



جامعة محمد صديق بن يحي -جيجل-

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الشعبة: تدريب رياضي.

التخصص: تحضير بدني رياضي.

مذكرة بعنوان:

شخصية المدرب وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم -
صنف أكابر.-

دراسة ميدانية على نادي شباب بودوخة -ولاية سكيكدة-

إشراف الدكتور:

- ياسين بلفريطس

إعداد الطالبان:

- دريدي صابر

- شقرون حسام

السنة الجامعية: 2020-2021

شكر و عرفان

قال تعالى: " رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا

ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين " النمل الآية 19.

الحمد لله الواحد الأحد والصلاة وأزكى التسليم على نبيه أحمد، أما بعد:

نتوجه بخالص الشكر إلى من كان سندا لنا في إنجاز هذه المذكرة

إلى الأستاذ المشرف * بلفريطس ياسين * الذي تابع عملنا هذا، ولم يبخل علينا

بنصائحه، القيمة والمفيدة، ولم يبخل علينا بوقته الثمين.

كما لا يفوتنا أن نتقدم بالشكر إلى مدرب ولاعبي فريق:

" شباب بودوخة "

وإلى كل من أمدّ لنا يد المساعدة في إنجاز هذه المذكرة من الأساتذة أو الطلبة الزملاء من

قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة أو نصيحة قيمة.

"دريدي صابر"، "شقرون حسام".

إهداء

قال تعالى: "وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا"

إلى من أعطتني حياتها وغمرتني بحبها وحنانها، إلى التي سهرت الليالي وغمرتني بدفء
نفسها وطيبة قلبها، إلى سيدة النساء، إلى **أمي الغالية**.

إلى الذي وهبني حياته وأعطاني الأمل في النجاح، إلى الذي وقف بجانبني في كل صغيرة
وكبيرة وعلمني معنى الرجولة، إلى خير الآباء، إلى **أبي الغالي**.
فليحفظهما لي الله ويهب لهما الصحة والعافية ان شاء الله.

إلى كل أفراد العائلة والأهل والأقارب.

إلى كل الأصدقاء الذين عرفتهم وتقاومت معهم طعم حياة الإقامة الجامعية حلوها ومرها
وأخص بالذكر: **إسماعيل، أسامة، عبد الرؤوف، أنيس، أنور، هاني، شعيب، رامي، حسام،**
وإلى كل الذين لم أذكر أسماءهم.

إلى كل من أعانني على إنجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد.

إلى قارئ هذا الإهداء.

-صابر-

إهداء

الحمد لله حمد الشاكرين، الحمد له الذي أمدنا بنعمة الدراسة والوصول الى هذا المستوى من
التعليم والصلاة والسلام على سيد الخلق والبشرية محمد بن عبد الله صلوات الله عليه
وسلامه وبعد:

اهدي جهدي المتواضع الى الدين رسموا طريقى الى الخلق والعلم والفضيلة الى والداي: أمي
وأبي اطال الله في عمرهما.

واهديه الى اخوتي وأخواتي الاعزاء وأرجو لهم التوفيق من الله سبحانه وتعالى.

والى كل رمز الصداقة وحسن العلاقة زملاء الدراسة دفعة علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية

والى كل من مدى يد المساعدة لنا وساهم معنا وسهل لنا ما كان صعب علينا.

من أساتذة وطلاب وأصدقاء...الخ.

والى كل من اعاننا حتى ولو بكلمة طيبة، والى كل الاصدقاء الذين هم في قلبي ولم يذكرهم
قلمي.

حسام شقرون.

الصفحة	الموضوع
أ	شكر وتقدير
ب	إهداء
د	فهرس المحتويات
ط	قائمة الجداول
ي	قائمة الأشكال
02	مقدمة
الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة	
05	1- إشكالية الدراسة
06	2- فرضيات الدراسة
06	3- أسباب اختيار الموضوع
07	4- أهمية الدراسة
07	5- أهداف الدراسة
07	6- تحديد مفاهيم الدراسة
10	7- الدراسات السابقة والمشابهة
15	8- التعقيب على الدراسات السابقة
الجانب النظري	
الفصل الأول: شخصية المدرب الرياضي	
18	تمهيد
19	1- مفهوم التدريب الرياضي
19	2- خصائص التدريب الرياضي
19	3- تعريف الشخصية
21	4- العوامل المؤثرة في الشخصية
21	4-1- تأثير البيئة
21	4-2- تأثير الوراثة
21	4-3- التفاعل بين الوراثة والبيئة
22	5- أنواع الشخصية
22	5-1- الشخصية العلمية

22	5-2- الشخصية الفكرية
23	6- مفهوم المدرب الرياضي
24	7- تقسيمات (مستويات) المدرب الرياضي
24	8- خصائص وصفات المدرب الرياضي
29	9- أنواع المدربين الرياضيين
29	9-1- المثالي
29	9-2- المتسلق
29	9-3- الطموح
29	9-4- المجتهد
29	9-5- الواقعي
29	9-6- الحائر
29	9-7- الطواف
30	9-8- الحديث
30	10- وظائف وواجبات المدرب
30	10-1- وظائف المدرب الرياضي
30	10-2- واجبات المدرب الرياضي
33	خلاصة
الفصل الثاني: الأداء الرياضي	
35	تمهيد
36	1- مفهوم الأداء
37	2- أنواع الأداء
37	2-1- الأداء بمواجهة
37	2-2- الأداء الدائري
37	2-3- الأداء في محطات
37	2-4- الأداء في مجموعات
38	2-5- الأداء الوظيفي يتحكم في وضع الجسم
38	2-6- الأداء الرياضي والجهاز العصبي
38	3- العوامل المساهمة في الأداء
39	3-1- القوة العضلية

39	2-3-التوازن
39	3-3-المرونة
40	4-3-التحمل
40	5-3-الذكاء
40	6-3-السرعة
40	7-3-الرشاقة
40	8-3-التوافق
41	9-3-القوة الإبداعية
41	10-3-الدافعية
41	4-دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي
42	5-اعتبارات المدرب عند تقويم الأداء الرياضي
43	6-فئات تصنيف الرياضيين على أساس النتائج
44	7-سلوك الأداء الرياضي
45	8-فيزيولوجيا الأداء في كرة القدم
46	9-التطبيقات الغذائية التي تحسن الأداء الرياضي
48	خلاصة
الفصل الثالث: كرة القدم	
50	تمهيد
51	1-تعريف كرة القدم
51	2-نبذة تاريخية عن كرة القدم
53	3-كرة القدم في الجزائر
55	4-المبادئ الأساسية لكرة القدم
56	5-متطلبات كرة القدم
56	5-1-الجانب البدني
60	5-2-الجانب النفسي
60	5-3-الجانب المهاري
60	6-أهداف رياضة كرة القدم
61	7-أهمية كرة القدم في المجتمع
63	خلاصة

الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية	
70	تمهيد
71	1-الدراسة الاستطلاعية
71	2-منهج الدراسة
72	3-مجتمع وعينة الدراسة
72	4-تقنية الدراسة
74	5-متغيرات الدراسة
74	5-1-المتغير المستقل
74	5-2-المتغير التابع
74	6-مجالات الدراسة
74	6-1-المجال المكاني
74	6-2-المجال البشري
74	6-3-المجال الزمني
75	7-الأساليب الإحصائية للدراسة
76	خلاصة
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
78	تمهيد
79	1-عرض وتحليل النتائج
79	1-1-تحليل نتائج محور البيانات الشخصية
82	1-2-تحليل نتائج المحور الأول
94	1-3-تحليل نتائج المحور الثالث
106	2-مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات
106	2-1-مناقشة الفرضية الأولى
107	2-2-مناقشة الفرضية الثانية
109	2-3-مناقشة الفرضية الرئيسية
110	خلاصة
111	-الاستنتاج العام

112	-الاقتراحات والتوصيات
114	-خاتمة
116	-قائمة المراجع
	-قائمة الملاحق
	ملحق رقم 01
	ملحق رقم 02
	ملحق رقم 03
	-ملخص الدراسة

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يمثل سن اللاعبين المبحوثين	79
02	يمثل المستوى التعليمي للاعبين المبحوثين	80
03	يمثل مدة الإنخراط في الفريق	81
04	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 01.	82
05	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 02.	83
06	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 03.	85
07	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 04.	86
08	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 05.	87
09	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 06.	88
10	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 07.	89
11	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 08.	90
12	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 09.	91
13	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 10.	93
14	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 11.	94
15	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 12.	95
16	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 13.	96
17	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 14.	97
18	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 15.	98
19	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 16.	100
20	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 17.	101
21	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 18.	102
22	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 19.	103
23	يمثل النسب المئوية وكا ² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 20.	105

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	يمثل سن اللاعبين	80
02	يمثل المستوى التعليمي للاعبين	81
03	يمثل مدة انخراط اللاعبين في الفريق	82
04	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 01.	83
05	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 02.	84
06	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 03.	85
07	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 04.	87
08	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 05.	88
09	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 06.	89
10	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 07.	90
11	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 08.	91
12	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 09.	92
13	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 10.	93
14	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 11.	94
15	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 12.	95
16	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 13.	97
17	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 14.	98
18	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 15.	99
19	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 16.	100
20	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 17.	102
21	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 18.	103
22	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 19.	104
23	التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 20.	106

مقدمة

مقدمة:

اهتمت الكثير من الشعوب والمجتمعات بظاهرة الرياضة بصورة عامة والكرة القدم بصورة خاصة، باعتبارها مظهرا من مظاهر التواصل الاجتماعي والتفاعل فيما بينهم، وعلاجاً لبعض الأمراض الاجتماعية، كما أنها تشغل جانب من جوانب الحياة اليومية للكثير من شرائح المجتمع سواء كانوا ممارسين أو مؤطرين أو متابعين أو أنصار، كذلك هي مجال يسمح بالإشهار والتعريف بالدول في المحافل الدولية من بطولات عالمية وأولمبية وبذلك أصبحت تتنافس بشدة من أجل إعداد الجيد للرياضيين، وتزامنا مع هذا كثرت الهيئات الرياضية الخاصة بالتطير والتكوين وتخصيص ميزانيات ضخمة من أجل ذلك كما ظهرت العديد من الدراسات التي تهدف إلى وضع الأسس والقواعد التي تساعد على رفع مستوى الممارسة، ومع إنتشارها دفع الباحثين إلى الإهتمام بكافة الجوانب المحيطة بها، والتي تعمل على الرفع من مستوى الأداء المهاري للرياضي ومعرفة كافة العوامل المؤثرة عليه عبر دراسات معمقة ومن المواضيع التي تم التطرق إليها، موضوع شخصية المدرب الرياضي نظرا لأهمية موقع المدرب القائد العامل على توجيه وتسيير اللاعبين بغية تحقيق أهداف الفريق الرياضي.

ومما يميز شخصية المدرب الرياضي على غيرها كونها عملية مستمرة الفعالية يرتبط نجاحها بالاستمرارية التي تسمح بتوطيد العلاقة بين المدرب واللاعبين وهذه العلاقة هي التي تمكن المدرب من التأثير في أداء اللاعبين ومن ثم في أدائهم الرياضي ومستوى إنجازهم الذي يسمح بتحقيق النتائج المرجوة، ومدى فاعلية هذه العملية تعتمد بشكل أخص على خبرة هذا المدرب القائد في توظيف فلسفته وقدراته على إستغلال مقومات الفريق الرياضي وموارده، ومن خلال هذه الدراسة والتي جاءت تحت عنوان: شخصية المدرب الرياضي وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر، لولاية سكيكدة، دراسة ميدانية لنادي شباب بودوخة سنتناول:

➤ **الفصل التمهيدي:** والذي تضمن الاشكالية، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، أسباب

اختيار موضوع الدراسة، مفاهيم الدراسة ثم الدراسات السابقة.

➤ **الجانب النظري للدراسة،** وتضمن ثلاث فصول نظرية هي:

✓ **الفصل الأول:** تحت عنوان: **شخصية المدرب الرياضي،** والذي تضمن: تمهيد، مفهوم التدريب

الرياضي، خصائص التدريب الرياضي، مفهوم المدرب الرياضي، خصائص التدريب الرياضي،

تعريف الشخصية، العوامل المؤثرة في الشخصية، أنواع الشخصية، مفهوم التدريب الرياضي،

تقسيمات مستويات المدربين، خصائص وصفات المدرب الرياضي الناجح، أنواع المدربين الرياضيين، وظائف وواجبات المدرب الرياضي ثم خلاصة الفصل.

✓ **الفصل الثاني:** تحت عنوان: **الأداء الرياضي**، والذي تضمن: تمهيد، مفهوم الأداء، أنواع الأداء، العوامل المساهمة في الأداء، دور المدرب في ثبات الأداء، إعتبرات المدرب عند تقويم الأداء فئات تصنيف رياضيين على أساس النتائج ونوعية الأداء، سلوك الأداء الرياضي، فسيولوجيا الأداء في كرة القدم، التطبيقات الغذائية لتحسن الأداء ثم خلاصة الفصل.

✓ **الفصل الثالث:** تحت عنوان: **كرة القدم**، والذي تضمن: تمهيد، تعريف كرة القدم، نبذة تاريخية عن كرة القدم، كرة القدم في الجزائر، المبادئ الأساسية لكرة القدم، متطلبات كرة القدم، أهداف رياضة كرة القدم، أهمية كرة القدم في المجتمع ثم خلاصة الفصل.

➤ **الجانب التطبيقي للدراسة**، وتضمن فصلين هما:

✓ **الفصل الرابع:** تحت عنوان: **الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية**، والذي تضمن: تمهيد، الدراسة الاستطلاعية، مجالات الدراسة، منهج الدراسة، عينة الدراسة، مبررات إختيار العينة، تقنيات الدراسة، الأساليب الإحصائية.

✓ **الفصل الخامس:** تحت عنوان: **مناقشة نتائج الدراسة**، والذي تضمن: تمهيد، مناقشة وتحليل نتائج الدراسة في ضوء فروضها، مناقشة وتحليل نتائج الدراسة في ضوء الدراسات المشابهة. ثم خلاصة الفصل.

وأخيرا انتهت الدراسة بخاتمة بعد التأكيد على مجموعة من الإقتراحات والتوصيات ثم تمت الإشارة إلى المراجع المعتمدة والمستعملة.

الفصل التمهيدي

الإطار العام للدراسة

1-الإشكالية:

إن الرياضة نظام اجتماعي كبير، وهي واقع ملموس في حياتنا يحدث فيها كل أنواع السلوك التي تحدث في الحياة العادية، ويتجلى تأثير الرياضة في مجتمعنا من خلال تخصيص مساحات زمنية لها وعرض المباريات والبرامج الرياضية، كما تخصص لها صفحات عديدة في الصحف الرسمية، وحتى هناك صحف رياضية متخصصة تتناول الموضوعات الرياضية فقط.¹

وكما هو معلوم تنقسم هذه الرياضات إلى رياضات فردية وأخرى جماعية وهذه الأخيرة تشمل أنواعا مختلفة ككرة القدم وكرة السلة وكرة اليد، والشيء الذي لا يمكننا الإختلاف فيه هو أن كرة القدم هي الأكثر شيوعا والأكثر شعبية في العالم وذلك لاستقطابها أكبر عدد من الممارسين والمتفرجين بمختلف الأعمار وبمختلف شرائح المجتمع.

من حيث القوانين وطرق التدريب والتكوين سواء فيما يخص اللاعب أو العوامل المؤثرة فيه في شتى الجوانب بغية تحقيق أفضل المستويات، ومن بين هذه العوامل نجد التدريب الرياضي الذي يعرفه محمد حسن علاوي بأنه: عملية تربوية وتعليمية منظمة تخضع للأسس والمبادئ العلمية وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في المنافسات الرياضية²

حيث أن التدريب أصبح عملية معقدة تستدعي علما وممارسة ميدانية، ولعل المدرب الرياضي من أهم العوامل التي تؤثر بشكل مباشر في تطوير عملية التدريب إذ يعتبر المحرك الأول للفريق فمهمته الأساسية بناء لاعبيه وإعدادهم بدنيا ونفسيا مهاريا وفنيا للوصول بهم إلى أعلى المستويات، فمهنة التدريب تعتبر من الوظائف الصعبة وتحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص فهذه المهنة تحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير³

فالشخصية هي الصفة المميزة لكل شخص إذ أنها جملة الصفات الجسمية والعقلية والمزاجية والاجتماعية والخلفية التي تميزه عن غيره تميزا واضحا.⁴

1- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: الاجتماع الرياضي، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001، ط1، ص 30-29.

2- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات، دار الفكر للنشر والتوزيع، القاهرة، 2002، ص 18.

3- زكي محمد حسن: المدرب الرياضي، أسس العمل ومهنة التدريب، منشأة المعرفة، مصر، 1997، ص15.

4- أحمد أمين فوزي، بثينة محمد فاضل: الشخصية الرياضية، أبعادها وملاحها النفسية، مؤسسة عالم الرياضة، الإسكندرية، ط 1، 2014، ص13.

حيث ان قوة الشخصية أو بالأحرى الشخصية المثالية للمدرب تمكنه من التحكم في النفس والصرامة والانضباط في العمل أثناء المواقف التدريبية، هذه الأخيرة هي الدعامة الأساسية للمدرب وما يمكنه من الوصول إلى أفضل أداء وهذا ما ينعكس على الفريق ككل.

وعلى ضوء ما سبق يمكننا طرح التساؤل الرئيسي التالي:

هل لشخصية المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر؟

ومنه اندرج تساؤلان فرعيان هما:

- هل لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر؟
- هل لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر؟

2-فرضيات الدراسة:

2-1-الفرضية الرئيسية:

لشخصية المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

2-2-الفرضيتان الجزئيتان:

- لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.
- لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

3-أسباب اختيار الموضوع:

لكل دراسة أسباب تدفع الباحث لدراستها دون غيرها وتتنقسم هذه الأسباب إلى نوعين، أسباب موضوعية وأخرى ذاتية وهي كما يلي:

3-1-الأسباب موضوعية:

- النقص في الدراسات التي تبحث عن شخصية المدرب الرياضي وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم حسب اطلاعنا.

- كون موضوع الدراسة يندرج في إطار التخصص ألا وهو التحضير البدني الرياضي.

- محاولة إثراء مجال البحث العلمي وتدعيم المكتبة بالمراجع التي تخدم طالب علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

3-2- الأسباب الذاتية:

- الفضول للكشف عن طبيعة العملية التفاعلية بين المدرب واللاعبين داخل النوادي الرياضية.
- الميل إلى المواضيع التي لها علاقة بالشخصية بصفة خاصة وكرة القدم بصفة عامة.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة أنها دراسة ميدانية تحليلية لشخصية المدرب وعلاقتها بأداء اللاعبين، ويهدف هذا البحث إلى العلاقة القائمة بين المدرب واللاعبين داخل الفريق، وبالإعتماد على الإستمارة نسعى إلى إيضاح وبيان أهمية وعلاقة شخصية المدرب على اللاعبين وما تحققه من نتائج وفوائد للفريق، وتبقى أهمية البحث الأولى هي تدعيم البحث العلمي في الجزائر خاصة في ميادين التربية البدنية والرياضية.

5- أهداف الدراسة:

- دراسة وتحليل شخصية المدرب وإبراز خصائصها.
- محاولة معرفة وتحليل مختلف العوامل المتحكمة في بناء العلاقات داخل الفريق الرياضي.
- إبراز دور شخصية المدرب في نجاح عملية التدريب.
- دراسة نوعية العلاقة التي تربط المدربين باللاعبين.
- محاولة تسليط الضوء على ما تحققه بعض سمات شخصية المدرب من عوامل تطوير الأداء الرياضي.

6- تحديد مفاهيم الدراسة:

6-1- الشخصية:

لغة:

مصطلح personality مشتق من الكلمة اللاتينية persona والتي تعني القناع mask¹.

¹- محمد السيد عبد الرحمان: نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1998، ص26.

إصطلاحاً:

تعني الشخصية التكامل النفسي والاجتماعي عند الإنسان وتعبّر عادات الفعل والشعور والإتجاهات والآراء عن هذا التكامل، وهي عبارة عن نتيجة تكامل وتفاعل وانتظام في الصفات والوظائف المختلفة في وحدة واحدة سواء كانت داخلية أو خارجية لسلوك الفرد.¹

إجرائياً:

هي مجموعة من السمات التي تميز فرداً ما، وهي ذلك التنظيم الثابت والدائم إلى حد ما لطباع الفرد ومزاجه ومجموعة الأنشطة التي يمكن اكتشافها عن طريق الملاحظة الفعلية للسلوك.

6-2-المدرّب:

لغة:

بالشيء وفيه وعليه: عوده إياه.²

إصطلاحاً:

توجد عدة تعاريف لهذا المفهوم من بينها " محمد فتحي الكردي " على أنه: " هو المثل الأعلى والنموذج الأمثل والشخصية التي يقع على عاتقه القيام بالإجراءات والخطوات التنفيذية للعملية التدريبية بما يشمل من تخطيط وتنفيذ وإجراء البرامج التدريبية وتقويمها بالإضافة إلى إعداد لاعبيه بدنياً ونفسياً وعقلياً وذلك على أسس علمية وتربوية سليمة بهدف تحقيق أعلى المستويات الرياضية المحلية والدولية."³

إجرائياً:

هو تلك الشخصية الرياضية التي تقوم بالعملية التدريبية والتي من خلالها يتم إداد اللاعبين بدنياً ونفسياً ومهارياً وخططياً من أجل الوصول إلى مستويات عالية من الأداء الرياضي، ونقصد به في هذه الدراسة مدربي فرق كرة القدم.

1- محمد السيد الزعيلوي: تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، مؤسسة الكتب الثقافية، 1994، ص 22.

2- قاموس المنجد في اللغة والأدب والعلوم، المطبعة الكاثوليكية، بيروت، ط 12، ص 347.

3- محمد فتحي الكردي: المدرب الرياضي للألعاب الجماعية والفردية، دار الوفاء لندنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية، ط 1، 2015، ص 7.

6-3- الأداء الرياضي:

لغة:

مصدر أدّى، قام بأداء واجبه: بإنجازه، بإكمال، كان أداءه للنص سليماً: أسلوب تعبيره وطريقته تسديد أو دفع ما هو واجب ومستحق ديناً الله أحق بالأداء من دين العبد.¹

إصطلاحاً:

يعرفه "عصام عبد الخالق" على أنه: إيصال الشيء إلى المرسل إليه، وهو عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة تأثيرات متبادلة للقوة الداخلية، غالباً ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم سلوكياً.²

إجرائياً:

هو تنفيذ اللاعب لأعماله ومسؤولياته التي يكلفه بها المدرب بعد تنمية المدرب لمختلف قدراته ومهاراته عن طريق التدريب والوسائل الخاصة بتطويرها والتي تندرج في العملية التدريبية زائد رغبته في تحقيق أحسن نتيجة.

6-4- كرة القدم:

لغة:

كرة القدم " Football " هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بالـ " Regby " أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة تسمى " Soccer ".

¹- معجم عربي عربي

²- نزار مجيد الطالب: علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة، بغداد، العراق، 1998، ص214-215.

اصطلاحاً:

هي لعبة جماعية تتم بين فريقين، كل فريق من 11 لاعبا يستعملون كرة منفوخة مستديرة ذات مقياس عالمي محدد في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفيه مرمى الهدف ويحاول كل فريق إدخال الكرة فيه عبر حارس المرمى للحصول على هدف.¹

إجرائياً:

كرة القدم رياضة تمارس من طرف جميع الأصناف وكلا الجنسين، تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من 11 لاعبا داخل أرضية مستطيلة وفي نهاية كل طرف من طرفيها مرمى، تلعب بواسطة كرة منفوخة يتم تحريكها بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين، ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط وحكمان للتماس وحكم رابع، توقيت المباراة 90 مقسمة لشوطين بينهما فترة راحة، يسعى كل فريق لتسجيل أهداف في مرمى الفريق الخصم ويفوز الأكثر تسجيلاً، في حالة تعادل في مسابقة خروج المغلوب يتم اللجوء لشوطين إضافيين مدة كل شوط 15 دقيقة، في حال استمرار التعادل يضطر الحكم لضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

7-1- الدراسة الأولى: عمر سعدي والسعيد بوكشاوي 2002.

هي مذكرة قدمها الباحث لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية والرياضية بدالي ابراهيم جامعة الجزائر.

عنوان الدراسة: العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج.

إشكالية الدراسة: ما العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وأثرها على النتائج؟

اندرج على هذا التساؤل تساؤل فرعي هو:

هل توجد علاقة بين المدرب واللاعبين وأثرها على النتائج الرياضية إيجابي؟

1- مأمور بن حسن آل سلمان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية، دار ابن حزم، بيروت، لبنان، ط2، 1998، ص9.

2- عمر سعدي والسعيد بوكشاوي: العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج، مذكرة لنيل شهادة الماجستير

في التربية البدنية والرياضية بدالي ابراهيم جامعة الجزائر سنة 2002.

فروض الدراسة:

الفرضية الفرعية: توجد علاقة بين المدرب واللاعبين وأثرها على النتائج ايجابي.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج.

منهج الدراس: استخدام الباحث المنهج الوصفي.

أداة الدراسة: استخدم الباحث استمارة الاستبيان كأداة قياس بحثه.

الأدوات الإحصائية: النسبة المئوية.

نتائج الدراسة: وجود علاقة بين المدرب واللاعبين وأثرها على النتائج الرياضية إيجابي كما أن إنتهاج

المدرب للأسلوب القيادي يؤثر إيجابيا على مردود الفريق الرياضي.

7-2- الدراسة الثانية: قرين عبد الحق 2014-2015¹.

هي مذكرة قدمها الباحث لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة.

عنوان الدراسة: علاقة شخصية المدرب الرياضي بأداء لاعبي كرة القدم.

منهج الدراسة: استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: قام الباحث باختيار العينة بشكل قصدي والتي اشتملت على 28 مدرب من أصل 52 مدرب

اي ما نسبته 53% و 35 لاعب من الرابطة الولائية للبويرة.

اداة الدراسة: استعمل الباحث مقياس الشخصية للمدرب الرياضي الذي صممه الدكتور محمد حسن علاوي

1994.

الأساليب الإحصائية: النسبة المئوية.

¹- قرين عبد الحق: علاقة شخصية المدرب الرياضي بأداء لاعبي كرة القدم، مذكرة لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة سنة 2014-2015.

نتائج الدراسة: يتحدد وصول اللاعب لأعلى المستويات الرياضية بعدة عوامل من أهمها المدرب الرياضي إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية ارتباطاً مباشراً بمدى قدرة المدرب على إدارة عملية التدريب الرياضي أي تخطيط وتنفيذ وتقييم وإرشاد اللاعب قبل وأثناء وبعد المباريات.

إن القدرة على التنسيق والترتيب المنظم للجهود الجماعية من أجل التوصل إلى تطوير مستوى وقدرات اللاعبين إلى أقصى درجة بعد من السمات الهامة للمدرب الناجح.

7-3- الدراسة الثالثة: مكتوت يوسف 2015-2016.¹

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

عنوان الدراسة: شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة.

اشكالية الدراسة: هل لشخصية المدرب تأثير على أداء الفريق أثناء المباراة في كرة الطائرة؟

فروض الدراسة:

- لشجاعة المدرب في اتخاذ القرار أثر على وحدة وتماسك الفريق.
 - لقدرة المدرب على الابداع الأثر في تنمية وتطوير قدرات اللاعبين.
 - لقدرة المدرب على فرض الانضباط أثر على نجاح العملية التدريبية.
- هدف الدراسة:** معرفة مدى تأثير شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء المباراة في كرة الطائرة.
- منهج الدراسة:** الدراسة على المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على 30 لاعبا في كرة الطائرة من فرق دائرة سيدي عامر ودائرة بوسعادة و3 مدربين بالإضافة الى 3 مساعدين.

¹- مكتوت يوسف: شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة، سنة 2015-2016.

أداة الدراسة: اعتمدت هذه الدراسة على الاستبيان كأداة للقياس حيث اشتمل على 51 عبارة موزعين على أربعة محاور.

الوسائل الاحصائية: اعتمد الباحث على:

* النسب المئوية لحساب نتائج الاستبيان.

* المتوسط الحسابي.

* الانحراف المعياري.

نتائج الدراسة:

- تحققت جميع الفرضيات.

- اتخاذ القرارات التقنية في الفريق الرياضي تعود للمدرب واحترامها وتطبيقها واجب من اجل انجاح عملية التدريب وتحقيق الاهداف.

- أن لشجاعة المدرب في إتخاذ القرار الأثر على وحدة تماسك الفريق.

4-4- الدراسة الرابعة: علاش إبراهيم وبوكريطة هشام 2017-2018¹.

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

عنوان الدراسة: أبعاد شخصية المدرب وانعكاسها على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم.

إشكالية الدراسة: انطلقة الدراسة من تساؤل رئيسي مفاده:

ما انعكاس لابعاد شخصية المدرب على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم؟

هذا التساؤل الرئيسي ان درج عنه ثلاثت تساؤلات فرعية هي:

¹ - علاش إبراهيم وبوكريطة هشام: أبعاد شخصية المدرب وانعكاسها على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم، مذكرة

تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجيلالي بونعامة خميس

مليانة، سنة 2017-2018.

- هل لشجاعة المدرب في اتخاذ القرار انعكاس على وحدة تماسك الفريق؟
- هل لقدرة المدرب على الابداع انعكاس في تنمية وتطوير قدرات اللاعبين؟
- هل لقدرة المدرب على فرض الانضباط انعكاس على نجاح عملية التدريب؟

فروض الدراسة: وتمثلت فيما يلي:

الفرضية الرئيسية: لأبعاد شخصية المدرب انعكاس كبير على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم.

الفروض الفرعية:

- لشجاعة المدرب في اتخاذ القرار انعكاس على وحدة تماسك الفريق.
- لقدرة المدرب على الابداع انعكاس في تنمية وتطوير قدرات اللاعبين.
- لقدرة المدرب على فرض الانضباط انعكاس على نجاح عملية التدريب.

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة الى:

- ابراز انعكاس شجاعة المدرب في اتخاذ القرار على وحدة وتماسك الفريق.
- ابراز انعكاس قدرة المدرب على الابداع في تنمية وتطوير قدرات اللاعبين.
- ابراز انعكاس قدرة المدرب على فرض الانضباط على نجاح عملية التدريب.
- توضيح انعكاس ابعاد شخصية المدرب على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم.

منهج الدراسة: إتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: إشملت عينة الدراسة فرق كل من فريق بوقارة لولاية البليدة وفريق مولودية لخميس لمدينة خميس مليانة.

أداة الدراسة: إتمدت هذه الدراسة على الاستبيان.

الوسائل الاحصائية:

- النسب المئوية.

- اختبار كا²

نتائج الدراسة:

- إن لشجاعة المدرب في إتخاذ القرار إنعكاس على وحدة تماسك الفريق.
- إن لقدرة المدرب في الإبداع إنعكاس في تنمية وتطوير قدرات الفريق.
- إن لقدرة المدرب على فرض الانضباط إنعكاس في نجاح عملية التدريب.

8-التعقيب على الدراسات السابقة والمشابهة:

في الدراسة الاولى **لعمير سعدي والسعيد بوكشاوي**: العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج، تم ذكر تساؤلات الدراسة دون ذكر الفرضية الرئيسية اما فيما يخص عينة الدراسة فلم يتم تحديد نوعها ولا نسبة السحب ولا طريقة السحب.

اما في الدراسة الثانية **لقرين عبد الحق**: علاقة شخصية المدرب الرياضي بأداء لاعبي كرة القدم، فلم يتم ذكر تساؤلات الدراسة ولا فروض الدراسة اما فيما يخص عينة الدراسة فقد تم ذكرها (عينة احتمالية قصدية) دون تحديد دقيق كما لم يحدد نسبة السحب وطريقة السحب.

اما في الدراسة الثالثة **لمكتوت يوسف**: شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة، دراسة ميدانية لفرق مدينة بوسعادة وسيدي عامر، فقد تم ذكر التساؤلات والفرضيات اما فيما يخص العينة فلم يتم تحديد نوع العينة ولا نسبة السحب ولا طريقة السحب.

الدراسة الرابعة **لعلاش إبراهيم وبوكريطة هشام**: أبعاد شخصية المدرب وانعكاسها على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم صنف الاكابر، دراسة ميدانية لبعض اندية الجهوي الاول رابطة البلدية، فقد تم ذكر التساؤلات والفرضيات اما فيما يخص العينة فلم يتم تحديد نوعها ولا نسبة السحب ولا طريقة السحب.

وبالرغم من ذلك فقد تم الاستفادة من هذه الدراسات السابقة والمشابهة في وضع الإطار التصوري لطريقة طرح موضوع الدراسة الحالية، وذلك من خلال بناء الإشكالية وصياغة الفرضيات، وكذا بناء الفصول النظرية للدراسة، وتصميم تقنية الدراسة الرئيسية.

تحديد الإطار العام للدراسة الحالية وكذلك الخطوات المتبعة في اجراءات الدراسة.

الاستفادة من هذه الدراسات بالعمل بالمقترحات والتوصيات في إنجاز هذه الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول

شخصية المدرب الرياضي

تمهيد:

المدرّب الرياضي هو المثل الأعلى والنموذج الأمثل والشخصية الذي يقع على عاتقه القيام بالإجراءات والخطوات التنفيذية للعملية التدريبية بما تشمل من تخطيط وتنفيذ وإجراء البرامج التدريبية وتقويمها بالإضافة إلى إعداد لاعبيه بدنياً وتربوياً وفنياً ونفسياً وعقلياً وذلك على أسس عملية وتربوية سليمة بهدف تحقيق أعلى المستويات الرياضية المحلية والدولية.

ويفضل أن يبدأ المدرّب كمعلم أولاً حتى يستطيع قيادة بعملية التعليم لمختلف المبادئ والمهارات الأساسية لمختلف أنواع الرياضات فردية أو جماعية واكتشاف الأخطاء وكيفية علاجها ويقوم المدرّب كمعلم أولاً بتعليم لاعبيه الأداء الحركي المناسب لنوع الرياضة الممارسة مستخدماً طرق التعلم المختلفة ثم تثبيّت هذا الأداء ثم تحسين وتطويره وذلك على أسس تربوية وعلمية.

1- مفهوم التدريب الرياضي:

التدريب عملية تربوية هادفة طويلة المدى للإرتقاء بمستوى الأداء الفردي والجماعي إلى أعلى مستوى والتدريب يعني التنظيم والعمل طوال العام والتدريب العملي طويل المدى ويتضمن أيضا تطوير كل المعدات المتداخلة التي تسهم في تطوير الحاجات الإجتماعية والنفسية التي تسهم في تطوير في ذلك العوامل المساعدة والعوامل المحددة للأداء.¹

2- خصائص التدريب الرياضي:

تتحدد الخصائص بإخضاع كافة عمليات التدريب الرياضي للأسس والمبادئ العلمية التي أمكن التوصل إليها في علوم الرياضة والتربية الرياضية وعلوم الحركة الرياضية وعلم النفس الرياضي وعلم الاجتماع الرياضي والإدارة الرياضية والعلوم التربوية بصفة عامة.

3- تعريف الشخصية:

إعطاء الشخصية تعريفها ثابتا ليس بالأمر السهل وذلك لوجود عدة تعاريف تختلف باختلاف آراء الباحثين والباحثات.

Eysenck يعرفها على أنها " التنظيم الثابت والدائم الى حد ما لطبع الفرد ومزاجه وتكوينه العقلي والجسمي، والذي يحدد أساليب توافقه مع البيئة بشكل مميز.²

ويعرفها "waston" هي مجموع انواع النشاط التي يمكن التعرف عليها من سلوك الفرد عبر فترة كافية من الزمن، وبمعنى اخر فالشخصية ليست سوى النتائج النهائي للعادات المنظمة لدينا، الشخصية هي مجموع الصفات والمزايا الذاتية التي يمتاز بها الشخص عن غيره سواء كانت تلك الصفات حسنة

¹عمر نصر الله قشطة: المدرب الرياضي من خلال معايير الجودة الشاملة، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط1، 2011، ص5.

²رمضان محمد القدافي: الشخصية نظرياتها وأساليب قياسها، منشورات الجامعة المفتوحة، 1993، ص15.

أو قبيحة، أو هي مجموع الصفات الجسمية والخلقية التي تصف بها الإنسان كما أن مجموعة الفروق التي تميز الشخص عن غيره.¹

3-1- اتجاهات علماء النفس لمفهوم الشخصية:

يمكننا أن نميز بين اتجاهين رئيسيين يؤثران في دراسة الشخصية:

3-1-1- الاتجاه الأول:

يضم علماء النفس المهتمين بالأفعال السلوكية أي بطريقة الملاحظة الخارجية، ومن هذا الإتجاه يظهر تعريف "واطسن" عام 1930 الذي يعد الشخصية هي: كمية النشاط التي يمكن إكتشافها بالملاحظة الدقيقة لمدة طويلة حتى يتمكن الملاحظ من إعطاء معلومات دقيقة وثابتة.

3-1-2- الإتجاه الثاني:

ويظم علماء النفس الذين اهتموا بالمدرجات أو المفاهيم الديناميكية أو القوة المركزية الداخلية التي توجه الفرد، ويظهر في هذا الاتجاه تعريف "مورتن برانس" عام 1934 الذي يعد الشخصية هي: "الكمية الكلية من الاستعداد والميول والغرائز والقوى البيولوجية الفطرية والموروثة وكذلك الصفات والاستعدادات والميول المكتسبة من الخبرة.

إن هذين التعريفين قاصران لأنهما يصوران جانبا واحدا من الشخصية ولا يندمج أحدهما في الآخر، فالأول خارجي يهتم بالسلوك الناتج عن الفرد من يراه من غيره والثاني يهتم بالمكونات الداخلية للفرد التي توجهه وتحدد سلوكه.

ومن التعاريف التي تجمع الاتجاهين ما يأتي:

يعرف مكنون الشخصية 1994: بأنها التنظيم الثابت لحد ما لخلق الفرد وصفاته المزاجية وذكائه وصفاته الجسمية، حيث تتعد باندماجها معا وتوافقها مع البيئة.

ويعرف "آلبورت" عام 1937 الشخصية: بأنها التنظيم الديناميكي من نفس الفرد لتلك الاستعدادات الجسمية والنفسية التي تحدد طريقة خاصة في التوافق مع البيئة.

¹محمد عطية الابرشى: علم النفس التربوي، الدار القومية للنشر، ط4، ص375.

ويعرفه ببرت عام 1937 الشخصية بأنها: النظام الكامل من الميول والإستعدادات الجسمية والعقلية الثابتة نسبياً التي تعد مميزة وتحدد طريقته الخاصة في التوافق مع البيئة المادية والإجتماعية.

من تعريف كل من البورت وبيرت تظهر فكرة تكامل الشخصية التي أنها ليست مجموعة صفات و إتجاهات وإنما هي وحدة مندمجة تعمل ككل، فهي تشبه المركب الكيمياء، كما يظهر في هذين التعريفين أهمية البيئة وأثر الصفات الفردية في توافقه معها.¹

4-العوامل المؤثرة في الشخصية:

4-1-الخبرة البيئية: قد يكون لخبرات الشخص داخل البيئة المحيطة به أثارها الرئيسية على خصائص نمو شخصية، وهذه الخبرات تكون فريدة، تتصل بشخص واحد فقط، أو تكون مشتركة بين العديد من الأشخاص.²

فتكوين شخصية الفرد تختلف باختلاف المنطقة التي ينمو بها، وتتأثر بعادات وتقاليد وخصائص المنطقة، فنجد أن الشخص الذي ترعرع في مجتمع محافظ يختلف عن الشخص الذي ترعرع في مجتمع متفتح على العصرية.

4-2-تأثير الوراثة: إن النمط الوراثي الخاص يتكون من اللحظة التي يتم فيها الإخصاب، يؤثر في شخصية الفرد التي سوف تنمو فيما بعد وفي الحالات المتطرفة، نجد أن تلف مخ الموروث أو التشوهات الولادة قد يكون لها تأثيرها الجلي على سلوك الفرد، وفضلا على ذلك تمس عوامل أخرى مثل الطول والوزن، الجلد وفعالية قضاء الحس، وما شبه ذلك قد يؤثر في نمو الشخصية.

4-3-التفاعل بين الوراثة والبيئة: ينتج الكثير من صفات الشخصية عن مزج من التأثيرات الوراثية والبيئية، لكن يسهل أن نرى الإثنين معا يعملان في تفاعل.

¹ صالح حسين الداھري، ناظم هشام العديدي: الشخصية والصحة النفسية، درا الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، ط1، 1999، ص250.

² انواف اوتينغ: مدخل في علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، 1994، ص250.

بصفة عامة كلما كانت العلاقة أوثق بين الفردين من الناس كلما كانت خصائص شخصيتهما أقرب الى التماثل، ومع ذلك فإن هذا الميل يتأثر بالظروف البيئية، وعلى ذلك فإن التوأمن المتماثلين اللذان يريان متباعدين يكونان أميل إلى التشابه من الأخوة غير التوأ¹.

5-أنواع الشخصية:

الشخصية نوعان فكرية وعملية فكثيرا ما يسأل الإنسان أيهما أفضل الأمور النظرية أم العلمية، فالتفريق بين النظريات والعلميات ليس بالأمر السهل لأنهما متكاملان، وكل منهما متوقف على الآخر، فالأفكار أمهات الأعمال.

5-1- الشخصية العلمية: لا شك في الشخصية العلمية تظهر في العمل والتنفيذ، مثل ذلك ما يقوم به الناس على أرض الواقع، فتتمثل الشخصية العلمية في المصلحين والقادة والمربين، الذين تر آثارهم في عملهم الذين قاموا به، وهي التي تحقق خدمة إنسانية، فالشخصية العلمية أكثر من رجال الفكر، فنحن نتأثر بالأعمال النبيلة أكثر ما نتأثر بالأفكار.²

وطالما صادفنا أشخاص كثر تتوفر فيهم كل الوسائل الضرورية وهي القوة والعزيمة والتنفيذ، فلم ينجحوا في أعمالهم لأنهم يميلون إلى الشك في أنفسهم وكثيروا النقد والتحليل ويضيعون الفرص التي قد لا تعود، ومن أهم وسائل تقوية الشخصية العلمية نذكر ما يلي:

- الرغبة في العمل.

- تحديد الفرص والطريق الموصل.

- الشعور بالواجب.

5-2- الشخصية الفكرية: وهي التي تعرف في أن الإنسان قوي بروحه، عظيم في خلقه وأن العالم الذي نراه اليوم بما فيه من تقدم وحضارة ما هو إلا عصارة أذهان تلك الشخصية القوية التي فكرت وتخلت وتصورت، والشخصية الفكرية تظهر في الشعور والفلسفة والفنون الجميلة، وفي الأعمال الهامة في الحياة

¹ أنوف أوتينغ: مدخل في علم النفس، مرجع سابق، ص250.

² محمد اليعقوبي: الوجيز في الفلسفة، المؤسسة الوطنية للطباعة، ط2، 1968، ص388.

تثبت في الإنسان المثل العليا وتزيده قوة، والنشاط الضروري لتنفيذ هذه المهمة والوصول إلى الهدف، ومن الصفات المميزة لهذه الشخصية:

- الهدوء العقلي، عدم الإضطراب النفسي، والقلق الذي يكتسب بالتربية والتهديب.

- الرضا بالحياة والفكر، ومعنى أن يرضى بما يحب الرضا به، ويحتج بما يجب الإحتجاج عليه.¹

6- مفهوم المدرب الرياضي:

يمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والمهم في عملية التدريب فتزويد الفريق أو الفرق الرياضية بالمدرّب المناسب يعد أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين والمسؤولين ومديري الأندية، إن إعداد اللاعب ويتبعه الفريق أصبح حدثاً متعدد الأنظمة يجذب إنتباه الفيزيولوجيين الأطباء والنفسانيين، وكلهم يتعاونون مع الرجل والذي دائماً ما يبقى في الصورة المركزية لكل فرد في الفريق فمن يكون هذا الرجل يا ترى؟ إنه المدرب، و "أن المدرب هو المحرك الأول للفريق وفي بعض مرافق الأداء الصعب يصبح المدرب بمثابة المعلم، فمهنته الأساسية بناء لاعبيه وإعدادهم بدنياً ونفسياً، ومهارياً وفنياً للوصول بهم إلى أعلى المستويات، فهو أولاً وأخيراً يقع على عاتقه العبء الأكبر من المنهج التدريبي والنشاط التدريبي وأخيراً يجب توضيح حقيقة هامة وهي أن مهنة التدريب تعتبر من الوظائف الصعبة تحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص فهذه المهنة تحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير.²

ويعرف الدكتور "وجدي مصطفى الفاتح" المدرب الرياضي بأنه: "الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم تأثيراً مباشراً، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب

¹ محمد عطية الابريشي: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص 381.

² بوكبوس محمد لمين: دور كل من السلوك القيادي للمدرّب والتوافق النفسي الاجتماعي للاعبين في تماسك الفريق الرياضي، دراسة ميدانية لبعض نوادي رياضة كرة القدم بشرق الجزائر، أطروحة دكتوراه في النشاط البدني الرياضي التربوي جامعة الجزائر 3، 2016، ص126.

تطوراً، متزناً لذلك وجب ان يكون المدرب مثلاً أعلى يتحدى بيه في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب.¹

كذلك يعد المدرب الرياضي من الشخصيات التربوية التي تقوم بدور القيادة في العملية التربوية والتعليمية ويؤثر تأثيراً كبيراً ومباشراً على شخصية الفرد الرياضي.

7- تقسيمات (مستويات) المدربين:

7-1-1- المدرب العام:

ويطلق عليه أحياناً المدرب الفني أو المدرب الرئيسي وهو المدرب المسؤول عن تخطيط وتنسيق وتقييم العملية التدريبية.

7-1-2- المدرب:

وهو المسؤول عن القيام بتنفيذ العملية التدريبية بالتنسيق مع المدرب العام وهناك تخصصات متنوعة مثل مدرب اللياقة البدنية أو مدرب الحراس... الخ.

7-1-3- المدرب الأخصائي:

وهو يدخل ضمن إطار هيئة التدريب مثل أخصائي التغذية،

وأخصائي العلاج الطبيعي والإصابات والأخصائي النفسي... الخ.²

8- خصائص وصفات المدرب الرياضي الناجح:

ويتضمن نوعية السمات الشخصية التي يتسم بها المدرب الرياضي ومدى تفاعل هذه السمات بعضها مع بعض، وكذلك السلوك المفضل لدى المدرب الرياضي وعما إذا كان هذا النمط السلوكي نحو الاهتمام بالأداء والاهتمام بمشاعر اللاعبين ونحو الاهتمام بكل اللاعبين والأداء معاً وكذلك مقدار النفوذ

¹بوفليغة عيسى، وآخرون: دور شخصية المدرب في تحسين أداء لاعبي الكرة الطائرة، دراسة ميدانية في بعض اندية ولاية جيجل، صنف أواسط، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس تخصص تدريب رياضي تنافسي، علوم، جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل، 2016-2017، ص 18.

²محمد فتحي الكردي: المدرب الرياضي للألعاب الجماعية والفردية، مرجع سابق، ص 8.

الشخصي أو نفوذ المنصب أو المركز الذي يساهم في التأثير والتوجيه على سلوك اللاعبين. وفيما يلي نذكر بعض الخصائص والصفات التي يتميز ويتمتع بها المدرب الرياضي وهي كما يلي:
8-1- أن يكون مؤمنا محبا لعمله مقتنعا بقيمته في تدعيم وتربية وتدريب اللاعبين للوصول بهم الى المستويات العليا.

8-2- أن يكون معدا مهنيا حتى يستطيع التقدم باستمرار.

8-3- أن يكون قادرا على اختيار الكلمات المناسبة والمعبرة عن أفكاره تعبيراً واضحاً.

8-4- أن يتميز بعين المدرب الخبيرة في اكتشاف المواهب.

8-5- أن يكون ذكياً، متمتعاً بمستوى عال من الإمكانيات والقدرات العقلية.

8-6- أن يبني علاقاته على الحب، والاحترام المتبادل مع زملائه في الأجهزة التي يعمل معها الجهاز

الفني، الطبي، الحكام، الجمهور وكذلك احترام تنفيذ القوانين ومراعاة اللعب والتنافس النظيف والشريف.

وهناك من يرى بأن الصفات التي يجب توفرها في المدرب الرياضي هي:

✓ التمتع بتقدير عالي للذات (عالي الإنتاج في تخصصه).

✓ ممارسة المسؤولية الشخصية.

✓ الانضباط الذاتي.

✓ المثابرة.

✓ اللياقة البدنية والتمتع بالصحة الجيدة.

✓ التنفيذ العملي لما يجب يقوم به.

✓ الاحتفاظ بقدر عالي من الصدق والأمانة.

✓ المرونة والقدرة على التكيف حسب الظروف المحيطة والطارئة.

✓ التواصل مع الجميع بشكل جيد (اللاعبين - أولياء الأمور - الجمهور ... إلخ).

✓ السعي المتواصل لتحسين الذات (معرفة ما هو جيد).

✓ الاطلاع على أحدث الكتب والمؤلفات.

✓ الاتصال بالعالم الخارجي.

✓ معاملة الجميع بطريقة عادية.

✓ احترام الالتزامات والعهود والاتفاقيات.

- ✓ لفت أنظار اللاعبين أو المسؤولين لأخطائهم بطريقة غير مباشرة.¹
- بالنسبة لخصائص وصفات المدرب الرياضي الناجح، فإنه تتحدد في النقاط التالية:
- ✓ يتميز بالواقعية وعدم الغرور والإخلاص في العمل.
- ✓ يتميز بالاحترام المتبادل وبالتفكير العقلاني والمنطق.
- ✓ يتميز بالثبات الانفعالي والتماسك في المواقف الصعبة.
- ✓ يتميز بالحماس والرغبة في تحقيق الفوز والثقة بالنفس.
- ✓ يتميز بالقدرة على اكتشاف الموهوبين وبالعدل وعدم التفرقة بين اللاعبين.
- ✓ يهتم بالثقافة الرياضية العامة والخاصة.
- ✓ يتميز بالأخلاق الفاضلة وبالأمانة وعدم التعدي على الآخرين.
- ✓ قادر على التنظيم والتنسيق في الظروف الصعبة.
- ✓ قادر على التخطيط العلمي السليم لبرامج التدريب.
- ✓ قادر على الربط بين الأفكار.
- ✓ يتميز بالوفاء والجدية في العمل.
- ✓ يستطيع الدعابة والمرح وفقا للظروف المناسبة لذلك.
- ✓ يتميز بالمرونة وقراءة المواقف الصعبة المتغيرة.
- ✓ يتمتع بقدر عال من التأهيل المهني.
- ✓ يكون مثقفا ومطلعا على كل مستجدات العصر.
- ✓ أن يكون لائقا طيبا ورياضيا ويتمتع بصحة جيدة.
- ✓ يجب أن لا يكون مدخنا حتى لا يكون قدوة للاعبين.²

في حين يشير عادل عبد البصير إلى إن المدرب أو المدرس أو القائد الرياضي بصفة عامة يعتبر المثل الأعلى لتلاميذه أو طلابه أو لاعبيه لكون تصرفاته تنعكس على تلاميذه خلال احتكاكه اليومي بهم لذا يتطلب توافر الخصائص التالية في المدرب أو القائد الرياضي:

➤ الثقة بالنفس:

¹محمد فتحي الكردي، المدرب الرياضي للألعاب الجماعية والفردية، مرجع سابق، ص9.

²بوكوبوس محمد أمين: دور كل من السلوك القيادي للمدرب والتوافق النفسي الاجتماعي للاعبين في تماسك الفريق الرياضي، مرجع سابق، ص126.

الثقة بالنفس سمة تستسقى من أحكام أو تقديرات الشخص لصورة نفسه أو أدائه أو تصوره عن نفسه وخصائص الثقة بالنفس لدى المدرب أو القائد الرياضي يمكن أن تظهر في السلوك الذي يتميز به بما يلي: السعادة والواقعية الصلابة الحذر اليقظة الحيوية الطاقة الخلو من الخوف والقلق الأمل الطمأنينة.

➤ الشجاعة:

وتقضي الشجاعة المشي نحو ميدان الرياضات مع الجرأة المفعمة بالحيوية والثقة بالنفس ويمكن أن نفرق بين ثلاثة أنواع من الشجاعة:

✓ شجاعة بدنية:

وتتضمن الجسارة وهذا هو الاحترام عن طريق الجميع.

✓ شجاعة ذهنية:

وهي امتلاك القوة الاساسية والتصرف فيها بحكمة.

✓ شجاعة أخلاقية:

عملها الصواب والخطأ، وتصمم بواسطة المعايير الاجتماعية.

➤ الأمانة:

هي الحقيقة ولا بد أن تحترم كتعبير مضبوط للواقع الذي يثبت صحته والأمانة تقابل الخداع والترتيب وتتضمن الحقيقة في العمل والمحافظة على الوعود ومقاومة الكذب والخداع والمدربون أو القادة الرياضيون مسؤولون عن أنفسهم وليس عن الآخرين في إجراء الدستور الأخلاقي والمعايير الأخلاقية يجب أن تكون كاملة ولا تكن مصممة عن طريق رأي الأغلبية.¹

➤ الشرف:

الشرف تأثير مطلوب والفرد يصبح شريفا يحافظ على كلمة أو وعد ويكون واضحا في أداء واجبه المحدود وفي التعامل بشرف مع اللاعبين ويتضمن الشرف المبادئ لمهنة التدريب وعمل ما هو مطلوب عمله للفرد بالضبط.

➤ العدل:

¹ بوفليغة عيسى وآخرون: دور شخصية المدرب في تحسين أداء لاعبي الكرة الطائرة، دراسة ميدانية في بعض اندية ولاية جيجل، مرجع سابق، ص19.

يتضمن العدل النزاهة في مواقف اللعب بدون تحيز والمدرب يقوم في الأصل بالقضاء حيال اللاعبين والقواعد التي تحكم المشاركة.

➤ الإخلاص:

الولاء أو الانتماء من أهم الصفات التي يجب توفرها لدى المدرب أو القائد الرياضي وتتطلب من الأفراد أن يعطوا ما يمكنهم وأن يكون لديهم الولاء للمؤسسة ولإدارة التي يعملون فيها.

➤ المثابرة:

وهي القدرة على التحمل ببطء وثبات التقدم نحو الهدف المحدد وتتضمن بعض التقدم مع عدم الاستخفاف بالعوائق كما أنها توضح نقطة انطلاق جديدة لتحقيق النجاح دون فقدان الأمل.

➤ المسؤولية:

تتضمن المسؤولية مسؤولية الفرد عن أفعاله أولاً وأخيراً، أي تحمل نتائج ما يتخذه من قرارات سواء كانت هذه النتائج ايجابية أو سلبية بدون أن يلقي اللوم على الآخرين فالمدرّب هو المسؤول الأول والأخير عن نتائج فريقه وعن تصرفاته خلال التدريب والمنافسات.

➤ ضبط النفس:

خاصية هامة وضرورية نسعى الى تحقيقها لدى الرياضيين فامتلاك الأفراد لضبط النفس سوف يقودهم إلى الشكل المقبول فالأفراد المتزني العقل يكونون ثابتين راسخين وأقوياء إذا خسروا المباراة ولا يلومون الآخرين وعندما يكسبون المباريات يحتفظون باتزانهم ومن يمتلك هذه الخصائص سيكونون أسياد قدراتهم.¹

➤ الصدق:

يتضمن الصدق السلوك الواضح والتربية والأمانة في قول الحق والتكلم بصراحة في قوة وحماسة والفرد الذي يمتلك هذه الخصائص دائماً ما يمتلك شيئاً ما يعطيه.

➤ العلاقات الرياضية:

الاتزان أحد المعتقدات الأساسية للعلاقات الرياضية التي تثبت جذورها من القاعدة الذهنية عامل الناس بما تحب أن يعاملوك وتتطلب هذه القاعدة كمية ملائمة من الاتزان العقلي والحضور الذهني.

9-أنواع المدربين الرياضيين:

¹بوفليغة عيسى وآخرون، دور شخصية المدرب في تحسين أداء لاعبي الكرة الطائرة، دراسة ميدانية في بعض اندية ولاية جيجل، مرجع سابق، ص19.

الحقل الرياضي مليء بأشكال وأنواع مختلفة من المدربين الرياضيين الذين يعملون في الملاعب المفتوحة وداخل القاعات المغلقة قد اشار **صبحي حسانين** في هذا الموضوع حيث أوضح سيادته بأن أنواع المدربين يكونون على النحو التالي:

9-1- المدرب المثالي:

وهذا النوع من المدربين نجدها مثالية إلى حد ما في تفكيرها وأخلاقها وتعاملها وأسلوب قيادتها للاعبين وطريقة الحوار مع لاعبيها مع الإدارة والنقاد الرياضيين.

9-2- المدرب المتسلق:

الذي يرغب في سرعة الوصول إلى المستويات العالية دون بذل الجهد والعطاء ودائماً يتقرب للمسؤولية بطريقة مكتوبة ويوضح لهم أنه الأفضل في منصبه دون أن يحقق نتائج إيجابية إذ تم الإطاحة به فلا يجد مكان له بين المدربين الشرفاء.¹

9-3- المدرب الطموح:

وهذا النوع من المدربين دائماً يرغب في التجديد ومعرفة أحدث الأساليب التدريبية والإهتمام بالبحث العلمي والتقييم المستمر للعملية التدريبية.

9-4- المدرب المجتهد:

الذي يرغب في التجديد وزيادة معلوماته ومعارفه من خلال اشتراكه في الدورات التدريبية سواء بالداخل أو بالخارج.

9-5- المدرب الواقعي:

وهو المدرب الذي ينظر إلى الأمور بنظرة واقعية.

9-6- المدرب الحائر:

وهذه النوعية من المدربين قليلة الحيلة وينقصها الواقعية والالتزام ولذلك نجد أن مستوى التفكير لدى هؤلاء المدربين ينقصها الدقة والوعي.

9-7- المدرب الطواف:

¹ بوفليغة عيسى وآخرون، دور شخصية المدرب في تحسين أداء لاعبي الكرة الطائرة، دراسة ميدانية في بعض اندية ولاية جيجل، مرجع سابق، ص 21.

وتكون هذه النوعية من المدربين غير مستقرة على وضع معين وينظر إلى الجانب المادي كأساسي في تنفيذه للتدريب.¹

9-8- المدرب الحديث:

وهذه النوعية من المدربين نجد أنها كثيرة الاطلاع ترغب في التحديث وبعضهم يجيد أكثر من لغة أجنبية ودائماً الاشتراك في الدورات التدريبية المتقدمة في الدول الأجنبية.

10- وظائف وواجبات المدرب الرياضي:

10-1- وظائف المدرب الرياضي:

هناك مجموعة من الوظائف التي يجب على المدرب القيام بها من تدريب ووظائف اجتماعية وكذلك وظائف تتعلق بتطوير الشخصية إلا أن التدريب يعتبر الوظيفة الأكثر أهمية بالنسبة لعمل المدرب لأن نجاح المدرب في هذه الوظيفة بأقطابها الأربعة البدنية والمهارية والخطبية والنفسية، فالتدريب الجيد يؤدي إلى نتائج جيدة وهذه النتائج دوماً في نظر المتبعين هي المقياس الحقيقي لنجاح المدرب كما يجب على المدرب العمل المستمر على خلق ظروف التماسك الدائم بين أفراد الفريق، ويرى "توماس ريموند" THOMAS Raymond إن وظيفة المدرب كما يلي:

تتضمن كل الفرق على شخص له دور متميز فهذا المدرب له ميزة إيصال المهارات الحركية وتلقينها، وتسطير، وتخطيط التدريب، وتوزيعه بطريقة علمية من حيث الكم والكيف، العمل على خلق جو إجتماعي يسهل من العمل، كما من دوره حل النزاعات والحد من الصراعات والوقوف في وجه المشاكل التي تهدد الأداء الحسن للفريق.¹

ويبدو أن وظيفة المدرب تتعدى وبوضوح التدريب، ووضع البرامج الفصلية والسنوية بل له دور المعلم والمربي والموجه، والمحافظة على العلاقات الحسنة في الفريق.

10-2- واجبات المدرب الرياضي:

المدرب الرياضي هو العمود الفقري لعملية التدريب، حيث تقع على عاتقه هذه المسؤولية، والمدرب يجب أن يكون قائداً تربوياً متقهما لواجباته من الناحية التربوية، كما أن عليه أن يكون مثلاً أعلى لكل

¹ بوكبوس محمد لمين: دور كل من السلوك القيادي للمدرب والتوافق النفسي الاجتماعي للاعبين في تماسك الفريق الرياضي، مرجع سابق، ص 129.

اللاعبين من الناحية، وخاصة الناشئين هذا بالإضافة إلى أن سلوكه في الحياة العامة يجب أن يتصف بالإدراك الكامل بمسؤولياته إن عملية التدريب الرياضي تلقي عدة مسؤوليات على المدرب نتيجة طبيعة العمل، والعلاقة المتعددة مع اللاعبين، والأجهزة الفنية، والإدارية، وسوف نحدد هنا بعض من تلك الواجبات التي يجب على المدرب أن يحققها خلال عمله في تدريب الفريق، ومن أهم الواجبات التي يسعى المدرب لتحقيقها، واجبات تربوية، واجبات تعليمية فنية وتتلخص فيما يلي:

10-2-الواجبات التربوية:

10-2-1-العمل على أن يحب اللاعب لعبته أولاً، وأن يكون مثله الأعلى وهدفه الذي يعمل على أن يحققه برغبة أكيدة، وشغف وهو الوصول إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي، وما يقتضيه ذلك من بذل جهد طبيعي.

10-2-2-زيادة الوعي الوطني للاعب وبيدأ اللعب هنا على تربية الولاء الخالص للاعبين نحو ناديهم ووطنهم، ويكون هذا الولاء هو القاعدة التي يبني عليها تنمية باقي الصفات الإرادية، والخلاقية للاعب.

10-3-الواجبات التعليمية:

وتتمثل الواجبات التعليمية التي يسعى إليها المدرب فيما يلي:¹

10-3-1-التنمية الشاملة المتزنة للصفات والقدرات البدنية الأساسية، كالقوة العضلية، السرعة والتحمل، المرونة، الرشاقة، وغيرها من الصفات أو القدرات البدنية.

10-3-2-التنمية الخاصة للصفات أو القدرات البدنية الضروري لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه اللاعب الرياضي.

10-3-3-تعليم القدرات الخطئية الضرورية للمنافسات الرياضية.

10-3-4-إكتساب المعارف والمعلومات النظرية على النواحي الفنية للأداء الحركي ومن خطط اللعب وطرق التدريب المختلفة، والجوانب الصحية والنفسية، والقوانين واللوائح، والأنظمة الأساسية المرتبطة بالنشاط الرياضي التخصصي.

10-3-5-يجب عليه تنبيه الفريق للقيام بعمليات التسخين العامة قبل بدء المباراة

10-3-6-بالإضافة إلى الواجبات التي يلخصها "تاهد سكر" والمتمثلة في:

¹ بوكبوس محمد لمين: دور كل من السلوك القيادي للمدرب والتوافق النفسي الاجتماعي للاعبين في تماسك الفريق الرياضي، مرجع سابق، ص128.

➤ الإعداد البدني:

وهو الواجب الأول للمدرب إذ أن اللاعب بدون قدرة بدنية لا يستطيع أن يؤدي المباريات بإتقان، وهذا ما يؤثر نسبيا على مستوى تنفيذ لخطط اللعب.

➤ الإعداد المهاري:

وذلك بالعمل على أن يصل اللاعب إلى الإتقان التام والمتكامل في الأداء الفني للمهارة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، ويهدف المدرب إلى تلقين اللاعب إتقان المهارة، وهذا يساعد على أن يعيد تفكيره في تنفيذ التحرك المخطط فقط مما يسهل عمله ويجعله أكثر تركيزا.

➤ الإعداد الذهني:

إن العقل السليم، والتصرف الحسن، والمبادرة متطلبات هامة جدا لكل لاعب أثناء المباراة وخاصة أثناء اللحظات الحاسمة.

ومن خلال هذا كله يمكننا أن نستخلص واجبات المدرب الرياضي لكرة القدم.¹

- ✓ تنمية الصفات الخلقية والمفاهيم لدى اللاعبين.
- ✓ القدرة على الاحتفاظ باللياقة البدنية.
- ✓ شرح وتطبيق مهارات اللعبة وخططها للاعبين.
- ✓ الإلمام الكافي بثتى المعلومات التي لها علاقة بالتدريب في اللعبة لرفع مستوى اللاعبين والفريق.
- ✓ المعرفة بالقوانين والأنظمة للدورات والمنافسات الرياضية.
- ✓ الإلمام بالمعلومات الخاصة بتنمية شخصية اللاعبين، والقدرة على التأثير على الآخرين وقيادتهم.
- ✓ إعداد الفريق نفسيا وبدنيا قبل بداية المنافسة.

¹ صلاح الدين عيساني: دور الاتصال بين المدربين واللاعبين في الرفع من نتائج الفريق، دراسة ميدانية لفر القسم الوطني الاول للكرة الطائرة (رائد رجاء المسلة، نادي برج بوعريريج)، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية جامعة المسيلة، 2008-2009، ص35.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نجد أن المدرب هو العمود الفقري للفريق، إذ يقع على عاتقه المسؤولية وقيادة الفريق وتوجيه اللاعبين من خلال احتكاكه الدائم بهم، وهو الوحيد القادر على تكوين أعضاء الفريق وإعدادهم عن طريق ممارسة النشاط الرياضي من خلال عملية التدريب التي يتحدد بها أداء الفريق، ويرتبط ذلك بمدى قدرة المدرب على إدارة وتنفيذ عملية التدريب ونجاحه بالارتقاء بقدرات لاعبيه، وبناء العلاقات الجديدة معهم بغية الوصول باللاعبين والفريق الرياضي إلى أعلى المراتب تحقيق أهداف وغايات الفريق، وغالبا ما يحتل هذا النوع من المدربين مكانة عالية في نفوس أفراد الفريق والجمهور والمسؤولين.

الفصل الثاني

الأداء الرياضي

تمهيد:

إن الأداء الرياضي يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكيات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر متواصل في كل أفعاله وأقواله لتحقيق أهداف معينة ومن أجل بلوغ حاجاته وأغراضه المددة سواء كان في المجال العلمي أو التعليمي أو المجال الرياضي، وللوصول بفريق ما لتحقيق نتائج إيجابية يعتمد بالدرجة الأولى على إتقان أفراد الفريق للمبادئ الأساسية للعبة وفي جميع المواقف، ويعتمد على الأسلوب الصحيح والعلمي في طرق التدريب والتحضير النفسي الجيد للوصول باللاعب إلى نتائج جيدة في الأداء مع أفضل اقتصاد في المجهود.

1- مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنجز، فيذكر "thomas": أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة، وترتبط كثيرا بين العمل والرياضة والفريق، لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء كانت ذات صلة كبيرة بالإنتاج.

وكان تعريف منصور 1973 للأداء: بأنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة، وتأسيسها على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد ترتكز على أمرين هما:

الأول:

مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله، أي واجباته ومسؤولياته.

الثاني:

يتمثل في صفات الفرد الشخصية ومدى ارتباطها وآثارها على مستوى أداء عمله، ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكانية الاعتماد على العامل وتفكيره المتزن والاستعداد الشخصي له، ويرى "thomas" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة والاستعداد والدافعية... وأغلبها تشكل مفهوم الأداء حيث ذكر "singer" 1975: أن الأداء هو المهارات المكتسبة، ويضيف "thomas": أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة.¹

ويعرف عصام عبد الخالق 1992 الأداء بصفة عامة حيث يذكر: هو انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك وصل إلى نتيجة وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم.²

¹ عبد الغفار عروسي، دحمان معمر: دور قلق المنافسة في التأثير على مردود اللاعبين، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2004-2005.

² عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1992، ص168.

ويستخدم محمد نصر الدين رضوان وآخرون مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح "الأداء الأقصى" ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات كمها المجال النفسي الحركي التي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات.¹

2-أنواع الأداء:

2-1-الأداء بمواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المدرب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف في وحدة مناسبة.

2-2-الأداء الدائري:

طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤديون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

2-3-الأداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

2-4-الأداء في مجموعات:

يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب الرياضي على شكل محطات، حيث يقوم اللاعبين الذين يشكلون كل مجموعة بالأداء بصورة فردية، وتعد من أقدم طرق التدريب الرياضي.²

2-5-الأداء الوظيفي يتحكم في وضع الجسم:

¹ محمد نصر الدين رضوان: مقدمة في التقويم والتربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3، 1992، ص168.

² حملاوي سارة: انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر، جامعة البويرة، 2014-2015، ص 17.

الانقباض الانعكاسي أو التلقائي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي أو الشد التلقائي، والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم نوعان:

- انعكاسات ثابتة، وتنقسم إلى انعكاسات عامة وأخرى جزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف الأربع.

- انعكاسات حركية أو وضعية، وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو أداء أي عمل أو حركة رياضية أو عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة.

فالتغير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كافٍ لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدًا للرجل في الارتفاع للأمام.

2-6- الأداء الرياضي والجهاز العصبي:

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يقي أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، ويوجه وظائف الأجهزة الوظيفية، للأداء الانعكاسي أهبة كبيرة أثناء أداء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهدا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية.¹

3- العوامل المساهمة في الأداء:

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأولى وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجات الأداء في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي:

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.
- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي.

¹ حملاوي سارة: انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة، مرجع سابق، ص18.

- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس وغيرها.¹

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل أهمها ما يلي:

3-1- القوة العضلية:

تعتبر القوة العضلية من أهم وأكثر العوامل المرتبطة بالأداء في جميع الألعاب الرياضية، وتكمن هذه الأهمية بصفة خاصة بالدور الذي تلعبه القوة في أداء المهارة أثناء المنافسة وأثناء التدريب واكتساب المهارة وفي تثبيتها وتحسينها.

3-2- التوازن:

التوازن مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف وأثناء الحركة وهناك نوعين من التوازن (ثبات، ديناميكي)، ولقد اتفق العديد من الأخصائيين على أن التوازن يلعب دورا هاما في العديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب درجة عالية منه كالرقص، التزلج على الجليد والجمباز.

3-4- المرونة:

تشير المرونة إلى مدى الحركة على المفاصل المعينة أو مجموعة المفاصل المشتركة في الحركة: حيث تتأثر بتركيب العظام التي تدخل في تكوين المفاصل وبالخصائص الفيزيولوجية للعضلات والأربطة والأوتار وجمع الأنسجة المحيطة بالمفاصل وتعتمد المهارات في معظم الألعاب الرياضية على مرونة أكثر من مفصل واحد من مفاصل الجسم لأن المهارة خلال أدائها تتطلب تكاتف جهود المهارة في نظام لأداء حركات في آن واحد أو بالتدرج ..، وتتطلب معظم الألعاب الرياضية توفر مستويات مختلفة ومتباينة من المرونة فهناك رياضات تتطلب نوع من المرونة المتوسطة بينما هناك أنشطة تتطلب مستوى عالي من المرونة،

3-4- التحمل:

¹ محمد حسن علاوي، نصرالدين رضوان: الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1987، ص 41-42.

يساهم التحمل في أداء الألعاب الرياضية المختلفة بدرجة تختلف باختلاف نوع وطبيعة النشاط ويتفق العديد من الباحثين على أهمية كل من التحمل العضلي والتحمل الدوري التنفسي بالنسبة للكثير من الأنشطة الرياضية كالسباحة، العدو، كرة القدم وغيرها من الرياضات الجماعية.

بينما تتطلب بعض الأنشطة الأخرى مستوى أقل من التحمل العضلي والتحمل الدوري التنفسي مثل التنس.

3-5- الذكاء:

يتطلب الأداء الحركي العام في معظم الألعاب الرياضية المنظمة ضرورة توفر الحد الأدنى من الذكاء العام، وإضافة إلى هذا ثبت أن بعض الرياضات الجماعية تستخدم خطط واستراتيجيات خاصة، تستلزم توافر مستويات مرتفعة من القدرة العقلية العامة لأداء النشاط بنجاح.¹

3-5- السرعة:

مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تتنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل، سرعة الجري لمسافات قصيرة ... إلخ.

والسرعة في مفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في الألعاب.

3-7- الرشاقة:

الرشاقة تشبه السرعة من حيث أهميتها في الألعاب الجماعية والفردية فاستخدام الرشاقة مع السرعة أو ما يطلق السرعة في تغيير الاتجاه نظرا لما تحدثه من تغير في المواقف خاصة خلال المنافسة.

3-8- التوافق:

هو القدرة على الربط أو الدمج بين عدد من القدرات المنفصلة في إطار حركي توافقي واحد للقيام بأعمال وواجبات مركبة أكثر صعوبة، والتوافق بهذا المفهوم يعتمد بالدرجة الأولى على التوقيت السليم بين عمل الجهازين العضلي والعصبي.

من ناحية أخرى لم تكشف الدراسات العلمية عن وجود للتوافق يمكن استخدامه للتنبؤ بالقدرة التوافقية للألعاب الرياضية، لهذا يظهر ارتباطه بطبيعة المهارات الخاصة في النشاط حسب اختلافه.

3-9- القدرة الإبداعية:

¹ فضيل موساوي، عبد القادر قللال: عامل الضغط النفسي ومدى انعكاسه على أداء الرياضي أثناء المنافسة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 2003-2004، ص 77.

تشير بعض الدراسات التخصصية في علم النفس الرياضي إلى أن الألعاب الرياضية التي تحكمها قواعد ونظم وقوانين محددة، يقل فيها الإبداع الحركي في الأنشطة التي تتطلب التوقع الحركي، وكذا الأنشطة التي تستلزم توافق القدرة على الإبداع الحركي بدرجة عالية نسبياً.

3-10-الدافعية:

يؤكد معظم الباحثين والمتخصصين في مجالات الدراسات النفسية التربوية على أهمية الدافعية كعامل مؤثر في نتائج اختبارات الأداء العقلي والبدني، وتعد الدافعية في الوقت الحالي من أهم العوامل التي يوليها العاملون في المجال الرياضي اهتماماً كبيراً، وخاصة في مجالات التدريب والتعليم والمنافسة الرياضية. ولقد قسم بعض العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة ودوافع غير مباشرة وقسم "pumi" 1963 الدوافع طبقاً للمراحل الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة، وهذه المراحل هي:

- مرحلة الممارسة الأولية من نشاط رياضي.
- مرحلة الممارسة الفعلية.¹

4- دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي:

يعد ثبات الأداء الرياضي للاعب أحد المؤشرات الهامة لعمل المدرب حيث أنها تعبر عن ارتفاع وازدهار كافة جوانب إعداده إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

- درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسات.
- كيفية التحكم في انفعالات اللاعب أثناء المنافسة.
- الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.

وثبات الأداء الحركي للاعبين يعني القدرة أو الإمكانية في المحافظة المستمرة والمستقرة على مستوى عال من الكفاءة الحركية سواء خلال الظروف القصوى للتدريب أو المسابقات في إطار حالة نفسية إيجابية ويؤثر على حالة ثبات الأداء الحركي مجموعة من العوامل النفسية منها ما يلي:

- الصفات العقلية ودرجة ثباتها مثل: التذك، الانتباه، سرعة رد الفعل، التصور لتنفيذ مختلف الواجبات الحركية المهارية في كافة الظروف التدريبية أو التنافسية سواء كانت عالية أو منخفضة الشدة وذلك عن طريق ظهور بعض ردود الأفعال العصبية المترتبة على ذلك بغض النظر عن حالة الإجهاد والصعوبات الخارجية،

¹ فضيل موساوي، عبد القادر قلال: عامل الضغط النفسي ومدى انعكاسه على أداء الرياضي أثناء المنافسة، مرجع سابق، ص 78.

- الصفات الشخصية ودرجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات مثل الدوافع المساعدة في تحقيق الإنجاز ودرجة الثبات والاستقرار أو الاتزان العاطفي للاعب، مستوى التنافس أو الطموح النفسي ودرجة تغييره أو تبديله على ضوء خبرات الفشل أو النجاح التي يحققها اللاعب، ومستوى نمو العمليات العصبية والنفسية والمقدرة على تحمل الأعباء النفسية.
- المقدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل وأثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع والأشكال سواء كانت (صعوبات داخلية أو خارجية)، فالتحكم الواعي في مثل هذه الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد على الإرتفاع في درجة ثبات أداء اللاعبين خلال المباراة، كذلك المساعدة في تمييز كافة العوامل التي تساعد على عدم تركيز اللاعب قبل المنافسة.
- العلاقات النفسية والاجتماعية بين أفراد الفريق والتي تساعد على الأداء الثابت للفريق المتمثلة في درجة التحام أو تماسك الفريق بما يحقق جوا نفسيا وعلاقات متبادلة وملائمة.¹

5- اعتبارات المدرب عند تقويم الأداء الرياضي:

- يجب أن يكون هناك تقويم لمستوى الأداء عقب نهاية كل وحدة تدريبية لكي يتسنى للاعبين التعرف على مستواهم خلال الوحدات التدريبية لكي يستطيعوا مواصلة التقدم خلال الوحدات التدريبية اللاحقة وهناك اعتبارات على المدرب مراعاتها عند تقويم هذا الأداء وهي:
- لكل وحدة تدريبية هناك هدف لذلك على المدرب تبليغ اللاعبين بتحقيق ذلك الهدف أو عدمه وكذلك تحقيق هدف للوحدة التدريبية اللاحقة وهكذا، لذلك عند وضع الوحدة الجديدة يجب أن يكون هناك تفادي لجميع الأخطاء والسلبيات التي رافقت الوحدة التدريبية والبدء من جديد في الوحدة اللاحقة.
- أن يكون هناك تسجيل لسلبيات وإيجابيات وحدة تدريبية ليتسنى بعد ذلك من مراجعة شاملة والتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين والتحقق من تحقيق الأهداف المرسومة.²

6- فئات تصنيف الرياضيين على أساس النتائج ونوعية الأداء:

¹ وجدي مصطفى الفاتح، محمد السيد لطفي: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر، 2000، ص167.

² بوغري محمد: دراسة علاقة العملية التدريبية بالأداء الرياضي للاعب كرة اليد، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر، جامعة البويرة، 2014-2015، ص19.

إن نتائج أي مسابقة لأي رياضي تقع في واحدة من الفئات الأربع المحددة، حيث يمكن للرياضي أو الفريق أن يكسب أو يخسر المباراة، كما يمكن أن يكون مستوى الأداء جيدا أو ضعيفا وهذه الفئات هي:

6-1- المكسب والأداء الجيد:

تعتبر هذه الفئة الأسهل في التعامل مع الرياضيين حيث أن الأداء الجيد والمكافأة أي الفوز تحقق وتمنح المدرب بتوجيه التقدير للرياضيين على هذا الإنجاز، كذلك من الأهمية تفسير نجاح الرياضيين في ضوء ما يتمتعون به من قدرات مهارية ونفسية، حيث أن ذلك يزيد من ثقتهم بأنفسهم وقيمة الذات لديهم إضافة إلى ما سبق يجب التركيز أكثر على الجهد الذي يبذله الرياضيون في المباراة وأهداف الأداء، كما يجب عدم التركيز على المكسب فبالرغم من أنه شيء مستحب، وتجدر الإشارة إلى أهمية توجيه الرياضيين إلى النقاط السلبية في المباراة، وماهي الاقتراحات لتطوير الأداء، على أن يتم في التمرين التالي ولس بعد المباراة مباشرة ويقدم في شكل التوجيه البناء وليس النقد السلبي.

6-2- المكسب ولكن الأداء ضعيف:

عندما يكسب الفريق مباراة أو يحقق فوز بالرغم من أن مستوى الأداء في المسابقة كان ضعيفا فمن الأهمية أن يعرف أفراد الفريق أن المكسب الذي تم تحقيقه جاء بسبب ضعف المنافس وليس كنتيجة لقدراتهم وجهدهم وذلك يخالف الواقع.

هذا بالرغم من ضعف الأداء فمن الأهمية مكافأة الرياضيين الذين تميزوا بالأداء الجيد ومساعدة الرياضيين من التعرف على جوانب الضعف ومن تم التمرن عليها وتطويرها. وبشكل عام، من الأهمية أن لا يكون التوجيه ضربا من العقاب نتيجة ضعف الأداء، ولكن يقدم في شكل إيجابي وبناء.

6-3- الخسارة لكن الأداء جيد:

تمثل هذه الفئة من النتائج المتوقعة الأكثر صعوبة، فما أقصى على النفس من الخسارة بالرغم من الأداء الجيد، وهنا يجدر التساؤل عن كيفية تدعيم النواحي الإيجابية للأداء، وكيف يمكن التعامل مع انخفاض الروح المعنوية للرياضيين أو الفريق؟

ربما كان من المناسب أن يقدم المدرب حديثا موجزا مع الرياضيين عقب المباراة، ربما لا يتجاوز الدقيقتين حيث أن كل رياضي يعيش تجربة الفشل بطريقته، ويفضل أن يتضمن الحديث النقاط التالية:

- تقدير الجهد والأداء المتميزين بالرغم من الخسارة.
- الخسارة تعتبر شيئا طبيعيا ومتوقعا في الرياضة ولا تنقص من التقدير للأداء الجيد والجهد المبذول.

- توضيح أن المشاعر (الحزن، الغضب) تمثل ردود فعل طبيعية للخسارة وربما يصعب التخلص منها بعد المباراة مباشرة، ولكن يمكن التخلص منها مع مضي الوقت يوماً أو يومين.
- يمكن الإقلال من أهمية النتائج لهذه المسابقة، وذلك لتقليل التأثير السلبي للخسارة على تقدير الرياضي لذاته.

6-4- الخسارة واللعب الضعيف:

عندما يواجه المدرب هذه الفئة فمن الأهمية أن يعزي الفشل كنتيجة للتقصير في الجهد الحاجة إلى تحسين المهارات البدنية والمهارات النفسية، كما أن الأهمية أن يعبر عن عدم الرضا للجهد والأداء الضعيفين.

وينصح في هذه الحالة بعدم التحدث مع الرياضيين بعد المباراة مباشرة، وإرجاء ذلك إلى التمرين التالي للمسابقة حيث يتم التركيز على المشكلات الفعلية وكيفية تطويرها، وبالرغم من ذلك يجب عدم إغفال تقدير الجهد والأداء لبعض الرياضيين الذين أظهروا أداءً حسنًا.¹

7- سلوك الأداء الرياضي:

إن سلوك الأداء الرياضي الذي يقوم به الرياضيون أو بالأحرى اللاعبين، تحدده ثلاث عوامل رئيسية هي: الجهد المبذول، القدرات والخصائص الفردية للاعبين بالإضافة إلى إدراك اللاعب لدوره،
الأداء = الجهد المبذول + القدرات والخصائص الفردية للاعبين + إدراك اللاعب لدوره.

7-1- الجهد المبذول:

يعكس في الواقع درجة حماس اللاعب لأدائه دوره، أي أن اللاعب إذا ما بذل مجهوداً ما فهذا لأن هناك دوافع تدفعه للقيام بذلك.

7-2- القدرات والخصائص الفردية للاعبين:

وتتمثل في قدرة اللاعب وخبراته السابقة التي تحدد درجة وفعالية الجهود المبذولة.

7-3- إدراك اللاعب لدوره:

¹ بوغربي محمد: دراسة علاقة العملية التدريبية بالأداء الرياضي للاعبين كرة اليد، مرجع سابق، ص 21.

يقصد بهذا تصورات وانطباعاته عن السلوك والأنشطة التي تتكون منها مهامه، وعن الكيفية التي ينبغي أن يمارس بها دوره.

وعليه فإن سلوك الأداء يتوقف على مدى تأثير قدرات وكفاءة اللاعب لأداء مهامه، وهذا بدوره يتوقف على ما توفره وتهيئه ظروف بيئته الرياضية وحتى الاجتماعية من التسهيلات بتطبيق هذه القدرات والكفاءات والوصول إلى أعلى مستوى من الأداء والنتائج.¹

8-فيزيولوجيا الأداء في كرة القدم:

يتوقف مستوى الأداء في كرة القدم بجوانبه المختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب الرياضي وارتباطه بالعلوم الأخرى بهدف الارتقاء بالأداء والوصول إلى أعلى المستويات.

ويتأثر مستوى الأداء للاعب كرة القدم بعدة عوامل مختلفة منها العوامل البيولوجية الفسيولوجية والمورفولوجية والبعض الآخر يرتبط بالعوامل التربوية والنفسية إلا أن العوامل الفسيولوجية تأتي في مقدمة تلك العوامل للتأثير على مستوى الأداء البدني بصفة خاصة في لعبة كرة القدم، حيث يرتبط ارتباطاً وثيقاً بحمل التدريب وعمليات التكيف المختلفة لأجهزة الجسم وقدرته على مقاومة التعب والاستمرار في الأداء طوال زمن المقابلة، كما أن قدرة لاعب كرة القدم على إصدار الإشارات العصبية الملائمة لنوعية الانقباض العضلي للأداء وأيضاً ارتباط الإشارات العصبية بدقة الأداء المهاري والفني في كرة القدم.

ويتضح لنا الدور الإيجابي والحيوي للجهازين العصبي والعضلي كأساس للجهاز الحركي والإنعكاس على مستوى الأداء في كرة القدم، كما أن الأجهزة الفسيولوجية على الجانب الآخر لها دور في إمداد الجسم بالطاقة اللازمة للحركات المتمثلة في الجانب البدني والمهاري والفني ومواقف اللعب المتعددة.

ولقد أثبتت الدراسات والبحوث أن التخطيط لعملية التدريب وأيضاً الحمل التدريبي دون دراسة التأثيرات الفسيولوجية على الجسم ومراعاة الظروف المختلفة يؤدي في كثير من الأحيان إلى الإصابات التي تظهر خلال الموسم.

¹ نحوي عماد: مدى تأثير كثافة المنافسة الرياضية على اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر، جامعة بسكرة، 2011-2012، ص28.

ونظرا لطبيعة الأداء الحديث في كرة القدم وما يتطلبه من زيادة هائلة في حمل التدريب سواء من حيث الشدة أو الحجم كان على المدرب أن يلم بالمظاهر الفيسيولوجية الناتجة عن تأثير الحمل على لاعبيه لكي يتمكن من تقنيه والتدرج به والوقوف عند حد مناسب ليتعدى الزيادة التي تسبب في التأثير العكسي على الحالة الوظيفية والصحية للاعب.

نظرا إلى اختلاف نوعية الأداء في كرة القدم والارتباط بمراكز التدريب والواجبات المصاحبة لخطط وطرق اللعب فرديا في إطارها الجماعي فإن الفروق الفردية واختلاف القدرات بين لاعبي الفريق له أهمية كبيرة في عملية الإعداد والتخطيط للموسم التدريبي والوحدات والفترات المكونة له، حيث أن اكتشاف القدرات الفيزيولوجية التي يتميز بها كل لاعب تعد عاملا هاما في توجيهه نحو ما يناسبه من أداء وواجبات عند وضع خطط اللعب الهجومية والدفاعية.

كما أن الإمكانيات الفيزيولوجية تختلف من لاعب إلى آخر في الفريق وهو ما يلزم المدرب إعداد وحدات التدريب الفردي بما يناسب كلا منهما ومن الإمكانيات الفيزيولوجية الحالة الصحية وإمكانية الجهاز التنفسي والاقتصاد الوظيفي للعمليات اللاإرادية، كما أن العمر الزمني والتدربي له دور هام في تشكيل الحمل والأداء، فالحمل الأقصى لا يستخدم لدى الناشئين لتفادي أي ضرر.¹

9-التطبيقات الغذائية التي تحسن الأداء الرياضي:

تتمثل التطبيقات الغذائية في تحسين الأداء الرياضي في الأوقات المختلفة للوجبات التي يتناولها الرياضي فيما يلي:

9-1-الغذاء خلال يومين إلى ثلاثة أيام قبل المنافسة:

تتمثل الوجبات التي يتناولها الرياضيون خلال الأيام الثلاثة الأولى قبل المنافسة أهمية كبيرة بالنسبة للأداء أثناء المنافسة، لأنها تلعب دورا هاما في تزويد الجسم بالكليوجين الذي سوف يخزن في العضلات العاملة، فالرياضي يجب أن يكون لديه مخزون كافي من الكليوجين عند مستوياته الطبيعية أو مستويات أعلى عندما يشارك في المنافسات الرياضية.

¹حامد علاء الدين، زواقي كريم، شالو بلال: أثر التخطيط الرياضي على أداء لاعبي كرة القدم، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس، جامعة البويرة، 2018-2019، ص 21.

9-2- وجبة ما قبل المنافسة:

- يرى العديد من العلماء أن هذه الوجبة يجب أن تكون قليلة جدا من أجل تحسين الأداء وتقليل الإحساس بالجوع لأن هذه الوجبات الغذائية التي تسبق المنافسة يجب أن لا تتعارض مع مستوى المجهود المبذول ولا تكون المعدة ممتلئة عند المشاركة في المنافسة مما يسبب الشعور بالغثيان، وشروط هذه الوجبة هي:
- أن تكون صغيرة وسهلة الهضم لدرجة أن الفرد الرياضي لا يدخل المنافسة والمعدة ممتلئة.
 - يجب أن يكون محتوى طعام هذه الوجبة مألوفاً للرياضي ومطهو جيداً كي لا يسبب ألم الهضم.

9-3- وجبة ما بعد المنافسة:

يجب مراعاة الوقت المناسب الخاص بوجبة ما بعد المنافسة لأنه يمثل أهمية كبيرة، حيث أن يجعل استعادة تزويد العضلة بالكليوجين أسرع عندما يكون تناول هذه الوجبات خلال الساعتان الأوليتان بعد التمرين أو المنافسة، أو الوجبات الصغيرة الدسمة التي يوصى بها اللاعبون بعد التدريبات، يمكن أن تمد أيضاً الجسم بالغلوكوز الذي يحتاج إليه الجسم لاستعادة تكوين الطاقة.

9-4- خطورة تناول الغذاء أثناء المنافسة:

إن تناول كمية من الطعام أثناء المنافسة أو التدريب سيؤدي إلى امتلاء المعدة مما يسبب حدوث ضيق في التنفس وتناقل حركة الجسم وأحياناً رغبة في النوم، هذا كله يسبب أثر غير إيجابي على الأداء لكن لا يضر الرياضي تناول أو شرب كمية قليلة من السوائل كالماء والعصير..، لتعويض الكمية المفقودة من هذه السوائل المستهلكة وتجديد الطاقة.¹

¹ ميدات يوسف، مقدم فؤاد: دور شخصية المدرب في تطوير أداء لاعبي كرة اليد، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس، جامعة البويرة، 2018-2019، ص32.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نستنتج بأن الأداء الرياضي أصبح يعرف تطورا كبيرا وملحوظا في مجال كرة القدم، وذلك نتيجة الأبحاث العلمية الحديثة والمتعددة في محاولة لتحسينه، والأداء الجيد هو ثمار العمل المتواصل للرياضي والاستمرار في التدريبات، فإذا كان الأداء جيدا فإن الرياضي متحررا من جميع النواحي البدنية، التقنية والنفسية.

لذلك فإن الأداء الجيد للاعبين في مجال كرة القدم مرتبط بعدة جوانب، فكلما كان اللاعب في حالة جيدة من تلك الجوانب فإن مستوى الأداء الرياضي لديه سيكون في حالة جيدة وبالتالي يستطيع تحقيق مستويات عالية مستقبلا.

الفصل الثالث

كرة القدم

تمهيد:

تعتبر لعبة كرة القدم من الرياضات الجماعية الأكثر شعبية في العالم ولأنها تتميز بالإثارة ويحضر مبارياتها الكثير من المشاهدين كما أنها تضم أكبر عدد من اللاعبين مقارنة بالألعاب الجماعية الأخرى، كما تتميز أيضا بطابعها الترويحي لذا فهي المفضلة في قضاء أوقات الفراغ ممارسة ومشاهدة كما تعمل على تكوين العلاقات الاجتماعية، وقد مرت بعدة مراحل وتطورات من ناحية قوانينها وطريقة ممارستها ومفهومها والنظرة الشعبية لها وفوائدها وتعددت طرق ومناهج التحضير والتدريب فيها، حيث أصبحت هناك مدارس ومعاهد متخصصة في دراستها وتكوين إطارات مختصة في هذه اللعبة، وبعدها كانت مجرد لعبة تمارس في أوقات الفراغ أصبحت تمارس بانتظام ولها بطولة خاصة وقوانين مضبوطة كما أن لها هيئة عالمية تتحكم في كل فرق العالم.

1-تعريف كرة القدم:**1-1-التعريف اللغوي:**

كرة القدم (foot Ball) هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون (الفوتبول) مايسمى عندهم بالريفي أو كرة القدم الامريكية ،أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى Soccer.¹

1-2-اصطلاحا:

هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا يستعملون الكرة ،وفي نهاية كل طرف من طرفي الملعب مرمى هدف يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى خصمه عبر حارس المرمى ،بغية تسجيل هدف والتفوق على الفريق المنافس ،ويتم تحريك الكرة بالأقدام والرأس ،خلال اللعب لا يسمح إلا لحارس المرمى أن يمسك الكرة بيديه داخل المنطقة التي تعرف بمنطقة الجراء كما يشرف على تحكيم المباراة، حكم رئيسي وحكمين مساعدين، وحكم رابع لمراقبة الوقت، وتوقيت المباراة شوطين لكل شوط 45 دقيقة

وبينهما فترة راحة تقدر ب 15 دقيقة، إذا انتهت المباراة على التعادل (في حالة مقابلة كأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجراء.²

2-نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شعبية وشيوعا في العالم، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين. نشأت كرة القدم في بريطانيا، وأول من لعب الكرة كان عام 1175 م من قبل طلبة المدارس الانجليزية، وفي سنة 1334 م قام الملك (ادوار الثاني) بتحريم لعبة كرة القدم في المدينة نظرا للانزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف (ادوار الثالث) ورتشارد الثاني وهنري الخامس (1373 م – 1453 م) نظرا للانعكاس السلبي لتدريب القوات العسكرية.

¹رومي جميل: فن كرة القدم، دار النفائس، بيروت، ط2، 1986، ص05.

²رشيد فرحات وآخرون: موسوعة كنوز المعرفة الرياضية، دار النظير عبور، عمان، ط1، 1999، ص 217.

كما ظهرت هذه اللعبة قديما في اليونان فكانوا يسمونها باسم " ايبسكيروس " أما في هذا الزمان فعرفت باسم آخر وهو "هاربارستوم".¹

لعبة أول مرة في مدينة لندن بعشرين لاعب لكل فريق، وذلك في طريق طويل مفتوح من الامام ومغلق من الخلف، حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية، كما لعبة مباراة اخرى في (ايتون) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110 م وعرضها 5.5 م وسجل هدفان في تلك المباراة.

بدأ وضع بعض القوانين سنة 1830م، بحيث تم التعرف على ضربات الهدف والرمية الجانبية، وأسس نظام التسلسل قانون هاور (hourd) كما أخرج القانون المعروف بقواعد كمبرج عام 1848 م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين كرة القدم، وفي عام 1862م أنشئت القوانين العشرة تحت عنوان: "اللعبة الأسهل" حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة الى داخل الملعب بضربة باتجاه خط الوسط حين خروجها.

وفي عام 1863 م أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في عام 1888 م (كاس اتحاد الكرة) أين بدا الحكام بإستعمال الصفارة، وفي عام 1863 م تأسس الإتحاد الدانمركي لكرة القدم، وأقيمت كأس البطولة ب 15 فريق دانمركي.

في عام 1904 تشكل الإتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930م وفازت بها.²

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوربية السائدة في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كاس العالم، وبدأ تطور كرة القدم منذ أن بدأت منافسات الكأس العالمية سنة 1930م.³

¹إبراهيم علام: كأس العالم لكرة القدم، دار العلم للملايين، بيروت، 1984، ص32.

²موفق مجيد المولى: الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان، 1999، ص09.

³مختار سالم: كرة القدم لعبة الملايين، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988، ص11.

وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم:

- 1863: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.
- 1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.
- 1904: تأسيس الإتحاد الدولي لكرة القدم.
- 1930: أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي.
- 1963: أول دورة بإسم كأس العرب.
- 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفازت بها أول مرة نظمت ب32 منتخب من بينها 5 فرق من إفريقيا.

3- كرة القدم في الجزائر:

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت، والتي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ " عمر بن محمود"، "علي رابيس"، الذي أسس سنة 1895 م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طلبة الحياة في الهواء الكبير) وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917 م، وفي 7 أوت 1921 م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم الجزائرية "مولودية الجزائر" غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول نادي رياضي تأسس قبل سنة 1921 م.

بعد تأسيس مولودية الجزائر، تأسست عدة فرق أخرى منها غالي معسكر الإتحاد الإسلامي لوهران والإتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية والإتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر.¹

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل لصد الاستعمار، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية الى المقابلات التي تجرى تعطي الفرصة لأبناء الشعب للتجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث في سنة 1956م

¹حسن عبد الجواد: كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي، دار العلم للملايين، لبنان، ط4، ص161.

وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من (سانت اوجين، بولوغين حاليا) التي على إثرها إعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956 م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18 أبريل 1958 م الذي كان مشكلاً من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتان، سوخان، كرمالي، زوبا، كريمو، ابرير

وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الإستقلال مرحلة أخرى حيث تم تأسيس أول إتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962 م وكان "محمد معوش" أول رئيساً لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية.

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962-1963 م وفاز بها فريق الإتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963 م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في منافسات الكؤوس الإفريقية وفي نفس السنة أي في 1963 م كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال العاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975 م وحصوله على الميدالية الذهبية.¹

كما شارك في أولمبياد موسكو سنة 1980 م، وفاز بكأس إفريقيا مرة واحدة بالجزائر سنة 1990 م وشارك في دورتين لكأس العالم الأولى بإسبانيا سنة 1982 م والثانية بالمكسيك سنة 1986 م، ودون ذلك لم يحظى المنتخب الوطني بنتائج كبيرة، حيث أقصيا من تصفيات كأس العالم الباقية رغم إنجابه لعدة لاعبين أكفاء أمثال لالاماس، عاشور، ظهير، فريحة كركور، دراوي، وفي بداية الثمانينات 1982 م ظهرت وجوه لامعة مثلت الكرة الجزائرية أحسن تمثيل أمثال: بلومي، ماجر، عصاد، زيدان، مرزقان، سرياح، بطروني

¹ بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي ابراهيم، مذكرة ليسانس، 1997، ص 46.47.

أما في التسعينات فقد ظهر كل من صايب وتاسفوت وآخرون، هذا عن الفريق الوطني أما الأندية فقد برهنت عن وجود الكرة الجزائرية على المستوى الإفريقي والدليل على ذلك لعبها للأدوار النهائية بالنسبة لكأس إفريقيا للأندية البطلة، وكأس الأفرود أسبوية وكأس الكؤوس والحصول على الكأس لبعض أنديةنا العريقة أمثال شبيبة القبائل ووافق سطيف، مولودية الجزائر.

4-المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده ان يؤدي ضربات الكرة على إختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيف سليم بمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم، ويتعاون تعاون تام مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة قدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدوار معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة قدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية إتقانا تاما، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة، كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب.¹

وتنقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

- استقبال الكرة.
- المحاورة.
- المهاجمة.
- رمية التماس.

¹حسن عبد الجواد: كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي، مرجع سابق، ص 25-27.

- ضرب الكرة.
- لعب الكرة بالرأس.
- حراسة المرمى.

5-متطلبات كرة القدم:

5-1-الجانب البدني:

5-1-1-المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم:

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبني عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، والتي تعد أحد أساسيات المباراة، لما تتطلبه من جري سريع لمحاولة الاستحواذ على الكرة قبل الخصم، والأداء المستمر طول زمن المباراة 90 دقيقة، والذي قد يمتد من أكثر من ذلك في كثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات، والوثب لضرب الكرة بالرأس وتكرار الجري للاشتراك في الهجوم والدفاع بفعالية.¹

ولذا يجب أن يتصف لاعب الكرة بدرجة عالية بكل ما تحتاجه المباراة والعمل على رفع كفاءته حتى يتمكن من تنفيذ المهام المهارية والخطية والمختلفة بفعالية، فقد أصبح حالياً من واجب الهجوم والإشتراك في الدفاع في حالة امتلاك الكرة لدى الخصم، وأيضاً من واجب الدفاع المساعدة في الهجوم عند امتلاك الفريق للكرة.

5-1-1-1-الإعداد البدني لكرة القدم:

يعتبر الإعداد البدني أحد عناصر الإعداد الرئيسية، وأولها في فترة الإعداد أو على وجه الخصوص ويقصد به كل العمليات الموجهة لتحسين قدرات اللاعبين البدنية العامة والخاصة ورفع كفاءة أجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها، وتؤدي تدريبات الإعداد البدني على مدار السنة بكاملها حيث تدخل ضمن محتويات البرامج التدريبية بشكل أساسي من خلال وحدات التدريب اليومية، ونجد نوعين من الإعداد البدني:

إعداد بدني عام وإعداد بدني خاص.²

¹ حسن احمد الشافعي وسوزان أحمد علي مرسى: مبادئ البحث العلمي والتربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995، ص23.

² أمر الله أحمد الباسطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، ط1، 1998، ص70.

5-1-1-2-الإعداد البدني العام:

هو التطور الجيد للصفات الحركية بدون التوجه إلى رياضة معينة، ويمثل مرحلة بسيطة خاصة بتطوير الصفات البدنية العامة الذي يخضع طيلة هذه المرحلة لتمرينات موجهة إلى تطور الصفات الحركية، المقاومة، القوة، المرونة ... إلخ ويسمح لنا هذا النوع من التحضير البدني من دعم وتقوية عمل الأجهزة العضلية والمفصلة، وكذا الأجهزة الفيزيولوجية (الجهاز الدموي التنفسي والجهاز العصبي).¹

5-1-1-3-الإعداد البدني الخاص:

الإعداد البدني الخاص يقصد به تقوية أنظمة وأجهزة الجسم وزيادة الإمكانات الوظيفية والبدنية طبقا لمتطلبات المباراة في كرة القدم، أي تطوير الصفات المميزة للاعب الكرة مثل العمل الدوري التنفسي، والسرعة الحركية وسرعة رد الفعل، والمرونة الخاصة والسرعة لمسافات قصيرة والقوة المميزة بالسرعة للرجلين والرشاقة وتحمل السرعة... إلخ.

هذه الصفات مرتبطة مع بعضها فمثلا العدو لمسافة 30مترا لتحسين السرعة، أو الجري لمسافة محدودة بطريقة التناوب أو تبادل الخطوة لتطوير التحمل الدوري التنفسي، وتقل تدريبات الإعداد البدني الخاص في بداية فترة الإعداد مقارنة للإعداد العام، حيث تصل إلى أعلى نسبة لها في مرحلة الإعداد الخاص والإستعداد للمباريات.²

5-1-2-عناصر اللياقة البدنية:

5-1-2-1-التحمل: عامة التحمل هو القدرة على مقاومة التعب والعودة إلى الحالة الطبيعية في أسرع وقت ممكن.

ويعتبر التحمل أحد المتطلبات الضرورية للاعب كرة القدم، ويقصد به قدرة اللاعب في الاستمرار والمحافظة على مستواه البدني والوظيفي لأطول فترة ممكنة خلال تأخير التعب الناتج أثناء أداء اللاعب خلال المباراة، وهذا المفهوم يشير إلى أهمية إتجاه التدريب أساسا نحو تطوير عمل القلب والرئتين والسعة الحيوية وسرعة نقل الدم للعضلات، وكذلك بإطالة فترة الأداء أو العمل بدون أكسجين القدرة الهوائية واللاهوائية وتظهر أهمية التحمل في كرة القدم خلال المباراة في إمكانية التحول للاعب من الهجوم للدفاع والعكس، وباستمرار مع أداء كبير مما تتطلبه المباراة من إنجاز حركي بالكرة أو بدون كرة.

¹ PRADET Michel :La préparation physique collection entrainement,INSER, publication, Paris,1997,P22.

² أمر الله أحمد الباسطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، مرجع سابق، ص63.

5-1-2-2- القوة العضلية:

تلعب القوة العضلية دورا بالغ الأهمية في إنجاز أداء لاعبي كرة القدم خلال المباراة، وتعرف هذه القوة بقدرة اللاعب في التغلب على المقاومات المختلفة أو مواجهتها وهي واحدة من أهم مكونات ذات اللياقة البدنية، حيث ترتبط بمعظم المتطلبات البدنية الخاصة للاعبي كرة القدم وتؤثر في مستواها، ويتضح احتياج اللاعب لها في كثير من المواقف أثناء اللعب، كالوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب من المرمى أو التميريرات المختلفة وعند أداء مختلف المهارات بالقوة والسرعة المناسبة، كما يحتاج إليها اللاعب أيضا في ما تتطلبه المباراة من الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للاستحواذ على الكرة أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء الأداء طول زمن المباراة.¹

5-1-2-3- السرعة:

تعريفها: نفهم من السرعة كصفة حركية قدرة الإنسان على القيام بالحركات في أقصر فترة زمنية وفي ظروف معينة، ويفترض في هذه الحالة أن تنفيذ الحركة لا يستمر طويلا. وتعني السرعة كذلك القدرة على أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة بصورة متتابعة وناجحة في أقل وقت ممكن وتتنضح أهميتها في المباراة عند مفاجأة الخصم أو الفريق المنافس بالهجوم لإحداث تغييرات في دفاع الخصم، من خلال سرعة أداء التميرير والتحرك وتغييرات المراكز، وتعتبر السرعة بكل أنواعها من أهم مميزات لاعب الكرة الحديثة حيث يساهم ذلك في زيادة فعالية الخطط الهجومية.²

5-1-2-4- تحمل السرعة:

تعرف تحمل السرعة بأنها أحد العوامل الأساسية للإنجاز لكرة القدم، وتعميق قدرة اللاعب على الاحتفاظ بمعدل عالي من سرعة الحركة أثناء تكرار الجري خلال المباراة، أي تحمل توالي السرعات التي تختلف شدتها حسب متطلبات مواقف اللعبة المختلفة، حيث تتطلب المباراة قدرة فائقة على تكرار التجارب

¹أمر الله أحمد الباسطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، مرجع سابق، ص111.

²قاسم حسن حسين: أسس التدريب الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ط1، 1997، ص48.

بالانتقال من مكان لآخر بأقصى سرعة في أي وقت خلال زمن المباراة، للقيام بالواجبات الدفاعية والهجومية.¹

5-1-2-5- الرشاقة:

تعريفها: هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة، وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة والتقنيات من جهة أخرى، وتعرف بأنها قدرة الفرد على تغيير أوضاعه في الهواء، كما تتضمن أيضا عناصر تغيير الاتجاه وهو عامل هام في معظم الرياضات بالإضافة لعنصر السرعة.² ويرى البعض أن الرشاقة هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين منه.

ويعتبر التعريف الذي يقدمه (هوتز) من أنسن التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب الرياضي إذ يرى أن الرشاقة هي:

أولا: القدرة على إتقان التوافقات الحركية المعقدة.

ثانيا: القدرة على سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

ثالثا: القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة.³

5-1-2-6- المرونة:

تعريفها: هي قدرة اللاعب على الأداء الحركي بمدى واسع وسهولة ويسر نتيجة إطالة العضلات والأربطة العاملة على تلك المفاصل لتحقيق المدى اللازم للأداء في كرة القدم، فهي الصفة التي تسمح للرياضي باستعمال أحسن وأوسع وأعلى لكل قدراته حيث تساعده على الإقتصاد في الوقت والجهد أثناء التدريب كما تساعده في:

✓ قدرة التعلم السريع لحركة رياضية ما.

✓ قدرة أخذ القرار بسرعة أثناء حالة تنافسية.

¹حسن السيد أبو عبده: الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، ط1، 2001، ص39-60.

²قاسم حسن حسين: أسس التدريب الرياضي، مرجع سابق، ص200.

³محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر، ط13، 1994، ص110.

✓ قدرة التكرار لتمرين الدقة

وقد ظهر أن الأنشطة الرياضية التي تكون فيها إحتكاك مباشر مع الخصم تتطلب مستوى من المرونة أعلى من المتوسط أو المستوى الطبيعي لبعض المفاصل خاصة مفصل الركبة، حيث أن المرونة تحد من وقوع الإصابات المختلفة.¹

5 - 2- الجانب النفسي:

يعتبر الإعداد النفسي أحد جوانب الإعداد الهامة للوصول باللاعب إلى تحقيق المستويات الفنية العالية بما يمتلكه اللاعب من السمات الشخصية، مثل الشجاعة والمثابرة والثقة بالنفس والتعاون والإرادة، وكذلك القدرة على إستخدام العمليات العقلية العليا مثل: التفكير والتذكير والإدراك والتخيل والدفاعية تحت ظروف التنافس الصحية، وكذلك أصبح الإعداد النفسي أحد العوامل المؤثرة في نتائج المباريات ذات المستويات المتقاربة والتي يشتد فيها التنافس في أوقات المباراة الصعبة، بين الفرق المتقاربة وتحسم نتائج اللقاء للفريق الأكثر إعدادا من الناحية النفسية والإرادية، مباشرة بعد نهاية جرة التدريب.

5 - 3- الجانب المهاري:

يتمثل الإعداد المهاري في كرة القدم في تعليم المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ومحاولة إتقانها وتطبيقها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات، كما يلعب الأداء المهاري دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها والسيطرة على مجريات اللعب والأداء²

6- أهداف رياضة كرة القدم:

يجب على مدرب كرة القدم أن يقترح أهداف أساسية هامة من أجل تطوير نفس الصفات الخاصة في رياضة كرة القدم ذات الطابع الجماعي وتلخص هاته الأهداف الأساسية فيما يلي:

¹ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: إختبارات الأداء الحركي، مطبعة دار الصفاء، مصر، 1990، ص318.

² حسن السيد أبو عبده: الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مرجع سابق ص127.

- فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها.
- التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع ومختلف أنواع ومراحل اللعب في كرة القدم.
- الوعي بالعناصر والمكونات الجماعية والفردية في رياضة كرة القدم.
- تحسين الوضع والمهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب.
- إعطاء رؤية واضحة ولو مصغرة عن عناصر اللعب التكنيكي واستيعاب الوضعيات المختلفة.
- إدماج وإدراك العلاقات الدفاعية اللازمة التي تستحق الإستيعاب الجيد ثم التنفيذ.¹

7- أهمية كرة القدم في المجتمع:

إن للرياضة دور كبير وأهمية بالغة بين أفراد المجتمع، إذ تعتبر وسطا جيدا لحدوث التواصل الإجتماعي بين أفراد ولعبة كرة القدم على إعتبار أنها الرياضة الأكثر شعبية في العالم فإنها تؤدي عدة أدوار يمكن أن نلخصها فيمل يلي:

✓ الدور الإجتماعي:

لعبة كرة القدم كنظام اجتماعي تقدم لنا العون في إنشاء شبكة واسعة من العلاقات بشتى الطرق ومختلف أنواعها، كالتعاون والمثابرة، التماسك والتكافل زيادة على منح فرصة التعارف وما ينتج عنه من ميزة الحب والصدقة والتسامح... الخ، كما تعمل هذه اللعبة الرياضية على تكوين ثقافة شخصية متزنة للفرد اجتماعي.

✓ الدور النفسي التربوي:

تلعب كرة القدم دورا هاما في سد الفراغ القاتل الذي يعاني منه الأفراد كما تلعب دورا مميزا أيضا في ترقية المستوى التربوي والأخلاقي للشخص كونها أخلاق في مبادئها قبل كل شيء، نذكر من أهم الصفات الأخلاقية المتمثلة في الروح الرياضية وتقبل الآخرين ونتائجهم النزيهة وإكتساب المواطنة الصالحة وتقبل القيادة والتمثيل من الغير.

✓ الدور الإقتصادي:

بإختلاف القطاعات الأخرى فإن القطاع الرياضي لا ينفصل عن المؤثرات الإقتصادية ومجرياتهما، حيث ظهرت دراسات متعددة حول اقتصاديات الرياضة ويعتقد "ستوفيكس" عالم اجتماع الرياضة

¹مناهج التربية البدنية: منشورات لوزارة التربية الوطنية، 1984، ص29.

الهولندية، إن تكامل النشاط الرياضي مع المصالح الاقتصادية، قد أدى إلى إكتساب الرياضة لمكانة رفيعة وعالية في الحياة الإجتماعية وبإعتبار كرة القدم أهم هذه الرياضة فدورها الاقتصادي يتجسد في الإشهار والتمويل وكذا مداخيل المباريات والمنافسات على كل المستويات بالإضافة إلى أسعار اللاعبين والمدربين.... الخ.

✓ الدور السياسي:

بما أن لعبة كرة القدم تعتبر الرقم الأول في سجل ترتيب الرياضة الشعبية مناصرة وممارسة، جعل من مختلف الهيئات السياسية، كما لعبت هذه الرياضة في كسر الحساسيات والحواجز السياسية بين الدول والجمع بينهم في المحافل القارية والدولية ونزع الصراعات والخلافات جانبا ومثال ذلك التقاء منتخب أمريكا وإيران في مونديال بفرنسا رغم الجمود السياسي بين البلدين.¹

¹ أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي والفنون والإدارة، الكويت، 1996، ص132-133.

خلاصة:

إن التطورات التي عرفتها كرة القدم عبر مراحل التاريخ والتي تعتد اللعبة الأكثر إنتشارا في العالم منذ القدم، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كل الأصعدة، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول، التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي.

وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، والأکید أن أهم عضو في هذه الرياضة هو اللاعب، كما أن اللاعب نفسه أصبح ملزما بخوض التدريبات اللازمة من أجل أداء الدور المطلوب منه في المباريات سواء من الناحية البدنية أو النفسية أو الجانب التكتيكي كل حسب وضعيته.

ويسهر على ذلك المدرب وبعض الأخصائيين الذين يتابعون هذا للاعب باستمرار قبل وبعد المباراة، ولهذا يجب الإهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه كي يكون له دور ايجابيا في هذه المعادلة وإعطاء النتائج المرجوة منه.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

بعد القيام بالجانب النظري للمذكرة، سنقوم في هذا الفصل بتوضيح الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية والتمثلة في:

الدراسة الإستطلاعية، مجالات الدراسة (المجال المكاني، المجال البشري، المجال الزمني)، منهج الدراسة، عينة الدراسة، تقنية الدراسة، ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة.

1- الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية من أهم المراحل التي يجب على الباحث القيام بها، كما تعتبر أول خطوة نقوم بها في دراستنا وقبل الشروع في الجانب الميداني تتم هذه الدراسة على مرحلتين: قمنا بجمع المعلومات من خلال الاضطلاع على الكتب والمقالات العلمية إضافة إلى الدراسات السابقة والمشابهة لتي لها علاقة أو صلة بموضوع دراستنا، وبعد التأكد من وجود معلومات في الجانب النظري تأتي المرحلة الثانية.

خلال الفترة الممتدة من منتصف شهر مارس إلى منتصف شهر أبريل وبعد التشاور مع الأستاذ المشرف تم النزول إلى الميدان لمعرفة طبيعة ونوع العينة ومدى ملاءمتها للدراسة الحالية، وقد تم الحديث مع المدرب حول الفئات الموجودة والتي تتلاءم مع موضوع الدراسة في حدود الإمكانيات المتوفرة في النادي الرياضي المختار في ولاية سكيكدة، وعليه تم اختيار صنف الأكاير.

2- منهج الدراسة:

تم الإعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي: وهو الذي يهتم بوصف ما هو كائن وتفسيره ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد من الواقع، كما تهتم أيضا بتحديد الممارسات الشائعة أو السائدة والتعرف على المعتقدات والإتجاهات عند الأفراد والجماعات، وقد عرفه عطا الله أحمد وآخرون بأنه: "يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيراً كيفياً أو تعبيراً كمياً"، وقد جاءت في المراجع تعريفات عديدة فمنهم من عرف المنهج الوصفي بأنه: "طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محدودة لوضعيات إجتماعية أو مشكلة إجتماعية معينة".¹

وفي الدراسة الحالية تم استخدام المنهج الوصفي لوصف شخصية المدرب وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكاير.

3- مجتمع وعينة الدراسة:**3-1- مجتمع الدراسة:**

¹ عبد اليامين بوداود، عطا الله أحمد: المرشد في البحث لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات، الجزائر، ط1، 2009، 123.

ويعرف بأنه: "يشمل جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة".¹

وفي دراستنا هذه يتمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم لفئة الأكابر، والمقدر عددهم 24 لاعب ينشطون بنادي شباب بودوخة بولاية سكيكدة.

3-2- عينة الدراسة:

تمثلت عينة الدراسة الحالية في العينة الغير إحصائية القصدية، وهي العينة التي يتم اختيارها قصد اعتقاد الباحث أنها تمصل المجتمع الأصلي تمثيلا صحيحا واعتقاده لو استخدم نوع آخر من العينات فإنها قد تكون ممثلة لخصائص المجتمع كما تمثلها هذه العينة على أن يكون هذا الاعتقاد قائما على أسس علمية وليس على أهواء الباحث ومزاجه الشخصي، أو عدم استعداده لتكبد الجهد والعناء في البحث كأن يختار الباحث عينة من فئة لديه من الأدلة ما يمكن قبوله على أن أفراد هذه الفئة يحملون خصائص المجتمع ويمثلونه تمثيلا صحيحا بمستوى لا يمكن الحصول عليه عند استخدام أنواع أخرى من العينات.²

وقد بلغ عدد عينة هذه الدراسة 24 لاعب كرة قدم صنف أكابر، وتم استخدام أسلوب المسح الشامل لجميع أفراد العينة بنسبة 100%.

3-2-1- مبررات اختيار العينة:

بعد القيام بالدراسة الإستطلاعية حول عدد الفرق التي تنشط في القسم الشرفي لولاية سكيكدة، ونظرا للظروف الصحية إثر انتشار الوباء التي أدت لعدم انخراط الفرق في المنافسة اخترنا التوجه للفريق الأقرب حيث تلقينا تسهيلات من رئيس الفريق وأيضا من المدرب الذي ساعدنا على جمع اللاعبين.

4- تقنية الدراسة:

تم الاعتماد في هذه دراستنا على تقنية الاستمارة.

3-1- الإستمارة:

¹ ربحي مصطفى عليان: البحث العلمي-أسسه-مناهجه-أساليبه-إجراءاته، بيت الأفكار الدولية، عمان، 2016، ص159.

² عطية علي محسن: البحث العلمي في التربية، مناهجه أدواته وسائله الإحصائية، دار المناهج للنشر، الأردن، 2009، ص104.

وتعتبر من أهم وأدق طرق البحث وجمع البيانات في علوم التربية الرياضية، وخاصة في البحوث الوصفية، وتشير إلى:

"الوسيلة التي تستخدم على أجوبة لأسئلة معينة في شكل إستمارة يملؤها المجيب بنفسه، والاستبيان في أبسط صورته له هو عبارة عن عدد من الأسئلة المحددة يعرض على عينة من الأفراد ويطلب إليهم الإجابة عنها كتابيا، فلا يتطلب الأمر شرحا شفويا مباشرا أو تفسيرا من الباحث، وتكتب الأسئلة أو تطبع على ما يسمى "إستمارة" "إستبانة"¹.

وقد تم تصميم وبناء هذه الإستمارة الحالية بناء على:

✓ محور البيانات الشخصية:

ويضم البيانات الشخصية للاعبين.

✓ المحور الأول:

بعنوان: لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر، ويضم عشرة أسئلة (من 01 إلى 10).

✓ المحور الثاني:

بعنوان: لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر، ويضم عشرة أسئلة (من 11 إلى 20).

❖ صدق الإستمارة:

لقياس صدق الإستمارة تم الإعتماد على صدق المحكمين، حيث تم تحكيم هذه الإستمارة من طرف أساتذة في التخصص بغية معرفة:

✓ مدى ملائمة الأسئلة للمحاور.

✓ تنوع الأسئلة.

✓ عددها، وقد تم التعامل مع التعديلات المقترحة من قبل المحكمين.²

¹ مروان عبد المجيد إبراهيم: أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، الأردن، ط1، 2000، ص165.

² أنظر قائمة الملاحق.

5-متغيرات الدراسة:

تمثلت متغيرات الدراسة فيما يلي:

5-1-المتغير المستقل: وهو المتغير الذي يتحكم فيه الباحث عن طريق تثبيت جميع المتغيرات، ما عدا متغير واحد، أو هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب، أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة أثره على متغير آخر.¹ والمتغير في دراستنا هو: شخصية المدرب.

5-2-المتغير التابع: هو ذلك المتغير الذي يسعى الباحث للكشف عن تأثير المتغير المستقل فيه.² والمتغير المستقل في دراستنا هو: الأداء الرياضي.

6-مجالات الدراسة:

وتم تقسيمها إلى ثلاث مجالات كالاتي:

6-1-المجال المكاني:

ويتمثل في هذه الدراسة فريق كرة قدم شباب بودوخة بولاية سكيكدة صنف أكابر والذي ينشط على مستوى ملعب بودوخة دائرة عين قشرة ولاية سكيكدة، والذي تأسس سنة 1994 والذي ينشط حالياً في القسم الشرفي لولاية سكيكدة.

6-2-المجال البشري:

حيث يشمل 24 لاعب لكرة القدم صنف أكابر ينشطون في نادي شباب بودوخة بولاية سكيكدة.

6-3-المجال الزمني:

تم الإنطلاق في الدراسة الحالية بعد الاتفاق مع الأستاذ المشرف حول العنوان في شهر جانفي 2021، حيث تم الشروع في الإطار النظري للدراسة في شهر فيفري من خلال جمع المراجع والمؤلفات التي لها علاقة بموضوع الدراسة، أما في الإطار الميداني فقد تم إعداد الإستمارة كتقنية رئيسية والتي تم من خلالها

¹ بوداود عبد اليمين وعطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، 2009، ص139.

² طاهر حسو الزبياري: أساليب البحث العلمي في علم الاجتماع، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، ط1، 2011، ص101.

جمع البيانات من الميدان في حوالي منتصف أبريل إلى غاية منتصف شهر ماي، وأما الإخراج النهائي للمذكرة فكان في أواخر شهر جوان.

7- الأساليب الإحصائية للدراسة:

بعدها استرجعنا الإستمارات، قمنا بتفريغ البيانات التي تحتويها وفرزها، ومن هذا المنطلق قمنا باستخدام أسلوبين من الأساليب الإحصائية هما:

✓ **قانون كاف التربيع (كا²):** يرمز له بالحرف كا² = χ^2 من الإختبارات اللابرامترية، يستخدم لمعرفة دلالة الفروق المعنوية في إجابات اللاعبين على الأسئلة الموجهة إليهم:

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)}}{\text{ت ن}}$$

حيث كا²: يمثل القيمة المحسوبة من خلال الاختبار.

ت ح: تمثل عدد التكرارات الحقيقية.

ت ن: تمثل عدد التكرارات النظرية (المشاهدة).

✓ **النسبة المئوية:** وذلك بتطبيق القاعدة الثلاثية وهي كالتالي:

$$\text{النسبة المئوية} = (\text{عدد الكرات} \times 100 / \text{مجموع التكرارات}).$$

خلاصة:

تضمن هذا الفصل مجموعة من الإجراءات المتبعة في تنفيذ الدراسة بدءاً من الدراسات الإستطلاعية، ومنهج الدراسة وهو المنهج الوصفي، ومجتمع الدراسة والعينة، كما تضمن هذا الفصل تقنية الدراسة وكذلك بيان مجالات الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج، كل ذلك من أجل الوصول إلى نتائج علمية موثوق بها.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

بعد أن تطرقنا إلى منهجية البحث وإجراءاتها سنتطرق إلى عرض وتحليل نتائج الاستمارة الموجهة للاعبين، وبعد توزيعها وجمعها سيتم تحليل المعلومات والبيانات ومناقشة النتائج وفق الفرضيات، ثم وفق الدراسات السابقة، ثم التوصل إلى الاستنتاج العام للدراسة.

1- عرض وتحليل النتائج:

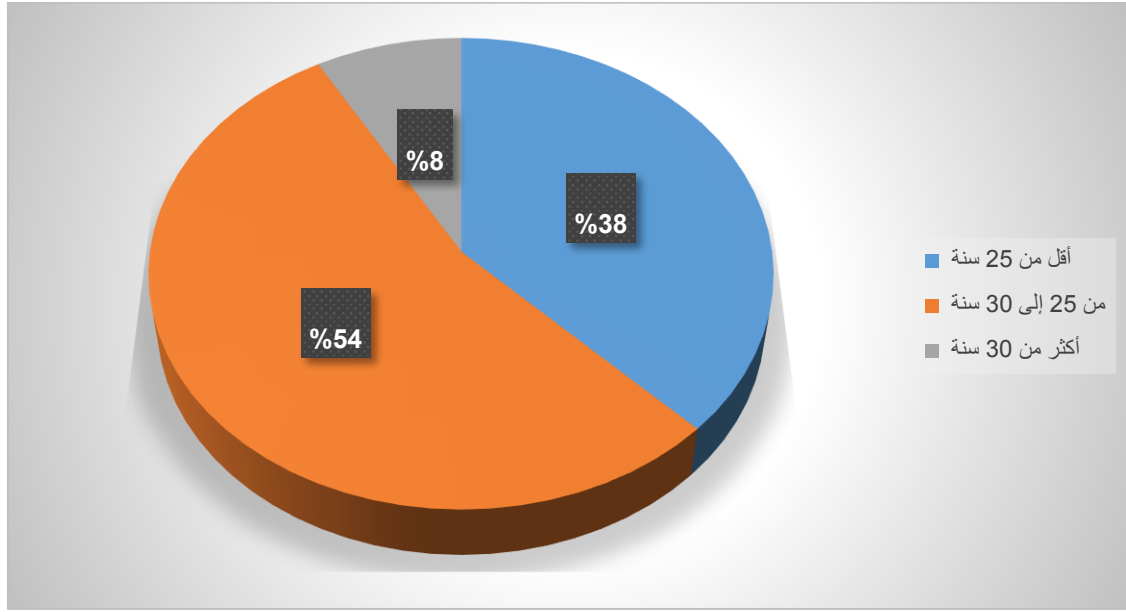
1-1- تحليل نتائج محور البيانات الشخصية:

الجدول رقم 01: يمثل سن اللاعبين المبحوثين:

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
أقل من 25 سنة	9	37.5%	7.75	5.99	0.05		دالة
من 25 إلى 30	13	54.2%					
أكثر من 30 سنة	2	8.3%					
المجموع	24	100%					

يتضح من الجدول رقم 01 أن أكبر نسبة تقدر بـ 54.2% أعمارهم تتراوح من 25 إلى 30 سنة، تليها نسبة 37.5% من اللاعبين أعمارهم أقل من 25 سنة، في حين تمثل نسبة 8.3% من مجموع اللاعبين أعمارهم فوق 30 سنة.

الشكل رقم 01: يمثل سن اللاعبين.

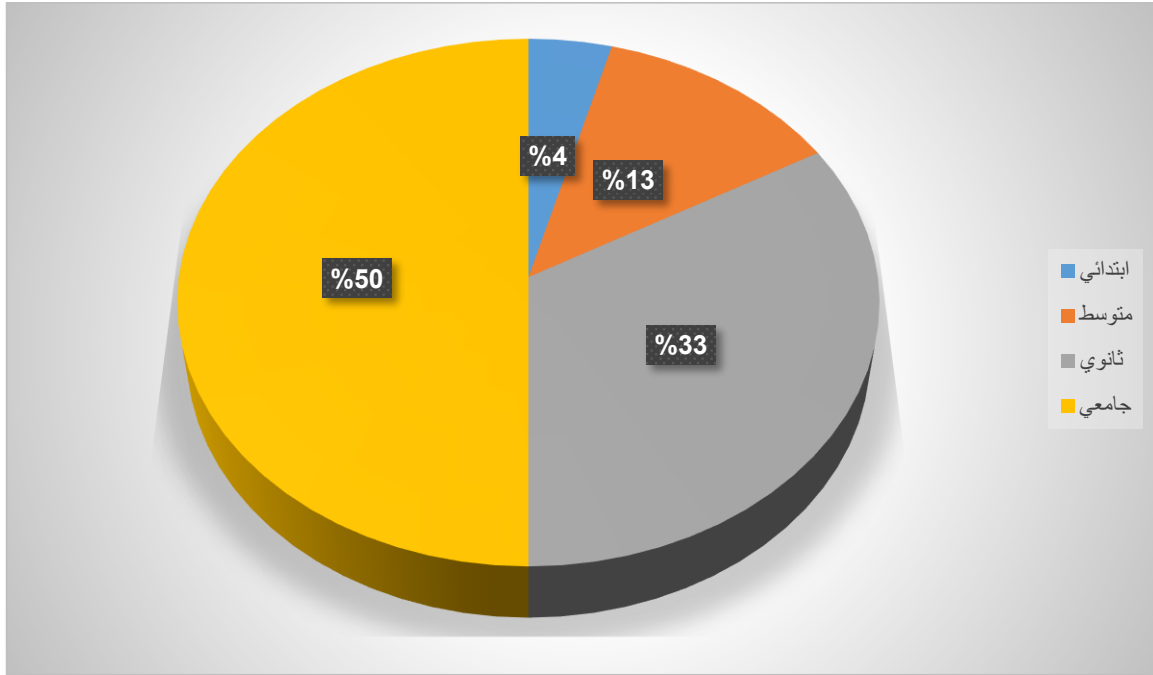


الجدول رقم 02: يمثل المستوى التعليمي للاعبين المبحوثين.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
إبتدائي	1	4.2%	12,33	7.81	0.05	3	دالة
متوسط	3	12.5%					
ثانوي	8	33.3%					
جامعي	12	50%					
المجموع	24	100%					

يتضح من الجدول رقم 02 أن أكبر نسبة تقدر بـ 50% مستواهم جامعي، تليها نسبة 33.3% من اللاعبين مستواهم ثانوي، تليها نسبة 12.5% من اللاعبين مستواهم متوسط، في حين تمثل نسبة 4.2% من مجموع اللاعبين في المستوى الإبتدائي.

الشكل رقم 02: يمثل المستوى التعليمي للاعبين.

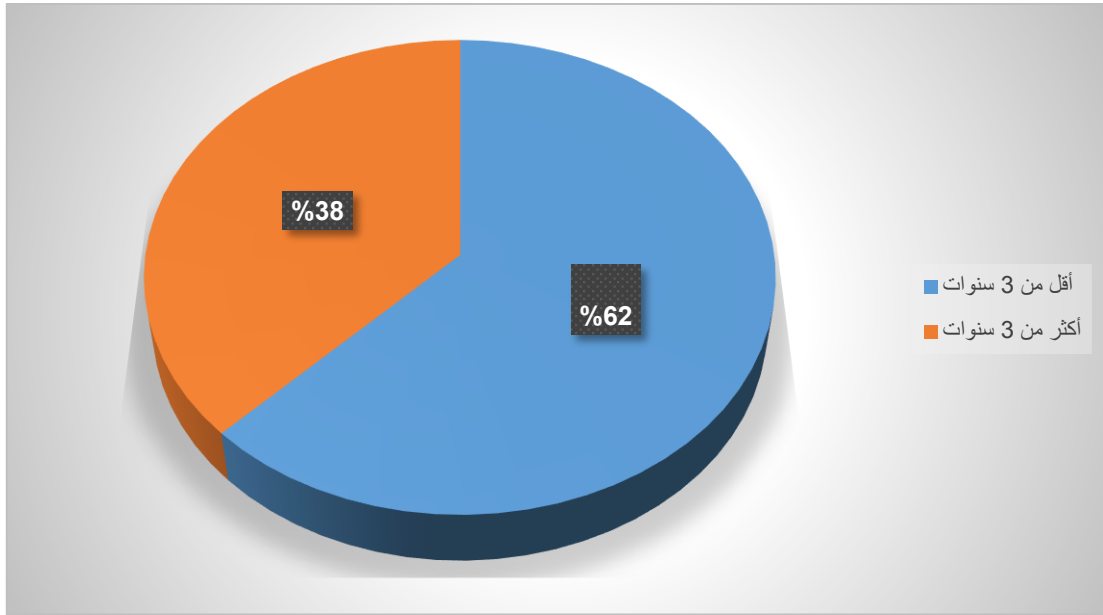


الجدول رقم 03: يمثل مدة الإنخراط في الفريق:

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
أقل من 3 سنوات	15	62.5%	1.5	3.88	0.05		غيردالة
3 سنوات فما فوق	9	37.5%					
المجموع	24	100%					

يتضح من الجدول رقم 03 أن أكبر نسبة تقدر بـ 62.5% من مجموع اللاعبين لديهم أقل من 03 سنوات منخرطين في الفريق، في حين تمثل نسبة 37.5% اللاعبين الذين لديهم أكثر من 03 سنوات انخراط.

الشكل رقم 03: يمثل مدة انخراط اللاعبين في الفريق:



1-2- تحليل نتائج المحور الأول: لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم:

السؤال رقم 01: هل ترى أن تدخل المدرب بخبرته أدت إلى كسب وريح المقابلات؟

الجدول رقم 04: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 01.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	100%	24	5.99	0.05	1	دالة
لا	00	00%					
المجموع	24	100%					

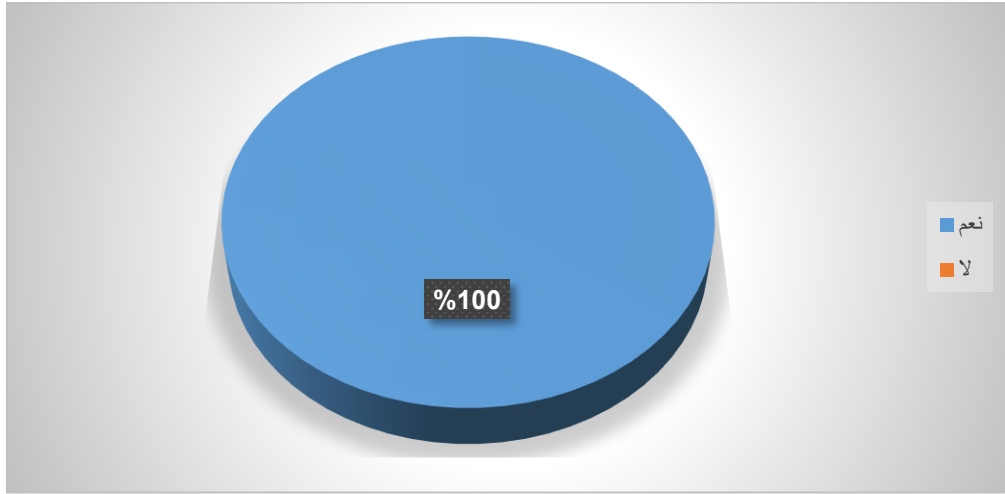
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 04، تبين أن كل اللاعبين يرون بأن تدخل المدرب بخبرته يؤدي إلى كسب وريح المقابلات وذلك بنسبة 100%.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 24 أكبر من كا² الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 01 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن كل عينة الدراسة يرون بأن تدخل المدرب بخبرته يؤدي إلى كسب المقابلات.

الشكل رقم 04: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 01.



السؤال رقم 02: إلى ماذا ترجعون الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية؟

الجدول رقم 05: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 02.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
كفاءة المدرب	21	%87.5	31.75	5.99	0.05	2	دالة
ثقة المدرب باللاعبين	1	%4.2					
مستوى اللاعبين	2	%8.3					
المجموع	24	%100					

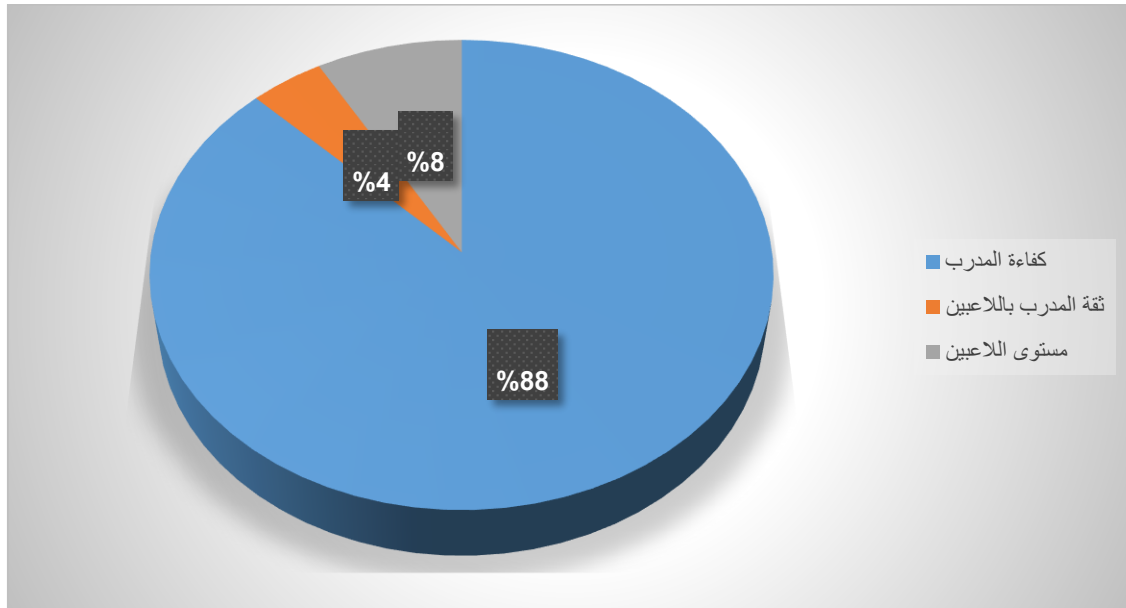
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 05، تبين أن نسبة 87.5% من اللاعبين يرجعون الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية لكفاءة المدرب، بينما نسبة 4.2% من اللاعبين يرجعون ذلك لثقة المدرب باللاعبين، في حين أن نسبة 8.3% أقرت أن الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية راجع لمستوى اللاعبين.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 31.75 أكبر من كا² الجدولة المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 2، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 02 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بكفاءة المدرب.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يرجعون الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية لكفاءة المدرب.

الشكل رقم 05: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 02.



السؤال رقم 03: هل عصبية المدرب أثناء تدريبك تخفض من أدائك؟

الجدول رقم 06: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 03.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	18	75%	6	3.84	0.05	1	دالة
لا	6	25%					
المجموع	24	100%					

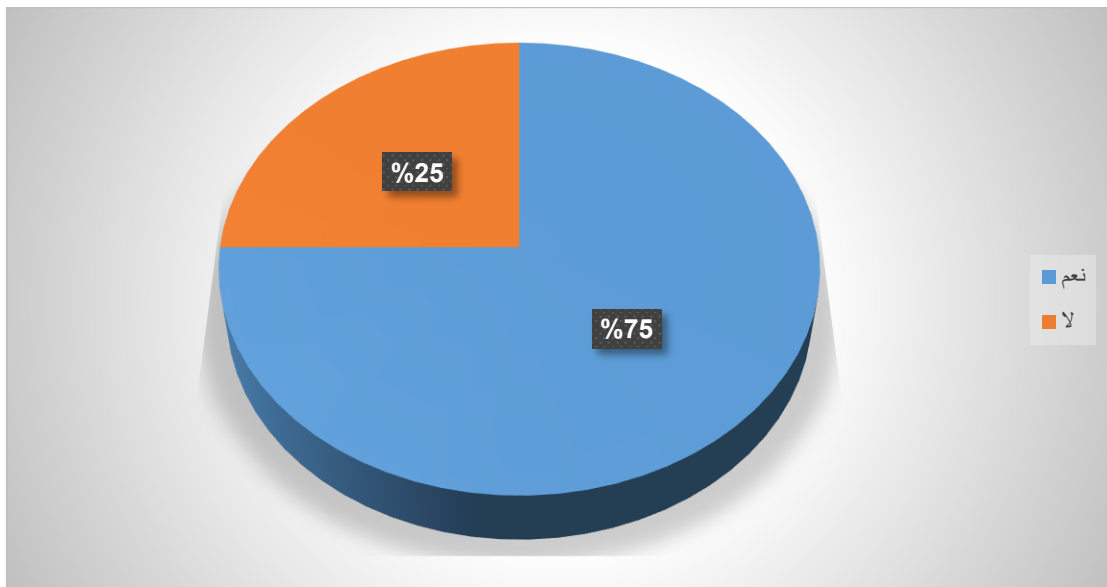
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 06، تبين أن نسبة 75% من اللاعبين يؤكدون بأن عصبية المدرب أثناء التدريب تخفض من أدائهم، في حين أن نسبة 25% أقرت بأن عصبية المدرب لا تخفض من أدائهم.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 6 أكبر من كا² المجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 03 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بـ نعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن عصبية المدرب أثناء التدريب تخفض من أدائهم.

الشكل رقم 06: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 03.



السؤال رقم 04: هل يقدم المدرب تشجيعا للاعب الذي يقدم أداء جيدا أثناء الحصة التدريبية؟

الجدول رقم 07: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 04.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
دائما	17	70.8%	4.16	7.81	0.05	3	غير دالة
أحيانا	7	29.2%					
ناذرا	00	00%					
أبدا	00	00%					
المجموع	24	100%					

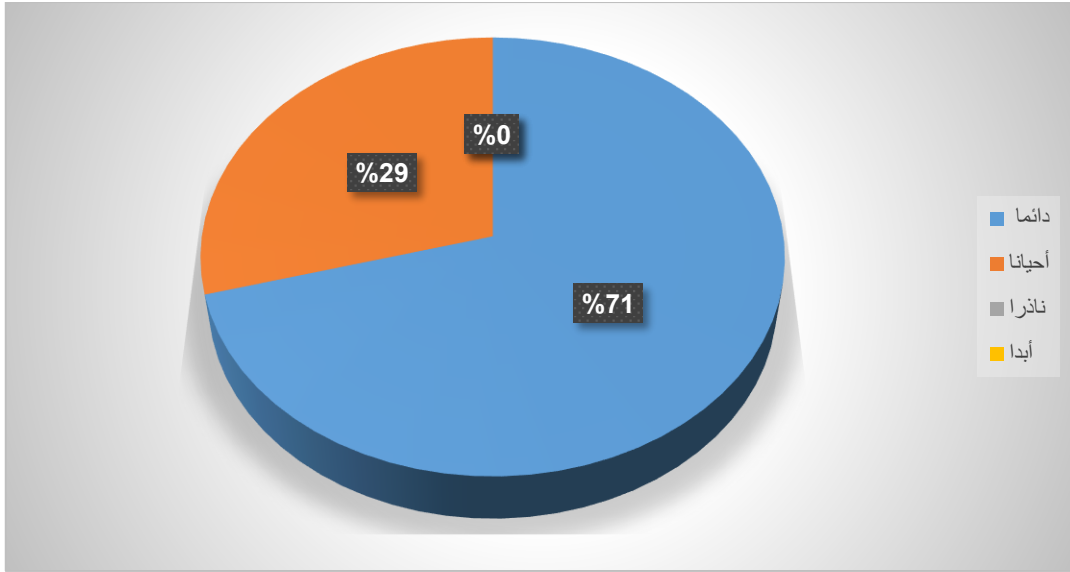
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 07، تبين أن نسبة 70.8% من اللاعبين يؤكدون بأن المدرب دائما يقدم التشجيع للاعب الذي يقدم أداء جيدا أثناء الحصة التدريبية، في حين أن نسبة 29.2% أقرت بأن المدرب أحيانا فقط ما يقدم التشجيع للاعب الذي يؤدي جيدا خلال الحصة التدريبية، بينما لم يجب أي لاعب بـ أبدا أو ناذرا.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 4.16 أصغر من كا² المجدولة المقدرة بـ 7.81 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 3، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 04 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بـ دائما.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون بأن المدرب يقدم التشجيع للاعب الذي يؤدي جيدا خلال الحصة التدريبية.

الشكل رقم 07: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 04.



السؤال رقم 05: هل إلقاء المدرب المسؤولية على عاتقك عند انهزام الفريق يخفض من تطور أدائك؟

الجدول رقم 08: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 05.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نعم	14	58.3%	0.66	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	10	41.7%	0.66				
المجموع	24	100%	0.66				

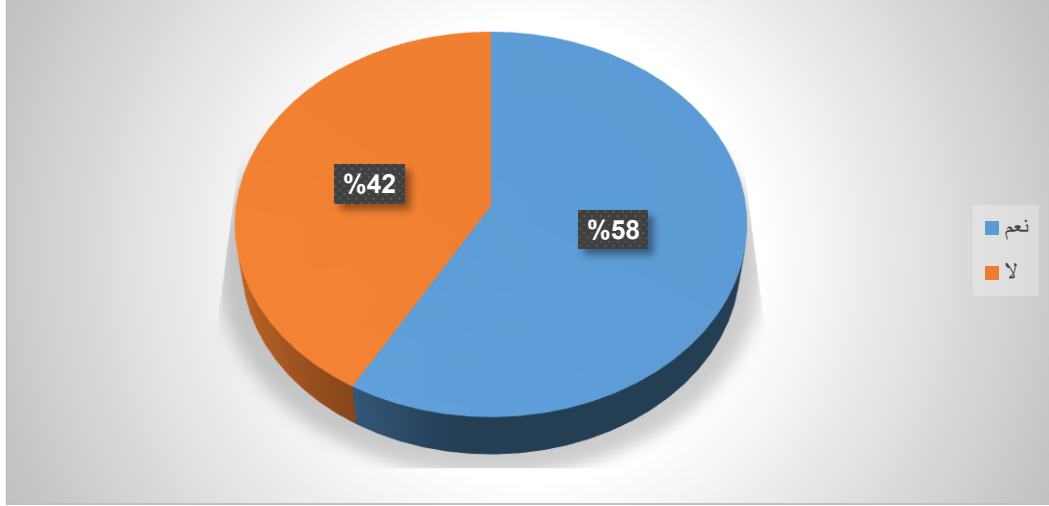
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 08، تبين أن نسبة 58.3% من اللاعبين يؤكدون بأن إلقاء المدرب المسؤولية على عاتقهم عند انهزام الفريق يخفض من تطور أدائهم، في حين أن نسبة 41.7% أقرت بأن إلقاء المدرب المسؤولية على عاتقهم عند انهزام الفريق لا يخفض من تطور أدائهم.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدر بـ 0.66 أصغر من كا² الجدولة المقدر بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 05 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بـ نعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون بأن إلقاء المدرب المسؤولية على عاتقهم عند انهزام الفريق يخفض من تطور أدائهم.

الشكل رقم 08: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 05.



السؤال رقم 06: كيف يجب على المدرب أن يكون حسب رأيكم؟

الجدول رقم 09: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 06.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
ذو شهادة	18	75%	6	3.84	0.05	1	دالة
ذو خبرة	6	25%					
المجموع	24	100%					

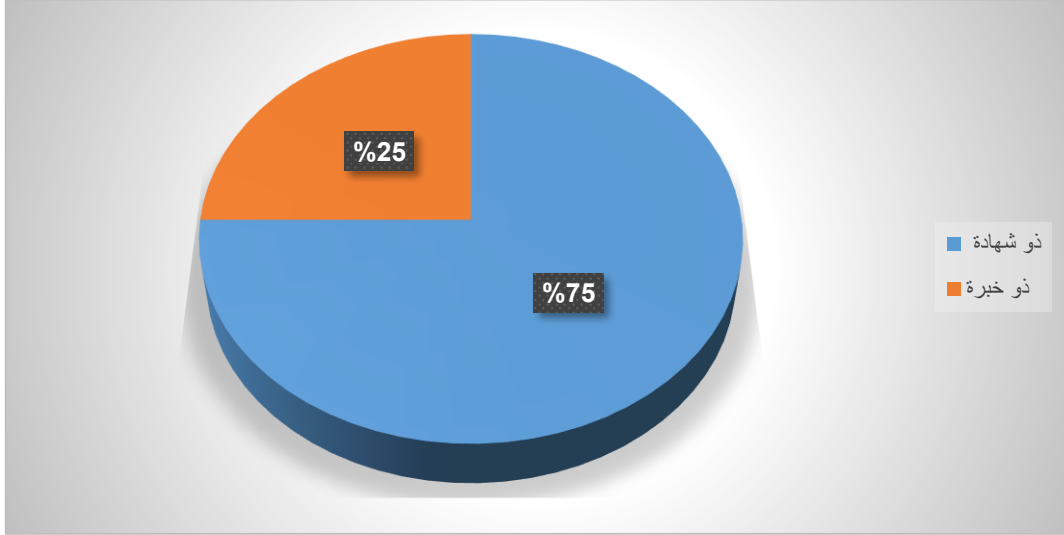
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 09، تبين أن نسبة 75% من اللاعبين يؤكدون بأن المدرب يجب أن يكون ذو شهادة في الميدان، في حين أن نسبة 25% أقرت بأن المدرب يجب أن يكون ذو خبرة في الميدان.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدره بـ 6 أكبر من كا² المجدولة المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 06 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بأن المدرب يجب أن يكون ذو شهادة في الميدان.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون بأن المدرب يجب أن يكون ذو شهادة في الميدان.

الشكل رقم 09: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 06.



السؤال رقم 07: هل تحس بأن المدرب يعطيك معارف جديدة لم تكن تعرفها؟

الجدول رقم 10: يمثل النسب المئوية و χ^2 لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 07.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	100%	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	00	00%					
المجموع	24	100%					

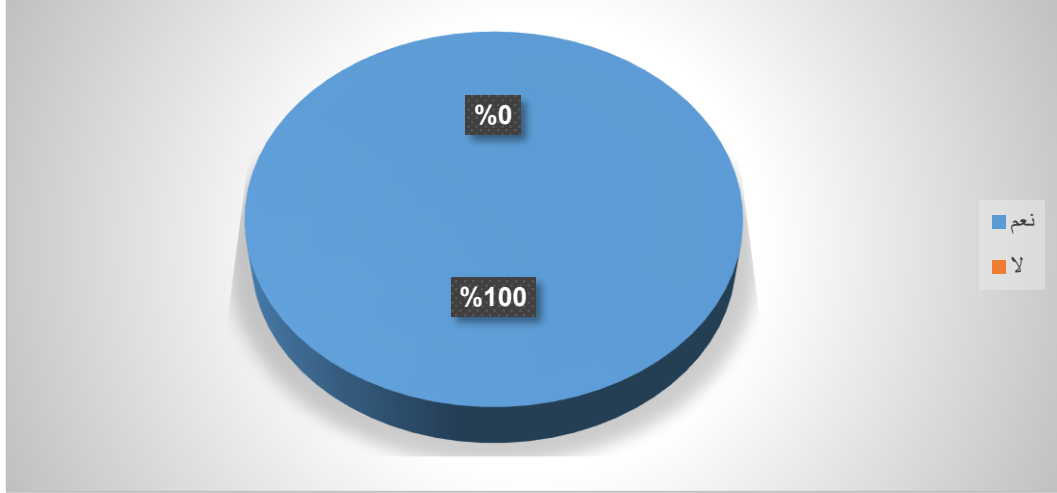
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 10، تبين أن كل اللاعبين يرون بأن المدرب يعطيهم خبرات جديدة لم يكونوا يعرفونها، وذلك بنسبة 100%.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدره بـ 24 أكبر من χ^2 الجدولة المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 07 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن كل عينة الدراسة يرون بأن المدرب يعطيهم خبرات جديدة لم يكونوا يعرفونها.

الشكل رقم 10: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 07.



السؤال رقم 08: هل التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة؟

الجدول رقم 11: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 08.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نعم	24	100%	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	00	00%					
المجموع	24	100%					

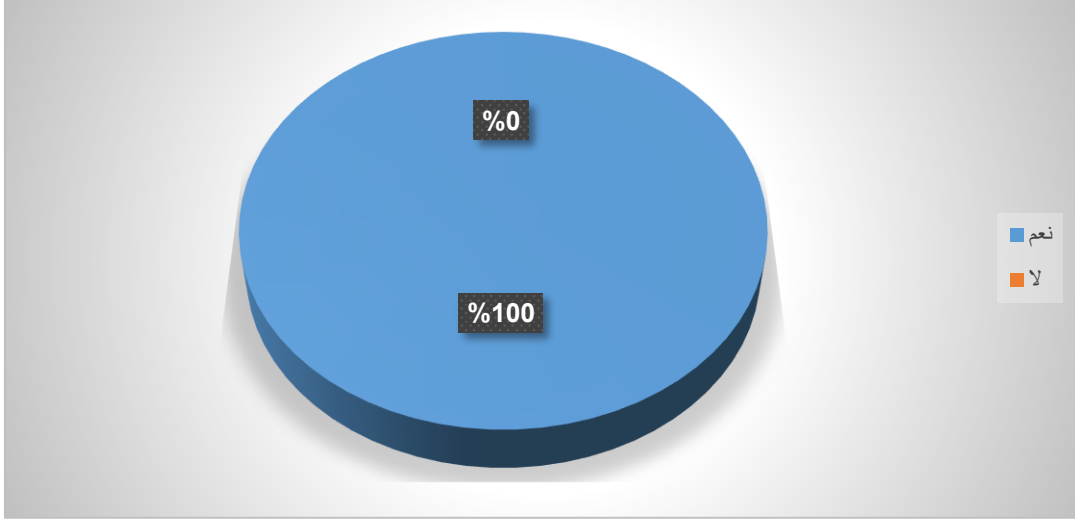
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 11، تبين أن كل اللاعبين يرون بأن التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة، وذلك بنسبة 100%.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدره بـ 24 أكبر من كا² المجدولة المقدره بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 08 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن كل عينة الدراسة يرون بأن التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة.

الشكل رقم 11: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 08.



السؤال رقم 09: هل التوجيهات التي يقدمها المدرب أثناء التدريب لها فائدة خلال المنافسات؟

الجدول رقم 12: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابات اللاعبين على السؤال رقم 09.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نعم	24	100%	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	00	00%					
المجموع	24	100%					

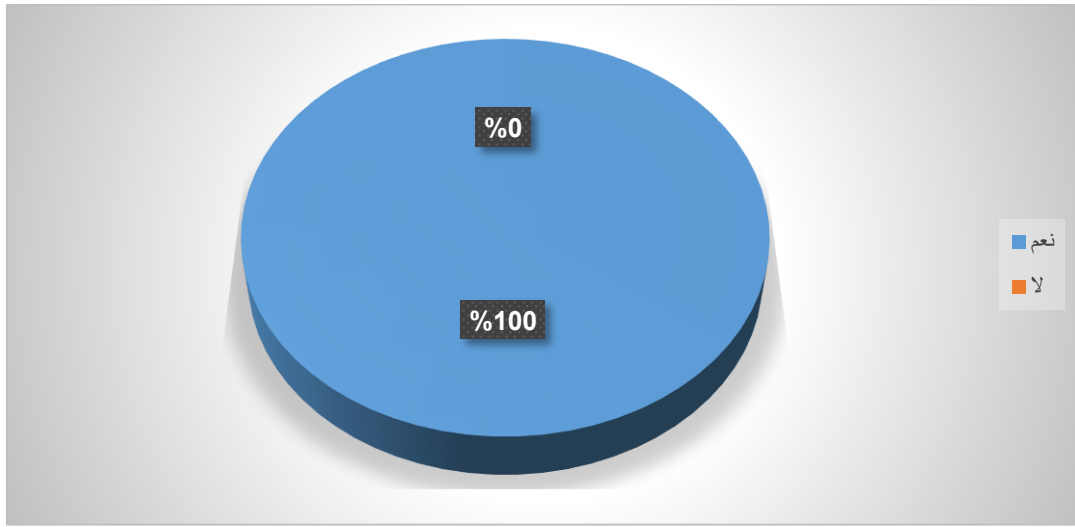
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 12، تبين أن كل اللاعبين يرون بأن التوجيهات التي يقدمها المدرب أثناء التدريب لها فائدة خلال المنافسات، وذلك بنسبة 100%.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 24 أكبر من كا² الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 09 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن كل عينة الدراسة يرون بأن التوجيهات التي يقدمها المدرب أثناء التدريب لها فائدة خلال المنافسات.

الشكل رقم 12: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 09.



السؤال رقم 10: هل تنعكس شخصية المدرب على أدائك خلال المنافسات؟

الجدول رقم 13: يمثل النسب المئوية و χ^2 لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 10.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	21	87.5%	13.5	3.84	0.5	1	دالة
لا	3	12.5%					
المجموع	24	100%					

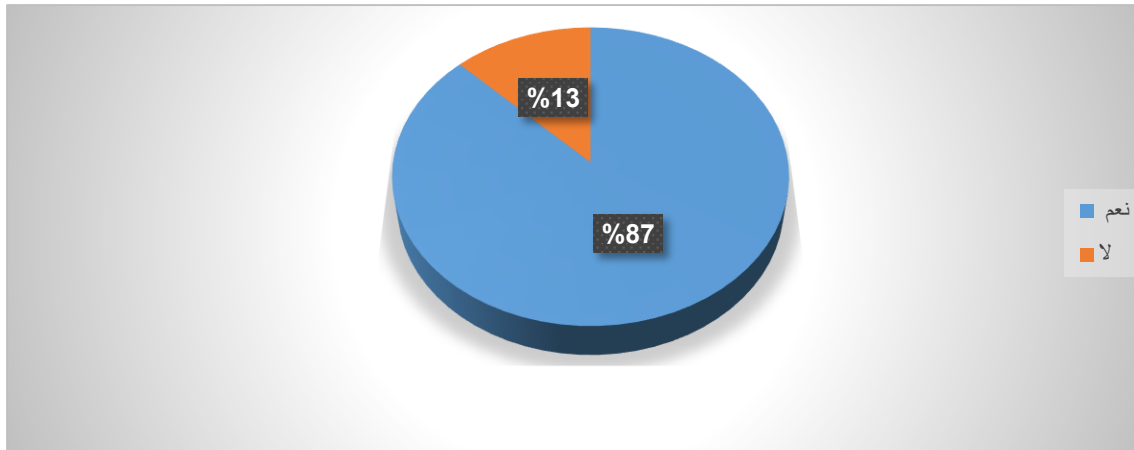
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 13، تبين أن نسبة 87.5% من اللاعبين يؤكدون بأن شخصية المدرب تنعكس على الأداء خلال المنافسات، في حين أن نسبة 12.5% قرت بأن شخصية المدرب لا تنعكس على الأداء أثناء المنافسات.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدرة بـ 13.5 أكبر من χ^2 الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 10 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن شخصية المدرب لها إنعكاس على أداء اللاعبين أثناء المنافسات.

الشكل رقم 13: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 10.



1-3- تحليل نتائج المحور الثالث: لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم:

السؤال رقم 11: هل يتم فرض الإنضباط داخل الفريق؟

الجدول رقم 14: يمثل النسب المئوية و χ^2 لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 11.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	100	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	0	0					
المجموع	24	%100					

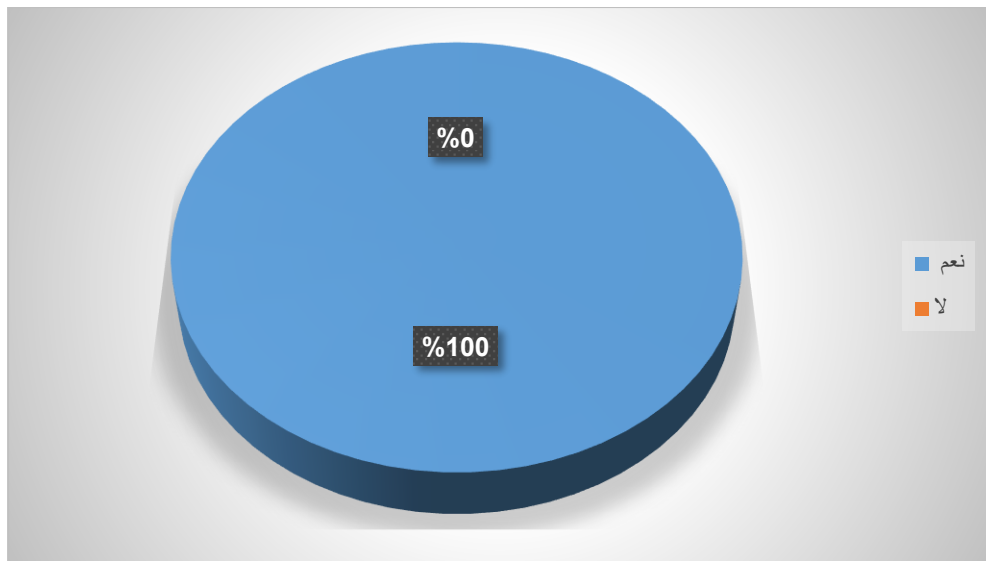
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 14، تبين أن نسبة 100% من اللاعبين يؤكدون بأنه يتم فرض انضباط داخل الفريق.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدرة بـ 24 أكبر من χ^2 الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 11 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أنه يتم فرض إنضباط داخل الفريق.

الشكل رقم 14: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 11.



السؤال رقم 12: هل تتقبل القرارات التي يصدرها المدرب خلال التدريب؟

الجدول رقم 15: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 12.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	100	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	0	0					
المجموع	24	%100					

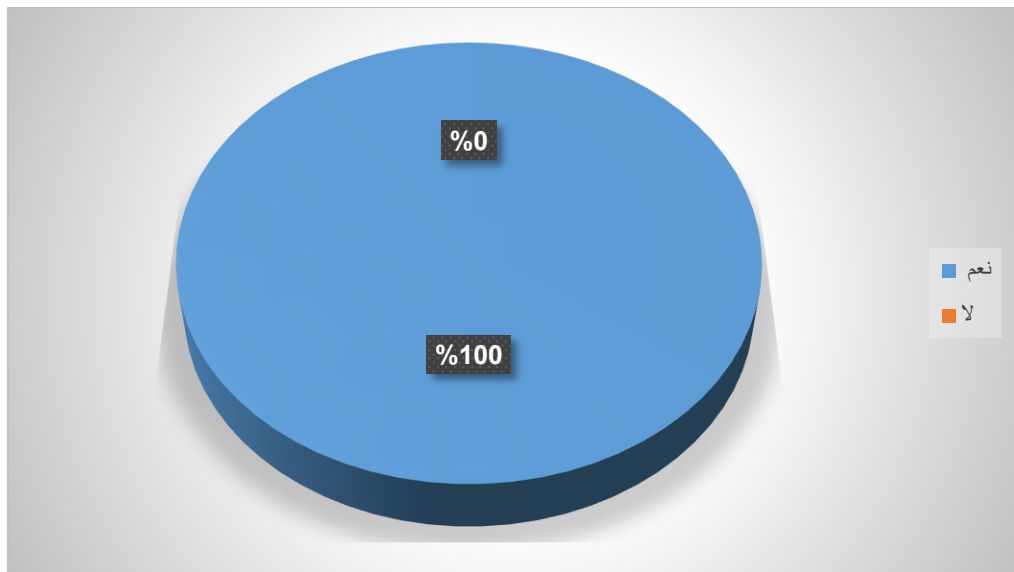
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 15، تبين أن نسبة 100% من اللاعبين يؤكدون بأنه يتم تقبل القرارات التي يصدرها المدرب خلال التدريبات.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 24 أكبر من كا² الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 12 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أنه يتم تقبل القرارات التي يصدرها المدرب خلال التدريبات.

الشكل رقم 15: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 12.



السؤال رقم 13: كيف تعتبر إجبار المدرب للاعبين بتنفيذ الأوامر؟

الجدول رقم 16: يمثل النسب المئوية و χ^2 لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 13.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
تقييد اللاعب	5	20.8	15.75	5.99	0.05	2	دالة
الروح القتالية للاعب	2	8.3					
تحقيق النتائج الإيجابية	17	70.8					
المجموع	24	100%					

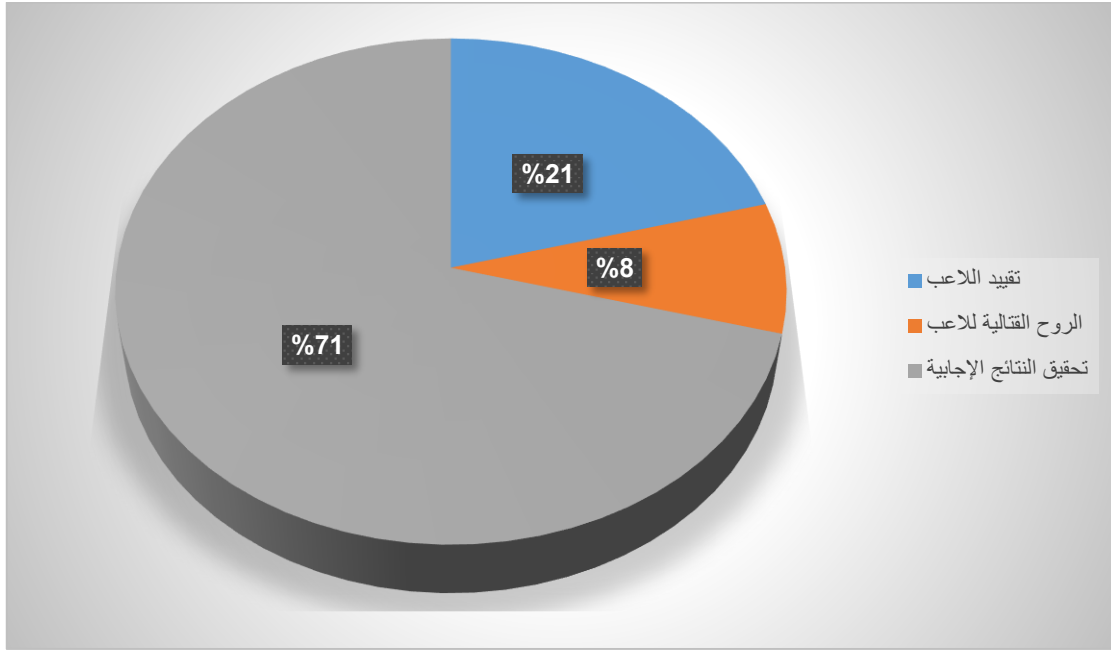
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 16، تبين أن نسبة 70.8% من اللاعبين يؤكدون بأن إجبار المدرب للاعبين بتنفيذ الأوامر يحقق نتائج إيجابية، في حين أن نسبة 8.3% أقرت بأن إجبار المدرب بتنفيذ الأوامر ينمي الروح القتالية للاعب.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدرة بـ 15.75 أكبر من χ^2 الجدولة المقدرة بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية 2، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 13 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بتحقيق النتائج الإيجابية.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن إجبار المدرب للاعبين بتنفيذ الأوامر يحقق نتائج إيجابية.

الشكل رقم 16: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 13.



السؤال رقم 14: هل يشعر المدرب بالإنزعاج عندما لا يحترمه اللاعبون؟

الجدول رقم 17: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 14.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
دائما	20	83.3%	10.667	7.81	0.05	3	دالة
أبدا	0	0%					
أحيانا	4	16.7%					
نادرا	0	0%					
المجموع	24	100%					

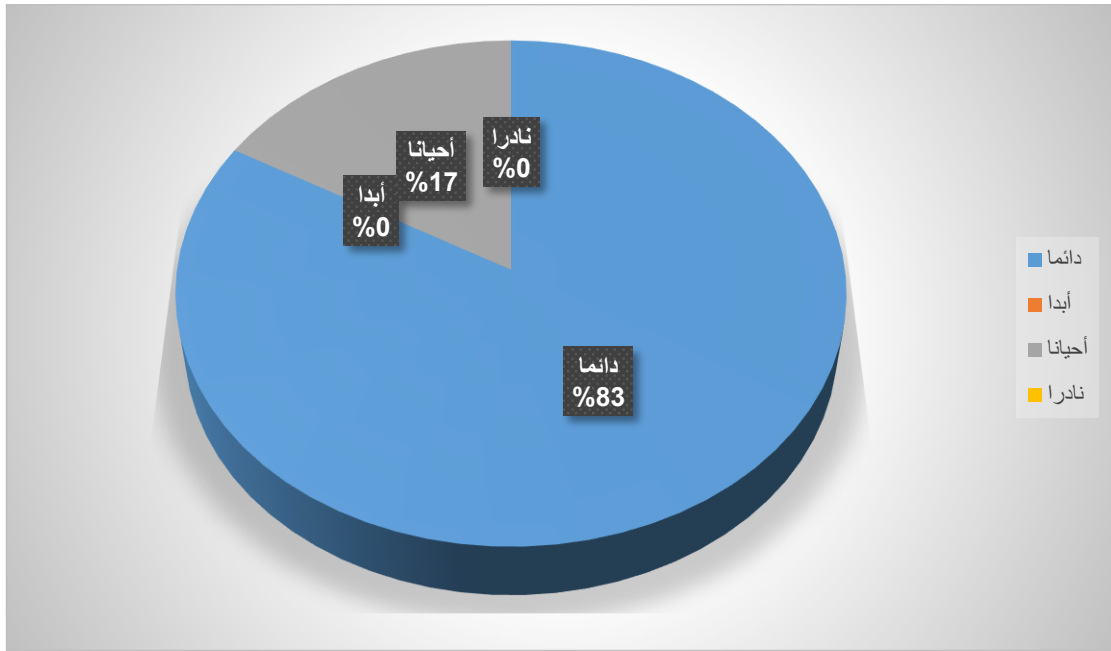
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 17، تبين أن نسبة 83.3% من اللاعبين يؤكدون بأن المدرب يشعر بالإنزعاج دائما عندما لا يحترمه اللاعبون، في حين أن نسبة 16.7% أقرت بأن المدرب يشعر بالإنزعاج أحيانا عندما لا يحترمه اللاعبون.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة ب10.667 أكبر من كا² الجدولة المقدرة ب7.81 عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية 31، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 14 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بدائماً.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن المدرب يشعر بالإنزعاج دائماً عندما لا يحترمه اللاعبون.

الشكل رقم 17: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 14.



السؤال رقم 15: كيف ترى تأكيد المدرب على ما يجب القيام به في التدريب؟

الجدول رقم 18: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 15.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
فرض رأيه	21	87.5%	13.5	3.84	0.05	1	دالة
الحد من حريته	3	12.5%					
المجموع	24	100%					

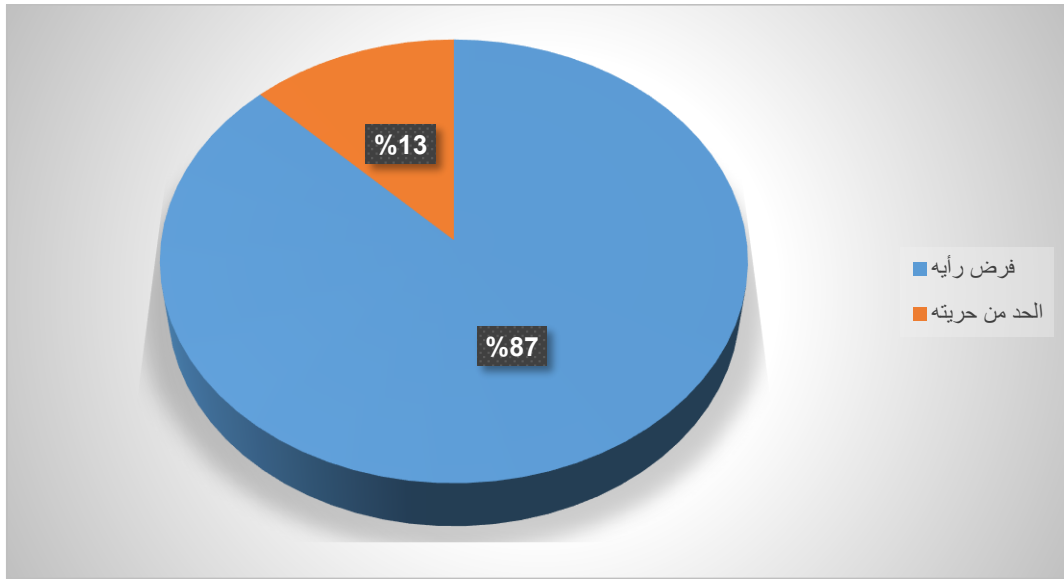
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 18، تبين أن نسبة 87.5% من اللاعبين يؤكدون بأن المدرب يقوم بفرض رأيه على ما يجب القيام به في التدريبات، في حين أن نسبة 12.5% أفرت بأن المدرب يقوم بالحد من حريته على ما يجب القيام به في التدريب.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدرة بـ 13.5 أكبر من χ^2 الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 15 لصالح اللاعبين الذين أجابوا أن المدرب يقوم بفرض رأيه.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن المدرب يقوم بفرض رأيه على ما يجب القيام به في التدريبات.

الشكل رقم 18: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 15.



السؤال رقم 16: هل القرارات المفروضة من طرف المدرب تساعد في نجاح عملية التدريب؟

الجدول رقم 19: يمثل النسب المئوية و χ^2 لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 16.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	%100	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	0	%0					
المجموع	24	%100					

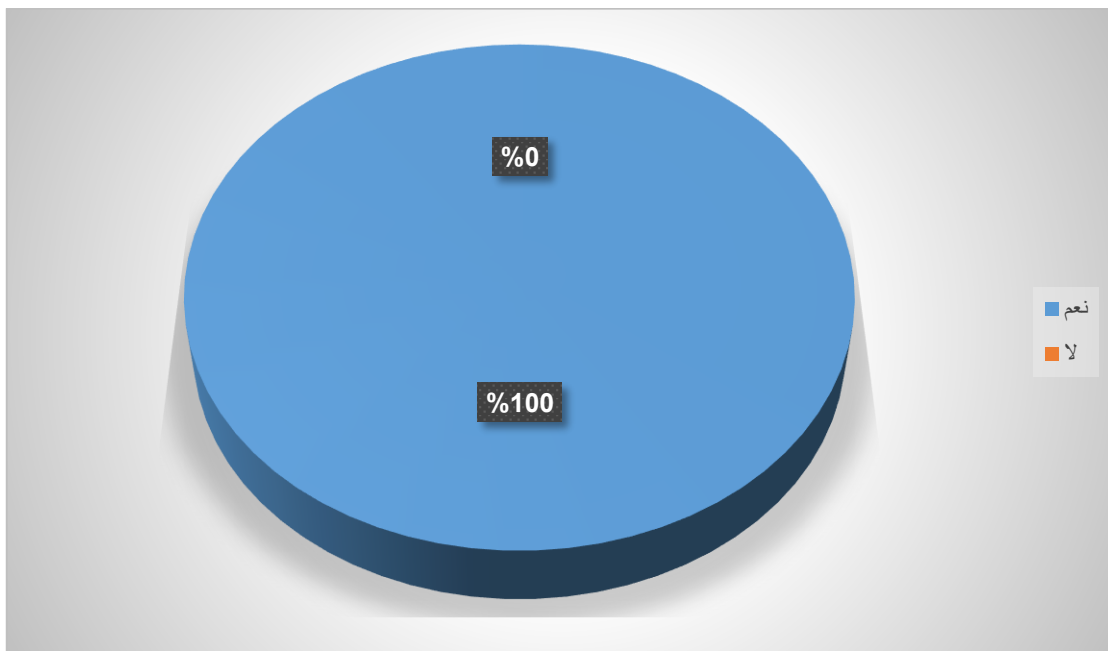
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 19، تبين أن نسبة 100% من اللاعبين يؤكدون بأن القرارات المفروضة من طرف المدرب تساعد في نجاح عملية التدريب.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدرة بـ 24 أكبر من χ^2 الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 16 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن القرارات المفروضة من طرف المدرب تساعد في نجاح عملية التدريب.

الشكل رقم 19: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 16.



السؤال رقم 17: هل تحديد المدرب ما ينبغي القيام به من واجبات ومهام أثناء المباراة يؤثر على أدائك؟

الجدول رقم 20: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 17.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	14	58.3%	0.667	3.84	0.05	1	غير دالة
لا	10	41.7%					
المجموع	24	100%					

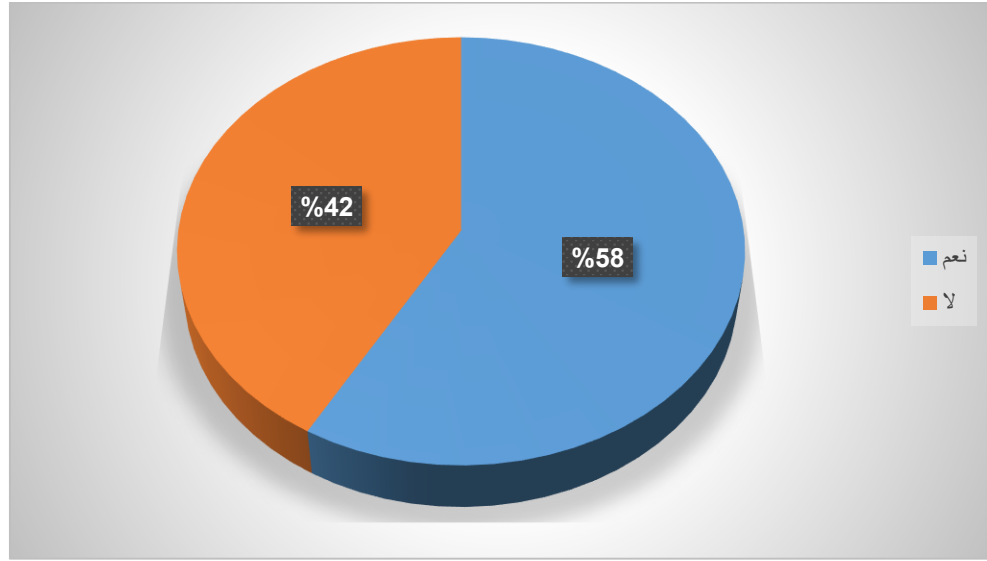
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 20، تبين أن نسبة 58.3% من اللاعبين يؤكدون بأن تحديد المدرب ما ينبغي القيام به من واجبات ومهام أثناء المباراة يؤثر على أداء اللاعبين، في حين أن نسبة 41.7% أقرت بأن تحديد المدرب ما ينبغي القيام به من واجبات ومهام أثناء المباراة لا يؤثر على أداء اللاعبين.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 0.667 أصغر من كا² المجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 17 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن تحديد المدرب ما ينبغي القيام به من واجبات ومهام أثناء المباراة يؤثر على أداء اللاعبين.

الشكل رقم 20: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 17.



السؤال رقم 18: ما هي الشخصية التي تراها تجعلك منضبطا داخل الفريق؟

الجدول رقم 21: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 18.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
ديكتاتورية	1	4.2%	10.75	5.99	0.05	2	دالة
وساطة	14	58.3%					
ديمقراطية	9	37.5%					
المجموع	24	100%					

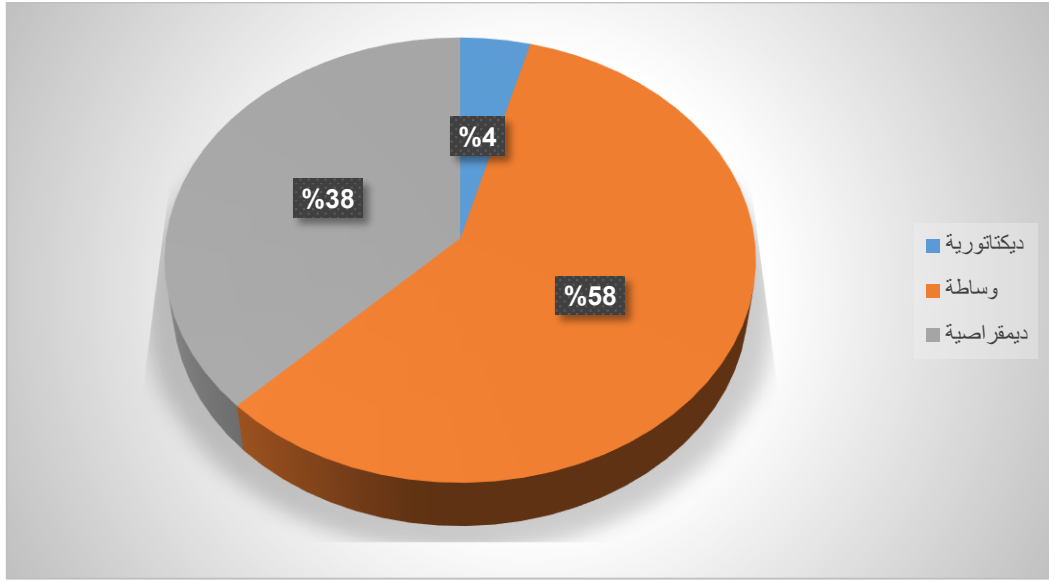
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 21، تبين أن نسبة 58.3% من اللاعبين يؤكدون بأن وساطة شخصية المدرب هي التي تجعل اللاعبين منضبطين داخل الفريق، في حين أن نسبة 4.2% أقرت بأن دكتاتورية شخصية المدرب هي التي تجعل اللاعبين منضبطين داخل الفريق.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة ب10.75 أكبر من كا² الجدولة المقدرة ب5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية 2، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 18 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بوساطة شخصية المدرب.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن وساطة شخصية المدرب هي التي تجعل اللاعبين منضبطين داخل الفريق.

الشكل رقم 21: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 18.



السؤال رقم 19: هل تقوم بتلبية المهام الموكلة إليك أثناء المنافسة على أكمل وجه؟

الجدول رقم 22: يمثل النسب المئوية وكا² لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 19.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	100%	24	3.84	0.05	1	دالة
لا	0	0%					
المجموع	24	100%					

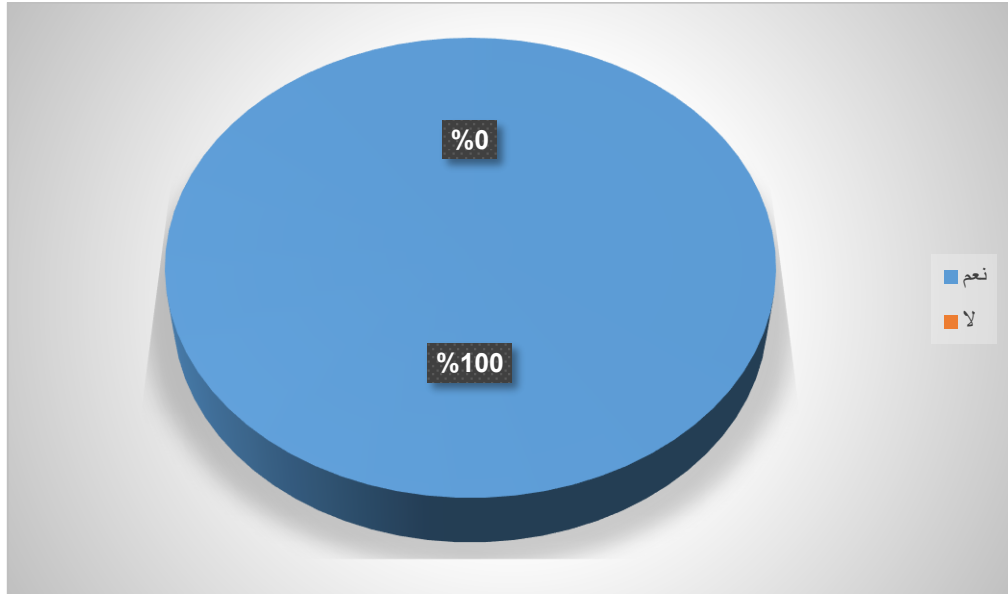
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 22، تبين أن نسبة 100% من اللاعبين يؤكدون بأنه يتم القيام بتلبية المهام الموكلة من المدرب أثناء المنافسات.

كما يتضح أن نسبة كا² المحسوبة المقدرة بـ 24 أكبر من كا² الجدولة المقدرة بـ 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 19 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بنعم.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أنه يتم القيام بتلبية المهام الموكلة من المدرب أثناء المنافسات.

الشكل رقم 22: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 19.



السؤال رقم 20: كيف يعاملكم المدرب في حالة غيابكم عن الحصص التدريبية؟

الجدول رقم 23: يمثل النسب المئوية و χ^2 لإجابة اللاعبين على السؤال رقم 20.

الإقتراحات	التكرار	النسب المئوية	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
فرض عقوبات تأديبية	16	66.7%	13	5.99	0.05	2	دالة
إبعادكم عن الفريق	2	8.3%					
يكون متسامحا	6	25%					
المجموع	24	100%					

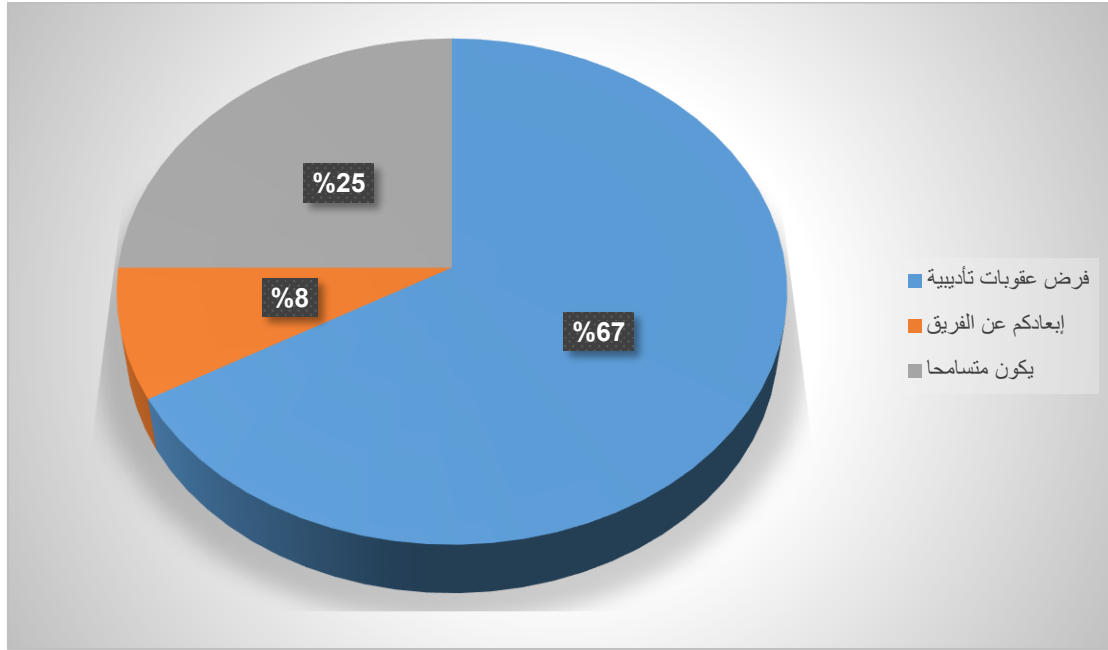
تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في جدول رقم 23، تبين أن نسبة 66.7% من اللاعبين يؤكدون بأن المدرب في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية يفرض عقوبات تأديبية، في حين أن نسبة 8.3% أقرت بأن المدرب في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية يقوم بإبعادهم عن الفريق.

كما يتضح أن نسبة χ^2 المحسوبة المقدر بـ 13 أكبر من χ^2 الجدولة المقدر بـ 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، ودرجة الحرية 1، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات اللاعبين على السؤال رقم 20 لصالح اللاعبين الذين أجابوا بأن المدرب في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية يفرض عقوبات تأديبية.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين يؤكدون أن المدرب في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية يفرض عقوبات تأديبية.

الشكل رقم 23: التمثيل البياني لنتائج السؤال رقم 20.



2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات:

2-1- مناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على: " لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر " بعد المعالجة الإحصائية نجد أن أغلبية اللاعبين كانت نتائج إجاباتهم تصب في اتجاه الفرضية الموضوعية، وقد تبين ذلك من خلال الجداول (من رقم 04 إلى رقم 13) والأشكال المبينة لها، ومن خلال تحليل النتائج وجدنا بأن:

إن تدخل المدرب بخبرته يؤدي إلى كسب وريح المقابلات، وقد أكد اللاعبون ذلك بنسبة 100%، وهذا يتفق مع ما أشار إليه " محمد حسن علاوي ": أن من مميزات المدرب الخططي أنه يسعى جاهدا لوضع بعض الخطط المضادة لخطط المنافسين، إضافة إلى اجتهاده في وضع خطط جديدة وتدخلات جيدة تساهم في تغيير النتائج وتحقيق الريح في المباريات.¹

إن الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية يرجع لكفاءة المدرب، وهذا ما أكده "صويلح عزيز وضريف نبيل" في دراستهما التي كانت بعنوان كفاءة المدرب في تخطيط البرامج التدريبية وانعكاسها على مستوى الأداء

¹ محمد حسن علاوي: سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 2002، ص88.

الرياضي لدى اللاعبين، حيث توصلنا إلى أن: "أغلبية المدربين لديهم الخبرة الكافية في ميدان التدريب كما أن التخطيط الجيد والمنظم للبرامج التدريبية يعمل على تحسين مستوى أداء لاعبي كرة القدم".²

إن المدرب الرياضي يقوم بإعطاء معارف ومعلومات جديدة للاعبين، وهذا ما يؤكد "حسن السيد أبو عبدة": "أن من الأهداف العلمية والتعليمية للمدرب أن يعمل على إكساب اللاعبين المعلومات والمعارف لنواحي الأداء والخطط وقانون الرياضة".³

إن التمارين التي يقدمها المدرب خلال الحصة التدريبية تكون فعالة لبلوغ هدف الحصة، وهذا ما يتضح في الفصل الأول شخصية المدرب الرياضي في عنصر خصائص المدرب الناجح، حيث لا بد أن يكون ذكيا ومتمتعاً بمستوى عال من الإمكانيات والقدرات العقلية.

وقد أكدت دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد ومسعودي العربي 2008-2009، والتي كانت بعنوان تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط، حيث كانت أهم النتائج أن كفاءة وخبرة المدرب تجعله يثق في اللاعبين وبالتالي تحسين الأداء في المباريات، كما أن خبرة المدرب تساهم بشكل كبير في مساعدة اللاعبين على تحقيق الأهداف الفردية والجماعية.⁴

وفي الأخير يمكن القول أن جل النتائج السابقة المتحصل عليها من خلال الأجوبة الخاصة بالمحور الأول توضح أنه توجد علاقة ارتباطية بين كفاءة وخبرة المدرب والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر، وذلك يتجلى في تركيز المدرب على مختلف التمارين الفعالة واستعماله أسلوب التحفيز والتشجيع وتقديمه للنصائح والتوجيهات لما له من علاقة على الأداء الرياضي للاعبين. وهذا يدل على تحقق الفرضية الأولى.

2-2- مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الجزئية الثانية على: "لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم"

² صويلح عزيز، ضريف نبيل: كفاءة المدرب في تخطيط البرامج التدريبية وانعكاسها على مستوى الأداء الرياضي لدى اللاعبين، مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر، جامعة جيجل، 2018-2019، ص 157.

³ حسن السيد أبو عبدة: الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 2001، ص32.

⁴ بوزيدي عبد الحميد، مسعودي العربي: تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس، جامعة الجزائر، 2008-2009، ص 134.

بعد المعالجة الإحصائية نجد أن أغلبية اللاعبين كانت نتائج إجاباتهم تصب في اتجاه الفرضية الموضوعية، وقد تبين ذلك من خلال الجداول (من رقم 14 إلى رقم 23) والأشكال المبينة لها، ومن خلال تحليل النتائج وجدنا بأن:

كل اللاعبين يؤكدون بأنه يتم فرض الإنضباط داخل الفريق وهذا ما أكدته دراسة علاش إبراهيم وبوكريطة هشام 2017-2018 والتي كانت بعنوان أبعاد شخصية المدرب وانعكاساتها على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم، حيث كانت أهم النتائج أن لقدرة المدرب على فرض الإنضباط داخل الفريق انعكاس في نجاح عملية التدريب وبالتالي تطوير الأداء الرياضي لدى اللاعبين.⁵

إن معظم اللاعبين يتقبلون القرارات التي يصدرها المدرب خلال التدريب ويعتبرونها مساعدة في تحقيق النتائج الإيجابية، وهذا ما يؤكد " أسامة كامل راتب ": المدرب الناجح هو الذي يمكنه أن يتخذ القرارات بثقة وموضوعية وبدون تردد، وفي الوقت المناسب، فعدم التردد في الأوامر يسمح ببث الثقة في الأفراد.⁶

إن المدرب يقوم بفرض عقوبات تأديبية للاعبين الغائبين عن الحصص التدريبية، وهذا ما أكدته أيضا دراسة مكتوت يوسف 2015-2016 والتي كانت بعنوان شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة الكرة الطائرة، حيث كانت من أهم النتائج أن انتهاج المدربين أسلوب الصرامة في التسيير وكذا التعامل مع فرض عقوبات تأديبية في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية، وكذلك تأثير عامل الغياب على نجاح عامل عملية التدريب مع المداومة والمواصلة وذلك لتحقيق وحصد نتائج إيجابية.⁷

وفي الأخير يمكن القول أن جل النتائج السابقة المتحصل عليها من خلال الأجوبة الخاصة بالمحور الثاني توضح أنه توجد علاقة ارتباطية بين صرامة وانضباط المدرب والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر، وذلك يتجلى في قدرة المدرب على فرض الإنضباط من خلال فرض عقوبات تأديبية لحالات الغياب وهذا ما يدل على علاقة الصرامة بأداء اللاعبين وبالتالي تحقيق النتائج الجيدة، وهذا يدل على تحقق الفرضية الثانية.

⁵ علاش إبراهيم، بوكريطة هشام: مرجع سابق.

⁶ أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 1997، ص114.

⁷ مكتوت يوسف: مرجع سابق.

2-3- مناقشة الفرضية الرئيسية:

بما أن الفرضيتان الجزئيتان محققتان فإن الفرضية الرئيسية التي مفادها أن لشخصية المدرب علاقة بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر محققة ومثبتة، فمن خلال نتائج الجداول تبين أن لكل من الكفاءة والخبرة والصرامة والانضباط علاقة بالأداء الرياضي.

خلاصة:

من خلال عرض وتحليل ومناقشة النتائج توصلنا إلى إثبات صدق وصحة الفرضيتين الفرعيتين، وبناء على هذا فإن الفرضية الرئيسية القائلة "بأنه توجد علاقة بين شخصية المدرب والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر" محققة.

من خلال تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها وانطلاقاً من استنتاجات المحورين، يتبين لنا بوضوح علاقة شخصية المدرب بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر، حيث تم التوصل إلى:

- لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم الأكابر.

- لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم الأكابر.

وعلاقتها بتطوير أداء اللاعبين توصلنا على تأكيد الفرضية الأولى والتي مفادها أن لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم، وذلك يتجلى في التحضير الذي يقدمه المدرب واستعماله لأسلوب التحفيز والتشجيع لما له من أثر إيجابي على اللاعبين واتسامه بالحالة الجيدة أثناء عملية التدريب وتقديمه للنصائح والتوجيهات لتحسين الأداء لدى اللاعبين.

إضافة إلى الكفاءة والخبرة من السمات الشخصية للمدرب فرض الانضباط والصرامة والجد أثناء تطبيق البرامج التدريبية وحتى أثناء المنافسات، قصد الارتقاء بمستوى الفريق للوصول إلى أعلى المستويات من جميع النواحي الفنية والمهارية، لكن كل هذه الأمور لا يستطيع تجسيدها ميدانياً إلا فئة معينة من المدربين. أخيراً نستنتج أن لشخصية المدرب علاقة ارتباطية بالأداء الرياضي لدى اللاعبين في كرة القدم صنف الأكابر.

الاقتراحات والتوصيات:

- بعد تناولنا لدراسة موضوع بحثنا شخصية المدرب وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم واستخلصنا ما يمكن استخلاصه من خلال الأسئلة المطروحة حول هذا الموضوع وجب علينا إثراء الموضوع بحثاً على مجموعة من الاقتراحات والتوصيات التي نأمل أن تساهم في إعطاء دفعة قوية للتربية البدنية والرياضية.
- ضرورة إلمام المدرب بطريقة التعامل مع اللاعبين حيث أن لكل لاعب شخصية وثقافة تميزه عن الآخرين.
 - الاطلاع على ما هو جيد في مجال الاختصاص.
 - يجب على المدرب أن تكون علاقته بلاعبيه جيدة مبنية على أساس الاحترام والإيجابية في التعامل.
 - يجب أن تكون القرارات المفروضة من طرف المدرب أثناء الحصص التدريبية تساعد اللاعب في تحقيق النتائج الإيجابية.
 - يجب على المدرب أن يوضح الأهداف والمهام لكل عضو في الفريق.
 - ضرورة تنمية القدرات الشخصية والنفسية للاعبين والمدربين.
 - دراسة علاقة اللاعبين فيما بينهم لمعرفة نقاط القوة والضعف.

خاتمة

تم التوصل في دراستنا هذه إلى إثبات الفرضية الرئيسية والتي تتمثل في أنه توجد علاقة بين شخصية المدرب والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر ونظرا لأهمية هذا الموضوع حاولنا من خلال هذه الدراسة ان نوضح علاقة شخصية المدرب والأداء الرياضي للاعبين من خلال الدور الفعال لشخصية المدرب في رفع وتحسين الأداء الرياضي للاعبين.

حيث يجب أن يتميز المدرب بصفات تتمثل في، ممارسة المسؤولية الشخصية والانضباط الذاتي وأيضا الاحتفاظ بقدر عالي من الصدق والأمانة والتواصل مع الجميع بشكل جيد ،السعي المتواصل لتحقيق الذات ،المرونة والقدرة على التكيف حسب الظروف المحيطة وهي في مجالها تشكل شخصية المدرب والذي يندرج تحته كفاءة وخبرة المدرب وصرامة وإنضباط المدرب حيث أن المدرب يجب أن تربطه علاقة خاصة ومميزات ذات احترام متبادل في قاعدة أمر ومأمور من جهة ومن جهة اخرى بالتشاور والاقتراح والتبادل لأن نجاح هذه النقاط هو نجاح للمدرب واللاعب على حد سواء وبالتالي نجاح الفريق.

وخلاصة القول أن المدرب الذي يقدر قيمة شخصيته بينه وبين اللاعبين وماله من أهمية بالغة تؤثر ايجابيا على نتائج الفريق الرياضي ككل.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- الكتب:

- 1- إبراهيم علام: كأس العالم لكرة القدم، دار العلم للملايين، بيروت، 1984.
- 2- أبو العلاء عبد الفتاح وإبراهيم شعلان: فسيولوجيا التدريب في كرة القدم، بدون طبعة، دار الفكر العربي، مصر، 1994.
- 3- أحمد أمين فوزي، بثينة محمد فاضل: الشخصية الرياضية، أبعادها وملاحمها النفسية، مؤسسة عالم الرياضة، الإسكندرية، ط1، 2014.
- 4- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: الاجتماع الرياضي، مركز الكتاب للنشر، مصر، ط1، 2001.
- 5- أمر الله الباسطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، ط1، 1998.
- 6- أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي والفنون والإدارة، الكويت، 1996.
- 7- أنواف اوتينغ: مدخل في علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، 1994.
- 8- بوداود عبد اليمين وعطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، 2009.
- 9- حسن احمد الشافعي وسوزان أحمد علي مرسي: مبادئ البحث العلمي والتربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995.
- 10- حسن السيد أبو عبده: الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، ط1، 2001.
- 11- حسن عبد الجواد: كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي، دار العلم للملايين، ط4، لبنان.
- 12- ربحي مصطفى عليان: البحث العلمي-أسسه-مناهجه-أساليبه-إجراءاته، بيت الأفكار الدولية، عمان، 2016.
- 13- رمضان محمد القدافي: الشخصية نظرياتها وأساليب قياسها، منشورات الجامعة المفتوحة، 1993.
- 14- رومي جميل: فن كرة القدم، دارالنفائس، بيروت، ط2، 1986.

- 15- زكي محمد حسن: المدرب الرياضي، أسس العمل ومهنة التدريب، منشأة المعرفة، مصر، 1997.
- 16- صالح حسين الداھري، ناظم هشام العديدي: الشخصية والصحة النفسية، درا الكندي للنشر والتوزيع، الأردن، ط1، 1999.
- 17- طاهر حسو الزبياري: أساليب البحث العلمي في علم الاجتماع، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، ط1، 2011.
- 18- عبد اليامين بوداود، عطا الله أحمد: المرشد في البحث لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات، الجزائر، ط1، 2009.
- 19- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1992.
- 20- عطية علي محسن: البحث العلمي في التربية، مناهجه أدواته وسائله الإحصائية، دار المناهج للنشر، الأردن، 2009.
- 21- عمر نصر الله قشطة: المدرب الرياضي من خلال معايير الجودة الشاملة، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط1، 2011.
- 22- قاسم حسن حسين: أسس التدريب الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ط1، 1997.
- 23- مأمور بن حسن آل سلمان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية، دار ابن حزم، بيروت، لبنان، ط2، 1998.
- 24- محمد السيد الزعيلوي: تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، مؤسسة الكتب الثقافية، 1994.
- 25- محمد السيد عبد الرحمان: نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1998.
- 26- محمد اليعقوبي: الوجيز في الفلسفة، المؤسسة الوطنية للطباعة، ط2، 1968.
- 27- محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر، ط13، 1994.
- 28- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: إختبارات الأداء الحركي، مطبعة دار الصفاء، مصر، 1990.
- 29- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات، دار الفكر للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 30- محمد حسن علاوي: سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 2002.

- 31- محمد حسن علاوي، نصرالدين رضوان: الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1987.
- 32- محمد عطية الابرشى: علم النفس التربوي، الدار القومية للنشر، ط4.
- 33- محمد فتحي الكرداني: المدرب الرياضي للألعاب الجماعية والفردية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط1، 2015.
- 34- محمد نصر الدين رضوان: مقدمة في التقويم والتربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3، 1992.
- 35- مختار سالم: كرة القدم لعبة الملايين، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988.
- 36- مروان عبد المجيد إبراهيم: أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، الأردن، ط1، 2000.
- 37- موفق مجيد المولى: الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان، 1999.
- 38- نزار مجيد الطالب: علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة، بغداد، العراق، 1998.
- 39- وجدي مصطفى الفاتح، محمد السيد لطفي: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر، 2000.
- القواميس والمعاجم:
- 40- معجم عربي عربي
- 41- قاموس المنجد في اللغة والأدب والعلوم، المطبعة الكاثوليكية، بيروت، ط12، دون سنة.
- الموسوعات:
- 42- رشيد فرحات وآخرون: موسوعة كنوز المعرفة الرياضية، دار النظير عبور، عمان، ط1، 1999.
- 43- مناهج التربية البدنية: منشورات لوزارة التربية الوطنية، 1984.

- اطروحة الدكتوراه:

44- بوكبوس محمد لمين: دور كل من السلوك القيادي للمدرب والتوافق النفسي الاجتماعي للاعبين في تماسك الفريق الرياضي ،دراسة ميدانية لبعض نوادي رياضة كرة القدم بشرق الجزائر، أطروحة دكتوراه في النشاط البدني الرياضي التربوي جامعة الجزائر 3 ،2016.

- رسائل الماجستير:

45- عمر سعدي والسعيد بوكشاوي: العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التربية البدنية والرياضية بدالي ابراهيم جامعة الجزائر سنة 2002.

- مذكرات الماستر:

46- نحوي عماد: مدى تأثير كثافة المنافسة الرياضية على اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة بسكرة، 2011-2012.

47- قرين عبد الحق: علاقة شخصية المدرب الرياضي بأداء لاعبي كرة القدم، مذكرة لنيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة سنة 2014-2015.

48- حملاوي سارة: انعكاس الضغط الجماهيري على أداء لاعبي كرة اليد أثناء المقابلة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر، في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة، سنة 2014-2015.

49- بوغربي محمد: دراسة علاقة العملية التدريبية بالأداء الرياضي للاعبين كرة اليد، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة البويرة، 2014-2015.

50- مكتوت يوسف: شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة المسيلة، سنة 2015-2016.

51-علاش إبراهيم وبوكريطة هشام: أبعاد شخصية المدرب وانعكاسها على الكفاءات المهنية لدى لاعبي كرة القدم، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجليلي بونعامه خميس مليانة، سنة 2017-2018.

- مذكرات الليسانس:

52-بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس، في معهد التربية البدنية والرياضية، دالي ابراهيم، 1997.

53-فضيل موساوي، عبد القادر قلال: عامل الضغط النفسي ومدى انعكاسه على أداء الرياضي أثناء المنافسة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 2003-2004.

54-عبد الغفار عروسي، دحمان معمر: دور قلق المنافسة في التأثير على مردود اللاعبين، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2004-2005.

55-صلاح الدين عيساني: دور الاتصال بين المدربين واللاعبين في الرفع من نتائج الفريق، دراسة ميدانية لفر القسم الوطني الاول للكرة الطائرة (رائد رجاء المسلة ، نادي برج بوعريرج)، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية جامعة المسيلة، 2008-2009.

56-بوزيدي عبد الحميد ومسعودي العربي: تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف اواسط، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر 2008-2009.

57-بوفليغة عيسى، وآخرون: دور شخصية المدرب في تحسين أداء لاعبي الكرة الطائرة، دراسة ميدانية في بعض اندية ولاية جيجل، صنف أواسط، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس تخصص تدريب رياضي تنافسي، علوم، جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل، 2016-2017.

58-حامد علاء الدين، زواقي كريم، شلالو بلال: أثر التخطيط الرياضي على أداء لاعبي كرة القم مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس، في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، 2018-2019.

59-ميدات يوسف، مقدم فؤاد: دور شخصية المدرب في تطوير أداء لاعبي كرة اليد، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس، في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، 2018-2019.

- الكتب الأجنبية:

60- PRADET Michel: La préparation physique collection entrainement ,INSER, publication, Paris,1997.

قائمة الملاحق

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة موجهة للاعبين

في إطار إعداد مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تخصص تحضير بدني رياضي.
تحت عنوان:

شخصية المدرب وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم - صنف

دراسة ميدانية بفريق شباب بودوخة قسم شرفي ولاية سكيكدة.

تحية طيبة وبعد،

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة، ونرجو منكم الإجابة عن الأسئلة الواردة فيها بكل صدق وأمانة، وما عليكم سوى وضع علامة (X) أمام العبارة التي تتناسب إجاباتكم، ونحيطكم علما أن المعلومات المقدمة من طرفكم ستبقى سرية ولن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي.
تقبلوا منا جزيل الشكر والعرفان مسبقا.

إشراف الدكتور:

- بلفريطس ياسين

إعداد الطالبين:

- دريدي صابر

- شقرون حسام

محور البيانات الشخصية:

-السن:

 أقل من 25 سنة من 25 إلى 30 سنة أكثر من 30 سنة

-المستوى التعليمي:

 ابتدائي متوسط ثانوي جامعي

-مدة الإنخراط في الفريق:

 أقل من 3 سنوات 3 سنوات فما فوق

المحور الأول: لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم:

س1-هل ترى أن تدخل المدرب بخبرته أدت إلى كسب وريح المقابلات؟

 نعم لا

س2-إلى ماذا ترجعون الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية؟

 كفاءة المدرب ثقة المدرب باللاعبين مستوى اللاعبين

س3-هل عصبية المدرب أثناء تدريبك تخفض من أدائك؟

 نعم لا

س4- هل يقدم المدرب تشجيعا للاعب الذي يقدم أداء جيدا أثناء الحصة التدريبية؟

- دائما
 أحيانا
 نادرا
 أبدا

س5- هل إلقاء المدرب المسؤولية على عاتقك عند انهزام الفريق يخفض من تطور أدائك؟

- نعم
 لا

س6- كيف يجب على المدرب أن يكون حسب رأيكم؟

- ذو شهادة في الميدان
 ذو خبرة في الميدان

س7- هل تحس بأن المدرب يعطيك معارف جديدة لم تكن تعرفها؟

- نعم
 لا

س8- هل التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة؟

- نعم
 لا

س9- هل التوجيهات التي يقدمها المدرب أثناء التدريب لها فائدة خلال المنافسات؟

- نعم
 لا

س10- هل تتعكس شخصية مدريك على أدائك خلال المنافسات؟

- نعم
 لا

المحور الثاني: لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم؟

س11- هل يتم فرض الإنضباط داخل الفريق؟

نعم لا

س12- هل تتقبل القرارات التي يصدرها المدرب خلال التدريب؟

نعم لا

س13- كيف تعتبر إجبار المدرب للاعبين بتنفيذ الأوامر؟

تقييد اللاعب قتل روح المبادرة لدى اللاعب مساعدة اللاعب في تحقيق النتائج الإيجابية

س14- هل يشعر المدرب بالإنزعاج عندما لا يحترمه اللاعبون؟

دائماً أحياناً نادراً أبداً

س15- كيف ترى تأكيد المدرب على ما يجب القيام به في التدريب؟

فرض رأيه الحد من حريتك

س16- هل القرارات المفروضة من طرف المدرب تساعد في نجاح عملية التدريب؟

نعم لا

س17- هل لتحديد المدرب ما ينبغي عليك فعله أو القيام به من واجبات ومهام أثناء المباراة يؤثر على

أدائك؟

نعم

لا

س18- ماهي الشخصية التي تراها تجعلك منضبطا داخل الفريق؟

دكتاتورية

ديموقراطية

وسطية

س19- هل تقوم بتلبية المهام الموكلة إليك أثناء المنافسة على أكمل وجه؟

نعم

لا

س20- كيف يعاملكم المدرب في حالة غيابكم عن الحصص التدريبية؟

فرض عقوبات تأديبية

إبعادكم عن الفريق

يكون متسامحا

الرقم	الإسم واللقب	الشهادة	الجامعة	الإمضاء
01	بنعليّة الهادي	ماجستير	جيجل	
02	بلفيام كركه	استاذة مؤقتة	جيجل	
03	عيسات كمال	استاذ مساعد ١٩٧٠	جيجل	
04	يوحليب مبروك	ماجستير استاذ - ٩٠	جيجل	
05				

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: شخصية المدرب وعلاقتها بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف الاكابر.

التساؤل الرئيسي: هل لشخصية المدرب علاقة بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؟

التساؤلات الفرعية:

-هل لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر؟

-هل لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر؟

الفرضية الرئيسية: لشخصية المدرب علاقة بالأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

الفرضيات الجزئية:

-لكفاءة وخبرة المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

-لصرامة وانضباط المدرب علاقة بأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

المنهج: تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي.

العينة: وقد بلغ عددها 24 لاعب كرة قدم صنف أكابر ينشطون بفريق شباب بودوخة -سكيدة-، وتم

استخدام أسلوب المسح الشامل لجميع أفراد العينة بنسبة 100%.

الأساليب الإحصائية: وتم الاعتماد في الدراسة الحالية على كاف الترتيب (ك²) والنسبة المئوية وذلك للتحقق

من صدق أو نفي فروض الدراسة.

الأداة المستعملة في الدراسة: تم الاعتماد على الاستمارة كأداة لجمع البيانات.

أهم نتائج الدراسة: تم التوصل في الدراسة الحالية إلى أنه:

✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين شخصية المدرب والأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين كفاءة وخبرة المدرب وأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين صرامة وانضباط المدرب وأداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

الكلمات المفتاحية: الشخصية، المدرب الرياضي، الأداء الرياضي، كرة القدم.

Summary of the study

Title of the study: The character of the coach and its relationship to the athletic performance of soccer players.

Problem of the study: Does coach personality have anything to do with footballers' athletic performance?

Sub-questions:

- Does coach competence and experience have to do with footballers performing?
- Does coach discipline have anything to do with footballers performing?

The main hypothesis: The character of the coach is related to the athletic performance of the soccer players.

Sub-hypotheses:

- Coach experience has something to do with footballers performing.
- Coach discipline has something to do with footballers performing.

Methodology: the descriptive approach is used.

Sample: The 24 soccer players active in C R Boudoukha team -skikda-. were swallowed up and 100% of all members of the sample were surveyed.

Study tools: a questionnaire is used as a main tool for collecting data.

Statistical methods: The current study relied on k^2 and percentage to verify the veracity or negation of the hypotheses of the study.

Results of the study: we have come up the following results:

- there is a relationship between coach personality and the performance of footballers.
- there is a relationship between the competence and experience of the coach and the performance.
- there is a relationship between the rigour and discipline of the coach and the performance of footballers.

Keywords: character. Coach. Performance. Football.

