدراسة. أي هل توجد علاقة بين:

- مصدر الضبط الصحي الداخلي وفاعلية الذات لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وفاعلية الذات لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- مصدر الضبط الصحي للحظ وفاعلية الذات لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- مصدر الضبط الصحي وتقبل العلاج لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وتقبل العلاج لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- مصدر الضبط الصحي للحظ وتقبل العلاج لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- فاعلية الذات وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي

وهذه هي أهم النتائج التي توصل إليها:

- بعد ذوي النفوذ هو البعد السائد لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - وجود علاقة بين مصدر الضبط الصحي الداخلي وفاعلية الذات لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - عدم وجود علاقة بين مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وفاعلية الذات لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - وجود علاقة بين مصدر الضبط الصحي للحظ وفاعلية الذات لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - عدم وجود علاقة بين مصدر الضبط الصحي الداخلي وتقبل العلاج لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - عدم وجود علاقة بين مصدر الضبط الصحي لذوي النفوذ وتقبل العلاج لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - عدم وجود علاقة بين مصدر الضبط الصحي للحظ وتقبل العلاج لدى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
  - توجد علاقة بين فاعلية الذات وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي
- الدراسة الثالثة:

دراسة: بوالليف أمال، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي. 2009.

عنوان الدراسة:

مركز الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسي الجامعي

هدفت هذه الدراسة الى معرفة مدى الدلالة الإحصائية للعلاقة بين مركز الضبط خلال المقارنة بين عينتين مختلفتين (طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة العلوم الطبية) والتفوق الدراسي الجامعي وقد اتبعت الباحثة في ذلك المنهج الوصفي وأجرت البحث على عينة تتكون من (180) طالب و (70) طالبة من العلوم الاجتماعية و (110) من العلوم الطبية وتم اختيارها عشوائيا وقد استخدمت في ذلك الاستبيان الذي وضعه روتر لتحديد مصدر الضبط وأهم النتائج التي توصلت إليها كالاتي:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مركز الضبط والتفوق الدراسي الجامعي
  - يختلف مركز الضبط اختلافاً دالاً حسب اختلاف التخصص الجامعي (بين طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة العلوم الطبية. حيث ان طلبة العلوم الطبية يميلون أكثر الى الضبط الداخلي)
  - لا توجد علاقة بين مركز الضبط وبعض الخصائص المتعلقة بالفرد (الجنس. المستوى الثقافي للوالدين. مكان الإقامة)
- وقد وضعت العديد من الاقتراحات والتوصيات نذكر منها:

تقترح الباحثة إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على أن يأخذ منحى اخر يقوم على صياغة برامج تنمية الضبط الداخلي ليكون الموضوع كالتالي:

**اقتراح برنامج تعليمي تكميلي. لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى تلاميذ الطور الابتدائي**

النتائج التي توصلت اليها الباحثة حسب رأينا منطقية أيضاً. وهذا لاعتبار مركز الضبط ومن خلال العديد من القراءات النظرية يرتبط في العديد من المرات بذات الفرد وطريقة تفكيره وكيفية فهمه للأشياء ماهي وما أسبابها.

**الدراسة الرابعة:**

**دراسة صعيد بن علي بايزيد. دراسة مكملة لمتطلبات الحصول على درجة الماجيستر تخصص الارشاد النفسي 1999**

**عنوان الدراسة:**

وجهة الضبط الداخلي-الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا بالمرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة

وقد هدفت الدراسة الى التعرف على مدى الفروق في وجهة الضبط الداخلي - الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا بالإضافة الى التعرف على مدى الفروق في وجهة الضبط الداخلي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا والتعرف على مدى الفروق في وجهة الضبط الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا وقد اعتمد الباحث في دراسته هذه على المنهج الوصفي وقد شملت العينة (280) طالب من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة بواقع 140 طالب متفوق مقابل 140 طالب متأخر دراسيا وقد استخدم الباحث مقياس وجهة الضبط لروتر. وقد توصل الى النتائج الاتية:

- عدم وجود اختلاف في وجهة الضبط الداخلي - الخارجي لدى المتفوقين والمتأخرين دراسيا
  - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتفوقين وبين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتأخرين في وجهة الضبط الداخلي
  - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتفوقين وبين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة المتأخرين في وجهة الضبط الخارجي
- وقد وضع في نهاية بحثه العديد من الاقتراحات والتوصيات منها:

- يجب على الجهات والمؤسسات التعليمية الاهتمام بهذا الجانب من متغيرات الشخصية لما له من أهمية في تحديد مسار السلوك والتنبؤ به
- يجب على المرشدين والمدرسين داخل المدرسة الاخذ بين الاعتبار أهمية قياس وجهة الضبط لدى التلاميذ ومحاولة التعرف على عوامل الغزو التي يتجه اليها التلاميذ
- يجب التأكيد على أهمية تكوين وجهة الضبط الداخلية ومدى تأثيرها على التحصيل الدراسي
- العمل على زيادة كفاءة الواجهة الداخلية عبر مراحل النمو المختلفة

### 1-7- مميزات الدراسة الحالية:

لبحثنا هذا العديد من المميزات التي تميزه عن البحوث السابقة التي تحتوي على أحد مصطلحات الدراسة نذكرها في:

- 1- الدراسة الأولى في القطر الوطني وفي معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة والتي تم فيها ربط مركز الضبط بالأداء المهاري لكرة القدم
- 2- تسعى الدراسة الى توضيح ظاهرة أو موضوع جديد يتعلق بأحد محددات الشخصية وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم
- 3- أجريت الدراسة الحالية على مجموعة من اللاعبين أكبر من (18) سنة أي محاولة فصل بعض التغيرات التي تحدث في سن المراهقة
- 4- الاستناد على رأي المدربين وأهل الاختصاص في هذا المجال لتحديد المهارة الأساسية في كرة القدم والتي يمكن أن توضح بدرجة عالية الفروق الفردية بين اللاعبين في الأداء المهاري وطريقة قياس هذه المهارة.

# الجانب النظري

# الفصل الثاني

## مصدر الضبط (التحكم)

## تمهيد:

ان مصدر الضبط من العوامل النفسية التي لها تأثير كبير على السلوكيات الشخصية للفرد الرياضي اثناء التدريب والمنافسة. فالأفراد يختلفون فيما بينهم في ردود الأفعال والقرارات المتخذة في مواقف اللعب. كما يظهر هذا الاختلاف أيضا في مستوى الأداء المهاري بصفة عامة ونظرا لهذا الاختلاف قد تم تقسيم مصدر الضبط الى قسمين مصدر الضبط الخارجي ومصدر الضبط الداخلي وانطلاقا من هذا قد حددت فئتين للأفراد طبقا لمصدر الضبط الخاص بكل فئة كما ان لكل فئة خصائص وسمات تميزها عن الفئة الأخرى.

## 2-1- مصدر الضبط (التحكم) :

يعتبر مفهوم مصدر الضبط من المفاهيم الحديثة نسبيا والتي احتلت مكانة هامة في دراسة الشخصية والدراسات السيكولوجية وينظر له العديد من العلماء على أنه أحد المتغيرات الأساسية من متغيرات الشخصية. (أمل الأحمد، 2001، ص. 209)

وقد اهتم الباحثون بدراسة هذا المفهوم وذلك بوصفه متغيرا هاما لتفسير السلوك الإنساني في مختلف المواقف الحياتية الهامة والتنبؤ به، ويتضح ذلك من خلال البحوث والدراسات التي استخدمت هذا المفهوم على نطاق واسع وفي مجالات مختلفة. (كليفورد وكيليري، 1990، ص. 01)

وقد استخدم في هذا البحث مصطلح مصدر الضبط نظرا لاعتباره أحد المتغيرات الأساسية التي تحكم شخصية الفرد وهو نفس الاختيار الذي أخذ به بعض الباحثين أمثال: أيمن غريب. قطب ناصر (1994)، نصر يوسف مقابل (1996) أمل الأحمد (2000) ويعود الفضل الأول في نشأة وإبراز مفهوم مركز الضبط الى جوليان روتر Rotier Julian، حيث تحدث عنه بشكل نظري متكامل من خلال صياغته لنظرية التعلم الاجتماعي. (محمد السيد عبد الرحمن ومعتز سيد عبد الله. 1997. ص 18)

## 2-1-1- تعريف مصدر الضبط:

يعرف موريس 1982 مصدر الضبط كالآتي: ان مصدر الضبط يعتمد كيفية تأثير التدعيمات في السلوك. (طلعت حسن عبد الرحيم. 1895. ص 130)

يعرف Rotter (1966) مصدر الضبط في نظريته التعلم الاجتماعي على أنه: التعزيزات التي تمثل العلامات الأساسية لمواقف الفرد على المدى الطويل.

(Ozen Kutani Mesci.et ovdur.2011.p114)

وحسب Erdogan (2003) فإن هذا المفهوم يشمل فكرة بأن الأفراد خلال حياتهم يحلون الأحداث والمواقف، ويعتقدون أنها ناتجة عن سلوكياتهم، أو عن الحظ والقدر، أو عن قوى خارجية.

(Ozen et al.2011. p 114.)

من خلال التعريفات السابقة نجد أن مركز الضبط يعبر عن العلامات والمثيرات التي يعتقد الفرد أنها تتحكم في سلوكياته وفعاله.

وحسب (strauser.2002) فإن مصدر الضبط يشير إلى معتقدات الأفراد في قدراتهم على ضبط أو مراقبة أحداث الحياة.

كما نظر اليه العديد من الباحثين الاخرين على أنه:

المفهوم الذي يصف الأسلوب الذي من خلاله يدرك الفرد العلاقة بين أفعاله وسلوكياته ونتائج أفعاله (سلوكياته) . ( Jafari Et Shahidi.2009 . p46 )

يعطي هذا التعريف معنى لمصدر الضبط على انه المتسبب الذي من خلاله يفسر الفرد أفعاله وسلوكياته في المواقف المختلفة.

أما رشاد عبد العزيز موسى(1993) يرى بأن بعض الأفراد يعزون النجاح في مواقف الحياة المختلفة إلى ذواهم والبعض الآخر الى قوى خارجية عند نطاق ذواهم.

(رشاد على عبد العزيز موسى، 1993، ص. 319)

وهو بهذا التعريف يتفق مع ما جاءت به سناء محمد سليمان1998 حيث ترى مصدر الضبط بأنه إدراك الفرد للعلاقة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج. (سناء محمد سليمان، 1988، ص 63)

- انطلاقاً من التعريفين السابقين نجد أنهما يعطيان وصفا لمصدر الضبط على أنه إدراك الفرد للعلاقة السببية بين سلوكه وما يترتب عليه من نتائج وهذا ما تذهب اليه نظرية الاسناد.

من خلال التعاريف السابقة لمصدر الضبط نستنتج أنه لا يوجد اختلاف في مفهوم مصدر الضبط، إذ أن كل التعاريف تتفق على أن مصدر الضبط هو درجة إعتقاد الفرد بأن سلوكياته هي إما نتاج أفعاله الخاصة (مصدر ضبط داخلي). أو هي نتاج تداخل عوامل أخرى خارجة عن سيطرته الحظ، القدر، (مصدر ضبط خارجي).

## 2-1-2- مصدر الضبط الداخلي / مصدر الضبط الخارجي:

انطلاقاً مما سبق ومن خلال المفاهيم السابقة والتي تحدد بعدين لمصدر الضبط يعرف أبو ناهية مصدر الضبط الداخلي ومصدر الضبط الخارجي كالآتي:

**مصدر الضبط الداخلي:** أن يدرك الفرد أن الأحداث تتوقف على سلوكه وخصائصه الشخصية الدائمة.

**مصدر الضبط الخارجي:** أن يدرك الفرد أن الأحداث لا تتوقف كلية على تصرفاته وسلوكه الشخصي، وإنما هي نتيجة للحظ أو القدر، أو الآخرين الأقوياء. (أبو ناهية، 1989، ص 61)

وفي هذا المفهوم إذ تم ربط هذين البعدين بالأفراد يتضح لنا أن هؤلاء الأفراد ينقسمون إلى فئتين فئة الضبط الداخلي وفئة الضبط الخارجي.

وفي هذا السياق يرى ماك كونييل (1977) أن مصدر الضبط ينقسم إلى فئتين: فئة التحكم الداخلي، فئة التحكم الخارجي. (كيلفورد وكلييري، 1990، ص 04)

## 2-1-3- فئتي مصدر الضبط:

عرف أبو ناهية مصدر الضبط الداخلي ومصدر الضبط الخارجي واتضح من خلال تعريفاته لهذين البعدين أن الأفراد ذوي الضبط الداخلي يعتبرون أن الأحداث والمواقف ومختلف النتائج ناجمة عن أفعاله وسلوكياتهم أما الأفراد ذوي البعد الخارجي فيعتقدون أن للحظ والقدر والأشخاص الآخرين دور في تحديد تصرفاتهم في مختلف المواقف دائماً.

بداية من هذا المنطلق الذي يوحي بوجود فئتين من الأفراد لمصدر الضبط كالآتي:

**2-1-3-1- فئة الضبط الداخلي:** يعرف فتحي مصطفى الزيات (1990) أن فئة الضبط الداخلي هم الأفراد الذين يتكون لديهم اعتقاد بأن مصادر النجاح أو الفشل تكمن داخل ذواتهم وهذا نتيجة لما تلقوه من تكوين الثقة بالنفس في مواجهة المواقف المختلفة والقدرة على تحمل المسؤولية.

وهذا ما أشار إليه "معتز سيد عبد الله" إلى أن فئة الضبط الداخلي هم الأفراد الذين يعتقدون انهم مسؤولون عما يحدث لهم. (بعلي إبراهيم، 2016، ص 06)

من هذا المنطلق نجد أن الفرد ذو الضبط الداخلي يربط ما يحدث معه من مواقف سواء كانت هذه المواقف إيجابية أم سلبية جيدة أم سيئة بأفعاله وسلوكياته فإذا نجح في اختبار ما يعود بالفضل إلى مجهوداته واعداده لهذا الاختبار وإذا لم يوفق في الاختبار فإنه يربط فشله بعدم اعداده لهذا الاختبار.

**2-1-3-2- فئة الضبط الخارجي:** يرى كل من (سفيكس وهربو 1967/1989) في تعريفهما بأن فئة الخارجيين في التحكم يعتقدون أن الأحداث التي يعيشونها ليست نتيجة سلوكياتهم وخصوصياتهم الذاتية بل نتيجة للصدفة والقدر والحظ واخرين أقوى منهم وتتعدى تحكمهم.

وهذا ما جاء به M-LATHROP (1998) أن الفرد ذو التحكم الخارجي يعتقد أن الحظ أو القدر أو أشياء أخرى هي المسؤولة عن نتائجه وأفعاله. (بعلي إبراهيم، 2016، ص 06)

ان هذه التعاريف تعطي معنا الى أن الأفراد ذوي الضبط الخارجي يعطون أهمية كبيرة للحظ والقدر والأشخاص الأقوى منهم اذ يربط الفرد ما يؤديه من أفعال وتصرفات في مواقف مختلفة الى الحظ والقدر وأشخاص اخرين.

#### **2-1-4- الصفات والسمات المميزة لأفراد مصدر الضبط الداخلي والخارجي:**

من خلال ما ذكر سابقا من تعاريف لفتني مصدر الضبط يتضح أن أفراد كل فئة يتميزون عن أفراد الفئة الأخرى من حيث الصفات والسمات المميزة لسلوكياتهم وأفعالهم في المواقف المختلفة وفي هذا السياق يرى كل من:

Gulveren-2008 أن الأفراد ذوي مصدر الضبط الداخلي يعتقدون بأن لهم دور كبير للسيطرة على الأحداث التي تسيطر على حياتهم، أكثر من ذلك فهم يقيمون أنفسهم على أنهم يمتلكون السيطرة على المواقف التي تواجههم لامتلاكهم الأنا الإيجابي عن أنفسهم، ويؤمنون بأنهم يستطيعون تسيير حياتهم كما يرغبون هم، إضافة إلى أنهم:

- حذرين ويقظين.
- مسيطرين.
- مركزين على النجاح.
- لديهم الثقة بأنفسهم.
- بارعين وأذكياء. (قارة سعيد. 2015. ص 20)

-ينظر وتر(1975) إلى الأفراد ذوي مصدر الضبط الخارجي بأنهم يربطون الأحداث التي تؤثر على حياتهم بالإدراكات مثل الحظ، القدر، المال، التي هي خارجة عن سيطرتهم إضافة إلى أنهم يؤمنون بأن الأحداث التي تؤثر على حياتهم لا يمكن التنبؤ بها أو التحكم فيها، ومن صفاتهم المميزة لهم أنهم:

- أقل حذرا.
- متأثرين بأعضاء الفريق.
- يتأثرون بسهولة بقوى خارجية.
- أقل ثقة بالنفس.
- أداؤهم غير مستقر. (قارة سعيد.2015.ص21)

وعليه فان أفراد فئة الضبط الخارجي يتميزون عن ذوي فئة الضبط الداخلي بصفات سلبية التي تحول دون تحقيق أهدافهم المنشودة ويعكس ذلك سلبا على تطور مجتمعهم في مختلف الميادين. يتضح مما سبق أن أفراد فئة الضبط الداخلي يتسمون بالفاعلية مقارنة بفئة الضبط الخارجي، ولكن هذا لا ينفي أن لكل من الفئتين مزايا ومساوئ، حيث ان ذوي الضبط الداخلي هم أقل تعاطفا وميلا في تقديم العون والمساعدة وخاصة في الأمور المالية للأخرين.

(محمد سيد عبد الرحمن ومعتز سيد عبد الله،1997 ص. 119)

من هذا المنطلق لا شك في وجود مؤشرات تدل على اختلاف فئتي الضبط في تصرفاتهم وسلوكياتهم واتجاه المواقف الحياتية المختلفة والتي حددها الباحثون واتفقوا على أنها تتلخص فيما يعرف بمؤشرات فئتي مصدر الضبط .

## 2-1-5- مؤشرات فنتي مصدر الضبط:

### 2-1-5-1 مؤشرات فئة الضبط الداخلي:

ان الفرد الذي يعتقد أن الحصول على التعزيز سواء كان سلبيا أم إيجابيا يرتبط بالقوى الداخلية فان مؤشرات هذا الاعتقاد كما أشار لها روتر كالآتي:

- الذكاء أو القدرات العقلية: يكون اعتقاد الفرد بأن له قدرات عقلية تؤهله للتحكم في الأحداث الناجحة أو الفاشلة.
- المهارة والكفاءة: فالفرد يعتقد أنه بإمكانه السيطرة على البيئة وضبط أحداثها بفضل مهاراته وكفاءته التي اكتسبها من الخبرات السابقة.
- الجهد: حيث يكون اعتقاد الفرد بأن ما يجري له من أحداث يرتبط ارتباطا كليا بالجهد الذي يبذله
- السمات الشخصية المميزة: يكون اعتقاد الفرد أنه يملك مجموعة من السمات التي تمكنه من التحكم في الأحداث مهما كانت طبيعتها. ومؤشرات فئة الضبط الداخلي تجعل الفرد يحتفظ باعتقاد مأيده أن مصادر النجاح أو الفشل تحركها قوى ذاتية داخلية ومن ثم يقبل على مواجهة المواقف الحياتية، ويكون ذلك دافعا قويا نحو الإنجاز في مجالات حياته لأنه يدرك أنه بإمكانه الهيمنة والسيطرة على الأحداث وباستطاعته تغيير مجرياتها بيده. (علاء الدين الكفافي، ص. 05)

### 2-1-5-2 مؤشرات فئة الضبط الخارجي:

ان الفرد الذي يعتقد أن ما يحدث معه مرتبط بقوى خارجية فمؤشرات هذه القوى المحتملة من وجهة نظر روتر كالآتي:

- الحظ أو الصدفة: حيث يعتقد الفرد أنه لا يمكن التنبؤ بالأحداث، كل من الأمور مرهونة بالحظ أو الصدفة.
- قوة الآخرين: فالفرد يعتقد أن الآخرين مثل الاباء. الأقارب. المعلم. الأصدقاء، المدير وغيرهم يملكون السيطرة على الأحداث ولا حول ولاقوه للتأثير عليهم.
- القدر: فالفرد يعتقد أنه لا جدوى من محاولة تغيير الأحداث لأنها مقدره سلفا. فهذه المؤثرات السابقة الخاصة بفئة الضبط الخارجي تجعل الفرد يعتقد أن مصادر النجاح والفشل تكمن خارج ذاته وهو بذلك يخضع في تسيير شؤونه لقوى خارجية لكونه لا يؤمن بأنه يملك القوة لتغيير الأشياء.

(Duane Schuliz et Syduncy Schul Tz. 1994. P409)

من هذا المنطلق وتبعاً لهذه المؤشرات فأفراد الفئتين يتميزون بخصائص تختلف من فئة لأخرى وهذا ما يتفق مع ما جاء في عدة دراسات كدراسة روتر وجول 1971 و ليفك ورت 1972 وصلاح أبو ناهية 1989 وغيرها والتي أثبتت وجود خصائص لأفراد كل فئة.

## 2-1-6- خصائص الأفراد في فئتي مركز الضبط:

ولقد لخص صلاح محمد أبو ناهية 1989 أهم الخصائص التي يتميز بها أفراد فئة الضبط الداخلي وهي كالآتي:

- البحث والاستكشاف للوصول إلى المعلومات، ثم استخدام هذه المعلومات بفاعلية للوصول إلى حل المشكلات التي تعترضهم في البيئة.
- القدرة على تأجيل الإشباع ومقاومة المحاولات المغرية للتأثير عليهم.
- المودة والصداقة في علاقتهم مع الآخرين.
- العمل والأداء المهني حيث أن لديهم معرفة شاملة بعالم العمل الذين يعملون فيه والبيئة المحيطة بهم.
- التحصيل والأداء الأكاديمي، حيث تبين ارتفاع مستوى تحصيلهم الدراسي وأساليبهم في حل المشكلات. كما أنهم أكثر تفتحاً ومرونة في التفكير وأكثر ابداعاً. وأكثر تحملاً للمسائل والمشكلات العامة
- الصحة النفسية والتوافق النفسي فهم أكثر احتراماً للذات وأكثر قناعة ورضا عن الحياة وأكثر اطمئناناً وهدوءاً وأكثر ثقة بالنفس وأكثر ثباتاً انفعالياً. وأقل قلقاً وأقل اكتئاباً وأقل إصابة بالأمراض النفسية
- أما بالنسبة لأفراد فئة الضبط الخارجي فيتصفون عموماً بالسلبية وقلة المشاركة والافتقار إلى الإحساس بوجود سيطرة داخلية على الأحداث ويفشلون في توقعاتهم لهذه الأحداث وبالتالي يتصرفون في الموقف بأسلوب غير ملائم. (صلاح الدين محمد أبو ناهية، 1987، ص. 185)

### خلاصة:

من خلال ما ذكرنا سابقاً نجد أن هناك اختلاف واضح في مصدر الضبط يبدأ من تعريفه ووصولاً إلى فئتيه وخصائص وسمات الفرد في الفئتين كما قد تضح لنا الدور الذي يعنى به هذا المفهوم والذي اعتبر متغيراً أساسياً في أداء الفرد وسلوكياته في مواقف الحياة المختلفة وصولاً إلى ظروف المنافسة والتدريب.

# الفصل الثالث

## الأداء المهاري في كرة القدم

# الأداء المهاري

## تمهيد:

شهدت كرة القدم تطورا كبيرا خلال السنوات الأخيرة، وتمثل هذا التطور في طرق اللعب الهجومية والدفاعية من جهة وكيفية التغلب على تلك الخطط سواء في الدفاع، أو الهجوم من جهة أخرى، ولا يكمن إجادة ذلك إلا إذا كان الفريق يتمتع بمواصفات بدنية ومهارية حيث تعطي اللاعب الإمكانات والقدرة على اللعب. وقد ازدادت اللعبة متعة بسبب تطور مستوى اللاعبين المهاري سواء كانت هذه المهارات منفصلة أو مركبة دفاعية أو هجومية وعليه أصبح الفريق الذي يملك أكبر عدد من اللاعبين الموهوبين يصنع الفارق ويطلب أكبر عدد من المتتبعين وسنحاول في هذا الفصل التطرق الى مفهوم الأداء المهاري وأنواعه بالإضافة الى مختلف أنواع المهارات الأساسية في كرة القدم، وكذا طرق أدائها، وأهم النواحي الفنية لأداء تلك المهارات، زيادة على أهمية الاعداد المهاري.

### 3-1-الأداء المهاري:

#### 3-1-1- مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مفهوم أو مصطلح الأداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنتج، لذا يذكر " تينكر (1989) أن الكثر من البحوث المنجزة في مدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة لذا فإن أغلب التعارف التي أعطيت للأداء لها علاقة أو ذات صلة بالإنتاج

(Barthelemy. M et B. Ourmelen. 1985. p38)

كما عرف "منصور" (1973) الأداء بأنه كفاءة العامل لعمله، ومسلكه فيه، أو مدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله، والتحمل للمسؤولية في فترة زمنية محددة تأسيسها على هذا المعنى، فإن كفاءة الفرد تتركز على أمرين اثنين هما:

- مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي واجباته ومسؤولياته
- يتمثل في صفات الفرد ومدى ارتباطها وتأثرها على مستوى الأداء.

(بلعيدي عادل، 2015، ص 18)

### 3-1-2-أنواع الأداء :

- **الأداء والمواجهة:** أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ واللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد.
- **الأداء الدائري:** طريقة هادفة لتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة.
- **الأداء في محطات:** أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة. (قاسم حسن حسين 1998، ص، ص 41-42)

### 3-1-3- مفهوم المهارة:

يعرف قاموس "د.ويستر" 1976 المهارة على أنها القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته واستعداده للإنجاز . كما يعرف "جثري" 1956 الماهرة على أنها قدرة تتكسب بالتعلم بحيث يفترض مسبقا الحصول على النتائج محددة نتيجة لهذا التعلم. (بلعيدي عادل، 2015، ص 19)

### 3-1-3-1-المهارات المغلقة:

ويضم هذا النوع من المهارات الحركية، المهارات التي تؤدي في بيئة مستقرة نسبيا حيث هذه البيئة تتطلب أنماطا حركية، على درجة عالية من الأداء وتتميز هذه المهارات بأن يكون اللاعب جيدا في هذه المهارة دون الحاجة إلى السرعة في اتخاذ القرارات، لأن البيئة من أي تغيرات متوقعة الحدوث مثل: الإرسال في التنس، الرماية. السباحة، رفع الأثقال وتمتاز هذه المهارة بما يلي :

- تسمح للفرد بالأداء عندما يكون مستعدا.
- في اغلب الأحيان تكون الأدوات في حالة ثابتة .
- لا يتطلب الأداء فيها خطأ أو استراتيجيات .
- يكون الجسم في حالة راحة قبل الأداء وربما أن متغيرات البيئة تكون معروفة مسبقا من طرف اللاعب.
- يكون مطلوبا من اللاعب الإسراع في اتخاذ القرارات. (بلعيدي عادل، 2015، ص 19)

### 3-1-3-2-المهارات المفتوحة :

ويضم هذا التصنيف المهارات الحركية التي يكون الأداء فيها عبارة عن استجابات حركية للمتغيرات غير المتوقعة في البيئة الخارجية، أي أنها (المهارة المفتوحة) لا تضم استجابات غير نمطية، غير متوقعة من المنافس أو بيئة اللاعب، كما يحدث في المصارعة، الملاكمة، وفي مثل هذه المهارات تكون السرعة، والقدرة على الفهم واتخاذ القرارات من الوسائل، التي تضع القدرة على الإنجاز، وعلى النجاح في هذه المهارات ويضم هذا النوع من المهارات الأنشطة الحركية التي تتطلب تطبيق خطط واستراتيجيات معقدة، حيث تتطلب من اللاعب الأداء الصحيح والتحركات الصحيحة في وقت مناسب، ويضم هذا التصنيف معظم الألعاب الجماعية والزوجية ككرة القدم والكرة الطائرة. (بلعدي عادل، 2015، ص 19)

ولقد قدم بعض العلماء تقسيمات وتصنيفات أخرى للمهارات الحركية، وقد أسفرت جهودهم في المجال على تحديد أربع معايير، رئيسية لتصنيف المهارات في الألعاب الرياضية، وكانت هذه المعايير على النحو التالي:

- التصنيف على أساس التوافق البدني .
- التصنيف على أساس الحركة.
- التصنيف على أساس الترابط والاستمرارية في الأداء .
- التصنيف على أساس الطبيعة ومتطلبات الأداء، والذي أخذ منه التصنيف الذي شرحناه من قبل (المهارة المغلقة والمهارة المفتوحة). (مرزوق الياس، 1999، ص 35)

### 3-1-4- مفهوم الأداء المهاري:

يشير إلى الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة كما انه الصورة المثالية للأداء الفني وهو يعبر عن مستوى اللاعبين ومدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة.

كما يمكن تعريفه على أنه نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت وحركات تؤدي بالتوالي ويقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للمهارات التي تتضمنها اللعبة للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية والخارجية والمؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل وبفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية.

(وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد. 1998، ص 374)

### 3-1-5- مراحل الأداء المهاري:

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاث مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة وتدرجات مختلفة وهي كالآتي:

#### 3-1-5-1- مرحلة التوافق الأولي للمهارة:

تهدف هذه المرحلة إلى تكوين التشكيل الأساسي الأولي لتعلم المهارة الحركية وإتقانها ثم تأديتها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الأساسية دون وضع أية اعتبارات بالنسبة لجودة الحركية أداء ومستوى المهارة الأساسية وتبدأ بادراك اللاعب بالزيادة المفرطة في بذل الجهد مع ارتباط بقلّة وكفاءة الأداء المهاري.

#### 3-1-5-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة:

تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية والتي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة ومع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي وقلّة حدوث الأخطاء.

#### 3-1-5-3- مرحلة إتقان وتثبيت أداء المهارة:

إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية وخلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة وتصبح المهارة الأساسية أكثر دقة وانسيابية واستقرار من حيث شكل الأداء وذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية. (أمر الله الباسطي. 1998. ص 26)

### 3-1-6- أهمية الأداء المهاري:

الإتقان التام للمهارات الحركية من حيث أنه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري ويتأسس عليه الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ومهما تصف من سمات خلقية ارادية فانه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الذي يتخصص فيه فالمهارات الأساسية هي وسائل تنفيذ الخطط وبدون مهارات أساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخطط وبالتالي يصعب تحقيق نتائج ممتازة.

ان تطوير وتحسين الصفات البدنية العامة والخاصة وربطها مع المهارات الحركية والقدرات الخطئية هو الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي. وبالتالي فان المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة اذ وجب الاهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة. (حسن السيد أبو عبده. 2002. ص 33)

### خلاصة:

تعتبر المهارات الأساسية في كرة القدم متعة اللعبة، وسبب جلب الشعبية الكبيرة لها، وهي تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بالكرة أو بدونها، وقد حاولنا في هذا الفصل تبيان مختلف أنواع المهارات الأساسية في كرة القدم، وكذا طرق أدائها، لتمكين القائمين على تدريب الناشئين من الوقوف على أهم النواحي الفنية عند تعليمهم أداء تلك المهارات.

# كرة القدم

### تمهيد:

إن من بين الرياضات الجماعية لعبة كرة القدم التي تعتبر الأكثر شعبية في العالم وذلك للدور الفعال الذي تلعبه في تخفيف من الأزمات النفسية للشعوب والترويج عنهم في وقت الفراغ والحد من اضطراباتهم النفسية اليومية وقد مرت لعبة كرة القدم بعدة مراحل تطورت فيها من ناحية قوانينها وطريقة لعبها ومفهومها والنظرة الشعبية عنها وفوائدها، وتعدد طرق ومناهج تدريبها والتحضر فيها ، وأصبحت هناك معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين الإطارات الخاصين لهذه اللعبة، بعدما كانت مجرد لعبة تمارس من أجل الترويح في أوقات الفراغ، حتى أصبحت تمارس بانتظام لها بطولات خاصة، ولها قوانينها المضبوطة وأصبحت لها هيئة عالمية تتحكم في كل الفرق في أنحاء العالم.

### 3-2- كرة القدم:

#### 3-2-1- تعريف رياضة كرة القدم :

كرة القدم هي لعبة جماعية بتقابل فيها فريقان يضم كل منهما (11) لاعب على الأكثر و(7) لاعبين على الأقل ويهتم كل فريق بتسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم والحفاظ على شباكه نظيفة، والفريق الذي يسجل أكبر عدد ممكن من الأهداف يفوز بالمباراة، تتضمن هذه الرياضية (17) قاعدة أسست من طرف اللجنة الدولية بوار international وبمرور الوقت وتطور اللعبة، صححت وأثريت العديد من هذه القواعد بفضل الاتحادية الدولية لكرة القدم.

(بلعدي عادل، 2015، ص21)

تلعب كرة القدم على بساط بشكل مستطيل بطول يتراوح ما بين 90 الي 120م وعرضه ما بين 45إلى 90م أما خلال المباريات الدولية فيشترط أن يكون طول الملعب ما بين 100 إلي 110م وعرضه من 65 إلي 75م، كما تستعمل خلال المباراة كرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد ويبلغ محيطها من 68سم إلي 72سم ويوزن بقدر 410 الي 450غ، تجري المباراة بين فريقان يرتديان ألبسة مختلفة اللون وتتكون هذه الأخيرة من شوورت، قميص، جوارب، حذاء خاص باللعبة.

(بلعدي عادل، 2015، ص21)

### 3-2-2-3- ملامح كرة القدم الحديثة :

هناك مقولة قديمة تقول: "إن الهجوم أحس وسيلة للدفاع" إلا أن تلك المقولة هي نصف الحقيقة ما لم يكن ذلك الهجوم قادر على التحول السريع إلى الدفاع، ففريق ممتاز في الهجوم لا يعني طبقاً للقول حصوله على امتياز بالدفاع، فكرة القدم تصبح لعبة راقية جداً حينما يكون التوازن بين الدفاع والهجوم ورغم التأكيد الأخير في المباريات على الطرق الدفاعية إلا أن الهجوم وتسجيل الأهداف يظل الجانب أكثر تشويقاً في الملعب وفي كرة القدم الحديثة أصبحت التشكيلات الدفاعية صعبة جداً حيث أصبح على المهاجم أن يبذل جهداً كبيراً في سبيل التخلص من الرقابة، وبجانب تطور الخطط الدفاعية فقد تطورت الخطط الهجومية فأصبح الواجب الهجومي لا يقتصر على المهاجمين فقط بل على كل اللاعبين، حتى أصبحت بعض الخطط تركز على جعل المهاجمين عناصراً لتنفيذ المناورات الهجومية وترك مهمة التهديد والتسجيل لاعبي الوسط ومدافعي الجناح. (ثامر محسن إسماعيل، 1999، ص 253)

### 3-2-3- المهارات الأساسية في كرة القدم:

المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (حنفي محمود مختار، 1996، ص 65) ومما سبق فإننا نعتبر المهارات الأساسية هي تلك الحركات التي يؤديها اللاعب بالكرة أو بدون كرة حسب الغرض الذي تؤدي لأجله وفقاً لقانون اللعبة حيث يتم التدريب عليها لفترات طويلة حتى درجة إتقانها مما يساعد اللاعب على تنفيذ خطط اللعب المختلفة بفعالية وإيجابية لتحقيق الفوز في المباراة.

### 3-2-4-أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم:

تنقسم المهارات الأساسية في كرة القدم إلى: مهارات أساسية بدون كرة وهي الجري وتغيير الاتجاه، الوثب، الخداع بالجسم، ووقفه اللاعب المدافع، ومهارات أساسية بالكرة.

### 3-2-4-1-المهارات الأساسية بدون كرة:

### 3-2-4-1-1-مهارة الجري وتغيير الاتجاه:

ويقول بطرس رزق الله فيما يخص هذه المهارة "يتميز لاعب الكرة بأن اللاعب يغير من سرعته كثيرا أثناء جريه فهو لا يجري بإيقاع منتظم، ودائما يغير من سرعته وقفا لمقتضيات تحركه في الملعب، وأخذة الأماكن، يضاف إلى ذلك أن تغير توقيت سرعة اللاعب هو خداع الخصم). (بطرس. 1992، ص 119)

وعليه ما يمكن استنتاجه أن كرة القدم لعبة ذات متغيرات عديدة تتطلب من اللاعب أن يتأقلم مع هذه المتغيرات، وهذا طبقا لطريقة اللعب، ومركز اللعب، وتحركات الكرة والخصم.

### 3-2-4-2-مهارة الخداع والتمويه:

تعتبر من المهارات التي يجب أن يجيدها اللاعب المدافع والمهاجم على حد سواء، مع القدرة على أدائها باستخدام الجسم والجذع والرجلين والنظر، وهذا يتطلب قدرا كبيرا من الاحتفاظ بمركز الثقل بين القدمين، والتمتع بقدر من المرونة والرشاقة والتوافق العضلي العصبي، وقدرة كبيرة على التوقع السليم والإحساس بالمسافة والزمن، والمكان الذي يقوم به اللاعب أثناء الخداع. (أبوعبده. 2008، ص. 83)

### 3-2-4-3-مهارة الوثب:

أصبح ضرب الكرة بالرأس في كرة القدم عاملا مهما جدا كمهارة مؤثرة في نتائج المباريات، ويتطلب ذلك حسن ومقدرة اللاعب على أداء هذه المهارة بالإتقان والكمال المطلوب إلى قدرته على الوثب بالطريقة السليمة للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن، وقد يكون الوثب من الوقوف، أو بعد الاقتراب جريا، أو بعد الجري جانبا أو خلفا. وحسب أمر الله البساطي فإنه بالإضافة إلى الجري فإن الوثب يحتل مكانة هامة خاصة قلب الدفاع وقلب الهجوم حيث يبلغ عدد وثبات كل منهما من 20 - 25 وثبة تقريبا خلال المباراة، بينما حارس المرمى من (15-30) وثبة في حين باقي المدافعين، وخط الوسط من (10-15) وثبة، ويكون الوثب من الوقوف، أو بعد الاقتراب جريا، أو بعد الجري جانبا أو خلفا.

(سنوسي عبد الكريم، 2017، ص55)

### 3-2-4-2-3-المهارات الأساسية بالكرة:

### 3-2-4-2-3-ضرب الكرة بالقدم:

يعتبر ضرب الكرة بالقدم أكثر المهارات استخداما على الإطلاق خلال مباريات كرة القدم، ويهدف استخدام هذه المهارة إلى التمرير، أو التصويب، أو التشتيت غير أن استخدامها بغرض التمرير هو الأكثر.

(سنوسي عبد الكريم، 2017، ص56)

### 3-2-4-2-3-التحكم بالكرة:

يعني التحكم بالكرة استخدام أجزاء من القدم بهدف الجري بالكرة ودحرجتها على الأرض والتقدم بها في الملعب. (سنوسي عبد الكريم، 2017، ص57)

ويقول السيد أبو عبده عن هذه المهارة "تعتبر من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها جميع اللاعبين بلا استثناء سواء المدافعين أو المهاجمين، وهي مهارة تتم بعدة طرق مختلفة يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة له والتي تتناسب أيضا مع طبيعة الموقف المهاري، والخططي أثناء تأديته للمهارة.

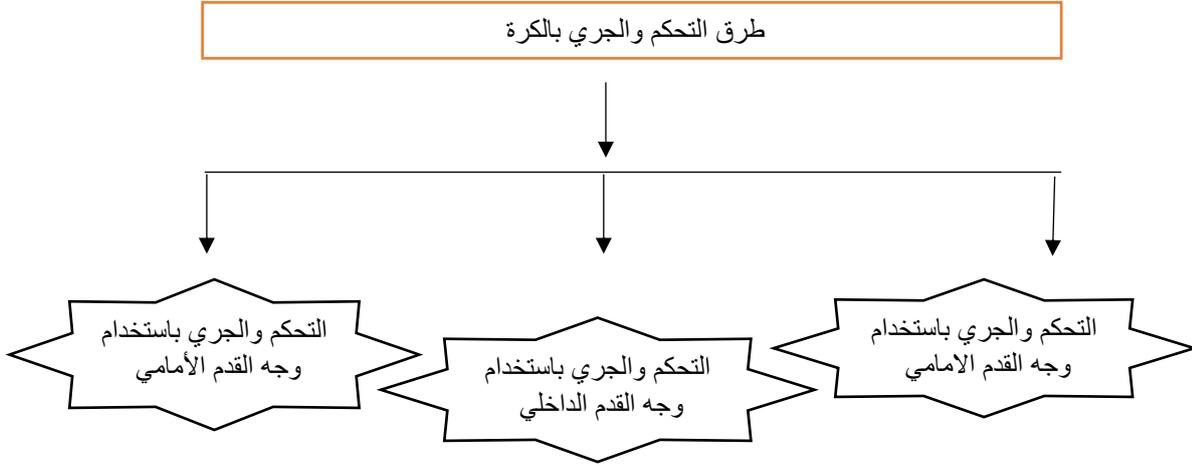
(أبو عبده. 2008. ص 83)

وتستخدم مهارة التحكم والجري بالكرة في الحالات التالية:

- عندما لا يجد اللاعب فرصة أمامه لتمرير الكرة لزميله المراقب من الخصم.
- عندما يريد اللاعب جذب مدافع لإبعاده عن التغطية .
- عندما يريد اللاعب اكتساب مسافة، أو مساحة خالية ولا يجد أمامه خصما يحاول استخلاص الكرة منه.
- لإبقاء الكرة مع الفريق.
- عند استعمال الفريق الخصم خطة التسلل .

وحسب "لويس" "louis" فإن التحكم والجري بالكرة يتم بثلاثة طرق كما هو موضح في الشكل الآتي:

الشكل رقم (1): يمثل طرق التحكم والجري بالكرة



أ-التحكم والجري باستخدام وجه القدم الخارجي :

هذه الطريقة يفضلها الكثير من اللاعبين لأنها تسمح لهم بالتحرك السريع وحماية الكرة من محاولات استخلاصها منهم وهي تتميز باستعمال اللاعب جسمه كحائل بين الكرة والمنافس كما أن أداءها أسهل من الطرق الأخرى للجري بالكرة نظرا لسهولة الأداء الميكانيكي للحركة والذي يتناسب مع الوضع التشريحي للرجلين. (أبو عبده.2008.ص 84)

ب-التحكم والجري باستخدام وجه القدم الداخلي :

تستخدم هذه الطريقة عند قيام اللاعب بالجري في شكل منحني أو عند ضرورة تغيير الاتجاه أثناء الجري بسرعة ومن مميزات سهولة تغطية اللاعب للكرة باستخدام جسمه وكلتا قدميه في الاحتفاظ بالكرة بعيدا عن متناول الخصم، إلا أن استخدام هذه المهارة أقل بكثير من استخدام مهارة الجري بوجه القدم الخارجي أثناء المباراة نظرا للوضع التشريحي الذي سبق التنويه إليه. (أبو عبده.2008.ص 85)

ج-التحكم والجري باستخدام وجه القدم الأمامي :

يستعمل اللاعب مهارة الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الأمامي عندما يجد مسافة كبيرة بينه وبين أقرب خصم له أثناء الجري بالكرة، وهي من المهارات التي يجب أن يجيدها ظهيري الجنب والجنحين، إلا أن أداءها ستصعب بالصعوبة نظرا للوضع التشريحي للقدم أثناء الجري بالكرة وبالتالي فإن استخدامها يكون دائما أقل من النوعين السابقين. (أبو عبده.2008.ص 86)

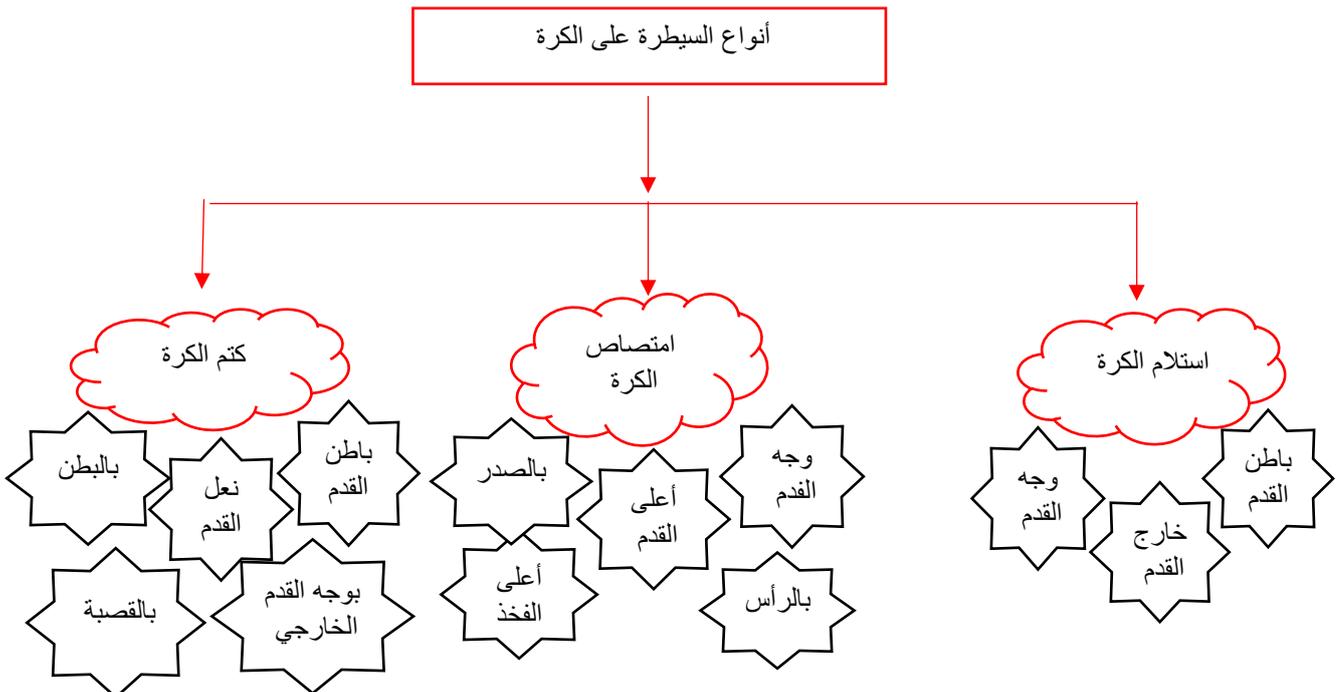
### 3-2-4-2-3- السيطرة على الكرة:

يقول حنفي محمود مختار «تشمل السيطرة على الكرة تحكم اللاعب في الكرة القادمة إليه، سواء كانت الكرة القادمة أرضية أو عالية أو نصف عالية في إطار قانون اللعبة. (حنفي.1989.ص 85)

ويرى حسن السيد أبو عبده " السيطرة على الكرة هي إخضاع الكرة تحت تصرف اللاعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدا عن متناول الخصم. وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع المستويات والارتفاعات، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتا دقيقا للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة، وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المدافع والمهاجم بدرجة كبيرة من الإتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب. (أبو عبده. 2008.ص 15)

من الملاحظ أن الكرة لا تسير على الأرض أو في الهواء طوال زمن المباراة، كذلك سرعة الكرة تختلف حسب قوة ركلها، وبالتالي فإن السيطرة على الكرة لمكانها وارتفاعها أثناء المباراة، فهناك الكرة العالية والمرتفعة والأرضية، والكرات المنخفضة الارتفاع ولهذا تقسم السيطرة على الكرة إلى ثلاثة أقسام وفق المخطط التالي:

#### الشكل رقم (2): يمثل أنواع السيطرة على الكرة



### أولاً: استلام الكرة

طرق ومناطق استلام الكرة:

أ- استلام الكرة بباطن القدم.

ب- استلام الكرة بوجه القدم الأمامي.

ت- استلام الكرة بوجه القدم الخارجي.

### أ- استلام الكرة بباطن القدم:

تعتبر منطقة باطن القدم الأكثر استخداماً لدى اللاعبين نظراً لكبر حجم ومساحة المنطقة المستخدمة في استلام الكرة .

### ب- استلام الكرة بوجه القدم الأمامي:

يستخدم وجه القدم الأمامي لاستلام الكرة المنخفضة التي تكون في مستوى أعلى من الأرض وتحت مستوى الركبة، ولكنها لا تستخدم لاستلام الكرة الأرضية نظراً للوضع التشريحي للقدم أثناء استلام الكرة.

### طريقة الأداء:

تمتد الرجل المستلمة للكرة مع فرد مشط القدم إلى الأمام بدون تصلب في مفصل القدم. يقوم اللاعب بسحب قدمه لأسفل وللخلف قليلاً لحظة ملامسة الكرة لوجه القدم الأمامي وذلك للحد من سرعة اندفاع الكرة. والذراعان بجوار الجسم لحفظ التوازن، مع النظر إلى الكرة.

### ت- استلام الكرة بوجه القدم الخارجي:

### طريقة الأداء:

يقترّب اللاعب من الكرة وهو مواجه للمكان الذي تأتي منه الكرة بحيث تكون الكتف مواجهة المكان الكرة، توضع القدم الثابتة على الأرض بحيث تشير سن القدم إلى الاتجاه الذي تأتي منه الكرة مع ثني الركبة قليلاً. ثني الرجل المستلمة للكرة من مفصلي الفخذ والركبة وتتم استدارة وجه القدم للداخل قليلاً حتى يواجه وجه القدم الخارجي الكرة يتم سحب الكرة بوجه القدم الخارجي مع مراعاة ارتخاء مفصل القدم لامتناسص قوة اندفاع الكرة. يميل الجذع قليلاً في اتجاه الرجل الثابتة ثم يميل في اتجاه الرجل المستلمة للكرة لحظة الاستلام، مع وضع الذراعان في الجانب لحفظ التوازن مع النظر للكرة. (أبو عبيده. 2008. ص161)

### ثانيا: امتصاص الكرة

ينقسم هذا النوع من السيطرة على الكرة إلى:

#### أ- امتصاص الكرة بوجه القدم الأمامي:

تتم السيطرة على الكرات الساقطة من الأعلى بوجه القدم الأمامي وذلك باستقبال الكرة بالرجل المنفذة مع سحبها إلى الأسفل بتوقيت مناسب للسيطرة عليها. (موفق، 2009، ص 135)

#### ب- امتصاص الكرة بباطن القدم:

نظرا للوضع التشريحي لرجل اللاعب فإنه لا يستطيع أن يرفع رجله على الأرض أكثر من اللازم لاضطراره للف الرجل للخارج من مفصل الفخذ حتى يواجه باطن القدم الممتصة للكرة، وذلك فإن هذه الطريقة للسيطرة على الكرة تستخدم أثناء امتصاص الكرة الآتية من ارتفاع بسيط.

#### ج- امتصاص الكرة بأعلى الفخذ:

كلما كان الجزء الذي يستقبل الكرة كبيرا كلما سعاد على استقبال الكرة وإخمادها والسيطرة عليها بشكل صحيح وذلك لعدم ارتداد الكرة بقوة وثم التأكيد على عدم تصلب الجسم عند استقبال الكرة.

(موفق، 2009، ص 136)

#### د- امتصاص الكرة بالصدر:

يستخدم اللاعب الإخماد بالصدر عند استقبال الكرات الطويلة العالية أو التي تأتي بمستوى الصدر فيتحرك اللاعب لاستقبالها وذلك لكبر مساحة الصدر مما يجعل السيطرة عليها بشكل أفضل ويجعلها تحت سيطرته

(موفق، 2009، ص 138)

## ه- امتصاص الكرة بالرأس

### طريقة الأداء:

يقرب اللاعب باتجاه الكرة مع مراعاة تقدير مكان هبوطها ثم يقف اللاعب مواجه للكرة مع تباعد القدمين (الوضع فتحاً) أو قدم أمام الأخرى (الوضع الأمامي) وتثني الركبتين قليلاً مع توزيع ثقل الجسم على الرجلين بالتساوي يبدأ اللاعب في تحريك الرأس للأمام استعداداً لامتصاص الكرة مع مراعاة ارتخاء عضلات الرقبة وفي لحظة لمس الكرة للجبهة يسحب اللاعب رأسه للخلف مع زيادة ثني الركبتين لتهدب الكرة أمام اللاعب ويتم السيطرة عليها، على أن تكونا العينين تنظران للكرة والذراعان في الجانب لحفاظ التوازن.

(أبو عبده. 2008 . 169)

### ثالثاً: كتم الكرة

ينقسم كتم الكرة إلى أنواع وهي:

#### أ- كتم الكرة بباطن القدم

##### طريقة الأداء

يقرب اللاعب من الكرة الآتية أمامه بحيث يواجه كتف الرجل الثابتة اتجاه اقتراب الكرة تثني ركلة الرجل الثابتة قليلاً ويشير مشطها إلى المكان القادم منه الكرة وينقل الجسم اللاعب على هذه القدم الثابتة، ترفع الرجل التي تكتم الكرة للخلف قليلاً مع انثنائها من مفصل الركبة و الفخذ على أن يستدير مشط القدم للخارج قليلاً و تكون مع الساق زاوية قائمة تمرجح القدم الكاتمة إلى الأمام ليقابل باطن القدم الكرة المرتدة من الأرض لامتصاص قوتها و ارتدادها إلى الأرض حرة أخرى بعد السيطرة عليها يميل الجذع إلى الأمام قليلاً و تعمل الذراعان على الحفاظ على التوازن و يكون الرأس مثبت. (أبو عبده.2008.ص 175)

#### ب- كتم الكرة بنعل القدم

##### طريقة الأداء:

يتقدم اللاعب إلى مكان سقوط الكرة ويقوم برفع الساق الكاتمة إلى الأعلى قليلاً وهي مثنية من مفصل الركبة والفخذ، يثني مفصل القدم وهو مرتخ بحيث يكون على الأرض زاوية مناسبة تساعد على ارتداد الكرة إليه مرة أخرى بعد الارتطام بها أثناء القيام بحركة كتم الكرة يميل الجذع إلى الأمام قليلاً وتعمل الذراعان على حفظ اتزان الجسم يكون النظر مركز على الكرة.

### ج- كتم الكرة بوجه القدم الخارجي

#### طريقة الأداء:

يقترّب اللاعب بالجري من المكان المتوقع سقوط الكرة فيه بحيث توضع الرجل الثانية خلف مكان توقع هبوط الكرة مع انثنائها من الركبة قليلاً تلف الرجل الكاتمة للكرة للداخل من مفصل الفخذ ثم تمرّج أمام الرجل الثانية ثم تمرّج مرة أخرى للخارج وهي مثنية من مفصل الركبة لتقابل الكرة الساقطة بوجه القدم الخارجي بعد فرد مفصل القدم لتمتص قوة الكرة ويكتمها على الأرض الجذع مائل قليلاً إلى الخلف قبل ملامسة الرجل الكاتمة للكرة و العينان تركّزان على الكرة ثم يميل الجذع إلى الأمام قليلاً ملامسة الكرة و كتمها و الدرعان بجوار الجسم لحفظ التوازن تثبيت الرأس. (أبو عبده. 2008. ص 170)

### د- كتم الكرة بالقصبة أو بالقصبتين

#### طريقة الأداء:

يقترّب اللاعب جرياً في الاتجاه القادمة منه الكرة بحيث تشير القدم الثانية إلى اتجاه الكرة و تثني قليلاً ( في حالة الكتم بالقصبة ) في حالة استخدام القصبتين تثني الركبتين قليلاً عندما تسقط الكرة على بعد 15 إلى 20 سم مع مراعاة ثني الجذع إلى الأمام قليلاً مع رفع الكعبين عن الأرض و الذراعين بجانب الجسم لحفاظ التوازن و العينين تركّزان على الكرة وفي حالة كتم الكرة بالقصبتين يجب أن يكون مضمومتين مع ترك مسافة لا تزيد عن 10 سم بينهما و عند ارتداد الكرة من الأرض تثني الركبتين لمقابلة الكرة المرتدة، و نلاحظ عند ملامسة الكرة للقصبة أو القصبتين تمد الركبة قليلاً لامتناس سرعة الكرة. (أبو عبده. 2008. ص 172)

### هـ - كتم الكرة بالبطن

#### طريقة الأداء:

يقترّب اللاعب بالجري في اتجاه الكرة بحيث يشير مشط القدمين في اتجاه الكرة مع ثني الركبتين قليلاً مع ميلان الجذع للأمام قليلاً ليقابل الكرة المرتدة من الأرض عند ارتداد الكرة من الأرض يواجه اللاعب الكرة باستخدام منطقة عضلات البطن وجزء من الصدر لكتم الكرة لأسفل مرة أخرى على الأرض، ويراعي أن تكون العينين مركزة على الكرة والذراعان بجوار الجسم لحفظ التوازن. (أبو عبده. 2008. ص 173)

### 3-2-4-2-4-المراوغة:

المراوغة والخداع هي حركات التمويه والخداع بالكرة التي يؤديها اللاعب بهدف التخلص من الخصم عندما لا يكون هناك فرصة للمناولة أو التصويب على الهدف. (موفق.2008.ص 107)

وتعرف أيضا بأنها فن التخلص من الخصم وخداعة مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدما بعض حركات الخداع التي يؤديها بجسمه أو بقدمه. (أبو عبده،2002، ص 153)

### 3-2-4-2-5-المهاجمة (قطع الكرة):

ومعناه محاولة أخذ الكرة من الخصم في الحالة حيازته لها، أو قطعها قبل الوصول إليه، وتعتبر المهاجمة سلاح المدافع ضد المهاجم تهدف المهاجمة إلى:

- استخلاص اللاعب المدافع الكرة من المهاجم المنافس.
- إبعاد المنافس المستحوذ على الكرة منها.
- تشتيت الكرة من أرجل المهاجم المنافس.
- قطع الكرة قبل أن تصل إليه.
- وتتم المهاجمة بالطرق التالية:
- -المتكاتفة
- المهاجمة من الأمام
- المهاجمة من الخلف
- المهاجمة بالزحلقة من الجانب أو الخلف أو الأمام. (سنوسي عبد الكريم، 2017، ص 64)

### 3-2-4-2-6-ضرب الكرة بالرأس

تعتبر مهارة ضرب الكرة بالرأس من أهم المهارات التي يحتاجها لاعب كرة القدم وذلك لتصويب أو لاستقبال أو لإبعاد الكرة حيث تحتاج هذه المهارة إلى درجة عالية من التوافق الحركي. (أبو عبده.2002.ص 44)

### طرق ضرب الكرة بالرأس

أولاً: ضرب الكرة بالرأس واللاعب متصل بالأرض:

لمهارة ضرب الكرة بالرأس من الثبات وقفنتين أساسيتين يستخدمهما اللاعب وهما:

أ- الوقوف فتحا (القدمين متباعدتين).

ب- وقوف الوضع الأمامي (القدم أمام الأخرى)

وهنا يفضل وقوف الوضع الأمامي وذلك لانتقال مركز ثقل الجسم من الرجل الخلفية إلى الرجل الأمامية فأن هذا الوضع يعطي توازن أكثر ومدى أكبر لحركة اللاعب أثناء تأديته المهارة.

وتنقسم مهارة ضرب الكرة بالرأس من الثبات إلى:

- ضرب الكرة بالرأس من الثبات للأمام
- ضرب الكرة بالرأس من الثبات للجانب
- ضرب الكرة بالرأس من الثبات للخلف

### طريقة الأداء:

- يقوم اللاعب بالمشي أو الجري في اتجاه الكرة
- يميل اللاعب بجذعه إلى الخلف قليلاً أثناء الخطوة الأخيرة قبل ضرب الكرة بالرأس
- يدفع اللاعب جذعه للأمام وبسرعة لضرب الكرة بجهة الرأس
- يقوم اللاعب بأداء المتابعة بعد ضرب الكرة بالرأس.

ثانياً: ضرب الكرة بالرأس واللاعب في الهواء

أ- ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عالياً (الارتقاء الفردي)

ب- ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عالياً (الارتقاء الزوجي)

### طريقة الأداء:

حيث يقوم اللاعب بالجري في اتجاه الكرة مند وجودها في مستوى ارتفاع منخفض ثم يقوم اللاعب بدفع الأرض برجل واحدة أو بالقدمين معا ليطيّر في اتجاه الكرة بحيث يكون في وضع موازي للأرض أو مائلاً عالياً قليلاً يقوم اللاعب بضرب الكرة بالجهة في الاتجاه الذي يريده ثم يهبط على الأرض مستخدماً يديه التي يثبتها قليلاً لامتصاص صدمة الأرض. (أبو عبده، 2002، ص 45-46)

### 3-2-4-2-7-رمية التماس:

تعتبر رمية التماس مهارة خاصة ويتم القيام بها وتنفيذ رمية التماس في حالة عبور الكرة خط التماس سواء كانت الكرة في الأرض أو في الهواء حيث يتطلب تنفيذ هذه الرمية شروط خاصة يجب على اللاعب الذي يقوم بأدائها أن يتبعها أو إذا ما استخدمت رمية التماس استخداماً أمثل يمكن أن يشكل خطورة كبيرة على مرمى الخصم حيث يعتمد عليها المدربون في عملهم التكتيكي ومن الشروط القانونية لرمية التماس:

- ترمى الكرة من نفس المنطقة التي خرجت منها على خط التماس

- اللاعب يواجه الملعب بجزء من جسمه

- ترمى الكرة من خلف الرأس للأمام باليدين معا و لا تسقط

- جزء من كلتا القدمين ملامس للأرض على الخط أو خلفه. (سنوسي عبد الكريم، 2017، ص65)

### 3-2-4-2-8-حراسة المرمى:

في وقت مضى كان دور حارس المرمى أقل ميزة بأخذ بعين الاعتبار بقية عناصر الفريق أما اليوم الوضعية تغيرت بصفة كبيرة، في كرة القدم الحديثة أعطت كل لاعب دور وأهمية متساوية، فأصبح مركز حراسة المرمى مركز حساس لحماية المرمى حيث أنه اللاعب الوحيد الذي يمكن أن يسمح بفوز فريقه وكذلك يهزم فريقه حسب طريقة أدائه كما أصبح حارس المرمى ادوار الهجومية وذلك من خلال المساهمة في الهجمات السريعة واللعب خارج منطقة الجزاء برجليه كأخر مدافع. (حنفي، 1980، ص104)

### 3-2-5-متطلبات كرة القدم الحديثة :

### 3-2-5-1-متطلبات كرة القدم الحديثة للاعبين :

لقد اختلف أسلوب كرة القدم منذ عشرون عاما عن أسلوب اللعب حاليا ، فمنذ سنة (1972م) تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خطيا بالقوة والفهم الصحيح على الأداء القوي والمتوالي على مرمى الفريق المنافس مع الابتعاد عن اللعب إلى الخلف أو اللعب في عرض الملعب أو البطاء في تحضير الهجمات والمراوغات الغير مجدية، وهذا محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس، ولقد ترتب على قرار الاتحاد بجعل الفريق الفائز يتحصل على ثلاث نقاط (3) ونقاط والفريق المتعادل على نقطة (1) واحدة، فمنذ ذلك الوقت أصبح كل فريق يبحث عن الفوز الذي ينقله بسرعة إلى مرتبة عالية كما أن الخسارة تجعله في مرتبة أدنى .وأثناء المقابلة يكون اللاعب على اتصال مباشر مع الخصم، حالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والفعل وبأسرع وقت ممكن، عن عمل لاعب كرة القدم ذو طابع تكراري متغير، العمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن الأخرى فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز. (حنفي محمود مختارة، 1997، ص 187-188)

### 3-2-5-2-متطلبات كرة القدم الحديثة حسب مراكز اللعب :

### 3-2-5-2-1-متطلبات لاعبي الدفاع :

- يقوم أفراد الفريق بالدفاع من لحظة فقدان الكرة .
- استخدام طرفي الوسط خاصة الظهر الحر .
- الدفاع القوي ضد الجناحين ومراقبتهم اللاصقة .
- المراقبة اللصيقة للمهاجمين الخطرين
- عدم التهور والاندفاع عند القلة العددية .
- يعود لاعبو الوسط لغلق منطقة اللعب المباشرة الخطرة. (حنفي محمود، 1995، ص 32)

### 3-2-5-2-2-متطلبات لاعبي الهجوم:

- أن يعمل جميع الفريق على تنفيذ خطط اللعب التي تدربوا عليها.
- العمل على مساعدة الزميل المستحوذ على الكرة.
- جري اللاعب الحر (المهاجم) مائلاً أمام وخلف المدافعين .
- جري المهاجم في داخل الملعب للأهداف التالية:
- مساعدة الزميل الذي معه الكرة في الوسط.
- خلق مساحة فارغة في الجناح.
- فسح المجال الهجومي لمدافع الجناح الذي تصعب مراقبته، القادم من الخلف.
- المشاركة في إنهاء الهجوم لأكثر عدد ممكن من اللاعبين

(ثامر محسن إسماعيل، 1999، ص 179)

### 3-2-5-2-3-متطلبات لاعبي الوسط :

تضع كرة القدم الحديثة متطلبات كثيرة على اللاعبين وعلى الخصوص على بعض اللاعبين في المناطق الحاسمة من الملعب، فخط الوسط يشكل الخط الأول للتكتل الدفاعي ويعتبر حلقت وصل بين الهجوم والدفاع، وتعتبر منطقة الوسط المنطقة التي يمر منها أكثر اللاعبين ذهاباً وإياباً، بالإضافة إلى كل هذا فإن لاعبي الوسط هم أحسن اللاعبين المساندين لخط الهجوم، وبناء على ذلك يوزع أغلب المدربين أحسن لاعبيهم في هذا الخط باعتبار أن كرة القدم الحديثة لمن منطقة الوسط، ولكي يكتمل هذا المفهوم يجب على لاعبي الوسط العمل كوحدة واحدة، وأن أولى مهمات لاعبي الوسط هو تقديم العمق الدفاعي والذي يرتبط بمسؤولياتهم في تشكيل نقاط الانحراف في لعب المثلثات الدفاعية

ويمكن ترتيب التكتيكة للاعبي الوسط كالاتي :

- تحويل اتجاه اللعب من جانب لآخر.
- تطبيق مبدأ الاحتفاظ بالكرة والبدء بتطبيق الخطط الهجومية .
- القيام بتنفيذ المناورات الجدارية كأسلوب لهزيمة الدفاع .
- التهديد والهجوم المباشر .
- تشكيل جدار الدفاع الأول (الدفاع المتقدم)
- المراقبة القوية للاعبي الخصم. (حنفي محمود، 1995، ص 32)

### 3-2-5-2-4- متطلبات مدافعي الجناح :

التقدم في خطط اللعب ألزم المدافعين المشاركة في الهجوم وانجابه باعتبارهم يتقدمون من الخلف حيث تصعب مراقبتهم وحررهم من فكرة الالتزام بالدفاع فقط. وتعتبر منطقة الجناح من المناطق الحيوية وذلك للأسباب التالية :

- الفراغات الواسعة عند الأجنحة باعتبارها مناطق هجومية غير مباشرة .
- قلة المدافعين في المناطق الجانبية .
- صعوبة التغطية من المدافعين أنفسهم .

ولذلك تتلقى كرة القدم الحديثة واجبات إضافة لمدافعي الجناح بتحويلهم إلى مهاجمين جناح وحتى إلى مهاجمين إنهاء الهجوم ويتم هذا خاصة إذا أراد المدرب الاحتفاظ بلاعبي خط الوسط كاملين حتى يتمكن من التحكم في وسط الملعب .ومن أهم الخطط التكتيكية الهجومية الملقاة على عاتق مدافعي الجناح هي "التغطية". (حنفي محمود، 1995، ص 32)

#### خلاصة:

وعليه فرياضة كرة القدم من الرياضات التي تحضي باهتمام كبير من قبل الباحثين في هذا المجال لدراسة كل ما يتعلق بهذه اللعبة من مهارات ومتطلبات وقوانين والتي بدورها تتغير مع مرور الوقت كل هذا وذاك بغية الوصول الى المستويات العليا من الإنجاز في هذا النوع من الرياضات الجماعية.

# الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع

## منهجية الدراسة

## تمهيد:

يحمل هذا الفصل في طياته الإجراءات التي يقوم بها الباحث في إطار منهجية البحث والتي تتحدد انطلاقاً من الدراسة الاستطلاعية التي تسهل على الباحث معرفة الوسائل والامكانيات المتاحة والصعوبات المتوقع مواجهتها مروراً بالمنهج الملائم للدراسة ومجتمع وعينة الدراسة وأساليب جمع البيانات الخاصة بالدراسة (أدوات جمع البيانات) وكذلك دراسة الخصائص السيكومترية للأداة ووصولاً إلى توضيح الإجراءات الميدانية وخطوات القيام بهذه الدراسة.

### 4-1- الدراسة الاستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية على فرق بلدية مسيلة (مولودية شباب مسيلة-أولمبيك مسيلة-وفاق مسيلة) وذلك بالمركب الرياضي حاج حفصي مسعود من الفترة الممتدة ما بين (2019/12/23) إلى غاية (2019/12/24) بمجمل زيارتين استطلاعتين:

#### أ- الزيارة الاستطلاعية الأولى: (2019/12/23)

احتراماً لمبادئ إعداد وبناء الاختبارات وإتباعاً لمراحل الإنجاز قام الطالب الباحث بإعداد قائمة بأكثر المهارات ارتباطاً بمصدر الضبط (الداخلي-الخارجي) وتم توزيعها على مجموعة من المدربين والأساتذة بغية ترشيحها ومن ثم تحليل المهارات حسب مكوناتها حيث اتفق جل المدربين والأساتذة على أن المهارة التي تمثل محورياً أساسياً في الأداء المهاري للاعب كرة القدم وتحدد الفروق الفردية بين اللاعبين أي المهارة التي يتضح فيها الاختلاف في مستوى الأداء المهاري والتي يحتاجها جميع لاعبي كرة القدم في كل مراكز اللعب هي الجري بالكرة و التحكم فيها والتي تعطي إلى حد كبير مؤشراً عن مهارة المراوغة والتي بدورها تعتبر معياراً للأداء المهاري بصفة عامة وهذا ما ساعد الطالب الباحث على اختيار الاختيار الذي يقيس هذه المهارة وقام بعرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين قصد تحكيمه وتقديم ملاحظاتهم والتعديلات التي يرونها مناسبة.

#### ب- الزيارة الاستطلاعية الثانية: (2019/12/24)

لمعرفة مصادر الضبط (التحكم) وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم، وبعد تحديد تساؤلات البحث ووضع الفرضيات اللازمة للدراسة قمنا بجمع المادة العلمية الضرورية ونظراً لطبيعة الموضوع فقد تم الاعتماد في جمع المادة العلمية على مصدرين أساسيين:

أ- مصادر جمع المادة النظرية: من اجل الامام بجميع جوانب الموضوع والمادة العلمية للجانب النظري تم الاعتماد على مصادر جمع المعلومات التالية:

- الكتب العلمية والمراجع
- القاموس والمعجم
- مذكرات التخرج

ب- مصادر جمع البيانات الميدانية: وتتمثل في الأدوات المستخدمة في الدراسة الميدانية والتطبيقية والتمثلة في:

- مقياس الضبط لروتر
- اختبار أكر موف لقياس مهارة الجري بالكرة والمراوغة
- شبكة ملاحظة الأداء المهاري

بعد تحديد الاختبار تم تطبيقه على عينة مكونة من 6 لاعبين من أجل التعرف على صلاحيته من حيث التطبيق، وصلاحية الأجهزة والعتاد، وكذا الوقوف على الصعوبات، زيادة على معرفة زمن الاختبار.

#### 4-2- منهج الدراسة:

كثير من الإجراءات البحثية تتوقف على نوع المنهج المستخدم وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج الوصفي الذي يعتبر أكثر ملائمة في الدراسات والبحوث العلمية من هذا القبيل وقد استخدمنا أسلوب من أساليب المنهج الوصفي والذي يتم اختياره طبقاً لطبيعة المشكلة المراد دراستها إذ أن طبيعة المشكلة تحتم على الباحث استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لمعرفة مدى ارتباط متغيرين أو أكثر، أو بمعنى آخر " مدى الاتفاق بين المتغيرات في أحد العوامل مع المتغيرات في عامل آخر.

(وجبة محجوب. 2002. ص 287)

#### - المنهج الوصفي:

ويعرف المنهج الوصفي بأنه المنهج الذي يهدف الى جمع البيانات لمحاولة اختبار فروض أو تتعلق بالحالة الجارية أو الراهنة لأفراد عينة البحث. (محمد حسن علاوي وأسامة راتب. 1999. ص 139) والمنهج الوصفي من ناحية أخرى هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما.

#### 4-3- مصطلحات الدراسة:

تتمثل مصطلحات الدراسة في مصطلحين أساسيين كالآتي:

أ- مصدر الضبط (التحكم) وهو قسمان الداخلي - الخارجي

ب- الأداء المهاري ويتمثل في اختيار المهارة الأساسية التي تظهر جوهر الفرق في الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

#### 4-4- مجتمع وعينة الدراسة:

##### 4-4-1- مجتمع الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم صنف أكابر والذين يمارسون نشاطهم في فرق بلدية المسيلة (مولودية شباب المسيلة - أولمبيك المسيلة - وفاق مسيلة) وقد بلغ عددهم 75 لاعبا.

##### 4-4-2- عينة الدراسة:

شملت عينة الدراسة لاعبي كرة القدم أكبر من 18 سنة يلعبون في مراكز (وسط الميدان - المهاجمين - المدافعين الخارجيين) في فرق بلدية المسيلة وبلغ حجم العينة كما هو موضح في الجدول أدناه:

الجدول رقم (1): يمثل عينة اللاعبين لفرق بلدية المسيلة لكرة القدم

العينة	الجنس	السن	متوسط مدة اللعب
29	ذكور	أكبر من 18 سنة	4 سنوات

❖ المجال المكاني: فرق بلدية المسيلة لكرة القدم

❖ المجال الزمني: من (2019/12/29) الى (2019/12/30)

#### 4-5- أساليب جمع البيانات:

إن أدوات البحث هي الوسيلة التي من خلالها يمكن جمع المعلومات التي تتعلق بالبحث وهذا يتطلب جمع أكثر كم من المعلومات والبيانات وكذلك التوصل الى الحقائق الخاصة لهذه الدراسة الميدانية وعلى هذا الأساس كان من الضروري الاعتماد على أكثر من أداة يتم ذكر الأساسي منها:

#### 4-5-1- الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

- ملعب قانوني لكرة القدم
- اقماع عددها (5)
- ميفاتي
- كرة
- صافرة
- سجل لتسجيل النتائج

#### 4-5-2- الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث:

##### أ-المقياس:

يتمثل في وسيلة جمع البيانات الخاصة بموضوع دراستنا .يعتبر مقياس الضبط الداخلي والخارجي هو اخر صورة لمحاولات عديدة قام به روتر والعديد من الباحثين .وكان المقصود من بناء المقياس هو بناء أداة سهلة التطبيق ويتكون مقياس روتر من 29 بند كل بند يتضمن زوج من العيارات (أ-ب) احدهما تشير الى الضبط الخارجي والثانية الى الضبط الداخلي وستة من هذه البنود حشو الغرض منها إضفاء الغموض على العرض من المقياس .وعلى الباحث ان يختار احدى الإجابات وتشي الدرجة المرتفعة على المقياس على التوجه الخارجي .وتتعامل بنود هذا المقياس مع اعتقاد المستجيب له عن طبيعة العلم .اي ان عبارات بنود المقياس .مهتم بتوقعات المفحوص عن الكيفية التي يتم بها التحكم في التدعيمات و بناءا على ذلك اعتبر مقياس مركز الضبط مقياسا للتوقع العام وربما يرتبط هذا التوقع العام بالقيمة التي يوضعها المفحوص على الضبط ولكن لا يوجد بالمقياس أي عبارة تتناول بشكل مباشر تفضيل للضبط الداخلي او الضبط الخارجي.

طريقة التصحيح:

- الفقرات رقم (1.24.19.14.8.27) فقرات تمويه ولم تحسب لها أي علامة
  - الفقرات رقم (2.25.23.21.20.18.17.16.9.7.6.29) تعطى درجة واحدة عند الإجابة عليها بالرمز (أ) وتعطى درجة صفر عند الإجابة عليها بالرمز (ب)
  - الفقرات رقم (26.15.13.12.11.10.5.4.3.28.22) تعطى درجة واحدة عند الإجابة عليها بالرمز (ب) وتعطى درجة صفر (0) عند الإجابة عليها بالرمز (أ) ويصنف المستجيبون على هذا المقياس الى فئتين:
  - الأولى: من (8-0) درجات هم ذوي مركز الضبط الداخلي
  - الثانية: من (23-9) هم من ذوي مركز ضبط خارجي.
- (بوالليف أمال. 2010. ص 109. 110)

ب-الاختبار:

يعتبر من أهم الوسائل في البحث العلمي للحصول على المعلومات الصحيحة، كما أنه وسيلة يمكن بواسطتها الحصول على نتائج ودرجات من خلال القيام بإنجاز تمارين موضوعة لقياس الأداء او المهارة مع حساب في الأخير مجموع الدرجات والذي يمثل الدرجة النهائية المتحصل عليها والتي من خلالها يقم اللاعب، تسمح هذه الطريقة باستخراج القيم النهائية والتي تمثل مستوى الأداء وبالتالي تعطي واقعية حول موضوع البحث. وقد تم استخدام اختبار أكرموف بالكرة لتوافقه مع متطلبات البحث بالإضافة الى حصولنا على الموافقة من طرف أساتذة ومدربين في أهل الاختصاص على قياس المتغير التابع الخاص ببحثنا هذا.

• اختبار أكر موف Aakramov بالكرة

الغرض من الاختبار:

الغرض من اختبار التنسيق المحدد (لأكر موف) هو إبراز تقنية التحكم في الكرة

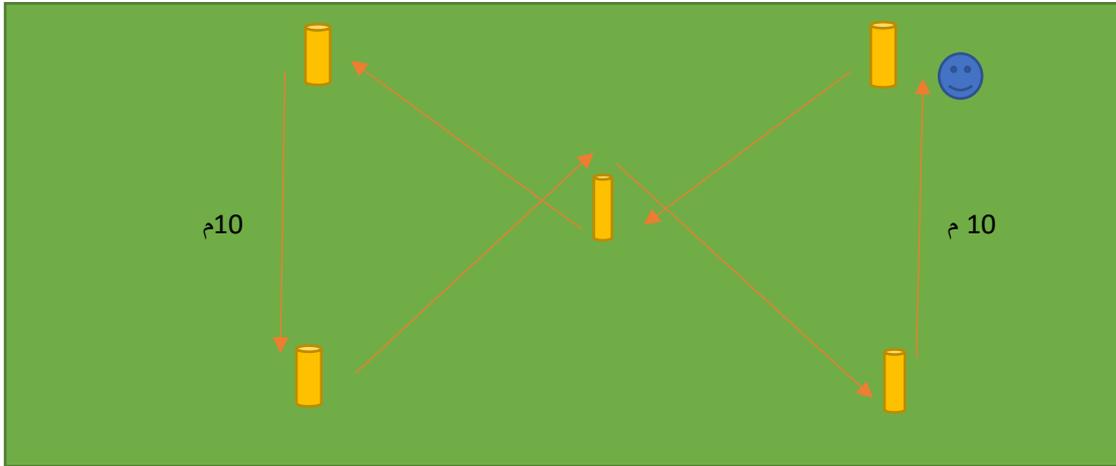
أدوات الاختبار:

- ميقاتي
- صافرة
- أقماع عددها 5
- ملعب كرة قدم

وصف الأداء:

يقوم اللاعب عند سماع الإشارة بالجري بالكرة بأقصى سرعة ممكنة بين الأقماع على شكل رقم (8) من القمع (1) الى القمع (2) المتواجد في الوسط ثم الى القمع (3) ثم (4) ثم (5) ثم الى القمع 1 كما هو موضح في الشكل رقم 3

الشكل رقم (3): يوضح الشكل النموذجي لاختبار أكر موف بالكرة وطريقة أدائه



التسجيل:

- يسجل أقل زمن يتحصل عليه اللاعب من محاولتين.
- في حالة سقوط أحد الأقماع تعاد المحاولة.

التقييم :

- يتم أخذ الوقت المستغرق لإكمال التمرين بعين الاعتبار
- تعطى محاولتين وتأخذ بعين الاعتبار أقل زمن.

شبكة ملاحظة الاختبار:

يتم تقديم الملاحظة وذلك بتكييف الاختبار مع عينة البحث وفق أربع درجات كما هو موضح في الجدول الآتي:

الجدول رقم (2) : يمثل درجات تقييم اللاعبين في الاختبار

الزمن (بالثانية)	13-12	14-13	15-14	أكثر من 15
الملاحظة	ممتاز	جيد	متوسط	ضعيف

(r.a.akramov.1993.p77)

#### 4-6- الخصائص السيكومترية للأداة

المقياس (روتر):

أ- حساب الصدق: تم حساب صدق الأداة (المقياس) عن طريق صدق الاتساق الداخلي ولقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل بند والدرجة الكلية للاستبيان وقد كانت جميع النتائج دالة عند مستويي الدلالة (0.05 و 0.01) وقد تراوحت معاملات الصدق بين (0.63-0.70) وهو معامل صدق جيد وبالتالي فهو مقبول.

بالإضافة الى معاملات الصدق الجديدة. التي استخرجها واضع هذا المقياس فانه يتمتع بدلالة صدق موثوقة. عالميا وعربيا. وهذا ما يفسره ارتفاع عدد الدراسات التي استخدمت هذا المقياس كأداة للتعرف على مركز الضبط في السنوات الأخيرة فعلى صعيد العالم العربي فقد قامت دراسات (أبو ناهية 1986.1988) و(هدية 1995) و(فايد 1997) في مصر ودراسات (برهوم 1979). و(يعقوب ومقابلة 1994) و(مقابلة 1966) في الأردن ودراسات (دروزة 1988) و(جرادات 1993) و(ابوناهاية 1994) في فلسطين وقد توصلت هذه الدراسات الى وجود معاملات صدق جيدة تراوحت بين (67-72) وقد استخدمت طرق مختلفة لذلك الغرض منها صدق المحكمين والصدق العالمي وصدق المحك والصدق التمييزي.

(زياد امين بركات. 2000.ص72)

ب- حساب الثبات: تم حساب معامل الثبات للأداة (مقياس روتر) عن طريق التجزئة النصفية بين البنود الأولى والبنود الأخيرة وبتصحيح معامل الثبات عن طريق معادلة الطول لسبيرمان براون (معامل الثبات

يصح تلقائياً في برنامج (spss) حيث بلغ معامل الثبات (0.71) وهو معامل ثبات مرتفع نوعاً ما وبذلك فهو معامل ثبات مقبول.

بالإضافة إلى ذلك قد تراوحت معاملات الثبات التي استخرجت لهذا المقياس في الدراسات والبحوث السابقة ما بين (62-78) سواء بطريقة إعادة الاختبار أو الطريقة النصفية. (زياد أمين بركات، 2000، ص73)

#### ج الموضوعية:

يقصد بها توفر القدر الكافي من الإجراءات التي تبعد التأثير الشخصي للباحث على البحث المتمثل في الرأي أو الحكم في عملية اعداد وتصحيح الاختبار وهذا يتطلب تعليمات محددة للاختبار المراد استعماله وطريقة محددة لتصحيحه ومفتاح للإجابات ومن جهة أخرى يجب ان تكون وحدات الاختبار مفهومة ومصاغة بأسلوب واضح وسلس لا مجال فيه لتأويل المفحوص. (برو محمد، 2014، ص119)

وقد قام الباحث في هذه الدراسة باتباع كل الإجراءات التي تبعد التأثير الشخصي للباحث على البحث وهذا من خلال مجموعة من التدابير أو الخطوات نذكرها كالآتي:

توزيع المقياس على اللاعبين كما هو وفقاً للإجراءات الخاصة دون القيام بأي عملية اعداد أو تصحيح له. -  
أما بالنسبة للاختبار المستخدم في البحث فقد تم تطبيق الاختبار وتكييفه على البيئة المحلية وعلى مجتمع الدراسة وكذلك على العينة مع تجنب القيام بأي تعديل أو اعداد وسيطبق على عينة البحث.

#### 4-7-4- تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية:

##### 4-7-1- تصميم الدراسة:

صممت الدراسة على أساس القيام بالاختبار قبل بدء المرحلة الرئيسية للحصة التدريبية أي بعد التسخينات وقد تم اجراء الاختبار بعد اخذ اسم اللاعب المختبر وهذا لمقارنة نتائجه مع نتائج الاستبيان وبعد الحصول على الأسماء ونتائج الاستبيانات قمنا بتدعيم بحثنا هذا بالقيام بالملاحظة للأداء المهاري خلال المباريات.

##### 4-7-2- المعالجة الإحصائية:

في ضوء اهداف وفروض الدراسة الحالية تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات واختبار صحة الفروض وذلك باستخدام برنامج (spss.ibm 22) والتي اشتملت على الآتي:

المتوسط الحسابي لحساب البعد المهيمن لدى عينة الدراسة

معاملات الارتباط بيرسون Pearson coefficients

#### 4-8- خطوات اجراء الدراسة الميدانية:

بعد قبول اللجنة العلمية للموضوع. وأخذ الموافقة من طرف المشرف. قمنا بتحديد نوع الاختبار والمقياس اللذان يخدمان البحث. وطباعتها والتوجه الى فرق بلدية المسيلة وذلك يوم: 21 ديسمبر 2019 للبدء في تطبيق الاختبار الذي دام يومين، وقد تم اجراء الدراسة على عينة عددها 29 لاعب تتراوح أعمارهم ما بين 18-28 سنة وقد تم اختيار العينة قصديا من فرق بلدية المسيلة.

#### خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل الى كيفية القيام بإجراءات الدراسة الميدانية والتي اعتمدنا فيها على المنهج الوصفي مستعملين في ذلك اختبار الأداء المهاري وشبكة ملاحظة ومقياس الضبط لروتر. كما تم تجنب التعقيد في الاختبار وطريقة طرح الأسئلة.

# الفصل الخامس

## عرض وتحليل ومناقشة النتائج

5-1-1- عرض وتحليل النتائج:

5-1-1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

5-1-1-1-1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

-التذكير بالفرضية: ما هو البعد الذي يتمتع به لاعبو كرة القدم؟

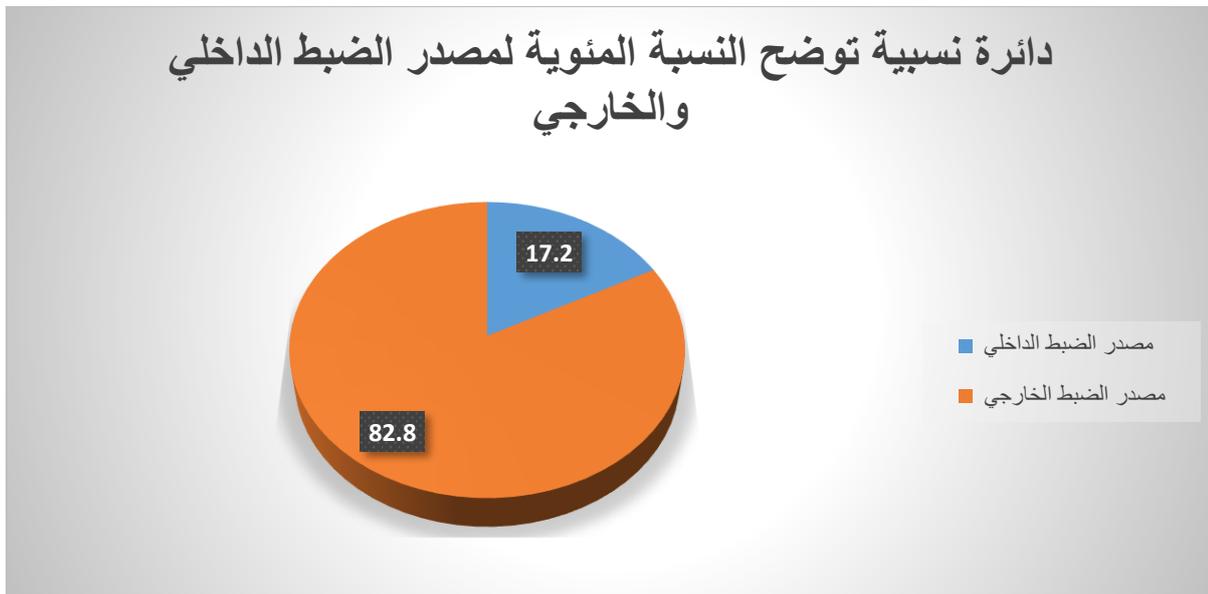
تم حساب نتائج الفرضية الأولى عن طريق حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي ونتائج الفرضية موضحة في الجدول التالي ونسب لاعبي كل من مصدر الضبط الداخلي والخارجي موضحة في الدائرة النسبية

الجدول رقم (3): يمثل التكرارات والنسب المئوية والمتوسط الحسابي للاعبي الضبط الداخلي

والخارجي

نوع مصدر الضبط	التكرارات	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي
مصدر الضبط الداخلي	05	17.2	7.80
مصدر الضبط الخارجي	24	82.8	10.55

الشكل رقم:(4): يمثل دائرة نسبية توضح النسبة المئوية لمصدر الضبط الداخلي والخارجي



### 5-1-1-2- تحليل نتائج الجدول (2) الخاص بالفرضية الأولى:

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (2) يتبين لنا أن عدد تكرارات مصدر الضبط الخارجي والتي بلغت 24 بنسبة مئوية تقدر ب (82.8) وبمتوسط حسابي يساوي (10.55) أكبر من تكرارات مصدر الضبط الداخلي والتي بلغت 5 تكرارات بنسبة مئوية قدرت ب (17.2) وبمتوسط حسابي يساوي (7.80) وبهذه النتائج.

المتوصل إليها ومن خلال مقارنتها نتوصل الى فكرة توجي بأن غالبية لاعبي كرة القدم يتمتعون بمصدر ضبط خارجي وهذا ما يحقق الفرضية الأولى يتمتع لاعبو كرة القدم بمصدر الضبط الخارجي

### 5-1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

#### 5-1-2-1- عرض نتائج الفرضية الثانية:

التذكير بالفرضية الثانية: توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم. تم حساب الفرضية الثانية بمعامل الارتباط بيرسون بين درجات اللاعبين الخمس ذو الضبط الداخلي وادائهم المهاري والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (4): يمثل حساب معامل الارتباط بيرسون بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري

العينة N	معامل الارتباط بيرسون	الدالة	مستوى الدلالة
05	0.505	دال	0.05

### 5-1-2-2- تحليل نتائج الجدول رقم (3) الخاص بالفرضية الثانية

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (3) يتبين لنا أن معامل الارتباط بيرسون بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم والذي بلغ (0.505) وهو دال عند (0.05) أي انه توجد علاقة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وبالتالي فان الفرضية الثانية تحققت أي انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

### 5-1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

#### 5-1-3-1- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

التذكير بالفرضية الثالثة: لا توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

تم حساب الفرضية الثالثة بمعامل الارتباط بيرسون بين درجات اللاعبين (24) ذوو الضبط الخارجي وادائهم المهاري والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (5): يمثل حساب معامل الارتباط بيرسون بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري

العينة N	معامل الارتباط بيرسون	الدلالة
24	0.191	غير دال

#### 5-1-3-2- تحليل نتائج الجدول رقم (4):

من خلال تحليل نتائج الجدول (4) يتضح لنا ان معامل الارتباط بيرسون بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم والذي بلغ (0.191 وهو غير دال) أي انه لا توجد علاقة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وبهذا فان الفرضية الثالثة تحققت أي انه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم

#### 5-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات:

#### 5-2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

بالنظر الى النتائج المتحصل عليها والموضحة في الجدول رقم (2) والتي تنص على ان لاعبي كرة القدم يتمتعون بمصدر ضبط خارجي وهذا بالرغم من ان مجتمع العينة متجانس من حيث إمكانيات اللاعبين المادية والاقتصادية والاجتماعية خاصة فيما يتعلق بالمعتقدات والايمان بالقدر والصدفة. وهذه النتيجة في الغالب تعزى الى ما يعيشه هؤلاء الرياضيون على أرض الواقع فأغلب التفاصيل التي تحدث خلال التدريبات أو المباريات راجعة الى تعليمات المدرب وما أراده هو. أي أن ذوي النفوذ هم من يحددون المصير ولعل من الأسباب أيضا هو رغبة وتأثير الجمهور على مستوى الأداء والنتيجة بصفة عامة والاعتقاد بصعوبة المهمة بصفة خاصة والذي يحتاج في نظرهم الى دعم خارجي من قبل المدرب وطاقم الفريق وغيرها من مؤثرات خارجية.

وهذا يتوافق مع لاعبي الكرة الطائرة والتي جاءت في محتوى دراسة بعلي إبراهيم (سنة 2015) على فرق الكرة الطائرة حيث توصل إلى أن ذوي النفوذ هم من يتحكمون في مستوى الأداء ودرجته أي أن أغلبية اللاعبين يتمتعون بضبط خارجي.

### 5-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

من خلال النتائج التي يبينها الجدول رقم (3) والتي توحى بوجود علاقة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم والتي تعزى في هذا السياق الى الدافعية والثقة بالنفس فغالبا اللاعبين الذين يتمتعون بأداء مهاري عالي وقادرين على اظهاره خلال التدريبات أو المباريات يوصفون بأنهم يتمتعون بالثقة بالنفس والقدرة على فرض شخصيتهم داخل الملعب وخارجه هذا بغض النظر عن نتائج الفريق وما تؤول اليه اغلب المباريات ففي الكثير من الأحيان يخسر الفريق ولكن اللاعب يفوز بحب الجماهير والمدرّب وهذا من خلال ما قدمه من صورة فردية متعلقة بأدائه المهاري أي أن ما يحققه من فروق فردية راجعة الى ذواهم وثقتهم العالية على اظهار كل ما يتمتعون به من أداء مهاري.

وهذا ما أشارت له دراسة محمد سليمان بني خالد سنة 2009 والتي توصلت في مضمونها الى ان الخبرات الجديدة التي يعيشها اللاعب مما تمثله من نقلة نوعية في بناء الشخصية والتكيف مع المعطيات الجديدة

(محمد سليمان بني خالد، 2009 ص 505)

### 5-2-3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

بالنظر الى ما عرض من نتائج في الجدول رقم (4) والتي تنفي نتائج وجود علاقة احصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وهذا يعزى الى حقيقة أن الأداء العام الذي يقدمه الفريق بصفة جماعية يعود الى تعليمات المدرّب وأوامره بالإضافة الى رغبة جمهوره في حين ان الأداء المهاري والذي يتمثل في تفاصيل صغيرة خلال التدريب أو المباراة يعود الى أمرين اثنين احدهما الموهبة الفطرية وثانيهما الثقة بالنفس ودافعية اللاعب في فرض شخصيته.

وهذا يتوافق مع ما أشارت له دراسة بعلي إبراهيم (سنة 2015) والتي توصلت في مضمونها إلى عدم وجود علاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي الكرة الطائرة.

# الفصل السادس

## الإستنتاجات والإقتراحات

## 6-1- الاستنتاج العام:

من خلال العمل على بحثنا هذا وبعد انجاز كافة الخطوات والتوصل الى النتائج والتأكد منها وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج لأبد من التوصل الى استنتاج بخصوص موضوع بحثنا هذا والذي يتلخص في النقاط التالية:

- يتمتع لاعبو كرة القدم بمصدر ضبط خارجي وهذا يعبر عن حقيقة العمل على تحقيق مختلف أوامر وتوجيهات المدرب
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وهذا ما يوضح العلاقة بين ذات اللاعب وما يبرزه خلال التدريبات والمباريات من أداء مهاري
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وهذا ما يبين عدم تدخل المدرب او كوادر الفريق فيما يقوم به اللاعب من مهارات استثنائية خلال المباريات أو التدريبات سواء كانت في الاتجاه الصحيح أو الخاطئ.

## 6-2-2- الإقتراحات والفرضيات المستقبلية:

### 6-2-1- الإقتراحات:

اعتمادا على ما توصل اليه الباحث من نتائج بخصوص هذا الموضوع الذي يعتبر من المواضيع النادرة الدراسة على المستوى الولائي و الوطني وبداية من اختيار الباحث لهذا الموضوع ووصولاً الى اطلاعه وتعرفه على مدى أهميته في المجال الرياضي من خلال تأثيرات المصادر الخارجية والداخلية على أداء اللاعبين والتوصل الى نقاط الضعف ومعالجتها والذي من شأنه المساعدة على التكوين الإيجابي للاعبين بغية الارتقاء بمستوى الإنجاز الرياضي وفي هذا السياق يعرض الباحث جملة من التوصيات موجهة الى المتخصصين في مجال التدريب الرياضي وكل من له علاقة بموضوع الدراسة كل حسب موقعه ونطاق تدخله:

1. إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على ان يأخذ منحى اخر يقوم على صياغة برامج تدريبية تعليمية للضبط الداخلي
2. اعداد البحوث العلمية التي تتعلق بمصادر الضبط وجمع المعلومات عنها وتوفير قاعدة بيانات عن كيفية تطوير الأداء المهاري
3. اقتراح برنامج تدريبي تعليمي لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى الرياضيين في مختلف الرياضات
4. عقد ملتقيات وطنية ودولية للتحسيس بأهمية الأداء المهاري واعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية وتطوير الأداء المهاري في مختلف الرياضات
5. الاهتمام بمتابعة الرياضيين الذين يمتلكون القدرة على التحكم في أدائهم المهاري داخل المراكز في حالات استضافتهم ومتابعتهم أيضا داخل النوادي وتقديم التوجيهات والارشادات اللازمة
6. وفي الأخير تشجع هذه الدراسة القيام بمزيد من الدراسات المتعددة للكشف عن العلاقة بين مصدر الضبط وبين عدد من المتغيرات الأخرى

### 6-2-2- الفرضيات المستقبلية:

بعد تناول الباحث لموضوع دراسته (مصدر الضبط وعلاقته بالأداء المهاري) واستخلاص ما يمكن استخلاصه من خلال الأسئلة المطروحة حول هذا الموضوع، بالإضافة إلى دراسته النظرية التي يأمل أن تساهم في إعطاء دفعة قوية للرياضيين والرياضة بصفة عامة كما يطمح أن تستمر الدراسات العلمية في إطار هذا الموضوع وان تكون هنالك رغبة في اكتشاف كل ما يحتاجه الرياضيون للوصول الى أعلى مستوى في بناء الذات والثقة بالنفس والقدرة على إظهار جودة ما يمتلكه اللاعب من أداء مهاري.

# المراجع

المراجع والمصادر المعتمدة في الدراسة

المصادر:

القران الكريم

المراجع العربية:

1. أبو عبده، حسن السيد (2008) : الاعداد المهاري للاعبي كرة القدم، ط8 ،الفتح للطباعة والنشر. الإسكندرية، مصر.
2. أبو ناهية، صلاح الدين، (1987): " الفروق في الضبط الخارجي لدى الأطفال والمراهقين والشباب والمسنين من الجنسين بقطاع غزة". دراسات تربوية، 2، (9) 184-233.
3. أبو ناهية، صلاح الدين، (1989): " العلاقة بين الضبط الداخلي -الخارجي وبعض أساليب المعاملة الوالدية في الأسرة الفلسطينية بقطاع غزة"، مجلة علم النفس. 10.5-72.
4. أبو عبده، حسن السيد (2002) : الاعداد المهاري للاعبي كرة القدم، ط1 ، دار الاشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر.
5. أمل، الأحمد (2001) : مركز الضبط وعلاقته بمتغير الجنس والتخصص العلمي، بحوث ودراسات في علم النفس، ط1 ،مؤسسة الرسالة، بيروت.
6. الباسطي، أمر الله (1998) : أسس وقواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر.
7. بطرس، رزق الله (1992) : متطلبات لاعبي كرة القدم البدنية والمهارية، دار المعارف، الإسكندرية، مصر.
8. برو محمد (2014) : الموجه في منهجية العلوم الاجتماعية. الأمل للطباعة والنشر تيزي وزو الجزائر.
9. بعلي، إبراهيم، (2016)، "مصدر الضبط وعلاقته بالأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي الكرة الطائرة"معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر
10. بلعيد، عادل، (2015)، "تأثير الضغط النفسي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة". معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، الجزائر
11. بوالليف، امال، (2010)، " مركز الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسي الجامعي"، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي، جامعة باجي مختار، عنابة، الجزائر.
12. ثامر، محمد إسماعيل (1999) : التمارين التطويرية بكرة القدم، ط1 ، دار الفكر العربي، عمان.

13. حنفي، محمود مختار (1980) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
14. حنفي، محمود مختار (1988) : المدير الفني لكرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
15. حنفي، محمود مختار (1995) : التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
16. حنفي، محمود مختار (1996) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
17. حنفي، محمود مختار (1997) : المدير الفني في كرة القدم. مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
18. رشاد، علي عبد العزيز موسى (1993) : دراسات في علم النفس الاجتماعي سيكولوجية الفروق بين الجنسين، مؤسسة مختار للنشر دار المعرفة، القاهرة.
19. زياد أمين، بركات، (2000)، " مركز الضبط الداخلي والخارجي وعلاقته باتجاهات المعلمين نحو مهنة التعليم "، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي، مركز طولكرم، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
20. سليمان، سناء محمد، (1988): " الانضباط لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية "، مجلة علم النفس تصدر عن الهيئة المصرية للكتاب، 6.
21. سليمان، محمد بني خالد، (2009): " مركز الضبط وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة البيت"، مجلة الجامعة الإسلامية، 17، (2).
22. سنوسي عبد الكريم (2017)، "تصميم اختبار مهاري مركب لقياس الأداء المهاري عند ناشئي كرة القدم"، معهد التربية البدنية، قسم التدريب الرياضي، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم، الجزائر.
23. طلعت، حسن عبد الرحيم (1895) : سيكولوجية التأثير الدراسي، دار الثقافة للطباعة والنشر، القاهرة.
24. علاوي، محمد حسن، (2001) : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس، ط2 ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
25. قارة، سعيد، (2015)، " مصدر الضبط الصحي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي "، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس. تخصص علم النفس العيادي. جامعة الحاج لخضر. باتنة

26. قاسم، حسن حسين (1998) : الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة، ط1 ، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن.
27. كفاقي، علاء الدين (1982) : وجهة الضبط والمثابرة. بعض الدراسات حول وجهة الضبط وبعض المتغيرات النفسية، ط1 ، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
28. كليفورد وكيليري (1990) : اختبار مركز التحكم عند الأطفال والمراهقين (دراسة التعليمات) اعداد مجدي عبد الكريم حبيب، دار النهضة، القاهرة.
29. المذكرة الرياضية (1998) : المركز الوطني للإعلام والوثائق الرياضية، الجزائر.
30. مرزوق، الياس، (1999)، " العلاقة بين سمات الشخصية والأداء المهاري للاعبين كرة القدم "، مذكرة لنيل شهادة ليسانس، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة دالي إبراهيم، الجزائر
31. الموسوعة المنهجية الحديثة الرياضية (2002) : المركز الثقافي في شركة فاميلي للمطبوعات، ط1 ، الجزائر.
32. موفق، أسعد محمود (2008) : التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، ط1 ، دار دجلة، الأردن.
33. وجبة، محبوب (2002) : البحث العلمي ومناهجه، ط1 ، دار الكتب والنشر، بغداد، العراق،
34. وجدي، مصطفى الفاتح (2001) : الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، دار الهدى، القاهرة.

المراجع الأجنبية:

- 35.Barthélemy et Ourmelen.B, (1985) : **manuel des écoles de football et de jeunes footballeurs**, ED Chiron, Paris.
- 36.Duane schulize et Syduncy Schul Tz (1994) : **thearies of personality**.5.
- 37.Jafari, M., & Shahidi, S. (2009)." Comparing locus of control, assertiveness and general health among Young Drug dependent patients in Iran". Iran J Psychiatry, 4, 46-51.
- 38.Ozen Kutanis, R., Mesci, M., & Ovdur., Z. (July 2011). "The effects of locus of control on learning performance," A case of an academic organization. Journal of economics and social studies, 1, (2)113-33.
- 39.r.a.akramov (1993) : **sélection et préparation des jeunes footballeurs**.1. Office des publications universitaires. Place centrale de ben aknoun. Alger
- 40.Rotter, R. (1966)." Generalized expectancies for internal versus external control." Psychological monographs : General and applied, 80. (1)1 -28.

# الأملاح

## -الملاحق

مقياس روتر للضبط الداخلي - الخارجي

أيها اللاعب :

بين يديك استبيان يهدف الى الكشف عن الطريقة التي تؤثر بها بعض الاحداث المهمة على الناس بمختلف أعمارهم، يحتوي على 29 فقرة كل فقرة تتكون من عبارتين مشار اليهما بالرمز (أ، ب) أرجو منك عند الإجابة أن تضع الرمز (x) عند رمز العبارة التي تختارها من كل فقرة

ان هذا الاستبيان الذي بين يديك هو مقياس لما يعتقد الشخص لذلك ليس هنالك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، كما قد تجد في بعض الفقرات أنك توافق على ما جاء في كلتا العبارتين أو أنك تعرض ما جاء فيهما، وفي هذه الحالة عليك ان ترجح احدى العبارات على الأخرى وتختارها على انها الإجابة المناسبة علما أن هذه الإجابة لن يطلع عليها أحد ولن تستخدم الا لأغراض البحث العلمي وأغراض الارشاد التربوي

**شكرا على تفهمكم وتعاونكم**

الاسم واللقب:

السن:

مدة اللعب:

الرقم	الإجابة	فقرة السؤال
1	أ . ب .	. يقع الأولاد في المشكلات لأن آباءهم يعاقبونهم كثيرا . مشكلة غالبية الأولاد في هذه الأيام تساهل آباءهم الزائد معهم
2	أ . ب .	. يعود الكثير مما يصيب الناس من تعاسة جزئيا إلى حظهم السيئ . يعود سوء طالع الناس الى الأخطاء التي يرتكبونها
3	أ . ب .	. من الأسباب الأساسية لوقوع الحروب عدم اهتمام الناس الكافي بالسياسة . ستقع الحروب باستمرار مهما حاول الناس منع حدوثها
4	أ . ب .	. يحصل الناس في النهاية على الاحترام الذي يستحقونه في هذا العالم . لسوء الحظ غالبا ما تمضي حياة الفرد دون أن يقدر قيمته أحد مهما بذل من جهد
5	أ . ب .	. ان فكرة عدم عدالة المدرسين تجاه طلابهم لا معنى لها . غالبية الطلاب لا يدركون مدى تأثر علاماتهم بعوامل الصدفة
6	أ . ب .	. لا يمكن للمرء أن يكون قائدا فعلا دون توفر الفرص المناسبة. . الأكفاء الذين يفشلون في أن يصبحوا قادة هم أناس لم يحسنوا استغلال فرصهم
7	أ . ب .	. مهما تبذل من جهد في كسب ود الآخرين سيظل هنالك أناس يكرهونك . الذين لا يستطيعون كسب ود الآخرين لا يفهمون كيفية التعامل معهم

8	أ . ب .	. تلعب الوراثة الدور الرئيسي في تحديد شخصية الفرد. . خبرات الفرد في الحياة هي التي ستحدد ما ستكون عليه شخصيته.
9	أ . ب .	. غالباً ما أجد الأشياء المقدر لها ان تحصل، تحصل فعلاً. . اعتماد المرء على القدر في تصريف أموره لا يجدي بالمرّة.
10	أ . ب .	. يندر أن يجد الطالب الامتحان غير عادل إذا كان استعداده لهذا الامتحان تاماً. . في كثير من الأحيان تكون أسئلة الاختبار عديمة الصلة بالمادة الدراسية مما يجعل الاستعداد لها عديم الجدوى.
11	أ . ب .	. يعتمد النجاح على العمل الجاد ولا دخل للحظ به إلا نادراً. . الحصول على وظيفة جيدة يعتمد بشكل أساسي على وجود الفرد في المكان المناسب وفي الوقت المناسب .
12	أ . ب .	. يستطيع المواطن العادي أن يؤثر بشكل ما على قرارات الحكومة. . يسيطر على العالم حفنة من الناس ولا يستطيع شخص عادي أن يفعل شيئاً إزاء ذلك.
13	أ . ب .	. عندما أقوم بوضع الخطط فإنني غالباً ما أكون على يقين بقدرتي على تنفيذها. . ليس من الحكمة أن تخطط للمستقبل البعيد، لان الكثير من الأشياء يتحكم فيها الحظ الجيد او الحظ السيئ على أي حال.
14	أ . ب .	. هناك بعض الناس الذين هم سيئون. . هناك شيء جيد في تقريباً.
15	أ . ب .	. بالنسبة الي فان ما أسعى للحصول عليه لا علاقة له بالحظ. . لا بأس في كثير من الأحيان ان يكون قرارنا على أساس الوجه الذي يظهر عند رمي قطعة نقود في الهواء.

16	أ . ب .	. من يصل إلى مركز الرئاسة هو في الغالب ذلك الشخص الذي خدمه الحظ في أن يكون في المكان المناسب غيره. . لكي يقوم الناس بعملهم على الوجه الصحيح لابد من وجود القدرة لديهم حيث ان دور الحظ في ذلك يكون قليلا او معدوما.
17	أ . ب .	. بالنسبة لما يجري في هذا العالم يمكن القول بان معظمنا ضحايا لقوى لا نستطيع فهمها أو عليها السيطرة. . يمكن للناس المشاركة الإيجابية في الشؤون الاجتماعية والسياسية ان يسيطروا على ما يجري في هذا العالم.
18	أ . ب .	. غالبية الناس لا يدركون مدى سيطرة عوامل الصدفة على مجريات حياتهم. . في الحقيقة ليس هنالك شيء اسمه الحظ.
19	أ . ب .	. على المرء أن يكون لديه الاستعداد الدائم للاعتراف بأخطائه. . من الأفضل عادة أن يتستر الفرد على اخطائه.
20	أ . ب .	. من الصعب أن تعرف إذا كان شخص ما يحبك حقاً أم لا. . ان عدد الصداقات التي تكونها يعتمد على كم أنت شخص طيب.
21	أ . ب .	. الأمور السيئة التي تصيبنا تتساوى على المدى البعيد مع الأمور الحسنة. . ان سبب ما يصيبنا من سوء الطالع هو سبب الجهل او الكسل او الافتقار الى القدرة أو الثلاثة معا.
22	أ . ب .	. بمزيد من الجهد نستطيع القضاء على الفساد السياسي. . من الصعب على الناس العاديين أن يكون لهم سيطرة كافية على الأعمال التي يقوم بها السياسيون وهم في مراكز الحكم.
23	أ . ب .	. لا أستطيع أحيانا أن افهم كيف يتوصل المدرسون للعلامات التي يعطونها. . هناك ارتباط مباشر بين ما ابذل من جهد في الدراسة والعلامات التي احصل عليها.

24	أ . ب .	. القائد الجيد هو الذي يتوقع أن يقرر الناس لأنفسهم ما يجب أن يفعلوه. . القائد الجيد هو الذي يحدد لكل فرد الاعمال التي يقوم بها.
25	أ . ب .	. في كثير من الأحيان اشعر أنني لا أستطيع السيطرة على الأشياء التي تحدث لي. . يستحيل على ان اقتنع ان الحظ او الصدفة يلعبان دورا هاما في حياتي.
26	أ . ب .	. يعزل بعض الناس أنفسهم عن الآخرين لأنهم لا يحاولون كسب صداقتهم. . لا فائدة كبيرة ترجى من بذل الجهد أكثر مما يجب في كسب ود الآخرين لأنهم ان أرادوا ان يحبوك فهم يحبوك.
27	أ . ب .	. هناك مبالغة في التأكيد على الرياضة في المدارس الثانوية. . ان مزاوله رياضة داخل فريق تعتبر طريقة ممتازة لبناء الشخصية.
28	أ . ب .	. إن ما يحدث لي هو ما تقعله يداي. . اشعر أحيانا أنني لا أستطيع التحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي.
29	أ . ب .	. في كثير من الأحيان لا أستطيع أن افهم لماذا يتصرف السياسيون بالطريقة التي يتصرفون بها. . في المدى البعيد الناس هم المسؤولون عن سوء الحكم سواء على المستوى القومي او على المستوى المحلي.

## ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: مصدر الضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية على فرق بلدية مسيلة (صنف أكابر).

### أهداف الدراسة:

- معرفة البعد المهيم لدى لاعبي كرة القدم.
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.
- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

منهج الدراسة: تم اتباع المنهج الوصفي في الدراسة

### مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم صنف أكابر والذين يمارسون نشاطهم في فرق بلدية المسيلة (مولودية شباب المسيلة - اولمبيك المسيلة-وفاق مسيلة) وقد بلغ عددهم 75 لاعبا

عينة الدراسة: شملت عينة الدراسة لاعبي كرة القدم أكبر من 18 سنة يلعبون في مراكز (وسط الميدان -المهاجمين - المدافعين الخارجيين) في فرق بلدية المسيلة وبلغ حجم العينة 29 لاعب.

### أساليب جمع البيانات:

الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث: ملعب قانوني لكرة القدم، اقمار عددها (5)، مقياتي، كرة، صافرة، سجل لتسجيل النتائج

الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث: مقياس الضبط لروتر - اختبار أكرموف لقياس تقنية الجري والتحكم بالكرة

### النتائج المتوصل إليها:

- يتمتع لاعبو كرة القدم بمصدر ضبط خارجي
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.

### الاستنتاجات والاقتراحات:

- إتمام مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على أن يأخذ منحني اخر يقوم على صياغة برامج تدريبية تعليمية للضبط الداخلي
- اعداد البحوث العلمية التي تتعلق بمصادر الضبط وجمع المعلومات عنها وتوفير قاعدة بيانات عن كيفية تطوير الأداء المهاري.
- اقتراح برنامج تدريبي تعليمي لبناء وجهة الضبط الداخلي لدى الرياضيين في مختلف الرياضات.
- عقد ملتقيات وطنية ودولية للتحسين بأهمية الأداء المهاري واعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية وتطوير الأداء المهاري في مختلف الرياضات.
- الاهتمام بمتابعة الرياضيين الذين يمتلكون القدرة على التحكم في أدائهم المهاري داخل المراكز في حالات استضافتهم ومتابعتهم أيضا داخل النوادي وتقديم التوجيهات والارشادات اللازمة.
- وفي الأخير تشجع هذه الدراسة القيام بمزيد من الدراسات المتعددة للكشف عن العلاقة بين مصدر الضبط وبين عدد من المتغيرات الأخر.