



التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم

ازهر كمال حسين

أ.د. غازي صالح محمود

ryeadkrebt@yahoo.com

الكلمات المفتاحية : علم النفس، كرة القدم

ملخص البحث باللغة العربية

تعتبر لعبة كرة القدم دون منازع اللعبة الشعبية الأولى في العالم وقل أن نجد بلدا في العالم لا يعرف أبنائه لعبة كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا بها.

ويدرك معظم الافراد الرياضيون أهمية التدريب النفسي في المباريات الى جانب التدريب البدني، ويدرك المدربون أيضا أهمية الاستعداد النفسي الا ان اغلبهم يقضون وقتا قليلا في مساعدة الرياضيين على الاستعداد النفسي.

ويهدف البحث في التعرف على مستوى التدفق النفسي للاعبين نادي الصناعة الرياضي وكذلك التعرف على نوع العلاقة بين التدفق النفسي ومهارتي المناولة والتهديف وشملت عينة البحث لاعبي نادي الصناعة الرياضي.

وبعد عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها كانت أهم الاستنتاجات هي وجود علاقة معنوية بين التدفق النفسي ومهارتي المناولة والتهديف

وكانت أهم التوصيات ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لما اهمية كبرى في مردود الاداء المهاري لمهارتي المناولة والتهديف.

1995 م



كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات
College of Physical Education and Sport Sciences For Women



Psychological flow and its relationship with the skills of handling and scoring football

Prof. Ghazi Saleh Mahmoud

Hussein Kamal bloom

ryeadkrebt@yahoo.com

Key words: Psychology football

Abstract in Arabic

Considered the game of football unchallenged popular sport in the world and say that to find a country in the world does not know his sons football game, or at least did not hear them.

Most individuals athletes and recognizes the importance of psychological training in the games as well as physical training, and also aware of the importance of psychological readiness coaches, but most of them spend a little time in helping the athletes on the psychological readiness.

The research aims to identify the psychological flow of industry players club sports level, as well as to identify the relationship between the psychological flow and my skills handling, Ro-Ro type and included a sample of the research industry players and Sports Club.

After presenting and analyzing the results and discussion of the most significant conclusions is that there were significant relationship between psychological flow and my skills handling, Ro-Ro

The most important recommendations need to pay attention to the psychological aspect of great significance in the yield performance skills for handling my skills and rolling



1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعتبر لعبة كرة القدم دون منازع اللعبة الشعبية الأولى في العالم وقل أن نجد بلدا في العالم لا يعرف أبناءه لعبة كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا بها، وقد ذكر ان السيد جول ريمي الرئيس السابق للاتحاد الدولي لكرة القدم مازحا "ان الشمس لا تغرب مطلقا عن امبراطوريتي" دلالة على انتشار لعبة كرة القدم في مختلف أرجاء المعمورة ، إن لعبة كرة القدم لم تظهر بشكلها الحالي بين ليلة وضحاها فقد ظهرت ببطية شديدة وكسبت من سنة لأخرى هوة أكثر حتى أصبحت أوسع لعبة.

ويدرك معظم الافراد الرياضيون أهمية التدريب النفسي في المباريات الى جانب التدريب البدني، ويدرك المدربون أيضا أهمية الاستعداد النفسي الا ان اغلبهم يقضون وقتا قليلا في مساعدة الرياضيين على الاستعداد النفسي ، كما أن اكتساب المهارات النفسية يزيد من قدرة اللاعب على مواجهة الضغوط والتكيف مع ظروف التدريب والمنافسة للوصول إلى الأداء الجيد والاستمتاع بالنشاط الممارس و تزيد من دافعيته للاستمرار والتفوق فيه وقد تشير إلى تلك الأسباب التي تؤدي إلى عدم الاندماج في هذا النشاط وتجنبه ، فإن تعدد الخبرات الانفعالية التي يمر بها اللاعب خلال الممارسة الرياضية يشير إلى ما هو إيجابي ويدعم استمراره في الممارسة من أجل مزيد من الاستمتاع بالنشاط والتفوق فيه ، وما هو سلبي يمكن أن يصل باللاعب إلى حالة من القلق والملل قد تؤدي إلى العزوف عن ممارسة هذا النشاط والانسحاب منه.

وهنا تظهر أهمية البحث التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي ومهاتري المناولة والتهديف في مجال كرة القدم والذي سينعكس إيجابا في تطوير مستوى الأداء عند اللاعبين ، وكذلك ستنجح هذه الدراسة المجال للقيام بدراسات مشابهه في مجال تطوير التدفق النفسي في بعض الألعاب الأخرى ومن هنا تظهر مشكلة البحث.

ومن خلال الاطلاع على مباريات و بطولات عدة لاحظ الباحث قلة اهتمام اغلب المدربين بالجانب النفسي ونظرا للأهميته في تطوير الجانب المهاري للاعبين في مجال كرة القدم حدا بالباحث الولوج في هذه المشكلة للتعرف على العلاقة بين التدفق النفسي ومهاتري المناولة والتهديف.

2-1 هدف البحث:

1- التعرف على مدى العلاقة بين التدفق النفسي ومهاتري المناولة والتهديف.

3-1 فرض البحث:

1- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي ومهاتري المناولة والتهديف

4-1 مجالات البحث:

1- المجال البشري: لاعبو نادي الصناعة الرياضي بكرة القدم فئة الشباب.

2- المجال المكاني : ملعب نادي الصناعة الرياضي .

3- المجال الزمني : الفترة من 2016/11/15 إلى 2016/12/21.



					2- التركيز في النشاط الحالي
					1- لقد كان انتباهي مركزا بالكامل على ادائي.
					2- لم اركز جيدا على ادائي في بعض الاحيان.
					3- لقد كانت لدي فكرة جيدة عن مستوى ادائي وكيف كنت جيدا فيه.
					4- صياح الجمهور يشتت انتباهي.
					3- فقدان الوعي الذاتي
					1- لم اكن مهتما بتقييم الآخرين لي.
					2- أشعر بأن جسدي متوتر.
					3- أرتكب المزيد من الأخطاء كلما زادت أهمية المنافسة.
					4- أشعر بالتوتر عندما يشاهد أدائي بعض الأشخاص المهمين.
					5- لم اكن قلقا حول كيفية تقديم نفسي.
					4- الاحساس بالتحكم
					1- لم يكن لدي احساس قوي بما كنت اقوم به.
					2- لقد شعرت ان باستطاعتي ان اتحكم بما كنت افعله.
					3- لقد احسست بالتحكم الكلي بجسدي.
					4- فقدت السيطرة على مجريات الامور في بعض الاحيان.
					5- وضوح الاهداف
					1- لقد كانت اهدافي واضحة ومعرفة.
					2- لم تكن الصورة واضحة عن كيفية ادائي.
					6- اندماج العمل والوعي
					1- كان احساسني اني اندمجت كليا في الاداء.
					2- لم اندمج كليا مع زملائي في الفريق.
					3- شيء ما كان يشتت تركيزي اثناء الاداء.
					7- تحول الوقت
					1- بدا لي ان الوقت قد تغير (تسارع او تباطأ).
					2- لقد شعرت بان الوقت مر سريعا.
					3- لقد شعرت بان الوقت مر بصورة بطيئة.
					8- الغرض الذاتي من التجربة
					1. لقد احببت الشعور بالاداء واريد القيام به مرة اخرى.
					2. التجربة جعلتني اشعر بسعادة كبيرة.
					3. لقد خيبت املي التجربة.
					4. انا ملتزم بتعليمات المدرب حرقيا.
					9- تغذية راجعة سريعة
					1- استطعت ان اعرف من خلال ادائي انني كنت جيدا.
					2- كانت الصورة واضحة عن كيفية سير ادائي.
					3- كان ادائي ذاتيا ولم افكر فيه كثيرا.
					4- افكر كثيرا في تصحيح حركاتي وكيفية اداءها.

ثانيا : اختبار دقة المناولة:

اسم الاختبار : الاستلام والمناولة

الهدف من الاختبار : قياس دقة المناولة (3:297).



الأدوات اللازمة: خمسة لاعبين، خمس أهداف صغيرة بعرض (1) م وارتفاع (0.5) م ، خمس كرات قدم قانونية ، شريط قياس .

إجراءات الاختبار: يقف (5) لاعبين بخط عرضي مستقيم والمسافة بين لاعب وآخر 2م ويكون إمام اللاعبين الأهداف الخمسة التي تبعد عنهم (30) م يقف اللاعب المختبر بالوسط بين اللاعب رقم 1 والهدف رقم 1 وعند سماع إشارة البدء يقوم اللاعب المختبر بتسليم الكرة من اللاعب رقم 1 ثم الدوران السريع ضمن المسافة المحددة 2 م الواقعة في وسط المسافة بين الأهداف الخمسة والخط العرضي، ثم مناولة الكرة باتجاه الهدف قم 1 وهكذا يكرر المحاولة مع زملائه .

طريقة التسجيل: لا تحتسب أي درجة في حالة عدم إصابة الهدف بينما تحتسب درجة واحدة لكل إصابة .

ثالثا: اختبار دقة التهديف:

اسم اختبار: الدرحة بالكرة بين الشواخص التهديف

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف (2:163).

الأدوات المستخدمة: كرة قدم قانونية عدد(5)، شريط لتقسيم المرمى، شريط قياس، شواخص عدد(6).
إجراءات الاختبار: تخطيط منطقة الاختبار توضع 6 شواخص المسافة بين كل شاخص 2 متر والمسافة الكلية هي 14 متراً إلى قوس الجزاء . يقسم الهدف إلى ثلاثة أقسام الأول يبعد 1 متر عن العمود وكذلك الثالث والمسافة بين القسم الأول والثالث تمثل القسم الثاني .

وصف الاختبار: يبدأ اللاعب بالدرحة بين الشواخص من خط البداية إلى خط النهاية ويقوم بالتهديف نحو المرمى .

التسجيل:- يعطى اللاعب نقطة واحدة في القسم الثاني .

- يعطى اللاعب نقطتان في القسمين الأول والثالث .

- يعطى اللاعب صفر في حالة خروج الكرة إلى خارج الهدف .

2-5- التجربة الاستطلاعية:

بهدف ضبط الاختبارات وجعلها في قلبها السليم منتهجة السياقات العلمية الصحيحة ، أجرى الباحثان دراسته الاستطلاعية والتي هي " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قيل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وادواته" (7:78)

حيث قام الباحثان بإجراء التجربة على (4) لاعبين من نفس العينة تم استبعادهم من العينة الرئيسية في يوم الخميس 2016/12/15 وقد هدفت التجربة الى .

- 1- معرفة كفاءة الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث .
- 2- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لإفراد عينة البحث .
- 3- الفترة الزمنية التي تستغرقها الاختبارات أثناء تنفيذها .
- 4- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد .
- 5- معرفة وتحديد أهم السلبيات التي ترافق التجربة لغرض تلافيها عند إجراء التجربة الرئيسية .

2-6 الاسس العلمية للاختبارات

استخدم الباحث الصدق الذاتي وهو جذر معامل الثبات واما بالنسبة للثبات فقد استخدم الباحث للمقياس التجزئة النصفية أي الارقام الفردية والارقام الزوجية اما الاختبارات المهارية استخدم الباحث اختبار واعدة الاختبار اي بعد اسبوع من الاختبار الاول وكما موضح بالجدول التالي

جدول بين الاسس العلمية للاختبارات

المتغيرات	الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
-----------	--------	--------------	-----------



0.95	0.94	0.89	التدفق النفسي
0.91	0.93	0.87	المناولة
0.94	0.92	0.85	التهديف

7-2 إجراءات البحث الميدانية

من أجل الوصول الى تحقيق أهداف البحث من جهة والوقوف على تهيئة واعداد المتغيرات الخاصة بالبحث اذ قام الباحثان بأجراء التجربة الرئيسية في تاريخ 18 / 12 / 2016 حيث قام بأجراء الاختبارات على عينة البحث وتم جمع البيانات الخاصة بالاختبارات في استمارة خاصة بجمع البيانات.

8-2 الوسائل الإحصائية

تم استخدام الوسائل الإحصائية في البرنامج الجاهز للحقيقة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات.

3 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض وتحليل النتائج

من خلال استخدام الباحثان للوسائل الإحصائية المستخدمة في الحقيبة الإحصائية (spss) ظهرت لنا النتائج الآتية لمتغيرات البحث .

جدول رقم (1)

يمثل الوسط الحسابي والانحرافات المعياري للتدفق النفسي

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الفرضي للمقياس
التدفق النفسي	درجة	105

جدول رقم (2)

يمثل معامل الارتباط بيرسون لمتغيرات البحث

المتغيرات	وصف الاحصاء	قيمة (r) المحتسبة	نسبة الخطا	الدلالة
التدفق النفسي	س	115.90	0.01	معنوي
	ع	7.40		
	س	5.60		
	ع	1.34		
المناولة	س	115.90	0.03	معنوي
	ع	7.40		
	س	5.71		
	ع	1.77		
التدفق النفسي	س	115.90	0.03	معنوي
	ع	7.40		
	س	5.71		
	ع	1.77		
التهديف	س	115.90	0.03	معنوي
	ع	7.40		
	س	5.71		
	ع	1.77		

من خلال جدول رقم (1،2) ظهرت لنا البيانات الآتية لمتغيرات البحث بعد استخدام الوسائل الإحصائية في الحقيبة الإحصائية (spss) وكانت الوسط الحسابي للتدفق النفسي (115.90) و بالانحراف المعياري (7.40) . وكانت الأوساط الحسابية لمهاتري المناول والتهديف (5.60) و (5.71) و بالانحرافات معيارية



(1.34) و(1.77) وكان معامل الارتباط البسيط بيرسون بين التدفق النفسي والمناولة بلغ (0.65) وبنسبة خطأ (0.01) مما يدل على معنوية العلاقة، وكان معامل الارتباط بين التدفق النفسي ومهارة التهديف بلغ (0.57) وبنسبة خطأ (0.03) مما يدل على معنوية الفرق.

3 - 2 مناقشة النتائج

ومن خلال جدول (2) يتبين هناك علاقة ارتباط بين التدفق النفسي ومهارتي المناولة والتهديف ويعزو الباحثان الى ذلك ان الاهتمام بالعامل النفسي عامل مهم في تطوير المهارات الاساسية وهذا يفسر لنا ان العينة كانت خاضعة الى تدريبات او برامج او اهتمام اكبر من الجانب النفسي مما انعكس بالإيجاب على المهارات الاساسية المبحوثة وكذلك النتائج التي حصل عليها الباحثان يفسر ذلك بالإضافة الى تصدر نادي الصناعة دوري الدرجة الاولى يفسر ذلك الباحثان الى ان التدفق النفسي علاقة طردية مهارتي المناولة والتهديف وتؤكد (سهير، 2000) "ان من اهداف الارشاد النفسي خفض التوتر وازالة القلق حتى يتحقق للفرد التكامل الذي يسمح للفرد بتحقيق اهدافه ويتضح دور المناهج الارشادية والبرامج النفسية في الحد والخفض من الضغوط النفسية التي تواجه اللاعبين من خلال الحياة اليومية التي يعيشها اللاعب" (4:123)، ويؤكد (عكله و كامل، 2011) "أن التوافق الجيد والذي لا تحققه الا البرامج النفسية والارشادية المرافقة للتدريب البدني والمهاري والخططي تعمل باتجاهين مهمين هما الاول التوافق الذاتي من خلا وضع أهداف مناسبة....." (6:98)، ويؤكد (صالح، 2008) " أن الأفراد الذين يمتلكون الثقة بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية وأدراك المواقف وتفسيرها بشكل إيجابي لصالحهم على العكس من الذين لا يمتلكون توافقاً نفسياً ولذلك يتعرضون للإحباطات بصورة دائمية فالرياضيون وخاصة الشباب من خلال تعرضهم للبرامج والجلسات النفسية التي تتضمن مفهوم الذات والقدرة على مواجهة الفشل ويتحقق ذلك لديهم من خلال عرض النتائج السابقة بتحقيق توازن وانخفاض في أزماتهم التي كانت تواجههم ويستطيعون بعد ذلك بالسيطرة على ادوارهم في مفهوم الذات وزيادة في تقديره الايجابي نحو ذاته" (5:122)

4- الخاتمة

- حيث استنتج الباحثان من خلال النتائج التي تم الحصول عليها استنتج الباحث ماياتي .
- 1- كان لدى لاعبي نادي الصناعة مستوى عالي في التدفق النفسي .
 - 2- هناك علاقة معنوية بين التدفق النفسي ومهارتي المناولة والتهديف. وبالتالي يوصي الباحثان
 - 1 - ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية لما لها تأثير على المهارات الاساسية .
 - 4 - تعميم نتائج التدفق النفسي وضرورة توزيع المقياس للمدربين للعمل به في العراق.
 - 5 - إجراء دراسات وبحوث مشابهة بالتدفق النفسي للفعاليات اخرى كالسلة والطائرة واليد .



المصادر

1. ازهر كمال حسين؛ تأثير برنامج نفسي حركي لتطوير التدفق النفسي وبعض المهارات الاساسية بكرة القدم، اطروحة دكتوراه، جامعة ديالى، لسنة 2016.
2. ثامر محسن و آخرون؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1991).
3. زهير الخشاب وآخرون؛ كرة القدم، ط2: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر لسنة، 1999).
4. سهير كامل احمد، التوجيه والارشاد النفسي، (القاهرة ، مركز الاسكندرية للكتاب ، 2000).
5. صالح حسن احمد الداهري؛ اساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الاسس والنظريات) ، ط1 (عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2003).
6. عكلة سليمان الحوري، وكامل عبود العزاوي ، الاعداد النفسي للرياضيين ، ط1 (الاردن ، دار الكتاب الثقافي ، 2011).
7. علي سلمان عبد الطربي؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية ، مكتب النور ، بغداد ، 2013.