

الفصل الأول

الإطار العام

1.1 المقدمة:

إحتلت الجودة الشاملة أهمية كبيرة في الآونة الأخيرة سواء كان على الصعيد العالمي أو على الصعيد المحلي، فلا مفر من التميز في مجال الجودة الإنتاجية. تنحصر الجودة الشاملة لفترة طويلة في الممارسة المحددة لوظيفة الرقابة على الجودة عن طريق فحص الوحدات المنتجة للتأكد من المطابقة للمواصفات المحددة مقدماً في التقييم. الذي تقوم به المنظمة في النهاية تأكيداً للجودة المتميزة للسلعة المنتجة والخدمة المقدمة.

وكان لابد من تحقيق التحسن المستمر في أداء المنظمة وإعتبار ذلك فلسفة منظمة تحكم كافة أطراف التنظيم، فلا بد من تحقيق تمييزاً واضحاً في كافة العمليات. ويعد نظام إدارة الجودة، وسيلة إدارية حديثة لتحقيق كل التميز في مجال الجودة الإنتاجية، والرياضة ليست إستثناءً من هذه المجالات.

يتميز التدريب الرياضي في العصر الحديث، بإعتماده على المعارف والمعلومات العلمية، فالتدريب الرياضي الحديث يستمد مادته من العلوم الطبيعية والإنسانية كالتدريب الرياضي والميكانيكا الحيوية وعلم الحركة وعلم النفس الرياضي والتربية وعلم الاجتماع الرياضي- وغير ذلك من المعارف والمعلومات التي ترتبط تطبيقاتها بالمجال الرياضي- عامة وفي ألعاب القوى خاصة.

إن ألعاب القوى من أقدم أنواع الرياضة التي مارسها الإنسان والآن ألعاب القوى مقياس للتقدم ونهضة الدول، فهي الأساس لجميع الأنشطة الرياضية، وخير الوسائل لإعداد شباب قوي سليم يمكنه حمل أعباء أكبر.

وتتمتاز ألعاب القوى بنشاط واسع يجري في الميدان والمضمار، وتضم فعاليات عديدة، منها سباق 100 متر وهو أقصر- مسافة سباق لتحديد الأسرع والأقوي، ويجب أن تخضع هذه المسافة لمعايير الجودة الشاملة في تدريب ألعاب الساحة والتي يجب أن تتناسب مع التقنيات الحديثة المتوفرة إن إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات الرياضية هي كل الأنشطة ووظائف الإدارة التي تطبق في المؤسسات الرياضية تقوم بتحديد أهداف الجودة وسياساتها ومسئوليتها وتطبيقها بواسطة تخطيط الجودة والضبط وتوكيد الجودة وتحسينها بإدخال نظام الجودة (حسن الشافعي، 2003م، ص إن إدارة الجودة الشاملة هي شكل تعاوني لأداء الأعمال لتحريك المواهب والقدرات لكل من العاملين والإدارة لتحسين الإنتاجية والجودة بشكل مستمر (عمر نصر الله قشطة، 2010م، ص 44).

2-1 مشكلة الدراسة:

إن الجودة موضوع شغل العالم وهدفه التطوير والإرتقاء للحصول على الإمتياز والصدارة، وبالرغم من سرعة تطور علم التدريب الرياضي- وزيادة حجم التطبيقات العلمية عن النواحي الفنية للتدريب الرياضي- وإتساع المعلومات والبحوث والعلوم المتصلة بالتدريب فلا يزال التدريب الرياضي يتطلب مزيداً من التطبيقات المتطورة لكل بيئة تدريبية وذلك لضمان التقدم لكل لاعب وللحصول على التفوق الإمتياز في مجال التدريب الرياضي فلا بد من إتباع الأنظمة والأساليب المختلفة لتطوير المدرب واللاعب والذي تدور حولهما العملية التدريبية وذلك بتطبيق مفهوم الجودة الشاملة على أساسيات ومبادئ التدريب الرياضي وذلك للحصول على التفوق والإمتياز والجودة في عملية التدريب الرياضي وألعاب القوى وخاصة سباق 100متر هو أقصر سباقات العدو الأولمبية يؤثر الجزء في المائة من الثانية على مجريات السباق لذلك لابد من الجودة في تدريبه. الملاحظ أن السودان لم يحصل إلا قليل من الميداليات في هذا السباق طول

مسيرة ألعاب القوى ودارفور بوصفها أحد روافد الإتحاد العام لألعاب القوى من المعنيين بصناعة الأبطال في هذا المجال نجدها لم تحظ بشرف تقديم لاعب يمكنه تحقيق رقم في هذه المسابقة.

وقد يرجع السبب قصور في الإمكانيات المادية والفنية أو غياب للأسس التي تقوم عليها تحديد الأهداف, ربما عدم الإلتزام المدربين أنفسهم بالأسس العلمية للتدريب في ألعاب القوى ولهذه الأسباب عمد الدراسات لمقترح معايير الجودة في ألعاب القوى بتحديد 100 متر عدو, و الدراسات بحكم عمله في المجال الرياضي- في ولاية غرب دارفور الغنية بالمواهب الرياضية وخاصة في مجال ألعاب القوى، عدم وجود الأبطال في سباقات السرعة 100 متر عدو، 200 متر، 400 متر مما دفع الدراسات لدراسة هذه الظاهرة، لتحقيق معايير جودة التدريب في سباق 100 متر عدو للإهتمام بها في

1-3 أهمية الدراسة:

أهمية الدراسة تتمثل في الاتي:

- 1- قد تسهم الدراسة في وضع رؤية مستقبلية لتطوير المستوى الرقمي لسباق 100 متر عدو.
- 2- ربما تسهم الدراسة على التعرف على المعوقات العامة لوضع معايير الجودة الشاملة في تدريب سباق 100 متر عدو.

1-4 أهداف الدراسة:

- 1- مقترح لبعض معايير الجودة الشاملة لتدريب سباق - 100 متر.
- 2- التخطيط لرؤية مستقبلية لتطوير المستوى الرقمي لسباق 100 متر عدو.
- 3- التعرف على المعوقات التي تحول دون تطبيق معايير الجودة الشاملة في ألعاب القوى (سباق 100 متر عدو).

1-5 تساؤلات الدراسة:

- 1- ماهو مقترح لبعض معايير الجودة الشاملة لتدريب سباق 100 متر؟
- 2- ماهو التخطيط لرؤية المستقبلية لتطوير المستوى الرقمي لسباق 100 متر؟
- 3- ماهي المعوقات التي تحول دون تطبيق لبعض معايير الجودة الشاملة في ألعاب القوى(سباق 100 متر)

1-6 حدود الدراسة: تتمثل في الآتي:

- 1-6-1 الحدود المكانية: ولاية غرب دارفور.
- 1-6-2 الحدود الزمانية: 2014م-2015م.
- 1-6-3 الحدود البشرية: اللاعبين والمدربين والإداريين- إتحاد ألعاب بولاية غرب دارفور.

1-7 إجراءات الدراسة:

1-7-1 منهج الدراسة

إستخدم الدراس المنهج الوصفي المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة.

1-7-2 مجتمع الدراسة: إتحاد ألعاب القوى (الإداريين واللاعبين والمدربين).

1-7-3 عينة الدراسة:-

لاعبو ومدربو وإداريو رياضة ألعاب القوى- في ولاية غرب دارفور- وإختار العينة عمدية- قوامها (40) فرداً..

1-7-4 المعالجات الإحصائية :

إستخدم- الدراس- المعالجات- الإحصائية المناسبة- مع الإستعانة بالحزمة-

الإحصائية للعلوم- الاجتماعىSPSS

1- 8 مصطلحات الدراسة:

مقترح: إقترح يقترح إقتراحاً فهو مقترح (معجم العربي)

مقترح: تعريف إجرائي: من يقدم افكاراً مفيداً للبت فيها والموافقة عليها.

المعيار: يعرف بأنه: نموذج يوضح، يقاس على ضوءه وزن شيء، أو طوله، أو درجة جودته (معجم الوسيط).

معايير **Standards**: بأنه اوعية المعلومات الصادرة عن هيئات لتحديد مستويات محددة لتحقيق أهداف المؤسسات بأكثر مصداقية.

معايير الجودة: هي بمثابة العنصر والمرامي التي يتم الحكم في ضوءها على مدى تحقيق الأهداف الخاصة بالجودة.

للجودة: **Quality** الجودة في اللغة العربية من (اجاد- يجيد- إجابة) جيداً أي حسن- فهو اجيد وهو جيد وايضاً جودة، أما في اللغة الإنكليزية وهي صفة يمتلكها شيء ما يتفوق كما أنها تعني -درجة الإمتياز لنوعية معينة من المنتج وهي تعني أيضاً: درجة إستيفاء المتطلبات التي يتوقعها العميل (المستفيد من الخدمة) أو تلك المتفق عليها معه.

الجودة للشام **Total Quality**: هي مجموعة المبادئ والسياسات والهياكل المنظمة المتميزة باستخدام كافة الموارد المادية والبشرية المتاحة بغرض تحسين الأداء والخدمات المقدمة وتحقيق أعلى معيار للأداء والتحقق من مدى تطابق الأداء والخدمات المقدمة مع معايير المستهدفة.

إدارة الجودة الشاملة: بأنها مجموعة من المبادئ والأساليب والوسائل الفنية والجهود والمهارات المتخصصة التي تؤتي إلى التحسين المستمر للأداء على كافة مستويات العمليات والوظائف والمخرجات والخدمات والأفراد بالمنظمة وذلك باستخدام كافة الموارد المادية والبشرية المتاحة وهذا يتطلب هيمنة الإلتزام والانضباط وإستمرارية الجهود لمواجهة إحتياجات وتوقعات المستفيدين من المنظمة الحالية والمستقبلية والعمل

الجودة. للشاملة. في- التربية البدنية. والرياضة:-

يعرفها. (حسن- أحمد. الشافعي. 2006 م). تعني - ما هو أفضل- بالنسبة

للمستفيد اللاعب- - الإداري- -المدرّب- والجمهور- الرياضي- وهي- كالتالي:-

1- الممارسة الفعلية للنشاط الرياضي- أو التدريب- - الترويج - التعليم- -

الإدارة- الرياضية- .

2- سعر- البيع الخدمة- المرتبطة- بالأنشطة- الرياضية سوء- كانت- تعليم- -

إدارة- - تدريب- - ترويج رياضي-.-

التدريب:- (سرب)- فلان- بالشيء-ء- وعليه- عوده- ومرنه- (المعجم- الوسيط)-.

للتدريب- إصطلاحا- يعرفه- محمد- حسن- علاوي- 1994م)- بإنه عملية مستمرة- محورها الفرد- في- مجمله- تهدف- إلى- إحداث- تغييرات- محددة- سلوكية- وفنية- وذهنية لمقابلة- الإحتياجات- محددة- حالياً أو مستقبلياً ويطلبها- الفرد- والعمل- الذي- يوديه أو المؤسسات- التي- يعمل- بها- في- المجتمع- بأكمله-.

التدريب:- تعريف- إجرائي:- هو عملية تعلم- تتضمن- إكتساب- مهارات- ومفاهيم- وقواعد- وإتجاهات- لزيادة- وتحسن- أداء الفرد-

التدريب- للرياضي:- (محمد- حسن- علاوي- 1979م)- عملية تربوية تخضع للأسس- والمبادئ- العلمية- وتهدف- أساساً- إلى- إعداد الفرد- لتحقيق- أعلى- مستوى- رياضي- ممكن- في- نوع- من- أنواع الأنشطة- الرياضية-.

جودة- التدريب:- هي- مجهودات- الإدارة- في- بناء منظومة- أساسها- التدريب- والتعاون- الدائم- بين- عناصرها- لتسهيل- التحسين- الدائم- لتقديم- أداء وتدريب- مميز- للاعبها (محمد- حسن- علاوي، 2012، ص- 42).

ألعاب- للقوى:- واحدة- من- النشاطات- الرياضية القديمة- حيث- تمتاز- بنشاط- بدني- (كمال- جميل- الرضي-، 1999، ص- 1).

سباق 100 متر عدو: هو الجري بأقصى سرعة بحيث يتحرك المتسابق بخطوات متتابعة سريعة في حارة مخصصة له في المضمار عرضها 122 سم (كمال جميل - مرجع سابق ص 3).

الجودة الشاملة في تسيب سباق 100 متر: تعريف إجرائي: هو نظام تسيب متكامل لتحقيق أفضل أداء.

المستفيد: Customer هو الفرد المستهدف والذني تسعى إدارة المنظمة لتحقيق احتياجاته وتتمحور حول متطلبات ومحاولة الوصول لتوقعاته ولرضاء رغباته سواء يعمل داخل المنظمة (عميل داخلي أو يستهلك منتجاتها (عميل خارجي) وهو في المجال الريضي - يكون العالمين - بالإتحادات الرياضية والتي تسعى إدارة المؤسسة الرياضية لتحقيق احتياجاتهم ومتطلباتهم وتوقعاتهم ولرضاء رغباتهم (عمر - ضر الله قشطة - 2011م - ص 16).

الفصل الثاني

الإطار النظري

2-1-المبحث الأول: ولاية غرب دارفور

2-1-1 نبذة تعريفية ولاية غرب دارفور:

ولاية غرب دارفور هي بوابة السودان من الغرب وإمتداد لنشر الثقافة إلى غرب افريقيا وتبلغ مساحتها حوالي (1531682) كليومتر مربع يبلغ عدد سكانها حوالي (2036282 نسمة) وبالتالي فهي تمثل حوالي 2,5% من جملة سكان السودان ويسكن هذه الولاية العديد من القبائل السودانية.

تجاورها من الغرب دولة تشاد ومن الجنوب الغربي دولة افريقيا الوسطى، وهذا الوضع أدى إلى تداخل القبائل بين الولاية ودول الجوار(فتح الرحمن أحمد عبدالرحمن،2007م) .

2-1-2 النشأة والتأسيس:

التأسيس 1994م بقرار رئاسي- بتقسيم الولايات وكانت تتبع لولاية دارفور الكبرى (الأمانة العامة لمجلس الوزارة).

2-1-3 المحليات:

محلية الجنيبة ، محلية فوربرنقا ، محلية كلبس ، محلية بيضة ، محلية كرنيك ، محلية سربا ، محلية جبل مون ، محلية هبيلا

2-1-4 الإتحادات الرياضية:

الإتحاد المحلى لكرة القدم ، الإتحاد المحلى للكرة الطائرة ، الإتحاد المحلى لفروسية ، الإتحاد المحلى لألعاب القوى ، الإتحاد المحلى لكرة اليد ، الإتحاد المحلى للكراتيه .

2-1-5 الإتحاد المحلي لألعاب القوى ولاية غرب دارفور:

تأسس الإتحاد المحلي لألعاب القوى عام 2009م، حيث كون مجلس إدارة لإتحاد العاب القوى المحلي من رئيس الاتحاد والسكرتير و أمين المال وأعضاء ولجنة التدريب، وشارك

الإتحاد في العديد من الدورات المدرسية والبطولات المحلية والقومية.(وسائط الإتحاد
المحلى بالولاية).

2-2 المبحث الثاني: الجودة الشاملة

2-2-1 نبذة تاريخية للجودة الشاملة

أن الجودة الشاملة بدأت قديماً، ولاتزال تواصل هذه الرحلة و تستمد حيويتها من إستمرارها بحثاً عن الأفضل، حيث يعتقد بأن تاريخها يعود الى (1460هـ) قبل الميلاد، عندما قام قدماء المصريين بأنشاء ذلك المعمار المعجز المتمثل في الأهرامات. بأنه يعود إلى عام (2150) قبل الميلاد منذ حكم رؤساء القبائل، والملوك والفرعنة. ثم ظهرت في الآدب العربي في العصر الجاهلي إبان حياة الشاعر زهير بن أبي سلمى، الذي كان يمكث عاماً كاملاً في تجويد كل قصيدة من قصائده الأربعة، التي سميت بالحواليات، حيث يعنى بتنقيح شعره، وتهذيبه فينظم الواحدة منهن في أربعة أشهر، وينقحها في أربعة أشهر، ويعرضها على خاصيته في أربع أشهر، فلا تظهر إلا بعد أن جذور الجودة الشاملة تعود إلى العام 1949م عندما أنشأ إتحاد العلماء والمهندسين اليابانيين لجنة من العلماء والمهندسين وكبار الموظفين الحكوميين الذين كرسوا جهودهم لتحسين الإنتاجية اليابانية وتعزيز نوعية حياتهم بعد الحرب، كما يشير "بأول " إلى أن الشركات الأمريكية بدأت تأخذ مسألة إدارة الجودة الشاملة على محمل الجد في ثمانينات القرن وفي فترة التسعينات، برز إهتمام جدي كبير لأهمية الجودة والشروع بالتوجهات التنافسية الحادة بين المنظمات الاقتصادية المختلفة(خضير وانتقل مفهوم الجودة الشاملة إلى مجال التعليم في الولايات المتحدة الأمريكية على يد (مالكولم بالدريج) وتقوم فلسفته على الإهتمام بإرضاء الطلاب المستفيدين من الخدمة التعليمية ونتائج الأداء التعليمي وبتنمية الموارد البشرية داخل المؤسسة التعليمية وبالتخطيط الإستراتيجي في التعليم وتطوير القيادات التعليمية وبناء شبكة معلومات متطورة، وأصبح

تطبيق الجودة في التعليم حقيقة واقعية حينما أعلن (رونالد بروان) عام 1993م أن جائزة مالكوم بالدريج قد امتدت لتشمل قطاع التعليم إلى الشركات الأمريكية العملاقة. (إيمان محمد عبدالرحمن، 2012م، ص 22).

2-2-2 مفهوم إدارة الجودة الشاملة:

لقد تعددت وتباينت التعاريف في موضوع الجودة الشاملة بإختلاف علماء الجودة تبعاً للمدراس التي ينتمون إليها، والمجالات إلى يبحثون فيها، ومن الصعب أن نتوصل إلى تعريف بسيط يصفها، ويعرفها تعريفاً شاملاً قاطعاً بسبب تعدد جوانبها، لأن مفهوم الجودة الشاملة *Total Quality Management* من أحدث المفاهيم التي برزت إلى حيز التطبيق في المجال الصناعي الذي أدى بالدول التي طبقت هذا المفهوم أن تفوق العالم اقتصادياً، لأن مثل هذا المفهوم يركز على فلسفة إجرائية تعتمد على عملية التحسين المستمر في جميع مراحل العملية الإنتاجية، ولا يتحقق إلا من خلال معرفة رغبات، وحاجات المستفيدين، والعمل على تحقيقها، ونتيجة للنجاح المنقطع النظير الذي حققه تطبيق هذا المفهوم الحديث في المجال الصناعي، وقامت بعض الدول المتقدمة أمثال الولايات المتحدة الأمريكية في تطبيقه في المجال التربوي (حسن الشافعي، وآخرون، 2008، ص 44).

إدارة الجودة الشاملة عبارة عن خطة عامة تشمل جميع مستويات الإدارة وتنادى بتطبيق الجودة وجعلها مسئولية جميع العاملين. وهي منحى تنظيمي للإدارة والمراقبة يقوم على قيادة الإدارة العليا للمؤسسة للنشاطات المختلفة المتعلقة بالتحسين المستمر للجودة، كما يقوم على إشراك جميع العاملين في المؤسسة في تلك الأنشطة (إتحاد الجامعات العربية، ب ت، 2008).

والجودة هي " عملية واسعة النطاق لتعزيز مزايا الشركات المنافسة، فهي مفتاح لمفاهيم تتضمن التحسين المستمر وتصغير الأخطاء، أداء العمل الصحيح من أول مرة، كذلك تؤهل العاملين أن يكونوا على علم وسراية بالموقف الحالي للعمل وكيفية تحسينه". (فالح بن نصر - علي الشهراني 20م، ص14) - ولنا فيمكن أن نعرف الجودة الشاملة أنها (الفلسفة الإدارية وممارسات المنظمة العملية التي تسعى لأن تضع كل من موارده البشرية وكذلك الموارد الخام لأن تكون أكثر فاعلية وكفاءة لتحقيق أهداف المنشأة). تعريف منظمة الجودة البريطانية (BQI) حيث عرفت إدارة الجودة الشاملة. (TQM) على أنها "الفلسفة الإدارية للمؤسسات التي تدرك من خلال تحقيق كل احتياجات المستهلك، وكذلك أهداف المشروع معاً (مبني - بن سعيد قطب، 2008م، ص 13).

ولنا فإننا نلاحظ من خلال هذا التعريف ما يلي: (خضير - كاظم - حمود، 2005م، ص 76).

1- إن أهداف المنظمة قد تحتوي على رضا المستهلك وكذلك أهداف المشروع المختلفة مثل النمو الربحية، المركز التنافسي داخل السوق أو إرباك المجتمع من خلال المقدمة.

2- إن استخدام تلك المداخل تقع تحت مختلف المسميات ومنها:

أ. التطوير المستمر للجودة. ب. الجودة الشاملة. ج. إجمالي العمليات الإدارية للمشروع.

د. إدارة الجودة بالمفهوم الواسع في المنظمة. هـ. التكلفة الفاعلية الإدارية للجودة.

إسهامات العلماء في التطور التاريخي لمفهوم الجودة:
جدول رقم (1)

السنة اسم للعالم ومفهومه للجودة

1911) تايلر: أول من أوجد دراسة الوقت والحركة وكان رائد مدرسة الإدلية العلمية حيث كان هاجسه الأساسي - تجويد العمل - (م.)

1931) شورات: قام بتقديم السيطرة على الجودة إحصائياً في كتابه الشهير - السيطرة على النوعية - (م.)

1941) سمنغ: ساهم من خلال انضمامه في دائرة الحرب الأمريكية بدور معلم لتقنيات السيطرة على الجودة - (م.)

1950) سمنغ: لاقت أفكاره رواجاً في المجالات العلمية في اليابان حيث ركز على موضوع الجودة - (م.)

1951) جوران: نشر كتاباً عن الرقابة على الجودة - (م.)

1961) قدمت شركة مارتن مفهوم التلف الصفري - (م.)

1970) كروسبي: قدم مفهوم التلف الصفري - (م.)

1979) كروسبي: نشر كتاباً عن "الجودة لا تكلف" - (م.)

1980) بدأ النفوذ الياباني يذاع في التلفزيون الأمريكي وطرح سؤالاً مفادها إذا كانت اليابان متمكنة فلماذا نحن؟ لا (م.)

1981)م.) أخذت شركة فورد بعقد ندوات ودعت سمنغ للتحدث مع الإدارة العليا عن أهمية العلاقة بين المنتجين وخبراء الجودة وتوطيد هذه العلاقة -

1982)م.) قام سمنغ بنشر كتاب بعنوان (الجودة الانتاجية والموقع التنافسي) -

1987) أنشأ الكونجرس الأمريكي جائزة مالكوم بالسرغ - (م.)

- 1988) صرح وزير الدفاع الأمريكي- إرشلبات- وتوجيهات- إلى- دائرة- الدفاع لتكييف- أعمالهم- بما يتلائم- وإدارة- الجودة- الشاملة- (م-).
- 1989) أول- شركة- أمريكية- وهي- شركة- فلوريد- للطاقة- تريح جائزة- لمنغ في- اليابان- (م-).
- 1993) أصبح مدخل- الجودة- الشاملة- يدرس- بشكل- واسع في- الكليات- والجامعات- الأمريكية- (م-).
- 2003) انتشر- مفهوم- إدارة- الجودة- الشاملة- انتشاراً- واسعاً- في- الدول- المتقدمة- صناعياً- وأيضاً- في- بعض- الدول- النامية- لما- لاقاه- من- رواج- وإهتمام- من- قبل- الدارسين- والمختصين- في- هذا- المجال- (م-).
- 2004) بدأت- معظم- الدول- العربية- كـمصر- والسعودية- و الأرن- وقطر- والكويت- والبحرين- والإمارات- وعمان- في- تطبيق- مفهوم- الجودة- الشاملة- بالمؤسسات- التعليم- الجامعي- وبعض- الشركات- الخاصة- والعلمة- في- البلدان- العربية- للحصول- على- الجودة- (م-).

(عمر نصرالله قشطة، 2011م، ص 40).

3-2-2 معنى ومصطلح ISO:

كلمة- الأيزو- مشتقة- من- الأحرف- الثلاثة- الأولى- باللغة- الانجليزية- للمنظمة- الدولية- لتقييس- *International Standardization Organization* مركزها- مدينة- جنيف- بسويسرا- وقد- تأسست- عام- 1944م- لتطوير- المواصفات- الصناعية- وذلك- بقصد- تسهيل- التبادل- التجاري- عالمياً(أنور- هايل- الحلبي-،-الأكاديمية- العربية- البريطانية- للتعليم- العالي-،-2010م)-.

وسميت (ISO) مشتقة من الكلمة اليونانية (ISOS) بمعنى التساوي وفي مجال المواصفة تعني تساوي الشيء بالمقارنة مع المواصفة (محسن بن نائف، 2007م، ص 15)

عرفت المنظمة العالمية للمعايير ISO 9000 الجودة الشاملة بأنها "الخصائص والسمات الكلية للمنتج أو الخدمة والتي تعكس مقدرة هذا المنتج أو الخدمة على إشباع حاجات معلنة أو ضمنية"

وحدثت منظمة (ISO) التعريف الخاصة بالجودة بكل بقعة في مواصفات (ISO) والمسماة مصطلحات إدلرة الجودة وتأكيد الجودة، ومن التعريف ما تطرق إليه (فالح بن نصر الشهراني، 2012م، ص 11) وهي:-

1- **الجودة Quality**: هي مجموعة الخصائص والمميزات لكيان (منتج أو خدمة) تعبر عن قدرتها على تحقيق المتطلبات المحددة، أو المتوقعة من قبل الزبائن-

2- **ضبط الجودة Quality Control**: هي مجموعة العمليات الفنية والأنشطة والفعاليات التي تستخدم أثناء العمل لتلبية متطلبات الجودة-

3- **تأكيد للجودة Quality Assurance**: هي كلفة الأعمال المخططة، والمطبقة من خلال نظام الجودة والمعروضة حسب الحاجة الضرورية لتأمين الثقة في كيان المنتج، أو الخدمة التي ستلبي متطلبات الجودة-

4- **سياسة للجودة Quality Policy**: الإلتزام الكامل للمنشأة بالتعليمات المتعلقة بالجودة كما حددتها رسمياً الإدلرة العامة للمنشأة-

5- **إدلرة الجودة Quality Management**: يعتبر موضوع إدلرة الجودة الشاملة هو موضوع الساعة في الأوساط العلمية والصناعية في جميع أنحاء العالم (كمال الدين دوريش وأخرون، 2004، ص 68).

وهي مجموعة الأعمال الإدارية الشاملة التي تؤدى إلى تحقيق سياسة الجودة.

تعريف منظمة الجودة البريطانية BQA حيث عرفت إدارة الجودة الشاملة TQM على أنها الفلسفة الإدارية للمؤسسات التي تترك من خلال تحقيق كل احتياجات المستهلك، ولذلك تحقيق أهداف المشروع معاً (محمد بن أحمد، 2008 م، ص 27). يصف كلاوس (Clews، 2008). الجودة الشاملة بأنها منهج يمكن يميزه بأساليبه.

تعد إدارة الجودة الشاملة من أكثر المفاهيم الفكرية والفلسفية الرائدة التي استحوذت على الإهتمام الواسع من قبل الإختصاصيين والباحثين والإدريين والاكاديميين الذى يعنون بشكل خاص في تطوير الإداء الإنتاجي والخدمي في مختلف المنظمات وتعزى النجاحات الكبيرة في الصناعات اليابانية إلى تطبيقات إدارة الجودة الشاملة التي تعرف أحيانا بضبط الجودة على مستوى الشركة ككل (Company Wide Quality) (CWQC Control، تعرف منظمة النقييس العالمية إدارة الجودة الشاملة بأنها عقيدة أو عرف متأصل وشامل في أسلوب القيادة والتشغيل لمنظمة ما بهدف التحسين المستمر في الأداء على المدى الطويل من خلال التركيز على متطلبات وتوقعات الزبائن مع عدم إغفال متطلبات المساهمين وجميع أصحاب المصالح الأخرين (محمد عبد الوهاب العزلاوي، 2005، ص 22). إلا إن الفرق بين الجودة الشاملة وإدارة الجودة الشاملة وينبغي الإشارة هنا إلى أن الجودة تشير إلى المواصفات أما إدارة الجودة الشاملة فتعني جميع الأنشطة التي يبذلها مجموعة الأفراد المسؤولين عن تسيير شؤون المؤسسة والتي تشمل التخطيط والتنفيذ والتقويم (محمد بن أحمد بن حسن، 2008 م، ص 27). أو بعبارة أخرى هي عملية التنسيق التي تتم داخل المؤسسة بغرض التغلب على ما فيها من المشكلات والمساهمة بشكل مباشر في تحقيق النتائج المرجوة وبالتالي فهي عملية مستمرة لتحسين الجودة والمحافظة عليها (برهان الدين حسن السامرائى، 2011، ص 13).

وكانت الأدوات- تشير- إلى- نظم- الإحصاء التي- تعمل- على- تحسين- المسائل- التصنيعية المسموح- بها، وكان- التدريب- يشمل- مستوى- إرباك- كل- فرد- للجودة- في- المؤسسة- وأما- التقنيات- فكانت- تمثل- طرق- تحسين- جودة- المنتجات- والخدمات-.

ومن- المهم- أن- نعرف- أن- التركيز- على- الأدوات- والتدريب- والتقنيات- له- تأثير- محدود- على- الجودة- الشاملة- فقط- فهناك- شيء- ما- مفقود- تناول- " دكتور- مارشال- سانشكين- " و"دكتور- كينيت- جيه- كايزر- " هذه- النقطة- بشكل- أكبر- بقولهما- إن- إدرة- الجودة- الشاملة- تعنى- فلسفة- المؤسسة- لكل- فرد- بها. كما- تعمل- على- تحقيق- دائم- لرضى- العميل- من- خلال- نمج- الأدوات- والتقنيات- والتدريب- يشمل- ذلك- تحسنا- مستمرا- في- العمليات- داخل- المؤسسة- مما- سيؤدى- إلى- منتجات- وخدمات- عالية- الجودة-.

هذه- التعاريف- تشترك- بالتأكيد- فيما- يلي:-

1. التحسين- المستمر- في- التطوير- لجن- النتائج- طويلة- المدى-.
2. العمل- الجماعي- مع- عدة- أفراد- بخبرات- مختلفة-.
3. المراجعة- والإستجابة- لمتطلبات- العملاء-.

بينما- نستطيع- أن- نختم- هذه- التعريفات- جميعا- بالتعريف- الذي- يجعل- من- إدرة- الجودة- الشاملة- مدخلا- منهجيا- متكاملا- حسبما- تعرفه- آخر- المدارس- الإدريية- لدينا- والتي- يبدوها- (كروسبي-). بقوله- إن- إدرة- الجودة- الشاملة- هي- عبارة- عن- المنهجية- المؤسسة- لضمان- سير- النشاطات- التي- تم- التخطيط- لها- مسبقا- وحيث- أنها- الأسلوب- الأمثل- الذي- يساعد- على- منع- وتجنب- حدوث- المشكلات- من- خلال- العمل- على- تحفيز- وتشجيع- السلوك- الإدري- والتنظيمي- الأمثل- في- الأداء- وإستخدام- الموارد- المادية- والبشرية- بكفاءة- وفاعلية- (فيصل- بن- جاسم- 2006، ص- 45).

4-2-2 أهمية- الجودة- الشاملة:-

إن- المؤسسات- اليوم- بما- فيها- المؤسسات- التعليمية- أحوج- ما- تكون- إلى- تطبيق- الجودة- الشاملة- في- التعليم- منها، وتتبع- أهمية- ذلك- في- النقاط- الآتية:

- 1- دراسة- متطلبات- المجتمع- وإحتياجات- أفرادهم- والوفاء- بتلك- الإحتياجات-.
- 2- تنمية- العديد- من- القيم- التي- تتعلق- بالعمل- الجماعي- وعمل- الفريق-.
- 3- أداء- العمل- بشكل- صحيح-.
- 4- بناء- الثقة- بين- العاملين- بالمؤسسة- ككل- وتقوية- إلتمائهم- لها-.
- 5- توفير- المعلومات- ووضوحها- لدي- جميع- العاملين-.
- 6- الإسهام- في- حل- كثير- من- المشكلات- التي- تعيق- العمل- بالمؤسسة-.
- 7- تحقيق- الترابط- الجيد- والإتصال- بين- الإدرايات- والوحدات- المختلفة- في- المؤسسة-.

8- تحقيق- المكاسب- المادية- والخبرات- النوعية- في- المؤسسة- ولأفراد- المجتمع- المحلي- والمستفيدة- من- هذه- المكاسب- والخبرات- وتوظيفها- في- الطريق- الصحيح- لتحقيق- التنمية- المجتمعية- (أيمن- مصطفى- حويل-، 2012م ، ص-26).

وهناك أهمية أخرى للجودة الشاملة:-

- 1- عالمية نظام الجودة باعتبارها سمة من سمات العصر الحديث..
- 2- إرتباط الجودة بالإنتاجية وتحسين الإنتاج.
- 3- إنصاف نظام الجودة بالشمولية في المجالات كافة ..
- 4- عدم وجود بعض الأنظمة والأساليب الإدارية السائدة في تحقيق الجودة في المعلومات..
- 5- تدعيم الجودة لعملية التحسين المستمر..
- 6- زيادة العمل وتقليل الهدر أو الفاقد..
- 7- الإستخدام الأمثل للموارد المالية والبشرية (عمر نصر الله، 2011م، ص-47).

وأن الإهتمام بتطبيق إدارة الجودة الشاملة نتيجة لعدة عوامل وهي:-

- 1- تصاعد هذه المنافسة بين المؤسسات للحصول على الإنفراد والتميز في المجال الخدمي.
- 2- سعي المؤسسات لعدم قدرتها التنافسية بإعتماد نظام الجودة.
- 3- التوافق مع تحول مفاهيم وإتجاهات الإدارة عالمياً نحو الإهتمام بالمستفيد وجعله نقطة البداية في صياغة جهود المؤسسة..
- 4- فشل المداخل وأساليب الجزئية وحدها مثل الإدارة بالأهداف وحفض التكلفة في تحسين الجودة..

2-2- 5 أهداف للجودة الشاملة وفوائدها:

لا أحد يستطيع أن يصمد في وجه المنافسة إلا من يسعى إلى لرضاء العميل وتحقيق متطلباته ورغباته بدرجة عالية، وتخطيها وبشكل مستمر ودائم.

وإن الهدف الأساسي من تطبيق برنامج إدارة الجودة الشاملة هو (تطوير الجودة للمنتجات والخدمات مع أحرار تخفيض في التكاليف والإقلال من الوقت والجهد الضائع لتحسين الخدمة المقدمة للعملاء وكسب رضاهم). هذا الهدف الرئيسي للجودة يشمل ثلاث فوائد رئيسية مهمة وهي:-

- 1- خفض التكاليف: أن الجودة تتطلب عمل الأشياء الصحيحة بالطريقة الصحيحة من أول مرة. وهذا يعني تقليل الأشياء التالفة أو إعادة إنجازها وبالتالي تقليل التكاليف..

- 2- تقليل الوقت اللازم لإنجاز المهمات للعميل: فالإجراءات التي وضعت من قبل المؤسسة لإنجاز الخدمات للعميل قد ركزت على تحقيق الأهداف ومراقبتها و بالتالي، جاءت هذه الإجراءات طويلة وجامدة في كثير من الأحيان مما أثر تأثيراً سلبياً على العملاء.
 - 3- تحقيق الجودة: وذلك بتطوير المنتجات والخدمات حسب رغبة العملاء، أن عدم الإهتمام بالجودة يؤدي لزيادة الوقت لأداء وإنجاز المهام وزيادة أعمال المراقبة وبالتالي شكوى المستفيد من هذه الخدمات.
- 2-2-6 فوائد تطبيق برنامج الجودة الشاملة:**
- 1- خلق بيئة تدعم وتحافظ على التطوير المستمر.
 - 2- إشراك جميع العاملين في التطوير.
 - 3- متابعه وتطوير أدوات قياس أداء العمليات.
 - 4- تقليل المهام والنشاطات اللازمة لتحويل المدخلات (المواد الأولية). إلى منتجات أو خدمات ذات قيمة للعملاء.
 - 5- إيجاد ثقافة تركز بقوة على العملاء.
 - 6- تحسين نوعية المخرجات.
 - 7- زيادة الكفاءة بزيادة التعاون بين الإدارات وتشجيع العمل الجماعي.
 - 8- تعليم الإدارة والعاملين كيفية تحديد وترتيب وتحليل المشاكل وتجزئتها إلى أصغر حتى يمكن السيطرة عليها.
 - 9- تعلم إتخاذ القرارات إستناداً على الحقائق لا المشاعر.
 - 10- تدريب الموظفين على أسلوب تطوير العمليات.
 - 11- تقليل المهام عديمة الفائدة زمن العمل المتكرر.
 - 12- تحسين الثقة وأداء العمل للعاملين (عمروصفي عقيلي, 2001م، ص 39).

2-1-7 مبادئ إدارة الجودة:

- حدد إدوارد ديمينج *Edward Deming* مؤسس حركة الجودة (14) مبادئ أطلق عليها إلتزامات الإدارة حيث لخصها في التالي
- 1- ضع هدف التحسين للمنتج أو الخدمة.
 - 2- ضع فلسفة التطوير الجديدة.
 - 3- لاتعتمد على سياسة التفتيش على جودة المنتج أوالخدمة.
 - 4- لا تجعل السعر هو أساس تقييم العمل.
 - 5- أبحث عن المشكلات التي تعرقل التحسين المستمر للمنتج.

- 6- إستمتر في تدريب العاملين.
- 7- إستخدم القيادة في جميع المناطق التشغيلية.
- 8- إعتد سياسة الإبتكار وأهمل الخوف.
- 9- شجع طريقة العمل الجماعي.
- 10- حدد أساليب تنفيذ الأهداف، وإبتعد عن الشعارات والنصائح.
- 11- إهتم بالإدارة و ألغى الحصص العددية والرقمية.
- 12- أفنخر بأعمال العاملين.
- 13- شجع المتعلمين على التعلم الذاتي
- 14- إحرص على زرع رغبة في كل فرد في المؤسسة، ليعمل الجميع على التغيير (منير محمد سيد قطب، 2008، ص 29)..
- قد أوضح بأن الجودة الشاملة تتكون من ستة مبادئ هي:
- 1- التركيز على العميل.
 - 2- التركيز على العملية والنتائج معاً.
 - 3- الوقاية بدلاً عن التقييس.
 - 4- الإستفادة من خبرات القوى العاملة.
 - 5- إتخاذ القرارات بناء على الحقائق.
 - 6- التغذية العكسية. جوزيف جابلونسكى (1993, ص 53).
- أن لإدارة الجودة الشاملة سبعة مبادئ هي.
- 1- تعهد الإدارة العليا بمبدأ تحسين الجودة.
 - 2- وضع الخطط بصورة مستمرة لتحسين مستوى الخدمة.
 - 3- الإهتمام بجمهور الخدمة.

- 4- تدريب العاملين على إدارة الجودة الشاملة.
- 5- مشاركة الأفراد العاملين في عمليات إتخاذ القرار.
- 6- تشكيل فرق العمل ومكافأتهم.
- 7- تحديد معايير مقياس الجودة. (فيصل جاسم، 2006م، ص 43).

2-2-8 المبادئ الرئيسية التي تقوم عليها إدارة الجودة هي:

1- التركيز على العميل.

2- أداء العمل صحيحاً من المرة الأولى.

3- التحسين المستمر.

2-2-9 جوهر الجودة الشاملة:

- 1- تأسيس فكرة التحسين المستمر.
 - 2- العمل على جعل عملية التحسين المستمر داخلية أصلية.
 - 3- إشراك جميع العناصر في المؤسسة.
 - 4- جعل المورد البشري هو القاعدة الأساسية.
 - 5- إستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لضبط العملية.
 - 6- جعل عملية الجودة مصممه وليست تفتيشاً عن العيوب فقط.
 - 7- وضع أهداف محددة بعين الوصول إليها.
 - 8- العمل على إشراك المزودين بالعملية.
- التأكيد على التكلفة المثلى. (فيصل جاسم ,مرجع سابق،2006 ، ص 111).

2-2-10 نظام الجودة العالمي والجودة الشاملة:

أ- نظام الجودة العالمي:

يعبر نظام الجودة العالمي عن مقاييس ومبادئ محددة من قبل المنظمة الدولية أو العالمية للمقاييس (الأيزو) تأخذ بها المنظمات في عملها الإنتاجي و سلع أو خدمات حتى

لتحصل- على- شهادات- (الأيزو)- العالمية- وبالتالي- تثبت- تحقيق- مستوى- جودة- معين-
ومحددة- والإسهام- في- تحقيق- كفاءة- الإنتاجية- وتخفيض- التكاليف-.

ب- إدارة الجودة الشاملة:-

تسعى- إلى- إحداث- تغير- جنري- في- ثقافة- المنظمة- وتحويلها- من- الأسلوب- الإداري-
التقليدي- إلى- الأسلوب- الإداري- الحديث- ويشمل- ذلك- جميع- مجالات- العمل- في- المنظم-
معتمداً- على- العمل- الجماعي- والتعاون- والتحسين- المستمر- ويكون- على- مدى- بعيد- من- خلال-
لرضا عملاء المنظمة-.

ومن- خلال- ماسبق- يتضح- أن- الجودة- الشاملة- ليس- مفهوماً- جديداً- إلا- إنها- لم- تظهر-
كوظيفة- رسمية- الا- في- الآونة- الأخيرة-،- فمن- خلال- رحلة- التطور- في- الفكر- الإداري- فيما-
يتعلق- بالجودة- يمكن- أن- تلاحظ- أن- تتابع- لمراحل- المتطورة- للجودة- عبر- تطورها- لم- تحدث-
في- هزات- مفاجئة- للفكر- الإداري- أو- طفرات- ولكنها- كانت- تطور- مستقر- وثابت- وكان- هذا-
التطور- انعكاساً- لسلسلة- من- الاكتشافات- ترجع- إلى- القرن- الماضي-،- فحركة- الجودة- الشاملة-
لم- تكن- فكرة- مستقلة- عن- المدارس- العلمية- السابقة- للإدارة- بل- استمدت- بذورها- منها-
إعتباراً- من- ظهورها- ومروراً- بمدخل- النظم- والإحتمالات- (صالح 2009) ص-51).

جدول- رقم ()-

مقارنة- بين- طبيعة- المواصفة- القياسية- ISO 9001 وبين- مبادئ- إدارة- الجودة-
الشاملة:-

ISO9001

نظام- إدارة- الجودة- الشاملة-

نظام- مستقل- يتوافق- مع- طبيعة- كل- نظام- دولي- لقياس- نظام- الجودة-

منشأة-

يوضح كل- من- ما- تفعل- What وكيف- يهتم- ما- What فقط-

تفعل- How

الإهتمام- بالمشطة- المورد(المنظمة)- يهتم- بالمتطلبات- وفقاً- للتوجه- بالعمل-

الإهتمام- بالتطوير- والتحسين- المستمر- الإهتمام- بالوضع- الحالي- وتوثيقه- من- خلال- مستندات- محدثة-

التفتيش- ليس- إجبارياً- حيث- يتم- العمل- وفقاً- لسياقة- المتطلبات- الوراثية- الإهتمام- بالعملية- بدءاً- من- مرحلة- في- المواصفة- القياسية- التصميم-

التوجيه- بالأبحاث- والتطوير- التوجيه- بالتأكد- من- كلفة- الإجراءات- ومن- جودتها

الإهتمام- برضاء- كل- من- العميل- الإهتمام- برضاء- والمتطلبات- العميل- والمورد

(حمدي- عبد- العظيم- 2006م- ، ص- 97)

11-2-2 الجودة- للشاملة- في- العمل- الرياضي-:-

هي- فلسفة- أو- مجموعة- من- المبادئ- والأساليب- والوسائل- الفنية- والجهود- والمهارات- المتخصصة- التي- تؤدى- إلى- التحسن- المستمر- للأداء- على- كلفة- المستويات- بإستخدام- كلفة- الموارد- المادية- والبشرية- المتاحة- مع- الإلتزام- والإنضباط- والإستمرارية- لمواجهة- إحتياجات- وتوقعات- المستفيد- أو- العميل- وتحقيق- رضاء- وسعادته-

وتأخذ- الأشكال- التالية- (تواجد- الموائمة- مع- المواصفات- المرتبطة- بكل- نشاط- أو- بمجالات- التربية- البدنية- والرياضة، القيام- بأفضل- ما- يجب- أن- يكون- في- حدود- الإمكانيات- المتاحة- لتحقيق- أهداف- الأنشطة- الرياضية، جودة- النشاط- الرياضي-، أي- جودة- الخدمة- التي- تقدم-

للمستفيدين- من- ممارسة- الأنشطة- الرياضية- سواء- كان- "اللاعب،الإداري-
الجهان- الفني- والإداري- لكل- الأنشطة-".(حسن- أحمد- الشافعي- 2009م،ص-
58).

ولذلك- أهمية- إستخدام- إدارة- الجودة- الشاملة- في- المؤسسات- الرياضية- لمواكبة- ثورة
الإدارة- الرياضية- على- مستوى- العالم- وبحيث- تعمل- على- إستمرار- المنافسة- في- مجال
الأنشطة- الرياضية- وجذب- المستفيد- من- ممارسة- الأنشطة- الرياضية- وإدارة- المؤسسات
الرياضية- المختلفة-

كما- أن- نجاح- تلك- المؤسسات- والهيئات- الرياضية- وكذلك- نجاح- الرياضة- ككل- مرهون-
بمدى- إستخدامها- لأسس- ومبادئ- الإدارة- الحديثة- وجودة- العنصر- البشري-
الذي- يخطط- لهذه- الرياضة- بدءاً- بالمجلس- الأعلى- للشباب- ووصولاً- إلى-
الأندية- الرياضية- ومراكز- الشباب- مما- يسهم- في- نجاحها- للإنتلاق- إلى-
العالمية- والأولمبية- (حسن- أحمد- الشافعي-،2010م،ص- 72).
ويعتبر- الهدف- الأساس- من- إدارة- الجودة- الشاملة- في- أي- مؤسسة- رياضية- أو
نشاط- رياضي- هو- تحسين- الأداء- والخدمات- المقدمة- من- خلال- تحقيق- أكبر-
عائد- ممكن- أقل- تكلفة- تطبيق- لقاعدة- العمل- الصحيح- بدون- أخطاء- (إيمان-
رمضان-،2012، ص- 347).

إن- إدارة- الجودة- الشاملة- في- العمل- الرياضي- يتوقف- على- مدى- وعي-
المسؤولين- بالمؤسسات- الرياضية- بفلسفة- إدارة- الجودة- الشاملة- والتي- تعد
من- الفلسفات- الإدارية- الحديثة،- فهي- عبارة- عن- خطة- عاملة- تشمل- جميع
مستويات- الإدارة- وتناسى- بتطبيق- الجودة- وجعلها- مسؤولية- جميع- العاملين،-
وتهدف- إلى- تحقيق- التميز- في- جودة- أداء- المؤسسة- من- خلال- الوفاء-
إحتياجات- المستفيدين- والعاملين- وقد- عرفت- إدارة- الجودة- الشاملة- على- إنها
(فلسفة- ومجموعة- من- المبادئ- الإرشادية- إلى- تعد- بمثابة- دعائم- التحسين-
المستمر- للمؤسسة- سواء- في- الموارد- أو- الخدمات- أو- العمليات)-

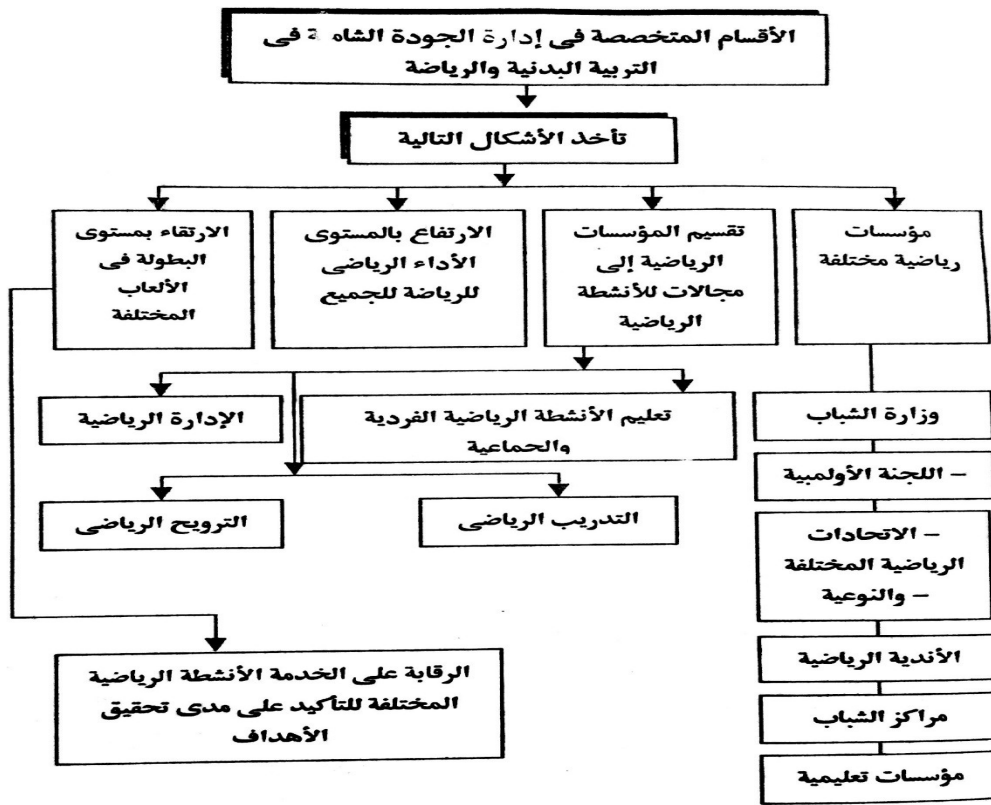
فهي- عملية- واسعة- النطاق- لتعزيز- مزايا- الرياضية- تتضمن- التحسين- المستمر-
وتجاوز- الأخطاء- أثناء- أداء- العمل-،- أما- في- مجال- العمل- الرياضي- فقد- نكر-

الشافعي، بأن مفهوم إدارة الجودة الشاملة هو تحقيق إحتياجات ورغبات وتوقعات المستفيد أو العميل في المؤسسات الرياضية (لاعب - إداري - مدرب)، أنها تعني التفوق أي تحقيق المستوى الرياضي أو الإنجاز الرقمي المطلوب أو المستوى الإداري الفعال للمؤسسات الرياضية وأن الجودة بكفاءة تكون نتيجة الإعداد المهني والعملية والفني للعاملين بالأنشطة في المؤسسات الرياضية المختلفة. (حسن أحمد الشافعي، 2009، ص 45).

يري الدراسات نجاح المؤسسة هو إقتناع كل العاملين بالمؤسسة وتعاونهم الكامل لتحقيق اعلي مستويات وحتى تضمن الإستمرار والبقاء في البطولات والمنافسات والعلاقات السوية في مجال الرياضة إلي جانب تقليل تكلفة الإعداد الرياضي في الأنشطة المختلفة ومن ثم يمكن الإحتفاظ بالمستفيدين من ممارسة تلك الأنشطة وجذب آخرين وتحقيق وتحسين عامل الربح (علية حجازي وآخرون، 2009م، ص 17).

شكل رقم (1)

يوضح الأقسام المتخصصة في إدارة الجودة الشاملة.



ارجع إلى حسن أحمد الشافعي - المرجع السابق .

(حسن- الشافعي-2006م، ص-43)

وتأخذ إدلرة الجودة الشاملة في المؤسسات الرياضية أشكالاً عدة عند وجود المواصفات المرتبطة بكل نشاط أو مجالات التربية البدنية والرياضية والقيام بأفضل ما يجب أن يكون في حدود الإمكانيات المتاحة لتحقيق أهداف الأنشطة الرياضية، إضافة إلى أهمية تناسب تكلفة إعداد البطل أو النشاط بالنسبة المراد تحقيقه.

- 1- تولفر- القياسة الإدلرية الفاعلة-
- 2- التعليم والتدريب والتحسين- المستمر-
- 3- التخطيط-

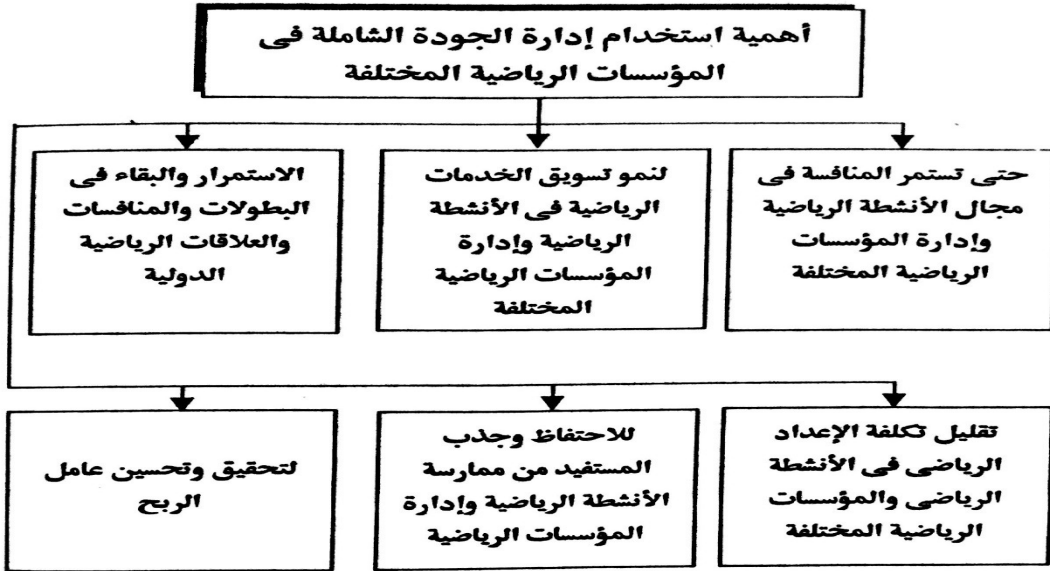
4- الهيكل- التنظيمي- وتطوير- المستويات- الإدارية-

5- تولفر- وسائل- الإتصال- المناسبة-

6- إستخدام- مبنياً- التحفيز- مع القياس- والتقويم-

شكل- (2)

أهمية إستخدام إدارة- للجودة- الشاملة- في- المؤسسات- الرياضية- المختلفة-



(٢٧) ارجع إلى حسن أحمد الشافعي - المرجع السابق .

المصدر:- حسن- الشافعي-(2006م،ص- 27)

ولهذا- وجب- على- المؤسسات- الرياضية- أن- تفكر- بشكل- جاد- على- تقديم- أساليب- تسويق- للخدمات- الرياضية- لكافة- الفرق- والهيئات- المحلية- والعربية- والعالمية- على- نحو- التالي:-

1- الإنشاءات- والملاعب- والفندقة- التي- تمكنها- لتكون- قرية- أولمبية- مستقبلا.

2- الصالات- الرياضية- متعددة- الأغراض- والأدولر-

3- إنشاء- صالات- للرياضة- العلاجية- والتوسع- في- برامج- السياحة- والعلاج.

4- إنشاء- مختبرات- في- مجال- (الفلسفة- علم- النفس- - علوم- الحركة- - المنشطات- البايوميكانيك)-

5- تسويق- برلمج لتحسين- اللياقة البدنية والصحة العامة وتوفير- مستلزمات- وأماكن- تطبيقها-

6- العمل- على- زيادة- عدد المشاركين- أو الممارسين- للرياضة-

7- رفع مستوى- كفاءة- الأداء للاعبين- بالألعاب- الفردية- والجماعية- وتطويرهم- وإنتقاء- الموهوبين- منهم-

8- التمسك- باللاعبين- المميزين- مع زيادة- عوامل- التحفيز- ومتابعة- إنتقالهم- لرفع مستواهم-

**12-2-2 المبادئ أو للعناصر التي يجب مراعاتها عند تطبيق-
إدارة- الجودة- للشاملة- في- للتربية البدنية وللرياضة:-
1- التخطيط- لتحقيق- الأهداف- المطلوبة:-**

1. ضرورة- تولفر- عنصر- التخطيط-

2. تحديد الأهداف-

3. الإمكانيات- المادية- والبشرية-

4. رسم- السياسات- إقرار- الإجراءات-

5. البرامج التنفيذية- والزمنية-

2- **التنظيم- الرسمي- وغير- للرسمي:-**

أ- تطبيق- مبادئ- التنظيم-

ب- إختيار هيكل- التنظيم- المناسب- لفاعلية الإدارة-

3- **توافر- وسائل- للاتصال- المناسبة- بين- المستويات- الإدارية -**

إدارة- العليا- والوسطي- وللتنفيذية-

4- **التركيز- على- المستفيد- أو- العميل:-**

أ- من- اللاعب- - الجمهور- الإداري- للمؤسسات- الرياضية-

ب- تحقيق- متطلباته- ورغباته- وتوقعاته

5- **توافر- القيلة- لإدارية- الفعالة- وبناء- الفريق:-**

ضرورة- تولفر- المبادئ- القيادية الآتية:

1- الإستمرارية-

2- تطبيق- فلسفة- جديدة- -

3- عدم- الإعتماد- على- الإشراف- الكلي- -

4- عدم- تقييم- الأشياء- على- سعرها- -

5- تحسين- نظام- الإنتاج- والجودة- وخفض- التكاليف- -

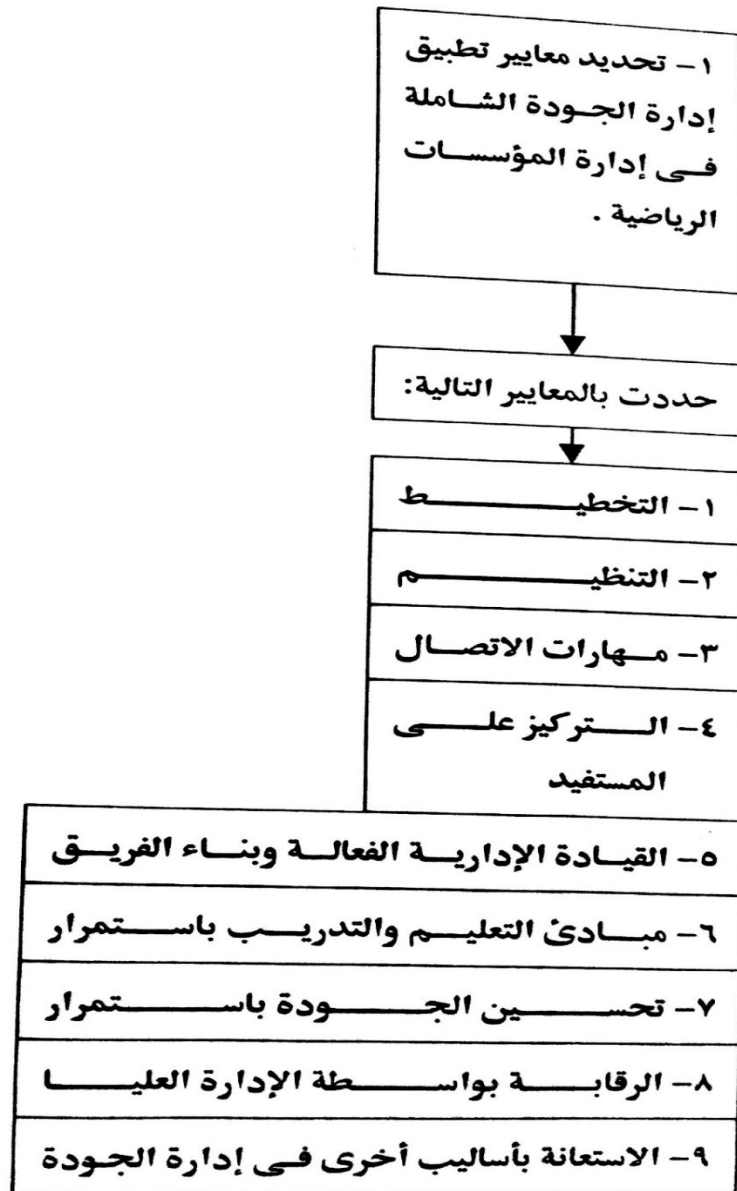
- 6- إبتكار- طرق- حديثة للتدريب- أثناء العمل- ..
- 7- تطبيق- الأسلوب- الديمقراطي- الفعال- للإدارة- ..
- 8- العمل- كفريق- بين- مستويات- الإدارة- المختلفة- ..
- 9- وجود هدف- مباشر- ..
- 10- إلغاء الأهداف- الرقمية- ..
- 11- إزالة العوائق- ..
- 12- برنامج تعليمي- وتدريب- مستمر- ..
- 13- العمل- على- وحدة- العاملين- بالمؤسسة- والأنشطة- الرياضية- ..
- 6- **تطبيق- مبادئ- باستمرار- التعليم- والتدريب:-**
- أ- خطط- للتغيير- من- أجل- التحسين- (رفع وعي- العاملين- بإدارة- الجودة- الشاملة- وتدريب- جميع العاملين- كل- في- تخصصه لتحسين- برنامج- الجودة- الشاملة)- ..
- ب- إتباع ماتم- تعليمه- ..
- ت- تكرار- الخطوة- الأولى- بعد- المعرفة- الجديدة- ..
- ث- التعليم- والتدريب- لكل- مستويات- الإدارة- ..
- 7- **تحسين- الجودة- باستمرار:-**
1. خلق- الوعي- بالحاجة- إلى- التحسين- ..
2. إنشاء- البنية التحتية للمؤسسة- ..
3. التدريب- على- كيفية- التحسن- ..
4. الرقابة- بصفة- الدورية- ..
5. الجودة- كرفاهية- مطلقة- -الجودة- العالمية- ..
6. التحسين- مرتبط- بالأفراد- والأدوات- ..
7. تكنولوجيا- الجودة- الحديثة- ..
8. الملائمة- مع- المواصفات- والمتطلبات- المطلوب- تحقيقها- ..
9. تحقيق- متطلبات- المستفيد- ومعاملته- بإحترام- ..
- 8- **الرقابة- بواسطة- الإدارة- العليا- باستمرار- لتحقيق- الأهداف:-**
- ورقابة- الجودة- عن- طريق-
- أ- تقييم- الأداء و الإنجاز- الحالي- عن- طريق- القياس- والإختبارات- المختلفة- ..
- ب- المقارنة- بين- أداء- الحالي- والهدف- المراد- تحقيقه- ..
- ج - المساواة- في- إدارة- الجودة- وإتخاذ- الإجراءات- الوقائية- ..

د- إستخدام مبدأ التحفيز أو الحوافز والتكريم لفريق العمل. (حسن أحمد الشافعي، 2012م، ص 209).

يري السراس- ان- تطبيق معايير الجودة الشاملة في- التدريب الرياضي- يتطلب برنامج إعلامي متكامل- لنشر- الوعي- حول- مفهوم- إدارة- الجودة- الشاملة-

شكل- رقم- (3)

معايير- الجودة- للشاملة- في- إدارة- المؤسسات- الرياضية-



(حسن- أحمد- الشافعي-211م- ص- 28)

يري- الدراسات- تحديد معايير- الجودة- الشاملة- في- التربية البدنية والرياضة
يصلح تطبيقها- بإي مؤسسة- رياضية-

13-2-2 أهداف- تطبيق- معايير- للجودة- للشاملة- في- المؤسسات- الرياضية-

- 1- جودة التحسين- المستمر- أساس- أي- عملية تنظيمية- أو تعليمية- أو
تدريبية بالمؤسسة- الرياضية-
- 2- لعدم- تهميش- دور- التربية البدنية والرياضة في- المؤسسة- الرياضية-
- 3- الإهتمام- بالتربية البدنية والرياضة لأهميتها- الاقتصادية، الصحية،
التربوية، الاجتماعية-
- 4- إن- نظام- إدلرة- الجودة- الشاملة- يسعى- إلى- تقديم- أفضل- مايمكن- في-
ظل- الموارد- المتاحة- للمؤسسة- الرياضية (حسن- أحمد- الشافعي-،
2011م- ص- 16).
- 5- لأن- إدلرة- الجودة- الشاملة- أحد- الاتجاهات- الحديثة- في- إدلرة-
المؤسسات- الرياضية
- 6- تحقق- التعاون- مع- المؤسسة- الرياضية- والمؤسسات- الأخرى- من- أجل-
تنمية- وتطوير- وتعليم- وتدريب- والترويج- المتعلقة- بالأنشطة- الرياضية-
- 7- تحقق- التميز- في- الخدمات- المقدمة- من- المؤسسات- الرياضية
للمستفيدين- "اللاعب، الإدلري، المدرب، المستثمر"- ..
- 8- التحسين- والتطوير- المستمر- والالتزام- بمتطلبات- ومعايير- الأداء- الإدلري-
للمؤسسات- الرياضية-
- 9- تحقق- أهداف- المؤسسة- الرياضية- بإستخدام- التقنيات- التعليمية
والتدريبية وأساليب- التقويم- والأداء- للعاملين- بالمؤسسة- الرياضية
لتلبية- إحتياجات- ورغبات- وميول- المستفيدين- من- هذه- المؤسسات-
- 10- الحكم- على- قيمة- الأشياء- والإحتياجات- والموضوعات- المرتبطة-
بالمؤسسة- الرياضية- بإتباع- أربعة- مراحل- لتقويم-

أ- التقويم- القبلي-

ب- التقويم- البنائي- أو التكويني-

ج- التقويم- التشخيصي- أو المستمر-

د- التقويم- الختامي- أو النهائي-

14-2-2- عقبات- تطبيق- الجودة- الشاملة- في- المؤسسات- الرياضية-

- 1- عدم- وجود إستقرار- في- الهدف-
- 2- التركيز- على- الأبارح قصير- الأجل-
- 3- إدلة- المؤسسة- بالأرقام- والزيادات- الهامشية- وإغفال- كثير- من- الإعتبارات- الواجبة-
- 4- زيادة- التكاليف-
- 5- التركيز- علي- تقييم- الأداء-
- 6- الأمل- في- الشعارات- لتحسين- الجودة-
- 7- التدريب- غير- علمي-
- 8- الشعور- بأن- الآلات- الجديدة- فقط- تؤتي- إلى- التحسين-
- 9- انخفاض- مستوى- التعليم-
- 10- تخصيص قسم- الرقابة- يسلب- المسؤولية- الحقيقية- من- العاملين-
- 11- الإعتناء- علي- وصفات- جاهزة-
- 12- البحث- عن- أعمار-
- 13- عدم- إهتمام- الإدارة- العليا- وتدعيمها-
- 14- التخطيط- القصيرة- الأجل- دون- الإستراتيجية-
- 15- فرق- عمل- متباعدة-
- 16- التوجية- بالإنتاج- وليس- بالسوق-
- 17- إتخاذ- القرار- دون- الإعتناء- علي- الحقائق-
- 18- التركيز- علي- العيوب- لا- التركيز- علي- الوقاية- (أحمد- الشافعي-، 2010، ص- 85):

2-3 المبحث الثالث: التدريب الرياضي:

2-3-1 المدخل في علم التدريب الرياضي :

خلال المرحلة الزمنية الطويلة لتطور البشرية والمجتمعات ظهر مفهوم وأعراض وطرق ونظريات التدريب البدني، وطرأت عليه تغيرات كثيرة. لذا دأب الإنسان، منذ القدم حتى هذا العصر، على العناية بتدريب جسمه وتقوية أجهزته العضوية المختلفة، سواء بطرائف مباشرة أو غير مباشرة. ورغم ضآلة المعلومات عن الإنسان الأول، إلا أن هناك اتفاقاً على أن الإنسان الأول لم يكن بحاجة إلى تخصيص فترة زمنية أثناء يومه ليقوم بممارسة الأنواع المختلفة من الفعاليات الحركية والتدريب عليها نظراً لأن ذلك كان جزءاً لا يتجزأ من حياته اليومية لضمان إشباع مختلف حاجاته الأولية. وبمرور الإنسان في سلم التطور الحضاري، وفي غضون الأجيال الطويلة المتعاقبة تطورت حاجات الفرد لممارسة الأنواع المتخلفة من الفعاليات البدنية والحركية. لذلك نلاحظ إهتمام الحضارات القديمة (الفراعنة والبابليون) بالرياضة. إنما اكتشف في مقابر بني حسن ومقابر وداي الحلول والمعابد التي بجوار بغداد قبل خمسين قرناً، تقدم الدليل الواضح على العناية الكبيرة بالكثير من أنواع الأنشطة الرياضية التي تشبه إلى حد كبير ما يمارسه الإنسان في عصرنا الحالي.

وخلال العصر- الحديث شهد العالم تطوراً في مختلف المبادئ الصناعية والاقتصادية والاجتماعية والعلمية والتقنية وغيرها، إنعكست على الفعاليات والألعاب الرياضية. كذلك ظهر الكثير من المفكرين والعلماء في شتى دول العالم أسهموا في تقدم مختلف علوم التربية الرياضية لذلك ظهرت إلى حيز الوجود والطرق والنظريات العلمية الحديثة المستمدة من مختلف العلوم الطبيعية والاجتماعية (عبد علي نضيف وآخرون، 1980م، ص 14).

كما هو الحال في بقية العلوم الأخرى، حيث أصبح علم التدريب الرياضي- علماً مستقلاً بذاته وغنى بالمعرفة، وبدأ يؤثر تأثيراً قوياً وإيجابياً على الحركة الرياضية، وقد أعطى هذا التطور إمكانية قوية لإكتشاف القوانين التي تساهم في إستغلال قدرة اللاعب وإمكانياته، وهذا يعني إن النتائج الرياضية ستكون في مكانة متقدمة ومتطورة.

وقد أشار تحليل هذه النتائج الرياضية إلى التقدم المستمر للإنجازات الرياضية بصورة متدرجة، و الفضل في هذا يعود إلى تحسين نظام عمل اللاعب كالجهاز التنفسي-

والعضلي وإضافة إلى تحسين تنظيم مجموعات كبيرة من التمارين المعطاة للاعب. هناك مجموعة من المدارس العالمية التي تهتم بأشكال مختلفة من الرياضة، ولكن جميع هذه المدارس التقت عند هدف واحد وهو تطوير مستوى الإنجاز، رغم اختلافها في طرق ووسائل التدريب المستخدمة، وقد أشارت جميع المدارس العالمية إلى إن الإستمرارية في التدريب وعدم الإنقطاع عنه عامل أساسي- ومهم في الوصول إلى نتائج متقدمة، وخاصة إذا إعتد المدرب إن أهم شيء في حياة اللاعب هو الإستمرارية في التدريب بطرق علمية حديثة (كمال جميل، ب ت، ص 22).

يري الدراسات إن التدريب الرياضي يشهد تطوراً ملحوظاً في الرياضيين لمستويات عالية كالألعاب الرقمية (ألعاب القوي).

2-3-2 مفهوم التدريب الرياضي:

عملية تربية هادفة ذو التخطيط علمي لإعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم بدنياً ومهارياً ونفسياً للوصول إلى أعلى مستوى ممكن (بسطوبيسي أحمد، 1999م، ص 23).

لقد ظهر إن هناك مصطلحات ومعان كثيرة ومتعددة تستعمل لتفسير كلمة التدريب، وظاهر هذا الإختلاف يرجع في التفسير بين المدربين والأطباء الرياضيين الفسيولوجيون المختصون يقصدون بكلمة التدريب (جميع الحركات التي تحمل الجسم جهداً اضافياً وتعمل على توليد إنسجام حركي خارجي وتغير في أعضاء الجسم الداخلية مما يؤدي إلى رفع قابلية الجسم، وبهذا المعنى يمكن على سبيل المثال أن يكون العمل البدني له صفة التدريب ويؤدي إلى إنسجام الأجهزة لداخلية (عبد علي نضيف واخرون، 1980، ص 124).

أما المدربون فيعطون مفهوماً آخر للتدريب بقولهم: التدريب الرياضي عبارة عن (القوانين والأنظمة الهادفة للإعداد الفردي الخاص للوصول إلى مستوى الإنجاز العالي عن طريق الإعداد الكامل لعموم الأجهزة العضوية الداخلية التي تحقق الوصول إلى أعلى مستوى). لذلك يؤكدون أثناء التدريب على مراعاة حياة اللاعب وصحته الجسمية العامة.

التدريب الرياضي عبارة عن جميع كميات الحمل المعينة المعطاة للرياضي- في الفترة الزمنية المعينة بهدف رفع الإنجاز الذي يؤديه الجسم بحيث تتغير- وظائف الأجهزة الخارجية والعضوية) (عبد علي نضيف، وآخرون، مرجع السابق، ص 9).

أما الدكتور علاوي عرف، التدريب الرياضي بأنه (عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية، وتهدف أساساً إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي- ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية) (عبد علي نضيف، مرجع سابق، ص 15).

وفي ضوء هذه التعاريف يمكننا أن نستخلص أن التدريب الرياضي- من العمليات التربوية التي تخضع في جوهرها لقوانين ومبادئ العلوم الطبيعية كعلم التشريح وعلم وظائف الأعضاء، علم الميكانيكا الحيوية، والعلوم الإنسانية (كعلم النفس والتربية).

كذلك وجد إن قسماً من المؤلفين العرب يعرف التدريب الرياضي (التدريب الرياضي شكل من أشكال التمارين المعدة بغرض الوصول بالفرد إلى قدرة وكفاءة عالية في نوع معين- من أنواع الرياضة. ولقد أصبح من الضروري، من أجل الوصول إلى القدرة والكفاءة العالية التي يطلبها عصرنا، أن يتم تحت إشراف مدرب لعدة سنوات وفق تخطيط معين، كما إنه من اللازم أن يتمتع اللاعب بالصحة الكاملة وأن يمتنع من التدخين والكحول مع النوم الكافي والتدريب يحسن ويكمل لصفات الجسمية والسلوكية وتكنيك الحركات للوصول إلى المستوى المطلوب،) (محمد حسن علاوي، 1994م، ص 39).

وهذا المفهوم أنه عملية خاصة مقننة للتربية البدنية الشاملة المتزنة تهدف للوصول بالفرد إلى أعلى مستوى ممكن في نوع النشاط الرياضي- المختار، كما أنها تخضع للأسس العلمية والتربوية في إعداد الرياضيين للوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

ولقد تعددت الآراء والمفاهيم في هذا المجال حيث أن التدريب الرياضي- ماهو الا عبارة عن عمليات لإنقباضات عضلية متكررة تهدف إلى وصول شدتها إلى حد معين- يختلف

من- فرد لآخر- كما- أنها تؤسى- الى- تكييف- وظيفي- وعضوي- وإلى- بعض التغييرات- في- الأعضاء الداخلية- ينتج عنها- إرتفاع- المستوى- البدني- للاعب-.

ولقد- عرفه- نيومان- وسانتر2003 "Neman and Sanuler"- التعاريف-

الآتية:

- 1- هو نتيجة تفاعل- وتجنيد كل- القدرات- الشخصية- للاعب- مع الوضع في- الإعتبار- علاقته- بالبيئة- والظروف- الاجتماعية- المحيطة- به في- الحياة-.
- 2- وهو- عملية- تربية- طويلة- المدى- للإرتقاء- بمستوى- الأداء- الفردي- لأعلى- مستوى- والتدريب- الرياضي- يعني- التنظيم- والعمل- طوال- العام- والعمل- طويل- المدى- الذي- يهدف- إلى- تطوير- العوامل- المتداخلة- التي- تسهم- في- تطوير- الأداء- وكنا- العوامل- المساعدة- المحددة- للأداء- (أميرة- حسن- واخرون-،2008، ص- 18).

- 3- والتدريب- الرياضي- يتقدم- عن- طريق- المعلومات- التي- نستمد-ها- من- نتائج- البحوث- والدراسات- الحديثة- في- التدريب- والأداء- الحركي- (عمر نصر-الله- قشطة-،2011م-، ص- 83).

3-3-2 أهمية- التدريب- للرياضي-:-

الرياضة في- عصرنا- الحاضر- تؤوي- دوراً- مهماً في- بعض- النواحي- السياسية- للسول- وأصبح- للمنافسة- الرياضية- مكانتها- السولية- حيث- تعتبر- السول- الآن- الفوز- في- اللقاءات- العالمية- والسورات- الألبية- مظهر- من- مظاهر- التقدم- الحضاري- للسولة- ودليل- على- إرتفاع- عالي- للمستوي- الاقتصادي- لأفراد- شعبها- ولقد- كرست- السول- علمائها- لبحث- جميع- جوانب- النشاط- الرياضي- ولم- تقتصر- مجالات- المنافسة- فقط- بين- السول- على- ذلك- ولكن- أيضاً- جندت- علمائها- جنباً- الي- جنب- مع- المدرسين- والرياضيين-.

كما أصبحت الدول تتبادل المعلومات الرياضية وإقامة المؤتمرات الرياضية والعلمية كوسيلة إعلامية للدول لإستعراض تطورها الاجتماعي والاقتصادي والعلمي بغرض إكتسابها مكانه مرموقة في مجال التنظيمات الرياضية دولياً

4-3-2 أسس وأهداف ولجبات التسريب الرياضي:-

التسريب الرياضي هو أحد العلوم التي تطور حديثاً والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً ببعض العلوم الأخرى كعلم النفس والترجيبة والتشريح والفسولوجي وغيرها من العلوم. كما أنه يعتمد في تثبيته وقواعده وقوانينه على هذه العلوم. حيث دأب بعض العلماء عن تسميتها (نظريات التسريب الرياضي). لإعتمدها على تلك العلوم في وضع النظريات والقواعد والقوانين التي ساعدت على تطوير عملية التسريب الرياضي وإكسابها من خلال الأبحاث والتجارب العلمية والخبرات. بعداً علمياً وإعتبار علم التسريب الرياضي هو نروة سنام الأداء ووسيلته الأكيدة و تنمية عنصر اللياقة البدنية بهدف التسريب الرياضي إلي تنمية الصفات والقدرات البدنية مثل القوى والسرعة والرشاقة وغيرها بما يتناسب نوع الرياضة ومتطلباتها (مروان عبد المجيد، 2004م، ص 23).

ويعتمد علم التسريب الرياضي على ثلاث محاور:-

- 1- الأسس والمبادئ العلمية المرتبطة بالعمليات التطبيقية والتي تؤثر فيه بشكل مباشر-
- 2- أسس تخطيط التسريب الرياضي-
- 3- القيادة التطبيقية لعملياته

وللوصول إلى أعلى مستوى الأمثل في المنافسات الرياضية فإن ذلك يتطلب معرفة متعمقة بما يتناسب والهدف الأسلي لمكونات التسريب الرياضي، يمكن تقسيم التسريب الرياضي إلى مايلي:(أميرة، حسن، وآخرون، 2008م، ص 18)

- 1- التسريب الرياضي كأساس حيوي -
- 2- التسريب الرياضي كأحد الأنظمة التي يتم إتباعها بأسلوب علمي وتربوي منظم من خلال مدرسين متخصصين يدعم عملهم في الطب الرياضي والهندسة وبعض التخصصات المرتبطة الأخرى للوصول إلى أعلى مستويات الأداء-
- 3- التسريب الرياضي كحدث نتيجته القدرة على الأداء الرياضي والمهارات الحركية اللنان يمثلان النقطتان الجوهريتان في مجال التسريب الرياضي--

4- المنافسة الرياضية والتي – تعتبر- الشكل- الأساسي- والرئيسي- لمقارنة الأداء-

5- والتدريب الرياضي- وسيلة- وليس- غاية في- حد ذاته فهو- يساعد- الفرد- على- القيام- بواجباته بكفاءة- وينمي- ويطور- قدراته البدنية والوظيفية- والنفسية- ويطوعها- للحصول- على- أكبر- نفع لنواته- وللمجتمع- المحيط- حوله-

5-3-2 للواجبات. للرئيسية. للتدريب. للرياضي:-

إتفق- العديد من- العلماء- على- أن- الهدف- دائماً- يحدد- الغاية النهائية التي- يمكن- الوصول- إليها- خلال- تنظيم- معين- يكون- قابل- للتجزئة- هنا- التنظيم- يكون- مستمد- من- نظريات- التدريب- الرياضي- الحديثة- ومناهجه- والتي- يمكن- صياغتها فيما يلي:- (أميرة- واخرون، 2008، ص- 19)

- 1- تنمية- وتحسين- الصفات- والقدرات- البدنية التي- يطلبها- الأداء الحركي--
- 2- الإعتماد- على- خبرة- المدرب- وخصائص- النشاط- لرفع- مستوى- المتطلبات- البدنية الخاصة بكل- نشاط- وتنمية- الأداء الحركي- ورد- الفعل-- التغلب- على- صعوبة- التدريب- بتنمية- خصائص- قوة- الإرادة- والثقة- بالنفس- للاعب- وإعداده- النفسي- والبدني- لإستعداداً للمنافسات--
- 3- الإهتمام- بالتركيز- على- الأداء الحركي- وصولاً إلى- الأداء الحركي- المثالي- الصحيح بإقل- جهد-

4- تطوير- وتحسين- اللعب- من- خلال- تعلم- طريقة- أدائها بأساليب- حديثة- فردية- وجماعية- مع تطبيق- نماذج لخطط- اللعب--

5- إعداد- برنامج متكامل- للأفراد لتنمية- خصائص- روح الفريق- وتحقيق- التجانس- فيما- بينهم- وخاصة- الألعاب- الجماعية- والتتابع-

6- التجديف- والسراجات- والألعاب- الزوجية- وصولاً إلى- تحقيق- التوازن- بين- أفراد- الفريق--

7- المحافظة- على- الصحة- والقوام- والوقاية- من- الإصابات- والأمراض- ورعاية- الكفاءة- الوقائية لأجهزة- الجسم- وذلك- من- خلال- برنامج- متكامل- للرعاية- الصحية--

8- الإهتمام- بعنصر- الأمان- أثناء- التدريب- والمنافسات- وذلك- من- خلال- تدريبات- المرونة- والإطالة- لوقاية- العضلات- والمفاصل- والتركيز- على- فترة- الإحماء- والإعداد- وخاصة- أثناء- تدريب- المبتدئين- مع عدم- إغفال- فترة- التهدئة--

يري- السراس- خصوصية- التدريب- سيساعد- في- الحصول- على- أفضل- تأثير- تدريبي--

1- إن ضمان الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى رياضي ممكن يلقى على عملية التسيب الرياضي مسؤولية تحقيق واجبات معينة وتتلخص أهم الواجبات التي يجب على التسيب الرياضي تحقيقها فيما يلي:-
(أ) **للواجبات التعليمية -**

(ب) **للواجبات التربوية -**

ويجب علينا مراعاة إن الواجبات التعليمية والواجبات التربوية يرتبطان معاً ارتباطاً قوياً ويكونان وحدة واحدة-
(أ) **للواجبات التعليمية:**

جميع العمليات التي تستهدف التأثير على قدرات ومهارات ومعلومات ومعارف الفرد الرياضي- وتشمل أهم الواجبات التعليمية لعملية التسيب الرياضي على ما يلي:-
1- التنمية الشاملة المتزنة للصفات أو القدرات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والعمل على الإرتقاء بالحالة الصحية للفرد (محمد حسن- علاوي، 1994، ص 40).

2- إكتساب المعارف والمعلومات النظرية عن النواحي الفنية للأداء الحركي وعن النواحي الخططية وعن طرق التسيب المختلفة والنواحي الصحية المرتبطة بالنشاط الرياضي وعن القوانين واللوائح والأنظمة الرياضية - (عبد علي- نضيف واخرون- 1980م- ص 13).

3- التنمية الخاصة للصفات أو القدرات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي- الذي يتخصص فيه الفرد-

4- تعلم وإتقان المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي- التخصصي- والأزمة للوصول إلى أعلى مستوى رياضي- (محمد حسن- علاوي، 1994م-ص 40).

5- تعلم وإتقان وتكامل قدرات التكنيك الرياضي- اللازم للسباقات الرياضية في نوع الفعالية الرياضية الخاصة (عبد علي- نضيف واخرون- 1980م- ص 18).

(ب) **للواجبات التربوية-**

تتضمن الواجبات التربوية كل المؤثرات التربوية المنظمة التي تستهدف تطوير السمات الخلقية وغيرها من مختلف الخصائص والملامح الأخرى للشخصية وتشتمل أهم الواجبات التربوية لعملية التسيب الرياضي على ما يلي- (محمد حسن- علاوي، 1994م-ص 41).

- 1- تربية النشء- على- حب- الرياضة- والعمل- على- أن- يكون- النشاط- الرياضي- ذو المستوى- العالي- من- الحاجات- الأساسية- للفرد-
- 2- تشكيل- مختلف- دوافع وحاجات- وميول- الفرد- والإرتقاء- بها بصورة- تستهدف- أساساً- خدمة- الوطن-، وذلك- عن- طريق- معرفة- الدور- الإيجابي- المهم- الذي- تسهم- به- المستويات- الرياضية- العالية- في- هذا- المجال-
- 3- تربية وتطويع- السمات- الخلقية- الحميدة- كحب- الوطن- والحلق- الرياضي- والروح الرياضية-
- 4- تربية وتطويع- الخصائص والسمات- الأبداعية الهائلة- كسمة- المثابرة- وسمة- ضبط- النفس- وسمة- الشجاعة- والجرأة- وسمة- التصميم-
- 5- التربية الخلقية- للاعب- بالإقتناع بالمفاهيم- وثقافة- المجتمع-
- 6- الإيمان- بممارسة- الحياة- الديمقراطية- وتنمية ممارسة- القيادة- السليمة-
- 7- تعود الفرد- على- القيم- البدنية والتعود عليها- كأسلوب- للتعامل- في- الحياة-
- 8- إحترام- ملكية- الغير- والمحافضة- عليها (عبدعلي- نضيف- وآخرون-، 1980م، ص- 18).
- 9- التعود على- القيم- الجمالية- وتربية التنوق- والإحساس- الفني-
- 10- تحقيق- السوافع والحاجات- والميول- الفردية- والإرتقاء بها بصورة- تستهدف- خدمة- الوطن-، عن- طريق- معرفة- الدور- الإيجابي- المهم- الذي- تسهم- به- المستويات- الرياضية- العالية- في- هذا- المجال-
- 11- اكتساب- التفكير- المنطقي- المنظم- لحل- المشكلات-
- 12- التطلع إلى- تمثيل- المجتمع- الذي- ينتمي- إليه- في- المجالات- المختلفة-

6-3-2 خصائص للتدريب الرياضي:-

تتحدد الخصائص بإخضاع كافة عمليات التدريب- للأسس- والمبادئ العلمية- التي- أمكن- التوصل إليها- في- علوم- الرياضة والتربية الرياضية وعلوم- الحركة- الرياضية وعلم- النفس- الرياضي- وعلم- الاجتماع الرياضي- والإدارة- الرياضية والعلوم- التربوية- بصفة- علمة(عمر- ضراب الله قشقة، 2010م، ص- 6).

ويجب أن- تنظم- وتنسق- أسلوب- معيشة- الفرد الرياضي- وطريقة- حياته اليومية- من- (عمل- ودراسة- وراحة- وأوقات- التغذية)- حتى- يتلائم- مع الجهود

العالي- للتدريب. وتساهم- في- رفع المستوى- إلى- أقصى- درجة- ممكنة(مروان- عبدالحميد، 2004م، ص- 23)- ويختلف- التدريب- الرياضي- عن- سائر- الوسائل- الأخرى- للتربية- الرياضية- التي- تستهدف- التأثير- على- الفرد- كدرس- التربية- الرياضية- بالمدرسة- أو- نشاط- وقت- الفراغ، أو- النشاط- الترويحي- ومن- أهم- الخصائص- التي- يتميز- بها- التدريب- الرياضي- مايلي(أميرة- حسن- محمود- واخرون، 2008، ص- 27).

1- أن- الهدف- الرئيسي- من- التدريب- الرياضي- هو- محاولة- الوصول- بالفرد- إلى- أعلى- مستوى- رياضي- ممكن- في- نوع- من- أنواع- الأنشطة- الرياضية- وعلى- ذلك- فإن- التدريب- الرياضي- يشكل- أساس- مايسمى- (برياضة- المستويات)- أو- (رياضة- البطولات)- أي- ممارسة- النشاط- الرياضي- بغرض- تحقيق- أحسن-.

2- مايمكن- وطبقا- لهذا- المفهوم- فإن- ممارسة- النشاط- الرياضي- بغرض- شغل- أو- قضاء- وقت- الفراغ، أو- بهدف- الترويح، أو- لمحاولة- اكتساب- اللياقة- البدنية- العامة- ماهي- إلا- أساليب- أخرى- لممارسة- غالبية- أفراد- الشعب- للنشاط- الرياضي- ضمن- محاولة- الوصول- للتفوق- الرياضي-، أو- دون- تخصص- بقيق- في- نشاط- رياضي- معين-.

ولكي- يمكن- تحقيق- هذا- الهدف- فإن- التدريب- الرياضي- يسعى- إلى- تنمية- وتطوير- كل- من- القوى- البدنية (كالقوة- العضلية- والسرعة- والتحمل)- والقوى- الفنية (كالمهارات- الحركية- الرياضية- والقدرات- الخططية)- والقوى- النفسية- للفرد- الرياضي- ومحاولة- إستخدامها- وتواجيها- نحو- تحقيق- أعلى- مستوى- ممكن- في- نوع- معين- من- أنواع- الأنشطة- الرياضية-.

3- من- أبرز- الخصائص- التي- تميز- التدريب- الرياضي- في- العصر- الحديث- إعتماؤه- على- المعارف- والمعلومات- العلمية- فالتدريب- الرياضي- الحديث- يستمد- مادته- من- العديد- من- العلوم- الطبيعية- والإنسانية- كالطب- والميكانيكا- الحيوية- وعلم- الحركة- وعلم- النفس- الرياضي- والتربية- وعلم- الاجتماع- الرياضي- والرياضيات- وغير- ذلك- من- المعارف- والمعلومات- التي- ترتبط- تطبيقاتها- بالمجال- الرياضي- ولقد- كانت- الموهبة- الفردية- في- الثلاثينات- والأربعينات- تلعب- دوراً- كبيراً- في- وصول- الفرد- إلى- أعلى- المستويات- الرياضية- دون- إرتباطها- بالتدريب- العلمي- الحديث- قد- أصبح- لمرأً- مستبعداً-.

4- يتميز- التدريب- الرياضي- بخصوصية- التدريب- ومراعاة- لفروق- الفردية- من- حيث- السن-(الكبار- والصغار)- والجنس- (البنين- والبنات)- وكذا- مراعاة- الفروق- الفردية- بين- أفراد- الجنس- الواحد- في- نفس- الوقت-.

كما- تختلف- طبيعة- وخصائص- الأنشطة- الرياضية- بالنسبة- للرياضات- المختلفة- سواء- كانت- جماعية- أو- فردية، ويتضح- ذلك- في- أختلاف- اتجاهات- التدريب- وتوزيعه- الزمني-، وعلى- سبيل- المثال- تختلف- طرق- إعداد- وتنظيم- وتشكيل-

الأحمال- التدرّيبية لرياضات- التحمل- من- الرياضات- التي- تعتمد- على- (القوة- والسرعة)- وخصوصية لتدريب- فيما- يحتاجه حارس- المرمى- في- لعبة جماعية وما- يحتاجه المدافع- أو لاعب- الوسط- أو المهاجم- في- نفس- اللعبة- ولا يقف- الأمر- عند- مراعاة- لفروق- الفردية- عند- تصنيف- متطلبات- الأنشطة- الرياضية أو مراكز- اللعبة- الواحدة- بل- يتميز- التدريب- الرياضي- أيضاً- بمراعاة- الفروق- الفردية- خلال- مراحل- تطور- الحالة- التدرّيبية- بين- أفراد- المسابقة- الواحدة- أو اللاعبين- ذوي- المركز- التخصصي- الواحد- في- الألعاب- الجماعية- إذ- يمكن- أن- تناسب- الأحمال- التدرّيبية- حدوث- تدهور- في- مستوى- هذا- اللاعب- (علاوي، 1994م-ص37-ص38).

5- يهدف- التدريب- الرياضي- إلى- تحسين- القدرات- البدنية- والنفسية- والعقلية- للفرد- من- خلال- الممارسة- الفعلية- للنشاط- وتحسين- الصحة- العامة- وبناء- وتكامل- الشخصية- ليصبح- الفرد- عضواً- نافعاً- وفعالاً- في- المجتمع- - لنا- فهو- يحتاج- إلى- كفاءة- عالية- للقائمين- به.

6- يختلف- التدريب- الرياضي- من- حيث- التنظيم- والمحتوى- وتشكيل- العمل- التدرّيب- وطرق- وأساليب- التدريب- على- باقي- الأنشطة- الرياضية- الأخرى- (الرياضة- الترويحية- الشعبية- المدرسية- العلاجية) حيث- تتميز- رياضة- المستويات- العالية- بارتفاع- حجم- وشده- البرامج- التدرّيبية- والتي- تتطلب- بذلك- بذل- أقصى- جهد- ممكن- من- المدرب- واللاعب- (أمرالله- أحمد- البساطي-، 1998، ص-6، ص-7).

2- إن- الفترة- الطويلة- لإعداد- الرياضيين- للمستويات- الرياضية- العالية- في- لعبة- أو- فعالية- رياضية- معينة- هي- إحدى- مميزات- التدريب- الرياضي-، لنا- فالتطور- المستمر- والوصول- إلى- أعلى- المستويات- أسى- إلى- التخصص- في- فعالية- أو- لعبة- وأصبح- المدربون- غير- قلبيين- على- الوصول- إلى- المستوى- العالمي- دون- التدريب- المنظم- (علاوي، 1994م- ص-37).

لذلك، يتطلب- التدريب- الشامل- دون- الإقتضار- على- فعالية- التخصص-، بل- إن- التدريب- يستخدم- الألعاب- الأخرى- مساعدة- للعبة- التي- تخصص- فيها- الرياضي-، لنا- فالتخصص- في- فعالية- رياضية- أو- لعبة- واحدة- يجب- أن- لا- يكون- ذا- جانب- واحد- في- مرحلة- البناء- والإعداد، بل- يجب- أن- يكون- شاملاً- وأثناء- التدريب- على- تمارينات- السباقات- يتطلب- إختيار- تمارينات- عامة- وخاصة- الناتجة- من- الفعاليات- والألعاب- الأخرى-، وهذه- التمارينات- يجب- أن- تعمل- على- رفع- المستوى- في- تلك- الفعالية- أو- اللعبة- المختارة- بصورة- مباشرة- أو- غير- مباشرة-، وهنا- يتوقف- على- معرفة- غرض- وفعالية- كل- تمرين- بصورة- بديقة- (عبد- علي- نضيف- وآخرون-، 1980م-ص23).

وبناء- على- ذلك- يمكن- حصر- الواجبات- التعليمية- والتربوية- للتدريب- الرياضي- في:-

1- الإعداد البدني:-

- أ- يهدف الإعداد البدني إلى تنمية الصفات البدنية كالقوة والتحمل والسرعة والرشاقة.
- ب- أن المحتوى الهام للإعداد الجسمي يمكن في تطوير القابلية الجسمية والقوة والسرعة والقابلية الحركية ويعبر عن العنصر السابقة بإصطلاح اللياقة البدنية والتي تقرر سرجة قابلية الرياضي في الوصول إلى المستويات الرياضية العالية (علاوي، 1994م، ص 18).

2- الإعداد المهاري والخططي:-

يهدف الإعداد الخططي والمهاري إلى تعليم المهارات الحركية الرياضية والقدرات الخططية التي يستخدمها الفرد في غرض المنافسة الرياضية ومحاولة إتقانها وثبتها والإعداد المهاري والخططي يكونان وحدة واحدة، إن المهارات الحركية الرياضية هي التي تشكل أساس الأداء الخططي، هنا بالإضافة إلى أن عملية تعليم المهارات الحركية ينبغي أن تخضع أساساً لوجهة النظر الخططية (عبد علي، نضيف وأخرون، 1980م، ص 48).

7- الإعداد المعرفي (المنظري):-

يهدف الإعداد المعرفي (أو الإعداد النظري) إلى إكساب الفرد الرياضي مختلف المعارف والمعلومات الخاصة بعلم التدريب الرياضي حتى يستطيع الاستفادة من هذه المعلومات والمعارف أثناء المنافسات الرياضية وبذلك يستطيع الفرد الرياضي أن يسهم إيجابياً في تنمية مستواه الرياضي (علاوي، 1994م، ص 42).

8- إعداد للنواحي للتكنيكية واللتكتيكية:

يهدف إعداد التكنيك والتكتيك إلى ضمان الاقتصاد في الجهد عند أداء الفعاليات وبنفس الوقت الأستثمار الفعال للقابلية البدنية لأبعد حد ممكن، فالتحضير للتكنيك الرياضي يتعلمه الرياضي عن طريق تعلم التكنيك وإثباته تحت شروط السباقات.

إن تطور القوة والحمل والسرعة لدى الرياضي يعطى إمكانية رفع مستوى التكنيك بنفس السرجة لنا يجب الربط بين التدريب البدني والتكتيكي، بسبب وجود علاقة بين التكنيك والتوافق والقابليات الجسمية، لنا يتطلب التدريب على الدقة والمهارة.

ولقد وجد عدم امکان الفصل بين التكنيك والتكتيك، لابد أن تطور وضعيات تكتيكية معينة، وهذا ما يتطلب توضيحه للرياضي أثناء تعلمه التكنيك لذلك يهدف إعداد المعرفة من الناحية النظرية، الحساب الرياضي، مختلف المعارف والمعلومات الخاصة وتعلم التدريب حتى يستطيع الاستفادة من هذه المعلومات والمعارف أثناء إشتراكه في عمليات التدريب الرياضي أو

أثناء السباقات الرياضية، بذلك يستطيع الرياضي - أن يسهم بصورة إيجابية في تطوير مستواه الرياضي - (عبد علي - نضيف - وآخرون - 1980م - ص 19).

9- **الإعداد التربوي النفسي :-**

يهدف الإعداد التربوي - النفسي - إلى إعداد الفرد من النواحي التربوية والنفسية. (علاوي، 1994م - ص 42).

لقد وجد أن زيادة ارتفاع المستوى الرياضي - يتطلب - رفع المتطلبات العقلية اللازمة لتلك الفعالية، ومن ثم يتطلب منه الإعتناء على النفس - في التسريب إلى حد كبير - وبذلك يتطلب تطبيق خطته التكتيكية في المباراة والعمل على تطوير التكنيك طبقاً لمنهج التسريب الخاص - وهذا بالطبع يحتاج إلى معلومات كثيرة - في جميع جوانب علم التسريب. (قاسم - حسن - حسين - 1980م - ص 19).

7-3-2 مبادئ أساسية في للتدريب الرياضي :-

1- مبدأ الاستيعاب والموضوع :-

يقصد بقاعدة الاستيعاب والموضوع المعرفة العلمية لجوانب التسريب الرياضي -، وظهر أن جميع خولص الإدراك والمقدرة الحركية لها ارتباط في الأجهزة الحسية فالتدريب الرياضي الحديث - يضع متطلبات مستمرة لرفع المقدرة أمام الرياضي - إن قاعدة الاستيعاب والموضوع تشمل - تسريب الناشئين والمتقدمين على حد سواء - فالرياضيين الفتيان الناشئين - يتسربون على ألعاب وفعاليات رياضية كبيرة، وأحياناً يكون التسريب أشد من الذين يتمتعون بمستويات عالية - لنا يحققون مستوى - لم يحققه إلا المتقدمين -، وأحياناً يحصلون على الأرقام العالمية (قاسم - حسن - حسين - مرجع سابق - ص 137).

قبل البدء بعملية التدريب يجب أن يعرف اللاعب لماذا يتسرب ولكن تفكيره ليس كافي - أو أحياناً يتسرب اللاعب ومعرفة الأداء ليست كافية - وحينما يكون التدريب قاسياً، وخاصة للمبتدئين -، سوف يكون ذلك عاملاً أساسياً في إبتعادهم عن التدريب لأن المبتدئ غير قاسر على مواجهة برامج التدريب الموضوعية - لذلك فهم ومعرفة الفكرة الأساسية للتدريب وتأثير كل نوع من أنواع التمارين المستخدمة يؤدى باللاعب إلى إكتساب القدرة على الأداء المتقن بأقصر زمن - ممكن - وتكيف أجزاء الجسم على ذلك - وبهنا يكون اللاعب قد وصل إلى هدفه الأساس - الممثل - في ضبط الأداء الفني - الصحيح - ويصبح اللاعب أيضاً قلراً على إكتشاف نقاط الضعف - ومن النقاط الهامة في مبدأ المعرفة هي (كمال - جميل - الرضي - 2004م - ص 122).

1. معرفة اللاعبين بأهمية عملية التدريب، ليس فقط بشكل عام، بل بفهم ومعرفة أداء كل تمرين على انفراد.

2. معرفة اللاعبين- بالمبادئ- الأساسية- عند أداء كل- تمرين- على- إنفراد، ومعرفة- الوضع المناسب- لكل- تمرين-.
 3. يجرى- الأولمبيين- تحليلاً لأدائهم- ومدى- التطور- الفني- حصل- خلال- التدريب- دون- مساعدة- المدرب- وأن- ينظروا- إلى- كل- تمرين- بمفرده- بدقة- متناهية-.
- 2- مبدأ المشاهدة:-

يتمثل- هنا- المبدأ- بعرض- لوحات- وصور- إيضاحية- إضافية- وعرض- أفلام- سينمائية- للأداء- الجيد- وعرض- الجداول- والرسومات- التوضيحية- المختلفة- التي- لها- علاقة- مباشرة- بشكل- الرياضة- المراد- العمل- والتدريب- عليها- وعند- عرض- هذه- الوسائل- التوضيحية- يجب- أن- تكون- حركة- كل- جزء- من- أجزاء- جسم- اللاعب- واضحة- وتؤدى- بالوقت- المناسب- ويمكن- يتم- هنا- من- خلال- وقوف- اللاعب- أمام- مرآة- خاصة- بحيث- يتمكن- من- مشاهدة- كل- جزء- من- أجزاء- الحركة-.

وبعد- تحديد- الأخطاء- يجب- البدء- بتصحيحها- أولاً- بأول- خلال- الحركة- واللاعب- المتقدم- لأبد- له- من- فترة- زمنية- طويلة- ليعتاد- هنا- الأسلوب- لمعرفة- حركة- كل- عضلة- من- عضلاته-.

يتطلب- مبدأ- المشاهدة- المحافظة- على- النقاط- التالية- (كمال- جميل- 2004م، ص- 123).

1. عند إستعمال- حركة- جديدة- يجب- أن- يتم- من- خلال- الشرح- للحركة- ومن- خلال- عرض- الأفلام- للاعبين- المميزين- أو الفرق- المميزة- وهنا- يعنى- إمكانية- جيدة- لتوضيح- الحركة- أمام- اللاعبين-.
2. عند إعطاء- حركة- جديدة- يقوم- المدرب- بتوضيح- الحركة- بشكل- أكثر- تفصيلاً- ودقة-.
3. يؤدى- اللاعبون- التمارين- بمساعدة- المدرب- وتوجيهه- مع العمل- على- تصحيح- الأخطاء- المرافقة- للأداء-.
4. يقوم- المدرب- بإعطاء- حالات- مناسبة- وملائمة- لأداء- الحركة- مع توضيح- زوايا- الأداء- ومراقبته-.

أما- قواعد- الإخراج- العملي- لمراحل- التدريب- فتتم- عن- طريق- العرض- الصحيح- لبناء- الحركات- المراد- التدريب- عليها- بأستخدام- الملاحظة- والشرح- والنصائح- والأسئلة- والأداء- العملي-، فإننا- كان- العرض- بديلاً- بشكل- أساس- تعلم- التكنيك- بسرعة- ومن- جهة- أخرى- يمكن- بمساعدة- العرض- تحقيق- تقدم- التعليم- بسرعة- سواء- كان- ذلك- مرتبط- بالأداء- العملي- أو بدونه-.

لقد- أظهرت- التجارب- فاعلية- هذا- الشكل- من- التدريب- وظهر- أثرها- واضحاً- في- بدء- مرحلة- تعلم- التكنيك- الرياضي-، وخاصة- تأثير- الدقة- الحركية- والتوافق- الحركي-، كما- إن- التدريب- عن- طريق- العرض- يحسن- ردة- الفعل- الحركي- الجيد- بواسطة- ردة- الفعل- الإرادي-.

إن- لستعمال- وسائل- العرض- المتنوعة- تساعد- على- بناء- الإنطباع- لمسار- الحركة- أو- الأجزاء- الرئيسية- منها- أو- تصور- مجال- الحركة- فيمكن- إستخدام- اللوحات- التصويرية- أو- تخطيط- بعض- الحركات،- أو- أستخدام- بعض- الكتب- الصغيرة- التي- تحتوى- التكنيك،- خطوط- بيانية،- أفلام- وكذلك- العلامات- المنظورية- كالذي- يحدث- في- الجمالز- والتزحلق- الفني- على- الجليد- والألعاب- المنظمة- وألعاب- الساحة- والميدان- ثم- العلامات- السمعية- كالنساء- والصارفة،- التصفيق- باليدين-،- مصاحبة- للوزن- الموسيقي- وتوجيه- الرياضي- على- إستيعاب- الشعور- العقلي- لنا- اعتبرت- العلامات- السمعية- والنظرية- وسائل- مهمة- للأستعلام- المباشر-،- كما- تستعمل- السبورة- المغناطيسية- لتعليم- التكنيك- يمكن- أيضا- أستعمال- رسوم- توضيحية- لتخطيط- وتقييم- التسريب- إن- انها- تستغل- تأثير- النظر- لكونها- أكثر- فائدة- من- النصوص- والأرقام- والجدول،- فالرسوم- التوضيحية- تساعد- على- توسيع- النظر- وإستيعاب- ديناميكية- مكونات- التسريب- المنفردة- وبواسطتها- يمكن- إجراء- المقارنة،- وتمكن- من- إعطاء- قرارات- أثناء- أخراج- التسريب- في- المستقبل- (عبد- علي- نضيف- وآخرون-،- 1980م- ص- 123).

يرى- السراس- إستخدام- تكنولوجيا- التسريب- المستخدمة- يؤسي- إلي- زيادة- إنتباه- اللاعب-.

3- الاقتراحات:-

عند- إعطاء- التمارين- والبدء- بعملية- التسريب- لأبد- للجهة- الأخرى- وهي- جهة- اللاعبين- أن- تتقبلها- ثم- البدء- بتطوير- هذا- التمارين- لنا- يجب- ان- يمتاز- اللاعب- بالقدرة- والإمكانية- على- إستيعاب- هذه- التمارين- وأدائها- وهنا- لابد- من- الاخذ- بالإعتبار- عمر- اللاعب- والجنس- والفولرق- الأخرى- مثل- اللياقة- البدنية- العالمة- والخاصة- وعلى- المدرب- مراعاة- طبيعة- التمارين- فإننا- كانت- صعبه- وقاسية- يمكن- أن- يولد- هنا- نفور- أو- إبتعاداً- عن- التمرين- وبالتالي- من- الصعب- العودة- ثانية- إلي- التمرين- وهنا- يؤسي- إلي- خسارة- اللاعب- وعدم- إعطاء- نتائج- مرغوب- هنا- من- جهة- ومن- جهة- أخرى- إذا- كانت- التمارين- خفيفة- يشعر- اللاعب- بقله- اهمية- التسريب- وهنا- لا- يمكن- أن- يطور- المستوى- ولا- يعطى- نتائج- مرضية- وبالتالي- يرى- اللاعب- وخاصة- إذا- كان- جاداً،- مبرر- للهروب- من- التمرين- إلي- غير- رجعة- لنا- يجب- أستخدام- أساليب- مناسبة- لكسب- اللاعبين- وتقريبهم- من- التسريب- كي- يضمن- إستمرارية- اللاعب- في- التسريب- ومن- أساليب- الإقتراح-.

1. من- المعروف- الي- غير- المعروف-.

2. من- القريب- الي- البعيد-.

3. من- البسيط- الي- المركب- أو- المعقد-.

4. من- العام- إلي- الخاص-.

وهنا الأساليب سوف تعطى اللاعب مجالاً للإقتراب والتسريب والإستمرارية فيما لو تم تطبيقها بالطريقة الصحيحة.

4- التنوع-

5- هناك قاعدتين- للتنوع جهد/ راحة وصعب/ سهل- فالتكيف يحدث عندما يتبع الجهد بالراحة وتلحق الصعوبة بالسهولة-

- الإبتعاد من الملل- وكذلك الإستمرار- و الرغبة فلا بد من- تنوع التسريب-
- الأخفاق- في- تنوع التسريب، يؤدي- الى- الملل- وضعف الأداء /فتتبع الجرعات- التدريبية مرتفعة الشدة- بدون- راحة- كافية- تعوق- التقدم- .
- يمكن- تحقيق- التنوع- من- خلال- تغيير- الروتين- التسربي-، فمثلا يمكن- أداء- التسريب- في- أماكن- مختلفة- وحالات- مختلفة- (كمال- جميل-، 2004، ص- 143).

6- الفروق- للفردية-

لا يمكن- أن- يصل- جميع- اللاعبين- إلى- مستوى- إنجار- رياضي- موحد- كما، ان- أستخدام- برنامج- تدريبي- موحد- لا يحقق- مستوى- الإنجاز- نفسه- لكل- الرياضيين- - فهناك- بالقطع- فروق- فردية- تحدد- الحد- الأقصى- الذي- يمكن- ان- يحققه- كل- لاعب- لذا- لأبد- أن- يتمشى- حمل- التدريب- مع- إمكانات- اللاعب- وخصائصه- الفردية- من- حيث:- (أميرة- حسن- محمود- وآخرون-، 2008م- ص- 47).

1. المراحل- السنوية- (العمر- الزمني)-:- فكل- مرحلة- من- مراحل- النمو- تتميز- بخصائص- بدنية- وحركية- وانفعالية- وعقلية-، وكذا- مراعاة- عدم- أكمال- عنصر- التوافق- العضلي- العصبي- في- مرحلة- الطفولة- المبكرة-.

2. عمر- التسريب- للرياضي-:- كلما- زادت- عدد- سنوات- تدريبه- وانتظامه- فيها- زادت- متطلبات- الحمل- للوصول- لمستوى- أعلى-.

3. حالة- اللاعب- التدريبية:- فكل- لاعب- يختلف- من- الأخر- في- حالته- البدنية- والمهارية- والخططية- والنفسية- رغم- انهما- قد- يكونا- نفس- المستوى- المهاري- وهذا- يتطلب- توجيه- الحمل- ليتناسب- مع- إمكانات- كل- منهما-.

4. حالة- اللاعب- الصحية:- ليس- من- المعقول- أن- ينمى- لاعب- في- مجموعته- بعد- شفاءه- من- الإصابة- أو- الراحة- الإجبارية- للشفاء- ولكن- يجب- مراعاة- التسرج- في- الحمل- التسربي- حتى- يسترده- لياقته- الطبية- والصحية- تاملًا-

- متطلبات- خارج- وحدة- التدريب:- قد- تؤثر- على- اللاعب- مثل- نوع- العمل- (بدني- - مكتبي- - مناكرة- - امتحانات)- بالإضافة- إلى- مراعاة- الأعباء- العائلية- والاجتماعية- وغيرها- حتى- لا- تؤذي- للحمل- الزائد-

- النمط- والتكوين- الجسماني:- فلكل- لعبه انماطها الجسمية الخاصة التي- تحدد شخصية اللاعب- ولمكاناته وحمل- التدريب- المناسب- له وتلعب- الوراثة دوراً مهماً في- هذا المجال--
 - اختلاف- الجنس:- ويظهر- هذا الاختلاف- بين- البين- والبنات- بوضوح بعد سن- البلوغ - يجب- أن- تختلف- طرق- ولساليب- التدريب- بشكل- يتناسب- مع- النواحي- التكوينية والوظيفية- والنفسية- لكل- منهما-
- 7 التدرج:-

لا نبالغ إذا قلنا أن- هذا المبدأ- هو وقاية- اللاعب- من- الأضرار- الباطنية- والإصابات- التي- يمكن- أن- تحصل- له- إذا ابتعد- عن- أسلوب- التدرج- بالتدريب، وأن- يزداد- الحمل- شيئاً فشيئاً في- تدريب- كل- فئة- عمرية- وحقيقة- أن- مبدأ- التدرج- مرتبط- مع- مبدأ- التكرار- في- تطوير- القوة- مثلاً أو السرعة- أو التحمل-- وأن- أستخدام- هذا المبدأ- في- عملية- التدريب- يحتاج إلى- خبرة- عميقة- من- المدرب- في- وضع- برنامج- تدريبي- منظمة- ومتدرجة- بالصعوبة- في- الجوانب- الفنية- والتكتيكية- وإذا كان- المدرب- ناشئاً يجب- الإبتعاد- عن- وضع- الخطط- المركبة- له، لأنها تؤدي- إلى- حالة- من- الإرتباك- والفوضى- خلال- عملية- التدريب- لأن- النشئ- ما زال- غير- قاصر- على- إستيعاب- كل- ما يعطه- وبالتالي- ستكون- النتائج- على- غير- ما ينبغي- أن- تكون- ولا غلى- ما كان- مخططاً- لها- من- قبل- بشكل- عام- نقول- أن- هذا المبدأ- من- المبادئ- المهمة- جداً- في- حياة- الرياضي- إذا أحسن- إنائه- فالتدرج- يشمل- محتوى- حمل- التدريب- ممثلاً في- شدته- وحجمه- وزمن- راحته- والوسائل- المستخدمة- لذلك- (كمال- جميل، 2004، ص- 27).

حتى- تتم- تحقيق- التكيفات- بأستخدام- قاعدة- زيادة- الحمل- فلا بد- من- التدرج- في- التدريب-، فمثلاً زيادة- الحمل- في- التدريب- بسرعة- تؤدي- إلى- عدم- قدرة- الجسم- على- التكيف- بل- بدلاً- عن- ذلك- بتأثير- الجسم- سلباً-
*يتم- تحقيق- التدرج- من- خلال:-

- *التكرار:- جرعات- تدريبية- في- اليوم-، في- الشهر-، أو السنة-
- *الشدّة:- حمل- التدريب- في- اليوم-، أو في- الأسبوع- أو في- الشهر- أو السنة-
- *المدة:- مدة- التدريب- بالساعة- في- اليوم-، أو الأسبوع، أو الشهر- أو السنة-
- *ولكن- التدرج- لا يعني- الإستمرار- فلا بد- من- راحة-
- * يمكن- التدرج- في- التدريب- من- العام- إلى- الخاص، من- الجزء- إلى- الكل- ومن- الكمية- للكيفية-

لأن- هناك- أهمية- في- أن- يكون- حمل- التدريب- في- تزايد- متدرج- ومستمر- وذلك- بإضافة- متطلبات- جديدة- في- التدريب- لأن- الحمل- الثابت- يفقد- تأثيرها- لإيجابي- ولا يؤدي- إلى- التقدم- المطلوب- بدنياً وحركياً ونفسياً أو قد- تتكيف- الأجهزة- العضوية- للاعب- مع- الجهود- الثابتة- فتثبت- حالته- التدريبية- (أميرة- حسن- محمود- وآخرون، 2008م، ص- 20).

8- الإستمرارية:

إن قاعدة الإستمرار في عملية التدريب بشكل منظم ومتواصل تحقيق الوصول للهدف والنجاح في التدريب وتعتبر هذه القاعدة كأساس في تطوير المستوى الرياضي، وترتبط بالجانب التعليمي والتربوي فالتدريب يجب أن يكون واضحاً ويقود إلى النشاط الكامل والمنظم ويتم بإحساس وشعور، أن قابلية التركيز على تعليم حركات جديدة بفترة قصيرة تعتمد على قاعدة الإستمرارية على تكرار التمرينات لا مكان بناء المراكز الحركية في الجهاز العصبي والاثار القوية المنظمة والسريعة لعملية الربط الكامل بين الأجهزة العضوية والحواس والجهاز الحركي إن زيادة التكرار الميكانيكي للحركة يؤدى إلى فقدان التناسق أو إلى حفض الرغبة والإرادة في الإستمرارية بالتدريب لنا يتطلب ملاحظة جرعات الحمل وتكرار التمرينات والألعاب بشكل متدرج إن قاعدة الإستمرارية في التدريب أو الحركة أو السباقات يجب أن تسير وفق نظام دقيق بعيد عن المفاجآت كما يفضل تعليم عدد قليل من التمرينات والحركات، الأ أنه يركز على الدقة والإتقان والتكامل، كما إن التدريب المستمر خلال الخطة السنوية والتبديل المنظم يركز على قاعدة حفظ مقدرته والربط الحركي بشكل متدرج ودقيق كذلك يطور الصفات البدنية والفلسجية للأجهزة العضوية (عبد علي- نضيف وآخرون، 1980م، ص 131).

إن لكي يؤدى التدريب الرياضي إلى تقدم مستوى اللاعب يجب أن يكون مستمراً طوال العام ويتضمن الأحمال المناسبة لكل مرحلة تدريبية حتى يمكن تثبيت عملية التلاؤم والتكيف ويفضل ذلك من خلال إستخدام المنافسات والعلاقة الصحيحة بين الحمل التدريبي والراحة ولقد اثبتت التجارب والإبحاث انه كلما كان التدريب مستمراً متواصلاً كان الارتفاع أسرع في مستوى المقدرته على التدريب والعكس صحيح. (أميرة، حسن- محمود وآخرون، 2008م، ص 48).

يري الدراسات إن إستمرار في التدريب الرياضي قد يؤدى إلى الوصول به لأحسن متسوي في الأداء الرياضي.

2-4 المبحث الرابع: (ألعاب القوى)

2-4-1 Athletics: (ألعاب القوى)

تعد ألعاب القوى عروس الألعاب الاولمبية لأنها اللعبة التي تتعدد فيها الفعاليات بشكل كبير، وإن تجلب المشاهدين لمتابعتها لما فيها من إثارة تبرز إمكانيات الفرد والجماعة في التنافس (ريسان، 2002 م، ص 5).

2-4-2 تعريفها ونشأتها:

هي مجموعة ألعاب رياضية، الهدف منها تنمية الجسم والذهن معاً، وهي متعددة الأنواع كالجري، القفز، الوثب، الرمي، الدفع، والمشي. وقد عرفها أحد الاختصاصيين في الطب الرياضي- بقوله (إذا كان الإنسان يمشى- بعضلاته، ويجرى برئتته، ويسرع بقلبه، فإنه يصل إلى الهدف بذكائه). ألعاب القوى قديمة العهد، قد مارس الإنسان معظمها دون سباقاً وذلك لبعض حاجاته اليومية. عرفته بلاد الصين والهند وبلاد ما بين النهرين وجزيرة كريت منذ أكثر من ثلاثين قرناً فعرفت باسم (فن الاتلاتيكا) (حسام سعد بسام، 1999م، ص 16).

ألعاب القوى من النشاطات القديمة حيث تمتاز بنشاط بدني تنشا مع الحياة الفطرية للإنسان، ويطلق على ألعاب القوى ألعاب سباق والميدان وهي من أقدم الأنشطة الرياضية مارسها الإنسان ليس فقط من فجر التاريخ فحسب، بل عندما يشتد عوده.

وقد سارت تلك المسابقات في الألعاب الأولمبية سواء القديمة أم الحديثة تدريجياً حتى ظهرت بشكلها الحالي للرجال والنساء، حيث عرفت بألعاب القوى (قوى الجري، قوى الوثب، قوى الرمي) وقد لقيت بألعاب تارة، وعروس الدورات الرياضية تارة أخرى، لأهميتها لبناء الفرد بديناً وصحياً ونفسياً، هذا بالإضافة إلى الإستمتاع لمسابقاتها المختلفة مثلها في ذلك مثل الألعاب والفعاليات الرياضية الأخرى، فكلها تعمل على تنمية القدرات البدنية من قوة وسرعة وتحمل ورشاقة ومرونة، والتي لها مردود إيجابي على تطور المهارات الرياضية المختلفة عند اللاعبين، كما أن لها تأثيراً إيجابياً على نمو الشخصية المتزنة وخصوصاً في مراحل التطور المختلفة للإنسان. إن سباقات المضمار ومسابقات الميدان يمكن أن تمارس على مستويين، الأول وهو مستوى الممارسة لغرض شغل أوقات الفراغ بما يعود الممارس بالصحة والسعادة والثاني ممارسة على مستوى قطاع البطولة (رياضة مستويات)، حيث يلعب الزمن والمسافة كمقاييس ودالة ومؤشر- لتقدم المستويات الذي يسعى لتحطيمه كل الممارسين من الأبطال، سواء على المستوى الشخصي- أو المحلي أو الدولي أو الأولمبي (الغالي الحاج محمد، منشورات جامعة السودان المفتوحة، ص 103). وتعتبر ألعاب القوى من الألعاب الشعبية عند كثير من الدول لبساطتها وسهولة أدائها، لذلك أصبحت تمارس على نطاق واسع في العالم (مكي فضل المولي، 2009م، ص 158).

2-4-3 أنواع ألعاب القوى:

1- مسابقات الميدان والمضمار (*track and filed events*)

وتضم أوجه الأنشطة الرياضية التي تمارس في الميدان والمضمار وتنقسم إلى:

مسابقات الميدان وتشمل :

- أ- مسابقات الرمي: رمى الرمح، دفع الكرة الحديدية (الجلة)، قذف القرص،
إطاحة المطرقة.
ب- مسابقات الوثب والقفز: الوثب الثلاثي، الوثب الطويل، الوثب العالي،
القفز بالزانة.

مسابقات المضمار: وتشمل على:

- أ- السباقات المختلفة للعدو: مسافات القصيرة (100م، 200م، 400م) وإذا قننت
تقنياً مناسباً وتشمل على: عدو المسافات القصيرة (100م، 200م، 400م) وسباقات
النتابع (4×100م، 4×400م) والنتابع السويدي وتشمل (400م، 300م، 200م)، اما
النتابع البلقاني وتشمل (800م، 400م، 100م) (الطبيب حاج ابراهيم، 2003م، ص
(48

وسباقات الحواجز (100م، 110م، 400م).

- ب- سباقات الجري: جرى المسافات المتوسطة (800م، 1500م) وجرى مسافات
الطويلة (5000م، 10000م) وجرى الموانع (300م) وجرى المارثون (42
كم)،النتابعان وسباقات الحواجز والموانع.

2- سباقات الطريق: وتشمل على:

مسابقات المشي: والمارثون، اختراق الضاحية.

3-المسابقات المركبة وتضم المسابقات التالية:

1. الخماسي، ويتكون من خمس مسابقات، وتقام على مدار يومين متتاليين بالترتيب

التالي:

- اليوم الأول: 100م حواجز - وثب عال - وثب طويل.

- اليوم الثاني: دفع الكرة الحديدية (الجلة) - جرى 200م

2. السباعي: ويتكون من سبع مسابقات وتنظم لبناء وتقام على مدار يومين

بالترتيب التالي:

اليوم الأول: 100م حواجز - دفع الكرة الحديدية (الجلة)، وثب عال، 200م عدو.

اليوم الثاني: وثب طويل، رمى الرمح، جرى 800م

3. العشاري: يتكون من عشر- مسابقات على مدار يوميين متتاليين وفق للترتيب

التالي:

4. اليوم الأول:100م جرى، وثب طويل، دفع الكرة الحديدية (الجلة)، وثب عال.

400م جرى.

اليوم الثاني: 110 حواجز، قذف القرص، قفز الزانة، ومي الرمح. 1500م جرى.

والعامل المشترك والذي يميز- هذه المجموعة من الأنشطة انها جميعا تمارس بالميدان والمضمار بما في ذلك مسابقات الطريق التي تبدأ أو تنتهي بالمضمار بالإضافة إلى أنه مسابقة مع الزمن أو المسافة.

البدء المنخفض:

يستعد العداء في بداية السباق العدو (المسافات القصيرة) من خلال وضع معين- يساعد الانطلاق السريع يسمى بوضع البدء المنخفض، وذلك بالإستعانة بجهاز بسيط يثبت في الأرض خلف خط البداية اسمه مكعبات البدء وتتم عملية بدء السباق من خلال ثلاث مراحل هي في الأصل نداءات ينادى بها حكم السباق (الإذان بالبدء) وهي:(جمال الدين العدوى وآخرون، 2004م، ص 256).

1- خذ مكانك

2- إستعد- انطلق (طلقة المسدس).

2-4-4 سباق 100متر (العدوى):

يتميز- بقوة السرعة وقصر- المسافة، وهو أقصر- وأسرع مسابقات ألعاب القوى على الاطلاق، حيث تتمثل فيه السرعة القصوى وروعة وخفة الأداء الحركي السريع(مكي فضل المولى، 2009م، ص 3).

المراحل الفنية لعدو 100متر:

يمر عداء 100 متر بمراحل فنية تكنولوجية متتالية وذلك منذ وضع البدء وحتى نهاية السباق وعلى ذلك يمكن تقسيم السباق إلى أربع مراحل أساسية، وذلك تقسيم إلى التسلسل الحركي من جهة:

- 1- مرحلة البدء والانطلاق.
- 2- مرحلة تزايد السرعة.
- 3- مرحلة الإحتفاظ بأقصى سرعة.
- 4- مرحلة تناقص السرعة ونهاية السباق.

1/ مرحلة البدء والانطلاق:

المراحل: مرحلة البدء (الإعداد) عند سماع نداء الإذن بالبدء
خذ مكانك - استعد - حركة الانطلاق

وضع البدء:

يستخدم العداء (البدء المنخفض) وذلك في عدو المسافات القصيرة لأهميته في إكتساب العداء سرعة عالية في البداية، بضرورة إستخدام البدء المنخفض يجب إتصال اليدين بالأرض عندما يكون المتنافس في وضع الإستعداد وإستناد القدمين عند خط البداية وضع على المكعبات.

وضع خذ مكانك :

يبدأ العداء عند سماع انذ البدء قول (خذ مكانك، وذلك يضع القدم الأمامية على بعد (1.75-2) قدم من خط البداية. وبذلك يكون إستناد القدمين على السطح الأمامي لمكعبات البداية بمنطقة نهاية السلاميات، وبداية عظام أصابع القدمين، حيث قمة القدمين فقط على الأرض، ويكون وضع الركبتين في إتجاه العدو والمسافة بينهما يريح وضع الحوض على الإستناد باليدين خلف خط البداية مباشرة دون لمسه. والزراعان ممدودان وعموديان على الأرض والبعد بينهما ياتساع الصدر، وتأخذ اليدين شكل الفنجان عند

إستنادهما على الأرض، والإبهام يبتعد عن الأربع أصابع الأخرى ويعملان شكل (8) وذلك تأخذ الراس الوضع الطبيعي والنظر إلى أسفل.

وضع الاستعداد:

إن وضع خذ مكانك لا يمثل في مرحلة البداية أهمية تذكر، غير- كونه وضعاً لمرحلة الإستعداد، بعد سماع النداء من الاذان بالبداية (إستعد) رفع المقعدة وذلك في مستوى الكتفين أو أعلاهما قليلاً وبذلك تترك ركبة الرجل الخلفية الارض حتى تصل زاوية خلف الركبة 110: 130، أما زاوية ركبة الرجل الأمامية فتصل في حدود 80: 90.

حركة الانطلاق:

تمثل حركة الانطلاق خروج القذيفة من المدفع وبذلك يجب أن تؤدي بأسرع مايمكن مع بذل أقصى قوة ممكنة (قدرة إنفجارية). (أمين انور الخولى، ب ت، ص 28).

نهاية السباق: *The Finishiny*

لأن الجري بأنواعه مسابقات زمنية، بمعنى إنه كلما قل الزمن المقطوع في السباق كان ذلك أفضل، فإن العداء يجتهد للوصول إلى خط النهاية بأسرع وقت ممكن قبل زملائه، وعلى هذا الأساس فإن الذي يصل أولاً لخط النهاية هو الفائز بالمركز الأول والتالي له هو الفائز بالمركز الثاني، وهكذا وفى نهاية السباق قد يصعب تحديد الترتيب لإقتراب المنافسين، وفى هذه الحالة يرتب المتنافسون حسب وصول إي جزء من اجسامهم (جذعهم) أولاً لايتضمن الراس أو الرقبة أو اليدين أو الذرعين أو القدمين (إي عموم الاطراف) فهي لا تحسب. (أمين الخولى مرجع سابق، ب ت، ص 15).

المراحل الفنية لأداء الخطوة:

لعلك لاحظت إن الجري بأنواعه ما هو إلا الخطوات المتتالية، والخطوة في الجري باعتبارها (وحدة) الأداء تحتاج لتوافق بين أداء اليدين والرجلين لأستغلالهم في إنتاج أقصى سرعة وفى نفس الوقت يجب تجنب التوتر في العضلات التي لا تعمل وبذلك

نقصد في- الجهد والتعب- والخطوة- في- الجري- تقع بين- مرحلتين- لرتكاز- بأحد القدمين- ونزول- على- القدم- الأخرى- بينهما- مرحلة- طيران-.

1- مرحلة- الإستناد- (إستناد أمامي- وإستناد الخلفي)-:

أ- مرحلة- الإستناد الأمامي:- تبدأ تلك المرحلة- ببداية إستناد مشط- القدم- على- الأرض- نهاية- السلاحيات- وبداية- أصابع- القدم-.

ب-مرحلة- الإستناد الخلفي:- مرحلة مهمة- للمرحلة- السابقة- يصل- مركز- الثقل- في- الوضع العمودي-.

2- مرحلة- المرجحة:-

أ-المرجحة- الخلفية:- تبدأ تلك المرحلة- يصبح الخط- الوصل- بين- مركز- الثقل- والقدم- .

ب- المرجحة- الأمامية:- وظيفة- تلك المرحلة- اتمام- عملية- المرجحة- بقوة- وسرعة- على- الأرض-.

أهم- للقدرات- البدنية- في- (السلامة):-

يرى- البعض- إن- مصطلح (السرعة)- في- المجال- الرياضي- يستخدم- للدلالة- على- تلك-

الإستجابات- العضلية- الناتجة- عن- التبادل- السريع- ما- بين- حالة- الانقباض- العضلي- وحالة-

الاسترخاء- العضلي-، ويرى- البعض- الآخر- أنه- يمكن- تعريف- السرعة- بأنها- القدرة- على- أداء

حركات- معينة- في- أقصر- زمن- ممكن- وناحية- أخرى- يعرفها- (بوكر)- بأنها- قدرة- الفرد- على-

أداء- حركات- متتالية- من- نوع- واحد- في- أقصر- مدة- (1994 ولي ص 15).

أيضا- السرعة-عقوى- معدل- التغير- في- المسافة- بالنسبة- للزمن-.

تعريف- السرعة- المتجهة، معدل- تغير- الإزاحة- بالنسبة- للزمن-.

السرعة (Speed) والسرعة- المتجهة- مصطلحات- شائعة- الإستخدام- في- صف- حركة-

الجسم- مع- ذلك- هناك- فرق- كبير- بينهما- فالسرعة- توضح- مقدار- المسافة- التي- قطعها- الجسم-

في- فترة- زمنية- محددة- أي- مقدار- السرعة- فقط-.

لما السرعة المتجهة تتضمن الإزاحة التي قطعها الجسم في فترة زمنية محددة (رئيسياً خريط. مجيد. نجاح مهدي. شمس 20م)۔

السرعة = كمية قياسية.

السرعة المتجهة = كمية المتجهة۔

وتعرف بأنها قدرة الفرد على أداء حركات معينة في أقصر فترة زمنية ممكنة ممكنة.

ويعرفها كلارك *Clanke* بأنها سرعة عمل حركات من نوع واحد بصورة متتابعة. كما.

أن لارسون *Larson* ويوكم *Yocam* "بالاتفاق مع بوتشر *Bucher* يعرفونها.

"بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر فترة.

زمنية ممكنة - أي هي عند الحركات التي تؤدى في وحدة زمنية - ويعرفها.

هارا. *Hara* "بأنها أقصى سرعة لتبادل الإستجابة العضلية ما بين الإنقباض

والانبساط" (أميرة. حسن. محمود وآخرون، 2008م، ص 194).

أنواع السرعة: يمكن تقسيم السرعة إلى الأنواع الرئيسية التالية:

1- السرعة الإنتقالية۔

2- السرعة الحركية۔

3- السرعة الإستجابة۔

1- **السرعة الإنتقالية:** يقصد بذلك محاولة الإنتقال أو التحرك من مكان.

لآخر. بأقصى سرعة ممكنة وهنا يعني محاولة التغلب على مسافة معينة

في أقصر زمن ممكن۔

2- **السرعة للحركية:** (سرعة أداء) سرعة انقباض عضلة أو مجموعات

عضلية معينة عند أداء الحركات الوحيد۔

3- **سرعة الإستجابة:** يقصد بها القدرة على الإستجابة الحركية لمثير.

معين في أقصر زمن ممكن۔

4- **تحمل السرعة:** تعنى - قدرة اللاعب في المحافظة على سرعته لأطول فترة زمنية ممكنة، كما هو الحال في الركض - (كمال جميل، 2004م، ص 60).

العوامل المؤثرة في السرعة:

يرى العلماء أن هناك بعض العوامل المهمة التي يتأسس عليها تنمية وتطوير صفة السرعة، ومن أهم هذه العوامل مايلي: (علاوي، 1994م، ص 135).

- 1- الخصائص التكوينية للألياف العضلية.
- 2- النمو العصبي للفرد.
- 3- القدرة على الإسترخاء العضلي.
- 4- قابلية العضلية للامتطاط.
- 5- قوة الاربطة.

تنمية للسرعة:

1- **تنمية للسرعة:** **الانتقال:** أهمية قصوى في جميع المنافسات القصيرة والمتوسطة. أنواع الأنشطة الرياضية وينصح بعض الخبراء بمراعاة النقاط التالية في غضون عملية التدريب على سرعة الانتقال - (علاوي، 1994م، ص 152) - والتدريب على الانتقالية (القصوى) يجب تكون المسافة أقل من المسافة الحقيقية للمنافسة. لأن هناك تكرارات لتلك المسافة، فمثلاً مسافة 100م بألعاب القوى يجب أن تكون مسافة التدريب ممتدة من 40-70م بتكرار 6-10 مرات وربما يزيد عن تلك إذا شعر المدرب أن قدرة اللاعب تزداد أول بأول. لما بالنسبة لفترة الراحة فيجب عدم المبالغة بالفترة الزمنية المقررة للراحة لأن ذلك يؤدى إلى هبوط المستوى، وهنا يعتمد كلياً على خبرة المدرب وقدراته في إستكشاف حاله لاعبه بصورة مبكرة وتعزيز الفترة الزمنية اللازمة لراحته، ولكن غالباً ما تكون فترة الراحة بين التمرين والآخر مناسبة لعونة بقات القلب إلى حالتها بعد الإحماء مباشر ثم العونة ثانية إلى تمرين أو التكرار الذي يليه، كل هذا له علاقة مباشرة بقدرة اللاعب وحجم وشدة التمرين (كمال جميل، 2004، ص 58).

- **بالنسبة لشدة الحمل:** التدريب باستخدام السرعة الأقل من القصوى حتى السرعة القصوى مع مراعاة ألا يؤدى ذلك إلى التقلص العضلي، وإن يتسم الأداء الحركي بالتوقيت الصحيح والإنسيابية والإسترخاء (عدم التوتر).

- **بالنسبة لحجم الحمل:-** التسريب. باستخدام المسافات القصيرة. مع مراعاة الا يؤسى ذلك إلى هبوط مستوى السرعة. نتيجة للتعب. وقياساً على ذلك يصبح من المناسب التسريب على مسافات تتراوح ما بين 30-80 متر. بالنسبة للعائين..

- **بالنسبة لفترات الراحة:** ينبغي تشكيل فترة الراحة بين كل تمرين وآخر. بحيث تسمح للفرد باستعادة الشفاء. وتتراوح غالباً ما بين 2-5 دقائق. وعموماً يتناسب ذلك مع نوع التمرين. الذي يؤديه الفرد وما يتميز به من شدة. وحجم. وينبغي عدم حدوث هبوط في مستوى الفرد في حالة تكرار التمرين..

2- **تنمية السرعة للحركية:** تلعب السرعة الحركية أو سرعة الأداء الحركي دوراً في كثير من أنواع الأنشطة الرياضية، وفي بعض الأحيان قد تحدث ظاهرة توقف نمو مستوى السرعة الحركية لدى بعض الأفراد بالرغم من تميزهم بالقوة العضلية وأتقانهم للأداء الحركي..

3- **تنمية سرعة الاستجابة:** هناك كثير من أنواع الأنشطة الرياضية التي تتطلب من الفرد القدرة على سرعة الاستجابة كما هو الحال في مختلف الألعاب الرياضية لكرة القدم وكرة السلة وكرة اليد وكرة الطائرة. لذلك عمليات البدء في الأنشطة الرياضية كالبدء في الجري والسباحة مثلاً، مما يتطلب من الفرد الرياضي سرعة الاستجابة عقب ظهور المثير مباشرة. وترتبط سرعة وبقة الاستجابات في الألعاب الرياضية والمنزلات الفردية بالعوامل التالية. (كمال جميل، 2004م، ص 68).

1. بقة الإدراك البصري والسمعي.
2. القدرة على صدق التوقع والحدس والتعبير في المواقف للعب المختلفة وكذلك سرعة التفكير بالنسبة للمواقف المثيرة.
3. المستوى المهاري للفرد والقدرة على اختيار نوع الاستجابة المناسبة للموقف.
4. السرعة الحركية وخاصة بالنسبة للضربات أو التصويبات أو الرميات المختلفة..

بعض التوجيهات العلمية: (علاوي، 1994م، ص 158 - 159).

- 1- يمكن لتساقبي المسافات القصيرة في ألعاب القوى، التسريب يومياً، مع مراعاة استخدام السرعة القصوى بما لا يزيد عن 2-3 مرات اسبوعاً.
- 2- ينبغي مراعاة مبدأ الإرتفاع التسريجي بالسرعة حتى تصل إلى السرعة القصوى في غضون الخطة السنوية للتدريب..
- 3- يجب العناية بعمليات التهيئة والإعداد (الإحماء) قبل إجراء تسريبات السرعة المختلفة لإمكان الوقاية من إصابات العضلات والأوتار والأربطة..

4- إن- التمرينات- السرعة- تصبح ذات- فائدة- كبرى- في- حالة- تولفر- عامل- المرونة- والإمتطاط- بالنسبة- العضلات- وكذلك- في- حالة- القسرة- على- الإسترخاء- العضلي-.

5- يحسن- البدء- بتمرينات- السرعة- عقب- عمليات- الإحماء- مباشرة- وخاصة- في- غضون- الواحدات- التريبيه التي- تهدف- الى- تنمية- أكثر- من- صفة- بدنية- ينبغي- الإهتمام- بتمرينات- التهدئة- العضلية- حتى- يمكن- بذلك- تنمية- سرعة- الإنتقالية-.

قياس- للسرعة:-الإنتطاع- الموجود- عند- علمة- الناس- ومن- بينهم- الرياضيون- أن- السرعة- لا- تقاس- إلا- بالعدو- لمسافة- 30-50م- إلا- أن- الإختبارات- التي- قام- بها- (فليشمان-). غير- هذا- المفهوم- وأصبح- للسرعة- مقاييس- أخرى- يعتمد- عليها- في- معرفة- سرعة- أعضاء- الجسم- البشرى:-

1- سرعة- حركة- الزراع-.

2- سرعة- دوران- الرجلين-.

3- سرعة- تغيير- الاتجاه-.

4- السرعة- الإرتدادية-.

5- سرعة- الجري- حول- دائرة-.

6- العدو- 50م-.

1- **سرعة- حركة- للزراع:-** يتم- في- الإختبار- سرعة- التباعد- والتقريب- الأفقي- للزراعين-، حيث- يجلس- الفرد- مواجهها- لقرصين- قطر- كل- منها- 8 بوصه- ومثبتين- على- لوحه- ويبعد- كل- قرص- عن- الآخر- مسافة- 24 بوصه، وعند- الإشارة- باليد- يستخدم- الفرد- يده- المفضلة- بنفس- اليد- وبهذا- تكتمل- السورة- يتم- تسجيل- عدد- السورات- خلال- 20 ثانية-.

2- **سرعة- دوران- للرجلين:-** يتم- في- هذا- الإختبار- قياس- السرعة- التي- يستطيع- بها- الفرد- من- دوران- رجله- حول- أدلة- معنية، حيث- يقف- الفرد- بطريقة- تسمح- له- بحركة- الرجل- المفضلة- حول- حافة- سلة- في- إتجاه- عقرب- الساعة-، ويستخدم- الفرد- ظهري- مقعدين- للإستناد- عليها، كما- يراعى- الإحتفاظ- بالقدم- أسفل- مستوى- حافة- السلة- طوال- الإختبار- وتتم- تسجيل- عدد- الدوران- الكاملة- للقدم- خلال- 15 ثانية-.

3- **سرعة- تغيير- الاتجاه:-** يتم- في- هذا- الإختبار- قياس- قسرة- الفرد- على- سرعة- تغيير- اتجاه- حركة- جسمه- أو- جزء- منه- لما- مفاجئة- أو- أثناء- إستمرار- الحركة- حيث- يتم- قياس- القسرة- على- سرعة- تغيير- اتجاه- الجسم- جانبا- أثناء- حركته- للأمام- بوضع- سته- كرسي-، ومنه- يتجه- الفرد- الى- كرسي- رقم- (1) وليس- لخط- النهاية، وتكرار- نفس- المسار- السابق- للإختبار، وعند- وصوله- في- المرة-

الثانية الى- كرسي- وقم- 6 يتجه مباشر- إلى- خط- النهاية، يتم تسجيل- الزمن- الذي- يستغرقه- الفرد- في- اتمام- السورتين- السابقين- ثم- العودة- لخط- النهاية-
4-السرعة-الارتدادية- يتم- في- هذا- الإختبار- قياس- قدرة- الفرد- على- تعديل- وضع- جسمه- أثناء- الحركة- السريعة- للأمام- حيث- يرسم- خطين- يبعد- كل- منهما- عن- الآخر- مسافة- 15 قدم- يقف- خلف- احد- هذين- الخطين-، وعند- سماع- الإشارة- يجرى- إلى- الخط- المقابل- ويعبره- ليعود- إلى- الخط- الأول-، وتؤدى- دورة- واحدة- ويتم- تسجيل- الزمن- الذي- يستغرقه- الفرد- في- إنهاء- خمس- دورات- 5-سرعة-الجري- حول- دائرة- يتم- هذا- الإختبار- قياس- قدرة- الفرد- على- إستمرار- لتغيير- إتجاه- جسمه- حيث- ترسم- دائرة- قطرها- 21 قدم- ويعتبر- اتمام- الدائرة(دورة- كاملة)- يقاس- الزمن- الذي- يستغرقه- الفرد- في- الجري- خمس- مرات- حول- الدائرة-.

5-للعقد- 50 م:- يتم- في- هذا- الإختبار- قياس- اللاعب- من- خلال- الوقوف- عند- خط- البداية- والانطلاق- بعد- سماع- الصافرة، و أخذ- الزمن- لتلك- المسافة- خلال- ميقاتي- خاص- بذلك(كمال- جميل، 2004م، ص- 68-71).

5-4-2-المدرّب الرياضي:-

المدرّب- الجيد- يجب- أن- يكون- له- نمط- أخلاقي- و حقوق- إحتياجات- لاعبين- قبل- حقوقه- وحاجاته- كأنه- بحاجة- إلى- تطوير- وإستمرار- علاقته- باللاعبين- الذين- يقوم- بتدريبهم- حيث- إن- المشاركة- في- التدريب- تعتبر- عملية- اجتماعية- فإن- طريقة- المدرّب- في- التدريب- سوف- تكون- لها- تأثير- كبير- على- تشكيل- حياة- اللاعبين-(عمر- ضرالله قشطة، 2011م، ص- 6).

صفات- المدرّب- للرياضي:-

المدرّب- هو- المحرك- الذي- يستطيع- أن- يثير- جميع- القوي- الكامنة- في- لاعبيه- ويوجههم- التوجيه- السليم- وبما- يتلائم- مع- قدرات- وموهبة- كل- منهم- وتكوينه- وأن- يراعي- الأسس- الفنية- والقيم- التربوية- ولي- يغرسها- في- نفوس- لاعبيه، ويجب- أن- يكون- المدرّب- ليس- فقط- شخصاً- مهنيّاً- مرموقاً- فحسب- ولكن- يجب- أيضاً- أن- يكون- مستوي- عال- من- الإحتراف- المهني- وحي- ولو- كان- يعمل- متطوعاً- أن- المعايير- الشخصية- ومظاهرها- شيئ- فريدي- ولكنها- بالتأكيد- تلغي- الضوء- على- شخصية- المدرّب- وما- لديه- من- إمكانيات- ومعلومات- يمكن- أن- يستفاد- منها- اللاعبين- وهي- شيئ- هام- في- تحقيق- النتائج، لنا- يجب- أن- يحرص- كل- مدرّب- على- حضور- السوريات- الدراسية- ومشاهدة- شرائط- الفيديو- وأساليب- المدرّبين- الآخرين- وإستخدام- كل- هذه- الأساليب- في- تنمية- وتطوير- مقدراته، كما- إن- التزام- المدرّب- والمواظبته- والإنضباط- في- المواعيد- التي- يقضها- مع- اللاعبين- ومحافظة- علي- صحته- ونظافته- والأخلاق- الحميدة- يعطي- القدرة- الإنطباع- الجيد- للاعبين- بلاشك(أميرة- حسن، 2008م، ص- 61).

فالمدرّب- الجيد- لايصنع- بالصدفة- بل- يجب- أن- يكون- لديه- الرغبة- للعمل- كمدرّب- يفهم- واجبات- الجسم- الإنساني- ملم- بأفضل- وحدات- طرق- التدريب- وحاجات- لاعبيه- وأن- يكون- متبصراً- بكيفية- إستخدامه- الجيد- لمعلوماته-

- الشخصية في مجال لعبته، ولنا فان الشخصية المدرب وسلوكه أكبر الأثر في تكوين اللاعب (نكي محمد أحمد 1997م ص 16).
- مهام المدرب (مدرب الفريق):
- يكون كل مدرب مسؤولاً عن تدريب فريقه وإعداده للبطولات.
- تنفيذ جميع التعليمات الصادرة عن اللجنة.
- وضع خطط التدريب الفنية لفريقه لرفعها للمدير الفني أو الجهة المعنية لمناقشتها.
- ينسق مع المدير الفني بخصوص إقامة المباريات الودية أو المعسكرات تدريبية خلال الموسم.
- يعمل بالتعاون مع مدير وإداري الفريق ومساعدته في التدريب على ديمومة حضور اللاعبين للتدريبات.
- يسعى جاهداً بحضور المباريات الرسمية والودية لفريق النادي وكذلك للجامعات والمدارس لاكتشاف المواهب وضمها لفريق النادي.
- الإلتزام بالحضور قبل موعد التدريب مرتدياً الملابس الرياضية (فائق حسني، 2004م ص 237).

6-4-2 اللاعب:

- هو العنصر الأساسي للنهوض بأي رياضة وهو يشمل جوانب متعددة:
- اللاعب من زلوية انتقائه وفقاً للمواصفات المثالية التي تتطلبها اللعبة أو المسابقة التي يمارسها.
- اللاعب من زلوية تكوينه البدني وسلامته القوامية ومقدار ما يتمتع به من الصفات البدنية العالمة والخاصة المرتبطة بنوع رياضة.
- اللاعب من زلوية مهارته الرياضية ومدى ملوصل إليه من تفوق في إتقان المهارات البسيطة والمركبة والتي تتيح له تملك الأداء المهاري الناجح.
- اللاعب من زلوية تكوينه النفسي والإنفعالي المتعلق بمتطلبات التدريب والمنافسة.
- اللاعب من زلوية تكوينه العقلي وقدرته على الفهم والإسراء والابتكار والتحليل والتوقع، وجميع العمليات العقلية التي تنفصل عن كونها عملاً مؤثراً فعلاً في التفوق الرياضي.
- اللاعب من زلوية التكوين الاجتماعي الذي يدعم لديه قدرات التعامل مع الآخرين والتعاون معهم في نفس الوقت إمكانية تقبل الجماعة أو الفريق له بترحاب.

7-4-2 للإداري:-

مهام إداري الفريق:-

- * هو الشخص المسئول عن إعداد كشوفات اللاعبين وإعداد كشف بدل الموصلات بالتعاون مع المدرب ورفعها الي المدير الفني للعبة.
- * المساعدة في إقامة مباريات ودية أو معسكرات تدريبية من خلال مدرب الفريق والمدير الفني.
- * العمل على ديمومة حضور اللاعبين للتدريبات ومتابعة اللاعبين في حالة غيابهم.

* الحرص على حضور جميع الاجتماعات التي تعقد في الإدارة.

* الحرص الكامل على حضور جميع التدريبات الخاصة بفريقه (فائق حسني، 2004م، ص 237).

8-4-2 للتغذية: Nutrition

هي العلم الذي يفسر العلاقة بين الطعام ونشاط الكائن الحي، متضمنة تناول الطعام، وانطلاق الطاقة، وطرد الفضلات، وجميع التخليق الضرورية للبقاء وللنمو (محمد مختار الجندي، ب، ت، ص 21).

تعرف بأنها العمليات التي يقوم بها الكائن الحي والتي تمكنه من الاستفادة من المواد الغذائية الموجودة في غذائه، وتشمل هذه العمليات تناول الغذاء وهضمه وإمتصاصه وتمثيله الغذائي وإخراج الفضلات. ويقوم الكائن الحي بهذه النشاطات لإستمرار حياته ونموه (أيمن سليمان، مزاهرة، 2008م، ص 11).

وإيضاً تعرف التغذية بأنها: (دراسة الأغذية من أوجه مضغها وبلعها وهضمها وإمتصاصها بالجسم وتمثيلها في داخل الجسم وطرد كفضلات من الجسم، وهذا هو خط سير الطعام إلى الجسم وداخله والى خارجه) أما التعريف الذي وضعته الجمعية الأمريكية الطبية فنصه كما يلي: التغذية هي علم الأطعمة والمغذيات والمواد الأخرى الموجودة في الطعام ومن جهة فعلها *action*، وتداخلها *Interaction* وإتزانها *balance* من علاقتها بصحة (محمد مختار الجندي، ب، ت، ص 22).

9-4-2 للتغذية المتوازنة هي:-

التغذية الصحية التي تزود الجسم بجميع ما يحتاجه من العناصر الغذائية بحيث لا تحدث أية نواقص، ولا يتحقق ذلك بتنوع الأغذية التي يحتوي كل منها على مقادير متباينة من هذه العناصر (رشدي قطاس، نوال حسن، 2003م، ص 200).

سعري: Calorie وحدة حرارية، والسعر الكبير *Lange grand* المعروف أحياناً باسم الكيلوكالوري *Kilocalorie* هو كمية الحرارة اللازمة لرفع درجة حرارة كيلوجرام واحد ماء من درجة 15 إلى 16 م وهذا هو السعر

المستخدم في مجال تغذية الإنسان. أما السعر الصغير *Small* فهو الحرارة اللازمة لرفع درجة حرارة جرام واحد ماء درجة واحدة مئوية.

10-4-2 أهمية التغذية:

التغذية علم حديث نسبياً من علمي الكيمياء والفسولوجيا. و التغذية فن بالإضافة إلى كونها علماً، فعلى الرغم من إن الإنسان يستجيب غريزيا للجوع في أكل، إلا أن ما يختاره من طعام يتأثر بأمر كثيرة كالعادات والتقاليد الشعبية والخبرات المكتسبة والدين والعقيدة (رشدى قطاس وآخرون، 2003، ص 24). كلنا يعرف مدى أهمية التغذية الصحية السليمة في الكفاءة البدنية وتشكيل حياة الرياضي والتأثير عليها. فكثيراً ما يتساءل اللاعبون عن نوعية الوجبات الغذائية اليومية ووجبة ما قبل المنافسات أو التدريب لمعرفةهم بأهمية ذلك في التأثير على كفاءتهم المهارية وقدرتهم على أداء متطلبات التدريب أو المنافسات، وهناك عناصر- ضرورية يجب أن تحتويها الوجبة الغذائية الصحية السليمة هي: (أمير- حسن، 2008م، ص 253).

11-4-2 عناصر- للغذاء بمايلي:-

- 1- البروتينين- .
 - 2- الدهون- .
 - 3- الكربوهيدرات- .
 - 4- الأملاح المعدنية- .
 - 5- الفيتامينات- .
 - 6- الماء- .
- 1- البروتينات: **Proteins**: تسمى- أيضاً المولد الزلائية، تتألف من- الأحماض- الامنية- التي- تتكون- من- الكربون- والهيدروجين- والاكسجين- وبالإضافة- إلى- النيتروجين- ويحتوي- بعضها على- الفسفور- والكبريت- والحديد-
 - أ- بروتينات- كاملة: يعتمد- عليها- في- النمو- والمحافظة- على- الحياة- عند- إستخدامها- كمصدر- وحيد- للبروتين-، وهي- تحتوي- على- جميع- الأحماض- الأمينية الأساسية- أمثلة- الحليب-، البيض، اللحوم-

ب- البروتينات ناقصة جزئياً: بروتينات يمكن أن تحافظ على الحياة ولكن غير كافية للنمو، أمثلة القمح، الحبوب.

ت- بروتينات ناقصة: بروتينات لايمكنها أن تحافظ على الحياة أو النمو وذلك عند تناولها كمصدر وحيد لبروتين أمثلة الذرة والخضروات.

وظائف البروتينات:

- بناء أنسجة الجسم المختلفة .
- تعويض ما فقدته الجسم من انسجة .
- تكوين الهرمونات والانزيمات .
- تحفظ الضغط الأسموزي في الدم .
- لإمداد الجسم بالطاقة والحرارة (مروان عبدالمجيد، 2004، ص 25).

2- **الدهون: Fats**: ومن المعلوم أن الدهون مركبات عضوية تتكون من كربون واكسجين وهيدروجين ويلاحظ ان كمية الاكسجين في الدهون أقل بكثير منها في الكربوهيدرات، مما يجعلها مصدراً أكثر تركيزاً للطاقة (خالد على المدنى، 2006م، ص 21).

تصنف- للدهون:-

أ-الدهون البسيطة: **Simple Lipids** وهي إشتراك أحماض دهنية مع

الكحول وتشمل الدهون، والشحوم.

ب-الدهون المركبة: **Compound Lipids**: وهي إشتراك احماض دهنية مشتقة من لبيدات بسيطة أو معقدة اما بالتحليل المائي أو الإنزيمي وتشمل أحماض دهنية. (أيمن سليمان مزاهرة، 2008، ص 7).

3- **الكربوهيدرات: Carbohydrat**: تتكون من الكربون والاكسجين والهيدروجين،

أغلبها مناصل نباتي، وهي تصنف الى:

أ- سكريات احادية: وتسمى أيضاً السكر البسيط أو السكريات السدسية:

- سكر الجلوكوز *Glucose* .

- سكر الفركتوز *Fructose* .

- سكر الجالاکتوز *Galactose* .

ب- السكريات الثنائية: **Disaccharides** وتتكون من إتحاد سكرين أحاديين وتنتج أيضاً جزئياً.

ت- السكريات عديدة التسكر *Polysaccharides* وتتكون متعددة وحدات من

السكريات الاحادية

وظائف الكربوهيدرات :

- إعطاء الجسم طاقة وحرارة .
- إمداد الجسم بالألياف الغذائية لتلبية حركة الأمعاء أو لنقص السرطان وأمراض القلب والإمساك
- ضرورية لتنظيم تمثيل البروتين والدهون .
- وجود الجلايكوجين في عضلة القلب يساعد في إستمرار حركتها الامتصاصية.
- هام لقيام لجهاز العصبي المركزي بوظائفه علما بان مصادر الكربوهيدرات نادرة ما يحدث في إستهلاكها، بإستثناء حالات المجاعات والحروب والكوارث. (أيمن سليمان، 2008م، ص 3).

4- **الاملاح المعدنية:** تمثل السوائل للذكر البالغ حوالي 75% وللانثى البالغة حوالي 47% من وزن الجسم، ما تبقى من الجسم الرجل تمثله البروتينات والمواد المتشابهة بنسبة 18% بالإضافة الى 15% دهون، 6% عناصر- معدنية، أما باقي جسم المرأة فهو مشابه لجسم الرجل فيما عدا الزيادة في نسبة الدهون، وقلّة نسبة العضلات عن الرجل وعلية يشكل التكوين العضوي لجسم الإنسان حوالي 94% ويكون أساسا من عناصر- الكربون، الأوكسجين والهيدروجين، النتروجين. أما النسبة الباقية فهي التكوين غير العضوي (والمتمثلة في العناصر- المعدنية)(خالد بن على المدني، 2006 م، ص 12).

5- **الفيتامينات: Vitamins:** هي مواد عضوية توجد في الغذاء وهي ضرورية لإستمرار الحياة وتلعب دوراً مهماً في عمليات الإستقلاب (التمثيل الغذائي) وفي حالات نقصها يصاب الجسم بكثير من الأمراض.

تصنيف الفيتامينات الى:

- أ- فيتامينات تذوب في الماء اهمها (ج، وبالمركب)
 - ب- فيتامينات تذوب في الدهون (أ، د، هـ، ك).
- وظائفه:** (أيمن سليمان، 2008م، ص 15).

- هام لبناء الأنسجة الطلائية ولصحة وسلامة الخلايا المخاطية المبطنة للجهاز التنفسي والعيون.

- هام للرؤية يقي من الاصابة بمرض العشى الليلي.
- هام لتكوين العظام ولصحة الأعصاب وللتكاثر.
- هام لتمثيل الكربوهيدرات ومضاد للعدوى ويقي من السرطان.

6- **الماء:** وهو أساس الحياة ولا تستمر بدونه قال تعالى (وجعلنا من الماء كل شيء-حي) (الأنبياء الآية 30). بوظائف كثيرة في الجسم حيث يعمل كمذيب لتوقير المواد

الكيميائية لوظائف الخلايا، والوسط لجميع التفاعلات داخل الجسم، ويعتبر أساسياً في عملية الهضم، و الإمتصاص، الإخراج وتلعب أيضاً دوراً أساسياً في وظائف وتكوين الجهاز الدوري، و وسط لتوصيل المغذيات والعناصر- الكيميائية الأخرى لجميع إنسجة الجسم، ويحافظ الماء على المحتويات الكيميائية والطبيعية للسوائل داخل وخارج الخلايا(خالد بن علي المدني 2006).

12-4-2التربية الغذائية:

قد يتعرض الرياضيون كغيرهم من غير- الرياضيين للعديد من المتاعب أو الأمراض الناتجة عن سوء التغذية لعدم الإدراك أو الفهم الجيد للعديد من مبادئ وأصول وأساليب التغذية المتوازنة أو عدم الإهتمام بتطبيق أسس التغذية الجيدة من حياتهم أو نتيجة عدم قدرة الجسم على الإستفادة الكاملة من عمليات التمثيل الغذائي (محمد محمد الحماصي، ب ت، ص 311).

التغذية المثلى: تعنى التغذية المثلى مد الجسم بجميع مايلزمه من المواد الغذائية بالقدر المكافئ وبالنسب الموافقة المترنة، على أن يكون الجسم قادراً على إستخدام هذه المغذيات لتفي بالغرض المطلوب منها، الغذاء والتغذية(محمد مختار الجندي، ب ت، ص 21).

13-4-2التغذية للرياضيين:

المتوازنة تعبر عن إحتياجات جسم الإنسان من جميع العناصر الغذائية الضرورية له من البروتينات والكربوهيدرات والدهون والفيتنات والمعادن والسوائل من الناحيتين الكمية والنوعية، وذلك للحفاظ على صحة وحيوية الإنسان ووقايتها من العديد من الأمراض الناشئة عن سوء التغذية، سواء كان هذا الإنسان يمارس الرياضة أو لا يمارس مناشط الرياضة. ولذا فإنه إذا إستطاع الرياضيون إدراك قيمة التغذية المتوازنة وإتباع أصولها وأساليبها العلمية فإن ذلك يختلف عن أصول وأساليب تغذية الإنسان غير- عادية لتغذية الرياضيين بغرض توفير الغذاء المعجزة الذي يعتمد المغلاة في زيادة إحتياجاته من الطاقة أو التركيز على تناول بعض أنواع الأغذية دون غيرها، وذلك لأن مثل هذه الأفكار أو الإتجاهات قد تلاشت مع التقدم العلمي الذي طرأ على مجال التغذية

بوجه عام- أو مجال- التغذية للرياضيين- بوجه خاص (محمد- محمد- الحماحمي- "ب- ت"- ص- 311).

مما لا شك فيه إن- هناك إختلاف تغذية الرياضي- وغير الرياضي- بسبب- ما يعترض- الرياضي- من- كمية ونوعية النبي- ببذله أثناء التدريب- والسباقات- كذلك وجد إن- إختلاف- بين تغذية الرياضيين- أنفسهم- طبعاً لنوع اللعبة- أو الفعالية الرياضية، فعلى- سبيل- المثال- وجد إن- هناك إختلاف- بين- الرباع ولماكم- والسباح وعداد- المسافات- القصيرة- والطويلة- (عبد- على- نضيف- واخرون 1980م، ص195).

4-1-12 التغذية المثالية للاعبين 1000 ملق :-

إن- نتائج الدراسات- العلمية التي- تناول- في- موضوع التغذية- في- مجال- الرياضة تؤكد- على- أن- تلك التغذية- يجب- إن- تكون- هي- نفس- التغذية المقررة- للإنسان- المعاصر- (غير- الرياضي)- مع مراعاة- إن- تكون- مكملة- لا عبائه الإضافية التي- تطلبها طبيعة نشاطه- البدني- وذلك لتوفير- الطاقة اللازمة- للوفاء- بإحتياجاته من- مختلف- العناصر- الغنائية- الضرورية- له- وفي- كل- فترات- التدريب- والمنافسات- وما- بعد المنافسات- مع مراعاة- وجود- إختلاف- في- مقدار- الطاقة- والإحتياجات- اليومية- من- تلك- العناصر- الغنائية أو النسب- المقررة- منها- بإختلاف- السن- والجنس- ونوع وشدة- النشاط- أو المجهود البدني- المبذول- من- قبل- الرياضيين- ولنا- يجب- مراعاة- أن- يتحقق- التوازن- الغنائي- للرياضيين- مع وضع- في- الإعتبار- إن- إختلاف- نسب- مكونات- الوجبات- الغنائية يرتبط- بإختلاف- الإحتياجات- الخاصة *Besoins Specifiques* بهم- كما- يجب- أن- تهتم- التغذية- بأهم- الجوانب- التالية للرياضيين- وهي:-

أولاً:- الجانب- للبيولوجي- للرياضيين- بمرح- مدهم- وتنويدهم- بإحتياجاتهم- من- الطاقة- اليومية-

ثانياً: الجانب العاطفي أو الانفعالي للرياضيين: بإعتبار أن تناول الطعام أو الاغذية يعد نوعاً من أنواع مباحج الحياة يشبع تذوقهم للطعام، مما تؤثر إيجابيا على جانب العاطفي أو الإنفعالي لهم.

ثالثاً: الجانب الاجتماعي والثقافي Socio-Cultural بإعتبار إنه التغذية العادات- الغنائية المتبعة في- حياتهم- اليومية- والى- التربية الغنائية التي- يتلقونها- من- الوسط- العائلي- أو الاسري- أو من- خلال- المؤسسات- التعليمية- أو وسائل- الأتصال- الجماهيري- (محمد- محمد- الحماحمي- ب- ت- 198).

2-4-15 مواصفات- للوجبة- للغنائية- للسليمة- للاعبي- سابق-

100 متر:-.

إن- المبدأ- الاساس- في- أي- نظام- غنائي- هو- أن- تحتوى- الوجبة- على- جميع- العنصر- الغنائية ، فيجب- أن- تحتوى- الغنلاء- اليومي- على- كمية- مناسبة- من- البروتينات- وتكون- كافية- لحفظ- التوازن- الجسم- الغنائي- وعادة- فان- (50جم)- من- البروتين- تكفى- لهذا- الغرض- هنا- بالإضافة- إلى- إحتواء- الغنلاء- على- 65% من- كمية- السعرات- الحرارية- المطلوبة- من- خلال- المواد- الكربوهيدراتية، كما- يجب- الا- يخلو- غنلاء- الفرد- اليومي- من- قس- ولو- قليل- من- الدهون- لأنها- تجعل- الطعام- مقبول- مذاق- وتحتوى- على- الفيتامينات- النأبة- في- الدهون- والاحماض- الدهنية- التي- يستطيع- الجسم- تكوينها- ذاتياً- ويفضل- إعطاء- الكمية- المسموح- بها- من- الدهون- (وهي- حوالي- 25% من- كمية- السعرات- الحرارية- المطلوبة- في- صورة- زيوت- نباتية- كما- ينصح- بتناول- كميات- كبيرة- من- الخضروات- والفواكه- الطازجة، هنا- ما- شرب- الماء- بانتظام- وكما- دعت- الحاجة- وعلى- هذا- فنسب- المواد- الغنائية- في- كل- وجبة- هي- كما- يلي:-

1- 10% بروتينات- على- أن- يكون- منها- 30% بروتينات- عالية- القيمة- الحيوية

تحتوي- على- الأحماض- الامينية- الضرورية-

- 2- 25% دهون- ويفضل- من- الزيوت- النباتية كزيت- الزيتون- النرقة- القطن-.
- 3- 65% كربوهيدرات- ويفضل- تناولها- بكميات- كبيرة- من- الخضروات- والفواكه- الطازجة- حيث- انها-
- تعمل- على- الشعور- بالشبع- وتنظيم- حركة- الأمعاء- وتمنع- حدوث- الإمساك- ومن- خلال- ما- تقدم- يجب- عدم- إهمال- تكامل- العنصر- الغنائية الأساسية- للفريد- في- أي- نظام- غنائي- وإلا- يصاب- الفريد- بأمراض- سوء- التغذية- (جمال- الدين- علي- عدوي، 2004م، ص- 248).
- مواصفات- وجبه- ما قبل- سباق- 100متر- يجب- تناول- الوجبة- قبل- وقت- كافي- من- بداية- المنافسة- بحيث- لا تقل- تلك- الفترة- عن- 3-3.5 ساعة- وبفضل- أن- تكون- قبل- أربع- ساعات-.
- 1- زيادة- نسبة- الخضروات- والفاكهة- يوم- المنافسة- نظراً- لسهولة- هضمها- وإحتوائها- على- كمية- كبيرة- من- الفيتامينات-.
- 2- منع- تناول- الاسماك- المجففة- والمملحة- لأنها- تسبب- الإحساس- بالعطش- ويؤسى- ذلك- الى- إجهاد- الجهاز- البولي-.
- 3- بالنسبة- للمشاركين- في- المنافسات- التي- تطول- أداؤها- عن- 30 دقيقة- يجب- تناول- وجبات- غنائية- تحتوي- على- نسبة- 80-90% من- الموالد- الكربوهيدرات-.
- 4- ينبغي- الإمتناع- عن- تناول- الأطعمة- الغازية- كالفاصوليا أو الباميا والبسلة- والثوم- تجنباً- لعسر- لهضم- وتكوين- الغازات- بالأمعاء، والامر- الني- يشعر- اللاعب- بالضيق- وقد- يؤثر- على- مستوى- أدائه-.
- 5- في- حالة- إحساس- اللاعب- بنوع- من- القلق- تجاه- المنافسة- يفضل- إعطاءه- أي- وجبات- لإستهلاك- طاقة- في- تدفئتها-.
- 6- لا يعد البروتين- مصدر- أساسياً- للطاقة- خلال- النشاط- الرياضي-، ولا ينصح- به- كنوع- من- الغناء- قبل- المنافسة- بهدف- إنتاج- الطاقة-.
- 7- الأقلال- من- المشروبات- المنبهة- للجهاز- العصبي- ومنع- التدخين- وتناول- المشروبات- الكحولية- لما- يسببه- ذلك- من- اضطرابات- عصبية، ويسمح- بتناول- فنان- واحد- من- الشاي- أو- القهوة- قبل- الإشتراك- في- المنافسات-.

8- جمع مواد الدهنية، البطاطا المغلية، الدجاج المقلي، الصوص المقلي-
Hot Dog، السجق- وعصير- حار-

9- المواد الحارة، كالتوابل- والبهارات- اللحوم- الخيار-

مشتقات الحليب (في حالة التهيج العصي)- (ربسيان- خريط- 1998م- ص-
24) (جمال- الدين- 2004- ص- 250).

مواصفات وجبة مابعد سباق 100متر-

على الرغم من معرفة مدى الحاجة إلى تناول نسبة كبيرة من
الكربوهيدرات وبالمناسبة الممارسين الرياضات التي تتطلب قوة التحمل
كثيرة فان لاعبي المباريات وعدائي المسافات القصيرة يفوتهم أن مخازن
الجليكوجين في العضلات تفرغ بسرعة كبيرة أثناء التسريب أو خلال
المسابقات، وإنه يجب عليهم تعويض هذا النقص بسرعة-
أن تناول وجبة كبيرة تحتوي على الكربوهيدرات له نفس تأثير تناول عدد
وجبات صغيرة متكررة لنا يفضل من 50-100 جرام كربوهيدرات كل
ساعتين للوصول إلى 500-1000 جرام خلال 20 ساعة وتأثير تناول
الكربوهيدرات بصورة سائلة أو صلبة، مركبة أو مبسطة واحد في كل
حالات-

2-5 المبحث الخامس

(الدراسات السابقة)

أولاً الدراسات السابقة:

2-5-1 دراسة: هونغني سان وجاءت بعنوان: (أنماط تطبيق إدارة الجودة الشاملة

مقارنته بمعايير الأيزو 9000) بتاريخ (1999م) في تطبيق إدارة الجودة الشاملة مقارنة بمعايير

الأيزو 9000 في مطلع تسعينات من القرن العشرين. وقد وجد أن تطبيق معايير الأيزو

9000 ليس دائماً متوازياً مع تطبيق إدارة الجودة الشاملة، وقد اعتمدت خريطة للجودة

كشفت عن أربعة نماذج مختلفة هي: النموذج الأدنى الذي يميزه تطبيق أقل لكل من

إدارة الجودة الشاملة ومعايير الجودة الأيزو 9000، ونموذج الأيزو 9000 وميزته

إعتماد أكبر لإدارة الجودة الشاملة الذي يميزه إعتماد أكبر لكل من إدارة الجودة الشاملة

وقد تم اقتراح أكثر من سبيل لبلوغ النموذج الذي يجمع بين إدارة الجودة الشاملة

ومعايير الأيزو 9000. تامل محمد على شحاتة: وهي بعنوان (تقويم إدارة النشاط

الرياضي بالجامعة في ضوء معايير الجودة الشاملة (جامعة بنها) بتاريخ 2004م

الدراسة على تقويم إدارة النشاط الرياضي بالجامعة في ضوء معايير الجودة

الشاملة، وإشارت أهم نتائج الى أنه يجب أن تتوافق إدارة النشاط مع التطور الحالي

لعملية الجودة الشاملة وتحديد المسؤوليات والواجبات بدقة للعاملين ويجب إنشاء نظام

معلومات دقيقة وكذلك تحديد السياسات العامة على أساس تحقيق رغبات الطلاب

2-5-3 دراسة: أهني أحمد على الملاح جاءت بعنوان: بدراسة تحقيق معايير

الجودة الشاملة في الجامعات الفلسطينية في محافظات الضفة الغربية كما يراها

هدفت الدراسة تحقيق معايير الجودة الشاملة في الجامعات الفلسطينية في محافظات

الضفة الغربية كما يراها أعضاء هيئة تدريس وتوصلت هذا الدراسة إلى النتائج الآتية:

1- أن درجة تحقيق معايير الجودة الشاملة في الجامعات الفلسطينية في محافظات

للضفة الغربية، كانت متوسطة بنسبة (65%).

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تحقيق إدارة الجودة الشاملة .

3- إن إدارة الجودة الشاملة لا تعني إصلاحات سريعة يمكن إجراؤها في المؤسسة بين-

4-5-2 دراسة: منير بن سعيد بن محمد قطب جاءت بعنوان: (إمكانية تطبيق أسس

معايير الجودة الشاملة في الإدارة والتنظيم النشاط الرياضي- بمراحل التعليم

هدفت الدراسة إمكانية تطبيق أسس الجودة الشاملة في إدارة وتنظيم النشاط الرياضي-

بمراحل التعليم العام بمدارس العاصمة القدس.

نتائج الدراسة:

1- أن درجة أهمية تطبيق إدارة الجودة الشاملة في إدارة وتنظيم الرياضي- بمراحل

التعليم العام من وجهة نظر مشرفي ومعلمي التربية البدنية كانت بدرجة عالية.

2- لا توجد التحديات التي تواجه المعلمين- في تطبيق إدارة الجودة الشاملة لإدارة

وتنظيم النشاط الرياضي من وجهة نظر مشرفي ومعلمي التربية البدنية كانت

1- لا توجد تحديات تواجه المعلمين- عينة الدراسة حول متطلبات أسس الجودة

الشاملة وفقاً لمتغير المهنة (مشرف، معلم).

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية أفراد عينة الدراسة حول درجة أهمية تطبيق

إدارة الجودة الشاملة وفقاً لمتغير المهنة (مشرف، معلم) وكذلك حول التحديات التي

3- تواجه المعلمين في تطبيق إدارة الجودة الشاملة وفقاً لمتغير المهنة (مشرف، معلم) حول

الشاملة في إدارة وتنظيم النشاط الرياضي من وجهة نظر مشرفي ومعلمي التربية

5-5-5 دراسة: صلاح الدين القسالي دوريش معمار جاءت بعنوان (مدى تطبيق معايير

إدارة الجودة الشاملة في التدريب التربوي من وجهة نظر مشرفي التدريب

هدفت الدراسة مدى تطبيق معايير إدارة الجودة الشاملة في التدريب التربوي من وجهة

نظر مشرفي التدريب والمشرفين المتعاونين ونتائج الدراسة:

1- أن مبادئ الجودة الشاملة بوجه عام يمكن أن تطبق بدرجة عالية في التدريب

التربوي

2- أن واقع تطبيق مبادئ الجودة في التدريب التربوي يشير إلى مبادئ الجودة الشاملة

بوجه عام تطبق وتمارس بدرجة ضعيفة في التدريب التربوي.

3- أن مشرفي التدريب التربوي يمارسون بدرجة متوسطة أدوارهم في تطبيق مبادئ

الجودة الشاملة في التدريب التربوي.

4- أن مدير إدارة التدريب التربوي يواجه متوسطة المشكلات عند تطبيق مبادئ الجودة

الشاملة في التدريب التربوي.

5- أن مشرف التدريب التربوي يواجه بدرجة متوسطة المشكلات عند تطبيق مبادئ

الجودة الشاملة في التدريب التربوي.
2-5-6 دراسة: حسن أحمد الشافعي، عبدالرحمن أحمد سيار جاءت بعنوان:

(استراتيجية الاعتراف الرياضي بالمؤسسات الرياضية) (2009) عملية التسويق للاعتراف

الرياضي بالمؤسسات الرياضية المختلفة
وختاماً أراء عينة الدراسة مؤيدة لتطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة بالمؤسسات

الرياضية المختلفة كما وردت باستمرار الإستبيان وبكل عناصر- كل مبدأ وهذه المبادئ

1- التخطيط.

2- التنظيم.

3- توفير وسائل الإعلام والاتصال.

4- التركيز على المستفيد.

5- توفير القيادة الإدارية الفعالة وبناء الفريق.

6- تطبيق مبادئ التعليم والتدريب باستمرار.

7- تحسين الجودة باستمرار.

8- الرقابة بواسطة الإدارة العليا.

9- الإستعانة بالأساليب الأخرى للجودة.

10- التحفيز (أساليب المادية والمعنوية)

2-5-7 دراسة: محمود داؤد الربيعي وآخرون جاءت بعنوان: (تقويم كفايات تدريسي-

في كلية التربية الرياضية وفقاً منظور إدارة الجودة الشاملة من وجهة نظر

هدفت الدراسة تقويم كفايات تدريسي كلية التربية الرياضية، جامعة بابل وفقاً منظور

إدارة الجودة من وجهة نظر طلبتهم
نتائج الدراسة: الشجاعة في إتخاذ القرار وعدم الخوف من الفشل والدفاع عن وجهة

نظره حصلت على أعلى نسبة مئوية من وجهة نظر الطلاب وعدم إستخدام الحدود

القصوى للأداء من وجهة نظر الطلبة حصل على المرتبة الأخيرة نتيجة لعدم توفر

الإمكانات الأزمة لذلك وضعف الأتصال والتواصل والتقويم المستمر والرقابة الذاتية

2-5-8 دراسة: عبدالواحد الكبسي- وعبدالرحيم فرحان بعنوان (جودة التدريس

لتنمية الإبداع في تدريس التربية الرياضية) بتاريخ 2010م
هدفت الدراسة لتقويم محتوى بعض الأساليب التي غنمي الإبداع في دوس التربية

الرياضية، ونتائجها:

1- التوعية بأهمية الابداع لدي الطلاب و أولياء الأمور، وتدريب المدربين على

طرق تدريس تثري الإبداع عند الطلاب.

تحويل طريقة التدريس إلى نشط بالمشاركة والممارسة، وإستثارة الاسئلة والتساؤلات

وطلب التعليق على الأفكار، التعبير عن وجهة النظر، وتقليل الظواهر، وتوليد أكبر عدد

2-5-9 دراسة: حسن أحمد الشافعي جاءت بعنوان (تطبيقات

المعاصرة في الإدارة في التربية البدنية والرياضة) (2010)

إستهدفت الدراسة على متطلبات تطبيق معايير الجودة الشاملة بالأندية الرياضية من

خلال: إدراك الإدارة العليا (لمعايير وثقافة الجودة - نمط القيادة الإدارية - التركيز

على المستفيدين - التدريب المستمر - الإتصالات الفعالة - إستخدام نظم المعلومات -

التحسين المستمر) وإستخدم المنهج الوصفي المسحي - وكان مجتمع البحث "الأندية

الرياضية الكبرى بمحافظة الاسكندرية" وكانت عينة الدراسة (90) فرداً من أعضاء
وتوصلت الدراسة إلى ضرورة توفير متطلبات تطبيق معايير الجودة الشاملة بالأندية

الرياضية.

2-5-10 دراسة بعنوان: واقع تدريب الكرة الطائرة جلوس بمحافظات قطاع غزة،

من منظور الجودة الشاملة (محمد حسين العجورى، 2012م).

هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع تدريب الكرة الطائرة جلوس بمحافظات قطاع غزة

من منظور الجودة، ولتحقيق ذلك اجريت الدراسة على عينة اشتملت جميع لاعبي الكرة

الطائرة جلوس والذين بلغ عددهم (43) لاعباً معاقاً، وإستخدم الدراس لجمع البيانات

والمقابلة الشخصية، وإستبانة، قام بتصميمها مستعيناً بثلاثة من الخبراء حيث بلغت

فقراتها (41) فقرة موزعة على أربعة محاور هي: نظرة المجتمع المحلي، الوضع السياسي،

الإمكانيات، الحالة التدريبية، وتوصلت الدراسة إلى أن واقع تدريب الكرة الطائرة

جلوس من منظور الجودة والمرتبب بالمجتمع المحلي كانت بنسبة (41,65%) والمرتبطة

تفعيل دور إتحاد الكرة الطائرة والأندية في توفير الإمكانيات اللازمة لتدريب الكرة

الطائرة جلوس. وصقل المدربين وتأهيلهم بما يناسب خصوصية المعاقين.
2-5-11 دراسة: فالح بن ناصر- علي الشهراني جاءت بعنوان: (متطلبات تطبيق

إدارة الجودة الشاملة بقسم التربية البدنية وعلوم الحركة بجامعة ملك سعود)

هدفت الدراسة على متطلبات متطلبات تطبيق معايير إدارة الجودة الشاملة بقسم

التربية البدنية وعلوم الحركة بجامعة الملك سعود ونتائجها: أن تعترض سلوكيات أعضاء هيئة التدريس بأقسام التربية البدنية في نفوس

الطلبة. 2- أن يعمل الأجهزة بأقسام التربية البدنية المتميزة بكفاءة.

3- أن الطالب يكون محور الإهتمام لدى القسم

4- أن يتوافر لدى القسم التجهيزات التعليمية الحديثة (المختبرات، الملاعب، الأجهزة والأدوات).

5- أن يستخدم القسم الخدمات الإلكترونية لإنجاز العملية التعليمية

6- أن يعتني أعضاء هيئة التدريس بأقسام التربية البدنية المميزه بمظهرهم.

7- وجود قصور في الخدمات التربوية والتعليمية التي يقدمها قسم التربية البدنية وعلوم الحركة من وجهة نظر الطلاب أفراد الدراسة.

8- وجود قصور في الخدمات التربوية والتعليمية التي يقدمها قسم التربية البدنية وعلوم الحركة من وجهة أعضاء هيئة التدريس بالقسم نظراً من توقعاتهم وأدراكهم

12-5-12 يقومون بتقييمهم من الخدمات التربوية والتعليمية التي تقدمت ابلحوا ان قيد للبر القيادة في

تطبيق الدراسة دور القيادة في تطبيق ومبادئ إدارة الجودة الشاملة (2012):

العربية البريطانية للتعليم العالي من خلال معطيات لدراسة الميدانية، فقد توصلت

1- معظم العاملين في مصنع سيراميك راس الخيمة حاصلين على مؤهلا عليا

وبكالوريوس مما يدل على القائمين على أمر المصنع يهتمون بالمؤهل العلمي باعتباره

2- من الأمور التي تساهم في فعالية الموظف وعمله . أن أكثر من 87% من أفراد عينة الدراسة يرون أن الإدارة تعمل بشكل مستمر

على الوفاء بالتزاماتها تجاه الزبائن، وهذا من أهم الامور التي تؤدي إلى تحقيق

3- أسس ومبادئ إدارة الجودة الشاملة المصنع. أن أكثر من 87% من أفراد عينة يعترفون بأن المصنع يعتبر الجودة شعاراً لهو هذا

يدل على الحرص القادة في إدارة مصنع رأس الخيمة في ترسيخ أبعاد إدارة

الجودة الشاملة في المصنع من خلال الحرص على تطبيق شعار الجودة.

- 4- هناك أكثر من 87% من إجمالي أفراد عينة الدراسة يرون أن إدارة مصنع سيراميك رأس الخيمة تعمل جاهداً لتكون خدمات المصنع متميزة، وهذا بالطبع سيؤدي إلى قوة المصنع من حيث المنافسة، وهذا مؤشر- إيجابي يدل على وجود مبادئ إدارة
- 5- أن هناك 95% من أفراد عينة الدراسة سيرون أن مصنع سيراميك رأس الخيمة يسعى لتحسين المنتجات والخدمات بشكل مستمر.

13-5-2دراسة إيمان رمضان، جاءت بعنوان (معايير مقترحة لتقويم أداء معلم

التربية الرياضية في ضوء معايير الجودة والإعتماد في التعليم العالي) بتاريخ هدفت الدراسة إلى إقتراح المعايير التي يمكن الإعتماد عليها في تقييم أداء معلم التربية الرياضية في ضوء متطلبات الجودة والإعتماد في التعليم، وأهم المؤشرات التي يمكن أن تحقق كل معيار من هذه المعايير، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لملائمته

لطبيعة الدراسة، وكانت نتائجها، التوصل إلى قائمة بالمعايير التي يمكن الإعتماد عليها

14-5-2دراسة محمود علي الحاج بعنوان (تطبيق إدارة الجودة الشاملة باللجنة

الأولمبية السودانية كمدخل لتطوير الإدارة) بتاريخ 2013م. وهدفت الدراسة على

التعرف على مدى تطبيق إدارة الجودة الشاملة باللجنة الأولمبية السودانية كمدخل وخلصت الدراسة الي النتائج التالية:

- 1- إدارة الجودة الشاملة تصلح للإدارة باللجنة الأولمبية السودانية.
- 2- اللجنة الأولمبية السودانية لا تتبني نظام الجودة الشاملة في الأداء.
- 3- وجود مبادئ لفلسفة الجودة الشاملة باللجنة الأولمبية السودانية دون تطبيق.

ثانياً: للتعليق- على- للدراسات- للسابقة:-

- بعد مسح- الدراسات- السابقة- ذات- العلاقة- بالمعايير- الجودة- الشاملة- فقد- أمكن- حصر- أوجه- التشابه- والإختلاف- بينهما- وبين- الدراسة- الحالية- ولذلك- ما إستفادته- الدراسة- الحالية- من- الدراسات- السابقة:-
- تشابهت- الدراسة- الحالية- مع- دراسة- (محمد- حسن- العجورى، 2012م)- ودراسة(الشافعي)- ودراسة- (الشافعي،- سيار)- في- تطبيق- الجودة- الشاملة- في- المجال- الرياضي-.-

- إختلفت الدراسة الحالية مع أغلب الدراسات السابقة في تطبيق الجودة الشاملة في المؤسسات التربوية والرياضية، أما الدراسة الحالية في التحسين المستمر في التدريب الرياضي.
- تختلف مفهوم فلسفة إدارة الجودة الشاملة من باحث إلى آخر، كل حسب رؤيته وذلك بسبب نقل هذه الفلسفة من المجال التربوي إلى جميع الدراسات السابقة تركز على أهمية التحسين المستمر وتوفير المعلومات والتدريب العاملين في المؤسسة.
- تميزت الدراسة الحالية عن جميع الدراسات السابقة في أنها هدفت التعرف على كيفية وضع معايير الجودة الشاملة في التدريب الرياضي.
- إستفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في العديد من الأمور لأسيما في المنهج المستخدم، فضلا عن الاستفاد من الإطار النظري لهذه الدراسات في معرفة ملامح الإطار النظري لهذه الدراسة.
- كما إستفاد الدراسات تحديداً من دراسة (محمد حسين العجوري 2012م) في الكشف عن ولقح تدريب الكرة الطائرة جلوس في كل من نظرية إستفاد الدراسات من الدراسات السابقة تحديد العلمي لإجراء الدراسة وكيفية بناء أدلة جمع البيانات (بالاستبانة).
- كذلك إستفاد الدراسات من هذه الدراسات في كيفية إختيار العينة وأدوات جمع البيانات وخاصة إستمارة الإستبان التي إتخذها الدراسات كوسيلة أساسية لجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بعينة الدراسة.
- ويرى الدراسات من الدراسات السابقة أنه لا يوجد نظام موحد يمكن من خلاله تطبيق إدارة الجودة الشاملة لابد من أن تضع كل مؤسسة نظاماً يتناسب مع ظروفها وثقافتها الخاصة.

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

3-1 مقدمة

هذا الفصل الإجراءات التي إستخدمت في تصميم هذه الدراسة متضمنا عرضاً لمنهج

الدراسة ومجتمع الدراسة، وأداة جمع البيانات وطريقة توزيعها معالجتها، وتقنين

3-2 منهج الدراسة:

إتبعَت الدراسة المنهج الوصفي المسحي بإستخدام الأسلوب المسحي الذي يعتمد علي جمع المعلومات والحقائق تم القيام بتحليلها وتفسيرها للوصول إلى إستنتاجات وتصميمات الدراسة (فالح بن علي، 1433). وتم إستخدام الإستبانة أداء لجمع البيانات عن متطلبات وضع معايير الجودة الشاملة في سباق 100 متر في ألعاب 3-3 مجتمع وعينة الدراسة:

تمثل العينة في هذه الدراسة مجتمع الدراسة الذي يتمثل من مدربو ولاعبو وإداريو ألعاب القوى بولاية غرب دارفور والهدف من إختيار العينة هو الحصول على المعلومات إختارت الدراسة عينة عمدية من مجتمع الدراسة ولاية غرب دارفور قوامها 40 فرد تصيف العينة:

- 1- اللاعبون: لاعبي سباق 100 متر بإتحاد العاب القوى بولاية غرب دارفور.
- 2- الإداريون: إداري إتحاد العاب القوى بولاية غرب دارفور.
- 3- المدربون: مدربي إتحاد العاب القوى بولاية غرب دارفور.

وقد إجريت الدراسة على جميع أفراد المجتمع من اللاعبين والمدربين والإداريين- ويوضح الجدول التالي رقم (3) توزيع أفراد المجتمع

جدول- (3)

عدد الإستبانات الموزعة:-

النسبة	القالف	المفقود	المجموع	العدد الكلي
النسبة المئوية	/	/	40	40

يلاحظ أن- إهتمام- عينة الدراسة- بنهيئة الإستبانة قد- بلغ درجة 100%- مما- يدل- على- إهتمامهم- بالرياضة المعنية- ..

جدول- (4)

متغير- الوظيفة:-

النسبة المئوية	للتكرار	العبرة
50 %	20	لاعب
25 %	10	مدرب
25 %	10	إداري

يرى- الدراسات- إن- شريحة ممارسي- الرياضة أعلى- تكراراً بنسبة 50%- تليها نسبي- المدرب- والإدري- على- التوالى- بنسبة 25%- لكل-

جدول- (5)

متغير- العمر:-

للعبارة-	التكرار-	للنسبة المئوية-
20 سنة-	20	50%
21- 26 سنة-	5	12.5%
27 سنة فأكثر-	15	37.5%

يلاحظ- الدراسات- إن- فئة النائشين- أعلى- تكراراً بنسبة 50%- تليها فئة الشباب- بنسبة 37.5%- وهنا يدل- على- تركز- ممارسي- الرياضة بين- هاتين- الفئتين--

جدول- (6)

متغير- المؤهل- الأكاديمي:-

العبارة-	التكرار-	النسبة المئوية-
أساس-	/	/
ثانوي-	20	50%
بكالوريوس-	15	37.5%
دبلوم- عالي-	2	5%
ماجستير-	3	7.5%
دكتوراه-	/	/

يلاحظ- إن- فئة حملة- الشهادات- الثانوية أعلى- تكراراً بنسبة 50%- تليها نسبة- حملة- البكالوريوس- بنسبة 37.5%- بينما بلغت- نسبة- حملة- الماجستير- 7.5% وأدناها كانت- لحملة- الدبلوم- العالي- 5%.

جدول- (7)

متغير- الخبرة:-

للعبارة-	للتكرار-	للنسبة المئوية-
5 سنوات- وأقل-	5	12.5%
6 - 10 سنوات-	20	50%

25 %	10	11 - 15 سنة
10 %	4	16 - 20 سنة
2.5 %	1	أكثر من 20 سنة

يلاحظ إن سنوات الخبرة للرياضيين كأعلى تكرار هي الممتدة ما بين 6-10 سنوات بنسبة 50% تليها السنوات الممتدة ما بين 11-15 سنة كثناني أعلى تكرار بنسبة 25% تليها السنوات الأقل من 5 سنوات بنسبة 12.5% ثم السنوات الممتدة ما بين 16-20 سنة بنسبة 10% بينما كانت أدناها

متغير	الجنس	النسبة المئوية
العبارة	للتكرار	67.5 %
ذكر	27	
أثى	13	32.5 %

يلاحظ إن فئة الذكور الممارسين للرياضة أعلى تكراراً بنسبة 67.5% من فئة الإناث بنسبة 32.5%

3-4 أدوات الدراسة:

تم جمع بيانات الدراسة من خلال إستخدام الإستبانة: الإستبيان: هو الإدارة العلمية للدراسة ، وقد تمت صياغة الإستبيان بعد مسح

خطوات تصميم الأداة.

1. تم تصميم إستبانة لكل من عينة الدراسة للتعرف على آراء كل من اللاعبين والمدربين والإداريين بولاية غرب دارفور، و بعد مسح المراجع من كتب والرجوع للدراسات المتشابهة السابقة و الاستعانة بالخبرات صاغ الدراس المحاور الآتية
- 1- محور التخطيط لأسس التدريب .
- 2- محور التركيز علي المستفيد .
- 3- محور تحسين الجودة بإستمرار .
- 4- محور توافر القيادة الإدارية .

3-5 خطوات تنفيذ الدراسة:

- المسح المرجعي للدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة والتي أمكن التوصل إليها والتي اشارت إلى وجود إتفاق بين المحاور.

- تحديد المحاور الأساسية للاستبيان وفقاً لأهداف الدراسة وآراء الخبراء .
- صياغة المفردات والعبارات المدرجة تحت المحاور الرئيسية للاستبيان .
- توضيح طريقة الإجابة على الإستبيانة وذلك يوضع علامة (√) امام كل عبارة لتوضح درجة الأهمية وفق الميزان الثلاثي التالي: وضوح العبارة:(واضحة، غير-واضحة)،الصلحة بالموضوع:(له صلة، ليس له صلة)،درجة الأهمية (مهمة، عرض الإستبيان في صورته الأولية على السادة المحكمين- ذوي الخبرات الأكاديمية المرتبطة بمجال الدراسة خلال الفترة 7-16/10/2014م بغرض: التعرف على مدى إرتباط المحاور الرئيسية بموضوع الدراسة .
- بيان إرتباط العبارات بالمحاور المدرجة بها.
- شمولية وكفاية العبارات في التعبير عن المحاور.
- نسبة إتفاق السادة الخبراء على الإستبيان في صورته الأولية، وقد إعتمد الدراسات على نسبة أتفاق 70% كحد ادني لقبول درجة الوضوح ودرجة إرتباط العبارات تحت محاور الدراسة، والامر الذي ترتب عليه حذف أو إعادة صياغة لتصحیح إستمارة الإستبيان في صورتها النهائية، وقد تم تعديل الإستبيان بناء علي تحكيمه من قبل السادة المحكمين.

3.6 تقيين الأداة:

- 1-6-3 صدق الاستبانة: لتحقق صدق الاستبانة الدراسة تم استخدام مايلي:**
صدق المحتوي: حيث تم عرض إستبانة الدراسة على مجموعة من المحكمين وعددهم (10) حكماً، لبيان مناسبة كل من إستبانتى الدراسة للغرض المعدة في الفترة الزمنية، و من المفترض عرضها وتوزيعها على عينة الدراسة الاستطلاعية لتحقيق المعاملات العلمية الإحصائية. الصدق والثبات. لكن هذا لم يتم من قبل الدراسة، تم تحقيق صدق وتوزيع الإستبانة على أفراد العينة الأساسية وجمعها في [7/12/2014]

9/12/2014

3.7 الأساليب الإحصائية:

- تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية لتحليل بيانات الدراسة كما يلي لثبات بين الطبقات كل من إستبانتى الدراسة.
- 1 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتحليل بيانات الإستبانتين

-2 إختبارات للمجموعات المرتبطة لتحليل الفروق.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة و تفسير النتائج

4-1 مقدمة

هذا الفصل قام الدراس بالإجابة على تساؤلات الدراسة عن طريق عرض ومناقشة نتائج الدراسة لمعرفة اجابات عن مقترح لبعض معايير الجودة الشاملة في تدريب سباق 100م عدو بولاية غرب دارفور وتم ذلك عن طريق إستخدام الأدوات الإحصائية

للتحليل والتفسير لتساؤلات محور التخطيط لأسس التدريب الرياضي- وتحليلها

ومناقشتها:

4-3 مواصفات محور التخطيط لأسس التدريب الرياضي :

قام الدراس بإستخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية وقيم الإلتواء لجميع الفقرات ومحور التخطيط لأسس التدريب الرياضي- وكما موضح بالجدول (9) لوحظ أن جميع قيم معامل الإلتواء هي أصغر من $(3\pm)$ مما يدل على

4-3-1 عرض وتحليل المحور الأول : التخطيط لأسس التدريب الرياضي

إن عملية تحليل البيانات ومراجعتها وتصنيفها لن يكون لها مغزى دون المعالجة والتحليل الكافيين لها، بما يضيفي عليها الفائدة والنفع، لذا قام الدراس وبعد معالجة البيانات إحصائياً بإستخدام مقياس(ليكرت) ذو المفتاح الثلاثي بإستخراج التكرارات والنسب المئوية الخاصة بكل عبارة من عبارات المحور البالغ عددها (9) عبارات ولجميع

جدول رقم (9) يوضح بيانات المحور الأول: التخطيط لأسس التدريب الرياضي- _

ملحق رقم (6). م	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	2.6000	59052.	1.195-
2	2.5000	55470.	-474.-
3	2.3750	58562.	-290.-
4	2.5750	67511.	-1.339-
5	2.2750	71567.	-465.-
6	2.4750	55412.	-373.-
7	2.5000	55470.	-474.-
8	2.4500	50383.	-209.
9	2.4000	67178.	-684.-

يتضح من الجدول أعلاه (3/9) وعليه يوضح إستجابة عينة الدراسة للمحور الأول: التخطيط لأسس التدريب الرياضي، حيث يتراوح الالتواء بين (-1.339 - ، - 209.) والانحراف المعياري (71567. - 50383.) مما يعني- أن إستجابة عينة الدراسة لهذا المحور ذات دلالة إحصائية للالتواء عند مستوى (3±) مما يعني- تجانس عينة الدراسة في الإستجابة للعبارات، وعليه سوف يقوم الدراس بمناقشة العبارات على أساس هذا التجانس (4) وبالنظر إلى (ب) نص (ج) ولم العبارتين (6) - (9) تليها العبارة (8) ثم العبارتين (5) و (3) جاءت العبارة (4) والتي تنص على إستخدام وسائل تكنولوجيا التدريب في ال 100 متر (شريط فيديو - رسومات بيانية - الحاسب الآلي - صور ثابتة) بمتوسط حسابي (2.5750) وانحراف (67511.) ثم تليها العبارة (1) والتي تنص على تحديد الإمكانيات المادية والبشرية بمتوسط حسابي (2.6000) وانحراف (59052.) ثم تليها العبارتان (2)

(7 - 7) حيث تنص العبارة (2) على وضع البرامج التنفيذية والزمنية لتحقيق أهداف تدريب سباق 100 متر بمتوسط حسابي (2.5000) وإنحراف (55470.) تليها العبارة (7) والتي تنص على وجود برامج لإكتشاف الموهوبين والتميزين في سباق الـ 100 متر بمتوسط حسابي (2.5000) وإنحراف (55470.) ثم العبارات (6 - 9) حيث تنص العبارة (6) على تحديد إحتياجات المستفيد (اللاعب) بمتوسط حسابي (2.4750) وإنحراف (55412.) وتنص العبارة (9) على التحكم بالحجم والشدة والراحة للحمل في كل وحدة تدريبية بمتوسط حسابي (2.4750) وإنحراف (55412.) تليها العبارة (8) والتي تنص على وضع معايير لإختيار المدرب في مجال التخصص الرياضي بمتوسط (2.4500) وإنحراف (50383.) ثم العبارات (3 - 5) حيث تنص العبارة (3) على تزيل **البيانات الناتجة عن اللاعبين** إمكانية الإبداع بمتوسط حسابي (2.3750) وإنحراف (من خلال التحليل والعرض السابق للبيانات يلاحظ الدراس إجتماع رأي المبحوثين على ضرورة إستخدام وسائل تكنولوجيا التدريب في سباق 100 مترعدو، كما أظهرت ضرورة تحديد وحصر الإمكانيات البشرية والمادية والتركيز على إنتقاء الموهوبين ورعايتهم لخلق نواة لأبطال الغد، وتجيب نتائج هذا المحور على التساؤل الأول للدراسة: ماهو مقترح ويعتقد الدراس أنه إذا ما طبقت هذه المعايير ستسهم بصورة مباشرة في سباق - 100 متر وتتفق هذه النتائج مع دراسة عمر نصرالله قشطة بعنوان إستراتيجية تطبيق إدرة الجودة الشاملة للتدريب الرياضي: والتي توصلت إلى أهم النتائج: ضرورة الإلمام 2-3-4 تحليل المحور الثاني : التركيز على المستفيد (اللاعب)

جدول رقم (3/10) يوضح بيانات المحور الثاني : التركيز على المستفيد (اللاعب) -

ملحق رقم (6/2) الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء
50383.	45220.	-1.048-
50383.	81610.	-559.-
50383.	59914.	-753.-
50383.	54538.	-918.-

-1.323-	58562.	50383.	5
-852.-	67748.	50383.	6
-855.-	59861.	50383.	7
-209.-	50383.	50383.	8
-1.323-	58562.	50383.	9

يتضح من الجدول أعلاه (10) والذي يوضح إستجابة عينة الدراسة للمحور الثاني: التركيز على المستفيد (اللاعب)، حيث يتراوح الإلتواء بين- (1.323-02090) والانحراف المعياري (50383.) مما يعني- أن إستجابة عينة الدراسة لهذا المحور ذات دلالة إحصائية للإلتواء عند مستوى ($3\pm$) مما يعني- تجانس عينة البحث في الإستجابة لل فقرات، وعليه سوف يقوم الدراس بمناقشة الفقرات على أساس هذا التجانس. وبالنظر العبارة (1) ثم تليها (5- 9) ثم (4) ثم العبارة (7) تليها العبارات (3 - 6 - 8) ثم العبارة⁽²⁾ العبارة (1) والتي تنص تحقيق متطلبات ورغبات وتوقعات المستفيد (اللاعب - الإداري - المدرب) بمتوسط حسابي (50383.) وإنحراف (0 45220) ثم تليها العبارتان (5 - 9) حيث تنص العبارة (5) على خضوع اللاعب لعمليات التديل قبل وبعد الإلتواء من التدريب بمتوسط حسابي (50383.) وإنحراف (585620.) تليها العبارة (9) والتي تنص على إستمرار العلاقة بين- المؤسسة والمستفيدين بمتوسط (50383.) وإنحراف (. 585620) ثم العبارة (4) وتنص على تزيل المعوقات التي لا تتيح للعاملين إمكانية الإبداع بمتوسط حسابي (50383.) وإنحراف (54539.) تليها العبارة (7) والتي تنص على تباعد عن النقد غير- البناء للعاملين بمتوسط (50383.) وإنحراف(59861.) ثم العبارات (3 - 6 - 8) حيث تنص العبارة (3) على تعتمد سياسة تفويض السلطات وما يرتبط بها من صلاحيات بمتوسط (50383.) وإنحراف(59914.) ثم تليها (6) والتي تنص على تتبنى- فلسفة وأهداف تقويم الأداء وكيفية الإستفادة من نتائجه بمتوسط

النوع وليس الكم في تحديد الأهداف والقوى العاملة بمتوسط حسابي (50383) وإنحراف (50383) تليها العبارة (2) والتي تنص على تمارس مهارات تقويم الأداء المؤسسي بكفاءة بمتوسط حسابي (50383) وإنحراف (81610).

مناقشة التساؤل الثاني:

من خلال تحليل وعرض البيانات السابقة توصل الدراسات الي النتائج التالية:
 - ضرورة تحقيق متطلبات ورغبات وتوقعات المستفيدين من لاعبين ومدربين وإداريين .
 - الإهتمام بالناحية الصحية للاعبين بتوفير أخصائي علاج طبيعي وتدليك والإهتمام

بالتغذية السليمة لهم
 - التقييم الدوري لسباق 100 متر عدو بوضع الإختبارات المقننة لذلك وتجب نتائج

هذا المحور على تساؤل الدراسة الثاني : ماهي الرؤية المستقبلية لتطوير المستوى الرقمي لسباق 100 متر؟ ويعزي الدراسات النتائج السابقة إلى أنه إذا ما طبقت هذه كما تتفق هذه الدراسة مع دراسة حسن أحمد الشافعي وعبد الرحمن أحمد سيار بعنوان: إستراتيجية الإعتراف الرياضي بالمؤسسات الرياضية: والتي كانت أهم نتائجها:

3-3-4 تحليل فقرات المحور الثالث : تحسين الجودة بإستمرار

جدول رقم (3/11) يوضح بيانات المحور الثالث : تحسين الجودة بإستمرار -ملحق

معامل الإلتواء	الإنحراف المعياري	الوسط الحسابي	رقم (6/3)
-1.102-	71611.	2.5000	1
-1.044-	54006.	2.6250	2
-687.-	70484.	2.3750	3
-1.323-	58562.	2.6250	4
-654.-	59861.	2.4750	5
000.	50637.	2.5000	6
-315.-	50064.	2.5750	7
000.	50637.	2.5000	8
-1.482-	51640.	2.7000	9
-467.-	59431.	2.4250	10

ينتضح من الجدول أعلاه (11) والذي يوضح إجابة عينة الدراسة للمحور الثالث: تحسين الجودة باستمرار، حيث يتراوح الإلتواء بين (-1.482--000) والانحراف المعياري (0.71611- .50064) مما يعني- أن إستجابة عينة الدراسة لهذا المحور ذات دلالة إحصائية للإلتواء عند مستوى (3±) مما يعني- تجانس عينة الدراسة في الإستجابة للفقرات ، وعليه سوف يقوم الدراس بمناقشة الفقرات على أساس هذا التجانس(9) وبالنظر إلى (4) نص (2) الجدول السابق (10) نجد أنعبارة (7) إستجابة عينة الدراسة جاءت (3،6، 8) ثم العبارة (10) التي ننص على يتم عملية تقويم الأداء عند عملية تدريب سباق الـ 100متر عدو بمتوسط (2.7000) وإنحراف (51640.) ثم العبارة (4) والتي نصت على جعل التحسين والجودة جزء من عملية تدريب الـ 100متر بمتوسط حسابي (2.6250) وإنحراف (58562.) تلتها العبارة (2) والتي تنص على خلق الوعي بحاجة التحسين بمتوسط (2.6250) وإنحراف (54006.) ثم العبارة (1) والتي نصت على تحسين الجودة بمعدل سريع بمتوسط حسابي (2.5000) وإنحراف (71611.) تلتها العبارة (7) والتي تنص على تحقيق متطلبات المستفيد(اللاعب - الإداري - المدرب) بمتوسط (2.5750) وإنحراف (50064.) ثم تلتها العبارة (5) والتي تنص على الرقابة بصفة دورية للعملية التدريبية بمتوسط حسابي (2.4750) وإنحراف (59861.) ثم العبارة (3) والتي تنص على التحسين مرتبط بالعنصر البشري والأدوات والأجهزة بمتوسط (2.3750) وإنحراف (70484.) تلتها العبارة (6) والتي نصت على إستخدام تكنولوجيا الجودة الحديثة في عملية تدريب الـ 100متر بمتوسط حسابي (2.5000) وإنحراف (50637.) ثم العبارة (8) والتي تنص على تحديد درجة التميز في الأداء الرياضي والإداري في عملية تدريب - 100متر بمتوسط (2.5000) وإنحراف (50637) تلتها العبارة (10) والتي تنص على أظهرت نتائج هذا المحور ضرورة وجود تقييم للأداء عند عملية التدريب لسباق 100متر جعل التحسين والجودة عملية مرتبطة بعملية التدريب .

- توعية أصحاب المصلحة بالحاجة إلى التحسين المستمر. ويعزي الدراس هذه النتائج إلى أهمية الجودة الشاملة وإرتباطها بالتحسين المستمر ولأن الجودة

أصبحت حديث الساعة في تطبيق العمل الصحيح من أول مرة. وتجيب هذه النتائج على التساؤل الثالث للدراسة: ماهي المعوقات التي تحول دون تطبيق معايير الجودة الشاملة لتدريب سباق 100 متر؟ وتتفق هذه النتائج مع دراسة صلاح صالح دويش بعنوان: مدي تطبيق معايير الجودة الشاملة في التدريب

4-3-4 تحليل المحور الرابع : توافر القيادة الإدارية جدول رقم (12) يوضح بيانات المحور الرابع : توافر القيادة الإدارية - أنظر ملحق

معامل الإلتواء	الإنحراف المعياري	الوسط الحسابي ^(6/4)	رقم
-1.129-	63851.	2.5500	1
-424.-	49614.	2.6000	2
-829.-	64001.	2.4750	3
-1.195-	59052.	2.6000	4
-687.-	55238.	2.5500	5
-104.-	50574.	2.5250	6
-474.-	55470.	2.5000	7
-737.-	63851.	2.4500	8
-844.-	71208.	2.4250	9
-559.-	59700.	2.4500	10
-531.-	72324.	2.3000	11
-424.-	49614.	2.6000	12

يتضح من الجدول أعلاه (12) والذي يوضح إستجابة عينة الدراسة للمحور الرابع: توافر القيادة الإدارية، حيث يتراوح الإلتواء بين (-1.195.-104-) والإنحراف المعياري (-72324. 49614) مما يعني أن إستجابة عينة الدراسة الدراسة لهذا المحور ذات دلالة إحصائية للإلتواء عند مستوى (3±) مما يعني- تجانس عينة الدراسة في الإستجابة للفقرات، وعليه سوف يقوم الدراس بمناقشة الفقرات على أساس هذا

العبارة (4) ثم العبارة (1) تليها العبارتان (2 ، 12) ثم العبارة (5) ثم العبارتان (3،9) ثم العبارات (6 ، 7 ، 8) ثم العبارة (10) تليها العبارة (11). وجاءت العبارة (4) والتي تنص على التخلص من الفاقد وتحسين الجودة وتخفيض التكاليف بمتوسط (2.6000) وإنحراف (59025.) ثم العبارة (1) والتي نصت على الإستمرارية بتطبيق فلسفة جديدة لجودة التدريب بمتوسط حسابي (2.5500) وإنحراف (63851.) تلتها العبارة (2) والتي تنص على إزالة العقبات التي تعوق العاملين بالإدارة في أداء عملهم بمتوسط (2.6000) وإنحراف (49614.) ثم العبارة (12) والتي نصت على تطبيق نظام متكامل للتطوير والتحسين المستمر بمتوسط حسابي (2.6000) وإنحراف (49614.) تلتها العبارة (5) والتي تنص على إبتكار طرق حديثة للتدريب الرياضي- بمتوسط (2.5500) وإنحراف (55238.) ثم تلتها العبارة (3) والتي تنص على يجب أن يكون هناك هدف مباشر للمؤسسة والتغلب على الشعارات بمتوسط حسابي (2.4750) وإنحراف (64001.) ثم العبارة (9) والتي تنص على الإهتمام بالتحفيز بصفة مستمرة في عملية تدريب الـ100متر بمتوسط (2.4250) وإنحراف (71208) تلتها العبارة (6) والتي نصت على العمل كالفريق بين- مستويات الإدارة المختلفة للمؤسسة بمتوسط حسابي (2.5250) وإنحراف (50574.) ثم العبارة (7) والتي تنص على إعداد برنامج تعليمي تدريبي علمي بمتوسط (2.5000) وإنحراف (55470.) تلتها العبارة (8) والتي تنص على توفير المعلومات وتوضيحها للمدرب والإداري بمتوسط (2.4500) وإنحراف (63851.) ثم العبارة (10) والتي تنص على تحقيق الجودة للمدرب في الجوانب المعرفية والمهارية والفنية بمتوسط (2.4500) وإنحراف (59700) ثم العبارة (11) والتي نصت على إستثمار كل الإمكانيات المادية والبشرية

من خلال تحليل وعرض البيانات لهذا المحور توصلت الدراسات الى النتائج التالية:

- ضرورة التخلص من الفاقد والتركيز على تحسين الجودة
- إبتكار أساليب جديدة للتدريب وتطبيقها لضمان الجودة.
- إزالة العقبات الإدارية لضمان قيام العاملين بواجباتهم .

- إيجاد نظام متكامل للتطوير والتحسين المستمر، وتجب هذه النتائج على التساؤل الرابع: ماهي المعوقات التي تحول دون تطبيق معايير الجودة الشاملة لتدريب سباق 100 متر؟ ويعزي الدارس هذه النتائج لغياب مفهوم الجودة الشاملة في رياضة ألعاب القوى بالنطاق الجغرافي للدراسة كما يعتقد الدارس أنه إذا ما أزلنا المعوقات وأوجدنا نظام متكامل من التحسين والتطوير وادرك القيادة العليا لمبادئ الجودة سيسهم بصورة فاعلة في تطوير المنشط وتقدمه.

الفصل الخامس

الإستنتاجات والتوصيات وملخص الدراسة

15-1 الإستنتاجات

1. إدخال وإستخدام تكنولوجيا التدريب فى سباق 100 متر عدو.
2. حصر الإمكانيات (البشرية والمادية) وتصنيف اللاعبين وإختيار الأمثل والأكفأ.
3. التطوير يحدث نتيجة للإيفاء بتحقيق رغبات ومتطلبات وتوقعات المستفيدين (لاعب-مدرب-إداري).
4. الإهتمام بالصحة العامة للاعب ومدته بالتغذية الصحية السليمة تمهيداً لبناء جيل متكامل.
5. إزالة العقبات وتذليل معوقات النقد غير البناء لما له من تأثير سالب على الإبداع.
6. الإهتمام بمعايير الجودة الشاملة لما لها من آثار إيجابية على كل المحاور.

5-2 التوصيات

1. ضرورة الإهتمام بالبيئة المحيطة باللاعب.
2. ضرورة تكاتف كل وسائل الإعلام المقروء والمسموع والمرئى لمد اللاعب بالمعلومات التي يحتاجها.
3. يجب وضع برامج تنفيذية وزمنية لتحقيق أهداف تدريب سباق 100 متر.
4. ضرورة إصدار قوانين وتشريعات تتبنى فلسفة وأهداف تقويم الأداء والإعتماد على النوع وليس الكم.
5. يجب عمل تقييم دورى ومستمر عقب الإنتهاء من البرامج الرياضية.
6. يجب وضع معايير الجودة الخاصة بالمدرب فى الجوانب المعرفية والمهارية

والفنية لمزيد من الإتقان وتحسين الأداء.

5-3 المقترحات:

- 1- إجراء دراسات مماثلة للمعايير الجودة الشاملة فى المؤسسات الرياضية بولاية غرب دارفور.
- 2- إجراء دراسة عن واقع تطبيق الجودة الشاملة فى التدريب الرياضي بولاية غرب دارفور.
- 3- إجراء دراسة مقارنة معايير التدريب الرياضي بالسودان والدول الاخرى.

5-4 ملخص الدراسة :

فيمايلي يتناول الدراس ما توصل إليه من نتائج وتوصيات يري أنها تسهم في وضع معايير الجودة الشاملة لسباق 100 متر عدو في العاب القوي فقد تناولت الدراسة كيفية وضع معايير الجودة الشاملة في سباق 100 متر عدو في العاب القوي للاعبى

الدراسة والتي إشتملت علي مقدمة ومشكلة الدراسة وأهدافه وأهميته، وتم فيه إستعراض مشكلة الدراسة وأهمية هذا الموضوع وأهدافه حددت في مقترح لبعض معايير الجودة الشاملة في تدريب سباق 100 متر في ألعاب القوي بولاية غرب دارفور، كما تضمنت حدود البشرية (مدربي - إداري - لاعبي) والحدود المكانية ولاية غرب دارفور، والفصل الثاني الذي اشتمل على الإطار النظري والدراسات السابقة، وتناول موضوع الجودة الشاملة والتدريب الرياضي- والعباب القوي، وإستخدم الدراس المنهج الوصفي المسحي للملائمة الطبيعة الدراسة وتناول الدراس اجراءات الدراسة من حيث منهجها اما الفصل الخامس فقد قدم الدراس عدد من الإستنتاجات والتوصيات والمقترحات منها:

- 1- أكدت عينة الدراسة على ضرورة أذخال وإستخدام تكنولوجيا التدريب في سباق

- 2- توصلت الدراسة إلى أن نسبة 65% من المبحوثين يؤكدون على أهمية حصر- 100 متر.

- 3- أثبتت الدراسة على أنه يجب الإيفاء بتحقيق رغبات ومتطلبات وتوقعات

- 4- المستفيدين (لاعب-مدرّب-إداري). يري معظم أفراد عينة الدراسة على انه يجب الإهتمام بالصحة العامة للاعب

- 5- ومدته بالتغذية الصحية السليمة تمهيداً لبناء جيل متكامل. كما توصلت الدراسة إلى أن نسبة 65% من المبحوثين يؤكدون على أهمية إزالة

- 6- العقبات وتذليل معوقات النقد غير البناء لما له من تأثير سالب على الإبداع. أثبتت الدراسة علي انه يجب الإهتمام بمعايير الجودة الشاملة لما لها من آثار

إيجابية على كل المحاور. وعلي ضوء النتائج اعلاه يوصي الدارس بالتوصيات التالية:

1. ضرورة الإهتمام بالبيئة المحيطة باللاعب.

2. ضرورة تكاتف كل وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية لمد اللاعب

3. بالمعلومات التي يحتاجها. يجب وضع برامج تنفيذية وزمنية لتحقيق أهداف تدريب سباق 100 متر.

4. ضرورة إصدار قوانين وتشريعات تتبنى- فلسفة وأهداف تقويم الأداء والإعتماد

5. على النوع وليس الكم. يجب عمل تقييم دورى ومستمر عقب الإنتهاء من البرامج الرياضية.

6. يجب وضع معايير الجودة الخاصة بالمدرّب فى الجوانب المعرفية والمهارية

والفنية لمزيد من الإتقان وتحسين الأداء.

وقدم ملخصاً للدراسة في نهاية الفصل الخامس، ثم ذيل الدراسة بالمراجع التي إستعان بها والرسائل العلمية آملاً أن تتم الإستفادة من هذه الرسالة في وطننا الحبيب

المصادر والمراجع

المصادر

المصدر: القرآن الكريم

أولاً: المراجع باللغة العربية:

1- أمرالله أحمد البساطي، قواعد وأسس التدريب الرياضي —

وتطبيقاته (الاسكندرية، مساء المعارف، 1998م).

2- أميرة حسن محمود، ماهر حسن محمود، الاتجاهات الحديثة في علم التدريب

الرياضي (الاسكندرية، دار الوفاء لدينا الطباعة والنشر، 2008م، الطبعة الأولى).

3- أمين أنور الخولي، سباقات الميدان والمضمار (حلوان. دار الفكر العربي، سلسلة

المعرفة الرياضية للبراعم، 28).

- 4- أيمن سليمان مزاهرة، الغذاء والتغذية الصحية، (دار المسيرة للنشر- و التوزيع والطباعة، 2008م ، الطبعة الأولى).
- 5- بسطوبسي أحمد، أسس نظريات التدريب الرياضي، (القاهرة، مصر، دار الفكر العربي 1999م).
- 6- جمال الدين علي العدوي، أحمد كامل مهدي، محمد فؤاد حبيب، أحمد علي حسن الرياضة في حياتنا، (العين، دار الكتاب الجامعي، 2004م).
- 7- جوزيف جايلونسكي، إدارة الجودة الشاملة (مصر، القاهرة، الشركة الوطنية للاعلام، 1993م)
- 8- حسام سعد، الألعاب الرياضية، (بيروت، دار الجيل، 1999م، الطبعة الأولى)،
- 9- حسن أحمد الشافعي، معايير تطبيق إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات الرياضية بالمجتمع العربي (دار الوفاء للطباعة والنشر، 2006م).
- 10- حسن أحمد الشافعي، تطبيقات المعاصرة في الإدارة في التربية البدنية والرياضة (دار الوفاء للطباعة والنشر، 2010م، ط 1).
- 11- حسن أحمد الشافعي، عبدالرحمن أحمد سيار، إستراتيجية الأعتراف الرياضي- بالمؤسسات (دار الوفاء لدينا النشر والطباعة، 2009م).
- 12- حمدي عبدالعظيم، المنهج العلمي لإدارة الجودة الشاملة، الاسكندرية، مصر، دار الجامعية للنشر، 2006م.
- 13- خالد علي المدني، التغذية خلال مراحل الحياة، (جده، دار المدني، 2006م).
- 14- خضير كاظم حمود، إدارة الجودة الشاملة، (عمان، الأردن، دار المسيرة للنشر- والتوزيع والطباعة).

- 15- ذكي محمد حسن، مدرب الكرة الطائرة (مصر جامعة الاسكندرية، دار المعارف، 1997).
- 16- ذكي محمد محمد حسن، المدرّب الرياضي- أسس العمل في مهنة التدريب، منشأة المعارف، الاسكندرية، 1997م.
- 17- رشدي قطاس، نوالحسن، الغذاء والتغذية الطفل، (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 2003م، ط 1).
- 18- ريسان خريبط، النظريات العامة في التدريب الرياضي، عمان، الأردن، دار الشرق للنشر والتوزيع، 1998م، الطبعة الاولى.
- 19- ريسان خريبط، عبد الرحمن الأنصاري، العاب القوى، (عمان، الدار العلمية الدولية لنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر و التوزيع).
- 20- ريسان خريبط، نجاح مهدي شلش، التحليل الحركي، (جامعة بغداد، دار العلمية الدولية للنشر والتوزيع دار الثقافة للنشر و التوزيع، عمان).
- 21- عبد علي نضيف، قاسم حسن حسين، مبادئ علم التدريب الرياضي-(قطر، دار المعرفة، 1980م، ط 1).
- 22- عبدالواحد حميد وآخرون، جودة التدريس لتنمية الإبداع في تدريس التربية الرياضية، (الأردن، جامعة الادرنية، 2010م)،
- 23- علية عبدالمعتم حجازي، حسن أحمد الشافعي، إستراتيجية للتسويق الرياضي- والإستثمار بالمؤسسات المختلفة في ضوء التحولات الاقتصادية العالمية المعاصرة، (دار الوفاء لدينا الطباعة والنشر، 2009م، الطبعة الاولى).
- 24- عمر نصرالله قشطة، المدرّب الرياضي من خلال معايير الجودة الشاملة، (دار الوفاء لدينا النشر والطباعة، 2011م، الطبعة الأولى).

- 25- عمر نصرالله قشطة، إستراتيجية تطبيق إدارة الجودة الشاملة للتدريب الرياضي(2010م).
- 26- عمر وصفي عقيلي، مدخل الي المنهجية المتكاملة لإدارة الجودة الشاملة (وجهه نظر) عمان، الأردن، دار وائل للنشر، 2001م، الطبعة الاولى).
- 27- الغالي الحاج محمد، اساسيات التربية البدنية والرياضة، (منشورات جامعة السودان المفتوحة، 2007م، الطبعة الأولى)
- 28- فائق حسني ابو حليلة، الحديث في الإدارة الرياضية، (عمان، دار وائل للنشر، 2004م، الطبعة الأولى).
- 29- فيصل بن جاسم بن محمد الأحمدى، إدارة الجودة الشاملة في المؤسسات الإعلامية (بيروت، لبنان، دار المعرفة، 2004، 2006).
- 30- قاسم حسن حسين، أسس التدريب الرياضي، (دار الفكر للطباعة والنشر، القاهرة، 1998م).
- 31- قاسم حسن حسين، التدريب المبدئ (دار الفكر للطباعة والنشر، القاهرة، 1980م).
- 32- كمال الدين عبد الرحمن دوريش، محمد صبحي، الجودة والعمولة في إدارة اعمال الرياضية باستخدام أساليب إدارية مستحدثة (دار الفكر العربي، 2004م، الطبعة الاولى).
- 33- كمال جميل الربضي، التدريب الرياضي- في القرن الحادى والعشرون، (نشر- دعم من جامعات الأدرنية، 2004م).
- 34- محسن بن نائف، إستراتيجية نظام الجودة في التعليم، (السعودية، مكتبة ملك فهد، 2007م)

35- محمد حسن العلاوي، علم التدريب الرياضي-(القاهرة، دار المعارف، 1994م، الطبعة 13).

36- محمد محمد الحماحي، التغذية والصحة للحياة الرياضية(دار النشر- العربي، القاهرة، ب ت)

37- محمد مختار الجندي، الغذاء والتغذية (دار النشر- العربي، ب، ت، ط 4، الجزء الأول).

38- محمود حسن عبدالله مصطفى، معايير إدارة الدورات الرياضية والبطولات العالمية (مصر، الاسكندرية، دار الوفاء لدينا النشر والطباعة، 2010م، ط 1).

39- مروان عبد المجيد ابراهيم، إتجاهات حديثة في التدريب الرياضي ، عمان، الأردن، الوراق للنشر و التوزيع، 2004م، الطبعة الأولى.

40- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي- الحديث، دار الفكر العربي، 2001م، الطبعة الأولى.

ثانياً:الدوريات:

1- إيمان رمضان: معايير مقترحة لتقويم أداء معلم التربية الرياضية في ضوء معايير الجودة والإعتماد في التعليم العالي (مجلة جامعة الازهر) 2012م

2- أنور هايل الحلبي، الأكاديمية العربية البريطانية للتعليم العالي، 2010

3- محمد حسن العجوري: واقع تدريب الكرة الطائرة جلوس بمحافظات قطاع غزة من منظور الجودة الشاملة، 2012م

4- محمد عبدالوهاب العزواي، إدارة الجودة الشاملة (الاردن، 2004م).

5-محمود داؤد الربيعي وآخرون، تقويم كفايات تدريس في كلية التربية الرياضية جامعة بابل وفقاً من منظور إدارة الجودة من وجهة نظر طلبهم (مجلة علوم التربية الرياضية العدد 4، المجلد 3 ، 2010م جامعة بابل).

- 6- هونغني سان، أنماط تطبيق إدارة الجودة الشاملة مقارنة
بمعايير الأيزو (900) مطلع تسعينيات القرن الماضي، مجلة
الدولية لإدارة الجودة والموثوقية ، المجلد 16، ال عدد 3 (1999)
(منشورات جامعة mcb).

ثالثاً: للرسائل:-

- 1- الطيب- حاج إبراهيم- مشكلات- التعليم- في- مقررات- العايب-
القوى- وفقاً- لآراء- طلاب- كلية- للتربية- للرياضية- بجامعة-
السودان، رسالة- الماجستير- (جامعة- السودان- للعلوم-
والتكنولوجيا، 2003م)-.
- 2- إيمان- مصطفى- حويل- واقع- تطبيق- المساعلة- للتربوية-
والجودة- الشاملة- والعلاقة- بينهما- في- مدارس- وكلية-
الغوث- الدولية- في- للضفة- للغربية- من- وجهة- نظر-
المديرين، رسالة- الماجستير- في- الإدلة- التربوية- (جامعة- النجاح،
2012م)-.
- 3- برهان- الدين- حسين- السامرائي، سور- للقياس- في- تطبيق-
أسس- ومبادئ- إدارة- الجودة- الشاملة، رسالة- الماجستير- في-
إدلة- الاعمال- (الأكاديمية- العربية- البريطانية- للتعليم- العالي-
2012م)-.
- 4- تامر- محمد- علي- شحاتة- (تقويم- إدارة- النشاط- الرياضي-
بالجامعة- في- ضوء- معايير- الجودة- للشاملة- (جامعة-
بنها) بتاريخ 2004م-
- 5- صلاح صالح دوريش، مدي- تطبيق- معايير- إدارة- للجودة-
الشاملة- في- للتدريب- التربوي- من- وجهة- نظر- مشرفي-
التدريب- والمشرفين- المتعاونين- من- منظور- للجودة-
الشاملة، رسالة- دكتوراة- في- التنمية- البشرية- غير- منشورة(جامعة
كولمبوس- الامريكية 1430م)-.
- 6- فالح بن- نصر-علي- الشهراني، متطلبات- تطبيق- معايير- إدارة-
الجودة- للشاملة- بقسم- التربية- للبدنية- وعلوم- للحركة-
بجامعة- الملك- سعود، رسالة- الماجستير- الآداب- في- التربية-
الرياضية- بكلية- التربية- (جامعة- الملك- سعود، السعودية 1433م)-.

7- فتح الرحمن- عبدالرحمن- أحمد- أثر- صراعات- على- التنمية- رسالة- الماجستير- في- الدراسات- السلام- والتنمية- (جامعة- زانجبي- 2007م) --

8- محمد بن أحمد بن حسن، إمكانية تطبيق أسس الجودة الشاملة في إدارة والتنظيم، رسالة ماجستير غير منشورة، 2008، ص 27، جامعة ام القرى

9- محمود علي- الحاج، سور- لإدارة- الجودة- للشاملة- في- تطوير- إدارة- اللجنة- الأولمبية- السودانية، رسالة الماجستير- في- إدارة- والتنظيم- (جامعة- السودان- للعلوم- والتكنولوجيا، 2013م) --

10- مكي- فضل- المولي-، أثر- لأشعه- الشمس- على- بعض- المتغيرات- للفسولوجية- والبيولوجية- والمستوى- الرقمي- لعائلي- 100م- 800م- بالمركز- للتدريب- لألعاب- القوى- بكلية- التربية- البدنية- والرياضة، رسالة دكتوراة، (جامعة- السودان- للعلوم- والتكنولوجيا، 2009م) --

11- منتهي- أحمد- المداح-، سرجة- تحقيق- معايير- إدارة- الجودة- الشاملة- في- الجامعات- الفلسطينية- في- محافظات- الضفة- الغربية- كما- يراها- أعضاء- هيئة- التدريس-، رسالة- الماجستير- في- إدارة- التربوية- (جامعة- النجاح- نابلس- فلسطين- 2005م) --

12- منير- محمد- سعيد- بن- قطب-، إمكانية تطبيق- أسس- للجودة- الشاملة- في- الإدارة- والتنظيم- للنشاط- الرياضي- بمراحل- التعليم- للعام- بمدارس- عاصمة- القدس-، رسالة- الماجستير- في- الإدارة- التربوية- والتخطيط- (جامعة- ام- القرى- 2008م) --

رابعاً: المراجع- باللغة- للانجليزية-

1- Crosby.B.G.compltenes quality for the 21-century .USA

