



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
Institute of Sciences and Techniques for Sport and Physical Activities

قسم: التدريب الرياضي

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر ل.م.د أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع: تدريب رياضي

تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنوان:

الدور النفسي للمدرب وأثره على أداء لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية بنوادي البطولة الولائية لكرة القدم - تبسة - (فئة U17)

إشراف:

- د/ زمالي حسان

إعداد الطلبة:

- درار محسن

- بن دبير إسحاق

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
حاج مختار	أستاذ محاضر -أ-	رئيسا
زمالي حسان	أستاذ محاضر -ب-	مشرفا و مقررا
قذيفة يحي	أستاذ محاضر -أ-	ممتحنا

السنة الجامعية: 2023/2022



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
Institute of Sciences and Techniques for Sport and Physical Activities

قسم: التدريب الرياضي

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر ل.م.د أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع: تدريب رياضي

تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنوان:

الدور النفسي للمدرب وأثره على أداء لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية بنوادي البطولة الولائية لكرة القدم - تبسة - (فئة U17)

إشراف:

- د/ زمالي حسان

إعداد الطلبة:

- درار محسن

- بن دبير إسحاق

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
حاج مختار	أستاذ محاضر -أ-	رئيسا
زمالي حسان	أستاذ محاضر -ب-	مشرفا و مقررا
قذيفة يحيى	أستاذ محاضر -أ-	ممتحنا

السنة الجامعية: 2023/2022

شكر وعرفان

بعد أن منّ الله علينا بإنجاز هذا العمل فإننا نتوجه إليه سبحانه وتعالى أولاً
وأخيراً بجميع ألوان الحمد والشكر على فضله وكرمه الذي أمرنا به فوفقنا إلى
ما نحن فيه راجين منه دوام نعمه وكرمه

وانطلاقاً من قوله صلى الله عليه وسلم " من لا يشكر الناس لا يشكر الله " فإننا
نتقدم بالشكر والتقدير والعرفان إلى الأستاذ المشرف "زمالي حسان" على
إشرافه على هذه المذكرة وعلى الجهد الكبير الذي بذله معنا وعلى نصائحه
القيمة التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذه الدراسة فله منا فائق التقدير
والاحترام

كما نتوجه في هذا المقام بالشكر الخاص لأستاذتنا الذين رافقونا طيلة
مشوارنا الدراسي ولم يبخلوا في تقديم يد العون.

وفي الختام شكر كل من ساعدنا وساهم في هذا العمل سواء من قريب أو

بعيد

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم النبيين والمرسلين
أهدي عملي هذا:

إلى من قدسها الرحمان وجعل الجنة تحت قدميها، منبع الوفاء والحنان، إلى من
حملتني وتعبت حتى وضعتني إلى من تسعد لسعادتي وتبكي لبكائي إلى من
دللتني صغيرة وقدرتني كبيرة إلى من تحرم نفسها من أبسط الأمور لتعطيني
إلى أغلى ما املك في هذه الحياة "أمي الغالية" حفظها الله وأطال عمرها.

إلى رمز الرجولة إلى سندي وقوتي "أبي العزيز" حفظه الله وأطال عمره.

إلى أخي وأخواتي

إلى أصدقاء دربي.....

كما لا أنسى الأساتذة وبالأخص الأستاذ زمالي حسان.

بن دير إسحاق

درار محسن

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	شكر وعرفان
ب	الإهداء
ج	قائمة المحتويات
و	قائمة الجداول
ز	قائمة الأشكال
01	مقدمة
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
06	1- الإشكالية
07	2- فرضيات الدراسة
08	3- أهداف الدراسة
08	4- أهمية الدراسة
09	5- مصطلحات البحث
الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
أ. الخلفية النظرية للدراسة	
1- التدريب الرياضي	
12	1-1- تعريف المدرب
13	1-2- مميزات مدرب كرة القدم
13	1-3- دور المدرب
14	1-4- وظائف المدرب
15	1-5- أساليب القيادة للمدرب الرياضي
17	1-6- شخصية المدرب وتأثيرها على الفريق
2- الإعداد النفسي	
18	2-1- مفهوم الإعداد النفسي
19	2-2- أهمية الإعداد النفسي
21	2-3- أنواع الإعداد النفسي

قائمة المحتويات

26	2-4- واجبات الإعداد النفسي للاعب كرة القدم
26	2-5- علاقة الإعداد النفسي بالنواحي التدريبية الأخرى
27	2-6- الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة
28	2-7- الحالة النفسية للاعبين بعد المباريات
29	2-8- تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم
3- كرة القدم	
31	3-1- تعريف كرة القدم
31	3-2- تاريخ كرة القدم
33	3-3- مدارس كرة القدم
33	3-4- المبادئ الأساسية لكرة القدم
34	3-5- صفات لاعب كرة القدم
4- المرحلة العمرية (14-17) سنة	
37	4-1- تعريف المرحلة العمرية (14-17) سنة
37	4-2- خصائص المرحلة العمرية (14-17)
40	4-3- احتياجات الطفل خلال مرحلة (14-17) سنة
42	4-4- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين
II. الدراسات السابقة	
44	1- الدراسة الأولى: دراسة بوعرووي جعفر
45	2- الدراسة الثانية: دراسة قوراية أحمد
46	3- الدراسة الثالثة: دراسة عمر السعيد والسعيد بوكشاوي
46	4- الدراسة الرابعة: دراسة محمد وداك
47	❖ التعقيب والتعليق على الدراسات السابقة
49	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة	
51	1- منهج الدراسة
51	2- الدراسة الاستطلاعية
52	3- مجتمع الدراسة وعينة البحث

قائمة المحتويات

53	4- مجالات الدراسة
53	5- ضبط متغيرات البحث
53	6- الأدوات المستعملة في البحث
55	7- الوسائل الإحصائية المستعملة
60	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
62	1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج
62	1-1- عرض وتحليل نتائج المحور الأول
65	1-2- عرض وتحليل نتائج المحور الثاني
69	1-3- عرض وتحليل نتائج المحور الثالث
72	1-4- عرض وتحليل نتائج المحور الرابع
76	1-5- عرض وتحليل نتائج المحور الخامس
80	2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
85	3- الاستنتاجات العامة
87	الخاتمة
90	قائمة المصادر والمراجع
	ملخص البحث

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	النسبة المئوية لعينة البحث من المجتمع الأصلي للبحث	52
02	نسب مساهمة المدرب في بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق	62
03	نسب عمل المدرب على إكساب لاعبي الفريق الثقة في النفس	63
04	نسب عمل المدرب على خفض التوتر والتقليل من الضغوط النفسية لدى لاعبي الفريق	64
05	نسب عمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق	65
06	عمل المدرب على تنمية روح العمل الجماعي بين لاعبي الفريق	67
07	نسب عمل المدرب على تكريس وتطبيق المساواة في المعاملة بين لاعبي الفريق	68
08	نسب استعمال المدرب تقنيات مثل التصور العقلي خلال الحصص التدريبية للجانب المهاري	69
09	نسب استخدام المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي المهاري	70
10	نسب مساعدة المدرب لاعبي الفريق على تخطي خبرات الفشل والتحفيز على تحقيق النجاح خلال الأداء المهاري	71
11	نسب اكتساب المدرب شخصية تساعد على فرض الانضباط الخططي بين لاعبي الفريق	72
12	نسب استخدام المدرب طريقة شرح وأوامر تعمل على تحفيز دافع إنجاز المهام المطلوبة خططيا	73
13	نسب استعمال المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي	74
14	نسب عمل المدرب على تنمية روح الإصرار وحالة الاستعداد للأداء البدني	76
15	نسب استخدام المدرب الحوافز المادية والمعنوية في الحصص التدريبية والمنافسات	77
16	نسب استخدام المدرب خطاب النجاحات خلال الحصص التدريبية والمنافسات.	78

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مخطط يمثل مميزات مدرب كرة القدم	13
02	نسب مساهمة المدرب في بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق	62
03	نسب عمل المدرب على إكساب لاعبي الفريق الثقة في النفس	63
04	نسب عمل المدرب على خفض التوتر والتقليل من الضغوط النفسية لدى لاعبي الفريق	64
05	نسب عمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق	66
06	عمل المدرب على تنمية روح العمل الجماعي بين لاعبي الفريق	67
07	نسب عمل المدرب على تكريس وتطبيق المساواة في المعاملة بين لاعبي الفريق	68
08	نسب استعمال المدرب تقنيات مثل التصور العقلي خلال الحصص التدريبية للجانب المهاري	69
09	نسب استخدام المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي المهاري	70
10	نسب مساعدة المدرب لاعبي الفريق على تخطي خبرات الفشل والتحفيز على تحقيق النجاح خلال الأداء المهاري	71
11	نسب اكتساب المدرب شخصية تساعد على فرض الانضباط الخططي بين لاعبي الفريق	73
12	نسب استخدام المدرب طريقة شرح وأوامر تعمل على تحفيز دافع إنجاز المهام المطلوبة خططيا	74
13	نسب استعمال المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي	75
14	نسب عمل المدرب على تنمية روح الإصرار وحالة الاستعداد للأداء البدني	76
15	نسب استخدام المدرب الحوافز المادية والمعنوية في الحصص التدريبية والمنافسات	77
16	نسب استخدام المدرب خطاب النجاحات خلال الحصص التدريبية والمنافسات.	78

مقدمة

مقدمة:

مما لا شك فيه أن التحضير الجيد المقنن والمبني على أسس علمية يؤثر بطريقة مباشرة في النتائج المحققة، فهو إحدى الدعائم الهامة لرفع مستوى اللعبة من حيث الأداء والمهارات والخطط وطرق اللعب، هذا بالإضافة إلى اعتباره أحد أهم المتطلبات التي توصل الرياضي إلى المستوى العالي والتفوق الرياضي، هذا الأخير الذي يتوقف على مدى استفادة الرياضي من مهاراته النفسية وقدراته النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من مهاراته الحركية وقدراته البدنية، حيث يشير بعض الخبراء أن وفي حالة التساوي في المستوى من حيث جميع العوامل الأخرى بما فيها التحضير البدني والخططي والمهاري فإن التفوق يكون للفرد ذو التحضير النفسي الجيد، حيث يؤكد كل من شمعون وإسماعيل أن الحقائق المتراكمة بواسطة اللاعبين والمدربين والإداريين وحتى الجمهور تشير إلى أن الفروق الجسمية والبدنية بين اللاعبين في القياسات الجسمية والعناصر البدنية القوة، السرعة التحمل... وغيرها، إلى جانب الفروق في عامل المهارة وأهمية الجوانب الميكانيكية وطريقة الأداء، وكافة هذه المكونات لم تستطع تفسير الفروق بين الفائز والمهزوم ودعمت أهمية الجوانب الذهنية. (شمعون وإسماعيل، 2007، 77-78)

ويمثل التحضير النفسي أحد الأبعاد المهمة في التدريب الرياضي الحديث ، وقد زاد انتشاره وتطبيقه خاصة في رياضة المستويات العالية بعد أن دعمت نتائج البحوث والدراسات الدور الذي يقوم به في مجال اكتساب وتنمية المهارات الحركية، والتحضير للدخول في المسابقات، وما يقدمه من إستراتيجيات نفسية تلعب دورا في تحقيق التفوق (شمعون، 1996، 05)

وفي السياق ذاته يشير مارتنز (1986) ، أن برنامج التحضير النفسي يعتبر جزءا رئيسيا وهاما لبرنامج التدريب الرياضي، ويضيف ضرورة أن يتم تطبيق هذا البرنامج على نحو متواز ي مع برنامج التدريب البدني والمهاري والخططي، ويضيف شمعون (1996) أن التحضير النفسي يجب أن يحقق مستوى أفضل في الأداء بواسطة تطوير مختلف المهارات النفسية، وزيادة القدرة على الثبات والتحكم في الأداء لما له من دور هام وفعال في الوصول إلى حالة الأداء المثالية لتحقيق الإنجاز ، باعتباره يمثل أحد المداخل لتطبيق مبادئ علم النفس الرياضي، ويساعد في تدريب اللاعب على استخدام طرق متعددة تساهم في التحكم في الأفكار وتعديل السلوك للوصول إلى مستوى أفضل، تم تجربتها وتطبيقها واختبار

صلاحيتها على مجموعة من لاعبي العالم في مستويات رياضية عالية وأنشطة مختلفة . (شمعون وإسماعيل، 2007، 79)

ولما كان الهدف الأبرز لكل رياضي المستوى العالي هو تحقيق التفوق، فإن العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي أشاروا إلى أن وصول اللاعب الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية يتأسس على ما يطلق عليه دافعية الانجاز الرياضي والتي يقصد بها استعداد اللاعب للإقبال والإحجام تجاه موقف من مواقف الإنجاز الرياضي، وبصفة خاصة مواقف المنافسة الرياضية، كما يدخل في نطاق هذا التحديد رغبة اللاعب في التفوق والتميز عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية (عبد الحليم، 2009، 231)

ولما كانت المتطلبات المحددة وطبيعة التنافس في أي رياضة قد فرضت على ممارسيها قدرات بدنية ومهارية وخططية خاصة، فإنها قد فرضت أيضا توافر قدرات ذهنية وسمات نفسية معينة لكل نوع من أنواع هذه الرياضات، ولما كانت الحاجة إلى تحقيق انجازات كبيرة كانت الحاجة إلى الاهتمام بالمؤشرات التي لها علاقة بالإنجاز والتي من بينها العوامل ال ذهنية التي يجب التدخل بإجراءات هادفة لإظهارها وتنميتها وتوجيهها، وهو ما جعل خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف نواحيها خاصة منها المرتبطة بالتدريب والمنافسات الرياضية ، فظهرت بذلك عدة بحوث ودراسات تناولت موضوع التحضير النفسي بشكل دقيق منها (دراسة كوبر 1969، دراسة سفوبودا 1973، دراسة بوزيد شهرة أنور السادات 2008، دراسة عمروش سليمان 2006، دراسة عمر سعيدي وعبد القادر بكشاوي 2006، دراسة محمد فايز 2005، بولوجي 2002، دراسة كريكس 2001، دراسة محمد بن عبد السلام 2005، دراسة فاهم كمال 1988، دراسة بوعروري جعفر 2012، دراسة طياب محمد 2002) حيث أكدت هذه الدراسات أن الإعداد الذهني للرياضيين يعتبر مطلبا أساسيا لا يقل أهمية عن الإعداد البدني، المهاري والخططي بل و يعتبر العامل الفاصل في التفوق الرياضي، وأبرزت علاقته وأثره الفعال في تحسين دافعية الإنجاز، التي تعرف بأنها الميل للوصول إلى النجاح ورغبة الفرد في أن يكون أداءه على مستوى الامتياز، أو هي الرغبة القوية لإتمام الأهداف على نحو أفضل.

وبما أنه أصبح من الضروري لقيام ونهوض أي رياضة الاستناد على أسس وتعاليم سليمة على نمط ما فاضت به البحوث العلمية ، ونظرا للتطور الكبير الذي شهده مفهوم التدريب في مجال رياضة كرة القدم من مفهوم عام وشامل إلى مفهوم خاص ودقيق، شملت مجالات بحثه جميع الجوانب من أجل المساهمة في رسم منحنيات التقدم الفردي والجماعي، والتي لا يمكن أن تستكمل مؤشراتنا وتظهر دلالاتها إلا في ضوء نتائج لقياسات ومعطيات دقيقة وهادفة، كانت الحاجة لإجراء البحوث والدراسات وإيجاد العلاقات ما بين مختلف هذه الجوانب والتي من بينها النفسي، وبناءا على كل هذا كانت الحاجة لإجراء هذا البحث، والذي تكمن أهميته في محاولة معرفة أثر التحضير النفسي في تحسين الأداء لدى لاعبي كرة القدم و منه بلوغ النتائج الرياضية العالية والفعالية في الأداء.

ومن هذا المنطلق إرتأينا دراسة هذا الموضوع بعنوان الدور النفسي للمدرب وتأثيره على أداء لاعبي كرة القدم صنف أواسط (أقل من 17 سنة) دراسة ميدانية لاعبي فرق البطولة الولائية ولاية تبسة، ولقد خصصت للجانب النظري فصلين وهي كالآتي:

الفصل الأول: يتمثل في الإطار العام للدراسة وما يحتويه من إشكالية وفرضيات وأهداف البحث وأهميته وكذا تحديد المفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالبحث.

الفصل الثاني: وهو الجانب النظري أو الخلفية النظرية والدراسات السابقة للدراسة ويشتمل على أربعة محاور، المحور الأول خصص للحديث عن التدريب الرياضي عرفنا فيه المدرب وخصائص مدرب كرة القدم وشخصيته وكذا وظائفه وكل ما يتعلق به، أما المحور الثاني واشتمل الإعداد النفسي، وإعطاء صورة عامة، وكذا أهميته وأنواعه ثم علاقته بالتدريب الرياضي وكيفية الإعداد النفسي للعب كرة القدم ، ليأتي المحور الثالث وفيه تناولت صفات لاعب كرة القدم سواء البدنية أو النفسية، أما المحور الرابع فقد حاولنا فيه التعرف على الدراسات السابقة والمثابفة لموضوع بحثي مبينا فيه أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات.

الفصل الثالث: ويمثل الجانب التطبيقي للدراسة وكان مخصصا لمنهجية البحث وإجراءاته الميدانية ومن خلاله تم التطرق إلى المنهج الوصفي المتبع في الدراسة ومجتمع البحث (لاعبي كرة القدم، صنف أواسط

أقل من 17 سنة)، العينة تم اختيارها بطريقة قصدية وكذلك وسائل وأدوات البحث الذي تم الاعتماد فيها على مقياس مركز الضبط ومقياس دافعية الإنجاز.

أما الفصل الرابع: فكان مخصص للدراسة الأساسية التي تعتبر هي الدراسة التطبيقية الرئيسية للبحث التي تحتوي على عرض ومناقشة نتائج البحث اعتمادا على الدراسات السابقة، ومن ثم الخلاصة، والاستنتاج العام والخاتمة والاقتراحات والفروض المستقبلية. ومن ثم الملاحق.

وتأتي هذه الدراسة المتواضعة لتضيف و لو ذرة واحدة إلى حقل الدراسات السابقة و بما أني في صدد التقديم فعلينا أن نوجز للقارئ أهم جوانب بحثنا و لو بصفة ملخصة و توجيهه للفهم الجيد من خلال جانبه النظري و التطبيقي.

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

1-الإشكالية:

من خلال إطلاع الباحثان على الأدبيات فضلا عن الدراسات والبحوث الخاصة التي تناولت موضوعي التدريب الرياضي والتحصير النفسي، ومن خلال التحليل المعمق والدقيق لها، وبناءا على القيام بدراسة استطلاعية شملت جميع مدربي مجتمع البحث بغرض تقصي واقع معرفتهم بالتحصير النفسي ومدى تطبيقهم لمحتوياته.

وانطلاقا مما أشار إليه العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي، بأن وصول اللاعب الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية يتأسس على ما يطلق عليه دافعية الانجاز الرياضي والتي يقصد بها استعداد اللاعب للإقبال والإحجام تجاه موقف من مواقف الإنجاز الرياضي، وبصفة خاصة مواد اقف المنافسة الرياضية، كما يدخل في نطاق هذا التحديد رغبة اللاعب في التفوق والتميز عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية (علاوي، 2002، 142)

وما أشارت إليه هبة محمد نديم لبيب نقلا عن كل من عصام حلمي (1980)، جاك وجودي & Judy (1982)، Jack، نديفر (Nideffer, 1985) وبيت (Butt, 1987) أن التحصير النفسي من الوسائل الفعالة في تحقيق الفوز على كافة المستويات الرياضية لجميع الأعمار السنية إذا ما تم بدرجة كافية، وعلى مدى كافي لأنه يحل المشاكل المتعلقة بالفوز، وذلك لأن التفوق في النشاط الرياضي يتطلب قدرة عالية من التركيز لضبط درجة الجهد والاستثارة اللازمة لإخضاع المتغيرات الداخلية والعوامل البيئية المشوشة والمعوقة للأداء والتي يعمل التحصير النفسي على إفساح مساحة كبيرة منه لاجتيازها ونقل الحدود الذهنية لاكتشاف رغبات التدريب (لبيب، 2014، ص12)، وهو ما أكدته هارا (Harra1982) بأن التحصير النفسي يعتبر أحد الأساليب الحديثة المستخدمة في اكتساب المهارات الحركية وتطويرها إلى جانب الإعداد للمنافسات، و أن الإنجازات الرياضية العالية تتطلب قدر كبير من الاستخدامات الذهنية وإصدار القرارات، وهو ما يجب التركيز عليه خلال التدريب قبل الوصول إلى المنافسات. (12 Harra, 1982,

وذهب إليه سعد الله والزهاوي بضرورة أن يوجه التحضير النفسي في مجال المنافسات بشكل قليل على الأداء وبشكل أكبر وأدق على الاستثارة، مستدلين في ذلك بما ذهب إليه بافيو (Paivio,1985) بأن للتصور العقلي تأثيرا معرفيا ودافعيا، وعلى هذا الأساس يمكن جعل التحضير النفسي ذو اتجاهين، الأول يمكن استخدامه في العملية التعليمية بوصفه جانبا معرفيا، والثاني له علاقة بالتهيئة للأداء حيث يتعلق الأمر بالاستثارة لغرض إعطاء أداء فاعل. (سعد الله والزهاوي، 2011، 129)

بناء على كل هذا تبلورت إشكالية البحث وتم صياغتها في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل يؤثر الدور النفسي للمدرب على أداء لاعبي كرة القدم؟

- الإشكاليات الفرعية:

هذا التساؤل الرئيسي بدوره اندرجت تحته الأسئلة الفرعية التالية:

1. هل للدور النفسي للمدرب تأثير على التعبئة النفسية لدى لاعبي كرة القدم؟
2. هل للدور النفسي للمدرب تأثير على تماسك الفريق وديناميكية الجماعة لدى لاعبي كرة القدم؟
3. هل للدور النفسي للمدرب تأثير على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم؟
4. هل للدور النفسي للمدرب تأثير على الأداء الخططي لدى لاعبي كرة القدم؟
5. هل للدور النفسي للمدرب تأثير على الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم؟

2-فرضيات البحث:

- الفرضية الرئيسية:

- للدور النفسي للمدرب تأثير إيجابي على أداء لاعبي كرة القدم

- الفرضيات الجزئية:

1. للدور النفسي للمدرب تأثير إيجابي على التعبئة النفسية لدى لاعبي كرة القدم.
2. للدور النفسي للمدرب تأثير إيجابي على تماسك الفريق وديناميكية الجماعة لدى لاعبي كرة القدم.

3. للدور النفسي للمدرب تأثير إيجابي على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.
4. للدور النفسي للمدرب تأثير إيجابي على الأداء الخططي لدى لاعبي كرة القدم.
5. للدور النفسي للمدرب تأثير إيجابي على الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم.

3- أهداف البحث:

إن لكل دراسة غاية ترجى من ورائها وأهداف تسعى لتحقيقها من أجل تقديم البديل أو تعديل ما هو موجود ويبقى إعطاء الأجوبة على الأسئلة التي تطرحها المشكلة هدف كل دراسة، ويمكن تلخيص أهداف البحث في:

- إبراز مدى تأثير الدور النفسي للمدرب على التعبئة النفسية للاعبين كرة القدم.
- إبراز مدى تأثير الدور النفسي للمدرب على التعبئة النفسية لدى لاعبي كرة القدم.
- إبراز مدى تأثير الدور النفسي للمدرب على تماسك الفريق وديناميكية الجماعة لدى لاعبي كرة القدم.
- إبراز مدى تأثير الدور النفسي للمدرب على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم.
- إبراز مدى تأثير الدور النفسي للمدرب على الأداء الخططي لدى لاعبي كرة القدم.
- إبراز مدى تأثير الدور النفسي للمدرب على الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم.

فكان علينا أن نحاول الكشف على العلاقة القائمة بين المدرب وتأثيره من الناحية النفسية على لاعبي كرة القدم، لذلك إعتدنا على الإستبيان والذي هو مجموعة من الأسئلة الموجهة للمدرب واللاعبين.

4- أهمية البحث

تكمن أهمية البحث في أنها عبارة عن دراسة تحليلية لشخصية المدرب ودوره النفسي وأثره على أداء اللاعبين والعلاقة القائمة بين المدرب واللاعبين، وبالاعتماد على الإستبيان نسعى إلى إيضاح وبيان أهمية تأثير شخصية المدرب على اللاعبين وما تحققه من فوائد ونتائج إيجابية للفريق.

5- مصطلحات البحث

5-1- الدور النفسي:

ويقصد به ذلك الاهتمام الذي توليه التربية البدنية للصحة النفسية والتي تعتبر بمثابة أهم العوامل لبناء الشخصية السوية. (مختار، 1998، ص85)

5-2- المدرب:

- لغة: مدرب: (اسم)، اسم فاعل من درب، شخص يقوم بتدريب الرياضيين أو الحيوانات. (المنجد الأبجدي عربي - عربي)

- إصطلاحا: المدرب الرياضي هو الشخصية التي تقع على عاتقها القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية العمليات التدريب وتوجيه اللاعبين خلال المنافسات. (مفتي، 1998، ص 69)

كما يعرفه وجدي مصطفى الفاتح "هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم تأثيرا مباشرا، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعبين تطويرا شاملا متزن ولذلك يجب أن يكون المدرب مثال أعلى يحتذى به. (الفتاح، 2002، ص25)

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

5-2- الشخصية:

- لغة: مصطلح الشخصية personality مشتق من الكلمة اللاتينية persona والتي تعني القناع .mask (عبد الرحمان، 1998، ص 26)

- إصطلاحا: تعني الشخصية التكامل النفسي والاجتماعي عند الإنسان وتعبّر عادات الفعل والشعور والاتجاهات والآراء عن هذا التكامل، وهي عبارة عن نتيجة تفاعل وتكامل وانتظام في الصفات والوظائف المختلفة في وحدة واحدة سواء كانت داخلية أو خارجية السلوك الفرد. (الزعيلاوي، 1994، ص22)

ويعرفها أحمد عبد الخالق على أنها "تمط سلوكي مركب ثابت ودائم إلى حد كبير يميز الفرد عن غيره من الناس ويتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات والأجهزة المتفاعلة معا والتي تضم القدرات العقلية الوجدان أو الإنفعال أو الإرادة والتركيب الجسمي والوظائف الفسيولوجية وأسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة". (عبد الخالق، 1994، ص 24)

ويعرفها كذلك توما على أنها "مجموعة من الخصائص المميزة التي يمكن إستخدامها لتمييز الأفراد عن بعضهم البعض تحدد ما يميز أو يمتاز به الفرد من سلوكيات وأفكار مختلفة. (توما، 1996، ص 18)

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

5 - 4 - كرة القدم:

- لغة: كرة القدم (football) هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم "باك" "rugby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي نتحدث عنها تسمى "soccer"

- اصطلاحا: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أفراد المجتمع". (جميل، 1986، صفحة 50)

- إجرائيا: هي رياضة جماعية يعتمد فيها على تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في شباك الخصم والمحافظة على الشباك نظيفة.

الفصل الثاني:

اللفية النظرية
والدراسات السابقة

1- التدريب الرياضي:

تعتبر مهنة التدريب كتنظيم وإدارة للخبرة التعليمية الرياضية لتصبح خبرة تطبيقية للمدرب فهي مهنة تعتمد أولاً وأخيراً على الكفاءة الفردية التي يجب أن تتوفر فيمن يقبل العمل في هذه المهنة، حيث عليه أن يكون على مقدره عالية لفهم التدريب وكذا كيفية استخدام الطرق والأساليب والإجراءات الفنية المتصلة بتنظيم وتوجيه خبرات اللاعبين، فعمليات التدريب الرياضي تعتمد في الأساس على مبادئ علمية استمدت من علم التشريح ووظائف الأعضاء والبيولوجية وعلم الحركة وعلم النفس وعلم الاجتماع الرياضي إلى غيرها من العلوم التي تساعد في إعداد المدرب الكفاء الذي بدوره يساهم في تطوير كرة القدم.

1-1- تعريف المدرب:

المدرب هو الشخصية التربوية الذي يتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي تأثيراً مباشراً، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطويراً شاملاً متزنًا لذلك وجب أن يكون المدرب مثلاً أعلى يحتذى به في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرب العامل الأساسي والهام في عملية التدريب، فتزويد الفرق الرياضية بالمدرب المناسب يمثل أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين والمسؤولين و مديري الأندية المختلفة ، فالمدربين كثر ولكن من يصلح.. هذه المشكلة.

ويشير زكي محمد حسن إلى أن ارتباط اللاعب بمدربه وإمامه بعادته الفكرية أمر لا يقدره إلا من خاض هذا الميدان، لهذا محاولة اللاعب تقليد مدربه في بعض النواحي الشخصية مثل طريقة الكلام والمظهر وطريقة الأداء ليس من الأمور التي يمكن ملاحظتها، فقد يكون اثر شخصية المدرب ذا فاعلية في مستوى أداء اللاعب واستجابة اللاعب الشخصية نحو المدرب قد يكون لها اثر عظيم في خلق اتجاهات ايجابية نحو مدربه. (مصطفى ، ص 25)

وحسب لاروس la rousse هو الشخص الذي يدرّب الحياض، فالمدرب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيل أو الأشخاص لمنافسة ما والذي يمد الرياضيين بالنصائح كما يملك القدرة على فرض سلطته على الفريق، فالمدرب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط

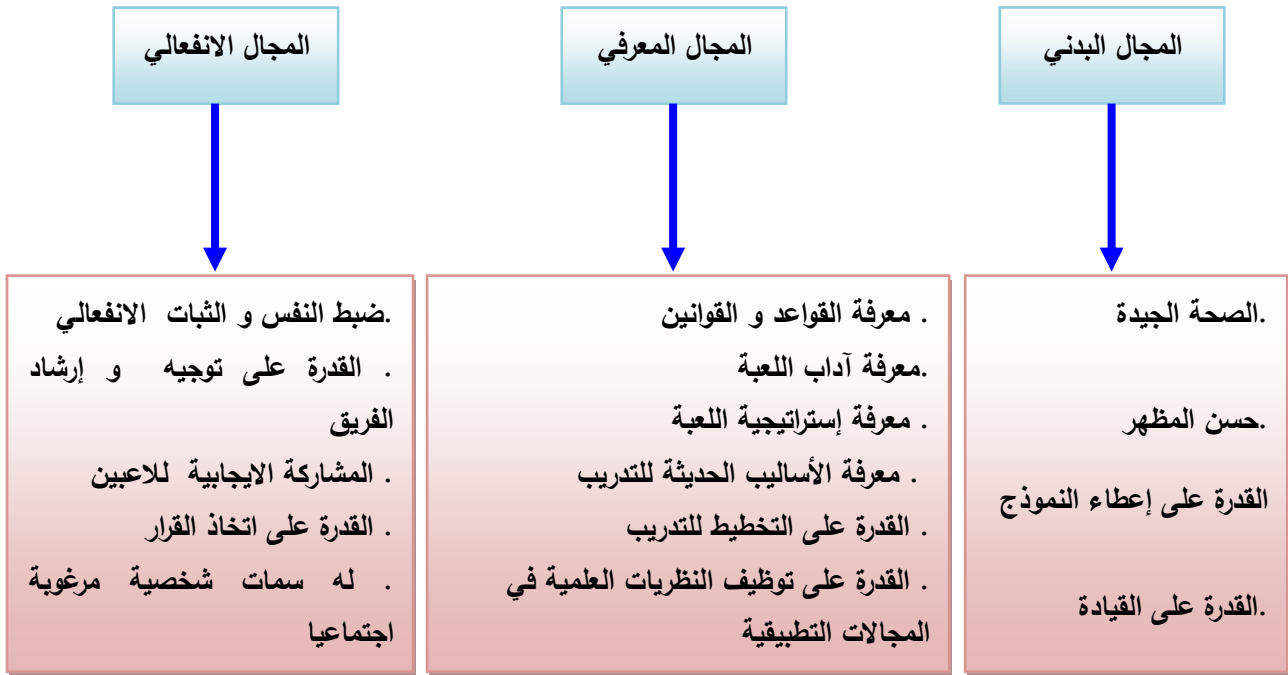
علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه ،الحازم في قراراته والمتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه.(البيك ، 2003 ، ص 10)

1-2- مميزات مدرب كرة القدم : (Jacque, 1985,P33)

1- المجال البدني

2- المجال المعرفي

3- المجال الانفعالي



الشكل (01) : مخطط يمثل مميزات مدرب كرة القدم

1-3- دور المدرب :

يعرف " ريمون توماس "دور المدرب بالشكل التالي : " تتضمن جل الفرق على شخص يلعب دور متميز بإيصال و تلقي المهارات الحركية ، تسيير و توزيع التدريب بطريقة علمية من حيث الكيف و

العمل ، بعث جو اجتماعي يسهل من العمل ، كما عليه فض النزاعات و الحد من الصراعات و الوقاية من كل ما قد يعيق السير الحسن للفريق " . (البيك ، 2003 ، ص 35)

فالمدرّب ذو شخصية متعددة الأوجه تسمح له بأداء ادوار عديدة و متنوعة نذكر منها :

- يجب أن يقوم بدور القائد ، مؤمن بما يقوم به
- يجب أن يقوم بدور المعلم الملم بمعرفة واسعة و دقيقة تسمح له بفرض طريقة عمله
- يجب أن يكون الأخصائي النفسي للاعبين القادر على معرفة و فهم أفراد الفريق
- يجب أن يكون المثل و النموذج الذي يقتدي به
- أن يكون من مهامه اتخاذ القرارات الهامة
- يجب أن يتحلّى بقدرة فائقة في الاتصال تسمح له بنسج شبكة من العلاقات مع أفراد الفريق
- يجب أن يكون المنسق في عملية التفاعلات داخل الجماعة
- يجب أن يكون الرئيس و المدير فيما يتعلق بما يحتاجه الفريق في الجانب اللوجستيكي .

1-4- وظائف المدرب:

إن مهمة المدرب تتمثل في الارتقاء بالمستوى الحركي والنفسي للفريق عن طريق تربية إيديولوجية دقيقة كتقوية الفريق بتقنيات جيدة ،إظهار وتوثيق الروح الجماعية للفريق،الوصول إلى تحقيق نتائج جيدة.

فوظائف المدرب متعددة نلخصها فيما يلي:

1-4-1- وظيفة التنظيم: تتطلب الاحتكاك المباشر حيث أن المدرب يقوم بعملية :

- التقويم .
- التوجيه والتخطيط.
- مما يحمله مسؤولية مباشرة وشاملة.

1-4-2- وظيفة التلقين: والمتمثلة بتوصيل المعارف والاتصال، تعلم الجوانب التقنية والتكتيكية.

1-4-3- وظيفة الاتصال: تتمثل في نسج روابط علاقاتية بين المدرب والمتدرب.

1-4-4-4- وظيفة نفسية: وهي التأثير الممارس من طرف المدرب على نشاط وسلوك الرياضي في المواقف التدريبية والمنافسة بهدف ضبط الحالات النفسية والتوترات .

1-4-4-5- وظيفة المراقبة: وتتمثل في إبراز والثناء على كل الأفعال التي تؤثر ايجابيا في الرياضي.

1-4-4-6- المدرب كقائد: يعتمد وصول اللاعب أو الفريق الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية لعدة عوامل، ومن بين أهم هذه العوامل المدرب، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطا وثيقا بمدى قدرات المدرب على إدارة عملية التدريب ، من تخطيط وتنظيم وتنفيذ وتقييم، وعلى قدراته في إعداد اللاعب في المنافسات الرياضية وإدارته لهذه المنافسات وكذلك قدرته على رعاية وتوجيه وإرشاد اللاعبين قبل وأثناء وبعد المنافسات . (البيك، 2003، ص 40)

وفي ضوء ذلك يمكن النظر المدرب الرياضي من حيث انه قائد يقوم بعملية الإدارة الفنية للاعبين أو الفريق ككل في الرياضة التخصصية، كما يقوم بإدارة عملية التوجيه والإرشاد والرعاية للاعبين والفريق، فالقيادة عبارة عن علاقة متبادلة بين فرد (القائد) ومجموعة من الأفراد ويقوم فيها بالتوجيه والتأثير على سلوك هذه المجموعة من الأفراد بمختلف الطرق والوسائل بغية تحقيق هدف أو أهداف محددة، أو هي الدور الذي يتضمن التأثير والتفاعل ، ويقود نحو انجاز الهدف ، وينتج عن التغيير البنائي خلال المجموعات.

فالقيادة ببساطة تعني كيفية التخطيط للهدف، وذلك لإعطاء الآخرين الاتجاه من خلال معرفتهم من مطلوب، عمله كذلك يعني القيادة بتطوير كل من البيئة الاجتماعية والنفسية، أي ما يسمى مناخ الفريق وتماسك الفريق، وهذا يعني ويؤكد لنا أن دور المدرب لا يقتصر فقط على تطوير القدرات البدنية والمهارية فحسب. (راتب ، 1997، ص ص 36 - 364)

1-5- أساليب القيادة للمدرب الرياضي:

يعني الأسلوب القيادي ماهية أنماط السلوك التي يتبناها القائد لمساعدة جماعته على انجاز الواجبات وإشباع الحاجات، وقد اختلف الباحثون في تصنيف أنماط القيادة بالقدر الذي اختلفوا فيه في

تعريفها ولكن هناك ثلاث أساليب هم الأسلوب الأوتوقراطي والأسلوب الديمقراطي و الأسلوب الفوضوي.
(عكاشة، 1997، ص 302)

1-5-1 - الأسلوب الأوتوقراطي:

ويتميز هذا النمط في تمحور السلطة بيد القائد وحده ، فهو الذي يتخذ القرارات بنفسه و يحدد سياسة الجماعة و أدوار الأفراد ، يرسم الخطط و يملئ على الجماعة أنشطتهم و نوع العلاقات بينهم وهو بدوره الحكم و مصدر الثواب و العقاب ، ويهتم بضمان طاعة الأفراد الذين لا يملكون حق اختيار العمل أو المشاركة في اتخاذ القرار أو حتى المناقشة ، وهو يتدخل في معظم الأمور ، و بطبيعة الحال فإنه في ظل هذا المناخ الاستبدادي تؤدي الطاعة العمياء دون مناقشة و عدم إبداء الرأي إلى تعطيل القدرة على الخلق و الإبداع و الابتكار حيث يعتمدون كلية على القائد ، كذلك لا يتيح هذا المناخ مجالاً كافياً لتنمية العلاقات الإنسانية بين أفراد الجماعة فتتخفف الروح المعنوية إلى جانب الافتقار إلى العلاقات الإنسانية اللازمة وتحقيق التكيف الاجتماعي بينهم، مما يؤدي إلى احتمال انتشار المنافسة غير الشريفة والنزاع وضعف روح التعاون كما يؤدي انتشار الروح السلبية لدى الأفراد واكتفاءهم بالعمل بالقدر الذي يحميهم من عقاب القائد الاستبدادي . (عكاشة ، 1997، ص 326).

1-5-2 - الأسلوب الديمقراطي:

في هذا الأسلوب من القيادة يعمل القائد على توزيع المسؤولية وإشراك أفراد الجماعة في اتخاذ القرارات، ويشجعهم على تكوين العلاقات الشخصية وتحقيق التفاهم المتبادل بينهم، كما يحاول كسب ودهم وتعاونهم وحبهم فيلتفوا حوله ويدعمونه، ويتقبلون أوامره بروح راضية ويسعون لتنفيذها وهو ما يؤدي إلى انتشار مشاعر الرضا، الارتياح، الإخلاص، الإقبال على العمل، التعاون والاستقرار ورفع الروح المعنوية، وكفاءة الأداء، والقائد الديمقراطي يسعى إلى أن يشعر كل فرد في الجماعة بأهمية مساهمته الإيجابية في شؤون الجماعة كما يعمل على توزيع المسؤولية بين أفراد الجماعة مما يزيد قوتها.

ويصغي القائد الديمقراطي للآخرين أكثر مما يجعلهم ينصتون إليه، فهو يقترح ولا يأمر، والجماعة الديمقراطية تتميز بدافعية أكبر نحو العمل وبمقدرة أعلى على الأداء كما يعم الرضا والشعور بالارتياح

بين أفراد الجماعة كما تسود روح التعاون والصدقة ويقبل الإحساس بالإحباط والفردية. (زكي، 1997، ص 201)

رغم ما تحققة القيادة الديمقراطية من ايجابيات ينعكس أثرها على أفراد الجماعة إلا أن التماذي في اللامركزية قد يؤدي إلى نوع من التسبب واللامبالاة بين أفراد الجماعة حينها يفقد القائد القدرة على الاحتفاظ بالمناخ القيادي والسيطرة على زمام الأمور، القدرة على اتخاذ القرارات وذلك في حالات اللغو والمبالغة فيه، بالإضافة إلى أن هذا النمط القيادي لا يصلح في مجالات معينة خاصة في الأوقات العصبية وعند الشدائد وفي ظل الحالات الطارئة والأزمات. (عكاشة، 1997، ص 327)

1-5-3- الأسلوب الفوضوي:

و يطلق عليه أيضا الحرية المطلقة أو قيادة عدم التدخل ، و في هذا النوع من القيادة يكون هناك حرية مطلقة للأفراد في التخطيط للعمل و تحديد الأهداف، اتخاذ القرارات و اختيار النشاط والأصدقاء.

كذلك فإن السلوك يكون حياديا فلا يشارك إلا بحد أدنى من المشاركة مع إظهار الاستعداد للمعاونة ، و من نتائج هذا النوع من القيادة أن علاقات الود و الثقة المتبادلة بين الأفراد تكون بدرجة متوسطة أيضا. (الحاوي، 2002، ص 20)

1-6- شخصية المدرب وتأثيرها على الفريق:

من الملاحظ أن الدراسات المنجزة حول شخصية المدرب قليلة مقارنة بما أنجز من دراسات حول الرياضي، لكننا نجد في الدوريات المختصة في علم النفس الرياضي بأن ميدان الشخصية لدى المدرب مازال خصباً ولم يستوفي حقه من الدراسة فغالبا ما تكون صورة المدرب مقترنة بالشخصية الاستبدادية متميزة بالصرامة، العنف، وحب الانتصار بأي ثمن.

ويشير معظم خبراء التدريب الرياضي إلى أن المدرب الرياضي هو شخصية موهوبة ذات أبعاد مميزة يمتلك إمكانات خاصة تفرقه عن أقرانه من عامة البشر وأن هناك فروق واضحة بين مجموعة المدربين والممارسين والتي تميز المدربين بالاتي:

- لديهم الرغبة لكي يكونوا على القمة
- منظمون يخططون لكل شيء
- يتمتعون بالاختلاط بالناس
- يتحكمون في عواطفهم تحت ضغط شديد
- يميلون لحب السيادة وتحمل المسؤولية
- يميلون للثقة بالنفس
- لديهم صفات قيادية عالية
- يلومون أنفسهم ويقبلون التأنيب إذا ارتكبوا خطأ معين
- ناجحون عاطفياً
- إصرارهم في التعبير عن الميل العدوانى لديهم بطبيعة مماثلة لتلك التي يتمتع بها غير المدربين.

وعلى الجانب السلبي أظهر المدربون عدم الميل للاعتماد على الآخرين وكانوا غير مهتمين بمشاكل أعضاء فرقهم، و لا يميلون إلى احد نفسياً عند التعرض لطارئ نفسي لذلك قد يتعاملون مع بعض المواقف كأى أشخاص آخرين .

كما أن الساعات العديدة التي يقضيها المدرب مع اللاعبين توحى بالتأثير المحتمل على تنمية اللاعبين، و تنمية اللاعبين تتأثر تأثيراً كبيراً بشعورهم تجاه مدربهم مثل الولاء و الإعجاب فاللاعب يتأثر بمداركة الحسية (سلبية - ايجابية) وهي في النشاط الممارس و تختلف الأنشطة الرياضية باختلاف متطلباتها في التدريب والمنافسة ولذلك يجب التوجيه لتطوير حالة الفرد التدريبية بما يتلاءم وتلك المتطلبات مما يؤدي إلى تكيف الرياضي بدنياً و نفسياً مع أنواع النشاط الرياضي وهذا هو ما يطلق عليه خصوصية التدريب . (مصطفى، 2002، ص ص 26-27)

2- الإعداد النفسي :

2-1- مفهوم الإعداد النفسي :

ذكرنا أن عملية التدريب عملية مبنية على أسس علمية وهي ذات شقين لا ينفصلان هما :

- الشق التعليمي : ويشمل الإعداد البدني و المهاري و الخططي و الذهني وقد سبق الكلام عنهما.
- الشق النفسي التربوي : وهذا الشق له من الأهمية ما للشق التعليمي تماما بل هو الفيصل في المباريات عندما يكون الفريقان المتنافسان في نفس مستوى الأداء من الناحية البدنية و الفنية الخططية و الذهنية عندئذ تكون الصفات الإرادية هي التي تقرر نتيجة المباراة .

لذلك فالإعداد النفسي للاعب يجب أن يخطط له المدرب أثناء الموسم كما يخطط تماما للنواحي التعليمية و الإعداد النفسي يعني كل الإجراءات و الواجبات التي يضعها المدرب بهدف تثبيت السمات الإرادية و تنمية القيم الخلقية لدى اللاعب

ولما كانت هناك عوامل كثيرة تؤثر في أداء اللاعب أثناء سير اللعب كالملاعب و نوعية الأرض و الجمهور و الفريق المضاد الخ لذلك أصبح من واجب المدرب أن يعمل على أن يعتاد اللاعب هذه المؤثرات أثناء التدريب ، و إلا أصبح هناك فجوة بين الأداء خلال التدريب و الأداء أثناء المباراة من هنا ترجع أهمية الإعداد النفسي للاعب بحيث يستطيع أن يتغلب على هذه المؤثرات حتى لا تكون معوقا لأدائه أثناء المباراة .

كما يمكن تعريف الإعداد النفسي في كرة القدم على أنه عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق و تنمية الدوافع و الاتجاهات و الثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي والعمل على تشكيل و تطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين. (أبو عبدو، 2001، ص263)

2-2- أهمية الإعداد النفسي :

يتميز مستوى أداء اللاعب بالتذبذب و عدم الاستقرار عند الاشتراك في المباريات أو المسابقات خلال الموسم الرياضي .

يحاول المدرب معرفة أسباب عدم استقرار مستوى أداء اللاعب واستبعد أن يرجع ذلك إلى القدرات البدنية أو المهارية ذلك لأنها تتميز بالاستقرار ولا يطرأ عليها التغير عادة إلا بسبب الإصابة أو المرض... الخ، و إن الأرجح تفسير عدم استقرار مستوى الأداء في ضوء بعض العوامل النفسية مثل القلق الزائد

والخوف من الفشل و عدم المقدرة على التركيز في الأداء لذلك فإن الإعداد النفسي الجيد يهدف إلى مساعدة اللاعب في السيطرة على أفكاره وانفعالاته بما يحقق أفضل مستوى أداء مع اختلاف ظروف المنافسة.

إذا كان الإعداد البدني يتم التدريب عليه من خلال التحكم في أعمال التدريب من حيث درجة الجهد المبذول و مقدار الراحة المناسبة ، و معرفة تأثير ذلك على أجهزة الجسم المختلفة للاعب، فإن الإعداد النفسي يتم التدريب عليه من خلال مساعدة اللاعب في السيطرة على أفكاره أي تركيز الانتباه ، و التحكم في الانفعالات أي عدم التوتر أو الخوف الزائد عند المنافسة . (راتب، 2001، ص23)

2-2-1- اكتساب المفاهيم التربوية النفسية :

ينظر إلى الرياضة على أنها إحدى الوسائل التربوية الهامة التي تؤثر في سلوك الناشئ ، و قد يكون هذا التأثير إيجابيا فيكسبه الثقة بالنفس ، والروح الرياضية والالتزام وتحمل المسؤولية والاستقلالية والتعاون والمقدرة على مواجهة الضغوط وقد يكون التأثير سلبيا فيكسبه الغرور ، والعوانية ، والأناية والقلق الزائد والخوف من الفشل ونقص الثقة بالنفس، وتوقف النفسية الصحيحة وهنا تأتي أهمية نشر الثقافة والتوعية النفسية لدى المهتمين بالتنشئة الرياضية وخاصة القيادات الرياضية مثل المدربين والإداريين وأولياء الأمور. (راتب، 2001، ص24)

2-2-2- اكتساب المهارات النفسية :

تعطي برامج التدريب الرياضي حديثا اهتماما للإعداد النفسي للاعبين ، باعتبار أن الإعداد النفسي مهارات تحتاج إلى التدريب عليها و تسير جنبا إلى جنب مع تدريب القدرات البدنية و المهارات الرياضية، و النتيجة أننا نلاحظ أن بعض اللاعبين يمتلكون قدرات و مهارات تساعدهم على مواجهة الضغوط ، و تركيز الانتباه ، ووضع أهداف تستثير التحدي ولكن بصورة واقعية ، و التصور العقلي لأداء مهاراتهم في المنافسة بدقة الخ

وبرغم أنه من الناحية المثالية يتوقع أن يتولى المتخصص النفسي الرياضي تطبيق برنامج تدريب المهارات النفسية فإنه عند تعذر ذلك يمكن أن يقوم بهذه المدرب الرياضي مع مراعاة أن يؤهل نفسه في

هذا المجال ومن أمثلة المهارات النفسية الشائعة في البرنامج التدريبي للاعبين : التعامل مع ضغوط المنافسة الرياضية ، التصور العقلي ، تركيز الانتباه ، الثقة بالنفس و بناء الأهداف. (راتب، 2001، ص30)

2-3- أنواع الإعداد النفسي :

يمكن تقسيم الإعداد النفسي إلى :

2-3-1- من حيث المدة :

2-3-1-1- الإعداد النفسي طويل المدى :

يمكن أن نوضح هذا الموضوع المهم على شكل نقاط محددة : (الدلمي، 1997، ص 27)

- إن إعداد فريق في المشاركة في البطولات المهمة يتطلب الآن إعدادا و تدريبات تستمر لفترة زمنية طويلة كالإعداد لبطولات كاس العالم أو الدورات الاولمبية أو القارية و إن مفردات هذا الإعداد الطويل لا تحتوي فقط على عناصر اللياقة البدنية و المهارات و الخطط و إنما تتعدى ذلك إلى الإعداد النفسي الذي يتلزم بقيمة العناصر في الإعداد و التهيئة .
- هناك جانب في التحضير الطويل المدى و هو ضرورة إجراء الفحوصات الطبية على اللاعبين بين فترة و أخرى لان عدم الاهتمام بهذه الناحية و إهمالها يسبب أثار نفسية سلبية كثيرة على اللاعبين.
- إن الاطمئنان على اتزان الحالة النفسية عند اللاعب خلال الإعداد النفسي الطويل و التأكد من سلامة الإعداد النفسي يتطلب إجراء بعض الفحوص و الاختبارات النفسية على اللاعبين إن النظرة الفاحصة و المتابعة السليمة من قبل المدرب للاعبين في هذا الجانب و تفسير سلوكهم و انفعالاتهم تتيح له الفرصة على حالاتهم النفسية خلال إعدادهم الطويل.
- ضرورة تقويم حالة التدريب بين فترة و أخرى لكي يعلم المدرب مدى تأثير الوحدات التدريبية في اللاعبين ومدى تطورها و يمكن مراجعة هذا الموضوع في باب التحليل و الاختبارات.

- من المفيد جدا مناقشة محتوى الإعداد الخاص المقبل للفريق بشكل عام مثلا مع اللاعبين و إفساح المجال أمام كل منهم لإبداء رأيه حول هذه الطريقة لتعزيز شعور اللاعب بالراحة النفسية أثناء التدريب الطويل الأمر الذي يزيد من يقينه بتحقيق الأهداف المرسومة من التدريب .
- خلال الإعداد النفسي تتوالى الظروف المناخية المختلفة ، لهذا يجب أن يتدرب الفريق تحت تأثير كل الظروف بسبب له نقص في إعداده النفسي الطويل و يجعله متقبلا غير قادر على اللعب بشكل جيد في مثل هذه الظروف
- ضرورة تطبيق القانون أثناء التدريبات و المقابلات التجريبية لان ذلك يجعل اللاعب محصنا نفسيا في اللعب القانوني السليم .
- يجب إجراء تحليل كامل لجميع الفرق المشاركة في الدورة، و توضيح نقاط الضعف و القوة لكل فريق لأن ذلك يعطي راحة نفسية للاعبين و يجعلهم مطلعين على خصومهم .
- لكي تتجح عملية الإعداد الطويل المدى على المدربين و المسؤولين على الفريق إبعاد كافة الأعباء الخارجية عن اللاعب و مساعدته على التركيز على عناصر اللعب و كيفية تطوير مستواه في اللعب لذلك على المدرب أن ينشط في معالجة الأمور الاجتماعية , الاقتصادية ، و حتى العاطفية .
- يجب على اللاعب أن يتعود على مجابهة كل الظروف كالخسارة و الفوز مقابلة الفرق القوية ، إن النجاح في ذلك يحتاج إلى تجارب سابقة و هذا من واجبات الإعداد النفسي الطويل المدى و بذلك يتعود اللاعب على المواقف المختلفة .
- العمل الجاد في جو من الفرح و الغبطة و السرور و الاستبشار مما يخلق نوع من الاتزان يكون قادرا على مجابهة المشاكل و المصاعب مهما كانت .

2-3-1-2- الإعداد النفسي القصير المدى:

هو محاولة إعداد الفريق أو اللاعب للمنافسة القادمة و رفع درجة استعداداه لكي يتمكن من بذل أقصى جهده ليحقق الفوز و يمكن توضيح هذا النوع من الإعداد النفسي خلال :

يرى بعض علماء النفس في ألمانيا الغربية أن الإعداد النفسي القصير المدى في المنافسات الهامة يتركز في ثلاث مراحل هي :

- مرحلة التوقع
- مرحلة المواجهة
- مرحلة الاسترخاء

وهذه التقسيمات الثلاث مستمدة من آراء العالم النفسي الأمريكي لازاروس في أبحاث عن الشدة (STRESSE) إن مرحلة التوقع تعني الفترة التي تبدأ من زمن إدراك الحدث الذي يعتبره الفرد مهددا له - موقف الشدة - حتى بادية الوقت المقنن للشدة هذه الفترة ترتبط ببعض التوترات المختلفة مثل القلق ، الخوف ، عدم الطمأنينة و التوقع السلبي الخ . (الدلمي، 1997، ص 28)

2-3-1-2-1- اجتماع الفريق الأخير:

يعقد هذا الاجتماع إما في اليوم الذي يسبق المنافسة أو في صباح يوم المنافسة وفي هذا الاجتماع توزع المسؤوليات و الواجبات على الفريق و يشرح المدرب الخطة المطلوبة و كيفية استغلال نقاط الضعف الخصم كما يتحدث المدرب في هذا الاجتماع على أهمية المنافسة وضرورة تحقيق نتيجة جيدة وأثر الفوز في تسلسل الفريق و سمعته

2-3-1-2-2- قبيل الدخول إلى الساحة:

بعد أن يشرح المدرب الخطوط العامة للخطة وللأسلوب قبيل النزول على الساحة يقوم المدرب بتهيئة لاعبيه نفسيا للعب بكلمات مركزة و قوية يحاول فيها إثارة حماس اللاعبين وشد انتباههم وتحفيزهم للعب وفي هذه اللحظات يجب على المدرب أن يراعي جيدا الفروق الفردية، فيتحدث مع بعض اللاعبين بالشكل الذي يرفع المعنويات النفسية للاعبين و جعلهم يشاركون في المنافسة بثقة وتفاؤل. (علاوي،

2000، ص139)

2-3-1-3-2- في فترة الراحة:

يقع كثيرا من المدربين في الخطأ عندما يتعامل مع لاعبيه بشدة و عنف خلال فترة الاستراحة عندما يفشل في تنفيذ الواجبات التي طلبها خلال الشوط الأول. (علاوي، 2000، ص140)

من الممكن جدا تصحيح الأخطاء و تغيير النتيجة في فترة الاستراحة وذلك من خلال شرح ما حدث في الشوط الأول و تشجيع اللاعبين و حثهم على العطاء الأفضل في لحظات سريعة وهناك بعض المؤشرات التي تعمل على زيادة أو نقص التوتر العصبي النفسي عند اللاعبين قبيل المنافسة و التي تؤثر في إنجازهم وهي من المواضيع التي يتناولها الإعداد النفسي الطويل المدى و من أهمها :

- الاستعداد التدريبي الجيد

- أهمية المنافسة

- قوة الخصم أو ضعفه

- الظروف الخارجية

- قوة الحوافز

- التحليل والتقييم

2-3-2- من حيث النوعية :

2-3-2-1- الإعداد النفسي العام :

يمكن تلخيص هذا النوع من الإعداد فيما يلي :

2-3-2-1- تطوير العمليات النفسية للاعب :

ويقصد بالعمليات النفسية ما هو مرتبط بتحقيق الغرض من ممارسة كرة القدم مثل الإدراك الحسي بأنواعه المختلفة وعمليات الانتباه و التصور الحركي و التفكير و كذلك القدرة على الاستجابة الحركية بأشكالها و أنواعها المختلفة.

2-3-2-1-2-2-الارتقاء بالسمات الشخصية للاعب :

وذلك بالمساعدة على بث الثقة في نفوس اللاعبين على تحمل مشاق التدريب باستثماره للحالة الدافعية لديه و الصفات الإرادية و الخصائص الانفعالية الكامنة لديه

2-3-2-3-1-2-3-تثبيت الحالة النفسية للاعب :

حيث تتميز بعدم الثبات و الاختلاف المتباين في الشدة و الطول حيث أن إثبات الحالة النفسية مركب من مجموعة ظواهر نفسية ، التفكير ، الانفعال ، الإرادة، و هي تؤثر إلى حد كبير على نشاط اللاعب سلبيا أو إيجابيا و يحتاج اللاعب لفترات طويلة من التدريب للتحكم فيها و توجيهها يجب أن تسير هذه المبادئ جنبا إلى جنب مع النواحي التدريبية الأخرى أثناء عمليات التدريب.

2-3-2-2-2-الإعداد النفسي الخاص :

هذا النوع من الإعداد يهدف إلى استخدام الإعداد النفسي لحالة معينة لها خصوصياتها

- الإعداد النفسي الخاص لمنافسة معينة
- الإعداد النفسي للاعب واحد
- الإعداد النفسي الخاص ضد خصم معين
- الإعداد النفسي الخاص للقيام بواجب محدد.

2-3-2-2-1-2-3-1-الإعداد النفسي الخاص لمنافسة معينة :

يحتاج المدرب في بعض الأوقات إلى أن يعد فريقه إعدادا نفسيا خاصا لمنافسة واحدة معينة لها خصوصياتها و أهميتها على الفريق الخ

- تحليل كامل عن الفريق الخصم
- أهمية نتيجة المنافسة وأثر نقطتي الفوز أو الثلاث نقاط
- كيف سيصبح ترتيب الفريق بعد نهاية المنافسة
- أرضية الملعب الذي تقام عليه المنافسة

- الهيئة التحكيمية التي ستدير المنافسة و صفات الحكم
- طبيعة الجمهور و انفعالاته و سلوكه. (راتب، 2003، ص133)

2-3-2-2- الإعداد النفسي الخاص للقيام بواجب محدد :

في بعض المنافسات يقوم المدرب بتكليف أحد لاعبيه لواجبات إضافية محددة إن هذه الواجبات التي يقوم بها اللاعب تحتاج إلى الإعداد النفسي الخاص، فعندما يطلب مثلا من المدافع الأيمن الإسهام في عملية الهجوم و التقدم بعمق ثم العودة مسرعا إلى منطقة الدفاع و تكرار ذلك في كل الشوطين كأسلوب محدد في مهاجمة الخصم فإن ذلك لا يتطلب من المدرب بإعداد لاعبيه بهذا الواجب المحدد من النواحي البدنية و المهارية و الخطئية و لكنه يعده نفسيا كذلك لمواجهة المتطلبات النفسية لهذا الواجب كالمثابرة و مقاومة التعب و الثقة العالية بالنفس. (الدلمي، 1997، ص 28).

2-4- واجبات الإعداد النفسي للاعب كرة القدم:

يجب أن يعرف المدرب أن هناك واجبات تعمل على زيادة إعداد اللاعب نفسيا لخوض غمار المنافسة و أن هناك مستوى أمثل من التعبنة النفسية يجب أن يتميز به أداء اللاعب قبل المنافسة لتحقيق أفضل أداء و من هذه الواجبات:

1. المساعدة في تحسين العمليات النفسية التي تساعد على الوصول إلى أعلى مستوى من المهارات.
2. مساعدة اللاعب على إنجاز أهدافه أداء شخصية تتميز بالصعوبة و الواقعية .
3. تكوين و بناء حالة انفعالية مثالية أثناء التدريب و المباريات .
4. تحسين القدرة على تنظيم الحالة النفسية في الظروف الصعبة من التنافس. (أبو عبدو، 2004، ص 270).

2-5- علاقة الإعداد النفسي بالنواحي التدريبية الأخرى:

إن تطوير الناحية النفسية لدى لاعبي كرة القدم مرتبط ارتباطا وثيقا بالنواحي البدنية والفنية والخطئية، و بالنظر لاختلاف مستويات لاعبي الفريق في النواحي الفنية والبدنية والخطئية فهذا معناه

أنه يجب تطوير الناحية النفسية عند كل لاعب بصورة فردية و التي ترتبط بحالات متعددة وأن اللاعب حين ما أصابه التعب فإن هذا يخفض حالته المعنوية في استمرار التسابق ، إن اللاعب إذا لم يكن يجيد أنواع الضربات فإنه يشعر بالارتباك النفسي في الحالات المحرجة ، كما أن اللاعب الذي لم يتدرب على الخطط اللازمة فإنه يرتبك و يبقى في حيرة كلما أراد أن يتخذ خطة ملائمة و بالعكس فإذا تحسنت مطاولة اللاعب و ضبطه للخطط فإنه يشعر بثقة نفسية جيدة مما يجعله يؤدي واجباته بصورة أحسن ، بالإضافة إلى ما تقدم فإن المركز الذي يلعب فيه اللاعب و طبيعة المتطلبات الفنية و الخططية و البدنية تحتاج إلى الإعداد النفسي الخاص بها.

نستخلص أن الإعداد النفسي له علاقة وطيدة بالنواحي التدريبية الأخرى وهي :

- الناحية البدنية
- الناحية الخططية "التكتيكية "
- الناحية المهارية "التكنيكية"
- الناحية النفسية. (الدلمي، 1997، ص 28).

2-6- الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة :

يعتبر الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة أحد أنواع الإعداد النفسي قصير المدى و هو غالبا ما يبدأ قبل الاشتراك في المباراة بفترة تتراوح ما بين يومين إلى سبعة أيام ، و تعتبر هذه الفترة من الفترات الحرجة جدا لإعداد اللاعب للاشتراك في المباراة مما يستدعي أن يعطيها المدرب دورا بالغا من الأهمية لإعداد اللاعب نفسيا بجانب العمل على استفادة اللاعب لطاقته البدنية و الذهنية و الانفعالية حتى يمكن استخدام جميع هذه الطاقات الاستغلال الأمثل أثناء المباراة .

وتتميز كرة القدم كنشاط تنافسي متقلب الانفعالات في أثناء المباراة و يوجد مستوى مرتفع من التوتر العصبي و الانفعالي مما يؤثر على قوة الأداء الفني بالإضافة إلى انخفاض درجة تحكم اللاعبين في أنفسهم وما يترتب عليه من سلوك عنيف في الأداء ، و على الجانب الآخر فإن الإعداد الجيد للاعبين من الناحية النفسية و القوة و السعي الانتصار .

وتختلف درجات الحالة الانفعالية لدى اللاعبين قبل و أثناء المباراة تبعا لأهمية المباراة و البطولة التي يشتركون فيها و من خلال بعض التجارب التي أجراها بعض العلماء على مجموعة كبيرة من اللاعبين الرياضيين وجد أن اللاعب يهتم ببعض الأعراض النفسية و الفسيولوجية قبل المباراة و أثناءها وبعد نهاية المباراة. (أبو عبدو، ص 270).

2-6-1-ديناميكية الحالة النفسية للاعب أثناء المباراة:

ترتبط ديناميكية الحالة النفسية أثناء المباراة بظروف الأداء الذاتية و الموضوعية مما يؤثر بالسلب على اللاعبين بأشكال مختلفة يترتب عليها استجابات منها :

- استنترات صعبة غير عادية تستدعي كف داخلي عند اللعب
- توتر عضلي وعصبي مستمر بسبب الكف الكامل
- وجود حالة من التوتر النفسي العالي في بداية المباراة مما يؤثر على الأداء
- حدوث الانهيار النفسي أثناء المباراة عندما يفقد الفريق الأمل في تحقيق الفوز وإصابة مرماه بعدد كبير من الأهداف ، وما يصاحب ذلك من حالات الاستسلام و اليأس.
- القدرة على اتخاذ القرار في بعض المواقف التكتيكية المعقدة. (مصطفى، ص 260).

2-7- الحالة النفسية للاعبين بعد المباراة:

يلاحظ أن أكثر الاهتمام بالناحية النفسية للاعب يكون قبل الاشتراك في المباراة بينما قليل جدا من المدربين يعطون اهتماما للاعبين بعد انتهاء المنافسة ، بالرغم من أن انتهاء المنافسة لا يعني الانتهاء من الانفعالات المصاحبة للاعب بل قد تزداد حدتها مثل الشعور باليأس و الإحباط و الاكتئاب عند الهزيمة أو الشعور بالغرور و التعالي عند الفوز مما يؤثر سلبيا على الحالة النفسية للاعب و تصاحب هذه الحالات كثير من العوامل منها :

- النتائج التي تحصل عليها الفريق إما بالفوز أو الهزيمة و ما يصاحبها من خبرات النجاح و الفشل
- النتائج غير المتوقعة و مقارنتها بالنتائج الخطط لها
- التوتر و القلق الناتج من المباراة و الصراع الحاد الذي أدى إلى الفوز أو الخسارة

- الخصائص النفسية للاعبين أنفسهم و الذين شحنوا فوق طاقتهم، و حالة ثباتهم المعنوي و الانفعالي و صفاتهم الإرادية.

كل هذه العوامل و ما يصاحبها من نتيجة المباراة سواء بالفوز أو الهزيمة و تأثيرها على خبرات النجاح و الفشل و ما يترتب عليها من تأثيرات انفعالية إيجابية و سلبية تتطلب أن يعرف المدرب واجباته ومسؤولياته في تنفيذ إطار خطط مبرمجة سلفا للإعداد للمباراة القادمة وفقا للأهداف الموضوعية طويلة المدى.

2-7-1- دور المدرب في التعامل مع اللاعبين بعد المنافسة :

- تقديم العون و المساعدة للاعبين بعد المباراة مباشرة
- التركيز على انفعالات اللاعبين و ليس على انفعالات المدربين
- الحرص على التواجد مع اللاعبين عقب المباراة و ليس التواجد مع وسائل الإعلام
- تقديم التقييم الواقعي غير الانفعالي لأداء كل لاعب ثاني يوم للمباراة
- عدم تقييم الأداء و النتيجة عقب المباراة مباشرة
- سرعة العمل و الاندماج في البرنامج الزمني و الإعداد للمباراة القادمة

2-8- تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم :

تخطيط التدريب هو أولى الخطوات التنفيذية في عملية توجيه و تعديل مسار مستوى الانجاز في كرة القدم للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الفنية من خلال الإعداد المتكامل في جميع الجوانب البدنية و المهارية و الخططية و النفسية و الذهنية و لا يمكن فصل أي جانب من هذه الجوانب عن الآخر بل يعتبر التخطيط لهم جميعا بالغ الأهمية في ظل إطار و نهج علمي سليم يضمن الوصول بعملية التدريب إلى أفضل النتائج و أرقى المستويات

ومن هنا تأتي أهمية التخطيط للإعداد النفسي للاعب كرة القدم بهدف تنمية الظواهر النفسية الهامة برفع درجة استعداده و تجهيزه للمسابقة من خلال خطة زمنية تتراوح ما بين التخطيط للإعداد النفسي طويل المدى أو الإعداد النفسي قصير المدى و يتم تنفيذ هذين النوعين من التخطيط من خلال

أنواع خطوية يندرج فيها الإعداد النفسي و يتم تقسيمها إلى خطة التدريب للوحة التدريبية اليومية ثم خطة التدريب النصف سنوية ثم خطة التدريب السنوية ثم خطة التدريب طويلة المدى. (أبو عبدو، ص 284).

ويجب أن يشمل الإعداد النفسي خلال التخطيط له بناء وتطوير السمات الشخصية والإدارية خلا المراحل النفسية المختلفة لعملية الإعداد النفسي وكذلك بناء وتطوير الدافعية.

كما يجب أن يشمل التخطيط للإعداد النفسي العمل على تحقيق أهداف بناء وتطوير السمات الشخصية الإدارية والدافعية لاستخدامها لمعالجة مواقف الضغوط النفسية والتوتر من خلال برامج تدريب المهارات النفسية وتطوير الأداء أثناء الإعداد النفسي العام والإعداد النفسي الخاص بالمباريات وقت الدورة التدريبية.

كما يجب أن يراعي المدير الفني للفريق مع الإحصائي النفسي الرياضي أثناء التخطيط للإعداد النفسي متطلبات الأداء والأسس النفسية للبناء الحركي لنشاط كرة القدم من حيث الإعداد البدني و المهاري و الخططي أثناء البرنامج التدريبي السنوي بفتراته الثلاثة:

الفترة التأسيسية ، وفترة المسابقات ، و الفترة الانتقالية وطبيعة العلاقة بين هذه الفترات و متطلبات الإعداد النفسي كيفية الربط بينهما في إطار تنظيمي ومنهجي من خلال خطة زمنية توزع فيها واجبات التدريب بما يناسب مع طبيعة المسابقة و مستواها و إمكانية الفريق والمتطلبات التي تحدد للوصول إلى الفورمة الرياضية.

كذلك يجب أن تكون هناك مراقبة عميقة للاعبين و تشخيص لحالتهم النفسية و الانفعالية خلال اشتراكهم في التدريب و المباريات من خلال ديناميكية الأداء وحمل المباراة والعلاقات الاجتماعية داخل الفريق والراقية اليومية لقياس حالات التوتر الانفعالي والدافعية وردود الأفعال المنعكسة ومدى التركيز والانتباه والثقة بالنفس ومن خلال ذلك يمكن تعديل خطة الإعداد النفسي للاعب ولتحسين الصفات والعمليات النفسية والعقلية العليا والعمل على دفع الروح المعنوية وبت روح الألفة والصدقة بين اللاعبين داخل الفريق وبينهم وبين الجهاز الفني إذ استدعت الضرورة ذلك. (أبو عبدو، ص 286).

3- كرة القدم

3-1- تعريف كرة القدم

- **التعريف اللغوي:** كرة القدم " football " هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم باك " regby " أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة و التي سنتحدث عنها تسمى " soccer "

- **التعريف الاصطلاحي:** كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أفراد المجتمع". (جميل، 1986، ص 50)

3-2- تاريخ كرة القدم :

3-2-1- في العالم:

لقد اختلفت الآراء و كثرت الأقاويل حول تحديد البداية الحقيقية لكرة القدم فهي لعبة قديمة التاريخ ظهرت من < حوالي خمسة آلاف سنة في الصين لتدريب الجيوش و تحسين لياقتهم البدنية ، كما يرى البعض الآخر أن حوالي 4500 سنة قبل الميلاد القدماء المصريون مارسوا هذه اللعبة و يذكرون أن قدماء اليونان نقلوا هذه اللعبة عن المصريين وهم بدورهم نقلوها إلى الانجليز .

حسب المؤرخين تعددت الأسماء الخاصة لكرة القدم ففي اليابان كانت تدعى " كيماري" kemari (سالم ، 1988 ، ص15)

وهناك في ايطاليا لعبة كرة قديمة تسمى " الكاليشو calicio " كانت تلعب في فلورنسا مرتين في السنة ، بمناسبة عيد " سان جون sanjon ". (عبد الجواد ، 1984 ، ص15)

كما ورد في أحد مصادر التاريخ الصيني أنها تذكر باسم " تسو - شوي tsu -shu " أي بمعنى ركل الكرة و كل ما عرف من تفاصيل أنها كانت تتألف من قائمين كبيرين يزيد ارتفاعهما عن 30 قدم مكسوة بالحرائر المزركشة و بينهما شبكة من الخطوط الحريرية يتوسطها ثقب مستدير مقداره قطره قدم

واحد (سالم ، 1988، ص 12)، و بعد كل هذه الخلافات تم الاتفاق سنة 1830 على أن تكون هذه اللعبة لعبتين الأولى (soccer) و الثانية (rugby)، و بعدها في عام 1845 تم وضع القواعد الثلاثة عشر لكرة القدم بجامعة كامبردج ، و في عام 1862 أنشئت عشر قواعد جديدة تحت عنوان " اللعبة السهلة " و جاء فيها منع ضرب الكرة بكعب القدم ، و في 26 أكتوبر 1863 أسس أول اتحاد انجليزي على أساس القواعد و القوانين الجديدة لكرة القدم و بمرور كل هذه السنوات أدى ذلك إلى ظهور أول بطولة رسمية عام 1888 و يميّت باتحاد الكرة ، و بدا الدوري باثنا عشر فريقا و سنة بعدها أسست في الدنمرك اتحادية وطنية لكرة القدم و يتنافس على بطولتها خمسة عشر فريقا.

3-2-2- في الجزائر:

طويل هو تاريخ كرة القدم في الجزائر، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروبيتها ، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق هو نادي مولديه الجزائر ، جاء بعدها شباب قسنطينة ، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهران و انضمام فرق عديدة أخرى للمجموعة ، تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار ، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 افريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم .

في ظرف أربع سنوات تحول الفريق إلى مجموعة ثورية مستعدة للتضحيات و إسماع صوت الجزائر في ابعد نقطة من العالم ، و بدأت مسيرة جبهة التحرير الوطنية من تونس عبر العالم في تحفيظ النشيد الوطني .

بعد الاستقلال جاءت فترة الستينات و السبعينات التي تغلب عليها الجانب الترويحي و الاستعراضي ، حيث أن المستوى الفني للمقابلات كان عاليا تلتها مرحلة الإصلاحات الرياضية من 1978 - 1985 التي شهدت قفزة نوعية في مجال تطور كرة القدم بفضل ما وفر لها من إمكانيات مادية ، الشيء الذي سمح للفريق الوطني نيل الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية الثالثة بالجزائر ثم المرتبة الثانية في كاس إفريقيا للأمم سنة 1980 ، و في المنافسات الاولمبية تأهل الفريق الوطني إلى الدور الثاني من العاب موسكو سنة 1980 .

وكذلك الميدالية البرونزية سنة 1979 في ألعاب البحر الأبيض المتوسط ووصلت إلى قمته في مونديال ألمانيا 1982 أين فاز الفريق الوطني على احد عمالقة كرة القدم في العالم إلا وهو الفريق الألماني الغربي و انهزمت بصعوبة سنة 1986 في مونديال المكسيك أمام البرازيل ، و تحصلت على كأس إفريقيا للأمم سنة 1990 بالجزائر (مجلة الوحدة الرياضية، 1982، ص 10).

3-3- مدارس كرة القدم:

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بأنها تتأثر بتأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها و كذلك الشروط الاجتماعية و الاقتصادية و الجغرافية التي تنشأ فيها.

في كرة القدم نميز المدارس التالية :

1. مدرسة أوربا الوسطى (النمسا ، المجر ، التشيك).
2. المدرسة اللاتينية
3. مدرسة أمريكا الجنوبية (عيساوي ، 1980 ، ص 72).

3-4- المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب، ويتوقف نجاح أي فريق و تقدمه إلى حد كبير على مدى كبير إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة أن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة و رشاقة ، و يقوم بالتمرير بدقة و بتوقيت سليم و بمختلف الطرق ، و يحسن ضرب الكرة بالرأس في المكان و الظرف المناسبين ، كما يتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة و الطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم ، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية اتقاننا تاما.

وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة و متنوعة ، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين و قبل البدء باللعب، و تقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي :

- استقبال الكرة
- المحاورة بالكرة
- المهاجمة
- رمية التماس
- ضرب الكرة
- لعب الكرة بالرأس
- حراسة المرمى (بلفاسم وآخرون، 1997، ص 46)

3-5- صفات لاعب كرة القدم :

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة تلائم هذه اللعبة و تساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ، و من هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربعة متطلبات للاعب كرة القدم و هي الفنية ، الخطئية ، النفسية ، و البدنية و اللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا و مهاريا عاليا و التعدادات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة و نقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر.

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين و تحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة و طرق لعب اللاعب للمباريات ، فان التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص و الإحصائيات المهمة. (عبد الجواد، ص 25 - 27)

3-5-1- الصفات البدنية :

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مها كان تكوينهم الجسماني، و لئن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية ، جيد التقنية ، ذكي ، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب

المثالي فلا تتدهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل و الأسلوب ،
 نتحقق من أن معايير الاختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية ، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم
 نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي،و ذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم و يتطلب
 السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية ، و معرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من
 اجل النقاط الكرة ، و المحافظة عليها و توجيهها يتناسق بتناسق عام و تام . (المولى ، 1997 ، ص
 10-09)

3-5-2- الصفات الفيزيولوجية:

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية و الخططية و الفيزيولوجية و كذلك النفسية و
 الاجتماعية و ترتبط هذه الحقائق مع بعضها و عن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا
 كانت المعرفة الخططية له قليلة ، و خلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات المصنفة
 مابين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت إلى آخر ،
 وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى ، فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من
 أي لعبة فردية أخرى ، و تحقيق الظروف المثالية فان هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية و
 التي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

- القابلية على الأداء بشدة عالية .
- القابلية على أداء الركض السريع
- القابلية على إنتاج قوة (القدرة العالية) خلال وضعية معينة .

إن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات، يتدرج ضمن مواصفات الجهاز
 الدوري التنفسي وكذلك العضلات المتداخلة من الجهاز العصبي. (المولى، 1997، ص ص 10-09)

3-5-3- الصفات النفسية :

تعتبر الصفات النفسية احد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم و ما يمتلكه من
 السمات الشخصية ، و من بين الصفات النفسية نذكر ما يلي :

- التركيز:

يعرف التركيز على أنه " تضيق الانتباه ، و تثبيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد"، و يرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي: (المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن و غالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الانتباه).
(النقيب، 1990، ص 384)

- الانتباه:

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة ، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار ، ويتضمن الانتباه ، الانسجام و الابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه ، و عكس الانتباه هو حالة الاضطراب و التشويش و التشتت الذهني .

- التصور العقلي:

وسيلة عقلية تمكن من تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء ، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو المطلوب.

- الثقة بالنفس:

هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن ولا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب ، فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء.
(راتب ، ص 117)

- الاسترخاء:

هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانفعالية بعد القيام بنشاط ، وتظهر مهاراته للاسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر.

4- المرحلة العمرية (14-17) سنة:

المراهقة مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الشباب ، وهي فترة معقدة وحساسة تحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية وذهنية واضحة ، فيقع الفرد في مجال القوى المؤثرة المتداخلة مابين مرحلتي الطفولة والرشد.

4-1- تعريف المرحلة العمرية (14-17) سنة

المراهقة مصطلح وصفي للفترة من العمر التي يكون ألف فيها غير ناضج انفعاليا و بدنيا و ذهنيا، وكلمة المراهقة تعني الاقتراب أو الدنو من الحلم ، و هي مشتقة من الفعل اللاتيني Adolescele و تعني الاقتراب من النضج. (بهاور ، 1980 ، ص 25)

والمراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد ، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها ، و ظاهرة اجتماعية في نهايتها . (السيد ، ص 257)

ويرى دوروتي روجرز Darati Rogers أن للمراهقة تعاريف متعددة ، " فهي فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية و مرحلة زمنية ، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة " . (أسعد ، 1999 ، ص 91)

وحسب اليزابيت هيرلوك 1973 (المراهقة هي مرحلة يشاهد فيها الشقاء نتيجة لعوامل كثيرة منها المثالية ومشاعر نقص الكفاءة و نقص إشباع الحاجات و فشل العلاقات مع الجنس الآخر) . (زهران، 1995 ، ص 20)

4-2- خصائص المرحلة العمرية (14-17)

4-2-1- الخصائص المعرفية:

يوضح بيرووليرون (1988) أن المقصود باستعمال كلمة معرفة أو معرف يهم ضمنا إلا أن بعض لمراقبين (1987Hayes) قد فرق بين أن يكون الهدف التعليمي سلوكيا و أن يكون معرفيا باعتبار أن التعبير يشمل على الاعتبارات الخاصة ببيميكانيزمات العملية التابعة للسلوك ، وهناك قدر من الاختلاف في وجهات نظر حول المعنى الحقيقي للمصطلح فقد طرحت عدة تفسيرات للمعنى فبعض

المؤلفين يفسرونه كاعتبارات خاصة بتكوين المعلومات بينما يرى الآخرون انه المقصود بوصف تتابع العمليات التي يمكن التعبير عنها بنتائج أو مخططات

ويقترحه Guilford في المجال الرياضي: "المعرفة تسهل الوعي بالمعلومات أو اكتشافها مباشرة أو إعادة اكتشافها أو إعادة التعرف عليها".

ففي هذه المرحلة يحكم نشاط الطفل النشاط العقلي وهو مبدأ هام و يعقد تقدم الطفل في العمل ويتأثر من حيث المستوى بظروف المواقف التي يتعرض لها. (بيومي، 1986، ص 71)

فالذكاء الذي يعتبر كحالة التوازن تستهدفها تراكيب أخرى تبدأ بالإدراك الحسي و العمليات الحركية الأولية و بذلك فهو مصطلح نوعي يشير إلى الصور العليا من التنظيم أو التوازن للتراكيب المعرفية للطفل.

4-2-2- الخصائص النفسية :

الأطفال في هذه المرحلة العمرية يميلون إلى أفكار و انجازات الآخرين في المهارات الحركية ، وكذا إلى المخاطرة في أنشطتهم و إلى إظهار الرغبة في المزيد من الاستقلالية ، و يزيد الاعتماد عليهم في تحمل المسؤولية ، هناك رغبة شديدة للممارسة العاب الفرق خاصة التي تتطلب أنشطة عنيفة و يتأثر الطفل على ما يطلبه من الكبار ، إذ يشعر بأنه موضع إشفاق الآخرين ، هذا ما يدفعه إلى تقدم أسرته عامة و الشك في قدر أبه و أمه ويميل إلى التعامل مع الآخرين عمليا حتى يتسنى له معرفة شيء من قدراته و بما انه يسعى للحصول على مكانة له و يصبح بحاجة إلى أن يفهم أعضاء هذه الجماعة فيساعده على ممارسة قدراته و مهاراته و التعرف عليه ، هذا يؤدي زيادة الثقة بالنفس ، و تزداد الرغبة في هذه المرحلة إلى اللعب الجماعي و الاستجابة الجيدة للألعاب الجيدة ، و يكون لدى الأطفال من كلا الجنسين العزيمة و الإرادة للتمرن على المهارات لحركية، بغرض تحسين قدراتهم في اللعب. (عبد المنعم، 1983، ص20)

في مرحلة الطفولة هذه "خيال الطفل يصبح قويا جدا و قد توق قوته الواقع نفسه و تمتزج عنده الحقيقة بالخيال و يتسم بالقوة و الجنوح.

4-2-3- الخصائص الحركية و الجسميّة:

تظهر على المراهق تغيرات عضوية فيزيولوجية و جسمية دليلا على نضج الجسم الذي يعتبر خطوة نحو اكتمال شخصيته ، و يظهر تأثير الناحية الفيزيولوجية في شكل واضح فيزداد النمو لحجم القلب ، كما يسرع النمو الجسمي عند الإناث منه عند الذكور بفارق عامين تقريبا في الوقت الذي تصلن الإناث لأقصى طولهن و من هذا النمو الغير منظم يضطرب التوافق العصبي العضلي فتقل الرشاقة و الخفة ، و يخزل الرجل عن المرأة من الناحية التشريحية ، حيث تكون عظام الرجال من الإشكال النوبية و حجمها أكثر ، و كمية النسيج العضلي عنده أكثر من كمية الدهن ، أما المرأة فسعتها الحيوية تكون اقل.

4-2-4- الخصائص الاجتماعية :

أن المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يرغمه على قوانين و تقاليد عليه احترامها حيث انه لا يريد لها كونها تحد من حريته ، و هكذا يحاول أن يتمرد عليها إن استطاع و ينشأ صراع بينه و بين مجتمعه ، فالمراهق إن لم توجهه التوجيه السليم هلك نفسه و اثر على المجتمع الكائن به. (فهيمى ،1974، ص ص 233 - 234)

4-2-5- الخصائص الانفعالية :

يرى علماء النفس أن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات الطفل و تشمل ما يلي :

- نلاحظ ن المراهق في هذه السنوات يثور لأنفه الأسباب .
- تظهر على المراهق انفعالات متقلبة ، و عدم الثبات ، إذ ينتقل من انفعال إلى آخر في أقصى مدى لا يستطيع المراهق التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية إذا غضب مثلا :
- الصراخ ويرمي الأشياء ، وإذا فرح نجده يقوم بحركات بهلوانية .
- يتعرض المراهق في بعض الظروف لحالات من اليأس ، وينشأ هذا الإحباط في تحقيق أمانيه عواطف جامعة تدفعه إلى التفكير في الانتحار في بعض الأحيان.
- تكون للمراهق بعض العواطف الشخصية ، كالاعتزاز بالنفس ، والعناية بالنفس ، وطريقة الجلوس ، والشعور بحقه في إبداء آرائه ، ويكون عاطفي نحو الأشياء الجميلة. (فهيمى ،1974، ص 190)

3-4- احتياجات الطفل خلال مرحلة (14-17) سنة:

4-3-1- الاحتياجات المعرفية:

يحتاج الطفل في هذه المرحلة أولاً إلى المعرفة العلمية وهي المعرفة التي يتحصل عليها عن طريق الحواس أو لا ثم التحليل العقلي المجرد ، وهي خاضعة للاختبارات الحسية العقلية .

ويحتاج إلى المعرفة الرياضية وذلك باكتسابها ، بحيث تتألف معرفة حسية تتأثر بها الحواس مباشرة فتد المؤشرات الحسية إلى العقل ليتولى تنظيمها والربط بين الحركات الرياضية في ما بينها ، ليصوغ منها المعرفة العلمية ، أما الأجهزة الحديثة التي تستخدم في التدريب الرياضي فقد وفرت للعقل الرياضي كثيراً من الجهد والوقت ، ويؤلف الرياضي جوهريين أولهما حسي والثاني مجرد فالمعرفة التي يتوصل إليها في هذه المرحلة حسب حسّين هما النوع الذي يمكن الجزم معه بما يحدث معه بعد فترة قصيرة أو طويلة من التعلم والتدريب امتداده من الماضي البعيد هو خارج من النطاق التجريبي ولا يمكن إعادته مثل تقنية الموهوب الرياضي الصغير ، ويتم بناء هذه النظرية على الأدلة التي تجمعت من الدراسات المختلفة كعلم التشريح ، الوراثة ، القياسات البدنية. (حسين، 1998، ص 19)

ويرى البعض أن تكوّن القدرات العقلية ، وتشكيل الوظائف المعرفية لدى الطفل يتطلب ان يتوفر لديه العمليات العقلية الملائمة ، فان ذلك يتحقق بان تبنى لديه هذه العمليات العقلية بطريقة فعّالة. (منصور ، 1989 ، ص 08)

4-3-2- الاحتياجات البدنية:

تتميز هذه المرحلة بالمراهقة الوسطى حيث تحصل فيها تغيرات على الأجهزة العضوية الداخلية ، وتنعكس على القوة الحركية ، فهناك آراء مختلفة حول تثير مرحلة المراهقة على التطور الحركي ، حيث تشير لمصادر العلمية بعدم التأثير على التطور الحركي ، بينما يرى الآخرون انسجام حركات المراهق في عمره (14-17) سنة وتأثيرها على تطور الحركة. (منصور ، 1989 ، ص 08)

إذا يعد عمر المراهق الزمن الأفضل لتعلم الأداء الحركي وتطور القوى البدنية والبنية الجسمانية ، حيث يظهر تحسن القوى البدنية ومحيط التوجيه ويؤكد (WEINE CH، 1980) أن هذه المرحلة تزداد

فيها السرعة والمرونة أكثر ، بينما يرى (HARRE، 1979) إن زيادة نمو قابلية مستوى القوة لعضلية والبدنية في هذه الفترة ، واحتياجات الطفل البدنية في هذه المرحلة كلاعب تعتبر القاعدة الصلبة القوية التي تركز عليها صحة الأداء الفني للاعب ، فالمهارة تؤدي بطريقة سليمة يجب أن هناك سريان إنساني في مسار القوة التي تؤدي بها الحركة ، و لا يأتي هذا إلا إذا ساعدت العضلات المقابلة في ذلك و إن تدريب هذه العضلات يحقق هذا العمل المساعد ، و لذا يحتاج إلى القوة العامة و السرعة و التحمل العام و المرونة لجميع مفاصل الجسم ثم اكتساب اللاعب درجة عالية من التوافق بحيث تصل به إلى تحقيق جسم رياضي متناسق خالي من العيوب الجسمانية مما يكون له أحسن الأثر في أداء المهارات. (مختار، 1997، ص 98)

4-3-4- الاحتياجات النفسية الحركية:

إن علم النفس النمو على سبيل المثال يهتم بالعلاقة بين المظاهر البيولوجية و النفسية لنمو الفرد في هذه المرحلة يحتاج إلى وسائل التدخل المناسبة للتقويم و لهذا فالتربية البدنية تكسبه قيمة بارزة في النمو الحيوي النفسي ، و نمو المتناسق بين نفسية و حركية الطفل و تساعد على سرعة التكوين الذهني والاجتماعي و الخلق و منحه الثقة بالنفس.

وكما يحتاج إلى استغلال ذاتي نفسي بدني لكي يكون الطفل قادر على الإحساس بحريته و على مواصلة أهدافه و تطورها. (بانطوني ، 1991، ص 114)

إذا الرياضة هي تربية للبدن التي يجتاحها الطفل لإزالة أسباب الأمراض الطارئة ، و أنها كل ما يلزم لجعل نمو الفرد حركيا و هرمونيا.

فتطبيقها بشكل صحيح و سهل يؤثر ايجابيا على الاحتياجات الأخرى للطفل ، كاللعب و المرح و التفكير... الخ ، و يستطيع خلال الحركة أن يلتزم و أن يشعر بنفسه بدنيا نفسيا و روحيا كما يحتاج أيضا إلى الأهمية التربوية للمجال النفسي الحركي من النظر إلى التربية كعملية شاملة تستهدف النمو المتكامل للشخصية بكافة جوانبها و الحركية و المعرفية و الانفعالية و الاجتماعية ، و يحتل الجانب الحركي و البدني مكانة هامة و أساسية في إطار مفهوم التربية الشاملة ، حيث أن هذه التربية الشاملة تؤكد على وحدة الفرد الكاملة و تظهر إلى السلوك بمختلف مظاهره و الجوانب الحركية و المعرفية.

كما تبين أيضا أهمية النشاط الحركي و المهارات النفسية الحركية في مجالات متنوعة من التعليم، لذا يحتاج الطفل لعملية التعليم ، و التعلم فيها على إتقان مهارات نفسية حركية مثل التعلم الفني (روبي، 1996 ، ص 54)

4-3-4- الاحتياجات الاجتماعية :

بحيث تضمن استمرارية النمو الاجتماعي و التكوين ، و بالتالي أهمية و خصوصية كل لحظة من اللحظات النمو التي تتطلب اهتمام تربويا بشكل إنسانية الطفل "الطمأنينة و الفرح و الابتسامة تظهر ما بداخل الطفل" و كما أن البحث الانتربولوجي يصف احتياج الطفل للتكيف الثقافي بالتدفق المحترم للقوى الاجتماعية على المؤسسات التربوية التي تنظم سلوك الطفل فعن طريقة طريق واسطة الكبار يدخل الشأن بهذا الشكل في علاقة مع "خطوط القوة" للمجموعة الاجتماعية التي تحتاج إلى فهم قيمتها لكي تواصل مسيرتها في الحياة والرياضة والتقدم عامة و هنا نوضح أن هذه الوساطة من جانب الكبار بالإضافة إلى الإبعاد الدقيقة للتكيف الثقافي في المجتمع و فيما يحتاج إلى الإحساس و التصرف من خلال الخبرات الاجتماعية. (كيران ، 1993 ، ص 09)

إن عملية التربية عنصر هام و أساسي في حياة الطل بحيث تهدف إلى تشكيل شخصية الفرد و اكتساب الصفة الاجتماعية و النفسية عن طريق التعلم ، فمن هذه المرحلة الحساسة يبدأ تعلم الاستجابات الصحيحة لمطالب المجتمع و توقعات الآخرين في المواقف المختلفة ، كما يحتاج إلى اكتساب التوقعات السلوكية المرتبطة بالدور الاجتماعي ، و يؤكد Mead George على أهمية اللعب في اكتساب الدور و المهارات المرتبطة بالرياضة مما يساعد على عملية النشأة الاجتماعية.

4-4- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين :

إن الرياضة عملية التسلسلية و الترويح لكلا الجنسين ، حيث تحضير المراهق فكري و بدنيا كما تزوده من المهارات و الخبرات الحركية من اجل التعبير عن الإحساس و المشاعر النفسية المكتنزة التي تؤدي الاضطرابات نفسية و عصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المفيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية ، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل المواهب الرياضية من اجل تشغيل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق و الملل و بعد لرياضة يتعب

المراهق عضليا و فكريا فيستسلم حتما للراحة و النمو بدلا من أن يستسلم إلى الكسل و الخمول و يضع وقته فيما لا يرضي الله و لا النفس و المجتمع ، و عند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية والنوادي الثقافية من اجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية ، فان هذا يتوقف على ما تحس به عن طريق التغييرات الجسمية و النفسية و العقلية التي يمر بها .

* إعطاء المراهق نوعا من الحرية و تحميله بعض المسؤوليات التي تتناسب مع قدراته و استعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.

* التقليل من الأوامر و النواهي .

* مساعدة المراهق على اكتساب المهارات و الخبرات المختلفة في الميادين الثقافية و الرياضة لتوفر الوسائل و الإمكانيات و الجو الذي يلاءم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح و الإرشاد و الثقة و التشجيع ، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاده و توجيهه و بث الثقة في حياة المراقين طوال مشوارهم الرياضي. (زيات ، 1996 ، ص 15)

II. الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة أساس و مصدر لكل باحث، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى و تمهيد لبحوث قادمة، وهذا ما نجده في خصائص البحث العلمي أنه تكاملي البناء، فكل بحث هو عبارة عن حلقة من حلقات سلسلة البحث العلمي، أما فيما يتعلق بهذا الموضوع يمكن القول أن الأبحاث والدراسات التي تطرقت إلى مثل هذه المواضيع في بلادنا قليلة جدا إن لم نقل منعدمة، لكن هناك بعض الدراسات المشابهة والتي نوجزها فيما يلي.

1- الدراسة الأولى: دراسة الباحث بوعروري جعفر 2004 لنيل شهادة دكتوراه العلوم في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية، بعنوان أثر سمات شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وكفاءته التربوية على التوافق النفسي لدى المراهق المسعف المتمدرس .

هدف الدراسة: الكشف عن الفروق في مستويات الصحة النفسية لدى المسعفين المتمدرسين الموظفين على حصة التربية البدنية و الرياضية و غير المشاركين في حصة التربية البدنية و الرياضية و كذلك معرفة تأثير سمات شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية و كفاءته التربوية في تحسين الصحة النفسية.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: اقتصرت الدراسة على عينة أولى تضم مجموعة من الأطفال المسعفين المتمدرسين في طور بين المتوسط و الثانوي في الشرق الجزائري و على عينة ثانية تضم مجموعة من أساتذة التربية البدنية و الرياضية في طور بين المتوسط و الثانوي.

أدوات جمع البيانات: لتحقيق الدراسة عمد الباحث إلى تطبيق ثلاث مقاييس تخدم أغراض البحث واختار مقياس سمات الشخصية" لجوردون "و مقياس الصحة النفسية و مقياس الكفاءة التربوية

نتائج الدراسة: حيث قام بالتحقق من صحة هذه الفرضيات ميدانيا من خلال استخدام مجموعة من الاختبارات والأساليب الإحصائية متوصلا إلى النتائج الآتية:

- لا تؤدي السمات المرغوبة لشخصية الأستاذ إلى تحسين التوافق النفسي لدى المراهق المسعف المتمدرس.
- يؤدي التصرف البناء في المواقف التربوية من قبل الأستاذ إلى تحسين التوافق النفسي لدى المراهق المسعف المتمدرس

2- الدراسة الثانية: قوراية أحمد 2001-2002 ضمن رسائل الماجستير المقدمة لقسم التربية البدنية والرياضية بالجزائر العاصمة، تناولت هذه الدراسة واقع القيادة الرياضية لدى مدربي كرة القدم وأثرها على مردود لاعبي فرق القسم الوطني الأول وهذه الدراسة هي وتهدف هذه الدراسة عامة إلى إبراز أهمية مراعاة السمات الشخصية للاعبين في إختيار النمط القيادي وكذلك المحتوى التدريبي.

منهج الدراسة: إستخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي رآه المنهج المناسب لحل إشكالية هذا البحث و الإجابة عن تساؤلاته والتحقق من فرضياته.

عينة الدراسة: تمثل العينة التي إعتد عليها الباحث في جميع مدربي فرق كرة القدم 16 التي تنشط في القسم الوطني الأول في الموسم الرياضي 2001-2002 وهي كامل مجتمع الدراسة.

أداة الدراسة: كأداة جمع البيانات قام الباحث بإعداد إستبيان خماسي التقييم بأستئلة مغلقة تحتوي 49 عبارة وقد تم تطبيق أداة الدراسة على العينة عقب إجتماع المدربين وعينة الدراسة مع المكتب الفدرالي لكرة القدم.

الوسائل الإحصائية: النسبة المئوية.

نتائج الدراسة: توصلت هذه الدراسة إلى أن مستوى الفريق البدني والمهاري والخططي لا يكفي وحده في تحقيق النتائج بصفة مستمرة بل التماسك النفسي للفريق والمناخ النفسي داخله لابد أن يشغل دائما حيزا كبيرا من إهتمام المدربين الذين يكونون مطالبين بإتباع نمط قيادي ينمي العلاقات ويوفر لهم الجو الذي يزيد في الدافعية لديهم , عبر مختلف فصول دراسته أشار إلى أن النمط القيادي الديمقراطي هو أفضل الأنماط في التعامل مع اللاعبين. (قوراية أحمد , 2001-2002).

3- الدراسة الثالثة: عمر السعدي والسعيد بوكشاوي 2002 مذكرة قدمها الباحث لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، بعنوان العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج الرياضية.

منهج الدراسة: إستخدام الباحث المنهج الوصفي.

أداة الدراسة: إستخدام الباحث إستمارة الإستبيان كأداة قياس في بحثه.

الأدوات الإحصائية: النسبة المئوية.

نتائج الدراسة:

- وجود علاقة بين المدرب واللاعبين وأثرها على النتائج الرياضية إيجابي كما أن إنتهاج المدرب للأسلوب القيادي الديمقراطي يؤثر إيجابيا على مردود الفريق الرياضي.

4- الدراسة الرابعة: محمد وداك 2008-2009 رسالة تخرج لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، تخصص إرشاد نفسي رياضي، بعنوان السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق، هدفت لمعرفة مدى العلاقة الارتباطية بين السمات الشخصية للمدرب الرياضي ودرجة تماسك فريقه.

منهج الدراسة: هو المنهج الوصفي.

عينة البحث: تتشكل عينة هذا البحث من لاعبي القسم الوطني الأول والقسم الوطني الثاني لفرق كرة القدم بالبطولة الوطنية والمتواجدة بمنطقة وسط البلاد وتحديدا ولايات الجزائر، البليدة، الشلف، تيزي وزو بجاية، حيث تم تحديد العينة ب 180 لاعبا أي 12 لاعبا من كل فريق يمثلون 15 ناديا للولايات المذكورة .

نتائج الدراسة:

- تؤثر السمات الشخصية للمدرب الرياضي على تماسك الفريق الذي يشرف عليه، حيث دلت النتائج على وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد شخصية المدرب ومقياس تماسك الفريق الرياضي.

- تؤثر السمات للمدرب: تحمل المسؤولية، القيادية، القدرة على اتخاذ القرار، تقدير الذات، التناغم الوجداني، الثقة بالنفس بصفة كبيرة على تماسك الفريق الرياضي مقارنة بالسمات الأخرى حسب ما دلت عليه معاملات الارتباط العالية.

- يؤثر الأسلوب القيادي المتبع من طرف المدرب الرياضي بشكل واضح على تماسك الفريق، فانتهاج المدرب الأسلوب توافقي في أسلوبه القيادي حسب طبيعة الموقف وخصوصيات اللاعبين يعزز من الروح المعنوية للفريق ويرفع من درجة تماسكه مما يؤثر إيجاباً على درجات الإنجاز الرياضي.

❖ التعقيب والتعليق على الدراسات السابقة:

من البديهي و المعروف أن الدراسة العلمية و البحث العلمي على وجه الخصوص يتم بطابعه التراكمي ، فما من دراسة أو بحث إلا و جاءت بعده دراسات و بحوث عديدة قد تناولت هذه المواضيع بالشرح والتحليل، أو تشترك في بعض المعاني أو الجوانب و بذلك تتشكل هذه الدراسات.

و من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة و المشابهة لموضوعنا "الدور النفسي للمدرب وتأثيره على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط (أقل من 19) دراسة ميدانية لاعبي فرق البطولة الولائية ولاية تبسة".

يتضح جديد البحث من خلال عرض نقاط التشابه والاختلاف مع الدراسات المشابهة وهي كالاتي:

1- من حيث الأهداف :

هدفت معظم الدراسات إلى معرفة الدور النفسي للمدرب على أداء اللاعب وكل من المتغيرات التالية : التأثير النفسي، مستوى الأداء لدى اللاعبين، إلا أننا نهدف في دراستنا إلى معرفة الدور النفسي للمدري وتأثيره على أداء لاعب كرة القدم.

2- العينة:

ترواح عينة أفراد الدراسات السابقة بين 44 إلى 429 فردا بينما تترواح أفراد دراستنا 16 لاعبا.

3- الأدوات المستخدمة:

استخدمت الدراسات السابقة إستبيانات ومقاييس لقياس متغيرات الدراسة والتي تتمثل في ما يلي:
صدق الاستبيان عن طريق معامل الثبات ألفا كرونباخ

4- من حيث المنهج:

استخدمت معظم الدراسات السابقة المنهج الوصفي وقد إستخدمنا المنهج الوصفي في بحثنا لأننا سندرس التغيرات في وضعها الطبيعي.

5- من حيث النتائج :

حققت معظم الدراسات السابقة فرضيتها وتوصلت إنه توجد علاقة بين الدور النفسي للمدري وشخصيته والمتغيرات الأخرى أما فيما يخص دراستنا فقد تم التوصل إلى إن للدور النفسي للمدرب تأثير على أداء لاعبي كرة القدم صنف اواسط (أقل من 19 سنة).

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق يمكن أن نستنتج أن الدور النفسي للمدرب من أكبر المؤثرات التي تصادف اللاعبين قبل وأثناء وبعد المنافسة، والذي يترك اثر كبير في نفسية ومردود اللاعب، حيث انه يتكون من عدة تغيرات جسمية، نفسية، وسيكولوجية مختلفة، والذي بدوره أن يؤثر على حدة الأداء والانتباه والتركيز لدى اللاعب وخاصة خلال المنافسة الرياضية ولاسيما وما ينجر عن ذلك من ضغط كبير على الرياضي.

الفصل الثالث:

الإجراءات الميدانية
للدراصة

1- منهج الدراسة:

إن مناهج البحث تختلف في البحوث الاجتماعية لاختلاف مشكلة البحث وأهدافها، فالمنهج "هو الفريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج" (أحمد أزهر السماك وآخرون، 1980، ص 44).

تماشياً مع طبيعة الدراسة الحالية اتبعنا المنهج الوصفي، والمنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما ويعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وإخضاعها للدراسة. (طاهير، 2003، ص 18)

ويعد المنهج الوصفي من أحسن الطرق التي تتسم بالموضوعية ذلك أن المستجوبين يجدون كل الحرية في التطرق لأرائهم وزيادة على هذا فطبيعة موضوع البحث تتطلب مثل هذا المنهج الذي يرتبط بوصف تحليلي لمركبات الواقع الذي يقوم الباحث بدراسته و يعتمد على استقراء إجراء الموضوع المدروس و قياس الارتباطات القائمة بين هذه الأجزاء باستعمال أرقام و بيانات إحصائية فهو الأنسب لمعرفة الدور النفسي للمدرب تأثير على أداء لاعبي كرة القدم صنف أواسط (أقل من 17 سنة).

2- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في عملية طبع وتوزيع الاستبيان على المبحوثين وإجراء المقابلة مع اللاعبين، قمنا بإجراء دراسة استطلاعية لاعبي فرق البطولة الولائية ولاية تبسة صنف أواسط (أقل من 17 سنة) ، قصد الاطلاع عن قرب عن خفايا الموضوع وإثرائه.

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، وتهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التأكد من ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية، والتحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات ومعرفة الزمن المناسب والمتطلب لإجرائها. (عثمان حسن عثمان، 1998، ص 22).

3-مجتمع الدراسة وعينة البحث:

3-1-مجتمع البحث:

هو جميع أفراد المجتمع الأصلي والمكون من لاعبي البطولة الولائية لولاية تبسة صنف أوسط (أقل من 17 سنة) والبالغ عدد الفرق 10 فرق وعدد اللاعبين 240 لاعبا.

الجدول رقم (01): النسبة المئوية لعينة البحث من المجتمع الأصلي للبحث

عدد الفرق	عدد اللاعبين (المجتمع الأصلي)	النسبة المئوية %
10	240	%100

3-2- عينة البحث:

بلغ عدد عينة الدراسة 16 لاعبا من لاعبي نادي اتحاد تبسة الناشط بالبطولة الولائية لولاية تبسة صنف (أقل من 17 سنة)، العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث، بغية الوصول إلى نتائج قابلة لتعميمها على المجتمع الكلي للدراسة، يمكن تعريف هذه العينة كما يلي: هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين " وهي ذلك النوع الذي يعطي احتمالات متساوية ومتكافئة للاختيار عن كل وحدة من المجتمع الأصلي. (الرشيدي، 2000، ص20).

3-3- طريقة إختيار العينة

حرصا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع قمنا باختيار عينة مسحية من اللاعبين دون قيود أو خصائص بالطريقة القصدية وتم توزيع الاستبيان على جميع أفراد العينة وعددها 16 استمارة، وهو عدد استمارات الاستبيان الخاضعة للدراسة.

4-مجالات الدراسة:

4-1- المجال البشري: يتمثل في لاعبي فرق البطولة الولائية ولاية تبسة صنف (أقل من 17 سنة) وكان عددهم 16 لاعب.

4-2- المجال المكاني: المركب الرياضي 04 مارس 1956 ببلدية تبسة.

4-3- المجال الزمني: قمنا بالدراسة النظرية للموضوع بداية من شهر نوفمبر 2022 إلى غاية شهر فيفري 2023، لندخل بعدها مباشرة في الدراسة التطبيقية للبحث بدءا من شهر مارس إلى ماي 2023.

5-ضبط متغيرات البحث:

بناء على الفرضيات السابقة الذكر يمكن ضبط المتغيرات التالية من أجل الوصول إلى نتائج أكثر علمية وموضوعية.

5-1- المتغير المستقل: هو الأداة التي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير و ذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى، و تكون ذات صلة بها، كما أنه هو السبب في علاقة السبب و النتيجة، أي العامل المستقل الذي يزيد من خلال القياس النواتج وفي بحثنا هذا المتغير المستقل يتمثل في: تأثير الدور النفسي للمدرب.

5-2- المتغير التابع: يعرف بأنه متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع وفي بحثنا هذا المتغير التابع يتمثل في : أداء اللاعبين.

6- الأدوات المستعملة في البحث:

❖ **الاستبيان:** هي وسيلة من وسائل جمع البيانات ويعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة تسلم إلى مبحوثين يتم اختيارهم من أجل القيام بدراسة موضوع معين، فيقومون بتسجيل إجاباتهم على الأسئلة الواردة في هذه الاستمارة ويتم إعادتها ثانية إلى الباحث.

كما يعرف على أنه "وسيلة من وسائل البحث الشائع، وهو يطرح مجموعة من الأسئلة التي تهدف إلى جمع معلومات ترتبط بموضوع البحث وفوائده كونه اقتصادي في الوقت والتكيف، حتى من إجابيات الاستبيان يكمن في تكميم المعلومات المناسبة للبحث والتي تساعد الباحث في بحثه وتمهله للخروج بمفهوم لدى الجميع، أما العيوب تكمن في فقدان الإيصال الشخصي بأفراد العينة وأيضا في صعوبة التأكد من المعلومات، إذ تبقى المتوصل إليها نسبيا. (شلبي، 1992 ، ص 25)

فهي تعد أهم أدوات البحث التي اعتمدنا عليها، حيث تم إعداد أسئلة الاستمارة التي حاولنا أن تكون شاملة لجميع ما جاء في الجزء النظري وقد راعينا عند صياغة الأسئلة في الاستمارة التالية:

- ✓ صياغة الأسئلة بطريقة واضحة وسهلة.
- ✓ ربط الأسئلة بالأهداف المراد الحصول عليها.
- ✓ احتواء هذه الاستمارة على أسئلة مغلقة وأخرى مفتوحة يجب عليها أفراد العينة بنعم أو لا و أخرى ب دائما و أحيانا و نادرا.

وقد تمت صياغة أسئلة الاستبيان وترتيبها وفق ما تتطلبه الإمكانيات المتوفرة في العينة خصوصا وبيئة الميدان الرياضي عموما، وقسمت عبارات الاستبيان إلى خمس محاور:

- المحور الأول بعنوان **التعبئة النفسية**: من السؤال الأول إلى غاية الثالث والذي يدور حول الدور المدرب في بث الحماس وزرع الثقة وتقليل التوتر لدى لاعبي الفريق.
- المحور الثاني بعنوان **تماسك الفريق وديناميكية الجماعة**: من السؤال الرابع إلى غاية السؤال السادس، و الذي يدور حول الدور الذي يلعبه المدرب في تنمية العمل الجماعي وزيادة أواصر التضامن بين لاعبي الفريق.
- المحور الثالث بعنوان **الأداء المهاري**: من السؤال السابع إلى السؤال التاسع والذي يدور حول التقنيات التي يستعملها المدرب في التأثير على نفسية اللاعبين.
- المحور الرابع بعنوان **الأداء الخططي**: من السؤال العاشر إلى السؤال الثاني عشر والذي يدور حول دور المدرب في فرض الإنضباط الخططي مع تحقيق مرونة فكرية للتأثير اللاعبين.

- المحور الخامس بعنوان الأداء البدني: من السؤال الثالث عشرة إلى السؤال الخامس عشرة والذي يدور حول عمل المدرب في تنمية حالة الإستعداد البدني عن طريق الحوافز المادية والمعنوية وخطابات النجاح في التدريبات والمنافسات للتأثير على نفسية اللاعبين..

7- الأسس العلمية للأدوات البحث:

7-1- صدق الاستبيان:

إن المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الاختبار بالفعل للظاهرة التي وضع لقياسها ويعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي مقياس أو اختبار حيث انه شروط تحديد صلاحية الاختبار (راتب، 1999، ص224)

ويعني كذلك صدق الاستبيان التأكد من أنه سوف يقيس ما اعد لقياسه. (خفاجة، 2002، ص

167)

للتأكد من صدق أداة الدراسة قام الباحثان باستخدام صدق المحكمين، للوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف الدراسة، و باستخدام طريقة استطلاع آراء المحكمين، قمنا بعرضها على مجموعة من الأساتذة يشهد لهم بتجربة وخبرة كبيرين في مجال البحث العلمي و كذلك ميدان تدريس التربية البدنية والرياضية للأخذ بآرائهم في ما يخص بعض التعديلات حول الاستمارة، وقد استفدنا من الملاحظات التي حصلنا عليها وعلى هذا الأساس تم استبعاد عدد من العبارات التي اقترحوا حذفها لغموضها ، وإضافة بعض العبارات التي رأوا أن من الأنسب إضافتها وبهذا تم إخراج الشكل النهائي لاستمارة الاستبيان، وبعد ذلك تم عرضها مرة أخرى على الأساتذة و المحكمين معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لجامعة تبسة قصد تحكيمها، و قد أجمعوا على صدق فحوى الاستبيان لهذه الدراسة وتحقيق الغرض الذي وضعت من أجله.

7-2- ثبات الاستبيان:

يقصد بثبات الاستبيان؛ أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الاستبيان أكثر من مرة على أفراد العينة تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات الاستبيان؛ يعني الاستقرار في نتائج

الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة، عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ، والجدول رقم (01) يبين معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان.

- قيمة معامل الارتباط البسيط لبيرسون لأداة الدراسة:

النتيجة	عدد الأسئلة	قيمة معامل الارتباط	محاور الاستبيان
ثابت	03	0.720	المحور الأول
ثابت	03	0.840	المحور الثاني
ثابت	03	0.870	المحور الثالث
ثابت	03	0.744	المحور الرابع
ثابت	03	0.853	المحور الخامس
ثابت	15	0.805	جميع فقرات الإستبيان

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيم معامل الارتباط لكل محاور الاستبيان تتراوح بين (0.720 - 0.870) وهي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان مع بلغ 0.805 وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة لأداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لجمع البيانات الخام المتعلقة بموضوع الدراسة ما يسمح بتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

وتجدر الإشارة إلى أن معامل الارتباط البسيط لبيرسون تتراوح بين (0 - 1) وكلما اقترب من الواحد؛ دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات، وأن الحد الأدنى المنفق عليه لمعامل الارتباط هو 0.6.

ومنه نستنتج أن أداة الدراسة التي أعدناها لمعالجة المشكلة المطروحة هي صادقة وثابتة في جميع أسئلتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة.

7-3- إجراءات التطبيق الميدانية

بعد الرجوع إلى الخلفية النظرية وعدد من الدراسات السابقة المشابهة و ذات العلاقة بموضوع الدراسة، حيث أننا قبل الشروع في بناء الاستبيان أجرينا الدراسة الاستطلاعية بتاريخ 20 مارس 2023 تم فيها استكشاف وتحديد عينة الدراسة وإجراء بعض المقابلات مع لاعبين، و بناءا عليها ساعدتنا في تحديد فرضيات الدراسة قمنا من خلالها بتصميم أسئلة الاستبيان.

في المرحلة الثانية وبعد تصميم الاستبيان ، قمنا بالتأكد من صدق أداة الدراسة اعتمادا على صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له حيث تم توزيعه على مجموعة من الأساتذة في مختلف الاختصاصات، بعدها قمنا بإجراء التعديلات بناءً على ملاحظات الأساتذة المحكمين، وبعد موافقة الأستاذ المشرف تم ضبط الاستبيان في صورته النهائية، تم توزيع استمارة الاستبيان على 10 لاعبين من مجتمع الدراسة بغية التأكد من ثبات الأداة، ليتم إعادة توزيعها بعد أسبوع على نفس الأفراد.

بعد أن تأكدنا من مناسبة وثبات أداة الدراسة تم توزيع الاستبيان على عينة الدراسة التي بلغت 16 لاعبا، ثم تم استرجاع الاستبانات الموزعة بتاريخ 20/04/2023 وتم تفريغها ومعالجتها إحصائيا وتحليلها .

8- الأساليب الإحصائية:

❖ اختبار كاي تربيع: لدلالة الإحصائية على وجود فروق في إجابات العينة على أسئلة أداة الدراسة.

❖ المتوسط الحسابي: تم استعمال هذا المتوسط لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارات متغيرات الدراسة الأساسية (إدارة الأزمات، أداء العاملين)، وهو سيساعد كذلك في ترتيب العبارات حسب متوسطها الحسابي، ويحسب بالعلاقة التالية:

$$x = \frac{\sum ni xi}{N}$$

حيث:

ni : عدد خيارات المبحوثين للخيار الأول.

x_i : مقياس الخيار في أداة الدراسة وهو يتراوح بين 1 و 5.

N : مجموع أفراد العينة المبحوثين وعددهم 16 لاعب.

❖ **الانحراف المعياري:** هو أقوى مقاييس التشتت حساسية وأكثرها شيوعاً، ويستخدم لمعرفة مدى انحراف استجابات أفراد العينة عن متوسطها الحسابي، كما يفيد هذا المقياس في ترتيب عبارات محاور الاستبيان لصالح أقل تشتت عند تساوي متوسطاتها، حيث كلما اقتربت قيمته إلى الصفر كلما دل ذلك على تركيز وانخفاض تشتت استجابات أفراد عينة الدراسة وكلما كان الانحراف أقل من الواحد الصحيح كلما قل التشتت بين استجابات أفراد عينة، ويحسب بالعلاقة التالية:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum ni(x_i - \bar{x})^2}{N}}$$

حيث:

x_i : مقياس الخيار في أداة الدراسة وهو يتراوح بين 1 و 5.

\bar{x} : المتوسط الحسابي لإجابات أفراد لعبارات الاستمارة ومحاورها.

N : مجموع أفراد العينة المبحوثين وعددهم 16 لاعب.

❖ **معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون:** والهدف منه معرفة مدى العلاقة الارتباطية بين الاختبارين بالرجوع إلى جدول الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بيرسون. إذا كانت النتيجة أكبر من القيمة الجدولية فإن الترابط يكون قويا والعكس بالعكس وعكس صحيح ويحسب بالمعادلة:

$$r = \frac{\text{مج } (ح \times ص)}{\sqrt{\text{مج } (ح)^2 \times \text{مج } (ص)^2}}$$

حيث أن:

ر: معامل الارتباط بيرسون

ح س: انحراف القيم الأولى عن متوسطها

ح ص: انحراف القيم الذاتية عن متوسطها

❖ برنامج الحزم الإحصائية (spss) تم الاستعانة في هذه الدراسة ببرنامج الحزم الإحصائية لإصداره العشرون (V.20.0) والذي هو أحد أهم وأشهر حزم البرامج الجاهزة في مجال المعالجة الإحصائية للبيانات ، إذ يتمتع هذا البرنامج بالعديد من الخصائص الفريدة التي تميزه عن باقي البرامج المماثلة ، وأهم هذه الخصائص، بساطة الاستخدام وسهولة الفهم.

❖ المعادلة الإحصائية لتحويل التكرارات إلى نسب مئوية:

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي، وهذا عن طريق تحليل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسبة مئوية وهي تتلخص في المعادلة التالية:

$$\text{(عدد التكرارات x 100)} / \text{(عدد أفراد العينة)} = \text{النسبة المئوية}$$

خلاصة الفصل:

لقد كان هذا الفصل بمثابة القاعدة الأساسية للدراسة الميدانية، وذلك من خلال الإطلاع على الطريقة المنهجية، والإجراءات المنهجية للعمل الميداني، فيما يخص كل من الاختبارات المستعملة، عينة البحث، مجالات الدراسة، والدراسة الإحصائية، حيث أن هذه الإجراءات تمثل أسلوباً منهجياً في أي موضوع بحث علمي، بالإضافة إلى الأهمية التطبيقية التي تساعد الباحث على تحليل النتائج المتوصل إليها، وتأكيد العمل الميداني بأسلوب علمي منهجي سليم.

الفصل الرابع:

عرض وتحليل
ومناقشة النتائج

1 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الأول: التعبئة النفسية

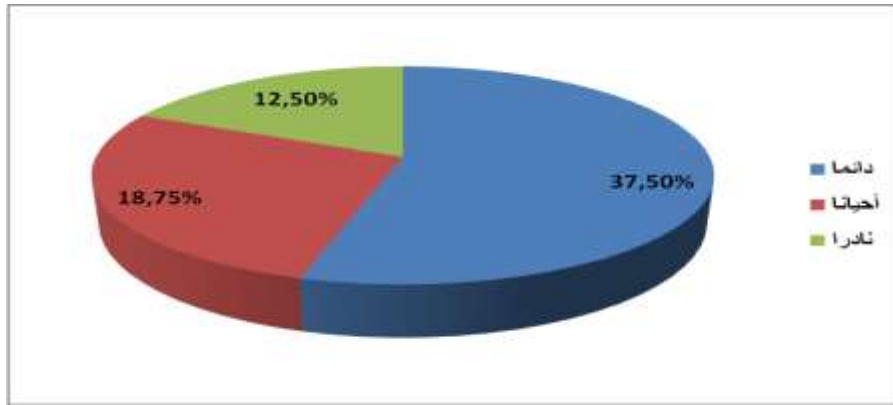
أولاً: هل يعمل المدرب على بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق؟

جدول رقم (02): يوضح نسب مساهمة المدرب في بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوية	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	8.222	02	%37.50	06	دائما
				% 43.75	07	أحيانا
				% 18.75	03	نادرا

مجموع التكرارات = 16

قيمة كا² الجدولية = 5.99



شكل رقم (02): يمثل نسب مساهمة المدرب في بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق

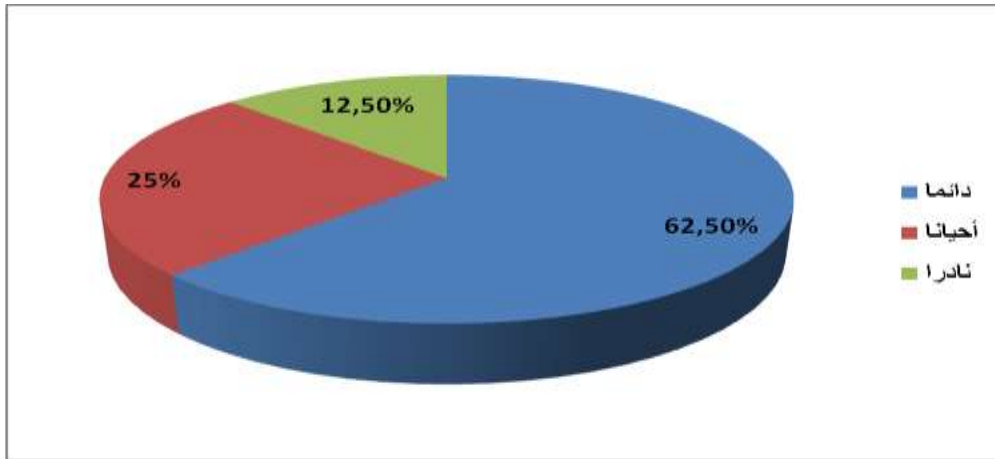
من خلال الجدول أعلاه رقم (2) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (06) أفراد بنسبة مئوية قدرت بـ 37.50%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 43.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (07) فرد، وهو ما يؤكد عدم

وجود فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لمتغير بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول وأن كا² المحسوبة بلغت 8.222 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثالثة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ثانياً: هل يعمل المدرب على إكساب لاعبي الفريق الثقة في النفس ؟

جدول رقم (03): يوضح نسب عمل المدرب على إكساب لاعبي الفريق الثقة في النفس.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	16.222	02	62.50%	10	دائماً
				25%	04	أحياناً
				12.50%	02	نادراً



شكل رقم (03): يمثل نسب عمل المدرب على إكساب لاعبي الفريق الثقة في النفس.

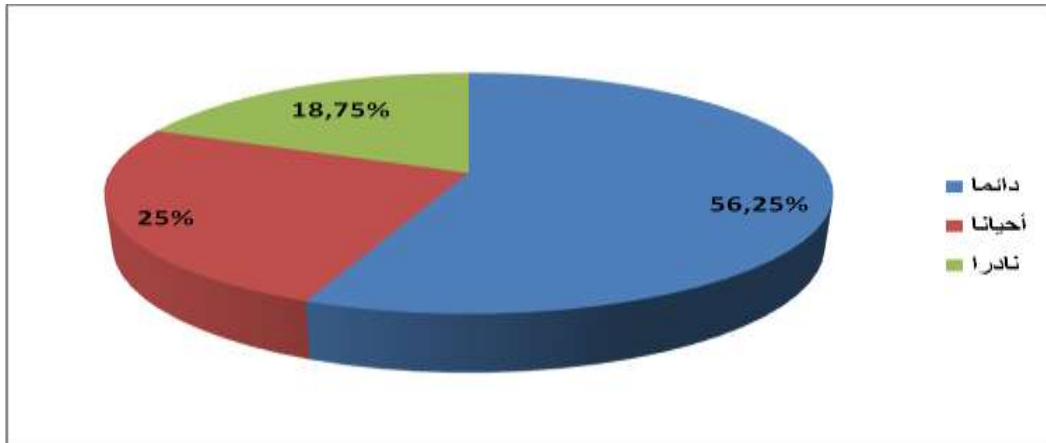
من خلال الجدول أعلاه رقم (03) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادراً" وقد بلغ عددهم (02) فرد بنسبة مئوية بلغت 12.50%، أما

المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (04) أفراد بنسبة مئوية قدرت بـ 25%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 62.50% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائما" والبالغ عددهم (10) فرد، وهو ما يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لمتغير معرفة مدربي مجتمع البحث لمفهوم التحضير الذهني ، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أن كا² المحسوبة بلغت 16.222 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2 ، وهي دالة إحصائياً. وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث ولصالح المجموعة الثالثة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ثالثاً: هل يعمل المدرب على خفض التوتر والتقليل من الضغوط النفسية لدى لاعبي الفريق؟

جدول رقم (04): يوضح نسب عمل المدرب على خفض التوتر والتقليل من الضغوط النفسية لدى لاعبي الفريق.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
غير دال	5.99	4.222	02	56.25%	09	دائما
				25%	04	أحيانا
				18.75%	03	نادرا



شكل رقم (04): يمثل نسب عمل المدرب على خفض التوتر والتقليل من الضغوط النفسية لدى لاعبي الفريق.

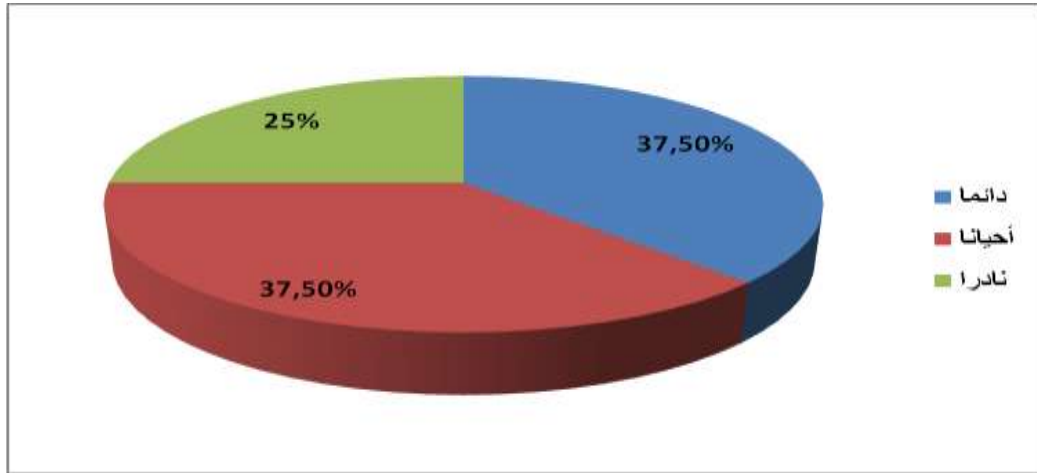
من خلال الجدول أعلاه رقم (04) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرداً قد انقسمت ثلاثة مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال رقم (06) بالبديل "أحياناً" وقد بلغ عددهم (03) أفراد فقط بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحياناً" بنسبة 25% والبالغ عددهم (04) أفراد، في حين نلاحظ أن ما نسبته 56.25% تمثل المجموعة الثالثة وهم الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (14) فرداً، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 4.222 وهي أقل من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وهي غير دالة إحصائياً، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاثة لصالح المجموعة الثالثة ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثاني: تماسك الفريق وديناميكية الجماعة

أولاً: هل يعمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق؟

جدول رقم (05): يوضح نسب عمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	8.222	02	37.5%	06	دائماً
				37.5%	06	أحياناً
				25%	04	نادراً



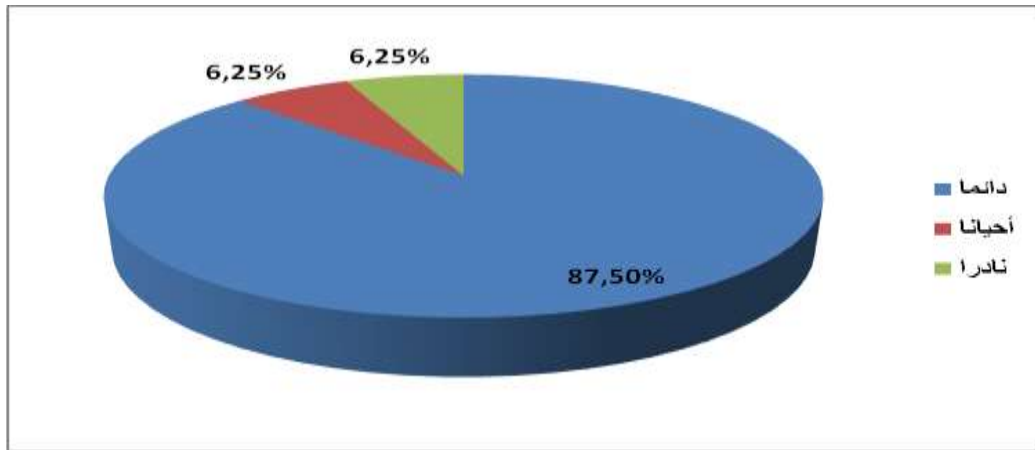
شكل رقم (05): يمثل نسب عمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق

من خلال الجدول أعلاه رقم (05) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال أعلاه بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (04) أفراد بنسبة مئوية بلغت 25%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (06) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 37.5%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 37.5% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائما" والبالغ عددهم (06) فرد، وهو ما يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بالنسبة لمتغير عمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 16.222 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وهي دالة إحصائية، وبالتالي فإنه ليس هناك فرق غير دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ثانيا: هل يعمل المدرب على تنمية روح العمل الجماعي بين لاعبي الفريق ؟

جدول رقم (06): يوضح نسب عمل المدرب على تنمية روح العمل الجماعي بين لاعبي الفريق

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	9.556	02	%87.50	14	دائما
				%6.25	01	أحيانا
				%6.25	01	نادرا



شكل رقم (06): يمثل نسب نسب عمل المدرب على تنمية روح العمل الجماعي بين لاعبي الفريق.

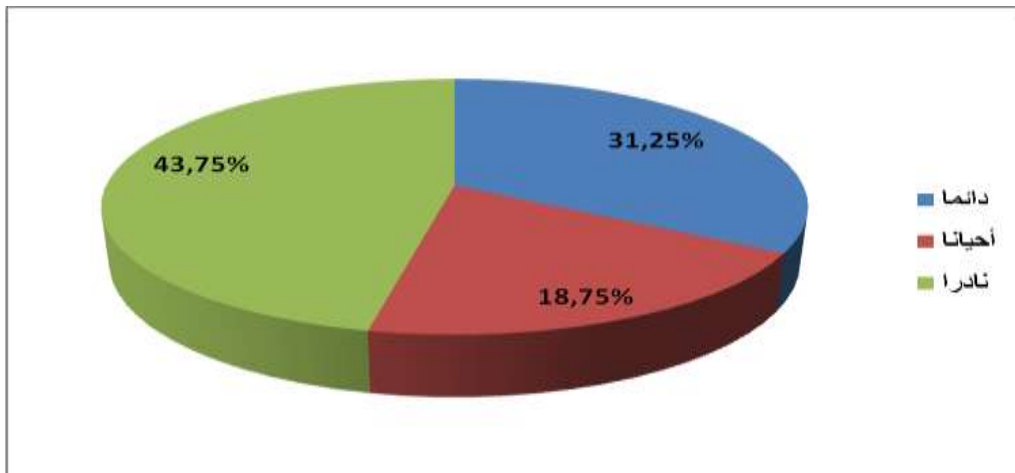
من خلال الجدول أعلاه رقم (06) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (16) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (01) فرد بنسبة مئوية بلغت 6.25%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (01) فرد بنسبة مئوية قدرت ب 6.25%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 87.50% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائما" والبالغ عددهم (14) فرد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 9.556 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2،

وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثانية، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ثالثاً: هل يعمل المدرب على تكريس وتطبيق المساواة في المعاملة بين لاعبي الفريق ؟

جدول رقم (07): يوضح نسب عمل المدرب على تكريس وتطبيق المساواة في المعاملة بين لاعبي الفريق.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
غير دال	5.99	4.667	02	31.25%	05	دائماً
				18.75%	03	أحياناً
				43.75%	07	نادراً



شكل رقم (07): يمثل عمل المدرب على تكريس وتطبيق المساواة في المعاملة بين لاعبي الفريق.

من خلال الجدول أعلاه رقم (07) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحياناً" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (05) أفراد بنسبة مئوية قدرت بـ 31.25%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 43.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "نادراً" والبالغ عددهم (07) أفراد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول

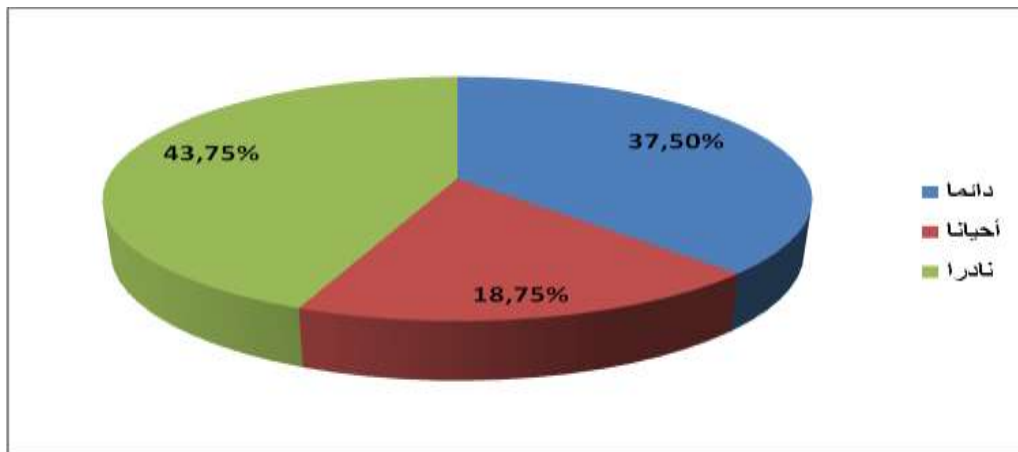
أعلاه أن كا^2 المحسوبة بلغت 4.667 وهي أقل من كا^2 الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وهي غير دالة إحصائياً، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثانية، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثالث: الأداء المهاري

أولاً: هل يستعمل المدرب تقنيات مثل التصور العقلي خلال الحصص التدريبية للجانب المهاري؟

جدول رقم (08): يوضح نسب استعمال المدرب تقنيات مثل التصور العقلي خلال الحصص التدريبية للجانب المهاري.

النتيجة	كا^2 الجدولية	كا^2 المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
غير دال	5.99	2.889	02	37.50%	06	دائماً
				18.75%	03	أحياناً
				43.75%	07	نادراً



شكل رقم (08): يمثل نسب استعمال المدرب تقنيات مثل التصور العقلي خلال الحصص التدريبية للجانب المهاري.

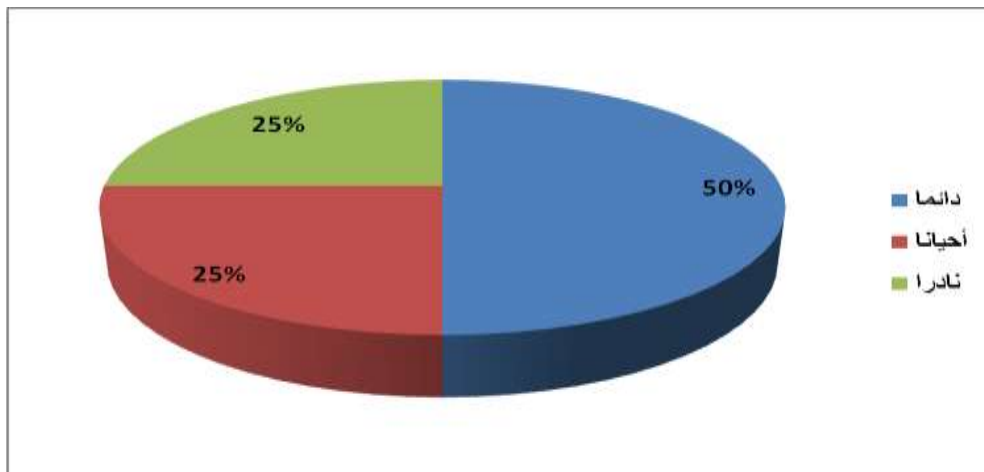
من خلال الجدول أعلاه رقم (08) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحياناً" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية

فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (06) أفراد بنسبة مئوية قدرت ب 37.50%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 43.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "نادراً" والبالغ عددهم (07) أفراد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 2.889 وهي أقل من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2 ، وبالتالي فإنه ليس هناك فرق غير دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ثانياً: هل يستعمل المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي المهاري؟

جدول رقم (09): يوضح نسب استخدام المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي المهاري.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	8.000	02	50%	08	دائماً
				25%	04	أحياناً
				25%	04	نادراً



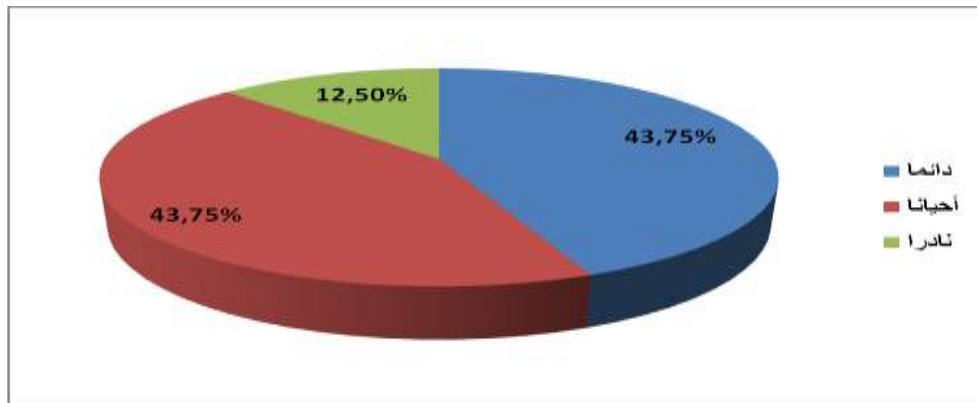
شكل رقم (09): يمثل نسب استخدام المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي المهاري.

من خلال الجدول أعلاه رقم (09) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (04) أفراد بنسبة مئوية بلغت 25%، أما المجموعة الثانية كانت إجاباتهم بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (04) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 25%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 50% تمثل المجموعة الثالثة الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (08) أفراد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 8 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2 ، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثانية.

ثالثاً: هل يساعد المدرب لاعبي الفريق على تخطي خبرات الفشل والتحفيز على تحقيق النجاح خلال الأداء المهاري؟

جدول رقم (10): يوضح نسب مساعدة المدرب لاعبي الفريق على تخطي خبرات الفشل والتحفيز على تحقيق النجاح خلال الأداء المهاري.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	10.667	02	43.75%	07	دائماً
				43.75%	07	أحيانا
				12.50%	02	نادرا



شكل رقم (10): يمثل مساعدة المدرب لاعبي الفريق على تخطي خبرات الفشل والتحفيز على تحقيق النجاح خلال الأداء المهاري.

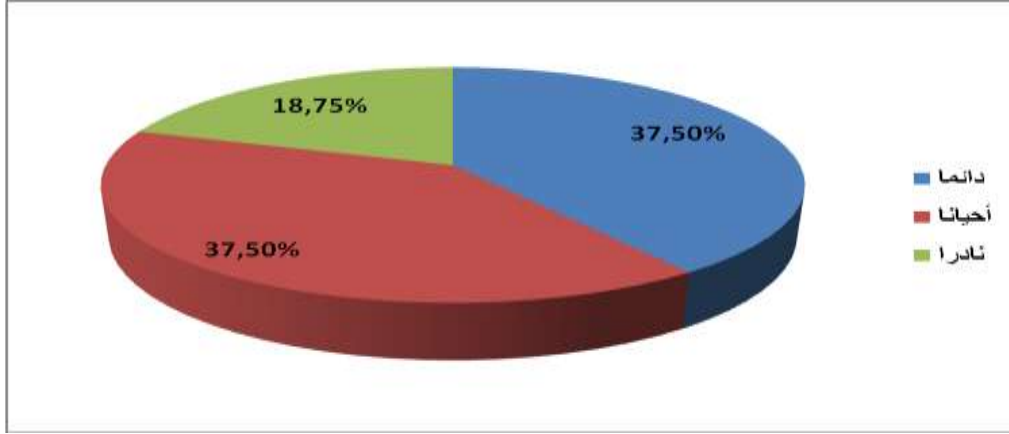
من خلال الجدول أعلاه رقم (10) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادراً" وقد بلغ عددهم (02) فردين بنسبة مئوية بلغت 12.50%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (07) أفراد بنسبة مئوية قدرت ب 43.75%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 43.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (07) فرداً، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 10.667 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2 ، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثالثة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الرابع: الأداء الخططي

أولاً: هل المدرب شخصية تساعد على فرض الانضباط الخططي بين لاعبي الفريق؟

جدول رقم (11): يوضح نسب اكتساب المدرب شخصية تساعد على فرض الانضباط الخططي بين لاعبي الفريق.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	8.222	02	%37.50	06	دائماً
				%37.50	06	أحياناً
				%18.75	03	نادراً



شكل رقم (11): يمثل نسب اكتساب المدرب شخصية تساعد على فرض الانضباط الخططي بين لاعبي الفريق.

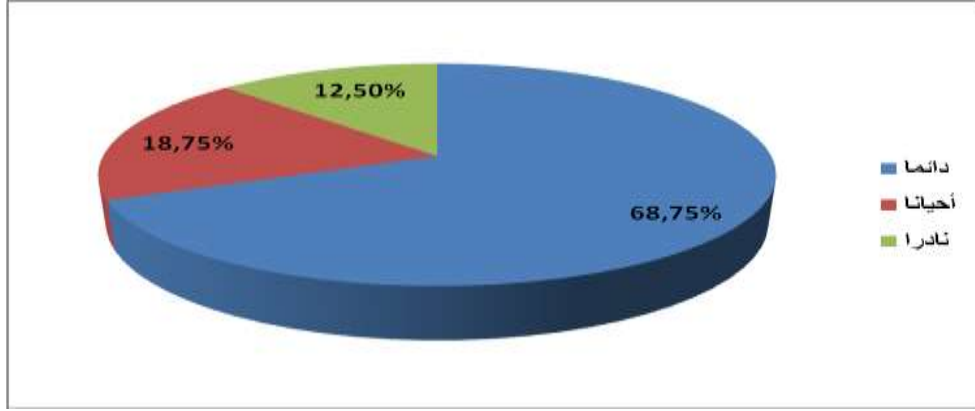
من خلال الجدول أعلاه رقم (11) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (16) فردا قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (06) أفراد بنسبة مئوية قدرت ب 37.50%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 43.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائما" والبالغ عددهم (06) أفراد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 8.222 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثالثة.

ثانيا: هل يستخدم المدرب طريقة شرح وأوامر تعمل على تحفيز دافع إنجاز المهام المطلوبة خططيا ؟

جدول رقم (12): يوضح نسب استخدام المدرب طريقة شرح وأوامر تعمل على تحفيز دافع إنجاز المهام المطلوبة

خططيا.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	8.667	02	68.75%	11	دائما
				18.75%	03	أحيانا
				12.50%	02	نادرا



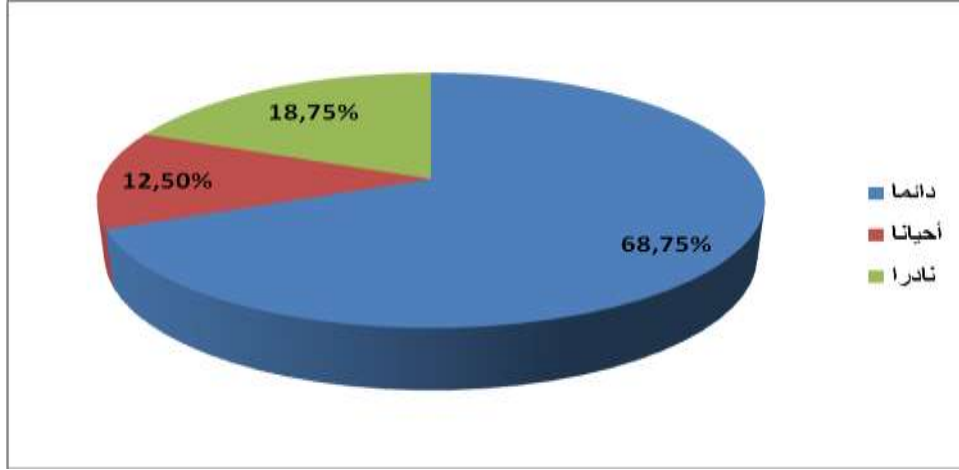
شكل رقم (12): يمثل نسب استخدام المدرب طريقة شرح وأوامر تعمل على تحفيز دافع إنجاز المهام المطلوبة خططيا.

من خلال الجدول أعلاه رقم (12) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (16) فردا قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (02) أفراد بنسبة مئوية بلغت 12.50%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (03) فرد بنسبة مئوية قدرت ب 18.75%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 68.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائما" والبالغ عددهم (11) فرد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 8.222 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الأولى.

ثالثا: هل يستعمل المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي؟

جدول رقم (13): يوضح نسب استعمال المدرب تقنيات لتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	التصنيف
غير دال	5.99	2.889	02	68.75%	11	دائما
				12.5%	02	أحيانا
				18.75%	03	نادرا



شكل رقم (13): يمثل استعمال المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي.

من خلال الجدول أعلاه رقم (13) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (16) فردا قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادرا" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية فتمثل الأفراد الذين كانت إجابتهم على هذا السؤال بالبديل "أحيانا" والبالغ عددهم (02) أفراد بنسبة مئوية قدرت ب 12.50%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 68.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائما" والبالغ عددهم (11) فرد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 2.889 وهي أقل من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائيا بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثالثة.

- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الخامس: الأداء البدني

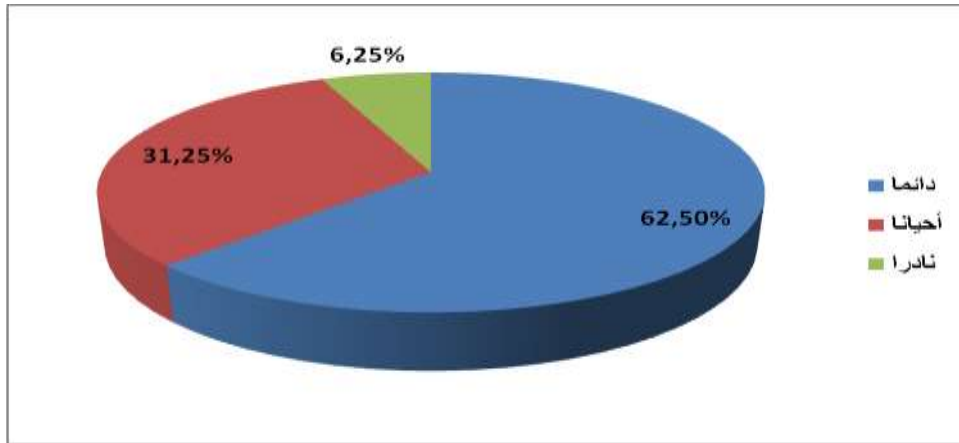
أولاً: هل يعمل المدرب على تنمية روح الإصرار وحالة الاستعداد للأداء البدني لدى لاعبي الفريق؟

جدول رقم (14): يوضح نسب عمل المدرب على تنمية روح الإصرار وحالة الاستعداد للأداء البدني لدى لاعبي الفريق.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوية	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	1.556	02	%62.50	10	دائما
				%31.25	05	أحيانا
				%6.25	01	نادرا

مجموع التكرارات = 16

قيمة كا² الجدولية = 5.99



شكل رقم (14): يمثل نسب عمل المدرب على تنمية روح الإصرار وحالة الاستعداد للأداء البدني لدى لاعبي الفريق.

من خلال الجدول أعلاه رقم (14) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرداً قد انقسمت إلى ثلاثة مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادراً" وقد بلغ عددهم (01) فرد بنسبة مئوية بلغت 6.25%، أما المجموعة الثانية في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحياناً" وقد بلغ عددهم (05) فرد بنسبة مئوية بلغت 31.25%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 62.50% تمثل المجموعة الثانية التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (10) فرد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا²

المحسوبة بلغت 1.556 وهي أكبر من χ^2 الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2 وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثانية.

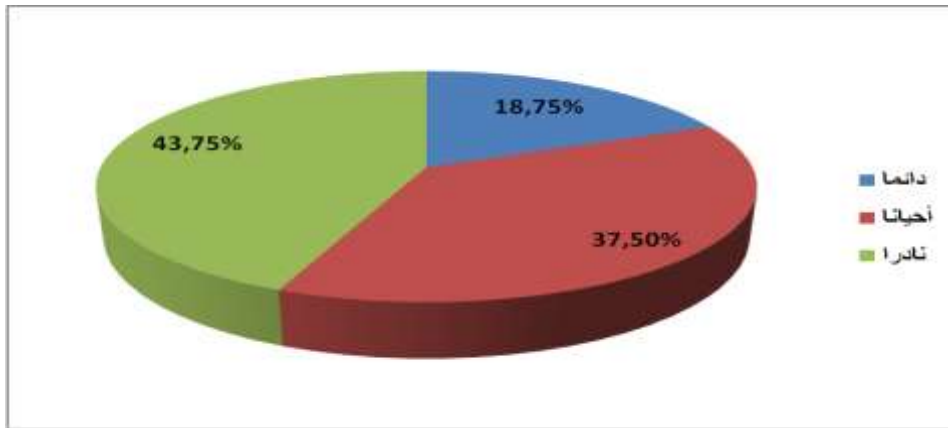
ثانياً: هل يستخدم المدرب الحوافز المادية والمعنوية في الحصص التدريبية والمنافسات؟

جدول رقم (15): يوضح نسب استخدام المدرب الحوافز المادية والمعنوية في الحصص التدريبية والمنافسات.

النتيجة	χ^2 الجدولية	χ^2 المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
غير دال	5.99	3.556	02	18.75%	03	دائماً
				37.50%	06	أحياناً
				43.75%	07	نادراً

مجموع التكرارات = 16

قيمة χ^2 الجدولية = 5.99



شكل رقم (15): يمثل نسب استخدام المدرب الحوافز المادية والمعنوية في الحصص التدريبية والمنافسات.

من خلال الجدول أعلاه رقم (15) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرد قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "دائماً" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية فتمثلت بالأفراد الذين كانت إجاباتهم على هذا السؤال بالبديل "أحياناً" والبالغ عددهم (06) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ 37.50%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 43.75% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "نادراً" والبالغ عددهم (07) فرد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في

التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه وأن كا² المحسوبة بلغت 3.556 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2 وبالتالي فإن هناك فرق غير دال إحصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة الثالثة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

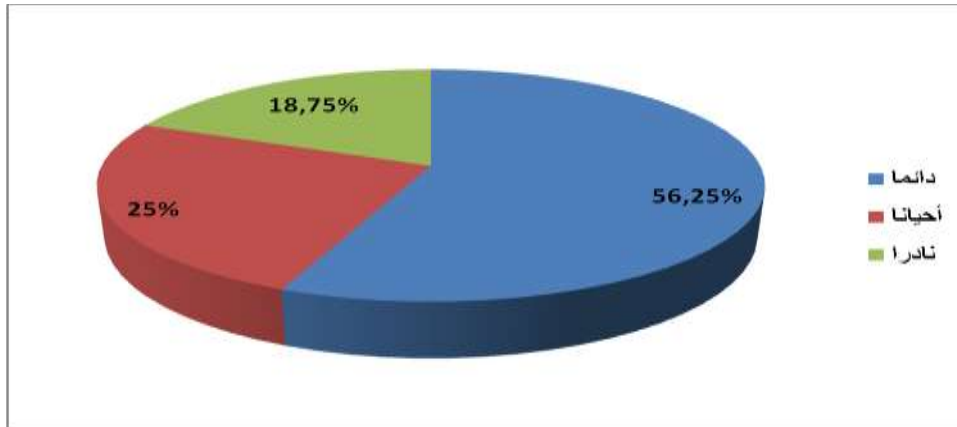
ثالثاً: هل يستخدم المدرب خطاب النجاحات خلال الحصص التدريبية والمنافسات؟

جدول رقم (16): يوضح نسب استخدام المدرب خطاب النجاحات خلال الحصص التدريبية والمنافسات.

النتيجة	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	درجة الحرية	النسبة	التكرار	
دال	5.99	10.889	02	56.25%	09	دائماً
				25%	04	أحياناً
				18.75%	03	نادراً

مجموع التكرارات = 16

قيمة كا² الجدولية = 5.99



شكل رقم (16): يمثل استعمال المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي.

من خلال الجدول أعلاه رقم (16) نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (16) فرداً قد انقسمت إلى ثلاث مجموعات، تمثلت المجموعة الأولى في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "نادراً" وقد بلغ عددهم (03) أفراد بنسبة مئوية بلغت 18.75%، أما المجموعة الثانية تمثلت في الأفراد الذين تمحورت إجاباتهم على السؤال بالبديل "أحياناً" وقد بلغ عددهم (04) أفراد بنسبة

مئوية بلغت 25%، في حين نلاحظ أن ما نسبته 56.25% تمثل المجموعة الثالثة التي تحتوي على الأفراد الذين أجابوا على هذا السؤال بالبديل "دائماً" والبالغ عددهم (09) فرد، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (كا²) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن كا² المحسوبة بلغت 10.889 وهي أكبر من كا² الجدولية 5.99 عند مستوى الدلالة 0.05، وبدرجة حرية 2، وبالتالي فإنه ليس هناك فرق غير دال إحصائياً بين المجموعتين، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

2- مناقشة النتائج في ضوء فرضيات الدراسة:

من خلال عرض وتحليل نتائج المحاور الخمسة للاستبيان يمكن ربط النتائج والمعلومات مع الدراسات السابقة وما جاء في الفصل الثاني من الخلفية النظرية كالآتي:

❖ الفرضية الأولى:

تنطلق الفرضية الأولى من اعتقاد ينص على أن توجد علاقة ذات دلالة إحصائية لبعدها الدور النفسي للمدرب وأثره على التعبئة النفسية لدى لاعبي كرة القدم، وانطلاقاً من مختلف القراءات للدراسات السابقة والتراث النظري الفكري، والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية و تفيد النتائج أن جميع قيم اختبار الدلالة χ^2 جاءت دالة إحصائية لصالح فرضية البحث، ومن الدراسات التي تناولت هذا الموضوع دراسة الطالب "قرين عبد الحق" سنة 2014-2015 بالجامعة الجزائرية وكانت أهم النتائج التي وصل إليها أن أساس العلاقة الجيدة بين المدربين واللاعبين هو الإحترام المتبادل وتفاهم الإنشغالات لكل منهما بالإضافة إلى إستماع المدرب لإقتراحات لاعبيه.

تحسن أسلوب التواصل بين المدرب واللاعبين متعلق بشكل كبير بأهمية تبادل الآراء فيما بينهم بشكل إيجابي وكذلك إستعمال المدرب الأسلوب التشجيع والتحفيز أثناء التدريبات يدعم اللاعبين نفسياً على بذل مجهود أكبر وكذلك ثقة المدرب باللاعبين يحفزهم على المثابرة والإجتهاد أثناء الحصة التدريبية.

من الدراسات أيضاً التي تناولت الموضوع والتي تزيد من تأكيد صحة الفرضية دراسة الطلبة عمر السعيد والسعيد بوكشاوي سنة 2002 بجامعة الجزائر، وكانت أهم النتائج المتوصل إليها وجود علاقة جيدة بين المدرب واللاعبين وأثرها على النتائج الرياضية إيجابي، كما توصل أيضاً إلى أن إنتهاج المدرب للأسلوب القيادي يؤثر إيجابياً على مردود الفريق.

كما يمكننا دعم صحة الفرضية من خلال دراسة قوراية أحمد سنة 2002 حول واقع القيادة الرياضية لدى المدرب ونجاحه في أداء مهامه حيث تطرق فيها إلى شخصية المدرب الرياضي والتي

تتميز بمجموعة من السمات من أهمها الثقة بالنفس، تقدير الذات الإجتماعية، الإنبساطية، القيادة ومدى تأثير هذه السمات على الإنجاز والأداء الرياضي للاعبين وكانت من أهم النتائج المحصل عليها أن ثقة المدرب بنفسه تعكس بالإيجاب على اللاعبين وبالتالي تأثير مباشر على النتائج المحققة كما أن المدرب الذي يمتاز بتقدير الذات الإجتماعية والإنبساطية له تأثير إيجابي على مردود اللاعبين.

ويدعم الباحثان النتيجة المتوصل إليها بما أشار إليه "علاوي"، نقلا عن العديد من الباحثين مثل وينبروج (Weinberg, 1999) ، وانشل (Wanshel, 1994)، ودورثي هاريس (Dourthy Haris, 1990)، بأن هناك اعتقاد لدى البعض بأن التدريب على المهارات الذهنية يصلح فقط للاعبين الذين يعانون من بعض المشكلات النفسية الحادة، وهذا الاعتقاد خاطئ لأن تدريب المهارات الذهنية هو في الأساس للاعبين الذين لا يعانون من مشكلات حادة، وذلك بهدف بلوغ أقصى قدرات ذهنية لهم ومحاولة الوصول إلى أقصى درجات الأداء الذهني. (علاوي، 2002، 202-204)

من خلال النتائج المتحصل عليها فإننا توصلنا إلى تأكيد الفرضية الأولى التي مفادها أن العلاقة الجيدة والحسنة بين المدرب واللاعبين لها أثر إيجابي على مردود اللاعبين وهذا يتجلى في استماع المدرب للاعبيه وتبادل الآراء بشكل إيجابي معهم وكذا تقبل انتقاداتهم وتدخلاتهم، وهذا يدل على العلاقة الممتازة التي تربط المدرب بلاعبيه وهذا ما رجع بالإيجاب على تحسن الأداء.

❖ الفرضية الثانية:

تتطلب الفرضية الثاني من اعتقاد ينص على أن توجد علاقة ذات دلالة إحصائية لبعد الدور النفسي للمدرب وأثره على تماسك وديناميكية الجماعة لدى لاعبي كرة القدم ، وانطلاقا من مختلف الدراسات السابقة والتراث النظري الفكري ، والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية و تفيد النتائج أن جميع قيم اختبار الدلالة كما² جاءت دالة إحصائية لصالح فرضية البحث، فحسب النتائج فإن تدخل المدرب بخبرته وكفاءته أدت إلى ربح المقابلات وهذا ما يتضح لنا جليا في الجانب النظري أن من أهم الجوانب ومميزات المدرب يسعى جاهدا لوضع بعض الخطط المضادة الخطط المنافسين إضافة إلى اجتهاده في وضع خطط جديدة وتدخلات جيدة في تغير النتائج وتحقيق الربح في المقابلات، كما نجد في إطار صحة الفرضية بأن ثقة المدرب باللاعبين هي سبب للنتائج الإيجابية، ويتضح هذا في أهمية

شخصية المدرب في بناء الثقة لاعبين وأثبتت الدراسات والبحوث أن التوقعات الإيجابية وثقة المدربين في اللاعبين تحسن دوماً في أدائهم.

إن جل النتائج السابقة تتوافق مع صحة الفرضية الموضوعية، كما أن ما يزيد من تأكيد صحة الفرضية هي ما خرجت به مختلف الدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع، ومن الدراسات التي كانت نتائجها تتماشى وصحة الفرضية الموضوعية دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد ومسعودي العربي 2008-2009 جامعة الجزائر وكانت أهم نتائج الدراسة أن كفاءة وخبرة المدرب تجعله يثق في اللاعبين وبالتالي تحسين الأداء أثناء المباريات.

بعد تحليل الأجوبة والنتائج المحصل عليها توصلنا إلى تأكيد الفرضية الثانية والتي مفادها كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم وذلك يتجلى في تركيز المدرب على التحضير البدني والنفسي وكذا التقني والتكتيكي واستعماله أيضاً أسلوب التحفيز والتشجيع لما له من أثر إيجابي على اللاعبين، واتسامه بالحالة الجيدة أثناء عملية التدريب وتقديمه للنصائح والتوجيهات على الأداء السيئ للاعبين.

❖ الفرضية الثالثة:

تتعلق الفرضية الثالثة من اعتقاد ينص على أن توجد علاقة ذات دلالة إحصائية لبعد الدور النفسي للمدرب وأثره على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم، وانطلاقاً من مختلف القراءات للدراسات السابقة والتراث النظري الفكري، والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية وتقيد النتائج أن جميع قيم اختبار الدلالة كما² جاءت دالة إحصائية لصالح فرضية البحث، فقد تبين أن المدرب هو المسؤول الوحيد المختص في إتخاذ القرارات في الفريق وهذا وذلك من خلال إمتلاك المدرب للشخصية القادرة على إتخاذ القرارات القوية التي يمكن الإعتماد عليها في المواقف الصعبة، وتبين لنا وفي إطار الفرضية الثالثة وجدنا أن تأكيد المدرب على ما يجب القيام به هو مساعدة للفريق من أجل الخروج بنتائج إيجابية، كفاءته التدريبية، صرامة المدرب في العمل، وهذا ما تم تأكيده من خلال دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد وبونوة العربي وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 بالجزائر العاصمة، حيث أكدوا أن القيادة وظيفة إجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة.

❖ الفرضية الرابعة:

تنتقل الفرضية الرابعة من اعتقاد ينص على أن توجد علاقة ذات دلالة إحصائية لبعدها الدور النفسي للمدرب وأثره على الأداء الخططي لدى لاعبي كرة القدم، وانطلاقاً من مختلف القراءات للدراسات السابقة والتراث النظري الفكري، والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية وتفيد النتائج أن جميع قيم اختبار الدلالة χ^2 جاءت دالة إحصائية لصالح فرضية البحث، فقد تبين أن المدرب هو المسؤول الوحيد المختص في اتخاذ القرارات في الفريق، وتبين لنا أيضاً بأن المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر هو مساعدة لهم في تحقيق النتائج الإيجابية، وأخيراً وفي إطار الفرضية الرابعة وجدنا أن تأكيد المدرب على ما يجب القيام به هو مساعدة للفريق من أجل الخروج بنتائج إيجابية، كفاءته التدريبية، وهذا ما تم تأكيده من خلال دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد وبونوة العربي وكذلك مسعودي العربي 2008-2009، حيث أكدوا أن القيادة وظيفية إجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة.

❖ الفرضية الخامسة:

تنتقل الفرضية الخامسة من اعتقاد ينص على أن توجد علاقة ذات دلالة إحصائية لبعدها الدور النفسي للمدرب وأثره على الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم، وانطلاقاً من مختلف القراءات للدراسات السابقة والتراث النظري الفكري، والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية وتفيد النتائج أن جميع قيم اختبار الدلالة χ^2 جاءت دالة إحصائية لصالح فرضية البحث، فقد تبين أن المدرب هو المسؤول الوحيد المختص في اتخاذ القرارات في الفريق وهذا وذلك من خلال إمتلاك المدرب للشخصية القادرة على اتخاذ القرارات القوية التي يمكن الإعتماد عليها في المواقف الصعبة، وتبين لنا أيضاً بأن المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر هو مساعدة لهم في تحقيق النتائج الإيجابية، وأخيراً وفي إطار الفرضية الخامسة وجدنا أن تأكيد المدرب على ما يجب القيام به هو مساعدة للفريق من أجل الخروج بنتائج إيجابية، كفاءته التدريبية، صرامة المدرب في العمل، وهذا ما تم تأكيده من خلال دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد وبونوة العربي وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 بالجزائر العاصمة، حيث أكدوا أن القيادة وظيفية إجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة.

3- الإستنتاجات العامة:

من خلال معالجتنا لبحثنا والذي كان موضوعه (الدور النفسي للمدرب وتأثيره على أداء اللاعبين في كرة القدم صنف أوسط) وتحليل الإستبتيان ومناقشة فرضيات الدراسة توصلنا إلى بعض الاستنتاجات تتمثل فيما يلي:

- للتحضير النفسي دور كبير في تحسين نتائج الفريق خلال المنافسات.
- كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
- صرامة وانضباط المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
- للمدرب أهمية كبيرة من الناحية النفسية في تخطيط التدريب.
- دور المدرب في حل النزاعات والحد من الصراعات والوقوف في وجه المشاكل لتحسين أداء اللاعبين.
- رفع تنمية الثقة لدى اللاعب بهدف الوصول إلى أحسن إنجاز وتقديم أفضل أداء.
- كفاءة المدرب تساعد في تحسين الحالة النفسية للاعبين وبالتالي رفع الحالة النفسية للاعبين.

خاتمة

خاتمة:

وصلنا والحمد لله إلى نهاية بحثنا هذا بعد بذل مجهود في العمل والبحث والتحليل وتوصلنا من خلال ذلك إلى إثبات جميع الفرضيات المقترحة والتي تمثل محتواه حول الدور النفسي للمدرب وتأثيره على أداء لاعبي كرة القدم.

ولما كانت المتطلبات المحددة وطبيعة التنافس في أي رياضة قد فرضت على ممارسيها قدرات بدنية ومهارية وخطئية خاصة، فإنها قد فرضت أيضا توافر قدرات ذهنية وسمات نفسية معينة لكل نوع من أنواع هذه الرياضات، ولما كانت الحاجة إلى تحقيق انجازات كبيرة كانت الحاجة إلى الاهتمام بالمشورات التي لها علاقة بالإنجاز والتي من بينها العوامل ال ذهنية التي يجب التدخل بإجراءات هادفة لإظهارها وتنميتها وتوجيهه.

يمثل التحضير النفسي أحد الأبعاد المهمة في التدريب الرياضي الحديث ، وقد زاد انتشاره وتطبيقه خاصة في رياضة المستويات العالية بعد أن دعمت نتائج البحوث والدراسات الدور الذي يقوم به في مجال اكتساب وتنمية المهارات الحركية، والتحضير للدخول في المسابقات، وما يقدمه من إستراتيجيات نفسية تلعب دورا في تحقيق التفوق

إن مردود الفريق الرياضي يتأثر وفقا للعلاقة الحسنة القائمة بين المدرب و اللاعب، حيث أن المدرب يعمل جاهدا من أجل توطيد العلاقة بينه و بين اللاعب من خلال الاستماع للاعب وتفهم انشغالاته، وتقبل آراء اللاعب و تدخلاته واقتراحاته، وذلك من أجل التقرب من اللاعب، و تجاوز كل العوائق التي قد تؤثر سلبا على علاقة المدرب باللاعب من أجل الإسهام في الارتقاء بمردود الفريق نحو الأفضل وتحقيق النتائج وبما أن اللاعبين والمدربين يجب أن تربطهم علاقة خاصة ومميزة ذات احترام متبادل في قاعدة أمر ومأمور من جهة ومن جهة أخرى بالتشاور والاقتراح والتبادل لأن نجاح هذه النقاط هو نجاح العلاقة ونجاح للمدرب واللاعب على حد سواء وبالتالي نجاح الفريق.

ومن خلال معالجتنا لبحثنا والذي كان موضوعه (الدور النفسي للمدرب وتأثيره على أداء اللاعبين في كرة القدم) توصلنا إلى بعض الاستنتاجات نذكر منها:

خاتمة

- للتحضير النفسي دور كبير في تحسين نتائج الفريق خلال المنافسات.
 - كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
 - صرامة وانضباط المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
 - للمدرب أهمية كبيرة من الناحية النفسية في تخطيط التدريب.
 - دور المدرب في حل النزاعات والحد من الصراعات والوقوف في وجه المشاكل لتحسين أداء اللاعبين.
 - رفع تنمية الثقة لدى اللاعب بهدف الوصول إلى أحسن إنجاز وتقديم أفضل أداء.
 - كفاءة المدرب تساعد في تحسين الحالة النفسية للاعبين وبالتالي رفع الحالة النفسية للاعبين.
- ومن خلال هذا كله توصلنا إلى إثبات صحة الفرضيات الجزئية التي طرحناها ومنه يمكننا القول بأن الدور النفسي للمدرب الرياضي يؤثر على أداء اللاعبين في كرة القدم.

المصادر

والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً- المصادر

1. المنجد الأبجدي، المؤسسة الوطنية للكتاب، دار الشروق، بيروت، 1990.

أولاً- الكتب باللغة العربية

1. أحمد أمين فوزي، مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم التطبيقات. ط2 القاهرة : دار الفكر العربي، 2003.
2. أحمد عبد الخالق، الدافع للإنجاز لدى اللبنانيين. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، محلة المؤتمر السنوي السابع لعلم النفس ، 1994.
3. أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، علم نفس الشخصية، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، 2010.
4. أسامة كامل راتب ومحمد حسن علاوي ، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، مدينة نصر، 1999.
5. توما جورج خوري، الشخصية، المؤسسة الجامعية للدراسات، بيروت، لبنان، 1996.
6. الجابري عيساني وبلقاسم تلي ومزهود لوصيف ، دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية، 1997.
7. حسن عبد الجواد. كرة القدم، المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي. لبنان: دار العلم للملايين.
8. حنفى محمود مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. مصر: دار الفكر العربي، 1997.
9. رومي جميل، كرة القدم، دار النفائس، ط1، لبنان، 1986.
10. عبد المنعم الميلادي، الشخصية وسماتها، مؤسسة شباب الجامعة للنشر، الإسكندرية، 2006.
11. علي فهمي بيك، المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية : تخطيط وتصميم البرامج والأعمال التدريبية : نظريات - تطبيقات، مؤسسة المعارف للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 2003،

12. محمد السيد عبد الرحمان، نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1998.
13. محمد السيد محمد الزعيلوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، مؤسسة الكتب الثقافية، 1994.
14. محمد حسن علاوي، سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي ، مدينة نصر، مصر، الطبعة الأولى، 2002.
15. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، 2002.
16. مفتي إبراهيم حامد، التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة)، دار الفكر العربي للطبع والنشر، الطبعة الأولى، مدينة نصر، مصر، 1998.
17. موفق مجيد المولى، الإعداد الوظيفي لكرة القدم: فيزيولوجية- تدريب-مناهج-خطط، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 1998.
18. وجدي مصطفى الفتح وآخرون، الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، صط1، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر، 2002.
19. حسان الجيلاني وبلقاسم سلاطنية ، أسس المناهج الإجتماعية ، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، 2012.
20. محمد زيان عمر، البحث العلمي مناهجه و تقنياته، ديوان المطبوعات الجامعية ، القاهرة ، 1993.
21. وجدي مصطفى الفتح وآخرون، الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، صط1، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر، 2002.
22. نزار مجيد الطالب وكامل طه لويس، علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة، بدون طبعة، بغداد، العراق، 1983.

23. موفق مجيد المولى، الإعداد الوظيفي لكرة القدم: فيزيولوجية- تدريب-مناهج-خطط، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، 1998.
24. مفتي إبراهيم حامد، التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة)، دار الفكر العربي للطبع والنشر، الطبعة الأولى، مدينة نصر، مصر، 1998.
25. مرويس أنجريس، منهجية البحث العلمي في البحوث الإنسانية -تدريبات علمية- ترجمة بوزيد صحراوي، كمال بوشرف، سعيد سبعون، الإشراف والمتابعة مصطفى ماضي، دط، دار القصة للنشر، الجزائر، 2004.

ثالثا- الرسائل الجامعية:

- 1- قوراية أحمد، واقع القيادة الرياضية لدى مدربي كرة القدم وأثرها على مردود لاعبي فرق القسم الوطني الأول، رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية والرياضية بالجزائر العاصمة، 2001-2002.
- 2- محمد وداك، السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق، رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية والرياضية، تخصص إرشاد نفسي، الجزائر العاصمة، 2008-2009.
- 3- مكتوت يوسف، شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2016.
- 4- قرين عبد الحق، علاقة شخصية المدرب الرياضي بأداء لاعبي كرة القدم، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، جامعة البويرة، 2015.
- 5- بيزيو عبد الرؤوف، شخصية المدرب وأثرها على أداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، جامعة بسكرة، 2015.
- 6- عمر السعيد والسعيد بوكشاوي، العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج الرياضية، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، 2002.
- 7- بوزيدي عبد الحميد، بنونة العربي، مسعودي العربي، تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية بالجزائر العاصمة، 2008-2009.

الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشهيد الشيخ العربي التبسي - تبسة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي



استمارة استبيان موجهة للاعبين كرة القدم

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لطور ماستر تخصص التدريب الرياضي النخبوي نضع بين أيديكم هذه الإستمارة التي تحوي مجموعة من الأسئلة حول "الدور النفسي للمدرب و أثره على أداء لاعبي كرة القدم صنف (أقل من 17 سنة)" دراسة ميدانية على لاعبي فرق البطولة الولائية ولاية تبسة، وبغرض التزود بالمعلومات الصحيحة والدقيقة نرجو منكم أن تجيبوا عن أسئلة الاستبيان بكل عناية وصدق، كما أن الأسئلة المطروحة مدروسة، وإن كل ما يهمنا رأيك الشخصي والصريح.

ملاحظة:

- الرجاء منكم قراءة كل عبارة ثم الإجابة عنها بوضع علامة (x) في المربع الذي تراه مناسباً.
- الرجاء منكم الإجابة على كل الأسئلة.
- لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

إشراف الأستاذ:

د/ زمالي حسان

إعداد الطلبة:

* درار محسن

* بن دبير إسحاق

المحور الأول: التعبئة النفسية

1- هل يعمل المدرب على بث روح الحماس والتفاؤل لدى لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

2- هل يعمل المدرب على اكساب لاعبي الفريق الثقة في النفس؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

3- هل يعمل المدرب على خفض التوتر والتقليل من الضغوط النفسية لدى لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

المحور الثاني: تماسك الفريق وديناميكية الجماعة

4- هل يعمل المدرب على تنمية أواصر التضامن بين لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

5- هل يعمل المدرب على تنمية روح العمل الجماعي بين لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

6- هل يعمل المدرب على تكريس وتطبيق المساواة في المعاملة بين لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

المحور الثالث: الأداء المهاري

7- هل يستعمل المدرب تقنيات مثل التصور العقلي خلال الحصص التدريبية للجانب المهاري؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

8- هل يستعمل المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي المهاري؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

9- هل يساعد المدرب لاعبي الفريق على تخطي خبرات الفشل والتحفيز على تحقيق النجاح خلال الأداء المهاري؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

المحور الرابع: الأداء الخططي

10- هل يكتسب المدرب شخصية تساعد على فرض الانضباط الخططي بين لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

11- هل يستخدم المدرب طريقة شرح وأوامر تعمل على تحفيز دافع إنجاز المهام المطلوبة خططيا؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

12- هل يستعمل المدرب تقنيات تسمح بتحقيق مرونة التفكير الحركي في ضوء الأداء الحركي الخططي؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

المحور الخامس: الأداء البدني

13- هل يعمل المدرب على تنمية روح الإصرار وحالة الاستعداد للأداء البدني لدى لاعبي الفريق؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

14- هل يستخدم المدرب الحوافز المادية والمعنوية في الحصص التدريبية والمنافسات؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

15- هل يستخدم المدرب خطاب النجاحات خلال الحصص التدريبية والمنافسات؟

<input type="checkbox"/>	دائما
<input type="checkbox"/>	أحيانا
<input type="checkbox"/>	نادر

نشكر لكم حسن تعاونكم

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر الدور النفسي للمدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف (أقل من 17 سنة)، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، في حين شمل مجتمع البحث لاعبي كرة القدم صنف (أقل من 17 سنة) بالبطولة الولائية - تبسة -، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية وبلغ عددها 16 لاعبا من لاعبي نادي اتحاد تبسة صنف (أقل من 17 سنة)، وبعد بناء استمارة استبيان وتحكيمها تم الاعتماد عليها في جمع البيانات ثم المعالجة الإحصائية، وقد كانت أهم النتائج المتوصل لها هي الأثر الإيجابي للدور النفسي للمدرب على (التعبئة النفسية للاعبي الفريق، تماسك الفريق وديناميكية الجماعة، الأداء المهاري، الأداء الخططي، الأداء البدني) ومنه وكاستنتاج عام توصلنا إلى أن للمدرب دور نفسي فعال يؤثر إيجابا على أداء لاعبي كرة القدم.

الكلمات الدالة: الدور النفسي، المدرب، الأداء، كرة القدم.

Abstract

This study aimed to know the impact of the psychological role of the coach on the performance of soccer players class (under 17 years), and the researchers used the descriptive approach to suit the nature of the study, while the research community included football players class (under 17 years) in the state championship - Tebessa - The sample of the study was chosen by the intentional method, and it consisted of 16 players from US Tebessa club, class (less than 17 years old), and after building and arbitrating a questionnaire form, it was relied upon in collecting data and then statistical processing. The most important results reached were the positive effect of the psychological role To coach the performance of soccer players.

Keywords: Psychological Role, Coach, Performance, Football.