



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر

تخصص: تدريب رياضي نخبوي

العنوان

التخطيط الإستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى
الإنتاج الرياضي للاعبين كرة القدم فئة الأكاابر.

دراسة ميدانية لبعض أندية كرة القدم لولاية الوادي

تحت إشراف:

- د. شعيب دين

من إعداد:

- محمد رفيق برتيمة

السنة الجامعية: 2018/2019

الإهداء

بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله ومن والاه
الحمد لله الذي وفقني في إنجاز هذا العمل فلا هادي إلا هو ولا موفق سواه

أما بعد:

أهدي ثمرة جهدي هذه إلى:

التي تحت أقدامها الجنان
وبرضاها يرضى خالق الأكوان
إلى ينبوع الحب والحنان
زهرة العطف ومصدر الإطمئنان

إلى أعلى ما في الوجود أُمِّي الغالية أطال الله في عمرها

إلى الذي كان دوماً إلى جانبي
صاحب الفضل ومصدر الرعاية

إلى الذي لا يسعني أن أقف أمامه
إحتراما وعرفانا وطاعة وحباً

إلى من أخلصت له دعواتي والدي الغالي أطال الله في عمره

إلى إخوتي وأخواتي وأزواجهم وأولادهم، إلى أخي الصغير صهيب حماهم ورعاهم الله

إلى كل أصدقائي الأوفياء وفقهم الله جميعاً

إلى كل من يحمل قلبه ولم يكتبه قلبي

إلى الأساتذة الكرام وخاصة المشرف على هذه المذكرة "شعيب دين"

إلى الزملاء والزميلات وفقهم الله جميعاً

إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في هذا العمل ولو بكلمة طيبة.

كلمة شكر وتقدير

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك...

ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك نشكرك اللهم على توفيقك لنا في هذا العمل المتواضع

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحبة إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة،

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة إلى جميع أساتذتنا الأفاضل.

وأخص بالتقدير والشكر الذي تفضل بالإشراف على هذا البحث الأستاذ "شعيب دين"

شكرا إلى من علمنا التفاؤل

والمضي إلى الأمام، إلى من وقف إلى جانبنا عندما ضللتنا الطريق.

وكذلك نشكر كل من ساعدنا على إتمام هذا البحث وقدم لنا العون ومد لنا يد المساعدة

وزودنا بالمعلومات اللازمة لإتمام هذا البحث

ونخص بالذكر كل طلبة قسم التدريب الرياضي دفعة 2019/2018

وإلى كل من ساهم ولو بكلمة طيبة.

| محتوى البحث | |
|---|---|
| الصفحة | الموضوع |
| أ | إهداء. |
| ب | الشكر. |
| ج | قائمة المحتويات. |
| د | قائمة الأشكال. |
| هـ | قائمة الجداول. |
| 1 | مقدمة. |
| الجانب التمهيدي | |
| 4 | إشكالية البحث. |
| 5 | فرضيات البحث. |
| 6 | أهداف البحث. |
| 6 | أهمية البحث. |
| 7 | مصطلحات البحث. |
| 8 | الدراسات السابقة والمشابهة. |
| 14 | التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة. |
| الدراسة النظرية | |
| الفصل الأول: التخطيط الإستراتيجي للمدرب | |
| 16 | تمهيد. |
| 17 | 1- ماهية التخطيط. |
| 17 | 1-1 مفهوم التخطيط. |
| 18 | 1-2 تعريف التخطيط. |
| 19 | 1-3 أهمية التخطيط. |
| 19 | 1-4 مراحل التخطيط. |
| 20 | 1-5 أنواع التخطيط. |
| 21 | 2- التخطيط الإستراتيجي. |

| | |
|---|--|
| 21 | 1-2 مفهوم الإستراتيجية. |
| 21 | 2-2 مفهوم التخطيط الإستراتيجي. |
| 21 | 3-2 أهمية التخطيط الإستراتيجي. |
| 22 | 4-2 مزايا التخطيط الإستراتيجي. |
| 23 | 5-2 فوائد التخطيط الإستراتيجي. |
| 23 | 6-2 إجراءات التخطيط الإستراتيجي. |
| 24 | 7-2 معوقات التخطيط الإستراتيجي. |
| 24 | 3- التخطيط في مجال التدريب الرياضي. |
| 25 | 1-3 مفهوم تخطيط التدريب الرياضي. |
| 25 | 2-3 تعريف تخطيط التدريب الرياضي. |
| 25 | 3-3 أهمية تخطيط التدريب الرياضي. |
| 26 | 4-3 أسس تخطيط التدريب الرياضي. |
| 26 | 5-3 خطوات التخطيط للتدريب الرياضي. |
| 27 | 6-3 أنواع التخطيط للتدريب الرياضي. |
| 28 | 7-3 شروط تخطيط التدريب الجيد. |
| 28 | 4- المدرب الرياضي. |
| 28 | 1-4 تقسيمات المدربين. |
| 29 | 2-4 معايير اختيار المدرب الرياضي. |
| 29 | 3-4 الصفات التي يجب توافرها في المدرب. |
| 30 | 4-4 واجبات المدرب في كرة القدم. |
| 31 | 5-4 خصائص مدرب كرة القدم الجيد. |
| 32 | خاتمة. |
| الفصل الثاني: الإنجاز الرياضي في كرة القدم | |
| 34 | تمهيد. |
| 35 | 1- الإنجاز الرياضي. |
| 35 | 1-1 مفهوم الإنجاز الرياضي. |

| | |
|---|---|
| 35 | 2-1 تعريف الإنجاز الرياضي. |
| 35 | 3-1 هيكل وشروط الإنجاز الرياضي. |
| 36 | 4-1 وسائط القدرة الإنجازية. |
| 37 | 5-1 الوسائط التدريبية لرفع القدرة الإنجازية. |
| 38 | 6-1 طرق تحقيق الإنجاز الرياضي. |
| 39 | 7-1 العوامل المشروطة لتحقيق الإنجاز الرياضي. |
| 39 | 8-1 قدرات الإنجاز الرياضي. |
| 40 | 9-1 التعويض الزائد وتكيف الإنجاز الرياضي. |
| 40 | 10-1 العمل الهوائي واللاهوائي كأحد قضايا الإنجاز الرياضي. |
| 41 | 11-1 أسس الارتقاء بمستوى الإنجاز الرياضي. |
| 41 | 2- كرة القدم. |
| 42 | 1-2 تعريف كرة القدم. |
| 42 | 2-2 أهم المحطات التاريخية في كرة القدم. |
| 43 | 3-2 أهداف رياضة كرة القدم. |
| 43 | 4-2 خصائص كرة القدم. |
| 44 | 5-2 الخصائص النفسية للاعب كرة القدم. |
| 45 | 6-2 تخطيط التدريب في كرة القدم. |
| 45 | 7-2 خطوات وأسس تخطيط التدريب في كرة القدم. |
| 46 | 8-2 أنواع خطط التدريب في كرة القدم. |
| 46 | 9-2 المتطلبات الخططية للاعب كرة القدم. |
| 47 | 10-2 القواعد الخططية الهجومية والدفاعية في كرة القدم. |
| 48 | خاتمة. |
| الدراسة الميدانية | |
| الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية | |
| 50 | تمهيد. |
| 51 | 1- الدراسة الاستطلاعية. |

| | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| 51 | 2- منهج البحث. |
| 51 | 3- تحديد مجتمع وعينة البحث. |
| 51 | 3-1 مجتمع البحث. |
| 52 | 3-2 عينة البحث. |
| 52 | 4- مجالات البحث. |
| 52 | 4-1 المجال البشري. |
| 52 | 4-2 المجال المكاني. |
| 52 | 4-3 المجال الزمني. |
| 53 | 5- ضبط متغيرات البحث. |
| 53 | 5-1 المتغير المستقل. |
| 53 | 5-2 المتغير التابع. |
| 53 | 6- الأدوات المستعملة في البحث. |
| 53 | 6-1 الاستبيان. |
| 54 | 7- الأسس العلمية للأداة المستخدمة. |
| 54 | 7-1 صدق الاستبيان. |
| 54 | 7-2 ثبات الاستبيان. |
| 54 | 7-3 موضوعية الاستبيان. |
| 54 | 8- الأساليب الإحصائية. |
| 55 | 8-1 الإحصاء الوصفي. |
| 55 | 8-2 الإحصاء الاستدلالي. |
| 56 | خاتمة. |
| الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث | |
| 58 | تمهيد. |
| 78 - 59 | عرض وتحليل نتائج الاستبيان. |
| 79 | خاتمة. |

| الفصل الخامس: مناقشة النتائج وتفسيرها. | |
|--|---|
| 81 | تمهيد. |
| 85 – 82 | مناقشة نتائج الاستبيان في ضوء الفرضيات. |
| 86 | الاستنتاجات. |
| 87 | الخلاصة العامة. |
| 88 | اقتراحات أو فرضيات مستقبلية. |
| | المصادر والمراجع. |
| | الملاحق. |

قائمة الأشكال

| الصفحة | العنوان | رقم الشكل |
|--------|--|--------------|
| 38 | يمثل طرق الملائمة لتحقيق الإنجازات الرياضية. | الشكل رقم 01 |
| 39 | يمثل العوامل المشروطة لتحقيق الإنجاز. | الشكل رقم 02 |
| 59 | التمثيل النسبي للجدول رقم 01. | الشكل رقم 03 |
| 60 | التمثيل النسبي للجدول رقم 02. | الشكل رقم 04 |
| 62 | التمثيل النسبي للجدول رقم 03. | الشكل رقم 05 |
| 63 | التمثيل النسبي للجدول رقم 04. | الشكل رقم 06 |
| 64 | التمثيل النسبي للجدول رقم 05. | الشكل رقم 07 |
| 66 | التمثيل النسبي للجدول رقم 06. | الشكل رقم 08 |
| 67 | التمثيل النسبي للجدول رقم 07. | الشكل رقم 09 |
| 68 | التمثيل النسبي للجدول رقم 08. | الشكل رقم 10 |
| 69 | التمثيل النسبي للجدول رقم 09. | الشكل رقم 11 |
| 70 | التمثيل النسبي للجدول رقم 10. | الشكل رقم 12 |
| 72 | التمثيل النسبي للجدول رقم 11. | الشكل رقم 13 |
| 73 | التمثيل النسبي للجدول رقم 12. | الشكل رقم 14 |
| 75 | التمثيل النسبي للجدول رقم 13. | الشكل رقم 15 |
| 76 | التمثيل النسبي للجدول رقم 14. | الشكل رقم 16 |

| | | |
|----|-------------------------------|--------------|
| 77 | التمثيل النسبي للجدول رقم 15. | الشكل رقم 17 |
| 78 | التمثيل النسبي للجدول رقم 16. | الشكل رقم 18 |

قائمة الجداول

| الصفحة | العنوان | رقم الجدول |
|--------|--|---------------|
| 59 | يمثل تأثير وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية على نتائج الفريق أو لا. | الجدول رقم 01 |
| 60 | يمثل الأساس الذي يبنى عليه التخطيط الجيد. | الجدول رقم 02 |
| 62 | يمثل مدى اعتماد الأهداف على تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب خلال عملية التدريب أو لا. | الجدول رقم 03 |
| 63 | يمثل اهتمام التخطيط الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب أو لا. | الجدول رقم 04 |
| 64 | يمثل الهدف منم التحضير البدني في فترة المنافسة. | الجدول رقم 05 |
| 66 | يمثل مدى أهمية تسطير برنامج زمني لمراحل التدريب في بداية الموسم. | الجدول رقم 06 |
| 67 | يمثل مدى تقسيم الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام وإعداد خاص وإعداد للمباريات. | الجدول رقم 07 |
| 68 | يمثل مدى إعطاء البرنامج التدريبي الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية أو لا. | الجدول رقم 08 |
| 69 | يمثل الإعداد النفسي ودوره في التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب. | الجدول رقم 09 |
| 70 | يمثل الأساس الذي يبنى عليه المدرب خطط وطرق اللعب. | الجدول رقم 10 |
| 72 | يمثل حاجة التخطيط الإستراتيجي للمدرب لوسائل وإمكانيات مادية أو لا. | الجدول رقم 11 |
| 73 | يمثل نسب استعمال في الحصص التدريبية لوسائل تدريب | الجدول رقم 12 |

| | | |
|----|---|---------------|
| | حديثة أو لا . | |
| 75 | يمثل نسب توفر النادي على مراكز خاصة بالاسترجاع أو لا . | الجدول رقم 13 |
| 76 | يمثل تأثير وجود هياكل ومنشآت رياضية على نتائج الفريق إيجابيا أو لا . | الجدول رقم 14 |
| 77 | يمثل وجود ميزانية خاصة تمنح للاعبين كرة القدم فئة الأكبر أو لا . | الجدول رقم 15 |
| 78 | يمثل امتلاك النادي لإعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي "سبونسور" أو لا . | الجدول رقم 16 |
| 82 | يمثل الدلالة الإحصائية للفرضية الأولى الخاصة بإجابات المدربين . | الجدول رقم 17 |
| 83 | يمثل الدلالة الإحصائية للفرضية الثانية الخاصة بإجابات المدربين . | الجدول رقم 18 |
| 84 | يمثل الدلالة الإحصائية للفرضية الثالثة الخاصة بإجابات المدربين . | الجدول رقم 19 |
| 85 | مقارنة النتائج بالفرضية العامة . | الجدول رقم 20 |

نعيش اليوم عصر التكنولوجيا التي غزت معظم مجالات حياتنا وأصبحت جزءاً لا يتجزأ من واقعنا، وأصبح الأخذ بها من الأمور الضرورية وفقاً لما يحدث في عصرنا الحالي، وإذا كانت التقنيات الحديثة قد غزت حياتنا العادية فإنها غزت أيضاً حياتنا الرياضية، في طرق وأساليب ووسائل التدريب وفي صالات التدريب وفي الملاعب المفتوحة وفي معامل القياسات البدنية والفسولوجية، وأيضاً داخل صالات التأهيل العلاجي للمصابين (درويش وآخرون، 2002، ص28).

حيث يشهد العالم تطوراً كبيراً في الإنجازات الرياضية نتيجة الجهد المبذول من طرف الباحثين وذلك للاستفادة من العلوم الأخرى (كالفيزياء، وعلم النفس، والبيوميكانيك، والطب... الخ) في مجال التدريب الرياضي وذلك من أجل رفع مستويات الأداء ودعمها بالمقوم العلمي للوصول بها للأفضل دائماً وتحقيق أحسن الأرقام القياسية والحصول على الألقاب الدولية.

وربما كرة القدم من بين الرياضات التي يسهر القائمين عليها في الدول المتقدمة إلى تطويرها ومواكبة أحدث الأسس العلمية والبرامج التدريبية الحديثة لإعداد اللاعبين وتنمية الموهوبين، وهذا ما أكدته مختلف الخبراء والمختصين من خلال القدرة على الانتصارات وتحقيق النتائج يتوقف على الحصول على أعلى مستوى ممكن من القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية ولذلك يجب أن يكون هناك تخطيط منهجي ومنظم للبرامج التدريبية.

ويعتبر التخطيط الإستراتيجي أحد العناصر التي تتحكم في الممارسة الرياضية، إذ أصبح في الآونة الأخيرة محل اهتمام المختصين في التدريب والتسيير الرياضيين، وهو الأداء الفعلي أثناء المنافسات والمؤشر الحقيقي الذي يمكن من خلاله التعرف على المستويات المختلفة سواء كانت مرتفعة أو منخفضة، كما يعني به التنبؤ بما سيكون في المستقبل لتحقيق هدف مطلوب تحقيقه في المجال الرياضي والاستعداد بعناصر العمل ومواجهة معوقات التنفيذ والعمل على تذليلها في إطار زمني محدد والقيام بمتابعة كافة الجوانب في التوقيت المناسب.

ولضمان تدريب ناجح وفعال وجب على المدربين القائمين بالعملية التدريبية في كرة القدم إتباع أحسن الطرق والإلمام بالمبادئ الأساسية لعلوم التدريب ومعرفة خصائص ومميزات مختلف المراحل العمرية والعمل على تطوير صفتهم المهنية والتقنية والخططية بأسلوب علمي صحيح، وتطوير هاته الصفات لا يأتي إلا من خلال خطة رشيدة طويلة المدى لها أهداف محددة مبنية على أسس علمية من خلال وضع برامج للتنفيذ وفقا للأولوية والترتيب الزمني (الفتاح، السيد، 2002، ص23).

ومن خلال دراستنا هاته التي قمنا بها على مستوى ولاية الوادي تطرقنا في بدايتها إلى التعريف بالموضوع من خلال طرح إشكالية هذا البحث، وكذا أهميته من الجانب العلمي والعملية كما تطرقنا إلى أهدافه وتحديد المصطلحات الخاصة بالبحث، وقسمنا موضوع بحثنا هذا إلى جانبين نظري وتطبيقي، الجانب النظري تضمن فصلين، الفصل الأول خصص للمتغير المستقل حيث سنلقي فيه الضوء على التخطيط بصفة عامة والتخطيط الإستراتيجي والتخطيط في المجال الرياضي بالإضافة إلى المدرب الرياضي ، أما الفصل الثاني فقد خصص للمتغير التابع حيث سنلقي فيه الضوء على مفهوم الإنجاز الرياضي وهيكل وشروط إنجازه و طرق تحقيقه والعوامل المشروطة لتحقيقه، كما تطرقنا في هذا الفصل أيضا لتعريف كرة القدم وأهدافها وخصائصها والمتطلبات الخططية لكرة القدم، أما الجانب التطبيقي فتضمن ثلاث فصول، فصل ثالث يضم منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، حيث وضحنا المنهج العلمي المتبع وكذلك مجتمع البحث والعينة التي ستجرى عليها الدراسة، بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة في جمع البيانات والوسائل الإحصائية المعتمدة في تفرغ النتائج، أما الفصل الرابع فاحتوى عرض وتحليل نتائج الاستبيان المقدم إلى المدربين الذين يشرفون على فئة الأكابر للرابطة الولائية لكرة القدم بولاية الوادي، أما الفصل الخامس فاحتوى على مناقشة نتائج الاستبيان وتفسيرها.

الجانب التمهيدي

التعريف بالدراسة

1- الإشكالية:

لم يعد خفيا أن المستوى الرياضي في مختلف الرياضات المعروفة قد حقق خطوة كبيرة للأمام وهذا ما تؤكدُه الأرقام الكبيرة المحطمة يوم بعد يوم والتي كان تحطيمها حلما يداعب خيال القائمين على المجال الرياضي ويرجع الفضل في هذا التطور العلمي الكبير في طرق التدريب وإعداد اللاعبين والتخطيط الجيد الذي يستند إلى الحقائق العلمية التي قدمها والتي يجب على المدرب أن يتعامل معها لتحسين العملية التدريبية بتوفير اقتصاد في الجهد والوقت لتحقيق متغيرات التدريب وإعداد اللاعبين .

ويشير حليم المنيري ، عصام بدوي (1991) إلى التخطيط بأنه "عمل افتراضات لما ستكون عليه الأحوال في المستقبل ثم وضع خطة تبين الأهداف المطلوب الوصول إليها والعناصر الواجب استخدامها لتحقيق البحث وطريقة استخدام هذه العناصر وخط السير والمراحل المختلفة الواجب المرور بها والوقت اللازم لتنفيذ الأعمال" (أبو حلوة، 2016، ص23).

ويعتبر التخطيط الإستراتيجي أحد العناصر التي تتحكم في الممارسة الرياضية إذ أصبح محل اهتمام المختصين في ميدان التدريب الرياضي للارتقاء بالأداء أثناء المنافسات الرياضية التي تعتبر المقياس الحقيقي للإنجاز الرياضي.

فالإنجاز الرياضي يرتكز بهذا على التخطيط المبرمج من خلال أداء نظامي ممزوج ببناء تنافس ملائم عن طريق مدرب واع متمكن من حرفته حيث التدرج المتزايد بالحجم والشدة والترتيب الزمني للأداء وتحديد بماذا وكيف يتم وضع المضمون التدريبي من حيث توافر الإمكانيات (حسنين، 2006، ص11).

وتعتبر كرة القدم الحديثة من بين الرياضات التي عرفت تطورات ملحوظة ملكت من خلالها قلوب الشعوب وأصبحت واحدة من اهتماماتهم اليومية وسخرت لها كل الإمكانيات من أجل تطويرها أكثر حتى أنها انتقلت من مرحلة الممارسة كهواية إلى مرحلة أكثر احترافية وتنظيم لدرجة أنها أصبحت تمارس كمهنة لكسب لقمة العيش .

لذا فلعبة كرة القدم هي من الألعاب التي تعتمد على الإعداد الطويل والتخطيط المنظم من أجل الوصول إلى المستويات الرياضية العالية لهذا من الضروري التفكير في العمل بالتخطيط الأمثل للوصول للهدف المسطر .

وأكد weineck أن القدرة على الانتصارات وتحقيق النتائج يتوقف على الحصول على أعلى مستوى ممكن من القدرات المختلفة لذلك وجب هناك تخطيط منهجي منظم للبرامج التدريبية على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث (weineck,1986,p309).

والمدرّب هو الذي يقوم بهذه العملية المنظمة بوضع برامج للتدريب باستخدام التمرينات والتدريبات اللازمة ويخطط للعملية التدريبية على أساس هذه المبادئ.

ومن كل هذا أردنا ربط عملية التخطيط الإستراتيجي للمدرّب وأهميته في تحسين مستوى الانجاز

الرياضي في كرة القدم عند فئة الأكابر ولهذا قمنا بطرح التساؤل التالي:

السؤال العام: هل التخطيط الإستراتيجي للمدرّب أهمية في تحسين مستوى الانجاز الرياضي للاعب كرة القدم فئة أكابر؟

التساؤلات الجزئية:

- هل تحديد الأهداف للمدرّب يساعد في تحسين مستوى الانجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكابر؟
- هل فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرّب تساعد في تحسين مستوى الانجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكابر؟

- هل توفر وسائل التدريب والإمكانات المادية تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكابر؟

2-الفرضيات:

"إن الفرض هو تفسير أو حل محتمل للمشكلة التي يدرسها الباحث، ولكن صحته تحتاج إلى تحقيق وإثبات، ولذلك يستخدم الباحث الوسائل المناسبة لجمع الحقائق والبيانات التي تثبت صحة الفرض" (باهر،2000،ص56).

"تعرف الفرضية على أنّها ذلك الحل المسبق لإشكالية البحث" (Angers,1996,p102).

2-1-الفرضية العامة:

- للتخطيط الإستراتيجي للمدرّب أهمية في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم فئة أكابر.

2-2-الفرضيات الجزئية:

- تحديد الأهداف للمدرّب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكابر.

- فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

- توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

3-أهداف الدراسة:

- إبراز أهمية التخطيط الإستراتيجي للمدرب في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

- معرفة أهمية تحديد الأهداف للمدرب في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

- معرفة أهمية فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

- معرفة أهمية توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

4-أهمية الدراسة:

يمكن تقسيم أهمية دراسة هذا الموضوع إلى جانبين:

4-1- الجانب العلمي:

- إثراء مكتبة المعهد بمثل هاته الدراسات والبحوث.
- تدعيم رصيد المعرفي والعلمي للمدربين والباحثين في هذا المجال.
- فتح الطريق أمام الراغبين في الخوض في مثل هاته البحوث.
- المساهمة في إرشاد المدربين واللاعبين لمعرفة أساليب وطرق التدريب المنتهجة لتحقيق الأهداف.
- معرفة قيمة وجوهر التخطيط الإستراتيجي للمدرب.
- تعتبر هذه الدراسة هامة لما تحمله من دلالات في الموضوع والمتمثلة في: **التخطيط الإستراتيجي، المدرب الرياضي، الإنجاز الرياضي، كرة القدم.**

4-2- الجانب العملي:

- دراسة هذا الموضوع تعطي المدرب أكثر ليونة في تطبيق خطته والتعامل مع المتغيرات.

- يرفع من مستوى أداء المهارات وتحسين الأداء والنتائج لتحقيق والبطولات.
- تطبيق عمل المدرب بأسلوب التخطيط الإستراتيجي له أهمية بالغة في الوصول إلى الإعداد المتكامل من جميع النواحي.
- يسهل على المدرب في الاقتصاد من الوقت والمال والجهد.

5-التعريف بمصطلحات البحث:

5-1- التخطيط الإستراتيجي:

أ- اصطلاحاً: يذكر حسن أحمد الشافعي (2008) أن التخطيط الإستراتيجي مرادف للإدارة الإستراتيجية ويقصد به النشاط الذي من خلاله تقوم المؤسسة بالإعداد والاستعداد للمستقبل (عنتر، 2014، ص20).

ب - إجرائي: ذلك التخطيط الذي ينظم ويساعد على التحكم الجيد في الوقت.

5-2- الإنجاز الرياضي:

أ- اصطلاحاً: هو عبارة عن نتيجة رقمية يتحصل عليها الرياضي من خلال منافسة رياضية ما وهو كذلك الكفاءة والقدرة والقوة (عدة، 1988، ص25).

ب- إجرائي: هو رفع المستوى في فعالية الاختصاص مع استعداد فطري نحو تنفيذ متطلبات التدريب والتنافس بشكل يسمح بتحمل ضغوط المنافسة والتدريب في محاولة للنبوغ الرياضي.

5-3- كرة القدم:

أ- اصطلاحاً: هي لعبة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع وتعتبر من أكثر اللعب شعبية تلعب بفريقين بحيث يتكون كل فريق من 11 لاعبا يسعى كل فريق للتغلب على الآخر بتسجيل هدف في مرمى الخصم (سليمان، 1998، ص9).

ب- إجرائي: كرة القدم تعتبر من أكثر الرياضات ممارسة يتم من خلالها تحريك الكرة بالأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى إمساك الكرة باليد داخل منطقة الجزاء، وهي كرة منفوخة مستديرة ذات مقياس عالمي محدد في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفي مرمى الهدف ويحتسب هدف عندما تتجاوز الكرة بأكملها خط المرمى.

5-4- المدرب:

أ- اصطلاحاً: فالمدرب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للاعبين أو الأشخاص لمنافسة ما، الذي يمد الرياضيين بالنصائح، الذي يملك القدرة على إتخاذ القرار ، فالمدرب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه(حسين،1998،ص79).

ب- إجرائي: هو الشخصية التربوية الذي يقوم بالعملية التدريبية وفق الأسس والمناهج العلمية المقررة وهو المؤثر المباشر في تطوير الرياضي للاعب.

6 - الدراسات السابقة والمشاهدة:**6-1- الدراسة الأولى:**

- إدراك أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في تكوين وإعداد الفئات الصغرى لكرة اليد ما بين 12-16 سنة.

- إعداد الطالب: سديرة سعد.
- مستوى الدراسة: مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير تخصص تدريب رياضي نخبوي دفعة 2006-2007م.

• هدف البحث:

- إدراك مدى أهمية تخطيط البرامج التدريبية في تكوين وإعداد الفئات الصغرى.

• فرضيات البحث:

- البرامج التدريبية المنتهجة في التكوين لا تؤدي إلى تحقيق الأهداف.
- عدم استفادة المشرفين على التكوين والإعداد في كرة اليد للرسكلة وتجديد المعارف يؤدي إلى عدم مساهمة البرامج الحديثة.

• منهج البحث: المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي.

- عينة البحث: 26 مدرب على مستوى أندية القسم الأول للرابطة الجهوية لقسنطينة لكرة اليد.

• أدوات البحث:

- المقابلات الشخصية.

- الاستبيان.

● أهم النتائج:

- القصور في الإعداد المهني للمدرب لا يضمن بناء وإعداد تخطيط البرامج ذو فعالية.

● أهم توصية:

- نوصي المدربين بالإطلاع على كل ماهو جديد في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبية العلمية.

6-2- الدراسة الثانية:

- علاقة مستوى الطاقة النفسية بالعوامل المشروطة للإنجاز الرياضي (البدني ، التقني) عند لاعبي

كرة القدم "أكابر".

● إعداد الطالب: حاج أحمد مراد.

● مستوى الدراسة: مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير تخصص تدريب رياضي نخبوي دفعة 2009-2010م.

● هدف البحث:

- التعرف على نوعية العلاقة بين مستوى الطاقة النفسية ومستوى اللياقة البدنية والقدرات مهارية.

● فرضيات البحث:

- توجد علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطاقة النفسية وبعض الصفات البدنية

وفق متغير الخبرة الرياضية عند لاعبي كرة القدم.

- توجد علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطاقة النفسية وبعض الصفات البدنية

وفق متغير مستوى المنافسة عند لاعبي كرة القدم.

- توجد علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطاقة النفسية وبعض المهارات التقنية وفق

متغير الخبرة الرياضية عند لاعبي كرة القدم.

- تؤثر الطاقة النفسية البدنية عند لاعبي كرة القدم وفق منحني خطي تصاعدي.

- تؤثر الطاقة النفسية على بعض المهارات التقنية.

● منهج البحث: المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي.

- عينة البحث: 48 لاعب تم اختيارهم بطريقة عمدية موزعين بالتساوي على فرق: وفاق سور الغزلان، الأخضرية، شعبية البويرة، حمزاوية عين بسام، هاته الفرق منتقاة من البويرة.

● أدوات البحث:

- مجموعة اختبارات بدنية ومهارية.
- مقياس الطلاقة النفسية.

● أهم النتائج:

- هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الطاقة النفسية والمهارات التقنية بالنسبة لمتغيري الخبرة ومستوى المنافسة.
- هناك علاقة سلبية بين الطاقة النفسية والصفات البدنية لمتغير مستوى المنافسة.

● أهم توصية:

- ضرورة مرافقة برامج التدريب الخاصة بالجوانب البدنية التقنية والخطية ببرامج التدريب على المهارات النفسية تكون محضرة من قبل المختص النفسي.

3-6- الدراسة الثالثة:

- أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي - دراسة ميدانية لبعض أندية كرة القدم لولاية عين الدفلى.

● إعداد الطالب: نجاري بن حاج علي محمد.

- مستوى الدراسة: مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي دفعة 2013-2014م بجامعة خميس مليانة- عين الدفلى.

● هدف البحث:

- معرفة أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي.

● فرضيات البحث:

- تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم أقل من 17 سنة.

- تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم أقل من 17 سنة.

- لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة.

● منهج البحث: المنهج الوصفي.

● عينة البحث: 24 مدرب تم اختيارهم بطريقة عمدية من ثمانية أندية على مستوى ولاية عين الدفلى

(جبل عين الدفلى، شباب العطاف، صفاء الخميس، شبيبة الروينة، أمل زدين، شباب مولودية

بوراشد، النادي الرياضي لبلدية الماين، نادي بلدية واد الشرفاء).

● أدوات البحث:

- الاستبيان.

● أهم النتائج:

- تحديد أهداف التدريب له تأثير على المردود الرياضي للاعبين كرة القدم.

- تحديد وتقسيم التوقيت الزمني لمراحل التخطيط وتسطير برامج التدريب تأثير على المردود الرياضي.

- أكد معظم المدربين أن التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء المهاري الجيد.

● أهم توصيات والاقتراحات:

- على مدربي كرة القدم لفئات الأشبال إعطاء وتحديد التوقيت المناسب والملائم لعملية التدريب.

- المرحلة العمرية لفئة الأشبال تناسب تطوير الأداء والرفع من مستواه، وهذا الأخير مرتبط بنوعية

التخطيط المنتهج.

- الأداء المهاري الجيد والتخطيط الأنجع لا يمكن تحقيقهما في غياب الأهداف المسطرة من طرف

المدرب.

4-6- الدراسة الرابعة:

- دور تخطيط التدريب للرفع من مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم "فئة الأكابر".

● إعداد الطالب: بايزيد عبد القادر.

● مستوى الدراسة: مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص تدريب رياضي دفعة 2014-2015م

بجامعة البويرة.

● **هدف البحث:**

- معرفة دور تخطيط التدريب كعملية فعالة في تحسين مستوى نتائج الفريق الرياضي.

● **فرضيات البحث:**

- يؤثر المؤهل العلمي لدى المدربين في نجاح العملية التدريبية.

- لأسلوب التدريب المنتهج تأثير على مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم "فئة الأكابر".

● **منهج البحث:** المنهج الوصفي.

● **عينة البحث:** 13 مدرب تم إختيارهم بطريقة قصدية من ثلاثة عشر نادي ورئيس من ولاية البويرة (البويرة، الجباحية، القادرية، تاغزوت، أغبالو، الأصنام، ثلوين، الشرفة، الرافور، بواكلين، عين الحجر، حيزر، مشدالة).

● **أدوات البحث:**

- الاستبيان.

- المقابلة.

● **أهم النتائج:**

- يؤثر المؤهل العلمي لدى المدربين في نجاح العملية التدريبية.

- لأسلوب التدريب المنتهج تأثير على مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم.

- عنصر التخطيط يساهم فعلا ويسمح برفع مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم.

● **أهم التوصيات والاقتراحات:**

- نوصي بضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي.

- ضرورة الإطلاع على ماهو جديد في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبية العلمية.

- تشجيع المدربين المختصين في مجال كرة القدم على الاهتمام بالفئات الشبانية التي تعتبر قاعدة الجيل المستقبلي.

6-5- الدراسة الخامسة:

- أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي في كرة السلة "فئة الأكابر".

● **إعداد الطلبة:** إسماعيل جريط ، عبد الكريم بركة.

- **مستوى الدراسة:** مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص التربية الحركية لدى الطفل والمراهق دفعة 2015-2016م بجامعة ورقلة.

● هدف البحث:

- التأكيد على أهمية التخطيط الإستراتيجي في العملية التدريبية في تحسين النتائج الرياضية في كرة السلة.

● فرضيات البحث:

- تحديد الأهداف للمدرب يساهم في تحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة.
- التوقيت الزمني للتخطيط يساهم في تحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة.
- أسلوب التدريب المنتهج يساهم في تحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة.
- توجد علاقة إرتباطية طردية إيجابية بين التخطيط الإستراتيجي والمردود الرياضي للاعب كرة السلة.

● منهج البحث: المنهج الوصفي.

- **عينة البحث:** 12 مدرب لمختلف الأصناف تم اختيارهم بطريقة قصدية من أربعة أندية على مستوى ولاية ورقلة (نادي كرة السلة بورقلة، نادي النجم الصحراوي ورقلة، نادي المشعل الأولمي الواحات ورقلة، نادي فارس الواحات ورقلة).

● أدوات البحث:

- الاستبيان.

● أهم النتائج:

- يرى معظم المدربين أن تحديد الأهداف التدريب له تأثير على المردود الرياضي للاعب كرة السلة.
- تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط الإستراتيجي للتدريب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعب كرة السلة.

- إن الأسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للاعب كرة السلة وتحسين مردودهم.

● أهم التوصيات والاقتراحات:

- جل المدربون يثقون في عملية التخطيط في التدريب وتسطيع الأهداف.

- أكد معظم المدربين أن التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء المهاري الجيد.
- وجود علاقة إرتباطية طردية إيجابية بين التخطيط الإستراتيجي وتحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة.

7- التعليق على الدراسات السابقة والمشاهدة:

من خلال الدراسات السابقة تبين وجود أوجه تشابه وأوجه اختلاف من ناحية الأهداف فالدراسة الأولى هدفت إلى أهمية البرامج التدريبية في إعداد وتكوين الفئات الشبانية، والدراسة الثانية هدفت في التعرف على نوعية العلاقة بين مستوى الطاقة النفسية ومستوى اللياقة البدنية والقدرات المهارية، بينما الدراسة الثالثة والخامسة لهم نفس الأهداف المتمثلة في أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي، أما الدراسة الرابعة هدفت إلى دور تخطيط التدريب كعملية فعالة في تحسين نتائج الفريق. أما بالنسبة للمنهج العلمي المعتمد في هذه الدراسات فهو المنهج الوصفي المسحي والتحليلي، أما نوع العينة فكل الدراسات اعتمدت على العينة القصدية أو العمدية.

أما فيما يخص الأدوات المستخدمة فكلها اعتمدت على الاستبيان والمقابلة الشخصية، كانت من أكثر وسائل جمع البيانات استخداما وذلك نظرا لطبيعة هاته الدراسات ماعدا الدراسة الثانية التي اعتمدت على الاختبارات البدنية والمهارية، وتمثلت أغلب العينات في هاته الدراسات على المدربين واللاعبين ورؤساء الأندية.

ومن أبرز النتائج المتحصل عليها فنجد معظم الدراسات توصلت إلى أن عملية التخطيط في المجال التدريبي لا تتم وفق أسس علمية بالإضافة إلى وجود نقص على مستوى الثقافة التدريبية للمدربين وذلك من خلال اعتمادهم على المتطلبات القديمة في التدريب.

الدراسة النظرية

الفصل الأول:

التخطيط الإستراتيجي

للمدرب

تمهيد:

تتطلب عملية التدريب للوصول إلى المستويات الرياضية العالمية الإعداد لسنوات طويلة، والإعداد لسنوات عديدة لا تأتي جزافاً وإنما عن طريق التخطيط الجيد القائم على أسس علمية سليمة تضمن الوصول بعملية التدريب إلى أفضل النتائج وأرقى المستويات الذي يعد الهدف الأبرز الذي يسعى المدرب للوصول إليه بعدة طرق ووسائل.

ويقصد بالتخطيط في التدريب الرياضي هو الأداء الفعلي أثناء المنافسات وهو المؤشر الحقيقي الذي يمكن من خلاله التعرف على المستويات المختلفة سواء كانت مرتفعة أو منخفضة خاصة إذا القياس في قياسات علمية لذلك يمكن أن يكون دور التخطيط في قياس حجم الحمل الحركي وأدائه من طرف المدربين يساعد كثيراً في تحديد أحجام التدريبات وذلك وفق مؤشرات ومعدلات يستعملها المدربين في تخطيط فترات الإعداد للنهوض بالأداء الرياضي إلى أعلى المستويات وما يخدم عملية الأداء الصحيح المخطط والمنهج في الأداء الرياضي.

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى التخطيط بصفة عامة والتخطيط الإستراتيجي والتخطيط في مجال التدريب الرياضي، كما سنتطرق للمدرب الرياضي.

1- ماهية التخطيط:

أ- لغة: المعنى اللغوي للتخطيط "هو إثبات لفكرة ما بالرسم، والكتابة وجعلها تدل على دلالة تامة على ما يقصد في الصورة أو الرسم والفكرة عندما تكون واضحة على الورق فهي مازالت غامضة في الذهن والعكس" (موسى، 1985، ص104).

ب- اصطلاحاً: أما التعريف الاصطلاحي للتخطيط فيعرفه بنتون "على أنه تحضير ذهني للنشاط من أجل العمل أي بناء خارطة ذهنية".

ويعرفه فيردمان "بأنه طريقة تفكير وأسلوب عمل منظم لتطبيق أفضل الوسائل المعرفية من أجل توجيه وضبط عملية التغيير الراهنة بقصد تحقيق أهداف واضحة ومحددة ومتفق عليها". ويعرفه وترسون "مجموعة جهود واعية ومستمرة تبذل من قبل حكومة ما لزيادة معدلات التقدم الاقتصادي والاجتماعي والتغلب على جميع الإجراءات المؤسساتية التي من شأنها أن تقف عائقاً في وجه تحقيق هذا الهدف".

فالتخطيط هو العملية التي يتم فيها تحديد الوضع الحالي للمنظمة والإنجازات التي تنوي تحقيقها والوسائل والآليات التي تستخدمها للوصول إلى تلك الإنجازات (عبد الرحمن، 2015، ص9-10).

1-1- مفهوم التخطيط:

يعد التخطيط عنصراً أساسياً وهاماً من عناصر الإدارة، إذ أن التخطيط يمثل مرحلة التفكير التي تسبق تنفيذ أي عمل وهو بالتالي ضروري لأنه يزيد من الكفاءة والفاعلية الإدارية. فالتخطيط أصبح لا يقتصر الآن على المجال الاقتصادي لزيادة الدخل القومي للدول بغرض تطويرها، بل يمتد إلى كل المجالات الأخرى، ولذا فالهدف من التخطيط يختلف باختلاف المجتمعات وباختلاف طبيعة المشروعات، كما أنه يتأثر بمتغيرات عديدة كالزمن والبيئة والظروف المختلفة لكل مجتمع.

والتخطيط يعد من الأعمال الإدارية المعقدة، كما أنه يعد أهم العمليات الإدارية، فعملية التخطيط تتعلق بتحديد الأهداف، ومن ثم المدخلات اللازمة لتحقيق الأهداف، وكذلك تحديد السياسات والإجراءات التي توضح طرق استخدام المدخلات وفقاً لبرامج العمل والجدول الزمني المحدد، وبذلك يكون للتخطيط شقان أو جانبان رئيسيان هما:

- تحديد الأهداف المراد بلوغها.

- وضع الأساليب والوسائل والإمكانات الضرورية والمطلوب توافرها لتحقيق تلك

الأهداف (أبو حلوة، 2016، ص 22-23).

وقد قدمت للتخطيط تعريفات عديدة انطلاقاً من وجهات نظر مختلفة وفي أزمنة مختلفة وسنعرض عدد منها:

يعرفه فيول "إن التخطيط في الواقع يشمل التنبؤ بما سيكون عليه المستقبل مع الاستعداد لهذا المستقبل".

ويعرف إبراهيم عبد المقصود انه "استقراء للمستقبل من خلال إمكانات الحاضر وخيرات الماضي والاستعداد لهذا المستقبل بوضع امثل الحلول له بكافة الوسائل الممكنة لتحقيق الأهداف البعيدة والقريبة ووضع بدائل لي صعوبات محتملة، عن طريق تجديد السياسات في إطار الإمكانيات المتاحة والمرتبطة" (عبد المقصود، 2003، ص 16-17).

1-2- تعريف التخطيط:

من وجهة الإداريين: التخطيط هو تحديد الأعمال أو الأنشطة وتقدير الموارد واختيار السبل الأفضل لاستخدامها من أجل تحقيق أهداف معينة.

ومن وجهة نظر المدربين: يعرف التخطيط في الأداء الرياضي بأنه القياس الفعلي أثناء المنافسات، وهو المؤشر الحقيقي الذي يمكن من خلاله التعرف على المستويات المختلفة سواء كانت مرتفعة أو منخفضة، خاصة إذا تم القياس في ضوء قياسات عملية، بذلك يمكن أن يكون دور التخطيط في قياس حجم العمل الحركي وأدائه من طرف المدربين سيساعد كثيراً في تحديد أحجام التدريبات، وذلك وفق مؤشرات أو معدلات يستعملها المدربين في تخطيط فترات الإعداد للنهوض بالأداء الرياضي إلى المستويات وما يخدم عملية الأداء الصحيح المخطط والمنهج في الأداء الرياضي (حمادة، 1994، ص 27). ويمكن أن نستخلص من التعاريف السابقة السمات المشتركة للتخطيط وهي:

- ✓ يتضمن وضع أهداف تحقق في المستقبل.
- ✓ يمثل الأسلوب والمنهج السليم للعمل المنظم.
- ✓ نظرة مستقبلية أي التنبؤ لما ستكون عليه الأوضاع والمتغيرات.

✓ الاستغلال الأمثل للموارد والإمكانيات المتاحة.

1-3- أهمية التخطيط:

- التخطيط هو الجسر الذي نعبر من خلاله للوصول إلى أهدافنا.
- يساعد التخطيط على سرعة إنجاز العمل بشكل المطلوب.
- يؤدي التخطيط إلى المعرفة والمتابعة الصادقة لما سيتم تنفيذه.
- يحافظ على الوقت والجهد والمال من الضياع.
- يقضي على الفوضى.
- يساعد على ترتيب الأولويات لدى العاملين والقائمين على البرنامج.
- يساعد في تحديد مواعيد زمنية بضبط بدء الأنشطة وإنائها.
- يساعد على استمرارية الجهود.
- يساعد في تحديد مهام العاملين في البرنامج وطريقة أدائهم.
- يزيد من الفعالية وإنتاجية القائمين على البرامج والخطط.
- يساعد على جعل البرامج والخطط أكثر شمولية وتكاملاً.
- يضع التخطيط جميع العاملين أمام مسؤوليات محددة.
- يساعد على معرفة مواقع الضعف سواء في الخطة والبرنامج أو العناصر القائمة على تصميم البرامج التدريبية اللازمة للارتقاء بالكفاءات من كافة الجوانب العملية والإدارية والقيادية (أبو حلوة، 2016، ص62).

1-4- مراحل التخطيط:

- تحديد الهدف بوضوح.
- جميع الحقائق والمعلومات المتصلة بالمشروع.
- تبويب المعلومات في أبواب متجانسة.
- تحليل هذه المعلومات.
- وضع فروض العمل على تحقيق الأهداف.
- وضع عدد من الخطط البديلة.
- دراسة الخطط واختيار الأفضل منها.

- وضع برامج التنفيذ وفقا للأولوية في التنفيذ والترتيب الزمني (عبد المقصود، 2003، ص18).

1-5- أنواع التخطيط:

وينقسم التخطيط وفقا للفترة الزمنية التي تستغرقها الخطة إلى ثلاثة أنواع:

أ- تخطيط قصير الأجل:

وهو الذي يحاول أن يخطط لفترة لا تزيد عن سنتين في أطول الحالات وغالبا ما تكون الفترة المحددة سنة واحدة فقط أو أقل، وهذا النوع من التخطيط يتعلق بالمستقبل القريب ويهدف هذا التخطيط إلى معالجة الأزمات الطارئة التي قد تستمر لمدة قصيرة والتغلب عليها، وغالبا ما يستخدم هذا النوع عند إقامة مشروع عام بقصد حل مشكلة قائمة بذاتها، وكلما قصرت المدة الزمنية للخطة كلما كان في إمكان الإدارة التحكم فيها وتنفيذها بدقة وذلك لسهولة وضع التصور والشكل الكلي للمستقبل القريب والتنبؤ به.

ب- تخطيط متوسط الأجل:

وهو الذي يغطي فترة تتراوح في معظم الأحيان بين ثلاث وخمس سنوات، أما المدى المألوف لمثل هذه الخطط عادة فهو التخطيط لمدة خمس سنوات، ويقصد بالتخطيط - متوسط الأجل - ذلك الذي يغطي أكثر من سنة وحتى خمس سنوات.

ج- تخطيط طويل الأجل:

يهدف هذا النوع من التخطيط إلى وضع خطط لفترة زمنية طويلة المدى وعادة تستغرق أكثر من خمس سنوات إلى عشرين سنة مقبلة أو أكثر، وكلما طالت المدة الزمنية للخطة كلما زادت صعوبة التنبؤ بمشاكل المستقبل وأخذها في الحسبان، ولكن الإداري والقائد الفعال هو الذي يصل إلى التنبؤ المعقول والقريب من الدقة على أن يجعل الخطة تتسم بالمرونة المطلوبة للتماشي مع متغيرات الزمن أثناء التنفيذ (عبد الرحمن، 2015، ص11).

2- التخطيط الإستراتيجي:**2-1- مفهوم الإستراتيجية:**

إن كلمة الإستراتيجية مستمدة من العمليات العسكرية، وهي تعني في هذا الإطار تكوين التشكيلات، توزيع الموارد الحربية بصورة معينة لمواجهة العدو، أو الخروج من المأزق، أو لتحسين المواقع، أو انتهاز فرص ضعف العدو.

ومن الناحية اللغوية يمكن تعريف الإستراتيجية بأنها خطة، أو سبيل العمل. هذه المفاهيم السابقة هي مفاهيم عامة، وهناك مفاهيم خاصة لبعض الفقهاء المختصين في الأعمال الإدارية والإستراتيجية.

ولذلك نجد توماس يعرفها بأنها خطط وأنشطة المنظمة التي يتم وضعها بطريقة تضمن خلق درجة من التطابق بين رسالة المنظمة وأهدافها، وبين هذه الرسالة والبيئة التي تعمل بها بصورة فعالة وذات كفاءة عالية (السيد، 2000، ص26).

2-2- مفهوم التخطيط الإستراتيجي :

أ- التخطيط الإستراتيجي عبارة عن التبصر بالشكل المثالي للمنظمة في المستقبل و تحقيق هذا الشكل فهو إذا:

✓ كشف حجب المستقبل الخاص بشكل المنظمة.

✓ التبصر بملامح المنظمة في المستقبل.

✓ تصور التوجهات ومسار المنظمة في المستقبل.

✓ رؤية رسالة وأهداف المنظمة مستقبلا.

✓ تخيل مجال الأعمال والأنشطة التي تدخل في المنظمة (العارف، 2003، ص8-9).

ب- رد فعل لكل من نقاط الضعف والقوة في أداء المنظمة وللتعديلات والفرص الموجودة في البيئة وذلك لتطور وتنمية مجالات التميز والتنافس للمنظمة في المستقبل (ماهر، 1999، ص24).

2-3- أهمية التخطيط الإستراتيجي:

تتلخص أهمية التخطيط الإستراتيجي كونه يحقق الفوائد التالية:

1. توضيحه للمستقبل والتنبؤ بالأحداث والتهيؤ لها حيث يساعد المنظمة على التحوط لمتغيراتها واتخاذ الإجراءات الكفيلة لمواجهتها.
2. يساعد المنظمة على استخدام الطريقة العقلانية في تحديد خياراتها في العمل وسلوك الطريق الأفضل لتحقيق أهدافها.
3. يمكن المنظمة من الاستفادة المثلى من قدراتها المالية والاقتصادية وتحقيق نتائج أفضل من توظيف هذه القدرات في المستقبل.
4. يعزز العمل الجماعي ويكسب الخبرة لكافة أفراد المنظمة حيث يشارك جميعهم في بناء الإستراتيجية ووضع أهدافها.
5. يساعد على تحسين أداء المنظمة من خلال كشف القضايا الرئيسية لأنشطتها والصعوبات التي تواجهها والتعامل بكفاءة مع الظروف والمتغيرات بسرعة.
6. يدفع باتجاه تحسين كيفية صنع القرار لأنه يؤكد على النشاطات الرئيسية للمنظمة وكيفية تحقيقها والقرارات الفاعلة لبلوغها.
7. يعمل على توسيع المنظمة لمعارفها ودراساتها وبناء قواعد معلوماتية لمختلف جوانب بيئتها الداخلية والبيئة الخارجية المحيطة بها.
8. يساعد على تكامل واتساق الأنشطة الإدارية والتنفيذية في المنظمة (عبد الرحمن، 2015، ص 41-42).

2-4- مزاي التخطيط الإستراتيجي:

1. يساعد على الابتكار والإبداع.
2. يشجع على استخدام المنطق العلمي في التفكير والتصرف.
3. يرفع حماس ودافعية العاملين.
4. هو المفتاح إلى التطور والإنتاج.
5. يقدم أساساً متيناً لتنظيم العمل.
6. يساعد على تفويض السلطة.
7. هو أساس المعلومات والاتصال.

8. هو أساس عمليات الرقابة والمتابعة.

2-5- فوائد التخطيط الإستراتيجي:

1. يرسم الطريق الذي بموجبه يمكن التنبؤ بالمشاكل والفرص المستقبلية.
2. يزود العاملين بأهداف واتجاهات واضحة من أجل مستقبل الإدارة.
3. ينتج عن استخدامه أداء أفضل وأكثر فاعلية إذا ما قورن بأداء أي مؤسسة لا تستخدم مفاهيم الإدارة الإستراتيجية.
4. يزيد من رضا العاملين وتحفزهم للعمل بنشاط.
5. ينتج عن استخدامه قرارات أفضل وأسرع.
6. يمكن النظر إليه باعتباره أحد أدوات التكنولوجيا الإدارية (عنتر، 2014، ص ص 20-21).

2-6- إجراءات التخطيط الإستراتيجي:

إذا كانت إجراءات تتعلق بمجموعة قواعد ، طرق وتقنيات ، تسمح بتكوين وإعداد نشاط معين وتوجيهها حتى الهدف المنشود ، فإن إجراءات التخطيط الإستراتيجي تجمع عملية فكرية بعدد من المصالح الوظيفية والعملية يطرحون من خلالها الأسئلة التالية ويعدون الإجابة عليها.

أ- ماذا يلائمنا أن نفعل ؟ أو أين يمكن أن نذهب ؟

وهذا يستدعي التحديات والفرص الملائمة والمناسبة بدراسة المحيط.

ب- ماذا نستطيع أن نفعل ؟ أو أين نستطيع أن نذهب ؟

والإجابة بتحديد نقاط القوة والضعف للمؤسسة بدراسة المؤسسة وطاقاتها.

ج- ماذا تريد أن تفعل ؟ أين تريد أن تذهب ؟

وهذا نجيب عنه بقيم وطموحات المسيرين للمؤسسة.

د- ماذا ستفعل ؟ أين ستذهب ؟

وفي هذه المرحلة يتم تحديد الإستراتيجيات والخطط العملية.

وهذه الإجراءات تتطابق مع المنهجية العامة للمؤسسات ولكن لا توجد منهجية متطابقة أو موحدة في كل مكان وزمان فكل مؤسسة تكيف هذه الإجراءات مع هيكلها وتنظيمها ، وحتى الجانب النظري نجده موزعا بين أكثر من مدرسة في هذا المجال.

وهكذا ففي تصور مدرسة Harvard business school فإن أنظمة التخطيط الرسمية لا تكون إلا نوعا من أفضل وجهين بين إعداد الإستراتيجية وتنفيذها(عدوان،2001،ص ص67-68).

2-7- معوقات التخطيط الإستراتيجي:

1. التغير والتبدل السريع في البيئة.
2. عدم قدرة الإدارة على تحديد الأهداف وبناء خطة إستراتيجية.
3. مقاومة المنظمة لعناصر التغيير.
4. الموارد المالية للمنظمة.
5. عدم وضوح المسؤوليات داخل المنظمة وضعف هيكلها التنظيمي.
6. انشغال المستويات الإدارية العليا بالمشكلات الروتينية اليومية وعدم اكتراثها بالمشكلات الإستراتيجية التي تنهض بالمنظمة وتعمل على تطويرها.
7. المعلومات والبيانات الإحصائية.
8. ربط التخطيط الإستراتيجي بفترة الأزمات(عبد الرحمن،2015،ص ص43-44).

3- التخطيط في مجال التدريب الرياضي:

يعتبر التخطيط بالنسبة لعمليات التدريب الرياضي من الأسس الهامة لضمان العمل على رفع المستوى الرياضي فالوصول إلى المستويات الرياضية العالية لا يأتي جزافا، بل من خلال التدريب المنظم لفترة طويلة، وهذا مما يعطي أهمية بالغة للدور الذي يلعبه التخطيط بالنسبة لعملية التدريب الرياضي. والتخطيط للتدريب الرياضي، من حيث أنه وسيلة ضرورية فاعلة لضمان التقدم الدائم بالمستوى الرياضي، يحتوي بجانب الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه على كل العوامل التي يتأسس عليها تحقيق الهدف.

ويجب أن لا يفهم أن التخطيط يرتبط دائما بالفقرات الطويلة، بل انه من الضروري التخطيط لفترات قصيرة، والتي يمكن تحديد فيها الأهداف والواجبات التفصيلية لكل مرحلة. ويجب أن يشمل التخطيط الجيد لعملية التدريب الرياضي على ما يلي:

1. تحديد الأهداف المراد تحقيقها.
2. تحديد الواجبات المنبثقة عن الأهداف المطلوب تحقيقها، وتحديد أسبقية كل منها.
3. تحديد مختلف الطرق والنظريات والوسائل التي تؤدي إلى تحقيق أهم الواجبات.
4. تحديد التوقيت الزمني للمراحل المختلفة.
5. تحديد أنسب أنواع التنظيم.
6. تحديد الميزانيات اللازمة (أبو حلوة، 2016، ص 5-6).

3-1- مفهوم تخطيط التدريب الرياضي:

هو استقراء للمستقبل من خلال إمكانيات الحاضر وخبرات الماضي، والاستعداد لهذا المستقبل بوضع أنسب الحلول له بكافة الوسائل الممكنة لتحقيق الأهداف البعيدة والقريبة ووضع بدائل لأي صعوبات محتملة عن طريق تحديد السياسات الكفيلة لتحقيق هاته الأهداف مع وضع البرامج الزمنية لهاته السياسات في إطار الإمكانيات المتاحة والمرتبطة.

3-2- تعريف تخطيط التدريب الرياضي:

هو عملية تنظيمية شاملة يلعب فيها تشكيل حمل التدريب ومستوى اللاعبين دورا رئيسيا على مواسم السنة التدريبية، كما يمثل فيها اتخاذ القرار المبني على الخبرة والدراسة أهمية كبيرة لتحقيق الهدف (أبو زيد، 2007، ص 15-24).

3-3- أهمية تخطيط التدريب الرياضي:

يحقق التخطيط عدة مميزات وفوائد مثل:

1. تحديد خطوات العمل أثناء الخطة.
2. تحديد الإمكانيات بكل أنواعها وكيفية الحصول عليها وتوظيفها لتحقيق الأهداف المطلوب تحقيقها.
3. تحديد أهداف واضحة سواء بعيدة المدى أو قريبة المدى بهدف تحقيقها.

4. تحديد خطط زمنية لتحقيق الأهداف المراد الوصول إليها.

5. مراعاة الدقة واستخدام الأسلوب العلمي وتجنب الاحتمال والعشوائية (الكردي، 2015، ص 35-36).

3-4- أسس تخطيط تدريب الرياضي:

يعتمد التخطيط على أسس خاصة لنجاحه وعلى المدرب إدراك الأهمية القصوى للتخطيط السنوي للتدريب وأن يركز على الأمور التالية:

- معرفة جدول المباريات ومواعيدها حتى تعطى للمدرب الحرية في التصرف في وضع الخطة.
- معرفة إمكانات وقدرات كل لاعب وكذلك الفريق.
- معرفة ماهو متوفر من إمكانات تدريبية يستفاد منها المدرب.

3-5- خطوات التخطيط للتدريب الرياضي:

أهم خطوات إعداد البرنامج في مجال التربية البدنية والرياضية:

1. دراسة المجتمع.
2. دراسة الأفراد.
3. دراسة الإمكانيات.
4. تحديد الأهداف.
5. اختيار المحتوى.
6. التقويم.

ويجب أن يشتمل التخطيط الجيد لعملية التدريب الرياضي على ما يلي:

1. تحديد الأهداف المراد تحقيقها.
2. تحديد الواجبات المنبثقة من الأهداف المراد تحقيقها وتحديد أسبقية كل منها.
3. تحديد مختلف النظريات والطرق التي تؤدي إلى تحقيق أهم الواجبات.
4. تحديد التوقيت الزمني للمراحل المختلفة.
5. تحديد أنسب أنواع التنظيم.
6. تحديد الميزانيات.

وهناك قواعد أساسية يجب مراعاتها لضمان عامل نجاح التخطيط للتدريب الرياضي وهي:

1. خضوع الخطة للهدف العام للدولة.
2. بناء الخطة طبقا للأسس العلمية الحديثة.
3. تحديد أهم الواجبات التدريبية وأسبقية كل منها.
4. مرونة الخطة.
5. الارتباط بالتقويم.

3-6- أنواع التخطيط للتدريب الرياضي:

يرى عصام عبد الخالق (2000) أنه يمكن تقسيم التخطيط لعملية التدريب الرياضي إلى:

من حيث التكوين:

1. التخطيط للتدريب الفردي.
2. التخطيط للتدريب الجماعي.

من حيث الزمن:

1. خطة التدريب طويلة المدى.
2. خطة الإعداد للبطولات الرياضية.
3. خطة التدريب السنوية.

ويذكر محمد عبده صالح، مفتي إبراهيم (1994) إن خطط التدريب تنقسم إلى:

1. خطط التدريب طويل المدى.
2. خطط التدريب للإعداد للبطولات.
3. خطط التدريب فترية أو جزئية.
4. خطط تدريب يومية (وحدات التدريب اليومية).

ويطلق على خطط التدريب السنوية خطط قصيرة المدى ويعتبرها البعض من أهم أسس التخطيط

بالنسبة للتدريب الرياضي نظرا لأن العام (الموسم الرياضي) يشكل دورة زمنية مغلقة تقع فيها المباريات، وهي بهذا المفهوم تعني بالتخطيط الفردي والجماعي للاعب الفريق على مدار عام (موسم تدريبي) (أبو حلوة، 2016، ص 69-72).

3-7- شروط تخطيط التدريب الجيد:

- لكي يصبح التخطيط جيدا يجب مراعاة ما يلي:
- أن يشتمل على تحديد الهدف المراد الوصول إليه.
- أن يشتمل على تحديد الواجبات المنبثقة من الأهداف المطلوبة تحقيقها وتحديد أسبقية كل منها.
- تحديد مختلف الطرق والنظريات التي تؤدي إلى تحقيق أهم الواجبات.
- تحديد التوقيت الزمني للمراحل المختلفة.
- اختيار أنسب أنواع التنظيم.
- تحديد الميزانية اللازمة (البشتاوي وآخرون، 2010، ص155).
- وضع برامج التنفيذ وفق للأولوية في التنفيذ (عبد المقصود، 2003، ص18).
- يجب أن يمس الإعداد جميع الجوانب (الإعداد البدني، الخططي، التكتيكي، النظري، النفسي) (خطابية، 1996، ص301).

4- المدرب الرياضي:

المدرب الرياضي هو المثل الأعلى والنموذج الأمثل والشخصية الذي يقع على عاتقه القيام بالإجراءات والخطوات التنفيذية للعملية التدريبية بما تشمل من تخطيط وتنفيذ وإجراء البرامج التدريبية وتقومها بالإضافة إلى إعداد لاعبيه بدنيا وفنيا وتربويا ونفسيا وعقليا وذلك على أسس علمية وتربوية سليمة بهدف تحقيق أعلى المستويات الرياضية المحلية والدولية.

4-1- تقسيمات المدربين:

1. **المدرب العام:** ويطلق عليه أحيانا المدرب الفني أو المدرب الرئيسي وهو المسؤول عن تخطيط وتنسيق وتقييم العملية التدريبية.
2. **المدرب:** وهو المسؤول عن القيام بتنفيذ العملية التدريبية بالتنسيق مع المدرب العام، وهناك تخصصات متنوعة مثل مدرب اللياقة البدنية أو مدرب حراس المرمى... الخ
3. **الإحصائي:** وهو يدخل ضمن إطار هيئة التدريب مثل إحصائي التغذية وإحصائي العلاج الطبيعي والإصابات، والإحصائي النفسي... الخ

4-2- معايير اختيار المدرب الرياضي:

1. إجراء الفحوص العلمية والكشوف الطبية للتأكد من خلوه من الأمراض خاصة المزمنة مثل (الضغط، أمراض القلب، السكر... الخ)
2. ممارسة وإجادة للعبة التي يقوم بتدريها والحد الأدنى أن [كون لاعب درجة ثانية ويفضل الأعلى.
3. يقوم بأداء المهارات خاصة الأساسية للعبة التي سيقوم بتدريها.
4. معرفة الجوانب الإدارية.
5. الإلمام بقانون اللعبة التي يقوم بتدريها.
6. معرفة لغة أجنبية.
7. القدرة على استخدام الوسائل السمعية والبصرية مثل الكمبيوتر.
8. الاهتمام بالعلوم المرتبطة بعملية التدريب (مثل فسيولوجيا الرياضة، علوم الحركة والميكانيكا، الصحة، التغذية، إصابات اللاعب والإسعافات الأولية، علم النفس... الخ)

4-3- الصفات التي يجب توافرها في المدرب:

- التمتع بتقدير عال للذات.
- ممارسة المسؤولية الشخصية.
- الانضباط الذاتي.
- المثابرة.
- الاحتفاظ بقدر عالي من الصدق والأمانة.
- قبول النقد البناء.
- المرونة والقدرة على التكيف حسب الظروف المحيطة والطارئة.
- إدارة الوقت المخصص للتدريب بنجاح.
- التواصل مع الجميع بشكل جيد.
- الأناقة وحسن المظهر.
- اللياقة البدنية والتمتع بصحة جيدة.

- السعي المتواصل لتحسين الذات.
- معاملة الجميع بأدب واحترام.
- إقامة علاقة طيبة مع الجميع.
- احترام الالتزامات والعهود والاتفاقيات.
- مساعدة الآخرين.
- الابتسام والمرح (الكردي، 2015، ص 7-10).

4-4- واجبات المدرب في كرة القدم :

« المدرب الرياضي هو العمود الفقري لعملية التدريب حيث ، تقع على عاتقه هذه المسؤولية ، فالمدرب يجب أن يكون دائم قائد تربويا متفهما بواجباته من الناحية التربوية ، كما عليه أن يكون مثالا أعلى لكل اللاعبين من الناحية التعليمية ، وخاصة الناشئين ، هذا بالإضافة إلى أن سلوكه في الحياة العامة يجب أن يتصف بالإدراك الكامل بمسؤوليته ».

ومن خلال هذا كله يمكننا أن نستخلص واجبات مدرب كرة القدم :

- تنمية الصفات الخلقية والمفاهيم لدى اللاعبين.
- القدرة على الاحتفاظ باللياقة البدنية ، وشرح وتطبيق مهارات اللعبة وخططها للاعبين.
- الإلمام الكافي بالمعلومات النظرية والتي لها علاقة بالتدريب في اللعبة لرفع مستوى اللاعبين.
- المعرفة بالقوانين والأنظمة لدورات والمنافسات الرياضية.
- الإلمام بالمعرفة العامة للمعلومات الخاصة بتنمية شخصية اللاعبين القدرة على التأثير على الآخرين وقيادتهم.
- إعداد الفريق نفسيا وبدنيا قبل بداية المنافسة.
- تخطيط برامج خاصة بمواسم التدريب.
- يجب عليه تنبيه الفريق للقيام بعملية التسخينات العامة قبل بدأ المباريات.
- شرح الخطة المناسبة للمباراة.

- تتلخص عمل مدرب كرة القدم في كونه محاولة للوصول بجميع لاعبي الفريق إلى درجة التدريب العالية ، حتى يمكنهم أن يؤديوا لأحسن أداء رياضي أثناء المباريات وللوصول إلى هذا المستوى عليه أن يقوم بإعداد اللاعبين إعدادا خاصا يمس الجوانب التالية :

- الإعداد البدني.
- الإعداد التقني.
- الإعداد التكتيكي.
- الإعداد النظري.
- الإعداد النفسي (خطابية، 1996، ص301).

4-5- خصائص مدرب كرة القدم الجيد:

تتمثل خصائص المدرب الرياضي فيما يلي:

- هو ذلك المدرب الذي يلم بكافة جوانب كرة القدم ويبدل كل الجهود كي يتمكن من استيعاب كافة الجوانب الفنية والخططية والنفسية والذهنية الخاصة بها.
- يجيد في إطراح أفضل مستوى ممكن لأداء اللاعبين من خلال التفاعل النفسي معهم.
- يجيد تخطيط التدريب وتنفيذه طبقا لإمكانات الفريق بما يضمن الارتقاء بمستوى اللاعبين الفريق.
- يجيد من إدارة المباريات، ملم بفنون القيادة.
- متشبت بعمله وصبورا ويمتلك عزيمة قوية، متوافق ومتماسك ومستقيم.
- ملم بقواعد اللعب (القانون) ويحث لاعبيه على الأداء وبأمانة وروح رياضية ولعب نضيف.
- أن يكون مبتكرا محبا للإطلاع والبحث في كل ما هو جديد في مجال كرة القدم.
- يمتلك مهارة التفكير الجيد ويستخدمها في التخطيط والتطبيق والتقويم خلال عمله مع الفريق.
- يعتني بسلامة لاعبيه.
- يتسم بالحماس.
- محب للفوز (حمادة، 1999، ص18).

خاتمة:

التخطيط عنصر ملازم للإنسان منذ القدم، استخدمه أو لم يستخدمه، قصده أو لم يقصده فهو معه شاء أو لم يشأ وهذا ما يظهره من أهمية في حياة الشخص الممارس للرياضة بعفويته وتلقائيته والشائع أن الإنسان مخلوق مخطط.

فالتخطيط في التدريب الرياضي يعمل على تحديد الهدف من المشروع بوضوح ويولي ذلك رسم وتحديد الإمكانيات وإقرار الإجراءات وعمل البرامج الزمنية، ومن مزايا التخطيط أنه يعتمد على التنبؤ الدقيق الذي يعمل على تقليل الأخطاء وتفادي المشاكل التي تواجه المشروع.

وإن التخطيط الذي لا يستغنى عنه في مجال التدريب الرياضي خاصة عند ممارسي كرة القدم قد أصبح ضرورة للنهوض بالمستوى الرياضي عموماً وقطاع البطولة خصوصاً، والأهمية البالغة لكونه عنصر هادف وناجع للنهوض بالتدريب في المجال الرياضي.

الفصل الثاني:

الإنجاز الرياضي

في كرة القدم

تمهيد:

يعد موضوع الإنجاز الرياضي من أهم موضوعات في مجال التدريب الرياضي نظرا لتواجده في خطط العديد من المدربين الذين بدورهم يسعون إلى دخول التاريخ من أوسع أبوابه بتحقيق البطولات الرياضية في الرياضات الجماعية ورياضة كرة القدم خاصة ولتحقيق هذا الهدف لا بد من توفر طرق وأساليب وهياكل لازمة يتبعها تخطيط رياضي على أعلى المستويات نظرا لأهمية موضوع الإنجاز الرياضي الذي يشغل بال العديد من الأندية والمدربين واللاعبين وهذا ما سنتطرق له بالتدقيق في هذا الفصل بدأ بمفهوم الإنجاز الرياضي وهياكل وطرق تحقيقه والعوامل والأسس والمبادئ بالإضافة إلى كرة القدم وأهدافها وخصائصها ومتطلباتها الخططية وأهم قواعدها الهجومية والدفاعية.

1- الإنجاز الرياضي:

1-1- مفهوم الإنجاز الرياضي: هو عبارة عن نتيجة رقمية يتحصل عليها الرياضي من خلال منافسة رياضية ما، وهو كذلك الكفاءة والقدرة والقوة (عدة، 1988، ص25).

1-2- تعريف الإنجاز الرياضي:

يمكن تعريف الإنجاز الرياضي " بأنه استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين" (راتب، 1997، ص72).

الإنجاز الرياضي يمثل درجة التحسن الممكنة لنشاط حركي رياضي مسجلة في إطار معقد، وهي مشروطة بجملة من العوامل الخاصة، وتميز في قدرة الإنجاز الرياضي:

الإنجاز الرياضي الفردي هو التعبير عن الإمكانيات القصوى للفرد في نشاط رياضي في وقت معين.

أما الإنجاز الرياضي الجماعي فهو التعبير عن مستوى تطور رياضة ما (weinck, 1986, p20)

ويعرفه علاوي (1998) بأنه "استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الإنجاز والتي نتج عنها نوعا معينا من النشاط والفعالية والمثابرة" (علاوي، 1998، ص251).

1-3- هيكل وشروط الإنجاز الرياضي:

ينشد التدريب الرياضي دوما الوصول باللاعب إلى أدائه القمي "الإنجاز" في المنافسات الرياضية من خلال التنسيق الجيد لسعة وسرعة الأداء حيث التنمية الشاملة للعناصر البدنية واكتساب واستخدام المهارات الفنية وتكامل وتميز القدرات الخططية إلى جانب التطبيق الناجح والفاعل لنظام اللعب تكيفا مع خصوصية وفردية التدريب فضلا عن تهذيب السلوك والخلق وترقية السمات الإرادية التي تصنع نجاح الفريق.

ولكي يتمكن المدرب من ذلك عليه الإلمام بطبيعة قوانين تطور القدرات التي تعتمد على أنظمة الطاقة أو تلك المستمدة من المعارف والمعلومات فضلا عن قوانين أنظمة التنافس التي تعتمد على تحليل الأداء والمستويات وهو ما يطلق عليه بنية هيكل الإنجاز فالأساس الذي يعتمد عليه المدرب عند وضع وتحديد المضمون التدريبي لتطوير أداء فريقه هو مستوى الإنجاز لفرق ذات أداء متميز للتعرف على منحنى تطور هذه الفرق ومن ثم تحديد أوجه الاستفادة منه.

إن الإنجاز الرياضي على هذا النوع يمثل قابلية التدريب والتنافس لمختلف مواقف الأداء في ضوء

معياري قياسي حيث يرى النخبة من أهل الاختصاص أن الإنجاز كدافع يقصد به السعي والكفاح نحو مستوى معين من التفوق والامتياز ويتحدد من خلال التنافس مع معيار أو مع آخرين أو تنافس اللاعب مع ذاته من خلال أدائه السابق فهو بذلك محاولة جادة نحو تفرد وتميز الأداء فضلا عن التمكن والسيطرة على صعوبة الموقف.

وعليه فإن دافعية الإنجاز بشكليه الإقدام والإحجام عبارة عن وقاية وإجراءات تعبئة للطاقة النفسية من حيث توجيه السلوك وردود الأفعال المتوازنة مع مراعاة تنظيم الخلل الانفعالي والتهيئة للسيطرة حيث تمثل المحصلة النهائية للعلاقة بين تحقيق النجاح وتجنب الفشل والتي تظهر في العديد من التوجهات كتوجه الهدف والتوجه التنافسي وتوجه الفوز.

وبالتالي فإن دافعية الإنجاز تتمثل في جوانب ثلاث:

1. دافعية الإنجاز التدريبي حيث الرغبة في تجاوز الصعوبات ومحاولة تحسين المستوى.
2. دافعية الإنجاز التنافسي حيث الحاجة إلى الفوز والتغلب على المنافس.
3. دافعية الإنجاز الرياضي حيث الباعث للتفوق والنجاح من خلال تحقيق البطولات واعتلاء منصة التتويج.

فالإنجاز الرياضي على هذا النحو يمثل حرص اللاعب من ناحية على تحقيق أرقام قياسية على المستوى الشخصي من حيث الاستجابة الفردية نحو تحويل الظروف المحيطة بالأداء ودرجة صعوبة الواجبات بما يتواءم مع تباين درجة التقبل والنضج والدافعية للإنجاز، كما يمثل حرص المدرب من ناحية أخرى على الفوز على المنافس داخل نطاق الفريق جماعيا من حيث المزاجية والتجزئة وذلك بتكوين علاقات بيئية للاعبين تتناسب وتتطابق مع متطلبات المشاركة بينهما والتي تحقق التوافق والانسجام نحو سرعة إنجاز هذه المتطلبات.

1-4- وسائل القدرة الإنجازية:

يعمد المدرب دوما خلال عمله التدريبي إلى استخدام العديد من وسائل القدرة الإنجازية والتي لا يتم توجيه التركيز عليها من الوجهة الفردية فقط حيث الاستعداد المهاري والتكوين الجسماني بل يمتد ذلك ليشمل جماعية الفريق عند التصرف الخططي والتصنيف التخصصي لمركز اللعب.

ومن خلال هذه الوسائط فهو يهدف إلى الحفاظ والتثبيت أو التحسين والتطوير، وفي سبيل تحقيق هذه الأهداف يجب أن يميز بين ثلاث وسائط:

1. وسائط داخلية:

- سمات نفسية وصفات شخصية.
- إيقاع حيوي.

2. وسائط خارجية:

- الطقس المناخي والجغرافي.
- التغذية.

3. وسائط تدريبية:

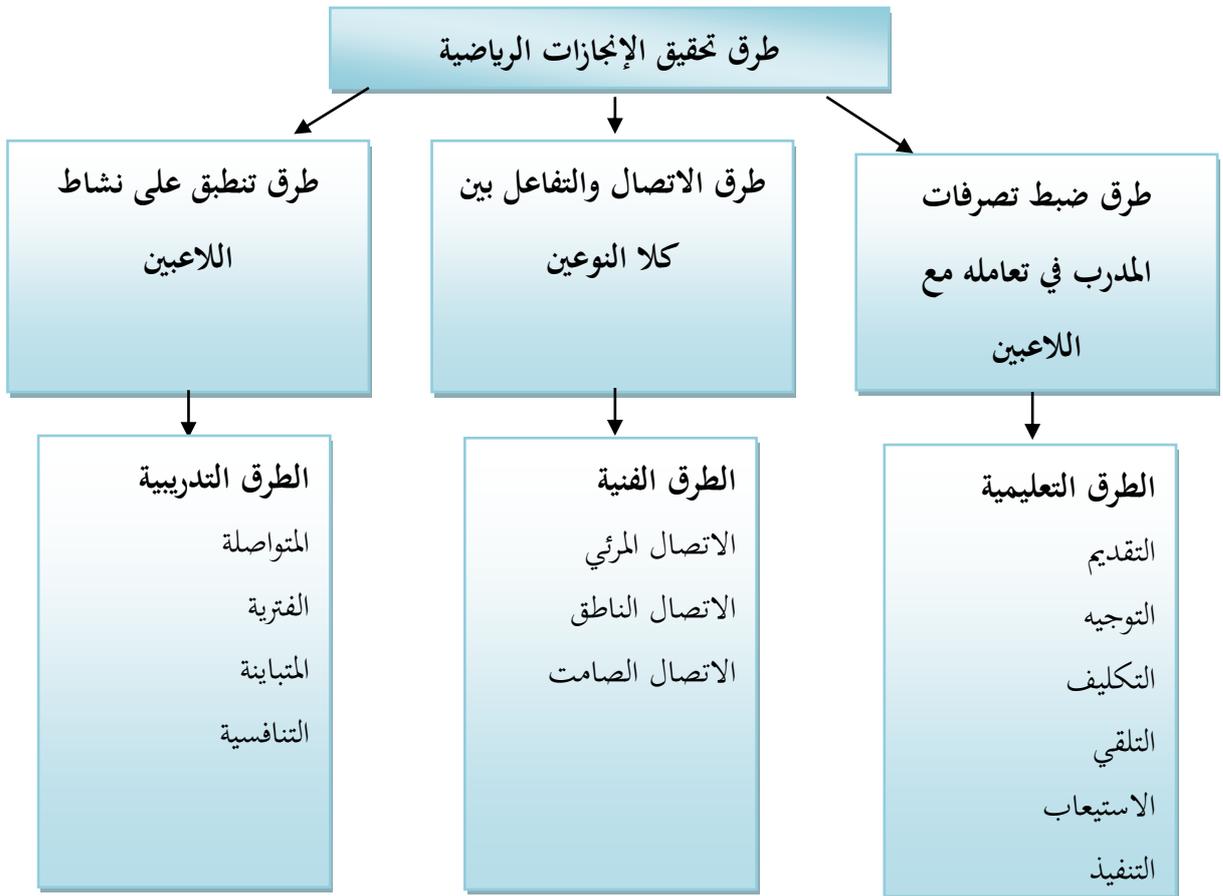
- أداء بدني حركي.
- أداء فني توافقي.

1-5- الوسائط التدريبية لرفع القدرة الإنجازية:

على المدرب عند رفع مستوى الأداء أن يميز بين مجموعتين من شروط الإنجاز تلك التي تعتمد على عمليات صرف الطاقة " التحمل - تحمل القوة - القوة العظمى - السرعة - القوة المميزة بالسرعة " والأخرى التي تتحدد بعمليات تلقي المعلومات " التعلم المهاري - القدرات التوافقية - السرعة - القوة المميزة بالسرعة - المرونة " (حسنين، 2006، ص 11-22).

1-6- طرق تحقيق الإنجاز الرياضي:

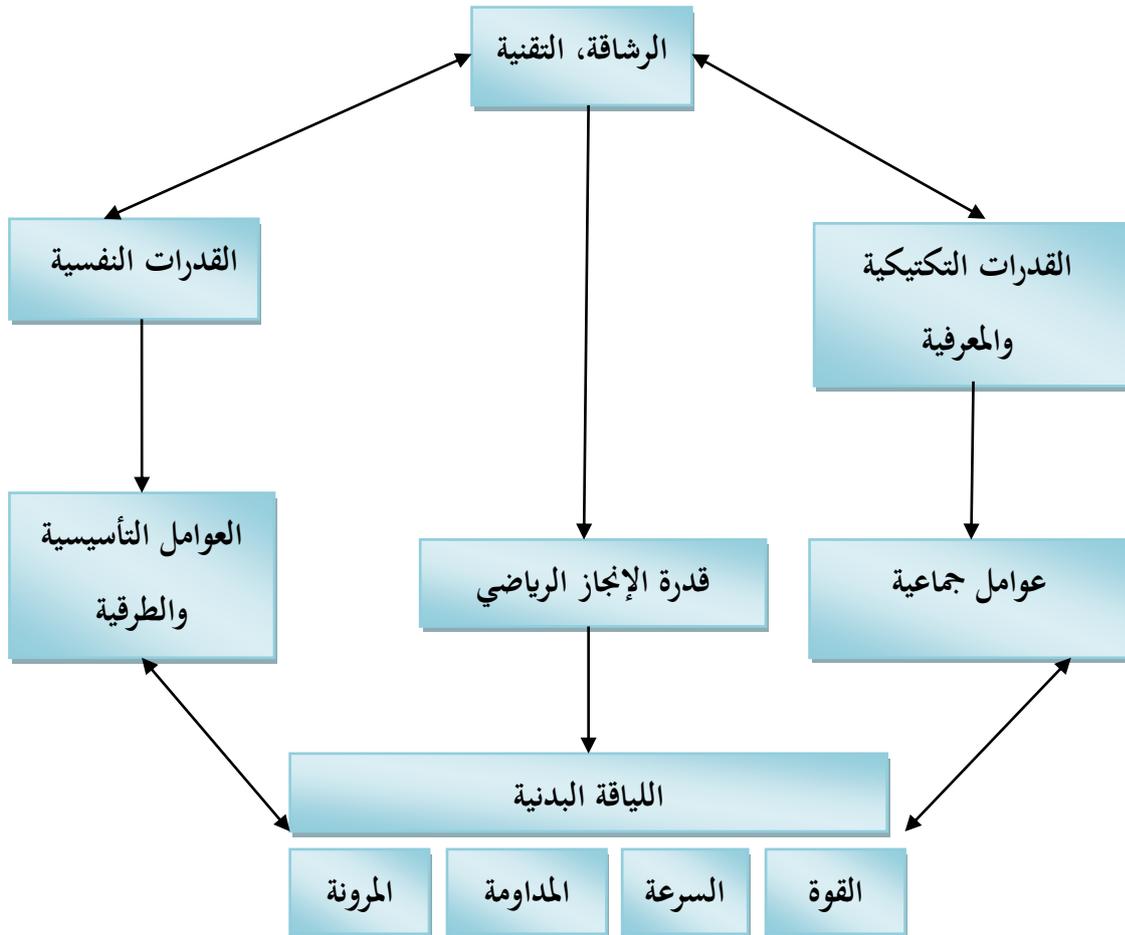
يقابل المدرب أثناء عمله صعوبة في اختيار طريقة التدريب التي تحقق هدف ما يسعى إليه، وليست كل الطرق ذات أهداف واحدة فكل طريقة تدريب تحقق أهدافا معينة، كما أن تنوع طرق التدريب يعمل على أن يكون هناك نوع من الإثارة لدى اللاعبين، ويعتمد اختيار الطريقة التدريبية على عدد من الاعتبارات تتحدد في متطلبات نوع النشاط التخصصي الممارس والهدف التنموي إلى جانب التأثير الوظيفي والنفسي وكذا العمر التدريبي فضلا عن قابلية اللاعب للأداء، لذا "يجب أن تتحقق الإنجازات الرياضية بتناسق القدرات البدنية المميزة لنوع الأداء أو الجهد وفقا لطرق التنمية الملائمة التالية" (حسنين، 2006، ص47):



شكل رقم 01: يمثل طرق الملائمة لتحقيق الإنجازات الرياضية.

7-1- العوامل المشروطة لتحقيق الإنجاز الرياضي:

إن قدرة الإنجاز الرياضي هي محصلة مجموعة من العوامل، تدريبها معقد ولهذا يجب أن يكون هناك تطور متجانس لجميع هاته العوامل للوصول إلى الإنجاز الرياضي الأقصى وهاته العوامل مبينة في الشكل التالي:



شكل رقم 02: يمثل العوامل المشروطة لتحقيق الإنجاز (weinck,1986,p16.)

8-1- قدرات الإنجاز الرياضي:

إن التحسن في قدرات الإنجاز الرياضي باستعمال التدريب المناسب من خلال التسلسل الآتي:
 حمل التدريب ← اضطراب في التوازن الداخلي ← تأقلم ← تطور في قدرات العمل.
 (weinck,1986,p20.)

1-9- التعويض الزائد وتكيف الإنجاز الرياضي:

يتكيف الرياضي خلال التدريب مع متطلبات الحمل عبر مراحل " التعب - الشفاء - التعويض الزائد " وصولاً إلى مستوى أمثل ومميز من القدرة الإنجازية.

- فالتعب عبارة عن انخفاض مؤقت للقدرة الإنجازية نتيجة بذل الجهد.
- والشفاء عبارة عن استعادة لاستجماع القوى غما أثناء الأداء من خلال توفر الأكسجين لإعادة A.T.P بسرعة، ومواد غذائية غنية بالكربوهيدرات لإمداد العضلات بالسكر اللازم لإنتاج الطاقة وكذلك غنية بالبروتين التي تضمن بناء الكتلة العضلية حيث تصبح ألياف العضلات أكثر مقاومة للإصابة وإما من خلال راحة غير كاملة للعودة إلى الحالة الوظيفية والنفسية والطبيعية ومستوى عال من يقظة الجهاز العصبي المركزي، أو من خلال راحة كاملة بحشد جميع مصادر الطاقة لزيادة القدرة الإنجازية عن مستواها السابق كرد فعل جسم الرياضي على المجهود المتعب من حيث جري أسرع، رمي أبعد، وزن أثقل، وثب أعلى.. الخ.

وعليه فإن التكيف مع متطلبات الحمل يتحقق خلال فترات الراحة كرد فعل الجسم على نفاذ مصادر الطاقة وغيرها من الشروط الوظيفية أثناء فترة التدريب إلا أن فترات التدريب المتعب " التعب المؤثر " يجب أن تتم بصورة كافية لفترات الراحة في الوقت المناسب كي لا يؤدي التدريب إلى حالة الإرهاق التي كثيراً ما تسبب انخفاضاً لمستوى الإنجاز.

1-10- العمل الهوائي واللاهوائي كأحد قضايا الإنجاز الرياضي:

يستند الإنجاز الرياضي على العديد من العوامل خلال عمليات التدريب تتبلور في:

- القدرة الوظيفية لأجهزة "عضوية" الجسم ذات العلاقة " المباشرة وغير المباشرة " بالعمل العضلي مثل:

- جهاز التنفس الذي يزود أنسجة الجسم بالأكسجين ويخلصها من ثاني أكسيد الكربون.
- القلب والدورة الدموية باعتبارها الجهاز الرئيسي لنقل المواد في جسم الإنسان.
- الجهاز العصبي باعتباره جهاز التحكم والتوجيه.

- فعالية عمل كل أجهزة وأعضاء الجسم من خلال التوافق الوظيفي لها.
- قابلية الحمل النفسي.

ولكي يتحقق الإنجاز الرياضي فإن ذلك يتطلب توفير وتجهيز الطاقة اللازمة في الجسم بالطرق الهوائية واللاهوائية ارتباطا بمدة دوام المباراة، حيث تتوقف نسبة هاتين الطريقتين على مقدار المجهود الذي يبذل، فكلما طالت مدة دوام المباراة كلما كان العمل هوائيا لكبر الحجم وانخفاض الشدة في حين إذا كان وقت المباراة قصيرا اصطبح العمل بالصبغة اللاهوائية وذلك لتوفير الطاقة في العضلات (حسين، 2006، ص 63-81).

1-11- أسس الارتقاء بمستوى الإنجاز الرياضي:

أ- أسس التدريب:

يهدف التدريب الرياضي إلى الوصول بمستوى اللاعب إلى أفضل درجة ممكنة في نشاطه التخصصي، وتشير الخبرات العلمية ونتائج البحوث العلمية في مجال التدريب الرياضي إلى ضرورة التكامل وارتباط الوثيق بين أسس التدريب لتحقيق الارتقاء بالمستوى الرياضي ونذكر ما يلي:

- العلاقة الصحيحة بين الحمل والراحة.
- العلاقة بين الحمل والتكيف.
- الاستمرارية.
- التقدم بدرجة الحمل.
- خصوصية التدريب.
- الفردية في التدريب (السبتي، 1998، ص 65-66).

2- كرة القدم:

رياضة الشعوب، لغة الأبطال، لعبة الجميع، كلها تعابير تدل على لعبة واحدة لعبة ارتبط اسمها بالتاريخ الإنساني الحديث لتسطر على أراضيها مجد الرياضيين الذين حققوا على ملاعبها الانتصارات وذاقوا فرحة الفوز ومرارة الخسارة، إنها معركة فرسانها لاعبين يركضون وراء سحر اسمه الكرة همهم الانتصار وتحقيق الفوز لتعلوا أسماءهم وأسماء بلدانهم ونواديتهم من قبلهم، إنها كرة القدم اللعبة الرسمية الأولى لشعوب

العالم، تربي عليها الأطفال ونطقت على ألسنتهم، أصبح أبطالها قدوة للجميع ورمزا للقوة والتحمل والتحملي والتحملي وفخرا وعزا لأوطانهم وذويهم.

2-1- تعريف كرة القدم:

كرة القدم هو اسم يعطي لألعاب كرة القدم مختلفة، الأكثر شهرة بينها هي تلك التي تعرف باسم سوكير (soccer) كلمة كرة القدم "فوت بول" قد طبقت على كرة القدم راجي، كرة القدم الأمريكية، كرة القدم على طريقة القواعد الأسترالية، كرة القدم الكندية، والكثير من أنواع كرة القدم (عبد ربه، 2010، ص 3-7).

هي لعبة جماعية تعتبر أكثر شعبية، تلعب بفريقيين بحيث يتكون كل فريق من إحدى عشر لاعب، يسعى كل فريق للتغلب على الآخر بتسجيل هدف في مرمى الخصم (سليمان، 1998، ص 9).

2-2- أهم المخطات التاريخية في كرة القدم:

1845: وضعت جامعة كمبريدج القواعد الثلاثة عشر للعبة كرة القدم.

1855: أسس أول نادي لكرة القدم البريطانية (نادي شيفيلد).

1883: أسس الإتحاد البريطاني لكرة القدم.

1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.

1882: عقد بلندن مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا، اسكتلندا، ايرلندا وتقرر إنشاء هيئة دولية

مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون وتعديله، وقد اعترف الإتحاد الدولي بهذه الهيئة.

1904: تأسى الإتحاد الدولي لكرة القدم.

1925: وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلل.

1930: أول كأس عالمية فازت بها الأروغواي.

1935: محاولة تعيين حكمين في المباراة.

1939: تقرر وضع أرقام على الجانب الخلفي لقمصان اللاعبين.

1949: أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر الأبيض المتوسط.

1950: تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية في كرة القدم.

1963: أول دورة باسم كأس العرب (عبد الجواد، 1988م، ص 16).

2-3- 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 هاته الأهداف الأساسية فيما يلي:

- فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها.
- التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع ومختلف أنواع ومراحل اللعب.
- 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 التكتيكي واستيعاب الوضعيات المختلفة.
- إدماج وإدراك العلاقات الدفاعية اللازمة التي تستحق الاستيعاب الجيد ثم التنفيذ(منهاج التربية البدنية، 1984، ص29).

2-4- خصائص كرة القدم:

تتميز كرة القدم بخصائص أهمها:

أ- الضمير الجماعي:

وهي أهم خاصية في الرياضات الجماعية إذ تكتسي طابعا جماعيا، بحيث يشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة ومترابطة لتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

ب- النظام:

تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم وصفة الاتصال المسموح بها مع الزملاء والاحتكاك بالخصم وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

ج- العلاقات المتبادلة:

تتميز رياضة كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق إذ تشكل كلا متكاملًا بمجهود كل الأعضاء وهذا بدور ناتج عن التنظيمات والتقنيات خلال معظم فترات المنافسة.

د- التنافس:

بالنظر لوسائل رياضة كرة القدم كالكرة والميدان وكذلك بالنظر إلى الخصم والدفاع والهجوم والرمي كل هذه العوامل تعتبر حوافز مهمة في إعطائها صيغة تنافسية بحث إذ يبقى اللاعب خلال فترة اللعب في حركة مستمرة ومتغيرة لمراقبة تحركات الخصم وهذا ما يزيد من حدة الاحتكاك بالخصم ولكن في إطار مسموح به وتحدده قوانين اللعبة.

هـ- التغيير:

تمتاز كرة القدم بالتغيير الكبير والمتنوع في خطط اللعب وبنائها وهذا مرتبط بالحالة التي تواجه الفريق خلال المنافسة أي حسب طبيعة الخصم والمنافسة.

و- الاستمرار:

مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها، إذ يكون فيها برنامج البطولة مطول (سنوي ومستمر)، كل أسبوع تقريبا مقارنة مع الرياضات الفردية التي تجري منافستها في شكل متباعد.

ي- الحرية:

اللاعب في كرة القدم رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي إلا أنه يملك حرية كبيرة في اللعب الفردي والإبداع في أداء المهارات وهذا مرتبط بإمكانيات وقدرات كل لاعب الفردية إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في اغلب الرياضات الفردية بل لديه الحرية في التفاعل والتعرف حسب الوضعية التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعا تشويقيا ممتعا (زيدان وآخرون، 1995، ص46).

2-5- الخصائص النفسية للاعب كرة القدم:

ونرى أن من أهم الصفات النفسية التي لا بد وأن يتمتع بها لاعب كرة القدم هي كالاتي:

- الإرادة والمثابرة وقوة العزيمة.
- التصميم والكفاح من أجل الفوز.
- الشجاعة والقدرة على الحسم.
- الثقة بالنفس.
- الطاعة والاحترام.

- التعاون والإيثار.
- الإبداع.
- الذكاء (راتب، 1995، ص99).

2-6- تخطيط التدريب في كرة القدم:

التخطيط الرياضي يعتبر العمل الأساسي لتحديد وتوجيه مسار أي عمل رياضي هادف، وهو القاعدة الأساسية والركيزة التي تبنى عليها عملية الارتقاء بالعملية التدريبية في المجال الرياضي. وتخطيط التدريب في كرة القدم يلعب دورا هاما وأساسيا في تقدم وتحسين مستوى الإنجاز للاعبين والتقدم بالحالة التدريبية لهم من خلال ترتيب الواجبات والمتطلبات الرئيسية التي تحقق أهداف الخطة الموضوعية. وتعتبر خطة التدريب السنوي من أهم أسس التخطيط، لأن السنة تشكل دورة زمنية مغلقة تقع في غضون المنافسات في أوقات معينة ومحددة.

ويتطلب التخطيط الجيد للتدريب في كرة القدم تطبيق القواعد الصحيحة والمعلومات الحديثة في نظريات وطرق التدريب، وتحديد كم وحجم ووسائل وطرق التدريب وكيفية تشكيل وتقنين الأحمال التدريبية وذلك للوصول للاعبين للمستويات الرياضية العالية من خلال إعدادهم إعدادا شاملا من جميع الجوانب البدنية والمهارية والخطوية والنفسية والذهنية.

2-7- خطوات وأسس تخطيط التدريب في كرة القدم:

- ✓ تحديد الهدف أو الأهداف المراد تحقيقها بوضوح.
- ✓ تحديد الواجبات سلوكيا وأوجه النشاط للوصول إلى الهدف المحدد.
- ✓ تحديد وسائل وطرق وأساليب تنفيذ وتحقيق الواجبات.
- ✓ تحديد الوقت اللازم لتنفيذ وتنسيق وربط المراحل المختلفة للتخطيط.
- ✓ توفير إمكانات التنفيذ مادية وبشرية وتحديد الميزانيات.
- ✓ أن يراعي التخطيط في كرة القدم عامل المرونة لمقابلة المتغيرات الفجائية التي تصاحب التطبيق العملي عند تنفيذ الخطة.
- ✓ تحقيق التقويم المبدئي والمرحلي والنهائي للوصول إلى الهدف.

2-8- أنواع خطط التدريب في كرة القدم:

- ✓ خطة التدريب عديدة السنوات.
- ✓ خطة التدريب للإعداد للبطولات.
- ✓ خطة التدريب السنوية.
- ✓ خطة تدريب فترية أو جزئية.
- ✓ خطة تدريب للوحدة التدريبية (أبو عبده، 2007، ص 350-351).

2-9- المتطلبات الخططية للاعب كرة القدم:

أ- مفهوم الإعداد الخططي:

هو حلقة في سلسلة إعداد فريق في كرة القدم، كما أنه جزء من البناء المتكامل لمراحل الحالة التدريبية، حيث يرفع من مستوى أداء اللاعبين للمهارات الأساسية ويزيد من لياقتهم البدنية بالإضافة إلى الأثر التربوي والنفسي على الفرد ويعني الإعداد الخططي حسب مفتي إبراهيم حمادة: " اكتساب اللاعبين القدرة على أداء خطط اللعب المختلفة وكذلك المعلومات والمعارف المتصلة بها بالقدر الكافي والذي يمكنهم من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة خلال المباراة (حمادة، 1994، ص 123).

ب- أقسام خطط اللعب:

يرى مفتي إبراهيم حمادة أن خطط اللعب تنقسم إلى:

- خطط اللعب الهجومية.
- خطط اللعب الدفاعية.

❖ خطط اللعب الهجومية: وتهدف أساساً إلى تمكين الفريق من إصابة الفريق المضاد بأكبر عدد من

الأهداف وكقاعدة تستدعي الخطط الهجومية أن يكون لاعبي الفريق على أعلى مستوى من المهارات الأساسية أكبر من لاعبي الدفاع وتنقسم كذلك خطط اللعب الهجومية إلى خطط اللعب الفردية وخطط اللعب الجماعية.

❖ خطط اللعب الدفاعية: من المؤكد أن للدفاع أهمية واضحة لإيقان هجوم المنافس ومنعه من

تسجيل الأهداف، إن الدفاع المتين المنظم يبعث الثقة في نفسية هجوم الفريق، بل كلما استطاع

الدفاع الاستحواذ على الكرة بطريقة سليمة، استطاع الفريق تنفيذ الهجوم المضاد بطريقة سليمة ومنظمة، وينقسم هذا النوع كذلك إلى خطط اللعب الفردية والجماعية (صالح، حمادة، 1994، ص108).

2-10- القواعد الخططية الهجومية والدفاعية في كرة القدم:

أ- أهم القواعد الهجومية:

- التحرك إلى الكرة القادمة وليس انتظارها.
- التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة.
- الظهور للزميل المستحوذ على الكرة.
- التحجيز عن الكرة أثناء السيطرة عليها.
- الجري الحر باستعمال مساحة خالية أو هروبا من المنافس.
- تغيير سرعة الجري بدون كرة طبقا لظروف الموقف.
- عدم ترك اللاعب للكرة الآتية إليه أن تتخطاه إلا في مواقف معينة.
- جذب المدافع ثم التميرير.
- المفاضلة بين لعب الكرة من لمسة واحدة ولعب الكرة بأكثر من لمسة.

ب- أهم القواعد الدفاعية:

- التحفز في محيط الكرة.
- طرد اللاعب المستحوذ على الكرة للخارج.
- قيام المدافعين بتغطية مساحة في المناطق الخطرة.
- منع المهاجم من التصرف الصحيح في الكرة.
- التحول السريع من الهجوم للدفاع (حمادة، 1994، ص12).

خاتمة:

يعتبر الإنجاز الرياضي في كرة القدم من الجهود المبذولة في تخطيط التدريب لغرض الوصول إلى المستوى العالي من أجل تجاوز مختلف العقبات وتقديم مردود عالي مع الإحساس بالفخر والاعتزاز عند التعبير عن القدرات داخل الميدان مع الإصرار في حالة الفشل.

ولذلك تستند عملية التدريب في كرة القدم على أسس وقواعد مستمدة من جميع العلوم مع الاستفادة من خبرات المدربين الناجحين الذين وصلوا لمستويات عالية في عملية البناء وتحقيق النتائج التي تسهل في الحصول على الإنجازات الرياضية .

الدراسة الميدانية

الفصل الثالث:

منهجية البحث

والإجراءات الميدانية

تمهيد:

لكل دراسة أو بحث علمي أسس منهجية يبني عليها الباحث قاعدته الأساسية في الانطلاق في عملية البحث والدراسة، وتكون هذه الأسس المنهجية بمثابة المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتم دراسته بالدقة العلمية، وفي هذا الجانب التطبيقي سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة من أجل تحقيق الأهداف المسطرة من قبل، فيما تتأكد صحة الفرضيات حيث تم اختيار عينة قصدية كانت محل تطبيق أداة البحث المتمثلة في الاستبيان ثم تحليل كل منهما بناء على عمليات إحصائية تؤكد مصداقية فرضية بحثنا، ومنه الوصول إلى نتائج تخدم البحث بصفة خاصة والتدريب الرياضي بصفة عامة، والخروج باقتراحات وتوصيات بناء على ما تم استخلاصه من هذه الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

البحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهد الباحث كثيرا ماهي أبعادها وجوانبها(ثابت،1984،ص74).

من خلال دراستنا حول موضوع "التخطيط الإستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكابر" توجهنا إلى بعض أندية ولاية الوادي واتصلنا بالمدرسين من أجل الوقوف على واقع وأهمية التخطيط الإستراتيجي من خلال التدريبات التي يقومون بها ودوره في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي، حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على المدرسين وهذا من أجل تخصيص وجمع المعلومات والأفكار والتحقق من صحة الفرضيات، واخترنا ولاية الوادي من أجل كسب الوقت ولأسباب مادية.

2- منهج البحث:

كلمة منهج مشتقة من نهج، أي سلك طريقا معينا وبالتالي كلمة منهج تعني الطريق ، كما تعني بالغة الإنجليزية "méthode"، التي ترجع إلى أصل يوناني، يعني البحث أو النظر أو المعرفة، التي تؤدي إلى الغرض المطلوب(عمر،1996،ص48).

والمنهج العلمي المستخدم في إنجاز هذه المذكرة هو المنهج الوصفي الذي يعتمد على تحديد العلاقات بين المتغيرات لأنه يتسم بالموضوعية ويعطي الحرية للمستجوبين في التطرق لأدائهم، كما نراه مناسباً لدراستنا.

3- تحديد مجتمع وعينة البحث:**3-1- مجتمع البحث:**

وهو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بخصه أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث وبذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوب من العينة(رضوان،2003،ص20).

ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا أن يكون مجتمع البحث خاص بالمدرسين الناشطين في الرابطة الولائية لكرة القدم لولاية الوادي وكان عددهم على النحو التالي:

شرفي: 13 مدرب، ما قبل شرفي أ: 11 مدرب، ما قبل شرفي ب: 10 مدرسين.

واشتمل المجتمع الإحصائي في بحثنا على 34 مدرب موزعين على 34 نادي.

3-2- عينة البحث:

العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من الأفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث (زرزواني، 2007، ص234).

حرصنا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع إذ تمثلت عينة البحث في مجموعة من مدربي كرة القدم المتمثلة في 15 مدرب من 15 نادي على مستوى ولاية الوادي (نادي أم الطيور، إتحاد الغرابة، إتحاد تندلة، أبطال الزوالية، إتحاد المغير، إتحاد وغلانة، شباب تقديدين، تحدي الحمراية، إتحاد قمار، نادي البياضة، شباب سيدي عون، نادي الغزال الذهبي، ترحي تكسبت، أولمبيك أكفادو، أمال غمرة) وكان اختيار عينة البحث بطريقة قصدية أي أننا لم نخص العينة بأي خصائص ومميزات، وتقدر نسبة تمثيلها لمجتمع الدراسة ب: 44.11%، وهي نسبة كافية لتمثيل المجتمع.

4- مجالات البحث:**4-1- المجال البشري:**

يتضمن المجال البشري في مدربي نوادي الرابطة الولائية لكرة القدم ولاية الوادي ، وكان عددهم 15 مدرب من أصل 15 نادي.

4-2- المجال المكاني: قسم إلى جانبين وهما:

- **الجانب النظري:** لقد قمنا ببحثنا هذا في مختلف المكتبات منها مكتبة المعهد (مكتبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، مكتبة علوم الإنسانية والاجتماعية، ومكتبات أخرى).
- **الجانب التطبيقي:** تم توزيع الاستبيان على بعض مدربي الفرق في الرابطة الولائية لكرة القدم لولاية الوادي.

4-3- المجال الزمني: وقد قسم إلى جانبين هما:

- **الجانب النظري:** لقد بدأنا في بحثنا هذا ابتداء من شهر ديسمبر إلى غاية نهاية شهر فيفري.
- **الجانب التطبيقي:** أما الجانب التطبيقي فقد دام من شهر مارس إلى غاية شهر ماي وفي هذه المدة قمنا بتحضير الاستبيان وتحكيمة ثم قمنا بتوزيعه وكذا تحليل النتائج المتحصل عليها باستعمال الطرق الإحصائية.

5- ضبط متغيرات البحث:

إن مرحلة تحديد متغيرات البحث، تكتسي أهمية كبيرة لهذا يمكن القول أنه كي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانياً، أنه لا بد من العمل على صياغة وتجميع كل المتغيرات البحث بشكل سليم ودقيق إذ أنه لا بد أن يحرص كل باحث حرصاً شديداً على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلباً على مسار إجراء دراسته.

5-1- المتغير المستقل:

وهو السبب في علاقة السبب والنتيجة أي العامل الذي نريد من خلاله قياس النتائج (محمودة، 1990، ص58).

وفي بحثنا هذا المتغير المستقل يتمثل في: **التخطيط الإستراتيجي للمدرب.**

5-2- المتغير التابع:

يعرف بأنه متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع (علاوي، راتب، 1999، ص219).

وفي بحثنا هذا المتغير التابع يتمثل في: **الإنجاز الرياضي.**

6- الأدوات المستعملة في البحث:**6-1- الاستبيان:**

هو وسيلة لجمع المعلومات تستعمل كثيراً في البحوث العلمية ، وعن طريق الاستبيان تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي، ويتمثل في جملة من الأسئلة، والتي تكون بدورها إما مغلقة، مفتوحة، أو نصف مفتوحة، أو اختيارية ويقوم الباحث بتوزيعها على العينة المختارة، ثم يقوم بجمعها فدراستها وتحليلها ثم استخلاص النتائج منها (بوحوش، محمود، 1995، ص56).

استعمل الاستبيان كأداة لجمع البيانات وقد كتب الاستبيان باللغة العربية على 17 سؤالاً:

- من السؤال رقم 01 إلى السؤال رقم 05 حول: هل تحديد الأهداف للمدرب تساعد في تحسين

المستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكابر؟

- من السؤال رقم 06 إلى السؤال رقم 10 حول: هل فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد

في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكابر؟

- من السؤال رقم 11 إلى السؤال رقم 17 حول : هل توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية

تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكابر؟

7- الأسس العلمية للأداة المستخدمة:

7-1- صدق الاستبيان:

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

تم عرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المحكمين مشهود لهم بمستواهم العلمي وتجربتهم الميدانية

في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلمي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لولاية

بسكرة، بغرض المعاينة والتحكيم فمنهم من وافق على الأسئلة مع إجراء بعض التعديلات، ومنهم من

أضاف بعض الأسئلة، وبناء على آرائهم فقد تم تعديل الاستبيان بحذف وتعديل وإضافة بعض الأسئلة.

7-2- ثبات الاستبيان:

يقصد به هو أن يعطي الاختبار النتائج نفسها تقريبا إذا ما أعيد تطبيقه على نفس الأفراد وتحت

نفس الظروف، إذ أكد مصطفى باه على أن هذه الطريقة يمكن إعادة أداة البحث على نفس العينة مرتين

أو أكثر تحت ظروف متشابهة قدر الإمكان (الطالب، السامرائي، 1981، ص142).

وقد وزع الاستبيان بعد أسبوعين على نفس الأفراد فوجدنا نفس الإجابات التي أبدوا بها في المرحلة الأولى.

7-3- موضوعية الاستبيان:

من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاستبيان هي شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز

أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كآرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو

تعصبه، فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون

(إبراهيم، 1999، ص145).

وفي هذا البحث يمكن توضيح موضوعية الاستبيان من خلال توافقها ونوع النشاط المختار لذلك

(كرة القدم) وهذا ما أكده أغلب المصححين.

8- الأساليب الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها

سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على

الملاحظات ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة (السيد، 1970، ص74).

وقد استخدمنا في بحثنا هذه التقنيات الإحصائية التالية:

8-1- الإحصاء الوصفي:

حيث تم تحويل البيانات المتحصل عليها من خلال الاستبيان إلى نسب مئوية باستخدام الطريقة الثلاثية وعرضها في جدول ورسومات بيانية لتسهيل عملية عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها في ضوء فرضيات الدراسة.

$$\frac{\text{ت} \times 100}{\text{ع}} = \left\{ \begin{array}{l} \text{ع} \leftarrow 100\% \\ \text{ت} \leftarrow \text{س} \end{array} \right.$$

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

حيث أن:

- ع: تمثل عدد أفراد العينة.
- ت: تمثل عدد التكرارات.
- س: يمثل النسب المئوية.

8-2- الإحصاء الاستدلالي:

إن تحليل وتفسير النتائج تتطلب إجراء مقارنة بين مختلف البيانات المتحصل عليها، وبما أن هذه البيانات غرضها تصنيفي، فإن البيانات في المستوى الاسمي، وعليه الاختبار المناسب هو كا²، (X) لعامل واحد والذي يحسب بالطريقة التالية:

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (تكرارات المشاهدة - تكرارات المتوقعة)}^2}{\text{تكرارات المتوقعة}}$$

خاتمة:

من خلال هذا الفصل بينا مختلف الخطوات والطرق التي اعتمدنا عليها في معالجة نتائج الدراسة الميدانية، فمن خلال هذه الأخيرة تمكنا من تحديد مجالات الدراسة، وتحديد مجتمع الدراسة والعينة الخاصة بذلك، كما قمنا بتحديد الأدوات المستعملة لجمع المعلومات حيث استعملنا (استبيان موجه إلى بعض مدربي الرابطة الولائية لكرة القدم ولاية الوادي)، والكيفية التي تمت من خلالها المعالجة الإحصائية لهذه النتائج، كل هذه الأمور تدخل تحت إطار الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، التي تعتبر الأساس العلمي الذي يركز عليه الباحث ليكون عمله منظم بطريقة مقنعة ومنطقية.

الفصل الرابع :

عرض وتطليل

نتائج البحث

تمهيد:

نعرض في هذا الفصل تحليل البيانات المتحصل عليها من خلال استمارة الاستبيان المقدمة للمدرسين، التي تم تبويبها إلى ثلاث محاور حيث قمنا في هذا الفصل بعرض النتائج في جداول خاصة ثم تمثيلها بيانيا لكل سؤال من الاستبيان، ثم تحليل نتائج الاستبيان لإعطاء توضيحات لكل نتيجة توصلنا إليها.

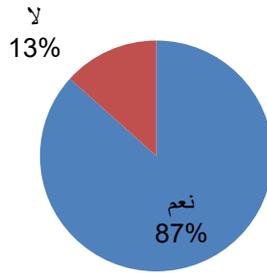
1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

1-1- المحور الأول: تحديد الأهداف للمدرب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكابر.

- السؤال رقم 01: هل ترى أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية له تأثير على نتائج الفريق؟
- الغرض منه: معرفة تأثير وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية على نتائج الفريق أو لا.
- الجدول رقم 01: يمثل تأثير وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية على نتائج الفريق أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 13 | 87% | 8.06 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 02 | 13% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 01



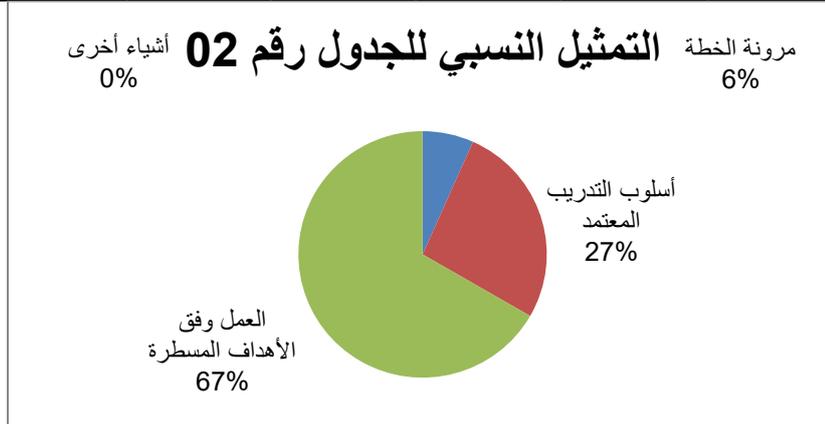
• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 87% من المدربين يرون أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية له تأثير على نتائج الفريق في حين نسبة 13% من المدربين يرون أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية ليس له تأثير على نتائج الفريق.

كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يعتبرون أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية له تأثير على نتائج الفريق.

- السؤال رقم 02: حسب رأيك ماهو الأساس الذي يبني عليه التخطيط الجيد ؟
- الغرض منه: معرفة الأساس الذي يبني عليه التخطيط الجيد.
- الجدول رقم 02: يمثل الأساس الذي يبني عليه التخطيط الجيد.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | ك ² المحسوبة | ك ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|---------------------------------|-----------|----------|----------------------------|----------------------------|-------------------------|------------------------|-----------------------|
| مرونة الخطة | 01 | 6% | 9.77 | 7.81 | 0.05 | 3 | دال |
| أسلوب التدريب المعتمد | 04 | 27% | | | | | |
| العمل وفق الأهداف المسطرة | 10 | 67% | | | | | |
| أشياء أخرى | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |



• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 67% من المدربين يرون أن الأساس الذي يبنى عليه التخطيط الجيد هو العمل وفق الأهداف المسطرة في حين نسبة 27% من المدربين يرون أن أسلوب التدريب المعتمد هو الأساس الذي يبنى عليه التخطيط الجيد بينما نسبة 6% ترى أن مرونة الخطة هي الأساس الذي يبنى عليه التخطيط الجيد.

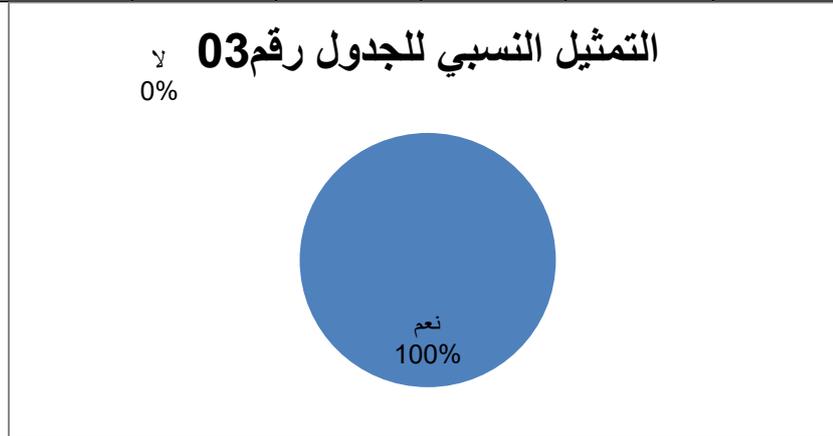
كما نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 3، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يعتبرون أن الأساس الذي يبنى عليه التخطيط الجيد هو العمل وفق الأهداف المسطرة.

- السؤال رقم 03: هل تتضمن أهدافكم تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب القلب والرئتين خلال عملية التدريب؟

- الغرض منه: معرفة ما إذا كانت الأهداف تتضمن تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب خلال عملية التدريب أو لا.

- الجدول رقم 03: يمثل مدى اعتماد الأهداف على تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب خلال عملية التدريب أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | ك ² المحسوبة | ك ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|-------------------------|-------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 15 | %100 | 7.5 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 00 | %00 | | | | | |
| المجموع | 15 | %100 | | | | | |



• تحليل النتائج:

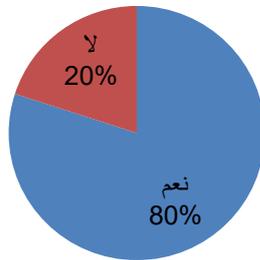
من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يرون أن أهدافهم تتضمن تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب خلال عملية التدريب في حين نسبة 00% من المدربين يرون أن أهدافهم لا تتضمن تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب خلال عملية التدريب.

كما نلاحظ أن قيمة ك² المحسوبة أكبر من قيمة ك² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفريية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين يعتبرون أن أهدافهم تتضمن تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب خلال عملية التدريب.

- السؤال رقم 04: هل تهتمون في تخطيطكم الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب؟
- الغرض منه: معرفة ما إذا كان التخطيط الإستراتيجي في التدريب يهتم بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب أو لا.
- الجدول رقم 04: يمثل اهتمام التخطيط الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | ك ² المحسوبة | ك ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|-------------------------|-------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 12 | 80% | 5.4 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 03 | 20% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 04



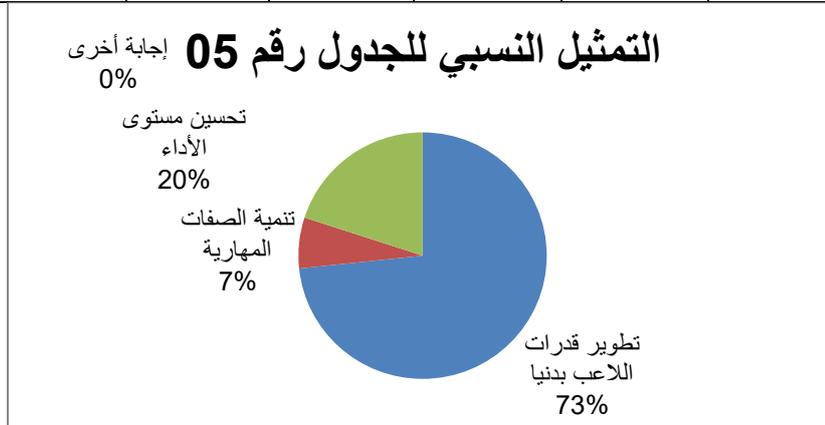
• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 80% من المدربين يهتمون في تخطيطهم الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب في حين نسبة 20% من المدربين لا يهتمون في تخطيطهم الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب.

كما نلاحظ أن قيمة ك² المحسوبة أكبر من قيمة ك² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفريية H₀ مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يهتمون في تخطيطهم الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب.

- السؤال رقم 05: ماهو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة؟
 - الغرض منه: معرفة الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة.
 - الجدول رقم 05: يمثل الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------------------------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| تطوير قدرات اللاعبين بدنيا | 11 | 73% | 16.17 | 7.81 | 0.05 | 3 | دال |
| تنمية الصفات المهارية | 01 | 7% | | | | | |
| تحسين مستوى الأداء | 03 | 20% | | | | | |
| إجابة أخرى | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |



• تحليل النتائج:

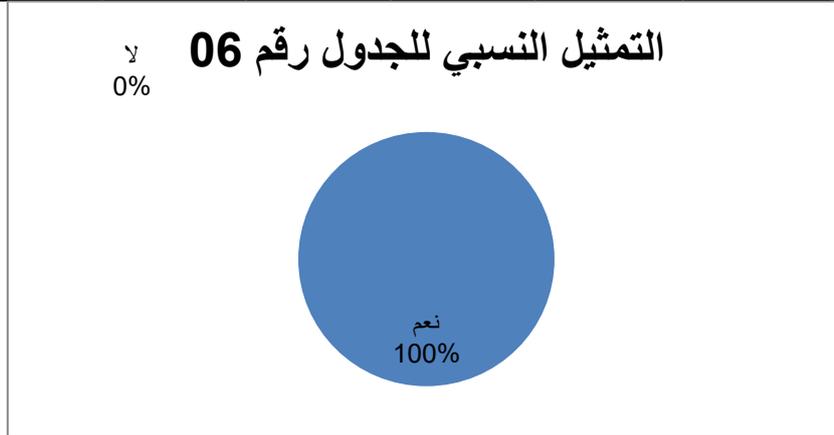
من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 73% من المدربين يرون أن الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة هو تطوير قدرات اللاعبين بدنيا في حين نسبة 20% من المدربين يرون أن تحسين مستوى الأداء هو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة بينما نسبة 7% ترى أن تنمية الصفات المهنية هي الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة.

كما نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 3، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يرون أن الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة هو تطوير قدرات اللاعبين بدنيا.

4-2- المحور الثاني: هل فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكاير.

- السؤال رقم 06: في بداية الموسم التدريبي هل تعطي أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب؟
- الغرض منه: معرفة أهمية تسطير برنامج زمني لمراحل التدريب في بداية الموسم أو لا.
- الجدول رقم 06: يمثل مدى أهمية تسطير برنامج زمني لمراحل التدريب في بداية الموسم أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 15 | %100 | 15 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 00 | %00 | | | | | |
| المجموع | 15 | %100 | | | | | |

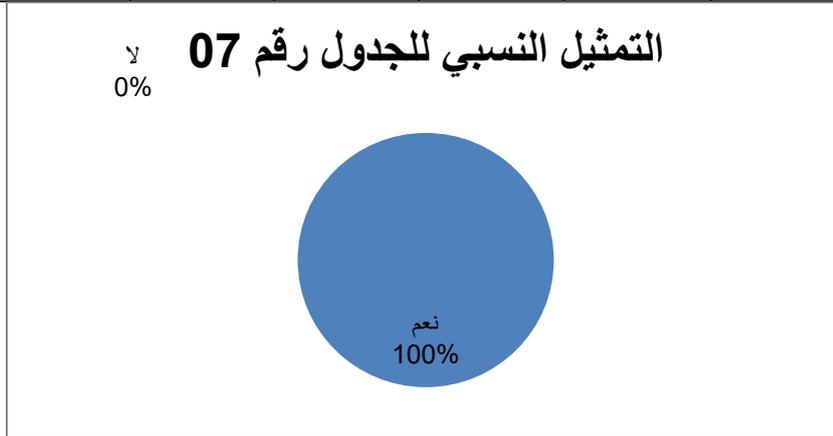


● تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يعطون أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب في بداية الموسم التدريبي في حين نسبة 00% من المدربين ترى عكس ذلك. كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين في بداية الموسم التدريبي يعطون أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب.

- السؤال رقم 07: هل تقسمون الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام وإعداد خاص وإعداد للمباريات؟
- الغرض منه: معرفة ما إذا قسمت الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام وإعداد خاص وإعداد للمباريات أو لا.
- الجدول رقم 07: يمثل مدى تقسيم الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام وإعداد خاص وإعداد للمباريات أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 15 | %100 | 15 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 00 | %00 | | | | | |
| المجموع | 15 | %100 | | | | | |



• تحليل النتائج:

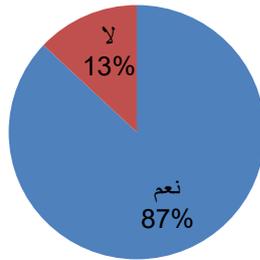
من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يقسمون الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام وإعداد خاص وإعداد للمباريات في حين نسبة 00% من المدربين يرون عكس ذلك.

كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يهتمون في تخطيطهم الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب.

- السؤال رقم 08: هل تعطون في البرنامج التدريبي الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية؟
- الغرض منه: معرفة إعطاء البرنامج التدريبي الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية أو لا.
- الجدول رقم 08: يمثل مدى إعطاء البرنامج التدريبي الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 13 | 87% | 8.06 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 02 | 13% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 08



• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 87% من المدربين يعطون الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية في البرنامج التدريبي في حين نسبة 13% من المدربين لا يعطون الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية في البرنامج التدريبي.

كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يعطون الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية في البرنامج التدريبي.

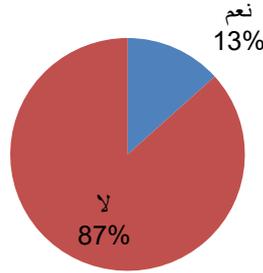
- السؤال رقم 09: هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يعمل على التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب؟

- الغرض منه: معرفة ما إذا كان الإعداد النفسي يعمل على التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب أو لا.

- الجدول رقم 09: يمثل الإعداد النفسي ودوره في التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 02 | %13 | 8.06 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 13 | %87 | | | | | |
| المجموع | 15 | %100 | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 09



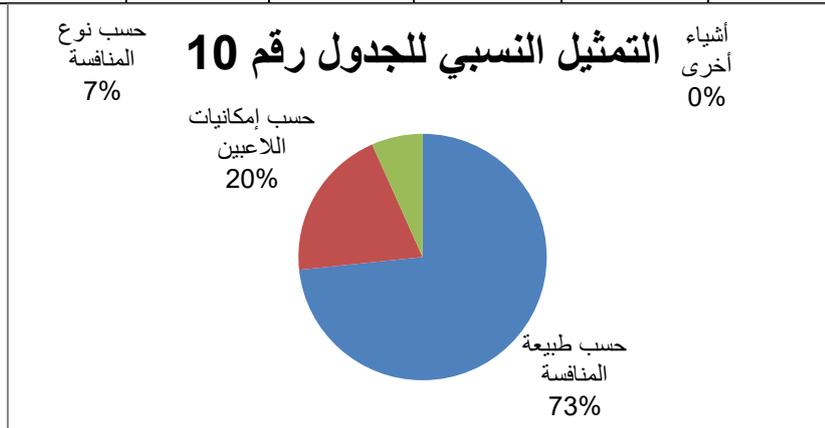
• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 87% من المدربين أكدوا أن الإعداد النفسي لا يعمل على التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب في حين نسبة 13% من المدربين يرون أن الإعداد النفسي يعمل على التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب.

كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن معظم المدربين يؤكدون أن الإعداد النفسي لا يعمل على التقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب.

- السؤال رقم 10: على أي أساس يبني المدرب خطط وطرق اللعب؟
- الغرض منه: معرفة الأساس الذي يبني عليه المدرب خطط وطرق اللعب.
- الجدول رقم 10: يمثل الأساس الذي يبني عليه المدرب خطط وطرق اللعب.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|-----------------------|-----------|----------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|------------------------|-----------------------|
| حسب طبيعة المنافس | 11 | 73% | 16.17 | 7.81 | 0.05 | 3 | دال |
| حسب إمكانيات اللاعبين | 03 | 20% | | | | | |
| حسب نوع المنافسة | 01 | 7% | | | | | |
| أشياء أخرى | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |



• تحليل النتائج:

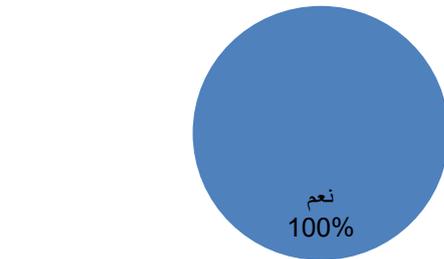
من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 73% من المدربين يرون أن الأساس الذي يبني عليه المدرب خطط وطرق اللعب هو حسب طبيعة المنافس في حين نسبة 20% من المدربين يرون أن الأساس الذي يبني عليه المدرب خطط وطرق اللعب هو حسب إمكانيات اللاعبين في حين نسبة 7% من المدربين يرون أن الأساس الذي يبني عليه المدرب خطط وطرق اللعب هو حسب نوع المنافسة. كما نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 3، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين أكدوا على أن الأساس الذي يبني عليه المدرب خطط وطرق اللعب هو حسب طبيعة المنافس.

4-3- المحور الثالث: هل توفر وسائل التدريب وإمكانيات المادية يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم لفئة الأكاير.

- السؤال رقم 11: هل يتطلب التخطيط الإستراتيجي للمدرب وسائل وإمكانيات مادية؟
- الغرض منه: معرفة مدى حاجة التخطيط الإستراتيجي للمدرب لوسائل وإمكانيات مادية أو لا.
- الجدول رقم 11: يمثل حاجة التخطيط الإستراتيجي للمدرب لوسائل وإمكانيات مادية أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 15 | %100 | 15 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 00 | %00 | | | | | |
| المجموع | 15 | %100 | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 11



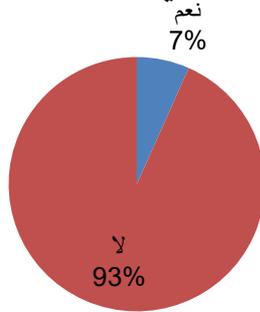
• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين يرون أن التخطيط الإستراتيجي للمدرب يتطلب وسائل وإمكانيات مادية في حين نسبة 00% من المدربين يرون عكس ذلك. كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين يعتبرون أن التخطيط الإستراتيجي للمدرب يتطلب وسائل وإمكانيات مادية.

- السؤال رقم 12: هل تستعمل في الحصص التدريبية وسائل تدريب حديثة؟
- الغرض منه: معرفة مدى استعمال في الحصص التدريبية وسائل تدريب حديثة أو لا.
- الجدول رقم 12: يمثل استعمال في الحصص التدريبية لوسائل تدريب حديثة أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 01 | 7% | | | | | |
| لا | 14 | 93% | 11.26 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 12



• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 93% من المدربين لا يستعملون وسائل تدريب حديثة في الحصص التدريبية في حين نسبة 7% من المدربين يستعملون وسائل تدريب حديثة في الحصص التدريبية.

كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين لا يستعملون وسائل تدريب حديثة في الحصص التدريبية.

- السؤال رقم 13: ماهي أهم وسائل تدريب التي تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي في كرة القدم؟
 - الغرض منه: معرفة أهم وسائل تدريب التي تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي في كرة القدم .

● تحليل النتائج:

من خلال فرز أجوبة معظم المدربين والمتعلقة بأهم الوسائل تدريب التي تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي في كرة القدم تحصلنا على النتائج التالية:

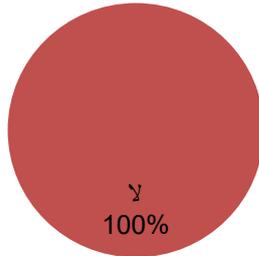
- أقماع وكرات.
- ميقاتي وصفارة.
- شواخص.
- صديرات.
- أجهزة الاسترجاع.
- أجهزة تقوية العضلات.
- صالات مغطاة.
- ملاعب صغيرة للتدريب.
- مسيح.
- كرات طبية.
- مطاط سرعة.
- سلم الأرض.
- حواجز.
- حلقات.

ومنه نستنتج من خلال هذه النتائج أن أغلبية المدربين يؤكدون على ضرورة توفر وسائل تدريب التي تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي في كرة القدم والتي من أهمها أجهزة الاسترجاع وأجهزة تقوية العضلات وكذا ملاعب صغيرة للتدريب.

- السؤال رقم 14: هل يتوفر النادي على مراكز خاصة بالاسترجاع؟
- الغرض منه: معرفة مدى توفر النادي على مراكز خاصة بالاسترجاع أو لا.
- الجدول رقم 13: يمثل نسب توفر النادي على مراكز خاصة بالاسترجاع أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 00 | %00 | 15 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 15 | %100 | | | | | |
| المجموع | 15 | %100 | | | | | |

نعم 0% التمثيل النسبي للجدول رقم 13



• تحليل النتائج:

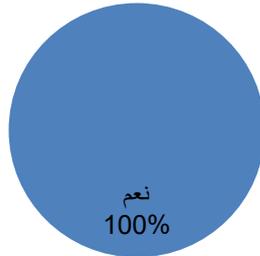
من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين لا تتوفر أنديتهم على هياكل ومراكز خاصة بالاسترجاع في حين نسبة 00% من المدربين ترى عكس ذلك. كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية الأندية لا تتوفر على هياكل ومراكز خاصة بالاسترجاع.

- السؤال رقم 15: هل وجود هياكل ومنشآت رياضية يؤثر إيجابيا على نتائج الفريق؟
- الغرض منه: معرفة مدى وجود هياكل ومنشآت رياضية وتأثيره إيجابيا على نتائج الفريق أو لا.
- الجدول رقم 14: يمثل تأثير وجود هياكل ومنشآت رياضية على نتائج الفريق إيجابيا أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 15 | 100% | 15 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 00 | 00% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 14

لا
0%



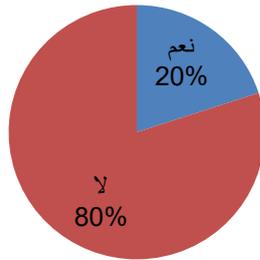
• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 100% من المدربين أكدوا على أن توفر هياكل ومنشآت رياضية يؤثر إيجابيا على نتائج الفريق في حين نسبة 00% من المدربين ترى عكس ذلك. كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية المدربين يؤكدون على تأثير وجود هياكل ومنشآت رياضية على نتائج الفريق إيجابيا.

- السؤال رقم 16: هل توجد ميزانية خاصة تمنح للاعبين كرة القدم فئة الأكبر؟
- الغرض منه: معرفة إن كانت هناك ميزانية خاصة تمنح للاعبين كرة القدم فئة الأكبر أو لا.
- الجدول رقم 15: يمثل وجود ميزانية خاصة تمنح للاعبين كرة القدم فئة الأكبر أو لا.

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 03 | 20% | 5.4 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 12 | 80% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 15



• تحليل النتائج:

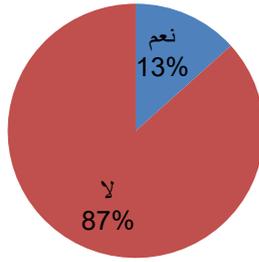
من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 80% من المدربين أكدوا أنه لا توجد ميزانية خاصة تمنح للاعبين في حين نسبة 20% من المدربين تؤكد وجود ميزانية خاصة تمنح للاعبين. كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية الأندية لا توجد بها ميزانية خاصة تمنح للاعبين كرة القدم.

- السؤال رقم 17: هل هناك إعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي "سبونسور"؟
- الغرض منه: معرفة إن كان النادي يتحصل على إعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي "سبونسور" أو لا.

- الجدول رقم 16: يمثل امتلاك النادي لإعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي "سبونسور".

| الإجابات | التكرارات | النسبة % | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | مستوى الدلالة (a) | درجة الحرية (df) | الاستنتاج الإحصائي |
|----------|-----------|----------|--------------------------|--------------------------|-------------------|------------------|--------------------|
| نعم | 02 | 13% | 8.06 | 3.84 | 0.05 | 1 | دال |
| لا | 13 | 87% | | | | | |
| المجموع | 15 | 100% | | | | | |

التمثيل النسبي للجدول رقم 16



• تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 87% من المدربين أكدوا أن النادي لا يتحصل على إعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي "سبونسور" في حين نسبة 13% من المدربين تؤكد حصول النادي على إعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي "سبونسور".
كما نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1، هذا يعني أن الفرضية الصفريّة H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج. ومنه نستنتج أن أغلبية الأندية لا تحصل على إعانات خارجية على شكل دعم للنادي "سبونسور" وهذا يدل على نقص التمويل وبالتالي ضعف النتائج.

خاتمة:

تضمن هذا الفصل عرض وتحليل نتائج البحث لكل من الفرضيات التي تناولناها على شكل محاور وذلك لمعرفة آراء ووجهات نظر المدربين حول التخطيط الإستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم، واستخدمنا في الحصول على النتائج كل من النسبة المئوية واختبار χ^2 ، وذلك لمعرفة الدلالة الإحصائية لهذه النتائج، وفي الأخير توصلنا إلى مجموعة من الحقائق جاءت في سياق الفرضيات المطروحة.

الفصل الخامس:

مناقشة النتائج

وتفسيرها

قائمة المصادر

والمراجع

الملاحق

تمهيد:

من خلال الدراسة التي قمنا بها قصد معرفة التخطيط الإستراتيجي للمدرب و أهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبي كرة القدم، قمنا بطرح ثلاث أسئلة جزئية متفرعة عن الإشكالية ثم اقترحنا ثلاث فرضيات لدراستها ميدانيا وتسجيل النتائج من خلال الواقع الميداني، وفي هذا الفصل سنقوم بمناقشة هذه الفرضيات وتحليلها من خلال نتائج الاستبيان.

1- مناقشة نتائج في ضوء الفرضيات:

1-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن:

- تحديد الأهداف للمدرب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم فئة الأكابر.

جدول رقم 17: الدلالة الإحصائية للفرضية الأولى الخاصة بإجابات المدربين.

| نتائج خاصة بإجابات المدربين | | | |
|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|---------|
| الاستنتاج الإحصائي | كا ² الجدولية | كا ² المحسوبة | الأسئلة |
| دال | 3.84 | 8.06 | س1 |
| دال | 7.81 | 9.77 | س2 |
| دال | 3.84 | 7.5 | س3 |
| دال | 3.84 | 5.4 | س4 |
| دال | 7.81 | 16.17 | س5 |

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (1)،(2)،(3)،(4)،(5)، بالإضافة إلى النسب المئوية 87%، 67%، 100%، 80%، 73% وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (اختبار كا²) تبين أن تحديد الأهداف من قبل المدرب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم فئة الأكابر، وهذا ما أشار إليه العلماء والخبراء في الجانب النظري حيث أكد على أنا من أهم مزايا التخطيط في التدريب أنه يوضح الطريق والأهداف التي يجب أن يسلكها الأفراد عند تنفيذ الأعمال لكي يسهل تحقيقها أي تحديد الهدف بوضوح.

- كما أكد نجاري بن حاج علي محمد في دراسته المتحصل على شهادة الماستر بولاية عين الدفلى بعنوان "أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي" على أن تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعب كرة القدم أقل من 17 سنة لأن الأهداف عنصر من عناصر التخطيط.

- كما أكد كل من إسماعيل جبريط و عبد الكريم بركة في دراستهما المتحصلين على شهادة ماستر بولاية ورقلة بعنوان "أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي" على أن معظم المدربين يرون أن تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر التخطيط الجيد تأثير على المردود الرياضي للاعبين في كرة السلة.

- ومما سبق يمكن القول أن الفرضية الأولى تحققت بنسبة كبيرة.

1-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن:

- فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم فئة الأكابر.

جدول رقم 18: الدلالة الإحصائية للفرضية الثانية الخاصة بإجابات المدربين.

| نتائج خاصة بإجابات المدربين | | | |
|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|---------|
| الاستنتاج الإحصائي | كا ² الجدولية | كا ² المحسوبة | الأسئلة |
| دال | 3.84 | 15 | س6 |
| دال | 3.84 | 15 | س7 |
| دال | 3.84 | 8.06 | س8 |
| دال | 3.84 | 8.06 | س9 |
| دال | 7.81 | 16.17 | س10 |

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (7)،(8)،(9)،(10)،(11)، بالإضافة إلى النسب المئوية 100%، 100%، 87%، 87%، 73% وما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (اختبار كا²) تبين أن فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم فئة الأكابر، وكما جاء في الجانب النظري حيث يعتبر الخبراء أن التخطيط الجيد في التدريب يعتمد في الأساس على مدى تحديد التوقيت الزمني المناسب قبل بدء العملية التدريبية فهو الركيزة الأساسية والهامة في تخطيط التدريب.

- كما أكد كل من إسماعيل جبريط و عبد الكريم بركة في دراستهما المتحصلين على شهادة ماستر بولاية ورقلة بعنوان "أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي" على أن معظم المدربين يرون أن التوقيت الزمني لتخطيط المدرب يساعد في تحسين مستوى المردود الرياضي للاعبين كرة السلة.
- كما أكد نجاري بن حاج علي محمد في دراسته المتحصل على شهادة الماستر بولاية عين الدفلى بعنوان "أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي" على أن تحديد وتقاسم التوقيت الزمني لتخطيط المدرب يساعد في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.
- وما سبق يمكن القول أن الفرضية الثانية تحققت بنسبة كبيرة.

3-1- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أن :

- توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم فئة الأكابر.

جدول رقم 19: الدلالة الإحصائية للفرضية الثالثة الخاصة بإجابات المدربين.

| نتائج خاصة بإجابات المدربين | | | |
|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------|
| الأسئلة | كا ² المحسوبة | كا ² الجدولية | الاستنتاج الإحصائي |
| س11 | 15 | 3.84 | دال |
| س12 | 11.26 | 3.84 | دال |
| س14 | 15 | 3.84 | دال |
| س15 | 15 | 3.84 | دال |
| س16 | 5.4 | 3.84 | دال |
| س17 | 8.06 | 3.84 | دال |

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (12)،(13)،(14)،(15)،(16)،(17)، بالإضافة إلى النسب المئوية 100 %، 93 %، 100 %، 100 %، 80 %، 87 %، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (إختبار كا²) تبين أن توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم فئة الأكابر، وكما أشرنا في الجانب النظري على أهمية وسائل التدريب

والإمكانيات المادية في إنجاح عملية تخطيط التدريب وخاصة فيما يتعلق بجانب الوسائل والأجهزة والذي يساعد في تسهيل عمل المدرب ومنه عملية تخطيط التدريب.

- كما أكد بايزيد عبد القادر في دراسته المتحصل على شهادة الماستر بولاية البويرة بعنوان " دور تخطيط التدريب للرفع من مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم " على أن معظم المدربين أجمعوا على أن عملية تخطيط التدريب تتطلب إمكانيات ووسائل يداغوجية.
- ومما سبق يمكن القول أن الفرضية الثالثة تحققت بنسبة كبيرة.

2- مقارنة النتائج بالفرضية العامة:

جدول رقم 20: مقارنة النتائج بالفرضية العامة:

| النسبة تحققت | القرار | صياغتها | الفرضية |
|--------------|--------|--|-------------------------|
| 81.4% | تحققت | تحديد الأهداف للمدرب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم. | الفرضية الجزئية الأولى |
| 89.4% | تحققت | فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم. | الفرضية الجزئية الثانية |
| 93.33% | تحققت | توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم. | الفرضية الجزئية الثالثة |
| 88.04% | تحققت | للتخطيط الإستراتيجي للمدرب أهمية في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة القدم. | الفرضية العامة |

من خلال الجدول الموضح أعلاه نستنتج أن الفرضية العامة قد تحققت بنسبة (88.04%)، وذلك

بعدها تحققت الفرضية الجزئية الأولى بنسبة (81.4%)، والفرضية الجزئية الثانية بنسبة (89.4%)،

والثالثة بنسبة (93.33%).

الإستنتاجات:

من خلال كل ما تم تقديمه في كلا الجانبين النظري والتطبيقي، حاولنا تسليط الضوء حول أهمية التخطيط الإستراتيجي للمدرب في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم، وعند تحليل نتائج هذه الدراسة التي كانت عن طريق عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالمدرين، يمكن القول أننا وصلنا إلى استخلاص زبدة هذا العمل المتواضع، وخاصة من خلال الدراسة الميدانية التي وضحت الغموض الذي كان يطغى على هذا العمل، وبالتالي تقديم الحلول التي تعطي إجابة للإشكال المطروح سابقاً، ونتيجة لهذا العمل تم التوصل لبعض الحقائق التي سطرت في الفرضيات والمتمثلة في أن معظم المدرين مقتنعين بأهمية تطبيق التخطيط الإستراتيجي للمدرب فهو عمل علمي ومنهجي يتطلب من المدرب كفاءة علمية ومهنية حتى يتمكن من تطبيقه والتعامل به لتحقيق الأهداف المسطرة مع وضع البرامج الزمنية لهاته السياسات في إطار الإمكانيات المتوفرة والمتاحة، كما كشف بعض المدرين أن فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تعتبر من أبرز الأسس التي يجب عليه العمل عليها وذلك من خلال عملية التخطيط الجيد، كما تم أيضاً إثبات أن عملية التخطيط الإستراتيجي للمدرب تحتاج إلى وسائل تدريب وإمكانيات مادية وذلك من أجل العمل في إطار منظم بمختلف الأجهزة التي تتطلبها هاته العملية، كما أننا توصلنا إلى أن أغلبية الأندية لا تتوفر على الإمكانيات اللازمة من وسائل التدريب وهذا ما جعلها تبقى في مستوى الهاوي.

وفي الأخير يمكن القول أن التخطيط الإستراتيجي للمدرب له أهمية بالغة في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم والفرضيات التي وضعناها تماشت مع إجابات المدرين حسب النتائج المتوصل إليها.

خلاصة عامة:

يمكن القول أن التخطيط في التدريب منهجا علميا حديثا، حيث أخذ في الآونة الأخيرة اهتماما بالغا من طرف المدربين وكذا الباحثين المختصين في هذا المجال إذ أن له عدة مزايا تمس التدريب كالرفع من الأداء والمردود الرياضي للاعب والوصول بالفريق إلى مصاف الفرق الكبيرة في هذا الاختصاص وإلى مستوى الإنجازات الرياضية .

وهذا الاهتمام المتزايد بالتخطيط في التدريب جعل منه جزء لا يتجزأ من أي نشاط رياضي، وهو بمثابة المحرك الرئيسي وشریان الحياة لدى المدرب والنادي، كون هذه العملية (التخطيط) عبارة عن تصور مستقبلي لمواجهة التغيرات المستقبلية.

وفي الأخير نستطيع القول أن ما توصلنا إليه يمكن أن يكون منارا للمختصين في مجال التدريب الرياضي، وكذا قطاع التربية البدنية والرياضية عامة في الجزائر، ويعمل على تشجيع المدربين في مهنتهم وهذا من أجل تفادي أخطاء سابقة والعمل بالطريقة الجيدة وفق أسس ومعايير علمية مدروسة وهذا ما يأخذنا إلى تحسين مستوى الفرق الجزائرية والوصول بها إلى مصاف الفرق الكبرى وبالتالي تحقيق الإنجازات الرياضية.

اقتراحات أو فرضيات مستقبلية :

في إطار دراستنا لنتائج الاستبيان الخاص بالمدرين وبالإضافة إلى الدراسة المفصلة التي تطرقنا إليها في الجانب النظري وكذا تحليل ومناقشة نتائج في الجانب التطبيقي والتي تدور حول "التخطيط الإستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم"، خلصنا لمجموعة من الاقتراحات والفرضيات المستقبلية والتي يمكن حصرها فيما يلي:

- ❖ لا بد على المدرين الالتزام بالتخطيط في التدريب كمنطلق في العملية التدريبية.
- ❖ لا بد على المدرين تحديد الأهداف والفترة المناسبة والملائمة لعملية تخطيط التدريب.
- ❖ على جميع الأندية الاهتمام بالفئات الشبانية عن طريق توفير كل الإمكانيات اللازمة من تخطيط إلى ملاعب ومراكز للتدريب وهذا من أجل ضمان مستقبل ذو مستوى عالي من الأداء لهذه الفئات.
- ❖ تنظيم اجتماعات تقييمية لدراسة المحصلة الحالية في تنفيذ عملية التخطيط الرياضي في مجال التدريب وتحديد النقائص وإعطاء حلول.
- ❖ لا بد أن يراعى عند عملية التخطيط في التدريب كل الجوانب (الجانب البدني، الجانب المهاري، الجانب الخططي، الجانب التقني، الجانب النفسي).
- ❖ تخصيص ميزانية كافية تتماشى مع متطلبات التخطيط الرياضي.
- ❖ فتح دورات تكوينية موسمية للمدرين للاستفادة من كل ما هو جديد في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبية، كذلك من أجل تبادل الخبرات كي يستفيد منها هؤلاء الصاعدين في مجال كرة القدم.
- ❖ العمل على توفير كل الوسائل والإمكانيات المادية والمستلزمات التي تسهل عملية التخطيط، وتكيف المدرب الرياضي على استعمالها.
- ❖ ضرورة اهتمام رؤساء الأندية بلاعب كرة القدم وذلك من خلال توفير الإمكانيات اللازمة للتدريب ووضع ميزانية خاصة تمنح للاعبين من أجل تحقيق الأهداف المسطرة.
- ❖ ضرورة إشراك كل المديرين والمؤسسات المسؤولة على الرياضة بتوفير الملاعب والمنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية من مراكز للاسترجاع وكذا التكوين.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان موجهة للمدربين

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الماستر في العلوم والتقنيات النشاطات البدنية والرياضية فرع تدريب رياضي
نخبوي تحت عنوان "التخطيط الإستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة
القدم". نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة
هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة. وشكرا على تعاونكم.

ملاحظة :

رجاء الإجابة على كل عبارة بوضع علامة \otimes أمام العبارة:

إشراف الأستاذ:

د. شعيب دين

إعداد الطالب:

● محمد رفيق برتيمة.

السنة الجامعية : 2019/2018

التساؤلات

المحور الأول: تحديد الأهداف للمدرب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم.

1- هل ترى أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية له تأثير على نتائج الفريق؟

نعم لا

2- حسب رأيك ماهو الأساس الذي يبنى عليه التخطيط الجيد؟

مرونة الخطة أسلوب التدريب المعتمد العمل وفق الأهداف المسطرة أشياء أخرى

3- هل تتضمن أهدافكم تطوير الأجهزة الوظيفية للاعب القلب والرئتين خلال عملية التدريب؟

نعم لا

4- هل تهتمون في تخطيطكم الإستراتيجي في التدريب بالحالة النفسية والفيزيولوجية للاعب؟

نعم لا

5- ماهو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة؟

تطوير قدرات اللاعب بدنيا تنمية الصفات مهارية تحسين مستوى اللاعبين

إجابة أخرى

المحور الثاني: فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة

القدم.

6- في بداية الموسم التدريبي هل تعطي أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب؟

نعم لا

7- هل تقسمون الدورة التدريبية السنوية إلى مرحلة إعداد عام وإعداد الخاص وإعداد للمباريات؟

نعم لا

8- هل تعطون في البرنامج التدريبي الحجم والزمن الكافي للحصة التدريبية؟

نعم لا

9- هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يعمل على تقليل من الجهد والوقت المبذولين في التدريب؟

نعم لا

10- على أي أساس يبني المدرب خطط وطرق اللعب ؟

حسب طبيعة المنافس

حسب إمكانيات اللاعب

حسب نوع المنافسة

أشياء أخرى

المحور الثالث: توفر وسائل التدريب والإمكانيات المادية تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب
كرة القدم.

11- هل تتطلب عملية تخطيط التدريب إمكانيات ووسائل بيداغوجية؟

نعم لا

12- هل تستعمل في الحصص التدريبية وسائل تدريب حديثة؟

نعم لا

13- ماهي أهم الوسائل التدريبية التي تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي في كرة القدم ؟

.....

.....

14- هل تتوفر النادي على هياكل ومراكز خاصة بالاسترجاع ؟

نعم لا

15- هل توفر مراكز وهياكل رياضية يؤثر إيجابيا على نتائج الفريق؟

نعم لا

16- هل توجد ميزانية خاصة تمنح للاعب كرة القدم لفئة الأكبر ؟

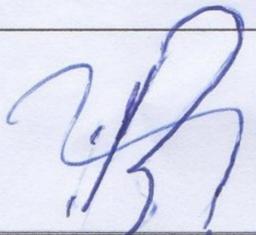
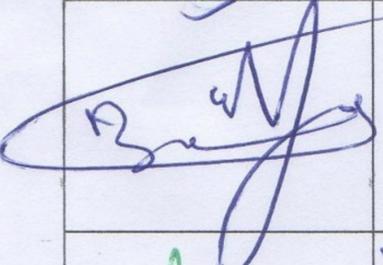
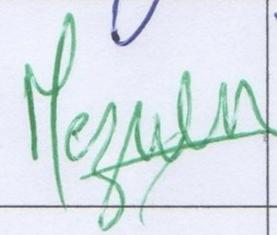
نعم لا

17- هل هناك إعانات خارجية تقدم على شكل دعم للنادي سبونسور ؟

نعم لا

استمارة تحكيم للاستبيان تحت عنوان:

التخطيط الاستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين في كرة القدم

| الإمضاء | الجامعة | الاختصاص | الدرجة العلمية | الاسم واللقب |
|---|---------|--------------|----------------|--------------|
|  | بسكرة | تدريب رياضي | استاذ محاضر | ناصر بكار |
|  | بسكرة | تدريب رياضي | استاذ محاضر | بن بوساود |
|  | بسكرة | تربية رياضية | استاذ | السعيد مزروج |
| | | | | |

إشراف: د-دين شعيب

الطالب : محمد رفيق برتيمة

قائمة المصادر

والمراجع

- قائمة المراجع:

أولاً: قائمة المراجع باللغة العربية:

- 1- أبو حلوة، محمد إبراهيم (2016). التخطيط في التدريب الرياضي. ط1، أمجد للنشر والتوزيع.
- 2- أبو زيد، عماد الدين عباس (2007). التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد فريق في الألعاب الجماعية. ط1، الإسكندرية: منشأة المعارف.
- 3- أبو عبده، حسن السيد (2007). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم. ط7، الإسكندرية: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
- 4- إبراهيم، مروان عبد المجيد (1999). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية. عمان.
- 5- البشتاوي، مهند حسين (2010). مبادئ التدريب الرياضي. ط2، عمان: دار وائل للنشر.
- 6- السباطي، أمر الله (1998). أسس وقواعد التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 7- السيد، إسماعيل محمد (2000). الإدارة الإستراتيجية مفاهيم عامة وحالات تطبيقية. الإسكندرية: الدار الجامعية.
- 8- السيد، محمد (1970). الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية. ط2، القاهرة: دار النهضة العربية.
- 9- الطالب، نزار و السامرائي، محمود (1981). مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- 10- العارف، ناديا (2003). الإدارة الإستراتيجية. الإسكندرية: الدار الجامعية.
- 11- الفاتح، وجدي مصطفى و السيد، محمد لطفي (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي اللاعب والمدرب. المنيا: دار الهدى.
- 12- الكردي، محمد فتحي (2015). المدرب الرياضي الألعاب الجماعية والفردية. ط1، الإسكندرية: دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.
- 13- بوحوش، عمار و محمود، محمد (1995). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 14- ثابت، ناصر (1984). أضواء على الدراسة الميدانية. الكويت: مكتبة الفلاح الكويتية.
- 15- حسنين، محمد لطفي (2006). الإنجاز الرياضي وقواعد العمل التدريبي. ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

- 16- حسين، قاسم حسن (1998). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية. عمان: دار الفكر للطباعة.
- 17- حمادة، مفتي إبراهيم (1994). الجديد في الإعداد البدني والمهاري للاعبين كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 18- حمادة، مفتي إبراهيم (2001). التدريب الرياضي الحديث. ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 19- خطايب، أكرم زكي (1996). موسوعة كرة الطائرة الحديثة. ط1، القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع.
- 20- درويش وآخرون (2002). القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة اليد. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 21- راتب، أسامة كامل (1995). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 22- راتب، أسامة كامل (1997). علم نفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات. ط2، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 23- رضوان، محمد نصر الدين (2003). الإحصاء الاستدلالي في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 24- زرواتي، رشيد (2007). مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية. ط1، عين مليلة، الجزائر.
- 25- زيدان وآخرون (1995). الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الأشبال والأواسط. قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.
- 26- سليمان، مأمور بن حسن (1998). كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية. ط2، لبنان: دار ابن حزم.
- 27- صالح، محمد عبده و حمادة، مفتي إبراهيم (1994). أساسيات كرة القدم. القاهرة: دار المعرفة.
- 28- عبد الجواد، حسن (1988). كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية وقانون الدول. ط4، لبنان: دار العلم للملايين.
- 29- عبد الحفيظ، إخلاص محمد و باهر، مصطفى حسين (2000). طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 30- عبد الرحمن، مصطفى أحمد (2015). التخطيط الاستراتيجي. الإسكندرية: دار التعليم الجامعي.

- 31- موسى، محمد محمود (1985). التخطيط التعليمي أسسه وأساليبه ومشكلاته. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- 32- عبد المقصود، إبراهيم (2003). الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية. ط1، الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
- 33- عبد ربه، رعد محمد (2010). كرة القدم رياضة الشعوب. ط1، الجنادرية للنشر والتوزيع.
- 34- عدة، سيدة أحمد (1998). أثر التدريب أسلوب التطبيق بتوجيه المدرسة على تنمية عناصر الأداء البدني والإنجاز في القفزة الثلاثية. جامعة مستغانم، الجزائر.
- 35- علاوي، محمد حسن (1998). سيكولوجية النمو الرياضي. ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 36- علاوي، محمد حسن و راتب، أسامة كامل (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي للطبع والنشر.
- 37- عمر، محمد زيان (1996). البحث العلمي مناهجه وتقنياته. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية. منهج التربية البدنية (1984). منشورات لوزارة التربية الوطنية.
- 38- عنتر، محمد عبد الله (2014). التخطيط الإستراتيجي في المجال الرياضي. ط1، الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة.
- 39- ماهر، أحمد (1999). دليل المدير خطوة بخطوة في الإدارة الإستراتيجية. الإسكندرية: الدار الجامعية.
- 40- محمود، عبد القادر (1990). سبع محاضرات حول الأسس التعليمية لكتاب البحث العلمي. سلسلة في دروس الاقتصاد، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 41- منهج التربية البدنية (1984). منشورات لوزارة التربية الوطنية.
- ثانيا: قائمة المراجع باللغة الفرنسية:

- 1- Angers, M.(1996).Initiation pratique à la méthodologie des sciences mimines.2éme Edition, Inc, chnébec.
- 2- Weineck, J.(1986).Monuel Entraiment.Edition Vigo.

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: التخطيط الإستراتيجي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

تهدف الدراسة إلى: إبراز أهمية التخطيط الإستراتيجي للمدرب في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير. **الفرض من الدراسة:** للتخطيط الإستراتيجي للمدرب أهمية في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم. **العينة:** هي عينة قصديه تتكون من 15 مدرب من خمسة عشر فريق. **نسبتها:** 44.11%. **الأداة المستخدمة:** الاستبيان. **أهم الاستنتاجات:** تحديد الأهداف للمدرب يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير، تحديد فترة التخطيط المعتمدة من قبل المدرب تساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير، توفر وسائل التدريب والإمكانات المادية يساعد في تحسين مستوى الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم لفئة الأكاير.

أهم اقتراح أو توصية: لا بد على المدربين الالتزام بالتخطيط في التدريب كمنطلق في العملية التدريبية، لا بد على المدربين تحديد الأهداف والفترة المناسبة والملائمة لعملية تخطيط التدريب، العمل على توفير كل الوسائل والإمكانات المادية والمستلزمات التي تسهل عملية التخطيط وتكيف المدرب الرياضي على استعمالها، فتح دورات تكوينية موسمية للمدربين للاستفادة من كل ما هو جديد في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبية، كذلك من اجل تبادل الخبرات كي يستفيد منها هؤلاء الصاعدين في مجال كرة القدم، تخصيص ميزانية كافية تتماشى مع متطلبات التخطيط الرياضي، تنظيم اجتماعات تقييميه لدراسة المحصلة الحالية في تنفيذ عملية التخطيط في مجال التدريب وتحديد النقائص وإعطاء حلول، ضرورة إشراك كل المديرات والمؤسسات المسؤولة على الرياضة بتوفير الملاعب والمنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية من مراكز للاسترجاع وكذا التكوين، ضرورة اهتمام رؤساء الأندية بلاعب كرة القدم وذلك من خلال توفير الإمكانات اللازمة للتدريب ووضع ميزانية خاصة تمنح للاعبين من اجل تحقيق الأهداف المسطرة.

الكلمات المفتاحية: التخطيط الإستراتيجي - المدرب الرياضي - الإنجاز الرياضي - كرة القدم.

The summary of the study

The title of the study: the strategic planning of the trainer and its importance in improving the level of athletic achievement of the football players for the greats category. **The study aims to highlight:** the importance of strategic planning of the trainer in improving the level of athletic achievement of football players for the class of greats. **The purpose of the study:** the strategic planning of the trainer has a great importance in improving the level of athletic achievement for the football players. **The sample:** is intentional sample consists of 15 trainers from 15 teams. **It's percentage:** 44.11%. **The used tool:** the questionnaire. **The most important conclusions:** setting the objectives of the trainer helps in improving the level of achievement athlete football players for the class of greats, determine the planning period approved by the trainer helps in improving the level of athletic achievement of the football players for the greats class, provides means training and physical capabilities helps improve the level of athletic achievement of football players for the prestige category.

The most important suggestion or recommendation: The trainers must adhere to planning in the training as a starting point in the training process. Trainers have to determine the goals and the appropriate period for the training planning process, they must work to provide the means, the material resources and the supplies that facilitate the planning process and adapt the sports trainer to use them, to open seasonable training sessions for trainers to take advantages of everything new in the field of building and planning the training programs, also for the exchange of the experiences for the benefit of the ascenders in the field of football. Allocation adequate budget in line with the requirement of the sports planning, to organize training meetings to study the current outcome in the implementation of the planning process in the field of training and define the shortages and find the solutions. The need to involve all the directorates and institutions responsible for sport by providing stadiums and sports facilities with all the necessary facilities from the centers of recovery and training. The for the presidents of clubs to pay attention to football players by providing the possibilities for training and the establishment of a special budget for players in order to achieve the goals set.

The key words: the strategic plan- the sports trainer- the sports achievement- football.