

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

كثافة المنافسة الرياضية وانعكاساتها على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم
دراسة ميدانية لبعض أندية الرابطة الجهوية الأولى (صنف أكابر) – باتنة – الجزائر
 د/د: زحاف محمد معهد علوم النشاطات البدنية والرياضية . جامعة المسيلة
 أ. الحبول خالد معهد علوم النشاطات البدنية والرياضية . جامعة المسيلة

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على كثافة المنافسة الرياضية وانعكاساتها على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم، من أجل تبني سياسات من شأنها تعزز النواحي الإيجابية وتصحح النواحي السلبية، وتحافظ على صحتهم النفسية وتنمية قدراتهم البدنية. ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي ملائمة لهذه الدراسة، على عينة عشوائية بلغ عددها 45 لاعب لكرة القدم للقسم الجهوي الأول – باتنة – الجزائر – حيث طبق عليهم الاستبيان، وتوصل أن كثافة المنافسة تنعكس سلباً على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم، ولا بد الاهتمام ببرمجة المقابلات، والاهتمام بالجانب البدني وتحسينه لان النتائج المسجلة للفرق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية. وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصى الباحث بالاعتماد على المختصين والخبراء في برمجة المباريات، وإتباع الطرق العلمية الحديثة في الإعداد البدني للياقة البدنية وفي عملية الاسترجاع أثناء المنافسات الرياضية. – الكلمات الأساسية: كثافة المنافسة الرياضية، مستوى اللياقة البدنية، كرة القدم.

Abstract:

This study aims to identify the intensity of sports competition and its impact on the level of physical fitness of football players, in order to adopt policies that will enhance the positive aspects and correct the negative aspects, and raise the morale of the players and maintain their mental health and develop their physical abilities and develop their skills.

In order to achieve this, the researcher used the descriptive approach to fit this study on a random sample of 45 football players of the first regional division-batna - Algeria. where the questionnaire was applied and found that the intensity of sports competition is negatively reflected in the level of fitness of football players. Attention should be paid to the

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

programming of matches, attention to the physical aspect and improvement of the results of the teams due to the intensity of sports competition.

In light of the results of the research, the researcher is recommended to rely on specialists and experts in programming matches, and follow the modern scientific methods in the physical preparation of fitness and in the process of retrieval during sports competitions.

- Keywords: intensity sports competition, fitness level, football.

مقدمة:

رياضة كرة القدم إحدى أشهر الألعاب والرياضات التي توليها الجماهير والوسائل الإعلامية أهمية بالغة، حيث يتفق الجميع على أنها لعبة بلغت ذروتها في التطور والتنظيم من حيث الفنيات وطرق اللعب مما جعلها غاية في الإثارة، وأصبحت بعض الدول الفقيرة اقتصاديا لها وزن كبير وتصنف ضمن الدول العظمى مثلاً "البرازيل" و"الأرجنتين" و"غانا".....الخ.

لتعرف المكانة الكبيرة التي وصلت إليها هذه اللعبة الشعبية حيث أزلت الحدود بين ما يسمى بالدول المتطورة والدول السائرة في طريق النمو ، لكن قد يختلف البعض في النظر لهذه الرياضة ويراها بمنظوره الخاص ، والبعض يراها رياضة ترويجية وترفيهية والبعض الآخر يراها مؤسسات كبرى قائمة بذاتها، وما تواجد هذه الهيئات الكبرى المنظمة لهذه اللعبة والاتحاديات والقوانين المضبوطة التي تتحكم في تسيير هذه اللعبة إلا دليل على أنها أكبر من أن تكون وسيلة ترفيهية .

وقد عمدت الدول المتطورة إلى إنشاء مدارس لكرة القدم وهيئات خاصة لتسيير المنشآت الرياضية وأشخاص يهتمون بجلب اللاعبين والتكفل بهم من جميع النواحي المعنوية والمادية قصد الوصول إلى مستوى عال من الأداء والتنافس لتحقيق نتائج جيدة، ويتزامن هذا التطور في التنظيم والإنشاء مع التطور الذي يشمل نواحي متعددة ومنها التطور البدني، من أجل تحقيق أسمى شكل لكرة القدم الذي يهدف إلى بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل بأقل جهد وهذا ما يسعى إليه المختصون في كرة القدم من خلال البرامج التدريبية والمنهجية علميا، حيث أن للتحضير البدني الجيد تأثير على الجانب البدني الذي له أهمية تطوير الصفات البدنية عند لاعبي كرة القدم بالإضافة إلى مستوى التحضير التقني والتكتيكي وتطوير الصفات البدنية دون أن نهمّل الدور الذي يلعبه المدرب في تقنين وتنظيم مختلف التمرينات التدريبية وإعطائها الشكل المناسب الذي يتلاءم مع القدرات الحركية والبدنية للاعبين، وكذا المدة والجهد المناسبين لتفادي مظاهر التعب

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

والإجهاد بما يتماشى مع اختيار مدة الحمل والشدة الموافقة لهذه القدرات الحركية والبدنية المعروفة "الذي يعد احد العناصر الأساسية في التحضير العام والخاص نحو التطور الكلي لعناصر اللياقة البدنية، ورفع كفاءة أعضاء الجسم وأجهزته الوظيفية وتكامل أداؤها خلال التمرينات البنائية العامة والخاصة". (أمر الله أحمد البساطي، 1990، 21)

وبالنظر لمتطلبات كرة القدم الحديثة وما يبذله اللاعبون من جهد عضلي خلال المباريات، ومع تطور التنظيم وتشكيل مختلف البطولات مما أصبح يتوجب على اللاعبين اللعب وإجراء عدد كبير من المباريات (كثافة المنافسة) مما ينجر عن ذلك انعكاسات على مستوى اللياقة البدنية للاعبين وكذلك النفسي .

وفي هذا الصدد كان اختيارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول "كثافة المنافسة الرياضية و انعكاساتها على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم على فرق الرابطة الجهوية الأولى-باتنة- لكرة القدم الجزائرية.

1 - الإشكالية:

لقد أصبحت للرياضة في عصرنا هذا أهمية كبيرة، فهي أحد الأشكال الراقية للحركة لدى الإنسان وهي طور متقدم من اللعب وهي الأكثر تنظيماً والأرفع مهارة (أمين أنور الخولي، 1996، 15)، حيث لم تبقى حبيسة مجال الترفيه والترويح بل أصبحت علماً من علوم التربية تقوم على أهداف مسطرة لكل رياضي للحصول على أفضل النتائج وذلك عن طريق التحضير الجيد والمتكامل سواء كان نفسياً أو بدنياً وتقوم على أسس منهجية وعلمية حديثة تعود على الرياضيين بنتائج جيدة تمكنهم من ربح الوقت وتفادي الضرر البدني من إصابات وإرهاق.....

حيث تعتبر الرياضة كمجهود عضلي وذهني لازم الحياة البشرية منذ القدم، ونظراً لما أوحى به واقع المجتمعات البشرية قديماً وحديثاً فإن كل شيء في هذه الحياة له هدفه وغايته، أي أن الإنسان يعيش ويرتقي كعنصر من الجماعة وفي الجماعة يتحول سلوكه الفردي إلى وظيفة تفاعلية مع الآخرين (محمد عوض البسيوني ، فيصل ياسين الشاطي، 1992، 30)، كما هو الحال بالنسبة لممارسي رياضة كرة القدم فلهم أهداف مسطرة يسعون لتحقيقها.

وربما كرة القدم إحدى أشهر الألعاب والرياضات الجماعية التي توليها الجماهير ووسائل الإعلام أهمية كبيرة لما تحمله من تنافس رياضي شديد بين مختلف الفرق، وكثيراً ما نسمع عقب كل منافسة رياضية كثرة الحديث عن أسباب الفوز أو الهزيمة عن طريق وسائل الإعلام وتصريحات المسيرين والمدربين أو اللاعبين بحد ذاتهم إلى عوامل عدة وأسباب مختلفة فمنهم من يتحدث عن التنقل

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الصعب، نقص أرضية الملعب، والأخر يتحدث عن نقص التحضير البدني أو حتى صعوبة المنافسة الرياضية بحد ذاتها الخ.

وانطلاقاً مما سبق ذكره نصل إلى طرح التساؤل التالي:

هل لكثافة المنافسة الرياضية انعكاسات على مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم ؟

وتندرج تحت هذا التساؤل التساؤلات الجزئية التالية:

التساؤلات الجزئية:

- هل كثافة المنافسة تنعكس سلباً على مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم ؟
- هل سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية مما ينعكس على مستوى أداء اللاعبين ؟

- هل الإعداد البدني يؤدي إلى تحسين أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة ؟

- هل النتائج المسجلة للفرق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية ؟

2 - الفرضيات:

الفرضية العامة :

- لكثافة المنافسة الرياضية انعكاسات على مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

- كثافة المنافسة تنعكس سلباً على مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم.

- سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية مما ينعكس على مستوى أداء

اللاعبين.

- الإعداد البدني يؤدي إلى تحسين أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة.

- النتائج المسجلة للفرق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية.

3 - أهداف الدراسة

لكل دراسة من الدراسات هدف وغاية ترجى من ورائها وأهداف تسعى لتحقيقها من أجل

تقديم البديل أو تعديل ما هو موجود، وذلك بإسهام هذا البحث في رفع كفاءته وبالتالي

استيعاب طبيعة البحث العلمي والإلمام بما يحمله هذا البحث ومن خلال دراستنا نهدف إلى

معرفة دور كثافة المنافسة الرياضية على مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم وهذا من خلال:

- التعرف على الانعكاسات التي تولدها كثرة المنافسات وكثافتها

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

- معرفة تداعيات كثافة المنافسة الرياضية على تدني مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم.
- إبراز أهمية برمجة المقابلات وانعكاساتها على كثافة المنافسة الرياضية.
- الكشف على دور الإعداد البدني تحسين أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة.
- معرفة العوائق التي تؤدي إلى تدني نتائج الفريق.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية دراستنا في دور كثافة المنافسة الرياضية على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم التي لها دور في تحقيق مستوى الإنجاز، كما تعتبر ظاهرة كثافة المباريات جديدة في عصرنا وذلك لكثرة المنافسات و البطولات المختلفة لذلك وجب علينا دراسة مثل هذه المواضيع، حيث أن الإعداد البدني له أهمية بالغة في الارتقاء بمختلف الأجهزة الوظيفية للاعبين كرة القدم، وإمكانية علمية تطمح للموضوعية محاولة لإظهار ما لم تشر إليه الدراسات السابقة مما يستوجب على القائمين بالاهتمام بالجانب الفسيولوجي للاعبين لأن العملية التدريبية تحتاج إلى النظر للتخطيط للمقابلات وذلك بتوزيع الجهد خلال فترات المنافسة، كما أن ضعف و تدني مستوى أداء اللاعبين ولياقتهم البدنية خلال المباريات بالإضافة إلى كثرة الإصابات، حتى تكون هناك رؤية واضحة يتخذها بعين الاعتبار كل من المسؤولين والمسيرين في قطاع الإدارة والمدربين لأخذ التدابير اللازمة التي تتماشى مع قدرات اللاعب وتجنبيه انعكاساتها من تدني في المستوى وإرهاق، وإصابات... الخ، وتعود على الفريق بنتائج جيدة خلال مرحلة المنافسة الرياضية.

5 - تحديد المفاهيم و المصطلحات:

- كثافة المنافسة الرياضية:

- الكثافة : لغة: بمعنى غلظ وكثّر أي جعله كثيفا (المنجد في اللغة والإعلام 2002).
- المنافسة : لغة: تعني الامتحان ، المسابقة (مؤنس رشاد الدين، 2000، 773).
- اصطلاحا: هي الصراع بين أشخاص للوصول إلى هدف منشود أو نتيجة ما (Aldermane, 1995).
- إجراءيا: هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

المنافسة الرياضية: هي حالة يقوم خلالها شخصين أو أكثر بالتنافس والعمل للحصول على الجائزة أو أكبر حصة وتحقيق مستواهم النخبوي (swien berg .d.gould ,1997 ، 125). وكذلك هي النشاط الذي يحصل داخل إطار المسابقة المؤقتة في نمط استعدادات معروفة وثابتة بالمقارنة مع الدقة القصوى (Matviev: 1997, 23). إجرائيا: كثافة المنافسة الرياضية هي كثرة لعب الفريق للمباريات على عدة جبهات (منافسات) خلال موسم واحد.

- اللياقة البدنية: لغة: من لاقَ . يليق، لياقةً و هي تناسب جسمانيّ و استعداد (جماعة من الأساتذة، 2000، 363).

اصطلاحا: هي أحد مظاهر اللياقة العامة للفرد، وهي الخلو من الأمراض المختلفة العضوية والوظيفية ، وقيام أعضاء الجسم بوظائفها على وجه حسن مع قدرة الفرد على السيطرة على بدنه وعلى استطاعته بمواجهة الأعمال الشاقة لمدة طويلة دون إجهاد زائد عن الحد (محمد صبحي حسنين ، 2000، 42).

إجرائيا: هي قدرة الفرد وكفاءته البدنية للقيام بدوره في هذه الحياة دون إجهاد أو تعب وهي تصور وتقييم اللاعبين لمستوى لياقتهم البدنية المتشكلة من العناصر التالية :القوة العضلية التحمل، السرعة، المرونة والرشاقة.

- كرة القدم لغة: هي كلمة لاتينية (foot balle) وتعني "ركل الكرة بالقدم " ، فالأمريكيون يعتبرون ما يسمى عندهم ريكبي أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي ستحدث عنها تسمى(soccer). (روجي جميل ، 1986، 5).

اصطلاحا: هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة (هدف)، وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط المباراة (روجي جميل، 1986، 5).

إجرائيا: كرة القدم لعبة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل واحد منهما من 11 لاعبا في ميدان مستطيل الشكل ، يحاول كل واحد منهما تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم ، تدوم مدة اللقاء 90 دقيقة وهي مقسمة لشوطين كل واحد يدوم 45 دقيقة مع استراحة بينهما لمدة 15 دقيقة ، بالإضافة لاحتساب الوقت الضائع، تستعمل كرة جلدية في الملعب ، ألبسة الفريقين

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

مختلفة عن بعضها، بالإضافة إلى اختلاف لباس الحراس عن باقي اللاعبين، واختلاف لباس الحكم، وتتكون ألبسة اللاعبين من تبان، قميص جوارب حذاء خاص باللعب.

2- إجراءات الدراسة

1- المنهج المستخدم: وفي هذه الدراسة استخدمنا المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة موضوعنا والذي هو عبارة عن مسح شامل للظواهر الموجودة الموجودة في جماعة معينة وفي كل مكان معين ووقت محدد بحيث يحاول الباحث كشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل. (محمد زيان عمر 1993، 113)

2- مجتمع وعينة الدراسة:

يتمثل مجتمع البحث في لاعبي فرق الرابطة الجهوية الأولى باتنة لكرة القدم و البالغ عددهم 400 لاعب حسب معلومات الرابطة الجهوية الأولى باتنة لكرة القدم للموسم الرياضي 2014/2015 ، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، وتتكون من 43 لاعب لكرة القدم، بنسبة قوامها 11,25 % من مجتمع الدراسة .

3- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

أ- الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

لقد تم عرض أداة الدراسة في صورتها الأولية على عدد من المحكمين المتخصصين في موضوع الدراسة وذلك للتأكد من صدقها ومدى ملاءمة وشمولية فقرات (عبارات) استمارة الاستبيان في قياس ما وضعت من أجله، وكذلك اقتراح ما يرويه مناسبا من فقرات وأفكار جديدة، وفي ضوء التوجيهات والردود المحكمين قد أشارات النتائج إلي تحقيق الصدق الأبعاد التي تتضمنها الاستمارة كثافة المنافسة الرياضية و مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم كما هو في الملحق رقم 1.

ب- الثبات الاستبيان:

طريقة إعادة الاختبار: تم توزيع استمارة الاستبيان على عينة قدرها (10) من لاعبي فرق الرابطة الجهوية الأولى باتنة لكرة القدم ، وبعد 15 يوم تم إعادة توزيع استمارة الاستبيان للمرة الثانية على نفس العينة وفي نفس الظروف، وبعد ذلك قمنا بحساب معامل الارتباط لبيرسون بين التطبيق

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الأول والثاني فوجدنا معامل الثبات قدره (0,987) مما يؤكد أن استمارة الاستبيان تمتاز بثبات عالي عند مستوى الدلالة (0.05)، و الجدول رقم: (01) يبين نتائج ثبات محاور الاستبيان.

محاور الاستبيان	عدد العبارات	ثبات المحور
مستوى اللياقة البدنية وكثافة المنافسة الرياضية	07	0.98
سوء البرمجة وكثافة المنافسة الرياضية	07	0,96
الإعداد البدني و كثافة المنافسة الرياضية	07	0.97
النتائج الفرق و كثافة المنافسة الرياضية	05	0.95
معامل الثبات العام	26	0,987

وبذلك يكون الباحث قد تأكد من صدق وثبات استبانة الدراسة مما يجعله على ثقة تامة بصحة الإستبانة وصلاحياتها لتحليل النتائج والإجابة على أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها.

4-أدوات الدراسة:

الاستبيان: تم الاعتماد في دراستنا على الاستبيان لجمع البيانات الميدانية ، وتعرف بأنها لائحة مؤلفة من مجموعة من الأسئلة في علاقة وطيدة بموضوع البحث، ويستمد تصميمها من المراحل المنهجية الأساسية التي يجب على الباحث أن يوليها اهتمامه، لأن فرضيات البحث وتفرعاتها سوف تأتي في صيغة أسئلة الاستمارة، وعليه تبنى نتائج البحث(رشيد زرواتي 2007، 220) .
تم بنائها من الإطار النظري والدراسات السابقة وبعض المقاييس لتخرج بصورتها النهائية مكونة من (26) عبارة مقسمة إلى أربع محاور، وهي كالتالي:

المحور الأول: مستوى اللياقة البدنية وكثافة المنافسة الرياضية، ويضم من 01 إلى 07 سؤال

المحور الثاني: البرمجة وكثافة المنافسة الرياضية، ويضم من 08 إلى 14 سؤال.

المحور الثالث: الإعداد البدني و كثافة المنافسة الرياضية ويضم من 15 إلى 21 سؤال.

المحور الرابع: النتائج الفريق و كثافة المنافسة الرياضية،ويضم من 22 إلى 26 سؤالا.

5-الأدوات الإحصائية:

تمت معالجة البيانات باستخدام برنامج الأزمزة الإحصائية الاجتماعية (SPSS) تضمنت المعالجة للأساليب الإحصائية التالية:

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

- التكرارات والنسب المئوية لوصف خصائص مجتمع الدراسة، ولتحديد الاستجابة اتجاه محور وأبعاد الدراسة .

- معامل الثبات (ألفا كرونباخ) للوقوف على مدى ثبات الأداة .

- اختبار كا2 للمطابقة بين المتغيرات المستقلة والتابعة .

- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياس مدى اتساق و عدم التشتت.

6- كيفية تطبيق الاستبيان وتفريغه: بعد تحديد عينة الدراسة وتصميم الإستبيان وعرضه على المحكمين وصياغته في الشكل الأخير، قام الباحث بتوزيعه على عينة البحث المتمثلة في 45 لاعب فرق الرابطة الجهوية الأولى باتنة لكرة القدم في يوم 20 افريل 2015 عن طريق المقابلة الشخصية لشرح وتفسير الجوانب التي يحتويها المقياسين حتى تكون الإجابات ذات موضوعية عالية، وبعد يوم قمنا بجمع الأداة من أفراد عينة الدراسة وتحصلنا 43 استمارة وبدأنا مباشرة بتبويب كل الاستمارات المسترجعة .

7- عرض ومناقشة النتائج:

السؤال الأول: هل تؤثر كثافة المنافسة الرياضية على مستوى اللياقة البدنية للاعب كرة القدم ؟

الغرض منه: معرفة مدى تأثير كثافة المنافسة الرياضية على مستوى اللياقة البدنية للاعبين.

الجدول رقم(01): يوضح مدى تأثير كثافة المنافسة الرياضية على مستوى اللياقة البدنية للاعب كرة القدم.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	32	74,42%	10,256	3,841	0,05	1	دالة إحصائيا
لا	11	25,58%					
المجموع	43	100%					

يتضح لنا من خلال الجدول أن نسبة 74,42% من أفراد العينة يرون كثافة المنافسة لها تأثير على مستوى لياقتهم البدنية ، ونسبة 25,58% من المبحوثين ترى عكس ذلك. ولتأكيد ذلك قمنا بحساب إختبار كا2 حيث نلاحظ أن قيمة كا2 المحسوبة (10,256) أكبر من كا2 الجدولية

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

(3,841) عند مستوى الدلالة (0,05) وبدرجة حرية تساوي (1)، ومنه نستنتج أن هناك دلالة إحصائية والتي تتجسد في كون أن كثافة المنافسة تأثير سلبي على مستوى اللياقة البدنية للاعبين أثناء المنافسة الرياضية .

السؤال الثاني : هل لكثرة المباريات الملعوبة دور في تدني مستوى الفريق أثناء المنافسة الرياضية ؟
الغرض منه : معرفة تأثير كثرة المباريات الملعوبة على مستوى الفريق أثناء المنافسة الرياضية .
الجدول رقم (02) : يوضح دور كثرة المباريات الملعوبة على مستوى الفريق أثناء المنافسة الرياضية

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	27	62,80%	5,814	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	16	37,20%					
المجموع	43	100%					

يتضح من خلال الجدول أن نسبة 62,80% من أفراد العينة يرون كثرة المباريات الملعوبة لها دور في تدني مستوى الفريق أثناء المنافسة الرياضية، ونسبة 37,20% ترى عكس ذلك، ولتأكيد ذلك قمنا بحساب اختبار كا2 حيث نلاحظ أن قيمة كا2 المحسوبة (5,814) أكبر من كا2 الجدولية (3,841) عند مستوى الدلالة (0,05) وبدرجة حرية (1)، مما يدل على وجود دلالة إحصائية ، ومنه نستنتج أن لكثرة المباريات الملعوبة لها دور في تدني مستوى الفريق أثناء المنافسة.

السؤال الثالث : هل يستقر مستوى أدائك خلال كثافة المنافسة الرياضية ؟

الغرض منه : معرفة مدى استقرار مستوى أداء اللاعبين خلال كثافة المنافسة الرياضية.

الجدول رقم (03) : يوضح مدى استقرار مستوى أداء اللاعبين خلال كثافة المنافسة الرياضية .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	29	37,20%	5,233	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	14	67,80%					
المجموع	43	100%					

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

يتضح لنا من خلال الجدول أن نسبة 67,80% من أفراد العينة يعتبرون أن مستوى أداء اللاعبين لا يستقر أثناء كثافة المنافسة الرياضية ، ونسبة 37,20% ترى عكس ذلك. ولتأكيد ذلك قمنا بحساب اختبار كا2 حيث نلاحظ أن قيمة كا2 المحسوبة (5,233) أكبر من كا2 الجدولية (3,841) عند مستوى الدلالة (0,05) وبدرجة حرية تساوي (1)، مما يدل على وجود دلالة إحصائية تؤكد أن مستوى أداء اللاعبين لا يستقر أثناء كثافة المنافسة.

السؤال الرابع: هل أنت قادر على إثبات وجودك بدنيا في كل المباريات التي تلعبها؟
الغرض منه: معرفة قدرة اللاعب على إثبات وجوده بدنيا في كل المباريات.

الجدول رقم (04): يوضح إثبات وجود اللاعب بدنيا في كل المباريات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	24	55.81%	5,209	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	19	44.19%					
المجموع	43	100%					

من خلال نتائج الجدول يتبين لنا أن نسبة 55,81% من أفراد العينة يرون أنهم قادرون على إثبات وجودهم بدنيا على الميدان في كل المباريات ، بينما نسبة 44,19% ترى عكس ذلك، ولتأكيد ذلك قمنا بحساب اختبار كا2 حيث نلاحظ أن قيمة كا2 المحسوبة (5,209) أكبر من كا2 الجدولية (3,841) عند مستوى الدلالة (0,05) وبدرجة حرية تساوي (1)، ومنه نستنتج أن معظم اللاعبين قادرين على إثبات وجودهم بدنيا في كل المباريات التي يلعبونها وهذا ما يعبر عن قدرتهم على التحمل والقوة .

السؤال الخامس: في رأيك هل تعني كثافة المنافسة الرياضية نقص في المدة المخصصة للاسترجاع بين المباريات الملعوبة ؟

الغرض منه: معرفة أهمية المدة المخصصة للاسترجاع بين المباريات الملعوبة.

الجدول رقم (05): يوضح أن كثافة المنافسة الرياضية معناها ضيق في المدة المخصصة للاسترجاع.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	30	69.77%	6,721	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	13	30.23%					
المجموع	43	100%					

من خلال نتائج الجدول (05) يتبين لنا أن نسبة 69,77% من أفراد العينة أجمعوا على أن كثافة المنافسة الرياضية هي نقص المدة المخصصة للاسترجاع بين المباريات الملعب، بينما نسبة 30,23% ترى عكس ذلك، ولتأكيد ذلك قمنا بحساب اختبار كا² حيث نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة (6,721) أكبر من كا² الجدولية (3,841) عند مستوى الدلالة (0,05) وبدرجة حرية تساوي (1)، مما يدل على وجود دلالة إحصائية على أن كثافة المنافسة الرياضية ضيق في المدة المخصصة للاسترجاع بين المباريات الملعب وفسر ذلك بعض من اللاعبين بعدم وجود إمكانيات للاسترجاع وكذلك بسبب تقارب المباريات وضيق الوقت.

السؤال السادس : ما هو تقييمك لأدائك بعد إجراء سلسلة من المباريات ؟

الغرض منه: معرفة مستوى الأداء بعد إجراء سلسلة من المباريات.

الجدول رقم (06): يوضح لنا مستوى الأداء بعد إجراء سلسلة من المباريات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
جيد	13	30,23%	6,721	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
متوسط	30	69,76%					
ضعيف	00	00%					
المجموع	43	100%					

من خلال الجدول (06) يتبين لنا أن بنسبة 30,23% من اللاعبين يرون أن أدائهم جيد بعد إجراء سلسلة من المباريات في حين أشارت نسبة 46,51% أن أدائهم متوسط بعد إجراء سلسلة من المباريات، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة تقدر بـ 6,721 وهي أكبر من كا² الجدولية والمقدرة بنسبة 3,841 إذا فهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية مما يدل على وجود دلالة إحصائية بين مستوى الأداء للاعب بعد إجراء سلسلة من المباريات .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

ومنه نستنتج أن معظم اللاعبين يكون مستوي أدائهم متوسط بعد إجراء سلسلة من المباريات.

السؤال السابع: أي حالة تراها ناتجة عن كثافة المنافسة الرياضية؟

الغرض منه: معرفة أبرز حالة تنتج عن كثافة المنافسة الرياضية.

الجدول رقم (07): يوضح أبرز حالة تنتج عن كثافة المنافسة الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
كثرة الإصابات	03	06,97%	31,837	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
تدني المستوى	40	96,03%					
حالات أخرى	00	00%					
المجموع	43	100%					

يتضح لنا من خلال الجدول أن أبرز حالة تنتج عن كثافة المنافسة الرياضية للاعبين هي تدني مستوى الأداء بنسبة 96,03%، ثم تليها كثرة الإصابات بنسبة 06,97%، و أنه لا توجد حالات أخرى، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة تقدر بـ 31,837 وهي أكبر من كا² لمجدولة والمقدرة بنسبة 3,841 و هي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 مما يدل على وجود دلالة إحصائية بين الحالات التي تنتج عن كثافة المنافسة. ومنه نستنتج أن أكثر حالة تنتج عن كثافة المنافسة الرياضية هي تدني مستوى الأداء للاعب.

السؤال الثامن: هل سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية ؟

الغرض منه : إبراز أهمية الإدارة في برمجة المقابلات للفرق.

الجدول رقم (08) : يوضح أن سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	43	100%	6,721	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	00	00%					
المجموع	43	100%					

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

يتبين لنا من خلال الجدول ان نسبة 100% من أفراد العينة أجمعوا كلهم على أن سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 10,256 وهي أكبر من كا² الجدولة 3,841 فهي إذا دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية علي أن سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية. ومن خلال هذا نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية .

السؤال التاسع : هل التخطيط الإداري العشوائي لبرمجة المقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة ؟
الغرض منه : معرفة مدى تأثير التخطيط الإداري العشوائي لبرمجة المقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة.

الجدول رقم (09) : يوضح أن التخطيط الإداري العشوائي لبرمجة المقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	29	62,80%	5,233	3,841	0,05	1	دالة إحصائياً
لا	14	37,20%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال الجدول ان نسبة 62,80% من أفراد العينة أجمعوا على أن التخطيط الإداري العشوائي لبرنامج مباريات كرة القدم يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية و يؤثر سلباً على مردود اللاعبين ، بينما بنسبة 37,20% تري بأن التخطيط الإداري العشوائي لبرنامج مباريات كرة القدم ليس له علاقة بكثافة المنافسة الرياضية . كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 5,233 وهي أكبر من كا² لجدولة 3,841 و هي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 . مما يدل على وجود دلالة إحصائية للتخطيط الإداري العشوائي لبرنامج مباريات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية. ومن خلال هذا نستنتج أن التخطيط الإداري العشوائي لبرمجة المقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة مما ينعكس سلباً على مردود اللاعبين.

السؤال العاشر : هل اهتمام مسؤولي الفريق ببرنامج المباريات من بداية الموسم يساعد على التأقلم مع كثافة المنافسة؟

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الغرض منه: معرفة مدى تأقلم الفريق مع كثافة المنافسة الرياضية في ظل اهتمام مسؤولي الفريق بالبرزنامة من بداية الموسم.

الجدول رقم (10) : يوضح مدى تأقلم الفريق مع كثافة المنافسة الرياضية في ظل اهتمام مسؤولي الفريق ببرنامج المباريات من بداية الموسم .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	37	86,05%	22,349	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	06	13,95%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 86,05% من أفراد العينة أجمعوا على أن اهتمام مسؤولي الفريق ببرنامج المباريات بداية الموسم يساعد على التأقلم مع كثافة المنافسة وفسرها بعضهم بأنها تساعد على التحضيرات اللازمة والتنظيم الجيد مما يساعد على التأقلم بسرعة ، وكذلك برجة المباريات في وقتها المحدد ، بينما نسبة 13,95% ترى بأن اهتمام مسؤولي الفريق ببرنامج المباريات بداية الموسم لا يساعد على التأقلم مع كثافة المنافسة وبرروا موقفهم بأن مسؤولي الفريق لا يتدخلون في الرزنامة ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 22,349 وهي أكبر من كا² لمجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية بأن اهتمام مسؤولي الفريق ببرنامج المباريات بداية الموسم يساعد على التأقلم مع كثافة المنافسة.

ومنه نستنتج أن اللاعبين يؤكدون أن اهتمام مسؤولي الفريق ببرنامج المباريات يساعد على التأقلم مع كثافة المنافسة الرياضية.

السؤال الحادي عشر : هل لسوء البرجة للمباريات دور في تدني مستوى أداء اللاعبين أثناء المنافسة؟

الغرض منه : معرفة مدى سوء البرجة للمباريات يؤدي إلى تدني مستوى أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة.

الجدول رقم (11) : يوضح أن لسوء البرجة للمباريات دور في تدني مستوى أداء اللاعبين كثافة المنافسة.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	28	65,12%	3,930	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	15	34,88%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 65,12% من أفراد العينة أجمعوا على أن سوء برمجة مباريات كرة القدم يؤدي إلى تدني مستوى أداء اللاعبين، وفسر بعض اللاعبين ذلك بتدهور الحالة النفسية ، بينما نسبة 34,88% ترى بأن لسوء البرمجة للمباريات كرة القدم ليس له مردود سلبي على اللاعبين ، كما أن كا² المحسوبة 3,930 وهي أكبر من كا² الجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1. مما يدل على وجود دلالة إحصائية لسوء برمجة مباريات كرة القدم يؤدي إلى تدني مستوى أداء اللاعبين. ومنه نستنتج أن لسوء البرمجة للمباريات دور في تدني مستوى أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

السؤال الثاني عشر : هل برمجة أكثر من مقابلتين في الأسبوع يؤدي إلى تعب وإرهاق اللاعبين؟
الغرض منه : معرفة مدى تأثر اللاعبين بلعب أكثر من مقابلتين في أسبوع.
الجدول رقم (12): يوضح برمجة أكثر من مقابلتين في أسبوع وانعكاسها على اللاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	31	72,10%	8,395	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	12	27,90%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 72,10% من أفراد العينة يعتبرون أن برمجة أكثر من مقابلتين في الأسبوع يؤدي إلى تعب وإرهاق اللاعبين ، بينما نسبة 27,90% ترى بأن برمجة أكثر من مقابلتين في الأسبوع لا تؤدي إلى تعب وإرهاق اللاعبين ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 8,395 وهي أكبر من كا² لجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية أن برمجة أكثر من مقابلتين في الأسبوع يؤدي إلى تعب وإرهاق اللاعبين ، ومنه نستنتج أن برمجة أكثر من مقابلتين في الأسبوع يؤدي إلى تعب وإرهاق اللاعبين .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

السؤال الثالث عشر : في رأيك .هل كثرة الإصابات أثناء المنافسة يرجع إلى سوء برمجة المباريات ؟

الغرض منه : معرفة مدى كثرة الإصابات أثناء المنافسة ترجع إلى سوء برمجة المباريات.

الجدول رقم (13) : يوضح أن كثرة الإصابات أثناء المنافسة راجعة إلى سوء برمجة المباريات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	26	60,45%	1,884	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	17	39,55%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من الجدول أن نسبة 60,45% من أفراد العينة أجمعوا على كثرة الإصابات أثناء المنافسة راجعة إلى سوء برمجة المباريات ، بينما نسبة 39,55% ترى بأن كثرة الإصابات أثناء المنافسة غير راجع إلى سوء برمجة المباريات ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 1,884 وهي أصغر من كا² الجدولية 3,841 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1. مما يدل على عدم وجود دلالة إحصائية لكثرة الإصابات أثناء المنافسة راجعة إلى سوء برمجة المباريات. ومنه نستنتج أن كثرة الإصابات أثناء المنافسة راجعة إلى سوء برمجة المباريات ولكن ليس لها دلالة إحصائية.

السؤال الرابع عشر : في اعتقادك ماهي أبرز حالة التي تؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية ؟

الغرض منه : معرفة أبرز حالة تؤدي إلى كثرة المنافسة في اعتقاد اللاعبين .

الجدول رقم (14) : يوضح أبرز حالة تؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
سوء البرمجة	40	93,02%	31,83	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
ضيق مدة الاسترجاع	03	06,97%	7				
حالات أخرى	00	00%					
المجموع	43	100%					

من خلال الجدول يتضح لنا أبرز حالة تؤدي إلى كثافة المنافسة للفريق هي سوء البرمجة للمقابلات بنسبة 93,02%، ثم تليها ضيق مدة الاسترجاع بنسبة 06,97%، لاتوجد حالات أخرى ،

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 31,837 وهي أكبر من كا² لمجدولة 3,841 فهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية. ومنه نستنتج أن أبرز حالة تؤدي إلى كثرة المنافسة هي سوء البرمجة للمقابلات.

السؤال الخامس عشر: هل للإعداد البدني الجيد له دور في تحسين أدائك أثناء كثافة المنافسة ؟
الغرض منه: معرفة مدى أهمية الإعداد البدني في تحسن أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة.
الجدول رقم (15): يوضح أهمية الإعداد البدني على تحسين أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	33	58,14%	5,140	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	10	41,86%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 58,14% من أفراد العينة أجمعوا على أن الإعداد البدني يؤدي إلى تحسين أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة، بينما نسبة 41,86% ترى عكس ذلك، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 5,140 وهي أكبر من كا² لمجدولة 3,841 إذا فهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1. مما يدل على وجود دلالة إحصائية على أن الإعداد البدني يؤدي إلى تحسين أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة. ومنه نستنتج أن اللاعبين يؤكدون مدى وعيهم وإدراكهم بأهمية التحضير البدني الجيد لماله الأثر الإيجابي في تحسن دورهم أثناء المنافسة

السؤال السادس عشر: هل لالحالتك البدنية تأثير على مردودك أثناء كثافة المنافسة ؟
الغرض منه: معرفة تأثير الحالة البدنية على مردود اللاعب أثناء كثافة المنافسة.
الجدول رقم (16): يوضح تأثير الحالة البدنية على مردود اللاعب أثناء كثافة المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	31	72,10%	8,395	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	12	27,90%					
المجموع	43	100%					

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 72,10% من أفراد العينة يؤكدون على أن الحالة البدنية لها تأثير على مردود اللاعبين، و فسر بعض اللاعبين ذلك انه لما تكون الحالة البدنية جيدة يمكنهم تحقيق هدفهم بمستوى عالي و العكس صحيح، بينما نسبة 27,90% ترى عكس ذلك، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 8,395 وهي أكبر من كا² لمجدولة 3,841 فهي إذا دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 . مما يدل على وجود دلالة إحصائية أن الحالة البدنية لها تأثير على مردود اللاعبين أثناء كثافة المنافسة، ومنه نستنتج أن اللاعبين يؤكدون أن الحالة البدنية لها تأثير على مردود الأداء أثناء كثافة المنافسة

السؤال السابع عشر: هل يمكن اعتبار الجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة ؟

الغرض منه: معرفة مدى امكانية اعتبار الجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة.

الجدول رقم (17): يوضح الجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	32	74,42%	10,256	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	11	25,58%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال أن نسبة 74,42% من أفراد العينة يعتبرون أن الجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة ، بينما نسبة 25,58% ترى عكس ذلك، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 10,256 وهي أكبر من كا² لمجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية للجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة.

ومنه نستنتج أن اللاعبين يعتبرون الجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة .

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

السؤال الثامن عشر : كيف تكون حالتك النفسية عندما تشعر بنقص لياقتك البدنية خلال كثافة المنافسة؟

الغرض منه : معرفة مدى تأثر اللاعب نفسيا عندما لا يكونون في كامل لياقتهم البدنية خلال كثافة المنافسة.

الجدول رقم (18) : يوضح الحالة النفسية للاعبين عندما لا يكونون في كامل لياقتهم البدنية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
فقدان الثقة بالنفس	04	%09,30	28,488	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
تعب و إرهاق	39	%90,69					
حالات أخرى	00	%00					
المجموع	43	%100					

من خلال الجدول نجد أغلب اللاعبين بنسبة %90,69 يكون تحت تأثير حالة التعب والإرهاق، في حين نسبة %09,30 يفقدون الثقة بالنفس عندما لا يكونون في كامل لياقتهم البدنية ولا توجد حالات أخرى، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 28,488 وهي أكبر من كا² لمجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية للحالة النفسية للاعبين عندما لا يكونون في كامل لياقتهم البدنية.

من خلال هذا نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن مستواهم يتأثر بالحالة النفسية التي يكونون عليها وهذا ما يبرز أهمية التحضير البدني ودوره الكبير في تحسين مستوى أداء اللاعبين أثناء المباريات.

السؤال التاسع عشر : هل للإعداد البدني تأثير على قدرتك في إتمام بعض المقابلات أثناء كثافة المنافسة ؟

الغرض منه : معرفة مدى وعي اللاعبين بفعالية الإعداد البدني في إتمام بعض المقابلات أثناء كثافة المنافسة الرياضية .

الجدول رقم (19) : يوضح مدى وعي اللاعبين بفعالية التحضير البدني في إتمام بعض المقابلات أثناء كثافة المنافسة الرياضية .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	28	65,12%	3,930	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	15	34,88%					
المجموع	43	100%					

من خلال الجدول يتضح لنا جليا أن نسبة 65,12% من اللاعبين يعتبرون التحضير البدني فعال من خلال قدرتهم على إتمام المباريات، بينما نسبة 34,88% ترى عكس ذلك، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 3,930 وهي أكبر من كا² لجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية للإعداد البدني على قدرتك في إتمام بعض المقابلات أثناء كثافة المنافسة، منه نستنتج أن اللاعبين يؤكدون وعي اللاعبين للتحضير البدني دور فعال في إتمام المقابلات أثناء كثافة المنافسة.

السؤال العشرين : هل تصادفك مشاكل بدنية تؤثر على أدائك خلال كثافة المنافسة ؟

الغرض منه : معرفة مدى مصادفة اللاعب لمشاكل بدنية تؤثر على أدائه خلال المنافسة.

الجدول رقم (20): يوضح معرفة مدى مصادفة اللاعب لمشاكل بدنية تؤثر على أدائه خلال المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	29	67,45%	5,233	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	14	32,55%					
المجموع	43	100%					

من خلال الجدول يتبين لنا أن نسبة 67,45% من مجموع اللاعبين تصادفهم مشاكل بدنية تؤثر على أدائهم خلال كثافة المنافسة بينما نسبة 32,55% ترى عكس ذلك، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 5,233 وهي أكبر من كا² لجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية للمشاكل البدنية التي تؤثر على أداء اللاعب خلال كثافة المنافسة. ومنه نستنتج أن أغلب اللاعبين تصادفهم مشاكل بدنية تؤثر على أدائهم خلال كثافة المنافسة، مما يبين ارتباط أداء اللاعب بالحالة البدنية التي يكون عليها.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602–6899
الرقم المعياري: 2507–7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

السؤال الواحد والعشرين: بعد المنافسة ، كيف تقيم مستوى الإعداد البدني الذي قمتم به ؟
الغرض منه: معرفة تقييم اللاعبين بمدى فاعلية الإعداد البدني الذين يقومون به قبل المنافسة.
الجدول رقم (21): يوضح تقييم اللاعبين لفعالية الإعداد البدني الذي يقومون به.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
جيد	03	%06,98	27,395	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
سليبي	10	%23,25					
مقبول	30	%69,77					
المجموع	43	%100					

يتبين لنا من خلال الجدول أن نسبة 69,77% من اللاعبين يرون أن التحضير البدني الذي يقومون به مقبول بينما ترى نسبة 23,25% من اللاعبين بسلبية التحضير البدني، في حين أشارت نسبة 06,98% من اللاعبين بأن تحضيرهم البدني قبل المنافسة جيد ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 27,395 وهي أكبر من كا² الجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية أن للتحضير البدني دور إيجابي بالنسبة للاعبين

ومنه نستنتج مدى فعالية التحضير البدني الذي يقوم به اللاعبون قبل المنافسة وهذا يوضح الدور الكبير الذي توليه الفرق للجانب البدني.

السؤال الثاني والعشرين: هل النتائج السلبية المسجلة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية؟
الغرض منه: معرفة إذا كانت لكثافة المنافسة الرياضية لها دور سلمي على النتائج المسجلة للفريق.
الجدول رقم (22): يوضح دور كثافة المنافسة الرياضية في تسجيل الفريق لنتائج سلبية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	28	%65,10	3,930	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	15	%34,90					
المجموع	43	%100					

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

من الجدول يتضح لنا أن نسبة 65,10 % من أفراد العينة أجمعوا على أن النتائج السلبية المسجلة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية بينما نسبة 34.90% ترى عكس ذلك كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 3,930 وهي أكبر من كا² الجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية أن النتائج السلبية المسجلة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية. ومنه نستنتج أن النتائج السلبية المسجلة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية .

السؤال الثالث والعشرين: هل عدم قدرة الفريق على تحقيق نتائج جيدة راجع إلى كثافة المنافسة الرياضية ؟

الغرض منه : معرفة الفريق على تحقيق نتائج إيجابية من ظل كثافة المنافسة الرياضية .
الجدول رقم (23): يوضح النتائج التي يحققها الفريق في ظل كثافة المنافسة الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	30	69,75%	6,721	3,841	0,05	1	دالة إحصائية
لا	13	30,25%					
المجموع	43	100%					

يتبين لنا من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 69,75% من أفراد العينة يؤكدون على أن عدم تحقيق النتائج الجيدة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية مفسرين ذلك بأن المباريات لا تكون في وقتها المحدد ونقص وسائل الاسترجاع ، بينما بنسبة 30,25% يعتبرون النتائج الجيدة التي يحققها الفريق ليست راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية مفسرين ذلك بأنه يمكن ان نحاري مقابلة بمقابلة وكذلك تعود إلى الإمكانيات المادية والبشرية وانتقاء لاعبين جيدين، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 6,721 وهي أكبر من كا² لجدولة 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية أن عدم تحقيق النتائج الجيدة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية. ومنه نستنتج أن عدم قدرة الفريق على تحقيق نتائج جيدة راجع إلى كثافة المنافسة الرياضية.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

السؤال الرابع والعشرين: هل تراجع نتائج الفريق ناتجة عن مشاركته في مختلف المنافسات الرياضية ؟

الغرض منه: معرفة نتائج الفريق عند مشاركته في مختلف المنافسات الرياضية.

الجدول رقم (24): يوضح نتائج الفريق عند مشاركته في مختلف المنافسات الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	33	76,74%	12,302	3,841	0,05	1	دالة
لا	10	23,25%					إحصائيا
المجموع	43	100%					

يتضح لنا من خلال الجدول أن نسبة 76,74% من أفراد العينة يؤكدون على أن تراجع نتائج الفريق راجعة إلى مشاركته في مختلف المنافسات الرياضية بينما بنسبة 23,25% ترى عكس ذلك ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 12,302 وهي أكبر من كا² الجدولية 3,841 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1 ، مما يدل على وجود دلالة إحصائية ومنه نستنتج أن تراجع نتائج الفريق ناتجة عن مشاركته في مختلف المنافسات الرياضية.

السؤال الخامس والعشرين: هل كثافة المنافسة الرياضية للفريق تؤدي إلى عدم تحقيق النتائج المطلوبة؟

الغرض منه: معرفة قدرة الفريق الوصول إلى الأهداف المسطرة لديه خلال كثافة المنافسة الرياضية الجدول رقم (25): يوضح نتائج قدرة الفريق في الوصول إلى الأهداف المسطرة لديه خلال كثافة المنافسة الرياضية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	32	74,72%	10,256	3,841	0,05	1	دالة
لا	11	25,58%					إحصائيا
المجموع	43	100%					

يتضح من خلال الجدول ان نسبة 74,42% من أفراد العينة يعتبرون أن الفريق يمكنه الوصول إلى الأهداف المسطرة لديه خلال كثافة المنافسة الرياضية ، بينما بنسبة 25,58% ترى عكس ذلك ، كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 10,256 وهي أكبر من كا² لجدولية 3,841 وهي دالة عند

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية ان الفريق يمكنه تحقيق أهدافه رغم كثافة المنافسة. ومنه نستنتج أن الفريق قادر على الوصول إلى أهدافه المسطرة خلال كثافة المنافسة الرياضية .

السؤال السادس والعشرين: في رأيكم ماهي أكثر حالة تؤثر على نتائج الفريق ؟

الفرض منه: معرفة أهم حالة تؤثر على نتائج الفريق في اعتقاد اللاعبين.

الجدول رقم (26) : يوضح أبرز حالة تؤثر على نتائج الفريق :

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
كثافة المنافسة	38	%88,37	58,930	5,991	0,05	2	دالة
قوة الفرق المشاركة	04	%09,30					إحصائيا
حالات أخرى	01	%02,33					
المجموع	43	%100					

من خلال الجدول يتضح لنا أن أبرز حالة تؤثر على نتائج الفريق هي كثافة المنافسة الرياضية بنسبة %88,37، ثم تليها قوة الفرق المشاركة بنسبة %09,30، وحالات أخرى بنسبة %02,33 وهي عدم الاستقرار والمشاكل الإدارية كما نلاحظ أن كا² المحسوبة 58,930 وهي أكبر من كا² بجدولة 5,991 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 1، مما يدل على وجود دلالة إحصائية أن كثافة المنافسة تؤثر على نتائج الفريق. ومنه نستنتج أن أبرز حالة تؤثر على نتائج الفريق هي كثافة المنافسة الرياضية زيادة عن بعض الحالات الأخرى كقوة الفرق المشاركة وعدم التحضير الجيد وعدم الاستقرار والمشاكل الإدارية .

مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجداول (01-02-03-04-05-06-07) تبين لنا: أن كثافة المنافسة الرياضية لها انعكاس سلبي على مستوى اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم، وذلك من خلال لكثرة المباريات الملعوبة و عدم استقرار مستوى أداء اللاعبين وتأثير حالي التعب والإرهاق على أداء اللاعبين أثناء المنافسة، بالإضافة إلى أن كثافة المنافسة تؤدي إلى حالات سلبية ونقص في المدة المحصصة للاسترجاع وتراجع في الأداء بعد إجراء سلسلة من المنافسات الرياضية .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

وهذه النتائج في الاتجاه المتوقع التي تؤكد صحة الفرضية القائلة "كثافة المنافسة تنعكس سلباً على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم". وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسة نحوي عماد وآخرون (2012) التي توصلت إلى أن لكثافة المنافسة الرياضية في كرة القدم تأثير سلبي على مستوى اللياقة البدنية للاعبين ومستوى الأداء العام.

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجداول (14-13-12-11-10-9-8) تبين لنا: أن سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية و تدني مستوى أداء اللاعبين ، وهذا راجع إلى سوء البرمجة للمباريات أدى إلى تدني مستوى أداء اللاعبين وإلى كثرة الإصابات والتعب والإرهاق ، وكذلك التخطيط العشوائي لبرمجة المقابلات أدى إلى كثافة المنافسة لرياضية. وهذه النتائج تؤكد صحة الفرضية الجزئية الثانية التي تقول سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية مما ينعكس على مستوى أداء اللاعبين، وهو بدوره راجع إلى عدم الجدية في اتخاذ القرارات من طرف الإدارة الرياضية وهذا ما يؤكد هريبرت سايمون "أن القرار قلب الإدارة" (كمال أميري محمد و عصام بدوي، 1992، 175).

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجداول (21-20-19-18-17-16-15) تبين لنا: أن الإعداد البدني له دور فعال في تحسين أدائهم أثناء المنافسة، و ذلك من خلال وعي اللاعبين وإدراكهم بأهمية وفعالية التحضير البدني الجيد لما له الأثر الإيجابي في تحسين أدائهم ، وكذلك يعتبر عاملاً من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة المنافسة.

و أن مستواهم يتأثر بالحالة النفسية عندما لا يكونون في كامل لياقتهم البدنية أثناء كثافة المنافسة وهذا ما يبرز أهمية التحضير البدني ودوره الكبير في تحسين مستوى أداء اللاعبين أثناء المباريات مما ينعكس على أداء ومردود الفريق، وهذه النتائج تؤكد صحة الفرضية الجزئية الثالثة التي تقول أن الإعداد البدني يؤدي إلى تحسين أداء اللاعبين أثناء كثافة المنافسة. وهذه النتائج تسير دراسة سعيد بوبكري و آخرون (2006) فعالية مدة التحضير البدني على مرد ودية لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة حيث كلما كانت مدة التحضير البدني طويلة في الحجم و الشدة كلما ازدادت مرد ودية لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجداول (15-16-17-18-19-20-21) تبين لنا: أن النتائج السلبية للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية، وذلك من خلال تراجع نتائج الفريق ناجمة عن مشاركته في مختلف المنافسات الرياضية، وعدم قدرته على تحقيق نتائج جيدة بالإضافة إلى بعض الحالات الأخرى كقوة الفرق المشاركة وعدم التحضير الجيد وعدم الاستقرار والمشاكل الإدارية، وهذه النتائج تؤكد صحة الفرضية الجزئية الرابعة التي تقول أن النتائج السلبية المسجلة للفرق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية. وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسة نحوي عماد وآخرون (2012) التي توصلت إلى أن لكثافة المنافسة الرياضية في كرة القدم تأثير سلبي على مستوى اللياقة البدنية للاعبين ومستوي الأداء العام للفريق.

خلاصة عامة:

نستخلص من هذه الدراسة أن كثافة المنافسة لها انعكاس سلبي على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم، وهذا يتجلى من خلال تدني مستوى اللياقة البدنية نتيجة لكثرة المباريات الملعوبة ودورها في عدم استقرار أداء مستوى اللاعبين بالإضافة إلى تأثير حالتي التعب والإرهاق على مستوى أدائهم خلال المنافسات، حيث أن سوء البرمجة للمباريات يؤدي إلى كثافة المنافسة وذلك من خلال التخطيط العشوائي والذي يؤدي بدوره إلى كثرة الإصابات وزيادة حالات القلق، كما يعتبر الإعداد البدني من أهم العوامل المساعدة في رفع مستوى أداء اللاعبين والهدف الحقيقي منه هو تطوير لياقة اللاعب لأنها من أهم العناصر المؤثرة على أدائه و التغلب على التعب والإرهاق خلال المنافسات وإتباع الطرق اللازمة لتنميتها وتطويرها وهذا ضمان لأداء جيد للاعبين خلال فترة المنافسة و التغلب على الآثار الناجمة عن كثافة المنافسات وتحقيق نتائج أفضل. من هنا نستطيع القول أن النتائج المتحصل عليها تكون منارا للمسؤولين والمختصين وأن تأخذ مأخذ الجد لتسمح لهم ببناء أساس تبنى عليه رياضة كرة القدم وأهم المنافسات المستقبلية والوصول إلى مستوى عالي.

ورغم النتائج المتحصل عليها فإن هذه الدراسة تبقى جد متواضعة، وهذه المواضيع قليلة التداول بالرغم من أهميتها البالغة، وأنا نريدها دراسة لجلب الأنظار ولفت الانتباه لها، لأن البحث العلمي حلقة متواصلة وغير منتهية، ويبقى المجال للباحثين طالما أن هناك العديد من السلبيات والمشاكل التي تعاني منها الفرق كرة القدم الجزائرية وخاصة التي لها كثافة المنافسة الرياضية من النقص والقصور في تحقيق نتائج جيدة والتي ربما لا نستطيع أن نصل إليها من خلال هذه الدراسة.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

الاقتراحات: من خلال نتائج الدراسة واستنتاجاتها تبين لنا ضرورة تقديم مجموعة من الاقتراحات التالية:

- الاعتماد على المختصين والخبراء في برمجة رزمة المباريات لتجنب كثافة المنافسة.
- إتباع الطرق العلمية حديثة في عملية الاسترجاع أثناء المنافسات الرياضية.
- الاهتمام بالإعداد البدني باعتباره عامل مهم في تحسين أداء اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية.

- المصادر والمراجع:

- 1- أمين أنور الخولي(1996): الرياضة والمجتمع، العدد 213 المعهد الوطني للثقافة والفنون و الآداب ،الكويت.
- 2- أمر الله أحمد البساطي(1990): أسس وقواعد التدريب الرياضي وتنظيماته؛ دار المعارف، العراق.
- 3- جماعة من الأساتذة(2000): المعجم الوسيط، ط1، الجزء الأول، دار الأحياء للتراث العربي، بيروت.
- 04- رشيد زرواتي(2007): مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط1، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر.
- 05- كمال أمير محمد، عصام بدوي(1992): التطور العلمي لمفهوم الرياضة، دار الشباب للطباعة، القاهرة، مصر.
- 06- المنجد في اللغة والإعلام(2005)، طبعة 36، دار المشرق، بيروت.
- 07- رومي جميل(1986): فن كرة القدم، ط1، دار النقائص، لبنان.
- 08- محمد زيان عمر(1993): البحث العلمي مناهجه و تقنياته، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 9- محمود عوض البسيوني، فيصل ياسين النشاطي(1992): نظريات وطرق تربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 10- مؤنس رشاد الدين(2000): المرام في المعاني و الكلام، ط1، دار الراتب الجامعي، بيروت.

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

11- محمد صبحي حسنين(2000): القياس و التقويم في التربية البدنية ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

12- نحوي عماد(2011-2012) مدى تأثير كثافة المنافسة الرياضية على اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم، مذكرة ماستر غير منشورة ،التربية البدنية و الرياضية ، جامعة بسكرة،الجزائر .

13- سعيد بوبكري وآخرون(2005-2006):فعالية مدة التحضير البدني على مرد ودية لاعبي كرة القدم ،مذكرة ليسانس غير منشورة،قسم إدارة وتسيير رياضي ،جامعة المسيلة ،الجزائر.

14-Alderman : R.B Manuel de psychologie du sport, Ed vigot, paris

15- Swien berg .d.gould : psychologie du sport de l'activité physique, ed vigot paris 1997

16-MATVEIEV , L. P(1977): Périodisation de l'entraînement sportif. , edition INEF ,Madrid.

ملحق رقم:1

استمارة استبيان موجهة للاعبين كرة القدم (صنف أكابر)

كثافة المنافسة الرياضية و انعكاساتها على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم

(صنف أكابر) الرابطة الجهوية الأولى - باتنة -

1- هل تؤثر كثافة المنافسة الرياضية على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم؟

لا ☐ ☐

2- هل لكثرة المباريات الملعب دور في تدني مستوى الفريق أثناء المنافسة الرياضية ؟

لا ☐ ☐

3- هل المستوى الجيد للاعبين يظهر خلال كثافة المنافسة الرياضية ؟

لا ☐ ☐

4- هل أنت قادر على إثبات وجودك بدنيا في كل المباريات التي تلعبها ؟

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

لا ☐ ☐

5- في رأيك هل تعني كثافة المنافسة الرياضية ضيق في المدة المخصصة للاسترجاع بين المباريات الملعبية ؟

لا ☐ ☐

ولماذا؟.....

..

6- ما هو تقييمك لأدائك بعد إجراء سلسلة من المباريات ؟

ضعيف ☐ متوسط ☐ جيد ☐

7- أي حالة تراها ناتجة عن كثافة المنافسة الرياضية ؟

تدني المستوى ☐

كثرة الإصابات ☐

حالات أخرى ☐

8- هل سوء البرمجة للمقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة الرياضية ؟

لا ☐ نعم ☐

9- هل التخطيط الإداري العشوائي البرمجة المقابلات يؤدي إلى كثافة المنافسة؟

نعم ☐ لا ☐

10- هل اهتمام مسؤولي الفريق برزنامة المباريات بداية الموسم يساعد على التأقلم مع كثافة المنافسة ؟

نعم ☐ لا ☐

11- هل لسوء البرمجة للمباريات دور في تدني مستوى أداء اللاعبين ؟

لا ☐ ☐

ولماذا ؟

12- هل برمجة أكثر من مقابلاتين في الأسبوع يؤدي إلى ضعف مستوى أداء اللاعبين ؟

لا ☐ نعم ☐

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

13- في ريك .هل كثرة الإصابات أثناء المنافسة يرجع إلى سوء برمجة المباريات ؟

لا

نعم ☐

☐

14- في اعتقادكم كثافة المنافسة الرياضية راجعة إلى:

سوء البرمجة للمقابلات

☐

ضيق المدة المخصصة للاسترجاع

☐

شيء آخر

☐

15- هل للإعداد البدني الجيد له دور في تحسين أدائك أثناء كثافة المنافسة ؟

☐

لا

☐

نعم

16- هل لحالتك البدنية تأثير على مردودك أثناء كثافة المنافسة ؟

☐

لا

☐

نعم

كيف؟.....

17- هل يمكن اعتبار الجانب البدني عاملا من عوامل النجاح و التفوق للاعب أثناء كثافة

المنافسة؟

☐

لا

☐

نعم

18- كيف تكون حالتك النفسية عندما تشعر بنقص لياقتك البدنية خلال كثافة المنافسة؟

☐

فقدان الثقة بالنفس

☐

تعب و إرهاق

☐

حالات أخرى

19- هل للإعداد البدني تأثير على قدرتك في إتمام بعض المقابلات أثناء كثافة المنافسة؟

☐

لا

☐

نعم

20- هل تصادفك مشاكل بدنية تؤثر على أدائك خلال كثافة المنافسة ؟

☐

لا

☐

نعم

21- بعد المنافسة ، كيف تقيم مستوى الإعداد البدني الذي قمت به ؟

☐

مقبول

☐

سلي

☐

إيجابي

22- هل النتائج السلبية المسجلة للفريق راجعة إلى كثافة المنافسة الرياضية؟

رقم الإيداع القانوني: 2016 - 787	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد الثامن نوفمبر 2019

نعم ☐ لا ☐

23- هل عدم قدرة الفريق على تحقيق نتائج جيدة راجع إلى كثافة المنافسة الرياضية ؟

نعم ☐ لا ☐

24- هل تدني نتائج الفريق ناتجة عن تداخل مباريات البطولة والكأس ؟

نعم ☐ لا ☐

25- هل كثافة المنافسة الرياضية للفريق تؤدي إلى عدم تحقيق النتائج المطلوبة؟

نعم ☐ لا ☐

وماذا؟.....

26- في رأيك ماهي أكثر حالة تؤثر على نتائج الفريق ؟

- كثافة المنافسة الرياضية ☐ - قوة الفرق المشاركة ☐ - حالات أخرى ☐