



جامعة الجبالي بونعامة - خميس مليانة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



منكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: التدريب الرياضي

العنوان:

## شخصية المدرب وأثرها على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية

دراسة ميدانية لبعض أندية ولاية عين الدفلى، (صنف أكابر).

إشراف الأستاذ:

\* بن حاج جيلالي إسماعيل

إعداد الطلبة:

\* بزوي محمد

\* عيسي بلعيد

السنة الجامعية : 2018-2019

# شكر و عرفان

نحمد الله ونشكره والذي بفضلله وعونه وفقنا في إتمام هذا البحث.

نتقدم بالشكر والتقدير والاحترام إلى السيد المشرف الدكتور بن حاج جيلالي

إسماعيل الذي لم يبخل بمساعدتنا في كل الظروف

وبتوجيهاته ونصائحه القيمة طيلة مدة إنجاز المذكرة.

وكما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أفراد أسرة قسم التربية البدنية والرياضية بمعهد

خميس مليانة

وفي الأخير نشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إتمام هذا العمل ولو

بكلمة شكر وامتنان.

لكل هؤلاء نقول جزاكم الله خيرا ووفقكم إلى ما تحبه وترضاه أنفسهم.

# إهداء

إلى من حملتني في بطنها.

وإلى من كانت خير معين في التغلب على هموم ومصاعب الحياة.

وضحت بالكثير لأتمكن من الوصول إلى هذه الدرجة بعون الله وبِعونها.

إلى العزيزة الغالية أمي..أمي...أمي.

وإلى من رباني وأنار درب حياتي وعلمني سنة الحياة إلى أبي الغالي.

إلى كل إخواني وأخواتي

إلى كل أخوالي وخالاتي وأبنائهم وإلى كل أعمامي وعماتي وأبنائهم.

إلى كل الأصدقاء من كل مكان وإلى كل الأحباب الذين يعرفونني.

وإلى كل من مد يد العون ولو بكلمة شكر وتشجيع.

وإلى كل الذين يعرفونني من قريب أو من بعيد.

وإلى هؤلاء أهدي هذا العمل وأسأل الله \*سبحانه وتعالى\* أن يجعله ذا فائدة على الذين من بعدي

إنشاء الله.

محمد

# إهداء

عملا لقوله تعالى: << وبالوالدين إحسانا >>

أهدي هذا العمل

إلى التي علمتني حب الدنيا ومنحتني نعمات وهمسات سعادتي وأنارت لي درب حياتي وسقتني من ينبوع حنانها.

رمز العطف والأمل أمي ثم أمي أطل الله في عمرها.

إلى الذي رباني على الفضيلة والأخلاق وكان لي درع أمان أحتمي بهي من نائبات الزمان وتحمل عبئ الحياة حتى لا أحس بالحرمان أبي الحنون.

إلى أقرب المخلوقات إلى قلبي إلى الذين حملتهم أمي في بطنها أخوتي وأخواتي.

إلى إخوتي الذين لم تلههم أمي.

إلى كل من جمعني بهم القدر وقضيت معهم أحلى الأيام: عبد القادر\* عماد الدين \* إلى كل من ساندني بحضوره وبكلماته المشجعة إلى كل من دفعني إلى الأمام

إلى كل من حمل لي ذرة ود ومحبة.

إلى كل هؤلاء جميعا أهدي ثمرة هذا العمل.

# بلعبد

## ملخص الدراسة

❖ **عنوان الدراسة:** " شخصية المدرب ومدى تأثيرها على لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية" (دراسة ميدانية لبعض أندية ولاية عين الدفلى صنف (أكابر)

❖ **أهداف الدراسة:**

تتمثل أهداف البحث في النقاط التالية:

- إلقاء الضوء على شخصية المدرب في مجال التدريب الرياضي.
- دراسة وتحليل العلاقة بين المدرب واللاعبين.
- تحسين أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

❖ **إشكالية الدراسة:** "مامدى تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية؟"

ومن خلال هذا التساؤل يمكن طرح جملة من الأسئلة الجزئية:

- ما مدى تأثير العلاقة القائمة بين المدرب واللاعبين على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية؟
- ما مدى تأثير كفاءة وخبرة المدرب على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية؟
- ما مدى تأثير صرامة وانضباط المدرب على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية؟

❖ **الفرضية العامة:**

شخصية المدرب لها تأثير إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية.

❖ **الفرضيات الجزئية:**

- حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية.
- كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية.
- صرامة وانضباط المدرب لها تأثير إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية.

❖ **إجراءات الدراسة الميدانية:**

**العينة:** اخترنا العينة العمدية كونها من ابسط طرق اختيار العينات، وتمثلت في 40 لاعبا صنف أكابر و 04 مدربين من أربعة أندية تنشط في الجهوي الثاني لولاية عين الدفلى.  
**المجال الزماني والمكاني:** تمت الدراسة النظرية والميدانية في الفترة الممتدة من شهر فيفري إلى شهر ماي.

❖ **منهج الدراسة:** المنهج الوصفي التحليلي.

❖ **الأدوات المستعملة:** استبيان.

❖ **النتائج المتوصل إليها:** بعد قيامنا بتحليل نتائج الاستبيان المتعلقة باللاعبين والمدربين، خلصنا إلى ما يلي:

- أساس العلاقة الحسنة بين المدرب واللاعبين هو الاحترام المتبادل المتمثل في تفهم الانشغالات لكل منهما واستماع المدرب إلى اقتراحات لاعبيه.

- تحسين التواصل بين المدرب واللاعبين متعلق بشكل كبير بأهمية تبادل الآراء فيم بينهم بشكل إيجابي.

- الصرامة والانضباط بمثابة مفتاح النجاح للمدرب في عمله التدريبي وتحقيق النتائج الحسنة بالنسبة للاعبين.

- احترام اللاعبين لقرارات المدرب تساهم بشكل كبير في تحسين أدائهم الرياضي.

- إن لتقديم النصائح للاعبين أثناء الحصة التدريبية يساعد بشكل كبير على تحقيق الفوز أثناء المنافسات.

- شعور اللاعبين بالراحة أثناء الحصة التدريبية شيء ضروري بالنسبة للمدرب من أجل تحسين الأداء.

- غياب اللاعبين عن الحصة التدريبية يؤثر سلباً على حسن الأداء.

- أن القرارات المفروضة من جانب المدرب ما هي إلا عنصر من العناصر التدريبية التي تساهم في تحسين الأداء.

- المستوى الخبراتي والعلمي للمدرب يطور من العملية التدريبية.

#### الإقتراحات والتوصيات.

- ضرورة إمام المدرب بطريقة التعامل والتواصل مع اللاعبين حيث أن لكل لاعب شخصية وثقافة تميزه عن الآخرين.

- إعطاء أهمية بالغة لكل من سمى الشجاعة واتخاذ القرار والإبداع وفرض الانضباط لمدى تأثيرها على أداء ومردود اللاعب.

- الاطلاع المستمر على ما هو جديد في مجال الاختصاص.

- يجب على المدرب أن تكون علاقته باللاعبين جيدة مبنية على أساس الاحترام المتبادل والإيجابية في التعامل.

- يجب أن تكون القرارات المفروضة من طرف المدرب أثناء الحصة التدريبية تساعد اللاعب في تحقيق النتائج الايجابية.

# قائمة المحتويات

قائمة المحتويات	
الصفحة	المحتوى
	تشكرات
	الإهداء
	ملخص الدراسة
أ - ج	الفهرس العام
د - و	فهرس الجداول
1	مقدمة
<b>الفصل التمهيدي</b>	
4	1- الإشكالية
5	2- الفرضيات
5	3- أهداف البحث
5	4- أهمية البحث
6	5- تحديد المصطلحات
8	6- الدراسات السابقة
<b>الباب الأول: الجانب النظري</b> <b>الفصل الأول: الشخصية</b>	
16	تمهيد
16	1- مفهوم الشخصية
18	2- المصطلحات المتداخلة مع مصطلح الشخصية
18	3- تكوين الشخصية الإنسانية
19	4- محددات الشخصية
20	5- أنواع الشخصية
20	6- خصائص الشخصية السوية
22	7- اختلاف شخصيات الأفراد
22	8- تكامل الشخصية
23	9- أهمية دراسة الشخصية الرياضية
24	10- مكونات الشخصية الرياضية
24	11- السمات الشخصية للرياضيين
28	خلاصة
<b>الفصل الثاني: المدرب الرياضي</b>	





30	تمهيد
31	1- تعريف المدرب
31	2- شخصية المدرب وتأثيرها على الفريق
32	3- الأنماط الشائعة للمدرب الرياضي
35	4- صفات المدرب
38	5- أشكال وأنواع المدربين الرياضيين
38	6- عمليات المدرب في التدريب الرياضي الحديث.
40	7- أهمية شخصية المدرب في بناء الثقة للاعب
40	8- أهمية شخصية المدرب في دراسة حل المشكلات المطروحة
42	خلاصة
الفصل الثالث: الأداء الرياضي في كرة القدم	
44	تمهيد
45	أولاً: كرة القدم
45	2- كرة القدم في الجزائر
46	3- المبادئ الأساسية لكرة القدم
47	4- متطلبات كرة القدم
50	5- أهداف رياضة كرة القدم
51	ثانياً: الأداء الرياضي
51	1- مفهوم الأداء
51	2- أنواع الأداء
52	3- العوامل المساهمة في الأداء
55	4- علاقة القدرة بالأداء الرياضي
57	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية البحث	
60	تمهيد
61	1- الدراسة الإستطلاعية
61	2- منهج الدراسة
62	3- مجتمع البحث
63	4- ضبط متغيرات الدراسة
63	5- أدوات البحث

64	6- مجالات البحث
65	7- الصدق والثبات
66	خلاصة
<b>الفصل الخامس: تحليل ومناقشة النتائج</b>	
68	تمهيد
69	1- تحليل النتائج
69	1-1- تحليل نتائج استبيان المدربين
78	1-2- تحليل نتائج استبيان اللاعبين
86	2- مناقشة النتائج
86	2-1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى
87	2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
89	2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
91	3- الإستنتاج العام
92	4- الاقتراحات والتوصيات
94	الخاتمة
96	قائمة المراجع
100	الملاحق
<b>قائمة الجداول</b>	
الصفحة	الرقم
62	01 يمثل عدد أفراد العينة من كل فريق من اللاعبين والمدربين.
69	02 يمثل النتائج المتحصل عليها لكيفية تصرف المدرب مع اللاعبين أثناء الحصة التدريبية.
70	03 يمثل النتائج المتحصل عليها في ما يخص إجابات المدربين حول تبادلهم الآراء مع اللاعبين.
71	04 يمثل نتائج إجابات المدربين حول سبب المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية.
72	05 يمثل نسب إجابات المدربين حول أهمية المستوى العلمي والخبراتي في تحضير تدريبات الفريق.
73	06 يمثل نسب إجابات المدربين حول ردود أفعالهم إتجاه الأداء السيئ للاعبين أثناء الحصة التدريبية.
74	07 يمثل نسب نتائج إجابات المدربين حول أسلوب العمل أثناء التدريب.

75	يمثل نسب إجابات المدربين فيما يخص الصرامة والإنضباط كشرط حتمي أثناء الحصة التدريبية في تحقيق النتائج الإيجابية.	08
76	يمثل نسب نتائج المدربين حول تعاملهم مع اللاعب الغائب عن الحصة التدريبية.	09
77	يمثل نسب نتائج إجابات المدربين حول تأثير اللاعب الذي لم يلتزم التعليمات.	10
78	يمثل نسب إجابات اللاعبين فيما يخص طبيعة تصرف المدربين أثناء الحصة التدريبية.	11
79	يمثل نسب إجابات اللاعبين فيما يخص نظرتهم حول علاقتهم مع المدرب.	12
80	يمثل نسب إجابات اللاعبين فيما يخص دور خبرة المدرب في كسب وريح المقابلات من عدمه.	13
81	يمثل نسب إجابات اللاعبين حول سبب الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية.	14
82	يمثل العلاقة بين التمارين التي يقدمها المدرب وهدف الحصة.	15
83	يمثل نسب نتائج اللاعبين حول من يحق له فرض الانضباط داخل الفريق.	16
84	يمثل نسب نتائج اللاعبين في ما يخص تجاه المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر.	17
85	يمثل نسب نتائج اللاعبين حول شعور المدرب بالانزعاج عند عدم احترام اللاعبين له من عدمه.	18

معلمة علمة

إن التقدم العلمي الذي يشهده العالم في الوقت الحاضر يعد أحد الأسباب الرئيسية في تقدم الحياة البشرية وفي مختلف مجالاتها ومنها المجال الرياضي، وإن هذا التقدم لا يتم إلا من خلال دراسات علمية ذو رؤية معتمدة على علوم عدة مترابطة ومرتبطة بالمجال الرياضي، ومن بين هذه العلوم المهمة هو علم النفس الرياضي الذي له إسهامات كبيرة في تطوير الألعاب الرياضية وبمختلف أنواعها.

وعندما نتكلم عن مجال علم النفس الرياضي فهو واسع ورحب، يحوي عدة محاور مهمة منها الدافعية عند اللاعبين في الإنجاز الرياضي، القلق والتوتر عند اللاعبين أثناء المنافسات، شخصية المدرب وأثرها على أداء اللاعبين، وله دور كبير في الارتقاء بالرياضات الجماعية إلى أحسن المستويات.

وتعتبر كرة القدم أحد أنواع الأنشطة الرياضية الهامة في نظام ثقافتنا الرياضية، لما لها من أهمية كبيرة في تنمية الجسم وترقية وظائفه الحيوية وما تتطلبه من قدرات من اللاعبين وفي غضون عشرات السنين الماضية لتطور لعبة كرة القدم اتسع نطاق انتشار اللعبة لتشمل بلدان عديدة في جميع أنحاء العالم تقريباً.

وعندما نربط مجال علم النفس الرياضي ونخص بالذكر شخصية المدرب مع نشاط كرة القدم، فهنا نحاول إبراز دور وأثر شخصية المدرب على لاعبي كرة القدم من الناحية الأخلاقية والاجتماعية، وكذا الناحية الرياضية إن المهمة الملقاة على عاتق المدرب الرياضي تتطلب منه الإسهام والمعاونة الفاعلة في تحقيق أهداف الفريق فالمدرّب الرياضي الذي يقتنع في قرارات نفسه بالمستقبل الزاهر لفريقه لا يقنع فقط بمحاولة العمل على الارتقاء بالمستوى الرياضي للاعبين فحسب، بل يبذل قصارى جهده للعمل على تربيتهم تربية خلقية والإسهام بقدر كبير في محاولة تنمية الشخصيات الواعية والفعالة .

ويتطلب الأمر من المدرب الرياضي لضمان نجاحه في تحقيق تلك الواجبات أن يكون على إمام بالنظم والقواعد والقوانين والمفاهيم والقيم والعادات السائدة في مجتمعه وبهذه الطريقة يستطيع المدرب الرياضي أن يسهم بنصيب وافر في العمل على البناء الشامخ لوطنه ورفع رايته عاليا خفاقة بين مختلف الأمم .

وتأتي هذه الدراسة لمحاولة معرفة علاقة الشخصية بالأداء الرياضي وقد قسمت الدراسة إلى جانبين

الجانب النظري وينقسم بدوره ثلاثة فصول رئيسية وهي:

**الفصل الأول:** تم التطرق فيه إلى الشخصية.

**الفصل الثاني:** تناولنا فيه المدرب الرياضي.

**الفصل الثالث:** تم التطرق فيه إلى الأداء الرياضي في كرة القدم.

بينما الجانب التطبيقي يحتوي على فصلين:

- **الفصل الرابع:** تناول الإجراءات المنهجية للدراسة والوسائل المستعملة فيه خلال الدراسة، والمتمثلة في تحديد المنهج المستخدم، بعدها وصف عينة الدراسة ثم وصف أداة الدراسة، مع تناول دراسة صدق وثبات الأداة بالإضافة إلى إجراءات التطبيق، وكذا الأساليب المعتمدة في المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها.

- **الفصل الخامس:** فقد تم عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين والمدربين المتوصل إليها باستعمال المعالجة الإحصائية المتمثلة في النسبة المئوية كأسلوب إحصائي يخدم الموضوع كي يأخذ الشكل

المقنن، كما تم مناقشة النتائج المتحصل عليها وتفسيرها والتعليق على ما مدى تحقق فرضيات الدراسة والتي من خلالها توصلنا إلى استنتاجات عامة، وتقدمنا ببعض الاقتراحات التي من شأنها تحسين أداء اللاعبين أثناء الحصة التدريبية ومعالجة المشاكل في هذا الطور.

# الفصل التمهيدي

### 1- الإشكالية.

إن الرياضة نظام إجتماعي كبير، وهي واقع ملموس في حياتنا يحدث فيها كل أنماط السلوك التي تحدث في الحياة العادية، ومن الدلائل الهامة في مجتمعنا اليوم والتي تدل على تأثير الرياضة في المجتمع ويتجلى ذلك من خلال تخصيص مساحات زمنية للرياضية، وعرض المباريات، برامج رياضية، كما تخصص لها صفحات عديدة في الصحف الرسمية، بل وأكثر من ذلك هناك العديد من الصحف الرياضية المتخصصة التي تتناول الموضوعات الرياضية فقط. (إخلاص عبد الحفيظ، 2001، ص 10).

وكما هو معلوم تنقسم هذه الرياضات إلى رياضات فردية وأخرى جماعية وهذه الأخيرة تشمل أنواعا مختلفة ككرة القدم وكرة السلة وكرة اليد والشئ الذي لا يمكن أن يختلف عليه إثنان هو أن كرة القدم هي أكثر الرياضات شعبية في العالم وذلك لإستقطابها أكبر عدد من الجماهير ومن مختلف الأعمار ومختلف شرائح المجتمع.

فرياضة كرة القدم من بين العديد من الرياضات الجماعية والتي مر على ظهورها قرون من الزمن ولقد دخلت هذه الرياضة إلى الجزائر في القرن العشرين، وأصبحت هذه الرياضة واحدة من الرياضات الجماعية الأكثر جاذبية للممارسين وحتى المتفرجين، ويلاحظ المتتبع للأخبار الرياضية العالمية وحتى الوطنية أن هناك تطور كبير في مستوى الأداء المهاري والفني لهذه اللعبة مما يعطي للبطولات والدوريات طابع تنافسي حاد إثارة كبير وما يجعلها محل إستقطاب الجميع، ولعل من أهم العوامل التي تساعد على نجاح عملية التدريب والإرتقاء بمستوى الرياضيين نحو الأفضل "المدرّب الرياضي"

ونظرا للشهرة التي بلغت هذه الرياضة تسابقت إدارات النوادي في جلب أحسن المدربين ذوي الخبرة والكفاءة وذلك من أجل إشباع رغبات ومتطلبات هذه الجماهير العريضة المتعطشة للمتعة والفرجة.

حيث أن شخصية المدرب لها أهمية كبيرة في تسيير فريقه وتوجيهه، لذا يجب أن يكون قوي الشخصية وشجاعا، ذو هبة تمكنه من اتخاذ القرارات السليمة، له السلطة في تسيير الفريق، خلق جو التنافس بين لاعبي الفريق، إيجاد حلول لمشاكل اللاعبين، التحكم في أداء اللاعبين أي مدى استجابتهم لأوامر المدرب واحترام قراراته، خلق في نفوس اللاعبين سمي التماسك والتعاون، ونبذ الأنانية، وكل هذا يجعل المدرب يسير بخطى ثابتة في طريق النجاح.

وباعتبار المدربين هم المساهمين المباشرين في عملية تحقيق النتائج من خلال إشرافهم على تحسين وتطوير أداء فرقهم ومحاولين معرفة إمكانية اللاعبين النفسية والبدنية وإستغلالها أحسن إستغلال، لذا كان من الضروري على المدربين أنفسهم أن يفهموا جانبا مهما من الجوانب الخاصة لأداء اللاعبين. (إخلاص عبد الحفيظ، 2001، ص 29-30).

وما يمكن ملاحظته في هذا الميدان هو أن معظم المدربين أو المشرفين على تدريب فرق كرة القدم يفكرون إلى قوة الشخصية أو بالأحرى الشخصية المثالية للمدرّب والتي تمكنه من التحكم في النفس والصرامة والإنضباط في العمل أثناء المواقف التدريبية حيث تعتبر هذه الأخيرة الدعامة الأساسية للمدرّب ما يمكنه من الوصول إلى أفضل



أداء وهذا ما ينعكس على الفريق ككل وبالتالي تحقيق النتائج الإيجابية، وعلى ضوء ما سبق يمكننا طرح التساؤل الآتي:

**ما مدى تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية؟**

ومن المعطيات السابقة نخلص إلى طرح التساؤلات التالية:

- ما مدى تأثير العلاقة القائمة بين المدرب واللاعبين على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية؟
- ما مدى تأثير كفاءة وخبرة المدرب على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية؟
- ما مدى تأثير صرامة إنضباط المدرب على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية؟

### 2- الفرضية العامة.

شخصية المدرب لها تأثير ايجابي كبير في تحسن أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية.

### 2-1- الفرضيات الجزئية.

- حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
- كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
- صرامة وإنضباط المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

### 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:

- 1- إبراز مدى تأثير شخصية المدرب في تحسين أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
- 2- دراسة العلاقة بين المدرب واللاعبين ومدى تأثيرها على أداء اللاعبين.
- 3- إثبات أن سمة الخبرة والكفاءة لدى المدرب لها تأثير إيجابي كبير على الأداء خلال العملية التدريبية.
- 4- إثبات أن صرامة وإنضباط لدى المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

### 4- أهمية البحث.

تكمن أهمية البحث في أنها عبارة عن دراسة تحليلية لشخصية المدرب وأثرها 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 ويمكن تلخيص أهمية البحث فيما يلي:

- سعي مختلف الأندية لجلب مدربين على قدر كبير من الكفاءة والخبرة.
- تدخل رؤساء الأندية في شؤون وعمل المدربين مما يحدث ضغوطات وخلل داخل الفريق.
- - عدم الإستقرار للمدربين داخل الأندية فأصبحت ظاهرة مثيرة للإنتباه.
- ظهور السلوكات الأخلاقية والرياضية عند بعض اللاعبين في مختلف الملاعب والتي سببها عدم احترام اللاعبين للمدربين.

### 5- تحديد المصطلحات.

#### 5-1 الشخصية:

- لغة: مصطلح الشخصية personality مشتق من الكلمة اللاتينية persona والتي تعني القناع mask. (محمد السيد عبد الرحمان، 1998، ص26).

- إصطلاحاً: تعني الشخصية التكامل النفسي والاجتماعي عند الإنسان وتعتبر 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 لسلوك الفرد. (محمد السيد الربيعلاوي، 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 الفيسيولوجية وأسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة" (أحمد عبد الخالق، 1994، ص24).

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، ص18).

- إجرائياً: 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.

#### 5-2 المدرب:

- لغة: مُدْرِب: (اسم)، اسم فاعل من دَرَّبَ، شخص يقوم بتدريب الرِّياضِيِّين أو الحيوانات. ( المعجم عربي عربي).

- إصطلاحاً: المدرب الرياضي هو الشخصية التي تقع على عاتقها القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب وتوجيه اللاعبين خلال المنافسات. (مفتي إبراهيم حماد، 1998، ص69)

كما يعرفه وجدي مصطفى الفاتح "هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم تأثيراً مباشراً، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعبين تطويراً شاملاً متزن ولذلك يجب أن يكون المدرب مثال أعلى يحتذى به. (وجدي مصطفى الفاتح، 2004، ص25).

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

#### 5-3 كرة القدم.

- **لغة:** كرة القدم " Football " هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بالـ " Rugby " أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها كما تسمى " Soccer ". (مامور بن حسين سلمان، 1998، ص9).

- **إصطلاحاً:** هي لعبة جماعية تتم بين فريقين يتألف كل فريق من 11 لاعبا، يستعملون كرة منفوخة مستديرة ذات مقياس عالمي محدد، في ملعب مستطيل ذو أبعاد محدد في نهاية كل طرف من طرفيه مرمى الهدف، ويحاول كل فريق إدخال كرة فيه عبر حارس المرمى للحصول على هدف. (مامور بن حسين سلمان، 1998، ص9).

- **إجرائياً:** كرة القدم هي رياضة تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل واحد منها 11 لاعبا تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، وفي نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحرس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكام للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها وإذا انتهت بالتعادل في حالة مقابلة كأس فيكون هنالك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

### 5-5 الأداء الرياضي.

- **لغة:** مصدر أدَّى، قامَ بأداءٍ واجِبِهِ : بِإِنجَازِهِ ، بِإِكْمَالِهِ ، كانَ أَدَاؤُهُ لِلنَّصِّ سَلِيماً: أَسْلُوبُ تَعْبِيرِهِ وَطَرِيقَتُهُ

تسديد أو دفع ما هو واجب ومستحقّ دَيْنُ اللَّهِ أَحَقُّ بِالْأَدَاءِ مِنْ دَيْنِ الْعَبْدِ. (معجم عربي عربي)

- **إصطلاحاً:** نتخذ من مفهوم عصام عبد الخالق: انه عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية، غالباً ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة، كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعليم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيراً سلوكياً ويعرفه كذلك على أنه: "إيصال الشيء إلى المرسل إليه، وهو عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالباً ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم سلوكياً" (عصام عبد الخالق، 1983، ص214-215).

- **الأداء إجرائياً:** هو قدرة الفرد على تنفيذ ما أوكل إليه من الأعمال والدرجة المتحصل عليها في حل المسؤولية.

### 6-5 الخبرة.

- **لغة:** هي من الخبر أي النبا يقال أخبار وأخبارير ورجل خابر وخبير وخبر (بفتح الخاء وكسر الياء المشددة ) أي عالم به وأخبره خبر أي أنبأه ما عنده، والخبر والخبرة بكسرهما يضمنان العلم بالشيء ومعرفة خبر الشيء على حقيقة. (ابن منظور، 1988، ص 110)

- **إصطلاحاً:** هي عبارة عن تراكم لسنوات العمل في مجال معين طبعاً مع الدراسة الاكاديمية والحقيقة لا يوجد وصف دقيق للخبرة ولا يوجد معايير لقياسها والسبب في ذلك بسيط لان الخبرة مكتسبة لذلك تعتمد على الشخص نفسه اي هل ان الشخص ذو قابلية على تطوير نفسه ام لا. (ابن منظور، 1988، ص 110)

- **إجرائياً:** الخبرة هي المهارة في أداء الأعمال العلمية أو الفكرية بجودة عالية وبسرعة وبسهولة دون بذل مجهود كبير، أما الخبرة الميدانية فتعني توظيف المعارف والمعلومات والقدرات المكتسبة خلال فترة العمل أو التدريب أي مكتسبة من مجال العمل.

### 5-7 الكفاءة.

- **لغويًا:** جاء في لسان العرب "الكفيء: النظير، وكذلك الكفاء والكفوء، على وزن فعل وفعول، والمصدر الكفاءة، بالفتح والمد، ونقول: لا كفاء له، بالكسر، وهو في الأصل مصدر لا نظير له، والكفاء: النظير المساوي، وتكافأ الشئان تماثلاً، وكافأه وكفاء: ماثله، ومن كلامهم: الحمد لله كفاء الواجب أي قدر ما يكون مكافئاً له. (ابن منظور، 1988، ص 112-115)

- **إصطلاحاً:** هي مجموعة القدرات والمعارف المنظمة والمجندة بشكل يسمح بالتعرف على إشكالية وحلها من خلال نشاط تظهر فيه أداءات أو مهارات المتعلم في بناء معرفته. (طيب نايت سلمان، 2004، ص 19).

**إجرائياً:** هي قدرة الفرد على حل المشكلات بمهارة عالية موظفاً في ذلك جميع خبراته ومعارفه ومكتسباته بطريقة فريدة ومميزة.

### 5-8 الصرامة:

**لغة:** اسم، صرامة : مصدر صَرُمَ عَامَلُهُ بِصَرَامَةٍ : بَسُوَّةٍ ، بِشِدَّةٍ، رَجُلٌ صَرَامَةٌ: الْمُسْتَبِدُّ بِرَأْيِهِ، ( الفلسفة والتصوُّف ) تشدُّد ملحوظ في تفسير القوانين الأخلاقية وتطبيقها. (معجم عربي عربي)

- **إصطلاحاً:** يتحدث توني واجنر عما أسماه (إعادة تعريف الصرامة)، ويقول: إن هناك عدد من المهارات الضرورية للتعلم في المدرسة وللعمل وللحياة، هي: التفكير الناقد، وحل المشكلات، والتعاون، والقيادة، والرشاقة، وسرعة الانتقال، والتكيف، والمبادرة، والريادة، والتواصل الفاعل الشفوي والمكتوب، والوصول إلى المعلومات وتحليلها، والفضول والتخيل. (Tony , 2008, P28)

(Wagner)

- **إجرائياً:** هي تنفيذ لقرارات صادرة بدون اخلال أو أي تجاوز.

### 5-9 الانضباط:

**لغة:** الإنضباط مصدر فعل (إنضباط) وهو من الفعل (ضبط) على وزن فعل (ضبط) والفاعل (ضابط) والمفعول به (منضبط). (معجم عربي عربي)

**إصطلاحاً:** يعرف "مخيمر" الإنضباط بأنه: نوع من التعاقد النفسي يلزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله. (مخيمر، 1997، ص 14).

وتعرف جيهان حمزة (2002) الانضباط بأنه: اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه في الحياة وتحمل المسؤولية، وأنه يشير أيضا إلى إعتقاد الفرد بقيمه وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته أو للمجتمع. (عباس، 2010، 176)

إجرائيا: هو قدرة مدرب كرة القدم على الانتظام في مواعيد التدريب والمنافسات، وتنفيذ جميع القرارات من المدرب والحكام، وإنضباط المدرب اتجاه نفسه واتجاه الآخرين، لتحقيق أهدافه وقيمه من خلال المواقف الرياضية المختلفة.

### 6- الخلفية النظرية والدراسات السابقة.

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

ويعرفها رابح تركي أنها كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها و تعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقلة، إذا من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه. (رابح تركي، 1999، ص123).

### - الدراسة الأولى: قوراية أحمد 2001-2002

تناولت هذه الدراسة واقع القيادة الرياضية لدى مدربي كرة القدم وأثرها على مردود لاعبي فرق القسم الوطني الأول، وهذه الدراسة هي ضمن رسائل الماجستير المقدمة لقسم التربية البدنية والرياضية بالجزائر العاصمة، 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 بأسئلة مغلقة تحتوي 49 عبارة وقد تم تطبيق أداة الدراسة على العينة عقب إجتماع المدربين، عينة 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 باتباع 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، 2008-2009).

### الدراسة الثانية: عمر السعيد والسعيد بوكشاوي 2002

هي مذكرة قدمها الباحث لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية  
**عنوان الدراسة:** العلاقة بين مدرب كرة القدم واللاعبين وتأثيرها على النتائج الرياضية.  
**منهج الدراسة:** استخدم الباحث المنهج الوصفي.  
**أداة الدراسة:** استخدم 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.

### الدراسة الثالثة: بوزيدي عبد الحميد، بونوة العربي، مسعودي العربي، 2008-2009

مذكرة قدمها الطلبة لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية بالجزائر العاصمة.  
**عنوان المذكرة:** تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط.  
**منهج الدراسة:** إعتد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي.  
**عينة الدراسة:** شملت جزء من مجتمع الدراسة للجهوي الأول أندية الجلفة وقد تم إختيار العينة عشوائيا حيث إشتملت على 45 لاعب من فرق ولاية الجلفة و3 مدربين.  
**أداة الدراسة:** إعتد الباحث في دراسته على إستمارة الإستبيان كأداة للقياس.  
**الوسائل الإحصائية:** إستعمل الباحث النسبة المئوية كوسيلة إحصائية في دراسته.  
**نتائج الدراسة:**

- من بين السمات التي ينبغي أن تكون حاضرة عند أي مدرب وملتصلا أساسا به هي قوة الشخصية وذلك أن التدريب الرياضي الحديث يعتمد على هذه النقطة الفعالة.  
- فرض الصرامة والإنضباط أثناء تطبيق البرامج التدريبية وقصد الإرتقاء بمستوى الفريق لألى المستويات في جميع النواحي الفنية والمهارية كل هذه الأمور لا يستطيع أن يجسدها ميدانيا إلا فئة قليلة من المدربين.  
- لشخصية المدرب أثر كبير على أداء لاعبي كرة القدم والبالغ الأهمية لدى فئة المراهقين.

### - الدراسة الرابعة: محمد وداك 2008-2009

وهي رسالة تخرج لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البنية والرياضية، تخصص إرشاد نفسي رياضي.  
**عنوان الدراسة:** السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق.

### إشكالية الدراسة:

- هل لشخصية المدرب من تأثير على تماسك الفريق؟
- أو هل توجد علاقة ارتباطيه للسمات الشخصية المميزة للمدرب الرياضي وتماسك أعضاء الفريق الذي يشرف عليه؟

### الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطيه 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 سمات: تحمل المسؤولية، القيادة، 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 لأسلوب توافقي في أسلوبه القيادي حسب طبيعة الموقف وخصوصيات اللاعبين يعزز من الروح المعنوية للفريق ويرفع من درجة تماسكه مما يؤثر إيجابا على درجات الإنجاز الرياضي.

### - الدراسة الخامسة: قرين عبد الحق 2014-2015

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامع البويرة.

**عنوان الدراسة:** علاقة شخصية المدرب الرياضي بأداء لاعبي كرة القدم.

**منهج الدراسة:** إستخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي.

**عينة الدراسة:** قام الباحث باختيار العينة بشكل قصدي والتي إشملت على 28 مدرب من أصل 52 مدرب أي ما نسبته %53 و 35 لاعبا من الرابطة الولائية للبويرة.

**أداة الدراسة:** إستعمل الباحث مقياس الشخصية للمدرب الرياضي الذي صممه الدكتور محمد حسن علاوي 1994.

**الوسائل الإحصائية:** النسبة المئوية.

**نتائج الدراسة:**

- يتحدد وصول اللاعب لأعلى المستويات الرياضية بعدة عوامل من أهمها المدرب الرياضي إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية إرتباطا مباشرا بمدى قدرة المدرب على إدارة عملية التدريب الرياضي أي تخطيط وتنفيذ وتقييم وإرشاد اللاعب قبل وأثناء وبعد المباريات.

- الإبداع هو القدرة على إستخدام العديد من الإمكانيات المؤثرة أثناء التدريب وكذلك التشكيل لمتنوع لبرامج التعليم والتعلم والقدرة على إستخدام الأنواع المتجددة والمبتكرة في عملية التدريب من أهم العوامل التي تظهر فيها قدرة المدرب على الإبداع.

- إن القدرة على التنسيق والترتيب المنظم للجهود الجماعية من أجل التوصل إلى تطوير مستوى وقدرات اللاعبين إلى أقصى درجة يعد من السمات الهامة للمدرب الناجح.

### الدراسة السادسة: بيزيو عبد الرؤوف 2015-2016

دراسة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة بسكرة.

**عنوان الدراسة:** شخصية المدرب وأثرها على أداء لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

**منهج الدراسة:** إستعمل الباحث المنهج الوصفي كمنهج لدراسته.

**عينة الدراسة:** إشتملت العينة على 45 لاعبا من 3 نوادي تنتمي إلى الجهوي الثاني لرابطة باتنة.

**أداة البحث:** إعتد الباحث على إستمارة الإستبيان كأداة للقياس في دراسته.

**الأدوات الإحصائية:** إستعمل الباحث النسبة المئوية.

**نتائج الدراسة:**

- من بين السمات التي ينبغي أن تكون حاضرة عند أي مدرب ومتصلة به هي قوة الشخصية وذلك أن التدريب الحديث يعتمد على هذه النقطة الفعالة.

- من بين السمات والمكونات الرئيسية لشخصية المدرب الرياضي الإبداع أي الإمام بجميع النواحي التدريبية.

### الدراسة السابعة: مكتوت يوسف 2015-2016

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

**عنوان الدراسة:** شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة.

**منهج الدراسة:** إعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي.

**عينة الدراسة:** إشتملت عينة الدراسة على 30 لاعبا في كرة الطائرة من فرق دائرة سيدي عامر ودائرة بوسعادة

و3 مدربين بالإضافة إلى ثلاث مساعدين.

**أداة الدراسة:** إعتمدت هذه الدراسة على الإستبيان كأداة للقياس حيث إشتملت على 51 عبارة موزعين على 4

محاور.

**الوسائل الإحصائية:** إعتد الباحث على النسبة المئوية لحساب نتائج الإستبيان.

**نتائج الدراسة:**



- إتخاذ القرارات التقنية في الفريق الرياضي تعود للمدرب وإحترامها وتطبيقها واجب من أجل إنجاز عملية التدريب وتحقيق الأهداف المسطرة.

- الثقة المتبادلة داخل الفريق من العوامل الأساسية التي تؤدي إلى الأداء الجيد أثناء المباريات.

- القرارات المفروضة من طرف المدرب على لاعبيه تساهم في نجاح عملية التدريب.

### 9- التعليق على الدراسات.

من خلال ما قمنا به من قراءات وإستطلاع لنتائج وتقارير الأبحاث السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة، فقد تمكنا من إستخلاص أهم الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة والتي تم الإستعانة بها في الدراسة وقد إختارنا ما هو متاح من إصدارات جزائية والتي تم تحليلها ودراستها.

وهذه الدراسات المشابهة التي إستعنا بها معظمها يرتبط بسمات شخصية المدرب وكذلك أثر الأنماط القيادية، على الأداء الرياضي.

ويتضح من عرض الدراسات السابقة أنه قد تم عرض هذه الدراسات وفق لتاريخ إجرائها من الأقدم إلى الأحدث لكل جزء ويمكن إبراز أهم ما تم استخلاصه من هذه الدراسات في النقاط التالية:

- التأكيد على أهمية شخصية المدرب.

- من حيث مجال إجرائها: انحصرت الدراسات في مجال التربية البدنية والرياضية .

- من حيث المنهج المستخدم: اتفقت الدراسات على استخدام المنهج الوصفي.

- من حيث العينة: اتفقت معظم الدراسات السابقة في العينة حيث أنها كانت من المدربين أو اللاعبين.

- من حيث الأدوات: اتفقت الدراسات على استخدام الاختبارات ومقاييس التربية البدنية والمقاييس النفسية.

أما في دراستنا هذه فقد تناولنا شخصية المدرب ومدى تأثيره على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية في كرة القدم، وهذا من خلال الوقوف على السمات الشخصية التي ينتهجها المدربين داخل الفريق الرياضي التي تنعكس على مردود اللاعبين، واستخدمنا المنهج الوصفي كمنهج للدراسة كما استعملنا الاستبيان لجميع البيانات وذلك من أجل التعرف على السمات الشخصية للمدرب ومدى تأثيرها على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية في كرة القدم.

وخلاصة القول فإن من خلال الدراسات السابقة والمرتبطة تمكن الباحث من الاستفادة من تلك البحوث والدراسات بحيث شكلت إطارا نظريا لموضوع الدراسة الحالي، كما تم الاستفادة من الإجراءات المستخدمة في تلك البحوث، كالمنهجية، إختيار العينات، أدوات البحث وكذلك الأسلوب الإحصائي المستخدم.

# الحائب النظري

الفصل الأول

التشخيصية

## تمهيد.

حاول علماء النفس الاعتراف بالذات الإنسانية ورعايتها من خلال إرساء نظريات تساعد في فهم سلوك الإنسان وكيفية تعامله مع أناس آخرين ومعالجة الأفكار السلبية لديه وتعزيز ثقته بنفسه. ومن أهم النقاط التي ارتكز عليها العلماء هي الشخصية ذلك لأنها هي لبنة بناء إنسان في أحسن تقويم وتعتبر الشخصية من المفاهيم الأكثر تعقيدا لدى علماء النفس، وحاول العديد من العلماء تفسيرها وصلها في قوالب على شكل يساعد الناس في فهم ذاتهم وتطويرها بشكل يتناسب ومستواهم الفكري والعلمي.

## 1- مفهوم الشخصية.

### 1-1- الأصل اللغوي لمفهوم الشخصية.

مصطلح الشخصية personality مشتق من الكلمة اللاتينية persona والتي تعني القناع mask. (محمد السيد عبد الرحمان، 1998، ص26).

### 1-2- تعريف الشخصية.

هي التفاعل المتكامل للخصائص الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التي تميز الفرد وتجعل منه نمط فريد في سلوكه ومكوناته النفسية. (محمد السيد عبد الرحمان، 1998، ص27)

### 1-3- تعريف الشخصية عند علماء علم النفس.

يعتبر مفهوم الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس تعقيدا وتداخلا، فهو يشمل كافة الصفات الجسمية والعقلية والخلقية والوجدانية في تفاعلها مع بعضها البعض وفي تكاملها في شخص معين، يتفاعل مع بيئة معينة، ولهذا تعددت وتباينت الآراء التي تعالج مفهوم الشخصية وطبيعتها وخصائصها، واختلفت تعاريفها اختلافا كثيرا، فمن التعاريف من يتناول الشخصية يراها الآخرون، فتصف الأثر الذي تتركه مجموعة الصفات الجسمية والعقلية والوجدانية للشخص في الآخرين، ومن التعاريف ما يتناول الشخصية كما يحس بها ويتصورها الفرد نفسه وتدور حول شعور الشخص بذاتيته و وحدته. (أحمد عبد اللطيف، 2010، ص7).

وفيما يلي بعض من العلماء الذين عرفوا الشخصية:

يعرف واطسون Watson (1930) الشخصية بأنها: مجموع أنواع النشاطات التي يمكن ملاحظتها في سلوك الفرد لفترة زمنية كافية، بحيث يمكن التعرف عليه بدرجة كافية، وبمعنى آخر فإن الشخصية هي الناتج النهائي لمجموعة العادات التي تميز الفرد.

في حين يعرفها جيلفورد Guilford (1959) بأنها: نمط السمات التي تميز فردا بذاته ويحددها لندين Lundin (1961) بأنها: ذلك التنظيم الذي يمثل الخصائص البنائية والديناميكية لفرد ما، أو لمجموعة أفراد ما كما تعكس نفسها في الاستجابات المميزة له بالنسبة لموقف معين، أو بمعنى آخر فإن الشخصية هي ما تمثل الخصائص التي تميز فردا معيناً دون الأفراد الآخرين.

ويعرفها ألپورت Allport (1961) بأنها: ذلك التنظيم الكامن في الفرد من أجهزة نفسية و جسمية تحدد سلوكه وتفكيره المميزين له. (أحمد عبد اللطيف، 2010، ص8).

## 2- المصطلحات المتداخلة مع مصطلح الشخصية.

تتمثل أهم المصطلحات المتداخلة مع الشخصية هي الطباع والمزاج والذات:

### 2-1- الشخصية والطباع.

يتداخل مصطلح الشخصية والطباع (Character) ويترجم مصطلح الطباع في معظم المراجع العربية على أنه الخلق، ولكن ليس ذلك إلا واحداً من المعاني المتعددة للمصطلح إذ يذكر (Stranger) أن لمصطلح الطباع معانٍ متعددة كمصطلح الشخصية، ويعرف معجم (Wolman) مصطلح الطباع بأنه ذلك الجانب المتسق والدائم في شخصية الفرد، وأيضاً بأنه تكامل سمات الفرد في كل واحد، كما يذكر (Vernon) أن الطباع يستخدم غالباً كمرادف للشخصية، ويشير الطباع إلى سمات معين في الشخصية تعد مستحسنة أو مستهجنة، مثل الأمانة و الاعتماد على النفس وضبط النفس وعكسها.

### 2-2- الشخصية والمزاج.

كما أن الطباع ليست هي الشخصية بل أحد جوانبها ومكوناتها، فكذلك المزاج، ذلك أن الشخصية أشمل من كليهما وأعم، ويشير هذا المصطلح إلى ظاهرة تميز الطبيعة العاطفية للأفراد، وهي مدى سرعة الاستجابة للمثيرات العاطفية، ونوعية مزاج الفرد ورغباته وسمات شخصيته وهي كلها صفات وراثية إلى حد كبير.

كما يعرف وارن (Warren) المزاج بأنه: الطبيعة الانفعالية العامة للفرد، كما تحددتها الوراثة وتاريخ الحياة

### 2-3- الشخصية والذات.

غالباً ما يستخدم معنى الشخصية للتعبير عن الذات كموضوع (أي تصور الفرد للذات)، بينما يستخدم المعنى الثاني للذات كعملية (أي أن الذات تتكون من مجموعة من العمليات كالتذكر والتفكير والإدراك) (محمد عبد اللطيف، 2010، ص12)

## 3- تكوين الشخصية الإنسانية.

هناك مجموعة من العوامل تتداخل فيما بينها، لتعطي مكونات الشخصية وهي: (محمد عبد اللطيف،

2010، ص13)

### 3-1- المكونات الجسمية.

يقصد بها العوامل التي تتعلق بالنمو الجسدي العام والحالة الصحية العامة، بمعنى آخر النمو الجسدي من حيث الطول والوزن واتساق الأعضاء، وكذلك حالة الغدد وإفرازاتها، وأيضاً العاهات الجسمية أو أي نقص آخر في نواحي الجسم.

### 3-2- المكونات العقلية (المعرفية).

يقصد بها الوظائف العقلية العليا، كالذكاء العام والقدرات الخاصة مثل القدرة العددية والقدرة اللغوية.

### 3-3- المكونات الانفعالية.

وهي تتعلق بالنشاط الانفعالي والنوعي، كالميل إلى الانطواء أو الميل إلى الانبساط، والميل إلى السيطرة أو الميل إلى الخضوع.

#### 4- محددات الشخصية.

تتمثل أهم محددات الشخصية في الوراثة والعامل البيولوجي والبيئة الاجتماعية، والبيئة الثقافية.

##### 4-1- الوراثة والعامل البيولوجي.

يرى البعض أن الوراثة لها الدور الأساسي في تكوين الشخصية، حيث كثيرا ما نسمع أن شخصا ما حاد الطبع كوالده، أو له نفس ميول عمه الإجرامية، وتمثل الوراثة كل العوامل الداخلية التي كانت موجودة عند بداية الحياة، وتنتقل الوراثة إلى الفرد من والديه عن طريق أجداده، وتعتبر الوراثة عاملا مهما يؤثر في النمو من حيث صفاته ومظاهره، وأيضا تحديد الخصائص الجسمية للفرد، وفي تكوين الجهاز العصبي الذي يلعب بدوره دورا هاما في تحديد السلوك، والإنسان يرث الخصائص الأولية للسلوك بشكل معين أي أن الوراثة تحدد الأساس الحيوي للشخصية. (أحمد عبداللطيف، 2010، ص 27).

##### 4-2- البيئة الاجتماعية.

وهي المتغيرات الاجتماعية التي يتوقعها الإنسان في بيئته وذلك مثل التقاليد والعادات، وهي تمثل عاملا هاما في عملية التنشئة الاجتماعية وتأثير النواحي الاجتماعية على شخصية الفرد حيث يقضي الفرد جزءا كبيرا من حياته في تفاعل مع الآخرين في البيئة المحيطة به وهناك مستويات مختلفة من التفاعل الاجتماعي، فهناك التفاعل بين الأفراد مثل ذلك التفاعل بين الزوج وزوجته، وبين الطالب والأستاذ، وهناك التفاعل بين المدرب وفريق كرة القدم، وهناك أيضا التفاعل بين الفرد والثقافة العامة، ويتمثل ذلك في العادات والتقاليد الاجتماعية. (عبد المنعم الميلادي، 2006، ص 16).

##### 4-3- البيئة الثقافية.

إن اختلاف سمات الشخصية في المجتمعات المختلفة يرجع إلى تأثير الثقافة، فكل نمط ثقافي يمكن أن يؤدي إلى تثبيت سمات معينة في الشخصية، حيث نجد أن كبار السن يحافظون على مقومات شخصياتهم القديمة بينما يميل الشباب إلى سرعة التعبير، ويؤدي ذلك إلى وجود أنماط مختلفة من الشخصيات في المجتمع الواحد، فدرجة تقبل التغيرات الثقافية لا تكون بنفس الدرجة عند كل أعضاء المجتمع. (عبد المنعم الميلادي، 2006، ص 17).

##### 4-4- محدد التعليم.

في عبارة مشهورة للعالم واطسون: "أعطوني مجموعة من الأطفال الأصحاء سليمي البنية، وأنا كفيل أن أخرج منهم الطبيب والضابط والمحامي والتاجر ورئيس العمل، والشحاذ واللص، وذلك بصرف النظر عن استعداداتهم وميولهم وقدراتهم وأعمال آبائهم وأصولهم الوراثية، فليس ثمة شيء اسمه وراثة القدرات أو المهارات أو المزاج أو التكوين العقلي" وتبعاً لذلك فإننا نكون طبقاً لما شجعنا أن نكون عليه، فالفرق بين الشخص الناجح والشخص غير الناجح طبقاً لنظريات التعليم يرجع لوجود عنصر المكافأة أو نمط المكافأة وليس لعنصر الوراثة. (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، 2010، ص 25).

## 5- أنواع الشخصية.

الشخصية نوعان فكرية وعملية، فكثيرا ما يسأل الإنسان أيهما أفضل الأمور النظرية أم العملية، فالتفريق بين النظريات والعمليات ليس بالأمر السهل لأنهما متكاملان، وكل منهما متوقف على الآخر، فالأفكار أمهات الأعمال.

### 5-1- الشخصية العملية.

لا شك أن الشخصية العملية تظهر في العمل والتنفيذ، مثل ذلك ما يقوم به الناس على أرض الواقع، فتتمثل الشخصية العملية في المربين المصلحين والقادة، الذين ترى آثارهم في عملهم الذين قاموا به، وهي التي تحقق خدمة إنسانية، فالشخصية العملية أكثر تأثيرا من رجال الفكر، فنحن نتأثر بالأعمال النبيلة أكثر ما نتأثر بالأفكار.

ومن الضروريات الأساسية للشخصية العملية، العلم بالشيء الذي يراد القيام به والرغبة في النجاح فيه، ولا فائدة في العمل إذ لم تصحبها بقوة التنفيذ، معنوية كانت أم مادية، وطالما صادفنا أشخاصا تتوفر فيهم كل الوسائل الضرورية وهي قوة العزيمة والتنفيذ، ولم ينجحوا في أعمالهم لأنهم يميلون إلى الشك في أنفسهم وكثيرون النقد والتحليل، ومن أهم الوسائل التي تساعد في تقوية الشخصية العملية نذكر ما يلي:

- الرغبة في العمل.

- تحديد الفرص والطريق الموصل.

- الشعور بالواجب.

### 5-2- الشخصية الفكرية.

وهي التي تنصرف إلى أن الإنسان قوي بروحه، عظيم في خلقه، وأن العالم الذي نراه اليوم بما فيه من تقدم وحضارة ما هو إلا عصارة أذهان تلك الشخصية القوية التي فكرت وتخيلت وتصورت، والشخصية الفكرية تظهر في الشعور والفلسفة والفنون، وفي الأعمال الهامة في الحياة التي تثبت في الإنسان المثل العليا وتزيده قوة، والنشاط الضروري لتنفيذ هذه المهمة والوصول إلى الهدف ومن الصفات المميزة لهذه الشخصية:

- الهدوء العقلي، عدم الاضطراب النفسي، وعدم القلق الذي يكتسبه بالتربية والتهديب.

- الرضا بالحياة والفكر، ومعنى أن يرضى بما يجب الرضا به، ويحتج بما يجب الاحتجاج به. (محمد عطية الأبرشي، 2002، ص375).

## 6- خصائص الشخصية السوية.

إن خصائص الشخصية السوية عديدة ومتنوعة أهمها يتمثل فيما يلي:

### 6-1- الشخصية شعورية.

إن الصفة المشتركة في جميع الشخصيات والتي هي في الوقت ذاته إحدى المفاهيم ذات الأهمية البالغة في جميع حقل علم النفس، إنما هي الشعور، تلك القابلية الفردية التي نمتلكها وندرك بها ما يجري حولنا والشعور لا يتصل بعمل المشتغل بالفيزياء أو الكيمياء، أو أي طالب في دراسة المواد اللاعضوية أو غير الحية، ولكن



المختص بعلم الأحياء أو علم النفس في ملاحظاته للسلوك يلاحظ لأول وهلة أن الكائنات الحية مدركة لما يجري وأن سلوكها متأثر بهذا الإطلاع.

ويجب أن لا نعتقد بأن الشعور دائما إما أن يكون حاضرا كلياً أو أن يغيب كلياً في الواقع، وهناك درجات للشعور، فخلال اللحظات التي تسبق تماما النوم العميق يأخذ شعورنا بالضعف التدريجي وتبدأ درايئتنا لبيئتنا نقل شيئاً فشيئاً، وبالمثل خلال وقت التعب أو الإنهاك، فقد نكون أقل شعوراً وأقل إدراكاً لبيئتنا منا حينما نكون في حالة يقظة كاملة أو نشاط. (أحمد عبد اللطيف، 2010، ص 23).

### 6-2- الشخصية تسعى لتحقيق أهداف.

إن وجود الأهداف في حياة الإنسان هي الخاصية المهمة للشخصية فحينما يجهد الفرد نفسه لضبط مادة دراسية، وحينما يقتصد من ماله لقضاء عطلة نهاية الأسبوع خارج المنزل، وحينما يحاول النجاح في الانتخاب لكسر شوكة الخصم، ففي كل تلك الأعمال إنما يسعى إلى هدف، يفسر السلوك الإنساني عن طريق فهم تلك المقاصد والأهداف التي تواجه تصرفاته.

### 6-3- الفاعلية.

فالشخص السوي عنه سلوك فعال، سلوك موجه نحو حل المشكلات والتغلب على الضغوط عن طريق المواجهة المباشرة لمصدر هذه المشكلات والضغوط، وهو يتبنى أساليب إيجابية لمواجهة التوترات والمخاوف ويسعى نحو تحقيق أهدافه برغم هذه الضغوط لشعوره بأهمية هذه الأهداف وقيمتها. (أحمد عبد اللطيف، 2010، ص 24).

### 6-4- الكفاءة.

الشخص السوي يستخدم طاقاته من غير تبديد لجهوده، وهو من الواقعية بدرجة تمكنه من أن يعرف المحاولات غير الفعالة، والعقبات التي يمكن أن تخطيها والأهداف التي يمكن بلوغها، وهو في هذه الأحوال يتقبل الإحباط وضياح الأهداف ويعيد توجيه طاقاته.

### 6-5- الملائمة.

الشخص السوي لديه أفكار ومشاعر ملائمة، إدراكه متنسق مع الواقع وأحكامه تقوم على أساس معلومات مناسبة، ورغم أنه يتعرض لمشاعر الخوف أو الغضب أو الحزن، فإنها لا تؤثر فيه تأثيراً ضاراً لأنها تكون مرتبطة ارتباطاً مناسباً بالظروف التي يواجهها وهو يسيطر على التعبير الخارج عنها، ويمنع نفسه لأن يكون أسيراً لهذه المشاعر وبالتالي يتسم بقدر من التلقائية، ولا يكون السلوك ملائماً للظروف فحسب وإنما يكون ملائماً لعمره والمستوى الذي بلغه من النضج. (أحمد عبد اللطيف، 2010، ص 25).

### 6-6- المرونة.

الشخص السوي قادر على التكيف والتوافق، فظروف الحياة دائمة التغير، لذلك يضطر الإنسان أن يعدل استجاباته أو أن يغير نشاطاته، كلما تغيرت ظروف البيئة التي يعيش فيها، وقد يحتاج أيضاً في بعض الأحيان إلى إحداث تغيير في البيئة ذاتها، وبالتالي فإن المرونة تعد من أول مستلزمات الإنسان لكي يحي حياة متوافقة سوية، والعكس صحيح أي أن التصلب مدعاة لحدوث الاضطراب والتوتر وسوء التكيف.

### 6-7- القدرة على الاستفادة من الخبرات.

يتميز الإنسان السوي بقدرته على التعلم من الخبرة والاستفادة من التجارب الماضية، وهو ما يفقده الشخص العصبي أو المعادي للمجتمع.

### 6-8- القدرة على التواصل الاجتماعي.

تقوم حياة الإنسان على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، والشخص المتوافق اجتماعيا يشارك في ذلك إلى أقصى حد، وتتميز علاقاته الاجتماعية وتفاعلاته بالعمق والاقتراب والاستقلال في الوقت ذاته.

### 6-9- تقدير الذات.

الشخص السوي المتوافق يتصف بتقدير ذاته إيجابيا، ويدرك قيمتها دون إفراط أو تفريط، ويشعر بالاطمئنان والأمن، ويعترف بجوانب ضعفه ويحاول علاجها أو تقويتها.

### 6-10- تناسب الانفعالات مع المثيرات:

فلا يشتت في غضبه لأسباب تافهة، فيسب ويعتدي، ولا يبالي في خوفه أو غيظه فيرتجف ويتشنج. (أحمد عبد اللطيف، 2010، ص 26).

## 7- اختلاف شخصيات الأفراد.

وكما أننا نختلف كأفراد من حيث الصورة الجسمية التي تميز كلا منا بسمات مادية خاصة، كذلك نحن نختلف من حيث الصفات النفسية التي تطبع كلا منا بطابع خاص، وليست شخصية الفرد في النهاية إلا ذلك "الكل" المكون من الجسم والنفس بما فيهما من فطرة واكتساب على السواء، ولذلك يمكن أن نعتبر دراستها بؤرة تلتقي فيها الأضواء الكثيرة التي يلقيها علم النفس على شتى العناصر المكونة لذلك "الكل" بامتزاجها الدقيق وتفاعلها الشامل ونحطئ كثيرا إذا حاولنا الحكم على شخصية فرد من الأفراد عن طريق مظهره الخارجي، أو حظه في الحياة، أو أثره فينا، إذ أن ذلك وحده لا يكفي، ولا بد إلى جانبه من دراسة تحليلية طويلة معقدة تتناول الشكل والحركة، والسلوك بجميع استعداداته، والآمال والتجارب التي مر بها، ورأيه في نفسه، ورأي الناس فيه وما هو عليه في الواقع، ثم تركيب هذه العناصر جميعا في وحدة شاملة يفقد كل عنصر فيها ذاتيته الخاصة ليندمج في ذلك الكل الواحد الثابت الذي هو زيد أو عمر. (كمال محمد عويضة، 1996، ص 39).

## 8- تكامل الشخصية.

تتطور شخصية الطفل من المستوى البيولوجي الذي يسود حياته في الشهور الأولى، إلى المستوى النفسي الذي تهيمن عليه الدوافع الأولية، إلى المستوى الاجتماعي الذي يتم فيه الاندماج في الجماعة وقيمتها وليس تكامل الشخصية بعد هذا إلا نمو لمكوناتها ونضوجها على نحو من التوافق والانسجام بين العناصر بحيث تلتقي جميعا في وحدة عامة متناقضة، شاعرة بذاتها وبقدرتها على الإنتاج الحر في مجتمع يعترف لها بعضويتها، وفي ذلك التكامل انسجام بين دوافع الفطرة وتكامل البيئة وتحرر من الصراع والاضطرابات العقلية

والنفسية مما يتيح الإنتاج والإحساس بالرضا والسعادة، والشخصية السوية المتكاملة تحسن التكيف مع نفسها ومع أفراد عائلتها، ومع زملاء المهنة وأفراد المجتمع، وهي تتفاعل في اتزان واعتدال واثقة بنفسها، موقفة دائمة بين دافع الفطرة، وبذلك تكون صلاتها طيبة مع الجميع وقوة احتمالها للشدائد كبيرة، وإنتاجها محتمل متصل في حدود طاقتها، وسعادتها الداخلية عميقة وبعيدة عن التوتر والقلق، وانفعالها ثابت وخاضع للعقل، ولا يتسنى هذا التكامل للشخصية إلا بالتربية الشاقة في المنزل والمدرسة والمجتمع، تلك التربية التي تجعل منها وحدة تهيمن على كثرة متنوعة، وإذ لم يتم التكامل للشخصية بقيت نهبا للاضطراب والصراع، وأكثر تعرضا للانحلال والتفكك والانقسام وغير ذلك من أنواع الانحرافات والأمراض، لاسيما إذا مر أصحابها بتجارب أليمة وصدمات عنيفة وبذلك يتعرض المجتمع لأساليب متنوعة من مشاكل الشذوذ العقلي والمزاجي والخلقي والاجتماعي، فضلا عن ضآلة الإنتاج بالنسبة لعدد كبير من أفرادها. (كمال محمد عويضة، 1996، ص 101).

## 9- أهمية دراسة الشخصية الرياضية.

دراسة الشخصية الرياضية تفيد العاملين في المجال الرياضي فيما يلي:

- 1- نظرا لأن الأداء الحركي الرياضي يعتمد على المكونات الوظيفية للشخصية الرياضية فإن الدراسة المستفيضة للشخصية الرياضية من حيث مكوناتها النفسية والبدنية من الأمور الهامة في إعداد الرياضي المتمكن في توظيف كل إمكانياته لتقديم أفضل أداء حركي ممكن.
- 2- لما كانت عملية اختيار الأفراد الملائمين للممارسة نشاط رياضي معين تعتبر عملية اقتصادية ذات أهمية بالغة في إعدادهم، فإن دراسة الشخصية الرياضية المميزة في هذا النشاط تعطي المؤشرات الصحيحة التي يجب على ضوئها اختيار الناشئين واللاعبين الأمر الذي يجعل عملية التدريب الرياضي أكثر فعالية حيث تكون مركزة نحو الأفراد الذين يمتلكون مؤهلات النجاح.
- 3- تساعد عملية دراسة الشخصية الرياضية من حيث خصائصها البدنية والحركية والعقلية في نوع معين من النشاط الرياضي على وضع برامج الإعداد البدني والمهاري والخططي الهادف إلى إكسابهم القدرات الحركية الخاصة بهذا النشاط.
- 4- تعتمد دراسة الشخصية الرياضية النموذجية في نشاط معين من الناحية النفسية مع طبيعة شخصية اللاعب المستهدف من الإعداد النفسي في وضع برامج إعداده النفسي الهادف إلى اكتسابه للخصائص النفسية المطلوبة لنوع النشاط وكذلك تلك الخصائص النفسية المطلوبة لنوع المركز الذي يشغله إذا كان ممارسا لإحدى الألعاب الجماعية.
- 5- تعتمد دراسة الشخصية الرياضية في تحديد الطرق والأساليب المناسب إتباعها في إعداد الرياضي نظرا للفروق الفردية بين الرياضيين والتي تحول دون استخدام طرق وأساليب موحدة أثناء التدريب.
- 6- نظرا لكون عملية التدريب الرياضي تعتمد في المقام الأول على تنظيم الأحمال البدنية للاعبين وأن الأحمال البدنية للاعبين تتوقف على الخصائص والقدرات البدنية والنفسية، أصبحت دراسة السمات البدنية والنفسية للرياضي هي المدخل الأساسي لتنظيم الأحمال البدنية والنفسية في التدريب الرياضي.

7- إن دراسة الجانب النفسي من الشخصية الرياضية تساعد القائمين على إعداده في تحديد حجم وشدة المنافسات التي يجب أن يخوضها في الموسم الرياضي وذلك على ضوء ما يتمتع به الرياضي من خصائص نفسية وما يهدف إليه الإعداد النفسي من تنمية لبعض الصفات والخصائص النفسية.

8- إن دراسة الشخصية الرياضية من حيث نمطها الدافعي وطرق استثارتها، من الأمور الهامة في التعرف على أفضل الإجراءات التي تستثير اللاعب أثناء التدريب والمباريات، الأمر الذي يفرض به إلى بذل أقصى مجهود له ومن ثم تقديم أفضل الإنجازات الرياضية.

9- يتطلب إعداد الرياضي أن يتعرض لمجموعة من خبرات النجاح والفشل لتنمية حاجته إلى الإنجاز، ومن هنا كانت أهمية دراسة شخصية الرياضي من حيث كم وكيف النجاح الذي يفرض به إلى أفضل إنتاج أو كم وكيف الفشل الذي يعطي نفس النتيجة ومدى تحمله للنجاح وتحمله للفشل، حتى لا يتعرض لخبرات النجاح التي لا يحتاجها ومن ثم يفقد رغبته في الإنجاز الرياضي، أو يتعرض لخبرات الفشل التي تؤدي إلى نفس النتائج السلبية.

10- لما كان تقويم الرياضي يجب أن يكون شاملاً من النواحي البدنية والمعرفية والانفعالية، فإن دراسة الشخصية الرياضية خصوصاً النموذجية منها تساعد القائمين على الإعداد الرياضي في وضع معايير التقويم للشخصية الرياضية في كل مستوى ومقارنة نتائج إعدادهم على ضوء هذه المعايير المستخلصة من دراسة الشخصية النموذجية وشخصيات لاعبيهم. (أحمد أمين فوزي، 2002، ص 141).

## 10- مكونات الشخصية الرياضية.

تتكون الشخصية الرياضية من عدة تنظيمات تتمثل فيما يلي:

### 10-1- التنظيم البدني.

تظهر مكونات التنظيم البدني للشخصية الرياضية من خلال الأبعاد البدنية التالية:

#### 10-1-1- النمط البدني.

ويتأثر بعامل الوراثة والبيئة، وهو ما يؤهل الفرد للتوجه نحو أنشطة رياضية معينة دون غيرها ويساعد على الإنجاز الرياضي في الأنشطة التي تتطلب نفس النمط عن غيره من الأنماط البدنية الأخرى.

#### 10-1-2- الصحة العامة.

وتتمثل في الخلو من الأمراض الوراثية والمكتسبة وسلامة الحواس والجهاز العصبي والغدد وعملية الهدم والبناء وهو ما يؤهل الرياضي للحياة والنشاط أو الخمول والكسل خلال تفاعله مع بيئته الرياضية.

#### 10-1-3- القدرة البدنية العامة.

وتتمثل فيما يتمتع به الرياضي من قوة وسرعة ومرونة ورشاقة وتحمل وغيرها من عناصر القدرات البدنية المؤهلة للممارسة الرياضية بصفة عامة.

#### 10-1-4- القدرة البدنية الحركية الخاصة.

وتتمثل فيما لدى الرياضي من قدرات بدنية ومهارات حركية خاصة بنوع النشاط الذي يمارسه.

### 10-2- التنظيم العقلي.

تتضح مكونات التنظيم العقلي للرياضي من خلال الأبعاد التالية:

#### 10-2-1- الذكاء العضوي.

المقصود بالذكاء من الناحية العضوية إمكانية نمط معين من السلوك في التكوين الجسمي للفرد، وهي صفة عقلية موروثية تمكن صاحبها من إمكانية استخدام أعضاء جسمه بطريقة صحيحة دون أي تعلم سابق استخداما مناسباً ومن ثم فإن ارتفاع أو انخفاض درجة الذكاء العضوي للرياضي يعد بعداً هاماً من أبعاد تقييم تنظيمه العقلي.

#### 10-2-2- القدرات العقلية الأساسية.

وتتمثل فيما يتمتع به الرياضي من قدرات عقلية أساسية للممارسة الرياضية، مثل القدرة على تذكر وتقدير المسافات والاتجاهات والأزمنة والأشكال وغيرها، وكذلك القدرة على الإدراك والتقدير الذاتي لقوى الدفع العضلي واتجاهات حركات أعضاء الجسم، وغير ذلك مما يؤهل الرياضي للممارسة الرياضية والتفوق في شتى الأنشطة.

#### 10-2-3- القدرات العقلية الخاصة.

وتتمثل فيما لدى الرياضي من قدرات عقلية خاصة لمتطلبات النشاط، مثل تذكر الخبرات السابقة في النشاط، القدرة على إدراك العلاقات بين المتغيرات الأساسية والفرعية في النشاط والتي تعتبر مطلباً أساسياً في التفكير التكتيكي في بعض الأنشطة الرياضية.

#### 10-3- التنظيم الانفعالي.

يمكن التعرف على أبعاد التنظيم الانفعالي من خلال الأبعاد الآتية:

#### 10-3-1- النزعات الفطرية.

وهي المواجهات السلوكية الفطرية كحب الاستطلاع والنزعة إلى الانتماء إلى الجماعات وغيرها من النزعات الفطرية الإنسانية والتي ترتبط بالمجال الرياضي.

#### 10-3-2- المواجهات الديناميكية:

وهي تلك الدوافع المكتسبة من خلال التفاعل مع البيئة الرياضية وتشمل الميول والقيم والعواطف والاتجاهات التي توجه سلوك الرياضي وتستمر به خلال التدريب والمنافسات.

#### 10-3-3- النمط المزاجي.

وهي مجموعة السمات المميزة للحالة الانفعالية لسلوك الرياضي مثل الثقة بالنفس والثبات الانفعالي والسيطرة أو الخضوع وغيرها من السمات الانفعالية التي يمكن تقديرها كمياً بواسطة الاختبارات النفسية. (أحمد أمين فوزي، 2002، ص 133).

## 11- السمات الشخصية للرياضيين.

هناك العديد من الدراسات التي تعرضت لدراسة شخصية الأفراد الذين يمارسون النشاط الرياضي واتجهت نحو تمييز سمات الشخصية واستمرت الاختبارات المتعددة لتحديد السمات المرتبطة بدرجة عالية بالرياضيين، ذوي السمات المختلفة ومن هذه السمات:

### 11-1- سمة الاجتماعية.

تشير دراسة هذه السمة إلى أن الرياضي محب للناس، سهل المعاشرة واجتماعي لدرجة كبيرة، كم يتسم بالاستعداد للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالناس والثقة بهم والتكيف مع الآخرين.

### 11-2- سمة السيطرة.

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

### 11-3- سمة الانبساطية.

إن الانبساطية هي مركب لتفسير الاتجاهين الرئيسيين للشخصية:

أ- الاتجاه الانبساطي الذي يوجه الفرد نحو الخارج والعالم الموضوعي.

ب- الاتجاه الانطوائي الذي يوجه الفرد نحو الداخل والعالم الذاتي.

وسمة الانبساطية هنا معناها حب الشخص للنشاط والروابط الاجتماعية، والاشتراك في الأنشطة الجماعية وحب تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية، كما تتميز بالتفاؤل، أما الانطوائية فإن الشخص المتميز بها يميل للخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية والميل إلى الانعزال والاكنتاب.

### 11-4- الاتزان الانفعالي.

أظهرت بعض الدراسات أن هذه السمة تظهر بمستوى منخفض من القلق عند الرياضيين، كما أظهرت دراسات أخرى بأنها لا تظهر بصورة واضحة لدى الرياضيين، إلا أن الاتزان الانفعالي لدى الرياضيين يظهر كما يلي:

- النضج الانفعالي وضبط الاندفاعات.

- مستوى منخفض من القلق والتوتر العصبي.

- استجابات انفعالية مناسبة للمواقف المختلفة، كالهزيمة والإصابة.

- النظرة التفاؤلية.

### 11-5- سمة الخلق والإبداع.

يرى العديد من العلماء أن هذه السمة من أبرز السمات الرياضية ويعرفون الخلق على أنه جملة من السمات الرئيسية التي يتميز بها الفرد وهي واضحة وشبه ثابتة في سلوك الفرد ولا يمكن تحديد الخلق بسمة واحدة فقط، بل هو مركب من مجموعة متكاملة من السمات النفسية، ولكنها تبدو لدى الفرد في أنواع متعددة من اتجاهاته وسلوكه، أما الإرادة فهي تعني القدرة على حسم الصراعات الناتجة من تعارض الأهداف لاتخاذ قرار

بعد تفكير وتمعن، ثم الكفاح من أجل تحديد هذا القرار لذلك فإن الإرادة تتمثل في قدرة الفرد في التغلب على المقاومات الداخلية والخارجية التي تعترض سبيله في تحقيق الأهداف.

### 11-6- سمة تصور الذات.

إن العديد من السمات المميزة للشخصية تحاول الإجابة عن تصور الذات لدى الرياضي، فسمات كسمة الثقة بالنفس وتأكيد الذات وتقدير واحترام الذات، كلها سمات تشتق من أحكام وتقديرات الشخص لصورة نفسه أو ذاته أو تصوره عن نفسه، وتصور الذات الجيد يجعل الفرد أكثر ثقة وأمناً في تعامله مع الآخرين، وفي الأعمال التي يقوم بها وهذا يظهر نتيجة الثقة بالنفس والافتتاع بها لدى الرياضيين الناجحين. (نزار مجيد الطالب، كمال طه لويس، 2002، ص 87-88).

## خلاصة.

تعددت آراء ونظريات وأقوال العلماء حول الشخصية حيث كل كيف يدرسها ويحللها ويفسرها حيث تعتبر الشخصية من المحطات المعقدة نوعا ما في علم النفس، حيث يصعب ربطها بالواقع أحيانا، حيث نجد من العلماء من يدرس الشخصية كل الفرد على حدا، ومن يدرس الشخصية حسب مجالات متعددة ومتخصصة مثلا شخصيات الأساتذة، شخصيات الأدباء، شخصيات المشاهير، شخصيات الرياضيين، فيضع نظريات وقواعد التي تتميز بها هذه الشخصيات.

حيث نجد من خلال ما تقدم سابقا أن الشخصية الرياضية مميزة وفريدة حيث نجد أنها مرحلة واجتماعية، تتعامل بكل عفوية مع الآخرين، حيث نجد أن المجال الرياضة يعتبر مجالا خصبا لصقل الشخصية حسب المتطلبات الاجتماعية المتحضرة.



# الفصل الثاني

المدرّب الرياضي

### تمهيد.

تعتبر عملية التدريب من العمليات التي يجب أن تراعي فيها التنظيم والإدارة الحسنة من أجل السيرورة الجيدة للفريق وتحقيق الأهداف المرجوة، حيث تعتمد بشكل أساسي على المدرّب الذي يتميز بالثقافة والكفاءة والدرجة العلمية كذلك، حيث يساعد في قيادة الفريق وتوجيهه بالشكل الذي يسمح له بتحقيق غايته. حيث العملية التدريبية أصبحت تعتمد في مبادئها وطرقها وأساليبها على الأسس العلمية من علم التشريح وعلم وظائف الأعضاء وعلم الحركة وغيرها، وبالتالي يجب على المدرّب أن تكون لديه القدرة والإمكانية في فهم هذه الأسس المرتبطة بعملية التدريب.

## 1- تعريف المدرّب.

المدرّب عامل أساسي وهام في عملية التدرّب، وهو من جهة نظر المختصين ما هو إلا محرك وفي بعض مواقف الأداء الصعب يصبح المدرّب بمثابة المعلم، كما يشير آخرون إلى أن المدرّب الرياضي كأبي قائد متفرغ لهذا التدرّب ومهنته الأساسية بناء اللاعبين وإعدادهم، بدنيا ونفسيا ومهاريا، للوصول بهم إلى أعلى مستويات البطولة، وهو أولا وأخيرا يقع على عاتقه العبء الأكبر من المنهج التدرّبي أو النشاط التدرّبي. (زكي محمد حسن، 1997، ص 5).

## 2- شخصية المدرّب وتأثيرها على الفريق.

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

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

- لديهم الرغبة لكي يكونوا على القمة.
- منظّمون يخطّطون 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 عاطفيا.
- إصرارهم في التعبير عن الميل العدواني لديهم بطبيعة مماثلة لتلك التي يتمتع بها غير المدرّبين.

وعلى الجانب السلبي أظهر المدرّبون عدم الميل للإعتماد على الآخرين وكانوا غير مهتمين بمشاكل أعضاء فرقهم، ولا يميلون إلى احد نفسيا عند التعرض لطارئ نفسي لذلك قد يتعاملون مع بعض المواقف كأبي أشخاص آخرين.

كما أن الساعات العديدة التي يقضيها المدرّب مع اللاعبين توحى بالتأثير المحتمل على تنمية اللاعبين، وتنمية اللاعبين تتأثر تأثيرا كبيرا بشعورهم تجاه مدرّبهم مثل الولاء والإعجاب فاللاعب يتأثر بمداركة الحسية ( سلبية - ايجابية ) وهي في النشاط الممارس وتختلف الأنشطة الرياضية باختلاف متطلباتها في

التدريب والمنافسة ولذلك يجب توجيهه لتطوير حالة الفرد التدريبية بما يتلاءم وتلك المتطلبات مما يؤدي إلى تكيف الرياضي بدنيا ونفسيا مع أنواع النشاط الرياضي وهذا هو ما يطلق عليه خصوصية التدريب (وجدي مصطفى، 1998، ص 26-27).

### 3- الأنماط الشائعة للمدرب الرياضي.

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

3-1- في مجال العلاقة مع اللاعبين.

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

#### 3-1-1- المدرب المسيطر.

من أهم ملامحه ما يلي:

- يستخدم سلطاته لأبعد مدى.
- يتميز سلوكه بالعنف والصلابة ويكثر من الوعيد والتهديد للاعبين.
- يركز معظم اهتماماته على فرض النظام والطاعة.
- يقوم بتوزيع اللوم على اللاعبين في حالات عدم التوفيق أو عدم إحراز الفوز أو سوء الأداء.
- لا يسمح للاعبين بالمشاركة في اتخاذ القرارات.
- لديه حساسية عالية تجاه الملاحظات الناقدة من اللاعبين.
- لا يوضح للاعبين سوى المهام القريبة والعاجلة.
- لا يقوم اللاعب بتنفيذ أي إجراء أو سلوك فيه التدريب أو المنافسة الرياضية إلا بأوامر صريحة ومباشرة من المدرب الرياضي وهو ما يعرف بموقف "عنق الزجاجة bottleneck" ويقصد به أن القرار يجب أن يمر فقط من خلال المدرب الرياضي.
- لا يسمح بتقويض سلطاته للآخرين. (محمد حسن علاوي، 2002، ص 84).

#### 3-1-2- المدرب الديمقراطي:

و من أهم ملامحه ما يلي:

- يقوم بإشراك اللاعبين في اتخاذ العديد من القرارات.
- يقوم بالاستماع الجيد لآراء اللاعبين ويحترم وجهات نظرهم.
- يضيف على الفريق الرياضي المناخ الايجابي الذي يتسم بروح الفريق الواحد المتماسك.
- السعي المستمر لتبادل المعلومات والأفكار مع اللاعبين.

- يمنح المزيد من الحرية للاعبين .
- يقوم بالتمهيد لاتخاذ بعض القرارات من خلال المناقشات التفصيلية مع اللاعبين ولا يتم اتخاذ القرار ضد غالبية الآراء.

### 3-1-3- المدرب الموجه:

من أهم ملامحه ما يلي:

- الميل إلى تقديم النصح والإرشاد والتوجيه للاعبين بدرجة كبيرة نحو مساعدة اللاعبين و رعايتهم و تشجيعهم.
- يكثر من عمليات الثواب و المكافآت عند تحقيق الانجازات.
- يتفهم جيدا الحاجات الأساسية للاعبين ويسعى جاهدا لتلبية حاجاتهم بقدر الإمكان.
- يسعى لمساعدة اللاعبين على إثبات ذاتهم ومحاولتهم تحقيق المزيد من النجاحات.
- يتسم سلوكه نحو اللاعبين بالتناغم الوجداني والمشاركة الوجدانية الايجابية.
- لديه القدرة على الاتصال الايجابي الفاعل مع اللاعبين.
- ينظر لنفسه على أنه الأخ الأكبر أو الأب للاعبين.

### 3-2- في مجال تخطيط وتنفيذ التدريب.

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة التالية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال تخطيط وتنفيذ التدريب الرياضي. (محمد حسن علاوي، 2002، ص85).

### 3-2-1- علمي- نظري.

ومن أهم ملامحه مايلي :

- يقوم بتخطيط وتنفيذ التدريب طبقا للأسس العلمية وكما هو مدون في المراجع العلمية.
- الإلمام غالبا بلغة أجنبية والاطلاع المستمر على احدث المعارف والمعلومات العلمية في مجال تخصصه وفي مجال بعض العلوم الرياضية المرتبطة بالتدريب الرياضي سواء في المراجع العربية أو المراجع الأجنبية .
- القيام بإجراء التجارب على اللاعبين ومحاولة تطبيق المبادئ النظرية على المواقف العلمية.
- تطبيق بعض المقاييس والاختبارات على اللاعبين لمحاولة معرفة مواطن قوتهم وضعفهم وللتعرف على مدى تقدمهم.
- الإكثار من المحاضرات النظرية والشرح والتفسير ومحاولة إكساب اللاعبين بعض المعارف والمعلومات المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية.
- القيام بعمل سجلات وملفات لتخطيط التدريب والمنافسات الرياضية وكذلك سجلات وملفات لتسجيل الحالات البدنية والمهارية والخطئية والاجتماعية للاعبين. (محمد حسن علاوي، 2002، ص86).

3-2-2- خبراتي - عملي:

- لايهتم بالدرجة الأولى بالجوانب النظرية في التدريب ويحاول تطبيق خبراته العملية السابقة، وخاصة تلك الخبرات العملية التي اكتسبها من المدربين السابقين الذين قاموا بتدريبه عندما كان لاعبا أو الذين قام بالعمل معهم كمدرّب مساعد.
- يسعى بقدر الإمكان للتبسيط وعدم التعقيد ويتمسك بالجوانب التقليدية والروتينية في عملية التدريب الرياضي .
- لايهتم كثيرا بالمعارف العلمية المعروفة في المراجع العلمية الرياضية ويعتبرها جوانب نظرية وقليلة الفائدة من الناحية العملية التطبيقية.
- يعتمد بالدرجة الأولى على التراكمات الخبرائية التي إكتسبها خلال عمله في التدريب.
- لا يهتم بالدرجة الأولى بعمل سجلات أو ملفات للاعبين أو تدوين عمليات تخطيط وتنفيذ مراحل التدريب الرياضي سواء التخطيط للوحدات التدريبية اليومية أو الأسبوعية أو المرحلية ويؤمن بمبدأ "العلم في الرأس وليس في الكراس " أي انه يحتفظ في عقله بالتخطيط ولا يحتفظ بت مدونا في سجلات أو ملفات. (محمد حسن علاوي، 2002، ص86).

3-2-3- علمي - خبراتي:

وهو المدرّب المؤهل تأهيلا عاليا في تخصص التدريب الرياضي بالإضافة إلى كونه لاعبا على مستوى عالي في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص في نوع التدريب في مجاله والذي يستطيع أن يجمع بين مزايا النمط "علمي-نظري" وبين النمط "خبراتي-علمي" والذي يستطيع استثمار قدراته العلمية التطبيقية معا للوصول إلى النمط الأفضل وهو "علمي-خبراتي".

3-3- في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة:

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة الآتية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال التوجيه والإرشاد وإدارة المنافسة الرياضية. (محمد حسن علاوي ، 2002 ، ص87).

3-3-1- خططي .

من أهم جوانب سلوكه مايلي :

- يجيد رسم خطط اللعب المختلفة في المنافسات الرياضيات.
- يحاول إعداد اللاعبين خططا لكل منافسة رياضية بصورة جيدة.
- يسعى لمعرفة كل كبيرة وصغيرة عن الفرق المنافسة وإعداد الخطط لمواجهتها.
- يكثر من تدريب اللاعبين على الخطط الفردية والزوجية أو الجماعية ويعتمد عليها بصورة واضحة.
- يجتهد في وضع بعض الخطط الجديدة التي تتناسب مع قدرات اللاعبين.
- يسعى جاهدا لوضع بعض الخطط المضادة لخطط المنافسين. (محمد حسن علاوي، 2002، ص88).

### 3-3-2- نفساني.

ومن أهم ملامحه ما يلي:

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

### • 3-3-3- انفعالي:

ومن بين أهم جوانب سلوكه ما يلي:

- يغلب عليه عدم القدرة على التحكم في انفعالاته بصورة جيدة.
- يتطلع إلى الفوز ويخشى الهزيمة بدرجة كبيرة.
- يتأثر انفعاليا بصورة واضحة سواء في حالة الفوز أو في حالة الهزيمة لفريقه.
- يكثر من الاعتراض على قرارات التحكيم، وخاصة بالنسبة للقرارات التي لا تكون في صالح لاعبيه أو في صالح فريقه.
- يتميز بسمة القلق المرتفع وخاصة في المنافسات الحساسة. (محمد حسن علاوي، 2002، ص88).

### 4- صفات المدرب.

#### 4-1- الصفات الشخصية للمدرب.

- أن يكون شخصية متطورة التفكير وطني مخلص لوطنه، يعلم دور الرياضة في المجتمع.
- أن يتسم بالشخصية المتزنة، متعلقا في تصرفاته ليجوز احترام الجميع.
- أن يتسم بالضبط والاتزان الانفعالي، قادرا على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدق بعيدا عن الإنفعال والتعصب.
- أن يتميز بالذكاء الاجتماعي وهذا يعني قدرته على التعامل الجيد مع الغير، وخاصة الذين لديهم علاقة بعملية التدريب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والإدارية المعاونة له ومع الحكام والجمهور.
- يتمتع بالذكاء في حل المشاكل التي تقابله خلال العمل.
- الحكم الصائب على الأمور والعدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والأفراد.
- النضج الانفعالي والثقة بالنفس والطموح دون الطمع.
- أن يكون مظهره العام يوحي بالاحترام والثقة وقوة التأثير الإيجابي على الغير.

- يتميز بروح التفاؤل وثقا من نفسه وتصرفاته.
- لديه القدرة على بث روح الحماس وخلق الدافعية لدى لاعبيه.
- له فلسفة متميزة في الحياة بصورة عامة، وفي عملية التدريب بصورة خاصة.
- أن يكون مقتنعا بعمله كمدرّب محبا له، ولكل من يعمل معه مقدرا لدوره، ولديه الاهتمام الصادق بعملية التدريب كعامل.
- أن يكون متمتعا بلياقة بدنية وصحية ونفسية متميزة.
- لديه القدرة على التعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه.
- شجاعا لديه القدرة على تحمل المسؤولية.
- أن يتميز بمستوى عال من حيث الخلق، ومستوى عال من الفهم والذكاء والقدرة على الابتكار.
- أن يكون متمتعا بمستوى عال من القدرات العقلية بما ينطوي عليه من إمكانية الربط والتحليل وحل المشكلات، وتكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم، وبذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين.
- أن يكون قائدا محبوبا لا قائدا متسلطا عادلا في معاملة لاعبيه حازما دون تكلف بدرجة واجبة كقائد ومعلم تربوي. (علي فهمي البيك، 2003، ص16).

#### 4-2- الصفات المهنية للمدرّب.

- الخبرة السابقة كلاعب، بمعنى أن يكون مارس اللعبة لعدة سنوات وشارك في البطولات.
- أن يكون حاصلا على شهادة تعليمية متوسطة على الأقل حتى يتمكن من تتبع الدراسات التدريبية المتخصصة في مجال لعبته، وقادرا على أن يؤهل نفسه علميا بقراءة كتب متخصصة حتى يستخلص ما هو مفيد له في مجال عمله كمدرّب.
- المعرفة الجيدة بنوع النشاط الممارس كعلم، والمعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدريب.
- يفضل أن يكون ملما بأحد اللغات الأجنبية التي تسمح له بالاطلاع على أحدث المراجع والتحدث بها.
- يجب عليه أن يتمتع بقدر عال من التأهل المهني في مجال التدريب، فكلما زاد إنتاجه من حيث الرقي بمستوى لاعبيه.
- لديه القدرة والاستعداد على الاطلاع الدائم في مجال لعبته، كذلك المجالات الأخرى المرتبطة بها، مطلع على المجالات الدورية المتخصصة المرتبطة بالتدريب الرياضي والعلوم المرتبطة به بصفة عامة ومجال تخصصه بصفة خاصة.
- المدرّب الناجح لا يخشى نقد اللاعب في الوقت المناسب إذ أن طبيعة عمل المدرّب تتطلب ضرورة ممارسة النقد في الحالات الضرورية أو تتطلب إيقاع بعض العقوبات أو حرمان اللاعب.
- يداوم على الاشتراك في دورات ودراسات تدريبية محلية أو دولية مرتبطة بمجال تخصصه. (علي فهمي البيك، 2003، ص16).



#### 4-3- الصفات الصحية للمدرّب.

- أن يكون متمتعاً بالصحة الجسمية ويدل مظهره على النشاط.
- أن يقوم بعمل الفحوص الطبية الدورية بصفة منتظمة في بداية الموسم.
- أن يتمتع بقدر عال من اللياقة البدنية بصورة تمكنه من أداء الحركات والنماذج أثناء التدريب وكذلك المباريات التجريبية، ويكون على مستوى من المهارة الحركية يسمح له بأداء النماذج المطلوبة.
- أن يكون نموذجاً في إتباع البرامج الغذائية والصحية كي يستطيع القيام بمهام عمله، ويحتذي به جميع اللاعبين ويرون فيه مثلهم الصحي الفريد.
- أن يكون ممارساً لأي نشاط رياضي مخالف لنوع الرياضة التي يقوم بتدريبها للراحة الذهنية من عناء التدريب. (علي فهمي البيك، 2003، ص17).

#### 4-4- الصفات الفنية للمدرّب.

- لديه القدرة على تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصعبة والمعقدة سواء في التدريب أو المنافسات.
- لديه القدرة على تحليل أخطاء اللاعب بصورة منطقية وموضوعية للاستفادة من أدائه وقدراته الكامنة.
- لديه القدرة على اتخاذ القرار تحت ضغط المنافسة بهدوء وتركيز وروية.
- القدرة على تحويل الفشل إلى موقف نجاح.
- لديه القدرة على الوصول باللاعب لقمة أدائه في توقيت المنافسة.
- تحديد الهدف المراد تحقيقه مع الفريق.
- تحديد متطلبات خطة التدريب من أدوات وتجهيزات ومعسكرات.
- تحديد الاحتياجات من قوى بشرية معاونة مع تحديد مسؤوليات وواجبات عمل كل فرد منها.
- مراجعة المتاح بالنادي من ملاعب وصالات تدريب وأجهزة وأدوات تدريب.
- وضع وتحديد الميزانية المطلوبة لتنفيذ خطة التدريب السنوية.
- وضع برنامج زمني يوضح فيه خطوات وإجراءات تنفيذ خطة التدريب السنوية.
- أن يكون لديه القدرة على اختيار أنسب الطرق لتحديد الأهداف.
- أن يكون ملماً بالطرق العلمية والوسائل الفنية والأدوات الحديثة.
- الذكاء في وضع خطط التدريب واللعب الجيد.
- أن يكون لديه الخبرة بحيث يستطيع أن يكشف مواطن الخطأ في أي لاعب وفي الفريق ليصلح الأداء وفقاً لمتطلبات سير المباراة.
- أن يشرك اللاعبين في بناء الأهداف ومستويات الطموح بصورة واقعية. (علي فهمي البيك، 2003، ص17).

## 5- أشكال وأنواع المدرّبين الرياضيين.

الحقل الرياضي مليء بأشكال وأنواع عديدة من المدرّبين الرياضيين منهم كالتالي:

- **المدرّب المجتهد:** الذي يرغب في التجديد وزيادة معلوماته ومعارفه من خلال اشتراكه في الدورات التدريبية سواء بالداخل أو بالخارج.
- **المدرّب المثالي:** وهذه النوعية من المدرّبين نجدها مثاليين إلى حد ما في تفكيرها وأخلاقها وتعاملها وأسلوب قيادتها للاعبين وطريقة الحوار مع لاعبيها مع الإدارة والنقاد الرياضيين.
- **المدرّب المتسلق:** الذي يرغب في سرعة الوصول للمستويات العالية دون بذل الجهد والعطاء، ودائماً يتقرب للمسؤولين بطرق ملتوية ويوضح لهم أنه الأفضل دون أن يحقق نتائج إيجابية وإذا تم الإطاحة به فلا يجد له مكاناً بين المدرّبين الشرفاء.
- **المدرّب الطموح:** وهذه نوعية من المدرّبين دائماً يرغب في التجديد، ومعرفة أحدث أساليب التدريب والاهتمام بالبحث العلمي والتقييم المستمر لعملية التدريب.
- **المدرّب الواقعي:** وهو المدرّب الذي ينظر إلى الأمور بنظرة واقعية وإمكاناته وإمكانيات الهيئة التي ينتمي إليها وبالتالي يوظف ذلك وفقاً لقدرات لاعبيه، وهذه النوعية من المدرّبين يفكرون في جميع الأمور التي تقابلهم بجدية واضعاً في الحساب الطموحات التي يهدف إليها وفقاً لقدرات اللاعبين.
- **المدرّب الحائر:** وهذه النوعية من المدرّبين قليلة الحيلة وينقصها الواقعية والالتزام، ولذلك نجد أن مستوى التفكير لدى هؤلاء المدرّبين ينقصه الدقة والوعي بكثير من الأمور وغالباً ما تقل هذه النوعية من المدرّبين لعدم تقهّم في نفسها وفي قدراتها.
- **المدرّب الطواف:** وتكون هذه النوعية من المدرّبين غير مستقرة على وضع معين وينظر إلى الجانب المادي كأساس في تنفيذه للتدريب، وقد يكون منهم المدرّب المتحيز، الجاد، الطموح، والكثير منهم محترف لهذه المهنة، مهما كان انتماءه وولائه للنادي الذي تربي فيه، أي ينظر إلى مصلحته فوق مصلحة الآخرين.
- **المدرّب الحديث:** وهذه النوعية من المدرّبين، نجد أنه كثيرة الإطلاع، ترغب في التحديث وبعضهم يجيد أكثر من لغة أجنبية، ودائم الاشتراك في الدورات التدريبية المتقدمة في الدول الأجنبية، ويراسل المجالات والدوريات العالمية ويستفسر عن أحدث المعلومات والمعارف الرياضية في مجال التخصص من خلال شبكة المعلومات "الأنترنت" وكثيراً متلاقياً هذه النوعية من المدرّبين استحسان كثير من المسؤولين ويتخاطفها الأندية الكبيرة. (يحي السيد الحاوي، 2002، ص32).

## 6- عمليات المدرّب في التدريب الرياضي الحديث.

هناك نوعان رئيسيان من عمليات التدريب الرياضي تتكامل وتتربط وتندمج معاً لتحقيق أهدافه.

### 6-1- عمليات القيادة التطبيقية الميدانية.

باعتبار القيادة وظيفة إجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة ويمكن تعريفها في المجال الرياضي على أنها كافة أنشطة قيادة المدرّب للتدريب الرياضي ميدانيا بصورة عملية في الملعب أو ساحة التنافس بشكل عام.

- توجه هذه العمليات وترتبط باللاعبين مباشرة.

- تسمى هذه العمليات ب"عمليات التدريب الظاهرة" نظرا لسهولة مشاهدتها أو ملاحظتها وتتبع في الملعب أو ساحة التنافس من خلال الآخرين.

- تشمل على عمليات فرعية هي تربية، تعليمية، تنموية.

### العمليات التربوية.

- هي عمليات أساسية فردية لتحقيق الأهداف السامية للرياضة وتسيير الخلفية والسمات جنبا مع العمليات التعليمية والتنموية.

### العمليات التعليمية.

- وتتعلق بتعليم المهارات الحركية والأداء البدني والخططي وقواعد ضبط السلوك والتعامل في المجتمع الرياضي، وإكساب المعارف المرتبطة بالرياضة.

### العمليات التنموية.

- وتتعلق بتطوير مستوى الأداء في ظل الظروف المتغيرة للتنافس الرياضي، وترتكز لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة التخصصية. (محمد حسن علاوي، 1962، ص 82).

### 6-2- العمليات الإدارية.

- هي كافة الأنشطة المرتبطة بالجوانب الإدارية الخاصة بالتدريب الرياضي وتشمل كافة عمليات التخطيط له.

- تستهلك العمليات الإدارية نسبة كبيرة من وقت المدرّب أكثر من عمليات القيادة التطبيقية الميدانية.

- تتمركز العمليات الإدارية حول المدرّب وتختص به ولا دور للاعبين فيها.

- تسمى هذه العمليات ب" عمليات التدريب المستمرة" نظرا لصعوبة مشاهدتها وملاحظتها وتتبعها من طرف الآخرين.

- تشمل العمليات الإدارية للتدريب الرياضي على عمليات فرعية هي التخطيط والتوجيه والإرشاد والاستكشاف والتحليل والبحث والتسجيل.

### العمليات التخطيطية.

- وتضم كافة جوانب التخطيط الطويل والقصير وتسلسل وحدات التدريب.

### عمليات التوجيه والإرشاد.

- وتشمل على التوجيه والإرشاد النفسي والاجتماعي خارج الملعب أو الصالة الرياضية وتتم في القاعات المخصصة لذلك، ومتابعة اللاعب في حالة الإصابة.

عمليات الاكتشاف والتحليل والتسجيل والبحث.

وهي عمليات تتعلق بما يلي:

- عمليات تحليل قدرات اللاعبين.
- تحليل نتائج تقويم اللاعبين.
- تحليل قدرات ومستويات اللاعبين في الفرق المنافسة.
- التقويم الذاتي للمدرّب.
- تسجيل كافة عمليات التدريب الرياضي.
- عمليات الاطلاع في كل ما هو جديد في مجال الرياضة بشكل عام والرياضة التخصصية بصورة خاصة سواء أبحاثاً أو مراجع أو مقالات علمية. (محمد عبد الغني عثمان، 1988، ص58).

### 7- أهمية شخصية المدرّب في بناء الثقة للاعب.

- أثبتت نتائج الدراسات والبحوث أن التوقعات الإيجابية من المدرّبين نحو اللاعبين تحسن دوماً من أداء اللاعبين، وفي المقابل عندما يدرك اللاعبون انخفاض التوقعات الإيجابية للمدرّب نحوهم، فإن ذلك ينقص من الثقة في النفس ويؤثر سلباً على مستوى أدائهم لذلك يجب على المدرّب:
- توفير خبرات النجاح المبكر لكل رياضي، فالمصدر الأول للثقة في النفس يتشكل من الإنجازات المبكرة للرياضيين، لذلك من الأهمية تشكيل بيئة المنافسة بما يسمح بتحقيق النجاح في الأداء بصرف النظر عن اختلاف المستويات والقدرات.
  - استخدام التغذية الراجعة فاللاعبون يشعرون بالمزيد من الثقة عندما يقدم المدرّب لهم المعلومات اللفظية حول نوعية أدائهم وهذا الأسلوب من التعزيز يساعد على التنفيذ الأداء الجيد.
  - الاحتفاظ بالبيئة الجيدة قبل المنافسة، فالاستثارة الانفعالية مكون هام للثقة في النفس، ويستطيع اللاعب أن يتميز أن يتميز بحماس وعدم السعادة في نفس الوقت لذلك يجب التأكد من أن اللاعب يحتفظ بالاستثارة العالية مثل: التحدي، التفوق، الاستمتاع، تجنب الاستثارة السلبية مثل: الخوف، القلق، التوتر.
  - تدريب مهارات الثقة، فالثقة في النفس والأداء يتحسن كل منهما عندما يستمر اللاعب في تعلم مهارات جديدة والتدريب عليها، ويجب التأكد من أن اللاعبين يستمرون في اكتساب المهارات والتغلب على الصعوبات.
  - تقديم تفسيرات صحيحة لأسباب نتائج الأداء جيد أو ضعيف، ربما الإستراتيجية الأكثر أهمية التي يجب تجنبها هو إدراك الفشل أو تفسير الفشل، حيث ذلك يؤدي إلى نقص الثقة وربما الانسحاب من التدريب والمنافسة. (أسامة كمال راتب، 2004، ص418).

### 8- أهمية شخصية المدرّب في دراسة حل المشكلات المطروحة.

إن مهارات المدرّب المتخصص والمعد إعداداً علمياً يفيد إفادة غير محدودة للمدرّبين أثناء معالجتهم للمواقف التي تواجههم أثناء التدريب، وللاقترب أكثر من حل المشكلة يلجأ العديد من المدرّبين الأكفاء إلى أن يطلبوا من المدرّبين أن يفكروا بصوت مسموع وأحياناً يسأل المدرّبون عن تفكيرهم فترة المعالجة، وذلك عقب

انتهاء جلسة عرض لحل المشكلة، هذا وتقيدنا الدراسات التجريبية أن علماء النفس وغيرهم من المهتمين بعمليات وميكانيزمات حلول المشكلات من خلال تحليل برامج الحاسوب الآلي والتي وضعها الخبراء في البرمجة وخاصة بتلك المتعلقة بإستراتيجية الفوز في ألعاب الشطرنج بما تمثله من وضع سلسلة من العمليات المصممة لتحقيق نتيجة معينة، بحيث يعطي البرنامج صورة واضحة عن أسلوب حل المشكلة عن طريق البرمجة وفي ضوءها هنا يقوم علماء النفس بمحاكاة هذا الأمر في إعادة بناء حل المشكلة إنسانياً، ومن ثم يمكن للمدرّب تدريب الأفراد في حلقة التدريب على المواقف المعقدة وتدريبهم على تتبع خطوات التفكير في الحل وفيما يلي سرد لتلك الخطوات:

- تحديد أين تقع المشكلة، وذلك بفهم وقراءة الموقف المشكل.
- تحديد المعطيات والإمكانيات المتاحة.
- استنتاج حلول مناسبة.
- استخدام الرموز المجردة.
- الاهتمام بتركيب الأفكار منطقياً. (رأفت السيد عبد الفتاح، 2001، ص144).

## خلاصة.

من خلال ما تقدم ذكره نجد أن المدرّب تقع على عاتقه قيادة الفريق ومسؤوليته فهو من يصنع تفوق الفريق ونجاحه، لذا يجب أن يتمتع بشخصية قوية وفذة تسمح بتأثيرها على الفريق بشكل يسمح في بناء تماسك الفريق، وقبل كل شيء زرع الاحترام المتبادل بين المدرّب واللاعبين وبين اللاعبين فيما بينهم، حيث يكون للمدرّب نمط ونوع يجعله يؤثر على الفريق بشكل إيجابي وفعال، ويكون له دور كبير في بناء ثقة اللاعب بنفسه، وكذلك حل المشكلات المطروحة بشكل مرّن أثناء التدريب والمنافسات.

على المدرّب أن يكون الموجه للاعبين ليس فقط في مجال عملية التدريب، بل يتعدى ذلك إلى مجال حياتهم فهو يساعد بذلك في تخفيف الاضطرابات والتوترات التي تؤثر بشكل غير مباشر على عملية التدريب.

# الفصل الثالث

الأداء الرياضي في كرة القدم

**تمهيد.**

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



## أولاً- كرة القدم.

### 1 - تعريف كرة القدم.

#### 1-1 التعريف اللغوي.

كرة القدم " Football " هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بالـ " Rugby " أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها كما تسمى " Soccer "

#### 1-2 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 أصناف المجتمع".

وقبل أن تصبح منظمة، كانت تمارس في أماكن أكثر ندرة ( الأماكن العامة، المساحات الخضراء ) فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء، حيث رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحويل كرة القدم إلى رياضة انطلاقاً من قاعدة أساسية.

ويضيف " جوستاتيسي " سنة 1969 أن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة وذلك فوق أرضية ملعب مستطيلة. (رومي جميل، 1986، ص50-52)

#### 1-3 التعريف الإجرائي.

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

## 2- كرة القدم في الجزائر.

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت ، والتي اكتسبت شعبية كبيرة ، وهذا بفضل الشيخ " عمر بن محمود" " علي رايس"، الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليلة الحياة في الهواء الكبير ) ، وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م، وفي 07 أوت 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية " مولودية الجزائر " غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة ( CSC ) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م. بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها: غالي معسكر، الاتحاد الإسلامي لوهران، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية والاتحادي الإسلامي الرياضي للجزائر.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل لصد الاستعمار فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري وتعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث وفي سنة 1956م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من ( سانت اوجين، بولوغين حاليا ) التي على أثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين.

وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18 أبريل 1958م ، الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال: رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان وسوخان، كرمالي، زوبا، كريمو، ابرير.....

وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962، وكان " محند معوش " أو رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية.

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962 - 1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية، وفي نفس السنة أي عام 1963 كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصوله على الميدالية الذهبية. ( بلقاسم تلي وآخرون، 1997، ص46-47)

### 3- المبادئ الأساسية لكرة القدم.

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيف سليم بمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم، ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقناً

لجميع المبادئ الأساسية إتقاننا تماما، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة، كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب .

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي: (حسن عبد الجواد، مرجع سابق، ص 25-27)

-استقبال الكرة.

-المحاورة.

-المهاجمة.

-رمية التماس.

-ضرب الكرة .

-لعب الكرة بالرأس.

-حراسة المرمى.

#### 4- متطلبات كرة القدم.

##### 1- الجانب البدني.

##### 1-1 المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم.

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبنى عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، والتي تعد أحد أساسيات المباراة، لما تتطلبه من جري سريع لمحاولة الاستحواذ على الكرة قبل الخصم، والأداء المستمر طوال زمن المباراة 90دقيقة، والذي قد يمتد أكثر من ذلك في كثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات، والوثب لضرب الكرة بالرأس وتكرار الجري للاشتراك في الهجوم والدفاع بفعالية. (حسن أحمد الشافعي، 1998، ص 23) .

ولذا يجب أن يتصف لاعب الكرة بدرجة عالية بكل ما تحتاجه المباراة والعمل على رفع كفاءته حتى يتمكن من تنفيذ المهام مهارية والخططية المختلفة بفعالية، فقد أصبح حاليا من واجب الهجوم الاشتراك في الدفاع في حالة امتلاك الكرة لدى الخصم، وأيضا من واجب الدفاع المساعدة في الهجوم عند امتلاك الفريق للكرة.

##### 1-1-1 الإعداد البدني لكرة القدم : ( préparation physique )

يعتبر الإعداد البدني أحد عناصر الإعداد الرئيسية، وأولها في فترة الإعداد أو على وجه الخصوص ويقصد به كل العمليات الموجهة لتحسين قدرات اللاعب البدنية العامة والخاصة ورفع كفاءة أجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها، وتؤدي تدريبات الإعداد البدني على مدار السنة بكاملها حيث تدخل ضمن محتويات البرامج التدريبية بشكل أساسي من خلال وحدات التدريب اليومية، ونجد نوعين من الإعداد البدني: إعداد بدني عام وإعداد بدني خاص. (أمر الله أحمد البساطي، 1990، ص 70).

1-1-2 الإعداد البدني العام: ( préparation physique générale )

هو التطور الجيد للصفات الحركية بدون التوجه إلى رياضة معينة ، ويمثل مرحلة بسيطة خاصة بتطوير الصفات البدنية الهامة الذي يخضع طيلة هذه المرحلة لتمرينات موجهة إلى تطور الصفات الحركية، المقاومة القوة، المرونة.... الخ ويسمح لنا هذا النوع من التحضير البدني من دعم وتقوية عمل الأجهزة العضلية والمفصالية، وكذا الأجهزة الفيزيولوجية ( الجهاز الدموي التنفسي والجهاز العصبي). (MICHEL PRADET، 1997، p22)

1-1-3 الإعداد البدني الخاص: ( préparation spécifique )

الإعداد البدني الخاص يقصد به تقوية أنظمة وأجهزة الجسم وزيادة الإمكانيات الوظيفية والبدنية طبقا لمتطلبات المباراة في كرة القدم، أي تطوير الصفات المميزة للاعب الكرة مثل العمل الدوري التنفسي ، والسرعة الحركية وسرعة رد الفعل ، والمرونة الخاصة والسرعة لمسافات قصيرة والقوة المميزة بالسرعة للرجلين والرشاقة وتحمل السرعة... الخ.

هذه الصفات مرتبطة مع بعضها فمثلا العدو لمسافة 30 مترا لتحسين السرعة، أو الجري لمسافة محدودة بطريقة التناوب أو تبادل الخطوة لتطوير التحمل الدوري التنفسي، وتقل تدريبات الإعداد البدني الخاص في بداية فترة الإعداد مقارنة للإعداد العام، حيث تصل إلى أعلى نسبة لها في مرحلة الإعداد الخاص والاستعداد للمباريات. (أمر الله أحمد البساطي، مرجع سابق، ص 63)

1-2 عناصر اللياقة البدنية. :

1-2-1 التحمل: عامة التحمل هو القدرة على مقاومة التعب والعودة إلى الحالة الطبيعية في أسرع وقت ممكن.

ويعتبر التحمل أحد المتطلبات الضرورية للاعب كرة القدم، ويقصد به قدرة اللاعب في الاستمرار والمحافظة على مستواه البدني والوظيفي لأطول فترة ممكنة من خلال تأخير ظهور التعب الناتج أثناء أداء اللاعب خلال المباراة، وهذا المفهوم يشير إلى أهمية اتجاه التدريب أساسا نحو تطوير عمل القلب و الرئتين والسعة الحيوية وسرعة نقل الدم للعضلات، وكذلك بإطالة فترة الأداء أو العمل بدون أكسجين، القدرة الهوائية واللاهوائية وتظهر أهمية التحمل في كرة القدم خلال المباراة في إمكانية التحول اللاعب من الهجوم للدفاع والعكس ، وباستمرار مع أداء كبير مما تتطلبه المباراة من إنجاز حركي بالكرة أو بدونها.

1-2-2 القوة العضلية.

تلعب القوة العضلية دورا بالغ الأهمية في إنجاز أداء لاعب كرة القدم خلال المباراة ، وتعرف هذه القوة بقدرة اللاعب في التغلب على المقاومات المختلفة أو مواجهتها وهي واحدة من أهم مكونات ذات اللياقة البدنية، حيث ترتبط بمعظم المتطلبات البدنية الخاصة للاعب كرة القدم وتؤثر في مستواها، ويتضح احتياج اللاعب لها في كثير من المواقف أثناء اللعب، كالوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب من المرمى أو الممريرات المختلفة وعند أداء مختلف المهارات بالقوة والسرعة المناسبة، كما يحتاج إليها اللاعب أيضا في ما تتطلبه المباراة من

الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للاستحواذ على الكرة أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء الأداء طوال زمن المباراة. (أمر الله أحمد البساطي، مرجع سابق، ص 111).

### 1-2-3 السرعة.

تعريفها: نفهم من السرعة كصفة حركية قدرة الإنسان على القيام بالحركات في أقصر فترة زمنية وفي ظروف معينة، ويفترض في هذه الحالة أن تنفيذ الحركة لا يستمر طويلا.

وتعني السرعة كذلك القدرة على أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة بصورة متتابعة وناجحة في أقل وقت ممكن وتوضح أهميتها في المباراة عند مفاجأة الخصم أو الفريق المنافس بالهجوم لإحداث تغيرات في دفاع الخصم، من خلال سرعة أداء التمرير والتحرك وتغيير المراكز، وتعتبر السرعة بكل أنواعها من أهم مميزات لاعب الكرة الحديثة حيث يساهم ذلك في زيادة فعالية الخطط الهجومية. (قاسم حسن حسين وقيس ناجي عبد الجبار، 1984، ص 48).

### 1-2-4 تحمل السرعة.

يعرف تحمل السرعة بأنها أحد العوامل الأساسية للإنجاز لكرة القدم، وتعميق قدرة اللاعب على الاحتفاظ بمعدل عالي من سرعة الحركة أثناء تكرار الجري خلال المباراة، أي تحمل توالي السرعات التي تختلف شدتها حسب متطلبات مواقف اللعبة المختلفة، حيث تتطلب المباراة قدرة فائقة على تكرار التجارب بالانتقال من مكان لآخر بأقصى سرعة في أي وقت خلال زمن المباراة، للقيام بالواجبات الدفاعية والهجومية. (حسن السيد أبو عبده، 2001، ص 39 - 60).

### 1-2-5 الرشاقة.

تعريفها: هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة، وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة والتقنيات من جهة أخرى، تعرف بأنها قدرة الفرد على تغيير أوضاعه في الهواء، كما تتضمن أيضا عناصر تغيير الاتجاه وهو عامل هام في معظم الرياضات بالإضافة لعنصر السرعة. (قاسم حسن حسين وقيس ناجي عبد الجبار، مرجع سابق، ص 200).

ويرى البعض أن الرشاقة هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين منه.

ويعتبر التعريف الذي يقدمه (هوتز) من أنسب التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب

الرياضي إذ يرى أن الرشاقة هي:

أولاً: القدرة على إتقان التوافق الحركية المعقدة.

ثانياً: القدرة على سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

ثالثاً: القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة. (محمد حسن علاوي، 1994، ص 110).

## 1-2-6 المرونة.

تعريفها : هي القدرة على انجاز حركات بأكثر سعة ممكنة، ويجب أن تكون عضلية ومفصلية في نفس الوقت، وذلك للحصول على أحسن النتائج، إذ يبدأ الرياضي في تسميتها منذ الصغر. والمرونة هي التناسق الجيد لإنجاز الحركة، فأناقة الحركة هي إحدى العناصر التي تسمح لنا بالوصول إلى الدقة ونلاحظ أن التعب يأتي بخاصية قليلة بالنسبة للسرعة في التمرينات الخاصة بالمرونة لكون أن الانجاز يكون بسرعة ولا توجد تقلصات عضلية غير ضرورية. (PIRRE WULLACKI ، 1990 ، p145) وعادة ما يستخدم المدرب تمرينات المرونة، خلال فترة التسخين، وكذلك يخصص لذلك جزء من التدريب وعادة ما تنفذ تمرينات المرونة في بداية جرة التدريب وينصح أن يقوم اللاعب بالتمرينات المطاطية (stretching)، مباشرة بعد نهاية جرة التدريب. (أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلال، 1994، ص 395).

## 2- الجانب النفسي.

يعتبر الإعداد النفسي أحد جوانب الإعداد الهامة للوصول باللاعب إلى تحقيق المستويات الفنية العالية بما يمتلكه اللاعب من السمات الشخصية ، مثل الشجاعة والمثابرة والثقة بالنفس والتعاون والإرادة، وكذلك القدرة على استخدام العمليات العقلية العليا مثل : التفكير والتذكر والإدراك والتخيل والدفاعية تحت ظروف التنافس الصحية، كذلك أصبح الإعداد النفسي أحد العوامل المؤثرة في نتائج المباريات ذات المستويات المتقاربة والتي يشهد فيها التنافس في أوقات المباراة الصعبة، بين الفرق المتقاربة وتحسم نتائج اللقاء للفريق الأكثر إعدادا من الناحية النفسية والإرادية، مباشرة بعد نهاية جرة التدريب.

## 3- الجانب المهاري.

يتمثل الإعداد المهاري في كرة القدم في تعليم المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ومحاولة إتقانها وتطبيقها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات، كما يلعب الأداء المهاري دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها والسيطرة على مجريات اللعب والأداء... (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص 127).

## 5- أهداف رياضة كرة القدم.

يجب على مدرب رياضة كرة القدم أن يقترح أهداف أساسية هامة من أجل تطوير نفس الصفات الخاصة في رياضة كرة القدم ذات الطابع الجماعي وتلخص هذه الأهداف الأساسية فيما يلي:

- فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها.
- التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع ومختلف أنواع ومراحل اللعب في كرة القدم.
- الوعي بالعناصر والمكونات الجماعية والفردية في رياضة كرة القدم.
- تحسين الوضع والمهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب.
- إعطاء رؤية واضحة ولو مصغرة عن عناصر اللعب التقني واستيعاب الوضعيات المختلفة.

- إدماج وإدراك العلاقات الدفاعية اللازمة التي تستحق الاستيعاب الجيد ثم التنفيذ. (منهاج التربية البدنية منشورات لوزارة التربية الوطنية"، 1984، ص 29).

## ثانيا- الأداء الرياضي.

### 1- مفهوم الأداء.

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

وكان تعريف منصور 1973 للأداء (بأنه كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة)، وتأسيسها على هذا المعنى فإن الكفاءة الفرد ترتكز على أمرين اثنين هما:

الأول: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله، أي واجباته ومسؤولياته.

الثاني: يتمثل في صفات الفردية الشخصية، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أدائه لعمله، ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكانية الاعتماد على العامل وتفكيره المتزن والاستعداد الشخصي له، ويرى "Thomas" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة والاستعداد والدافعية... وأغلبها تشكل مفهوم الأداء حيث ذكر "singer" 1975 (أن الأداء هو المهارات المكتسبة)، ويضيف Thomas أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة (رومي جميل، 1986، ص 66-67).

ويعرف عصام عبد الخالق (1992) الأداء بصفة عامة حيث يذكر "هو انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعليم، أو هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيراً سلوكياً. (عصام عبد الخالق، 1992، ص 66-67).

ويستخدم محمد نصر الدين رضوان (1994) وآخرون مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح "الأداء الأقصى" ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات. (محمد نصر الدين، 1992، ص 168).

### 2-أنواع الأداء : تتمثل أنواع الأداء في:

#### 2-1-أداء بمواجهة.

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المعلم/المدرّب أن يواجه جميع إجراءاته التنظيمية للصف كوحدة مناسبة.

#### 2-2- أداء دائري.

طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤديون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

**2-3- أداء في محطات.**

أسلوب مناسب للأداء لجميع اللاعبين مع تغيير المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

**2-4- أداء في مجموعات.**

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

### 2-5- أداء وظيفي يتحكم في وضع الجسم.

الانقباض الانعكاسي أو التلقائي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي أو الشد التلقائي، والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم نوعان.

- انعكاسات ثابتة: وتنقسم إلى انعكاسات عامة، وأخرى جزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف الأربعة.

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

فالتغير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الركض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغير في دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدًا للرجل في الاندفاع للأمام.

### 2-6- الأداء الرياضي والجهاز العصب.

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يبقى أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، ويوجه وظائف الأجهزة الوظيفية، للأداء الانعكاسي أهمية كبيرة أثناء أداء الحركة وخاصة بالنسبة للتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلمة حديثا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهدا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوث حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية. (قاسم حسن حسين، 1996، ص 41-42)

### 3- العوامل المساهمة في الأداء.

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأول وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد



وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء والمهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي:

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

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل من أهمها ما يلي:

### 3-1- القوة العضلية.

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

### 3-2- التوازن.

التوازن مصطلح يشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بثبات الجسم في أوضاع محددة أثناء الوقوف وأثناء الحركة وهناك نوعين من التوازن (ثبات ديناميكي)، ولقد اتفق العديد من الأخصائين على أن التوازن يلعب دورا هاما في العديد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب درجة عالية منه كالرقص، التزلج على الجليد والجمباز.

### 3-3- المرونة.

#### تعريفها.

هي القدرة على انجاز حركات بأكبر سعة ممكنة، ويجب أن تكون عضلية ومفصلية في نفس الوقت وذلك للحصول على أحسن النتائج، إذ يبدأ الرياضي في تسميتها منذ الصغر.

والمرونة هي التناسق الجيد لإنجاز الحركة، فأناقة الحركة هي إحدى العناصر التي تسمح لنا بالوصول إلى الدقة ونلاحظ أن التعب يأتي بخاصية قليلة بالنسبة للسرعة في التمرينات الخاصة بالمرونة لكون أن الانجاز يكون بسرعة ولا توجد تقلصات عضلية غير ضرورية. (PIRRE WULLACKI، 1990، p145).

وعادة ما يستخدم المدرب تمرينات المرونة، خلال فترة التسخين، وكذلك يخصص لذلك جزء من التدريب وعادة ما تنفذ تمرينات المرونة في بداية جرة التدريب وينصح أن يقوم اللاعب بالتمرينات المطاطية ( stretching ) مباشرة بعد نهاية جرة التدريب. ( أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلال، 1994، ص 395).

### 3-4- التحمل.

عامة التحمل هو القدرة على مقاومة التعب والعودة إلى الحالة الطبيعية في أسرع وقت ممكن. ويعتبر التحمل أحد المتطلبات الضرورية للاعب كرة القدم، ويقصد به قدرة اللاعب في الاستمرار والمحافظة على مستواه البدني والوظيفي لأطول فترة ممكنة من خلال تأخير ظهور التعب الناتج أثناء أداء اللاعب خلال المباراة، وهذا المفهوم يشير إلى أهمية اتجاه التدريب أساسا نحو تطوير عمل القلب والرئتين

والسعة الحيوية وسرعة نقل الدم للعضلات، وكذلك بإطالة فترة الأداء أو العمل بدون أكسجين، القدرة الهوائية واللاهوائية وتظهر أهمية التحمل في كرة القدم خلال المباراة في إمكانية التحول للاعب من الهجوم للدفاع والعكس، وباستمرار مع أداء كبير مما تتطلبه المباراة من إنجاز حركي بالكرة أو بدونها. ( AHMED KHELIFI 1990، p107)

### 3-5- الذكاء.

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

### 3-6- السرعة.

مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تتنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل، سرعة الجري لمسافات قصيرة.....الخ.

### 3-7- الرشاقة.

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

### 3-8- التوافق.

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

من ناحية أخرى لم تكشف الدراسات العلمية عن وجود عامل للتوافق يمكن استخدامه للتنبؤ بالقدرة التوافقية للألعاب الرياضية، لهذا يظهر ارتباطه بطبيعة المهارات الخاصة في النشاط حسب اختلافه. (أمر الله البساطي، 1990، ص45-46-47).

### 3-9- القدرة الإبداعية.

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

### 3-10- الدافعية:

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

ولقد قسم بعض العلماء الدوافع إلى دوافع مباشرة و دوافع غير مباشرة وقسم " pumi" 1963 الدوافع طبقا للمراحل الأساسية التي يمر بها الفرد، إذ يرى ان لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة، وهذه المراحل هي: ( أمر الله البساطي، 1990، ص45-46-47).

- أ- مرحلة الممارسة الأولية من نشاط رياضي.  
ب- مرحلة الممارسة الفعلية.

#### 4- علاقة القدرة بالأداء الرياضي.

من المعروف ان النشاط الرياضي يهدف إلى تلقين الفرد الممارس مهارات، سواء الحركية منها كالجري الوثب، القفز أو المهارات التقنية المختلفة كتمرير الكرة، المراوغة..... الخ ، كما أن الشيء الذي لا يختلف عليه الاثنان ان هذه المهارات منها ما هو مكتسب، حيث أظهرت لنا بعض الدراسات ان العوامل الهامة في القدرات تظهر أكثر في الأداء الحركي للأطفال الصغار ومن ناحية أخرى تبين لنا أن هناك بعض المهارات تظهر كعوامل نوعية تعتمد بالدرجة الأولى على خبرة الفرد الناشئة، وعند التدريب والممارسة والتعلم (التعود). أما بعض الدراسات تثبت ان الأهداف التي تسعى إليها مراكز ت،ب،ر من خلال نشاطاتها المعتمدة، خاصة النشاط البدني الرياضي، هي تحقيق القدرة على الأداء البدني الرياضي الذي يمكن أن يتحقق من خلال عمليات التعلم و التدريب المتتالية الذي يتلقاه الفرد طوال مشواره سواء البدني أو التقني. ومن مجمل هذه الدراسات التي تظهر إمكانية تحقيق النجاح في تنفيذ تمرين أو إجراء منافسة، يمكن القول أن القدرة هي إمكانية الفرد لتحقيق النجاح في أداء مهارة معينة، مثلاً: كقدرة الرياضي على أداء مهارة التصويب أو المراوغة في كرة القدم.

#### 5- ثبات الأداء الرياضي خلال المنافسة.

يعد ثبات الأداء الرياضي للاعب احد المؤشرات الهامة لعمل المدرب حيث تعبر عن ارتفاع وازدهار كافة جوانب إعدادة إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

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

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

- الصفات العقلية ودرجة ثباتها مثل: التذكر، الانتباه، سرعة رد الفعل، التصور لتنفيذ مختلف الواجبات الحركية المهارية في كافة الظروف التدريبية أو التنافسية سواء كانت عالية أو منخفضة الشدة وذلك

- عن طريق ظهور بعض ردود الأفعال العصبية المترتبة على ذلك بغض النظر عن حالة الإجهاد والصعوبات الخارجية.
- الصفات الشخصية ودرجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات مثل الدوافع المساعدة في تحقيق الإنجاز ودرجة الثبات والاستقرار أو الاتزان العاطفي للاعب، مستوى التنافس أو الطموح النفسي ودرجة تغييره أو تبديله على ضوء خبرات الفشل أو النجاح التي يحققها اللاعب، ومستوى نمو العمليات العصبية والنفسية والمقدرة على تحمل الأعباء النفسية.
  - المقدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل وأثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع والأشكال سواء كانت (صعوبات داخلية أم صعوبات خارجية)، فالتحكم الواعي في مثل هذه الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد على الارتفاع في درجة ثبات أداء اللاعبين خلال المباراة، كذلك المساعدة في تمييز كافة العوامل التي تساعد على عدم تركيز اللاعب قبل المنافسة.
  - العلاقات النفسية والاجتماعية بين أفراد الفريق والتي تساعد على الأداء الثابت للفريق المتمثلة في درجة التحام أو تماسك الفريق بما يحقق جوا نفسيا وعلاقات متبادلة وملائمة.

## خلاصة.

إن التطورات التي عرفتها كرة القدم عبر مراحل التاريخ سواء في أرضية الميدان التي يلعب عليها أو في طريقة ممارستها، استوجب من القائمين عليها استخدام قوانين وميكانزمات جديدة تتماشى والشكل الجديد لها كما أن اللاعب نفسه أصبح ملزماً بخوض التدريبات اللازمة من أجل أداء الدور المطلوب منه في المباريات سواء من الناحية البدنية أو النفسية أو الجانب التكتيكي كل حسب وضعيته، والمكان الذي يلعب فيه، ويسهر على ذلك المدرب وبعض الأخصائيين الذين يتابعون هذا اللاعب باستمرار قبل وبعد المباراة، بالإضافة إلى الإعداد التكتيكي والبدني والنفسي لهذا اللاعب من أجل أداء مقبول في الميدان والخروج بنتيجة مشرفة من المباراة، يستوجب على اللاعب أن يكون على درجة لا بأس بها من التوافق النفسي حتى يستطيع أن يتابع اللعب خلال الوقت المحدد بعزيمة ووتيرة سليمة خاصة إذا علمنا أن كرة القدم هي لعبة المفاجآت وكل الاحتمالات.

الخطيب النظيف

# الفصل الرابع

منهجية البحث

## تمهيد.

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى كشف الحقائق، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها.

وعلى ضوء المعلومات النظرية التي تم جمعها في دراستنا والمتمثلة في الفصول الثلاثة في الجانب النظري، وتماشياً مع الفرضيات المقترحة كحلول مسبقة لإشكالية البحث، تم وضع أسئلة متمثلة في استمارة استبيان تهدف إلى خدمة البحث وتحقيق فرضياته، وزعت على أفراد عينة البحث وذلك بالاعتماد على طرق منهجية محددة مقسمة على فصلين في الجانب التطبيقي حيث تم تخصيص الفصل الأول لشرح إجراءات البحث وتحديد تحديد لمجال المكاني والزمني وضبط متغيرات وعينة البحث وشرح المنهج المستخدم في ذلك وأدوات الدراسة.



## 1- الدراسة الإستطلاعية.

### المرحلة الأولى.

وفيها تم جمع وتحصيل كل ما يتعلق بالجانب النظري من تحديد للإشكالية والفرضيات وإعداد للفصول النظرية، وتمت المرحلة في شهر فيفري.

### المرحلة الثانية.

قمنا بإجراء دراسة استطلاعية لـ 04 نوادي رياضية برابطة الجهوي الثاني، وكان الغرض من هذه الدراسة هو مدى تقبل المدربين واللاعبين للأسئلة وفهم النقائص التي كانت غامضة فيها، حيث قمنا بتوزيع إستمارة الإستبيان على أربعة مدربين وعشرة لاعبين، حيث إحتوت الإستمارة على 20 سؤال للمدربين، و23 سؤال للاعبين، وهذا من أجل إثبات صدق وثبات الإستبيان. حيث نأخذ نظرة شاملة في مكان عينة دراستنا.

### المرحلة الثالثة.

بتاريخ 16 و 17 أفريل وبعد تحديد عينة البحث إتجهنا إلى النوادي المعنية من أجل أخذ الموافقة من الطاقم الإداري من أجل توزيع الإستمارات على اللاعبين والمدربين.

### المرحلة الرابعة.

بتاريخ 23 و 24 أفريل قمنا بتوزيع الإستمارات على اللاعبين والمدربين للإجابة عليها وإستغرق ذلك حوالي نصف ساعة في كل فريق، بعد جمع الإستمارات وتفقدنا قمنا بعملية فرز الإستمارات الخاصة بالمدربين واللاعبين وبعد ذلك قمنا بالمعالجة الإحصائية ثم تحليل النتائج ومناقشتها، وقد تم ذلك في شهر ماي.

## 2- منهج الدراسة.

ولما كانت طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد نوع المنهج المتبع وتعتمد على وصف الظاهرة المحددة وجمع بيانات ومعلومات حولها وتحليل نتائج تلك البيانات والوصول إلى الحقائق وتقديم الإقتراحات التي نراها تخدم الموضوع قمنا باستعمال المنهج الوصفي.

### 2-1- تعريف المنهج الوصفي.

يمثل المنهج في البحث العلمي مجموعة من القواعد والأمثلة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى الحقيقة، حيث يعتبر من أرقى الطرق في الحصول على المعرفة، وهذا المنهج قوامه الاستقراء الذي يتضمن الملاحظة العلمية وفرض الفروض والتحقق من صحتها وإجراء التجارب واستخدام أساليب القياس الدقيقة والتحليل الإحصائي للبيانات. (إخلاص محمد مصطفى، 2000، ص35).

يعرف المنهج الوصفي على أنه عبارة عن مسح شامل للظواهر الموجودة في جماعة معينة وفي مكان معين ووقت محدد، بحيث يحاول الباحث كشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل. (محمد ريان عمر، 1993، ص113)

ويرى فؤاد السيد البهي أن المنهج الوصفي هو: "استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية أخرى" (فؤاد السيد، 1979، ص18).

### 3- مجتمع البحث.

من الناحية الاصطلاحية: هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى.

وتمثل مجتمع البحث في دراستنا على مجموع لاعبي ومدربي الأندية التي تنتمي إلى الرابطة الجهوية لعين الدفلى صنف أكابر والناشطة بالجهوى الثاني وهي 16 نادي والتي عدد مدربيها 16 ومجموع اللاعبين الناشطين فيها هو 375 لاعب في الموسم الرياضي 2018-2019. (محمد حسن علاوي، 1999، ص217)

### 3-1- عينة البحث وكيفية اختيارها.

باعتبار أن العينة هي أساس ومنطلق أي دراسة ميدانية، وتستند إلى الاستبيان كمقوم أساسي نجد أن مفهومها كالتالي: العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث. (محمد حسن علاوي، 1999، ص219)

اعتمدنا في اختيار عينة البحث على الطريقة العشوائية البسيطة لكونها من أسهل الأساليب تنفيذًا، حيث قمنا باختيار 40 لاعب أي ما نسبته 10.66% من المجتمع الكلي المقدر بـ 375 لاعب و 4 مدربين أي ما نسبته 25% من المجموع الكلي والمقدر بـ 16 مدرب موزعين على 4 نوادي تم إختيارهم بالطريقة العمدية كما هو موضح في الجدول التالي :

اسم الفريق	عدد أفراد العينة (اللاعبين)	عدد أفراد العينة(المدربين)
أولمبي سيدي لخضر OMSL	10	01
شباب العطاف CRBA	10	01
هلال الروينة CCA	10	01
شباب العامرة CRBEA	10	01
المجموع	40	04

الجدول رقم (01) يمثل عدد أفراد العينة من كل فريق من اللاعبين والمدربين.

### 4- ضبط متغيرات الدراسة.

في بحثنا يوجد متغيرين اثنين أحدهما متغير مستقل وآخر متغير تابع.

### 4-1- المتغير المستقل.

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر. (محمد حسن علاوي، 1999، ص219)

- تحديد المتغير المستقل: شخصية المدرب.

#### 4-2- المتغير التابع:

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. (محمد حسن علاوي، 1999، ص226)

- تحديد المتغير التابع: أداء اللاعبين.

#### 5- أدوات البحث.

لكل دراسة وبحث علمي مجموعة من الأدوات والوسائل التي يستخدمها الباحث ويطورها للمنهج الذي يستخدمه ويحاول أن يلجأ إلى الأدوات التي توصله إلى الحقائق التي يسعى إليها ليحصل على القدر من المعلومات التي تفيده، وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على استمارة الاستبيان كونه يسمح بجمع معلومات جديدة ومستمدة من المصدر بصورة سريعة وسهلة انطلاقاً من مجموع الفرضيات.

#### 5-1- الاستبيان.

هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات، في جمع البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة أسئلة ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينة في اقل وقت. (حسن أحمد الشافعي وسوزان أحمد علي مرسي، 1995، ص203).

كما تمتاز هذه الطريقة كونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر والمعلومات التي يتحصل عليها الباحث من خلال المقابلة، والتي لا يمكن أن نجدها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص لجمع المعلومات يتطلب إجراءات جديدة ودقيقة منذ البداية ومنها:

- تحديد الهدف من الاستبيانات.

- تحديد وتنظيم الوقت المخصص للاستبيان.

- إختيار العينة التي يتم استجوابها.

- وضع عدد كافي من الاختيارات لكل سؤال.

- وجود خلاصة موجزة لأهداف الاستبيان.

ويتجلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثري البحث.

والإستبيان يتضمن نوعين كوسيلة لجمع المعلومات بوفرة وأكثر دقة.

أ- الاستبيان الأول موجه للمدربين وتم خلاله جمع آرائهم.

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

وكونه تقنية شائعة الاستعمال، ووسيلة علمية لجمع البيانات والمعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي وكذلك باعتباره مناسب للاعب والمدرّب، والأسئلة هي استجابة للمحاور وبالتالي استجابة للفرضيات، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات.

حيث يمكن استعمال ثلاث أنواع من الأسئلة في الاستبيان وهي:

أ- الأسئلة المفتوحة:

نعطي كل الحرية للمستجوب للإجابة على الأسئلة كما يشاء.

ب- الأسئلة المغلقة:

وتكون الإجابة في معظمها محددة حيث تعتمد على النتائج التي نطمح للوصول إليها.

ج- الأسئلة نصف مفتوحة:

وتنقسم إلى نصفين:

1- النصف الأول يكون مغلق الإجابة.

2- النصف الثاني نعطي الحرية فيه للمستجوب.

3-5- الأدوات الإحصائية.

تستعمل الطريقة الإحصائية في دراسة عينة البحث، حيث بواسطتها تتم ترجمة النتائج إلى أرقام حيثقنا بتفريغ وفرز الأسئلة وتمت هذه العملية بحساب عدد التكرارات للأجوبة لكل سؤال وبعدها يتم حساب النسب المئوية بالطريقة التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = (\text{عدد التكرارات} \times 100) / \text{عدد العينة}.$$

6- مجالات البحث.

6-1- المجال الزمني.

ويمكن تقسيمه إلى مرحلتين:

المرحلة الأولى: وفيها تم جمع وتحصيل كل ما يتعلق بالجانب النظري من تحديد للإشكالية والفرضيات وإعداد للفصول النظرية، وقد تمت في شهر فيفري.

المرحلة الثانية: وتم فيها توزيع الاستبيان على النوادي الرياضية، ثم استرجاعه، وبعد ذلك قمنا بالمعالجة الإحصائية ثم تحليل النتائج ومناقشتها، وقد تم ذلك في شهري أفريل وماي.

6-2- المجال المكاني.

قمنا بتوزيع الاستبيان على أربعة نوادي رياضية بولاية عين الدفلى:

- أولمبي سيدي لخضر OMSL.

- شباب العطاف CRBA.

- هلال الروينة CCR.

- شباب العامرة CRBEA.

7- الصدق والثبات.

7-1 صدق المحتوى (المحكمين).

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه كما يقصد بالصدق، شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى، بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه .

وللتأكد من صدق أداة الدراسة، قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة خميس مليانة وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبدتها المحكمون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين، حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر.

7-2 الثبات.

اعتمدت في ثبات الاستبيان على طريقة الاختبار وإعادةه على نفس الأشخاص في فرصتين مختلفتين والتي تعتبر الأسهل والأكثر استخداما في مثل هذه البحوث، بحيث قمنا بعرض نفس الاستمارة على عينة استطلاعية مكونة من 4 مدربين و10 لاعبين، وتم تسجيل النتائج، وبعد أسبوع آخر تم إعادة توزيع الاستبيان وتم الوصول إلى نفس النتائج تقريبا.

خلاصة.

على ضوء دراستنا النظرية وانطلاقاً من الطريقة المتبعة في الدراسة قمنا في هذا الفصل بتقديم دراستنا من حيث المجال الزمني والمكاني، والشروط العلمية للأداة وضبط لمتغيرات وعينة الدراسة والأدوات المستخدمة في البحث والتي تمثلت في استمارة الاستبيان والتي سنحاول في الفصل الثاني بعرض وتحليل نتائجها ومناقشتها لمعرفة مدى صحة فرضيات الدراسة.

# الفصل الخامس

تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد.

على الباحث أن يقوم بجميع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة من خلال الجانب الميداني للتأكد من صحة وخطأ الجانب النظري، وهذا بعد أن يقوم بتبويب البيانات في الجداول البيانية وتحليلها وتفسيرها على ضوء ما جاء في الفرضيات.

وبناء على ذلك وبعد الانتهاء من تحديد الإجراءات المنهجية ثم القيام بتفريغ البيانات التي تم الحصول عليها من استمارة الاستبيان في جداول بيانية ثم التعليق عليها وتحليلها وعرضها على ضوء فرضية الدراسة وفي الأخير تم الوصول للنتيجة العامة للدراسة.



## 1- عرض وتحليل النتائج.

### 1-1- عرض وتحليل نتائج استبيان المدربين.

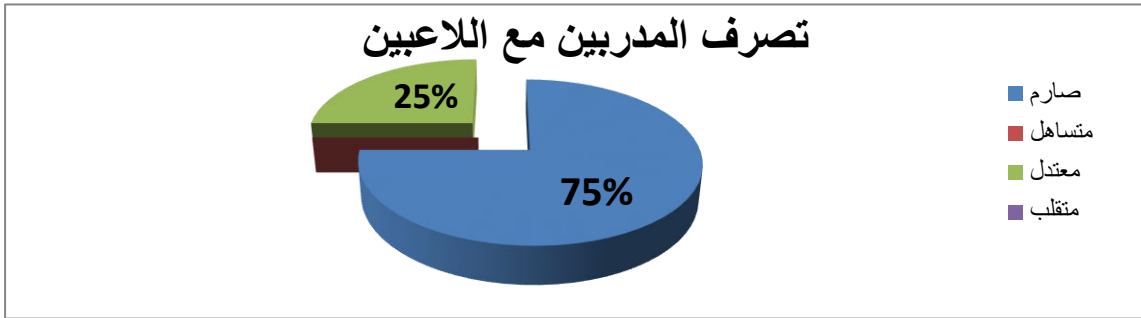
المحور الأول: حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

السؤال الأول: كيف ترى تصرف مدربك أثناء الحصة التدريبية؟

الغرض من السؤال: معرفة تصرف المدربين مع اللاعبين أثناء الحصة التدريبية.

الجدول رقم 02: يمثل النتائج المتحصل عليها لكيفية تصرف المدرب مع اللاعبين أثناء الحصة التدريبية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
صارم	03	75%
متساهل	00	00%
معتدل	01	25%
متقلب	00	00%
المجموع	04	100%



### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم 01 نجد أن 3 مدربين إختاروا الإجابة (صارم) أي ما نسبته 75% بينما مدرب واحد وقع إختياره على الإجابة الثالثة (معتدل) أي ما نسبته 25%.

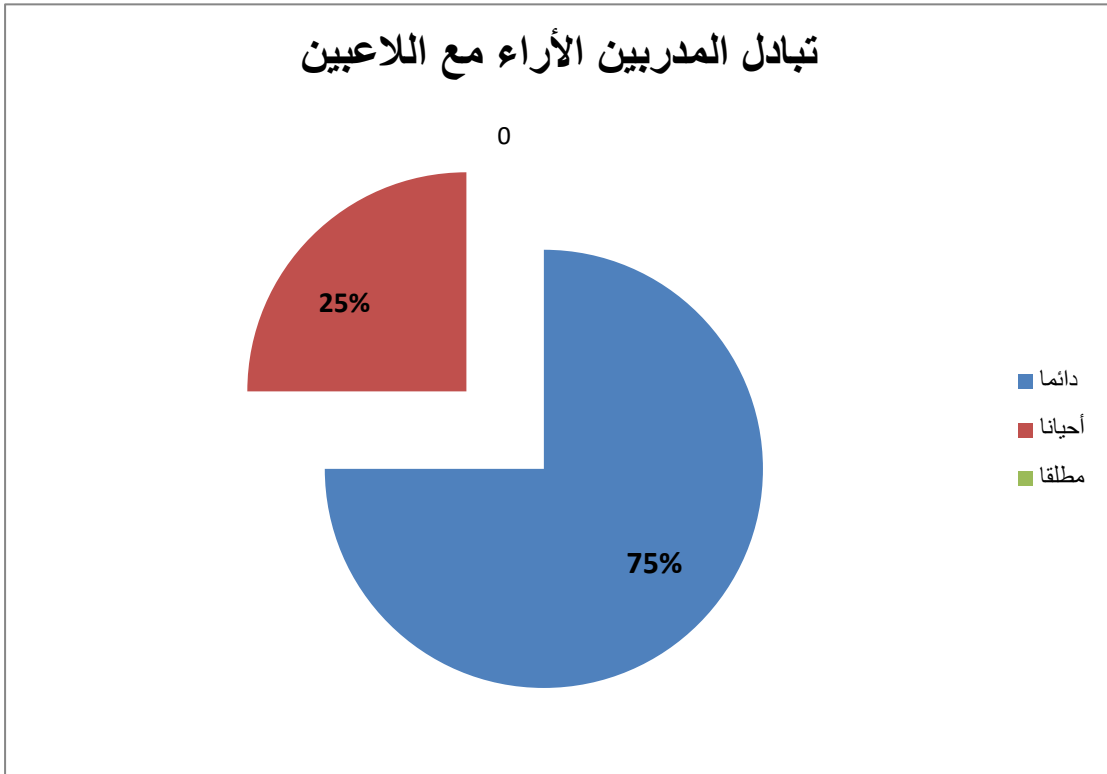
### الاستنتاج:

نستنتج أن الصرامة من الصفات الشخصية الضرورية التي يجب أن يتحلى بها المدرب والتي تساعد في تحقيق النتائج الإيجابية، كما أكدت ذلك دراسة الدكتور Cruellas.p سنة 2004 حول العلاقة بين شخصية المدرب ونجاحه في أداء مهامه حيث تطرق فيها إلى شخصية المدرب الرياضي والتي تتميز بمجموعة من السمات من أهمها الصرامة، التساهل، الإعتدالية، القيادية ومدى تأثير هذه السمات على الإنجاز والأداء الرياضي للاعبين وكانت من أهم النتائج المحصل عليها أن الصرامة 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 أثناء التدريب وخلال المنافسة.

السؤال الثاني: هل تتبادل الآراء مع اللاعبين أثناء الحصة التدريبية؟  
الغرض من السؤال: معرفة إن كان المدرب يفتح باب الحوار مع اللاعبين من خلال تبادل الآراء أثناء الحصة التدريبية.

الجدول رقم 03: يمثل النتائج المتحصل عليها في ما يخص إجابات المدربين حول تبادلهم الآراء مع اللاعبين.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	03	75%
أحيانا	01	25%
مطلقا	00	00%
المجموع	04	100%



#### تحليل النتائج.

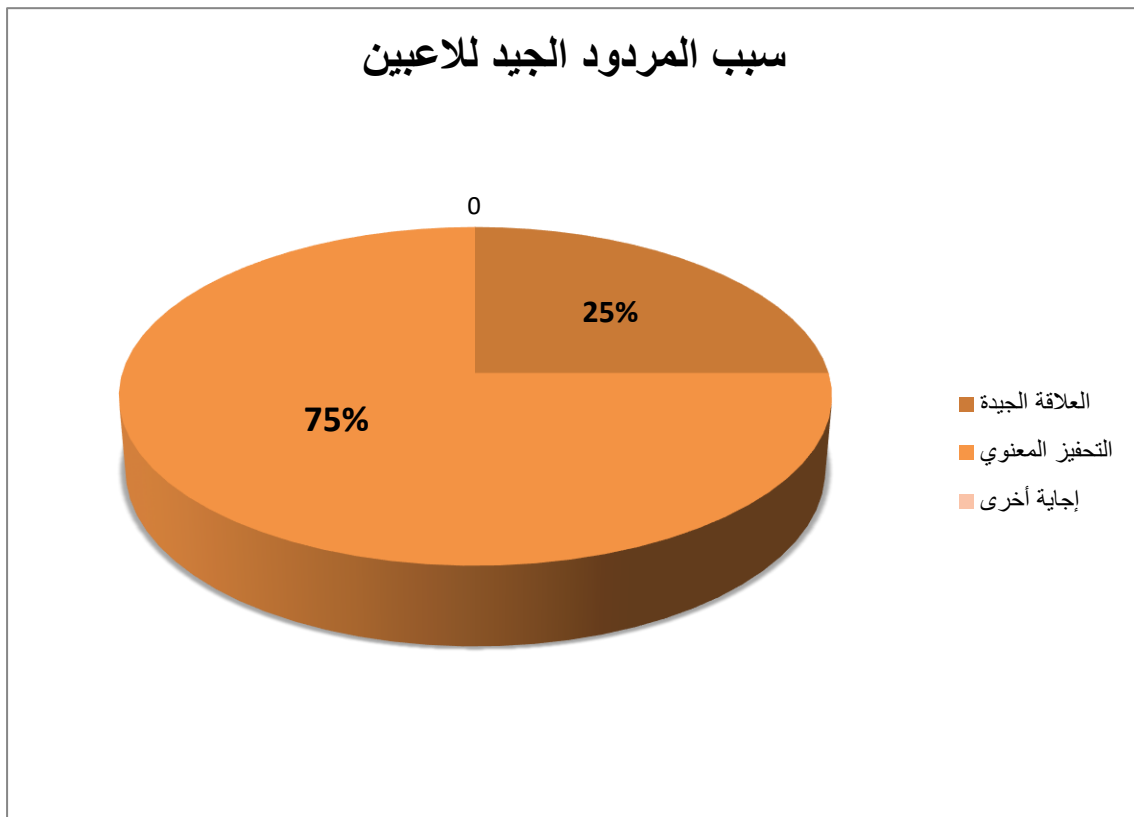
نلاحظ من نتائج الجدول 03 أن 75% من المدربين يرون أنهم دائما ما يتبادلون الآراء مع اللاعبين، بينما يري ما نسبته 25% منهم على أنه أحيانا ما يفتحون المجال لتبادل الآراء مع اللاعبين.

#### الاستنتاج.

نستنتج أن تبادل الآراء بين اللاعبين والمدرب يسمح بتكوين علاقة مثالية داخل الفريق مما يساعد على الوصول إلى تحقيق النتائج الإيجابية، كما أكدت ذلك دراسة "بلال بن ضيف الله" سنة 2013-2014 بجامعة الجزائر وكانت أهم النتائج التي وصل إليها أن أساس العلاقة الجيدة بين المدربين واللاعبين هو الإحترام المتبادل وتفاهم الإنشغلات لكل منهما بالإضافة إلى إستماع المدرب لإقتراحات لاعبيه.

السؤال الثالث: هل ترجعون المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية إلى؟  
الغرض من السؤال: معرفة سبب المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية.  
الجدول رقم 04: يمثل نتائج إجابات المدربين حول سبب المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
العلاقة الجيدة	01	25 %
التحفيز المعنوي	03	75 %
إجابة أخرى	00	00 %
المجموع	04	100 %



#### تحليل النتائج.

بالإطلاع على الجدول رقم 06 نجد أن 25 % من المدربين يرون أن سبب المردود الجيد للاعب أثناء الحصة التدريبية راجع إلى العلاقة الجيدة بينما يرى 75 % منهم أنه راجع إلى التحفيز المعنوي .

#### الاستنتاج.

نستنتج أن المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية راجع إلى التحفيز المعنوي للاعبين من قبل المدرب، كما أكدت ذلك 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 أيضا إلى أن إنتهاج المدرب للأسلوب القيادي يؤثر إيجابيا على مردود الفريق.

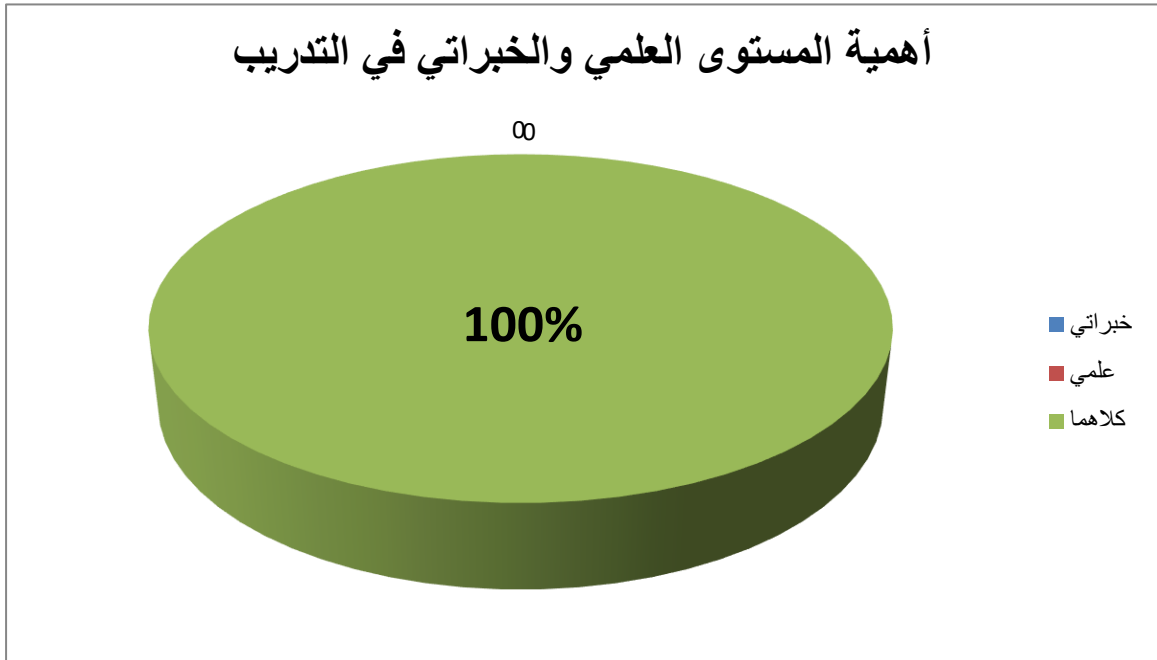
المحور الثاني: دور الكفاءة والخبرة في تحسين أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

السؤال الرابع: على أي أساس تعتمدون في تحضير تدريبات فريقكم أثناء الحصة التدريبية ؟

الغرض من السؤال: معرفة أهمية المستوى التعليمي والخبرة في عمل المدرب أثناء الحصة التدريبية.

الجدول رقم 05: يمثل نسب إجابات المدربين حول أهمية المستوى العلمي والخبراتي في تحضير تدريبات الفريق.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
خبراتي	00	%00
علمي	00	%00
كلاهما	04	%100
المجموع	04	%100



تحليل النتائج.

من خلال نتائج الجدول رقم 03 نرى أن كل المدربين أي ما نسبته 100% يرون أن المستوى العلمي والخبراتي في ميدان التدريب ضرورية لتدريب الفريق.

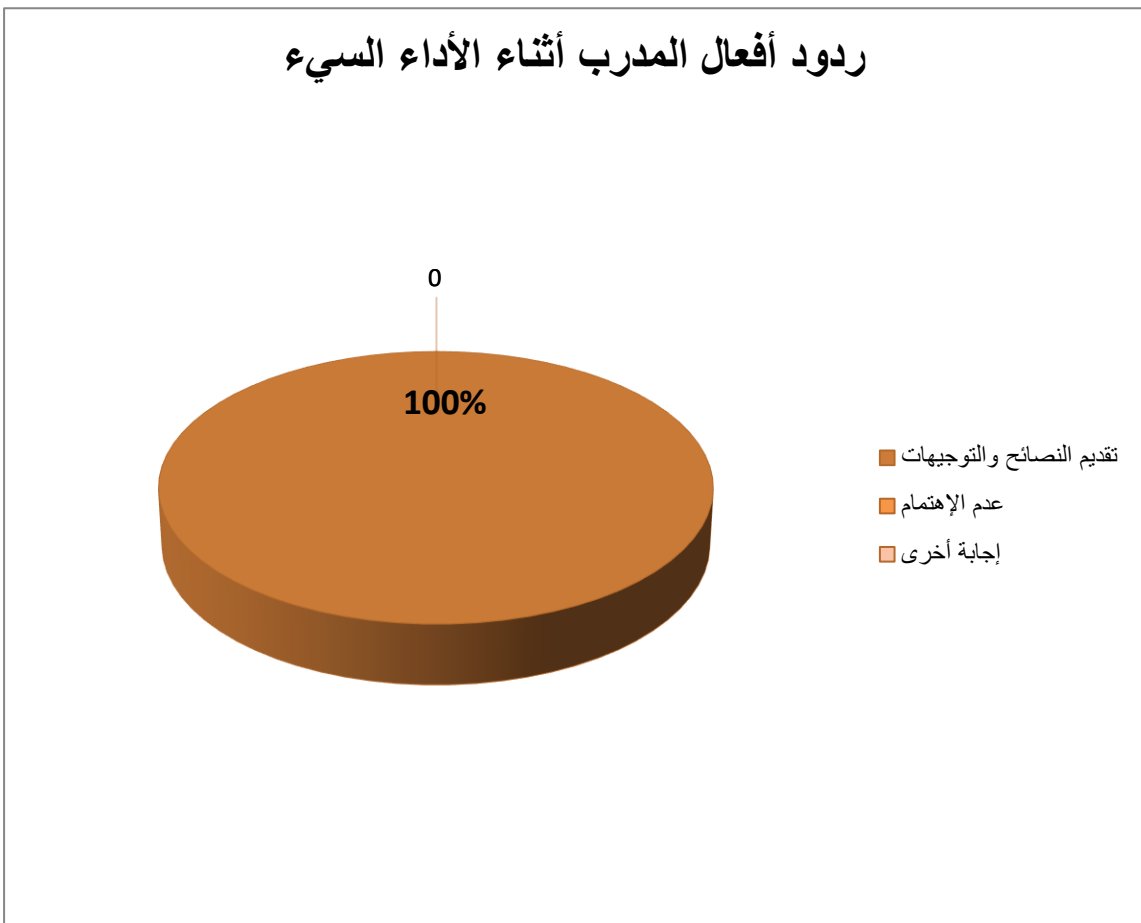
الاستنتاج.

نستنتج أن الحافز العلمي والخبراتي يؤهلان المدرب للتخلي بصفتي المربي والمسؤول وبالتالي للقيام بدوره على أحسن وجه، كما أكدت ذلك 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، كما أن خبرة المدرب تساهم بشكل كبير في مساعدة اللاعبين على تحقيق الأهداف الفردية والجماعية.

السؤال الخامس: كيف تتعاملون مع الأداء السيئ للاعبين أثناء التدريبات ؟

الغرض من السؤال: معرفة ردود أفعال المدربين إتجاه الأداء السيئ للاعبين أثناء الحصة التدريبية، الجدول رقم 06: يمثل نسب إجابات المدربين حول ردود أفعالهم إتجاه الأداء السيئ للاعبين أثناء الحصة التدريبية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
تقديم النصائح والتوجيهات	04	%100
عدم الإهتمام	00	%00
إجابة أخرى	00	%00
المجموع	04	%100



#### تحليل النتائج:

بالاطلاع على نتائج الجدول رقم 04 نلاحظ أن كل المدربين أي ما نسبته %100 يقدمون النصائح والتوجيهات للاعبين أثناء الأداء السيئ خلال التدريب.

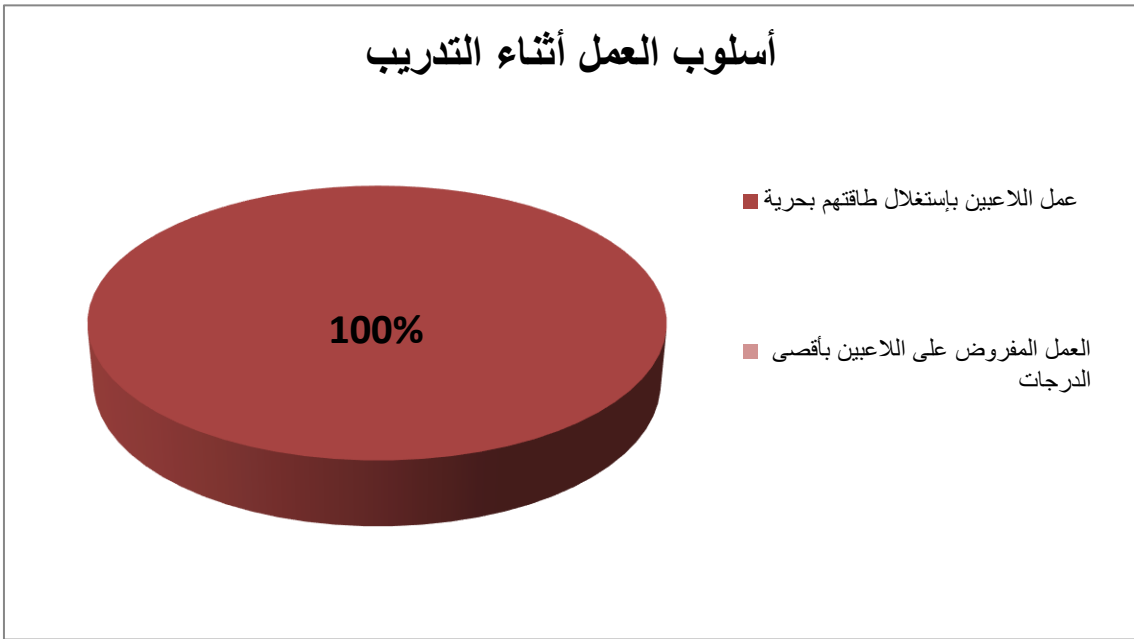
#### الاستنتاج:

نستنتج أن جميع المدربين يجدون أن في حالة الأداء السيئ للاعبين أثناء الحصة التدريبية فالطريقة المناسبة هي تقديم النصائح والتوجيهات.

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

الغرض من السؤال: معرفة أسلوب العمل الذي يتخذه المدرب أثناء التدريب.  
الجدول رقم 07: يمثل نسب نتائج إجابات المدربين حول أسلوب العمل أثناء التدريب.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
عمل اللاعبين بإستغلال طاقتهم بحرية	04	%100
العمل المفروض على اللاعبين بأقصى الدرجات	00	%100
المجموع	04	%100



#### تحليل النتائج.

بالاطلاع على نتائج الجدول رقم 07 أن جميع المدربين أي ما نسبته %100 يرون أن تحسن أداء اللاعبين يعود إلى عمل اللاعبين بإستغلال طاقتهم بحرية.

#### الاستنتاج.

نستنتج أن إعطاء الحرية في العمل أثناء التدريب يجعل اللاعب أكثر إستعداد لإبراز قدراته وإبداء الرغبة في تقديم أفضل ما يمكن.

المحور الثالث: صرامة وانضباط المدرب لها تأثير إيجابي كبير أثناء العملية التدريبية.

السؤال السابع: هل الصرامة والإنضباط أثناء الحصة التدريبية شرط حتمي لتحقيق النتائج الإيجابية ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية الصرامة والإنضباط عند المدربين كشرط أثناء الحصة التدريبية لتحقيق النتائج الإيجابية.

الجدول رقم 08: يمثل نسب إجابات المدربين فيما يخص الصرامة والإنضباط كشرط حتمي أثناء الحصة التدريبية في تحقيق النتائج الإيجابية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
نعم	04	100%
لا	00	00%
المجموع	04	100%



#### تحليل النتائج.

نلاحظ من نتائج الجدول رقم 01 أن كل المدربين أي ما نسبته 100% يعتبرون الصرامة والانضباط كشرط حتمي في تحقيق النتائج الإيجابية.

#### الاستنتاج.

نستنتج أن الصرامة والإنضباط سواء من قبل المدرب أو اللاعبين لها دور كبير في نجاح عملية التدريب وبالتالي تحقيق النتائج الإيجابية، كما أكدت ذلك دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد، قصري ناصر الدين وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 تحت عنوان "تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أواسط حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها، ضرورة الإنضباط داخل الفريق من طرف اللاعبين قصد التقدم في عملية التدريب كم توصل كذلك إلى أن الحضور المستمر للمدرب يساعد كثيرا في تطبيق برنامجه التدريبي، كما أن القرارات المفروضة من طرف المدرب على لاعبيه تساهم في نجاح عملية التدريب.

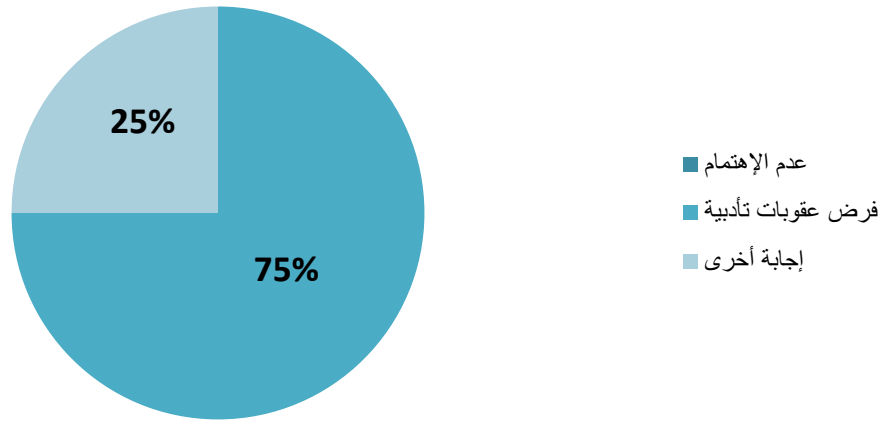
السؤال الثامن: في حالة غياب اللاعب عن الحصص التدريبية ما هي الطريقة التي ترونها مثالية للتعامل مع هذا السلوك ؟

الغرض من السؤال: معرفة كيفية تعامل المدربين مع اللاعب الغائب عن الحصص التدريبية.

الجدول رقم 09: يمثل نسب نتائج المدربين حول تعاملهم مع اللاعب الغائب عن الحصص التدريبية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
عدم الإهتمام	00	%00
فرض عقوبات تأديبية	03	%75
إجابة أخرى	01	%25
المجموع	04	%100

### تعامل المدربين مع اللاعب الغائب عن الحصص التدريبية



### تحليل النتائج.

من خلال نتائج الجدول رقم 02 نجد أن 3 من المدربين أي ما نسبته 75% متفقون على فرض عقوبات تأديبية على اللاعبين الغائبين عن الحصص التدريبية بينما 1 من المدربين أي ما نسبته 25% ضرورة تفهم اللاعبين الغائبين عن الحصص التدريبية.

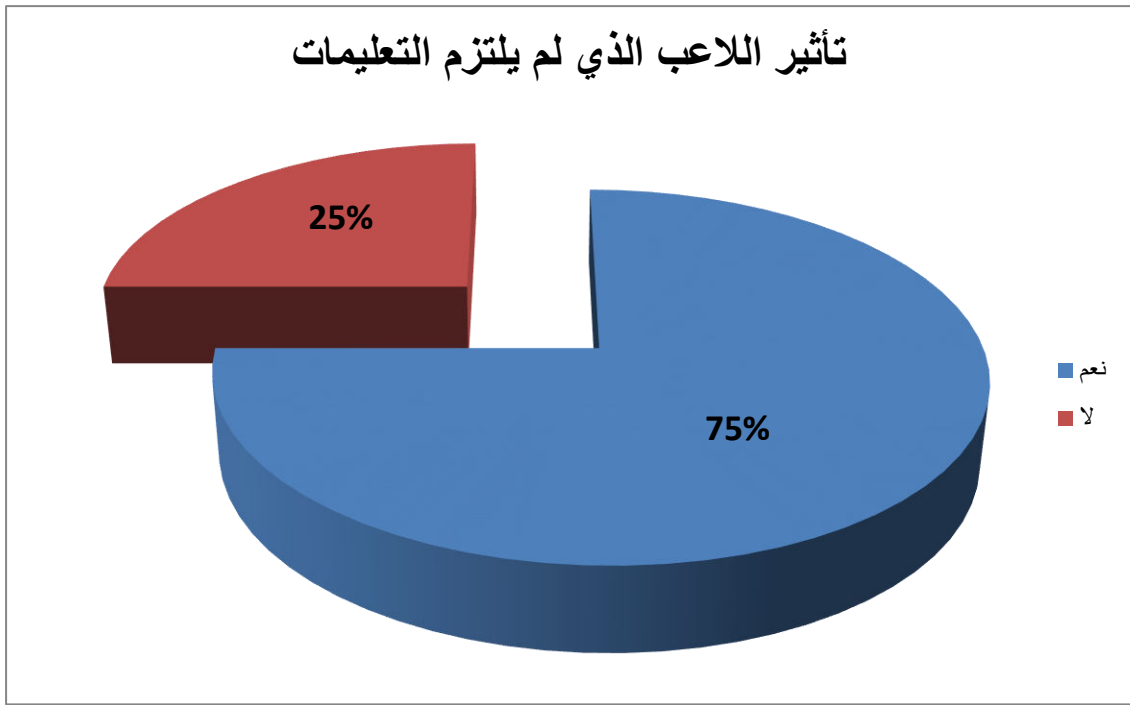
### الاستنتاج.

نستنتج أن معظم المدربين صارمين في تطبيق البرامج التدريبية مما يساهم في نجاح عملية التدريب، كما أكدت ذلك دراسة " مكتوت يوسف 2015-2016 بجامعة المسيلة والتي كانت تحت عنوان "شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها أن إنتهاج المدربين أسلوب الصرامة في التسير، وكذا التعامل مع فرض عقوبات تأديبية في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية، وكذلك تأثير عامل الغياب على نجاح عامل عملية التدريب مع المداومة والمواصلة وذلك لتحقيق وحصد نتائج إيجابية.



السؤال التاسع: هل يؤثر عليك اللاعب الذي لم يلتزم بالتعليمات أثناء التدريبات ؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير اللاعب الذي لا يلتزم بالتعليمات أثناء التدريبات على المدربين.  
الجدول رقم 10: يمثل نسب نتائج إجابات المدربين حول تأثير اللاعب الذي لم يلتزم بالتعليمات.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
نعم	03	75%
لا	01	25%
المجموع	04	100%



#### تحليل النتائج.

بالاطلاع على نتائج الجدول رقم 04 نجد أن 03 من المدربين أي ما نسبته 75 % أجابوا بنعم حيث يرون أن عدم إلتزام اللاعبين للتعليمات أثناء الحصة التدريبية له تأثير على المدرب، أما 01 من المدربين أي ما نسبته 25 % أجاب بلا أي أن اللاعب الذي لا يلتزم التعليمات أثناء الحصة التدريبية لا يؤثر على المدرب.

#### الاستنتاج.

عدم إلتزام اللاعبين للتعليمات المدرب أثناء الحصة التدريبية ليس له تأثير سلبي على هذا الأخير، كما أكدت ذلك دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد، قصري ناصر الدين وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 تحت عنوان "تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها، ضرورة الإنضباط داخل الفريق من طرف اللاعبين قصد التقدم في عملية التدريب كم توصل كذلك إلى أن الحضور المستمر للمدرب يساعد كثيرا في تطبيق برنامجه التدريبي، كما أن القرارات المفروضة من طرف المدرب على لاعبيه تساهم في نجاح عملية التدريب.

## 1-2- عرض وتحليل نتائج استبيان اللاعبين.

**المحور الأول: حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.**

السؤال العاشر: كيف ترى تصرف مدربك أثناء الحصة التدريبية ؟

الغرض من السؤال: معرفة طبيعة تصرف المدربين أثناء الحصة التدريبية.

الجدول رقم 11: يمثل نسب إجابات اللاعبين فيما يخص طبيعة تصرف المدربين أثناء الحصة التدريبية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
صارم	34	85 %
متساهل	00	00 %
معتدل	06	15 %
متقلب	00	00 %
المجموع	40	100 %

### طبيعة تصرف المدربين أثناء الحصة التدريبية



### تحليل النتائج.

من خلال نتائج الجدول رقم 01 نجد أن 85 % من اللاعبين يرون أن المدرب صارم في تصرفه أثناء العملية التدريبية، و 15 % منهم يرون أن تصرف المدرب معتدل أثناء العملية التدريبية.

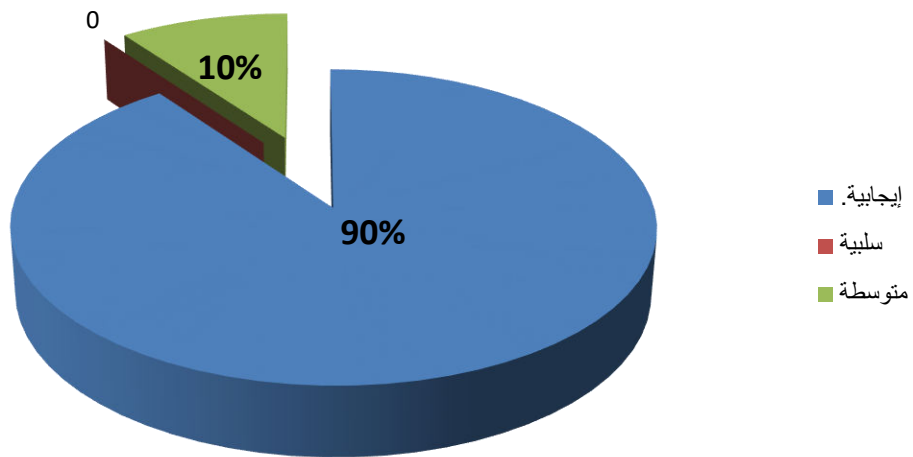
### الاستنتاج.

نستنتج أن صرامة المدرب عامل مهم في شخصية المدرب والتي من خلالها يفرض نوع من الجدية في العمل كما أكدت ذلك دراسة الدكتور Cruellas.p سنة 2004 حول العلاقة بين شخصية المدرب ونجاحه في أداء مهامه حيث تطرق فيها إلى شخصية المدرب الرياضي والتي تتميز بمجموعة من السمات من أهمها الصرامة، التساهل، الإعتدالية، القيادية ومدى تأثير هذه السمات على الإنجاز والأداء الرياضي للاعبين وكانت من أهم النتائج المحصل عليها أن الصرامة 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 أثناء التدريب وخلال المنافسة.

السؤال الحادي عشر: كيف تتظر لعلاقة زملائك مع مدربك؟  
الغرض من السؤال: معرفة طبيعة العلاقة بين المدرب واللاعبين.  
الجدول رقم 12: يمثل نسب إجابات اللاعبين فيما يخص نظرتهم حول علاقتهم مع المدرب.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
إيجابية	36	90 %
سلبية	00	00 %
متوسطة	04	10 %
المجموع	40	100%

### اللاعبين فيما يخص نظرتهم حول علاقتهم مع المدرب



### تحليل النتائج.

بالاطلاع على نتائج الجدول رقم 03 نجد أن 90 % من اللاعبين علاقتهم إيجابية بالمدرين و 10 % الآخرين علاقتهم متوسطة بالمدر.

### الاستنتاج.

نستنتج أن العلاقة القائمة بين اللاعبين والمدرين تكون إيجابية بشكل كبير، وقليل من اللاعبين ما تكون علاقتهم متوسطة بالمدرين، كما أكدت ذلك 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 أيضا إلى أن إنتهاج المدرب للأسلوب القيادي يؤثر إيجابيا على مردود الفريق.

المحور الثاني: دور الكفاءة والخبرة في تحسين أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

السؤال الثاني عشر: هل ترى أن تدخل المدرب بخبرته أدت إلى كسب وريج المقابلات؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان لخبرة المدرب دور في كسب وريج المقابلات.

الجدول رقم 13: يمثل نسب إجابات اللاعبين فيما يخص دور خبرة المدرب في كسب وريج المقابلات من عدمه.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
نعم	40	% 100
لا	00	% 00
المجموع	40	% 100



تحليل النتائج.

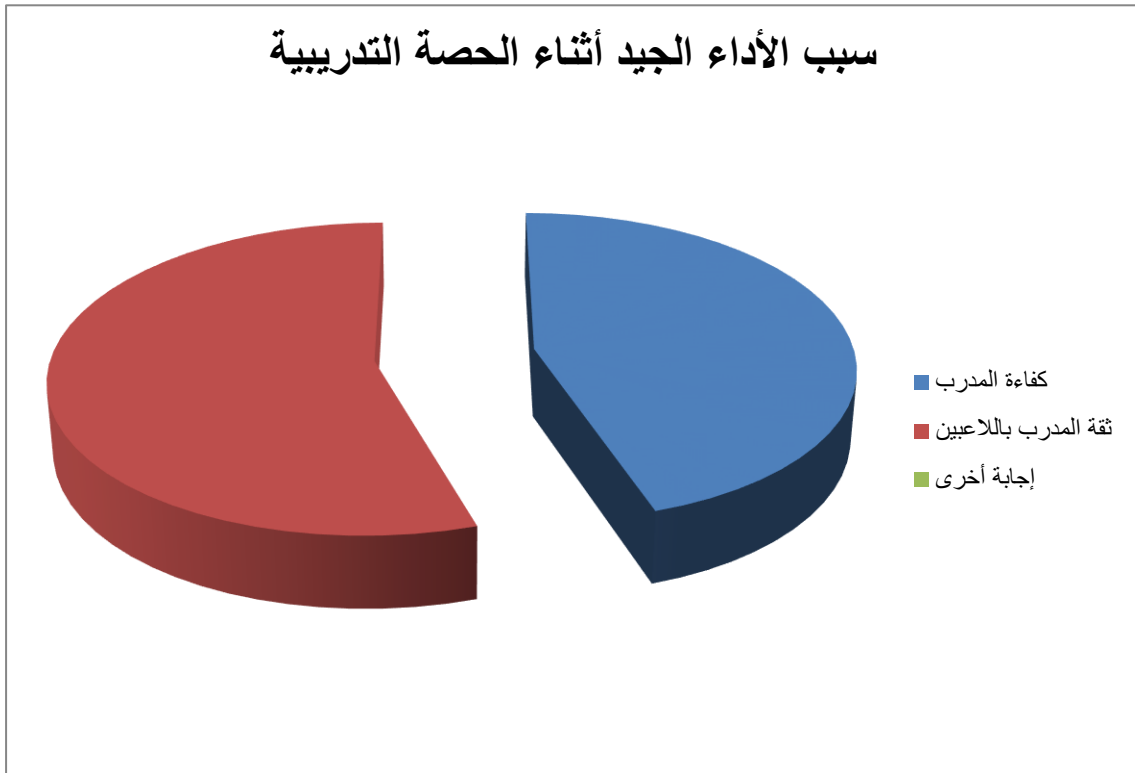
من نتائج الجدول رقم 100 نجد % 100 من اللاعبين يرون أن تدخل المدرب بخبرته أدت إلى ربح المقابلات.

الاستنتاج.

نستنتج أنه يجب أن تكون للمدرب خبرة كبيرة تمكنه من تحقيق النتائج الإيجابية، كما أكدت ذلك 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، كما أن خبرة المدرب تساهم بشكل كبير في مساعدة اللاعبين على تحقيق الأهداف الفردية والجماعية.

السؤال الثالث عشر: إلى ماذا ترجعون الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية؟  
الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعب حول سبب الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية.  
الجدول رقم 14: يمثل نسب إجابات اللاعبين حول سبب الأداء الجيد أثناء الحصة التدريبية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
كفاءة المدرب	18	45 %
ثقة المدرب باللاعبين	22	55 %
إجابة أخرى	00	00 %
المجموع	40	100 %



#### تحليل النتائج.

من نتائج الجدول رقم 03 نجد 55 % من اللاعبين يرون ثقة المدرب باللاعبين سبب للنتائج الجيدة، في حين نجد 45 % من اللاعبين يرجعونها إلى كفاءته.

#### الاستنتاج.

نستنتج أن نجاح عملية التدريب تتطلب كفاءة المدرب بالإضافة إلى قدرته على زرع الثقة في اللاعبين في جميع الظروف، كما أكدت ذلك 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، كما أن خبرة المدرب تساهم بشكل كبير في مساعدة اللاعبين على تحقيق الأهداف الفردية والجماعية.

السؤال الرابع عشر: هل التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة؟  
الغرض من السؤال: توضيح العلاقة بين التمارين التي يقدمها المدرب وهدف الحصة.  
الجدول رقم 15: يمثل العلاقة بين التمارين التي يقدمها المدرب وهدف الحصة.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
نعم	40	100%
لا	00	00%
المجموع	40	100%



#### تحليل النتائج.

نلاحظ من نتائج الجدول رقم 07 أن كل اللاعبين أي ما نسبته 100% يرون أن التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة.

#### الاستنتاج.

نستنتج أن المدربين أثناء العملية التدريبية يحاولون تقديم تمارين فعالة لبلوغ هدف الحصة.

المحور الثالث: صرامة وانضباط المدرب لها تأثير إيجابي كبير أثناء العملية التدريبية.

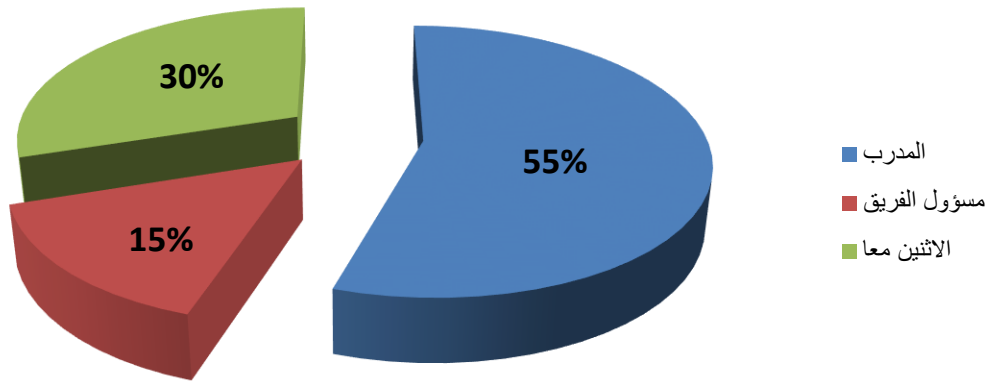
السؤال الخامس عشر: من ترونه أهلا لفرض الانضباط داخل الفريق؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعب لمن تعود مسؤولية فرض الانضباط داخل الفريق.

الجدول رقم 16: يمثل نسب نتائج اللاعبين حول من يحق له فرض الانضباط داخل الفريق.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
المدرّب	22	55 %
مسؤول الفريق	6	15 %
الاثنين معا	12	30 %
المجموع	40	100 %

من يحق له فرض الانضباط داخل الفريق



تحليل النتائج.

نلاحظ من نتائج الجدول رقم 02 أن 55 % من اللاعبين ينسبون المسؤولية للمدربين ومنهم 15 % من يردّها لمسؤول الفريق، والبقية الأخرى أي ما نسبته 30 % يرون أن المسؤولية يتحملها كل من المدرب ومسؤول الفريق.

الاستنتاج.

نستنتج أن المسؤولية في الفريق يتحملها المدرب، كما أكدت ذلك دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد، قصري ناصر الدين وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 تحت عنوان "تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أوسط حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها، ضرورة الإنضباط داخل الفريق من طرف اللاعبين قصد التقدم في عملية التدريب كم توصل كذلك إلى أن الحضور المستمر للمدرب يساعد كثيرا في تطبيق برنامجه التدريبي، كما أن القرارات المفروضة من طرف المدرب على لاعبيه تساهم في نجاح عملية التدريب.

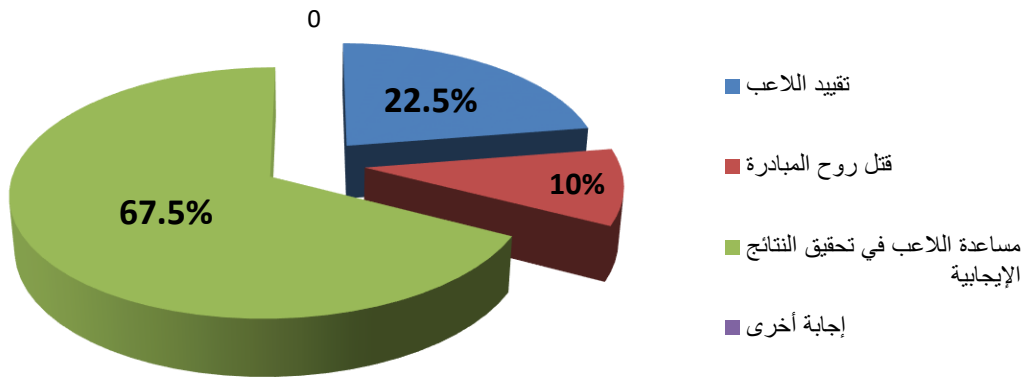
السؤال السادس عشر: عندما يجبر المدرب اللاعبين على تنفيذ الأوامر ماذا تعتبرونه؟

الغرض من السؤال: معرفة رأي اللاعب تجاه المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر.

الجدول رقم 17: يمثل نسب نتائج اللاعبين في ما يخص تجاه المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
تقييد اللاعب	09	22.5%
قتل روح المبادرة	04	10%
مساعدة اللاعب في تحقيق النتائج الإيجابية	27	67.5%
إجابة أخرى	00	00%
المجموع	40	100%

### المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر



### تحليل النتائج.

من نتائج الجدول 03 نجد أن 22.5% من اللاعبين من يرون أن المدرب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ أوامره هو تقييد للاعب، و 10% منهم يرونه أنه قتل لروح المبادرة أما البقية الأخرى أي ما نسبته 67.5% يرونه عبارة عن مساعدة للاعب لتحقيق النتائج الإيجابية.

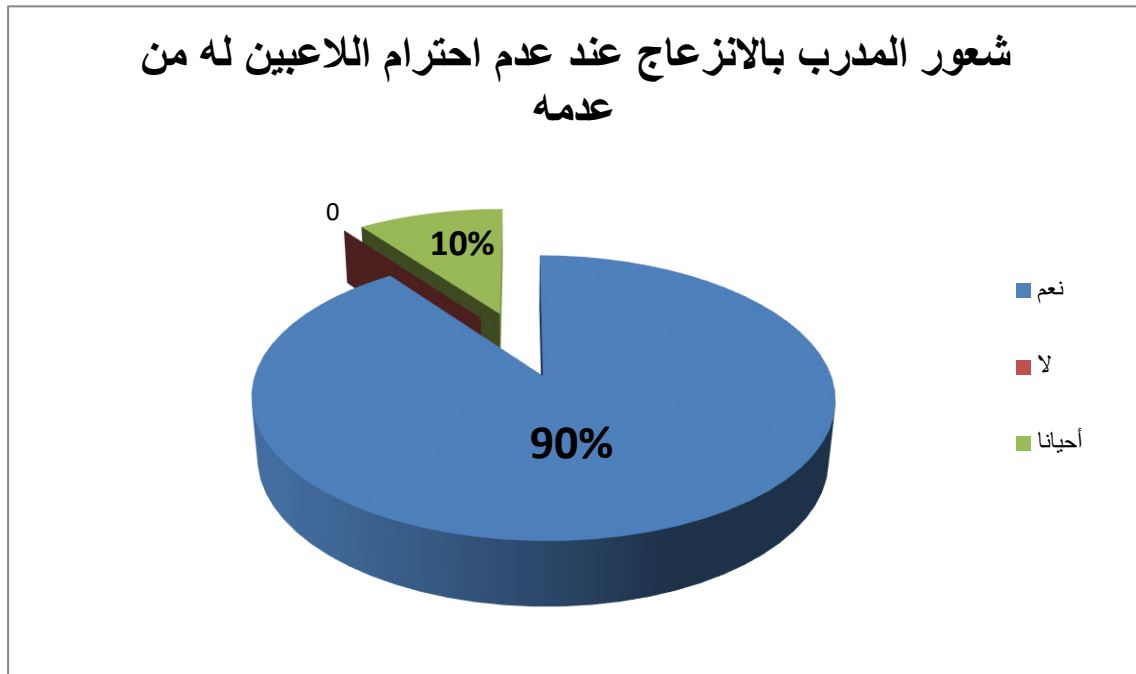
### الاستنتاج.

نستنتج أن أغلبية اللاعبين يعتبرون إجبارية تنفيذ أوامر المدرب له أثر إيجابي على أداء الفريق أثناء الحصص التدريبية، كما أكدت ذلك دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد، قصري ناصر الدين وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 تحت عنوان "تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم صنف أواسط حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها، ضرورة الإنضباط داخل الفريق من طرف اللاعبين قصد التقدم في عملية التدريب كم توصل كذلك إلى أن الحضور المستمر للمدرب يساعد كثيرا في تطبيق برنامجه التدريبي، كما أن القرارات المفروضة من طرف المدرب على لاعبيه تساهم في نجاح عملية التدريب.



السؤال السابع عشر: هل يشعر المدرب بالانزعاج نتيجة عدم احترام اللاعبين له؟  
الغرض من السؤال: معرفة مدى شعور المدرب بالانزعاج عند عدم احترام اللاعبين له.  
الجدول رقم 18: يمثل نسب نتائج اللاعبين حول شعور المدرب بالانزعاج عند عدم احترام اللاعبين له من عدمه.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
نعم	36	90 %
لا	00	00 %
أحيانا	04	10 %
المجموع	40	100 %



#### تحليل النتائج.

بالاطلاع على الجدول نجد أن 90 % من اللاعبين يلاحظون انزعاج من المدرب جراء عدم الاحترام من طرف اللاعبين له، في حين نجد 10 % من اللاعبين الآخرين يلاحظونه أحيانا فقط.

#### الاستنتاج.

نستنتج أن عدم احترام اللاعبين لقرارات المدرب أثناء الحصة التدريبية يسبب له الانزعاج، كما أكدت ذلك دراسة مكتوت يوسف 2015-2016 بجامعة المسيلة والتي كانت تحت عنوان "شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها أن إنتهاج المدربين أسلوب الصرامة في التسيير، وكذا التعامل مع فرض عقوبات تأديبية في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية، وكذلك تأثير عامل الغياب على نجاح عامل عملية التدريب مع المداومة والمواصلة وذلك لتحقيق وحصد نتائج إيجابية.

## 2- مناقشة الفرضيات في ظل النتائج.

### 2-1- الفرضية الأولى.

تنص الفرضية الجزئية الأولى على أن حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن أغلبية المدربين كانت نتائج إجاباتهم تنص في اتجاه الفرضية الموضوعية حيث تبين لنا أن ما نسبته 75 % من المدربين يتصرفون بصرامة مع اللاعبين أثناء الحصة التدريبية وهذا راجع إلى نمط المدرب المسيطر (الصارم) وهذا ما يتضح لنا في الفصل الثاني " المدرب الرياضي" عنصر المدرب المسيطر حيث يتميز هذا الأسلوب باستخدام المدرب لسلطته لأبعد مدى بالإضافة إلى سلوك العنف والصلابة، كما وجدنا أيضا أن ما نسبته 75 % من المدربين يفتحون المجال لتبادل الآراء مع اللاعبين وهذا ما يدل على العلاقة الجيدة بين المدرب واللاعبين ويتضح هذا جليا في الفصل الثاني "المدرب الرياضي" في عنصر "المدرب الديمقراطي" حيث من خصائصه الإستماع والسعي لتبادل الأفكار والآراء مع اللاعبين كما وجدنا أيضا أن ما نسبته 75 % من المدربين يرون أن المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية راجع إلى التحفيز المعنوي، من قبل المدرب وهذا ما يتأكد لنا في الفصل الثاني من خلال عنصر "المدرب في مجال التوجيه والإرشاد النفسي" من خلال الفقرة " للمدرب القدرة على التعبئة النفسية الجيدة للاعبين أثناء التدريب وقبل المنافسة".

من خلال النتائج المحصل عليها نجد أن أغلبية اللاعبين كانت نتائج إجاباتهم تنص في اتجاه صحة الفرضية الأولى، حيث تبين أن ما نسبته 85 % من اللاعبين يرون أن المدرب صارم في تصرفاته أثناء العملية التدريبية وهذا ما سبق توضيحه في إجابات المدربين السابقة الذكر.

كما وجدنا أيضا أن ما نسبته 90 % من اللاعبين علاقتهم إيجابية مع المدربين وهذا ما يتضح لنا في الفصل الثاني في عنصر شخصية المدرب وتأثيره على الفريق، كما أن الساعات العديدة التي يقضيها المدرب مع اللاعبين توجي بالتأثير المحتمل على تنمية اللاعبين، وتنمية اللاعبين تتأثر تأثيرا كبيرا بشعورهم تجاه مدربيهم مثل الولاء والإعجاب فاللاعب يتأثر بمداركة الحسية (سلبية - ايجابية) وهي في النشاط الممارس.

كل النتائج السابقة الذكر تتوافق مع صحة الفرضية الأولى الموضوعية وما يزيد من تأكدها هو نتائج الدراسات السابقة والتي تناولت هذا الموضوع.

ومن الدراسات التي تناولت هذا الموضوع دراسة الطالب "بلال بن ضيف الله" سنة 2013-2014 بالجامعة الجزائرية وكانت أهم النتائج التي وصل إليها أن أساس العلاقة الجيدة بين المدربين واللاعبين هو الإحترام المتبادل وتفاهم الإنشغلات 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 لأسلوب التشجيع والتحفيز أثناء التدريبات يدعم اللاعبين نفسيا على بذل مجهود أكبر وكذلك ثقة المدرب باللاعبين يحفزهم على المثابرة والإجتهد أثناء الحصة التدريبية.

من الدراسات أيضا 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 أيضا إلى أن إنتهاج المدرب للأسلوب القيادي يؤثر إيجابيا على مردود الفريق.

كما يمكننا دعم صحة الفرضية من خلال دراسة الدكتور Cruellas.p سنة 2004 حول العلاقة بين شخصية 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، القيادية 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 أثناء التدريب وخلال المنافسة.

من خلال النتائج المتحصل عليها من الأجوبة المتعلقة بالأسئلة الخاصة بالمحور الأول حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين فإننا توصلنا إلى تأكيد الفرضية الأولى التي مفادها حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية 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 في الحصص التدريبية.

## 2-2- الفرضية الثانية.

تنص الفرضية الجزئية الثانية على " كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن أغلبية المدربين كانت نتائج إجاباتهم تصب في إتجاه الفرضية الموضوعية، وقد تبين أيضا أن ما نسبته 100 % من المدربين يرون أن ضرورة إمتلاك كل من الشهادة والخبرة في ميدان التدريب من أجل التأثير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية، ويتضح ذلك في الفصل الثاني "المدرب الرياضي" عنصر المدرب علمي خبراتي في الفقرة "وهو المدرب المؤهل تأهيلا عاليا في تخصص التدريب الرياضي بالإضافة إلى كونه لاعبا على مستوى عالي في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه وهو الذي يجمع بين مزايا علمي- نظري وبين نمط خبراتي-علمي والذي يستطيع إستثمار قدراته العلمية التطبيقية مع للوصول إلى النمط الأفضل وهو علمي- خبراتي" وما يدعم الفرضية أيضا أن ما نسبته 100 % من المدربين يقدمون النصائح والتوجيهات للاعبين أثناء الأداء السيئ خلال التدريب ويتضح هذا في الفصل الثاني عنصر "المدرب الموجه" في الفقرة "الميل إلى تقديم النصح والإرشاد والتوجيه للاعبين بدرجة كبيرة ومساعدة اللاعبين ورعايتهم وتشجيعهم في جميع الظروف" ، كما تبين لنا أن ما نسبته 100 % من المدربين يرون بأن تحسن أداء اللاعبين يعود إلى عمل اللاعبين باستغلال طاقاتهم بحرية وهذا ما يتضح لنا في الفصل الثاني "المدرب الرياضي" في عنصر واقعية المستوى في الفقرة إن المدرب الناجح يتميز بالدافعية نحو المستويات الرياضية العالية ونتيجة لذلك يسعى لدفع لاعبيه وتوجيههم لتحقيق أعلى مستوى ممكن.

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن أغلبية اللاعبين كانت نتائج إيجاباتهم تصب في إتجاه الفرضية الموضوعية، فقد تبين أن ما نسبته 100 % من اللاعبين يرون أن تدخل المدرب بخبرته وكفاءته أدت إلى ربح المقابلات وهذا ما يتضح لنا جليا في الجانب النظري الفصل الثاني "المدرّب الرياضي" عنصر المدرب الخططي في الفقرة ومن أهم الجوانب ومميزات المدرب الخططي يسعى جاهدا لوضع بعض الخطط المضادة لخطط المنافسين إضافة إلى اجتهاده في وضع خطط جديدة وتدخلات جيدة في تغيير النتائج وتحقيق الريح في المقابلات، كما نجد في إطار صحة الفرضية ما نسبته 55 % من اللاعبين يرون بأن ثقة المدرب باللعبين هي سبب للنتائج الإيجابية، ويتضح هذا في الفصل الثاني في عنصر أهمية شخصية المدرب في بناء الثقة للاعبين في الفقرة "أثبتت الدراسات والبحوث أن التوقعات الإيجابية وثقة المدربين في اللاعبين تحسن دوما في أدائهم.

في المقابل عندما يدرك اللاعب انخفاض التوقعات الإيجابية للمدرّب نحوهم فإن ذلك ينقص من ثقته في النفس ويؤثر سلبا على مستوى أدائهم لذلك يجب على المدرب استخدام التغذية الراجعة من أجل شعور اللاعبين بمزيد من الثقة في نفوسهم، وبالتالي تحقيق النتائج الجيدة، كما وجدنا أن ما نسبته 100 % من اللاعبين يقولون بأن التمارين المقدمة من طرف المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة، حيث يتضح ذلك جليا في الفصل الثاني في عنصر الصفات المهنية للمدرّب في الفقرة حيث أن المدرّب الناجح هو الذي يتمتع بقدر عالي من التأهيل المهني في مجال التدريب" في حين وجدنا أيضا أن ما نسبته 65 % من اللاعبين يجدون أن التوجيهات التي يقدمها المدرب أثناء الحصة التدريبية لها فائدة أثناء المنافسات وهذا ما يتضح جليا في الفصل الثاني في عنصر طبيعة ودور المدرّب الرياضي في الفقرة واجبات المدرّب لا تقتصر على الملعب أو الصالة أو حوض السباحة فقط، بل تعتمد على عمليات أخرى متممة مثل التوجيهات والإرشاد النفسي خلال العملية التدريبية"

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 المدرّب تجعله يثق في اللاعبين وبالتالي تحسين الأداء أثناء المباريات، كما أن خبرة المدرّب تساهم بشكل كبير في مساعدة اللاعبين على تحقيق الأهداف الفردية والجماعية.

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

2-3- الفرضية الثالثة.

محتواها "صرامة وإنضباط المدرب لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية. من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن أغلبية المدربين كانت نتائج إجاباتهم تصب في اتجاه الفرضية الموضوعية، فقد تبين أن ما نسبته 100 % من المدربين يعتبرون أن الصرامة والإنضباط شرط حتمي في تحقيق النتائج الإيجابية وهذا ما يتضح لنا من خلال دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد وقصري ناصر الدين ومسعودي العربي سنة 2008-2009 بالجزائر العاصمة حيث خلصت بالنتيجة التالية "الصرامة والإنضباط أثناء تطبيق البرامج التدريبية قصد الإرتقاء بمستوى الفريق يؤدي إلى تحقيق النتائج الإيجابية".

وما يزيد من تأكيد الفرضية هو أن ما نسبته 75 % من المدربين متفقون على فرض العقوبات التأديبية على اللاعبين الغائبين عن الحصص التدريبية وهذا ما نجده في الفصل الثاني "المدرّب الرياضي" في عنصر الصفات الشخصية للمدرّب في الفقرة "المدرّب الناجح لا يخشى نقد اللاعب في الوقت المناسب إذ أن طبيعة عمل المدرّب تتطلب ضرورة ممارسة النقد في الحالات الضرورية التي تتطلب إيقاع بعض العقوبات أو حرمان اللاعب، كما نجد أن ما نسبته 75 % من المدربين يرون بأن عدم إلّزام اللاعبين للتعليمات أثناء الحصص التدريبية لها تأثير عليه وهذا ما يسببه الإختلال في العلاقة ما بين المدرّب واللاعبين المتغيّبين عن الحصص التدريبية وهذا ما ينعكس سلبا على الفريق ككل، وبالتالي هنا يظهر دور المدرّب في ضبط النفسية وإيجاد الحلول المناسبة لمثل هذه المشكلات وهذا ما يظهر جليا في الفصل الثاني "المدرّب الرياضي" في عنصر أهمية شخصية المدرّب في دراسة وحل المشكلات المطروحة.

من خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن أغلبية اللاعبين كانت نتائج إجاباتهم تصب في اتجاه فرضيتنا، فقد تبين لنا أيضا أن ما نسبته 55 % يرون أن المدرّب هو المسؤول الوحيد المختص في إتخاذ القرارات في الفريق وهذا ما نجده في الفصل الثاني "المدرّب الرياضي" عنصر السمات الشخصية للمدرّب الرياضي وذلك من خلال إمتلاك المدرّب للشخصية القادرة على إتخاذ القرارات القوية التي يمكن الإعتماد عليها في المواقف الصعبة، وتبين لنا أيضا من خلال إجابات اللاعبين أن ما نسبته 67.5 % يرون بأن المدرّب الذي يجبر اللاعبين على تنفيذ الأوامر هو مساعدة لهم في تحقيق النتائج الإيجابية وهذا ما نجده في الفصل الثاني "المدرّب الرياضي" في عنصر العمليات القيادية التطبيقية الميدانية في الفقرة "للقيادة وظيفة إجتماعية يقوم بها القائد للمساعدة في تحقيق أهداف الجماعة"، وأخيرا وفي إطار الفرضية الثانية وجدنا أن ما نسبته 52.5 % من اللاعبين يرون أن تأكيد المدرّب على ما يجب القيام به في التدريب هو مساعدة للفريق من أجل الخروج بنتائج إيجابية، كفاءته التدريبية، صرامة المدرّب 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.

كل النتائج السابقة تتوافق مع صحة الفرضية الموضوعية وما يزيد من تأكيد هذه الفرضية نتائج الدراسات السابقة والتي تناولت هذا الموضوع والتي من بينها دراسة الطلبة بوزيدي عبد الحميد، قصري ناصر الدين وكذلك مسعودي العربي 2008-2009 تحت عنوان "تأثير شخصية المدرّب على أداء لاعبي كرة القدم

صنف أواسط حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها، ضرورة الإنضباط داخل الفريق من طرف اللاعبين قصد التقدم في عملية التدريب كم توصل كذلك إلى أن الحضور المستمر للمدرب يساعد كثيرا في تطبيق برنامجه التدريبي، كما أن القرارات المفروضة من طرف المدرب على لاعبيه تساهم في نجاح عملية التدريب.

ومن الدراسات أيضا التي تؤيد صحة الفرضية دراسة " مكتوت يوسف 2015-2016 بجامعة المسيلة والتي كانت تحت عنوان "شخصية المدرب وأثرها على أداء الفريق أثناء مباراة كرة الطائرة حيث كانت أهم النتائج التي توصلوا إليها أن إنتهاج المدربين أسلوب الصرامة في التسيير، وكذا التعامل مع فرض عقوبات تأديبية في حالة غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية، وكذلك تأثير عامل الغياب على نجاح عامل عملية التدريب مع المداومة والمواصلة وذلك لتحقيق وحصد نتائج إيجابية.

بعد فرز وتحليل النتائج المحصل عليها من أجوبة الأسئلة الخاصة بال محور الثالث فرض الصرامة والانضباط أثناء العملية التدريبية فإننا توصلنا إلى تأكيد الفرضية الثالث والتي مفادها لصرامة وانضباط المدرب تأثير إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية، وهذا ما أكده صرامة وانضباط اللاعبين وقدرة المدرب على فرض الانضباط وذلك بفرض عقوبات تأديبية لحالات الغياب وهذا ما يدل على دور الصرامة في تحقيق النتائج الجيدة.

بعد إثبات الفرضيات الثلاث الجزئية والتي من خلالها تم إثبات صحة فرضيتنا العامة والتي مفادها أن شخصية المدرب تؤثر بشكل إيجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية أي كلما كان تأثير شخصية المدرب إيجابيا كلما كان تحسن أداء اللاعبين كثيرا، وكلما كان التأثير سلبي كان هناك تردي في الأداء وضعف في النتائج، من خلال بحثنا تبين لنا أن للمدرب أهمية كبيرة في بناء العلاقات الجيدة بينه وبين لاعبيه للتفاهم والتشاور وفرض الصرامة والانضباط داخل الفريق لخلق جو من المسؤولية وتوظيف خبرته وكفاءته لتحقيق نتائج جيدة وبالتالي تحسن في الأداء وفي ما يلي أهم النقاط التي توصلنا إليها من خلال بحثنا.

- أساس العلاقة الحسنة بين المدرب واللاعبين هو الاحترام المتبادل المتمثل في تفهم الانشغالات لكل منهما واستماع المدرب إلى اقتراحات لاعبيه.

- تحسين التواصل بين المدرب واللاعبين متعلق بشكل كبير بأهمية تبادل الآراء فيم بينهم بشكل إيجابي.

- الصرامة والانضباط بمثابة مفتاح النجاح للمدرب في عمله التدريبي وتحقيق النتائج الحسنة بالنسبة للاعبين.

- احترام اللاعبين لقرارات المدرب تساهم بشكل كبير في تحسين أدائهم الرياضي.

- إن لتقديم النصائح للاعبين أثناء الحصص التدريبية يساعد بشكل كبير على تحقيق الفوز أثناء المنافسات.

- شعور اللاعبين بالراحة أثناء الحصة التدريبية شيء ضروري بالنسبة للمدرب من أجل تحسين الأداء.

- غياب اللاعبين عن الحصص التدريبية يؤثر سلبي على حسن الأداء.

- أن القرارات المفروضة من جانب المدرب ما هي إلا عنصر من العناصر التدريبية التي تساهم في تحسين الأداء.

- المستوى الخبراتي والعلمي للمدرب يطور من العملية التدريبية.

ومن كل هذا يمكن القول أن الفرضية العامة محققة ومؤكدة.

### 3- الإستنتاج العام.

- من خلال ملاحظة وتحليل النتائج للإستبيانات وانطلاقا من استنتاجات المحاور الثلاث، بالنسبة للاعبين والمدربين، يتبين لنا بوضوح أثر شخصية المدرب على أداء اللاعبين في كرة القدم لدى اللاعبين الأكبر حيث:
- حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.
- 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.

من خلال النتائج المتحصل عليها من الأجوبة المتعلقة بالأسئلة الخاصة بالمحور الأول حسن العلاقة بين المدرب وبين اللاعبين فإننا توصلنا إلى تأكيد الفرضية الأولى التي مفادها حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير ايجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية وهذا يتجلى في استماع المدرب للاعبيه وتبادل الآراء بشكل ايجابي معهم وكذا تقبل انتقاداتهم وتدخلاتهم، وهذا يدل على العلاقة الممتازة التي تربط المدرب بلاعبيه وهذا ما رجع بالإيجاب على تحسن الأداء في الحصص التدريبية.

من بين المتطلبات التي ينبغي أن تكون حاضرة عند أي مدرب ومتصلة أساسا به هي الخبرة والكفاءة ودورهما في تطوير أداء اللاعبين توصلنا إلى تأكيد الفرضية الثانية والتي مفادها كفاءة وخبرة المدرب لها تأثير ايجابي كبير على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية وذلك يتجلى في تركيز المدرب على التحضير البدني والنفسي وكذا التقني والتكتيكي واستعماله أيضا أسلوب التحفيز والتشجيع لما له من أثر ايجابي على اللاعبين، واتسامه بالحالة الجيدة أثناء عملية التدريب وتقديمه للنصائح والتوجيهات على الأداء السيئ للاعبين. إضافة إلى تحسين العلاقة بينه وبين اللاعبين، والخبرة والكفاءة من السمات الشخصية للمدرب فرض الانضباط والصرامة والجد أثناء تطبيق البرامج التدريبية، قصد الارتقاء بمستوى الفريق للوصول إلى الأعلى في جميع النواحي الفنية والمهارية كل هذه الأمور لا يستطيع أن يجسدها ميدانيا إلا فئة معينة من المدربين. أخيرا نستنتج الأثر الكبير الذي تلعبه شخصية المدرب على أداء اللاعبين في كرة القدم والتي لها الأثر والدور البالغ الأهمية لدى فئة الأكبر.

4- الإقتراحات والتوصيات.

- ضرورة إلمام المدرب بطريقة التعامل والتواصل مع اللاعبين حيث أن لكل لاعب شخصية وثقافة تميزه عن الآخرين.
- إعطاء أهمية بالغة لكل من سمتي الشجاعة واتخاذ القرار والإبداع وفرض الانضباط لمدى تأثيرها على أداء ومردود اللاعب.
- الاطلاع المستمر على ما هو جديد في مجال الاختصاص.
- يجب على المدرب أن تكون علاقته بلاعبيه جيدة مبنية على أساس الاحترام المتبادل والإيجابية في التعامل.
- يجب أن تكون القرارات المفروضة من طرف المدرب أثناء الحصص التدريبية تساعد اللاعب في تحقيق النتائج الايجابية.



خاتمة

### خاتمة.

الحمد لله الذي تتم بنعمه الصالحات، وبعد وقت وجهد أكملنا بفضل الله هذا العمل المتواضع حيث خلصنا في النهاية إلى ما يلي:

يجب على المدرب مراعات شخصية اللاعبين كي يضمن شعورهم بالرضى، وبالتالي الرفع من أداء الفريق فلا تكون نظرة المدرب لمهامه نظرة وظيفية مقتصرة على جوانب تدريبية وتنظيمية يجب القيام بها من خلال توزيع الواجبات على أفراد الفريق، بل يجب أن يراعي خصوصيات الموقف التي تحدد نجاعته في عمله فتحسين الأداء يتولد من انتهاج المدرب أسلوب قيادي يتوافق مع رغبات اللاعب، من خلال اقتراحات وإبداء الرأي خلال التدريب والذي يرفع من درجة تعاونهم وتضامنهم، لذا فعلى المدرب أن ينتهج أسلوب علمي خبراتي يتماشى مع حاجيات الذهنية والبدنية والاجتماعية كما عليه محاولة تكوين المجموعة قبل الفريق الرياضي لأنه إذا تمكن من ذلك فإن تلك المجموعة هي التي تضمن الأداء الجيد.

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

وبما أن اللاعبين والمدربين يجب أن تربط بينهم علاقة خاصة ومميزة ذات احترام متبادل على أساس تبادل الآراء لأن نجاح هذه النقاط هو نجاح للعلاقة ونجاح للمدرب واللاعب على حد سواء وبالتالي نجاح الفريق.

وفي نهاية الدراسة تأكد لنا مدى صحة الفرضيات الثلاثة المقترحة لحل الإشكال الذي فرض نفسه وجاء كل ذلك بالترج والتحكم المرتكز على استخدام أنجع الطرق والمناهج العلمية.

# قائمة المراجع

### أولاً: الكتب

- 01- أحمد أمين فوزي، مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، مدينة نصر.
- 02- أحمد عبد اللطيف أبو السعد، علم نفس الشخصية، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، الأردن، 2010.
- 03- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، التدريب الرياضي(الأسس الفسيولوجية)، دار الفكر العربي للطبع والنشر، الطبعة الأولى، مدينة نصر، مصر، 1997.
- 04- أمر الله البساطي، أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1998.
- 05- أسامة كامل راتب، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مدينة نصر، 2004.
- 06- أحمد عربي عودة، كرة اليد والعناصر الأساسية، إدارة المطبوعات والنشر، جامعة الفتح، القاهرة، 1998.
- 07- بسطويسي أحمد، أسس ونظريات التدريب الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، 1999.
- 08- حمدي أحمد، التدريب الرياضي (أفضل مدرب، أسس، نظريات، مفاهيم، آراء، أفكار)، المركز العربي للنشر، مدينة نصر، مصر، 2009.
- 09- حنفي محمود مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر.
- 10- حسن أحمد الشافعي وسوزان أحمد علي مرسى، مبادئ البحث العلمي والتربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف بالإسكندرية، 1995.
- 11- رافت السيد عبد الفتاح، سيكولوجية التدريب وتنمية الموارد البشرية، دار الفكر العربي، مدينة نصر، 2001.
- 12- رشيد زرواتي، مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الإجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، الجزائر، 2007.
- 13- زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، الإسكندرية، 1997.
- 14- عبد المنعم الميلادي، الشخصية وسماتها، مؤسسة شباب الجامعة للنشر، الإسكندرية، 2006.
- 15- علي فهمي البيك وعماد الدين عباس أبو زيد، المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية، منشأة المعارف الإسكندرية، الطبعة الأولى، 2003.

- 16- عصام عبد الخالق، التدريب نظرياته- تطبيقاته، منشأة المعارف، الطبعة الأولى الإسكندرية، 2003.
- 17- عادل عبد البصير، التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999.
- 18- قاسم حسن حسين، علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان، الأردن، 1997.
- 19- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين، حارس مرمى كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، 1998.
- 20- كامل محمد عويضة، علم نفس الشخصية، دار الكتب العلمية، الطبعة الأولى، بيروت- لبنان، 1996.
- 21- كمال درويش وآخرون، الأسس الفسيولوجية (نظريات- تطبيقات)، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الأولى، القاهرة، 1998.
- 22- كمال الدين عبد الرحمان درويش، القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة اليد، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الأولى، القاهرة، 2002.
- 23- ليلي لبيب محمود وآخرون، كرة اليد، كلية التربية الرياضية بالجيزة، القاهرة، 1993.
- 24- محمد السيد محمد الزعيلوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، مؤسسة الكتب الثقافية، 1994.
- 25- محمد السيد عبد الرحمن، نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1998.
- 26- محمد عطية الأبرشي، علم النفس التربوي، الدار القومية للنشر، الطبعة الرابعة.
- 27- محمد حسن علاوي، علم التدريب الرياضي، دار المعارف لطبع والنشر، الطبعة الأولى، مصر، 1962.
- 28- محمد عبد الغني عثمان، التعلم الحركي والتدريب الرياضي، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.
- 29- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، 2002.
- 30- محمد حسن علاوي، سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، الطبعة الأولى، 2002.
- 31- محمد إبراهيم شحاتة، التدريب بالأثقال، منشأة دار المعرف، الإسكندرية، 1997.
- 32- محمد صبحي حسانين، القياس والتقييم في التربية البدنية، الجزء 1، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، 1997.
- 33- محمد توفيق الوليلي، كرة اليد، مطابع السلام، الكويت، 1985.
- 34- محمد حسن علاوي وآخرون، الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات وتطبيقات، الطبعة الأولى، 2003.
- 35- محمد ريان عمر، البحث العلمي (مناهجه وتقنياته)، ديوان المطبوعات الجامعية، القاهرة، 1993.

- 36- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، مدينة نصر، 1999.
- 37- مفتي إبراهيم حماد، سجل التخطيط العلمي والتدريب الرياضي، دار الفكر العربي، مدينة نصر.
- 38- مفتي إبراهيم حامد، التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة)، دار الفكر العربي للطبع والنشر، الطبعة الأولى، مدينة نصر، مصر، 1998.
- 39- مفتي إبراهيم حماد، سجل التخطيط العلمي والتدريب الرياضي، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر.
- 40- منير جرجس إبراهيم، كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، مدينة نصر، 1994.
- 41- مختار سالم، رفع الأثقال رياضة الجبابرة، مؤسسة المعارف للطباعة والنشر، بيروت، 1992.
- 42- منير جرجس، كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، 1990.
- 43- نزار مجيد الطالب، علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة، بدون طبعة، بغداد، العراق، 1983.
- 44- نزار مجيد الطالب وكامل طه لويس، علم النفس الرياضي، الطبعة الأولى، جامعة بغداد، كلية الرياضة.
- 45- ناهد رسن سكر، علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2002.
- 46- صلاح السيد حسن قادوس، الأسس العلمية الحديثة في الأداء الحركي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1993.
- 47- صبحي أحمد قبلان، كرة اليد، مهارات، تدريب، تدريبات، إصابات، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع الطبعة الأولى، عمان، الأردن، 2012.
- 48- يحي السيد الحاوي، المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، المركز العربي للنشر، الطبعة الأولى، 2002.
- 49- عباس محمد عوض، القيادة والشخصية، دار النهضة العربية، بيروت، 2010.

### ثانياً: المجالات

- 1- مخيم عماد، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات، العدد 17، المجلد السابع، 1997.
- ثالثاً: الأنترنت

1- <http://www.shababtidikelt.com/t3891-topic#ixzz2xcekyPmf>

2- <http://forum.kooora.com/f.aspx?t=33846858>

3- [www.hollanduniversity.org](http://www.hollanduniversity.org)

الملاحق

1- إستمارة الإستبيان 01: استمارة خاصة باللعبين.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة الجيلالي بونعامة - خميس مليانة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

موضوع الدراسة:

شخصية المدرب ومدى تأثيرها على أداء لاعبي كرة القدم أثناء  
العملية التدريبية

استمارة خاصة باللعبين

مشكلة الدراسة: ما مدى تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية؟  
في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، لنا الشرف أن نضع بين أيديكم  
هذه الإستمارة، ونرجو مساعدتكم وذلك بملئها بإجابات واضحة ودقيقة حول الأسئلة المطروحة، لأن نتائج هذا  
البحث تنتوقف عليها، ونشكركم على المساعدة.  
ولعلمكم لا توجد هناك أسئلة صحيحة وأخرى خاطئة.  
ملاحظة: ضع علامة (x) في الخانة التي توافق رأيكم.

الموسم الجامعي: 2019/2018



المحور الأول: حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

1- كيف ترى تصرف مدربك أثناء الحصة التدريبية؟

- صارم  
 متساهل  
 معتدل  
 متقلبة

2- كيف ترى علاقتك مع مدربك؟

- ممتازة  
 جيدة  
 متوسطة  
 سيئة

3- كيف تنظر لعلاقة زملائك مع المدرب؟

- إيجابية  
 سلبية  
 متوسطة

4- هل تشعر بالراحة لوجود المدرب إلى جانبك أثناء التدريب؟

- نعم  
 لا  
 لا يهم

5- بماذا تشعر عند وصول الحصة التدريبية؟

- الفرح  
 الملل  
 الراحة

إجابة أخرى .....

6- في رأيك هل عدم احترام كيفية اللعب أثناء العملية التدريبية راجع إلى؟

- طريقة المدرب في المعاملة  
 طريقة المدرب في التواصل

إجابة أخرى .....

7- في حال غيابك عن الحصص التدريبية كيف يكون رد فعل المدرب؟

- فرض عقوبات تأديبية
- التساهل
- اللامبالاة
- إجابة أخرى.....

8- هل يحس اللاعب بالراحة أثناء الخطأ في وجود المدرب؟

- نعم
- لا

المحور الثاني: دور الكفاءة والخبرة في تحسين أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

1- هل ترى أن تدخل المدرب بخبرته أدت إلى كسب وريح المقابلات.

- نعم
- لا

2- بعد الخسارة كيف ترى تدخل المدرب:

- إيجابي
- سلبي
- لاشيء

3- إلى ماذا ترجعون الأداء الجيد أثناء الحصص التدريبية؟

- كفاءة المدرب
- ثقة المدرب باللاعبين
- إجابة أخرى.....

4- هل يقدم المدرب تشجيعا للاعب الذي يقدم أداء جيدا أثناء حصص التدريب؟

- نعم
- لا
- أحيانا

5- هل ترى معاملة المدرب عادلة بين اللاعبين؟

- نعم
- لا
- أحيانا

6- أثناء التدريب هل تحس بأن المدرب يعطيك معارف جديدة لم تكن تعرفها؟

نعم

لا

7- هل التمارين التي يقدمها المدرب فعالة لبلوغ هدف الحصة؟

نعم

لا

8- هل التوجيهات التي يقدمها المدرب أثناء التدريب لها فائدة خلال المنافسات؟

نعم

لا

أحيانا

**المحور الثالث: صرامة وانضباط المدرب لها تأثير إيجابي كبير أثناء العملية التدريبية.**

1- هل تتقبل قرارات المدرب أثناء التدريب؟

نعم

لا

2- من ترونه أهلا لفرض الانضباط داخل الفريق؟

المدرب

مسؤول الفريق

الاثنين معا

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

تقييد اللاعب

قتل روح المبادرة

مساعدة للاعب في تحقيق النتائج الإيجابية

إجابة أخرى.....

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

نعم

لا

أحيانا

5- هل توجد صرامة داخل الفريق؟

نعم

لا

أحيانا

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

فرض رأيه

الحد من حريتك

إجابة أخرى.....

7- هل يشعر المدرب بالانزعاج نتيجة عدم احترام اللاعبين له؟

نعم

لا

أحيانا

إستمارة الإستبيان 02: استمارة خاصة بالمدرسين.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة الجبلاي بونعامة - خميس مليانة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

موضوع الدراسة:

شخصية المدرب ومدى تأثيرها على أداء لاعبي كرة القدم أثناء  
العملية التدريبية

استمارة خاصة بالمدرسين

مشكلة الدراسة:

ما مدى تأثير شخصية المدرب على أداء لاعبي كرة القدم أثناء العملية التدريبية؟

في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الإستمارة، ونرجو مساعدتكم وذلك بملئها بإجابات واضحة ودقيقة حول الأسئلة المطروحة، لأن نتائج هذا البحث تتوقف عليها، ونشكركم على المساعدة.

ولعلمكم لا توجد هناك أسئلة صحيحة وأخرى خاطئة.

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

الموسم الجامعي: 2018/2019

المحور الأول: حسن العلاقة بين المدرب واللاعبين لها تأثير إيجابي كبير على أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

1- كيف ترى تصرفك مع اللاعبين أثناء الحصة التدريبية

- صارم  
 متساهل  
 معتدل  
 متقلب

2- هل تستمع جيدا للاعبين وتنفهم انشغالاتهم؟

- نعم  
 لا

3- هل تتبادل الآراء مع اللاعبين؟

- دائما  
 أحيانا  
 مطلقا

4- كيف تقيم علاقتك مع اللاعبين؟

- ممتازة  
 جيدة  
 متوسطة  
 سيئة

5- هل تقبل انتقادات بعض اللاعبين وتدخلاتهم في عملك؟

- نعم  
 لا  
 أحيانا

6- هل ترجعون المردود الجيد للاعبين أثناء الحصة التدريبية إلى؟

- العلاقة الجيدة  
 التحفيز المعنوي

إجابة أخرى.....

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

الصرامة

المرونة

التساهل

إجابة أخرى.....

8- هل هناك صراعات تحدث بينك وبين اللاعبين؟

نعم

لا

المحور الثاني: دور الكفاءة والخبرة في تحسين أداء اللاعبين أثناء العملية التدريبية.

1- بماذا تتميز طريقة عمل المدرب؟

التركيز على التحضير البدني والنفسي

التركيز على التحضير التقني والتكتيكي

إجابة أخرى.....

2- كيف يمكن ملاحظة لمسة المدرب داخل الفريق؟

من خلال النتائج المسجلة في الفريق

من خلال التشكيل الذي يدخل به المنافسة

من خلال التغيرات التي يجريها في المنافسة

3- على أي أساس تعتمدون في تحضير تدريبات فريقكم؟

خبراتي

علمي

كلاهما

4- كيف تتعاملون مع الأداء السيئ للاعبين أثناء التدريبات؟

تقديم النصائح والتوجيهات

عدم الاهتمام

إجابة أخرى.....

5- هل اكتشاف المهارات لدى اللاعبين يرجع إلى؟

المتابعة والمعاينة أثناء التدريب

معايير تمييز اللاعبين

6- إذا طلب منك أحد اللاعبين نصيحة هل تقدمها؟

نعم

لا

7- هل ترون أن تحسن أداء لاعبيكم يعود إلى ؟

عمل اللاعبين بإستغلال طاقتهم بحرية

العمل المفروض على اللاعبين بأقصى الدرجات

### المحور الثالث: صرامة وانضباط المدرب لها تأثير إيجابي كبير أثناء العملية التدريبية.

1- هل الصرامة والانضباط في التدريبات شرط حتمي لتحقيق النتائج الإيجابية؟

نعم

لا

2- في حالة غياب اللاعب عن الحصة التدريبية ما هي الطريقة التي ترونها مثالية للتعامل مع هذا السلوك؟

عدم الاهتمام

فرض عقوبات تأديبية

إجابة أخرى.....

3- هل غيابك عن الحصة التدريبية له أثر على أداء اللاعبين؟

نعم

لا

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

نعم

لا

5- هل تصرخ في وجه اللاعب عندما تختلف معه؟

نعم

لا





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الجيلالي بونعامة - خميس مليانة

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية



## إستمارة تحكيم الإستبيان

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية تحت عنوان " شخصية المدرب وأثرها على أداء لاعبي كرة القدم أثناء الحصة التدريبية " .

يشرفنا أن نتقدم إلى سيادتكم ونضع بين أيديكم هذه الإستمارة، من أجل تقييم عبارات الإستبيان وإعطاء ملاحظاتكم وتوجيهاتكم، قصد الوصول به إلى صورته النهائية. وفي الأخير تقبلوا منا فائق عبارات التقدير والإحترام.

تحت إشراف الدكتور:

- إسماعيل بلحاج.

من إعداد الطلبة:

➤ عيسى بلعيد

➤ بزيو محمد

## لجنة التحكيم:

الرقم	الإسم واللقب	الدرجة العلمية	الإمضاء
01	بناسح محمد الجيت	docteurant	بناسح محمد الجيت
02	عزات براهيم	أم أ	عزات براهيم
03	علاوي محمد	دكتوراه	علاوي محمد

السنة الجامعية: 2018/2019