

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس _ مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن نيل متطلبات نيل شهادة ماستر في تخصص تدريب رياضي

عنوان

علاقة السلوك القيادي للمدرب ودوره في رفع الثقة بالنفس للاعبين كرة القدم الكبار

بحث مسحي اجري على مدربي ولاعبين كرة القدم قسم الجهوي الثالث لولاية مستغانم

دفعة جوان 2015

تحت إشراف :

من إعداد الطالبين :

● بعلي حسين

● مرحول حبيب

_ د/أ : أحمد بن فلاوز تواتي



تَشْكُرَات

قال الله تعالى: " وإن تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم".

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

" من لم يشكر الناس لم يشكر الله".

نحمد ونشكر الله سبحانه وتعالى الذي وهبنا نعمة العقل وهدايا سواء
السبيل ووفقتنا في إنجاز هذا البحث.

فإذا نظرنا لكل متوج لن نجد أبداً إنساناً وحده وإنما إنسان يشترك
مع غيره من الناس، ونحن في جعلنا هذا الكثير ممن اختلفت وسائل
الدعم

لديهم وعلى رأسهم أستاذنا الذي كان مشرفنا وأباً وأخاً في نفس
الوقت، الدكتور أحمد بن قلاويز تواتي.

وإلى فريق FCBA كما نتقدم بكامل الشكر لكل معلمينا وأساتذتنا
من الطور الابتدائي إلى غاية الطور الجامعي.



أهداء

أهدي ثمرة جهدي وعملي المتواضع :

إلى من قال فيهما الله عز وجل " وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه
وبالوالدين إحسانا" " الإسراء الآية 23

إلى نبع الحنان وقرة العين التي سهرت الليالي وقاسمت حياتي
حلوها ومرها إلى ذات القلب الحنون أُمي العزيزة والعالية أطال الله
في عمرها.

إلى رمز العطاء والصفاء الذي أمدني بكل شيء ولم ينتظر مني
أي شيء رمز الأبوة أبي العزيز أطال الله في عمره.

إلى إخوتي: فاطمة، محمد ، أمين ، حكيم ، أسماء، منير .

إلى عماتي وأبناء عماتي، وإلى زوجة أخي نعيمة

وإلى أعز الأصدقاء.

وإلى زملائي في الدراسة : منتصر ، نور الدين ، سمية ، منتصر
(ش) ، شعبان ، ربيعة ، خالد ،

وإلى كل الناس الذين أعرفهم ولم يسبق لي ذكرهم من قبل، وكل
الأحبة والأحباب وكل من يعرفني

دون أن أنسا الدكتور بن قلاوز تواتي الذي أشرف ووقف معنا إلا
آخر ثمرة جهدنا.

حسين

رقم	محتوى البحث
	الموضوع
	الصفحة
	الآية
	إهداء
	شكر وتقدير
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
	التعريف بالبحث
01.....	1_ مقدمة.....
02.....	2_ مشكلة البحث.....
03.....	3_ أهداف البحث.....
03.....	4_ فرضيات البحث.....
03.....	4_1_ الفرضية العامة.....
03.....	4_2_ الفرضية الجزئية.....
04.....	5- أهمية البحث.....
04.....	6_ التعريف بالمصطلحات البحث.....
04.....	6_1_ الثقة بالنفس.....

04.....	2_6_ المدرب الرياضي
04.....	3_6_ التدريب
05.....	4_6_ القيادة
05.....	5_6_ السلوك
05.....	6_6_ التدريب والإرشاد
05.....	7_6_ التقدير الاجتماعي
05.....	8_6_ التحفيز
05.....	9_6_ العدالة
06.....	10_6_ تسهيل الأداء الرياضي
06.....	11_6_ السلوك التسلطي
06.....	12_6_ المشاركة أو السلوك الديمقراطي
07.....	7_ الدراسات والبحوث المشابهة

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول: المدرب والتدريب الرياضي

تمهيد

- 11..... 1 - المدرب والتدريب الرياضي
- 11..... 1_1_1 ماذا تعني كلمة التدريب.
- 11..... 1_2_1 تعريف التدريب
- 12..... 1_3_1 أهداف التدريب
- 12..... 1_4_1 شخصية التدريب
- 12..... 1_4_1_1 الصفات الشخصية للمدرب
- 13..... 1_4_1_2 الصفات المهنية للمدرب الرياضي
- 13..... 1_4_1_3 الصفات الصحية للمدرب الرياضي
- 14..... 1_4_1_1 الصفات الفنية للمدرب الرياضي
- 15..... 1_5_1 الأنماط الشائعة للمدرب الرياضي
- 15..... 1_5_1_1 في مجال العلاقة مع اللاعبين
- 15..... 1_5_1_1_1 المدرب المسيطر
- 16..... 1_5_1_2 المدرب الديمقراطي
- 16..... 1_5_1_3 المدرب الموجه
- 16..... 1_5_1_2 في مجال تخطيط و تنفيذ التدريب

- 16..... نظري _ علمي _1_2_5_1
- 17..... خبراتي _ عملي _2_2_5_1
- 17 خبراتي _ علمي _3_2_5_1
- 17 في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة....._3_5_1
- 18..... خططي _1_3_5_1
- 18..... نفساني _2_3_5_1
- 18..... انفعالي _3_3_5_1
- 20 سلوك المدرب الرياضي....._6_1
- 20..... السلوك 9/9 _1_6_1
- 20..... السلوك 9/1 _2_6_1
- 21..... السلوك 1/9 _3_6_1
- 21..... السلوك 1/1 _4_6_1
- 21..... السلوك 5/5 _5_6_1
- السلوك التدريبي
 - السلوك الأوتوقراطي
 - السلوك الاجتماعي المساعد
- 22..... واجبات المدرب الرياضي_7_1
- 22..... تخطيط التدريب _1_7_1
- 22 أداء عملية التدريب....._2_7_1

- 23..... 3_7_1_ تقييم النجاح في عملية التدريب
- 23..... 4_7_1_ رعاية اللاعب
- 23..... 5_7_1_ توجيه اللاعب و إرشاده
- 23..... 8_1_ المدرب الرياضي كقائد
- 24..... 9_1_ المدرب واتخاذ القرار

الفصل الثاني : السلوك القيادي

تمهيد

- 27..... 2- مفهوم السلوك
- 27..... 2-1- أقسام السلوك
- 27..... 2-1-1- السلوك الفطري
- 27..... 2-1-2- السلوك المكتسب
- 27..... 2-2- أنواع السلوك
- 27..... 2-2-1- السلوك الفردي
- 28..... 2-2-2- السلوك الاجتماعي
- 28..... 2-2-3- السلوك الجماعية
- 29..... 2-2-4- استقرار السلوك
- 29..... 2-2-5- الاستماع الايجابي
- 29..... 2-2-6- الاتصال غير اللفظي
- 30..... 2-2-7- توصيل المعلومات
- 30..... 2-2-8- المكافأة والعقاب
- 31..... 2-3- أساليب القيادة
- 32..... 2-3-1- القيادة السلطوية

- 32..... القيادة السلوكية 2-3-2
- 33..... القيادة الإنسانية 3-3-2
- 33 القيادة الديمقراطية 4-3-2
- 34 قيادة عدم التدخل 5-3-2

الفصل الثالث : الثقة بالنفس للاعب

تمهيد:

- 36..... تعريف الثقة بالنفس 1-3
- 37..... أهمية الثقة بالنفس 2-3
- 37..... نظريات الثقة بالنفس 3-3
- 37..... نظرية فعالية الذات ل "بان دورا" 1-3-3
- 38..... نظرية واقعية الكفاية ل "هارتر" 2-3-3
- 38..... نظرية إدراك القدرة ل "نيكولز" 3-3-3
- 38..... مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي 4-3
- 38..... السيطرة المهارية 1-4-3
- 39..... اظهار القدرة 2-4-3
- 39..... الإعداد البدني العقلي 3-4-3
- 39..... تقديم الذات البدنية 4-4-3
- 39..... التأييد الاجتماعي 5-4-3
- 40..... قيادة المدرب 6-4-3
- 40..... الخبرة عن طريق الآخرين 7-4-3
- 40..... البيئة المريحة (الملائمة) 8-4-3
- 40..... درجة التأييد الموقفي 9-4-3

- 40.....3-5- فوائد الثقة بالنفس.
- 41.....3-5-1- الثقة تثير الانفعالات الايجابية.
- 41.....3-5-2- الثقة تساعد على تركيز الانتباه.
- 41.....3-5-3- الثقة تؤثر على بناء الأهداف.
- 41.....3-5-4- الثقة تزيد المثابرة و بذل الجهد.
- 41.....3-5-5- الثقة لا تعتبر بديلا للكفاية البدنية و المهارية.
- 42.....3-6- أشكال الثقة بالنفس.
- 42.....3-6-1- نقص الثقة بالنفس.
- 42.....3-6-2- الثقة بالنفس الزائدة (أو الزائفة).
- 43.....3-6-3- الثقة بالنفس المثلى.
- 43.....3-7- بناء الثقة بالنفس.
- 44.....3-7-1- زيادة الوعي بالثقة في النفس.
- 44.....3-7-2- انجازات الأداء.
- 44.....3-7-3- التصور الذهني للأداء الناجح.
- 45.....3-7-4- الأداء بثقة.

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

الفصل الأول : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

- 46..... 1-1-2_ الدراسة الاستطلاعية
- 46..... 2_1_2_ الدراسة الأساسية
- 46..... 1_2_1_2_ منهج البحث
- 46..... 1_1_2_1_2_ المنهج المسحي
- 47..... 2_2_1_2_ مجتمع عينة البحث
- 47..... 3_2_1_2_ مجالات البحث
- 47..... 1_3_2_1_2_ المجال البشري
- 47..... 2-3-2-1-2_ المجال المكاني
- 47..... 3_3_2_1_2_ المجال الزمني
- 48..... 3_1_2_ متغيرات البحث
- 48..... 1_3_1_2_ المتغير المستقل
- 48..... 2_3_1_2_ المتغير التابع
- 48..... 4_1_2_ أدوات البحث
- 48..... 5_1_2_ الأسس العلمية للاختبارات
- 48..... 1_5_1_2_ صدق الاستبيان
- 49..... 2_5_1_2_ ثبات الاستبيان

49..... 2_1_3_5_ موضوعية الاستبيان

49..... 2_1_6_ الدراسة الإحصائية.

51..... 2_1_7_ صعوبات البحث.

الخاتمة

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

52..... 2_1_ عرض النتائج.

58..... 2_2_ استنتاجات

58..... 2_2_3_ مناقشة الفرضيات

60..... 2_2_4_ خاتمة عامة

60..... 2_2_5_ اقتراحات

- مصادر ومراجع

- ملاحق

- ملخص الدراسة

قائمة الجداول :

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح نتائج الاستمارة الموجهة للمدربين	52
02	يوضح نتائج الاستمارة الموجهة للاعبين	56
03	مخطط يوضح الأنماط الشائعة للمدربين الرياضيين	19
04	يوضح أنواع سلوك المدرب الرياضي في ضوء نموذج الشبكة الإدارية.	21

قائمة الأشكال :

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح النسب المئوية لأبعاد الاستمارة الموجهة للمدربين قسم الشرفي لولاية مستغانم	56
02	يوضح النسب المئوية لاستمارة الموجهة للاعبين قسم الشرفي لولاية مستغانم	57

التعريف بالبحث :

_ مقدمة

2_ مشكلة البحث

3_ أهداف البحث

4_ فرضيات البحث

4_1_ الفرضية العامة

4_2_ الفرضية الجزئية

5_ التعريف بالمصطلحات البحث

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

تمهيد

2 - المدرب والتدريب الرياضي

1_1_1 ماذا تعني كلمة التدريب

1_2_1 تعريف التدريب

1_3_1 أهداف التدريب

1_4_1 شخصية التدريب

1_4_1_1 الصفات الشخصية للمدرب

1_4_2_1 الصفات المهنية للمدرب الرياضي

1_4_3_1 الصفات الصحية للمدرب الرياضي

1_4_1_1 الصفات الفنية للمدرب الرياضي

1_5_1 الأنماط الشائعة للمدرب الرياضي

1_5_1_1 في مجال العلاقة مع اللاعبين

1_5_1_1 المدرب المسيطر

1_5_1_2 المدرب الديمقراطي

3_1_5_1_ المدرب الموجه

2_5_1_ في مجال تخطيط و تنفيذ التدريب

1_2_5_1_ علمي _ نظري

2_2_5_1_ خبراتي _ عملي

3_2_5_1_ علمي _ خبراتي

3_5_1_ في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة

1_3_5_1_ خططي

2_3_5_1_ نفسياني

3_3_5_1_ انفعالي

6_1_ سلوك المدرب الرياضي

1_6_1_ السلوك 9/9

2_6_1_ السلوك 9/1

3_6_1_ السلوك 1/9

4_6_1_ السلوك 1/1

5_6_1_ السلوك 5/5

● السلوك التدريبي

● السلوك الأتوقراطي

● السلوك الاجتماعي المساعد

7_1_ واجبات المدرب الرياضي

1_7_1 تخطيط التدريب

2_7_1 أداء عملية التدريب

3_7_1 تقييم النجاح في عملية التدريب

4_7_1 رعاية اللاعب

5_7_1 توجيه اللاعب و إرشاده

8_1 المدرب الرياضي كقائد

9_1 المدرب واتخاذ القرار

الفصل الثاني

السلوك القيادي

تمهيد

2- مفهوم السلوك

2-1- أقسام السلوك

2-1-1- السلوك الفطري

2-1-2- السلوك المكتسب

2-2- أنواع السلوك

2-2-1- السلوك الفردي

2-2-2- السلوك الاجتماعي

2-2-3- السلوك الجماعية

2-2-4- استقرار السلوك

2-2-5- الاستماع الايجابي

2-2-6- الاتصال غير اللفظي

2-2-7- توصيل المعلومات

2-2-8- المكافأة والعقاب

2-3- أساليب القيادة

2-3-1- القيادة السلطوية

2-3-2- القيادة السلوكية

2-3-3- القيادة الإنسانية

2-3-4- القيادة الديمقراطية

2-3-5- قيادة عدم التدخل

الفصل الثالث

الثقة بالنفس للاعب

تمهيد:

3-1- تعريف الثقة بالنفس

3-2- أهمية الثقة بالنفس

3-3- نظريات الثقة بالنفس

3-3-1- نظرية فعالية الذات ل "بان دورا "

3-3-2- نظرية واقعية الكفاية ل "هارتر "

3-3-3- نظرية إدراك القدرة ل "نيكولز "

3-4- مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي

3-4-1- السيطرة المهارية

3-4-2- اظهار القدرة

3-4-3- الإعداد البدني العقلي

3-4-4- تقديم الذات البدنية

3-4-5- التأييد الاجتماعي

3-4-6- قيادة المدرب

3-4-7- الخبرة عن طريق الآخرين

3-4-8- البيئة المريحة (الملائمة)

3-4-9- درجة التأييد الموقفي

3-5- فوائد الثقة بالنفس

3-5-1- الثقة تثير الانفعالات الايجابية

3-5-2 - الثقة تساعد على تركيز الانتباه

3-5-3 - الثقة تؤثر على بناء الأهداف

3-5-4 - الثقة تزيد المثابرة و بذل الجهد

3-5-5 - الثقة لا تعتبر بديلا للكفاية البدنية و المهارية

3-6-6 - أشكال الثقة بالنفس

3-6-1 - نقص الثقة بالنفس (Le manque de la confiance soi)

3-6-2 - الثقة بالنفس الزائدة (أو الزائفة)

3-6-3 - الثقة بالنفس المثلى

3-7-7 - بناء الثقة بالنفس

3-7-1 - زيادة الوعي بالثقة في النفس

3-7-2 - إنجازات الأداء

3-7-3 - التصور الذهني للأداء الناجح

3-7-4 - الأداء بثقة

الباب الثاني

الفصل الأول

منهجية البحث و إجراءاتها الميدانية

تمهيد

2--1 الدراسة الاستطلاعية

2-1-1- الدراسة الأساسية

2-1-2- منهج البحث

2-2-1- مجتمع عينة البحث

2-2-3- عينة البحث

2-2-4- مجالات البحث

2-2-4-1- المجال البشري

2-2-4-2- المجال المكاني

2-2-4-3- المجال الزمني

2-1-3- متغيرات البحث

2-1-3-1- المتغير المستقل

2-1-3-2- المتغير التابع

2-1-4- أدوات البحث

2-1-5- الأسس العلمية للأداة الصدق الثبات الموضوعية الدراسة الإحصائية

2-1-6- صعوبات البحث

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1_2_2_ عرض النتائج

2_2_2_ استنتاجات

3_2_2_ مناقشة الفرضيات

4_2_2_ خاتمة عامة

5_2_2_ اقتراحات

مقدمة:

لقد أهتمت العديد من المراجع العلمية بموضوع القيادة وأشارت معظمها الى أن نجاح أي مشروع في أي مجال سواء الرياضي أو الصناعي أو التجاري يرتبط بدرجة كبيرة بفاعلية القيادة وسلوك القائد التي يتصف بها في الدور القيادي الذي يقوم به لتحقيق الاهداف المسطرة.

واتسع مجال الاهتمام بموضوع القيادة والسلوك القيادية في مراجع علم النفس الرياضي والاجتماعي لارتباطه الواضح بفاعلية رفع الثقة بالنفس في المجال الرياضي التنافسي على مختلف أشكاله ومستوياته الذي يذخر بالعديد من المواقف القيادية، الثقة بالنفس بمعنى أن يكون واثقا بخبراته وقدراته ليكون أكثر طمأنينة وهدوء وأنه قادر على مساعدة الناس ومن ثم تنقل هذه الطمأنينة والهدوء إلى الآخرين والحديث في هذا الموضوع ان السلوك يعبر عنه الفرد من خلال علاقاته بمن حوله والسلوك له قواعد، السلوك هو النشاط الذي طبقا للخريطة الوراثية المرسومة لكل فرد وفقا لترتيب طبيعية ومادية مبرمجة هندسة الجينات، وتشير الدراسات الطبية الى علاقة بين الوراثي البيولوجي وصولا الى مثل الاضطرابات السلوكية الشديدة كالانطواء وكثرة الخلل الدماغى و الاضطراب السلوكي ثابت، وعليه فإن الألعاب الجماعية قائمة على أساس التنافس، وتتطلب أن يعمل الفريق كمجموعة من أجل الفوز الشريف، وأن يوظف اللاعب جميع إمكاناته الذاتية وقدراته الفنية في خدمة الجميع وذلك ما يخلق حالة نكران الذات وتغليب الحالة الجماعية على الحالة الفردية، ثم إن اللعب الجماعي يوفر الأجواء السليمة للعلاقات الإنسانية، وينمي إلى حد بعيد الثقة المتزنة للاعب. (محمد الافندي، 1965)

وهذا ما أدى بالطالبان الباحثان إلى القيام بهذه الدراسة والغرض منها ابراز دور السلوك القيادي للمدرب في رفع الثقة بالنفس للاعب.

ولقد تطرقنا في بحثنا هذا على جانبين مهمين أحدهما نظري والآخر تطبيقي، فالجانب النظري يتضمن فصلين، حيث تطرقنا في الفصل الأول السلوك القيادي وتناولنا في الفصل الثاني: التدريب والمدرب، أما الجانب التطبيقي فيحتوي على فصلين، فالفصل الأول تطرقنا فيه إلى منهجية البحث، وتتضمن المنهج المتبع في البحث، حجم العينة المدروسة، مجالات البحث، أدوات البحث، الوسائل الإحصائية المناسبة، أما

الفصل الثاني فقد تم فيه عرض وتحليل نتائج الإستبيان، ومقارنة النتائج مع فرضيات البحث، استنتاج عام، صياغة بعض الإقتراحات والتوصيات التي تناسب الدراسة.

2- مشكلة البحث:

تحتاج الإدارة الرياضية في الوقت الراهن إلى إدارة ديناميكية مرنة قادرة على مواجهة التحديات الصعبة لدى مدرب الرياضي فهناك بعض المدربين لديهم الفن في إدارة الفرق الرياضية، ولديهم القدرة على القيام بواجباتهم بدراية وكفاءة وإخلاص، لذا إزدادت الحاجة إلى هذه الكفاءات القادرة على قيادة اللاعبين في العملية التدريبية لتحقيق الأهداف المطلوبة.

ان السلوك القيادي لدى المدربين في قيادة فرقهم الرياضية تركز اساسا على قدرة المدرب في ارشاد الرياضيين سواء كان في التدريب او خلال المباريات الرياضية، كما لا بد على المدرب ان يكون عادل مع اللاعبين و قراراته صارمة تتميز بالمرونة في اتجاه لاعبيه و ذلك بإستعمال اسلوب الديمقراطية في تعامل مع مختلف المواقف التي تواجهه تجنباً لمختلف الأساليب و السلوكيات منها الأساليب التسلطية.

ومن خلال واقع الممارسة الرياضية لطلابان الباحثان كلاعبين في بعض الاندية الى جانب العمل التطبيقي مع بعض المدربين المشرفين وكذلك خبرة الطالبان الباحثان في التدريب على الأصناف الدني لاحظ الطالبان الباحثان أن هناك سلوكيات قيادية مختلفة للمدربين بإختلاف سلوكيات القيادة المتبعة من طرف المدربين و التي لها دور كبير في رفع او خفض من درجة الثقة بالنفس للاعبين حيث تلعب الثقة بالنفس دور ايجابي او سلبي على اداء اللاعبين في المباريات و عليها قد حددت وجهة الباحث اما الفوز او الإتهزام.

وعليه ارتأى الطالبان الباحثان الى التطرق لدراسة هذا الموضوع " السلوك القيادي للمدربي قسم الشرفي لولاية مستغانم وعلاقته بالثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم " وتكمن تساؤلات البحث في :

التساؤل العام :

● هل السلوك القيادي للمدرب دور في رفع أو خفض من درجة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

بالقسم الشرفي لولاية مستغانم ؟

ومن التساؤل العام تنحدر التساؤلات الفرعية التالية :

- هل السلوك القيادي للمدرب يتميز بأسلوب الديمقراطي أو تسلطي أو التحفيز أو العدالة ، تسهيل الأداء ، الاهتمام بالجوانب الصحية ، العدالة ، التدريب والإرشاد ؟ .
- هل درجة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم مرتفعة أو منخفضة ؟.
- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين السلوك القيادي لدى المدربين والثقة بالنفس لدى اللاعبين ؟ .

3- أهداف البحث:

الهدف العام:

معرفة دور السلوك القيادي لدى المدربين في رفع أو خفض من درجة الثقة بالنفس للاعبي كرة القدم .

الأهداف الفرعية:

- معرفة نوع السلوك القيادي المتبع لدى مدربي كرة القدم لقسم الشرفي لولاية مستغانم .
- معرفة مستوى أو درجة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم لقسم الشرفي لولاية مستغانم .
- معرفة طبيعة العلاقة بين السلوك القيادي للمدربين و الثقة بالنفس لدى اللاعبين .

4- الفرضيات:

4-1- الفرضية العامة:

- ان السلوك القيادي والمتمثل في (السلوك الديمقراطي ، التسلطي ، التحفيز ، التدريب والارشاد ، العدالة، التقدير ، تسهيل الاداء ، الاهتمام بالجوانب الصحية للمدرب)، له دور في رفع من الثقة بالنفس للاعبي كرة القدم .

4-2- الفرضيات الجزئية:

- إن السلوك القيادي لدى مدربي كرة القدم لقسم الشرفي لولاية مستغانم يتميزون بتسهيل الأداء الرياضي ثم الاهتمام بالجوانب الصحية ثم التقدير ثم التحفيز ثم التدريب والإرشاد ثم المشاركة أو السلوك الديمقراطي ثم العدالة ثم السلوك التسلطي .
- إن درجة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم عالية .
- هناك علاقة ارتباطية طردية موجبة بين السلوك القيادي للمدرب والثقة بالنفس للاعبين .

5- أهمية البحث:

- تمثل أهمية بحثنا هذا في:
- إبراز حاجة الميدان الرياضي إلى ضرورة تكوين المدربين يتصفون بالسلوكيات القيادية من أجل البلوغ إلى الأهداف المرجاة منهم.
- إظهار أهمية القيادة من خلال تجسيدها في التنظيمات الرياضية التي تعمل على إعداد المدربين وتأهيلهم لقيادة الفرق الرياضية.

6- مصطلحات البحث:

- **الثقة بالنفس:** بمعنى أن يكون واثقا بخبراته وقدراته ليكون أكثر طمأنينة وهدوء وأنه قادر على مساعدة الناس ومن ثم تنقل هذه الطمأنينة والهدوء إلى الآخرين. (محمد حسن علاوي، 1998، صفحة 62)
- **المدرّب الرياضي:** يمثل المدرّب الرياضي العامي الأساسي و الهام في عملية التدريب فتزويد الفريق أو الفرق الرياضية بالمدرّب المناسب يعد أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين و المسؤولين ومديري الأندية. (محمد حسن علاوي، 1998، صفحة 68)

التدريب: التدريب هو العملية الشاملة لتحسين الهادف للأداء الرياضي والذي يتحقق من خلال برنامج مخطط للإعداد والمنافسات، وهو عملية ممارسة منظمة تتميز بالديناميكية والتغير المستمر، ولا بد أن يديرها مدرب متخصص يمثل دوره القيادي في خلق إطار عمل ملائم يستطيع من خلاله اللاعب والفريق تنمية وتطوير قدراته الكامنة. (حداد مفتي ابراهيم، 2001، صفحة 57)

القيادة: الدور الذي يتضمن التأثير و التفاعل ويقود نحو إنجاز الهدف وينتج عنه تغيير بنائي خلال المجموعات . (اسامة راتب كامل ، 1995 ، صفحة 9)

السلوك: يعبر عنه الفرد من خلال علاقاته بمن حوله والسلوك له قواعد ، السلوك هو النشاط الذي طبقا للخريطة الوراثية المرسومة لكل فرد وفقا للترتيب طبيعية ومادية مبرمجة هندسة الجينات ، وتشير الدراسات الطبية الى علاقة بين الوراثي البيولوجي وصولا الى مثل الاضطرابات السلوكية الشديدة كالانطواء وكثرة الخلل الدماغى و الاضطراب السلوكى ثابت . (محمد الزين ابولحنان، 1995 ، صفحة 65)

التدريب والارشاد: و هو السلوك الذي يقوم به المدرب من خلال عمليتي التدريب و المنافسات الرياضية وما يقوم به من تنوجيه و إرشاد لهم وتحديده لواجبات ومهام كل لاعب وكذلك اسلوبه في تنمية وتطوير الامكانيات الرياضية للاعبين و إهتمامهم بعملية التخطيط للتدريب الرياضي و المنافسات الرياضية .(حداد مفتي ابراهيم، 2001، صفحة 21)

التقدير الاجتماعى: ويرتبط بالسلوك الذي يمكن أن ينشأ بين المدرب ولاعبيه ومدى اهتمامه بهم وتقديره لهم والعمل على حل مشاكلهم و القدرة على إشاعة جو من الالفة والود بين اللاعبين وحرصه على تماسك الفريق .

التحفيز: و يصف مقدار ما يوفره المدرب الرياضي للاعبيه من حوافز مادية او معنوية مقابل أداء رياضي المتميز ووضعه نظام للمكافآت في حالة الفوز أو الاجادة كوسيلة لدعم وتعزيز الاداء الرياضي الجيد للاعبين .

العدالة : وهو السلوك الذي يعبر عن العلاقة بين المدرب الرياضي و اللاعبين ومقدار ما يتحلى به من عدالة في معاملة اللاعبين ومقدار ما يتسم به من انصاف في تعاملاته مع اللاعبين . (محمد حسن علاوي، 1998، صفحة 37)

تسهيل الاداء الرياضي : ويتناول هذا البعد سلوك المدرب الرياضي الذي يهتم بتوفير الادوات و الاجهزة و الملاعب الرياضية للاعبين و تعاونهم مع إداري الفريق في التغلب على المشكلات الادارية التي قد تعوق اللاعبين عن ممارسة الرياضة .

السلوك التسلطي : و هذا البعد يصف سلوك المدرب الرياضي وما قد يتصف به من عصبية و انفعال مع اللاعبين أثناء التدريب او المنافسات الرياضية كما قد يشير الى مقدار ما قد يتصف به المدرب الرياضي من تسلط و دكتاتورية في التصرفات مع اللاعبين .

المشاركة او السلوك الديمقراطي : يعبر هذا البعد عن مقدار ما يتيح المدرب الرياضي للاعبيه من فرص المشاركة او الادلاء بالرأي في كل ما يخص الفريق ودرجة إهتمامه بإستطلاع آرائهم و الاستماع الى مقترحاتهم في بعض المشكلات المرتبطة بالفريق .

الاهتمام بالجوانب الصحية : يدور هذا البعد حول مدى إهتمام المدرب الرياضي بالجوانب الصحية للاعبين وحرصه على التزام السلوك الصحي و الاخلاقي في تصرفاتهم الشخصية . (محمد حسن علاوي ، الصفحات 294-295)

7- الدراسات و البحوث المشابهة:

7-1- الدراسة الأولى:

دراسة من إعداد الطالبين عبد العزيز بن علي و بن أحمد سلمان تحت عنوان " السلوك القيادي للمدرب الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية بالمملكة العربية السعودية.

أهداف البحث:

- التعرف على السلوك القيادي لدى المدربين السعوديين والعرب وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية.

منهج البحث:

- استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي تبعا لطبيعة المشكلة المطلوب دراستها .
- عينة البحث: طبق البحث على المدربين السعوديين والعرب ولاعبي بعض الألعاب الجماعية لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية.
- أدوات البحث: مقياس السلوك القيادي لمدربي الألعاب الجماعية.
- مقياس أنماط دافعية الإنجاز للاعب الرياضي.

نتائج البحث:

- هناك علاقة بين السلوك القيادي الذي يمارسه مدربو بعض الألعاب الجماعية السعوديون والعرب لفئة الدرجة الأولى بأندية المنطقة الشرقية بين دافعية الانجاز للاعبين.
- إن السلوك القيادي الذي يمارسه المدربون هو السلوك القيادي بأبعاده المختلفة، مع تركيزهم على بعض الأبعاد التي يرونها أنها مهمة للعملية التدريبية أكثر من الأبعاد الأخرى.

7-2- الدراسة الثانية:

من إعداد الطالبان رواء عبد الكريم فرحان البياتي تحت عنوان " السمات القيادية للتدريسيين في كلية التربية الرياضية من وجهة نظر الطالبات، جامعة بغداد.

مشكلة البحث: تتمثل في دراسة السمات القيادية للتدريسيين في كلية التربية الرياضية من وجهة نظر الطالبات.

- هدف البحث:** توضيح وتحديد السمات القيادية للتدريسيين في كلية التربية الرياضية للبنات.
- منهج البحث:** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ملائمته طبيعة مشكلة البحث.
- عينة البحث:** تألفت عينة البحث من مجموعة من طالبات كلية التربية الرياضية للبنات والبالغ عددهن (75) طالبة تم اختيارهن بشكل عمدي إذ يمثلون نسبة (86.20%) من المجتمع الأصلي .
- أدوات البحث:** استمارة استبائية موزعة على (75) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية للبنات.
- أهم الاستنتاجات:**

- وجود وجهات نظر ايجابية ذات دلالة معنوية عالية للطالبات نحو السمات القيادية للتدريسيين.
- إن القيادة التربوية تلعب دور فاعل في كلية التربية الرياضية للبنات.

7-3- الدراسة الثالثة:

- دراسة بعنوان: "شخصية مدرب كرة القدم و أثرها في تماسك الفريق" مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية بدالي إبراهيم - جامعة الجزائر-الموسم الجامعي 1993/1994، من إعداد الطالبان: نبيل مازري و أوبرقوق كريم عبد الرزاق.
- وكانت اشكاليتهم كالتالي:

" هل لشخصية مدرب كرة القدم اثر في تماسك الفريق الرياضي"؟.

- وكان هدفهم معرفة الأسباب والعوامل التي تؤثر في شخصية المدرب وتنقص من إرادته بصفة عامة واثبات أن الجانب السيكولوجي والحالة النفسية للمدرب تؤثر مباشرة في اللاعبين والفريق ككل.
- وكانت الأداة المستعملة في بحثهم هي استبيانين احدهما موجه للمدربين والآخر للاعبين أما عينة البحث فكانت عبارة عن عينة عشوائية متكونة من 25 مدرب ينشطون في مختلف فرق القسم الوطني الأول و60 لاعب يتدربون في الفرق التي ينشط بها المدربين.

من أهم النتائج التي توصل إليها الطالبان:

- وجود نوع من الضعف في شخصية البعض من المدربين و هو إثبات للفرضية الأولى لدراستهما.
 - أما الفرضية الثانية فقد تم نفيها والتي كانت تنص على أن الضعف في شخصية بعض المدربين راجع إلى عدم اكتساب معارف بسلوكية دقيقة كالمكونات الأساسية لشخصية المدرب الناجح.
- 8- التعليق على الدراسات:**

- إن أهم النقاط المشتركة التي تجمع الدراسات هي كما يلي:
- المنهج الوصفي لأنه يعد طريقة لوصف الظاهرة المدروسة، و الأنسب لتحليل وتفسير نتائج هذا الموضوع، ولأنه أحسن طرق البحث التي تتسم بالموضوعية.
- اعتمد الباحثون في هذه الدراسة على أداة كافية للدراسة الناجحة وهي استمارة استبيان.
- وقد توصل الباحثون إلى أن السلوك القيادي له علاقة إيجابية و له دور في القيادة لبعض الألعاب الجماعية.
- إعطاء الأهمية والعناية الكاملتين بموضوع القيادة خاصة في المجال الرياضي.

8-1- نقد الدراسات:

- بالنسبة للحديد الذي جاءت به دراستنا مقارنة مع الدراسات المشابهة، والتي جاءت تحت عنوان: " السلوك القيادي للمدرب ودوره في رفع الثقة بالنفس للاعبين ".
- والتي تم إجراؤها على عينة عشوائية تمثلت في المدربين واللاعبين بعض الفرق الرياضية ، حيث استخدمنا فيها استمارة الإستبيان كأداة لجمع البيانات وهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة.
- ومن خلا ما قدمناه يمكن استخراج الحديد الذي جاء به بحثنا والذي يتمثل في ابراز دور السلوك القيادي للمدرب في رفع الثقة بالنفس للاعبين .

الفصل الثالث : الثقة بالنفس

تمهيد:

3-1- تعريف الثقة بالنفس

3-2- أهمية الثقة بالنفس

3-3- نظريات الثقة بالنفس:

3-3-1- نظرية فعالية الذات ل "بان دورا "

3-3-2- نظرية واقعية الكفاية ل "هارتر "

3-3-3- نظرية إدراك القدرة ل "نيكولز "

3-4- مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي:

3-4-1- السيطرة المهارية:

3-4-2- اظهار القدرة:

3-4-3- الإعداد البدني العقلي:

3-4-4- تقديم الذات البدنية:

3-4-5- التأييد الاجتماعي:

3-4-6- قيادة المدرب:

3-4-7- الخبرة عن طريق الآخرين:

3-4-8- البيئة المريحة (الملائمة):

3-4-9- درجة التأييد الموقفى:

3-5- فوائد الثقة بالنفس:

3-5-1- الثقة تثير الانفعالات الايجابية:

3-5-2- الثقة تساعد على تركيز الانتباه:

3-5-3 - الثقة تؤثر على بناء الأهداف:

3-5-4 - الثقة تزيد المثابرة و بذل الجهد:

3-5-5 - الثقة لا تعتبر بديلا للكفاية البدنية و المهارية:

3-6-6 - أشكال الثقة بالنفس:

3-6-1 - نقص الثقة بالنفس (Le manque de la confiance soi)

3-6-2 - الثقة بالنفس الزائدة (أو الزائفة):

3-6-3 - الثقة بالنفس المثلى:

3-7-7 - بناء الثقة بالنفس

3-7-1 - زيادة الوعي بالثقة في النفس:

3-7-2 - إنجازات الأداء:

3-7-3 - التصور الذهني للأداء الناجح:

3-7-4 - الأداء بثقة:

تمهيد:

تعتبر مهنة التدريب تنظيم و إدارة للخبرة التعليمية الرياضية لتصبح خبرة تطبيقية للمدرّب الرياضي فهي مهنة تعتمد أولاً و أخيراً على الكفاءة الفردية و قدرة فرض الانضباط و التي يجب أن تتوفر في المدرّب قبل العمل في هذه المهنة، بحيث عليه أن يكون على مقدرة عالية بفهم التدريب و كيفية استخدام الطرق و الأساليب و الإجراءات الفنية المتصلة بتنظيم و توجيه خبرات اللاعبين، فعملية التدريب الرياضي تعتمد في الأساس على أداء مبادئ علمية استمدت من علم التشريح ووظائف الأعضاء البيولوجية و علم الحركة و علم النفس الاجتماعي الرياضي و إلى غيرها من العلوم التي تساعد في إعداد المدرّب الرياضي الذي يساهم في تطوير قدرات اللاعبين و مستواهم المهاري في الكرة الطائرة.

1 - المدرّب والتدريب الرياضي

1 - 1 ماذا تعني كلمة التدريب :

كلمة "التدريب" لا تخص فقط التدريب الرياضي فحسب بل تشمل التدريب على الأجهزة والأدوات المختلفة ، وقد جاءت هذه الكلمة من اللغة الإنجليزية أصلاً (Training)، تعني هذه الكلمة على أداء شيء ما وتستخدم أيضاً في تدريب الحيوانات على ممارسة شيء معين ، وقد جاءت هذه الكلمة من الفعل (Train) ومن الكلمة اللاتينية (Trano) ومن الكلمة أن يسحب الشيء لمسافة معينة أو أن الفرد مغرم بمشاهدة شيء ما ، ويرى البعض أن هذه الكلمة تعني (تربوي) وفي الزمن القديم كانوا يستخدمون هذه الكلمة للتدريب الخيل حيث كان الإنجليز يحبون الخيل وسرعان ما انتشرت هذه الكلمة وقد كانت تستخدم أيضاً لجميع الألعاب التي كانت موجودة هناك مثل ألعاب القوى، سباحة.....الخ.

واليوم تستخدم هذه الكلمة في دول كثيرة من العالم ، رغم هذا كله ليس خطأ أن نقول التدريب الرياضي - المدرّب الرياضي ليس مهمته فقط إعطاء التمارين فحسب بل هو رجل تربوي أيضاً، لذا نرى أن استخدام هذه الكلمة في وقتنا الحالي واسع من جهة وضيق من جهة أخرى ، عندما نقول تدريب رياضي لا بد من معرفة أن التدريب يأخذ كل شكل من أشكال التمارين الخاصة في اللياقة البدنية ويدخل هنا تمارين للصحة وتمارين علاجية ، وهذا هو المفهوم الواسع للتدريب أما من الجانب الآخر (الضيق) فيكون إعطاء أهمية خاصة لإعداد الرياضيين للوصول إلى المستوى الرياضي متقدم. (الريضي، كمال جميل، 2004، الصفحات 9-10)

1-2 تعريف التدريب :

التدريب هو العملية الشاملة لتحسين الهادف للأداء الرياضي والذي يتحقق من خلال برنامج مخطط للإعداد والمنافسات ، وهو عملية ممارسة منظمة تتميز بالديناميكية والتغير المستمر، ولا بد أن يديرها مدرّب متخصص يتمثل دوره القيادي في خلق إطار عمل ملائم يستطيع من خلاله اللاعب والفريق تنمية وتطوير قدراته الكامنة.

وقد أشار كل من أبراهام وكولنز ABRAHAM & COLLINS 1998 إلى أن هناك العديد من المتشابهات بين التعليم والتدريب، ويذهبون إلى أن المعلم هو شخص يقوم بقيادة وتأليف إخراج أنشطة التعلم وإحداث مناخ اجتماعي أثناء تشخيص وإعادة تشكيل أداء اللاعب ، وهذه كلها أفعال تعكس دور المدرّب أيضاً. وقد استحوذ التدريب الرياضي في هذه السنوات بصورة مضطربة على مكانه كعلم أكاديمي ، وأصبح لا يقتصر تناوله في برامج المرحلة الجامعية فحسب، بل نالت دراسات وأبحاث التدريب الرياضي اهتمام

متزايدا في برنامج الدراسات العليا في العديد من الأوساط العلمية على مستوى العالم . (نبيلة احمد عبد الرحمن ، 2003، صفحة 31)

كما يتعامل التدريب الرياضي مع كائن بشري له خصائصه البيولوجية والنفسية والبدنية والاجتماعية ، ولهذا فهو يتأسس على المبادئ ونظريات العلمية المختلفة عند تنمية البناء البدني وتطوير الخصائص الحركية ، فهو يرتبط بالعلوم الاجتماعية (علم النفس، علم الاجتماع، إدارة ، اقتصاد، سياسة) والعلوم الطبية (تشريح - بيولوجي - فيزيولوجي - إصابات.....) وعلوم الحركة (بيوميكانيك)، وعلوم تربية (تربية - طرق وأساليب علمية تكنولوجيا في التعليم والتدريب).

1- 3 أهداف التدريب :

- الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغيرات الإيجابية للمتغيرات الفيزيولوجية ، النفسية و الاجتماعية.

- محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة بمستويات إنجاز في المجالات الثلاث (الوظيفية ، النفسية الاجتماعية).

و يمكن تحقيق أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية ، هما الجانب التعليمي (التدريس و التدريب) ، الجانب التربوي و يطلق عليهما واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب و تطوير القدرات البدنية و المهارية و الخططية والمعرفية، أو الخيارات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس و الثاني يتعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع و يهتم بتكميل الصفات الضرورية للأفعال الرياضية معنويا و إراديا ، و يهتم بتحسين التذوق و التقدير و تطوير الدوافع و حاجات و ميول الممارس و اكتسابه السمات الخلقية و الإرادية الحميدة كالروح الرياضية وحب الوطن و المثابرة و ضبط النفس و الشجاعة..... إلخ وذلك من خلال المنافسات . (احمد البساطي، 1998، الصفحات 4-5)

1- 4 شخصية المدرّب وخصائصه.

تلعب شخصية المدرّب الجيد دورا هاما في نجاح عملية التدريب ولا بد لكل من يريد أن يعمل في مجال التدريب كمهنة أو وظيفة أن يتصف بخصائص ومميزات تتضمن ما يلي :

1- 4- 1 الصفات الشخصية للمدرّب :

- أن يكون شخصية تربوية متطورة التفكير وطني مخلص لوطنه يعلم دور الرياضة في المجتمع.

- أن يتسم بالشخصية المتزنة، متعقلا في تصرفاته ليحوز على احترام الجميع.
- أن يتميز بالضبط والاتزان الانفعالي، قادرا على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدر رحب بعيدا عن الانفعالي والتعصب .
- أن يتمتع بالذكاء الاجتماعي، وهذا يعني قدرته على التعامل الجيد مع الغير خاصة الذين لديهم علاقة بعملية التدريب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والإدارية المعاونة له ومع الحكام والجمهور....الخ.
- الحكم الصائب على الأمور و العدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والأفراد .
- أن يكون مظهره العام يوحي بالاحترام والثقة وقوة التأثير الإيجابي على الغير.
- يتميز بروح التفاؤل واثقا من نفسه وتصرفاته.
- لديه القدرة على بث روح الحماس وخلق الدافعية لدى لاعبيه.
- له فلسفة متميزة في الحياة بصورة عامة ، وفي عملية التدريب بصورة خاصة .
- أن يكون مقتنعا بعمله كمدرّب محب له ، ولكل من يعمل معه مقدرا لدوره،ولديه الاهتمام الصادق بأهمية التدريب كعامل .
- أن يكون متمتعا بلياقة بدنية وصحية ونفسية متميزة .
- لديه القدرة على التعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه.
- شجاعا لديه القدرة على تحمل المسؤولية .

1- 4- 2 الصفات المهنية للمدرّب الرياضي.

- الخبرة السابقة كلاعب، بمعنى أن يكون قد مارس اللعبة لعدة سنوات، و شارك في البطولات التي ينظمها إتحاد اللعبة.
- أن يكون حاصلا على شهادة تعليمية متوسطة على الأقل حتى يمكن تتبع الدراسات التدريبية المتخصصة في مجال لعبته ، و قادرا على أن يؤهل نفسه علميا بقراءة كتب متخصصة .
- المعرفة الجيدة بنوع النشاط الممارس (اللعبة) كعلم، و المعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدريب .
- يفضل أن يكون ملما بأحد اللغات الأجنبية التي تسمح له بالاطلاع على أحدث المراجع و التحدث بها.
- (علي فهمي بيك -عماد الدين ابو زيد، 2003، الصفحات 16-17)
- يجب عليه أن يتمتع بقدر عال من التأهل المهني في مجال التدريب، فكلما زاد تأهل المدرّب مهنيا كلما زاد إنتاجه من حيث الرقي بمستوى لاعبيه.

- يداوم على الاشتراك في دورات و دراسات تدريبية - محلية أو دولية - مرتبطة بمجال تخصصه .

1- 4- 3 الصفات الصحية للمدرّب الرياضي:

- أن يكون متمتعاً بالصحة الجسمية و يدل مظهره على النشاط.
- أن يقوم بعمل الفحوص الطبية الدورية بصفة منتظمة في بداية الموسم.
- أن يتمتع بقدر عال من مستوى اللياقة البدنية بصورة تمكنه من أداء الحركات و النماذج أثناء التدريب و كذلك المباريات التحريية، و يكون على مستوى من المهارة الحركية يسمح له بأداء النماذج المطلوبة .
- أن يكون نموذجاً في إتباع البرامج الغذائية و الصحية كي يستطيع القيام بمهام عمله، و يجتهد به جميع اللاعبين و يرون فيه مثلهم الصحي الفريد .
- أن يكون ممارساً لأي نشاط رياضي مخالف لنوع الرياضة التي يقوم بتدريها ، للراحة الذهنية من عناء التدريب . (علي فهيمي بيك -عماد الدين ابو زيد، 2003، صفحة 19)

1- 4- 4 الصفات الفنية للمدرّب الرياضي:

- لديه القدرة على تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصعبة و المعقدة سواء في التدريب أو المنافسات.
- لديه القدرة على تحليل أخطاء اللاعب بصورة منطقية و موضوعية للاستفادة من أخطاءه و قدراته الكامنة.
- لديه القدرة على اتخاذ القرار تحت ضغط المنافسة بهدوء و تركيز و روية .
- القدرة على تحويل الفشل إلى موقف نجاح.
- لديه القدرة على الوصول باللاعب لقمة أدائه في توقيت المنافسة.
- تحديد الهدف المراد تحقيقه مع الفريق، فمثلاً هل الهدف هو الحصول على البطولة؟ هل الحصول على ترتيب متقدم بالدوري؟... إلخ، و من الضروري ألا يغالي المدرّب في تحديد هذا الهدف ، بل يجب عليه وضع هدف واقعي يمكن تحقيقه وفقاً للإمكانات المتاحة و قدرات لاعبي الفريق.
- تحديد متطلبات خطة التدريب من أدوات و أجهزة و معسكرات... إلخ.
- تحديد الاحتياجات من قوى بشرية معاونة مع تحديد مسؤوليات و واجبات كل فرد فيها .
- وضع برنامج زمني يوضح فيه خطوات و إجراءات تنفيذ خطة التدريب السنوية.

- وضع معايير تقييمية للتعرف على طرق القياس على مستوى تحقيق التدريب للأهداف المرحلية (الأغراض) لكل مرحلة زمنية من فترات التدريب السنوية ، و تعديل مسار العمل التدريبي لتحقيق الأهداف إذا كان هناك قصور في تحقيق هذه الأهداف .
- أن يكون لديه القدرة على اختيار أنسب الطرق لتحقيق الأهداف.
- أن يكون ملماً بالطرق العلمية و الوسائل الفنية و الأدوات الحديثة.
- أن يكون شخصاً لديه القدرة على الإبداع في إخراج وحداته التدريبية.
- الذكاء في وضع خطط التدريب و اللعب الجيد .
- أن يتميز بمستوى عال من حيث الخلق، ومستوى عالي من الفهم و الذكاء و القدرة على الابتكار.
- أن يكون متمتعاً بمستوى عال من القدرات العقلية بما ينطوي عليه من إمكانية الربط و التحليل و حل المشكلات، و تكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم ، و بذلك يكون تأثيره قوياً على اللاعبين.
- أن يكون قائداً محبوباً لا رئيساً متسلطاً، عادلاً في معاملة لاعبيه حازماً بدون تكلف بدرجة واجبة كقائد و معلم تربوي.
- أن يكون لماحا قادراً على سرعة الفهم و الإدراك لكل المواقف التي تمر به.
- أن يكون قادراً على تقييم خبراته التدريبية باستمرار، يقوم بتقويم أدائه بعد كل موسم تدريبي حتى يمكنه زيادة صفاته الجيدة و إصلاح ما يجده من بعض النقص أو القصور أو السلبيات حتى يرتفع بمستوى أدائه، فعملية التقويم التي يقوم بها المدرّب لنفسه الواثق من نفسه و عمله و الذي يريد أن يرتفع مستواه و يصل في يوم من الأيام إلى الأداء المثالي و الذي يجعله محط أنظار جميع من يعمل في مجال تدريب لعبته.
- أن يكون شخصية منظمة في جميع تصرفاته سواء في حياته العامة أو الخاصة و مجال عمله.
- أن يكون نموذجاً صالحاً و مثلاً للاعبين من الناحية الخلقية، بعيداً عن التصرفات غير السليمة للرجل الرياضي كشرّب الكحوليات أو التدخين ، أو التلفظ بألفاظ نابية.
- أن تكون لديه القدرة على بث روح الجماعة بين اللاعبين وتقوية المحبة والأخوة الصادقة بينهم ، و يتعد عن كل ما يفرق بين اللاعبين لذلك يجب أن يكون عادلاً في تعامله معهم ، و من أسوأ صفات المدرّب الرياضي أن يجابي لاعب أو أكثر عن آخرين، و ألا ينصف له حق. (علي فهمي بيك - عماد الدين ابو زيد، 2003، الصفحات 20-21)

1-5 الأنماط الشائعة للمدرّب الرياضي:

في المجال الرياضي يلاحظ أن هناك العديد من الأنماط الشائعة للمدرّبين الرياضيين سواء في مجال العلاقة ما بين المدرّب (المدير الفني) و اللاعب الرياضي أو في مجال تخطيط و تنفيذ عملية التدريب الرياضي أو في مجال التوجيه و الإرشاد و إدارة المنافسة الرياضية. و فيما يلي بعض الخصائص المميزة لهذه الأنماط الشائعة من المدرّبين الرياضيين أو المدرّبين الفنيين.

1-5-1 في مجال العلاقة مع اللاعبين :

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة التالية من المدرّبين الرياضيين أو المدرّبين الفنيين في مجال العلاقة مع اللاعبين . (محمد حسن علاوي ، 2002 ، صفحة 83)

1-5-1-5 المدرّب المسيطر:

من أهم ملامحه ما يلي:

- يستخدم سلطاته لأبعد مدى.
- يتميز سلوكه بالعنف والصلابة و يكثر من الوعيد و التهديد للاعبين.
- يركز معظم اهتماماته على فرض النظام و الطاعة.
- يقوم بتوزيع اللوم على اللاعبين في حالات عدم التوفيق أو عدم إحراز الفوز أو سوء الأداء .
- لا يسمح للاعبين بالمشاركة في اتخاذ القرارات.
- لديه حساسية عالية تجاه الملاحظات الناقدة من اللاعبين .
- لا يوضح للاعبين سوى المهام القريبة و العاجلة .
- لا يقوم اللاعب بتنفيذ أي إجراء أو سلوك فيه التدريب أو المنافسة الرياضية إلا بأوامر صريحة و مباشرة من المدرّب الرياضي و هو ما يعرف بموقف "عنق الزجاجة bottleneck" و يقصد به أن القرار يجب أن يمر فقط من خلال المدرّب الرياضي.

- لا يسمح بتفويض سلطاته للآخرين.

1-5-2-1 المدرّب الديمقراطي:

و من أهم ملامحه ما يلي :

- يقوم بإشراك اللاعبين في اتخاذ العديد من القرارات.
- يقوم بالاستماع الجيد لآراء اللاعبين و يحترم وجهات نظرهم.

- يضيف على الفريق الرياضي المناخ الايجابي الذي يتسم بروح الفريق الواحد المتماسك .
- السعي المستمر لتبادل المعلومات و الأفكار مع اللاعبين.
- يمنح المزيد من الحرية للاعبين .
- يقوم بالتمهيد لاتخاذ بعض القرارات من خلال المناقشات التفصيلية مع اللاعبين و لا يتم اتخاذ القرار ضد غالبية الآراء " . (محمد حسن علاوي ، 2002 ، صفحة 88)

1-5-1-3 المدرب الموجه:

من أهم ملاحظه ما يلي :

- الميل إلى تقديم النصح و الإرشاد و التوجيه للاعبين بدرجة كبيرة .
- ينحو نحو مساعدة اللاعبين و رعايتهم و تشجيعهم.
- يكثر من عمليات الثواب و المكافآت عند تحقيق الانجازات.
- يتفهم جيدا الحاجات الأساسية للاعبين و يسعى جاهدا لتلبية حاجاتهم بقدر الإمكان.
- يسعى لمساعدة اللاعبين على إثبات ذاتهم و محاولتهم تحقيق المزيد من النجاحات.
- يتسم سلوكه نحو اللاعبين بالتناغم الوجداني و المشاركة الوجدانية الايجابية.
- لديه القدرة على الاتصال الايجابي الفاعل مع اللاعبين.
- ينظر لنفسه على أنه الأخ الأكبر أو الأب للاعبين . (مفتي ابراهيم حمادة، 1992، صفحة 91)

1-5-2 في مجال تخطيط و تنفيذ التدريب:

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة التالية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال تخطيط وتنفيذ التدريب الرياضي.

1-5-2-1 علمي- نظري :

ومن أهم ملاحظه مايلي :

- يقوم بتخطيط وتنفيذ التدريب طبقا للأسس العلمية وكما هو مدون في المراجع العلمية .
- الإمام غالبا بلغة أجنبية والاطلاع المستمر على احدث المعارف والمعلومات العلمية في مجال تخصصه وفي مجال بعض العلوم الرياضية المرتبطة بالتدريب الرياضي سواء في المراجع العربية أو المراجع الأجنبية .
- القيام بإجراء التجارب على اللاعبين ومحاولة تطبيق المبادئ النظرية على المواقف العلمية.

- تطبيق بعض المقاييس والاختبارات على اللاعبين لمحاولة معرفة مواطن قوتهم وضعفهم وللتعرف على مدى تقدمهم .

- الإكثار من المحاضرات النظرية والشرح والتفسير ومحاولة إكساب اللاعبين بعض المعارف والمعلومات المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية .

- القيام بعمل سجلات وملفات لتخطيط التدريب والمنافسات الرياضية وكذلك سجلات وملفات لتسجيل الحالات البدنية والمهارية و الخططية و الاجتماعية للاعبين.

1- 5- 2- 2- خبراتي- عملي :

- لا يهتم بالدرجة الأولى بالجوانب النظرية في التدريب ويحاول تطبيق خبراته العملية السابقة ، وخاصة تلك الخبرات العملية التي اكتسبها من المدربين السابقين الذين قاموا بتدريبه عندما كان لاعبا أو الذين قام بالعمل معهم كمدرّب مساعد .

- يسعى بقدر الإمكان للتبسيط وعدم التعقيد ويتمسك بالجوانب التقليدية والروتينية في عملية التدريب الرياضي .

- لا يهتم كثيرا بالمعارف العلمية المعروفة في المراجع العلمية الرياضية ويعتبرها جوانب نظرية وقليلة الفائدة من الناحية العملية التطبيقية.

- يعتمد بالدرجة الأولى على التراكمات الخبراتية التي اكتسبها خلال عمله في التدريب . (محمد حسن علاوي ، 2002، الصفحات 86-87)

- لا يهتم بالدرجة الأولى بعمل سجلات أو ملفات للاعبين أو تدوين عمليات تخطيط وتنفيذ مراحل التدريب الرياضي سواء التخطيط للوحدات التدريبية اليومية أو الأسبوعية .

- أو المرحلية ويؤمن بمبدأ "العلم في الرأس وليس في الكراس" أي انه يحتفظ في عقله بالتخطيط ولا يحتفظ بتدوينا في سجلات أو ملفات .

1- 5- 2- 3- علمي - خبراتي :

وهو المدرّب المؤهل تأهيلا عاليا في تخصص التدريب الرياضي بالإضافة إلى كونه لاعبا على مستوى عالي

في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص في نوع التدريب في مجاله والذي يستطيع أن يجمع بين مزايا النمط

"علمي-نظري" وبين النمط "خبراتي-عملي" والذي يستطيع استثمار قدراته العلمية التطبيقية معا للوصول إلى

النمط الأفضل وهو "علمي-خبراتي".

1 - 5 - 3 في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة :

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة الآتية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال التوحيد والإرشاد وإدارة المنافسة الرياضية :

1 - 5 - 3 - 1 خططي :

من أهم جوانب سلوكه مايلي :

- يجيد رسم خطط اللعب المختلفة في المنافسات الرياضيات.
- يحاول إعداد اللاعبين خططا لكل منافسة رياضية بصورة جيدة.
- يسعى لمعرفة كل كبيرة وصغيرة عن الفرق المنافسة وإعداد الخطط لمواجهتها.
- يكثر من تدريب اللاعبين على الخطط الفردية والزوجية أو الجماعية ويعتمد عليها بصورة واضحة.
- يجتهد في وضع بعض الخطط الجديدة التي تتناسب مع قدرات اللاعبين.
- يسعى جاهدا لوضع بعض الخطط المضادة لخطط المنافسين.

1 - 5 - 3 - 2 نفساني :

ومن أهم ملامحه ما يلي :

- لديه القدرة على معرفة لاعبيه جيدا، والقدرة على فهم سلوكهم واستجاباتهم والتنبؤ بها.
- يتميز بقدر كبير من الثقة بالنفس .
- لديه القدرة على التعبئة النفسية الأفضل للاعبين قبيل اشتراكهم في المنافسات الرياضية .
- يستطيع معاملة كل لاعب بالصورة التي تتفق مع إمكانياته وقدراته وسماته .
- يستطيع النجاح في استشارة اللاعبين ودفعهم لبذل أقصى الجهد في المنافسة الرياضية.
- لديه عين المدرب الفاحصة " Coaching eye " التي يمكنها معرفة الحالة الانفعالية للاعب قبل اشتراكه في المنافسة وبالتالي محاولة توجيهه وإرشاده . (محمد حسن علاوي ، 2002، الصفحات 86-87)

1 - 5 - 3 - 3 انفعالي :

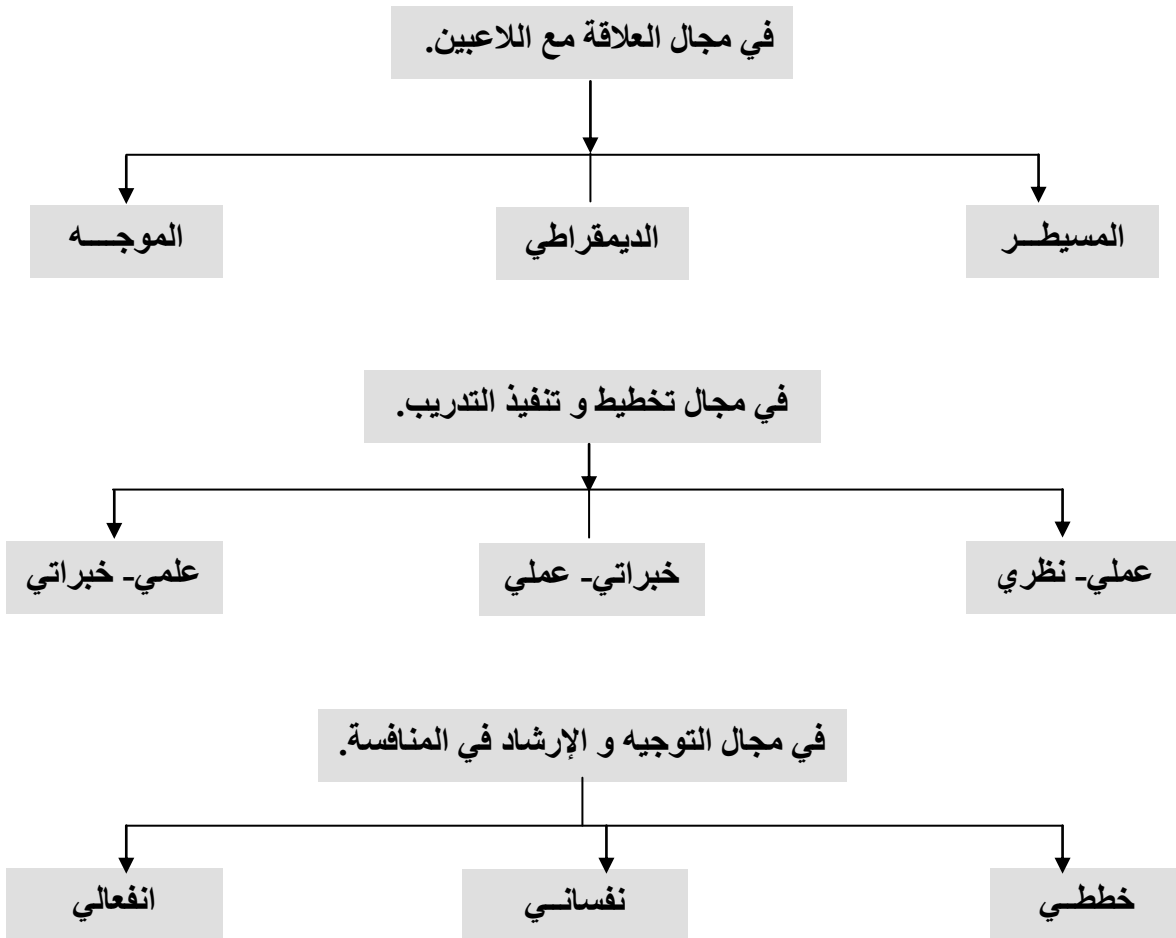
ومن بين أهم جوانب سلوكه ما يلي :

- يغلب عليه عدم القدرة على التحكم في انفعالاته بصورة جيدة.
- يتطلع إلى الفوز ويخشى الهزيمة بدرجة كبيرة.

- يتأثر انفعاليا بصورة واضحة سواء في حالة الفوز أو في حالة الهزيمة لفريقه .
- يكثر من الاعتراض على قرارات التحكيم، وخاصة بالنسبة للقرارات التي لا تكون في صالح لاعبيه أو في صالح فريقه.
- يتميز بسمة القلق المرتفع وخاصة في المنافسات الحساسة. (محمد حسن علاوي ، 2002، الصفحات 87-88)

* مخطط يوضح الأنماط الشائعة للمدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين:

الأنماط الشائعة للمدربين الرياضيين و المديرين الفنيين.



6- سلوك المدرّب الرياضي :

في ضوء الدراسة التي قام بها العديد من الباحثين في مجال القيادة الإدارية تم التوصل إلى تحديد نوعين هامين من القادة الإداريين وهما :

▪ سلوك القائد الإداري المهتم - بالدرجة الأولى - بالناس : Concern for people

▪ سلوك القائد الإداري المهتم - بالدرجة الأولى - بالإنتاج : Concern for production

واستطاع كل من روبرت بليك Blake (1985) وجين موتون Mouton تطوير نتائج هذه الدراسات وأشار إلى إن هذين النوعين من السلوك يمكن توضيحهما على هيئة شبكة ذات محورين: المحور الأول الاهتمام بالناس، والمحور الثاني الاهتمام بالإنتاج، وذلك فيما يعرف بنموذج "الشبكة الإدارية" Monagerial Grid " كما تم التمييز بين خمسة أنواع رئيسية لسلوك القيادة طبقاً لموقعها على الشبكة الإدارية .

وقد قام بعض الباحثين في علم النفس الرياضي (مارتينز Cox 1995 Martens) كوكس (1994) ، علاوي، باقتباس مفاهيم نموذج الشبكة الإدارية ومحاولة تطبيقها على القادة الرياضيين في المجال الرياضي وبصفة خاصة المدرّبين الرياضيين وفي ضوء ذلك أمكن تحديد نوعين هامين لسلوك المدرّب الرياضي وهما :

• سلوك المدرّب الرياضي المهتم باللاعبين : Concern for athlètes.

• سلوك المدرّب الرياضي المهتم بالأداء : Concern for performance.

و بذلك يمكن تحديد خمسة أنواع رئيسية لسلوك المدرّب الرياضي طبقاً لموقعها على الشبكة الإدارية كما يوضحها الشكل 1.

1 - 6 - 1 السلوك 9/9:

و هو السلوك الذي يميز المدرّب الرياضي أو المدير الفني الذي يهتم بدرجة كبيرة بتحفيز اللاعبين و التعامل معهم بصورة إيجابية و الاهتمام برعايتهم وخلق البيئة الصالحة لنمو قدراتهم، مع إبداء نفس الاهتمام بأداء اللاعبين و محاولة تطوير مستوياتهم و إكسابهم المزيد من القدرات و المهارات الحركية و الخططية للوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن في المنافسات الرياضية.

- 6 - 2 السلوك 9/1:

و هذا النوع من السلوك يوضح تركيز المدرّب الرياضي و المدير الفني على الاهتمام باللاعبين و رعايتهم و تحقيق مطالبهم و حاجاتهم و تحفيزهم مع الاهتمام الضئيل بالأداء و تطويره لدى اللاعبين أو محاولة بذل المزيد من الجهد للارتقاء بمستوى قدراتهم و مهاراتهم . (محمد حسن علاوي ، 2002، الصفحات 93-94)

1 - 6 - 3 السلوك 1/9:

يشير هذا السلوك إلى تركيز المدرّب الرياضي على الاهتمام بنتائج اللاعبين و مستوى الأداء الذي يظهرونه في التدريب و المنافسة الرياضية، و يركز على تخطيط و إدارة عمليات التدريب و المنافسات الرياضية بصورة دقيقة مع قلة الاهتمام باللاعبين و حاجاتهم و دوافعهم و مطالبهم و قلة التفاعل الايجابي معهم.

1 - 6 - 4 السلوك 1/1:

و هذا النوع من السلوك يشير إلى قيام المدرّب الرياضي أو المدير الفني ببذل القليل من الجهد الموجه سواء لأداء اللاعبين و تطوير مستوياتهم أو لرعايتهم و حفزهم .

1 - 6 - 5 السلوك 5/5:

يشير هذا النوع من السلوك إلى أن المدرّب الرياضي أو المدير الفني يهتم بدرجة متوسطة بكل من أداء اللاعبين و تطوير مستوياتهم و كذا رعايتهم و حفزهم.

و في إطار نموذج الشبكة الإدارية يلاحظ أن هناك العديد من أنواع السلوك للمدرّب الرياضي-بالإضافة إلى الأنواع الخمسة السابق ذكرها- و ذلك في ضوء و مدى درجة الاهتمام باللاعبين و الاهتمام بالأداء، كما في

الشكل : الإهتمام بالأداء

الإهتمام باللاعبين

9/1								9/9
				5/5				
1/1								1/9

الشكل (01): يوضح أنواع سلوك المدرّب الرياضي في ضوء نموذج الشبكة الإدارية.

عن بليك و موتون (مع التعديل). (محمد حسن علاوي ، 2002، الصفحات 93-94)

و من ناحية أخرى استطاع كل من صالح و "شيللا دوراي" salah end chelladurai .

في ضوء دراستهما لتحديد أنواع سلوك المدرّب الرياضي التوصل إلى تحديد خمسة أبعاد رئيسية تمثل أساليب سلوك المدرّب الرياضي.

و في إطار الدراسات التي قام بها محمد علاوي تم التوصل إلى تحديد أربعة أبعاد رئيسية من الأبعاد التي

أشار إليها "صالح و شيللا دوراي" و الأبعاد الرئيسية التي تمثل أساليب السلوك الرياضي هي :

● السلوك التدريبي:

و هو السلوك الذي يهدف إلى محاولة تطوير أداء اللاعبين عن طريق التدريب الرياضي الذي يتميز

بالتكرار و الشدة العالية و الاهتمام الواضح بتعليم المهارات و القدرات الحركية و الخططية و يشرح استراتيجيات اللعب و الاهتمام بقيادة اللاعبين في المنافسات الرياضية.

● السلوك الديمقراطي:

هو سلوك المدرّب الرياضي الذي يسمح بدرجة كبيرة في اشتراك اللاعبين في تحديد الأهداف وطرق

التدريب و خطط اللعب التي يجب يمكن استخدامها في الحالات المختلفة .

● السلوك الأوتوقراطي:

هو السلوك الذي يعكس ميل المدرّب الرياضي إلى وضع نفسه في مكانة بعيدة عن اللاعبين و يصدر

القرارات بمفرده دون مشاركة اللاعبين .

● السلوك الاجتماعي المساعد:

و هو سلوك المدرّب الرياضي الذي يهتم باللاعبين و رعايتهم و الذي يمنح المزيد من التدعيم و الإثابة

للاعبين عن طريق الاعتراف الدائم بأدائهم. (محمد حسن علاوي ، 2002، صفحة 96)

7 - 1 واجبات المدرّب الرياضي :

1 - 7 - 1 تخطيط التدريب:

التدريب الرياضي عملية تهدف إلى الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى ممكن تسمح به قدراته و استعداداته ، و كلما تميز المدرّب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي و ازداد إتقانه للمعارف النظرية و طرق تطبيقها، كان أقدر على التخطيط لعملية التدريب بصورة علمية تسهم إلى درجة كبيرة في تطوير و تنمية المستوى الرياضي للاعبين إلى أقصى درجة ، و تتطلب عملية التخطيط الإلمام التام بالأسس النظرية و العلمية لعلم التدريب الرياضي ، بالإضافة إلى العديد من المعارف و المعلومات العلمية في عدد من العلوم الإنسانية و الطبيعية.

1-7-2 أداء عملية التدريب :

يرتكز التدريب على عملية انتقال المعلومات من المدرّب إلى اللاعب حتى يتمكن من اكسابه الأسس الفنية و البدنية التي تسهم في الارتقاء بمستواه إلى أقصى درجة ممكنة . ففي بعض مواقف الأداء الصعب يصبح المدرّب بمثابة مساعد للاعب ، و كلما استطاع المدرّب تقديم التوجيهات إلى اللاعب بصورة صحيحة كلما أصبح اللاعب أقدر على استقبالها و الاستفادة منها و يسعى المدرّب لتكوين اتجاهات ايجابية لدى اللاعب نحو عملية التدريب و ذلك في محاولة للارتقاء بمستوى تركيزه و انتباهه و الارتقاء لمستوى قدراته الفعلية و التأثير بمستوى الدافعية هذا بالإضافة إلى رفع مستوى التفاعل الاجتماعي بين اللاعبين

1-7-3 تقييم النجاح في عملية التدريب:

إن رياضة المستويات العالية بما تتميز به من طابع مركب و معقد لا تقتصر على تقييم عملية التدريب طبقاً للنجاح و الفشل في المنافسات الرياضية فقط بل ينبغي استخدام أنواع متعددة من وسائل التقييم مثل اختبارات القدرات البدنية و المهارية و الخططية و الاختبارات النفسية و مقاييس العلاقات الاجتماعية حتى يمكن تحديد نوع و مدى الانحراف عن الأهداف الموضوعية للتدريب .

و بذلك يمكننا تصويب و تصحيح مسار عملية التدريب بصورة مستمرة ، هذا بالإضافة إلى ضرورة استعانة المدرّب الرياضي بالمعلومات و التقارير التي يقدمها الطبيب المختص بعلم النفس أو الإداري عن حالات اللاعبين و ضرورة مقارنتها بفكرة المدرّب عن كل لاعب في أثناء التدريب أو في المنافسات.

1-7-4 رعاية اللاعب:

إن التدريب و المنافسة من المواقف التي تحتاج إلى المزيد من التعب العصبي فقد يستجيب اللاعب لهذه المواقف إما بصورة ايجابية تسهم في تعبئة طاقاته و قدراته أو بصورة سلبية تسهم في خفض مستوى قدراته و

طاقاته و ينبغي على المدرّب أن يتعرف إلى المؤثرات المتعددة التي تؤثر على اللاعبين في مختلف مواقف التدريب أو المنافسة حتى يضمن بذلك نجاح عملية الرعاية للاعب .

1-7-5 توجيه اللاعب و إرشاده:

يقصد بالتوجيه كل الأساليب المصاحبة لعملية التدريب و التي يجب أن تساعد اللاعب على فهم نفسه و فهم مشكلاته و استغلال إمكاناته الذاتية من قدرات و مهارات و استعدادات و اتجاهات و استغلال إمكانات بيئته ليحاول تحقيق الأهداف التي تتفق مع هذه الإمكانيات و أن يختار الطرق و الوسائل و الأساليب الصحيحة التي تحقق له الوصول حتى يتمكن من التغلب على مشكلاته و يستطيع التكيف مع نفسه و مع المجتمع الذي يعيش فيه كي يحقق أقصى ما يستطيع من نمو متكامل في شخصيته .

و يمكن للمدرّب تحقيق هذه الأهداف عن طريق خدمات التوجيه و عن طريق الإرشاد الفردي الذي يقصد به العلاقة المتبادلة التي تقوم بين المدرّب و اللاعب لمحاولة مساعدة اللاعب وتوجيهه.

1-8 المدرّب الرياضي كقائد :

يعتمد وصول اللاعب/الفريق الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية بعدة عوامل ، و من بين أهم هذه العوامل المدرّب ، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطاً وثيقاً بمدى قدرات المدرّب على إدارة عملية التدريب الرياضي - من تخطيط و تنظيم و تقويم - و على قدراته في إعداد اللاعب للمنافسات الرياضية و إدارته لهذه المنافسات، و كذلك قدرته على رعاية و توجيه و إرشاد اللاعبين/الفريق قبل و بعد و أثناء و بعد المنافسات .

و في ضوء ذلك يمكن النظر إلى المدرّب الرياضي من حيث أنه قائد " leader " يقوم بعملية الإدارة الفنية للاعبين أو الفريق ككل في رياضته التخصصية ، كما يقوم بإدارة عملية التوجيه و الإرشاد و الرعاية للاعبين و الفريق ، فالقيادة عبارة عن علاقة متبادلة بين فرد (القائد) و مجموعة من الأفراد (التابعين followers) و يقوم فيها القائد بالتوجيه و التأثير على سلوك هذه المجموعة من الأفراد بمختلف الطرق و الوسائل بغية تحقيق هدف أو أهداف محددة ، أو هي الدور الذي يتضمن التأثير والتفاعل ، و يقود نحو إنجاز الهدف ، و ينتج عنه التغيير البنائي خلال المجموعات .

فالقيادة ببساطة تعني كيفية التخطيط للهدف ، وذلك لإعطاء الآخرين الاتجاه من خلال معرفتهم ما مطلوب عمله ، كذلك تعني القيادة تطوير كل من البيئة الاجتماعية و النفسية، أي ما يسمى مناخ الفريق و

تماسك الفريق ، و هذا يعني و يؤكد لنا أن دور المدرّب لا يقتصر فقط على تطوير القدرات البدنية و المهارات فحسب . (علي فهمي بيك - عماد الدين ابو زيد، 2003)

9 - 1 المدرّب و اتخاذ القرار:

إن جميع الإجراءات أو العمليات التي يقوم بها المدرّب الرياضي و تهدف إلى وصول اللاعب و الفريق إلى المستويات الرياضية العالية تحتاج إلى اتخاذ قرارات ، فالمدرّب الرياضي - على سبيل المثال - الأهداف المطلوب تحقيقها خلال توليه مهمة تدريب اللاعبين و الفريق ، و يحدد البرامج و الإجراءات و العمليات التي يمكن بها تحقيق هذه الأهداف ، كما أن المدرّب هو الذي يقرر كيفية إختيار اللاعبين للاشتراك في المنافسات و مراكزهم و واجباتهم ، و يقرر خطط اللعب و تغييرها إذا استدعى الأمر و غير ذلك من الجوانب التي تحتاج من المدرّب اتخاذ القرارات

فكأن عمل المدرّب ما هو إلا سلسلة متصلة من القرارات ، و كل قرار من هذه القرارات قد يؤثر بصورة واضحة على اللاعبين أو الفريق إيجابا أو سلبا . (علي فهمي بيك - عماد الدين ابو زيد، 2003، صفحة 39) إن القدرة على اتخاذ القرارات تعتبر مقياسا لمدى قدرة المدرّب في تسيير عملية التدريب وفقا لخطة التدريب الموضوعية ، و هي تعتبر أساس نجاح عمله و مهاراته في تنفيذ متطلبات خطة التدريب و حسن تصرفه في حل مشاكله التي تقابله ، فالقرارات الجيدة التي يتخذها المدرّب ينعكس أثرها على العاملين مع المدرّب و يرفع معنويات لاعبي الفريق .

و أحيانا في بعض المشاكل يكون المدرّب المدرّب على أسلوب العمل الصحيح هو الذي يشارك معه الجهاز المعاون سواء الفني أو الإداري أو الطبي أو الكل في اتخاذ القرارات وفقا للحاجة كما في ذلك من مزايا كثيرة لعل أهمها هو شعور الآخرين بأهميتهم و إحساسهم بالمسؤولية ، و يدفعهم للعمل الإيجابي في تنفيذ القرارات ، بعكس ما إذا كان العمل عبارة عن أوامر من المدرّب و تنفيذ من مساعديه فقط ، و هذا يساعد في نجاح عملية التدريب ، و يقصد باتخاذ القرار " Decision Making " اختيار بين بدائل لإيجاد حل لمشكلة أو لمواجهة موقف أو لمحاولة تغيير حالة ، و الحاجة لاتخاذ القرار تنبع من وجود بدائل ، الأمر الذي يتطلب عملية الاختيار بين هذه البدائل ، و عدم قدرة المدرّب على اتخاذ القرار تعتبر من العوامل التي تجعله يقع في براثن الصراع النفسي الذي يؤثر على جوانب شخصيته بصورة سلبية و الأساس في اتخاذ القرار هو اختيار سلوك أو تصرف معين بعد تفكير و دراسة، لأن عملية اتخاذ القرار عملية رشيدة و عقلانية و ليست عملية عاطفية أو انفعالية ، و تمر عملية اتخاذ القرار بخطوات يجب على المدرّب مراعاتها جيدا ، لأن المدرّب إذا ما اتخذ قرارا فإنه لا يمكن استعادته أحيانا ، و

لكن يمكن فقط اتخاذ قرار جيد قد يؤثر في وضع المدرّب ، و إن كان الرجوع عن القرار الخاطيء للقرار الصواب يعبر عن قوة المدرّب و يلقي ترحيبا من جميع من يتعامل معهم سواء اللاعبين أو الفريق أو جهازه المعاون . (علي فهمي بيك - عماد الدين ابو زيد، 2003، الصفحات 40-41)

خاتمة:

إن اهتمام العلوم المرتبطة بعلوم التدريب الرياضي من العوامل الأساسية في نجاح المدرّب الرياضي الذي يحسن التعامل معها خلال خبرته في مجال التدريب، و ذلك باستعمال طرق علمية تساعد في تحقيق أهدافه، بالإضافة إلى العلاقة الجيدة باللاعبين التي تمكنه من أداء مهامه في ظروف ملائمة وبناء فريق متماسك و قوي يمكنه من خوض غمار المنافسة و تحقيق النتائج.

الفصل الثاني : السلوك القيادي

تمهيد

2- مفهوم السلوك

2-1- أقسام السلوك

2-1-1- السلوك الفطري

2-1-2- السلوك المكتسب

2-2- أنواع السلوك

2-2-1- السلوك الفردي

2-2-2- السلوك الاجتماعي

2-2-3- السلوك الجماعية

2-2-4- استقرار السلوك

2-2-5- الاستماع الايجابي

2-2-6- الاتصال غير اللفظي

2-2-7- توصيل المعلومات

2-2-8- المكافأة والعقاب

2-3- أساليب القيادة

2-3-1- القيادة السلطوية

2-3-2- القيادة السلوكية

2-3-3- القيادة الإنسانية

2-3-4- القيادة الديمقراطية

2-3-5- قيادة عدم التدخل

تمهيد:

تحتاج الفرق الرياضية في الوقت الحاضر قيادة ديناميكية مرنة قادرة على مواجهة التحديات الصعبة لدى المدرب الرياضي .

فهناك بعض المدربين لديهم الفن في إدارة الفرق الرياضية ، و لديهم القدرة على القيام بواجباتهم بديارية وكفاءة وإخلاص ،لذا ازدادت الحاجة إلى هذه الكفاءات القادرة على قيادة اللاعبين في عملية التدريب و المنافسات لتحقيق الأهداف المطلوبة .

ويعتبر الدور القيادي الذي يقوم به المدرب من أهم الأدوار الاجتماعية لدى أعضاء الفريق ، إذ يعمل المدرب على زيادة تماسك الفريق والجماعة ويدخر لهم أفضل فرص التعاون وتنمية العلاقات الإنسانية بينهم التي تسعى بدورها إلى تحقيق الأهداف المسطرة بأقصى جهد من أجل رفع شأن الجماعة ، كما يقوم المدرب بدور مؤثر في حل المشاكل التي قد تواجه أعضاء الفريق من اللاعبين خلال عملية التدريب أو المنافسة بالإضافة إلى الدور الذي يقوم به المدرب من استغلال قدرات اللاعبين الفنية والبدنية والنفسية و الاجتماعية مع محاولته في تطويرها وترتكز فاعلية السلوك القيادي للمدرب الرياضي على عاملين أساسيين وهما الأسلوب المناسب للقيادة، وسمات شخصية المدرب والخبرات العملية التطبيقية في المجال الرياضي ،أظهرت أن العديد من القادة الرياضيين الناجحين يتشابهون في بعض السمات الشخصية .

كما انه من الأهمية بمكان أن يعرف المدرب الرياضي القائد السمات التي يتميز حتى يعرف نفسه عن حقيقتها وبالتالي يستطيع تطوير أو تنمية هذه السمات بوسائل مختلفة ، و في ضوء العديد من الدراسات السابقة تم التوصل إلى مجموعة لأهم السمات والأساليب الشخصية المميزة الواجب توافرها في المدرب الرياضي والتي من أهمها تأثيرا: القيادة، الثقة بالنفس ، وتحمل المسؤولية ، الكفاءة العلمية وروح الإبداع ، التناغم الوجداني مع اللاعبين لغرض التوفيق ونجاحه في مهامه القيادية و المتمثلة أساسا في التدريب والتوجيه و الإرشاد الفني و العمل على تحقيق التقارب بين أعضاء الفريق وتحقيق المناخ الاجتماعي من خلال توطيد وتدعيم العلاقات الاجتماعية وبناء تماسك أعضاء الفريق بما يضمن تحقيق الأهداف .

2- مفهوم السلوك :

يقصد بالسلوك بأنه عبارة عن الاستجابات الحركية والفردية الصادرة عن عضلات الكائن الحي أو الفرد الموجود في جسمه ولذلك فإن السلوك الإنساني يتكون من العديد من الأنشطة التي يؤديها الفرد في حياته اليومية حتى يمكن إن يتكيف مع مقتضيات المعيشية فالسلوك يمثل في الأنشطة الفاعلة الملموسة ، كالاستيقاظ من النوم وتناول الإفطار وقراءة الصحف والتوجه إلى العمل وأنجاز بعض الأعمال ، وهناك محاولات مختلفة لوصف السلوك . (اسامة راتب كامل، 1995، صفحة 57)

2-1- أقسام السلوك :

2-1-1- السلوك الفطري :

هو السلوك الذي يحتاج إلى تعلم ، مثال إن الطفل الصغير لم يتعلم من احد الصراخ أو البكاء أو الرضاعة ، فالسلوك الفطري سلوك موروث ،

2-2-2- السلوك المكتسب :

في صور متعددة ، لكن يجب أن نلاحظ أن العوامل البيئية المحيطة بالفرد تلعب دورا هاما في تهذيب وتطهير سلوكه الفطري حتى يكون مقبولا من المجتمع .

2-2- أنواع السلوك :

2-2-1- السلوك الفردي :

يعتبر السلوك الفردي ابسط صور السلوك حيث يتعلق بفرد معين ، فكل منا يتعرض لمواقف متعددة في حياته اليومية نطلق على كل موقف منها لفظ مؤثر ويوضح الشكل التالي هذا من صور السلوك .

هل يستجيب جميع الأفراد بصورة واحدة بالنسبة لمؤثر؟ لقد ثبتت الدراسات السلوكية إن المؤثر الواحد ينتج

أنواعا من السلوك المتنوعة لدى الأفراد المتخلفين وذلك باختلاف السن و الجنس و الخصائص الشخصية والوسطى والعوامل البيئية كل هذه العوامل بالإضافة إلى عوامل اهرى تؤدي إلى اختلاف "إدراك" الأفراد المؤثرات وتصوراتهم عن أنواع السلوك المفضلة .

مما سبق يمكن أن نستنتج إن الموقف الواحد {المؤثر} قد يترتب عليه العديد من الاستنتاجات المختلفة {المؤثر} الأفراد للموقف. (اسامة راتب كامل، 1995، صفحة 45)

2-2-2- السلوك الاجتماعي:

وهو لسلوك الذي يمثل في علاقة الفرد بغيره من أفراد الجماعة، وهو أيضا إحدى صور السلوك الشائعة في الحياة الإنسانية بطبيعته إلى الانتماء وتكوين العلاقات الاجتماعية مع غيره من أفراد . ويكتسب الإنسان هذا السلوك منذ مولده نتيجة علاقاته بأسرته التي ينشأ فيها أولا ثم بالبيئة الاجتماعية خارج الأسرة ثانيا .

وارتباط فرد بشخص آخر يترتب عليه تأثير سلوك كل منهما بالأخر ويظهر ذلك بدرجة واضحة عندما تزداد الرابطة وتقوى الصداقة بينهما حتى يقوم بالمرابط سلوكية تتفق مع قيم وعادات و تقاليد الجماعة و ترضى قبولها وفي حالة عدم قيام الفرد بطريح سلوكه لما يرضى الجماعة فان الجماعة غالبا ما ترفضه، وهذا يتوقف على مدى إمكان الفرد الاستغناء عن هذه الجماعة فإذا كانت له مصلحة لا يستطيع إن يحققها بدون هذه الجماعة إي طريق الانضمام إلى جماعة أخرى .فانه غالبا ما بيدل من سلوكه ويطوعه بحيث يسلك طبقا للمفاهيم.

2-2-3- السلوك الجماعية :

السلوك الجماعي هو سلوك الجماعة من الأفراد تتصف بالقدرة على تطوير قواعد وعادات السلوك بطريقة تلقائية تخالف ما هو شائع و مقبول في المجتمع ولعل من النماذج الأساسية للسلوك الجماهيري ذلك إن الجماعة البشرية ،كالفرد تصيبها من أن احد حالات من التمزق العنيف فإذا بها تنقل إلى حالة الهياج و التوتر الذي يربط به ويصاحبه الكثير من أعمال العنف .

تحليل سلوك المدرب:

الموقف 1: وجه المدرب للاعب إلى وجود خطأ في الأداء، دون أن يوضح له كيفية إصلاحه،
أي أن المدرب أصدر أحكاما ولم يقدم التوجيهات، وذلك يضعف من الثقة وعملية الاتصال بين المدرب واللاعب .
الموقف 2: حدد المدرب الخطأ وكيفية إصلاحه، أي قدم توجيهات تؤدي إلى أن يستفيد اللاعب منها ويتحسن في الأداء مما يؤدي إلى زيادة ثقة اللاعب بالمدرب وتحسين عملية الاتصال بينهما .

لكن قد يؤخذ على المدرب أنه لم يحسن استغلال وقت الممارسة على نحو جيد حيث أنه طلب من جميع اللاعبين التوقف عن الممارسة، بينما قدم ملاحظاته لتصحيح الأداء للاعب واحد فقط .

الموقف 3: أحسن المدرب تحديد الخطأ وقدم التوجيهات... إضافة إلى مميزات أخرى أهمها إصلاح الخطأ بشكل فردي لكل لاعب، ولم يتوقف بقية اللاعبين عن استمرار الممارسة:

التوجيهات للأداء تفصل إصدار الأحكام.

التوجيهات يفضل أن تكون فردية.

التوجيهات للسلوك وليس للشخصية (اسامة راتب كامل، 1995، صفحة 49)

2-2-4- استقرار السلوك:

يعتبر استقرار السلوك من العوامل الهامة المساعدة في تحسين الاتصال مع اللاعبين، حيث يصبح اللاعب قادراً على التعامل مع المدرب، أما تناقض السلوك بأن يدعي شيئاً ويعمل شيئاً آخر... أو يسلك سلوكاً معيناً ويعارضه في يوم آخر فإن ذلك يجعل اللاعب مضطرباً ويضعف من عملية الاتصال بينهما، وعدم استقرار سلوك المدرب في التعامل مع اللاعبين يجعلهم في حيرة ويضعف من ثقتهم وعدم الثقة في التعامل معه والاتصال به . (اسامة راتب كامل، 1995، الصفحات 52-55)

2-2-5- الاستماع الإيجابي:

تمثل مهارة الاستماع الجيدة أهمية كبيرة لنجاح عملية الاتصال بين المدرب واللاعب حيث تفيد في التعرف على خصائص السلوك الداخلي للاعب... كيف يفكر وما هي انفعالاته، وما هي الدوافع التي تنظم سلوكه؟ وكون المدرب لا يجيد الاستماع الجيد للاعب... يعني أن اللاعب سوف يعرض عن الحديث مع أي منهم، وبذلك تضعف عملية الاتصال... وربما قد يلجأ اللاعب إلى تعمد السلوك غير المرغوب فيه لإثارة انتباه وتركيز المدرب . (اسامة راتب كامل، 1995، الصفحات 52-55)

2-2-6- الاتصال غير اللفظي (الجسمي): لغة الجسم تساهم بدور هام في التأثير على سلوك اللاعبين من حيث زيادة حماسهم، وزيادة تقديرهم وتحسين الاتصال مع المدرب/القائد الرياضي .

حركات الجسم (أجزاء الرأس، إشارات الأصابع)، خصائص الصوت (مرتفع، منخفض)، السلوك اللمسي. كل ذلك يمكن أن يعكس انفعالات إيجابية أو سلبية نحو أداء اللاعبين... يعبر عن رضا المدرب على سلوك اللاعبين في مواقف معينة أثناء التدريب أو المنافسة. (اسامة راتب كامل، 1995)

2-2-7- توصيل المعلومات: يستطيع المدرب توصيل المعلومات التي يريدتها للاعب بسهولة ويسر... فيستخدم العبارات التي يستطيع اللاعبون فهمها... ويتكلم بوضوح ويستطيع جذب اللاعبين بسرعة... كما يمكنه الاتصال الجيد مع اللاعبين من خلال المتابعة البصرية... الإجابة عن التساؤلات لتعلم أو تدريب مهارات... يقدم شرحاً مختصراً للأخطاء وكيفية تصحيحها... لديه الصبر عند التعامل مع اللاعبين. من ناحية أخرى عدم القدرة على توصيل المعلومات التي يريدتها اللاعبين... يقدم الشرح فوق مستوى قدراتهم... يستغرق وقتاً طويلاً في الشرح... يدور حول الموضوع ودائماً يترك اللاعبين في حيرة وارتباك، غير قادر على توضيح المهارات وتعلمها في تتابع منطقي سليم.

2-2-8- المكافأة والعقاب: إن طبيعة عمل المدرب الرياضي تتطلب العديد من أنواع الاتصال اللفظي أو غير اللفظي مع أنواع مختلفة من الأشخاص أو الهيئة التي يمكن للمدرب الرياضي التعامل معهم عن طريق الاتصال. (علاوي، 1998، صفحة 61)

2-3- أساليب القيادة :

مفهوم أساليب القيادة يركز أساساً على أن هناك بعض الأساليب أو الأنماط المحددة التي يستخدمها القادة في غضون العملية القيادية في سبيل قيادة التابعين أو المرؤوسين أو اللاعبين ويمكن ملاحظتها بسهولة والتي تعكس سلوك وتصرفات القادة بصورة واضحة. (راتب، 1995، الصفحات 376-379)

ولعل الدراسات الباكرة في هذا المجال تلك الدراسات التي أشرف عليها " كيرت ليفين " في أواخر الثلاثينات من هذا القرن وقام بإجرائها كل من "ليببت" و "هوايت" وكذلك بعض الدراسات الأخرى التي أجريت بعد ذلك وخاصة بالنسبة للقادة الرياضيين والتي قام "مارك انشل" بتلخيصها.

وفيما يلي عرض موجز لهذه الأساليب القيادية وهي :

* القيادة السلطوية أو الأوتوقراطية .

* القيادة السلوكية .

* القيادة الإنسانية .

* القيادة الديمقراطية .

* قيادة عدم التدخل .

2-3-1- القيادة السلطوية: هذا النوع من القيادة يتميز بمركزية السلطة المطلقة وقيام القائد

باستخدام أسلحة التمهيد والوعيد والإجبار لانجاز الأعمال والواجبات وترتبط بقيام التابعين بانجاز الأعمال خوفا من العقاب أو سعيا لإرضاء القائد .

وفي هذا النوع من أساليب القيادة لاتتاح الفرصة للتابعين للمشاركة في عملية اتخاذ القرار ، ويقوم القائد بكل أعمال التفكير والتخطيط والتنظيم وليس على التابعين سوى التنفيذ .

والقائد السلطوي أو الأوتوقراطي ينظر إليه على أن توجهاته بالدرجة الأولى نحو انجاز الأعمال ، كما انه لا يتأثر بالنقد ، ويعتقد انه يعرف الإجابة لأي سؤال أو يعرف الحل لأي مشكلة . ويشعر بان التابعين يحتاجون للقائد القوي العنيف . (علاوي، 1998، صفحة 65)

ومن ناحية أخرى فان مثل هذا النوع من القادة تكون لديه الثقة كبيرة بأنه يستطيع إنهاء أي عمل يقوم ب هاو يشرف عليه بنجاح ، كما أن لديه حاجة داخلية للتحكم في التابعين .

هذا النوع من القيادة يحدث حالة من النفور لدى اللاعبين وعدم الاستجابة الكلية للاعبيه لتوجيهاته وأوامره السلطوية والإجبارية لانجاز الأعمال فهذا النوع من غير مرغوب فيه

2-3-2 - القيادة السلوكية :

القائد الذي يتسم بأسلوب القيادة يقوم بعمليات التدعيم أو التعزيز أو الثواب أو المكافأة مباشرة عقب السلوك الناجح للتابعين ، ولا يستخدم كلمات التهديدات أو الوعيد ولا يميل إلى استخدام العقاب كوسيلة لتعديل السلوك .

والأهداف التي يحددها تكون ذات مغزى للتابعين وتتسم بالواقعية ويمكن تحديدها مع وجود الإصرار والتحدي من التابعين ، كما يرى أن كل فرد مسؤول عن تصرفاته ويدرك جيدا حاجات الأفراد

وحاجات الجماعة ويسعى جاهدا للمساعدة في تلبية الحاجات المشروعة للتابعين . (علاوي، 1998)

كما أن هذا النوع من القيادة يتميز بالمرونة والقدرة على تغيير وتعديل الأهداف عن التحقق من عدم القدرة على تحقيقها ومحاولة تنظيم الموقف أو اشتراطات البيئة بصورة معينة لكي ينتج عنها سلوكيات لها نتائج مرغوبة .

2-3-3- القيادة الإنسانية: القائد الإنساني يحاول أن يتفهم الجوانب النفسية لدى الأفراد ويسعى جاهدا للتعامل مع كل فرد بطريقة التي يجب أو يحتاج الفرد أن يتعامل بها كالإحرام أو التعاطف أو الاستقامة و الصراحة و الأمانة ، كما يحترم الفروق الفردية للتابعين .

كما أن لديه استعداد واضح للاستماع و الإنصات للتابعين ويعتقد أن تحقيق مطالبهم من العوامل الهامة الارتقاء بإنجازهم . (علاوي، 1998، الصفحات 31-32)

والقائد الرياضي الإنساني يهتم بدرجة كبيرة باللاعب من حيث أنه إنسان له مطالب و عليه واجبات والتزامات سواء كانت علمية أو مهنية أو اجتماعية و غيرها لا ينظر إليه من حيث انه لاعب فقط يواظب على التدريب و ينتظم في الاشتراك في المنافسات .

وينظر إلى القائد الإنساني على انه يهتم بدرجة واضحة بمشاعر التابعين بدرجة أكبر من اهتمامه بالإنتاج أو النتائج . كما أن هذا النوع من القيادة يساعد على ترقية وتطوير الدافعية الداخلية لدي الرياضيين .

إن هذا الأسلوب القيادي مجدي لكن بدرجة أقل لان الاهتمام بالمشاعر لوحدها دور مراعاة الجوانب الأخرى ناقص لا يمكن الاعتماد عليه بدرجة كبيرة لأنه يحدث خلل وعدم الانضباط من يجانب اللاعبين و بالتالي عدم التحكم في التدريب .

2-3-4- القيادة الديمقراطية:

يعتبر اختبار القيادات الرياضية بالانتخاب الحر المباشر من معالم الأسلوب الديمقراطي . و من أمثلة ذلك اختيار أعضاء النادي لمجلس إدارة النادي أو اختيار الأندية الرياضية لمجالس الاتحاديات الرياضية أو اختيار اللاعبين بالانتخاب الحر المباشر لقائد الفريق.

و في هذا النوع من القيادة يقوم القائد بإشراك التابعين في اتخاذ القرارات بهدف خلق نوع من المسؤولية لدى أفراد الأمر الذي ينتج عنه غالبا الارتقاء بالروح المعنوية للأفراد ، وارتباطهم بالجماعة و الارتفاع بدرجة الولاء و

الانتماء بالإضافة إلى إحساس الفرد بأهميته وقيّمته في الجماعة . كما أن القيادة الديمقراطية تتميز بالاستماع الجيد لأراء التابعين وتحترم وجهات النظر الأخرى و الرأي الآخر حتى ولو كان هذا الرأي يحمل في طياته النقد اللاذع ، وينتقد البعض هذا النوع من أساليب القيادة من حيث انه يسهم في تأخير اتخاذ القرار في بعض المواقف التي تحتاج بدرجة الأولى إلى السرعة القصوى في اتخاذ القرار . (علاوي، 1998، صفحة 33)

2-3-5- قيادة عدم التدخل :

هذا النوع من القيادة يقوم القائد بإعطائه الحرية الكاملة للتابعين في تحديد الأهداف و إنجاز الأعمال واتخاذ القرارات بالإضافة إلى التأثير المحدود لسلوك المدرب على اللاعبين ، وقد أشارت النتائج بعض الدراسات أن مثل هذا النوع من السلوك القيادي قد يصلح في بعض الجماعات أو التنظيمات المعنية التي تتميز بارتفاع مستوياتها العلمية والعقلية كالجماعات أو مراكز البحث العلمي ، كما قد يصلح بالنسبة للجماعات الرياضية ذات المستويات العالية . (علاوي، 1998، صفحة 33)

الفصل الثاني : المدرب والتدريب

تمهيد

1 - المدرب والتدريب الرياضي

1_1_1 ماذا تعني كلمة التدريب

1_2_1 تعريف التدريب

1_3_1 أهداف التدريب

1_4_1 شخصية المدرب

1_4_1_1 الصفات الشخصية للمدرب

1_4_1_2 الصفات المهنية للمدرب الرياضي

1_4_1_3 الصفات الصحية للمدرب الرياضي

1_4_1_1 الصفات الفنية للمدرب الرياضي

1_5_1 الأنماط الشائعة للمدرب الرياضي

1_5_1_1 في مجال العلاقة مع اللاعبين

1_5_1_1 المدرب المسيطر

1_5_1_2 المدرب الديمقراطي

1_5_1_3 المدرب الموجه

1_5_1_2 في مجال تخطيط و تنفيذ التدريب

1_5_1_2_1 علمي _ نظري

1_5_1_2_2 خبراتي _ عملي

1_5_2_3_ علمي _ خبراتي

1_5_3_ في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة

1_5_3_1_ خططي

1_5_3_2_ نفساني

1_5_3_3_ انفعالي

1_6_ سلوك المدرب الرياضي

1_6_1_ السلوك 9/9

1_6_2_ السلوك 9/1

1_6_3_ السلوك 1/9

1_6_4_ السلوك 1/1

1_6_5_ السلوك 5/5

● السلوك التدريبي

● السلوك الأوتوقراطي

● السلوك الاجتماعي المساعد

1_7_ واجبات المدرب الرياضي

1_7_1_ تخطيط التدريب

1_7_2_ أداء عملية التدريب

1_7_3_ تقييم النجاح في عملية التدريب

1_7_4_ رعاية اللاعب

1_7_5_ توجيه اللاعب و إرشاده

1_8_ المدرب الرياضي كفاءد

1_9_ المدرب واتخاذ القرار

تمهيد:

يرى الكثير من الرياضيين أن الثقة بالنفس هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز، وهذا اعتقاد خاطئ، وربما يقود إلى المزيد من الافتقاد إلى الثقة أو الثقة الزائدة. ولكن المفهوم الصحيح للثقة بالنفس يعني توقع الرياضي الواقعي لتحقيق النجاح. فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل أن يفعله الرياضي ولكن ما هي الأشياء الواقعية التي يتوقع عملها، و قد يكون من المناسب أن نفرق بين العمل بثقة، وتوقع النتائج، فتوقع النتائج يعني إلى أي مدى يتوقع اللاعب تحقيق المكسب أو الخسارة في المنافسة. بينما الثقة هي شعور اللاعب أن أداءه سوف يكون جيدا بصرف النظر عن النتائج، وحتى إذا كان المنافس متفوقا عليه. لذلك فإن الأداء الجيد المقرون بالثقة بالنفس ليس من الضروري أن يؤدي دائما إلى تحقيق المكسب. حيث يمكن عدم تحقيق الفوز أو المكسب، و لكن هذا لا يفقد الرياضي الشعور بالثقة أو إجادة الأداء.

3-1- تعريف الثقة بالنفس :

بالرغم من تحدث كل من الرياضيين والمدربين والمدربين عن الثقة بالنفس إلا أنه ليس هناك تعريف دقيق لهذا المصطلح إذ يعرفها علماء النفس الرياضي على أنها "الاعتقاد بإمكانية النجاح بأداء سلوك مرغوب". (محمود، عبد العزيز عبد المجيد، 2005، صفحة 277)

والسلوك المرغوب قد يكون رياضة من الرياضات أو الاستمرار في نظام تدريبي محدود هذا التعريف يمثل تعريف قاموس "Chambers" للثقة على أنها "الاعتقاد الثابت فينتهي لشيء ما" و يعرفها "رولسرت rollers" بأنها "درجة الاعتقاد التي تمكنك من تأدية سلوك مرغوب بنجاح". (tutko, 1981, p. 126)

أما "thèmes" فيعرفها بأنها "درجة اليقين التي يمتلكها الفرد فيما يتصل بقدرته على النجاح في الرياضة" (Chishie leScanff, 2003, p. 159)

و يشير "كوس kauss" إلى أن الثقة بالنفس "شعور داخلي إما تمتلكه أو لا تمتلكه" (Cox, Richard H, 2005, p. 29)

و يعرف "manzo.l.g" (1994) الثقة الرياضية بأنها "خاصية ثابتة نفسيا و مكونة من درجة مرتفعة من تفكير إيجابي ، و تفاؤل ، الاعتقاد بأنك في حكم سيطرة ، و تحكم مدرك مع امتلاك مهارات القدرات للنجاح و كفاءة مدركة" (محمد صدقي نور الدين، 2004، صفحة 31)

و اهتمت رويين فيلي "ROBINS VEALY" اهتماما كبيرا بالثقة بالنفس و عرفت على أنها "درجة التأكد أو الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة" (محمد صدقي نور الدين، 2004)

أما محمد حسن علاوي فيعرفها بأنها "درجة التأكد و اليقين بأن اللاعب يمتلك القدرة على النجاح في الرياضة" (محمد حسن علاوي، 2002، صفحة 51)

و يوضح هذا التعريف أن تحقيق النشء للنجاح خلال ممارستهم في النشاط الرياضي يمثل أهمية كبيرة تشغل فكرهم و تؤثر على مستوى تركيزهم، و على العموم فإن الثقة في النفس أو الثقة الرياضية "تختلف من رياضي لآخر ، فالرياضي الذي يمتلك الثقة الرياضية لا بد أن يكون واثقا من نفسه ، وأن له القدرة على اكتساب المهارات

الأساسية (البدنية و العقلية) و على تحقيق النجاح المطلوب منه ، بينما نجد أن الرياضي الأقل ثقة لا بد أن تكون لديه شكوك و ظنون في قدرته على اكتساب المهارات و على تحقيق النجاح .

3-2 - أهمية الثقة بالنفس:

تعتبر الثقة بالنفس من سمات الشخصية الهامة في المجال الرياضي ، نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين ، و لهذا كان لدى علماء علم النفس الرياضة بصفة تقليدية مبنى لثلاثة مداخل في دراسة الثقة بالنفس في المجال الرياضي ، و هي نظرية فعالية الذات "لبانتورا" (1977) و التي اتخذت للتنبؤ بالسلوك بقياس توقعات الفعالية ، التركيز على النجاح المتكرر للفرد خلال مشاركاته ، و نظرية واقعية الكفاية ل "هارتر" (1978) التي حاولت أن تكفيها لإدراك الكفاية في المجال الرياضي للتنبؤ بسلوك الانجاز و نظرية إدراك القدرة ل " نيكولز" (1980) و التي ميز بين توجه الفرد الرياضي نحو المهمة و إدراكه لقدراته. (محمد صدقي نور الدين، 2004، صفحة 36)

3-3- نظريات الثقة بالنفس:

3-3-1- نظرية فعالية الذات ل "بان دورا"

تعتمد نظرية بان دورا على مفهوم كفاءة الذات كشرط أساسي لأداء بكفاءة في المواقف التنافسية التي يشترك فيها الفرد الرياضي ، حيث تشير الكفاءة إلى " قدرة الفرد على ما يحتاجه أو القدرة على أداء المهارات بصفة خاصة " وعلى هذا فكلما يرفع مستوى كفاءة الذات ارتفع إنجاز الأداء لدى الفرد ، مفهوم الثقة بالنفس و هو اعتقاد الفرد أنه كفيء و يستطيع إنجاز شيء ما بنجاح و فعالية و على هذا يتضح أن درجة أو مستوى كفاءة الذات لدى الرياضي هي التي تحدد مدى إمكانية إقباله ودخوله المواقف التنافسية و الابتعاد عنها ، و هذا يشير إلى كفاءة الذات هي دالة للثقة بالنفس لدى الرياضي . (Cox, Richard H, 2005, p. 25)

3-3-2- نظرية واقعية الكفاية ل "هارتر"

تعتبر نظرية واقعية الكفاية لهارتر (1978 - 1981) النظرية الوحيدة التي تهتم بوصف و شرح التنبؤ ، بماذا يكون الأفراد مدفوعين للإشراك في مجالات الانجاز بشكل خاص ، حيث

توضح أن الأفراد يكونون مدفوعين لكي يكونوا أكفاء في مجالات الانجاز المعرفية ، و البدنية و الاجتماعية من منطلق الشعور بالكفاية و تكمل المسؤولية عن محاولات نجاحهم و فشلهم ، أو بمعنى آخر فإن الرياضيين الذين يدركون كفاءتهم في المجال الرياضي يكونون أكثر إقبالا على المشاركة في المواقف التنافسية الرياضية ، بينما الرياضيين الذين يكون إدراكهم لكفاءتهم منخفضا فإنهم لا يستمرون و لا يقبلون على المشاركة في المواقف الرياضية التنافسية . (Chishie leScanff, 2003, p. 160)

3-3-3- نظرية إدراك القدرة ل "نيكولز"

تهتم هذه النظرية بإيضاح العلاقة بين إدراك الرياضي لقدراته و مدى صعوبة الهدف (الواجبات) الذي يتجه الرياضي إليه لتحقيقه ، بمعنى آخر توضح الأهداف التي يتجه الرياضي لانجازها تتأثر بمعرفته و إدراكه لقدراته ، و على ذلك فإن سلوك الرياضي لانجاز الهدف الذي اختاره سوف يختلف من حيث مستوى الأداء ، و معدل الجهد المبذول ، و المثابرة و الإصرار على تحقيقه . و لهذا يختلف الرياضيين في توجههم نحو نوعين من الأهداف ، هما هدف "المهمة" و هدف "الذات" نظرا لأنهما يمكنان حكما لإدراك الرياضي لمفهوم النجاح و الفشل . (محمد صدقي نور الدين، 2004، صفحة 9)

3-4-4- مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي:

لقد حرصت "فيالي - R, Velay" على تحديد مصادر الثقة بالنفس لدى الرياضيين، و علاقتها بنموذج الثقة الرياضية، و التي تحققت من صدقه ، و في سبيل ذلك طورت مقياسا لقياس هذه المصادر هو (استبان مصادر الثقة - S.S.C.Q) و قد اشتمل على تسعة مصادر للثقة الرياضية و هي:

3-4-4-1- السيطرة المهارية:

و هو مصدر للثقة يستمد من السيطرة أو تحسين أداء المهارات الرياضية ، انجاز الأهداف الشخصية المرتبطة بهذه السيطرة أو ذلك التحسن.

3-4-4-2- اظهار القدرة:

و يستمد إظهار الرياضيين لمهاراتهم بالنسبة للآخرين ، أو إظهار مزيد من القلق أكثر من منافسيهم ، حيث تشير القدرة إلى وجود سمة عامة من الفرد غير ظاهرة ، و لكنها تؤثر في أداء عدد من المهارات الخاصة .

3-4-3- الإعداد البدني العقلي:

و يستمد من الإعداد البدني العقلي مع التركيز على الأداء التالي ، و قد دعم هذا المصدر لعديد من الباحثين الذين وجدوا أن حالة اللياقة البدنية كانت واحدة من أعلى الأساليب التي سجلت درجات من قبل المدربين لفائدتها ، و هذا المصدر يشير إلى أهمية التزام اللاعبين بالتدريب البدني ، و الحاجة إلى إنتاج التركيز العقلي لتحصيل الثقة اللازمة للتنافس بنجاح.

3-4-4- تقديم الذات البدنية:

و هو مصدر يستمد من إدراك الرياضيين لذاتهم البدنية ، و هو مصدر هام للثقة بالنفس بصفة عامة ، و الإناث بصفة خاصة ، و يؤكد هذا الارتباط تصدر الجسم لدين بالقول الاجتماعي من الآخرين عندما يشتركون في الرياضة .

3-4-5- التأييد الاجتماعي:

و يستمد من إدراك التأييد الاجتماعي من الآخرين ذوي الأهمية بالنسبة للرياضيين قبل المدرب،العائلة ، الزملاء في الفريق ، و قد عرف هذا المصدر على أنه " حصول الفرد على تغذية رجعية إيجابية و تشجيع من المدرب ، و أعضاء الفريق ،والوالدين...."

و يرى "هارتر - harter" (1981) من الجدير بالذكر أن هذا المصدر يبرز أهمية توفير بيئة واقعة حول الرياضي ،تساهم في الإعداد الثقافي له للتنافس الرياضي .

3-4-6- قيادة المدرب:

و يستمد الاعتقاد في مهارات المدرب في اتخاذ القرار ، والقيادة ، و يؤكد هذا المصدر أن المدرب له تأثيره على الرياضيين ، و أن ما يفعله من تغذية رجعية لهم له دور هام في إدراك هؤلاء الرياضيين لكفاءتهم .

3-4-7- الخبرة عن طريق الآخرين:

و يستمد من مشاهدة الآخرين مثل أعضاء الفريق أو الأصدقاء الذين يؤدون بنجاح، حيث أن رؤية النماذج الناجحة يعمل على تنشيط العملية العقلية للرياضي، و تنمي لديه أيضا التصور العقلي عند الاسترجاع، و لذا فهذا المصدر للثقة يضع الرياضي في مواقف تعليمية ذاتية نشطة، حيث يوظف قدراته في المشاهدة و المتابعة و الأداء.

3-4-8- البيئة المريحة (الملائمة):

و يستمد هذا المصدر للثقة من مشاعر الراحة و الاستمتاع و الرضا المتوفر في البيئة التنافسية مثل صالة التدريب الخاصة المزودة بالإمكانات اللازمة للتدريب أو التنافس، لا شك أن توفر مثل هذه الأماكن الجيدة سوف يحفز على الأداء الجيد و بذل الجهد الالتزام بالتدريب و التعلم فيحسّن المستوى المهاري و هذا يطور ثقة الرياضي بقدراته المختلفة .

3-4-9- درجة التأييد الموقفي:

و هو مصدر للثقة يكمل تحصيل الثقة بالشعور إن نفس الحالة الضاغطة و التي تحدث الآن في هذا الموقف يكون لصالح تحسن حالة الرياضي النفسية.

و تجدر الإشارة إلى أن هذا المصدر للثقة يشير إلى أهمية التركيز على الجوانب التي تخفف الضغط السلبي على الرياضي و ملاحظة الأمور الضاغطة و توجيهها لخدمة الأهداف المرجوة منه عن طريق توفير فرص احتفاظ الرياضي بحالة بدنية جيدة مثل متابعة الرياضي و حل مشاكله و مكافأته الخ.

3-5-5- فوائد الثقة بالنفس:

عندما يتمتع الرياضي بالثقة بالنفس فإن ذلك يساعده على تطوير أدائه الرياضي من خلال طرق مختلفة تناقش أهمها على النحو التالي: (أسامة كامل راتب، 2003، صفحة 342)

3-5-1- الثقة تثير الانفعالات الايجابية:

تؤثر الثقة في العديد من الانفعالات الايجابية لدى الرياضي، فهي تبعث فيه الشعور بالحياة و الحماس و البهجة و الانتعاش، و المتعة و الرضا، و يؤدي ذلك إلى أن الحركات الرياضي تتميز بالإنسانية و المزيد من القوة و السرعة، إضافة إلى ما سبق فإن الثقة تساعد الرياضي على الاحتفاظ بالهدوء و الاسترخاء و خاصة في مواقف المنافسة الضاغطة.

3-5-2 - الثقة تساعد على تركيز الانتباه:

و ذلك في المهارة، و يرجع ذلك إلى أن الرياضي لا يحاول تجنب (نتيجة ضعف للثقة) و يصبح موجه الاهتمام نحو الأداء، فالرياضي الذي يتسم بضعف الثقة يمتلكه الشعور بالقلق، و يستحوذ عليه التفكير السلبي.

3-5-3 - الثقة تؤثر على بناء الأهداف:

يستطيع الرياضي الذي يتمتع بالثقة أن يضع أهدافا ذات صعوبة ملائمة و تستثير التحدي ثم يبذل الجهد لانجازها ، فالثقة تستثير القدرات الكامنة لدى الرياضي ، بينما الرياضي الذي يفتقد إلى الثقة يميل إلى وضع أهداف سهلة ، و لذلك يبذل أقصى جهده و لا يستثير أقصى طاقاته.

3-5-4 - الثقة تزيد المشاركة و بذل الجهد:

إن توقع الرياضي نتائج أدائه يعتبر عاملا هاما من حيث التأثير على نتائج الأداء، بمعنى آخر يمكن اعتبار الثقة بمثابة الزيادة في درجة التوقع لنتائج الأداء أو بمعنى آخر فإن الثقة تعني مدى تأكد اللاعب من مقدرته على تحقيق انجاز معين.

3-5-5 - الثقة لا تعتبر بديلا للكفاية البدنية و المهارة:

يتضح من دراسة خصائص الثقة بالنفس الدور الهام الذي يساهم به في الأداء ، الرياضي ولكن تجدر الإشارة إليه هنا أن الثقة وحدها لا تحل بطلا ، فما قيمة أن يتمتع الرياضي بدرجة عالية من الثقة بالنفس ، و لا يمكن لمن لا يتقن المهارات الرياضية أنه يفتقد للياقة البدنية.

لقد أوضح (ستيف كومبز - Steve Combe) المصارع الأمريكي أن مصدر ثقته بنفسه عندما كان لاعبا ليس التفكير و الاقتناع بأنه يتمتع بالثقة و لكن الإعداد الجيد و التدريب الأفضل . (أسامة كامل راتب، 2003، صفحة 343)

3-6-6 - أشكال الثقة بالنفس:

3-6-1 - نقص الثقة بالنفس (Le manque de la confiance soi)

غالبية الناس لديهم مهارات بدنية ليكونوا ناجحين ، و لكن نقص الثقة بالنفس في قدراتهم على الأداء لهذه المهارات يجعلهم تحت ضغوط ، و حينما تكون المباراة على خط المنتصف بين فريقين الكرة الطائرة على سبيل المثال فإن

كلا لاعبي الفريقين يوجهون ضربات قوية و دقيقة ، و كل يستغل ما لديه من ثقة في النفس و في قدراته على الأداء في محاولة حسم المنافسة و الفوز بها و يفوز من لديه الثقة المثلى بينما يتردد الآخر في الأداء و يصاب بالحيرة و الشك ، و من يعاني من هذا يوجد لديه قلق و توقف التركيز و تتسبب في التردد ، و يركز الأفراد الذين لديهم نقص في الثقة بالنفس على مواطن الضعف أكثر من قوتهم . (محمود، عبد العزيز عبد الحميد، 2005، صفحة 284)

3-6-2- الثقة بالنفس الزائدة (أو الزائفة):

تكون الثقة بالنفس زائفة عندما تكون أكبر من القدرات ، لذا نحذر انحدار الأداء بمن لديهم ثقة بالنفس زائدة ، لأنهم لا يقدرون إعداد أنفسهم ، و لا يبذلون الجهد اللازم لإتمام الأداء رغم أنهم يكادون يثقون في الفوز الذي لا يتحقق ، و من يقدر مهاراته و قدراته الفعلية لا تكون لديه ثقة بالنفس مبالغ فيها و أن الثقة بالنفس الزائدة تعتبر مشكلة أكثر تعقيدا من نقص الثقة بالنفس ، حيث يبالغ الرياضي في تقدير المنافسين و تظهر الثقة بالنفس الزائفة أحيانا حينما يحاول الرياضي تغطية الشكوك الذاتية و لذا يحاول الرياضيون من خلال الثقة الزائدة إخفاء مشاعرهم بالشك في أنفسهم التي تكون أكثر استدلالا للتعبير عن مشاعرهم ، و يكون لدى المدرب برنامج لمساعدتهم في التخلص من الشكوك و يبعثون الثقة بأنفسهم . (Scanff, 2003, p. 166)

3-6-3- الثقة بالنفس المثلى:

إن الرياضيين الذين يتمتعون بالثقة بالنفس المثلى يضعون لأنفسهم أهدافا واقعية تتماشى مع قدراتهم ، أنهم يفهمون قدراتهم بشكل جيد يجعلهم يشعرون بالنجاح عندما يصلون إلى حدودهم العليا لقدراتهم ، و لا يحاولون إنجاز أهداف غير واقعية بالنسبة لهم ، هذا و يعتبر امتلاك الرياضيين للثقة في النفس المثلى صفة شخصية ضرورية هامة ، و يكون امتلاك الرياضيين لهذه الصفة لا يضمن وحده تفوقهم في الأداء ، و إنما يجب أن يمتلك الرياضيون المهارات البدنية لتحقيق الأداء الجيد ، لأنه من الأهمية تطوير كل من الثقة في النفس و الكفاية البدنية و المهارية حيث أن كلا منهما يدعم الآخر ، فالرياضي الذي يملك الثقة في النفس دون الكفاية البدنية و المهارية يعني أن لديه الثقة الزائفة.

و عندما نتحدث عن الثقة في النفس المثلى فإن هناك اعتقاداً شائعاً لدى بعض الرياضيين مفاده أن الثقة في النفس تكسبهم مناعة ضد حدوث الأخطاء ، و الحقيقة ليست كذلك ، و لكن الثقة في النفس تمنح الرياضي كفاءة في التعامل مع الأخطاء ، فعندما يمتلك الرياضي الثقة في النفس و يشعر بقيمة ذاته فإنه يكون أكثر فعالية في تصحيح أخطائه. (أسامة كامل راتب، 2003، صفحة 338)

و قد تم إيضاح العلاقة بين الثقة بالنفس و الأداء من خلال افتراضية المنحنى المعكوس عند أعلى نقطة في الالتواء إلى اليمين بعد تكون الثقة بالنفس الزائدة ، و على اليسار تكون الثقة بالنفس المعتدلة ثم تكون نقص الثقة بالنفس ، و كل منهما يرتبط سلبياً على مستوى الأداء حيث ينخفض الأداء بزيادة أو نقص الثقة بالنفس عن نقطة الثقة بالنفس المثلى (محمود، عبد العزيز عبد المجيد، 2005، صفحة 283)

علاقة الثقة بالنفس بالأداء (حسب ع . المجيد محمد)

3-7- بناء الثقة بالنفس

يعتقد الكثير من المدربين و الرياضيين على السواء أن الثقة بالنفس صفة نفسية هامة يتميز بها بعض الرياضيين دون البعض الآخر ، و أنه من الصعوبة تطوير أو تنمية هذه الصفة النفسية خلال عملية التدريب الرياضي و الواقع أنه يمكن تطوير أو تحسين الثقة في النفس لدى الرياضيين من خلال العمل و الممارسة و التخطيط. و نستعرض فيما يلي بعض الاقتراحات التي تساعد على تطوير الثقة في النفس لدى الرياضيين: (أسامة كامل راتب، 2003، صفحة 345)

3-7-1- زيادة الوعي بالثقة في النفس:

إن الخطوة الأولى لبناء الثقة في النفس أن يصبح الرياضي مدركاً و أكثر وعياً حول مشاعره بالثقة بما في ذلك معرفة جوانب التحسن ، و إحدى الطرق التي تساعد على تحقيق ذلك توجيه الاهتمام نحو كيفية الاستجابة للمواقف المختلفة.

3-7-2- انجازات الأداء:

لقد أظهرت نتائج البحوث أن أهم عامل يساهم في بناء الثقة هو الانجازات التي يحققها الشخص ، و يعني ذلك أن الشخص الذي يتميز أداؤه بالنجاح في الماضي سوف يزيد من ثقته في نجاح الأداء مرة أخرى في المستقبل. لقد عبر عن المعنى السابق اللاعب العالمي للتنس (برين جوتفريد- B Gottfried) عندما قال: " آتي لكسب المباراة لأنني أتق في نفسي ، و لكن السبب الحقيقي لثقتي في نفسي هو تحقيق المكسب " إن السؤال المطروح الذي يطرح نفسه الآن: ماذا يمكن أن يفعل الرياضي لزيادة ثقته خلال انجازات الأداء ؟ إن الإجابة الصحيحة على هذا التساؤل هي أن يخصص الرياضي المزيد من الوقت و الممارسة لإتقان المهارات المعينة التي يريد أن يؤديها بمزيد من الثقة.

3-7-3- التصور الذهني للأداء الناجح:

إن من فوائد استخدام التصور الذهني مساعدة الرياضي على بناء الثقة ، و يمكن خلال عملية التصور أن يستحضر الصورة الذهنية لبعض المواقف التي يصعب ممارستها فعليا أثناء التدريب ، و من ذلك أن الرياضي يستطيع تصور نفسه و هو يهزم المنافس ، الذي لم يسبق هزيمته من قبل فعندما يعتاد الرياضي الهزيمة من منافس معين فإن ذلك يضعف من ثقته ، و يمكن من خلال التصور الناتج للأداء ، و تنفيذ الخطة بدقة أن يلحق الرياضي الهزيمة بهذا المنافس.

3-7-4- الأداء بثقة:

إحدى الطرق الأقل و الأسهل لبناء الثقة أن يحرص الرياضي على تميز أدائه بالثقة ، حيث أن الأفكار و المشاعر و السلوك يتأثر كل احد بالآخر ، فإنه كلما تميز الأداء بالمزيد من الثقة زاد الشعور و التفكير بثقة. إن من الأهمية بما كان أن يحرص اللاعب دائما على أن يظهر بشكل الواثق من نفسه و أدائه في اللعب و لكن من سوء الحظ فإن بعض اللاعبين من خلال التصرفات أو الحركات المعنية أثناء المسابقة يظهرون بالشكل الذي يعكس فقدان الثقة لديهم.

2_1_1_2_ الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية البوابة الرئيسية والمدخل الرئيسي عند إعداد كل البحوث العلمية، من منطلق الزيارات المتكررة لبعض فرق كرة القدم لولاية مستغانم و احتكاكا مباشرا بميادين ممارسة كرة القدم، ومن خلال المشاهدة الشخصية والمقابلات مع السادة المدربين و المشرفين على اللعبة تبلورت فكرة دراسة و معرفة كل الإمكانيات المحيطة بلعبة كرة القدم فاتضح حينها الرؤية وتوسعت تطلعات لأجل تجسيد الفكرة النظرية إلى واقع عملي وبعدها تم تحضير مشروع بحث مختصر بمشاركة توجيهات الدكتور المشرف: " بن قلاوز احمد تواتي " .

وبعد ذلك قمنا بتحضير استمارة أولية و عرضناها على الأساتذة المحكمين الذين اقروا على مصداقيتها ثم بعد ذلك قمنا بتوزيع الاستبيانات على المدربين واللاعبين كرة القدم قسم الجهوي الثالث لولاية مستغانم

2_1_2_ الدراسة الأساسية :

2_1_2_1_2_ منهج البحث :

إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة القواعد والأسس التي يتم وضعها من اجل الوصول إلى الحقيقة، يعرفه " عمار بوحوت " و "محمد محمود دينات " بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة لاكتشاف الحقيقة .
أما "محمد الأزهر السماك " فيقول انه الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط الذي يشد البحث من بدايته إلى نهايته قصد الوصول إلى نتائج معينة .
ومنهج البحث يختلف باختلاف المواضيع المطروحة للبحث، و من المشكلة المطروحة فقد استعملنا المنهج الوصفي بأسلوب مسحي .

2_1_2_1_2_1_2_ المنهج المسحي :

هو استقصاء ينصب على ظواهر نفسية تربوية على ما هي في الواقع بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها ، و الهدف من التشخيص الواقع وتقييم الاستمارة الاستبائية .

2_2_1_2_ مجتمعة عينة البحث :

العينة هي المعلومات من عدد الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي ، موضع الدراسة بحيث تكون ممثلة تمثيلاً صادقاً لصفات هذا المجتمع .

وشملت عينة البحث بطريقة عشوائية و هذا لتعميم النتائج وتكونت العينة من 10 مدربين موزعين على بعض فرق القسم الجهوي الثالث لولاية مستغانم : (عشعاشة ، أولاد بوغانم ، أولاد حمو ، ينارو ، بني نياط ، الساحل ، البحارة).

وبلغت عينة اللاعبين 150 لاعب موزعين على فرق القسم الجهوي الثالث لولاية مستغانم : (عشعاشة ، أولاد بوغانم ، أولاد حمو ، ينارو ، بني نياط ، الساحل ، البحارة)

2_2_1_3_ مجالات البحث :

2_2_1_3_1_ المجال البشري :

يقول محمود قاسم في كتابة المنطق الحديث و مناهج البحث " ينظر إلى عينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع " (محمود قاسم ، 1976 ، صفحة 151)

وقد شمل المجال البشري في هذا 10 مدربين و 150 لاعب كرة القدم قسم الجهوي الثالث لولاية مستغانم .

2_2_1_3_2_ المجال المكاني :

اجري البحث على بعض فرق القسم الجهوي الثالث لولاية مستغانم (عشعاشة ، ينارو ، شباب أولاد بوغانم ، الجبابرة ، البحارة ، أولاد حمو ، بني نياط ، بودينار ، عين سيدي شريف ، الساحل .)

2_2_1_3_4_ المجال الزمني :

انطلقنا في بحثنا ابتداء من تاريخ 07 / 03 / 2015 حيث تم جمع المادة الخيرية الخاصة بالبحث .

اما عن الدراسة الميدانية فقد شرعنا في إجراء الاستبيان وتوزيعه على المدربين واللاعبين ابتداء من (2015_03_27) ، واستلمناهم يوم (2015_04_10) ، وبعدها قمنا بتفريغ الاستمارات و إجراء

العمليات الإحصائية ثم عملية التحليل و مناقشة النتائج لينتهي بنا الأمر إلى الخلاصة العامة و التوصيات المقترحة يوم (2015_05_10) .

2_1_3_ متغيرات البحث :

2_1_3_1_ المتغير المستقل : السلوك القيادي للمدرب .

2_1_3_2_ المتغير التابع : الثقة بالنفس للاعب .

2_1_4_ أدوات البحث :

أ_ الاستمارة :

لقد استعنا بالاستمارة الاستبائية حيث قمنا بتحضيرها و عرضناها على مجموعة من الأساتذة و الدكاترة و بمعهد التربية البدنية والرياضية لولاية مستغانم وعلى ضوء ذلك ، و الافتراضات التي وضعوها لنا وملاحظاتهم القيمة من حيث الوضوح و التسلسل المنطقي للأسئلة حيث أكدوا لنا أن الاستمارة تمس جانب الموضوع البحث وهي ملائمة للعينة المختارة،وبعدها قمنا بوضع الاستمارة بشكلها النهائي لنبداً في العمل و توزيعها على عينة البحث .

2_1_5_ الأسس العلمية للاختبارات :

حتى تكون الاختبارات التي اختيرت ذات مصداقية و دلالة و تنسيق فعلا ما وضعت من اجله ينبغي مراعاة الشروط و الأسس العلمية :

2_1_5_1_ صدق الاستبيان:

لتتحقق من قائمة الاستبيان المقترحة قام الطالب الباحث بعرض هذه الأخيرة على مجموعة خبراء من أساتذة و دكاترة من ذوي الخبرة و الكفاءة بمعهد التربية البدنية والرياضية لولاية مستغانم و من بينهم الدكتور عتوتي نور الدين ، الدكتور بلكبش قادة ، الدكتور حرباش إبراهيم ، الدكتور بن زيدان حسين ، وذلك بغرض إبداء الرأي في المحاور الأساسية و الفقرات المكونة لها ومدى تماثلها هذه الأخيرة والمحاورة المنتسبة إليها وكذا تناسبها مع موضوع البحث وكذلك النظر في تعديل أي عبارة يرونها غير مناسبة وقد أقرت هذه الخطوة على النتائج التالية :

ـ أقر الخبراء بالجماع على إبقاء المحاور الأساسية للقائمة، و بالتالي أصبح عدد محاور 08 محاور لبعث السلوك القيادي للمدرب و 13 عبارة لبعث الثقة بالنفس .

2_1_2_2_ ثبات الاستبيان:

الثبات يمثل العامل الأول في عملية تقنين الاستمارة وهو يعني أن تكون الاستمارة ذات درجة عالية من الدقة و الإتقان فيما وضعت في قياسه أي أن تعطي نفس النتائج إذا ما استخدمت أكثر من مرة تحت نفس ظروف وعلني نفس الأفراد .

جدول رقم (01) يبين صدق وثبات الاستمارة الموجهة للمدربين

الابعاد	العينة	درجة الحرية	ر المحسوبة	معامل الصدق	ر الجدولية
التدريب و الإرشاد	10	09	0.85	0.95	0.57
التقدير			0.75	0.90	
التحفيز			0.74	0.84	
العدالة			0.06	0.08	
تسهيل الأداء الرياضي			0.4	0.7	
السلوك التسلطي			0.78	0.88	
السلوك الديمقراطي			0.71	0.82	
اهتمام بالجوانب الصحية			0.61	0.78	

جدول رقم (02) يبين ثبات و صدق الاستمارة الموجهة للاعبين

العينة	درجة الحرية	ر المحسوبة	معامل الصدق	ر الجدولية
126	125	1.96	0.22	0.17

2_1_3_5_3_ موضوعية الاستبيان:

الموضوعية وتعني عدم تأثر الأداة بتغير المحكمين وان الاستمارة تعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم ، وان الأداة المستعملة في بحثنا ، كانت فقراتها مفهومة وسهلة وواضحة زيادة على ذلك قام الباحث بتوزيع الاستبيان على المدرسين ، وعلى أساس كل ذلك نستنتج أن الاستبيان تميز بالموضوعية .
ومما سبق يمكن لطالب الباحث أن يستخلص بان أداة الدراسة عند استخدامها كان لها ثقل علمي أي إنها تميزت بالثبات والصدق و الموضوعية ، وهذا ما يجعلها مناسبة وصالحة للاستعمال في بحثنا .

2_1_6_ الدراسة الإحصائية :

امتدت فترة الدراسة الإحصائية 10_05_2015 إلى 25_05_2015 حيث تم فيها توزيع الاستبيان على المدرسين و اللاعبين في فرق القسم الشرقي لكرة القدم أكابر لولاية مستغانم حيث تم توزيع 10 استمارات على المدرسين و 150 على اللاعبين تم استرجاع 10 استمارات على المدرسين و 125 استمارة من اللاعبين .

أ_ الوسائل الإحصائية :

إن علم الإحصاء هو العلم الذي يبحث عن جميع البيانات وتنظيمها وعرضها وتحديدتها واتخاذ بناءا عليها ومنه فان الهدف من استخدام المعالجة الإحصائية هو الوصول إلى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل والتفسير والتأويل ، ثم الحكم وتختلف خطتها باختلاف نوع المشكلة وتبعاً لهدف الدراسة وهذا من منطلق الاعتماد على الوسائل الإحصائية ، ومستعين في حل مشكلتنا هذه بالوسائل الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي : ويرمز (س') .

$$س' = \frac{\text{مج}}{ن}$$

س' :المتوسط الحسابي

مج :مجموع الدرجات

ن : عدد أفراد العينة

الانحراف المعياري : يعتبر الانحراف المعياري من أهم مقاييس التشتت ، وهو مدى تقارب وتباعد قيمة المفردات (درجة الفحوص) عن المتوسط (النقطة المركزية) باستخدام جذر الانحراف عن متوسطها .

الوسيط : يعرف الوسيط بوصفه القيمة التي تقسم القيم إلى جزئين بحيث يكون عدد القيم التي اقل منها يساوي عدد القيم التي أكبر منها ، وهذه الخاصية التي على أساسها يكون الوسيط هو القيمة الممثلة لمجموعة القيم التي حسب لها . فالوسيط هو القيمة التي توازن بين القيمة الصغيرة و القيم الكبيرة من حيث عددها .

حساب الوسيط :

معطيات الفردية:

تحديد ترتيب الوسيط وقيمه من خلال العلاقة التالية :

$$ت و = \frac{ن+1}{2} و بالتالي فان الوسيط هو القيمة التي لها ترتيب ن + \frac{1}{2}$$

$$\text{معطيات زوجية:} _ \text{ترتيب الوسيط يقع ما بين : } \frac{ن}{2} \text{ و } \frac{ن}{2} + 1 \text{ أي و } = \frac{ق و 1+ق و 2}{2}$$

ق و 1 : تعني القيمة الوسطية الأولى .

ق و 2 : تعني القيمة الوسطية الثانية .

معامل الالتواء : ويمثل انعدام التساؤل فيه ، فجميع التوزيعات المتماثلة او الطبيعية ينعدم فيها نظرا لانتظامها أو مماثلها حول نقطة التركيز فيها ، فوجود و الالتواء دليل على انعدام الانتظام في التوزيع .

$$\text{معامل الالتواء} = \frac{(3 \text{ المتوسط الحسابي} - \text{الوسيط})}{\text{الانحراف المعياري}}$$

معامل الارتباط (ر) كارل برسون : الهدف منه معرفة مدى العلاقة الارتباطية بين الاختبار بالرجوع إلى جدول الدلالات الإحصائية لمعامل الارتباط (برسون) ، فإذا كانت النتيجة أكبر من القيمة الجدولية فان الترابط يكون قويا والعكس صحيح .

تمهيد :

تعرضنا من خلال هذا الفصل إلى عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

الأسئلة التي طرحناها على المدربين و اللاعبين والتي تمحورت حول الفرضيات التي قمنا بوصفها مما انتهجنا ومناقشة النتائج ،حتى نعطي للبحث المنهجية العلمية والتربوية ومعرفة مدى صدق الفرضيات التي طرحناها وقمنا بعرض النتائج في الجدول .

2_2_1_ عرض النتائج :

عرض ومناقشة نتائج الاستمارة الموجهة للمدربين :

الجدول رقم 1: يوضح نتائج الاستمارة الموجهة للمدربين

المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	النسبة المئوية لقيم العالية	الترتيب
التدريب والإرشاد	57	4.54	55.5	0.98	67.85%	الخامس
التقدير	42	2.54	42.5	0.23	71.16%	الثالث
التحفيز	29.5	4.00	31.5	-1.49	70.23%	الرابع
العدالة	27.4	4.62	27.5	-0.06	65.23%	السابع
تسهيل الأداء الرياضي	18.2	1.47	18	0.40	75.83%	الأولى
السلوك التسلطي	8.2	2.39	9	-1	34%	الثامن
المشاركة أو السلوك الديمقراطي	9.6	0.96	9	1.86	53%67	السادس
اهتمام بالجوانب الصحية	13.2	2.44	14.5	-1.59	73.33%	الثاني

بعد المعالجة الإحصائية لدرجة الخام المتحصل عليها من التجربة الأساسية يمكن عرض النتائج على النحو التالي :

1_ التدريب والإرشاد:

من خلال الجدول رقم (1) بلغ المتوسط الحسابي في بعد التدريب والإرشاد لدى المدرب 57 وبانحراف معياري 4.54 وبحساب معامل الالتواء بلغ 0.98 وهذه القيمة محصورة ما بين [-3، +3] مما يبين أن هناك إعتدالية في توزيع النتائج وان العينة متجانسة ، فان نسبة التقييم في هذا البعد بلغت %67.85 ، وهذه القيمة تنتمي إلى التقييم العالي .

مما سبق نستنتج أن معظم العبارات التي جاءت في هذا البعد تمارس بدرجة كبيرة وبدرجة متوسطة مما يؤكد أن مدرب كرة القدم لديه القدرة على التدريب والإرشاد .

2_ التقدير :

يتضح لنا من خلال الجدول رقم(1) أن المتوسط الحسابي بلغ 42 في بعد التقدير ، وبلغ الانحراف المعياري 2.54 ومعامل التواء 0.23 وهي القيمة المحصورة ما بين ل [-3 ، +3] مما يدل على اعتدالي التوزيع وأن العينة متجانسة ، ومنه بلغت النسبة المئوية % 71.16 وهي تنتمي إلى التقييم العالي . ومنه نستنتج أن المدربين لديهم القدرة على التقدير للاعب كرة القدم.

3_ التحفيز :

يبين لنا من خلال الجدول رقم (1) انه في بعد التحفيز بلغ المتوسط الحسابي 42 وبانحراف معياري 4 ومعامل التواء -1.49 وهي القيمة المحصورة في المجال [-3 ، +3] مما يدل على أن هناك اعتدالية في توزيع النتائج و تجانس العينة ، ومنه بلغت النسبة المئوية % 70.23 وهي أيضا تقيم عالي . ومنه نستخلص أن معظم العبارات التي جاءت في هذا البعد تمارس بدرجة كبيرة و بدرجة متوسطة زفي بعض الأحيان كبيرة جدا ، مما يؤكد أن للأغلبية المدربين دور وسلوك لتحفيز اللاعبين .

4_ العدالة :

من خلال الجدول رقم (1) بلغ المتوسط الحسابي في بعد العدالة لدي المدرب 27.9 وبانحراف معياري 4.62 وبحساب معامل التواء بلغ -0.06 وهذه القيمة محصورة ما بين [-3، +3] مما يبين أن هناك اعتدالية في توزيع النتائج وان العينة متجانسة ، ، فان نسبة التقييم في هذا البعد بلغت 65.23 % وهذه القيمة تنتمي إلى التقييم العالي .

ومنه نستنتج أن المدرب يتميز بالعدالة في الفريق بين اللاعبين

5_ تسهيل الأداء الرياضي:

يبين لنا من خلال الجدول رقم (1) انه في بعد تسهيل الأداء الرياضي بلغ المتوسط الحسابي 18.2 وبانحراف معياري 1.47 وبمعامل التواء 0.4 وهي القيمة المحصورة في المجال [-3 ، +3] مما يدل على أن هناك اعتدالية في توزيع النتائج و تجانس العينة ، من المقياس ومنه بلغت النسبة المئوية 75.83 % وهي أيضا تقييم عالي .

ومنه نستخلص أن معظم العبارات التي جاءت في هذا البعد تمارس بدرجة كبيرة و بدرجة متوسطة زفي بعض الأحيان كبيرة جدا ، مما يؤكد أن للأغلبية المدربين دور في تسهيل الأداء الرياضي للاعب .

6_ السلوك التسلطي :

يتضح لنا من خلال الجدول رقم(1) أن المتوسط الحسابي بلغ 8.2 في بعد السلوك التسلطي ، وبلغ الانحراف المعياري 2.39 وبمعامل التواء -1 وهي القيمة المحصورة ما بين ل [-3 ، +3] مما يدل على اعتدالي التوزيع وأن العينة متجانسة ، ومنه بلغت النسبة المئوية 34 % وهي تنتمي إلى التقييم العالي .

مما سبق نستنتج ان المدريون يتميزون بالسلوك التسلطي مع اللاعبين .

7_ المشاركة أو السلوك الديمقراطي :

يبين لنا من خلال الجدول رقم (1) انه في بعد السلوك الديمقراطي بلغ المتوسط الحسابي 9.6 وبانحراف معياري 0.96 وبمعامل التواء 1.86 وهي القيمة المحصورة في المجال [-3 ، +3] مما يدل على أن هناك اعتدالية في توزيع النتائج و تجانس العينة ، ومنه بلغت النسبة المئوية 53% وهي أيضا تقيم عالي .
ومما سبق نستنتج ان الكثير من العبارات في هذا المحور درجة ممارستها من قبل المدربين متوسطة وكبيرة ، مما يؤكد أن أغلبية المدربين يتميزون بالسلوك الديمقراطي .

8_ اهتمام بالجوانب الصحية :

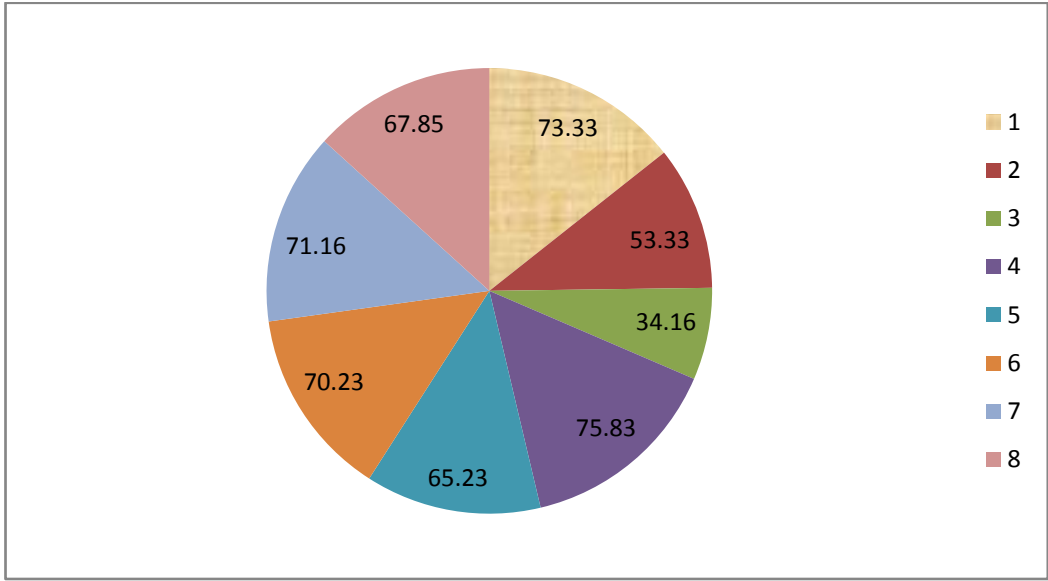
من خلال الجدول رقم (1) بلغ المتوسط الحسابي في بعد اهتمام بالجوانب الصحية لدي المدرب 13.2 وبانحراف معياري 2.44 وبحساب معامل الالتواء بلغ -1.59 وهذه القيمة محصورة ما بين [-3،+3] مما يبين أن هناك إعتدالية في توزيع النتائج وان العينة متجانسة ، فان نسبة التقييم في هذا البعد بلغت 73.33% وهذه القيمة تنتمي إلى التقييم العالي .
مما سبق نستنتج أن جل المدربين يستخدمون طرق مناسبة في الاهتمام بالجوانب الصحية للاعب .

عرض ومناقشة نتائج الاستمارة الموجهة للاعبين:

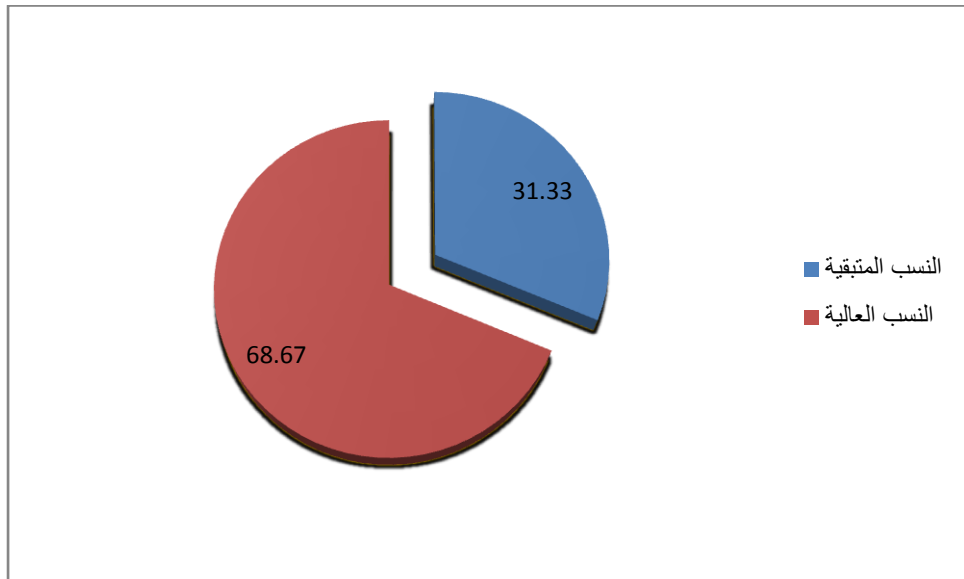
جدول رقم (2) : يوضح نتائج الاستمارة الموجهة للاعبين .

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	التواء	النسب المئوية العالية	النسب المئوية المتبقية
80.35	7.03	80	0.15	68.67	31.33

من خلال الجدول رقم (2) بلغ المتوسط الحسابي لثقة بالنفس للاعب 80.35 وبانحراف معياري 7.03 وبحساب معامل التواء بلغ 0.15 وهذه القيمة محصورة ما بين [-3 ، +3] مما يبين أن هناك اعتدالية في توزيع النتائج وان العينة متجانسة ، فان نسبة التقييم في هذا المحور بلغت 68.67% و هذه القيمة تنتمي إلى التقييم العالي .
وعليه نستنتج أن اللاعب يتميز بمستوى عالي من الثقة بالنفس .



الشكل البياني رقم (01) يوضح النسب المئوية لأبعاد الاستمارة الموجهة للمدرين القسم الشرفي لولاية مستغانم



الشكل البياني رقم (02) : يوضح النسب المئوية للاستمارة الموجهة للاعبين كرة القدم القسم الشرفي لولاية مستغانم

2_2_2_ الاستنتاجات :

- _ يتميز مدرب كرة القدم بمستوى عالي في بعد السلوك القيادي .
- _ يتميز لاعب كرة القدم بمستوى عالي في بعد الثقة بالنفس .
- _ هناك علاقة ارتباطية بين مدرب كرة القدم و اللاعب .

2_2_3 مناقشة الفرضيات :

بعد الحصول على مجموعة من النتائج من خلال المعالجة الإحصائية حسب أهداف البحث وفروضه باستعمال الأدوات المناسبة لاستمارة السلوك القيادي للمدرب والثقة بالنفس للاعب يمكن مناقشة فرضيات البحث على النحو التالي :

_ مناقشة الفرضية الأولى :

- إن السلوك القيادي لدى مدربي كرة القدم لقسم الشرقي لولاية مستغانم يتميزون بتسهيل الأداء الرياضي ثم الاهتمام بالجوانب الصحية ثم التقدير ثم التحفيز ثم التدريب والإرشاد ثم المشاركة أو السلوك الديمقراطي ثم العدالة ثم السلوك التسلطي .

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (01) ص (53) يلاحظ الطلبة الباحثان أن النسبة المئوية لأبعاد السلوك القيادي للمدرب جاءت على النحو التالي : (67.85% ، 71.16% ، 70.23% ، 65.23% ، 75.83% ، 34.00% ، 53.00% ، 73.33%) ويتجلى للطلبة الباحثان أن هذه النسب جاءت كلها تنتمي إلي التقييم العالي وهذا ما يبين أن المدربون يتميزون بدرجة عالية في أبعاد السلوك القيادي وهذه النتيجة تتماشى مع ما توصل إليه الطالب : عبد العزيز بن علي في دراسته التي تحمل عنوان : "السلوك القيادي للمدرب الرياضي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية بالمملكة العربية السعودية . "بحيث توصل أن المدربون لديهم سلوك قيادي من خلال صياغة أبعاد السلوك القيادي للمدرب التي يرونها مهمة في التدريب .
ومما سبق يستنتج الطلبة الباحثان أن الفرضية الأولى قد تحققت .

__ مناقشة الفرضية الثانية:

- إن درجة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم عالية .

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (02) ص (55) يلاحظ الطلبة الباحثان أن النسبة المئوية لبعء الثقة بالنفس للاعب كرة القدم جاءت كالتالي : (68.67%) ويتجلى لطلبة الباحثان أن هذه النسبة تنتمي إلى التقييم العالي وهذه ما يبين أن اللاعب يتميز بمستوى عالي في بعد الثقة بالنفس .ومما سبق يستنتج الطلبة الباحثان أن الفرضية الثانية القائلة : إن درجة الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم عالية ، وعليه فان الفرضية قد تحققت .

__ مناقشة الفرضية الثالثة :

هناك علاقة ارتباطية بين المدربين ولاعبى كرة القدم .

2_2_4_ خاتمة عامة :

تحتل كرة القدم مرتبة الأولى في العالم من حيث الجماهير والمتابعة إذ لا يمكن الاستغناء عنها خاصة في الوقت الراهن ، وهذا لما تضمنه من تربية وصقل لكل جوانب البدنية و النفسية والفكرية والاجتماعية للاعب والمتفرج خاصة .

إن عملية التدريب في كرة القدم هي رسالة سامية موجهة للاعب من اجل الوصول وتحقيق الأهداف المرغوبة وتنفيذ الأعمال المطلوبة بمجدية وامتياز ، فالتدريب هو الطريقة والسبيل الوحيد لتكوين اللاعب وتطويره من اجل تحقيق المستوى الذي يؤدي إلى تحقيق النتائج والوصول إلى الهدف المنشود والمرغوب .

ومن خلال هذه الدراسة التي قمنا بها بجانبها النظري و التطبيقي توصلنا إلى مجموعة من النتائج المتعلقة بموضوع الدراسة والمتمثلة في دور السلوك القيادي للمدرب في رفع من مستوى الثقة بالنفس للاعب كرة القدم .

من خلال ما توصل إليه الباحثان قمنا بتقسيم البحث إلى جانب نظري وتطبيقي حيث أن الجانب النظري تمثل في ثلاثة فصول :

الفصل الأول تضمن السلوك القيادي والفصل الثاني المدرب والتدريب أما الفصل الثالث فقد تمحور في الثقة بالنفس، أما الجانب التطبيقي احتوى على فصلين فقد تطرقنا في الفصل الأول إلى منهجية البحث وإجراءاته الميدانية أما الفصل الثاني تضمن عرض وتحليل مناقشة النتائج ، فبعد عرضنا ومناقشتنا للنتائج استخلصنا أن المدربين يتميزون بمستوى عالي في أبعاد السلوك القيادي ، وكذلك اللاعبون يتميزون بمستوى عالي في الثقة بالنفس وتوجد علاقة ارتباطية بين المدربين واللاعبين .

2_2_5_ الاقتراحات:

- توفير الوسائل اللازمة للتدريب في جميع الميادين والملاعب .
- الاهتمام بتنمية وتحسين من صفات اللاعبين .
- اهتمام بالرياضة المدرسية من اجل اكتشاف المواهب.
- تدعيم الأندية بالدعم المادي والمعنوي .

قائمة المصادر

1. محمد محمود الأفندي " علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية البدنية " عالم الكتب ،، القاهرة ، 1965 .
2. كمال جميل الرضي: التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين، دار وائل للنشر والتوزيع، مصر، ط1، 2004، ص 9 – 10 .
3. نبيلة أحمد عبد الرحمان - سلوى عز الدين فكري : منظومة التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 2003، ص 31 .
4. أمر الله أحمد البساطي: أسس وقواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف ، الإسكندرية، ط1، 1998، ص4-5.
5. على فهمي البيك - عماد الدين أبو زيد: المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية، منشأة المعارف بالإسكندرية ، ط1، 2003، ص 16-17
6. محمد حسن علاوي : سيكولوجية المدرب الرياضي ، دار الفكر العربي ، مصر ، ط1 ، 2002 ، ص 83 .
7. مفتي إبراهيم حمادة : التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، مصر ، ط1، 1992، ص 91.
8. محمد فتحي (مصطلح اداري 766)
9. أسامة كامل راتب 1995 تدريبات المهارات النفسية -مصر-
10. مغني إبراهيم حداد 2001 التدريب الرياضي الحديث مصر
11. محمود قاسم 1976، ص 151
12. عبد اللطيف محمد السيد 1976، ص 94
13. محمد صبحي حسنين ، 1987، ص 53
14. معين أمين السيد المعين ، 1992، ص 34
15. عبد القادر حلمي ، 1993، ص 48
16. مروان عبد المجيد إبراهيم ، 2000، ص 178، 177
17. محمد ابو يوسف ، 1989، ص 62

- .18 محمود قاسم 1976، ص 151
- .19 محمود عبد العزيز عبد المجيد 2005 سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي (ص 283)
- .20 محمد صدقي نور الدين علم نفس الرياضة 2004 ص 9
- .21 Les Athlètes A Problèmes - Tutko, Bruce Ogilvie Et Thomas
Paris 1981 Relation Entraîneur- Entraîné
- .22 Paris2003 Chishie Lescanff Manuel De Psychologie Du Sport
P160
- .23 Edit de Boeck Bruxelles 2005 Psychologie du sport Cox, Richard H
Université

الملاحق

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان موجهة للمدرسين

السادة المدرسين

نحن طلبة نتابع بحثنا العلمي بقسم التدريب الرياضي إننا في حاجة ماسة لمساهماتكم في إنجاز عملنا بنجاح من أجل
نيل شهادة ماستر في الاختصاص المذكور .

يدور موضوع بحثنا حول : " دور السلوك القيادي للمدرب في رفع الثقة بالنفس للاعبين " وعليه نرجوا من سيادتكم
ملا الاستمارة التي هي بين أيديكم ولكم جزيل الشكر والاحترام .

من اعداد الطالبان :

*بعلي حسين

إستمارة تخص المدربين

مقياس السلوك القيادي

المحور الأول : التدريب و الإرشاد

أبدا"	نادرا"	أحيانا"	غالبا	دائما"	العبارات
					تشرح للاعبين بصورة تفصيلية كيفية تنفيذ خطة اللعب المقترحة للمباراة
					تتم بتدريب اللاعبين عمليا علي خطة اللعب المقترحة للمباراة
					لديك القدرة علي اكتشاف نقاط الضعف في الفريق المنافس
					تتم في التدريب بتصحيح الأخطاء الأداء التي ظهرت من طرف اللاعبين في المباراة
					لديك القدرة على تعديل خطة اللعب الموضوعية في ضوء ما تسير عليه المباراة
					تجيد التدريب العملي للاعبين على خطة اللعب المختلفة
					لديك خطة تدريب الفريق على مدار السنة
					لديك القدرة على اتخاذ القرار المناسب في المباريات
					تحدد لكل لاعب قبل المباراة ما ينبغي القيام به من واجبات ومهام

					تجيد إعداد الفريق وتجهيزه استعدادا للموسم الرياضي
					تضع خطة اللعب في المباريات تتناسب مع قدرات وإمكانيات اللاعب
					تشرح للاعبين قبل المباراة كيفية استغلال نقاط الضعف في الفريق المنافس
					دقيق في توقعاتك لخطة لعب الفريق المنافس
					تجيد توجيه اللاعبين وإرشادهم شفويا قبل نزولهم للمباراة

المحور الثاني: التقدير الاجتماعي

ابدأ	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	العبارة
					تحرص على أن تكون العلاقة بينك وبين اللاعبين خارج الملعب جيدة
					تتعامل مع اللاعبين كأخ أكبر لهم
					تحرص على استمرار علاقتك باللاعبين بعد انتهاء الموسم الرياضي
					تميل إلى الصراحة في تعاملك مع اللاعبين
					تجيد توجيه اللاعبين وإرشادهم شفويا قبل نزولهم للمباراة
					تحظى باحترام وتقدير المستولين عن إدارة النادي

					تحرص على استمرار علاقتك باللاعبين خارج النادي
					يمتلكك الغرور عند فوز الفريق
					تتدخل في الوقت المناسب لحل المشاكل التي قد تحدث بين اللاعبين
					تعمل على تقوية علاقات الإخوة و الزمالة بين لاعبي الفريق

المحور الثالث : التحفيز

العبارة	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
تعمل على الحصول اللاعبين على بدل الانتقال المناسب					
تستجيب لمطالب المالية المعقولة للاعبين في ضوء إمكانيات النادي					
تهتم بحصول اللاعبين على جميع استحقاقاتهم المالية من إدارة النادي					
تهتم بسرعة حصول اللاعبين على مكافآت الفوز دون تأجيل					
تعمل على رفع قيمة المكافآت المالية للاعبين كلما تحسنت نتائج الفريق					
تسعى إلى زيادة قيمة المكافآت المالية التي يحصل عليها اللاعبون كلما كان ذلك متاحا					
تحرص على صرف مكافآت إضافية لمن يجيد من اللاعبين في المباريات					

المحور الرابع : العدالة

العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
تتغاضى عن التصرفات الخاطئة من اللاعبين الذين يعتمد عليهم في المباريات					
تعتمد على مجموعة معينة من اللاعبين لا تتغير يمثلون الفريق في كل مباراة					
تصر على إشراك لاعبي الفريق الأساسيين في المباريات برغم من عدم انتظامهم في التدريب					
تعمل على إرضاء اللاعبين الأساسيين بالفريق على حساب زملائهم					
توجه اهتمامك في التدريب إلى اللاعبين الذين تربطك بهم علاقة شخصية					
تتمسك باشتراك بعض لاعبي الفريق الأساسيين في المباريات بالرغم من انخفاض مستواهم					
توجه اهتمامك في التدريب إلى مجموعة معينة من اللاعبين دون بقية أفراد الفريق					

المحور الخامس : تسهيل الأداء الرياض

العبارة	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
تتعاون مع إداري الفريق في توفير الأدوات والأجهزة الرياضية المعاونة للتدريب					
تحرص على توفير وسائل الراحة للاعبين إثناء السفر للمباراة					
تحرص على توفير الزي الرياضي المناسب للفريق					
تهتم بعلاج من يصاب من اللاعبين إثناء الممارسة الرياضية على نفقة النادي					

المحور السادس : السلوك التسلطي

العبارة	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
عصبي جدا مع اللاعبين إثناء التدريب					
تلقي المسؤولية على اللاعبين عند كل هزيمة للفريق					
تستخدم ألفاظا غير مهذبة في تعاملك مع اللاعبين إثناء التدريب					
توجه السباب من خارج الملعب إلى كل من يقصر في الأداء إثناء المباراة					

المحور السابع : المشاركة أو السلوك الديمقراطي

العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
تتقبل آراء اللاعبين المخالفة لرأية بصدور رجب					
تسمح للاعبين بمناقشة في الخطة اللعب المقترحة للمباراة					
تأخذ بآراء اللاعبين إذا اقتنعت بها					

المحور الثامن : الاهتمام بالجوانب الصحية

العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
تهتم بالنواحي الصحية للاعبين					
تحرص على أن يتبع لاعبوك العادات الصحية الصحيحة في جميع تصرفاتهم					
تحرص على أن يلتزم لاعبوك بالسلوك الأخلاقي الحميد في حياتهم الشخصية					

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : دور السلوك القيادي للمدرب وعلاقته بالثقة بالنفس للاعبين (كرة القدم)

تهدف الدراسة إلى معرفة دور السلوك القيادي للمدرب والثقة بالنفس للاعبين كرة القدم ، الفرض من الدراسة هو هناك علاقة ارتباطية بين المدرب و لاعبي كرة القدم ، وقد شملت العينة من 10 مدربين و 150 لاعب واختيرت عشوائيا ، وحددت نسبتها 50% . وكانت الأداة المستخدمة في البحث استمارة استبيان موجهة للمدربين واللاعبين كرة القدم قسم الشرقي لولاية مستغانم ، واهم استنتاج توصلنا إليه في بحثنا أن هناك علاقة ارتباطية طردية موجبة بين سلوك المدرب واللاعبين ، وفي الأخير خرجنا أهم اقتراح : توفير الوسائل اللازمة في جميع الأندية ، وضرورة اهتمام المدربين بالحث والمطالعة لأجل تعميق وتوسيع المعارف .

Résumé de l'étude :

Le titre de l'étude : le rôle du comportement et sa relation à confiance en soi d'entraîneur(de formateur) de direction(leadership) à acteurs(joueurs) (Football)

L'étude a eu pour but de savoir(connaître) le rôle de footballeurs de confiance en soi d'entraîneur(de formateur) de comportement de leader, l'imposition de l'étude, il y a une corrélation entre l'entraîneur(le car) et les footballeurs et l'échantillon a inclus 10 a formé 150 acteur(joueur) aléatoirement choisi et a défini l'augmentation de 50 ?. L'outil est utilisé pour fouiller(rechercher) dans une forme(un formulaire) un questionnaire adressé(abordé) pour des entraîneurs(formateurs) et le football d'acteurs(de joueurs) la section honoraire de Province(Domaine) Mostaganem, la conclusion la plus importante que nous avons atteinte dans la recherche que c'était une corrélation entre le comportement de corrélation directe l'entraîneur(le car) positif et les acteurs(joueurs) et nous avons la proposition la plus récente : fournir les moyens nécessaires dans tous les clubs