الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد إبن باديس ـ مستغانم ـ

معهد التربية البدنية و الرياضة

قسم التربية البدنية و الرياضة

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس

الموضوع:

أثر بعض السمات الشخصية (السيطرة-الإتزان الإنفعالي) للمدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد

دراسة وصفية بأسلوب مسحي أجرية على ثلاثة فرق كرة اليد من ولاية معسكر

ـ من إعدادالطالبان:

°قوعيش أحلام

°عامر نصر الدين

ـ تحت إشراف الدكتور:

° جغدم بن ذهيبة

السنة الجامعية:2014\2015

الإهـــداء

الحمد لله الذي هدانا وما كنا لنهتدي

لولاه ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي

وعلى والدي من عمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين .

إلى التي قال الرسول صلى الله عليه وسلم في حقها: " إن الجنة تحت أقدام الأمهات ".

إليك يا من عانيت لأعيش وتألمت لأهنئ وجعت لأشبع إلى جميع الأصدقاء والزملاء

إلى مليكة غزلان لؤلؤة البيت ابنة أخي

وإلى

جميع من يعمل في الحقل التربوي.

إلى جميع من يعمل في معهد التربية البدنية و الرياضية

إلى كل من ساهم في إنجاز هذا العمل من قريب أو بعيد

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل

عامر نصرالدين

الإهـــداء

إلى التي أوصاني بها المولى خيرا وبرا، إلى التي حملتني وهنا على وهن، إلى التي سهرت الليالي لأنام ملئ أجفاني إلى منبع الحب والحنان إلى رمز الصفاء والوفاء والعطاء، إلى أمي الغالية حفظها الله ورعاها في كل وقت بعينه التي لاتنام.

إلى رمز العز والشموخ إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى ما وصلت إليه اليوم، إلى أبي العزيز.

والي كل الإخوة والأخوات و اخوالي و خالاتي؛ وكل الأهل و الأقارب.

الى من يجري في عروقي حبهم و ينبض قلبي بحبهم: جدتي وجدي لأمي أطال الله في عمرهما .

قوعيش أحلام

شكر و تقدير

في البداية نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع

كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث

سواء من قريب أو من بعيد ، كما يشرفنا أن نتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير

إلى الأستاذ المشرف* **جغدم بن ذهيبة** *الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة

التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذا البحث ، و لا يفوتنا أن نتقدم بجزيل الشكر

والعرفان إلى كل أساتذة قسم التربية البدنية و الرياضية على صبرهم معنا طوال مدة

دراستنا، والى كل عمال الرابطة الولائية لكرة اليد بمعسكر وكذا عمال المكتبة على

المساعدات التي قدموها لنافي بحثنا هذا.

"أحلام" "نصر الدين"

الـفهرس

الموضوع الصفحة

إهداء

شكر و تقدير

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

التعريف بالبحث

1-المقدمة.....01

2- المشكلة.....02

3- الأهداف.....04

4- الفرضيات.....04

5- مصطلحات البحث.....04

6- الدراسات المشابهة.....07

الجانب النظري

الفصل الأول: الشخصية المدرب الرياضي

تمهيد.....13

1- 1مفهوم مفهوم التدريب الرياضي.....13

1-2 خصائص التدريب الرياضي.....14

1- 3 تعريف المدرب.....15

1-4 شخصية المدرب و خصائصه.....15

1-5 السمات الشخصية للمدرب الرياضي.....16

1-6 صفات المدرب الناجح.....17

1-7 دور المدرب العام.....19

1-8 حقوق المدرب وواجباته.....20

1-9 مفهوم القيادة.....21

1-10 أنماط القيادة.....22

خلاصة 23

الفصل الثاني: الأداء الرياضي

تمهيد.....24

2-1 مفهوم الأداء.....25

2- 2أنواع الأداء.....26

2-3 العوامل المساهمة في الأداء.....27

2- 4علاقة القدرة على الأداء الرياضي..... 30

2- 5سلوك الأداء الرياضي.....31

2-6 ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة.....32

2-7. العوامل النفسية المحققة لثبات أداء اللاعبين الحركي خلال

المنافسة.....32

2-8 العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة.....33

2-9. تطوير أهداف التحدي.....33

2- 10تدعيم ثقة الرياضي في نفسه.....34

خلاصة 35

الفصل الثالث: كرة اليد

تمهيد.....37

3-1 لمحة تاريخية عن كرة اليد.....38

3-2 ميلاد و تطور كرة اليد في

الجزائر.....39

3-3 انتشار كرة اليد.....40

3-4 مفهوم كرة اليد.....41

3-5 القواعد الأساسية لكرة اليد.....41

3-6 متطلبات الأداء في كرة اليد.....42

خلاصة.....46

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث و أدواته

تمهيد.....49

1-1 المنهج البحث.....49

2- مجتمع البحث.....50

3-الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث.....51

4- مجلات البحث.....52

4-1 المجال البشري.....52

4-2 المجال المكاني.....52

4-3 المجال الزماني.....52

5- أدوات البحث.....53

5-1 الاستبيان.....53

5-2 نوع الأسئلة.....54

6-1 الأسس العلمية الاختبارات المستعملة.....54

7-1 الدراسة الاحصائية.....55

8- صعوبات البحث.....56

خلاصة.....57

الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج

تمهيد.....59

التحليل نتائج الخاصة باللاعبين.....60

التحليل نتائج الخاصةبالمدربين.....78

الاستنتاج العام.....96

اقتراحات.....97

خاتمة عامة.....98

ملخص الدراسة

مصادرو المراجع

الملاحق

قائمة الجداول

خاص باللاعبين		
المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين		
01	تبيان النتائج لمعرفة طريقة سير العمل في الفريق.	60
02	تبيان النتائج لمعرفة مدى احترام اللاعبين قرارات المدرب.	61
03	تبيان النتائج رأي اللاعب في المدرب الذي يفرض أوامره.	62
04	يمثل النتائج أسباب تحسن المردود لدى اللاعبين	64
05	تبيان النتائج لمعرفة الإجراءات التي يتخذها المدرب اتجاه اللاعب الذي يغيب عن الحصص التدريبية.	65
06	يمثل النتائج نظرة اللاعب إلى المدرب الذي يؤكد على ما يجب القيام	67
07	يمثل النتائج دور القرارات المفروضة من طرف المدرب في إنجاح عملية التدريب.	68
08	تبيان النتائج نظرة اللاعب لقرارات المدرب.	69
المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.		
01	تبيان النتائج للتأكد من الثبات الانفعالي عند اللاعب.	70
02	تبيان النتائج لمعرفة الأسلوب المتبع من قبل اللاعب نحو زميله.	71
03	تبيان النتائج تقبل الانتقادات الموجهة من قبل المدرب.	72
04	تبيان النتائج لمعرفة مدى تحمل الاحباط.	73
05	تبيان النتائج لمعرفة قدرة اللاعب على حل المشاكل.	74
06	تبيان النتائج لمعرفة نظرة اللاعب لنجاحه مستقبلا.	75
07	تبيان النتائج لمعرفة اتجاه الذي يسلكه اللاعب في حالة الصراع.	76
08	تبيان النتائج لمعرفة نظرة اللاعب لأهمية التفاؤل و الثقة في العمل	77

خاص بالمدربين		
المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين.		
01	تبيان النتائج لمعرفة تأثير اللاعب الغير ملتزم بالتعليمات.	78
02	تبيان النتائج لمعرفة طريقة عمل المدرب	79
03	تبيان النتائج لمعرفة سيطرة المدرب داخل الفريق.	80
04	تبيان النتائج لمعرفة نسبة الصراعات داخل الفريق و دخل السيطرة في ذلك.	81
05	تبيان النتائج لمعرفة طبيعة العلاقة بين المدرب و اللاعب .	82
06	تبيان النتائج لمعرفة مدى تقبل انتقادات من قبل المدرب داخل الفريق.	83
07	تبيان النتائج لمعرفة الطريقة التي يراها المدرب الأنسب لمعاملة اللاعبين.	84
08	تبيان النتائج لمعرفة مدى تحمل المدرب للمسؤولية في اعطاء القرارات .	85
المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.		
01	تبيان النتائج لاكتشاف أهمية الثقة في حصد النتائج الإيجابية	86
02	تبيان النتائج لمعرفة مدى اعتماد المدرب على النفس في عمله	87
03	تبيان النتائج للتأكد من قدرة المدرب على التغلب على المصائب.	88
04	تبيان النتائج لمعرفة أسلوب العمل الذي يتخذه المدرب أثناء التدريب	89
05	تبيان النتائج لمعرفة النتائج المترتبة عن ثقة المدرب في اللاعبين .	90
06	تبيان النتائج لمعرفة دور شخصية المدرب على أداء اللاعبين	91
07	تبيان النتائج لمعرفة قدرة المدرب من التحكم في الغضب و عدم التسرع و حسن التصرف.	92
08	تبيان النتائج لمعرفة أهمية تقبل الرأي الآخر.	93

قائمة الأشكال البيانية:

خاص باللاعبين		
المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين		
01	تبيان النسب لمعرفة طريقة سير العمل في الفريق.	60
02	تبيان النسب لمعرفة مدى احترام اللاعبين قرارات المدرب.	61
03	تبيان النسب رأي اللاعب في المدرب الذي يفرض أوامره.	62
04	يمثل النسب لأسباب تحسن المردود لدى اللاعبين	64
05	تبيان النسب لمعرفة الإجراءات التي يتخذها المدرب اتجاه اللاعب الذي يغيب عن الحصص التدريبية.	65
06	يمثل النسب لنظرة اللاعب المدرب الذي يؤكد ما يجب القيام به.	67
07	يمثل النسب دور القرارات المفروضة من طرف المدرب في إنجاح عملية التدريب.	68
08	تبيان النسب نظرة اللاعب لقرارات المدرب.	69
المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.		
01	تبيان النسب للتأكد من الثبات الانفعالي عند اللاعب.	70
02	تبيان النسب لمعرفة الأسلوب المتبع من قبل اللاعب نحو زميله.	71
03	تبيان النسب تقبل الانتقادات الموجهة من قبل المدرب.	72
04	تبيان النسب لمعرفة مدى تحمل الاحباط.	73
05	تبيان النسب لمعرفة قدرة اللاعب على حل المشاكل.	74
06	تبيان النسب لمعرفة نظرة اللاعب لنجاحه مستقبلا.	75
07	تبيان النسب لمعرفة اتجاه الذي يسلكه اللاعب في حالة الصراع.	76
08	تبيان النسب لمعرفة نظرة اللاعب لأهمية التفاؤل و الثقة في العمل	77

خاص بالمدربين		
المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين.		
01	تبيان النسب لمعرفة تأثير اللاعب الغير ملتزم بالتعليمات.	78
02	تبيان النسب لمعرفة طريقة عمل المدرب	79
03	تبيان النسب لمعرفة سيطرة المدرب داخل الفريق.	80
04	تبيان النسب لمعرفة نسبة الصراعات داخل الفريق و دخل السيطرة في ذلك.	81
05	تبيان النسب لمعرفة طبيعة العلاقة بين المدرب و اللاعب .	82
06	تبيان النسب لمعرفة مدى تقبل انتقادات من قبل المدرب داخل الفريق.	83
07	تبيان النسب لمعرفة الطريقة التي يراها المدرب الأنسب لمعاملة اللاعبين.	84
08	تبيان النسب لمعرفة مدى تحمل المدرب للمسؤولية في اعطاء القرارات .	85
المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.		
01	تبيان النسب لاكتشاف أهمية الثقة في حصد النتائج الإيجابية	86
02	تبيان النسب لمعرفة مدى اعتماد المدرب على النفس في عمله	87
03	تبيان النسب للتأكد من قدرة المدرب على التغلب على المصائب.	88
04	تبيان النسب لمعرفة أسلوب العمل الذي يتخذه المدرب أثناء التدريب	89
05	تبيان النسب لمعرفة النتائج المترتبة عن ثقة المدرب في اللاعبين .	90
06	تبيان النسب لمعرفة دور شخصية المدرب على أداء اللاعبين	91
07	تبيان النسب لمعرفة قدرة المدرب من التحكم في الغضب و عدم التسرع و حسن التصرف.	92
08	تبيان النسب لمعرفة أهمية تقبل الرأي الآخر.	93

التعريف بالبحث

المقدمة:

اهتم علم النفس و التربية بموضوعات مهمة كموضوع الشخصية منذ القديم و التي كانت في كل مرة تشكل محكا و مجالا للنقاش كبيرين، فمنهم من نظر إليها من جانب مكوناتها و منهم من نظر إليها من جانب أبعادها و نموها و تطورها و بنائها و اختلفوا أيضا في محدداتها بين ما هو بنيوي و كذا طرق قياسها و كان كل ذلك على أساس نظريات متعددة و متباينة فهذا يتميز بشخصية تظهر روح أداء الواجب و احترام العمل و عدم الاكتراث للتقاليد، و هذا يجد عنده العاطفة تغلب على التغيير و الميل إلى الخيال، و هذا منطوي و آخر تبدوا عليه ملامح الغضب و النرفزة و التوتر و الاهمال و غيرها كل هذا من دراسة الشخصية موضوع أو محل إثارة للجدل و التساؤل و على دراية كبيرة من الاختلاف و التضارب فنظرية الشخصية ترى أن لكل شخص سمات معينة هي التي تحدد طبيعة الشخص و سلوكه، هذه النظريات تتفق فيما بينها على أن الشخصية تتضح من خلال طريقة و نمط السلوك نسبيا.

و هذا يقودنا إلى الحديث عن كرة اليد وتترجم مكانة شخصية المدرب في توجيه و تلبية حاجات و رغبات المتعلمين وفق مناهج تتناسب مع النمو العقلي و البدني و النفسي و الاجتماعي. (عفاف محمد عويسي، 2003 ، صفحة 256)

ولعبة كرة اليد هي لعبة رياضية من بين العديد من الرياضات الجماعية و التي مر على ظهورها أكثر من قرن، و لقد دخلت هذه الرياضة إلى الجزائر مباشرة بعد الاستقلال و أصبحت هذه الرياضة واحدة من الرياضات الأكثر جاذبية للممارسين و حتى المتفرجين، و يلاحظ المتتبع لأخبار الرياضة العالمية و حتى الوطنية أن هناك تطور كبير في مستوى الأداء المهاري و الفني لهذه اللعبة مما يعطي للبطولات و الدوريات

طابع تنافسي حاد و إثارة كبيرة و ما يجعلها محل استقطاب الجميع، و لعل من أهم العوامل التي تساعد على نجاح عملية التدريب و الارتقاء بمستوى الرياضيين نحو الأفضل: "المدرب الرياضي"

حيث أن المدرب من الشخصيات التي تمتلك فلسفة خاصة، تملي عليه بعض الواجبات و الصفات و الخصائص المعينة التي ينبغي على هذا الأخير أن يتحلى بها و يزاولها فالمدرب اليوم يمكن أن يوصف على أنه "الأب الحامي للاعبين" كما هو أيضا المدرب الرابح.

و كما صوره سفوبودا " svoboda" 1973 في جملة المدربين قائلا: "هم أشخاص مسيطرون و عازمون، حياء الضمير و شعور وثابتون، و ناضجون، و المدرب في علاقته مع اللاعبين يشكلون وحدة متكاملة تنبع أو تتفرع منها فروع و مميزات تخص أفراد الفريق الرياضي في مشوارها التنافسي و ذلك لتحقيق الأهداف المسطرة، و يوصف المدربون في كثير من الحيان بالحزم و العناد و الصرامة، و غالبا ما يحتل المدرب مكانة عالية في نفوس أفراد الفريق الرياضي الذي يدربه، و تظهر أهمية الدور الذي يلعبه المدرب في مدى تحقيق الفوز و الانتصار مع الفريق"

(اخلاص عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، 2001 ، الصفحات 29-30)

وإنطلاقا من هذا ارتئينا إجراء هذه الدراسة المتواضعةلمحاولة معرفة علاقة بعض سمات الشخصية بالأداء الرياضي وأثرها على أداء لاعبي كرة اليد و قد قسمت الدراسة إلى جانبين: الجانب النظري بدوره يحتوي على الباب الأول و هذ الأخير تناولنا فيه ثلاثة فصول رئيسية و هي:

- الفصل الأول :تناولنا فيهشخصية المدرب الرياضي.
- الفصل الثاني :تضمنالأداء الرياضي.

- أما الفصل الثالث : فخصصناه لدراسةكرة اليد.

بينما الجانب التطبيقي يحتوي على الباب الثاني و هذا الأخير تناولنا فيه فصلين:

- يحتوي الفصل الأول على المنهجية المستخدمة و فيه نتطرق إلى إجراءات البحثالميدنية، في حين احتوى الفصل الثاني على عرض و تحليلو مناقشة نتائجالاستبيان الموجهة للمدربين و اللاعبين بمحوريه بالإضافة إلى خلاصة.

المشكلة:

و ما يمكن ملاحظته في هذا الميدان هو ان معظم المدربين أو المشرفين على تدريب فرق كرة اليد يفتقرون إلى الشجاعة في اتخاذ القرار و التحكم في النفس و الالمام بجميع نواحي مهنة التدريب بالإضافة إلى انعدام الصرامة و الحزم خاصة أثناء المواقف التدريبية و تعتبر هاته العناصر بمثابة الدعامة الأساسية لتحقيق أفضل أداء و الارتقاء إلى المستوى الأعلى، فجل الفرق تظهر بمستوى أقل من المستوى المتوقع رغم الاعداد البدني و النفسي و المهاري و التقني، و رغم توفر الامكانيات المادية، ففي الجزائر تخصص ميزانية معتبرة لفرق كرة اليد و رواتب مثالية للمدربين مقارنة بالرياضات الأخرى.

كما تخصص دورات تكوينية و منتديات وطنية و دولية خاصة بالمدربين و رغم هذا نجد أن مختلف الأندية تعاني في اختيار مدربين ذو كفاءة و تتوفر فيهم مثل هذه العناصر.و من المعطيات السابقة نخلص إلى طرح التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

-هل لسمات الشخصية للمدرب الرياضي(السيطرة-الإتزان الإنفعالي)أثرعلى أداء لاعبي كرة اليد .

التساؤلات الفرعية:

- هل لسمةالسيطرة للمدرب الرياضي أثر على أداء لاعبي كرة اليد.
- هل لسمةالإتزان الإنفعالي أثر على أداء لاعبي كرة اليد.

أهداف البحث:

معرفة أثرسمات الشخصية للمدرب الرياضي على لاعبي كرة اليد.

- معرفة تأثير سمة السيطرة لدى المدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد.
- معرفة تأثيرسمة الإتزان الإنفعالي لدى المدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد.

الفرضيات:

الفرضية العامة:

لسمات الشخصية للمدرب الرياضي(السيطرة-الإتزان الإنفعالي) أثرعلى أداء لاعبي كرة اليد.

الفرضيات الجزئية:

- لسمة السيطرة لدى المدرب الرياضي أثر على أداء لاعبي كرة اليد.
- لسمة الإتزان الإنفعالي لدى المدرب الرياضي أثر على أداء لاعبي كرة اليد.

مصطلحات البحث:

1- **الشخصية:** يرى (**جوردون البورت**) أن الشخصية هي تنظيم الديناميكي داخل الفرد لأجهزة النفس جسمية التي تحدد الطابع المميز لسلوكه و تفكيره جملة.(أحمد أمين فوزي، 2003 ، صفحة 132)

- **الشخصية إجرائيا:**هي مجموعة السمات التي تميز فردا ما و هي ذلك التنظيم الثابت و الدائم إلى حد ما لطباع الفرد و مزاجه، و مجموعة الأنشطة التي يمكن اكتشافها عن طريق الملاحظة الفعلية للسلوك.

2- **السمات الشخصية:** يرى بعض العلماء أن السمات الشخصية يمكن أن تشير بصفة عامة على الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك الطريقة المعينة أو هي صفة يمكن على أساسها تفريق بين الفرد و الآخر.

3- **السيطرة:**التميز بالاستجابة و بردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية أو جسمية مع الميل للسلطة و استخدام العنف و محاولة فرض الاتجاه على الآخرين.

4- **الاتزان الانفعالي:** التحكم في الانفعالات و اشاعة الهدوء و الاستقرار في نفوس اللاعبين و اعطاء تعليمات و نصائح بصورة صحيحة.

5- **الأداء:اصطلاحا:** نتخذ من مفهوم عصام عبد الخالق "انه عبارة عن انعكاس لقدرات و دوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فرديةو هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيرا سلوكيا"(نزار مجيد الطالب، 1983 ، الصفحات 214-215)

الأداء: إجرائيا: هو قدرة الفرد على تنفيذ ما أوكل إليه من الأعمال و الدرجة المتحصل في تحمل المسؤولية.

6- **المدرب الرياضي:** يعد المدرب الرياضي من الشخصيات التربوية التي تتولى دور القيادة في عملية التربية و التعليم، و يؤثر تأثيرا كبيرا و مباشرا في التطوير الشامل و المتزن لشخصية الفرد الرياضي(قاسم حسن حسين، 1998 ، صفحة 709)

- **المدرب اجرائيا:** هو الشخص المناط به اختيار اللاعبين و قيادتهم أثناء المباريات و التمارين و صاحب القرار النهائي في الأمور الفنية، يحمل على عاتقه مسؤولية كبيرة، ناهيك عن ضغط الجماهير و الإدارة و الاعلام في بعض الأحيان و الكل يطالبه بالفوز، و لا شيء سوى الفوز.

7- **كرة اليد:** "كرة اليد هي تلك اللعبة التي يحبها الأطفال و التي تجرى في مساحات محدودة و بعدد معين من اللاعبين"(ياسر محمد حسن دبور، 1996، صفحة 11)

كرة اليد إجرائيا: هي رياضية جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق ملعب خاص ذات أبعاد معين، يتم التحكم في الكرة باليدين فقط لا يسمح لمسها بالرجل إلا من قبل حارس المرمى و في داخل منطقته (06أمتار) حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل الأهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفيديرالية العالمية لكرة اليد.(محمد صبحي حسانين و كمال عبد الحميد اسماعيل، 2001، صفحة 22)

الدراسات المشابهة:

من البديهي و المعروف أن الدراسة العلمية و البحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا و جاءت بعده دراسات و بحوث عديدة قد تناوله هو بالشرح و التحليل أو تشترك معاني الموضوع أو بعض جوانبه و بذلك يشكل هذه الدراسات.(رابح تركي ، 1999، صفحة 123)

الدراسة الأولى:

"عيساوي ميلود" تحمل عنوان **شخصية المدرب الرياضي و أثرها على مردود الفريق أثناء المباراة في كرة الطائرة.**

مشكلة البحث:

هل لشخصية المدرب تأثير على مردود الفريق أثناء المباراة في كرة الطائرة؟

هدف البحث:

محاولة تحليل عالم لمختلف الدراسة المتحكمة في بناء العلاقات داخل الفريق الرياضي.

فرضية البحث:

تؤثر شخصية المدرب الرياضي على مردود الفريق أثناء المباراة في كرة الطائرة.

منهج البحث:المنهج المتبع من طرف الباحث منهج وصفي.

عينة البحث:

قد اعتمد اختيار العينة عشوائيا دون ترتيب مسبق واشتملت على 6 لاعبين من فريق وفاق سطيف و6لاعبين من فريق تربية سطيف.

أداة البحث:

أداة التي اعتمد عليها الباحث "إستمارة"

أهم النتائج الدراسة:

أن شخصية المدرب الرياضي تؤثر في مردود الفريق أثناء المباراة.

أهم التوصيات:

أن لا تكون النتائج الرياضية هدفا في حد ذاتها.

الدراسة الثانية:

"مداد محمد" تحت عنوان **درجة تماسك الإجتماعي وعلاقته بمردود الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.**

مشكلة البحث:

ما مدى تأثير درجة تماسك على تحسين المردود الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؟

هدف البحث:

كشف مدى تماسك لاعبي كرة القدم.

فرضية البحث:

درجة تماسك الفريق تتناسب طرديا مع مستوى المردود.

منهج البحث:

المنهج المتبع هو المنهج الوصفي.

عينة البحث:

حيث شملت عينة البحث هذا على لاعبي النوادي الرياضية الخاصة بكرة القدم من القسم الوطني الأول و الثاني على حسب المردود الرياضي.

أداة البحث:

أداة التي اعتمد عليها الباحث "**استمارة**"

أهم نتائج البحث:

التماسك الإجتماعي له علاقة بالمردود الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

أهم التوصيات:ضرورة اهتمام المدربين بمظاهر تنظيم الفرق الرياضية.

الدراسة الثالثة:

إن إستقراء البحوث السابقة التي اهتمت بدراسة الشخصية وعلاقاتها بالآداء الرياضي بذكر الدراسة:

"**محمد وداك**" تحت عنوان **السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقاتها بتماسك الفريق**.

مشكلة البحث:هل لشخصية المدرب من التأثير على تماسك الفريق؟

هدف البحث:التعرف على ظاهرة التماسك داخل الفريق.

فرضية البحث:توجد علاقة ارتباط بين السمات الشخصية للمدرب الرياضي ودرجة تماسك فريقه.

منهج البحث:المنهج المتبع هو المنهج الوصفي حيث يعتبر من أكثر المناهج استخداما.

عينة البحث:

تتشكل عينة البحث من لاعبي القسم الوطني الأولى والقسم الوطني الثاني لفرق كرة القدم حيث تم تحديد 180لاعبا.

أداء البحث:

لجأ الباحث إلى استخدام كل من مقياس السمات الشخصية للمدرب الرياضي ومقياس تماسك الفريق الرياضي.

أهم نتائج البحث:كلما ارتفعت درجات السمات المدرب الرياضي كلما ارتفعت درجت تماسك الفريق.

أهم توصيات البحث:

ضرورة انتهاج المدرب الرياضي للأساليب القيادية المناسبة لطبيعة الموقف وخصوصيات اللاعبين.

التعليق على الدراسات:

إن بعض النقاط المشتركة في جميع الدراسات انتهجت المنهج الوصفي، والعينة التي اعتمدت عليها الدراسات اللاعبين، وكانت اختياراتها عشوائية دون ترتيب، والأدوات المستخدمة في معظمها الاستمارة والمقياس ومن أهم نتائج التي توصل إليها معظم الدراسات وجود علاقة ارتباطية بين شخصية المدرب الرياضي وتماسك الفرق من حيث الأداء والمردود الرياضي.

نقد الدراسات:

ومن خلال دراستنا والدراسات السابقة أن هناك دراسة معممة على أصناف الفرق الرياضية ومن حيث شخصية كل مدرب وتخصصه وخبرته في المجال الرياضي. وكذلك إستنتجنا أن معظم الباحثين تطرقو إلى الشخصية بصفة عامة و لم يتطرقو إلى سمات كالسيطرة أو الإتزان الإنفعالي لهذا جاءت هذه الدراسة لتأكد ما قام به الأخرون.

الجانب النظري

الفصل الأول
شخصية المدرب الرياضي

تمهيد:

تعتبر مهنة التدريب عبارة عن تنظيم وإدارة للخبرة التعليمية للرياضة لتصبح خبرة تطبيقية ويتوقف هذا بدرجة أولى على كفاءة وخبرة وثقافة المدرب، حيث يجب على المدرب أن يكون على دراية ومقدرة عالية لفهم التدريب وكذا كيفية استخدام الطرق والأساليب والإجراءات المتصلة بتنظيم وتوجيه خامت وقدرات اللاعبين .

فهذا يتميز بشخصية تظهر روحأداء الواجب واحترم العمل وعدم الاكتراث للتقاليد وهذا نجد عنده العاطفة تغلب عن لتفكير والميل إلى الخيال وهذا منطوي والأخر تبدو عليه ملامح الغضب والنرفزة والتوتر والإهمال. وغيرها كل هذا جعل من دراسة موضوع الشخصية محل إثارة الجدل والتساؤل ومثير للغرابة وعلى درجة كبيرة من الاختلاف والتفاؤل.

1-1 مفهوم التدريب الرياضي:

البروفسور « Holman » يعرفه على أنه عبارة عن جميع كميات الحمل المعينة المعطاة للرياضي في الفترة الزمنية المعينة يهدف إلى دفع الإنجاز الذي يؤديه بحيث تتغير وظائف الأجهزة الخارجية والعضوية. (عبد علي نصيف، قاسم حسن حسين، 1980، الصفحات 16-116).

أما الباحث « Matwin » فيرى أن اصطلاح التدريب الرياضي يعني التحضير الجسمي والتكتيكي والعقلي والنفسي والتربوي للرياضي بمساعدة التمرينات الجسمية عن طريق الجهد. (عبده علي نصيف، قاسم حسن حسين، 1980).

ويقول الدكتور "عصام عبد لخلق" أن التدريب هو التمرين للحركات الرياضية المبنية على الأسس العلمية في إطار خطة موضوعية مع مراعاة النواحي التربوية وكذلك الرعاية الصحية بهدف الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى في النشاط لرياضي الممارس، يتم من خلال التخطيط لجيد والدقيق لتنمية الصفات البدنية والمهارات الحركية والقدرات الخططية وكذلك لبيانات الرياضية والدوافع النفسية. مما سبف نستنتج أن التدريب الرياضي يشمل على كل الجوانب الخاصة بالفرد، سواء كانت بدنية أة تكتيكية أو اجتماعية أو نفسية وحتى الصحية (عصام عبد لخلق، 1972).

1-2 خصائص التدريب الرياضي:

يتميز التدريب الرياضي ببعض الخصائص التي تشكل مجموعة من المبادئ الأساسية تعطي عملية التدريب صبغته لخاصة وتتلخص فيما يلي:

* تحقيق الحد الأقصى للنتائج الرياضية في النشاط الرياضي التخصصي طبقا للفروق الفردية.

يهدف التدريب الرياضي إلى الوصول بالفرد لأعلى المستويات الرياضية طبقا لاستعدادات لفرد وإمكاناته لتي تختلف من فرد إلى آخر، ويتحقق ذلك عمليا من خلال تطبيق ثلاثة مبادئ أساسية تشمل:

أ- مبدأ الفروق الفردية:

للوصول إلى الحد الأقصى للنتائج الرياضية حيث لا يمكن أن يصل جميع الأفراد إلى مستوى موحد للإنجاز لرياضي، وليس دائما إن استخدام برنامج تدريبي موحد يحقق نفس مستوى الإنجاز الرياضي لكل الرياضيين، فهناك فروق فردية تحدد الحد الأقصى الممكن تحقيقه لكل منكم.

ب-مبدأ زيادة التخصصية: لا

يمكن تحقيق لحد الأقصى للإجازات الرياضية في اتجتهت متعددة، ولذلك فإنه كلما ارتفع مستوى الإنجاز الرياضي زاد الاتجاه إلى التخصص الرياضي الدقيق.

ج- مبدأ زيادة الفردية:

ويقصد بذلك أن يعامل كل الرياضي كحالة خاصة بالرغم من عضويته لفريسق متكامل، ويعني ذلك الاهتمام بالكشف عن خصائص الرياضي المميزة ونقاط الضعف، ومراعاة ذلك عند التعامل مع الرياضي، ووضع البرامج التدريبية وتوجيهه نحة التخصص الرياضي الأمثل بإمكاناته الفردية (أبو العلا محمد عبد لفتاح، 1997، صفحة 16).

1-3- تعريف المدرب:

حسب لاروس La rouse هو الشخص الذي يدرب الجياد، فالمدرب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيول أو الأشخاص لمنافسة ما، الذي يمد الرياضيين بالنصائح، الذي يملك القدرة على البسط و فرض سلطته على الفريق، فالمدرب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه و بين أفراد فريقه، الحازم في قراراته و المتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه.(Jacque cervoiser, 1985, p. 33)

و في مفهوم الدكتور "وجدي مصطفى الفاتح" المدرب الرياضي هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية و تدريب اللاعبين و تؤثر في مستواهم الرياضي تأثيرا مباشرا، و له دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطويرا شاملا متزنا لذلك وجب أن يكون المدربمثلا أعلى يحتذى به في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرب الرياضي لعامل الأساسي والهام في عملية التدريب. (وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد، 2002، ص 20).

1-4- شخصية المدرب وخصائصه:

تلعب شخصية المدرب الجيد دورا في نجاح عملية التدريب، ولابد لكل من يريد أن يشغل وظيفة مدير فني أن يتصف بخصائص ومميزات تتمثل في ما يلي:

- الذكاء الاجتماعي وهذا يعني قدرته على لتعامل الجيد مع الغير، وخاصة الذين لهم علاقة بعملية التدريب من إدارة النادي و أعضاء الأجهزة الفنية والطبية للمعاونة له ومع الحكام والجمهور إلى غير ذلك.
- الذكاء في وضع خطط التدريب واللعب الجيدة والذكاء في حل المشاكل التي تقابله خلال العمل.
- الحكم الصائب على الأمور والعدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والناس.
- النضج الانفعالي والثقة بالنفس والطموح دون طمع.
- المعرفة الجيدة بكرة القدم كمعلم والمعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية لتدريب.
- الخبرة السابقة كلاعب.
- المظهر العام الموحي بالاحترام والثقة وقوة تأثيره الايجابي على الغير.

- اللياقة البدنية والصحة النفسية.
- لصوت القوي المقنع والواضح.
- القدرة على لتعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه.
- أن تكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم، وبذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين (حنفي محمود مختار، الصفحات 4-6).

1-5-ا لسمات الشخصية للمدرب الرياضي:

قام العديد من الباحثين بدراسات مستفيضة لكي يتم التعرف على السمات الشخصية الهامة بالنسبة للمدربين، وقد استخدم الباحثين أحدث الاختبارات لتحديد البروفيل الشخصي لمثالي للمدرب الرياضي، وعند تحليل هذه لنتائج تبين أفاق وجهات نظر الكثيرين حول السمات الشخصية للمدرب الناجح، ومن أهمها ما يلي:

- لشخصية الواقعية.
- الشخصية الإبداعية.
- الشخصية التي تتميز بالذكاء.
- الشخصية الانبساطية
- الشخصية القادرة على السيطرة.
- الشخصية المتزنة انفعاليا.
- الشخصية الفعالة (العملية).
- الشخصية المبدعة.
- الشخصية القادرة على اتخاذ القرارات.
- لديها ملكة التغير.
- الشخصية المحببة والودودة.
- الشخصية القانعة (الغير متغطرسة).

ومما ذكر من هذه لسمات، فإن الرياضيين يرون في المدرب لشخصية القوية التي يمكن الإعتماد عليها في المواقف لصعبة، وفي كثير من الأحيان يكون قادرا على مجاراة الظروف المتغيرة وتنظيم أحوال لاعبيه والسيطرة عليهم (يحي السيد حاوي، 2002، صفحة 20).

1-6- صفات المدرب الناجح: يتحدد وصولاللاعب لأعلى لمستويات لرياضية بعدة عوامل من أهمها لمدرب الرياضي إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية ارتباطا مباشرا بمدى قدرات المدرب الرياضي على إدارة عملية التدريب الرياضي أي على تخطيط وتنفيذ وتقديم وإرشاد للاعب قبل و أثناء و بعد المباريات.

ومن بين الصفات التي تميز لمدرب لرياضي الناجح ما يلي:

(www. Elhiwar. Info. 18/02/2008).

- لصحة الجيدة والمظهر الحسن والمثل الجيد.
- القدرة على القيادة وحسن التصرف ومجابهة لمشاكل.
- الاتصاف بروح العطف ولمدح وتفهم مشكل اللاعبين والمشاركة الايجابية في حلها.
- لاقتناع التام بدوره التربوي.
- الثقة بالنفس والاقتناع التام بالعمل الذي يؤديه.
- مجموعة المعارف والمعلومات العامة والخاصة.
- مجموعة القدرات والمهارات الخاصة.

واقعية المستوى: إن المدرب لناجح يتميز بالدفاعية نحو المستويات لرياضية العالية ونتيجة لذلك يسعى إلى دفع لاعبيه وتوجيههم لتحقيق أعلى مستوى ممكن.

المرونة: تتمثل في القدرة على لتكيف على لمواقف المتغيرة ولاسيما تحت نطاق الأحوال الصعبة كما هو لحال في المنافسات الرياضية.

الإبداع: إن القدرة على ابتكار واستخدام لعديد من الإمكانيات المؤثرة أثناء لتدريب وكذلك التشكيل لمتنوع لبرامج لتعليم ولتعلم والقدرة على استخدام الأنواع لمتجددة والمبتكرة في مجال عملية التدريب من أهم النواحي التي تظهر فيه قدرة المدرب على الإبداع.

التنظيم: إن لقدرة على لتنسيق والترتيب لمنظم للجهود الجماعية من أجل التوصل إلى تطوير مستوى قدرات ومهارات الفريق واللاعبين إلى أقصى درجة تعد من السمات لهامة للمدرب الناجح.

المثبرة: تتمثل في الصبر والتحمل عل شرح و إيضاح وتكرار الأداء وتصحيح الأخطاء وتحمل التمرينات ذات الطابع الروتيني وعدم فقدان الأمل في تحقيق الهدف النهائي.

موضع الثقة: إن إحساس اللاعب بجهود المدرب وتفانيه في عمله لمحاولة تطوير وتنمية مستواه يكسب المدرب ثقة اللاعب، لأمر الذي يسهم بصورة إيجابية على مدى التعاون بينهما.

تحمل لمسؤولية: المدرب الناجح يكون مستعدا لتحمل المسؤولية في جميع الأوقات وخاصة في حالات الإخفاق ويسعى إلى ممارسة القد الذاتي قبل انتقاد الآخرين.

القدرة على لنقد: المدرب الناجح لا يخشى نقد اللاعب في الوقت المناسب إذ أن طبيعة عمل المدرب تتطلب ضرورة ممارسة النقد في لحالات الضرورية أو تتطلب إيقاع بعض العقوبات أو حرمان اللاعب من بعض الامتيازات. وفي تلك الحالات يراعى توضيح بيان الأسباب الموضوعية لذلك والتأكد من فهم اللاعب لهذه لأسباب.

القدرة على اصدار الأحكام: يتمثل ذلك في لقدرة على سرعة ملاحظة مواقف لتدريب أو لمنافسة والحكم عليها بطريقة موضوعية وكذلك القدرة على سرعة تنويع أو تغيير التطورات الخططية بالإضافة إلى لقدرة على تحليل الأداء الحركي وتحديد ممكن للأخطاء.

الثقة بالنفس: الثقة في إصدار الأحكام والقرارات تكسب المدرب مركز قويا لدى اللاعبين كما أن التعليمات ولتوجيهات التي يقدمها المدرب بصورة واضحة وحازمة دون أن يكون يكسبها طابع العنف والعدوانية تجبر اللاعبين على احترامها والالتزام.

الاتزان الانفعالي: إن لتحكم في لانفعالات من الأهمية بمكان المدرب الناجح حتى يستطيع إشاعة الهدوء والاستقرار في نفوس اللاعبين وحتى يتمكن من إعطاء تعليماته ونصائحه للاعبين بصورة صحيحة وواضحة وبنبرات هادئة وخاصة في موقع المنافسات ذات الطابع لمهم.

إذ أن سرعة التأثر ولغضب وسرعة التغلب والحدة من لعوامل التي تسهم في الأضرار البلغ بالعمل التربوي للمدرب وتساعد على التأثر السلبي لنفوذ وسلطة المدرب.

(www. Elhiwar. Info. 18/02/2008).

السيطرة: تم التوصل بعد دراسة هذه لسمة إلى أن الرياضيين يتسمون بسمة السيطرة في مواقف حياتهم كما يظهرون هذه السمة في مواقف التحصيل الرياضي، وعامل السيطرة مركب عريض يشير بصفة عامة إلى إثبات وتوكية الذات والقوة والعنف والعدوان التنافسي.

1-7- دور المدرب العام:

أهم معا لم الدور المميز للمدرب العام يمكن ن نلخصها في النقاط التالية:

- القيادة التخصصية لفريق المدربين المساعدين، القيادة العملية في عمليات التوجيه التدريبي الجماعي و غيرها.
- تشخيص و حل و علاج المشكلات النفسية و الفنية الرياضية المتعلقة باللاعبين.
- الاشراف على إعداد وسائل و حفظ السجلات الخاصة باللاعبين.
- العمل على الإرشاد و التوجيه فهو الأخصائي الخبير المسؤول عن هذه العملية و تقديم التوجيه و الإرشاد العلاجي بصفة خاصة و خدمات التوجيه الفني بصفة عامة سواء كان ذلك بطريقة تربوية أو اجتماعية.
- تولي مسؤولية متابعة حالات اللاعبين.
- مساعدة زملائه عضاء الجهاز استشاري فيما يتعلق ببعض نواحي التخصص حيث أنهم أكبرهم تخصصا في الميدان.

- الاشتراك في عملية التدريب بإيجابية تامة و لا يقف دوره عن مجرد التوجيه و توجيه النقد فهو أقدر الأخصائيين على تولي هذه المسؤولية.
- الاسهام في نظرية العملية التدريبية و طرق التدريب و ادماج و تكامل برنامج التدريب فيها. (زكي محمد و محمد حسن، 2002، صفحة 225)

1-8- حقوق المدرب وواجباته:

يعتبر المدرب أحد الأعمدة الرئيسية والهامة في عملية التدريب ويتوقف على اختياره مدربا للفريق أمور كثيرة من أهمها مقدرته في كيفية الوصول باللاعبين إلى المستوى الأفضل، ومن المعلوم أن المدرب يستطيع تنظيم صفوف اللاعبين في الفريق الواحد ليكونوا وحدة واحدة، وأن يبني دائما قراراته وحكمه من أساسيات وقواعد منظمة متخذا من الأسلوب العلمي وسيلة للتحكم الجيد على الأشكال، ذلك لأن المدرب يقضي مع لاعبيه فترات طويلة يستطيع من خلالها أن يؤثر عليهم وعلى مشارعهم ويجعلهم ينصهرون في بوتقة واحدة من أجل تحفيزهم وزيادة تفاعلهم من أجل نصرة الفريق وتحسين أداءه، وفي المقابل يستطيع المدرب استخراج الطاقات الكامنة والمواهب المتعددة لدى اللاعبين للاستفادة منها في مصلحة الفريق ككل.

و هذا لا يتأتى إلا من المدرب المؤهل علميا القادر بأسلوبه المتميز في التأثير عليهم و قيادة الفريق لتحقيق نتائج طبية، و هذا يجعل للمدرب تقديرا و مكانة خاصة لدى إدارة النادي و اللاعبين و الجمهور و النقاد الرياضيين، إذا كان من الواجب على المدرب أن يتصف بما يلي:

- أن يكون حسن المظهر، متمتعا باللياقة البدنية و الطبية.
- أن يكون متزنا في أقواله و أفعاله و أن يكون نموذجا يحتذى به.
- أن يكون واسع الاطلاع، قادرا على استيعاب مستحدثات العصر.
- أن يكون قائدا مثاليا، يستطيع توجيه لاعبيه و ارشادهم بما يناسب قدراتهم و في الصالح العام للفريق.(يحي السيد الحاوي، 2002، صفحة 33)

1-9- مفهوم القيادة: القيادة "حسب محمد شفيق زكي في أبسط معانيها" القدرة على التأثير في الأفراد و تنسيق جهودهم و تنظيم علاقاتهم و ضرب المثل لهم في الأفعال و التصرفات بما يثبت ولاءهم و

طاعتهم و تعاونهم و للقيادة وظيفة اجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة و هي شكل من أشكال التعامل الاجتماعي بين الأفراد، و القائد يقوم فيه بقيادة الجماعة و توجيه أعمالها فالقيادة بهذا المعنى كما يراها البعض لها عدة جوانب اجتماعية و تفاعلات ديناميكية و محددات سلوكية، فهي سمة تتجلى فيما يتصف به القائد من امكانيات و خصائص اجتماعية و نفسية و عقلية و بدنية تمكنه من التوجه و السيطرة على الآخرين، و ثانيا هي عملية سلوكية تتمثل في امكانية تحريك الجماعة لتحقيق تأثير موجه نحو أهدافه و تحسين التفاعل الاجتماعي بين أعضائها و الحفاظ على تماسكها أما الدور الاجتماعي فيحقق أهداف الجماعة من خلال عملية التفاعل الاجتماعي الاتصال بين القائد و بيئته.(محمد شفيق زكي، 1979، صفحة 302)

و في هذا المعنى يشير الدكتور محمود عكاشة "إن القيادة ظاهرة اجتماعية و نفسية تعبر عن صورة التفاعل الاجتماعي الذي يحدث بين فرد و جماعة تنشأ تلقائيا تلبية لإشباع حاجات الأفراد و إذا كان لكل فرد من افراد الجماعة المتفاعلة دور يقوم به، فالقيادة تمثل أحد هذه الأدوار التي يقوم بها الفرد (القائد) أثناء تفاعله مع غيره من أفراد الجماعة، بالإضافة إلى كل ذلك فهي تتضمن التأثير في أنشطة الفرد أو الجماعة نحو تحقيق هدف معين مشترك يتفقون عليه و يقتنون بأهميته في تفاعل الأعضاء بطريقة تضمن تماسك الجماعة و تحريكها في لاتجاه الذي يؤدي إلى تحقيق الهدف" و الحرية و المشاركة المتبادلة في المسؤولية على تنظيم نفسها و تحديد أساليب لتحقيق هذه الأهداف.

و يشاع عند الكثير من غير الأخصائيين أن القيادة في التربية البدنية و الرياضية يمكن اعتبارها مجموعة من السمات و المهارات التي يمتاز بها القائد لكن هذا المعنى منقوص لأنه لا يأخذه بعين الاعتبار تعدد الموافق العلمية و تنوعها التي تعتبر عاملا أساسيا في تحديد طبيعة القائد الناجح، و في تحديد نوع القيادة اللازمة و المناسبة للموقف إلى النظر للقيادة من خلال طبيعة الموقف و الأنشطة لذلك يميل العديد من المفكرين في التربية البدنية و الرياضية و الأدوار التي يقوم بها القائد نفسه، فالقيادة هنا تخرج كونها توجيه و ضبط و إثارة سلوك اتجاهات الآخرين بمعنى أن القيادة تتوقف على طبيعة الموقف و طبيعة حاجات أفراد الجماعة التي تختلف باختلاف الموقف و الجماعة. (جلال عيادي، 1997، صفحة 117)

1-10- أنماط القيادة:

يعني النمط القيادي ماهية السلوك التي يتبناها القائد لمساعدة جماعته على انجاز الواجبات و اشباع الحاجات و قد اختلف الباحثون في تصنيف أنماط القيادة بالقدر الذي اختلفوا فيه في تعريفها و لكن هناك أسلوبان شائعان هما:

الأسلوب الأوتوقراطي و الأسلوب الديمقراطي. (أسامة كامل راتب، صفحة 370)

الأسلوب القيادي الأوتوقراطي:

في هذا النمط من القيادة يعمل القائد على توزيع المسؤولية و إشراك أفراد الجماعة في اتخاذ القرارات و يشجعهم على تكوين العلاقات الشخصية و تحقيق التفاهم بينهم، كما تحاول كسب ودهم و تعاونهم و حبهم فيلتفوا حوله و يدعمونه، و يتقبلون أوامره بروح راضية و يسعون لتنفيذها و هو ما يؤدي لإنتشار مشاعر الرضا و الارتياح، الاخلاص و الإقبال على العمل، التعاون، الاستقرار، رفع الروح المعنوية و كفاءة الأداء، و القائد الديمقراطي يسعى أن يشعر كل فرد في الجماعة بأهمية مساهمته الإيجابية في شؤون الجماعة، كما يعمل على توزيع المسؤولية بين أفراد الجماعة مما يزيدها قوة.

و يصغي القائد الديمقراطي للآخرين كثر مما يجعلهم ينصتون إليه، فهو يقترح و لا يأمر، و الجماعة الديمقراطية تتميز بدافعية أكبر و بمقدار على الأداء، كما يعم الرضا و الشعور بارتياح بين فراد الجماعة كما تسود روح التعاون و الصداقة و يقبل الإحساس بالإحباط و الفردية. (محمد شفيق زكي، 1979، صفحة 201)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نجد أن المدرب هو العمود الفقري للفريق فعلى عاتقه تقع مسؤولية و قيادة الفريق، فالمدرب هو القادر على حماية أعضاء الفريق من التيارات الفاسدة و الأهواء الشخصية و إعدادهم للحياة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي من خلال عملية التدريب التي يحددها أداء فريقه، و يرتبط ذلك بمدى قدرة المدرب على إدارة و تنفيذ عملية التدريب و نجاحه بالارتقاء و بقدرات لاعبيه و غالبا ما يحتل هذا النوع من المدربين مكانة عالية في نفوس أفراد الفريق و الجمهور و المسؤولين.

الفصل الثاني
الأداء الرياضي

تمهيد:

من الظواهر المعروفة و المألوفة في الحياة الإنسانية إن الفرد يأتي إلى هذا العالم عاجزا ضعيفا، لا يمتلك من القدرات و النماط السلوكية إلا القليل، فإذا ألقينا نظرة فاحصة إلى هذا الكائن منذ إن كان نطفة في قرار مكين إلى أن يصبح إنسانا سوي تصاحبه كثير من التغيرات في كل جوانب حياته فبعد إن كان لا يستطيع أن ينطق بكلمة واحدة يبدأ بنطق أولى الكلمات التي تعلمها، و بعد إن كانت حركاته عشوائية و غير منتظمة يصبح كثر قدرة على القيام بحركاته بمزيد من الدقة و الضبط فيقوم بالزحف و المشي و الركض و القفز، إذ أن هذه التغيرات تستمر طوال فترة حياة الإنسان و تبقى طوال فترة حياة الانسان و تبقى في تغير مستمر ما دام الإنسان على قيد الحياة، و هذه التغيرات يطلق عليها مصطلح التطور (Dévelopment) و الذي يدل على التغيرات التكوينية التي تحدث في بناء الجسم و اعضائه و أجهزته و كذلك التغيرات في وظائفها و علاقة تلك التغيرات بالعوامل و الذي يؤدي إلى التغير في الأداء الحركي من مرحلة إلى أخرى.

2-1- مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنجز، فيذكر "Thomas" (أن لكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرته بحوث أخرى في الرياضة، و ترتبط كثيرا بين العمل و الرياضة و الفريق) لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء كانت ذات صلة كبيرة بالإنتاج.

و كان تعريف منصور 1973 للأداء (بأنه كفاءة العامل لعمله و مسلكه فيه، و مدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله و تحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة) و تسيسها على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد ترتكز على أمرين اثنين هما:

الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي أداء واجباته و مسؤولياته.

الثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية، و مدى ارتباطها و آثارها على مستوى أدائه لعمله، و يدخل في هذا المعنى الأخير امكانية الاعتماد على العامل و تفكيره المتزن و الاستعداد الشخصي له، "Thomas" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة و الاستعداد، و الدافعية... و اغلبها تشكل مفهوم الأداء حيث ذكر "Singer"1975 '(أن الأداء هو المهارات المكتسبة) و يضيف "Thomas" أن "الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة"(عبد الغفار عروسي- دحمان معمر، 2004-2005)

و يعرف عصام عبد الخالق (1992) الأداء بصفة عامة حيث يذكر "هو انعكاس لقدرات و دوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية، غالبا ما يؤدى بصورة فردية و هو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة و هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، أو هو وسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيرا سلوكيا"(عصام عبد الخالق، 1992، صفحة 168)

و يستخدم محمد نصر الدين رضوان (1994) و آخرون مصطلح الأداء بنفس المعنى و المفهوم حيث يطلق عليه مصطلح "الأداء الأقصى" و يستعمل بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها و ملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي.(محمد نصر الدين رضوان، 1992، صفحة 168)

2**-2- أنواع الأداء:** تتمثل أنواع الأداء في:

2-2-1- أداء بمواجهة: أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، و يستطيع المعلم /المدرب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة.

2-2-2- أداء دائري: طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية و خاصة القوة العضلية و المطاولة، و في هذ النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤدون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

2-2-3- أداء في محطات: أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة و أداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

2-2-4- أداء في مجموعات: يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب فردية، وتعد من أقدم طرق التدريب الرياضي.

2-2-5- أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم:

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

انعكاسات ثابتة، وتنقسم إلى انعكاسات عامة، و أخرى جزئية، و العامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف الأربع.

انعكاسات حركية أو وضعية: وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو داء ي عمل و حركة رياضية و عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة.

فالتغيير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد لشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدا للرجل في الاندفاع للمام.

2-2-6- أداء رياضي والجهاز العصبي:

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يقي أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، ويوجد وظائف الأجهزة الوظيفية، للداء الانعكاسي هبة كبيرة ثناء داء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثا، ويكون الداء الحركي في البداية مجهدا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه و إدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي لحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك في الحركة الأصلية.(قاسم حسن حسين، 1998، الصفحات 41-42).

2-3- لعوامل المساهمة في الأداء:

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات المر الول وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة واحدة من الأنشطة لحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء والمهارة في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات وهي:

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.
- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويحي أو تنافسي.
- وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية لمختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن لكثير من العوامل من همها ما يلي:))محمد حسن علاوي –نصر الدين رضوان(42-41 .pp ,1987 ,

2-3-1- القوة العضلية:

تعتبر القوة العضلية من أهم و أكثر العوامل المرتبطة بالأداء في جميع الألعاب الرياضية، و تكمن هذه الأهمية بصفة خاصة بالدور الذي تلعبه القوة في أداء المهارة أثناء المنافسة و أثناء التدريب و اكتساب المهارة، و في تثبيتها و تحسينها.

2-3-2- التوازن:

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

2-3-3- المرونة:

تشير المرونة إلى مدى الحركة على المفاصل المعينة أو مجموعة المفاصل المشتركة في الحركة، حيث تتأثر بتركيب العظام التي تدخل في تكوين المفاصل و بالخصائص الفيزيولوجية للعضلات و الأربطة و الأوتار و جميع الأنسجة المحيطة بالمفاصل و تعتمد المهارات في معظم الألعاب الرياضية على مرونة أكثر من مفصل واحد من مفاصل الجسم لأن المهارة خلال أدائها تتطلب تكاثف جهود المهارة في نظام لأداء حركات في أن واحد أو بالتدرج...، و تتطلب معظم الألعاب الرياضية توفر مستويات مختلفة و متباينة من المرونة فهناك رياضات تتطلب نوع من المرونة المتوسطة بينما هناك أنشطة تتطلب مستوى عالي من المرونة.

2-3-4- التحمل:

يسهم التحمل في داء الألعاب الرياضية المختلفة بدرجة تختلف باختلاف نوع و طبيعة النشاط و يتفق العديد من الباحثين على أهمية كل من التحمل العضلي و التحمل الدوري التنفسي بالنسبة للكثير من الأنشطة الرياضية كالسباحة، و العدو، كرة اليد و غيرها من الرياضات الجماعية.

2-3-5- الذكاء:

يتطلب لأداء الحركي العام في معظم الألعاب الرياضية المنظمة ضرورة توافر الحد الأدنى من الذكاء العام، و إضافة إلى هذا ثبت أن بعض الرياضات الجماعية تستخدم خطط و استراتيجيات خاصة، تستلزم توافر مستويات مرتفعة نسبيا من القدرة العامة لأداء النشاط بنجاح.

2-3-6- السرعة:

مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه و هي تتنوع إلى نواع أخرى كسرعة رد الفعل، سرعة الجري لمسافات قصيرة...إلخ، و السرعة بمفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في اللعاب.

2-3-7- الرشاقة:

ترتبط السرعة بمعظم مظاهر الأداء الرياضي كالرشاقة، التي تشبه السرعة من أهميتها في الألعاب الجماعية و الفردية فاستخدام الرشاقة مع السرعة أو ما يطلق عليه السرعة في تغيير الاتجاه نظر لما تحدثه من تغيير في المواقف خلال المنافسة خاصة.

2-3-8- التوافق:

هو القدرة على الربط أو الدمج بين عدد من القدرات المنفصلة في إطار حركي توافقي واحد للقيام بعمال وواجبات مركبة كثر صعوبة، و التوافق بهذا المفهوم يعتمد بالدرجة الأولى على التوقيت السليم بين عمل الجهازين العضلي و العصبي.

2-3-9- القدرة الإبداعية:

تشير بعض الدراسات التخصصية في علم النفس الرياضي إلى أن الألعاب الرياضية التي تحكمها قواعد و نظم و قوانين محددة، يقل فيها الإبداع الحركي في الأنشطة التي تتطلب التوقع الحركي، و كذا الأنشطة التي تستلزم توافد القدرة على الإبداع الحركي بدرجة عالية نسبيا.

2-3-10- الدافعية:

يؤكد معظم الباحثين و المتخصصين في مجال الدراسات النفسية التربوية على أهمية الدافعية كعامل مؤثر في نتائج اختبارات الأداء العقلي و البدني، و تعد الدافعية في الوقت الحالي من م العوامل التي يوليها العاملون في المجال الرياضي اهتماما كبيرا، و خاصة في مجالات التدريب و التعليم و المنافسة الرياضية.

و لقد قسم العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة و قسم "Pumi" 1963 الدوافع طبقا للمراحل الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة و هذه المراحل هي: (فضيل موساوي- عبد القادر قلال، 2004/2003، صفحة 77)

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

2-4- علاقة القدرة على الأداء الرياضي:

من المعروف أن النشاط الرياضي يهدف إلى تلقين الفرد الممارس مهارات، سواء الحركية منها كالجري، الوثب، القفز أو المهارات التقنية المختلفة كتصويب الكرة، تنطيطها...إلخ، كما أن الشيء الذي لا يختلف عليه إثنان أن هذه المهارات منها ما هو مكتسب، حيث أظهرت لنا بعض الدراسات أن العوامل الهامة في القدرات تظهر أكثر في الأداء الحركي للأطفال الصغار و من ناحية أخرى تبين لنا أن هناك بعض المهارات تظهر كعوامل نوعية تعتمد بالدرجة الأولى على خبرة الفرد الناشئة، و عند التدريب و الممارسة و التعلم (التعود).

أما بعض الدراسات تثبت أن الأهداف التي تسعى إليها مراكز التربية البدنية و الرياضية من خلال نشاطاتها المعتمدة حاصة النشاط البدني الرياضي، هي تحقيق القدرة على الأداء البدني الرياضي الذي يمكن أن يتحقق من خلال عمليات التعلم و التدريب المتتالية الذي يتلقاها الفرد طوال مشواره سواء البدني أو التقني.

و من مجمل هذه الدراسات التي تظهر امكانية تحقيق النجاح في تنفيذ تمرين أو إجراء منافسة يمكن القول أن القدرة هي مكانية الفرد لتحقيق النجاح في أداء مهارة معينة مثلا: كقدرة الرياضي على أداء مهارة التسلق أو السباحة، فذلك يكون نتيجة مهارة مكتسبة من الصغر نتيجة عوامل مساعدة منها اجتماعية كالمحيط، المعيشة أو نتيجة استعداد و تحضير و هذه من بين عوامل القدرة.

2-5- سلوك الأداء الرياضي:

إن سلوك الأداء الذي يقوم به الرياضيين أو بالأحرى اللاعبين، تحدده ثلاث عوامل رئيسية و هي: الجهد المبذول، القدرات و الخصائص الفردية للاعبين بالإضافة إلى إدراك اللاعب لدوره.

الأداء = الجهد المبذول + القدرات و الخصائص الفردية للاعبين + إدراك اللاعب لدوره.

أ- الجهد المبذول:

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

ب- القدرات و الخصائص الفردية للاعبين:

و تتمثل في قدرة للاعب و خبراته السابقة التي تحدد درجة و فعالية الجهود المبذولة.

ج- إدراك اللاعب لدوره:

يقصد بهذا تصوراته و انطباعاته عن السلوك و الأنشطة التي تتكون منها مهامه، و عن الكيفية التي ينبغي أن يمارس بها دوره.

و عليه فإن سلوك الأداء يتوقف على مدى تأثير قدرات و كفاءة اللاعب لأداء مهامه، و هذا بدوره يتوقف على ما توفره و تهيئه ظروف بيئته الرياضية و حتى الاجتماعية من التسهيلات بتطبيق هذه القدرات و الكفاءات و الوصول إلى أعلى مستوى من الأداء و النتائج.(فضيل موساوي- عبد القادر قلال، 2004/2003، صفحة 70)

2-6- ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة:

يعتبر ثبات الأداء الرياضي لدى اللاعب أحد المؤشرات الهامة المعبرة عن ارتقاء و ازدهار كافة الجوانب إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

- درجة الثبات الانفعالي و العاطفي في المنافسة.
- كيفية الضبط و التحكم في انفعالات اللاعب خلال المنافسة.
- الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.

و تعتبر المنافسات الرياضية مجالا حقيقا و خصبا للحكم على ثبات أداء اللاعبين الذي يتحمل أن يتعرض لبعض المواقف التي قد تؤثر على مستواه في مختلف الظروف أو المواقف.

2-7- العوامل النفسية المحققة لثبات داء اللاعبين الحركي خلال المنافسة:

و يعني المقدرة أو الإمكانية في المحافظة المستمرة و المستقرة عن مستوى كل من الكفاءة الحركية سواء خلال الظروف القصوى للتدريب أو المنافسات و في إطار حالة تقنية ايجابية و من المؤثرات ما يلي:

- الصفات العقلية و درجة ثباتها (تذكير الإنسان، سرعة و رد الفعل، التصور)
- الصفات الشخصية و درجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات و الاستقرار أو الاتزان العاطفي للاعب، مستوى التنافس أو الطموح النفسي و درجة تعبيره أو تبديله على ضوء خبرات الفشل و النجاح التي يحققها اللاعب، مستوى نمو العمليات العصبية و النفسية و المقدرة على تحمل الأعباء النفسية.
- القدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل و ثناء المنافسة تحت الظروف أو الدوافع و الأشكال سواء كانت (صعوبات داخلية و خارجية) فالتحكم الواعي في تلك الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد على الارتفاع بدرجة الثبات خلال المنافسة.
- العلاقات النفسية و الاجتماعية بين فراد الفريق و التي تساعد على الأداء الثابت للفريق.
- القيادة النموذجية و دورها في الحفاظ على هيئة و مكانة الفريق و الاعتراف به و بتقاليده، الاعتراف وعدم التهاون بإمكانات المنافسين.

2-8- العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة:

- ظروف مرتبطة بالمنافسات مثل (الظروف الجوية، الإضاءة، الخصائص المعمارية و الهندسية للملعب أو القاعة، عدم توفر أماكن ملائمة لراحة اللاعبين أو خلع ملابسهم أو للإحماء الجيد).
- نتيجة سحب القرعة و أهمية أن يبدأ الفرد أو الفريق في التنافس ولا كالبداية بالإرسال.
- خصائص و مواصفات المنافس و انجازاته من حيث (وزن الجسم، الطول، النتائج السابقة تحليلها مثلا).
- سلوكات الأفراد المحيطين مثل: المتخرجين، مدربين و مرافقي الآخر، الحكام.
- التغيير المفاجئ لموعد المسابقة مثل: تأخير بدء المباراة، تأخر موعد وصول الفريق.
- الإصابات التي قد يتعرض لها اللاعب أو الزملاء في الفريق.
- **2-9- تطوير هداف التحدي:**

كما هو معروف أن هناك حالة مثلى للرياضيين من الناحية البدنية و النفسية، ترتبط بتحقيق فضل أداء وهو ما يطلق عليها الطاقة المثلى، و مصدر زيادة الطاقة النفسية يمكن أن يتم من خلال مصادر سلبية مثل: زيادة الضغط، القلق، الخوف من الفشل...إلخ و يمكن أن يتم من خلال مصادر ايجابية يأتي في مقدمتها إثارة دافع التحدي للرياضي حيث أن هذا الأخير يساعد وصول الرياضي إلى حالة الطاقة المثلى و التي تتميز بالثقة بالنفس، التفكير الإيجابي، الدافعية العالية، التحكم في القلق، الاستمتاع بالأداء، زيادة تركيز الانتباه...إلخ.(فضيل موساوي- عبد القادر قلال، 2004/2003، صفحة 77)

2-10- تدعيم ثقة الرياضي في نفسه:

تتضمن المنافسة الرياضية في طياتها خبرات النجاح و الفشل، و يلاحظ أن اللاعب الذي يتمتع بالثقة في النفس يقترح لنفسه هدافا واقعية تتماشى مع قدراته و تجعله يشعر بالنجاح عندما يصل إلى على

مستوى منها و لا يسعى لإنجاز أهداف غير واقعية بينما اللاعب الذي تنقصه الثقة في النفس يخاف من الفشل لدرجة كبيرة مبالغ فيها، و ينعكس ذلك عادة على حالته النفسية من زيادة القلق و ضعف التركيز، الاهتمام نحو نقاط الضعف مما يعوق التركيز على النقاط الإيجابية، الاقتصاد إلى المتعة و الشعور بالرضى لذلك من الأهمية استخدام الأساليب الملائمة لتنمية الثقة في النفس للاعبين كوقايتهم من الاثار النفسية السلبية و يتحقق ذلك من خلال:

2-10-1- خبرات النجاح:

يعتبر أهم عامل يساهم في بناء الثقة هو الانجازات التي يحققها اللاعب، بمعنى أن اللاعب الذي يتميز دائه بالنجاح يزيد من ثقته في المستقبل.

2-10-2- التفكير الإيجابي:

يؤثر نوع التفكير في مقدار الثقة، حيث يلاحظ أن بعض اللاعبين و خاصة قبل المنافسات الهامة يسيطر عليهم التفكير السلبي الذي يركز على نقاط القوة في المنافسة، و هذا النوع من التفكير السلبي يؤثر في ثقة اللاعب في نفسه و في تدعيم الحالة النفسية السلبية، بينما الأفضل أن يعتاد اللاعب التفكير الإيجابي الذي يدعم ثقته في نفسه.(أسامة كامل راتب، صفحة 203)

الخلاصة:

إن الأهمية التي يلعبها الأداء المهاري أو الحركي أهمية بالغة حيث يعتبر بمثابة الفن أو الانسجام، حيث يعد الأداء الحركي من القوانين التي تستخدم في أداء حركات في آن واحد أو بالتدرج، حيث تحقق أفضل

الحلول للواجبات الحركية المعينة من أجل الحصول على نتائج رياضية عالية بالنظر إلى مراحل الاستيعاب و التكيف على فن الأداء الحركي، إن تعلم فن الأداء الحركي الرياضي في كرة اليد يهدف إلى اكتساب الأداء الحركي الأمثل الذي يستخدمه الرياضي أثناء أداء التمرينات في المنافسات الرياضية و محاولة اتقانها لتحقيق المستوى الرياضي، إذ بعد الاتقان الجيد و الكامل للحركات الرياضية و الهدف النهائي لعملية تدريب فن الأداء الحركي، و ذلك بشكل كامل و لزيادة القابلية البدنية الحركية و تحقيق المستوى الأفضل في نوع الفعالية و في حدود اللعبة الرياضية.

الفصل الثالث
كرة اليد

تمهيد:

يشعر اللاعبون من وقت لآخر برغبة قوية بالتعرف عن ما يحيط بهم في متطلبات اللعبة المهارية و البدنية و الخططية و هذا ما يتيح لهم امكانية التعرف على مستوياتهم و كذا معدلاتهم.

إن خطوات نجاح أي نشاط رياضي في أي مجتمع يجب أن يتبع الأسلوب المناسب و الصحيح الذي يهدف أساسا إلى الارتقاء بهذه اللعبة و يصبح الامتداد الفعلي لممارسة هذا النشاط وصولا لأعلى مستوى.

3-1- لمحة تاريخية عن كرة اليد:

تعتبر كرة اليد لعبة حديثة بالنسبة للألعاب الكبيرة الأخرى التي ظهرت في النصف الثاني من القرن التاسع عشر، فقد خرجت كرة اليد إلى الوجود خلال الحرب العالمية الأولى، و لم يمض وقت طويل حتى احتلت مكانتها بين الألعاب الأخرى نظرا لما تتميز به هذه اللعبة من سرعة و حماس، و بنظرة سريعة إلى الوسط الرياضي في العالم العربي، نجد أن لعبة كرة اليد تسير بخطى حديثة لتصبح قبل مضي وقت طويل من أكثر الألعاب شعبية، نظرا للتقدم الهائل الذي حصلت عليه خلال مدة قصيرة من انتشارها.
فقد تكونت لها الكثير من الاتحاديات في البلاد العربية على باقي دول العالم خاصة الأوروبية منها، و نظمت عدة دورات كان لها أثر كبير في تركيز وضع هذه اللعبة و تعريفها للجمهور قصد اعتمادها رسميا لعبة عالمية كباقي الألعاب الرياضية الأخرى.

يختلف المؤرخون في تحديد الوقت الذي ظهرت فيه لعبة كرة اليد، فمنهم من يرجع الفضل في اختراعها إلى مدرب الجمباز "هولقرنلس" و هو دانماركي كان يعمل بمدينة "أوردروب" و كان ذلك عام 1898، و قد أطلق عليها اسم "هاندبولد" و منهم من يجزم بأنها لعبة معدلة عن لعبة كانت تمارسها "تشيكوسلوفاكيا" في سنة 1902 و تطلق عليها اسم "أزينا" أو "هازينا" و ما زال هذا الاسم يطلق على لعبة كرة اليد إلى يومنا هذا في كثير من بلدان أوروبا.(اسماعيل مقران، 1999-2000، صفحة 75)

و منهم من يقرر أن هذه اللعبة ظهرت في أوكرانيا سنة 1919 إلا أن اغلب المؤرخين يرجع فضل ظهور كرة اليد بشكلها الحديث إلى مدرس الجمباز الألماني "ماكس هيزر" خلال الحرب العالمية الأولى عندما فكر في لعبة تضمن للاعبات الجمباز أثناء برنامج التدريب الشتوي إحماء سريعا و كافيا، فخرج هذه للعبة بمساعدة أحد أساتذة معهد التربية الرياضية للمعلمين ببرلين "البروفسور شينز" و كان ذلك سنة 1917 و يذكر البعض أن شلينز نفسه هو الذي وضع هذه اللعبة و أخرجها.
وقد اقتصرت آنذاك ممارستها على الفتيات في البداية، وأقيمت لها عدة دورات كان أولها سنة 1917، بين ثمانية فرق من الفتيات، وكان ذلك في إحدى قاعات الجمباز بمدينة برلين. وفي سنة 1925 أقيمت أول مباراة دولية لكرة اليد "11 لاعبا" للذكور بين ألمانيا والنمسا، فاز بها النمساويين على مخترعي اللعبة "6 مقابل 3" بألمانيا.

وفي سنة 1926 ظهرت إلى الوجود أول لجنة دولية انبثقت عن المؤتمر الدولي لألعاب القوى والتي أخذت على عاتقها الإشراف على لعبة كرة اليد وتنظيمها وذلك في "لاهاي" بهولندا.

وكان انتشار اللعبة أسرع بكثير من تنظيم إدارتها، فقد تأخر تكوين الاتحاد الدولي لكرة اليد سنة 1927 حين وضعت قوانينها الموحدة والرسمية التي طبقت فيما بعد في جميع المباريات المحلية والدولية.

وتم الاتفاق سنة 1934 بين كل الدول المنخرطة في الاتحاد على إدخال لعبة كرة اليد ضمن برنامج الألعاب الأولمبية لسنة 1936 وأصبحت كذلك.

وفي سنة 1935 أقيمت أول مباراة دولية في كرة اليد "7 لاعبين" للشباب بين فريقي الدانمرك والسويد وانتهت للسويديين بـ"18 لـ12".

وجاءت سنة 1938 لتقام أول دورة دولية للشباب في كرة اليد بنوعيها "11 لاعبا و 7 لاعبين" واعتبرت كأول بطولة عالمية.(اسماعيل مقران، صفحة 76)

وقد بقي نشاط اللعبة محليا، بسبب ظهور الحرب حتى انتهائها عندما أقيمت سنة 1945 أول مباراة دولية بعد الحرب بين السويد والدانمرك، ليحل بعدها بسنة أي في سنة 1946 تأسيس الفيدرالية الدولية لكرة اليد، وكان أول رئيس لها هو السويدي "قوستا بيجواك".

أما بالنسبة للبلاد العربية فقد كانت الجزائر والمغرب من أوائل الدول العربية التي عرفت لعبة كرة اليد، فقد دخلت هذه اللعبة ميدان النشاط المدرسي عن طريق أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين أتموا دراستهم في فرنسا، وانتشرت اللعبة انتشارا سريعا بحيث أنشئت ملاعب كرة اليد في أغلب المدارس الثانوية والإعدادية.

3-2-ميلاد و تطور كرة اليد في الجزائر :

لقد كانت البداية الأولى لكرة اليد الجزائرية سنة 1942م و ذلك بمراكز المنشطين أما اللعبة بصفة رسمية انطلقت سنة 1949م و ذلك بفرق تتكون من 11لاعب , أما بالنسبة لكرة اليد بسبعة لاعبين فكانت سنة 1953م و ما إن حلت سنة 1956م حتى نظمت أول بطولة جزائرية لكرة اليد , ومما يمكن الإشارة إليه أن الفترة 1930. 1962م كان عدد الممارسين قليلا و ذلك بسبب الاحتلال و حالة التمييز العنصري الذي شهدته البلاد خلال الفترة الاستعمارية .

وقد ظهرت الحركة الرياضية في الجزائر تحت تأثير الصراع من اجل الحرية و التي رافقت الشعب طيلة الفترة الاستعمارية التي لعبت دورا أساسيا في تعبئة الجمهور و تنظيمها للنضال من خلال الممارسة الرياضية .

و بعد الاستقلال مباشرة 1963م تعتبر الانطلاقة الثانية حيث تم تعيين حماد عبد الرحمان و إسماعيل مداوي لغرض إنشاء أول فدرالية وطنية , حيث كان هذا الأخير يرأس الرابطة الولائية لكرة اليد في الجزائر العاصمة و التي كانت تظم أهم الفرق التالية :

- فريق omse saint augainبولوغين .
- فريق الراسينغ بجامعة الجزائر

- فريق المجموعة اللائكية للطلبة الجزائريين
- فريق نادي الجزائر H.B.C.A
- فريق عالية الجزائر G.S.A بالإضافة إلى فريق عين طاية و سبارتو وهران

و في سنة 1963 م انخرطت الجزائر إلى الفدرالية العالمية و أول بطولة جزائرية كانت من نصيب O.M.S.E1963 م و الكأس 1964 م(أ- دادي عبد العزيز، 2006-2007).

3-3- انتشار كرة اليد :

كرة اليد واحدة من الأنشطة الرياضية التي لاقت استحسانا و إقبالا شديدين من الأطفال و الشباب من الجنسين , فرغم عمرها القصير نسبيا إذا قورن بعمر بعض الألعاب الأخرى فإنها استطاعت في عدد من السنين أن تقفز إلى مكان الصدارة في عدد ليس بقليل من الدول , وهذا بالإضافة إلى انتشارها كنشاط رياضي و ترويحي في معظم دول العالم .

فلقد كان لازدياد إعداد الممارسين و المشاهدين لكرة اليد من الجنسين في معظم المراحل السنية , ما دعا إلى تأسيس الاتحادات التي ترعى شؤون هذه الرياضة , كما نظمت لها اللقاءات على اختلاف المستويات , سواء ما كان منها محليا أو دوليا أو قاريا أو اولمبيا .

وكان للانتشار الذي حققته كرة اليد ما حفز المسئولين إلى توفير مجموعات كبيرة من المدربين و المنظمين و الإداريين و الحكام المتخصصين في هذه الرياضة , وذلك كضمان ضروري لتعليم النشء و الشباب و الممارسين على مختلف أعمارهم , فنون اللعبة و ضروبها و توفير المناخ المناسب قانونيا و تنظيميا لها , و ذلك ضمانا لحسن الممارسة و الارتفاع بمستوى الأداء .

و لقد كان لإدراج كرة اليد ضمن اولمبيات عام 1972م اثر كبير على زيادة انتشار اللعبة و زيادة عدد ممارسيها , اذ عملت الدول المختلفة على تكوين فرق تمثلها في هذه الدورات التي تقام كل أربع سنوات(كمال عبد الحميد اسماعيل- محمد صبحي حسنين، 2001، الصفحات 17-18) .

3-4- مفهوم كرة اليد:

لقد كان تطور كرة اليد منذ نشأتها إلى حد الآن تطورا سريعا ويؤكد ذلك عدد الدول المنظمة إلى الاتحاد الدولي، إذ تعتبر ثاني رياضة الأكثر شعبية بعد كرة القدم، وكذلك من ناحية عدد الممارسين لهذه اللعبة إذ تطورت وأصبحت لعبة أولمبية تحتاج إلى أعلى درجة للتكتيك واللياقة البدنية وطرق التربية، وكرة اليد هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان يتكون كل فريق من 12 لاعبا (10 لاعبين + 2

حراس) و يسمح لسبعة منهم على الأكثر (6 لاعبين + حارس مرمى) بالوجود داخل الملعب أما الآخرين فهم بدلاء، والهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، ويجري الإرسال (ضربة الانطلاقة) من منتصف الملعب عقب إطلاق الحكم صافرة إشارة الانطلاق، وزمن المباراة يختلف حسب السن، فالمباريات ما فوق 16 سنة تكون مدتها (30د x 2).(منير جرجس ابراهيم، 1990، صفحة 17)

كما يقول محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد اسماعيل: " أن كرة اليد لعبة جماعية تلعب باليد، تجرى داخل ملعب خاص، حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل أهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفيدرالية العالمية لكرة اليد."(كمال عبد الحميد اسماعيل- محمد صبحي حسنين، 2001، صفحة 22)

3-5-القواعد الاساسية لكرة اليد :

5-1الملعب :

ابعاد الملعب الرسمي لكرة يد الفرق هي 40 متر في الطول و 20متر في العرض ، عرض جميع الخطوط هو 5 سم ، يدرج هذا العرض في جميع القياسات ، عرض المرمى 3 متر ، الارتفاع 2 متر ، مع قوائم بتربيعة8 سم ،يوضع المرمى على بعد متساو بين خطي الجانبين ،و تكون الحافة الخلفية لقائم المرمى متساوية السطح مع الحافة الخلفية لخط المرمى .

خط رمية الجزاء طوله 1 متر بعلامة تبعد 7 امتار من منتصف خط المرمى .

5-2 – الحكام :

يكون هناك حكمان : حكم المكلعب و حكم خط المرمى و كل له سلطة متساوية ، و يكون الحكمان مسؤولان معا عن تسجيل النقاط ، الانذارات ، الايقافات ، الاستبعاد .و يكون هناك ميقاتي واحد و مسجل واحد يساعدان الحكمين .

5-3- الفرق :

تحتوي قائمة الفريق على 12 لاعب ، على الفريق ان يبدا اللعب بسبعة لاعبين (ستة لاعبين و حارس مرمى) يمكن اجراء التبديلات اثناء المباراة في أي وقت و دون قيود تفرض على عدد التبديلات المسموح بها ،على اللاعب المستبدل مغادرة الملعب قبل ان يدخل بديله الى الملعب ،يجب ان تتم عملية التبديل في منطقة التبديل المحددة لكل فريق .

- يجب ان يكون هناك 4 لاعبين و حارس مرمى واحد جاهزين للعب منذ البداية .

5-4 – الكرات :

تستخدم كرة يد من الجلد بمحيط يتراوح بين58 الى 60 سم للرجال و بين 54-56 سمللنساء،ووزن يتراوح ما بين 425-475 جرام في الالعاب العالمية للرجال و بين 325 الى 400 جرام للنساء ، يتم فحص انتفاخ الكرة بضغط الابهام على السطح الخارجي ، و اذا لم تستجب الكرة قليلا للضغط فان ذلك يعني انها زائدة الانتفاخ(www.badnia.net.).

5-5-الرداء :

يجب ان يرتدي لاعبو كل فريق زيا موحدا و يوصى بالترقيم من 1 الى 20 امام و خلف الزي ، يجب ان تكون الارقام الامامية بحجم 10 سم على الاقل و الارقام الخلفية 20 سم على الاقل.

5-6- زمن المباراة :

فترة المباراة شوطان مدة كل شوط 30 دقيقة ، تتخللها راحة مدتها 10 دقائق يستمر اللعب و يتوقف فقط حينما يشير الحكم الى انتهاء الوقت .تجرى عملية القرعة بعملة معدنية قبل بداية المباراة ، ويحق للفائز بالقرعة ان يختار اما امتلاك الكرة في بداية اللعب ، او المرمى الذي يرغب الدفاع عنه .

عقب فترة الراحة يقوم الفريقين بتبادل المرميين و المقاعد ، و يقوم بتنفيذ ضربة البداية الفريق الاخر غير الذي بدا اللعب في الشوط الاول ، و يمن لعب وقت اضافي لحسم التعادل في نهاية الوقت الاصلي في المسابقات التي تتطلب تحديد فريق فائز . و لكل فريق الحق في وقت مستقطع مدته 60 ثانية.(www.badnia.net.)

3-6- متطلبات الأداء في كرة اليد :

1-6. المتطلبات البدنية :

كرة اليد الحديثة تتطلب أن يكون اللاعب متمتعا بلياقة بدنية عالية , فأصبحت الصفات البدنية الضرورية للاعب كرة اليد الجوانب الهامة في خطة التدريب اليومية , و الأسبوعية , و الفترية , و السنوية , فكرة اليد الحديثة تتصف بالسرعة في اللعب و المهارة في الأداء الفني و الخططي و القاعدة الأساسية لبلوغ اللاعب المميزات التي تؤهله لذلك هو تنمية و تطوير الصفات البدنية . حيث يرجع لها الأثر المباشر على مستوى الأداء المهاري و الخططي للاعب خاصة أثناء المنافسات , و لذلك فان التدريب لتنمية و تطوير الصفات البدنية يكون أيضا من خلال التدريب على المهارات الأساسية و التدريبات الخططية , و بذلك ترتبط اللياقة البدنية للاعبي كرة اليد بالأداء المهاري و الخططي للعبة .

و تتضمن المتطلبات البدنية لأداء اللاعب في كرة اليد صفات بدنية للإعداد البدني العام , و صفات بدنية للإعداد البدني الخاص , حيث يهدف إلى تنمية الصفات البدنية العامة التي يمكن على أساسها بناء و تطوير الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد , بينما يهدف الإعداد البدني الخاص إلى تنمية الصفات البدنية الخاصة الضرورية للأداء في لعبة كرة اليد , و تزويد اللاعب بالقدرات المهارية و الخططية , على أن يكون مرتبط بالأداء البدني العام ارتباطا وثيقا في جميع فترات التدريب , و إما كانت الصفات البدنية الخاصة للاعبي كرة اليد قد تنامت و تطورت بشكل ملحوظ نظرا لتطور الأداء للاعبي كرة اليد كنتيجة لظهور كرة اليد الحديثة التي تتميز بجماعية الأداء كهدف للوصول إلى كرة اليد الشاملة , فقد ألقى ذلك عبئا كبيرا على اللاعبين دفاعا و هجوما اذ انيطت بهم واجبات حركية تستدعي كمية كبيرة من الحركة يترتب عليها استنفاد دائم لطاقات اللاعبين , و التي تستلزم بدورها وجود أجهزة حيوية تعمل بكفاءة عالية لتلبية هذه المتطلبات(محمد حسن علاوي و آخرون، 2002، الصفحات 29-30)

6-2.المتطلبات المهارية :

المتطلبات المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها و تعني كل التحركات الضرورية و الهادفة التي يقوم بها اللاعب و تؤدى في إطار قانون لعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة , و يمكن تنمية و تطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد المهاري الذي يهدف إلى وصول اللاعب إلى الدقة و الإتقان و التكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متاقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة .

فكرة اليد تحتل مركزا متقدما بين جميع الألعاب الرياضية بما يميزها بتعدد المهارات الحركية التي يجب أن يمتلكها اللاعب و بواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من المهارات الحركية التي يجب أن يمتلكها اللاعب و بواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من المهارات الفنية عند توفر الحد المطلوب من اللياقة البدنية , و على ذلك فان جميع اللاعبين لا بد لهم من امتلاك عدد كبير من الخبرات الحركية المتنوعة , و هي خاصية تتميز بها لعبة كرة اليد.(محمد حسن علاوي و آخرون، 2002، صفحة 33)

6-3.المتطلبات الخططية :

عندما نتكلم عن خطط اللعب في كرة اليد , فإننا نعني التحركات و المناورات الهادفة و الاقتصادية التي يقوم بها لاعبي الفريق أثناء الهجوم أو الدفاع بغرض تحقيق التفوق و الفوز على الفريق المنافس و يمكن حصرها في :

-. متطلبات خططيةهجومية .

- متطلباتخططية دفاعية .

- المتطلباتالخططية الهجومية لحارس المرمى – المتطلبات الخططية الدفاعية ولحارس المرمى (محمد حسن علاوي و آخرون، 2002، صفحة 38)

6-4.المتطلبات النفسية :

إن الوصول باللاعبين للمستويات العالية يعتبر احد أهم أهداف التدريب الرياضي المخطط طبقا للأسس و المبادئ العالية . حيث يتوقف مستوى الأداء في كرة اليد بجوانبه المختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب الرياضي , و ذلك بهدف التطور و الارتقاء بالأداء لأعلى المستويات الرياضية .

فنظرا للأداء الحديث في كرة اليد خاصة لاعبي و فرق المستويات العالية فقد ظهر واضحا خلال مباريات البطولات الدولية الإقليمية و العالمية تأثير الجانب النفسي على أداء اللاعبين و الفرق و بالتالي على الجانب الفني سواء المهاري أو الخططي , فقد لعبت العديد من السمات النفسية كضبط النفس , و الثقة , و التوتر و الخوف و غيرها من السمات النفسية الأخرى دورا هاما و رئيسيا في حسم نتائج بعض المباريات .

فنظرا للتطور الكبير في كرة اليد و الذي تعكسه مستويات أداء اللاعبين و الفرق خلال المباريات و التطور في الاداءاتالمهارية و الخططية سواء في الهجوم أو الدفاع فقد ظهر بوضوح الدور الذي يقوم به الجانب النفسي بالنسبة للاعبين و الفريق , و بذلك أصبح الإعداد النفسي يشكل بجانب الإعداد البدني , و المهاري , و الخططي جزء لا يتجزأ من عملية تعليم و تربية و تدريب اللاعبين و إعدادهم لخوض غمار المنافسات الرياضية , و لذلك أصبح لزاما على المدربين و المتخصصين , و خبراء و أعضاء اللجان الفنية للاتحادات الأهلية و الاتحاد الدولي تطوير الفكر العلمي للجوانب و الموضوعات المختلفة و المرتبطة بلعبة كرة اليد .

و يعتبر الجانب النفسي للاعبين و الفريق ككل احد الجوانب التي تؤثر على مستوى اللاعبين و الفرق في المستويات العالية و التي يقع فيها اللاعبين و الفريق تحت العديد من الضغوط النفسية التي قد تؤثر سلبا على مستوياتهم الفنية خلال المباريات (محمد حسن علاوي و آخرون، 2002، الصفحات 39-40)

6-5.المتطلبات الفيزيولوجية للاعب كرة اليد :

يحتاج اللاعب عن ممارسته لرياضة كرة اليد إلى طاقة كيميائية حيوية تظهر في الملعب على هيئة مجهود بدني و للطاقة المميزة لمجهود اللاعب في كرة اليد صورتين أساسيتين هما الطاقة الحيوية اللاهوائية (في غياب الأكسجين) وهي الطاقة الناتجة عن بداية المجهود في التدريب أو المباريات و لفترة وجيزة زمنية ثم تليها

مباشرة الطاقة الحيوية الهوائية و تستمر في فترات التدريب و المباريات و تعتمد على وجود الأكسجين لاستكمال خطواتها الكيميائية في الجسم .

كما تعتبر كفاءة الجهاز الدوري التنفسي و القوة العضلية العصبية للاعب و السرعة و التوافق العضلي العصبي من أهم المتطلبات الفيزيولوجية لاعب كرة اليد , حيث يحتاج اللاعب إلى كفاءة في الطاقة الهوائية و بدرجات كبيرة نسبية , باعتبار أن كرة اليد من رياضات الجهاز الدوري التنفسي , و تأتي هنا أهمية الاختبارات الفسيولوجية خاصة اختبار تحديد أقصى استهلاك أكسجين للاعب لتوضح لنا اللاعب المناسب لرياضة كرة اليد بصورة نسبية كما نستطيع التفريق بين اللاعبين لإيضاح الفرق في مستوى لياقتهم البدنية العامة و التي تفيد المدرب و الإداري و النادي و الاتحاد و تساعدهم في انتقاء أفضل العناصر لتمثيل النادي كما أنها تشير أيضا لأهمية الارتقاء بمستوى العمليات الكيميائية الحيوية و اللاهوائية بالجسم و الاختبارات اللازمة لمعرفتها مثل اختبار لتحديد كمية حامض اللبنيك في الدم حيث يفيد أيضا في التعرف على لياقة اللاعب في كرة اليد(أسامة رياض ، 1999، الصفحات 89-90)

خلاصة:

يمكن القول أن كرة اليد التي مرت بتحويلات عدة من نشأتها إلى الآن وهذا من اجل تحسينها وتطويرها كلعبة رياضية مقننة، فكل المراحل التي مرت بها ساعدتها على فرض مكانتها ضمن حضيرة الرياضات وأخذت مكانة مرموقة بينها.

كما أن شعبيتها تجعلها محل دراسة للعديد من الباحثين ومحل اهتمام العديد من البلدان لتبنيها ضمن مجالاتها الرياضية، وفي قوانينها وخصوصية لعبها المعروف بالجري وسرعة التنقل حيث أصبحت منتشرة في أغلبية بلدان العالم، ولاقت إقبالا جماهيريا كثيرا عليها، كما أنها أخذت مكان أولي من حيث التتويجات والاهتمام.

الجانب التطبيقي

مدخل الباب الثاني:

يحتوي هذا الباب على فصلين حيث تطرق الطالبان الباحثان في الفصل الأول إلى منهج البحث و الاجراءات الميدانية، بينما تضمن الفصل الثاني على عرض النتائج و مناقشتها و مقابلة النتائج بالفرضيات مع الخروج بمجموعة من الاستنتاجات ثم عرض الخاتمة العامة للبحث، كما طرح الباحثان جملة من التوصيات الاقتراحات انطلاقا مما جاء في الجانب النظري للدراسة و كذا النتائج المتوصل إليها، و جاء في آخر هذا الفصل قائمة المراجع و المصادر التي اعتمد عليها الطالبان في هذه الدراسة.

الفصل الأول
منهجية البحث و أدواته

تمهيد:

يرجع مصطلح منهجية "Méthodologie" إلى أصل يوناني تحت مصطلح "Logs"

و يعني علم طريقة البحث، و يرجع مصطلح: منهج "Méthode" أيضا إلى أصل يوناني تحت مصطلح "Odos" و يعني الطريقة التي تحتوي على مجموعة القواعد العلمية الموصلة إلى هدف البحث.

و يعتبر اختيار المنهج مرحلة حاسمة من مراحل البحث العلمي و إن اختيار المنهج الملائم للبحث يجب أن يتم بالصدفة أو بطريقة العشوائية بل يجب أن يتم بطريقة مقصودة من اجل ملائمة جيدة للموضوع و تحقيق أهداف الدراسة، لذلك فإننا من خلال هذا الفصل سوف نتعرض لأهم الاجراءات المنهجية للدراسة من المنهج المستخدم و عينة الدراسة و ادوات جمع البيانات.

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناول الخلفية النظرية الخاص بموضوع البحث و الذي ضم ثلاثة فصول بهذه الدراسة و هي على الترتيب:

- شخصية المدرب الرياضي.
- الأداء الرياضي.
- كرة اليد.

سنحاول الانتقال للجانب التطبيقي (الميداني) قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية، حتى نعطي منهجية علمية حقها، و كذا تحقق المعلومات النظرية، التي تناولناها في الفصول السالفة الذكر، و يتم ذلك عن طريق تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان و التي وجهت إلى لاعبي كرة اليد، القسم الشرفي من ولاية معسكر و مدربي هذه الفرق.

1-1- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي كمنهج للدراسة.(حسين عبد الحميد رشوان، 2003، صفحة 66)

2- مجتمع وعينةالبحث:

و يطلق على المجتمع الاحصائي. يمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو السمات قابلة للملاحظة و القياس و التحليل الاحصائي.(محمد نصر الدين رضوان، 2003، صفحة 14)

و قد إنحصر مجتمع الدراسة في الفرق الرياضية للقسم الولائي للهواة لكرة اليد رابطة معسكرو قد شمل على نوعين و عينات البحث عينة خاصة بالاعبين و أخرى للمدربين وقدشملت العينة الخاصة بالاعبين 60 لاعب من أصل 200 لاعب كمجتمع للبحث مانسبته 30%أما العين الخاصة بالمدربين فكانت 18 مدرب من أصل18 ما نسبته 100 %و كانت هده العينات من فرق :

1 – مشعل وادي الأبطال لكرة اليد .

2- نصر تغنيف لكرة اليد

3 – غالي معسكرلكرة اليد

3- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث:

3-1- المتغير المستقل:هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة و دراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

3-2-1- تحديد المتغير المستقل: بعض سمات الشخصية (السيطرة، الإتزانالإنفعالي).

3-3-1- المتغير التابع:متغير يؤثر فيه المتغير المستقل و هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع.(محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب، 1999، صفحة 219)

3-3-2- تحديد المتغير التابع: أداء اللاعبين.

4- مجالات البحث:

4-1- المجال المكاني: أجري البحث الميداني بولاية معسكر احتوت على ثلاث فرق لكرة اليد قسم الشرقي و هم على النحو التالي:

- مشعل وادي الأبطال MOHB.
- غالي معسكر GCM.
- النصر تيغنيفNCT.

4-2- المجال البشري: أجري البحث الميداني على 60 لاعبا في كرة اليد و 18 مدربا أي مدربي الفرق.

4-3- المجال الزماني: انقسم المجال الزماني الذي قمنا فيه بهذه الدراسة إلى قسمين:

- مجال خاص بالجانب النظري و يمتد من (18نوفمبر2014إلى غاية 28ديسمبر2014)
- أما المجال الخاص من الجانب التطبيقي فيمتد (طيلت شهر جانفي تاريخ تسليم الاستبيانات الخاصة بالمدربين و اللاعبين إلى الفرق المعنية و تم استرجاعها بعد عدة أيام) و قد تمت عملية تفريغ الإستمارات النتائج وتحليلها بتاريخ 08فيفري 2014.

5- أدوات البحث:لقد اعتمدنا في دراستنا على أداة الاستبيان و المكتبات و الدراسات السابقة و الأساتذة المختصيين:

5-1- الاستبيان:تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر و المعلومات التي يتحصل عليها الباحث من خلال المقابلة، و التي لا يمكن أن نجدها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص لجمع المعلومات يتطلب إجراءات جديدة و دقيقة منذ البداية و منها:

- تحديد الهدف من الاستبيانات.
- اختيار العينة التي يتم استجوابها.
- وضع عدد كاف من الاختبارات لكل سؤال.
- وجود خلاصة موجزة لأهداف الاستبيان.

و يتجلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة و الملاحظات التي تثري البحث و الاستبيان يتضمن نوعين كوسيلة لجمع المعلومات بوفرة و كثر دقة.

أ- الاستبيان الأول وجه للمدربين و تم خلاله جمع آرائهم.

ب- أما الاستبيان الثاني فقد وجه للاعبين بصفتهم أقرب الناس إلى المدرب.

5-2-نوع الأسئلة: طبعا يتم الاعتماد على الأسئلة التالية:

الأسئلة المغلقة: و هي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجابته مسبقا و غالبا ما تكون "نعم" و "لا".

الأسئلة نصف المفتوحة: يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي الإجابة فيه مقيدة "نعم" أو "لا" و النصف الثاني تكون فيه الحرية للمستجوب للإدلاء برأيه الخاص.

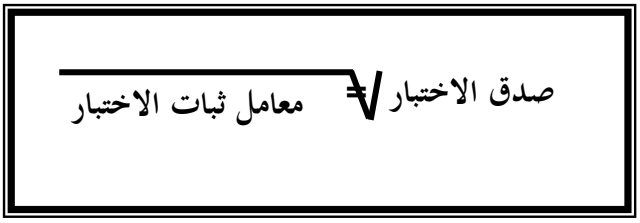
الأسئلة متعددة الأجوبة: و هي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة و يختار المجيب الذي يراه مناسبا.

6-1- الأسس العلمية الاختبارات المستعملة:

6-1-1-ثبات الاستبيان: هو مدى استقرار ظاهرة معينة ، أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج إذا أعيد على نفس الأفراد وفي نفس الظروف ، حيث قمنا بتطبيق الاختبارات الأولية على عينة من اللاعبين من الفرق من وقدرت نسبتها بـ 20% وبعد أسبوع أعدنا نفس الاختبارات على نفس العينة وبتنظيم النتائج استخدمنا معامل الارتباط "سبيرمان" لمعرفة مدى ثبات الاختبار فكانت النتائج المحصل عليها كالتالي :

- نتائج ثبات اختبار الاتزان الثابت: 0.97.
- نتائج ثبات اختيار الاتزان الحركي: 0.99.
- نتائج ثبات اختبار دقة التصويب " الحبال": 0.94.
- نتائج ثبات اختبار دقة التصويب " المستطيلات المتداخلة":0.98.

6-1-2-صدق الاستبيان:للحصول على صدق الاختبار قمنا باستخدام معامل الصدق الذاتي والذي يحسب بواسطة الجذر التربيعي لمعامل الثبات "سبيرمان" للاختبار:



- صدق اختبار الاتزان الثابت : 0.98.

- صدق ثبات اختيار الاتزان الحركي: 0.99.

- صدق ثبات اختبار دقة التصويب "الحبال": 0.97.

- صدق ثبات اختبار دقة التصويب "المستطيلات المتداخلة":0.99.

ومنه نستخلص أن النتيجة المحصل عليها لها درجة عالية من الصدق.

6-1-3-الموضوعية:في هذا الاختبار تم تصحيح واعادة تعديل بعض الكلمات الغامضةمع صياغة الأسئلة باللغة العربية مع مراعاة المستوى الثقافي والعلمي لكل مدرب و ربط الأسئلة بالأهداف المراد الحصول عليها بعد عرضها على الأستاذ المشرف و بقية الأساتدة المختصين و بعد مناقشتها معهم و دراستها تم وضعها حيز التطبيق الميداني.

7-1- الدراسة الاحصائية:

بعد جمع كل الاستمارات الخاصة بالمدربين و اللاعبين نقوم بتفريغ و فرز الاستبيانات و تتم هذه العملية بحساب عدد التكرارات الأجوبة الخاصة بكل سؤال و بعدها يتم حساب النسب المئوية بالطريقة الاحصائية التالية:(إخلاص محمد عبد الحفيظ و مصطفى حسين باهر، 2000، صفحة 83)

ن: النسبة المئوية.

س: العدد الفعال.

ت: المجموع التكراري.

ن = س x100 / ت

النسبة المئوية = عدد التكرارات100x / مجموع أفراد العينة

8- صعوبات البحث:

من البديهي أن لا تخلو أي دراسة من صعوبات و عوائق كما هو الحال بالنسبة لدراستنا هذه التي اعترضنا من خلالها لعدة صعوبات و عوائق و لهذا سنكتفي بذكر الصعوبات الأساسية التي واجهتنا في مختلف مراحل إنجاز هذا البحث سواء كانت في الجانب النظري أو التطبيقي و المتمثلة في:

- نقص المراجع التي تخدم موضوعنا في معهد التربية البدنية و الرياضية و خاصة الأداء الرياضي مما اضطرنا إلى مختلف المكتبات الأخرى بحثا عن المراجع التي تخدم هذا البحث.
- صعوبات في جمع الاستبيانات و كذا تلقي بعضها و ضياع البعض الآخر و هذا خلق بعض التأخر في إجراء البحث.

خلاصة:

نستخلص مما سبق أنه لا دراسة علمية بدون منهج، و كل دراسة علمية ناجحة و مفيدة لا بد لها وأن تتوفر لدى الباحث الذي يقوم بها منهجية علمية معينة و مناسبة وتتماشى مع موضوع و متطلبات البحث، و لا بد له أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة و متغيرات و استبيان...إلخ تتماشى مع متطلبات البحث و تخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة و مفيدة للباحث والمجتمع و منه فإن العمل بالمنهجية يعد أمرا ضروريا في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى النتائج المؤكدة إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية و الأدوات المستخدمين في البحث واضحة و خالية من الغموض و التناقضات.

الفصل الثاني
عرض و تحليل النتائج

تمهيد:

على الباحث أن يقوم بجمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة من خلال الجانب الميداني للتأكد من صحة و خطأ الجانب النظري، و هذا بعد أن يقوم بتبويب البيانات في الجداول البيانية و تحليلها وتفسيرها على ضوء ما جاء في الفرضيات.

و بناء على ذلك و بعد الانتهاء من تحديد الاجراءات المنهجية ثم القيام بتفريع البيانات التي تم الحصول عليها من استمارة الاستبيان في جداول بيانية ثم التعليق عليها و تحليلها و عرضها على ضوء فرضية الدراسة و في الأخير تم الحصول للنتيجة العامة للدراسة.

الخاص باللاعبين

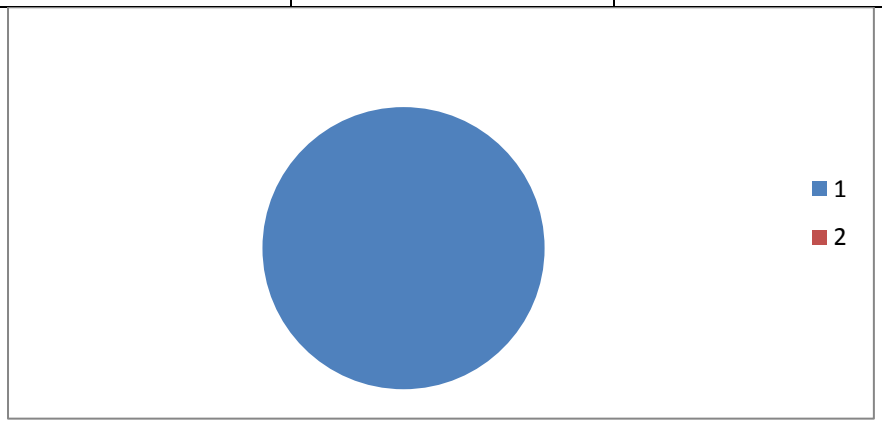
المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين .

السؤال الأول: هل توجد صرامة داخل الفريق؟

الغرض من السؤال: معرفة سيرورة النظام داخل الفريق.

الجدول رقم (01): تبيان النتائج لمعرفة طريقة سير العمل في الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	60	% 100
لا	00	% 00
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (01): النتائج لمعرفة طريقة سير العمل في الفريق.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 100 % من اللاعبين يؤكدون أن الصرامة موجودة في الفريق و هذا ما يؤكد أن المدرب يتحكم في لاعبيه و يفرض الانضباط خدمة للفريق الرياضي و بغية تحقيق النتائج الإيجابية.

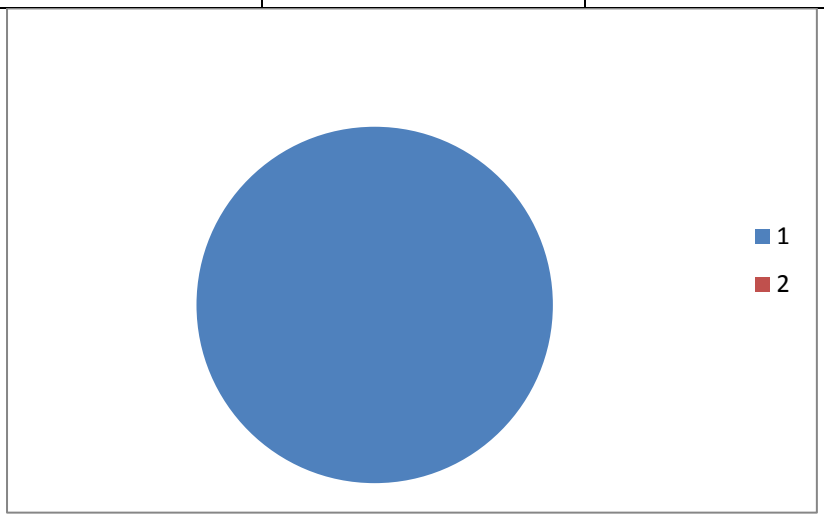
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الصرامة داخل الفرق الرياضية تعتبر كحجر زاوية لا يمكننا تخلي عنها لتحقيق مبتغانا أي تحقيق النتائج الإيجابية.

السؤال الثاني: هل ترى أن اللاعبين يحترمون قرارات المدرب؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى احترام اللاعبين قرارات المدرب و طريقة استجابتهم.

الجدول رقم (02): تبيان النتائج لمعرفة مدى احترام اللاعبين قرارات المدرب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	60	% 100
لا	00	% 00
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (02): تبين النتائج لمعرفة مدى احترام اللاعبين قرارات المدرب.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 100 % من اللاعبين يؤكدون على أن احترام قرارات شرط حتمي لتحقيق النتائج الإيجابية للفريق لأن التدريب من أهم العوامل التي تساعد على تقديم مردود جيد و اللاعب الذي يكون منضبطا و يحترم التدريب بدون شك يكون مردوده جيد.

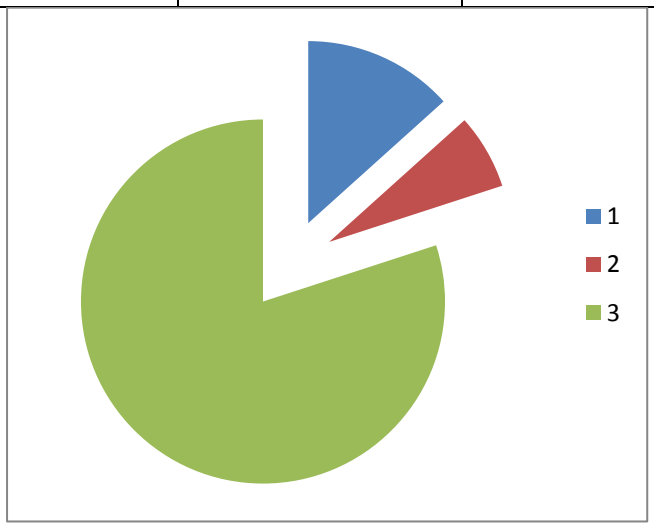
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن في احترام قرارات المدرب فائدة كبيرة ايجابية للتفاعلات في الفريق، و هذا ما يؤدي إلى تحقيق هداف الجماعة و هذه الرياضة بصفة عامة.

السؤال الثالث : عندما يجبر المدرب اللاعبين على تنفيذ الأوامر ماذا تعتبرونه ؟

الغرض من السؤال: معرفة نظرة اللاعب إلى المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ أوامره.

الجدول رقم (03): تبيان رأي اللاعب في المدرب الذي يفرض أوامره.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
تقييد اللاعب	08	% 13.34
قتل روح المبادرة	04	%6.66
مساعدة اللاعب في تحقيق أداء جيد	48	% 80
المجموع	60	%100



دائرة نسبية رقم (03): تبين النسب رأي اللاعب في المدرب الذي يفرض أوامره.

تحليل و مناقشة النتائج: يظهر لنا من خلال الجدول أن نسبة 80% من اللاعبين ركزوا اجاباتهم على أن إجبار المدرب للاعبيه على تنفيذ أوامره هو من أجل مساعدتهم في تحقيق النتائج الإيجابية، في حين أن نسبة 13.34%كانت إجابتهم بتقييد اللاعب، أما نسبة 6.66% المتبقية أجابت بقتل روح المبادرة، إذا فالمدرب الذي يجبر لاعبيه على تنفيذ الأوامر يوصف بالمدرب الصارم هذا طبعا في صالح الفريق و بغية تحقيق نتائج فضل و الارتقاء بمردود الفريق نحو الأحسن.

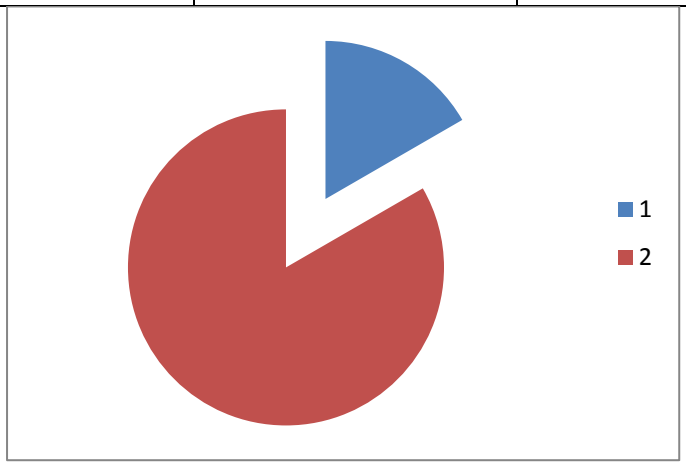
الاستنتاج: نستنتج من المعطيات و النتائج السابقة أن قرارات المدرب محترمة و تطبق من طرف اللاعبين و هذا ما يدل على التفهم و الوضوح القائم على علاقة العمل و هم على توافق و قبول لمساعدة المدرب.

السؤال الرابع: إلى ماذا ترجعون الأداء الجيد للاعبين؟

الغرض من السؤال:تحديد سبب تقديم اللاعبين لمردود جيد.

الجدول رقم (04): يمثل أسباب تحسن المردود لدى اللاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
ثقة المدرب باللاعبين	10	% 16.66
الصرامة المفروضة من طرف المدرب	50	% 83.34
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (04): تبين النتائج لمعرفة أسباب تحسن المردود لدى اللاعبين.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 83.34 % من اللاعبين ركزوا إجاباتهم على ن الصرامة المفروضة من طرف المدرب هي التي ارتقت بمردود اللاعبين نحو الأفضل، ما نسبة 16.66 % من اللاعبين أجابوا بثقة المدرب باللاعبين لأن المدرب الصارم لا يترك المجال.

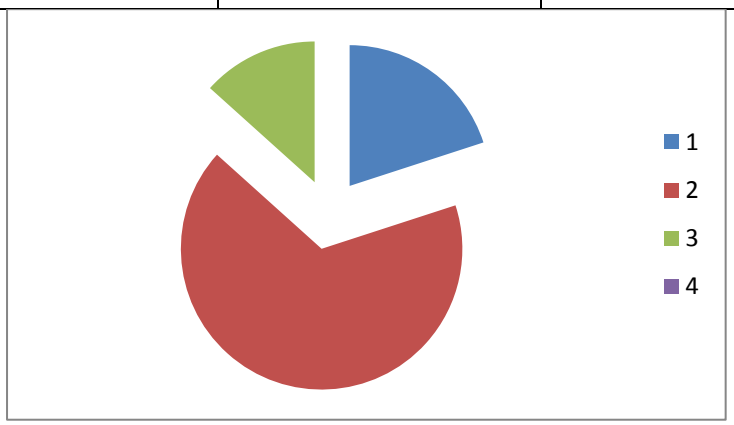
الاستنتاج: نستنتج أن من اهم مفاتيح نجاح عمل المدرب هو التحلي بالصرامة لأنها تساهم في زيادة عزم المدربين على أداء واجباتهم و تحديهم للصعاب التي تعرقل مسارهم و تلعب الصرامة دورا مهما في التدريب، وتظهر جليا في المواقف الصعبة و المتعلقة بمستقبل الفريق و اللاعبين.

السؤال الخامس: في حالة غيابك عن الحصص التدريبية كيف يكون رد فعل المدرب؟

الغرض من السؤال: معرفة الطريقة التي يتعامل بها المدرب مع اللاعب الذي يغيب عن الحصة التدريبية.

الجدول رقم (05): تبيان النسب لمعرفة الإجراءات التي يتخذها المدرب اتجاه اللاعب الذي يغيب عن الحصص التدريبية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
ابعادكم عن الفريق	12	% 20
فرض عقوبات تأديبية	40	%66.66
التساهل أحيانا	08	% 13.34
اللامبالاة	00	% 00
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (05): تبين السبب لمعرفة الإجراءات التي يتخذها المدرب تجاه اللاعب الذي يغيب عن الحصص التدريبية.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول يتضح لنا أن 66.66% من اللاعبين كانت اجاباتهم على أن المدرب يفرض عقوبات تأديبية على اللاعب الذي يغيب عن الحصة التدريبية، في حين نسبة 20% أجابوا بإبعادهم عن الفريق، أما نسبة 13.34%من اللاعبين أجابوا بالتساهل أحيانا، و هذا ما يبين أن المدرب الرياضي يتعامل بصرامة مع اللاعبين و ذلك من أجل الارتقاء بمستوى اللاعبين نحو الأفضل وتحقيق أهداف الحصص التدريبية.

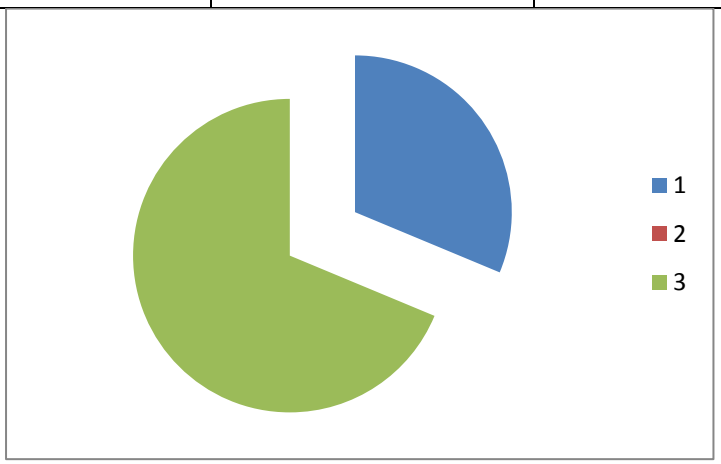
الاستنتاج: نستنتج أن من بين العوامل التي تؤدي إلى اختلال توازن الفريق هي التمييز المطبق من طرف المدرب على اللاعبين لأن ذلك يؤدي إلى انتشار العداوة و البغضاء و انعدام ثقة اللاعبين بمدربهم مما يؤثر سلبا على أداء و نتائج الفريق الذي يطبق من طرف المدرب على اللاعبين ينقص من شخصيته.

السؤال السادس: حسب رأيك هل ترى أن تأكيد المدرب على ما يجب القيام به في التدريب هو؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعب في ما يلزمه المدرب للقيام به أثناء التدريب.

الجدول رقم (06): يمثل نظرة اللاعب إلى المدرب الذي يؤكد على ما يجب القيام به.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
فرض رأيه	20	% 33.34
الحد من حريتك	00	%00
تحسين المردود	40	% 66.66
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (06):تبين النتائج لمعرفة نظرة اللاعب إلى المدرب الذي يؤكد على ما يجب القيام به.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 66.66 % من اللاعبين ركزوا إجاباتهم على أن تأكيد المدرب على ما يجب القيام به أثناء التدريب هو من أجل تحسين المردود، أما نسبة 33.34 % أجابوا بنه فرض لرأيه، و هذا ما يدل على ان إلحاح و تأكيد المدرب على اللاعبين لما يجب القيام به هو من أجل تحسين مردودهم عن طريق تحقيق هداف التدريب بفرض نوع من الصرامة و الجد في العمل التدريبي للوصول إلى تحقيق النتائج الإيجابية.

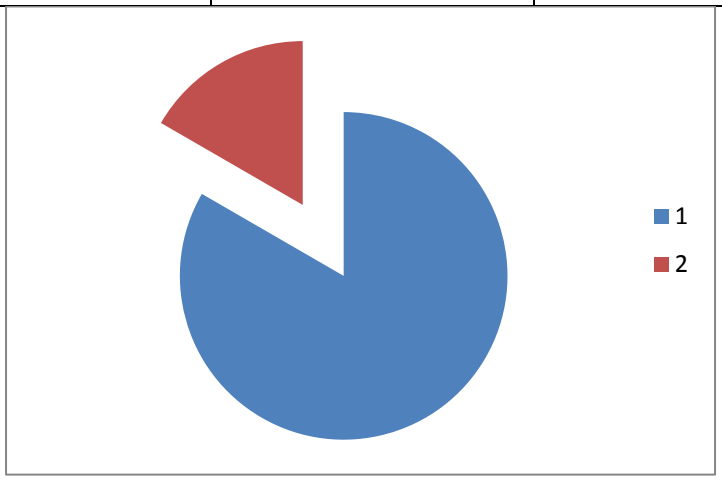
الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن معظم القرارات التي يتخذها المدربين صائبة و هذا يرضي اللاعبين مما قد يؤدي إلى نتائج ايجابية للفريق و يحسن الأداء و كذا تحقيق المطلوب.

السؤال السابع: هل القرارات المفروضة من طرف المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب؟

الغرض من السؤال:معرفة دور صرامة المدرب (القرارات المفروضة) في إنجاح عملية التدريب.

الجدول رقم (07): يمثل دور القرارات المفروضة من طرف المدرب في إنجاح عملية التدريب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	50	% 83.34
لا	10	% 16.66
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (07): تمثل النسب دور القرارات المفروضة من طرف المدرب في إنجاح عملية التدريب.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 83.34 %من اللاعبين جابوا بنعم أي ن قرارات المدرب المفروضة عليهم تساهم بالفعل في نجاح عملية التدريب، أما نسبة 16.66%من اللاعبين كانت إجابتهم بلا، يرجع ذلك إلى دور صرامة المدرب و عدم ترك المجال للاعبين للتصرف بحرية و ذلك للوصول إلى هدف الحصة التدريبية.

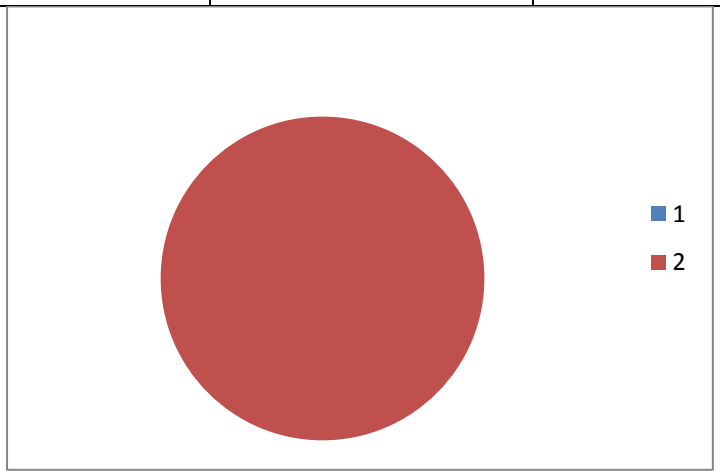
الاستنتاج: من خلال النتائج المسجلة نستنتج أن القرارات التي يصدرها المدرب تطبق و تحترم من طرف اللاعبين لأن هذا في صالحهم.

السؤال الثامن: هل يشعرك المدرب بالانزعاج بالقرارات التي يمليها؟

الغرض من السؤال: معرفة نظرة اللاعب لقرارات المدرب.

الجدول رقم (08): تبيان النسب نظرة اللاعب لقرارات المدرب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	00	% 00
لا	60	% 100
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (08): تبين النسب لمعرفة نظرة اللاعب لقرارات المدرب.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول يتضح لنا أن كل أفراد العينة أي ما نسبته 100 % من اللاعبين يرون أن قرارات المدرب لا تسبب أي ازعاج بل وجود المدرب يساعد كثيرا على تحسين المردود و الأداء.

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن شخصية المدرب لها دور كبير و هام في التأثير على أفراد الفريق لأن المدرب الذي يتميز بشخصية قوية يساهم في تحقيق الاستقرار و تحسين الأداء.

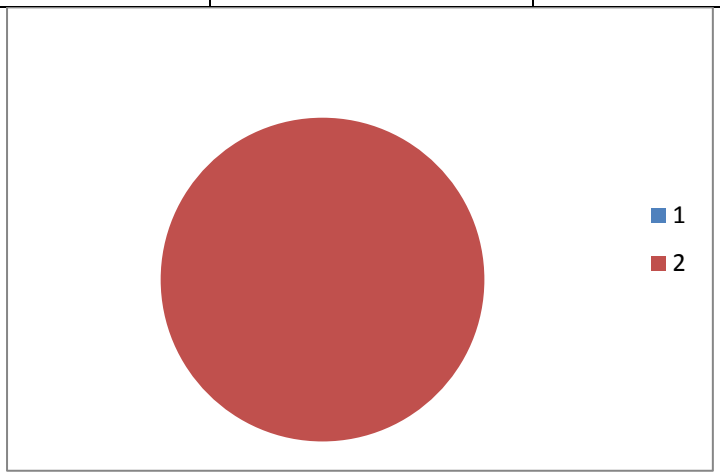
المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.

السؤال الأول: هل أنت على تغير دائم في الحالة المزاجية؟

الغرض من السؤال: التأكد من الثبات الانفعالي عند اللاعب.

الجدول رقم (01): تبيان النتائج للتأكد من الثبات الانفعالي عند اللاعب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	00	% 00
لا	60	% 100
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (01): تبين النتائج للتأكد من الثبات الانفعالي عند اللاعب.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (01) نجد أن كل أفراد العينة أي ما نسبته 100% من اللاعبين لا يعانون من اضطرابات أو علل نفسية تأثر عليهم.

الاستنتاج:

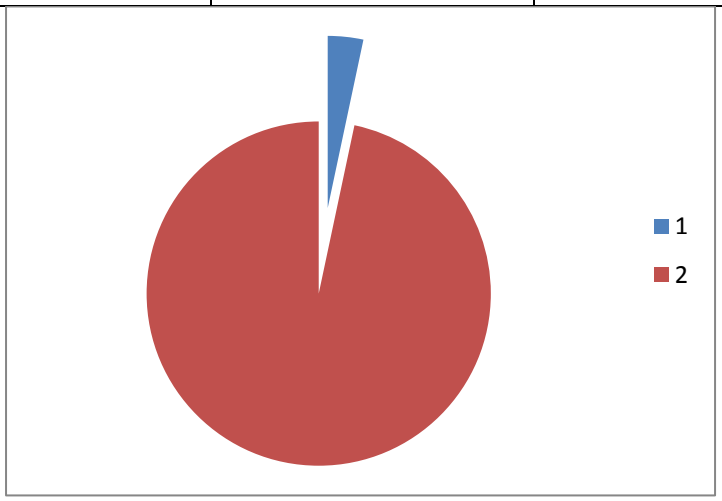
من خلال نتائج الجدول نستنتج أن الاتزان الانفعالي يساهم بشكل كبير في تنويع و تطوير الأداء وهذا راجع للممارسة الرياضية المنتظمة.

السؤال الثاني: ماذا تستعمل عند مخاطبتك زملائك بالفريق ؟

الغرض من السؤال: الأسلوب المتبع من قبل اللاعب نحو زميله.

الجدول رقم (02): تبيان النسب لمعرفة الأسلوب المتبع من قبل اللاعب نحو زميله.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
كلمات قاطعة	02	% 03.33
كلمات مرنة	58	%96.67
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (02): تبين النسب لمعرفة الأسلوب المتبع من قبل اللاعب نحو زميله.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال الجدول (02) نجد أن 58 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 96.67 % من اللاعبين يرون يستعملون الكلمات المرنة بينما 02 من أفراد العينةأي ما نسبته 3.33 % من اللاعبين يستعملون الكلمات القاطعة.

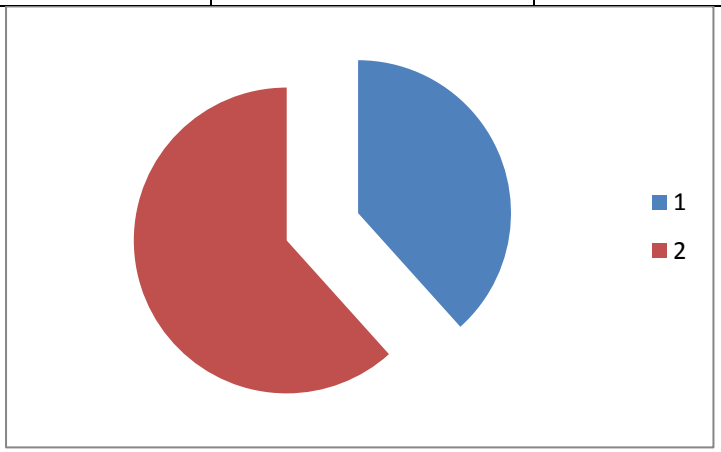
الاستنتاج: من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن اللاعبين يفضلون التواصل الحسن في ميدان التدريب لأن المرونة تلعب دورا هاما في ممارسة المهنة بكفاءة عالية.

السؤال الثالث: هل تتقبل الانتقادات الموجهة لك من قبل المدرب ؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كان يتقبل الانتقادات.

الجدول رقم (03): تبيان النتائج تقبل الانتقادات الموجهة من قبل المدرب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	23	% 38.34
لا	37	%61.66
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (03): تبين النتائج تقبل الانتقادات الموجهة من قبل المدرب.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (03) أن 23 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 38.34% يتقبلون الانتقادات من طرف المدرب بينما 37 من أفراد العينة أي ما نسبته 61.66% من اللاعبين يعتبرون أن الانتقادات من طرف المدرب لا يؤدي إلى نجاح و يعرقل تطورهم.

الاستنتاج:

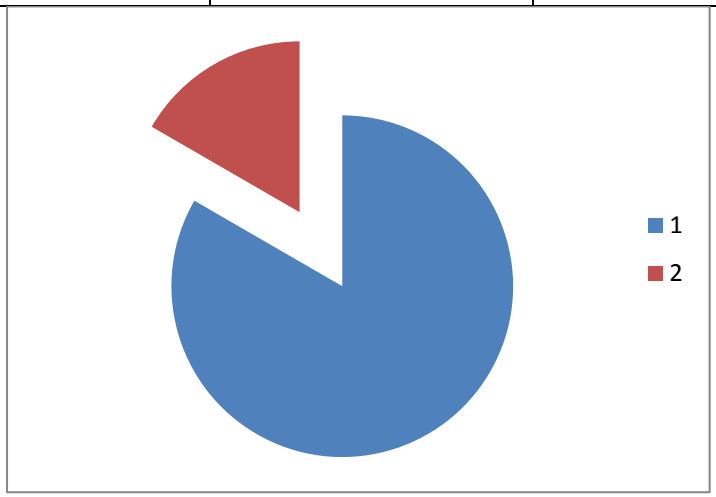
من خلال نتائج الجدول نستنتج أن استخدام الانتقاد من طرف المدرب يؤدي إلى تنظيم حريات اللاعب من جهة و تطوير القدرات من جهة أخرى لأن ذلك يساهم في الارتقاء بقدرات اللاعبين المهارية و الفنية.

السؤال الرابع: هل أنت قادر على تقبل و تحمل الاحباط ؟

الغرض من السؤال: معرفة النتائج المترتبة عن الابداع الفكري.

الجدول رقم (04): تبيان النسب لمعرفة مدى تحمل الاحباط.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	50	% 83.34
لا	10	% 16.66
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (04): تبين النسب لمعرفة مدى تحمل الاحباط.

تحليل و مناقشة النتائج:

يتبين من خلال الجدول (04) أن 50 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 83.34% من اللاعبين يرون أنهم قادرون على تحمل الاحباط بينما 10 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 16.66% يرون أنهم لا يقدرون على تجاوز الاحباط و تقبله.

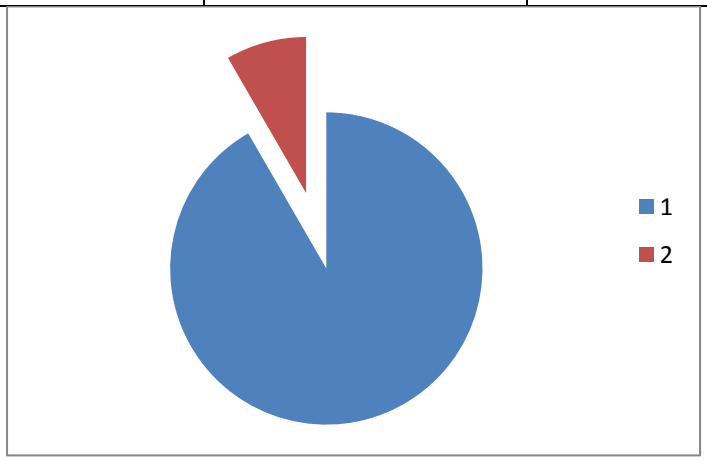
الاستنتاج: من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن معظم اللاعبين قادرين على تشخيص حالات الاحباط وتجاوزها.

السؤال الخامس: هل ترى انك قادر على حل المشاكل التي تواجهك ؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان اللاعب يقدر على حل المشاكل.

الجدول رقم (05): تبيان النتائج لمعرفة قدرة اللاعب على حل المشاكل.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	55	% 91.66
لا	05	%8.34
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (05): تبين النتائج لمعرفة قدرة اللاعب على حل المشاكل.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (05) نجد أن 55 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 91.66%من اللاعبين يرون أن لهم القدرة على حل المشاكل التي تواجههم داخل الفريق، بينما 05 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 8.34% يرون أن غير قادرين على حل المشاكل.

الاستنتاج:

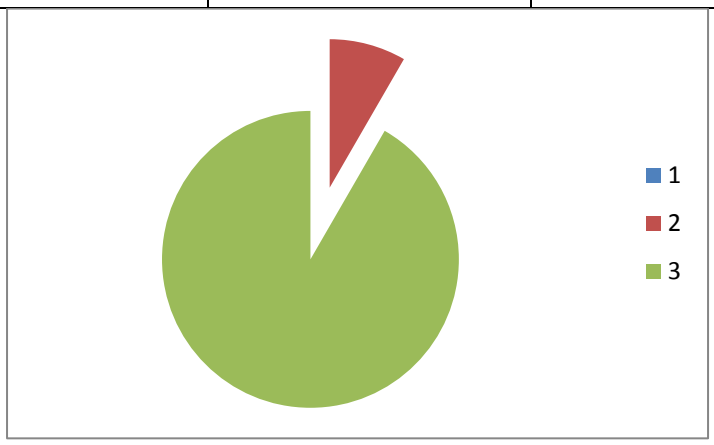
من خلال نتائج الجدول نستنتج أن ثقة اللاعب و حبه لما يعمله تولد له القدرة على حل أي مشكلة استعص حلها.

السؤال السادس: هل ترى أنك غير قادر على انجاز ما تطمح إليه ؟

الغرض من السؤال: معرفة كيف ينظر اللاعب إلى مشواره الرياضي.

الجدول رقم (06): تبيان النسب لمعرفة نظرة اللاعب لنجاحه مستقبلا.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
دائما	00	% 00
أحيانا	05	% 8.34
مطلقا	55	% 91.66
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (06): تبين النسب لمعرفة نظرة اللاعب لنجاحه مستقبلا.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (06) نجد أن 55 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 91.66%من اللاعبين يرون أنهم ناجحون و قادرين تحقيق النجاح مستقبلا، بينما 05 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 8.34% يرون أن أحيانا ما تشاورهم الشكوك و الظنون.

الاستنتاج:

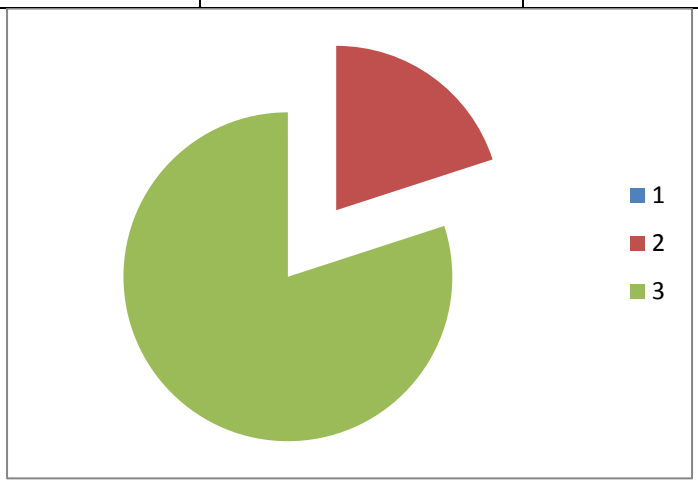
يمكننا أن نستنتج من مناقشة نتائج الجدول أن الثقة العامل الأساسي لتحقيق المبتغى و كذا التفاؤل في العمل يجعلهم يحسون بتحسن مستواهم و يعملون بجدية و حسب طاقتهم.

السؤال السابع: ما هو ردك إذا طرك المدرب من فريق ؟

الغرض من السؤال: معرفة اتجاه الذي يسلكه اللاعب في حالة الصراع أو المشكلة.

الجدول رقم (07): تبيان النسب لمعرفة اتجاه الذي يسلكه اللاعب في حالة الصراع.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
خوص في شجار	00	%00
تقبل الأمر	12	% 20
الاتصال بالإدارة	48	% 80
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (07): تبين النسب لمعرفة اتجاه الذي يسلكه اللاعب في حالة الصراع.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (07) نجد أن 48 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 80% من اللاعبين يرون أنهم يلجؤون إلى الادارة في حالة طرد المدرب لهم، بينما 12 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 20% من اللاعبين يرون أنهم يتقبلون الأمر لأنهم يرون أنهم على علم بقدرة الادارة للتوصل للحل.

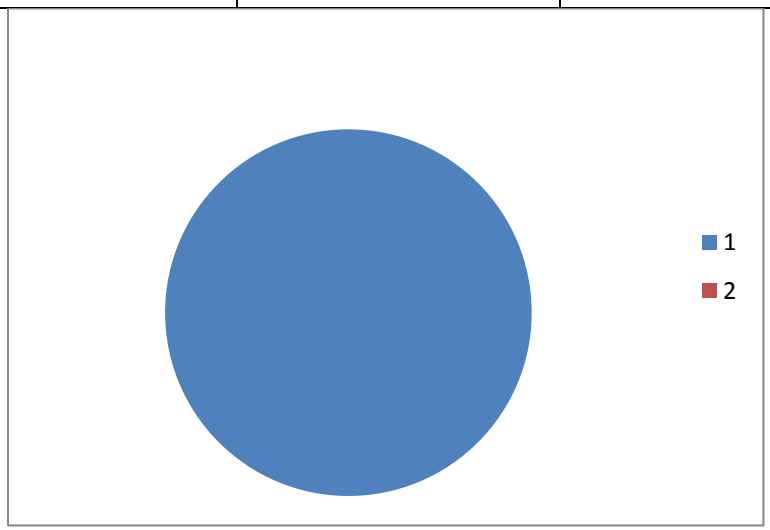
الاستنتاج: من خلال المعطيات و النتائج السابقة نستنتج أن لا وجود للعنف عند عينة البحث و أغلبيتهم تلجئ للحل السلمي المدروس و المعترف بنجاعته.

السؤال الثامن: هل ترى أنك ناجح في الكثير من أفعالك؟

الغرض من السؤال: التأكد من نظرة اللاعب لأهمية التفاؤل و الثقة في العمل لنجاحه.

الجدول رقم (08): تبيان النتائج لمعرفة نظرة اللاعب لأهمية التفاؤل و الثقة في العمل.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	60	% 100
لا	00	% 00
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (08): تبيان النتائج لمعرفة نظرة اللاعب لأهمية التفاؤل و الثقة في العمل

تحليل و مناقشة النتائج:

يبين لنا الجدول (08) أن كل أفراد العينة أي ما نسبته 100% من اللاعبين يرون أنهم ينظرون إلى أعمالهم و أفعالهم بالناجحة.

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن الأداء الجيد للثقة المتبادلة بين المدرب و اللاعبين نظرت التفاؤلية للأعمال تحقق لنا الأداء الجيد.

الخاص بالمدربين

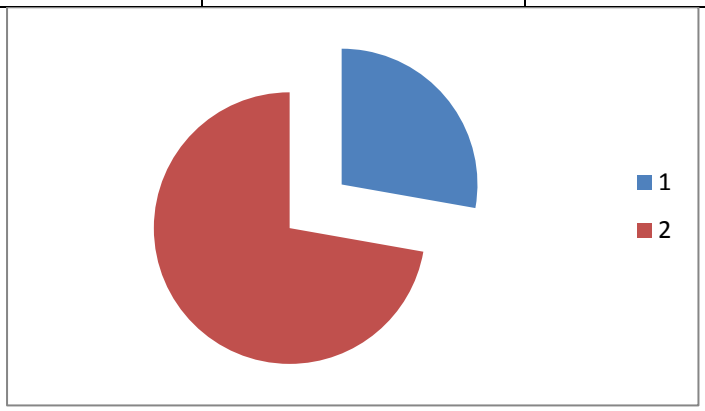
المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين.

السؤال الأول: هل يؤثر عليك اللاعب الذي لم يلتزم بالتعليمات أثناء التدريبات؟

الغرض من السؤال: معرفة النسب لتأثير اللاعب الذي لم يلتزم بالتعليمات.

الجدول رقم (01): تبيان النسب لمعرفة تأثير اللاعب الغير ملتزم بالتعليمات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	05	% 27.78
لا	13	% 72.22
المجموع	18	%100



دائرة نسبية رقم (01): تبيان النسب لتأثير اللاعب الذي لم يلتزم بالتعليمات.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (01) نجد ما نسبته 27.78% من أفراد العينة يرون عدم التزام اللاعب بالتعليمات يأثر على المدرب أثناء التدريبات، ما نسبته 72.22% من أفراد العينة يرون أن لا يأثر عدم التزام اللاعب بالتعليمات .

الاستنتاج: نستنتج أن أغلبية المدربين لا يتأثرون بطريقة أداء اللاعب أثناء التدريبات و عدم التزامهم بالتعليمات.

السؤال الثاني: بماذا تتميز طريقة عملك ؟

الغرض من السؤال: معرفة مميزات طريقة عمل المدرب عن الآخر.

الجدول رقم (02): تبيان النسب لمعرفة طريقة عمل المدرب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
التحضير البدني و النفسي الجيد	08	% 44.44
الغياب في بعض الأحيان	00	% 00
اللامبالاة	00	% 00
الانضباط التام	10	%55.56
المجموع	18	% 100

دائرة نسبية رقم (02): تبين النسب لمعرفة طريقة عمل المدرب.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال الجدول (02) نجد أن ما نسبته 44.44 % من أفراد العينة أقروا بأنهم اعتمدوا في عملهم على التحضير البدني و النفسي الجيد في حين رأى الأغلبية منهم ما نسبته 55.56 % وجوب الانضباط التام أثناء مزاولة عمل التدريب.

الاستنتاج: نستنتج من خلال النتائج بأن المدربين يتميزون بطريقة الانضباط بصورة كبيرة ليأتي بعدها ضرورة التحضير البدني و النفسي الجيد.

السؤال الثالث: هل تتبادل الآراء مع الآخرين؟

الغرض من السؤال: التأكد من سيطرة المدرب داخل الفريق.

الجدول رقم (03): تبيان النتائج لمعرفة سيطرة المدرب داخل الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
دائما	05	% 27.78
أحيانا	00	% 00
نادرا	03	% 16.66
مطلقا	10	% 55.56
المجموع	18	% 100

تحليل و مناقشة النتائج: تشير نتائج الجدول (03) الخاص بسيطرة المدرب داخل الفريق أن هناك اختلاف متفاوتة داخل الفريق يتضح لنا أن ما نسبته 16.66% منهم نادرا ما يأخذون بآراء لاعبيهم، في حينما يقارب نسبته 55.56% من العينة لا يتبادلون الآراء مع لاعبيهم مطلقا.

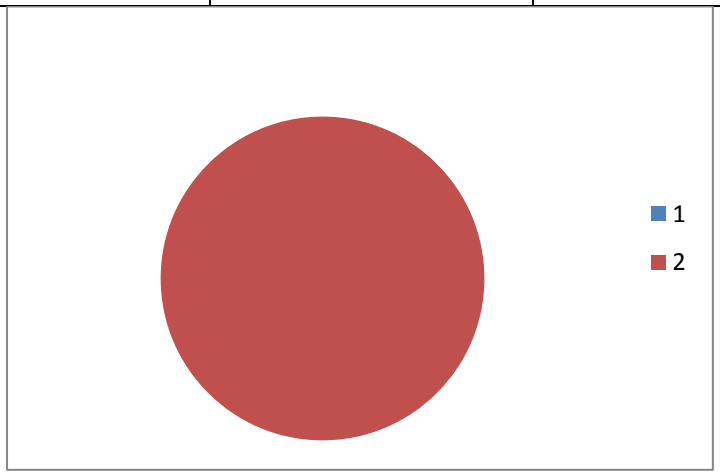
الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن سمة السيطرة من السمات الشخصية الهامة التي يجب أن يتحلى بها المدرب و ذلك لأهميتها الكبيرة في حياته المهنية، و هي سمة أساسية يجب ن تصاحب المدرب في المواقف الصعبة التي يمر بها الفريق.

السؤال الرابع: هل هناك صراعات تحدث بينك و بين اللاعبين ؟

الغرض من السؤال: معرفة هل السيطرة تدخل في صراعات التي تحدث داخل الفريق .

الجدول رقم (04): تبيان النسب لمعرفة نسبة الصراعات داخل الفريق و دخل السيطرة في ذلك.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	00	% 00
لا	18	% 100
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (04): تبين النسب لمعرفة نسبة الصراعات داخل الفريق و دخل السيطرة في ذلك.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال الجدول (04) يتضح لنا أن ما نسبته 100% أي كل أفراد العينة لا توجد صراعات داخل الفريق و أن السيطرة تعمل عملها.

الاستنتاج:

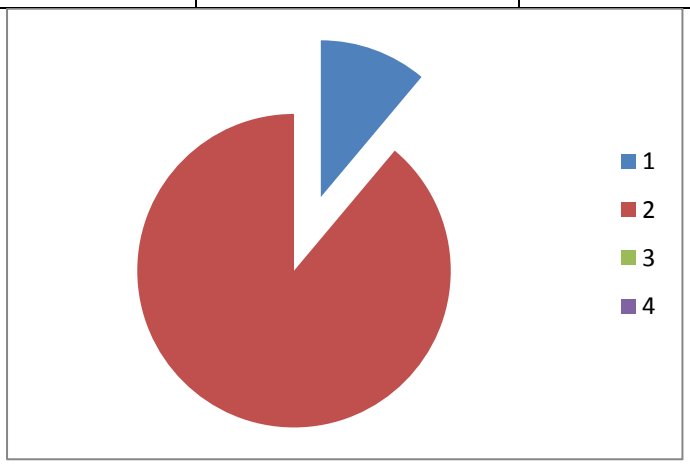
من خلال تحليل النتائج المتحصل عليها نستنتج أن السيطرة هي المصدر الوحيد لتزويد المدرب بالقدرة اللازمة للحد من الصراعات و هي من المكونات الشخصية للمدرب الناجح.

السؤال الخامس: كيف تقيم علاقتك مع اللاعبين ؟

الغرض من السؤال: كيف هي طبيعة العلاقة بينك و بين لاعبيك.

الجدول رقم (05): تبيان النسب لمعرفة طبيعة العلاقة بين المدرب و اللاعب .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
ممتازة	02	%11.11
جيدة	16	% 88.89
متوسطة	00	% 00
سيئة	00	% 00
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (05): تبين النسب لمعرفة طبيعة العلاقة بين المدرب و اللاعب.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (05) أن ما نسبته 11.11% من العينة كانت علاقتهم مع لاعبيهم ممتازة في حين ما يعادل نسبة 88.89%من العينة كانت علاقتهم جيدة و لم يسبق ورأينا أنه هنالك علاقات متوسط أو جيد خلال عملنا هذا.

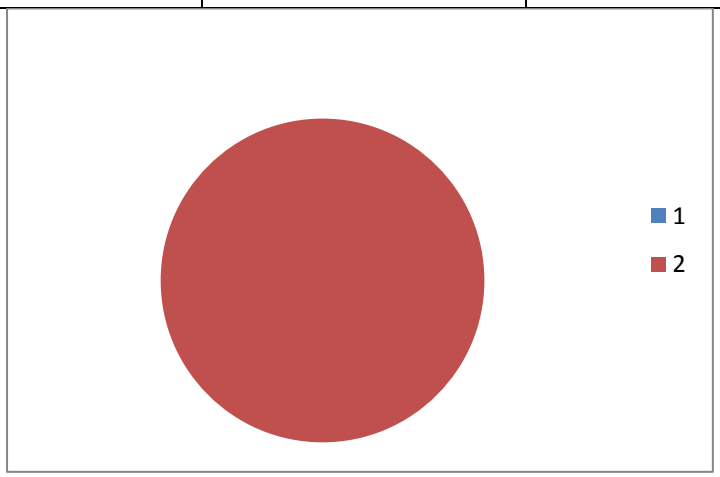
الاستنتاج: من خلال تحليل و مناقشة نتائج الجدول نستنتج أن الاعتراف بالعلاقة بين الطرفين تساعدنا على فهم أن الشخصية المسيطرة تفرض الالتزام داخل المجموعة، كل هذا يفتح المجال واسعا للتراجع عن التصرفات والأمور غير اللائقة التي من شأنها أن تنتج قرارات لا تخدم النادي و تعرقل مسيرته.

السؤال السادس: هل تقبل انتقادات بعض اللاعبين و تدخلاتهم في عملك ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تقبل انتقادات من قبل المدرب داخل الفريق.

الجدول رقم (06): تبيان النسب لمعرفة مدى تقبل انتقادات من قبل المدرب داخل الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	00	% 00
لا	18	% 100
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (06): تبين النتائج لمعرفة مدى تقبل انتقادات من قبل المدرب داخل الفريق.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (06) يتضح لنا أن ما نسبته 100% من أفراد العينة يقرون برفض تدخل أي طرف في العمل و خاصة اللاعبين.

الاستنتاج:

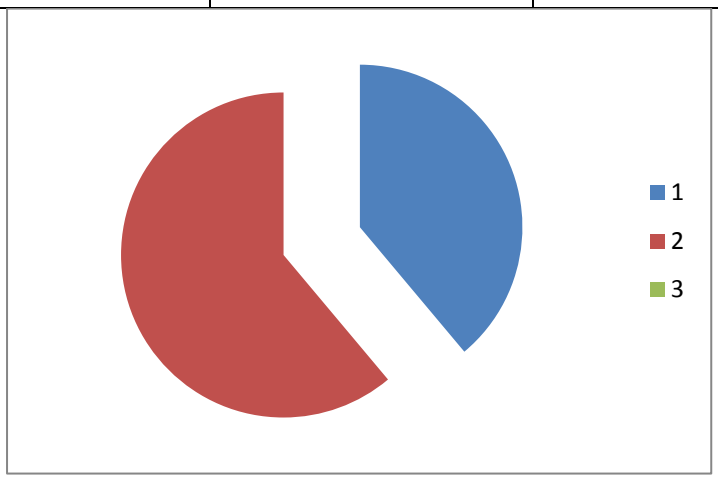
من خلال تحليل و مناقشة نتائج الجدول أن نستنتج أن قرارات طرف المدربين يجب أن تحترم و تطبق داخل الفريق، أي ن هناك سيطرة و تحكم من طرف المدرب على اللاعبين فنجاح عملية التدريب و نجاعتها تفرض على المدرب فرض الانضباط و تفرض على اللاعبين التقبل و الانصياع إلى الأوامر لا التدخل في القرارات و الأعمال.

السؤال السابع: حسب رأيك ما هو أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينبغي أن ينتهجه المدرب مع اللاعبين؟

الغرض من السؤال: معرفة الطريقة التي يراها المدرب الأنسب لمعاملة اللاعبين.

الجدول رقم (07): تبيان النسب لمعرفة الطريقة التي يراها المدرب الأنسب لمعاملة اللاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
التساهل	00	%00
المرونة	11	% 61.11
الصرامة	07	% 38.89
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (07): تبين النسب لمعرفة الطريقة التي يراها المدرب الأنسب لمعاملة اللاعبين.

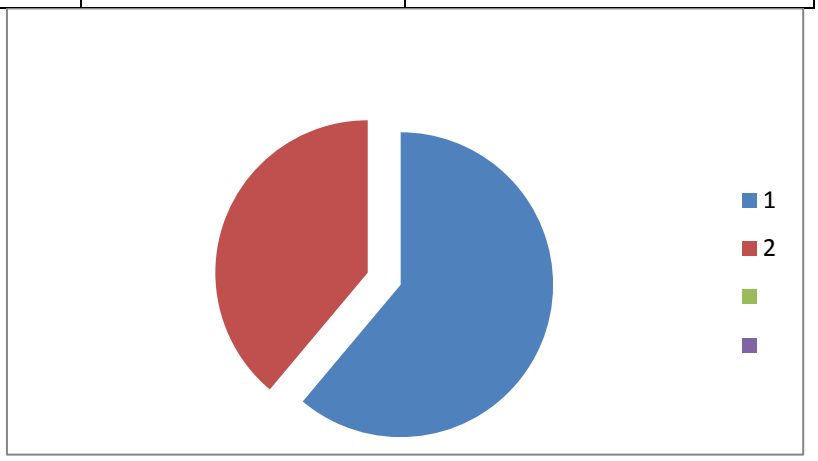
تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (07) نجد أن ما نسبته 38.89%من أفراد العينة يعتبرون أن أسلوب الذي يحبذ استعماله مع اللاعبين هو الصرامة، بينما لا يدخل هذا في الخطة التي يراها الطرف الثاني وهي المرونة بنسب 61.11% ولا وجود لطريقة التساهل قبل العينة . **الاستنتاج**: من خلال تحليل و مناقشة النتائج الجدول المترتبة عن الطريقة التي يجب اتباعها من طرف المدرب، فتحقيق الحد الأعلى للنتائج يلزم المدرب اتباع المرونة في العمل حتى لا نحد من حرية اللاعب و من جهة أخرى لا نبالغ في فتح المجال له.

السؤال الثامن: هل المدرب هو المسؤول الوحيد في اعطاء القرارات في فريقكم؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تحمل المسؤولية من طرف المدرب في اتخاد القرارات.

الجدول رقم (08): تبيان النتائج لمعرفة مدى تحمل المدرب للمسؤولية في اعطاء القرارات .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	07	% 38.89
لا	11	%61.11
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (08):توضح مدى تحمل المدرب للمسؤولية في اتخاذ القرارات.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (08) نجد11 من مجموع أفراد العينة أني ما نسبته61.11% من مجموع أفراد العينة يرون بأن المدرب هو المسؤول الوحيد في اتخاذ القرارات داخل الفريق ،بينما 07 من مجموع أفراد العينة أي ما نسبته 38.89% من اللاعبين يرون بأن المدرب ليس هو المسؤول الوحيد في اتخاذ القرارات داخل الفريق.

الاستنتاج:نستنتج مما سبق أن المدرب ليس وحده من يصنع القرارات داخل الفريق بل يشاركه في ذلك أعضاء الفريق وهذا ما يدل على ايجابية التفاعلات في الفريق ،وهذا ما يؤدي إلى تحقيق أهداف الجماعة وهذه الرياضة بصفة عامة و تحقيق الأداء المطلوب.

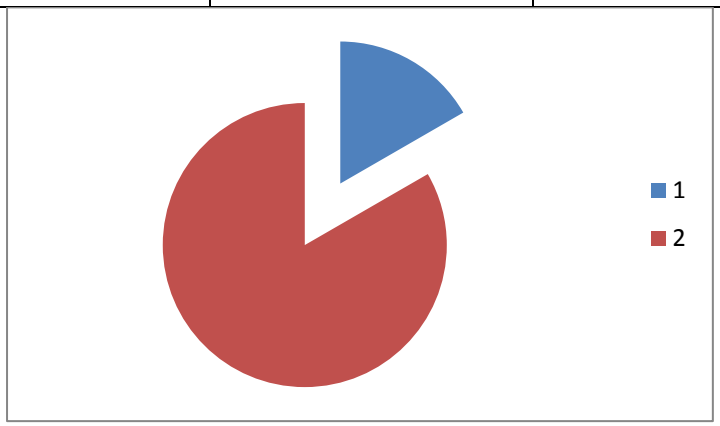
المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.

السؤال الأول: هل تشكك في الكثير من الأفعال التي تقوم بها؟

الغرض من السؤال: اكتشاف أهمية الثقة في حصد النتائج الإيجابية.

الجدول رقم (01): تبيان النتائج لاكتشاف أهمية الثقة في حصد النتائج الإيجابية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	03	% 16.67
لا	15	% 83.33
المجموع	18	%100



دائرة نسبية رقم (01): تبيان النتائج لاكتشاف أهمية الثقة في حصد النتائج الإيجابية.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال الجدول (01) يتضح أن ما نسبته 16.67%من أفراد العينة يرون بأنهم يشكون في الكثير من الأفعال التي يقومون بها، و على غرار الفئة الأكبر يقرون بالتأكد من الأعمال المعمول بها ما نسبته 83.33% .

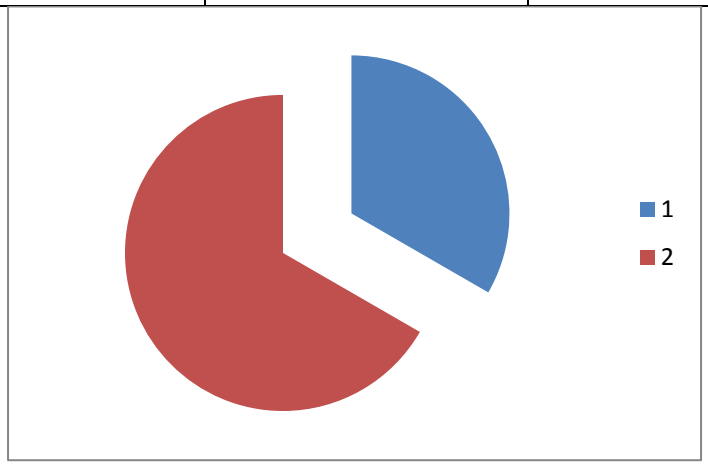
الاستنتاج: نستنتج أن معظم المدربين يثقون في الأفعال التي يقومون بها، فإذا كان المدرب أمينا مع نفسه فإنه سوف يجد أنه في بعض الأوقات يشدد بدرجة كبيرة على الفوز و في بعض الأحيان يتخذ بعض القرارات التي تعكس اهتمامه و الفئة الأخرى ينتابها الارتباك و الشك.

السؤال الثاني: هل تعتمد على الآخرين في عملك ؟

الغرض من السؤال:معرفة ما إذا كان المدرب يعتمد على أطراف أخرى خلال عملية التدريب.

الجدول رقم (02): تبيان النتائج لمعرفة مدى اعتماد المدرب على النفس في عمله.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	06	% 33.33
لا	12	% 66.67
المجموع	18	%100



دائرة نسبية رقم (02): تبين النتائج لمعرفة مدى اعتماد المدرب على النفس في عمله.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال الجدول (02) يتبين لنا أن ما نسبته 33.33 % من أفراد العينة يرون بأنهم يعتمدون على آخرين في عملهم و ما يقارب 66.67 % نمن العينة لا يعتمدون على آخرين في عملهم.

الاستنتاج:

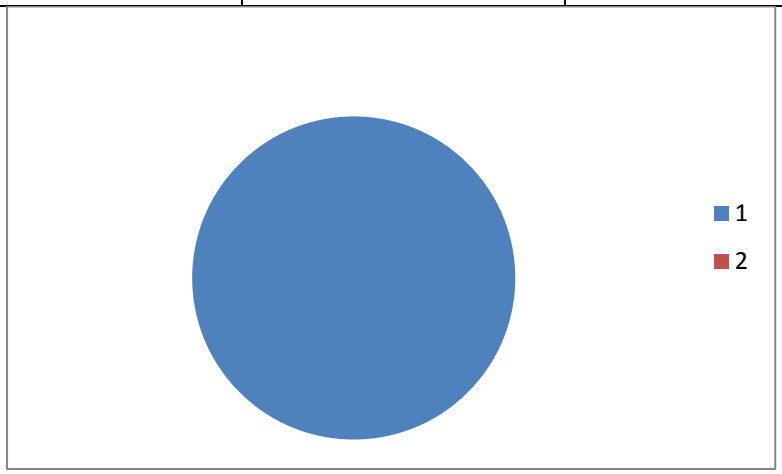
من خلال تحليل و مناقشة النتائج الجدول نستنتج أن معظم المدربين لا يعتمدون على الآخرين في عملهم أما الآخرين منهم فيعتمدون و بالأخص على المساعدين.

السؤال الثالث: حسب رأيكم هل ترى أنك قادر على التغلب على المصائب التي تواجهك داخل الفريق؟

الغرض من السؤال: التأكد من قدرة المدرب على التغلب على المصائب.

الجدول رقم (03): تبيان النتائج للتأكد من قدرة المدرب على التغلب على المصائب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	%100
لا	00	%00
المجموع	18	%100



دائرة نسبية رقم (03): النتائج للتأكد من قدرة المدرب على التغلب على المصائب.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول (03) يبين لنا أن 100% من أفراد العينة يرون أنهم قادرون على حل المصائب التي يمكن أن تواجههم داخل الفريق.

الاستنتاج:

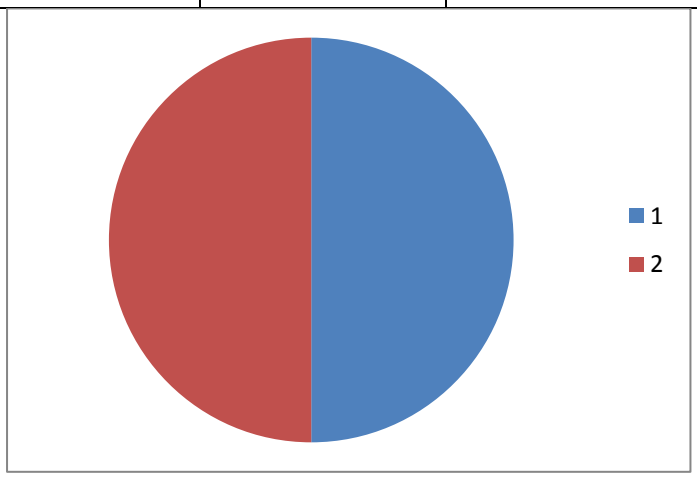
من خلال تحليل و مناقشة نتائج الجدول نستنتج أن الاتزان و الثقة تظهر عند المدربين بصورة واضحة، و ذلك من خلال توصياته و هي سمة من سمات الشخصية للمدرب الناجح.

السؤال الرابع: هل ترون أن تحسن أداء لاعبيكم يعود إلى ؟

الغرض من السؤال: معرفة أسلوب العمل الذي يتخذه المدرب أثناء التدريب.

الجدول رقم (04): تبيان النسب لمعرفة أسلوب العمل الذي يتخذه المدرب أثناء التدريب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
عمل اللاعبين باستغلال طاقتهم بحرية	09	% 50
العمل المفروض بأقصى الدرجات	09	% 50
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (04): تبين النسب لمعرفة أسلوب العمل الذي يتخذه المدرب أثناء التدريب.

تحليل و مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول (04) يبين لنا انقسام العينة إلى رأيين 50%من أفراد العينة يرون بأن تحسين أداء لاعبيهم يعود إلى عمل اللاعبين باستغلال طاقتهم بحرية، و 50% من أفراد العينة يرون ضرورة العمل المفروض على اللاعبين بأقصى الدرجات.

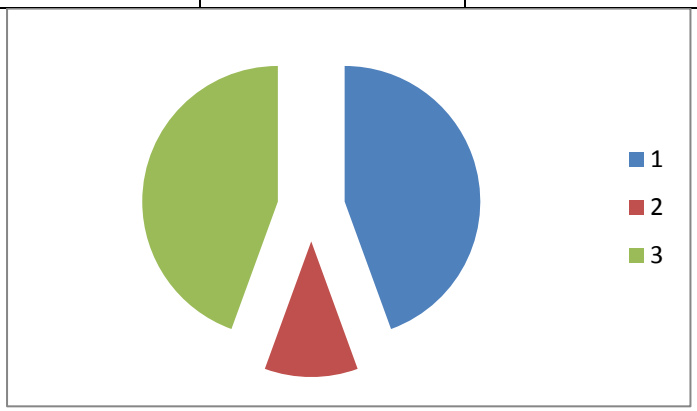
الاستنتاج: من خلال تحليل و مناقشة النتائج نستنتج أن إعطاء الحرية في العمل ثناء التدريب يجعل اللاعب أكثر استعداد لإبراز قدراته و إبداء الرغبة في تقديم أفضل ما يمكن من جهة و اتمام العمل المفروض بأقصى الدرجات من جهة أخرى.

السؤال الخامس: هل ترون أن ثقة المدرب في لاعبيه تؤدي إلى ؟

الغرض من السؤال: معرفة النتائج المترتبة عن ثقة المدرب باللاعبين و دورها على أفراد النادي.

الجدول رقم (05): تبيان النسب لمعرفة النتائج المترتبة عن ثقة المدرب في اللاعبين .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
تنمية روح المسؤولية لديهم	08	%44.44
تزيدهم الاصرار على القيام بالواجب	02	% 11.12
تحقق لهم أداءا جيدا أثناء المباريات	08	% 44.44
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (05): تبين النسب لمعرفة النتائج المترتبة عن ثقة المدرب في اللاعبين .

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (05) تبين لنا أن ما نسبته 44.44% من أفراد العينة يرون ثقة المدرب في لاعبيه تؤدي إلى تحقيق أداء جيد لهم أثناء المباريات، نفسها نفس تنمية روح المسؤولية لديهم،أما ما نسبته 11.12% من أفراد العينة يرون في ذلك زيادة الاصرار على القيام بالواجب.

الاستنتاج:

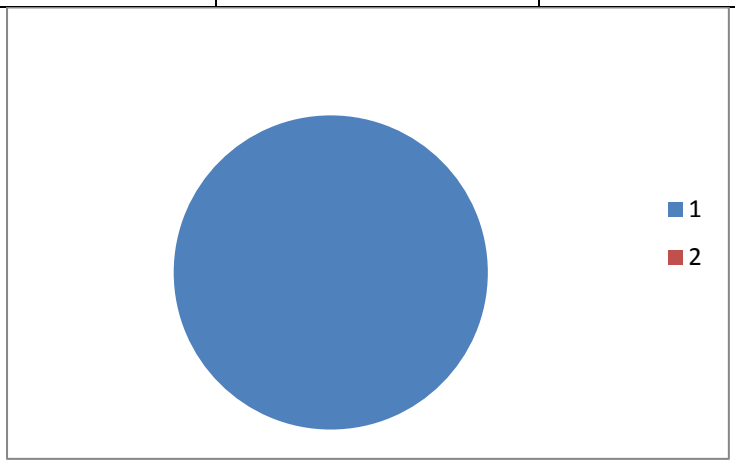
من خلال تحليل و مناقشة نتائج الجدول نستنتج أن لثقة المدرب بلاعبيه دور كبير في التأثير على الأداء وتحسن النتائج الرياضية واستقراره مع الفريق لأن عامل الثقة مهم جدا.

السؤال السادس: هل ترون أن شخصية المدرب لها الأثر على أداء اللاعبين ؟

الغرض من السؤال:معرفة دور شخصية المدرب على أداء اللاعبين

الجدول رقم (06): تبيان النسب لمعرفة دور شخصية المدرب على أداء اللاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	% 100
لا	00	% 00
المجموع	18	% 100



دائرة نسبية رقم (06): تبين النتائج لمعرفة مدى تقبل انتقادات من قبل المدرب داخل الفريق.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (06) نلاحظ أن ما نسبته 100% من أفراد العينة يرون بأن شخصية المدرب لها الأثر على أداء اللاعبين.

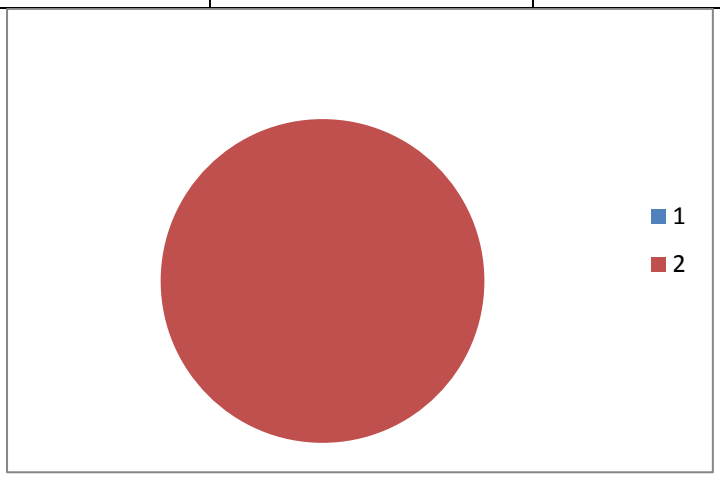
الاستنتاج: من خلال تحليل و مناقشة نتائج الجدول نستنتج أن لشخصية المدرب الأثر على أداء اللاعبين.و هذا ما يتضح في الجانب النظري في الفصل الأول شخصية المدرب الرياضي في عنصر شخصية المدرب و خصائصه في الفقرة "أن تكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين و جميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديك و بذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين".

السؤال السابع: حسب رأيك هل ترى أنه يمكنك دخول في شجار مع أحد لاعبيك إذا أهانك ؟

الغرض من السؤال: معرفة قدرة المدرب من التحكم في الغضب و عدم التسرع و حسن التصرف.

الجدول رقم (07): تبيان النسب لمعرفة قدرة المدرب من التحكم في الغضب و عدم التسرع و حسن التصرف.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	00	%00
لا	18	% 100
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (07): تبين النتائج لمعرفة قدرة المدرب من التحكم في الغضب و عدم التسرع و حسن التصرف.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (07) نلاحظ أن ما نسبته 100% من أفراد العينة يرون بأن شخصية المدرب لا تسمح له في دخول في شجار.

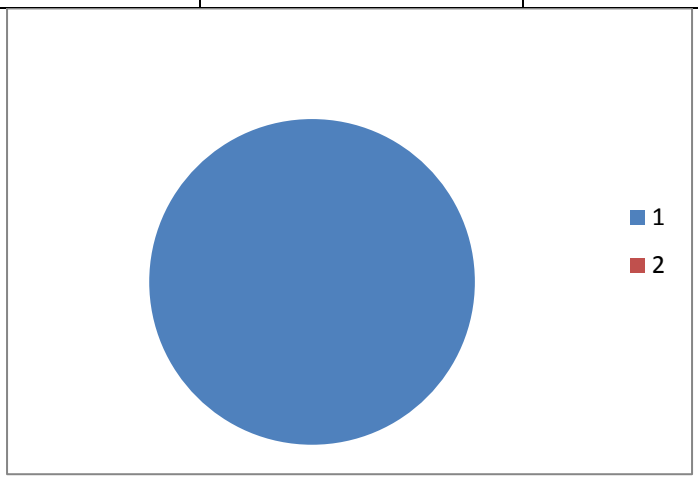
الاستنتاج:من خلال تحليل و مناقشة النتائج الجدول نستنتج أن لشخصية المدرب المتزنة انفعاليا لا يمكنها استعمال العنف و الميل للتصرف بعقلانية مع التحكم في الغضب و حسن التصرف و هذه من صفات المدرب الناجح.

السؤال الثامن: هل تتقبل أراء الآخرين لك حتى و لو اعتقدت أنهم أقل منك ؟

الغرض من السؤال:معرفة أهمية تقبل الرأي الآخر.

الجدول رقم (08): تبيان النسب لمعرفة أهمية تقبل الرأي الآخر.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	%100
لا	00	% 00
المجموع	60	% 100



دائرة نسبية رقم (08): تبين النسب لمعرفة أهمية تقبل الرأي الآخر.

تحليل و مناقشة النتائج: من خلال نتائج الجدول (08) نجد أن ما نسبته 100% من أفراد العينة يتقبلون آراء الآخرين حتى و لو كانوا أقل منهم.

الاستنتاج:

نستنتج أن تقبل الرأي و تقبل النقد يؤهلان المدرب للتحلي بصفتي المربي و المسؤول و بالتالي للقيام بدوره على احسن وجه.

الاستنتاج العام:

بعد جمعنا للإستمارات الموجهة للمدربين و لاعبي كرة اليد و معالجتها احصائيا اتضح لنا من خلال أجوبة العينتين على الأسئلة المدرجة ضمن الاستمارات الموجهة إليهم و التي ترمي أثر بعض السمات الشخصية(السيطرة–الإتزان الإنفعالي) المدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد.

انطلاقا من استنتاجات المحاور بالنسبة للاعبين والمدربين يتبين لنا بوضوح أثر بعض سمات شخصية المدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد حيث:

من بين السمات التي ينبغي أن تكون حاضرة عند أي مدرب و متصلة أساسا به هي قوة الشخصية ذلك أن التدريب الحديث يعتمد على هذه النقطة الفعالة، التي تعتمد بدورها على السيطرة وامتلاكه السلطة و التحكم و الميل لفرض طريقته نتيجة، فإذا حدث و أن جهل أو عقل عن شيء يمكن له اللجوء إلى خبرته السابقة.

إضافة إلى السمات أو المكونات الناجحة لشخصية المدرب الناجح الإتزان الإنفعالي فهي من مقومات الشخصية الحسنة و التي تعلم الطريقة و الطريق التي تسير عليه، فقدرة المدرب على ابتكار واستخدام العديد من الامكانيات المؤثرة أثناء التدريب. كما يتسم بالشخصية المتزنة و الجذابة و أن يكون ذو اطلاع بالعلوم التي تتصل بلعبة كرة اليد.

من جهة أخرى نتمنى أن يتم أخذ هذه الدراسة و الدراسات السابقة بعين الاعتبار للإستفادة من كشف الإيجابيات و السلبيات.

مناقشة الفرضيات:

1- مناقشة الفرضية الأولى : " لسمة السيطرة لدى المدرب الرياضي أثر على أداء لاعبي كرة اليد."

لإثبات صحة الفرضية الجزئية الأولى خصص المحور الأول من الإستمارة الإستبيانية الموجه للاعبين و المدربين للإجابة على ذلك و من خلال النتائج المحصل عليها و التي تبين :

1 اتصاف المدرب بسمة السيطرة عند المواقف الصعبة التي تواجه الفريق.

2- ضرورة احترام داخل الفريق من طرف اللاعبين قصد التقدم في عملية التدريب.

3- سيطرة الفريق تعود إلى المدرب و احترامها و تطبيقها وجب التأني و التفكير في هاته العملية مع الاعتراف و تحمل المسؤولية في تحمل النتائج المخبئة مستقبلا.

4- ميزة تحلي المدربين بالسمات المكونة لشخصية المدرب الناجح مثل السيطرة و اكتسابهم لهاته السمات من الثقة بالنفس.

5- مميزات الشخصية المسيطرة هي القابلة للإخضاع و المرؤوسية و الميل إلى التسلط. يتوضح لنا تحقق الفرضية الأولى .

2- مناقشة الفرضية الثانية : " لسمة السيطرة لدى المدرب الرياضي أثر على أداء لاعبي كرة اليد."

لإثبات صحة الفرضية الجزئية الثانية خصص المحور الثاني من الإستمارة الإستبيانية الموجه للاعبين و المدربين للإجابة على ذلك و من خلال النتائج المحصل عليها و التي تبين :

1- الاتزان الانفعالي من العوامل الأساسية لنجاح عملية التدريب و تطوير قدرات اللاعبين.

2- الاتزان الانفعالي يأثر مباشرة و تلقائيا على أداء اللاعبين في كرة اليد.

3- اهتمام و تركيز المدربين أثناء التدريبات على الجوانب النفسية و التطبيقية و النظرية.

4- ترك المدرب اللاعبين يعملون باستغلال طاقتهم و ذلك بغية الحصول على مردود و أداء جيد.

5- اتزان المدرب تجعله يثق في اللاعبين و بالتالي تحسين في الأداء أثناء المباريات. يتوضح لنا تحقق الفرضية الثانية .

من خلال مناقشة الفرضيات الجزئية الأولى و الثانية و تبين تحققها مقارنة بالنتائج المحل عليه نستنتج تحقق الفرضية العامة و التي تقول " **لسمات الشخصية للمدرب الرياضي(السيطرة–الإتزان الإنفعالي) أثرعلى أداء لاعبي كرة اليد** ".

الاقتراحات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة و محصورة في امكانياتنا المتوفرة، و رغم ذلك أردنا أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال بتوسع و تعمق أكثر، و التي نفتقر إليها خاصة باللغة العربية.

و على النتائج نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من يهمه الأمر، سواء كانوا مدربين أو مسؤولين، والتي نأمل أن تكون بناءة مما تسهل عليهم تجنب العديد من المشاكل التي يجدونها خلال عملهم.
و نستطيع أن نتقدم بالاقتراحات التالية:

- ضرورة تكوين المدربين وفق مناهج عصرية للتحضيرات البدنية و النفسية و الاجتماعية و ذلك بغية تحسين التواصل في جميع المستويات بين المدرب و اللاعب.
- اختيار المدربين أصحاب الشهادات و الخبرة و التجربة و الكفاءة.
- ضرورة انتهاج الأساليب القيادية المناسبة للسمات الشخصية لأعضاء النادي.
- إعطاء أهمية بالغة لكل من سمتي السيطرة و الاتزان الانفعالي لمدى تأثيرها على أداء و مردود اللعب.
- على المدرب أن يبادر لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجه لاعبيه اجتماعية كانت أو نفسية.
- ضرورة إلمام المدرب بطريقة التعامل و التواصل مع اللاعبين حيث أن لكل لاعب شخصية و ثقافة تميزه عن الآخرين.

الخاتمة:

وصلنا و الحمد لله إلى نهاية بحثنا هذا بعد بذل مجهود في العمل و البحث و التحليل و توصلنا من خلال ذلك إلى إثبات جميع الفرضيات المقترحة و التي تمثل محتواه حول بعض سمات شخصية المدرب الرياضي و أثرها على أداء لاعبي كرة اليد اتضح لنا ذلك في الجانبين النظري و التطبيقي.

و بما أن اللاعبين و المدربين يجب أن تربطهم علاقة خاصة و مميزة ذات احترام متبادل في قاعدة أمر و مأمور من جهة و من جهة أخرى بالتشاور و الاقتراح و التبادل لأن نجاح هذه النقاط هو نجاح هذه النقاط هو نجاح العلاقة و نجاح للمدرب و اللاعب على حد سواء و بالتالي نجاح الفريق.

كلما كانت شخصية المدرب متزنة نرى أداءا قويا، فاحترام العلاقات داخل الفريق لها دور مهم في تحسين أداء ونتائج الفريق.

و عليه نقترح مستقبلا أن تكون الدراسات و البحوث تشمل هذه الدراسة و الدراسات السابقة وتزيد عليها في التطرق إلى كل الجوانب الخفية و غير مدروسة سابقا لتكون دراسة نموذجيا حول هذا الموضوع، و هذا من أجل العمل على رفع مستوى الرياضة في بلدنا بصفة عامة و كرة اليد بصفة خاصة.

الملاحق

قائمة المصادر و المراجع:

باللغة العربية:

أ. دادي عبد العزيز. (2006-2007). *محاضرات في كرة اليد- سنة ثالثة تربية بدنية*. قسنطينة: جامعة قسنطينة.

أبو العلا محمد عبد الفتاح. (1997). *التدريب الرياضي الأسس الفيزيولوجية ط1* . مدينة نصر: دار الفكر العربي.

أحمد أمين فوزي. (2003). *مبادئ علم النفس الرياضي(مفاهيم و التطبيقات) ط1* . مدينة نصر - القاهرة: دار الفكر العربي.

أحمد محمد عبد الخالق. (1995). *استخبارات الشخصية ب.ط*. دار المعرفة الجامعية.

اخلاص عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي. (2001). *الاجتماع الرياضي*. مصر الجديدة -القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

أسامة رياض. (1999). *الطب الرياضي و كرة اليد ط1*. القاهر: مركز الكتاب للنشر و التوزيع.

أسامة كامل راتب. (1997). *علم النفس الرياضة(المفلهيم و التطبيقات) ط2* . مصر: دار الفكر العربي.

أسامة كامل راتب. (بلا تاريخ). *علم النفس الرياضة*.

أسامة كامل راتب. (بلا تاريخ). *قلق المنافسة (التدريب، احتراق رياضي)*.

اسماعيل مقران. (1997). *مستويات و مصادر القلق لدى لاعبي منتخبات الألعاب الجماعية* . الجزائر : معهد التربية البندية و الرياضية -جامعة الجزائر.

اسماعيل مقران. (1999-2000). *مستويات و مصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل و أثناء المنافسة الرسمية*. الجزائر: معهد التربية البدنية و الرياضية- كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية.

بدر الدين نعمان. (بلا تاريخ).

جلال عيادي. (1997). *علم الإجتماع الرياضي*. بغداد: دار الفكر.

حامد عبد السلام زهران. (1997). *الصحة النفسية و العلاج النفسي ط3* . القاهرة: عالم الكتب للنشر و التوزيع .

حنفي محمود مختار . (بلا تاريخ). *المدير الفني لكرة القدم بدون طبعة*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

زكي محمد محمدحسن. (2002). *المدرب الرياضي،أسس العمل في مهنة التدريب*. القاهرة: منشأة المعارف.

سامية حسن الساعاتي. (1993). *الثقافة الشخصية ط2* . لبنان: دار النهضة العربية.

سليم مدثر أحمد. (2002). *الصحة النفسية*. الاسكندرية: المكتب العالمي للكمبيوتر والنشر و التوزيع.

عبد الغفار عروسي- دحمان معمر. (2005/2004). *دور قلق المنافسة في التأثير على مردود اللاعبين (مذكرة ليسانس غير منشورة)*. الجزائر: معهد التربية البدنية و الرياضية.

عبده علي ناصيف. (1980). *مبادئ التعلم الرياضي ط1* . بغداد : دار المعرفة.

عصام عبد الخالق. (1972). *التدريب الرياضي ط 2* . مصر: دار الكتب الجامعية.

عصام عبد الخالق. (1992). *التدريب الرياضي ط1* . القاهرة: دار الفكر العربي.

عفاف محمد عويسي. (2003). *النمو النفسي للطفل ط1* . الأردن: دار الفكر العربي.

فضيل موساوي- عبد القادر قلال. (2004/2003). *عامل الضغط النفسي ومدى انعكاسه على أداء الرياضي أثناء المنافسة- مذكرة ليسانس غير منشورة*. الجزائر: معهد التربية البدنية الرياضية .

فضيل موساوي، عبد القادر قلال. (بلا تاريخ). *عامل الضغط النفسي و مدى انعكاسه على أداء الرياضي أثناء المنافسة(مذكرة ليسانس غير منشورة)*.

فوزي محمد حيل. (2000). *الصحة النفسية و سيكولوجية للشخصية ب.د.ط*. الاسكندرية- مصر: المكتبة الجامعية.

قاسم حسن حسين. (1980). *مبادئ التعلم الرياضي ط1* . بغداد : دار المعرفة.

قاسم حسن حسين. (1998). *الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة في الألعاب و الفعالياتو العلوم الرياضية ط 1* . عمان – الأردن: دار الفكر للنشر و التوزيع.

كريم عبد الرازق. (1994).

كمال عارف الطاهر. (2002). *كرة اليد*. بغداد: دار الكتب للطباعة و النشر.

كمال عبد الحميد. (1977). *الممارسة التطبيقية لكرة اليد*. مصر: دار الفكر العربي.

كمال عبد الحميد. (1996). *الممارسة التطبيقية لكرة اليد*. مصر: دار الفكر العربي.

كمال عبد الحميداسماعيل و محمد صبحي حسنين. (2001). *رياعية كرة اليد الحديثة*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

محمد الهولي. (1997). *القانون الدولي لكرة اليد*. الكويت.

محمد حسن علاوي- نصر الدين رضوان. (1987). *الاختبارات النفسية و المهارية في المجال الرياضي ط1* . القاهرة: دار الفكر العربي.

محمد حسن علاوي و آخرون. (2002). *الاعداد النفسي في كرة اليد ط1* . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

محمد شفيق زكي. (1979). *السلوك الإنساني مدخل إلى النفس الاجتماعي ط1* . القاهرة: الشركة المتحدة للطباعة و النشر.

محمد عبد السلام. (2004-2005). *نمط شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية و علاقته بدافع الانجاز لدى تلميذ مرحلة التعليم الثانوي* . الجزائر: جامعة الجزائر.

محمد نصر الدين رضوان. (1992). *مقدمة في التقويم و التربية الرياضية ط3* . القاهرة: دار الفكر العربي.

محمود عبد الفتاح عنان. (مدينة نصر). *سيكولوجية التربية البدنية النظرية و التطبيق و التجريب ط1* . 1995: دار الفكر العربي.

محمود فتحي عكاشة. (بلا تاريخ). *علم النفس الاجتماعي*.

مصطفى عشوي. (بلا تاريخ). *مدخل إلى علم النفس*. ديوان المطبوعات الجامعية.

مصطفى غالب. (1986). *سيكولوجية الطفولة و المراهقة*. بيروت: دار مكتبة الهلال.

منير جرجس ابراهيم. (1990). *كرة اليد للجميع*. القاهرة – مصر: دار الفكر العربي.

نزار مجيد الطالب. (1983). *علم النفس الرياضي*. بغداد – العراق: دار الحكمة للطباعة و النشر ص 214-215 .

وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد. (2002). *الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب*. ألمنيا: دار الهدى للنشر و التوزيع.

ياسر دبور. (1997). *كرة اليد الحديثة* . مصر: منشأة المعارف بالإسكندرية.

يحي السيد الحاوي . (2002). *المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي و التقنية الحديثة ط1* . مصر: المركز العربي للنشر.

باللغة الأجنبية:

.Paris: edvigot. *Le hand ball de làprentissageàla composition* .(1989) .r

foot ball et psychologie"la dynamique de .(1985) .Jacque cervoiser .chiron sport. *"équipe l*

.*„Manual de la spécialisation en hand ball " ,a pu "*.(1993) .M.Muilen

.www.badnia.net (بلا تاريخ).

.www.badnia.net (بلا تاريخ).

.www.elhiwar.info.18/02/2008 (بلا تاريخ).

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد إبن باديس ـ مستغانم ـ

معهد التربية البدنية و الرياضة

قسم التربية البدنية و الرياضة

بحثا مقدما ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس

استمارت البحث الخاصة باللاعبين

في اطار انجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهات ليسانس في التربية البدنية و الرياضية تحت

عنوان ***بعض السمات الشخصية للمدرب الرياضي و أثرها على أداء لاعبي كرة اليد***

لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هده الاستمارة بغرض ملئها بالاجابات الموضحة و المدققة حول الاسئلة المطروحة الأن نتائج بحثنا تعتمد عليها و أن تعاونكم معنا عنصر أساسي لنجاح هذا البحث العلمي.

***بطاقة شخصية**

-كم تبلغ من العمر :

-كم عدد سنوات ممارستك نشاط كرة اليد :

-ماهو مستوى فريقك:

ملاحظة:ضع علامة(×) في الخانة التي توافق رأيكم

المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين.

1- هل توجد صرامة داخل الفريق؟

-نعم ☐ لا ☐

2-هل ترى أن اللاعبين يحترمون قرارات المدرب؟

نعم ☐ لا ☐

3- عندما يجبر المدرب اللاعبين على تنفيذ الأوامر ماذا تعتبرونه ؟

-تقييد اللاعب ☐ قتل روح المبادرة ☐ مساعدة اللاعب في تحقيق أداء جيد☐

4- إلى ماذا ترجعون الأداء الجيد للاعبين؟

-ثقة المدرب باللاعبين ☐ -الصرامة المفروضة من طرف المدرب ☐

5- في حالة غيابك عن الحصص التدريبية كيف يكون رد فعل المدرب؟

ابعادكم عن الفريق ☐ فرض عقوبات تأديبية ☐ التساهل أحيانا ☐ اللامبالاة ☐

6- حسب رأيك هل ترى أن تأكيد المدرب على ما يجب القيام به في التدريب هو؟

فرض رأيه ☐ الحد من حريتك ☐ تحسين المردود ☐

7- هل القرارات المفروضة من طرف المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب؟

نعم ☐ لا ☐

8- هل يشعرك المدرب بالانزعاج بالقرارات التي يمليها؟

نعم ☐ لا ☐

المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.

1 -هل أنت على تغير دائم في الحالة المزاجية؟

نعم ☐ لا☐

2- ماذا تستعمل عند مخاطبتك زملائك بالفريق ؟

كلمات قاطعة ☐ كلمات مرنة☐

3- هل تتقبل الانتقادات الموجهة لك من قبل المدرب ؟

نعم ☐ لا☐

4- هل أنت قادر على تقبل و تحمل الاحباط ؟

نعم ☐ لا☐

5 - هل ترى انك قادر على حل المشاكل التي تواجهك ؟

نعم ☐ لا☐

6- هل ترى أنك غير قادر على انجاز ما تطمح إليه ؟

دائما ☐ أحيانا ☐ مطلقا ☐

7- ما هو ردك إذا طرك المدرب من فريق ؟

خوص في شجار ☐ تقبل الأمر ☐ الاتصال بالإدارة☐

8- هل ترى أنك ناجح في الكثير من أفعالك؟

- نعم ☐ لا☐

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد إبن باديس ـ مستغانم ـ

معهد التربية البدنية و الرياضة

قسم التربية البدنية و الرياضة

بحثا مقدما ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس

استمارت البحث الخاصة بالمدربين

في اطار انجاز مدكرة تدخل ضمن متطلبات نيل شهات ليسانس في التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان ***بعض السمات الشخصية للمدرب الرياضي و أثرها على أداء لاعبي كرة اليد***

لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هده الاستمارة بغرض ملئها بالاجابات الموضحة و المدققة حول الاسئلة المطروحة الأن نتائج بحثنا تعتمد عليها و أن تعاونكم معنا عنصر أساسي لنجاح هذا البحث العلمي.

***بطاقة شخصية**

-كم تبلغ من العمر :

-كم عدد سنوات ممارستك نشاط التدريب :

-ماهو مستوى فريقك:

-ماهي الشهات المتحصل عليها:

-هل مارسة نشاط كرة اليد قبل مزاولتك للتدريب:

ملاحظة:ضع علامة(×) في الخانة التي توافق رأيكم.

المحور الأول: السيطرة و أثرها على أداء اللاعبين

1- هل يؤثر عليك اللاعب الذي لم يلتزم بالتعليمات أثناء التدريبات؟

- نعم ☐ لا☐

2- بماذا تتميز طريقة عملك ؟

-التحضير البدني و النفسي الجيد☐

-الغياب في بعض الأحيان☐

-اللامبالاة☐

-الانضباط التام☐

3- هل تتبادل الآراء مع الآخرين؟

دائما ☐ أحيانا ☐ نادرا ☐ مطلقا☐

4- هل هناك صراعات تحدث بينك و بين اللاعبين ؟

-نعم ☐ لا☐

5- كيف تقيم علاقتك مع اللاعبين ؟

- ممتازة ☐ جيدة ☐ متوسطة ☐ سيئة☐

6- هل تقبل انتقادات بعض اللاعبين و تدخلاتهم في عملك ؟

نعم ☐ لا ☐

7- حسب رأيك ما هو أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينبغي أن ينتهجه المدرب مع اللاعبين؟

التساهل ☐ المرونة ☐ الصرامة ☐

8- هل المدرب هو المسؤول الوحيد في اعطاء القرارات في فريقكم ؟

نعم ☐ لا ☐

المحور الثاني: الاتزان الانفعالي و أثره على أداء اللاعبين.

1- هل تشكك في الكثير من الأفعال التي تقوم بها؟

- نعم ☐ لا☐

2- هل تعتمد على الآخرين في عملك ؟

- نعم ☐ لا☐

3- حسب رأيكم هل ترى أنك قادر على التغلب على المصائب التي تواجهك داخل الفريق؟

- نعم ☐ لا☐

4-هل ترون أن تحسن أداء لاعبيكم يعود إلى ؟

-عمل اللاعبين باستغلال طاقتهم بحرية ☐

-العمل المفروض بأقصى الدرجات ☐

5- هل ترون أن ثقة المدرب في لاعبيه تؤدي إلى ؟

-تنمية روح المسؤولية لديهم ☐

-تزيدهم الاصرار على القيام بالواجب ☐

-تحقق لهم أداءا جيدا أثناء المباريات ☐

6- هل ترون أن شخصية المدرب لها الأثر على أداء اللاعبين ؟

نعم ☐ لا☐

7- حسب رأيك هل ترى أنه يمكنك دخول في شجار مع أحد لاعبيك إذا أهانك ؟

- نعم ☐ لا☐

8- هل تتقبل أراء الآخرين لك حتى و لو اعتقدت أنهم أقل منك ؟

- نعم ☐ لا☐

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة /أثربعض السمات الشخصية (السيطرة – الإتزان الإنفعالي) للمدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد.

تهدف الدراسة إلى إبراز أثر بعض السمات الشخصية(السيطرة–الإتزان الإنفعالي) للمدرب الرياضي و قد افترض الباحث أثربعض سمات شخصية المدرب الرياضي على أداء لاعبي كرة اليد ولتحقيق هذه الدراسة إختار الباحث عينة من 60لاعبا و 18 مدرب بطريقة عشوائية واعتمدنا المنهج الوصفي بأسلوب المسحي من أدواته استمارة الاستبيان و قد خلصت الدراسة أن للسيطرة والإتزان الانفعالي أثرعلى أداء لاعبي كرة اليد وإقترح الباحث تأكيد الفرق على اختيارذوي السمات الشخصية الصارمة و المسيطرة ذات الإتزان الانفعالي للإشراف على إدارة فرقها ومجموعة لاعبيها.

Résumé de l'étude:

Titre de l'étude / Caractéristiques personnelles Otherbed (de contrôle - équilibre émotionnel) à l'entraîneur sportif sur la performance des joueurs de handball .

L'étude vise à mettre en évidence l'impact de certains traits de personnalité (Ctrl-équilibre émotionnel) à l'entraîneur sportif et avait pris chercheur Otherbed caractéristiques d'entraîneur sportif personnel sur la performance des joueurs de handball et de réaliser cette étude a choisi chercheur échantillon de 60 joueurs et 18 entraîneur de manière aléatoire et adopté curriculum enquête descriptive manière d'outils questionnaire et l'étude a conclu que le contrôle et l'équilibre émotionnel joueurs de handball de performance Otheraly et chercheur a proposé de confirmer les traits de personnalité différence Achtaardhua strictes et de contrôle de l'équilibre émotionnel de superviser les équipes de gestion et un groupe de joueurs.