

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي



رقم:.....

مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر
تخصص تدريب رياضي

العنوان

دور المدرب الرياضي في بناء تماسك الفريق
في كرة القدم

تحت إشراف:
- ب. عبد المالك شتيوي

من إعداد :
- قلفن علي
- غضبان السعيد

السنة الجامعية : 2020/2019

شكر و عرفان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله و الصلاة و السلام على خير خلق الله محمد صلى الله عليه و سلم أما بعد

بداية نحمد الله تبارك و تعالى حمدا كثيرا و نشكره على فضله و نعمه في إتمام هذا البحث.

كما ندعوا واجب الوفاء و العرفان بالجميل و نحن على أهبة هذا البحث ان نتقدم بالشكر العميق الى كل من ساهم من قريب أو بعيد في إتمام هذا البحث . ونخص بالشكر المحترم و الفاضل { البروفسور عبد المالك شتيوي } على متابعته لنا و توجيهاته القيمة , له منا كل الاحترام جزاه الله خيرا كما يسعدنا ان نعتبر عن تقديرنا العميق لجميع الأساتذة و عمال المعهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية و كل من ساهم في تكويننا ارشادنا.

ألف شكر

اهداء

اهداء

نهدي هذا العمل المتواضع الى من رضى الله في رضاهم : أمهاتنا و أباءنا.

الى كل العائلة كبير و صغير

الى أصدقائنا الذين تسعدنا صحبتهم و رفقتهم في دروب الحياة بخلوها و مرها
و كانوا معنا و علمونا أن لا نضيعهم بإخائهم و وفائهم جميعا فقلوبنا من
يسعهم و ليست أقلامنا .

الى كل الزملاء و الزميلات في قسم التدريب الرياضي بجامعة محمد خيضر
ببسكرة

اللى كل من أعاننا على انجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد

علي

السعيد

الفهرس

02	الجانب التمهيدي
03	اشكالية
04	الفرضيات
04	أهداف الدراسة
05	أهمية البحث
05	أسباب اختيار الموضوع
05	الدراسات السابقة و المرتبطة بالموضوع و المشابهة
07	ظبط المصطلحات و الفاهيم الخاصة بالبحث
09	الجانب النظري
10	الفصل الأول المدرب الرياضي
12	تعريف المدرب
12	شخصية المدرب وتأثيرها على الفريق
13	مميزات مدرب كرة القدم
14	المدرب كمربي ناجح
14	دور المدرب
15	وظائف المدرب
16	أساليب القيادة للمدرب الرياضي
18	كفاءة المدرب المهنية
22	الفصل الثاني
24	الفريق الرياضي
27	تماسك الفريق الرياضي
31	المدرب الرياضي
37	الفصل الثالث
39	تعريف كرة القدم
40	نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم
41	التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم
43	كرة القدم في الجزائر
44	النادي الجزائري لكرة القدم
44	مدارس كرة القدم
45	المبادئ الأساسية لكرة القدم
46	قوانين كرة القدم
48	طرق اللاعب في كرة القدم
49	متطلبات كرة القدم
53	بعض العناصر الناحية النفسية لكرة القدم
55	أهداف رياضة كرة القدم
55	خصائص كرة القدم
56	القيم التربوية لرياضة كرة القدم

57	أهمية كرة القدم في المجتمع
59	الجانب التطبيقي
60	الفصل الأول الإجراءات الميدانية للبحث
62	الدراسة الاستطلاعية
62	منهج البحث
62	مجتمع الدراسة
62	عينة الدراسة
63	مجالات الدراسة
63	ظبط متغيرات الدراسة
63	أدوات القياس
63	الطريقة الاحصائية
	خاتمة
	قائمة المراجع
	ملخص البحث

مقدمة

مقدمة:

نظرا لما للرياضة من أهمية في الوقت الحالي فإنها لم تبق حبيسة مجال الترفيه، بل تحولت إلى علم من العلوم، فأنشأت معاهد مختصة في تكوين المدربين والإطارات المختصة في مختلف الرياضات، من خلال هذه العناية بالرياضة أصبح للتدريب الرياضي مفهوم أوسع يقوم على أسس منهجية وعلمية مدروسة تستند على المادة العلمية البحتة، تلك التي تعود على الرياضي بفوائد عديدة تمكنه من ربح الوقت وتقادي الضرر البدني. وبالتطور التكنولوجي والعلمي والمعرفي الذي شمل جميع المجالات ومختلف الميادين من حيث إضافة أو تغيير بعض المفاهيم أو الطرق التي تؤدي إلى تحقيق الأهداف المراد الوصول إليها، ويعتبر المجال الرياضي بكل فروعه سواء الإدارية أو التدريبية احد هاته المجالات التي قد شملها هذا التطور، ويعتبر التدريب المنطلق الحقيقي للوصول إلى تحقيق نتائج سواء للفرد أو الجماعة وذلك انطلاقا مما يراه مفتي إبراهيم حماد (1998) بأنه هو مختلف العمليات التعليمية والتنموية التربوية التي تهدف إلى تنشئة وإعداد اللاعبين أو اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية الميدانية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة، وهذا يعني أن ماهية التدريب تجردت من مفهومها الكلاسيكي على أنها مجمل حصص تهدف للوصول إلى نتائج للفرد أو الفريق الممارس للرياضة بأي نوع كانت.

وبالنظر إلى أهمية المدرب الرياضي يتضح انه وسيلة هامة لبناء فريق متماسك و الذي بدوره يحقق النتيجة المرجوة وكذلك التدريب يعتبر وسيلة هامة في إنشاء علاقات إنسانية واجتماعية تهدف إلى إيجاد اندماج وتفاعل بين أفراد المجموعة الواحدة سواء كانت الممارسة لرياضة فردية أو جماعية وذلك انطلاقا من اصغر وحدة في العملية التدريبية إلى الحصة التدريبية.

وتعتبر الرياضات الجماعية بمختلف أنواعها السمة الأكثر توضيحا لإبراز العلاقات الاجتماعية والنفسية بين أفراد الجماعة الواحدة في مختلف المراحل العمرية خاصة في المرحلة التي تعقب مرحلة المراهقة، والتي تعتبر مرحلة النضج واكتمال الشخصية وكذلك بروز الشخصية الذاتية للفرد، وكذلك مراعاته لأهمية ودور الجماعة، وتعتبر رياضة كرة القدم من أهم الرياضات التي تأثرت بصفة كبيرة بالتطور التكنولوجي والعلمي وذلك من خلال القوانين أو التدريب الذي يطبق مختلف الوسائل والمفاهيم الحديثة، من استخدام للإعلام الآلي وكذا مختلف طرق الاتصالات -لخدمة التحكيم مثلا-

وكذلك تعتبر كرة القدم في وقتنا الحالي لعبة شعبية وذلك لأنها تمس جميع الفئات وجميع الأعمار، وهذا راجع إلى وسيلتها البسيطة الكرة وأماكن ممارستها حتى في أماكن ضيقة وكذلك لان منطلقها من البيئة وخاصة الفقيرة (مثل ذلك شوارع البرازيل الفقيرة وما أنجبت من لاعبين مازالوا يذكرون في التاريخ).

كذلك أخذت هاته الشعبية الواسعة من خلال إبرازها لمختلف الصفات الإنسانية والاجتماعية التي تربط فريق كرة القدم إدارة ولاعبين وكذلك الجهاز الفني وبالأحرى المدرب ومن هنا تتجلى أهمية بحثنا في إبراز دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق الرياضي في كرة القدم.

وقد كان منطلق دراستنا محاولة في الإجابة عن الإشكالية التالية:

هل يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم ؟

وقد اقترحنا كإجابة مبدئية الفرضية: يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم.

وقد قسمنا دراستنا إلى ثلاث جوانب:

الجانب التمهيدي: والذي يحتوي على إشكالية البحث مع تحديد الفرضيات وتبيان أهمية وأهداف البحث وأسباب اختيار الموضوع وتحديد المفاهيم والمصطلحات الدراسات السابقة والمثابهة.

الجانب النظري: والذي يحتوي على ثلاثة فصول كل فصل يبدأ بتمهيد وينتهي بخلاصة.

جاء في الفصل الأول " المدرب الرياضي".

وجاء في الفصل الثاني " تماسك الفريق".

وجاء في الفصل الثالث " كرة القدم".

الجانب التطبيقي: والذي بدوره قسمناه إلى ثلاثة فصول، الفصل الأول " طرق ومنهجية البحث" وشملت الدراسة الاستطلاعية، المنهج المستخدم، إجراءات التطبيق الميداني، حدود الدراسة، المعالجة الإحصائية.

الجانب

التمهيدي

(1) الإشكالية:

يلاحظ في العديد من المهن والأعمال والوظائف المختلفة توافر درجات متفاوتة ومتباينة من الأعباء والضغوط البدنية النفسية المرتبطة بها، إلا أن إدراك العاملين بهذه المهن واستجاباتهم لهذه الضغوط تختلف اختلافا واضحا من شخص لآخر في ضوء اختلاف خصائص الدور وفي ضوء بعض العوامل.

وفي المجال الرياضي يمكن اعتبار مهنة المدرب الرياضي من المهن التي ترتبط بصورة واضحة بالعديد من الضغوط على مختلف أنواعها، إذ يرتبط عمل المدرب الرياضي بعوامل متعددة تتميز بالانفعالات الحادة وكذا آثار جانبية.

وباعتبار أن رياضة كرة القدم هي الأكثر شعبية في العالم بحيث تستقطب الكثير من الشعوب لمشاهدتها وكذلك لممارستها وأصبح للاعب أهمية بالغة من أجل تحقيق الفوز أو الخسارة للفريق والتي قد تسهم في إنهاك قوى وطاقت وقدرات المدرب الرياضي في كرة القدم، وتعمل على إضعاف ثقته في نفسه وتنمية اتجاهات سلبية نحو ذاته ونحو الآخرين والاعتقاد بأنه غير كفاء في عمله.

و يرجع التقدم بمستوى الإنجاز بكرة القدم إلى مجموعة من المقومات الأساسية التي تساهم في عملية الوصول إلى المستويات العليا للاعبين واللاعبات على حد سواء ولعل من بين أهم هذه المقومات هي التحضير الجيد للفريق وبناء تماسكه ، إذ اتجهت الدراسات الحديثة إلى تقويم وتطوير الكثير من الألعاب الرياضية ومنها لعبة كرة القدم من خلال الاهتمام بتنمية وتطوير جميع القدرات التي يحتاجها الفريق في المنافسة الرياضية لكي يستطيع الوصول الى نتائج مرضية.

فالممارسة الرياضية لها دور هام وأساسي في خلق هذا الجو المتزن لما تحمله من عوامل الراحة والاطمئنان والتفاعل الاجتماعي وكذلك لما تحمله من أهداف نبيلة تعمل على توطيد هاته العلاقات الاجتماعية وكذا تنمية التعامل بين أفراد الفريق. كما أن تماسك الفريق الرياضي يمثل ظاهرة أساسية لاستمرار اللاعبين في عضوية الفريق الرياضي، إذ أنه هو الخيط الذي يربط بين أفراد الفريق والذي يبقى على العلاقات بين مختلف أفراد، إذ أن موضوع تماسك الفريق اكتسب أهمية في ميدان سيكولوجية الجماعات الصغيرة، حيث يمثل هذا المفهوم الرابطة التي تربط أفراد الجماعة، أو قوة العلاقة بينهم، كما يشير أيضا إلى استمرارية الأفراد في عضوية الجماعة، وإلى درجة التقارب بين أفراد الجماعة وشدة وحجم الاتصال والتفاعل بينهم.

ومن هذا المنطلق نطرح الإشكال أو التساؤل :

- هل يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم ؟

(2) التساؤلات الفرعية :

- هل يؤثر المدرب الرياضي على مردود الفريق ؟

- هل يؤثر تغيير المدربين بالسلب على تماسك فريق كرة القدم؟

- هل يؤثر تغيير المدربين في تحقيق سمة الحاجة للانجاز لدى فريق كرة القدم؟

(3) الفرضيات:

الفرضية العامة:

- يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

- يؤثر المدرب الرياضي على مردود الفريق.

- يؤثر تغيير المدربين بالسلب على تماسك فريق كرة القدم.

- يؤثر تغيير المدربين في تحقيق سمة الحاجة للانجاز لدى فريق كرة القدم.

(4) اهداف الدراسة:

إن الهدف من دراستنا هذه يتمحور حول عدة نقاط نذكر منها:

- معرفة أهم الأسباب المؤدية لهذا المشكل وكيفية معالجتها.

- معرفة مدى تأثير دور المدربين في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم.

- الوصول الى اجابة عن التساؤل الرئيسي للدراسة وذلك بالسعي و تحديد مسار متبع للوصول للنتيجة المرجوة

وبالتالي الاستفادة من نتائج هذه الدراسة كي تكون وثيقة علمية لمعالجة بعض المشكلات.

- محاولة الاستفادة المباشرة من نتائج الدراسة و جعلها كمرجع علمي و ذلك من اجل تحسين تماسك الفريق في كرة القدم وهذا عن طريق تشخيص المشكلة و تقديم الاقتراحات كحلول مستقبلية.

- إبراز الدور الإيجابي للحصة التدريبية كوسيلة مهمة في عملية التماسك والتفاعل الاجتماعي أثناءها.

- خلق جو من العلاقات الجيدة بين أفراد الفريق الرياضي الواحد من خلال برامج تدريبية هادفة ومنظمة

(5) اهمية البحث:

اهمية البحث تتجلى لنا من خلال السعي الى التعرف على موضوع يخدم المجال الرياضي لانه يسلط الضوء على جانب مهم من الاعداد و ذلك انه يطرح اشكالية تخص دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم و بالتالي الوصول الى سبب من اسباب الفشل او النجاح في خوض المنافسة الرياضية.

(6) اسباب اختيار الموضوع:

- اسباب ذاتية:

وقع اختيارنا لهذا الموضوع بالذات لاعتقادنا انه موضوع جلب اليه الكثير من الاعلام نظرا لما له من اهمية في تحديد مصير الفريق و مدى انجازه.

وهذا ان المدرب الرياضي له دور في نجاح او فشل أي فريق.

-اسباب موضوعية:

-اهمية الدراسة في حد ذاتها.

-تناول واقع معاناة بعض المدربين في بناء و تماسك الفريق.

-اثراء المكتبة بهذه الدراسة و محاولة زيادة المجال المعرفي.

(7) الدراسات السابقة و المرتبطة بالموضوع و المشابهة:

الدراسة الاولى:

- دراسة بعنوان: "شخصية مدرب كرة القدم و أثرها في تماسك الفريق"مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية بدالي إبراهيم – جامعة الجزائر- الموسم الجامعي 1993/1994، من إعداد الطالبان: نبيل مازري و برقوق كريم عبد الرزاق.

- وكانت اشكاليتهم كالتالي:

" هل لشخصية مدرب كرة القدم اثر في تماسك الفريق الرياضي"؟.

وكان هدفهم معرفة الأسباب والعراقيل التي تؤثر في شخصية المدرب وتنقص من إرادته بصفة عامة واثبات أن الجانب السيكولوجي والحالة النفسية للمدرب تؤثر مباشرة في اللاعبين والفريق ككل.

وكانت الأداة المستعملة في بحثهم هي استبيانين احدهما موجه للمدربين والآخر للاعبين أما عينة البحث فكانت عبارة عن عينة عشوائية متكونة من 25 مدرب ينشطون في مختلف فرق القسم الوطني الأول و60 لاعب يتدربون في الفرق التي ينشط بها المدربين.

- من أهم النتائج التي توصل إليها الطالبان:

- وجود نوع من الضعف في شخصية البعض من المدربين و هو إثبات للفرضية الأولى لدراستهما.

- أما الفرضية الثانية فقد تم نفيها والتي كانت تنص على أن الضعف في شخصية بعض المدربين راجع إلى عدم اكتساب معارف بسيكولوجية دقيقة كالمكونات الأساسية لشخصية المدرب الناجح.

الدراسة الثانية:

دراسة بعنوان "دور التدريب الرياضي في تحقيق التوافق النفسي لدى لاعبي كرة القدم" مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية فرع الإدارة والتسيير الرياضي - جامعة المسيلة- الموسم الجامعي 2007/2008 ، من إعداد الطالب دلهوم عماد وآخرون.
وكانت اشكاليتهم كالتالي:

- "هل للتدريب الرياضي دور في تحقيق التوافق النفسي لدى لاعبي كرة القدم؟".
وكان الهدف من هذه الدراسة هو:

- معرفة أهم مشاكل لاعبي كرة القدم وكيفية معالجتها عن طريق التدريب الرياضي.
- الدور الفعال الذي يلعبه التدريب الرياضي في حياة هذه الفئة من الرياضيين.
- إبراز تأثير ممارسة التدريب الرياضي على تحقيق التوافق النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

أما فيما يخص العينة فكانت عينتهم عشوائية وأفراد العينة عبارة عن 10 مدربي كرة القدم بولاية برج بوعريريج و40 لاعب منخرط في نفس الفرق.

- أداة البحث عبارة عن استبيانين احدهما موجه إلى المدربين والآخر إلى اللاعبين.
- من أهم النتائج التي توصل إليها الطلبة :

-إن التدريب الرياضي لا تقتصر أدواره ومنافعه على الجانب البدني فحسب بل تمتد إلى التأثير على الجوانب النفسية كونها تساعد في تكوين شخصية لاعبي ومدربي كرة القدم مما يؤدي إلى تحقيق التوافق النفسي وكذا امتصاص حجم الأزمات التي يلاقونها.

8) ضبط المصطلحات و المفاهيم الخاصة بالبحث:

1- تعريف المدرب:

المدرب هو الشخصية التربوية الذي يتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي تأثيرا مباشرا، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطورا شاملا متزنا لذلك وجب أن يكون المدرب مثلا أعلى يحتذي به في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرب العامل الأساسي والهام في عملية التدريب، فتزويد الفرق الرياضية بالمدرب المناسب يمثل احد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين و المسؤولين و مديري الأندية المختلفة ، فالمدربين كثر ولكن من يصلح هذه المشكلة.

ويشير زكي محمد حسن إلى أن ارتباط اللاعب بمدربه وإمامه بعادته الفكرية أمر لا يقدره إلا من خاض هذا الميدان، لهذا محاولة اللاعب تقليد مدربه في بعض النواحي الشخصية مثل طريقة الكلام والمظهر وطريقة الأداء ليس من الأمور التي يمكن ملاحظتها، فقد يكون اثر شخصية المدرب ذا فاعلية في مستوى أداء اللاعب واستجابة اللاعب الشخصية نحو المدرب قد يكون لها اثر عظيم في خلق اتجاهات ايجابية نحو مدربه.¹

وحسب لاروس La rousse هو الشخص الذي يدرّب الجياد، فالمدرّب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيل أو الأشخاص لمنافسة ما والذي يمد الرياضيين بالنصائح كما يملك القدرة على فرض سلطته على الفريق، فالمدرّب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه، الحازم في قراراته والمتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه²

2- تماسك الفريق الرياضي: أشار بعض الباحثين في مجال دراسة الجماعات الرياضية أو الفريق الرياضي (دونا للي DONNALLY) و(شيلادوراى CHELLADURAI) و(كارون CARRON) عام 1980 إلى أنه يمكن النظر إلى تماسك الفريق الرياضي من منظورين هما:

المنظور الأول:

يشير إلى تعريف تماسك الفريق الرياضي بأنه "محصلة القوى التي توجه اللاعبين نحو الفريق، أو محصلة القوى التي تجذب اللاعبين على الاستمرار في عضوية الفريق أي محصلة جاذبية الفريق لأعضائه".²

المنظور الثاني:

يشير إلى تعريف تماسك الفريق بأنه: "محصلة القوى الدافعة لاستمرار بقاء الجماعة والمحافظة عليها".³

ويركز هذا المنظور على قوة العلاقة الرابطة بين أعضاء الجماعة أثناء حالات الأزمات، أو مقاومة الجماعة للقوى التي تصدع أو تمزق الجماعة أو في حالة الهزائم المتكررة.

3- الفريق الرياضي:

¹ - وجدي مصطفى : الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب - مرجع سابق - ص 25.
² - علي فهمي البيك : المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية - منشأة المعارف بالإسكندرية - مصر - ط1- 2003 - ص 10.
³ - محمد حسن علاوي: "سيكولوجيا الجماعات الرياضية"، مركز الكتاب، ط1، القاهرة، مصر، 1998، ص 37، 52، 53.

هناك العديد من التعاريف التي قدمها بعض الباحثين لتحديد معنى ومفهوم الجماعة والتي يمكن تطبيقها في مجال تعريف الفريق الرياضي من حيث جماعة منظمة ودائمة.

ومن بين هذه التعاريف التعريف الذي قدمه محمد حسن علاوي 1992 حيث يعرف الفريق الرياضي بأنه: "فردين (لاعبين) أو أكثر يسلكون طبقاً لمعايير مشتركة، ولكل فرد (لاعب) في الفريق دور يؤديه مع تفاعل هذه الأدوار بعضها مع بعض للسعي لتحقيق هدف مشترك.

4- كرة القدم:

"كرة القدم" "Football" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، ومن الناحية الاصطلاحية، كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها، رومي جميل ((كرة القدم قبل كل شيء هي رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع".⁴

⁴ - رومي جميل: "كرة القدم"، دار النقائض، ط1، بيروت، لبنان، 1986، ص50.

الجانب

النظري

الفصل الأول

المدرّب الرياضي

تمهيد

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

1- تعريف المدرّب:

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

ويشير زكي محمد حسن إلى أن ارتباط اللاعب بمدرّبه وإمامه بعادته الفكرية أمر لا يقدره إلا من خاض هذا الميدان، لهذا محاولة اللاعب تقليد مدرّبه في بعض النواحي الشخصية مثل طريقة الكلام والمظهر وطريقة الأداء ليس من الأمور التي يمكن ملاحظتها، فقد يكون اثر شخصية المدرّب ذا فاعلية في مستوى أداء اللاعب واستجابة اللاعب الشخصية نحو المدرّب قد يكون لها اثر عظيم في خلق اتجاهات ايجابية نحو مدرّبه.¹

وحسب لاروس la rousse هو الشخص الذي يدرّب الحياد، فالمدرّب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيل أو الأشخاص لمنافسة ما والذي يمد الرياضيين بالنصائح كما يملك القدرة على فرض سلطته على الفريق، فالمدرّب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه، الحازم في قراراته والمتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه.²

-2- شخصية المدرّب وتأثيرها على الفريق:

من الملاحظ أن الدراسات المنجزة حول شخصية المدرّب قليلة مقارنة بما أنجز من دراسات حول الرياضي، لكننا نجد في الدوريات المختصة في علم النفس الرياضي بأن ميدان الشخصية لدى المدرّب ما زال خصباً ولم يستوفي حقه من الدراسة فغالبا ما تكون صورة المدرّب مقترنة بالشخصية الاستبدادية متميزة بالصرامة، العنف، وحب الانتصار بأي ثمن. ويشير معظم خبراء التدريب الرياضي إلى أن المدرّب الرياضي هو شخصية موهوبة ذات أبعاد مميزة يمتلك إمكانات خاصة تفرقه عن أقرانه من عامة البشر وأن هناك فروق واضحة بين مجموعة المدربين والممارسين والتي تميز المدربين بالاتي:

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

وعلى الجانب السلبي أظهر المدربون عدم الميل للاعتماد على الآخرين وكانوا غير مهتمين بمشاكل أعضاء فرقهم، و لا يميلون إلى احد نفسيا عند التعرض لطارئ نفسي لذلك قد يتعاملون مع بعض المواقف كأى أشخاص آخرين كما أن الساعات العديدة التي يقضيها المدرّب مع اللاعبين توحى بالتأثير المحتمل على تنمية اللاعبين، و تنمية اللاعبين تتأثر تأثيرا كبيرا بشعورهم تجاه مدرّبهم مثل الولاء و الإعجاب فاللاعب يتأثر بمداركة الحسية (سلبية – ايجابية) وهي في النشاط الممارس و

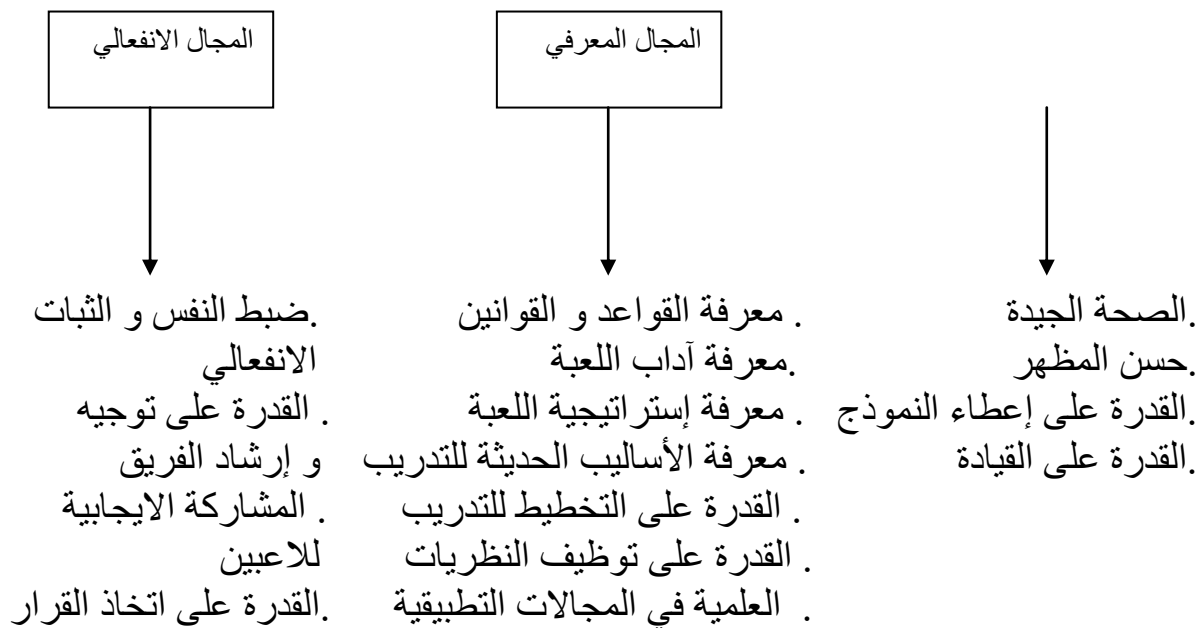
1 - وجدي مصطفى : الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب - مرجع سابق - ص 25.
2 - علي فهمي البيك : المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية - منشأة المعارف بالإسكندرية - مصر - ط1- 2003 - ص 10.

تختلف الأنشطة الرياضية باختلاف متطلباتها في التدريب والمنافسة ولذلك يجب التوجيه لتطوير حالة الفرد التدريبية بما يتلاءم وتلك المتطلبات مما يؤدي إلى تكيف الرياضي بدنيا و نفسيا مع أنواع النشاط الرياضي وهذا هو ما يطلق عليه خصوصية التدريب .

-3- مميزات مدرّب كرة القدم¹:

- 1- المجال البدني
- 2- المجال المعرفي
- 3- المجال الانفعالي

المجال البدني



له سمات شخصية
مرغوبة اجتماعيا

مخطط يمثل مميزات مدرّب كرة القدم

-4- المدرّب كمربي ناجح:

نجاحة و فعالية المدرّب تمر حتما عبر تطابق أهداف و منهجية الوصول إليها إجرائيا ، فالنجاحة يمكن اعتبارها القدرة على تحقيق المهمة ، بلوغ الأهداف المحددة سابقا . إذن المدرّب الناجح هو الذي يستطيع أن يصل إلى الأغراض و الأهداف المسطرة ، الذي ينجح في مشاريعه المهنية فالمدرّب الناجح هو الذي يستطيع أن يصل بأفراد فريقه إلى مستوى من النمو في اكتساب المهارات الحركية . و في تعلم تقنيات الاختصاص ، فالنجاحة مرتبطة بتحقيق النتائج لا المناهج المتبعة فهنا النتيجة في الشرط الأساسي فلو فرضنا فريقان حققا نفس النتائج نعتبر المدرّبان في نفس الخانة من النجاحة حتى و لو كان احدهما سيء العلاقة بأفراد فريقه.¹

-5- دور المدرّب :

يعرف " ريمون توماس " دور المدرّب بالشكل التالي : " تتضمن جل الفرق على شخص يلعب دور متميز بإيصال و تلقي المهارات الحركية ، تسيير و توزيع التدريب بطريقة علمية من حيث الكيف و العمل ، بعث جو اجتماعي يسهل من العمل ، كما عليه فض النزاعات و الحد من الصراعات و الوقاية من كل ما قد يعيق السير الحسن للفريق " .² فالمدرّب ذو شخصية متعددة الأوجه تسمح له بأداء ادوار عديدة و متنوعة نذكر منها :

- يجب أن يقوم بدور القائد ، مؤمن بما يقوم به
- يجب أن يقوم بدور المعلم الملم بمعرفة واسعة و دقيقة تسمح له بفرض طريقة عمله
- يجب أن يكون الأخصائي النفسي للاعبين القادر على معرفة و فهم أفراد الفريق
- يجب أن يكون المثل و النموذج الذي يقتدي به
- أن يكون من مهامه اتخاذ القرارات الهامة
- يجب أن يتحلّى بقدرة فائقة في الاتصال تسمح له بنسج شبكة من العلاقات مع أفراد الفريق

- يجب أن يكون المنسق في عملية التفاعلات داخل الجماعة
- يجب أن يكون الرئيس و المدير فيما يتعلق بما يحتاجه الفريق في الجانب اللوجيستيكي .

-6- وظائف المدرّب:

¹ - علي فهمي البيك : المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية - مرجع سابق - ص 98 .
² - علي فهمي البيك : نفس المرجع - ص 35 .

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

فوظائف المدرّب متعددة نلخصها فيما يلي:

6-1- وظيفة التنظيم:

تتطلب الاحتكاك المباشر حيث أن المدرّب يقوم بعملية :

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

6-2- وظيفة التلقين:

والمتمثلة بتوصيل المعارف والاتصال، تعلم الجوانب التقنية والتكتيكية.

6-3- وظيفة الاتصال:

تتمثل في نسج روابط علاقاتية بين المدرّب والمتدرب.

6-4- وظيفة نفسية:

وهي التأثير الممارس من طرف المدرّب على نشاط وسلوك الرياضي في المواقف التدريبية والمنافسة بهدف ضبط الحالات النفسية والتوترات .

6-5- وظيفة المراقبة:

وتتمثل في إبراز والثناء على كل الأفعال التي تؤثر ايجابيا في الرياضي.

7- المدرّب كقائد:

يعتمد وصول اللاعب أو الفريق الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية لعدة عوامل، ومن بين أهم هذه العوامل المدرّب، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطا وثيقا بمدى قدرات المدرّب على إدارة عملية التدريب ، من تخطيط وتنظيم وتنفيذ وتقويم، وعلى قدراته في إعداد اللاعب في المنافسات الرياضية وإدارته لهذه المنافسات وكذلك قدرته على رعاية وتوجيه وإرشاد اللاعبين قبل وأثناء وبعد المنافسات¹. وفي ضوء ذلك يمكن النظر المدرّب الرياضي من حيث انه قائد يقوم بعملية الإدارة الفنية للاعبين أو الفريق ككل في الرياضة التخصصية، كما يقوم بإدارة عملية التوجيه والإرشاد والرعاية للاعبين والفريق، فالقيادة عبارة عن علاقة متبادلة بين فرد (القائد) ومجموعة من الأفراد ويقوم فيها بالتوجيه والتأثير على سلوك هذه المجموعة من الأفراد بمختلف الطرق والوسائل بغية تحقيق هدف أو أهداف محددة، أو هي الدور الذي يتضمن التأثير والتفاعل ، ويقود نحو انجاز الهدف ، وينتج عن التغيير البنائي خلال المجموعات فالقيادة ببساطة تعني كيفية التخطيط للهدف، وذلك لإعطاء الآخرين الاتجاه من خلال معرفتهم من مطلوب ، عمله كذلك يعني القيادة بتطوير كل من البيئة الاجتماعية والنفسية، أي ما يسمى مناخ الفريق

1- علي فهمي البيك : المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية - مرجع سابق - ص 40.

وتماسك الفريق، وهذا يعني ويؤكد لنا أن دور المدرّب لا يقتصر فقط على تطوير القدرات البدنية والمهارية فحسب.¹

8- أساليب القيادة للمدرّب الرياضي:

يعني الأسلوب القيادي ماهية أنماط السلوك التي يتبناها القائد لمساعدة جماعته على انجاز الواجبات وإشباع الحاجات، وقد اختلف الباحثون في تصنيف أنماط القيادة بالقدر الذي اختلفوا فيه في تعريفها ولكن هناك ثلاث أساليب هم:

الأسلوب الأوتوقراطي والأسلوب الديمقراطي والأسلوب الفوضوي.²

8-1- الأسلوب الأوتوقراطي:

ويتميز هذا النمط في محور السلطة بيد القائد وحده ، فهو الذي يتخذ القرارات بنفسه و يحدد سياسة الجماعة و أدوار الأفراد ، يرسم الخطط و يملئ على الجماعة أنشطتهم و نوع العلاقات بينهم وهو بدوره الحكم و مصدر الثواب و العقاب ، ويهتم بضمان طاعة الأفراد الذين لا يملكون حق اختيار العمل أو المشاركة في اتخاذ القرار أو حتى المناقشة ، وهو يتدخل في معظم الأمور ، و بطبيعة الحال فإنه في ظل هذا المناخ الاستبدادي تؤدي الطاعة العمياء دون مناقشة و عدم إبداء الرأي إلى تعطيل القدرة على الخلق و الإبداع و الابتكار حيث يعتمدون كلية على القائد ، كذلك لا يتيح هذا المناخ مجالاً كافياً لتنمية العلاقات الإنسانية بين أفراد الجماعة فتتخفص الروح المعنوية إلى جانب الافتقار إلى العلاقات الإنسانية اللازمة وتحقيق التكيف الاجتماعي بينهم، مما يؤدي إلى احتمال انتشار المنافسة غير الشريفة والنزاع وضعف روح التعاون كما يؤدي انتشار الروح السلبية لدى الأفراد واكتفاءهم بالعمل بالقدر الذي يحميهم من عقاب القائد الاستبدادي.³

8-2- الأسلوب الديمقراطي:

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

ويصغي القائد الديمقراطي للآخرين أكثر مما يجعلهم ينصتون إليه، فهو يقترح ولا يأمر، والجماعة الديمقراطية تتميز بدافعية أكبر نحو العمل وبمقدرة أعلى على الأداء كما يعم الرضا والشعور بالارتياح بين أفراد الجماعة كما تسود روح التعاون والصدقة ويقبل الإحساس بالإحباط والفردية.⁴

رغم ما تحققة القيادة الديمقراطية من إيجابيات ينعكس أثرها على أفراد الجماعة إلا أن التماذي في اللامركزية قد يؤدي إلى نوع من التسبب واللامبالاة بين أفراد الجماعة حينها

1 - أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي - دار الفكر العربي - مصر - ط 1- 1997- ص 36- 364
 2 - محمود فتحي عكاشة : علم النفس الاجتماعي - مطبعة الجمهورية - القاهرة - مصر - بدون طبعة- 1997- ص 302.
 3 - محمود فتحي عكاشة : نفس مرجع - ص 326.
 4 - محمد شفيق زكي : الإنسان والمجتمع - المكتب الجامعي الحديث - الإسكندرية - مصر - ط1- 1997- ص 201 .

يفقد القائد القدرة على الاحتفاظ بالمناخ القيادي والسيطرة على زمام الأمور، القدرة على اتخاذ القرارات وذلك في حالات اللغو والمبالغة فيه، بالإضافة إلى أن هذا النمط القيادي لا يصلح في مجالات معينة خاصة في الأوقات العصيبة وعند الشدائد وفي ظل الحالات الطارئة والأزمات.¹

-8-3- الأسلوب الفوضوي:

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

كذلك فان السلوك يكون حياديا فلا يشارك إلا بحد أدنى من المشاركة مع إظهار الاستعداد للمعاونة ، و من نتائج هذا النوع من القيادة أن علاقات الود و الثقة المتبادلة بين الأفراد تكون بدرجة متوسطة أيضا.²

-9- كفاءة المدرّب المهنية:

ولا يأتي ذلك إلا بفهمه التام بكل ما يتعلق بواجباته الوظيفية، مهام عمله، خصائص أفراد جماعته، وطبيعة عملهم وقدراتهم وكفاءاتهم ومشاكلهم.

وحتى يحقق القائد كفاءة عالية في مجال فهمه التام لجوانب عمله فعليه بما يلي :

- رفع كفاءة الشخصية من خلال التأهيل العلمي المناسب
- الاطلاع على كل جديد علمي في مجاله من خلال النشريات والمجلات العلمية
- حضور الندوات والمحاضرات والمؤتمرات العلمية والمناقشات
- الوعي بنظام العمل من خلال المشاهدة والملاحظة العلمية لسير العمل ومتابعة أفراد الجماعة أثناء العمل
- الاطلاع على كل ما يصدر من قوانين بصفة مستمرة
- تحديد النظام الداخلي لضمان السير الحسن للعمل دون الحاجة إلى تعدد إصدار الأوامر والتعليمات في كل حالة
- السعي لفهم أفراد الفريق بالتقرب منهم
- فهم المدرّب لنفسه من خلال التعرف على نقاط القوة في تدريبه وتنميته ونقاط الضعف للتغلب عليه.

-9-1- ضرب المثل الأعلى لأفراد الجماعة:

المدرّب يكون دائما محط أنظار الجماعة باعتباره قدوة ومثلا يحتذى به من الناحية السلوكية والمظهرية، وهو ما يمكن أن يتحقق بما يلي:

- العمل على أن يجعل المدرّب من نفسه مثلا يقتدي به الجميع
- أن يتحكم في عواطفه بما يحقق الاتزان الانفعالي ويتجنب الثورات وسوء التصرف في أوقات المشاكل والأزمات
- الحفاظ على أسرار الشخصية.

¹ - محمود فتحي عكاشة : علم النفس الاجتماعي - مرجع سابق - ص 327.
² - السيد الحاوي : المدرّب الرياضي - المركز العربي للنشر - مصر - ط1- 2002 - ص 20.

- مشاركة أفراد الجماعة في جوانب عملهم من خلال تنمية روح الابتكار وحسن التصرف وتحمل المسؤولية.¹

9-2- الحسم في اتخاذ القرارات:

فالمدرّب الناجح هو الذي يمكنه أن يتخذ القرارات بثقة وموضوعية وبدون تردد، وفي الوقت المناسب، إعلان القرارات وإصدار الأوامر في أوقات مناسبة تسمح للأفراد بالتنفيذ وتتيح لهم تحقيق المهام بنجاح وعدم التردد في الأوامر يسمح ببناء الثقة لدى الأفراد.

9-3- تحمل المسؤولية:

فالمدرّب الناجح هو الذي يتصرف بإيجابية في المواقف التي تتطلب الحل دون خوف أو جبن أو هروب من المسؤولية أو خشية من اللوم ويمكن أن يتم ذلك من خلال:

- عدم التنصل من تحمل المسؤولية والسعي لشغل الوظائف البعيدة عنها.
- فهم واجبات ومسؤوليات التدريب والسعي لشغل الوظائف التي تعطي مسؤولية أكثر
- تقويم أخطاء الأعضاء بطريقة علمية وبناءة مع تجنب النقد اللاذع والتوبيخ
- إبراز استعداد المدرّبين لتحمل المسؤولية في كل مجال
- مواجهة الحقائق وتقبل النقد للاستفادة من التوجيه.
- التمسك بشجاعة وقوة بالمبادئ والدفاع عن كل ما هو حق.
- الاعتراف بالأخطاء دون كذب أو تبرير أو اختلاف

9-4- مراعاة إمكانيات الجماعة الحقيقية:

وذلك حتى يتفادى تحميل الجماعة مالا طاقة لها به مما يجنب الفشل وهدم الروح المعنوية ويأتي ذلك بما يلي:

- معرفة قدرات الجماعة
- مراعاة أن تكون التعليمات في حدود إمكانياتهم
-

9-5- فاعلية المدرّب وتفاعله مع أعضاء الجماعة:

تتحلى فاعلية المدرّب في مدى تأثيره في سلوكهم وارتفاع قيمته ومكانته بينهم وقربه منهم ويتم ذلك كما يلي:

- الاستغلال الأمثل لوقت الأعضاء وتوجيهه لصالح العمل وأهداف الجماعة وعدم إضاعة الوقت
- وضع الفرد المناسب في المكان المناسب وتحديد معدلات ومعايير موضوعية وعادلة لأداء العمل وفقا لتخصصات المختلفة
- الاهتمام بالتخطيط الجيد والمتابعة الجيدة لكل مراحل التنفيذ
- يعمل على أن يكون على وعي بأسس التدريب السليمة وبمبادئ السلوك الإنساني وان يفهم المشكلات الاجتماعية والنفسية للأعضاء.
- يهتم بالجانب الروحي و يدعم ثقافته الدينية
- يدعم وعيه السياسي ويلم بملامح السياسة العامة للمجتمع.

¹ - محمد شفيق زكي : الإنسان والمجتمع - مرجع سابق - ص 188.

- يوازن بين اهتمامه بمصلحة جماعته وتحقيق أهدافها وشؤون الأفراد وحل مشكلاتهم دون أن يطغى أحدهما على الأخرى فيحقق الربط بين تحقيق الهدف العام و الأهداف الشخصية للأفراد
- أن يعمل المدرّب على استمالة أو تحفيز أفراد جماعته و رفع روحهم المعنوية و بث روح الفريق و التعاون بينهم مع الاحتفاظ بعلاقات طيبة معهم بعيدا عن أساليب التسلّط و اللا إنسانية.¹

خلاصة:

إن الاهتمام بالعلوم المرتبطة بعلم التدريب الرياضي من العوامل الأساسية في إنجاح المدرّب الرياضي الذي يحسن التعامل معها خلال خبرته في مجال التدريب وذلك باستعمال طرق علمية تساعد على تحقيق أهدافه بالإضافة إلى علاقته الجيدة باللاعبين التي تمكنه من أداء مهامه في ظروف ملائمة و بناء فريق قوي .

¹ - محمود فتحي عكاشة : علم النفس الاجتماعي - مرجع سابق - ص 302.

الفصل

الثاني

تماسك الفريق

تمهيد:

لكي يمكن فهم السلوك في الرياضة و النشاط الرياضي ينبغي أن نعرف المزيد من المعلومات عن طبيعة الجماعات الرياضية أو الفريق الرياضي حتى يمكن التعرف على الخصائص الأساسية المميزة للرياضة في بنائها التنظيمي.

فالفرد الرياضي يتدرب ويتنافس في إطار نظام اجتماعي متسع على شكل تنظيم كالنادي أو الفريق الرياضي مثلا، وبالتالي فإن هذا البناء الاجتماعي له تأثير مباشر وغير مباشر على سلوك اللاعب وفاعلية وأدائه.

وفي ضوء ذلك فإن دراسة الفريق الرياضي وسيكولوجية تحتل أهمية واضحة في علم النفس الرياضي، ومما لا شك فيه أن بحوث ودراسات علم الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي قد أسهمت بقدر وافر في توجيه الباحثين في مجال علم النفس الرياضي لإثراء المعارف النفسية، الاجتماعية في علم النفس الرياضي وبصفة خاصة في ما يرتبط بسيكولوجية الفريق الرياضي.

1- الفريق الرياضي:

1-1 مفهوم الفريق الرياضي:

هناك العديد من التعاريف التي قدمها بعض الباحثين لتحديد معنى ومفهوم الجماعة والتي يمكن تطبيقها في مجال تعريف الفريق الرياضي من حيث انه جماعة منضمة ودائمة .

ومن بين هذه التعاريف، التعريف الذي قدمه محمد علاوي 1992 حيث يعرف الفريق الرياضي بأنه "فردين (لاعبين) أو أكثر يسلكون طبقاً لمعايير مشتركة ولكل فرد (لاعب) في الفريق دور يؤديه، مع تفاعل هذه الأدوار بعضها مع بعض للسعي لتحقيق هدف مشترك"¹. كما أشار (كارون Carron) 1989 إلى انه يمكن تعريف الفريق الرياضي فانه ينبغي توافر العوامل التالية (مع مراعاة الاختلاف في درجتها بصورة تتوقف على طبيعة النشاط الرياضي الممارس):

- وجود هدية لجماعة الفريق الرياضي.
- إحساس بالمشاركة في الأهداف.
- نمط منظم للتفاعل بين أعضاء الفريق.
- الاعتماد المتبادل سواء على المستوى الشخصي أو على مستوى الأداء الرياضي.
- جاذبية العلاقات بين اللاعبين.

1-2- المفهوم السيكولوجي للفريق الرياضي:

يمكن تعريف الفريق الرياضي على انه مجموعة من الأفراد يتفاعلون مع بعضهم البعض تفاعلاً حركياً في إطار معايير محددة من أجل تحقيق هدف رياضي مشترك. ويشير هذا التعريف إلى صفة الجمع بين عدد من الأفراد، كما يشير أيضاً إلى صفة التفاعل بينهم، ونوعية هذا التفاعل ووظيفته، وإلى وجود معايير تحكم هذا التفاعل، وأخيراً يشير إلى هدف هذا الجمع من الأفراد وبطريقة أخرى الدافع من ورائه.²

1-3 أنواع الفرق الرياضية:

إن الغرض الأساسي من تصنيف الفرق الرياضية، هو التعرف على أنواع العلاقات السائدة بين أعضاء كل منها، وأنماط التفاعل بينهم وطبيعة الأهداف التي يسعى إليها أعضاء الفريق في كل نوع من أنواع الفرق. وبالرغم من وجود كثير من المحكات التي يمكن على ضوءها تصنيف الفرق الرياضية إلا أن جميعها تتفق فيما يلي:

- الاتصال بين أعضائها.
- وجود قواعد تحكم الاتصال والتفاعل بين أعضائها.

- وجود معايير تحكم سلوك أعضائها.
- توافر صفة الانتظام والاستمرارية في عضويتها.
- الاختيارية في الانضمام إليها.
- التحالف بين أعضائه.
- المجال الرياضي هو مصب أهدافها.
- الاصطناع هو محك تكوينها.
- الفرق المناظرة هي محك أدائها.³
- وتختلف الفرق الرياضية فيما بينها:¹

¹ - محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الجماعات الرياضية" مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، مصر، 1998، ص37.
² - احمد فوزي وطارق بدر الدين: "سيكولوجية الفريق الرياضي" دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2001، ص15.
³ 1، 2 احمد فوزي وطارق بدر الدين: "سيكولوجية الفريق الرياضي"، مرجع سابق، ص23.

من حيث الجنس: حيث تختلف فرق الذكور عن فرق الإناث، ويعزى الاختلاف فيما بينها إلى اثر المتغيرات البيئية الفسيولوجية ، وكذلك التغيرات النفسية والاجتماعية، كما تعزى أيضا إلى ثقافة المجتمع من حيث العادات والتقاليد التي تفرضها على الذكور وعلى الإناث.

من حيث العمر الزمني: تختلف الفرق من حيث العمر الزمني لأفرادها، حيث تختلف فرق الأطفال عن فرق الصبية وعن فرق المراهقين و فرق الشباب، فلكل نوع من هذه الفرق طبيعة خاصة تفرضها طبيعة النضج البدني والعقلي والانفعالي والاجتماعي وغيرها التي يكون عليها كل نوع من هذه الفرق.

من حيث الحجم: حيث تتنوع الفرق ما بين صغيرة جدا مثل فرق زوجي التنس التي تتكون من اثنين فقط من اللاعبين، و فرق صغيرة مثل فرق الجمباز ومثيلاتها التي تتكون من ثلاثة إلى خمسة لاعبين، و فرق متوسطة الحجم مثل فرق الجودو والكاراتيه و يتراوح عدد الفريق ما بين خمسة إلى عشرة لاعبين، وهناك أيضا فرق كبيرة الحجم مثل فرق كرة القدم وكرة اليد ومثيلاتها التي تتكون من أكثر من عشرة لاعبين وقد يصل عدد بعضها إلى عشرين لاعبا.

من حيث الدوام: فرق تتميز باستمراريتها مثل فرق الأندية والهيئات ، و فرق موسمية الدوام مثل فرق المدارس والجامعات التي يرتبط تكوينها غالبا بالموسم الدراسي، و فرق يكون دوامها على فترات مثل فرق المنتخبات التي يرتبط تكوينها ونشاطها بالدورات والبطولات سواء كانت محلية أو دولية.

من حيث الأداء: تختلف الفرق من حيث طبيعة أدائها إن كان فرديا يقوم به كل عضو بمفرده، أو جماعيا يشترك فيه جميع أعضاء الفريق، ففريق الدرجات مثلا يكون أداء كل عضو من أعضاء الفريق منفردا، وكذلك

في فرق الملاكمة و الجودو وغيرها أما فرق كرة القدم والسلة فيكون الأداء جماعيا حيث يشترك فيه جميع أفراد الفرق المتواجد بالملعب.

من حيث الاتصال: يتصل أعضاء فرق الألعاب الجماعية اتصالا حركيا وفكريا وانفعاليا خلال المباراة، بينما يتصل أعضاء فرق الألعاب الفردية اتصالا فكريا وانفعاليا فقط حيث يقوم كل لاعب بأداء مهامه الحركية منفردا دون أي اتصال حركي مباشر بزملائه أعضاء الفريق، وبالرغم من هذا الأداء الحركي الانفرادي إلا أن اللاعب يتصل بزملائه فكريا من خلال محاولته الحركية التي يحاول خلالها إحراز اكبر قدر ممكن من النقاط للفريق، كما انه يتصل بزملائه انفعاليا حيث تؤثر نتائجهم في زيادة دافعية أدائه أو انخفاضها.

من حيث نمط التفاعل: تصنف الفرق الرياضية تبعا لنمط التفاعل الذي يتم بين أعضائها إلى فرق يتم فيها التفاعل المباشر مثل فرق كرة القدم وهي أيضا الفرق التي يكون فيها الاتصال مباشر بين أعضائها، وهناك فرق أخرى يكون فيها التفاعل غير مباشر بين أعضائها، وهي تلك الفرق التي لا يتصل أعضاؤها ببعضهم البعض اتصالا حركيا مباشرا بالرغم من اتصالهم الفكري والانفعالي مثل فرق الألعاب الفردية.

وهناك نمط ثالث من التفاعل تصنف تبعاً له بعض الفرق الرياضية، مثل فرق الزوجي في التنس وبالرغم من أن الأداء في هذه الفرق فردي إلا أنه يعتمد على تعاون ومن ثم اتصال وتفاعل اللاعبين يتم بصورة مستمرة في التنس وبطريقة لحظية وقت التسليم والتسلم في العدو وعند البدء في السباحة.¹

2- تماسك الفريق الرياضي:

2-1 مفهوم تماسك الفريق الرياضي:

إن تماسك الفريق الرياضي يمثل الظواهر الأساسية لاستمرار اللاعبين في عضوية الفريق الرياضي إذ أن (التماسك Cohésion) هو الخيط الذي يربط بين أفراد الفريق والذي يبقى على العلاقات بين مختلف أفرادهم.

وقد أشار بعض الباحثين في مجال دراسة الجماعة الرياضية أو الفريق الرياضي (دون للي Donnally) و (كارون Carron)، و(شيلادوراى Chelladurai) (1980) إلى أنه يمكن تعريف تماسك الفريق الرياضي من منظورين هما:²

2-1-1-1 المنظور الأول:

يشير إلى تعريف تماسك الفريق الرياضي بأنه محصلة القوى التي توجه اللاعبين نحو الفريق، أو محصلة القوى التي تجذب اللاعبين على الاستمرار في عضوية الفريق الرياضي، أي محصلة جاذبية الفريق لأعضائه. ويركز هذا المنظور على الفرد (اللاعب) من حيث أنه الوحدة المرجعية بدرجة أكبر من التركيز على الجماعة (الفريق الرياضي).

2-1-1-2 المنظور الثاني:

يشير إلى تعريف تماسك الجماعة الرياضية أو الفريق الرياضي بأنه محصلة القوى الدافعة لاستمرار بقاء الجماعة والمحافظة عليها، ويركز هذا المنظور على قوة العلاقة الرابطة بين أعضاء الجماعة أثناء حالات الأزمات، أو مقاومة الجماعة للقوى التي تصدع أو تمزق الجماعة أو في حالات الهزائم المتكررة.

2-2 أنواع تماسك الفريق الرياضي:

ينقسم تماسك الفريق الرياضي إلى نوعين هما:

¹ - احمد فوزي وطارق بدر الدين: "سيكولوجية الفريق الرياضي"، مرجع سابق، ص.24
²،1 محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الجماعات الرياضية"، مرجع سابق، ص.52.

2-2-1 تماسك المهمة:

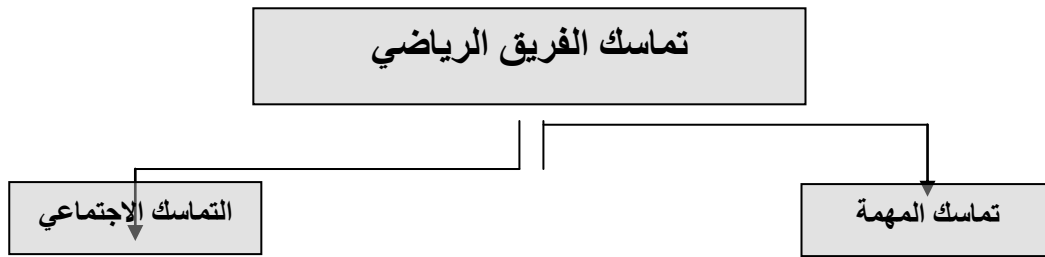
هذا النوع من التماسك يعكس درجة عمل أفراد الفريق معا لتحقيق أهداف مشتركة فقد يكون الهدف العام للفريق الرياضي الفوز ببطولة معينة والذي يتأسس -في جزء كبير منه- على تنسيق وجهود أفراد الفريق الرياضي للعمل معا -أي العمل الجماعي أو الأداء الجماعي-.

2-2-2 التماسك الاجتماعي:

يعكس التماسك الاجتماعي درجة العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي ودرجة حبهم ومزاملتهم بعضهم لبعض ويتأسس بصور واضحة على جاذبية العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي.

وأشار كارون إلى أن التمييز أو التفريق بين عاملي تماسك المهمة والتماسك الاجتماعي من الأهمية بمكان للقدرة على شرح كيفية مواجهة الفريق للصراعات والعقبات والعوائق لإحراز النجاح.

وفي ضوء هذا التمييز تم تعريف تماسك الفريق الرياضي بأنه عملية دينامية تنعكس في ميل الجماعة نحو الترابط والالتصاق والاستمرار معا لمواصلة تحقيق أهدافها.¹



أنواع تماسك الفريق الرياضي.

2-3-3 عوامل تماسك الفريق الرياضي:

من المشكلات الرئيسية في مجال دراسة الفريق الرياضي هي محاولة الوقوف على الأسباب التي قد تؤدي إلى تماسك الفريق الرياضي. فكثيرا ما نلاحظ اختلافا واضحا بين الفرق الرياضية المتعددة من حيث تماسك أفراد كل فريق وإقبالهم على التدريب وانتظامهم في الاشتراك في المنافسات الرياضية وتحقيق الأهداف المحددة.

2-3-2 الشعور بالانتماء للفريق:

إن كل فرد أو لاعب يكون في حاجة إلى الانتماء إلى جماعة الأسرة أو جماعة الأصدقاء أو غير ذلك من الجماعات التي يعتز بانتمائه إليها. فعندئذ تصبح الحاجة إلى الانتماء من الحاجات النفسية الهامة التي تدفع اللاعب إلى الاستمرار في عضوية الفريق.

2-3-2 إشباع الحاجات الفردية:

لاشك أن كل فريق رياضي يختلف عن الآخر في مدى ما يستطيع أن يقدمه للاعبين لإشباع حاجاتهم الفردية، وكلما استطاع الفريق الرياضي مساعدة اللاعبين على تحقيق حاجاتهم وأهدافهم كلما زاد تماسك اللاعب بالفريق الرياضي.

2-3-3 الشعور بالنجاح:

1 - محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الجماعات الرياضية" مرجع سابق، ص56.

يؤدي نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه أو تحقيق المزيد من الانتصارات والبطولات إلى شعور اللاعبين بالسعادة المشتركة وبالتالي زيادة الرابطة بينهم وحبهم وولائهم للفريق وزيادة جاذبيتهم نحوه والاستمرار في عضويته.

2-3-4 المشاركة:

إن اشترك اللاعبون في اقتراح تخطيط التدريب الرياضي وتنفيذه وتقييمه تعتبر من العوامل التي تشعر كل لاعب بقيمته ومكانته وبالتالي ارتباطه بالفريق وتحقيق المزيد من الجاذبية نحوه.

2-3-5 وجود قوانين ومعايير وتقاليد للفريق:

إن وجود لوائح وقوانين معروفة ومحددة للفريق الرياضي من العوامل التي تضمن استمرار هذا الفريق والتي تحدد العلاقات بين أعضاء الفريق الرياضي والأهداف الموضوعية للفريق.

2-3-6 توافر العلاقات التعاونية بين اللاعبين:

يزداد تماسك الفريق في حالة قيام علاقات بين اللاعبين على أساس تعاوني، فالفريق الرياضي يسعى إلى تحقيق أهداف معينة وكل لاعب في الفريق يبذل قصارى جهده للتعاون مع الآخرين نحو تحقيق الهدف الجماعي وفي هذه الحالة يمكن أن يزداد تماسك الفريق الرياضي.

2-3-7 توافر القيادة المناسبة:

إن نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتوافر القيادة المناسبة، فالإداري أو المدرب أو رئيس الفريق من القيادات التي تلعب دوراً هاماً في العمل على تماسك الفريق الرياضي ورفع الروح المعنوية له وبالتالي زيادة جاذبية الفريق لأعضائه.¹

2-4 تصنيف "كارون Carron" لعوامل تماسك الفريق الرياضي:

ومن ناحية أخرى قدم كارون 1982 نموذجاً لمحاولة تحديد أهم العوامل المؤثرة على تماسك الفريق الرياضي، ويتكون هذا النموذج من أربعة عوامل هي:

- العوامل البيئية Environmental factors.
- العوامل الشخصية Personal factors.
- عوامل القيادة Leadership factors.
- عوامل الفريق Team factors.

- العوامل البيئية:

العوامل البيئية أو الموقفية هي العوامل التي ترتبط بطبيعة وجود الفريق معاً مثل كونهم أعضاء في نادي معين أو تعاقدهم أو حصولهم على منحة دراسية للعب لفريق معين، أو كنتيجة لعملهم في مؤسسة أو هيئة معينة لديها فريق رياضي مشارك في المنافسات الرياضية، و غير ذلك من العوامل التي تدخل في نطاق المسؤولية التعاقدية أو التنظيمية بمختلف المواقف البيئية.

- العوامل الشخصية:

1- محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الجماعات الرياضية" مرجع سابق، ص 57-59.

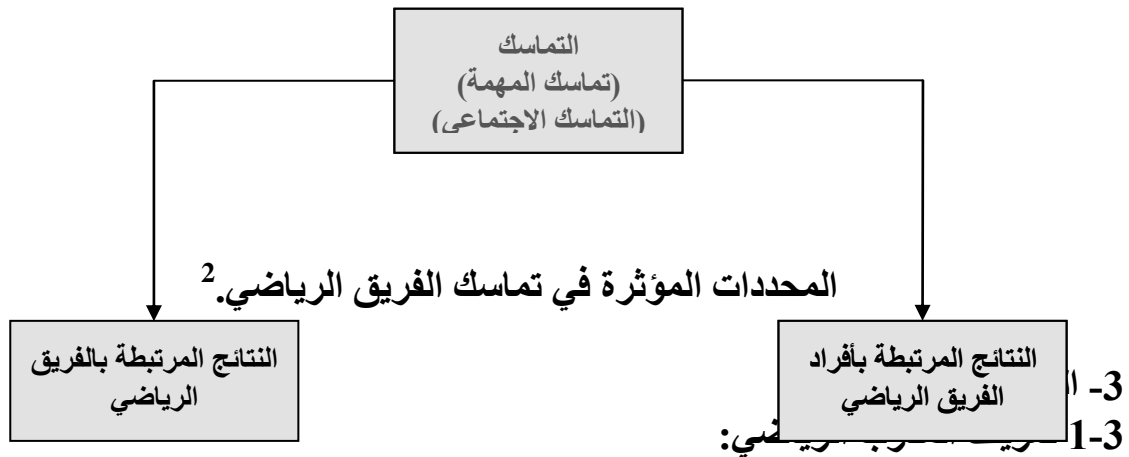
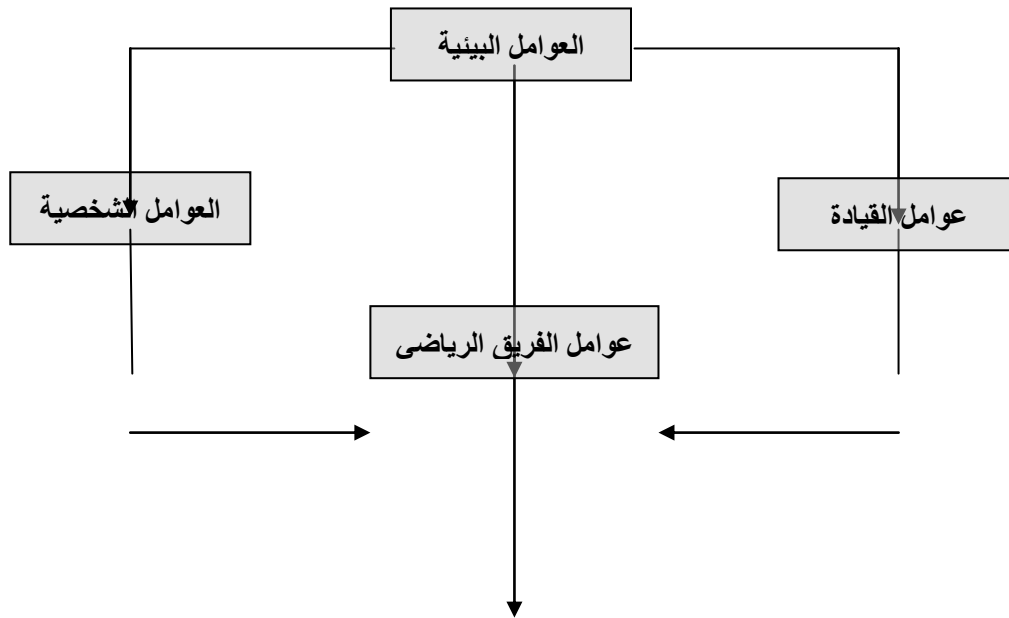
تعزى العوامل الشخصية إلى الخصائص الفردية لأعضاء الفريق الرياضي مثل دوافع الاشتراك في الفريق أو الانضمام إليه ونوعية الانتماء نحوه ومدى جاذبيته للأفراد ودرجة رضاهم عن بقائهم كأعضاء في الفريق الرياضي

- عوامل القيادة:

عوامل القيادة ترتبط بنوعية سلوك القيادة نحو أعضاء الفريق والأساليب المستخدمة في عملية القيادة ومدى مناسبتها للمواقف المختلفة والخصائص المميزة للقيادة المسؤولين عن الفريق الرياضي من حيث خبراتهم وخلفيتهم العلمية وسماتهم وقدراتهم وأساليبهم القيادية.

- عوامل الفريق:

وهي العوامل المرتبطة بخصائص مهمة الفريق ومعايير إنتاجية الفريق واستمراريته وتوجهاته وقدراته على تحقيق أهدافه، وعوامل الفريق تتأثر بصورة واضحة بكل من العوامل البيئية (الموقفية) والعوامل الشخصية وعوامل القيادة.¹



¹ - محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الجماعات الرياضية" مرجع سابق، ص 60.
² - محمد حسن علاوي: "سيكولوجية الجماعات الرياضية" مرجع سابق، ص 62.

يمثل المدرب الرياضي العامي الأساسي و الهام في عملية التدريب فتزويد الفريق أو الفرق الرياضية بالمدرب المناسب يعد أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين و المسؤولين ومديري الأندية.

" إن إعداد اللاعب و يتبعه الفريق أصبح حدثا متعدد الأنظمة يجذب انتباه الفيزيولوجيين الأطباء و النفسانيين، وكلهم يتعاونون مع الرجل والذي دائما ما يبقى في الصورة المركزية لكل فرد في الفريق فمن يكون هذا الرجل يا ترى؟ إنه المدرب"¹.

" المدرب هو المحرك الأول للفريق وفي بعض مرافق الأداء الصعب يصبح المدرب بمثابة المعلم، فمهنته الأساسية بناء لاعبيه وإعدادهم بدنيا ونفسيا، ومهاريا وفنيا للوصول بهم إلى أعلى المستويات، فهو أولا وأخيرا يقع على عاتقه العبء الأكبر من المنهج التدريبي والنشاط التدريبي وأخيرا يجب علينا توضيح حقيقة هامة وهي أن مهنة التدريب تعتبر من الوظائف الصعبة تحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص فهذه المهنة تحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير"².

" المدرب يقصد به القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه، الحازم في قراراته، المتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع جميع المواقف التي تصادفه"³.

ويعد كذلك على أنه" المدرس والمربي، وهو شخص ذو دراية كبيرة بالحياة يحتاجه اللاعبون للنصح والمساندة في كثير من نواحي الحياة المختلفة، ولهذا نقول إن المدرب هو الرفيق الأكبر والمعين في الحياة"⁴.

ويطلق على المدرب مسميات عديدة:"فهو قائد ومرشد ورائد الحلقة، يتميز بعمق البصيرة مما يجعله في مركز متميز يسعى إليه المشاركين لنهل المعرفة والخبرة"⁵.

3-2 خصائص المدرب الرياضي:

ويتضمن نوعية السمات الشخصية التي يتسم بها المدرب الرياضي ومدى تفاعل هذه السمات بعضها مع بعض، وكذلك السلوك المفضل لدى المدرب الرياضي وعمّا إذا كان هذا النمط السلوكي نحو الاهتمام بالأداء والاهتمام بمشاعر اللاعبين ونحو الاهتمام بكل اللاعبين والأداء معا وكذلك مقدار النفوذ الشخصي أو نفوذ المنصب أو المركز الذي يساهم في التأثير والتوجيه على سلوك اللاعبين"⁶.

وفيما يلي نذكر بعض الخصائص والصفات التي يتميز ويتمتع بها المدرب الرياضي وهي كما يلي:⁷

1. أن يكون مؤمنا محبا لعمله مقتنعا بقيمته في تدعيم، وتربية وتدريب اللاعبين للوصول بهم إلى المستويات العليا.

1،4،6- ناهد رسن سكر: "علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية" مرجع سابق، ص 31،9.
2- زكي محمد محمد حسن: "المدرب الرياضي، أسس العمل ومهنة التدريب" منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1997، ص 15.
3- نصر الدين شريف: "اثر العلاقات الاجتماعية داخل الفريق الرياضي في تحسين النتائج" مذكرة ماجستير، م التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، الجزائر، 2001، ص 71.
5- حسن محمد الحسين: "طرق التدريب" دار مجدلاوي، ط2، عمان الأردن، 2004، ص 121.

7- حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم" مرجع سابق، ص 30.

2. أن يكون معدا مهنيا حتى يستطيع التقدم باستمرار.
 3. أن يكون قادرا على اختيار الكلمات المناسبة والمعبرة عن أفكاره تعبيرا واضحا.
 4. أن يتميز بعين المدرب الخبيرة في اكتشاف المواهب.
 5. أن يكون ذكيا، متمتعا بمستوى عال من الإمكانيات والقدرات العقلية.
 6. أن يبني علاقاته على الحب، والاحترام المتبادل مع زملائه في الأجهزة التي يعمل معها(الجهاز الفني، الطبي، الحكام، الجمهور)، وكذلك احترام تنفيذ القوانين ومراعاة اللعب والتنافس النظيف والشريف.
- كما يضيف "مفتي إبراهيم" بعض الخصائص التي يتميز بها أو التي يجب أن يكون عليها المدرب الرياضي وهي كالآتي:¹

1. حسن المظهر، حسن التصرف، الصحة الجيدة، والقدرة على قيادة الفريق.
 2. الثقافة والمعلومات التدريبية في الرياضة التخصصية، والمقدرة على تطبيقها.
 3. التمسك بمعايير الأخلاق(الأمانة، الشرف، العدل، المثابة، الولاء، المسؤولية، الصدق..).
 4. التمتع بالسمات الشخصية الايجابية، الثبات الانفعالي، الانبساطية، الصلابة، التحكم الذاتي، الاجتماعية...
 5. يجب أن يكون مثلا أعلى ونموذجا يقتدى به محبا لعمله ويخلص له، ويوفر الوقت الكافي.
 6. التمتع بالسمات النفسية الايجابية(التنظيم، المثابرة، الإبداع، المرونة، القدرة...).
- 3-3 خصائص وصفات المدرب الناجح:**

- بالنسبة لخصائص وصفات المدرب الرياضي الناجح، فانه تتحدد في النقاط التالية:²
- يتميز بالواقعية وعدم الغرور والإخلاص في العمل.
 - يتميز بالاحترام المتبادل والتفكير العقلاني والمنطقي.
 - يتميز بالثبات الانفعالي والتماسك في المواقف الصعبة.
 - يتميز بالحماس والرغبة في تحقيق الفوز والثقة بالنفس.
 - يتميز بالقدرة على اكتشاف الموهوبين وبالعدل وعدم التفرقة بين اللاعبين.

- يهتم بالثقافة الرياضية العامة والخاصة.
- يتميز بالأخلاق الفاضلة والأمانة وعدم التعدي على الآخرين.
- قادر على التنظيم والتنسيق في الظروف الصعبة.
- قادر على التخطيط العلمي السليم لبرامج التدريب.
- قادر على الربط بين الأفكار.
- يتميز بالوفاء والجدية في العمل.
- يستطيع الدعابة والمرح وفقا للظروف المناسبة لذلك.
- يتميز بالمرونة وقراءة المواقف الصعبة المتغيرة.
- يتمتع بقدر عال من التأهيل المهني.

¹ - مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث تخطيط-تطبيق-قيادة" ط2، مرجع سابق، ص27.
² - الحاوي يحي السيد إسماعيل: "المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب" المركز العربي، القاهرة، مصر، 2002، ص32،33.

- يكون مثقفا ومطلعا على كل مستجدات العصر.
- أن يكون لائقا طبييا ورياضيا ويتمتع بصحة جيدة.
- يجب أن لا يكون مدخنا حتى لا يكون قدوة للاعبين.
- أن يكون اجتماعيا، ويشارك اللاعبين أفراسهم وأحزانهم.
- أن يكون متمتعا بحب اللاعبين والعطف عليهم.
- أن يكون ملما بالسياسة العامة للدولة، واتجاهات المجتمع الذي يعيش فيه.

3-4 واجبات المدرب الرياضي:

إن عملية التدريب الرياضي تلقي عدة مسؤوليات على المدرب نتيجة طبيعة العمل، والعلاقة المتعددة مع اللاعبين، والأجهزة الفنية، والإدارية، وسوف نحدد هنا بعض من تلك الواجبات التي يجب على المدرب أن يحققها خلال عمله في تدريب الفريق. ومن أهم الواجبات التي يسعى المدرب لتحقيقها: واجبات تربوية، وواجبات تعليمية فنية وتتلخص فيما يلي:

3-4-1 الواجبات التربوية¹

1. العمل على أن يحب اللاعب لعبته أولا، وان يكون مثله الأعلى وهدفه الذي يعمل على أن يحققه برغبة أكيدة، وشغف وهو الوصول إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي، وما يقتضيه ذلك من بذل جهد طبيعي.
 2. زيادة الوعي الوطني للاعب وبيدأ اللعب هنا على تربية الولاء الخالص للاعبين نحو ناديهم ووطنهم، ويكون هذا الولاء هو القاعدة التي يبنى عليها تنمية باقي الصفات الإرادية، والخلقية للاعب.
- كما يضيف "محمد علاوي" بعض الواجبات والمتمثلة في:

- تربية الناشئ على حب الرياضة، والعمل على أن يكون النشاط الرياضي ذو المستوى العالي من الحاجات الأساسية للناشئ.

- تشكيل مختلف دوافع، حاجات، وميول اللاعب، والارتقاء بها بصورة تستهدف أساس الارتقاء بمستوى اللاعب، ومستوى الجماعة أو الفريق الرياضي.

3-4-2 الواجبات التعليمية:

- وتتمثل الواجبات التعليمية التي يسعى إليها المدرب فيما يلي:²
- التنمية الشاملة المترنة للصفات والقدرات البدنية الأساسية، كالقوة العضلية، السرعة والتحمل، المرونة، الرشاقة، وغيرها من الصفات أو القدرات البدنية.
 - التنمية الخاصة للصفات أو القدرات البدنية الضروري لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه اللاعب الرياضي.
 - تعليم القدرات الخطئية الضرورية للمنافسات الرياضية.
 - اكتساب المعارف والمعلومات النظرية على النواحي الفنية للأداء الحركي ومن خطط اللعب وطرق التدريب المختلفة، والجوانب الصحية والنفسية، والقوانين واللوائح، والأنظمة الأساسية المرتبطة بالنشاط الرياضي التخصصي.

¹ - محمد حسن علاوي: "سيكولوجية المدرب الرياضي" دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2002، ص33.

² - محمد حسن علاوي: "سيكولوجية المدرب الرياضي" مرجع سابق، ص34.

- "يجب عليه تنبيه الفريق للقيام بعمليات التسخين العامة قبل بدء المباراة"¹
- بالإضافة إلى الواجبات التي يلخصها "ناهد سكر" والمتمثلة في:²
- الإعداد البدني:** وهو الواجب الأول للمدرب إذ أن اللاعب بدون قدرة بدنية لا يستطيع أن يؤدي المباريات بإتقان، وهذا ما يؤثر نسبيا على مستوى تنفيذ لخطط اللعب.
- الإعداد المهاري:** وذلك بالعمل على أن يصل اللاعب إلى الإتقان التام والمتكامل في الأداء الفني للمهارة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، ويهدف المدرب إلى تلقين اللاعب إتقان المهارة، وهذا يساعد على أن يعيد تفكيره في تنفيذ التحرك المخطط فقط مما يسهل عمله ويجعله أكثر تركيزا.
- الإعداد الخططي:** لم يصبح التدريب على المهارات مرتبطا ارتباطا وثيقا بتعلم خطط اللعب ومع ذلك فإن الإعداد الخططي له خطواته الخاصة.
- الإعداد الذهني:** إن العقل السليم، والتصرف الحسن، والمبادرة متطلبات هامة جدا لكل لاعب أثناء المباراة وخاصة أثناء اللحظات الحاسمة.

3-5 وظائف المدرب الرياضي:

"هناك مجموعة من الوظائف التي يجب على المدرب القيام بها من تدريب ووظائف اجتماعية وكذلك وظائف تتعلق بتطوير الشخصية إلا أن التدريب يعتبر الوظيفة الأكثر أهمية بالنسبة لعمل المدرب لأن نجاح المدرب في

هذه الوظيفة بأقطابها الأربعة البدنية والمهارية والخططية والنفسية، فالتدريب الجيد يؤدي إلى نتائج جيدة وهذه النتائج دوما في نظر المتابعين هي المقياس الحقيقي لنجاح المدرب"³.

"كما يجب على المدرب العمل المستمر على خلق ظروف التماسك الدائم بين أفراد الفريق"⁴

ويرى (توماس ريموند **THOMAS Raymond**) إن وظيفة المدرب كما يلي:

"تتضمن كل الفرق على شخص له دور متميز فهذا المدرب له ميزة إيصال المهارات الحركية وتلقينها، وتسطير، وتخطيط التدريب، وتوزيعه بطريقة علمية من حيث الكم والكيف، العمل على خلق جو اجتماعي يسهل من العمل، كما من دوره حل النزاعات والحد من الصراعات والوقوف في وجه المشاكل التي تهدد الأداء الحسن للفريق"⁵.

كما يرى (جورج ريونيس و ريموند شابويز): "إن المدرب يبقى الرجل المفتاح دوره يتعدى التعليم، والتلقين التقني والخططي لتحقيق كل الجوانب الديناميكية في الفريق"⁶.

وتضيف (روجر **ROGER**) بعض العناصر التي تبين أهم الوظائف للمدرب الرياضي وهي:⁷

- تنظيم فعال للفريق أثناء العمل والمهام ويشجع وينشط الفريق.

¹ - أكرم زكي حطابيه: "موسوعة الكرة الطائرة الحديثة"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1996، ص301.

² - ناهد رسن سكر: "علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية" مرجع سابق، ص27.

³ - فاتح عبدلي: "أثر خدمات ومهارات الإرشاد النفسي في تحسين النتائج الرياضية - كرة القدم" - مذكرة ماجستير، م التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، الجزائر، 2006/2005.

2- GEORGE Rionix et Raymond Chappuis "La cohésion de l'équipe" SED librairie philosophique JVRIN, Paris, France, 1976, P61.

3- R THOMAS: "La relation au sain des APS" SED édition, vigot, France, 1983, P156.

4- GEORGE Rionix et Raymond Chappuis " L'équipe dans le sport collectif", édition librairie philosophique, JVRIN, 2eme édition, Paris, France, 1977, P11.

5- ROGER MuechielliM "La dynamique des groupes", Entreprise moderne, édition librairie technique, les édition EPS, 7eme ed, France, 1976, P53.

- التركيز على العلاقات الداخلية والتماسك مع الفريق.
 - المحافظة على القيم والمبادئ الإيديولوجية للفريق.
 - تمثيل الفريق في المقابلات مع الفرق الأخرى داخل وخارج الميادين.
- ويبدو أن وظيفة المدرب تتعدى وبوضوح التدريب، ووضع البرامج الفصلية والسنوية بل له دور المعلم والمربي والموجه، والمحافظة على العلاقات الحسنة في الفريق.
- 4- دور كل من المدرب واللاعب في بناء تماسك الفريق الرياضي:**
- 4-1 دور المدرب في بناء تماسك الفريق الرياضي:**
- الفريق الرياضي يعتبر إحدى الجماعات الصغيرة التي تتميز بان العلاقات فيها وثيقة ومستمرة.

- الفريق الرياضي يعتبر جماعة رسمية منظمة، تحكم فيه علاقة اللاعب ببقية أعضاء الفريق الرياضي وبغيرهم من المدربين والمسؤولين الآخرين قواعد تحكم نظم السلوك لكل فرد في الجماعة.
- المدرب عليه أن يعمل زيادة تماسك الفريق من خلال ما يلي:¹

- إشباع الحاجات الضرورية للاعبين من خلال تحقيق حاجاتهم وأهدافهم.
- توفير القيادة الديمقراطية.
- ترسيخ العمل التعاوني بين أفراد الفريق.
- خلق مواقف نجاح فعلية للفريق تسهم في إضفاء الثقة ورفع مستوى الطموح لدى اللاعبين وزيادة الرابطة بينهم.
- وضوح قواعد ومعايير وتقاليد الفريق ومشاركة اللاعبين في وضعها.
- تأصيل روح الانتماء للفريق.

4-2 دور اللاعب في بناء تماسك الفريق الرياضي:

- إن وحدة الفريق ليست مسؤولية المدرب وحده، ولكن اللاعب يشترك مع المدرب في تحقيق وحدة الفريق وتماسكه، وهناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها تحسين الاتصالات بين أعضاء الفريق من ناحية وبينهم وبين المدرب من ناحية أخرى، وكذلك بناء وحدة قوية متماسكة وتلك الطرق هي:²

- التعرف على زملاء الفريق.
- مساعدة زملاء الفريق.
- تقديم تعزيز ايجابي لزملاء الفريق.
- تحمل المسؤولية.
- الاتصال بالمدرب.
- حل الصراعات.
- بذل الجهد.

¹ - مقتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث تخطيط-تطبيق-قيادة" ط2، مرجع سابق، ص47.
² - www.phy_edu.net يوم 2009/02/02 على الساعة 15:27.

خلاصه:

من خلال ما تطرقنا إليه في دراستنا هذه إلى كون الفريق الرياضي جماعة رسمية ومنظمة والدور الذي يلعبه المدرب في تنظيم وتدريب هذه الجماعة من خلال المركز الذي يشغله داخل الفريق عن طريق تعريف كل لاعب بمسؤولياته ودوره حتى ينمي فيهم تحمل المسؤولية، وإدراك كل منهم لطبيعة التفاعل بينه وبين زملائه الآخرين. كما اشرنا كذلك إلى واجبات المدرب التربوية والتعليمية، ووظائفه المختلفة التي تساهم في بناء تماسك الفريق هذا التماسك الذي يعتبر الخيط الذي يربط أعضاء الفريق بعضهم ببعض ليستمروا في عضويته وتحقيق كبير ومستمر للنتائج.

الفصل الثالث

كرة القدم

تمهيد

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين فقل ما نجد بلدا في العالم لا يعرف أبناؤه كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا بها فهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة . وقد ذكر أن السيد "جول ريمي" الرئيس السابق للاتحاد الدولي لكرة القدم، (FIFA)، قال مازحا " إن الشمس لا تغرب مطلقا عن إمبراطوريتي " دلالة على أن رياضة كرة القدم بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب، أو الرياضات الأخرى، كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على المشاركة في منافساتها بالرغم من أنه في السنوات الأخيرة، ظهرت عدة ألعاب، نالت الكثير من الإعجاب والتشجيع فقد بقيت، لعبت كرة القدم أكثر الألعاب شعبية وانتشارا ولم يتأثر مركزها، بل بالعكس فإننا نجد أنها تزداد شعبية وانتشارا.

1 - تعريف كرة القدم:

1-1 التعريف اللغوي:

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

1-2 التعريف الاصطلاحي:

"كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل، كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع"¹. وقبل أن تصبح منظمة، كانت تمارس في أماكن أكثر ندرة (الأماكن العامة، المساحات الخضراء) فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء، حيث رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحويل كرة القدم إلى رياضة انطلاقاً من قاعدة أساسية. ويضيف " جوستاتيسي " سنة 1969 أن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة وذلك فوق أرضية ملعب مستطيلة .

1-3 التعريف الإجرائي:

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

2- نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم :

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعاً في العالم، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين.

نشأت كرة القدم في بريطانيا وأول من لعب الكرة كان عام 1175م من قبل طلبة المدارس الانجليزية، وفي سنة 1334م قام الملك - إدوار الثاني - بتحريم لعب الكرة في المدينة نظراً للإزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف - إدوارد الثالث - وريدشارد الثاني وهنري الخامس (1373 - 1453م) خطر للانعكاس السلبي لتدريب للقوات الخاصة . لعبت أول مباراة في مدينة لندن (جاربز) بعشرين لاعب لكل فريق وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية كما

¹ - رومي جميل: "كرة القدم"، دار النفائس، ط1، لبنان، 1986، ص50-52.

لعبت مباراة أخرى في (أتون Eton) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م وعرضها 5,5 م وسجل هدفين في تلك الفترة المباراة بدئ وضع بعض القوانين سنة 1830م بحيث تم على اتفاق ضربات الهدف والرميات الجانبية وأسس نظام التسلسل قانون (هاور Ha Our) كما أخرج القانون المعروف بقواعد كامبردج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين الكرة وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان "اللعبة الأسهل"، حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة اتجاه خط الوسط حين خروجها، وفي عام 1863م أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس إتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستخدام الصفارة وفي عام 1889م تأسس الإتحاد الدنمركي لكرة القدم وأقيمت كأس البطولة بـ 15 فريق دنمركي كانت رمية التماس بكلى اليدين. في عام 1904 تشكل الإتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا، بلجيكا سويسرا، دانمرك، أول بطولة كأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930 وفازت بها¹.

3- التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم :

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس، واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوربية السائد في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم وبدأ تطور كرة منذ أن بدأت منافسة الكأس العالمية سنة 1930 وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم².

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

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

1883 : أسس الإتحاد البريطاني لكرة القدم (أول اتجاه في العالم).

1873 : أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.

1882 : عقد بلندن مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا ، اسكتلندا ايرلندا وتقرر إنشاء هيئة دولية مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون وتعديله، وقد اعترف الإتحاد الدولي بهذه الهيئة.

1904 : تأسيس الإتحاد الدولي لكرة القدم .

1925 : وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلسل.

1930 : أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي.

¹ - موقف مجيد المولي: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، لبنان، 1999، ص9.

² - موقف مجيد المولي: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، مرجع سابق، ص9.

- 1935 : محاولة تعيين حكمين في المباراة.
 1939 : تقرر وضع أرقام على الجانب الخلفي لقمصان اللاعبين.
 1949 : أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر الأبيض المتوسط.
 1950 : تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية لكرة القدم.
 1963 . أول دورة باسم كأس العرب.¹

- 1967 : دورة المتوسط في تونس من ضمن ألعابها كرة القدم.
 1970: دورة كأس العالم في المكسيك وفازت بها البرازيل.
 1974 : دورة كأس العالم في ميونيخ وفاز بها منتخب ألمانيا.
 1975 : دورة البحر المتوسط في الجزائر.
 1976 : الدورة الأولمبية مونتريال.
 1978 : دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها البلد المنظم.
 1980 : الدورة الأولمبية في المكسيك.
 1982 : دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها منتخب ألمانيا.
 1986: دورة كأس العالم في المكسيك وفازت بها الأرجنتين.
 1990 : دورة كأس العالم في إيطاليا وفاز بها منتخب ألمانيا.
 1994 : دورة كأس العالم في الولايات المتحدة الأمريكية وفاز بها منتخب البرازيل.
 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفاز بها منتخب فرنسا ولأول مرة نظمت بـ 32 منتخبا.
 من بينها خمسة فرق من أفريقيا.
 2002 : دورة كأس العالم وفازت بها البرازيل، ولأول مرة تنظيم مزدوج للدورة بين اليابان وكوريا الجنوبية.¹

¹ - حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، دار العلم للملايين، ط4، لبنان، ص16.
¹ - Alain Michel : "foot – balle les systèmes de jeu", Edition Chiron, 2^{me} édition, paris 1998 , p14.

4- كرة القدم في الجزائر :

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

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

وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18 أبريل 1958م ، الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال : رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان، وسوخان، كرمالي، زوبا، كريمو، ابرير ... وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962، وكان

" محند معوش " أو رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية.

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962 – 1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية، وفي نفس السنة أي عام 1963 كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق

الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصوله على الميدالية الذهبية¹.

4-1 النادي الجزائري لكرة القدم :

جمعية تعنى بالاهتمام بالنشاط الرياضي وتسيير والتنظيم الرياضي في إطار الترقية الخلقية وكذا المستوى بتطوير وجعله يتلاءم مع مستلزمات وتطلعات الجماهير الرياضية .

4-1-1 الإطار القانوني للنادي:

النادي الجزائري لكرة القدم هو جمعية منصوص عليها بموجب القانون رقم 90-31 المؤرخ في 04 ديسمبر 1990م، المتعلق بالجمعيات، وبموجب الأمر رقم : 95 – 09 في 23 فيفري 1995 المتعلق بتوجيه المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية تنظيمها وتطويرها، وخاصة المواد 17-18 منه، وبمقتضى المرسوم الرئاسي رقم 96-01 المؤرخ في 05 جانفي 1996م، المتضمن تعيين أعضاء الحكومة، وبمقتضى المرسوم التنفيذي 118/90 المؤرخ في 30 أفريل 1990م المتمم بالمرسوم التنفيذي رقم 94-284 المؤرخ في 22 سبتمبر 1990م الذي يحدد صلاحيات وزير الشباب والرياضة وبمقتضى المرسوم التنفيذي رقم 94-247 المؤرخ في 10 أوت 1994م الذي يحدد صلاحيات وزير الداخلية والجماعات المحلية والبيئة والإصلاح الإداري.

4-1-2 هياكل النادي:

إن النادي الجزائري لكرة القدم يتكون من الهياكل التالية:
- الجمعية العامة : وهي الهيئة التشريعية في الهيكل التنظيمي للنادي.
- مكتب النادي : وهو الجهاز التنفيذي للنادي.

- رئيس النادي.
- الموظفون التقنيون الموضوعون تحت تصرف النادي طبقا للتنظيم الساري المفعول.
- اللجان المختصة: تعمل على دعم هياكل النادي في ممارسة مهامه.

4-1-3 مهام النادي:

من بين المهام الرئيسية للنادي:
- الاهتمام بالنشاط الرياضي.
- تسيير وتنظيم الرياضة في إطار التربية الخلقية والروح الرياضية العالية PIPY، FPIV.
- تطوير المستوى وجعله يتلاءم مع قطاعات الجماهير الرياضية .
- الاهتمام بالتكوين منذ الفئات الصغرى¹.

5- مدارس كرة القدم :

كل مدرسة تتميز عن أخرى بأنها تتأثر بتأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها وكذلك الشروط الاجتماعية والاقتصادية، والجغرافية التي نشأ فيها في تاريخ كرة القدم نميز المدارس التالية:

- 1- مدرسة أوربا الوسطى (النمسا، المجر، التشيك).
- 2- المدرسة اللاتينية.

1- بلقاسم تلي وآخرون: "الدور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية"، مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، الجزائر، جوان 1997، ص 46، 47.
1- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، وزارة الشباب والرياضة، وزارة الداخلية، قرار وزاري مؤرخ في: 04 يونيو 1996.

3- مدرسة أمريكا الجنوبية.¹

6- المبادئ الأساسية لكرة القدم :

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب. ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيت سليم بمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم، ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق. وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقناً لجميع المبادئ الأساسية إتقاناً تاماً، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة، كما يجب الاهتمام بها دائماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب .

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

استقبال الكرة.

المحاورة.

المهاجمة.

رمية التماس.

ضرب الكرة .

لعب الكرة بالرأس.

حراسة المرمى.²

7-قوانين كرة القدم :

إن الجاذبية التي تتمتع بها لعبة كرة القدم ، خاصة في الإطار الحر (المباريات الغير الرسمية ، مابين الأحياء) ترجع أساساً إلى سهولتها الفائقة ، فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة ومع ذلك فهناك سبعة عشرة قاعدة (17) لسير هذه اللعبة وهذه القواعد مرت بعدة تعديلات لكن لازالت باقية إلى حد الآن.

حيث أن أولى صيغ للثبات الأول لقوانين كرة القدم، أسندوا إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالاً واسعاً للممارسة من طرف الجميع دون استثناء، وهذه المبادئ حسب سامي الصفار 1982 هي كما يلي:

- المساواة: إن قانون اللعبة يمنح لممارسي كرة القدم فرصة متساوية لكي يقوم بعرض مهاراته الفردية، دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي يعاقب عليها القانون.
- السلامة : وهي تعتبر روحاً للعبة بخلاف الخطورة التي كانت عليها في العصور الغابرة ، فقد وضع القانون حدوداً للحفاظ على صحة وسلامة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد ساحة

1- عبد الرحمان عيساوي : "سيكولوجية النمو، دار النهضة العربية"، لبنان ، 1980 ، ص 72 .
2- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، مرجع سابق، ص 25-27.

الملعب وأرضيتها وتجهيزها وأيضاً تجهيز اللاعبين من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعاً لإظهار مهاراتهم بكفاءة عالية.

- **التسلية:** وهي إفساح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي ينشدها اللاعب لممارسته للعبة، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات التي تؤثر على متعة اللعب، ولهذا فقد وضعوا ضوابط خاصة للتصرفات غير الرياضية والتي تصدر من اللاعبين تجاه بعضهم البعض ...¹

بالإضافة إلى هذه المبادئ الأساسية هناك سبعة عشر 17 قانون يسيّر اللعبة وهي كالآتي:

7-1 ميدان اللعب: يكون مستطيل الشكل، لا يتعدى طوله 130م ولا يقل عن 100م، ولا يزيد عرضه عن 100م ولا يقل عن 60م.

7-2 الكرة: كروية الشكل، غطائها من الجلد، لا يزيد محيطها عن 71سم، ولا يقل عن 68سم، أما وزنها فلا يتعدى 453غ ولا يقل عن 359غ.

7-3 مهمات اللاعبين: لا يسمح لأي لاعب بأن يلبس شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر.

عدد اللاعبين: تلعب بين فريقين، يتكون كل منهما من 11 لاعب داخل الميدان، و7 لاعبين احتياطيين

7-4 الحكم: يعتبر صاحب السلطة لمزاولة قوانين اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه.

7-5 مراقبو الخطوط: يعين للمباراة مراقبان للخطوط واجبهما أن يبيّنا خروج الكرة من الملعب، ويجهزان برائيات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة.

7-6 مدة اللعب: شوطان متساويان مدة كل منهما 45د، يضاف إلى كل شوط وقت ضائع، ولا تزيد فترة الراحة بين الشوطين عن 15دقيقة.²

7-7 ابتداء اللعب: يتقدر اختيار نصفي الملعب، وركلة البداية، تحمل على قرعة بقطعة نقدية وللفريق الفائز بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية.

7-8 طريقة تسجيل الهدف: يحتسب الهدف كلما تجتاز الكرة كلها خط المرمى، بين القائمين وتحت العارضة.¹

7-9 التسلل: يعتبر اللاعب متسللاً إذا كان أقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة.

7-10 الأخطاء وسوء السلوك: يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

- ركل أو محاولة ركل الخصم

- عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاعه أو محاولة ذلك باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه.

- دفع الخصم بعنف أو بحالة خطرة.

- الوثب على الخصم.

1- سامي الصفار: "كرة القدم"، دار الكتب للطباعة والنشر، الجزء الأول، جامعة الموصل، العراق، 1982، ص29.

2- علي خليفة الهنشري وآخرون: "كرة القدم"، ليبيا، 1987، ص255.

1- علي خليفة الهنشري وآخرون: كرة القدم، مرجع سابق، ص255.

- ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد.
- مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع.
- يمنع لعب الكرة باليد إلا لحارس المرمى.
- دفع الخصم بالكف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه...²
- 7-11 الضربة الحرة:** حيث تنقسم إلى قسمين: مباشرة وهي التي يجوز فيها إصابة الفريق المخطئ مباشرة، وغير مباشرة وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر.
- 7-12 ضربة الجزاء:** تضرب الكرة من علامات الجزاء، وعند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء.
- 7-13 رمية التماس:** عندما تخرج الكرة بكاملها عن خط التماس.
- 7-14 ضربة المرمى:** عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى في ما عدا الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المهاجم.³

7-15 الضربة الركنية: عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى في ما عدا الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المدافع.

7-16 الكرة في اللعب أو خارج اللعب: تكون الكرة خارج الملعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو التماس، عندها يوقف الحكم اللعب وتكون الكرة في اللعب في جميع الأحوال الأخرى من بدء المباراة إلى نهايتها.¹

8- طرق اللعب في كرة القدم:

إن لعبة كرة القدم: لعبة جماعية ولذلك فإن جميع قدرات اللاعبين ومهاراتهم الفنية تجتمع لتنتهي إلى غرض واحد، وهو المصلحة العامة للفريق، ولا بد أن تناسب طريقة اللعب للفريق مع اللياقة البدنية والمستوى الفني والكفاءة الفردية لجميع لاعبي الفريق.

8-1 طريقة الظهر الثالث (WM):

إن هذه الطريقة استخدمتها معظم الفرق وهي ليست في الواقع وليدة اليوم، وإنما تداولت منذ القدم وجاءت نتيجة لتغير مادة التسلسل عام 1925م، والغرض الأساسي منها هو المراقبة الدقيقة للدفاع عندما يقوم الخصم بالهجوم، لذلك تعتبر دفاعية أكثر منها هجومية، ومن إيجابيات هذه الطريقة أنها سهلة الفهم والتدريب، وأساس العمل فيها أن اللاعب قلب الدفاع يعفى من التعاون مع الهجوم لينفرد بحراسة قلب الهجوم المضاد، وبذلك يصبح أحد المدافعين ويأخذ قلب الهجوم وجناحاه مكانهم متقدمين إلى الأمام وعلى خط واحد تقريبا، بينما يتخذ مساعدا الهجوم مكانهما خلف الخط الأول ويعملان كمساعد الدفاع وتكون مهمتهما

2- سامي الصفار: "كرة القدم"، مرجع سابق، ص 30.

3- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، مرجع سابق، ص 177.

1- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، مرجع سابق، ص 177.

العمل على اكتشاف ثغرات لتغطية الخط الأمامي، ويتحمل مساعدا الدفاع ومساعد الهجوم المسؤولية الكاملة في وسط الملعب، وتكون طريقة توزيع اللاعبين مشابهة للحرفين الانجليزيين (WM) وهذا هو السبب في تسمية هذه الطريقة (WM) ولذا يستوجب على قلب الدفاع أن يتدرب تدريباً كاملاً على المراكز الدفاعية الأخرى ليتمكن من تبادل مركزه مع زملائه.

2-8 طريقة 4-2-4:

وهي الطريقة التي نالت بها البرازيل كأس العالم سنة 1958م، ويجب على الفريق أن يتمتع بلياقة بدنية عالية، وحسن التصرف في أداء المهارات المختلفة لأن هذه الطريقة تتطلب التعاون بين الهجوم والدفاع، بحيث يزداد عدد اللاعبين في كلتا الحالتين (الدفاع، الهجوم) وإشراك خط الوسط الذي يعمل على تخلخل دفاع الخصم.²

3-8 طريقة متوسط الهجوم المتأخر: (MM)

وفي هذه الطريقة يكون الجناحان المتوسط والهجوم على خط واحد خلف مساعدي الهجوم المتقدمين للأمام، للهجوم بهما على قلب هجوم الخصم، ويجب على متوسط الهجوم سرعة التمديدات المفاجئة وسرعة الجناحين للهروب من ظهيري الخصم.¹

4-8 طريقة 3-3-4:

تمتاز هذه الطريقة بأنها طريقة دفاعية هجومية، وتعتمد أساساً على تحرك اللاعبين وخاصة لاعبي خط الوسط، ومن الممكن للظهير أن يشارك في عمليات الهجوم على فريق الخصم، كما أن هذه الطريقة سهلة في الدراسة وسهلة التدريب.

5-8 طريقة 4-3-3:

وهي طريقة هجومية دفاعية تستعمل للتغلب على طريقة الظهير الثالث، وينتشر اللعب بها في روسيا وفرنسا، ويكون الفريق بهذه الطريقة في حالة هجوم شديد عندما تتواجد الكرة مع خط الهجوم أو خط الوسط...²

6-8 الطريقة الدفاعية الإيطالية:

وهي طريقة دفاعية بحتة وضعها المدرب الإيطالي (هيلينكوهيريرا Helinkouherera) بغرض سد المرمى أمام المهاجمين (1-2-4-3).

7-8 الطريقة الشاملة:

وهي طريقة هجومية ودفاعية في نفس الوقت ، حيث تعتمد على جميع اللاعبين في الهجوم والدفاع .

2- رشيد عياش الدليمي و لحر عبد الحق : "كرة القدم، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية"، جامعة مستغانم، الجزائر، 1997، ص 105، 104، 36.

1- رشيد عياش الدليمي و لحر عبد الحق : "كرة القدم"، مرجع سابق، ص 36 .

2- Alain Michel : "foot – balle", auditeur précédent, p142 .

8-8 الطريقة الهرمية : ظهرت في إنجلترا سنة 1989م وقد سميت هرمية لأن تشكيل اللاعبين الأساسيين في أرض الملعب يشبه هرم ما قمته حارس المرمى وقاعدته خط الهجوم، (حارس المرمى، اثنان خط الدفاع، ثلاثة خط الوسط، خمسة مهاجمين)...

9 متطلبات كرة القدم :

1-9 الجانب البدني :

1-1-9 المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم :

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبنى عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، والتي تعد أحد أساسيات المباراة، لما تتطلبه من جري سريع لمحاولة الاستحواذ على الكرة قبل الخصم، والأداء المستمر طوال زمن المباراة 90 دقيقة، والذي قد يمتد أكثر من ذلك في كثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات، والوثب لضرب الكرة بالرأس وتكرار الجري للاشتراك في الهجوم والدفاع بفعالية.³ ولذا يجب أن يتصف لاعب الكرة بدرجة عالية بكل ما تحتاجه المباراة والعمل على رفع كفاءته حتى يتمكن من تنفيذ المهام مهارية والخطية المختلفة بفعالية، فقد أصبح حالياً من واجب الهجوم الاشتراك في الدفاع في حالة امتلاك الكرة لدى الخصم، وأيضاً من واجب الدفاع المساعدة في الهجوم عند امتلاك الفريق للكرة.

1-1-1-9 الإعداد البدني لكرة القدم : (préparation physique)

يعتبر الإعداد البدني أحد عناصر الإعداد الرئيسية، وأولها في فترة الإعداد أو على وجه الخصوص، ويقصد به كل العمليات الموجهة لتحسين قدرات اللاعب البدنية العامة والخاصة ورفع كفاءة أجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها، وتؤدي تدريبات الإعداد البدني على مدار السنة بكاملها حيث تدخل ضمن محتويات البرنامج التدريبي بشكل أساسي من خلال وحدات التدريب اليومية، ونجد نوعين من الإعداد البدني:

إعداد بدني عام وإعداد بدني خاص.¹

1-1-1-9 الإعداد البدني العام : (préparation physique générale)

هو التطور الجيد للصفات الحركية بدون التوجه إلى رياضة معينة، ويمثل مرحلة بسيطة خاصة بتطوير الصفات البدنية الهامة الذي يخضع طيلة هذه المرحلة لتمرينات موجهة إلى تطور الصفات الحركية، المقاومة، القوة، المرونة... الخ ويسمح لنا هذا النوع من التحضير البدني من دعم وتقوية عمل الأجهزة العضلية والمفصالية، وكذا الأجهزة الفيزيولوجية (الجهاز الدموي التنفسي و الجهاز العصبي).²

1-1-1-9 الإعداد البدني الخاص : (préparation spécifique)

الإعداد البدني الخاص يقصد به تقوية أنظمة وأجهزة الجسم وزيادة الإمكانيات الوظيفية والبدنية طبقاً لمتطلبات المباراة في كرة القدم، أي تطوير الصفات المميزة للاعب الكرة مثل العمل الدوري التنفسي، والسرعة الحركية وسرعة رد الفعل، والمرونة الخاصة والسرعة لمسافات قصيرة والقوة المميزة للسرعة للرجلين والرشاقة وتحمل السرعة... الخ. هذه الصفات مرتبطة مع بعضها فمثلاً العدو لمسافة 30 متراً لتحسين السرعة، أو الجري لمسافة محدودة بطريقة التناوب أو تبادل الخطوة لتطوير التحمل الدوري التنفسي، وتقل

3- حسن أحمد الشافعي: "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي"، منشآت المعارف، مصر، 1998، ص23.

1- أمر الله أحمد البساطي: "التدريب والإعداد البدني في كرة القدم"، دار المعارف، ط2، مصر، 1990، ص70.

2- MICHEL PRADET : "La Préparation physique collection Entraînement", INSEP publication, Paris, 1997, p22.

تدريبات الإعداد البدني الخاص في بداية فترة الإعداد مقارنة للإعداد العام، حيث تصل إلى أعلى نسبة لها في مرحلة الإعداد الخاص والاستعداد للمباريات.³

2-1-9 عناصر اللياقة البدنية :

1-2-1-9 التحمل: عامة التحمل هو القدرة على مقاومة التعب والعودة إلى الحالة الطبيعية في أسرع وقت ممكن.¹

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

2-2-1-9 القوة العضلية:

تلعب القوة العضلية دوراً بالغ الأهمية في إنجاز أداء لاعب كرة القدم خلال المباراة ، وتعرف هذه القوة بقدرة اللاعب في التغلب على المقاومات المختلفة أو مواجهتها وهي واحة من أهم مكونات ذات اللياقة البدنية، حيث ترتبط بمعظم المتطلبات البدنية الخاصة للاعب كرة القدم وتؤثر في مستواها، ويتضح احتياج اللاعب لها في كثير من المواقف أثناء اللعب، كالوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب من المرمى أو التمريرات المختلفة وعند أداء مختلف المهارات بالقوة والسرعة المناسبة، كما يحتاج إليها اللاعب أيضاً في ما تتطلبه المباراة من الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للاستحواذ على الكرة أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء الأداء طوال زمن المباراة.²

3-2-1-9 السرعة:

تعريفها: نفهم من السرعة كصفة حركية قدرة الإنسان على القيام بالحركات في أقصر فترة زمنية وفي ظروف معينة، ويفترض في هذه الحالة تنفيذ الحركة لا يستمر طويلاً. وتعني السرعة كذلك القدرة على أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة بصورة متتابعة وناجحة في أقل وقت ممكن وتتضح أهميتها في المباراة عند مفاجأة الخصم أو الفريق المنافس بالهجوم لإحداث تغييرات في دفاع الخصم، من خلال سرعة أداء التمرير والتحرك وتغيير المراكز، وتعتبر السرعة بكل أنواعها من أهم المميزات للاعب الكرة الحديثة حيث يساهم ذلك في زيادة فعالية الخطط الهجومية.³

3- أمر الله أحمد البساطي: "التدريب والإعداد البدني في كرة القدم"، مرجع سابق، ص 63 .

1- AHMED KHELIFI : "L'arbitrage a travers le caractère du football" , ENAL , Alger , 1990,p107 .

2- أمر الله أحمد البساطي: "التدريب والإعداد البدني في كرة القدم" ، مرجع سابق ، ص 111 .

3- قاسم حسن حسين و قيس ناجي عبد الجبار: "مكونات الصفات الحركية"، مطبعة الجامعة، العراق. 1984 ، ص 48 .

9-1-2-4 تحمل السرعة :

يعرف تحمل السرعة بأنها أحد العوامل الأساسية للإنجاز لكرة القدم ، وتعميق قدرة اللاعب على الاحتفاظ بمعدل عالي من سرعة الحركة أثناء تكرار الجري خلال المباراة ، أي تحمل توالي السرعات التي تختلف شداتها حسب متطلبات مواقف اللعبة المختلفة ، حيث تتطلب المباراة قدرة فائقة على تكرار التجارب بالانتقال من مكان لآخر بأقصى سرعة في أي وقت خلال زمن المباراة، للقيام بالواجبات الدفاعية والهجومية.¹

9-1-2-5 الرشاقة:

تعريفها: هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة، وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة و التقنيات من جهة أخرى ، تعرف بأنها قدرة الفرد على تغيير أوضاعه في الهواء، كما تتضمن أيضا عناصر تغيير الاتجاه وهو عامل هام في معظم الرياضات بالإضافة لعنصر السرعة.²

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

ويعتبر التعريف الذي يقدمه (هوتز) من أنسب التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب الرياضي إذ يرى أن الرشاقة هي:

أولا : القدرة على إتقان التوافقات الحركية المعقدة.

ثانيا : القدرة على سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

ثالثا : القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة.³

9-1-2-6 المرونة:

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

والمرونة هي التناسق الجيد لإنجاز الحركة، فأناقة الحركة هي إحدى العناصر التي تسمح لنا بالوصول إلى الدقة ونلاحظ أن التعب يأتي بخاصية قليلة بالنسبة للسرعة في التمرينات الخاصة بالمرونة لكون أن الانجاز يكون بسرعة ولا توجد تقلصات عضلية غير ضرورية.⁴

وعادة ما يستخدم المدرب تمرينات المرونة، خلال فترة التسخين، وكذلك يخصص لذلك جزء من التدريب وعادة ما تنفذ تمرينات المرونة في بداية جرة التدريب وينصح أن يقوم اللاعب بالتمرينات المطاطية

(stretching)، مباشرة بعد نهاية جرة التدريب.⁵

1- حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، مصر، 2001، ص 39، 60.

2- قاسم حسن حسين و قيس ناجي عبد الجبار: "مكونات الصفات الحركية، مرجع سابق، ص 200.

3- محمد حسن علاوي: "علم التدريب الرياضي"، المطبعة الثالثة عشر، مصر، 1994، ص 110 .

4- PIRRE WULLACKI , "Médecine du sport" , édition vigot , paris , 1990 , p145 .

5- أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلال: "فيزيولوجية التدريب في كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1994، ص 395 .

9-2 الجانب النفسي :

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

9-3 الجانب المهاري:

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

1
...

10-10 بعض عناصر الناحية النفسية في كرة القدم :

هنالك عناصر عديدة يجب أن ينتبه إليها المدرب عند تطويره للناحية النفسية للاعب وأهمها:

10-1 حب اللاعب للعبة:

إن أول ما يضعه المدرب في اعتباره هو أن الناشئ يحب اللعبة وهذا الحب هو الذي يدفعه إلى المجيء إلى الملعب وانطلاقا من هذا يجب على المدرب أن يجعل هذا النشء يحس بأنه يتطور وأن هناك فائدة من حضوره للتدريب.

10-2 الثقة بالنفس :

إن بث الثقة في نفسية اللاعب الناشئ تجلعه يؤدي الفعاليات بصورة أدق وبمجهود أقل ، وفي نفس الوقت فإن هذا يؤدي الفعاليات التعاونية بصورة أفضل ، ولكن يجب تحاشي الثقة الزائدة والتي لا تستند على أسس لأنها تظهر على شكل غرور .

10-3 التحمل وتمالك النفس :

إن لعبة كرة القدم تلقي واجبات كبيرة على اللاعب ولذلك فعليه أن يتحمل الضغط النفسي الذي تسببه الفعاليات المتتالية وكثيرا من الأحيان لا يستطيع اللاعب أداء ما يريد، وأن الخصم يقوم بما لا يرضاه بما لا يرغب لتسجيل إصابة ، ولذلك على اللاعب بعد كل نشاط جزئي أن يتمالك نفسه.²

10-4-4 المثابرة:

على لاعب كرة القدم أن لا يتوقف إذا فشلت فعالية من فعاليته، وعليه أن يثابر للحصول على نتيجة أحسن، وإذا استطاع أن يسجل إصابة في هدف الخصم فإنه يجب أن يستمر على المثابرة لتسجيل إصابة أخرى.¹

1- حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم"، مرجع سابق، ص 127.

2- رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق : "كرة القدم"، مرجع سابق ، ص 21-22 .

1- رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق : "كرة القدم"، مرجع سابق ، ص 21-22 .

10-5- الجرأة (الشجاعة وعدم الخوف):

تلعب صفة الجرأة دوراً هاماً في كرة القدم ، ففي هذه الأخيرة تكون الكرة في حيازة اللاعب ويحاول المنافس مهاجمته للحصول عليها ، وهذا يقتضي من المدافع جرأة وشجاعة والعكس صحيح ، وكلما أحس اللاعب بقوته ومقدرته المهارية ازدادت جرأته ولكن يجب أن يلاحظ المدرب ألا تصل هذه الجرأة إلى الاندفاع والتهور.

10-6- الكفاح:

أصبح الآن كفاح اللاعب للاستحواذ على الكرة إحدى الصفات الإرادية الهامة التي يجب أن يتصف بها لاعب الكرة الحديث، وخاصة لاعب الدفاع.

10-7- التصميم:

وهي صفة أخرى لها قيمتها في أداء الفريق عامة واللاعب خاصة ، فالتصميم يعني إصرار اللاعب على أداء واجبه الهجومي والدفاعي في كل لحظة من لحظات المباراة وعدم التأثر بالصعوبات التي تقابله أثناء المباراة وخاصة إن لم تكن نتيجة المباراة في صالح فريقه ففي مثل هذه الحالة يلعب الإصرار والتصميم دوراً هاماً في رفع الروح المعنوية للفريق .²

11- أهداف رياضة كرة القدم:

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

- فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها.
- التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع ومختلف أنواع و مراحل اللعب في كرة القدم.
- الوعي بالعناصر و المكونات الجماعية و الفردية في رياضة كرة القدم.
- تحسين الوضع و المهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب.

2- حنفي محمود مختار: "الأسس العلمية في تدريب كرة القدم"، مرجع سابق، ص288.

- إعطاء رؤية واضحة ولو مصغرة عن عناصر اللعب التكنيكي واستيعاب الوضعيات المختلفة..
إدماج و إدراك العلاقات الدفاعية اللازمة التي تستحق الاستيعاب الجيد ثم التنفيذ.¹

12 - خصائص كرة القدم :

"تتميز كرة القدم بخصائص أهمها:

- 1- **الضمير الجماعي:** و هي أهم خاصية في الرياضات الجماعية إذ تكتسي طابعا جماعيا.
- بحيث تشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة و مترابطة لتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.
- 2- **النظام:** تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم و صفة الاتصال المسموح بها مع الزملاء.
و الاحتكاك بالخصم وهذا ما يكسبها طابعا مهما في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.
- 3- **العلاقات المتبادلة:** تتميز رياضة كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق إذ تشكل كلا متكاملًا بمجهود كل الأعضاء وهذا بدور ناتج عن التنظيمات و التقنيات خلال معظم فترات المنافسة.
- 4- **التنافس:** بالنظر لوسائل رياضة كرة القدم. كالكرة و الميدان وكذلك بالنظر إلى الخصم و الدفاع و الهجوم و الرمي كل هذه العوامل تعتبر حوافز مهمة في إعطائها صيغة تنافسية بحة إذ يبقى اللاعب خلال فترة اللعب في حركة مستمرة و متغيرة لمراقبة تحركات الخصم وهذا ما يزيد من حدة الاحتكاك بالخصم ولكن في إطار مسموح به و تحدده قوانين اللعبة .
- 5- **التغيير:** تمتاز كرة القدم بالتغيير الكبير و المتنوع في خطط اللعب و بنائها وهذا مرتبط بالحالة التي تواجه الفريق خلال المنافسة أي حسب طبيعة الخصم و المنافسة.

6- **الاستمرار:** مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها, إذ يكون فيها برنامج البطولة مطول (سنوي و مستمر), كل أسبوع تقريبا مقارنة مع الرياضات الفردية التي تجري منافستها في شكل متتابع.

7- **الحرية :** اللعب في كرة القدم , رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي إلا أنه يملك حرية كبيرة في اللعب الفردي و الإبداع في أداء المهارات وهذا مرتبط بإمكانيات و قدرات كل لاعب (الفردية) إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية بل لديه الحرية في التفاعل و التعرف حسب الوضعية التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعا تشويقيا ممتعا².

13- القيمة التربوية لرياضة كرة القدم :

¹ منهاج التربية البدنية : "منشورات لوزارة التربية الوطنية", 1984, ص 29 .
² زيدان وآخرون : "الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الأشبال و الأواسط", مذكرة ليسانس, قسم التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر 1995, ص 46 .

تعتبر رياضة كرة القدم من الأنشطة الهامة لدى الشباب بالنظر إلى اهتمامهم الكبير وإقبالهم المتزايد على ممارستها. والشيء الذي يدل بوضوح على أنها تستجيب للعديد من حاجياتهم الضرورية التي تساعدهم على النمو الجيد والمتوازن إطلاقاً من هذا لوحظ أنه من الضروري توضيح التأثيرات الإيجابية لهذه الرياضة والتي لا تقتصر على جانب معين فحسب بل تشمل عدة جوانب عند الفرد منها الجانب البدني والصحي والعقلي والاجتماعي والتربوي، ومن هذه التأثيرات نذكر ما يلي:

- تساهم كرة القدم في تطوير الجانب البدني للشباب وذلك بتحسين وتطوير العديد من الصفات البدنية كالسرعة، القوة، التحمل، المرونة، الرشاقة، الخفة والمقاومة وهي صفات تجعل الشباب يتمتع بالصحة الجيدة .

- انطلاقاً من تحسين الصفات البدنية المذكورة فإنها تحسن من قوام الجسم , مما يعطي للشباب مظهراً جميلاً يسمح لهم بالتخلص من الإحساس بالنقص الذي ينجم عن الضعف البدني والمظهر الغير ملائم وهذا الجانب مهم جداً , مما أدى بالشباب المراهق بالخصوص إلى الاهتمام به لأنه دائماً يطمح للظهور بأحسن صورة .

- هي وسيلة مهمة في تربية الروح الجماعية واحترام الآخرين .
- بصفتها نشاطاً جماعياً، فهي تخلص الرياضي من العمل لصالح الخاص وتدفعه للعمل لصالح الجماعة.

- تكسب اللاعب الإحساس بالمسؤولية , والاعتماد على النفس انطلاقاً من القيام بدوره داخل الفريق.

- تساهم مساهمة فعالة في توسيع علاقات الصداقة بين الشباب انطلاقاً من احتكاكهم ببعضهم البعض خلال المنافسة.

- تربي لدى الشباب القدرة على التقييم الذاتي، إن من خلال وجود اللاعب ضمن جماعة الزملاء.

- يستطيع مقارنة نفسه بالآخرين وتحديد مكانته الشخصية بينهم من جميع الجوانب.
- تنمي عنه روح تقبل النقد، والاعتراف بالخطأ، من احترام قرارات المدرب والحكام وحتى آراء الزملاء.

- تساهم في تنمية صفتي الشجاعة والإدارة، من خلال تعود اللاعب على منافسة الخصم أثناء المباريات

وتخلصه من التردد والخجل والأنانية.

- تعود اللاعب على النشاط والحيوية وتبعده عن الكسل والخمول.
- تربي اللاعب على الانضباط والنظام من خلال التزامه ببرنامج التدريب والمنافسة المستمرة.

- تساهم في توجيه الطاقة الزائدة عند الشباب توجيهها سليماً يعود بالفائدة خاصة من الجانب الصحي إذ

تمتص ما لديهم من فائض في الطاقة، الشيء الذي يساهم في التخفيض من دوافعهم المكبوتة (الجنسية والعدوانية) والتي قد تكون سبباً في الكثير من التصرفات السيئة إذا ما تركت من غير ضبط وتوجيه.

- تساعد على تنمية الذكاء والتفكير وهذا انطلاقاً من المواقف العديدة والمتغيرة التي تصادف اللاعب أثناء

المنافسة إذ في الكثير من الحالات يجد اللاعب نفسه مجبرا على استعمال ذكائه في التغلب على الخصم مما يجعله في كل مرة يفكر في الحل حسب الوضعية التي تصادفه.¹

14- أهمية كرة القدم في المجتمع:

إن للرياضة دور كبير وأهمية بالغة بين أفراد المجتمع، إذ تعتبر وسطا جيدا لحدوث التواصل الاجتماعي بين أفرادها ولعبة كرة القدم على اعتبار أنها الرياضة الأكبر جماهيرية فإنها تؤدي عدة أدوار يمكن أن نلخصها فيما يلي:

*** الدور الاجتماعي:** لعبة كرة القدم كنظام اجتماعي تقدم لنا العون في إنشاء شبكة واسعة من العلاقات بشتى الطرق ومختلف أنواعها، كالتعاون والمثابرة، التماسك والتكافل زيادة على منح فرصة التعارف وما ينتج عنه من ميزة الحب والصدقة والتسامح... الخ، كما تعمل هذه اللعبة الرياضية على تكوين ثقافة شخصية متزنة للفرد اجتماعيا.

*** الدور النفسي التربوي:** تلعب كرة القدم دورا هاما في سد الفراغ القاتل الذي يعاني منه الأفراد كما تلعب دورا مميزا أيضا في ترقية المستوى التربوي والأخلاقي للشخص كونها أخلاق في مبدئها قبل كل شيء، نذكر من أهم الصفات الأخلاقية المتمثلة في الروح الرياضية وتقبل الآخرين ونتائجهم النزيهة واكتساب المواطنة الصالحة وتقبل القيادة والتمثيل من الغير.

*** الدور الاقتصادي:** باختلاف القطاعات الأخرى فإن القطاع الرياضي لا ينفصل عن المؤثرات الاقتصادية ومجرياتها، حيث ظهرت دراسات متعددة حول اقتصاديات الرياضة ويعتقد "ستوفيكس" عالم اجتماع الرياضة الهولندية، إن تكامل النشاط الرياضي مع المصالح الاقتصادية، قد أدى إلى اكتساب الرياضة لمكانة رفيعة وعالية في الحياة الاجتماعية وباعتبار كرة القدم أهم هذه الرياضات فدورها الاقتصادي يتجسد في الإشهار والتمويل وكذا مداخيل المباريات والناقصات على كل المستويات بالإضافة إلى أسعار اللاعبين والمدربين... الخ

*** الدور السياسي:** بما أن لعبة كرة القدم تعتبر الرقم الأول في سجل ترتيب الرياضات الشعبية ومناصرة وممارسة، جعل من مختلف الهيئات السياسية، كما لعبت هذه الرياضة في كسر الحساسيات والحوازر السياسية بين الدول والجمع بينهم في المحافل القارية والدولية ونزع الصراعات والخلافات جانبا ومثال ذلك التقاء منتخب أمريكا وإيران في موندنال بفرنسا رغم الجمود السياسي بين البلدين.²

خلاصه:

إن التطورات التي عرفت كرة القدم عبر مراحل التاريخ سواء في أرضية الميدان التي يلعب عليها أو في طريقة ممارستها، استوجب من القائمين عليها استخدام قوانين وميكانيزمات جديدة تتماشى والشكل الجديد لها، كما أن اللاعب نفسه أصبح ملزما بخوض التدريبات اللازمة من أجل أداء الدور المطلوب منه في المباريات سواء من الناحية البدنية أو النفسية أو الجانب التكتيكي كل حسب وضعيته، والمكان الذي يلعب فيه، ويسهر على ذلك المدرب وبعض الأخصائيين الذين يتابعون هذا اللاعب باستمرار قبل وبعد المباراة، بالإضافة إلى الإعداد التكتيكي والبدني والنفسى لهذا اللاعب من أجل أداء مقبول في الميدان

¹ - زيدان وآخرون: "الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الأشبال و الأواسط" مذكرة ليسانس، مرجع سابق، ص49.
² - أمين أنور الخولي: "الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب"، الكويت، 1996، ص133، 132.

والخروج بنتيجة مشرفة من المباراة ، يستوجب على اللاعب أن يكون على درجة لا بأس بها من التوافق النفسي حتى يستطيع أن يتابع اللعب خلال الوقت المحدد بعزيمة ووتيرة سليمة خاصة إذا علمنا أن كرة القدم هي لعبة المفاجآت وكل الاحتمالات.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

الإجراءات الميدانية

للبحث

تمهيد:

يعتبر الإطار المنهجي للبحث أحد الجوانب الهامة ، بحيث لا يمكن لأي باحث أن يتخلى عنه ، وهناك علاقة وطيدة بين موضوع البحث ومنهجه ، فلكي يتم تأسيس عمل منهجي منظم لا بد من توضيح جميع الجوانب والإجراءات التي يتم القيام بها أثناء عملية الدراسة لكي يكون البحث موضوعي ، وتيسر للمطلع فهم وتفسير النتائج على ضوء المعلومات الواردة فيه .

سنحاول الانتقال إلى الجانب التطبيقي (الميداني) ، قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية، حتى نوفي المنهجية العلمية حقها ، وكذا نحقق المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السالفة الذكر وذلك من خلال عرض طبيعة المنهج المتبع فيها ، بالإضافة إلى حدود الدراسة ومجالاتها المتمثلة في المجال الزمني والمكاني ، وكذا أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

هي أول خطوة قمنا بها قبل البدء في تسطير الخطوط العريضة للبحث و قبل الشروع في الدراسة الميدانية و تمت عبر مرحلتين:

1- ما قبل تحديد مشكلة البحث حيث كانت باطلاعنا على مختلف المراجع من الكتب، و المجالات و المحاضرات الغير منشورة و كان من أجل توسيع قاعدة معرفتنا حول الموضوع و التأكد من أهمية البحث .

2- قمنا بزيارة إلى الفرق و تحاورنا مع المدربين و اللاعبين لأخذ فكرة مجملية حول الموضوع و أهميته، و لمسنا وجود بعض المشاكل في مردود الفرق بالرغم من وجود أرصدة هامة من اللاعبين المتميزين وكذا المدربين الأكفاء.

2- منهج البحث :

من المؤكد أن البحث العلمي ما هو إلا سلسلة منظمة من المراحل المضبوطة بجملة من القواعد ، والتي تسعى و في كل العلوم إلى الوصول إلى حقيقة ، سمتها الموضوعية و الدقة و الترتيب ، ولقد تعددت المناهج العلمية للبحث تبعا لتعدد مواضيع الدراسة في العلوم الإنسانية والاجتماعية ، وذلك من أجل الوصول إلى الحقائق بطريقة علمية دقيقة.

إن كل باحث من خلال بحثه يتحقق من الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي لإستخدام مجموعة من المواد العلمية، وذلك بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، حيث إعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي كمنهج علمي ملائم لهذه الدراسة كونه يعتمد على إستقصاء ظاهرة من الظواهر ويعمل على تشخيصها وكشف جوانبها المختلفة.

3- مجتمع الدراسة:

إن موضوع الدراسة متعلق بدور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم، وبالتالي فإن

مجتمع البحث يمثل فريق كرة القدم اريس -باتنة-

4- عينة الدراسة:

إن الموضوعية في البحث العلمي هو أن نستقصي الحقيقة لدى عناصر مجتمع البحث الذي نهتم لدراسته، وبالتالي يفرض أخذ عينة ممثلة للمجتمع الكلي تتناسب و طاقات الباحث . و استعمال العينة في البحوث الاجتماعية يسمح بالاقتصاد في الجهد و الوقت معا.

و "العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث". وقد تم اختيار عينة مقصودة في هذه الدراسة وتسمح هذه الطريقة للباحث اختيار عينة يرى من وجهة نظره أو وجهة نظر الخبراء معرفة بعض المعالم الإحصائية لمجتمع معين وخصائصه أنها تمثل المجتمع الأصلي تمثيلا حقيقيا و عينة دراستنا في فريق الترجي الرياضي أريس (11 لاعب) و مدربه و فريق الأمل الرياضي أريس (13 لاعب) و مدربيهم .

5- مجالات الدراسة:

المجال المكاني:تم إجراء هذه الدراسة في القاعة متعددة النشاطات و الملعب الرياضي

الشهيد زغيشي عمار ابن الصغير -أريس- ولاية باتنة

المجال الزمني:يمثل المجال الزمني الوقت الذي تستغرقه الدراسة ولقد كانت الانطلاقة في

هذه الدراسة ، وكذا تحديد الموضوع تحديدا دقيقا وطرح الإشكالية وهذا في شهر فيفري

والذي يتزامن مع مرحلة جمع المعلومات الخاصة بالإطار النظري ،بعدها مرحلة البحث الميداني.

المجال البشري: مدربي و لاعبو فريقي – اريس-

6- ضبط متغيرات الدراسة:

6-1 المتغير المستقل: وهو الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

- تحديد المتغير المستقل: وهو المدرب الرياضي

6-2 المتغير التابع: وهو متغير يؤثر فيه المتغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات

الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع.

- تحديد المتغير التابع: وهو بناء و تماسك الفريق

6-3 المتغير الوسيط: وهو "الدور"

7- أدوات القياس:

إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة سهلت علينا الإلمام (الإحاطة) بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة واستعملنا في بحثنا مجموعة من الطرق المتمثلة في:

- طريقة الاستبيان:

تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر و المعلومات التي يتحصل عليها الباحث و التي لا يمكن إيجادها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص بجمع المعلومات يتطلب إجراءات دقيقة منذ البداية وهي:

- تحديد الهدف من الاستبيان.

- تحديد و تنظيم الوقت المخصص للاستبيان .

- اختبار العينة التي يتم استجوابها.

- وضع العدد الكافي من الخيارات لكل سؤال.

- وضع خلاصة موجزة لأهداف الاستبيان.

و يتجلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثير البحث و الاستبيان يتضمن نوعين كوسيلة لجمع المعلومات بوفرة و أكثر دقة.

- الاستبيان الأول وجه للمدربين و تم خلاله جمع آرائهم.

- أما الاستبيان الثاني فقد وجهناه للاعبين بصفتهم أقرب الناس إلى المدرب.

و كونه تقنية شائعة الاستعمال ، ووسيلة علمية لجمع البيانات و المعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي ، و كذلك باعتباره مناسباً للاعب و المدرب ، و الأسئلة هي استجابة

للمحاور و بالتالي استجابة للفرضيات ، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات

-نوع الأسئلة: طبعا يتم الاعتماد على الأسئلة التالية:

- الأسئلة المغلقة: هي الأسئلة يحدد فيها الباحث إجاباته مسبقا و غالبا ما تكون بـ "نعم" و

"لا".

- الأسئلة نصف مفتوحة: يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي الإجابة فيه مقيدة "نعم" أو "لا" و النصف الثاني تكون فيه الحرية للمستجوب للدلاء برأيه الخاص.
- الأسئلة متعددة الأجوبة: وهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة و يختار المجيب الذي يراه مناسباً

- الطريقة 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 لمعطيات كل سؤال.

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

الخاتمة

الخاتمة

إن الإقبال والإهتمام الكبير الذي عرفته كرة القدم الجزائرية في الآونة الأخيرة والبروز الفعال والمعتبر دفعنا إلى طرح بعض التساؤلات التي رأيناها تسحب الغموض والحيرة، لذا فإن دراستنا لهذا الموضوع لم تكن عشوائية أو صدفة، بل كانت نابعة من الاقتناع، مما قد ينعكس سلبا على مردود اللعب عند اللاعبين والذي بدوره ينعكس على الفريق بالصفة نفسها .

فمن الأسباب التي تؤثر على مردود اللاعبين عامل مهم نابع من دوراتهم التدريبية ألا وهو دور المدرب الرياضي في بناء تماسك الفريق ، ولذا قمنا بهذه الدراسة للتوصل إلى الحلول النسبية لبلوغ الأهداف المسطرة بطرح مشكلة عامة و جزئية شملنا فيها معظم الجوانب القابلة للدراسة، وطرحنا فرضيات رأيناها تعمل على إعطاء شيء ايجابي وحل موفق لهاته الظاهرة.

ويمكن القول أن دراستنا لهذا الموضوع قد أتت بشيء ايجابي نسبيا وفي حدود الدراسة وهذا لمحاولة تحقيق الهدف المرغوب فيه.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

أولا باللغة العربية:

- 1- الحاوي يحي السيد إسماعيل: "المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب" المركز العربي، القاهرة، مصر، 2002
- 2- أكرم زكي حطابيه: "موسوعة الكرة الطائرة الحديثة"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1996
- 3- أمر الله أحمد البساطي: "التدريب والإعداد البدني في كرة القدم"، دار المعارف، ط2، مصر، 1990.
- 4- أمين أنور الخولي: "الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب"، الكويت، 1996.
- 5- حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، مصر، 2001.
- 6- حسن أحمد الشافعي: "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي"، منشآت المعارف، مصر، 1998.
- 7- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، دار العلم للملايين، ط4، لبنان.
- 8- حسن محمد الحسين: "طرق التدريب" دار مجدلاوي، ط2، عمان الأردن، 2004.
- 9- حنفي محمود مختار: "الأسس العلمية في تدريب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مدينة نصر، القاهرة، مصر.
- 10- رشيد عياش الدليمي و لحر عبد الحق: "كرة القدم" المدرسة العليا لأساتذة.
- 11- رومي جميل: "كرة القدم"، دار النفائس، ط1، لبنان، 1986.
- 12- زكي محمد حسن: "المدرّب الرياضي، أسس العمل ومهنة التدريب" منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر، 1997.
- 13- سامي الصفار: "كرة القدم"، دار الكتب للطباعة والنشر، الجزء الأول، جامعة الموصل، العراق، 1982.
- 14- سعد زغول بشير: " دليلك إلى البرنامج الإحصائي SPSS"، المعهد العربي للتدريب والبحوث الإحصائية، بغداد، العراق، 2003.
- 15- عادل عبد البصير علي: "التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق"، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، مصر، 1999.
- 16- عبد الرحمان عيساوي: "سيكولوجية النمو، دار النهضة العربية"، لبنان، 1980.
- 17- علي خليفة الهنشري وآخرون: "كرة القدم"، ليبيا، 1987.
- 18- فريدريك معتوق: "معجم العلوم الاجتماعية"، أكاديميا، بيروت، لبنان، 1998.
- 19- فوزي وطارق بدر الدين: "سيكولوجية الفريق الرياضي" دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2001
- 20- قاسم حسن حسين و قيس ناجي عبد الجبار: "مكونات الصفات الحركية"، مطبعة الجامعة، العراق. 1984.

- 21-** قاسم حسن حسين: "علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة" دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 1997.
- 22-** محمد الأفندي "علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية" عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1965.
- 23-** محمد حسن علاوي: "سيكولوجيا الجماعات الرياضية"، مركز الكتاب، ط1، القاهرة، مصر، 1998.
- 24-** محمد حسن علاوي: "سيكولوجية المدرب الرياضي" دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 2002.
- 25-** محمد حسن علاوي: "علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2002.
- 26-** محمد حسن علاوي: "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين" مركز الكتاب، ط1، القاهرة، مصر، 1998.
- 27-** محمود أبو العينين، مفتي إبراهيم حماد: "تخطيط برامج إعداد لاعبي كرة القدم"، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 28-** محي محمد مسعد: "كيفية كتابة الأبحاث والإعداد للمحاضرات"، المكتب العربي الحديث، الإسكندرية، مصر، 2003.
- 29-** مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث تخطيط-قيادة-تطبيق" دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1998.
- 30-** مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي الحديث تخطيط-قيادة-تطبيق" دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، مصر، 1998.
- 31-** مفتي إبراهيم حماد: "التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة"، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1996.
- 32-** مهند حسين الشتاوي، احمد إبراهيم الخواجا: "مبادئ التدريب الرياضي"، دار وائل للنشر، ط1، عمان، الأردن، 2005.
- 33-** مورييس أنجرس: "منهجية البحث العلمي"، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، دار القصة للنشر، الجزائر، 2004م.
- 34-** موقف مجيد المولي: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، لبنان، 1999.
- 35-** ناهد رسن سكر: "علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2002.
- ثانياً باللغة الأجنبية:**

1- Ahmed Khelifi: "L'arbitrage a traverse le characters de Football ", ENAL Alger, 1990.

2- Alain Michel:"foot – ball les systems de jeu", Edition Chiron, 2 me edition, Paris, 1998.

3- MICHEL PRADET: "La Preparation physique collection Entraînement", INSEP publication, Paris, 1997.

4- PIRRE WULLACKI,"Medicine du sport", edition vigot, Paris, 1990.

5- REMOTO Manno: "Les bases de l' entraînement sportive, traduit de l' etalien par Pierre career, vigot, Paris, 1998.

مذكرات ورسائل تخرج:

- 1-** بلقاسم تلي وآخرون: "دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية"، مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، الجزائر، جوان 1997.

2- حمدان بن سلمان بن عبد الله الغامدي: "الرضا الوظيفي لدى العاملين في سجن مدينة تبوك"، رسالة ماجستير غير منشورة، 2006

3- زياد بن عبد الله الدهشة: المتغيرات التنظيمية والوظيفية وعلاقتها بمستوى الرضا الوظيفي وفقا لنظرية هيرز بيرج، ماجستير، قسم العلوم الإدارية، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف الأمنية للعلوم الإدارية، 2006.

4- زيدان وآخرون: "الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الأشبال والأواسط"، مذكرة ليسانس، قسم التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، جامعة الجزائر، 1995.

5- فاتح عبدلي: "اثر خدمات ومهارات الإرشاد النفسي في تحسين النتائج الرياضية -كرة القدم-" مذكرة ماجستير، م التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، الجزائر، 2006/2005.

6- نصر الدين شريف: "اثر العلاقات الاجتماعية داخل الفريق الرياضي في تحسين النتائج" مذكرة ماجستير، م التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم، الجزائر، 2001.

7- مذكرة دكتوراه شتيوي عبد المالك . أثر برنامج تدريبي مقترح مبني بأسلوب تدريب الذهني و البدني لتتطوير الضربات الثابتة و بعض المهارات الأساسية في كرة القدم 2013\2012

دوريات ومجلات رسمية:

1- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، وزارة الشباب والرياضة، وزارة الداخلية، قرار وزاري مؤرخ في: 04 يونيو 1996.

2- منهاج التربية البدنية: "منشورات لوزارة التربية الوطنية"، 1984.

المواقع الالكترونية:

1- الفيدرالية الدولية لكرة القدم - www.Fifa.com -

2- منتدى التربية البدنية والنشاط الرياضي - http://dr--mohamed-abd-phy_edu.Net -

3- ماثيو جيدير: "منهجية البحث العلمي"، ترجمة ملكة ابيض، <http://dr--mohamed-abd-elnaby.spaces.live.com>

ملخص البحث

عنوان الدراسة: دور المدرب الرياضي في بناء تماسك الفريق في كرة القدم
- **اهداف الدراسة:**

الوصول الى اجابة عن التساؤل الرئيسي للدراسة وذلك بالسعي و تحديد مسار متبع للوصول للنتيجة المرجوة

وبالتالي الاستفادة من نتائج هذه الدراسة كي تكون وثيقة علمية لمعالجة بعض المشكلات.
-محاولة الاستفادة المباشرة من نتائج الدراسة و جعلها كمرجع علمي و ذلك من اجل تحسين تماسك الفريق في كرة القدم وهذا عن طريق تشخيص المشكلة و تقديم الاقتراحات كحلول مستقبلية.

- إبراز الدور الإيجابي للحصة التدريبية كوسيلة مهمة في عملية التماسك والتفاعل الاجتماعي أثناءها.

- **مشكلة الدراسة:** هل يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم؟

- **الفرضية العامة:** يؤثر دور المدرب الرياضي في بناء و تماسك الفريق في كرة القدم.

- **إجراءات الدراسة الميدانية:**

- **العينة:** لاعبي و مدرب كرة القدم.

- **المنهج:** المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي.

- **الأدوات المستعملة في الدراسة:**

استمارة استببانيه وتم توزيعها على اللاعبين،بالإضافة إلى دليل المقابلة الخاصة بالمدرّب.

- **اقتراحات و توصيات :**

- تنظيم تربيّات داخل الوطن و خارجه إن أمكن ذلك ، و يخصص فيها الوقت الأكبر لتطوير المهارات الاتصالية لكل من المدرّب و اللاعب من طرف أصحاب الاختصاص في هذا المجال .

- يجب على كلا من المدرّبين و اللاعبين اعطاء اهمية بالغة لدور لتماسك الفريق في تحسين الاداء الرياضي ، حيث من خلاله يتم نقل مختلف الافكار و الخبرات و المهارات بينهما .