

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر – بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي



رقم:.....

مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر

تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنوان:

أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين الأداء
الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة

دراسة ميدانية لبعض أندية ولاية الوادي

تحت إشراف:

- د. دخية عادل

إعداد الطلبة:

- معيز فؤاد

- حمزة عادل

السنة الجامعية: 2025/2024

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي



رقم:.....

مذكرة لنيل شهادة ماستر
تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنوان:

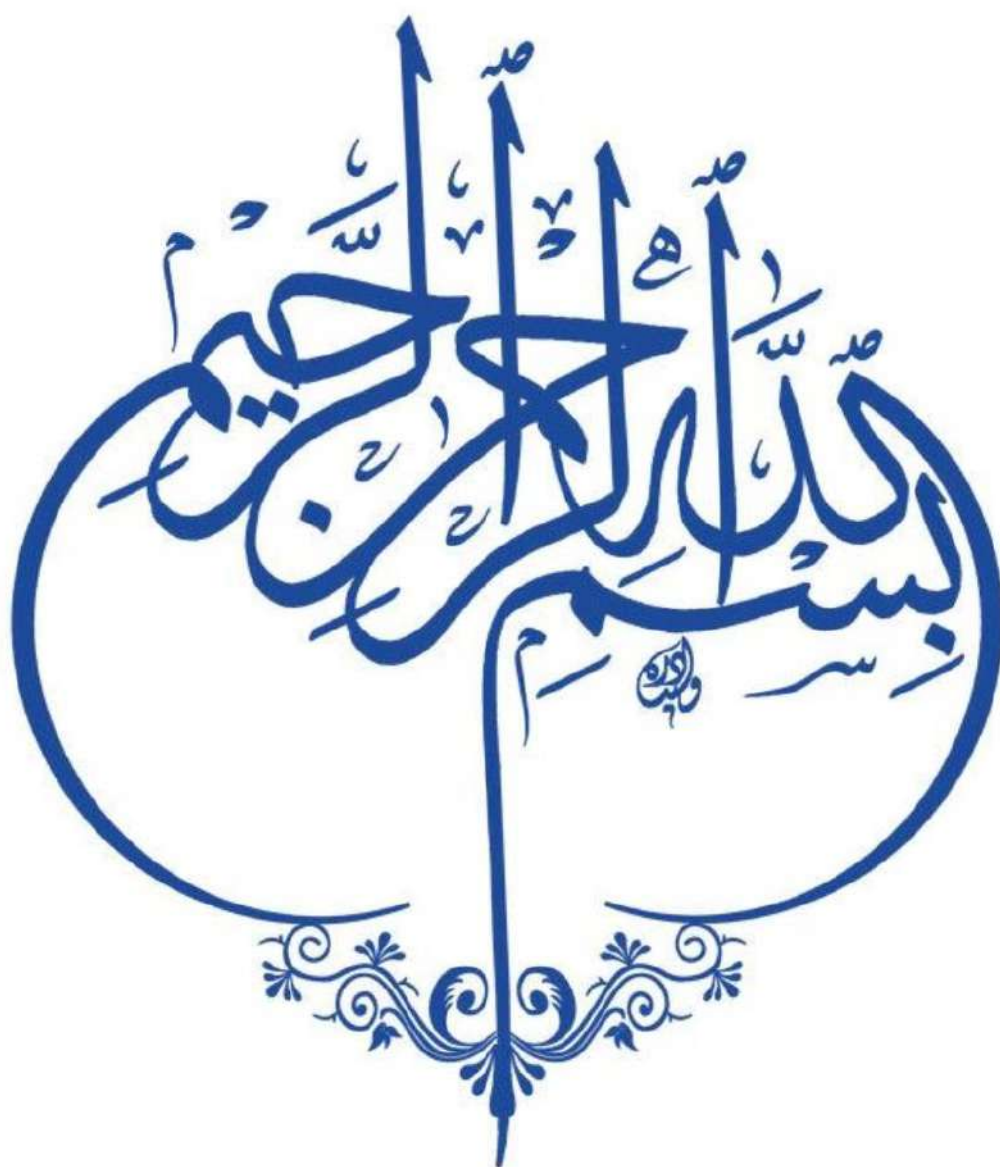
أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين الأداء
الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة

دراسة ميدانية لبعض أندية ولاية الوادي

تحت إشراف:
- د. دخية عادل

إعداد الطلبة:
- معيز فؤاد
- حمزة عادل

السنة الجامعية: 2025/2024





آیتہ الکرسی سورۃ البقرہ آیت ۲۵۵

شُكْرُ وَعِرْفَانُ

قال الله تعالى " لئن شكرتم لأزيدنكم "

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا يشكر الله من لا يشكر الناس " الحمد والثناء والشكر لله العلي القدير على نعمه الظاهرة والباطنة وتوفيقه لإجازه هذا البحث.

واعترافا بالفضل وتقديرا للجميل ليسعني إتمام إعداد هذا البحث إلا أن أتوجه إلى الأستاذ المشرف الذي كان حافزا ومنبعا لجهدى الأستاذ الدكتور: "دخية عادل" لقبوله الإشراف على الرسالة، وعلى توجيهاته السديدة، ونصائحه الدقيقة، وملاحظاته القيمة، وتساوله المستمر عن هذا العمل الذي اعتبره عمله فلم يدخر جهدا لأجله حتى يتم في أحسن الظروف، وكل ذلك بطلاقة وجه ورحابة صدر، فجزاه الله عني خير الجزاء، وبارك الله له في وقته وعمله، مع التمني له دوام التفوق والنجاح إلى أعلى المراتب في مشواره العلمي.

كما أتقدم بالشكر وعظيم الامتنان لأساتذة كلية علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة محمد خيضر بسكرة.

وأقدم بالشكر والعرفان إلى الأساتذة "لجنة المناقشة" الذين تحملوا عناء قراءة وتفحص المذكرة كما اشكر جميع مدربي وإطارات النوادي الرياضية لولاية تبسة على استقبالهم وتعاونهم معنا، وعلى المعلومات المقدمة من طرفهم، وخص بالذكر المدرب " عامر عز الدين "

والى كل اللذين غمروني برحابة صدر وتابعوني بصدق ويسرو لي الطريق في إعداد هذه المذكرة التي نرجو أن تكون مرجعا يستفاد منه.

إهداء

إلى كل من علمني حرفاً في هذه الدنيا الفانية

إلى روح والدي الكريمين

إلى زوجتي وأبنتي استبرق قرّة عيني

إلى جميع أفراد الأسرة التربوية والبيداغوجية

إلى كل هؤلاء وهؤلاء أهدي ثمرة جهدي وعملي المتواضع

ونسأل الله أن يجعله نبراساً لكل طالب علم

معيزي فؤاد

إهداء

إلى كل من علمني حرفاً في هذه الدنيا الفانية

إلى روح والدي ووالدتي الكريمتين

إلى زوجتي وأولادي قرّة عيني

إلى جميع أفراد الأسرة التربوية والبيداغوجية

إلى كل هؤلاء هؤلاء أهدي ثمرة جهدي وعملي المتواضع

ونسأل الله أن يجعله ذبراساً لكل طالب علم

حمزة عادل

فهرس المحتويات:

الموضوع	الصفحة
البسملة	
الإهداء	
كلمة شكر	
فهرس المحتويات	
فهرس الأشكال والجداول	
مقدمة: أ-ج	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
1 - الإشكالية: 06	
2- فرضيات الدراسة : 07	
3- أهداف الدراسة : 07	
4- أهمية البحث : 08	
5- أسباب اختيار الموضوع : 08	
6- تحديد المفاهيم والمصطلحات : 08	
الجانب النظري	
الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
I- الخلفية النظرية:	
1- التخطيط الاستراتيجي:	
تمهيد:	
1-1-1- مفهوم التخطيط: 11	
1-1-2- أهمية التخطيط: 13	
1-1-3- مراحل التخطيط: 13	
1-1-4- أنواع التخطيط: 13	
1-2- الإستراتيجية: 15	

15	 مفهوم الإستراتيجية: 1-2-1
16	 شروط وضع الإستراتيجية: 2-2-1
16	 التخطيط الإستراتيجي: 3-1
16	 مفهوم التخطيط الاستراتيجي: 1-3-1
17	 معوقات التخطيط الإستراتيجي: 2-3-1
18	 فوائد التخطيط الاستراتيجي : 3-3-1
18	 التخطيط الرياضي: 4-1
19	 عناصر التخطيط الجيد: 1-4-1
20	 التخطيط في كرة القدم: 2-4-1
20	 خصائص تخطيط التدريب الرياضي: 3-4-1
20	 خطوات وأسس تخطيط التدريب في كرة القدم: 4-4-1
21	 أنواع التخطيط: 5-4-1
26	 خلاصة:

2- المدرب والأداء الرياضي :

.....	تمهيد:
27	 المدرب الرياضي : 1-2
27	 مفهوم المدرب الرياضي : 1-1-2
27	 شخصية المدرب وخصائصه : 2-1-2
31	 شخصية المدرب الناجح : 3-1-2
31	 سلوك المدرب الرياضي : 4-1-2
32	 أخلاقيات المدرب الناجح : 5-1-2
32	 دور المدرب العام : 6-1-2
32	 حقوق المدرب وواجباته : 7-1-2
33	 واجبات المدرب في كرة القدم : 8-1-2
34	 خصائص مدرب كرة القدم الجيد : 9-1-2

35	 2-1-10- مميزات مدرب كرة القدم :
36	 2-2- الأداء الرياضي :
36	 2-2-1- مفهوم الأداء الرياضي :
37	 2-2-2- أنواع الأداء :
37	 2-2-3- العوامل المساهمة في الأداء الرياضي :
38	 2-2-4- مكونات الأداء :
39	 2-2-5- دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي :
40	 2-2-6- اعتبارات المدرب عند تقويم الأداء الرياضي :
40	 2-2-7- الخصائص النفسية للمنافسات الرياضية وتأثيرها على أداء اللاعب :
41	 2-2-8- فئات تصنيف الرياضيين على أساس نتائج المنافسة ونوعية الأداء :
	 خلاصة:

3- كرة القدم وفئة أقل من 19 سنة :

	 تمهيد:
44	 3-1- كرة القدم :
44	 3-1-1- تعريف كرة القدم:
44	 3-1-2- نشأة وتطور كرة القدم في العالم :
46	 3-1-3- المبادئ الأساسية في كرة القدم :
46	 3-1-4- صفات لاعب كرة القدم :
48	 3-1-5- المتطلبات البدنية في كرة القدم :
49	 3-1-6- المهارات الأساسية في كرة القدم :
54	 3-2- فئة أقل من 19 سنة :
54	 3-2-1- تعريف فئة الأواسط وتحديد لها :
54	 3-2-2- خصائص النمو عند فئة الأواسط :
57	 3-2-3- أزمات فئة الأواسط :
60	 3-2-4- خصائص لاعب فئة الأواسط :

62	 3-2-5- حاجات لاعب فئة الأواسط :
63	 3-2-6- علاقة اللاعب المراهق بالرياضة :
64	 3-2-7- أهمية ممارسة كرة القدم لدى المراهق :
	 خلاصة:

Π - الدراسات السابقة:

	 تمهيد:
66	 1- الدراسات السابقة والمشاهدة :
71	 2- التعليق على الدراسات السابقة :
72	 خلاصة:

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

74	 تمهيد:
75	 1- الدراسة الاستطلاعية :
75	 2- المنهج المتبع في الدراسة :
76	 3- مجتمع وعينة البحث :
76	 3-2- عينة البحث:
77	 4- مجالات البحث :
77	 5- ضبط متغيرات الدراسة :
78	 6- أدوات جمع البيانات :
78	 7- إجراءات التطبيق الميداني :
78	 8- الوسائل الإحصائية :
81	 خلاصة:

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها

84	 1- عرض وتحليل النتائج :
113	 2- مناقشة نتائج الدراسة :

4-اقتراحات وتوصيات :

المراجع المعتمدة في الدراسة:

الملاحق:

ملخص الدراسة:

فهرس الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبن نسب وضع الاهداف قبل بدء العمليات المعرفية	90
02	يبن معرفة اهداف وخطط الفريق	91
03	يبن معرفة الاهداف الموضوعية من قبلكم بالمرونة والقدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة	92
04	يبن الاهداف المسطرة واضحة ومفهومة لدى اللاعبين	93
05	يبن هل الاهداف المسطرة محفزة للقدرات والمهارات من اجل تطوير مستوى الأداء	94
06	يبن ماهي الاهداف التي يجب عليك كمدرّب أن ترفع بها كفاءة اللاعب لتحقيق نتائج غاية في الأهمية	95
07	يبن أهمية تسطير الاهداف وفق مراحل ومعايير ماهي تلك المراحل والمعايير التي تبون عليها أهدافكم	96
08	يبن في بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب	97
09	يبن هل تعطون في برامج التدريب الحجم الزمني الكافي للحصص التدريبية	98
10	يبن رأيك المدرب في العمل لفترة أطول ويزمن أطول يساهم في تحسين مردود اللاعبين	99
11	يبن رأي المدرب في المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة البدنية للاعب واعطائه مردود جيد أثناء المباراة	100
12	يبن ما هو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة	101
13	يبن في فترة التحضير العام ما هو الوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات البدنية والمهارية لإعطاء مردود جديد خلال المنافسات واعطاء نتيجة	102
14	يبن بعد كل مباراة هل تولون اهتماما كبيرا لفترة الاسترجاع	103
15	ما هو الاسلوب التدريبي المنتهج في عملك	104
16	يبن اتماد المدرب على أسلوب الانضباط والمواظبة في الحصص التدريبية	105
17	يبن تشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات	106
18	يبن المدرب كيف ير أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق	107
19	يبن تكيف اللاعبين أثناء العمل مع أسلوب المدرب الذي تنتهجه	108
20	يبن أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص	109

فهرس الاشكال:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	ييين نسب وضع الاهداف قبل بدء العمليات المعرفية	91
02	ييين معرفة اهداف وخطط الفريق	92
03	ييين معرفة الاهداف الموضوعية من قبلكم بالمرونة والقدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة	93
04	ييين الاهداف المسطرة واضحة ومفهومة لدى اللاعبين	94
05	ييين هل الاهداف المسطرة محفزة للقدرات والمهارات من اجل تطوير مستوى الأداء	95
06	ييين ماهي الاهداف التي يجب عليك كمدرّب أن ترفع بها كفاءة اللاعب لتحقيق نتائج غاية في الأهمية	96
07	ييين أهمية تسطير الاهداف وفق مراحل ومعايير ماهي تلك المراحل والمعايير التي تبين عليها أهدافكم	98
08	ييين في بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب	99
09	ييين هل تعطون في برامج التدريب الحجم الزمني الكافي للحصص التدريبية	100
10	ييين رأيك المدرب في العمل لفترة أطول ويزمن أطول يساهم في تحسين مردود اللاعبين	100
11	ييين رأي المدرب في المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة البدنية للاعب واعطائه مردود جيد أثناء المباراة	102
12	ييين ما هو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة	103
13	ييين في فترة التحضير العام ما هو الوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات البدنية والمهارية لإعطاء مردود جديد خلال المنافسات واعطاء نتيجة	104
14	ييين بعد كل مباراة هل تولون اهتماما كبيرا لفترة الاسترجاع	105
15	ما هو الاسلوب التدريبي المنتهج في عملك	106
16	ييين اتماد المدرب على أسلوب الانضباط والمواظبة في الحصص التدريبية	107
17	ييين تشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات	108
18	ييين المدرب كيف ير أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق	109
19	ييين تكيف اللاعبين أثناء العمل مع أسلوب المدرب الذي تنتهجه	110
20	ييين أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص	110

مقدمة

مقدمة:

تعتبر الرياضة منذ العصور القديمة عنصر جد فعال في الحياة الاجتماعية لبناء جسم سليم ومتناسك، وبمرور الزمن تطورت وأصبح لها قوانين وأماكن مخصصة لها وأغراض تستخدم في ممارستها وهي تلعب دورا كبيرا في تحقيق التوازن الاجتماعي عن طريق تخفيف الصراع والتنافس الاجتماعي بحيث قدمت للإنسانية مجالا شريفا وإطارا ساميا للمنافسة والصراع النظيف، وعبر تطور مختلف الرياضات كان هناك تغيير للأسس والقوانين التي قدمت في مجملها الأفضل والأحسن للممارسة الشريفة البعيدة عن كل المزايدات إذ نجحت في هذا الدور نجاحا كبيرا.

أصبح للرياضة في عصرنا هذا عدة أنواع تختلف هذه الأنواع من نوع لآخر في حيث الأهمية والغرض من ممارستها ، وتتم ممارستها وفق شروط وقواعد وضعت من أجل التحكم فيها وتعتبر كرة القدم إحدى أشهر وأهم الألعاب والرياضات التي توليها الجماهير والوسائل الإعلامية أهمية بالغة، حيث دخلت في العالم مرحلة غاية التعقيد والتحديث في فنيات وطرائق اللعب، وإلى جانبها يتزامن التطور الذي يشمل نواحي متعددة ومنها التطور البدني ، من أجل تحقيق أسمى شكل لكرة القدم الذي يهدف إلى بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل بأقل جهد، وهذا ما يسعى إليه المختصون في كرة القدم من خلال البرامج التدريبية المنتهجة علميا.

ولقد رأى المختصون أن للتحضير الجيد تأثير على الجانب البدني ، الذي له أهمية تطوير الصفات البدنية عند لاعبي كرة القدم، وتوصلوا بأن مستوى التحضير التقني والتكتيكي مرتبط ارتباطا وثيقا بالتحضير البدني، وتطوير الصفات البدنية، وفي كل هذا لا يجب أن نغفل عن الدور الفعال الذي يلعبه المدرب في تقنين وتنظيم مختلف التمرينات التدريبية وإعطائها الشكل المناسب الذي يتلاءم مع القدرات الحركية والبدنية للاعبين، وكذا المدة والجهد المناسبين لتفادي مظاهر الإجهاد والتعب، ونقصد بها ضرورة اختيار مدة الحمل والشدة الموافقة لهذه القدرات الحركية والبدنية المعروفة وهذا من أجل تحقيق أفضل مردود رياضي.

كما يقول الدكتوران: محمد صبحي حسين وكمال عبد الحميد 1997 (هناك ضرورة لجعل فترة دوام الحمل البدني والنشاط الرياضي، ومراحل الراحة داخل إطار الدرس، معدة بطريقة تجعل لها نواتج مباشرة يمكن ملاحظتها) (د. كمال عبد الحميد ود. محمد صبحي حسين، 1997، صفحة 106) ، الذي يعتبر حسب الدراسات السابقة في هذا المجال أحد العناصر الأساسية في التحضير العام والخاص نحو التطوير الكلي لعناصر اللياقة البدنية، ورفع كفاءة أعضاء وأجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها من خلال التمرينات البنائية العامة والخاصة. (أمر الله أحمد البساطي، 1999، صفحة 21)

وتعتبر المرحلة الإعدادية في كرة القدم من القواعد الرئيسية في العملية التدريبية، وعملية الإعداد هذه لا بد لها من طرق ووسائل مدروسة يتم التخطيط لها مسبقاً من طرف الهيئة المشرفة على الفريق .

فالتخطيط يجعلنا نتنبأ بالأشياء التي تحدث في المستقبل، فهو (التنبؤ إلى أبعد مدى بجميع ردود الأفعال وأخذها في الاعتبار سلفاً بطريقة منسقة وبالاختيار بين مناهج بديلة قابلة للتنفيذ)

وهو كذلك (التخطيط بأنه عبارة عن عملية التوقع الفكري لنشاط يرغب الفرد في أدائه، وهو يعتبر كمشروع لشكل ومحتويات وشروط عملية التدريب هذا المشروع يتم تطويره وتحسينه). (محمد محمود موسى، 1985، الصفحات 107-108)

ويقول " Kockooshken على التنبؤ والتخطيط أن يكون مدروساً لتطوير التربية البدنية والرياضية (إن التنبؤ في مجال التربية البدنية والرياضية هو تنبؤ مدروس للتغيير في تطوير الاتجاه الرئيسي والنتائج وهذا التطوير يتم على أساس الإمكانيات الموضوعية والمتوفرة). (علي السلمي، 1978، صفحة 22)

ويعتبر التخطيط أحد العناصر التي تتحكم في الممارسة الرياضية، إذ أصبح في الآونة الأخيرة محل اهتمام المختصين في التدريب وتسيير 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 .

ومن هنا كانت الانطلاقة لدراسة هذا الموضوع والتعرف على التخطيط في مجال التدريب في كرة القدم وتأثيره على الرفع من مستوى اللياقة البدنية وتحسين المردود الرياضي، واقتصرت دراستنا على فئة أقل من 19 سنة كون هذه الفئة ذات ميزة مقارنة بالفئات الأخرى وهذه الميزة تكمن في أنها تمثل الفئة التي يمكن فيها للرياضي التحكم في الحركات وتعلمها بأسهل ما يمكن حيث تعد هذه المرحلة هي المرحلة الحساسة في حياة الإنسان من ناحية التعلم واكتساب المعلومات.

وانطلاقاً من هذه المعطيات قسمنا بحثنا إلى ثلاثة جوانب وهي:

الفصل الأول: تناولنا فيه الإطار العام للدراسة. وذلك من خلال التطرق إلى أهم الكلمات الدالة والمفتاحية للبحث بالإضافة إلى مشكلة البحث والتساؤلات الجزئية وأهدافه، بالإضافة إلى أهمية وفرضيات البحث.

الفصل الثاني: تناولنا فيه الإطار النظري والدراسات السابقة والمشابهة.

الفصل الثالث: تناولنا فيه الاجراءات المنهجية للدراسة، وذلك من خلال التطرق للدراسة الاستطلاعية ومجالاتها المنهج

المتبع، مجتمع وعينة البحث، كما تم التطرق إلى أدوات البحث والوسائل الاحصائية بالإضافة إلى إجراءات التطبيق الميداني.

الفصل الرابع: تناولنا فيه عرض ومناقشة النتائج في ضوء فرضيات البحث مع محاولة ربطها بالخلفية النظرية والدراسات

السابقة والمشابهة.

الفصل الخامس: يحتوي على استنتاجات عامة كما تم وضع اقتراحات.

الجانِب النظري

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

1 - الإشكالية:

ان المجال الرياضي أصبح اليوم أكثر اتساعا من حيث المفهوم والاهمية وذلك راجع للخبرات المكتسبة من التطبيق العلمي والعملية والتدريب وكذلك من خلال البحوث العلمية والتجارب التي تؤثر بدرجة كبيرة على المستوى الرياضي ومردوده خلال المنافسات الرياضية.

ولقد عرفت كرة القدم منذ ظهورها كلعبة 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 وتنظيما لدرجة أنها أصبحت تمارس كمهنة لكسب لقمة العيش فشيدت من أجلها المنشآت والمركبات، وأدخلت عليها طرق عملية حديثة تتماشى مع تطورها ونظمت لها دورات وبطولات عالمية إقليمية وقارية، وانتقلت من الممارسة المحلية إلى الدولية حتى شملت كل أنحاء العالم وأصبحت بذلك الرياضة الأكثر شعبية في العالم.

وتعتبر عملية الإعداد المهاري في كرة القدم من القواعد الرئيسية في العملية التدريبية، وعملية الإعداد هذه لا بد لها من طرق ووسائل مدروسة يتم التخطيط لها مسبقا من طرف الهيئة المشرفة على الفريق.

فالتخطيط يجعلنا نتنبأ بالأشياء التي تحدث في المستقبل، فهو يتنبأ إلى أبعد مدى بجميع ردود الأفعال وأخذها في الاعتبار سلفا بطريقة منسقة وبالاختيار بين مناهج بديلة قابلة للتنفيذ.

كذلك التخطيط بأنه عبارة عن عملية التوقع الفكري لنشاط يرغب الفرد في أدائه، وهو يعتبر كمشروع لشكل ومحتويات وشروط عملية التدريب هذا المشروع يتم تطويره وتحسينه.

لذا فلعبة كرة القدم هي من الألعاب التي تعتمد على الاعداد الطويل والتخطيط المنظم من أجل الوصول الى المستويات الرياضية العالية، لهذا من الضروري التفكير في العمل بالتخطيط الامثل للتوصل للهدف المسطر.

وعليه يعد التخطيط الاستراتيجي الجيد المبني على مقاييس موضوعية يتيح فرصة أكبر للوصول الى مستويات عالية. والمدرّب هو الذي يقوم بهذه العملية المنظمة بوضع برامج للتدريب باستخدام التمرينات والتدريبات اللازمة ويخطط

للعلمية التدريبية على أساس هذه المبادئ

وعلى هذا الأساس قمنا بطرح التساؤل التالي:

التساؤل العام:

- ما هو تأثير التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم أقل من 19 سنة؟

التساؤلات الجزئية:

✓ هل تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب لها تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم أقل من 19 سنة؟

✓ هل تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة؟

✓ هل لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة القدم؟

2- فرضيات الدراسة :

2-1- الفرضية العامة:

- للتخطيط الاستراتيجي لدى المدربين تأثير في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم لفئة أقل من 19 سنة

2-2- الفرضيات الجزئية:

✓ تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب لها تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم لفئة أقل من 19 سنة

✓ تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم لفئة أقل من 19 سنة

✓ لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة القدم.

3- أهداف الدراسة:

- إبراز أهمية دور التخطيط في التدريب كطريقة حديثة لتحسين المردود الرياضي في كرة القدم لدى فئة أقل من 19 سنة

- إعطاء اقتراحات ميدانية لتعميم واستعمال التخطيط في التدريب كمنهج علمي في الحصص التدريبية.

توضيح العلاقات بين التخطيط الاستراتيجي والرياضة.

- جعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان الرياضي.

4- أهمية البحث:

إن موضوع البحث يحمل في أعماقه الكثير من الدلائل والمؤشرات التي تبرز أهميته، ولنجاح أي عمل يلزمه مجموعة من عناصر الانجاز، أي تجمع بشكل معين يؤدي لتحقيق النتائج ومنه تبرز عملية التخطيط كإحدى العمليات للوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة من المشروع القائم أو المراد القيام به. وتبرز أهمية في موضوع دراستنا في معرفة قيمة وأهمية التخطيط ودوره كطريقة تدريبية حديثة للوصول إلى الأداء الجيد لدى ممارسي كرة القدم للاعبين فئة أقل من 19 سنة.

- التعرف على أنجع الطرق والأساليب الحديثة للتخطيط التي تساعد على رفع مستوى أداء المهارات الأساسية في كرة القدم.

- إثراء المكتبة العلمية والزيادة في الرصيد العلمي للمدربين بصفة خاصة.

5- أسباب اختيار الموضوع :

إن اختيارنا لهذا الموضوع راجع للأسباب التالية:

- محاولة التعرف على دور التخطيط كطريقة حديثة لتعلم مهارات الأداء الرياضي.
- ضعف مستوى البطولة الجزائرية عند الأكابر وهذا راجع إلى الطرق التدريبية المستعملة لدى المراهقين.
- فئة الأصغر والأشبال هي مستقبل الكرة الجزائرية.
- إبراز إيجابيات التخطيط الاستراتيجي وفوائده.
- عدم شمولية ودقة النتائج المحصل عليها من الدراسات السابقة

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات :

6-1- التخطيط :

اصطلاحا: التنبؤ بما سيكون في المستقبل لتحقيق هدف مطلوب تحقيقه في المجال الرياضي، والاستعداد بعناصر العمل، ومواجهة معوقات التنفيذ، والعمل على تذليلها في إطار زمن محدد، والقيام بمتابعة كافة الجوانب في التوقيت المناسب. (مفتي ابراهيم حمادة، 1999، صفحة 27)

إجرائيا: هو الاستقراء بما سيكون عليه المستقبل من خلال الوسائل التي وضعت له.

6-2- الاستراتيجية :

اصطلاحاً: هي المسار الرئيسي الذي تختاره المؤسسة بين اختيارات أخرى، لتحقيق أهداف من خلال تحليل الفرص والتهديدات المتوقعة في السوق، ونقاط القوة والضعف الذاتية .

إجرائياً: هو الطريقة المنتهجة للوصول إلى الهدف.

6-3- التخطيط الاستراتيجي :

اصطلاحاً: يذكر إبراهيم عبد العزيز 1966 أن التخطيط الاستراتيجي يركز على ميدان واحد من ميادين العمل في إجرائياً: ذلك التخطيط الذي ينظم ويساعد على التحكم الجيد في الوقت.

6-4- المدرب:

المدرب الرياضي شخصية تربوية، يتولى قيادة عملية التربية والتعليم للاعبين، ويؤثر تأثيراً مباشراً في التطوير الشامل المتزن في شخصية اللاعب الرياضي. (إبراهيم محمود عبد المقصود، 2003، الصفحات 16-18)

ونستعمل هذا المصطلح في هذه الدراسة لأن المدرب هو القائد، يقوم بأداء مهامه التدريبية، وفق أسس وخطط فهو

محور العملية التدريبية. (علي فهمي البيك وعماد الدين عباس أبو زيد، 2003، صفحة 05)

إجرائياً: هو عملية جوهرية داخل النادي.

6-5- الأداء الرياضي:

اصطلاحاً: يعرف الدكتور "عصام عبد الخالق" الأداء الرياضي على أنه : إيصال الشيء إلى المرسل إليه ، وهو عبارة

عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية

وغالباً ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج

التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم سلوكياً. (نزار مجيد الطالب، 1983، صفحة 214)

إجرائياً: إن الأداء الرياضي بصفة عامة يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكات ونشاطات يقوم بها الفرد

بشكل مستمر ومتواصل في كل أفعاله وأقواله لتحقيق أهداف معينة ومن أجل بلوغ حاجاته وأغراضه المحددة.

6-6- كرة القدم :

هي لعبة جماعية تتم بين فريقين، كل فريق من أحد عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة مستديرة ذات مقياس عالمي محدد في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفيه مرمى الهدف ويحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف. (مأمون حسن آل سلمان، 1998، صفحة 9)

6-7- فئة أقل من 19 سنة (الأواسط) :

هي المرحلة المتوسطة بين الطفولة والرشد، وهي تقابل المرحلتين الإعدادية والثانوية في نظامها التعليمي.

الفصل الثاني:

الخلفية النظرية

والدراسات السابقة

تمهيد:

يُعد التخطيط الاستراتيجي من الركائز الأساسية لنجاح العملية التدريبية في كرة القدم، خاصةً عندما يتعلق الأمر بالفئات العمرية الناشئة، مثل لاعبي تحت 19 سنة. في هذه المرحلة الحساسة من التطور الرياضي، يتعين على المدرب أن يتبنى رؤية واضحة طويلة الأمد، تستند إلى أهداف محددة، ووسائل علمية مدروسة، تُمكن اللاعبين من تطوير مهاراتهم البدنية، والتكتيكية، والذهنية، بشكل متكامل ومتوازن.

يُساهم التخطيط الاستراتيجي في ضمان التدرج الصحيح في حجم وشدة الأحمال التدريبية، ومراعاة الفروق الفردية، وتوظيف القدرات بالشكل الأمثل داخل منظومة اللعب الجماعي. كما يُساعد المدرب على تقييم الأداء بانتظام، وتحديد نقاط القوة والضعف، واتخاذ قرارات مبنية على معطيات دقيقة، مما يُفضي إلى رفع كفاءة الفريق وتحقيق أفضل النتائج على المدى القصير والطويل.

من هذا المنطلق، تتجلى أهمية التخطيط الاستراتيجي كأداة فاعلة لتحسين أداء لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة، بما يؤهلهم لخوض المنافسات بثقة وكفاءة، ويُعدّهم لمواصلة مسيرتهم في المراحل المتقدمة من اللعبة.

I- الخلفية النظرية:

1- التخطيط الاستراتيجي:

تمهيد:

إن التخطيط في حد ذاته نشاط قديم و ليس وليد الفكر المعاصر، فقد تطور مع تطور ذكاء الإنسان وتولدت قدرة الإنسان على التخطيط حينما تطور من مرحلة الفطرة والغريزة إلى مرحلة السلوكية الحرة والتي تكونت معها القدرات العقلية للإنسان، فاستطاع أن يدرك المرافق المتغيرة، فمن أول خليفة استخدم الإنسان هذه الخاصية في حماية نفسه من الاعتداء ولإشباع دوافعه البيولوجية ورغباته النفسية، فكلما زادت خبراته كلما خطط للانتفاع بموارد طبيعية وبأساليب أفضل، وسارت خطة نفوذ إلى خطة أخرى، والتخطيط في التدريب الرياضي يقصد به التنبؤ إلى أبعد مدى بجميع ردود الأفعال، وأخذها في الاعتبار سلفا بطريقة منسقة وبالاختيار بين مناهج بديلة قابلة للتنفيذ. ويقصد بالتخطيط في التدريب الرياضي هو الأداء الفعلي أثناء المنافسات وهو المؤشر الحقيقي الذي يمكن من خلاله التعرف على المستويات المختلفة سواء اكانت مرتفعة أو منخفضة خاصة إذا كان القياس في قياسات علمية، لذلك يمكن أن يكون دور التخطيط في قياس حجم الحمل الحركي وأدائه من طرف المدربين يساعد كثيرا 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.

1-1- مفهوم التخطيط:

إن تعريف التخطيط يتفاوت بتفاوت عوامل وظروف المكان والزمان بل إن هذا التفاوت يمتد إلى داخل المكان إذا ما اختلفت وجهات النظر وتباينت الاهتمامات والمصالح، إذ أنه لا يوجد إذ أنه لا يوجد تعريف جامع ومانع لمفهوم التخطيط، فالأمر متوقف على الهدف من التخطيط أولا وعلى المكان والزمان ثانيا ملكن من المتفق عليه أن هناك قاسم مشترك بين الباحثين والمهتمين في هذا المجال، حيث توجد أسس مشتركة تؤخذ بالحسبان عند تعريف التخطيط وبالتالي فإن الاختلاف محدود بين التعاريف التي يضعها جمهور الباحثين والدارسين. وإذا ما وجد اختلاف عند الباحثين فإنه غالبا ما يكون راجعا إلى طبيعة النظرة والهدف من وراء تحديد المفهوم.

وقد قدمت للتخطيط تعريفات عديدة. انطلاقاً من وجهات نظر مختلفة وفي أزمنة مختلفة وستعرض لعدد منها:

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

ويعرف إبراهيم عبد المقصود أنه " استقراء للمستقبل من خلال إمكانيات الحاضر وخيرات الماضي والاستعداد لهذا المستقبل بوضع أمثل الحلول له بكافة الوسائل الممكنة لتحقيق الأهداف البعيدة والقريبة ووضع بدائل لأي صعوبات محتملة، عن طريق تحديد السياسات الكيفية بتحقيق هذه الأهداف، مع وضع البرامج الزمنية لهذه السياسات في إطار الإمكانيات المتاحة والمرتبقة ". (إبراهيم محمود عبد المقصود، 2003، الصفحات 16-17)

ويعرفه إبراهيم سعد الدين " هو مجموعة النشاط والترتيب والعمليات اللازمة لإعداد واتخاذ القرارات المتصلة بتحقيق أهداف محددة وفقاً لطريقة مثلى، وأن التخطيط القومي هو مجموعة التنظيمات والترتيبات التي اختيرت لتحقيق الأهداف الاقتصادية والاجتماعية والسياسية بالمجتمع في زمن معين ".

1-1-1- تعريف التخطيط وفقاً للتخصص:

من وجهة نظر 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). (مفتي إبراهيم حمادة، 1999، صفحة 27)

ويمكن أن نستخلص من التعاريف السابقة السمات المشتركة للتخطيط وهي:

يتمثل أسلوب ومنهج للعمل العملي المنظم.

يتضمن وضع أهداف تحقق مستقبلاً.

نظرة مستقبلية للتنبؤ بما سيكون عليه الأوضاع والمتغيرات.

الاستغلال الأمثل للموارد والإمكانيات المتاحة.

1-1-2- تعريف التخطيط في المجال الرياضي:

مما سبق من تعاريف التي عرضناها وتطرقنا إليها يمكن أن تستخلص تعريفا وجيزا للتخطيط كما يلي:

" التنبؤ بما سيكون في المستقبل لتحقيق هدف مطلوب تحقيقه في المجال الرياضي، والاستعداد بعناصر العمل ومواجهة معوقات التنفيذ، والعمل على تذليلها في إطار زمن محدد، والقيام بمتابعة كافة الجوانب في التوقيت المناسب". (مفتي ابراهيم حمادة، 1999، صفحة 27)

1-2- أهمية التخطيط:

التخطيط هو الذي يرسم صورة العمل في شتى المجالات ويحدد مساره، وبدون التخطيط تصبح الأمور متروكة للقدر أو العمل العشوائي الغير الهادف، ومن أهم مزايا التخطيط:

يوضح الطريق الذي يجب أن يسلكه جميع الأفراد عند تنفيذ الأعمال، وكذلك يوضح الأهداف لكي يسهل تحقيقها. يبين مقدما جميع الموارد اللازم استخدامها كما ونوعا، وبذلك يمكن الاستعداد لكل الظروف والاحتمالات. يساعد على التخلص من المشاكل والعمل على تفادي حدوثها مما يزيد الشعور بالأمان والاستقرار يمكن بواسطته التنبؤ بالاحتياجات البعيدة من حيث العمال والأموال والموارد.

1-3- مراحل التخطيط:

تحديد الهدف بوضوح.

جمع 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. (ابراهيم محمود عبد المقصود، 2003، صفحة 18)

1-4- أنواع التخطيط:

للتخطيط الرياضي ثلاثة أنواع وهي:

تخطيط طويل المدى.

تخطيط قصير المدى.

التخطيط الجاري.

1-4-1- تخطيط طويل المدى:

وهذا التخطيط كقاعدة يتم لسنوات طويلة، ولكن فيما يتصل بنوعية الممارسين والغرض الذي وضع لأجله، وقد تكون هذه المدة (04) سنوات وهي الفترة بين الدورات الأولمبية أو بطولات العالم في كثير من الألعاب أوقد سنتان كالفترة بين بطولة أوروبا مثلاً أو قد تكون لسنة واحدة وهي الفترة بين بطولة العالم في بعض الألعاب، ويجب أن يراعي التخطيط طويل المدى اتصاله بعملية توزيع الخطة التدريبية على دورة تدريبية واحدة كبيرة، هذه الدورة تمتد لعدة شهور، ويجب أن تشمل الفترات الثلاث وهي: " الإعداد والتحضير الجيد للممارسين من كل النواحي " الاهتمام بكل صغيرة وكبيرة من أجل اكتساب الثقة لدى الممارسين في كرة القدم، وكذلك أثناء المنافسة وذلك بتقديم كل ما يخص الجوانب سواء البدنية أو المهارية أو التكتيكية، وكذلك في المرحلة الانتقالية التي تلي نهاية الموسم الرياضي موسم المنافسات)، وتتمثل في الراحة النشطة أو الايجابية. (إسماعيل محمد السيد، 2000، صفحة 26)

1-4-2- تخطيط قصير المدى:

وهو التخطيط الذي يتم في فاصل قصير ومحدد، ففي عملية التدريب الرياضي يتم التخطيط القصير المدى الفترة تدريبية واحدة، ويعتمد التخطيط قصير المدى على مبدأ التحديد والواقعية، ولذلك يلزم أن يكون ملائماً لممارسي هذه اللعبة كرة القدم)، وذلك مع مراعاة كل الجوانب.

1-4-3- التخطيط الجاري :

ويعتمد أساساً على التخطيط طويل المدى، ويتميز بوضوح وتحديد الهدف الجاري تنفيذه في المرحلة الراهنة مثلاً: كيفية التصويب نحو المرمى سواء من الثبات أو من الارتفاع، وكذلك يحدد أكثر الطرق والوسائل اللازمة للعمل ويتأثر التخطيط بعاملين أساسيين هما:

- الواقعية.

- دقة المتابعة.

1-2- الإستراتيجية:

1-2-1- مفهوم الإستراتيجية

إن كلمة لإستراتيجية 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 تجد 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..

كما يعرفها Alfred chandler بأنها تمثل إعداد الأهداف والغايات الأساسية طويلة الأجل المؤسسة واختيار خطط العمل وتخصيص الموارد الضرورية. (ناصر دادي عدوان، 2001، الصفحات 8-9)

كما نجد لدى مدرسة Harvard وPhilippe de woot أن الإستراتيجية هي مجموعة القرارات المهمة للاختيارات الكبرى للمنظم المتعلقة بالمؤسسة في مجموعها، والرامية إلى تكييف المؤسسة مع التغيير، وكذا تحديد الغايات الأساسية، والحركات من أجل الوصول إليها والقرارات الأساسية لاختيار الهيكل التنظيمي والأخذ بعين الاعتبار تطبيق الإستراتيجية. (أحمد عوض ، 2001 ، صفحة 11)

الإستراتيجية هي قرارات هامة ومؤثرة تتخذها المنظمة لتغطية قدراتها على الاستفادة مما تتيحه البيئة من الفرص لوضع أفضل الوسائل لحمايتها مما تفرضه البيئة عليها من تهديدات وتتخذ على مستوى المنظمة ومستوى وحداتها الإستراتيجية، وكذلك على مستوى الوظائف. (ناصر دادي عدوان، 2001، صفحة 18)

- ومن خلال هذه التعاريف، نجد أن هناك أبعاد رئيسية يجب أن تتضمنها لمفهوم الإستراتيجية وهي:

الإستراتيجية أسلوب مترابط وموحد وعامل القرارات.

الإستراتيجية هي وسيلة لتحديد رسالة المنظمة في ظل أهدافها طويلة الأجل البرامج وأوليات التخصيص للموارد.

الإستراتيجية هي وسيلة لتعريف المجال التنافسي.

الإستراتيجية هي استجابة للفرص والتهديدات الخارجية، ونقاط القوة والضعف الداخلية لتحقيق ميزة تنافسية.

الإستراتيجية هي نظام لتوزيع المهام والمسؤوليات الإدارية للمنظمة.

الإستراتيجية هي تعريف لكافة الأطراف المرتبطة بالمنظمة.

1-2-1- شروط وضع الإستراتيجية:

لا نستطيع أن تفصل بين إستراتيجية جيدة وأخرى سيئة عن طريق النتائج الجزئية أو النهاية لأن هناك إمكانية

وجود إستراتيجية غير ملائمة، ورغم ذلك تعطي نتائج مقبولة، وبالمقابل فإن إستراتيجية جيدة.

وملائمة ومعدة بشكل محكم قد لا تعطي النتائج المرغوبة، وللخروج من هذا المأزق يجب توفر الشروط التالية:

- أن تكون الإستراتيجية محددة وواضحة.

- أن تستفيد وتستعمل الفرص الممنوحة من المحيط الوطني والدولي.

- أن تكون ملائمة لإمكانيات المؤسسة وبمستوى مخاطر مقبولة.

- أن تكون مختلف شروط الإستراتيجية متناسقة مع الاتجاهات العامة لمختلف أقسام المؤسسة.

- أن تكون ملائمة لمستوى مقبول من المساهمة في إفادة المجتمع.

- ضرورة وجود مؤشرات أو مقاييس المتابعة نسب تنفيذ الإستراتيجية.

1-3- التخطيط الإستراتيجي:

- تعتبر مرحلة التخطيط الإستراتيجي حجر الأساس لتكوين وتنفيذ الإستراتيجيات التي يمكن من خلالها تحقيق

رسائل المؤسسة وأهدافها، وليست العملية ببساطة مجرد دراسة للبدائل واختيار البديل الأفضل، بل إن التأكد من

مدى ملائمة الإستراتيجية المختارة يتطلب من المديرين قدر كبير من الاهتمام إلى كافة الجوانب والأوضاع الخاصة

بالمؤسسة.

1-3-1 - مفهوم التخطيط الاستراتيجي:

التخطيط الاستراتيجي: هو التصميم والتبصير برسالة الشركة وبأهدافها وبمسارها الرئيسي وتحديد العمليات

والأنشطة والأعمال اللازمة لتحقيق ذلك. (أحمد ماهر، 1999، صفحة 23)

يعرفه Ackoff بأنه " تصور المستقبل المرغوب فيه والوسائل التي تسمح ببلوغه ولذلك فهو عملية مستمرة تستلزم

بناء وتقسيم مجموعة من القرارات المترابطة التي تسبق الفعل وتتدخل في الوضعيات التي تكون فيها احتمالات تحقيق

النتائج المرغوبة ضعيفة بهدف رفع احتمالات تحقيق النتيجة".

- إن التخطيط الاستراتيجي هو العملية الإدارية التي يتم فيها تحديد الأولويات وتكوين البرامج ورسم السياسات التي تحكم سلوك المؤسسة واستخدام الموارد المختلفة المادية والبشرية لتحقيق أهدافها ويتطلب معلومات خاصة بالبيئة من خارج المؤسسة.

- إن التخطيط الاستراتيجي يركز على ميدان واحد من ميادين العمل في وقت محدد ويكون أكثر عمومية. يعني تحديد دور المؤسسة في المجتمع وطريقة استخدام الموارد والعمليات التشغيلية والإجراءات الملائمة لتحقيق الأهداف المرسومة للإستراتيجية. (عمر نصر بن قشطة، 2004، صفحة 37)

1-3-2- معوقات التخطيط الإستراتيجي:

إن التخطيط الإستراتيجي ليس أمراً هيناً فهناك عقبات الإستراتيجي. صعباً وفيما يلي بعض العقبات على سبيل المثال:

❖ عدم رغبة المديرين أو ترددهم في استخدام هذا الأسلوب، وقد يرجع ذلك إلى الأسباب التالية:

- اعتقاد المدير يقدم توافر الوقت الكافي في التخطيط الإستراتيجي.

- اعتقاد المدير بأنها ليست مسؤولية.

- اعتقاد المدير بأنه لن يكافأ على عملية التخطيط الإستراتيجي.

❖ البيئة الخارجية مضطربة مما قد يعيق التخطيط قبل أن يبدأ وذلك للأسباب التالية:

- التسريع في عناصر البيئة القانونية والسياسة والاقتصادية ... الخ.

- ارتفاع تكلفة متابعة هذا التغيير عن قرب وبصورة مستمرة.

❖ مشاكل التخطيط الإستراتيجي تترك انطباعات سيئة في ذهن المدير وذلك للأسباب التالية:

- مشاكل جمع البيانات وتحليلها لوضع الخطط الإستراتيجية لا تجعل المدير مقدراً لأهمية الفكرة.

- وجود خطأ في إدارة الخطط الإستراتيجية يجعل المدير يعتقد بأن الفكرة غير مجدية.

❖ ضعف الموارد المتاحة مثل:

- صعوبة الحصول على المواد الأولية.

- صعوبة جلب التكنولوجيا والأساليب الفنية.

- نقص القدرات الإدارية.

❖ التخطيط يحتاج إلى وقت وتكلفة كبيرة وذلك للأسباب التالية:

- تستغرق المناقشات حول أهداف المنظمة وقتا طويلا من الإدارة العليا.
- الأمر يحتاج إلى كم هائل من المعلومات والإحصاءات المكلفة. (نادية العارف، 2003، الصفحات 11-13)

1-3-3- فوائد التخطيط الاستراتيجي:

- تؤدي ممارسة التخطيط الاستراتيجي إلى حصول المنشآت على العديد من الفوائد منها:
- يزود المنشآت بمرشد حول ما الذي تسعى لتحقيقه.
- يزود المسؤولين بأسلوب للتفكير للمنشأة ككل.
- يساعد المنشأة على توقع التغيرات في البيئة المحيطة بها وكيفية التأقلم معها..
- يساعد المنشأة على تخصيص أي توزيع الموارد المتاحة وتحديد طرق استخدامها.
- يزيد الوعي بها وسياسية المديرين الرياح التغير والتحديات والفرص المحيطة
- يقدم المنطق السليم في تقسيم الموازنات التي يقدمها المديرون.
- ينظم التسلسل في الجهود التخطيطية عبر المستويات الإدارية المختلفة.
- يجعل المدير خلاقا ومبتكرا ويبادر بوضع الأهداف وليس متلقيا لها..
- يوضح صورة المنشأة أمام كافة جماعات المصالح. (عبد الحميد عبد الفتاح المغربي، 2006، الصفحات 117-119)

1-4- التخطيط الرياضي:

نظرا لأن التخطيط نهج يتبع في شتى المجالات ضمانا لتحقيق الهدف في هذا المجال، فإن الوسيلة المثلى والمنهج الشائع والمستخدم الآن في قطاع الرياضة في غالبية الدول المتقدمة رياضيا. فالتخطيط الذي يتعرض للمستقبل يعتمد على التنبؤ العملي الذي تدعمه الخبرات الماضية في المجال المخطط له. بالإضافة إلى المتاح من الإمكانيات لذا يعتمد المجال الرياضي على هذا أيضا مستخلصا بطريقة علمية الخبرات المكتسبة من الماضي والمدعمة بالنتائج المتحصل عليها، والتي يحاول تطويرها بالإمكانيات الموجودة في الحاضر ومحاوله مجابهة المستقبل بكل غموضه والمتوقع حدوث مع الاستعداد لهذا المستقبل بقدر المستطاع.

ويقول Kockooshken على التنبؤ والتخطيط لتطوير التربية البدنية والرياضية (إن التنبؤ في مجال التربية البدنية والرياضية هو تنبؤ مدروس للتغيير في تطوير الاتجاه الرئيسي والنتائج وهذا التطوير يتم على أساس الإمكانيات الموضوعية والمتوفرة). (علي السلمي، 1978، صفحة 22)

والتنبؤ لا يعتبر فقط كشرط أولي للتخطيط المثالي ولكنه أيضا واحد من أسس تنظيم الأنشطة بالاتجاهات الرئيسية لحركة التربية البدنية والرياضية، ويتعلق تطوير الحركة الرياضية في مجالات التنبؤ في محيط التربية البدنية والرياضية وفقا لهذه الاتجاهات الرئيسية كما يلي: (إبراهيم محمود عبد المقصود و حسن أحمد الشافعي، 2003، صفحة 104)

- النواحي الإقليمية والإدارية المختلفة لمختلف مستويات الحركة الرياضية.
- التطوير العملي.
- الأدوات والمتطلبات اللازمة لمختلف المنشآت الرياضية.
- الإطارات المتخصصة في كل مجال كرة اليد، كرة الطائرة ... الخ).
- تطوير القدرة البدنية للأفراد.
- تطوير مستوى المهارات الرياضية والمنجزات الرقمية (أرقام قياسية).
- تطوير التنظيم في التربية البدنية والرياضية.
- ولا يعتبر وجود القدر الكافي من المعلومات من أهم ضروريات التنبؤ والتخطيط فقط، بل أيضا يتطلب وحدة تنسيق هذه المعلومات.

1-4-1- عناصر التخطيط الجيد:

- تحديد أنسب أنواع التدريب.
- تحديد واجبات كل فرد وإعطائه كل ما ينوط به.
- تحديد التوقيت الزمني للمراحل المختلفة..
- تحديد الأهداف المراد تحقيقها.
- ولضمان عامل نجاح التخطيط الرياضي ينبغي ألا يتعارض في أهداف خطة التدريب مع ميول وحاجات الممارسين ورغباتهم وعليه وجب وضع تخطيط رياضي عملي يهدف إلى تكوين الشخصية الرياضية والارتفاع بالمستوى الرياضي وتحقيق الانجازات المطلوبة والانتصارات، وذلك من خلال بناء خطة طبقا للأسس العلمية الحديثة وتحديد أهم

واجبات التدريب الرياضي، وذلك بمرونة الخطة المقدمة والارتباط بالتقويم. (طلحة حسام علي وعدلة عيسى مطر، 1999، صفحة 26)

1-4-2- التخطيط في كرة القدم:

يعتبر التخطيط الرياضي العمل الأساسي لتحديد وتوجيه مسار أي عمل رياضي هادف وهو القاعدة الأساسية والركيزة التي تبنى عليها عملية الارتقاء بالعملية التدريبية في المجال الرياضي، وهو عبارة عن إطار علمي يتم من خلاله تنظيم الإجراءات الضرورية والمحددة من قبل المدرب لتنفيذ محتوى التدريب بالتطابق مع أهدافه. (حسن السيد أبو عبده، 2001، الصفحات 349-350)

وهو محدد كتأسيس منهجي وشامل لتطوير التدريب، وهو مبني على الخبرة في تطبيق التدريب والمعارف العلمية في إطار الوصول لتحقيق هدف التدريب مع الأخذ بعين الاعتبار مستوى الأداء الفردي. ويعرف التخطيط بأنه "تحديد الأعمال أو الأنشطة وتقدير الموارد واختيار السبل الأفضل لاستخدامها من أجل تحقيق أهداف معينة". وكما يعرف أيضا "هو التنبؤ الذي سيكون عليه المستقبل والاستعداد لهذا المستقبل". (مفتي إبراهيم حمادة، 2001، الصفحات 253-254)

1-4-3- خصائص تخطيط التدريب الرياضي:

- النظرة المستقبلية للمستوى التنافسي.
- الترابط والتسلسل والاستمرار في إعداد اللاعب.
- تكامل جوانب الإعداد.
- وجود خطة لإعداد اللاعب.

1-4-4- 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 ماديا وبشريا وتحديد الميزانيات.

- أن يراعي التخطيط في كرة القدم عامل المرونة لمقابلة المتغيرات الفجائية التي تصاحب التطبيق العملي عند تنفيذ الخطة.

- تحقيق التقييم المبدئي والمرحلي والنهائي للوصول إلى الهدف.

1-4-5- أنواع التخطيط:

1-4-5-1- التخطيط اليومي:

هو الوسيلة لتحقيق أهداف الخطة العامة في فترتها ومرحلتها، وهي أيضا الجزء الأساسي والرئيسي والقاعدي في عملية التدريب وقد يكون لها هدف أو أكثر ولكل هدف طريقة وتخطيط لتحقيقه، والحصّة التدريبية اليومية هي عملية بيداغوجية قاعدية للمدرب وتعتبر الوسيلة التي تسمح له بالتدخل في عملية التدريب، وإذا نظرنا من الناحية التركيبية نجد أن الوحدة التدريبية اليومية منقسمة إلى ثلاث أقسام هي: القسم الإعدادي، القسم الرئيسي، القسم الختامي. (Tupin Bernard, 1990, p. 175)

1-4-5-1-1- القسم الإعدادي:

ويتكون من جزئين الجزء الإداري وفيه تنظيم اللاعبين وضبطهم، وجزء يمثل تمارين تحضيرية عامة وخاصة ويهدف هذا القسم إلى تهيئة اللاعبين من الناحية النفسية والبدنية والمهارية للجزء الرئيسي من وحدة التدريب، ويجب أن يراعي المدرب التدرج في عملية الإحماء، فالارتفاع المفاجئ لشدة الحمل يتسبب عنه إصابة اللاعبين وعدم وصولهم إلى الإثارة المطلوبة.

ويشمل هذا القسم الإحماء العام بحيث يهدف إلى رفع درجة استعداد أجهزة وأعضاء جسم اللاعب بصورة عامة لممارسة النشاط الرياضي وإيقاظ الاستعدادات النفسية.

والإحماء الخاص، هذا الأخير يحل محل الإحماء العام تدريجيا ويهدف إلى تأكيد تهيئة اللاعب بدنيا ووظيفيا ومهاريا وخطيا ونفسيا لمتطلبات وحدة (جرعة) التدريب اليومية. (مفتي إبراهيم حمادة، 2001، صفحة 274)

1-4-5-1-2- القسم الرئيسي:

ويعتبر أهم جزء في الوحدة التدريبية اليومية، وهو الجزء الذي يعطى فيه التمرينات التي تحقق الهدف أو أهداف

الوحدة ضمن الخطة العامة، وعن طريق هذه التمرينات يعمل المدرب على تطوير الحالة التدريبية (الفورمة الرياضية للاعبين ثم يلي تثبيتها.

ويتضمن هذا القسم تمارينات اللياقة البدنية العامة وكذا نواحي الإعداد البدني العام والخاص، وأيضا الأداء المهاري والخططي بشقيه الدفاعي والهجومى والمباريات التجريبية وتدريبات المراكز والتدريب عن طريق اللعب المختلفة.

(حتفي محمود مختار، 1980، صفحة 342)

إن التغيير في محتوى الدرس إذا تم بناؤه بشكل علمي فانه يساعد في عملية التثبيت حيث يزيد من شوق اللاعب ويبعد الملل عن نفسه، ويتم تحقيق التدريب المشوق بحسب تنظيم المحتوى والابتعاد عن الوقوع في الإرهاق واعتماد قاعدة التدرج والتنسيق بين عمليتي التكرار والتغيير في التمارينات باحترام الوقت. (ثامر محسن وآخرون، 1997، صفحة 69)

1-4-5-3- القسم الختامي

ويهدف إلى عودة اللاعب إلى حالته الطبيعية بعد المجهود ذي الحمل المرتفع والشدة في الجزء الرئيسي ويتضمن هذا الجزء تمارينات الاسترخاء والألعاب الترويحية. (حتفي محمود مختار، 1980، صفحة 342)

إن القسم الرئيسي من الدرس هو الذي يتحكم في محتوى التهيئة (القسم الختامي)، إذ أننا نقوم بتهيئة اللاعب مما كان يؤديه في القسم الرئيسي من الدرس، وبما أن هذا القسم يختلف من درس إلى آخر، فإن التهيئة تتغير تبعا لذلك وهناك نلاحظ أن التمارينات الأساسية للتهيئة تمارينات الاسترخاء والتنفس. (أنوف ويتيج، 1944، صفحة 65)

وقد قام الباحثان Horskg Kacani بتحديد المدة الزمنية لكل قسم من الوحدة التدريبية على الشكل التالي:

- القسم التحضيري:
- التحضير النفسي وشرح هدف الحصة: 5 دقائق.
- مرحلة القسم الإعدادي 15-30 دقيقة.
- القسم الرئيسي:
- مرحلة القسم الرئيسي 45-60 دقيقة.
- القسم الختامي:
- مرحلة القسم الختامي 10-15 دقيقة.

وهكذا نجد أن الزمن المخصص للوحدة التدريبية يتراوح ما بين 90 إلى 120 دقيقة. (Ladislarka cani et Ladislav Horský, 1986, p. 59)

ولكن في هذا الجانب أيضا يرى الدكتور حسن السيد أبو عبده في تخطيط البرنامج التدريبي مراعاة زمن الوحدة التدريبية والذي يتراوح ما بين 90-120 دقيقة يوميا حسب اتجاه التدريب وفترة وأهداف التدريب. (حسن السيد أبو عبده، 2001، صفحة 372)

1-4-5-2- التخطيط الأسبوعي:

يأخذ موضوع المنهاج الأسبوعي مكانة مهمة عند وضع المنهاج (المنهاج التدريبية لكرة القدم وهو الوحدة البنائية التي تسبق المنهاج اليومي).

إن اعتماد مبدأ المنهاج التدريبي الأسبوعي أصبح من المبادئ التدريبية التي لا جدال فيها وإن الكثير من المعنيين بشؤون كرة القدم يطالبون بزيادة الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد للاعبين الذين وصلوا إلى المستويات العالية، وحسب (هارا) فإن التجارب الميدانية قد أثبتت بأن القابلية العالية وقابلية التحمل تزدادان بسرعة كلما كان عدد مرات التدريب في زيادة. (هارا، 1986، صفحة 96)

وحسب ثامر محسن وسامي الصفار، فيجب أن تعطى أسبوعيا من 4-5 وحدات تدريبية للمبتدئين و6-8 للمتقدمين و8-12 للأبطال، ويهدف التدريب الأسبوعي إلى تدريب اللاعبين وإعطائهم تمارين التطوير الناحية البدنية والمبادئ الفنية وخطط اللعب والتمارين النفسية التطبيقية لإعدادهم المتطلبات اللعب الحقيقي، علما أن اللاعب قد يوزن قادرا على تنفيذ بعض الحركات المطلوبة خلال التدريبات الأكثر مشاهدة للمنافسة. (ثامر محسن، سامي الصفار، 1988، صفحة 162)

عند وضع المنهاج الأسبوعي يجب أن يركز المدرب على الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها خلال فترة الأسبوع وعادة ما يشمل التدريب كافة المكونات الأساسية للعبة كرة القدم كهدف عام من التدريب، ولكن هذا لا يعني عدم وجود هدف خاص يسعى التدريب الأسبوعي إلى تحقيقه

كما يجب أن يأخذ المنهاج الأسبوعي الطريقة النموذجية من جميع النواحي كالحجم والشدة وذلك عند التطبيق.

1-4-5-3- التخطيط الشهري:

تعتبر العملية التدريبية سلسلة متسعة الحلقات، ولهذا فان المنهاج الشهري هو عملية مستمرة لتطبيق المنهاج الأسبوعي، وفي هذا المنهاج يوقع المدرب أهدافا يسعى إلى تحقيقها وهي مبنية على الوحدات التدريبية اليومية والأسبوعية.

يرى كل من عباس أحمد صالح السمرائي وعبد الكريم، أن المنهاج العام لا يمكن القيام بتدريسه مرة واحدة، لهذا السبب وجب أن يقسم إلى مناهج منفردة ومنها المنهاج الشهري الذي يحتوي على مناهج متوسطة المدى، وحتى هذا المنهاج لا يمتن تطبيقه مرة واحدة، وبالتالي يتم تجزئته إلى أقسام صغرى، أي إلى مرحلة يمكن تنفيذها خلال وحدة تدريبية واحدة هي المنهاج اليومي، ويعتبر المنهاج الشهري بمثابة الخطة الأم للمناهج اليومية. (عباس أحمد صالح السامرائي، عبد الكريم السامرائي:، 1991، صفحة 142)

لذلك فان المدرب يسعى دائما للوصول إلى أفضل مستويات لاعبيه لمختلف مكونات اللعبة، وأن مستوى اللاعب مهما كان جيدا فانه بحاجة إلى المزيد من التطور والتقدم لذلك فان تمارين الأسابيع التي تضم الشهر الواحد يجب أن تكون واضحة من حيث التطور والتدرج والارتقاء.

إن محتويات الأسبوع الأول من الشهر مثلا يمكن اعتبارها قاعدة من أجل الانطلاق إلى الأفضل عند تنفيذ مفردات الأسابيع التالية، وأثناء وضع المنهاج الشهري يجب على المدرب أخذ عملية الاسترداد بعين الاعتبار، أي يعمل المدرب على خفض حمل التدريب من ناحية حجمه أو شدته أو الاثنين معا في سبيل أن يسترد اللاعب قدراته، ويمكن للمدرب أن يعتمد على مبدأ الاسترداد في اللياقة البدنية فقط مثلا. (ثامر محسن، سامي الصفار، 1988، صفحة 168)

ويمكن أن يكون الجهد عاليا في ثلاث أسابيع ليأتي الاسترجاع في الأسبوع الرابع، إن ذلك يتأثر بنوع شدة وحجم التمارين التي تنفذ بقبالية اللاعبين والموسم التدريبي السنوي.

1-4-5-4- التخطيط السنوي:

المخطط السنوي يعطينا طريقة التحضير لتطوير التدريب السنوي وذلك لتحقيق أهداف التدريب، وهو الوصول باللاعبين إلى الفورمة الرياضية التي تعمل على تحقيق أحسن وأفضل النتائج أثناء المنافسات، ويشتمل على ناحيتين أساسيتين هما:

أولاً: النواحي النظرية وتتضمن:

- محاضرات عن مبادئ اللعب وطرق اللعب وطرق التدريب والخطط الدفاعية والهجومية وقانون اللعبة
- دراسة تحليلية للفرق المنافسة ونظام إقامة المباريات.
- الاختبارات والقياسات والتقييم (طبية، فسيولوجية بدنية، مهارية ... الخ).

ثانياً: النواحي التطبيقية وتتضمن:

- عدد المباريات خلال الموسم.
- عدد فترات التدريب الإجمالية.
- عدد أيام الراحة.
- حمل التدريب (خفيف، متوسط، عالي).
- كل هذه النواحي مترجمة إلى عدد ساعات وموزعة على برامج تدريبية بدءاً من فترة التدريب اليومية إلى البرنامج الأسبوعي إلى البرنامج الشهري إلى برنامج الموسم التدريبي بأكمله، أو أي فترة زمنية تمثل العمق الزمني للموسم الكروي للفريق الذي تعدله الخطة التدريبية السنوية. (حسن السيد أبو عبده، 2001، صفحة 356)

1-4-5- مؤشرات التخطيط:

مؤشرات التخطيط تجسد آلية العمل الذي يوجه حصص التدريب، فهي تعتبر وسيلة واقعية لإنشاء مخططات التدريب ومراقبتها ومن أهم المؤشرات تحدد ما يلي:

الحمل:

- أ- عدد أيام العمل (التدريب، المنافسة، المراقبة).
- ب حجم ساعات العمل (الفردية، بالأفواج، بالفريق).
- ج - حجم ساعات التدريب لكل نموذج من الإعداد البدني، التكتيكي، النظري.

الكثافة:

- أ- عدد التدريبات ذو كثافة قصوى.
- ب- عدد التدريبات ذو كثافة متوسطة وصغيرة.

1-4-5-5-1 مؤشرات حسب نوعية الإعداد:

✓ الإعداد البدني:

هذه مؤشرات تسمح لنا يكشف مستوى تطور الصفات البدنية والارتباط الموجود بين هذه الصفات (القوة، السرعة المتداومة، المرونة). (Blazevic M. Duinovic, 1978, p. 129)

✓ الإعداد التقني والتكتيكي:

يجب تحديد مستوى التحضير التقني والتكتيكي، ويكون ذلك عن طريق مؤشرات نوعية في أداء أكثر من المؤشرات الكمية (النتيجة) وهذا يتم بتمارين المراقبة وتقييم مستوى الأداء. (Weniecek(J), 1983, p. 25)

1-4-5-6-2 مؤشرات الإعداد للمنافسة:

إن المشاركة في المنافسات لها أهمية كبيرة في تقدير مستوى أداء اللاعبين والتحكم في تقنيات اللعب وهي:

- تتميز بعدد المنافسات (الرسمية، المراقبة).

- النتائج المحصل عليها في المنافسات الرسمية والودية.

- مؤشرات خاصة بتشكيلة الفريق.

- السن المتوسط للاعبين.

- الطول والوزن المتوسط للفريق.

- عدد اللاعبين في كل منصب. (حسن السيد أبو عبده، 2001، صفحة 372)

خلاصة:

التخطيط 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 بالخصوص لممارسي كرة القدم أصبح أيضا ضرورة للنهوض بالمستوى الرياضي عموما وقطاع البطولة خصوصا، والأهمية التي يلعبها التخطيط في مكانته والأهمية البالغة لكونه عنصر هادف وناجع للنهوض بالتدريب في المحال الرياضي.

2- المدرب والأداء الرياضي :

تمهيد:

يُعد المدرب الرياضي حجر الأساس في المنظومة الرياضية، حيث لا يقتصر دوره على تعليم المهارات الفنية والخطيطة فقط، بل يتعدى ذلك ليشمل بناء شخصية اللاعب، وتحفيزه، وتوجيهه نحو الأداء الأمثل. إن الأداء الرياضي لا يتحقق بمحض الصدفة، بل هو نتيجة تفاعل عوامل عدة، يأتي في مقدمتها الإعداد البدني والذهني، والخطط التدريبية المحكمة، والمتابعة الدقيقة من قبل المدرب.

فمن خلال خبرته ومعرفته العلمية، يسهم المدرب في تطوير إمكانيات الرياضي وصقل مواهبه، وتحسين أدائه في المنافسات. كما يشكل المدرب عنصراً فاعلاً في مواجهة التحديات التي يمر بها الرياضيون، سواء كانت بدنية أو نفسية، مما يجعل العلاقة بين المدرب والرياضي علاقة شراكة متكاملة قائمة على الثقة، والاحترام، والرغبة في الوصول إلى التميز الرياضي.

2-1- المدرب الرياضي :

تتحد العلمية التدريبية في الألعاب الجماعية في هذه المحددات أهمها اللاعب المحتوى التدريبي، الاتصال الجيد وذلك لتوصيل المعلومات وتوجيه دوافع المشاركة الرياضية حتى يمكن الوصول لتحقيق الهدف العام للتدريب وهو الارتقاء بالمستوى الرياضي وتطوير الجوانب الفنية والبدنية والنفسية ... ولا يتأتى ذلك إلا تحت قيادة رياضية مؤهلة وهي المدرب.

2-1-1- مفهوم المدرب الرياضي :

يمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي والهام في عملية التدريب كما يمثل أيضاً أحد أهم المشاكل التي تقابل الرياضة والمسؤولين عنها سواء في الأندية أو على مستوى المنتخبات الوطنية، فهم بعدد كبير، ولكن من يصلح؟ فتلك هي المشكلة، فالمدرب المتميز لا يصنع بالصدفة، بل يجب أن يكون لديه الرغبة للعمل كمدرب، يفهم واجباته ملم بأفضل وأحدث طرق التدريب وأساليبه وحاجات لاعبيه متبصراً بكيفية الاستخدام الجيد للمعلومات الشخصية وخبراته في مجال لعبه واختصاصه. (علي فهمي البيك وعماد الدين عباس ابو زيد، 2003، صفحة 05)

2-1-2- شخصية المدرب وخصائصه :

تلعب شخصية المدرب الجيد دوراً هاماً في نجاح عملية التدريب ولا بد لكل من يريد أن يعمل في مجال التدريب

كمهنة أو وظيفة أن يتصف بخصائص ومميزات تتضمن ما يلي:

2-1-2-1- الصفات الشخصية للمدرب :

- أن يكون شخصية تربوية متطورة التفكير وطني مخلص لوطنه يعلم دور الرياضة في المجتمع.
- أن يتسم بالشخصية المتزنة، متعلقاً في تصرفاته ليحوز على احترام الجميع.
- أن يتميز بالضبط والاتزان الانفعالي، قادراً على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدر رحب بعيداً عن الانفعالي والتعصب.
- أن يتمتع بالذكاء الاجتماعي، وهذا يعني قدرته على التعامل الجيد مع الغير خاصة الذين لديهم علاقة بعملية التدريب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والإدارية المعاونة له ومع الحكام والجمهور الخ.
- الحكم الصائب على الأمور والعدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والأفراد.
- أن يكون مظهره العام يوحى بالإحرام والثقة وقوة التأثير الإيجابي على الغير.
- يتميز بروح التفاؤل واثقاً من نفسه وتصرفاته.
- لديه القدرة على بث روح الحماس وخلق الدافعية لدى لاعبيه.
- له فلسفة متميزة في الحياة بصورة عامة، وفي عملية التدريب بصورة خاصة
- أن يكون مقتنعاً بعمله كمدرّب محب له، ولكل من يعمل معه مقدراً لدوره، ولديه الاهتمام الصادق بأهمية التدريب كعامل.

- أن يكون متمتعاً بلياقة بدنية وصحية ونفسية متميزة.
- لديه القدرة على التعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه.
- شجاعاً لديه القدرة على تحمل المسؤولية.

2-2-1-2- الصفات المهنية للمدرب الرياضي :

- الخبرة السابقة كلاعب، بمعنى أن يكون قد مارس اللعبة لعدة سنوات، وشارك في البطولات التي ينظمها اتحاد اللعبة.
- أن يكون حاصلاً على شهادة تعليمية متوسطة على الأقل حتى يمكن تتبع الدراسات التدريبية المتخصصة في مجال لعبته، وقادراً على أن يؤهل نفسه علمياً بقراءة كتب متخصصة
- المعرفة الجيدة بنوع النشاط الممارس (اللعبة) كعلم والمعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدريب.

- يفضل أن يكون ملماً بأحد اللغات الأجنبية التي تسمح له بالاطلاع على أحدث المراجع والتحدث بها. (علي فهمي البيك وعماد الدين عباس ابو زيد، 2003، الصفحات 16-19)
- يجب عليه أن يتمتع بقدر عال من التأهل المهني في مجال التدريب، فكلما زاد تأهل المدرب مهنيًا كلما زاد إنتاجه من حيث الرقي بمستوى لاعبيه.

- يداوم على الاشتراك في دورات ودراسات تدريبية - محلية أو دولية - مرتبطة بمجال تخصصه.

2-1-2-3- الصفات الصحية للمدرب الرياضي :

- أن يكون متمتعاً بالصحة الجسمية ويدل مظهره على النشاط.
- أن يقوم بعمل الفحوص الطبية الدورية بصفة منتظمة في بداية الموسم.
- أن يتمتع بقدر عال من مستوى اللياقة البدنية بصورة تمكنه من أداء الحركات والنماذج أثناء التدريب وكذلك المباريات التجريبية، ويكون على مستوى من المهارة الحركية يسمح له بأداء النماذج المطلوبة.
- أن يكون نموذجاً في إتباع البرامج الغذائية والصحية كي يستطيع القيام بمهام عمله، ويحتذي به جميع اللاعبين ويرون فيه مثلهم الصحي الفريد.

- أن يكون ممارساً لأي نشاط رياضي مخالف لنوع الرياضة التي يقوم بتدريسيها، للراحة الذهنية من عناء التدريب.

2-1-2-4- الصفات الفنية للمدرب الرياضي :

- لديه القدرة على تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصعبة والمعقدة سواء في التدريب أو المنافسات.
- لديه القدرة على تحليل أخطاء اللاعب بصورة منطقية وموضوعية للاستفادة من أخطاءه وقدراته الكامنة.
- لديه القدرة على اتخاذ القرار تحت ضغط المنافسة بهدوء وتركيز وروية.
- القدرة على تحويل الفشل إلى موقف نجاح.
- لديه القدرة على الوصول باللاعب لقمة أدائه في توقيت المنافسة.
- تحديد الهدف المراد تحقيقه مع الفريق، فمثلاً هل الهدف هو الحصول على البطولة؟ هل هو الحصول على ترتيب متقدم بالدوري ... إلخ، ومن الضروري ألا يغالي المدرب في تحديد هذا الهدف، بل يجب عليه وضع هدف واقعي يمكن تحقيقه وفقاً للإمكانات المتاحة وقدرات لاعبي الفريق.
- تحديد متطلبات خطة التدريب من أدوات وأجهزة ومعسكرات ... إلخ.

- تحديد الاحتياجات من قوى بشرية معاونة مع تحديد مسؤوليات وواجبات كل فرد فيها.
- وضع برنامج زمني يوضح فيه خطوات وإجراءات تنفيذ خطة التدريب السنوية.
- وضع معايير تقييمية للتعرف على طرق القياس على مستوى تحقيق التدريب للأهداف المرحلية (الأغراض)
- لكل مرحلة زمنية من فترات التدريب السنوية، وتعديل مسار العمل التدريبي لتحقيق الأهداف إذا كان هناك قصور في تحقيق هذه الأهداف.
- أن يكون لديه القدرة على اختيار أنسب الطرق لتحقيق الأهداف.
- أن يكون ملما بالطرق العلمية والوسائل الفنية والأدوات الحديثة.
- أن يكون شخصا لديه القدرة على الإبداع في إخراج وحداته التدريبية.
- الذكاء في وضع خطط التدريب واللعب الجيد.
- أن يتميز بمستوى عال من حيث الخلق، ومستوى عالي من الفهم والذكاء والقدرة على الابتكار.
- أن يكون متمتعا بمستوى عال من القدرات العقلية بما ينطوي عليه من إمكانية الربط والتحليل وحل المشكلات وتكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم، وبذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين.
- أن يكون قائدا محبوبا لا رئيسا متسلطا عادلا في معاملة لاعبيه حازما بدون تكلف بدرجة واجبة كقائد ومعلم تربوي. (علي فهمي البيك وعماد الدين عباس ابو زيد، 2003، الصفحات 20-21)
- أن يكون لماحا قادرا على سرعة الفهم والإدراك لكل المواقف التي تمر به.
- أن يكون قادرا على تقييم خبراته التدريبية باستمرار، يقوم بتقويم أدائه بعد كل موسم تدريبي حتى يمكنه زيادة صفاته الجيدة وإصلاح ما يجده من بعض النقص أو القصور أو السلبيات حتى يرتفع بمستوى أدائه، فعملية التقويم التي يقوم المدرب الواثق من نفسه لنفسه وعمله الذي يريد أن يرتفع مستواه ويصل في يوم من الأيام إلى الأداء المثالي والذي يجعله محط أنظار جميع من يعمل في مجال تدريب لعبته.
- أن يكون شخصية منظمة في جميع تصرفاته سواء في حياته العامة أو الخاصة ومجال عمله.
- أن يكون نموذجا صالحا ومثلا للاعبين من الناحية الخلقية، بعيدا عن التصرفات غير السليمة للرجل الرياضي كشرب الكحوليات أو التدخين، أو التلفظ بألفاظ غير خلقية.

- أن تكون لديه القدرة على بث روح الجماعة بين اللاعبين وتقوية المحبة والأخوة الصادقة بينهم، ويتعد عن كل ما يفرق بين اللاعبين لذلك يجب أن يكون عادلا في تعامله معهم، ومن أسوأ صفات المدرب الرياضي أن يجابي لاعب أو أكثر عن آخرين وألا ينصف من له حق.

2-1-3- شخصية المدرب الناجح :

إن نشاط المدرب هو نشاط بيداغوجي، والبيداغوجي يكون الشخصية ويحول نفسية الإنسان في ثقته بنفسه وسلوكاته، كل هذه النشاطات تنطبق على أساس فعاليات ونشاط شخصية المدرب الفعال، والمعرفة الجيدة للإنسان هي التي تسمح باستيعاب مجموع العلوم الإنسانية، والمدرب هو الذي يتكفل بتدريبات الفريق.

كثيرا ما نسمع أن قوة فريق ما تكمن في شخصية مدربه، وعمله المستمر والفعال فوق أرضية الملعب وخارجه، كما يجب على المدرب أن يكون على دراية شاملة بكل الأشياء التي تسبب له ردود أفعال متشددة أو بالأحرى العقد النفسية التي تؤثر بالسلب على معنويات ونتائج الفريق إذ هو مرغم على اكتساب معارف سيكولوجية دقيقة تساعده على تصفية وتطهير الحالة النفسية للفريق. (باسم فاضل عباس العراقي، 1993، الصفحات 40-41)

وكذا الجو النفسي للفريق كما أن شخصية المدرب الناجح تركز أساسا على مكونات وخصائص نفسية محددة مثل الشجاعة، الثقة بالنفس، التمتع، التحكم في الفريق لكي يحافظ على تماسكه ووحدته.

كما توجد هناك خصائص أخرى لها تأثير خاص على الشخصية مثل المداومة والمواصلة في تطبيق البرنامج السنوي والمبادرة الشخصية لإيجاد الحلول للمشاكل، المثابرة في العمل لتفادي الركود واليأس والقلق، زيادة إلى اتخاذ القرار المناسب، بحيث أن كل هذه الخصائص النفسية تشكل وحدة متكاملة، وهي الشخصية القوية للمدرب والتي تسمح له بالتسيير الحسن للفريق، والوصول إلى تحقيق الأهداف المسطرة.

2-1-4- سلوك المدرب الرياضي:

في ضوء الدراسة التي قام العديد من الباحثين في مجال القيادة الإدارية تم التوصل إلى تحديد نوعين هامين من القادة الإداريين وهما:

سلوك القائد الإداري المهتم - بالدرجة الأولى - بالناس: CONCERN FOR PEOPLE

سلوك القائد الإداري المهتم - بالدرجة الأولى - بالإنتاج: CONCERN FOR PRODUCTION

واستطاع كل من روبرت بليك BLAKE وجين موتون MOUTON تطوير نتائج هذه الدراسات وأشار إلى أن هذين النوعين من السلوك يمكن توضيحهما على هيئة شبكة ذات محورين: المحور الأول الاهتمام بالناس،

وال محور الثاني الاهتمام بالإنتاج، وذلك فيما يعرف بنموذج الشبكة الإدارية MONAGERIAL GRID تم التمييز بين خمسة أنواع رئيسية لسلوك القيادة طبقا لموقعها على الشبكة الإدارية".

2-1-5- أخلاقيات المدرب الناجح :

- إن شخصية المدرب وحدة متكاملة لا تستطيع فصل بعضها عن بعض، وإن توافق أخلاقيات المدرب الناجح التربوية والمهنية في شخصيته ضروريان جدا في تحسين مردود اللاعبين وبالتالي نقص أحد هذه الأخلاقيات ينعكس بالسلب على اللاعبين.

ويتوجب على المدرب أن يكون طموحا ومنضبطا، فاحتكاكه اليومي باللاعبين يقوم بتأثير مباشر على سلوكهم لذا يتوجب عليه إرساء علاقات جيدة مع لاعبيه تفاديا للمشاكل التي تواجه الفريق.

2-1-6- دور المدرب العام:

أهم معالم الدور المميز للمدرب العام يمكن أن نلخصها في النقاط التالية:

- القيادة التخصصية لفريق المدربين المساعدين القيادة العملية في عمليات التوجيه التدريبي الجماعي وغيرها.
- تشخيص وحل وعلاج المشكلات النفسية والفنية الرياضية المتعلقة باللاعبين.
- الإشراف على إعداد وسائل وحفظ السجلات الخاصة باللاعبين. (زكي محمد محمد حسن ، 2002، صفحة 225)

2-1-7- حقوق المدرب وواجباته

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

نستنتج مما ذكر أن المدرب يستطيع أن يؤثر على لاعبيه وأن ينمي المواهب الكامنة لديهم ويطور قدراتهم وهذا لا

يتأتى إلا من المدرب المؤهل علميا القادر بأسلوبه المتميز في التأثير عليهم وقيادة الفريق لتحقيق نتائج طيبة، وهذا يجعل للمدرب تقديرا ومكانة خاصة لدى إدارة النادي واللاعبين والجمهور والنقاد الرياضيين إذا كان من الواجب على المدرب أن يتصف بما يلي:

أن يكون حسن المظهر، متمتعا باللياقة البدنية والطبية.

أن يكون متزنا في أقواله وأفعاله وأن يكون نموذجا يحتذى به.

أن يكون واسع الاطلاع، قادرا على استيعاب مستحدثات العصر.

أن يكون قائدا مثاليا، يستطيع توجيه لاعبيه وإرشادهم بما يناسب قدراتهم وفي الصالح العام للفريق. (يحي السيد الحاي، 2007، صفحة 33)

2-1-8- واجبات المدرب في كرة القدم :

المدرب الرياضي هو العمود الفقري لعملية التدريب حيث، تقع على عاتقه هذه المسؤولية، فالمدرب يجب أن يكون دائما 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 ينص 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 للدورات والمنافسات الرياضية.

- الإلمام بالمعرفة العامة للمعلومات الخاصة بتنمية شخصية اللاعبين والقدرة 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 بدء المباريات.

- شرح الخطة المناسبة للمباراة. (كرم زكي خطابية، 1996، صفحة 301)

يتلخص عمل مدرب كرة القدم في محاولته للوصول بجميع لاعبي الفريق إلى درجة التدريب العالية، حتى يمكنهم أن يؤديوا أحسن أداء رياضي أثناء المباريات، وللوصول إلى هذا المستوى عليه أن يقوم بإعداد اللاعب إعداداً خاصاً يمس الجوانب التالية:

- الإعداد البدني.
- الإعداد التقني.
- الإعداد التكتيكي.
- الإعداد النظري.
- الإعداد النفسي.

2-1-9- 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.

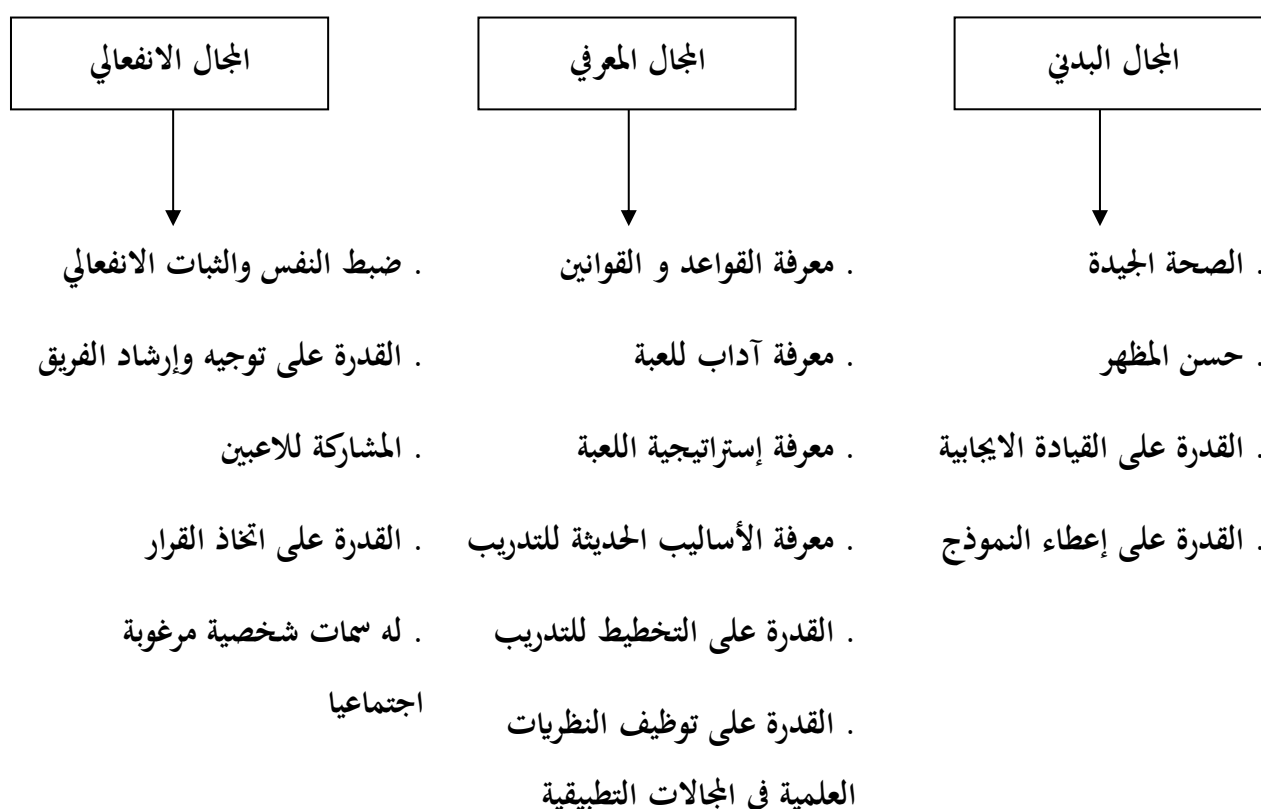
- يجيد في إطراح أفضل مستوى ممكن لأداء اللاعبين من خلال التفاعل النفسي معهم.
- يجيد تخطيط التدريب وتنفيذه طبقاً لإمكانات الفريق بما يضمن الارتقاء بمستوى اللاعبين.
- يجيد من إدارة المباريات، ملم بفنون القيادة.
- متمسك بعمله وصبو را ويمتلك عزيمة قوية متوافق ومتماسك ومستقيم.
- ملم بقواعد اللعب (القانون) ويحث لاعبيه على الأداء وبأمانة وروح رياضية ولعب نظيف.
- أن يكون مبتكراً محباً للاطلاع 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 بالطرق المشروعة. (مفتي إبراهيم حمادة، 1999، صفحة 18)

2-1-10- مميزات مدرب كرة القدم: (JACQUE CREVOISIER, 1985، صفحة 33)

1 - المجال البدني

2 - المجال المعرفي

3 - المجال الانفعالي



الشكل (1): مخطط يمثل مميزات مدرب كرة القدم

2-2- الأداء الرياضي :

2-2-1- مفهوم الأداء الرياضي :

إن الأداء الرياضي بصفة عامة يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر ومتواصل في كل أفعاله وأقواله لتحقيق أهداف معينة ومن أجل بلوغ حاجاته وأغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي، هذا الأخير الذي عرف تطورا كبيرا وملحوظا نتيجة الأبحاث العديدة والدراسات المعمقة في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة والرياضيين.

ويعرفه الدكتور عصام عبد الخالق الأداء الرياضي على أنه: إيصال الشيء إلى المرسل إليه: وهو عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، وهو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم سلوكيا". (نزار مجيد الطالب، 1983، الصفحات 214-215)

ويرى thomas 1989 أن علماء النفس الرياضي العاملين في الحقل الرياضي وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالقدرة الاستعداد الدافعية وأغلبها تشكل مفهوم الأداء، مضيفا أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة.

والأداء بصفة عامة هو: انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد الأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوى الداخلية، غالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم أو هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعليم تعبيرا سلوكيا. (عصام عبد الخالق، 1992، صفحة 162)

ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى) ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات. (محمد نصر الدين رضوان، 1995، صفحة 170)

وللأداء الرياضي درجات ومستويات منها:

الأداء الأقصى: ويقصد به أن يؤدي الفرد أفضل أداء ممكن قدر استطاعته.

الأداء المميز: ويقصد به ما يؤديه الفرد بالفعل وطريقة أدائه، وليس ما يستطيع أدائه.

2-2-2- أنواع الأداء :

تتمثل أنواع الأداء في:

2-2-2-1- أداء المواجهة : أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسها في وقت واحد، ويستطيع

المدرّب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للوصف كوحدة مناسبة.

2-2-2-2- الأداء الدائري : طريقة هادفة للتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية

والمطاولة وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبون إلى مجموعات يؤدون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

2-2-2-3- الأداء في محطات : أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في محطات أو أداء الصف كله

في محطات وأداءات مختلفة أي تثبيت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

2-2-2-4- الأداء في مجموعات : يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو

التدريب الرياضي على شكل محطات حيث يقوم اللاعبون الذين يشكلون مجموعات بالأداء بصورة فردية، وتعد من

أقدم الطرق التدريب الرياضي. (قاسم حسن حسين، 1998، صفحة 41)

2-2-3- العوامل المساهمة في الأداء الرياضي :

تعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد، وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط

وفقاً لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء المهاري في الألعاب وفقاً لبعض المتغيرات وهي:

- النشاط: ويختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس ودرجة

صعوبة أو سهولة الأداء وغيرها.

- الغرض من الأداء: يمكن أن يكون ترويحي أو تنافسي.

- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني

وقد بذل المختصون في المجال الرياضي محاولات متعددة لتحديد العوامل اللازمة للأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة،

وقد كشفت تلك المحاولات عن الكثير من العوامل من أهمها:

القوة العضلية، التوازن المرنة التحمل السرعة التوافق الرشاقة الذكاء القدرة الإبداعية، الدافعية. (محمد حسن علاوي

ونصرالدين رضوات ، 1987، الصفحات 41-42)

2-2-4- مكونات الأداء :

تتمثل مكونات الأداء في الأنشطة والمهام التي يحتويها العمل والارتباطات بين هذه الأنشطة والمهام ويمكن تحديد هذه المكونات في المعايير التالية:

الأهداف التفصيلية أو الجزئية للعمل.

المراحل المختلفة التي يتكون منها الأداء.

درجة التجانس بين السلوك وبيئة العمل أو الأشياء التي ينصب عليها الأداء. (الطاهر مجادي، 2002، صفحة 52)

2-2-4-1- سلوك الأداء :

إن سلوك الأداء الذي يقوم به الرياضيون أو بالأحرى اللاعبون تحدده ثلاث عوامل رئيسية وهي: الجهد المبذول.

القدرات والخصائص الفردية للاعبين، بالإضافة إلى إدراك اللاعب لدوره.

والأداء - الجهد + القدرات والخصائص الفردية للاعبين + إدراك اللاعب لدوره وهذا حسب "بورتر لدولر" سلوك الأداء تحدده ثلاث عوامل أساسية وهي المجهود المبذول والقدرات والخصائص الفردية، وإدراك الفرد لدوره الوظيفي. (Norbert silamiry، 1980، صفحة 130)

2-2-4-2- أسلوب الأداء :

يختلف التكنيك المثالي من فرد إلى آخر باختلاف تكوينهم التشريحي وإمكاناتهم الفسيولوجية واستعداداتهم النفسية ولذلك نجد أن لكل فرد طريقة أداء خاصة به، أي يمكن أن يؤدي فردين حركة معينة بتكنيك واحد ولكن بطرق أداء مختلفة طبق لخصائصهم وإمكاناتهم ويمكن الاسترشاد بالأداء للاعب القمّة لتحديد درجة إجادة المستوى الفني ومنه يمكن الحصول والتوصل إلى نموذج مثالي.

والتعلم الحركي هو عملية اكتساب وصقل وتثبيت المهارات الحركية خلال الإعداد التكنيكي للوصول إلى أعلى مستوى ممكن من الصورة المثالية للتكنيك الرياضي، ولهذا يعمل هذا التعلم إلى التغيير في السلوك والتحسين في الأداء الحركي الناتج مباشرة من الممارسة والتدريب. (عصام عبد الخالق، 2003، صفحة 220)

2-2-4-3- مستوى الأداء المهاري :

هو الدرجة أو الرتبة التي يصل إليها الرياضي من السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لاكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس على أن تؤدي بشكل وبدرجة عالية لتحقيق أعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد. ويحدد إتقان الأداء المهاري بعدد ما يمكن للفرد من أدائه لمهارات النشاط الرياضي الممارس وتنوع وتعدد تلك المهارات لهذا النشاط، واستخدامها في ظروف التدريب أو المنافسة، وكذلك بدرجة كيفية إتقان الفرد لهذه الحركة الخاصة بالنشاط الممارس، ومدى فعالية الإتقان لهذا الأداء تحت المعايير البيوميكانيكية، والفسيولوجية والنفسية.

2-2-5- دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي :

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

- درجة ثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسات.

- كيفية التحكم في انفعالات اللاعب أثناء المنافسة.

الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.

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

الصفات العقلية ودرجة ثباتها مثل: التذكر الانتباه، سرعة رد الفعل التصور لتنفيذ مختلف الواجبات الحركية المهارية في كافة الظروف التدريبية أو التنافسية سواء كانت عالية أو منخفضة الشدة وذلك عن طريق ظهور بعض ردود الأفعال العصبية المترتبة على ذلك بغض النظر عن حالة الإجهاد والصعوبات الخارجية.

- الصفات الشخصية ودرجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات مثل الدوافع المساعدة في تحقيق الانجاز ودرجة الثبات والاستقرار أو الاتزان العاطفي للاعب، مستوى التنافس أو الطموح النفسي ودرجة تغييره أو تبديله على ضوء خبرات الفشل أو النجاح التي يحققها اللاعب، ومستوى نمو العمليات العصبية والنفسية والمقدرة على تحمل الأعباء النفسية.

- المقدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل وأثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع والأشكال سواء كانت صعوبات داخلية أم صعوبات خارجية، فالتحكم الواعي في مثل هذه الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد على الارتفاع في درجة ثبات أداء اللاعبين خلال المباراة، كذلك المساعدة في تمييز كافة العوامل التي تساعد على عدم تركيز اللاعب قبل المنافسة.

- العلاقات النفسية والاجتماعية بين أفراد الفريق والتي تساعد على الأداء الثابت للفريق المتمثلة في درجة التحام أو تماسك الفريق بما يحقق جوا نفسيا وعلاقات متبادلة وملائمة. (محمد حسن علاوي، 1987، صفحة 30)

2-2-6- اعتبارات المدرب عند تقويم الأداء الرياضي :

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

لكل وحدة تدريبية هناك هدف، لذلك على المدرب تبليغ اللاعبين بتحقيق ذلك الهدف أو عدمه وكذلك تحديد هدف للوحدة التدريبية اللاحقة وهكذا. لذلك عند وضع الوحدة الجديدة يجب أن يكون هناك تفادي الجميع الأخطاء والسلبيات التي رافقت الوحدة التدريبية والبدء من جديد في الوحدة التدريبية اللاحقة.

أن يكون هناك تسجيل لسلبيات وإيجابيات وحدة تدريبية ليتسنى بعد ذلك من مراجعة شاملة والتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين والتحقق من تحقيق الأهداف المرسومة.

على المدرب أن يسأل نفسه دائما: هل حقق المطلوب للوحدة التدريبية التي وضعها ولماذا؟ ولماذا لم يتحقق؟، وهذه الإجابة تعد تخطيطا مستقبليا لوضع الأسس السليمة لعملية التدريب.

2-2-7- الخصائص النفسية للمنافسات الرياضية وتأثيرها على أداء اللاعب :

تعتبر المنافسات الرياضية عاملا هاما وضروريا لكل نشاط رياضي، ويرى أن الرياضة لا تعيش بدون منافسة، وأن عملية التدريب الرياضي بمفردها لا تنطوي على أي معنى إلا بارتباطها بإعداد الفرد لكي يحقق أحسن ما يمكن من مستوى في الأداء خلال المنافسة (المباراة) الرياضية، وفي ضوء هذا المفهوم تكون المنافسة الرياضية ما هي إلا اختبار لنتائج عمليات التدريب الرياضي، ولكن لا ينبغي أن ننظر إلى المنافسة الرياضية "على أنها نوع من أنواع الاختبار فحسب، وإنما على أنها نوع هام من العمل التربوي، إذ أنها تسهم في التأثير على تنمية وتطوير مهارات وقدرات

الفرد وتشكيل سماته الخلقية والإدارية، ومن أهم هذه الخصائص النفسية ما يلي:

- إن المنافسة الرياضية ما هي إلا نشاط يحاول فيه الفرد الرياضي إحراز الفوز، وتسجيل أحسن مستوى من الأداء، ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للفرد فحسب، بل أيضا على الدوافع الاجتماعية، كرفع شأن الفريق أو سمعة النادي مثلا إذ أن ذلك يعتبر من أهم القوى التي تحفز الفرد نحو الوصول لأعلى المستويات الرياضية.

- تتطلب المنافسة الرياضية ضرورة استخدام الفرد لأقصى قواه وقدراته النفسية والبدنية لمحاولة تسجيل أحسن مستوى ممكن من الأداء، وتعتبر هذه الناحية من أهم مميزات المنافسة الرياضية التي تؤثر في شخصية الفرد تأثيرا تربويا وتسهم في تطوير وتنمية الكثير من خصائصه وسماته النفسية الخلقية والإدارية.

- تسهم المنافسات الرياضية في الارتقاء بمستوى جميع الوظائف العقلية والنفسية مثل الإدراك والانتباه وعمليات التفكير والتصور، إذ تحتاج المنافسة الرياضية إلى استخدام كل هذه الوظائف لأقصى مدى ممكن.

- تتميز المنافسات الرياضية بحدوثها في حضور جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة اليومية، ويختلف تأثير المشاهدين على الفرد الرياضي اختلافا واضحا، فتارة يساعد على رفع مستوى الرياضيين وتارة أخرى يكون سببا في عدم إجادتهم.

- تجرى المنافسات الرياضية طبقا لقوانين ولوائح ثابتة معروفة، وتحدد هذه القواعد والقوانين واللوائح المختلفة النواحي الفنية والتنظيمية لأنواع النشاط ولسلوك الفرد، وبذلك تجبر الأفراد على احترامها والعمل بمقتضاها ومن ناحية أخرى تضمن المقارنة العادلة بين المستويات الرياضية بعضها البعض الآخر.

وقد يرى البعض أن التنافس بطبيعته ما هو إلا صراع يستهدف الفوز والتفوق على الآخرين وكثيرا ما يرى المتنافس في منافسيه خصوم له، كما ينظر البعض إلى التنافس الرياضي نظرة فيها الكثير من المغالاة عندما يرى في الرياضة سوى السبق الجنوبي لتسجيل الأرقام والتفوق الرياضي، ويتناسون أن الوصول إلى المستوى الرياضي العالي ناحية هامة من النواحي التي يسعى إليها كل مجتمع، ولكنها ليست بطبيعة الحال هدفه الأوحد. (محمد حسن علاوي، 1987، صفحة 32)

2-2-8- فئات تصنيف الرياضيين على أساس نتائج المنافسة ونوعية الأداء :

أن نتائج أي مسابقة لأي رياضي تقع في واحدة من الفئات الأربع المحددة، حيث يمكن للرياضي أو الفريق أن يكسب أو يخسر المباراة، كما يمكن أن يكون مستوى الأداء أو اللعب جيدا أو ضعيفا وهذه الفئات هي:

2-2-8-1- المكسب والأداء جيد :

تعتبر هذه الفئة الأسهل في التعامل مع الرياضيين حيث أن الأداء جيد، والمكافأة أي الفوز تحقق وينصح المدرب بتوجيه التقدير للرياضيين على هذا الانجاز، كذلك من الأهمية تفسير نجاح الرياضيين في ضوء ما يتمتعون به من قدرات مهارية ونفسية، حيث أن ذلك يزيد من ثقتهم في أنفسهم وقيمة الذات لديهم، إضافة إلى ما سبق يجب التركيز أكثر على الجهد الذي يبذله الرياضيون في المباراة وأهداف الأداء، كما يجب عدم التركيز على المكسب، فبالرغم من انه شيء مستحب، وتصدر الإشارة إلى أهمية توجيه الرياضيين إلى النقاط السلبية في المباراة، وما هي الاقتراحات لتطوير الأداء، على أن يتم ذلك في التمرين التالي وليس بعد المباراة مباشرة، ويقدم في شكل التوجيه البناء وليس النقد السلبي.

2-2-8-2- المكسب ولكن الأداء ضعيف :

عندما يكسب الفريق المباراة أو يحقق فوزا بالرغم من أن مستوى الأداء في المسابقة كان ضعيفا فمن الأهمية أن يعرف أفراد الفريق أن المكسب الذي تم تحقيقه جاء بسبب ضعف المنافس وليس كنتيجة لقدراتهم البدنية والمهارية، ويمثل ذلك أهمية كبيرة حتى لا يكافأ الرياضيون أنفسهم على النتائج وينسبون ذلك لقدراتهم وجهدهم وذلك يخالف الواقع.

هذا وبالرغم من ضعف الأداء فمن الأهمية مكافأة الرياضيين الذين تميزوا بالأداء الجيد ومساعدة الرياضيين من التعرف على جوانب الضعف ومن ثم التمرن عليها وتطويرها. وبشكل عام، من الأهمية ألا يكون التوجيه ضربا من العقاب نتيجة ضعف الأداء، ولكن يقدم في شكل إيجابي وبناء.

2-2-8-3- الخسارة ولكن الأداء جيد :

تمثل هذه الفئة من النتائج المتوقعة الأكثر صعوبة، فما أقصى على النفس من الخسارة بالرغم من الأداء الجيد، وهنا يجدر التساؤل عن كيفية تدعيم النواحي الإيجابية للأداء، وكيف يمكن التعامل مع انخفاض الروح المعنوية للرياضيين أو الفريق.

ربما كان من المناسب أن يقدم المدرب حديثا موجزا مع الرياضيين عقب المباراة ربما لا يتجاوز الدقيقتين حيث أن كل رياضي يعيش تجربة الفشل بطريقته، ويفضل أن يتضمن الحديث النقاط التالية:

- تقدير الجهد والأداء المتميزين بالرغم من الخسارة.

- الخسارة تعتبر شيئاً طبيعياً ومتوقعا في الرياضة، ولا تنقص من التقدير للأداء الجيد والجهد المبذول.
- توضيح أن المشاعر الحزن والغضب تمثل ردود فعل طبيعية للخسارة وربما يصعب التخلص منها بعد المباراة مباشرة، ولكن يمكن التخلص منها مع مضي الوقت يوما أو يومين.
- يمكن الإقلال من أهمية النتائج لهذه المسابقة، وذلك لتقليل التأثير السلبي للخسارة على تقدير الرياضي لذاته.

2-2-8-4- الخسارة واللعب ضعيف :

عندما يواجه المدرب هذه الفئة، فمن الأهمية أن يعزى الفشل كنتيجة للتقصير في الجهد والحاجة إلى تحسين المهارات البدنية والمهارات النفسية، كما أن من الأهمية أن يعبر عن عدم الرضا للجهد والأداء الضعيفين. وينصح في هذه الحالة بعدم التحدث مع الرياضيين بعد المباراة مباشرة، وإرجاء ذلك إلى التمرين التالي للمسابقة حيث يتم التركيز على المشكلات الفعلية وكيفية تطويرها، وبالرغم من ذلك يجب عدم إغفال تقدير الجهد والأداء لبعض الرياضيين الذين أظهروا أداءً حسناً. (أسامة كامل راتب، 2000، الصفحات 405-407)

خلاصة:

يُعد المدرب الرياضي من أبرز الركائز الأساسية في العملية التدريبية، حيث يتمثل دوره في التخطيط، والتنظيم، والإشراف على الجوانب الفنية والبدنية والنفسية للرياضي. وقد أظهرت العديد من الدراسات أن إسهامات المدرب لا تقتصر على تطوير المهارات الحركية والتقنية، بل تشمل أيضاً تعزيز الدافعية، وتنمية القدرات الذهنية، وبناء الاتجاهات الإيجابية نحو التمارين والمنافسات.

إن فعالية الأداء الرياضي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بكفاءة المدرب في توظيف الأساليب العلمية في التدريب، ومهاراته في التواصل، والقيادة، واتخاذ القرارات المناسبة التي تسهم في تحسين المستوى الفردي والجماعي للرياضيين. وعليه، فإن المدرب يمثل عاملاً حاسماً في تحقيق الإنجاز الرياضي، من خلال دوره التكاملي الذي يجمع بين الإعداد البدني، والإرشاد النفسي، والتحفيز المستمر، مما يجعل إسهاماته محورية في الارتقاء بالأداء الرياضي على المدى القصير والبعيد.

3- كرة القدم وفئة أقل من 19 سنة :

تمهيد:

تعتبر كرة القدم أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين فنادرا ما نجد بلدا في العالم لا تعرف فيه كرة القدم انتشارا أو لا يعرف أبنائه كرة القدم وقد ذكر السيد " جول ريمي " الرئيس السابق للاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) قال مازحا " إن الشمس لا تغرب مطلقا عن إمبراطوريتي " وهذا دليل على أن كرة القدم بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب الرياضية الأخرى.

وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة وذكرنا نبذة تاريخية عن تطورها في العالم والجزائر وأيضا القوانين الخاصة بهذه اللعبة، وتطرقنا أيضا لخصائص المرحلة العمرية أقل من 19 سنة).

3-1- كرة القدم :

إن تطور كرة القدم عالميا وما وصلت إليه من مستوى رفيع هو نتيجة حتمية لتطور جميع مناحي الحياة ولما كان العلم عاملا أساسيا في أي تقدم ورقي، فقد دخل إلى عالم الرياضة بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة فلم تعد الرياضة تعتمد فقط على الخبرة السابقة التي تم تحصيلها عن طريق اللاعب وتقليد الرياضيين العالميين بل أصبحت الرياضة علما من العلوم التي لها مكانتها بين العلوم الأخرى، وفي هذا الفصل سنتناول الحديث عن كرة القدم، أهم مبادئها الأساسية، قواعدها، متطلباتها والمهارات الأساسية لها .

3-1-1- تعريف كرة القدم :

هي عبارة عن نشاط رياضي يمارس ضمن قوانين خاصة تملك هيكلًا تنظيميًا دقيقًا وهي لعبة قبل كل شيء ذات طابع جماعي تلعب بفريقين يحاول أحد الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف لكي يكون هو الفائز يتكون كل فريق من 11 لاعبا بما فيهم حارس المرمى، يلعب الفريقان على ميدان مستطيل الشكل صالح للعب وأرضية مستوية ويشرف على تحكيمها حكم وسط وحكمان للخطوط الجانبية وحكم رابع احتياط. (العايب سهيب، 2017، الصفحات 11-12)

3-1-2- نشأة وتطور كرة القدم في العالم :

إن بداية كرة القدم لم تكن كما هي عليه الآن، وتقول بعض المصادر بدأ لعبها في الصين عام 2500 ق.م بطريقة بدائية وكانت تسمى (تسو - تشو) الأولى بمعنى ركل الكرة والثانية بمعنى الكرة، ويقول الفلاسفة والمؤرخين أنها كانت

في الصين كأسلوب تدريب عسكري من حيث الهجوم والدفاع ويقول المؤرخ البيزنطي هيرودوت الذي زار مصر عام 460 ق.م أنه وجد المصريين يلعبون الكرة بكرة مصنوعة من جلد الماعز والقش يركلونها بالقدم حتى إذا دفعها فريق إلى خط بعرض الملعب احتسبت هدفاً، وقد ذكر أحد المؤرخين أن كرة القدم كانت باليابان وكان تسمى باسم (كيماري)، وقد عرفت منذ أربعة عشر قرناً مضت وكانت تلعب في ملعب مساحته 140 متر مسطحاً وهناك في إيطاليا لعبة كرة قدم قديمة تعرف باسم (كالشيو) كانت تلعب في مدينة فلورنسيا مرتين في السنة بمناسبة عيد سان جون، ولكن التاريخ البعيد يؤيد بأن اليونانيين هم الذين لهم حق الافتخار بانتسابهم لهم فقد عرفت بلادهم لعبة كرة القدم تلعب باسم (بيسيكروس) . (كاظم 2017، ص 09). لكن للبريطانيون رأي آخر بأن لهم الفضل في ظهور هذه اللعبة عام 1050م – 1075م) ويطلقون عليها اسم (Futballe). وكان الاتحاد الإنجليزي هو أول اتحاد لكرة القدم في العالم وهذا عام 1863 م وبعدها تأسست أول جمعية لكرة القدم في العالم وهي نادي شيفيلد بإنجلترا عام 1885 م.

وفي مايو عام 1904 م أنشئ الاتحاد الدولي لكرة القدم F.I.F.A بباريس ويتكون من الاتحادات الأهلية المشتركة والتي تدير لعبة كرة القدم في بلادها، ويعتبر حورين الفرنسي الجنسية أول رئيس للاتحاد الدولي وجول ريميه رئيس الفيفا (1912م – 1954م) صاحب أول فكرة تنظيم كأس العالم وكانت أول بطولة للأرجواي عام 1930م. (كاظم أحمد شهيد راضي، 2017، الصفحات 10-11)

3-1-3- المبادئ الأساسية في كرة القدم :

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إلقاءها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفرادها المبادئ هذه اللعبة وإن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفرادها أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيت سليم وبمختلف الطرق ويكتم الكرة بسهولة ويسر ويستخدم ضرب الكرة في المكان والظروف المناسبة ويحاول عند اللزوم ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق والصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا أن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة قدم متقناً لجميع المبادئ الأساسية إتقاناً تاماً. (بولوفة معمر، قلايلية مراد، 2015، الصفحات 12-13)

وتقسم مبادئ كرة القدم إلى ما يلي:

- استقبال الكرة.
- المحاورة.
- المهاجمة.
- رمية التماس.
- ضرب الكرة.
- لعب الكرة بالرأس.
- حراسة المرمى.

3-1-4- صفات لاعب كرة القدم :

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة، تلائم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ومن هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم، وهي الفنية الخططية والنفسية والبدنية واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا ومهاري عاليا والتعدادات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة والنقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر.

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات، فإن التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والإحصائيات المهمة.

3-1-4-1- الصفات البدنية :

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني، وإن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد التقنية، ذكي لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا نندهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجهها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لتحقيق من أن معايير الاختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماهر يجيد المراوغة على خصمه القوي الحازم الشريف المخدوع بحركات خصمه غير المتوقعة، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل التقاط الكرة، والحفاظة عليها

وتوجيهها بتناسق عام وتام. (بولوفة معمر، قلايلية مراد، 2015، الصفحات 14-15)

3-4-2- الصفات الفيزيولوجية :

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخططية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخططية له قليلة وخلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات مصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى، وهذا ما يجعل تغير الشدة وارد من وقت إلى آخر، وتحقق الظروف المثالية فإن هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية. والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي:

- القابلية على الأداء بشدة عالية.

- القابلية على أداء الركض السريع.

- القابلية على إنتاج قوة القدرة العالية خلال وضعية معينة.

إن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات، يندرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي وكذلك العضلات المتداخلة مع الجهاز العصبي ومن المهم أن نذكر أن الصفات تحدد عن طريق الصفات الحسية ولكن تحسين كفاءتها عن طريق التدريب وفي أغلب الحالات. (بولوفة معمر، قلايلية مراد، 2015، الصفحات 15-

16)

3-4-3- الصفات النفسية :

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصفات النفسية نذكر ما يلي:

- التركيز:

يعرف التركيز على أنه تضيق الانتباه، وتثبيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد ويرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي: المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة بمدى الانتباه.

- الانتباه:

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد

من الأفكار ويتضمن الانتباه الانسجام والابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه.

- التصور العقلي:

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

- الثقة بالنفس:

هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن ولا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسين الأداء.

- الاسترخاء:

هو الفرصة المتاحة للاعب للإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانفعالية بعد القيام بنشاط وتظهر مهارات اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر. (بولوفة معمر، قلايلية مراد، 2015، الصفحات 16-17)

3-1-5 المتطلبات البدنية في كرة القدم :

اللياقة البدنية هي مستوى الحالة البدنية التي يعتمد عليها الرياضي في مكونات اللياقة البدنية برياضته والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنته بالمستوى الأمثل.

- **القوة العضلية:** القوة هي مقدرة العضلات التغلب على المقاومات المختلفة، وقد تكون هذه المقاومات جسم اللاعب نفسه أو المنافس أو الكرة أو الاحتكاك. ويعتبر الكثيرون أن القوة هي أساس كل تقدم في الأداء الرياضي للاعب. (مختار حنفي محمود ، صفحة 55)

- **السرعة:** يعرفها فرانك ديك (1980) بأنها " القدرة على تحريك أطراف الجسم أو جزء من روافع الجسم أو الجسم ككل في أقل زمن ممكن " (ياحي سمير، 2013، صفحة 35)

كما يعرفها (frey 1977) أن السرعة هي " القدرة التي تسمح بتحريك آليات الجهاز العصبي العضلي وقدرة

العضلة على تطوير القوة للإنجاز عند الشروط المعطاة للأفعال الحركية في اقل زمن ممكن ". (الأطرش زبير ، صفحة 09)

- **الرشاقة:** هي قدرة اللاعب على تغيير أوضاعه واتجاهه في ايقاع سليم سواء على الأرض أو في الهواء، وفي كرة القدم يمكن التعبير عن الرشاقة بأنها مقدرة اللاعب على استخدام جسمه بأكمله لأداء الحركة بمنتهى الإتقان مع المقدرة على تغيير اتجاهه وسرعته بطريقة سهلة انسيابية (مختار حنفي محمود ، صفحة 60)

- **المرونة:** هي قدرة الفرد على أداء الحركات الرياضية إلى أوسع مدى تسمح به المفاصل، حيث يعبر عن المدى الذي يتحرك فيه المفصل تبعاً لمداه التشريحي ويوصف الجسم بالمرونة إذا تغير حجمه أو شكله تحت تأثير القوة المؤثرة عليه. (كاظم أحمد شهيد راضي، 2017، صفحة 26)

- **التوازن:** هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء أوضاع الوقوف على قدم واحدة أو عند أداء حركات المشي على عارضة مرتفعة. (كاظم أحمد شهيد راضي، 2017، صفحة 37)

- **التوافق:** من القدرات البدنية المركبة والذي يرتبط بالسرعة والقوة والتحمل والمرونة، وتعني كلمة التوافق من وجهة النظر الفسيولوجية مقدرة العمليات العصبية في الجهاز العصبي المركزي على التوافق ويطلق على اللاعب أن لديه توافق إذا استطاع تحريك أكثر من جزء من أجزاء جسمه في اتجاهات مختلفة في وقت واحد. (كاظم أحمد شهيد راضي، 2017، صفحة 31)

- **الجلد الدوري التنفسي:** وهو قدرة الأجهزة الحيوية على مقاومة التعب لفترة طويلة أثناء النشاط الرياضي، كما هو يعني أن اللاعب يستطيع أن يستمر طول مدة المباراة مستخدماً صفاته البدنية وقدراته الفنية والخططية بإيجابية وفاعلية دون أن يطرأ عليه التعب أو الإجهاد اللذان يعوقانه عن دقة وتكامل الأداء بالقدر المطلوب. (كاظم أحمد شهيد راضي، 2017، صفحة 38)

3-1-6- المهارات الأساسية في كرة القدم :

- **الأداء المهاري:** هو القدرة على القيام بالواجب الدفاعي والهجومى على أكمل وجه وبأقل جهد وهي كذلك كل الحركات الفردية الهادفة التي تؤدي إلى غرض معين في إطار قانون اللعبة سواء كانت بالكرة أو بدون كرة. (ادير حسان، 2012، صفحة 84)

3-1-6-1- المهارات الأساسية بدون كرة :

وتتمثل المهارات الأساسية بدون كرة فيما يلي:

- الجري وتغيير الاتجاه:

يعتبر الوقت الفعلي لاحتكاك اللاعب بالكرة جد قليل كما قلنا وكما أشار إليه حنفي محمود مختار إذ لا يتجاوز 02 دقيقة، أي أن 88 دقيقة كلها تكون عبارة عن جري بدون كرة، غير أن هذا الجري يعد في حد ذاته عملاً تقنياً من التغيير في الاتجاه والسرعة للهروب من الخصم ولخلق التفوق العددي وهذا ما يؤكد بطرس رزق الله فهو يرى أن تغيير اللاعب لاتجاه جريه أو إيقاعه وفقاً لمتطلبات تحركه في الملعب هو خداع للخصم. (حاج أحمد مراد ، 2010، صفحة 81)

- الوثب:

أصبح ضرب الكرة بالرأس في كرة القدم الحديثة عاملاً مهماً جداً كمهارة مؤثرة في نتائج المباريات ويتطلب مقدرة اللاعب على أداء هذه المهارة بالإتقان إلى قدرته على الوثب بالطريق السليمة والوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن، وقد يكون الوثب من الوقوف أو بعد الاقتراب جرياً أو بعد الجري جانباً أو خلفاً، ولما كان غير مسموح قانوناً للاعب أن يبرجح رجله عالياً أثناء وثبه لأعلى في حركة كرة مشتركة مع لاعب منافس أثناء تلامس اللاعبين، فقد تطلب الوثب أن تتميز عضلات اللاعب بالمطاطية مع القدرة على الانقباض القوي السريع حتى يستطيع اللاعب أن يصل إلى أعلى ارتفاع، وإن توقيت الوثب ذو أهمية كبرى فإذا وثب اللاعب مبكراً أو متأخراً فلن يستطيع أن يضرب الكرة برأسه أو على الأكثر سيضر بها بطريقة غير دقيقة .

- الخداع والتمويه بالجسم:

من أهم ما يتميز به لاعب كرة القدم الحديث مقدرة على أداء حركات الخداع بالجدع والرجلين. ويقوم بالخداع والتمويه لاعبو الهجوم والدفاع سواء بسواء، فتغيير اللاعب المهاجم لسرعته أو اتجاه جريه أو الخداع بأخذ خطوة جانباً ثم التحرك في الجهة الأخرى بمجرد استجابة اللاعب المضاد لحركة الخداع الأولى، أما المدافع فكثيراً ما يخدع المهاجم بأن يقوم بعمل حركة خداع بالجسم أو الرجل ليقوم اللاعب المهاجم الذي معه الكرة بأخذ خطوة بالكرة ينقض بعدها المدافع عليه ليأخذ منه الكرة. والخداع بالجسم والقدمين متعدد ومتنوع ويتوقف على مقدرة اللاعب الفردية ويتطلب من اللاعب أن يكون على جانب كبير من الرشاقة والمرونة والتوافق العضلي والعصبي بالإضافة إلى

مقدرة اللاعب على التوقع السليم. (مختار حنفي محمود ، الصفحات 68-69)

- وقفة اللاعب المدافع:

يقف اللاعب مع فتح الرجلين وثنى الركبتين والارتكاز على مشطى القدمين مع انحناء الجذع قليلا للأمام ورفع الذراعين قليلا إلى الجانبين، ومن هذا الوضع يستطيع اللاعب أن ينطلق بسرعة نحو الكرة أو المنافس ويقف اللاعب بهذا الوضع لمنع المنافس من تخطيه بالكرة. (محمد سعيد أبو بشار، 2016، صفحة 13)

3-1-6-1- المهارات الأساسية بالكرة :

- السيطرة على الكرة

تعتبر السيطرة على الكرة من المهارات الأساسية الدقيقة والمهمة للاعب كرة القدم، واللاعب الذي تكون سيطرته على الكرة عالية يعتبر من اللاعبين الذين وصلوا إلى مستوى متقدم وكلما زادت قدرة اللاعب على السيطرة زادت حساسيته للكرة وأصبح أكثر تحكما بها، كما أن باقي المهارات ترتبط ارتباطا وثيقا مع مهارة السيطرة على الكرة. ولا يمكن لأي لاعب تنفيذ أي مهارة دون أن تدخل معها السيطرة على الكرة واللاعب الذي تكون سيطرته سريعة ودقيقة تعطيه مجالا وفرصة للقيام بالتصرف بالكرة سواء بالتمرير أو التصويب. (الهزاع محمد عبد الله، أينوبلي مختار محمد، الصفحات 106-107)

- استقبال الكرة:

ومعناه قدرة اللاعب على وضع الكرة تحت تصرفه بالطريقة التي تناسبه وفق متطلبات الوقف كما يسمح به قانون اللعبة، فعملية الاستقبال في أغلب الأحيان من الحركة ودون توقف مع استمرار الحركة لإدانة حركة اللعب أولا، وللتخلص من ضغط المنافس وفتح الثغرات، أما اليوم فقد أصبحت مهارة الاستقبال تتطلب أداء مع الحركة وتغيير الاتجاه وعمل حركات الخداع ومن النادر جدا أن يكون من الوقوف ويعود ذلك لسببين

- الضغط المستمر على اللاعب الحائز للكرة أو المستقبل لها أصبح سمة من سمات الكرة الحديثة.

- أن الفرق أصبحت تدافع بعدد كبير من اللاعبين وبشكل منتظم ومحتشد إلى درجة أصبح من الصعب بمكان كشف هذه الدفاعات واختراقها. (حسن عادل تركي ، صاحب سلام جابر (د.ت)، صفحة 46)

- الجري المتعرج بالكرة:

من المهارات الأساسية المهمة لكل لاعب والكرة الحديثة تعتمد على الحركة السريعة مع تغيير الأماكن والمراكز سواء

بالكرة أو دونها، فعندما يجري اللاعب بالكرة على زميله أن يجري دونها في مكان آخر في الملعب وذلك من أجل تسهيل مهمة اللاعب الذي معه الكرة وتنفيذ خطط اللعب، ويختلف الجري بالكرة من لاعب لآخر وكذلك يعتمد الجري على مدى قدرة اللاعب وحساسيته على الكرة، ويعتقد البعض أن طريقة الجري ليست مهمة صعبة، ولكن كيفية الجري هي المهمة سواء بالكرة أو دونها. فالجري غير المنظم يسبب تعباً وجهداً ضائعاً للاعب، كذلك يؤخر الفريق في أداء وتنفيذ خطط اللعب بالسرعة المطلوبة، وللجري بالكرة أنواع هي:

- الجري بالكرة للأمام.

- الجري إلى الجانب.

- الجري إلى الخلف.

- التمرير:

التمرير هو وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب). إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، وكذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزعزع ثقة الفريق المنافس، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسيطرة على الكرة ولا بد من تعليم الناشئ، والناشئ بدوره يجب أن

يركز على التمرير كآلي:

- التمرير الأمامي: هو مفتاح التمرير الخططي إذ يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام.

- التمرير العرضي: فإذا لم يستطع اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يقوم بإرسالها بالعرض لزميله.

- التمرير للخلف وهنا يمهّد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدء الهجوم أو لتهيئة الكرة لزميل يلعبها للخلف. (سدراي

رياض، 2017، الصفحات 39-40)

- التصويب:

التصويب على المرمى من أهم أساسيات لعبة كرة القدم، إذ أن اللاعب يصل إلى مرحلة متقدمة في إجادة اللعبة لا بد وأن يبلغ مرحلة الإتقان في مهارة التصويب من مختلف المناطق في الملعب سواء كان بأحد القدمين أو بالرأس،

وذلك لتسجيل الأهداف بقوة وعناية في مرمى الفريق الخصم. (بوشهير هوارى، صفحة 301)

والتصويب لا يعتمد على اللياقة البدنية والقوة العضلية فحسب بل يعتمد على ذكاء اللاعب وحسن تصرفه وقدرته على التركيز واستغلال الفرص التي تتاح إليه بسرعة وفي أقصى وقت مستخدماً سرعة التفكير وسرعة التنفيذ، وتعد مهارة التهديف من المهارات المهمة في عمليات الهجوم لحسم نتيجة المباراة ويحصل التهديف بعد عمليات نقل الكرة بين اللاعبين لحين الحصول على الفرصة المناسبة للتهديف، ويرى الباحث أن لعبة كرة القدم لعبة أهداف وأصعب من الواضح بأن التهديف الحد الفاصل بين الفوز والخسارة وإذا ما صاح القول فإن الجانب الأكثر إثارة وسحراً بلعبة كرة. (العامري ضياء الدين برع جواد، 2017)

- المراوغة:

هي فن التخلص من اللاعب المنافس وخادعه، وإبقاء الكرة تحت سيطرة اللاعب والتحكم فيها في أي جزء من الملعب، ونظراً لأن أغلب مواقف اللعب في كرة القدم هي كفاح بين لاعبين أحدهما مهاجم والآخر مدافع فإن المراوغة تكتسب أهميتها في محاولة اللاعب المهاجم التخلص من المدافع مما يساعد على أن يكون لديه الوقت والمساحة في الملعب والتصرف بالطريقة الصحيحة.

ويعتمد نجاح المراوغة على الشروط التالية:

أن يكون مركز ثقل جسم اللاعب منخفضاً لتأدية الخداع.

أن يمتلك اللاعب القدرات التوافقية اللازمة للتنسيق الزمني الصحيح بين الحركتين الخادعة والرئيسية.

التوقيت الصحيح للخداع، علماً بأن التوقيت يتوقف على سرعة الاقتراب من الخصم والمسافة بين اللاعب والمنافس.

(محمد سعيد أبو بشارة، 2016، الصفحات 19-20)

3-2- فئة أقل من 19 سنة :

إذا كنا بصدد التحدث عن سن الأواسط في كرة القدم أو المرحلة الممتدة من 17 - 19 سنة فإننا نسلط الضوء على مرحلة حاسمة في حياة الفرد وهي ما يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة وهي مرحلة من مراحل عمر الإنسان لا بد لكل واحد منا أن يمر بها، تأتي بعد مرحلة الطفولة فيكون بذلك قد تخطى مرحلة الصبي ودخل مرحلة جديدة. تتميز هذه المرحلة بالعديد من التغيرات الفيزيولوجية والنفسية والانفعالية والتي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل المتتالية من عمره، وبداية مرحلة المراهقة تتحدد بالبلوغ الجنسي بينما نهايتها تتحدد بالوصول إلى مراحل النضج في مراحل النمو المختلفة ويبقى هذا التحديد محل اختلاف العلماء الذين اختلفوا في إعطاء مفهوم أوسع وأشمل للمراهقة، ومن خلال هذا الفصل سنتطرق إلى تحديد مميزات نمو لاعب الأواسط والمشاكل التي تعترضه في هذا السن وكذا علاقته بممارسة كرة القدم والمحيط الرياضي.

3-2-1- تعريف فئة الأواسط وتحديد ها :

يصنف فريق كرة القدم إلى خمسة فئات وهي : الأصاغر الأشبال الأواسط الآمال، الأكابر والفئة الوسطى هي فئة الأواسط المحددة بالمرحلة العمرية الممتدة بين 17-19 سنة اللاعب في هذه الفئة يكون في مرحلة جد حاسمة وهامة في حياته ألا وهي مرحلة المراهقة، وما هي إلا مرحلة تدعيم التوازن المكتسب من المرحلة السابقة ويتم تأكيده في هذه الفترة، إذ أن الحياة في هذه المرحلة تأخذ طابعا ، يتجه فيها الفرد محاولا أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه، بحيث يحاول التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة.

3-2-2- خصائص النمو عند فئة الأواسط :

يتميز نمو لاعب فئة الأواسط بعدة خصائص جسمية، انفعالية ونفسية واجتماعية وكذا خلقية والتي لها الأثر الكبير في تكوين شخصية اللاعب المراهق، وعلى مدى تكيفه في المحيط الذي يعيش فيه وخصائص نمو لعب فئة الأواسط هي نفسها خصائص النمو في مرحلة المراهقة.

3-2-2-1- النمو الجسمي :

إن البعد الجسمي هو أحد الأبعاد البارزة في نمو المراهق، ويشمل مظهرين أساسيين من مظاهر النمو وهما النمو الفيزيولوجي أو التشريحي والنمو العضوي، والمقصود بالنمو الفيزيولوجي هو النمو في الأجهزة الداخلية غير الظاهرة للعيان التي يتعرض لها المراهق أثناء البلوغ وما بعده، وبمل ذلك بوجه خاص النمو في الغدد الجنسية، أما النمو

العضوي. فيتمثل في الأبعاد الخارجية كالطول الوزن والعرض، حيث يكون متوسط النمو بالنسبة للوزن 3 كغ في السنة، 29 سم بالنسبة للطول، ويؤدي النمو الجسمي إلى الاهتمام بالجنس الآخر، ويهتم المراهق بمظهره الجسمي وصحته الجسمية وقوة عضلاته ومهاراته الحركية، لما تحمله من أهمية في التوافق الاجتماعي وإذا لاحظ المراهق أي انحراف في مظهره الشخصي فإنه يبذل قصارى جهده لتصحيح الوضع وإذا أخفق ينتابه الضيق والقلق وهو يؤدي ذلك إلى الانطواء والانسحاب. (نوري الحافظ، 1990، صفحة 48)

3-2-2-2- النمو الحركي :

تتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية من مظاهره تصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاماً ويزداد نشاطه وقوته، وتزداد سرعة زمن الرجوع، وهو الزمن الذي يمي بين مثير وبين استجابة لهذا المثير كما أن النمو الحركي يتفق معناه إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من التغيرات المتابعة التي تسير حسب أسلوب ونظام مترابط خلال حياة الإنسان ولكن وجه الاختلاف هو مدى التركيز على دراسة السلوك الحركي والعوامل المؤثرة فيه، وقد جاء تعريف أكاديمية النمو الحركي على أنه عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات. (حامد عبد السلام زهوان، صفحة 339)

3-2-2-3- النمو النفسي :

في هذه المرحلة يلاحظ تعاقب مراحل من الإثارة النفسية أو الإحباط النفسي، حيث يظهر غالباً اهتمامات مجردة ومثالية ودينية، ومن ناحية أخرى يعتبر الباحثون المراهقة من الإيمان العفوي وسن الدقة والفضول ويمكن إن الأفكار على العقل المفاهيم الإنسانية وعشق المجردات.

كما أن المراهقة تعتبر من أصعب المراحل من الناحية النفسية، حيث أن الرغبة في التقرب من الجنس الآخر دون تفكير في حصرها في شخص واحد معين تزداد تحت سلطان الحاجة المتزايدة، فتتولد الاهتمامات الدينية على العكس مع الارتباك الداخلي والحاجة إلى العون، تلك الحاجة التي تدخل في صراع مع المتطلبات أو المطالب المتزايدة للعقل والنفس. (فؤاد البهى السيد، 1997، صفحة 272)

3-2-2-4- النمو الاجتماعي والأخلاقي :

من المظاهر الأساسية للنمو الاجتماعي في هذه المرحلة التحرر من سلطة الأسرة، وتأكيد الذات ومحاولة إشعار الآخرين بالمكانة الاجتماعية، كما يلاحظ اتساع العلاقات الاجتماعية وتكوين الصداقات كما يبدأ شعور المراهق

بالمسؤولية نحو مجتمعه والاهتمام به ومشاركته لأحداثه كما نشير إلى ارتباطه بمجموعة محدودة يتبادل مع أفرادها النصح والمعرفة ويميل إلى التعاون مع الآخرين للقيام ببعض الخدمات تأكيداً للمكانة الاجتماعية، كما أن المراهقة تعرف بأنها مرحلة الإبطال فهو يكيف سلوكه بما يتناسب مع سلوك البطل الذي اتخذه نموذجاً لنفسه. (محي الدين مختار ، 1982، صفحة 116)

3-2-2-5- النمو العقلي :

تتميز هذه المرحلة بالاهتمامات التكتيكية الإطلاعية أو العقلية، وتخضع هي أيضاً لنوع من التصعيد وتتحول إلى اهتمامات عقلية مجردة تدفع المراهق إلى البحث عن الإشكالية الأولى للحياة الثقافية التي يستطيع بلوغها فيتوجه إلى دراسة التاريخ ويوسع نظرتة إلى الوجود بأن يضيف إلى المكان بعداً آخر هو الزمان.

كما أن المراهق يعطي عناية كبيرة للمجال الأدبي والشعري والفنون ثم الموسيقى وأمام الكون يغدو قادراً على تصور العلاقات المجردة العامة وعلى استخدامها، حتى يصل إلى العلاقات الرياضية وتنشأ له فكرة القانون الطبيعي، وفي جميع الميادين يصبو إلى منظومات من الحقائق النهائية تمنحه مهاداً ومتكاً لشعوره بشخصيته الخاصة. (مصطفى غالب، 1979، الصفحات 29-30)

3-2-2-6- النمو الانفعالي :

إن التغيرات الجسمية الجنسية التي تظهر أثناء المراهقة تؤثر على نفسية وعلى سلوك المراهق وتفكيره وتصرفاته ولذا هناك نمو انفعالي يميز المراهق منه:

* شدة الحساسية والحجل والشعور الحاد بالذنب في كل ما يفعله والهروب إلى التدين المتمزمت خوفاً من العقاب ويخرج من المبادئ الدينية والخلقية.

* المراهق يميل للتمرد على تعاليم الأسرة والمدرسة خلافاً للطفل الذي يميل للواء الأسرة، كما يختلف المراهق عن الطفل في الميل الشديد لتحسين المظهر الشخصي في الشكل والملبس وطريقة الكلام والعناية بشعره والحرص على إثبات الرجولة في معظم تصرفاته.

* يريد المراهق الدخول في عالم الكبار والتشبه بهم وهذا التكيف للأوضاع الجديدة والتخلي عن العادات القديمة مرتبطاً بالتوتر الانفعالي واحتمال الفشل.

* كما أن هناك عدم استقرار انفعالي ناتج عن الدوافع الجنسية والتغيرات الفيزيولوجية التي تحتاج إلى فهم وتفسير،

إلا أن المجتمع يعتبرها من الموضوعات التي لا يمكن مناقشتها.

* ولكن الممنوع غالبا مرغوب فيه ويلجأ بالتالي المراهق إلى مغامرات جنسية طائشة، ولذا يظهر في مرحلة المراهقة خصوصا أعراضا عصبية مثل القلق العصبي، توهم المرض، الأفكار والأفعال القهرية أو المخاوف المرضية التي تكون بدون سبب.

* وفي دراسة 82 حالة: " أضواء على نفسية المراهق المصري، الصامويل مغاريوس " سمات المراهقة الإنسحابية التي تتسم بالانطواء والعزلة والسلبية والتردد والوجل والشعور الحاد بالنقص وأحلام اليقظة والمثالية التي تقترب من التصرف وكانت جملة هذه الأنماط الإنسحابية في حالة من ال 82 حالة. (الزين محمود محمد، 1978-1979، صفحة 223)

* أما نمط المراهقة المتمردة فتتقسم بأنواع السلوك العدواني عند الأسرة والمدرسة، وهناك المراهقة المنحرفة التي تنصف بالسلوك الشاذ مثل: السرقة الكذب والغش والهروب من المنزل، إلى جانب ذلك هناك حالات كثيرة من المراهقة المتكيفة وتتصف هذه بالسلوك السوي والأخلاق الحميدة والصادقة والهدوء في الحياة الاجتماعية ولكن يبدو أن الاستجابة السلبية أكثر من الاستجابة الإيجابية في مجتمع المراهقين. (مالك سليمان محول ، صفحة 277)

3-2-3- أزمات فئة الأواسط :

تواجه لاعب فئة الأواسط أزمات تعيق نموه النفسي والاجتماعي وحتى الأخلاقي خاصة في مثل هذه الفترة الحرجة من العمر ونعني مرحلة المراهقة، والسبب يعود إلى المحيط الاجتماعي نفسه من الأسرة والمدرسة والنادي كل هذه المنظمات التي لها علاقة لهذه الفئة، ولهذا سنطرح مختلف الأزمات التي يتعرض لها لاعب فئة الأواسط أو بصفة عامة اللاعب المراهق ...

3-2-3-1- الأزمات النفسية :

تقف أمام تطلعات اللاعب المراهق نحو التجديد والاستقبال أزمات نفسية تعيق هذا التطوع ويمكن تقسيمها إلى أزمات انفعالية ورغبات جنسية ونزعات عدوانية.

3-2-3-1-1- الأزمات الانفعالية :

تتميز انفعالات المراهق بالتغيير وعدم الثبات، حيث تجده ينقلب من انفعال إلى آخر في مدى قصير فهو ينقلب من حالة الزهو والفرح إلى القنوط واليأس وهناك ميزة أخرى هي تحكم المراهق في انفعال الغضب يصرخ ويضرب

ويكسر الأواني. وكذلك عند انفعال الفرح يفعل نفس الشيء وهذا ما يدل على الاتزان الانفعالي حركات هستيرية "كما تتميز هذه المرحلة في الوقت نفسه بتكوين العواطف الشخصية، عواطف نحو الذات تأخذ المظاهر التالية: الاعتناء بالنفس العناية بالهندام وبطريقة الجلوس والكلام ويجس المراهق أنه لم يعد طفلاً صغيراً لا يؤخذ له برأي. (مصطفى غالب، 1979، صفحة 33)

3-2-3-1-2- الرغبات الجنسية :

يشعر المراهق أنه كبير واكتمل من الناحية الجنسية، وأنه يريد أن يصير عن تلك الدوافع الجارحة في نفسه بالزواج إلا أنه يصطدم بالواقع. فالقصور في المواد المادية يقف بينه وبين ما ينشد إليه من استقلال والتعبير عن دوافعه الفطرية وهنا تزداد حدة التوتر الانفعالي. وبالرغم من أن هذه العملية طبيعية إلا أنها بالنسبة للكثير من الفتيان المراهقين كابوس يمسك بشبابه، فهم يعتبرونه خطيئة ثم إن الجهلة وأدعياء المعرفة من الآباء غالباً ما يزيدون الطين بلة، ويثقلون على كواهل أبنائهم نتيجة سوء الفهم والتقدير. (نوري الحافظ، 1990، الصفحات 51-52)

3-2-3-1-3- النزعة العدوانية :

من الأزمات النفسية الشائعة عند المراهقين النزعة إلى العدوان على الآخرين من زملائهم، وعلى الرغم من أن النزعة تشكل أزمة واحدة، إلا أن أعراضها تختلف من مراهق إلى آخر مثلاً: الاعتداء بالضرب والشتيم على الزملاء، الاعتداء بالسرقة، إلقاء التهم على الزملاء.

فعلى المدرب أن يهتم بجميع هذه الأمور بالنسبة للاعبين حتى يتسنى له أن يدرك أسباب تصرفات لاعبيه ومشاكلهم التي تؤثر كثيراً في مردودهم.

3-2-3-2- الأزمات الاجتماعية :

3-2-3-2-1- علاقة اللاعب المراهق بالأسرة :

يدرك المراهق عندما يتقدم به السن قليلاً أن طريقة معاملته لا تناسب ما وصل إليه من نضج، ولا تقر رجولته كفرد له ذاتيته ويفسر المراهق كل مساعدة من قبل والديه على أنها تدخل في أموره، وأن المقصود من هذا التدخل إساءة معاملته والتقليل من شأنه ويأخذ الاعتراض على سلوك والديه أشكالاً متعددة أهمها: العناد والسلبية وعدم الاستقرار واللجوء إلى بيئات أخرى قد يجد فيها منفذ للتعبير عن حريته المكبوتة.

3-2-3-1- الاختلاف في المستوى :

من جملة الأسباب التي تعمل على اضطرابه وعدم استقراره الانفعالي وعجزه المالي الذي يقف دون تحقيق رغباته ويجعله دائما مرتبطا بالعائلة، وقد يجد المراهق نفسه في وسط جماعة من رفاقه ينفقون عن سعته وهو في الوقت ذاته عاجز عن محاورتهم أو الاشتراك معهم وكل ذلك يسبب له الضيق والشعور بعدم الطمأنينة. (مصطفى غالب، 1979، صفحة 33)

3-2-3-3- الأزمات البدنية :

تنقسم إلى أزمات حركية وصحية.

3-2-3-1- أزمات حركية

في مرحلة المراهقة يزداد وزن الجسم وطوله بزيادة نمو العضلات والعظام، وتكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة ويتضح ذلك من فقدان عنصر الرشاقة وعدم القدرة على ضبط المتغيرات الحركات، وظهور علامات التعب بسرعة، حيث يرى العالم هامبورجر بأن مرحلة المراهقة هي فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية، ومن هنا يمكن تلخيص أهم الاضطرابات الحركية فيما يلي:

أ- الافتقار إلى الرشاقة: إن حركات المراهق تفتقر إلى صفات الرشاقة ويتضح ذلك جليا بالنسبة لتلك الحركات التي تتطلب حسن التوافق من مختلف أجزاء الجسم.

ب- الزيادة المفرطة في التحركات: كثيرا ما تجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الزائدة وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركاته وعدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص في هاته الحركات.

ج - نقص القدرة على التحكم: يجد المراهق صعوبة في اكتساب المهارات الحركية الجديدة ونادرا ما نجد التعلم من أول وهلة كما يظهر كذلك الخوف الذي يساهم في إعاقه اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.

د - التعارض في السلوك الحركي العام: يتميز سلوك المراهق بعدم الاستقرار الحركي والذي يظهر في القيام بمختلف الحركات الغير مقصودة فتجده دائب الحركة وفي بعض الأحيان تلاحظ أن حركاته تتسم بالفطور والتثاقل التي تصادفها كثيرا في حصص التربية الرياضية خاصة بالنسبة لأنواع الأنشطة التي تتطلب زيادة الفعالية وبذل الجهد.

(سعيد جلال ومحمد حسن علاوي، 1975، الصفحات 159-161)

3-2-3-2- أزمات صحية :

إن المتاعب العرضية التي يتعرض لها الشباب في مرحلة المراهقة هي السمنة البدانة إذ يصاب المراهق بسمنة بسيطة مؤقتة لكن إذا كانت السمنة كبيرة يجب على تنظيم الأكل والعرض على الأطباء الأخصائيين فقد تكون ورائها اضطرابات شديدة في الغدد كما يجب عرض المراهقين على أفراد مع الطبيب المعرفة متاعبهم. (مخائيل خليل معوض ، 1971، صفحة 76)

3-2-4- خصائص لاعب فئة الأواسط :

3-2-4-1- الصفات البدنية :

السرعة الانفعالية تتمثل في العدو لأخذ الأماكن الشاغرة أو الانطلاق بسرعة نحو الكرة القادمة للوصول إليها قبل المنافس والجري للحاق بالمنافس عند الدفاع.

- **سرعة الحركة:** هي سرعة أداء اللاعب للمهارة بالسرعة والدقة والتكامل تحت ضغط المنافس خاصة عند التصويت بدقة.

- **سرعة الاستجابة:** وهي القدرة على الاستجابة للمواقف والتحركات الخطيرة وهذا لتغيير موقع اللعب حتى يستطيع أن يستجيب بسرعة.

- **القوة:** هي القدرة العضلية في التغلب على المقاومات المختلفة أو مواجهتها بالتوتر العضلي. وتؤثر تأثيرا كبيرا في الصفات الأخرى كالسرعة والتحمل والرشاقة وتظهر أهميتها في المزامحة للاستحواذ على الكرة بين اللاعبين

- **القوة المميزة بالسرعة:** تظهر في الوثب لضرب الكرة بالرأس عند التصويب أو إبعاد الكرة.

- **الرشاقة:** يجب التدريب عليها يوميا، ويتمثل في القدرة على المرور على منافس أو أكثر وتتطلب سلاسة في أداء الحركات سواء المراوغات في الأرض أو في الهواء.

- **المرونة:** لكي تؤدي المهارة بطريقة سليمة يجب أن تأخذ المفاصل في الجسم الزوايا الصحيحة وعليه يجب أن تكون مرنة لذلك فإن مرونة العمود الفقري لها دور هام في انسيابية الحركات.

- **المداومة والتحمل:** التحمل جزء هام من اللياقة البدنية حيث أنه يتوقف على استخدام مجموعة كبيرة من العضلات ولمدة طويلة فهو عامل هام يساعد على تحسين اللياقة البدنية ونعني بالتحمل القدرة على الاستمرار في

أداء متطلبات المباراة بدون هبوط المستوى وهو ما يسمى بتحمل الأداء خاصة في الدقائق الأخيرة فكلما زادت قدرته على تحمل الأداء تأثرت صفاته الإرادية مثل العزيمة والإصرار والعمل على النصر والثقة بالنفس للاستحواذ على الكرة.

- التوافق: بين أجزاء جسم اللاعب عند أداء المهارات هام جدا لدقة أداء اللاعب والتوافق مع الكرة هو العامل الفاصل في إتقان المهارة، فإن لم يكن هناك توافق بين نظر اللاعب والكرة وأجزاء الجسم تنعدم قدرة اللاعب على التحكم في الكرة، لذلك كانت كل تمرينات الكرة تعمل على توافق نظر اللاعب وجسمه والكرة من هنا كانت أهمية اختبارات التوافق لتحديد مدى قدرة اللاعب على التوافق. (حنفي محمود مختار، 2008، صفحة 144)

2-4-2-3- الخصائص التشريحية والفسيولوجية بالنسبة للاعب كرة القدم :

إن الدور الذي تلعبه الخصائص الفيزيولوجية في تطوير العضوية يرجع إلى الجهاز العصبي المركزي، إن التدريب المتعدد الاختصاصات يجب أن يكون اهتماما أساسيا في الوسط الرياضي لكي تتطور عند اللاعبين قابلية أداء النشاط الرياضي لمدة طويلة في الحياة، لذلك يجب أن يكون التدريب بطريقة حيوية تحفيزية مصحوبة بعدد كبير من التجارب الناجحة، فأنشاء تعليم الحركات التنسيقية المعقدة للاعب المراهق بطريقة منهجية يجب الاهتمام لهما تأثير كبير على العضوية وهما:

التبادلات الوظيفية.

إعادة الهئية المورفولوجية في شكل متطور يتميز بصفات أنتروبومترية.

إن نمو الجسم عند المراهق يتميز بصفات الإيقاع العالي وتطور وزن الجسم أو ارتفاعه إلى الأعلى ينتهي عن الشبان نحو 17. 18 سنة والتطور الأقصى للهيكل العظمي لدى الأطفال مرتبط ارتباطا وثيقا بتشكيلة عضلاتهم والأربطة المفصالية فعند 18 سنة تكون الكتلة العضلية 2.44/100 ويتوازي مع ارتفاع هاته الكتلة العظمية العضلية ويتم إتقان الصفات الوظيفية، وهاته الأخيرة تتغير وتتجدد في سن 7 إلى 10 سنوات وعضلات المراهق تتجدد في 14 - 15 سنة وتختلف قليلا عن البالغ فارتفاع قوة العضلات بالنسبة للاعب كرة القدم في المرحلة 11 - 19 سنة تنتج بصفة غير منسقة إلى جانب صفة القوة نجد السرعة التي يبدأ تطورها عند لاعبي كرة القدم من 12 - 17 سنة.

أما بالنسبة لصفة الدقة عند لاعبي كرة القدم شبان تحري بشدة عالية وتتطور بشكل مرتفع إلى جانب هاته الصفات

تجد صفة المرونة والتي تتطور بشكل جيد في سن 11 لكي تحصل على لاعب مرن في المستقبل وطوال حياته الرياضية، أما بالنسبة للمداومة فتتخفف في سن 15 16 سنة وهذا بسبب ارتفاع السرعة القصوى وارتفاع إمكانيات العمل وعند الوصول إلى 17 نبدأ المداومة في الارتفاع والتطور من جديد.

أما التسخين خلال الحصة التدريبية من وجهات النظر المنهجية والبيداغوجية لا يجب أن يكون لمدة طويلة والراحة يجب أن تكون قصيرة من جهة نظر الفيزيولوجية وأن عنصر التعب يمر بسرعة عند لاعبي كرة القدم.

(AKNEMOV.R، 1989، صفحة 39)

3-2-5- حاجات لاعب فئة الأواسط :

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات في حاجات المراهقين. فالأول وهلة تبدو تلك الحاجات قريبة من حاجات الراشدين، إلا أن المدقق يجد فروقا واضحة خاصة في مرحلة المراهقة، ولعلنا لا نبالغ إذا قلنا إن الحاجة والميول والرغبات تصل في هذه المرحلة إلى درجة كبيرة من التعقيد، ويمكن تلخيص حاجات المراهق الأساسية فيما يلي:

- **الحاجة إلى الأمن:** وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي أي الصحة التامة، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي.
- الحاجة إلى البقاء حيا، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الراحة والشفاء عند المرض، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة، والحاجة إلى حل المشكلات الشخصية.
- **الحاجة إلى مكنة الذات:** تتضمن الحاجة إلى جماعة الرفاق الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة الحاجة إلى الاعتراف والتقبل من الآخرين، الحاجة إلى القيادة
- الحاجة إلى تقليد الآخرين، الحاجة إلى المساواة مع رفاق السن في المظهر والمكانة الاجتماعية، الحاجة إلى تجنب اللوم والحاجة إلى الامتلاك
- **الحاجة إلى الحب والقبول:** تتضمن الحاجة إلى المحبة والقبول والتقبل الاجتماعي، الحاجة إلى الأصدقاء، الحاجة إلى الانتماء للجماعات.
- **الحاجة إلى الإشباع الجنسي:** تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية الحاجة إلى الاهتمام بالجنس الآخر وحبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر الحاجة إلى التوافق الجنسي.

- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار: وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك الحاجة إلى تحصيل الحقائق وتفسيرها، الحاجة إلى خبرات جديدة ومتنوعة، الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل، الحاجة إلى النجاح الدراسي الحاجة إلى اكتساب المعلومات ونمو القدرات الحاجة إلى الإرشاد التربوي والمهني.
- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد الذات: وتتضمن الحاجة إلى النمو العادي والسوي الحاجة إلى العمل من أجل تحقيق أهداف شخصية معينة الحاجة إلى معارضته للآخرين، الحاجة إلى معرفة الذات وتوجيهها
- حاجات أخرى: مثل الترفيه والتسلية، والحاجة إلى المال. (محمود عبد الرحمان حمودة، 1991، الصفحات 436-437)

- ملاحظات: يؤدي إشباع حاجات اللاعب المراهق بصفة أخص إلى تحقيق الأمن النفسي له ومنه تنظر إلى المدرب بحيث يجب أن يكون ضابطاً للأمن النفسي للاعبيه والأمن النفسي هو الطمأنينة النفسية أو الانفعالية والشخص الأمن نفسياً يكون في حالة توازن واستقرار.

3-2-6- علاقة اللاعب المراهق بالرياضة :

يتفق ريتشارد أولرمان (1983) مع فرويد في اعتبار اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للتوتر والإحباط الذي من شأنه أن يعطل الطاقة الغريزية للهو، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة، ويستطيع المراهق التحكم في صراعاته اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة وبالتالي التحكم في ذاته والواقع وبفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقويم وتقييم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت عن الواقع بحثاً عن صدى واقعي في عالم الأشياء وعالم الأشخاص. كما يرى) منيجيتر 1924 (MENNIGETER) أن اللعب والرياضة من أنماط الصراع الرمزي الذي يتركز أساساً على العدوانية والسلوكيات الغير مقبولة اجتماعياً. كما أن الضغط الذي تولده التوترات الجنسية والعدوانية، يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل الممارسة الرياضية باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعياً وباعتبارها كذلك الطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاتيته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي. إن من أزمات الشباب المعاصر كما قال أريك أركيسون) تتمحور حول مسألة تكوين الهوية، فيتوقف نجاح الشباب في تخطي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم للمشاكل التي تعترضهم والمشكلة الأساسية في هذه المرحلة هي تحقيق

السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية والسلوكيات العدوانية حتى يتم التحكم فيها دون كبته. (محمد محمود الأفندي، 1965، الصفحات 444-445)

الرياضة تمكن المراهق من تجاوز الحوار اللغوي إلى اللغة الجسدية التي تسهل له التعبير المطلق عن المكونات البسيكو فسيولوجية، حيث أن جزء كبير همشته مادية الحضارة فعن طريق الحركة يتجاوز المراهق جميع القوانين والتقنيات والمحرمات التقليدية المفروضة، وبذلك يحاول تجاوز الواقع ومعنى آخر تحدث قطيعة إيجابية مع الحياة اليومية الروتينية فالإيجابي يتجه نحو الرياضة والسليبي يتجه نحو المخدرات والجرائم.

الرياضة تعد عاملاً هاماً في بناء الأخلاق القومية وتقتل عناصر الجريمة نستنتج من كل هذا هي الوسيلة الأرقى لتحقيق حاجات المراهق.

3-2-7- أهمية ممارسة كرة القدم لدى المراهق:

الرياضة كرة القدم أهمية كبيرة عند المراهقين لما لها من شهرة عالمية وإقبال واهتمام كبير من مختلف شرائح المجتمع وهذا يدل بوضوح أنها تلبي حاجيات المراهق الضرورية وتساعد على النمو الجيد والمتوازن.

من الإيجابيات المميزة لأهمية كرة القدم عند المراهق نجد:

- هي الوسيلة المهمة في تربية روح الجماعة والتعاون واحترام الآخرين وبصفتها نشاط جماعي فهي تلخصه من السلوك الأناني والعدواني وتدفعه للعمل لصالح الجماعة.
- تشعر اللاعب بالمسؤولية والاعتماد على النفس انطلاقاً من القيام بدوره داخل الفريق.
- تساهم مساهمة فعالة في توسيع العلاقات بين أعضاء الفريق وذلك من خلال احتكاكهم ببعضهم البعض.
- تنمي روح تقبل النقد والاعتراف بالخطأ انطلاقاً من احترام قرارات المدرب أو الحكم وحتى آراء الزملاء تساهم في تنمية صفة الإرادة والشجاعة.
- تعود الفرد على النشاط والحيوية وتبعده عن الكسل والخمول.
- تربي اللاعب على الانضباط والنظام.
- تساهم في توجيه الطاقة الزائدة عند الشباب توجيهها سليماً يعود عليهم بالفائدة، خاصة من الجانب الصحي، إذ تمتص ما لديهم من فائض في الطاقة فتخفف بذلك من دوافعهم المكبوتة (الجنسية العدوانية).
- تساعد على تنمية الذكاء والتفكير، حيث أن هناك مواقف تحير اللاعب على استعمال ذكائه للتغلب على

الخصم والتفكير في الحل المناسب حسب الوضعية المصادفة.

■ تعتبر نشاطا ترويجيا هذا ما يساعد اللاعب المراهق على التخفيف من حدة الاضطرابات النفسية والتخلص من العزلة والانطواء تساعده على اكتساب مهارات وخبرات جديدة تعطيه دفعا قويا للتعلم أكثر في شتى مجالات الحياة.

■ تساعده على استغلال وقت فراغه ايجابيا، وتنمي فيه صفة التعاون المهمة في حياة الفرد الاجتماعي. (محمد

محمود الأفندي، 1965، صفحة 453)

خلاصة:

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة أكثر انتشارا في العالم، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي تطوورها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي.

وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، والأکید أن أهم عنصر في هذه الرياضة هو اللاعب لهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه كي يكون دوره ايجابيا في هذه المعادلة، وإعطاء النتائج المرجوة منه.

II - الدراسات السابقة:

1- الدراسات السابقة والملاحظة:

تمهيد:

يحاول الباحث الاطلاع لما وصل إليه سابقوه أو لتجنب التكرار لينطلق من حيث توقفوا والمواضيع التي تطرقت للتخطيط الاستراتيجي في المجال الاقتصادي كثيرة، أما في المجال الرياضي فقد وجدنا الدراسات التالية:

الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة " أهمية التخطيط في التدريب في ميدان كرة القدم - دراسة ميدانية لولاية تيزي وزو.
نوع الدراسة: مذكرة تخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة اللسانس في التربية البدنية والرياضية.
من إعداد الطلبة: بوتلجة مسعود وآخرون. المعهد: معهد التربية البدنية والرياضية - سيدي عبد الله - جامعة الجزائر، الدفعة: 2001/ 2000

إشكالية البحث: ما الأهمية التي يوليها التخطيط في التدريب في ميدان كرة القدم؟

الفرضيات المقترحة:

- التخطيط في التدريب له في ميدان كرة القدم.
- التحكم الأمثل في تخطيط البرنامج التدريبي يرفع من مستول أداء لاعبي كرة القد.

الوسائل المستعملة للدراسة:

اتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي باستعمال طريقة الاستبيان. كذلك لكون الموضوع المقترح يعتمد على آراء المدربين وكذا اللاعبين، حيث استعملت استمارتين لهذا الغرض.

النتائج المتحصل عليها في البحث:

- خلص الباحث من خلال هذه المذكرة عدة نتائج نذكر منها ما يلي:
- التخطيط في التدريب يحسن من مردود أندية كرة القدم.
- التحكم في التخطيط في التدريب يحسن من عمل المدرب عند القيام بعمله التدريبي.

الدراسة الثانية:

"أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي لدى لاعبي كرة اليد أقل من 15 سنة".
عنوان الدراسة: أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي لدى لاعبي كرة اليد أقل من

15 سنة دراسة ميدانية لمدربي ولاية البويرة.

نوع الدراسة: مذكرة تخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة اللسانس في التربية البدنية والرياضية تخصص تدريب رياضي.

من إعداد الطلبة: بلعباس حميد، لوصيف عمر: الموسم الجامعي 2017 / 2018 جامعة أكلي محند أولحاج البويرة.

إشكالية البحث: ما أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة اليد أقل من 15 سنة؟

الفرضيات المقترحة:

- لتحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة اليد أقل من 15 سنة.
- لتحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعبين كرة اليد أقل من 15 سنة.

- لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة اليد أقل من 15 سنة.

الوسائل المستعملة للدراسة:

اتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي باستعمال طريقة الاستبيان. كذلك لكون الموضوع المقترح يعتمد على آراء المدربين وكذا اللاعبين، حيث استعملت استمارتين لهذا الغرض.

النتائج المتحصل عليها في البحث:

خلص الباحث من خلال هذه المذكرة إلى عدة نتائج نذكر منها:

- لتحديد وتقسيم التوقيت الزمني لمراحل التخطيط وتسطير برامج التدريب تأثير على المردود الرياضي، كما أكد معظم المدربين أن التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء المهاري الجيد، إذن فجاء المدربون يثقون في عملية التخطيط في التدريب وتسطير الأهداف.

- إن أسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للممارسين وتحسين المردود الرياضي.

الدراسة الثالثة:

أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم (أقل من 17 سنة)

عنوان الدراسة: أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم دراسة ميدانية لبعض أندية كرة القدم لولاية عين الدفلى.

نوع الدراسة: مذكرة تخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية تخصص النشاط البدني الرياضي.

من إعداد الطلبة: نجاري بن حاج عي محمد الموسم الجامعي: 2014/2013 جامعة خميس مليانة عين الدفلة.

إشكالية البحث: ما هو تأثير التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم (أقل من 17 سنة)؟

الفرضيات المقترحة:

- 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.

الوسائل المستعملة للدراسة:

اتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي باستعمال طريقة الاستبيان وهو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات.

النتائج المتحصل عليها في البحث:

خلص الباحث من خلال هذه المذكرة عدة نتائج نذكر منها ما يلي:

- تحديد أهداف التدريب في عملية التخطيط وانتهاجها على أنها الأسلوب الأنجح والسليم.
- تحديد التوقيت الزمني لمراحل عملية التخطيط وذلك أمر هام وضروري للنهوض بالأداء الرياضي للممارسين.

الدراسة الرابعة:

"أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي"

عنوان الدراسة: دور التخطيط في التدريب للرفع من الأداء الرياضي لدى ممارسي كرة القدم (أقل من 17 سنة) دراسة ميدانية لأندية المسيلة.

نوع الدراسة: مذكرة تخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر أكاديمي تخصص التربية الحركية لدى الطفل المراهق.

من إعداد الطلبة: إسماعيل جبريط وعبد الكريم بركة الموسم الجامعي: 2016/2015 جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

إشكالية البحث: هل التخطيط الاستراتيجي للمدرب له تأثير في تحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة؟
الفرضيات المقترحة:

- تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة.
- التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب يساعد على تحسين الأداء الرياضي للاعب كرة السلة.
- أسلوب التدريب المنتهج يساعد على تحسين المردود الرياضي للاعب كرة السلة.

الوسائل المستعملة للدراسة:

اتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي باستعمال طريقة الاستبيان وهو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات.

النتائج المتحصل عليها في البحث:

- خلص الباحث من خلال هذه المذكرة عدة نتائج نذكر منها ما يلي:
- تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر التخطيط الجيد تأثير على المردود الرياضي للاعبين.
- تحديد وتقسيم التوقيت الزمني لمراحل عملية التخطيط وتسطير برامج التدريب تأثير على المردود الرياضي.
- إن الأسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للممارسين وتحسين المردود الرياضي.

الدراسة الخامسة:

"أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين الأداء الرياضي في كرة القدم فئة الأشبال 15-18 سنة"

عنوان الدراسة: دور التخطيط في التدريب للرفع من الأداء الرياضي لدى ممارسي كرة القدم فئة الأشبال 15-18 سنة دراسة ميدانية لأندية مدينة بوسعادة.

نوع الدراسة: مذكرة تخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر أكاديمي تخصص تحضير بدني وذهني .
من إعداد الطلبة: صقيع عثمان الموسم الجامعي: 2017/2016 جامعة محمد بوضياف المسيلة.

إشكالية البحث: ماهو تأثير التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين على أداء لاعبي كرة القدم (فئة الأشبال)؟

الفرضيات المقترحة:

- تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبي كرة القدم فئة الأشبال.
- تحديد التوقيت الزمني لمراحل التخطيط للمدرب يساعد على تحسين الأداء الرياضي للاعبي كرة القدم فئة الأشبال.
- لأسلوب التدريب المنتهج يساعد على تحسين المردود الرياضي للاعبي كرة القدم فئة الأشبال.

الوسائل المستعملة للدراسة:

اتبع في هذه الدراسة المنهج الوصفي باستعمال طريقة الاستبيان وهو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات.

النتائج المتحصل عليها في البحث:

- خلص الباحث من خلال هذه المذكرة عدة نتائج نذكر منها ما يلي:
- يرى معظم المدربين أن تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر التخطيط الجيد تأثير على المردود الرياضي للاعبين.
- تحديد وتقسيم التوقيت الزمني لمراحل عملية التخطيط وتسطير برامج التدريب تأثير على المردود الرياضي.
- إن الأسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للممارسين وتحسين المردود الرياضي.

2- التعليق على الدراسات السابقة :

بعد استعراض مجموعة من الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع بحثنا التخطيط الاستراتيجي لمدربي كرة القدم واهميته في تحسين المردود الرياضي لفئة اواسط اقل من عشرون سنة، مجمل المواضيع تناولت المتغير الأول وهو التخطيط الاستراتيجي حيث جل الدراسات استعملت المنهج الوصفي ، أما في القسم الثاني فتناولنا فيه الدراسات بالأداء المؤسسي ، ومن حيث الادوات جل الدراسات السابقة والمشاهدة المرتبطة بموضوع بحثنا اعتمدت على الاستبيان بينما الدراسة الحالية استعمل الباحث استبيان بالإضافة الى المقابلة كتدعيم ، فجاءت الدراسات السابقة للبحث عن الدور الذي يلعبه التخطيط الاستراتيجي على الاداء المؤسسي ، والتخطيط الاستراتيجي في مدارس التعليم العالي حيث هدفت الى التعرف على متطلبات إدارة مدارس التعليم العام لتطبيق التخطيط الاستراتيجي ، بينما الدراسة الحالية جاءت لتبرز اهمية التخطيط الاستراتيجي لمدربي كرة القدم في تحسين المردود الرياضي لفئة اقل من عشرون سنة كذلك استفدنا منها في اختيار المنهج المناسب لها وكيفية بناء أداة البحث وصياغة عباراتها وتفسير النتائج التي سوف تتوصل اليها الدراسة الحالية ومقارنتها مع النتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تناولها الموضوعي التخطيط الاستراتيجي والاداء الرياضي.

الا ان ما يميز هذه الدراسة على سابقتها في انها ربطت بين متغير التخطيط الاستراتيجي بمتغير اخر الا وهو المردود الرياضي حيث استعملنا المنهج الوصفي التحليلي نظرا لأنه يتلاءم مع طبيعة الظاهرة المدروسة.

خلاصة:

ومن خلال هذه الدراسات السابقة والمتشابهة التي تطرقنا إليها والمشابهة لدراستنا الحالية أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم استخلصنا بأن التخطيط الاستراتيجي له مكانة كبيرة في المجال الرياضي بالنسبة للمدربين وكيفية تطبيقها على اللاعبين للوصول بهم إلى أعلى المستويات وتحقيق الأهداف المنشودة.

ومن خلال تحليل لأهم عناصر هذه الدراسات استنتجنا أن أوجه التشابه كانت في جل العناصر، وأوجه الاختلاف كانت في عينة الدراسة عدا واحدة، والتخطيط الاستراتيجي تركز على الإدارات والمنشآت الرياضية بينما التخطيط الاستراتيجي في دراستنا الحالية ركز على المدرب ودوره الفعال للوصول باللاعب لأعلى المستويات.



الفصل الثالث:

الإجراءات المنهجية

للدراسة

تمهيد:

إن الحصول على نتائج دقيقة لدراسة ما لا يقتصر فقط على الدراسة النظرية وإنما يتطلب إجراءاته ميدانية من أجل تحقيق فرضيات البحث، لهذا فإننا مطالبون باختيار المنهج العلمي الملائم والأدوات المناسبة لجمع المعلومات، وكذا الاستخدام الصحيح للوسائل والأدوات الإحصائية من أجل الحصول على نتائج ذات دلالة، من أجل دفع البحث العلمي على التقدم.

وفي هذا الفصل سنتناول الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع في الدراسة ومجتمع عينة البحث وأدوات جمع البيانات والمعلومات واجراءات التطبيق الميداني للدراسة بالإضافة للأساليب الإحصائية، ثم نختم الفصل بمخلاصة.

منهجية البحث والإجراءات الميدانية: ويحمل هذا الفصل النقاط التالية :

1- الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة استشرافية من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية، وبما أننا كنا بصدد إجراء دراسة ميدانية، لابد من إجراء دراسة استطلاع كانت بدايتها بتوجهنا إلى بعض مقرات الفرق الرياضية المراد دراستها قصد الحصول على المعلومات والبيانات للتأكد من الظاهرة المدروسة والاستعانة بها في الدراسة الميدانية، حيث قمنا بمقابلة المديرين في النوادي الرياضية وبعض الأعضاء من أجل معرفة آراءهم واقتراحاتهم ووجهات نظرهم حول مجموعة من النقاط الأساسية التي لها صلة وثيقة بموضوع الدراسة، وكانت عبارة عن أسئلة مفتوحة تتمحور أساساً حول أهمية التخطيط الاستراتيجي في تحسين المردود الرياضي، وذلك لمعرفة الإمكانيات المادية والبشرية والمشاكل التي تواجه الباحث أثناء دراسته، وتحديد عينة البحث وضبطها والتي تمثل المجتمع الأصلي، وكذا ضبط المتغيرات التي تؤثر على نتائج الدراسة .

2- المنهج المتبع في الدراسة :

يعتبر المنهج المستخدم في البحث العمود الفقري لكل دراسة ولاسيما في الميادين الاجتماعية والنفسية والتربوية، فهو يكسب البحث طابعه العلمي، والباحث الفطن هو الذي يعرف كيف يختار المنهج المناسب الموضوعية لأن نتائج وصحة بحثه تقوم أساساً على نوعية المنهج المستعمل، وهذا ما ذهب إليه تركي محمد بقوله: إن صحة وسلامة الطريقة المستخدمة في الوصول إلى الحقيقة العلمية هي التي تضفي على البحث أو الدراسة الطابع الجدي كما تؤثر أيضاً في محتوى ونتائج البحث. (تركلي محمد، 1984، صفحة 131)

وانطلاقاً من طبيعة الموضوع، والتي تفرض على الباحث اختيار المنهج المناسب لبحثه، ومن هذه النظرة العلمية، اعتمدنا على استخدام المنهج الوصفي الذي يعد من أبرز المناهج استخداماً في العلوم الاجتماعية والنفسية واستجابة لموضوع البحث والإشكال المطروح يتطلب جمع المعلومات ووصف الظاهرة كما يهدف المنهج الوصفي إلى جمع الحقائق والبيانات عن ظاهرة أو موقف معين مع محاولة تفسير هذه الحقائق تفسيراً كافياً. (عمار بوحوش ، محمد المحمود الذنبيات، 1990، صفحة 22)

ويعرف كذلك على أنه الطريق الذي يسلكه الباحث في دراسة ظاهرة ما كي يصل إلى نتائج يقينه في الكشف عن طبيعة الظاهرة المدروسة. (علي عبد الواحد وافي، 1995، صفحة 598)

ويعتد هذا المنهج من أهم على عبد الطرق البحث التي تتسم بالموضوعية وذلك لما يوفره لأفراد عينات البحث من

حرية في إبداء آرائهم. (الرويفي والغنام، 1974، صفحة 81)

وبناءً على ذلك فإن المنهج الوصفي هو المنهج المناسب لطبيعة هذا الموضوع الذي نحن بصدد دراسته في بحثنا هذا.

3- مجتمع وعينة البحث:

3-1- مجتمع البحث :

تعريف مجتمع البحث: يعرفه غراويز Gravitez على أنه: مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقاً والتي تتركز عليها الملاحظات. إذا فأي كانت مجموعة البحث، فإنها لا تعرف إلا بمقياس يجعل بطريقة ما العناصر التي ستمثلها ذات خاصية مشتركة أو ذات طبيعة واحدة. (موريس أنجرس، 2006، الصفحات 398-399)

خصائص مجتمع البحث:

لقد اخترنا مجتمع بحثنا انطلاقاً من عنوان دراستنا والمتكون من 15 مدرباً، يشمل مدربي فئة أقل من 20 سنة ومساعدتي المدرسين البالغ عددهم 8 مساعدين.

3-2- عينة البحث:

إن اختيار العينة المناسبة للبحث من العناصر الأساسية والمهمة في بداية العمل الميداني وانطلاقاً من موضوع البحث: أهمية التخطيط الاستراتيجي عند مدربي كرة القدم في تحسين المردود الرياضي، وفي حدود إمكانياتنا قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة الحصر الشامل لمدربي الفرق والتي كان عددها 15 مدرباً.

تعريف العينة:

مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءاً من الكل، بمعنى تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليه الدراسة. (رشيد زرواتي، 2002، صفحة 91)

وتعرف أيضاً أنها جزء من الكل أو بعض من المجتمع (محمد حسن علاوي أسامة كامل راتب ، 1999، صفحة 143)

وبما أن مجتمع البحث قليل وعليه تكون عينتنا بطريقة الحصر الشامل، حيث كان عددهم 15 مدرباً ومساعدتي المدرسين البالغ عددهم 08

4- مجالات البحث :

نقسم مجالات البحث إلى ثلاثة أقسام، وهي المجال المكاني، أي المنطقة التي يجري فيها البحث، والمجال البشري أي الأفراد الذين أجري عليهم البحث، وأخيراً المجال الزمني أي المدة التي يستغرقها البحث الميداني وهي موضحة كالآتي:

4-1- المجال المكاني : تم البحث على المدرسين على مستوى الفرق الناشطة في القسم الشرقي لولاية الوادي.

4-2- المجال البشري : يتمثل في المدرسين على مستوى الفرق الناشطة في القسم الشرقي لولاية الوادي.

4-3- المجال الزمني : وهو الفترة التي يتم فيها إجراء البحث وتوزيع الاستمارات، حيث كان المجال الزمني الذي

قمنا به في هذه الدراسة ينقسم إلى قسمين :

مجال خاص بالجانب النظري يمتد من أوائل شهر جانفي 2025.

مجال خاص بالجانب التطبيقي يمتد من شهر مارس 2025 تاريخ الدراسة الاستطلاعية تاريخ توزيع الاستمارات كان في بداية شهر أفريل 2025 وتم استرجاعها بتاريخ 20 أفريل 2025 وقد تمت عملية فرز النتائج وتحليلها بدءاً من تاريخ 23 أفريل 2025.

5- ضبط متغيرات الدراسة :

من خلال فرضيات البحث تبين لنا أن هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقل والآخر تابع.

أولاً - المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر. (ناصر ثابت ، 1984 ، صفحة 58)

تحديد المتغير المستقل في دراستنا هو: " التخطيط الاستراتيجي ".

ثانياً - تعريف المتغير التابع :

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

تحديد المتغير التابع في دراستنا هو: " الأداء الرياضي في كرة القدم ".

6- أدوات جمع البيانات :

لكل دراسة أو بحث علمي مجموعة من الأدوات والوسائل يستخدمها الباحث في المنهج المتبع، فاعتمدنا فيبحثنا هذا على جمع المعلومات النظرية والميدانية حتى تمكننا من الحقائق التي نسعى إليها.

6-1- الاستبيان : تم الاعتماد في دراستنا على استمارة استبيان لجمع البيانات الميدانية .

تعريف الاستبيان: لائحة مؤلفة من مجموعة من الأسئلة ترتبط بموضوع الدراسة، ويعد تصميمها بشكل صحيح ودقيق من المراحل المنهجية الهامة التي يتعين على الباحث أن يوليها اهتمامه وبنجاحه، إن الافتراضات التي ستتحول إلى أسئلة ضمن الاستمارة تشكل اللبنة الأولى في بناء المنطلقات النظرية المعرفية للبحث المدروس. (محمد شفيق، 1986، صفحة 68)

ويعرف الاستبيان على انه مجموعة من الأسئلة والمركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين، ثم يوضع في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة الواردة فيها، وهو وسيلة لجمع المعلومات.

6-2- كيفية تفرغ الاستبيان:

قمنا بتجميع كل الإجابات على الأسئلة التي وجهت للمدرين عن طريق الاستبيان، ووضعناها في جداول مع عدد التكرار لكل إجابة، ثم قمنا باستخراج النسب المئوية لكل وحدة.

7- إجراءات التطبيق الميداني :

في دراستنا حول موضوع: " أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدرين في تحسين المردود الرياضي في كرة القدم فئة أقل من 19 سنة " حيث توجهنا إلى الأندية التي تنشط على تراب ولاية الوادي من أجل تشخيص وجمع الأفكار والمعلومات، والتحقق من الفرضيات.

ومن خلال هذه الدراسة تمكنا من وضع استبيان الذي سلمناه إلى مدربي هذه الأندية.

8- الوسائل الإحصائية :

تساعد هذه الطريقة على تحويل البيانات والنتائج من حالتها الكمية إلى نسب مئوية، وقد اعتمدنا في تحليلنا للمعطيات العددية للاستبيان على القاعدة الثلاثية، وذلك لاستخراج والحصول على نسب مئوية لعطيات كل سؤال. (فريد كامل أبو زينة وآخرون، 2006، صفحة 68)

8-1- النسبة المئوية : بما أن البحث كان مختصرا على البيانات التي يحتويها الاستبيان فقد وجد أن أفضل

وسيلة إحصائية لمعالجة النتائج المحصل عليها هو استخدام النسبة المئوية .

طريقة حسابها :

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{العدد الفعال (التكرارات)} \times 100}{\text{مجموع التكرارات}}$$

مجموع التكرارات

8-2- بعد تفريغ بيانات الاستمارات الصالحة للدراسة، والمستوفية الإجابة في الحاسب الآلي واستعمالنا لبرنامج

الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS v 25) لتحليلها ومعالجتها من أجل مناقشة الفرضيات على ضوء

البحث.

الفصل الرابع:

عرض النتائج وتفسيرها

نحاول في هذا الفصل الربط بين الجانب النظري والجانب التطبيقي وفيه تطرقنا الى عرض وتحليل نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات المطروحة وخلاصة عامة واقتراحات

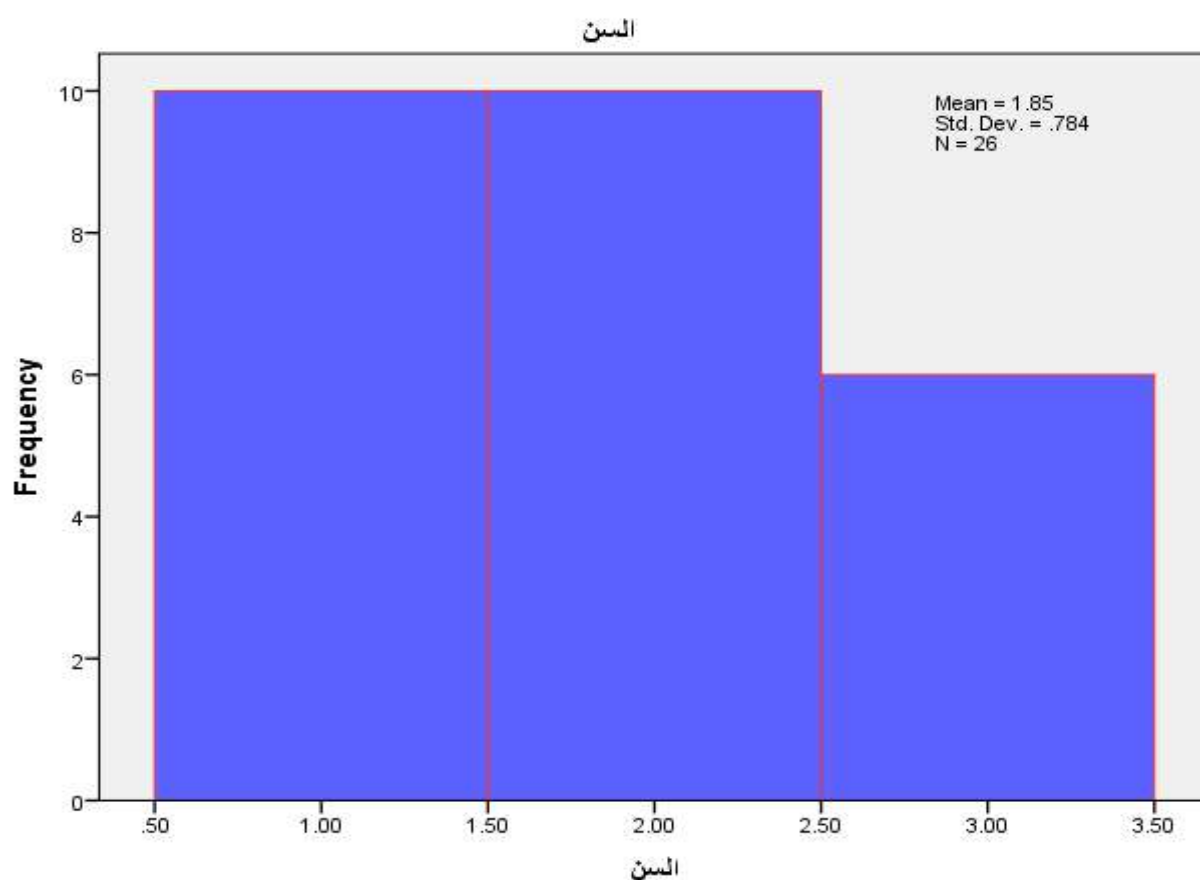
1- عرض وتحليل النتائج:

السؤال الاول: سن المدرب

الغرض من السؤال: معرفة إذا كان لسن المدرب دور هام في التدريب

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
من 25-35	10	38.5%
من 36-45 سنة	10	38.5%
46 فما فوق	6	23.1%
المجموع	26	100%

جدول رقم (01): يمثل نسب مختلف أعمار المدربين



الشكل رقم (02): يمثل نسب مختلف أعمار المدربين

تحليل ومناقشة النتائج:

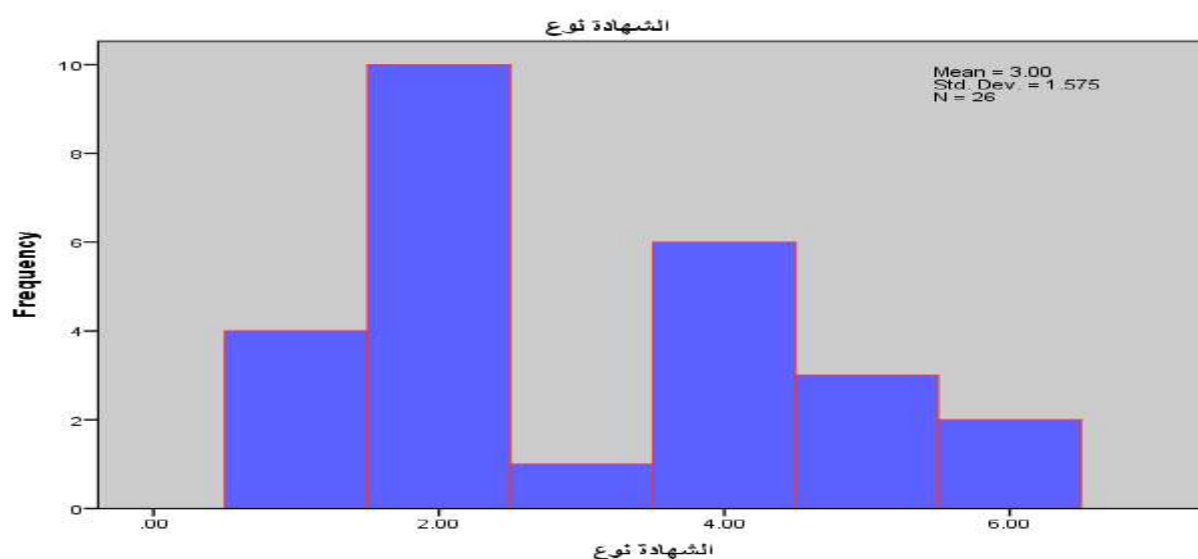
من خلال الجدول (01) والشكل رقم (02) نلاحظ أن معظم المدربين تتراوح أعمارهم ما بين 25-35 سنة بنسبة 38.5 وبين 36-45 سنة وهذا بنسبة 38.5، وهذا يعني أن معظم المدربين في هذا السن الأكثر خبرة في الميدان. من خلال ما سبق نستنتج أن معظم المدربين تتراوح أعمارهم بين 36-45 سنة وهذا يعني أنه كلما زاد من المدرب زادت تجربته في ميدان التخطيط في التدريب من خلال اكتسابه خبرات ومؤهلات والتي تمكنه من التحكم الجيد والأمثل فيه.

السؤال الثاني: ما نوع الشهادة المتحصل عليها

الغرض من السؤال: معرفة نوع الشهادة المتحصل عليها

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
ليسانس في الرياضة	4	15.4
ماستر في الرياضة	10	38.5
دكتورا فيالرياضة	1	3.8
لاعب سابق	6	23.1
تقني سامي في الاعلام الالي	3	11.5
مستشار في الرياضة	2	7.7
المجموع	26	100

جدول رقم (02): يمثل نسب نوع الشهادة المتحصل عليها



الشكل رقم (03): يمثل نوع الشهادة المتحصل عليها

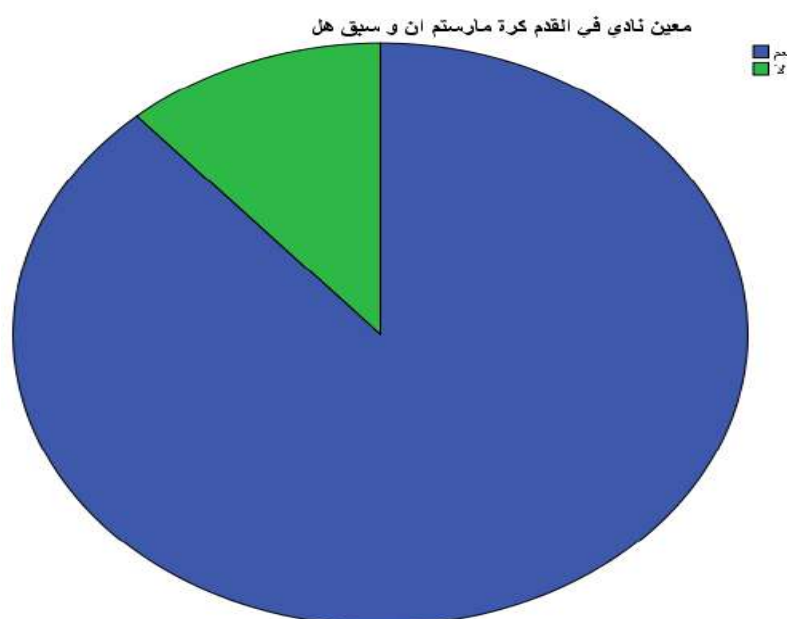
تمن خلال نتائج الجدول رقم (02) والشكل رقم (03) نلاحظ أن 53.5 من المدربين متحصلين على شهادة الماستر في التربية البدنية و 23.1 هم لاعبين سابقين و 15.4 محصلين على شهادة ليسانس في الرياضة و 11.05% من المدربين متحصلين على شهادة تقني سامي في الرياضة و 07.07% من المدربين متحصلين على شهادة مستشار في الرياضة و 3.8% لاعب دكتورا. ومنه نستنتج أن نسبة معتبرة من المدربين لديهم شهادات الكفاءة المهنية وهذا ما يوضح الخبرة الميدانية الكبيرة في التدريب من جهة وأقدمية الشهادة من جهة أخرى.

السؤال الثالث: هل سبق وان مارستم كرة القدم في نادي معين

الغرض من السؤال: معرفة نوع الشهادة المتحصل عليها

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	23	88.5
لا	03	11.5
المجموع	26	100

جدول رقم (03): يمثل نسب ممارسة كرة القدم في نادي معين



شكل رقم (04) نسبة هل سبق وان مارستم كرة القدم في نادي معين

تحليل ومناقشة النتائج:

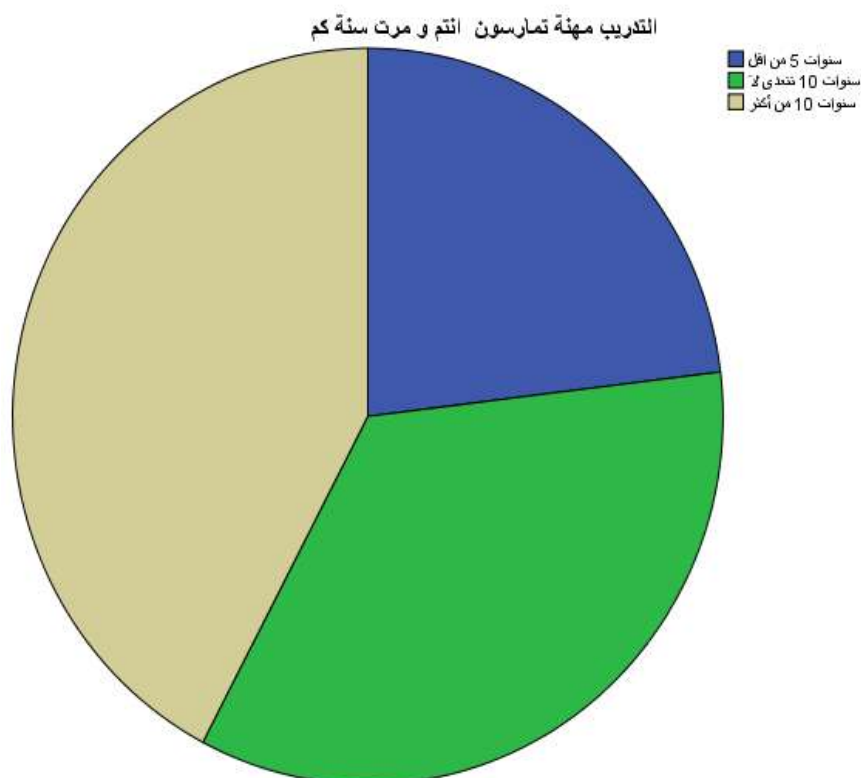
تمن خلال نتائج الجدول رقم (03) والشكل رقم (04) نلاحظ أن 88.5 من المدربين سبق لهم وان مارسو كرة القدم بينما 11.5 لم يمارسو كرة القدم ما يوضح الحصة الكبيرة في التدريب للذين تلقون تدريب في النوادي

السؤال الرابع: كم سنة مرت و انتم تمارسون مهنة التدريب

الغرض من السؤال: عرفة مدة ممارسة مهنة التدريب من طرف المدرب ودورها المهم للنهوض بعملية التخطيط في التدريب في كرة القدم.

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
اقل من 5 سنوات	6	23.1
لا تتعدى 10 سنوات	9	34.6
أكثر من 10 سنوات	11	42.3
المجموع	26	100

جدول رقم (04): يمثل نسب كم سنة مرت وأنتم تمارسون مهنة التدريب



شكل رقم (04): يمثل نسب كم سنة مرت وأنتم تمارسون مهنة التدريب

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) والشكل رقم (05) أن أغلب مدربي كرة القدم مارسوا مهنة التدريب في فترة تزيد أكثر من 10 سنة بنسبة 42.3% ولا تتعدى 10 سنة بنسبة 34.6%. نستنتج أن مدة ممارسة مهنة التدريب لها دور كبير في إكساب المدرب خبرات، فكلما زادت مدة الممارسة المهنة التدريب زادت الخبرة والتجربة

السؤال الخامس: بصفتم مدرب هل تلقيتكم تربص تكويني

الغرض من السؤال: معرفة مدى تلقي مدربين تربص تكويني في التدريب في كرة القدم.

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	22	84.6
لا	4	15.4
المجموع	26	100

جدول رقم (5): يمثل نسب تلقي تربص تكويني



شكل رقم (5): يمثل نسب تلقي تربيصا تكويني

تحليل ومناقشة النتائج:

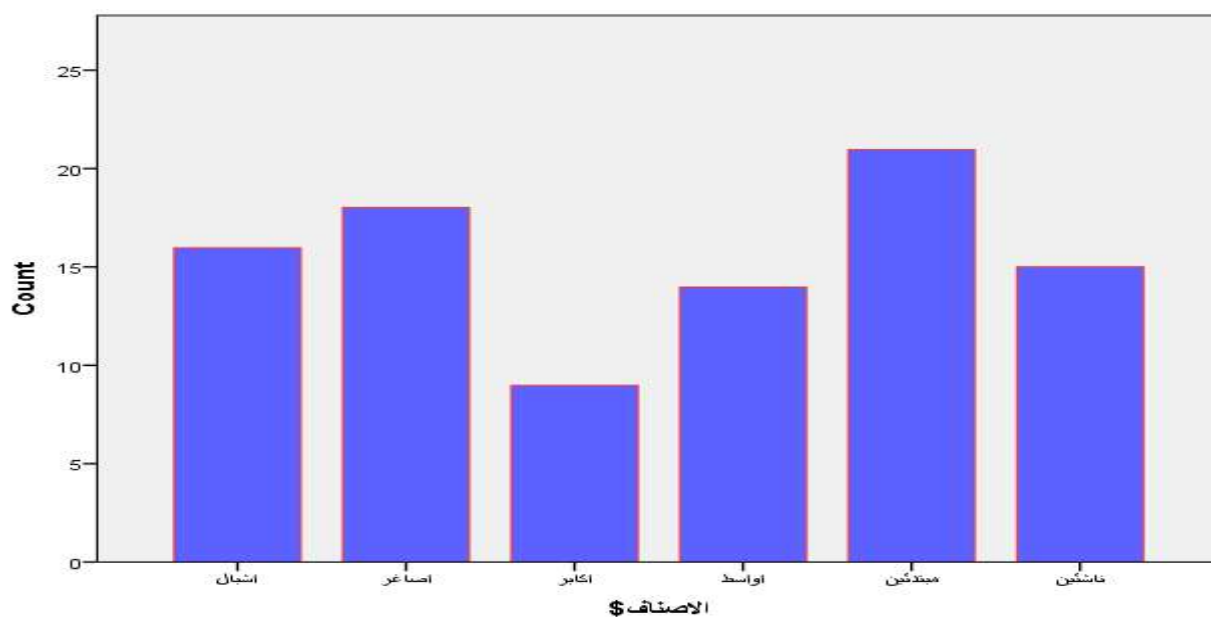
نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) والشكل رقم (06) أن أغلب مدربي كرة القدم تلقوا تربيصا تكويني بنسبة 84.6% وبنسبة اقل لم يتلقوا تكوينا بنسبة 15.4%. نستنتج أن المدربين الأكثر تربيصا تكويني هم الذين تلقوا دورات تكوينية في الميدان الرياضي

السؤال السادس ماهي الاصناف التي سبق وان دربتموها

الغرض من السؤال: معرفة نوعية الأصناف التي تختص في تدريب الفئات اقل من 19 سنة

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
مبتدئين	21	22.6%
ناشئين	15	16.1%
اصاغر	18	19.4%
اشبال	16	17.2%
اواسط	14	15.1%
اكابر	9	9.7%
المجموع		100%

جدول رقم (06): يمثل نسب ماهي الاصناف التي سبق وان دربتموها



شكل رقم (07) يمثل الاصناف التدريب

تحليل ومناقشة النتائج:

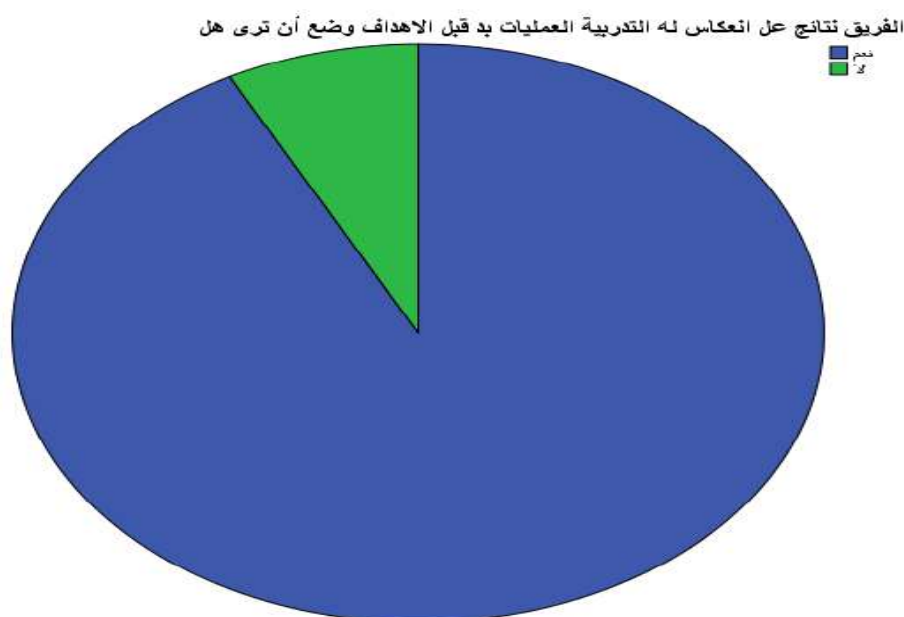
نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) والشكل رقم (07) أن أغلب مدربي كرة القدم قامو بتدريب فئة المبتدئين بنسبة 22.6% ونسبة اقل فئة اصغار بنسبة 19.4% وتاليها فئة اشبال وناشئين بنسبة 17.2 و 16.1 اما الاواسط فكانت بنسبة 15.5 بينما الحصة الاقل في للأكابر بنسبة. نستنتج أن ان معظم المدربين ركزو على فئة المبتدئين الجدد

السؤال السابع: هل ترى أن وضع الاهداف قبل بد العمليات التدريبية له انعكاس على نتائج الفريق

الغرض من السؤال: معرفة اهداف هل لها انعكاسات على نتائج الفريق

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	24	92.3
لا	2	7.7
المجموع	26	100

جدول رقم (07): يبين نسب وضع الاهداف قبل بدء العمليات المعرفية



شكل رقم: (08) تمثل نسبة وضع الاهداف قبل بدى العمليات

تحليل ومناقشة النتائج:

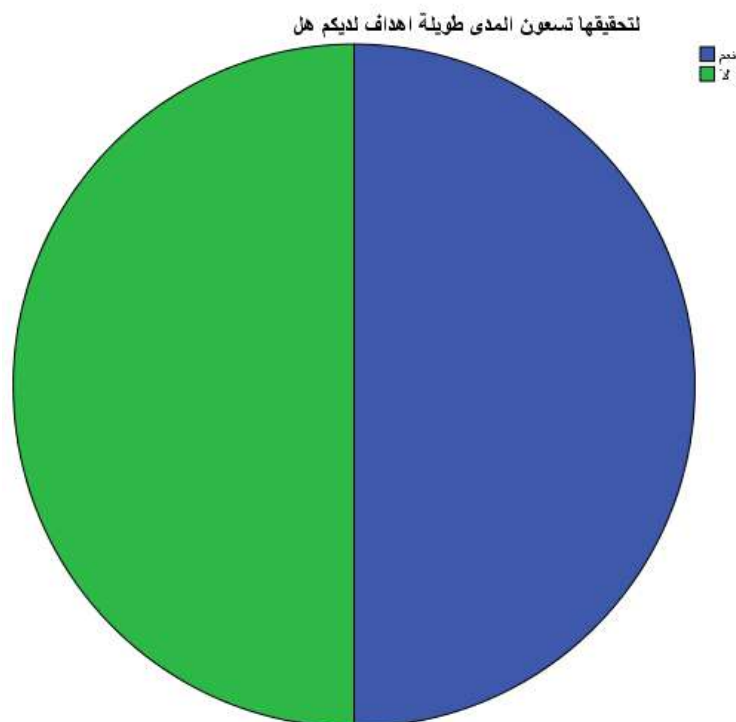
نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) والشكل رقم (08) أن أغلب النتائج وبنسبة كبيرة جدا تمثلت في ان مدربي كرة القدم وضع الاهداف قبل بد العمليات التدريبية له انعكاس على نتائج الفريق بنسبة 92.3% وبنسبة اقل جدا فئة الا بنسبة 7.7%. نستنتج ان معظم المدربين يقرون على وضع الاهداف والخطط من اجل نتائج مرضية للفريق خلال الموسم الكروي

السؤال الثامن: هل لديكم اهداف طويلة المدى تسعون لتحقيقها

الغرض من السؤال: معرفة اهداف وخطط الفريق

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	13	50
لا	13	50
المجموع	26	100

جدول رقم (08): هل لديكم اهداف طويلة المدى تسعون لتحقيقها



شكل رقم (09) يمثل نسبة هل لديكم اهداف طويلة المدى تسعون لتحقيقها

تحليل ومناقشة النتائج:

تمن خلال نتائج الجدول رقم (08) والشكل رقم (09) نلاحظ أن تحقيق الاهداف جات بنسب متساوية مع الذين اجابو اجابة نعم والذين قالو لا بنسبة 50. هنا نفسر ان الاهداف التي يسعون لتحقيقها كانت متساوية

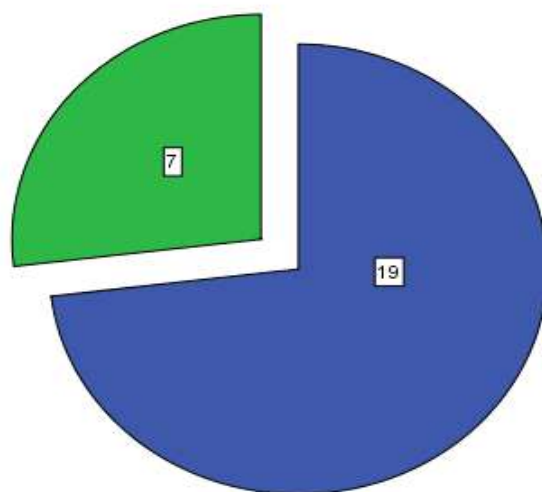
السؤال التاسع : هل تتسم الاهداف الموضوعية من قبلكم بالمرونة والقدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة الغرض من السؤال: معرفة الاهداف الموضوعية من قبلكم بالمرونة والقدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة.

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	19	73.1
لا	7	26.9
المجموع	26	100

جدول رقم (09): يمثل نسب معرفة الاهداف الموضوعية من قبل المدربين

هل تتسم الاهداف الموضوعية من قبلكم بالمرونة و القدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة

نعم
لا



شكل رقم: (10) يمثل نسبة هل تتسم الاهداف الموضوعية من قبلكم بالمرونة والقدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة

تحليل ومناقشة النتائج

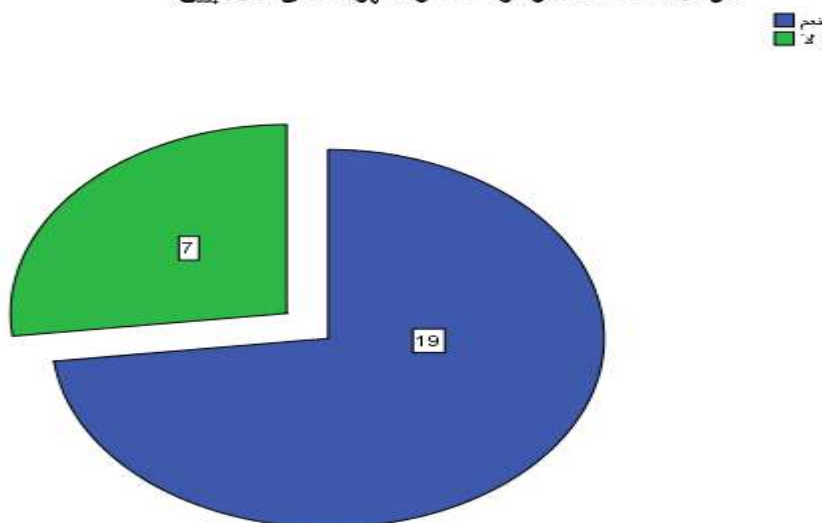
نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) والشكل رقم (10) أن أغلب النتائج وبنسبة كبيرة جدا تمثلت في ان مدربي كرة القدم يحبون معرفة الاهداف الموضوعية تتسم بالمرونة والقدرة على التكيف بنسبة 73.1% وبنسبة اقل جدا فئة لا بنسبة 26.9%.

السؤال العاشر: هل الاهداف المسطرة واضحة ومفهومة لدى اللاعبين

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	19	73.1
لا	07	26.9
المجموع	26	100

جدول رقم (10) هل الاهداف المسطرة واضحة ومفهومة لدى اللاعبين

هل الاهداف المسطرة واضحة و مفهومة لدى اللاعبين



شكل رقم: (11) يمثل نسبة هل الاهداف المسطرة واضحة ومفهومة لدى اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) والشكل رقم (11) لغالبية العظمى من المشاركين بنسبة 73.1 يرون أن الأهداف المسطرة واضحة ومفهومة لديهم. هذه نتيجة إيجابية وتدلل على فعالية في صياغة الأهداف وتوصيلها للمدرسين. * ونسبة لا تتراوح بي 26.9 لا يعتبرون الأهداف واضحة ومفهومة. هذا يشير إلى أن هناك مجالاً للتحسين. يجب على القائمين على الأمر التحقيق في أسباب عدم وضوح الأهداف لهذه الفئة، وربما مراجعة طريقة صياغة الأهداف أو آليات توصيلها لضمان فهمها من قبل الجميع.

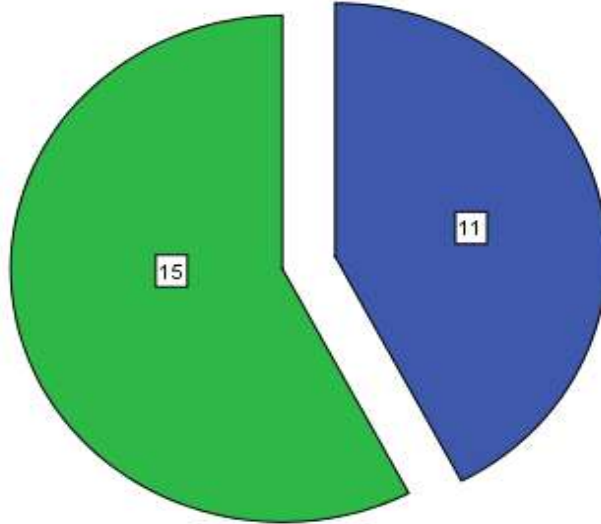
السؤال الحادي عشر: هل الاهداف المسطرة محفزة للقدرات والمهارات من اجل تطوير مستوى الأداء

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	11	42.3
لا	15	57.7
المجموع	26	100

جدول رقم: (11) هل الاهداف المسطرة محفزة للقدرات والمهارات من اجل تطوير مستوى الأداء

هل الاهداف المسطرة محفزة للقدرات و المهارات من اجل تطوير مستوى الاداء

نعم
لا



شكل رقم: (12) هل الاهداف المسطرة محفزة للقدرات والمهارات من اجل تطوير مستوى الأداء

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) والشكل رقم (12) على عكس السؤال الأول، نجد هنا أن الأغلبية لا يرون أن الأهداف محفزة لتطوير قدراتهم ومهاراتهم من أجل تحسين مستوى الأداء. بنسبة 42.3 و بنسبة أكبر 57.7 ليس لديهم

اهداف محفزة

* هذه نتيجة تحتاج إلى اهتمام خاص. إذا كانت الأهداف لا تحفز المدرسين، فقد يؤثر ذلك سلباً على دافعيتهم للعمل، وعلى مستوى أدائهم العام، وعلى استعدادهم لتطوير أنفسهم.

* يجب على الإدارة مراجعة طبيعة هذه الأهداف وقد تكون الأهداف روتينية أو لا تقدم تحدياً كافياً، أو قد لا ترتبط بشكل مباشر باحتياجات التطوير المهني للمدرسين. ينبغي التفكير في برامج تدريب وتطوير تتماشى مع الأهداف وتكون محفزة.

السؤال الثاني العشر: ماهي الاهداف التي يجب عليك كمدرّب أن ترفع بها كفاءة اللاعب لتحقيق نتائج غاية في الاهمية

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
تحسين الاداء	4	15.4
تحسين اللياقة	9	34.6
تقوية الجانب النفسي	3	11.5
تعزيز الثقة	5	19.2
الانضباط الذهني	2	7.7
تطوير المهارات	3	11.5
المجموع	26	100

جدول رقم: (12) ماهي الاهداف التي يجب عليك كمدرّب أن ترفع بها كفاءة اللاعب لتحقيق نتائج غاية في الاهمية



شكل رقم: (13) بنسبة ماهي الاهداف التي يجب عليك كمدرّب أن ترفع بها كفاءة اللاعب لتحقيق نتائج غاية في الاهمية

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) والشكل رقم (13) هذا الجدول يمثل رؤية هذا الجدول يقدم رؤية مهمة حول الأساليب التدريسية المتبعة.

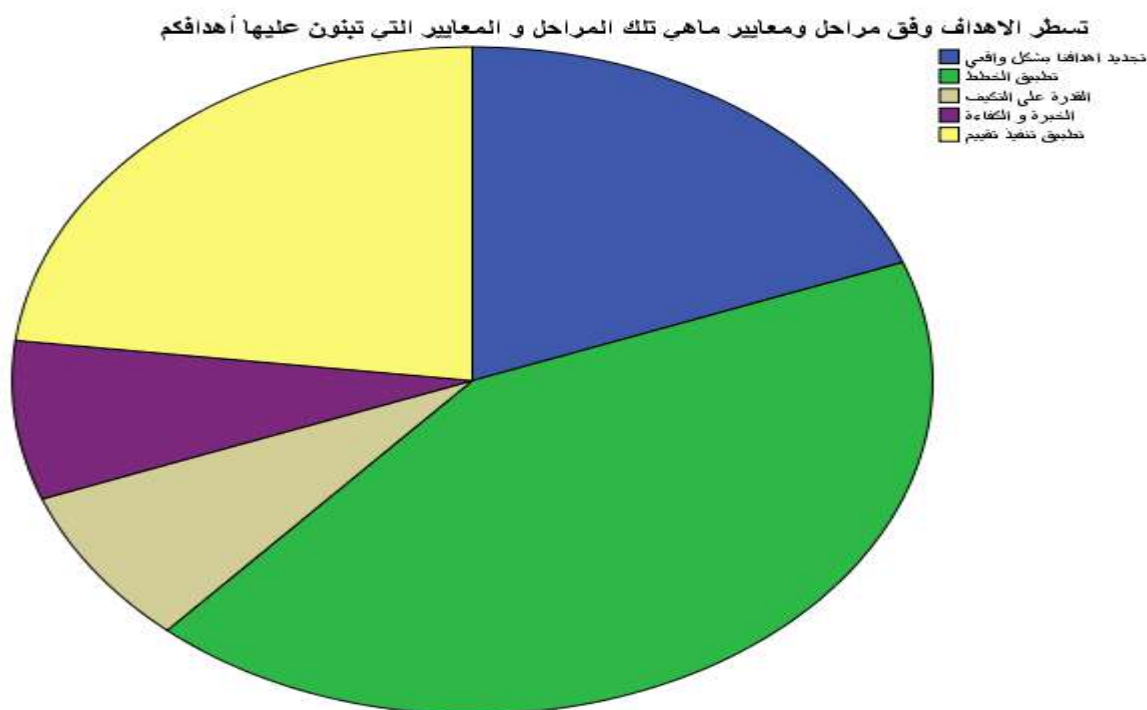
* أكثر من نصف المشاركين (34.6%) يعتمدون على الأسلوب تحسين اللياقة يتميز بكون المعلم هو المصدر الرئيسي لهذه التمرينات ونسبة لا بأس بها (19.2%) تستخدم الأسلوب تعزيز الثقة، وهو أمر إيجابي للغاية. يشير هذا إلى أن هؤلاء المدرسين يجمعون ثقة الشباب وثقتهم بنفسهم.

* نسبة قليلة جدًا (15.4%) تستخدم الأسلوب تحسين الأداء البقية بنسب اقل ما بين 7.7 و 11.5

السؤال الثالث عشرة: تخطيط الاهداف وفق مراحل ومعايير ماهي تلك المراحل والمعايير التي تبني عليها أهدافكم

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
تجديد اهدافنا بشكل واقعي	5	19.2
تطبيق الخطط	11	42.3
القدرة على التكيف	2	7.7
الخبرة و الكفاءة	2	7.7
تطبيق تنفيذ تقييم	6	23.1
المجموع	26	100

جدول رقم: (13) تخطيط الاهداف وفق مراحل ومعايير ماهي تلك المراحل والمعايير التي تبني عليها أهدافكم



شكل رقم (14) بنسبة تسطر الاهداف وفق مراحل ومعايير ماهي تلك المراحل و المعايير التي تبينون عليها أهدافكم تحليل ومناقشة النتائج

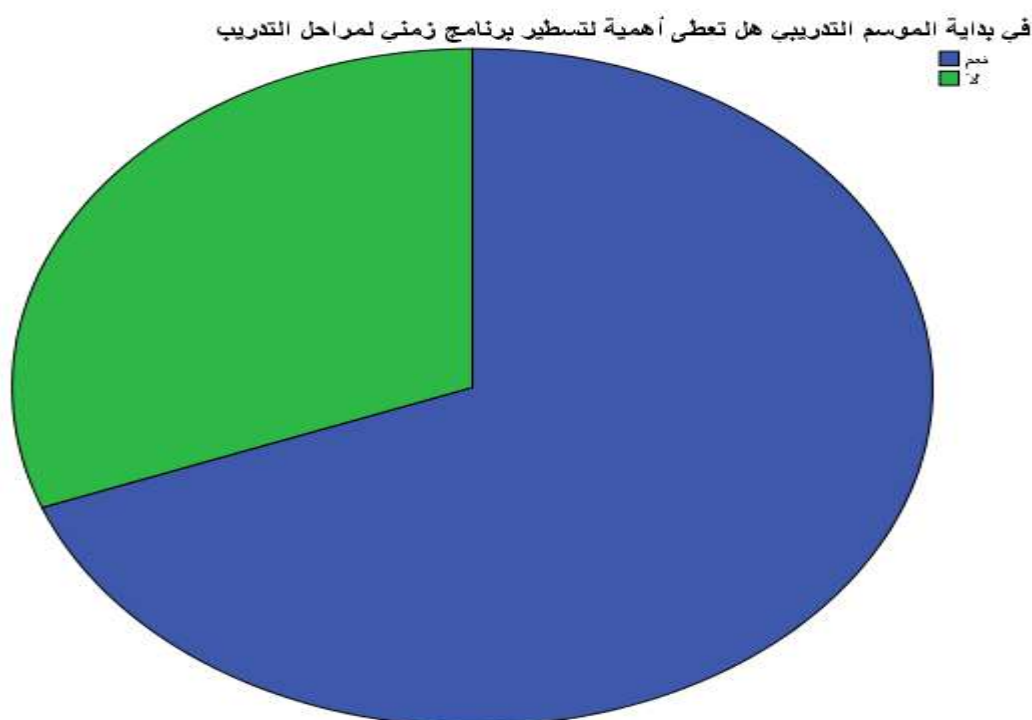
تحليل ومناقشة النتائج:

مناقشة وتحليل الجدول رقم (13) والشكل رقم (14) نجد اغلبية المشاركين بنسبة 42.3. يرون أن تطبيق الخطط من الأهداف المسطرة ونسبة لا تتراوح بي 23.1 يقيمون مبدا تطبيق تنفيذ تقييم بينما 19.2 يجدون تحديد الاهداف بشكل واقعي بينما التكيف على القدرة والكفاءة جات بنسبة 7.7 لا يعتبرون الأهداف واضحة ومفهومة.

السؤال الرابع عشر: في بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	69.2
لا	8	30.8
المجموع	26	100

الجدول رقم: (14) في بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب



شكل رقم (15) نسبة في بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب

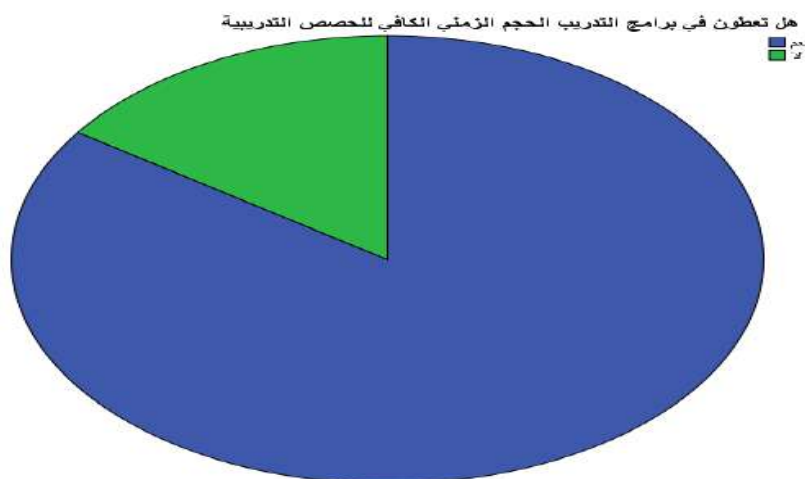
تحليل ومناقشة النتائج

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) والشكل رقم (15) جاءت أغلبية المدربين بنسبة 69.2 يعطون أهمية لتسطير برنامج زمني بينما البقية جات بي لا بنسبة 30.8 يرون عكس ذلك وهذا راجع بعدم الاهتمام بالبرنامج

السؤال الخامس عشر: هل تعطون في برامج التدريب الحجم الزمني الكافي للحصص التدريبية

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	22	84.6
لا	4	15.4
المجموع	26	100

الجدول رقم: (15) هل تعطون في برامج التدريب الحجم الزمني الكافي للحصص التدريبية



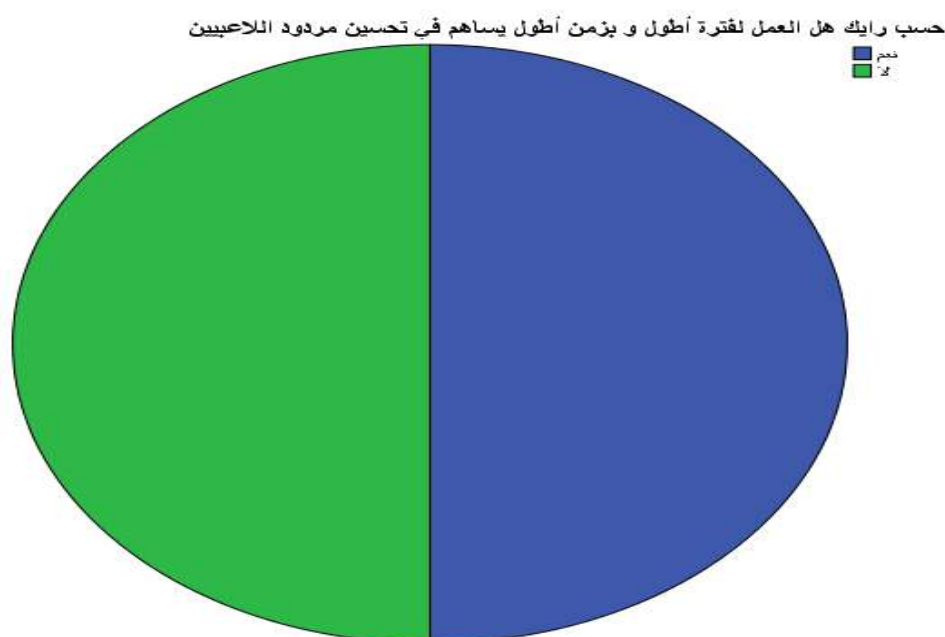
شكل رقم (16) نسبة يعطون في برامج التدريب الحجم الزمني الكافي للحصص التدريبية

تحليل ومناقشة النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) والشكل رقم (16) جاءت ان المدربين يعطون الوقت الكافي لبرامج التدريب في الحصص المعمول بها بنسبة 84.6 بينما اخرون يجدون عدم الاهمية للوقت بنسبة 15.4 لا يعطون اهمية للوقت الزمني.

السؤال السادس عشر: حسب رأيك هل العمل لفترة أطول وبزمن أطول يساهم في تحسين مردود اللاعبين

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	13	50
لا	13	50
المجموع	26	100

الجدول رقم: (16) حسب رأيك هل العمل لفترة أطول وبزمن أطول يساهم في تحسين مردود اللاعبين



شكل رقم (17) نسبة بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) والشكل رقم (17)

هذه النتيجة تظهر المشاركين حول ما إذا كان العمل لفترة أطول يساهم في تحسين مردود التلاميذ. بنسبة متساوية تراوحت بين 50 بالمئة

حيث يعتقد نصف المشاركين أن زيادة الوقت المخصص للعمل (سواء كان تدريسيًا أو تحضيريًا) يؤدي إلى نتائج أفضل.

السؤال السابع عشر: حسب رأيك هل المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة

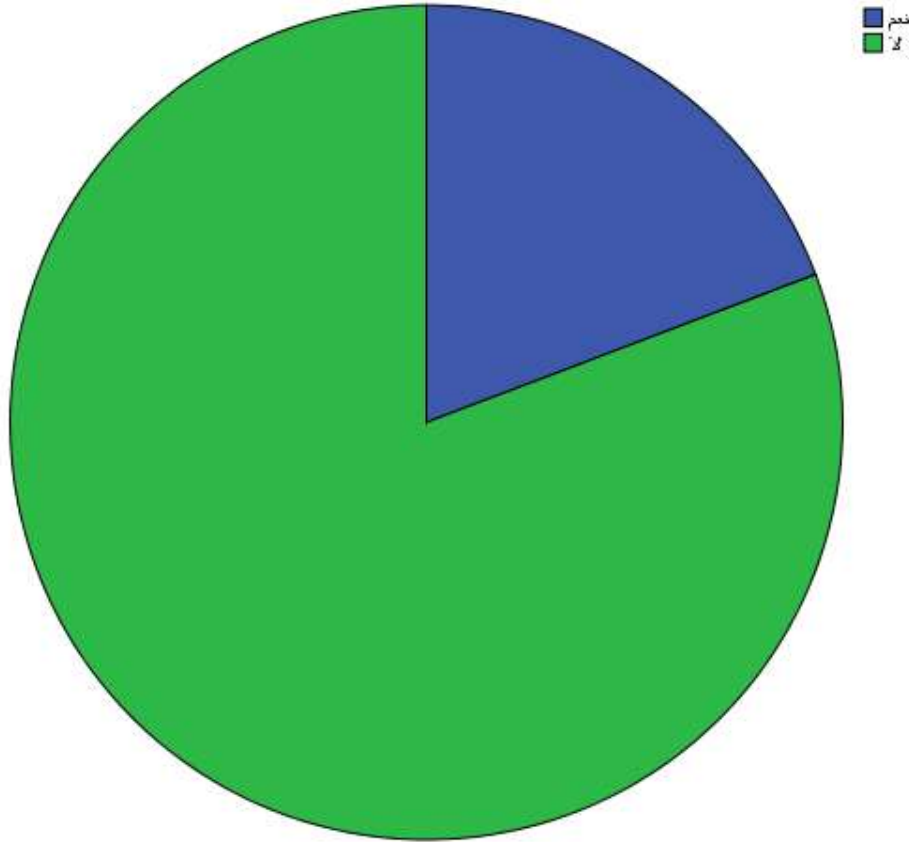
البدنية للاعب واعطائه مردود جيد أثناء المباراة

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	5	14.2
لا	21	80.8
المجموع	26	100

الجدول رقم: (17) حسب رأيك هل المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة البدنية

للاعب واعطائه مردود جيد أثناء المباراة

حسب رأيك هل المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة البدنية للاعب و اعطائه مردود جيد أثناء المباراة



شكل رقم (18) نسبة حسب رأيك هل المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة البدنية للاعب واعطائه مردود جيد أثناء المباراة

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (17) والشكل رقم (18) هذه نتيجة مهمة الغالبية العظمى من المشاركين (أكثر من 80%) لا يرون أن المدة المخصصة لتطوير القدرات الفنية أو المهارات كانت كافية.

* هذا يدل على وجود نقص كبير في الوقت المخصص للتدريب العملي أو التطبيقي المطلوب لإتقان المهارات. إذا لم تكن المدة كافية، فمن المرجح أن يؤثر ذلك سلباً على مستوى الكفاءة والثقة لدى المدرسين في تطبيق هذه المهارات في الفصول الدراسية.

* يجب على الإدارة مراجعة مدة البرامج التدريبية المخصصة لتطوير المهارات العملية، وربما زيادة هذه المدة أو إعادة هيكلة التدريب ليكون أكثر تركيزاً وكفاءة.

السؤال الثامن عشر: ماهو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
تطوير القدرات البدنية	4	15.4
تطوير الصفات المهارية	7	26.9
معا	15	57.7
المجموع	26	100

جدول رقم: (18) ما هو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة



شكل رقم: (19) تمثل نسبة ما هو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة

تحليل ومناقشة النتائج:

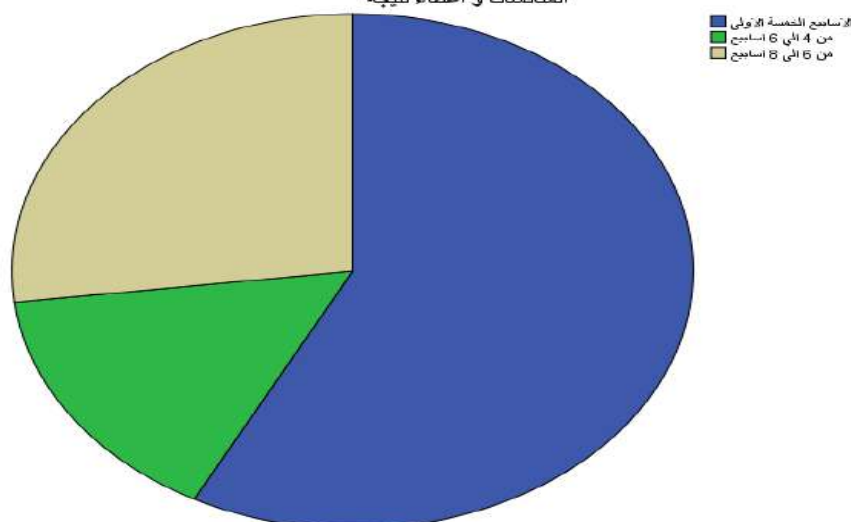
نلاحظ من خلال الجدول رقم (18) والشكل رقم (19) هذه نتيجة نجد الأغلبية (57.7%) أجابوا بـ "معا" على هذا السؤال (ما هو الهدف من التحضير العلمي في فترة المباشرة). بينما بنسبة 26.9 يجدون تطوير الصفات المهارية في فترة المنافسة ونسبة 15.4 هذا يشير إلى أن بعض المشاركين يربطون التحضير العلمي بتطوير مهاراتهم وقدراتهم الفنية. هنا يمكن القول إن الحاجة هنا تكمن في توضيح أهمية التحضير العلمي في فترة المباشرة وربطها بأهداف واضحة وملموسة لتطوير القدرات والمهارات، وربما المناهج أو طرق التدريس. يجب أن تكون أهداف التحضير العلمي واضحة وملموسة للمدرسين لكي يروا قيمتها.

السؤال التاسع عشر: في فترة التحضير العام ماهو الوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات البدنية والمهارية لإعطاء مردود جديد خلال المنافسات واعطاء نتيجة

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
الاسابيع الخمسة الاولى	15	57.7
من 4 الي 6 اسابيع	4	15.4
من 6 الي 8 اسابيع	7	26.9
المجموع	26	100

جدول رقم: (19) في فترة التحضير العام ما هو الوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات البدنية والمهارية لإعطاء مردود جديد خلال المنافسات واعطاء نتيجة

في فترة التحضير العام ماهو الوقت المناسب و المخصص لرفع من القدرات البدنية و المهارية لإعطاء مردود جديد خلال المنافسات و اعطاء نتيجة



شكل رقم (20) تمثل نسبة فيفترة التحضير العام ماهو الوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات الفنية والمهارية لإعطاء مردود جيد خلال المناقشات واعطاء حصة

تحليل ومناقشة النتائج:

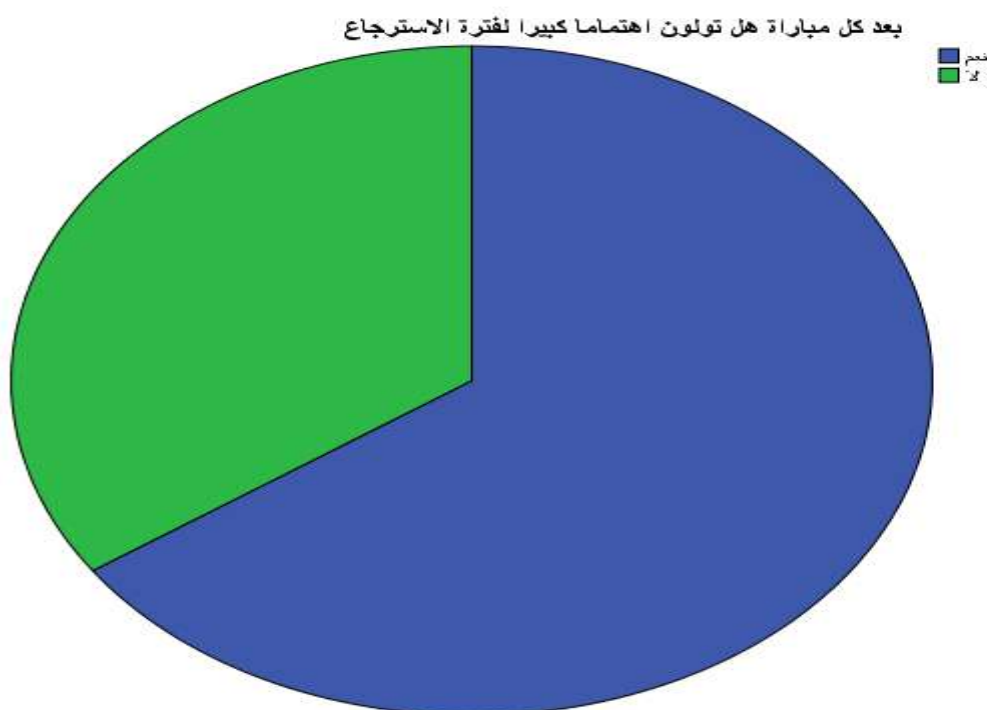
نلاحظ من خلال الجدول رقم (19) والشكل رقم (20) هذه نتيجة تتمثل في فترة التحضير والوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات البدنية في الاسابيع الخمسة الاولى جاءت بنسبة 57.7

بينما بنسبة 26.9 جاءت خلال الاسابيع من 4 الى 6 بينما في الاخير بنسبة 15.4 فترة تبدأ من 6 الى 8 اسابيع

السؤال العشرون: بعد كل مباراة هل تولون اهتماما كبيرا لفترة الاسترجاع

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	17	65.4
لا	9	34.6
المجموع	26	100

جدول رقم: (20) بعد كل مباراة هل تولون اهتماما كبيرا لفترة الاسترجاع



شكل رقم (21) تمثل نسبة بعد كل مباراة هل تولون اهتماما كبيرا لفترة الاسترجاع

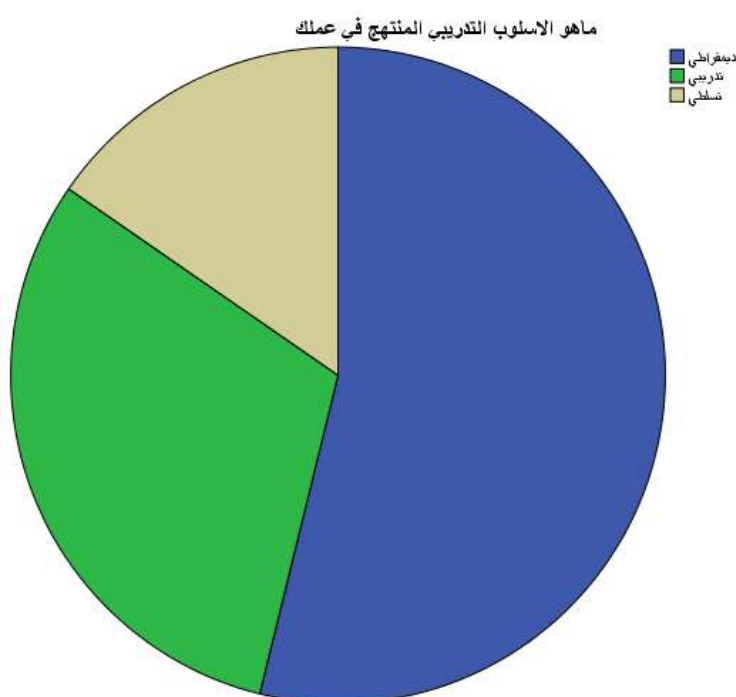
تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (20) والشكل رقم (21) نجد بنسبة كبيرة تراوحت بي 65.4 يجدون ان الاسترجاع لها اهمية كبيرة عند المدربين وهذا راجع لدور المباراة المهم بينما بنسبة 34.6 يقولون لا يجدون اهمية لفترة الاسترجاع.

السؤال الواحد والعشرون: ما هو الاسلوب التدريبي المنتهج في عملك

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
ديمقراطي	14	53.8
تدريبي	8	30.8
تسلطي	4	15.4
المجموع	26	100

جدول رقم: (21) ما هو الاسلوب التدريبي المنتهج في عملك



شكل رقم (22) بنسبة ما هو الاسلوب التدريبي المنتهج في عملك

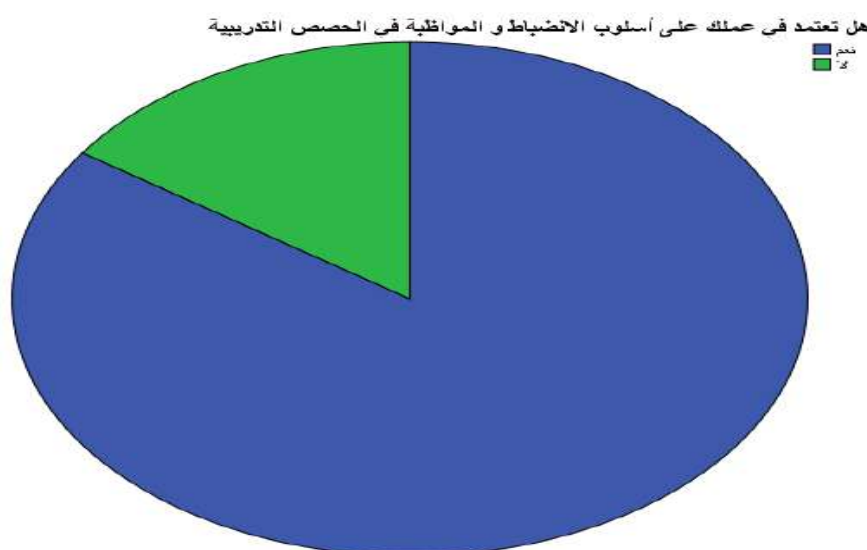
تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (21) والشكل رقم (22) نلاحظ أن معظم المدربين يتبعون منهج تدريبي مهم في عملهم لقيادة فترة التدريبات بنسبة 53.8 بينما نجدو اخرون لا يعتمدون على منهج معتمد بنسبة 30.8 وهذا يعني عدم الاهتمام بالمنهج المتبع لديهم وبنسبة قليلة 15.4 اسلوب تسلطي.

السؤال الثاني والعشرون: هل تعتمد في عملك على أسلوب الانضباط والمواظبة في الحصص التدريبية

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	22	84.6
لا	4	15.4
المجموع	26	100

جدول رقم: (22) هل تعتمد في عملك على أسلوب الانضباط والمواظبة في الحصص التدريبية



شكل رقم (23) يمثل نسبة هل تعتمد في عملك على أسلوب الانضباط والمواظبة في الحصص التدريبية

تحليل ومناقشة النتائج:

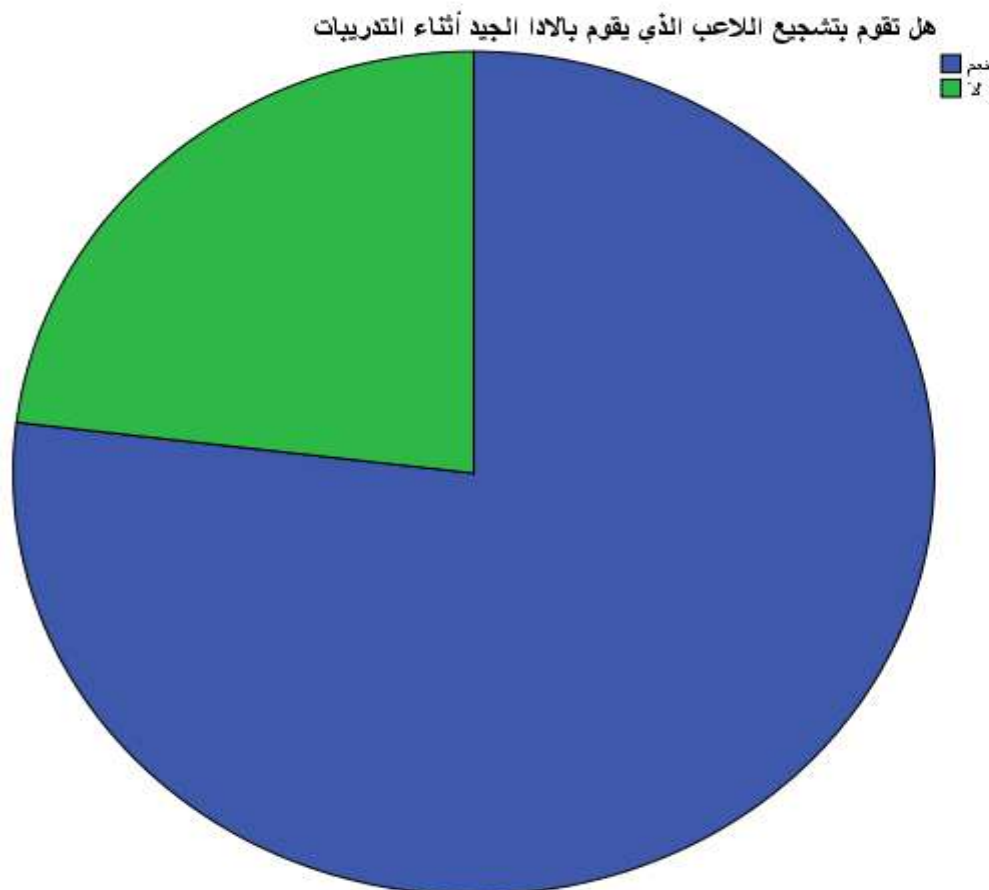
من خلال الجدول (22) والشكل رقم (23) نلاحظ أن المدرب في مجال عمله يعتمد على الانضباط والمواظبة في الحصص

كانت بنسبة 84.6 بينما البقية كانت بنسبة 15.4 لا يولون أهمية لحصص التدريبية وعدم الانضباط والمواظبة.

السؤال الثالث والعشرون هل تقوم بتشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	20	76.9
لا	6	23.1
المجموع	26	100

جدول رقم: (23) هل تقوم بتشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات



شكل رقم (24) هل تقوم بتشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (23) والشكل رقم (24) نلاحظ أن معظم المدربين تقوم بتشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات وكانت بنسبة 76.9 بينما بنسبة 23.1 تقوم بتشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات وهذا يعني عدم الاهتمام لديهم

السؤال الرابع والعشرون هل ترى أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	19	73.1
لا	7	26.9
المجموع	26	100

جدول رقم: (24) هل ترى أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق



شكل رقم (25) تمثل نسبة هل ترى أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق

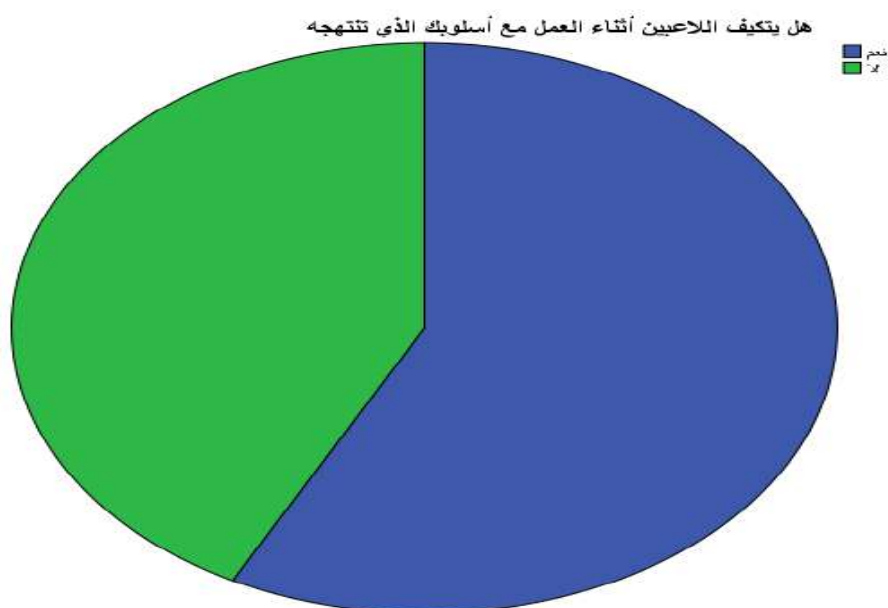
تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (24) والشكل رقم (25) نلاحظ أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق بنسبة 73.1 بالنسبة للمدربين بينما بنسبة 26.9 اقل تحفيز وتشجيع وهذا راجع لي عدم اهمية للفريق واللاعبين.

السؤال الخامس والعشرون هل يتكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبك الذي تنتهجه

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	4	15.4
لا	22	84.6
المجموع	26	100

جدول رقم: (25) هل يتكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبك الذي تنتهجه



شكل رقم (26) تمثل نسبة هل يتكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبك الذي تنتهجه

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (25) والشكل رقم (26) نلاحظ أن الذين أجابوا لا ونسبة 42.3 لا يتكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبك الذي تنتهجه وهذا يتطلب مداخله بين المدربين في معرفة استراتيجيات التعليم والاساليب المتبعة وتصحيحها والذين أجابوا بنعم ونسبة 57.7 يرون تكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبهم المتبع.

السؤال السادس والعشرون هل أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل

خاص

نوع الفئات	عدد التكرارات	النسبة المئوية
نعم	15	57.7
لا	11	42.3
المجموع	26	100

جدول رقم: (26) هل أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص



شكل رقم (27) تمثل نسبة هل أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (26) والشكل رقم (27) نلاحظ أن الذين أجابوا نعم وبنسبة 57.7 يجدون أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص بينما الذين أجابوا لا وبنسبة 42.3 يقولون أسلوب التساهل مع اللاعبين لا يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص

لا يتكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبك الذي تنتهجه وهذا يتطلب مداخلات بين المدربين في معرفة استراتيجيات التعليم والاساليب المتبعة وتصحيحها والذين أجابوا بنعم وبنسبة 15.4 يرون تكيف اللاعبين أثناء العمل مع أسلوبهم المتعب.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

من خلال البحث الذي قمنا به قصد معرفة اهمية التخطيط الاستراتيجي في تحسين مردود الرياضي، قمنا بطر ثلاثة أسئلة جزئية، متفرعة عن الإشكالية، ثم اقترحنا ثلاث فرضيات لدراستها ميدانيا وتسجيل النتائج من خلال الواقع الميداني.

1- تفسير ومناقشة الفرضيات الفرعية :

1-2- تفسير ومناقشة الفرضية الفرعية الأولى :

بعد عرض وتحليل لنتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على مدربين الرابطة الشرفية لولاية البويرة ثم بعد عملية التحليل تم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طرحناها من خلالها فرضيات بحثنا، وانطلاقا من الفرضية الأولى في بحثنا التي تقول: للأهداف المسطرة من طرف المدرب أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعب كرة القدم.

من خلال الجداول في المحور الأول (07-08-09-10-11-12-13) إضافة إلى النسب المئوية، وبما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبين لنا فعلا أن للأهداف المسطرة من طرف المدرب أهمية في تحسين المردود الرياضي، وهذا ما يتفق مع عناصر التخطيط الجيد لرسم اهداف حقيقية ومنطقية:

تحديد أنسب أنواع التدريب.

تحديد واجبات كل فرد وإعطائه كل ما ينوط به.

تحديد التوقيت الزمني للمراحل المختلفة

تحديد الأهداف المراد تحقيقها.

من خلال التساؤل (12)، (13)، والتي جاءت اسئلته مفتوحة كان لزاما علينا ان نؤكد على لسان المدربين أن الاهداف المسطرة والمنهجية بطريقة سليمة وموضوعية لا تدع للشك انها ترفع من كفاءة اللاعب وتزيد من مقدرته على الصمود وتفتح له المجال للعمل، وتبنى الاهداف وفق مراحل مهمة حيث تتداخل كل منها مع بعضها البعض لتخدم الحصة وتخلق جو من العمل، ومنه يمكن القول ان الفرضية الأولى قد تحققت

1-2- تفسير ومناقشة الفرضية الفرعية الثانية :

بعد عرض وتحليل النتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على المدربين والمقبلية التي اجريت مع مساعدي المدربين، وبعد عملية التحليل تم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طرحنا من خلالها فرضيات بحثنا، وانطلاقا من الفرضية الثانية في بحثنا التي تقول: للتوقيت الزمني المدرج في مراحل التخطيط أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعب كرة القدم.

من خلال نتائج الجداول (14-15-16-17-18-19-20) المتعلقة بالفرضية الثانية إضافة إلى النسب المئوية والفروق ذات دلالة إحصائية التي تنصب لغرض السؤال تبين لنا أن للتوقيت الزمني المبرمج في مراحل التخطيط أهمية في تحسين المردود الرياضي، نلاحظ في أنواع التخطيط كيف تم تقسيم ووضع التوقيت الزمني لكل مرحلة، وهذا ما أكد من خلال الجانب النظري

ومن خلال الاسئلة المفتوحة اجابوا بعضهم ان العمل يكون متوازي بين الشدة والراحة وان ضبط حمولات التدريب مهمة وضرورية، وخلال فترة التحضير العام أكدوا معظمهم أن هناك تحضير مكثف وعمل جبار للرفع من اللياقة البدنية والمهارية للاعب، ومنه يمكن القول إن الفرضية الثانية قد تحققت.

1-3- تفسير ومناقشة الفرضية الفرعية الثالثة:

بعد عرض وتحليل النتائج الاستبيان الذي قمنا به والذي وزع على المدربين وبعد عملية التحليل تم الوصول إلى أغلبية الحقائق التي كنا قد طرحناها من خلالها فرضيات بحثنا، وانطلاقاً من الفرضية الثالثة في بحثنا التي تقول: الأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أهمية في تحسين المردود الرياضي.

من خلال نتائج الجداول (21-22-23-24-25-26) المتعلقة بالفرضية الثالثة إضافة إلى النسب المئوية والفروق ذات دلالة الإحصائية التي تخدم غرض الفرضية تم الوصول إلى أغلبية الحقائق وتبين لنا فعلاً لأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أهمية في تحسين المردود الرياضي.

من خلال احتكاكنا بأحد أفراد العينة حزنا بشهادة أن الأسلوب المنتهج كان الديمقراطي وهو أسلوب تفاعلي يخدم كثيراً نمط اللاعب.

- لقد رأينا من خلال دراستنا النظرية والتطبيقية والميدانية، واستناداً للفرضيات المختلفة التي وظفناها في هذا المجال وبعد عرض وتحليل الاستبيان تبين لنا من خلال الفرضيات فعلاً أن للأسلوب المنتهج دور مهم وضروري للعمل وان بفضلله يصبح ذات فعالية.

معظم آراء المدربين يرون أن الأسلوب الفعال هو الديمقراطي لأنه بفضلله يكون تصبح الحصاة التدريبية ذات نوعية، ومنه يمكن القول إن الفرضية الثالثة قد تحققت.

1-4- تفسير ومناقشة الفرضية العامة: التي مفادها للتخطيط الاستراتيجي لدى المدربين أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أواسط "

بما أن الفرضيات الفرعية دالة إحصائيا فهذا يعني أن الفرضية العامة تحققت، كما يبين الجدول التالي:

الفرضيات	الفرضيات الفرعية	التحقق
الفرضية الاولى	للأهداف المسطرة من طرف المدرب أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم.	تحققت
الفرضية الثانية	للتوقيت الزمني المدرج في مراحل التخطيط أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم.	تحققت
الفرضية الثالثة	الأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أهمية في تحسين المردود الرياضي.	تحققت
الفرضية العامة	للتخطيط الاستراتيجي لدى المدربين أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة	تحققت

وبالتالي الفرضية العامة التي نصت على للتخطيط الاستراتيجي لدى المدربين أهمية في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة محققة.

3- التوصيات والاقتراحات :

- على ضوء النتائج المحصل عليها من خلال دراستنا يمكن الخروج بعدة توصيات واقتراحات نذكر منها ما يلي :
- على مدربي كرة القدم لفئة الأشبال إعطاء وتحديد التوقيت المناسب والملائم لعملية التدريب.
- يمكن الاستفادة من الخبرة التي يكتسبها المدربون في مجال التدريب عند القيام بعملية التخطيط في التدريب.
- لا بد على المدربين الالتزام بالتخطيط في التدريب كمنطلق في العملية التدريبية، والقيام بعدة بحوث مختصة في هذا المجال.
- المرحلة العمرية لفئة أقل من 19 سنة تناسب تحسين وتطوير الأداء، وهذا الأخير مرتبط بنوعية التخطيط المنتهج.
- تكوين فريق وطني ذو مستوى عالي دوره الاهتمام بالفئات الصغرى، خصوصا فئة الأشبال، كون هذه المرحلة العمرية حساسة في حياة الرياضي، أي يمكن فيها اكتساب وتطوير الأداء المهاري.
- الأداء المهاري الجيد والتخطيط الأنجع لا يمكن تحقيقهما في غياب الأهداف المسطرة من طرف المدرب.
- لا بد أن يراعى عند عملية التخطيط كل الجوانب (الجانب البدني، الجانب النفسي، الجانب التقني، الجانب التكتيكي.. الخ)، وأخذها بعين الاعتبار في العملية التدريبية.

الخاتمة

خاتمة:

وفي الختام وبناء على النتائج التي أسفرت عنها الدراسة والبحث المعمق يمكن الإشارة إلى الأهمية التي يلعبها التخطيط الإستراتيجي في النوادي الرياضية الجزائرية توصلنا إلى أنه ما يزال هذا الموضوع يفتقر إلى الدراسة والاهتمام إذ أن الشيء الملاحظ في هذه النوادي هو استمرار نفس التركيبة التي كانت وكرست ثقافة النتيجة الآنية، لا كيف تحصل على النتيجة الإيجابية، وهذا لا يتفق مع الظروف الحالية والمستقبلية في عصرنا، وهذا يعود إلى ضعف نظام معلومات التسيير الذي من المفروض أن يكون القاعدة الأساسية في الإدارة، وخاصة أن النجاح في النوادي الرياضية الجزائرية يكون بالاعتماد على التخطيط الإستراتيجي الذي من خلاله يعمل على تطبيق معارف جديدة لأساليب العمل المؤدية إلى التميز الذي لا يتم بتغيير العاملين وإنما بالتعامل معهم وتطوير نظام العمل الذي يمكنهم من الوصول إلى المستوى الذي يسمح بتحسين المستمر للأداء، وكذلك لابد وجود قيادة تتبنى التغيير بالتخطيط، والذي لابد أن يكون ملائم ومشجع على إدخال التغيير الإيجابي.

وفي الأخير نرجو قد وفقنا في بحثنا هذا الذي نتمنى أن يكون مفتاحا لدراسات أوسع وأعمق في المستقبل.

قائمة

المصادر والمراجع

قائمة المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم محمود عبد المقصود وحسن أحمد الشافعي. (2003). الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية (الطبعة الثانية). لإسكندرية، مصر: دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.
2. أحمد الشافعي وأحمد فكري سليمان. (1979). تأليف مجلة البحوث والدراسات. جامعة حلوان، مصر.
3. أحمد عبد العزيز الشرفاوي. (1995-1996). التخطيط المالي في إطار التخطيط الشامل. رسالة ماجستير معهد التخطيط جامعة القاهرة.
4. أحمد عوض. (2001). الإدارة الإستراتيجية الأصول والأسس العلمية. مصر: الدار الجامعية بالإسكندرية.
5. أحمد ماهر. (1999). دليل المدير خطوة بخطوة في الإدارة الإستراتيجية. الإسكندرية، مصر: الدار الجامعية.
6. أسامة كامل راتب. (2000). علم النفس الرياضة. المفاهيم والتطبيقات (لطبعة الثالثة). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي. جامعة حلوان.
7. إسماعيل محمد السيد. (2000). الادارة الاستراتيجية، مفاهيم عامة وحالات تطبيقية. الاسكندرية: الدار الجامعية.
8. الرويغي والغنام. (1974). مناهج البحث في التربية (الجزء الأول). مطبعة العاني.
9. الزين محمود محمد. (1979). سيكولوجية النمو والدافعية. دار الكتب الجامعية.
10. الهزاع محمد عبد الله، أبنوبلي مختار محمد. (بلا تاريخ). المهارات الأساسية في كرة القدم. المكتبة الرياضية الشاملة.
11. أمر الله أحمد البساطي. (1999). أسس وقواعد التدريب الرياضي وتنظيماته. العراق: دار المعارف.
12. أنوف ويتيج. (1944). مقدمة علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين آخون. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
13. باسم فاضل عباس العراقي. (1993). اختصاصي في كرة القدم، الأسس الحديثة. المنشورات الجامعية المفتوحة.
14. تريكي محمد. (1984). مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس. الجزائر : المؤسسة الوطنية للكتاب.
15. ثامر محسن وآخرون. (1997). الإختبار والتحليل في كرة القدم. بغداد، العراق: مطبعة بغداد.
16. ثامر محسن، سامي الصفار. (1988). أصول التدريب في كرة القدم. بغداد: دار الكتب للنشر والطباعة.
17. حامد عبد السلام زهوان. (1990). علم النفس والطفولة والمراهقة (الطبعة الرابعة). القاهرة: عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع.
18. حتفي محمود مختار. (1980). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
19. حسن السيد أبو عبده. (2001). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم (الطبعة الأولى). جامعة الإسكندرية، مصر: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.

20. حنفي محمود مختار. (2008). كرة القدم للناشئين. دار الفكر العربي.
21. كمال عبد المجيد ومحمد صبحي حسين. (1997). اسس التدريب الرياضي. مصر: دار الفكر العربي.
22. رشيد زرواتي. (2002). تدريبات منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية (الطبعة الأولى). الجزائر: دار هومة.
23. زكي محمد محمد حسن. (2002). المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب. القاهرة: منشأة المعارف الأسكندرية.
24. سعيد جلال ومحمد حسن علاوي. (1975). علم النفس التربوي الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
25. طلحة حسام علي وعدلة عيسى مطر. (1999). مقدمة في الإدارة الرياضية (الطبعة الأولى). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
26. عباس أحمد صالح السامرائي، عبد الكريم السامرائي. (1991). تأليف كفايات تدريبية في طرائق التدريس للتربية الرياضية. العراق: مطبعة الحكمة.
27. عبد الحميد عبد الفتاح المغربي. (2006). التخطيط الاستراتيجي بقياس الأداء المتوازن. مصر: المكتبة العصرية المنصورة.
28. عصام عبد الخالق. (1998). التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات (الطبعة الأولى). مصر: منشأة المعارف الإسكندرية.
29. علي السلمي. (1978). التخطيط والمتابعة. القاهرة، مصر: المعهد القومي للتخطيط.
30. علي عبد الواحد وافي. (1995). مناهج البحث، معجم العلوم الا. القاهرة: الهيئة المقرية العامة للكتاب.
31. علي فهمي البيك وعماد الدين عباس ابو زيد. (2003). المدرب الرياضي (الطبعة الاولى). القاهرة، مصر: الناشر للمعارف.
32. عمار بوحوش، محمد المحمود الذنيبات. (1990). دليل الباحث في المنهجية وكتابة الرسائل الجامعية (الطبعة الثانية). الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.
33. عمر نصر بن قشطة. (2004). للتخطيط الاستراتيجي للاتحادات الرياضية الفلسطينية (الطبعة الأولى). جامعة الاقصى: دار الوفاق الدنيا للطباعة والنشر.
34. فريد كامل أبو زينة وآخرون. (2006). مناهج البحث العلمي الكتاب الثاني الإحصاء في البحث العلمي (الطبعة الأولى). عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
35. فؤاد البهي السيد. (1997). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة. القاهرة: دار الفكر العربي.
36. قاسم حسن حسين. (1998). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة (الطبعة الأولى). الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
37. كرم زكي خطابية. (1996). تأليف موسوعة كرة الطائرة الحديثة. مصر: دار الفكر العربي للطباعة.

38. مالك سليمان مخول. (2011). علم النفس المراهقة والطفولة. دمشق: مطابع مؤسسة الوحدة.
39. مأمون حسن آل سلمان. (1998). كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية (الطبعة الأولى). بيروت، لبنان: دار ابن حزم.
40. محمد حسن علاوي أسامة كامل راتب. (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس. القاهرة: دار الفكر العربي.
41. محمد حسن علاوي. (1987). سيكولوجية التدريب والمنافسة (الطبعة السادسة). القاهرة، مصر: دار المعارف.
42. محمد حسن علاوي ونصرالدين رضوات. (1987). الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي (الطبعة الأولى). القاهرة: دار الفكر العربي.
43. محمد شفيق. (1986). البحث العلمي، الخطوات النهجية لإعداد البحوث العلمية. الإسكندرية: المطبعة المصرية.
44. محمد محمود الأفندي. (1965). علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية. القاهرة: عالم الكتب.
45. محمد محمود موسى. (1985). التخطيط التعليمي أسسه وأساليبه ومشكلاته. القاهرة: مكتبة الانجمو المصرية.
46. محمد نصر الدين رضوان. (1995). مقدمة في التقويم والتربية الرياضية (الطبعة الثالثة). القاهرة: دار الفكر العربي.
47. محمود عبد الرحمن حمودة. (1991). الطفولة والمراهقة المشكلات النفسية والعلاج. القاهرة.
48. محي الدين مختار. (1982). محاضرات علم النفس الاجتماعي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية.
49. مخايل خليل معوض. (1971). مشكلات المراهقين في المدن والأرياف. القاهرة: دار المعارف.
50. مصطفى غالب. (1979). سيكولوجية الطفولة والمراهقة. بيروت: مكتبة الهلال.
51. مفتي إبراهيم حمادة. (1999). تطبيقات الإدارة الرياضية. تأليف مفتي إبراهيم حمادة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
52. مفتي إبراهيم حمادة. (2001). التدريب الرياضي الحديث. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
53. موريس أنجرو آخرون، ترجمة بوزيد صحراوي. (2006). منهجية البحث العلمي في العلوم الانسانية "تدريبات علمية". الجزائر: دار القصة للنشر.
54. نادية العارف. (2003). الإدارة الاستراتيجية. الإسكندرية مصر: الدار الجامعية.
55. ناصر ثابت. (1984). أضواء على الدراسة الميدانية. الكويت: مكتبة الفلاح.
56. ناصر دادي عدوان. (2001). الإدارة الاستراتيجية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
57. نزار مجيد الطالب. (1983). تأليف علم النفس الرياضي. بغداد، العراق: دار الحكمة للطباعة والنشر.

58. نوري الحافظ. (1990). المراهقة (الطبعة الثانية). المؤسسة العربية للدراسات والنشر.
59. هارا. (1986). ترجمة عبد علي نصيف، أصول التدريب. العراق: جامعة الموصل.
60. يحي السيد الحاوي. (2007). المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب (الطبعة الأولى). مصر: المركز العربي للنشر.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

1. AKNEMOV.R. (1989). Etude de moyens et metodes.memoire.
2. Blazevic M. Duinovic. (1978). guid pratique de l'entraîneur.Fleuroyger.
3. JACQUE CREVOISRER. (1985). Football et psychologie.
4. Ladislarka cani et Ladislar Horsky. (1986). Entraînement de foot bahh . Brakez: edition biroodorens.
5. LAROUSSE ENCYC LOPEDIQUE.(1972) .
6. Norbert silamiry. (1980). Dictionnaire usuel de psychologie .paris : Edition borda.
7. Tupin Bernard. (1990). Préparation et entraînement du foot balheur .Paris: édition amphora.
8. Wienieck(J). (1983). Manuel de l'entraineent. Paris : Ed vigot.

الرسائل والمذكرات:

1. ادير حسان. (2012). العلاقة بين القدرات البدنية الأساسية (السرعة، القوة) والأداء المهاري في الكرة الطائرة لدى لاعبي المنتخب المدرسية للشرق، مجلة التحدي عدد 05 جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي.
2. الطاهر مجادي. (2002). التدريب المهني وأثره على الأداء، رسالة ماجستير. الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية دالي ابراهيم.
3. العايب سهيب. (2017). دور التكنولوجيا الحديثة للإعلام والاتصال (المرئي) في تطوير كرة القدم عند اللاعبين الجزائريين. جامعة محمد بوضياف المسيلة.
4. بولوفة معمر، قلايلية مراد. (2015). تأليف اسس استخدام معايير الانتقاء حسب الخاصية المورفولوجية من وجهة المدربين لدى ناشئي كرة القدم أقل من 13 سنة مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر اختصاص تدريب رياضي. مستغانم، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

5. حاج أحمد مراد. (2010). علاقة مستوى الطاقة النفسية بالعوامل المشروطة للإنجاز الرياضي (البدني، التقني) عند لاعبي كرة القدم أكابر، دراسة لفرق ولاية البويرة، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة دالي ابراهيم الجزائر.
6. سدراتي رياض. (2017). دور التحليل البيوميكانيكي في تحسين الأداء المهاري (مهارة التسديد) لدى لاعبي كرة القدم، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات الرياضية، جامعة محمد خيضر بسكرة.
7. كاظم أحمد شهيد راضي. (2017). أهم متطلبات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم بالمدارس الاعدادية محافظة النجف العراق من وجهة الخبراء. جامعة السودان، كلية الدراسات العليا للتربية والرياضية.
8. محمد سعيد أبو بشار. (2016). أثر برنامج تعليمي للتصور العقلي على تعلم بعض المهارات لدى ناشئي كرة القدم في الضفة الغربية، أطروحة لنيل شهادة ماجستير في التربية البدنية بكلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية نابلس، فلسطين.
9. يحيى سمير. (2013). مساهمة في دراسة أثر برنامج تدريبي لخاصية القوة المميزة بالسرعة لتحسين الأداء المهاري في كرة الطائرة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في التدريب الرياضي، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي.

المنشورات والمحاضرات:

1. الأطرش زبير. دروس مقياس كرة الطائرة. جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي.
2. العامري ضياء الدين برع جواد. (2017). تأثير برنامج تدريبي باستخدام ايلوبين مختلفين في تدريب بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الناشئين لكرة القدم في تونس، جامعة منوبة، مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية. العدد 04.
3. بوشهير هوارى. (2019). علاقة تدريب التصور العقلي بدقة التصويب بالقدم اثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم آمال، جامعة ثلجي الأغواط، مجلة علمية محكمة تصدر عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة الجلفة العدد 14.
4. حسن عادل تركي، صاحب سلام جابر (د.ت). كرة القدم تعليم وتدريب. موقع مكتبة النور.
5. مختار حنفي محمود. كرة القدم. الجامعة الهولندية قسم المناهج، كلية التربية البدنية والرياضية.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي النخبوي



استمارة استبيان موجهة للمدربين

في إطار انجاز دراسة في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية الموسومة تحت عنوان " أهمية التخطيط الاستراتيجي عند المدربين في تحسين المردود الرياضي لاعبي كرة القدم فئة أقل من 19 سنة ".

نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ونرجو منكم الإجابة عنها بكل صدق وموضوعية قصد مساعدتنا في انجاز البحث بهدف إثراء البحث العلمي، ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة وشكرا على تعاونكم.

ملاحظة:

الرجاء منكم قراءة الأسئلة ثم الإجابة عنها بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة وشكرا

إعداد الطالب:

✓ معيزي فؤاد

✓ عادل حمزة

السنة الجامعية 2024-2025

1. سن المدرب: (25-35 سنة) ☐ (36-45 سنة) ☐ (46 فما فوق) ☐

2. ما نوع الشهادة المتحصل عليها؟

دكتورا في الرياضة ☐ ماستر في الرياضة ☐ ليسانس في الرياضة ☐
مستشار في الرياضة ☐ تقني سامي في الرياضة ☐ لاعب سابق ☐

3. هل سبق وأن مارستم كرة القدم في نادي معين؟

نعم ☐ لا ☐

4. كمسنة مرت وأنتم تمارسون مهنة التدريب؟

أقل من 5 سنوات ☐ لا تتعدى 10 سنوات ☐ أكثر من 10 سنوات ☐

5. بصفتكم مدرب هل تلقيتم تربص تكويني؟

نعم ☐ لا ☐

6. ماهي الأصناف التي سبق أن دربتموها؟

مبتدئين ☐ ناشئين ☐ أصاغر ☐
أشبال ☐ أواسط ☐ أكابر ☐

7. هل ترى أن وضع الأهداف قبل بدء العمليات التدريبية له انعكاس على نتائج الفريق لأقل من 19 سنة؟

نعم ☐ لا ☐

8. هل لديكم أهداف طويلة المدى تسعون لتحقيقها؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة ب (نعم) ما هي تلك الأهداف؟

9. هل تتسم الأهداف الموضوعة من قبلكم بالمرونة والقدرة على التكيف مع المتغيرات غير متوقعة؟

نعم ☐ لا ☐

10. هل الأهداف المسطرة واضحة ومفهومة لدى اللاعبين لأقل من 19 سنة؟

نعم ☐ لا ☐

11. هل الأهداف المسطرة محفزة للقدرات والمهارات من أجل تطوير مستوى الأداء؟

نعم ☐ لا ☐

إذا كانت الإجابة ب (نعم) اذكرها.

12. ما هي الأهداف التي يجب عليك كمدرّب أن ترفع بها كفاءة اللاعب لتحقيق نتائج غاية في الأهمية؟

13. تسيطر الأهداف وفق مراحل ومعايير ما هي تلك المراحل والمعايير التي تبني عليها أهدافكم؟

14. في بداية الموسم التدريبي هل تعطى أهمية لتسطير برنامج زمني لمراحل التدريب؟

☐ نعم ☐ لا

15. هل تعطون في برنامج التدريب الحجم الزمني الكافي للحصص التدريبية؟

☐ نعم ☐ لا

16. حسب رأيك هل العمل لفترة أطول و بزمّن أطول يساهم في تحسين مردود اللاعبين لأقل من 19 سنة؟

☐ نعم ☐ لا

17. حسب رأيك هل المدة المبرمجة من طرفك في المرحلة التحضيرية العامة كافية للرفع من اللياقة البدنية للاعب و

إعطائه مردود جيد أثناء المباراة؟

☐ نعم ☐ لا

إذا كانت الإجابة ب (نعم) ما هي المدة المبرمجة؟

18. ما هو الهدف من التحضير البدني في فترة المنافسة؟

☐ تطوير القدرات البدنية ☐ تطوير الصفات المهارية ☐ معا

19. في فترة التحضير العام، ما هو الوقت المناسب والمخصص لرفع من القدرات البدنية والمهارية لإعطاء مردود جيد

خلال المنافسات وإعطاء نتيجة؟

20. بعد كل مباراة هل تولون اهتماما كبيرا لفترة الاسترجاع؟

☐ نعم ☐ لا

21. ما هو الأسلوب التدريبي المنتهج في عملك؟

☐ ديمقراطي ☐ تدريبي ☐ تسلطي

22. هل تعتمد في عملك على أسلوب الانضباط والمواظبة في الحصص التدريبية؟

☐ نعم ☐ لا

23. هل تقوم بتشجيع اللاعب الذي يقوم بالأداء الجيد أثناء التدريبات؟

☐ نعم ☐ لا

24. هل ترى أن أسلوب التشجيع والتحفيز المعنوي له أهمية في تحسين مردود الفريق أقل من 19 سنة ؟

☐ نعم ☐ لا

25. هل يتكيف اللاعبون أثناء العمل مع أسلوبك الذي تنتهجه؟

☐ نعم ☐ لا

26. هل أسلوب التساهل مع اللاعبين يرجع بالفائدة على الفريق ككل وعلى النتائج بشكل خاص؟

☐ نعم ☐ لا

إذا كانت الإجابة بـ (نعم) كيف ذلك

FREQUENCIES VARIABLES=السن م3 الشهادة.نوع م4 م5

Statistics

		السن	الشهادة نوع	كرة مارستم ان و سبق هل معين نادي في القدم	انتم و مرت سنة كم التدريب مهنة تمارسون	تلقيتم هل مدرب بصفتمكم تكويني تريض
N	Valid	26	26	26	26	26
	Missing	0	0	0	0	0

Frequency Table

		السن		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	25-35 من	10	38.5	38.5	38.5
	سنة 36-45 من	10	38.5	38.5	76.9
	فوق فما 46	6	23.1	23.1	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

		الشهادة نوع		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	الراضة في ليسانس	4	15.4	15.4	15.4
	الرياضة في ماستر	10	38.5	38.5	53.8
	فيالرياضة دكتورا	1	3.8	3.8	57.7
	سابق لاعب	6	23.1	23.1	80.8
	الالي الاعلام في سامي تقني	3	11.5	11.5	92.3
	الرياضة في مستشار	2	7.7	7.7	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

معين نادي في القدم كرة مارستم ان و سبق هل

				Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	نعم	23	88.5	88.5	88.5
	لا	3	11.5	11.5	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

التدريب مهنة تمارسون انتم و مرت سنة كم

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	سنوات 5 من اقل	6	23.1	23.1	23.1
	سنوات 10 تتعدى لا	9	34.6	34.6	57.7
	سنوات 10 من أكثر	11	42.3	42.3	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

تكويني تریص تلقیتم هل مدرب بصفتكم

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	22	84.6	84.6	84.6
	لا	4	15.4	15.4	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

الاصناف\$ Frequencies

	Responses		Percent of Cases
	N	Percent	
مبتدئين ان و سبق التي الاصناف ماهي	21	22.6%	80.8%
ناشئين ^a دربتومها	15	16.1%	57.7%
اصاغر	18	19.4%	69.2%
اشبال	16	17.2%	61.5%
اواسط	14	15.1%	53.8%
اكابر	9	9.7%	34.6%
Total	93	100.0%	357.7%

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

الفريق نتائج عل انعكاس له التدريبية العمليات بد قبل الاهداف وضع أن ترى هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	24	92.3	92.3	92.3
	لا	2	7.7	7.7	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

لتحقيقها تسعون المدى طويلة اهداف لديكم هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	13	50.0	50.0	50.0
	لا	13	50.0	50.0	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

متوقعة غير المتغيرات مع التكيف على القدرة و بالمرونة قبلكم من الموضوعية الاهداف تتسم هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	19	73.1	73.1	73.1
	لا	7	26.9	26.9	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

اللاعبين لدى مفهومة و واضحة المسطرة الاهداف هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	19	73.1	73.1	73.1
	لا	7	26.9	26.9	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

الاداء مستوى تطوير اجل من المهارات و للقدرات محفزة المسطرة الاهداف هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	11	42.3	42.3	42.3
	لا	15	57.7	57.7	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

الاهمية في غاية نتائج لتحقيق اللاعب كفاءة بها ترفع أن كمدرّب عليك يجب التي الاهداف ماهي

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	الاداء تحسين	4	15.4	15.4	15.4
	اللياقة تحسين	9	34.6	34.6	50.0
	النفسى الجانب تقوية	3	11.5	11.5	61.5
	الثقة تعزيز	5	19.2	19.2	80.8
	الذهني الانضباط	2	7.7	7.7	88.5
	المهارات تطوير	3	11.5	11.5	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

أهدافكم عليها تبينون التي المعايير و المراحل تلك ماهي ومعايير مراحل وفق الاهداف تسيطر

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid واقعي بشكل اهدافنا تجديد	5	19.2	19.2	19.2
الخطط تطبيق	11	42.3	42.3	61.5
التكيف على القدرة	2	7.7	7.7	69.2
الكفاءة و الخبرة	2	7.7	7.7	76.9
تقييم تنفيذ تطبيق	6	23.1	23.1	100.0
Total	26	100.0	100.0	

التدريب لمرحلة زمني برنامج لتسطين أهمية تعطي هل التدريبي الموسم بداية في

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid نعم	18	69.2	69.2	69.2
لا	8	30.8	30.8	100.0
Total	26	100.0	100.0	

التدريبية للحصص الكافي الزمني الحجم التدريب برامج في تعطون هل

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid نعم	22	84.6	84.6	84.6
لا	4	15.4	15.4	100.0
Total	26	100.0	100.0	

اللاعبين مردود تحسين في يساهم أطول بزمان و أطول لفترة العمل هل رايتك حسب

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid نعم	13	50.0	50.0	50.0
لا	13	50.0	50.0	100.0
Total	26	100.0	100.0	

و للاعب البدنية اللياقة من للرفع كافية العامة التحضيرية المرحلة في طرفك من المبرمجة المدة هل رايتك حسب

المباراة أثناء جيد مردود اعطائه

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid نعم	5	19.2	19.2	19.2
لا	21	80.8	80.8	100.0
Total	26	100.0	100.0	

المنافسة فترة في البدني التحضير من الهدف ماهو

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid البدنية القدرات تطوير	4	15.4	15.4	15.4
المهارية الصفقات تطوير	7	26.9	26.9	42.3
معا	15	57.7	57.7	100.0
Total	26	100.0	100.0	

و المنافسات خلال جديد مردود لاعطاء المهارية و البدنية القدرات من لرفع المخصص و المناسب الوقت ماهو العام التحضير فترة في

نتيجة اعطاء

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid الاولى الخمسة الاسابيع	15	57.7	57.7	57.7
اسابيع 6 الي 4 من	4	15.4	15.4	73.1
اسابيع 8 الي 6 من	7	26.9	26.9	100.0
Total	26	100.0	100.0	

الاسترجاع لفترة كبيرا اهتماما تولون هل مباراة كل بعد

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid نعم	17	65.4	65.4	65.4
لا	9	34.6	34.6	100.0
Total	26	100.0	100.0	

عملك في المنتهج التدريبي الاسلوب ماهو

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ديمقراطي	14	53.8	53.8	53.8
تدريبي	8	30.8	30.8	84.6
تسلطي	4	15.4	15.4	100.0
Total	26	100.0	100.0	

التدريبية الحصص في المواظبة و الانضباط أسلوب على عملك في تعتمد هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	22	84.6	84.6	84.6
	لا	4	15.4	15.4	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

التدريبات أثناء الجيد بالادا يقوم الذي اللاعب بتشجيع تقوم هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	20	76.9	76.9	76.9
	لا	6	23.1	23.1	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

الفريق مردود تحسين في أهمية له المعنوي التحفيز و التشجيع أسلوب أن ترى هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	19	73.1	73.1	73.1
	لا	7	26.9	26.9	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

تنتهجه الذي أسلوبك مع العمل أثناء اللاعبين يتكيف هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	15	57.7	57.7	57.7
	لا	11	42.3	42.3	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

خاص بشكل النتائج على و ككل الفريق على بالفائدة يرجع اللاعبين مع التساهل أسلوب هل

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	نعم	4	15.4	15.4	15.4
	لا	22	84.6	84.6	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة.

أهداف الدراسة:

- إبراز أهمية التخطيط في التدريب كطريقة حديثة لتحسين المردود الرياضي في كرة القدم لدى فئة أقل من 19 سنة.
- إعطاء اقتراحات ميدانية لتعميم واستعمال التخطيط في التدريب كمنهج علمي في الحصة التدريبية.
- توضيح العلاقات بين التخطيط الإستراتيجي والرياضة.
- جعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان الرياضي.

الإشكالية العامة:

- ما هو تأثير التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة؟

الإشكالية الجزئية :

- هل لتجديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة؟
- هل تحديد التوقيت الزمني المراحل التخطيط للمدرب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة؟
- هل الأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة القدم؟

فرضيات الدراسة

الفرضية العامة:

للتخطيط الإستراتيجي لدى المدربين تأثير في تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة.

الفرضيات الجزئية:

- تحديد الأهداف المراد تحقيقها للمدرب تأثير على تحسين المردود الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة.
- تحديد التوقيت الزمني المراحل التخطيط للمدرب أثر على تحسين الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم فئة أقل من 19 سنة.
- الأسلوب التدريب المنتهج من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة القدم.

إجراءات الدراسة الميدانية:

العينة: تم اختيار عينة بحثنا بشكل عشوائي وشملت المدربين..

المجال الزمني: دامت دراستنا شهرا ونصف وذلك من أوائل شهر مارس إلى 30 أبريل للموسم الجامعي: 2025/2024.

المجال المكاني: أجريت دراستنا على مستوى بعض أندية كرة القدم الولاية الوادي.

المنهج المتبع: استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة في الدراسة: الاستبيان وهو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات.

النتائج المتوصل إليها:

- برى معظم المدربين أن تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر التخطيط الجيد تأثير على المردود الرياضي للاعبين كرة القدم.
- تحديد وتقسيم التوقيت الزمني المراحل التخطيط وتسطير برامج التدريب تأثير على المردود الرياضي.
- أكد معظم المدربين أن التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء المهاري الجيد.
- جل المدربين يثقون في عملية التخطيط في التدريب وتسطير الأهداف.
- إن الأسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للممارسين وتحسين المردود الرياضي.

التوصيات والاقتراحات:

- على مدربي كرة القدم لفئة الأشبال إعطاء وتحديد التوقيت المناسب والملائم العملية التدريب
- يمكن الاستفادة من الخبرة التي يكتسبها المدربون في مجال التدريب عند القيام بعملية التخطيط في التدريب.
- لابد على المدربين الالتزام بالتخطيط في التدريب كمنطلق في العملية التدريبية، والقيام بعدة بحوث مختصة في هذا الحال.
- المرحلة العمرية لفئة الأشبال تناسب تحسين وتطوير الأداء، وهذا الأخير مرتبط بنوعية التخطيط المنتهج .
- تكوين فريق وطني ذو مستوى عالي دوره الاهتمام بالفئات الصغرى، خصوصا فئة الأشبال، كون هذه المرحلة هي مرحلة حساسة في حياة الرياضي، أي يمكن فيها اكتساب وتطوير الأداء المهاري.

Summary of the study

Study Title: The Importance of Strategic Planning for Coaches in Improving the Athletic Performance of Under-19 Football Players.

Study Objectives:

- Highlighting the importance of planning in training as a modern method for improving athletic performance in under-19 football.
- Providing field suggestions for generalizing and using planning in training as a scientific method in training sessions.
- Clarifying the relationship between strategic planning and sports. - Making our study a helpful reference for researchers in the sports field.

General Problem:

- What is the effect of strategic planning for coaches in improving the athletic performance of under-19 football players?

Sub-Problem:

- Does renewing the goals to be achieved by the coach affect improving the athletic performance of under-19 football players?
- Does setting the timing of the planning stages for the coach affect improving the athletic performance of under-19 football players?
- Does the training method adopted by the coach affect the results of football players? Study

Hypotheses General Hypothesis: Strategic planning by coaches has an impact on improving the athletic performance of under-19 football players.

Sub-hypotheses:

- Setting the goals to be achieved by the coach has an impact on improving the athletic performance of under-19 football players.
- Setting the timing and planning stages by the coach has an impact on improving the athletic performance of under-19 football players.
- The training method adopted by the coach has an impact on the results of football players

Field Study Procedures Sample: Our research sample was randomly selected and included coaches...

Time frame: Our study lasted a month and a half, from early March to April 30 for the university season. 2024/2025

Spatial frame: Our study was conducted at some football clubs in the state of El Oued.

Methodology: We used the descriptive approach in our research.

-The tools used in the study were the questionnaire, which is a tool for obtaining facts, data, and information.

-Results obtained Most coaches believed that setting training goals, which is an element of good planning, affects the athletic performance of football players.

ملخص الدراسة

- Determining and dividing the planning stages and outlining training programs affects athletic performance.
- Most coaches confirmed that planning is the most effective method for achieving good technical performance.
- Most coaches trust the planning process in training and setting goals.
- The method adopted by the coach greatly affects the process of raising the level of athletic performance of practitioners and improving athletic performance.

Recommendations and Suggestions:

- Junior football coaches should give and determine the appropriate and suitable timing for the training process
- The experience gained by coaches in the field of training can be utilized when carrying out the training planning process. Coaches must commit to training planning as a starting point for the training process, and conduct several specialized studies in this regard.
- The age group of the Cubs category is suitable for improving and developing performance, and the latter is linked to the quality of planning adopted. Forming a high
- level national team should focus on the younger groups, especially the Cubs category, as this is a sensitive stage in an athlete's life, meaning that it is during this stage that skill performance can be acquired and developed