

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية الدراسات العليا
التربية البدنية والرياضة
قسم التدريب الرياضي

بحث تكميلي بالمقررات مقدم لنيل درجة الماجستير بعنوان:
أهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الإختبارات
البدنية بإتحاد الخرطوم المحلي

**The most important physical and psychological
Requirements for Football Referees to pass physical
Tests at the Local Khartoum Union**

أعداد الدارس / أسماعيل أبكر يحي محمد

إشراف الدكتور : عمر محمد على

1439هـ _____ 2017م

بسم الله الرحمن الرحيم

الاية

قال تعالى:

(وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ
وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً)

صدق الله العظيم

الاسراء الآية (70)

الدارس :

الإهــــــــــــداء

الي منارة العلم الإمام المصطفى الي الأمي الذي علم المتعلمين إلي سيد الخلق
إلي.....

رسولنا الكريم سيدنا محمد صلي الله عليه وسلم

إلي الينبوع الذي لا يمل العطاء إلي من حاكت ساعاتي بخيوط منسوجة من قلبها التي سقتني
معاني الكرامة والنبيل

إلي.....

والدتي العزيزة ..الحاجه سبيلة

إلي من سعي وشقي لأنعم بالراحة والهناء الذي لا يبخل بشئ من اجل دفعي في طريق النجاح
الذي علمني ان ارتقي سلم الحياة بحكمة وصبر

إلي.....

والدي العزيز الدكتور..ابكر يحي محمد

الي من حبهم يجري في عروقي ويلهج بذكرهم فؤادي
إلي إخوتي.. واخواتي

إلي الذين مهدوا لي طريق العلم والمعرفة

الي جميع الاهل

الي زملائي وزميلاتي

ألي من علمونا حروف من ذهب وكلامات من درر وعبارات من أسمى وأجلى وعبارات في
العلم على من طاغو لنا علمهم حروفاً ومن فكرهم منارة تتير لنا سيرة العام والنجاح 'لى
أساتذتنا الكرام

الشكر والعرفان

الحمد لله الذى بنعمته تتم الصالحات والصلاة والسلام على رسولنا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبه وسلم ومن سارة على نهجة واتبع هداة .
يتقدم الدارس بأسم آيات الشكر والتقدير والعرفان لإدارة جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا وكذلك لكلية الدراسات العليا وكذلك لكلية التربية البدنية والرياضة وايضا لقسم التدريب الرياضي لإتاحتهم فرصة الدراسة . والشكر موصول للاستاذ الفاضل الدكتور : عمر محمد على الذى لم يبخل بالتوجيه والارشاد ورحابة الصدر فى إشرافه على هذا البحث أسأل الله أن يجزية عنى خيراً .

والشكر موصول الى إدارة مكتبة التربية الرياضية المتمثلة فى الاستاذة مشاعر نائبة أمين المكتبة.

كما يخص بالشكر الي كل الزملاء الحكام الذين لم يبخلو بوقتهم من أجل إكمال هذا البحث والشكر موصول ألى زملاء الدراسة فى الدفعة الخامسة تدريب رياضى ممثل فى الاستاذ : محمد حمزه محمد .

الشكر من قبل ومن بعد لله رب العالمين

المستخلص

هدفت الدراسة للتعرف علي اهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الاختبارات البدنية بإتحاد الخرطوم المحلي .

استخدم الدارس المنهج الوصفي ، واعتمد علي إستبانة واختبار نفسي لجميع البيانات ، والتي تم الحصول عليها عبر عينة قصدية تتكون من (20) حكماً ، أستخدم الدارس برنامج التحليل الاحصائي (spss) .

أشارة النتائج إلى أن أهم المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم تتمثل في : تحمل السرعة ، السرعة ، المرونة ، تحمل قوة ، الرشاقة ، القوة المميز بالسرعة والقوة العضلية .
وأهم المتطلبات النفسية للحكام أتحاد الخرطوم هي :
الثقة بالنفس ، الكفاح ، الشجاعة ، والدافعية .
وتوصلت الدراسة إلي الاتي .:

- 1 الاهتمام بأعداد الحكام بدنياً ونفسياً على جميع الدرجات .
- 2 الاهتمام بصغار الحكام عند الإعداد البدني والنفسي.
- 3 إجراء دراسات تجريبية لعمل برنامج تدريبي للإرتقاء بمستوى أداء حكام كرة القدم .
- 4 إجراء مزيد من الدراسات حول المتطلبات البدنية والنفسية لحكام كرة القدم .
- 5 زيادة الجرعة التدريبية لتنمية القدرات البدنية للحكام .

Abstract

This is studying wanted to know important needing in force either in the bodies or motivate of referees of football sport ,thus for to pass in the exam of the united Khartoum locality .

The student used the description curriculum ,and depended on the test in all his data ,that which concluded by the chance ,not by indeed yet .

The student used the counting system for (20)referees .the result said that the important things which referee of the football sport are ;- the referee must be with strong as well as the speeds ,and cheerfully with quickly too .

Also the result gave that ,the important things to the referees of the united states of Khartoum are;-

—must be confidence in their selves ,more practice ,to be braves ,must motivated their selves .

The studying reached to ;-

- 1.the referees must keeping theirs healthy well.
- 2.the referees must looking after for the little referees continuo.
- 3.must reappeared the tests studying to improve the levels of the referees of the football sports .
- 4.thinks of more practice and good studying give the best experience
- 5.most of these good things are improve the skills of the referees of the football sports of the united state of Khartoum ,and will be affective in theirs doing .

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	الرقم
أ	الاية القرانية	
ب	الشكر والتقدير	
ج	المستخلص	
د	ABSTRACT	
هـ	قائمة المحتويات	
و	قائمة المرفقات	
4-1	الفصل الاول: الاطار العام للبحث	1
1	المقدمة	1-1
3	مشكلة البحث	2-1
4	أهمية البحث	3-1
4	أهداف البحث	4-1
5	تساؤلات البحث	5-1
5	حدود البحث	6-1
5	أجراءات البحث	7-1
	المنهج	1-7-1
	المجتمع	2-7-1
	العينة	3-7-1
5	الاسلوب الاحصائية	4-7-1
6	مصطلحات الدراسة	8-1
7	الفصل الثانى: الاطار النظرى والدراسات السابقة المتشابهة	2
7	الاطار النظرى	1-2

7	نبذه عن تطوير لعبة كرة القدم فى العالم	1-1-2
10	الاتحاد الدولى لكرة القدم	1-1-1-2
11	هيكل الاتحاد الدولى لكرة القدم	2-1-1-2
12	تطور كرة القدم فى السودان	3-1-2

13	دخول وانتشار لعبة كرة القدم فى السودان	1-3-1-2
13	تأسيس اتحاد كرة القدم بالسودان	2-3-1-2
14	سودنة اتحاد كرة القدم	3-3-1-2
14	الانضمام للاتحادات الدولية	4-3-1-2
15	أنشاء ملاعب كرة القدم	5-3-1-2
15	أهمية وشعبية كرة القدم	6-3-1-2
17	التحكيم فى كرة القدم	4-1-2
	التحكيم في كرة القدم بالسودان	1-4-1-2
19	جهاز الحكام	2-4-1-2
21	الحكم	3-4-1-2
21	الشروط التى يجب توفرها فى الحكم	4-4-1-2
22	صفات الحكم	5-4-1-2
22	مقومات الاداء للحكم	6-4-1-2
24	المتطلبات البدنية الخاصة بالحكام	5-1-2
25	اللياقة البدنية الخاصة	1-5-1-2
25	اللياقة البدنية الخاصة بحكام كرة القدم	2-5-1-2
26	المتطلبات البدنية الاساسية لحكام كرة القدم	3-5-1-2
30	الاختبارات البدنية لحكام كرة القدم	4-5-1-2
31	الاختبارات القديمة	5-5-1-2
34	المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم	6-1-2
35	مرحلة الاعداد النفسى العام للممارسة الرياضية	1-6-1-2
36	مفهوم الاعداد النفسى للحكام	2-6-1-2
37	المتطلبات النفسية للرياضيين	3-6-1-2

48	التعليق على الدراسات السابقة	2-2
48	الفترة الزمنية	1-2-2
48	الاهداف	2-2-2
48	أدوات جمع البيانات	3-2-2
48	المعالجات الاحصائية	4-2-2
49	أهم النتائج	5-2-2
49	أستفادة الباحث من الدراسات السابقة	6-2-2
43-39	الفصل الثالث : إجراءات البحث	3
50	المقدمة	1-3
50	منهج البحث	2-3
50	مجتمع البحث	3-3
51	توصيف مجتمع الدراسة	4-3
51	عينة الدراسة	5-3
51	توصيف العينة	1-5-3
53	الادوات المستخدمة فى البحث لجمع البيانات	2-5-3
54	تطبيق الدراسة	6-3
54	الاساليب الاحصائية المستخدمة فى البحث	7-3
56	الفصل الرابع : عرض وتحليل ومناقشة النتائج	4
	الفصل الخامس النتائج والتوصيات والمخترحات والخلاصة	5
70	النتائج	1-5
71	التوصيات	2-5
71	توصيات خاصة بمدربيى حكام كرة القدم	1-2-5

71	توصيات خاصة بالباحثين فى مجال تحكيم كرة القدم	2-2-5
71	المخترحات	3-5
73	الخلاصه	4-5
77-75	المراجع	

قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
51	العمر - الحال الاجتماعية - المستوى الاكاديمي - درجة الحكم - نوع العمل	1-3-3
53	المحاور البدنية والنفسية	2-1-3
56	المتطلبات البدنية	4-3
59	المتطلبات النفسية	4-3
65	الترتيب النسبي للمتطلبات البدنية	
66	المعيار التكرارى للمتطلبات النفسية	

الفصل الاول

الاطار العام للبحث

المقدمة

مشكلة البحث

أهمية البحث

أهداف البحث

أسئلة البحث

أجراءات البحث

المعالجات الاحصائية

مصطلحات الدراسة

الفصل الاول

1- الإطار العام

1-1 المقدمة :

يلعب التطور العلمي الهائل في عصرنا الحاضر الدور الرئيسي في تطور مختلف مجالات الحياة ويعزز من ثقة القائمين علي مختلف مجالات الحياة من إمكانية الاستمرار في التطور لتحقيق كل الطموحات من خلال تحسين الاداء في كل القطاعات (محمد صبحي حسنين 2001م، ص28)

ويتميز هذا العصر بالتنافس المستمر بين الافراد والدول لتحقيق المزيد من التطور والتقدم في المجالات كافة منها المجال الرياضي لذا نري الكثير من دول العالم تولي هذا المجال اهتماما كبيرا مستخدمة في ذلك التقدم العلمي الناتج من إجراء الابحاث العلمية المتطورة (ابو العلا عبدالفتاح ؛ ابراهيم شعلان 1994م)

وتتميز كرة القدم بإيقاع سريع ومناورات مستمرة بين الدفاع والوسط والهجوم طيلة شوطي المباراة ونتيجة لذلك يظهر الدور الكبير للحكام وما يقع عليهم من أعباء متمثلة في المتابعة والملاحظة المستمرة وضرورة وجودهم في اماكن لعب الكرة ومراقبة تحركات اللاعبين وكذلك وجودهم في الاماكن الصحيحة التي حددها القانون الامر الذي يتطلب من الحكم ان يمتلك من المواصفات ما يؤهله للعب هذا الدور الحساس خاصة اثناء المباريات ونظرا لتنوع المجهود البدني الواقع علي كاهل حكم كرة القدم عليه تعتبر تنمية المتغيرات الوظيفية والبدنية للحكام واجبا ضروريا تعكسه المتطلبات المتغيرة والمتنوعة الشدة والتي يؤديها الحكم خلال توقيتات غير معلومة في فترات المباراة مما يتطلب بذل مجهود كبير في فترات زمنية متعاقبة وبصورة مفاجئة (قاسم حسن حسين ؛ ومنصور جميل 1988م).

ولكي يحقق حكام كرة القدم أعلي مستوي من الكفاءة في قيادة المباريات يجب ان يتم إعدادهم إعدادا متكاملًا من كافة النواحي الوظيفية والبدنية والنفسية والذهنية في ضوء متطلبات اللعب في كرة القدم ويرجع ذلك الي عوامل كثيرة يأتي في مقدمتها طبيعة اللعب وزمن المباراة وكبر مساحة الملعب وإزدياد الضغوط الواقعة علي الحكم (ذو الغفار صالح عبدالحسين 2008م) .

ولذلك فإن وصول الحكام الي مستويات رياضية عالية يتطلب توافر عدة عوامل اساسية من اهمها العوامل الفسيولوجية والبدنية لإرتباطها بمستوي الاداء الرياضي حيث تعتبر القياسات الفسيولوجية احد المجالات المهمة التي يمكن عن طريقها دراسة اداء مستوي الحكم والعمل علي تطويره وبذلك فإن قياسات معدل النبض وضغط الدم والحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين تمثل مرآة الكفاءة التي تعمل في ضوئها الاجهزة الحيوية للجسم (ابو العلا عبدالفتاح 1985م) ولا بد من ان الحكم يكون علي درجة عالية من التوافق البدني والنفسي والذهني الذي يؤدي الي قدرة اكبر في مواجهة المواقف الصعبة والوصول الي ذلك لا يتم إلا عن طريق اكمال الحالة البدنية والنفسية للحكم كما انها تطلب اداء حركي عالي وتوافق عضلي عصبي في تحركات الحكم ولا يتم ذلك إلا برفع مستوي الحالة البدنية للحكام .

ونتيجة للتغير الذي حدث لاختبارات الحالة البدنية للحكام حيث تم الغاء اختبار كوبرتيست واعتماد اختبار الفيفا تست كما تم إدخال الاعداد النفسي لإعداد الحكام لإدارة المباريات كل ذلك يتم وصولا لخلق اعداد من الحكام تقوم بأداء دورها تجاه لعبة كرة القدم التي تطلب الحكم مكتمل اللياقة البدنية والنفسية لاهمية هذه المتطلبات لتحقيق الإنجاز بالنسبة لحكام كرة القدم . ومن الناحية الفنية يبدو ان هنالك عدم اهتمام بعقد كورسات تحكيم علي مستوي عالي حتي يرتفع مستواهم .

فإذا كان ملاحظة الدارس وتعليقات المسؤولين تتفق في ان كثير من الصعوبات التي تواجه الحكم في الاختبارات البدنية بإتحاد الخرطوم المحلي .

2-1 مشكلة البحث :

للحكم دور هام في مجال كرة القدم ، وهنالك الكثير من الصعوبات التي تواجه الحكم وتحول دون تمكنه من اداء دوره المطلوب في الاختبارات البدنية لفقدانة اللياقة البدنية .

ومن خلال متابعة الدارس وبحكم علاقتة بالتحكيم وممارسته لهذه الهواية ودراسته لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بتحكيم كرة القدم إبان دراسته كطالب بكلية التربية البدنية والرياضة ومشاهدته للاختبارات البدنية للحكام لاحظ ان الحكام يجتازون الاختبارات بصعوبة . فقد قام الداس بإستطلاع اراء زملائه الحكام من مختلف الدرجات فيما يخص شعورهم بتدني مستوي

اللياقة البدنية اثناء الاختبار وقد لاحظ من خلال اجاباتهم ان لياقة معظم الحكام تتدني في الثلث الاخير خاصة في اختبارات التحمل ، وقد يعزي ذلك لعدم الكفاية التدريبية لمتطلبات البرامج التدريبي وفترة الإعداد الغير كافية .

ومن خلال متابعة الدارس في تدريبات حكام اتحاد الخرطوم فلاحظ ان اغلب التدريبات لا يراعي في تنفيذها مبادئ علم التدريب الرياضي من حيث (شدة الحمل ، حجم الحمل ، وكثافة الحمل) ولا ترتيب اجزاء الجرعات التدريبية من حيث (الجزء التمهيدي المتمثل في الاحماء العام والاحماء الخاص ، تدريبات تالجزء الرئيسي ، وتدريبات الجزء الختامي) كما لاحظ عدم وجود برنامج تدريبي واضح بل ان التدريبات تتم بناء علي إجتهادات بعض الحكام المتقاعدين والمتطوعين ومن خلال اطلاع الباحث علي نتائج الاختبارات السابقة للحكام الخرطوم لاحظ رسوب عدد كبير منهم .

ويري الدارس أنه رغم اهمية دور الحكم الا انه لم ينل القدر الكافي من الاهتمام وان استجابات اجهزة الجسم الوظيفية وبرامج التغذية المناسبة للحكام لم تدرس بعد ولا توجد دلالات علمية تحدد المتغيرات البدنية والنفسية للحكام وان اغلب الحكام لا يملكون الحد الادني من المعلومات عن اساليب وطرق التدريب وكيفية تطوير اللياقة البدنية والوظيفية ونظرا للطفرة التي طرأت علي كرة القدم وتميزها بالإيقاع السريع والمناورات المستمرة بين الدفاع والوسط والهجوم طيلة شوطي المباراة ، فرض علي الحكم المتابعة والملاحظة المستمرة وضرورة وجودهم في اماكن لعب الكرة ومراقبة تحركات اللاعبين وكذلك وجودهم في الاماكن الصحيحة التي حددها القانون ، كل ذلك استدعي تغير اختبار التحمل (كوبرتست) القديم من قبل قادة الاتحاد الدولي لكرة القدم باختبار لقياس التحمل اللاهوائي متمثلا في اختبار (السرعة) واختبار لقياس التحمل الهوائي للحكام متمثلا في اختبار(التحمل) ، ذلك لأنه اختبار التحمل القديم لا يشبه الحركة الفعلية للحكام في المباريات .ومن هذا المنطق اذا قورن الحكم المحلي بالحكم الدولي في اتحاد الخرطوم من ناحية اللياقة البدنية فإنه بعيد تماما من المستوي البدني للحكم الدولي والذي كما ذكرنا يتلقي هذه الاختبارات اكثر من ثلاثة مرات خلال العام بينما الحكم

المحلي يحظي بإعداد قبل بداية الموسم واختبارات مرة واحدة فقط في العام وهذه شأنتها ان تحدث الفارق البدني بينهم .

1 3 أهمية البحث .:

. قد يرشد الحكام العاملين باتحاد الخرطوم بالمتطلبات البدنية والنفسية في الاختبارات.
. قد يمكن لجنة الحكام باتحاد الخرطوم من التعرف علي اهم المتطلبات البدنية والنفسية للحكام قبل الاختبارات البدنية .

. تشجيع العاملين في مجال كرة القدم بإجراء العديد من البحوث التي تتناول الجوانب المختلفة للتحكيم حتي يمكن النهوض بالتحكيم وفقا للاسس العلمية .

1-4 أهداف البحث .:

. التعرف على أهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي.
. التعرف علي اهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي .
. التعرف علي الترتيب النسبي لمحاور المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي .

. التعرف على الترتيب النسبي لمحاور المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي .

1-5 تساؤلات البحث .:

. ما هي اهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم .
. ما هي اهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم .
. ما هو الترتيب النسبي لمحاور المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم.
. ما هو الترتيب النسبي لمحاور المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم .

1-6 حدود البحث .:

المجال الجغرافي : إتحاد الخرطوم بولاية الخرطوم
المجال البشرى : حكام كرة القدم باتحاد الخرطوم

المجال الزماني : أجريت عام 2017م

7-1 إجراءات البحث .:

1-7-1 المنهج : المنهج الوصفي لمناسبة لطبيعة هذه الدراسة .

2-7-1 المجتمع : حكام كرة القدم التابعين لإتحاد كرة القدم المحلي بالخرطوم

3-7-1 العينة : عينة عشوائية مكونة من حكام كرة القدم (20) حكم

4-7-1 الأسلوب الإحصائي : يستخدم الدارس المعالجات الاحصائية المناسبة.

8-1 المصطلحات .:

المتطلبات البدنية : هي العناصر المكونة للياقة البدنية والتي عن طريقها يستطيع الحكم

بأداء الواجبات التي يتطلبها الاداء الحركي اثناء الاختبار (تعريف إجرائي) .

حكم كرة القدم :

هو الشخص الذي نال دراسة فى قوانين كرة القدم ومارس التحكيم علمياً وهو المنوط به تنفيذ

قوانين لعبة كرة القدم داخل الملعب وخارجه وذلك حسب سلطاته وواجباته فى القانون الخامس

عشر (القواعد العامة للاتحاد السودانى لكرة القدم تعديل 2005م ص 30) .

الاختبارات البدنية .:

هى الاختبارات المعتمدة من الاتحادى الدولى لكرة القدم (FIFA TEST) ومن الواجب على

الاتحادات الوطنية اتباعها فى تأهيل الحكام لغرض اعتمادها فى قيادة مباريات البطولات

والدورى وفى حال عدم اجتياز الحكم لتلك الاختبارات لا يتم اعتماده لذلك الموسم ويجب اجرائها

بسبق زمنى لايتجاوز 45 دقيقة (تعريف اجرائى)

الفصل الثانى

الاطار النظرى والدراسات السابقة والمتشابهة

نبذة عن تطور لعبة كرة القدم فى العالم

الاتحاد الدولى لكرة القدم

تطوير لعبة كرة القدم فى السودان

دخول وانتشار لعبة كرة القدم فى السودان

تأسيس اتحاد كرة القدم بالسودان

سودنة كرة القدم

إنشاء ملاعب كرة القدم

أهمية وشعبية كرة القدم

التحكيم فى كرة القدم

جهاز التحكيم

الحكم

صفات الحكم

المتطلبات البدنية الخاصة بالحكام

اللياقة البدنية الخاصة بحكام كرة القدم

المتطلبات البدنية الاساسية لحكام كرة القدم

الاختبارات البدنية لحكام كرة القدم

المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم

مفهوم الاعداد النفسى للحكام

المتطلبات النفسية للرياضيين

الدراسات السابقة والمتشابهة

الفصل الثاني

2 - الاطار النظرى والدراسات المشابهة

مقدمة :

1-2 الإطار النظري :

1-1-2 نبذة عن تطور لعبة كرة القدم في العالم :

يرجع (محمد رفعت 1994م:ص6) تاريخ كرة القدم الي الاف السنين والناس في جميع انحاء العالم يلعبون نوعا او اخر من انواع كرة القدم، بدأت في مصر القديمة في عهد الفراعنة كما تدل علي ذلك بعد الرسومات علي جدران بعض المعابد الأثرية ومن مصر إنتقلت الي الصين لتصبح لعبة الجيش التي يمارسها الجنود مع تطويرها باستخدام الاقدام بدل الايدي في قذفها ، وبالطبع كان الجنود يلعبونها بخشونة ، الامر الذي اثار ضدهم موجة من الانتقاد . ثم انتقلت من الصين الي اليابان كما تشير لوحة بريشة الرسام الياباني القديم (شوشر) والتي يرجع تاريخها الي 901 ق.م وكان النشاط بين اثنين من المشاركين الذين يقومان بمحاولة الاحتفاظ بالكرة بعيدا عن الارض لأطول فترة ممكنة فقط باستخدام اقدامهما وبعد اليابنين عرفها الرومان وكان لديهم لعبة اخري تسمى(اللعبة الجميلة) ان المنافسات التاريخية العديدة تبني عدم وجود نقطة تصلح للاتفاق علي نشر لعبة كرة القدم بطريقة مضيضة تؤخذ معالمها من التاريخ . ان وثائق العصور الوسطي التي بايدينا تصف لعبة لا تشبه لعبة كرة القدم كما نعرفها اليوم إلا شبةا قليلا . فلربما بلغت المسافة بين المرمين ثلاثة او اربعة اميال وكان اللاعبون لا يركلون الكرة بأقدامهم فحسب بل تسمح لهم بحملها والجري بها وقذفها وضربها بأرجلهم وايديهم (كرة القدم الغوغاء) وكذلك كانت الفرق تتألف من خمسمائة لاعب او اكثر اما عن المباراة فقد كانت تدوم ساعات عديدة .

ثم انتقلت اللعبة الي انجلترا عندما غراها الرومان في سنة 1066م ومن انجلترا انتشرت في جميع انحاء اوربا .

وفي عام 1863م هو العام الذي شهد تأسيس إتحاد كرة القدم في إنجلترا وهو الإتحاد الذي اضطلع بمسئولية تنظيم قواعد اللعبة وتوحيدها ولعل من الطريف ان تعرف كلمة soccer التي

اصبحت تعني في اللغة الانجليزية لعبة كرة القدم هي كلمة مختصره بمعني اتحاد من كلمة Association مع اضافة مقطع مكون من الحرفين er وهذا معناها ان كلمة soccer تدل علي لعبة كرة القدم ، كما وضع إتحاد كرة القدم الإنجليزي اصولها وقواعدها والإتحاد يتكون اكثر اعضائه من إتحادات المدارس والاندية وظل إتحاد كرة القدم يعدل في قواعد اللعبة ، ولكن المؤرخين البريطانيين تصدو لهذه الاراء والمنافسة التاريخية وإدعو ان كرة القدم من افكارهم وحدهم وإستدلوا علي ذلك بواقعة تاريخية ، حيث يذكر ان كرة القدم بدأت تظهر بشكل واضح في إنجلترا عندما حاربت إنجلترا الدنمارك وأبعدوهم عن بلادهم ، وقطعو راس القائد الدنماركي وداسوها بأقدامهم فصار تقليدا قوميا وما لبث ان انتشر بعد ذلك بين الاطفال وبدأوا يقاذفون بأقدامهم جسما كرويا فنشأت لعبة كرة القدم ثم تحولت الي نشاط يمارس واعتبروا ان فجر ظهور اللعبة واكتشافه هو سنة 1050-1075م وكانو يسمونها (ركل راس الدنماركي) ثم سميت بعد ذلك بكرة القدم ، وكانوا يكتبونها (fut balle) ولم تكن هنالك ميادين مخصصة لها ، او قانون يحكمها .

وقد ذكر التاريخ ان بعض ملوك إنجلترا قد اوقفوا لعب الكرة لأنها تعطل التدريب الحربي وتسبب الكثير من الخسائر والمضايقات للناس ، فقد حرم لعبها (هنري الثالث) في الفترة 1154-1189م ، ثم اوقفت مره أخري من قبل (ادوارد الثاني) عام 1314م وفي عام 1349م اوقفت من (ادوارد الثالث) وفي عام 1389م تصدي لها (ريتشارد الثاني) كما اوقفها القادة في إسكتلندا عام 1457م ثم في عام 1491م .

وكان هؤلاء الملوك والقادة يعتمدون علي ايقافها علي نص مادة عسكرية كالتالي (أنها لعبة ناعمة لا تصلح للتدريب العسكري ومن شأنها أن تعطل او تضعف التدريب عند الشباب) وعلي مادة مدنية اخري تنص علي انها سببت كثيرا من الضحايا والخسائر بين الناس .(حسن محمد احمد عثمان، 2001م)

ومنذ اوئل الستينيات من القرن التاسع عشر كان عدد افراد الفريق في كرة القدم قد خفض الي إحدى عشرة لاعبا وهو العدد نفسه الذي نعرفه في الوقت الحاضر. ومع ذلك فإن تنظيم اولئك اللاعبين الإحد عشرة كان يتم وفقا لمبادئ تختلف عن تلك المعمول بها الان ، إذ ان

كل فريق يتكون من مدافعين اثنين فقط وتسعة من المهاجمين، فقد كانت اللعبة في تلك الايام تمثل التركيز علي الهجوم لا الدفاع وكذلك لم يكن مفهوم التعاون بين اللاعبين وروح الفريق من الامور التي تطورت في ذلك الحين، إذ ان الاهتمام ينصب علي المهارات الفردية للاعبين. وكانت اسكتلندا هي البلد الذي ابدع لاعبو كرة القدم فيه في تمرير الكرة بين اللاعبين من نفس الفريق في محاولة لتقادي انقضاض الفريق الاخر عليها، الامر الذي سرعان ما ادي الي زيادة التعاون بين لاعبي الفريق، وكانت النتيجة الحتمية لذلك التطور والتجديد في فن ممارسة اللعبة وازداد الضغط علي المدافعين، مما استدعي اعادة تنظيم افراد الفريق ، بحيث اصبحت الفرق عام 1883م تشكل من خط الهجوم وخط الوسط او ظهير الوسط وخط الدفاع بما فيه قلب الدفاع الي جانب حارس المرمي ولقد بقي ذلك التنظيم في صورته الاساسية دون تغير يذكر منذ ذلك الحين .

وفي عام 1711م بدأت لعبة كرة القدم تتطور وتتماشي مع اصرار الناس، وبدأت عناصر المتقنين والنبلاء تظهر في الملاعب تدريجيا وبدأ قادة اللعبة يبحثون عن القانون والتقاليد حتي لا يعودوا الي مواجهة قرارات الحرمان والمطاردة من جديد .

وكبداية لتقنين وتحذيب اللعبة تقرر في العام 1800م مساواة عدد لاعبي الفريقين وحدد المرمي مبدئيا بطول يتراوح بين قدمين وثلاثة اقدام وظلت هذه القوانين تتحسن لأجل صالح اللاعبين والجمهور (السر محمد علي ، 2016م)

(ويوضح عبدالعزيز حسن البصير (2004م :ص 21) ان بعض العلماء المؤرخين كانت لهم عدة مناقشات لإيجاد صورة واضحة عن لعبة كرة القدم بأنجلترا وقدمت عدة اوراق ومخطوطات تاريخية دار حولها الكثير من الجدل .

وتقول بعض المصادر ان لعبها بدأ في الصين عام 2500ق.م بطريقة بدائية وكانت تسمى (تسو - تشو tsu cho) الاول بمعنى ركل الكرة والثاني بمعنى الكرة ..وقد ذكر احد المؤرخين ان كورة القدم كانت باليابان وكانت تسمى (كيماي Kamari) وقد عرفت منذ اربعة عشر قرنا مضت وكانت تلعب في مساحة 140 متر مسطح ..وهناك في ايطاليا لعبة كرة القدم قديمة تعرف باسم (كالشيو CalchiO) وكانت تلعب في مدينة فلورنسيا مرتين في السنة

بمناسبة عيد سان جون..ولكن التاريخ البعيد يؤيد بان اليونانيون هم الذين لهم حق الإفتخار بانتسابها لهم فقد عرفت بلادهم لعبة كرة القدم وكانت تلعب بإسم(بييسكورس EPIsreuors) . ويرى خليل علي خليل (2002م:ص7) انه انقضي القرن العشرون وطوي التاريخ صفحاته المليئة بالأحداث التي لن يمحو الزمن بعضها من ذاكرة البشرية مهما طال الامد بعمر هذا الكون .ولعل اهم هذه الاحداث بداية اجتياح لعبة كرة القدم العالم من اطلالة هذا القرن حيث تم اعتمادها رسميا ضمن الالعاب الاولمبية في الدورة التي احتضنتها باريس عام 1900م ثم تلي ذلك تأسيس الإتحاد الدولي الخاص بها عام 1904م وهو ما يعرف حاليا بإسم (الفيفا FIFA) كاختزال للاسم الوارد فيما يلي(foot ball international fodration) وفي عام 1930م بدأت اول بطولاتها علي كاس للعالم .

2-1-1-1 الإتحاد الدولي لكرة القدم FIFA:

تاريخ الإتحاد الدولي لكرة القدم :

هي هيئة دولية تدير كرة القدم في العالم ، وهي واحدة من اقدم واوسع المنظمات ،

تأسست في 21 مايو 1904م وفي عضويتها الان 208 اتحاد اهلي .

لم تكن هنالك مباريات بين الدول حتي عام 1872م عندما اقيمت اول مباراة رسمية بين دولتين هما إنجلترا وإسكتلندا بمدينة هاميلتون وانتهت بالتعادل صفر/صفر ثم لعبت مرة اخري في العام التالي لتفوز إنجلترا 2/4 وهذه المباراة لعبت تحت اشراف الإتحاد الوطني، وفي عام 1873م اصبح الإتحاد الإسكتلندي هو الذي ينظم المباريات حيث كانت كرة القدم حتي ذلك الوقت تلعب فقط في المملكة المتحدة .

مع ازدياد عدد المباريات بين الامم بعد ذلك انتشرت كرة القدم وكانت هنالك حوجة لإيجاد جسم عالمي ليدير هذه اللعبة واستقر الراي علي ان يقوم إنجلترا بذلك لدورهم في تاريخ كرة القدم ولكن رئيس الإتحاد في ذلك الوقت (لورد كنتارد) رفض ذلك وهذا ادي الي ان تقوم دول اوربا بالقيام لوحدها ، وهكذا ولد الإتحاد الدولي لكرة القدم في باريس في عام 1904/5/21م بحضور إتحادات كرة القدم فرنسا ، بلجيكا ، الدنمارك، هولندا ،اسبانيا ، السويد ، سويسرا وتم اختيار الفرنسي Robert Guerin كرئيس للإتحاد الدولي عام 1906م .

أنضمت إنجلترا للاتحاد الدولي لكرة في 14 أبريل 1905م وفى عام 1909م أنضمت جنوب أفريقيا كأول دولة غير أوربية للإتحاد الدولي لكرة القدم وتبعها الأرجنتين وشيلي فى عام 1912م ثم الولايات المتحد الامريكية وكندا فى عام 1913م (حسن محمد أحمد عثمان 2001م) .

2 1 1 2 هيكل الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) .:

1-الجمعية العمومية للإتحاد الدولي FIFA وهى أرفع جسم وذو سلطة تشريعية وهو الذى يحدد السياسات الخاصة بكرة القدم وتتكون من ممثلين من كل الدول الاعضاء بالإتحاد الدولي لكرة القدم وتؤخذ القرارات فيها بأغلبية الثلاثة أرباع الجمعية العمومية عند إجراء أى تعديل على النظام الاساسى للإتحاد الدولي لكرة القدم .

2-اللجنة التنفيذية وهى الجهة التنفيذية بالاتحاد الدولي لكرة القدم وتتكون من 24 عضوراً .
. واحد رئيس تختاره الجمعية العمومية للإتحاد الدولي .
. ثمانية نواب للرئيس .

15. عضواً يختارون عن طريق الاتحادات القارية والاهلية .

3. السكرتير العام وهو يمثل الجسم الإدارى للإتحاد الدولي .

4. اللجان المساعدة تتكون من حوالى 32 لجنة مساعدة.

النشاط .:

الاتحاد الدولي لكرة القدم مسئول عن كل النشاط الخاص بكرة القدم وهى كما يلى .:

. كرة القدم للرجال والسيدات

. كرة القدم للناشئين والشباب

. كرة الصالات للرجال والسيدات

. كرة القدم الشاطئية للرجال والسيدات

المبحث الثاني كرة القدم في السودان

2-1-2 تطور لعبة كرة القدم فى السودان :

يوضح (أحمد الحبو 1967م ، ص 9) بأن السودان عرف كرة القدم مع بداية الإحتلال الإنجليزي حيث كان الإنجليز يمارسونها فى معسكراتهم ثم بدأ السودانيون فى ممارستها وتعليمها منهم ثم أنتقلت إلى الحواري ولأحياء الشعبية فأصبحت رياضة الشعب المفضلة وقد كان أهل برى أول من مارس هذه اللعبة وفى برى تكون أول فريق سودانى لكرة القدم عام 1914م وقد كان هذا الفريق يتبارى مع فريق الجيش الإنجليزي ، ثم أنتشرت اللعبة بين طبقات الشعب وتكونت الفرق السودانية وقد كان ذلك فى أواخر العشرينات .

ويرى (عبدالعزيز حسن البصير 2004م ، ص 23) أن كلية غردون كانت المهد الأساسى لكرة القدم بالسودان حيث مارسها الطلبة وأساتذتهم الإنجليز وفى أم درمان عرفت كرة القدم مرة عام 1902م عن طريق مدرسة أدمران الاميرية وفى عام 1908م بدأت الفرق تتكون ونذكر منها الحديد - الوطن - المسالمة - الإسبتالية - أبوعنجة - أبوكدوك - قلب الاسد ، وفى عام 1928م ظهر فريق متمرس وهو فريق (تيم عباس) وفى عام 1936م تم تكوين أول اتحاد كرة قدم سودانى بالخرطوم وكان يدار بواسطة الإدارة البريطانية لذا جاءت لجان الإتحاد مطالبة للجان الإتحاد البريطانى ، وفى عام 1955م تمت سودنة الإتحاد السودانى عبدالحليم محمد رئاسة الإتحاد السودانى كأول سودانى يتولى هذا المنصب بالإضافة ألى عبدالرحيم شداد فى السكرتارية وفى فترتها تم تأسيس وبناء الإتحاد الأفريقى لكرة القدم عام 1956م بالتزامن مع مصر وإثيوبيا .

ويذكر (الفاضل دراج 2004م ، ص 25) أن الإتحاد السودانى لكرة القدم أنشأ عام 1936م وليكون قاصراً على الخرطوم وذلك وفقاً للقوانين التى أجتازتها السلطات البريطانية آنذاك وقد كانت المديرية بحكم المنصب رئيساً بينما يعين السكرتارية وأمين الخزينة بواسطة مجلس إدارة الاتحاد والذى يتكون من عدد من الأعضاء تنتخبهم المديرية ، وفى عام 1948م بدأت محاولات من اتحاد الخرطوم لأنشاء اتحاد عام بضمه الاتحادات المحلية الاخرى التى قامت

أنداك بالأقاليم ، وفي عام 1951م عدلت القوانين بشكل عام حيث صدر الدستور والقوانين العامة لاتحاد كرة القدم باللغة الانجليزية .

اما من حيث تنظيم الحركة الرياضية علي النطاق الرسمي فلم يبدأ ذلك الا في عام 1959م عندما اصدر حكومة عبود العسكرية اول قانون لتنظيم الرياضة ولاول مرة وضعت اجهزه حكومية يدها علي الرياضة واخذت تشرف عليها إداريا وتنظيميا وتلك الفترة بداية انطلاق الحركة الرياضية السودانية حيث اعطت حكومة عبود الرياضة اهتماما كبيرا امتد حتي الاقاليم وخلال هذه الفترة تم تشيد العديد من المنشآت الرياضية كما عمل علي اعداد وتأهيل الكوادر الرياضية والاستعانة بالخبرات الاجنبية ذلك الاهتمام اتاح الفرصة للسودان للانطلاق نحو المحافل الدولية (حسن محمد احمد عثمان ، 2001، ص 25)

2-1-3-1 دخول وانتشار لعبة كرة القدم في السودان :

إن لعبة كرة القدم بدأت في السودان منذ زمن بعيد فقد تعلمها الناشئة لأول مرة من القوات الانجليزية فإنتشرت في ضاحية بري والخرطوم بحري حيث كانت توجد الثكنات العسكرية وامتدت في الطراف الي ان وصل الديوم ثم الخرطوم وام درمان . وكانت الفرق تتكون من ابناء الحارات والاحياء تتنازل بعضها البعض ، ثم عمت اللعب بعد ذلك جميع المدارس في سنوات قلائل ، وكانت مباراة كلية غردون والمدرسة الحربية تجذب الجمهور ويذكرها الناس كثيرا .

في عام 1930م فكرت بعض الفرق الرياضية في ضرورة وجود اندية خاصة بها ، فشهدت تلك الفترة التي تلت مولد عدد من الاندية التي لا زالت معظمها موجودة حتي ولعبت دورا بارزا في تطوير الحركة الرياضية مثل هلال ومريخ وموردة وغيرها من الاندية الرائدة .

2-3-1-2 تأسيس اتحاد كرة القدم بالسودان :

إن فكرة تكوين إتحاد لكرة القدم يرجع الي عام 1930م عندما تبني جماعة من الرياضيين هذه الفكرة فعدوا عدة اجتماعات ، واتخذت خطوات لتكوين الاتحاد ولكن الخطوة الناجحة هي الخطوة التي تبنتها سلطات مديرية الخرطوم بالاتفاق والتعاون مع بعض الشخصيات الرياضية البارزة في ذلك العهد. وكان ذلك في عام 1935م حيث تم وضع دستور وقانون للاتحاد وكانت

مهمته قاصرة علي المدن الثلاثة (الخرطوم-امدرمان-بحري) واستمر هذا الاتحاد يتوالي الاشراف علي تطوير اللعبة وزيادة فرقها وروادها حتى بلغت عام 1944م حوالي أربعين فريقاً منتسباً للاتحاد .

وفي عام 1948م أخذ سلطات الاتحاد تفكير في تكوين اتحادات مماثلة في بعض مدن الاقاليم الكبيرة ، وفي عام 1950م تم تكوين اتحادات في كل من عطبرة ، مدني ، والابيض وتعددت حتى أصبح في كل مدينة من مدن الاقاليم الكبرى اتحاد محلي ، وبالتالي تم تكوين اتحاد عام مركزه الخرطوم ومهمته الإشراف على هذه الاتحادات المحلية .

2-1-3-3 سودنة اتحاد كرة القدم .:

يذكر أن أمور الاتحاد العام كان يديرها كبار الموظفين الإنجليز ، فكانوا يستخدمون على المناصب الكبرى وهي وظائف ضباط الاتحاد (الرئيس - السكرتير - وأمين الصندوق) ، ومما يجدر ذكره أن أول رئيس لاتحاد كرة القدم كان المستر (سرسيفلد) مدير مديرية الخرطوم آنذاك بحكم منصبه .

ولقد سار الحال على هذا المنوال حتى جاء الوقت المناسب وتمت سودنة الاتحاد في عام 1953م وقبض على زمام أمور ابناء هذا البلد .

وكان أول رئيس له في عهد الدكتور / عبدالحليم محمد وأول سكرتير السيد / عبدالرحيم شداد وأول أمين خزينة السيد / النور مطر .

2-1-3-4 الانضمام للاتحادات الدولية .:

أنضم اتحاد كرة القدم السوداني للاتحاد الدولي عام 1948م اي قبل سودنته والى الإتحاد الافريقي عام 1976م والى الإتحاد العربي عام 1977م والى إتحاد شرق ووسط أفريقيا عام 1976م (حسن محمد احمد عثمان 2001م ، ص 25).

2-1-3-5 إنشاء ملاعب كرة القدم .:

في عام 1936م انشئت أول دار للرياضة بأمدردمان ، وكانت هذه الدار فيما مضى تستخدم كمخزن للأسلحة والذخيرة وفي عهد حكومة المهديّة ، وقد بنيت في عام 1936م وكانت تسمى (بيت الامانة) واشرف علي تخطيطها حتى اصبحت دار للرياضة مفتش المركز في ذلك العهدة، وأدخل عليها بعض الاصلاحات والمساطب التي تتسع لحوالي اربعة الف متفرج وفيما بعض اضيفت لها بعض المساطب ، وتوسعت في شكل حتى اصبحت تسع لعشر الف متفرج. يذكر أن الإتحاد لم يدخر وسعاً (بعدالسودنة) في إنشاء إستاد كبير بالخرطوم والذي افتتح في يوم 28/سبتمبر 1956م وكانت تكلفة بنائه أربعين ألفاً من الجنيهات دفعت الحكومة المركزية منها تسعة عشر الف جنيهاً كسلفة تسترد على مدي خمسة عشر عاما وتبلغ مساحة الإستاد عشرين الف من الامتار المربعة ويتسع لخمسة وعشرين الف متفرج .

وفي عام 1959م ابان حكومة ابراهيم عبود تم تخصيص اراضي لاندية الهلال والمريخ والموردة لتقام عليها مدنها الرياضية ،وقدمت سلفية مالية طويلة الاجل لذلك الغرض ، كما تم إنشاء ملاعب لكرة القدم في كل من مدن الابيض ،وبورتسودان ،وودمدني .(الفاضل دراج 2004م)

2-1-3-6 أهمية وشعبية كرة القدم :

لقد اطلق علي كرة القدم لعبة الجماهير ، وهي جديرة بهذا الوصف لما تتمتع به من إقبال شديد علي ممارستها ومشاهدة مبارياتها ويعتبر كرة القدم هواية الصغار والكبار وتعشقها العامة والخاصة وتهتم بها الدول النامية والفقيرة والدول المتقدمة علي حد سواء . إن كرة القدم علي وجه الخصوص الاكثر اهمية من ناحية التشجيع والشعبية في دراسة إحصائية اجراها (japues) وجد خلالها ان هنالك رجلين من كل خمسة رجال وامراة يشاهدون احيانا مباريات كرة القدم وحوالي ستة رجال من كل مئة يمارسون لعبة كرة القدم وفي إحصائية اخري اجريت بجمهورية مصر العربية عام 1980م عن اهتمام الشباب بلعبة كرة اللقدم . فقد تبين ان 55% الي 66% من الذكور والاناث يقرأون ما تكتبها الصحافة عن الكرة

وان 97% الي 100% من الذكور والإناث شاهدو كل او بعض مباريات كاس العالم بالارجنتين عام 1978م قد تبين ان 62.7% من الذكور و 95.9% من الإناث شاهدوا مباريات الدولي العام 1978 - 1979م كما تبين ان 95.9% من الذكور و 86.4% من الإناث يفضلون لعبة كرة القدم وان 90% من الذكور قد مارسو اللعبة في اوقات الفراغ (السر محمد علي 2016م). ويتبادر إلي الاذهان تساؤل لماذا كل ذلك الاهتمام وتلك الشعبية للعبة كرة القدم؟

فالبعض يريان ذلك يرجع الي ما يلي :

- . سهولة ادائها بالنسبة للصغار سواء في الشارع او النادي ، وبناء علي ذلك يكون اصدار الابناء علي مشاهدتها والاستمتاع بها .
- . تعتبر مجالا من مجالات الترويح .
- . كثرة انتشارها من خلال تناولها من كافة اجهزة الاعلام .
- . سهولة نقلها واذاعة مبارياتها من كافة انحاء العالم جعلت ملايين المشاهدين يتابعونها سواء كانت علي المستوي العالمي او القاري او المحلي .
- . لعبة كرة القدم تتميز بالتواصل بين اللاعبين علي ارض الملعب والجمهور في المدرجات .
- . تتيح فرص التغلب علي الملل ، وليس فقط العمل اليومي ، وانما ملع وقت الفراغ .
- . تعتبر لعبة شيقة في كثير من الاحيان لأنها تهيب الفرد لاحتمالات غير مرتقبة تفتح المجال للمفاجآت والوقائع المثيرة .

المبحث الثالث التحكيم في كرة القدم .:

تمهيد :

2 - 1 - 4 التحكيم في كرة القدم :

أن مجال التحكيم في لعبة كرة القدم من العناصر المهمة لنجاح وتطور مستوى هذه اللعبة ، لكونه يحتاج الى أفراد تتناسب سماتهم وطبيعتهم للعمل الذي يقومون به أثناء قيادتهم للمباراة ، اذ يشكل الحكام العنصر الرئيسي لاجراء المباراة بالصورة المطلوبة ، لذلك يجب على الحكم أن يمتلك خصائص مناسبة لكي يضمن نجاحه في أداء دوره ، كما أن هنالك العديد من العوامل التي تؤثر في قرارات الحكم ، منها على وجه التحديد امتلاكه للياقة البدنية ومعرفته بقوانين اللعبة وهما من العناصر المهمة والواجب توافرها عند الحكم مما يؤهله لأداء واجبه على أتم صورة لقيادة المباراة بصورة مرضية وجيدة والتحكيم مهنة معقدة وسبب ذلك يعود الى تداخل الكثير من المتغيرات مثل (صلاحية الحكم ، سعة المساحة ، عدد اللاعبين ، نوع اللعب ، مدة المباراة ، ظروف المباراة وعمر الحكم) والغاية الحقيقية في التحكيم هو تحقيق روح القانون المتمثلة بالمبادئ الرئيسية : (السلامة ، العدالة ، المساواة) .

وتأتى أهمية الحكم لكونه لايمكن اداء مباراة بدون حكم كما هو الحال للاعب ولهذا أخذ التحكيم جانب في غاية الاهمية (سعد منعم الشخلى 2012م ، ص 287) .

وتعتبر عملية إصدار القرار هي الواجب الرئيسي للحكام ، حيث أن تلك القرارات تشكل في مجموعها تحديداً لمكانة الفريق في نفس مستويات المنافسة ، لذلك فأن مدى انجاز الجهود والطاقت التي تبذل خلال مواسم الاعداد يتحدد من واقع قرارات الحكم والتي تعتمد في المقام الأول على قدراته (محسن على نصيف ب .ت، ص 42).

ويرى الدارس أن دور الحكم في المباريات هو قيامهم بالتقييم الفوري لمجهودات كل من الادارى والمدرّب واللاعب في ساحة التنافس في اطار القانون ، حيث ان الحكم صاحب قرار في كل لحظة من لحظات المباراة .

الشروط الخاصة للانسان لكي يصبح حكماً .:

- 1 - أن يكون عمره ثمانية عشره عاماً أو أكثر.
 - 2 - أن يتمتع بمستوى عالى من اللياقة البدنية ، فحكم كرة القدم يتبع الكرة دائماً ويركض فى الملعب كالأعبين تماماً وربما أكثر منهم .
 - 3 - أن يتمتع بأبصار جيد لتتمكن من رؤيه ما يحدث على أرض الملعب .
- ويرى الدارس أن التحكيم من الهوايات الصعبة التى تتطلب أشخاص لهم صفات وسمات شخصية قد لا تتوفر لدى الآخرين .

2 - 1 - 4 - 1 التحكيم فى كرة القدم بالسودان .:

قبل قيام الاتحاد السودانى (1936م) كان يتولى التحكيم فى مباريات الفرق السودانية بعض المشجعين لكرة القدم ممن لديهم الدراية والفكرة لهذه المهمة نذكر منهم السيد / عبدالماجد أبو بلل ، وعند أفتتاح دار الرياضة بأمر درمان لم يكن هنالك حكام مسجلين بالاتحاد ، الأمر الذى دفع الاتحاد إلى الاستعانة ببعض الانجليز ممن لهم خبرة عملية فى هذا المجال ونذكر منهم أيضاً (المستر لين) فهو مدرس بمصلحه المعارف ، والذى تولى إدارة أول مباراة فى دار الرياضة بأمر درمان ، وقد تطوع بعض السودانين للعمل كرجال خطوط للحكام الانجليز نذكر منهم السادة / محمد حاج الامين ، شوقى الاسد ، محمد حسن أبو كفه وفى عام 1937م قامت أول مؤسسة للتحكيم (هيئة التحكيم) برئاسة (المستر قرت) (موظف أنجليزى بمصلحة المخازن والمهمات) وعضوية بعض المتطوعين السودانين نذكر منهم خضر زائد ، جاد الله جابر وغيرهم وكان التحكيم بمقتضى قانون الاتحاد آنذاك يأخذ شكلين الاول حكام اتحاد كرة القدم المسجلون وهؤلاء يتم تسجيلهم مركزياً فى الخرطوم بعد اجتيازهم اختبار أو امتحان أو بالاتفاق مع اللجنة التنفيذية المتخصصة ، ويكون لهذه الفئة حق إدارة المباريات ، والثانى أشخاص مناسبون بخلاف الحكام المسجلين وتقوم اللجان التنفيذية المحلية بالمصادقة لهم لقيام بمهمه التحكيم فى منطقتها فى حال تغيب أو عدم وجود الحكام المسجلين . (السر محمد على 2012م ، ص39)

2-4-1-2 جهاز الحكام .:

اولا : هيئة التحكيم :

بدأت هيئة شئون الحكام عام 1937م برئاسة المستر قرت لتتولى رعاية شئون الحكام بتعيينهم لإدارة المباريات الخاصة بالاتحاد ومحاسبة الحكام ، لم تكن صلة الاتحاد بهيئة الحكام فى ذلك الوقت صلة أشرفية بقدر ماكانت صلة التعاون بين الجهازين وكان الحكام يديرون مباريات الاتحاد دون مقابل .إلا ان الاتحاد كان يدفع منحة كبديل ترحيل فى المباريات البعيدة والتي لم تكن تتعد فى حقيقتها قيمة ايجار عجلة (وسيلة مواصلات فى ذلك الوقت) لمدة ساعتين وقتها

لم تكن القيمة تتعدي العشرون مليما .

ثانيا : لجنة التحكيم .:

فى عام 1951م تسلم السيد / محمد أبو العلاء رئاسة (لجنة التحكيم) بعد أن تم تغيير أسمها تبعاً للقانون الجديد وهذا تحت إشراف الاتحاد ، ولقد جاء فى المادة (13) من القوانين العامه لسنة 1951م مايلى .:

(اللجنة التنفيذية فى أى منطقه مسئولة عن إدارة شئون الحكام فى مناطقها ويجوز للجنة التنفيذية أن تقيم لجنة فرعية خاصه لهذا الغرض) .إلا ان الحكام قابلو هذا التعديل(بالاضراب) الذي انتقل من الخرطوم الي الاقاليم وكان ذلك اول اضراب للحكام بالسودان .حاول الاتحاد الاستعانة بحكام متطوعين من غير المسجلين او من غير الذي سبق ان جلسوا لإمتحان التأهيل إلا ان ذلك المسعي من جانب الاتحاد لم يكتب له النجاح ،مما اضطر معه الاتحاد للتراجع وتجميد مواد القانون الجديد الخاص بالحكام (السر محمد علي 2012م ص 39 نقلا من الفاضل دراج 2004م) .

ثالثا : اتحاد الحكام .:

فى عام 1963م تعدل أسم لجنة التحكيم الى (اتحاد الحكام) إلا أنه لم يحالفه التوفيق فقام الاتحاد بحله وتكوين بدلاً عنه (هيئة التحكيم المركزية) ولقد ضمن فى النظام الاساسى للاتحاد العام لكرة القدم طريقه تكوينها ، اختصاصاتها ، اجتماعاتها ، كما خول النظام

الاساسى لمجلس إدارة الاتحاد العام لكرة القدم سلطة تعيين الضباط الثلاثة (الرئيس ، السكرتير ، وامين المال).

وفى تلك المرحلة سعى الاتحاد العام لكرة القدم لرفع كفاءة الحكام والارتقاء بمستوى التحكيم وزيادة عدد الحكام العاملين فإستجلب مدربين لتأهيل الحكام . كما اوفد عدد منهم الي الخارج رابعا : تكوين لجان تحكيم كرة القدم السودانية .:

وفقاً لما نص عليه النظام الاساسى حول تكوين لجان التحكيم اصبحت هنالك لجنة تحكيم مركزيه للحكام حسب نص المادة (69):

. يقوم الاتحاد العام بتكوين لجنة مركزية تسمى (اللجنة المركزية)

. يتم تكوين اللجنة المركزيه للحكام كالاتى .:

أ/ رئيس وسكرتير وأمين مال يختارهم مجلس الإدارة من بين الحكام الدوليين المتقاعدين

ب/ عضوان يختارهم مجلس الإدارة من بين أعضائه.

ج/ رئيس وسكرتير اللجنة المحلية .

د/ أربعة أعضاء يختارهم مجلس الإدارة من الحكام المتقاعدين الدوليين أو الاولى

وتقع مهمة هذه اللجنة حسب المادة (70) فى الإشراف العام على تأهيل الحكام وتدريبهم

وترقيتهم وتساعد المركزية فى ذلك لجان تحكيم محلية (52 اتحاد) حسب نص المادة (121)

(الاتحاد السودانى لكرة القدم ، النظام الاساسى لسنة 2004م المعدل لسنة 2007م ص 21)

درجات الترقى فى سلم التحكيم .:

حسب نص المادة (133) من القواعد العامة فدرجات التحكيم كما يلى .:

. حكم تحت الاختبار وهو الشخص الذى أجتاز الامتحان التحريرى للدرجة الثالثة وتم تسجيله

كحكم تحت الاختبار .

. حكم الدرجة الثالثة وهو الحكم الذى مكث مدة لاتزيد عن ستة أشهر تحت الاختبار واعتمده

الاتحاد العام حكماً بالدرجة الثالثة واستخرجت له شهادة بذلك.

. حكم الدرجة الثانية وهو الحكم الذى قضى فترة لاتقل عن عام كحكم عامل بالدرجة الثالثة

واعتمد الاتحاد نجاحه فى امتحان فى هذه الدرجة

. حكم الدرجة الاولى هو الحكم الذى قضى فترة لا تقل عن عام كحكم عامل بالدرجة الثانية واعتمد الاتحاد نجاحه فى امتحان النظرى والعملى .

. الحكم القومى هو حكم الدرجة الاولى الذى اعتمدته اللجنة المركزية كحكم قومى بناء على توصية الاتحاد المحلى .

. الحكم الدولى هو الحكم القومى وحكم الدرجة الأولى الذى استوفى الشروط المعتمدة فى الاتحاد الدولى وملم بقراءة وكتابة لغه أجنبية واحدة على الأقل وای شروط إضافية يضعها مجلس الادارة . (الاتحاد السودانى لكرة القدم ، القواعد العامة ، تعديل 2007م)

3-4-1-2 الحكم :

تعريف الحكم :

الحكم هو الشخص الذى نال دراسة فى قوانين لعبة كرة القدم وجلس للامتحان ونجح ومارس التحكيم عملياً وهو الشخص المنوط به تنفيذ قوانين لعبة كرة القدم السبعة عشر بجانب روح القانون واللوائح الاخرى المنظمة للعبة وهذا تم حسب السلطات والواجبات التى حددها له القانون الخامس فى هذه القوانين الصادرة من الاتحاد الدولى لكرة القدم . (السر محمد على 2012م ص51).

دور الحكم :

أن للحكم دوراً كبيراً ومهماً فى كرة القدم فهو الذى يقود الفريقين إلى الأداء الجيد من خلال بسطه للقانون وتحقيق العدالة النسبية خلال اللعب وهو مطالب بإدارة المباراة بأقل مجهود بدنى وذهنى وبأقل قدر من التدخل من معاونيه وذلك من اجل تطبيق روح وشعار اللعبة (السلامة ، العدل ، والمتعة) وهو كذلك له دور فى الجانب الوقائى للعبة واللاعبين من حيث معاقبة المخطئ حسب حالات اللعب بالعقوبات الفنية مثل الركلات الحرة المباشرة والغير مباشرة وكما أنه يوقع العقوبات الإدارية مثل الطرد والإنذار . (الاتحاد السودانى لكرة القدم تعديل 2007م) .

4-4-1-2 الشروط التى يجب توفرها فى الحكم :

- العلم : يفضل أن يكون ممارساً للعبة أو من خريجي كليات التربية البدنية أو الكليات الأخرى لانه يستطيع فهم القواعد والقوانين .

- الامانة : أن يكون أميناً مع نفسه وصادقاً في أدارته للمباريات ولايتحيز لاي جهة على حساب الأخرى .

- اللياقة البدنية : أن يكون ذو لياقة بدنية عالية ومتابعة للعبة والتواجد بقرب الكرة في الوقت المناسب وذلك لاتخاذ القرارات المناسبة .

2- 1- 4- 5 صفات الحكم :

1 - الشجاعه : يجب أن يكون الحكم شجاعاً وثابتاً ولايتأثر بكل المؤثرات التي تجعله عرضة لاتخاذ القرارات ظالمة وبعيدة عن القانون.

2 - الانتباه : أن يكون في حالة أنتباه تام طيلة فترة اللعب والتركز السليم .

3 - التركيز : أن يكون ذو مستوى عالى من التركيز الذى يخدم عملية تقييم الحالات عند

حدوثها وأن يكون لائقاً بدنياً من خلال المحافظة على أداء التمارين البدنية الخاصة بالحكام (مذكرات لجنة التحكيم بالاتحاد المحلى لكرة القدم ولاية الخرطوم 2017م)

2- 1- 4- 6 مقومات الاداء للحكام :

1 - الكشف الطبى .

2 - اللياقة البدنية (اختبارات الفيفا) (FiFA TEST)

3 - الاداء الفنى (حسب تقارير المراقبين) ويشمل الاداء الفنى فى الملاحظات عن .:

- مظهر الحكم
- تطبيق القانون
- تعاون الحكم مع مساعديه
- القدرة على اتخاذ القرار
- قوة الشخصية
- التركيز التام أثناء اللعب
- القدرة على معالجة المشكلات أثناء اللعب
- التفاعل مع جو المباراة
- المقدرة على التصرف مع أصابات اللاعبين والمحافظة على سلامتهم

• الخبرة الكافية

المواصفات المطلوبة فى الحكم .:

- * أن يكون له تجربة سابقة فى لعبة كرة القدم
- * أن تتوفر لديه الرغبة فى التحكيم كرة القدم
- * أن يكون ذا علاقات جيدة مع الآخرين
- * أن يكون ناضجاً من الناحية العقلية
- * أن يتمتع بمظهر لائق سواء داخل الملعب أو خارجه
- * أن يكون ذا شخصية مستقيمة فى حياته العامة والخاصة
- * أن يكون واثق من نفسه وقدراته
- * أن يكون شجاعاً لا يخاف الا الله وتأنيب الضمير
- * أن يتقبل النقد من زملائه وممن هم أكثر خبرة منه
- * أن يكون ملماً بأحدى اللغات الاجنبية تحدث وقراءة وكتابة
- * أن يكون حازماً وعادلاً (سعد منعم الشيلخى 2003م ، ص 17)

المبحث الرابع

2- 1- 5 المتطلبات البدنية الخاصة بالحكام :

مفهوم اللياقة البدنية:

اللياقة البدنية تعني (سلامة البدن وكفاءته في مواجهة التحديات التي تواجه الإنسان خلال تعامله مع الحياة ، كمال عبدالحميد ،ومحمد صبحي حسانين 1985م:24) واللياقة البدنية الشاملة هي (مجموع المكونات التي تؤهل الفرد للعيش بصورة متزنة فهي تضمن جميع الابعاد المكونة للإنسان السعيد سواء كانت نفسية او عقلية او بدنية) فالفرد يعيش الحياة بجسمه وعقله ويؤثر ويتأثر بالآخرين ، يصارع الحياة طلبا للصحة والسعادة وهذا يتطلب ان يكون مؤهلا

جسميا وعقليا (محمد صبحي حسانين 2000م:195)

مكونات البعد الصحي للياقة البدنية تشمل:

1/ سلامة وكفاءة القلب والأوعية الدموية والرتتين

2/ سلامة العظام والعضلات والمفاصل

3/ الوزن المناسب للجسم بالمقارنه بطول القامة

4/ المناعة الطبيعية للجسم وقدرته علي مقاومة المرض

مكونات البعد العصبي الحركي تشمل: .

1/ القدرة العضلية

2/ القدرة علي تغير الإتجاه (الرشاقة)

3/ السرعه (سرعة الانتقال وسرعة الحركة)

4/ زمن الرجوع

5/ التوازن الثابت والديناميكي (محمد نصرالدين رضوان، احمد المتولي منصور 2000م:6)

انواع اللياقة البدنية:

1/ اللياقة البدنية العامه

2/ اللياقة البدنية الخاصة

اللياقة البدنية العامة :تعني كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة بما يحقق لها السعادة والصحة وبما يضمن قيام الفرد بدوره في المجتمع علي افضل صورة ويعني مفهوم اللياقة البدنيه العامة الارتقاء بتطوير عناصر اللياقة الاساسية مثل القوة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة والتوازن

2-1-5-1 اللياقة البدنية الخاصة :

تعني كفاءة مكونات اللياقة البدنية العامة للايفاء بملتزمات النشاط الحركي الخاص بالفعاليات والانشطة الرياضية بشكل تخصصي وتهدف اللياقة البدنية الخاصة إلي تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه الفرد والعمل علي تطويرها لأقص مدي حتي يمكن الوصول بالفرد لأعلي المستويات الرياضية (ساري احمد حمدان،نورما عبدالرازق سليم 2001م،24-25)

ويري الدارس أن اللياقة البدنية الخاصة تشمل العديد من المتطلبات البدنيه والحركيه لنوع النشاط الرياضي التخصصي ومقدرة الرياضي علي الإيفاء بها دون هبوط في مستوي الاداء.

2-5-1-2 اللياقة البدنية الخاصة بحكام كرة القدم .:

تعتبر اللياقة البدنية من اهم الاساسيات لحكام كرة القدم ولهذا يشترط الاتحاد الدولي والقاري والمحلي علي اجراء اختبارات اللياقة البدنية قبل كل منافسة سواء كانت دولية او محلية وذلك للتأكد من جاهزية الحكام لبذل المجهود الذي يواكب متطلبات المباراة ونظرا لتنوع المجهود البدني الواقع علي كاهل حكام كرة القدم ،علية تعتبر تنمية المتغيرات الفسيولوجية والبدنية لحكام كرة القدم واجبا ضروريا تعكسه المتطلبات المتغيره والمتنوعه الشدة التي يؤديها الحكم خلال توقيتات غير معلومة في فترات المباراة ، مما يتطلب بذل جهد كبير في فترات زمنيته متعاقبة وبصورة مفاجئة (قاسم حسن حسين ، منصور جميل 1988م،14)

ولكي يحقق حكام كرة القدم اعلي مستوي من الكفاءة في قيادة المباريات يجب ان يتم إعدادهم من كافة النواحي الوظيفية والذهنية والنفسية لمقابلة متطلبات اللعب في كرة القدم (ابراهيم مجدي احمد 1985م،51)

لذلك فإن وصول الحكام الي مستويات رياضية عالية يتطلب توافر عدة عوامل اساسية من اهمها العوامل الفسيولوجية والبدنية نتيجة لارتباطها بمستوي الاداء الرياضي حيث تعتبر القياسات الفسيولوجية احد المجالات المهمة التي يمكن عن طريقها دراسة مستوي اداء الحكام والعمل علي تطويره وبذلك فإن قياسات معدل النبض والحد الاقص لاستهلاك الاكسجين تمثل مرآة الكفاءة التي تعمل بموجبها الاجهزة الحيوية للجسم (ابو العلا عبدالفتاح 1998م،52) ويرى الدارس ان اللياقة البدنية الجيدة تعتبر من اهم العوامل التي تساعد الحكم في إدارة المباراة دون صعوبات تواجهه وإجتياز الاختبارات البدنية (الفيفا تست) 3-5-1-2 المتطلبات البدنية الاساسية لحكام كرة القدم :

ان المتطلبات البدنية الاساسية يمكن معرفتها من خلال تحليل الاداء البدني للحكم اثناء المباراة ، فضلا عن نوعية الاختبارات التي يتعرض لها الحكم خلال الموسم الكروي المحلي لاكثر من مرتين في السنة وعند مشاركة الحكام الدوليين في المسابقات الرسمية الذي ينظمها الاتحاد الدولي او الاتحادات الاقليمية وهذا ما يحتم علي الحكم ان يكون علي استعداد دائم بهدف الإرتقاء بالواجبات المناطة به خلال اداء المباريات الرسمية وبعد التحليل الدقيق وفق الاجهزة الحديثة والمتطورة وجد ان حكم المباراة يقطع مسافة (12 كيلو متر خلال المباراة (90)دقيقة ،منها ما يعادل (6/5)كيلو مترات تحمل سرعة لمسافات تتراوح ما بين(150/120)مترا وبسرعة شبة قصوي او سرعة قصوي ل (60/30)مترا في حين تتراوح المسافة المتبقية بين الهرولة والمشى في احيان اخري وبنظرة للمسافات التي يقطعها حكم كرة القدم اثناء المباراة نجد أنه يبذل جهداً كبير جداً قياسا بالفعاليات الأخرى ، كما انه يتفوق حتي علي جهد لاعب كرة القدم اذ اثبتت الاحصائيات ان المسافة المقطوعة للاعب خط الوسط تتراوح ما بين (10/9) كيلو متر(عبدالعظيم جابر طمبه كوشي 2015م12-13) وهناك قدرات مهمة ينبغي ان يتمتع بها حكام كرة القدم هي: السرعة :

تعد السرعة احد اهم القدرات الاساسية للاداء البدني وهي مقياس للفروق الفردية بين الحكام وتعتبر عن مدي توافق الاستجابات العضلية مع الاستجابات العصبية في وحدات زمنية معينة

،إذا نجد الاختلافات واضحة بين سرعات الحكام وترتبط السرعة بعناصر اللياقة البدنية الاخري جميعها وبشكل مؤثر كما جاء في تعريف العلماء لها بأنها قدرة الرياضي علي اداء حركات معينة في اقصر زمن ممكن او قابلية الرياضي علي قطع مسافة معينة في اقل زمن ممكن ،إن حكم كرة القدم يحتاج الي سرعة بشكل خاص وبأشكالها المختلفة سواء إن كانت سرعة انتقالية ام سرعة حركية ام سرعة الاستجابة ،وتعد السرعة لدي حكم كرة القدم مكونا مهما ومن المتطلبات الاساسية فيتطلب منه سرعة انتقالية جيدة يكون قادرافيا اكثر من غيره في الحصول علي موقع قريب من الحدث في اثناء الاداء ومن ثم تتوافر لديه زاوية رؤية مناسبة ، وهذا يؤدي إلي تسهيل مهمة نوع اخر من السرعة وهي سرعة الاستجابة لإتخاذ القرار المناسب مما يسهل علي قيادة المباراة ومجاراتها ومواكبة سرعة اللاعبين وطبيعة اللعبة ذات الایقاع السريع والمفاجئ الذي يقوم به اللاعبين.

ويقصد بسرعة الانتقال محاولة الانتقال او التحرك من مكان لآخر بأقص سرعة ممكنة او التغلب علي مسافة معينة في اقصر زمن ممكن وعند تنمية سرعة الانتقال يجب مراعاة النواحي التالية :

1 - شدة حمل التدريب :

يجب التدريب باستخدام السرعة القصوي مع مراعاة الا يؤدي ذلك الي التقلص العضلي وأن يتم الأداء الحركي بالتوقيت الصحيح والإنسيابية والإسترخاء .

2 - حجم التدريب :

يجب استخدام مسافات قصيرة في التدريب حتي لا يؤدي التعب الي هبوط مستوي السرعة ، حيث تتراوح مسافة الجري ما بين (10 - 30) متر ، كما يراعي الا يزيد التدريب عن (2-3) مرات اسبوعيا تجنباً لارهاق الجهاز العصبي .

3 - فترات الراحة :

يجب تشكيل فترة الراحة بين كل تمرينين واخر بحيث تسمح للفرد بإستعادة تكوين مصادر الطاقة بالعضلات وتتراوح في الغالب فترة الراحة بين تمرين واخر ما بين (2-5) دقائق ويتناسب ذلك مع نوع التمرين الذي يؤديه الرياضي وما يتميز به من شدة وحجم .

التحمل:.

يعد التحمل من المتطلبات البدنية الاساسية التي تستخدم في الفعاليات والالعاب الرياضية جميعا التي يحتاجها الإعداد البدني لفترة طويلة فالتحمل يعبر قدرة الرياضي علي الأداء لمدة طويلة من دون الهبوط من المستوي الوظيفي والبدني ، فهي من القدرات اللازمة والأساسية في عدد كبيرة من الانشطة الرياضية المختلفة وخاصة الفعاليات التي يتم فيها تحديد المستوي من خلال مستوي كفاءة عمل القلب والرئتين والدورة الدموية وكما عرفها الباحثون علي أنها مقاومة التعب ، او قدرة الجسم في التغلب علي التعب واداء الواجب الحركي لأطول فترة زمنية ممكنة من دون ان يؤدي ذلك إلي هبوط في مستوي الاداء سواء من حيث سرعته او قوته او التوافق الذي يصاحبه او دقة تطبيق المهارات الفنية المكونة له ، وبتعبير بسيط فإن التحمل بالنسبة لحكم كرة القدم يمثل قدرة الحكم علي اداء المباراة بشوطيها وزمنها الاضافي إذا وجد من دون ظهور تعب او انخفاض مستوي الاداء.

لذا يعد التحمل من المتطلبات البدنية الرئيسية في اداء حكم كرة القدم إذ يسمح لهم بأداء حركي مستمر تحت انواع من الشده والحمل المختلفين وتزداد اهمية التحمل كلما طال وقت المباراة وارتفع مستوي الاداء لدي الفرق المتنافسة .

القوة:.

تلعب القوة العضلية دورا بارزا ومميزا في جميع الحركات التي يقوم بها حكم كرة القدم في اثناء قيادته للمباراة فهي تحتل موقع الصدارة عند ترتيب الصفات البدنية اللازمة ، إذا تعد هذه الصفة البدنية القاسم المشترك ، كونها الاساس الذي ترتبط به معظم القدرات البدنية الاخرى ، فعند بناء القاعدة الاساسية للياقة البدنية للرياضي يجب الاهتمام اولا بالقوة العضلية التي تعتبر نقطة انطلاق واساس لاكتساب القدرات البدنية الاخرى التي لها دورا كبيرا في اداء مثل هذه القوة السريعة وتحمل القوة وان صفة السرعة لا يمكن ان تتحقق إلا من خلال قوة عضلية كما تمنح صفة الشكل الخارجي الخاص بالتركيب التشريحي الذي يكسبه حسنا الذي يشكل جزءا مهما من شخصيته كحكم .

ويعرفها علماء التدريب الرياضي علي انها قدرة الفرد علي التغلب علي المقاومات المختلفة او مواجهتها ، وكذلك بأنها احدي مكونات الرياضة البدنية الاساسية وهي تعني اقصى جهد يمكن انتاجه في اقصى انقباض عضلي وهذا ما يحدث للحكم اثناء سير المباراة .
القوة المميزة بالسرعة :

تعد القوة المميزة بالسرعة من المتطلبات الضرورية لحكام كرة القدم ، إذ تعد من اهم اشكال القوة والنوع الغالب والاكثر استخداما في ادائهم وتظهر مثل هذه القوة في حالات الانطلاق السريع، فضلا عن القدرة علي اداء المهارات التحكيمية التي تطلب السرعة في ادائها، وتعرف من قبل العلماء بأنها قدرة الرياضي في التغلب علي المقاومات بانقباضات عضلية سريعة كما يعبر عنها بأنها قوة اقل من القصوي في سرعة اقل من القصوي وتتميز بالتكرار من دون فترات انتقاء لتجميع وبذلك تمثل قدرة القوة المميزة بالسرعة لحكام كرة القدم بانها اظهار انقباض عضلي في اقل زمن ممكن ولاكثر من مرة واحده .
تحمل السرعة :

هي صنعة مركبة من السرعة والتحمل ويقصد بها قدرة الفرد علي الاحتفاظ بالسرعة في ظروف العمل المستمر بتنمية مقدرة مقاومة التعب عند حمل ذي درجة عالية شدة من (75-100%) من قدرة الفرد والتغلب علي التنفس اللاهوائي لاكتساب الطاقة ، فضلا عن كونها قدرة اجهزة الجسم علي مقاومة التعب ، وبذلك هي إحدى المتطلبات البدنية المهمة لحكام كرة القدم إذ تساهم علي الجري بأقصى سرعة لهم في اي وقت من المباراة لا سيما في اوقات اللعب الحرجة التي غالبا ما تكون عند نهاية المباراة لكونها تتطلب اداء بشدة قصوي او شبه قصوي ، وعرفها الباحثون بأنها القدرة علي مقاومة التعب عند اداء احمال بدرجة سرعة ابتداء من قبل القصوي حتي القصوي والطاقة المستهلكة في اداء كهذا اللاهوائي ، ويعني بذلك بالنسبة للأنشطة الرياضية ذات الحركات المتكررة ، إذا يجب أن لا يحدث هبوط كبير في مستوي سرعة الحركة الانتقالية للحكم اثناء قيادته للمباراة نتيجة اي من ظواهر الإعاقة الأخرى .

الرشاقة :.

أن ما يميز عنصر الرشاقة هو ان يتم اداء الحركات الخاصة بالرشاقة بأعلي سرعة ممكنة ، وعلي ذلك فأن اداء تدريبات خاصة بالنسبة للحكم لا بد ان تتم من خلال طرق التدريب الخاصة بالسرعة الحركية (السرعة الانتقالية) ذلك انه في المجال التطبيقي سوف يواجه الحكم مواقف تحتاج منه الي اداء حركي مغيرة لبعضها البعض وفق ظروف التحركات داخل الملعب وتفادي كل من اللاعبين والكرة بسرعة عالية ، وعليه فسوف يحتاج الي مستوي عال من الاستجابة والتوافق والتوازن والعديد من الامور وقد يتوقف توقفات مفاجئة وبناء عليه ينبغي علي الحكم ان يكون علي مستوي عالي نسبيا من مدي الحركة في المفاصل وإلا فإن نقص هذه الصفة قد يكون سببا اساسيا في حدوث الاصابة لبعض الحكام وتكمن اهميتها بظهور الحكم بأداء حركي يعبر عن مدي إعداد الحكم لخاصة اعداده البدني لذا فأن الرشاقة تكون من المتطلبات الاساسية الواجب توافرها لدي الحكم ، والرشاقة تعني قدرة علي الاداء بدقة وانسيابية وسرعة انتقالية الجسم لجهات مختلفة وبحركات مرنة ورشيقة مما يساعد علي تحقيق اهدافه وهي الوصول إلي زاوية رؤية مناسبة لفرض اتخاذ القرار السليم .

2-1-5-4 الاختبارات البدنية لحكام كرة القدم :.

تعتبر اللياقة البدنية من اهم المتطلبات الاساسية لحكام كرة القدم ولهذا يصير الاتحاد الدولي والقاري والمحلي علي اجراء اختبارات اللياقة البدنية قبل كل منافسة سواء كانت محلية او دولية او قارية وذلك للتأكد من جاهزية الحكام لبذل المجهود الذي يواكب متطلبات المباراة لذلك يحرص الاتحاد الدولي علي رفع مستوي كفاءة الحكام ليواكبو تطور العبة واللاعبين في العالم ، اما الاختبارات القديمة فهي مطبقة منذ زمن بعيد واعتاد الحكام عليها في جميع انحاء العالم وقد اثبت الكثير منهم جدارته في اجتيازها الا انه وفي الاونة الاخيرة ومع التطور المذهل لكرة القدم وبعد دراسة مستفيضة من قبل الإتحاد الدولي وخبراء اللياقة البدنية وجد ان اختبار الكوبر تيست القديم لا يفي بمتطلبات العبة حيث ان اللاعب يتطور في اللياقة البدنية بينما الحكم يقف في مكانة مع العلم بأن الحكم يبذل جهدا مضاعفا في المباراة لأنه دائم الحركة لذلك تم تغيير الاختبارات لتتناسب متطلبات كرة القدم الحديثة ، فالملاحظ أن اختبار الكوبر

تست القديم للحكام بدأ بجري مسافة (2460) متر ثم تغيرت المسافة لتصبح (2600) متر حتي وصلت الي(2700) متر وهذا دليل علي تتطور الكرة بعد كل فترة واخري وبعد دراسات عميقة من قبل الخبراء بالاتحاد الدولي لكرة القدم لمواكبة هذا التطور تم تغير الاختبارات البدنية للحكام لتشمل اختبارين هما (السرعة ، والتحمل www.forum.com 2013/11/3 م).

2-1-5-5 الاختبارات القديمة .:

1-اختبار (كوبر) القديم لحكام كرة القدم والذي يتطلب جري 12 دقيقة متواصلة علي مضمار 400 متر في زمن لا يزيد عن 75 ثانية والمطلوب 2700 متر كحد اقل للحكم سلبية هذا الاختبار انه لا يشابه الحركة الفعلية للحكم في المباراة .

2-كما يجب علي الحكم ان يقطع مسافة 50 متر في زمن لا يزيد عن 8 ثواني

3-يجب ان يقطع مسافة 40 متر علي اربعة مرات جري للامام مسافة 10 متر ثم 10 متر للخلف في زمن لا يزيد 11 ثانية ونصف الثانية .

ثم تم تعديل المقاييس واصبحت كما يلي .

حكام وسط :

1-50 متر الاولي في 7 ثواني .

2-200 متر الاولي في 35 ثانية .

3-50 متر الثانية في 7 ثواني .

4-200 متر الثانية في 35 ثانية .

5-12 دقيقة جري متواصل لمسافة لا تقل عن 2700 متر .

حكام اخرون (مساعدين)

1-50 متر الاولي في 7 ثواني .

2-50 متر الثانية في 7 ثواني .

3-12 دقيقة جري متواصل لمسافة لا تقل عن 2700 متر .

هذا الاختبار وضعه كوبر وظل الاتحاد الدولي لكرة القدم يعمل به حتي عام 1996م حيث

اختلف كوبر مع الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) عندما طلب بحقوق مادية نظيرا هذا

الاختبار الامر الذي جعل الإتحاد الدولي لكرة القدم يتخلي عن تطبيق هذا الاختبار علي الحكام .

وبعد دراسات وتجارب عديدة قام الإتحاد الدولي (FiFA) باعتماد اختبار جديد للياقة البدنية سمي اختبار الفيفا تست (FiFA test) حيث يطبق علي جميع الحكام بالدرجات المختلفة

2- الاختبارات الحديثة

تغيرت الاختبارات لتتاسب متطلبات كرة القدم الحديثة حيث حددت الاختبارات في عنصرين من عناصر اللياقة البدنية .:

أ-السرعة .

ب-التحمل .

أختبارات السرعة .:

1-قطع مسافة 40 متر العدد 6 مرات .

2-بعد كل مسافة 40 متر راحة 90 ثانية وهي المشي من خط النهاية حتي خط البداية

3-يبدأ الحكم الجري من مسافة متر ونصف قبل خط البداية .

4-يستخدم لقياس سرعة الحكم جهاز الكتروني يوضع في البداية والنهاية ، وفي حالة عدم توفر الجهاز يستخدم العلم للاشارة وساعة توقيت لأخذ الزمن .

5-يستخدم مضمار العاب القوي منطقة سباق ال100 متر .

6-الزمن المحدد للحكم الدولي الاول (رجال) لقطع مسافة 40 متر في 6.2 ثانية .

7.الزمن المحدد للحكم المساعد الدولي (رجال) لقطع مسافة 40 متر في 6 ثانية .

8-الزمن المحدد للحكم الاول الدولي(نساء) لقطع مسافة 40 متر في 6.6 ثانية

9-الزمن المحدد للحكم المساعد الدولي (نساء) لقطع مسافة 40 متر في 6.8 ثانية .

10-إذا فشل الحكم في واحدة يعطي محاولة سابعة .

11-إذا فشل في محاولتين يعتبر راسب .

ب- اختبار التحمل :

1-الجري علي مضمار العاب القوي مع اشارة سمعية

- 2- عند سماع الإشارة الاولى يجري الحكم الدولي الاول مسافة (150) متر في زمن (30) ثانية من خط البداية (1) ثم المشي مسافة (50) متر في قدره (35) ثانية من خط المشي (2)
- 3- عند سماع الإشارة التالية يجري الحكم الاول الدولي من خط (3) مسافة (150) متر في زمن (30) ثانية ثم المشي مسافة (50) متر من خط (4) في زمن (35) ثانية وبذلك يكون الحكم الاول الدولي قد اكمل اللفة الاولى وعدد اللفات الادني للحكم (10) لفات .
- 4- عند سماع الإشارة الاولى يجري الحكم الدولي المساعد مسافة (150) متر في زمن (30) ثانية من خط البداية (1) ثم المشي مسافة (50) متر في زمن (40) ثانية من خط المشي (2)
- 5- عند سماع الإشارة التالية يجري الحكم الدولي المساعد من خط (3) مسافة (150) متر في زمن (30) ثانية ثم المشي مسافة (50) متر من خط (4) في زمن (40) ثانية وبذلك يكون الحكم المساعد الدولي قد اكمل اللفة الاولى وعدد اللفات الأدنى للحكم (10) لفات .
- 6- علي الحكم المحلي ان يجري مسافة (150) متر خلال (30) ثانية
- 7- علي الحكم المحلي ان يمشي مسافة (50) متر من خلال (40) ثانية
- 8- عدد اللفات الادني (10) لفات
- 9- علي الحكم المحلي المساعد ان يجري مسافة (150) متر خلال (30) ثانية
- 10- علي الحكم المحلي المساعد أن يمشي (50) متر خلال (45) ثانية
- 11- عدد اللفات الادني (10) لفات
- 12- يجب علي الحكم ان يصل منطقة المشي المحددة بعلامتين (3) متر قبل خط (150) وعلامتين بعد خط (150) متر واذا لم يصل عند سماع الإشارة يستبعد (نفس المرجع السابق (2013/11/3) .

المبحث الخامس المتطلبات النفسية

6-1-2 المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم :

يعتبر علم النفس احد العلوم الإنسانية التي تبحث في تكوين النفس البشرية وسلوك الانسان في صورته المختلفة ، والتعرف علي ما يقوم وراء هذا السلوك من دوافع وإستعدادات فالمتطلبات النفسية مجموعة من السلوك والخبرات التي يتم توجيهها اثناء المباراة .

وعلم النفس الرياضي هو الدراسة العملية لسلوك الانسان اثناء ممارسته للنشاط الرياضي ، وذكرت (اخلاص محمد عبدالحفيظ واخرين ، 2004م ، ص17) قيام العديد من المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي بتعريف هذا العلم ، فقد عرفه (مورجان 1972 mangan) بأنه دراسة الاسس النفسية للنشاط البدني ، كما عرفها (الدرمان ، Alderman ، 1980) بأنه دراسة تأثير الممارسة الرياضية علي سلوك الافراد ، ويرى (محمد علاوي ، 1998م) ان علم النفس الرياضي هو الدراسة العلمية للسلوك والخبرة والعمليات العقلية المرتبطة بالرياضة علي مختلف مجالاتها ومستوياتها وممارستها بهدف وصفها وتفسيرها والتنبؤ بها والإفادة من المعلومات والمعارف المكتسبة في التطبيق العلمي ، ولقد ظهر حديثًا مصطلح (علم نفس الرياضة والتمرين البدني sbort Exercise bpsychology) وهو يعتبر قاعدة عريضة لتقدم والنمو ويستخدمه بعض المتخصصين لمساعدة الرياضيين في المستويات العليا للوصول إلي اعلي مستويات الاداء والتحصيل .

ومن هنا كان الاهتمام بالمتطلبات النفسية للرياضيين وخاصة بعد ان ثبت مدي تأثير تلك المتطلبات علي مستوي اللاعبين وظهورهم بالمستويات الرياضية العالية من الاداء في المنافسات .

يشير (محمد حسن علاوي ، 1987م ، ص203) ان الابطال من المستوي العالي يتساون بدرجة كبيرة من حيث المستوي البدني والمهاري والخططي الا ان هناك عاملا هاما يحدد نتيجة كفاءتهم اثناء المنافسة الرياضية في سبيل الفوز وهو العامل النفسي الذي يلعب دورا يتأسس عليه بدرجة كبيرة تحقيق الفوز وهو المحك الحاسم في المنافسة .

ويضيف (محمد حسن علاوي ، 1987م ، ص 203) بان هنالك كثير من الانشطة المتعددة والمتنوعة ولكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من انواع الانشطة الرياضية الاخرى بالنسبة لطبيعة او مكونات او محتويات نوع النشاط او بالنسبة لطبيعة المتطلبات النفسية في المجال الرياضي .

2-1-6-1 مرحلة الاعداد النفسي العام للممارسة الرياضية :

يشير(عبدالناصر عابدين ، 2008م، ص67) إلي إن مرحلة الاعداد النفسي العام للممارسة الرياضية هي المرحلة التي يتم خلالها اكتساب السمات والمهارات النفسية الاساسية للممارسة الرياضية .

وتبد هذه المرحلة بعد فترة من معايشة الفرد للمجال الرياضي والاندماج فيه ، وغالبا ما تكون هذه المرحلة خلال الفترة الاخيرة من تكوين الميل نحو النشاط الذي يمارسه الفرد او بعد تكوينه مباشر وتستمر هذه المرحلة حتي وصول الفرد الي مرحلة متقدمة من الممارسة الرياضية وحتى يتم الاطمئنان علي تمتعه بالسمات والمهارات النفسية والاساسية للممارسة الرياضية .
مرحلة الاعداد النفسي الخاص بالنشاط :

يشير (عبدالناصر عابدين ، 2008م ، ص70) إلي أنه بعد أن يتم التحقيق من تمتع الرياضي بمجموعة السمات الانفعالية والمهارات العقلية الاساسية للممارسة الرياضية ، يجب ان يتقدم الاعداد النفسي نحو محاولة اكسابه مجموعة السمات والمهارات النفسية التخصصية المطلوبة لنوع النشاط الرياضي ولنوع الواجبات الحركية المطلوبة .

ويؤكد(عبدالناصر عابدين في نفس المرجع) انه بالرغم من ضرورة تميز ممارسي كل نشاط بسمات ومهارات نفسية خاصة ، إلا أن ممارسي النشاط الرياضي الواحد وخصوصا في الالعاب الجماعية يجب ان يتميزوا بسمات ومهارات نفسية خاصة باللعبة واخرى خاصة بمراكزهم وهذه السمات والمهارات الخاصة لكل نشاط ولكل مركز من مراكز اللعب يجب إلا يكتسبها الرياضي نتيجة لتفاعله مع ظروف التدريب فقط ، ولكن يجب ان تكون من خلال مجموعة من الاجراءت الهادفة اثناء التدريب للتعامل مع الجانب النفسي من الشخصية حتي

يكون اللاعب مستعدا استعداد نفسيا يؤهله لخوض غمار التنافس لتحقيق الانجاز الرياضي المنشود .

الاعداد النفسي للحكام :

مما لا شك فيه ان الحكم له بالغ الاثر في نتائج المباريات حيث ان القرارات التي يصدرها حكام الانشطة الرياضية تشكل في مجموعها تحديدا لمكانة الفرق في قائمة الفرق المتنافسة مما يبرز الدور الفعال لحكام المباريات حيث ان الحكم صاحب القرارات في كل لحظة من لحظات المباراة وفقا للقواعد الدولية المتبعة في كل نشاط رياضي .

لذا يلعب الاعداد النفسي دورا مهما واساسيا في عملية اعداد الحكام لمزاولة مهنة التحكيم واعدادهم وتأهيلهم بالصورة المثالية من الناحية النفسية لرفع كفاءتهم التحكيمية في ادائهم اثناء المباريات وذلك باكساب الحكم السمات النفسية كالثقة بالنفس والجرأة في اتخاذ القرار والثبات الانفعالي ولكي يستطيع ان يعبر بالمباراة الي بر الامان (عماد سمير الحكيم ، 2014م ، ص94) .

2-6-1-2 مفهوم الاعداد النفسي للحكام :

ويري (عماد سمير في نفس المرجع السابق) ان اهداف الاعداد النفسي للحكام تتمثل في

التالي :

- 1-التوجيه والارشاد التربوي للحكام .
 - 2-بناء وتنمية الدافعية الرياضية للحكام .
 - 3-تشكيل وتطوير السمات النفسية .
 - 4-تدريب المهارات النفسية المرتبطة بالرياضة للحكام .
 - 5-خلق وتنمية الدوافع والاتجاهات الايجابية للحكام .
 - 6-العمل علي تنمية وتطوير السمات الإرادية العامه والخاصة بالحكام .
- ويري الدارس ان هذا الامر يسهم في قدراتهم علي مجابهة المشاكل التي تعترضهم والقدرة علي حلها حلا سليما بهدف التركيز علي توجيههم وتهيئتهم واعدادهم بصورة تسمح بتعبئة كل قواهم وطاقاتهم واستثمارها لأقصى مدي ممكن من المنافسات الرياضية .

(كما يري عماد سمير في نفس المرجع السابق ، ص 96) ان هنالك عوامل يجب مراعاتها عند تحقيق الاعداد النفسي للحكم .

- 1-الفروق الفردية في السمات الشخصية للحكم .
- 2-الحالة النفسية والبدنية التي يتميز بها الحكم .
- 3-الفروق بالنسبة لمواقف المختلفة التي ترتبط بكل منافسة .
- 4-القدرة علي العقلية للحكم للتحكم والسيطرة في الانفعالات والمظاهر النفسية.
- 5-المستوي العلمي والثقافي للحكم .
- 6-الخبرات التحكيمية للحكم .

2-1-6-3 المتطلبات النفسية للرياضيين :

يشير(حسن محمد احمد عثمان ، 2001م ، ص 76) بأن هناك كثير من الانشطة المتعددة والمتنوعة وان لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من انواع الانشطة الرياضية الاخرى بالنسبة لطبيعة او مكونات او محتويات نوع النشاط او بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية او القدرات الخطئية او بالنسبة لما ينبغي ان يتميز به الرياضي من سمات نفسية معينة .

ويضيف حسن محمد احمد عثمان ، في نفس المرجع السابق) ان لعبة كرة القدم تعتبر من اشكال او انواع العمل الرياضي المتمسم بالصعوبة نظرا لتعدد وتنوع مهاراتها وتحركاتها ومواقفها هذا وقد تصاعدت تلك الصعوبة التي تتسم بها لعبة كرة القدم ، ذلك بعد الاتساع والتطور الذي حدث في مفاهيم الاداء والتحركات في المباراة التي اصبحت اكثر ديناميكية وشد وحجما كبيرا من النشاط الحركي هجوما ودفاعا سواء بكرة او بدون كرة ، ومواقف لعب عديدة ومتنوعة ومتداخلة مع الاداء المستمر تحت ضغط المنافس مما يتطلب تفاعلا مستمرا من اللاعبين والقدرة علي التكيف والتفاعل لملائمة ظروف اللعبة .

مما تقدم يري الدارس ان المتطلبات النفسية لحكم كرة القدم ستكون بالتبعية متميزة بالصعوبة والعقيد من هنا كان تصاعد الاهتمام بالاعداد النفسي لتجنب التوتر العصبي والإجهاد

والانفعالات السلبية ايضا تهيئة الحكام وتعبئة قدراتهم الامر الذي يؤدي الي توافر حالة من الثقة بالنفس تمكنهم من مجابهة اعباء الاختبارات البدنية دون صعوبة يذكر .

مكونات المتطلبات النفسية :

سرعة المباداة :

تلعب هذه السمة دورا كبيرا في النشاط الرياضي بصفة عامة ويشير (محمد حسن علاوي ، ونصر الدين رضوان ، 1978م ، ص151) اي ان اللاعب الذي يمتلك هذه السمة فهو دائما ما يكون في محاولة مبادرة ويبري علاوي ، اللاعب الذي يفتقد لهذا السمة يتخاذل بسرعة ويتقادي مواجهة الصعوبة التي قد تواجهه في مواقف اللعب المختلفة .
العنوانية :

اختلفت وجهات نظر العلماء حول اهمية العدوانية في المجال الرياضي بصفة عامة وبعض الانشطة الرياضية والمنازلات الفردية بصفة خاصة الا انهم قد برزوا اهميتها ودورها في استغلال طاقات اللاعب النفسية في التوجيه حول ممارسة نشاط معين يتطلب سمات نفسية معينة لدي اللاعب .

يذكر (حسين محمد وعلي السيد ، 1999م ، ص73) انه لا توجد اي غريزة للعدوان ، ويعتقد اصحاب هذه النظرية ان اساليب التربية والتنشئة الاجتماعية تلعب دورا هاما في تعلم الافراد الاساليب السلوكية التي يتمكنون عن طريقها من تحقيق اهدافهم .
وقد توصلت بعد الدراسات ان بعض لاعبي المستويات العليا الرياضية لا يكونون فقط عدوانين ولكنهم يشعرون بحرية التعبير عن نزعاتهم العدوانية اكثر من الافراد الاخرين .
الدافعية :

ان سمة الدافعية تعني ان اللاعبين الذي يتمتعون بسمة الدافعية لديهم طموح في الوصول لاعلي المستويات ويتقبلون التوجيه في سبيل الوصول الي الانجاز العالي في المنافسات علي غيرهم .

والدارس يري ان الدافعية لدي حكم كرة القدم تعني تطور الحكم وتحقيق النجاح المتواصل حتي يصل اعلي مراتب التحكيم الدولي وهذه الدافعية بالنسبة للحكم اشباع الحاجة اي الانجاز وتحقيق النجاحات والاستمتاع بمواجهة التحدي .

الثبات الانفعالي :

تعتبر سمة الثبات الانفعالي من السمات النفسية الهامة في المجال الرياضي ففي المنافسات الرياضية اللاعب الذي يتميز بهذه السمة تمكنه من مقابلة الضغوط والشدائد وبالتالي الاداء دون توتر او عصبية .

يذكر (محمد حسن علاوي ، 1987م ، ص 475) في مقياس تقدير الدافعية الرياضية لبعض السمات المختارة التي ترتبط بالمستوي العالي ان اللاعب الذي يحصل علي درجة مرتفعة في سمة الثبات الانفعالي يتميز بقدر كبير من الاستقرار والهدوء والواقعية حيث انه لاينفعل اويستثار بسهولة ولديه قدرة متميزة علي عدم اظهار مشاعره ومن ذلك فان ادائه عادة لا يتأثر بمشاعره او انفعالاته وهذا النوع من الرياضيين لا يحدث ان يصاب بالاكنتاب او تحدث له حالة احباطية عندما يرتكب خطأ او يفقد الفوز في المباراة .
المثابرة :

تعني المواظبة والاستعداد للتدريب لفترة طويلة دون راحة او ملل حتي يتم الوصول الي تحقيق افضل مستوي .

والفرد الذي يفتقر لسمة المثابرة نجده يتميز بعدم القدرة علي مجابهة العقبات او الصعاب التي لم يتوقعها الفرد من قبل . ويشير (حسن محمد احمد ، 2001م ، ص 79) الي ان معظم الدراسات التي تناولت ذلك الجانب اتفقت علي اهمية تلك السمة في المجال الرياضي ، والتي تعني الرغبة في التدريب الجاد لفترات طويلة والاحتفاظ بالصبر حتي في المواقف الصعبة ، ويرى ان المثابرة تعد احدي السمات الهامة التي تتميز رياضي المستويات العليا في الرياضات ذات الطابع التنافسي .
الشجاعة :

يشير (ذكي هاشم ، 1974م ، ص 125) اي ان مظاهر الخوف دائما تدفع الشخص الي الهروب من المواقف الحرجة او الصعبة . وان زيادة حدة الخوف بما يجاوز الوظيفة البيولوجية للفرد يؤثر بلا شك علي التوازن النفسي للفرد .

ويعرفها (حسن علاوي ، 1978م ، ص 155) بانها التوجيه الواعي لسلوك الفرد في المواقف التي تتميز بخطورتها ، لذلك فهي تمكن الفرد من القدرة علي التغلب علي مظاهر الخوف .

لذلك يري الدارس ان الشجاعة احد السمات المميزة للحكم مما يجعل الحكم دائما يتسم بالهدوء والصلابة والاسرار علي اجتياز الاختبارات .
الطموح :

يعد اهم السمات الارادية التي تميز اللاعبين في المستويات العليا وذلك نظرا الي تطلع اللاعب الدائم الي مستوي اداء افضل للوصول الي النصر والفوز علي المنافسة يذكر (محمد حسن علاوي ، 1978م ، ص 27) ان الطموح هو المستوي الذي يصفه الفرد لنفسه كي يبلغه مستقبلا في نوع النشاط الذي يمارس .

ويستطرد محمد حسن علاوي قائلا ان الطموح هو محاولة السعي لتحسين المستوي والمثابرة علي التدريب مع الاستعداد لبذل الجهد .

اي ان الطموح هو تطلع الفرد لمستوي اداء افضل للهدف المنشود في المنافسة .
الحيوية :

تعتبر من السمات الارادية التي تميز اللاعبين في المستويات العليا وفي ذلك يذكر (صلاح السيد قادوس ، 2001م ، ص 4 نقلا عن حسن محمد عثمان) ان الحيوية القيام بالاداء في ظروف التدريب والتنافس بمجهود ملحوظ ومتميز بالحيوية دون الشعور بالتوتر .

والدارس يري ان حكم كرة القدم يجب ان يتميز بالجدية كما يجب ان لا يكون متوتر اثناء

الاختبار

الجرأة :

يرري محمد حسن علاوي ، 1978م ، ص 159) ان الجرأة هي القدرة علي مكافحة الخوف بانواعه ودرجاته المختلفة ، فاللاعب الذي يتميز بهذه السمة لديه القدرة علي التعبير عن افكاره ورائه بثقة ورغبة الدائمة بالاشتراك في المنافسات حتي عند اصابته مع تحمله الكثير من الالام سواء البدنية او الذهنية ولا يهاب المخاطر .لذا تعتبر الجرأة من السمات النفسية المميزة والهامة في مجال الرياضة في مستوياتها العليا بصفة عامة .

الثقة بالنفس :

ان الثقة بالنفس من السمات الهامة المميزة للرياضيين وتعني ان اللاعب لديه ثقة كبيرة في نفسه وقدرة علي التعامل مع الاشياء ويتحكم في المواقف غير المتوقعة ويصدر قراراته بثقة ويتحدث عن افكاره بطلاقة للمدرب واللاعبين .

ويري (العربي شمعون ، 1979م ، ص 7) ان الافتقار الي الثقة بالنفس قد يعوق اللاعب عن بذل اقصي طاقاته وهذا اللاعب يبدا مباراته متوقعا الهزيمة واذا فاز يظن انها معجزة . ان الثقة بالنفس تعني وجود ثقة في قدرة اللاعب وقبوله للتحدي ، وان يكون واقعي في معرفة نواحي القوة والضعف وثقته في انجاز الاهداف الواقعية وتحسين المهارات الفردية وبضيف العربي شمعون ، ان الرياضيين مجموعة واثقة من نفسها وان الناحية الاجتماعية التي ترتبط بالاداء الرياضي الممارس تظهر ثقة وتأكيد في مواقف المنافسة الرياضية .ويري الباحث ان الحكم الذي يكون واثق من نفسه دائما يجتاز الاختبار بدون تعقيد وبأريحية كاملة من كل الجوانب البدنية والنفسية .
ضبط النفس :

يعرف محمد حسن علاوي ، 1978م ، ص 154) تلك السمة بانها قدرة الفرد علي التحكم في سلوكه اثناء المواقف التي تتميز بالاستثارة الانفعالية ، وهي تظهر في حالات تتميز بدرجة عالية من الصعوبة .

هذا ويمكن ان يميز ضبط النفس عن طريق الواقعية والعدوء وتجنب الاضطراب الانفعالي وتعلم التحكم في الشعور وتجنب الشعور الذي قد يتدخل ليؤثر علي طريقة حل المشاكل ويري (محمد حسن ، ونصرالدين رضوان ، 1978م ، ص 47) بان الاعمار زائد ضبط النفس قد يصبح مشكلة اذا امتد ذلك الي الدرجة التي يصبح ادائه خال من الانفعالات ، قد يؤدي ذلك الي ان يفقد الاستمتاع بالنجاح كما انه قد يعوق نمو وتطوير المهارات الحركية .حيث تقل الدافعية لبذل الجهد للتقدم والوصول الي اقصي قدراته وذلك النمط نادرا ما يقيم الفرصة وهو يلعب بنفس الاسلوب في المباراة سواء كانت متقدما او متأخرا او قد يظهر ادائه بنسبة معينة ويتجنب دائما التحديات .

ويضيف (محمد نصر) نفس المرجع قائلًا ان هذه السمّة تجعل الفرد لا يستتار بسهولة وله قدرة كبيرة علي اخفاء انفعالاته .

2-2- الدراسات السابقة والمرتبطة:.

الدراسات السودانية :.

قام الدارس بإجراء مسح شامل للتعرف على الدراسات التي أجريت في أهم الصعوبات التي تواجه حكام كرة القدم في الأختبارات البدنية (فيفا تست) في المجال الرياضي ، وسوف يستعرض الدارس الدراسات العربية والسابقة وفقاً لأهميتها وارتباطها بموضوع البحث .

2-دراسة عبدالرحمن محمد احمد عباس 2007م (دكتوراة) بعنوان (علاقة القلق بتركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام كرة القدم بالسودان هدفت الدراسة التي التعرف على علاقة حالة القلق (نفسحركى ، معرفى) بقدرة تركيز الانتباه لدى حكام كرة القدم ، وشملت عينة الدراسه (180) حكماً من مختلف الدرجات ومن عدة ولايات السودان ، واستخدم الباحث المنهج الوصفى لملاءمة لطبيعة الدراسة وكما أستخدم الباحث الاستبانة لقياس القلق ورأى الخبراء والمتخصصين وكانت أهم النتائج وهى :

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من القلق النفسحركى والقلق المعرفى وتركيز الانتباه .

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين سرعة رد الفعل الاختيارى وكل من القلق النفسحركى والمعرفى وقدرة تركيز الانتباه لدى حكام كرة القدم فى السودان تعزى لمتغير (العمر ، درجة الحكم ، الخبرة فى مجال التحكيم ، المؤهل الدراسى و الحالة الاجتماعية) .

3-دراسة عوض يس أحمد محمود 2012م (ورقة بحثية منشورة) بعنوان التعرف على المستويات البدنية للحكام الواعدين لكرة القدم هدفت الدراسة الى التعرف على المستويات البدنية للحكام الواعدين لكرة القدم فى السودان استخدم الباحث المنهج الوصفى لملاءمة لطبيعة الدراسة ، وشملت عينة الدراسة (20) حكم واعد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وكانت أهم النتائج نجاح (15) حكم واعد فى الاختبارات المتمثلة فى السرعة والتحمل ورسوب (5) حكم فى نفس الاختبارات .

4- دراسة السر محمد على 2012م (ماجستير) بعنوان (اسباب الضغوط النفسية على حكام كرة القدم فى الدورى الممتاز السودانى) هدفت الدراسة الى التعرف على اسباب الضغوط النفسية على حكم كرة القدم فى الدورى الممتاز السودانى ، أستخدم الباحث المنهج الوصفى

أستخدم الباحث الاستبانة كأداة لجمع البيانات ، وشملت عينة الدراسة (70) حكماً قومي بالطريقة العشوائية وقام الباحث بأستخدام الاستبانة ، وكانت أهم النتائج هي :
. عدم وجود الحماية الكافية للحكام لاداء دورهم المطلوب.

. جهل تعصب لدى الجمهور المشجعين لفريقهم.

. هنالك صفات سلبية لدى بعض الحكام .

. النظرة العدائية من الاعبين تجاه الحكام .

. أعتراض الاعبين على قرارات الحكام.

5- دراسة عبدالعظيم جابر طمبة كوشى 2015م (دكتوراة) بعنوان برنامج تدريبي مقترح لرفع بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لحكام كرة القدم بالسودان هدفت الدراسة الى التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح على حكام كرة القدم فى تطوير عنصر السرعة وعنصر التحمل وبعض المتغيرات الفسيولوجية المتمثلة فى (معدل النبض أثناء الراحة ، نبض الاستشفاء بعد المجهود (10.5) دقائق ، ضغط الدم الانقباضى والانبساطى ، الحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين المطلق) فى مؤشر كتلة الجسم ، أستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعة واحدة بإستخدام القياسين القبلى والبعدى ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من حكام كرة القدم القوميين المعتمدين من قبل الاتحاد السودانى لكرة القدم وعددهم (30) حكم وسط ، قام الباحث باجراء الاختبارات والقياسات كأداة جمع البيانات ، وكانت أهم النتائج - الاهتمام باستخدام البرنامج التدريبي المقترح لتطوير اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية للحكام- تعيين مختصين باللياقة البدنية لتدريب الحكام بشكل جماعى أو فردى وفق برامج تدريبية مقننة وتأهيل عبر دورات تدريبية عالية وربطهم باخر التطورات العلمية والعملية .

6- دراسة السر محمد علي محمد 2016م (دكتوراة) بعنوان : اهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان من وجهة نظر عينة من الحكام . هدفت الدراسة الى التعرف علي اهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان ، استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة الدراسة ، واشتملت عينة الدراسة (130) حكما بالطريقة العشوائية من الحكام الدوليين والقوميين وحكام الدرجة الاولى المسجلين بالاتحاد السودانى لكرة

القدم للعام 2014م ، وقام الباحث باستخدام الاستبانة والمسح المرجعي واستطلاع آراء الخبراء كأداء لجمع البيانات ، وكانت اهم النتائج هي ان اهم المتطلبات البدنية(السرعة ، تحمل السرعة ، التحمل ، السرعة الانتقالية ، والقوة المميزة بالسرعة) .
الدراسات العربية .:

1- دراسة سعد منعم ا لشليخي بعنوان 1996م : بعنوان تصميم مقياس لتقويم أداء حكام كرة القدم هدفت الدراسة الى وضع مقياس لتقويم أداء حكام كرة القدم العراقيين وكذلك الى التعرف على مستوى اداء حكام كرة القدم العراقيين واختيرات العينة بالطريقة العشوائية من المتخصصين (حملت الشهادة العليا) الخبراء هم المشرفين والمدربين للدورى الممتاز والحكام الدوليين بكرةالقدم اذ بلغ عددهم (40) حكم منهم (10) متخصصين تدريس و(10) حكام دوليين مدربين بالدورى الممتاز ، استخدم الباحث المنهج الوصفي وخلصت الدراسة الي ان اللياقة البدنية عنصر مهم لحكام كرة القدم ويجب أن يعمل الحكم على تطويرها وأن الاستمارة التي تم أعدادها لهذا البحث تقييم أداء الحكام وتحقيق الهدف المرجو وحصل تطابق في آراء عينة البحث حول أهمية حركة الحكم واللياقة البدنية .

3دراسة على بيك 1996م :بعنوان إعداد حكام كرة القدم بديناً ، هدفت الدراسة الى ايجاد أسلوب علمي متكامل للارتقاء بحكام كرة القدم منالناحية البدنية ، أستخدم الباحث المنهج الوصفي ، أشتملت عينة الدراسة (50) حكماً من المعتمدين لدى الاتحاد المصرى لكرة القدموكانت أهم النتائج عمل معسكرات لجميع الحكام على هيئة أفواج لمدة (3-4) أيام قبل الموسم وتطبيق أساليب الاعداد البدنى للحكام له تأثير إيجابى فى الارتقاء بمستوى الاعداد البدنى للحكام ، عمل منهج تدريبى لتطوير بعض الصفات البدنية لحكام كرة القدم حسب اختبارات كوير تيست .

4دراسة سمير مهنة الربيعى 2005م (دكتورة غير منشورة) بعنوان منهج تدريبى لتطوير بعض القدرات التحكيمية واثر فى أداء حكم كرة القدم هدفت الدراسة الى إعداد منهج تدريبى لبعض القدرات التحكيمية وكذلك التعرف على تأثير المنهج التدريبى على بعض القدرات التحكيمية والاداء لدى عينة الدراسة التجريبية ، أستخدم الباحث المنهج التجريبى كما أستخدم الباحث الأختبارات والمقاييس كأداة لجمع البيانات وشملت عينة الدراسة على مجموعتين بواقع

(15) حكماً لكل مجموعة وخلصت الدراسة الى اعتماد مكونات الحمل التدريبي الذي طبق أثناء المنهج التدريبي بتصميم برنامج تدريبي ، عند تدريب مستويات مناظرة لمستوى عينة البحث واعتماد التدريب الفترى مرتفع الشدة لاقبل من القصى خلال مدة الاعداد الخاص لتطوير القدرات التحكيمية والاهتمام بمراحل الاعداد الخاص للحكام من خلال التأكيد على أهمية كل قدرة والترابط فيما بينهما عند تنفيذ مفردات المنهاج التدريبي وتعميم المنهج التدريبي الذي اعدة الباحث فى بناء مناهج مشابهة لتطوير بعض القدرات التحكيمية الخاصة بحكام كرة القدم .

5. دراسة عامر سعيد الخيكاني(2005) بعنوان الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الاولى لكرة القدم وعلاقتها بمستوي اداءهم ، هدفت الدراسة الي التعرف علي الكفاءة البدنية والخصائص الشخصية وقلق الحالة لحكام الدرجة الاولى المعتمدين في الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم واشتملت عينة البحث علي (50) حكم درجة اولي معتمدين في الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم ، استخدم الباحث المنهج الوصفي وتلخصت الاستنتاجات في تميز حكام الدرجة الاولى لكرة القدم بمستويات ضعيفة في الكفاءة البدنية وكذلك في قلق الحالة ، بينما كانوا متميزين بمستويات عالية في بعض السمات الشخصية المتمثلة في(اكثر زكاء ، مسيطر، واثق بالآخرين ، معتمد علي الجماعة) بينما كانوا في حدود وسطي في السمات الاخرى ، كما ان هناك علاقة حقيقية (ايجابية)بين الكفاءة البدنية لحكام ومستوي ادائهم .

6دراسة عامر سعيد جاسم محمد 2006م (دكتوراة) بعنوان (الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الاولى لحكم كرة القدم بالعراق وعلاقتها بمستوى أدائهم هدفت الدراسة الى القوة على الكفاءة البدنية والخصائص الشخصية وقلق الحالة ومستوى الاداء لحكام الدرجة الاولى فى الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم وعلاقة الارتباط بين الكفاءة البدنية والخصائص الشخصية وحالة قلق الحالة مع مستوى أدائهم ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة الدراسة أستخدم الباحث الاستبانة كأداة لجمع البيانات ، وشملت عينة الدراسة (50) حكماً للدرجة الاولى بالطريقة العشوائية ، وقام الباحث بأستخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري والارتباط للمعالجات الاحصائية ، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية :

. حصل الحكام على أزمان عالية لاداء الجهد الخاص باختبارات السرعة والتحمل .
. تميز الحكام بمستوى منخفض في حالة القلق
. تميز الحكام بسمات شخصية هي : أكثر ذكاء ، مسيطر ، واثق بالآخرين ، معتمد على الجماعة

. وجود علاقات ارتباط معنوية بين متغيرات (الكفاءة البدنية وسمات الشخصية وقلق الحالة) .
7 دراسة كل من صباح قاسم خلف ومحسن علي نصيف (2012) بعنوان : مقارنة بين حكام الدرجة الثانية والثالثة باختبارات اللياقة البدنية والفروقات بالنسبة للاوقات خلال المسافات المقطوعة بالاختبار وعددهم (20) حكم درجة ثانية و (20) حكم درجة ثالثة بكرة القدم ، استخدم الباحث المنهج الوصفي وخلصت الدراسة الي عدم اعطاء راحة كافية بين الاختبارات الخاصة باللياقة البدنية للحكم اثر سلبا علي نتائج اختبارات الركضة الثالثة والخامسة والسادسة للدرجة الثالثة بالاضافة الي ضعف السرعة عند حكام الدرجة الثالثة .
2-2 التعليق على الدراسات السابقة :

يتضح في العرض السابق لبعض الدراسات التي تناولت اهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم في الأختبارات البدنية (فيفا تست) ما يلي :
2-2-1 الفترة الزمنية :

أجريت هذه الدراسات في الفترة الزمنية من عام (1995م حتى 2015م)
2-2-2 الاهداف :

يتضح أن معظم الدراسات قد حاولت التعرف على السمات البدنية للحكام والضغوط المؤثرة عليهم والملاحظ أن جميع هذه الدراسات أختارت هدفها من خلال عينة بيئتها ولذلك يحاول الباحث كما ذكر من دراسة أهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم في الاختبارات البدنية بالخرطوم في واقع البيئة السودانية .

المنهج : استخدمت معظم الدراسات المنهج الوصفي فيما إستخدم بعض المنهج التجريبي .
العينة : اختلفت الدراسات في أنواع العينات وعددها التي طبقت عليها مابين (مدربين ، ولاعبين ، حكام ،)
2-2-3 أدوات جمع البيانات :

أستخدمت الدراسات السابقة أدوات جمع البيانات (الاستبانة) فى معظمها والاختبارات والمقاييس فى بعض منها .

4-2-2 المعالجات الاحصائية :

أتفقت معظم الدراسات السابقة فى الاسباب الاحصائية المستخدمة والتي تمثلت فى النسب المئوية ، المتوسطات الحسابية ، الانحراف المعياري ، الدرجة التائية .

2-2-5 أهم النتائج :

أسفرت نتائج الدراسات السابقة إلى :

- بينت هذه الدراسات أن هنالك اهتمام واضحاً ومتميزاً لموضوع اللياقة البدنية لدى حكام كرة القدم .

2-2-6 استفاد الدارس من الدراسات السابقة فى الاتي

استفاد الدارس من الدراسات فى التعرف على أفضل الاجراءات المناسبة التى يمكن ان تؤدى لتحقيق أهداف الدراسة والاستفادة منها ووسائل جمع البيانات وطريقة اختيار العينة بالإضافة الى تحديد موضوعات الأطار النظرى .

وهذه الدراسات السابقة يمكن أن تفيد الدارس من خلال التعرف على منهجيتها وبناء منهجية خاصة بدراسة ، وكذلك أطلاع على الجوانب التى تناولتها الدراسات السابقة والعمل على تغطية جوانب جديدة لم تشملها الدراسات السابقة .

الفصل الثالث

أجراءات البحث

منهج البحث
مجتمع البحث
عينة البحث
توصيف العينة
أداة جمع البيانات
المعالجات الاحصائية

الفصل الثالث

3 - إجراءات الدراسة

1-3 مقدمة .:

سيتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات التي استخدمها الدارس من منهج ومجتمع وعينة واسباب وكيفية اختيار عينة الدراسة واداة الدراسة التي تم الاعتماد عليها في جمع بيانات البحث وطريقة تحديد صدق وثبات اداة البحث .

والاسلوب الاحصائي الذي تم استخدامه في معالجة بيانات البحث .

2-3: منهج الدراسة :

يتوافق تحديد المنهج في اي بحث علي طبيعة الدراسة والهدف منها ، والإمكانيات المتاحة ، مع ذلك وتماشيا مع ذلك استخدام الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملاءمته لطبيعة الدراسة، وذلك للتعرف على المتطلبات البدنية والنفسية لحكام كرة القدم بإتحاد الخرطوم المحلي حيث اشار (عبدالناصر عابدين ، 2008م ص 133) الي ان المنهج الوصفي من اكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية ، تهتم بجمع اوصاف دقيقة وعلمية للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره ، كذلك تحديد المنافسات الشائعة والتعرف علي الاداء والمعتقدات والاتجاهات عند الافراد والجماعات وطرقها في النمو والتطور ، كما يهدف ايضا الي دراسة العلاقات القائمة بين الظواهر المختلفة

3-3: مجتمع الدراسة :

يعتبر مجتمع البحث هو المجتمع الذي سحبت منه العينة وانحصر المجتمع المستهدف للدراسة قيد البحث في حكام كرة القدم المعتمدين والمسجلين بإتحاد الخرطوم المحلي لكرة القدم والبالغ عددهم 120 حكم .

4-3 توصيف مجتمع الدراسة :

هم حكام كرة قدم بالدرجات المختلفة المعتمدين من قبل لجنة التحكيم المحلية بالخرطوم ويرى الدارس ان العينة المختارة قيد البحث يمكن من خلالها التوصل والتحقق من وضع منظومة فنية تفيد كثيرا القائمين بأمر الاعداد البدني لحكام اتحاد الخرطوم المحلي من ناحية خاصة وحكام

كرة القدم في كل الاتحادات المحلية بالسودان من ناحية عامة وحكام كرة القدم في كل انحاء العالم من ناحية اكثر عمومية .

3-5: عينة الدراسة :

قام الدارس باختيار عينة عشوائية من حكام كرة القدم بولاية الخرطوم بلغ عددهم (20) حكماً

3 - 1 - 1: توصيف العينة:

يبين الجدول (1) توصيف عينة الدراسة من حيث العمر - الحالة الاجتماعية - المستوى الاكاديمي - درجة الحكم - نوع العمل والعدد الممثل لكل منهم ونسبته المئوية.

جدول (1) وصف عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات

(العمر - الحالة الاجتماعية - المستوى الاكاديمي - درجة الحكم - نوع العمل)

المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية	العدد	النسبة المئوية
العمر		
أقل من 20 سنة	-	0%
من 20 سنة حتى 25 سنة	2	10%
من 26 سنة حتى 30 سنة	10	50%
أكثر من 30	8	40%
العدد الكلي	20	100%
الحالة الاجتماعية		
غير متزوج (أعزب)	7	35%
متزوج	13	65%
العدد الكلي	20	100%
المستوى الاكاديمي		
مرحلة الاساس	-	0%

%15	3	الثانوى
%45	9	الجامعى
%40	8	فوق الجامعى
%100	20	العدد الكلى
درجة الحكم		
%45	9	الدرجة الاولى
%35	7	الدرجة الثانية
%20	4	الدرجة الثالثة
%100	20	العدد الكلى
مجال العمل		
%15	3	مدير
%25	5	موظف
%0	-	طبيب
%10	2	مهندس
%0	-	معلم
%10	2	عامل
%40	8	اخرى
%100	20	العدد الكلى

3-1-2 الأدوات المستخدمة في البحث لجمع البيانات:

الإستبانة كأداة لجمع بيانات البحث.

1/ بناء الإستبانة:

المرحلة الاولى :

صمم الدارس الإستبانة كأداة لجمع بيانات البحث ، واستعان في تصميمها بمدرج ثلاثي (موافق ، متردد ، غير موافق) واستفاد من الدراسات السابقة والمشابهة والشبكة العنكبوتية ومسح المراجع والكتب .

المرحلة الثانية :

قام الدارس بعرض الإستبانة علي عينة استطلاعية من اساتذة كلية التربية البدنية والرياضة وطلاب الدراسات العليا والخبراء في مجال التحكيم لابداء الملاحظات (ملحق رقم 1) .

المرحلة الثالثة :

تم إجراء التعديل المناسب حسب اراء السادة المحكمين و الخبراء ودراسات استطلاعية فأصبحت في صورتها النهائية مشتملة على محور هي :- المتطلبات البدنية - المتطلبات النفسية .

صدق وثبات الاستبانة :

قام الدارس بإعداد وعرض الاستبانة على الخبراء وبلغ عددهم (10) من حملة الدكتوراه في التربية الرياضية.

جدول رقم (2)

يوضح المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ومعامل الارتباط (الثبات)

الصدق	معامل الارتباط) (الثبات)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	إسم المحور	
0.95	0.91	.86	7.7	محور المتطلبات البدنية	-1
0.94	0.89	.88	8.1	محور المتطلبات النفسية	-2

3-1-3 تطبيق الدراسة :

قام الدارس بالاستعانة ببعض الزملاء والخريجين ودراسة إستطلاعية مع الاخوة الحكام في اهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الإختبارات البدنية و تحديد وتوفير الادوات اللازمة لتطبيق الاستبانة ، وشرح للمساعدين كيفية تطبيق الاستبانة ورصد الدرجات ، وبتاريخ 2017/7/13م قام بتطبيق الاستبانة على عينة البحث وجمع الدرجات بغية تحليلها إحصائياً .

3-1-4 الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:-

قام الدارس باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة وهي:

معادلة سييرمان براون.

سرمعامل برسون.

النسب المئوية .

الانحراف المعياري.

المتوسط الحسابي.

. النسبة المئوية : $\frac{\text{التكرار}}{100}$

العدد الكلي

. المتوسط الحسابي : $\frac{\text{مج س}}{\text{ن}}$

ن

حيث : مج س = مجموع المفردات

ن = عدد المفردات

. الإنحراف المعياري : $\sqrt{\frac{\text{مج ح}^2}{\text{ن}}}$

ن

حيث : ح - انحراف القيم عن وسطها الحسابي .

مج ح 2 = مجموع مربعات الانحرافات .

ن = عدد القيم أو المفردات .

معامل ارتباط بيرسون .:

ن مج س ص - (مج س) (مج ص)

ر = $\frac{[ن مج س 2 - 2(مج س 2)] [ن مج ص 2 - 2(مج ص 2)]}{\sqrt{[ن مج س 2 - 2(مج س 2)] [ن مج ص 2 - 2(مج ص 2)]}}$

معامل ارتباط سيبرمان براون :

رأ = $\frac{2 \times ر}{ر + 1}$

ر + 1

الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الفصل الرابع

4 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج

للإجابة على سؤال البحث الاول والذي ينص على : ماهى أهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم ؟ قام ال دارس باستخراج المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم (3) يوضح

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لتكرارات إجابات العينة عن محاور الاستبانة

الترتيب	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	التكرارات			المتطلبات البدنية	م
			غير موافق	محايد	موافق		
3	.444	2.75	-	5	15	السرعه	-1
1	.410	2.80	-	4	16	تحمل السرعه	-2
1م	.410	2.80	-	4	16	التحمل	-3
4	.470	2.70	-	6	14	المرونه	-4
6	.605	2.55	1	7	12	الرشاقه	-5
8	.605	2.45	1	9	10	القوة العضليه	-6
6م	.605	2.55	1	7	12	القوة المميزه بالسرعه	-7
5	.489	2.65	1	7	13	تحمل القوة	-8

ويلاحظ من نتائج الجدول رقم (3) أن تقديرات العينة لأهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي جاءت على النحو التالى :-

جاء فى المرتبة الأولى المتطلب رقم (2) تحمل السرعة بمتوسط حسابى (2.80) وإنحراف معيارى بلغ (.410) وجاء مشترك معه المتطلب رقم (3) التحمل بمتوسط حسابى (2.80) وإنحراف معيارى بلغ (.410) ، وفى المرتبة الثالثة جاء المتطلب رقم (1) السرعة بمتوسط

حسابي (2.75) وانحراف معياري بلغ (0.444) ، وفي المرتبة الرابعة جاء المتطلب رقم (4) المرونة بمتوسط حسابي (2.70) وانحراف معياري بلغ (0.470) ، وفي المرتبة الخامسة جاء المتطلب رقم (8) تحمل القوة بمتوسط حسابي (2.65) وانحراف معياري بلغ (0.489) ، وفي المرتبة السادسة جاء المتطلب رقم (5) الرشاقة بمتوسط حسابي (2.55) وانحراف معياري بلغ (0.605) ، وفي المرتبة السادسة مشترك جاء المتطلب رقم (7) القوة المميزه بالسرعه بمتوسط حسابي (2.55) وانحراف معياري بلغ (0.605) ، وفي المرتبة الثامنة جاء المتطلب رقم (6) القوة العضلية بمتوسط حسابي (2.45) وانحراف معياري بلغ (0.605) .

وهذه النتيجة تجيب على سؤال الدراسة الاول : أهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي هي :-

- تحمل السرعة .
- التحمل .
- السرعة .
- المرونة .
- تحمل القوة .
- الرشاقة .
- القوة المميزه بالسرعه .
- القوة العضلية .

وتؤكد هذه النتيجة دراسة كل من : حسن محمد احمد (2001م) ، وسراج الدين محمد عبدالمنعم (2007م) ان المتطلبات السرعة وتحمل السرعة والتحمل احد عوامل النجاح في كثير من الانشطة .

وكذلك راي : علي فهمي بك (1997م) ان اهم المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم هي السرعة - تحمل السرعة - والقوة العضلية - والتحمل العام والمرونة .

ويعزي الدارس من خلال عمله في مجال تحكيم كرة القدم يري ان معظم هذه العناصر تشكل المتطلبات البدنية الاساسية لحكام كرة القدم وهي المتطلبات البدنية الاساسية التي يمكن معرفتها من خلال تحليل الاداء البدني للحكم اثناء المباراة فضلا عن نوعية الاختبارات التي يتعرض لها الحكم خلال الموسم الكروي لإختبار قبل بداية الموسم الكروي.

والباحث يري ان معظم الدراسات اكدت ان الحكم اثناء المباراة يقطع مسافة تعادل (12) كيلو خلال ال(90) دقيقة منها ما يعادل 5 - 6 كيلو متر تحمل سرعة لمسافة تتراوح بين 120 - 150 مترا ، وبسرعة شبه قصوي او سرعة قصوي من 30 - 60 مترا في حين تتراوح المسافة المتبقية بين الجري والمشي في احيانا اخري وبنظرة للمسافات التي يقطعها حكم كرة القدم اثناء المباراة نجد انه يبذل مجهود كبيرا قياسا بالفعاليات الرياضية الاخرى .

وهذه النتيجة تؤكد ا دراسة كل من (حسن محمد أحمد 2001م) و (سراج الدين محمد عبدالمنعم 2007م) أن المتطلبات تحمل السرعة ، التحمل ، السرعة ، المرونة ، تحمل القوة ، الرشاقة ، القوة المميزة للسرعة ، القوة العضلية أحد عوامل النجاح في كثير من الانشطة . وكذلك رأى (فهمى بك 1997م) أن المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم هي السرعة ، التحمل ، المرونة ، تحمل القوة ، الرشاقة .

ويعزي الدارس من خلال عمله في مجال التحكيم كرة القدم يري أن معظم هذه العناصر تشكل المتطلبات البدنية الاساسية لحكام كرة القدم وهي المتطلبات البدنية الاساسية لحكام كرة القدم التي يمكن معرفتها من خلال تحليل الاداء البدني لحكم في أثناء المباراة ، فضلا عن نوعية الاختبارات التي يتعرض لها الحكم من خلال الموسم .

ويري الدارس هذه النتيجة الى أن معظم الدراسات أكداً أن الحكم أثناء المباراة يقطع مسافة تعادل 12 كيلو خلال 90دقيقة منها ما يعادل 5-6 كيلو متر تحمل سرعة لمسافة تتراوح بين 120-150 متر ، وبسرعة شبه قصوى أو سرهه قصوى من 30-60 متر حين تتراوح المسافة المتبقية بين الجرى والمشي في أحيان أخرى وبنظرة للمسافات التي يقطعها حكم كرة القدم أثناء المباراة نجد أنه يبذل مجهود كبيراً قياساً بالفعاليات الرياضية الاخرى ، كما أنه يتفوق حتى على جهدلاعب كرة القدم إذا أثبتت الاحصائيات أن المسافة المقطوعة للاعب الوسط الفريق

تتراوح من 9-10 كيلو متر ، ويرى الدارس أن هنالك قدرات بدنية أساسية خاصة بحكم كرة القدم وهى تلك القدرات النابعة من خصوصية وطبيعة متطلبات حركة الحكم داخل ميدان اللعب ، وهذا يعنى أن يكون تدريبه بشكل خاص يأخذ طابع خصوصية المباراة وتدريب قدرة تحمل الاساسية الخاصة بحكم كرة القدم لنتناسب مع قدرة التحمل الخاص بالمباراة التى ترتبط ارتباطاً مباشراً بزمن اللعب .

4-2 للإجابة على سؤال الدراسة الثانى والذى ينص على ماهى أهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم ؟ قام الباحث باستخراج المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ، والجدول التالى يوضح ذلك .

جدول رقم (4) يوضح

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لتكرارات إجابات العينة عن محور المتطلبات النفسية

الترتيب	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	التكرارات			المهارة	م
			غير موافق	محايد	موافق		
16	.607	2.50	1	8	11	عندما تسوء الامور فاننى استطيع تغييرها الى الافضل	1
14	.605	2.55	1	7	12	قدراتى ومهارتى عالية بالمقارنة بزملائى	2
7	.366	2.85	-	3	17	انا حكم واثق من نفسى لذلك زملائى يتقون بى	3
9	.523	2.80	1	2	17	فى إجتماع التيم ويرك أستطيع ان اعبر عن رأتى بصراحة وبدون تردد او خوف	4
10	.571	2.70	1	4	15	اتصرف جيداً فى المواقف غير	5

						المتوقعه	
6	.489	2.85	1	1	18	لدى قدر كبير من الثقة بالنفس	6
29	.827	1.50	14	2	4	لاعبير عن رائي في إجتماع التيم ويرك لاننى أخشى ان ينتقدنى البعض	7
34	.681	1.40	14	4	2	تكون خسارتى فى بعض الاشياء نتيجة لعدم قدرتى على اتخاذالقرار	-8
38	.745	1.35	16	1	3	اشعر بعدم الثقة فى قدراتى	9
17	.951	2.20	7	2	11	ليس لدى ثقة فى نفسى	10
28	.768	1.80	8	8	4	فى الرياضة اذا لم تبعد الاخرين عن طريقك فانهم يقومون بابعادك	11
26	.553	2.10	2	14	4	لا أخشى مطلقاً احتمال اصابتى اثناء المنافسة	12
34م	.681	1.40	14	4	2	لكى أصبح الرياضى أكثر فاعلية فى التحكيم على أن اكره منافسى	13
18	.834	2.20	5	6	9	يعتقد البعض أننى عنيف عندما اكون داخل الملعب	14
22	.858	2.00	7	6	7	اتضايق من الافراد الذين يعاملوننى معاملة سيئة	15
33	.754	1.40	15	2	3	أتساهل مع المنافس الشرس داخل الميدان	16
1	.000	3.00	-	-	20	هل انت راضى لادارتك للمباريات	17
34م	.754	1.40	15	2	3	نادرا ما اتلفظ بالفاظ قاسية اثناء	18

						المباراة	
5	.308	2.90	-	2	18	اود ان افعل كل شيء من اجل تطور اللعبة	19
م1	.000	3.00	-	-	20	عندما ارغب فى شيء ما فاننى اسعى جاهدا الى الوصول اليه	20
13	.503	2.60	-	8	12	العمل الشاق الذى تصاحبه الالم هو الطريق الى التفوق	21
م1	.000	3.00	-	-	20	اتدرب لكى اصبح نجم فى التحكيم	22
م18	.834	2.20	5	6	9	ابتعد من التحديات والمشاحنات فى المجال الرياضى	23
30	.821	1.40	16	-	4	بيدوا اننى ليس لدى روح المغامرة فى التحكيم	24
21	.733	1.70	9	8	3	الرياضة ليست كل شيء فى حياتى	25
	.550	1.25	16	3	1	ليست لدى القدرة على تطوير نفسى	26
15	.759	2.45	3	5	12	اميل الى انتهاز الفرص والمجازفة	27
31	.733	1.70	9	8	3	اعتبر نفسى أقل صبورا من الناس	28
23	.834	1.80	9	6	5	لا اهتم كثيرا بالاشياء المثيرة والملفته للنظر	29
م7	.366	2.85	-	3	17	لدى قدرة كبيرة على العمل واللعب	30
39	.852	2.10	6	6	8	اكره التسرع فى العمل واللعب	31
11	.598	2.60	1	6	13	اميل الى التصرف كما ينبقى بما تمليه على نفسى	32
24	.851	1.75	10	5	5	اكره الانتقال بسرعة من مكان لآخر	33

27	.813	1.65	11	5	4	اكره ان يكون لدى نشاط و طاقة متوفرة	34
31م	.733	1.70	9	8	3	عادة ما اعمل شئ ولا اثم افكر فيه ثانيا	35
20	.657	2.30	2	10	8	أبذل مجهود أكثر من زملائي فى التدريب	36
5م	.308	2.90	-	2	18	استمتع باللعب النظيف	37
1م	.000	3.00	-	-	20	استمتع بالمباريات القوية	38
37	.671	1.65	9	9	2	هل عندك الخوف قبل المباراة	39
24م	.851	1.75	10	5	5	هل تحس بالظلم من لجنة التحكيم	40
12	.686	2.55	2	5	13	نحب ان نلعب باستمرار فى الدوريات المختلفة	41

ويلاحظ من نتائج الجدول أعلاه أن تقديرات العينة بأوافق لأهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم جاءت على النحو التالى :-

تحصلت العبارات (17 ، 20 ، 22 ، 38) بالترتيب على كل موافقة العينة ، بمتوسط حسابى بلغ (3.00 ، 3.00 ، 3.00 ، 3.00) وانحراف معيارى بلغ (000 ، 000 ، 000 ، 000) ،

شاملة العبارات : هل انت راضى لادارتك للمباريات ، عندما ارغب فى شيء ما فأننى اسعى جاهدا الى الوصول اليه ، اتدرب لكى اصبح نجم فى التحكيم ، استمتع بالمباريات القوية (الثقة) .

وتحصلت العبارات (19 ، 37) بالترتيب على المرتبة الثانية ، بمتوسط حسابى بلغ (2.90 ، 2.90) وانحراف معيارى بلغ (366 ، 366 ، 366) شاملة العبارات : اود ان افعل كل شيء من اجل تطور اللعبة ، استمتع باللعب النظيف (الكفاح) .

وتحصلت العبارات (3 ، 4 ، 39) بالترتيب على المرتبة الثالثة بمتوسط حسابى بلغ (2.85) ،
(2.85 ، 2.85) وانحراف معيارى بلغ (366، 366 ، 366) انا حكم واثق من نفسى لذلك
زملائى يثقون بى ، لدى قدرة كبيرة على العمل واللعب ، فى إجتماع التيم ويرك أستطيع ان
اعبر عن رأتى بصراحة وبدون تردد او خوف.(الثقة)
وتحصلت العبارات (5) بمتوسط حسابى بلغ (2.70)، وانحراف معيارى بلغ (571 ،)
اتصرف جيداً فى المواقف غير المتوقعه (ثقة) .
جاءت بعدها العبارات (32 ، 41) بالترتيب بمتوسط حسابى بلغ (2.55 ، 2.55)
وانحراف معيارى بلغ (686 ، 686)، والتي حوت الاتى : اميل الى التصرف كما ينبقى بما
تمليه على نفسى ، نحب ان نلعب باستمرار فى الدوريات المختلفة (ثقة) .
ثم جاءت بعدها العبارات (2 ، 21 ، 27) بمتوسط حسابى بلغ (2.45 ، 2.45 ، 2.45)
(وانحراف معيارى بلغ (759 ، 759 ، 759) ، والتي حوت الاتى : قدراتى ومهارتى عالية
بالمقارنة بزملائى ، العمل الشاق الذى تصاحبه الالم هو الطريق الى التفوق ، اميل الى انتهاز
الفرص والمجازفة (ثقة)
تلتها العبارات (1 ، 10) بمتوسط حسابى بلغ (2.50 ، 2.50) وانحراف معيارى بلغ
(607 ، 951)، والتي حوت الاتى : عندما تسوء الامور فانى استطيع تغييرها الى الافضل ،
ليس لدى ثقة فى نفسى (الثقة) .
بعدها العبارات (14 ، 23) بمتوسط حسابى بلغ (2.20 ، 2.20) وانحراف معيارى بلغ
(834 ، 834)، والتي حوت الاتى : يعتقد البعض أننى عنيف عندما اكون داخل الملعب ،
ابتعد من التحديات والمشاحنات فى المجال الرياضى (الشجاعة)
ثم بعدها العبارات (31 ، 36) بمتوسط حسابى بلغ (2.10 ، 2.30) وانحراف معيارى بلغ
(832 ، 657)، والتي حوت الاتى : اكره التسرع فى العمل واللعب (ثقة) ، أبذل مجهود أكثر
من زملائى فى التدريب (كفاح) .
تلتها العبارات (15) بمتوسط حسابى بلغ (2.00) وانحراف معيارى بلغ (858) والتي
حوت الاتى : اتضايق من الافراد الذين يعاملوننى معاملة سيئة .

بعدها العبارة رقم (29 ، 33 ، 40) بمتوسط حسابى بلغ (1.80 ، 1.75 ، 1.75) وانحراف معيارى بلغ (.733 ، .851 .851) والتي حوت الاتى : لا اهتم كثيرا بالاشياء المثيرة والملفته للنظر ، اكره الانتقال بسرعة من مكان لآخر ، هل تحس بالظلم من لجنة التحكيم .

ثم جاءت العبارات رقم (7 ، 11 ، 12 ، 24 ، 34)

وهذه النتيجة تجيب على سؤال الدراسة الثانى : أهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم هي :-

- الثقة بالنفس .

- الكفاح .

- الشجاعة .

- الدافعية .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (السرمحمد على 2016) والتي تشير الى التعرف على أهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان .

وكذلك دراسة كل من (عبدالعظيم جابر 2015) أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لحكام كرة القدم بالسودان .

ويعزى الباحث هذه النتيجة الى أن المتطلبات النفسية لحكام كرة القدم ستكون بالتبعية متميزة بالصعوبة والغقيد من هنا كان تصاعد الاهتمام بالإعداد النفسى لتجنب التوتثر العصبى

والاجهاد والانفعالات السلبية أيضاً تهيئة الحكام وتعبئة قدراتهم الأمر الذى يؤدي ألى توافر

حاله من الثقة بالنفس تمكنهم من مجابهة أعباء المباراة وكيفية التصرف فى كافة الظروف أو المواقف المتوقعه أو غير المتوقعه بما فيها ردود أفعال الاشخاص الاخرين.

4-3 للإجابة على سؤال الدراسة الثالث والذى ينص على الترتيب النسبى للمتطلبات البدنية

الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم ؟ قام ال دارس باستخراج المتوسط الحسابى

والانحراف المعيارى ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم (5) يوضح

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لتكرارات إجابات العينة عن محاور الاستبانة

م	المتطلبات البدنية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
1	السرعه	2.75	%75.0	3
2	تحمل السرعه	2.80	%80.0	1
3	التحمل	2.80	%80.0	م1
4	المرونه	2.70	%70.0	4
5	الرشاقه	2.55	%60.0	6
6	القوة العضليه	2.45	%50.0	8
7	القوة المميزه بالسرعه	2.55	%60.0	م6
8	تحمل القوة	2.65	%68.4	5

ويلاحظ من نتائج الجدول (5) أن الترتيب النسبي للمتطلبات الخاصة بحكام كرة القدم

باتحاد الخرطوم المحلي جاء علي النحو التالي :

في المرتبه الاولي المتطلبات (2 ، 3) تحمل السرعه والتحمل بمتوسط حسابي (2.80)

ونسبة مئوية (80%) ثم تلي ذلك المتطلب رقم (1) السرعه ، بمتوسط حسابي (2.75)

ونسبة مئوية (75%) ، بعدها المتطلب رقم (4) المرونه ، بمتوسط حسابي (2.70)

ونسبة مئوية (77%) ، وبعدها المتطلب رقم (8) تحمل القوة ، بمتوسط حسابي (2.65)

ونسبة مئوية (64.4%) ، بعدها المتطلبين رقم (5 ، 7) الرشاقة والقوة المميزة بالسرعة ،
بمتوسط حسابي (2.55) ونسبة مئوية (60%) ، واخيرا المتطلب رقم (6) القوة العضلية

وهذه النتيجة تجيب علي سؤال الدراسة الثالث : بان الترتيب النسبي للمتطلبات البدنية

الخاصة بحكام كرة القدم بإتحاد الخرطوم المحلي هو :

1 - تحمل السرعة والتحمل .

2- السرعة .

3 - المرونة .

4 - تحمل القوة .

5 - الرشاقة والقوة المميزة بالسرعة .

6 - واخيرا القوة العضلية .

وهذه النتيجة تؤكدها دراسة (علي البيك 1996م (بحث منشور) بعنوان مشروع اعداد حكام

كرة قدم بنديا والعناصر المذكورة في الدراسة هي (التحمل ، والسرعة ، وتحمل السرعة

والمرونة ، والرشاقة ، والقوة العضلية ، وتحمل السرعة)..... ودراسة السر محمد علي

2016م (دكتوراه) اهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان ، ودراسة

عامر سعيد جاسم 2006م الكفاءة البدنية وبعد المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الاولى كرة قدم

بالعراق وعلاقتها بمستوي ادئهم ان اهم ان اهم المتطلبات البدنية للحكام هي تحمل سرعة

والتحمل والسرعة والمرونة وتحمل القوة والرشاقة والقوة المميزة بالسرعة والقوة العضلية .

والدارس من خلال عمله في مجال تحكيم كرة قدم يري ان معظم هذه العناصر تشكل

المتطلبات البدنية الاساسية للحكم ويمكن معرفتها من خلال التحليل البدني للحكم او بواسطة

خبراء محكمين .

4 - 4 لإجابة علي سؤال الدراسة الرابع والذي ينص علي : ما هو الترتيب النسبي للمتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم المحلي ؟ قام الدارس باستخراج المتوسط الحسابي والنسبة المئوية ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم (6) يوضح

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لتكرارات إجابات العينة عن محور المتطلبات النفسية.

م	المهارة	التكرارات			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
		موافق	محايد	غير موافق			
1	عندما تسوء الامور فاننى استطيع تغييرها الى الافضل	11	8	1	2.50	55.0%	17
2	قدراتي ومهارتي عالية بالمقارنة بزملائي	12	7	1	2.55	60.0%	14
3	انا حكم واثق من نفسى لذلك زملائي يثقون بي	17	3	-	2.85	85.0%	8
4	فى إجتماع التيم ويرك أستطيع ان اعبر عن رائي بصراحة وبدون تردد او خوف	17	2	1	2.80	85.0%	8
5	اتصرف جيداً فى المواقف غير المتوقعه	15	4	1	2.70	75.0%	11
6	لدى قدر كبير من الثقة بالنفس	18	1	1	2.85	90.0%	5
7	لااعبر عن رائي فى إجتماع التيم ويرك لاننى أخشى ان ينتقدنى البعض	4	2	14	1.50	20.0%	27
8	تكون خسارتي فى بعض الاشياء نتيجة لعدم قدرتي على اتخاذالقرار	2	4	14	1.40	10.0%	39
9	اشعر بعدم الثقة فى قدراتي	3	1	16	1.35	15.0%	33

17	%55.0	2.20	7	2	11	ليس لدى ثقة فى نفسى	10
27	%20.0	1.80	8	8	4	فى الرياضة اذا لم تبعد الاخرين عن طريقك فانهم يقومون بابعادك	11
25	%20.0	2.10	2	14	4	لا أخشى مطلقاً احتمال اصابتي اثناء المنافسة	12
30	%10.0	1.40	14	4	2	لكى أصبح الرياضى أكثر فاعلية فى التحكيم على أن اكره منافسى	13
17	%45.0	2.20	5	6	9	يعتقد البعض أننى عنيف عندما اكون داخل الملعب	14
21	%35.0	2.00	7	6	7	اتضايق من الافراد الذين يعاملوننى معاملة سيئة	15
30	%15.0	1.40	15	2	3	أتساهل مع المنافس الشرس داخل الميدان	16
1	%100.0	3.00	-	-	20	هل انت راضى لادارتك للمباريات	17
30	%15.0	1.40	15	2	3	نادرا ما اتلفظ بالفاظ قاسية اثناء المباراة	18
5	%90.0	2.90	-	2	18	اود ان افعل كل شىء من اجل تطور اللعبة	19
1م	%100.0	3.00	-	-	20	عندما ارغب فى شىء ما فاننى اسعى جاهدا الى الوصول اليه	20
13	%60.0	2.60	-	8	12	العمل الشاق الذى تصاحبه الالم هو الطريق الى التفوق	21
1م	%100.0	3.00	-	-	20	اتدرب لى اصبح نجم فى التحكيم	22
17	%45.0	2.20	5	6	9	ابتعد من التحديات والمشاحنات فى المجال الرياضى	23
27	%20.0	1.40	16	-	4	يبدوا اننى ليس لدى روح المغامرة فى	24

						التحكيم	
33	%15.0	1.70	9	8	3	الرياضة ليست كل شيء فى حياتى	25
41	%5.0	1.25	16	3	1	ليست لدى القدرة على تطوير نفسى	26
14	%. 60.0	2.45	3	5	12	اميل الى انتهاز الفرص والمجازفة	27
33	%15.0	1.70	9	8	3	اعتبر نفسى أقل صبورا من الناس	28
24	%25.0	1.80	9	6	5	لا اهتم كثيرا بالاشياء المثيرة والملفته للنظر	29
8	%85.0	2.85	-	3	17	لدى قدرة كبيرة على العمل واللعب	30
21	%40.0	2.10	6	6	8	اكره التسرع فى العمل واللعب	31
12	%65.0	2.60	1	6	13	اميل الى التصرف كما ينبقى بما تمليه على نفسى	32
24	%25.0	1.75	10	5	5	اكره الانتقال بسرعة من مكان لآخر	33
27	%20.0	1.65	11	5	4	اكره ان يكون لدى نشاط وطاقة متوفرة	34
33	%15.0	1.70	9	8	3	عادة ما اعمل شئ ولا اثم افكر فيه ثانيا	35
21	%40.0	2.30	2	10	8	أبذل مجهود أكثر من زملائى فى التدريب	36
5	%90.0	2.90	-	2	18	استمتع باللعب التنظيم	37
1م	%100.0	3.00	-	-	20	استمتع بالمباريات القوية	38
39	%10.0	1.65	9	9	2	هل عندك الخوف قبل المباراة	39
24	%25.0	1.75	10	5	5	هل تحس بالظلم من لجنة التحكيم	40
12	%65.0	2.55	2	5	13	نحب ان نلعب باستمرار فى الدوريات المختلفة	41

ويلاحظ من نتائج الجدول رقم (6) أن الترتيب النسبي للمتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم جاءت على النحو التالي :-

في المرتبة الاولى المتطلبات (17 ، 20 ، 22 ، 38) بالترتيب علي كل موافقة العينة بمتوسط حسابي بلغ (3.00 ، 3.00 ، 3.00 ، 3.00) وانحراف معياري بلغ (100% ، 100% ، 100% ، 100%) (هل انت راضي لادارتك للمباريات ، عندما ارغب في شي ما فانني اسعي جاهدا الي الوصول اليه ، اتدرب لكي اصبح نجم في التحكيم ، اسستمتع بالمباريات القوية) وهذا يمثل (الثقة بالنفس) .

وجاءة في المرتبة الثانية العبارات (3 ، 4 ، 6 ، 19 ، 37) بالترتيب علي كل موافقة العينة بمتوسط حسابي بلغ (2.85 ، 2.85 ، 2.90 ، 2.90) وانحراف معياري بلغ (85.0% ، 85.0% ، 90.0% ، 90.0%) (شامله العبارات علي الترتيب) انا حكم واثق من نفسي لذلك زملائي يثقون بي ، في اجتماع التيم ويرك استطيع ان اعبر عن رأيي بصراحة وبدون تردد او خوف ، لدي قدر كبير من الثقة بالنفس ، اود ان افعل كل شي من اجل تطور اللعبة ، استمتع باللعب النظيف) وهذا يمثل (الكفاح) .

وجاءت المرتبة الثالثة العبارات (5 ، 30 ، 41 ، 21 ، 27) بالترتيب علي كل موافقة بمتوسط حسابي بلغ (2.85 ، 2.70 ، 2.55 ، 2.60 ، 2.45) وانحراف معياري بلغ (85.0% ، 75.0% ، 65.0% ، 60.0% ، 60.0%) (شامله العبارات علي الترتيب) لدي قدر كبيرة علي العمل واللعب ، اتصرف جيد في المواقف الغير متوقعة ، نحب ان نلعب بإستمرار في الدوريات المختلفة ، العمل الشاق الذي تصاحبه الالم هو الطريق الي التفوق ، اميل الي انتهاز الفرص والمجازفة) وهذا يمثل (الشجاعة)

وجاءة المرتبة الرابعة العبارات (1 ، 10 ، 14 ، 23 ، 36) بالترتيب علي كل موافقة العينة بمتوسط حسابي بلغ (2.50 ، 2.20 ، 2.20 ، 2.20 ، 2.30) وانحراف معياري بلغ (55.0% ، 45.0% ، 45.0% ، 45.0% ، 40.0%) (شامله العبارات علي الترتيب) عندما تسوء الامور فإنني استطيع تغييرها الي الافضل ، ليس لدي ثقة في نفسي ، يعتقد

البعض إنني عنيق عندما اكون داخل الملعب ، ابتعد من التحديات والمشاحنات في المجال الرياضي ، ابذل مجهود اكثر من زملائي في التدريب (وهذا يمثل (الدافعية) .
وهذه النتيجة تؤكدها دراسة (عامر سعيد الخيكانى 2005م بعنوان الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الاولى لكرة القدم وعلاقتها بمستوي اداءهم .
وكذلك دراسة كل من (السر محمد علي 2016م والتي تشير الي التعرف الي اهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان .
وكذلك دراسة (عبدالرحمن محمد احمد عباس 2007م دكتوراة بعنوان علاقة القلق بتركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدي حكام كرة القدم بالسودان .
ويري الدارس : من خلال عملة في مجال تحكيم كرة قدم يري ان معظم هذه العناصر تشكل المتطلبات النفسية المهمة للحكم حيث يساعده في إدارة المباريات ويجنبه من الانفعالات السلبية والتوتر العصبي والاجهاد في العمل بصورة افضل .

الفصل الخامس

النتائج والتوصيات والمقترحات والخلاصة

الفصل الخامس

5 - النتائج والتوصيات والمخترحات والملخص

5 - 1 اهم النتائج :-

من واقع البيانات والاجراءت في الفصل الثالث ، وفي ضوء المعالجات الاحصائية ومناقشة النتائج في الفصل الرابع وتفسيرها توصل الدارس الي الاستنتاجات الاتية :

1- أهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم هي :-

- تحمل السرعة .

-التحمل .

- السرعة .

- المرونة .

- تحمل القوة .

- الرشاقة .

- القوة المميزه بالسرعه .

- القوة العضلية .

2- أهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم هي :-

- الثقة بالنفس .

- الكفاح .

- الشجاعة .

- الدافعية .

3- بان الترتيب النسبي للمتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم هو :-

1- تحمل السرعة والتحمل .

2 - السرعة .

3- المرونة .

4- تحمل القوة .

5- الرشاقة والقوة المميزة بالسرعة .

6- واخيراً القوة العضلية .

2-5 التوصيات :-

في ضوء النتائج التي توصل اليها الدارس في هذه الدراسة سواء ان كانت حقائق نظرية او عملية ، وفي ضوء النتائج التي توصل اليها الدارس في هذه الدراسة سواء ان كانت حقائق نظرية او عملية ، وستادا علي الاستخلاصات التي تترتبت علي نتائج هذه الدراسة يمكن للدارس ان يقدم مجموعة من التوصيات لعلها تعود بالفائدة علي حكام كرة القدم من خلال ادئهم النظري والعملي ولقد راي الدارس تقديم هذه الي فئات يري انها ممكن ان تقوم بتطوير اللعبة

5 - 2 - 1 توصية خاصة بمدرربي حكام كرة القدم :

1 . الاهتمام باعداد الحكام بدنيا ونفسيا علي جميع الدرجات .

2 . اجراء اختبارات نفسية علي الحكام لجميع الدرجات .

3 . زيادة الجرعة التدريبية لتنمية القدرات البدنية للحكام .

4 . الاهتمام بصغار الحكام عند الاعداد البدني والنفسي .

5 - 2 - 2 توصية خاصة بالباحثين في مجال تحكيم كرة القدم :

1. إجراء دراسة تجريبية لعمل برنامج تدريبي للارتقاء بمستوي اداء حكام كرة القدم .

2. إجراء مزيد من الدراسات حول المتطلبات البدنية والنفسية لحكام كرة القدم .

5 - 3 المقترحات :

-الدارس يري ان المقترحات ادناها سوف تفيد التحكيم والحكام وتتمثل في التالي :

*ان يعمل اتحاد الخرطوم علي تشجيع الباحثين في مجال كرة القدم بالقيام بدراسات عن دور التكنولوجيا بالنسبة للحكام .

*اعداد دراسات عن الظروف التي تواجه حكام الخرطوم بالولايات من تغير للبيعة والمجتمع واثر العادات والتقاليد علي اداء الحكام .

*العمل علي اقامة الكثير من الدورات التدريبية النظرية والعملية للعمل علي توحيد قرارات الحكام لتطوير التحكيم مستقبلا .

*عمل دراسات عن الحكام للتعرف علي التحديات التي تواجه الحكام .

*توسيع القاعدة المعرفية للتحكيم من ناحية توصيل التعديلات الجديدة التي تصدر كل عام من الاتحاد الدولي وتعميمها علي جميع قواعد الحكام .

*ايجاد العدد الكافي من كاميرات التسجيل للمباريات لتحليل وتقييم اداء الحكم .

*انشاء سجلات طبية لكل الحكام لمتابعة النواحي الصحية الخاصة بهم .

*التركيز علي الحكام ذو الطول العالي .

*اجراء مزيد من الدراسات المشابهة في اللياقة البدنية وفي نواحي اخري كالنواحي النفسية والاجتماعية والاقتصادية لحكام كرة القدم للنهوض بمستوي الحكام في مختلف الالعاب الاخري.

*ضرورة تاهيل معدين بدنيين واخفاعهم لدورات تدريبية متخصصة في مجال تدريب حكام كرة قدم .

4 – 5 الخلاصة .:

يحتوى هذا البحث في خمسة فصول حيث تناول الدارس فة الفصل الاول الاطار العام للدراسة (خطة البحث) والتي أشتملت على مقدمة البحث تناول فيها الدارس أهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم في الاختبارات البدنية ، فة تحكيم كرة القدم خاصة بعد

التطور الذى حدث لكرة القدم عالمياً ، ثم قام الدارس الدارس بتناول مشكلة البحث موضعاً المكان التى وصل إليها الحكام من الناحية البدنية والنفسية ، ثم تحدث الدارس عن أهمية البحث والحاجة إلية كما صاغ الدارس فى هذا الفصل أهداف الدراسة حيث تحددت فى التعرف على أهم المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم .
. التعرف على أهم المتطلبات النفسية لحكام كرة القدم .

التعرف على الترتيب النسبى لمحاور المتطلبات البدنية الخاصة لحكام كرة القدم
. التعرف على الترتيب النسبى لمحاور المتطلبات النفسية الخاصة لحكام كرة القدم
قام الدارس بتحديد مجالات البحث الجغرافية والبشرية والزمانية كما قام فى نفس الفصل بتعريف بعض المصطلحات المرتبطة بموضوع الدراسة .

ثم قام الدارس فى الفصل الثانى بتناول الاطار النظرى لمشكلة الدراسة (أدبيات البحث)
متتولاً الموضوعات ذات الصلة بالبحث وأهمها التطور التاريخى لكرة القدم فى السودان والعالم وكذلك التطور التاريخى لتحكيم كرة القدم محلياً وعالمياً ، ثم تحدث الدارس عن اللياقة البدنية وعناصرها وتعريفاتها المختلفة بطريقة شاملة وكذلك الصفات النفسية عامة ومتطلبات حكم كرة القدم فيها ، ثم قام الدارس بالاطلاع على الدراسات المتشابهة موضعاً مدى الاستفادة منها بعد تناولها بالتحليل .

وتناول الدارس فى الفصل الثالث إجراءات البحث التى شملت منهج البحث حيث أستخدمت الدارس المنهج الوصفى لمناسبة لطبيعة الدراسة ، ثم تناول مجتمع الدراسة الذى شمل حكام كرة القدم للاتحاد الخرطوم المسجلين بالاتحاد للعام 2017م ، وقام الدارس بإختيار عدد (20) حكم بطريقة عشوائية كطريقة لعمل البحث ، وأستعان الدارس بوسائل جمع البيانات الآتية .:
5 – 6 الاستبانة .:

ومن خلال الاستبانة قام الدارس باستقاء أهم المتطلبات البدنية والنفسية لحكام كرة القدم ، ثم قام الدارس بمعالجة البيانات عن طريق المعالجات الاحصائية المتمثلة فى المتوسط الحسابى والانحراف المعياري والنسبة المئوية .

وفى الفصل الرابع قام الدارس بعرض النتائج معتمداً على الجداول الاحصائية لمناسبتها للنتائج التى توصل إليها ، ثم قام الدارس بمناقشة وتحليلها وتفسيرها معتمداً على بعض المراجع والدراسات المتشابهة والنتائج هي :

-اهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم هي :

-تحمل السرعة .

-التحمل .

-السرعة .

-المرونة .

-تحمل قوة .

-الرشاقة .

-القوة المميزة بالسرعة .

-القوة العضلية .

2-اهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم هي :

-الثقة بالنفس .

-الكفاح .

-الشجاعة .

-الدافعية .

3-بان الترتيب النسبي للمتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم

هو :

-تحمل السرعة .

-التحمل .

-السرعة .

-المرونة .

-تحمل القوة .

-الرشاقة .

-القوة المميزة بالسرعة .

-القوة العضلية .

4-بان الترتيب النسبي للمتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم باتحاد الخرطوم

هو :

-الثقة بالنفس .

-الكفاح .

-الشجاعة .

-الدافعية .

وفى الفصل الخامس أستعرض الدارس الاستنتاجات والتوصيات التى توصل إليها الدراسة وقام

بصياغة خلاصة الدراسة ، ثم برصد المراجع العربية والاجنبية والدراسات التى أستعان بها .

قائمة المصادر والمراجع

المصادر والمراجع العربية : المراجع العربية :

- 1/ ابوالعلا عبدالفتاح (1985م) : بيولوجيا الرياضة ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 2/ ابوالعلا عبدالفتاح (1998م) : بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي ، دار الفكر العرب القاهرة
- 3/ ابوالعلا عبدالفتاح ، ابراهيم شعلان (1994م) : فسولوجيا التدريب في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- 4/ السر محمد علي (2012م) : اسباب الضغط النفسي علي حكام كرة القدم بالدوري الممتاز السوداني ،رسالة ماجستير غير منشورة
- 5/ محمد صبحي حسانين (2000م) : القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية ط 4 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 6/ محمد صبحي حسانين (2001م) : التقويم والقياس في للتربية البدنية ،الجزء الثاني دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- 7/ سعد منعم الشبخلي (2003م) : تحكيم كرة قدم بين تطبيق القانون وحركة الحكم ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد .
- 8/ قاسم حسن حسين ، ومنصور جميل (1988م) : اللياقة البدنية وطرق تحقيقها ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد .
- 9/ ساري احمد حمدان ، نورما عبدالرازق سليم (2001م) : اللياقة البدنية والصحة ، دار وائل للطباعة والنشر ، عمان ، الاردن .
- 10/ الفاضل دراج (2004م) : الحركة الرياضية في السودان ، شخصيات واحداث ، دار الاصاله للصحافة والنشر ، الخرطوم .
- 11/ عبدالعزيز حسن البصير (2004م) : ود مدني كرة القدم خلال مائة عام (1900م – 2000م) شركة مطابع السودان للعملة المحدودة ، السودان .
- 12/ محمد رفعت (1994م) : كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية ، دار البحار ، بيروت
- 13/ محمد حسن علاوي (1987م) : علم التدريب الرياضي ط10 دار المعارف ، القاهرة ، مصر .
- 14/ محمد حسن علاوي ، ونصرالدين رضوان (1998م) : الإختبارات المهارية النفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 15/الاتحاد السوداني لكرة القدم : النظام الاساسي ، تعديل 2007م

- 16/ عماد سمير الحكيم (2014م) : الإعداد النفسي المجال الرياضي ، اللاعب – المدرب – الحكم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- 17/ محمد العربي شمعون (1999م) : علم النفس الرياضي والقياس النفسي ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر
- 18/ اخلاص محمد عبدالحفيظ ، اخرون (2000م) : طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر .
- الدراسات :**
- 19/ حسن محمد احمد عثمان (2001م) : دراسة للمتغيرات البدنية والمهارية والنفسية الخاصة للاعبي كرة القدم بالسودان .
- 20/ زينب محمد السيد (2007م) : دراسة للتعرف علي اهم المتغيرات البدنية والنفسية لدي لاعبي المستويات العليا للكرة الطائرة بالسودان اطروح ماجستير غير مطروحة .
- 21/ عبدالناصر عابدين (2008م) : اهم المتطلبات البدنية – النفسية – الحركية لمهارة الارسال الساحق في الكرة الطائرة ، لدي لاعبي اندية ولاية الخرطوم ن ، رسالة دكتوراة .
- 22/ عوض يس احمد (2013م) : التعرف علي المستويات البدنية للحكام الواعدين لكرة القدم ، ورقة بحثية منشورة مجلة جامعة النيلين .
- 23/ عبدالعظيم جابر طمبة (2015م) : اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لحكام كرة القدم بالسودان .
- 24/ ذو الغفار صالح عبدالحسين (2008م) : تأثير برنامج تدريبي مقترح علي بعض المتغيرات البدنية والوظيفية خلال فترة الاعداد لحكام كرة القدم – الدرجة الاولى ، جامعة بغداد ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد 5 ، المجلد 3 ، العراق .
- 25/ خليل علي خليل (2002م) : الكرة والعالم – أسرارها – إبداعات فنونها – تألق نجومها – روعة إنتصاراتها ، مدبولي الصغير للنشر ليبيا .
- 26/ السر محمد علي محمد (2016م) : اهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان من وجهة نظر عينة من الحكام .
- 27/ عبدالرحمن محمد احمد عباس (2007م) علاقة القلق بتركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدي حكام كرة القدم بالسودان .

الدوريات :

27/محسن علي نصيف(ب.ت) : العلاقة بين معدل نبضات القلب ووقت الاداء الفعلي للحكم الدولين بكرة القدم ،دراسة منشورة في جريدة البعث الرياضي ص42 .

28/سعد منعم الشихلي (2001م) : تأثير اختبارحكام كرة القدم علي مستوي تركيز بعض المتغيرات البيوكيميائية والمؤشرات الفسيولوجية ، مجلة علوم التربية الرياضية العدد 5 المجلد

29/احمد الحبو (1967م) : عالم رياضي الخرطوم .

30/ورشة اللياقة البدنية (2015م) : سمنار الاتحاد الافريقي لحكام كرة القدم من(26 – 28) مارس ، الخرطوم .

31/عوض يس احمد (2012م) : التعرف علي المستويات البدنية للحكام الواعدين لكرة القدم ، ورقة بحثية منشورة ، مجلة جامعة النيلين .

المواقع الالكترونية :

-الاكاديمية العراقية للكترونية .

www.iraqacad.org

الرياضية :

www.alriyaadh.com

موقع كورة :

www.forum.koora.com

الصفحة الإلكترونية :

List of FIFA international referees

الملاحق

الخبراء والمختصين

العنوان	الدرجة الوظيفية	الدرجة العلمية	الاسم
جامعة السودان	استاذ جامعي	دكتورة	مبارك محمد ادم
جامعة السودان	استاذ مشارك	دكتورة	احمد ادم احمد
جامعة السودان	استاذ مساعد	دكتورة	حاكم يوسف الضو
جامعة النيلين	استاذ مشارك	دكتورة	عبدالرحمن محمد احمد عباس
جامعة السودان	استاذ مساعد	دكتورة	عبدالحفيز عبدالمكرم مهلى
جامعة السودان	استاذ مشارك	دكتورة	الطيب حاج ابراهيم عبدالله
جامعة السودان	استاذ مشارك	دكتورة	اسماعيل علي اسماعيل
الخرطوم	رئيس اتحاد الخرطوم	بكلوريوس	احمد خضر احمد وقيع الله
جامعة السودان	استاذ مساعد	دكتورة	مصطفى كرم الله مصطفى
جامعة السودان	أستاذ مساعد	دكتورة	سليمان فيصل

بسم الله الرحمن الرحيم
جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية الدراسات العليا
كلية التربية البدنية والرياضة
إستبانة إستطلاع راعي الخبراء

السيد /.....المحترم

الموضوع /تحكيم إستبانة لنيل درجة الماجستير بالبحث التكميلي في التربية البدنية والرياضة
بعنوان :
(اهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الإختبارات البدنية بإتحاد
الخرطوم المحلي)

ان الهدف الرئيسي من هذه الإستبانة جمع البيانات لاعداد بحث في الموضوع المذكور اعلاه ، ويعتمد إكمال البحث علي مدي مشاركتكم الفعالة في تحكيم الإستبانة وقد وقع الإختيارعلي شخصكم الكريم في هذا البحث ، فالرجاء من سيادتكم إبداء رأيكم في الاتي :
1/إعطاء درجة من (1 الي 10) امام كل عنصر بدني مهم لحكم كرة القدم .
2/ضع علامة (✓) امام كل صفة نفسية مناسبة لحكام كرة القدم .
3/إضافة او حذف ما ترونه مناسباً .

مع خالص الشكر والتقدير

الدارس / إسماعيل ابكر يحي محمد

بيانات السيد الخبير :

الاسم:.....
الدرجة العلمية:.....
الوظيفة:.....
سنوات الخبرة:.....

استمارة (أ)

م	المتطلبات البدنية	درجة من 1 - 10
1	السرعة	
2	التحمل الهوائي (الدوري التنفسي)	
3	تحمل السرعة	
4	تحمل القوة	
5	الرشاقة	
6	المرونة	
7	القوة العضلية	
8	القوة المميزة بالسرعة	
9	السرعة الانتقالية	
10	القوة	
11	الدقة	

اقتراحات لمتطلبات بدنية اخري مطلوبة في الاختبارات البدنية لحكام كرة القدم .

.....

.....

.....

إستمارة (ب)

تحديد اهم المتطلبات النفسية في إجتياز الاختبارات البدنية

اسلوب ابدأ الراي في هذه الإستمارة :

الرجاء التكرم بوضع علامة (✓) امام العبارة التي ترونها مناسبة للمتطلبات وذلك في الخانة المخصصة امام هذه المتطلبات .

م	المتطلبات النفسية	مناسب	غير مناسب
1	الثقة بالنفس		
2	الشجاعة		
3	سرعة المباداة		
4	ضبط النفس		
5	الاتزان الإنفعالي		
6	الحيوية		
7	الحرص		
8	الطموح		
9	الرضا النفسي		
10	الدافعية		

اقتراحات لصفات نفسية اخري مطلوبة لحكام كرة القدم في الإختبارات البدنية .

.....
.....
.....
.....

بسم الله الرحمن الرحيم
(إستبانة)

- زميلي الحكم
يقوم الباحث بدراسة بعنوان :
(المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الاختبارات البدنية بإتحاد
الخرطوم المحلي)
اسئلة الدراسة :
1/ما هي اهم المتطلبات البدنية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الاختبارات البدنية
2/ما هي اهم المتطلبات النفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الاختبارات البدنية .
الإرشادات :
ضع علامة (✓) فيما تراه مناسباً امام المطلب حسب رأيك الشخصي
-لا تستغرق وقطاً طويلاً في الإجابة علي اي عبارة .
-إجابتك سوف تساعدنا في تحديد المتطلبات البدنية والنفسية لك .
-هذه الإستمارة سرية وبغرض البحث العلمي فقط .
ليس هنالك عبارات صحيحة واخري خاطئة المهم هو رأيك الشخصي في مدي اهمية
كل مطلب بالنسبة للحكم في الاختبارات البدنية .

مع خالص الأمنيات والشكر

الدارس / اسماعيل ابكر يحي محمد

2017م
بسم الله الرحمن الرحيم
جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية الدراسات العليا
كلية التربية البدنية والرياضة

استبانة اهم المتطلبات البدنية والنفسية الخاصة بحكام كرة القدم لإجتياز الإختبارات البدنية
بإتحاد الخرطوم المحلي (فيما تست) .
بيانات اولية لغرض البحث :

- 1/ الاسم :
- 2/ العمر :
- 3/ السكن الحالي : ام درمان () الخرطوم () بحري ()
- 4/ الحالة الاجتماعية : اعزب () متزوج ()
- 5/ درجة الحكم () اولي () ثانية () ثالثة
- 6/ المؤهل الاكاديمي : () مرحلة الاساس () الثانوي () الجامعي ()
فوق الجامعي
- 7/ التكوين الجسماني :
- أ- الوزن : () اقل من 50 كجم () 60 - 50 () 70 - 60 ()
80 - 70 () 90 - 80 () 100 - 90 () 100 فاكثر
- ب- الطول : () اقل من 150سم () 160 - 150 () 170 - 160 ()
170 () 180 - 170 () 190 - 180 () 190 فاكثر
- 8/ مجال العمل : () مدير () موظف () طبيب ()
مهندس () معلم () عامل () اخري .

استمارة (أ)

اهم المتطلبات البدنية :
اسلوب ابداء الراي في هذه الاستمارة
الرجاء التكرم بوضع علامة (✓) امام العبارة التي ترونها مناسبة المتطلبات البدنية في
الخانة المخصصة .

م	المتطلبات البدنية	موافق	موافق الي حد ما	غير موافق
1	السرعة			
2	تحمل السرعة			
3	التحمل			
4	المرونة			
5	الرشاقة			
6	القوة العضلية			
7	القوة المميزة بالسرعة			
8	تحمل القوة			

بسم الله الرحمن الرحيم
 جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
 كلية الدراسات العليا
 كلية التربية البدنية والرياضة

تحديد اهم المتطلبات النفسية في الاختبارات البدنية لحكام الخرطوم بأتحاد الخرطوم المحلى
 اسلوب ابدء الراي في هذه الإستمارة
 الرجاء التكرم بوضع علامة (✓) امام العبارة التي ترونها مناسبة للمتطلب...وذلك في
 الخانة المخصصة لذلك .

م	العبارة	دائما	احيانا	نادرا
1	عندما تسوء الامور فإنني استطيع تغييرها للافضل			
2	ادائي وقدراتي عالية بالمقارنة مع زملائي			
3	انا حكم واثق من نفسي لذلك زملائي يثقون بي			
4	في اجتماع التيم ويرك استطيع ان اعبر عن رأي بصراحة وبدون تردد او خوف			
5	اتصرف جيد في المواقف غير المتوقعة			
6	لدي قدر كبير متن الثقة بالنفس			
7	لا اعبر عن رأيي في اجتماعات التيم ويرك لانني اخشي ان ينتقدني البعض			
8	تكون خسارتي في بعض الاشياء نتيجة لعدم قدرتي علي اتخاذ القرار			
9	اشعر بعدم الثقة في قدراتي			
10	بست لدي ثقة في نفسي			
11	في الرياضة اذا لم تبعد الاخرين عن طريقك فأنهم يقومون بإبعادك			
12	لا اخشي مطلقا احتمال إصابتي اثناء المنافسة			
13	لكي اصبح اكثر فاعلية في التحكيم علي ان اكره منافسي			
14	يعتقد البعض انني عنيق عندما اكون داخل الملعب			
15	اتضايق من الافراد الذين يعاملونني معاملة سيئة			

			اتساهل مع المنافس الشرس داخل الميدان	16
			هل انت راضي لإدارتك للمباريات	17
			نادرا ما اتلفظ بالفاظ قاسية اثناء المباراة	18
			اود ان افعل كل شي من اجل تطور اللعبة	19
			عندما ارغب في شئ ما فانني اسعي جاهدا في الوصول اليه	20
			العمل الشاق الذي تصاحبه الالم هو الطريق الي التفوق	21
			اتدرب لكي اصبح نجم في التحكيم	22
			ابتعد عن التحديات والمراحنات في المجال الرياضي	23
			يبدو انني ليس لدي روح المغامرة في التحكيم	24
			الرياضة ليست كل شي في حياتي	25
			ليست لدي القدرة علي تطوير نفسي	26
			اميل الي انتهاز الفرص والمجازفة	27
			اعتبر نفسي اقل صبورا من الناس	28
			لا اهتم كثيرا بالاشياء المثيرة والملفتة للنظر	29
			لدي قدرة كبيرة علي العمل واللعب	30
			اكره التسرع في العمل واللعب	31
			اميل الي التصرف كما ينبغي بما تمليه علي نفسي	32
			اكره الانتقال بسرعة من مكان لآخر	33
			اكره ان يكون لدي نشاط وطاقة متوفرة	34
			عادة ما اعمل شئ او لا ثم افكر فيها ثانيا	35
			ابذل مجهود اكثر من زملائي في التدريب	36
			استمتع باللعب النظيف	37
			استمتع بالمباريات القوية	38
			هل عندك الخوف قبل المباراة	39
			هل تحس بالظلم من لجنة التحكيم	40
			تحب ان تلعب باستمرار في الدوريات المختلفة	41