



دولة ليبيا
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة سبها

كلية التربية البدنية – سبها

بحث مشروع التخرج ضمن متطلبات الحصول على درجة البكالوريوس
في التربية البدنية

بعنوان :-

التماسك الاجتماعي للفريق و علاقته ببعض المهارات الأساسية في كرة القدم

إعداد الطالبة :

أسامة مفتاح سالم

بإشراف الدكتور :

د . الوالي أمحمد الوالي

العام الجامعي

2023م – 2024م

الآية القرآنية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ اِقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ * خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ * اِقْرَأْ وَرَبُّكَ

الْأَكْرَمُ * الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ * عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴾

صدق الله العظيم

سورة العلق - آية : (1 - 5)

الإمام

إلى صاحب السير العطرة... والفكر المستنير... فلقد كان له الفضل الأول في بلوغي
لتعليم العالي... وإلي نور العينين الذي به أبصر... ألي نبض القلب الذي به أحيأ... ألي من
تشوق الأنظار لي هذه اللحظة...

أبي الحبيب

إلي من أفضلها على نفسي... إلي من شغلت البال فكرا ومن أثقلت الجفون سهرا وحملت
الفؤاد هما وجهدت الأيام صبورا... ورفعت الأيادي دعاءً وأيقنت با لله أملاً...

أمي الحبيبة

من كان لهم بالغ الأثر في كثير من العقاب والصعاب... وألى ورود المحبة وينابيع الوفاء
من رافقوني في السراء والضراء...

إخوتي وأخواتي

إلى الذين أشد لهم بأنهم نعم الرفاق في جميع الأمور... مرّت قاطرة البحث بكثير من
العوائق... ومع ذلك حاولت أن أتخطاها بثبات بفضل من الله وبفضلهم...

الصدقاء و الزملاء

إلي كل طالب علم وصاحب معرفة إلي هؤلاء جميعا أهدي ثمرة جهدي هذا.

الباحث

كلمة الشكر والتقدير

الحمد لله حمدا كثيرا والشكر لله أولا وأخيرا

لا بدلنا ونحن نخطو خطواتنا الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة ونعود إلى أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع أساتذتنا الكرام الذين قدموا لنا الكثير بالذليل بذالك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد لتبعت الأمة من جديد...

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة إلى من علمونا حروفا من ذهب وكلمات من نور إلى جميع أساتذتنا الأفاضل...

ويسرني أن أتقدم بخالص الشكر وجزيل العرفان وعظيم الامتنان إلى الذي كان لي نعم الموجه والمرشد ولم يبخل علي بجهده ووقته في سبيل إنجاز هذا البحث وبالأخص بالشكر والتقدير:

د. الوالي أحمد الوالي

وكذلك نشكر كل من ساعد على إتمام هذا البحث وقدم لنا يد العون ومد لنا يد المساعدة...اسمي آيات الشكر والامتنان والتقدير...

الباحث

فهرس المحتويات

أ.....	الآية القرآنية.....
ب.....	الإهداء.....
ج.....	كلمة الشكر والتقدير.....
د.....	فهرس المحتويات.....
و.....	فهرس الجداول.....
و.....	فهرس الاشكال.....
1.....	الفصل الاول.....
1.....	المقدمة:.....
1.....	مشكلة البحث وأهميته:
2.....	أهداف البحث:.....
2.....	فروض البحث:.....
4.....	الفصل الثاني.....
4.....	أولاً: مفهوم التماسك:.....
4.....	تعريف التماسك الاجتماعي:
5.....	أنواع التماسك:
6.....	التماسك الاجتماعي:
7.....	التماسك الاجتماعي للفريق:
8.....	أ- عوامل تماسك الفريق الرياضي:
9.....	ب- دور المدرب في تماسك الفريق الرياضي:
10.....	ج- دور اللاعب في تماسك الفريق الرياضي:
11.....	ثانياً: نظريات التماسك: -.....
11.....	النظرية الأولى:.....
12.....	النظرية الثانية.....
12.....	ثالثاً: المهارات الأساسية لكرة القدم:
13.....	أ-مهارة الإخماد:.....
14.....	ب-أنواع الإخماد التي تضمنتها الدراسة:
14.....	رابعاً: التهديف:
15.....	أنواع التهديف:.....
15.....	أولاً: التهديف بضرب الكرة بالقدم:

15	أ-اغراض ضرب الكرة بالقدم :
15	ب-أنواع ضرب الكرة بالقدم :-:
15	ثانياً : التهديد بضرب الكرة بالرأس :
16	أ- اغراض ضرب الكرة بالراس :
16	ب- انواع ضرب الكرة بالرأس
16	خامساً : الدراسات السابقة :
19	أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :
19	الفصل الثالث
21	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :
21	منهج البحث:
21	مجتمع و عينة البحث
21	الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث
21	أ- الأدوات المستخدمة
21	ب- الوسائل المستخدمة في البحث
21	الفصل الرابع
24	عرض ومناقشة النتائج
24	عرض النتائج
26	مناقشة النتائج
28	الفصل الخامس
28	الاستنتاجات والتوصيات
28	الاستنتاجات
28	التوصيات
29	المراجع
29	أولاً : المراجع العربية :
31	ثانياً :- المراجع الأجنبية :-:

فهرس الباول

- بءول (1) : بوضف ءوصفب عبنة البءف من ءبف العمر والبول والبزن 21
- بءول (2) : بوضف قبم الفاءرونباء لمءور ءماسك البماعب 22
- بءول (3) : بوضف المءوسط المرعب لمسءوى ءماسك البماعب 22
- بءول (4) : بوضف المءوسطاء ءسابببب والانءرافاء المعبارببب والاهمببب النسبببب للءماسك البماعب لءى لاعبب ءرة البءم (ن=57) 24
- بءول (5) : المءوسط ءسابببب والانءراف المعباربببب ومسءوى الأءاء المءارببب للعبب ءرة البءم 25
- بءول رقم (6) : بوضف معامل الارتبالبب بفرسون بببب ءماسك البءماعب للفرقبب والأءاء المءارببب لللاعبب ءرة البءم 25

فهرس الاشكال

- شكل (1) : بمل نموبء ءقسبم ءماسك ل (ءارون) 6

الفصل الاول

- مقدمة البحث.

- أهميته و مشكلة البحث.

- أهداف البحث .

- فروض البحث .

- مصطلحات البحث .

1. المقدمة :

تطورت كرة القدم في العصر الحديث وأخذت شكلاً جديداً في الجوانب العديدة التي يتطلبها الأداء التنافسي فنرى طرق اللعب قد تباينت وتعدد ونتج عنها اختلاف في الخطط الدفاعية والهجومية الفردية والجماعية ولهذا أصبحت الدول تقوم بإعداد لاعبيها إعداداً كاملاً من جميع النواحي المهارية والبدنية والخطية والنفسية والاجتماعية.

ولهذا فإن الجانب النفسي والاجتماعي في المجال الرياضي أصبح من المقومات الأساسية في إعداد الفريق الرياضي في الآونة الأخيرة حيث لاقى اهتماماً ملحوظاً من المتخصصين في مجال علم النفس التربوي الرياضي وعلم النفس الاجتماعي فيما يخص الجماعات الرياضية والفرق الرياضية ، وتعتبر كرة القدم واحدة من الألعاب الجماعية التنافسية التي جذبت الكثير من أنظار الباحثين وخاصة في مجال علم الاجتماع لدراسة التفاعل الديناميكي بين أعضاء الجماعة ، ففي حياتنا اليومية وفي المجالات نجد أن هناك اختلافات واضحة بين الجماعات المختلفة من حيث انتظام أفرادها في أوجه نشاطهم وتمسكهم بعضويتهم لها والدفاع والتضحية من أجل الجماعة والبقاء في عضويتها ، كما نلاحظ أيضاً هذا الاختلاف في شعور الأفراد بالرضا في اجتماعاتهم وفي سهولة تفاهمهم ووصولهم إلى القرار بصورة جماعية.

هذه الظاهرة قد دعت العديد من المهتمين بالمجال الرياضي لوضع الكثير من الأسئلة لتفسيرها فما هو سبب هذه الاختلافات وماهي العوامل التي تؤدي إليها ؟ وما سبب جاذبية هذه الجماعة لأعضائها ..؟ الي آخر هذه الأسئلة التي دعت علماء النفس الاجتماعي والمهتمين بهذه الظاهرة للإقبال على إجابتها وتفسيرها ، وكان هذا سبباً في ظهور العديد من التعريفات الكثيرة التي تناولت موضوع التماسك مثل الروح المعنوية والتضامن والتنسيق بين جهود الأعضاء والإنتاج القوي والاندماج في العمل والشعور بالانتماء والفهم المشترك للأدوار والعمل الجماعي بروح الفريق والتجاذب نحو الجماعة. (11 : 73)

ولهذا يكاد من مسلمات الرياضية صعوبة فوز فريق رياضي يفتقر إلى التماسك والترابط والوحدة ، وذلك لأن البديل العكسي هو التحليل والفرقة والتفكك ، فالمفروض أن مشاعر المشاركة والتعاطف والتوحيد وروح الفريق تعود إلى أفضل تعاون ممكن بين أعضاء الفريق الأمر الذي ينعكس في شكل أداء رياضي أكثر فعالية للفريق في مقابل المنافس . (15 : 233)

2. مشكلة البحث وأهميته :

من المشكلات الرئيسية التي تواجهنا محاولة الوقوف على الأسباب التي تؤدي إلى تماسك الفريق الرياضي فكثيراً ما نلاحظ إختلافاً واضحاً بين الفرق الرياضية المتعددة من حيث تماسك أفراد كل فريق وإقبالهم على التدريب وانتظامهم في الاشتراك في المنافسات الرياضية.

فكيف لنا أن نفسر ظاهرة عدم قدرة فريق رياضي ما على الاحتفاظ بالتعاون التام بين أفرادها في عدد المبارات وما الذي يمكن أن يفسر الهزائم المتتالية التي يقابلها فريق رياضي يتكون من عدد كبير من

اللاعبين الممتازين حيث أن هناك بعض الفرق الرياضية التي تتميز بتواضع مستوى لاعبيها تحقق نتائج أفضل . (24 : 316)

لاشك أن التماسك عامل هام وضروري للفريق الرياضي إلا انه في بعض الأحيان قد يتعرض الفريق لعوامل لا مفر منها تؤثر على تماسك مثل المنافسة والعداء والصراع والإحباط بين أفراد الفريق والهزائم المتكررة فيزداد تماسك الجماعة الرياضية في حالة قيام العلاقات بين اللاعبين على أساس تعاوني بدرجة تزيد على حالة العلاقات التنافسية التي تقوم بين أفراد الجماعة . (26 : 316)

ولقد تعددت الدراسات والبحوث التي تنازلت موضوع التماسك للجماعة الصغيرة بعد ما أصبح من أهم المجالات الخاصة لدراسة طبيعة الجماعة الصغيرة .

ف نجد أن هناك الكثير من الدراسات التي تناولت تماسك جماعة العمل في المجال الصناعي وتماسك الجماعة العسكرية في المجال الحربي ، وتماسك الفصول الدراسية في المجال التربوي الى آخر هذه الدراسات التي تناولت موضوع التماسك في الجماعات الصغيرة ، إلا أن مجال تماسك الجماعات الرياضية وعلى اوجه الخصوص في ليبيا لم يطرق حتى الآن . (12 : 77)

3. أهداف البحث :

- 1- التعرف على مستوى التماسك الاجتماعي للاعبين فريق كرة القدم .
- 2- التعرف على مستوى الأداء المهاري للاعبين فريق كرة القدم .

4. فروض البحث :

- 1- وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين التماسك الاجتماعي للفريق والأداء المهاري للاعبين كرة القدم .

الفصل الثاني

– أولاً : مفهوم التماسك الاجتماعي .

1- تعريف التماسك الاجتماعي .

2- أنواع التماسك الاجتماعي .

3- التماسك الاجتماعي للفريق .

– ثانياً : نظريات التماسك الاجتماعي .

1- النظرية الأولى .

2- النظرية الثانية.

– ثالثاً : المهارات الأساسية لكرة القدم :-

1- مهارة الاخماد .

2- أنواع الاخماد .

– رابعاً : التهديف :- أنواع التهديف .

أولاً : التهديف بضرب الكرة بالقدم .

أ- اغراض ضرب الكرة بالقدم .

ب- أنواع ضرب الكرة بالقدم .

ثانياً : التهديف بضرب الكرة بالرأس :

أ- اغراض ضرب الكرة بالرأس :

ب- انواع ضرب الكرة بالرأس

– خامساً : الدراسات السابقة .

1- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة .

أولاً : مفهوم التماسك :

تندرج دراسة الجماعات تحت اسم ديناميكيات الجماعة – وهو مصطلح قدمه " كيرت لوين " (1935م) " Certe Lewen " ليمثل عمليتين رئيسيتين تحدثان داخل الجماعة واحدة من هذه العمليات هي التماسك ، وتهتم بالتطوير والمحافظة على الجماعة والثانية هي التحرك – وهو نشاط تسعى من خلاله الجماعة لتحقيق الأهداف وأشار " كاتل " (1948م) " CateI " إلى أن وظائف هاتين العمليتين الرئيسيتين تعد جوهرية (أي دون المحافظة على الجماعة لا يمكن أن يكون هناك تحرك للجماعة) ويكمن جوهر التماسك في تعريفه حيث يفترض " كارون " (1982 م) " Carron " أن التماسك عملية ديناميكية كانت تنعكس في ميل الجماعة إلى الالتصاق معاً متحدين لتحقيق أهدافها وأغراضها. (28 : 128)

1-تعريف التماسك الاجتماعي :

ويتضمن التعريف العنصرين الآتيين : (7 : 375)

– أولهما: تعريف الجماعة (الفريق) بأنها عملية دينامية (Team Process) أي أن الطريقة التي يسلك أو يشعر بها العضو نحو عضو آخر أو نحو الجماعة أو بالنسبة لأهداف الجماعة تتميز بالتغير وعدم الثبات مع مضي الوقت أو تنوع الخبرات.

ويعني ذلك أن التماسك بين أعضاء الفريق شيء متغير يطرأ عليه النقص أو الزيادة. ويتوقع – بشكل عام – أنه كلما استمرت جماعات معينة لفترة أطول كلما زاد الترابط بينهم.

– ثانيهما: تعريف الجماعة في ضوء ضرورة أن يكون لها هدف أو أهداف واضحة تنشط طاقات أفرادها في تفاعلهم الاجتماعي ، ولا بد لأهداف الجماعة أن تكون متوافقة غير متعارضة. ولا بد أن يحدد أفراد الجماعة وقائدها أهداف الجماعة. والمهم أن هذه الأهداف تتميز عادة بالتعقيد والتنوع . لذلك فإنه توجد أبعاد أو جوانب عديدة لتماسك الفريق ، وأنها تدرك بطرق متعددة بواسطة الجماعات وأفرادها. (8 : 376)

وفي هذا الصدد يرى فاروق السيد غازي (1983م) عن " لويس مليكه " (1959 م) أن وضوح تماسك الجماعة أصبح من الميادين المهمة والتي جذبت الكثير من أنظار الباحثين وخاصة في مجال علم الاجتماع ، وبين مجالاً خصباً لدراسة التفاعل الديناميكي بين أعضاء الجماعة وكان هذا سبباً في ظهور العديد من التعريفات الكثيرة التي تناولت موضوع التماسك مثل الروح المعنوية والتضامن والتنسيق بين جهود الأعضاء والاندماج في العمل والشعور بالانتماء والمهمة المشتركة للأداء والعمل بروح الفريق والتجاذب نحو الجماعة. (19 : 10)

ولقد أقترح " جولمبوسكي " " Golembiewski " أن تعبير التماسك يوظف بشكل أوضح مع الجماعات الصغيرة وهي تعني الإلتصاق والتقارب معاً ، فهي تعبر عن جاذبية العضوية التي تتميز بها الجماعات الصغيرة .

فقد قام " فستنجر وآخرون " (1950) " Festinger & etc " بتعريف التماسك على أنه : ((المجال الكامل للقوى التي تساعد الأفراد لكي يظلوا في الجماعة)) ولقد أوضحنا أن هناك قوتين مهمتين تؤثران على الأعضاء لكي يظلوا في الجماعة وهي الانجذاب إلى الجماعة ووسائل الضبط حيث يشير النوع الأول من القوى إلى رغبة الفرد في التفاعلات الشخصية مع الأعضاء الآخرين والمشاركة في أنشطة الجماعة ، بينما يشير النوع الثاني إلى المزايا التي يمكن للعضو أن يحصل عليها لكونه مرتبطاً بالجماعة.

وتذكر أخلاص عبد الحفيظ (2001) أنه قد تعددت معاني تماسك الجماعة فنجد أن هذا المفهوم يتضمن شعور الأفراد بانتمائهم إلى الجماعة والولاء لها والتمسك بمعاييرها وعضويتها ، وتحديثهم عنها بدلاً من تحديثهم عن أنفسهم ، وعملهم معاً في سبيل تحقيق هدف مشترك واستعدادهم في تحمل المسؤولية والدفاع عن الجماعة ، كي تضمن الجماعة أيضاً الروح المعنوية والعمل بروح الفريق والاندماج في العمل وجاذبية الجماعة. (3: 30-53)

2-أنواع التماسك : (1: 101 – 102)

لقد حاول الباحثون في المجال الرياضي الاستفادة من مفهوم التماسك وتطويره للدراسة في مجال الفرق الرياضية ، وذلك من منطلق أن الفريق الرياضي هو بمثابة جماعة تتمتع بجميع الخواص البنائية للجماعات الصغيرة ، وأن الفريق الرياضي لا تقتصر علاقته داخل الملعب ، ولكن استمرارية اللاعبين في الفريق والأحداث التي يمرون بها خلال التدريب والمباريات تؤدي إلى تكوين علاقات اجتماعية بينهم خارج حدود الملعب.

ولقد أشارت الخبرة في مجال تدريب الفرق الرياضية والتعامل معها خلال التدريب والمنافسات إلى أن هناك محكين أساسيين يجب التعامل معهما عند تكوين الفريق وإعداده للمنافسات.

– **المحك الأول :** هو ذلك المحك التكتيكي بما فيه من متغيرات ترتبط بتكوين الفريق وتحديد مراكز اللاعبين ، ومواقعهم بالملعب ، وأدوارهم وواجباتهم الحركية في كل مراكز اللعب وفي كل موقف من المواقف وفي كل موقع بالملعب، مع تكامل هذه الأدوار والواجبات في عمل جماعي مشترك.

– **المحك الثاني :** فهو المحك النفسي الاجتماعي بما فيه من متغيرات عاطفية واجتماعية بين اللاعبين تتكون نتيجة اتصالهم وتفاعلاتهم أثناء التدريب والمباريات، ونتيجة لمشاركاتهم الاجتماعية خارج حدود الملعب ، مما يؤدي إلى وجود علاقات عاطفية واجتماعية بينهم.

وبناءً على ذلك فإن المجال الرياضي يحتاج في دراسته لتماسك الفريق أن يتعامل مع نوعين من التماسك ، أحدهما التماسك الاجتماعي الذي يتناول العلاقات الاجتماعية بين أعضاء الفريق ، والآخر هو التماسك الحركي الذي يتناول العلاقات الحركية التبادلية بين لاعبي الفريق خلال التدريب والمباريات .

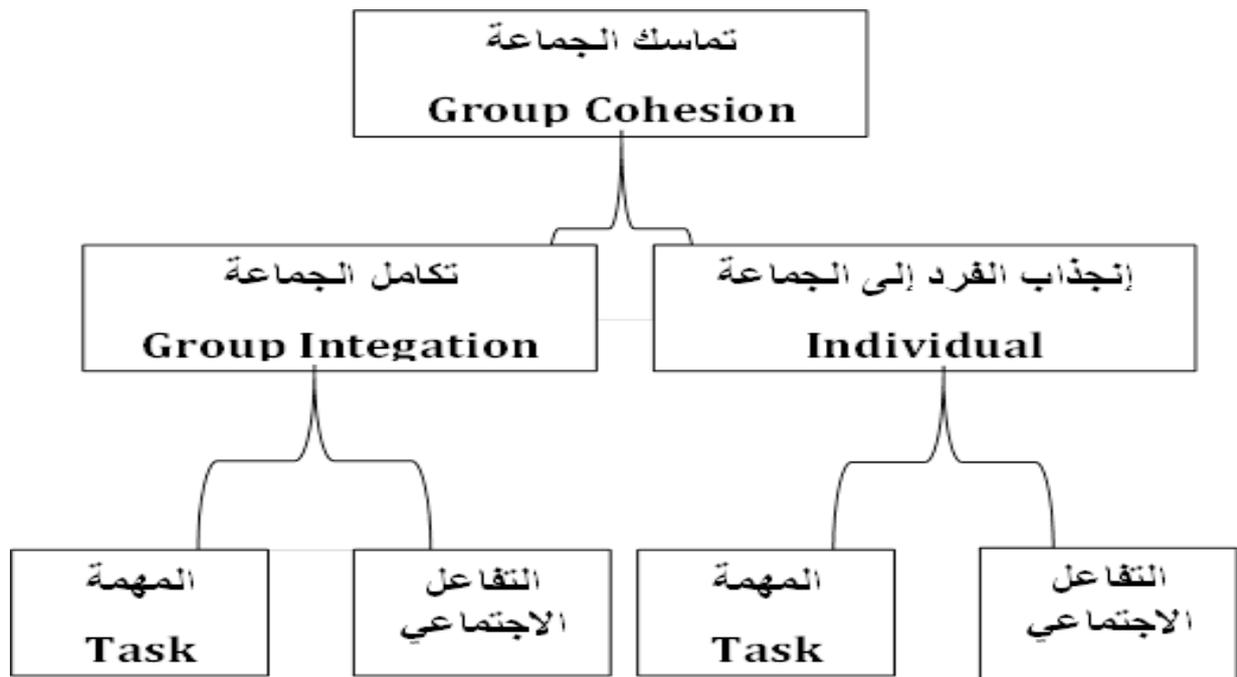
3- التماسك الاجتماعي : (22 : 55)

ويعكس هذا النوع من التماسك درجة العلاقة بين أفراد الفريق الرياضي ودرجة حبهم ومزاملتهم بعضهم لبعض ويتجلى بصورة واضحة في جاذبية العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي .
وأشار " كارون " Carron إلى أن التمييز أو التفريق بين عاملي تماسك المهمة والتماسك الاجتماعي من الأهمية بمكان للقدرة على شرح كيفية مواجهة الفريق للصراعات والعقبات والعوائق لإحراز النجاح .
وفي ضوء هذا التمييز تم تعريف تماسك الفريق الرياضي بأنه عملية ديناميكية تنعكس في ميل الجماعة نحو الترابط والالتصاق والاستمرار معاً لمواصلة تحقيق أهدافها .
ومن المحتمل لفريق ما أن يكون مرتفعاً في أحد جانبي التماسك ومنخفضاً في الجانب الآخر ومع هذا تحاول معظم الفرق الوصول إلى مستويات عالية من التماسك الاجتماعي وتماسك المهمة على فرضية أن الأداء يزيد إذا كان أعضاء الفريق متكاملين اجتماعياً بجانب كونهم متحدين في جهودهم في ميدان اللعب .
(115 : 27)

ويرى " كارون Carron " (1993) أن زيادة الاتصال ترتبط بعلاقة دائرية مع زيادة التماسك الجماعي ، وكلما تزايد الاتصال بشأن المهمة والقضايا الاجتماعية كلما ظهر التماسك ونتيجة لذلك يكون أعضاء الجماعة أكثر وضوحاً مع بعضهم البعض ويتحدثون أكثر ويستمعون بشكل أفضل .
ولقد أقرض " كارون Carron " و " ويدمنز Widmenyes " و " براولي Braully " 1985 نموذج مفاهيمي للتماسك في الرياضات الجماعية ويتم توضيحه في الشكل التالي: (4 : 105)

شكل (1)

يمثل نموذج تقسيم التماسك لـ (كارون)



ففي النموذج السابق تم تقسيم التماسك إلى تصنيفين رئيسيين :

تصورات الأعضاء عن الجماعة ككل والانجذاب الشخصي للعضو تجاه الجماعة وتم تسمية التصنيف الأول تكامل المجموعة والثاني انجذاب الفرد للجماعة ، ويساعد كل من التصورين على ربط الأعضاء بجماعتهم ، ويمكن أيضاً أن تركز تصورات الأعضاء عن الجماعة باعتبارها وحدة واحدة وتصوراتهم عن انجذاب الجماعة تجاههم من أجل تحقيق المهمة أو الجوانب الاجتماعية ومن ثم تحديد أربعة بناءات هي:

1- انجذاب الفرد نحو مهمة الجماعة.

2- انجذاب الفرد نحو التفاعل الاجتماعي.

3- تكامل الجماعة من أجل تحقيق المهمة.

4- تكامل الجماعة من أجل تحقيق التفاعل الاجتماعي.

ويفترض أن تكون البناءات الأربعة مترابطة من خلال التفاعل الملحوظ بين المهام المختلفة والتوجهات الاجتماعية ومن ثم يمكن رؤية ذلك من خلال نظرة الأفراد لأنفسهم ولجماعاتهم ، والجوانب الأربعة المعروفة في الشكل السابق يعتقد أنها تفسر أكبر متغيرة في التماسك بين الجماعات الرياضية ، وتمثل أبعاد واستفتاء بيئة الجماعة (EGQ) الذي قدمه " كارون " وزملاؤه. (1985)

4- التماسك الاجتماعي للفريق : (2 : 102)

يظهر التماسك الاجتماعي للفريق الرياضي وتتضح شدته من شعور اللاعبين بانتمائهم للفريق ، والولاء له والتمسك بعضويته ، والتفاني من أجل تحقيق أهدافه ، والاستعداد لتحمل المسؤولية الموكلة إليه ، كما يظهر أيضاً مدى انتظام أعضاء الفريق واندماجهم في التدريب وشغفهم نحو المباريات ، وكذلك في مشاركاتهم الاجتماعية بعضهم البعض وفي أواصر الحب والصدقة بينهم وهذه الدلالات النفسية والاجتماعية والتي يمكن من خلالها التعرف على شدة التماسك الاجتماعي للفريق ، تعبر في مجملها عن شكل ومضمون سلوك الفريق في التدريب والمباريات ، وتعبر كذلك عن الروح المعنوية للفريق أو روح الفريق.

ولقد تباينت الآراء حول المفاهيم والمصطلحات التي تعبر عن التماسك الاجتماعي والتي يمكن من خلالها قياسه ، فقد اشتملت تعريفاتهم على قوة نشاط الجماعة أو أهدافها أو كليهما معاً. وعلى ضوء ذلك يمكن القول أن التماسك الاجتماعي للفريق الرياضي هو نتاج لكثرة وسهولة الاتصال والتفاعل بين أعضائه ، كما يمكن القول أيضاً لأن تحت ظروف التفاعل يكون الفريق أكثر جاذبية لأعضائه ، والتي يمكن من خلالها قياس تماسكه الاجتماعي .

أ- عوامل تماسك الفريق الرياضي : (23: 57)

من المشكلات الرئيسية في مجال الفريق الرياضي هي محاولة الوقوف على الأسباب التي تؤدي على تماسك الفريق الرياضي ونلاحظ اختلافاً واضحاً بين الفرق الرياضية المتعددة من حيث تماسك أفراد كل فريق وإقبالهم على التدريب وانتظامهم في الاشتراك في المنافسات الرياضية وتحقيق الأهداف المحددة. وأشار حسن علاوي (1992) إلى أن هناك العديد من الشروط والعوامل التي تسهم في العمل على تماسك الفريق الرياضي ومن أهم هذه العوامل والشروط ما يلي:

1- الشعور بالانتماء للفريق :

إن كل فرد أو لاعب يكون في حاجة للانتماء إلى جماعة كالأسرة أو جماعة الأصدقاء أو غير ذلك من الجماعات التي يعزز بانتمائه إليها ، وعندما ينظم اللاعب إلى فريق رياضي ما ويزداد تفاعله الايجابي مع بقية أعضاء الفريق ويشعر بأنه بين زملائه يقدرونه ويقدرهم ، وأنه جزء متكامل ومترابط فعندئذ تصبح الحاجة إلى الانتماء من الحاجات النفسية المهمة التي تدفع اللاعب إلى الاستمرار في عضوية الفريق الرياضي.

2- إشباع الحاجات الفردية :

نلاحظ أن كل فريق رياضي يختلف عن الآخر في مدى ما يستطيع أن يقدمه للاعبين من إشباع حاجاتهم الفردية . وكلما استطاع الفريق الرياضي مساعدة اللاعبين على تحقيق حاجاتهم كلما زاد تماسك اللاعبين بالفريق الرياضي.

3- الشعور بالنجاح :

يؤدي نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه إلى شعور اللاعبين بالسعادة المشتركة وارتفاع مستوى طموحهم وحبهم وولائهم للفريق وبالتالي زيادة جاذبيتهم نحوه والاستمرار في عضويته.

4- المشاركة :

إن اشتراك اللاعبين في وضع خطط التدريب وتنفيذه وتقسيمه وكذلك الاشتراك في رسم خطط اللعب في المنافسات تعتبر من العوامل التي تشعر اللاعب بقيمته ومكانته في الفريق. بما يترتب عليه التجانس النفسي الذي يساعد كل لاعب بالشعور بأن إسهاماته ضرورية لتحقيق أهداف الفريق.

5- وجود قوانين ومعايير وتقاليد للفريق :

إن وجود لوائح وقوانين معروفة ومحددة للفريق الرياضي من العوامل التي تضمن استمرار هذا الفريق والتي تحدد العلاقات بين أعضاء الفريق الرياضي والأهداف الموضوعية للفريق ومما لا شك فيه أن طاعة اللاعبين لهذه القوانين واللوائح وتفهمهم وتقبلهم لها يساعد على إسهامهم بطريقة ايجابية في تحقيق أهداف الفريق.

6- توافر العلاقات التعاونية بين اللاعبين :

يزداد تماسك الفريق في حالة قيام العلاقات بين اللاعبين على أساس تعاوني بدرجة تزيد من قيام هذه العلاقات على أساس تنافسي.

7- توافر القيادة المناسبة :

إن نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتوافر القيادة المناسبة للإداري أو المدرب الرياضي أو رئيس الفريق من القيادات التي تلعب دوراً مهماً في العمل على تماسك الفريق الرياضي ورفع الروح المعنوية للفريق. (25: 59)

ب- دور المدرب في تماسك الفريق الرياضي : (9: 391)

أشار أسامة راتب (1995) إلى أن هناك بعض النقاط المهمة التي يجب أن يراعيها المدرب لتنمية الفريق الرياضي وهي:

1- تعريف كل لاعب بمسؤوليات الآخرين في الفريق ويمكن أن يتحقق ذلك من خلال السماح للاعبين باللعب في مراكز أخرى أثناء التمرين ، حيث أن ذلك يساعد على إكسابهم التقدير لأهمية مراكز اللعب لزملائهم.

2- يجب الاهتمام بمعرفة معلومات شخصية عن كل لاعب ، حيث إن ذلك يساعد في المزيد من المشاركة الفعالة.

3- إثراء روح الحماس عند جميع أفراد الفريق ، وذلك بتوطيد الدافع للتفوق، أو الرغبة في إنجاز أحسن أداء في كل تدريب ، فالرياضة التنافسية تعني التفوق، وتعني الفوز ، وتعني تحقيق البطولات ، كما أنها تعني في نفس الوقت عدم التوفيق أو الهزيمة.

4- يجب ألا تقتصر جاذبية الجماعة وتطوير الروح المعنوية الجيدة على المدرب وعلى الفريق ، بل أنها يجب أن تشمل أيضاً الهيئة بأكملها (النادي ، المدرسة) ، بمعنى ضرورة تعاون الجميع وترابطهم الوثيق في الظهور كجهة واحدة خلف الفريق ، ويعني ذلك أن يقدم المسؤولون ليس فقط المساعدات والإمكانات اللازمة ، بل أيضاً الدعم المعنوي والتشجيع المستمر.

5- يجب أن تتاح للاعب فرصة المشاركة في اتخاذ القرارات التي تؤثر في الفريق ، أو فيه بصفة شخصية ويجب تطوير الشعور بأن الفريق هو ملك لجميع اللاعبين وليس ملكاً للمدرب فقط.

6- يجب أن يكتسب كل لاعب في الفريق الاقتناع بأهمية الدور الذي يقوم به ، ويمتد هذا المفهوم بالنسبة للاعب الاحتياطي أو بعض اللاعبين الذين لا يشاركون بشكل مباشر في بعض المباريات التنافسية.

7- يجب وضع أهداف للفريق Team Goal ، والشعور بالاعتزاز والفخر والحماس لإنجاز هذه الأهداف.

- 8- يجب العمل على تجنب وجود الجماعات الفرعية المضادة للتماسك أو جاذبية الفريق.
- 9- يراعى تطوير وتدريب الفريق ، واستخدام الألعاب التمهيدية التي تشجع على تدعيم التعاون بين أفراد الفريق.
- 10- يجب التركيز على المظاهر والجوانب الايجابية التي يتميز بها الفريق، فعلى سبيل المثال عندما يخسر الفريق إحدى المباريات ، يجب التحدث مع أفراد الفريق عن النقاط الايجابية التي يتميز بها أداء الفريق ، قبل ان يتحدث عن نقاط الضعف والأخطاء التي حدثت.
- 11- التعرف على النجوم Stars الذين يتمتعون بشعبية كبيرة في الفريق ، وهم بمثابة قادة يمكن التأثير في الجماعة عن طريقهم ، ويمكن أن يتولوا مسؤوليات الفريق ، وفي نفس الوقت التعرف على المرفوضين Rejected أي غير المتوافقين إجتماعياً ومن ثم علاج وضعهم في الفريق وتصحيحه.
- (10 : 393)

ج- دور اللاعب في تماسك الفريق الرياضي : (5 : 166-167)

إن وحدة الفريق ليست مسؤولية المدرب وحده ، ولكن اللاعب يشترك مع المدرب في تحقيق وحدة الفريق وتماسكه ، وهناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها تحسين الاتصالات بين أعضاء الفريق من ناحية والمدرب من ناحية أخرى ، وكذلك بناء وحدة قوية متماسكة وتلك الطرق هي:

أولاً: التعرف على زملاء الفريق :

يجب أن يتعرف أعضاء الفريق على بعضهم البعض بشكل أفضل ، لأن ذلك يجعل من السهل عليهم قبول الفروقات الفردية بينهم وخاصة الأعضاء الجدد في الفريق.

ثانياً: مساعدة زملاء الفريق:

يجب أن يهتم اللاعبون بمساعدة بعضهم البعض كلما أمكن ذلك لأن مساعدة الفريق لبعضهم في الخارج لخلق روح الفريق وتجعل زملاء الفريق أكثر تقارباً.

ثالثاً: تقديم تعزيز ايجابي لزملاء الفريق:

لا بد أن يحمل اللاعب على تدعيم وتأييد زملاء الفريق بدلاً من توجيه النقد السلبي لهم ، فيجب أن يساعد اللاعب زملاءه في الفريق على بناء الثقة والتأييد.

رابعاً: تحمل المسؤولية:

يجب أن يتعود اللاعب على تحمل المسؤولية وكذلك عليهم الاهتمام بالعمل على إحداث تغييرات ايجابية وبناءة لكي يضعوا أنفسهم مرة أخرى على الطريق الصحيح.

خامساً: الاتصال بالمدرب:

يجب أن يتصل أعضاء الفريق بالمدرب بطريقة صحيحة وواضحة ، لكي يستطيع كل لاعب في الفريق فهم اللاعبين الآخرين بشكل أفضل ، كلما كانت فرص النجاح وانسجام الفريق أفضل.

سادساً: حل الصراعات:

يجب أن يعمل أعضاء الفريق على حل الصراعات على الفور ، فإذا كانت لدى أي عضو من أعضاء الفريق أي شكوى أو صراع مع المدرب أو مع أحد من زملاء الفريق فيجب أن يأخذ المدرب المبادرة لحل الموقف وتنقية جو الخلافات.

سابعاً: بذل الجهد: (6 : 168)

يجب على أعضاء الفريق بذل الجهد بنسبة 100% في جميع الأوقات ، إن العمل بجدية وبنقطة خاصة في التدريب يساعد على تماسك اللاعبين معاً ، وتعد الأوامر والالتزام بها سلوكاً يهتدى به والقوة الحسنة تعد مثلاً جيداً عادة ما يكون له تأثير ايجابي على وحدة الفريق وتماسكه.

ثانياً : نظريات التماسك :-

مما سبق يتضح الاهتمام الكبير الذي أولاه العلماء بدراسة الجماعات ، ونظراً لتطور مفهوم التماسك منذ العصور الوسطى وإلى ما وصل إليه في العصور الحديثة فقد ظهرت نظريتين هما:

- النظرية الأولى:

وهي نظرية " الجاذبية " " Group Akrative " وأصحابها (فستجر وشاستر وباك) وتلاميذهم الذين أقاموا نظريتهم للتماسك على أنه يوجد فقط إن وجدت الجماعة ، ويرى أصحاب هذه النظرية أن الجاذبية هي القياس الوحيد للتعرف على تماسك الجماعة ، وهي محصلة القوى التي تؤثر على أفراد الجماعة للاستمرار أو البقاء في الجماعة ، وبالتالي فإن الجاذبية للجماعة هي الرباط الذي يبقي على العلاقات بين أعضاء الجماعة ، ولقد أوضح " سارتر وباك وليبو " أن جاذبية الجماعة هي مفتاح دراسة التماسك في الجماعة فهي التي توجه طموح الفرد وتؤثر في مستواه .

ويرى " دوفيش وكيلي وشابيرد " أن جاذبية الجماعة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بشعور الفرد بقيمته وكيانه في الجماعة فالعلاقة بين الجاذبية وتحقيق حاجات العضو في الجماعة علاقة مباشرة ، حيث تلعب الجاذبية دوراً إيجابياً أو سلبياً في استمرار أو ترك العضو للجماعة من حيث شعور الفرد بجاذبيتها أو عدم جاذبيتها له .

ويرجع أصحاب نظرية الجاذبية مصادر هذه الجاذبية إلى:

- 1- الجماعة في حد ذاتها مصدر جاذبية الفرد لها عن طريق أعضائها من خلال تحقيق مكانة معينة للعضو خارج الجماعة أو قد يكون أعضاء الجماعة مصدراً لجاذبيتها أو قد يكون الاثنان معاً.
- 2- الجماعة وسيلة لتحقيق حاجات الفرد خارج الجماعة، فقد تكون مصدر أمنٍ وطمأنينة له في البيئة الخارجية ، وقد تكون همزة الوصل بين الفرد ومجتمعه الخارجي حيث تمكنه من الاتصال الاجتماعي ببيئة معينة يجب الانتماء إليها كعضويته لنادي معين .

– النظرية الثانية :

أصحاب هذه النظرية " جرس، مارتن ، وقيبوا " ويرون أن التماسك له عدة مظاهر منها افتخار الأعضاء في الجماعة ببعضهم خارج إطارها وعدم الرغبة في الانتقال لجماعة أخرى ، وبالشعور بالانتماء وتحديثهم عن ذواتهم ، وسيادة الود والولاء للجماعة ، والانسجام والتنسيق مع أفرادها ، وأن يعملون معاً من أجل تحقيق هدف مشترك ، وأن يكونون على استعداد لتحمل المسؤولية والدفاع عنها ضد النقد والهجوم من خارج الجماعة أثناء الأزمات.

ويرى أصحاب هذه النظرية أن التماسك له صلة وثيقة بأهداف الجماعة وحركتها ومعاييرها وتوزيع الوظائف والأدوار بين الأعضاء.

ويعد النظر إلى تماسك الجماعة على أنه جاذبية الجماعة فقط ، أي دراسة جانب واحد من تماسك الجماعة ، مع إغفال باقي الجوانب والتي تكمن فيها دراسة تماسك الجماعة دراسة فعالة ، بحيث يمكن من خلالها إلقاء الضوء على كل ما يدور في الجماعة من علاقات وتفاعلات.

ويتفق الباحث مع النظرية الأولى في تفسيرها لمفهوم التماسك داخل الجماعة ، إذ أن الفرد غالباً ما ينتمي إلى الجماعة كونها توفر له قدراً كبيراً من السعادة ويشعر بالراحة النفسية من جراء تواجده داخل تلك الجماعة ، وهذا بالتأكيد ينطبق مع التكوين النفسي للفرد العراقي الذي عانى ويعاني الكثير من الصعوبات الأمر الذي يجعله يبحث عن الأجواء التي توفر له قدراً من الراحة والشعور بالسعادة ، ولما نجد شخصاً ينتمي إلى جماعة معينة من أجل أن يتباهى أو يتفاخر بأفراد مجموعته ، وهو الأمر الذي تشير إليه النظرية الثانية .

ثالثاً : المهارات الأساسية بكرة القدم :

المهارات الأساسية هي الركيزة الأولى لتحقيق الفوز في مباريات كرة القدم إذ تحتل جانباً مهماً في وحدة التعلم اليومية حيث يتم التعلم عليها لفترات طويلة حتى يتم إتقان المهار النوع النشاط الممارس يعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة " . (34 : 71)

وعلى ضوء ذلك فالمهارات الأساسية بكرة القدم هي بمثابة تكنيك الطالب وأدائه بالكرة ومدى انسجامها مع مهاراته الحركية وحسن استخدامها في المباراة بشكل مناسب وفقاً لحالات اللعب المختلفة وفي إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أم بدون الكرة " . (18 : 45)

وبناءً على ما تقدم يتفق الباحث مع ما جاء بأن المهارات الأساسية ينبغي أن يمتلكها لاعبو كرة القدم ، فنجاح المتعلمين يعتمد في الدرجة الأولى على امتلاكهم لتلك الأساسيات للمهارة، لذا ينبغي أن تنال هذه الأساسيات الحركية جزءاً كبيراً من اهتمام المدرسين والمدربين والطلاب .

فمن المهم أن يتم التعلم على المهارات الأساسية على أسس متينة وصحيحة وعلى يد مدرسين ومدربين أكفاء وذلك من خلال وضع برامج تعليمية تتناسب مع إمكانية المتعلم المبتدئ مع تأكيد اللجوء إلى الوسائل الإيضاحية ، مثل : مشاهدة فيديو المباريات ، أو مشاهدة المباريات الحية وغيرها من الوسائل التي تعمل على ترغيب المتعلمين بكرة القدم وكيفية أداء مهاراتها دون الشعور بالملل وفيما يأتي شرح للمهارات الأساسية التي تتضمنها الدراسة بأنواعها :

أ- مهارة الإخماد :

وهي عملية استقبال الكرة والسيطرة عليها من قبل اللاعب سواء أكانت الكرة القادمة أرضية أم عالية أم نصف عالية في إطار قانون اللعبة ووضعها تحت تصرفه بالطريقة المناسبة بهدف التميرير أو الدحرجة أو التهديف . وتتطلب هذه المهارة توقيتاً دقيقاً وحساسية عالية من اللاعب لاستقبال الكرة حتى تستطيع أن تتحكم فيها . (13 : 77)

إن مهارة الإخماد واسعة ومتعددة من حيث التنفيذ لأنها تشمل جميع أجزاء الجسم ماعدا (اليدين) وأن اللاعب الماهر والجيد هو الذي يستطيع أن يخمد الكرة القادمة باتجاه الجزء الذي يراه مناسباً بأسرع وقت وبأقل جهد لغرض المناولة أو الدحرجة أو التهديف ، وعليه فإن هذه المهارة تتطلب توقيتاً سريعاً ودقيقاً وإحساساً بالغاً لأعضاء الجسم المختلفة التي تشترك بالأداء ، وإن أي خطأ في الإخماد قد يؤدي إلى خسارة أو ضياع فرصة لا تعوض في تحقيق هدف . (17 : 159)

ويتفق الباحث مع ما جاء من تعاريف أن مهارة الإخماد يمكن أن تعرف بأنها عملية استقبال الكرة والسيطرة عليها من قبل اللاعب بأي جزء من أجزاء الجسم ماعدا اليدين ليضعها تحت تصرفه ومن ثم التحكم فيها .

– لغرض نجاح عملية الإخماد يجب مراعاة ما يأتي : (20 : 182)

- 1- استقبال الكرة بالجزء المرتخي من الجسم (غير متصلب) .
- 2- استقبال الكرة بالرجل يجب ان يكون وزن الجسم على قدم الارتكاز
- 3- الرؤية الجيدة والتوافق بين العين على الكرة والرجل المستقبلة للكرة (الملاحظة الجيدة) والتي ترتبط بدقة الاستقبال .
- 4- التوازن عند استقبال الكرة .
- 5- التخلص من مزاحمة الخصم من خلال الدوران عند استقبال الكرة .
- 6- تمرير الكرة عند الاستقبال مباشرة (سرعة الاداء) . (32 : 129)

– وهناك أنواع عديدة من الإخماد.

- 1- الإخماد بالجزء الداخلي من القدم .
- 2- الإخماد بالجزء الخارجي من القدم .

- 3- الإخماد أسفل القدم .
- 4- الإخماد بوجه القدم .
- 5- الإخماد بالفخذ .
- 6- الإخماد بالصدر .
- 7- الإخماد بالرأس .

ب- نواع الإخماد التي تضمنتها الدراسة :

1- الإخماد بالجزء الداخلي من القدم :

يقوم اللاعب بإخماد الكرة بالجزء الداخلي من القدم عندما تكون الكرة قادمة من الجانب وبمستوى الفخذ حيث يعمل اللاعب القدم المستقبلة بصورة متناسبة مع ارتفاعها وذلك بتحريكها للأمام ثم تسحب إلى الخلف بصورة متناسبة مع المستقبل للكرة على ثني ارتفاعها. (31 : 170)

2- الإخماد بوجه القدم :

تتم السيطرة على الكرات الساقطة من الأعلى بوجه القدم الأمامي وذلك باستقبال الكرة بالرجل المنفذة مع سحبها إلى الأسفل بتوقيت مناسب للسيطرة عليها. (37 : 444)

3- الإخماد بالفخذ :

كلما كان الجزء الذي يستقبل الكرة كبيراً ساعد ذلك على استقبال الكرة وإخمادها والسيطرة عليها بشكل صحيح وذلك لعدم ارتداد الكرة بقوة ويتم التأكيد على عدم تصلب الجسم عند استقبال الكرة. (21 : 69)

4- الإخماد بالصدر :

يستخدم اللاعب الإخماد بالصدر عند استقباله للكرات الطويلة العالية أو التي تأتي بمستوى الصدر، فيتحرك اللاعب لاستقبالها . وذلك لكبر مساحة الصدر، مما يجعل السيطرة عليها بشكل أفضل ويجعلها تحت سيطرته، ويمكنه توجيه الكرة مباشرة إلى الزميل من خلال أداءه الحركة بسيطة بجذعه، ويؤدي هذا النوع إما من حالة استقرار وثبات اللاعب أو بعد أدائه قفزه بسيطة. (35 : 32)

رابعاً : التهديف :

التهديف من المهارات الأساسية في كرة القدم، وعن طريقه يمكن حسم نتائج المباريات، وكل ما يقوم به اللاعبون داخل الملعب يتجه صوب هدف واحد خلق فرصة مناسبة للتهديف غالباً. إذا يعد التهديف إحدى وسائل الهجوم الفردي الذي يتسلح به اللاعب لتحقيق هدف في مرمى الفريق الآخر إذ إن الفريق الذي يحقق أكثر عدد من الأهداف خلال المباراة يعد فائز إذ لا يمكن تحقيق الأهداف إلا إذا توفرت في اللاعب الثقة بالنفس والذكاء الميداني والإرادة وتعمل المسؤولية والخبرة إلى جانب وجود عناصر مهمة في عملية التهديف منها :

القوة والدقة والسرعة وبما ان المباراة يجب ان تحسم لصالح أحد الطرفين وجب التأكيد خلال التدريب على الجمع بين هذه العناصر (29 : 105-104) أن لاعب كرة القدم يجب أن يتميز أدائه للمهارات الأساسية بالسرعة والقوة والدقة وكمال الإداء المهاري . (14 : 105)

إن للتهديف دوراً فاعلاً لأنه يؤدي الى خداع الخصم ويجعله يؤدي توقعاً خاطئاً وهناك عوامل يتوقف عليها عامل التهديف وهي :

1- العامل النفسي.

2- العامل البدني.

3- العامل الفني.

– أنواع التهديف :

أولاً : التهديف بضرب الكرة بالقدم:

أ- اغراض ضرب الكرة بالقدم : (33 : 77)

1. يؤدي ضرب الكرة بالقدم للتهديف على المرمى.

2. يؤدي ضرب الكرة بالقدم لأداء المناولة للزميل.

3. يؤدي ضرب الكرة بالقدم لتشتيت الكرة وإبعادها.

ب- أنواع ضرب الكرة بالقدم :-

1- الضربة بوجه القدم.

2- الضربة بداخل القدم.

3- الضربة بخارج القدم.

4- الضربة بمقدم القدم.

5- الضربة الطائرة.

6- الضربة نصف الطائرة

7- الضربة الممسوكة.

8- الضربة بكعب القدم.

ثانياً : التهديف بضرب الكرة بالرأس :

تعد مهارة ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية في كرة القدم وهي مرتبطة بشكل وثيق مع القوة المميزة كصفة بدنية اساسية للاعب كرة القدم إذ ان ضرب الكرة بالرأس يتم من قبل جميع اللاعبين في الفريق لكن توجيه الكرة يختلف حسب مناطق اللعب ففي المناطق الدفاعية يكون تركيز اللاعبين على تسديدها إلى مختلف الاتجاهات الغرض منه إبعاد الخطر عن المرمى .

أما في منطقة الوسط فيكون هدف اللعب بالرأس هو المناولة بين اللاعبين وفي منطقة الجزاء يكون دقة بسبب قرب اللاعبين من المرمى ومحاولة تسجيل الهدف . (36 : 204)

تعتبر ضربات الكرة بالرأس نماذج هامة بالملعب لإحراز الهدف لذلك كان استخدام الرأس للتسديد نحو الهدف ضرورة لا يمكن الاستغناء عنها إذ إن ضربة الرأس لها استخدامات عديدة ولكن ما يهمننا منها هو استخدام الرأس للتسديد نحو المرمى. إذ يقوم التدريب على هذا النوع من المهارات في كافة نقاط التسديد المختلفة حيث يصل المدرب الى اقصى درجة الاجادة تلك المهارة والتدريب يشمل جميع اللاعبين بصفة عامة أي كان المركز الذي يشغله اللاعب ولكن مع الاهتمام الأكثر بالنسبة للاعب الهجوم والوسط بصفة خاصة . (16 : 177)

أ- اغراض ضرب الكرة بالرأس :

1. التصويب على الهدف.
2. لأداء المناولة لزميل.
3. أبعاده الكرة وتشتيتها.

ب- انواع ضرب الكرة بالرأس :

- 1- ضرب الكرة بالرأس من الوقوف للأمام والجانب .
- 2- ضرب الكرة بالرأس من الحركة والقفز والطيران .
- 3- ضرب الكرة بالرأس من القفز للأعلى.
- 4- ضرب الكرة بالرأس من الطيران . (30 : 151)

خامساً : الدراسات السابقة :

1- جابر (2008) بدراسة بعنوان "مدى تماسك وتفاعل لاعبي فرق كرة القدم في فلسطين":

هدفت الدراسة التعرف إلى مدى تماسك وتفاعل لاعبي فرق كرة القدم في فلسطين ، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (60) لاعبا لاعبي من الدوري الفلسطيني الممتازة لكرة القدم، وتكون مجتمع الدراسة فتكون من (400) لاعبا موزعين بين لاعبي قطاع غزة والضفة الغربية والجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها، تم استخدام المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة، ومقياس استقرار بنیان وتفاعل الفريق الرياضي من تصميم " كارون " و " جراند " (1992) وقام " علاوي " (1998) باقتباسه وتعريبه للغة العربية حيث أظهرت نتائج الدراسة أن بعد وضوح الدور احتل المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (72.0) ، بينما جاء بعد قبول الدور في المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (73.7) بينما احتل بعد أداء الدور المدرك المرتبة الثالثة والأخيرة بوزن نسبي قدره

(74.5) بينما أظهرت نتائج المقياس ككل أن درجة تماسك وتفاعل فرق كرة القدم في فلسطين كبيرة لدى عينة البحث.

2- قام جابر (2008) بدراسة بعنوان " مدى تماسك لاعبي كرة القدم وعلاقته بإنجازهم في الدوري الفلسطيني الممتاز " :

هدفت الدراسة التعرف إلى مدى تماسك لاعبي كرة القدم وعلاقته بإنجازهم في الدوري الفلسطيني الممتاز، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (250) لاعبا من الفريق الأول بأندية الدرجة الممتازة ما نسبته (69.4) من مجتمع الدراسة، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، ومقياس تماسك الفريق الرياضي من تصميم علاوي (1998) وأظهرت النتائج أن درجة تماسك الفرق الرياضية الممارسة الرياضة كرة القدم في فلسطين كانت كبيرة لدى لاعبي عينة البحث.

3- قام سلومي (2011) بدراسة بعنوان " تقنين وتطبيق مقياس التماسك الرياضي على لاعبي أندية الدرجة الممتازة للألعاب الفرقية في بغداد " :

وهدفت هذه الدراسة إلى تطبيق مقياس التماسك الرياضي على لاعبي الفرق الجماعية الدرجة الممتازة في كرة القدم - كرة السلة - كرة اليد الكرة الطائرة والتعرف على أفضلية التماسك الرياضي بين الألعاب ولصالح أي من الألعاب المشمولة بالبحث، حيث اختيرت العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية وتكونت من (179) لاعبا، وتم تطبيق مقياس التماسك كأداة لجمع البيانات وتم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار تحليل التباين واختبار شيفيه لاستخراج النتائج، كما وأشارت نتائج الدراسة إلى أن التماسك الرياضي مرتفعا نسبيا عند لاعبي الفرق الجماعية، عند مقارنة الدرجات الخام بمتوسطاتها .

4- قام بني هاني (2011) بدراسة بعنوان " التماسك الجماعي ومستوى الإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الأولى لكرة اليد في الأردن " :

وهدفت هذه الدراسة معرفة على مستوى التماسك الجماعي لدى لاعبي كرة اليد في الأردن وفقا لمتغيرات المؤهل العلمي سنوات اللعب تصنيف اللاعب النادي ، وعلاقة التماسك الجماعي بمستوى الإنجاز الرياضي لدى فرق أندية الدرجة الأولى بالأردن ، وقد اشتملت عينة الدراسة على (128) لاعبا يمثلون المجتمع الكلي للدراسة، ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بصورته المسحية، وقام باستخدام مقياس التماسك الجماعي لبني هاني (2007) ويتضمن (27) فقرة ، وتم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين المتعدد، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التماسك الجماعي للفريق ومستوى الإنجاز الرياضي، وأوصى بضرورة عمل المعسكرات التدريبية مما يسهم بزيادة تماسك الفريق وانعكاس ذلك على نتائجه .

5- قام العزازمة (2012) بدراسة بعنوان " العلاقة بين التماسك الجماعي للفريق ومستوى الطموح لدى لاعبي كرة القدم في الضفة الغربية " :

ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (387) لاعبا من لاعبي كرة القدم من مختلف أندية درجة المحترفين والدرجة الأولى والدرجة الثانية في الضفة الغربية، تم اختيارها بالطريقة العشوائية، ولغاية قياس التماسك الجماعي للفريق استخدم مقياس كارون وآخرون (Carron et al.، 1985) للتماسك الجماعي للفريق، ولغاية قياس مستوى الطموح استخدم مقياس معوض وعبد العظيم (2005) كما استخدمت المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بيرسون وتحليل التباين الأحادي واختبار شيفيه للمقارنات البعدية وأظهرت النتائج أن مستوى التماسك الجماعي ومستوى الطموح للفريق لدى لاعبي كرة القدم في الضفة الغربية كان عاليا على جميع الأبعاد في جميع الأبعاد وبينت النتائج وجود علاقة ايجابية بين التماسك الجماعي للفريق ومستوى الطموح لدى لاعبي كرة القدم في الضفة الغربية.

6- وقام بيوتن (Buton، 2006) بدراسة " حول العلاقة بين تماسك الفريق الرياضي ونتائجه " :

حيث أشار في البداية إلى مفهوم التماسك على أنه الرابطة التي تربط أفراد الفريق وقوة العلاقة بينهم وميل أعضاء الفريق للتوحد والارتباط معا من أجل تحقيق أهداف الفريق حيث انطلق الباحث في دراسته من فرضية تأثير تماسك الفريق إيجابا على نتائجه، حيث وللتأكد من صحة فرضيته قام بدراسة ميدانية على العديد من الفرق الرياضية للمستوى الأول، حيث توصل إلى أن معظم الفرق الرياضية التي تتميز بمستوى عال من التماسك حققت نتائج رياضية عالية.

7- وقام تزينز وآخرون (Tainer et al.، 2003) بدراسة عن " العلاقة بين التماسك الاجتماعي وأداء الفريق في كرة القدم " :

وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (198) لاعب كرة قدم يمثلون (36) فريقا رياضيا، وبتطبيق استمارة لقياس التماسك الاجتماعي يتضمن الخصائص الشخصية للاعبين وقدراتهم الإدراكية وإيجاد الفروق بين هذه الفرق وفقا لما حققته من نتائج خلال مسابقة سنوية وأوضحت النتائج وجود فروق لدى لاعبي الفرق المقدمة عن لاعبي فرق المؤخرة في محاور التماسك الاجتماعي والمحددة في الخصائص الشخصية والقدرات الإدراكية التي ترتبط ايجابياً بكل من تماسك الفريق ومستوى الأداء.

8- جريف وآخرون (Grieve et al.، 2000) بدراسة " تجريبية الأداء التماسك وعلاقته بفاعلية الفريق الرياضي " :

وقد أجريت الدراسة على لاعبي كرة السلة، وذلك بتحديد بعض العوامل الدالة على التماسك ودراسة العلاقة بين درجاتها وتحقيق اللاعبين للأداء المميز وتسجيل الأهداف وقد أشارت أهم النتائج إلى عدم

وجود تأثير دال إحصائياً لدى لاعبي الفرق المهزومة، بينما وضح تأثير محددات التماسك لدى لاعبي الفرق الفائزة .

– أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

1. ساعد الباحث في اختيار منهج البحث .
2. ساعد الباحث في تحديد الهدف الأساسي من البحث بالإضافة الى تحديد الأهداف الفرعية للبحث .
3. ساعد الباحث في اجراء واعداد البحث من خلال اتباع نفس خطوات اعداد البحوث السابقة .
4. ساعد الباحث في اختيار العينة المناسبة والعدد او النسبة المئوية المناسبة لعينة البحث .
5. الاستفادة من هذه الدراسات في اختبار الوسائل الإحصائية المناسبة للبحث .

المُصَلِّ الثالث

- المنهج المستخدمة في البحث .
- منهج البحث .
- مجتمع و عينة البحث.
- الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث.

– منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-منهج البحث:

استخدمت الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة طبيعة المشكلة البحث.

2-مجتمع و عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية لاعبي الاندية الرياضية بمدينة سبها و عددهم الكلي (57 لاعب) من نوادي سبها التي تم اختيارها (نادي الهلال – نادي النهضة – نادي القرضابية) ، وتم اختيار (30 لاعب) بطريقة القرعة البسيطة وتضمنت من كل مرحلة (10 لاعبين) حيث تشكل نسبة العينة 25% من أفراد المجتمع الأصلي .

و قام الباحث بإجراء البحث في الفترة 2-5-2024م ألي 15-5-2024م .

3-الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث :

أ- الأدوات المستخدمة :

استخدم الباحث الأدوات التالية لجمع البيانات :-

1. الملاحظة .

2. المقابلات الشخصية

ب- الوسائل المستخدمة في البحث :

1. ملعب كرة قدم قانوني .

2. كرات قدم .

3. شريط قياس .

جدول (1)

يوضح توصيف عينة البحث من حيث العمر والطول والوزن

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر (السنة)	23.316	9.950	1.630
الطول (سم)	1.733	0.093	-0.517
الوزن (كجم)	72.484	11.793	0.366

يوضح الجدول رقم (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لقياس العمر والطول والوزن لعينة البحث، حيث بلغ المتوسط الحسابي للعمر (23.315) والانحراف المعياري بلغ (9.950) وكان معامل الالتواء (1.630)، حيث بلغ المتوسط الحسابي للطول (1.733) والانحراف المعياري بلغ

(0.093) وكان معامل الالتواء (0.517)، حيث بلغ المتوسط الحسابي للوزن (72.484) والانحراف المعياري بلغ (11.793) وكان معامل الالتواء (0.366).

جدول (2)

يوضح قيم الفا كرونباخ لمحور التماسك الجماعي

م	المحاور	عدد الفقرات	قيم الفا كرونباخ
1	التماسك الجماعي	21	0.740

تشير نتائج الجدول رقم (2) أن قيم معامل الثبات استبيان التماسك الجماعي، كانت (0.740)، وتعد هذه القيمة جيدة لأغراض البحث.

الوسائل الإحصائية:

واستخدم لمعالجة البيانات برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

1. المتوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. الوزن النسبي %.
4. معامل الارتباط بيرسون (ر).

كما تم اعتماد المعيار الاتي كمعيار إحصائي للحكم على مستوى درجة التماسك الجماعي لدى عينة البحث على النحو التالي:

جدول (3)

يوضح المتوسط المرجح لمستوى التماسك الجماعي

استمارة استبيان	المتوسط المرجح	مستوى الأهمية
	1.00-1.66	منخفض
	1.67-2.33	متوسط
	2.34-3.00	مرتفع

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

– عرض النتائج .

– مناقشة النتائج

عرض ومناقشة النتائج

1- عرض النتائج:

أولاً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

نص السؤال الثاني على للإجابة على السؤال ما هو مستوى التماسك الجماعي لدى لاعبي كرة القدم بمدينة سبها؟، استخدم الطالب المتوسطات الحسابية والوزن النسبي% لكل فقرة وللدرجة الكلية لمستوى التماسك الاجتماعي ونتائج الجدول رقم (4) يوضح ذلك:

جدول (4)

يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والاهمية النسبية للتماسك الجماعي لدى لاعبي كرة القدم (ن=57)

ت	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبي %	مستوى الاستجابة	ترتيب العبارات
1	أبدل جهدي كله من اجل مصالحة الفريق	2.964	0.265	98.80	مرتفع	1
2	لماذا اساعد الاخرين إذا لم يقدرنا مساعدتي	1.754	0.851	58.47	منخفض	17
3	اشعر بالضيق اذا كررت المساعدة لزملائي للفريق	1.754	0.762	58.47	منخفض	18
4	ارتفاع معنوياتي بدعم تماسك الفريق	2.894	0.409	96.47	مرتفع	4
5	أسهم كثيرا في إنجازات الفريق	2.666	0.577	88.87	مرتفع	8
6	انا قادر على أداء المهمات الصعبة	2.351	0.935	78.37	متوسط	12
7	أرى ان الاشتراك في البطولات المهمة مسئولية	2.386	0.773	79.53	متوسط	11
8	ليس ضروريا الاهتمام بالجماعة	1.877	0.867	62.57	متوسط	14
9	اعتز بمن يوازرنا الفريق ويتضامن معه بأحواله جميعا	2.807	0.515	93.57	مرتفع	6
10	هدفي ان نكون أكثر تراصفا ووحدة ضمن الفريق	2.771	0.598	92.37	مرتفع	7
11	اطمان للفوز دائما لأننا أكثر التزاما وتمادنا	2.456	0.733	81.87	مرتفع	10
12	أجد صعوبة لامتنال لرأي المجموعة	1.859	0.914	61.97	متوسط	15
13	أحيانا عمل المشترك مع الفريق لا يؤدي الى عمل متكامل	1.824	0.868	60.80	متوسط	16
14	ادافع عن أعضاء الفريق حتى حينما نهزم	2.666	0.715	88.87	مرتفع	8
15	استاء كثيرا من وجودنا طويلا في النادي	1.719	0.796	57.30	متوسط	19
16	ليس التضامن من يجلب تحقيق الهدف	1.965	0.905	65.50	متوسط	13
17	من اجل تماسكنا اعطي وقتي كله للعب مع الفريق	2.947	0.225	98.23	مرتفع	2
18	الروح المعنوية العالية تدفعني وبقوة لتحقيق اهداف الفريق	2.825	0.538	94.17	مرتفع	5
19	يهمني ان نتدرب كمجموعة واحدة	2.807	0.548	93.57	مرتفع	6
20	نكران الذات يؤكد لي عملي بروح الفريق	2.474	0.758	82.47	مرتفع	9
21	اعمل دائما من اجل وحدة الفريق	2.929	0.3190	97.63	مرتفع	3
22	المتوسط الكلي	2.414	0.465	80.466	مرتفع	

*اقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) أن مستوى التماسك الجماعي لدى لاعبي فرق كرة القدم بمدينة سبها كان مرتفعاً على المستوى الكلي، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.414) بأهمية نسبية (80.466%)، وتراوحت قيم المتوسطات الحسابية للفقرات بين (1.719-2.964)، حيث جاءت في المرتبة الأولى فقرة (1) "أبدل جهدي كله من أجل مصالحة الفريق" بمتوسط حسابي (2.964) وأهمية نسبية (98.80%)، وفي المرتبة الأخيرة فقرة (15) "استاء كثيراً من وجودنا طويلاً في النادي" بمتوسط حسابي (1.719) وأهمية نسبية (57.30%)، كما هو موضح في الجدول رقم (4).

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومستوى الأداء المهاري للعب كرة القدم

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اختبار إيقاف الكرة	6.553	0.397
ضرب الكرة بالرأس	6.263	0.269
اختبار التهديف	6.631	0.334

يوضح الجدول رقم (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبارات مهارية لعينة البحث، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاختبار إيقاف الكرة (6.553) والانحراف المعياري بلغ (0.397)، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاختبار ضرب الكرة بالرأس (6.553) والانحراف المعياري بلغ (0.269)، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاختبار التهديف (6.631) والانحراف المعياري بلغ (0.334).

جدول رقم (6)

يوضح معامل الارتباط بيرسون بين التماسك الاجتماعي للفريق والأداء المهاري للاعب كرة القدم

المتغيرات	اختبار التهديف	ضرب الكرة بالرأس	اختبار إيقاف الكرة
التماسك الاجتماعي للفريق	معامل الارتباط	0.068	0.048
	الدالة الإحصائية	0.617	0.725
	عدد أفراد العينة	57	57

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من الجدول رقم (5) أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التماسك الاجتماعي للفريق والأداء المهاري للاعب كرة القدم، كما يوضح الجدول رقم (6) أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين

التماسك الاجتماعي للفريق والأداء المهاري للاعبين كرة القدم حيث تراوحت قيم (ر) ما بين (0.028 - 0.048) وهي قيم غير معنوية عند مستوى دلالة 0.05.

2-مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) أن مستوى التماسك الجماعي لدى لاعبي فرق كرة القدم بمدينة سبها كان مرتفعا على المستوى الكلي، حيث كانت العبارات حسب أهميتها أبدل جهدي كله من اجل مصالحة الفريق ، من اجل تماسكنا اعطي وقتي كله للعب مع الفريق، اعمل دائما من اجل وحدة الفريق، ارتفاع معنوياتي بدعم تماسك الفريق، الروح المعنوية العالية تدفعني وبقوة لتحقيق اهداف الفريق، يهمني ان نتدرب كمجموعة واحدة، هدفي ان نكون أكثر ترصفا ووحدة ضمن الفريق، هدفي ان نكون أكثر ترصفا ووحدة ضمن الفريق، ادافع عن أعضاء الفريق حتى حينما نهزم، نكران الذات يؤكد لي عملي بروح الفريق، اطمأن للفوز دائما لأننا أكثر التزاما و تماسكا، ويعزو الطالب ذلك أن لاعبي فريق الألعاب الجماعية في الأندية بمدينة سبها لديهم احترام ومحبة للمدربين، ويرتبطون بعلاقات إيجابية في التعامل مع المدربين حيث يعتبر الفريق وحدة اجتماعية، وتظهر من خلاله قوة الترابط الاجتماعية فيما بين اللاعبين والمدربين وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة القدومي وآخرون (2016) والتي كانت نتائج درجة التماسك الجماعي لدى لاعبي الألعاب الجماعية عالية، وأن التكامل الجماعي نحو الجوانب الاجتماعية للجماعة جاء في المرتبة الأولى، مما يدل هذا الى أهمية التوافق الاجتماعي بين اللاعبين وتأثيره بشكل إيجابي وقوي على تماسك فرق الألعاب الجماعية بأندية مدينة سبها، وتتفق هذه النتيجة أيضا مع نتائج دراسة كل من أبو عليا (2018)، ودراسة ناصف (2019) أن التماسك الجماعي للفريق يعتبر عنصر نجاح في الألعاب الجماعية وهو ينتج من خلال التحام اللاعبين معا وبقائهم متحدين داخل المجموعة، بينما اختلفت هذه النتيجة مع دراسة أسماعيل (2005) والتي أشارت نتائجها إلى أن مستوى التماسك الجماعي للاعبين كان منخفضا ومدنبا.

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

– الاستنتاجات .

– التوصيات .

– المراجع .

الاستنتاجات والتوصيات

1- الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها استنتج الطالب ما يلي:

- أ- يتمتع لاعبو فرق الألعاب الجماعية في كرة القدم بالأندية الرياضية بمدينة سبها بمستوى مرتفعا من التوافق الجماعي.
- ب- يتمتع لاعبو فرق الألعاب الجماعية كرة القدم بأندية مدينة سبها بمستوي جيد ومتوسط من الاداء المهارى.
- ج- التماسك الجماعي والأداء المهارى في كرة القدم لا يؤثر كل منهم على الاخر بصورة إيجابية بالأندية الرياضية بمدينة سبها.

2- التوصيات :

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الطالب بما يلي:

- أ- تعزيز التماسك الجماعي لدى لاعبي فرق الألعاب الجماعية بالأندية الرياضية بمدينة سبها.
- ب- تعزيز ثقة اللاعبين بأنفسهم وزيادة الاهتمام بالعمل الجماعي والانتماء للفريق.
- ت- العمل على ضرورة الاهتمام بالجانب المهارى وتقديم الحوافز التشجيعية للاعبين من قبل إدارات الأندية الرياضية بمدينة سبها.

3-المراجع :-

أولاً : المراجع العربية :

1. أحمد أمين فوزي ، طارق محمد بدر الدين: سيكولوجية الفريق الرياضي ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001 ، ص 101 – 102.
2. أحمد أمين فوزي ، طارق محمد بدر الدين ، نفس المصدر السابق، ص 102.
3. إخلاص محمد عبد الحفيظ : التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2002 ، ص 105.
4. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي: الاجتماع الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001 ، ص 30-53.
5. إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي: المصدر السابق ، ص 166-167.
6. إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي: نفس المصدر السابق ، ص 168.
7. أسامة كامل راتب : نفس المصدر السابق ، ص 393 .
8. أسامة كامل راتب: نفس المصدر السابق ، ص 376 .
9. أسامة كامل راتب ، نفس المصدر السابق ، ص 391.
10. أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة ، (المفاهيم ، التطبيقات) ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 375.
11. أمين أنور الخولي : الرياضية والمجتمع المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت ، 1996م ، ص 73 .
12. أمين أنور الخولي : نفس المصدر السابق ، ص 77 .
13. حنفي محمود مختار : مصدر سبق ذكره ، 1977 ، ص – 105 .
14. حنفي مختار د ب ت : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الكتب الحديث ، الكويت ، 1978 ، ص 77 .
15. خيرالدين على أحمد عويس : مقياس التماسك للفريق الرياضية بدولة الكويت المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية جامعة حلوان ، 1993 ، ص 233 .
16. زهران السيد: المهارة الفنية بكرة القدم ط، الاسكندرية دار الوفاء الطباعة والنشر 2008 ، ص 177.
17. زهير قاسم الخشاب وآخرون : مصدر سبق ذكره ، 1999 ، ص 159 .
18. غازي صالح محمود : كرة القدم (المفاهيم - التدريب) مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع عمان 2011 ص 45 .

19. فاروق السيد غازي: قياس تماسك الفريق الرياضي ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1983 ، ص 10 .
20. الفريد كونزة : كرة القدم ، ترجمة ماهر البياتي وسليمان على حسن ، الموصل ، دار الفكر ، 1981 ، ص 182 .
21. قاسم لزام صبر : نظرية الاستعداد وتدريب المناطق المحددة لكرة القدم . 1، بغداد، دار الكتب والوثائق، المكتبة الوطنية، 2009 ، ص69.
22. محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف، مصر، 1987م ، ص 316 .
23. محمد حسن علاوي : نفس المصدر السابق ، ص 316.
24. محمد حسن علاوي ، نفس المصدر السابق ، ص 59.
25. محمد حسن علاوي: سيكولوجية الجماعات الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 ، ص 55.
26. محمد حسن علاوي: سيكولوجية الجماعات الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 ، ص57.
27. مصطفى حسين باهي ، سمير عبد القادر: سيكولوجية التطور الرياضي (تنمية المهارات العقلية) ، القاهرة ، 1999 ، ص115.
28. مصطفى حسين باهي ، محمود عبد الفتاح عنان: قراءات متقدمة في علم نفس الرياضة (نظريات – تطبيقات – تحليلات) ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1999م ، ص 128 .
29. موفق اسعد محمود : التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم ، عمان - دار دجلة، 2008 ص 151 .
30. موفق اسعد محمود : التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم عمان دار دجلة لطباعة والنشر، 2011، ص 104-105 .
31. موفق اسعد محمود : التعلم والمهارات الأساسية لكرة القدم ، عمان دار دجلة ، 2008 ص 170.
32. موفق أسعد محمود : مصدر سبق ذكره ، ص 129 .
33. موفق اسعد محمود : نفس المصدر ص 77 .
34. موفق أسعد محمود: مصدر سبق ذكره ص 71 .
35. هاشم ياسر حسين : تمرينات خاصة لتطوير دقة الأداء الحركي والمهاري للاعبين لكرة القدم، 1، عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2010، ص 32 .
36. هاشم ياسين حسن تطوير ادارة المهارات الهجومية في مناطق مركز الكتاب للنشر ط. القاهرة - مركز الكتاب للشرح 2009 ، ص204 .
37. وجيه محجوب نظريات التعلم والتطور الحركي: عمان، دار وائل للنشر ، 2000 ، ص 444 .

تانياً :- المراجع الأجنبية :-

- 1-Chn , Donald , Dimensions of sport studies , joho waley & Sons, N.Y. 1982.
- 2- Carron , A: Group Dynamic in sport Theoretical and Practical Issuer ,Spodym , London 1988,
- 3- Lamzetta , T. J. Group Behavior under stress human
- 4-Gross, E. and Martim , E. W: on Group cohesiveness , America jayrnal of Sociology. Vol.111, 1951.
- 5-<http://www.kl28.com/maggroup/article.php?ArtID=1021&Issue=2011>