

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص تدريب رياضي فرع تحضير بدني تحت العنوان:

## دراسة العلاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وأثره في تحسين كفاءة المدرب في التحضير البدني لكرة القدم

دراسة مسحية على مدربي المتصلين على شهادة التدريب "CAF"

تحت إشراف الأستاذ

- بارودي محمد أمين -

إعداد الطالبين

✓ طاعو يحيى

✓ سدير محمد الأمين

أعضاء لجنة المناقشة

بومعزة محمد الأمين ..... رئيساً

خروبي محمد فيصل ..... مقرباً

السنة الجامعية

2017/2016



## شكر و عرفان

قال الله تعالى: (لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۝) سورة  
إبراهيم، الآية 07

الحمد لله الذي أهدنا من العلم ما وفقنا به لإنجاز  
هذا العمل المتواضع, والذي ما كنا نحققه لولا  
عونه, فاك الحمد والشكر ..... يارب.  
نتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتور المشرف  
"بارودي محمد أمين" الذي قبل على الإشراف  
وأعطانا وقته الكثير  
لمتابعته الدائمة وتوجيهاته القيمة. فكان نعم الأستاذ  
ونعم المشرف  
كما يسعدنا أن نعبر عن تقديرنا العميق إلى أساتذة  
التربية البدنية والرياضية بالمركز الجامعي  
تيسمسيلت. وخاصة الدكتور بن رابح خير الدين  
والدكتور خروبي فيصل ودكتور بن نعجة محمد  
وبالمناسبة نتقدم بالعرفان التام  
إلى كل من أبدوا تعاونهم ومساعدتهم لنا:  
زملاء وأساتذة  
ومدربين التي أجريت بها  
الدراسة الميدانية للبحث.

يحي - محمد الأمين

# الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

و الصلاة و السلام على اشرف المرسلين سيد الحلق أجمعين صلى الله عليه و سلم

الى الذي رباني و أحسن تربيتي "والدي" شفاه الله, الى سندسي و معلمتي الأولى

"والدتي الحاجة خيرة" اسأل الله ان يحفظهما

الى روح جدي الطاهرة بكل حرف أتعلمه فأخطه لأعلمه صدقة جارية, ودعاء بارا

صالحا سرمديا بالغفران و الرحمة, إلى جميع الإخوة و الأخوات إلى أعمامي و

عائلاتهم و عماتي و عائلاتهم

إلى رفيقة دربي زوجتي البارة لما قدمته من عون في إخراج هذا العمل

إلى قرّة عيني ابني الغالي محمد إياد

إلى من تقاسمت معه أعباء المذكرة " سدير محمد الأمين " و المشرف الدكتور

بارودي محمد الأمين

إلى كل من تصفح مذكرتي إليكم جميعا اهدي عصارة جهدي

## طاعو يحي

# الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

(قل إعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون)

صدق الله العظيم

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك .. ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك .. ولا

تطيب الآخرة إلا بعفوك .. ولا تطيب الجنة إلا برويتك الله جل جلاله

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة .. ونصح الأمة .. إلى نبي الرحمة ونور العالمين

سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار .. إلى من علمني العطاء بدون انتظار .. إلى من أحمل أسمه

بكل افتخار .. أرجو من الله أن يمد في عمرك لترى ثماراً قد حان قطافها بعد طول انتظار وستبقى

كلماتك نجوم أهدي بها اليوم وفي الغد وإلى الأبد

والدي العزيز (بونوار)

إلى ملاكي في الحياة .. إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان والتفاني .. إلى بسمه الحياة وسر

الوجود

إلى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى أغلى الحبايب

أمي الحبيبة (بختة)

إلى القلوب الطاهرة الرقيقة والنفوس البرينة إلى رياحين حياتي اخواتي (مسعودة-اسماء نوري الهدى -خالد)

إلى وجدي وجدتي الغاليان.

إلى كل الأهل والقارب من بعيد وقريب

إلى من قاسمني العناء والجهد في إنجاز هذه المذكرة وخاصة الزميلي بالمذكرة " يحي "

إلى جميع الزملاء بالدفعة تحضير بدني

إلى كل طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دفعة 2016/2017

إلى من يجمع بين سعادتي وحزني

إلى من لم أعرفهم ..... ولن يعرفوني

إلى من أتمنى أن أذكرهم ..... إذا ذكروني

إلى من أتمنى أن تبقى صورهم ..... في عيوني

إلى كل هؤلاء أقول " أهديكم وأهديكم وتحياتي لا تكفيكم "

سليتر محمد الأمين  
سليتر محمد الأمين



# قائمة المحتويات

الصفحة

العنوان

- الإهداءات
- الت شكرات
- قائمة الجداول
- قائمة الأشكال البيانية .
- مقدمة.....أ.

## الإطار العام للدراسة

### الجانب التمهيدي .

- 1- الإشكالية.....4.
- 2-الفرضيات.....7.
- 3- أسباب البحث.....7.
- 4- أهمية البحث.....8.
- 5- أهداف البحث.....8.
- 6- مصطلحات البحث.....9.
- 7- الدراسات السابقة و المشابهة .....12.
- 8- التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة.....15.

## المباحث الأول : الجانب النظري.

### الفصل الأول: الخبرة والتكوين الأكاديمي

- 18.....تمهيد
- 19.....1- التكوين الأكاديمي
- 19.....1-1- مفهومه
- 19.....1-2- خصائص التكوين الأكاديمي
- 20.....1-3- أنواع الإعتماد الأكاديمي
- 22.....1-4- أهمية وأهداف الإعتماد الأكاديمي
- 22.....1-5- مزايا الإعتماد والتكوين الأكاديمي
- 22.....1-6- مفهوم الكفاءة الأكاديمية
- 23.....1-7- أهمية التكوين
- 23.....1-8- أهداف التكوين
- 28.....1-9- مبادئ التكوين
- 29.....1-10- أنواع التكوين
- 33.....1-11- أهمية الإحتياجات التكوينية
- 34.....1-12- طرق تحديد الإحتياجات التكوينية
- 35.....1-13- أسس تحديد الإحتياجات التكوينية
- 36.....2- الخبرة الميدانية :
- 36.....2-1- مفهوم الخبرة
- 36.....2-2- أنواع الخبرات
- 38.....2-3- مراحل اكتساب الخبرة
- 39.....2-4- جوانب الخبرة
- 41.....2-5- معايير إختيار الخبرات التعليمية
- 43.....2-6- وظائف الخبرات التعليمية
- 42.....: خلاصة

## الفصل الثاني: المدرب الرياضي في كرة القدم

|          |                                   |
|----------|-----------------------------------|
| 44.....  | تمهيد:                            |
| 45.....  | 1-المدرّب                         |
| 45 ..... | 2-شخصية                           |
| 47.....  | 4- تعريف المدرب الرياضي           |
| 48.....  | 5- خصائص وسمات مدرب كرة القدم     |
| 50.....  | 6- مميزات مدرب كرة القدم          |
| 51.....  | 7- دوافع مدرب كرة القدم           |
| 53.....  | 8- واجبات مدرب كرة القدم          |
| 55.....  | 9- واجبات المدرب الرياضي          |
| 56.....  | 10- وظائف مدرب كرة القدم          |
| 57.....  | 11- الدور القيادي لمدرب كرة القدم |
| 61.....  | 12- أسس القيادة ومبادئها          |
| 61.....  | 13- واجبات القائد وأساليب القيادة |
| 65.....  | 14- أنماط القيادة                 |
| 68.....  | خلاصة                             |

## الفصل الثالث: التحضير البدني

|         |                               |
|---------|-------------------------------|
| 10..... | تمهيد                         |
| 71..... | 1-لمحة عن التحضير البدني      |
| 71..... | 2-تعريف التحضير البدني        |
| 73..... | 3-التحضير البدني في كرة القدم |
| 73..... | 4-مدة التحضير البدني          |
| 73..... | 5- مراحل التحضير البدني       |
| 77..... | 6- نماذج الاعداد البدني       |
| 79..... | 7- أشكال الاعداد البدني       |
| 80..... | 8- طرق تنمية الصفات البدنية   |
| 83..... | 9-الصفات البدنية              |
| 91..... | خلاصة                         |

## الباب الثاني : الجانب التطبيقي .

### الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| تمهيد                                 | 94  |
| 1.منهج البحث.....                     | 95  |
| 2- المجتمع الأصلي وعينة البحث         | 96  |
| 3- خصائص العينة                       | 96  |
| 4- مجالات البحث                       | 97  |
| 5- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث..... | 97  |
| 6- أدوات البحث.....                   | 98  |
| 7-الدراسة الاستطلاعية.....            | 101 |
| 8- الدراسة الأساسية                   | 102 |
| 9-الأسس العلمية للاختبار.....         | 102 |
| 10-صدق الأداة.....                    | 103 |
| 11-ثبات الأداة                        | 104 |
| 12- الموضوعية                         | 105 |
| 13- طريقة تصحيح أداة البحث            | 105 |
| 14-الأساليب الإحصائية المستعملة       | 106 |
| 15-صعوبات البحث                       | 110 |
| خلاصة.....                            | 111 |

### الفصل الثاني : عرض ومناقشة النتائج

|   |     |
|---|-----|
| تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الموزع على المدربين.....    | 113 |
| 1عرض ومناقشة المحور الأول والمتعلق بالبيانات الشخصية..... | 114 |
| 2-تحليل نتائج الفرضية الأولى.....                         | 127 |
| 3-تحليل نتائج الفرضية الثانية.....                        | 130 |
| 4-تحليل نتائج الفرضية الثالثة.....                        | 133 |

## الفصل الثالث الإستنتاجات والتوصيات

|          |                      |
|----------|----------------------|
| 137..... | خلاصة العامة         |
| 139..... | التوصيات والإقتراحات |
| 140..... | خاتمة                |

المصادر و المراجع

الملاحق

## فهرس الجداول

|          |  |
|----------|--|
| 104..... | 1-الجدول يوضح معاملات الثبات للاختبار ومعامل الصدق الاحصائي  |
| 105..... | 2-الجدول يوضح درجات العبارات   |
| 113..... | 3-الجدول يمثل الدرجة التأهيل في شهادة CAF  |
| 115..... | 4-الجدول يمثل الدرجة المتحصل عليها أو درجة التأهيل   |
| 117..... | 5-جدول يمثل عدد سنوات الخبرة لدى المدربين  |
| 119..... | 6-جدول مستوى الرياضي الأكثر تدريبا فيه   |
| 120..... | 7-الجدول يمثل الفئات العمرية التي عملتم بها بكثرة  |
| 122..... | 8-الجدول يبين الإنجاز الرياضي المحقق   |
| 127..... | 9-الجدول يوضح قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين الخبرة الميدنية والتحضير البدني                         |
| 130..... | 10-الجدول يوضح قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين التكوين الأكاديمي والتحضير البدني                      |
| 133..... | 11-الجدول يوضح قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين الخبرة الميدنية والتكوين الأكاديمي معا والتحضير البدني |

## فهرس الأشكال البيانفة

- 01-شكل رقم (01): مستويات الإدارة على مستوى المنظمة ..... 24
- 02-الشكل رقم (2):المستوى الهرمي للأهداف التدريبفة ..... 25
- 03-الشكل رقم (03): التأثير المتبادل بين الفرد والدور الذي يؤديه ..... 26
- 04-الشكل رقم (04) : تطوير الفرد عن طريق التكوين..... 27
- 05-شكل رقم(5) تكوين يرفع الكفاءة و الفعالفة للمنظمة..... 27
- 06-الشكل رقم (08): نموذج تحديد الإحتفاجات التكونفة..... 28
- 07-الشكل رقم 3: ىمئل دوافع المدرب الرفاضى..... 53
- 08-تمثفل الأعمدة البفانفة الدرجة التأهفل فف شهادة CAF..... 114
- 09- تمثفل الأعمدة البفانفة لدرجة المتحصل علفها ..... 116
- 10- تمثفل الأعمدة البفانفة لعدد سنوات الخبرة لدف المدرففن..... 118
- 11- تمثفل الأعمدة البفانفة لمستوى الرفاضى الأكثر تدرفبا ففه..... 119
- 12- تمثفل الأعمدة البفانفة لفئات العمرفة التى عملتم بها بكثرة..... 121
- 13- تمثفل الأعمدة البفانفة اللانجازا الرفاضى المحقق..... 123
- 14- التمثفل البفانفبوضح المتوسط الحسابف للخبرة المفدانفة و التحضفر البدنف..... 128
- 15- التمثفل البفانف بوضح المتوسط الحسابف التكون الأكادفمف و التحضفر البدنف ..... 131
- 16- التمثفل البفانف بوضح المتوسط الحسابف للخبرة المفدانفة والتكون الأكادفمف معا و التحضفر البدنف . ..... 134

## 1- الإشكالية:

عقب كل منافسة يكثر الحديث عن أسباب الفوز أو الهزيمة ، وما يتردد عن تصريحات المدربين والمسيرين البعض يتحدث على التنقل الصعب أو أرضية الملعب(اللاعبين غير معتادين على ذلك) ، والآخر يتحدث عن كثرة المنافسة ، غير أننا نجد إهمال كبير للجانب البدني للاعبين .

ولهذا ارتأينا الاهتمام بالجانب البدني الذي يقول عنه الدكتور محمد حسن علاوي:" يعتبر الوسيلة الأساسية لتأثير على الفرد ويؤدي إلى الارتقاء بالمستوى الوظيفي والعضوي لأجهزة وأعضاء الجسم ، بالتالي تنمية وتطوير الصفات البدنية والمهارية والحركية والقدرات الخطئية والسماة الإرادية"<sup>1</sup>

ومن هذا المنطلق يجب على المدرب الاهتمام بالجانب البدني ، ومعرفة الجرعات ( الشدة والحجم ) المناسبة لكي يستفيد من مرحلة التحضير البدني ، وعليه التركيز على تكوين وتطوير اللياقة البدنية لدى اللاعبين المتمرنين وزيادة العمل التدريبي لجسم اللاعب ، لأن هذه الزيادة تتطلب مساعدة والمراقبة الطبية من خلال الاختبارات والفحص العام للحالة الصحية واختبار كفاءة ومهارة وكفاءة الأجهزة الداخلية للجسم.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي " : علم التدريب الرياضي " ، دار المعارف ، ط 12 ، مصر ، 1994 م ، ص

<sup>2</sup> Jobbes B-Leveque M- football - "La Préparation Physique" ,Ed Amphora , Paris ,1987

إن التطور السريع في تحقيق المستويات العالية في شتى مجالات الرياضة سواء في الألعاب الجماعية أو الألعاب الفردية يسير متواكبا وتكنولوجيات علوم التدريب الحديث الذي يعرف على أنه "مجموعة التمرينات ولمجهودات البدنية التي تؤدي إلى إحداث تكيف أو تغيير وظيفي في أجهزة الجسم الداخلية لتحقيق مستوى عالي من الإنجاز الرياضي"<sup>1</sup>

فمن الرياضات التي أصبحت تتطلب من الرياضي إمتلاك قوة بدنية عالية لاعب كرة القدم من خلال عملية الإعداد البدني التي تهدف إلى الوصول باللاعبين بصفة عامة وبلاعب كرة القدم بصفة خاصة إلى أعلى مستوى ممكن تسمح به قدراته وإستعداداته وكل ماتميز المدرب الرياضي بالتأهيل والتخصص العالي وكلما زاد إتقانه للمعارف وطرق تطبيقها والإلمام بها ،وعلى مدى ما توصل إليه اللاعب أو الفريق بنيا وما تحقق من تطوير عناصر اللياقة البدنية الأساسية من قوة، سرعة، تحمل ، مرونة، ورشاقة، كلما كان أقدر على تخطيط عملية التحضير والإعداد بصورة علمية تساهم بدرجة كبيرة في تطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعب كرة القدم إلى أقصى درجة .

حيث أصبح لعامل البدني تأثير واضح على نجاح أو فشل الأندية والفرق في تحقيق الفوز لهذا يسعى المدربون دائما للإرتقاء بمستوى القدرات البدنية للاعبين بإتباع مختلف الطرق التدريبية(المستمرة، التكرارية، الدائرية ، الفترية) من خلال إجراء التريصات والمعسكرات التدريبية. فكثيرا مانشهاد بعض الأندية تنهار من الناحية البدنية وتستسلم للفريق الخصم وبالتالي الهزيمة المؤكدة بالرغم ماتملكه هذه الفرق من مؤهلات تقنية تكتيكية وهذا ما يلاحظ خاصة عند الأندية

<sup>1</sup> أمر الله البساطي "قواعد وأسس التدريب الرياضي"، مطبعة الإنتصار، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية 1998 :ص (

التي تلعب على أكثر من جبهة(البطولة الوطنية، كأس الجمهورية، الكؤوس العربية، الكؤوس الإفريقية) والتي تتطلب منها إجراء عدد كبير من المباريات في ظروف وأماكن مختلفة وبالتالي بذل مجهودات في مدة زمنية قصيرة مما يؤثر على الحالة البدنية العامة للاعبين.

وعلى الرغم من المجهودات التي يقوم بها المدربون سواء كانوا ذوو الخبرة الميدانية أو تكوين أكاديمي من أجل الرفع والحفاظ على مستوى اللاعبين بدنيا الا انه يبقى هناك تباين بين المدربين وهذا إلى ما أخذنا إلى طرح التساؤل التالي:

#### - التساؤل العام:

- هل هناك علاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي في تحسين كفاءة المدرب في تحضير البدني لكرة القدم؟

#### - التساؤلات الفرعية:

1- هل توجد علاقة ذات دلالة الإحصائية بين الخبرة الميدانية و التحضير البدني لدى مدربي كرة قدم ؟

2- هل توجد علاقة ذات دلالة الإحصائية بين التكوين الأكاديمي و التحضير البدني لدى مدربي كرة قدم ؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة الإحصائية في الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي معا لدى مدرب كرة قدم في تحضير البدني ؟

#### -2- الفرضيات:

## 2 - 1 الفرضية العامة:

نعم هناك علاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي في تحسين كفاءة المدرب في

تحضير البدني لكرة القدم؟

## 2 - 2 الفرضيات الفرعية:

1 - توجد علاقة ذات دلالة الإحصائية بين الخبرة الميدانية و التحضير البدني لدى مدربي كرة

قدم ؟

2- - توجد علاقة ذات دلالة الإحصائية بين التكوين الأكاديمي و التحضير البدني لدى مدربي

كرة قدم ؟

3- توجد فروق ذات دلالة الإحصائية لصالح الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي لدى مدربي كرة

قدم في تحضير البدني ؟

## 3- أسباب اختيار الموضوع:

-إن أسباب اختيارنا لهذا الموضوع هي الأولى ذاتية والأخرى موضوعية , أما الذاتية وهي التي

تتلخص كفاءة المدرب في تحضير البدني لها أثر إيجابي لاعبين في كرة القدم .

-والأسباب الموضوعية فإننا بحاجة ماسة إلى البحوث العلمية التي تتناول هذا الموضوع , وأنه

كثير الحديث عنه في تحقيق النتائج الايجابية للفريق.

#### 4- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في أنه:

- عبارة عن دراسة مسحية المدرب و أثرها على التحضير البدني و العلاقة القائمة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي، و بالاعتماد على الاستبيان نسعى إلى إيضاح و بيان أهمية تأثير الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي على المدرب في التحضير البدني و ما تحققه من فوائد و نتائج إيجابية للفريق.

- توضيح مدى أهمية الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي لمدرّب في تحسين ورفع مستوى الأداء البدني وتحقيق النتائج الإيجابية.

- إبراز دور المدرب في نجاح عملية التحضير البدني .

- محاولة تسليط الضوء على دور المدرب في التحضير البدني وهذا ما يؤدي إلى تحقيق نتائج إيجابية.

#### 5- أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف :

- دراسة و تحليل شخصية المدرب الرياضي و خصائصه.

- دراسة و تحليل نوعية العلاقة بين الخبرة الميدانية و التكوين الأكاديمي.

- محاولة تحليل عام لمختلف الجوانب المتحكمة في تحضير البداني داخل الفريق .

- إثراء المكتبة الجامعية بمرجع يساعد الطلبة أثناء القيام ببحوث أو مطالعة.

- الوصول إلى اقتراح بعض التوصيات والنصائح النظرية والتطبيقية.

## 6 - مصطلحات البحث:

يمكن تعريف المفهوم أنه الوسيلة الرمزية التي يستعين بها الباحث عن المعاني والأفكار المختلفة بغية توصيلها للآخرين.

وتعتبر المفاهيم من الصفات المجردة التي تشترك فيها الأشياء والواقع والحوادث دون ما تحديد الواقعة أو الحادثة بعينها أو الأشياء بذاتها.

### 6-1- التكوين الأكاديمي: هي تلك المؤهلات والدرجات العلمية التي يحصل عليها الطالب في

مجال التدريس وفي تخصص معين ويتم هذا التكوين في المعاهد والجامعات المحلية والدولية التي تخص بالإعتماد الأكاديمي هذا الإعتماد مراجعه الجودة التي تقوم بها مؤسسات الإعتماد الأكاديمي المحلية أو الدولية , هذه المؤسسات تقوم بوضع مجالات مختلفة مثل : التعليم والتعلم , والمناهج الدراسية و الخدمات الطلابية والإدارة وغيرها للوصول إلى التفوق العلمي.<sup>1</sup>

إجرائيا: هو دراسة البرامج التدريبية دراسة علمية تتعلق بالتدريب في كرة القدم.

### 6-2- الخبرة الميدانية: هي مادي إمام الفرد بشيء أو موضوع ما , وهي مجموع ما يمتلكه من

معلومات ومسارات وإتجاهات نتيجة مروره بمواقف سابقة وهي أيضا مجموع ما اكتسبه فعليا من معارف ومعلومات يمكنه الإستفادة بها وتطبيقها في مواقف لاحقة.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد بن جعفر عارف : مفاهيم ومعايير للاعتماد الأكاديمي , 16/04/1430 , مقال إلكتروني

<sup>2</sup> راضي فوزي حنفي : كلية التربية , جامعة الحدود الشمالية , موقع التربية والتعليم

**اصطلاحاً :** هي ما يتميز بها شخص ما من تأهيل وتوافر لديه معلومات كافية ومتنوعة في مجال تخصصه يكون لديه القدرة في القيام بأعمال معينة .

**إجرائياً:** هي مجموعة من المعلومات المتحصل عليها من خلال تجارب ومكاسب سابقة في مجال كرة القدم.

### 6-3- المدرب:

- **لغة:** هو الشخص الذي يدرب الجياد. فالمدرب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيول أو للأشخاص لمنافسة ما، و الذي يمد الرياضيين بالنصائح، والذي يملك القدرة على البسط و فرض سلطته على الفريق.<sup>3</sup>

### - اصطلاحاً:

يعد المدرب الرياضي من الشخصيات التربوية التي تتولى دور القيادة في عملية التربية والتعليم، ويؤثر تأثيراً كبيراً ومباشراً في التطوير الشامل والمتزن لشخصية الفرد الرياضي (1)

### - إجرائياً:

هو الشخص المناط به اختيار اللاعبين وقيادتهم أثناء المباريات والتمارين، وصاحب القرار النهائي في الأمور الفنية، يحمل على عاتقه مسؤولية كبيرة، ناهيك عن ضغط الجماهير والإدارة والإعلام في بعض الأحيان والكل يطالبه بالفوز، ولا شيء سوى الفوز .

---

(1) قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة في الألعاب و الفعاليات و العلوم الرياضية، دار الفكر للنشر، عمان، ط1 1998، ص79.

## 6-4- التحضير البدني :

يقصد به كل الإجراءات والتمرينات المخططة التي يضعها المدرب ، ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية ، وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري و الخططي المطلوب منه وفقا للمقتضيات اللعبة ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية مثل تحمل و القوة وسرعة ورشاقة والمرونة<sup>1</sup>

ويمكن لنا أن نقسم الإعداد البدني إلى قسمين عام وخاص فالأول يقصد به التنمية المتكاملة لمختلف عناصر اللياقة البدنية ، وتكييف الأجهزة الحيوية للاعب مع العبء البدني الواقع عليه ، أما الثاني فيهدف إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا بما يتماشى مع متطلبات ومواقف الأداء في نشاط كرة القدم والوصول به إلى الحالة التدريبية وذلك عن طريق الصفات البدنية الضرورية الأداء التنافسي في كرة القدم والعمل على دوام تطويرها<sup>2</sup>

## 6-5- كرة القدم :

- لغة: هي كلمة لاتينية ، وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون (الفوتبول) ما يسمى عندهم بالرقبي أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتسمى SOCCER.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مفتي إبراهيم ، الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، مصر 1978م، ص 86

<sup>2</sup> محمد يسري منصور. التنظيم الإداري كأساس لتقييم الأداء المعارف النهضة العربية، بيروت. 1970 ، ص50

<sup>3</sup> مأمور بن حسن السلطان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية ، دار ابن حزم، ط 2 ، بيروت ، لبنان 1998 ، ص09.

## - اصطلاحا:

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

## - إجرائيا:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، وفي نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت بالتعادل" في حالة مقابلات الكأس"فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

## 7- الدراسات السابقة و المشابهة:

من البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية، والبحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاءت بعده دراسات وبحوث عديدة قد تناوله هو بالشرح والتحليل، أو تشترك معا في الموضوع أو بعض جوانبه وبذلك يشكل هذه الدراسات.

<sup>1</sup> Dictionnaire Robert des sports, 1982.

ويعرفها رابح تركي " كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه <sup>1</sup>

## 7-1 عنوان الدراسة :

دراسة شهادة ليسانس للطلبة حاجي لزهر بوعفار عبد المالك و حشود محمد حبيب بمعهد التربية البدنية والرياضة جامعة شلف سنة 2010/2009 تحت عنوان " تأثير خبرة وتكوين المدرب على التحضير النفسي لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية لنوادي بولاية الشلف" وكانت فرضيات الدراسة :

- خبرة المدرب دور هام في عميلة الحضير النفسي لدى لاعبي كرة القدم .
- لتكوين المدرب دور هام في عميلة الحضير النفسي لدى لاعبي كرة القدم .

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الدور الذي يلعبه المدرب وعلاقته بالتحضير النفسي وكذلك خبرة والتكوين المدرب ودورها في التحضير النفسي ومعرفة الدور الذي يلعبه التحضير النفسي عند لاعب كرة القدم وكذلك إظهار دور المدرب وخبرته في تامين سلوك اللاعب . وشملت هذه الدراسة على 20 مدرب ينشطون بي نوادي ولاية شلف ., وتوصلت الى نقص التكوين الخاص بالتحضير النفسي للمدرب وكذلك خبرة المدرب ضئيلة مقارنة بالمجال التكتيكي والبدني

<sup>1</sup> رابح تركي: مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1999، ص123

## 2-7 عنوان الدراسة :

دراسة شهادة ليسانس للطلبة يعقوبي إسحاق وسليمانى صبرينة ودبح حميد بمعهد التربية البدنية والرياضة سيدي عبد الله جامعة الجزائر سنة 2013/2012 تحت عنوان " تكوين المدربين الرياضيين مابين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وأثره في تحسين نتائج كرة القدم لصف أكابر" .

وكانت فرضيات الدراسة

- الخبرة الميدانية للمدرب الرياضي ليست كافية لتحسين نتائج كرة القدم
- التكوين الأكاديمي للمدرب الرياضي ليست كافية لتحسين نتائج كرة القدم
- لا بد من مزج بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي للمدرب الرياضي ليست كافية لتحسين نتائج كرة القدم(صنف أكابر)

هدفت هذه الدراسة الى معرفة ما إن كان لا بد من المزج بين الخبرتين لتحقيق النتائج الإيجابية وشملت هذه الدراسة على 20 مدرب ينشطون بي 20 نادي للكرة القدم ولايات بجاية , البلدية , الجزائر , وتوصلت مزج التكوين الأكاديمي والخبرة الميدانية لتحقيق نتائج ايجابية في كرة القدم

## 8- التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة :

- نستخلص من عرض وتحليل الدراسات السابقة والبحوث المشابهة إلى تحديد النواحي النظرية

والإجراءات العلمية للدراسة الحالية كالتالي :

1- تحديد وتفهم الجوانب المختلفة لمشكلة البحث الحالي.

2- صياغة الأهداف والفروض للدراسة الحالية .

3- التأكيد على أهميته .

4- تحديد نوعية وحجم العينة .

5- تحديد المنهج المناسب لإجراء الدراسة الحالية .

6- التعرف على وسائل جمع البيانات لإجراء الدراسة .

7- اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات الدراسة وكيفية عرضها بصورة سهلة

وواضحة.

## مقدمة :

مما لا شك فيه أن كرة القدم أصبحت لعبة ذات طابع عالمي من خلال عدد الجماهير التي تستقطبها و الإطارات التي تتكون في هذا المجال قصد تحسين صورتها شيئاً فشيئاً إذ أصبح لاعب كرة القدم أحد أهم العناصر التي يمكن أن يعتمد عليه لتحقيق النتائج المرغوب فيها ولكي يصل هذا الأخير إلى تحقيق كل هذه النتائج وجب عليه أن يكون تحت رعاية أشخاص و إطارات تعمل على إعطائه كل متطلبات هذه اللعبة من تخطيط جيد و تحسين لمستواه . فالمستوى البدني للاعب كرة القدم يساهم بشكل فعال في جعله يرتقي بمستواه و يظهر ذلك جلياً في النتائج التي يحققها من جراء ذلك . هذا الأخير و لكي يصبح أكثر تطوراً وجب أن يتبع فيه برامج تدريبية تأخذ بعين الإعتبار كل الجوانب التي قد تساهم في تحسين مستواه .

وعليه من أجل تحقيق أسمى شكل لكرة القدم الذي يهدف إلى بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل بأقل جهد وهذا مايسعى إليه المختصون في كرة القدم من خلال البرامج التدريبية والمنتجة علمياً، حيث أن للتحضير البدني الجيد تأثير على الجانب البدني الذي له أهمية تطوير الصفات البدنية عند لاعبي كرة القدم. بالإضافة إلى مستوى التحضير التقني والتكتيكي وتطوير الصفات البدنية دون أن نهمل الدور الذي يلعبه المدرب سواء كان ذو خبرة ميدانية كاللاعب سابق في مجال كرة القدم أو تلقى تكوين أكاديميا في الجامعات أو المعاهد الرياضية المختصة في تكوين مدربي كرة القدم في تقنين وتنظيم مختلف التمرينات التدريبية وإعطائها الشكل المناسب الذي يتلائم مع القدرات الحركية والبدنية للاعبين وكذا المدة والجهد المناسبين لتفادي مظاهر التعب والإجهاد بما يتماشى مع إختيار مدة الحمل والشدة الموافقة لهذه القدرات الحركية والبدنية المعروفة"الذي يعد احد العناصر الأساسية في التحضير العام والخاص نحو التطور الكلي لعناصر اللياقة البدنية، ورفع كفاءة أعضاء الجسم وأجهزته الوظيفية وتكامل أدائها من خلال التمرينات البنائية العامة والخاصة "

وبالنظر لمتطلبات كرة القدم الحديثة وما يبذله اللاعبون من جهد عضلي خلال المباريات، ومع تطور التنظيم وتشكيل مختلف البطولات مما أصبح يتوجب على المدرب تحضير اللاعبين بدنيا وهذا حسب فلسفة الخاصة بكل مدرب سواء كان ذو خبرة ميدانية أو تكوين أكاديمي . وفي هذا الصدد كان اختيارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول " العلاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وأثره في تحسين كفاءة المدرب في التحضير البدني في كرة القدم " .

أما الجانب النظري من الدراسة الذي حددناه في ثلاث فصول تمثل الفصل الأول في الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي حيث تطرقنا فيه إلى التعريف كلا من الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وكذا خصائص وأنواع التكوين وكذلك أنواع ومراحل الخبرة ..  
والفصل الثاني فقد خصصناه إلى المدرب تطرقنا فيه إلى مفهومها وشخصيته و خصائصها مميزات ودوافعه و وجباته .

أما الفصل الثالث فقد خصصناه إلى التحضير البدني للاعب كرة القدم ومختلف الصفات البدنية والطرق التدريبية لهذه الصفات.

أما الجانب التطبيقي وتناولناه في فصلين الفصل الأول وضحنا فيه إجراءات البحث وبيننا الطرق المستخدمة في البحث ومجتمع البحث ومجالاته وكذا طريقة التحليل الإحصائي وحدود الدراسة، أما الفصل الثاني خصصناه إلى تحليل ومناقشة نتائج الإستبيان للمدربين المتحصل عليها من الدراسة الميدانية وتلخيص نتائجها.  
بالإضافة إلى بعض الإقتراحات والتوصيات والملاحق.

## تمهيد:

تعتمد كل المؤسسات والمنظمات و كذا الهيئات النظامية على الاهتمام بمواردها البشرية ،لأنها تمثل الركيزة الاساسية لنجاحها و تطورها، ولمسايرة هذه التطورات والتغيرات الهائلة تقوم هاته المؤسسات بتدريب مواردها البشرية بتاهيلها لاداء كافة النشاطات والمهام، وما يتمشى مع المستويات المطلوبة لتحقيق كل الاهداف المسطرة، وذلك في مختلف المستويات الادارية للمؤسسات الرياضية.

وانطلاقا من كل هذا تم التطرق في هذا الفصل الى التكوين من حلال تقييم الماهية الحديثة له، وكذا اهدافه الحديثة البالغة بالنسبة لجميع المؤسسات والهيئات خاصة الرياضية منها ،اضافة الى ذلك تطرقنا الى بغض النظريات الحديثة و اساسيات العملية التكوينية، بالاضافة لابرار الاسس المعتمد عليها، زيادة على ما سبق تناولنا اهمية تحديد الاحتياجات التكوينية كمنطلق للوصول لتكوين فعال للمورد البشري، كما تطرقنا الى كيفية تقييم العملية التدريبية والطرق الحديثة المتبعة للتقويم الجيد.

من خلال ما تم طرحه فإننا نرى أن اهتمام المنظمات بتكوين الموارد البشرية يمثل استثماراً لهذه الموارد بما له من أهمية لها ولل فرد<sup>1</sup>.

وكما تعتبر ايضا مهنة التكوين من بين اصعب المهن لما تتطلبه من تركيز وخبرة فردية وكفاءات علمية يجب ان تتوفر في من اختار مهنة التكوين.

فعلى المكون أن يكون ذو مستوى علمي ومقدرة عالية في فهم عالم التكوين الحديث والذي بدوره يتطلب امكانيات كبيرة وذكاء في تحليل المواقف الصعبة .

ولوصول المكون الى هدفه السامي يجب عليه ان يلتزم باخلاقيات المهنة وان يكون قدوة يقتدي به اللاعب وذلك من خلال شخصيته التي يجب ان تكون قوية و متصفة بالاتزان .

<sup>1</sup> خالدجوادي، نذيرقندوزان(2009 جانفي):الإحتياجات التدريبية ودورها في بناء البرامج التدريبية،المفهوم والصيغ-ورقة مقدمة إلى الملتقى الدولي الثالث حول الإحتراف الرياضي في الجزائر،الجزائر العاصمة،الجزائر.

## 1- التكوين الأكاديمي :

### 1-1- مفهومه :

هي تلك المؤهلات والدرجات العلمية التي يحصل عليها الطالب في المجال التكويني وفي تخصص معين، ويتم هذا التكوين في المعاهد والجامعات المحلية والدولية التي تحضى بالاعتماد الأكاديمي، ويعتبر هذا الاعتماد مراجعة الجودة التي تقوم بها المؤسسات الأكاديمية المحلية او الدولية، هذه المؤسسة تقوم بوضع معايير في مجالات مختلفة مثل التعليم والتعلم والمناهج الدراسية والخدمات الطلابية وغيرها للوصول الى التفوق العلمي، اما مفاهيم الاعتماد الأكاديمي فقد تحددت وتباينت وان كان من الممكن تحديدها في التعريفات التالية :

- "عملية مراجعة جودة واداء المؤسسة للتأكد من تحقيقها للمعايير التي تحددها هيئة الاعتماد والتي تعنى بالتأكد من ان المؤسسة وبرامجها تحقق جودة في الاداء لجمهورها المستهدف".

- "هو الاعتراف ان برنامج تعليمي معين او مؤسس يصل الى مستوى معين محدد".

يتضح من عرض التعريفات السابقة ان هناك نقاط اتفاق كثيرة حول مفهوم الاعتماد الأكاديمي و جوانبه باعتباره عملية تقييم للمؤسسات التعليمية او البرامج بشكل كلي او جزئي، بغرض التعرف على مدى ايفاد المؤسسات او البرامج للمعايير التي تضعها هيئات او تنظيمات الاعتماد على ان يتم بشكل دوري او بطريقة منظمة وباجراءات معينة واذا حدث ذلك فان المؤسسة او البرامج تمنح الاعتماد.

وفي ضوء هذه التعريفات يمكن تعريف الاعتماد الأكاديمي: بأنه صيغة او شهادة لمؤسسة او برنامج مقابل استيفاء معايير تصدرها هيئات و منظمات أكاديمية متخصصة على المستوى المحلي او الاقليمي يؤهلها لنيل ثقة الوسط الأكاديمي و الجمهور المستهدف .

### 1-2- خصائص التكوين الأكاديمي :

من بين المميزات التي يتصف بها التكوين الأكاديمي :

- التكوين ضرورة حتمية لضمان جودة التعليم، فهو حائز على الارتقاء بالعملية التعليمية ككل و يبعث على اطمئنان المجتمع لخريجي هذه المؤسسة وليس تهديدا لها .
  - تنظم التكوينات و تتخذ مداخل متنوعة وتختلف باختلاف المجتمعات واختلاف النظم التعليمية، ولذلك فلا ينبغي الاخذ بنظام اكايمي معين في دولة معينة، والعمل بموجبه في نظام تعليمي اخر في دولة اخرى، وانما يمكن الاستفادة من الجوانب التي تتلائم مع طبيعة النظام التعليمي المراد تطبيق الاعتماد فيه .
  - التكوين يصدق الى تصنيف او ترتيب المؤسسات التعليمية .
  - التكوين لا يهتم فقط بالمنتج النهائي للعملية التعليمية ولكن يهتم بنفس القدر بكل الجوانب ومقومات المؤسسة التعليمية .
  - ا لتكوين ليس حجرا على الحرية الاكاديمية للمؤسسة او تعرضا لقيمتها.
  - التكوين لا يحقق ضبط جودة المؤسسة او برنامج فقط، بل اعتراف ان الدرجة العلمية التي تمنحها المؤسسة تختلف عن الدرجة التي ستمنحها غيرها من المؤسسات التعليمية الاخرى على المستوى القومي والعالمي، فهو لا يحقق مزايا المؤسسة التعليمية فقط بل يؤكد مصداقية واحترام المؤسسة ووضع الثقة فيها من قبل المجتمع والمؤسسات المهنية و العلمية المحلية والدولية.
- 1-3-1-انواع الإعتماد الأكاديمي :**

تتعدد اشكال وانماط الإعتماد حسب المنظور الذي تعتمده في التصنيف او منح لقب

الاعتماد ويوجد منطلقان لتصنيف الإعتماد:

**1-3-1- تصنيف الاعتماد وفق صفة الاعتماد:**

الاعتماد عملية نظامية تعليمية للتأكد من ان الفرد او الحصة تمتلك الحد الادنى من الكفاءة وحسب المعايير المعدة مسبقا ،في ضوء ذلك يمكن استعراض الانواع التالية:

### 1-1-3-1-1- التقييم او الإعتماد :

هو تقييم جودة البرامج والمؤسسات الحكومية وغير الحكومية في ضوء معايير السابق الاتفاق عليها من جهة الاعتماد التابعة للدولة او جهة اعتماد مستقلة .

### 1-1-3-1-2- الشهادة او الاجازة المهنية :

هي شهادة تمنح للمؤسسة او الفرد في ضوء امتلاكها برامج تتوافر فيها المعايير المتفق عليها والملائمة للعمل في مجال معين و هي شهادة يحصل عليها خريج برنامج مهني لا يؤدي الى درجة جامعية .

### 1-1-3-1-3- الترخيص او التصريح:

هي منح الفرد او المؤسسة التصريح لممارسة مهام صغيرة على درجة ملائمة من الكفاءة مثل الترخيص لاستخدام برامج او تعليم القيادة او تعليم الحاسب الآلي .

### 1-1-3-1-4- الاعتراف المؤسسي المحلي :

هو عبارة عن الاعتراف الذي تمنحه عادة الحكومات المحلية للمؤسسات التعليمية .

### 1-1-3-1-5- المعادلة:

هي آلية داخلية باي جامعة لتسهيل انتقال الطاب بين الجامعات .

### 1-2-3-1- تصنيف الإعتماد وفق موضوع الإعتماد :

### 1-2-3-1-1 الإعتماد المؤسسي :

الاعتماد التربوي الاكاديمي او المؤسسي يسعى الى منح اعتراف عام ومعلن لمؤسسة او برنامج اكاديمي بانه استوفى او تجاوز الحد الادنى من المعايير المحددة للكفاءة او الجدارة التربوية .

### 1-2-3-1-2- الاعتماد التخصصي :

فهو نوع من الاعتراف بالبرامج المتخصصة او المهنية التي تقدمها المؤسسات الاكاديمية ويوجد له في الولايات المتحدة الامريكية اكثر من 45 اعتماد متخصصة معترف بها ،تمارس تقويم البرامج

المهنية في الطب والهندسة والقانون .....الخ، ومع انه ليس كل المؤسسات الاكاديمية تنشذ بالاعتراف من هذه الجمعيات الا ان اغلبها يرتبط بنوع من العلاقة بها .

#### 1-4- اهمية واهداف الاعتماد الاكاديمي :

- المساهمة الى جانب آليات اخرى في تعزيز جودة التعلم .
- حماية سمعة المؤسسة وشهرتها على المستوى المحلي والدولي فيما يتعلق بالجودة والمستوى والمعايير التقييمية.

- إتاحة الفرصة للطالب حتى يختار النوعية التعليمية التي تتوافر فيها الجودة من خلال توفير المعلومات المتعلقة بنوعية البرامج المقدمة للجمهور للاطلاع عليها .

#### 1-5- مزايا الاعتماد والتكوين الاكاديمي :

- رفع سمعة البرامج التي تقدمها الجامعة للمجتمع.
- ضمان اتساق الانظمة وبرامج الجامعة مع معايير الاعتماد الاكاديمي ومتطلبات المهنة وحاجات الجامعة وطموحات افراد المجتمع.
- رفع دافعية العمل و النتاج لدى الاساتذة.
- الرفع من المساهمات العلمية والاكاديمية لدى الاساتذة الجامعيين .
- زيادة دافعية الطلاب نحو التعليم وتنمية مهارات التعلم الذاتي لدى الطالب الجامعي .
- اشاعة القيم الايجابية و نبذ الإتجاهات السلبية.

#### 1-6- مفهوم الكفاءة الاكاديمية:

##### 1-6-1- مفهوم الكفاءة:<sup>1</sup>

الكفاءة مفهوم عام يشمل القدرة على استعمال المهارات والمعارف الشخصية في وضعيات جديدة ،داخل إطار حقله المهني ،كما تحتوي ايضا تنظيم العمل وتخطيطه ،وكذا الأبتكار والقدرة على التكيف مع النشاطات الغير عادية

<sup>1</sup> - محمد التتويجي: المعجم المفصل في الأدب، دار الكتب العلمية ،ط1،بيروت ،لبنان ،1413هـ،1993م

### 1-6-2- تعريف الكفاءة :

حسب "لوي دينو" هي مجموعة ،من التصرفات الاجتماعية الوجدانية والحسية والحركية ،والمهارات المعرفية التي تمكن من ممارسة دور ووظيفة ونشاط ومهمة أو عمل معتمد على أكمل وجه .

### 1-6-3-اكاديمية :

مدرسة فلسفية أسسها أفلاطون 387ق.م في بساتين "اكاديمي" بأثينا ،لتدريس الفلسفة والرياضيات ،وقام على إدارتها تلاميذه من بعد ،ثم اطلق اسم اكاديمية على بعض المجامع العلمية والمعاهد الأدبية ،كالأكاديمية الفرنسية التي اسسها ريشلو عام 1635 م وأكاديمية الفنون الجميلة بباريس وأكاديمية الفنون بدمشق ، كما تطلق على الجامعة والكلية والاكاديمية على انها مناهج البحث العلمي يلتزم بقواعده الباحث التابع لاحدى الجامعات الرسمية .

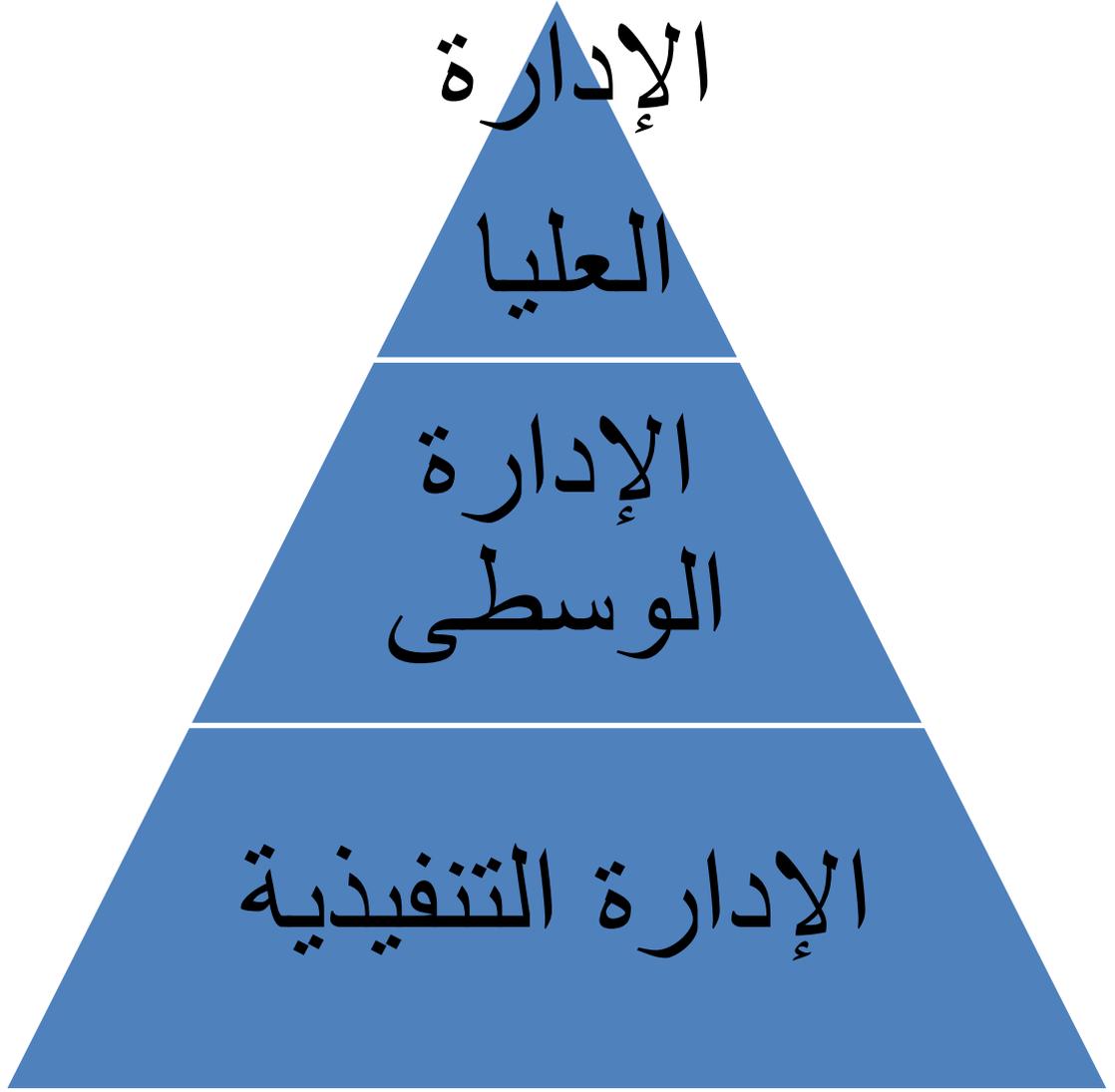
### 1-7-اهمية التكوين :

"يعتبر التدريب من المواضيع الحساسة في تسيير الموارد البشرية اذ انه يهدف الى تكييف العمال و تهيئتهم للعمل على مختلف الالات بدون مشاكل، وقد زاد الإهتمام في السنوات الأخيرة، بموضوع التدريب بالدول المصنعة، نتيجة التغيير التكنولوجي السريع وتكرر المهارات المطلوبة في تقنيات الإنتاج، اما في الدول النامية فاهمية التدريب في تزايد مستمر"<sup>1</sup>

### 1-8- اهداف التكوين :

يمكن تقسيم الأهداف التدريبية في ضوء التصنيف لأنواع العاملين الذين يشملهم التدريب تبعاً لإحتياجاتهم التدريبية وهي كالآتي:

<sup>1</sup> - بوفلجة غيات : مبادئ التسيير البشرية , دار الغرب للنشر والتوزيع , ص 67



شكل رقم (01): مستويات الإدارة على مستوى المنظمة<sup>1</sup>

ولأن كل أعمال هذه المستويات الثلاثة تختلف عن المستوى الآخر، حيث ان الإدارة العليا مسؤوليتها إتخاذ القرارات الإستراتيجية للمنظمة، والإدارة الوسطى مسؤوليتها إتخاذ القرارات التكتيكية اما الإدارة الدنيا او التشغيلية او التنفيذية، فإن قراراتها تتعلق بالعمليات اليومية للمنظمة وذات المدى القصير وفي ظروف التأكد التام، لذلك يمكن تقسيم الأهداف التكوينية الى ثلاثة أنواع من الأهداف كما يلي :

**1-8-1- الأهداف التدريبية الإبداعية و الإبتكارية :**

<sup>1</sup> نجم العزاوي : التدريب الإداري , المرجع سابق , ص 15

وهي الأهداف الموجهة الى الإدارة العليا ،بحكم مسؤوليتها على الأهداف الإستراتيجية التي تقتضي الإبداع و الابتكار

### 1-8-2- الأهداف التدريبية الإشرافية والتنسيقية وحل المشاكل :

وهي الأهداف الموجهة الى الإدارة الوسطى ،بمسؤوليتها في الإشراف على العاملين في الإدارة الدنيا والتنسيق مع الإدارة العليا ومعالجة المشاكل الناجمة عن العمل .

### 1-8-3- الأهداف التدريبية الإعتيادية المعلوماتية :

وهي الأهداف الموجهة إلى الإدارة الدنيا او العمال التنفيذيين الذين يحتاجون إلى زيادة المعرفة و تنمية القدرات و المهارات التي تحتاجها أعمالهم .

أهداف تدريبية  
إبداعية

أهداف تدريبية للحل

أهداف تدريبية عادية

الشكل رقم (2):المستوى الهرمي للأهداف التدريبية<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - حازم بن عبد بن حازم القنامي , مدى توافق الإحتياجات التدريبية قوات الطوارئ الخاصة ,رسالة مقدمة إستكمال لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في العلوم الإدارية , كلية الدراسات العليا قسم الإدارية , جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية . الرياض . السعودية , 2003 -2004 ص 35

وبصورة عامة يمكن إجمال هذه الأهداف فيما يلي بالنسبة للفرد والمنظمة والدولة:

1- إكتساب الأفراد معلومات ومعارف وظيفية متخصصة، تتعلق بأعمالهم و أساليب الأداء الأمثل فيها .

2- تعديل السلوك وتطوير أساليب الأداء التي تصدر عن الأفراد فعلاً.

3- صقل المهارات والقدرات التي يتمتع بها الأفراد.

4- رفع رفع الكفاءة و الفعالية للمنظمة .

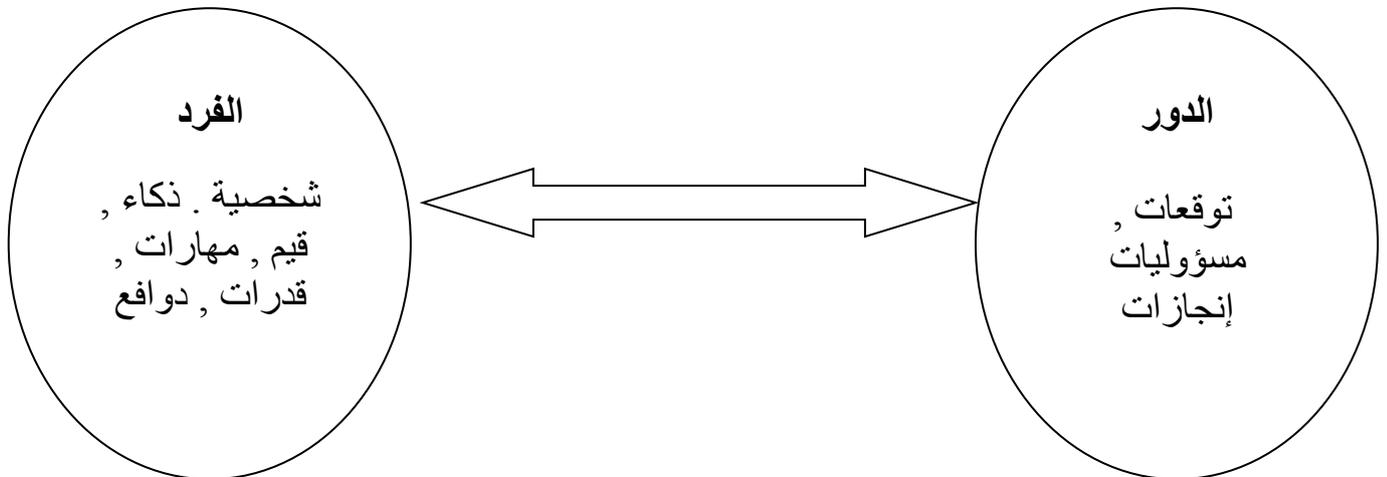
5- تحقيق أهداف الدولة .

ويهدف التدريب على إختلاف أنواعه إلى مايلي:

1- تنمية المعارف التي تركز على تنمية مهارات المتدربين ومعلوماتهم وإتجاهاتهم وتحديثها وتكريسها لخدمة أهداف المنظمة.

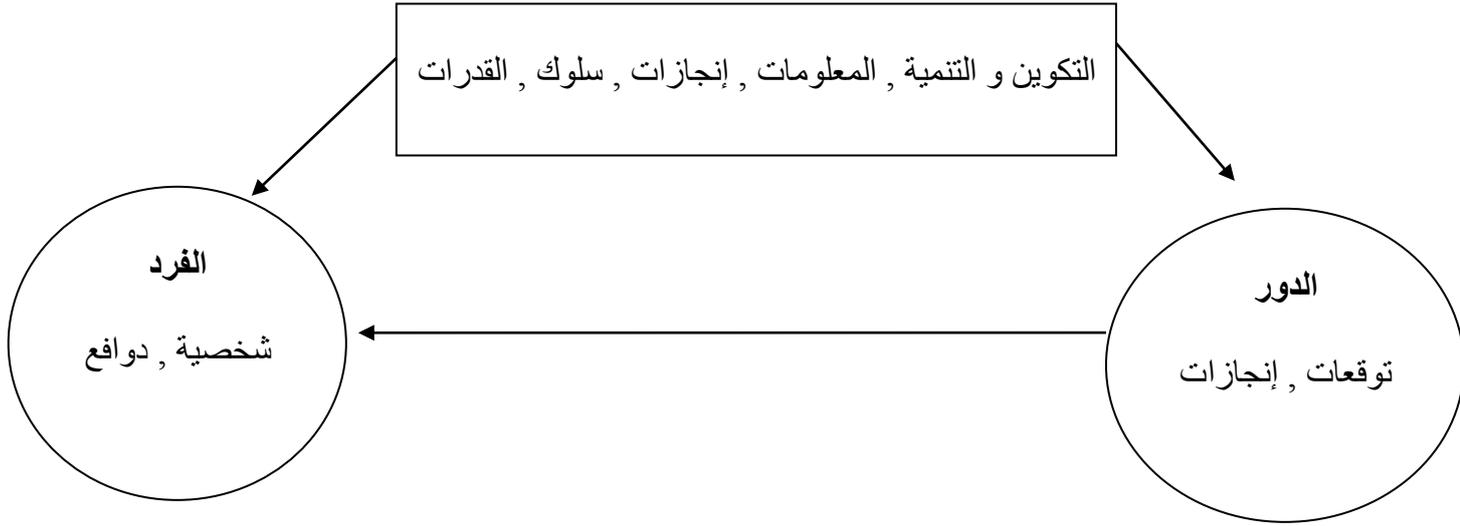
2- تنمية مهارات العاملين وقدراتهم ،بتنمية وتحديد المهارات، والقدرات والإستعدادات لدى الفرد لأداء عمل معين بكفاءة وفعالية وسلامة.

3- تنمية السلوك والإتجاهات الإيجابية نحو العمل و البيئة ،والمنظمة و المجتمع.

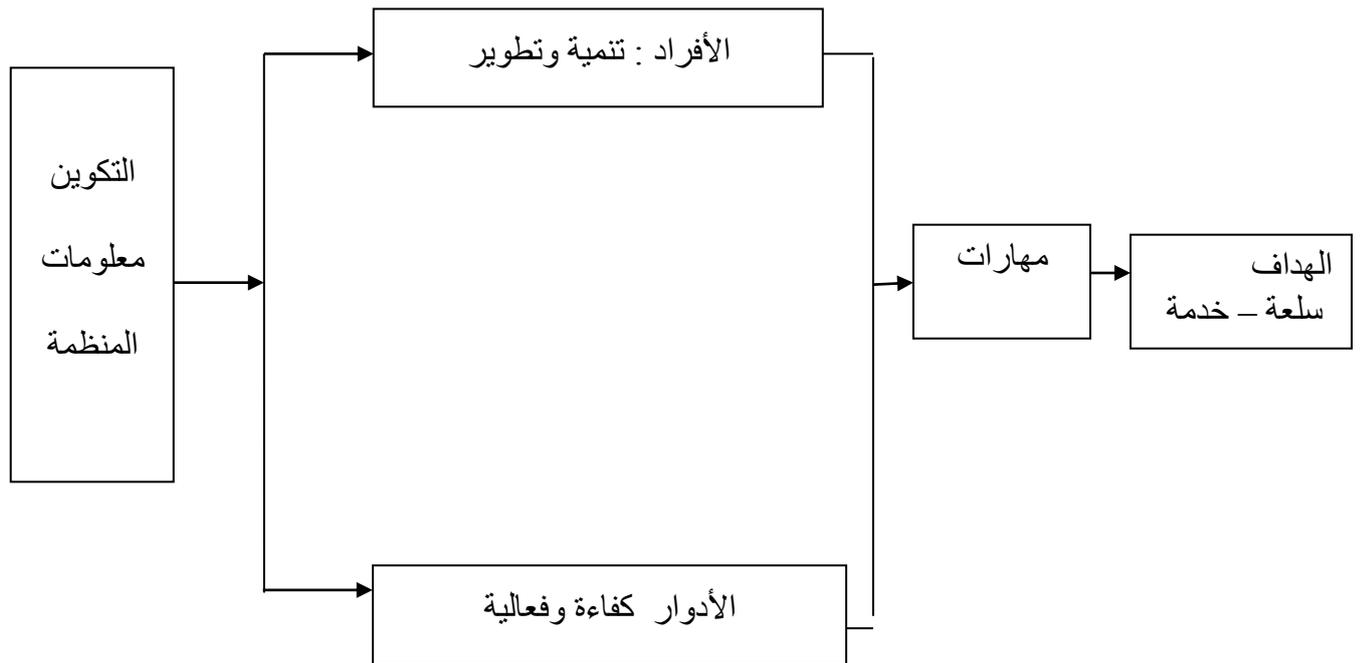


الشكل رقم (03): التأثير المتبادل بين الفرد والدور الذي يؤديه .<sup>1</sup>

<sup>1</sup> نجم العزاوي : التدريب الإداري , مرجع سابق , ص 17 .



الشكل رقم (04) : تطوير الفرد عن طريق التكوين<sup>1</sup>.



شكل رقم (5) تكوين يرفع الكفاءة و الفعالية للمنظمة<sup>2</sup>

<sup>1</sup> عبد الرحمن توفيق : مهارات أخصائي التدريب , مرجع سابق , ص 104  
<sup>2</sup> نجم العزاوي : التدريب الإداري . دار اليازوري للنشر والتوزيع , الطبعة العربية 2006 , عمان , الأردن , 2006 , ص 174.

### 1-9- مبادئ التكوين:

يمكن تقسيم اهم مبادئ التكوين فيما يلي

#### 1-9-1-الهدف:

يجب ان يكون التكوين محددًا و واضحا طبقا للاحتياجات الفعلية للمتكونين ،مع مراعاة ان

يكون الهدف موضوعا واقعا قابلا للتطبيق؟

#### 1-9-2-الإستمرارية :

يتحقق هذا المبدأ بأن يكون التكوين في بداية الحياة الوظيفية للفرد،ويستمر خطوة بخطوة لتطويره

وتتميته بما يتماشى مع متطلبات التطوير الفني للفرد.

#### 1-9-3-الشمول:

حيث يجب ان يوجه التكوين على كافة المستويات الوظيفية بالمنظمة، ويشمل جميع فئات الهرم

الوظيفي .

#### 1-9-4-التدرج:

يبدأ التكوين بمعالجة الموضوعات البسيطة ثم يتدرج إلى الأكثر صعوبة،وهكذا حتى يصل الى

معالجة أكثر المشكلات صعوبة وتعقيداً.

#### 1-9-5 مواكبة التطور :

حتى يكون التكوين مصدراً لا ينقطع ،يجب ان يتزود الجميع بكل ما هو جديد وحديث في شتى

مجالات العمل ،و بأحدث اساليب وتكنولوجيا التكوين .

#### 1-9-6- الواقعية:

ذلك بأن يلبي الإحتياجات الفعلية للمتكونيين الذين يتناسب مع مستوياتهم .

وهناك بعض المفكرين من صنفها كما يلي :

1-الإستمرارية:التكوين عملية مستمرة .

- 2-الإمكانية:كل شيء قابل للتعليم .
- 3-الذاتية:التنمية عملية ذاتية .
- 4-التفاعل:التفاعل بين المكون والمتكون ،وقدرة كلا الطرفين على الاستفادة و الإستفادة .
- 5- التكامل :النواحي الفنية تكمل الجوانب السلوكية و الاحيرة تكمل العقلية وهكذا .
- 6- العمومية: يستفيد المتكون من النتائج في مجمل الانشطة المختلفة .
- 7- الايجابية :التكوين نشاط ايجابي .
- 8- الشمول : التكوين يشمل العاملين جميعا على كافة المستويات الادارية .
- 9- المسؤولية :التكوين على تغيير القناعات والاتجاهات .
- 10-1- انواع التكوين :

يمكن تقسيم التكوين وفقا للمراحل التالية :

#### 1-10-1- التكوين في المراحل الاولى من التوظيف :

وهو التكوين الذي يحصل عليه الفرد الحديث للالتحاق بالوظيفة , وعادة يتم خلال الايام و الاسابيع الاولى من التعيين وهو بمثابة تقديم او تعريف العمل بالمنشأة و ينقسم هذا التكوين إلى<sup>1</sup> أ – التوجيه العام :

وهو يهدف الى تعريف الموظف بقواعد العمل ,واهداف ومسؤوليات المنشأة التي يعمل بها ,وعن مكانه في الهيكل التنظيمي العام للمنشأة ,كما يتضمن الاجابة على جميع الاسئلة التي يرغب الموظف الجديد في الحصول على اجابات واضحة عنها .

#### ب – التكوين التخصصي الابتدائي :

ويأتي هذا التكوين بعد التكوين التوجيهي العام , ويتضمن واجبات و تعليمات و مسؤوليات و حصائص الوظيفة التي سوف يمارسها الموظف .

<sup>1</sup> صلاح الدين محمد عيد الباقي الجوانب العلمية والتطبيقية في إدارة الموارد البشرية بالمنظمات , ص2001 , الدار الجامعية طبع , نشر توزيع . الإسكندرية . مصر ص 133.

### ج - التكوين اثناء الخدمة :

وهو التكوين الذي يحصل عليه الموظف من الرؤساء في العمل و يتم ذلك بالتوجيه المباشر بين الرؤساء و المرؤوسين أثناء تأدية العمل .

أما بالنسبة للتكوين في المراحل المتقدمة من العمل ,فانه يتضمن الانواع التالية :

#### 1-10-2- التكوين بغرض تجديد المعلومات (او بغرض تطبيق النظم المستحدثة):

ويتضمن هذا النوع من التكوين المعلومات الجديدة , التي ينبغي ان تقدم للموظف في التخصص الذي يمارسه ,وتدعو الحاجة دائما الى تعميم هذا النوع من التكوين في كافة انواع التخصصات ,كلما ادت التطورات الحديثة في العلوم و التقنيات الى اجراء بعض التغييرات و التجديدات الاساسية بها من وقت الى اخر ,ومثال ذلك عامل الارشيف الذي لا بد له من استخدام التقنيات الحديثة .

#### 1-10-3- التكوين بغرض الترقية او النقل لوظيفة اخرى :

وهو التكوين الذي يلزم لاعداد الفرد لتولي وظيفة جديدة ,أو للقيام بواجبات و مسؤوليات ذات مستوى عال ,كما يمكن تقسيم التكوين تبعا للوظائف المختلفة وكذا حسب احتياجات المنشأة .

#### 1-10-4- التكوين التخصصي :

و يشمل هذا التكوين الخبرات و المهارات المتخصصة لمزاولة مهنة او عمل متخصص , مثل ذلك وظائف الاطباء و المهندسين و المحامين ...الخ,ويهدف الى تنمية المهارات و الخبرات بغية توفير الامكانيات لمواجهة مشاكل العمل .

#### 1-10-5- التكوين الاداري :

و يقصد به التكوين على الاعمال ذات الطابع المتماثل ,الاعمال الكتابية او المالية ,وأعمال المحفوظات و السجلات ,وتمثل هذ الاعمال جانبا هاما من الاعمال الادارية وتوثيق كفاءة المنشأة على انتظام في هذه المجالات .

### 1-10-6- التكوين الداري و القيادي :

وهو ذلك التكوين الذي يغطي احتياجات التكوين المطلوب اجراؤه للقادة أو الرؤساء في المستويات التالية<sup>1</sup>.

#### • مستوى الاشراف الاول:

وهو ذلك المستوى من العاملين الذين تقع عليهم مسؤولية العمل المباشر أو بطريقة غير مباشرة (اشرافية) او ما يسمى بالمستوى التنفيذي .

#### • مستوى الادارة الوسطى:

وهو ذلك المستوى الذي يبدأ مباشرة فوق مستوى الاشراف الاول الى مستوى أقل مباشرة من مستوى الادارة العليا ,ولهذا المستوى اهمية بالغة في زيادة كفاءة العمل في الاجهزة ,بحيث يقوم هذا المستوى علاوة على ادارته بعدد من الاقسام المختلفة و التنسيق بينهما ,فانه يحقق الربط المشترك و السليل بين المستوى التنفيذي و الادارة العليا .

#### • مستوى الادارة العليا:

وهو ذلك المستوى الذي يتضمن الوظائف الرئيسية التي تكون مسؤوليتها وضع السياسات العامة للمنشأة , و اتخاذ القرارات الرئيسية .

### 1-10-7- التكوين في ضوء احتياجات العمل :

وينقسم الى:

#### أ- التكوين السابق:

هو ذلك النوع من التكوين الذي تغلب فيه الصفات النظرية ويسمى بالتكوين خلال مراحل الدراسة الاكاديمية ,وتقدمه دور العلم للخريجين قبل التحاقهم بالحياة العملية , ويمهد للتكوين الذي يقدم بعد الالتحاق بالخدمة أو العمل

<sup>1</sup> صلاح الدين محمد عبد الباقي: الجانِب العلمي و التطبيقية في ادارة الموارد البشرية بالمنظمات ,مرجع سابق ,ص 196

## ب- التكوين التوجيهي:

هو ذلك التكوين الذي هدفه تعليم الموظف أو العامل الجديد بنشاطاته و مهامه المسندة إليه , وظروف عمله و اتصالاته,و يطلق عليه التكوين الارشادي أو الابتدائي , و في هذا النوع من التكوين ينتقل الفرد الى عدة أقسام في منشأته خلال وجوده تحت التجربة حتى يتعلم و يعرف الكثير من واجباته فيها .

## ج - التكوين اثناء العمل:

وهو ذلك النوع من التكوين الذي يهدف الى إكتساب الفرد المهارة اللازمة لاتقان العمل او الوظيفة و يحصل عليه اما من خاج معاهد العمل ,او المراكز المتخصصة ,او من داخل العمل من قبل الرؤساء و الزملاء الذين لديهم خبرات اكبر في ميدان العمل<sup>1</sup>.

## 1-10-8- التكوين في ظل احتياجات الدولة :

### أ- التكوين الداخلي:

هو ذلك التكوين الذي يهدف إلى تنمية العاملين أفراداً أو جماعات في داخل الدولة و بالمراكز التكوينية المتخصصة أو منشآت العمل.<sup>2</sup>

### ب-التكوين الخارجي:

هو ذلك التكوين الذي يهدف إلى تنمية العاملين أفراداً أو جماعات في خارج الدولة وخاصة الدول النامية التي هي في حاجة مُلحة إلى مساعدة الدول المتقدمة في تكوين العاملين فيها، للإفتقار إلى التجارب والخبرات المتاحة للدول المتقدمة، الأمر الذي ألزم الدول النامية بإرسال أفرادها إلى التدريب في الخارج بأنواعه المختلفة كالتكوين المهني أو التخصصي أو الأكاديمي أو التطويري.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> صلاح محمد النويجم : تقويم الكفاءة التدريبية في معاهد التدريب الامنية بمدينة الرياض من وجهة نظر العاملين فيها ,رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير ,كلية الدراسات العليا ,قسم العلوم الادارية , جامعة نايف للعلوم الامنية ,الرياض ,السعودية 1426هـ الموافق ل:2005م ,ص16.

<sup>2</sup> نفس المرجع السابق

<sup>3</sup> -عادل حسن , مصطفى زهير , الإدارة العامة , دار النهضة العربية للطباعة والنشر , بيروت , لبنان , ص 277.

### ج-التكوين على الوظيفة:

إن الطريقة التي تتبعها معظم المصالح الحكومية هي تكوين الفرد أثناء أدائه لمهام وظيفته، فيعهد إلى الموظف القديم بتكوين الجديد على أعمال الوظيفة خلال الأيام الأولى لإستلامه العمل، ولا شك ان كفاية هذا النوع من التكوين تتوقف إلى كفاءة الموظف القديم، ذلك أن الموظف القديم قد لا تكون له القدرة على التعليم أوالصبر أو التكوين أو قدرة البيان للتعبير عن نفسه، وقد تنتقل أخطائه الفنية إلى الموظف الجديد دون قصد،فتكوين الموظف على الوظيفة يمكنه من دراسته ظروف العمل الفعلية بدقة ومراقبة سير العمل،وهنا يحتاج الفرد إلى وقت طويل حتى يلم بدقائق عمله ، والواقع أن هذه الطريقة غير كافية لإعداد موظفين صالحين ،فالموظف الجديد يسير على خطى الموظف القديم فإنخفاض كفاءة الموظفين هو تقييدهم بالروتين و هدفهم تسليم الأعمال إلى من يخلفهم بنفس الروتين.

#### 1-11-أهمية الإحتياجات التكوينية:

تعتبر الإحتياجات التكوينية عنصرا هاما في عملية التكوين الإداري وتظهر أهميته فيما يلي :  
-أن الإحتياجات التكوينية تعطي ضوءا كاشفا عن مستوى الأفراد المطلوب تكوينهم وعددهم و في أي مجال بالتخطيط الواقعي للإحتياجات التكوينية الفعلية تتيح الفرص العادلة لتقديم العاملين وزيادة كفاءتهم وزيادة أداءهم.

-تحديد الإحتياجات التكوينية عملية ديناميكية مستمرة.

-تحديد الإحتياجات التكوينية يوصل إلى قرارات فعالة وسليمة .

-تؤدي عملية تحديد الإحتياجات التكوينية إلى التقليل من النفقات وإهدار الأموال .

-فرصة لترقية الأفراد العاملين ونقلهم إلى مواقع متقدمة ثم توظيف أفراد جدد.

## 1-12 - طرق تحديد الإحتياجات التكوينية:

هناك العديد من الطرق لتحديد الإحتياجات التكوينية ومن أهمها :

### أ- اللجان الإستشارية :

وهي أكثر الطرق شيوعاً لأنها تشمل جميع مستويات المنظمة الإدارية حيث تجمع هذه الإدارات وتناقش الإحتياجات التكوينية وقد تكون هاته خارج التنظيم وتقوم بنفس المهمة وتقدم توصيتها .

### ب- تحليل الخطط و التنبؤات :

هي توقعات لابد من إجرائها حتى يكون انسجام بين أنشطة التكوين وخطط تنبؤات المنظمة .

### ج- الاستبانة :

وتشمل أسئلة عن الوظيفة من حيث أعباءها ومسئوليتها وواجباتها وكل ما يحيط بالموظف ،ويمكن للرؤساء التعليق على إجابات المرؤوسين من خلال خبرة التعامل معه .

### د-قوائم الإحتياجات :

وهي إعطاء الموظف قائمة تمثل اعباء الوظيفة ،وكذا يمكن له من تحديد الإحتياجات انطلاقاً مما يساعد وتحدد هذه الطريقة الإحتياجات بدقة .

### هـ- طلبات الإدارة:

وهي مجمل الإقتراحات والتوصيات من المكونين لتنفيذ برامج تكوينية معينة ،ولكن توصف بعدم الموضوعية ولا تعكس متطلبات هادفة.

### و-ملاحظة السلوك:

قيام المدير المباشر بالملاحظة المباشرة لأداء الموظف من أجل تحديد نقاط ضعف أداءه وقد يأخذ هذا النوع وقتاً طويلاً.

## ي-تقويم الأداء:

هي إحدى الوسائل لضمان تحقيق الحد الأدنى لمعايير الأداء ،ومكافئة الأداء الذي يفوق الحد الأدنى<sup>1</sup>.

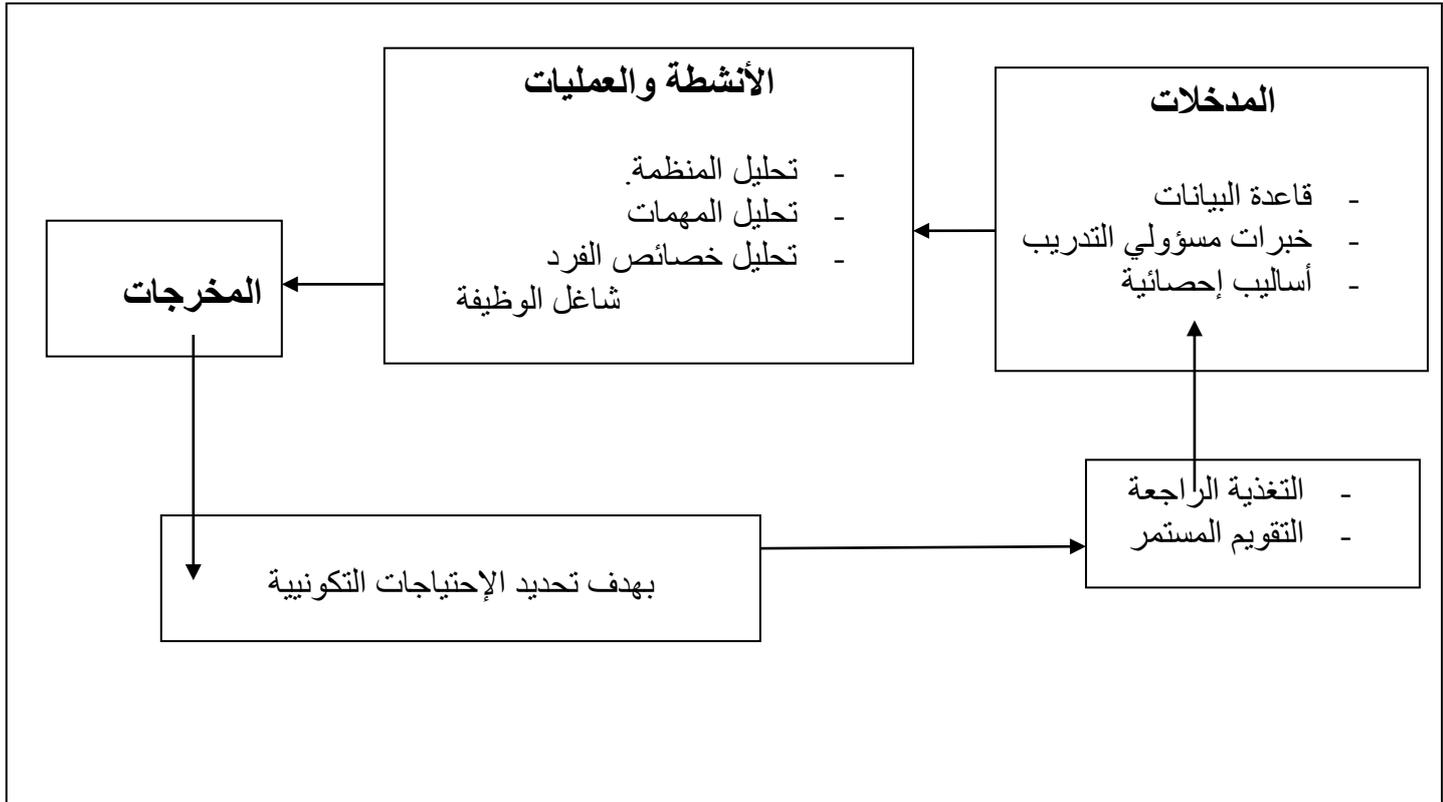
### 1-13- أسس تحديد الإحتياجات التكوينية :

يتم تحديد الإحتياجات التكوينية على اسس عدة اهمها :

- تحديد أهداف المنظمة و ما تتطلبه أنشطة تنفيذها من قدرات بشرية.
- تحليل الأفراد من خلال دراسة القدرات والمؤهلات والدوافع والاتجاهات ومعدلات الإنتاجية والغياب وهذا لتحديد من يحتاج إلى التكوين وعلى ماذا سيتكون .
- تحليل التنظيم بتحديد اتجاه الاستخدام من تقسيمات أو مستويات تنظيمية جديدة لمعرفة أين وفي أي وحدات تنظيمية يتطلب الأمر تدريباً .
- تحليل الوظائف من حيث طبيعة الأعمال وظروف الأداء ومتطلباته من قدرات .
- استقصاء آراء العاملين والعاملات بشأن رأيهم في احتياجاتهم التكوينية .
- استقصاء آراء الرؤساء بشأن نقاط الضعف لدى رؤوسهم .
- تحليل تقارير الأداء للتعرف على نواحي القصور التي تمثل الإحتياجات التكوينية .
- تحليل تقارير بشأن نقاص قوة او ضعف العاملين .
- تحليل تقارير تقييم التكوين السابقة للتعرف على مدى اكتمال سد الحاجات التكوينية.
- تحليل التكاليف الفعلية ومدى إتفاقها مع معدلات التكلفة المعيارية .
- الملاحظة الميدانية للعاملين من حيث الأداء والتعامل مع الرؤساء و الزملاء والعملاء<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> حسن أحمد الطعاني : التدريب الرياضي المعاصر , مرجع السابق ص 179-178

<sup>2</sup> أحمد السيد مصطفى : إدارة البشرية الأصول والمهارات , مرجع سابق . ص 292



## 2- الخبرة

### 2-1- مفهوم الخبرة :

هي عملية التفاعل بين الفرد والظروف الخارجية في البيئة التي يستطيع أن يستجيب إليها , سواء كانت بيئة طبيعية أو فكرية أو نفسية أو اجتماعية .

والخبرة مصطلح عام يشير إلى مدى إمام الفرد أو موضوع ما وهي مجموع ما يمتلكه الفرد من معلومات ومهارات واتجاهات نتيجة مروره بمواقف سابقة , وهي أيضا مجموعة ما اكتسبه الفرد فعليا من معارف ومعلومات يمكنه الإستفادة بها , وتطبيقها في مواقف لاحقة.

### 2-2- أنواع الخبرات :

يوجد هناك نوعان من الخبرات هي : الخبرات المباشرة والخبرات الغير مباشرة

## 2-2-1- الخبرات المباشرة :

هي تلك الخبرات القائمة على التفاعل التلميذ المباشر مع الشيء المراد إكتسابه التلميذ في العملية التعليمية , وان الخبرات المباشرة تقوم هلى الإدراك الحسي , أي تعتمد على حواس الشم والبصر والسمع .... الخ , كما أنها لا تقف عند حد المدرسة ذاتها وإنما تشتمل الحياة كلها سواء داخل المدرسة أخرجها , وان التعلم الناتج عن الخبرات الحسية المباشرة لهو أفضل وأسمى من أنواع التعلم الأخرى إلا أنه توجد صعوبات تحد من استخدام هذا النوع في المدارس ومن هذه الصعوبات ما يلي :

✓ البعد الزمني : كدراسة حياة الإنسان في مجتمع من المجتمعات .

✓ البعد المكاني : كدراسة شخص في أمريكا

✓ خطورة التواجد على أرض الواقع : التجارب النووية.

✓ سرعة وقوع الظاهرة : ظاهرة البرق.

✓ صغر و كبر حجم الواقع عن الحد المعقول : كدراسة حياة النمل .

## 2-2-2- الخبرات الغير المباشرة :

وهي خبرات غير واقعية أو مطابقة للحقيقة , ليست الحقيقة ذاتها وإنما هي صورة منقحة لها

مثل : (الأفلام الثابتة و المتحركة , النماذج المدرسية ..... الخ )

## 2-2-3- طبيعة الخبرة :

يؤثر الإنسان في كل المواقف من مواقف حياته ويتأثر بها , فهو دائماً يتفاعل مع البيئة بدافع أنه أو لتحقيق هدف يسعى إليه من خلال الإنسان مع البيئة وتأثره بها وإدراكه للعلاقة بين عمليتي التأثير والتأثر يتعلم الإنسان أشياء جديدة بالنسبة له , وتعتمد سلوكياته عما كانت عليه قبل عملية التفاعل , أما التفاعل إذا الإنسان مع بيئة واثر فيها وتأثر بها دون أن يدرك العلاقة بين عمليتي التأثير والتأثر فإنه لا يتعلم أشياء جديدة , ولا تعمدل سلوكياته , وهذا أنه لم يستفد من التجربة التي مر بها .

ومما سبق يمكن استنتاج أن الإنسان يكتسب خبرة حينما يتفاعل مع البيئة ويؤثر ويتأثر بها ، ويدرك العلاقة بين تأثير هـ فيها ( ماقام به من عمل ) وتأثره بها ( نتيجة هذا العمل ) وحينما يكتسب خبرة فإن سلوكاته تعتلد ، ويستطيع أن يوجهها نحو الأفضل ، ويسطر عليها وهذا يعني أنه قد تعلم واستفاد من التجربة التي مر بها .

### 2-3- مراحل اكتساب الخبرة :

مما سبق يمكن استنتاج أنه لكي يكتسب الإنسان الخبرة ، فمن الضروري أن يمر بمراحل ثلاثة هي :

- ✓ القيام بعمل ما .
- ✓ الإحساس برد فعل .
- ✓ إدراك العلاقة بين القيام بالعمل ونتيجته أو نتيجة ذلك العمل .

وفيما يلي توضيح لكل مرحلة من هذه المراحل :

### 2-3-1- القيام بعمل ما :

لكي يكتسب الإنسان خبرة لابد أن يقوم بعمل ما ، أي يكون نشطا إيجابيا حتى يقوم بالعمل بإيجابية ونشاط فلا بد أن يكون لديه غرض أو هدف واضح إلى تحقيقه من خلال هذا العمل .

### 2-3-2- الإحساس بنتيجة ذلك العمل :

حينما يقوم الإنسان بعمل ما فإنه يتأثر من الناحية الإدراكية والناحية الإنفعالية أيضا ، فمن الناحية الإدراكية يدرك الإنسان أبعاد ذلك العمل بدرجات متفاوتة حسب درجة وضوحها ، أما من الناحية الإنفعالية فإن الإنسان ينفعل في كل موقف يمر به مواقف الخبرة .

وتتوقف شدة ذلك الإنفعال أو ضعفه على عدة عوامل منها : طبيعة الشخص ، طبيعة الموقف الذي يمر به ، الخبرات السابقة التي مر بها الإنسان ، وترتبط بذلك الموقف ، ومن هنا أنه لكي تتكون خبرة لدى الإنسان ، فإنه من الضروري أن يتأثر أو ينفعل بالموقف الذي يمر به .

### 2-3-3- إدراك العلاقة بين القيام بالعمل و النتيجة المترتبة على ذلك العمل :

لي يكتسب الإنسان خبرة لا يكفي أن يقوم بعمل ما وأن يفعل أو يتأثر به , بل لابد أن يدرك العلاقة بين ما قام به من عمل وبين ما نتج عن هذا العمل , وتتوقف قدرة الإنسان على إدراك العلاقة بين القيام بالعمل ونتيجته على عوامل متعددة منها : ذكاؤه , خبراته السابقة , وطبيعة العمل الذي يقوم به من حيث بساطة أو تعقيد , فمثلا كلما كان الإنسان أكثر ذكاء استطاع أن يدرك العلاقة بسرعة , ومن يتعلم بسرعة ويستفيد مما يتعلمه في المواقف الأخرى ..... الخ وهكذا بالنسبة لبقية العوامل .

### 2-4- جوانب الخبرة :

مما سبق يتضح أن الإنسان عندما يكتسب خبرة ما فإنه يكتسب الكثير من الجوانب في واحد , منها المعلومات , والمهارات , والميول والاتجاهات , والقيم , والتقدير , والتفكير ..... الخ , وهذه الجوانب كل متكامل ولا ينفصل بعضها عن البعض , فكل جانب منها يؤثر على غيره ويتأثر به . وفيما يلي عرض موجز لكل جانب منها :

### 2-4-1- المعلومات :

تعد المعلومات ركنا أساسيا لكل خبرة يمر بها الإنسان إذ بدون المعلومات لا تكون هناك معرفة , فعندما تواجه الإنسان مشكلة ما فإنه لا يستطيع التفكير في حل لها أن يجمع حول أبعاد تلك المشكلة , وإذا أراد أن يتدرب على استخدام الترمومتر في قياس الحرارة, فإنه من الضروري أن تكون لديه معلومات عن تركيب الترمومتر وكيفية استخدامه , ولذلك فقد ازدادت حصيلة الإنسان من المعلومات نظر لمروبه بعدة من الخبرات .

### 2-4-2- المهارات :

تعرف المهارة بأنها " أداء مميز يتصف بالدقة والسرعة والسهولة والإتقان " كما تعرف أيضا بأنها قدرة الفرد على القيام بعمل ما بدقة , وفي أقل ما يمكن من الوقت بأقل ما يمكن من الجهد مع تحقيق الأمان وتلافي الأخطاء والأضرار " وهناك الكثير من المهارات التي يكتسبها الإنسان في

كل موقف من حياته مثل : أساليب التعامل مع الناس , مهارات إستخدام الأدوات والأجهزة , أداء الأعمال الفنية, الفنية معالجة مشكلات الحياة..... الخ

### 2-4-3- الميول :

الميل هو حالة داخلية تدفع الفرد للقيام بعمل أو نشاط ما وتقبله على غيره , ويكتسب الإنسان ميلا نحو بعض الأمور والأعمال التي يصاحبها النجاح , فعندما وينتهي أي عمل بنجاح فإنه يميل إلى تكراره , أما إذا إنتهى العمل بفشل فإنه ينصرف عنه , وللميول قوة دافعة فهي تدفع الإنسان نحو بعض الأشياء أو الأعمال , وتهتم التربية الحديثة بتتمية الميول وتوجيهها وإكتساب ميول جديد.

### 2-4-4- الإتجاهات والقيم:

يعرف الإتجاه بأبه إستجابة الإنسان بالإنسان أو بالرفض إزاء موضوع أو فكرة أو قضية أو شيء ما , كما يعرف الإتجاه بأنه " تعبير عن الموفق إلى يتخذه الإنسان إزاء أمر من الأمور " أما القيم فهي مجموع الإتجاهات التي تتكون لدى الإنسان إزاء شيء أو حدث معين أو قضية معينة , وهذا يعني أن الإتجاه هو وحدة تكوين القيمة , تلعب القيم دور أساسي في اتخاذ الفرد القراره وجوانب سلوكه المختلفة , من أمثلة القيم : الصدق , الأمانة , تحمل المسؤولية , الصبر , العطاء , التضحية , التعاون , النظافة , ..... الخ

وتعد الإتجاهات والقيم من الجوانب الوجدانية للخبرة , وهناك الكثير من الإتجاهات والقيم الى يكتسبها الإنسان من خلال مواقف الحياة اليومية , وللاتجاهات والقيم أهميتها التربوية الى توجه سلوك الإنسان وتجعله ثابتا نسبيا

### 2-4-5- التذوق والتقدير :

يعد التذوق والتقدير من الجوانب الوجدانية للخبرة وهناك الكثير من أنماط التذوق والتقدير التي يكتسبها الفرد خلال تفاعله مع مواقف حياته اليومية مثل تذوق الألوان وتقدير أهميتها , تذوق

الطهارة وتقدير أهميته , تذوق العلم وتقدير أهميته , تذوق وتقدير الجمال في مختلف مواقف الحياة ومجالاتها .

#### 2-4-6- التفكير العلمي :

يعد التفكير أحد جوانب الخبرة, فمن خلال تفاعل الفرد مع مواقف الحياة , تواجهه الكثير من المشكلات التي تحتاج إلى الحلول لذا فهو يستخدم عقله في الإستفادة من خبراته السابقة وينظم أفكاره ويبتكر أساليب يمكن أن تساعده على الوصول إلى حلول لتلك المشكلات.

#### 2-5- معايير إختيار الخبرات التعليمية :

توجد عدة معيير لإختيار الخبرات التعليمية منها ما يلي :

- ✓ أن تكون الخبرات بين الفرد والبيئة .
- ✓ أن تكون الخبرات بين مترابطة ومنتظمة .
- ✓ أن تكون الخبرات متنوعة وتحقق مبدأ الإستمرارية .
- ✓ أن تكون الخبرات موجهة لتحقيق عدة أهداف تربوية متنوعة.

#### 2-6- وظائف الخبرات التعليمية :

توجد عدة وظائف أساسية للخبرات منها ما يلي :

- ✓ أنها تساعد على إكتساب المعلومات
- ✓ أنها تساعد على تنمية الإتجاهات الإجتماعية
- ✓ أنها تساعد على تنمية الميول .
- ✓ أنها تساعد على تنمية مهارة التفكير وحل المشكلات

## خلاصة :

من خلال ما تقدم من دراسة نظرية حول مختلف العمليات المكونة للعملية التدريبية وطرقها ووسائلها وكذلك تحديد إحتياجاتها وصولاً إلى التقييم أو الوقوف عند نتائج هامة للعملية التدريبية. نجد أن الوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة سواء على المستوى الفرد أو الجماعة وصولاً إلى المنشأة من حيث تحقيقها لمختلف أهدافها سواء كانت على المستوى القريب أو المتوسط أو البعيد , ولا يمكن له من التحقيق إلا إذا تم الإنطلاق بطريقة سليمة في تحديد مسار العملية التكوينية وكذا التقييم الجيد لنتائجها. وذلك لتحقيق مختلف الأهداف , كذا فإن مراعاة التطبيق الجيد لها يمكن له سد الفجوة الحاصلة بين الأداء الحالي الذي لا يرتقي إلى تحقيق الأهداف وكذا الأداء المراد الوصول إليه بأحسن النتائج وبأقل التكاليف للمنشأة والفرد معا .

ومما سبق نستخلص أن المدرب الرياضي لكرة القدم هو المسؤول الأول عن نتائج الفريق , لذا يجب أن تتوفر فيه جميع المؤهلات العلمية والخلقية والخبرات الميدانية التي له سند معين على أداء واجبه المهني والتربوي على أحق صورة.

## تمهيد:

يعتبر المدرب العمود الفقري لأي فريق بإعتباره جزء ولا يتجزأ منه , فهو المعلم والمربي والقائد والحكيم وهو الأمر والناهي وغيرها من الأدوار التي يلعبها داخل الفريق . كما أنه المسؤول الأول على نتائج الفريق , بإعتباره المسؤول على تحضير الفريق من جميع الجوانب : النفسية , التربوية , التكتيكية , الخطئية , وإعادة ما يكون إما ممدوحا أو مذموما وهذا حسب طريقة

تعامله مع اللاعبين سواء في التدريبات أو في المباريات الرسمية ويبقى الهدف الأسمى للمدرب وبالأخص مدرب كرة القدم هو تحضير فريق متكامل ومتجانس ويعمل على تحقيق وحصد النتائج الإيجابية التي تعتبر المحك الحقيقي لأي مدرب مهما بلغت درجته المعرفية

## 1-المدرّب<sup>1</sup> :

حسب " لوس " هو الشخص الذي يدرّب الجياد .  
فالمدرّب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيول أو الأشخاص لمنافسة ما الذي يمد الرياضيين بالنصائح , وهو الذي يملك القدرة على بسط وفرض سلطته على الفريق . فالمدرّب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية , الكفاء في عمله , والقادر على ربط علاقات متزنة وبين أفراد فريقه , الحزم في قراراته والمتزن انفعاليا والمسؤول القادر على التأقلم مع الموافق التي تصادفه .

## 2- شخصية المدرّب :

من الملاحظ أن الدراسات المنجزة حول شخصية المدرّب قليلة مقارنة بما أنجز من دراسات حول الرياضة , لكننا نجد في الدوريات المختصة في علم النفس الرياضي بأن ميدان الشخصية لدى المدرّب مازال خصباً ولم يستوف حقه من الدراسة , فغالبا ما تتكون صورة المدرّب مقترنة بالشخصية الإستبدالية , متميزة بالصرامة , العنف وحب الإنتصار بأي ثمن يعرف Le Tessier و Mostel المدرّب انطلاقاً من ثلاثة انماط سلوكية :

➤ **المربي** : يعلم , يربي , يشرح بطريقة منهجية محددة ويبني علاقات معلم / متعلم

➤ **التقني** : يحلل ويعلل , منهجية يخضع لإطار الكفاءة العلمية

➤ **العارف** : الذي يثبت وجوده بقوة شخصيته , تجربته , ودقة ملاحظاته وحسب " جي بوسك

"فإننا نستطيع أن نعطي تسميات أخرى للمدرّب منها :

أ- **القائد العسكري** : الذي يشبهه في خصائصه نمط العارف

ب - **المسوق** : الذي يحاول دوماً أن يحصل على موافقه لذلك نجده يحاول دوماً الإقناع أو

الإستلطاف لكي يبرر الأفكار الإيجابية التي تتماشى وأهدافه .

<sup>1</sup> رفعت محمد :كرة القدم اللعبة الشعبية في العالمية ,بيروت ,1998, ص 11.

ج -المنشط أو الوسيط : كل نشاط رياضي يتضمن بعض الصعوبات الخاصة به في الجوانب التقنية والبدنية والفنية , وبعض النظر عن الكثير من النقاط والتشابه بين مجمل الإختصاصات يوجد في نظرنا نقاط تتميز كل اختصاص لذلك لا يمكن مقارنه مهام وواجبات مدرب كرة القدم عن بقية الإختصاصات الفردية , فالمدرّب الذي يحضر 04 أو 07 رياضيين على المدى البعيد يختلف عن الذي هو مسؤول عن جماعة متكونة من أكثر من 25 فردا ومن هنا يمكن سرد أهم الخصائص المميزة لمدرّب كرة القدم :

- ومن هنا يمكن أن يكون منشط وقائد ومؤمن بما يقوم به
- يبحث عن إيجاد الطرق لتسهيل الإتصال والتخفيف من الضغط .

### 3- التدريب الرياضي يتميز بالدور القيادي للمدرّب:

يتميز التدريب الرياضي بالدور القيادي لمدرّب بارتباطه بدرجة كبيرة من خلال الفعالية ومن ناحية اللاعب الرياضي ،بالرغم من أن هناك العديد من الواجبات التعليمية والتربوية والنفسية التي تقع على كاهل المدرّب الرياضي لإمكان التأثير في شخصية اللاعب وتربيته تربية شاملة متزنة تتيح له فرصة تحقيق أعلى المستويات الرياضية التي تتناسب مع قدراته وإمكانياته ،ألا لأن هذا الدور القيادي للمدرّب لن يكتب له النجاح إلا إذا ارتبط بدرجة كبيرة من الفعالية والاستقلال وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية من جانب اللاعب الرياضي ،إذ أن عملية التدريب الرياضي تعاونية لدرجة كبيرة تحت قيادة المدرّب الرياضي.<sup>1</sup>

كما تتسم عملية التدريب الرياضي في رياضة كرة القدم بالدور القيادي للمدرّب للعملية التدريبية ، والتي يقودها من خلال تنفيذ واجباته وجوانب أشكال التدريب ،والعمل على تربية اللاعب بالاعتماد على علم النفس ،والاستقلال في التفكير والابتكار المستمر والتدريب القوي من خلال إرشادات وتوجيهات وتخطيط التدريب<sup>2</sup>

1- محمد حسن علاوي : المرجع سبق ذكره ،ص 22-23

2- حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم ،ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية،الإسكندرية ،مصر ،2201،صص 27-28

#### 4- تعريف المدرب الرياضي:

يمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب الرياضي فتزويد الفرق الرياضية بالمدرّب المناسب يعد أحد المشاكل التي تقابل اللاعبين والمسؤولين ومديري الأندية. إن إعداد اللاعب ويتبعه الفريق أصبح حدثاً متعدد الأنظمة يجذب انتباه الفيزيولوجية والأطباء والنفسانيين، كلهم يتعاونون مع الرجل والذي في الصورة المركزية لكل فرد في الفريق، فمن يكون هذا الرجل يا ترى؟ انه المدرب<sup>1</sup>.

ويعتبر المدرب المحرك الأساسي للفريق، وفي بغض المرافق الأداء الصعب يصبح المدرب بمثابة المعلم، فمهنته الأساسية بناء لاعبيه، وإعدادهم بدنيا ونفسيا ومهاريا وفنيا لوصول بهم إلى أعلى المستويات، فهو أولا وأخيرا يجب علينا توضيح حقيقة هامة وهي أن مهنة التدريب تعتبر من الوظائف الصعبة وتحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص فهذه المهنة تحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير<sup>2</sup>.

المدرب يقصد به كذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط عالقات متزنة بينه وبين أفراد الفريق، والحازم في قراراته والمتزن انفعاليا، المسئول القادر على التأقلم مع جميع المواقف التي تصادفه<sup>3</sup>.

ويعد كذلك على انه المدرس والمربي، وهو شخص ذو دراية كبيرة بالحياة يحتاجه واللاعبون للنصح والمساندة في الكثير من نواحي الحياة المختلفة، ولهذا نقول أن المدرب هو الرفيق الأكبر والمعين في الحياة كما يطلق على المدرب مسميات عديدة فهو مرشد ورائد الحلقة يتميز بعمق البصيرة مما يجعله في مركز متميز يسعى إليه المشاركون لنيل المعرفة والخبرة<sup>4</sup>.

1 ناهد رسن سكر: المرجع سبق ذكره، ص 4

2 زكي محمد حسن: المدرب الرياضي، أسس العمل ومهنة التدريب، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1997، ص 15

3 نصر الدين شريف: أثر العلاقات الاجتماعية داخل الفريق الرياضي، مذكرة الماجستير، م.ت.ب.ر، دالي إبراهيم، الجزائر، 2001، ص 71

4 حسن محمد الحسين: طرق التدريب، ط2، دار مجد لاوي، عمان، الأردن، 2004، ص 121

كما يعتبر المدرب الشخص المسئول على تحضير اللاعبين وتسطير البرامج وتحسين الأداء، ويعتبر المفتاح المؤدي لنجاح والمسئول على رفع القدرات التكتيكية والتقنية لعناصر الفريق الرياضي<sup>1</sup>.

### 5- خصائص وسمات مدرب كرة القدم:

ويتضمن نوعية السمات الشخصية التي يتسم بها المدرب الرياضي مدى تفاعل هذه السمات بعضها بعضا ، وكذلك نمط السلوك المفضل لدى المدرب الرياضي واما اذا كان هذا النمط السلوكي ينمو نحو الاهتمام بالأداء والاهتمام بمشاعر اللاعبين ، ونحو الاهتمام بكل من اللاعبين والأداء معا وكذلك مقدار النفوذ الشخصي أو نفوذ المنصب أو المركز الذي يساهم في التأثير والتوجيه على سلوك اللاعبين<sup>2</sup>.

وفيما يلي يضيف حسن السيد أبو عبود بعض الخصائص والصفات التي يتميز بها مدرب كرة القدم وهي:<sup>3</sup>

- أن يكون مؤمنا محبا لعمله مقتنعا بقيمته في تدعيم، وتربية، وتدريب اللاعبين للوصول بهم إلى المستويات العالية.
- أن يكون معدا مهنيا حتى يستطيع التقدم باستمرار.
- أن يكون قادر على اختيار الكلمات المناسبة والمعبرة عن أفكاره تعبيرا واضحا.
- أن يتميز بعين المدرب الخبير في اكتشاف المواهب.
- أن يكون ذكيا متمتعا بمستوى عال من الإمكانيات والقدرات العقلية .
- أن يبني علاقاته على الحب، والاحترام المتبادل مع زملائه في الأجهزة التي يعمل فيها معهم.
- ( الجهاز الفني - الإداري - الطبي - الحكام - الجمهور )، وكذلك احترام وتنفيذ القوانين ومراعاة اللعب النظيف، والتنافس الشريف.

<sup>1</sup> J.P Augustin : Le sport et ses métiers, 1ere édition, édition le découvert , paris, France, 2003,p66

<sup>2</sup> ناهد رسن سكر : المرجع سبق ذكره، ص31

<sup>3</sup> حسن السيد أبو عبود: المرجع سبق ذكره، ص30

ويضيف الدكتور مفتي إبراهيم بعض الخصائص التي يتميز أو يجب أن يكون عليها المدرب الرياضي في كرة القدم وهي :<sup>1</sup>

- حسن المظهر، حسن التصرف، الصحة الجيدة، والقدرة على قيادة الفريق.
- الثقافة والمعلومات التدريبية في الرياضة التخصصية، والمقدرة على تطبيقها .
- التمسك بمعايير الأخلاق (الأمانة، الشرف، العدل، المثابرة، الولاء، المسؤولية، الصدق.
- التمتع بالسمات الشخصية الايجابية، الثبات الانفعالي، الانبساطية، الصلابة، التحكم الذاتي والاجتماعي
- يجب يكون مثلاً أعلى ونموذجاً يقتدى به محباً لعمله ويخلص له، ويوفر له الوقت الكافي.
- التمتع بالسمات النفسية الايجابية (التنظيم، المثابرة، الإبداع، المرونة، القدرة).
- كما أن مهنة التدريب تفرض على الذي يمتثلها أن تتوفر فيه جملة من الشروط لمواجهة متطلبات المهنة كالقدرة النفسية، فالمدرّب يجب أن يكون يتحلّى ببعض السمات التي تؤهله لممارسة التدريب، فالإصرار والقدرة على قيادة الأفراد، القدرة على التخطيط والتنظيم إلى جانب الحزم والنضج، الانفعالي وتحمل المسؤولية هذه هي بعض الخصائص التي يجب أن تتوفر في كل من يطمح إلى قيادة جماعة رياضية تنافسية<sup>2</sup>.
- إنّ المدرب الناجح هو الذي يستطيع الوصول بالأفراد إلى مستوى من النمو في اكتساب المهارات الحركية، وفي تعليم تقنيات الاختصاص فالنجاعة مرتبطة بتحقيق النتائج لا المناهج المتبعة فهنا النتيجة في الشرط الأساسي فلو فرضنا فريقان حققا النتائج نعتبر المدربين في نفس الخانة من النجاعة حتى ولو كان أحدهما سيئ العلاقة مع أفراد فريقه.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مفتي حماد إبراهيم : المرجع سبق ذكره، ص27

<sup>2</sup> Baty E : l'entraînement à l'euro péenne, éd, vigot ; paris, 1981, p113

<sup>3</sup> Bui-Xuan K : Introduction à la psychologie du sport, éd, vigot, paris, 2000, p81

## 6- مميزات مدرب كرة القدم :

يتميز مدرب كرة القدم بعد مميزات تتمثل في:<sup>1</sup>

- أن يكون ملما بمعرفة واسعة ودقيقة بما يسمح له بفرض طريقة عمله وتفكيره .
  - أن تكون له القدرة الفائقة على الملاحظة .
  - أن تكون لديه القدرة على معرفة وفهم أفراد فريقه.
  - أن يكون في عمله صبوراً ومتحكماً في نفسه في الوقت الصعب .
  - أن تكون له قدرة سنج شبكة من العلاقات مع أفراد فريقه .
- بالنسبة لمميزات المدرب الناجح عند الدكتور الحاوي يحي السيد إسماعيل فإنها تتمثل في النقاط

التالية:<sup>2</sup>

- يتميز بالواقعية وعدم الغرور والإخلاص في العمل.
- يتميز بالاحترام المتبادل والتفكير العقلاني والمنطقي .
- يتميز بالثبات الانفعالي و التماسك في المواقف الصعبة.
- يتميز بالحماس والرغبة في الفوز والثقة بالنفس.
- يتميز بالقدرة على اكتشاف الموهوبين والعدل وعدم التفرقة بين اللاعبين.
- يهتم بالثقافة الرياضية العامة والخاصة .
- يتميز بالأخلاق الفاضلة وبالأمانة وعدم التعدي على الآخرين .
- القادر على التنظيم والتنسيق في الظروف الصعبة.
- القادر على التخطيط العلمي السليم لبرامج التدريب.
- القادر على الربط بين الأفكار .
- يتميز بالوفاء والجدية في العمل .

<sup>1</sup> Baty E : l'entraînement à l'europeenne, éd , vigot ;paris ,1981,p113

<sup>2</sup> الحاوي يحي السيد إسماعيل : المرجع سبق ذكره، صص32-33

- سيستطيع الدعابة والمرح وفقا لظروف المناسبة لذلك .
- يتميز بالمرونة وقراءة المواقف الصعبة المتغيرة .
- يتمتع بقدر عالي من التأهيل المهني .
- يكون قد مارس النشاط التخصصي على مستوى البطولة . - يكون متقفا ومطلعا على كل مستجدات العصر .

#### 7- دوافع مدرب كرة القدم:

واقع المدرب الرياضي أو المدير الفني تختلف طبقا لمستواه في مهنة التدريب الرياضي ، إذ تختلف دوافع المدرب الرياضي الحديث عن دوافع المدرب الرياضي للاعب أو الفريق من الدرجة الأولى ، والتي تختلف عن دوافع المدرب الرياضي أو المدير الفني للفرق القومية . وقد أشار كل من أرفن هان (1996) و باومان (1996) علاوي (1992) إلى الدوافع التي يمكن اعتبارها من بين أهم دوافع المدرب الرياضي أو المدير الفني وهي كما يلي:<sup>1</sup>

#### 7-1- دوافع رياضية:

قد نجد بعض اللاعبين الرياضيين يشعرون عقب اعتزالهم الممارسة الرياضية أن من واجبهم الإسهام في تطوير نوع الرياضة التي تخصصوا فيها ومحاولة العمل مع الناشئين لإكسابهم خبراتهم الشخصية ، والارتقاء بمستوياتهم

#### 7-2- دوافع مهنية:

كثيرا ما نجد خريجي كليات التربية البدنية والرياضية يعنون في مجال التدريب الرياضي كنتيجة لدراستهم الرياضية التخصصية على أساس أن مهنة التدريب الرياضي هي مهنتهم المناسبة لطبيعة دراستهم .

1 حمد حسن علاوي :سيكولوجية المدرب الرياضي ، المرجع سبق ذكره ، ص 31

### 7-3- دوافع اجتماعية:

مثل الاتجاه نحو الاشتراك في المجالات الاجتماعية، ومحاولة تكوين علاقات وصدقات اجتماعية، والسعي نحو التقبل الاجتماعي كنتيجة لعملهم في مجال التدريب الرياضي .

### 7-4- تحقيق وإثبات الذات:

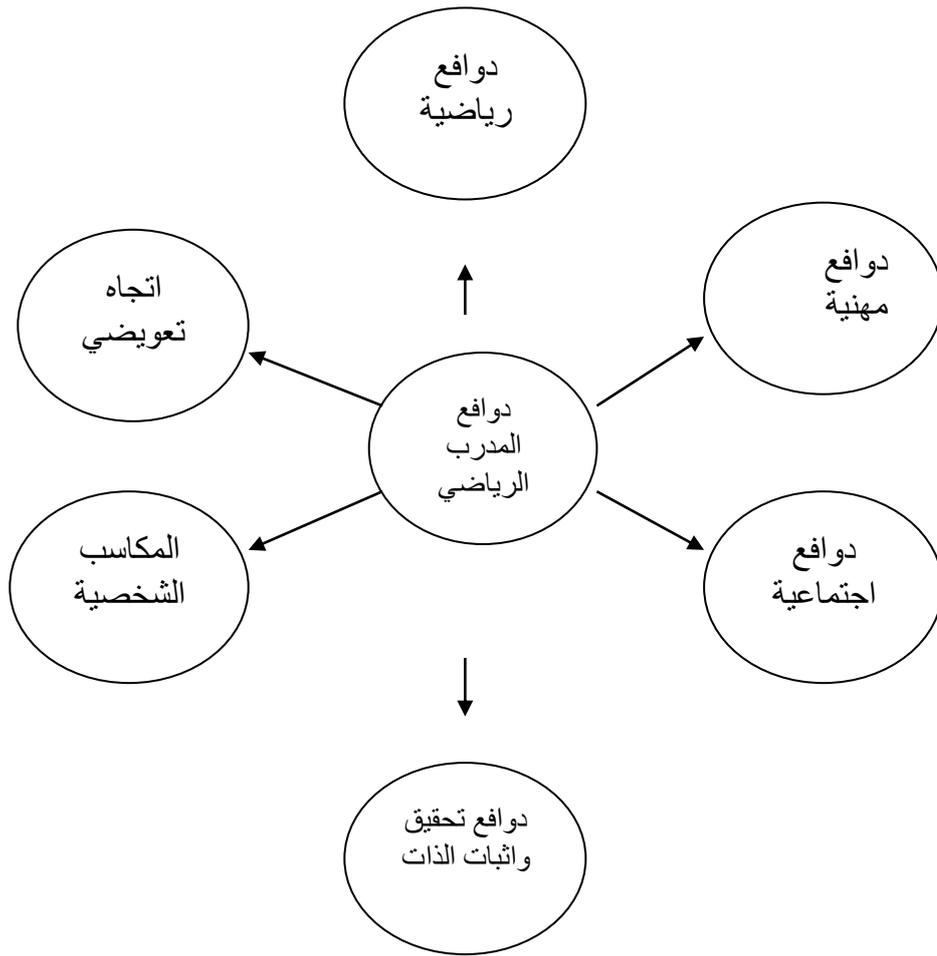
قد يرى الفرد أن عمله في مجال التدريب الرياضي يحقق له إثبات في إحدى المجالات التي يرى أنه كفاء لها، وذلك الشعور بمدى أهميته، وتعامل الناس معه على أنه أكثر أهمية.

### 7-5- المكاسب الشخصية :

مثل المكاسب المادية والمعنوية أو الحاجة إلى اكتساب مكانة متميزة أو مركز مميز بين الجماعة أو اكتساب الشهرة، والاعتراف من الآخرين .

### 7-6- الاتجاه التعويضي :

قد يرى اللاعب المعتزل أن قيامه بالتدريب الرياضي يعوضه عن النجاح الذي افتقده كنتيجة اعتزاله اللعب، كما أنه قد يتخذ اللاعب الذي لم يحقق مستويات عالية في رياضة من مهنة التدريب تعويضا عن عدم قدرته على التفوق كالعاب .



الشكل رقم 1: يمثل دوافع المدرب الرياضي<sup>1</sup>

#### 8- وجبات مدرب كرة القدم:

إن عملية التدريب الرياضي تلقي عدة مسؤوليات جسيمة على المدرب نتيجة طبيعة العمل، والعلاقة المتعددة مع اللاعبين، والأجهزة الفنية والإدارية، ويوف نحدد هنا بعض من تلك الواجبات التي يجب على المدرب أن يتقيد بها خلال عمله في تدريب الفريق، ومن أهم الواجبات التي يسعى المدرب لتحقيقها: وجبات تربوية، وواجبات تعليمية فنية، تتلخص فيما يلي:<sup>2</sup>

<sup>1</sup> حمد حسن علاوي: سيكولوجية المدرب الرياضي، المرجع سبق ذكره 32  
<sup>2</sup> أكرم زكي حطابية: موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، ط1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1996، ص301

### 8-1- الواجبات التربوية:

- 1- العمل على أن يحب اللاعب لعبته أولاً، وأن يكون مثله الأعلى، وهدفه الذي يعمل على أن يحققه برغبة أكيدة، وشغف كبير، وهو الوصول لأعلى المستويات من الأداء الرياضي، وما يقتضيه ذلك من بذل جهد طبيعي، وهذا يخص مدربي فرق الناشئين بالذات.
- 2- زيادة الوعي الوطني للاعب، ويبدأ هنا المدرب على تربية الولاء الخالص للاعبين نحو ناديهم ووطنهم، ويكون هذا الولاء هو القاعدة التي يبني عليها تنمية باقي الصفات الإرادية والخلقية للاعب.

كما يضيف الدكتور محمد حسن علاوي بعض الواجبات التربوية والمتمثلة في ما يلي:<sup>1</sup>

- تربية الناشء على حب الرياضة، والعمل على أن يكون النشاط الرياضي ذو المستوى العالي من الحاجات الأساسية للناشئ .
- تشكيل مختلف دوافع، وحاجات وميول اللاعب والارتقاء بها بصورة تستهدف أساساً الارتقاء بمستوى اللاعب، ومستوى الجماعة أي الفريق الرياضي .

### 8-2- الواجبات التعليمية :

- وتتمثل الواجبات التعليمية التي يسعى إليها المدرب فيما يلي:
- التنمية الشاملة والمتزنة للصفات والقدرات البدنية الأساسية، كالقوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة، وغيرها من الصفات أو القدرات البدنية.
  - التنمية للصفات أو القدرات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه اللاعب الرياضي .
  - تعليم المهارات الجزئية الأساسية لنوع النشاط الرياضي التخصصي اللازم للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية .
  - تعليم القدرات الخطئية الضرورية للمنافسات الرياضية .

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي: سيكولوجية المدرب الرياضي، مرجع سبق ذكره، ص34

- اكتساب المعارف والمعلومات النظرية على النواحي الفنية للأداء الحركي، ومن خطط اللعب وطرق التدريب المختلفة، والجوانب الصحية، النفسية، والقوانين واللوائح، والأنظمة الأساسية المرتبطة بالنشاط الرياضي التخصصي .

9- أما ناهد رسن سكر فيلخص واجبات المدرب الرياضي في ما يلي:<sup>1</sup>

#### 9-1- الإعداد البدني :

وهو الواجب الأول للمدرب الرياضي إذ أن اللاعب بدون قرة بدنية لا يستطيع أن يؤدي المباريات بإتقان، وهذا ما يؤثر نسيا على مستوى تنفيذ الخطط.

9-2- الإعداد المهاري : وذلك بالعمل على أن يصل اللاعب إلى الإتقان التام والمتكامل في

الأداء الفني للمهارة تحت أي ظرف من الظروف، ويهدف المدرب إلى تلقين اللاعب إتقان المهارة، وهذا يساعد على أن يعيد تفكيره في تنفيذ التحرك المخطط فقط مما يسهل عمله ويجعه أكثر دقة وتركيز .

#### 9-3- الإعداد الخططي:

لم يصبح التدريب على المهارات مرتبط ارتباطا وثيقا بتعلم خطط اللعب ومع ذلك فإن الإعداد الخططي له خطواته الخاصة.

#### 9-4- الإعداد الذهني:

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

من خلال ما سبق يرى الباحث أن من واجبات المدرب الاهتمام بالجانب التربوي، وبناء الشخصية المتزنة لدى اللاعبين الناشئين ثم الاهتمام بالجانب البدني، المهاري، والخططي، والنفسي.. الخ من الجوانب التي تخدم صحة الرياضي وتنمي لديه القدرات والاستعدادات، وذلك لاستخدامها في المستقبل سواء في الميدان الرياضي أو الحياة العادية.

<sup>1</sup> ناهد رسن سكر: المرجع سبق ذكره، ص27

## 10- وظائف مدرب كرة القدم:

هناك مجموعة من الوظائف التي يجب على المدرب القيام بها من تدريب و وظائف اجتماعية وكذلك وظائف تتعلق بتطوير الشخصية إلا أن التدريب يعتبر الوظيفة الأكثر أهمية بالنسبة لعمل المدرب لان نجاح المدرب في هذه الوظيفة بأقطابها الأربعة لبدنية، المهارية، والخطبية، والنفسية فالتدريب في هذه الجيد يؤدي إلى نتائج جيدة، وهذه النتائج دائما في نظر المتبعين هي المقياس الحقيقي لنجاح المدرب<sup>1</sup>.

ويرى توماس ريمون أن وظيفة المدرب 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، والعمل على خلق جو اجتماعي يسهل من العمل، كما من دوره حل النزاعات والحد من الصراعات والوقوف في وجه المشاكل التي تهدد الاداء الحسن للفريق<sup>2</sup>.

أما جورج ريونيس، و ريموند شابويز فيرو أن المدرب يبقى الرجل المفتاح بحيث دوره يتعدى التعليم، والتلقين التقني والخططي لتحقيق كل الجوانب الدينامكية في الفريق الرياضي<sup>3</sup>.

كما يضيف روجار بعض العناصر التي تبين وظائف المدرب وهي:<sup>4</sup>

- تنظيم فعال للفريق أثناء العمل والمهام ويشجع وينشط الفريق .
- التركيز على العلاقات الداخلية والتماسك مع الفريق .
- المحافظة على القيم والمبادئ الاديولوجية للفريق .
- تمثل الفريق في المقابلات مع الفرق الأخرى داخل وخارج الميادين.

1 فاتح عبدلي: أثر خدمات ومهارات الإرشاد النفسي في تحسين النتائج الرياضية، مذكرة الماجستير، مهدت.ب.ب.ر، سدي عبد الله، الجزائر، 2006، ص45

<sup>2</sup> R Thomas :la relation au sain des APS, édition, vigot, Paris, France,1983,p156

<sup>3</sup> George Rionix et Raymond Chappuis : la cohésion de l'équipe, séd, librairie philosophique, jvin , paris, France,1976 ,p61

<sup>4</sup> Roger Mue chielli : la dynamique des groupes, 7eme éd, entreprise moderne, édition librairie technique, Les édition EPS, France, 1976, p53

## 11- الدور القيادي لمدرّب كرة القدم :

### 11-1- مفهوم القيادة :

إن القائد في العموم هو من قادة سلطة النهي والأمر والتوجيه داخل المجموعة لكن هذا الامتياز الذي ينعم به غالبا ما يكون مشروط بمراعاة الصالح العام للمجموعة والتفاني في خدمتها حيث يكون الرمز الحي الذي يمثل آراء وطموحات الجماعة ويكون بمثابة المرشد نحو تحقيق الأهداف المسطرة<sup>1</sup>.

وإذا أردنا أن نعطي تعريفا لمفهوم القيادة لنجد أنفسنا أمام جملة من التعارف التي وردت في هذا الباب.

وللقيادة وظيفة اجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة الرياضي، وهي شكل من أشكال التعامل الاجتماعي بين الأفراد، والقائد يقوم فيه بقيادة الجماعة وتوجيه أعمالها<sup>2</sup>. فالقيادة بهذا المعنى كما يراها البعض لها عدة جوانب اجتماعية وتفاعلات ديناميكية ومحددات سلوكية، فهي سمة تتجلى فيما يتصف به القائد من إمكانيات وخصائص عملية وسلوكية وعقلية وبدنية تمكنه من التوجيه والسيطرة على الآخرين، وثانيا هي عملية سلوكية تتمثل في إمكانية تحريك الجماعة لتحقيق تأثير موجه نحو أهدافها وتحسين التفاعل الاجتماعي بين أعضائها الحفاظ على تماسكها أما الدور الاجتماعي فيحقق أهداف الجماعة من خلال عملية التعامل الاجتماعي الاتصال بين القائد وبيئته<sup>3</sup>.

وفي هذا المعنى يشير محمد عكاشة "أن القيادة ظاهرة اجتماعية ونفسية تعبر عن صورة التفاعل الاجتماعي الذي يحدث بين فرد وجماعة تنشأ تلقائيا تلبية للإشباع حاجات الأفراد، وإذا كان لكل فرد من الأفراد الجماعة المتفاعلة دور تقوم به، فالقيادة تمثل أحده هذه الأدوار التي يقوم بها الفرد (القائد) أثناء تفاعله مع غيره من أفراد الجماعة، بالإضافة إلى كل ذلك فهي تتضمن التأثير في

<sup>1</sup> Frolovo R : L'activité de l'entraîneur dans la directivité d'une équipe théorie et pratique de la culture physique, éd vigot ;paris , 1975p21.

<sup>2</sup> محمد شفيق زكي : السلوك الإنساني، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، الشركة المتحدة لنشر والطباعة، القاهرة، 1979، ص30

<sup>3</sup> محمود فتحي عكاشة: علم النفس الاجتماعي، مطبعة الجمهورية، القاهرة، 1997، ص11

الأنشطة الرياضية للفرد والجماعة نحو تحقيق هدف معين في موفق معين ،وتصبح مهمة القائد في هذه العملية مساعدة الجماعة لكي يتعاون أعضائها في تحقيق هدف مشترك يتفقون عليه بأهميته فيتفاعل الأعضاء بطريقة تضمن تتماسك الفريق وتحريكها في الاتجاه الذي يؤدي إلى تحقيق الهدف .<sup>1</sup>

ويشاع عند الكثير من غير الاختصاصيين أن القيادة في التربية البدنية والرياضية يمكن اعتبارها مجموعة من السمات والمهارات التي يتميز بها القائد لكن هذا المعنى منقوص لأنه لا يأخذ بعين الاعتبار تعدد المواقف العلمية وتنوعها التي تعتبر عاملاً أساسياً في حديد طبيعة القائد الناجح ،وفي تحديد نوع القيادة اللازمة والمناسبة للموقف ،لذلك يميل العديد من المفكرين في التربية البدنية والرياضية إلى النظر للقيادة من كونها توجيه وضبط وثارة سلوك الاتجاهات الآخرين بمعنى أن القيادة تتوافق على كطبيعة الموفق وطبيعة حاجات أفراد الجماعة التي تختلف باختلاف المواقف والجماعة .<sup>2</sup>

### 11-2- نظريات القيادة:

ينظر علم النفس الاجتماعي لظاهرة القيادة على أنها سمة من السمات الشخصية التي تتوفر في بغض الناس دون غيرهم ،ولكن يجب أن نلاحظ أن القيادة تعتمد على مجموعة كبيرة من سمات الشخصية وليس على سمة واحدة حيث تتعدد المواقف في الجماعة وذلك توجب على القائد أن يتأقلم مع جملة من الحالات التي تصادفه أثناء تفاعله مع بقية عناصر الجماعة وثم فان نوع القيادة التي تتلاءم مع بعض الظروف والمواقف نجدها لا تصلح لغيره ،وانطلاقاً مما سبق وضعت نظريات كثيرة لوصف القيادة وتفسيرها وسنتطرق إليها فيما يلي:<sup>3</sup>

<sup>1</sup> محمد شفيق زكي: المرجع سبق ذكره ص31

<sup>2</sup> جلال العبادي: علم النفس الرياضي ،دار الفكر ،بغداد، 1997، ص117

<sup>3</sup> محمود السيد أبو النبل: علم النفس الاجتماعي ،ط3، مطابع دار الشعب ، القاهرة ،1997، ص192

### 11-3- نظرية السمات :

تتمحور هذه النظرية حول فكرة أساسية تجعل من القادة أشخاص لديهم خصائص وسمات تجعلهم مختلفون عن غيرهم من الأفراد من حيث الخصائص الجسدية، والقدرات العقلية، والسمات الاجتماعية، والقدرة السلوكية والخلق الرفيع، والتماسك بالقيم الروحية والإنسانية مع التميز بالثبات والنضج الانفعالي، والثقة في النفس والقدرة على ضبطها فنظرية السمات تفسر القيادة على أساس توفر بعض السمات الشخصية في القائد لكي لا يمكن أن يصبح من يملك صفات القائد يولدون من الظروف الاجتماعية وموقفه فالقائد في موقف معين ليس من الضروري أن يكون قائد في مواقف أخرى مهما امتلك من الصفات.

### 11-4- نظرية الرجل العظيم:

ملخص هذه النظرية يمثل في إثبات تفرد القائد كشخص بمؤهلات وقدرات ومواهب وعبقرية غير عادية تجعل منه فرد مؤهل للقيادة أيا كانت الموافق الاجتماعية والتي يواجهها ويعاب على هذه النظرية أنها تعتمد على شخص القائد دون الاهتمام بالجماعة ومدى تقبلها للقائد حيث أنه لاستطيع التغيير أو التأثير في الجماعة / لم تكن مستعدة لقبول هذا التغيير نفسيا واجتماعيا.

### 11-5- النظرية الموقفية:

تهتم هذه النظرية بالموافق والظروف المعينة التي تكون العامل الأساسي لتقلد بعض أفراد القيادة، وكذلك يرى أصحاب هذه النظرية أن الفرد قد يكون قائد في موقف معين دون أن يكون في موقف أخرى فمثلا قد يصلح الفرد لقيادة فريق رياضي يلعب على مستوى منافسة للحصول على البطولة ولا يكون صالحا لقيادة فريق رياضي من أجل ضمان بقائه في القسم الأول ونفس الشيء بالنسبة للحرب والسلم.

### 11-6- النظرية التفاعلية :

ترتكز هذه النظرية على أساس التكامل بين عدد كبير من المتغيرات، القائد وشخصيته، أفراد الجماعة وحاجاتهم، واتجاهاتهم، ومشاكلهم، الجماعة نفسها من حيث بنائها وعلاقتها، والظروف

البيئية والمواقف المحيطة به ،والقيادة في هذه النظرية هي عملية تفاعل اجتماعي ،فالقائد يجب أن يكون عضو في الجماعة يشاركها مشكلاتهم ،ويوطد الصلة بين أفرادها،كما يحصل على تعاونهم ،ويتعرف على مشكلاتهم وهو يتفاعل معهم من أجل تحقيق الأهداف الجماعة وبذلك يكون ملما بحاجات الأفراد وإمكانات المجموعة والظروف المحيطة ممل يجعل أفراد الجماعة يتجمعون حوله ويتفهمون توجيهاته ويمنحونه دعمهم لتحقيق الهدف المطلوب .

### 11-7- النظرية الوظيفية :

تنظر هذه النظرية إلى القيادة باعتبارها وظائف تنظيمية يجب على المدرب القيام بها من خلال توزيعها على الجماعة وتعتبر أن القائد وظائف أهمها :

- تحديد أهداف الجماعة والتخطيط لتحقيقها .
- رسم سياسة الجماعة وتوزيع الأدوار .
- الحفاظ على القيم السائدة (الاتجاهات،المعايير ،المعتقدات ) .
- توجيه فكرة الجماعة، إثراء ثقافتها، نقل الخبرة إليها، وزيادة معارفها .
- الحفاظ على النظام من خلال الثواب والعقاب .
- تحديد المثل الأعلى لنماذج السلوك الواجب إتباعه .
- حل الصراعات داخل الجماعة بعدل وموضوعية .
- الحفاظ على بناء واستمرار الجماعة .
- التأكيد على التفاعل الاجتماعي .
- الحفاظ على روح الجماعة ومعنوياتها واعتبار القائد رمزا للجماعة .

حيث أشار "كرتش وكريشفيلد" إلى أن للقائد خصائص أهمها : التخطيط ،وضع السياسة ،الخبرة،تمثيل الجماعة ،ضبط العلاقات الداخلية ،وأن يكون رمز الجماعة بينما يرى "مورينو" أن القائد هو من يكون له أكبر السلطة وأعظمها التأثير في النفوس أفراد الجماعة<sup>1</sup>.

## 12- أسس القيادة ومبادئها :

يعتمد القائد الكفاء على الأساليب القيادة السليمة وهو يقود جماعته واضعا نصب عينيه تحقيق أهداف وحدته ورفع كفاءتها والحفاظ على الروح المعنوية للأفراد وتدعيم التعاون وروح الفريق بينهم ،وينم ذلك بتفاعل اجتماعي عل وتطبيق لمبادئ القيادة،وأفضل القادة هو ذلك القائد الكفاء المحبوب من طرف الجماعة ،المهاب منهم ،الموثوق فيه بينهم .  
وتتركز القيادة على عنصرين أساسين أولهما يتمثل في السمات الشخصية اللازمة توفرها في القائد والتي يكتسبها من خلال تنشئته الاجتماعية وتفاعله مع بيئته على مر الأيام .  
ويرى محمد شفيق أن العنصر الثاني يتمثل في المبادئ التي يجب أن يتبناها القائد حتى يحقق النجاح المنشود في قيادته<sup>2</sup>.

## 13- وجبات القائد وأساليب القيادة :<sup>3</sup>

### 1-13- رفع كفاءة الفريق :

يعني ذلك قدرة تحقيق المهام ،ويشمل هذا الجانب رفع كفاءة أفراد الجماعة ويعني هنا كفاءة أفراد الناحية البدني ،ومن الناحية الفنية والعقلية ،ومن الناحية المعنوية والنفسية ولتحقيق ذلك يمكن إتباع ما يلي:

### 13-2- الاهتمام بالتدريب لرفع كفاءة الفرد :

عقد دورات التدريب اللازمة للأفراد وفقا لاحتياجات المهام الواردة في الخطة ،والاهتمام بالأحوال الشخصية ،والمعيشية ،والصحية للأفراد ،والتغلب على المشكلات ومعوقات التدريب ،والتأكد من

<sup>1</sup> محمود فتحي عكاشة: المرجع سبق ذكره، ص307

<sup>2</sup> محمد شفيق زكي: المرجع سبق ذكره ص186

<sup>3</sup> محمود السيد أبو النبل: المرجع سبق ذكره، ص112

مناسبة المناهج الموضوعية للأفراد والأهداف المنشودة، وتطبيق التدريب العلمي في ظروف أقرب إلى الواقع، وتصحيح الأخطاء من خلال النقد البناء وتحديد نقاط القوة والضعف .

### 13-3- تحقيق النظام والانضباط :

يسعى القائد الناجح إلى غرس النظام والانضباط بين أفراد الجماعة باعتباره حالة عقلية تجعل من الطاعة والسلوك أمرا غريزيا بدافع ذاتي في مختلف الظروف وبدون وجود رقيب. الاهتمام بالروح المعنوية لدى أفراد الفريق.

### 13-4- القائد والروح المعنوية:

وهنا يقصد بالروح المعنوية الحالة النفسية والذهنية والعصبية لأفراد الفريق التي تحكم سلوكهم وتصرفاتهم وتؤثر فيها وتحدد رغبتهم في التعاون وقدرتهم على العطاء .

والروح المعنوية العلية تعكسها مظاهر معينة، مثل حماس أفراد الفريق واهتمامهم بعملهم وإظهارهم لروح المبادرة والابتكار، وامتثالهم للأوامر والتعليمات، والرغبة في التعاون مع الآخرين وربط أهدافهم الشخصية بأهداف الفريق والولاء للقيادة والشعور بالفخر والانتماء للفريق والإقبال على العمل. تعد الروح المعنوية العالية من أهم العوامل المؤدية إلى النجاح وتحقيق الأهداف وهناك مظاهر عامة تعكس الروح المعنوية وتدل عليها التي يمكن قيامها مثل:

- الجهد الذي يبذله الأفراد (مرد ودية الأفراد في العمل).

- درجة الانسجام والمتلائم بين الأفراد ومدى تعاونهم وعملهم بروح الفريق ودرجة التكيف الاجتماعي السائد بينهم.

- مدى استقرار القائد بمكان عمله ورغبته في الاستمرار فيه.

- درجة الرضاء المتبادل بين القائد والمرؤوسين .

### 13-5- دور القائد في تقوية الروح المعنوية :

يسعى القائد لرفع الروح المعنوية لدى أفراد فريقه بمختلف الوسائل وكافة السبل من خلال تحقيق الإشباع المادي والوظيفي، والمعنوي بالحفاظ على كرامة الفرد، وتنمية اعتزازه بنفسه، الاهتمام

بظروف اللاعبين المعيشية والشخصية ،وبث القيم الروحية بينهم وملازمة القائد الرياضي لأفراد جماعته والتعاطف احتياجاتهم والإمام بظروفهم من خلال اللقاءات التي تساعد بث الثقة وغرس الرغبة في العمل وحب الجماعة والافتخار بالانتماء إليها.

### 13-6- تدعيم روح الجماعة لدى أفراد الفريق :

روح الفريق هي حالة وجدانية وعقلية تتأسس على افتخار الأفراد بجماعتهم وفريقهم ،واعترازهم بالانتماء والانتساب والولاء له وإحساسهم بالمسؤولية نحوه وإنكار ذاتهم في سبيله والتضحية من أجله ،مما لاشك أن عمل أفراد الجماعة كفريق واحد يؤدي إلى كفاءة عالية الأداء

ويسعى القائد لتدعيم روح الجماعة لدى أفراد جماعته بمختلف الوسائل التي تتمثل في:<sup>1</sup>

- بث روح التعاون بين أعضاء الفريق.
- التعود على العمل المشترك في مجالات مختلفة.
- رفع الروح المعنوية لأفراد الجماعة بما يحقق الشعور بالرضا في عملهم الإحساس بالتقدير والاحترام من طرف بقية الأفراد
- دعم التقاليد لدى الأعضاء فهي تشدهم للمجموعة (الأمجاد ،الانجازات الجماعية ) .
- تنمية علاقة القائد بأعضاء الفريق من خلال حسن استعمال السلطة ،الحماية والدفاع عن أفراد الفريق .
- الامتناع عن التفريق بين الأفراد بينهم.
- السعي لتحقيق الانسجام والتعاون والترابط بين أفراد الجماعة .
- إشعار كل فرد بأهمية الشخصية وأهمية الدور الذي يلعبه في الفريق.
- إبراز مكانة الجماعة المشتركة وأهمية دورها ،ومدى تميزها وترسيخ ذلك لدى الفرد .
- تحديد أهداف الجماعة المشتركة وتشجيع الجميع للسعي في تحقيقها.
- خلق روح التنافس للوصول إلى نتائج مناسبة في مختلف المجالات.

<sup>1</sup> محمد شفيق زكي: المرجع سبق ذكره ،ص188

### 13-7- كفاءة القائد المهنية :

ولا يأتي ذلك إلا بفهمه التام بكل ما يتعلق بواجبات وظيفته ،ومهام عمله، وخصائص أفراد جماعته ،وطبيعة عملهم وقدراتهم وكفاءتهم ومشاكلهم.

وحتى يحقق القائد كفاءة عالية في مجال فهمه التام لواجب عمله فعليه بما يلي:

- رفع كفاءته الشخصية من خلال التأهيل العلمي المناسب.
- الاطلاع على كل جديد علمي في مجال من خلال المنشورات والمجالات العلمية .
- حضور الندوات والمحاضرات والمؤتمرات العلمية والمناقشات.
- الوعي بالنظام العمل من خلال المشاهدة والملاحظة العلمية لسير العمل ومتابعة أفراد الفريق أثناء العمل.

- الاطلاع على كل ما يصدر من قوانين بصفة مستمرة .

- تحديد النظام الداخلي لضمان السير الحسن للعمل دون حاجة إلى تعدد إصدار الأوامر والتعليمات في كل حالة .

- السعي إلى فهم أفراد الفريق بالتقرب منهم.

- فهم القائد لنفسه من خلال التعرف على نقاط القوة في قيادته ونقاط الضعف للتغلب عليها.

### 13-8- ضرب المثل الأعلى لأفراد الفريق :

فالقائد يكون دائماً محط أنظار الجماعة باعتباره قدوة ومثلاً يقتدي به من الناحية السلوكية

والمظهرية ،وهو ما يمكن أن يتحقق بما يلي:<sup>1</sup>

- العمل على أن يجعل القائد من نفسه مثلاً يقتدي به الجميع.

- أن يتحكم في عواطفه بما يحقق الاتزان الانفعالي ويتجنب الثورات وسوء التصرف في أوقات المشكلات والأزمات.

- الحفاظ على أسرار الشخصية .

<sup>1</sup> محمود فتحي عكاشة: المرجع سبق ذكره، ص315

- مشاركة أفراد الفريق في جوانب عملهم من خلال تنمية روح الابتكار وحسن التصرف وتحمل المسؤولية.

### 13-9- الحسم في اتخاذ القرارات :

فالقائد الناجح هو الذي يمكنه أن يتخذ القرارات بثقة موضوعية وبدون تردد ،وفي الوقت المناسب إعلان القرارات وإصدار الأوامر في أوقات مناسبة تسمح للأفراد بالتنفيذ وتتيح لهم تحقيق المهام بنجاح وعدم التردد في الأوامر يسمح ببعث الثقة لدى الأفراد .

### 13-10- تحمل المسؤولية:

فالقائد الناجح هو الذي يتصرف بإيجابية في المواقف التي تتطلب الحل دون خوف وتجنب وهروب من المسؤولية أو خشية من اللوم ،ويمكن أن يتم ذلك من خلال :

- عدم التنصل من تحمل المسؤولية والسعي لشغل الوظائف التي تغطي مسؤولية أكثر .
- تقويم أخطاء ومسؤوليات الإغضاء بطريقة علمية وبناءة مع تجنب النقد اللاذع والتوبيخ .
- يهتم بالجانب الروحي ويدعم ثقافته الدينية .
- يدعم وعيه السياسي ويلم بملامح السياسة العامة للمجتمع .
- يوازن بين اهتمامه بمصلحة جماعته وتحقيق أهدافها وشؤون الأفراد وحل مشكلاتهم دون أن يفضل أحدهما عن الآخر فيحقق الربط بين الهدف العام والأهداف الشخصية لأفراد .
- أن يعمل القائد على استمالة أو تحفيز أفراد جماعته ورفع روحهم المعنوية ،وبث روح الفريق ،والتعاون بينهم مع الاحتفاظ بعلاقات طيبة معهم بعيدا عن أساليب التسلط ولا إنسانية .

### 14- أنماط القيادة :<sup>1</sup>

يعني النمط القيادي ماهية السلوك يتبناها القائد لمساعدة جماعته على انجاز الواجبات وإشباع الحاجات وقد اختلف الباحثون في تصنيف أنماط القيادة بالقدر الذي اختلفوا فيه في تعريفها ولكن هناك أسلوبان شائعين ،وهما الأسلوب الأوتوقراطي والأسلوب الديمقراطي .

<sup>1</sup> أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي - مفاهيم ومصطلحات ،ط2، دار الفكر العربي ،القاهرة ،1997، ص270

#### 14-1- الأسلوب الأوتوقراطي :

ويتميز هذا النمط في محور السلطة بيد القائد وحده، فهو الذي يتخذ القرارات بنفسه، ويحدد سياسة الجماعة، ادوار الأفراد، ويرسم الخطط ويملي على الجماعة أنشطتهم ونوع العلاقات بينهم، وهو وحده الحاكم ومصدر الثواب والعقاب، ويهتم بضمان طاعة الأفراد الذين لا يملكون حق اختيار العمل والمشاركة في اتخاذ القرارات أو حتى المناقشة، وهو يتدخل في معظم الأمور، وطبيعة الحال فإنه في ظل هذا المناخ الاستبدادي تؤدي الطاعة العمياء دون مشاركة مناقشة وعدم إبداء الرأي إلى القطيعة وتعطيل القدرة على الخلق والإبداع والابتكار حيث يعتمدون كلية على القائد، كذلك لا يتيح هذا المناخ مجالاً كافياً لتنمية العلاقات الإنسانية بين أفراد الجماعة، فتتخفف الروح المعنوية إلى جانب الافتقار إلى العلاقات الإنسانية اللازمة وتحقيق التكيف الاجتماعي بينهم مما يؤدي إلى احتمال انتشار المنافسة غير الشريفة وترع وضعف روح التعاون كما يؤدي إلى انتشار روح الاتكال لدى الأفراد واكتفائهم بالعمل بالقدر الذي يحميهم من عقاب القائد الاستبدادي.

#### 14-2- الأسلوب الديمقراطي :

في هذا النمط من القيادة يعمل القائد على توزيع المسؤولية وإشراك أفراد الجماعة في اتخاذ القرارات، ويشجعهم على التكوين العلاقات الشخصية وتحقيق التفاهم المتبادل بينهم كما تحاول كسب ودهم وتعاونهم وحبهم، فيلتقوا حوله ويدعمونه، ويتقبلون أموره بروح راضية ويسعون لتنفيذها وهو ما يؤدي إلى انتشار مشاعر الرضا، والارتياح، والإخلاص والإقبال على العمل، والتعاون، والاستقرار ورفع الروح المعنوية وكفاءة الأداء، والقائد الديمقراطي يسعى إلى أن يشعر كل فرد في الجماعة بأهمية مساهمتهم الإيجابية في الشؤون الجماعية كما يعمل على توزيع المسؤولية بين أفراد الجماعة مما يزيد قوتها.

وبصغى القائد الديمقراطي للآخرين أكثر مما يجعلهم ينصتون إليه ،فهو يقترح ولا يأمر والجماعة الديمقراطية تتميز بدافعية أكبر نحو العمل وبمقدرة أعلى على الأداء كما يعم الرضا والشعور بالارتياح بين أفراد الجماعة كما تسود روح التعاون والصدقة ويقبل الحساس بالإحباط والفردية . رغم ما تحققة القيادة الديمقراطية من الايجابيات ينعكس أثرها على أفراد الجماعة ،إلا أن التماذي في اللامركزية ،قد يؤدي إلى نوع من التسبب واللامبالاة بين أفراد الجماعة حينها يفقد القائد القدرة على الاحتفاظ بالمناخ القيادي والسيطرة على زمام الأمور والقدرة على اتخاذ القرارات وذلك في حالات اللغو والمبالغة فيه ،بالإضافة إلى أن هناك النمط القيادي لا يصلح في مجالات معينة خاصة في الأوقات العصبية وعند الشدائد وفي ظل الحالات الطارئة والأزمات

### خلاصة الفصل :

إن الإهتمام بالعلوم المرتبطة بعلم التدريب الرياضي من العوامل الأساسية في إنجاح الرياضي الذي يحسن التعامل معها خلال خبرته في مجال التدريب وذلك باستعمال طرق تساعد على تحقيق أهدافه في علاقته الجيدة باللاعبين التي تمكنه من أداء مهمة في ظروف ملائمة وبناء قوي .

كما أن عمليات التدريب الرياضي تعتمد في الأساس على مبادئ عملية تستمد غالبا علم التشريح الرياضي ووضائف الأعضاء والبيولوجية وعلم الحركة وعلم النفس وعلم الإجتماع الرياضي . بالإضافة إلى الخبرات السابقة لهذا المدرب

**تمهيد:**

إن للتحضير البدني أهمية بالغة في تطوير الصفات البدنية للاعب من تحمل وقوة وسرعة ، رشاقة ومرونة ولا يجب أن نغفل عن الدور الفعال الذي يلعبه المدرب في تقنين مختلف التمرينات التدريبية ، عند لاعبي كرة القدم ، وأيضا رفع كفاءة أعضاء وأجهزة الجسم الوظيفية ، وتكامل أدائها من خلال التمرينات البنائية العامة والخاصة ، وإن مستوى التحضير التقني والتكتيكي مرتبط ارتباطا وثيقا بالتحضير البدني وتطوير الصفات البدنية ، وكذا التحضير النفسي والنظري

**1-لمحة عن التحضير البدني:**

ظهر مفهوم التحضير البدني وطرقه ونظرياته وأغراضه, خلال المرحلة الزمنية الطويلة, وفقا لتطور المجتمعات البشرية , لقد بدأ الإنسان حتى عصرنا هذا على الاعتناء بجسمه وتدريبه وتقوية أجهزته المختلفة واستخدام وسائل وطرق مختلفة.

فعلى الرغم من قلة المعلومات عن الإنسان القديم, إلا أن هناك اتفاق على أن المجتمعات الأولى لم تكن بحاجة إلى فترة زمنية لمزاولة نشاطه , وفعالياته الحركية المختلفة أو التدريب عليها.

بمرور المجتمعات البشرية في سلم التطور الحركي , وتعاقب الأجيال لفترة طويلة ازدادت الحاجة إلى مزاولة الفرد ألعاب وفعاليات حركية مختلفة , حيث اهتمت الحضارات القديمة بالرياضة , فما اكتشف في مقابر بني حسن ومقابر وادي الحلو , والمعبد بجوار بغداد وحضارة ما بين الرافدين لدليل واضح على العناية الكبيرة بالكثير من الفعاليات البدنية التي تشبه إلى حد كبير ما يمارسه الفرد من ألعاب وفعاليات رياضية في عصرنا الحاضر.

خلال العصر الحديث شهد العالم تطور في مختلف الميادين الصناعية, الاقتصادية, الاجتماعية, العلمية والتقنية مما انعكس على تطور الفعاليات والألعاب الرياضية إيجابا , وظهر الكثير من الباحثين الرياضيين في شتى دول العالم أسهموا في تقديم علوم التربية الرياضية , وظهرت إلى حيز الوجود الطرق والنظريات العلمية الحديثة المستقاة من مختلف العلوم الطبيعية والاجتماعية.

**2-تعريف التحضير البدني :**

ويقصد به كل الإجراءات والتمرينات المخططة التي يضعها المدرب , ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية, وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري

والخططي المطلوب منه وفقا لمقتضيات اللعبة , ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة و مرونة<sup>1</sup>

ويمكن أن نقسم الإعداد البدني إلى قسمين عام وخاص , فالأول يقصد به التنمية المتزنة والمتكاملة لمختلف عناصر اللياقة البدنية , وتكييف الأجهزة الحيوية للاعب مع العبء الواقع عليه أما الثاني فيهدف إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا بما يتماشى مع متطلبات ومواقف الأداء في نشاط كرة القدم والوصول إلى الحالة التدريبية وذلك عن طريق تنمية الصفات البدنية الضرورية للأداء التنافسي في كرة القدم والعمل على دوام تطويرها<sup>2</sup>

وعموما فالإعداد البدني العام والخاص للاعب كرة القدم ، لا يمكن فصلهما عن بعضهما البعض بل يكمل كل منهما الآخر وخلال الفترة الإعدادية, فعندما نبدأ بمرحلة الإعداد البدني العام وذلك لتحقيق الهدف منه , وهو اللياقة البدنية العامة ، وبعد ذلك يتم الإعداد البدني الخاص من خلال مرحلتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات لتحقيق اللياقة البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم.

ومما تقدم نستنتج أنه حتى يستطيع اللاعب أن يشارك في المباراة بإيجابية وفعالية وجب عليه أن يتمتع بلياقة بدنية معتبرة , لذا أصبح من الضروري اليوم على المدرب أن ينمي اللاعب الصفات البدنية الأساسية الخاصة بكرة القدم من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة ومرونة.

### 3- التحضير البدني في كرة القدم:

يهدف التحضير البدني في كرة القدم إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا ونفسيا بما يتماشى مع مواقف الإعداد المتشابهة في نشاط كرة القدم والوصول به إلى حالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي والعمل على تطويرها لأقصى حد

<sup>1</sup> Taelman(R)-Simon(J):"foot Ball",Performance,ed,amphara,Paris,1991,P53

<sup>2</sup> مفتي إبراهيم: "الهجوم في كرة القدم", دار الفكر العربي, مصر سنة 1978, ص340.

ممکن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب وينفذ خلالها الواجبات الدفاعية والهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة.<sup>1</sup>

#### 4- مدة التحضير البدني:

تعتبر مدة التحضير حسب ( MATUEIV ) أهم فترة من فترات المنهاج السنوي بأهدافها الخاصة والتي تحاول أن تحققها خلال فترة معينة<sup>2</sup> وفي هذه الفترة يعمل المدرب على رفع الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية الصفات البدنية والمهارية الأساسية والكفاءة الخطئية وتثبيت صفاتها الإرادية.<sup>3</sup> وعليه فيمكن أن نعبر عن الصفات البدنية، على أنها مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس ويمكن تحديدها في الصفات البدنية التالية: تحمل، القوة، سرعة، رشاقة، مرونة.

إذا فإن الفترة الإعدادية ما هي إلا مرحلة أو فترة من فترات المنهاج السنوي، تقدر بالأسابيع لها أهداف خاصة تحاول أن تحققها، وهو العمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية العامة والخاصة وكذلك المهارات الأساسية والكفاءة الخطئية، والصفات الإرادية للاعبين.

ولقد حدد الكثير من الباحثين في مجال التدريب الرياضي مدة التحضير البدني أو

الإعداد البدني ما يقارب من 8 إلى 12 أسبوع وتكون قبل فترة المنافسة.<sup>4</sup>

#### 5- مراحل التحضير البدني:

تعتبر فترة التحضير البدني من أهم فترات الخطة السنوية، وعليها يترتب نجاح

أو فشل النتيجة الرياضية والفوز في المباريات، لذا أصبح من الضروري استغلال هذه الفترة أحسن استغلال لما لها من أهمية في الحصول على النتائج الايجابية.

<sup>1</sup> حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم"، ط 1، مكتبة ومطبعة الإشعاع

<sup>2</sup> أبو العلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان: "فسيولوجيا التدريب في كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1994، ص 367

<sup>3</sup> - حنفي محمود مختار: "مدرب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1980، م، ص 45

<sup>4</sup> حارس هيبوز: "كرة القدم الخطئية المهارية"، ترجمة موفق المولى و ثامر محسن، مطبعة العالم، بغداد، العراق، 1990، م، ص 23

ومن الأهداف العامة لهذه الفترة التي تحاول تحقيقها , هي تطوير الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية , وتحسين صفاتهم البدنية العامة والخاصة , بالإضافة إلى الجانب البدني فإن هذه الفترة تحاول أن تصل باللاعب إلى , الأداء المهاري العالي اكتساب الكفاءة الخطئية وتطوير وتثبيت الصفات الإرادية والخلقية لدى اللاعبين<sup>1</sup>.

وتدوم فترة الإعداد البدني من 8 إلى 12 أسبوعاً حسب الكثير من الباحثين في مجال

التدريب الرياضي وتكون قبل فترة المنافسة<sup>2</sup>

وتنقسم هذه الفترة إلى ثلاثة مراحل رئيسية هي:

✓ مرحلة الإعداد العام.

✓ مرحلة الإعداد الخاص.

✓ مرحلة الإعداد للمباريات.

5-1-مرحلة الإعداد العام:

وفقاً للهدف منها ونوعية العمل بها تشمل التمرينات العامة , ويزداد حجم العمل فيها

بدرجة كبيرة ما بين 70-80 % من درجة العمل الكلية والشدة تكون متوسطة وذلك لتطوير الحالة

التدريبية , وأيضاً للارتقاء بعناصر اللياقة البدنية العامة , ولا بد أن تهدف التمرينات العامة إلى

بناء القوام السليم للاعبين خلال تلك المرحلة .

تستغرق مرحلة الإعداد العام من 2-3 أسابيع ويجري التدريب من 3-5 مرات

أسبوعياً للفرق وتحتوي هذه المرحلة على تمرينات عامة لجميع أجزاء الجسم والعضلات بالإضافة

إلى التمرينات الفنية والتمرينات بالأجهزة والألعاب الصغيرة<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Bellik Abed Najem:"L'entrainement Sportif" , ed ,A,A,C,S, Batna ,P19..

<sup>2</sup> ثامر محسن، سامي الصفار: "أصول التدريب في كرة القدم"، دار الكتاب للطباعة والنشر، بغداد، العراق، 1988 م، ص54

<sup>3</sup> مفتي إبراهيم: "الجديد في الإعداد المهاري والخطئي للاعب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1978 م، ص38،

ومن ناحية أخرى يتضح أن مرحلة الإعداد العام ، تحتوي على جميع الجوانب المختلفة لإعداد اللاعب بصفة , شاملة ، إلا أن تلك النسب تتفاوت وفقا لهدف تلك المرحلة , ومما تقدم فإن هذه المرحلة [ ] دف إلى تطوير الصفات البدنية العامة للاعب<sup>1</sup>

**5-2 مرحلة الإعداد الخاص :**

تستغرق هذه المرحلة من 4-6 أسابيع وتهدف إلى التركيز على الإعداد البدني الخاص بكرة القدم من خلال تدريبات الإعداد الخاص باللعبة من حيث الشكل والمواقف وبما يضمن معه متطلبات الأداء التنافسي وتحسين الأداء المهاري والخططي وتطويره واكتساب اللاعبين الثقة بالنفس<sup>2</sup>.

إن محتويات مرحلة الإعداد الخاص باللعبة تتضمن تنمية عناصر اللياقة البدنية التي تخص لعبة كرة القدم مع التذكير بدرجة كبيرة على الأداء المهاري والخططي .

وخلاصة القول فالعمل في هذه المرحلة يكون موجها بدرجة كبيرة نحو تحسين الصفات البدنية الخاصة وإتقان الجوانب مهارية والخططية للعبة استعدادا لفترة المباريات<sup>3</sup>.

### 5-2-1 خصائص الإعداد البدني الخاص :

- إن الإعداد البدني الخاص يهتم بعناصر اللياقة البدنية الضرورية والهامة في نوع الرياضة الممارسة.
- إن الزمن المخصص للإعداد البدني الخاص أطول من المخصص للإعداد البدني العام .
- إن الأحمال المتخصصة تتميز بدرجات أعلى من تلك المستخدمة في فترة الإعداد البدني العام.
- إن كافة التمرينات المستخدمة ذات طبيعة تخصصية تتطابق مع ما يحدث في المنافسة

### الرياضية لنوع الرياضة الممارسة

<sup>1</sup> طه إسماعيل وآخرون:"كرة القدم بين النظرية والتطبيق ، الإعداد البدني في كرة القدم "، دار الفكر العربي، مصر ، 1989 م ، ص27

<sup>2</sup> طه إسماعيل وآخرون:"كرة القدم بين النظرية والتطبيق ، الإعداد البدني في كرة القدم"، نفس المرجع السابق ، ص29

<sup>3</sup> حنفي محمود مختار:"مدرب كرة القدم "، مرجع سابق، ص4

- تستخدم طرق التدريب الفكري والتدريب التكراري<sup>1</sup>.

### 5-2-2- التوازن بين الإعداد البدني العام والإعداد البدني الخاص:

- ويرى البعض ضرورة زيادة الأزمنة المخصصة للإعداد البدني الخاص على حساب تلك المخصصة للإعداد البدني العام وخاصة لدى الناشئين لما في ذلك من التأثير الضار على مستقبلهم الرياضي .
- بعض المدربين يخططون ببرامج تدريبية للناشئين تعتمد بدرجة كبيرة على الإعداد البدني الخاص مهملين الإعداد البدني العام ، أملين في رفع مستوياتهم بسرعة كبيرة ووصولهم في سن مبكرة إلى المستوى الأعلى وتحقيق بطولات رياضية.
- إن الناشئين الذين ينالون قسطا مناسباً من الإعداد البدني العام قد يصلون إلى المستويات العالية في سن متأخرة ، ولكن معدل نمو مستواهم الرياضي يكون أكثر انتظاماً وبمعدلات ثابتة إضافة إلى انخفاض معدلات ، تعرضهم للإصابة إذا ما قورنوا بأقرانهم الذين استخدموا تمارينات تخصصية مهملين تمارينات الإعداد البدني العام .
- إن الاهتمام بالإعداد البدني العام في المراحل السنية المبكرة يحقق عدة مميزات نذكر منها ما يلي :
- توافق درجات الأحمال المقدمة من خلال الإعداد البدني العام مع معدلات نمو الأجهزة العضوية مما يحقق انتظاماً وثباتاً في تطور مستويات الأداء.
- تحسين كفاءة التوافق العضلي نتيجة التعلم والتدريب مما يؤثر إيجاباً على الأداء المهاري والخططي.
- توزيع الجهود على كافة عضلات ومفاصل وعظام الجسم دون تركيز مما ينتج معه نمواً طبيعياً متوازناً

<sup>1</sup> مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث" ، دار الفكر العربي ، ط 2 ، القاهرة ، 2001 م ، ص 145 ، ص 147

- لا غنى عن استمرار الاهتمام بالإعداد البدني العام حتى مع استمرار تقدم مستوى الفرد الرياضي، إذ أن التغييرات الفيزيولوجية التي تحدث في أعضاء جسمه الداخلية نتيجة التدريب الرياضي تقل محصلتها، بمرور الزمن الأمر الذي يتطلب إرساء قواعد وظيفية أقوى لإحداث نمواً بدنياً متخصصاً<sup>1</sup>

### 5-2-3 مرحلة الإعداد للمباريات:

وتستغرق هذه المرحلة ما بين 3-5 أسابيع وتهدف إلى تثبيت الكفاءة الخطئية للاعبين مع العناية بدقة الأداء المهاري خلال الأداء الخطئي تحت ضغط المدافع والإكثار من تمارين المنافسة، والمشاركة في المباريات التجريبية<sup>2</sup>

إن حجم العمل التدريبي الخطئي يأخذ النصيب الأكبر ويليه الإعداد المهاري ثم الإعداد البدني الخاص<sup>3</sup>، وهي محصورة بين فترة المباريات وبداية فترة الإعداد، وتهدف إلى الترويح على اللاعبين بعد الشد العصبي خلال فترة المباريات وراحة الأجهزة الحيوية بعد المجهود البدني خلال الموسم الرياضي، وعلاج الإصابات التي حدثت للاعبين خلال هذه الفترة، وتستغرق هذه الفترة ما بين 4-6 أسابيع ولا يحتوي التدريب في هذه الفترة على أحجام كبيرة من العمل، وتعتبر من أهم الفترات في الخطة السنوية، إذ أنها القاعدة الأساسية لتحقيق التقدم في العام الجديد، وتحقيق مستوى أعلى من ذي قبل هذا إذا خطط لذلك بشكل جيد<sup>4</sup>، إذا أن الأداء المهاري على شكل العاب هي الغالبة على برنامج الفترة الانتقالية، وكذا الإعداد البدني العام<sup>5</sup>

### 6- نماذج الإعداد البدني :

هنالك ثلاثة نماذج رئيسية للإعداد البدني نلخصها كالآتي :

<sup>1</sup> مفتي إبراهيم: "الجديد في الإعداد المهاري والخطئي للاعب كرة القدم"، مرجع سابق، ص 40

<sup>2</sup> مفتي إبراهيم: "الجديد في الإعداد المهاري والخطئي للاعب كرة القدم"، مرجع سابق، ص 41

<sup>3</sup> طه إسماعيل وآخرون: "كرة القدم بين النظرية والتطبيق"، الإعداد البدني في كرة القدم، مرجع سابق، ص 35

<sup>4</sup> علي فهمي بيك: "أسس إعداد لاعبي كرة القدم"، دار الفكر العربي، القاهرة، ص 200، 201

<sup>5</sup> طه إسماعيل وآخرون: "كرة القدم بين النظرية والتطبيق"، الإعداد البدني في كرة القدم، مرجع سابق، ص 50.

**6-1- الاعداد البدني المتصل :** و فيه يؤدي الرياضي العمل البدني و العمل التقني بصفة

متعاقبة مثل التمرير في كرة القدم .

- ايجابياته :

- التشويق و الاثارة .

- يتميز بالخصوصية في أداء المهارات الحركية .

- سلبياته :

- صعوبة التحكم و تقييم حمل التدريب .

- صعوبة تحقيق مبدأ الفردية في التدريب.

**6-2- الاعداد البدني المنفصل :** يؤدي الرياضي مجهود بدني محض بدون أداء تمارين تقنية

مثل الجري .

- ايجابياته :

-سهولة التقييم و التحكم في حمل التدريب .

- سهولة تحقيق مبدأ الفردية في التدريب .

- سلبياته :

- قلة الدافعية حيث يتميز بالملل .

- عدم أداء المهارات الحركية الخاصة .

**6-3- الاعداد البدني المتعكس أو ( المدمج ) :** يتميز بتزاوج و تمازج النموذجين السابقين

المنفصل و المتصل مثل الجري بالكرة في كرة القدم.

- ايجابياته :

- التشويق و الاثارة .

- يتميز بالخصوصية في أداء المهارات الحركية .

- الدافعية نحو الأداء تكون عالية .

- سلبياته:

- صعوبة التقييم و التحكم في حمل التدريب .
- صعوبة تحقيق مبدأ الفردية في التدريب .

7- أشكال الاعداد البدني : هنالك ثلاثة أشكال للإعداد البدني و تكون كالتالي :

7-1- الاعداد البدني في وجود الخصم : وهي جميع الألعاب التي يؤديها الرياضي و التي تتميز بوجود الخصم مثل 1 ضد 1 في كرة القدم .

- ايجابياته :

- الجهد و الجهد المعاكس أي يؤديه الرياضي بوجود وقت العمل ووقت الراحة .
- ملامسة الصفات البدنية .
- يؤدي في توقيت خاص .

- سلبياته:

- صعوبة تقييم و التحكم في حمل التدريب .
- صعوبة تحقيق مبدأ الفردية في التدريب.

7-2- الاعداد البدني بدون خصم: و هي المجهودات التي يؤديها الرياضيون خصم مثل الجري ، التدريب الدائري .

- ايجابياته :

- الجهد و الجهد المعاكس أي يؤديه الرياضي بوجود وقت العمل ووقت الراحة .
- ملامسة الصفات البدنية .
- يؤدي في توقيت خاص .

- سلبياته:

- عدم الاثارة و التشويق .
- سهولة التحكم و تقييم حمل التدريب .

7-3 الاعداد البدني المختلط : وهو تناوب الشكلين السابقين بوجود الخصم وبدون خصم مثل : ألعاب مصغرة 4 ضد 4 زمن الأداء 3 دقائق أو أداء التدريب الفتري زمن 8' شكل 15/15" بشدة 100% من السرعة الهوائية القصوى.

### 8- طرق تنمية الصفات البدنية:

من أهم الطرق التي تسمح بتنمية وتطوير الصفات البدنية نجد:

#### 8-1 - طريقة التدريب المستمر :

وتتميز هذه الطريقة بأن التمرينات التي تؤدي بجهد متواصل , ومنظم وبدون راحة كأن يقوم اللاعب بالجري لمسافة طويلة ولزمن طويل , وبسرعة متوسطة وتكون شدة الحمل في هذا النوع من التدريب متوسطة وحجما كبيرا<sup>1</sup> .  
وتهدف هذه الطريقة خاصة إلى تنمية صفة التحمل .

#### 8-2 - طريقة التدريب الفتري:

طريقة هذا التدريب هي أن يعطي حملا معيناً ثم يعقب ذلك فترة راحة , ويكرر الحمل ثانية ثم فترة راحة وهكذا , ويلاحظ عند إعطاء الحمل ارتفاع نبض القلب إلى 180 ضربة في الدقيقة, أما فترة الراحة فتهدف إلى خفض ضربات القلب إلى 120 ضربة في الدقيقة ثم يعطى حملاً ثانياً , وهذا يعني أن فترة الراحة لا تكون كاملة إطلاقاً<sup>2</sup> .  
وينقسم التدريب الفتري إلى نوعين :

- التدريب الفتري المرتفع الشدة : يهدف إلى تحسين السرعة والقوة , والقوة المميزة بالسرعة , وفيه يرتفع نبض القلب إلى 180 ض/د ويكون حجم التحمل قليلاً نسبياً .

<sup>1</sup> - Weineck Jurgain : "Manuel D'entraînement " , OPCIT,P97.

<sup>2</sup> - حنفي محمد مختار: "مدرب كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص223

- التدريب الفترتي المنخفض الشدة : يهدف إلى تطوير التحمل وتحمل السرعة ومجموعة العضلات التي تعمل في المهارات المختلفة وفيه يرتفع نبض القلب إلى 160 ض/د ويكون حجم الحمل أكبر قليلا .

### 3-8 - طريقة التدريب التكراري :

وتعتمد هذه الطريقة على إعطاء اللاعب حمل مرتفع الشدة , ثم أخذ فترة راحة حتى يعود اللاعب إلى حاله الطبيعية ثم تكرار الحمل مرة أخرى وهكذا<sup>1</sup> .  
وتهدف هذه الطريقة إلى تنمية السرعة والقوة , والقوة المميزة بالسرعة , الرشاقة , كما تعتمد هذه الطريقة عند التنمية المهارية الأساسية تحت ضغط الدافع .

### 4-8 - طريقة التدريب المتغير :

تتم هذه الطريقة بحيث يتدرج اللاعب في الارتفاع بسرعة وقوة التمرين , ثم يتدرج في الهبوط بهذه السرعة , فلما يجري اللاعب بالكرة أو بدونها مسافة 10 مرات تكرر 5 مرات ويكون زمن الراحة بين كل تكرار وآخر (10, 15, 20) ثانية على الترتيب.  
وتهدف هذه الطريقة إلى تنمية السرعة , إذا كانت المسافة قصيرة , وكلما كبرت المسافة يصبح هدف , التمرين تنمية تحمل السرعة , كما نستعمل هذه الطريقة غالبا في تنمية القوة والصفات البدنية والمهارية في آن واحد<sup>2</sup>

### 5-8 - طريقة التدريب المحطات:

في هذه الطريقة يختار المدرب بعض التمرينات , بحيث يؤديها اللاعبون الواحد تلو الآخر كل في وقت محدد , وتمارين المحطات يشبه نظام التدريب الدائري ولكن يختلف عنه من حيث زمن فترة الراحة إذ يعود اللاعب لحالته الطبيعية بعد كل تمرين وقبل الانتقال إلى التمرين الموالي.

<sup>1</sup> - Dornhorff Martinhabil : "L'éducation Physique et sportif OPU", OPCIT , P74.

<sup>2</sup> - محمود عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي: "نظريات وطرق التربية البدنية " ، مرجع سابق ، ص167

كذلك التمرين لا يكرر مرة أخرى ويتوقف حجم أو شدة التمرين على الهدف الذي يحدده المدرب من التمرين<sup>1</sup>.

#### 6-8 - طريقة التدريب الدائري:

يقوم المدرب بوضع من 8 إلى 12 تمرين موزعة في الملعب ، أو قاعة تدريب بشكل دائري بحيث يستطيع أن ينتقل اللاعب من تمرين إلى آخر بطريقة سهلة ومنظمة ، ويؤدي التدريب بأن يقوم اللاعب بأداء تمرين واحد تلو الآخر في مدة دقيقة لكل تمرين. وتقدر الدورة الواحدة مجموعة وتكرر المجموعة ثلاث مرات وتكون مدة الراحة بين كل دورة وأخرى حتى يصل نبض القلب إلى 120 ض/د.

ويستغرق وقت التدريب من 10 إلى 30 دقيقة ، والتدريب الدائري لا ينمي فقط العضلات وأيضا يطور الجهاز الدوري للتنفس بالإضافة إلى صفتي تحمل وتحمل القوة<sup>2</sup>.

#### 7-8 - طريقة STRETCHING :

استعملت هذه الطريقة لأول مرة من قبل الاسكندينافيين ، وهي طريقة جديدة تعتمد على التقلص والارتخاء وسحب العضلة المعينة وتهدف إلى تحسين المرونة وتعتمد على تمارين بسيطة ولا تحتاج إلى أدوات<sup>3</sup>.

وتجدر الإشارة إلى أن الطرق السالفة الذكر تعتبر من أهم طرق التدريب الحديث ،

وهذا لا يمنع وجود طرق أخرى نذكر منها طرق التدريب عن طريق اللعب ، وطريقة السباقات (المنافسات) ، غير أن لكل طريقة ، خصائصها فعلى المدرب الناجح أن يربط بين الطريقة والهدف الذي يريد الوصول إليه وتحقيقه.

<sup>1</sup> - حنفي محمد مختار: "مدرب كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص223

<sup>2</sup> - حنفي محمد مختار: "مدرب كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص230

<sup>3</sup> - Tupin Bernard : "Préparation et Entraînement du Foot Balleur" , OPCIT , P58.

**9- الصفات البدنية :**

سنتطرق فيما يلي إلى الصفات البدنية ودورها في إعطاء اللاعب المميزات الخاصة بكرة القدم ، وكذلك عن كيفية تطوير وتنمية الصفات البدنية والطرق المستعملة في ذلك

**9-1 تعريف اللياقة البدنية :**

خلال دراسة اللياقة البدنية نواجه عدة أمور غير واضحة وغير موجودة ، ففي بعض الأحيان نجد مفهوم اللياقة يعطي معنى أوسع وأعمق ، حيث يشمل جميع جوانب العمل البدني ، وبحسب رأي كل من "جارلس بوخير ولارسون " "Warsanch.Bucher" من أمريكا وكذلك الخبيرين "بافيك وكرزليك" "J.Kozlik.FR.Poufk" من تشيكوسلوفاكيا سابقا فإن مفهوم اللياقة البدنية تشمل مجموعة قدرات عقلية ونفسية وخلقية واجتماعية وثقافية وفنية وبدنية.<sup>1</sup>

وفي المصادر الأخرى مفهوم أقل شمولية للياقة البدنية ، حيث يعبر كل خبير برأي خاص ومفهوم معين للياقة البدنية وعلى سبيل المثال : الخبير السوفياتي " كورياكوفسكي" اللياقة البدنية هي نتيجة تأثير التربية الرياضية في أجهزة الجسم ، والتي تخص مستوى القدرة الحركية ، كما أن مفهوم اللياقة البدنية أو الصفات البدنية أو الصفات الحركية أو القابلية الحركية أو القابلية الفيزيولوجية أو الخصائص الحركية ، فمفهوم اللياقة البدنية يشمل الخصائص البدنية الأساسية التي تؤثر على نموه وتطوره فالغرض من تنمية اللياقة البدنية للوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى انجاز عالي.<sup>2</sup>

لذا فان جميع عناصر ومكونات اللياقة البدنية تؤثر على الانجاز الرياضي ، ومن بين أهم الصفات البدنية للاعب كرة قدم :

<sup>1</sup> كمال درويش، محمد حسين: "التدريب الرياضي"، دار الفكر العربي، مصر، 1984 م، ص35  
<sup>2</sup> حنفي محمد مختار: "الأسس العالمية في تدريب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1988 م ن ص62،

**9-2 التحمل:**

ويقصد به أن اللاعب يستطيع أن يستمر طوال زمن المباراة مستخدماً صفاته البدنية والمهارية والخططية بإيجابية وفعالية دون إن يطرأ عليه التعب والإجهاد الذي يعرقله عن دقة وتكامل الأداء بالقدر المطلوب<sup>1</sup> يعرف Datchnof التحمل بأنه القدرة على مقاومة التعب لأي نشاط لأطول فترة ممكنة<sup>2</sup>.

**9-2-1 أنواع التحمل :**

يمكن أن نقسم التحمل إلى نوعين:

**9-2-1-1 التحمل العام :**

وهو أن يكون اللاعب قادراً على اللعب خلال مدة اللعب القانونية المحددة ، دون صعوبات بدنية ، وعليه يجب أن يكون قادراً على الجري بسرعة متوسطة طويلة شوطي المباراة ، ويكون الاهتمام بالتحمل العام في بداية الفترة الإعدادية الأولى ، ويعتبر التحمل العام هو أساس التحمل الخاص.

**9-2-1-2 التحمل الخاص :**

هو الاستمرارية في الأداء بصفات بدنية عالية وقدرات مهارية وخططية متقنة طوال مدة المباراة دون أن يطرأ عليه التعب<sup>3</sup> ومن الممكن أن تقترن صفة التحمل بالصفات البدنية الأخرى . فنجد ما يسمى بتحمل القوة وتحمل السرعة ، أي القدرة على أداء نشاط متميز بالقوة أو بالسرعة لقدرة طويلة وتعتبر صفة تحمل السرعة من أهم الصفات البدنية للاعب كرة القدم الحديثة وهذا يعني أن اللاعب يستطيع أن يجري بأقصى سرعة له في أي وقت خلال المباراة<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Taelman (R) : "Foot Ball Techniques Nouvelle D'entraînement", Edition Ampfora ,paris , 1990 , P25.

<sup>2</sup> ريسان مجيد خريبط: "موسوعة القياس والاختبارات في التربية البدنية والرياضية" ، الجزء الأول ، جامعة بغداد ، 1989 م ن ص1

<sup>3</sup> طه إسماعيل وآخرون: "كرة القدم بين النظرية والتطبيق ، الإعداد البدني في كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص98

<sup>4</sup> بطرس رزق الله: "التدريب في مجال التربية الرياضية" ، جامعة بغداد ، العراق ، 1984 م ، ص516

**9-2-2 أهمية التحمل :**

يلعب التحمل دورا هاما في مختلف الفعاليات الرياضية , وهو الأساس في إعداد الرياضي بدنيا ولقد أظهرت البحوث العلمية في هذا المجال أهمية التحمل . فهو يطور الجهاز التنفسي , ويزيد من حجم القلب وينظم جهاز الدورة الدموية ويرفع من الاستهلاك الأخص للأكسجين , كما له أهمية كبيرة من الناحية , البيوكيميائية فهو يساعد في رفع النشاط الإنزيمي , ورفع محسوس لمصادر الطاقة ويزيد من فعالية ميكانيزمات التنظيم , بالإضافة إلى الفوائد البدنية الفيزيولوجية التي يعمل التحمل على تطويرها , نجده كذلك ينمي الجانب النفسي للرياضي وذلك في تطوير صفة الإرادة في مواجهة التعب .<sup>1</sup>

**9-3 القوة:**

تتطلب حركات لاعب كرة القدم أن يكون قويا , فالوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو الكفاح لاستخلاص الكرة تتطلب مجهودا عضليا قويا وقوة دافعة. من هذا المنطلق يمكن تعريف القوة بأنها : "المقدرة أو التوتر التي تستطيع عضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها ضد مقاومة في أقصى انقباض إرادي واحدا لها"<sup>2</sup>.

**9-3-1- أنواع القوة :**

يمكن أن نجد نوعين من القوة العامة ويقصد بها قوة العضلات بشكل عام , والتي تشمل عضلات الساقين والبطن والظهر والكتفين والصدر والرقبة ويمكن الحصول على هذا النوع من القوة عن طريق تمارينات جمناشيك مثل التمرينات الأرضية وتمارينات بواسطة الكرة الطبية والتدريب الدائري , وبدون القوة العامة يتعذر علينا تدريب القوة الخاصة

<sup>1</sup>Taelman (R) : "Foot Ball Techniques Nouvelle D'entraînement", OPCIT, P26.

<sup>2</sup>مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث", مرجع سابق , ص1

أما القوة الخاصة فيقصد بها تقوية العضلات التي تعتبر ضرورية لمتطلبات اللعبة وإن تنمية القوة هي القاعدة الأساسية التي يبني عليها تحسين صفة تحمل السرعة وتطوير صفة تحمل القوة وهما الصفتان الأساسيتان للاعب كرة القدم .

فقوة السرعة تعتمد على قدرة الجهاز العصبي والعضلي للتغلب على المقاومات بأكثر سرعة ممكنة وتتمثل في الحركات التي تستدعي القوة الانفجارية مثل : الوثب والتصويب .

أما قوة التحمل فهي مقدرة الجسم على مقاومة التعب عند أداء مجهود يتميز بالقوة ولمدة زمنية طويلة<sup>1</sup> .

### 9-3-2- أهمية القوة :

- من المعروف انه كلما كانت العضلات قوية حمت الرياضي وقللت من إصابات المفاصل , كما أن القوة تزيد من المدخرات الطاقوية مثل كرياتين الفوسفات والكلبيكوجين , كما تربي لدى اللاعب الصفات الإرادية المطلوبة للعب كرة القدم وخاصة الشجاعة والجرأة والعزيمة , وكذلك:
- تسهم في انجاز أي نوع من أنواع أداء الجهد البدني في كافة الرياضات وتفاوت نسبة مساهمتها طبقا لنوع الأداء .
- تسهم في تقدير العناصر) الصفات (البدنية الأخرى مثل : السرعة والتحمل والرشاقة لذا فهي تشغل حيزا كبيرا في برامج التدريب الرياضي .
- تعتبر محددًا هامًا في تحقيق التفوق الرياضي في معظم الرياضات<sup>2</sup> .

<sup>1</sup> حنفي محمد مختار: "الأسس العالمية في تدريب كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص 61، 64

<sup>2</sup> مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث" ، مرجع سابق ، ص 167 .

## 9-4- السرعة :

يقصد بالسرعة قابلية الفرد لتحقيق عمل في اقل زمن ممكن , وتتوقف السرعة عند الرياضي على سلامة الجهاز العصبي والألياف العضلية والعوامل الوراثية والحالة البدنية.<sup>1</sup>

ويعرفها علي فهمي بيك : " بأنها بمفهومها البسيط هي القدرة على أداء حركة بدنية أو مجموعة حركات محددة في اقل زمن ممكن."<sup>2</sup>

## 9-4-1 أنواع السرعة :

تنقسم السرعة إلى ثلاثة أفواج وأشكال وهي :

- سرعة الانتقال ويقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى مكان آخر في أقصر زمن ممكن إن العدد الكبير من الحركات بأسلوب وتكتيك جيدين زادت نسبة القوة القصوى.<sup>3</sup>
  - سرعة الحركة الأداء والتي تتمثل في انقباض عضلة أو مجموعة عضلية لأداء حركة معينة في أقل زمن ممكن مثل : حركة ركل الكرة أو حركة التصويب نحو المرمى أو المجاورة بالكرة أو سرعة استلام وتمرير الكرة أو سرعة المحاورة والتمرير.<sup>4</sup>
  - سرعة الاستجابة ويطلق عليها أيضا سرعة رد الفعل ويقصد بها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة ظهور موقف أو مثير معين.<sup>5</sup>
- مثل: سرعة بدء الحركة لملاقاة الكرة بعد تحرير الزميل أو سرعة تغير الاتجاه نتيجة لتغير موقف مفاجئ أثناء المباراة.

<sup>1</sup> Dornhorff Martinhabil : "L'éducation Physique et sportif OPU" , Alger ,1993,P72.

<sup>2</sup> علي فهمي بيك:"أسس إعداد لاعبي كرة القدم"،مرجع سابق ، ص 90

<sup>3</sup> كورت ماينل:"التعلم الحركي " ، عبد علي نصيف ، دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد ، 1987 م ، ص152

<sup>4</sup> - احمد أسحن " : اثر منهاج عملي مقترح في مقياس كرة القدم على تطوير متوسط الصفات البدنية والمهارية مقارنة مع المنهج المقرر " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، المدرسة العليا للأساتذة ، التربية البدنية ن مستغانم ، 1996 م ، ص 47 .

<sup>5</sup> - بوداود عبد الميمن:"اثر الوسائل السمعية والبصرية) فيديو (على تعلم المهارات الأساسية بمدارس كرة القدم الجزائرية"،رسالة دكتورا غير منشورة ، الجزائر، 1996 م،ص1 .

وخلاصة القول فإن اللاعب بحاجة إلى هذه الأنواع من السرعة , لأنها تحدث باستمرار أثناء المباراة , فسرعة الانتقال يحتاجها اللاعب عند الانتقال من مكان إلى آخر في أقل زمن ممكن أما سرعة الاقتراب والقفز لضرب الكرة بالرأس , أما سرعة الاستجابة فتتعلق بمقدرة اللاعب على سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لأي مثير خارجي سواء كانت الكرة أو اللاعب الخصم .

ويمكن التدريب على السرعة عن طريق العدو السريع لمسافة قصيرة بتكرارات مختلفة , بالإضافة إلى سرعة أخذ المكان المناسب وسرعة تغيير المراكز وسرعة تنفيذ الواجبات الخطئية كخلخلة الدفاع وخلق فرص التسديد وإحراز الأهداف.

#### 9-4-2- أهمية السرعة:

إن السرعة تتوقف على سلامة الجهاز والألياف العضلية لذا فالتدريب عليها ينمي ويطور هذين الجهازين لما لهما من أهمية وفائدة في الحصول على النتائج الرياضية والفوز في المباراة , كما أن هذه الصفة لها أهمية كبيرة من الناحية الطاقوية التي تساعد على زيادة الخزينة الطاقوية من الكرياتين , الفوسفات , وادينوزين ثلاثي الفوسفات.<sup>1</sup>

#### 9-5- الرشاقة :

يعرف ماينل "Mainel" : الرشاقة بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو بجزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس .<sup>2</sup>

وتدخل الرشاقة في حركات الخداع , والتصويب والمحاورة والسيطرة على الكرة , وصفة الرشاقة مثل كل الصفات البدنية الأخرى ذات الارتباط الوثيق بالسرعة والقوة .

<sup>1</sup> Edgarthil et Ant : "manuel de education sportif", OPCIT, P1157.

<sup>2</sup> محمود عوض بسيوني , فيصل ياسين الشاطي: "نظريات وطرق التربية البدنية " , ديوان المطبوعات الجامعية , الجزائر , 1983 , ص5

**9-5-1- أنواع الرشاقة :**

هناك نوعين من الرشاقة :

الرشاقة العامة : وهي نتيجة تعلم حركي متنوع أي تجده في مختلف الأنشطة الرياضية.

أما الرشاقة الخاصة : فهي القدرة على الأداء الحركي المتنوع حسب التكتيك الخاص لنوع

النشاط الممارس وهي الأساس في إتقان المهارات الخاصة باللعبة.<sup>1</sup>

وحسب "Matveiv" يمكن تنمية صفة الرشاقة باستخدام الأداء العكسي للتمرين مثل :

التصويب بالقدم الآخر ، وكذلك المحاورة بها والتغيير في سرعة وأداء حركات مركبة كتخطيط

الكرة ، التصويب ، والتغير الحدود المكانية لإجراء التمرين مثل تصغير مساحة اللعب مع

سرعة الأداء المهاري وتصعيب التمرين ببعض الحركات الإضافية كأداء التصويب من

الدرجة الأمامية والخلفية أو الدوران حول الشواخص.<sup>2</sup>

**9-5-2- أهمية الرشاقة:**

للرشاقة أهمية جوهرية في الألعاب التي تعتمد على الأداء المهاري ، الخططي ، كما

أنها تلعب دورا هاما في تحديد نتائج المنافسة ، وخاصة التي يتطلب الإدراك الحركي فيها

التعاون والتناسق وتغيير المراكز والمواقف ويتضح جليا دور الرشاقة في تحديد الاتجاه

الصحيح للأداء الحركي وكذلك في الحركات المركبة والتي تتطلب من اللاعب إعادة التوازن

فورا في حالة فقدان توازنه كالاصطدام .

ويمكن تلخيص أهمية الرشاقة في أنها تسمح بتجنب الحوادث والإصابات ، واقتصاد في

العمل الحركي والتحكم الدقيق في المهارات الأساسية للرياضي كما تساعد على سرعة تعلم

المهارات الحركية وإتقانها وبالتالي تطوير لتكنيك<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> حنفي محمد مختار: "الأسس العالمية في تدريب كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص6

<sup>2</sup> طه إسماعيل وآخرون: "كرة القدم بين النظرية والتطبيق ، الإعداد البدني في كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص159

<sup>3</sup> - Weineck Jurgain : "Manuel D'entraînement", Edition Vignot , Paris ,1986,P24.

**6-9 - المرونة :**

وهي القدرة على الأداء الحركي بمدى واسع ويسير , نتيجة إحالة العضلات والأسس العاملة على تلك المفاصل لتحقيق المدى اللازم للأداء في كرة القدم . ويعرف "Harre و Feey" المرونة بأنها قدرة الرياضي على أداء حركات بأكثر حرية في المفاصل بإرادته أو تحت تأثير قوة خارجية مثل مساعدة زميل.<sup>1</sup>

**9-6-1 - أنواع المرونة :**

يجب أن نميز بين المرونة العامة والمرونة الخاصة , وبين المرونة الايجابية والمرونة السلبية , فنقول أن المرونة العامة عندما تكون ميكانيزمات المفاصل متطورة بشك كاف مثل العمود الفقري , أما المرونة الخاصة فعندما تكون المرونة متعلقة بمفصل واحد . أما المرونة الايجابية فهي قابلية الفرد لتحقيق حركة بنفسه , أما المرونة السلبية نتحصل عليها عن طريق قوى , خارجية كالزميل والأدوات<sup>2</sup> . ويمكن تنمية صفة المرونة عن طريق التدريب اليومي من خلال تمرينات الأبطال.

**9-6-2 - أهمية المرونة :**

تعتبر المرونة الشرط الأساسي لأداء الحركات كما ونوعا , وبصورة جيدة كما تعتبر وسيلة أساسية لتخليص العضلات من نواتج الناتجة عن الجهد البدني , وتكمن أهميتها أيضا في الوقاية من الإصابات مما يعطي دفعا ببيكولوجي للاعبين وبالتالي تحقيق النتائج الرياضية الجيدة. فالرياضي الذي نادرا ما يصاب يمكن أن يحسن مستواه كما أن حركاته تكون أكثر حرية في المفاصل وبالتالي يكون أداءه المهاري جيدا<sup>3</sup> .

<sup>1</sup> - Corbeanjoel:"Foot Ball de L'école,Aux Association",Editon Revuee, P,S,Paris,1988,P13.

<sup>2</sup> - Dekkar Nour Edine et Aut : "Technique D'evaluation Physique des Athlètes" ,Imprimerie du Poin Sportif Alger,1990,P13.

<sup>3</sup> - Tupin Bernard : "Préparation et Entraînement du Foot Balleur" , Edition Amphora , Paris,1990,P57.

## خلاصة :

يعتبر التحضير بصفة عامة من أهم العوامل المساعدة في أداء اللاعبين , وعلى المدرب الناجح الاهتمام , بتحضير اللاعب بدنيا , وينقسم التحضير البدني إلى التحضير العام والخاص , تهدف تطوير لياقة اللاعب , لأنها من أهم العناصر المؤثرة على أدائه ومعرفة الطرق اللازمة لتنميتها , والعناصر الخاصة بلاعب كرة القدم , من تحمل وسرعة وقوة , مرونة ورشاقة , ومعرفة كيفية تنميتها . وأيضاً معرفة متى يستعمل طرق تدريب الصفات البدنية , وكيفية استخدام الحمل والراحة , وهذا حسب أهداف ومميزات كل طريقة من طرق التحضير البدني , وكذا تحضير اللاعب من الناحية النفسية والنظرية , التقنية التكتيكية , وهذا ضماناً للأداء الجيد والأمثل للاعبين خلال المنافسات .

## تمهيد :

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناولنا فيه الرصيد المعرفي الخاص بموضوع الدراسة

الذي ضم ثلاث فصول وهي على الترتيب التالي:

- الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي .

- المدرب .

- التحضير البدني في كرة القدم

سنحاول التطرق للجانب التطبيقي قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية حتى نتمكن من إعطاء

منهجية علمية حقها وكذا تطابق المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السابقة الذكر ويتم

ذلك عن طريق تحليل ومناقشة نتائج الإستبيان والتي وجهت لمدربي كرة القدم بولاية تيارت .

ولقبول الفرضيات المقدمة في الجانب النظري أو رفضها ، لا بد لنا من دراسة تكون أكثر دقة

وأكثر منهجية والمتمثلة في الدراسة الميدانية التي من خلالها تم اختيار المنهج المتبع في هذا

البحث وكذا مجالاته والعينة التي تم اختيارها وكذا أداة البحث كما قمنا بتحليل النتائج ومناقشتها .

## 1. منهج البحث:

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة، فاختيار المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث .

ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها (علاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وأثره في تحسين كفاءة المدرب في التحضير البدني لكرة القدم ) تبين أنه من المناسب استخدام **المنهج المسحي** وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالدراسة المسحية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جمع الحقائق و تفسيرها وتحليلها لإيجاد العلاقات بين متغيراتها، واستخلاص دلالاتها، فهي إذا كما يعرفها " **مصطفى حسن باهي** "..... يعتبر المنهج المسحي من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية و النفسية والاجتماعية والرياضية، حيث يهتم بجمع أوصاف دقيقة وعلمية للظاهرة المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره، كما يهدف إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة، ولا يقتصر المنهج المسحي على جمع البيانات وتبويبها، وإنما يمتد إلى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه

البيانات، لذا يجب على الباحث تصنيف البيانات والحقائق، وتحليلها تحليلاً دقيقاً وكافياً للوصول إلى تعميمات بشأن موضوع الدراسة...<sup>1</sup>

## 2- المجتمع الأصلي وعينة البحث :

لقد حرص الباحث على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع ، وقد وقع اختيار الباحث على عينة تتمثل (200) مدرب ينشطون في أندية كرة القدم ، من المجتمع الإحصائي. بحيث قام الباحث باختيار العينة بطريقة عشوائية أي لم يخصص العينة بأية خصائص أو مميزات ،" ويقصد بالعينة العشوائية تلك التي لا تتقيد بنظام خاص أو ترتيب معين مقصود للاختيار ، وبذلك تضمن لجميع أفراد المجتمع الإحصائي فرصاً متساوية ، وفي هذه الحالة توصف العينة بأنها غير متحيزة أي تعطى فرصاً متساوية ومتكافئة لكل أفراد المجتمع الإحصائي.<sup>2</sup>

تم اختبار العينة بالطريقة العشوائية لأنها تعطي فرصاً متكافئة لمجتمع البحث والبالغ عددهم (20) مدرب من مجمل ( 200 ) مدرب بنسبة 10 % من المجتمع الأصلي

## 3- خصائص العينة: انطلاقاً من إشكالية البحث وفروجه ، فإن هذه الدراسة تستلزم احترام

الشروط المنهجية من أجل الحصول على نتائج ذات صدق وموضوعية ، وعليه فإن عينة البحث تشمل فئة من الأفراد :

- المدربين الذين ينشطون في أندية الجزائر دون غيرهم من المدربين .

<sup>1</sup> مصطفى حسن باهي: الإحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2000، ص83.

<sup>2</sup> السيد محمد الخيري: الإحصاء في البحوث النفسية، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر، 1999، ص197

#### 4- مجالات البحث :

##### 4-1-المجال الزمني :

بعد تلقي الموافقة عل موضوع البحث من طرف مدير معهد علوم وتقنيات والنشاطات البدنية والرياضة ، وكذلك الأستاذ المشرف في شهر (2017/01/29) ، فقد تم اختيار عينة البحث في شهر (2017/03/24) من نفس السنة .

تم توزيع الاستبيان الخاص بالمدربين في (2017/03/26 إلى غاية 2017/05/06 ) من خلال القيام بالعمل التطبيقي .

##### 4-2-المجال المكاني:

لقد أجريت الدراسة الميدانية ،على مستوى الأندية الجزائرية لكرة القدم ، بحيث تم التنقل إلى بعض الأندية لكرة القدم.

##### 3-3 المجال البشري :

شملت عينة البحث 20 مدرب ناشطين في أندية الجزائرية.

##### 5-الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

إن أي موضوع من المواضيع الخاطعة للدراسة يتوفر على متغيرين أولهما متغير مستقل ولآخر متغير تابع .

### 5-1- المتغير المستقل

وهو ذلك المتغير الذي أحدث تغيرات طرأت على متغير آخر وهو أيضا الذي تم بحث أثره في متغير آخر ويمكن للباحث التحكم فيه في الكشف عن تبيان هذا الأثر باختلاف قيم ذلك المتغير<sup>1</sup>. والمتغير المستقل في بحثنا هو :

- الخبرة الميدانية

- التكوين الأكاديمي

### 5-2- المتغير التابع :

ويعرف بأنه ذلك المتغير الذي يرغب في الكشف عن تأثير المتغير المستقل عليه<sup>2</sup> المتغير التابع في بحثنا هو :

- كفاءة المدرب

- التحضير البدني

### 6- أدوات البحث :

لقد تطلب منا هذا البحث المتواضع بعض الأدوات :

<sup>1</sup> فاطمة عوض - صابر ميرفت علي خفاجة- سنة 2002

<sup>2</sup> - نفس نرجع السابق

## 6-1- المصادر و المراجع :

حيث اعتمد الطالبان الباحثان على المصادر و المراجع العربية و الأجنبية وكذلك المذكرات ، و الشبكة العنكبوتية.

قصد الإحاطة الكلية والإلمام النظري بموضوع البحث قام الطلبة بالإعتماد على كل ما توفر لديهم من مصادر و المراجع العربية و الأجنبية زيادة على المجالات و الشبكة العنكبوتية ، كما تم الاستعانة والإعتماد على الدراسات السابقة والمرتبطة بالشعبة التدريب الرياضي وتحضير البدني

## 6-2- الإستبيان :

استخدام الباحث طريقة الاستبيان لاختبار صحة فرضيات البحث ، وكان استبيان موجه لمدرسين ، ومن المعروف أن " للبحوث الوصفية عدة أساليب تجمع من خلالها البيانات والمعلومات من الأسئلة التي تتعلق بموضوع أو موضوعات بهدف الحصول على معلومات حول هذا الموضوع"<sup>1</sup> ويتميز الاستبيان " بقصر الوقت ويسمح بجمع أكبر عدد ممكن من المعلومات دفعة واحدة ، بحيث يتم تقديم الاستبيان على شكل استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين"<sup>2</sup>.

هو أداة عملية ، تعتبر من بين وسائل الاستقصاء ، لجمع المعلومات ، الأكثر فعالية لخدمة البحث ، وقد تم تصميم هذا الاستبيان وتحديد عناصره استنادا على آراء وتوجيهات عدد من الباحثين والمختصين في هذا الميدان ، بما يتمشى ويتفق بإشكاليته وفرضية البحث.

وقد احتوت استمارة الاستبيانين على خمسة محاور :

<sup>1</sup> كمال عبد الحميد زيتون : منهجية البحث التربوي والنفسي من المنظور الكمي والكيفي، ط1 ، عالم الكتاب، القاهرة، 2004، ص82  
<sup>2</sup> دوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي – مفهومه – أدواته – أساليبه، ط8، دار الفكر ، عمان، الأردن، 2004، ص28

## أ- استبيان الأول

**المحور الأول : البيانات الشخصية** يتعلق بأسئلة التي لها علاقة الرصيد المعرفي والمستوى الجيد للمدرب ، ويتضمن هذا المحور الأرقام التالية حسب عينة البحث:

**المحور الثاني : التحضير البدني** ويتعلق بالأسئلة التي لها علاقة تحضير البدني في تزويد المدربين بمعلومات جديدة حول عملية التحضير الجيد .

## ب- استبيان الثاني

**المحور الأول: الخبرة الميدانية لآعب السابق** يتعلق بالأسئلة التي لها علاقة بالخبرة الميدانية للاعبين السابقين الذين تم إلتحاق بي تدريب .

**المحور الثاني : التكوين الأكاديمي للمدرب** يتعلق بالأسئلة التي لها علاقة بأهمية توفر

الإمكانيات والوسائل العلمية والدراسات اللازمة التي تساعد المدرب في مجال التحضير البدني .

**المحور الثالث : الدورات العلمية والتكوينية للمدرب الجزائري في التحضير البدني** ويتعلق

بالأسئلة التي لها علاقة بأهمية الملتقيات والدورات العلمية والتكوين وكذلك الخبرة في مجال

المدربين بمعلومات جديدة حول التحضير البدني .

## 6-3- الاستمارات التحكيمية و الترشيحية :

و من أجل تحكيم الإستبيان و التي وزعت على بعض أساتذة المعهد .

#### 6-4- الوسائل الاحصائية :

و تتمثل في المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون ، والنسبة المئوية ، وإختبار كاف التريبع .

#### 7- .الدراسة الاستطلاعية:

لا يختلف على أي باحث ، أن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات ، هو أساس انطلاق الدراسة أما أدوات البحث المناسبة فهي أساس انجاز الجانب الميداني ، الذي يعطي البحث أكثر موضوعية ومصداقية.

وأما إذا كان الاستبيان هو أحد الأدوات المعتمدة عليها لانجاز هذا البحث ، فقد قمنا بدراسة استطلاعية من خلال زيارة بعض النوادي الرياضي بولاية تيارت ، أين قمنا بتوزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من المدربين ، والمقربين بـ 05 مدرب من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له.

وكذلك للتعرف على مدى وضوح الأسئلة ، بصفة عامة وقياسها للشيء المطلوب قياسه ، والتعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجا للمستجوبين أو يحاولون التهرب من الإجابة عليها ، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد الحرج والتهرب عن الإجابة ، ولقد خرجنا بمجموعة ن الملاحظات ، نلخص أهمها في ما يلي:

- التعرف على اليدان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة..

- غموض بعض الأسئلة ، مما جعلنا نعيد صياغتها.

- وجود بعض التكرارات في بنود الأسئلة ، مما دفعنا لحذفها.

- عدم الرد على بعض الأسئلة مما جعلنا نقوم بتعديلها.

- عدم ملائمة بعض الأسئلة مما دفعنا لحذفها نهائياً.

إضافة إلى ذلك ، فقد مكنتنا الدراسة الاستطلاعية من خلال التوزيع الأولي للإستبيان من أن الفرضيات قابلة للدراسة والاختبار .

### 8-الدراسة الأساسية:

بعد الدراسة الاستطلاعية وتحديد العينة و بعد ان تم الحصول على الثبات والصدق الإستبيان , ولأجل الحصول على البيانات المتعلقة بالبحث واهدافه فقد تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الأساسية بصورة فردية، حيث تم الاتصال بأفراد العينة المدربين خلال تنقل إليهم ، حيث تم توضيح الهدف من البحث و حثهم على التعاون والإجابة بصدق على الأسئلة مع الاستفسار الأسئلة و عن العبارات الغامضة إن وجدت حيث يتم توضيح الغموض مباشرة، و قد تم استلام الإجابات مباشرة بعد الانتهاء من ملء الإستبيان .

### 9-الأسس العلمية للاختبار

#### 9-1-كيفية تطبيق وتصحيح أداة البحث :

قبل إجراء التطبيق الميداني النهائي لأداة البحث، والمتمثل في توزيع الاستبيان على أفراد العينة، والمتمثلة في مدربين كان لا بد لنا من المرور بالمراحل و الخطوات الأساسية التالية:

### 9-1-1- إبراز الخصائص السيكومترية لأداة البحث:

وبهدف التعرف على الخصائص السيكومترية للأداة المطبقة في بحثنا، و حساب معامل الثبات و معامل الصدق ، قمنا بتطبيقه على ( 5 ) مدربين من أفراد العينة الإجمالية.

بحيث طبقنا عليهم الاستبيان مرة واحدة وذلك باستعمال طريقة التجزئة النصفية.

### 10- صدق الأداة:

"صدق الاستبيان يعني التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه"<sup>1</sup>

كما يقصد بالصدق " شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها <sup>2</sup>، وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما اعد له حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة من جامعة تيسمسيلت، ليحكموا مدى وضوح فقرات الاستبيان ومدى كفايتها ومناسبتها للمحاور المقترحة، والاستفادة من اقتراح ما يرونه ضروريا من تعديل صياغة العبارات أو حذفها، وكذلك توجيهاتهم فيما يتعلق بالبيانات الأولية بحذف بعض الأسئلة وإضافة أسئلة أخرى بالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداه المحكمون، قمنا

<sup>1</sup> فاطمة عوض صابر، ميرفت على خفاجة: أسس البحث العلمي، الإسكندرية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، 2002، ص167.

<sup>2</sup> هاني بن ناصر بن حمد أراجحي : مرجع سابق، ص81.

بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر.

## 11- ثبات الأداة

إن ثبات أداة الدراسة يعني ( التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريبا لو تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات مختلفة )<sup>1</sup>، وهناك عدد من الطرق لقياس ثبات الأداة وهنا استعملنا طريقة التجزئة النصفية .

وعلى هذا الأساس تم توزيع الاستبيان على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة عددها 5 مدربين ، وتم إعادة توزيع الاستبيان بعد فترة على نفس العينة.

### الجدول رقم (01) يوضح معاملات الثبات للاختبار ومعامل الصدق الاحصائي

| معاملات الصدق | معاملات الثابت | حجم العينة | أداة البحث      |
|---------------|----------------|------------|-----------------|
| 0.944         | 0.893          | 05         | الإستبيان رقم 1 |
| 0.941         | 0.887          | 05         | الإستبيان رقم 2 |

<sup>1</sup> زياد بن عبد الله الدهشة : "المتغيرات التنظيمية والوظيفية وعلاقتها بمستوى الرضا الوظيفي وفقا لنظرية هيرزبيرج"، ماجستير، قسم العلوم الإدارية ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف الأمنية للعلوم الإدارية ، 2006، ص78.

## ثانياً - حساب معامل الصدق :

لقد تم استنتاج معامل صدق المقياس انطلاقاً من النتيجة النهائية لمعامل الثبات

المحسوب للعينة الكلية وفق المعادلة التالية: **معامل الصدق تساوي جذر معامل الثبات**

$$\text{أي : معامل الصدق} = \text{معامل} \sqrt{\text{الثبات}}$$

## 12- الموضوعية :

يتمتع هذا الإستبيان الخاص بالخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي كمؤشرين في

زيادة كفاءة المدرب في تحضير البدني بالسهولة والوضوح من خلال إجابات المدربين

وأعطى موضوعية أكثر للدراسة، بعيداً عن ذاتية الباحث.

## 13- طريقة تصحيح أداة البحث :

### 1-13- التصحيح :

لقد تم تصحيح الاستبيان من خلال ملاحظة مكان العلامة ( x ) الموافقة لرأي المجيب

مع الدرجة الموضوعية و المقابلة لذلك، و في الأخير وبعد الانتهاء من عملية تقدير كل

عبارة نقوم بحساب درجة كل محور من محاور الاستبيان الموافق لإحدى الفرضيات

الموضوعية، و هذا لكل فرد في العينة كما يبينه الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح درجات العبارات.

| الآراء    | العبارات |
|-----------|----------|
| موافق     | 1        |
| غير موافق | 0        |

14- الأساليب الإحصائية المستعملة :

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض أساليب إحصائية خاصة، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات، يفسر ويحلل من خلالها الظاهرة

موضوع الدراسة، وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب

الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي :

14-1- النسبة المئوية :

استخدم الباحث قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة، وذلك بعد حساب

تكرارات كل منها ومثل لذلك الإجابة عن السؤال التالي:

هل أنتم ملمون بجميع أساليب التحضير البدني الحديثة في كرة القدم ؟

كانت الإجابة مثلا :65 (موافق) و35 (غير موافق).

بعد تطبيق الطريقة المألوفة لحساب النسب المئوية، كانت النتائج كما يلي:

الإجابة ب : موافق = مجموع عدد الإجابات  $100 \times 65 = 100 \times 65 = 10.10\%$

52 المجموع الكلي لأفراد العينة

$$\text{الإجابة ب: غير موافق} = \frac{\text{مجموع عدد الإجابات}}{100} \times 100 = 25 \times 100 = 10.20\%$$

المجموع الكلي لأفراد العينة 21

#### 14-2. المتوسط الحسابي:

يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعاً، وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعنى إبراز مدى انتشار الدرجات في الوسط.

#### 14-3. الانحراف المعياري:

يعتبر من أهم مقاييس التشتت، ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع الأفراد، أي مدى انسجام العينة .

يحسب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري على الترتيب وفق المعادلتين:

$$X = \frac{\sum F_i X_i}{N}$$

$$\sqrt{S} = \frac{\sum F_i (X_i - X)^2}{N}$$

N

#### 14-5. معامل الارتباط بيرسون :

ويستعمل للكشف عن دلالة العلاقات والارتباطات، وتمت الاستعانة بهذا الأسلوب لمعرفة إذا كانت هناك علاقة ارتباط بين الاتجاه البدني و الاتجاه النفسي في عملية الانتقاء الرياضي.

يحسب معامل الارتباط بيرسون وفق المعادلة :

$$r = \frac{n\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2][n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

#### 14-6. معامل الثبات ( $\alpha$ كرومباخ ) :

- تم استعمال معامل الارتباط لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياسين من

خلال توظيف القيم في المعادلة التالية :  $\alpha = \frac{2R}{1+R}$

حيث :  $\alpha$  : معامل الثبات كرومباخ.  
 $R$  : معامل الارتباط بين قيم نصفي البعد.  
 1 و 2 : ثوابت.

#### 14-7-- التباين<sup>1</sup>.

ف = التباين الكبير = التباين بين المجموعات  
 - التباين الصغير التباين داخل المجموعات

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان مرجع سابق . ص 26

#### 14-8- معامل الالتواء :

تتراوح قيمة معامل الالتواء مابين 3- و 3+ وهكذا نقول أنّ هنالك تجانس  
معامل الالتواء = 3. (المتوسط - الوسيط)  
الانحراف المعياري

#### 14-9- اختبار T استودنت<sup>1</sup> :

$$T = \frac{(\bar{S}_2 - \bar{S}_1)}{\sqrt{\frac{{}^2(2ع) + {}^2(1ع)}{1-ن}}}$$

س<sub>1</sub>: المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

س<sub>2</sub>: المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

ع<sub>1</sub><sup>2</sup>: مربع الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

ع<sub>2</sub><sup>2</sup>: مربع الانحراف المعياري للمجموعة الثانية

<sup>1</sup> / عماد الزغلول، الإحصاء التريوي، (ط1 . مصر: دار الشروق للنشر والتوزيع، 2005، ص14

## 15- صعوبات البحث :

إن القيام بعمل معين أو بحث أو دراسة ما مهمة تتطلب من الباحث اتخاذ عدة إجراءات ، لتجنب المشاكل والتخفيف من الصعوبات التي قد تعرقل الباحث ، خلال مراحل انجازه للبحث ، ورغم محاولة الباحث تجنب مختلف الصعوبات المذكورة سلفا إلا أن الباحث صادفته عدة صعوبات من بينها

- البيروقراطية الإدارية .
- زيادة على ذلك إتلاف بعض الاستبيانات من طرف المدربين
- قلة المراجع والمصادر التي تتعلق بموضوع تحضير البدني .
- صعوبة بناء الاستبيان وتبسيط عباراته من أجل الحصول على إجابات موضوعية
- صعوبة الاندماج في مختلف مكاتب جامعة الجزائر .

## خلاصة:

وعليه وقصد بلوغ أهداف البحث المنشودة تطرق الطالبان الباحثان خلال هذا الفصل الى عرض مفصل حول منهجية البحث العلمي خلال التجربة الاستطلاعية و الأساسية وهذا تماشياً مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية حيث تم التطرق في هذا الفصل الى توقع المنهج في البحث العينة ، مجالات البحث متغيرات البحث و الأدوات المستخدمة في البحث كما تطرق الباحثان الى الوسائل الاحصائية المستخدمة بغية الوصول الى اصدار أحكام موضوعية حول الظاهرة موضوع البحث.

## تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الموزع على المدربين

### 1- عرض وتحليل المحور الأول والمتعلق بالبيانات الشخصية:

السؤال رقم 1: ما هي نوع الشهادة CAF؟

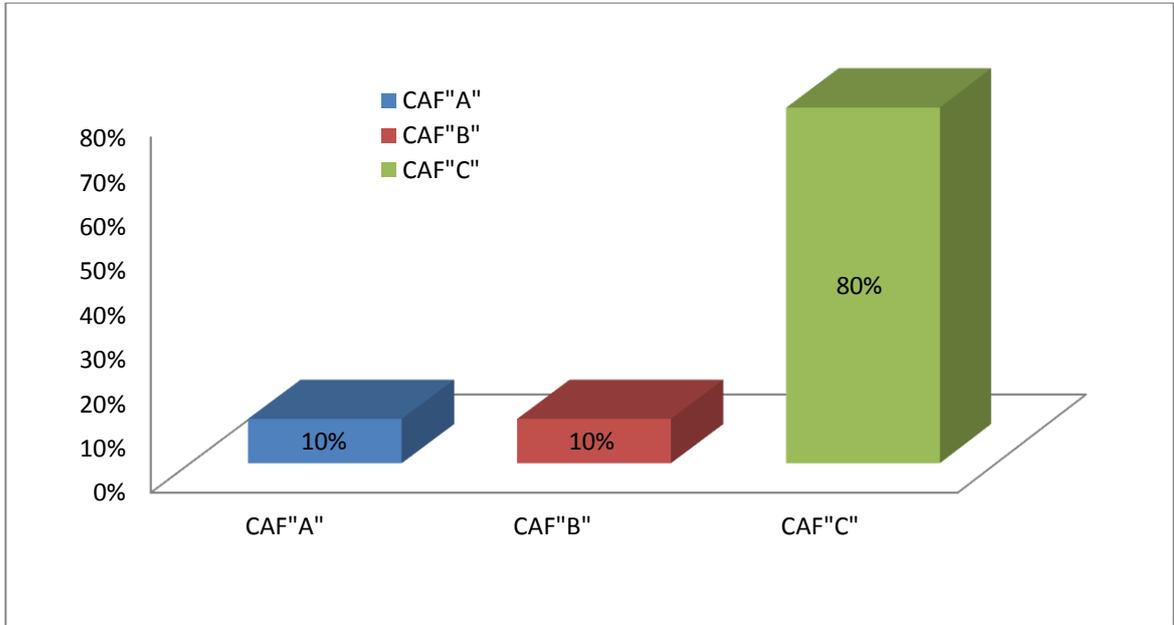
الغرض من طرح السؤال : هو معرفة الدرجة التأهيل التي وصل إليها المدرب خلال مشواره التكويني في CAF.

الجدول رقم 1 : يمثل الدرجة التأهيل في شهادة CAF

| المجموع | شهادة CAF<br>C | شهادة CAF<br>B | شهادة CAF<br>A |                  |
|---------|----------------|----------------|----------------|------------------|
| 20      | 16             | 2              | 2              | التكرارات        |
| %100    | %80            | %10            | %10            | النسب<br>المئوية |

يتضح من خلال الجدول: أن إجابات المدربين لدرجات التأهيل فكانت النتائج كما يلي الدرجة

C تقدر بـ 80 % التي تحصلت على أعلى نسبة وبعدها المدربين الذين لديهم الدرجة A و B بنفس النسبة التي قدرت بـ 10%.



التمثيل البياني رقم (01) يوضح شهادة التأهيل CAF

من خلال الأعمدة البيانية: يتضح لنا أن أغلبية المدربين الجزائريين الذين يشرفون على تدريب لديهم شهادة التأهيل C

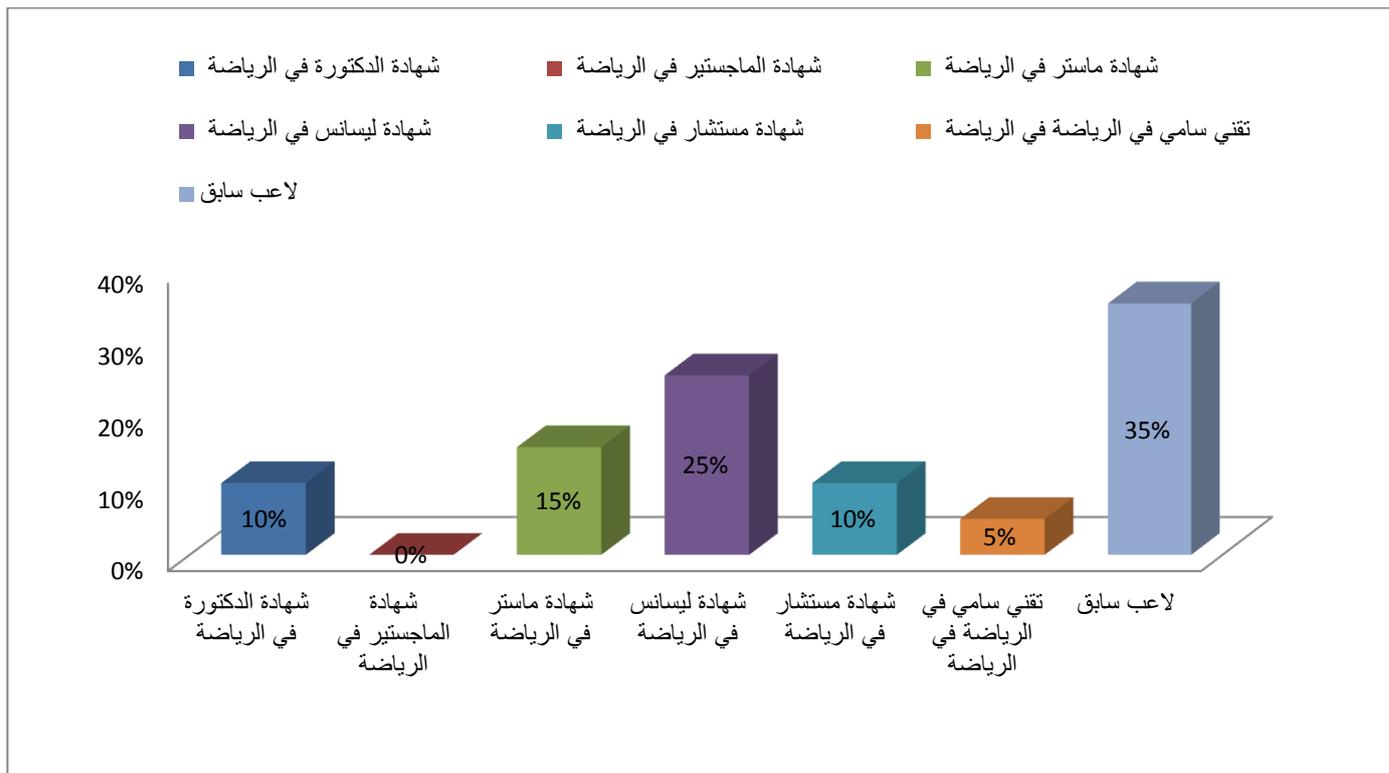
السؤال رقم 2: ما هي نوع الشهادة التي تحصلت عليها؟

الغرض من طرح السؤال : هو معرفة الدرجة العلمية التي وصل إليها المدرب خلال مشواره التكويني أو درجة التأهيل.

الجدول رقم 2 : يمثل الدرجة المتحصل عليها

| المجموع | لاعب السابق | تقني سامي في الرياضة | مستشار في الرياضة | ليسانس في الرياضة | ماستر في الرياضة | ماجستير في الرياضة | دكتوراه في الرياضة |               |
|---------|-------------|----------------------|-------------------|-------------------|------------------|--------------------|--------------------|---------------|
| 20      | 07          | 01                   | 02                | 05                | 03               | 00                 | 02                 | التكرارات     |
| %100    | %35         | %05                  | %10               | %25               | %15              | %00                | %10                | النسب المؤوية |

يتضح من خلال الجدول: أن إجابات المدربين كانت متقاربة إلى حد ما باستثناء شهادة الماجستير في الرياضة التي لم يجب عليها أي مدرب وقدرت النسبة 00% جاءت أعلى نسبة بالنسبة لمدربين الذين كانوا يمارسون لاعب (لاعب سابق) واختار التدريب وقد قدرت نسبة بـ 35% أما 25% من المدربين اختاروا ليسانس في الرياضة أما بالنسبة 15% فكانت لشهادة ماستر في الرياضة 10% لكل شهادة الدكتوراه في الرياضة و مستشار في الرياضة ونسبة 05 % فكانت لشهادة تقني سامي في الرياضة.



### التمثيل البياني رقم (02) : يوضح درجة العلمية المتحصل عليها.

#### من خلال الأعمدة البيانية :

يتبين لنا أن اعلي نسبة حققها لاعب السابق الذي إختار سلك التدريب الرياضي ، ثم تلتها بعدها نسبة حاملو شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية وبعدها جاءت شهادات الأخرى بنسب متساوية ومتقاربة وهذا ما يبين أن مهنة التدريب الرياضي تتنوع فيها الشهادات، أما بالنسبة للمدربين الحاملين لشهادة الماجستير فنلاحظ انعدامهم في مجال التدريب الرياضي ، وهذا ما يدل على أن أغلبية المدربين ليس لهم مستويات عالية جدا وهذا ما ينعكس سلبا على مهنة التدريب الرياضي ، بحيث يحتاج هذا المجال لدرجة عالية من التكوين والإلمام بمختلف العلوم للاستفادة من خدمات هذه الشريحة من الإطارات.

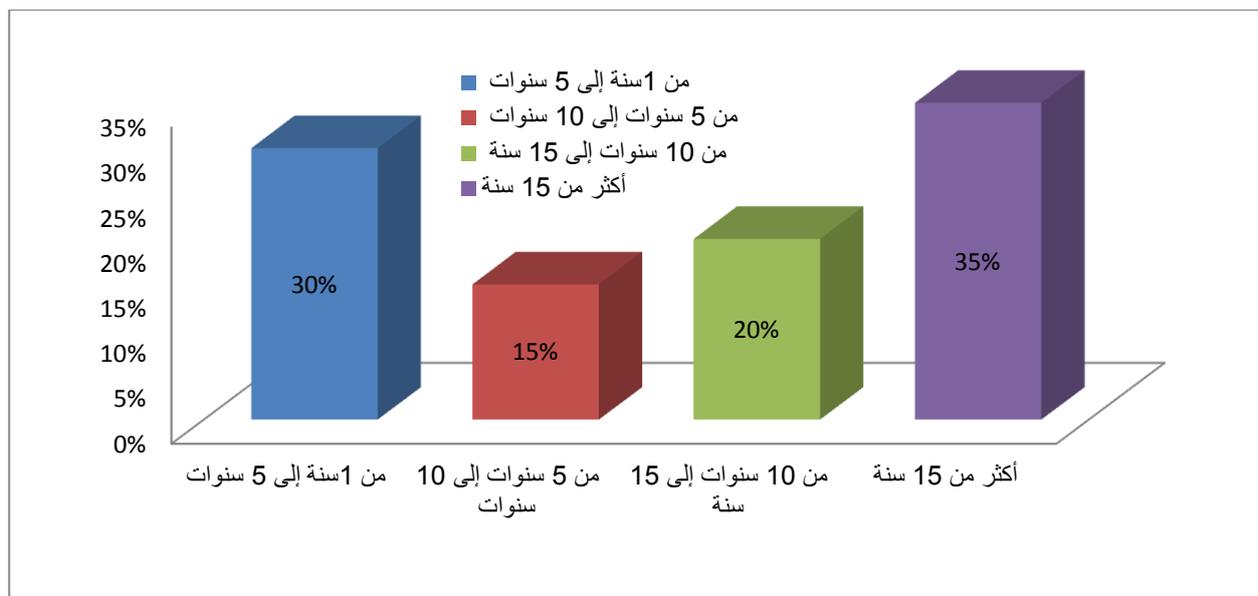
السؤال رقم 3: كم هي عدد سنوات خبرتكم في مجال التدريب؟

الغرض من طرح السؤال: من المعروف أن رياضة كرة القدم تحتاج إلى مدربين لهم الخبرة الكافية للقيام بعملية تدريب الفريق ولهذه الغاية طرحنا هذا السؤال لمعرفة عدد سنوات الخبرة لدى المدربين.

جدول رقم 3: يمثل عدد سنوات الخبرة لدى المدربين

| التكرارات     | من 1 إلى 5 سنوات | من 5 إلى 10 سنوات | من 10 إلى 15 سنة | من 15 سنة فما فوق | المجموع |
|---------------|------------------|-------------------|------------------|-------------------|---------|
| التكرارات     | 06               | 03                | 04               | 07                | 20      |
| النسب المئوية | 30%              | 15%               | 20%              | 35%               | 100%    |

من خلال الجدول نلاحظ: أن هناك 3 مدربين لديهم الخبرة من 5 إلى 10 سنوات أي ما يقدر بـ 15% ، و 4 من المدربين لديهم خبرة أقل من خمسة عشر سنوات أي ما يقدر بـ 20% ، أما 6 مدربين فلديهم الخبرة من 1 إلى 5 سنوات أي ما يقدر بـ 30% و 7 مدربين لديهم الخبرة أكثر من 15 سنة أي ما يقدر بـ 35% من النسبة الإجمالية.



التمثيل البياني رقم(03): يوضح عدد سنوات الخبرة لدى المدربين.

من خلال الأعمدة البيانية: نلاحظ أن أغلبية المدربين الذين يشرفون على تدريب فرق كرة القدم لديهم خبرة كبيرة بحيث أغليبتهم لديهم أكثر من خمسة عشر سنة من التدريب والخبرة في هذا المجال وكما نلاحظ .

ونفس كثرة الخبرة لدى مدربيننا مما أدى إلى توصل إلى النتائج جيدة بحيث منة المعروف أن للخبرة دور فعال في الاتصال الدائم مع اللاعبين ومعرفة خصائص كل لاعب والوصول به إلى أعلى المستويات الرياضية.

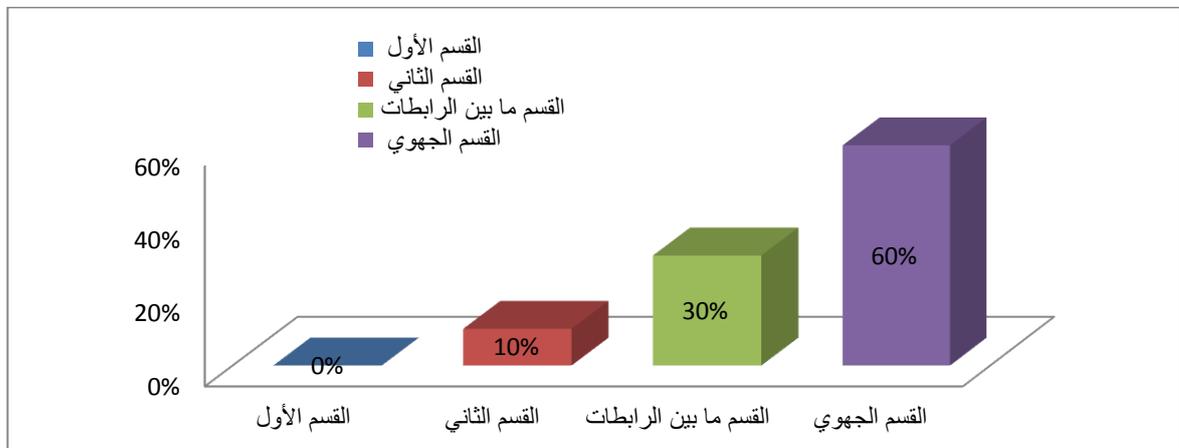
السؤال رقم 4: ما هو مستوى الرياضي الأكثر تدريباً فيه ؟

الغاية من طرح السؤال: : هو معرفة مستوى الفريق الذي يدرسه المدرب ولهذا الغرض طرحنا هذا السؤال لمعرفة مدى مستوى المدرب .

جدول رقم 4: مستوى الرياضي الأكثر تدريباً فيه

| التكرارات | القسم الأول | القسم الثاني | ما بين الربطات | الجهوي | المجموع |
|-----------|-------------|--------------|----------------|--------|---------|
| 00        | 02          | 06           | 12             | 20     |         |
| %00       | %10         | %30          | %60            | %100   |         |

من خلال الجدول: نلاحظ أن 12 مدربين يدرّين في الجهوية أي ما يقدر بـ60% ، أما 06 من المدربين يدرّين في ما بين الربطات أي ما يقدر بـ30% . منهم أما 2 مدربين يدرّين في قسم الثاني أي ما يقدر بـ10% ، وفي الأخير إنعدام مدربين في قسم الأول .



التمثيل البياني رقم (04): يوضح المستوى الرياضي الأكثر تدريباً

من خلال الأعمدة البيانية: يتبين لنا أن الأغلبية الساحقة من المدربين هم المدربين الجهوي ، في حين ستة مدربين فقط هم من قسم ما بين الرباطات ، كما نلاحظ أنه هناك من مدربين في قسم الثاني فقط .

السؤال رقم 5: ماهي الفئة العمرية التي عملتم بيها بكثرة؟

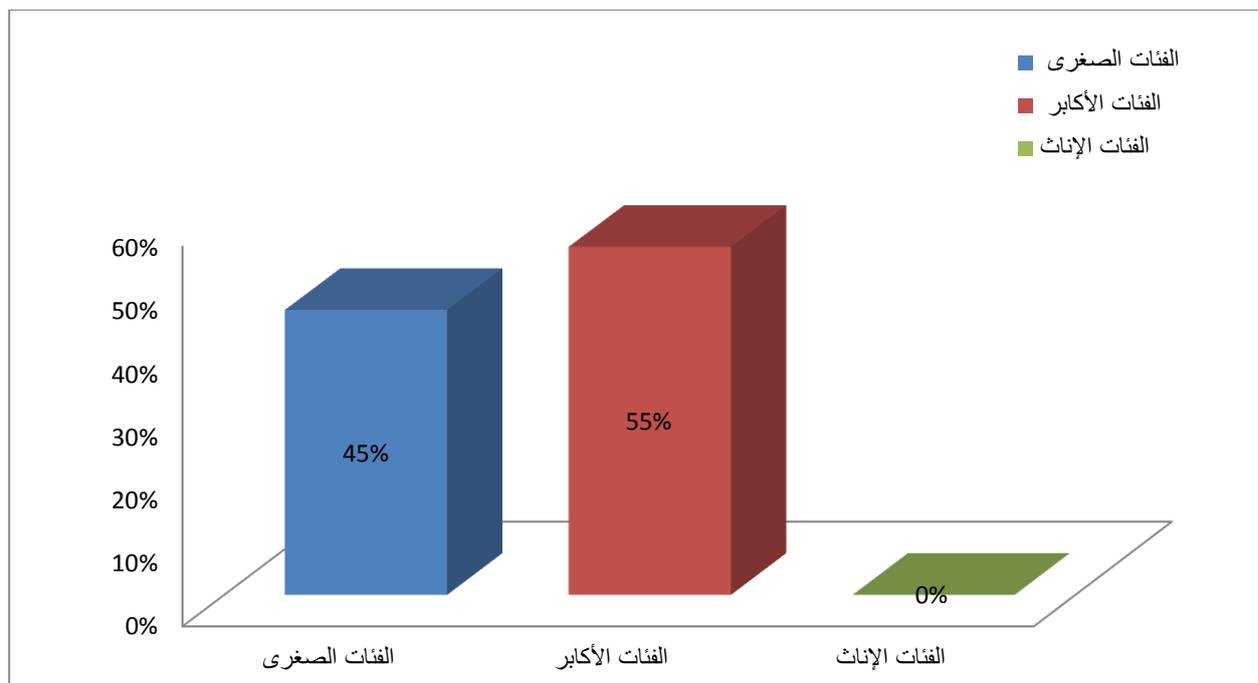
الغاية من طرح السؤال: تعتبر رياضة كرة القدم من بين الرياضات التي تجذب الناس لممارستها بحيث يمارسها الأطفال و الأكابر و حتى إناث لهذا الغرض طرحنا السؤال لمعرفة مدى معرفة الفئة التي يتعامل معها المدربين.

الجدول رقم 5: يمثل الفئات العمرية التي عملتم بها بكثرة ؟

| المجموع | إناث | الأكابر | الفئات الصغرى |                  |
|---------|------|---------|---------------|------------------|
| 20      | 00   | 11      | 09            | التكرارات        |
| %100    | %00  | %55     | %45           | النسب<br>المئوية |

من خلال الجدول نلاحظ :

أن 11 مدربين يشرفون على تدريب الفئة ، أي ما يقدر بـ 55% من النسبة الإجمالية ، و 9 مدربين يشرفون على تدريب الفئة الأصغر ، أي ما يقدر بـ 45% من النسبة الإجمالية .



التمثيل البياني رقم (05): يوضح الفئات العمرية التي عمل بيها المدربين

من خلال الأعمدة البيانية :

نلاحظ أن نسبتان متقاربتان في تحديد التدريب كلا من فئات الصغرى والفئات ، بحيث

قدرة بـ 55 % عند الأكبر و 45% عند الأصغر وهذا يدل على الرياضيون فهذه المرحلة يكون

يملكون أحسن المهارات ، لذلك يجب علينا تطويرها في مجال تحضير البدني لتحقيق النتائج

المستقبلية .

السؤال رقم 6: ما هو الإنجاز الرياضي المحقق ؟

الغرض من طرح السؤال: إن الطريقة والأسلوب للمدرب هو السبيل للوصول إلى هدف معين لهذا

الغرض طرحنا السؤال لمعرفة ماهي الإنجازات الرياضية المحقق

الجدول رقم 5: يبين الإنجاز الرياضي المحقق

| المجموع | لاشياء | تحقيق ألقاب<br>مع فئات<br>الصغرى | تحقيق<br>الصعود<br>لمستوى<br>أعلى | كأس<br>الجمهورية | البطولة<br>الوطنية |                  |
|---------|--------|----------------------------------|-----------------------------------|------------------|--------------------|------------------|
| 20      | 09     | 04                               | 05                                | 01               | 01                 | التكرارات        |
| %100    | %45    | %20                              | %25                               | %05              | %05                | النسب<br>المؤوية |

من خلال نتائج الجدول نلاحظ:

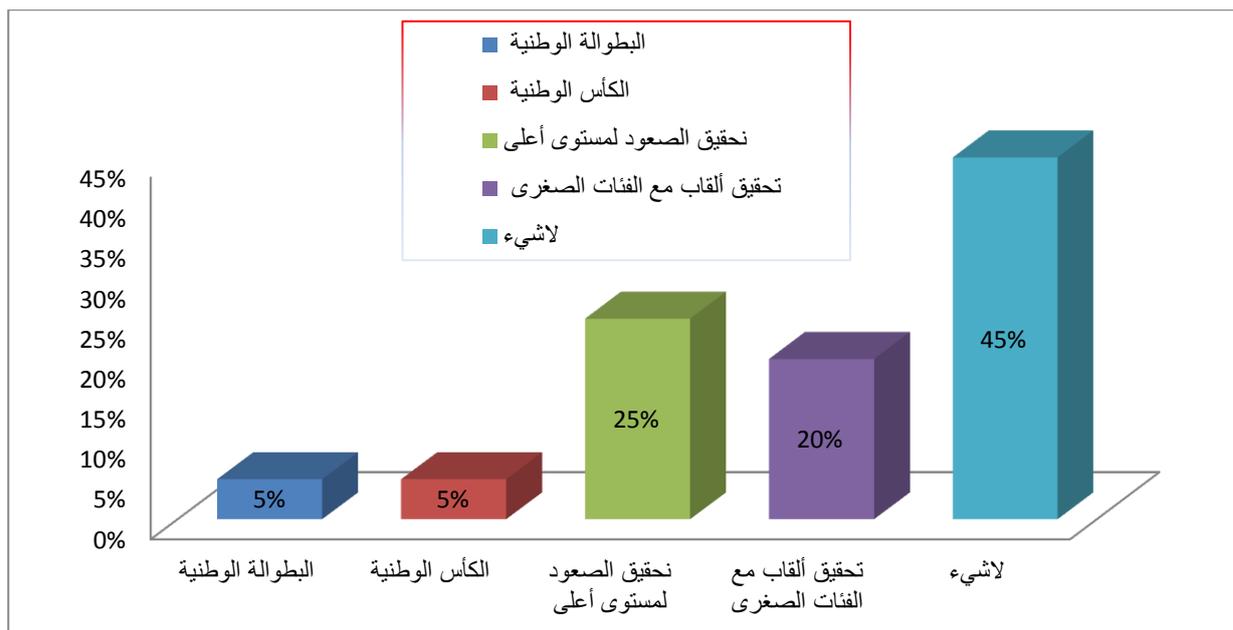
أن 09 مدربين لم يحققوا شيء من الإنجازات أي ما يقدر بـ 45 % من مجموع النسب

الإجمالية ، و 05 مدربين حققوا الصعود إلى المستوى أعلى أي ما يقدر بـ 25 % من مجموع

النسب الإجمالية و 04 مدربين حققوا ألقاب مع فئة الصغرى أي ما يقدر بـ 20 % من مجموع

النسب الإجمالية و مدرب واحد فقط حقق كلا من كأس الجمهورية و البطولة الوطنية أي ما

يقدر بـ 05 % لكل منهما من مجموع النسب الإجمالية .



### التمثيل البياني رقم(06): يوضح الإنجازات الرياضية المحققة.

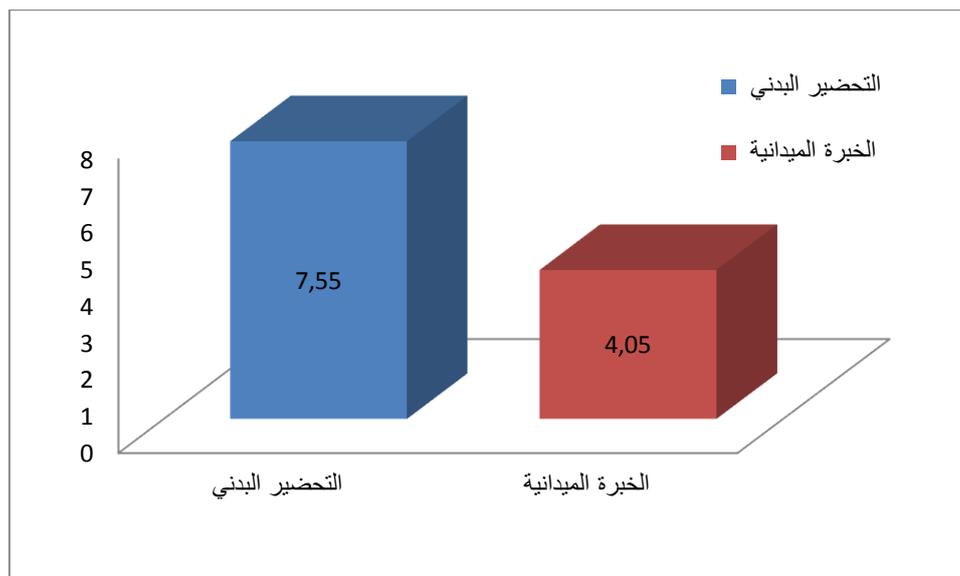
من خلال الأعمدة البيانية:

يتضح لنا أن أغلبية المدربين لم يحققوا إنجازات رياضية , إلا أن 5 مدربين حققوا الصعود إلى المستوى الأعلى, 4 مدربين حققوا ألقاب مع الفئة الصغرى وكذلك مدرب واحد فقط حقق البطولة الوطنية وكأس الجمهورية وهذا ليل على نقص الخبرة الميدانية أو التكوين الأكاديمي .

2- تحليل نتائج الفرضية الأولى: والتي تنص على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخبرة الميدانية والتحضير البدني لدى مدربي كرة القدم

الجدول رقم (07): يوضح قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين الخبرة الميدانية والتحضير البدني

| الأبعاد                | المتوسط الحسابي | R المحسوبة | R الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|------------------------|-----------------|------------|------------|-------------|---------------|-------------------|
| الدرجة الكافية للمقياس |                 |            |            |             |               |                   |
| الخبرة الميدانية       | 4.05            | 0.372      | 0,433      | 19          | 0,05          | غير دال           |
| التحضير البدني         | 7.55            |            |            |             |               |                   |



التمثيل البياني رقم (07) يوضح المتوسط الحسابي للخبرة الميدانية و التحضير البدني

نلاحظ من خلال الجدول رقم (1) الذي يبين قيمة R :

أن المتوسط الحسابي الخبرة الميدانية قدر بـ 4.05 والمتوسط الحسابي للتحضير

البدني فقد قدر بـ 7.55، أما فيما يخص قيمة R المحسوبة فقد بلغ 0,372

وهي أصغر من قيمة R الجدولية 0,433 أي ( $0,433 > 0,372$ ) عند مستوى

الدلالة "0,05" و درجة الحرية 19 ، و هي قيمة تبين أن هناك علاقة ارتباطيه موجبة

وغير دالة بين الخبرة الميدانية والتحضير البدني .

## 2-1. مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية والتي تنص على غير وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخبرة الميدانية و التحضير البدني لدي مدربي كرة القدم ، إن نتائج R المحسوبة كانت أصغر من R الجدولية أي ( $0.433 > 0.372$ ) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 19 ، وهو ما يبين أنه لا توجد علاقة ارتباط دالة إحصائية بين الخبرة الميدانية و التحضير البدني. وهذا في هذا صياغ يمكن القول أن المجال التدريب الرياضي قد تطور من الجوانب فمنها الجانب البدني المورفولوجي والفسولوجي والنفسي ووعليه فإن التحضير البدني هو أساسي في برنامج المدرب وأنه يتأثر بالخبرة الميدانية للمدرب .

فالتحضير البدني هو كل الإجراءات والتمارين المخططة التي يضعها المدرب ، ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية، وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري والخططي المطلوب منه وفقا لمقتضيات اللعبة ، ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة و مرونة<sup>1</sup>

يهدف التحضير البدني في كرة القدم إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا ونفسيا بما يتماشى مع مواقف الإعداد المتشابهة في نشاط كرة القدم والوصول به إلى حالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي والعمل على تطويرها لأقصى حد ممكن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب وينفذ خلالها الواجبات الدفاعية والهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة.<sup>2</sup>

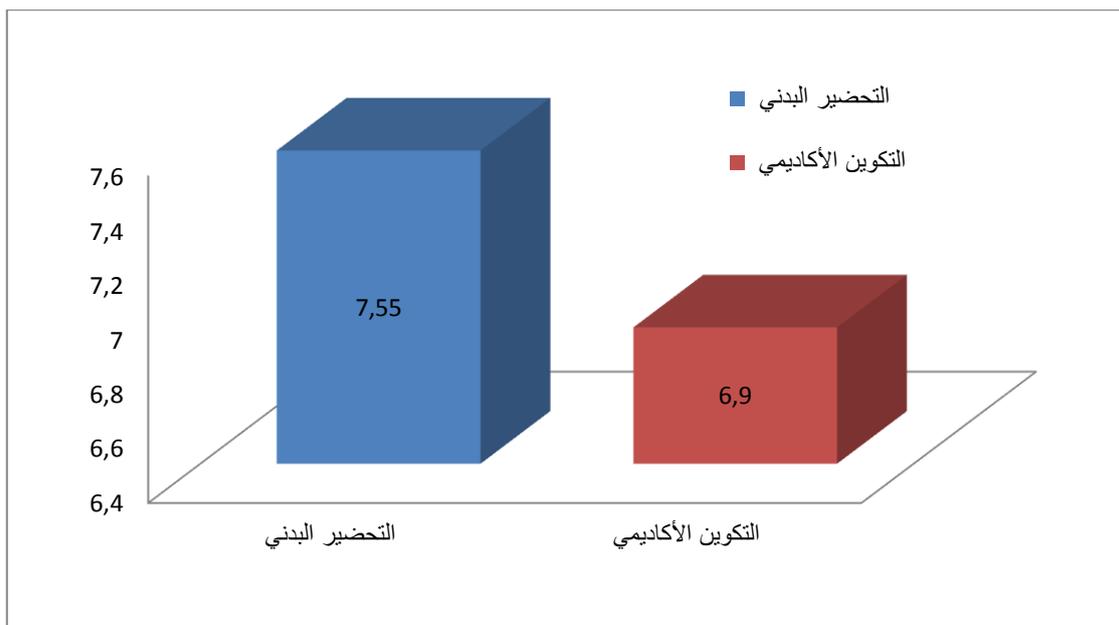
وفي ختام مناقشة هاته الفرضية تبين لنا أنه لا توجد علاقة ارتباط دالة بين الخبرة الميدانية وحدها والتحضير البدني في تحسين كفاءة المدرب ، ومنه نستطيع القول أن الفرضية الثانية لم تحققت.

<sup>1</sup> Taelman(R)-Simon(J):"foot Ball",Performance,ed,amphara,Paris,1991,P53

<sup>2</sup> حسن السيد أبو عبده:"الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم" ، ط 1، مكتبة ومطبعة الإشعاع

3- تحليل نتائج الفرضية الثانية والتي تنص على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التكوين الأكاديمي والتحضير البدني لدى مدربي كرة القدم  
الجدول رقم (08): يوضح قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين التكوين الأكاديمي والتحضير البدني

| الأبعاد               | المتوسط الحسابي | R المحسوبة | R الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|-----------------------|-----------------|------------|------------|-------------|---------------|-------------------|
| الدرجة الكلية للمقياس |                 |            |            |             |               |                   |
| التكوين الأكاديمي     | 6.6             | 0.605      | 0,433      | 19          | 0,05          | دال               |
| التحضير البدني        | 7.55            |            |            |             |               |                   |



التمثيل البياني رقم (08) يوضح المتوسط الحسابي للتكوين الأكاديمي و التحضير البدني

نلاحظ من خلال الجدول رقم (8) الذي يبين قيمة R

أن المتوسط الحسابي للتكوين الأكاديمي قدر بـ 6.9 والمتوسط الحسابي

للتحضير البدني فقد قدر بـ 7.55، أما فيما يخص قيمة R المحسوبة فقد بلغ 0,640

وهي أكبر من قيمة R الجدولية 0,433 أي ( $0,433 < 0,605$ ) عند مستوى

الدلالة "0,05" ودرجة الحرية 19، وهي قيمة تبين أن هناك علاقة ارتباطيه موجبة

ودالة بين التكوين الأكاديمي و التحضير البدني .

## 3-1- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة والتي تنص على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التكوين الأكاديمي والتحضير البدني لدى مدربي كرة القدم ، إن نتائج R المحسوبة كانت أكبر من R الجدولية أي ( $0.605 < 0.433$ ) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 19 ، وهو ما يبين أن هناك علاقة ارتباط دالة إحصائية بين التكوين الأكاديمي و التحضير البدني.

وهذا في هذا صياغ يمكن القول أن المجال التدريب الرياضي قد تطور من الجوانب فمنها الجانب البدني المورفولوجي والفسولوجي والنفسي ووعليه فإن التحضير البدني هو أساسي في برنامج المدرب وأنه يتأثر بالتكوين الأكاديمي الجيد للمدرب . فالتحضير البدني هو كل الإجراءات والتمرينات المخططة التي يضعها المدرب ، ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية، وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري والخططي المطلوب منه وفقا لمقتضيات اللعبة ، ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة و مرونة<sup>1</sup>

يهدف التحضير البدني في كرة القدم إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا ونفسيا بما يتماشى مع مواقف الإعداد المتشابهة في نشاط كرة القدم والوصول به إلى حالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي والعمل على تطويرها لأقصى حد ممكن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب وينفذ خلالها الواجبات الدفاعية والهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة<sup>2</sup>.

وفي ختام مناقشة هاته الفرضية تبين لنا أنه توجد علاقة ارتباط دالة بين التكوين الأكاديمي وحده والتحضير البدني في تحسين كفاءة المدرب ، ومنه نستطيع القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

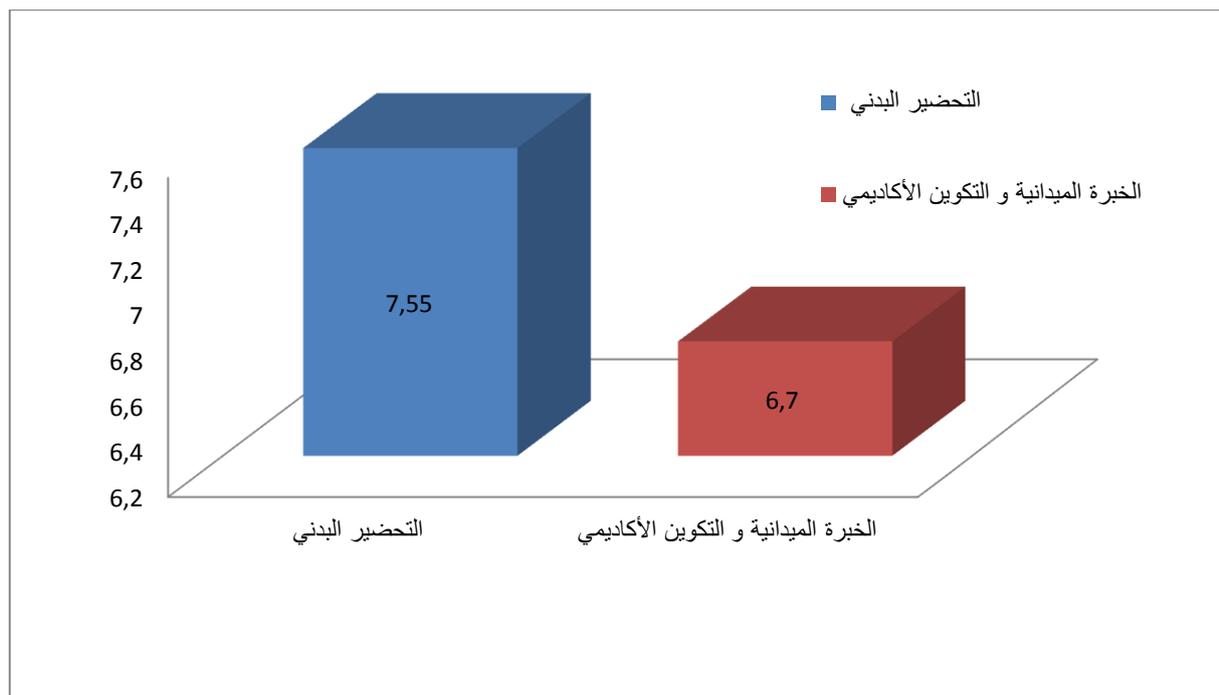
<sup>1</sup> Taelman(R)-Simon(J):"foot Ball",Performance,ed,amphara,Paris,1991,P53

<sup>2</sup> حسن السيد أبو عبده:"الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم" ، ط 1، مكتبة ومطبعة الإشعاع

4-- تحليل نتائج الفرضية الثالثة: والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة الإحصائية لصالح الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي لدى مدرب كرة القدم في التحضير البدني

الجدول رقم (09): يوضح قيم المتوسط الحسابي وقيم "ت" بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي  
معاً والتحضير البدني

| الأبعاد                                  | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | "ت" المحسوبة | "ت" الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|--|-----------------|-------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------------|
| الدرجة الكلية للمقياس                    |                 |                   |              |              |             |               |                   |
| الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي معاً | 6.7             | 1.75              | 1.74         | 1.72         | 19          | 0,05          | دال               |
| التحضير البدني                           | 7.55            | 1.06              |              |              |             |               |                   |



التمثيل البياني رقم (09) يوضح المتوسط الحسابي للخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي مع التحضير البدني

نلاحظ من خلال الجدول رقم (1) الذي يبين قيمة R

أن المتوسط الحسابي للخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي مع قدر ب 6.7 والمتوسط

الحسابي للتحضير البدني فقد قدر ب 7.55، أما فيما يخص قيمة "ت" المحسوبة فقد بلغ 1.74

وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية 1.72 أي ( $1.72 < 1.74$ ) عند مستوى الدلالة "0,05"

ودرجة الحرية 19، وهي قيمة تبين أن توجد فروق موجبة ودالة بين الخبرة الميدانية والتكوين

الأكاديمي مع التحضير البدني .

## 4-1- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة الإحصائية لصالح الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي لدى مدرب كرة القدم في التحضير البدني ، إن نتائج "ت" المحسوبة كانت أكبر من "ت" الجدولية أي ( $1.74 < 1.72$ ) عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 19 ، وهو ما يبين أن هناك علاقة ارتباط قوية دالة إحصائياً بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي معا و التحضير البدني.

وهذا في هذا صياغ يمكن القول أن المجال التدريب الرياضي قد تطور من الجوانب فمنها الجانب البدني المورفولوجي والفسولوجي والنفسي ووعليه فإن التحضير البدني هو أساسي في برنامج المدرب وأنه يتأثر بالتكوين الأكاديمي الجيد وخبرة الميدانية معا للمدرب للمساهمة وإعطاء نتائج جيدة في تحضير البدني .

فالتحضير البدني هو كل الإجراءات والتمرينات المخططة التي يضعها المدرب ، ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية، وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري والخططي المطلوب منه وفقا لمقتضيات اللعبة ، ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة و مرونة<sup>1</sup>

يهدف التحضير البدني في كرة القدم إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا ونفسيا بما يتماشى مع مواقف الإعداد المتشابهة في نشاط كرة القدم والوصول به إلى حالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي والعمل على تطويرها لأقصى حد ممكن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب وينفذ خلالها الواجبات الدفاعية والهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة.<sup>2</sup>

وفي ختام مناقشة هاته الفرضية تبين لنا أن هناك علاقة ارتباط قوية دالة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي معا و التحضير البدني في تحسين كفاءة المدرب، ومنه نستطيع القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

<sup>1</sup> Taelman(R)-Simon(J):"foot Ball",Performance,ed,amphara,Paris,1991,P53

<sup>2</sup> حسن السيد أبو عبده:"الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم" ، ط 1، مكتبة ومطبعة الإشعاع

### خلاصة العامة :

إن خبرة الممارسة للنشاط الرياضي يمكن ان تلعب دورا مهما في عملية التحضير البدني للرياضي , لكن خبرة الممارسة للنشاط الرياضي للاعب كرة القدم لا تكفي وحدها في التحضير البدني في كرة القدم , بل يمكن لخبرة الممارسة ان تكون جزءا في عملية التحضير البدني, ان المدرب اللاعب لكرة القدم يمكن ان لا يعتمد على التقليد لما تلقاه من خبرة , ان المدرب يعتمد على الاساليب العلمية بحيث خبرته كلاعب لا تكفيه في التحضير البدني في كرة القدم , وان المدرب الاكاديمي العلمي هو الانسب للتحضير البدني في كرة القدم , حيث أن التكوين الاكاديمي العلمي يلعب دورا اساسيا في عملية التحضير البدني في كرة القدم , و ان خبرة التكوين الاكاديمي العلمي في كرة القدم في الهيئات المتخصصة كافية في التحضير, ان خبرة التكوين الاكاديمي العلمي تحتاج الى عنصر الخبرة الميدانية بالنسبة لمدربي كرة القدم , وان احسن وسيلة للتكوين الاكاديمي العلمي لمدربي كرة القدم في الهيئات الرسمية و ان هناك بعض المدربين يساندون خبرة المدرب في محصلات التكوين العلمي و بعض المدربين لا يساندون هذا الراي , و في حين ان محصلات المدرب الاكاديمي من تكوينه العلمي غير كافية,

و ان المدرب الذي يملك الخبرة الميدانية والتكوين الاكاديمي العلمي في التحضير البدني و الجمع بينهما هي انجع وسيلة لتحضير البدني في كرة القدم , بحيث ان كل من الخبرة الميدانية و التكوين الاكاديمي العلمي هما عنصرين مكملين لبعضهما البعض حيث ان الخبرة

الميدانية هي جزء مكمّل لعنصر التكوين الأكاديمي , و ان التكوين الأكاديمي هو أيضا جزء مكمّل لعنصر خبرة الميدانية , فلا بد من الجمع بينهما في التحضير البدني لكرة القدم .

و ان خبرة الممارسة الرياضية و التكوين الأكاديمي هما احسن وسيلتين لتكوين مدربي كرة القدم من جميع الجونب خاصة التحضير البدني , و ان مهنة التدريب الرياضي لكرة القدم تحتاج لخبرة الممارسة و التكوين الأكاديمي في عملية التحضير البدني مما يساعد على تحسين كفاءة المدرب في التحضير البدني في كرة القدم .

### التوصيات والإقتراحات:

على ضوء النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الدراسة التطبيقية التي قمنا بها وكذلك من خلال آراء الاختصاصيين في مجال التدريب وكذلك من خلال اقتراحات المدربين لكرة القدم الذين إنقينا بهم من خلال مختلف البحوث والدراسات التي قمنا بها الباحثين في هذا المجال نقترح بعض الأسس التي يجب للمشرفين وقائمين على تكوين المدربين :

- اختيار مدربين يتميزون بالكفاءة العالية والخبرة الواسعة وتكوين الأكاديمي جيد في مجال التحضير البدني للإشراف على تكوين المدربين

- إرسال المدربين في بعثات تكوينية إلى الخارج قصد الاحتكاك مع المختصين في مجال التحضير البدني .

- دورات تكوينية للمدربين في مجال التحضير البدني

- الرفع من الحجم الساعي للمتكونين في مجال التحضير البدني

- توفير المنشآت الرياضية والوسائل الحديثة في مجال التحضير البدني في كرة القدم

- إتباع الطرق العلمية في التحضير البدني لتطوير الصفات البدنية.

- التنسيق بين وزارة الشبيبة والرياضة و وزارة التربية والتعليم لدعم البحوث العلمية في مجال التحضير البدني في كرة القدم وكذا إدماج المدربين ذوي التكوين الأكاديمي في الميدان.

## خاتمة:

من خلال جميع المعطيات النظرية والتطبيقية التي سبقت، وانطلاقاً من مشكلة مطروحة ومعايشة ميدانيا تتمثل في التساؤل حول العلاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي و اثره في تحسين كفاءة المدرب في التحضير البدني في كرة القدم وبعد عرض النتائج وتحليلها بخصوص موضوع البحث نستخلص أن النتائج منطقية إلى حد ما وذلك بالنظر إلى ما وصل إليه مستوى البدني للاعب كرة القدم مقارنة بالمستوى العالي ، ولإعطاء البحث أكثر جدية وموضوعية قامنا بصياغة فرضية عامة للبحث وتفرعت عنها أربع فرضيات جزئية، ومن أجل إثبات صحتها أو نفيها قامنا ببناء استبيان ووزعناه إلى عينة البحث المتمثلة في مجموعة من المدربين الحاصلين على شهادة الكاف CAF ، وبعد جمعه والقيام بفرزه وتحليل محتوياته باستعمال قانون النسب المؤوية وقانون بييرسون وقانون تستودنت وذلك للكشف عن مدى دلالة الأجوبة المتحصل عليها، ومن خلالها يتضح لنا أن وخبرة والتكوين الأكاديمي للمدربين المشرفين على التحضير البدني . كافي للقيام بهذه العملية التي تتطلب كفاءة عالية لكون التحضير البدني يفرض على المدرب أن تتوفر فيه جملة من الشروط لمواجهة متطلباته من معرفة بالجانب الفسيولوجي للرياضي وكذا طرئق وأساليب التحضير البدني الحديثة

وفي الأخير نأمل أن يعاد الاعتبار للمدربين من طرف الإتحادية الجزائرية لكرة القدم ، وأن تسخر لهم كل الإمكانيات اللازمة من أجل رفع مستواهم في الجانب التحضير البدني .

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
المركز الجامعي - تيسمسيلت -  
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

في إطار إنجاز هذه المذكرة التي تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في مجال التدريب الرياضي تحت  
العنوان :

**دراسة العلاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وأثره في تحسين كفاءة المدرب  
في التحضير البدني لكرة القدم**

ولكونكم أصحاب خبرة وذوي اختصاص في مجال كرة القدم يرجى الإجابة على أسئلة  
الإستمارة التي بين أيديكم وشكرا .

تحت إشراف الأستاذ  
د.بارودي محمد الأمين

إعداد طلابين :  
✓ طاعوا يحي  
✓ سدير محمد الأمين

## ❖ المحور الأول : البيانات الشخصية

الإسم واللقب : ..... سن ..... اسم الفريق .....

شهادة CAF:

A  B  C

ما هو نوع الشهادة المحصل عليها ؟

دكتورة في الرياضة  ماجستير في الرياضة  ماستر في الرياضة   
 ليسانس في الرياضة  مستشار في الرياضة  تقني سامي في   
 الرياضة  لاعب سابق

ما هو عدد السنوات خبراتكم في مجال تدريب ؟

أقل من 5 سنوات  أقل من 10 سنوات  أقل من 15 سنة  أكثر من 15 سنة

ما هو مستوى الرياضي الأكثر تدريبا فيه ؟

القسم الأول  القسم الثاني  مابين الرباطات  الجهوي

ما هي الفئات العمرية التي عملتم بها بكثرة ؟

الفئات الصغرى  الأكبر  إناث

ما هو الإنجاز الرياضي المحقق ؟

البطولة الوطنية  كأس الجمهورية  تحقيق الصعود لمستوى أعلى   
 تحقيق ألقاب مع الفئات الصغرى  لاشيء

❖ المحور الثاني : التحضير البدني .

1- إن مستوى جاهزية اللاعبين من الناحية البدنية تعبر عن كفاءة المحضر البدني في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

2- إن طبيعة المنافسة تفرض منهجية معينة في تحضير البدني في كرة القدم

موافق  غير موافق

3- إن خصوصات كل منطقة تفرض منهجية معينة في تحضير البدني في كرة القدم؟

موافق  غير موافق

4- يعتبر التنوع في طرائق التدريب من أساسيات التحضير البدني الحديث في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

5- إن التنوع في طرائق التدريب يثمن عملية التحضير البدني في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

6- إن طريقة التدريب الدائري هي الأكثر إستعمالا في التحضير البدني في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

7- إن طريقة التدريب الفترتي هي الأكثر إستعمالا في التحضير البدني في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

8- إن طريقة التدريب المستمر هي الأكثر إستعمالا في التحضير البدني في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

9- إن طريقة التدريب التكراري هي الأكثر إستعمالا في التحضير البدني في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

10- التحضير البدني المدمج يعد من حتميات التحضير البدني الحديث في كرة القدم ؟

موافق  غير موافق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
المركز الجامعي - تيسمسيلت -  
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

في إطار إنجاز هذه المذكرة التي تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في مجال التدريب الرياضي تحت  
العنوان :

**دراسة العلاقة بين الخبرة الميدانية والتكوين الأكاديمي وأثره في تحسين كفاءة المدرب  
في التحضير البدني لكرة القدم**

ولكونكم أصحاب خبرة وذوي اختصاص في مجال كرة القدم يرجى الإجابة على أسئلة الإستمارة التي بين أيديكم  
وشكرا .

تحت إشراف الأستاذ  
ديبارودي محمد الأمين

إعداد طلابين:  
✓ طاعوايحي  
✓ سدير محمد الأمين

## ❖ المحور الأول : الخبرة الميدانية ل لاعب السابق

1-لمدرب اللاعب هو الأنسب للتحضير البدني في كرة القدم ؟

غير موافق

موافق

2- خبرة الممارسة كلاعب سابق تكفي وحدها للتحضير البدني في كرة القدم ؟

غير موافق

موافق

3- خبرة الممارسة كلاعب سابق تعتبر جزءا مهما في تحديد كفاءة المدرب في التحضير البدني؟

غير موافق

موافق

4- خبرة الممارسة كلاعب سابق هي أحسن وسيلة لتكوين المدرب في التحضير البدني كرة القدم؟

غير موافق

موافق

5- إن مدرب اللاعب السابق يعتمد على التقليد والإسقاط لما تلقاه من خبرة تدريبية؟

غير موافق

موافق

6- إن الخبرة الميدانية كلاعب السابق لايعتمد على أساليب العلمية في كرة القدم؟

غير موافق

موافق

7- إن المدرب اللاعب السابق لايعتمد على أساليب العلمية في كرة القدم ؟

غير موافق

موافق

8- إن المدرب اللاعب في أعلى مستوى لايحتاج إلى تكوين في ميدان التحضير البدني؟

غير موافق

موافق

9- التحضير البدني في كرة القدم يحتاج إلى خبرة ميدانية في التدريب؟

غير موافق

موافق

❖ المحور الثاني : التكوين الأكاديمي للمدرب

- 1- المدرب الأكاديمي هو الأنسب للتحضير البدني لكرة القدم ؟  
موافق  غير موافق
- 2- التكوين الأكاديمي العلمي في الهيئات المتخصصة يكفي للتحضير البدني في كرة القدم . ؟  
موافق  غير موافق
- 3- التكوين الأكاديمي العلمي جزء مهما في تحديد كفاءة المدرب في التحضير البدني في كرة القدم  
موافق  غير موافق
- 4- التكوين الأكاديمي العلمي في الهيئات المتخصصة هو أحسن وسيلة لتكوين المدرب في التحضير البدني؟  
موافق  غير موافق
- 5- إن المدرب الأكاديمي العلمي يعتمد على محصلات تكوينه العلمي في التحضير البدني في كرة القدم . ؟  
موافق  غير موافق
- 6- ان المدرب الأكاديمي لا يحتاج إلى الخبرة كلاعب في التحضير البدني في كرة القدم ؟  
موافق  غير موافق
- 7- أن المدرب الأكاديمي لا يعتمد على أعلى أساليب التقليدية في التحضير البدني في كرة القدم . ؟  
موافق  غير موافق
- 8- إن التكوين الأكاديمي في أعلى مستوى لا يحتاج إلى خبرة كلاعب سابق ؟  
موافق  غير موافق
- 9- المدرب الأكاديمي العلمي يعتمد على طرق الحديثة في التحضير البدني . ؟  
موافق  غير موافق

❖ المحور الثالث : الدورات العلمية والتكوينية للمدرب الجزائري في التحضير البدني

- 1- أنتم ملمون بجميع أساليب التحضير البدني الحديثة في كرة القدم  
موافق  غير موافق
- 2- أنتم بحاجة إلى تكوين مستمر في ميدان التحضير البدني في كرة القدم  
موافق  غير موافق
- 3- إن تريض قصير المدى كافي لتحسين كفاءة مدرب في التحضير البدني في كرة القدم  
موافق  غير موافق
- 4- هل توافقون على تكوين الدوري في مجال التحضير البدني في كرة القدم ؟  
موافق  غير موافق
- 5- أنتم لستم بحاجة لتكوين أكاديمي في مجال التحضير البدني في كرة القدم  
موافق  غير موافق
- 6- إن المدرب الجزائري يعاني من نقائص في الكفاءة في التحضير البدني  
موافق  غير موافق
- 7- إن المدرب الجزائري كفاء مقارنة بالمدرب الأجنبي في التحضير البدني  
موافق  غير موافق
- 8- إن تكوين المدربين في الجزائر يعاني من نقائص في التحضير البدني  
موافق  غير موافق
- 9- إن تكوين المدرب في الجزائر يحتاج إلى تأطير خارجي أحسن في التحضير البدني  
موافق  غير موافق

## قائمة المدربين

| الرقم | السن   | اسم الفريق                 |
|-------|--------|----------------------------|
| 01    | 49 سنة | E.S.M مهديّة               |
| 02    | 59 سنة | بدون فريق                  |
| 03    | 33 سنة | E.S.M مهديّة               |
| 04    | 30 سنة | الدار البيضاء              |
| 05    | 31 سنة | E.S.M مهديّة               |
| 06    | 65 سنة | مدرسة كرة القدم " مهديّة " |
| 07    | 26 سنة | شبيبة تيارت                |
| 08    | 29 سنة | وداد تيسمسيلت              |
| 09    | 48 سنة | شبيبة تيارت                |
| 10    | 27 سنة | ترجي الدحموني              |
| 11    | 40 سنة | C.R.M مهديّة               |
| 12    | 30 سنة | C.R.M مهديّة               |
| 13    | 34 سنة | بدون فريق                  |

|                  |        |    |
|------------------|--------|----|
| الشباب قصر شلالة | 53 سنة | 14 |
| شباب قصر شلالة   | 51 سنة | 15 |
| مولودية تيارت    | 32 سنة | 16 |
| غالي شباب معسكر  | 46 سنة | 17 |
| G.C.M            | 49 سنة | 18 |
| نجوم تيارت       | 28 سنة | 19 |
| شبية حمادية      | 35 سنة | 20 |

# الإطار العام للمدارسة

\*التعريف بالبحث\*

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول  
الخبرة الميدانية والتكوين  
الأكاديمي

## الفصل الثاني

المدرّب الرياضي في كرة

القدم

# الفصل الثالث

## التحضير البدني

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول  
منهجية البحث  
ولإجراءاته الميدانية

## الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة

النتائج

الفصل الثالث

الخلاصة العامة

والإقتراحات

# مصادر والمراجع

ملاحق

## قائمة المصادر والمراجع

### قائمة المصادر والمراجع

#### 1- بالعربية:

1.1- القرآن الكريم .

2.1- الحديث النبوي.

3.1- الكتب :

1- زكي محمد حسن: المدرب الرياضي و أسس العمل في مهنة التدريب، منشأة المعارف،

الإسكندرية، ط1، 1998، ص95.

2- رومي جميل: فن كرة القدم، ط2، دار النفائس، بيروت: 1986، ص 05

3- مأمور بن حسن السلطان: كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية ، دار ابن حزم، ط 2 ،

بيروت ، لبنان 1998 ، ص09.

4- قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة في الألعاب و الفعاليات و العلوم

الرياضية، دار الفكر للنشر، عمان، ط1، 1998، ص79

5- مفتي إبراهيم ، الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ،مصر 1978م، ص 86

6- محمد يسري منصور . التنظيم الإداري كأساس لتقييم الأداء المعارف النهضة العربية،

بيروت . 1970. ، ص50

7- رايح تركي: مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر،

1999، ص123.

8- حازم بن عبيد حازم القثاني : مدى توافق الإحتياجات التدريبية مع إحتياجات قوات الطوارئ

الخاصة

9- داين دحمان نصر الدين :محاضرات ماجستير في مقياس وطرق ومناهج التدريب سنة

2004-2005.

## قائمة المصادر والمراجع

- 10- -سامر عبيد عبد الله الصاعدي :دور برامج التدريب على رأس العمل في تنمية مهارات العاملين في الدفاع المدني , رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير , كلية الدراسات العليا , قسم العلوم الإدارية , جامعة للعلوم الأمنية , الرياض , السعودية , 1424 هـ الموافق لـ: 2002
- 11- - صلاح محمد النويجم : تقييم الكفاءة العلمية التدريبية في معاهد التدريب الأمنية بمدينة الرياض من وجهة نظر العاملين فيها. , رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير , كلية الدراسات العليا , قسم العلوم الإدارية , جامعة للعلوم الأمنية , الرياض , السعودية , 1426 هـ الموافق لـ: 2005م
- 12- عبد الله بن سعيد بن ناصر ال سوده القحطاني :التدريب أثناء العمل في أجهزة الأمنية , , رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير , كلية الدراسات العليا , قسم العلوم الإدارية , جامعة للعلوم الأمنية , الرياض , السعودية , 1426 هـ الموافق لـ: 2005م
- 13- محمد حسن علاوي : سيكولوجيا المدرب الرياضي.
- 14- حسن محمد الحسين: طرق التدريب، ط2، دار مجد الوبي ، عمان، الأردن ، 2004
- 15- عماد الدين عباس: التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق الرياضي في الألعاب الجماعية ، منشأة المعارف، مصر ، ط1 ، 2005
- 16- ناهد رسن سكر :علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية ،دار الثقافة لنشر والتوزيع،الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ،عمان ،الأردن،2002
- 17- أكرم زكي حطابية: موسوعة الكرة الطائرة الحديثة ، ط1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة ، 1996.
- 18- محمد شفيق زكي: السلوك الإنساني ،مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، الشركة المتحدة لنشر والطباعة ،القاهرة، 1997.

## قائمة المصادر والمراجع

- 19- محمود فتحي عكاشة: علم النفس الاجتماعي ،مطبعة الجمهورية ،القاهرة ،1997.
- 20- جلال العبادي: علم النفس الرياضي ،دار الفكر ،بغداد، 1997.
- 21- محمود السيد أبو النبل: علم النفس الاجتماعي ،ط3، مطابع دار الشعب ، القاهرة ، 1997.
- 22- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي - مفاهيم ومصطلحات ،ط2، دار الفكر العربي ،القاهرة ،1997.
- 23- أبو العلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان: "فسيولوجيا التدريب في كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1997
- 24- بطرس رزق الله: "التدريب في مجال التربية الرياضية " ، جامعة بغداد ، العراق ، 1984م
- 25- ثامر محسن، سامي الصفار: "أصول التدريب في كرة القدم"، دار الكتاب للطباعة والنشر ،بغداد العراق، 1988 م.
- 26- حارس هيزوز: "كرة القدم الخطط المهارية "، ترجمة موفق المولى و ثامر محسن ، مطبعة العالم ، بغداد ، العراق ، 1990م
- 27- حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم" ، ط 1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، 2001
- 28- فاتح عبيدلي أثر الخدمات ومهارات الإرشاد
- 29- رفعت محمد . كرة القدم للعبات الشعبية في العالمية , بيروت 1998
- 30- حنفي محمد مختار: "الأسس العالمية في تدريب كرة القدم " ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1988 م
- 31- حنفي محمود مختار: "مدرب كرة القدم "، دار الفكر العربي ، مصر ، 1980 م.
- 32- ريسان مجيد خريبط: "موسوعة القياس والاختبارات في التربية البدنية والرياضية " ، الجزء الأول ، جامعة بغداد ، 1989 م.

## قائمة المصادر والمراجع

- 33- طه إسماعيل وآخرون:"كرة القدم بين النظرية والتطبيق ، الإعداد البدني في كرة القدم "، دار الفكر العربي، مصر ،1989
- 34- علي فهمي بيك:"أسس إعداد لاعبي كرة القدم "، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 35- كمال درويش،محمد حسين:" التدريب الرياضي "، دار الفكر العربي ، مصر ، 1984م
- 36- كورت ماينل:"التعلم الحركي " ، عبد علي نصيف ، دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد ، 1987 م.
- 37- محمد حسن العلاوي " : علم النفس الرياضي " ، دار المعارف ، بدون طبعة ، مصر ، 1985 م.
- 38- محمود عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطئ:"نظريات وطرق التربية البدنية " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ،1983
- 39- مفتي إبراهيم حماد:"التدريب الرياضي الحديث "، دار الفكر العربي ، ط 2 ، القاهرة ، 2001 م .
- 40- مفتي إبراهيم حماد:"التدريب الرياضي الحديث:"؛دار النشر العربي، القاهرة
- 41- مفتي إبراهيم:"الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم "، دار الفكر العربي ، مصر 1978م
- 42- مفتي إبراهيم:"الهجوم في كرة القدم " ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1978 م
- 43- يحي إسماعيل الحلوي:"الموهبة الرياضية والإبداع الحركي"؛ ط 1 ، المركز العربي للنشر، مصر 2004م.
- 44- مصطفى حسن باهي: الإحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2000،
- 45- السيد محمد الخيري: الإحصاء في البحوث النفسية، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر ،1999،

## قائمة المصادر والمراجع

- 46- كمال عبد الحميد زيتون : منهجية البحث التربوي والنفسي من المنظور الكمي والكيفي، ط1 ، عالم الكتاب، القاهرة، 2004،
- 47- دوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي - مفهومه - أدواته - أساليبه، ط8، دار الفكر ، عمان ،الأردن، 2004
- 48- عبد الكريم بحفص : الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، ديوان المطبوعات الجامعية ،الساحة المركزية ، بن عكنون ،الجزائر،2005
- 49- فاطمة عوض صابر، ميرفت على خفاجة: أسس البحث العلمي،الإسكندرية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط2002،1.

### مذكرات و مجلات:

- 1- احمد أحسن " : اثر منهاج عملي مقترح في مقياس كرة القدم على تطوير متوسط الصفات البدنية والمهارية مقارنة مع المنهج المقرر " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، المدرسة العليا للأساتذة ، التربية البدنية، مستغانم ، 1996م
- 2- بوداود عبد اليمين":اثر الوسائل السمعية والبصرية) فيديو (على تعلم المهارات الأساسية بمدارس كرة القدم الجزائرية"،رسالة دكتورا غير منشورة ، الجزائر، 1996 م .
- 3- نصر الدين شريف : أثر العلاقات الاجتماعية داخل الفريق الرياضي ، مذكرة الماجستير، م.ت.ب.ر،دالي إبراهيم،الجزائر ،2001
- 4- زياد بن عبد الله الدهشة : "المتغيرات التنظيمية والوظيفية وعلاقتها بمستوى الرضا الوظيفي وفقا لنظرية هيرزبيرج"، ماجستير، قسم العلوم الإدارية ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف الأمنية للعلوم الإدارية ، 2006

## قائمة المصادر والمراجع

---

\*المراجع باللغة الاجنبية:

- 1-Talmar J.s : football et performance, éd amphore ; paris, 1991
- 2-J.P Augustin : Le sport et ses métiers, 1ere édition, édition le découvert , paris, France, 2003
- 3-Baty E : l'entraînement à l'européenne, éd, vigot ; paris, 1981
- 4-12Bui-Xuan K : Introduction à la psychologie du sport, éd, vigot, paris, 2000
- 5-R Thomas :la relation au sain des APS, édition, vigot, Paris, France,1983
- 6-Frolovo R : L'activité de l'entraîneur dans la directivité d'une équipe théorie et pratique de la culture physique, éd vigot ;paris , 1975
- 7-Bellik Abed Najem:"L'entraînement Sportif" , ed ,A,A,C,S, Batna
- 8-Corbeanjoel:"Foot Ball de L'école,Aux Association",Editon Revuee, P,S,Paris,1988

## قائمة المصادر والمراجع

---

- 9- Dekkar Nour Edine et Aout : "Technique D'evaluation Physique des Athlètes" ,Imprimerie du Poin Sportif Alger,1990
- 10- Dornhorff Martinhabil : "L'éducation Physique et sportif OPU" , Alger ,1993.
- 11- Dornhorff Martinhabil : "L'éducation Physique et sportif OPU",OPCIT
- 12- Edgarthil et Ant : "manuel de education sportif",OPCIT
- 13- Taelman (R) : "Foot Ball Techniques Nouvelle D'entraînement" Edition Ampfora ,paris , 1990
- 14- Tupin Bernard : "Préparation et Entraînement du Foot Balleur" , Edition Amphora , Paris ,1990
- 15- Tupin Bernard : "Préparation et Entraînement du Foot Balleur" , OPCIT
- 16- Weineck Jurgain : "Manuel D'entraînement", Edition Vignot , Paris ,1986.