

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
المركز الجامعي - تيسمسيلت -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية  
بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم  
وتقنيات النشاطات البدنية  
التخصص : التحضير البدني

عنوان البحث

مستوى القلق والضغوطات النفسية أثناء  
المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية على لاعبي فريق تيسمسيلت لكرة القدم  
( دراسة حالة )

تحت إشراف الدكتور :

سعايدية هواري

من إعداد الطالبين :

❖ عباية رابح

❖ كديد محمد

الموسم الجامعي : 2019/2018

# إهداء

إلى كل من علمني حرفا في هذه الدنيا الفانية، الى روح ابي الزكية الطاهرة، الى

امي الغالية، الى جميع افراد عائلتي كبيرا وصغيرا، الى زملائي في العمل، الى

زملائي الطلبة إلى جميع أفراد الأسرة التربوية وإلى كل الأساتذة والدكاترة الذين

لم يبخلوا علينا يوما بتفانيهم وعطائهم من أجل العلم والمعرفة وبالأخص

الدكتور المشرف على هذه المذكرة.

كديد محمد

## إهداء

إلى منبع العطف والحنان، الى الانفاس النقية نقاء العواطف، الى القلب الهادئ هدوء الكون، الى التي شاركتني فرحتي وحزني وعلمتني معني العلم وغرست نخلة الاخلاق في مسلك، الى التي سهرت الليالي من اجل ان احقق هدفي.

إلى ينبوع الصبر والتفاؤل، الى كل من في الوجود بعد الله ورسوله امي الغالية اطال الله في عمرها وحفظها.

الى من انار وجودي بحياته، وكان ركيزة عمري وضحي من أجل نجاحي وكان دائما سندي ابي الغالي اطال الله في عمره.

الى كل من ساعدني من قريب او بعيد أقول له شكرا واسأل الله العزيز الغفور ان يكون هذا العمل خالصا لوجهه تعالى

عباية رابح

## ملخص البحث باللغة العربية :

تعتبر الرياضة في السنوات الأخيرة عاملا هاما في الحياة اليومية بحيث أصبحت قطبا تجلب إليها عددا كبيرا من الممارسين .

ونظرا لأهميتها فإنها لم تبقى حبيسة للمجال الترفيهي بل تحولت إلى علم من علوم التربية .

كما أن النشاط الرياضي الممارس من قبل الرياضي بمفهومه وأساسه والأهداف المنتظرة من وراء ممارسة الدور الفعال في إمكانية الوصول إلى معرفة دافع القلق المعرقل في بلوغ الرياضي إلى أهدافه المرجوة .

حيث قسمنا هذا البحث إلى جانب نظري والآخر تطبيقي

\* فالجانب النظري يتضمن النقاط التالية :

- القلق : تعريفه ، أنواعه ، أعراضه ، مكوناته ، مستوياته ، أسبابه ، أساليبه .
- كرة القدم : تعريفها ، قوانينها ، بطولاتها ، اتحاداتها ، كرة القدم والسينما ، فوائدها .
- المنافسة الرياضية : تعريفها ، أهميتها ، الهدف منها ، الغرض منها ، أنواعها ، نظرياتها ، أهم خصائصها ومستوياتها .

\* أما الجانب التطبيقي فيتضمن النقاط التالية :

- المنهج المتبع في البحث ، عينة البحث ، مجالات البحث ، أدوات البحث .
- عرض تحليل النتائج ، إعطاء ملخص عام للنتائج المتحصل عليها بالإضافة إلى الإقتراحات ، خلاصة عامة ، قائمة المراجع والملاحق .
- \* كلمات مفتاحية : القلق ، كرة القدم ، المنافسة الرياضية .

## **Résumé de la recherche en français:**

Ces dernières années, le sport a été un facteur important de la vie quotidienne et est devenu un pôle d'attraction pour de nombreux praticiens.

En raison de leur importance, ils ne sont pas restés confinés au domaine du divertissement, mais ont pris conscience de la science de l'éducation.

L'activité sportive pratiquée par l'athlète dans son concept et ses fondements ainsi que les objectifs attendus de l'exercice du rôle effectif dans l'accès à la connaissance du conducteur de l'anxiété empêchant l'athlète d'atteindre les objectifs souhaités.

Où nous avons divisé cette recherche avec mon théorique et pratique

\*Le côté théorique comprend les points suivants:

- Anxiété: définition, types, symptômes, composants, niveaux, causes, méthodes.
- Football: définition, lois, championnats, fédérations, football et cinéma, ses avantages.
- Compétition sportive: définition, importance, but, but, types, théories, caractéristiques et niveaux les plus importants.

\* L'aspect pratique comprend les points suivants:

- Méthodologie de recherche, échantillon de recherche, domaines de recherche, outils de recherche.
- Présentation de l'analyse des résultats, en donnant un résumé général des résultats obtenus en plus des suggestions, résumé général, liste de références et suppléments.

\* Mots clés: anxiété, football, compétition sportive.

# الخلفية النظرية

## 1. مقدمة:

لقد مر النشاط الرياضي بمراحل عدة عبر العصور حتى بلغ ما هو عليه حالياً، إذ أصبح ممارسة موجهة، وهادفة بعدما كان يعتمد على المجهود العضلي لسد مختلف حاجات الإنسان.

وتعتبر الرياضة في السنوات الأخيرة عاملاً هاماً في الحياة اليومية، بحيث أصبحت قطب تجلب إليها عدداً كبيراً من الممارسين، يختلف هدف كل واحد منهم حسب اختلاف دوافعهم وغاياتهم فنجد من منهم من يمارس الرياضة بهدف التسلية والترفيه، ومنهم من يضعها نصب عينه لتحقيق النتائج في مختلف المنافسات والمسابقات نجد رياضة كرة القدم مثلاً.

ونظراً لما للرياضة من أهمية فإنها لم تبق حبيسة مجال الترفيه والنشاط الثانوي والانشغال الكمال، بل تحولت إلى علم من علوم التربية، فأُنشئت لها معاهد للتربية البدنية والتكنولوجية الرياضية، وأقيمت مراكز للتوثيق والاختبارات الرياضية والدراسات.

إلا أنه ما يبقى حالياً كعائق في طريق الرياضة والرياضيين - مدربين، ممرنين، مربين ورياضيين - هو الميدان السيكولوجي بمختلف جوانبه.

كما يجب إعطاء الانفعالات الأهمية البالغة وذلك للدور الذي يمكن أن تلعبه في تغيير النتيجة من إيجابية يصعب تحقيقها إلى سلبية، ومن بين هذه الانفعالات عنصر القلق الذي لا تكاد حياة الإنسان أن تخلوا منه طالما واجه بعض المشكلات التي يصعب عليه حلها أثناء محاولته تحقيق أهدافه.

كما أن للنشاط الرياضي الممارس من قبل الرياضي بمفهومه وأساسه والأهداف المنتظرة من وراء ممارسته دور فعال في إمكانية الوصول إلى معرفة دافع القلق المعرقل الذي يحد من إمكانية بلوغ الرياضي أهدافه المرجوة، وذلك عن طريق الإعداد الجيد والكمال بدني ومهاري وخططي ونفسي، وكذا التحكم الجيد في

باقي المتغيرات ذات العلاقة بلاعب كرة القدم والمنافسة وفق متطلباتها فرديا أو جماعيا وحسب مستواها ونوعيتها والظروف المحيطة بها.

حيث قسم هذا البحث إلى جانبين : جانب نظري و الآخر تطبيقي ، فالجانب النظري تضمن ثلاثة فصول رئيسية : الفصل الأول تطرقنا فيه إلى "القلق" تعريفه ، أنواعه ، أعراضه ، مكوناته ، مستوياته ، أسبابه و أساليبه .... ، أما الفصل الثاني فتطرقنا فيه إلى "كرة القدم" تعريفها ، قوانينها ، بطولاتها ، اتحاداتها ، كرة القدم و السينما ، و كذا فوائدها .... ، و في الفصل الثالث تطرقنا إلى " المنافسة الرياضية" تعريفها ، أهميتها ، الهدف منها ، الغرض منها ، أنواعها ، نظرياتها ، و أهم خصائصها ، و مستوياتها .....

أما الجانب التطبيقي فقسم إلى فصلين : حيث تضمن الفصل الأول المنهج المتبع في البحث ، و عينة البحث ، و مجالات البحث ، و أدوات البحث .

أما الفصل الثاني تضمن عرض تحليل النتائج ، و إعطاء ملخص عام للنتائج المتحصل عليها بالإضافة إلى الاقتراحات ، ثم خلاصة عامة ، و قائمة المراجع و الملاحق .

## 2. الإشكالية:

إن كرة القدم تعتبر إحدى الرياضات التي لها وزنها على الساحة العالمية والمحلية، لذا فإن إعداد الرياضي في كرة القدم يتأسس على تبادل المعلومات بين المدرب واللاعب، حتى يتمكن من كسب الأسس الفنية والبدنية التي تسهم في الارتقاء بمستواه.

ولأن المنافسة الرياضية تعتبر عاملاً هاماً وضرورياً لأي نشاط رياضي خاصة كرة القدم، إذ يتطلب ضرورة استخدام الفرد لأقصى قواته وقدراته النفسية والبدنية، فالقلق أحد الأسباب المؤدية إلى نجاح أو فشل المنافسة، حيث هذا الأخير يؤثر على فعالية اللاعبين ومردودهم.

فلقد زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة بالمشكلات النفسية المرتبطة بالمجال الرياضي، إذ أن القلق النفسي أحد مظاهر الانفعالات السلبية التي لها دور هام في التأثير على مستوى اللاعبين، إما بصورة إيجابية فيكون قوة دافعة إيجابية تساعد الفرد على بذل أقصى ما يمكنه من جهد، أو بصورة سلبية فيكون قوة دافعة سلبية تسهم في إعاقة الأداء وتقليل الثقة بالنفس، وتختلف استجابات القلق في شدتها واتجاهها.

وحيثما تزداد شدة القلق يحدث فقدان التوازن مما يدفع الرياضي لمحاولة استعادة هذا التوازن، وهذا ما أدى إلى إثارة التساؤلات الآتية:

### - التساؤل العام:

- هل يرجع ظهور حالة القلق إلى تنوع الضغوط النفسية التي تؤثر على لاعبي كرة القدم؟

### - التساؤلات الجزئية:

- هل يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق؟

- هل يتميز لاعبي كرة القدم بضغوط نفسية مرتفعة؟

- هل هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم؟

وللإجابة عن هذه التساؤلات صيغت الفرضيات التالية :

### 3. فرضيات البحث:

- الفرضية العامة:يرجع ظهور حالة القلق إلى تنوع الضغوط النفسية التي تؤثر على لاعبي كرة القدم.
- الفرضيات الجزئية: -يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق.
- يتميز لاعبي كرة القدم بضغوط نفسية مرتفعة.
- هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم.

### 4. أهمية الدراسة:

إن الموضوع المقترح في بحثنا هذا له أهمية كبيرة، إذ أنه يدرس جانبين نفسي ورياضي، وهذا ما يجعله ملفتا للانتباه والمتابعة. فالجانب النفسي هو الذي يأويه علم النفس، أما الجانب الرياضي هو الذي يقترن بالنشاط الرياضي. فيعتبر الاهتمام بالتحضير النفسي للاعبين من أكبر العوامل للنشاط الرياضي، إذ أن شخصية اللاعب الرياضي تحتاج إلى تحضيرات كبيرة لبعض الانفعالات التي يصادفها في نشاطه، لذا حصرنا الانفعالات في ظاهرة القلق لما لها من أهمية في تحضير مستوى اللاعبين من مختلف الجوانب.

### 5. أهداف الدراسة:

- إن معالجتنا لهذا الموضوع ترجع إلى الصدى الذي أصبحت تشكله ظاهرة القلق في المنافسات الرياضية التي كثيرا ما كانت من أسباب عرقلة السير الحسن لهذه الرياضة. فمن بين أهداف دراستنا:
- لفت الانتباه لخطورة هذه الظاهرة "ظاهرة القلق" والتحسيس بمدى معالجتها.
  - إيجاد الأسباب المؤدية للقلق أثناء المنافسة الرياضية.
  - معرفة الضغوط النفسية التي يتعرض لها لاعب أثناء المنافسة الرياضية.

## 6. أسباب اختيار الموضوع:

### أ- أسباب ذاتية:

- الميل الشخصي لكل ما تقدمه هذه اللعبة.
- إيماننا منا بضرورة القضاء أو على الأقل الحد من هذه الظاهرة.

### ب- أسباب موضوعية:

تعود في مجملها إلى قلة الدراسات الأكاديمية والبحوث العلمية حول هذه الظاهرة، والمسببات الرئيسية لها خاصة في المجال الرياضي.

## 7. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

### 7-1- القلق:

القلق حالة من الخوف الغامض الذي يمتلك الإنسان، ويسبب له الكثير من الكدر الضيق، الألم والقلق يعني الإزعاج، والشخص القلق يتوقع الشر دائما ويبدو متشائما متوتر الأعصاب، كما أن الشخص القلق يفقد الثقة في نفسه، ويبدو مترددا عاجزا عن البحث في الأمور، ويفقد القدرة على التركيز. روجي جميل . 1986 ص5

### 7-2- كرة القدم "Foot-ball":

7-2-1: لغة: كلمة لاتينية وتعني " ركل الكرة بالقدم " فالأمريكيون يعتبرون (Foot-ball) ما يسمى

عندهم ( ريقبي) أو كرة القدم الامريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى ( soccer )

7-2-2: اصطلاحا: هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما من إحدى عشرة لاعبا يستعملون كرة

مفتوحة فوق أرضية ملعب مستطيل الشكل في نهاية كل طرف منها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس المنافس لإحراز الهدف.

### 7-3- المنافسة "Compétition":

المنافسة مصدر لفعل "نافس"، ونافس في الشيء أي بلغ، ونافس فلان في كذا أي سبقه وبارزه من غير أن يلحق به الضرر.

المنافسة الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية وعقلية وانفعالية، من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات وتمييزها عن القدرات من ينزلهم. د. أحمد أمين فوزي: 2003، ص 211

### 7-4- الضَّغَطُ النَّفْسِيُّ:

الضَّغَطُ النَّفْسِيُّ هو شعور أو موقف يواجهها الإنسان، ويتوجَّب عليه أن يستخدم أقصى طاقاته حتَّى يتكيَّف معه أو يتخلَّص منه، ويعرف البعض الضَّغَطُ النَّفْسِيُّ بأنَّه التَّغْيِيرُ الحاصل خارجيًّا و داخليًّا من الممكن أن يكون إيجابي أو سلبي ويجب التأقلم معه. الضَّغَطُ النَّفْسِيُّ يسبِّب اضطراباً قد يكون بسيطاً أو حاداً في حالة الشَّخص النفسِيَّة أو الجسديَّة.

### 8. الدراسات السابقة:

بعداطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة بالرياضة، وجدنا بعض الدراسات المشابهة ومن بينها:

• مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان: "تأثير القلق والضغط النفسي على فعالية اللعب في كرة اليد عند لاعبات فرق النخبة لولاية الجزائر".

- الجهة التي قامت بالدراسة: من إعداد الطلبة: عيساوي رضا، أدري وهيبة.

- إشكالية الدراسة: إلى مدى يؤثر القلق والضغط النفسي على فعالية ومردود لاعبات كرة اليد في فرق

النخبة؟.

- أهداف الدراسة: - معرفة إذا كان القلق والضغط مقاسان في المنافسة أولاً.

- معرفة ما إذا كان القلق الحاد يؤثر على التوازن البيكولوجي.

- مدى تأثير القلق والضغط على فعالية المردود واضطراب في سلوكيات اللاعبين.

- نتائج الدراسة:

تأكيد الفردية العامة والمتمثلة في القلق والضغط النفسي يعملان على تخفيض مردود اللاعب، ويؤثر على فعاليته، كما تمكنوا من إثبات صحة الفرضية الجزئية الأولى من إظهار العلاقة بين الضغط النفسي ومردود اللاعب، أما الفرضية الجزئية الثانية تأكد لنا وجود علاقة بين القلق كحالة ومردود اللاعب، كما هو الحال في الفرضية الجزئية الثالثة، حيث تم إثبات العلاقة بين القلق كسمة ومردود اللاعب، وفيما يخص الفرضية الرابعة والأخيرة، تأكد لنا إثبات وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبات ذات المردود الجيد وذو المردود المنخفض، هذا فيما يخص درجة القلق والضغط.

• مذكرة لنيل شهادة ماجستير تحت عنوان: "مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني

لكرة اليد قبل وأثناء المنافسات الرسمية".

- الجهة التي قامت بالدراسة: الأستاذ: إسماعيل مقران.

- إشكالية الدراسة:

1- إلى أي مدى يمكن اعتبار القلق ذو التأثير سلبي على الأداء الجيد للاعبين قبل وأثناء المنافسات

الرسمية ذات المستوى العالي؟.

2- ما هي مستويات ومصادر ودرجة القلق ذات التأثيرات السلبية على أداء اللاعبين قبل وأثناء

المنافسات الرسمية العالية المستوى؟.

### - أهداف الدراسة:

يمكن حصر أهداف هذا البحث الخاصة في كونه عبارة عن دراسة للجانب النفسي للفرد بصفة عامة وتدهور مردود الرياضي، بالخصوص إذا لم يتمكن من السيطرة على متغيراته التي يمكن حصرها فيما يلي:

- كيفية إثبات وجود المصادر المختلفة للقلق لدى اللاعبين ومعالجتها.

### - نتائج الدراسة:

البحث هو تبيان أن لاعبي كرة اليد للفريق الوطني أكابر رجال لم يكونوا في كل مستواهم خلال مشاركتهم في الأولمبياد الإفريقية، وهذا راجع إلى عامل الضغط النفسي خلال المقابلات، وخاصة إهمال الجانب النفسي إلى جانب التحضير التقني في الملعب.

## 1- تعريف كرة القدم

كرة القدم رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان مكونين من إحدى عشر لاعبا. يستخدمون أجزاء من أجسامهم باستثناء أيديهم وأذرعهم لإدخال الكرة في مرمى الفريق المنافس. ويسمح لحارس المرمى فقط لمس الكرة باليد داخل منطقة الجزاء المحيطة بالهدف فقط. والفريق الذي يسجل العدد الأكبر من الأهداف هو الفريق الفائز [www.britanica.com](http://www.britanica.com).retrieved25-7-2018.edited

## 2-قوانين كرة القدم

- تحتوي كرة القدم على الكثير من القوانين التي تضمن جمالية اللعبة وشغفها الكبير. فلكل جزء من اللعبة قانون يميزه. وفيما يأتي قائمة بأهم قوانين اللعبة [www.learnenglish.britishcouncil.org.foot Ball](http://www.learnenglish.britishcouncil.org.footBall)
- الملعب هو قطعة من الأرض على شكل مستطيل. وتكون مفروشة بالعشب الأخضر. طوله يتراوح بين 100 إلى 110 مترا. وعرضه يكون من 64 مترا إذا كان الطول 100 م. و 75 م إذا كان الطول 110 م.
  - تستخدم كرة كروية الشكل محيطها محدد بين 68 و 70 سم.
  - يجب توفر 4 حكام لكل مباراة. حكم الساحة وحكما الراية والرابع للمساعدة.
  - يكون توقيت المباراة موزعا على 3 أجزاء. 45 دقيقة لكل شوط. و 15 دقيقة استراحة ما بين الشوطين. وإذا اقتضت ظروف المباراة تمديد الوقت الأصلي للمباراة فيلعب أيضا شوطين إضافيين. مدة كل شوط منهما 15 دقيقة.
  - يكون اللعب بالأرجل فقط ومن غير المسموح لمس الكرة بالأيدي. ما عدا حارس المرمى الذي يستطيع إمساك الكرة داخل حدود منطقة الجزاء الخاصة بفريقه فقط.
  - كل فريق يجب أن يحتوي على كابتن 11 لاعبا أساسيا في الملعب. ولديه مهام رسمية يجب أن يقوم بها داخل وخارجه.

وهناك بالطبع الكثير من القوانين الأخرى في عالم كرة القدم منها: قانون التسلل، والبطاقات، والتبديلات، واحتساب الأخطاء المباشرة وغير المباشرة وضربات الجزاء.

### 3- بطولات كرة القدم:

من أجمل ما في بطولات كرة القدم هو طبيعة البطولات الخاصة بها، لما تحتويها من منافسة وتحدي كبيرين، فهناك الكثير من البطولات الكروية على مستوى العالم تبدأ محليا وتنتهي عالميا، ففي كل دولة معترف بها دوليا لها اتحاد كروي خاص بها، ودوري محلي لكرة القدم يضم الأندية المحلية، ويكون الفائز فيه النادي الأكثر تجميعة للنقاط خلال الموسم الكروي، ويكون الدوري مقسما لدرجات. فالدرجة الأولى تضم النوادي الممتازة، والثانية تضم النوادي الأقل مستوى من نوادي الدرجة الأولى والممتازة، ويكون هناك بطولة أخرى تعرف ببطولة الكأس، وتسمى عادة باسم الدولة أو الحاكم، والمميز في هذه البطولة إنها تكون لجميع النوادي المحلية باختلاف درجاتها مسابقات فيفا، اطلع عليه بتاريخ 16-11-2018 بتصرف.

وعلى مستوى القارات فهناك دوري يسمى باسم القارة، مثل دوري أبطال أوروبا، ودوري أبطال آسيا، و دوري أبطال إفريقيا، و يكون له معايير خاصة؛ فلكل دولة عدد معين من الأندية المسموح لهم بالمشاركة في هذا الدوري بالاعتماد على التصنيف الدولي للدولة المعتمد من قبل الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) (بالإنجليزية)، و يبدأ هذا الدوري بدور المجموعات ويتأهل صاحبي المركزين الأول و الثاني من كل مجموعة و من ثم تبدأ الأدوار الاقصائية. تتميز هذه الدوريات القارية بالحماس الكبير و الدافع الأكبر لتمثيل الدول أمام العالم اجمع، و مؤخرا أصبح مقياس تاريخ و عراقة النادي ليس بعدد بطولاته المحلية، بل بعدد بطولاته القارية، لما تتسم به من صعوبة بالغة في تحقيقها مسابقات فيفا، اطلع عليه بتاريخ 16-11-2018 بتصرف.

وبما يخص المنتخبات هناك بطولات قارية و بطولات عالميتان، فلكل قارة بطولة خاصة بها، مثل بطولة أمم أوروبا، و بطولة أمم آسيا، و بطولة أمم إفريقيا، و عالميا يوجد كأس العالم، و كأس القارات الذي يقام كل أربع سنوات قبل

انطلاق منافسات كأس العالم بسنة واحدة، ويضم أبطال البطولات القارية من المنتخبات في مجموعتين فقط، وبالطبع كأس العالم هو البطولة الأبرز عالمياً والأكثر اهتماماً التي تقام كل أربع سنوات. تختلف الفئات العمرية ضمن أجناس الاتحاد الدولي لكرة القدم؛ فهناك بطولات محلية وقارية وعالمية لمن هم تحت سن 21 و17، تقام بنفس القوانين والأنظمة المطبقة على المنتخبات الأولى اتحادات فيفا، اطع عليه بتاريخ 16-11-2018 بتصريف.

### 4- اتحادات كرة القدم:

تعتبر الاتحادات المحلية والقارية هي المرجع الرسمي الوحيد لقوانين و تنظيمات كرة القدم محلياً و دولياً ، و لكل دولة اتحاد كروي خاص بها يعمل على تنظيم شؤون اللاعبين المحليين و أمور النوادي المحلية المتعلقة بالفئات العمرية ، و ترتيب مباريات الدوريات المحلية المتعلقة بالفئات العمرية ، و ترتيب مباريات الدوريات المحلية ، و الرقابة على الأمور الاقتصادية للنوادي ، و تنظيم البطولات المحلية و توزيع الجوائز و الألقاب ، و في كل قارة يوجد اتحاد قاري ، مثل الاتحاد الأوروبي (بالإنجليزية UEFA)، و الاتحاد الآسيوي (AFC) و الاتحاد الإفريقي (CAF)، و وظيفتها مراقبة الاتحادات المحلية و توزيع الألقاب و الجوائز القارية على اللاعبين و النوادي ، و تنظيم البطولات القارية مثل دوري أبطال أوروبا و دوري أبطال إفريقيا اتحادات فيفا، اطع بتاريخ 16-11-2018 بتصريف.

### 5 - كرة القدم والسينما:

بما أن كرة القدم هي أكثر الرياضات متابعه في العالم، فإنه من الممتع مشاهدة أفلام تتحدث عن تاريخ هذه الرياضة، وعن بعض الحوادث المثيرة التي حصلت خلال التاريخ الطويل لهذه اللعبة، وتعتبر الأفلام مصدراً ملهماً للكثير من الناس لمعرفة الكثير من الحقائق الخاصة بكرة القدم، ومن هذه الأفلام:

- فيلم 2001 ENGLAND MANAGER:MIKE BASSETT

-فيلم 2003 THE MARACLE OF BERN

-ثلاثية 2009-2007-2005- GOAL-

## 6 - فوائد كرة القدم:

بالطبع هنالك الكثير والكثير من الفوائد النفسية والجسدية لمن يمارس كرة القدم، فهي رياضة تحرك كل

أجزاء الجسم، ومن هذه الفوائد ما يأتي حسين فاروق، arabic. Sport360، اطلع عليه بتاريخ 28-11-2018 بتصرف .

- تعديلا لسلوكيات والحالة النفسية للفرد للأفضل، فحتى بعد الانتهاء من اللعب لا تسود حالة من التعب، بل حالة من

المتعة والمرح.

- تقليل الأمراض والإصابات العظمية، وتقوية الهيكل العظمي.

- تقوية عضلات الجسم خاصة عضلة القلب.

- تقوية التركيز والعمالجماعي.

- تراجع معدل الدهون في الجسم.

الفصل الأول

منهجية البحث

## - تمهيد:

بعد إنهاء الدراسة النظرية لبحثنا، فإننا نتحول الآن إلى الجانب التطبيقي الذي سنحاول فيه أن نحيط بالموضوع من هذا الجانب، وذلك بالقيام بدراسة ميدانية عن طريق توزيع الاستبيان على لاعبي كرة القدم، الذي يتمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها، ثم القيام بمناقشتها وتحليل النتائج التي تحصلنا عليها، بحيث نقوم بوضع جداول لهذه النتائج تتضمن عدد الإجابات والنسب المئوية المرافقة لها، وكذلك تمثيلها في دوائر النسب المئوية وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج ونوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.

يعتبر هذا الفصل جوهر البحث، حيث يتم فيه معالجة المشكل المطروح وإتباع المنهجية الصحيحة لتحقيق النتائج وهذا باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة للخروج بالاستنتاجات والخلاصة و التوصيات .

## 1- منهج البحث:

في مجال البحث العلمي توجد عدة طرق لحل أي مشكلة وذلك باختيار المنهج المناسب لتلك المشكلة والملائم لها وطبيعتها ولهذا تختلف المناهج من بحث لآخر باختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه، ويعرفه عمار بوحوش ومحمد دنيات على أنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة. عمار بوحوش محمد محمود دنيات: 1995 ص 89.

ومن أجل حل المشكلة المطروحة في بحثنا استخدم الباحثان المنهج الوصفي.

## 2- مجتمع البحث وعينته:

### 2-1 مجتمع البحث:

من الناحية الإصلاحية هو " تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ منه العينة، وقد تكون هذه المجموعة عبارة عن مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو وحدات أخرى" ويطبق المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تملك الخصائص والسمات القابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي، ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بلاعبي كرة القدم لفريق ولاية تيسمسيلت.

### 2-2 عينة البحث:

العينة هي مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية، وتعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجري عليها الدراسة فهي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع كله، ووحدات العينة قد تكون أشخاصا كما قد تكون أحياء، أو شوارع أو مدن أو غير ذلك. وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية تكون أشخاص. محمد نصر الدين رضوان، 2003.

وتتمثل عينة البحث في دراستنا في لاعبي فريق كرة القدم لولاية تيسمسيلت: لعدة ضوابط متعددة منها:

- توفر الأجهزة والأدوات بالإضافة للأدوات التي وفرها الباحثان.
- سهولة إجراء الاختبار إضافة إلى تعاون المدرب معنا وإفادتنا بتوجيهاته.

### 3- مجالات الدراسة:

- المجال البشري: تتكون عينة البحث من 24 لاعبا تم اختيارهم بصفة قصدية.
- المجال المكاني: بعد ما قمنا باختيار مقياس وإنشاء استبيان يتلاءم مع فرضيات البحث وهذا بعد التشاور مع مجموعة من أساتذة المعهد قمنا بتوزيعهما على 24 لاعبا ينشطون في فريق ولاية تيسمسيلت.
- المجال الزمني: تم إجراء البحث في الموسم الرياضي 2018-2019 بحيث قمنا باختيار عنوان الموضوع في شهر ديسمبر 2018 وذلك بالتشاور مع الاستاذ المشرف، وبعد موافقة اللجنة المكلفة بتحديد مدى صلاحية الموضوع المراد دراسته شرعنا بعدها في العمل على الجانب النظري. ثم قمنا بتوزيع المقياس على العينة في شهر فيفري 2019 على مرحلتين:

أولاً: قبل المنافسة بيوم واحد 2019/02/21

ثانياً: أثناء المنافسة 2019/02/22

### 4- الدراسة الاستطلاعية:

- قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية وذلك بغية الوقوف على الصعوبات والعراقيل التي ستواجه أثناء القيام بالدراسة الأساسية، وعليه قمنا في الأسبوع الأول بتاريخ 2019/02/07 بتوزيع الاستبيان على عينة قوامها 10 لاعبين من اللاعبين الذين ستجرى عليهم الدراسة الأساسية وتمانحيتارهم بطريقة عشوائية ثم بعدم مرور أسبوع كامل تم إعادة توزيع الاختبار وذلك بتاريخ 2019/02/14 قصد حساب المعاملات العلمية للاستبيان والممثلة في الثبات والصدق و الموضوعية، وعليه قمنا أثناء هذه الدراسة الاستطلاعية على جملة من الملاحظات والصعوبات التالية:
- معرفة مدى وضوح الأسئلة وفهمها من العينة.

- تحديد الوقت الأنسب والكافي للإجابة عن الأسئلة من طرف العينة.
- معرفة الصعوبات والنتائج والمشاكل التي قد تواجه المفحوص من فهم الأسئلة.

## 5- أدوات البحث:

### 5-1- مقياس قلق المنافسة الرياضية:

وتتكون القائمة من 15 عبارة sport competition anxiety test بتصميمه رينمارتنز تحت عنوان ويقوم اللاعب بالإجابة على كل عبارات القائمة، على مقياس ثلاثي التدرج (نادرا، أحيانا، غالبا) وذلك في ضوء تعليمات القائمة.

#### - تعليمات المقياس:

فيما يلي قائمة تحتوي على بعض العبارات التي يمكن أن تصف بها شعورك قبل الاشتراك في المنافسة وأثنائها:

- الإجابة عن كل عبارة بكل صدق وأمانة
- × في الخانة نادرا غالبا أحيانا. الإجابة تكون بوضع علامة-

#### - مفتاح التصحيح: محمد حسن علاوي محمد نصر الدين ص 91

- درجة واحدة عند الإجابة: نادرا

- درجتان عند الإجابة: أحيانا

- ثلاث درجات عند الإجابة: غالبا

كما يتم تصحيح العبارات التي في عكس اتجاه سمة قلق المنافسة الرياضية وأرقامها 6.11 فتحسب لها

الدرجة طبقا لمائلي

- ثلاث درجات عند الإجابة: نادرا

- درجتان عند الإجابة: أحيانا

- درجة واحدة عند الإجابة: غالبا

وبذلك يتراوح مدى الدرجات ما بين 10 إلى 30 درجة وكلما اقتربت درجة اللاعب الرياضي

من الدرجة 30 كلما اتسم بسمة قلق المنافسة الرياضية العالية.

### 5-2- استبيان الضغوط النفسية:

استخدمنا في بحثنا هذا استبيان الضغوط النفسية الموجه للاعب كرة القدم في فريق ولاية

تيسمسيلت وهذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول الى الاجابات عن اسئلتنا التي

طرحناها في بداية بحثنا هذا، حيثتكون: القائمة من 10 عبارات، حيث يختار المفحوص الإجابة

ضمن سلم ثلاثي التدرج (نادرا، أحيانا، غالبا).

### - مفتاح التصحيح:

- درجة واحدة عند الإجابة: نادرا

- درجتان عند الإجابة: أحيانا

- ثلاث درجات عند الإجابة: غالبا

### 6- الأسس العلمية للاختبارات:

#### 6-1- ثبات الاختبارات: يقول

محمد صبحي حسانين بأن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار

وإذا ما تكرر تطبيقه على نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط محمد صبحي حسانين 1995 ص 193

ويقول محمد صبحي أبو صالح وعدنان محمد أن ثبات الاختبار هو أن يعطي الاختبار نفس

النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد وفي نفس الظروف محمد صبحي صالح وعدنان محمد 1998 ص 196

ومنهنستخلص انه إذا قام الباحث بتطبيق اختبار ما على عينة ما ثم أعاد نفس الاختبار بعد أسبوع وعلى نفس العينة وتحت نفس الظروف وجب تحقيق نفس النتائج للاختبارين الأول والثاني بهذا يكون الاختبار ثابت.

يدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار ثبات الاختبار وكلما اقترب هذا المعامل من الواحد صحيح.

ومن بين الطرق المستعملة لحساب معامل الثبات، طريقة "بيرسون" لحساب معامل الارتباط "ر" محمد حسن علاوي محمد نصر الدين ص86 وللتأكد من مدى صحة واستقرار نتائج دراستنا، قمنا بتطبيق الاختبار مرتين على نفس العينة من اللاعبين، بفارق زمني لمدة أسبوع ويطلق على هذه العملية إحصائياً بأسلوب تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار.

$$r = \frac{n \times \text{مج}(\text{س} \times \text{ص}) - (\text{مجس} \times \text{مج ص})}{\sqrt{[n \times \text{مج} \text{س}^2 - (\text{مج س})^2][n \times \text{مج} \text{ص}^2 - (\text{مج ص})^2]}}$$

درجة الحرية = عدد العينة (ن) - 1

ن: عدد أفراد العينة، ص: قيم الاختبار الثاني، س: قيم الاختبار الاول، مج س<sup>2</sup>: مجموع

مربع الاختبار 1

مج ص<sup>2</sup>: مجموع مربع الاختبار 2، (مج س)<sup>2</sup>: مربع مجموع الاختبار 1، (مج ص)<sup>2</sup>: مربع مجموع

الاختبار 2

## 6-1-1 ثبات اختبار قلق المنافسة:

بعد ما قمنا بتطبيق الاختبار قلق المنافسة مرتين على نفس العينة من اللاعبين، وتفرغ النتائج تحصلنا

على الجدول التالي

الاختبار	حجم العينة	معامل ثبات الاختبار "ر"	القيمة الجدولية لـ "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الاحصائية
المرحلة الاولى	10	0.89	0.73	09	10.0	دالة إحصائيا
المرحلة الثانية						

الجدول (أ): يبين ثبات اختبار قلق المنافسة الرياضية عند لاعبي كرة القدم

بما أن معامل الارتباط بيرسون وجد 0.89 وهذا عند درجة الحرية 09 وبمستوى دلالة 0.01 حيث "ر"

المحسوبة أكبر من "ر" الجدولية ففرق دال إحصائيا، والنتيجة "ر" المحسوبة تنتمي من 0.7 الى 1 فإن العلاقة

قوية بين التطبيق الاول والثاني ومنه الاختبار يتميز بدرجة عالية من الثبات.

## 6-1-2 ثبات اختبار الضغوط النفسية:

بعد ما قمنا بتطبيق الاختبار قلق المنافسة مرتين على نفس العينة من اللاعبين، وتفرغ النتائج تحصلنا

على الجدول التالي

الاختبار	حجم العينة	معامل ثبات الاختبار "ر"	القيمة الجدولية لـ "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الاحصائية
المرحلة الاولى	10	0.98	0.73	09	10.0	دالة إحصائيا
المرحلة الثانية						

الجدول (ب): يبين ثبات اختبار ضغوط النفسية عند لاعبي كرة القدم

بما أن معامل الارتباط بيرسون وجد 0.98 وهذا عند درجة الحرية 09 وبمستوى دلالة 0.01 حيث "ر" المحسوبة أكبر من "ر" الجدولية ففرق دال إحصائياً، والنتيجة "ر" المحسوبة تنتمي من 0.7 الى 1 فإن العلاقة قوية بين التطبيق الاول والثاني ومنه الاختبار يتميز بدرجة عالية الثبات.

## 6-2- صدق الاختبارات:

صدق الاختبار أو القياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من اجله الاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها محمد صبحي حسنين: 1995 ص 193.

أي مدى الصدق الذاتي يساوي الجذر التربيعي للثبات،  $\text{صدق الاختبار} = \sqrt{\text{معاملات الثبات الاختبار}}$

## 6-2-1 صدق اختبار قلق المنافسة:

عند تطبيق المعادلة "صدق الاختبار" =  $\sqrt{\text{معاملات الثبات الاختبار}}$ ، تحصلنا على قيمة المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي للاختبار والتي تساوي 0.94 وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط ومنه نستنتج ان الاختبار يتصف بدرجة عالية من الصدق

## 6-2-2 صدق اختبار الضغوط النفسية:

عند تطبيق المعادلة "صدق الاختبار" =  $\sqrt{\text{معاملات الثبات الاختبار}}$ ، تحصلنا على قيمة المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي للاختبار والتي تساوي 0.98 وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط ومنه نستنتج ان الاختبار يتصف بدرجة عالية من الصدق

## 6-3- موضوعية الاختبارات:

يقصد بالموضوعية التحرر من التحيز أو التعصب، وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من أحكام. عبد الرحمن محمد عيسوي، 2003، ص 332

كما يقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بالمقياس وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به إخراج محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، 2000، ص 179. حيث ركز الباحثان على سهولة العبارات ووضوحها بعيداً عن الصعوبة أو

الغموض، فمقياسا قلق المنافسة الرياضية والضغط النفسية يعتمدان في القياس على الدرجات، وبما أن الاختبارانيتميزان بصدق وثبات عالين، فبالتالي هما يتميزان بموضوعية عالية.

## 7- الوسائل الإحصائية المستخدمة:

- النسبة المئوية: نقوم بمعالجة المعطيات بعرضها ثم تحليلها ووضعها على شكل نسب مئوية ثم مناقشتها مناقشة تشمل كل المعطيات ثم نضع استنتاجا فيه الرأي الذي كانت إجابة اللاعبين بالأغلبية عليه كما عمدنا إلى وضع دوائر النسب المئوية للتوضيح الجيد للمعطيات والنتائج المحصل عليها.

$$\frac{\text{ت} \times 100\%}{\text{ع}} = \text{س} \quad \left\{ \begin{array}{l} \text{←} \\ \text{←} \end{array} \right. \begin{array}{l} \text{ت} \\ \text{ع} \\ \text{س} \end{array}$$

التكرارات  $\times 100\%$

النسبة المئوية =

عدد أفراد العينة

حيث:

ع = تمثل عدد أفراد العينة.

ت = تمثل عدد التكرارات (الإجابات)

س = تمثل النسبة المئوية.

- اختبار كا<sup>2</sup>: من اجل التحليل الإحصائي للمعطيات ونتائج الاستبيان استعملنا الطريقة الإحصائية

التمثلة في اختبار كا<sup>2</sup> والذي يعتبر من أهم المقاييس الإحصائية والذي يسمح لنا بمعرفة مدى الفوق في

إجابات اللاعبين على أسئلة المقياس حيث تعطى إحصائية هذا الاختبار بالعلاقة التالية محاضرات الأستاذ راج بلعباس،

مسيلة، 2011.

$$\text{مج (التكرارات المشاهدة-التكرارات المتوقعة)}^2 = \frac{\text{مج (التكرارات المتوقعة)}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

حيث في حالة صف واحد:

مجموع الحالات

- التكرار المتوقع =

عدد الحالات

- درجة الحرية = عدد الحالات - 1

- معامل الارتباط "بيرسون" "ر" محمد حسن علاوي محمد نصر الدين مصدر سابق.

$$r = \frac{n \times \text{مج}(س \times ص) - (\text{مج} س \times \text{مج} ص)}{n}$$

$$\sqrt{\frac{[n \times \text{مج} س^2 - (\text{مج} س)^2][n \times \text{مج} ص^2 - (\text{مج} ص)^2]}{n}}$$

درجة الحرية = عدد العينة (ن) - 1

ن: عدد أفراد العينة،

ص: قيم الاختبار الثاني،

س: قيم الاختبار الاول،

مج س<sup>2</sup>: مجموع مربع الاختبار 1

مج ص<sup>2</sup>: مجموع مربع الاختبار 2،

(مج س)<sup>2</sup>: مربع مجموع الاختبار 1،

(مج ص)<sup>2</sup>: مربع مجموع الاختبار 2

## 1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

### 1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق

1-1-1- يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق (قبل المنافسة):

- السؤال الأول: التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية ؟

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

الغرض من السؤال:

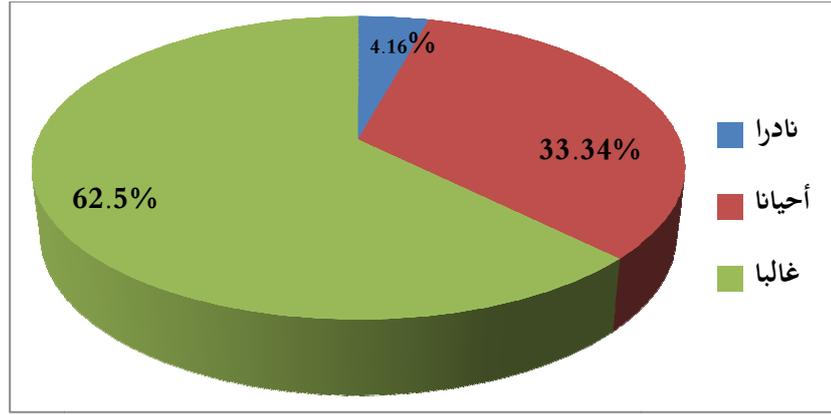
معرفة انه إذا كان التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية ، وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان

خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	01	4.16	12.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحيانا	108	33.34					
غالبا	15	62.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 01: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الأول لمقياس قلق المنافسة

(قبل المنافسة)



الشكل رقم 01: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 01 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم (01) وبعد حسا بقيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها تساوي 12.25 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الأول بعبارة غالبا 62.5% مما يدل على أن اللاعبين

يعتبرون أن التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يرون إن التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية.

- **السؤال الثاني:** قبل أن اشترك في المنافسة اشعر إنني مرتبك؟

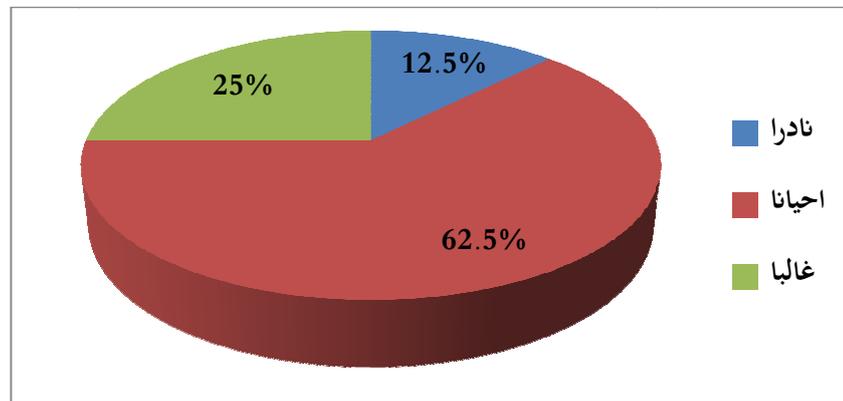
الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا .

الغرض من السؤال: معرفة مدى ارتباك اللاعبين قبل المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	03	12.5	9.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
أحيانا	15	62.5					
غالبا	06	25					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 02:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثاني لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)



**الشكل رقم 02:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 02 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 02 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة

وجدناها 9.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة

إحصائيا لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثاني بعبارة أحيانا 62.5% مما يدل على أن اللاعبين

يشعرون بحالة من الارتباك والقلق قبل الاشتراك في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بارتباك قبل الاشتراك في المنافسة

**السؤال الثالث:** قبل اشتراكي في المنافسة اخشي من عدم توفيقني في اللعب

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

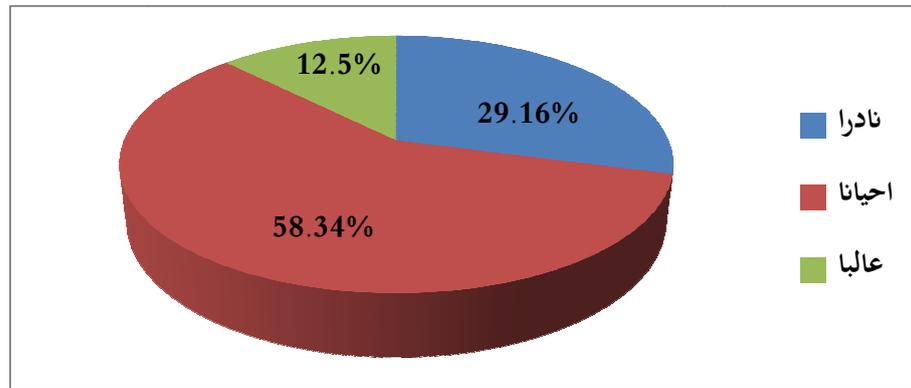
الغرض من السؤال: هو معرفة مستوى اللاعبين و وجهة نظرهم في توفيقهم في اللعب.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبائية حصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة إحصائية
نادرا	07	29.16	7.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحيانا	14	58.34					
غالبا	03	12.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 03: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثالث لمقياس قلق المنافسة (قبل

المنافسة)



شكل رقم 03: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 03 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 03 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة

وجدناها 7.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة

إحصائية لان كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية، وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثالث بعبارة

أحيانا 58.34 مما يدل على أن اللاعبين يخشون من عدم توفيقهم في اللعب قبلا شتراكمهم في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بالقلق وذلك لشعورهم بعدم توفيقهم في

اللعبة قبل اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال الرابع:** أمتع بروح رياضية عالية عندما اشترك في المنافسة

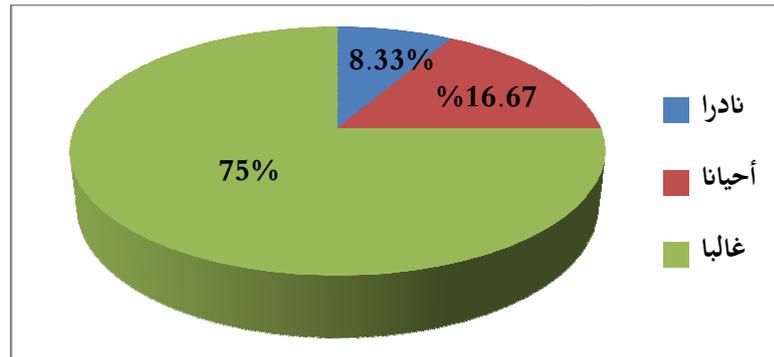
الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

**الغرض من السؤال:** معرفة مستوى أداء اللاعبين وتمتعهم بالروح الرياضية أثناء المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	8.33	19	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحيانا	04	16.67					
غالبا	18	75					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 04:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الرابع لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)



**شكل رقم 04:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 04 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 04 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 19

بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لان

كا<sup>2</sup> المحسوبة اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الرابع بعبارة غالباً تساوي 75% مما يدل على أن

اللاعبين يتمتعون بروح رياضية عندما يشتركون في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يتمتعون بروح رياضية عالية عندما يشتركون في

المنافسة

- السؤال الخامس: عندما اشترك في المنافسة أخشى من ارتكابي لبعض الأخطاء

الإجابة: ندراً، أحياناً، غالباً

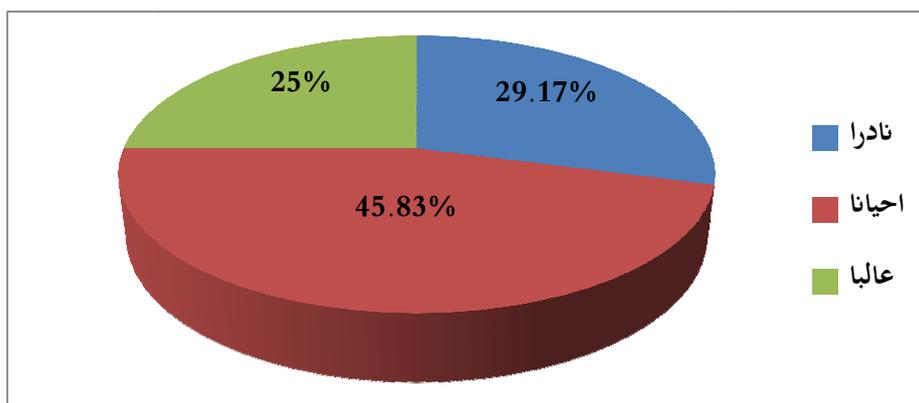
الغرض من السؤال: معرفة مدى ارتباك اللاعبين أثناء المنافسة والخوف من الأداء السيئ

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	07	29.17	1.75	5.99	0.05	2	غير دالة
أحيانا	11	45.83					
غالبا	06	25					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 05: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الخامس لمقياس قلق المنافسة (قبل

المنافسة)



شكل رقم 05: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 05 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 05 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 1.75 بينما قيمة

كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، والنتيجة غير دالة لان كا<sup>2</sup> المحسوبة

اصغر من كا<sup>2</sup> الجدولية. 45.83% مما يدل على أن اللاعبين يخشون % وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على

السؤال الخامس بعبارة أحيانا أو يخافون من ارتكاب الأخطاء عند اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يخشون من ارتكاب بعض الأخطاء عند اشتراكهم

في المنافسة.

- السؤال السادس: قبل أن أشارك في المنافسة أكون هادئا

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

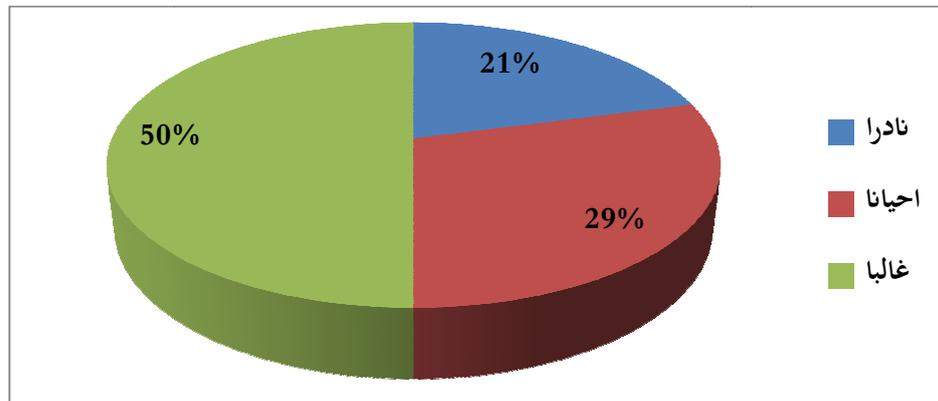
الغرض من السؤال: معرفة حالة اللاعب قبل المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	05	20.84	3.25	5.99	0.05	2	غير دالة إحصائيا
أحيانا	07	29.16					
غالبا	12	50					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 06: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السادس لمقياس قلق المنافسة

(قبلا لمنافسة)



شكل رقم 06: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 06 لمقياس قلق المنافسة (قبلا لمنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 06 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

3.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة غير دالة إحصائيا

لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة اصغر من كا<sup>2</sup> الجدولية .

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السادس بعبارة غالباً كانت النسبة 50% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بحالة هدوء قبل اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بحالة من الهدوء قبل اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال السابع:** من المهم أن يكون لي هدف أثناء المنافسة

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً

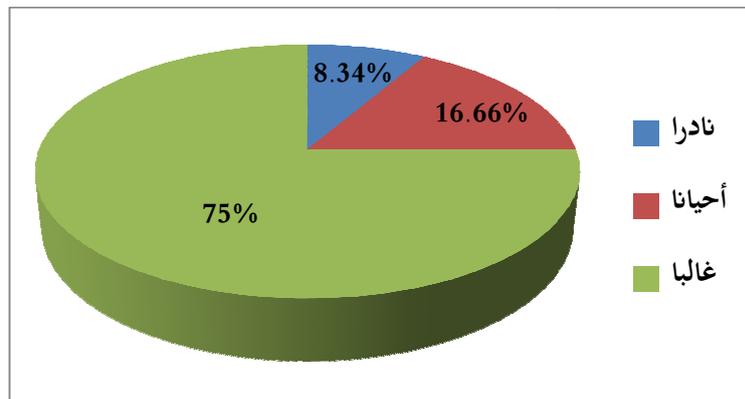
الغرض من السؤال: معرفة مدى تفكيرهم الايجابي أثناء المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا المحسوبة	كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	02	08.34	19	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحياناً	04	16.66					
غالباً	18	75					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 07: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السابع لمقياس قلق المنافسة (قبل

المنافسة)



شكل رقم 07: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 07 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 07 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 19

بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن

$\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السابع بعبارة غالباً تساوي 75% مما يدل على أن اللاعبين

لهم هدف مهم أثناء المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين لهم هدفهم أثناء المنافسة.

- **السؤال الثامن:** قبل أن اشترك في المنافسة اشعر باضطراب في معدتي

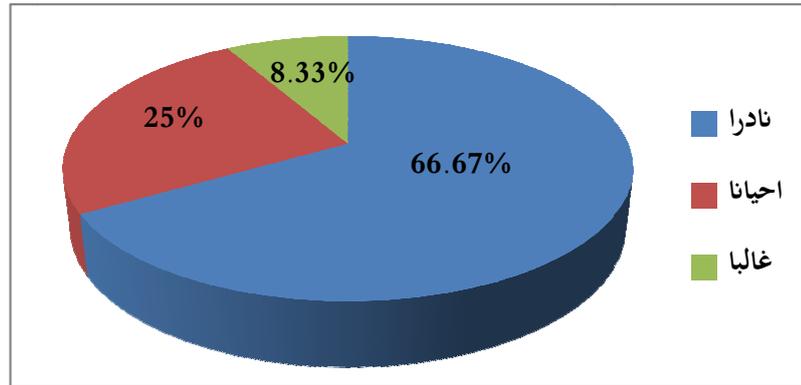
الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثر اللاعبين من الخوف والقلق قبل المشاركة في المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نادرا	16	66.67	13	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
أحيانا	06	25					
غالبا	02	8.33					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 08:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثامن لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)



**شكل رقم 08:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 08 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 08 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

13 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا

لأنكا<sup>2</sup> المحسوبة اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكان تنسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثامن بعبارة نادرا

تساوي 66.67% مما يدل على أن اللاعبين

لا يشعرون بخالة اضطراب في المعدة قبل اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين لايشعرون باضطراب في المعدة قبل اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال التاسع:** قبل اشتراكي في المنافسة اشعر بأن ضربات قلبي أسرع من المعتاد

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

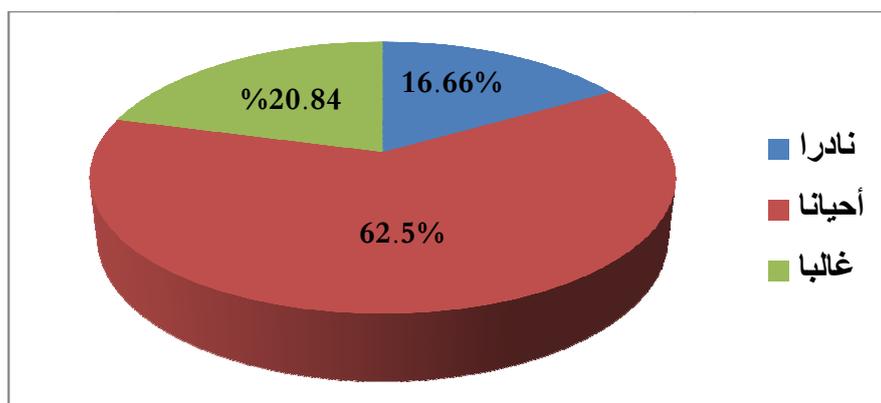
الغرض من السؤال: معرفة قلق اللاعبين و اضطرابهم قبل الاشتراك في المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66	9.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
أحيانا	15	62.5					
غالبا	05	20.84					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 09: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال التاسع لمقياس قلق المنافسة

(قبل المنافسة)



شكل رقم 09: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 09 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 9 و بعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 9.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، والنتيجة دالة إحصائياً لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال التاسع بعبارة أحيانا تساوي 62.5% مما يدل على أن

أغلب اللاعبين يشعرون بان ضربات القلب تكون أسرع من المعتاد قبل اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بضربات القلب أسرع من المعتاد قبل

اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال العاشر:** أحب التنافس في الأنشطة التي تتطلب مجهودا بدنيا

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

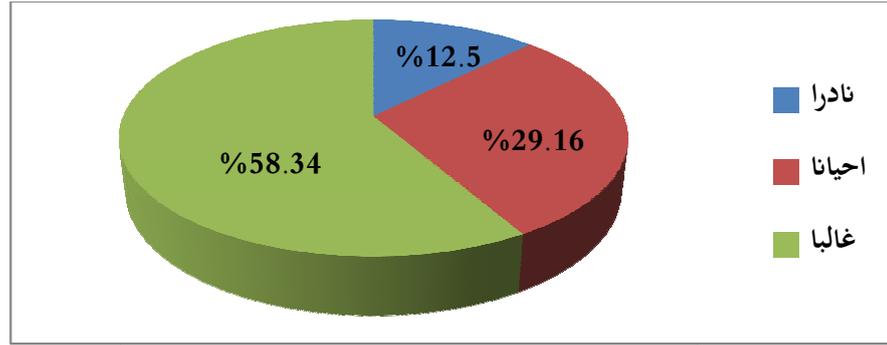
**الغرض من السؤال:** معرفة مدى حب اللاعبين اللعب في الأنشطة التي فيها مجهودا بدنيا

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	03	12.5	7.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
أحيانا	07	29.16					
غالبا	14	58.34					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 10:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال العاشر لمقياس قلق المنافسة

(قبل المنافسة)



شكل رقم 10: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 10 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 10 و بعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة

وجدناها 7.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة

إحصائيا لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية وكان تنسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال العاشر بعبارة

غالبا تساوي 58.34% مما يدل على أن اللاعبين يحبون التنافس في الأنشطة التي تتطلب مجهودا بدنيا، و

يشعرون بحالة من الارتباك والقلق قبل الاشتراك في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يحبون التنافس في الأنشطة التي تتطلب مجهودا

بدنيا

- السؤال الحادي عشر: قبل اشتراكي في المنافسة اشعر بالاسترخاء

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

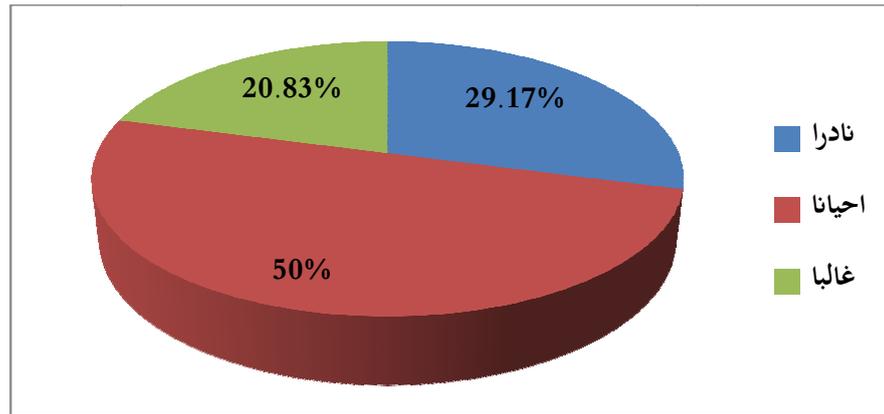
الغرض من السؤال: معرفة حالة اللاعبين قبل الاشتراك في المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	07	29.17	3.25	5.99	0.05	2	غير دالة إحصائيا
أحيانا	12	50					
غالبا	05	20.83					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 11: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الحادي عشر لمقياس قلق

المنافسة (قبل المنافسة)



شكل رقم 11: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 11 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 11 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

3.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة غير

دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة اصغر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الحادي عشر بعبارة أحيانا تساوي 50% مما يدل على أن

اللاعبين يشعرون بحالة استرخاء قبل الاشتراك في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبون يشعرون بالاسترخاء قبل الاشتراك في المنافسة.

- السؤال الثاني عشر: قبل أن اشترك في المنافسة أكون عصبيا

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

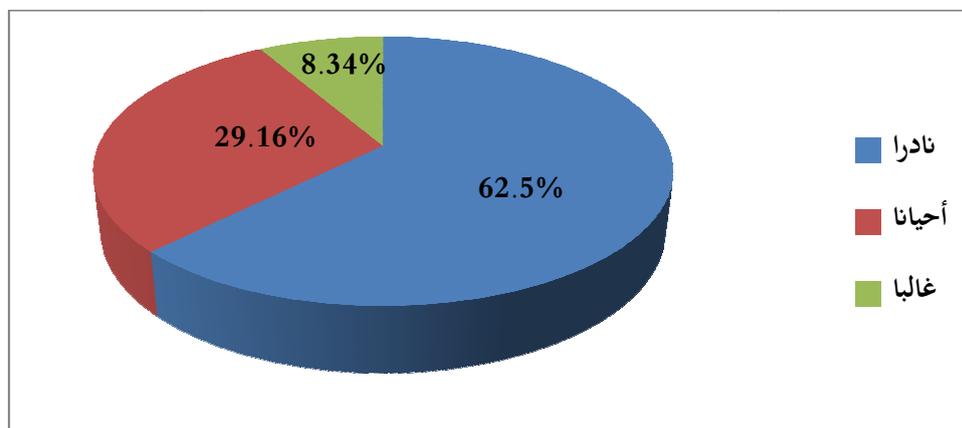
الغرض من السؤال: معرفة مدى اضطراب اللاعبين قبل المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	15	62.5	10.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
أحيانا	07	29.16					
غالبا	02	8.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 12: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثاني عشر لمقياس قلق

المنافسة (قبل المنافسة)



شكل رقم 12: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 12 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 12 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

10.75

بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثاني عشر بعبارة نادرا تساوي 62.5% مما يدل على أن اللاعبين لا يكون لديهم قلق قبل اشتراكهم في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين لا يتوترون قبل اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال الثالث عشر:** الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة من الألعاب الفردية

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

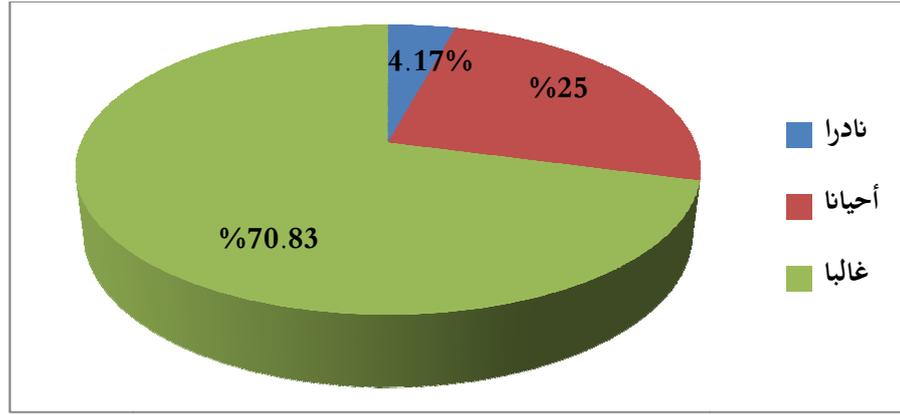
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة من الفردية.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا المحسوبة	كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	01	4.17					
أحيانا	06	25	16.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	17	70.83					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 13: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثالث عشر لمقياس قلق المنافسة (قبل

المنافسة)



شكل رقم 13: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 13 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 13 وبعد حساب قيمة كا 2 المحسوبة

وجدناها 16.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2

والنتيجة دالة إحصائياً لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية وكان تنسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثالث

عشر بعبارة غالباً تساوي 70.83% مما يدل على أن اللاعبين يعتبرون الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة

من الألعاب الفردية.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يعتبرون بان الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة

من الألعاب الفردية.

- السؤال الرابع عشر: أكون متوتراً عند انتظار بدء المنافسة

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً

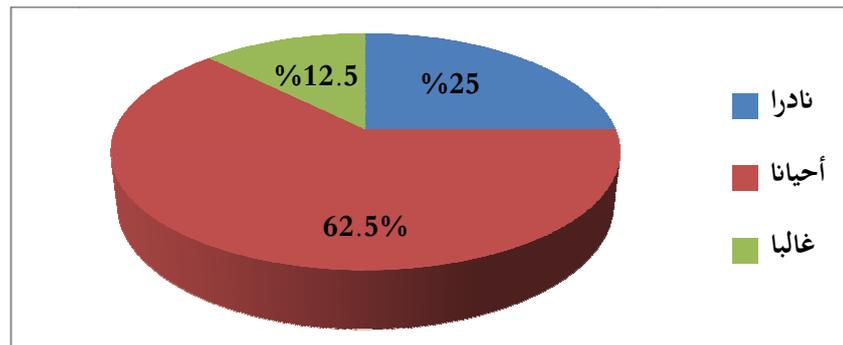
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى توتر اللاعبين عند بدء المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	06	25					
أحيانا	15	62.5	9.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	03	12.5					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 14:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الرابع عشر لمقياس قلق المنافسة

(قبل المنافسة)



**شكل رقم 14:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 14 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 14 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة

وجدناها 9.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة

دالة إحصائيا لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية وكان تنسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الرابع

عشر بعبارة أحيانا تساوي 62.5% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بحالة من التوتر عند انتظار بدء

المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بحالة من التوتر عند انتظار بدء

المنافسة.

-السؤال الخامس عشر: قبل أن اشترك في المنافسة أشعر بالضيق

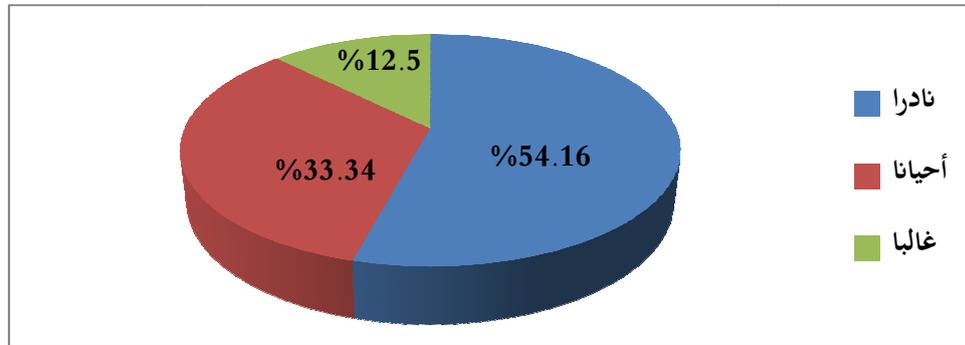
الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

الغرض من السؤال: معرفة مدى شعور اللاعبين بالضيق قبل المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	13	54.16					
أحيانا	08	33.34	6.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	03	12.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 15: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الخامس عشر



شكل رقم 15: يمثل لنسبة الإجابات على السؤال 15 لمقياس قلق المنافسة (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 15 و بعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 6.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الخامس عشر بعبارة نادرا تساوي 54.16% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بحالة من الضيق قبل اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرو نبحالة من الضيق قبل اشتراكهم في المنافسة.

### 1-1-2 - يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق (أثناء المنافسة):

- السؤال الأول: التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية ؟

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

الغرض من السؤال:

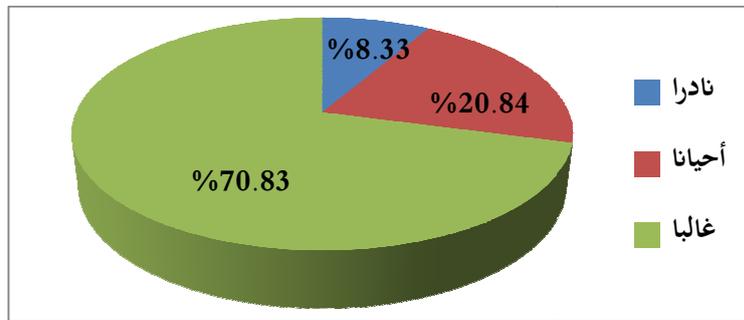
معرفة انها إذا كان التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية،

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان اخلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	8.33					
أحيانا	05	20.84		5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	17	70.83					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 16: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الأول لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



الشكل رقم 16: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 01 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 16 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها تساوي 15.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الأول بعبارة غالباً 70.83% مما يدل على أن اللاعبين يعتبرون أن التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يرون أن التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية.

- السؤال الثاني: قبل أن اشترك في المنافسة اشعر أنني مرتبك؟

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً .

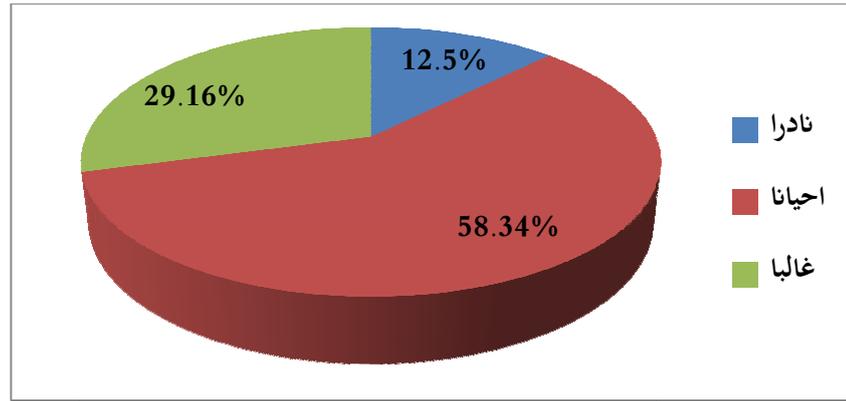
الغرض من السؤال: معرفة مدى ارتباك اللاعبين قبل المنافسة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	03	12.5					
أحياناً	14	58.34	7.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائياً
غالباً	07	29.16					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 17: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثاني لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



الشكل رقم 17: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 17 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 17 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها

7.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثاني بعبارة أحيانا 58.34% مما يدل على أن

اللاعبين يشعرون بحالة من الارتباك والقلق قبل الاشتراك في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أننا غالباً اللاعبين يشعرون بارتباك قبل الاشتراك في المنافسة

- **السؤال الثالث:** قبل اشتراكي في المنافسة أخشي من عدم توفيقني في اللعب

الإجابة: نادراً، أحيانا، غالباً.

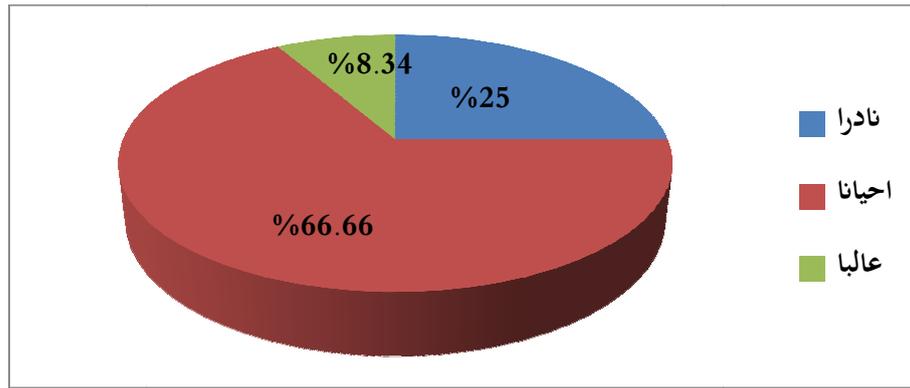
الغرض من السؤال: هو معرفة مستوى اللاعبين ووجهة نظرهم في توفيقهم في اللعب.

وبعد الاطلاع علنا استمارات الاستبيان نتحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة
نادرا	06	25					
أحيانا	16	66.66	13	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	02	8.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 18: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثالث لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 18: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 3 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبي نفي الجدول رقم 18 وبعد حسا بقيمة كا2 المحسوبة

وجدناها 13 بينما قيمة كا2 الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة

إحصائية لان كا2 المحسوبة اكبر من كا2 الجدولية، وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثالث بعبارة

أحيانا 66.66 مما يدل على أن اللاعبين يخشون من عدم توفيقهم في اللعب قبل اشتراكهم في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بالقلق وذلك لشعورهم بعدم توفيقهم في

اللعب قبل اشتراكهم في المنافسة.

- السؤال الرابع: أتمتع بروح رياضية عالية عندما اشترك في المنافسة

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

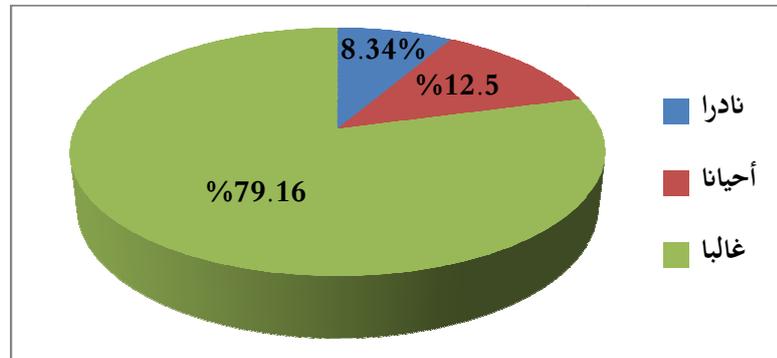
الغرض من السؤال: معرفة مستوى أداء اللاعبين وتمتعهم بالروح الرياضية أثناء المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	8.34					
أحيانا	03	12.5	22.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	19	79.16					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 19: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الرابع لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 19: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 04 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 19 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

22.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية

لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الرابع بعبارة غالبا تساوي %79.16 مما يدل على أن

اللاعبين يتمتعون بروح رياضية عندما يشتركون في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يتمتعون بروح رياضية عالية عندما يشتركون في

المنافسة

- **السؤال الخامس:** عندما اشترك في المنافسة أخشى من ارتكابي لبعض الأخطاء

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

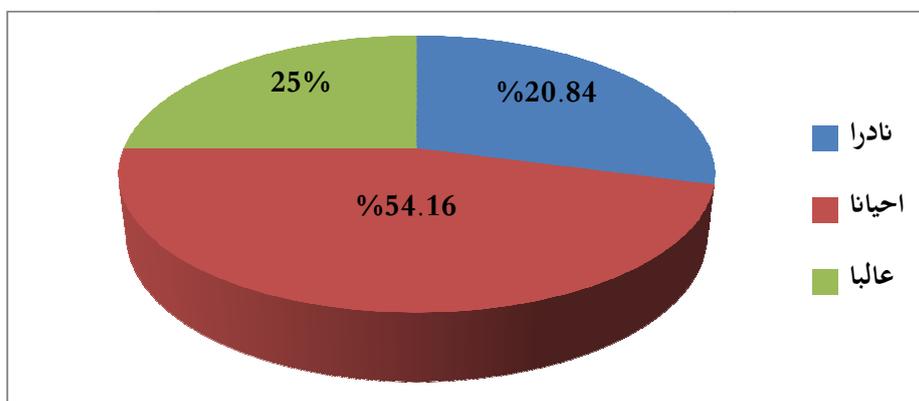
**الغرض من السؤال:** معرفة مدى ارتباك اللاعبين أثناء المنافسة والخوف من الأداء السيئ

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	05	20.84					
أحيانا	13	54.16	4.75	5.99	0.05	2	غير دالة
غالبا	06	25					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 20:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الخامس لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 20: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 05 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 20 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها

4.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، والنتيجة غير دالة لأن

$\chi^2$  المحسوبة أصغر من  $\chi^2$  الجدولية مما يدل على أن اللاعبين يخشون 16، 54% وكانت نسبة اللاعبين الذين

أجابوا على السؤال الخامس بعبارة أحيانا أو يخافون من ارتكاب الأخطاء عند اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يخشون من ارتكاب بعض الأخطاء عند اشتراكهم

في المنافسة.

- السؤال السادس: قبل أن أشارك في المنافسة أكون هادئاً

الإجابة: نادراً، أحيانا، غالبا

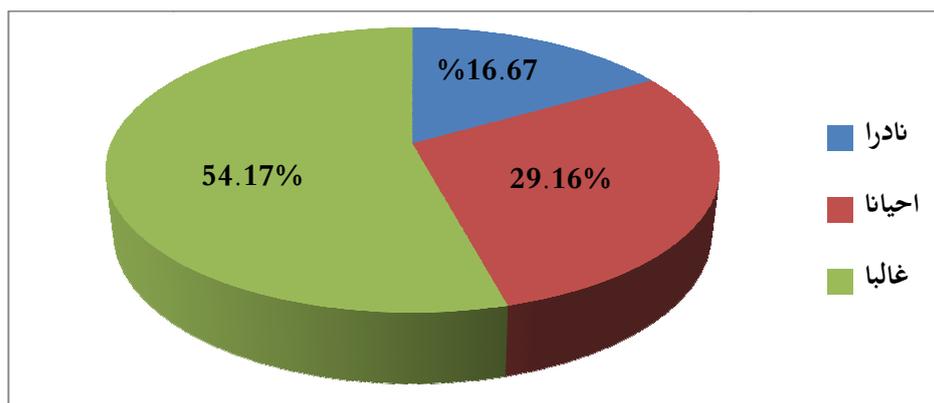
الغرض من السؤال: معرفة حالة اللاعب قبل المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستثمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.67					غير دالة
أحيانا	07	29.16	5.25	5.99	0.05	2	إحصائيا
غالبا	13	54.17					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 21: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السادس لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 21: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 6 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل إحصائي المبين في الجدول رقم 21 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 5.25

بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة غير دالة إحصائيا لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أصغر من كا<sup>2</sup> الجدولية .

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السادس بعبارة غالباً كانت النسبة 54.17% مما يدل

على أن اللاعبين يشعرون بحالة هدوء قبل اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بحالة من الهدوء قبل اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال السابع:** من المهم أن يكون لي هدف أثناء المنافسة

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

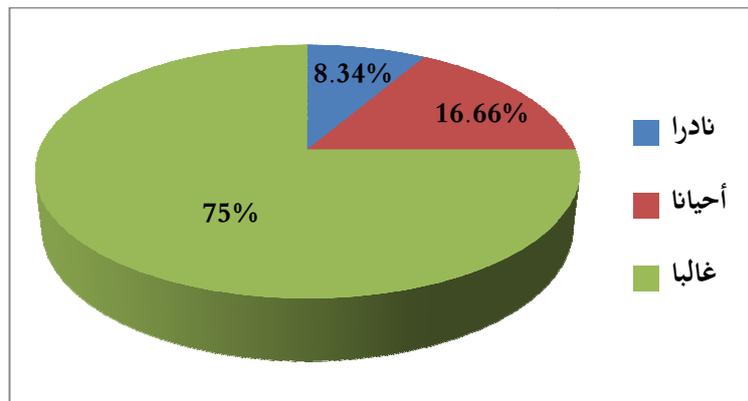
**الغرض من السؤال:** معرفة مدى تفكيرهم الايجابي أثناء المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2ك1 المحسوبة	2ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	08.34					
أحيانا	04	16.66	19	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	18	75					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 22:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السابع لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



**شكل رقم 22:** يمثل نسبة إجابات على السؤال 07 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 22 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 19 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السابع بعبارة غالب اتساوي 75% مما يدل على أن اللاعبين لهم هدف مهم أثناء المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين لهم هدف مهم أثناء المنافسة.

- **السؤال الثامن:** قبل أن اشترك في المنافسة اشعر باضطراب في معدتي

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

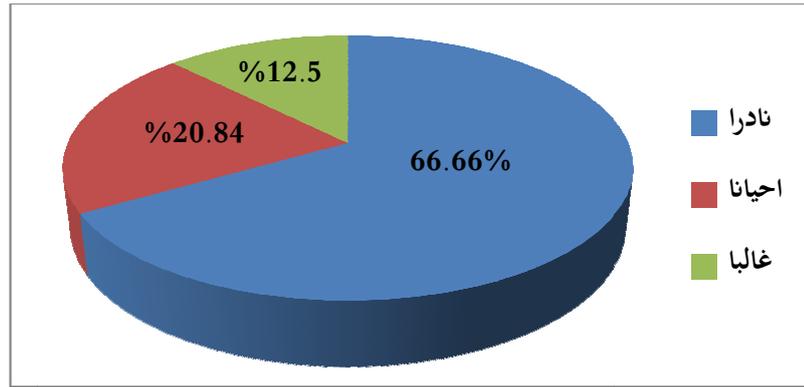
**الغرض من السؤال:** معرفة مدى تأثر اللاعبين من الخوف والقلق قبل المشاركة في المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا المحسوبة	كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	16	66.6					
أحيانا	05	20.84	12.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	03	12.5					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 23:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثامن لمقياس قلقا لمنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 23: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 08 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 23 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 12.25 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثامن بعبارة نادرا تساوي 66.66% مما يدل على أن اللاعبين لا يشعرون بحالة اضطراب في المعدة قبل اشتراكهم في المنافسة. نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين لا يشعرون باضطراب في المعدة قبل اشتراكهم في المنافسة.

- السؤال التاسع: قبل اشتراكي في المنافسة اشعر بأن ضربات قلبي أسرع من المعتاد

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

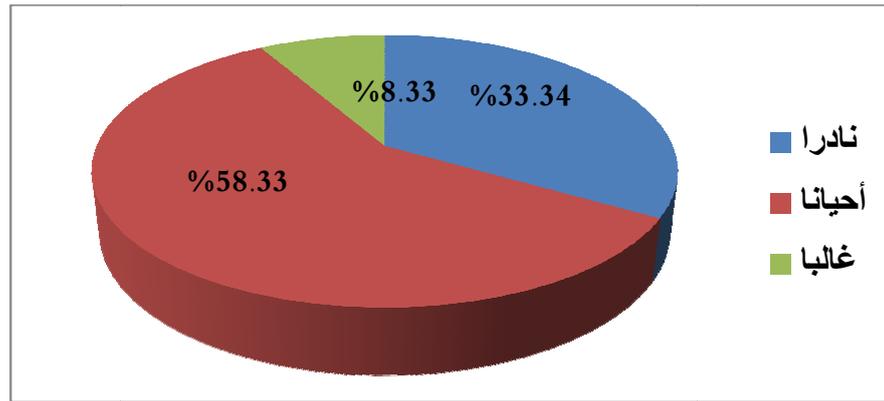
الغرض من السؤال: معرفة قلق اللاعبين و اضطرابهم قبل الاشتراك في المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	08	33.34					
أحيانا	14	58.33	9	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	02	8.33					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 24: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال التاسع لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 24: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 09 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 24 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة

وجدناها 9 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2، والنتيجة دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال التاسع بعبارة أحيانا تساوي 58.33% مما يدل على أن

أغلب اللاعبين يشعرون بان ضربات القلب تكون أسرع من المعتاد قبل اشتراكهم في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بضربات القلب أسرع من المعتاد قبل اشتراكهم في المنافسة.

- **السؤال العاشر:** أحب التنافس في الأنشطة التي تتطلب مجهودا بدنيا

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

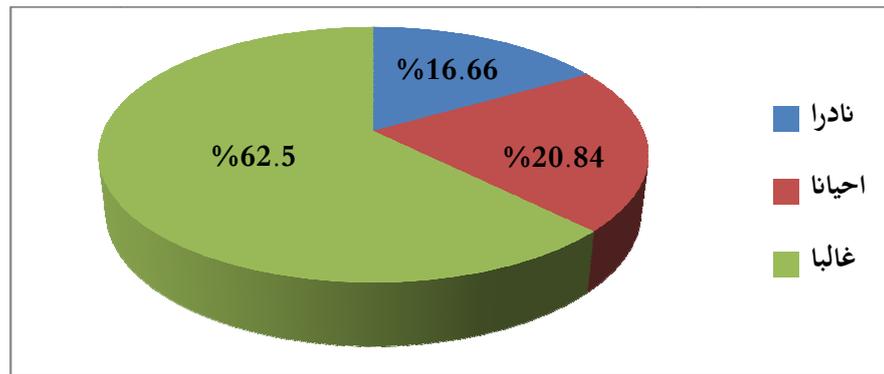
**الغرض من السؤال:** معرفة مدى حب اللاعبين اللعب في الأنشطة التي فيها مجهودا بدنيا

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66					
أحيانا	05	20.84	9.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	15	62.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 25: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال العاشر لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 25: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 10 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 25 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة و

جدناها 9.25

بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً

لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال العاشر بعبارة غالباً تساوي 62.5% مما يدل

على أن اللاعبين يحبون التنافس في الأنشطة التي تتطلب مجهوداً بدنياً، ويشعرون بحالة من الارتباك والقلق

قبل الاشتراك في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يحبون التنافس في الأنشطة التي تتطلب مجهوداً

بدنياً

- **السؤال الحادي عشر:** قبل اشتراكك في المنافسة اشعر بالاسترخاء

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً

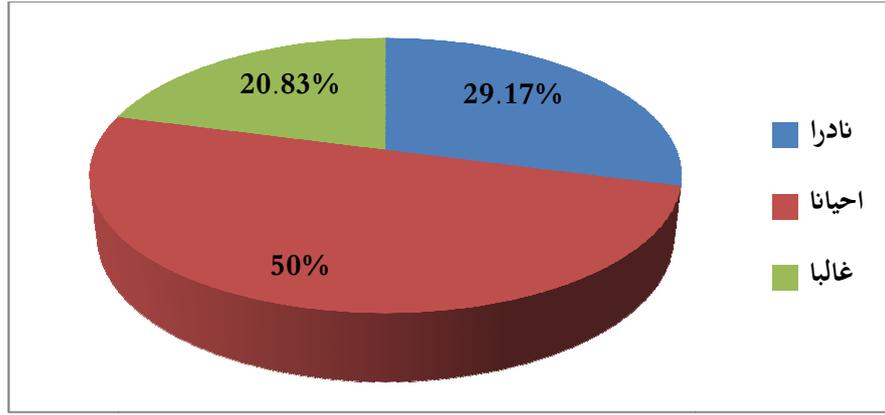
الغرض من السؤال: معرفة حالة اللاعبين قبل الاشتراك في المنافسة.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	07	629.1					
أحياناً	12	50	3.25	5.99	0.05	2	غير دالة
غالباً	05	420.8					إحصائياً
المجموع	24	100					

الجدول رقم 26: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الحادي عشر لمقياس قلق

المنافسة (أثناء المنافسة)



شكل رقم 26: يمثل نسبة إجابات على السؤال 11 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 26 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 3.25

بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة غير

دالة إحصائية لأن  $\chi^2$  المحسوبة أصغر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الحادي عشر بعبارة أحيانا تساوي 50% مما يدل على

أن اللاعبين يشعرون بحالة استرخاء قبل الاشتراك في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يشعرون بالاسترخاء قبل الاشتراك في المنافسة.

- **السؤال الثاني عشر:** قبل أن اشترك في المنافسة أكون عصبيا

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

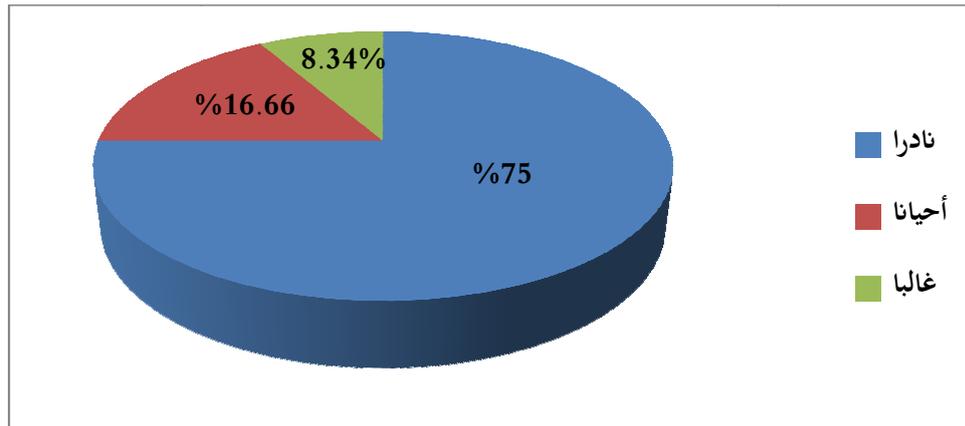
الغرض من السؤال: معرفة مدى اضطراب اللاعبين قبل المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستثمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	18	75					
أحيانا	04	16.66	19	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	02	8.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 27: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثاني عشر لمقياس قلق

المنافسة (أثناء المنافسة)



شكل رقم 27: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 12 المقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 27 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة

وجدناها 19 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2 والنتيجة

دالة إحصائيا لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثاني عشر بعبارة نادرا تساوي 75% مما يدل على أن

اللاعبين لا يكون لديهم قلق قبل اشتراكهم في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين لا يتوترون قبلا لاشتراكهم في المنافسة.

- السؤال الثالث عشر: الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة من الألعاب الفردية

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

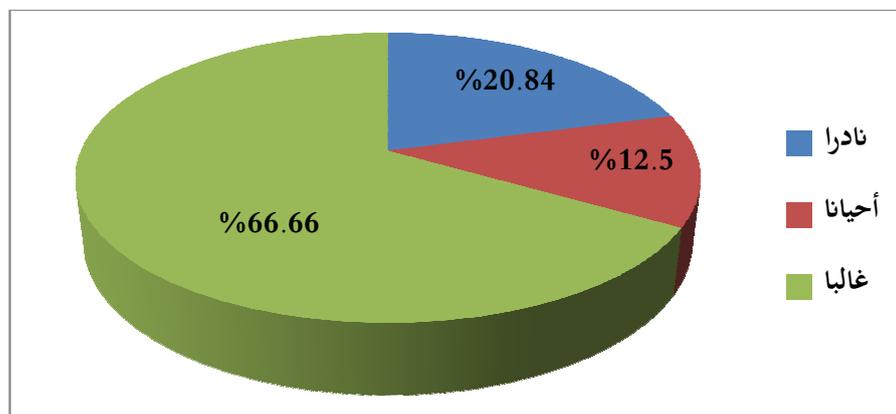
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة من الفردية.

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا 2 المحسوبة	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	05	20.84					
أحيانا	03	12.5	12.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	16	66.66					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 28: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثالث عشر لمقياس قلق

المنافسة (أثناء المنافسة)



شكل رقم 28: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 13 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 28 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة

وجدناها 12.25

بينما قيمة كاسم الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا

لأن كاسم المحسوبة أكبر من كاسم الجدولية وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثالث عشر عبارة غالبا

تساوي 66.66% مما يدل على أن اللاعبين يعتبرون الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة من الألعاب الفردية.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يعتبرون بان الألعاب الرياضية الجماعية أكثر إثارة

من الألعاب الفردية.

- السؤال الرابع عشر: أكون متوترا عند انتظار بدء المنافسة

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

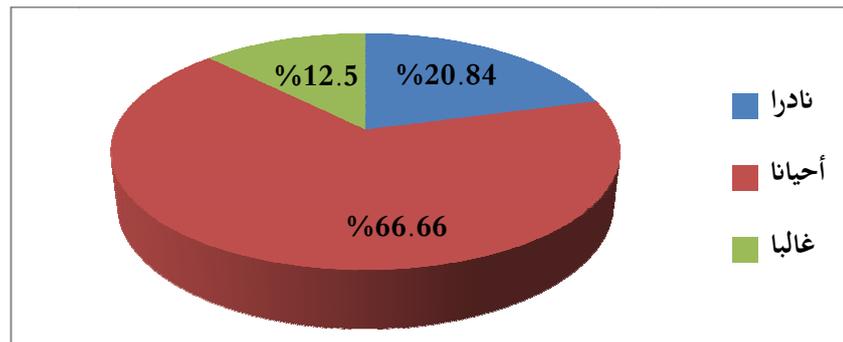
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى توتر اللاعبين عند بدء المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كاسم المحسوبة	كاسم الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	05	20.84					
أحيانا	16	66.66	12.5	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	03	12.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 29: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الرابع عشر لمقياس قلق المنافسة

(أثناء المنافسة)



شكل رقم 29: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 14 المقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 29 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة

وجدناها 12.25 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية تساوي 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة

إحصائيا لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الرابع عشريعبارة

أحيانا تساوي 66.66% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بحالة من التوتر عند انتظار بدء المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بحالة من التوتر عند انتظار بدء

المنافسة.

-السؤال الخامس عشر: قبل أن اشترك في المنافسة أشعر بالضيق

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا

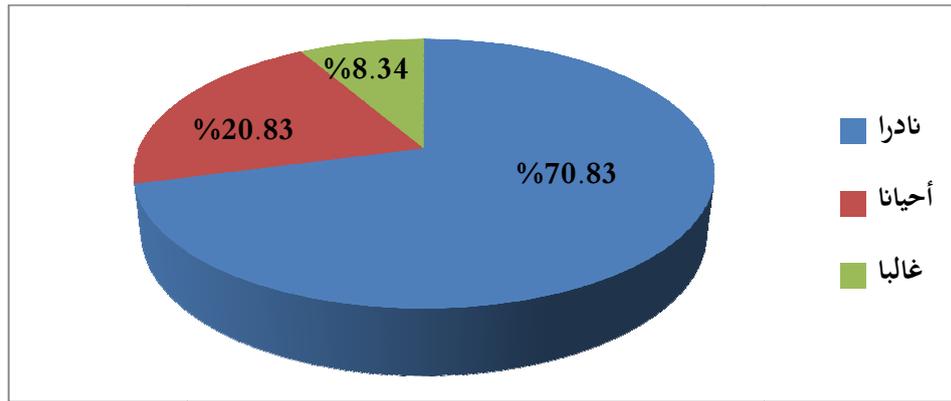
الغرض من السؤال: معرفة مدى شعور اللاعبين بالضيق قبل المنافسة

وبعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول و الرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نادرا	17	70.83	15.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
أحيانا	05	20.83					
غالبا	02	8.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 30: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الخامس عشر لمقياس قلق

المنافسة (أثناء المنافسة)



شكل رقم 30: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 15 لمقياس قلق المنافسة (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبين في الجدول رقم 30 وبعد حساب قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 15.75 بينما قيمة ك<sup>2</sup> الجدولية تساوي 5.99 وهذا عدم مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن ك<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الخامس عشر بعبارة نادرا تساوي 70.83% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بحالة من الضيق قبل اشتراكهم في المنافسة. نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بحالة من الضيق قبل اشتراكهم في المنافسة.

## 1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

يتميز لاعبو كرة القدم بضغوط نفسية مرتفعة.

### 1-2-1- يتميز لاعبو كرة القدم بضغوط نفسية مرتفعة (قبل المنافسة):

- السؤال الأول: أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة في المنافسات الرياضية ؟

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا .

الغرض من السؤال: معرفة مدى الشعور بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة في المنافسات

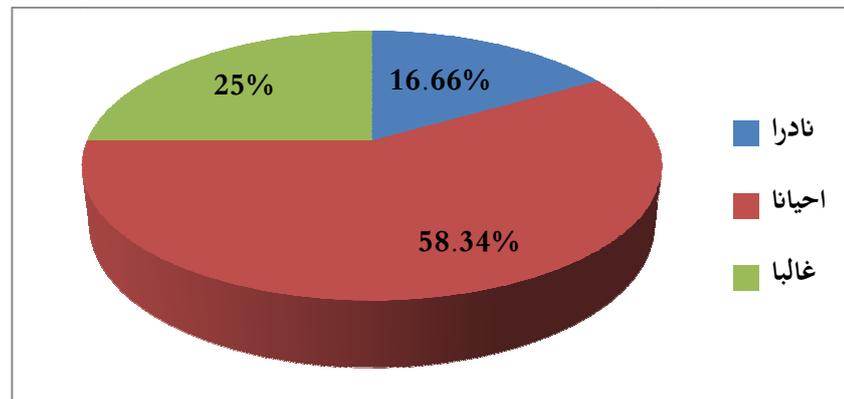
الرياضية.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66					
أحيانا	14	58.34	7	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	06	25					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 31: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الأول لاستبيان الضغوط النفسية

(قبل المنافسة)



**الشكل رقم 31:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 01 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 31 و بعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها

7 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية.

وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الأول بعبارة أحيانا 58.34% مما يدل على أن اللاعبين

يشعرون بالقلق من عدم المقدرة على الأداء بصورة جيدة في المنافسات الرياضية.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بالقلق من عدم المقدرة على الأداء

بصورة جيدة في المنافسات الرياضية.

- **السؤال الثاني:** أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة .؟

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا .

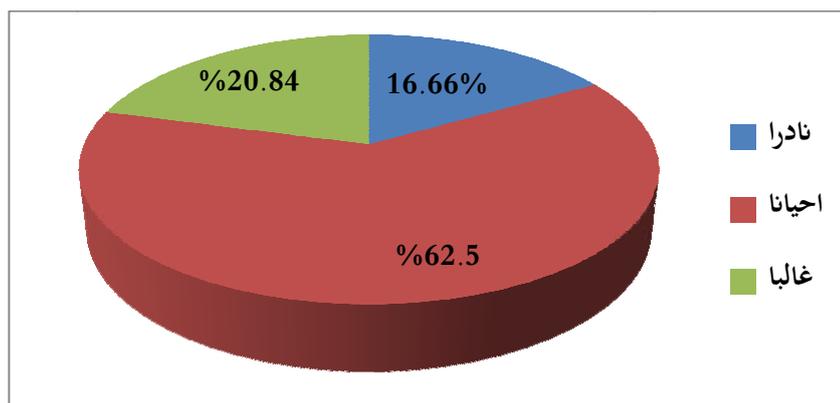
**الغرض من السؤال:** معرفة مدى خوف اللاعبين من احتمال الإصابة أثناء الاشتراك في المنافسة .

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66					
أحيانا	15	62.5	9.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	05	20.84					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 32: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثاني لاستبيان الضغوط النفسية

(قبل المنافسة)



الشكل رقم 32: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 02 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 32 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

9.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن

كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثاني بعبارة أحيانا 62.5%

مما يدل على أن اللاعب ييخشون من احتمال الإصابة أثناء الاشتراك في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين ييخشون من احتمال الإصابة أثناء الاشتراك في

المنافسة .

- السؤال الثالث: أعتقد أن المطلوب مني في المنافسة يفوق قدراتي وإمكاناتي.

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا .

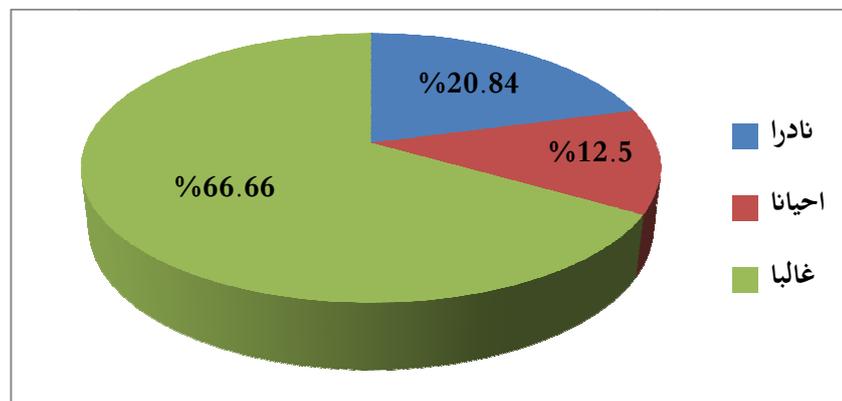
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان المطلوب من اللاعبين في المنافسة يفوق قدراتهم وإمكاناتهم .

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	05	20.84					
أحيانا	03	12.5	12.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	16	66.66					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 33: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثالث لاستبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)



الشكل رقم 33: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 03 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 33 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

12.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية

لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثالث بعبارة غالباً 66.66% مما يدل على أن المطلوب من اللاعبين في المنافسة يفوق قدراتهم و إمكاناتهم .

نستنتج من النتائج الجدولية لسابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بان المطلوب منهم في المنافسة يفوق قدراتهم و إمكاناتهم .

- **السؤال الرابع:** تواجهي ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتي على تحملها.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً .

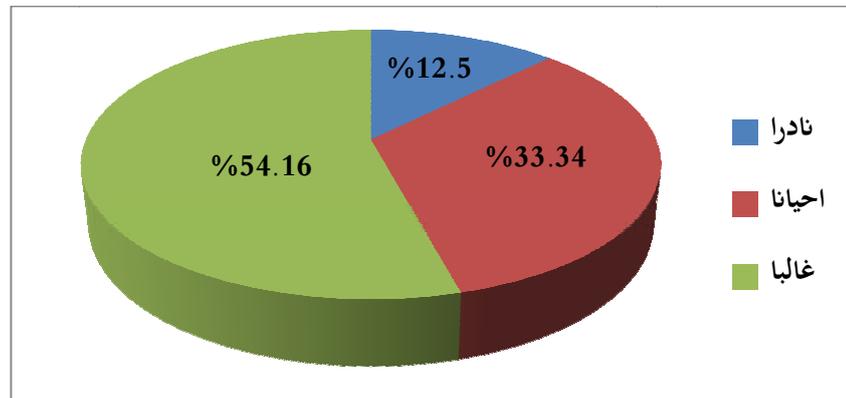
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت تواجه اللاعبين ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتهم على تحملها.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	03	12.5					
أحياناً	08	33.34	6.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالباً	13	54.16					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 34: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الرابع لاستبيان الضغوط النفسية

(قبل المنافسة)



الشكل رقم 34: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 04 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 34 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 6.25 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الرابع بعبارة غالباً 54.16% مما يدل على أن اللاعبين تواجههم ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتهم على تحملها نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بأنهم يواجهون ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتهم على تحملها .

- السؤال الخامس: قبل اشتراكي في المنافسة أشعر بقلق من الصعب السيطرة عليه.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً .

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان اللاعبون يشعرون بقلق من الصعب السيطرة عليه قبل اشتراك في

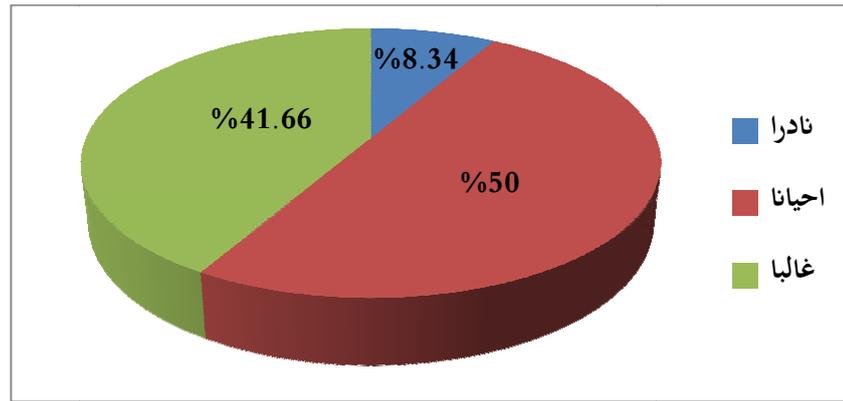
المنافسة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	8.34					
أحيانا	12	50	7	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	10	41.66					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 35: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الخامس لاستبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)



الشكل رقم 35: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 05 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 35 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 7

بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup>

المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الخامس بعبارة أحيانا 50% مما

يدل على أن اللاعبين يشعرون بقلق من الصعب السيطرة عليه قبل الاشتراك في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بقلق من الصعب السيطرة عليه قبل

الاشتراك في المنافسة.

**السؤال السادس:** يصعب علي التحكم في انفعالاتي تجاه أخطاء الآخرين..

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا .

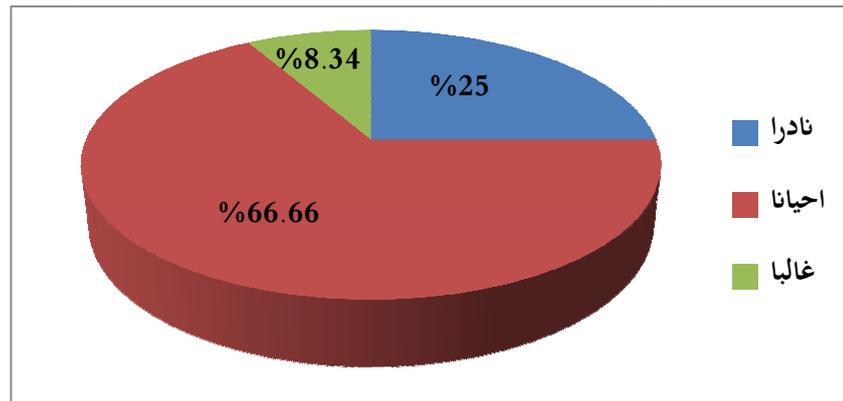
**الغرض من السؤال:** معرفة ما مدى صعوبة التحكم في انفعالات اللاعبين تجاه أخطاء الآخرين.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	06	25					
أحيانا	16	66.66	13	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	02	8.34					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 36:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السادس لاستبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)



**الشكل رقم 36:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 06 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 36 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 13 بينما قيمة كا<sup>2</sup>

الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر

من كاً<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا عل بالسؤال السادس بعبارة احياناً 66.66% مما يدل على أن اللاعبين يصعب عليهم التحكم في انفعالاتهم تجاه أخطاء الآخرين.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بصعوبة في التحكم في انفعالاتهم تجاه أخطاء الآخرين.

- **السؤال السابع:** من الصعب أن أعود إلى حالي الطبيعية بعد الهزيمة.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً .

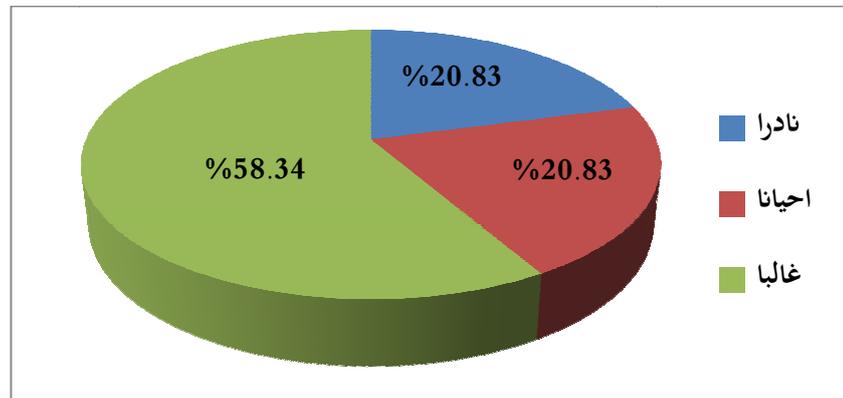
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى صعوبة عودة اللاعبين إلى حالتهم الطبيعية بعد الهزيمة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	05	20.83					
أحياناً	05	20.83	6.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالباً	14	58.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 37: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السابع لاستبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)



الشكل رقم 37: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 07 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 37 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 6.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السابع بعبارة غالباً 58.34% مما يدل على أن اللاعبين تصعب عليهم العودة إلى حالتهم الطبيعية بعد الهزيمة. نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أننا غالباً اللاعبين يشعرون بصعوبة في العودة إلى حالتهم الطبيعية بعد الهزيمة.

- السؤال الثامن: أشعر بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً.

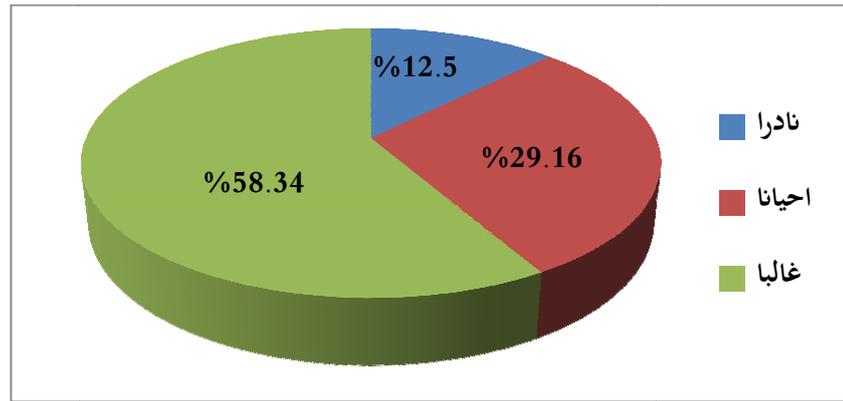
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى شعور اللاعبين بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نادرا	03	12.5					
أحيانا	07	29.16	7.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	14	58.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 38: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثامن لاستبيان الضغوط النفسية

(قبل المنافسة)



الشكل رقم 38: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 08 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 38 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

7.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن

كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثامن بعبارة

غالبا 58.34% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد

بالمنافسة

- السؤال التاسع: مكافأة الفوز لا تساوي الجهد البدني والنفسي الذي أبذله.

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

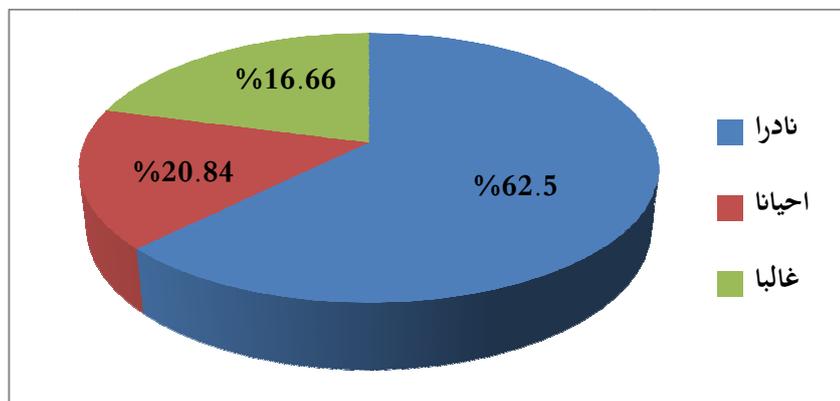
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت مكافأة الفوز تساوي الجهد البدني والنفسي الذي يبذله اللاعبون.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نادرا	15	62.5					
أحيانا	04	16.66	9.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	05	20.84					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 39: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال التاسع لاستبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)



الشكل رقم 39: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 09 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 39 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

9.25 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن

ك<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال التاسع بعبارة نادرا 62.5%

مما يدل على أن اللاعبين لا يشعرون بان مكافأة الفوز لا تساوي لجهد البدني والنفسي الذي بذلونه .

نستنتج من النتائج لجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين لا يشعرون بان مكافأة الفوز لا تساوي الجهد

البدني والنفسي الذي بذلونه .

- السؤال العاشر: يختل توازني عند اقتراب موعد المنافسة.

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

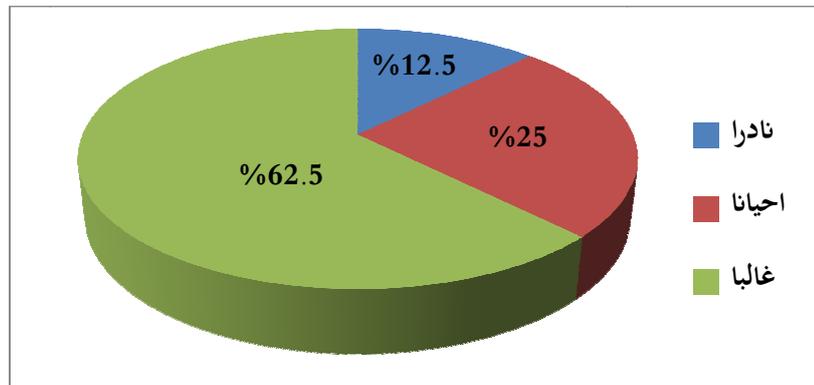
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى اختلال توازن اللاعبين عند اقتراب موعد المنافسة.

بعد الاطلاع على الاستمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	03	12.5	9.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحيانا	06	25					
غالبا	15	62.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 40: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال العاشر استبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)



الشكل رقم 40: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 10 لاستبيان الضغوط النفسية (قبل المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 40 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها

9.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن

$\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال العاشر بعبارة غالباً 62.5%

مما يدل على أن اللاعبين يشعرون باختلال توازن عند اقتراب موعد المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يختل توازنهم عند اقتراب موعد المنافسة.

1-2-2-1 يتميز لاعبو كرة القدم بضغوط نفسية مرتفعة (أثناء المنافسة):

- السؤال الأول: أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة في المنافسات الرياضية ؟

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً.

الغرض من السؤال: معرفة مدى الشعور بالقلق من عدم المقدرة على الأداء بصورة جيدة في المنافسات

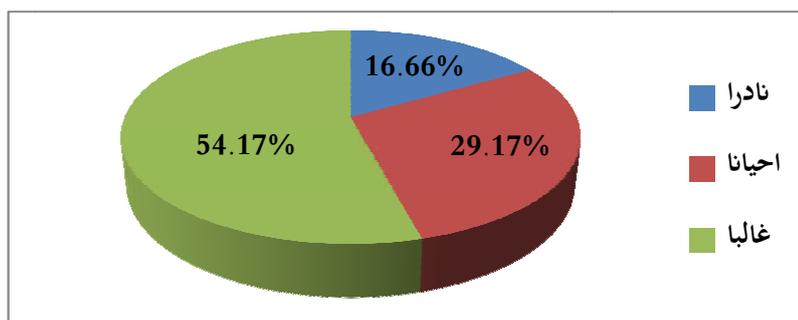
الرياضية.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	2كا المحسوبة	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66					
أحيانا	07	29.17	7	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	13	54.17					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 41: يمثل التحليل الإحصائي إجابة اللاعبين على السؤال الأول لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 41: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 01 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 41 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 7

بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن

$\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الأول بعبارة غالبا

54.17% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بالقلق من عدم المقدرة على الأداء بصورة جيدة في المنافسات

الرياضية.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يشعرون بالقلق من عدم المقدرة على الأداء

بصورة جيدة في المنافسات الرياضية.

- السؤال الثاني: أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة .؟

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

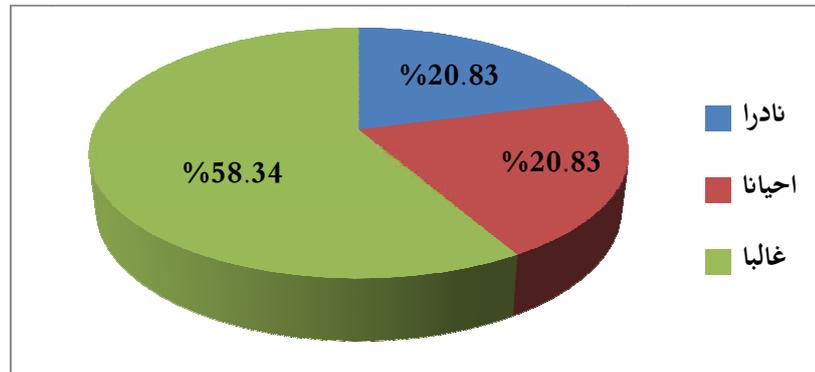
الغرض من السؤال: معرفة مدى خوف اللاعبين من احتمال الإصابة أثناء الاشتراك في المنافسة .

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	05	20.83					
أحيانا	05	20.83	6.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	14	58.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 42: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثاني لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 42: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 02 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 42 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

6.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن

كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثاني بعبارة غالباً 58.34% مما يدل على أن اللاعبين يخشون من احتمال الإصابة أثناء الاشتراك في المنافسة .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يخشون من احتمال الإصابة أثناء الاشتراك في المنافسة .

- السؤال الثالث: أعتقد أن المطلوب مني في المنافسة يفوق قدراتي وإمكاناتي.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً.

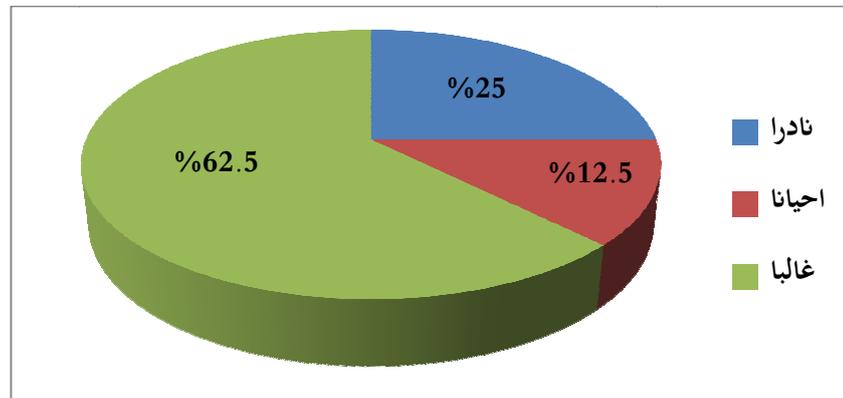
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان المطلوب من اللاعبين في المنافسة يفوق قدراتهم وإمكاناتهم .

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	06	25	9.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحياناً	03	12.5					
غالباً	15	62.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 43: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثالث استبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 43: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 03 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 43 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 9.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثالث بعبارة غالباً 62.5% مما يدل على أن المطلوب من اللاعبين في المنافسة يفوق قدراتهم وإمكاناتهم .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بان المطلوب منهم في المنافسة يفوق قدراتهم وإمكاناتهم .

- السؤال الرابع: تواجهني ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتي على تحملها.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً.

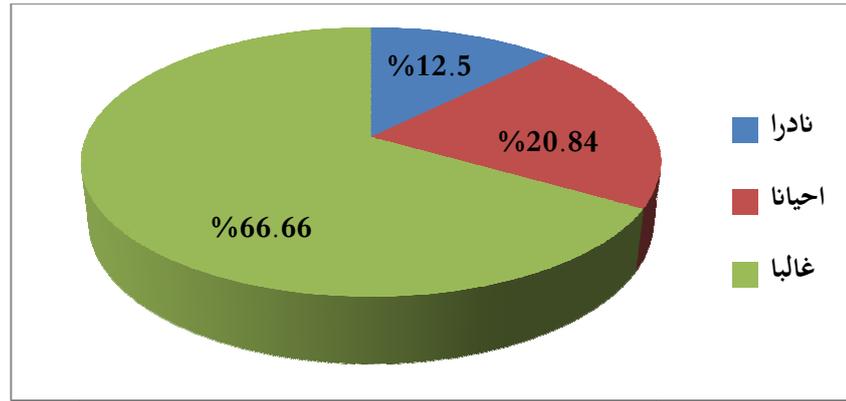
الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كانت تواجه اللاعبين ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتهم على تحملها.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	$\chi^2$ المحسوبة	$\chi^2$ الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادراً	03	12.5					
أحياناً	05	20.84	12.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائياً
غالباً	16	66.66					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 44: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الرابع لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 44: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 04 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 44 وبعد حساب قيمة كاسي المحسوبة وجدناها 12.25 بينما قيمة كاسي الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن كاسي المحسوبة أكبر من كاسي الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الرابع بعبارة غالبا 66.66% مما يدل على أن اللاعبين تواجههم ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتهم على تحملها نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بأنهم يواجهون ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتهم على تحملها .

- السؤال الخامس: قبل اشتراكي في المنافسة أشعر بقلق من الصعب السيطرة عليه.

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان اللاعبين يشعرون بقلق من الصعب السيطرة عليه قبل اشتراك في

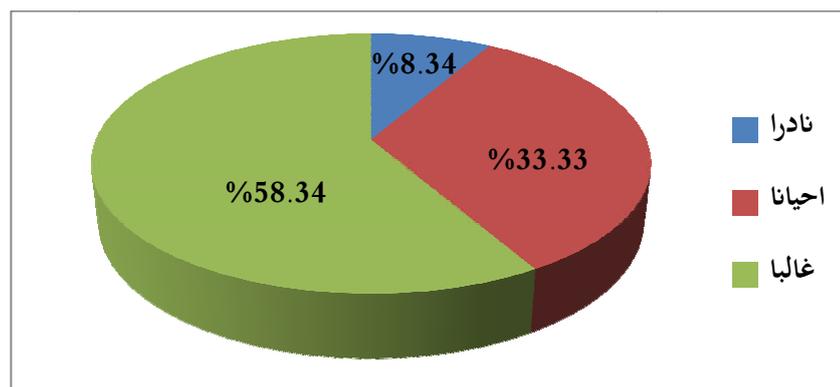
المنافسة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	8.34					
أحيانا	08	33.33	9	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	14	58.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 45: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الخامس لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 45: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 05 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 45 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 9

بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup>

المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الخامس بعبارة غالبا

58.34% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بقلق من الصعب السيطرة عليه قبل اشتراك في المنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن اغلب اللاعبين يشعرون بقلق من الصعب السيطرة عليه قبل

الاشتراك في المنافسة.

- السؤال السادس: يصعب علي التحكم في انفعالاتي تجاه أخطاء الآخرين..

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

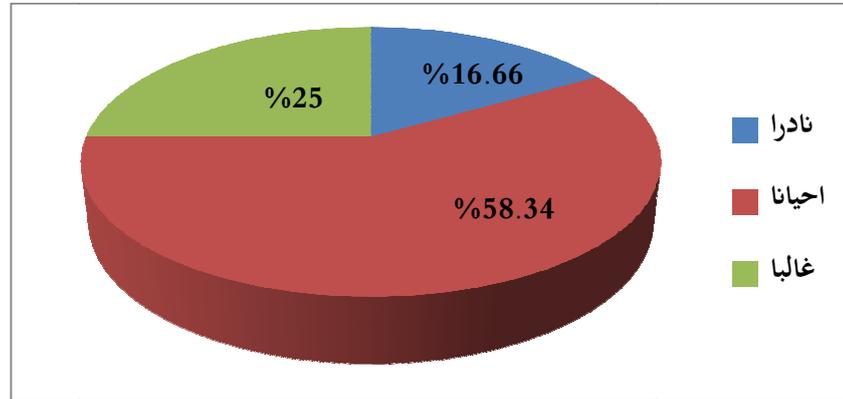
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى صعوبة التحكم في انفعالات اللاعبين تجاه أخطاء الآخرين.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66					
أحيانا	14	58.34	7	5.99	0.05	2	دالة إحصائيا
غالبا	06	25					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 46: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السادس لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 46: يمثل نسبة إجابات على السؤال 06 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 46 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 7

بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائيا لأن

كاً المحسوبة أكبر من كاً الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السادس بعبارة أحيانا 58.34% مما يدل على أن اللاعبين يصعب عليهم التحكم في انفعالاتهم تجاه أخطاء الآخرين.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يشعرون بصعوبة في التحكم في انفعالاتهم تجاه أخطاء الآخرين.

- **السؤال السابع:** من الصعب أن أعود إلى حالي الطبيعية بعد الهزيمة.

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

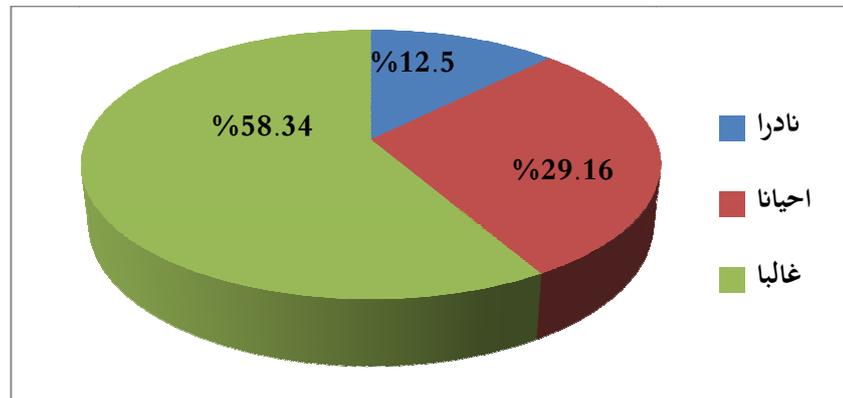
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى صعوبة عودة اللاعبين إلى حالتهم الطبيعية بعد الهزيمة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كاً المحسوبة	كاً الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	03	12.5					
أحيانا	07	29.16	7.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	14	58.34					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 47: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال السابع لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 47: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 07 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 47 وبعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها

7.75 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن

$\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال السابع بعبارة غالباً 58.34%

مما يدل على أن اللاعبين تصعب عليهم العودة إلى حالتهم الطبيعية بعد الهزيمة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يشعرون بصعوبة في العودة إلى حالتهم الطبيعية

بعد الهزيمة.

- السؤال الثامن: أشعر بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة.

الإجابة: نادراً، أحياناً، غالباً.

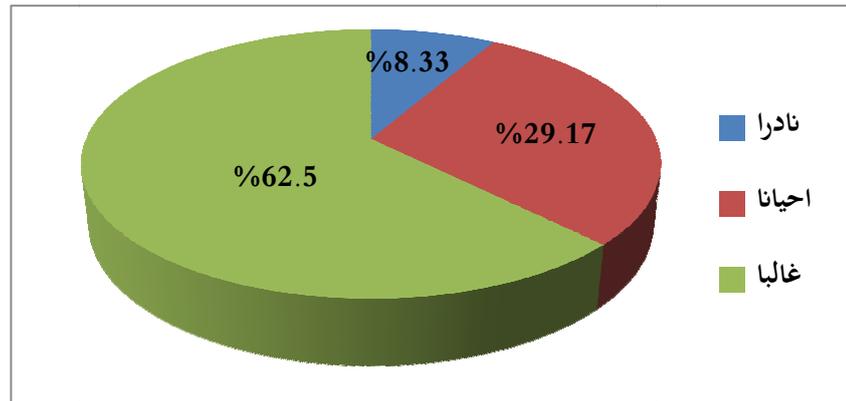
الغرض من السؤال: معرفة ما مدى شعور اللاعبين بالخوف و التوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	02	8.33					
أحيانا	07	729.1	10.75	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
غالبا	15	62.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 48: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال الثامن لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 48: يمثل نسبة الإجابات على السؤال 08 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 48 و بعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها

10.75 بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية

لأن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال الثامن بعبارة

غالبا 62.5% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة.

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يشعرون بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد

بالمنافسة

- **السؤال التاسع:** مكافأة الفوز لا تساوي الجهد البدني والنفسي الذي أبذله.

**الإجابة:** نادرا، أحيانا، غالبا.

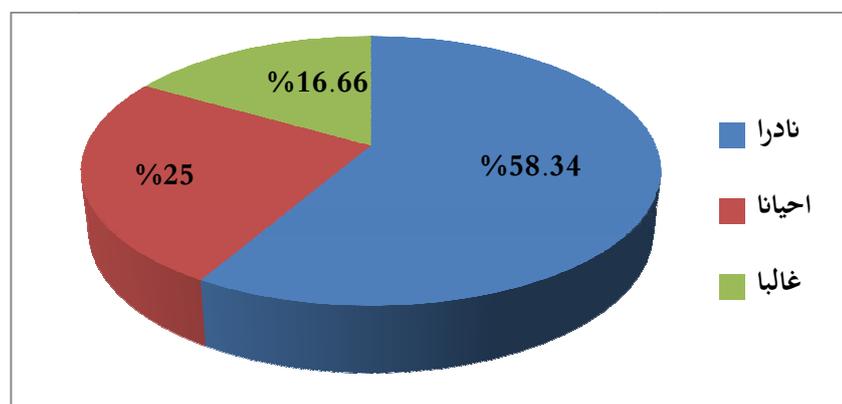
**الغرض من السؤال:** معرفة ما إذا كانت مكافأة الفوز تساوي الجهد البدني والنفسي الذي يبذله اللاعبون.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نادرا	14	58.34	7	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحيانا	06	25					
غالبا	04	16.66					
المجموع	24	100					

**الجدول رقم 49:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال التاسع لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



**الشكل رقم 49:** يمثل نسبة الإجابات على السؤال 09 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 49 وبعد حساب قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة وجدناها 7

بينما قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائية لأن كا<sup>2</sup>

المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال التاسع بعبارة نادرا 58.34% مما يدل على أن اللاعبين لا يشعرون بأن مكافأة الفوز لا تساوي الجهد البدني والنفسي الذي يبذلونه .

نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين لا يشعرون بأن مكافأة الفوز لا تساوي الجهد البدني والنفسي الذي يبذلونه .

- **السؤال العاشر:** يختل توازني عند اقتراب موعد المنافسة.

الإجابة: نادرا، أحيانا، غالبا.

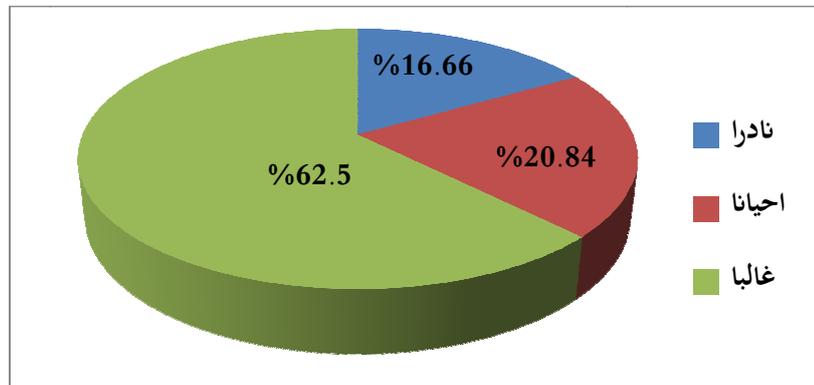
الغرض من السؤال: معرفة مدى اختلال توازن اللاعبين عند اقتراب موعد المنافسة.

وبعد الاطلاع على استمارات الاستبيان تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول والرسم التاليين:

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نادرا	04	16.66	9.25	5.99	0.05	2	دالة إحصائية
أحيانا	05	20.84					
غالبا	15	62.5					
المجموع	24	100					

الجدول رقم 50: يمثل التحليل الإحصائي لإجابة اللاعبين على السؤال العاشر لاستبيان الضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)



الشكل رقم 50: يمثّل لنسبة الإجابات على السؤال 10 لاستبيان الضغوط النفسية (أثناء المنافسة)

من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 50 و بعد حساب قيمة  $\chi^2$  المحسوبة وجدناها 9.25 بينما قيمة  $\chi^2$  الجدولية 5.99 وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 والنتيجة دالة إحصائياً لأن  $\chi^2$  المحسوبة أكبر من  $\chi^2$  الجدولية. وكانت نسبة اللاعبين الذين أجابوا على السؤال العاشر بعبارة غالباً 62.5% مما يدل على أن اللاعبين يشعرون اختلال توازن عند اقتراب موعد المنافسة. نستنتج من النتائج الجدولية السابقة أن أغلب اللاعبين يختل توازنهم عند اقتراب موعد المنافسة.

### 1-3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم

#### 1-3-1 هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم (قبل المنافسة)

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة الجدولية	معامل الارتباط	المتوسط الحسابي	
			"لر"	"ر"		
دالة إحصائية	0.01	23	0.50	0.86	27.33	القلق
					16.91	الضغط النفسي

الجدول رقم 51: يمثّل التحليل الإحصائي لإجابات اللاعبين على أسئلة مقياس القلق واستبيان الضغوط

النفسية (قبل المنافسة)

- من خلال نتائج التحليل الإحصائي المبينة في الجدول رقم 51 و بعد حساب قيمة معامل الارتباط "ر" المحسوبة وجدناها 0.86. بما أن قيمة معامل الارتباط "ر" المحسوبة موجبة واكبر من قيمة "ر" الجدولية وهذا عند درجة الحرية 23 وبمستوى دلالة 0.01، و "ر" المحسوبة تنتمي إلى المجال [0.6، 1] نستنتج أن هناك علاقة طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم قبل المنافسة.

#### 1-3-2 هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم (أثناء المنافسة)

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة الجدولية "لر"	معامل الارتباط "ر"	المتوسط الحسابي	
دلالة إحصائية	0.01	23	0.50	0.80	27.54	القلق
					17.12	الضغط النفسي

**الجدول رقم 52:** يمثل التحليل الإحصائي لإجابات اللاعبين على أسئلة مقياس القلق والضغوط

النفسية (أثناء المنافسة)

- من خلال نتائج التحليل الإحصائي لمبينة في الجدول رقم 52 وبعد حساب قيمة معامل الارتباط

"ر" المحسوبة وجدناها 0.80 .

بما أن قيمة معامل الارتباط "ر" المحسوبة موجبة وأكبر من قيمة "ر" الجدولية وهذا عند درجة الحرية

23 وبمستوى دلالة 0.01، و"ر" المحسوبة تنتمي إلى المجال [0.6، 1] نستنتج أن هناك علاقة طردية قوية

ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة.

## - مقابلة النتائج بالفرضيات:

### 1- الفرضية الجزئية الأولى:

بعد عملية فرز النتائج المتحصل عليها من أسئلة المقياس المتعلقة بالفرضية الأولى والمتمثلة في "

يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق" حيث قمنا بإثباتها في موضوع بحثنا على مرحلتين قبل المنافسة و

أثناء المنافسة.

أولاً: حسب نتائج الجداول 1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، تبين لنا أن

لاعبي كرة القدم يتميزون بمستوى متباين في القلق قبل المنافسة

ثانيا: حسب نتائج الجداول 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29،

30 ، تبين لنا أن لاعبي كرة القدم يتميزون بمستوى متباين في القلق أثناء المنافسة.

من الجداول السابقة نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الأولى والمتمثلة في " تميز لاعبي كرة القدم

بمستوى متباين في القلق "

## 2- الفرضية الجزئية الثانية:

بعد عملية فرز النتائج المتحصل عليها من أسئلة المقياس المتعلقة بالفرضية الثانية والمتمثلة في "

يتميز لاعبي كرة القدم بضغوط نفسية مرتفعة" حيث قمنا بإثباتها في موضوع بحثنا على مرحلتين قبل المنافسة و

أثناء المنافسة.

أولا: حسب نتائج الجداول 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40 نستنتج أن لاعبي

كرة القدم يتميزون بضغوط نفسية مرتفعة قبل المنافسة

ثانيا: حسب نتائج الجداول 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50 نستنتج أن لاعبي

كرة القدم يتميزون بضغوط نفسية مرتفعة أثناء المنافسة.

من الجداول السابقة نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الثانية والمتمثلة في " تميز لاعبي كرة القدم

بضغوط نفسية مرتفعة "

## 3- الفرضية الجزئية الثالثة:

بعد عملية فرز النتائج المتحصل عليها من أسئلة المقياس المتعلقة بالفرضية الثالثة والمتمثلة في " هناك

علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم" حيث قمنا بإثباتها في موضوع بحثنا على مرحلتين

قبل المنافسة و أثناء المنافسة.

أولا: حسب نتائج الجداول 51 نستنتج أن هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي

كرة القدم قبل المنافسة

ثانيا: حسب نتائج الجداول 52 نستنتج أن هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة.

من الجداول السابقة نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الثالثة والمتمثلة في " هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم"

### - الاستنتاج العام:

انطلقت هذه الدراسة من إشكالية هل يرجع ظهور حالة القلق إلى تنوع الضغوط النفسية التي تؤثر على لاعبي كرة القدم في المنافسة الرياضية ، ولما كانت هذه الدراسة تدخل في مجال المنافسة الرياضية فقد أكدنا على ضرورة إعطائها المكانة اللازمة كغيرها من الجوانب الأخرى على اعتبار أن هذه الفئة تعتبر حساسة جدا ويجب الاعتناء بها، ومن هذا فقد بنينا فرضيات هذا البحث على أساس ثلاثة أجزاء :

الجزء الأول بني على أساس فكرة أن لاعبي كرة القدم يتميزون بمستوى متباين في القلق. أما في ما يخص الجزء الثاني فهو مبني على فكرة أن لاعبي كرة القدم يتميزون بضغط نفسي مرتفعة.

و الجزء الثالث مبني على فكرة أن هناك علاقة بين الضغط النفسي وحالة القلق لدى لاعبي كرة القدم.

بعد إتمامنا للدراسة توصلنا إلى نتائج هامة وإلى إثبات صحة وصدق الفرضيات التي طرحناها في بداية الدراسة حيث تبين أنه:

- يوجد مستوى متباين في القلق لدى لاعبي كرة القدم قبل و أثناء المنافسة و هذا من خلال تحقق

الفرضية الجزئية الأولى "يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق."

- وكذلك وجود ضغوط نفسية مرتفعة يتميز بها لاعبي كرة القدم قبل و أثناء المنافسة و هذا من خلال

تحقق الفرضية الجزئية الثانية "يتميز لاعبي كرة القدم بضغط نفسي مرتفعة."

- وكذلك وجود علاقة طردية قوية بين الضغط النفسي و حالة القلق لدى لاعبي كرة القدم قبل و أثناء المنافسة الرياضية المدرسية و هذا من خلال تحقق الفرضية الجزئية الثالثة "هناك علاقة بين الضغط النفسي و حالة القلق لدى لاعبي كرة القدم."

- أما الفرضية العامة والتي تنص على أن ظهور حالة القلق يرجع إلى تنوع الضغوط النفسية التي تؤثر على لاعبي كرة القدم ، فقد ثبتت صحتها بفعل تحقق الفرضيات الجزئية.

### -اقتراحات:

- على ضوء النتائج التي تم التوصل إليها و الاستنتاجات المستخلصة من هذا البحث وما واجهنا أثناء القيام به، نوصي ببعض الاقتراحات العلمية والعملية التي نرى بأنها مهمة بالنسبة للاعبين كرة القدم كما يلي :
- الاهتمام بالجانب النفسي للاعب كرة القدم والقلق .
- على المدرب توجيه و إرشاد اللاعبين خلال الحصص التدريبية بحيث يخدم المباريات الرسمية.
- خلق جو المنافسة بنفس و تيرة المنافسة الرسمية للتخفيف من مستوى القلق لدى اللاعبين .
- الاهتمام بالجانب النفسي للاعبين قبل و أثناء المنافسة .
- تدريبهم على كيفية استثمار حالات القلق المرافقة للأداء .
- ضرورة قيام المدرب بتشخيص المتطلبات النفسية للاعبين للاشتراك في المباريات.
- يجب على المدرب أن يحرص على تكوين نفسه جيدا في مجال الإعداد النفسي حتى يتسنى له التعامل مع الحالات النفسية للاعبين بشكل جيد.
- ضرورة إعداد معلومات خاصة عن الحالة النفسية لكل لاعب.
- يجب إعطاء أهمية كبيرة لفئة المراهقين باعتبارها فئة تحتوي طاقات هائلة يستوجب استغلالها والاستفادة منها.

## - الخاتمة:

إن الإقبال والاهتمام الكبير الذي عرفته كرة القدم الجزائرية في الآونة الأخيرة والبروز الفعال والمعتبر دفعنا إلى طرح بعض التساؤلات التي رأيناها تسحب الغموض والحيرة ، لذا فإن دراستنا لموضوع "أسباب ظهور القلق لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة " لم تكن عشوائية أو صدفة ، بل كانت نابعة منا لاقتناع ، مما قد ينعكس سلبا على مردود اللعب عند لاعبي فرق كرة القدم.

فمن الأسباب التي تؤثر على مردود اللاعبين عامل مهم نابع من الانفعالات النفسية الشائعة عند الفرد ألا وهو القلق ، ولذا قمنا بهذه الدراسة للتوصل إلى الحلول النسبية لبلوغ الأهداف المسطرة بطرح مشكلة عامة وأخرى جزئية شملنا فيها معظم الجوانب القابلة للدراسة ، وطرحنا فرضيات رأيناها تعمل على إعطاء شيء ايجابي وحل موفق لهاته الظاهرة ، فمن خلال تحليلنا ومناقشتنا لنتائج الاستبيان الذي تم توزيعه على لاعبي فريق ولاية تيسمسيلت تحققنا من صدق وثبات فرضياتنا الجزئية ومنه صدق وثبات الفرضية العامة.

ويمكن القول أن دراستنا لهذا الموضوع قد أتت بشيء ايجابي نسبيا و في حدود الدراسة و هذا لمحاولة تحقيق الهدف المرغوب فيه.

وفي الأخير نسأل الله التوفيق والسداد في بحثنا هذا الذي نتمنى أن يتناوله زملائنا في المستقبل بنوع من الدقة و التفصيل ومن جوانب أخرى .

# المراجع

## المراجع والمصادر

### المراجع باللغة العربية

- 1 إخلاص محمد عبد الحفيظ: التوجيه والإرشاد النفسي، ط1، 2001،
- 2 بهج شعبان: التغلب على الخوف، الموسوعة النفسية، بدون طبعة، بيروت،
- 3 بوعلو الأزرق: الإنسان والقلق، سيناء للنشر، ط1، مصر، 1993،
- 4 حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، ط2، القاهرة، 1979،
- 5 سيد حمود فرويد: ترجمة الدكتور محمد عثمان النجاتي، الكف والعرض والقلق، الجزائر، بدون سنة نشر،
- 6 فاروق السيد عثمان: القلق وإدارة الضغوط النفسية، مرجع سابق،
- 7 فاروق السيد عثمان: القلق وإدارة الضغوط النفسية، مرجع نفسه،
- 8 فخري الدباغ: أصول الطب النفسي، دار الطليعة للطباعة، ط3، بيروت، 1983، ص 97.
- 9 فيصل محمد الزراد: القدرات العصابية، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 2000،
- 10 كاظم ولي آغا: علم النفس الفيزيولوجي، دار الآفاق الجديدة، ط11،
- 11 مصطفى غالب: الإسلام والقلق والخجل، منشورات دار الهلال، 1980،
- 12 نزار المجيد الكامل طه الويس: علم النفس الرياضي، ط1، جامعة بغداد، 1980،
- 13 نوري حافظ: المراهق، المؤسسة للدراسات والنشر، ط2، 1995،
- 14 كاستانيدا، ماك كاندرس وآخرون: مقياس القلق للأطفال، مرجع سابق،
- 15 كاستانيدا، ماك كاندرس وآخرون: مقياس القلق للأطفال، مكتبة الانجلو مصرية، بدون طبعة، القاهرة،  
مصر، 1987،
- 16 محمد السيد عبد الرحمان: دراسات في الصحة النفسية، دار قباء، ط1، القاهرة، 1985
- 17 محمد حسن العلاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط8، القاهرة، 1992،

محمد عبد الرحمان حمودة: الطفولة والمراهقة، المشكلات النفسية والعلاج، مركز الطب النفسي العصبي،

18 بدون طبعة، 1991،

19 محمد عبد الطاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، المرجع نفسه،

20 محمد عبد الطاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة، ط8، الإسكندرية، 1994،

### المراجع الإلكترونية

1- ا ب ت fifa مسابقات fifa ،اطع عليه بتاريخ 16-11-2016بتصرف<sup>4</sup>

2- fifa ، اتحادات fifa اطلع عليه بتاريخ 16-11-2016 بتصرف

3- حسين فاروق arabic.sport360 ,اطع عليه بتاريخ 28-11-2016

4- Peter Christopher alegi,eric weil,jack rollin,bernard joy,richard c.givlianotti(16-7-

2018),football ,www.britanica.com.retrieved25-7-2018.edited

5- www.learnenglish.britishcouncil.org.foot ball.

الملاحق

عبارات المحور الاول: يتميز لاعبي كرة القدم بمستوى متباين في القلق

قائمة قلق المنافسة الرياضية

تصميم: راينر مارتنز Martens

تعريب: محمد حسن علاوي

غالبا	أحيانا	نادرا	العبارات
			1/ التنافس مع الآخرين متعة اجتماعية
			2/ قبل أن اشترك في المنافسة أشعر بأنني مرتبك
			3/ قبل اشتراكي في المنافسة أخشى من عدم توفيقني في اللعب
			4/ أتمتع بروح رياضية عالية عندما أشترك في المنافسة
			5/ عندما أشترك في المنافسة أخشى من ارتكابي بعض الأخطاء
			6/ قبل أن أشترك في المنافسة أكون هادئا
			7/ من المهم أن يكون لي هدف أثناء المنافسة
			8/ قبل أن أشترك في المنافسة أشعر باضطراب في معدتي
			9/ قبل اشتراكي في المنافسة أشعر بأن ضربات قلبي أسرع من المعتاد
			10/ أحب التنافس في الانشطة التي تتطلب مجهودا بدنيا
			11/ قبل اشتراكي في المنافسة أشعر بالاسترخاء
			12/ قبل أن اشترك في المنافسة أكون عصبيا
			13/ الألعاب الرياضية الجماعية اكثر إثارة من الألعاب الفردية
			14/ أكون متوترا عند انتظارا بدء المنافسة
			15/ قبل أن أشترك في المنافسة أشعر بالضيق

عبارات المحور الثاني: يتميز لاعبي كرة القدم بضغط نفسي مرتفعة.

غالبا	أحيانا	نادرا	العبارات
			1/أشعر بالقلق من عدم مقدرتي على الأداء بصورة جيدة في المنافسات الرياضية .
			2/أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة .
			3/أعتقد أن المطلوب مني في المنافسة يفوق قدراتي وإمكاناتي.
			4/تواجهني ضغوط في المنافسة تفوق مقدرتي على تحملها .
			5/قبل اشتراكي في المنافسة أشعر بقلق من الصعب السيطرة عليه .
			6/يصعب علي التحكم في انفعالاتي تجاه أخطاء الآخرين.
			7/من الصعب أن أعود إلى حالتي الطبيعية بعد الهزيمة .
			8/أشعر بالخوف والتوتر نتيجة الاهتمام الزائد بالمنافسة .
			9/مكافأة الفوز لايساوي الجهد البدني والنفسي الذي أبذله.
			10/يختل توازني عند اقتراب موعد المنافسة.