

دراسة تحليلية لحالة ما قبل البداية بين خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم

ã . م عقيل حسن فالح

التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

أن دراسة حالة ما قبل البداية لها أهمية كبيرة في تحقيق أفضل النتائج لفرقنا المحلية وبالتالي معرفة اللاعبين والمدربين مدى أهمية هذه الحالة والتي تلعب دوراً في صقل عملية المنافسة لدى اللاعبين قبل خوضها لتهيئتهم بالشكل المناسب للتغلب على بعض الحالات النفسية التي ستلازم اللاعب منذ بداية المنافسة (المباراة) ونحن نعلم جيداً بأن اللاعب في كرة القدم يمر بمرحلة تهيئة كاملة قبل دخوله المباراة من خلال التوضيح الخططي له من قبل الكادر التدريبي والذي على عاتقه توزيع المهام وواجبات كل خط من خطوط ومراكز اللعب ومن هنا تبدأ عند اللاعب بعض الاضطرابات والانفعالات النفسية والتي يرجع سببها على نوع أداء الواجبات الخططية المنسوبة إليه عادة وبالإضافة إلى عوامل أخرى منها الإحماء وكيفية تهيئة وكذلك عامل إعداد اللاعب نفسياً من قبل المدرب والذي يكون أحد العوامل المساعدة لاجتياز بعض الحالات النفسية عند اللاعبين وكذلك عوامل أخرى مثل (الجمهور ، الملعب ، المنافس ، الحالة) لها مردودات إيجابية على حالة ما قبل البداية عند اللاعب ولهذا ارتأى الباحث هذه الأهمية في التعرف على تحليل وتشخيص حالة ما قبل البداية عند لاعبي خطوط اللعب في كرة القدم ومعرفة أي الخطوط أفضل مستوى لها لتطوير الجوانب الإيجابية ومعالجة الجوانب في المنافسة وتعكس صورته 0

2-1 مشكلة البحث :

تتحدد مشكلة البحث بقصور المدربين في تحديد وتشخيص حالة ما قبل البداية وإهمالها وعدم الإلمام بها في ظروف المنافسة كما يرى الباحث كذلك اهتمام المدربين ببعض خطوط اللعب للفريق بالإعداد النفسي والتهيئة الجيدة سواء كانت بالواجبات المناطة إليهم أو بعبارات تشجيعية لتنمية بعض الصفات أو السمات

النفسية أثناء الشرح الخططي أو خلال فترة الإحماء والتي تسبق المنافسة فمثلاً
زيادة الثقة بالنفس للمهاجم عن زميله المدافع وغيرها لها أسباب على سير أداء
المنافسة للفريق مما يؤدي الى ضعف وتدني مستوى المهارات والواجبات ا

لخططية لدى لاعبي بعض الخطوط ومن هنا تكمن مشكلة البحث في إيجاد الحلول
العلمية المناسبة لهذه الحالة ووضعها تحت أيدي العاملين في حقل التدريب لعلها
سوف تضيف شئ إلى إمكانياتهم وقدراتهم العلمية والعملية 0

3-1 أهداف البحث :

01 معرفة وتحليل مستوى حالة ما قبل البداية عند خطوط اللعب المختلفة بكرة

0 ă ħ Ć

02 معرفة وتحليل أي الخطوط أفضل لحالة ما قبل البداية لدى لاعبي كرة

0 ă ħ Ć

4-1 فروض البحث :

01 وجود أختلاف في المستويات لحالة ما قبل البداية لدى لاعبي خطوط

0ă ħ Ć اللعب بكرة

02 وجود فروق ذات دلالة إحصائية لحالة ما قبل البداية بين خطوط اللعب

المختلفة بكرة القدم 0

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو فرق (الميناء ، النجف ، كربلاء ، السماوة

، الناصرية)

2-5-1 المجال المكاني : ملعب الميناء ، ملعب البصرة 0

3-5-1 المجال الزمني : من فترة 2004 /1/5 ولغاية 2004/3/9 .

الدراسات النظرية :

2-1 حالة ما قبل البداية :

نعلم بأن المدرب هو المسؤول عن رفع قدرة اللاعب وأستعداده لمنحه الثقة بالنفس ويبعده عن التوتر الشديد الذي قد ينتابه قبل أو أثناء المنافسة فلذلك يجب التركيز على تهيئة

استغلالها لأقصى مدى ممكن أثناء المنافسة وعليه يمر اللاعب قبل اشتراكه الفعلي بالمنافسة لزمان قصير نسبياً إلى حالة معينة يطلق عليها في علم النفس الرياضي مصطلح (حالة ما قبل البداية أو ما قبل المنافسة) والتي هي " إعداد الرياضي نفسياً قبيل اشتراكه بالمباراة وإيصاله إلى حالة من الاستعداد تؤهله إلى بذل أقصى مجهود وتحقيق أحسن النتائج خلال السباق "(1) أما مفتي الحماد فيعرفها "بأنها تلك العمليات التي يبدأ تنفيذها قبل المنافسة بفترات تتراوح ما بين عدة أيام أو عدد من الدقائق قبل المنافسة ويكون من شأنها التأثير الإيجابي على سلوك وتفاعل اللاعب في المنافسة "(2) إذ نجد علماء النفس قسموا هذه الحالة إلى قسمين يمر بها اللاعب قبل المنافسة والتي هي " حالة ما قبل البداية السلبية والحالة الإيجابية إذ تمثل الحالة السلبية التهيج العصبي وهبوط المستوى المهاري وكثرة الأخطاء التكتيكية وكذلك حالة التذمر والإسراع في تنفيذ الواجبات وعدم التنظيم الواعي وقلة الانتباه والتركيز . أما الحالة الإيجابية وهي عكس السلبية إذ يكون اللاعب في حالة مرح ومتزن ولديه القدرة على التركيز والانتباه وتنفيذ الخطط "(3) أما الباحث فيرى أن الحالة ما قبل البداية ما هي إلا بعض التغيرات والتوترات النفسية الداخلية للاعب قبل اشتراكه أو خوضه للمنافسة والتي يمكن انعكاس صورتها على أدائه الفعلي أثناء المنافسة وهي مرحلة طبيعية تواجه كل لاعب في أي نوع من النشاط الرياضي .

(1) نزار الطالب : مبادئ علم النفس الرياضي 0 بغداد ' مطبعة الشعب 1978 ، ص103 .

(2) مفتن إبراهيم الحماد : التدريب الرياضي تخطيط وتدريب وقيادة 100 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998،

(3) نزار طالب وحامل الرئيس : علم النفس الرياضي . 20 ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000
2390 .

2-2 أنواع حالة ما قبل البداية

لقد درس علماء النفس الرياضي حالة الرياضي قبل المباراة والوضع النفسي الذي يعيشه والانفعالات التي تسيطر عليه إذ وجدوا هناك ثلاثة أنواع تصيب الرياضي أو قد يمر بها قبيل اشتراكه الفعلي في المنافسة والتي هي :

Ã- حالة حمى البداية .

È- حالة عدم المبالاة بالبداية .

À- حالة الاستعداد والكفاح .

حيث تتميز كل حالة من الحالات السابقة ببعض المظاهر والأعراض النفسية

هذه الحالات المختلفة على مستوى الفرد الرياضي بصورة معينة ⁽¹⁾ .

أما بالنسبة للمرحلة الأولى (حمى البداية) فإن هذه الحالة تؤدي إلى ارتفاع الأثارة العصبية في مراكز متعدد من الجهاز العصبي المركزي فضلاً عن ضعف في عمليات (الكبت) التي تؤدي إلى بطء أو توقف الإشارات العصبية ⁽²⁾ .

أما حالة الاستعداد والكفاح فإنها تتميز بالتوازن التام أي توازن عمليات التهيج والتردد والأعراض النفسية قبل التوقع المتوتر ويجد الرياضي نفسه واثقاً من الفوز ومستعد للكفاح وتقديم جهد إضافي للوصول إلى الهدف ⁽³⁾ .

وعليه نرى أن من أسوأ هذه الحالات (حالة حمى البداية) والتي قد ترافق اللاعب لما لها من عوائق وسلبات كثيرة على الأداء مما تجعل اللاعب في وضعية غير جيد ومناسبة للأداء واجباته المهارية والخطئية . أما الحالة الأفضل فهي (حالة الاستعداد والكفاح) التي يمر بها اللاعب والتي تعكس لنا سير نجاح أدائه لنوع المهارة أو الخطط بالإضافة إلى روح الشجاعة والثقة العالية التي تنمي الصفات النفسية عنده مما تجعله قادر على اجتياز المنافسة بأحسن صورة له .

(1) معيوف ذنون حنتوش : علم النفس الرياضي ، جامعة الموصل ، 1987 ، ص 141 .

استخدام البحث المنهج الوصفي بأسلوت المسح لملأ ئمته لحل طبيعة مشكله البحث التي يتناولها البحث .

- (1) حنفي محمود مختار : برنامج التدريب السنوي في كرة القدم ، القاهرة، ذو الفكر العربي ، 1997 ، ص184 0
- (2) عمرو أبو المجد وإبراهيم شعلان : طرق اللعب الحديثة بكرة القدم ، عمان، مركز الكتاب للنشر ، 1997 ، ص7 0

3-2 عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث با لطريقة العمدية على جميع اللاعبين الأساسيين فقط لخمسه فرق من الدرجة الممتازه والمشاركة في الدوري الممتاز لكرة القدم (مجموعة المنطقة الجنوبيه) وبوا قع مناقسه واحدة لكل فريق 0 اذ بلغ اجمالي افراد العينه (50 لاعبا) موزعين على خطوط اللعب بعد ان تم استيعاد حارس المرمى من كل فريق حيث بلغ عدد لاعبين خط الدفاع (17 لاعبا) وخط الوسط (23 لاعبا) والهجوم (10 لاعبين) .

3-3 إجراءات البحث :

3-3-1 مقياس حالة ما قبل البدايه :

لتحقيق متطلبات الدراسة استخدام الباحث مقياس حالة ما قبل البداية للاعب والذي قام باعداد ه محمد حسن علاوي ⁽¹⁾ والذي يتكون من (40) فقره خصصت منها (30) فقره لقياس الحالة السلبية بينما خصصت (10) فقرات منها لقياس الحالة الأ جابية وكانت تمثل العبارات (4، 8، 12، 16، 20، 24، 28، 32، 36 ، 49)، وتتم الاستجابة باختيار احد البدائل (كثيرا - قليلاً - لا يحدث) تصحيح المقاييس يراعي اعطاء الاستجابة السلبية ثلاث درجات (كثير ا) ودرجان (قليلا) ودرجه واحده في حالة (لايحدث) درجات لحاله (لايحدث) ودرجتان (قليلاً) ودرجه واحده في حالة (كثيرا) .

(1) محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط2 ، القاهرة ، 1978 ، ص194 .

3-3-2 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية قبيل التطبيق النهائي للبحث وبوقت ملائم وذلك من خلال تطبيق مقياس حالة ما قبل البداية على لاعبي نادي البصرة بتاريخ 2004/1/5 من خلال مباراة (البصرة x الميناء) وذلك على ملعب البصرة لغرض تهيئة أسباب نجاح تطبيق المقياس على لاعبي خطوط اللعب لأفراد العينة وقام الباحث باعاده التجربة ثانيه على لاعبي نادي البصرة وبتاريخ 2004 / 1 / 12 من خلال مباراة (البصرة x النجف) لتحقيق صدق وثبات المدة الزمنية والتي كانت تتراوح ما بين (10 - 12دقيقه) كحد أقصى قبل دخول اللاعبين الى الملعب .

Ö ÑÚ ومناقشة النتائج

4 - 1 عرض نتائج مستوية حالة ما قبل البداية وتحليلها ومناقشتها

جدول رقم (1)

بين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعامل الاختلاف لحالة ما قبل البداية

لخطوط اللعب المختلفة

خطوط اللعب	Ó	Ú	Î
خط الدفاع	24.8	5.2	20.96%
خط الوسط	27.7	3.9	14.07%
خط الهجوم	25.9	4.7	18.14%

يتبين من الجدول رقم (1) أن الوسط الحسابي لخط الدفاع قد بلغ (24.8) وبأنحراف معياري قدره (5.2) وبمعامل أختلاف بلغ إلى (20.96%) فيما بلغ الوسط الحسابي لخط الوسط (27,7) وإنحراف معياري (3.9) وبمعامل أختلاف بلغ (14.07%) .

أما بالنسبة لخط الهجوم فقد بلغ الوسط الحسابي (25.9) وبأنحراف معياري (4.7) وبمعامل أختلاف قدره (18.14 %) .

ومن خلال استخدام معامل الاختلاف تبين لنا أن خط الوسط هو من أفضل الخطوط للعب لحالة ما قبل البداية لدى لاعبي كرة القدم ويعزو الباحث ذلك أن هذا الخط يتمتع لاعبيه دائماً بالإعداد النفسي الجيد لكونه حلقة اتصال بين الخطوط وكذلك هو الخط الذي يقود الفريق بالعمليات الهجومية والدفاعية وهذا ما يؤكد على واجب المدرب في تهيئة وأعداده مهارياً وخططياً والتي تلعب دور في اكتساب الثقة العالية بالنفس لأداء الواجبات الخططية بأحسن ما يمكن لهم وهذا ما يتفق مع ناهد رسن " أن اكتساب اللاعب وإتقانه للطرق الدفاعية والهجومية يعمل على اكتسابه لعامل الثقة بالنفس بصورة كبيرة إذ أنه كلما أتقن اللاعب الدقة والسرعة في أداء الخطط الهجومية والدفاعية كلما كان واثقاً كن نفسه في جميع تحركاته في الملعب⁽¹⁾ . كما يرى الباحث أن أغلب لاعبي خط الوسط هم من الذين يمتلكون الخبرة والقيادة الواسعة في الملعب والتي تؤثر إيجاباً على اللاعب مما تجعله أكثر استعداد وكفاح بعدم التعرض لحالة ما قبل البداية وهذا يؤدي الى جعل اللاعب قادر على سرعة التصرف واتخاذ القرارات الصحيحة في الملعب لمجابهة مختلف المواقف التي تقابل اللاعب أثناء المباراة وهذا ما يؤكده مفتي إبراهيم " أن اتخاذ القرارات والاستجابة المتعلقة بالأداء الخططي بأفضل صورة ممكنة هي من أهم وعوامل

" (2)

(1) ناهد رسن سكر : علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية ، ط1 ، عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2002 ، ص 124 .

(2) مفتي إبراهيم حماد : مصدر سبق ذكره ، ص 220 .

2-4 عرض نتائج الفروق لحالة ما قبل البداية بين خطوط اللعب المختلفة وتحليلها ومناقشتها :

جدول رقم (2)

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	$\bar{Y}$ المحتسبة	$\bar{Y}$ الجدولية	النتيجة
بين المجموعات	18.7	2	9.35			
داخل المجموعات	68.32	47	1.45	6.44	2.02	توجد Df معنوية
إجمالي	87.02					

* مستوى الدلالة عند نسبة خطأ (0.05)

من خلال جدول رقم (2) نجد أن قيمة ($\bar{Y}$) المحتسبة بلغت (6.44) $\bar{Y}$ أكبر من قيمة ($\bar{Y}$) الجدولية عند درجة حرية (2 - 47) عند مستوى دلالة (0.05) البالغة (2.02) مما يدل على وجود فروق معنوية بين خطوط اللعب لحالة ما قبل البداية ويعزو الباحث ذلك إلى أن تطور الناحية النفسية لدى لاعب كرة القدم مرتبطة ارتباط وثيق بالنواحي البدنية والمهارية والخططية وبالنظر إلى اختلاف واجبات اللاعبين في خطوط اللعب مما يعني هناك بعض نواحي الاختلاف من الأمور المهارية والخططية وهذا معناه أنه يجب التطوير والأهتمام للناحية النفسية وخاصة ما قبل المنافسة عند اللاعبين بكل خط من خطوط اللعب وحسب متطلبات المنافسة وأن تقع على عاتق دور المدرب في تعزيز وشحن اللاعبين نفسياً و أدائياً قبيل اشتراكهم في المباراة والذي يتم من خلال الوحدات التدريبية التي تسبق يوم المباراة " تكون العملية التدريبية والتحضير النفسي وحدة متكاملة ويجب أن تكون تنمية الصفات النفسية مضمونة دائماً للعملية التدريبية وموضعا للجهود البدنية من جانب المدربين " (1) كما يعزو الباحث ذلك إلى الظروف

الفردية من مراكز اللعب المختلفة بين اللاعبين والتي تلعب دور كبير في أستعداد اللاعب لحالة ما قبل البداية حيث نجد أهتمام المدرب ببعض اللاعبين من خلال التحضير والتشجيع لهم أو من خلال تركيز بعض الواجبات الخططية على بعض اللاعبين دون غيرهم " يجب العمل على مبدأ الظروف الفردية للاعبين وذلك من خلال الأعداد النفسي في مرحلة قبل المنافسات " (2) كما يصنف زهير الخشاب وآخرون " على المدرب أن يراعي جيداً الظروف الفردية بتهيئة لاعبيه نفسياً بالشكل المطلوب والذي يرفع من استعدادهم لخوض المباراة وفي هذا الوقت تظهر المقدرة القيادية للمدرب لرفع المعنويات النفسية للاعبين ويجعلهم يشاركون في المباراة بثقة وتفاؤل "(3) 0 ولكي يتعرف الباحث أين تكمن معنوية التباين أستعمل طريقة أقل فرق معنوية (L . S . D) وذلك لإيجاد الفروق بين المتوسطات الحسابية لحالة ما قبل البداية لخطوط اللعب المختلفة إذ تبين أن قيمة أقل فرق معنوية عند مستوى دلالة $(0.05) \hat{a} \hat{a} (1.05) 0$

(1) ريسان خريبط مجيد : التدريب الرياضي . جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ، ص 309

(2) ناهد رسن سكر: مصدر سبق ذكره ص 18 :

(3) زهير الخشاب وآخرون : 2003 ، الموصل دار الكتب لطباعه والنشر ، 1999 ، ص 419 ،

الفرق بين خط الدفاع هو (1.1) * $E_{D_{\text{max}}}$ هي أكيد من قيمة (L.S.D) الخمسية مما يدخل على معنوية الفروقات ولصالح خطي الوسط والهجوم أما بالنسبة للفرق بين الوسط الحسابي لخط الوسط وخط الهجوم فقد بلغ (8، 1) * وهذا يعني هناك فرق معنوي ولصالح خط الوسط في حالة ما قبل البداية 0 حيث يتضح لنا من خلال رقم (3) بأن معنوي الفرق بين خط الدفاع والوسط ظهرت لصاح خط الوسط ويقر الباحث ذلك قبل المنافسه بسبب الخطط المغالية فيها والمنسوبه إليهم وكذلك فرض هذه لطريقه من اللعب مما يعلي زيادة الاعباء الدفاعيه من من قبل ثلاثة مدافعين بالإضافة الى ما تسببه من حمل نفسي على لاعبين الدفاع بسبب المسؤولية الدفاعية المباشرة التي تفرض هذه الطريقة مما يصبح اللاعب المدافع وفي وضعية نفسيه قلقه قبل المباراة تصعيد واجباته ومسؤوليته بالإضافة الى الشحن الزائد من قبل المدرب وزملائه بأهمة الناحية الدفاعية للفرق أما تفسير الباحث المعنوية خط الهجوم بحالة ما قبل البداية مع خط الدفاع بأن أهمية المنافسة قد أعطت

الأولوية للأ

قبل المدرب للمهاجم حيث أن إرشادات المدرب وتوجيهاته تعتبر من العوامل المهمة والتي تؤثر في تحقيق الحالة الجدية لخوض المنافسة من دون أن تكون هناك مشكلات نفسية على المهاجم حيث نكون هذه من خلال العبارات التشجيعية والتحفيزية من قبل المدرب يستخدم المدرب بعض الأساليب لتعبئه اللاعب خلال المنافسة " (1) . كما يصف الباحث بأن لاعبو الهجوم دائماً يتعرضون ويخضعون الى بعض التوجهات النفسية والمعنوية من خلال مبدأ المكافأة من قبل أداري ومشجعو الفريق قبل إجراء المنافسة مما تمنح وتزيد من قوة الإصرار والتحديد للمهاجم لبلوغ هذا الهدف وبالتالي يصبح في حالة نفسية جيدة لتحقيق النصر من خلال هذه العوامل وكذلك نجد أن لمهاجم يحسن بأهمية في اللعب عن غيره من اللاعبين بسبب هذه الاهتمامات وهذا ما أكدته نزار الطالب وكامل لويس "äÃ حصول الرياضي على المكافأة لقيادة باستجابة معنوية سيعزز تلك الاستجابة وسيزيد من احتمال الى التطور الحاصل نتيجة تركيز المدربين " (2) كما لجد أهتمام المدرب على زيادة التدريبات الخطئية والمكثفه قبل المنافسه لمراكز اللاعبين وهي التي تثبت الثقة والأطمئنان للاعب في أداته المهامة خلال المباراة دون أن ينتابه أي

الخططي الشامل في جميع مواقف اللعب الدفاعية والهجومية ولذي يكسبهم روح الحماسة والمثابره والتحمل لجميع مواقف اللعب "أن شعور اللاعب بالقدرة على تنفيذ حالات التكتيل المختلفه سيجعله أقرب الى النجاح وكما اللاعب الذي يتدرب على الخطط اللازمة سيكون قوي الثقة بنفسه" (3) . كما يصف الباحث أن لطريقة اللعب التي يستخدمها الفريق تحتم التركيز على خط الوسط من قبل المدربي سواء أن كان بالأعداد المهاري والخططي والنفسي

وهذا يدل على أن زيادة اللاعبين من خط الوسط الى خمسة كما هو في طريقة (3-5-2) يعني المستوى العالي للناحية البداية والإمكانيات المهارية عند لاعب هذا الخط لتحملهم مشاق اللعبة فضلاً عن الأعداد النفسي لهم مما يسمح إلى أكتساب الصفات النفسية مثل (الإرادة ، العزم ، المثابرة ، الشجاعة ،) (٠٠٠٠٠٠٠٠)

-
- (1) ناهد رسن سكر : مصدر سيق ذكره . 840
 (2) نزار طالب وكامل لويس : مصدر سيق ذكره . 1180
 (3) زهير الخشاب وآخرون : مصدر سيق ذكره ، ص 288

وزرعها في نفوس لاعبي الوسط من قبل المدربين والتي ينتج عنها الحالة المثالية والجيدة لحالة الاستعداد والكفاح من قبل لاعبي الوسط مما يجعل التغلب على حالة ما قبل البداية أصبح من الأمور الأكيدة " أن المركز الذي يلعب فيه اللاعب وطبيعة المتطلبات الفنية والخطية والبدنية تحتاج إلى أعداد نفسي خاص بها " (1) 0

كما نجد أن زيادة اللاعبين وتوزيع المهام والواجبات وتحديدها والعمل الجماعي بين لاعبي الوسط تتيح لهم الحالة الإيجابية لحالة ما قبل البداية بعكس لاعبي الدفاع التي تزداد عندهم المشاكل والتوترات النفسية إضافة إلى تحفيزه لأستمرار ببذل الجهد وتحسين المستوى وكذلك يمكن اعتبار أستجابات المتفرجين من العوامل المهمة في تحديد درجة الاستعداد النفسي للفرد الرياضي حيث أن مستوى اللعبة سيختلف وكذلك الحالة النفسية 0

أما بالنسبة لمعنوية الفرق بين خط الوسط والهجوم فقد ظهرت لصالح خط الوسط ويعزو الباحث ذلك إلى امتلاك لاعبي الوسط لمجموعة كبيرة من اللاعبين ذوي الخبرة الواسعة لمواجهة المنافسة في أي ظروف كانت " أن للخبرة السابقة أثر مهم في تحديد الحالة التي سيتصف بها الرياضي قبل المباراة حيث أن الخبرة القليلة يحمي البداية وعدم المبالاة أما الرياضي الذي يتمتع بخبرة طويلة وممارسات كثيرة فإنه سيكون مستعد لخوض المباراة على مختلف المستويات في درجة من الاستعداد" (2) .أذلك نجد أن أغلب لاعبي خط الوسط تكون لديهم حالة الأسعداد والكفاح وهي الحالة ما قبل البداية بسبب الباع واخبره الطويلة في اللعب وباخص أن لاعبي الوسط لايعيرون في مركز اللعب ينتمون له من مباراة الى أخرى ولذلك نجد عملية الآستمرار في اللعب مع نفس اللاعبين في وسط

الملعب يخلق الروح العالية للمثابرة في تنفيذ النواحي البداية والمهارية للاعبين وبالتالي يعكس لنا الصورة المنطقية للأداء المنحزلا لعب وهذا يعني أنه في حالة نفسية جيدة لخوض المنافسة من خلال عدم تغير تشكيلة هذا الخط من قبل المدربين بعكس خط الهجوم الذي تقع عليه بعض التغيرات من مباراة الى أخرى حسب ظروف المنافسة أو لأسباب أخرى 0

(1) سامي الصفار وآخرون : كرة القدم ، ج1 ، مطبعة صلاح الدين ، 1986 ، ص125

(2) نزار الطالب وكامل لويس : مصدر سيق ذكره 2.3 :

الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات :

1. أظهرت أن أفضل الخطوط في لمواجهة والاستعداد لحالة ما قبل البداية .
2. أشارت نتائج الدراسة الى وجود فرق معنوية بين خطوط اللعب .
3. أستنتج الباحث أن هناك تفاوت كبير في تدريب هذه الحالة بين خطوط اللعب حساب مراكز أخرى .
- 04 أستنتج الباحث أن دور المدرب يكون تركيزه واهتمامه على الجانب الخططي في المنافسة أكثر من الجوانب الأخرى بما فيها الجانب النفسي .

2-5 التوصيات :

- 01 التأكيد على ضرورة رفع مستوى حالة ما قبل البداية لجميع خطوط اللعب لما لها من أهمية في نجاح أداء الفريق .
- 02 الاهتمام بتطوير حالة ما قبل البداية الإيجابية عند اللاعب والعمل على خلق المناخ المناسب لتطوير هذه الحالة بما يخدم اللاعب .

03 يوصي الباحث ضرورة العمل على تأهيل المدربين نفسياً من خلال فتح دورات تدريبية تخص الجوانب النفسية .

04 العمل على إعطاء بعض الجرعات أو المحاضرات النفسية للاعبين من قبل المدرب خلال فترة المنافسات لما لها أهمية في سير أداء الفريق 0

المصادر

* حنفي محمود مختار . برنامج التدريب السنوي في كرة القدم . مركز الكتاب للنشر . 1998 .

* ريسان خريبط مجيد . التدريب الرياضي . الموصل : الكتب للطباعة والنشر - 1988 .

* زهير الخشاب وآخرون . الرياضة . 2 ، الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر - 1999 :

* سامي الصفار وآخرون . الرياضة . 1 . جامعة صلاح الدين 1986 :

* لأمير وأبو المجد وأبراهيم شعلان . طريق اللعب الحديث بكرة القدم مركز الكتاب للنشر . 1997 .

* اسم المندلاوي ووجية محبوب ، المدخل في علم التدريب الرياضي ، بغداد مطبعة جامعة بغداد ، 1982 .

* محمد حسن علاوي ، ساكو لوجية التدريب والمناقشات ، ط 2 ، الموصل : الكتب للطباعة المعارف 1982 .

* علم النفس الرياضي . الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر . 1987 .

* مفتي ابراهيم الحمال . التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة 10 : دار الفكر العربي 1998 .

*ناهد رسن سكر: علم النفسى الرياض فى التدريب والمنافسة الرياضية . عمان :

دار الثقافة والنشر والتوزيع ، 2002 ã

* نزار الطالب وكامل لويس ، علم النفسى الرياضى . 2008 الموصل : دار الكتب

للطباعة ونشر 2000 ã.

* نزار الطالب . مبادى علم النفس الرياض .بغداد : ومطبعة الشعب 1976

*وديع ياسين ومحمد حسن فى بحوث التطبيقات الأخصائية واستخدمات

الحاسوب التربوية الرياضية .الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر . 1999 .