الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ليسانس في علوم
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص تدريب الرياضي التنافسي

بعنوان

دور كفاءة المدرب على أداء لاعبي فريق كرة القدم لدى ناشئي (U13 - U14)

بحث مسحي أجري على ناشئي الدوري الولائي (مستغانم – وهران)

من إعداد الطالبان:
- ✓ قادم العيد
- ✓ حشماوي فاطمة

تحت إشراف الأستاذ (الدكتور):
- ✓ بن قوة علي

الموسم الجامعي: 2022 - 2023

كلمة شكر

الشكر كل الشكر لله عز وجل، والحمد لله الذي أهدانا من العلم ما وفقنا به إنجاز هذا العمل المتواضع و الذي ما كان لولا عونه، فلك الحمد و الشكر يارب.

أما بعد :

نتقدم بجزيل الشكر و الامتنان إلى الدكتور السيد "بن قوة و علي" والأستاذ "كوتشوك محمد" اللذان لم يبخلا علينا بعلمهم وجهدهم إرشادا وإشرافا حتى أنهينا بفضل الله ورعايته هذا الجهد المتواضع، كما يدعونا واجب العرفان والوفاء بالجميل أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى جميع أساتذة وعمال معهد التربية البدنية والرياضية على رأسهم مدير المعهد .

كما نشكر كل طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم دفعة 2023/2022 تدريب رياضي و في الأخير نشكر "الوالدين الكريمين حفظهما الله وأطال عمرهما في طاعة الله ورسوله، الذين كانوا خير عون لنا من بداية الطريق إلى آخره"

والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم

إهداء

إلى أبي العطوف قدوتي، ومثلي الأعلى في الحياة، فهو من علَّمني كيف أعيش بكرامة وشموخ.

إلى أمي الحنونة لا أجد كلمات يمكن أن تمنحها حقها، فهي ملحمة الحب وفرحة العمر، ومثال التفاني والعطاء.

إلى إخوتي و أخواتي حفظهم الله فهم سندي وعضدي في الأفراح والأحزان.

إلى زوجتي العزيزة ورفيقة الدرب في هذه الحياة إليك أسمى رموز الإخلاص والوفاء وأم أولادي حماني و نرجس فلذات كبدي.

إلى جميع الأصدقاء من قريب أو من بعيد

إلى كل من علمني حرفا، و أكساني علما و منحني رأيا و قدم لي نصيحة

إلى كل المعلمين و الأساتذة و الدكاترة

قادم العيد

إهداء

إلى من أفضلهما على نفسي و لم لا فقد ضحت من أجلي، ولم تدخر

جهدا في سبيل إسعادي على الدوام (أمي الحبيبة).

نسير في دروب الحياة، ويبقى من يسطر على أذهاننا في كل مسلك نسلكه.

صاحب الوجه الطيب و الأفعال الحسنة، فلم يبخل علي طيلة حياته (والدي العزيز).

إلى أخواتي حفظهم الله فهم سندي وعضدي في الأفراح والأحزان

كما لا أنسى أختي إيمان رحمها الله و أسكنها فسيح جناته

إلى أصدقائي و جميع من وقفوا بجواري و ساعدوني بكل ما يملكون

أقدم لكم هذا البحث وأتمنى أن يحوز على رضاكم

حشماوي فاطمة الزهرة

فهرس المحتويات

الرقم	العنوان	رقم الصفحة
	كلمة شكر	
	الإهداء	
	قائمة المحتويات	
	قائمة الجداول	
	قائمة الأشكال	
	التعريف بالبحث	
01	مقدمة	1
02	ملخص البحث بالعربية	2
03	ملخص البحث باللغة الأجنبية	2
04	الإشكالية	3
05	التساؤلات الفرعية	3
06	الفرضيات الفرعية	3
07	أهمية الدراسة	3
08	أهداف الدراسة	3
09	الدراسات الاستطلاعية	4
10	أدوات الدراسة	4
	الباب الأول: الدراسة النظرية	
	الفصل الأول: دور كفاءة المدرب	
1	تمهيد	7
2	الكفاءة	7
2-1	تعريف لغوي	
2-2	تعريف اصطلاحي	
3	كفاءة المدرب	7
3-1	الكفاءة الأكاديمية و النمو المهني	
3-2	كفاءة التخطيط	
3-3	كفاءة التنفيذ	
3-4	كفاءة ضبط النفس	
3-5	كفاءة التقويم	
3-6	كفاءة إدارية	
3-7	كفاءة التواصل	
4	تعريف المدرب	8
4-1	تعريف لغوي	
4-2	تعريف اصطلاحي	
5	مفهوم المدرب الرياضي	8
6	شخصية المدرب	9
7	صفات و قدرات المدرب الرياضي الناجح	9
7-1	الصفات الشخصية	
7-2	الصفات المهنية	

3-7	الصفات الصحية	
4-7	الصفات الفنية	
8	الإعداد النظري للمدرب في كرة القدم	12
9	خاتمة	13
	الفصل الثاني أداء الفريق	
1	تمهيد	14
2	تعريف الأداء	14
3	أنواع الأداء	14
1-3	أداء بمواجهة	
2-3	أداء دائري	
3-3	أداء في مجموعات	
4-3	أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم	
5-3	الأداء الرياضي و الجهاز العصبي	
4	ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة	15
1-4	العوامل النفسية المحققة لثبات أداء اللاعب خلال المنافسة	
2-4	العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة2	
5	سلوك الأداء الرياضي	16
6	دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي للفريق	17
7	تقويم المدرب للأداء الرياضي	17
8	العوامل المساهمة في الأداء	18
1-8	القوة العضلية	
2-8	التوازن	
3-8	المرونة	
4-8	التحمل	
5-8	الذكاء	
6-8	السرعة	
7-8	الرشاقة	
8-8	التوافق	
9-8	القدرة الإبداعية	
10-8	الدافعية	
9	متطلبات الأداء في كرة القدم	20
10	مميزات كرة القدم الحديثة	22
1-10	المميزات المورفولوجية	
2-10	المميزات البدنية	
3-10	المميزات التقنية والتكتيكية	
4-10	المميزات النفسية والخلقية	
11	خاتمة	24
	الفصل الثالث: الخصائص العمرية	
1	تمهيد	25
2	مفهوم الطفولة	25
3	مفهوم عملية النمو	26
4	مراحل النمو	26
1-4	مرحلة الرضاعة	

4-2	مرحلة الطفولة المبكرة من 3 إلى 6 سنوات	
4-3	مرحلة الطفولة الوسطى من 6 إلى 9 سنوات	
4-4	مرحلة الطفولة المتأخرة من 9 إلى 12 سنة	
4-4-1	النمو البدني و الحركي	
4-4-2	النمو العقلي	
4-4-3	النمو الانفعالي	
4-5	مرحلة المراهقة من 12إلى 17 سنة	
5	الرياضة للأطفال	28
6	خصائص المرحلة العمرية (U13 – U14)	28
7	محددات الإعداد الرياضي للناشئين	29
8	مرحلة تدريب الناشئين	30
8-1	العمر	
8-2	الأهداف	
8-3	متطلبات المرحلة	
9	أهمية القوة العضلية للأطفال و المراهقين	31
10	أهم الخصائص الجسمية للناشئين	32
11	خاتمة	33

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

	الفصل الأول: منهجية المتبعة في البحث	
1	تمهيد:	34
2	أهداف الدراسة الميدانية	34
3	المنهج المستخدم	34
4	عينات البحث و كيفية اختيارها	35
5	متغيرات البحث	35
6	مجالات الدراسة	35
7	أدوات وتقنيات البحث المستعملة	35
8	الأدوات الإحصائية	35
9	صعوبات البحث	36
10	خاتمة	37
	الفصل الثاني: تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان	
1	تمهيد	38
2	عرض و مناقشة الاستبيان الموجه للمدربين	39
3	عرض و مناقشة الاستبيان الموجه للاعبين	61
4	مناقشات الفرضيات	81
5	استنتاجات	82
6	اقتراحات	82
7	خاتمة	83
	قائمة المراجع	84
	قائمة الملاحق	87

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
أ	يبين أهم المهارات التي يقوم بها لاعبي كرة القدم في السبعينيات(R.A.AKRAMOV, 1981)	21
ب	يمثل العمر التقريبي ومراحل النمو الحركي و الزمني	28
	عرض و مناقشة الاستبيان الموجه للمدربين	
01	يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن نوع الشهادة التي يمتلكها المدربين	39
02	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في نوع شهادة التدريب التي يمتلكها المدرب	40
03	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لسنوات الخبرة الميدانية للمدربين.	41
04	يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمدربين المكونين في مجال التدريب	42
05	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تلقي دعوات للمشاركة في ملتقيات و ندوات خاصة بالتدريب رياضي	43
06	يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمدربين في اعتمادهم على طاقم مساعد	44
07	يمثل التكرارات والنسب المؤوية في استعمال برامج تدريبية لمختلف المراحل الإعداد	45
08	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في امتلاك برامج تدريبية خاصة بالتحضير البدني و الأداء المهاري	46
09	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في قيام المدربين باختبارات ميدانية للاعبين	47
10	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اعتماد المدرب على نوع التخطيط أثناء التدريبات	48
11	يمثل التكرارات و النسب المؤوية حول معرفة مكونات حمل التدريب	49
12	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اختيار تمارين حسب الهدف التدريبي	50
13	يمثل التكرارات و النسب المؤوية فاعتماد المدربين على أسس علمية مرتبطة بعلوم آخرى في التدريب	51
14	يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن شرح المدرب للاعبين بصفة تفصيلية عن كيفية تنفيذ خطة اللعب	52
15	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لاستخدام وسائل تكنولوجية في عملية التدريب	53
16	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لعلاقة المدرب مع اللاعبين	54
17	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تعرض المدرب لمشكلة مع لاعبين	55
18	يمثل التكرارات و النسب المؤوية إن كان قد سبق و وصل أحد اللاعبين لمستوى عالي	56
19	يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمدربين الذين يسيطرون على أنفسهم عند الغضب عندما يختلفون مع اللاعبين.	57
20	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمساعدة اللاعبين عند تعرضهم لهجوم أو تعدٍ	58
21	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تقبل المدرب لنصيحة من أحد لاعبيه	59
22	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تبادل الآراء مع اللاعبين	60
	عرض و مناقشة الاستبيان الموجه للاعبين	
01	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تعرف اللاعبين على البرنامج التدريبي	61
02	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمعرفة اللاعبين بمراحل الحصة التدريبية	62
03	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمدى أدراك اللاعبين للوحدة التدريبية	63
04	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لنوع الاختبارات التي يقوم بها المدربين	64
05	يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن شرح المدرب لمحتوى الحصة التدريبية	65
06	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمراعاة المدرب لمختل الجوانب البدنية المهارية والخططية في	66

	التدريبات	
07	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في إمكانية قيام اللاعبين بالتدرب على أدوات تكنولوجية متطورة	67
08	يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن مدى تكون فكرة عن أهمية الإحماء لدى اللاعبين	68
09	يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن اعتماد المدرب على تكرار التمارين كل حصة أم على مبدأ التنويع	69
10	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في ربط المدرب التمارين بعلوم آخرى	70
11	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اجتماع المدرب مع اللاعبين في غير أوقات و أماكن أخرى	71
12	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في دفاع المدرب عن لاعبيه عند تعرضهم لمشاكل	72
13	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لرفع المدرب يديه و الاشالة بهما عند الغضب أو الخسارة في المباريات	73
14	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في استعمال المدرب مصطلحات السب و الشتم	74
15	يمثل التكرارات و النسب المؤوية لتعرض اللاعب لمشكلة مع المدرب	75
16	يمثل التكرارات و النسب المؤوية بين علاقة المدرب و اللاعبين	76
17	يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمشاركة اللاعبين في المباريات الهامة	77
18	يمثل التكرارات و النسب المؤوية إن كان للمدربين مساعدين	78
19	يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اكتشاف المدرب للمواهب الصاعدة	79
20	يمثل التكرارات و النسب المئوية في تكلم اللاعبين مع مدربيهم على أمورهم الشخصية	80

قائمة الأشكال

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
	قائمة الأشكال في تحليل ومناقشة استبيان المدربين	
01	يمثل نسبة نوع الشهادة التي يمتلكها المدربين	39
02	يمثل الفئة التي ينتمي إليها المدرب	40
03	يمثل نسبة سنوات الخبرة الميدانية للمدربين	41
04	يمثل نسبة المدربين المكونين في مجال التدريب الرياضي	42
05	يمثل نسبة تلقي المدربين لدعوات بالمشاركة في ملتقيات و ندوات رياضية	43
06	يمثل نسبة اعتماد المدرب على مساعدة طاقم في عملية التدريب	44
07	يمثل نسبة المدربين الذين يعتمدون على برامج تدريبية خاصة بمراحل الإعداد	45
08	يمثل نسبة امتلاك برامج تدريبية خاصة بالتحضير البدني و الأداء المهاري	46
09	يمثل نسبة قيام المدربين باختبارات ميدانية للاعبين	47
10	يمثل نسبة اعتماد المدرب على نوع التخطيط أثناء التدريبات	48
11	يمثل نسبة معرفة مكونات حمل التدريب	49
12	يمثل نسبة اختيار المدربين لتمارين حسب الهدف التدريبي	50
13	يمثل نسبة فاعتماد المدربين على أسس علمية مرتبطة بعلوم آخرى في التدريب	51
14	يمثل نسبة شرح المدربين عن كيفية تنفيذ خطة اللعب	52
15	يمثل نسبة استخدام المدربين للوسائل التكنولوجية أثناء عملية التدريب	53
16	يمثل نسبة علاقة المدرب مع اللاعبين	54
17	يمثل نسبة إن سبق و تعرض المدرب لمشكلة مع أي لاعب	55
18	يمثل نسبة ان سبق و وصل أحد اللاعبين إلى مستوى عالي	56
19	يمثل نسبة سيطرة المدرب على نفسه أثناء الغضب أو الاختلاف مع أحد لاعبيه	57
20	يمثل نسبة مساعدة المدربين للاعبيهم عند تعرضهم لمشكلة أو تعدٍ	58
21	يمثل نسبة تقبل المدربين للنصيحة من أحد اللاعبين	59
22	يمثل نسبة تبادل الآراء مع اللاعبين	60
	قائمة الأشكال في تحليل ومناقشة استبيان اللاعبين	
01	يمثل نسبة معرفة اللاعبين للبرنامج التدريبي	61
02	يمثل معرفة اللاعبين بمراحل الحصة التدريبية	62
03	يمثل نسبة إدراك اللاعبين للوحدة التدريبية	63
04	يمثل نسبة الاختبارات التي يقوم بها المدربين	64
05	يمثل نسبة شرح المدرب لمحتوى الحصة التدريبية	65
06	يمثل نسبة مراعاة المدرب لمختل الجوانب البدنية المهارية والخططية أثناء التدريبات	66
07	يمثل نسبة تدرب اللاعبين على أدوات تكنولوجية متطورة	67
08	يمثل مدى استيعاب اللاعبين لأهمية الإحماء	68
09	يمثل حقيقة اعتماد المدرب على تكرار التمارين كل حصة أم على مبدأ التنويع	69
10	يمثل نسبة ربط المدرب التمارين بعلوم آخرى	70
11	يمثل نسبة اجتماع المدرب مع اللاعبين في أماكن أخرى و من غير أوقات التدريب	71

12	يمثل نسبة دفاع المدرب عن لاعبيه عند تعرض لمشاكل	72
13	يمثل نسبة رفع المدرب ليديه و الاشالة بهما عند الغضب أو الخسارة في المباريات	73
14	يمثل نسبة استعمال المدرب لألفاظ السب و الشتم	74
15	يمثل نسبة تعرض اللاعب لمشكلة مع المدرب	75
16	يمثل نسبة علاقة المدرب باللاعبين	76
17	يمثل نسب اللاعبين المشاركين في المباريات المهمة	77
18	يمثل نسب عمل المدربين مع مساعدين	78
19	يمثل نسب اكتشاف المدرب للمواهب الصاعدة	79
20	يمثل نسبة تكلم اللاعبين مع مدربيهم على أمورهم الشخصية.	80

1. مقدمة:

تعتبر كرة القدم من أجمل أنواع الرياضة المنتشرة في العالم، فهذه المباريات المشتركة بين فريق كرة القدم الذي يضم لاعبين يلعبون علي نيل الفوز من خلال إحراز الأهداف بعدد يفوق الفريق الخصم، حيث يرجع أصل هذه اللعبة إلي الدول الأوروبية، حيث كانت وسيلة للترفيه بين أفراد المجتمع، ومن ثم تطور هذا النظام ليصبح ثقافة عامة، وبعدها أصبحت وسيلة لتنافس بين المجتمعات، ومن ثم الدول، وتطور الأمر ليصل إلي قمته في هذا العصر، لكي تصل الرياضة إلي كل منزل في العالم، وقد تمكنت كرة القدم من تعزيز الترابط المجتمعي الملتف حولها.

حيث يتكون فريق كرة القدم من فريق متكامل من اللاعبين، والمدرب، ومساعدين المدرب، وطبيب مختص يعمل علي تقديم المعونة الطبية للفريق، ومكان يتدرب فيه الفريق، حيث يتدرب الفريق من أجل العمل الجماعي، الذي يساعد في هزيمة الفريق المنافس، كل عنصر من العناصر سابقة الذكر لها أهمية لكن أهميتهم متفاوتة، والأكثر أهمية في هذه الآسرة هو المدرب، أو المدير الفني وهو الشخص المسؤول عن إدارة وتدريب نادي كرة قدم أو منتخب وطني ويقوم هذا المدرب بتدريب الفريق حسب معرفته وبإدارة الفريق ووضع الخطط واختيار تشكيلة المثالية وتبديل لاعبي الفريق.

فالمدرب الرياضي يعتبر بمثابة القائد، فالقيادة الرياضية هي العملية التي يقوم بها المدرب لتوجيه سلوك اللاعبين من أجل دفعهم برغبة صادقة نحو تحقيق هدف مشتك بينهم، وفي ضوء ذلك يلاحظ أن القيادة هي العلاقة متبادلة بين المدرب –كقائد –بعملية التوجيه والتأثير على أهداف مشتركة بينهم، فالمدرب كقائد هو الفرد الذي يوجه وينسق الأنشطة المرتبطة بالجماعة (لاعبي الفريق) لتحقيق أهدافها، وهو الفرد الذي يمتلك أكبر قدر من النفوذ والتأثير على لاعبي الفريق بالمقارنة بغيره من الأفراد، و من خلال هذه الدراسة نحاول معرفة دور كفاءة المدرب على أداء فريق كرة القدم، وقد قسمت هذه الدراسة إلى جانبين الجانب النظري الذي يحتوي على الباب الأول المتكون من ثلاث فصول رئيسية وهي:

- الفصل الأول: دور كفاءة المدرب في التدريب
- الفصل الثاني: أداء الفريق
- الفصل الثالث: الخصائص العمرية

بينما الباب الثاني المتكون من الجانب التطبيقي الذي يحتوي على فصلين هما:

- الفصل الأول: الإجراءات المتبعة في منهجية البحث و تتضمن منهج البحث و الأداة المستخدمة في البحث و مجتمع الدراسة وخصائص العينة.
- الفصل الثاني: تحليل و تفسير النتائج المتوصل إليها من الدراسة الميدانية

2. ملخص البحث بالعربية:

تم معالجة هذه الدراسة التي جاءت بعنوان دور كفاءة المدرب على أداء لاعبي فريق كرة القدم لدى ناشئي U13-U14 تحقيقا لفرضيتنا العامة و التي جاءت كما يلي : لكفاءة المدرب دور كبير على أداء لاعبي الفريق الرياضي لكرة القدم والتي اشتملت عينة الدراسة على 55 مدربا و60 لاعبا من الدور الولائي لولايتي مستغانم و وهران، فقد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية، حيث تم استخدام المنهج المسحي، وكأداة لجمع البيانات الاستمارات الإستبيانية تم توزيعها على عينة الدراسة، ولحساب المعلومات الإحصائية استخدمنا برنامج SPSS لاستخراج النسب و اختبار كا^2، حيث أظهرت النتائج أن لكفاءة المدرب دور كبير في تحسين أداء لاعبي فريق كرة القدم، حيث نوصي بالاهتمام بتكوين و تأطير المدربين و توجيههم مع تكثيف الدورات التكوينية و اللقاءات.

3. الملخص باللغة الانجليزية:

Abstract :

This study is entitled "The Role of Coach Competence in the Performance of Players of the Football Team in U14-U13 Emerging in Pursuit of Our General Premise", as follows: The efficiency of the coach plays a major role in the performance of the players of the soccer sports team. The sample study included 55 coaches and 60 players from the State of Mostaganem and Oran. the study sample was selected in a random manner, where the survey curriculum was used, and as a tool for data collection questionnaires were distributed to the study sample, To calculate statistical information, we used the SPSS program to extract ratios and test X^2 The results showed that the coach's efficiency played a significant role in improving the performance of football team players, We recommend paying attention to the composition, framing and mentoring of trainers while intensifying training courses and meetings.

4. **الإشكالية:**

من خلال إطلاع الطالبين الباحثين على عدد من الأبحاث و الدراسات المتعلقة بالتدريب، أنه هناك نقص في إلمام المدرب بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لعلم التدريب، في ظل التطور الذي تشهده لعبة كرة القدم وطرائق تدريبها و خطط لعبها للوصول باللاعبين إلى أعلى مستويات الرياضية، وتجسيد الأهداف المسطرة والرقي بمستوى أداء الفريق، [«معناه الواسع الإعداد الكامل للبدن والنفس لتحقيق أفضل النتائج من خلال أهداف معينة إلى إعداد الرياضي أو الفريق إلى المستويات العليا في الألعاب المختلفة، وتطور التدريب عبر تطور الأجيال حتى يكون له نظام خاص ويهدف إلى تحقيق الوصول إلى المستويات العليا»] (عامر فاخر شغاتي، 2014)، حيث أنه لا يقتصر على الإعداد البدني فقط وإنما يشمل الإعداد المهاري و الإعداد الذهني و النفسي حتى يتم الإتصال وتماسك الفريق وهو ما يحتم على المدرب أن يمتلك مستوى أكاديمي يسمح له بالإطلاع على الأبحاث الحاصلة على واقع كفاءة التدريب بين المدربين ذو التكوين الأكاديمي والمدربين الذين هم لاعبين سابقين، ومن خلال ما تم ذكره تم طرح هذا التساؤل العام:هل أداء الفريق يتأثر بمستوى كفاءة المدرب ؟

5. **الفرض الرئيسي:** دور كفاءة المدرب و مدى أهميتها في الارتقاء بمستوى أداء فريق لاعبي كرة القدم للناشئين تحت 14 و 13 سنة للدور الولائي (مستغانم ووهران).

6. **الفرضيات الفرعية:**

- نعم لكفاءة المدرب تأثير كبير على مستوى اللاعبين.
- تخطيط برامج تدريبية لكرة القدم يرتبط بأسس علمية لتحسين مستوى أداء لاعبين.

7. **أهمية الدراسة:**

إن موضوع الدراسة يحمل الكثير من الدلائل و المؤشرات التي تبرز أهمية كفاءة المدرب و تأثيرها على لاعبي كرة القدم ويمكن حصر أهمية الدراسة فيما يلي:

- معرفة مدى أهمية الكفاءة وتأثيرها على لاعبي كرة القدم.
- التحرر من فكرة إجبارية اللاعبين السابقين في مجال التدريب.
- إبراز مدى إلمام المدربين بالعلوم أخرى.

8. **أهداف الدراسة :**

- معرفة الدور الذي تلعبه كفاءة المدرب في التأثير على مستوى أداء اللاعبين.

9. الدراسة الاستطلاعية:

في إطار التقيد بالمنهجية العلمية في إجراء البحوث وقصد الوصول إلى نتائج دقيقة ومضبوطة للاختبارات وإعطاء مصداقية وموضوعية للبحث وقفنا على التجربة الاستطلاعية حيث أشرفنا على تسليط الضوء على عينة متكونة من (55) مدرب من ولاية مستغانم و ولاية وهران.

10. أدوات الدراسة:

استخدمنا في هذه الدراسة مجموعة من الأسئلة المتعلقة بالمدرين واللاعبين والتي طرحت في الاستبيان، وذلك من أجل الحصول على بيانات حول موضوع أو مشكلة أو موقف ما، وضع الاستبيان في شكله النهائي بعد التحقيق الأولي وبعد عرضه على الأستاذ المشرف وبعض الأساتذة من أجل التحكيم والإثراء.

11. الدراسات المشابهة:

❖ **الدراسة الأولى:**

الدراسة التي قام بها الطالبان صويلح عزيز و ضريف نبيل شهادة ماستر تحت اشراف الأستاذ أيت وازو محند وعمر بعنوان **كفاءة المدرب في تخطيط البرامج التدريبية و انعكاسها على مستوى الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم (ذكور) – صنف أكابر**– و الذي توصل إلى:

- ضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي، وهذا عن طريق المشاركة في الملتقيات العلمية و الدورات التدريبية.
- تشجيع وتحفيز المدربين المختصين في مجال كرة القدم بالاستمرار في الإطلاع على كل ماهو جديد في مجال التدريب الرياضي الحديث.
- ضرورة بناء و تخطيط برامج تدريبية علمية و هذا بإشراك إطارات وأساتذة مختصين في مجال التدريب الرياضي للوصول بالعملية التدريبية إلى مستوى العالي.
- ضرورة اطلاع المدربين على كل ماهو جديد في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبية العلمية.
- الاهتمام بالتكوين في مجال التدريب الرياضي من أجل تطوير مستوى تخطيط البرامج التدريبية.
- ضرورة اعتماد المدربين بأسس علمية المرتبطة بالعلوم الأخرى.

❖ **الدراسة الثانية**

الدراسة التي قام بها الطالب "سديرة سعد" **ماجيستر** تحت إشراف الأستاذ "عبد اليمين بوداود" بعنوان" :**إدراك أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في إعداد وتكوين الفئات الصغرى لكرة اليد (12 – 16) سنة** – دراسة ميدانية لنوادي الرابطة الجهوية لقسنطينة، حيث توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- قصور في الإعداد المهني للمدرب وبالتالي لا يضمن بناء وإعداد وتخطيط البرامج ذات فعالية وايجابية التي تسمح بتطوير مختلف قدرات اللاعب الناشئ.
- ضعف مستوى المدربين في الثقافة التدريبية والمعرفية والذي لا يضمن نجاح العملية التدريبية والتعليمية الإلمام بالمبادئ الأساسية للتدريب الرياضي الحديث والعلوم المرتبطة بها.
- قصور وضعف كبير للمدربين في بناء وتخطيط ووضع أهداف واضحة المعالم ومحددة للبرنامج، كما أن البرامج التدريبية المطبقة لا تتماشى ولا تسمح بتطوير المتطلبات الحديثة لكرة اليد.

❖ **الدراسة الثالثة:**

الدراسة التي قام الطالبان: سفيان خليل الله و لزرق عبد القادر شهادة ماستر تحت إشراف الأستاذ غوال عدة بعنوان: **دور المدرب في تماسك الفريق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أواسط (17–19سنة)** لفريق من الجهوي الأول –رابطة سعيدة، والتي توصل الطالبان إلى :

- وجوب التوازن في الشخصية، فعلى المدرب تأدية واجباتهم كاملة والتصرف اللائق إتجاه اللاعبين وتقوية العلاقة بينه وبينهم
- ضرورة تبادل الإحترام بين المدرب واللاعبين والإدارة.
- تشجيع وتحفيز اللاعبين مهم لإعادة الثقة والتوازن إلى الفريق.
- ضرورة وجود تفاهم وتماسك بين اللاعبين للوصول إلى نتائج مقبولة وحسنة أثناء المنافسات.
- ضرورة الاهتمام بالجانب السيكولوجي للاعبين لما له من دور وأهمية خلال المنافسات.
- يجب الاهتمام بالجانب المادي بالأخص المنح نظرا لأهميتها في الرفع من مردود اللاعبين.
- على المدرب أن يبادر لإيجاد الحلول للمشاكل التي قد تواجه لاعبيه اجتماعية كانت أو نفسية.
- العمل على تجنب الانشغال والتفكير الدائم في النتائج السلبية المسجلة سابقا وتركيز انتباه اللاعبين على المنافسة.
- يجب على المدرب التعامل مع اللاعبين وخلق جو أخوي داخل الفريق.

- ضرورة غرس الظواهر الإيجابية كتماسك الفريق ابتداء من الفئات الصغرى.

❖ **الدراسة الرابعة:**

الدراسة التي قام بها محروق عبد المالك ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص تحضير بدني وذهني في جامعة المسيلة بعنوان: "**واقع تخطيط البرامج التدريبية وانعكاسيا عمى مستوى التحضير البدني في الكرة الطائرة.**"

– دراسة وصفية من وجهة نظر مدربي ناديي بمدية المسيلة.

حيث توصل الطالب إلى:

- التخطيط الجيد للبرامج التدريبية له انعكاس جيد على مستوى التحضير البدني لدى لاعبي الكرة الطائرة حيث أن فكرة التخطيط الجيد للبرامج التدريبية مهمة في عملية تطوير الجانب البدني.
- استناد التخطيط على أسس علمية أثناء عملية التخطيط للبرامج التدريبية وعامل مهم للنهوض بالتخطيط.
- تأثر برامج التحضير البدني بكفاءة وخبرة المدرب أثناء عملية التخطيط.

❖ **أوجه الاستفادة:**

بعد استعراض الدراسات المشابهة والمرتبطة بموضوع البحث يمكننا من إظهار أوجه الاستفادة منها في ضوء الدراسة الحالية في النقاط التالية:

✓معرفة تأثير الكفاءة التدريبية للمدرب الرياضي الكفاءة التدريبية للمدرب على مستوى الأداء الرياضي للاعب الناشئ.

✓التعرف على النتائج المتحصل عليها في الدراسات السابقة ومقرنتها بالنتائج المحصل عليها في الدراسة الحالية.

✓التعرف على الصعوبات التي تواجه الدراسة.

✓تحديد الإطار العام للدراسة الحالية وكذلك الخطوات المتبعة في إجراءات البحث.

✓تحديد المنهج المستخدم في الدراسة وكذلك تحديد حجم العينة التي تتناسب مع الدراسة الحالية.

✓الإستفادة من هذه الدراسات بالعمل بالمقترحات والتوصيات في إنجاز هذه الدراسة.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

دور كفاءة المدرب

1. تمهيد:

إن الغرض الأساسي في تناولنا لموضوع الكفاءة التدريبية للمدرب في هذا الفصل هو أنه الشخصية التربوية والرياضية، حيث يتولى القيادة العملية التدريبية والتربوية ويؤثر تأثيرا مباشرا في التطوير الشامل المتزن لشخصية اللاعب الناشئ في كرة القدم، كما أن نجاح مدرب كرة القدم يرتبط إلى حد كبير بمستواه ومعلوماته ومعارفه وقدراته في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه ، فكلما تميز بتأهيل التخصص العالي كلما ازداد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها، وكلما كان أقدر على التطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعبين إلى أقصى درجة، فلا بد أن يلم إلماما تاما بالأسس النظرية والعلمية المختلفة لعلم التدريب، وأن يتقن المهارات الحركية وخطط اللعب في مجال تخصصه، و أن تلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير وتنمية المهارات الحركية والخصائص البدنية وطرق اكتسابها والتقدم بها مع ضرورة إلمامه بالخصائص المميزة لتدريب الناشئين لكلا الجنسين في فرع تخصصه.

2. الكفاءة:

1.2- تعريف لغوي:

في المنجد كلمة كفاءة تعني مهارة وبراعة، المقدرة المهنية أهلية للقيام بعمل في مجال من المجالات كفاءة معرفة متعمق فيها ومعترف بها أو قدرة مسلم بها تخول صاحبها الحق بأداء الرأي في بعض الموضوعات أو عادة ما.

2.2- تعريف اصطلاحي:

مجموعة القدرات أو المعارف المنظمة والمحبذة بشكل يسمح بالتعرف على إشكالية وحلها من خلال نشاط تظهر فيه أداء أو مهارة المتعلم في بناء معرفته.

3. كفاءة المدرب الرياضي:

1.3- الكفاءة الأكاديمية والنمو المهني: وتشمل إتقان مادة التخصص واكتساب حصيلة معرفية متنوعة

2.3- كفاءة التخطيط: تضم صياغة الأهداف وتطبيقها في عدة مجالات

3.3- كفاءة التنفيذ: وفيها إثارة اهتمام اللاعبين بهدف التدريب وربط موضوع الحصص بالبيئة

4.3- كفاءة ضبط النفس: وتعني جذب اهتمام اللاعبين وتنمية الشعور بروح المسؤولية والتعامل بحكمة مع المشكلات التي تنشأ أثناء الحصص.

5.3- كفاءة التقويم: فيها إعداد الإحتبارات مع استخدام التقويم الدوري ثم تحليل وتفسير النتائج.

6.3- كفاءة إدارية: تضم التعاون مع الإدارة والمشاركة في تسيير الأمور، وتقديم الآراء والمقترحات التي يمكن أن يسهم في تطوير العمل .

7.3- كفاءة التواصل:فيها تكون العلاقات حسنة مع اللاعبين ومع الرؤساء ومع الآباء ويرى بعض المتخصصين أن تطوير الحالة النفسية للاعب في إطار التكوين الرياضي مهم جدا للسماح بمواجهة مقتضيات المنافسة، إن تحضير الفريق على المخطط النفسي يرجع إلى المدرب و كفاءته بالتحضير بطريقتين (طويل المدى / قصير المدى). (محمود فتحي عكاشة)

4. تعريف المد رب:

1.4- تعريف لغوي:

هو كل من يعد شخصا أو جماعة لممارسة عمل بواسطة تمارين تعليمية مدرب فريق رياضي. (المنجد في اللغة العربية المعاصرة، 2001)

2.4- تعريف اصطلاحي:

وفي مفهوم الدكتور "وجدي مصطفى الفاتح" المدرب الرياضي والشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية تدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي تأثير مباشر، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطوير شاملا متزنا لذلك وجب أن يكون المدرب مثالا أعلى يحتدى به في جميع تصرفاته معلوماته، ويمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب. (وجدي مصطفى الفاتحو محمد لطفي السيد، 2002)

5. مفهوم المدرب الرياضي:

حسب لروس la rousse 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 وفرض سلطته على الفريق، فالمدرب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه (. الحازم في قراراته والمتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه. (يحي السيد الحاوي، 2002)

هو الشخصية التي يقع على عاتقها القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب الرياضي وتوجيه اللاعبين خلال المنافسات الرياضية إذن فالمدرب هو الذي يقوم بالعملية القيادية داخل أعضاء الفريق الرياضي بانتهاج طرق وأساليب منهجية بغية تحقيق الأهداف. (مفتي ابراهيم حمادة، 2001)

6. شخصية المدرب:

إن شخصية المدرب لها دورا فعال في نجاح عملية التدريب، حيث تعتبر من بين المفاهيم التي لم يتفق عليها العلماء بعد، فقد وضعت عدة تعار يف مختلفة فيما بينها تبعا لاختلاف وجهات النظر التي يؤمن بها الذين وضعوا هاته النظريات، إن كلمة شخصية مشتقة من الفعل شخص و شخص الشيء يعني أنه ظهر بعد أن كان غائبا، و على هذا الأساس فإن المقصود بالشخصية لغويا : هو كل الصفات الظاهرة الخاصة بالفرد و التي كان بعضها خافيا أو داخليا ثم ظهر و كانت بمجموعها تميزه عن غيره من الناس. (نزار مجيب الطالب و كمال طه لويس، 1988)

7. صفات وقدرات المدرب الناجح:

المدرب كشخصية تربوية يتولى مهمة المعلم والمدرب مما يؤثر تأثيرا مباشرا في تطوير شخصية اللاعبين، كما أنه من أهم العوامل التي تساعد للوصول باللاعب لأعلى المستوى الرياضي. (عبد القادر أبو العلى، 1997)

وتستلزم البرامج التدريبية العلمية وجود القيادة الرشيدة المتمثلة في المدرب، ولا يأتي هذا إلا إذا حصل المدرب على التدريب المهني الكافي، وأصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التدريب، ويكسب المدرب خصائصه المهنية التي تؤهله للقيام بالعلمية التدريبية بكفاءة من خلال ما تهيأ له من خبرات ودراسات علمية وعملية تساهم في إعداده إعدادا متكاملا. (حسن السيد أبو عبده، 2001)

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

1.7- الصفات الشخصية:

- ✓ أن يكون شخصية تربوية متطورة التفكير وطني مخلص لوطنه يعلم دور الرياضة في المجتمع أن يتسم بالشخصية المتزنة، متعقلا في تصرفاته ليحوز على احترام الجميع.
- ✓ أن يتميز بالضبط والاتزان الانفعالي، قادرا على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدر رحب بعيدا عن الانفعالي والتعصب، وله القدرة على تحمل المسؤولية.
- ✓ أن يتمتع بالذكاء الاجتماعي في التعامل الجيد مع الغير خاصة الذين لديهم علاقة بعملية التدريب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والإدارية المعاونة له ومع الحكام والجمهور....الخ.
- ✓ الحكم الصائب على الأمور و العدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والأفراد.

- ✓ أن يكون مظهره العام يوحي بالاحترام والثقة وقوة التأثير الإيجابي على الغير
- ✓ يتميز بروح التفاؤل واثقا من نفسه وتصرفاته لديه القدرة على بث روح الحماس.
- ✓ له فلسفة متميزة في الحياة بصورة عامة، وفي عملية التدريب بصورة خاصة.
- ✓ أن يكون مقتنعا بعمله كمدرب محب له، ولكل من يعمل معه مقدرا لدوره، ولديه الاهتمام الصادق بأهمية التدريب كعامل .
- ✓ أن يكون متمتعا بلياقة بدنية وصحية ونفسية متميزة.
- ✓ لديه القدرة على التعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين

2.7-الصفات المهنية:

- ✓ الخبرة السابقة كلاعب، بمعنى أن يكون قد مارس اللعبة لعدة سنوات، و شارك في البطولات التي ينظمها اتحاد اللعبة.
- ✓ أن يكون حاصلا على شهادة تعليمية متوسطة على الأقل حتى يمكن تتبع الدراسات التدريبية المتخصصة في مجال لعبته، و قاد ا ر على أن يؤهل نفسه علميا بقراءة كتب متخصصة.
- ✓ المعرفة الجيدة بنوع النشاط الممارس (اللعبة) كعلم، والمعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدريب.
- ✓ يفضل أن يكون ملما بأحد اللغات الأجنبية التي تسمح له بالاطلاع على أحدث المراجع.
- ✓ يجب عليه أن يتمتع بقدر عال من التأهل المهني في مجال التدريب، فكلما زاد تأهل المدرب مهنيا كلما زد إنتاجه من حيث الرقي بمستوى لاعبيه.
- ✓ يداوم على الاشتراك في دورات و دراسات تدريبية (محلية أو دولية) مرتبطة بمجال تخصصه.

3.7- الصفات الصحية:

- ✓ أن يكون متمتعا بالصحة الجسمية و يدل مظهره على النشاط.
- ✓ أن يقوم بعمل الفحوص الطبية الدورية بصفة منتظمة في بداية الموسم.
- ✓ أن يتمتع بقدر عال من مستوى اللياقة البدنية بصورة تمكنه من أداء الحركات و النماذج أثناء التدريب و كذلك المباريات التجريبية، و يكون على مستوى من المهارة الحركية يسمح له بأداء النماذج المطلوبة.
- ✓ أن يكون نموذجا في إتباع البرامج الغذائية و الصحية كي يستطيع القيام بمهام عمله، ويحتذي به جميع اللاعبين و يرون فيه مثلهم الصحي الفريد.

- ✓ أن يكون ممارسا لأي نشاط رياضي مخالف لنوع الرياضة التي يقوم بتدريبها، للراحة الذهنية من عناء التدريب

4.7- الصفات الفنية:

- ✓ لديه القدرة على تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصعبة و المعقدة سواء في التدريب أو المنافسات.
- ✓ لديه القدرة على تحليل أخطاء اللاعب بصورة منطقية و موضوعية للاستفادة من أدائه و قدراته الكامنة.
- ✓ لديه القدرة على اتخاذ القرار تحت ضغط المنافسة بهدوء و تركيز وروية.
- ✓ القدرة على تحويل الفشل إلى موقف نجاح.
- ✓ لديه القدرة على الوصول باللاعب لقمة أدائه في توقيت المنافسة.
- ✓ تحديد الهدف المراد تحقيقه مع الفريق، فمثلا هل الهدف هو الحصول على البطولة ؟ هل الحصول على ترتيب متقدم بالدوري؟...إلخ، و من الضروري ألا يغالي المدرب في تحديد هذا الهدف، بل يجب عليه وضع هدف واقعي يمكن تحقيقه وفقا للإمكانات المتاحة و قدرات لاعبي الفري.
- ✓ تحديد متطلبات خطة التدريب من أدوات و أجهزة و معسكرات...إلخ.
- ✓ تحديد الاحتياجات من قوى بشرية معاونة مع تحديد مسؤوليات و واجبات كل فرد فيها.
- ✓ وضع برنامج زمني يوضح فيه خطوات و إجراءات تنفيذ خطة التدريب السنوية.
- ✓ وضع معايير تقويمية للتعرف على طرق القياس على مستوى تحقيق التدريب للأهداف المرحلية (الأغراض) لكل مرحلة زمنية من فترات التدريب السنوية، و تعديل مسار العمل التدريبي لتحقيق الأهداف إذا كان هناك قصور في تحقيق هذه الأهداف.
- ✓ أن يكون لديه القدرة على اختيار أنسب الطرق لتحقيق الأهداف.
- ✓ أن يكون ملما بالطرق العلمية و الوسائل الفنية و الأدوات الحديثة.
- ✓ أن يكون شخصا لديه القدرة على الإبداع في إخراج وحداته التدريبية.
- ✓ الذكاء في وضع خطط التدريب و اللعب الجيد.
- ✓ أن يتميز بمستوى عال من حيث الخلق، ومستوى عالي من الفهم و الذكاء و القدرة على الابتكار.

- ✓ أن يكون متمتعا بمستوى عال من القدرات العقلية بما ينطوي عليه من إمكانية الربط و التحليل وحل المشكلات، و تكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم ، و بذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين.
- ✓ أن يكون قائدا محبوبا لا رئيسا متسلطا، عادلا في معاملة لاعبيه حازما بدون تكلف بدرجة واجبة كقائد ومعلم تربوي وسريع الفهم والإدراك لكل المواقف التي تمر به.
- ✓ أن يكون قادرا على تقييم خبراته التدريبية باستمرار، يقوم بتقويم أدائه بعد كل موسم تدريبي حتى يمكنه زيادة صفاته الجيدة وإصلاح ما يجده من بعض النقص أو القصور أو السلبيات حتى يرتفع بمستوى أدائه، فعملية التقويم التي يقوم بها المدرب لنفسه الواثق من نفسه وعمله والذي يريد أن يرتفع مستواه ويصل في يوم من الأيام إلى الأداء المثالي والذي يجعله محط أنظار جميع من يعمل في مجال تدريب لعبته.
- ✓ أن يكون شخصية منظمة في جميع تصرفاته سواء في حياته العامة أو الخاصة ومجال عمله.
- ✓ أن يكون نموذجا صالحا ومثلا للاعبيه من الناحية الخلقية، بعيدا عن التصرفات غير السليمة للرجل الرياضي كشرب الكحوليات أو التدخين، أو التلفظ بألفاظ نابية.
- ✓ أن تكون لديه القدرة على بث روح الجماعة بين اللاعبين وتقوية المحبة والأخوة الصادقة بينهم، ويبتعد عن كل ما يفرق بين اللاعبين لذلك يجب أن يكون عادلا في تعامله معهم، ومن أسوأ صفات المدرب الرياضي أن يحابي لاعب أو أكثر عن آخرين، وألا ينصف له حق. (علي فهمي البيك و عماد الدين أبو زيد، 2001)

8. الإعداد النظري للمدرب في كرة القدم:

يتم في هذا الإعداد تطوير معرفة المدرب بحيث يتمكن من تطبيق الأمور النظرية والمعرفية علميا، ويمكننا أن نقسم الإعداد النظري إلى مرحلتين:

1.8- المرحلة الأولى:

تتمثل هذه المرحلة في توفير الحد الأدنى من القاعدة الأساسية لبناء التدريب وتطوير الوسائل والطرق المستخدمة في هذا المجال، حيث أن هناك الكثير من المدربين غير مختصين في عملهم، وبالتالي تكون معرفتهم ضعيفة ويكونون غير متمكنين من بناء قاعدة التدريب، وحينما يبدأ بالتدريب يمكن أن يستخدم طرقا ووسائل قديمة لا يمكن أن تطور مستوى الرياضي، مثل هؤلاء المدربين عليهم أن يتوجهوا إلى الدراسة والمطالعة والإطلاع على تجارب الدول المتقدمة.

2.8-المرحلة الثانية:

العمل على تطوير معرفة المدرب وتوسيعها تدريجيا ودراسة البحوث العلمية الحديثة في اختصاصه وهذا يتم في كل عام، وبقدر ما تكون القاعدة في المرحلة الأولى واسعة بقدر ما تكون معرفة المدرب في المرحلة الثانية أكبر، إضافة إلى هذا كله ولزيادة المستوى النظري للمدربين لابد من إقامة دورات تدريبية وإقامة المحاضرات، مما لها أهمية كبيرة في تطوير المستوى.

كما على المدرب أن يبرمج وقته ويعطي كل ذي حق حقه وعليه أن يقرأ في الأسبوع الواحد من 3 إلى 5 ساعات في مجال تخصصه، وخلال عام يصل إلى عدة ساعات قراءته إلى 200 ساعة دراسية، إضافة إلى هذا يجب على المدرب أن يعير انتباهه إلى أهم العناصر المؤثرة في عملية التدريب وأن يعمل على استغلالها، ومن الوسائل التي تزيد المعرفة عند المدربين من الصحف والكتب والمجلات والمحاضرات والبحوث العلمية والمشاركة في الدورات التدريبية.

بعد هذا يجب على المدرب أن يقوم بتحميل ما قرأه مع الاستعانة بتجارب الأخريين، لأن هذا يعزز قدراته ويزيد من إمكانية اكتشافه لكثير من الحاجات الأساسية. (كمال جميل الريفي، 2004)

9. خاتمة:

خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل تبين لنا أن نجاح المدرب الرياضي في عمله يرتبط إلى حد كبير بمستواه ومعلوماته وكفاءة التدريبية في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص في التحصيل العالي وكلما ازداد إتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها كلما ارتقى بكفاءته التدريبية وأدى ذلك إلى تطور فريقه ككل. فلا بد للمدرب أن يكون ملما بالأسس النظرية والعلمية المختلفة في تخصصه وأن يتقن المهارات الحركية وخطط اللعب في مجال تخصصه وأن يمتلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير وتنمية المهارات الحركية والخصائص البدنية وطرق اكتسابها والتقدم بها مع ضرورة إلمامه بالخصائص المميزة للرياضيين الناشئين في كرة القدم ومراعاة الفروق الفردية، وكثيرا ما يتطلب عمل المدرب قيامه بإجراء نموذج لبعض المهارات الحركية عند تدريب فئة الناشئين والاشتراك العلمي معهم أثناء التدريب.

الفصل الثاني

أداء الفريق

1. تمهيد:

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

2. تعريف أداء:

يعرف عصام عبد الخالق الأداء بصفة عامة حيث يذكر بأنه" :انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية غالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم أو هو وسيلة للتعبير عن عملية التعبير تعبيرا سلوكيا (عصام عبد الخالق، 1992)

ويستخدم محمد نصر الدين وآخرون مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح " الأداء الأقصى " ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات (محمد نصر الدين رضوان، 1994)

3. أنواع الأداء: تتمثل أنواع الأداء في مايلي:

1.3. أداء بمواجهة: أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد ويستطيع المعلم/المدرب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة.

2.3. أداء دائري : طريقة هادفة من طرف الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤدون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

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

4.3. أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم: الانقباض الانعكاسي أو التلقائي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي أو الشد التلقائي، والشد على هده الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهدا ما يفسر وضع الجسم.

5.3. الأداء الرياضي والجهاز العصبي: يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية حيث بقي أداء الجسم قبل وقوع الإصابة ويوجه وظائف الأجهزة الوظيفية للأداء الانعكاسي أهبة كبيرة أثناء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهد لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية (قاسم حسن حسن ، 1998)

4. ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة:

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

- درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسة.
- كيفية الضبط والتحكم في انفعالات اللاعب خلال المنافسة.
- الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.

وتعتبر المنافسات الرياضية مجالا حقيقيا وخصبا للحكم على ثبات أداء اللاعب الذي يحتمل أن يتعرض لبعض العوامل و المواقف التي قد تؤثر على مستواه في مختلف الظروف أو المواقف من بينها :

1.4. العوامل النفسية المحققة لثبات أداء اللاعب خلال المنافسة: ويعني المقدرة أو إمكانيته في المحافظة المستمرة والمستقرة على مستوى عال من الكفاءة الحركية سواء خلال الظروف القصوى للتدريب أو المنافسات وفي إطار حالة تقنية ايجابية ومن المؤثرات ما يلي:

- الصفقات العقلية ودرجة ثباتها (تذكير الإنسان، سرعة ورد الفعل، التصور).
- الصفات الشخصية ودرجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات والاستقرار أو الاتزان العاطفي للاعب، مستوى التنافس أو الطموح النفسي ودرجة تغييره أو تبديله على ضوء خبرات الفشل والنجاح التي يحققها اللاعب، مستوى نمو العمليات العصبية والنفسية والمقدرة على تحمل الأعباء النفسية.

- القدرة على التحكم في الحالة النفسية والاجتماعية بين أفراد الفريق (في المنافسات الجماعية) والتي تساعد على الأداء الثابت للفريق وأفراده في درجة الانسجام الذهني والنفسي لأفراد الفريق.
- القيادة النموذجية ودورها في الحفاظ على هيئة ومكانة الفريق والاعتراف به وبتقاليده، الاعتراف وعدم التهاون بإمكانات المنافسين.

2.4. العوامل المؤثرة على درجة الثبات الرياضي للاعب خلال المنافسة:

- ظروف مرتبطة بالمنافسات مثل: الظروف الجوية، الإضاءة، الخصائص المعمارية والهندسية للملعب أو القاعة، عدم توفر أماكن ملائمة لراحة اللاعبين أو خلع ملابسهم أو للإحماء الجيد.
- نتيجة سحب القرعة وأهمية أن يبدأ الفرد أو الفريق في التنافس أولا كالبداية بالإرسال، فرصة ضربة الجزاء.
- خصائص وموصفات المنافس وإنجازاته من حيث (وزن الجسم، الطول، تحليل النتائج السابقة).
- سلوكات الأفراد المحيطين مثل المتخرجين، مدربين، أو مرافقي الفريق الآخر، الحكام).
- التغيير المفاجئ لموعد المسابقة مثل تأخير بدء المباراة أو البطولة، تأخر موعد وصول الفريق.
- الإصابات التي قد يتعرض لها اللاعب، أو الزملاء في الفريق، التغيير أو الحكم غير الموضوعي لأفعال الزملاء أو المنافسين.

5. سلوك الأداء الرياضي:

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

1.5- الجهد المبذول: عكس في الواقع درجة حماس اللاعب لأدائه دوره كما ينبغي أي أن اللاعب إدا ما بدل مجهودا ما فهدا لأن هناك دوافع تدفعه للقيام بدلك.

2.5- القدرات والخصائص الفردية للاعبين: وتتمثل في قدرة اللاعب وخبراته السابقة التي تحدد د رجة وفعالية الجهود المبذولة.

3.5- إدراك اللاعب لدوره: ويقصد بهذا تصوراته وانطباعاته عن السلوك والأنشطة التي تتكون منها مهامه، وعن الكيفية التي ينبغي أن يمارس بها دوره.

6. دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي للفريق:

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

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

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

- الصفات العقلية ودرجة ثباتها مثل: التذكر، الانتباه، سرعة رد الفعل، التصور لتنفيذ مختلف الواجبات الحركية المهارية في كافة الظروف التدريبية أو التنافسية سواء كانت عالية أو منخفضة الشدة، وذلك عن طريق ظهور بعض ردود الأفعال العصبية المرتبطة على ذلك بغض النظر على حالة الإجهاد والصعوبات الخارجية.
- الصفات الشخصية ودرجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات مثل الدوافع المساعدة في تحقيق الانجاز ودرجة الثبات.
- المقدرة عمى التحكم في الحالة النفسية قبل وأثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع والأشكال سواء كانت صعوبات داخلية أو صعوبات خارجية، فالتحكم الواعي في مثل هذه الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد عمى الارتفاع في درجة ثبات أداء اللاعبين خلال المباراة، كذلك المساعدة في تمييز كافة العوامل التي تساعد عمى عدم تركيز اللاعب قبل المنافسة.
- العلاقات النفسية والاجتماعية بين أفراد الفريق، والتي تساعد على الأداء الثابت للفريق المتمثلة في درجة التحام أو تماسك الفريق بما يحقق جوا نفسيا وعلاقات متبادلة وملائمة. (محمد حسن علاوي، 1987)

7. تقويم المدرب للأداء الرياضي:

يجب أن يكون هناك تقويم لمستوى الأداء عقب نهاية كل وحدة تدريبية لكي يتسنى لاعبين التعرف على مستواهم خلال الوحدات التدريبية لكي يستطيعوا مواصلة التقدم خلال الوحدات التدريبية اللاحقة، وهناك اعتبارات على المدرب مراعاتها عند تقويم هذا الأداء وهي:

- لكل وحدة تدريبية هناك هدف، لذلك على المدرب تبليغ اللاعبين بتحقيق ذلك الهدف أو عدمه، وكذلك تحديد هدف الوحدة التدريبية اللاحقة وهكذا، لذلك عند وضع الوحدة الجديدة يجب أن يكون هناك تفادي لجميع الأخطاء والسلبيات التي رافقت الوحدة التدريبية والبدء من جديد في الوحدة التدريبية اللاحقة.
- أن يكون هناك تسجيل لسلبيات وايجابيات وحدة تدريبية ليتسنى بعد ذلك من مراجعة شاملة والتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين والتحقق من تحقيق الأهداف المرسومة.
- على المدرب أن يسأل نفسه دائما: هل حقق المطلوب للوحدة التدريبية التي وضعيا؟ ولماذا؟ ولماذا لم يتحقق؟، وهذه الإجابة تعد تخطيطا مستقبليا لوضع الأسس السليمة لعملية التدريب. (فقايري هشام وبوهراوة ياسين، 2015-2016)

8. العوامل المساهمة في الأداء:

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

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.
- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي.
- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغ رض من الأداء والسن والجنس وغيرها.

وقد بدل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن كثير من العوامل من أهمها مايلي: (محمد حسين علاوي و نصر الدين رضوان ، 1987)

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

2.8. التوازن: التوازن مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف وأثناء الحركة وهناك نوعين من التوازن (ثبات ديناميكي) ولقد اتفق العديد من

الأخصائيين على أن التوازن يلعب دورا هاما في العديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب درجة عالية منه كالرفض، التزحلق على الجليد والجمباز.

3.8. المرونة: تشير المرونة إلى مدى الحركة على المفاصل المعينة أو مجموعة المفاصل المشتركة في الحركة، حيث تتأثر بتركيب العظام التي تدخل في تكوين المفاصل وبالخصائص الفيزيولوجية للعضلات والأربطة والأوتار وجميع الأنسجة المحيطة بالمفاصل وتعتمد لمهارات 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 آن واحد أو بالتدرج...، وتتطلب معظم الألعاب الرياضية توفر مستويات مختلفة ومتباينة من المرونة، فهناك رياضات تتطلب نوع من المرونة المتوسطة بينما هناك أنشطة تتطلب مستوى عالي من المرونة.

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

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

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

6.8. السرعة: مصطلح يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تتنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل سرعة الجري لمسافات قصيرة...الخ، والسرعة بمفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في الألعاب.

7.8. الرشاقة: ترتبط السرعة بمعظم مظاهر الأداء الرياضي كالرشاقة التي تشبه السرعة من أهميتها في الألعاب الجماعية والفردية فاستخدام الرشاقة مع السرعة أو ما يطلق عليه السرعة في تغيير الاتجاه نظرا لما تحدثه من تغير في المواقف خلال المنافسة خاصة.

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

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

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

10.8. الدافعية: يؤكد معظم الباحثين والمختصين في مجال الدراسات النفسية التربوية على أهمية الدافعية كعامل مؤثر في نتائج اختبارات الأداء العقلي والبدني وتعد الدافعية في الوقت الحالي من أهم العوامل التي يوليها العاملون في المجال الرياضي اهتماما كبيرا وخاصة في مجالات التدريب والتعليم والمنافسة الرياضية.

ولقد قسم بعض العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة ودوافع غير مباشرة وقسم "**pumi**" ص**1963** الدوافع طبقا للمراحل الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة، وهده المراحل هي: (أمر الله أحمد البساطي ، 1990)

أ- مرحلة الممارسة الأولية من نشاط رياضي.

ب- الممارسات الفعلية.

9. متطلبات الأداء في كرة القدم الحديثة:

لقد اختلف أسلوب كرة القدم منذ 20 عام عن أسلوب اللعب حاليا، فمنذ عام 1972 تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خططيا بالقوة والفهم الصحيح على الأداء القوي والمتوالي على مرمى الفريق المنافس، مع الابتعاد عن اللعب للخلف أو اللعب بعرض الملعب أو البطيء في تحضير الهجمات أو المراوغات الغير المجدية، وهذا محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس.

وأثناء المقابلة يكون اللاعبين على اتصال مباشر مع الخصم، حيث أن حالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والفعال وبأسرع وقت ممكن،

فإن عمل لاعب كرة القدم ذو طابع تكراري متغير والعمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن الأخرى، فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز.

يشير الأخصائيون إلى أن جزءا كبيرا من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله بالجري الذي يتطور من البطيء إلى السريع، إضافة إلى الانطلاق الذي يتحول إلى توقف مفاجئ أو تغير خاطف للسرعة أو الاتجاه.

وحاليا نشاهد مباريات في كرة القدم يطغى عليها الجانب الفني والذكاء في اللعب مع التحضير البدني الجيد للاعبين، فالفرق ذات المستوى العالي لها اتجاه تطوير اللعب مثل ما هو عليه في الرياضات الأخرى ككرة السلة وكرة اليد، فالكل يهاجم ويدافع في آن واحد وهذا ما أجبر المدربين على الاهتمام بتحضير اللاعب في شتى جوانبه، البدني، التقني، التكتيكي، النظري والجانب النفسي، وهذا استجابة للمتطلبات الإستراتيجية الحديثة. (حنفي محمود مختار، 1988)

ونسجل من منافسة إلى أخرى زيادة في شدة اللعب تترجم بارتفاع عدد العمليات التكنو–تكتيكية وسرعة التنفيذ والجري لمسافات أطول، واستنادا لدراسات أخصائيون أمثال **أكراموف** سنة **1975** والتسجيلات التي قام بها **لوكتشيانوف** سنة **1981**.

المهارة	التقدير	الملاحظات
مسافة التنقل	من 05 – 07 كلم	ما يناسب 600–900م
عدد الانطلاقات	من30–80 انطلاقة	ما يناسب 600–900م
القفزات العمودية	من 02 – 06 قفزات	ما يناسب 600–900م
الصراع من أجل الكرة	من 14 – 42 صراع	ما يناسب 600–900م
عدد التمريرات	من 29 45 تمريره	ما يناسب 600–900م
عدد مراقبة الكرة	من18 – 30 مراقبة	ما يناسب 600–900م
عدد المراوغات	من 02 – 07 مراوغة	ما يناسب 600–900م
عدد مرات صد الكرة	من 03 – 16 مرة	ما يناسب 600–900م
التسديد باتجاه المرمى	من 04 – 07 تسديدات	ما يناسب 600–900م

الجدول (أ):يبين أهم المهارات التي يقوم بها لاعبي كرة القدم في السبعينيات (R.A.AKRAMOV, 1981)

ان الملاحظات التي تبين لنا سمات وحجم المهام الحركية المنجزة ليست متجانسة وإنما متقاربة فيما بينها، وخير دليل على ذلك تلك الدراسات التي قام بها**MOLLIE**سنة 1981 والتي وصف فيها لاعبي كرة القدم بما يلي:

خلال المباراة يقطع اللاعب مسافة 9 إلى 12,5 كلم، وفيها 800 إلى 1300 م سرعة، وينجز اللاعب 30 إلى 50 انطلاقا، و 17 إلى 30 صراع على الكرة، 2الى 45 مراقبة كرة، ومن 5إلى 12 قذفه مصوبة نحو المرمى، والوقت الفعلي خلال المباراة من 63 إلى 75 دقيقة، مع استهلاك من 1300 إلى 1500، أما **لاعورت laourt وشارترد charrtad** فقد توصلوا إلى أن الوقت الفعلي الذي تلعب فيه الكرة خلال المباراة هو من 70 إلى 80 دقيقة ويستحوذ اللاعب على الكرة مدة 2 إلى 4 دقائق وينجز من 100 إلى 120 جري بسرعة لمدة تتراوح مابين 3 إلى 6 ثواني، مما يعادل 3000 إلى 3500 م أما بالنسبة للجانب الفيزيولوجي للاعب ذو مستوى عالي فنجده قد يستهلك من 3000 إلى 3500 حريرة مستهلكة كعمل ميكانيكي 1000 كيلو حريرة، كل هذه النتائج تبين لنا مدى تطور كرة القدم بخطوات عملاقة (BATTE (A), 1996) .

10. مميزات كرة القدم الحديثة:

لتلبية متطلبات تطوير كرة القدم يجب توسيع وظائف اللاعبين وتقديم تكوين محكم ومنسجم ومتعددة الأشكال، لأن مجموعة معقدة كفريق كرة القدم يحتاج إلى درجة عالية من التنظيم الذي يلبي فيه توزيع مهام المتطلبات الخاصة بالوظيفة التي يقوم بها اللاعب.

وتقدم هذه المعطيات العامة نظرة حول الطابع المعقد لأداء اللاعب وخاصة العلاقة الوثيقة التي تربط العوامل الخاصة التي تحدد مداه، وبالفعل تعتبر العوامل البنيوية والعوامل المعرفية التقنية، التكتيكية والعاطفية، السلوك الخلقي والمؤهلات العقلية اعتبارات تؤدي إلى تحقيق نتائج جيدة إذا تم التوفيق بينهما بصفة ذكية، غير أن ذلك غير كافي لأنه إلى جانب الحالة الصحية للاعب يجب أن تلبي الوسائل الهيكلية أو المادية ووسائل الراحة ومتطلبات كرة القدم رفيعة المستوى، و من مميزاته مايلي:

1.10- المميزات المورفولوجية:

بالرغم من أن القامة والوزن ليس عاملين أساسين بالنسبة للاعب كرة القدم، أظهرت التجربة الميدانية أن هذين العاملين يزيدان من فعالية اللاعب في مواضع محددة كحارس المرمى ولاعب قلب الدفاع ووسط الميدان، والتي تتطلب قدرات فردية عالية للتغلب على الخصم في حالة مواجهته. (تامر محسن إسماعيل، 1974)

2.10- المميزات البدنية:

تتطلب كرة القدم الحديثة درجات عالية من تطور القدرات البنيوية، مع وجود اختلاف طفيف بينها تبعا لوضعية اللاعب في الفريق والحالات الواجب التحكم فيها أثناء المقابلة الرياضية.

وانطلاقا من العمل الأساسي الذي يتبعه اللاعب بخصوص بدون كرة والذي يجعل منه عداء بسرعات متفاوتة، أخد بعين الاعتبار العمليات التقنية والتكتيكية التي يؤديها اللاعب بالكرة والواجب أدائها في فترات زمنية مختلفة، يصبح المستوى العالي للقدرة على التحمل أساسا بالنسبة للاعب بغية تلبية المتطلبات السالفة الذكر.

ومن جهة أخرى يتطلب كل من الأفراد بالكرة والتسجيل والتمرير وملاحقة الخصم واعتراض تمريراته قدرا عاليا من السرعة، والشيء نفسه ينطبق على سرعة التحمل التي تظهر جليا من خلال سرعة انطلاق اللاعب، والانفراد المتكرر بالكرة على الأجنحة، وكذا صمود وتراجع لاعبي وسط الميدان والمهاجمين.

وتعتبر طاقات القوة التي على اللاعب استغلاليا بطرق مختلفة أساسية للقيام بالعمليات التقنية والتكتيكية، وفي هذا المجال يلعب انفجار الطاقات الكامنة في اللاعب دورا هاما وحاسما، وبالفعل تتجلى هذه الطاقات خصوصا من خلال قوة القذفة ومن خلال القفز.

وتحملنا هذه النظرة الشاملة لشروط الأداءات البدنية مرة أخرى على التذكير أن الاستغلال النوعي للقدرات البنيوية أثناء المباراة يتم بطريقة مختلفة ومعقدة، وفي هذا الإطار يجب أن نشير إلى العلاقة المتواجدة بين قدرات التنسيق، وبالخصوص قدرات التأقلم وتغيير الأماكن.(كمال ياسين لطفي، 2004)

3.10- المميزات التقنية والتكتيكية:

يدعوا طابع كرة القدم إلى توفر عدة خصائص مرتبطة بنوعية عمل الأعضاء الحسية التي تكون مجموعة معقدة، تضم عدة عناصر ذات علاقة بحاسة السمع والبصر بصفة ذاتية التقبل وحاسة اللمس.

وفي كرة القدم يؤدي التركيز البصري الموجه أساسا نحو الكرة إلى عاملين حاسمين في علاقة الانتباه، وهذه العلاقة أكثر تعقيدا في كرة القدم حيث لا يمكن مسك الكرة أو الاحتفاظ بها، بل لمسها لوقت قصير من حين لأخر بأعضاء الجسم المحددة في قانون اللعبة، وتبين هذه الخاصية أهمية تطوير الإحساس بالكرة في تحضير القدرات التقنية.

وفي هذا المجال يمثل أهم عامل في المقابلة التحكم في المراوغة ومخادعة الخصم خاصية لازمة لدى كل لاعب ذو مستوى جيد، وللإشارة أن القدرات البدنية والتقنية للاعبين يجب أن تتجاوب وتتأقلم مع خطة اللعب، ولهذا السبب لازالت تزداد المتطلبات في ميدان المعارف التكتيكية والتفكير التكتيكي.

وعلى أساس معرفة أسس ومقاييس السلوك التكتيكي للفريق، تمثل الخبرة التكتيكية خبرة اللاعب عاملا حاسما على أداءه، و الى جانب ذلك يتطلب هذا الأخير انضباطا تكتيكيا خاصة بالنسبة للاعبي الدفاع ووسط الميدان، وكذا قدرات عالية على الارتجال بالنسبة للمهاجمين ومنظمي اللعب. (كمال ياسين لطفي، 2004)

4.10- المميزات النفسية والخلقية:

يعتمد أداء لاعب كرة القدم كثيرا على سلوكه النفسي الخلقي، وانطلاقا من الطابع الخاص الذي يميز مقابلة كرة القدم يتجلى السلوك الخلقي من خلال جانبين:

أولا:من خلال مستوى إظهار اللاعب لخصائص إرادته التي يميزها حب بذل مجهود في منافسة الخصم وفي الجري وراء الكرة، وفي المواجهات وكذا أخذ كرة الخصم والاحتفاظ بها بالإضافة إلى المثابرة للقيام بالمهام الموكلة له.

ثانيا:من خلال السلوك (العمل على مساندة اللاعب الذي يحوز الكرة) بعدوانية متماشية مع القانون الرياضي، والتحكم في النفس في حالة وقوع تجاوزات من قبل الخصم. (محمد محسن علاوي، 1987)

11. الخاتمة:

لقد عرف الأداء الرياضي تطورا كبيرا في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة والرياضيين والأداء الجيد هو ثمار العمل المتواصل للرياضي تحت إشراف مدرب ذو اختصاص وكفاءة عالية في هذا المجال، فإذا كان الأداء جيدا فإن الرياضي متحرر من جميع النواحي (البدنية، التقنية والنفسية) فالأداء والمهارة عامل خارج عن نطاق طاقته وذلك باستناده على العوامل السابقة .

الفصل الثالث

الخصائص العمرية

للناشئين

1. تمهيد:

تهتم بعض العلوم الإنسانية كعلم نفس النمو مثلا بدراسة الإنسان منذ أن تتم عملية الحمل وفي أثنائها وأثناء الولادة وبعدها، أي عندما يكون رضيعا / رضيعة، طفلا / طفلة، مراهقا / مراهقة، شابا / شابة، رجلا / امرأة، كهلا، ويدرس علم النفس نواحي النمو الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي والنفسي، وكل ما يؤثر في تلك الجوانب سلبا كان أو إيجابا، كما يدرس التغيرات في العمر ومظاهرها، كما يهتم بأنواع السلوك المميزة لكل مراحل الأعمار الزمنية والمبادئ التي تصف اتجاه النمو متضمنة التفاعل بين وظائف النمو المختلفة، بهدف الوصول إلى الحقائق النفسية والإنمائية عن الفرد، وأنواع السلوك المميزة لكل مراحل العمر الزمنية، ووصف مظاهرها وخصائصها وحاجاتها، والى تفسيرها والتنبؤ بها وضبطها وتوجيهها، ويقصد بالنمو عملية تغيير، وتوجيه للتغيير في مختلف النواحي الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية واللغوية، ويرى (فالون) أن النمو مجموعة من المراحل تحدث فيها فترات من الراحة تعقبها قفزات، وهذه القفزات أطلق عليها (فالون) اسم أزمات النمو، والنمو وحدة ديناميكية متكاملة تتم عبر مراحل متعددة ينتقل فيها الطفل من حالات الضعف إلى حالة القوة، وهذا الانتقال يتم من مرحلة نمو سابقة إلى مرحلة نمو جديدة ويحدث خلالها تغيرات كثيرة في وظائف جديدة، وهذا التعاقب القائم على التحولات الوظيفية يتم خلال مراحل متعددة، إن تقسيم النمو إلى مراحل، يعمل على تسهيل الدراسة العلمية بهدف ملاحظة مظاهر النمو المميزة لكل مرحلة، إلا أن مراحل النمو تتداخل في بعضها البعض فانتقال الفرد من مرحلة إلى التي تليها يكون تدريجيا وليس مفاجئا كما لوحظ انه من الصعب تمييز نهاية مرحلة عن بداية المرحلة التي تليها في بعظم الحيان.

2. مفهوم الطفولة:

الطفولة مرحلة هامة من الناحية النفسية، وقد أشار علم النفس إلى أن الطفولة المبكرة هي أساس بناء الشخصية وفيها تتحد السمات التي سوف يكون عليها الفرد في الكبر، ويحتاج الطفل إلى الرعاية والحماية والقوة وخاصة المادية والنفسية كحاجة الأمن والرعاية واللعب لكي ينمو الجسم نموًا سليما، ويعتبر الباحثون مرحلة الطفولة ليست مجرد إعداد إلى الحياة المستقبلية، بل هي مرحلة هامة من مراحل الحياة التي يجب أن يسعد بها الطفل (بشير معمرية، 2007)

ويعرفه (ابن منظور، 2005) أنه البنان الرخص، بالفتح، الرخص الناعم، طفالة وطفولة ويقال جارية طفلة والطفلة أيضا الصغيران والطفل الصغير من كل شيء، وقال (أبو الهيثم) الصبي يدعى طفلا حتى يسقط من بطن أمه إلى أن يحتلم"

3. مفهوم عملية النمو:

النمو عملية ديناميكية تشمل سلسلة من التغيرات التي يمر بها الفرد منذ الولادة حتى سن البلوغ، وخلاف تلك يزداد حجم الجسم وتتطور وظائفه بمعدلات سريعة، ويتميز بزيادة قدرة الجسم على التكيف، ونظرا لأهمية النمو بالنسبة لمستقبل الطفل فقد اهتم الكثير من الباحثين بدراسته، واتحد في هذا الاتجاه أسلوبين أساسيين أحدهما هو الدراسات المقطعية العرضية والأسلوب الآخر هو الدراسات الطولية والنوع الأول هو الذي يجري على عينة كبيرة من الأطفال يتم دراستها وتشمل كافة مراحل النمو بأعمارها المختلفة، أما النوع الثاني وهو الدراسات الطولية فإنه يتم بتتبع مجموعة معينة من الأطفال خلال مراحل مختلفة من أعمارهم (أبو العلا أحمد عبد الفتاح و أحمد نصر الدين، 2003)

4. مراحل النمو:

1.4- مرحلة الرضاعة: عندما يولد الطفل يتحول من جنين متطفل تطفلا تامًا على أمه، إلى وليد يقوم ببعض وظائفه ويعتمد في غذائه على أمه، ثم يتطور به النمو حتى يستقل عن هذا العائل الأساسي، فتنمو من وليد إلى رضيع إلى فطيم. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002).

2.4- مرحلة الطفولة المبكرة (من 3 سنوات إلى 6 سنوات): تتميز هذه المرحلة بزيادة نمو الطفل في الطول مع بقاء عظامه وأربطة مفاصله بقابلية لينة تساعده على الوثب رغم إمكانية تعرضه للكسر كما تتميز مفاصله بقابلية الذهاب لأوسع مدى ممكن وتكون له القدرة في بداية المرحلة على المشي، والجري بسهولة ليصل إلى مستوى كبير من التحكم، والسيطرة على حركاته متقنا الجري والوثب بسهولة، والتسلق في نهاية هذه المرحلة . (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002)

3.4- مرحلة الطفولة الوسطى (من 6 إلى 9 سنوات): تعتبر هذه المرحلة مرحلة هامة في مسار الطفل حيث يشهد جسمه نموا بدنيا متراجعا مقارنة بالمرحلة السابقة، وذلك على مستو العظام، والعضلات مما يجعل الطفل يميل إلى الإكثار من الطعام وهو ما يؤدي في الكثير من الأحيان إلى إصابته بالسمنة التي تحول دون اكتسابه للكثير من المهارات الحركية . (يوسف لازم كماش، ذو الفقار صالح، عزيز كريم الحجامي، أحمد عبد العزيز، 2017)

4.4- مرحلة الطفولة المتأخرة(من 9 إلى 12 سنة):

1.4.4 النمو البدني و الحركي: تتميز هذه المرحلة بزيادة سرعة النمو البدني نسبيا عن المرحلة السابقة، وتبدأ الفروق بين البنين والبنات في الطول والوزن في الظهور، وتتميز

كذلك بزيادة التوافق العضلي بنسبة كبيرة عن المرحلة السابقة، بسبب نمو العضلات الصغيرة المسئولة عن الحركات الدقيقة، مما يجعل الطفل في هذه المرحلة متمكنا بدرجة كبيرة من توجيه حركاته والتحكم فيها، ولهذا يتصف أداؤه الحركي لياقة والانسيابية بالإضافة إلى القوة والسرعة إذا تطلب الأمر ذلك.

2.4.4 النمو العقلي: ينتقل الطفل في هذه المرحلة من التفكير الخيالي إلى التفكير الواقعي، وتتضح ذلك على إدراك الأزمنة والمسافات والمساحات والأحجام والأشكال، وكذلك القدرة على النتائج بأسبابها وإدراك العلاقة التي تربط بين موضوعين أو أكثر، تتميز هذه المرحلة بنمو القدرة على التفكير الإبتكاري وبداية ظهور الميول وذلك واضحا في اهتمام الأطفال بالأنشطة الرياضية التي تمارس بخطط تتحدى عمرهم وتتطلب ابتكاراتهم مثل كرة القدم والسلة واليد وكذلك اهتمامهم ببعض الأنشطة الفنية كالرسم والتمثيل والتعبير الحركي وكذلك نشاط جمع طوابع البريد والعملات التذكارية (أحمد أمين فوزي، 2003)

3.4.4 النمو الانفعالي: تتميز هذه المرحلة بالاستقرار وعدم تقلب المزاج خاصة إذا توجه الطفل إلى نشاط حركي أو عقلي يكون مجالا لإشباع حاجاته النفسية. طفل هذه المرحلة شديد الحساسية لنقد الكبار أو لمجرد مقارنته بأقرانه، حيث يسبب له ذلك آلاما نفسية شديدة قد تقوده أحيانا إلى الانتقام والعدوان. الطفل في هذه المرحلة يميل أيضا الطفل إلى التنافس ولكن من خلال جماعة الرفاق مع جماعة أخرى، كما يهوى الرحلات والمغامرات التي تساعده على اكتشاف الحقائق التي يدركها الكبار،و يميل الطفل في هذه المرحلة إلى المرح والفكاهة، كما يميل أيضا إلى العنف والخشونة أثناء اللعب حيث يجد في ذلك وسيلة لاكتشاف ما لديه من قدرات بدنية ومقارنتها بقدرات الآخرين. (أحمد أمين فوزي، 2003)

5.4- مرحلة المراهقة (من 12إلى 17 سنة): المراهقة بمعناه العام هي التي تبدأ ببلوغ وتنتهي بالرشد ، فهذه عملية بيولوجية وحيوية وعضوية في بدئها وظاهرها، اجتماعية في نهايتها (فؤاد السيد الباهي، 1975)

تبدأ المراهقة من 12 إلى 17 سنة عند كل من مشال و مارتين بحيث تطرأ على هذه المرحلة عدة تغيرات أو تحولات نفسية ومرفولوجية والتي غالبا ما تعزى إلى البلوغ، ويتميز المراهق في هذه المرحلة بهيكلة شخصيته وهويته(Michael Attali, Jean Saint Martin, 2010)

5. الرياضة للأطفال:

يؤثر التدريب الرياضي على حجم العضلات وقوتها أثناء النمو، لذا فان العناية بتمرينات القوة العضلية يجب أن تبدأ من الصغير وليس هناك أي دليل على صحة الاعتقاد السائد بان تدريبات الثقل في الصغر تعوق وصول الطفل إلى الطول المناسب عند البلوغ، وليس من الضروري أن تكون تمرينات الأثقال كلها بالأثقال الحديدية، بل قد تكون بأي ثقل أخر يقوي عضلاته مثل الكرات الطبية المطاطية أو غيرها (فاروق عبد الوهاب، 1995)، ونجد (بهاء الدين إبراهيم سلامة، 2009) يلخص العمر التقريبي ومراحل النمو الحركي لكل عمر في الجدول التالي:

التقدير	العمر التقريبي	مراحل النمو الحركي	النمو الزمني
1	5 أشهر – 1 سنة	السلوك الانعكاسي	سن المهد
2	1 – 2 سنة	القدرات الحركية الأولية	سن المهد
3	2 – 7 سنة	القدرات الحركية الأساسية	الطفولة المبكرة
4	7 – 10 سنوات	القدرات الحركية العامة	الطفولة المتوسطة
5	11 – 12 سنة	القدرات الحركية العامة	الطفولة المتوسطة
6	13 سنة فأكثر	القدرات الحرية المتميزة	المراهقة

جدول (ب) : يمثل العمر التقريبي ومراحل النمو الحركي و الزمني

6. خصائص المرحلة العمرية (13- 14) سنة: قبل التطرق لمميزات وخصائص هذه المرحلة بصفة مدققة نتطرق لمميزات عامة تميز هذه المرحلة عن باقي المراحل، فحسب الدكتور حامد عبد السلام زهران تتميز هذه المرحلة بـ:

- بطء معدل النمو بالنسبة لسرعته في المرحلة السابقة والمرحلة اللاحقة.
- زيادة التميز بشكل واضح.
- تعلم المهارات اللازمة لشؤون الحياة، وتعلم المعايير الخلقية والقيم وتكوين الاتجاهات والاستعداد لتحمل.

- المسؤولية وضبط الانفعالات.

اعتبار هذه المرحلة أنسب المراحل لعملية التطبع الاجتماعي. (حامد عبد السلام زهران، 1995)

وحسب الدكتور" كمال الدسوقي" فإن هذه المرحلة تتميز بـ:

- لذة اصطحاب الأطفال من نفس الجنس
- فيض من الدوافع العدائية كالشقاوة وروح العدوان من الذكور خاصة.
- اتجاه الميول خارج المنزل.
- الاندماج بالجماعة. (كمال الدسوقي، 1971)

أما بول اوستريث Paul ostrieth فيرى أن مرحلة الطفولة تعتبر من أهم المراحل التي يجب على الإنسان استغلالها واستثمارها حتى يستطيع أن يبني قاعدة قوية للمستقبل، وهذا في مختلف الفروع، حيث أن جل البحوث التي انصبت حول هذا الموضوع اعتبرت هذه المرحلة الأساسية في مرحلة الانتقاء، فهو السن المناسب لانتقاء الناشئين للممارسة الرياضية، كما تعتبر أكبر مرحلة يتم انضمام الأولاد فيها إلى الأنشطة الرياضية المختلفة، وتعتمد هذه المرحلة على تطور منتظم وهادئ لجسم الرياضي الناشئ حيث

يقول كل من" :لاديسلاف هورسكي" و"لاديسلاف كساني" :" إن هذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة " (Ladislav Kaçani –Ladislav horsky, 1994)

ونلاحظ أن النمو في الطول والوزن يتميز بالهدوء النسبي ليناسب المرحلة الانتقالية التي تسبق طفرة النمو في مرحلة المراهقة، وان كان أسرع في المرحلة السابقة، وتبدأ العضلات الصغيرة في النمو فتزداد المهارة باستخدام اليدين ويتحسن التوافق العضلي العصبي بين العين واليد.

وتنمو العضلات بسرعة، ويقترب نمو القلب والرئتين من حجمهما الطبيعي عند البلوغ، وينمو التوافق الحركي بسرعة، ويكون النشاط في هذه المرحلة كبير ولازم لاستمرار عملية النشاط، ويميل الأطفال في هذه المرحلة إلى الألعاب ذات الطابع العنيف.

7. محددات الإعداد الرياضي للناشئين:

إن إمكانات إعداد الرياضيين من اجل تحقيق نتائج عالية لا بد من أن يؤخذ بعدد من العوامل أو المحددات التي تسهم بشكل فاعل في عملية الإعداد للرياضي وهذه المحددات تعد أساسية ولجميع مراحل التكوين المختلفة التي يمكن توضيحها كالأتي:

- المحددات البيولوجية: الصفات الوراثية والصفات المورفولوجية والعمر الزمني والبيولوجي وصفات الأجهزة الحيوية والصفات البدنية.
- المحددات السيكولوجية (النفسية:) مثل القدرات العقلية وسمات الشخصية والسمات الانفعالية والوجدانية والقدرات الإدراكية والاتجاهات والميول.
- المحددات الحركية والمعرفية المرتبطة بالرياضة: مثل الاستعدادات الحركية والقدرات المعرفية العامة والخاصة. (مفتي إبراهيم حماد، 2001)

8. مرحلة التدريب للناشئين:

1.8 – العمر: للذكور 12 – 16 وللإناث 11 – 15 سنة (يرتبط مدى المرحلة العمرية بطفرة النمو)

2.8 – الأهداف:

- بناء القدرة الأساسية الهوائية وتطوير مستوى القوة والسرعة مع نهاية هذه المرحلة مع الاستمرار في تطوير مهارات الرياضة التخصصية.
- خلال هذه المرحلة يتم تطوير المهارات الأساسية للرياضة التخصصية والمهارات الخططية.
- تقع خلال هذه المرحلة الفترة الحساسة لسرعة التكيف لتنمية القدرة الهوائية والسرعة والقوة العضلية.
- تعتبر بداية طفرة النمو هي الفترة المثالية لقابلية التدريب الهوائي يعمل الرياضي أقصى ما في وسعه لتحقيق الفور خلال المنافسات غير أن التركيز الأساسي هو على التدريب على أساسيات التنافس.

3.8 – متطلبات المرحلة:

- إعطاء التدريب الهوائي الأفضلية بعد طفرة النمو مع المحافظة وتطوير مستوى المهارة والسرعة والقوة والمرونة.
- يؤدي التركيز على تمرينات المرونة إلى سرعة نمو العظام والأوتار والأربطة والعضلات.
- تحدث فترتين حساستين بسرعة التكيف لتنمية القوة العضلية لدى الإناث، الأولى تكون بعد طفرة النمو.
- مباشرة وتبدأ الثانية مع حدوث الطمث، بينما للذكور فهناك فترة حساسة واحدة تبدأ بعد طفرة النمو بفترة 12 18 شهر.

- ملاحظة أن قابلية التدريب لكل من القدرة الهوائية والقوة تعتمد على مستويات البلوغ للرياضي ولهذا.
- السبب فإن توقيت التدريب يختلف تبعا لدرجة بلوغ الرياضي سواء كان مبكرا أو متوسطا أو متأخر البلوغ.
- توفير الأجهزة الخاصة للرياضيين ذوي الاحتياجات الخاصة مثل كرسي المقعدين والأطراف الصناعية مع ملاحظة أن تكون هذه الأدوات والأجهزة تتناسب مع حجم جسم ومستوى مهارات الرياضي.
- ضبط نسب التدريب والمنافسة بحيث تكون نسبة التدريب 60 % والمنافسة وتدريبات المنافسة 40 %مع ملاحظة أن المبالغة في نسبة المنافسة عن ذلك يمكن أن تكون على حساب وقت التدريب وتقلل من التركيز على النواحي المهارية والتخطيط ومهارات اتخاذ القرار.
- الكشف عن موهبة الرياضي وتحديها مع التركيز على نوعين أخيرين من الأنشطة الرياضية.
- عند تخطي التدريب للسنة التدريبية يرجى ملاحظة استخدام نموذج التزامن الفردي والزوجي لأفضليتهما في هذه المرحلة.
- التدريب اليومي على المنافسة في شكل تمرينات منافسة أو ألعاب تنافسية أو تدريبات تحسين الأداء التنافسية. (أبو العلا أحمد عبد الفتاح، 2012)

9. أهمية القوة العضلية للأطفال والمراهقين: تعرف القوة العضلية "بأنها المقدرة أو التوتر الذي تستطيع عضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها ضد مقاومة في أقصى انقباض إرادي لها"

- القوة العضلية تعتبر جزء هام مرتبط بصحة الأطفال والمراهقين، كما تعتبر مؤشرا هاما لتقدير مدى كفاءة أجسامهم في القيام بمهامها الوظيفية.
- القوة العضلية واحدة من أهم العناصر المؤثرة في الأداء البدني للأطفال والمراهقين من خلال حياتهم اليومية وهي تعتبر من أهم المؤثرات في اكتسابهم للقدرات الحركية وتعضيد أداء هذه القدرات وتطويرها.
- تطوير القوة العضلية للأطفال والمراهقين يقل بدرجات كبيرة ويقيهم من أمراض الجزء السفلي من العمود الفقري في سن الرشد .
- تطوير القوة العضلية للأطفال والمراهقين يحسن من قوة العظام ويقل من أمراض الهشاشة للعظام. (مفتي ابراهيم حماد، 1996)

فقد أثبتت دراسات كل من (Kramer et Flech 1993) ذكر من طرف (أبو العلا عبد الفتاح، 2003) ، أن خطورة الإصابة تعتبر قليلة جدا بل على العكس من ذلك، فإن تدريب المقاومة يمكن أن يكسب الطفل الوقاية ضد الإصابة، وقد اثبت بعض الباحثين أن الزيادة في القوة العضلية لها ثلاثة أسباب :

- حسين توافق المهارة الحركية.
- زيادة تنشيط الوحدات الحركية.
- تكيفات عصبية غير محدودة.

10. أهم الخصائص الجسمية الناشئين:

- طفرة في نمو الطول والوزن للجنسين ويصاحب ذلك اتساع الكتفين ومحيط الأرداف وزيادة طول الجذع وطول الساقين.
- تبدأ فترة المراهقة لدى البنات مبكرا عن البنين بحوالي سنة أو سنتين.
- يتميز البنون باتساع الكتفين، بينما تتميز البنات بنمو أكثر في عظام الحوض.
- تسبق البنات البنين في النمو العظمي، إذ يبلغ أقصى سرعته بين 14 – 11 سنة عند البنات ويبلغ أقصى سرعته بين 14.5 – 13 عند البنين.
- يتأخر النمو العضلي عن النمو العظمي الطولي ولذلك يشعر المراهق ببعض ألام النمو الجسمي لتوتر العضلات المتصلة بالعظام النامية المتطورة.
- زيادة ملحوظة في القوة البدنية وأنسجة العضلات للبنين في حين أن البنات تنمو لديهن أنسجة ذهنية بصورة اكبر مما يساعد على استدارة أجسامهن.
- ظهور بعض الأعراض الجنسية الثانوية مثل نمو شعر الإبطين والوجه لدى البنين، وبروز النهدين واستدارة الآليتين عند البنات.
- توجد بعض المشكلات المرتبطة بالعيوب القوامية، نتيجة عدم التوازن والتناسق في نمو بعض أجزاء الجسم ونتيجة زيادة وتراكم الدهون في مناطق معينة دون المناطق الأخرى (عبد الحكيم رزق عبد الحكيم و احمد عبده حسن، 2015)

11. خاتمة : من خلال دراسة هذا الفصل نستخلص أن على المدرب أن يكون ملم بكل الجوانب للخصائص العمرية في هذه المرحلة التي يمر بها الطفل الناشئ والتي ترتكز على عدة جوانب منها البدني و الجانب النفسي و والعقلي و الاجتماعي، حيث أن القدرات البدنية والنفسية لناشئ هذه المرحلة تساعد على تعلم المهارات الحركية، ولابد من توجيههم للتدريب المتعدد الجوانب والاختصاص فيها، مع مراعاة البرنامج التدريبي الخاص بهذه الفئة لضمان سلامة اللاعبين.

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

الفصل الأول

الإجراءات المتبعة في منهجية البحث

1. تمهيد:

إن كل باحث من خلال بحثه إلى التحقيق من صحة الفرضيات التي وضعها، فهي تتعدى الجانب النظري المنطلق منه، حيث تتطلب تدعيمها ميدانيا للتحقق منها، مما يتطلب من الباحث إتباع منهج علمي ملائم ويناسب موضوع الدراسة، والأدوات المناسبة لجمع المعلومات حول الموضوع المدروس وكذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية وتوظيفها، هذا من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة ودقة علمية، بحيث هذا يحتوي هذا الباب على فصلين، الفصل الأول سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة، والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة، والمنهج العلمي المتبع حسب متطلبات الدراسة، كل هذا من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، وكما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا لا يتحقق إلا إذا اتبع الباحث منهجية علمية دقيقة وأكثر موضوعية.

أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل النتائج الدراسة و مناقشتها على ضوء الفرضيات المتبعة.

2. أهداف الدارسة الميدانية :

تهدف دارستنا الى تحقيق الأهداف التي تم تسطيرها ، وكذلك التأكد من صحة الفرضيات التي وضعناها وبذلك يعد فرز وتحليل النتائج والخروج باستنتاج وتقديم اقتراحات وتوصيات الى كل من له علاقة بموضوعنا هذا وتهدف الدراسة خصوصا إلى تحديد الكفاءات المهنية المهمة للمدرب الرياضي.

3. المنهج المستخدم :

المنهج الذي اتبعناه في دراسة موضوعنا هو المنهج الوصفي الذي يعتبر من أفضل المناهج في دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو مرفق معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة من الأوضاع.

وقد لجأنا الى استخدام هذا المنهج من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة والتي ينقصها القدر الكافي من المعارف ونسعى من خلال الى التوصل الى معرفة دقيقة وتفصيلية عن العناصر الظاهرة لموضوع البحث وكذلك من بين الأسباب التي جعلتنا نستخدم هذا المنهج في دراستنا، لأن المنهج الوصفي يعد من أحسن المناهج التي تتسم بالموضوعية ، وذلك لأن المستوجبين يجدون كل الحرية في التعبير عن أرائهم وزيادة عن هذا فطبيعة موضوعنا تتطلب هذا المنهج مما دفعنا لاختياره .

من خلال مجال هذه الدراسة فإن مجتمع البحث هو مجموعة مدربين كرة القدم للأندية المحلية لكل من ولاية مستغانم و وهران الذين يمتلكون الخبرة في مجال التدريب ، بحيث تفوق الخمس سنوات وكان عدد المدربين حوالي 55 مدرب ذوي.

4. عينات البحث وكيفية اختيارها:

من اجل القيام بدراستنا قمنا باختيار عينة البحث بطريقة عشوائية ولقد شملت الدراسة على 55 مدرب موزعين على بعض الأندية الرياضية لكرة القدم في كل من ولايتي مستغانم ووهران، وقد تم توزيع الاستبيانات على العينة ليتم ملؤها بشكل فردي وحتى تكون المصداقية في استخراج المعلومات.

5. متغيرات البحث:

1.5- متغير مستقل : دور كفاءة المدرب

2.5- متغير تابع: أداء الفريق

6. مجالات البحث:

المجال المكاني: أجري البحث الميداني بكل من ولايتي مستغانم ووهران

المجال الزماني: المجال الزماني المخصص للجانب النظري امتد من 09 جانفي إلى 12 أفريل 2023

المجال الزماني المخصص للجانب التطبيقي امتد من (28 مارس 2023 إلى اليوم الذي سلم فيه الاستبيان للمدربين واللاعبين يوم ...../...../..... مع استرجاعه في اليوم الموالي، ومن ثم قمنا بعملية فرز وتحليل النتائج إلى غاية 10 ماي 2023

7. أدوات و تقنيات البحث المستعملة:

من أجل التعرف على دور الكفاءة التدريبية للمدرب الرياضي على مستوى الأداء الفريق لناشئي كرة القدم استعملنا الاستبيان كوسيلة للبحث.

8. الأدوات الإحصائية:

تستعمل الطريقة الإحصائية في دراسة عينة من العينات و عليه يمكن التعرف على المجموع الكلي للموضوع، فالدراسة الإحصائية تعطينا أكثر دقة من النتائج، وترجمت هذه النتائج إلى أرقام و قد استعملنا الطريقتين الإحصائيتين التاليتين:

1.8- المعالجة الوصفية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات} \times 100}{\text{عدد العينة}}$$

2.8 - المعالجة التحليلية:

- حساب كا^2 الجدولية لدرجة الحرية dd1 عند مستوى الدلالة 0.05.
- في الحالة ما إذا كان كا^2 المحسوبة أكبر أو يساوي كا^2 الجدولية نقول أنه توجد دلالة إحصائية.
- أما في حالة ما إذا كان كا^2 المحسوبة أصغر أو يساوي كا^2 الجدولية نقول أنه لا توجد دلالة إحصائية أي أنها غير دالة.

$$\text{كا}^2 = \sum \frac{(\text{ت و} \times \text{ت م})^2}{\text{ت م}}$$

Σ: يمثل المجموع.

ت و: تمثل القيم الملاحظة أي التكرار المشاهدة.

ت م: تمثل القيم المتوقعة أي التكرارات المتوقعة

و لحساب القيم المتوقعة " ت م" نستعمل القانون التالي: $\text{ت م} = \frac{\text{مجموع التكرار}}{\text{ن}}$

حيث أن **(ن)** هي عدد الخلايا

9. صعوبات البحث:

إن القيام بأي بحث يعتبر عملية صعبة تتطلب التحكم في جميع الظروف المحيطة به بطريقة علمية والصعوبات والعراقيل كثيرة في كل البحوث ونحن على العموم لم تواجهنا صعوبات كثيرة إلا البعض نذكر منها:

عدم التعمق الدراسات السابقة لهذا الموضوع باعتباره موضوع مهم.

- صعوبة في توزيع البيانات واسترجاعها.
- صعوبة الوصول إلى المدربين واللاعبين.

عدم جدية بعض المدربين في التعامل مع الاستبيان.

10.خاتمة:

لقد تم تحديد المنهج المستخدم الملائم بالإضافة إلى تحديد عينة البحث و التي اختيرت بطريقة عشوائية مع تحديد الإطار المكاني و الزماني و البشري للبحث.

أما في ما يخص الأدوات العلمية المستخدة فقد تم استخدام الاستبيان كأسلوب لجمع المعلومات تم فيه الاعتماد على الأسئلة المغلقة و الاختيارية والمفتوحة، حيث تمت المعالجة الإحصائية باستعمال النسبة المؤوية باستعمال برنامج SPSS.

أما في ما يخص التحليل و المناقشة فهذا ما سنعرفه من خلال تحليل النتائج في الفصل الثاني للجانب التطبيقي.

الفصل الثاني

عرض و تحليل النتائج

1. تمهيد:

في هذا الفصل سنتطرق للجانب التطبيقي الميداني قصد متابعة الموضوع دراسة ميدانية حتى نعطي المنهجية العلمية للبحث حقها و كذا التحقق من صحة المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السابقة الذكر، بحيث تم ذلك عن طريق تحليل و مناقشة الاستبيان الذي وجه الى مدربي و لاعبي كرة القدم في ولايتي مستغانم ووهران، وقام الطالبان بتفريغ نتائج الاستمارات في برنامج SPSS لمعالجتها ثم التعليق عليها و عرضها على ضوء فرضية الدراسة للوصول إلى نتيجة عامة للدراسة.

2. عرض و مناقشة الاستبيان الموجه للمدربين:

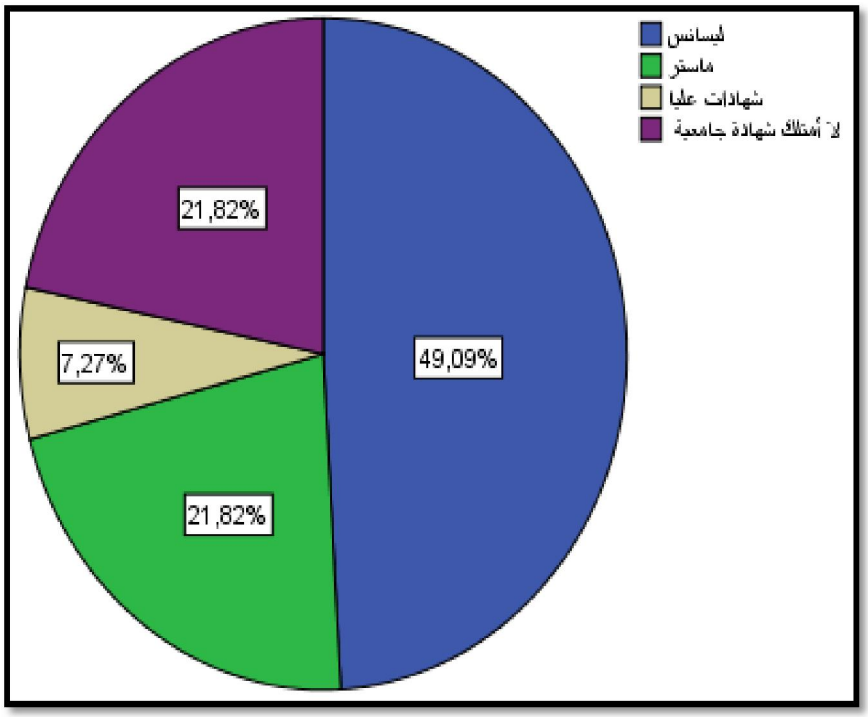
السؤال الأول: ما هي الشهادة المتحصل عليها

الجدول رقم 1: يمثل التكرارات و النسب المؤوية للشهادة التي يمتلكها المدربين

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
ليسانس	27	49,1%	20.12	7.82	3	0.05	دالة
ماستر	12	21,8%					
شهادات عليا	4	7,3%					
لا أمتلك شهادة جامعية	12	21,8%					
المجموع	55	100%					

تحليل الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 49.1% من المدربين يمتلكون شهادة ليسانس، أما نسبة 21.8% يمتلكون شهادة ماستر، ونسبة 7.3" يمتلكون شهادات عليا، ونسبة 21.8% لا يحوزون على شهادة جامعية، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة 20.12 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 7.82عند درجة الحرية 3 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول تبين لنا أن الذين يمتلكون شهادة جامعية كانت إجابتهم على الاستبيان أكثر وضوح و دقة، وهذا يبين كمية الرصيد المعرفي الذين يملكونه حول التدريب وخصائصه، أما الذين لا يملكون شهادة جامعية كانت إجاباتهم تقربا عشوائيا مع عدم الإجابة على بعض الأسئلة وهذا بطبيعة الحال سيؤثر على عملية التواصل بين المدرب و لاعبيه في إيصال المعلومات والأفكار، مما سيؤثر على طريقة التدريب الميداني ومستوى أداء الفريق.



الشكل 01: يمثل نسبة الشهادة التي يمتلكها المدربين

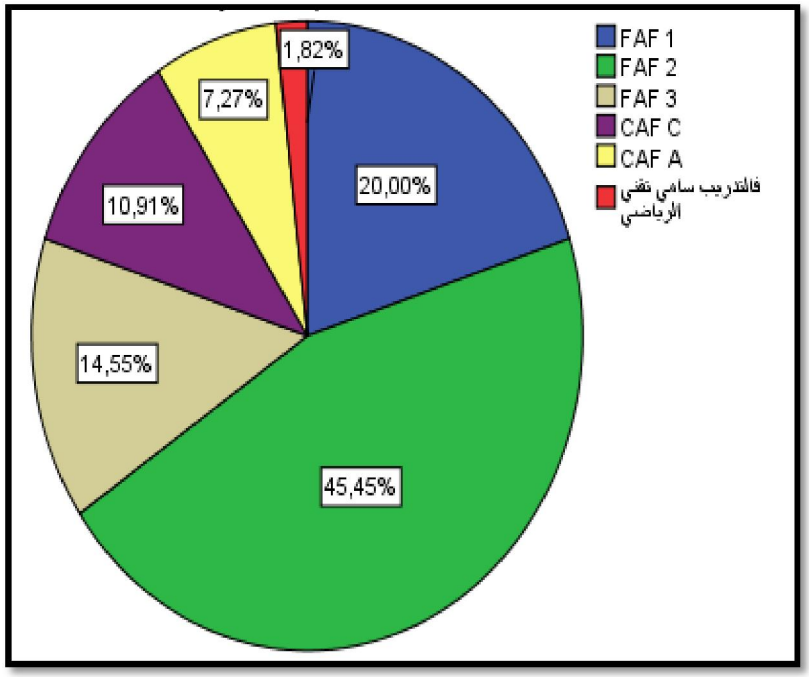
السؤال الثاني: ما هو المؤهل العلمي: شهادة التدريب

الجدول رقم 02: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في نوع شهادة التدريب التي يمتلكها المدرب

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
FAF 1	11	20%	39.14	11.07	5	0.05	دالة
FAF 2	25	45,5%					
FAF 3	8	14,5%					
CAF C	6	10,9%					
CAF A	4	7,3%					
تقني سامي فالتدريب الرياضي	1	1,8%					
المجموع	55	100%					

تحليل الجدول:من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 20% من المدربين يمتلكون شهادة FAF 1، ونسبة 45.5 % يمتلكون FAF 2، ونسبة 14.5% يمتلكون FAF 3 %، ونسبة 10.9% يمتلكون CAF C ، ونسبة 7.3 % يمتلكون شهادة CAF A ، أما نسبة 1.8 % يمتلكون شهادة تقني سامي في التدريب الرياضي ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة 39.14 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 11.07 عند درجة الحرية 5 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: حسب ما تبين لنا من خلال هذا الجدول أن معظم المدربين يمتلكون شهادة FAF 2 ، أما مختلف الشهادة فهي في تزايد مستمر مستقبلاً عن طريق إجراء اختبارات ميدانية.



الشكل 02: يمثل الفئة التي ينتمي إليها المدرب

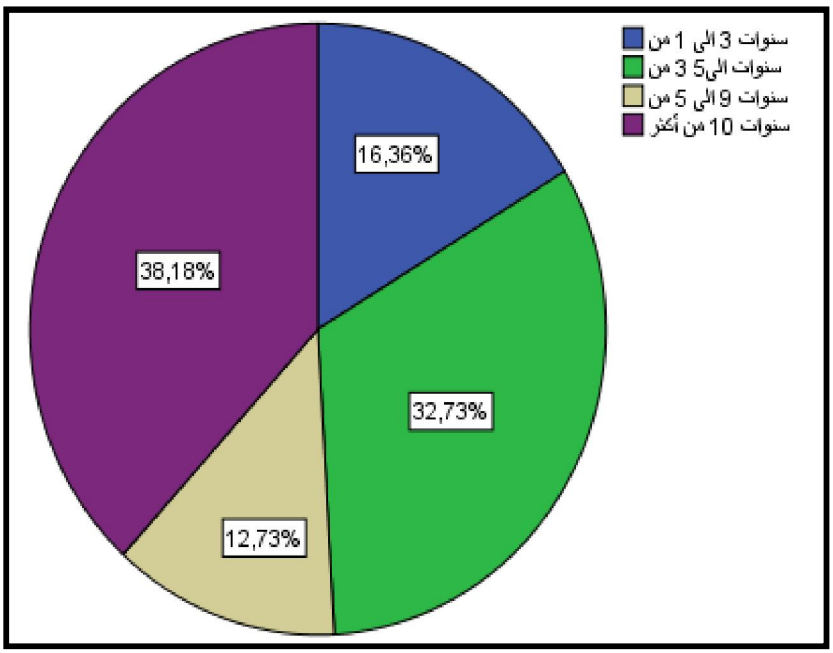
السؤال الثالث: الخبرة الميدانية

الجدول رقم 03 : يمثل التكرارات و النسب المؤوية لسنوات الخبرة الميدانية للمدربين.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
من 1 الى 3 سنوات	9	16,4%	10.09	7.82	3	0.05	دالة
من 3 الى5 سنوات	18	32,7%					
من 5 الى 9 سنوات	7	12,7%					
أكثر من 10 سنوات	21	38,2%					
المجموع	55	100,0%					

تحليل الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 16.4% من المدربين يمتلكون خبرة ميدانية (من 1 إلى 3سنوات)، أما نسبة 32.7% يمتلكون خبرة ميدانية (أكثر من 3 إلى 5 سنوات)، ونسبة 12.7% يمتلكون خبرة ميدانية (أكثر من 5 إلى 9 سنوات)، ونسبة 38.2% يمتلكون خبرة ميدانية تفوق 10 سنوات، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة 10.09 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 7.82عند درجة الحرية 3 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد هناك دلالة إحصائية.

الاستنتاج: نجد أن نسبة كبيرة من المدربين يمتلكون خبرة ميدانية تفوق 3 سنوات وهذا ما يكسب المدرب أهلية في الميدان التدريبي



الشكل 03: يمثل نسبة سنوات الخبرة الميدانية للمدربين

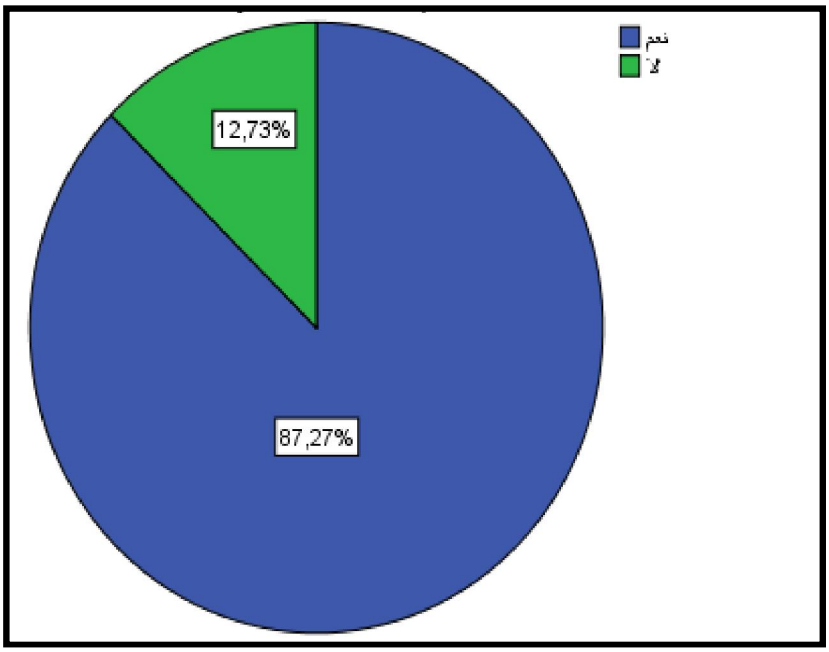
السؤال الرابع: هل قمت بتكوين في مجال التدريب ؟

جدول رقم 04: يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمدربين المكونين في مجال التدريب

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	48	87,3%	30.56	3.84	1	0.05	دالة
لا	7	12,7%					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول : من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 87.3 % من المدربين قاموا بتكوين في مجال التدريب الرياضي، أما نسبة 12.7% من المدربين لم يقومون بتكوين في هذا المجال و من خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في جدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 30.56 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة الحرارة 1 و مستوى الدلالة 0.05 اذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الإحصائيات المتوفرة لدينا في الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين قاموا بالتكوين في مجال التدريب الرياضي.



شكل 04: يمثل نسبة المدربين المكونين في مجال التدريب الرياضي

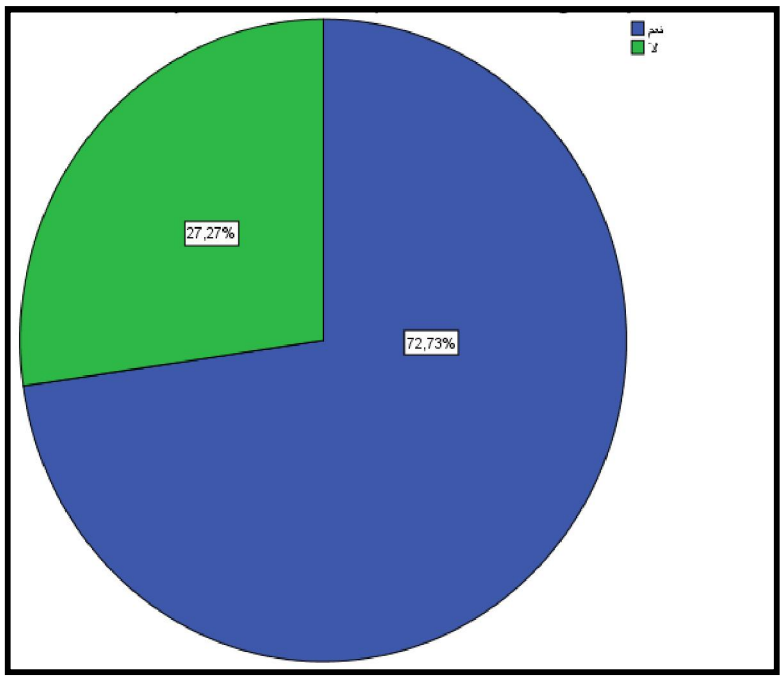
السؤال الخامس: هل تتلقون دعوات بالمشاركة في ملتقيات و ندوات خاصة بالتدريب الرياضي؟

الجدول رقم 05: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تلقي دعوات للمشاركة في ملتقيات وندوات خاصة بالتدريب رياضي

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	40	72,7%	11.364	3.84	1	0.05	دالة
لا	15	27,3%					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 72.7% من المدربين تم دعوتهم للمشاركة في ملتقيات و الندوات رياضية، أما نسبة 27.3% من مدربين لم يتلقون دعوات بالمشاركة في ملتقيات و ندوات رياضية، و من خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 11.36 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى. الدلالة 0.05، إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من الإحصائيات التي لدينا نستنتج أن المدربين الذين تم دعوتهم للمشاركة في ملتقيات و ندوات خاصة بالتدريب الرياضي يكتسبون معلومات وتجديد الأفكار على مستوى عالي أكثر مما يتيح لهم تطوير مستواهم في مجال التدريب و الذي يعود بطبيعة الحال بالإيجاب على مستوى وأداء الفريق أحسن من الذين لا يتقون دعوات.



شكل رقم 05: يمثل نسبة تلقي المدربين لدعوات بالمشاركة في ملتقيات و ندوات رياضية

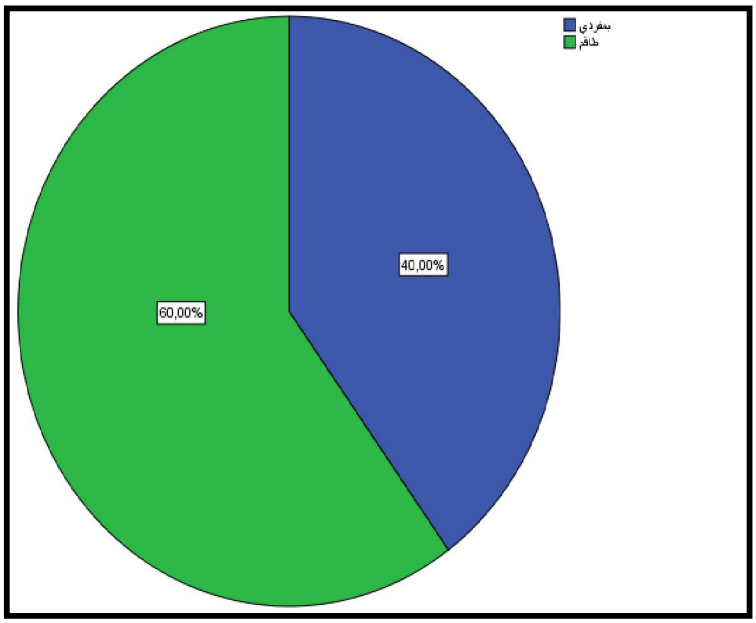
السؤال السادس: هل تقوم بعملية التدريب بمفردكم او بمساعدة طاقم ؟

الجدول رقم 06: يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمدربين في اعتمادهم على طاقم مساعد

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
بمفردي	22	40,0 %	2.20	3.84	1	0.05	غير دالة
طاقم	33	60,0 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 40% من المدربين يقومون بالعملية التدريبية بمفردهم أما نسبة 60% يقومون بالعملية التدريبية بمساعدة طاقم و من خلال معالجة إحصائية الاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في جدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 2.20 أصغر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى دلالة 0.05 ، اذن لا توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: ومن الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين الذين يقومون بالعملية التدريبية رفقة طاقم مساعد يستطيعون تأدية الحصة التدريبية على أكمل وجه والذي من شأنه يرفع من مستوى أداء اللاعبين عكس المدرب الذي يعمل وحده مع مواجهة 20 لاعب هناك اختلاف على مستوى النتائج و أداء اللاعبين.



شكل رقم 06: يمثل نسبة اعتماد المدرب على مساعدة طاقم مشرف في عملية التدريب

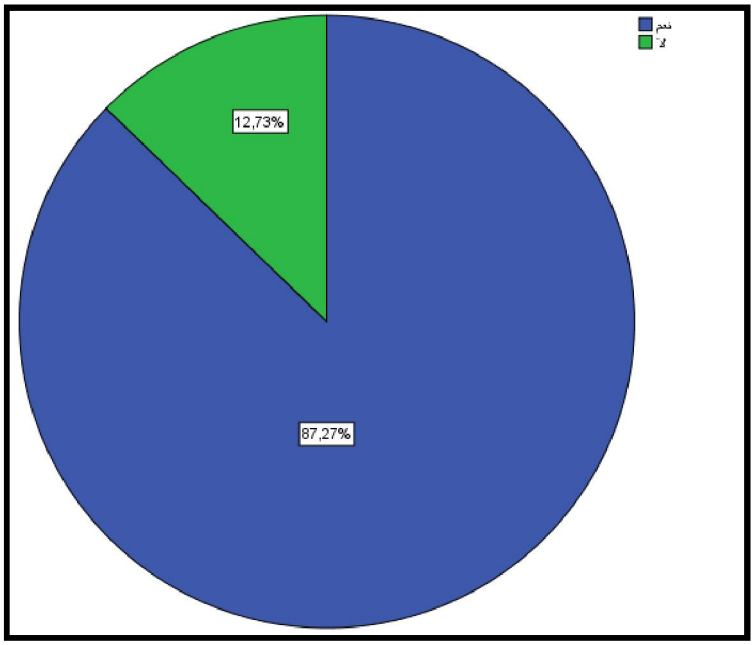
السؤال السابع: هل لديكم برنامج تدريبي خاص بمختلف مراحل الإعداد؟

الجدول رقم 07: يمثل التكرارات والنسب المؤوية في استعمال برامج تدريبية لمختلف المراحل الإعداد.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	48	87,3%	30.56	3.84	1	0.05	دالة
لا	7	12,7%					
المجموع	55	100%					

تحليل الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا ان نسبة 87.3% من المدربين يعتمدون على برامج تدريبية خاصة لمختلف مراحل الإعداد، أما نسبة 12.7% لا يعتمدون على برامج و من خلال معالجة إحصائية الاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في جدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 30.56 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى دلالة 0.05، اذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن اغلب المدربين لديهم برامج تدريبية خاصة لمختلف مراحل الإعداد و هذا له علاقة وطيدة بمستوى أداء اللاعبين، فمدرب يخطط مسبقا للهدف المرجو و مدرب عشوائي هناك فرق شاسع بينهم و منه نؤكد انه لتحقيق نتائج و بلوغ الهدف المراد يجب تخطيط و دراسة معمقة لذلك.



شكل 07: يمثل نسبة المدربين الذين يعتمدون على برامج تدريبية خاصة بمراحل الإعداد

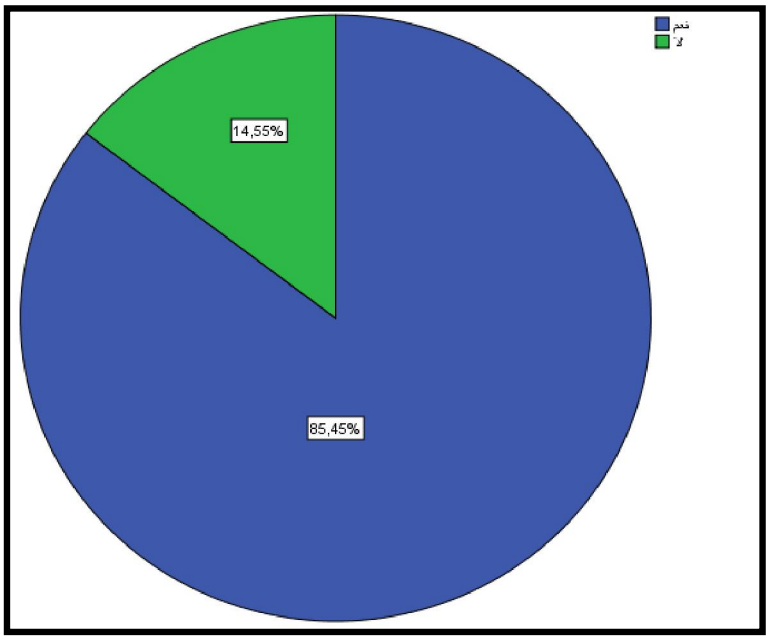
السؤال الثامن: هل لديكم برنامج تدريبي خاص بالتحضير البدني و الأداء مهاري ؟

الجدول رقم 08: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في امتلاك برامج تدريبية خاصة بالتحضير البدني و الأداء مهاري.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	47	85,5 %	27.65	3.84	1	0.05	دالة
لا	8	14,5 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول : من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 85.5% من مدربين يمتلكون برامج تدريبية خاص بالتحضير البدني و الأداء مهاري، أما نسبة 14.5% من مدربين لا يمتلكون برنامج، ومن خلال معالجة إحصائية الاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في جدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 27.65 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: ومن نتائج الاستبيان نستنتج أن اغلب المدربين يعتمدون على برامج تدريبية خاصة بالتحضير البدني و الأداء مهاري و هذا يؤثر إيجابا على مستوى أداء لاعبين فعند تأكيدك كمدرب لطريقة التدريب للتحضير البدني و المهاري ، فلاعبون يكتسبون لياقة بدنية و أداء مهاري عالي يساعدهم في حياتهم اليومية و خلال المباريات حتى يستطيعون إكمال المباراة الموسم في لياقة بدنية جيدة، فأنت في الطريق الصحيح عكس المدرب الذي يعمل بطريقة عشوائية فإن نتائجه حتما ستكون سيئة وستنعكس على الفريق وعلى صمعته خلال الموسم.



شكل 08: يمثل نسبة امتلاك المدربين لبرامج خاصة بالأداء المهاري

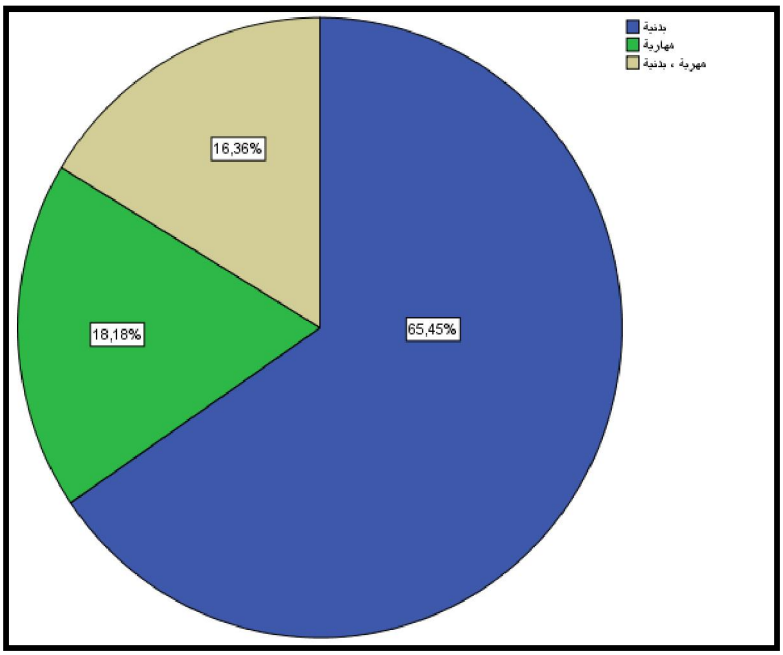
السؤال التاسع: هل تقوم باختبارات ميدانية لتقييم مستوى أداء اللاعبين ؟

الجدول 09: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في قيام المدربين باختبارات ميدانية للاعبين.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
اختبارات بدنية ، مهارية	36	65,5 %	25.56	5.99	2	0.05	دالة
اختبارات مهارية	10	18,2 %					
اختبارات بدنية	9	16,4 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة66.5% من مدربين يقومون باختبارات بدنية لتقييم مستوى أداء اللاعبين، أما نسبة 18.2% من مدربين يقومون باختبارات مهارية، و نسبة 16.4% من مدربين يقومون باختبارات بدنية ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في جدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 25.56 اكبر من كا² الجدولية 5.99 عند درجة حرية 2 و مستوى دلالة 0.05، اذن توجد دلالة إحصائية

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أنه هناك تفاوت بين نسب الاختبارات لكن معظم المدربين يعتمدون على الاختبارات البدنية.



شكل 09: يمثل نسبة قيام المدربين باختبارات ميدانية للاعبين

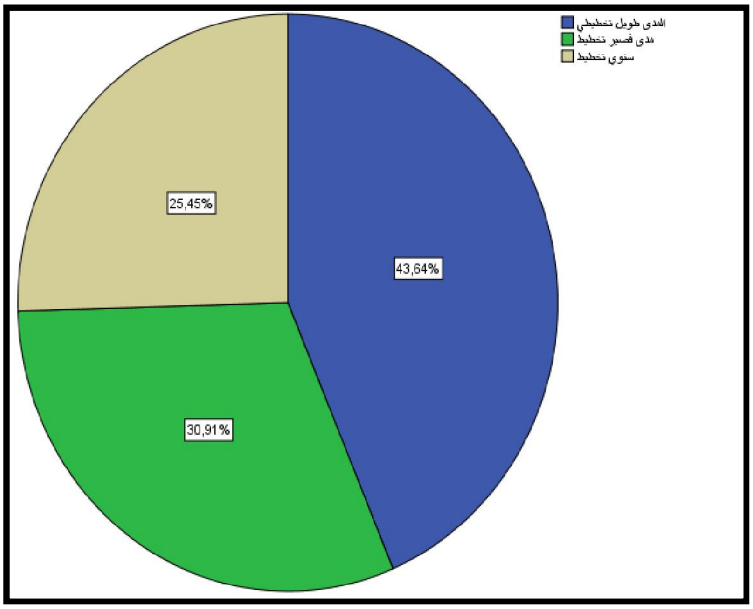
السؤال العاشر: ما نوع التخطيط الذي تعتمدون خلال الموسم؟

جدول رقم 10: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اعتماد المدرب على نوع التخطيط أثناء التدريبات.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
تخطيطي طويل المدى	24	43,6 %	2.873	5.99	2	0.05	غير دالة
تخطيط قصير مدى	17	30,9 %					
تخطيط سنوي	14	25,5 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 43.6% من مدربين يعتمدون على تخطيط طويل المدى، ونسبة 30.9% من مدربين يعتمدون على تخطيط قصير المدى، أما نسبة 25.5% يعتمدون على تخطيط سنوي، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 2.87 اكبر من كا² الجدولية 5.99 عند درجة حرية 2 و مستوى دلالة 0.05 اذن لا توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال إطلاعنا على نتائج الاستبيان تبين لنا ان اغلب المدربين يعتمدون على تخطيط طويل المدى و نجد أن المدربين الذين يعتمدون على هذا النوع من التخطيط حققوا نتائج أفضل من الذين يعتمدون على تخطيط قصير المدى و منه نستنتج أن لمدة التخطيط و طريقة التخطيط أهمية في تحقيق النتائج وارتقاء بمستوى اللاعبين خلال الموسم.



شكل رقم 10: يمثل نسبة اعتماد المدربين على نوع التخطيط

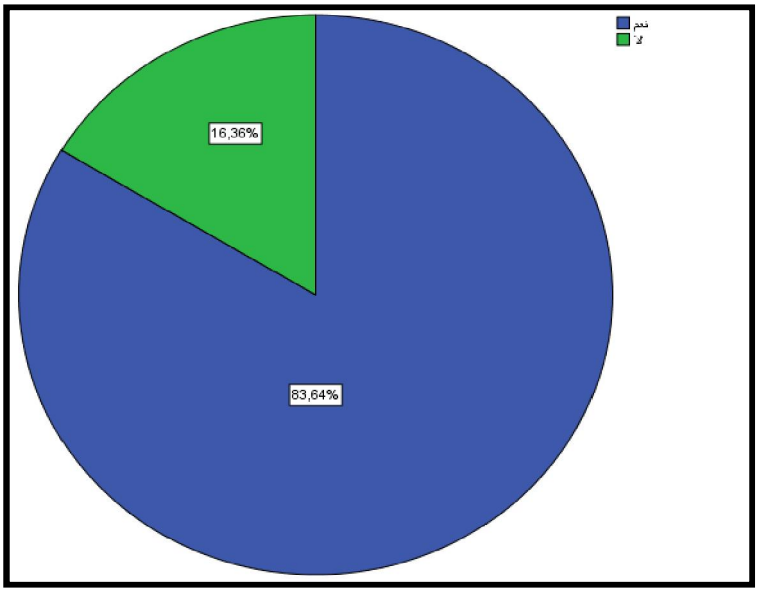
السؤال الحادي عشر: هل لديكم معلومات حول مكونات حمل التدريب؟

جدول رقم 11: يمثل التكرارات و النسب المؤوية حول معرفة مكونات حمل التدريب.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	46	83,6 %	24.89	3.84	1	0.05	دالة
لا	9	16,4 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 83.6% يملكون معلومات حول مكونات حمل التدريب، ونسبة 16.4% من مدربين ليس لديهم معلومات حول مكونات حمل التدريب، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 24.89 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 اذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال قراءتنا لنتائج الاستبيان الموضحة في الجدول نستطيع أن نقول بأن المدرب الذي يعرف مكونات حمل التدريب يستطيع تسطير الحصة التدريبية أفضل بل أحسن من الذي لا يعرفها حتى يتفادى اصبات اللاعبين،وهذا راجع بإلمام المدرب بالجانب النظري الذي له أهمية في مشواره التدريبي



شكل رقم 11: يمثل نسبة معرفة مكونات حمل التدريب للمدربين

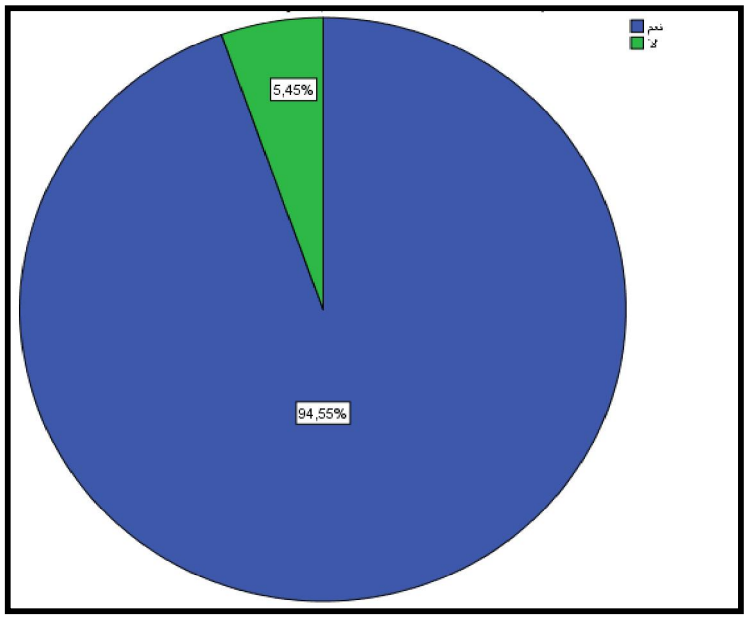
السؤال الثاني عشر: هل يتم اختيار تمارين حسب الهدف تدريبي؟

جدول رقم12: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اختيار تمارين حسب الهدف التدريبي.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	52	94,5 %	43.65	3.84	1	0.05	دالة
لا	3	5,5 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 94.5% يقومون باختيار التمارين حسب الهدف التدريبي، أما نسبة 5.5% لا يقومون باختيار التمارين حسب الهدف، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 43.65 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: حسب قراءتان لنتائج الاستبيان نستنتج أن المدربين الذي يحسنون نوع اختيار تمارين حسب الهدف التدريبي لديهم نجاعة في الوصول إلى الهدف المسطر في الحصة، بحيث كانت نتائجهم أفضل من الذين لا يقومون بتسطير تمارين بطريقة عشوائية.



شكل قم 12 : يمثل نسبة اختيار المدربين لتمارين حسب الهدف التدريبي

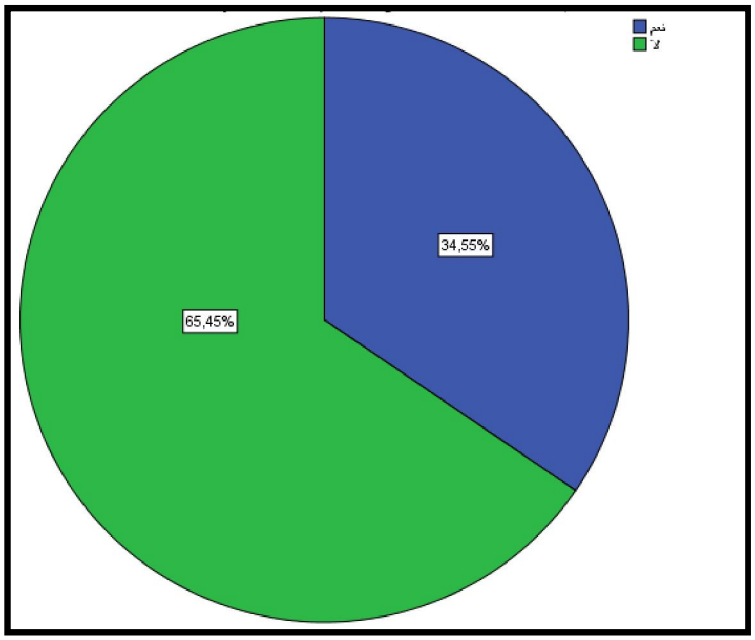
السؤال الثالث عشر: هل تعتمدون في تدريب على أسس علمية مرتبطة بعلوم أخرى؟

الجدول رقم 13: يمثل التكرارات و النسب المؤوية فاعتماد المدربين على أسس علمية مرتبطة بعلوم آخرى في التدريب.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	19	34,5 %	5.25	3.84	1	0.05	دالة
لا	36	65,5 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 34.5% من المدربين يعتمدون في التدريب على أسس علمية مرتبطة بعلوم آخرى، أما نسبة 65.5% من المدربين لا يعتمدون أثناء التدريبات على أسس علمية مرتبطة بعلوم آخرى، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 5.25 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 اذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من أهم عوامل نجاح المدربين هو إلمامهم بكافة العلوم الأخرى المرتبطة بالعملية التدريبية حث أن 34.5% من المدربين كان لاعبيهم في جاهزية تامة، في حين أن النسبة المتبقية كان لاعبيهم اقل جاهزية.



الشكل رقم 13: يمثل نسبة اعتماد المدربين على أسس علمية مرتبطة بعلوم آخرى

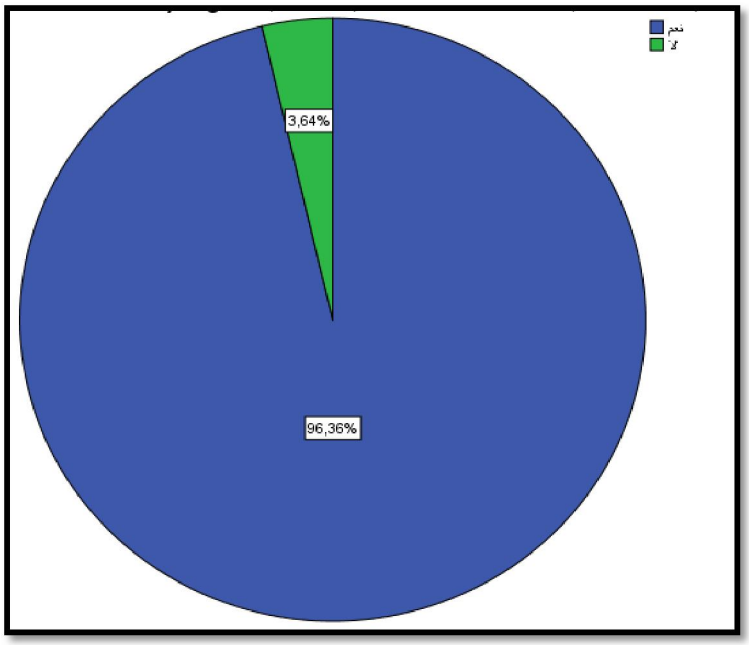
السؤال الرابع عشر: هل تشرح للاعبين بصورة تفصيلية عن كيفية تنفيذ خطة اللعب مقترحة فالمباراة ؟

الجدول رقم 14: يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن شرح المدرب للاعبين بصفة تفصيلية عن كيفية تنفيذ خطة اللعب.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	53	%96,4	47.29	3.84	1	0.05	دالة
لا	2	%3,6					
المجموع	55	%100					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 96.4% من المدربين يقومون بشرح للاعبين بصورة تفصيلية عن كيفية تنفيذ خطة اللعب، أما نسبة 3.6% من المدربين لا يقومون بالشرح للاعبين عن كيفية تنفيذ خطة اللعب بصورة تفصيلية، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 47.29 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: على المدرب أن يشرح للاعبيه خطة اللعب قبل الدخول للمباراة بصفة جد مفصلة، حيث أن هذه النقطة هي نقطة مهمة فالتصور المسبق لمراحل اللعب الذي يساهم في أداء الجيد، والمدرب الذي يشرح بصفة مفصلة يحقق نتائج أحسن من المدرب الذي لا يقوم بذلك و منه نستنتج ان شرح الخطة بصفة تفصيلية له أهمية في تحقيق النتائج .



الشكل رقم 14: يمثل نسبة شرح المدربين عن كيفية تنفيذ خطة اللعب

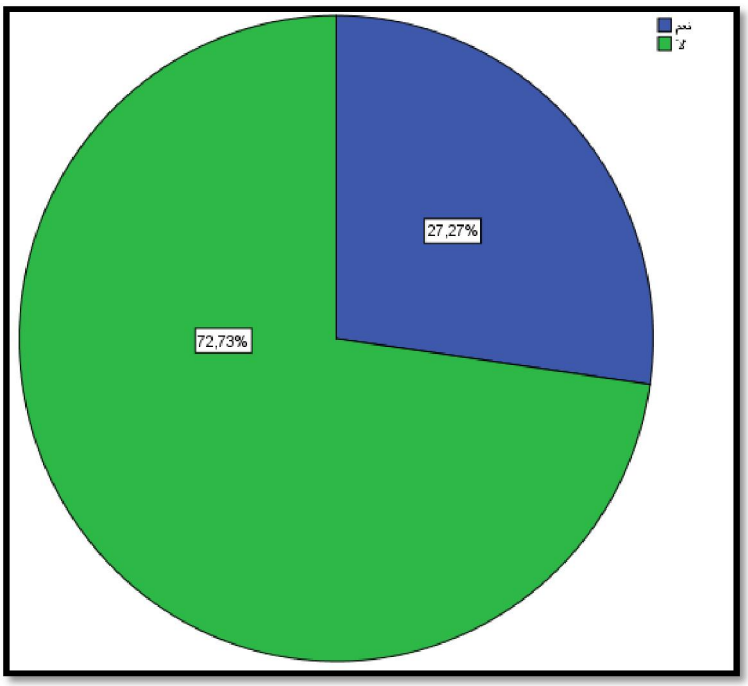
السؤال الخامس عشر: هل تستخدم وسائل تكنولوجية في عملية التدريب (كاميرا، كمبيوتر)؟

جدول رقم 15: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لاستخدام وسائل تكنولوجية في عملية التدريب.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	15	27,3 %	11.36	3.84	1	0.05	دالة
لا	40	72,7 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 27.3% من المدربين قاموا باستخدام وسائل تكنولوجية أثناء عملية التدريب، أما نسبة 72.7% من المدربين لم يقوموا باستخدام وسائل تكنولوجية أثناء عملية التدريب، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 11.36 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: اغلب المدربين الذين لا يعتمدون على الوسائل التكنولوجية كان لديهم صعوبة في تفسير و تحليل الحركات والمباريات، مقارنة بالمدربين الذين يمتلكون هذه الأدوات يسهل عليهم الشرح و التصوير المهارات في اذهان اللاعبين، حيث نستنتج أن الوسائل التكنولوجية لها أهمية في تسهيل عملية التدريبية .



الشكل رقم 15: يمثل نسبة استخدام المدربين للوسائل التكنولوجية أثناء عملية التدريب

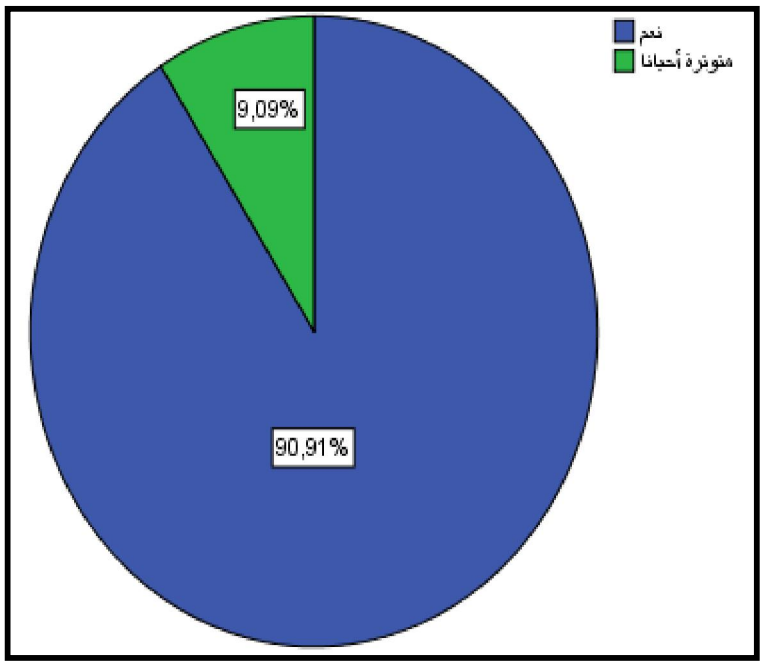
السؤال السادس عشر: هل علاقتك جيدة مع اللاعبين؟

جدول رقم 16: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لعلاقة المدرب مع اللاعبين.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	50	90.9%	36.82	3.84	1	0.05	دالة
متوترة أحيانا	5	9.1%					
المجموع	55	100%					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 90.9% من المدربين علاقتهم جيدة مع اللاعبين، في حين أن نسبة 9.1% من المدربين علاقتهم تتوتر أحيانا مع اللاعبين، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 36.82 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن من أهم العوامل في استقرار الفريق و تحصيل النتائج هي العلاقة الجيدة للمدرب مع لاعبيه.



شكل رقم 16: يمثل نسبة علاقة المدرب مع اللاعبين

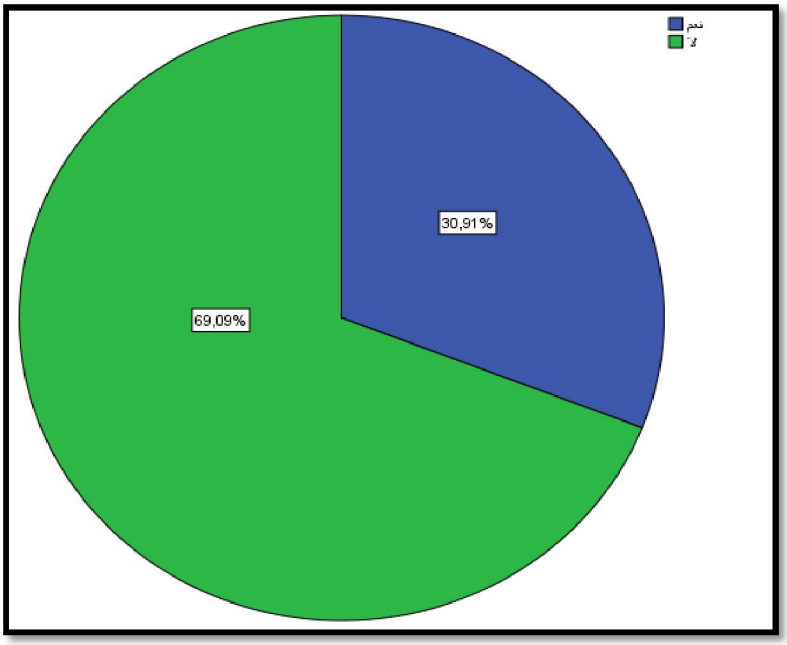
السؤال السابع عشر: هل سبق و أن تعرضت لمشكلة مع لاعب؟

الجدول رقم 17: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تعرض المدرب لمشكلة مع لاعبين

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	17	30,9 %	8.01	3.84	1	0.05	دالة
لا	38	69,1 %					
المجموع	55	100%					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 30.9% من المدربين سبق لهم وأن تعرضوا لمشكلة مع اللاعبين، أما نسبة 69.1% من المدربين لم يسبق لهم و أن تعرضوا لمشكلة مع أي لاعب، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 8.01 أكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال نتائج الاستبيان المعروضة في الجدول نستنتج أن اغلب المدربين لم يتعرضوا لمشاكل مع لاعبين وهذا ناتج عن حسن العلاقة بينهم و دليل على التكوين النفسي والبداغوجي لهم، مقارنة بالمدربين الذي كانت لديهم مشاكل.



الشكل رقم 17: يمثل نسبة إن سبق و تعرض المدرب لمشكلة مع أي لاعب

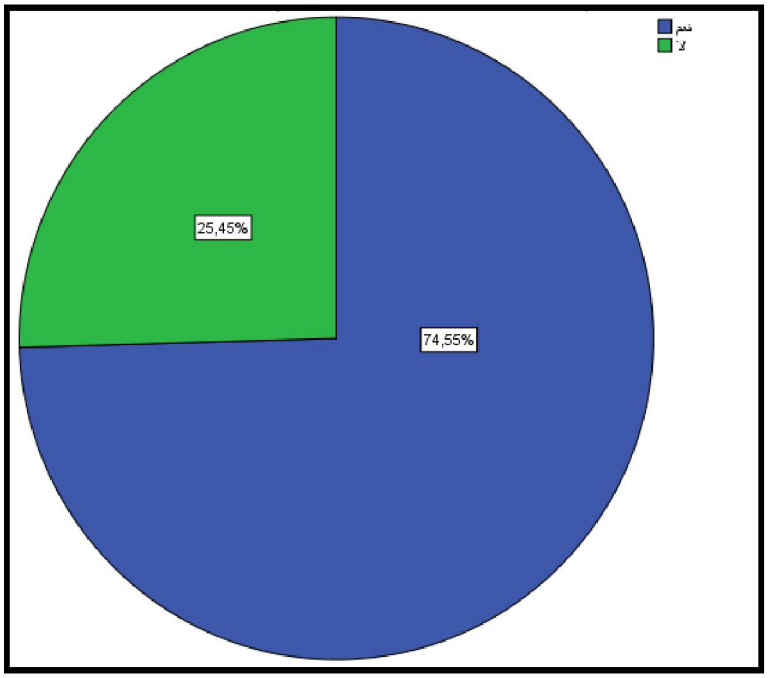
السؤال الثامن عشر: هل سبق و إن وصل احد لاعبيك لمستوى عالي؟

الجدول رقم 18: يمثل التكرارات و النسب المؤوية إن كان قد سبق و وصل أحد اللاعبين لمستوى عالي.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	41	74,5 %	13.25	3.84	1	0.05	دالة
لا	14	25,5 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 74.5% من المدربين يقولون أنه قد سبق و وصل أحد لاعبيهم إلى مستوى عالي، أما نسبة 25.5% من المدربين يقولون أنه لم يسبق لهم وان وصل أحد لاعبيهم إلى مستوى عالي، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 13.25 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول استنتجنا أن اغلب المدربين وصل لاعبيهم لمستويات عالية وهذا يعود بالنفع على مستقبل كرة القدم، وسبب هذا التألق يعود للانضباط والمواظبة، حيث هذا الأمر الذي أدى إلى تحقيق النتائج هو التكوين الأكاديمي الصحيح للمدربين.



الشكل رقم 18: يمثل نسبة ان سبق و وصل أحد اللاعبين إلى مستوى عالي

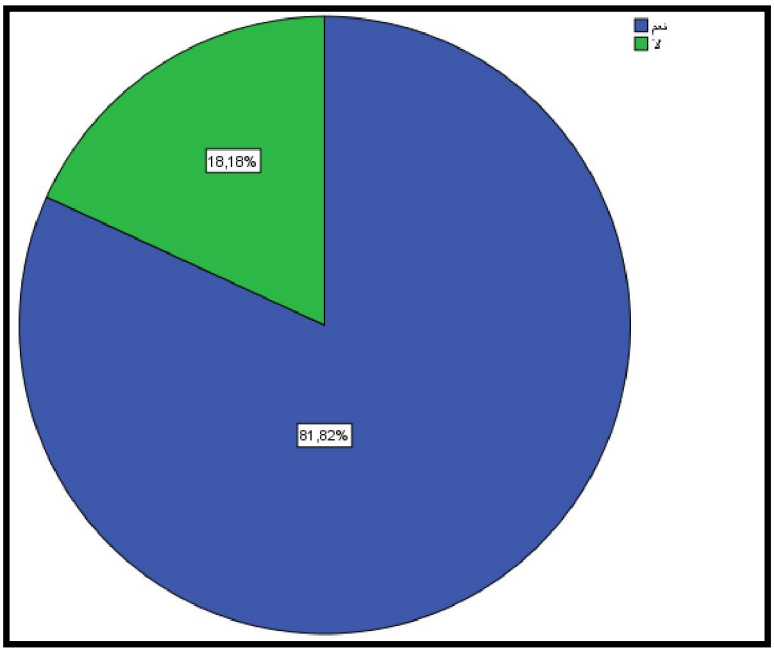
السؤال التاسع عشر: هل تستطيع السيطرة على نفسك عند الغضب أو انفعال عندما تختلف مع اللاعبين ؟

الجدول رقم 19: يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمدربين الذين يسيطرون على أنفسهم عند الغضب عندما يختلفون مع اللاعبين.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	45	81,8 %	22.27	3.84	1	0.05	دالة
لا	10	18,2 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 22.27% من المدربين يصرحون أنهم يستطيعون السيطرة على أنفسهم عند الغضب أو الانفعال اتجاه لاعبيهم، في حين أن نسبة 18.2% من المدربين لا يستطيعون السيطرة على أنفسهم عند الغضب أو الانفعال اتجاه لاعبيهم، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 22.27 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الإحصائيات المبينة في الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين يستطيعون السيطرة على أنفسهم أثناء الغضب أو الانفعال اتجاه لاعبيهم، وهذا راجع للتكوين النفسي في مثل هذه الأمور، مقارنة بالمدربين الذين لا يستطيعون السيطرة على أنفسهم، وهذا ممكن أن يكون بسبب الضغط الذي يواجهه المدرب من محاولة تحقيق النتائج أو يكون الأمر راجع لنقص التكوين النفسي و البيداغوجي.



الشكل رقم 19: يمثل نسبة سيطرة المدرب على نفسه أثناء الغضب

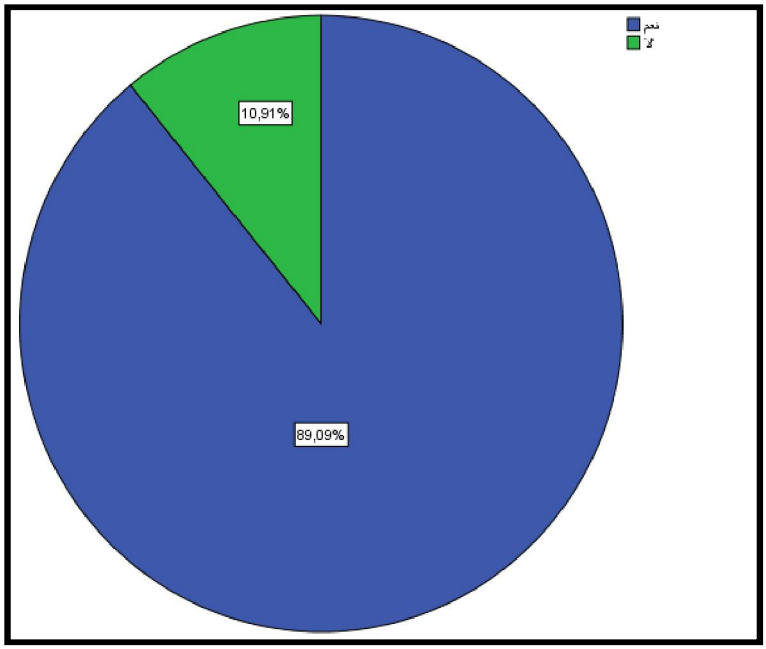
السؤال العشرون: هل تساعد اللاعبين في حالة تعرضهم لهجوم أو تعد؟

الجدول رقم 20: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمساعدة اللاعبين عند تعرضهم لهجوم أو تعدٍ.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	49	89.1%	33.61	3.84	1	0.05	دالة
لا	06	10.9%					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 89.1% من المدربين يقومون بمساعدة لاعبيهم في حالة تعرضهم لهجوم أو تعد، أما نسبة 10.9% من المدربين لا يقومون بمساعدة لاعبيهم في حالة تعرضهم لهجوم أو تعد، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 33.61 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: : و من خلال الجدول نستنتج أن اغلب المدربين يساعدون لاعبين عند تعرضهم لهجوم أو تعد، وذلك من أجل حمايتهم، حيث هذا الأمر يعود للعلاقة الجيدة و الوطيدة مع لاعبيهم مقارنة بالمدربين الذين لا يساعدون لاعبيهم.



الشكل رقم 20: يمثل نسبة مساعدة المدربين للاعبيهم عند تعرضهم لمشكلة أو تعدٍ

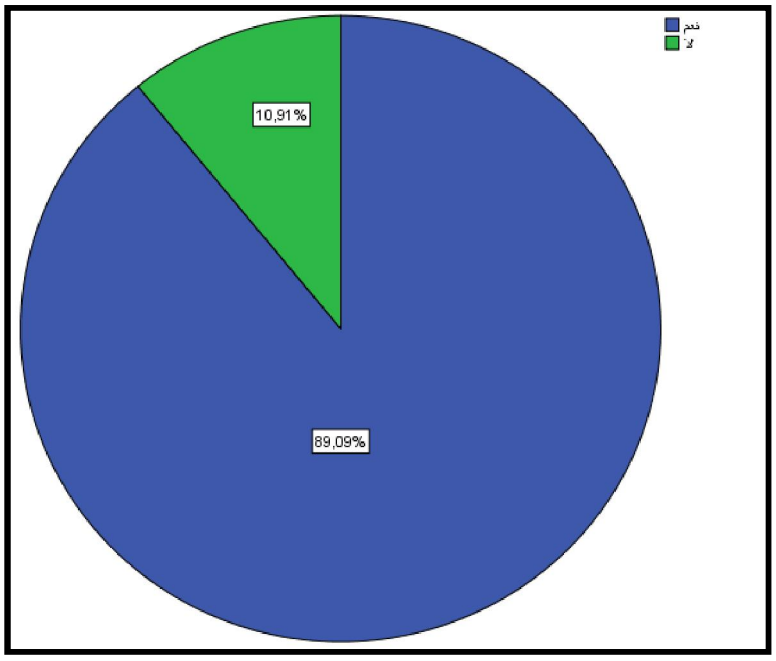
السؤال الواحد والعشرون: إذا قام احد أفراد الفريق بنصيحة هل تتقبلها؟

الجدول رقم 21: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تقبل المدرب لنصيحة من أحد لاعبيه

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	49	89.1%	33.61	3.84	1	0.05	دالة
لا	06	10.9%					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 89.1% من المدربين يتقبلون نصيحة من أحد اللاعبين، في حين أن نسبة 10.9% من المدربين لا يتقبلون النصيحة، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 33.61 اكبر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين يتقبلون النصيحة من أفراد الفريق، وهذه ميزة ايجابية كبيرة للمدربين الذين لديهم مستوى فكري عالي مقارنة المدربين الذين لا يتقبلون النصيحة.



الشكل رقم 21: يمثل نسبة تقبل المدربين للنصيحة من أحد اللاعبين

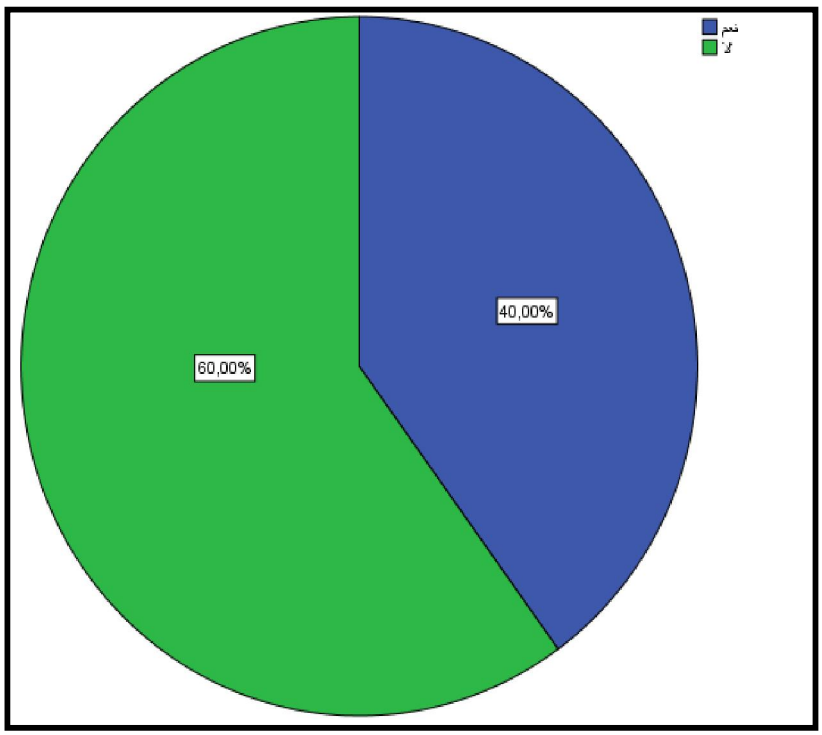
السؤال الثاني والعشرون: هل تتبادل الآراء مع لاعبين ؟

الجدول رقم 22: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تبادل الآراء مع اللاعبين

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	22	40,0 %	2.20	3.84	1	0.05	غير دالة
لا	33	60,0 %					
المجموع	55	100 %					

تحليل الجدول: من خلال جدول اتضح لنا أن نسبة 40.0% من المدربين يجتمعون مع اللاعبين في أوقات وأماكن آخرى، في حين أن نسبة 60.0% من المدربين لا يجتمعون مع اللاعبين في أوقات و أماكن آخرى، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا² مبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا² محسوبة 2.20 اصغر من كا² الجدولية 3.84 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0.05 إذن لا توجد دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين لا يجتمعون مع اللاعبين في أوقات و أماكن آخرى غير أوقات التدريب و المباريات، لكن المدربين الذين يجتمعون مع لاعبيهم لهم علاقة وطيدة .



الشكل رقم 22: يمثل نسبة اجتماع المدرب مع اللاعبين في أماكن وأوقات آخرى.

3. عرض و تحليل الاستبيان الموجه للاعبين:

المحور الأول : كفاءة المدرب

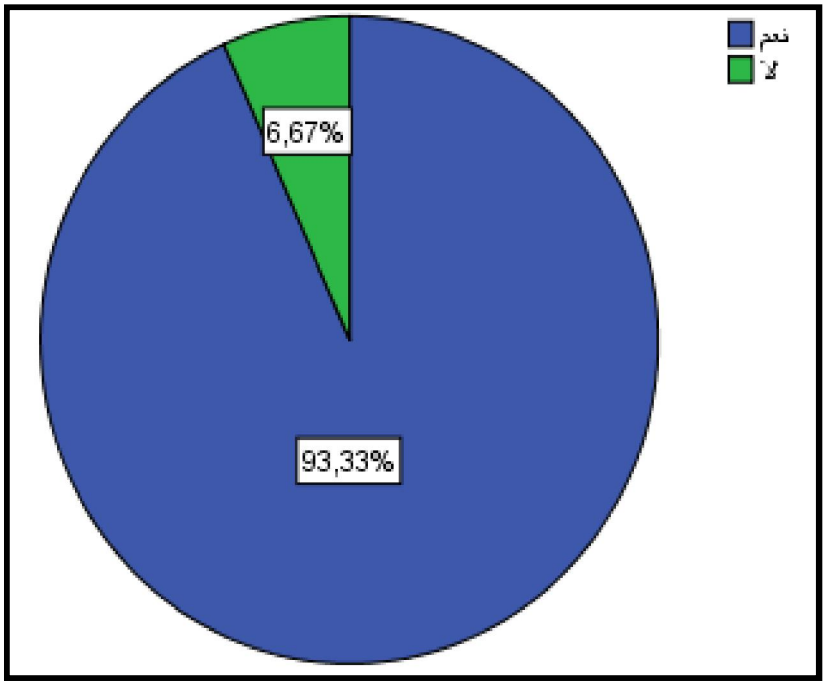
السؤال الأول: هل لكم فكرة عن ما هو البرنامج التدريبي ؟

الجدول رقم01: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في تعرف اللاعبين على البرنامج التدريبي

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	56	93.3%	45.06	3.84	1	0.05	دالة
لا	4	6.7%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 93.3% من اللاعبين لديهم فكرة عن ما هو البرنامج التدريبي، أما نسبة 6.7% ليس لديهم أي فكرة عن ما هو هذا البرنامج التدريبي، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 45.06 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن معظم اللاعبين لديهم فكرة أو تصور عن ما هو البرنامج التدريبي وهذا راجع لدور المدرب في شرح البرنامج التدريبي



الشكل رقم 01: يمثل نسبة معرفة اللاعبين للبرنامج التدريبي

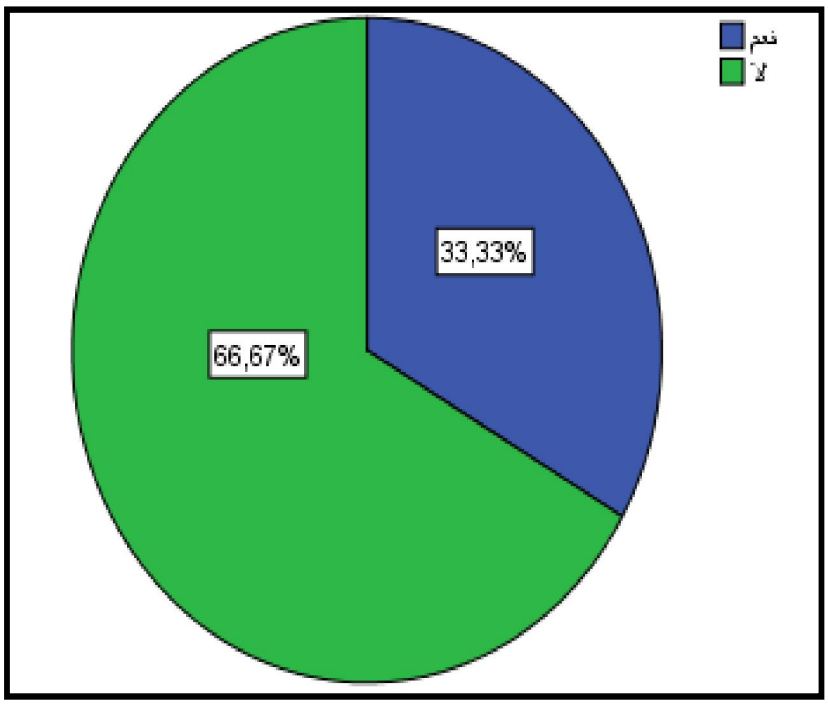
السؤال الثاني: هل لديكم تصور مسبق على مراحل الحصة التدريبية؟

الجدول رقم 02: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمعرفة اللاعبين بمراحل الحصة التدريبية.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	20	33,3%	6.67	3.84	1	0.05	دالة
لا	40	66,7%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 33.3% من اللاعبون يعرفون مراحل الحصة التدريبية، أما نسبة 66.7 % لا يعرفونها، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 6.67 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن معظم اللاعبين لا يعرفون ما هي مراحل الحصة التدريبية وهذا بسبب عدم شرح و تفصيل المدربين لمحتوى الحصة التدريبية اليومية.



الشكر رقم 02: يمثل معرفة اللاعبين بمراحل الحصة التدريبية

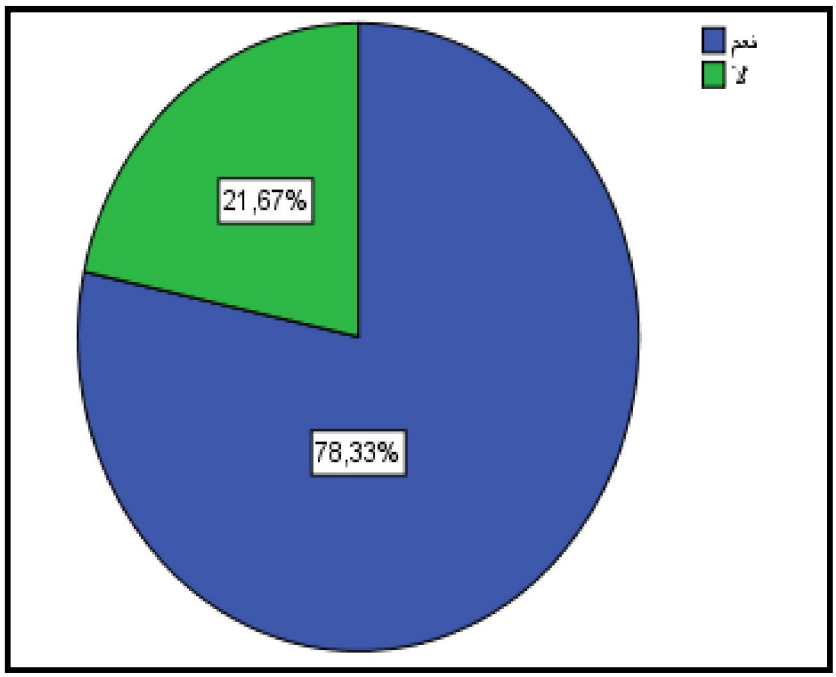
السؤال الثالث: هل تدركون ما أهمية الوحدة التدريبية ؟

الجدول رقم 03: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمدى أدراك اللاعبين للوحدة التدريبية

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	47	78,3%	19.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	13	21,7%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 78.3% من اللاعبون يدركون أهمية الوحدة التدريبية، أما نسبة 21.7 % لا يدركون ما أهميتها، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 19.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية اللاعبين يعرفون مدى أهمية الوحدة التدريبية.



الشكل رقم03: يمثل نسبة إدراك اللاعبين للوحدة التدريبية

السؤال الرابع: هل تقومون باختبارات ؟

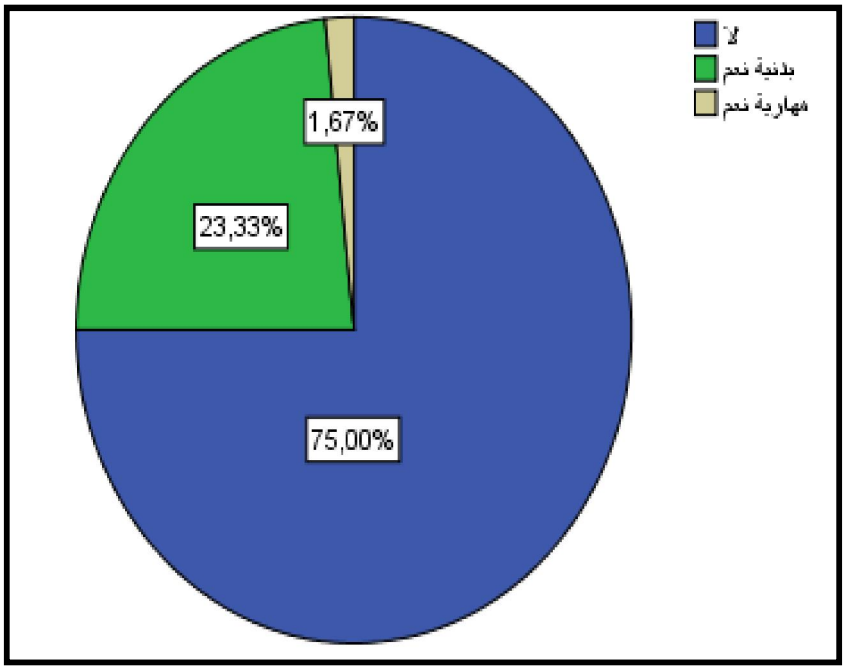
إذا كانت **نعم** ما نوع هذه الاختبارات : بدنية أم مهارية

الجدول رقم 4: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لنوع الاختبارات التي يقوم بها المدربين

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
لا	45	75,0%	51.10	5.99	2	0.05	دالة
نعم بدنية	14	23,3%					
نعم مهارية	1	1,7%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 75.0% من اللاعبون لا يقومون باختبارات سواء بدنية أو مهارية، أما نسبة 23.3 % من اللاعبين يقومون باختبارات بدنية، ونسبة 1.7% من اللاعبين يقومون باختبارات مهارية، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 51.10 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن معظم اللاعبين لا يتم إخضاعهم لاختبارات سواء كانت بدنية أو مهارية



الشكل رقم 04: يمثل نسبة الاختبارات التي يقوم بها المدربين

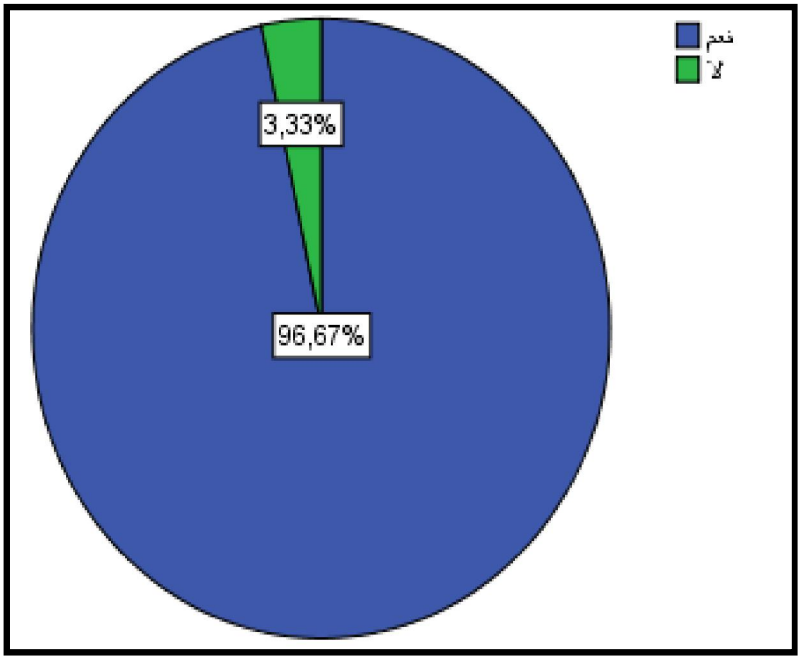
السؤال الخامس: هل يشرح لكم المدرب محتوى الحصة؟

الجدول رقم 05: يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن شرح المدرب لمحتوى الحصة التدريبية

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	58	96.7%	52.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	2	3.3%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 96.7% من اللاعبين يقولون أن المدرب يقوم بشرح محتوى الحصة، أما نسبة 3.3 % يقولون أن المدرب لا يشرح محتوى الحصة، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 52.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن المدربين يقومون بشرح محتوى الحصة للاعبين.



الشكل رقم 05: يمثل نسبة شرح المدرب لمحتوى الحصة التدريبية

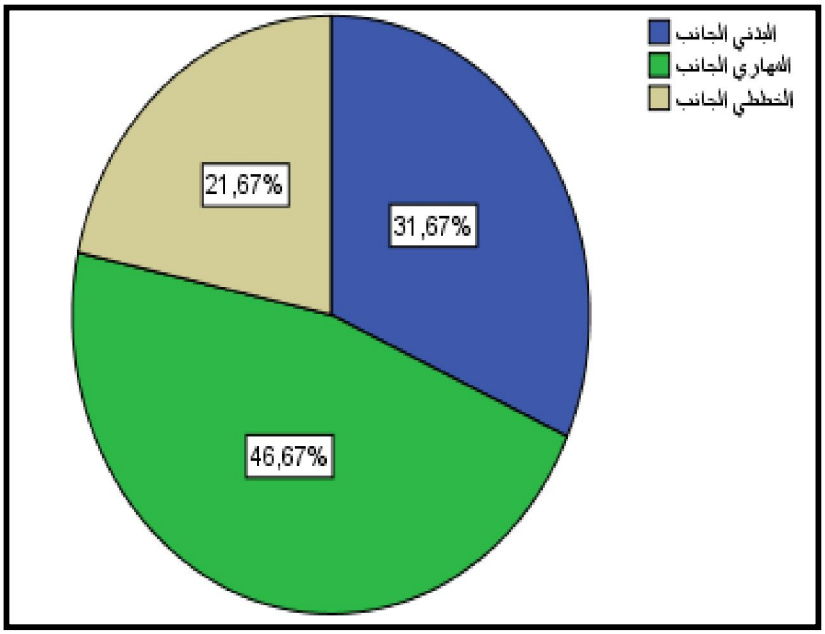
السؤال السادس: ماذا يراعي المدرب أكثر؟

الجدول رقم 06: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لمراعاة المدرب لمختل الجوانب البدنية المهارية والخططية في التدريبات

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الجانب البدني	19	31,7%	5.70	5.99	2	0.05	دالة
الجانب المهاري	28	46,7%					
الجانب الخططي	13	21,7%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 96.7% من اللاعبين يقولون أن المدرب يقوم بشرح محتوى الحصة، أما نسبة 3.3 % يقولون أن المدرب لا يشرح محتوى الحصة، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 52.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن المدربين يروعون تقريبا كل الجوانب البدنية المهارية والجانب الخططي في عملية التدريب مع التركيز كثيرا على الجانب المهاري.



الشكل رقم 06: يمثل نسبة مراعاة المدرب لمختل الجوانب البدنية المهارية والخططية أثناء التدريبات

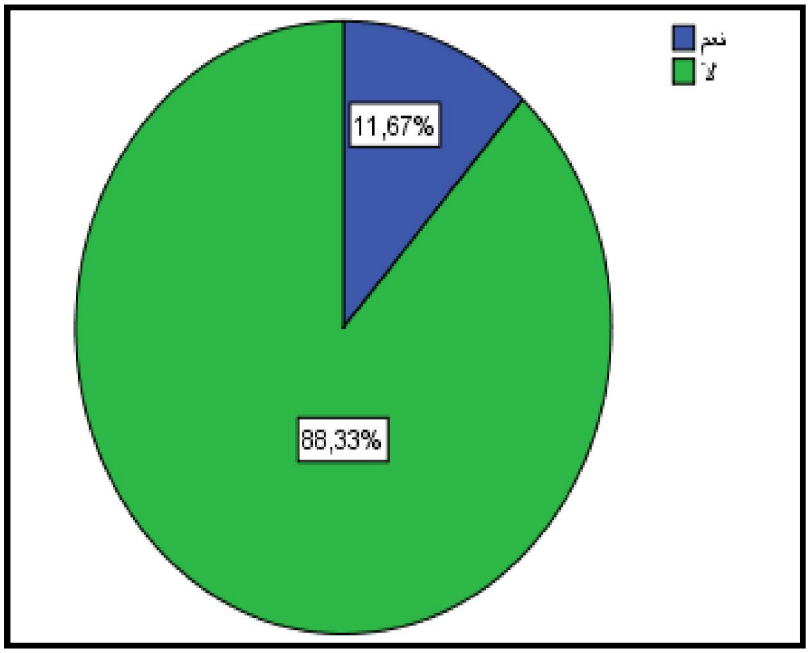
السؤال السابع: هل قمتم من قبل بالتدرب بأدوات تكنولوجية متطورة؟

الجدول رقم 07: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في إمكانية قيام اللاعبين بالتدرب على أدوات تكنولوجية متطورة

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	07	11.7%	35.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	53	88.3%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 11.7% من اللاعبين قاموا بالتدرب على أدوات تكنولوجية متطورة، أما نسبة 88.3 % لم يقوموا بالتدرب على أدوات تكنولوجية متطورة مثل البساط المتحرك و الدراجة الهوائية الثابتة و ما إلى ذلك، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 35.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أنه لا تتوفر للاعبين في مراكز التدريب مختلف الأدوات التكنولوجية المتطورة التي تساعدهم على زيادة المهارة والقدرة البدنية.



الشكل رقم 07: يمثل نسبة تدرب اللاعبين على أدوات تكنولوجية متطورة

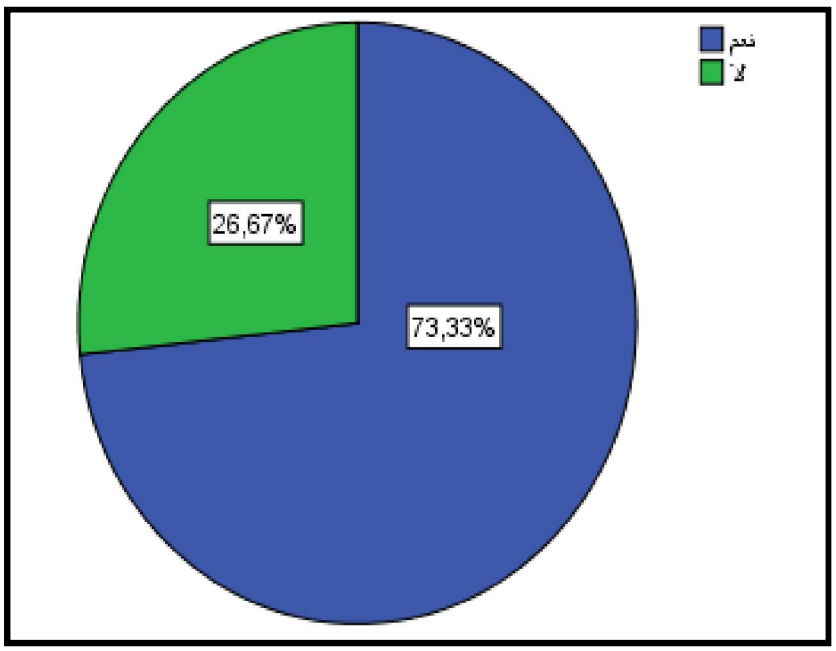
السؤال الثامن: هل لديكم فكرة عن أهمية الإحماء ؟

الجدول رقم 08: يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن مدى تكون فكرة عن أهمية الإحماء لدى اللاعبين

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	44	73,3%	13.06	3.84	1	0.05	دالة
لا	16	26,7%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول اتضح لنا أن نسبة 73.3%من اللاعبين لديهم فكرة عن أهمية الإحماء، أما نسبة 26.7 % ليس لديهم أي فكرة عن أهمية الإحماء، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 13.06 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أنه أغلبية اللاعبين لديهم فكرة عن أهمية الإحماء قبل بداية التمارين والمباريات، أما النسبة المتبقية فيمكن أنها لم تستوعب شرح المدرب لهذه المرحلة أو لكثرة غيابها عن التدريبات.



الشكل رقم 08: يمثل مدى استيعاب اللاعبين لأهمية الإحماء

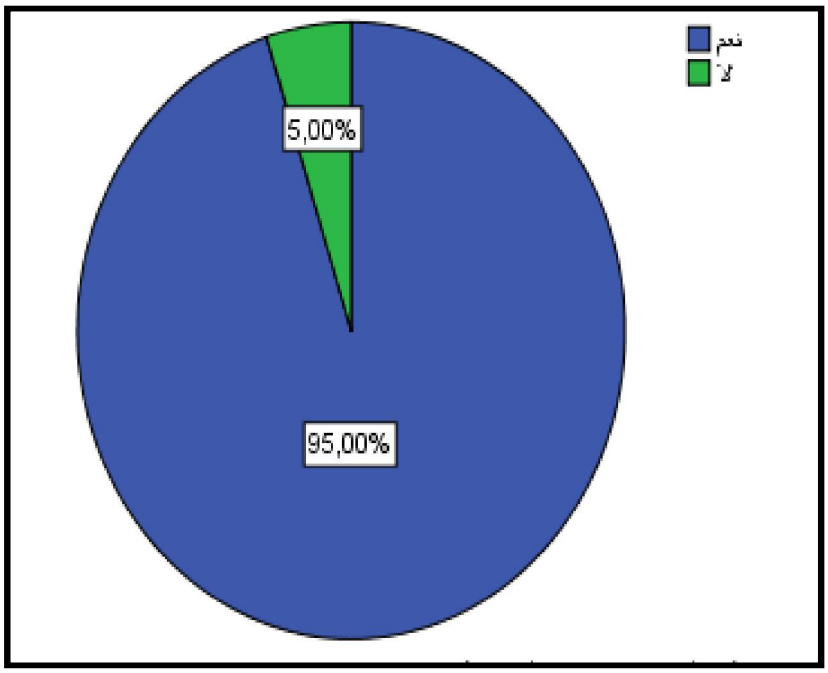
السؤال التاسع: هل يعتمد المدرب على تتكرر التمارين كل حصة أم على مبدأ التنويع؟

الجدول رقم 09: يمثل التكرارات و النسب المؤوية عن اعتماد المدرب على تكرار التمارين كل حصة أم على مبدأ التنويع

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	57	95%	52.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	3	5%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 96.7%من اللاعبين يقولون أنه هناك تكرار للتمارين، أما نسبة 3.3% يقولون أنه لا يعتمد على تكرارا بل على مبدأ التنوع في التمارين، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 52.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن المدربين لا يعتمدون على مبدأ التنوع في التمارين كثيرا بل يعتمدون في الغالب على تكرار التمارين كل حصة تقريبا و بطبيعة الحال هذا لا يعود بالفائدة الكبيرة على الفرق و الناشئين في كرة القدم.



الشكل رقم 09: يمثل حقيقة اعتماد المدرب على تكرار التمارين كل حصة أم على مبدأ التنويع

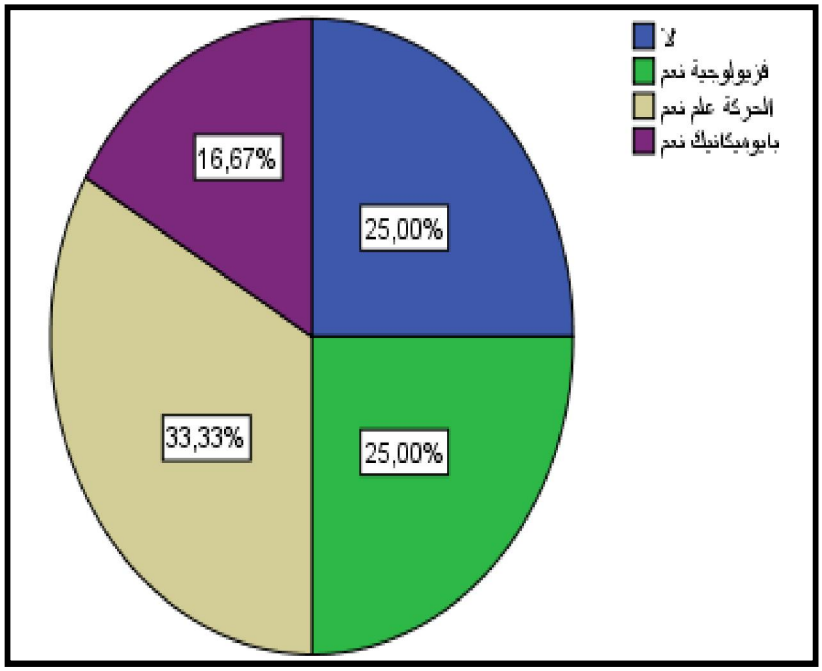
السؤال العاشر: هل يربط لكم المدرب التمارين بعلوم آخرى؟

الجدول رقم 10: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في ربط المدرب التمارين بعلوم آخرى.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
لا	15	25,0%	3.33	7.82	3	0.05	غير دالة
نعم فسيولوجية	15	25,0%					
نعم علم الحركة	20	33,3%					
نعم بايوميكانيك	10	16,7%					
المجموع	60	100,0%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 25.0%من اللاعبين يقولون أنه لا يربط المدرب التمارين بعلوم آخرى، أما نسبة 25.0% يقولون أنه نعم يربط المدرب التمارين بعلوم فسيولوجية، و نسبة 33.3% يقولون أنه نعم يربط المدرب التمارين بعلم الحركة، ونسبة 16.7% يقولون أنه نعم يربط المدرب التمارين بعلم بايوميكانيك، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 3.33 أصغر من قيمة كا^2 المجدولة7.82 عند درجة الحرية 3 و مستوى الدلالة 0.05، إذن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن المدربين لا يعتمدون على مبدأ التنوع في التمارين كثيرا بل يعتمدون في الغالب على تكرار التمارين كل حصة تقريبا وبطبيعة الحال هذا لا يعود بالفائدة الكبيرة على الفرق والناشئين في كرة القدم.



الشكل رقم 10: يمثل نسبة ربط المدرب التمارين بعلوم آخرى

المحور الثاني:علاقة المدرب باللاعبين

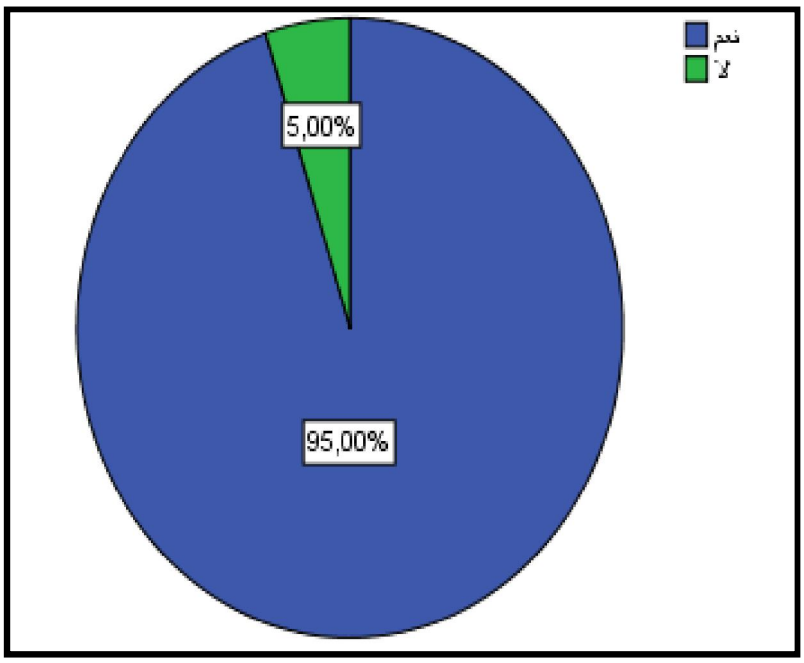
السؤال الحادي عشر: هل تجتمعون مع المدرب في أوقات و أماكن أخرى؟

الجدول رقم 11: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اجتماع المدرب مع اللاعبين في غير أوقات و أماكن أخرى.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	57	95%	48.60	3.84	1	0.05	دالة
لا	3	5%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 95%من اللاعبين يصرحون بأنهم يجتمعون مع المدرب في أوقات وأماكن أخرى من غير المباريات والتدريبات، أما نسبة 05% يصرحون بأنهم لا يجتمعون مع المدرب في أوقات وأماكن أخرى من غير المباريات والتدريبات، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 48.60 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين يجتمعون مع اللاعبين في غير أوقات التدريب و المباريات وهذا يعد من الإيجابيات في تكوين العلاقة بين المدرب و اللاعبين.



الشكل رقم 11: يمثل نسبة اجتماع المدرب مع اللاعبين في أماكن أخرى و من غير أوقات التدريب

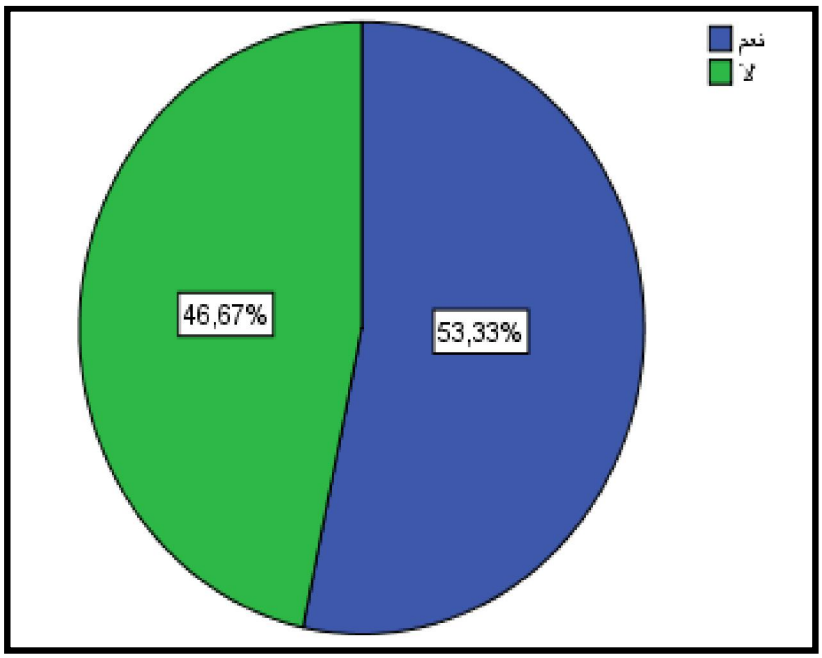
السؤال الثاني عشر: هل يدافع عنكم المدرب عند تعرضكم لمشاكل؟

الجدول رقم 12: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في دفاع المدرب عن لاعبيه عند تعرضهم لمشاكل.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	32	53.3%	0.26	3.84	1	0.05	غير دالة
لا	28	46.7%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 53.3%من اللاعبين يؤكدون بأن المدرب يقوم بالدفاع عنهم أثناء المباريات أو التدريبات عند تعرضهم للمشاكل، أما نسبة 46.7% يصرحون بأن المدرب لا يقوم بالدفاع عنهم، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 0.26 أصغر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة 0.05، إذن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن بعض المدربين يدافعون عن لاعبيهم و هذا إن دل فإنه يدل على أن الفريق عائلة واحدة.



الشكل رقم 12: يمثل نسبة دفاع المدرب عن لاعبيه عند تعرض لمشاكل

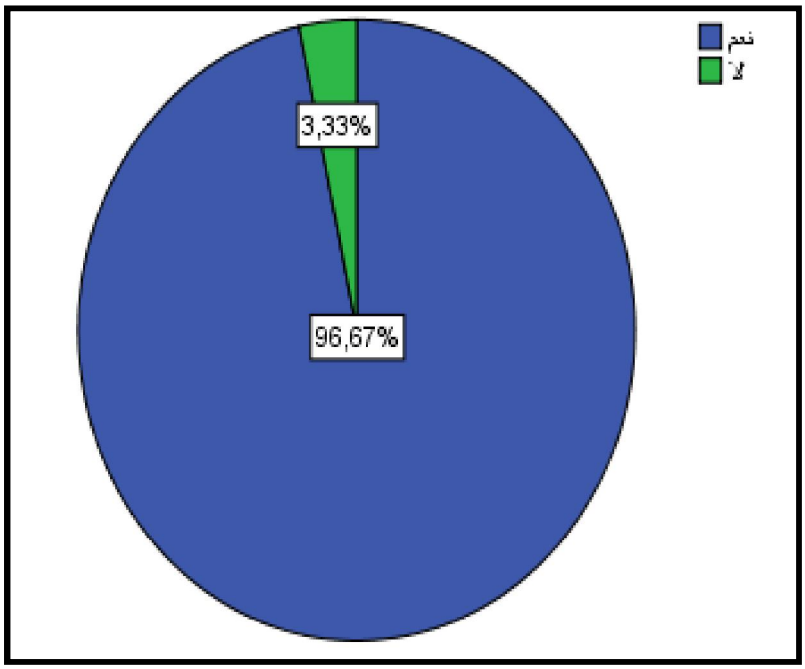
السؤال الثالث عشر: عند الغضب أو الخسارة هل يقوم المدرب برفع يديه والاشالة بهما

الجدول رقم 13: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في ما إذا كان المدرب يرفع يديه و الاشالة بهما عند الغضب أو الخسارة في المباريات

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	58	96.7%	52.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	2	3.3%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 96.7%من اللاعبين يقولون بأن المدرب يقوم برفع يديه والاشالة بهما عند الغضب أو الخسارة في المباريات، أما نسبة 3.3% يصرحون بأن المدرب لا يقوم برفع يديه ، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 52.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين يقومون برفع أيديهم والاشالة بها عند الغضب أو الخسارة في المباريات، حيث يعد هذا الأمر من السلبيات والتي من الممكن أن تسبب الإحراج لأي لاعب، كما أنه من الممكن أن يكون أحد الأسباب في عدم إعطاء اللاعب المردودية والجودة المرجوة منه أثناء المباريات



الشكل رقم 13: يمثل نسبة رفع المدرب ليديه و الاشالة بهما عند الغضب أو الخسارة في المباريات

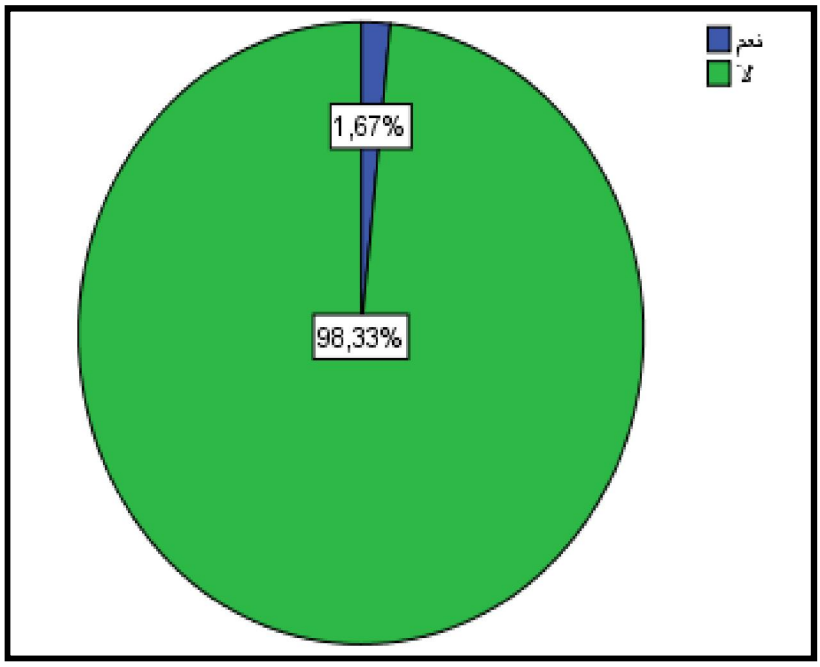
السؤال الرابع عشر: هل يستعمل المدرب معكم مصطلحات السب و الشتم؟

الجدول رقم 14: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في استعمال المدرب مصطلحات السب و الشتم.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	01	1.6%	56.06	3.84	1	0.05	دالة
لا	59	98.3%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 1.1%من اللاعبين يصرحون بأن المدرب يستعمل مصطلحات السب والشتم أثناء المباريات، أما نسبة 98.3% يقولون بأن المدرب لا يستعمل هذه المصطلحات، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 56.06 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن كل المدربين تقريبا لا يستعملون مصطلحات السب و الشتم أثناء المباريات، أما عند حدوث مثل هذا الأمر فمن الممكن أن يسبب مشاكل بين اللاعب و مدربه و خلق انقسامات وفجوات في الفريق.



الشكل رقم 14: يمثل نسبة استعمال المدرب لألفاظ السب و الشتم

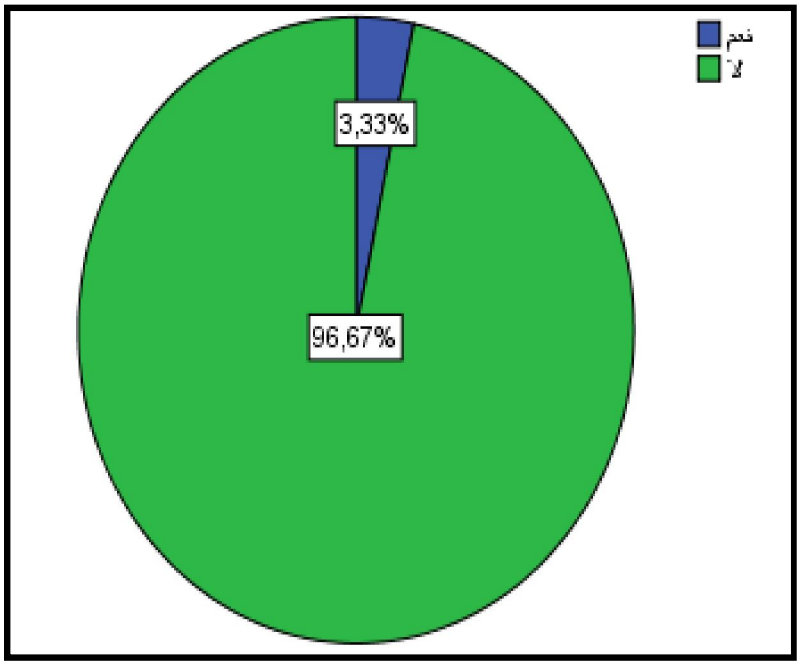
السؤال الخامس عشر: هل سبق و إن تعرضتم لمشكل مع المدرب؟

الجدول رقم15: يمثل التكرارات و النسب المؤوية لتعرض اللاعب لمشكلة مع المدرب.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	2	3.3%	52.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	58	96.7%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 3.3% من اللاعبين يصرحون بأنهم سبق لهم و أن تعرضوا لمشكلة مع المدرب، أما نسبة 96.7% فإنهم يقولون بأنهم لم يسبق لهم و أن تعرضوا لأي مشكلة مع المدرب، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 52.26 أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن المدربين يحسنون التعامل مع اللاعب الناشئ أثناء التدريبات و المباريات.



الشكل رقم 15: يمثل نسبة تعرض اللاعب لمشكلة مع المدرب

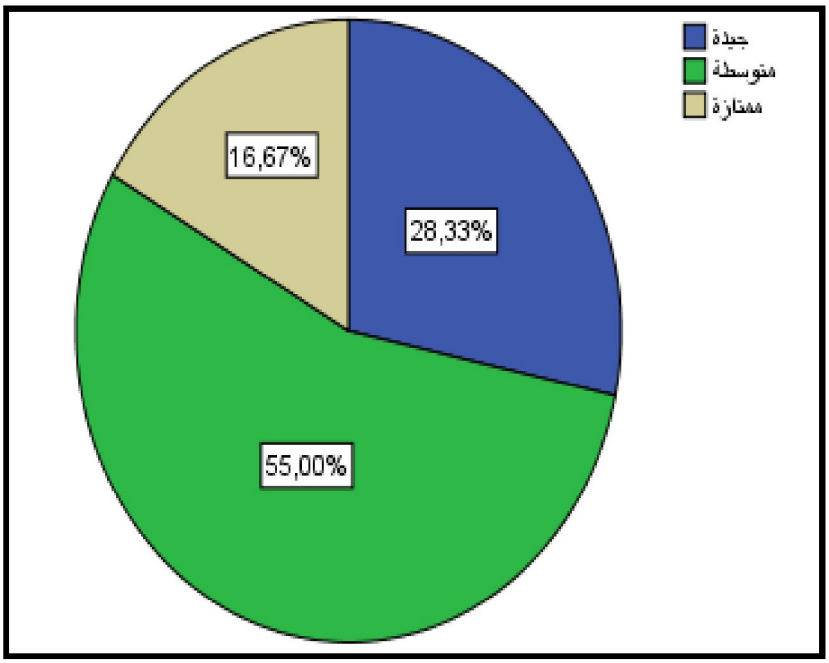
السؤال السادس عشر: ما هي علاقتكم مع المدرب؟

الجدول رقم 16: يمثل التكرارات و النسب المؤوية بين علاقة المدرب و اللاعبين.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
جيدة	17	28.2%	13.90	5.99	1	0.05	دالة
متوسطة	33	55%					
ممتازة	10	16.7%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 28.2% من اللاعبين علاقتهم جيدة بالمدرب ، ونسبة 55% علاقتهم متوسطة مع المدرب، أما 16.7% من اللاعبين فإن علاقتهم ممتازة مع المدرب، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 13.90 هي أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن العلاقة مقبولة إلى حد بعيد بين اللاعبين و مدربيهم على أن يتم تحسينها في المستقبل.



الشكل رقم 16: يمثل نسبة علاقة المدرب باللاعبين

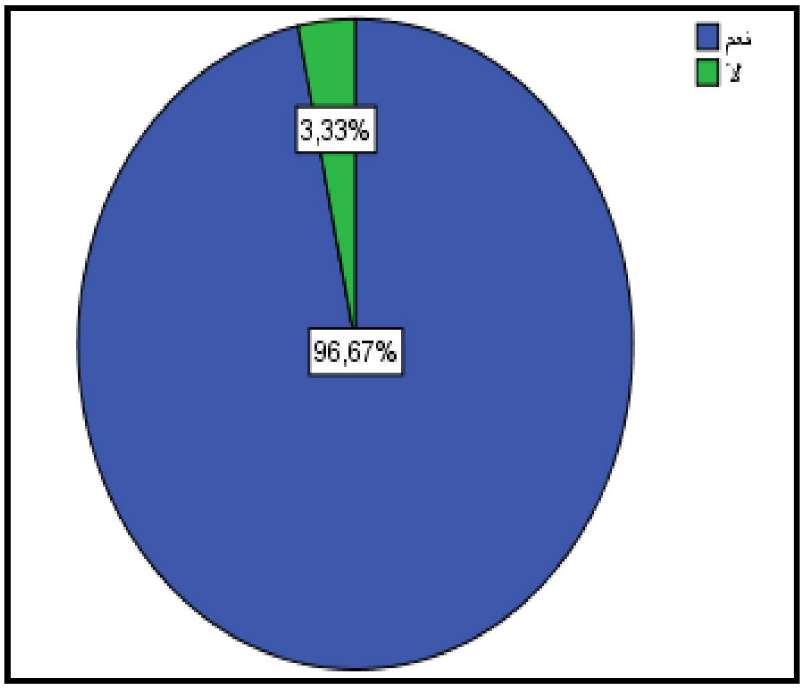
السؤال السابع عشر: هل كان لكم نصيب بالمشاركة في المباريات الهامة؟

الجدول رقم 17: يمثل التكرارات و النسب المؤوية للمشاركة اللاعبين في المباريات الهامة.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	58	96.7%	52.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	2	3.3%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 96.7% من اللاعبين كانت لهم نصيب بالمشاركة في المباريات الهامة، ونسبة 3.3% لم يكن لهم نصيب بالمشاركة في المباريات الهامة، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 52.26 هي أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية اللاعبين كان لهم نصيب بالمشاركة في المباريات الهامة، وهذا إن دل فإنه يدل على أن اللاعبين جديين في التدريبات والمباريات.



الشكل رقم 17: يمثل نسب اللاعبين المشاركين في المباريات المهمة

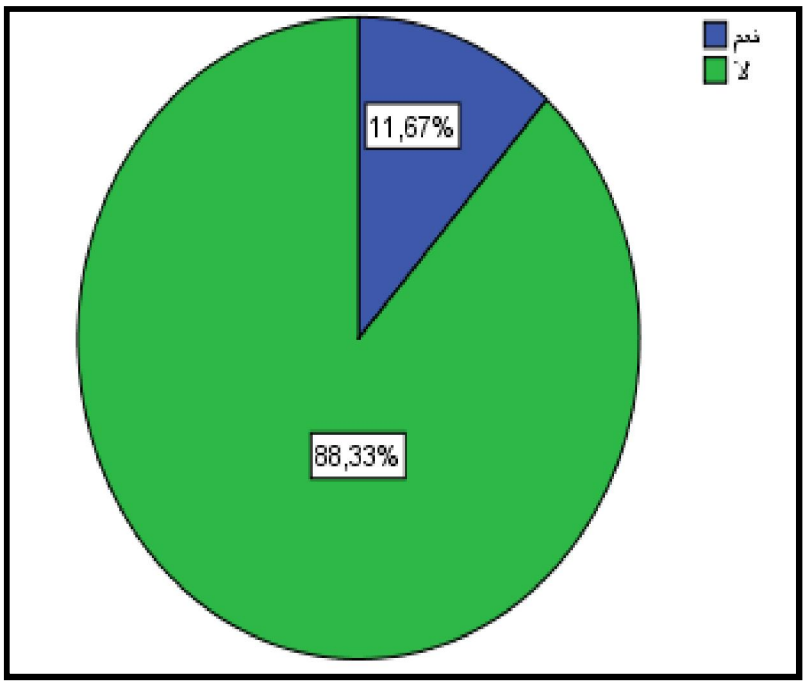
السؤال الثامن عشر: هل لمدربكم مساعدين؟

الجدول رقم 18: يمثل التكرارات و النسب المؤوية إن كان للمدربين مساعدين

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	7	11.7%	35.26	3.84	1	0.05	دالة
لا	53	88.3%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 11.7% من اللاعبين يصرحون أن مدربيهم يعملون رفقة مساعدين، ونسبة 88.3% يصرحون أن مدربيهم يعملون لوحدهم، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 35.26 هي أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن أغلبية المدربين الذين تم الاحتكاك معهم يعملون لوحدهم والذي من شأنه أن يرهق و يتعب المدرب.



الشكل رقم 18: يمثل نسب عمل المدربين مع مساعدين

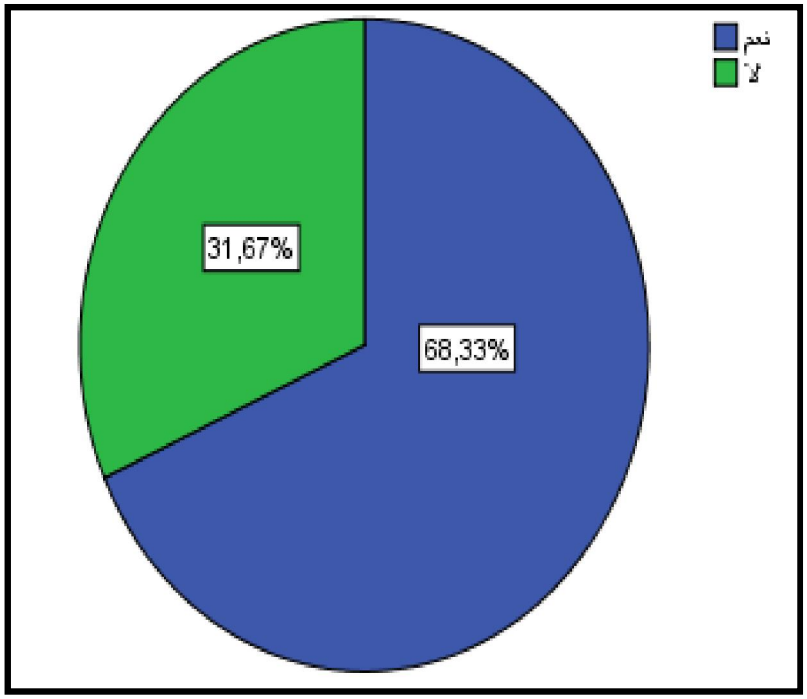
السؤال التاسع عشر: هل سبق و أن اكتشف مدربكم مواهب صاعدة؟

الجدول رقم 19: يمثل التكرارات و النسب المؤوية في اكتشاف المدرب للمواهب الصاعدة

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	41	68.3%	8.06	3.84	1	0.05	دالة
لا	19	31.7%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 68.3% من اللاعبين يصرحون أن مدربيهم اكتشفوا مواهب صاعدة، ونسبة 31.7% يصرحون أن مدربيهم لم يكتشفوا مواهب صاعدة، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 8.06 هي أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن الأكاديميات الرياضية هي الفعل مكان مناسب لاكتشاف و صقل المواهب الصاعدة.



الشكل رقم 19: يمثل نسب اكتشاف المدرب للمواهب الصاعدة

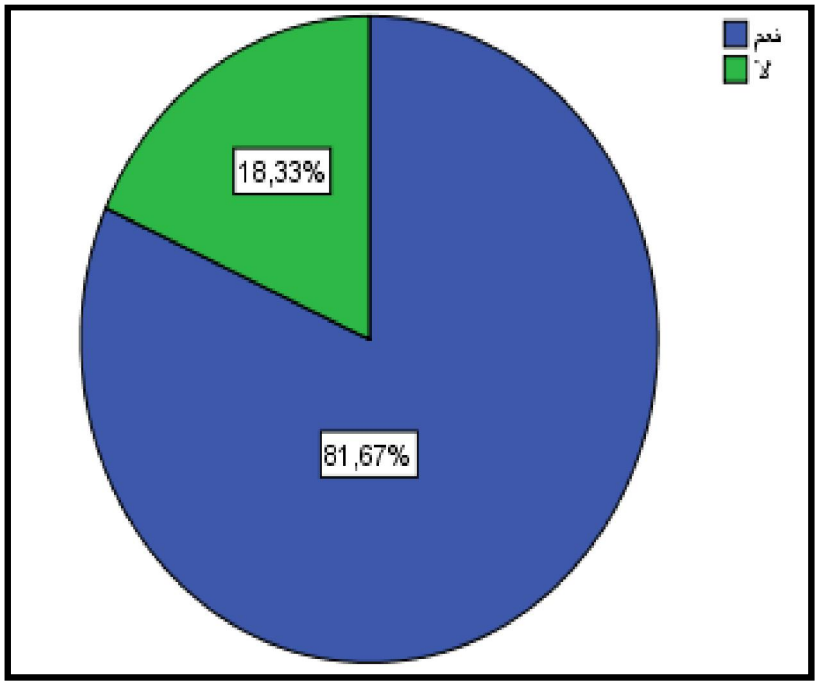
السؤال العشرون: هل تتكلمون مع مدربكم عن أموركم الخاصة؟

الجدول رقم 20: يمثل التكرارات و النسب المئوية في تكلم اللاعبين مع مدربيهم على أمورهم الشخصية.

	التكرار	النسبة المئوية	كا2	كا2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
نعم	49	81.7%	24.06	3.84	1	0.05	دالة
لا	11	18.3%					
المجموع	60	100%					

الجدول: من خلال الجدول يتضح لنا أن نسبة 81.7% من اللاعبين يتكلمون مع مدربيهم عن أمورهم الشخصية، في حين أن نسبة 18.3% لا يتكلمون مع مدربيهم على أمورهم الشخصية، ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان عن طريق حساب كا^2 المبينة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة كا^2 المحسوبة تساوي 24.06 هي أكبر من قيمة كا^2 المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0.05، إذن توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج أن المدربين قريبا تقريبا من كل لاعبيهم و مدهم بالنصائح و إرشادهم.



الشكل رقم 20: يمثل نسبة تكلم اللاعبين مع مدربيهم على أمورهم الشخصية.

4. مناقشة الفرضيات:

أ. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال النتائج المتحصل عليها إحصائيا من الجداول البيانية للفرضية الأولى تبين أنه هناك نسبة كبيرة حوالي 80% من المدربين لهم خبرة ميدانية تفوق 5 سنوات حيث أنهم يمتلكون شهادات عليا من لهم CAF C . CAFA ذو مستوى وكفاءة في التدريب الناشئين، كما أنه حوالي 60% من المدربين يمتلكون طاقم تدريبي أما 40% المتبقية فإنهم يعملون بمفردهم، وانطلاقا من استنتاجات للمحور الأول لاستبيان المدربين و اللاعبين يتضح لنا أن كفاءة المدرب لها دور بالغ في تحسين و تطوير مردود أداء الفريق، كما أن المدرب يعمل جاهدا من أجل توطيد العلاقة بينه وبين اللاعبين من خلال الاستماع لهم و تفهم انشغالاتهم، وتقبل آرائهم، و اقتراحاتهم وذلك من أجل التقرب منهم، وتجاوز كل العوائق التي قد تؤثر سلبا على علاقة المدرب باللاعبين أجل الإسهام في الارتقاء بأداء الفريق ككل نحو تحقيق الأفضل، تبيّن بشكل واضح تأثير الخبرات التكوينية والمعارف العلمية للمدرب الرياضي تأثر بشكل ايجابي على مستوى الأداء الفريق الرياضي الناشئ، وذلك ما أجمع عليه الأغلبيّة الساحقة من أفراد العيّنة، ورغم عدم توفّر الخبرات التكوينية والمعارف العلمية عند بعض المدربين، إلاّ أنّه يجب الإصرار على ضرورة توفير مختلف المعارف والخبرات نظرا لتأثيرها الإيجابي على مكتسبات اللاعب في مسار تكوينه التدريبي الكروي، وبالتّالي على ملمح تهيئته للاعب المستقبل و هذا ما أثبتته دراستنا التحليلية الحالية و لهذا يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى صحيحة.

ب. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

أما الفرضية الجزئية الثانية و التي تشير إلى تخطيط البرامج التدريبية لتحسين مستوى أداء اللاعبين يعتمد على أسس علمية، فقد تم تحليلها من خلال عرض نتائج الاستنتاجات المحور الثاني و الثالث لاستبيان الموجه للمدربين واللاعبين حيث توصلنا إلى أن أغلبية المدربين نحو 98.2% يلجأون إلى تخطيط الحصص التدريبية على المدى الطويل مع وضع برامج خاصة للتحضير البدني حيث ان نسبة كبير من المدربين أي حوالي 65% منهم يعتمدون على القيام باختبارات بدنية مهارية للاعبين في الميدان، حيث أن هناك العديد من العوامل التي تؤثر في عمل المدرب ولا ينبغي له تجاهلها مثل جنس و عمر اللاعبين، و مستوى درجة المنافسة و أداء الفرق،

الخصائص النفسية و الاجتماعية للفريق، المستوى الاقتصادي، إضافة إلى كل هذا عامل أساسي مهم و هو التعرف على حالاتهم ومشكلاتهم الاجتماعية و الدراسة لأعضاء الفريق و من خلال دراسة الشاملة لهذه العوامل يبدأ عمل المدرب مع الفريق بدرجة مناسبة من البيانات و المعلومات التي تتيح له وضوح رؤية ملائمة وشاملة، كل هذا إضافة غلى حالته النفسية فضلا على أنها تساعده في التخطيط الجيد لأهداف الفريق على المستوى القريب والبعيد، وهذا ما أثبتته دراستنا التحليلية و لهذا يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية صحيحة.

5. الاستنتاجات:

من خلال عرض وتحليل نتائج كل من الاستبيان المُوجّه للمدربين وكذا نتائج الاستبيان الموجه للاعبين على عيّنة الدراسة بمختلف نوادي ولايتي مستغانم ووهران يتحقّق صدق الفرضيات الجزئية للبحث كما يلي:

- نعم يوجد تأثير كبير لكفاءة المدرب على مستوى أداء اللاعبين.
- يوجد ارتباط لتخطيط البرامج التدريبية بأسس علمية لتحسين مستوى أداء اللاعبين.

ومن هذا المنطلق نكون قد حققنا الفرضية العامة و التي تقول:

دور كفاءة المدرب و مدى أهميتها في الارتقاء بمستوى أداء فريق لاعبي كرة القدم للناشئين تحت 14 و 13 سنة للدور الولائي (مستغانم ووهران)

6. الاقتراحات:

إرتاينا في نهاية هذه الدراسة ــن نقدم بعض الاقتراحات في ما يخص التوسع في موضوع هذا البحث أو القيام بدراسته وفق أبعاد أخرى، لكون البحث العلمي يكمل بعضه البعض، ومن جملة الاقتراحات التي نقدمها لهذه الدراسة مايلي:

- التركيز على تكوين المدربين في للفئات الصغرى لأنها هي القاعدة الأساسية.
- تكثيف الدورات التدريبية للمدربين الرياضيين حتى تزيد بشكل كبير في كفاءتهم العلمية.
- تكوين الهيئات التدريسية بمعاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية لها دور كبير في زيادة نوعية وجودة التدريب في الجزائر.
- القيام بدراسة مسحية شاملة تخص جميع الفرق الكروية الجزائرية، للوقوف على واقع الكفاءات التدريبية للمدرب الرياضي بمختلف هذه النوادي و حتى على مستوى إدارتها

- لمعرفة مدى حرصها على نجاح الأهداف التعليمية للحصة التدريبية.
- محاولة اقتراح برامج تدريبية عن طريق استخدام وتنويع أحدث الطرائق و أساليب التدريب لمعرفة أثر ذلك على مردود وفعالية اللاعب و المدرب.
- ضرورة قيام الرابطات الرياضية الولائية بدورات تكوينية للمدربين حول أساليب و طرق و استراتجيات التدريب الحديث.

3. الخاتمة:

في هذه الدراسة والتي شملت جوانب عديدة فهي تهم كل من له علاقة بهذا الموضوع، إلا أن هذا الموضوع يبقى بحاجة ماسة إلى دارسات معمقة وتحليلية أكثر خاصة من ذوي الاختصاص، وهذا لأهمية هذا الموضوع خصوصا من خلال الإقبال والاهتمام الجماهيري الكبير الذي تعرفه كرة القدم عالميا، ورغبة منا في تحسين كرة القدم الجزائرية، هذا ما دفعنا إلى طرح التساؤلات حول الأسباب والدوافع التي أدت إلى ضعف وتدهور نتائج الكرة الجزائرية وهذا ما جعلنا نقترح دراسة تتضمن إحدى هذه الدوافع والأسباب التي تؤدي إلى تلك النتائج السلبية ألا وهو مشكل الكفاءة التدريبية والذي ركزنا فيه على مدربين في رياضة كرة القدم لجميع الأصناف، ومن خلال النتائج المتوصل إليها نستنتج أن للكفاءة التدريبية دور كبير على الأداء العام للفريق وعلى النتائج المحصل عليها سواء خلال المباراة أو مع نهاية الموسم، وهذا ليس معناه أنها هي العامل الوحيد الذي يؤثر على مردوديهم وإنما هناك أسباب أخرى منها سوء التسيير على مستوى الفريق وأهمية المنافسة، عدم وجود ثقافة كروية، وحول دراستنا بالذات فقد طرحنا مشكلة عامة التي تفرعت منها تساؤلات جزئية تضمنت البحث عن أسباب المشكل، ثم اقترحنا فرضيات حيث رئينا أنها تعمل على إعطاء شيء إيجابي وحل لهذه الظاهرة، فمن خلال ما تم تحليله ومناقشته من خلال أسئلة الاستبيان التي وزعناها على مجتمع البحث الذي يتمثل في عينة من المدربين توصلنا إلى أن الفرضيتين التي تم اقتراحهما قد تحققتا بنسبة معتبرة، وأخيرا نرجو أن يكون بحثنا قد قدم ولو جزء بسيط من الحلول لهذه الظاهرة، راجين من كل من يهمه هذا الموضوع أن يتناوله بشيء من التفصيل والدقة، وفي الأخير نقول الحمد لله الذي وفقنا.

المراجع

المراجع:

1. علي فهمي البيك و عماد الدين أبو زيد.(2001) . المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية. ط .1 الاسكندرية: منشأة المعارف.
2. ابراهيم علام.(1960) . كأس العالم.(p. 60) . مصر: دار القومية للنشر.
3. ابن منظور.(2005) . لسان العرب. مجلد .(p. 126) 9 بيروت: دار صادر.
4. أبو العلا أحمد عبد الفتاح.(2012) . التدريب الرياضي المعاصر. ط.(p. 372) 1 القاهرة: دار الفكر العربي.
5. أبو العلا أحمد عبد الفتاح و أحمد نصر الدين.(2003) . فسيولوجية اللياقة البدنية.(p. 266) . القاهرة: دار الفكر العربي.
6. أبو العلا عبد الفتاح.(2003) . فيزيولوجيا التدريب والرياضة.(p. 548) . مصر: دار الفكر العربي.
7. أحمد أمين فوزي.(2003) . مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم التطبيقات. (p. 59-60-61). الإسكندرية: دار الفكر العربي،.
8. المنجد في اللغة العربية المعاصرة.(2001) . ط .(p. 123) 2 بيروت: دار المشرق .
9. أمر الله أحمد البساطي .(1990) . التدريب و الاعداد البدني في كرة القدم. ط2 (p. 45، 46، 47). مصر: دار المعارف.
10. بشير معمرية.(2007) . بحوث ودراسات في علم النفس. الجزء الرابع .(p. 8) الجزائر: منشورات الحبر.
11. بهاء الدين إبراهيم سلامة.(2009) . فسيولوجيا الجهد البدني)آيات الله في الخلق والنمو والتطور.(p. 60) .(القاهرة: دار الفكر العربي.
12. تامر محسن إسماعيل.(1974) . كرة القدم و عناصرها الاساسية.(p. 65) . بغداد : مطبعة أركان.
13. جميل نظيف.(1993) . موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة.(p. 342) . بيروت: دار الكتب العلمية.
14. حامد عبد السلام زهران.(1995) . علم النفس النمو الطفولة والمراهقة. ط.(p. 26) 5 مصر: دار الكتب.
15. حسن السيد أبو عبده.(2001) . الاتجاهات الحديثة في تخطيط و تدريب كرة القدم. ط .1 القاهرة: دار الفكر العربي.
16. حنفي محمود مختار. الاسس العلمية في تدريب كرة القدم.(p. 45) . مدينة نصر: دار الفكر العربي.
17. حنفي محمود مختار.(1988) . المدير الفني في كرة القدم.(p. 1) . دار الفكر العربي: القاهرة.
18. حنفي محمود مختار. كرة القدم للناشئين.(p. 23) . القاهرة: دار الفكر العربي.
19. رشيد فرحات وآخرون.(1999) . موسوعة كنوز المعرفة الرياضية. ط.(p. 217) 2 دار النظير عبور.
20. رومي جميل.(1986) . كرة القدم.(p. 50) . بيروت -لبنان: دار النقائص.
21. سامي الصفار و آخرون. كرة القدم. ط.(p. 11) ,2
22. حسن عبد الجواد.(1984) . كرة القدم. ط.(p. 15) 7 بيروت – لبنان: دار العلم للملايين.
23. حسن عبد الجواد.(1984) . كرة القدم. (p. 24، 15). بيروت ، لبنان: دار العلم للملايين.
24. عامر فاخر شغاتي.(2014) . علم التدريب الرياضي)نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا(p. 20). ط1.عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع.

25. عبد الحكيم رزق عبد الحكيم و احمد عبده حسن.(2015) . المحددات النفسية والجوانب العقلية لانتقاء.(55 –54 .p) . الاسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة والنشر ودار الوفاء لدنيا الطباعة.

26. عبد القادر أبو العلى.(1997) . فيزيولوجية التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

27. عصام عبد الخالق.(1992) . التدريب الرياضي. ط.(168 .p) 1 القاهرة : دار الفكر العربي.

28. فاروق عبد الوهاب.(1995) . الرياضة صحة ولياقة بدنية.(62 .p) . القاهرة: دار الشروق.

29. فقايري هشام وبوهراوة ياسين.(2016–2015) . تاثير التحضير البدني على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة الرياضية مذكرة ماستر غير منشورة.(38 .p) . الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية دالي ابراهيم.

30. فؤاد السيد الباهي.(1975) . الأسس النفسية للنمو. ط.(257 .p) 4 القاهرة: دار الفكر العربي

31. فيصل رشيد عياش الدلمي ولحمر عبد الحق.(1997) . كرة القدم.(8 .p) . مستغانم: المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

32. فيصل رشيد عياش و لحمر عبد الحق.(1997) . كرة القدم.(2 .p) . مستغانم: المدرسة العليا لساتذة التربية البدنية والرياضية.

33. قاسم حسن حسن .(1998) . الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة في الألعاب و الفعاليات و العلوم الرياضية. ط1 (41 .p، 42). عمان: دار الفكر للنشر و التوزيع.

34. كمال الدسوقي.(1971) . النمو التربوي للطفل و المراهق .(61 .p) . مصر: دار النهضة العربية.

35. كمال جميل الريفي.(2004) . التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين. عمان: مكتبة دار النشر.

36. محمد حسن علاوي.(1987) . سيكولوجية التدريب و المنافسات. ط6 (28 .p،29). القاهرة: دار المعارف .

37. محمد حسين علاوي و نصر الدين رضوان .(1987) . الاحتبارات النفسية و المهارية في المجال الرياضي. ط1 (41 .p،42). القاهرة: دار الفكر العربي.

38. محمد عبده صالح الوحش و مفتي ابراهيم محمد.(1994) . أساسيات كرة القدم.(8 .p) . مصر: دار المعرفة.

39. محمد محسن علاوي.(1987) . سيكولوجية التدريب و المنافسات. ط.(8 .p) 6 القاهرة: دار المعارف.

40. محمد نصر الدين رضوان.(1994) . مقدمة في التقويم و التربية الرياضية. ط.(186 .p) 2 القاهرة: دار الفكر العربي.

41. محمود فتحي عكاشة . مدخل إلى علم النفس الاجتماعي. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

42. مختار سالم.(1984) . كرة القدم لعبة الملايين. ط .(12 .p) 2 بيروت–لبنان : مكتبة المعارف.

43. مروان عبد المجيد إبراهيم.(2002) . النمو البدني والتعلم الحركي.(25–26 .pp) . عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار.

44. مروان عبد المجيد إبراهيم.(2002) . النمو البدني والتعلم الحركي.(27– 34 .pp) . عمان: لدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار.

45. مفتي إبراهيم حماد.(2001) . التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة.(ط.(303 .p) 2 القاهرى: دار الفكرالعربي.

46. مفتي ابراهيم حماد.(1996) . بناء فريق كرة القدم.(15 .p) . مصر: دار الفكر العربي.

47. مفتي ابراهيم حمادة.(2001) . التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة.(30 .p) . القاهرة: دار الفكر العربي.

48. مفتي ابراهيم محمد. الجديد في الاعداد المهاري و الخططي للاعب كرة القدم.(11 .p) . عمان – الأردن: دار الفكر العربي.

49. موفق مجيد المولى.(1999) . الإعداد الوظيفي في كرة القدم. ط.(p. 09) 1 عمان: دار الفكر.

50. نزار مجيب الطالب و كمال طه لويس.(1988) . علم النفس الرياضي. ط .1 بغداد: كلية الرياضة.

51. وجدي مصطفى الفاتحو محمد لطفي السيد.(2002) . الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب. (. ص25). المينيا: دار الهدى.

52. يحي السيد الحاوي.(2002) . المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي و التقنية الحديثة. (. ص 20). مصر: المركز العربي للنشر.

53. يوسف لازم كماش، ذو الفقار صالح، عزيز كريم الحجامي، أحمد عبد العزيز.(2017) . الإتجاهات الحديثة.(p. 162) . عمان: دار الأيام للنشر والتوزيع.

54. سديرة سعيد: إدراك أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في إعداد وتكوين الفئات الصغرى لكرة اليد (12 – 16) سنة، دراسة ميدانية لنوادي الرابطة الجهوية لقسنطينة، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة قسنطينة 2004 – 2005

55. كمال ياسين لطفي.(2004) . تأثير بعض القدرات البدنية الخاصة والعقلية في تطوير بعض المهارات الأساسية والمبادئ الخططية الفردية بكرة القدم . أطروحة دكتوراه .(p. 49) العراق: جامعة البصرة.

المراجع الأجنبية:

1. BATTE (A). (1996). le football et devenus, meilleurs . (p. 14). Edition vigot: Paris.
2. Jurgen weineck. (1997). manuel d'entrainement., (p. 334).
3. Ladislav Kaçani -Ladislav horsky. (1994). Entraînement de football., (p. 35).
4. Michael Attali, Jean Saint Martin. (2010). dictionnaire culturel du sport. (p. 414). paris: édition Armand Colin.
5. R.A.AKRAMOV. (1981). Selection et Preparation des jeunes footballeurs. (p. 81). Office des Publication: Alger.

الملاحق

الجمهوريـــة الجزائريـــة الديمقراطيـــة الشعبيـــة

وزارة التعليـــم العالـــي والبحـــث العلمـــي

جامعـــة عبد الحميـــد بن باديـــس

معهد التربيـة البدنيـة والرياضيـة

مستغـانـــــم

في إطار التحضير لمذكرة التخرج ليسانس ت

خصص التدريب الرياضي التنافسي

تحـت عنـوان:

دور كفاءة المدرب على أداء لاعبى فريق كرة القدم لدى ناشئي (13 ـ 14 سنة)

دراسة مسحية أجريت على مدربي الدور المحلي لولايتي

(مستغانم و وهران)

استبيان موجه للمدربين ضع علامة Xعند كل اختيار

الطالبين:

- ✓ قادم العيد
- ✓ حشماوي فاطمة الزهراء

تحت إشراف

الأستاذ: د. بن قوة علي

2023/2022

المحور الأول: معلومات شخصية :

1) شهادة متحصل عليها :

- ليسانس ☐
- ماستر ☐
- شهادات عليا ☐
- لا أمتلك شهادة جامعية ☐

2) مؤهل العلمي :

- FAF 1 ☐
- FAF 2 ☐
- FAF 3 ☐
- CAFC ☐
- CAF B ☐
- CAF A ☐
- مستشار ☐
- تقني سامي فالتدريب الرياضي ☐

3) خبرة ميدانية :

- من 1 الى 3 سنوات ☐
- من 3 الى5 سنوات ☐
- من 5 الى 9 سنوات ☐
- أكثر من 10 سنوات ☐

4) هل قمت بتكوين في مجال التدريب ؟ نعم ☐ لا ☐

5) هل تتلقون دعوات بالمشاركة في ملتقيات و ندوات خاصة بالتدريج الرياضي؟

نعم ☐ لا ☐

6) هل تقوم بعملية التدريب بمفردكم او بمساعدة طاقم ؟

بمفردي ☐ طاقم ☐

المحور الثاني كفاءة المدربين :

7) هل لديكم برنامج تدريبي خاص لمختلف مراحل الإعداد؟ نعم ☐ لا ☐

8) هل لديكم برنامج تدريبي خاص بالتحضير البدني والأداء مهاري ؟ نعم ☐ لا ☐

9) هل تقوم باختبارات ميدانية لتقييم مستوى الأداء اللاعبين ؟

بدنية، مهارية ☐ مهارية ☐ بدنية ☐

10) ما نوع التخطيط الذي تعتمدون عليه خلال الموسم ؟

تخطيطي طويل المدى ☐ تخطيط قصير المدى ☐ تخطيط سنوي ☐

11) هل لديكم معلومات حول مكونات حمل التدريب؟ نعم ☐ لا ☐

12) هل يتم اختيار تمارين حسب الهدف تدريبي؟ نعم ☐ لا ☐

13) هل تعتمدون في تدريب على أسس علمية مرتبطة لعلوم أخرى؟ نعم ☐ لا ☐

14) هل تشرح للاعبين بصورة تفصيلية عن كيفية تنفيذ خطة اللعب مقترحة فالمباراة؟

نعم ☐ لا ☐

15) هل تستخدم وسائل تكنولوجية في عملية تدريبية (كاميرا .كمبيوتر) ؟

نعم ☐ لا ☐

محور الثاني علاقة المدرب باللاعبين :

16) هل علاقتك جيدة مع اللاعبين؟ نعم ☐ لا ☐

17) هل سبق و أن تعرضت لمشكله مع لاعب؟ نعم ☐ لا ☐

18) هل سبق و إن وصل احد لاعبيك لمستوى عالي؟ نعم ☐ لا ☐

19) هل تستطيع السيطرة على نفسك أثناء الغضب او انفعال عندما تختلف مع لاعبيك؟

نعم ☐ لا ☐

20) هل تساعد لاعبين في حالة تعرضهم لهجوم او تعد؟ نعم ☐ لا ☐

21) إذا قام احد أفراد الفريق بنصيحة هل تتقبلها؟ نعم ☐ لا ☐

22) هل تتبادل الآراء مع لاعبين ؟ نعم ☐ لا ☐

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس
معهد التربية البدنية والرياضية
مستغانم

في إطار التحضير لمذكرة التخرج ليسانس
تخصص التدريب الرياضي التنافسي
تحت عنوان

دور كفاءة المدرب على أداء لاعبي فريق كرة القدم لدى ناشئي (13 ـ 14 سنة)

دراسة مسحية أجريت على مدربي الدور المحلي لولاية مستغانم و وهران)

استبيان موجه للاعبين ضع علامة **X** عند كل اختيار

الطالبين:
- ✓ قادم العيد
- ✓ حشماوي فاطمة الزهراء

تحت إشراف
الأستاذ: د. بن قوة علي

2023/2022

المحور الأول :كفاءة المدرب

1. هل لكم فكرة عن ما هو البرنامج التدريبي ؟ نعم ☐ لا ☐
2. هل لديكم تصور مسبق على مراحل الحصة التدريبية؟ نعم ☐ لا ☐
3. هل تدركون ما أهمية الوحدة التدريبية ؟ نعم ☐ لا ☐
4. هل تقومون باختبارات ؟ نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة بنعم: ما نوع هذه الاختبارات : - بدنية ☐

- مهارية ☐

5. هل يشرح لكم المدرب محتوى الحصة؟ نعم ☐ لا ☐
6. ماذا تراعون أكثر :-الجانب البدني ☐ الجانب المهاري ☐ الجانب الخططي ☐
7. هل قمتم من قبل بالتدرب بأدوات تكنولوجية متطورة؟ نعم ☐ لا ☐
8. هل لديكم فكرة عن اهمية الإحماء ؟ نعم ☐ لا ☐
9. هل تتكرر التمارين كل حصة أم تعتمدون على مبدأ التنويع؟ نعم ☐ لا ☐
10. هل يربط لكم المدرب التمارين بعلوم آخرى؟ نعم ☐ لا ☐

إذا كانت نعم ما طبعتوها:

فسيولوجيا ☐ علم الحركة ☐ بايوميكلنيك ☐

المحور الثاني: علاقة المدرب باللاعبين

1. هل تجتمعون مع المدرب في أوقات و أماكن أخرى؟ نعم ☐ لا ☐
2. هل يدافع عنكم المدرب عند تعرضكم لمشاكل؟ نعم ☐ لا ☐
3. عند الغضب أو الخسارة هل يقوم المدرب برفع يديه والاشالة بهما: نعم ☐ لا ☐
4. هل يستعمل المدرب معكم مصطلحات السب و الشتم؟ نعم ☐ لا ☐
5. هل سبق و إن تعرضتم لمشكل مع المدرب؟ نعم ☐ لا ☐
6. ما هي علاقتكم مع المدرب؟ جيدة ☐ متوسطة ☐ ممتازة ☐
7. هل كان لكم نصيب في المشاركة في مباريات هامة؟ نعم ☐ لا ☐
8. هل لمدربكم مساعدين؟ نعم ☐ لا ☐
9. هل سبق و ان اكتشف مدربكم مواهب صاعدة؟ نعم ☐ لا ☐
10. هل تتكلمون مع مدربكم عن أموركم الخاصة؟ نعم ☐ لا ☐

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

مستغانم

استمارة التحكيم

في اطار انجاز بحث لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضة تخصص تدريب رياضي تحت عنوان دور كفاءة المدرب على أداء لاعبي فريق كرة القدم لدى ناشئي 13- 14 سنة نرجوا من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية وشكرا على تعاونكم

الأساتذة المحكمين

الرقم	الإسم واللقب	المؤهل العلمي	تاريخ الاستلام	الإمضاء
01	زرن محمد	بروفيسور	2023/02/08	
02	كوتشوك نسيلامم	أ.ت.ع	2023/02/08	
03	حجار خرفان محمد	استاذ تعليم عالي	2023/02/08	
04	بومسجد عبدالقادر	~	2023/02/08	
05	غول عدة	أ.م.أ	2023/02/27	

الطالبين:

- ✓ قادم العيد
- ✓ حشماوي فاطمة الزهراء

تحت إشراف

الأستاذ: د. بن قوة علي

2023/2022