



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

معهد: علوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية و الرياضية ميدان: علوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية و
الرياضية

فرع: تدريب رياضي

قسم: تدريب رياضي

تنص: تحضير بدني وكهني

رقم:

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر الأكاديمي

تحت عنوان:

الدور النفسي للمدرب وأهميته على لاعبي كرة القدم
سنة (14-17)

دراسة ميدانية لبعض الفرق المسيلة لقسم الجهوي الاول

لجنة المناقشة :

المحاضرين :

اسم ولقبه الأستاذ: مجادي رابع جامعة : المسيلة رئيسا

حميدي جمال

اسم ولقبه الأستاذ: مجادي مفتاح جامعة : المسيلة مشرفا ومقروا

اسم ولقبه الأستاذ: زاوي زيد جامعة : المسيلة مناقشا

الموسم الجامعي : 2016 / 2017

بِسْمِ اللَّهِ
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

يارب شكرك واجب محتم ها أنا ذا بالشكر أتكلم
عد الحصا بعرض السماء مقدارها يرضيك أني بعد شكرك مسلم
مالي أرى نعم الإله تحيطني من كل جنب ثم لا أتكلم
دعني أحدث بالنعيم فإنني ممن يقرولست ممن يتكلم
بعد شكرنا لله تعالى على فضله ومنه علينا أن هدانا وأمرنا بالعلم
والقوة والإرادة والصبر لإنجاز هذا العمل المتواضع والصلاة والسلام
على من بعث رحمة للعالمين وهداية للضالين،
توجه بخالص الشكر إلى من كان سندنا في مشوارنا الدراسي
إلى الأستاذ *مجادى مفتاح* الذي تابع عملنا هذا، ولم يخل علينا
بنصائحه، القيمة والمفيدة، ولم يخل علينا بوقته الثمين .
وإلى كل من أمد لنا يد المساعدة من قريب أو من بعيد .

ألف تحية وشكر

حميدي جمال

إهداء

أحمد الله و أشكره على إتمام هذا العمل المتواضع، وأهدي ثمرة جهدي

...

إلى من قال فيهم المولى عز وجل:

(وَإخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّي أَرْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا) سورة الإسراء الآية 24.

إلى معنى الطهر والسمو إلى من رسمت لي درب النجاح...

إلى نبع الحنان والعطف والأمل تلك هي "أمي الغالية" أطال الله في عمرها "مخلوف ذهبية"

إلى من كان سببا إلى وصولي معالي الوجود وجاد علي بالموجود، وتحدى لأجلي كل الصعاب

"أبي الغالي" أطال الله في عمره "حميدي دوسن (زبير)"

إلى زوجتي العزيزة "بن عيسي خ"

دون أن أنسى شموع حياتي وصنّاع ابتسامتي في جميع أوقاتي...

إلى إخوتي وأخواتي كل باسمه

إلى أصدقائي المخلصين: أحمد دلهوم . عبيد بشير . شريف شريف . عاشور ايمن . اسماعيل

براهيمي . عاشور عبد الباسط

إلى إخوتي الذين شاركوني الحياة الجامعية: زيان محمد طيبي لخضر

إلى كل من أحببتهم وأحبوني من أبناء بلدية عين الحجل...

إلى كل من اتسع لهم قلبي ولم تتسع لهم صفحتي

حميدي جمال

الفهرس

الصفحة	فهرس المحتويات
أ	- كلمة شكر
ب	- اهداء
ج	- فهرس
س	- قائمة الجداول
12.....	- مقدمة

الفصل الاول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

14.....	- تمهيد
15.....	1- الإعداد النفسي
15.....	1-1- مفهوم الإعداد النفسي
15.....	1-2- أهمية الإعداد النفسي
16.....	1-3- أنواع الإعداد النفسي
16.....	1-3-1- من حيث المدة
18.....	1-3-2- من حيث النوعية
19.....	1-4- واجبات الإعداد النفسي للاعب كرة القدم
19.....	1-5- علاقة الإعداد النفسي بالنواحي التدريبية الأخرى
20.....	1-6- الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة
20.....	1-7- ديناميكية الحالة النفسية للاعب أثناء المباراة
20.....	1-8- الحالة النفسية للاعبين بعد المباريات
21.....	1-9- دور المدرب في التعامل مع اللاعبين بعد المنافسة

- 10-1- تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم 21
- 2- المدرب خصائص و مميزات 21
- 1-2- تعريف المدرب 21
- 2-2- شخصية المدرب و تأثيرها على الفريق 22
- 3-2- مميزات مدرب كرة القدم 22
- 4-2- المدرب كمربي ناجح 23
- 5-2- دور المدرب 23
- 6-2- وظائف المدرب 23
- 7-2- المدرب كقائد 24
- 8-2- أساليب القيادة للمدرب الرياضي 24
- 9-2- كفاءة المدرب المهنية 25
- 1-3- كرة القدم 27
- 1-1-3- تعريف كرة القدم 27
- 2-1-3- تاريخ كرة القدم 27
- 3-1-3- مدارس كرة القدم 28
- 4-1-3- المبادئ الأساسية لكرة القدم 28
- 5-1-3- صفات لاعب كرة القدم 29
- 6-1-3- قوانين كرة القدم 30
- 2-3- المرحلة العمرية (14-17) سنة 32
- 1-2-3- تعريف المرحلة العمرية 32
- 2-2-3- خصائص المرحلة العمرية 32

- 32..... 3-2-2-1- الخصائص المعرفية
- 33..... 3-2-2-2- الخصائص النفسية
- 33..... 3-2-2-3- الخصائص الحركية و الجسمية
- 33..... 3-2-2-4- الخصائص الاجتماعية
- 33..... 3-2-2-5- الخصائص الانفعالية
- 34..... 3-2-3- احتياجات الطفل خلال مرحلة (14-17) سنة
- 34..... 3-2-3-1- الاحتياجات المعرفية
- 34..... 3-2-3-2- الاحتياجات البدنية
- 35..... 3-2-3-3- الاحتياجات النفسية الحركية
- 35..... 3-2-3-4- الاحتياجات الاجتماعية
- 36..... 3-2-4- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين
- 37..... 4- الدراسات السابقة:
- 38..... 4-1- التعليق علي الدراسات

الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة

- 40..... 1-الكلمات الدالة في الدراسة
- 40..... 1-1- مفهوم الدور النفسي
- 40..... 1-2- كره القدم
- 40..... 1-3- المدرب
- 41..... 1-4- المراهقة(المرحلة العمرية(14-17)سنة)
- 42..... 2- الإشكالية
- 43..... 3- أهداف الدراسة

4- أهمية الدراسة.....43

الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة

- تمهيد45

1- الدراسة الاستطلاعية45

2- المنهج المتبع في الدراسة.....46

3- مجتمع وعينة البحث وكيفية اختيارها.....46

4- أدوات جمع البيانات و المعلومات.....47

5- اساليب الاحصائية:.....47

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

1- تحليل ومناقشة النتائج.....51

2- خلاصة الاستبيان الخاص بالاعيين.....69

الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات

1- استنتاجات عامة.....71

2- اقتراحات.....71

3- الافاق المستقبلية.....72

4- قائمة المراجع.....73

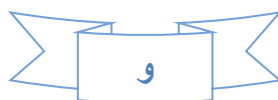
5- الملاحق.....76

5-1- استمارة الاستطلاع.....76

5-2- قائمة المحكمين.....78

6- ملخص الدراسة.....79

6-1- ملخص الدراسة باللغة الاجنبية.....81





قائمة الجداول والاشكال

1- قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
42	نسب ارتياح اللاعبين لوجود المدرب	01
43	التحضير النفسي للمدرب ومساهمته في تنمية قدرات اللاعبين	02
44	شعور اللاعب أثناء الحصة التدريبية	03
45	أفضلية الأداء بين التدريب والمباراة	04
46	مدى النجاح في تنفيذ خطة المدرب أثناء المباراة	05
47	مدى تحكم اللاعبين في انفعالاتهم عند الغضب	06
48	تأثير القلق على أداء اللاعبين	07
49	شعور اللاعبين عند الاشتراك ضد منافس قوي	08
50	انعكاسات ارتكاب الأخطاء على اللاعبين	09
51	مدى اهتمام المدرب براحة اللاعبين	10
52	نشاطية المدرب أثناء الحصة التدريبية	11
53	تصرفات اللاعب أثناء التدريب.	12
54	كفاءة المدرب ودورها في اكتشاف أخطاء اللاعبين	13
55	قرار المدرب ومساهمته في نجاح عملية التدريب	14
56	كفاءة المدرب في اكتشاف نقاط قوة وضعف اللاعبين	15
57	مكافئة المدرب للاعب الجيد.	16
58	كيفية تعامل المدرب مع اللاعب أثناء الحصة التدريبية.	17

قائمة الجداول والاشكال

	مميزات المدرب في تعامله مع اللاعبين.	18
--	--------------------------------------	----

- قائمة الأشكال:

الدوائر النسبية:

الصفحة	العنوان	الرقم
42	نسب ارتياح اللاعبين لوجود المدرب	01
43	التحضير النفسي للمدرب ومساهمته في تنمية قدرات اللاعبين	02
44	شعور اللاعب أثناء الحصة التدريبية	03
45	أفضلية الأداء بين التدريب والمباراة	04
46	مدى النجاح في تنفيذ خطة المدرب أثناء المباراة	05
47	مدى تحكم اللاعبين في انفعالاتهم عند الغضب	06
48	تأثير القلق على أداء اللاعبين	07
49	شعور اللاعبين عند الاشتراك ضد منافس قوي	08
50	انعكاسات ارتكاب الأخطاء على اللاعبين	09
51	مدى اهتمام المدرب براحة اللاعبين	10
52	نشاطية المدرب أثناء الحصة التدريبية	11
53	تصرفات اللاعب أثناء التدريب.	12
54	كفاءة المدرب ودورها في اكتشاف أخطاء اللاعبين	13
55	قرار المدرب ومساهمته في نجاح عملية التدريب	14

قائمة الجداول والاشكال

56	كفاءة المدرب في اكتشاف نقاط قوة وضعف اللاعبين	15
57	مكافئة المدرب للاعب الجيد.	16
58	كيفية تعامل المدرب مع اللاعب أثناء الحصة التدريبية.	17
59	ميزات المدرب في تعامله مع اللاعبين.	18

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 وتفادي الضرر البدني، إلا أن ما يقف حاليا كعائق في طريق المدربين هو الجانب النفسي، عمليا فيما يسمى بجانب الإعداد النفسي أو التحضير النفسي.

ويعتبر الإعداد النفسي كل مركب من جملة مكونات، حيث تعتبر الشخصية أحد أهم هذه المكونات، كما يجب إعطاء الانفعالات الأهمية البالغة وذلك لأثرها المباشر على مردود الرياضي.

وهو كل الإجراءات والواجبات التي يضعها المدرب بهدف تثبيت السمات الإرادية وتنمية القيم الخلقية لدى اللاعب وكذا إيجاد الحلول الإيجابية لجمع المشاكل النفسية التي يعاني منها الفرد، والمتعلقة بالشخصية والتي تتعلق بالسلوك داخل مساحة اللعب والتدريب، كما يرى هذا الأخير أن الإعداد النفسي قبل المباريات هو إيجاد التدابير الضرورية لإثارة المزاج المناسب لدى اللاعب وبالرغم من أهمية الدور النفسي للمدرب وتأثيره الكبير على اللاعبين إلا أنني لاحظت أن بعض المدربين لا يولون اهتماما كبيرا له، لذا قمت في بحثي هذا بدراسة أهمية الإعداد النفسي الذي يقوم به المدرب للاعبين. وعلى هذا الأساس قمت بتقسيم بحثي إلى خمسة فصول وهي:

الفصل الأول: "الخلفية النظرية والدراسات السابقة" وتناولت فيه الأعداد النفسي مفهومه وأهميته وأنواعه وأجباته لكرة القدم... ثم المدرب تعريفه، دوره ومميزاته شخصيته وتأثيرها على الفريق، ثم المرحلة العمرية (14-17) سنة تعريفها خصائص احتياجاتها أهمية الرياضة بالنسبة لها، وكذا كرة القدم مفهومها وتاريخها في العالم والجزائر ومدارسها ومبادئها...
الفصل الثاني: "الاطار العام للدراسة" وتناولت فيه الكلمات الدالة والأشكالية وأهداف وأهمية الدراسة وكذا فرضيات الدراسة...

الفصل الثالث: "الاجراءات الميدانية للدراسة" وتناولت فيه الدراسات الاستطلاعية ومجتمع وعينة الدراسة ادوات جمع البيانات والمعلومات اجراءات التطبيق الميداني للأداء الاساليب الاحصائية ...

الفصل الرابع: "عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها" وعرضت فيه نتائج الاستبيان وأتبعتها بالتحليل والاستنتاجات ...

الفصل الخامس: "استنتاجات واقتراحات" وعرضت فيه اقتراحات واستنتاجات عامة والافاق المستقبلية للدراسة، وكذا المراجع المعتمدة في الدراسة، الملاحق ثم ملخص الدراسة...

وفي الأخير قمت بعرض الخاتمة العامة للدراسة.

الفصل الأول:

الحلقة الخطية والخطية

السابقة

تمهيد:

يعتمد علم التدريب الرياضي في العصر الحديث على الأسس العلمية التي تحقق النمو الشامل لمختلف عناصر الإعداد المختلفة ، ومن بين هذه العلوم علم النفس الرياضي ، وهو علم يدرس شخصية الرياضي وتحليل وتبيان العوامل التي تؤثر في نفسيته وتحرك انفعالاته ومزاجه ، فظهر الإعداد النفسي الذي بفضلته يتم إيجاد الحلول لجميع المشاكل النفسية والتي يعاني منها الفرد المتعلقة بالشخصية والسلوك أثناء اللعب أو التدريب ، وقبل المنافسة يجب على المدرب وضع برنامج يهدف إلى الإعداد النفسي الجيد للاعبين حتى يتمكن من تحقيق الأهداف المسطرة .

1- الإعداد النفسي :

1-1 مفهوم الإعداد النفسي : ذكرت أن عملية التدريب عملية مبنية على أسس علمية وهي ذات شقين لا ينفصلان هما :

● الشق التعليمي : ويشمل الإعداد البدني والمهاري والخططي والذهني.

● الشق النفسي التربوي : وهذا الشق له من الأهمية ما للشق التعليمي تماما بل هو الفيصل في

المباريات عندما يكون الفريقان المتنافسان في نفس مستوى الأداء من الناحية البدنية و الفنية الخططية والذهنية عندئذ تكون الصفات الإرادية هي التي تقرر نتيجة المباراة .

لذلك فالإعداد النفسي للاعب يجب أن يخطط له المدرب أثناء الموسم كما يخطط تماما النواحي التعليمية والإعداد النفسي يعني كل الإجراءات والواجبات التي يضعها المدرب بهدف تثبيت السمات الإرادية وتنمية القيم الخلقية لدى اللاعب.

كما يمكن تعريف الإعداد النفسي في كرة القدم على أنه عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق وتنمية الدوافع والاتجاهات والثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي والعمل على تشكيل وتطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى توجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين. (حسين السيد أبو عبدو- ط1- 2001 :ص263)

1-2 أهمية الإعداد النفسي : يتميز مستوى أداء اللاعب بالتذبذب و عدم الاستقرار عند الاشتراك في المباريات أو المسابقات خلال الموسم الرياضي .

محاولة المدرب معرفة أسباب عدم استقرار مستوى أداء اللاعب واستبعاده أن يرجع ذلك إلى القدرات البدنية أو المهارة ذلك لأنها تتميز بالاستقرار ولا يطرأ عليها التغير عادة إلا بسبب الإصابة أو المرض..... الخ و إن الأرجح تفسير عدم استقرار مستوى الأداء في ضوء بعض العوامل النفسية مثل القلق الزائد و الخوف من الفشل و عدم المقدرة على التركيز في الأداء.... لذلك فإن الإعداد النفسي الجيد يهدف إلى مساعدة اللاعب في السيطرة على أفكاره وانفعالاته بما يحقق أفضل مستوى أداء مع اختلاف ظروف المنافسة .

إذا كان الإعداد البدني (الطاقة البدنية) يتم التدريب عليه من خلال التحكم في أعمال التدريب من حيث درجة الجهد المبذول ومقدار الراحة المناسبة ، ومعرفة تأثير ذلك على أجهزة الجسم المختلفة للاعب، فإن الإعداد النفسي (الطاقة النفسية) يتم التدريب عليه من خلال مساعدة اللاعب في السيطرة على أفكاره أي تركيز الانتباه ، والتحكم في الانفعالات أي عدم التوتر أو الخوف الزائد عند المنافسة.(أسامة كامل راتب- ط1- 2001:ص23).

1-2-1- اكتساب المفاهيم التربوية النفسية: ينظر إلى الرياضة على أنها إحدى الوسائل التربوية الهامة التي تؤثر في سلوك الناشئ ، و قد يكون هذا التأثير إيجابيا فيكسبه الثقة بالنفس ، و الروح الرياضية و الالتزام وتحمل المسؤولية والاستقلالية والتعاون والمقدرة على مواجهة الضغوط وقد يكون التأثير سلبيا فيكسبه الغرور، و العدوانية، والأناية والقلق الزائد والخوف من الفشل ونقص الثقة بالنفس، وتوقف النفسية الصحيحة وهنا تأتي أهمية نشر الثقافة والتوعية النفسية لدى المهتمين بالتنشئة الرياضية وخاصة القيادات الرياضية مثل المدربين والإداريين وأولياء الأمور. (أسامة كامل راتب : نفس المرجع ص: 24)

1-2-2-1- اكتساب المهارات النفسية: تعطي برامج التدريب الرياضي حديثا اهتماما للإعداد النفسي للاعبين ، باعتبار أن الإعداد النفسي مهارات تحتاج إلى التدريب عليها وتسير جنباً إلى جنب مع تدريب القدرات البدنية والمهارات الرياضية، والنتيجة أننا نلاحظ أن بعض اللاعبين يمتلكون قدرات ومهارات تساعدهم على مواجهة الضغوط، وتركيز الانتباه ، ووضع أهداف تستثير التحدي ولكن بصورة واقعية ، والتصور العقلي لأداء مهاراتهم في المنافسة بدقة..... الخ وبرغم أنه من الناحية المثالية يتوقع أن يتولى المتخصص النفسي الرياضي تطبيق برنامج تدريب المهارات النفسية فإنه عند تعذر ذلك يمكن أن يقوم بهذه المدرب الرياضي مع مراعاة أن يؤهل نفسه في هذا المجال ومن أمثلة المهارات النفسية الشائعة في البرنامج التدريبي للاعبين : التعامل مع ضغوط المنافسة الرياضية ، التصور العقلي ، تركيز الانتباه ، الثقة بالنفس و بناء الأهداف.(أسامة كامل راتب-ط1 -2000: ص30)

1-3-1- أنواع الإعداد النفسي: يمكن تقسيم الإعداد النفسي إلى :

- من حيث المدة و ينقسم إلى :
- إعداد نفسي طويل المدى
- إعداد نفسي قصير المدى
- من حيث النوعية :
- إعداد نفسي عام
- إعداد نفسي خاص

1-3-1-1 من حيث المدة :

1-1-3-1 الإعداد النفسي طويل المدى: يمكن أن نوضح هذا الموضوع المهم على شكل نقاط محددة

(فيصل رشيد عياش الدلي- بدون طبعة- 1997: ص27)

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

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

1-3-1-2 الإعداد النفسي قصير المدى: هو محاولة إعداد الفريق أو اللاعب للمنافسة القادمة و رفع درجة استعداداه لكي يتمكن من بذل أقصى جهده ليحقق الفوز و يمكن توضيح هذا النوع من الإعداد النفسي خلال :

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

- مرحلة التوقع
- مرحلة المواجهة
- مرحلة الاسترخاء

وهذه التقسيمات الثلاث مستمدة من آراء العالم النفسي الأمريكي لازاروس في أبحاث عن الشدة (

STRESSE) إن مرحلة التوقع تعني الفترة التي تبدأ من زمن إدراك الحدث الذي يعتبره الفرد مهددا له - موقف

الشدة - حتى بادية الوقت المقنن للشدة هذه الفترة ترتبط ببعض التوترات المختلفة مثل القلق ، الخوف ، عدم الطمأنينة

و التوقع السلبي الخ . (فيصل رشيد عياش الدلي - مرجع سابق : ص 28)

● **اجتماع الفريق الأخير:** يعقد هذا الاجتماع إما في اليوم الذي يسبق المنافسة أو في صباح يوم المنافسة وفي هذا

الاجتماع توزع المسؤوليات والواجبات على الفريق ويشرح المدرب الخطة المطلوبة وكيفية استغلال نقاط الضعف

الخصم كما يتحدث المدرب في هذا الاجتماع على أهمية المنافسة وضرورة تحقيق نتيجة جيدة وأثر الفوز في تسلسل الفريق وسمعته

● **قبيل الدخول إلى الساحة** بعد أن يشرح المدرب الخطوط العامة للخطة و للأسلوب قبيل النزول على الساحة يقوم المدرب بتهيئة لاعبيه نفسياً للعب بكلمات مركزة و قوية يحاول فيها إثارة حماس اللاعبين وشد انتباههم و تحفيزهم للعطاء و في هذه اللحظات يجب على المدرب أن يراعي جيداً الفروق الفردية ، فيتحدث مع بعض اللاعبين بالشكل الذي يرفع المعنويات النفسية للاعبين و جعلهم يشاركون في المنافسة بثقة و تفاؤلاً . (محمد حسن علاوي - ط1 - 2000:ص139)

● **في فترة الراحة** : يقع كثيراً من المدربين في الخطأ عندما يتعامل مع لاعبيه بشدة و عنف خلال فترة الاستراحة عندما يفشل في تنفيذ الواجبات التي طلبها خلال الشوط الأول.(محمد حسن علاوي-ط1-2000 : ص 140)

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

- الاستعداد التدريبي الجيد
- أهمية المنافسة
- قوة الخصم أو ضعفه
- الظروف الخارجية
- قوة الحوافز
- التحليل و التقويم

1-3-1 من حيث النوعية :

1-2-3-1 الإعداد النفسي العام : يمكن تلخيص هذا النوع من الإعداد فيما يلي :

- **تطوير العمليات النفسية للاعب:** و يقصد بالعمليات النفسية ما هو مرتبط بتحقيق الغرض من ممارسة كرة القدم مثل الإدراك الحسي بأنواعه المختلفة و عمليات الانتباه و التصور الحركي و التفكير و كذلك القدرة على الاستجابة الحركية بأشكالها و أنواعها المختلفة.
- **الارتقاء بالسمات الشخصية للاعب:** وذلك بالمساعدة على بث الثقة في نفوس اللاعبين على تحمل مشاق التدريب باستثماره للحالة الدافعية لديه و الصفات الإرادية و الخصائص الانفعالية الكامنة لديه
- **تثبيت الحالة النفسية للاعب:** حيث تتميز بعدم الثبات و الاختلاف المتباين في الشدة و الطول حيث أن إثبات الحالة النفسية مركب من مجموعة ظواهر نفسية ، التفكير ، الانفعال ، الإرادة، و هي تؤثر إلى حد كبير على نشاط اللاعب سلبياً أو إيجابياً و يحتاج اللاعب لفترات طويلة من التدريب للتحكم فيها و توجيهها يجب أن تسير هذه المبادئ جنباً إلى جنب مع النواحي التدريبية الأخرى أثناء عمليات التدريب.

1-3-2-2-الإعداد النفسي الخاص : هذا النوع من الإعداد يهدف إلى استخدام الإعداد النفسي لحالة معينة لها خصوصياتها

1-3-2-3-الإعداد النفسي الخاص لمنافسة معينة: يحتاج المدرب في بعض الأوقات إلى أن يعد فريقه إعدادا نفسيا خاصا لمنافسة واحدة معينة لها خصوصياتها وأهميتها على الفريق الخ

- تحليل كامل عن الفريق الخصم
- أهمية نتيجة المنافسة و أثر نقطتي الفوز أو الثلاث نقاط
- كيف سيصبح ترتيب الفريق بعد نهاية المنافسة
- أرضية الملعب الذي تقام عليه المنافسة
- الهيئة التحكيمية التي ستدير المنافسة و صفات الحكم
- طبيعة الجمهور و انفعالاته و سلوكه. (أسامة كامل راتب- ط1- 2003: ص133)

1-3-2-4-الإعداد النفسي الخاص للقيام بواجب محدد : في بعض المنافسات يقوم المدرب بتكليف أحد لاعبيه لواجبات إضافية محددة إن هذه الواجبات التي يقوم بها اللاعب تحتاج إلى الإعداد النفسي الخاص , فعندما يطلب مثلا من المدافع الأيمن الإسهام في عملية الهجوم و التقدم بعمق ثم العودة مسرعا إلى منطقة الدفاع و تكرار ذلك في كل الشوطين كأسلوب محدد في مهاجمة الخصم فإن ذلك لا يتطلب من المدرب بإعداد لاعبيه بهذا الواجب المحدد من النواحي البدنية و المهارية و الخططية و لكنه يعده نفسيا كذلك لمواجهة المتطلبات النفسية لهذا الواجب كالمثابرة و مقاومة التعب و الثقة العالية بالنفس . (فيصل رشيد عياش اللهي - مرجع سابق : ص28)

1-4-واجبات الإعداد النفسي للاعبي كرة القدم :

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

- المساعدة في تحسين العمليات النفسية الهامة التي تساعد على الوصول إلى أعلى مستوى من المهارات في كرة القدم .

- مساعدة اللاعب على إنجاز أهدافه أداء شخصية تتميز بالصعوبة و الواقعية .
- تكوين و بناء حالة انفعالية مثالية أثناء التدريب و المباريات .

- تحسين القدرة على تنظيم الحالة النفسية في الظروف الصعبة من التناف. (حسين السيد أبو عبدو -مرجع سابق :ص270).

1-5- علاقة الإعداد النفسي بالنواحي التدريبية الأخرى : إن تطوير الناحية النفسية لدى لاعبي كرة القدم مرتبط ارتباطا وثيقا بالنواحي البدنية والفنية والخططية، وبالنظر لاختلاف مستويات لاعبي الفريق في النواحي الفنية و البدنية و الخططية فهذا معناه أنه يجب تطوير الناحية النفسية عند كل لاعب بصورة فردية و التي ترتبط بحالات متعددة وأن اللاعب حين ما أصابه التعب فإن هذا يخفض حالته المعنوية في استمرار التسابق ، إن اللاعب إذا لم يكن يجيد أنواع الضربات فإنه يشعر بالارتباك النفسي في الحالات المحرجة ، كما أن اللاعب الذي لم يتدرب على الخطط اللازمة فإنه

يرتبك و يبقى في حيرة كلما أراد أن يتخذ خطة ملائمة و بالعكس فإذا تحسنت مطاولة اللاعب و ضبطه للخطط فإنه يشعر بثقة نفسية جيدة مما يجعله يؤدي واجباته بصورة أحسن .

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

-الناحية البدنية

-الناحية الخططية " التكتيكية "

-الناحية المهارية " التكنيكية "

-الناحية النفسية . (فيصل رشيد عياش الدلي - مرجع سابق :ص31)

1-6 الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة :

يعتبر الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة أحد أنواع الإعداد النفسي قصير المدى و هو غالبا ما يبدأ قبل الاشتراك في المباراة بفترة تتراوح ما بين يومين إلى سبعة أيام ، و تعتبر هذه الفترة من الفترات الحرجة جدا لإعداد اللاعب للاشتراك في المباراة مما يستدعي أن يعطيها المدرب دورا بالغا من الأهمية لإعداد اللاعب نفسيا بجانب العمل على استفادة اللاعب لطاقته البدنية و الذهنية و الانفعالية حتى يمكن استخدام جميع هذه الطاقات الاستغلال الأمثل أثناء المباراة .(حسين السيد أبو عبده - مرجع سابق :ص274)

1-7ديناميكية الحالة النفسية للاعب أثناء المباراة :

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

- استثارات صعبة غير عادية تستدعي كف داخلي عند اللعب
- توتر عضلي و عصبي مستمر بسبب الكف الكامل
- وجود حالة من التوتر النفسي العالي في بداية المباراة مما يؤثر على الأداء
- حدوث الانهيار النفسي أثناء المباراة عندما يفقد الفريق الأمل في تحقيق الفوز و إصابة مرماه بعدد كبير من الأهداف ، وما يصاحب ذلك من حالات الاستسلام و اليأس.
- القدرة على اتخاذ القرار في بعض المواقف التكتيكية المعقدة . (وجدي مصطفى - مرجع سابق :ص260)

1-8الحالة النفسية للاعبين بعد المباريات :

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

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

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

1-9 دور المدرب في التعامل مع اللاعبين بعد المنافسة :

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

1-10 تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم :

تخطيط التدريب هو أولى الخطوات التنفيذية في عملية توجيه و تعديل مسار مستوى الانجاز في كرة القدم للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الفنية من خلال الإعداد المتكامل في جميع الجوانب البدنية و المهارية و الخططية و النفسية و الذهنية و لا يمكن فصل أي جانب من هذه الجوانب عن الآخر بل يعتبر التخطيط لهم جميعا بالغ الأهمية في ظل إطار و نهج علمي سليم يضمن الوصول بعملية التدريب إلى أفضل النتائج و أرقى المستويات (حسين السيد أبو عبود - مرجع سابق :ص284)

2- المدرب خصائص و مميزات

2-1- تعريف المدرب: المدرب هو الشخصية التربوية الذي يتولى عملية تربية و تدريب اللاعبين و تؤثر في

مستواهم الرياضي تأثيرا مباشرا، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطورا شاملا متزنا لذلك و يجب أن يكون المدرب مثلا أعلى يحتذي به في جميع تصرفاته و معلوماته، ويمثل المدرب العامل الأساسي و الهام 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 و إمامه بعبادته الفكرية أمر لا يقدره إلا من خاض هذا الميدان، لهذا محاولة اللاعب تقليد مدربه في بعض النواحي الشخصية مثل طريقة الكلام و المظهر و طريقة الأداء ليس من الأمور التي يمكن ملاحظتها، فقد يكون اثر شخصية المدرب ذا فاعلية في مستوى أداء اللاعب و استجابة اللاعب الشخصية نحو المدرب قد يكون لها اثر عظيم في خلق اتجاهات ايجابية نحو مدربه. (وجدي مصطفى - مرجع سابق : ص 25)

وحسب لاروس la rousse هو الشخص الذي يدرّب الحياض، فالمدرب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيل أو الأشخاص لمنافسة ما والذي يمد الرياضيين بالنصائح كما يملك القدرة على فرض سلطته على الفريق، فالمدرب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه، الحازم في قراراته و المتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه. (علي فهمي البيك - مصر - ط1- 2003:ص

2-2- شخصية المدرب وتأثيرها على الفريق:

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

- لديهم الرغبة لكي يكونوا على القمة

- منظمو يخططون لكل شيء

- يتمتعون بالاختلاط بالناس

- يتحكمون في عواطفهم تحت ضغط شديد

- يميلون لحب السيادة وتحمل المسؤولية

- يميلون للثقة بالنفس

- لديهم صفات قيادية عالية

- يلومون أنفسهم ويقبلون التأنيب إذا ارتكبوا خطأ معين

- ناجحون عاطفيا

- إصرارهم في التعبير عن الميل العدواني 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 المدرب 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 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 .(وحدي مصطفى - مرجع سابق :ص 27- 26)

2-3- مميزات مدرب كرة القدم :

2-3-1 المجال البدني: الصحة الجيدة، حسن المظهر، القدرة على إعطاء النموذج، القدرة على القيادة.

2-3-2 المجال المعرفي: معرفة القواعد و القوانين، معرفة آداب اللعبة، معرفة استراتيجية اللعبة، معرفة الأساليب

الحديثة للتدريب، القدرة على التخطيط للتدريب، القدرة على توظيف النظريات، العلمية في المجالات التطبيقية.

2-3-3 المجال الانفعالي: ضبط النفس و الثبات الانفعالي، القدرة على توجيه وإرشاد الفريق، المشاركة الايجابية

لللاعبين، القدرة على اتخاذ القرار، له سمات شخصية مرغوبة اجتماعيا.

2-4- المدرب كمربي ناجح: نجاعة و فعالية المدرب تمر حتما عبر تطابق أهداف و منهجية الوصول إليها إجرائيا ، فالنجاعة يمكن اعتبارها القدرة على تحقيق المهمة ، بلوغ الأهداف المحددة سابقا .

إذن المدرب الناجح هو الذي يستطيع أن يصل إلى الأغراض و الأهداف المسطرة ، الذي ينجح في مشاريعه المهنية فالمدرب الناجح هو الذي يستطيع أن يصل بأفراد فريقه إلى مستوى من النمو في اكتساب المهارات الحركية. (علي فهمي البيك - مرجع سابق: ص 98)

2-5- دور المدرب : يعرف " ريمون توماس " دور المدرب بالشكل التالي : " تتضمن جل الفرق على شخص يلعب دور متميز بإيصال و تلقي المهارات الحركية ، تسيير و توزيع التدريب بطريقة علمية من حيث الكيف و العمل ، بعث جو اجتماعي يسهل من العمل ، كما عليه فض النزاعات و الحد من الصراعات و الوقاية من كل ما قد يعيق السير الحسن للفريق ". (علي فهمي البيك - نفس المرجع: ص 35)، فالمدرب 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 يتحلى بقدرة فائقة في الاتصال تسمح له بنسج شبكة من العلاقات مع أفراد الفريق
- يجب أن يكون المنسق في عملية التفاعلات داخل الجماعة
- يجب أن يكون الرئيس و المدير فيما يتعلق بما يحتاجه الفريق في الجانب اللوجستيكي.

2-6- وظائف المدرب:

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

2-6-1 وظيفة التنظيم: تتطلب الاحتكاك المباشر حيث أن المدرب يقوم بعملية :

- التقويم .

- التوجيه والتخطيط.

مما يحمله مسؤولية مباشرة وشاملة.

2-6-2 وظيفة التلقين: والمتمثلة بتوصيل المعارف والاتصال، تعلم الجوانب التقنية والتكتيكية.

2-6-3 وظيفة الاتصال: تتمثل في نسج روابط علاقاتية بين المدرب والمتدرب.

2-6-4 وظيفة نفسية: وهي التأثير الممارس من طرف المدرب على نشاط وسلوك الرياضي في المواقف التدريبية والمنافسة بهدف ضبط الحالات النفسية والتوترات .

2-6-5 وظيفة المراقبة: وتمثل في إبراز والثناء على كل الأفعال التي تؤثر ايجابيا في الرياضي.

2-7 المدرب كقائد:

يعتمد وصول اللاعب أو الفريق الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية لعدة عوامل, ومن بين أهم هذه العوامل المدرب، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطا وثيقا بمدى قدرات المدرب على إدارة عملية التدريب، من تخطيط وتنظيم وتنفيذ وتقويم، وعلى قدراته في إعداد اللاعب في المنافسات الرياضية وإدارته لهذه المنافسات وكذلك قدرته على رعاية وتوجيه وإرشاد اللاعبين قبل وأثناء وبعد المنافسات. (علي فهيم البيك - مرجع سابق: ص 40) فالقيادة ببساطة تعني كيفية التخطيط للهدف، وذلك لإعطاء الآخرين الاتجاه من خلال معرفتهم من مطلوب، عمله كذلك يعني القيادة بتطوير كل من البيئة الاجتماعية والنفسية، أي ما يسمى مناخ الفريق وتماسك الفريق، وهذا يعني ويؤكد لنا أن دور المدرب لا يقتصر فقط على تطوير القدرات البدنية والمهارية فحسب. (أسامة كامل راتب- ط 1- 1997: ص 36-364)

2-8 أساليب القيادة للمدرب الرياضي:

يعني الأسلوب القيادي ماهية أنماط السلوك التي يتبناها القائد لمساعدة جماعته على إنجاز 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. (محمود فتحي عكاشة - بدون طبعة - 1997: ص 302)

2-8-1 الأسلوب الأوتوقراطي: ويتميز هذا النمط في تمحور السلطة بيد القائد وحده، فهو الذي يتخذ القرارات بنفسه و يحدد سياسة الجماعة و أدوار الأفراد، يرسم الخطط و يملئ على الجماعة أنشطتهم و نوع العلاقات بينهم وهو بدوره الحكم و مصدر الثواب و العقاب، ويهتم بضمان طاعة الأفراد الذين لا يملكون حق اختيار العمل أو المشاركة في اتخاذ القرار أو حتى المناقشة، وهو يتدخل في معظم الأمور، و بطبيعة الحال فإنه في ظل هذا المناخ الاستبدادي تؤدي الطاعة العمياء دون مناقشة و عدم إبداء الرأي إلى تعطيل القدرة على الخلق و الإبداع و الابتكار حيث يعتمدون كلية على القائد، كذلك لا يتيح هذا المناخ مجالا كافيا لتنمية العلاقات الإنسانية بين أفراد الجماعة فتتخفف الروح المعنوية إلى جانب الافتقار إلى العلاقات الإنسانية اللازمة وتحقيق التكيف الاجتماعي بينهم، مما يؤدي إلى احتمال انتشار المنافسة غير الشريفة والنزاع وضعف روح التعاون كما يؤدي انتشار الروح السلبية لدى الأفراد واكتفاءهم بالعمل بالقدر الذي يحميهم من عقاب القائد الاستبدادي. (محمود فتحي عكاشة: نفس مرجع: ص 326)

2-8-2 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 الاستقرار ورفع الروح المعنوية، وكفاءة الأداء، والقائد الديمقراطي يسعى إلى أن يشعر كل فرد في الجماعة بأهمية مساهمته الايجابية في شؤون الجماعة كما يعمل على توزيع المسؤولية بين أفراد الجماعة مما يزيدا قوة.

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 والصداقة ويقبل الإحساس بالإحباط والفردية. (محمد شفيق زكي - ط1 - 1997:ص 201)

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

2-8-3 الأسلوب الفوضوي: ويطلق 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.(السيد الحناوي - ط1 - 2002: ص 20)

2-9 كفاءة المدرب 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 النشرات والمجلات العلمية
- حضور الندوات والمحاضرات والمؤتمرات العلمية و المناقشات
- 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 المدرب لنفسه من خلال التعرف على نقاط القوة في تدريبه وتنميته ونقاط الضعف للتغلب عليه.

2-9-1 ضرب المثل الأعلى لأفراد الجماعة: المدرب 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 المدرب من نفسه مثالا يقتدي به الجميع
- أن يتحكم في عواطفه بما يحقق الاتزان الانفعالي ويتجنب الثورات وسوء التصرف في أوقات المشاكل والأزمات
- الحفاظ على أسرار الشخصية.

- مشاركة أفراد الجماعة في جوانب عملهم من خلال تنمية روح الابتكار وحسن التصرف وتحمل المسؤولية . (محمد شفيق زكي - مرجع سابق :ص 188)
- 2-9-2 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 بثالث الثقة لدى الأفراد.
- 2-9-3 تحمل المسؤولية:** فالمدرّب الناجح هو الذي يتصرف بإيجابية في المواقف التي تتطلب الحل دون خوف أو حزن 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 المدربين 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.
- 2-9-4 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
- 2-9-5 فاعلية المدرّب وتفاعله مع أعضاء الجماعة:** تتحلّى 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 وفقاً 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.
 - يوازن بين اهتمامه بمصلحة جماعته وتحقيق أهدافها وشؤون الأفراد وحل مشكلاتهم دون أن يطغي أحدهما على الأخرى فيحقق الربط بين تحقيق الهدف العام و الأهداف الشخصية للأفراد

- أن يعمل المدرب 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 التسلط و اللا إنسانية .(محمود فتحي عكاشة - مرجع سابق : ص 302)

3-1-1 كرة القدم

3-1-1-1- تعريف كرة القدم

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

- **التعريف الاصطلاحي :** كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل : " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أفراد المجتمع " . رومي جميل - ط1- 1988 -- ص 50

3-1-1-2- تاريخ كرة القدم :

3-1-2-1-3 في العالم: لقد اختلفت الآراء وكثرت الأقاويل حول تحديد البداية الحقيقية لكرة القدم فهي لعبة قديمة التاريخ ظهرت من حوالي خمسة آلاف سنة في الصين لتدريب الجيوش و تحسين لياقتهم البدنية ، كما يرى البعض الآخر أن حوالي 4500 سنة قبل الميلاد القدماء المصريون مارسوا هذه اللعبة و يذكرون أن قدماء اليونان نقلوا هذه اللعبة عن المصريين وهم بدورهم نقلوها إلى الانجليز . حسب المؤرخين تعددت الأسماء الخاصة لكرة القدم ففي اليابان كانت تدعى " كيماري kemari " . (مختار سالم - ط2- 1988:ص15)

و هناك في ايطاليا لعبة كرة قديمة تسمى " الكاليشو calicio " كانت تلعب في فلورنسا مرتين في السنة ، بمناسبة عيد " سان جون sanjon " . (حسن عبد الجواد - ط2- 1984 :ص15)

كما ورد في احد مصادر التاريخ الصيني أنها تذكر باسم " تسو - شوي tsu -shu " أي بمعنى ركل الكرة و كل ما عرف من تفاصيل أنها كانت تتألف من قائمين كبيرين يزيد ارتفاعهما عن 30 قدم مكسوة بالحرائر المزركشة و بينهما شبكة من الخطوط الحريرية يتوسطها ثقب مستدير مقداره قطره قدم واحد .(مختار سالم : نفس المرجع:ص12) ، و بعد كل هذه الخلافات تم الاتفاق سنة 1830 على أن تكون هذه اللعبة لعبتين الأولى (soccer) و الثانية (rugby) ، و بعدها في عام 1845 تم وضع القواعد الثلاثة عشر لكرة القدم بجامعة كامبردج ، و في عام 1862 أنشئت عشر قواعد جديدة تحت عنوان " اللعبة السهلة " و جاء فيها منع ضرب الكرة بكعب القدم ، و في 26 أكتوبر 1863 أسس أول اتحاد انجليزي على أساس القواعد و القوانين الجديدة لكرة القدم و مرور كل هذه السنوات أدى ذلك إلى ظهور أول بطولة رسمية عام 1888 و يميت باتحاد الكرة ، و بدا الدوري باثنا عشر فريقا و سنة بعدها أسست في الدنمرك اتحادية وطنية لكرة القدم و يتنافس على بطولتها خمسة عشر فريقا .

3-1-2-2-1-3 في الجزائر: طويل هو تاريخ كرة القدم في الجزائر ، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروبيتها ، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق هو نادي مولوديه الجزائر ، جاء بعدها شباب قسنطينة ، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهران و انضمام فرق عديدة أخرى للمجموعة ، تكونت

جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار ، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 افريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم .

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

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

و كذلك الميدالية البرونزية سنة 1979 في العاب البحر الأبيض المتوسط ووصلت إلى قمته في مونديال ألمانيا 1982 أين فاز الفريق الوطني على احد عمالقة كرة القدم في العالم إلا وهو الفريق الألماني الغربي و انهزمت بصعوبة سنة 1986 في مونديال المكسيك أمام البرازيل . (مجلة الوحدة الرياضية- عدد خاص - 18 / 06 / 1982- الجزائر: ص 10)

حصلت على كأس إفريقيا للأمم سنة 1990 بالجزائر

3-1-3 مدارس كرة القدم:

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بأنها تتأثر تأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها و كذلك الشروط الاجتماعية و الاقتصادية و الجغرافية التي تنشأ فيها. وفي كرة القدم نميز المدارس التالية :

1 مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا ، المجر ، التشيك) .

2 المدرسة اللاتينية

3 مدرسة أمريكا الجنوبية . (عبد الرحمان عيسوي- بدون طبعة- 1980: ص 72)

3-1-4 المبادئ الأساسية لكرة القدم:

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

ويتوقف نجاح أي فريق و تقدمه إلى حد كبير على مدى كبير إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة . أن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة و رشاقة ، و يقوم بالتمرير بدقة و بتوقيف سليم و بمختلف الطرق ، و يحسن ضرب الكرة بالرأس في المكان و الظرف المناسبين ، كما يتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق .

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

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

- استقبال الكرة

- المحاورة بالكرة

- المهاجمة

- رمية التماس

- ضرب الكرة

- لعب الكرة بالرأس

- حراسة المرمى .(بلقاسم كلي وآخرون - مذكرة لنيل شهادة الليسانس في ت.ب.ر. معهد ت.ب.ر- دالي إبراهيم - جامعة الجزائر -

1997:ص46)

3-1-5 صفات لاعب كرة القدم :

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

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

3-1-5-1 الصفات البدنية :

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مها كان تكوينهم الجسماني، و لئن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية ، جيد التقنية ، ذكي ، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا تندهبش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجهها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل و الأسلوب ، لتحقيق من أن معايير الاختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية ، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي،و ذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم و يتطلب السيطرة في الملعب على الإرتكازات الأرضية ، و معرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من اجل التقاط الكرة ، و المحافظة عليها و توجيهها يتناسق بتناسق عام و تام .(موفق مجيد المول: ص 09-10)

3-1-5-2 الصفات الفيزيولوجية:

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية و الخططية و الفيزيولوجية و كذلك النفسية و الاجتماعية و ترتبط هذه الحقائق مع بعضها و عن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب كانت المعرفة الخططية له قليلة ، و

خلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات المصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت إلى آخر ، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى ، فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى ، و تحقيق الظروف المثالية فان هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية و التي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

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

أن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات ، يتدرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي و كذلك العضلات المتداخلة من الجهاز العصبي.(موفق مجيد المولى : نفس المرجع : ص 62)

3-1-3-5-3 الصفات النفسية :

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

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

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

- التصور العقلي: وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الأعداد للأداء ، و يطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية ، بحيث كلما كانت الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو المطلوب

- الثقة بالنفس: هي توقع النجاح ، و الأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن و لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب ، فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس و توقع تحسن الأداء .(أسامة كامل راتب- مرجع سابق : ص 117)

- الاسترخاء: هو فرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية و العقلية و الانفعالية بعد القيام بنشاط ، و تظهر مهارات اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم و سيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر .

3-1-3-6 قوانين كرة القدم: بالإضافة إلى هذه المبادئ الأساسية هناك 17 قانون يسيّر اللعبة وهي كالتالي :

- ميدان اللعب: يكون مستطيل الشكل لا يتعدى طوله 130 م و لا يقل عن 100م ، و لا يزيد عرضه عن

100م و لا يقل عن 60م .

- الكرة: كروية الشكل ، غطاؤها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71سم ، و لا يقل عن 68سم ، أما وزنها لا يتعدى 453 غ و لا يقل عن 359 غ .
- مهمات اللاعبين: لا يسمح لأي لاعب أن أي شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر.
- عدد اللاعبين: تلعب بين فريقين ، يتكون كل منهما 11 لاعبا داخل الميدان ، و سبعة لاعبين احتياطيين
- الحكام: يعتبر صاحب السلطة المزاولة لقوانين اللعبة لتنظيم القانون و تطبيقه.
- مراقبو الخطوط: يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما إن يبيننا خروج الكرة من الملعب، و يجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة .
- مدة اللعب : شوطان متساويان كل منهما 45د ، يضاف إلى كل شوط وقت ضائع و لا تزيد فترة الراحة بين الشوطين عن 15د .
- بداية اللعب: يتحدد اختيار نصفي الملعب ، و ركلة البداية على القرعة بقطعة نقدية و للفريق الفائز بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية.
- الكرة في الملعب أو خارج الملعب : تكون الكرة خارج الملعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو التماس ، عندها يوقف الحكم اللعب و تكون الكرة في الملعب في جميع الأحوال الأخرى من بداية المباراة إلى نهايتها .
- طريقة تسجيل الهدف: يحتسب الهدف كلما اجتازت الكرة خط المرمى بين القائمين و تحت العارضة . (علي خليفة العنشري وآخرون- بدون طبعة - 1987 : ص 255)
- التسلسل : يعتبر اللاعب متسللا إذا كان اقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة .
- الأخطاء و سوء السلوك: يعتبر اللاعب مخطئا إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية :
 - ركل أو محاولة ركل الخصم.
 - عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاعه باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه
 - دفع الخصم بعنف
 - الوثب على الخصم
 - ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد
 - مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع
 - يمنع لعب الكرة باليد إلا حارس المرمى
- دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه.(حفي محمود مختار- ط1 - 1997: ص 23).
- الضربة الحرة : حيث تنقسم إلى قسمين:
 - مباشرة: وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخاطئ مباشرة .
 - غير مباشرة: و هي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر

- ضربة الجزاء : تضرب الكرة من علامة الجزاء و عند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء.
- رمية التماس: عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.
- ضربة المرمى: عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين و يكون آخر من لعبها من الفريق الخضم .

- الضربة الركنية: عندما يخرج الخضم الكرة من خط المرمى فيما عدا الجزء الواقع بين القائمين

2-3 المرحلة العمرية (14-17) سنة .

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

1-2-3 تعريف المرحلة العمرية (14-17) سنة

المراهقة مصطلح وصفي للفترة من العمر التي يكون ألف فيها غير ناضج انفعاليا و بدنيا و ذهنيا .
و كلمة المراهقة تعني الاقتراب أو الدنو من الحلم ، و هي مشتقة من الفعل اللاتيني Adolesce و تعني

الاقتراب من النضج.(سعدية محمد علي بماور- ط1- 1980 :ص 25)

و المراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد ، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها ، و ظاهرة اجتماعية في نهايتها .(فؤاد البهي السيد- مرجع سابق :ص 257)

و يرى دوروتي روجرز Darati Rogers أن للمراهقة تعاريف متعددة ، " فهي فترة نمو جسدي و ظاهرة اجتماعية و مرحلة زمنية ، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة " .(مichaيل إبراهيم أسعد - ط2- 1999 : ص 91)

وحسب اليزابيت هيرلوك 1973 (المراهقة هي مرحلة يشاهد فيها الشقاء نتيجة لعوامل كثيرة منها المثالية ومشاعر نقص الكفاءة و نقص إشباع الحاجات و فشل العلاقات مع الجنس الآخر) .(حامد عبد السلام زهران- ط5- 1995 : ص 20)

2-2-3 خصائص المرحلة العمرية (14-17) سنة

1-2-2-3 الخصائص المعرفية:

يوضح بيراوليرون (1988) أن المقصود باستعمال كلمة معرفة أو معرف يهم ضمنيا إلا أن بعض مراقبين (1987Hayes) قد فرق بين أن يكون الهدف التعليمي سلوكيا و أن يكون معرفيا باعتبار أن التعبير يشمل على الاعتبارات الخاصة بميكانيزمات العملية التابعة للسلوك ، وهناك قدر من الاختلاف في وجهات لنظر حول المعنى الحقيقي للمصطلح فقد طرحت عدة تفسيرات للمعنى فبعض المؤلفين يفسرونه كاعتبارات خاصة بتكوين المعلومات بينما يرى الآخرون انه المقصود بوصف تتابع العمليات التي يمكن التعبير عنها بنتائج أو مخططاتو يقترحه Guilford في المجال الرياضي : "المعرفة تسهل الوعي بالمعلومات أو اكتشافها مباشرة أو إعادة اكتشافها أو إعادة التعرف عليها "

ففي هذه المرحلة يحكم نشاط الطفل النشاط العقلي و هو مبدأ هام و يعقد تقدم الطفل في العمل و يتأثر من

حيث المستوى بطروف المواقف التي يتعرض لها (فرج حسين بيومي- ط1- 1986:ص 71)

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

3-2-2-2 الخصائص النفسية :

الأطفال في هذه المرحلة العمرية يميلون إلى أفكار و إنجازات الآخرين في المهارات الحركية ، وكذا إلى المخاطرة في أنشطتهم و إلى إظهار الرغبة في المزيد من الاستقلالية ، و يزيد الاعتماد عليهم في تحمل المسؤولية ، هناك رغبة شديد للممارسة ألعاب الفرق خاصة التي تتطلب أنشطة عنيفة و يتأثر الطفل على ما يطلبه من الكبار ، إذ يشعر بأنه موضع إشفاق الآخرين ، هذا ما يدفعه إلى تقدم أسرته عامة و الشك في قدر أبه و أمه .

ويعمل إلى التعامل مع الآخرين عمليا حتى يتسنى له معرفة شيء من قدراته و بما انه يسعى للحصول على مكانة له و يصبح بحاجة إلى أن يفهم أعضاء هذه الجماعة فيساعده على ممارسة قدراته و مهاراته و التعرف عليه ، هذا يؤدي زيادة الثقة بالنفس ، و تزداد الرغبة في هذه المرحلة إلى اللعب الجماعي و الاستجابة الجيدة للألعاب الجيدة ، و يكون لدى الأطفال من كلا الجنسين العزيمة و الإرادة للتمرن على المهارات الحركية ، بغرض تحسين قدراتهم في اللعب. (حمدي عبد المنعم ط1-1983:ص20) في مرحلة الطفولة هذه "خيال الطفل يصبح قويا جدا و قد توفق قوته الواقع نفسه و تتمزج عنده الحقيقة بالخيال و يتسم بالقوة و الجنوح.

3-2-2-3 الخصائص الحركية والجسمية :

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

3-2-2-4 الخصائص الاجتماعية :

أن المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يرغمه على قوانين و تقاليد عليه احترامها حيث انه لا يريد كونهما تحد من حريته ، و هكذا يحاول أن يتمرد عليها إن استطاع و ينشأ صراع بينه و بين مجتمعه ، فالمراهق إن لم توجهه التوجيه السليم هلك نفسه و اثر على المجتمع الكائن (مصطفى فهمي- ط1-1974:ص233-234)

3-2-2-5 الخصائص الانفعالية :

يرى علماء النفس إن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرات عن انفعالات الطفل و تشمل هذه ما يلي :

- نلاحظ ن المراهق في هذه السنوات يثور لأتفه الأسباب .
- تظهر على المراهق انفعالات متقلبة ، و عدم الثبات ، إذ ينتقل من انفعال إلى آخر في أقصى مدى لا يستطيع المراهق التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية إذا غضب مثلا :

- الصراخ ويرمي الأشياء ، وإذا فرح بجده يقوم بحركات بهلوانية .
يتعرض المراهق في بعض الظروف لحالات من اليأس ، وينشأ هذا الإحباط في تحقيق أمانيه عواطف جامعة تدفعه إلى التفكير في الانتحار في بعض الأحيان .
تكون للمراهق بعض العواطف الشخصية ، كالاعتزاز بالنفس ، والعناية بالنفس ، وطريقة الجلوس ، والشعور بحقه في إبداء آرائه ، ويكون عاطفي نحو الأشياء الجميلة (مصطفى فهمي : نفس المرجع : ص 190)
3-2-2-2-3 احتياجات الطفل خلال مرحلة (14-17) سنة :

3-2-3-1 الاحتياجات المعرفية :

يحتاج الطفل في هذه المرحلة أولاً إلى المعرفة العلمية وهي المعرفة التي يتحصل عليها عن طريق الحواس أو لا ثم التحليل العقلي المجرد ، وهي خاضعة للاختبارات الحسية العقلية .
ويحتاج إلى المعرفة الرياضية وذلك باكتسابها ، بحيث تتألف معرفة حسية تتأثر بها الحواس مباشرة فتزداد المؤشرات الحسية إلى العقل ليتولى تنظيمها والربط بين الحركات الرياضية في ما بينها ، ليصوغ منها المعرفة العلمية ، أما الأجهزة الحديثة التي تستخدم في التدريب الرياضي فقد وفرت للعقل الرياضي كثيراً من الجهد والوقت ، ويؤلف الرياضي جوهريين أولهما حسي والثاني مجرد فالمعرفة التي يتوصل إليها في هذه المرحلة حسب حسنين هما النوع الذي يمكن الجزم معه بما يحدث معه بعد فترة قصيرة أو طويلة من التعلم والتدريب امتداده من الماضي البعيد هو خارج من النطاق التجريبي ولا يمكن إعادته مثل تقنية الموهوب الرياضي الصغير ، ويتم بناء هذه النظرية على الأدلة التي تجمعت من الدراسات المختلفة كعلم التشريح ، الوراثة ، القياسات البدنية (قاسم حسن حسنين- ط 1- 1998:ص 19)
ويرى البعض أن تكون القدرات العقلية ، وتشكيل الوظائف المعرفية لدى الطفل يتطلب ان تتوفر لديه العمليات العقلية الملائمة ، فان ذلك يتحقق بان تبنى لديه هذه العمليات العقلية بطريقة فعّالة (طلعت منصور- مجلة علم الفكر - الكويت - المجلد العاشر - 1989 - عدد 08)

3-2-3-2 الاحتياجات البدنية :

تتميز هذه المرحلة بالمراهقة الوسطى حيث تحصل فيها تغيرات على الأجهزة العضوية الداخلية ، وتنعكس على القوة الحركية ، فهناك آراء مختلفة حول تثير مرحلة المراهقة على التطور الحركي ، حيث تشير لمصادر العلمية بعدم التأثير على التطور الحركي ، بينما يرى الآخرون انسجام حركات المراهق في عمره (14-17) سنة وتأثيرها على تطور الحركة (قاسم حسن حسنين- مرجع سابق :ص 19)

إذا يعد عمر المراهق الزمن الأفضل لتعلم الأداء الحركي وتطور القوى البدنية والبنية الجسمانية ، حيث يظهر تحسن القوى البدنية ومحيط التوجيه ويؤكد (1980-WEINE CH) إن هذه المرحلة تزداد فيها السرعة والمرونة أكثر ، بينما يرى HARRE-1979 إن زيادة نمو قابلية مستوى القوة لعضلية والبدنية ي هذه الفترة ، واحتياجات الطفل البدنية في هذه المرحلة كلاعب تعتبر القاعدة الصلبة القوية التي تركز عليها صحة الأداء الفني للاعب ، فالمهارة

تؤدي بطريقة سليمة يجب أن هناك سريان إنساني في مسار القوة التي تؤدي بها الحركة ، و لا يأتي هذا إلا إذا ساعدت العضلات المقابلة في ذلك و إن تدرت هذه العضلات يحقق هذا العمل المساعد ، و لذا يحتاج إلى القوة العامة و السرعة و التحمل العام و المرونة لجميع مفاصل الجسم ثم اكتساب اللاعب درجة عالية من التوافق بحيث تصل به إلى تحقيق جسم رياضي متناسق خالي من العيوب الجسمانية مما يكون له أحسن الأثر في أداء المهارات(حنفي محمود مختار - مرجع سابق:ص 98)

3-2-3-3 الاحتياجات النفسية الحركية : إن علم النفس النمو على سبيل المثال يهتم بالعلاقة بين المظاهر البيولوجية و النفسية لنمو الفرد في هذه المرحلة يحتاج إلى وسائل التدخل المناسبة للتقويم و لهذا فالتربية البدنية تكسبه قيمة بارزة في النمو الحيوي النفسي ، و لنمو المتناسق بين نفسية و حركية الطفل و تساعد على سرعة التكوين الذهني و الاجتماعي و الخلقى و منحه الثقة بالنفس.

وكما يحتاج إلى استغلال ذاتي نفسي بدني لكي يكون الطفل قادر على الإحساس بحريته و على مواصلة أهدافه و تطورها(تاليف جوليا بانتوني- بدون طبعة - 1991:ص 114)

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

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

كما تبين أيضا أهمية النشاط الحركي و المهارات النفسية الحركية في مجالات متنوعة من التعليم ، لذا يحتاج الطفل لعملية التعليم ، و التعلم فيها على إتقان مهارات نفسية حركية مثل التعلم الفني(أحمد سليمان روي- ط 1 - 1996 : ص 54)

3-2-3-4 الاحتياجات الاجتماعية : أن الطفل إلى ما هو المعنى الذي يتضمنه "التكوين الاجتماعي" بحيث تضم (Frobel)"استمرارية" النمو الاجتماعي و التكوين ، و بالتالي أهمية و خصوصية كل لحظة من اللحظات النمو التي تتطلب اهتمام تربويا بشكل إنسانية الطفل "الطمأنينة و الفرح و الابتسامة تظهر ما بداخل الطفل" و كما أن البحث الانترولوجي يصف احتياج الطفل للتكيف الثقافي بالتدفق المحترم للقوى الاجتماعية على المؤسسات التربوية التي تنظم سلوك الطفل فعن طريقة طريق واسطة الكبار يدخل الشأن بهذا الشكل في علاقة مع "خطوط القوة" للمجموعة الاجتماعية التي تحتاج إلى فهم قيمتها لكي تواصل مسيرتها في الحياة و الرياضة و التقدم عامة)

و هنا نوضح أن هذه الوساطة من جانب الكبار بالإضافة إلى الإبعاد الدقيقة للتكيف الثقافي في المجتمع و فيما يحتاج إلى الإحساس و التصرف من خلال الخبرات الاجتماعية .

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

3-2-4 أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين : إن الرياضة عملية التسلسلية و الترويح لكلا الجنسين، حيث تحضير المراهق فكري و بدنيا كما تزوده من المهارات و الخبرات الحركية من اجل التعبير عن الإحساس و المشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي الاضطرابات نفسية و عصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المفيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل المواهب الرياضية من اجل تشغيل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق و الملل وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا وفكريا فيستسلم حتما للراحة والنمو بدلا من أن يستسلم إلى الكسل و الخمول و يضع وقته فيما لا يرضي الله و لا النفس و المجتمع ، و عند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية و النوادي الثقافية من اجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية ، فان هذا يتوقف على ما تحس به عن طريق التغيرات الجسمية و النفسية و العقلية التي يمر بها .

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

* التقليل من الأوامر و النواهي .

مساعدة المراهق على اكتساب المهارات و الخبرات المختلفة في الميادين الثقافية و الرياضة لتوفر الوسائل والإمكانيات و الجو الذي يلاءم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح و الإرشاد و الثقة والتشجيع ، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاده و توجيهه و بث الثقة في حياة المراقين طوال مشوارهم الرياضي. (معروف زيات - ط2 - 1996:ص 15)

4- الدراسات السابقة:

4-1 الدراسة الأولى:

مذكرة لنيل شهادة ماجستير في التربية ب.و.ر. من إعداد: زباني إسماعيل

بعنوان "الدور النفسي لأستاذ التربية البدنية والرياضية نحو تلاميذ المرحلة الثانوية"، دالي

إبراهيم، الجزائر، 1993

وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أساليب معاملة الأستاذ لتلاميذه، تبيان العلاقة المتبادلة بين الأستاذ و تلاميذه، و قد تم استخدام استبيان كوسيلة لجمع المعلومات و على عينة تكونت من 200 تلميذ و تلميذة و 20 أستاذ من مختلف ثانويات العاصمة، و من أهم النتائج المتوصل إليها أن كفاءة و دور أستاذ التربية البدنية والرياضية مهمة في رفع الحالة النفسية للتلاميذ.

4-2 الدراسة الثانية:

مذكرة لنيل شهادة ماجستير في التربية ب.و.ر. من إعداد: عمر سعدي بعنوان "العلاقة بين مدرب كرة القدم

و اللاعبين و تأثيرها على النتائج" دالي إبراهيم، الجزائر، 1994، و تهدف هذه الدراسة إلى :

- تشخيص حالة الفرق الجزائرية من الجوانب النفسية و الاجتماعية

- محاولة دراسة و تحويل نوعية العلاقة بين المدرب و اللاعبين و قد تم استخدام الاستبيان كوسيلة لجمع

المعلومات على عينة تكونت من 80 لاعب ينشطون في القسم الوطني الثالث .

و من أهم النتائج المتوصل إليها :

- وجود علاقة بين المدرب و اللاعبين و تأثيرها على النتائج الرياضية بالايجاب، كما أن مردود الفريق

الرياضي يتأثر إيجابا بانتهاج أسلوب قيادي .

4-3 الدراسة الثالثة:

مذكرة لنيل شهادة ماجستير في ت. ب. ر من إعداد منصور نبييل بعنوان : " دور التكوين النفسي و البدني

لأستاذ ت.ب.ر و أثره على أداء التلميذ المراهق" دالي إبراهيم، الجزائر 2005، و تهدف هذه الدراسة إلى إبراز

مدى انعكاس التكوين النفسي و البدني لأستاذ ت.ب.ر على أداء التلميذ في المرحلة الثانوية و قد تم استخدام

الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات على عينة تكونت من 22 تلميذ و 30 أستاذ و من أهم النتائج المتوصل إليها

: أن للتكوين النفسي و البدني لأستاذ ت.ب.ر دور ناجع و انعكاس ايجابي على أداء التلميذ المراهق .

4-1- التعليق على الدراسات:

إن الأهمية البالغة للدراسات المشابهة تؤكد للباحث من خلالها تجنب أهم الصعاب التي واجهت الباحث في الدراسات السابقة التي تتناول موضوع **الدور النفسي لأستاذ** وهذا ما أكده زباني إسماعيل بأنه كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث الأخرى والمستقبلية (رابح تكي، 1999: ص123).

ومن خلال تحليل مختلف الدراسات المشابهة لهذا البحث و المرتبطة بموضوع الدراسة " **الدور النفسي للمدرب** وأهميته على لاعبي كرة القدم (14-17) سنة فقد تبين للباحث أن المنهج المستخدم في هاته الدراسات هو المنهج الوصفي بمختلف أشكاله المسحي والتحليلي، كما أن الاستبيان، كان من أكثر وسائل جمع البيانات استخداماً وذلك نظراً لطبيعة هاته الدراسات وتمثلت أغلب العينات في هاته الدراسات في مدربي ولاعبي كرة القدم، وكان اختيارهم إما بطريقة عمدية أو عشوائية أو قصدية وتمثلت أبرز النتائج المحصل عليها في أنه هناك ضعف على مستوى الثقافة التدريبية للمدربين من خلال عدم تماشيهم مع المتطلبات الحديثة لكرة القدم.

الفصل الثاني:

المحكمة العامة للتحكيم

1- الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1- مفهوم الدور النفسي:

اصطلاحاً: ويقصد به ذلك الاهتمام الذي توليه التربية البدنية للصحة النفسية والتي تعتبر بمثابة أهم العوامل لبناء الشخصية السوية. (حنفي محمود مختار - ط1 - 1998 : ص 85)

اجرائياً: يهدف إلى تعليم وإكساب اللاعب الرياضي مختلف القدرات والسمات، والخصائص والمهارات النفسية وتمييزها، وكذلك توجيهه، وإرشاده، ورعايته بصورة تسهم في إظهار كل طاقاته وقدراته، واستعداداته في المنافسات الرياضية، بالإضافة إلى مساعدة اللاعب الرياضي في تشكيل وتنمية شخصية متزنة وشاملة لكي يكتسب الصحة النفسية والبدنية الجيدة

1-2- كرة القدم:

لغة: هي كلمة لا تينية تعني ركل الكرة بالقدم.

اصطلاحاً: 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 (رومي جميل - ط6 - 1986 م: ص50)

اجرائياً:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الاصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل واحد منها من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الاقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة مقسمة إلى شوطين، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة بين الشوطين، ولا انتهت المباراة بتعادل (في حالة المقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين اضافيين وقت كل منهما 15، وفي حالة التعادل الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين

1-3- المدرب:

اصطلاحاً: هو شخصية تربوية الذي يتولى عملية تربوية وتدريب اللاعبين ويؤثر في مستواهم الرياضي تأثيراً مباشراً وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطويراً شاملاً متزنًا. (وجدي مصطفى - ط1 - 2000: ص25)

اجرائياً:

مدرب كرة القدم كشخصية تربوية يتولى مهنة محضر نفسي و المدرب معا ويؤثر تأثيراً مباشراً في تطوير شخصية اللاعبين، كما أن من أهم العوامل التي تساعد علي الوصول باللاعب لأعلى المستويات الرياضية، فالتدريب في كرة القدم يحتاج إلى مدرب كفء يستطيع أن يكون قائداً ناجحاً لديه القدرة على العمل التعاوني الجماعي فيما يتعلق باللاعبين و الأجهزة المعاونة الفنية والإدارية والطبية التي تعمل معه كما أن له سلوك يعد من العوامل المؤثرة على زيادة حدة الانفعالات أو خفضها بالنسبة للاعب

1-4- المراهقة (المرحلة العمرية (14-17) سنة):

- لغة:

المراهقة مصطلح وصفي للفترة من العمر التي يكون ألف فيها غير ناضج انفعاليا و بدنيا و ذهنيا .
و كلمة المراهقة تعني الاقتراب أو الدنو من الحلم ، و هي مشتقة من الفعل اللاتيني Adolescele وتعني الاقتراب من النضج (سعدية محمد علي بجاور - ط1 - 1980: ص 25)

- اصطلاحا:

المراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها ،
وظاهرة اجتماعية في نهايتها (فؤاد البهي السيد- ط1 - 1975: ص257)

- إجرائيا:

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

2- الاشكالية:

تاريخ كرة القدم في الجزائر ، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروبته ، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق هو نادي مولوديه الجزائر ، جاء بعدها شباب قسنطينة ، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهرا و انضموا لفرق عديدة أخرى للمجموعة ، تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار ، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 افريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم . في ظرف أربع سنوات تحول الفريق إلى مجموعة ثورية مستعدة للتضحيات و إسماع صوت الجزائر في ابعاد نقطة من العالم ، و بدأت مسيرة جبهة التحرير الوطنية من تونس عبر العالم في تحفيظ النشيد الوطني . (مجلة الوحدة الرياضية الجزائر ص10)

و يهدف التدريب الرياضي أساسا إلى محاولة الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى ممكن من الأداء ، وتحقيق هذا الهدف يرتبط ارتباطا وثيقا بتربية الفرد تربية شاملة متزنة ،وتطوير مختلف القدرات والمهارات والمعارف الخاصة للفرد الرياضي بصورة تساهم في قدرته على تحقيق أعلى مستويات الرياضة. (عصام عبد الخالق، 1972، ط 2:ص51)

وكما يمكن تعريف الإعداد النفسي في كرة القدم على أنه عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق و تنمية الدوافع و الاتجاهات و الثقة بالنفس و الإدراك المعرفي و الانفعالي و العمل على تشكيل و تطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى التوجيه و الإرشاد التربوي و النفسي للاعبين. (حسين السيد أبو عبدو- ط 1 2001 :ص263)

فالمدرّب هو المسؤول عن تحديد الحالة النفسية وإثارة التنوع في نظام الفريق أما اللاعب فهو المستجيب لمختلف تصرفات وانفعالات مدرّبه .

وإذا تتبعنا بدقة منافسة كرة القدم وما يبذله اللاعب خلالها من جهد بدني وعصبي وما يرافق ذلك من انفعالات مختلفة ،وإذا اطلعنا على طريقة تدريب اللاعب وإعداده نفسيا وعرفنا الضغوط النفسية الواقعة عليه ،من جراء حساسية اللعبة وأهمية المباراة، لأحسنا بأهمية إعداد اللاعب إعدادا نفسيا سليما وعلميا ،من أجل أن نستطيع مجابهة كل السلبيات والتغلب عليها وتحقيق النتائج المرجوة والذي يهمننا هو الدور النفسي ومن خلال هذا قمت بطرح التساؤل التالي :

- هل للمدرّب دور فعال في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم (14- 17) سنة؟

التساؤلات الجزئية

- هل للإعداد النفسي للمدرّب دور في تحسين نتائج لاعبي كرة القدم؟
- هل تساهم الكفاءة التدريبية للمدرّب في تنمية الجوانب النفسية للاعبين؟

- فرضيات الدراسة:

من خلال التساؤل الذي أوردته في إشكالية السابقة الذكر قمت بوضع الفرضية العامة التالية :

- الفرضية العامة:

الدور النفسي للمدرب له أهمية على لاعبي كرة القدم اثناء المنافسة.

- الفرضيات الجزئية:

- الإعداد النفسي للمدرب له دور في تحسين نتائج لاعبي كرة القدم.

- للكفاءة التدريبية للمدرب دور في تنمية الجوانب النفسية للاعبين.

3- أهداف الدراسة:

تهدف من خلال بحثنا هذا إلى تحقيق أهداف نلخصه فيما يلي:

- معرفة الدور النفسي للمدرب وأهميته في تحسين مستوى أداء ونتائج لاعبي كرة القدم

- محاولة دراسة وتحليل نوعية العلاقة بين المدرب واللاعبين من الناحية النفسية.

- محاولة معرفة تأثير العلاقات النفسية في تحسين مردود الرياضي.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية البحث الذي يدور موضوعه حول " الدور النفسي للمدرب و أهميته على لاعبي كرة القدم(17-

14) سنة" في:

- أهمية الجانب النفسي في تحسين العلاقة بين المدرب واللاعبين.

- أهمية الإعداد النفسي على أداء اللاعبين .

- فكان علينا أن نحاول الكشف عن العلاقة القائمة بينهما من الناحية النفسية لذلك اعتمدنا على الاستبيان

والذي هو مجموعة من الأسئلة الموجهة للاعبين.

تمهيد:

بعد دراستي للجانب النظري سأحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثي ودراسته دراسة ميدانية، حتى أعطيه منهجية علمية، وذلك بعد زيارتي لبعض الفرق الرياضية التي تنشط في قسم الجهوي الاول المنتمبة لولاية المسيلة، حيث قمت بتوزيع استبيان على اللاعبين.

1- الدراسة الاستطلاعية:

الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ومدى إصلاحية الأداة المستعملة حول موضوع البحث، وحتى أتمكن من معرفة مختلف الجوانب المراد دراستها قمت بزيارة الفرق الرياضية المعنية بالدراسة وذلك من اجل الإلمام والإحاطة بجوانب المشكلة المعالجة في بحثي، وذلك من خلال التعرف على طريقة معاملة المدرب للاعبه أثناء الحصص التدريبية، وكذا معرفة وقت انطلاق التدريبات والفرق التي قمت بزيارتها هي: وفاق عين الحجل، مولودية المسيلة، مولودية بوسعادة، نجم اولاد دراج.

1-2-1-مجالات البحث:**1-2-1-المجال المكاني:**

لقد اخترت في دراستي هذه فرق ولاية المسيلة التي تنشط في قسم الجهوي الاول وهي ملعب البلدي عين الحجل وفاق عين الحجل، خلفه احمد مولودية المسيلة، عبد اللطيف مختار مولودية بوسعادة، ملعب البلدي اولاد دراج فريق نجم اولاد دراج.

1-2-2-المجال الزمني:

شرعت في البحث مباشرة وذلك بعد الموافقة على الموضوع وقد دامت دراسة الجانب النظري من أواخر شهر جانفي حتى بداية شهر افريل، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد كانت من 25 افريل 2017 إلى غاية 13 ماي 2017م

1-3-1- الشروط العلمية للأداة:

1-3-1-صدق الأداة: صدق الاستبيان يعني التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياس (فاطمة عوض - ط1-

2002:ص 167)

كما يقصد بالصدق "شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه" (فاطمة عوض صابر-:نفس المرجع: ص 168)

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمت باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما اعد له حيث قمت بتوزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة من معهد علوم تقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة المسيلة، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون، قمت بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر.

الثبات: لمعرفة درجات ثبات الأداة تم توزيع الاستبيان على اللاعبين وبعد اسبوعين تم توزيع الاسئلة على نفس اللاعبين ومن خلال هذا تم معرفة درجة الثبات:

$$n م - \left(\frac{2}{n}\right) > \frac{0.5}{\frac{2}{n}} > 0.5$$

أما إذا كانت النتيجة لا تقيس ويجب تغييرها.

حيث:

ن م: عدد المحكمين الذين أجابوا بأن العبارة خاطئة.

ن: عدد المحكمين الذين أجابوا بأن العبارة صحيحة.

2 - المنهج المتبع في الدراسة :

يعرف المنهج انه: "مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه(عثمان حسن عثمان 1998 : ص

(29

وتماشيا مع طبيعة الدراسة اتبع المنهج الوصفي ويعرف على انه: "المنهج الذي يهدف إلى جمع البيانات ومحاولة اختيار فروض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد العينة والدراسة الوصفية تحدد وتقرر الشيء كما هو عليه في الواقع (عثمان حسن عثمان : نفس المرجع : ص 30)

3-مجتمع و عينة البحث و كيفية اختيارها:

مجتمع البحث: هو اندية المسيلة التي تنشط في قسم الجهوي الاول.

عينة البحث: تعرف العينة على أنها: "مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة (رشيد زرواتي - ط1-2002 : ص91)

وتعرف أيضا على: "أنها جزء من كل أو بعض من المجتمع (محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب- ط2 - القاهرة مصر 1999
: ص143)

ونظرا لطبيعة دراستي فقد اعتمدت على العينة العشوائية من المجتمع الأصلي للبحث لقسم الجهوي الاول
وتعرف على أنها الطريقة التي تعتمد على : " منح فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع وان يكون ضمن أفراد العينة
المختارة فهي تتضمن الاختيار العشوائي لعدد أفراد العينة من قائمة المجتمع (محمد حسن علاوي- اسامة كامل راتب: - مرجع سابق:
ص 144)

وقد بلغ عدد العينة 60 لاعبا موزعين كما يلي:

اسم الفريق	عدد اللاعبين
وفاق عين الحجل	15
مولودية المسيلة	15
مولوية بوسعادة	15
نجم اولاد دراج	15

4- أدوات جمع البيانات و المعلومات :

لقد تم إعداد استمارة استبيان المكونة من 18 سؤال موجهة للاعبين ويعرف الاستبيان على انه: " مجموعة من
الأسئلة والمركبة بطريقة منهجية حول موضوع معين ثم يوضع في استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول
على الأجوبة الواردة فيها. (محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب: نفس المرجع : ص146)

ويحتوي الاستبيان على أنواع من الأسئلة :

4-1- الاسئلة المغلقة : وتكون الإجابة في معظم الأحيان محدودة نعم أو لا او دائما احيانا نادرا.

وقد يتضمن كذلك مجموعة من الاختيارات وعلى المستجوب أن يختار الإجابة الصحيحة

5- اساليب الاحصائية: بعد توزيع بيانات النتائج والتي عددها 60 لاعب وضعت النسبة المئوية في تحليل

النتائج المحصل عليها ومعدلتها كالتالي: النسبة المئوية = (عدد الإجابات × 100) \ عدد أفراد العينة .

ولمطابقة النتائج مع الجانب النظري قمت بحساب χ^2 بعد ذلك أجد χ^2 الجدولة بعد تحديد مستوى الدلالة (0.05) ودرجات الحرية.

حساب اختبار كاف تريبع، ويسمى هذا الاختبار حسن المطابقة أو اختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها من تجربة حقيقية بمجموعة أخرى من البيانات الفرضية التي وضعت على أساس النظرية الفرضية التي يراد اختبارها.

-اختبار χ^2 : spss-

$$\chi^2 = \frac{\text{مجموع (التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

يسمح لي هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان، ويتكون هذا القانون من:

التكرارات المشاهدة: وهي التكرارات التي أتحصل عليها بعد توزيع الاستبيان.

التكرارات المتوقعة: وهو مجموع التكرارات يقسم على عدد الإجابات المقترحة (الاختيارات).

جدول χ^2 يحتوي هذا الجدول على:

χ^2 الجدولة: وهي قيمة ثابتة نقارنها مع χ^2 المحسوبة لإتخاذ القرار الإحصائي.

درجة الحرية: وقانونها هو [ن - 1]، حيث هي عدد الإجابات المقترحة.

مستوى الدلالة: نقوم بمقارنة النتائج عندها وأغلب الباحثين يستعملون مستوى دلالة 0.05 أو 0.01

الاستنتاج الإحصائي:

بعد الحصول على نتائج χ^2 المحسوبة نقوم بمقارنتها بـ χ^2 الجدولة فإذا:

- كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولة فإننا نرفض الفرضية الصفرية H_0 ونقبل الفرضية البديلة H_1 التي

تقول بأن الفرق في النتائج يعود للفرق بين الفئتين أي توجد دلالة إحصائية.

وإذا كانت χ^2 المحسوبة أقل من χ^2 الجدولة فإننا نقبل الفرضية الصفرية H_0 التي تقول بأنه لا توجد فروق بين النتائج وإنما يعود ذلك إلى عامل الصدفة.

* الجدول رقم (05): نموذج تطبيقي لكيفية حساب χ^2 :

- مثال لكيفية حساب " χ^2 ":

السؤال الخامس : إن تغيرت الخطة هل تجد سهولة في تنفيذها؟						
مستوى الدلالة	χ^2 الجدولة	درجة الحرية	χ^2 المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.022	5.991	2	7.600	16.67%	10	نادرا
				40.00%	24	أحيانا
				43.33%	26	دائما
				100%	60	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 5، نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.022 وبدرجة حرية 2، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 43.33% دائما ما تجد السهولة في تنفيذ خطة اللعب أثناء قيام المدرب بتغييرها، في حين نجد نسبة 40% أحيانا ما تجد سهولة في تنفيذ خطة اللعب، وتؤكد نسبة 16.67% أنه نادرا ما تجد سهولة في تنفيذ خطة اللعب.

الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن اللاعبين الذين أقروا بسهولة تنفيذ الخطة ربما راجع إلى التحضير الجيد وفهم الخطة واستغلال الخصم عن طريق معرفة نقاط قوته وضعفه، وبالتالي تمكنوا من تنفيذها بسهولة.

الفصل الرابع :

عمر بن الخطاب
الخطيب وفتيها

وخطيبها

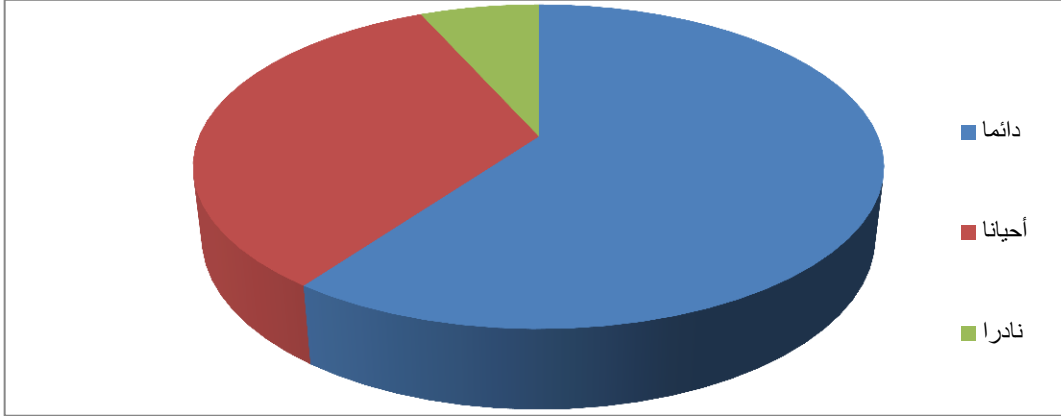
1-المحور الأول: دور الإعداد النفسي للمدرب في تحسين نتائج لاعبي كرة القدم.

1-1-السؤال الأول : هل تشعر بالراحة لوجود المدرب ؟

الغرض منه : معرفة مدى ارتياح اللاعب لوجود المدرب.

جدول رقم 01 : يمثل نسب ارتياح اللاعبين لوجود المدرب

السؤال الأول : هل تشعر بالراحة لوجود المدرب ؟						
مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	كا ² المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.000	5.991	59	27.300	5.00%	3	نادرا
				35.00%	21	أحيانا
				60.00%	36	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 1: دائرة نسبية تمثل نسب ارتياح اللاعبين لوجود المدرب

تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 1 ويؤكدته اختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H₀ مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 60% من أفراد العينة تشعر دائما بالراحة لوجود المدرب، في حين نسبة 35.00% أحيانا ما تشعر بالراحة لوجوده، ونسبة 5.00% نادرا ما تشعر بالراحة لوجود المدرب.

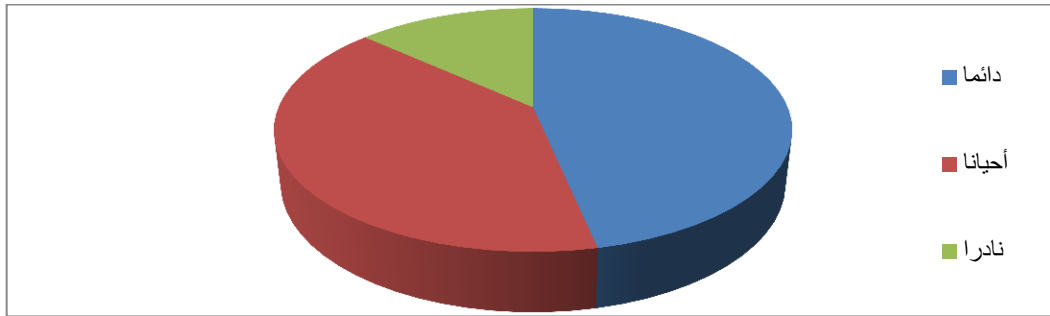
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن طريقة معاملة المدرب للاعبين أو طبيعة الأسلوب الذي ينتهجه معهم تنعكس على راحتهم لوجوده أو غيابه أثناء التدريبات.

1-2-السؤال الثاني : هل يساهم التحضير النفسي للمدرب في تنمية قدراتك؟

الغرض منه : معرفة مدى مساهمة التحضير النفسي في تنمية قدرات اللاعبين.

جدول رقم (02) يمثل التحضير النفسي للمدرب ومساهمته في تنمية قدرات اللاعبين

السؤال الثاني : هل يساهم التحضير النفسي للمدرب في تنمية قدراتك؟						
مستوى الدلالة	2كا المجدولة	درجة الحرية	2كا المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.004	5.991	59	11.200	13.33%	8	نادرا
				40.00%	24	أحيانا
				46.67%	28	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 2 : دائرة نسبية تمثل التحضير النفسي للمدرب ومساهمته في تنمية قدرات اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 2، يؤكد اختبار χ^2 أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 المجدولة عند مستوى الدلالة 0.004 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 46.67% ترى أن التحضير النفسي الذي يقوم به المدرب يساهم دائما في تنمية قدرات اللاعبين، في حين أن نسبة 40% ترى بأن التحضير النفسي الذي يقوم به المدرب أحيانا ما يؤثر في قدرات اللاعبين، وبنسبة أقل تتمثل في 13.33% نادرا ما يكون للتحضير النفسي الذي يقوم به المدرب دور في تنمية قدرات اللاعبين .

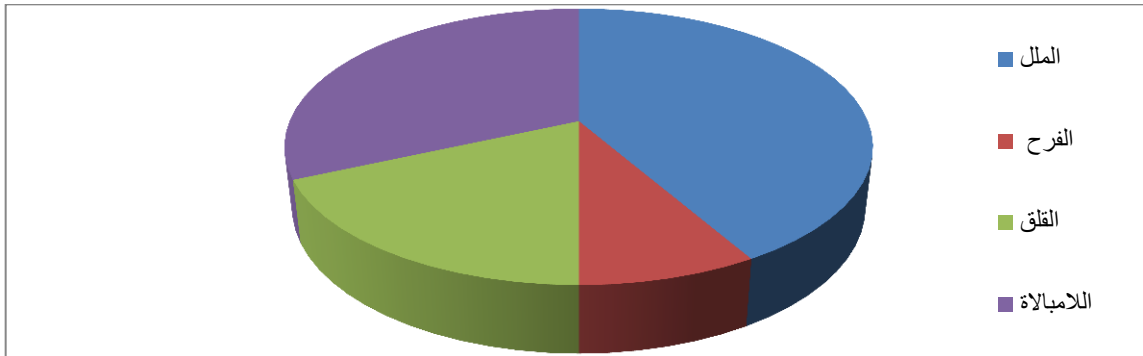
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن تنمية قدرات اللاعبين تتأثر بمدى قيام المدرب بالتحضير النفسي لهم ، و هذا ما أشار إليه "محمد حسن علاوي" في الفصل الأول، عنصر الإعداد النفسي للاعبين 1- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب و المنافسات - مرجع سابق - ص: 139 .

1-3-السؤال الثالث : بماذا تشعر عندما يحين وقت الحصة التدريبية ؟

الغرض منه : معرفة شعور اللاعبين أثناء الحصة التدريبية

جدول رقم (03) يمثل شعور اللاعب أثناء الحصة التدريبية

السؤال الثالث : بماذا تشعر عندما يحين وقت الحصة التدريبية ؟						
مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	كا ² المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.001	7.814	59	15.467	31.67%	19	بالامبالاة
				8.33%	5	بالقلق
				18.33%	11	بالفرح
				41.67%	25	بالممل
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 3 : دائرة نسبية تمثل شعور اللاعبين أثناء الحصة التدريبية

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 3، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.001 وبدرجة حرية 59، ومنه الفرضية الصفرية H0 مرفوضة، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث أن نسبة 41.67% تشعر بالممل وقت الحصة التدريبية، ونسبة 8.33% يشعرون بالفرح، ونسبة 18.33% تشعر بالقلق، في حين لا تبالي نسبة 31.67% بالحصة التدريبية.

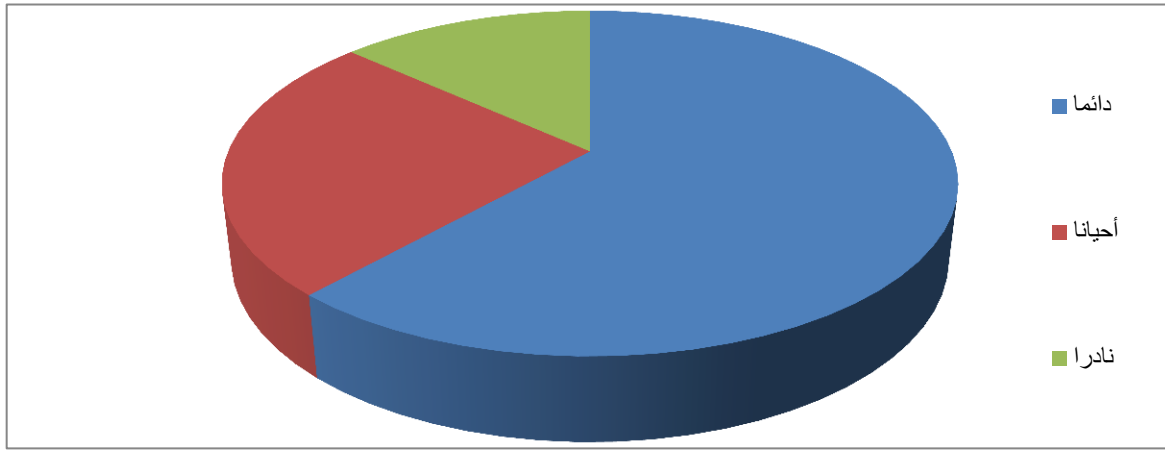
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن معظم اللاعبين لا يبدون اهتماما كبيرا للحصة التدريبية ربما لتسلط المدرب وفرض رأيه عليهم وعدم السماح لهم بطرح آراءهم مما يجعلهم لا يبالون بالحصة التدريبية.

1-4-السؤال الرابع : هل أدائك في التدريب أفضل من أدائك في المباراة ؟

الغرض منه : معرفة أداء اللاعبين وأفضليته بين الحصة التدريبية والمباراة.

جدول رقم (04) يمثل أفضلية الأداء بين التدريب والمباراة

السؤال الرابع : هل أدائك في التدريب أفضل من أدائك في المباراة ؟						
مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	كا ² المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.000	5.991	59	22.900	13.33%	8	نادرا
				25.00%	15	أحيانا
				61.67%	37	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البيان 4 : دائرة نسبية تمثل أفضلية الأداء بين التدريب والمباراة

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 4، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 61.67% من إجابات أفراد العينة دائما ما تكون بالأفضلية في الأداء أثناء التدريب، وترى نسبة 25% أن أدائهم في التدريب أحيانا ما يكون أفضل منه في المباراة، وتتفق نسبة 13.33% أنه نادرا ما يكون أدائهم في التدريب أفضل منه في المباراة .

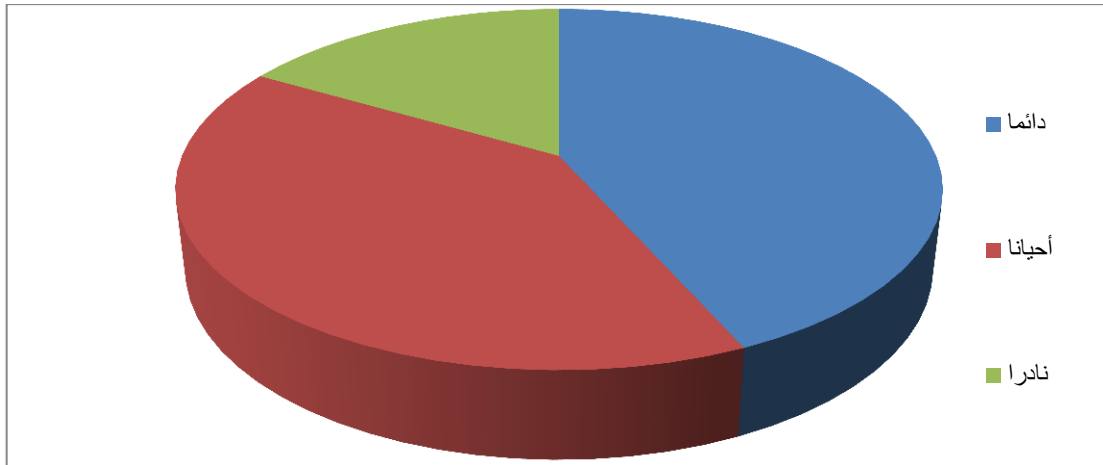
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن أداء اللاعبين أثناء الحصص التدريبية يكون أفضل منه في المباراة ويرجع ذلك إلى عدم وجود ضغوط نفسية وخارجية تحد من نشاطه فهو بالتالي مرتاح ولا يجد صعوبة أثناء التدريب .

1-5-السؤال الخامس : إن تغيرت الخطة هل تجد سهولة في تنفيذها؟

الغرض منه : معرفة ما إذا كانت هناك سهولة في تنفيذ خطة اللعب

جدول رقم (05) يمثل مدى النجاح في تنفيذ خطة المدرب أثناء المباراة

السؤال الخامس : إن تغيرت الخطة هل تجد سهولة في تنفيذها؟						
مستوى الدلالة	2 كا المجدولة	درجة الحرية	2 كا المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.022	5.991	59	7.600	16.67%	10	نادرا
				40.00%	24	أحيانا
				43.33%	26	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 5 : دائرة نسبية تمثل مدى النجاح في تنفيذ خطة المدرب أثناء المباراة

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 5، نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 المجدولة عند مستوى الدلالة 0.022 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 43.33% دائما ما تجد السهولة في تنفيذ خطة اللعب أثناء قيام المدرب بتغييرها، في حين نجد نسبة 40% أحيانا ما تجد سهولة في تنفيذ خطة اللعب، وتؤكد نسبة 16.67% أنه نادرا ما تجد سهولة في تنفيذ خطة اللعب .

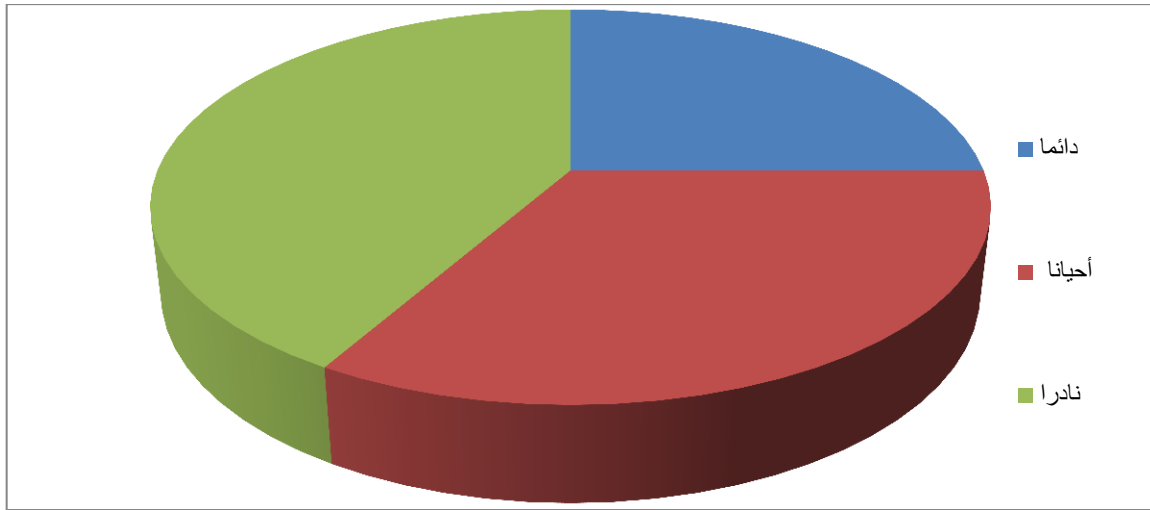
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن اللاعبين الذين أقرروا بسهولة تنفيذ الخطة ربما راجع إلى التحضير الجيد وفهم الخطة واستغلال الخصم عن طريق معرفة نقاط قوته وضعفه ، وبالتالي تمكنوا من تنفيذها بسهولة .

1-6-السؤال السادس : هل تتحكم في انفعالك عند الغضب؟

الغرض منه : معرفة مدى تحكم اللاعب في انفعالاته

جدول رقم (06) يمثل مدى تحكم اللاعبين في انفعالاتهم عند الغضب

السؤال السادس : هل تتحكم في انفعالك عند الغضب؟						
مستوى الدلالة	ك2 المجدولة	درجة الحرية	ك2 المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.287	5.991	59	2.500	41.67%	25	نادرا
				33.33%	20	أحيانا
				25.00%	15	دائما
				100.00%	60	المجموع



الشكل البياني 6 : دائرة نسبية تمثل مدى تحكم اللاعبين في انفعالاتهم عند الغضب

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 6، نلاحظ أن قيمة ك² المحسوبة أقل من قيمة ك² المجدولة عند مستوى الدلالة 0.287 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H₀ مقبولة وبالتالي ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا راجع لعامل الصدفة لكون نسبة 25% يستطيعون التحكم في انفعالاتهم دائما، في حين نسبة 33.33% يتحكمون أحيانا في انفعالاتهم، ونسبة 41.67% لا يتحكمون في انفعالاتهم إلا نادرا.

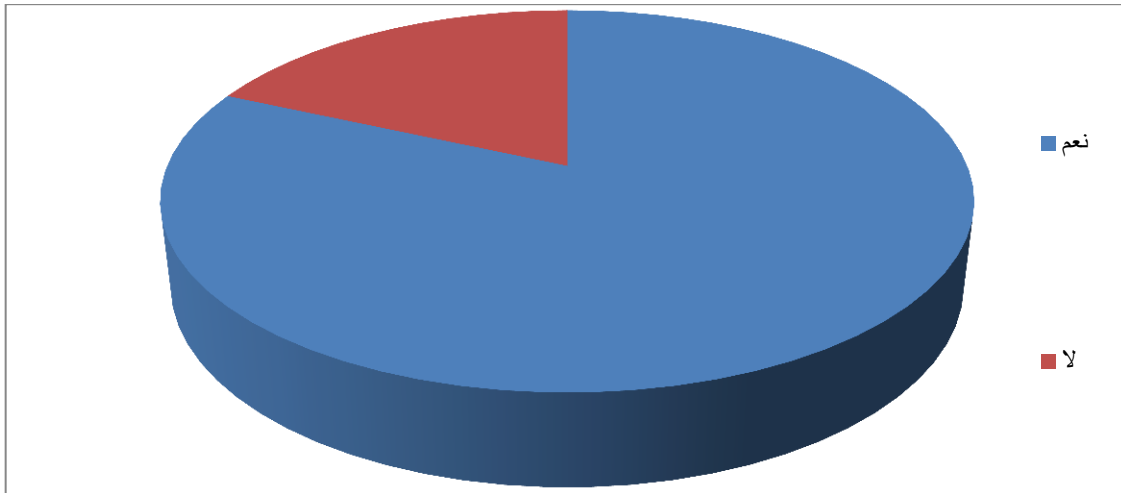
الاستنتاج: نستنتج من خلال هذا التحليل أن الغضب يؤثر سلبا على اللاعبين ما يؤدي إلى عدم التحكم في انفعالاتهم ويرجع ذلك إلى سن المراهقة، حيث أن المراهق يثور لأنفه الأسباب وهذا ما أشار إليه "مصطفى فهمي" في الفصل الثالث عنصر الخصائص الانفعالية ص 190.

1-7-السؤال السابع : هل يؤثر قلقك سلبا على أدائك أثناء المنافسة؟

الغرض منه : معرفة تأثير القلق على أداء اللاعبين أثناء المنافسة.

جدول رقم (07) يمثل تأثير القلق على أداء اللاعبين

السؤال السابع : هل يؤثر قلقك سلبا على أدائك أثناء المنافسة؟						
مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	كا ² المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.000	3.841	59	24.067	18.33%	11	لا
				81.67%	49	نعم
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 7: يمثل تأثير القلق على أداء اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 7، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 81.67% من أفراد العينة تتفق على أن القلق الذي يشعرون به قبل المنافسة يؤثر سلبا على أدائهم أثناء المنافسة، بينما نجد نسبة 18.33% يرون عكس ذلك .

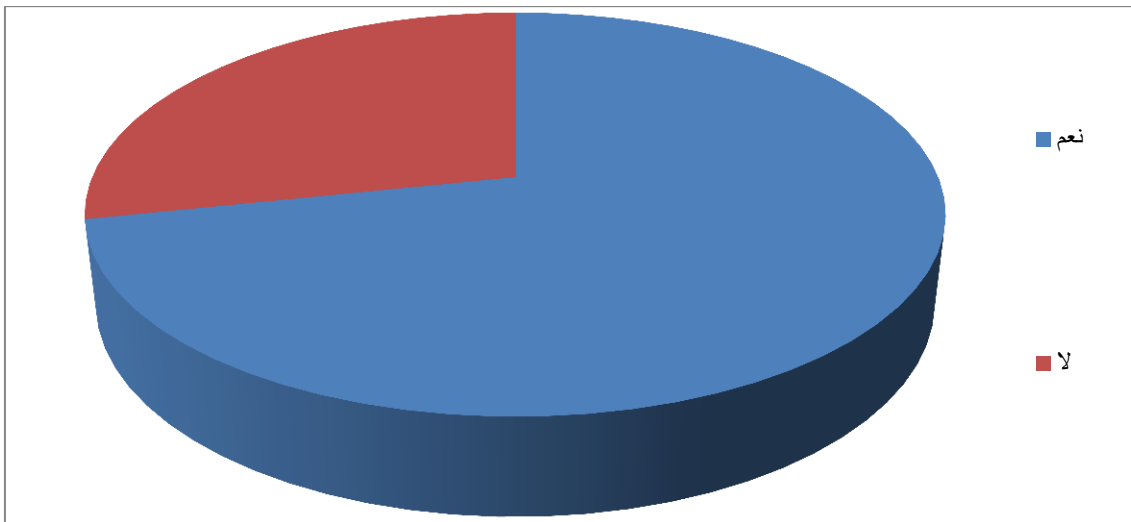
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن للقلق تأثير سلبي على لاعبي كرة القدم، وهذا ما أكدته "أسامة كامل راتب": إن عدم استقرار مستوى أداء اللاعب يرجع إلى بعض العوامل النفسية مثل القلق الزائد و الخوف من الفشل وعدم المقدرة على التركيز في الأداء 1-أسامة كامل راتب : الإعداد النفسي للناشئين -مرجع سابق - ص 23.

1-8-السؤال الثامن : هل اللعب ضد منافس عالي المستوى يربكك أثناء

الغرض منه : معرفة شعور اللاعبين عند الاشتراك ضد منافس قوي.

جدول رقم (08) يمثل شعور اللاعبين عند الاشتراك ضد منافس قوي المنافسة؟

السؤال الثامن : هل اللعب ضد منافس عالي المستوى يربكك أثناء المنافسة؟						
مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	كا ² المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.001	3.841	59	11.267	28.33%	17	لا
				71.67%	43	نعم
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 8 : دائرة نسبية تمثل شعور اللاعب عند الاشتراك ضد منافس قوي

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 8، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.001 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 71.67% ترى بأن الاشتراك ضد منافس ذو مستوى عالي يسبب لهم الارتباك، في حين نجد نسبة 28.33% ترى عكس ذلك .

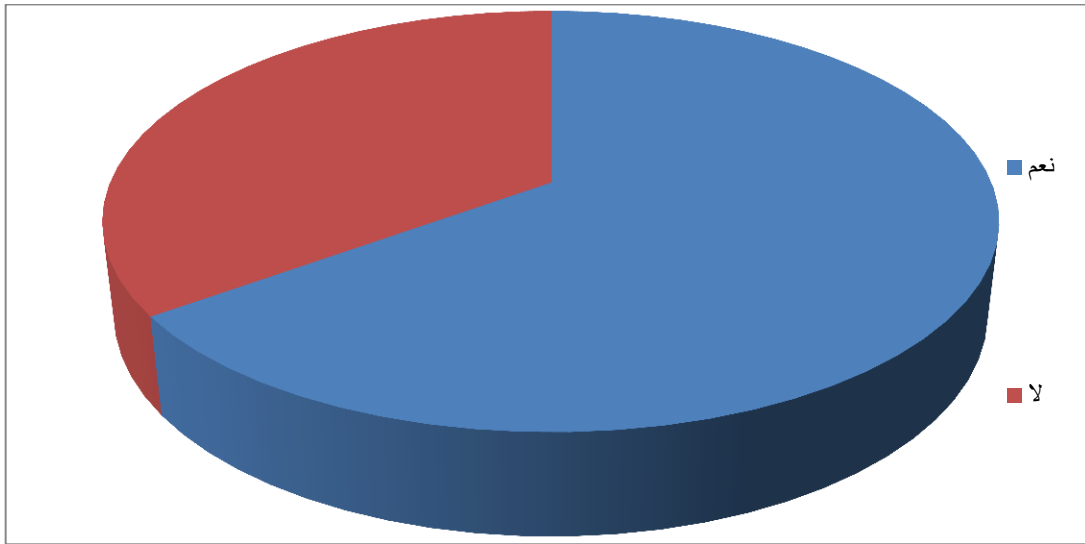
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن الاشتراك ضد منافس قوي يسبب الارتباك والشعور بتوتر عصبي وانفعالي مما يؤثر على قوة الأداء الفني بالإضافة إلى انخفاض درجة تحكم اللاعبين في أنفسهم وهذا ما أشار إليه "حسن السيد أبو عبده" في الفصل الأول، عنصر الإعداد النفسي للاشتراك في المباراة ص 274.

1-9-السؤال التاسع : هل ارتكابك للأخطاء أثناء المباراة يفقدك ثقتك بنفسك؟

الغرض منه : معرفة مدى ثقة اللاعب بنفسه.

جدول رقم (09) يمثل انعكاسات ارتكاب الأخطاء على اللاعبين

السؤال التاسع : هل ارتكابك للأخطاء أثناء المباراة يفقدك ثقتك بنفسك؟						
مستوى الدلالة	كا ² الجدولة	درجة الحرية	كا ² المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.020	3.841	59	5.400	35.00%	21	لا
				65.00%	39	نعم
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 9 : دائرة نسبية تمثل انعكاسات ارتكاب الأخطاء على اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 9 ، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة عند مستوى الدلالة 0.020 وبدرجة حرية 1، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة

إحصائية بين النتائج ،حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 65% يرون أن ارتكاب الأخطاء أثناء المباراة يؤدي إلى فقد الثقة بالنفس أما نسبة 35% فيرون عكس ذلك .

الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن أن ارتكاب الأخطاء أثناء المباراة يفقد الثقة بالنفس و يسبب الارتباك النفسي للاعب نتيجة لارتكابه بعض الأخطاء.

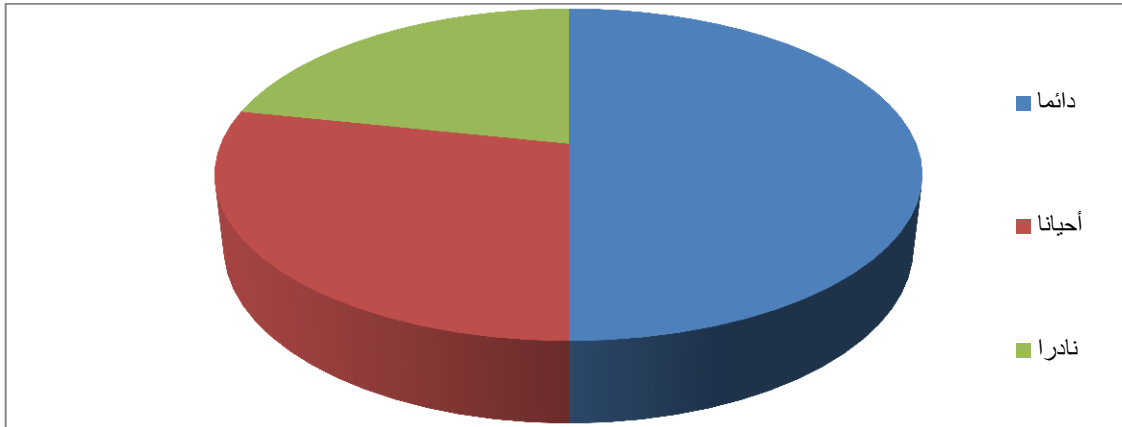
2-المحور الثاني للكفاءة التدريبية للمدرب دور في تنمية الجوانب النفسية للاعبين.

2-1السؤال العاشر : هل يهتم المدرب براحتك الشخصية ؟

الغرض منه : معرفة مدى اهتمام المدرب براحة اللاعبين.

جدول رقم (10) يمثل مدى اهتمام المدرب براحة اللاعبين

السؤال العاشر : هل يهتم المدرب براحتك الشخصية ؟						
مستوى الدلالة	2كا المجدولة	درجة الحرية	2كا المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.019	5.991	59	7.900	21.67%	13	نادرا
				28.33%	17	أحيانا
				50.00%	30	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 10 : دائرة نسبية تمثل مدى اهتمام المدرب براحة اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 10 ، نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.019 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 50% يرون أن المدرب يهتم دائما بالراحة الشخصية للاعبين في حين أن نسبة 28.33% يرون انه أحيانا ما يهتم المدرب بذلك، ونسبة 21.67% ترى أن ذلك نادر الحدوث.

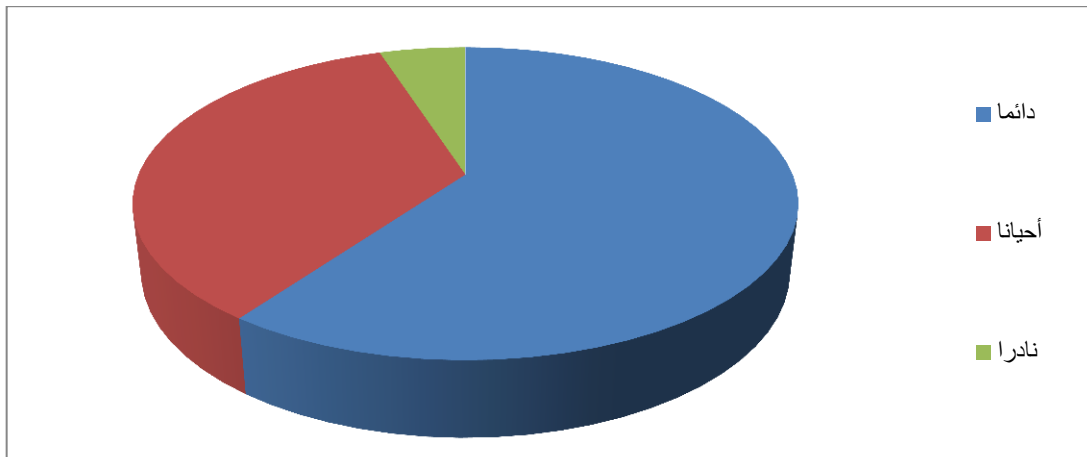
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن اهتمام المدرب بالراحة الشخصية للاعبين يكسبهم الثقة بالنفس ويزيد من معنوياتهم و تشجعهم على المثابرة و العمل.

2-2-السؤال الحادي عشر : هل يظهر لك المدرب نشيطا أثناء الحصة التدريبية ؟

الغرض منه : معرفة نشاط المدرب أثناء الحصة التدريبية.

جدول رقم (11) يمثل نشاطية المدرب أثناء الحصة التدريبية.

السؤال الحادي عشر : هل يظهر لك المدرب نشيطا أثناء الحصة التدريبية ؟						
مستوى الدلالة	2 ك	درجة الحرية	2 ك المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.000	5.991	59	27.300	5.00%	3	نادرا
				35.00%	21	أحيانا
				60.00%	36	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 11 : دائرة نسبية تمثل نشاطية المدرب أثناء الحصة التدريبية

تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 11 ويؤكد اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 60% ترى بان المدرب يظهر دائما نشيطا أثناء الحصة التدريبية في حيث نجد نسبة 35% انه أحيانا ما يكون المدرب نشيطا أثناء الحصة التدريبية، و يتفق 5% بأنه نادرا ما يكون المدرب نشيطا أثناء الحصة التدريبية .

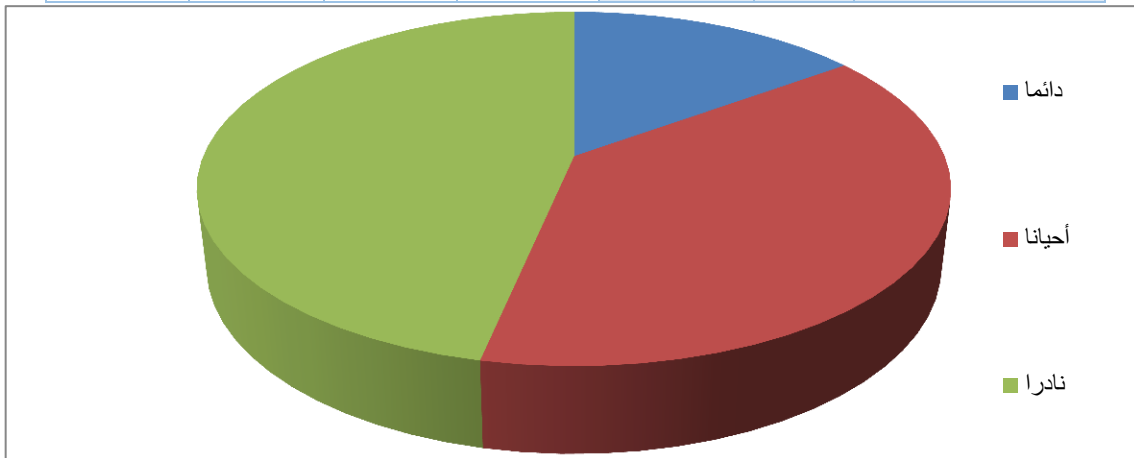
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن حيوية ونشاط المدرب ترفع من معنويات اللاعبين أو تساهم في نجاح عملية التدريب.

2-3-السؤال الثاني عشر : هل يترك لك المدرب حرية التصرف أثناء التدريب؟

الغرض منه : معرفة ما إذا كانت هناك حرية في تصرفات اللاعبين أثناء التدريب.

جدول رقم (12) يمثل تصرفات اللاعب أثناء التدريب.

السؤال الثاني عشر : هل يترك لك المدرب حرية التصرف أثناء التدريب؟						
مستوى الدلالة	2 ك	درجة الحرية	2 ك المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.008	5.991	59	9.700	46.67%	28	نادرا
				38.33%	23	أحيانا
				15.00%	9	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 12 : دائرة نسبية تمثل تصرفات اللاعب أثناء التدريب

تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 12 ويؤكد اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.008 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 15% ترى بان المدرب دائما ما يترك حرية التصرف للاعبين في حيث نسبة 38.33% ترى بأنه أحيانا ما يترك المدرب حرية التصرف للاعبين ويؤكد 46.67% بأنه نادرا ما يترك المدرب حرية التصرف للاعبين أثناء التدريب .

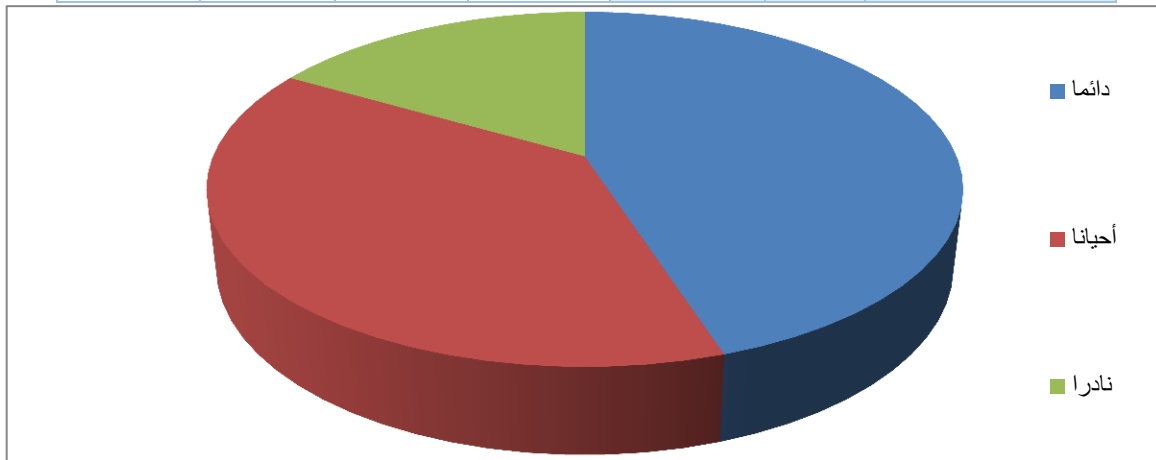
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن معظم المدربين لا يتركون لاعبيهم يتصرفون بحرية ويرجع ذلك للحد من التصرفات الطائشة التي قد تنجم عنها آثار سلبية للفريق.

2-4- السؤال الثالث عشر : هل يعطي المدرب حلولا للأخطاء التي ترتكبها؟

الغرض منه : معرفة كفاءة المدرب في اكتشاف الأخطاء وتصحيحها.

جدول رقم (13) يمثل كفاءة المدرب ودورها في اكتشاف أخطاء اللاعبين

السؤال الثالث عشر : هل يعطي المدرب حلولا للأخطاء التي ترتكبها؟						
مستوى الدلالة	كا2 الجدولة	درجة الحرية	كا2 المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.019	5.991	59	7.900	16.67%	10	نادرا
				38.33%	23	أحيانا
				45.00%	27	دائما
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 13 : دائرة نسبية تمثل كفاءة المدرب ودورها في اكتشاف أخطاء اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 13 ويؤكد اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.019 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 45% ترى أن المدرب دائما ما يصحح الأخطاء المرتكبة في حين نسبة 38.33% ترى أن المدرب أحيانا ما يصحح الأخطاء المرتكبة، و أن نسبة 16.67% ترى أن المدرب نادرا ما يصحح الأخطاء المرتكبة.

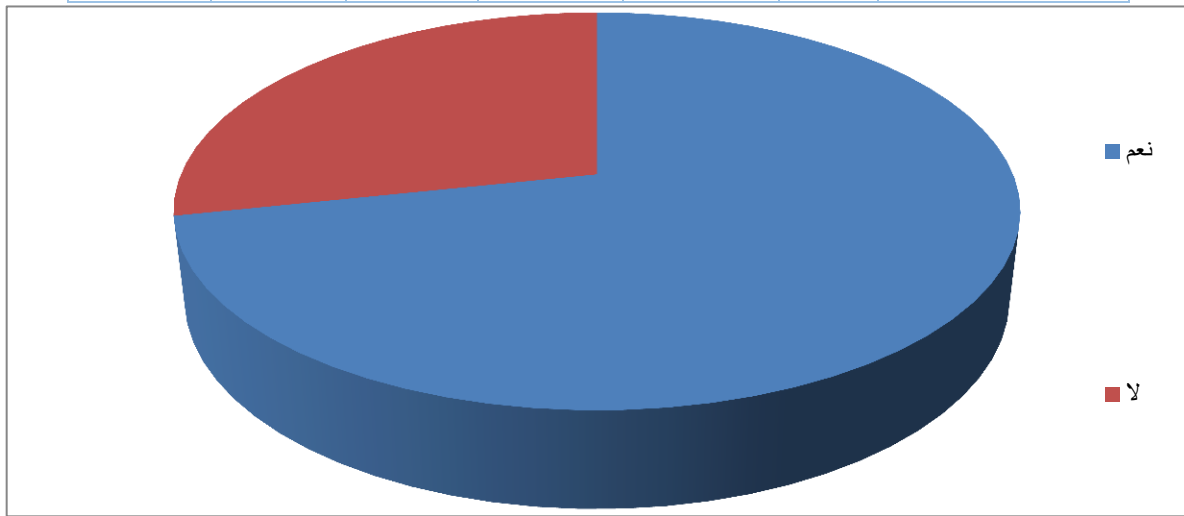
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن تصحيح المدرب لأخطاء اللاعبين مهم و مهم جدا لان ذلك يؤدي بهم إلى تدارك أخطائهم و تصحيحها و بالتالي يرتفع مستواهم و تزيد قدراتهم.

2-5-السؤال الرابع عشر : في رأيك هل قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب؟

الغرض منه : معرفة نتائج قرارات المدرب على عملية التدريب.

جدول رقم (14): يمثل قرار المدرب ومساهمته في نجاح عملية التدريب

السؤال الرابع عشر : في رأيك هل قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب؟						
مستوى الدلالة	2 ك	درجة الحرية	2 ك المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.001	3.841	59	11.267	28.33%	17	لا
				71.67%	43	نعم
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 14 : دائرة نسبية تمثل قرار المدرب ومساهمته في نجاح عملية التدريب

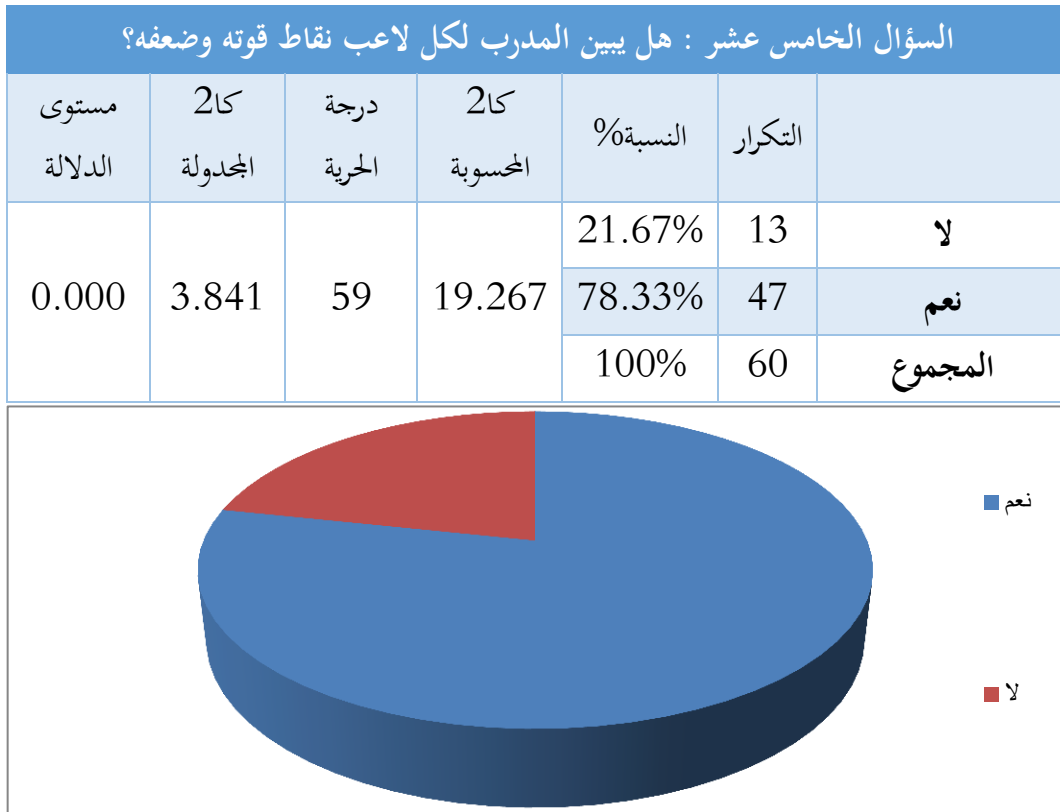
تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 14 ويؤكد اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.001 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 45% ترى أن المدرب دائما ما يصحح الأخطاء المرتكبة في حين نسبة 38.33% ترى أن المدرب أحيانا ما يصحح الأخطاء المرتكبة، و أن نسبة 16.67% ترى أن المدرب نادرا ما يصحح الأخطاء المرتكبة.

الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب وذلك لما لها من أهمية في تماسك وتوازن الفريق.

2-6- السؤال الخامس عشر : هل يبين المدرب لكل لاعب نقاط قوته وضعفه؟

الغرض منه : معرفة كفاءة المدرب في اكتشاف نقاط قوة و ضعف اللاعبين.

جدول رقم (15) يمثل كفاءة المدرب في اكتشاف نقاط قوة وضعف اللاعبين



الشكل البياني 15 : دائرة نسبية تمثل كفاءة المدرب في اكتشاف نقاط قوة وضعف اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 15 ويؤكد اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0

مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 78.33% من أفراد العينة يرون أن المدرب يقوم بتبيين نقاط ضعفهم وقوتهم، في حين أن نسبة 21.67% ترى عكس ذلك .

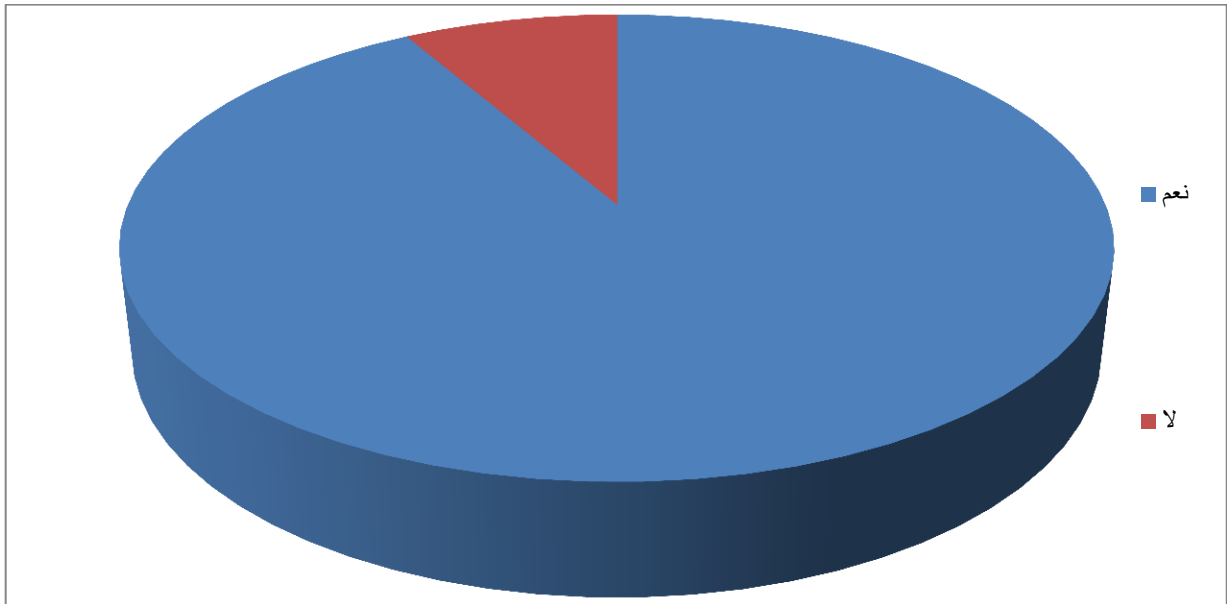
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن تحسن المستوى لدى اللاعبين يرجع إلى ما يقوم به المدرب من البيان لنقاط قوتهم فيضعفونها و يزيدون من تقويتها و على نقاط ضعفهم فيحسنونها.

7-2-السؤال السادس عشر : هل يقوم المدرب بتشجيع اللاعب الذي يؤدي الأداء الجيد؟

الغرض منه : بيان ما يقوم به المدرب تجاه اللاعب المتفوق .

جدول رقم (16) يمثل مكافئة المدرب للاعب الجيد.

السؤال السادس عشر : هل يقوم المدرب بتشجيع اللاعب الذي يؤدي الأداء الجيد؟						
مستوى الدلالة	2كا المجدولة	درجة الحرية	2كا المحسوبة	النسبة %	التكرار	
				8.33%	5	لا
0.000	3.841	59	41.667	91.67%	55	نعم
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 16 : دائرة نسبية تمثل مكافئة المدرب للاعب الجيد

تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 16 ويؤكدته اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 91.68% يرون أن المدرب يشجع اللاعب المتفوق و نسبة 8.33% يرون العكس .

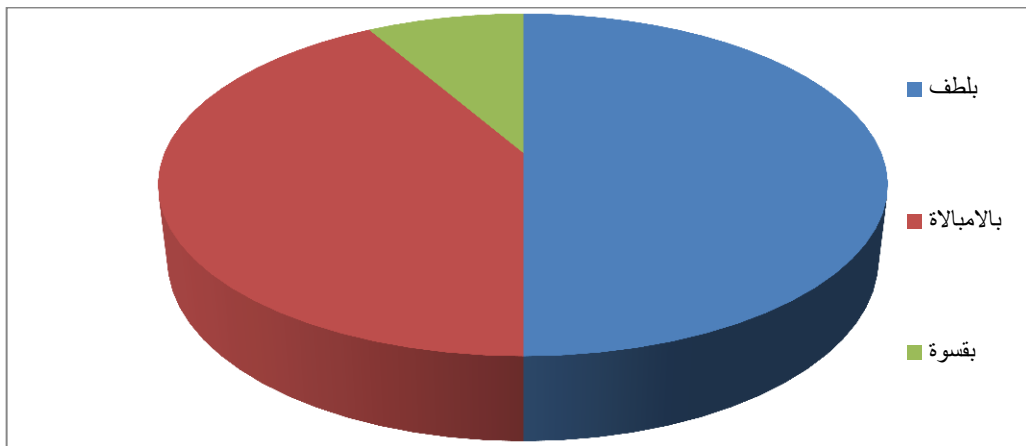
الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن المدرب الكفاء هو الذي يشجع المتفوق و ذلك ليعث في نفوس اللاعبين التنافس و الجد و المثابرة و بالتالي الرفع من الروح المعنوية و زيادة القدرات البدنية و النفسية .

2-8-السؤال السابع عشر : ما هي معاملات المدرب أثناء الحصة التدريبية؟

الغرض منه : معرفة كيفية معاملة المدرب للاعبين .

جدول رقم (17) يمثل كيفية تعامل المدرب مع اللاعب أثناء الحصة التدريبية.

السؤال السابع عشر : ما هي معاملات المدرب أثناء الحصة التدريبية؟						
مستوى الدلالة	2 ك	درجة الحرية	2 ك المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.000	5.991	59	17.500	8.33%	5	بلطف
				41.67%	25	بقسوة
				50.00%	30	بالامبالاة
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 17 : دائرة نسبية تمثل كيفية تعامل المدرب مع اللاعب أثناء الحصة التدريبية

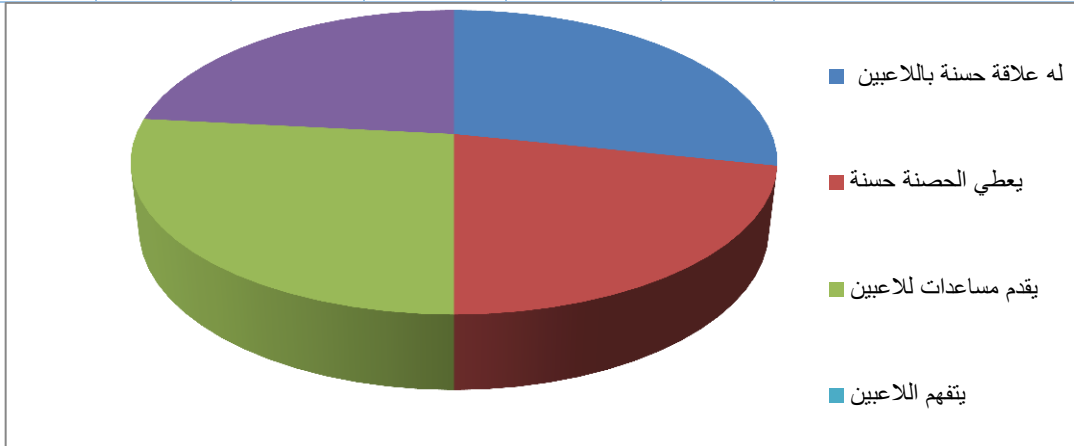
تحليل ومناقشة النتائج: كما توضحه الإجابات في الجدول رقم 17 ويؤكد اختبار χ^2 نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أكبر من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.000 وبدرجة حرية 59، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفرية H_0 مرفوضة وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج، حيث يتجسد هذا الاختلاف في كون نسبة 50% يرون أن المدرب يعامل لاعبيه بلطف أثناء الحصة التدريبية، في حين أن نسبة 41.67% يرون أن المدرب يعامل لاعبيه بالامبالاة أثناء الحصة التدريبية، في حين أن نسبة 5% يرون أن المدرب يعامل لاعبيه بقسوة أثناء الحصة التدريبية. الاستنتاج: نستنتج من هذه الإجابات أن نظرة اللاعبين حول معاملة المدرب لهم تختلف من لاعب لآخر، فمنهم من يرى انه يعامله بلطف و منهم من يرى انه لا يبالي بهم و منهم من يرى انه يعامله بقسوة.

2-9- السؤال الثامن عشر : حسب رأيك ما هو أفضل ما يميز المدرب؟

الغرض منه : معرفة ميزات المدرب في تعامله مع اللاعبين.

جدول رقم (18) يمثل ميزات المدرب في تعامله مع اللاعبين.

السؤال الثامن عشر : حسب رأيك ما هو أفضل ما يميز المدرب؟						
مستوى الدلالة	ك2 الجدولة	درجة الحرية	ك2 المحسوبة	النسبة %	التكرار	
0.881	7.814	59	0.667	23.33%	14	حسن علاقته مع اللاعبين
				26.67%	16	إعطاء حصة حسنة
				21.67%	13	تقديم المساعدات للاعبين
				28.33%	17	تفهم اللاعبين
				100%	60	المجموع



الشكل البياني 18 : دائرة نسبية تمثل ميزات المدرب في تعامله مع اللاعبين.

تحليل ومناقشة النتائج: في الجدول رقم 18، نلاحظ أن قيمة χ^2 المحسوبة أقل من قيمة χ^2 الجدولة عند مستوى الدلالة 0.881 وبدرجة حرية 59، ومنه الفرضية الصفرية H_0 مقبولة وبالتالي ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية، وهذا راجع لعامل الصدفة لكون نسبة 28.33% ترى أن ما يميز المدرب هو حسن علاقته مع اللاعبين، فيما ترى نسبة 21.67% أن ما يميزه هو إعطاء حصة حسنة، ونسبة 26.67% ترى أن تقديم المساعدات للاعبين يجعله مميزاً، أما نسبة 23.33% فترى امتيازها في تفهمه للاعبين.

الاستنتاج: نستنتج من خلال هذا التحليل أن آراء اللاعبين مختلفة حول مميزات مدربيهم و يرجع ذلك ربما إلى كيفية معاملة المدرب لهم وطبيعة العلاقة القائمة بين المدرب واللاعبين.

2- خلاصة الاستبيان الخاص باللاعبين :

من خلال النتائج المتحصل عليها من أجوبة اللاعبين عن الأسئلة المطروحة والخاصة بدور الاعداد النفسي للمدرب في مردودية لاعبي كرة القدم، وكذا كفاءة المدرب في رفع الحالة النفسية للاعبين .

يتبين أن للإعداد النفسي أهمية كبيرة للاعبين كرة القدم ذلك انه يساهم في تنمية قدرات اللاعبين ويساعدهم على تجاوز الارتباك والقلق الذي يشعرون به ، قبل المنافسة وأثناءها كما انه يساعدهم على فهم اللعب وينمي الثقة في النفس، وبينت النتائج أيضاً أن كفاءة المدرب تساعد اللاعبين في رفع الحالة النفسية ويكون ذلك من خلال سهره على الراحة الشخصية للاعبين وتفهمه لانشغالهم ومساعدتهم وكذلك من خلال القرارات والتوجيهات التي يقدمها لهم وبيانه لنقاط ضعف وقوة لاعبيه وتصحيحه للأخطاء التي يقعون فيها .

ومن هذا كله توصلت إلى إثبات صحة الفرضيتين المطروحتين.

الفصل الخامس
في

السنن والفتاوى
والاقتراحات

1- استنتاجات عامة:

- ومن النتائج المتحصل عليها استنتجت أن الدور النفسي للمدرب مهم جدا للاعبين و ذلك لأثره البالغ على نفسية اللاعبين.
- تنمية قدرات اللاعبين تتأثر بمدى قيام المدرب بالتحضير النفسي لهم.
- لا بد للاعبين أن يبدوا اهتماما كبيرا للحصص التدريبية للاحتكاك بالمدرسين وطرح آرائهم.
- المراهق يثور لأتفه الاسباب وهنا على المدرب أن يعلمهم كيف يتعاملون مع الضغوطات النفسية.
- القلق له تأثير سلبي على لاعبين كرة القدم من الناحية النفسية و ادائية .
- إهتمام المدرب لراحة الشخصية للاعبين يكسبهم الثقة بالنفس ويزيد من معنوياتهم وتشجيعهم على المثابرة والعمل في المنافسة او الحصة التدريبية.

2- الاقتراحات:

- 2-1- ضرورة قيام المدرسين بتشخيص المتطلبات النفسية للاعبين للاشتراك في المباراة .
- 2-2- يجب على المدرسين أن يسهروا على تكوين أنفسهم جيدا في مجال الإعداد النفسي حتى يتسنى لهم التعامل معه بشكل جيد .
- 2-3- نطلب من جميع المدرسين عداد معلومات خاصة عن سيرة حياة اللاعبين لان ذلك مهم جدا في كرة القدم ، فربما هذا اللاعب يكون منحرفا أو يعيش في ظروف عائلية سيئة وهذا يؤثر على أداء اللاعب
- 2-4- ضرورة إعداد معلومات خاصة عن الحالة النفسية لكل لاعب .
- 2-5- يتوجب على جميع المدرسين أن تكون لديهم دراية عن الحالة الاجتماعية للاعبين لان هذه الأخيرة لها تأثير كبير على مردود اللاعب ، فهناك من يعيش حالة اجتماعية سيئة ، و هناك من ليس لديه إمكانيات للتنقل من اجل التدريب ، وهناك من يعاني من ضغوطات عائلية و الذي يجب على المدرسين أن تكون لهم الدراية الكاملة لهذه الحالات و يجب مساعدة اللاعبين و توفير جميع الإمكانيات لأجل تطوير كرة القدم الجزائرية .
- 2-6- يجب توفير أطباء نفسانيين للاعبين ، و لهذا ترجوا من الجهات المعنية و الرابطات و رؤساء النوادي ضرورة توفير أطباء نفسانيين .
- 2-7- يتوجب على المدرسين أن يعملوا على أن يكون جميع اللاعبين يفهمون كلمتهم و إرشاداتهم لان لعبة كرة القدم جماعية و فرد واحد يمكن أن يؤثر على الفريق و بالتالي على نتيجة مباراة .

3-الافاق المستقبلية للدراسة:

3-1-نوصي المدربين بالابتعاد عن العصبية قبل بدأ المباراة أو أثنائها لان ذلك ليس في صالحه و لا في صالح اللاعبين أو الفريق و يجب عليه أن يكون متفائل حتى يشعر اللاعبون بالراحة في اللعب النرفزة العصبية من قبل المدرب تجعل اللاعب يتخوف من مدربه و بالتالي لا يقوم بأداء جيد في المباراة.

3-2-نوصي المدربين أن لا يمدحوا اللاعب الذي يقوم بأداء جيد أمام زملائه لان بذلك يعتقد بأنه وصل إلى اعلي مستوى و بالتالي يسكنه الغرور و الغرور بالنفس خطير جدا في كرة القدم ، و إضافة إلى ذلك فإن مدح اللاعب امام زملائه يؤثر على نفسية بقية اللاعبين مما يؤدي إلى شعورهم بالإحباط

4- قائمة المراجع :

اولا: المراجع باللغة العربية

1- القرآن الكريم: سورة الإسراء (الآية 24)

2- أسامة كامل رتب: تدريب المهارات العقلية- دار الفكر العربي -القاهرة-مصر- ط1 -22000

3- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين - دار الفكر العربي-القاهرة -مصر-ط1-2001

4- أسامة كامل رتب: تدريب المهارات النفسية - دار الفكر العربي-مصر-ط1 -2003

5- السيد الحناوي :المدرّب الرياضي -المركز العربي للنشر-مصر-ط2،2002،1

6- احمد سليمان رويي: الأهداف التربوية في المجال النفسي الحركي - دار الفكر العربي-مصر-ط1-1996

7- تأليف جوليا بانوي-ترجمة عبد الفتاح حسين-التربية النفسية الحركية البدنية والصحية-دار الفكر العربي -القاهرة -

مصر-بدون طبعة-1991

8- حسن عبد الجواد : كرة القدم،-مكتبة المعارف-بيروت-لبنان-ط2-1984

9- حمدي عبد المنعم :بناء اختيار معرفي - دارا لفكر العربي -عمان،-الأردن-ط1-1983

10- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم- دار الفكر العربي-مصر-ط1-1998

11- حنفي محمود مختار :التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم -دار الفكر العربي- القاهرة -مصر-1997 ط1

12- حامد عبد السلام زهران: علم النفس الطفولة و المراهقة-عالم الكتاب-مصر-ط5-1995

13- حسين السيد ابو عبده: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم -مكتبة ومطبعة الإشعاع الفني -

قاهرة-مصر-ط1، 2001

14- طلعت منصور : تنشيط نمو الطفل -مجلة علم الفكر-الكويت- المجلد العاشر-1989

15- ليميريلابكران: التربية الاجتماعية-دار الفكر العربي -قاهرة -مصر - بدون طبعة -1993

16- ميخائيل إبراهيم اسعد: مشكلات الطفولة و المراهقة -دار الأفاق الجديدة- لبنان-ط2-1999-18

17- محمد حسن علاوي :سيكولوجية التدريب والمنافسات -دار المعارف -القاهرة - مصر-ط1-2000

18- رايح تركي : " أصول التربية والتعليم " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، الجزائر1990

19- محمود فتحي عكاشة :علم النفس الاجتماعي -مطبعة الجمهورية-القاهرة -مصر- دون طبعة -1997

20- محمد شفيق زكي :الإنسان والمجتمع -المكتب الجامعي الحديث- الإسكندرية -مصر-ط1-1997

21- معروف الزيت: خفايا المراهقة-دار الفكر-دمشق-سوريا-ط2-1996

22- مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة و المراهقة -مكتبة مصر- مصرط1-1974

23- مختار سالم: كرة القدم لعبة الملايين - مكتبة المعارف-بيروت - لبنان-ط2-1988

24- محمد حسن علاوي. أسامة كمال راتب البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي-دار الفكر

العربي-ط2- القاهرة -مصر-1999

- 25- مجلة الوحدة الرياضية-1982/06/18-الجزائر
- 26- سعدية محمد علي: سيكولوجية المراهقة- دار البحوث العلمية - ط 1 1980
- 27-عثمان حسن عثمان: المنهجية في كتابة البحوث و الرسائل الجامعية-منشور به الكتاب-باتنة-الجزائر-1998
- 28-عبد الرحمان عيساوي: سيكولوجية النمو-دار النهضة العربية -لبنان -بدون طبعة-1980
- 29-عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات و تطبيقات-دار الكتب الجامعية-مص-ط2-1997
- 30- علي فهمي البيك: المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية - منشأة المعارف-الإسكندرية - مصر-ط1-2003
- 31-علي خليفة العنشري وآخرون: كرة القدم-الجمهورية العربية الليبية-بدون طبعة-1987
- 32-فرج حسين بيومي: بناء اختبارات معرفية في كرة القدم - دار الفكر-عمان-الأردن-ط1-1986
- 33-رومي جميل: كرة القدم -دار النقائص- بيروت-لبنان-ط6-1986
- 34-وجدي مصطفى: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب -دار الهدى للنشر والتوزيع -مصر - ط1-2000
- 35-فؤاد البهي: الأسس النفسية للنمو من الطفولة للشيخوخة -دارا لفكر العربي -مصر-ط1-1975
- 36-فيصل رشيد عياش الدلمي: كرة القدم -المدرسة العليا لاساتدة ت.ب.ر-مستغانم -الجزائر- 1997
- 37- قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي- دار الفكر للطباعة-مصر-ط1-1988
- 38- رومي جميل: كرة القدم - دار النقائص،-بيروت- لبنان-ط1 1986
- 39-رشيد زرواتي: منهجية تدريبات في مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية- دار هومة-الجزائر-ط1-2002
- 40-يحي كاظم النقيب: علم النفس الرياضي -معهد إعداد القادة - السعودية- بدون طبعة- 1990
- قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

1-Gacque crevoisrer :foot ball et psychologie la dynamique de l'equipe,chiron sport

المذكرات:

- بلقا سم كلي و آخرون: "دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية" - مذكرة لنيل شهادة ماجستير في ت.ب.و.ر -معهد ت.ب.و.ر-دالي ابراهيم الجزائر-1997
- زياتي إسماعيل: "الدور النفسي الأستاذ التربية البدنية و الرياضية نحو تلاميذ المرحلة الثانوية" -مذكرة لنيل شهادة ماجستير في ت.ب.و.ر-دالي إبراهيم-الجزائر-1993
- عمر سعدي و آخرون: "العلاقة بين مدرب كرة القدم و اللاعبين و تأثيرها على النتائج" - مذكرة لنيل شهادة ماجستير في ت.ب.و.ر . دالي إبراهيم-جامعة الجزائر-1994

منصوري نبيل -مسلم عيسى: "دور التكوين النفسي و البدني لأستاذ ت.ب.ر.و أثرها على أداء التلميذ المراهق"مذكرة لنيل شهادة ماجستر -في ت.ب.ر.-سيدي عبد الله - جامعة الجزائر-2005

-المجلات:

-مجلة الوحدة الرياضية-عدد خاص-18-06-1982-الجزائر

5-الملاحق:

5-1-استمارة الاستطلاع:

في إطار انجاز البحث لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية فرع تدريب الرياضي تحت عنوان " الدور النفسي للمدرب واهميته على لاعبي كرة القدم(14-17) سنة" نرجو منكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية ونتعهد ان كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم الا لاغراض علمية بحتة وشكرا على تعاونكم.

اشراف:

اعداد الطالب :

- مجادي مفتاح

- حميدي جمال

الموسم الجامعي: 2016/2017

المحور الاول:

- دور الإعداد النفسي للمدرب في تحسين نتائج لاعبي كرة القدم

01 - هل تشعر بالراحة لوجود المدرب؟

دائماً أحيانا نادراً

02 - هل يساهم التحضير النفسي للمدرب في تنمية قدراتك؟

دائماً أحيانا نادراً

03 - بماذا تشعر عندما يحين وقت الحصة التدريبية؟

بالممل بالفرح بالقلق باللامبالاة

04 - هل أداؤك في التدريب أفضل منه في المباراة؟

دائماً أحيانا نادراً

05 - إن تغيرت الخطة هل تجد سهولة في تنفيذها؟

دائماً أحياناً نادراً

06 - هل تتحكم في انفعالك عند الغضب؟

دائماً أحياناً نادراً

07 - هل يؤثر قلقك سلباً على أدائك أثناء المنافسة؟

نعم لا

08 - هل اللعب ضد منافس عالي المستوى يربكك أثناء المنافسة؟

نعم لا

09 - هل ارتكابك للأخطاء أثناء المباراة يفقدك ثقتك بنفسك؟

نعم لا

- المحور الثاني:

دور الكفاءة التدريبية للمدرب في تنمية الجوانب النفسية للاعبين.

10 - هل يهتم المدرب براحتك الشخصية؟

دائماً أحياناً نادراً

11 - هل يظهر لك المدرب نشيطاً أثناء الحصة التدريبية؟

دائماً أحياناً نادراً

12 - هل يترك لك المدرب حرية التصرف أثناء التدريب؟

دائماً أحياناً نادراً

13 - هل يعطي المدرب حلولاً للأخطاء التي ترتكبها؟

دائماً أحياناً نادراً

14 - في رأيك هل قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب؟

نعم لا

15 - هل يبين المدرب لكل لاعب نقاط قوته وضعفه؟

نعم لا

16 - هل يقوم المدرب بتشجيع اللاعب الذي يؤدي الأداء الجيد؟

نعم لا

17 - ما هي معاملات المدرب أثناء الحصة التدريبية؟

بلطف بقسوة بالامبالاة

18 - حسب رأيك ما هو أفضل ما يميز المدرب؟

حسن علاقته مع اللاعبين

إعطاء حصة حسنة

تقديم المساعدات للاعبين

تفهم اللاعبين

5-2- قائمة اسماء المحكمين:

الجامعة	الدرجة العلمية	اسم ولقب المحكمين	الرقم
المسيلة	أستاذ محاضر ب	عروسي عبد الرزاق	01
المسيلة	أستاذ محاضر ب	قروش النواري	02
المسيلة	أستاذ محاضر أ	قيال مراد	03
المسيلة	سنة الثانية دكتوراه	عبد الكبير كمال	04
المسيلة	سنة الثانية دكتوراه	بن يونس أيمن	05

6-ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: الدور النفسي للمدرب واهميته على لاعبي كرة القدم(14-17) سنة

هدف الدراسة: نهدف من خلال بحثنا هذا إلى تحقيق عدة أهداف نلخصها فيما يلي

- معرفة الدور النفسي للمدرب واهميته في تحسين مستوى أداء ونتائج لاعبي كرة القدم

-محاولة دراسة وتحليل نوعية العلاقة بين المدرب واللاعبين من الناحية النفسية.

- محاولة معرفة تأثير العلاقات النفسية في تحسين مردود الرياضي.

مشكلة الدراسة:

- هل الدور النفسي للمدرب له أهمية على لاعبي كرة القدم؟

- الفرضية العامة:

الدور النفسي للمدرب له أهمية على لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة.

- الفرضيات الجزئية:

- الإعداد النفسي للمدرب له دور في تحسين نتائج لاعبي كرة القدم.

- للكفاءة التدريبية للمدرب دور في تنمية الجوانب النفسية للاعبين.

- عينة الدراسة:

نظرا لطبيعة دراستي فقد اعتمدت على العينة العشوائية من المجتمع الأصلي اربع فرق للبحث لقسم الجهوي الاول

وتعرف على أنها الطريقة التي تعتمد على : منح فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع وان يكون ضمن أفراد العينة

المختارة فهي تتضمن الاختيار العشوائي لعدد أفراد العينة هو 60 لاعب.

- منهج الدراسة: اعتمدت على المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المراد عمله او قيام به.

- ادوات الدراسة: اتباع تقنية الاستبيان التي تعتبر من اجمع الطرق للحصول على معلومات حول موضوع او مشكلة

ما.

- النتائج المتوصل اليها: النتائج المتحصل عليها

-استنتجت أن الدور النفسي للمدرب مهم جدا للاعبين و ذلك لأثره البالغ على نفسية اللاعبين .

- تنمية قدرات الاعبين تتأثر بمدى قيام المدرب بالتحضير النفسي لهم.

- لا بد للاعبين أن يبدو اهتماما كبيرا للحصص التدريبية للاحتكاك بالمدرين وطرح آرائهم.

- المراهق يثور لأنفه الاسباب وهنا على المدرب أن يعلمهم كيف يتعاملون مع الضغوطات النفسية.
- القلق له تأثير سلبي على لاعبين كرة القدم من الناحية النفسية و ادائية .
- إهتمام المدرب لراحة الشخصية للاعبين يكسبهم الثقة بالنفس ويزيد من معنوياتهم وتشجيعهم على المثابرة والعمل في المنافسة او الحصة التدريبية.

1-6 ملخص الدراسة باللغة الاجنبية:

résumé de l'étude:

Titre de l'étude: le rôle psychologique de l'entraîneur et de l'importance des joueurs de football (14-17 ans)

L'objectif de l'étude: Nous visons à travers nos recherches pour atteindre plusieurs objectifs se résument comme suit

- Essayer d'étudier et d'analyser la qualité de la relation entre l'entraîneur et les joueurs psychologiquement.
- essayer de comprendre l'impact des relations psychologiques dans l'amélioration de l'efficacité du sport.
- mettant en évidence le rôle psychologique joué par l'entraîneur et son importance pour les joueurs de football

Le problème de l'étude:

- Le rôle psychologique de l'entraîneur sur lui l'importance des joueurs de football?

- hypothèse générale:

Le rôle psychologique de l'entraîneur de son importance pour les joueurs de football lors de la compétition.

- hypothèses partielles:

- Le rôle de la préparation psychologique de l'entraîneur de la rentabilité des joueurs de football.
- Le rôle de l'entraîneur en accroître l'efficacité de l'état psychologique des joueurs.

- L'échantillon de l'étude:

En raison de la nature de mes études reposent sur hasard sur l'échantillon communautaire d'origine quatre équipes de recherche de la section de la première région et connue sous le nom de la façon dont

dépend: l'octroi de l'égalité des chances pour tous les membres de la communauté et parmi l'échantillon sélectionné, il comprend un certain nombre de sélection aléatoire échantillon est de 60 joueurs.

- **Méthodologie:** basée sur l'approche descriptive pour son aptitude à la nature de la recherche à faire ou à faire.

- **outils d'étude:** suivre le questionnaire, ce qui est considéré comme l'un des moyens les plus efficaces pour obtenir des informations sur la technique sujet ou un problème.

- **les résultats de référence obtenus:** les résultats obtenus

- astantjt que le rôle psychologique de l'entraîneur est très important pour les joueurs et à son impact sur la psyché des joueurs.

- le développement des capacités des acteurs concernés par la mesure de l'entraîneur pour les préparer psychologique.

- Les joueurs de must semblent une grande attention aux quotas de formation pour les formateurs de friction et de mettre leurs points de vue.

- adolescent entre en éruption pour des motifs futiles et ici sur l'entraîneur pour leur apprendre à composer avec le stress psychologique.

- l'anxiété a un impact négatif sur les joueurs de football et psychologiquement Adaïa.

- l'attention du formateur pour la commodité de la confiance en soi des joueurs personnels et les gagner augmente leur moral et les encourager à persévérer et travailler en compétition ou d'une session de formation.72

تطرت في دراستي المتواضعة هذه إلى احد أهم جانب من جوانب التدريب الرياضي و الذي يأخذ بعين الاعتبار في وقتنا الحالي والذي له دور كبير و ضروري في إعداد اللاعبين لتحقيق نتائج عالية و التغلب على المشاكل النفسية التي تشكل عائق حاد اتجاه اللاعبين و حالتهم النفسية، ألا و هو الجانب النفسي ، و يعتبر هذا الأخير ذو أهمية بالغة في تطوير الرياضة بصفة عامة و كرة القدم بصفة خاصة ، حيث كل الدول وخاصة الدول المتقدمة تعتمد على هذا الجانب نظرا لما يعطيه من فوائد كبيرة للمردود الرياضي للوصول إلى أعلى المستويات.

و من هذا المنطلق تناولت في بحثي هذا "الدور النفسي للمدرب و أهمية على لاعبي كرة القدم (14-17) سنة". ولهذا وجب على المدرب التكفل باللاعب من الناحية النفسية وذلك لرفع من قدراته ومعنوياته ليكون مستعدا لخوض أي منافسة دون أعراض أو مشاكل نفسية ، حيث حاولت إبراز أهمية الإعداد النفسي للاعبي كرة القدم. وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا وكل ما بذلته كانت مساهمتي ضئيلة رغم تفاني و إخلاصي فيه ، كانت غايتي في ذلك إبراز أهمية الإعداد النفسي الذي يقوم به المدرب على لاعبي كرة القدم.