

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية بعنوان :

**برنامج مقترح لإعداد مدرب المستوى الأول في**

**كرة القدم بولاية الخرطوم**

**A Proposed Program for the Preparation Level**

**One Coach of the Football in Khartoum**

إعداد الباحث : محمد عبد الوهاب الصافي

إشراف : د / أحمد آدم أحمد

٢٠٠٧ - ٢٠٠٩ م

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# الأية

(\* إن الله لذو فضل على الناس ولكن أكثر الناس لا يشكرون \*)

سورة البقرة الآية ( ٢٤٣ )

صدق الله العظيم

# الإهداء

- إلى روح والدي رحمه الله
  - إلى أُمِّي الغالية حفظها الله
  - إلى زوجتي الحبيبة
  - إلى أبنائي
  - إلى إخوتي و أخواتي
  - إلى معلمي الناس الخير أساتذتي
  - إلى كل من مد لي يد العون والمساندة
  - إلى كل من إهتم بأمر التدريب
- ... أهديهم جميعاً هذا الجهد المتوضع ...

الباحث

## الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين ، الحمد لله قبل الرضاء والحمد لله بعد الرضاء والحمد لله حتى يرضاء ، كماينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه ، واصلي على أفضل خلق الله سيدنا وحبينا محمد صلى الله عليه وسلم تسليما كثيرا .

أتقدم بالشكر لكلية الدراسات العليا جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا لإتاحتها هذه الفرصة لنيل درجة هذه العلمية الرفيعة ، وكذلك الشكر لكلية التربية البدنية والرياضية ، كما أتقدم بخالص الشكر للدكتور/ المشرف أحمد آدم أحمد محمد والذي تفضل بالإشراف على هذه البحث المتواضع

وأتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الاستاذ / الدكتور نورالدين عمر عميد كلية التربية الرياضية جامعة الخرطوم ، والاستاذة / الدكتورة أمال إبراهيم اللذين لم يبخلوا بالجهد والوقت والعلم ، وعلى ما قدماه من عطاء وبذل لإثراء هذا البحث ، وأتقدم بالشكر أجزلة للإتحاد الرياضي السوداني لكرة القدم لتعاونهم الصادق مع الباحث متمثلا في لجنة التدريب المركزية وعلى رأسها الاستاذ / الخبير أحمد بابكر ، وأتقدم بالشكر لتجمع المدربين ولأية الخرطوم وعلى رأسهم الخبير / جعفر ضرار والإخوة بتجمع المدربين المتمثلة في عينة البحث ودعمهم الوافر بكل ما هو متاح من معلومات وإمكانيات لإثراء هذا البحث وإنجاحه .

ولأ أنسى أن أتقدم بالشكر أجزله إلى كل أساتذة التربية الرياضية جامعة السودان وعلى رأسهم البروفسير/ حسن محمد أحمد عثمان .

والشكر موصول إلى كل من ساهم في الإرشاد والتوجه والنصح لإنجاح هذا البحث .

وختاماً ( من لا يشكر الناس لا يشكر الله ) .

**الباحث**

## المستخلص باللغة العربية

هدف هذا البحث إلى " وضع برنامج مقترح لإعداد مدرب المستوى الأول في كرة

القدم بولاية الخرطوم " . وذلك من خلال تحقيق الأهداف التالية :

- محتوى البرنامج - الفترة الزمنية للبرنامج - دوافع الإلتحاق بالبرنامج - الإمكانيات -  
التقويم .

إستخدم الباحث لمنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث ، وتكونت عينة البحث من

(٣٥) مدرباً لكرة القدم ، تم إختيارهم بالطريقة القصدية العمدية .

**ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث جاءت على النحو التالي :**

١- أن محتوى البرنامج المقترح جيد وفقاً لآراء عينة البحث مع إضافة بعض المواد : علم

التدريب الرياضي / علم وظائف الأعضاء / علم التشريح / علم الحركة / إصابات

الملاعب / علم النفس الرياضي / الإدارة والتنظيم / التغذية الرياضية .

٢- أن الفترة الزمنية للبرنامج المقترح كافية .

٣- لعينة البحث دوافع عديدة للإلتحاق بالبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم من أهمها :

التأهيل لمستوي متقدم في التدريب - التدرج كمدرب مسجل بإتحاد كرة القدم - الحصول

على شهادة في مجال التدريب - العمل مع مراحل سنوية أكبر - تطوير المستوى الفني -

معرفة مكونات اللياقة البدنية - حل مشاكل التدريب في كرة القدم - معرفة مكونات الخطط

- معرفة قانون اللعبة - معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب - معرفة

التغذية الرياضية - تطوير المستوى المعرفي .

٤- أن الإمكانيات المتاحة تساعد على تنفيذ البرنامج المقترح ، توفر الملاعب ، وصلاحيتها ، قانونية الادوات ، وتوفر وسائل العرض .

### ومن أهم التوصيات التي توصل إليها الباحث الآتي :

١- أن يهتم الإتحاد العام لكرة القدم ولجان التدريب الخاصة بإعداد مدرب كرة القدم ، بالعمل على وضع واعداد دليل نظري يضم مختلف أساليب التدريب .

٢- العمل على وضع إستراتيجية واضحة لإعداد المدرب تساعده على إكتسابه الخبرات من مختلف العلوم التي تؤهله للتخطيط الجيد لعملية التدريب ، تربويا وفنيا واداريا بشكل متكامل مع العمل على حل المشاكل التي تواجهه في التدريب .

٣- الإهتمام بتوفير أجهزة تكنولوجيا التعلّم واستخدامها الفعلي في المحاضرات ، والعمل على إنشاء مكتبة متخصصة مزودة بأحدث المراجع العلمية في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة بالمنشط .

٤- الإهتمام بتنوع وسائل التقويم وأشكالها المختلفة وإشراك المدرب إن أمكن في هذه العملية الهامة التي قد تكون عاملاً فعالاً في إستثارة دافعية المدرب وبما هو عائد على رفع وتحسين مستواه .

## الفهرس

مسلسل	الموضوع	رقم الصفحة
	آية قرآنية	ب
	الإهداء	ج
	الشكر والتقدير	د
	المستخلص باللغة العربية	و
	المستخلص باللغة الإنجليزية	هـ
	قائمة المحتويات	ز
	قائمة الجداول	ل
	قائمة الملاحق	ن

## الفصل الأول

### ١ - خطة الدراسة

٢	المقدمة	١-١
٤	مشكلة البحث	٢-١
٥	أهمية البحث	٣-١
٦	أهداف البحث	٤-١
٦	تساؤلات البحث	٥-١

٧	٦-١	حدود البحث
٧	٧-١	إجراءات البحث
٧	٨-١	المعالجات الإحصائية
٨	٩-١	المصطلحات

## الفصل الثاني

### ٢ - الإطار النظري والدراسات السابقة

١٠	١-١-٢	ماهية البرامج
١٣	٢-١-٢	تصميم البرامج
١٣	٣-١-٢	خصائص البرنامج الرياضي الناجح
١٨	٤-١-٢	مبادئ تنظيم البرنامج
٢٣	٥-١-٢	خطوات تنظيم البرمج
٢٩	٦-١-٢	تقويم البرنامج
٢٩	٧-١-٢	الهدف من تقويم البرنامج
٣١	٢-٢	المدرّب
٣٢	١-٢-٢	طبيعة دور المدرّب
٣٤	٢-٢-٢	صفات مدرّب كرة القدم
٣٦	٣-٢-٢	أسس نجاح المدرّب في عملية التدريب

٤٠	٤-٢-٢ طبيعة مهنة التدريب
٤٣	٣-٢ التدريب الحديث في كرة القدم
٤٦	١-٣-٢ خصائص التدريب الحديث في كرة القدم
٤٨	٢-٣-٢ واجبات مدرب كرة القدم
٥٠	٣-٣-٢ أداء عملية التدريب
٥١	٤-٣-٢ الواجبات التعليمية
٥٣	٥-٣-٢ الواجبات التربوية
٥٥	٤-٢ مفهوم التدريب الرياضي
٥٧	١-٤-٢ خصائص التدريب الرياضي
٦٠	٢-٤-٢ أنواع وأساليب التدريب
٦٢	٣-٤-٢ طرق إعداد المدرب
٦٢	٤-٤-٢ طريقة التدريب بإستخدام الحمل المستمر
٦٣	٥-٤-٢ طريقة التدريب الفتري
٦٥	٦-٤-٢ طريقة التدريب التكراري
٦٧	١-٥-٢ أساليب إعداد برامج المدرب الرياضي
٧٤	٢-٥-٢ إعداد خطط تأهيل المدرب
٧١	٦-٢ الدراسات السابقة

### الفصل الثالث

## ٣ - إجراءات الدراسة

٨٨	مقدمة
٨٨	١-٣ منهج البحث
٨٩	٢-٣ مجتمع البحث
٨٩	٣-٣ عينة البحث
٩١	٥-٣ أدوات جمع البيانات
٩١	١-٥-٣ مراحل تصميم الإستبانة
٩٤	٢-٥-٣ المرحلة الثانية - التحكيم الأولي للإستبانة
٩٥	٣-٥-٣ المرحلة الثالثة - التحكيم الثاني للإستبانة
٩٥	٤-٥-٣ المرحلة الرابعة - التوصيف النهائي للإستبانة
٩٦	١-٦-٣ خطوات تقنين الإستبانة
١٠١	٢-٦-٣ تطبيق الإستبانة
١٠١	٧-٣ الأساليب الإحصائية

## الفصل الرابع

### ٤ - عرض ومناقشة النتائج

١٠٣	١-٤ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الأول
١٠٩	١-١-٤ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بمحور محتوى البرامج

- ١١٠ ٢-١-٤ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بمحور فترة الزمنية
- ١١٢ ٣-١-٤ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بمحور دوافع الإلتحاق
- ١١٨ ٤-١-٤ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بمحور الإمكانيات/المادية/البشرية
- ١٢٤ ٥-١-٤ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بمحور التقويم

## الفصل الخامس

### ٥ - الإستنتاجات والتوصيات

- ١٣٠ ١-٥ الإستنتاجات
- ١٣١ ٢-٥ التوصيات
- ١٣٢ ٣-٥ ملخص البحث
- ١٣٦ ٥-٥ قائمة المرجع
- ١٣٨ ٦-٥ الملاحق

## قائمة الجداول

الرقم	الجدول	رقم الصفحة
١-	مواصفات مجتمع البحث	٨٩
٢-	مواصفات عينة البحث	٩٠
٤-	محاور الإستبانة قبل التعديل	٩٣
٥-	التعديلات التي أجريه على المحاور	٩٣
٦-	الشكل النهائي للمحاور	٩٤
٧-	صدق الإتساق الداخلي	٩٧
٨-	المتوسط والانحراف المعياري ومعامل الخطأ	٩٩
٩-	تحليل التباين لعامل واحد	١٠٠
٩-	الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط	
	لمحور محتوى البرامج	١٠٣
١٠-	الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط	
	لمحورالفترة الزمنية للبرنامج	١١٠
١١-	الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط	
	لمحور دوافع الإلتحاق بالمستوى الأول للتدريب	١١٣
١٢-	الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط	

١١٨

لمحور الإمكانيات / الإمكانيات المادية

١٣- الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط

١٢١

لمحور الإمكانيات / الإمكانيات البشرية

١٤- الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط

١٢٤

لمحور التقويم

## قائمة الملاحق

- | الرقم | عنوان الملحق  |
|-------|---|
| ١ -   | أسماء السادة الخبراء في التربية الرياضية وكرة القدم .               |
| ٢ -   | خطابات للمساعدة في توفير المعلومات للباحث .                         |
| ٣ -   | طلب تحكيم المحاور من الخبراء .                                      |
| ٤ -   | طلب تحكيم الإستبانة .   |
| ٥ -   | الإستبانة في صورتها النهائية .                                      |
| ٦ -   | تطبيق الإستبانة .   |
| ٧ -   | البرنامج المقترح لمدرّب المستوى الأول في كرة القدم بولاية الخرطوم . |

الفصل الأول

خطة الدراسة

## ١-١ المقدمة :

أصبحت كرة القدم هي اللعبة الأولى على مستوى الألعاب في معظم أنحاء العالم ، بل وذات شعبية هائلة لما تنتم به من عدة عناصر متداخلة في هذه اللعبة من إثارة وتشويق ومتعة للاعبين في المقام الاول ومن ثم المشجعين لهذه اللعبة الممتعة ، ويرجع ذلك لتعدد مواقف اللعب والمهارات العالية للاعبين واختلاف طريقة إحراز الأهداف التي تعد بمثابة السحر الجازب لإزدياد مشجعيها يوما بعد يوم . ويشير (حنفي محمود ، ب ت ، ص ٩ ) إلى " أن التدريب الحديث في كرة القدم هو عبارة عن عملية تربوية وتعليمية مخططة مبنية على اسس علمية سليمة تتحد مع بعضها البعض وتعمل على وصول اللاعب الى التكامل في الأداء الرياضي " . وذكر : (علاوي ، ١٩٩٤م ، ص ٣٦ ) إن الهدف من عملية التدريب هو وصول اللاعب إلى تحقيق أعلى مستوى ممكن في الأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي وتحقيق الفوز في المباراة مما يلقي على مدرب كرة القدم مستوى كبير من المسؤولية وذلك في ظل تطور لعبة كرة القدم في السنوات العشر الأخيرة ، وتغير طابع اللعب نظرا لتعدد طرق اللعب الحديثة وما إرتبط بذلك من تنوع في الخطط الهجومية والدفاعية بشكل ملحوظ مع إرتفاع قيمة العمل الجماعي المنظم .

وكرة القدم الآن تتميز بالآتى :-

- المستوى العالي في الأداء .

- سرعة اللعب .

- اللعب الجماعي . ( حنفي محمود ، ب ت ، ص ١١ ) .

فالمدرّب الرياضي هو العمود الفقري لعملية التدريب إذ تقع علي عاتقه مهمة التدريب ومن خلال مفهومنا لعملية التدريب يمكن للمدرّب أن يكون قائداً تريبياً متفهماً تماماً لواجباته من الناحية التربوية ومن الناحية التعليمية ، ولما كانت كرة القدم لعبة محبوبة فإن مدرّبها يكون دائماً ذو شخصية جذابة لدى اللاعبين والجمهور ، لذلك يجب على المدرّب أن يضع نصب عينيه أن عليه تقع مسؤولية كبيرة وأن يكون دائماً مثلاً أعلى لكثير من اللاعبين وخاصة الناشئين هذا بالإضافة إلى سلوكه في الحياة العامة ، ويجب أن يتصف بالإدراك الكامل لمسؤوليته مع تفهم كبير للدور الذي يقوم به تجاه فريقه ولأعبيه ووطنه .

وفي الوقت الحالي أصبح المدرّب المؤهل الكفاء عملة نادرة ومن الصعب الحصول عليه في ظل وجود هذا الكم الهائل من متطلبات التدريب الرياضي ، وأصبح تدريب كرة القدم مهنة من لا مهنة له في السودان في ظل عدم وجود منهج وظيفي للمدرّب يعمل على حمايته من الدخلاء على هذه المهنة السامية والمؤثرة .  
خاصة وأن التدريب الرياضي أصبح علم هام لتأهيل المدرّب إذ لا يقتصر على خبرة المدرّب العملية فحسب ، إذ كلما إرتفع مستوى دراسته للمعارف والعلوم

النظرية وتطبيقها كلما كان قادرا على تطوير فريقة والتقدم بمستواه إلى الأمام من مختلف الجوانب .

## ٢-١ مشكلة البحث :

من خلال عمل الباحث كمعلم للتربية البدنية والرياضية وكمدرّب لكرة القدم و مشاركته في العديد من الدورات التدريبية لاحظ أن عملية التدريب في السودان تشوبها بعض المشاكل ، خاصة من ناحية المدرب بالرغم من دوره المهم والفعال في تطوير اللاعب ومن ثم تطوير لعبة كرة القدم ، ومن الملاحظ أن هنالك تدني في مستوى كرة القدم في السودان وخاصة في الأونة الأخيرة ، ويرى الباحث أنه قد يرجع هذا التدني إلى العديد من العوامل المتداخلة ، ومن تلك العوامل التدريب بصورة أساسية ، خاصة وإعداد وتأهيل مدرب كرة القدم ، والذي يعمل في ظل غياب معرفة الكثير من علوم التدريب الهامة مثل : علم التدريب الحديث - علم الفسيولوجي - علم الحركة - علم النفس الرياضي - الإسعافات الأولية - الإختبارات والمقاييس ، وغيرها من علوم تدريب كرة القدم والتي لم يتم التعرض لها بشكل يفي بحاجة المدرب خلال ممارسة عمله .

أن النجاح في الرياضة يعتمد على كثير من الحقائق وأهمها الدور الذي يلعبه المدرب ، فالمدرب يعتبر من أهم هذه الحقائق ، لان المدرب يقع عليه عبء إعداد وتجهيز اللاعبين تجهيز شاملا متزنا ومتكامل من مختلف الجوانب : البدنية -

المهارية - الخطئية - والنفسية . للإشتراك في المنافسة لتحقيق المستويات العاليا ،  
فيتضح من خلال ذلك أن المدرب هو الشخص المنفذ لواجبات التدريب بشقيها  
التعليمي والتربوي .

لذلك يهدف الباحث من خلال هذه الدراسة العمل الى وضع برنامج لإعداد  
مدرب كرة القدم بولاية الخرطوم .

### ١-٣ أهمية البحث :

١- يهدف إلى لفت نظر القائمين على أمر التدريب خاصة ، وإلى أهمية إعداد وتأهيل  
مدرب كرة القدم بولاية الخرطوم .

٢- يوضح أهمية الجوانب النظرية للتدريب وربطها بالجوانب العلمية لإعداد المدرب .

٣- يساعد في التعرف على ماهو حديث في مجال التدريب وخاصة الجوانب المتعلقة  
بمدرب كرة القدم .

٤- يمكن الإستفادة من هذه الدراسة في الإرتقاء بمجال التدريب و التعرف على العديد  
الطرق المنهجية والعلمية لإعداد مدرب كرة القدم .

### ١-٤ أهداف البحث :

إعداد برنامج مقترح لمدرب كرة القدم بولاية الخرطوم وذلك من خلال تحقيق الاهداف

التالية :

- . محتوى البرامج .
- . الفترة الزمنية .
- . دوافع الإلتحاق بالتدريب .
- . الإمكانيات : مادية / بشرية .
- . التقويم .

### ١-٥ تساؤلات البحث :

- . ماهو محتوى البرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم المستوى الاول بولاية الخرطوم ؟
- . ماهى الفترة الزمنية للبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم المستوى الاول بولاية الخرطوم ؟ . ماهى
- . دوافع الإلتحاق بالبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم المستوى الاول بولاية الخرطوم ؟
- . ماهى الإمكانيات ( مادية / بشرية ) التى يتطلبها البرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم المستوى الاول بولاية الخرطوم ؟
- . كيف يتم تقويم البرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم المستوى الاول بولاية الخرطوم ؟

### ١-٦ حدود البحث :

- . المكاني : ولاية الخرطوم .
- . الزماني : ٢٠٠٧ . ٢٠٠٩ م .

## ٧-١ إجراءات البحث :

مجتمع البحث : يتكون مجتمع البحث من مدربي كرة القدم في ولاية الخرطوم

عينة البحث : تتكون عينة البحث من مدربي مختلف الدرجات وخبراء تدريب كرة

القدم بولاية الخرطوم .

منهج البحث : يستخدم الباحث المنهج الوصفي .

## ٨-١ أدوات جمع البيانات :

- الإستبانة .

- المقابلة الشخصية .

## ١٠-١ المعالجات الإحصائية :

يتبع الباحث الأساليب المناسبة للدراسة المتمثلة في :

- المتوسط الحسابي .

- النسبة المئوية .

- الإنحراف المعياري .

## ١١-١ مصطلحات البحث :

**المدرّب :** هو الشخص الذي يقع على عاتقه القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب وتوجيه اللاعبين خلال المنافسة للوصول إلى تحقيق أفضل النتائج والمستويات .

**التدريب الرياضي :** هو عملية تربوية تخضع للاسس العلمية ، وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد إعداد متكامل من مختلف الجوانب لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع الانشط الرياضية . ( محمد حسن علاوي ، ١٩٩٩ م ، ص ٣١ ) .

### **البرنامج :**

أ- هو التنظيم التنفيذي لمجموعة من الخبرات التي تعدها المؤسسات ومهمتها إعداد المدرّب ليحقق أهداف مؤسسته . ( تعريف إجرائي ) .

ب- عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطه صممت سلفا وما يتطلبه ذلك التنفيذ في أماكنات لتحقيق هذه الخطوة .  
( عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢ م ، ص ١٧ ) .

**المستوى الأول :** : هو المرحلة الأولى التي يستهل بها المدرّب عند بيداية إتحاقه بمستويات ومراحل تدريب كرة القدم . ( تعريف إجرائي )

# الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### ١-١-٢ ما هية البرامج :-

هي أحد عناصر التخطيط المهمة التي بدونها تكون عملية التخطيط غير قابلة للتنفيذ أو في هذه الحالة تصبح عاجزة عن تحقيق اهدافها المرجوة . ومعني هذا أن الخطة والتخطيط دون البرامج التنفيذية عملية شكل ليس لها مضمون أو شكل ذو مضمون وهمي لا يمكن أن يرى النور .

#### - بعض التعريفات الخاصة بالبرامج :

" البرنامج بصفة عامة عبارة عن عملية التخطيط للمقررات والأنشطة والعمليات التعليمية المقترحة لتغطية فترة زمنية محددة " .

وبأنها " مجموعة خبرات منظمة من ناحية من نواحي المواد الدراسية ، وضع لها هدف معين تعمل على تحقيقه مرتبطة في ذلك بوقت محدد وإمكانات خاصة " .

وتعرفها: ( حورية موسى وسلمي إبراهيم نقلا عن عبدالحميد شرف ، ٢٠٠٢م، ص١٧) بأنها " عبارة عن كشف بوضع العمليات المطلوب تنفيذها مسبقاً خاصة ميعاد الابتداء وميعاد الانتهاء لكل عملية تقدر تنفيذها " .

ويعرفها (عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٠م، ص ٤) .

بأنها " هي عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلفاً وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقق هدف الخطة " .

ومن كل هذه المفاهيم يمكن أن نستنتج الأتي :

مهما كانت واقعية ودقة الخطة ومهما كانت سلامة واتساق عملية التخطيط لها ، فلا يمكن أن تحقق هدفها في غياب الإسلوب العلمي لتنفيذ وتطبيق أي برنامج على أرض الواقع ، وفي غياب البرامج تغيب فاعلية وهدف الخطة ، ومن ثم التخطيط لها ، فتحقيق الهدف لأي خطة من الصعب أن يرى النور في غياب البرامج .  
( عبد الحميد شرف . ٢٠٠٢م . ص ١٨ ) .

## ٢-١-٢ أهمية البرامج :

تتلخص أهمية البرامج بصفة عامة في النقاط التالية :

١- إكتساب عنصر التخطيط فاعليته : حيث أن البرامج عنصر حيوي وأساسي من عناصر التخطيط ففي غياب البرامج تصبح عملية التخطيط ناقصة وربما يجعلها عديمة الفائدة والفعالية .

٢- إكتساب العملية الإدارية بأكملها النجاح والتوفيق : إن التخطيط عنصر مهم من عناصر الإدارة وبغياب البرامج من التخطيط تسقط فاعليته وتجعله غير ذو قيمة وبالتالي تكون العملية الإدارية غير مكتملة فتصبح لا جدوى منها وتكون كمن يحرث في الماء ، وتكون العملية التعليمية كلها متعثرة والسبب يكون في غياب البرامج .

٣- ضياع الأهداف : إن عدم إكمال العملية الإدارية لفقدتها عنصر التخطيط الكامل يجعلها غير قادرة على تحقيق الأهداف فتصبح الأهداف سراباً والأمانى أوهاماً ، لأن أساليب تنفيذ الأهداف وتحقيقها يكمن في وجود البرامج .

٤- الاقتصاد في الوقت : حيث تعطي البرامج للزمن قيمة وتقلل من الوقت الضائع ، وتساعد على إنجاز الأعمال في أقصر وقت ممكن ، بحيث تستغل الوقت المتيسر لها أحسن إستغلال .

٥- تساعد على نجاح الخطط التعليمية والتدريبية : إذا اكتملت العملية الإدارية بكل عناصرها تصبح قادرين على تحقيق وتنفيذ أهداف الخطط الموضوعية ، وطالما تحقق الخطة أهدافها تصبح الخطة ناجحة .

٦- البعد عن العشوائية في التنفيذ : في غياب البرامج تتسلل العشوائية إلى العمليات التنفيذية وتكون نتيجة ذلك تعثر العملية الإدارية بأكملها وتفشل لعدم وجود تحديد واضح لمراحل وكيفية تنفيذ الواجبات .

٧- دقة التنفيذ : إن العمل المسبق بأسلوب التنفيذ المناسب وطريقة التعليم الأفضل وكمية الوقت المتيسر لإنجاز العمل كل هذا يساعد على الدقة في التنفيذ أي أن البرامج سبب في الإنجاز الدقيق فلا تسقط فكرة ولا يضيع غرض . ( عبد

الحميد شرف . ٢٠٠٢م . ص ٤٦ ) .

## ٢-١-٣ تصميم البرامج :

إن عملية تصميم البرامج الرياضية ليس بالأمر السهل والبسيط ، بل هي عملية شاقة تتطلب مستوى عالي من الناحية العلمية والعملية وذلك في وجود أفراد ملمين بالعديد من الجوانب التي لها علاقة بالبرامج في التربية الرياضية ، وفي نفس الوقت الإلمام التام بالعلوم التي لها إتصال مباشر في عملية تصميم البرامج مثل علم الإدارة ، فهو جزء من العملية البرمجية وكذلك علم التدريب الرياضي فهو أساس العملية الفنية في تصميم البرامج ، فعلاقة التدريب بالبرامج علاقة مباشرة سواء كان ذلك في المحتوى أو التنظيم أو التنفيذ أو التقييم .

هنالك بعض العلوم التي لها إتصال غير مباشر بالبرامج ، فواضعي ومصممي البرامج لا بد أن يكونوا على مستوى عالي في العديد من الجوانب العلمية والعملية في المجال المراد تصميمه وتحديد البرامج المناسبة له التي تتماشى مع قدرات ولمكانات المؤسسة المعنية .

## ٢-١-٤ خصائص البرنامج الرياضي الناجح :

أن يكون جزءاً متكاملًا من عملية المجهود الكلي للمنشأة أو المؤسسة الرياضية :

- ١- أن يكون البرنامج مكملًا للمجهود الكلي للمنشأة أو المؤسسة الرياضية التي قامت بتصميم البرنامج ، وأن يتماشى مع بقية البرامج والخطط وأن لا يكون منعزلاً ومستقلًا عنها ، فإذا كان الهدف العام داخل المنشأة أو المؤسسة الرياضية هو

تطوير قدرات الفرد وسماته والارتقاء به ، فيجب أن يكون هدف أي برنامج لأي نشاط هو تحقيق جزء من هذا الهدف العام للمنشأة .

٢- وأن تعمل كل هذه البرامج مجتمعة مع بعضها البعض في تناسق وانسجام وتكامل واتزن شديد ، للوصول بالمنشأة إلى تحقيق أهدافها المنشودة . وذلك لا يمنع أن يكون لكل برنامج سماته الخاصة التي تميزه عن غيره ، شريطة أن لا يخرج عن السمات العامة للمنشأة ، فهذا البرنامج يعمل على تحقيق أهداف الجوانب النظرية للتدريب واتجاهاته المختلفة ، وذلك البرنامج يعمل في اتجاه الجوانب التطبيقية والعملية لتحقيق أهداف خاصة به والكل يتجه نحو التدريب المحصلة الرئيسية التي تسعى لتحقيق الهدف العام للمنشأة ، على أن تتم هذه العملية في انسجام وتكامل وترابط وإيقاع سليم مع ديناميكية الأداء وذلك دون إختلاف أو تضاد أو تضارب أو تنافر .

٣- أن يمدنا بخبرات مماثلة ومنتزعة في جانب النمو والتطور :

ويقصد بها أن يتعامل البرنامج مع الفرد كوحدة واحدة ، ويعمل على تنميته من مختلف النواحي البدنية والمهارية والعقلية والنفسية والخلقية والاجتماعية ، ولا يميل إلى تنمية جانب دون الجوانب الأخرى ، لأن عدم الشمول واللاتزان في نمو حالات الفرد أمر غير مرغوب فيه وله العديد من الجوانب والآثار السلبية في عمليات النمو الشاملة ، ولذلك يجب أن يكون البرنامج متزناً في مختلف النواحي، من ناحية التأثير

فيحتوي أنواع مختلفة من التقسيمات لأنشطة متعددة الأغراض وذلك لتوفير خبرات مختلفة ومتعددة للممارسين .

٤- أن يقوم باحتياجات وقدرات الأفراد الذين يعمل على خدمتهم :

يجب أن يقابل محتوى البرنامج اهتمامات واحتياجات ورغبات وقدرات الأفراد الممارسين ، مع ملاحظة أن شخصية الإنسان هي الأكثر تشابكاً وتعقيداً عن ما سواه ، فهي مجموعة من عدة عناصر وعوامل تفاعلت مع بعضها من العوامل البيولوجية والنفسية مع عامل الثقافة . أي أن حاجات الفرد ورغباته تتجه في تحقيق غرض معين ، فهناك حاجات فطرية أولية كالحاجة إلى الطعام والشراب والنوم وغيرها . وهنا يعتمد على البيئة التي يعيش فيها أو الثقافة التي يتعامل معها ، وإلى جانب الحاجات الأولية حاجات ثانوية مثل الحب والانتماء وإثبات الذات والنجاح والتقدير ، ولكل هذه الحاجات سواء كانت أولية أو ثانوية أهمية كبرى في تحقيق سلوك الأفراد وأن عدم إشباعها قد يؤدي إلى إنحراف سلوكي أو إضطرابات نفسية سيئة ، لذلك يجب أن يضع البرنامج في حساباته مثل هذه الأشياء ويوليها إهتمامه ، لأن عدم الإهتمام بها والتغاضي عنها قد يؤدي بالفرد إلى الوقوع في العديد من المشكلات التي لا يمكن تجنبها ، وتترتب على ذلك نتائج سيئة ، وأفراد لا يتمتعون بالإتزان النفسي .

٥- أن يمدنا بالخبرات اللازمة التي تتماشى مع مستوى نضج ونمو الأفراد :

يجب أن يسعى مصمم البرنامج على أن يكون له من الأهمية أن يعرف أن هذه الميول والاتجاهات والرغبات تتغير كلما تقدم الفرد في مستوى النضج إلى آخر . إن الإتجاه إلى شيء ما معناه الرضاء به ، إن البيئة وما تحتويه من مظاهر ثقافية وما يعتنقه الناس من عادات وتقاليد وقيم ومبادئ تعتبر مصادر تشكيل في بناء هذه الاتجاهات ، وعندما تقوى هذه الاتجاهات لدى الفرد تصبح ميلاً أو إهتماماً وقد تتطور لتصبح عقيدة يندفع إليها الفرد بكل مشاعره وأحاسيسه وذلك لأدائها و ممارستها والقيام بها .

فكلما كانت الخبرة التي يمدنا بها البرنامج مستديمة ومرتبطة بالبيئة المحيطة بالفرد كانت أجدى ولاست ميول واحتياجات الأفراد، كان أفضل شريطة أن تتماشى مع مستوى نضجهم ونموهم ، كان لها تأثيرها القوي على الفرد .

٦- أنه يمكن تنفيذه على أرض الواقع من خلال الإمكانيات المتاحة والقيادات المتوفرة له :

ولكي يتم التنفيذ لا بد من بُعد البرنامج عن الخيال وقربه من الواقعية ، ويجب مراعاة عنصر الإمكانيات لما لها من دور أساسي في تنفيذ البرنامج على أرض الواقع ، وإن عملية حصر الإمكانيات لما هو متاح وموجود ، إضافة إلى ما يمكن تدبيره وما هي حالتنا الفنية وذلك قبل بدء التصميم لأي برنامج لها من الأهمية بمكان حتى يمكن ان يُصمم البرنامج على أسس سليمة وقوية ، فيجب أن تكون هنالك معلومات كافية عن الكم والكيف لكل ما يلزم تنفيذ البرنامج ، وذلك من

ملاعب وأدوات ومنشآت والقيادات المتاحة والمتوفرة حالياً ، مع مراعاة ومعرفة حجم الوقت المتاح والمتيسر لذلك ، إذ أنه وبدون البحث العلمي الذي يحدد ويكشف لنا العلاقة بين الظواهر الاجتماعية والاقتصادية وغيرها من الظواهر لا يمكن عمل تقدير سليم للمستقبل والتنبؤ به في تحقيق الأهداف المرجوة .

٧- أن يعمل على تطوير الأفراد مهنيًا وحرفيًا ويهتم بمصالحهم :

إن البرنامج الناجح لا يمكن أن يتجاهل المربي الذي يعمل فيه لتحقيق أهدافه ، فهناك العديد من الواجبات التربوية والتعليمية والنفسية التي تقع على كاهل المربي ، وذلك يظهر واضحاً في شخصية الممارسين وتربيتهم تربية شاملة ومتزنة وذلك بغرض تعديل سلوكهم إلى الأفضل ، بخلاف الفئة التي يتعامل معها المربي .

ومن هذا المنطلق يرى الباحث أن البرنامج الناجح هو الذي يشتمل على المعلومات الصحيحة وفي نفس الوقت لا يضع المربي في قالب يتصف بالجمود بل يترك له الفرصة للإبداع والابتكار والتجديد ، ولا بد للبرنامج أن يمتلك أساليب تقويم واضحة وذلك للتوصل إلى معرفة الجهد الذي يقوم به المربي وطرق تحضيره بمختلف الأساليب ، فالبرنامج الناجح هو الذي يبرز نشاط المربين والقائمين على أمره ، ومن هنا يحقق لهم فرصة التقدم والرقي وكذلك يتيح لهم فرص الإطلاع على كل ما هو حديث لزيادة معرفتهم وتطويرهم مهنيًا و فنيًا .

٥-١-٢ مبادئ تنظيم البرنامج :

توجد مبادئ مهمة يجب أن يراعيها مصمم البرنامج أثناء عملية التصميم وهي :

- ١- الاعتماد على المرين المتخصصين .
  - ٢- ملائمة البرنامج للمجتمع الذي صمم من أجله .
  - ٣- التنوع .
  - ٤- أن يراعى نوعية وعدد المشتركين في البرنامج .
  - ٥- مراعاة الأهداف العامة المطلوب تحقيقها .
  - ٦- أن يخدم نوع الخبرات المطلوب تميمتها .
  - ٧- أن يتماشى مع الإمكانيات المتيسرة .
  - ٨- مراعاة الوقت المتيسر والمتاح للبرنامج .
  - ٩- وضوح التعليمات التي يتم من خلالها العمل .
- ( عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢م ، ص ٥٥ ) .
- ١- ضرورة الاعتماد على المرين المتخصصين :-

يُفضل لضمان نجاح أي برنامج خاصة البرامج المتعلقة بالتربية ، وأن يعتمد في تنفيذها على نوعية المرين المتخصصين لكونهم على درجة عالية من الناحية العملية والعلمية في مجال تخصصهم التربوي أي الخبرة الكاملة أو الخبرات التربوية وخاصة في مجال التربية الرياضية وأن اتجاء بعض اللاعبين القدامى إلى اقتحام ميدان العمل التربوي اعتماداً منهم على سابق خبراتهم العملية كلاعبين فقط دون صقلهم من الناحية العلمية النظرية وتعتبر من الأمور التي تؤدي إلى عدم

تحقيق هدف البرنامج ، ولذلك يفضل أن يكون منفذ البرنامج على درجة من الخبرة العملية والعلمية في نفس الوقت لأن الخبرة العملية فقط لا تعتبر كافية للمور الطبيعي الناتج عن الممارسة العملية المتعلقة بتنفيذ أي برنامج .

فالبرامج تقوم على أسس ومبادئ علمية يتم تطبيقها على الأفراد والتعامل مع الأفراد يحتاج إلى قدرات فنية وتطبيقات عالية بدليل أن تطبيق برنامج واحد على نوعية معينة من الممارسين لا يؤدي إلى نفس النتائج حيث تختلف نتائج التبيق من مشرف إلى مشرف آخر تبعاً لاختلاف قدراته على حسن التطبيق ، ويمكن القول بأن المربي المتخصص ذا الخبرة التربوية العالية يساعد البرنامج على تحقيق هدفه المنشود .

٢- ملائمة البرنامج للمجتمع الذي صمم من أجله :

من الأمور المهمة كي يحقق البرنامج أهدافه هي أن يكون البرنامج انعكاساً لطبيعة المجتمع الذي صمم من أجله حتى يمكنه أن يحقق حاجاته فيجب أن تكون أنشطته هي نفس الأنشطة السائدة في هذا المجتمع والتي تعكس اهتماماته فإن ظهر أن المجتمع يهتم بالأنشطة الترويجية وهو في نفس الوقت يفتقر إليها يجب على البرنامج أن يهتم بهذه الأنشطة ، ولا ضير أن يهتم البرنامج بهذه الأنشطة ضمن محتواه وهكذا يجب أن يراعى البرنامج طبيعة المجتمعات التي صمم فيها ومن أجلها ، وأن يساهم في حل مشكلاتها بقدر المستطاع .

٣- التنوع :

أن البرنامج يتعامل مع مجموعة من الأفراد كل له ميوله ورغباته وفي نفس الوقت له استعداداته وقدراته ولذلك يجب أن يشتمل البرنامج على العديد من الأنشطة في المجال الواحد بل يفضل أن تكون متعددة أيضاً في مستواها فمثلاً تنفيذ نشاط اللياقة البدنية بأسلوب التدريب الدائري يعطي الفرص لكل فرد في الممارسة طبقاً لمستواه ووجود عدد من المحطات التدريبية المتنوعة المحتوى فرصة لإشباع الرغبات والميول والقدرات ، فالتنوع مبدأ مهم يجب مراعاته أثناء تصميم البرنامج الرياضي أو أي مادة تعليمية أخرى للأسوياء أو المعاقين حتى تتسم البرامج فإنها برامج شيقة بعيدة عن المال يسعى إليها الأفراد الممارسون ولا يسعى البرنامج إليها .

#### 4- أن يراعي نوعية وعدد المشاركين:

هنالك فروق فردية بين الأفراد والجماعات وتكون جدوى البرنامج عالية في حالة مراعاته لهذه الفروق على أن يراعي فروق السن فإن لكل مرحلة س المراحل خصائصها المميزة لها ولكل متطلباتها واحتياجاتها واهتماماتها .

وفي نفس الوقت هنالك فروق في الجنس ، وهنالك اختلاف في القدرات الحركية والسمات النفسية والتقاليد والعادات الاجتماعية وأنشطة التربية الرياضية عديدة ومتنوعة يمكن للمربي أن يختار منها ما يشاء وما يناسب كل جنس . ليس هذا فحسب بل يمكن أن تكون هنالك اختلافات بين أفراد الجنس الواحد والسن الواحد في القدرات والميول والرغبات والاستعدادات نتيجة البيئة والتربية والعديد من العوامل الأخرى .

لذلك يجب على مصمم البرنامج إذا أراد له النجاح أن يضع في اعتباره أنه يتعامل مع مجموعات مختلفة من الأفراد لكل منهم صفات وسمات وقدرات . وتعدد الأنشطة في التربية الرياضية قادر على مجابهة هذه الفروق الفردية .

#### ٥- مراعاة الأهداف العامة المطلوب تحقيقها :

لكل مجتمع هدف عام في أحد الجوانب وهذا الهدف العام تنبثق منه أهداف إجرائية يمكن قياسها ويتحقق هذه الأهداف الإجرائية يمكن تحقيق الهدف العام وهدف البرنامج يجب ألا ينجح عن الخطة التي يعمل على تنفيذها سواء كانت المادة التربية الرياضية أو أي مادة تعليمية أخرى وألا يكون قد انحرف عن المسار الصحيح ولا يعمل في نفس المرغوب وبالتالي لا يحقق هدف الخطة التي صمم لتنفيذها .

#### ٦- يخدم نوع الخبرات المطلوبة وينميتها :

ويقصد بهذا المبدأ أن يتواءم نوع النشاط مع نوع الخبرة التي يعمل من أجلها البرنامج بمعنى أنه إذا كان يتضمن محتوى البرنامج رفع مستوى الأداء المهاري لمهارة التصويب في كرة القدم يلزم في هذه الحالة أن تكون الأنشطة الموجودة تعمل على تحقيق هذا الغرض برفع وتطوير مستوى مهارتي التصويب من الحركة فلا يجوز أن يكون النشاط المصاحب بعيداً عن أحد أغراض البرنامج.

#### ٧- أن يتمشى مع الإمكانيات المتيسرة :

أن يحتوي البرنامج على أنشطة لا تتناسب مع الإمكانيات المتيسرة كماً وكيفاً ، ثم ما قيمة برنامج جيد دون مربي كفاء يعمل على تنفيذه بالأسلوب السليم المناسب وما قيمة أنشطة تربوية تعمل على تحقيق هدف البرنامج وتحتاج إلى أدوات خاصة وهذه الأدوات ليس في الإمكان تدبيرها خاصة في مجال الإعاقة ، وما قيمة الأدوات الموجودة وحالتها الفنية وهي لا تسمح بالاستخدام ؟

ولذلك يجب أن يراعي مصمم البرنامج مناسبة الإمكانيات لأنشطة البرنامج وألا يكون قد جانبه الصواب . فالطموح مطلوب ولكن الخيال مرفوض لذلك يجب أن يتواءم البرنامج مع الواقع ويلزم أن تكون طموحاتنا في حدود إمكانياتنا .

#### ٨- مراعاة الوقت المتيسر :

تطور العالم من حولنا تطوراً مذهلاً وسريعاً في مختلف الجوانب وأحد هذه الأسباب الرئيسية للتقدم هو التقدير الصحيح للزمن وقيمه وأهميته وهناك دراسات منهجية لاقتصاديات الوقت ، وينبغي علينا الاستفادة من تجارب الآخرين خاصة التجارب الإيجابية ، فلذلك يجب على مصمم البرامج أن يكون مدركاً إدراكاً تاماً لكمية الوقت المتيسر على مستوى البرنامج ككل ، كي يمكنه من توزيع الوقت المتاح بدقة وموضوعية ، حتى لا يكون هناك وقت ضائع ، فحقيقةً الوقت من ذهب .

#### ٩- وضوح التعليمات التي يتم من خلالها العمل :

يجب ان تكون التعليمات والإرشادات التي يتم من خلالها تنفيذ البرامج واضحة بقدر المستطاع خالية من العبارات الغامضة والمعقدة والمبهمة في لا يكون هنالك فهم

خاطئ للأهداف المقصودة مع وضوح الجمل والعبارت التي وتجنب الجمل الطويلة ذات المعنى الواسع ، وتكون التعليمات مرتبة ترتيباً منطقياً متسلسلاً تدريجياً وتكون التعليمات مرتبة ترتيباً منطقياً تدريجياً . وينبغي تجنب العبارات التي تحمل أكثر من معنى حتى يكون هنالك توحيد في الفهم. مع وضوح المعنى وسلامة التنفيذ كما يتمناه المصمم . فيكثر من عمليات التخطيط والبرامج لم تكمل بالنجاح نتيجة لعدم الوضوح مما يؤدي إلى فهم خاطئ وناقص يؤدي إلى ضياع الأهداف . ( عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢م ، ص ٥٦ - ٥٩ ) .

## ٢-١-٦ خطوات تصميم البرامج :

البرامج هي الوسيلة الفعالة التي تساعد المربين والمدربين في مجال التربية الرياضية في تنفيذ مناهجهم وخططهم بأسلوب يقوم على الأسس العلمية السليمة بحيث تتحيز لهم تحقيق ما يبتغون وينشدون من أهداف .

ولابد عند تصميم أي برامج تدريبي لأي نوع من الأفراد يراد له النجاح أن يشتمل على :

١. الأسس التي يقوم عليها البرامج .
٢. الهدف من البرامج .
٣. محتوى البرامج .
٤. محتوى الأنشطة داخل البرامج .

٥. تنفيذ البرامج .

٦. الأدوات والأجهزة المستخدمة في البرامج .

٧. تقويم البرامج . ( عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢ م ، ص ٦٩ ) .

وهذه بعض العناصر الأساسية التي يجب مراعاتها عند تصميم أي برنامج رياضي ،  
قد يضاف إليها بعض العناصر الأخرى ، ربما يسعى المصمم بأهميتها من وجهة  
نظره .

١ - الأسس التي يقوم عليها البرنامج :-

الأسس أو المبادئ هي مفاهيم أو أحكام عامة يتفق عليها الناس ، وتقوم  
على الحقائق العلمية أو الأحكام الفلسفية والتي تستمد من مختلف العلوم الأخرى ،  
وذلك عن طريق التجربة أو المعرفة أو الخبرة والفهم والاستبصار كموجهات في  
صياغة الأحكام أو القرارات وتحديد طبيعة وشكل الأعمال والأفعال أو الأداء الذي  
نقوم به عند وضع البرنامج .

والمبادئ أو الأسس هي "عبارة عن قاعدة أو محك أو معيار يستخدم للحكم على  
فعل أو أداء معين بشرط أن يكون هذا الفعل أو العمل مقبولاً اجتماعياً ، فالمبادئ  
تحدد الأساليب التي تقوم عليها الأعمال ولا بد من معرفة الفرق بين الفعل والأداء  
فالفعل عمل لا يخضع للأسس العلمية ويتعلق بالسلوك في علم النفس . أما الأداء  
فهو عمل يخضع للأسس العلمية وفي مجال الأنشطة الرياضية يعرف بأنه سلوك  
حركي .

يعرف (ويليمز نقلا عن عبدالحميد شرف، ٢٠٠٠م، ص ٧١): المبدأ بأنه يدل دلالة  
ضمنية لإستخدام الأفعال الحقيقية بطرق العلمية الصحيحة التي تتفق ومحاولاتنا  
الخاصة ومجهوداتنا المبذولة. وتأتي عن طريق البحث الذي يتم بالملاحظة أو  
التجربة والتسجيل . والمبدأ يحتوي على الآتي :

أ- النتائج العلمية الجوهرية والإفكار والمثل العليا التي يناضل من أجلها الإنسان .  
ب- يتضمن الحقائق الرئيسية للعلوم المختلفة ، وذلك لتعدد وتنوع الحقائق العلمية  
والأفكار الفلسفية .

فعن طريق الحقائق يمكن تحديد وبناء أسس ومبادئ التدريب ، وفي حالة افتقادها  
نصبح مضطرين للاعتماد على الخبرة الذاتية والاجتهادات الشخصية لإنجاز  
الأعمال وفقاً كما نعتقده .

أما المبادئ الخاصة بالتدريب والتي تستمد من حقائقها بالتدريب والتي تستمد حقائقها  
من مختلف العلوم المرتبطة بالتدريب ، وهذه الحقائق تمثل ما توصلت إليه هذه  
العلوم من نتائج ومن أمثلتها : علم التشريح ، وعلم وظائف الأعضاء ، وعلم النفس  
، وعلم الاجتماع والميكانيكا الحيوية ، وعلم التدريب الرياضي ، وغيرها من العلوم  
الأخرى ذات الثقة والصلة بالتدريب . فعن طريق الحقائق العلمية التي توصلت إليها  
هذه العلوم يمكن تحديد وبناء الأسس العلمية الخاصة بالتدريب .

وتتأسس المبادئ العلمية في التدريب على الحقائق العلمية المكتشفة بالفعل أي  
الحقائق المعرفية التي يمكن الاستفادة منها في الناحية التطبيقية .

## ٢-١-٧ الهدف من البرنامج :

أن لكل مجتمع فلسفة خاصة في الحياة وله أهداف يسعى لتحقيقها بمختلف الطرق وبشتى الوسائل وهذه الأهداف تتحقق عن طريق مؤسساته المختلفة فالأهداف التربوية وغالباً ما يكون هنالك هدف عام لأي مجتمع في أحد الجوانب تنبثق منه أهداف يمكن قياسها ، فهي عبارة عن أهداف فرعية (أغراض) تحقق ، وعن طريق تحقيق هذه الأغراض يتم تحقيق الهدف العام .

وهدف البرنامج يستمد عادة من هدف الخطة ، ويجب أن يكون للبرنامج هدف رئيسي قابل للتحقيق مع الوضع في الاعتبار أن يتماشى مع الإمكانيات المتاحة والظروف المرتبطة به والبيئة المحيطة ولا ينبغي فصل أهداف البرنامج عن محتواه لأن المحتوى يحدد على أساس الأهداف ، كذلك طرق وأساليب التدريس والتدريب ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالأهداف لأنه تعمل على تحقيقها .

تعتبر الأهداف هي الأساس في العملية التعليمية والتدريبية التي يسعى البرنامج لتحقيقها فهي بمثابة التغيرات التي نتوقع أن يحدثها البرنامج في شخصيات الأفراد المعنيين . ويشير عبد الحميد شرف بأن الهدف هو : " وصف لتغير سلوكي يمكن أن يحدث في مكونات أو شخصية الفرد نتيجة تعرض هذا الفرد لخبرات تعليمية متعددة وخاصة " .

ونكر (جون ديوي نقلا عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢م، ص٧٣) " إن الهدف دائماً يحدد النهاية التي نرجوها والغر أقل تحديداً إذ أنه بمثابة خطوات للوصول إلى الهدف " . فالهدف بهذا المفهوم بعيد ويمكن تحقيقه على عدة مراحل ويمثل الغرض خطوة في الوصول إلى هذا الهدف .

- وتحديد الأهداف يساعد على :

- اختيار الأنشطة المناسبة .
- اختيار طرق وأساليب التدريب و التدريس المناسبة .
- تسهيل عملية التقويم .

## ٢-١-٨ محتوى البرنامج :

ومحتوى البرنامج يمكن أن يستقي من عدة جوانب من محتوى الخطة وهي عبارة عن جميع الأنشطة التي تحتويها الخطة التي يتم التخطيط لها والمراد تعليمها - ويمكن اختياره على ضوء أغراض البرنامج - يمكن اختياره على ضوء أغراض البرنامج - يمكن اختياره على ضوء الزمن المحدد للبرنامج - أو على ضوء الإمكانيات المتاحة سواء كانت إمكانات مادية أو بشرية أو عدد الأفراد المشتركين - ويمكن اختياره على ضوء احتياجات ورغبات مشكلات المجتمع المعاصرة .

## ٨-١ تنظيم الأنشطة داخل البرنامج :

ويهتم هذا الجزء بتنظيم الأنشطة وتوزيعها داخل البرنامج مثل العمل وزمن التدريب وذلك على محتوى البرنامج بأكمله أي تصميم الشق الزمني للبرنامج على مستوى الوحدة التدريبية .

#### ٢-٨ تنفيذ البرنامج :

بعد الانتهاء من وضع الأسس وصياغة الأهداف وتجميع المحتوى وتنظيمه داخل البرنامج في تتابع زمني محدد ، يأتي دور طرق تنفيذ المحتوى ويعني هذا الجزء بالإلمام بطرق وأساليب التدريب لتنفيذ .

#### ٣-٨ الأدوات المستخدمة في البرنامج :

أن توفر الإمكانيات والأدوات المطلوبة لتنفيذ محتوى البرنامج يساعد على تحقيق أهداف البرنامج ، وتعتبر الأدوات والأجهزة المستخدمة من أهم العناصر الرئيسية لإنجاح أي برنامج لعملية التدريب ، ولذلك كان من الضروري توفير هذه الأدوات والأجهزة اللازمة لممارسة أي نشاط وليس مجرد توفيرها فقط بالتوفير وعلى المستوى الجيد وذلك لتحقيق الوصول إلى أعلى النتائج المرجوة من البرنامج .

#### ٩-١-٢ تقويم البرنامج :

إن التقويم مصطلح أكثر شمولية من القياس ، وأن القياس هو رقم يعبر عن كمية الصفة التي يمتلكها أو يتصف بها الفرد ، ولكن عندما تقارن فرد في إطار

مجموعته أو ما يوازيها من الأفراد نصل إلى عبارات قائلة فلان أحسن من فلان، مرضي أو غير مرضي ، راسب أو ناجح فإننا حينئذٍ نقوم بتقدير تحصيله . فالتقويم هو العملية التي تستخدم القياس للحصول على البيانات لكي تتم عملية التقويم بالقيام بتفسيرها وتحديد المستويات والحكم على قيمة شيء ما .

فيمكن القول بأن التقويم هو العملية التي يتم بها إصدار الحكم على مدى وصول العملية التدريبية أو التعليمية أو التربوية إلى أهدافها المرجوة ومدى تحقيقها لأغراضها ، والعمل على كشف نواحي النقص في العملية التدريبية أو التعليمية أو التربوية أثناء سيرها ، واقتراح الوسائل لتلافي هذا النقص وكذلك إبراز نواحي القوة والضعف وذلك في التدريب بصفة خاصة لأن التدريب عملية صقل من مختلف النواحي البدنية والمهارية والخططية . (عبد الحميد شرف، ٢٠٠٢م، ص ٧٥). ٢-١-

#### ١٠ الهدف من تقويم البرنامج :

وكما ذكر : ( عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢م ، ص ٨٨ ) أن الهدف من تقويم البرنامج هو :

١. معرفة مدى نمو الفرد الممارس نحو النضج في حدود استعداداته وإمكاناته.
٢. الكشف عن حاجات الفرد الممارس وميوله وقدراته واستعداداته التي ينبغي أن تراعى نوع النشاط .

٣. تشخيص العقبات التي تعترض تقدم اللاعب والمدرب والمعلم والعمل على تذليل

الصعوبات لتحسين سير البرنامج .

٤. تشخيص نواحي القوة أو الضعف أو القصور في اللاعب أو المدرب أو البرنامج

عن طريق الاختبارات المختلفة .

٥. الكشف عن الأفراد المتأخرين وأسباب هذا التأخير .

٦. مساعدة المربي على الوقوف على مدى نجاحه في تعليم وتدريب الأفراد الممارسين

ومدى نجاح البرنامج في تحقيق أغراضه .

٧. مساعدة البرنامج نفسه معرفة مدى ما حققه من أهداف .

٨. الحصول على المعلومات اللازمة لنقل الفرد الممارس من مرحلة إلى أخرى في

التدريب أو لتقسيم الممارسين إلى مجموعات متجانسة .

إن عملية التقويم دائماً عملية دراسة وتدريب للاعبين والمدربين على وزن

أعمالهم وتقدير أمورهم وإصدار أحكام صحيحة مبنية على أسس

وأدلة ، وتقويم أنفسهم تقويماً ذاتياً .

٢-٢ المدرب :

أصبح المدرب العامل الاساسي ومن الاهمية بمكان في عملية التدريب  
فإختيار المدرب المناسب يمثل المشكلة الرئيسية التي تقابل معظم الاندية المختلفة،  
فالمدرين غالبية وكثرة ، ولكن من يصلح لهذه المهمة ، إن أثار المدرب الكفاء  
تستمر لعدة أجيال وهذه الخدمة التي قد تتعدى حدود ناديه بل على نطاق القطر  
عامة ، إن أثر شخصية المدرب ذا فاعلية وتأثير واضح في مستوى أداء اللاعب  
وإستجابة اللاعب الشخصية نحو المدرب وقد يكون لها أثر عظيم في أخلاق وإتجاه  
اللاعبين .

ويشير (زكي محمد ، ب ت ، ص ١٥) أن المدرب من وجهه نظر المتخصصين ما  
هو إلا المحرك في بعض مواقف الاداء الصعب يصبح المدرب بمثابة المعلم كما  
يشير آخرون إلا أن المدرب الرياضي يعتبر كأى قائد متفرغ لهذا التدريب الرياضي  
فهو الاساسي بناء لاعبيه وأعدادهم بدنياً ونفسياً ومهارياً وفنياً للوصول بهم إلى  
أعلى مستويات البطولة فهو أولاً وأخيراً يقع على عاتقه العبء الاكبر من المنهج  
التدريبي والنشاط التدريبي . فالمدرب الحلقة الاخيرة في تنفيذ البرامج التدريبية  
وتطبيقها فلا بد أن تتوفر في المدرب عدد من سمات الشخصية والتي لا توجد في  
غيره من الافرد الآخرين .

وعليه يجب على المدرب أن يعد إعداداً خاصاً حتى تتوافر فيه الكفاءة الشخصية في  
مجال منشطه ، والقدرات التي يكتسبها من خلال الإلمام بالمعارف والمعلومات  
العملية والنظرية في مجال تخصص المدرب ، فالمدرب الجيد لا يصنع بالصدفة .

إن عملية التدريب تتطلب من المدرب أن يكون مميزاً في معاملاته وسلوكه مع لاعبيه ولا بد أن يتغير بصورة دائمة ومستمرة ليتوافق مع أمزجة وشخصيات اللاعبين ، فلا يكاد يجد لاعبين متشابهين والاشابهت أصابع اليد الواحدة .

إن طبيعة الإنسان طبيعة معقد ومتشابكة ، ومن يؤثر فيها ويتأثر بها شخصية أكثر تعقيداً ، فالمدرب لا يستطيع أن يغير وباستمرار أسلوب سلوك وتصرفات اللاعبين وعلاقاتهم مع بعضهم البعض أو مع الجمهور أو المنافسين .

ويرى الباحث أن : مهنة التدريب يعتبر وظيفة من الوظائف الصعبة وتحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص . فمهنة التدريب تحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير ، لذا فإن لشخصية المدرب وسلوكه أبلغ الأثر في تكوين شخصية اللاعب .

## ٢-٢-١ طبيعة دور المدرب :

" المدرب الرياضي هو الشخصية التي يقع على عاتقها القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب وتوجيه اللاعبين خلال المنافسات " .

- أ- المدرب شخصية تربوية تؤثر تأثيراً مباشراً في التنمية الشاملة المتزنة للاعبين .
- ب- إنجاز عمليات التدريب الرياضي ونجاحها يعتمد في الأساس علي توافر خصائص وسمات وقدرات ومعارف ومهارات محددة لدى المدرب .

ت- واجب المدرب لا يقتصر علي الملعب او الصالة او حوض السباحة فقط ، بل يمتد الي عمليات اخري متممة خارجها ، مثل التوجيه والارشاد النفسي وغيرها . ( مفتي ابراهيم حماد ، ٢٠٠١م ، ص ٣١ ) .

ويذكر : ( محمد حسن علاوي ، ١٩٩٤م ، ص ٤٦ ) إن عمل المدرب لا يكتب له النجاح اذا إتسم سلوكه بالتحيز والمحاباة وكذلك بالقسوة والعنف ، بل يجب ان تتأسس علاقات المدرب باللاعبين علي الاحترام والعطف والحب والثقة المتبادلة ، وأن يتخذ من اللاعبين جميعاً اصدقاء واخوة وابناء له بشعورهم ويحس بأفراحهم وسعادتهم ومشاكلهم الشخصية وكل ما يلزم بهم من أحداث وكوارث ، وان تتسم مشاركته الوجدانية لهم بالايجابية والفعالية ، بالإضافة الي ذلك يجب علي المدرب أن يعمل جاهداً علي تكوين العلاقات العاطفية الوطيدة بينه وبين لاعبيه .

ويرى الباحث ، ان نجاح المدرب في عمله يرتبط الي حد كبير بمستواه ومعلوماته ومعارفه وقدراته في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص بالعمل في ميدانه ، بالإضافة إلي الخبرة ، فهي تساعد علي إتخاذ القرارات السليمة في مختلف المواقف التي تواجهه .

**٢-٢-٢ صفات مدرب كرة القدم :**

اتفقت معظم المراجع العلمية في مجال التدريب علي ان المدرب عليه واجبات التحلي بالصفات التي تجعله نموذجاً يحتذى به ، مؤمناً محباً لعمله ، صادقاً قادراً علي تحمل المسؤولية ، وعليه ان يتحلي بالامانة والشرف ، وان يكون محبوباً هادئ الاعصاب مرحاً يمتلك القدرة علي إشعاع روح التفاؤل والبهجة بين لاعبيه. وان هذا له تاثير علي لاعبيه ويكون مساعد لهم بدرجة جيدة للتغلب علي الكثير من المواقف الصعبة اثناء التدريب او المنافسات ، وأن يكون عادلاً يشعر جميع اللاعبين بأنه والدهم وان يكون لبقاً في عباراته قوياً في مادته وهذا لا يمنعه ان يكون حازماً يميل إلى النظام ، وحسن الخلق في معاملاته مع لاعبيه .

ويلخص (كلافيس " Klafs وأورنهايم Arnheim " . نقلا عن مصطفى عصمت: ، ١٩٨٨م ، ص ١٨ ) أن اهم الصفات التي يجب ان يتحلي بها المدرب الرياضي التي تلعب دوراً هاماً في نجاحه وتوفيقه في عمله كما يلي :-

الصحة الجيدة ، التمسك بأداب النظام والامانة في الملعب والنضج والثبات الانفعالي ، حسن المظهر ، قدره علي القيادة ، القدرة علي حسن التصرف ومجابهة المشاكل ، الاتصاف بروح المرح ، العطف وتفهم مشاكل الاخرين والمشاركة الايجابية ، كفاية المعلومات والثقة في القدرة علي تطبيقها وأن تكون له فلسفة خاصة في الحياة تتميز بصحتها ، وواجب مدرب كرة القدم كقائد تربيوي يلزمه ان يكون متفهماً ومقتنعاً اقتناعاً تاماً بالقيم الاخلاقية في مجال النشاط الرياضي ، ويعمل علي ترجمة هذا التفهم والاقناع الي تربية لاعبيه محقق بذلك اهداف الدولة .

ويذكر علاوي : " يتركز دور المدرب في عمله على قدرته على إشعاع روح التفاؤل والمرح والسرور والسعادة بين صفوف الأفراد وذلك نظراً لما يتطلبه النشاط الرياضي سواء في التدريب أو المنافسات الرياضيات من بذل الجهد العنيف بالإضافة إلى ذلك فإن انعكاس التفاؤل والروح المرحية على سلوك المدرب الرياضي يهم بدرجة كبيرة في التغلب على الكثير من المواقف التي كثيراً ما تحدث في حالات الهزيمة أو الإصابة أو الصدمات المختلفة " . ( محمد حسن علاوي ، ١٩٨٠ ، ص ٤٥ ) .

ويلخص (مصطفى عصمت نقلا عن: " كلافيكس وأرنهيايم " ، ١٩٨٨ ، ص ٢٠ ) أهم الصفات التي يجب أن يتحلى بها المدرب الرياضي والتي تلعب دوراً هاماً في نجاحه وتوفيقه في عمله كما يلي :

١. الصحة الجيدة .
٢. النضج والثبات الإنفعالي .
٣. حسن المظهر .
٤. القدرة على القيادة .
٥. التمسك بأهداف النظافة والأمانة في اللعب
٦. القدرة على حسن التصرف ومجابهة المشاكل .
٧. الاتصاف بروح المرح .
٨. العطف وتفهم مشاكل الآخرين والمشاركة الإيجابية .

٩ . كفاية المعلومات والقدرة على تطبيقها .

١٠ . أن تكون له فلسفة خاصة في الحياة تتميز بصحتها .

## ٢-٢-٣ أسس نجاح المدرب في عملية التدريب :

يجب على كل مدرب عند أداء واجبات عمله وقبل كل شيء أن يكون واعياً

ومسيطرًا ومطلع على محورين هما مفتاح العمل :

أ - فهمه للعبة كرة القدم .      ب - فن التدريب .

فهمه للعبة وهذا المحور مهم ويأتي عن طريق الخبرة أو خبرته كلاعب - أما فن

التدريب فهو مهارة تكتسب وتتمى وتتطور مع أداء وإطلاع المدرب ومواقفته . إن

هدف عمل كل مدرب هو توصيل المعلومات إلى اللاعبين وهذه المعلومات يرتبط

حسن توصيلها ببعض الأسس ، كما أشار إليها ( حنفي محمود مختار ، ب ت ،

ص ٣٣ ) .

١- فلسفة المدرب الشخصية .

٢- المظهر .

٣- التصرفات .

٤- الصوت .

٥- المعلومات .

٦- موقف المدرب في الملعب .

٧- التنظيم .

### ١ - فلسفة المدرب الشخصية :

المدرب الجيد يجب عليه أن :

أ- يؤثر تأثيراً إيجابياً في اللاعبين لتحقيق أقصى أداء ممكن ، حتى ينمي في اللاعبين

الرغبة في تطوير أداءهم إلى الأحسن باستمرار .

ب- معرفة الفروق الفردية بين اللاعبين ومعاملة كل لاعب كفرد مستقل .

ت- أن يكون مثابراً ومتفائلاً ، وأن يكون لديه اعتقاد قوي في قدراته وأفكاره ولكن لا

يكون مغروراً .

### ٢ - المظهر :

إن من أهم ما يثيره في اللاعبين مظهر المدرب هو أنه يبعث على النشاط

ويظهر الاهتمام بالأداء خلال العمل في وحدة التدريب ، فإنه يعطي صورة كاملة

بارتدائه الملابس التدريبية المناسبة

### ٣ - التصرفات :

إن التصرفات الأولية للمدرب الجيد هي :-

أ- أن يكون متحمساً للعمل .

ب- أن يستطيع أن يستثير دوافع وهم اللاعبين .

ت- الدقة والوضوح .

ث- صبوراً .

- ج- قادراً على إعطاء الأوامر بوضوح .  
ح- أن يعرف هدفه جيداً .  
خ- أن يكون بناء غير هدام .  
د- وفوق كل هذا أن يكون نموذجاً حسناً في أخلاقه ومعاملاته وهدوء أعصابه .

#### ٤- الصوت :

هنالك اختلاف بين المدربين من الناحية الانفعالية بعضهم عن بعض مما يجعل أصواتهم مختلفة ومنهم من هو عالي الصوت والآخر منخفض وهادئ ، ولكنهم يتفوقون على بعض الأسس :-

- أ - ارتفاع الصوت يرتبط بالموقف .  
ب - سرعة الكلام تقل كلما بعدت المسافة بين المدرب واللاعبين .  
ج - يجب أن يكون الصوت واضحاً ومفهوماً وأن يكون معبراً في نفس الوقت وأن لا يكون على وتيرة واحدة .

#### ٥- المعلومات :

- لكي يعطي المدرب معلوماته جيداً يجب :-  
أ- أن يكون واضحاً .  
ب- أن تكون تعليماته مختصرة .  
ج- أن تكون وثيقة الصلة ومناسبة للمهارات أو الخطط التي تدرب .  
د- ألا تكون لغته غير مفهومة .

## ٦- موقف المدرب :

إن موقف المدرب في الملعب عندما يتعامل مع اللاعبين هام جداً . فالمدرب يجب أن يكون في استطاعته أن يجذب انتباه اللاعبين وقادراً في نفس الوقت على رؤيتهم جميعاً أثناء أداء التمرينات . وموقف المدرب يكون خارج حدود الملعب أثناء أداء التمرينات ويكون داخله لملاحظة أداء اللاعبين . فإذا لاحظ خطأ دخل إلى المنطقة أثناء التمرين وأصلح الأخطاء ثم خرج ثانية ، والمدرب يجب أن يسأل نفسه :-

أ- هل يراني جميع اللاعبين وهل أراهم أنا جميعاً ؟

ب- هل يسمعي اللاعبون بوضوح ؟

## ٧- التنظيم :

ينقسم التنظيم إلى :

أ- التنظيم الشخصي للمدرب .

ب- تنظيم وحدة التدريب .

ث- تنظيم تدريب المجموعات .

ج- ماذا يقوم المدرب بتدريبه .

ح- أين يؤدي التدريب . ( حنفي محمود مختار ، ١٩٩٥ م ، ص ٢٦-٢٧ ) .

إن نجاح المدرب الرياضي في عمله يرتبط إلى حد كبير بمستواه ومعلوماته

ومعارفه وقدراته في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه .

ويشير إلى أنه : ( كلما تميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي ، وكلما ازداد اتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها ، كلما كان أقدر على تطوير وتنمية المستوى الرياضي للأفراد إلى أقصى درجة . فلا بد من أن يلم المدرب الرياضي إماماً تاماً بالأسس النظرية والعملية المختلفة لعملية التدريب . وأن يتقن المهارات الحركية وخطط اللعب في مجال تخصصه ، وأن يمتلك المعلومات التي ترتبط بأسس تطوير وتنمية المهارات الحركية ، والخصائص البدنية وطرق اكتسابها والتقدم بها مع ضرورة إلمامه بالخصائص المميزة لتدريب الناشئين والأطفال والفتيات في فرع تخصصه ) . ( محمد

حسن علاوي ، ١٩٩٤م ، ص ٤٧ ) .

## ٢-٢-٤ طبيعة مهنة التدريب :

من أهم القرارات في حياة أي فرد هي المهنة التي يختارها ليمارسها . وماذا ينوي أن يعمل في حياته ، فليست هنالك مشكلة ، خاصة للأفراد الذين أعدوا أنفسهم للعمل في مهنة التدريب ، ونتيجة لذلك فإن كل ما يفعلونه يكون من أجل تحقيق هذا الهدف . فالتدريب وظيفة مثيرة وليس في ذلك شك وممتعة في نفس الوقت ، وبالنسبة للآخرين فإن التدريب ببساطة عبارة عن كم هائل من العمل الشاق والمضني مع بذل الكثير من الجهد والوقت .

فهناك مجموعة من الأسباب لاختيار مهنة التدريب فغالباً ما تكون :-

- ١- أنا أحب الرياضة .
- ٢- لأنني اتمتع بممارسة اللعب .
- ٣- التدريب يتيح لي الفرصة أن أكون قريباً من شيء أحبه .
- ٤- لقد أحببت تدريبي في المدرسة أو النادي لذا قررت أن أكون مدرباً .
- ٥- لأنني احب الرياضة البدنية لذا قررت أن أحاول في العلوم الطبيعية والإنسانية المرتبطة بعلم التدريب .
- ٦-لأنني أريد أن أكون مدرباً في نادي يوماً ما .
- ٧- التدريب يعطي كرامة وهيبة وشخصية .
- ٨- أعتقد بأنني سوف أستمتع بالإثارة والسحر المصاحبين للتدريب .
- ٩- أحب العمل مع الفتيان الصغار .
- ١٠- أريد أن أوصل لهم كيفية التمتع باللعبة .

فهذه الأسباب على سبيل المثال وليس الحصر فربما قد تكون هي الأكثر شيوعاً .  
هنالك أربعة أسباب رئيسية مرتبطة إلى حد كبير بطبيعة المهنة يلخصها  
( زكي محمد حسن ، ب ت ، ص ١٦ ) :

#### - السبب الاول :-

هي أن النجاح والاستمتاع بالرياضة البدنية من خلال الممارسة لا يعني بالضرورة  
أن الفرد سوف يحظى بالنجاح والاستمتاع في مجال التدريب ، بمعنى أن ممارسة  
الرياضة لا تضمن النجاح في التدريب فكلاهما جزءان مختلفان .

## - السبب الثاني :-

المكسب المادي ، والسحر والسمعة التي يحظى بها بعض المدربين ، فبالنسبة لإنجازات المدرب السابقة فإنها غالباً ما تنسى فالمدربين نادراً ما يعتمدون على ما حققوه من إنجازات ، فليس المهم ما تحقق الآن ولكن المهم ما سيتحقق فإن ما حدث بالأمس يعتبر ذكرى أو تاريخ لا يدخل في الحساب فبالنسبة للنواحي المادية فإن الحوافز المادية للمدربين تعوضهم عن الوقت الذي يضيع خلال السنة وقد يشعروهم ببعض الارتياح عند اتمام المهمة بنجاح .

## - السبب الثالث :-

هي أن بعض الأندية المتواضعة الإمكانيات حيث أنه يكون في اعتقاد المدربين أن المسؤولية الأولى هي المواظبة على حضور أيام التدريب فقط خلال الأسبوع . وعلمهم لا ينحصر في مجرد إعطاء وحدة التدريب خالية من روح الابتكار والتجديد والجدية ، كما أن علمهم وهو تطبيق لمجموعة من المعتقدات التي قد لا تتناسب والوقت ولا مستوى الذين يعملون معه إذا كان حب الرياضة هو الذي دفعهم لهذه المهنة . فيجب الإحساس والشعور تجاه تدريب اللاعبين وعلى المدربين أن يضعوا تقادي مهنة التدريب ووظيفته على أنهم سوف يكونون مدربين فقط .

## - السبب الرابع :-

أن التدريب عبارة عن مجموعة أشياء عديدة فوق وخلف عملية تدريب الفريق بغض النظر عن المستوى أو الوضع الذي يعمل فيه المدرب . ( زكي

محمد محمد حسن ، ب ت ، ص ١٨ - ١٩ ) .

## ٢-٣ التدريب الحديث في كرة القدم ( المفهوم )

يشير ( حنفي محمود مختار ، ب ت ، ص ١٤ ) أن التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم هو " عملية تربوية مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية للاعب ، من قوة وسرعة وتحمل ورشاقة ومرونة والارتقاء بمقدراته البدنية واكتساب الخبرات الفنية المتعددة ، وكذلك تنمية صفات النفس الإرادية وتهذيب صفاته الخلقية التي يجب أن يتحلى بها كرجل رياضي وذلك في إطار خطة تدريبية مدروسة مخططة تهدف إلى وصول جميع لاعبي الفريق إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي بغرض تحقيق الهدف من التدريب وهو الفوز في المباريات " وذكر ( مفتي إبراهيم ، ١٩٨٩م ، ص ٢١ ) أنه العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية والتعليمية والتي تهدف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة . ويقول (امر الله أحمد البساطي ، ٢٠٠٠م ، ص ٢) هو مجموعة من الإجراءات المخططة المبنية على أسس علمية والتي يتم تنفيذها وفقاً لشروط محددة وموجهة لتحقيق هدف أو غرض ما في مجالاً ما (من مجالات التخصص).

ويذكر (مفتي إبراهيم، ١٩٨٩م، ص ٢١) " يهدف التدريب الرياضي إلى وصول اللاعب للفورمة الرياضية من خلال المنافسات والعمل على استمرارها أطول فترة ممكنة ". كذلك يشير (حنفي محمود مختار، ب ت ، ص ١١) إلى أن التدريب الحديث هو " عملية تربوية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة تعمل على وصول اللاعبين إلى التكامل في الأداء الرياضي في كرة القدم ، مما يترتب على ذلك من تحقيق الهدف من عملية التدريب وقدرات لاعبيه البدنية والفنية والذهنية وصفاتهم الخلقية والنفسية والإرادية في إطار موحد وذلك بهدف الوصول بهم إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي وخاصة أثناء المباريات ". ولكي ندرك أهداف وواجبات التدريب الحديث في كرة القدم يلزمنا أن نحلل بوعي ما تتميز به لعبة كرة القدم الآن :-

١- إرتفاع مستوى الأداء المهاري للاعبين .

٢- إزدياد سرعة اللعب .

٣- اللعب الرجولي .

ويرى الباحث أن هنالك ظاهرة تميز لاعبي كرة القدم الممتازين الآن وهي مقدرتهم

الفائقة على الأداء المهاري الدقيق أثناء تحركاتهم وجريهم .

ولم يعد هنالك مكان للاعب البطيء في أي فريق ، وذلك لاتصاف اللعب بصفة

السرعة الفائقة في الحركة ، مع ارتفاع واضح لمستوى اللعب الجماعي والبعد عن

الفردية وشمولية الأداء .

ويشير (حنفي محمود مختار ، ب ت ، ص ١٣) أيضاً : أصبحت هنالك واجبات

إضافية هامة تقع على عاتق مدرب كرة القدم يجب أن يراعيها ويوليها عناية أثناء

عملية التدريب وهي :

أ- يجب على المدرب تنمية الصفات البدنية للاعبين بحيث تتناسب مع متطلبات اللعب

الحديث وفي هذا المجال ترتبط تمارينات اللياقة البدنية بالتمارين الخاصة بالمهارات

الأساسية أو التمارينات الخطئية .

ب- لقد أصبح اللعب يتصف بالسهولة والبعد عن التعقيد ، أصبح على المدرب أن يعلم

لاعبيه أن يؤديوا المهارات الأساسية البسيطة والمناسبة بسرعة في التنفيذ والبعد عن

التعقيد والبعد عن اللعب الاستعراضى لأن المنافس لا يسمح له بالمساحة والوقت

الكافي لأداء ذلك اللعب .

ت- طرق اللعب الحديثة تركز على الدفاع الصلب المتماسك ، فقد تعين على المدرب

اتقان عملية التصويب الدقيق لدى لاعبيه مع الدقة والقوة في التنفيذ.

ث- أصبح من واجب المدرب الحديث التركيز على التمارين التي تعطي بهدف اتقان

وتثبيت المهارات الأساسية أو التمارينات الخطئية بنفس السرعة المطلوبة لأدائها

أثناء المباريات ، وذلك تحت ضغط مدافع إيجابي حتى يتعود اللاعبون على سرعة

الأداء والحركة تحت ظروف اللعب المختلفة مع مراعاة تغير سرعة الجري وسرعة

الأداء .

ج- الدفاع بقوة للاحتفاظ بالكرة أو الضغط للاستحواذ عليها ولذلك أصبح على المدرب أن يوجه لاعبيه بأن يتصفوا باللعب الرجولي .

ح- أصبح من واجب المدرب أيضاً أن يعلم لاعبيه قواعد اللعب التي يبنى عليها اللعب الحديث حتى يؤديها أثناء اللعب بطريقة آلية وبوعي وإدراك .

### ٢-٣-١ خصائص التدريب الحديث في كرة القدم :-

يلخص (مفتي ابراهيم ،١٩٨٩م،ص ) الخصائص في عدد من النقاط الهامة :-

• الاعتماد على الأسس التربوية :-

ويأتي في مقدمة الأسس التربوية :

أ- بث الاتجاهات التربوية نحو حب الرياضة وتقديرها وجعلها نمط حياة .

ب- توجيه ميول الفرد واتجاهاته نحو الأهداف السامية للرياضة .

ت- غرس وتطوير الصفات الخلقية والإدارية الإيجابية للاعب .

• يخضع كافة عملياته للأسس والمبادئ العلمية :-

وهي التي تم التوصل إليها في علوم الرياضة مثل علم التشريح ، علم الحركة

، علم وظائف الأعضاء ، بيولوجيا الرياضة ، علم نفس رياضي ، علم اجتماع

رياضي ، الإدارة الرياضية ، بالإضافة إلى العلوم التربوية بصفة عامة .

• تأثير شخصية وفلسفة وقيم المدرب :-

تلعب شخصية وفلسفة وقيم المدرب دوراً هاماً وحيوياً في التأثير على شخصية وقيم اللاعب .

• تواصل عمليات التدريب وعدم انقطاعها :-

استمرار عمليات التدريب الرياضي منذ بدء التخطيط لها مروراً بالانتقاء حتى الوصول إلى المستويات العليا وذلك دون توقف .

• تكامل عمليات التدريب الرياضي :-

من جوانب متعددة من الإعداد البدني ، المهاري والخططي والنفسي والذهني والفني والمعرفي ، متكاملًا ومتجانسًا بهدف الوصول باللاعب والفريق إلى أعلى مستوى وتحقيق أفضل النتائج .

• اتساع دائرة الإمكانيات المستخدمة في تنفيذ عملياته :

لا تقتصر على الملعب أو الساحة الرياضية فحسب ، بل تتخطاها إلى الحجرات والمعامل الرياضية لتحقيق جوانب التخطيط والإرشاد والتوجيه ، كما اتسعت لتشمل دائرة الأجهزة والأدوات والإمكانيات المستخدمة فيها .

• تكامل التخطيط والتطبيق للقيادة .

• اتساع دائرة الفردية .

• عدم اهمال دور الخبرة :

الاعتماد على المبادئ والأسس العلمية لا يقلل من دور الخبرة بل يتكامل معها.

• اتباع اللاعب نمط الحياة الرياضي :

يتطلب التدريب خضوع الأفراد الرياضيين إلى أسلوب حياة يتوافق معه ويعمل على تحقيق الأهداف .

• نبذ المنشطات :

وهي استخدام وسائل غير مشروعة بهدف تحقيق أفضل النتائج .(حنفي محمود مختار ، ب ت ، ص ١٦)

٢-٣-٢ واجبات مدرب كرة القدم :- من

الواجبات التي تقع على عاتق المدرب مايلي :

- تخطيط التدريب :

لقد أصبح التخطيط جزءاً هاماً وأساسياً في حياتنا ، وإنسان العصر يدرك أهميته وهو رسم خط سير مقدماً يسير على هديه محاولاً بذلك تحقيق أهدافه . والتخطيط هو :- سلسلة من القرارات المتعلقة بالمستقبل .

- تعريف التخطيط :

يعرف بأنه : " عملية تتم لخطه ما تشتمل على تنبؤات للمستقبل ومواجهته باتخاذ سلسلة من القرارات التي تتعلق بأهداف منشودة يلزم تحقيقها عن طريق وضع سياسات وإجراءات وموازنات وبرامج عمل تنفيذية زمنية تتميز بالدقة والمرونة " (عبد الحميد شرف ، ٢٠٠٢م ، ص ٣٣ ) .

ويذكر ( حسن توفيق ، ١٩٩٩م ، ص ٦ ) " أن التخطيط عملية متعلقة بالمستقبل وتعمل على التنبؤ بما سيكون عليه هذا المستقبل وتحاول إعداد العدة لمواجهة الاحتمالات المنتظرة والتغلب على الصعوبات المتوقعة ويدور التخطيط بصفة رئيسية حول اختيار طريقة من بين عدد من الطرق البديلة الممكنة " .

ويشير ( حنفي محمود مختار ، ب ت ، ص ٨ ) إلى التخطيط الرياضي " بأنه الإجراءات الضرورية المحددة والمدونة التي يضعها ويرتبط بها المدرب لتحديد له الطريق بغرض تطوير وتقدم حالة التدريب (الفورمة الرياضية) عند اللاعب والفريق للوصول إلى أحسن مستوى للأداء أثناء المباريات " .

وتشير ( عطيات خطاب ، ١٩٩٨م ، ص ١٥٠ ) إلى " أن التخطيط في أوسع معانيه هو التدبير الذي يرمي إلى مواجهة المستقبل بخطط منظمة لتحقيق أغراض وأهداف محددة سلفا " .

ويؤكد ( علاوي ، ١٩٩٤م ، ص ٥١ ) على " أن التدريب الرياضي عملية تهدف إلى الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى ممكن تسمح به قدراته واستعداداته . وكلما تميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي ، كلما إرتفع إتقانه للمعارف والمعلومات النظرية وطريقة تطبيقها كلما كان أقدر على تخطيط عملية التدريب بصورة علمية تسهم بدرجة كبير في تطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعبين إلى أقصى درجة . وتتطلب عملية التخطيط الإلمام التام بالأسس النظرية والعلمية لعلم التدريب الرياضي بالإضافة إلى العديد من المعارف والمعلومات العلمية الأساسية في

عدد من العلوم الطبيعية والإنسانية " . ويرى الباحث وفي ضوء هذه المفاهيم يمكن أن نستخلص أن التخطيط الرياضي إلى جانب أهميته لعملية التدريب ، فهو واجب أساسي من واجبات مدرب كرة القدم يلزم المدرب الإلمام بالقواعد الأساسية للتخطيط الرياضي لضمان عامل النجاح بحيث تكون مبنية على الأسس العلمية الحديثة ، مستخدماً في ذلك المعارف والمعلومات الحديثة لعلم الرياضة المحددة ولأهم واجبات التدريب في كرة القدم ، مراعيًا توزيعها على مراحل زمنية مناسبة .

يلعب التخطيط دوراً هاماً وأساسياً في تدريب كرة القدم نظراً لكثرة الواجبات والمتطلبات المتسعة لعملية التدريب والتي منها اللياقة البدنية العامة والخاصة بعناصرها المختلفة وكذلك الأساسية والخطية وارتباطها ببعضها البعض والخطط الفردية وكذلك الناحية النفسية والتربوية .

### ٢-٣-٣ أداء عملية التدريب :-

يتميز التدريب الرياضي بالدور القيادي للمدرب ، مما يستلزم وجود القيادة الواعية المتمثلة في مدرب كرة القدم وذلك لتحقيق عملية إنتقال المعلومات إلى اللاعب لتحقيق المهام التعليمية والتربوية لتحقيق واجبات عملية التدريب والتي تسهم في تربية اللاعب تربية شاملة ومتزنة كما تتيح له الفرصة في تحقيق أعلى المستويات الرياضية .

### ٢-٣-٤ الواجبات التعليمية :

هي الواجبات الظاهرة والمباشرة لعملية التدريب ويمكن التخطيط لها بوضوح ،  
ويذكر (حنفي محمود مختار ، ب ت ، ص ٥٩) " يمكننا أن نلخص عمل مدرب كرة  
القدم على أنه محاولة الوصول بجميع لاعبي الفريق إلى حالة التدريب العالية حتى  
يمكن ان يؤديوا أحسن أداء رياضي أثناء المباريات وللوصول إلى ذلك يقوم المدرب  
بإعداد اللاعب إعداداً خاصاً " .

فمدرب كرة القدم ما هو إلا معلم يقوم بنقل المعلومات إلى اللاعب حتى  
يتمكن من تدريب اللاعب بدنياً والعمل على تنمية صفاته البدنية الأساسية كالقوة  
العضلية ، السرعة ، الرشاقة ، المرونة ، التحمل . ولا يستطيع المدرب في النجاح  
في هذا الجانب إلا إذا كان دارساً دراسة علمية للصفات البدنية وطرق تنميتها  
والمبادئ العامة لتنميتها والتي من أهمها التوقيت الصحيح لتكرار الحمل والارتفاع  
التدريجي بدرجة الحمل ، والاستمرار في التدريب ، والتدرج في التنمية ، والتكامل  
بين الصفات البدنية .

ويعمل المدرب على إكساب اللاعب الإعداد المهاري وعليه واجب وصول  
اللاعب إلى التوافق الجيد والإتقان في المهارة وتكامل الأداء في جميع المهارات  
الحركية ( الأساسية ) لكرة القدم سواء كانت بدون كرة  
( الجري ، تغير الاتجاه ، الوثب ، الخداع ، حراسة المرمى ) والتي يستخدمها خلال  
المنافسات .

ولكي يصل المدرب إلى إتقان المهارات الأساسية والوصول إلى مرحلة الآلية والاتقان تحت أي ظروف في المباراة ، عليه واجب الدراسة العلمية للمراحل الأساسية التي تمر بها عملية الإعداد المهاري (مرحلة التوافق الأولى للمهارة الحركية ، مرحلة إكتساب التوافق الجيد ، ومرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية).

يذكر: ( محمد حسن علاوي ، ١٩٩٤م ، ص ٢٧٢ ) " يهدف الإعداد الخططي إلى إكتساب الفرد الرياضي المعلومات والمعارف والقدرات الخططية واتقانها بالقدر الكافي الذي يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة أثناء المنافسات الرياضية " .

حيث لا يتمكن مدرب كرة القدم من القدرة على تحقيق الإعداد الخططي للاعب إلا بالدراسة الوافية للمراحل الأساسية لعملية الإعداد الخططي وهي :

- مرحلة اكتساب المعلومات والمعارف الخططية
  - مرحلة اكتساب واتقان الأداء الخططي
  - مرحلة تنمية وتطوير القدرات الخلاقة مع دراسة أنواع الخطط المختلفة في كرة القدم .
- ربما لا يكتب لمدرّب كرة القدم النجاح في نقل المعلومات والمعارف إلى اللاعب عن طريق عملية التعليم والتعلم إلا إذا أعد المدرّب الإعداد اللازم للقيام بعملية التعليم والتي منها دراسة للتعليم ونظريات التعلم المختلفة ، كنظرية التعلم الشرطي ونظرية التعلم بالمحاولة والخطأ ، ونظرية التعلم بالاستبصار ، وغيرها العديد من نظريات التعلم التي تحاول تفسير عملية التعلم ومحاولة الاستفادة منها في عملية التعليم .

## ٢-٣-٥ الواجبات التربوية :

التربية كما تستخدم بالمعنى السلوكي " Education " : تعني التعديل والتغيير في سلوك الفرد ، أو التغيير الموجه نحو أهداف معينة وأن أي تغيير دائم في سلوك الفرد يطلق عليه كلمة تعلم . ولكن التربية أهم من التعلم ، وفي أغلب الأحيان يفهم التعلم على أنه ما يحدث ويتم في المدرسة ، أما مفهوم التربية فلا يقتصر على ذلك فحسب لأن مفهومها أكبر وأشمل من ذلك فهي كل ما يحدث ويتم في البيت والمدرسة والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد بالإضافة إلى كل ما يتعلق به .

ويضيف: ( مصطفى عصمت نقلاً عن محمد أبو عيبة ، ١٩٨٨م ، ص ١٢ )

" فالمحك الحقيقي للتربية يكمن فيما ويطرأ من تغيير على سلوك الطفل يمكن مشاهدته وملاحظته في كل ما يفعله ويقوم به نتيجة ما تلقاه من تربية سواء ظهر ذلك في الاختبارات المدرسية ، أو في كل ما يواجهه من مواقف تقتضي إظهار وإبداء ما تعلمه " ، وأنه يجب على المدرب أن لا يهتم بتعليم اللاعب المبادئ الأساسية ، وإعداده من الناحية الفنية والبدنية فحسب ، بل يهتم أيضاً بتربية الصفات الخلقية لدى اللاعب ، لأن هذه الصفات مهمة ومرتبطة ارتباطاً وثيقاً وتؤثر على نمو بعضها البعض ويجب أن ينظر إليها جميعاً كوحدة واحدة .

ولكي تكتمل قيادة مدرب كرة القدم لعملية التدريب عليه واجب العناية بالجانب

التربوي من عملية التدريب إلى جانب العناية بالجوانب التعليمية فكثيراً ما يهزم فريق

كرة قدم أعضاؤه على مستوى من اللياقة البدنية والمهارات الأساسية والكفاءة الخطئية ، ويرجع السبب في هذا ، إلى إغفال مدربهم للنواحي التربوية ، كذلك إذا كانت مهمة مدرب كرة القدم تربية اللاعب تربية شاملة ومتزنة ، فإن من واجبه العناية بشقي عملية التدريب (التعليمي والتربوي) وواجب مدرب كرة القدم لتحقيق هذه الواجبات التربوية لتحقيق العناية بتنمية حب اللعبة لدى اللاعب ويجعله يضع هدفاً واضحاً ومحددًا نصب عينيه وهو الوصول إلى المستوى العالي والأداء المتميز في كرة القدم . ( مصطفى عصمت ، ١٩٨٨م ، ص ١٣ ) .

ويرى الباحث : أن ما يقتضيه لتحقيق هذا الهدف من البذل والعطاء والتضحية في التدريب مع المواظبة على الحضور وعدم التكاسل والجدية ، وتربية الولاء لدى اللاعب نحو ناديه ووطنه ، وتنمية الروح الرياضية التي هي أساس الرياضة وتتمثل في احترام القوانين وقرارات الحكم والسلوك الطيب نحو المنافس ، وتحاشي إلحاق الأذى بالمنافس ، والابتسامة عند الهزيمة والهدوء والتواضع كما يحاول المدرب تشكيل دوافع وميول وحاجات اللاعب والارتقاء بها بصورة تستهدف أساساً خدمة الجماعة وكذلك تربية وتطوير السمات الخلقية الحميدة وتطوير الخصائص والسمات الإرادية التي تؤثر في سير المباراة ونتائجها ، كالتصميم ، والطموح والمثابرة والاعتماد على النفس والرغبة في النصر والكفاح وغيرها ، والعديد من السمات التي تساعد اللاعب للوصول إلى المستوى العالي . كما أن عليه واجب الاهتمام بالتربية الاجتماعية لفريق كرة القدم ما هو إلا جماعة من الجماعات ، منها ما يؤدي إلى

تقارب الأفراد وترابطهم وتعرف هذه العمليات بالعمليات المجمعّة كالتعاون والتكيف ومنها ما يعرف بالعمليات المفارقة كالتنافس والتنازح ، كما أن عليه واجب أن يواجه هذه العمليات المفارقة ويبعدها عن الخطر ليصبح في صالح اللاعبين لخلق روح الجماعة بين أعضاء الفريق الواحد .

## ٢-٤ مفهوم التدريب الرياضي :

يقال درب فلاناً بالشيء وعليه وفيه أي عوده ومرنه .  
ويقال درب البعير ، أي أدبه وعلمه السير في الدرب .  
وقد قام بعض العلماء بتحديد مفهوم التدريب الرياضي بهدف عكس الخبرات والتجارب وما يؤمنون به من اتجاهات ومذاهب وفلسفات .

ويذكر : (محمد حسن علاوي ، ١٩٩٤ ، ص ٣٦) أن عملية التدريب الرياضي " عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية التي تهدف أساساً إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية ." .  
ويستخلص علاوي من التعريف السابق : العمليات التربوية التي تخضع في جوهرها لقوانين ومبادئ العلوم الطبيعية : كعلم التشريح وعلم وظائف الأعضاء وعلم الميكانيكا الحيوية والعلوم الإنسانية كعلم النفس وعلم التربية وعلم الاجتماع وغيرها ، وهدفها النهائي إعداد الفرد للوصول إلى أعلى مستوى رياضي تسمح به قدراته واستعداداته وإمكانياته وذلك في نوع النشاط الذي يتخصص فيه .

ويقول: (أمر الله البساطي ، ١٩٩٨م ، ص ٢ ) " إن مصطلح التدريب عموماً يعني مجموعة من الإجراءات المخططة والمبنية على أسس علمية والتي يتم تنفيذها وفقاً لشروط محددة وموجهة لتحقيق هدف أو غرض ما في مجال ما ( مجال التخصص ) وهذا يشير إلى وجود إختلافات حول تعريف التدريب في المجال الرياضي تبعاً للهدف في مجال التخصص " .

ويرى الباحث من خلال إطلاعها على المراجع أنه قد تباينت آراء العلماء حول مفهوم التدريب الرياضي كمصطلح لتحديد مفهوم مشترك له ، حيث كان لكل منهم مفهومه الخاص ، والذي يتم تحديده وفقاً لفسفة واتجاهات مجال التخصص ، ومن هنا نبع الاختلاف تبعاً لاختلاف الرؤية الخاصة لكل مجال . فمن الناحية الوظيفية يعرف التدريب بمجموعة التمرينات أو المجهودات البدنية الموجهة والتي تؤدي إلى إحداث تكيف أو تغير وظيفي في أجهزة وأعضاء جسم الإنسان الداخلية لتحقيق مستوى عال من الإنجاز الرياضي .

ويضيف (هولمان Holman نقلا عن مصطفى عصمت ، ١٩٧٦م، ص ٢٢): أن التدريب " هو حدوث تغير مورفولوجي حيث يرى أن التدريب الرياضي يشير إلى المثيرات الحركية ( التمرينات ) والتي بدورها تحدث تكيف بيولوجي في الأعضاء الداخلية وكذلك تكيف مورفولوجي للأعضاء الخارجية لجسم الإنسان "

ومن وجهة نظر علم النفس والتربية فإن التدريب الرياضي يبنى على أسس علمية وتربوية تعتمد في جوهرها على مبادئ وقوانين العلوم الطبيعية ، وأن عملية التدريب ترتبط بتربية وتنمية الفرد ككل ( كوحدة واحدة ) لكي تحقق أهدافها .

وبصفة عامة فإن التدريب الرياضي أصبح له مفهوماً اجتماعياً جديداً . حيث يتحدد إتجاه التدريب ومحتوياته حسب الهدف المراد تحقيقه ، ولذلك لم يعد علم التدريب الرياضي قاصراً على تدريب الفرق الرياضية أو رياضة المستويات العالية .

## ٢-٤-١ خصائص التدريب الرياضي :

ويلخص : ( محمد حسن علاوي ، ١٩٩٨م ، ص ٣٦-٣٩ ) الخصائص في النقاط التالية : أن الهدف الرئيسي من التدريب الرياضي هو محاولة الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية . فإن التدريب الرياضي يشكل ما يسمى (برياضة المستويات ) أو ( رياضة البطولات ) أي ممارسة النشاط الرياضي بغرض تحقيق أحسن ما يمكن من مستوى رياضي في البطولات أو المنافسات الرياضية المختلفة ومن أبرز الخصائص التي تميز التدريب الرياضي مايلي :

١- من أبرز الخصائص التي تميز التدريب الرياضي في العصر الحديث الاعتماد على المعارف والمعلومات العلمية .

٢- أن التدريب الرياضي عملية تربوية ذات صبغة ( فردية ) لدرجة كبيرة إذ أنها تراعي الفروق الفردية من حيث درجة المستوى أو العمر أو الجنس .

٣- أن التدريب الرياضي عملية تتميز ( بالامتداد ) او ( الاستمرار ) وليس ( بالموسمية ) أي أنها لا تشغل فترة معينة أو موسماً معيناً ثم تنقضي وتزول وهذا يعني أن لأعلى المستويات الرياضية العالية يتطلب - أولاً الاستمرار في التدريب طوال أشهر السنة كلها .

٤- يؤثر التدريب الرياضي في تشكيل أسلوب حياة الفرد بدرجة كبيرة . إذ أن طبيعة النشاط الرياضي الذي يتميز بالمستوى العالي (

رياضة المستويات أو البطولات ) تتطلب من الفرد الرياضي ضرورة تشكيل أسلوب حياته ، كنظام حياته اليومية والتغذية والنواحي الصحية . بصورة تسهم بجانب عمليات التدريب الرياضي في رفع المستوى الرياضي للفرد إلى أقصى درجة ممكنة .

٥- يتميز التدريب الرياضي بالدور القيادي للمدرب بارتباطه بدرجة كبيرة من الفاعلية من ناحية الفرد الرياضي ، إذ يقع على كاهل المدرب الرياضي العديد من المهام التعليمية والتربوية التي تسهم في تربية الفرد الرياضي تربية شاملة متزنة وتتيح له فرصة تحقيق أعلى المستويات الرياضية .

ويلخص ( أمر الله البساطي ، ١٩٨٨م ، ص ٥ - ٨ ) . خصائص التدريب في :

- ١- يهدف التدريب بشتى أنواعه إلى تحسين القدرات البدنية والنفسية للفرد من خلال الممارسة الفعلية للنشاط الرياضي المعني ، ومن ثم تحسين الصحة العامة وبناء وتكامل الشخصية ليصبح الفرد عضواً نافعاً وفعالاً في المجتمع .
- ٢- يتميز التدريب الرياضي بخاصية الإعتماد على البحث العلمي لتحقيق أعلى مستويات الإنجاز معتمداً على نظريات ومعارف مستخلصة من نتائج البحوث العلمية للعديد من العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي .
- ٣- يتميز التدريب الرياضي بخصوصية التدريب ومراعاة الفروق من حيث السن ( الكبار - الصغار ) والجنس ( البنين - البنات ) ، كذا مراعاة الفروق الفردية بين أبناء الجنس الواحد في نفس النشاط حيث يختلف تدريب الناشئ عن لاعب الدرجة الأولى .
- ٤- يتميز التدريب الرياضي بمراعاة ديناميكية تطور القدرات البدنية للأعمار السنية المختلفة ، حيث تتميز كل مرحلة عمرية بتطور طبيعي لبعض القدرات البدنية من ثم اختلاف نسبة تركيز محتويات التدريب بالنسبة للقدرات البدنية بما يتناسب وطفرة نمو هذه القدرات خلال مراحل العمر والذي يختلف من دولة لأخرى تبعاً لإختلاف الظروف المناخية والبيئية .
- ٥- يتميز التدريب الرياضي بالاستمرارية وتدرج زيادة متطلبات التدريب ونعني هنا بالاستمرارية وليس فقط لفترة من فترات الموسم التدريبي أو لموسم تدريبي كامل بل الاستمرارية لعدة سنوات من أجل تحقيق أفضل مستويات الإنجاز ويتطلب معتمداً

على تنظيم جيد لبرامج التدريبات السنوية والتي تمتد لعدة سنوات من خلال التخطيط طويل المدى والذي يتضمن الخطط المرحلية والسنوية لضمان تطور القدرات البدنية والفيولوجية والمهارية والخططية ومن ثم تطور المستوى عموماً .

٦- يتميز التدريب الرياضي بالتأثير على أسلوب حياة الفرد ، حيث تتطلب ممارسة النشاط الرياضي لتحقيق هدف التدريب تشكيل أسلوب حياة الفرد من ناحية نوع التغذية - العادات الصحية - تنظيم الحياة اليومية ( نوم/عمل/ تدريب/ وغيرها ) .

٧- يتميز التدريب الرياضي بدور المدرب القيادي لعملية التدريب .

٨- يتميز التدريب الرياضي بعملية التقييم والمراقبة الطبية والتربوية الدورية للفرد خلال مراحل التدريب والإعداد .

## ٢-٤-٢ أنواع وأساليب التدريب :

### أ- أنواع التدريب :

تعد أنواع التدريب بأشكالها المختلفة ما هي إلا تدريبات تطبيقية موجهة لتحقيق هدف التدريب ويكون ذلك من خلال طرق تنفيذ برامج الإعداد المختلفة والموجهة للارتقاء بمستوى الإنجاز الرياضي . ومهما تنوعت هذه الطرق فهي تعتمد في جوهرها على أحد أنواع التدريب والذي يتحدد وفقاً للنظام الأساسي المستخدم للإمداد بالطاقة أثناء المجهود البدني : التدريب الهوائي / والتدريب اللاهوائي .

## ب- طرق وأساليب التدريب :

لقد تنوعت طرق وأساليب التدريب لرفع مستوى الإنجاز الرياضي ، وعلى المدرب معرفة هذه الطرق والمتغيرات والتي تعتمد عليها كل طريقة وإمكانية استخدامها بشكل يتناسب واتجاهات التدريب . حيث تتمثل طرق التدريب في الإجراء التطبيقي المنظم للتمرينات المختارة في ضوء قيم محددة للحمل التدريبي والموجه لتحقيق هدف ما ، ومهما تنوعت هذه الطرق أو الأساليب فهي تعتمد حتماً على إحد نوعي التدريب ( هوائي - لا هوائي ) .

## ت- ويمكن تقسيم هذه الطرق إلى :

- ١- طريقة التدريب المستمرة Continuous Method .
- ٢- طريقة التدريب الفتري Interval Method .
- ٣- طريقة التدريب التكراري Repetition Method .
- ٤- طريقة التدريب الدائري Circuit Method .
- ٥- طريقة تدريب الفارتلك - اللعب بسرعة (speed play) Fartelek Method . ( أمر الله البساطي ، ١٩٩٨م ، ص ٨٠ ) .

## ٢-٤-٣ طرق إعداد المدرب :

يقصد بطرق التدريب مختلف الوسائل التي يمكن بها تنمية وتطوير ( الحالة التدريبية ) للفرد الرياضي الى أقصى درجة ممكنة ، التي يكتسبها عن طريق عمليات التدريب الرياضي المنظمة .

## ٢-٤-٤ طريقة التدريب باستخدام الحمل المستمر

أهدافها وتأثيرها :

تهدف أساسا إلي تنمية وتطوير التحمل العام ( التحمل الدوري التنفسي ) .  
وفي بعض الأحيان الي تنمية التحمل الخاص بدرجة معينة .  
ولها آثار فسيولوجية ونفسية هامة . فهي تسهم في ترقية الجهاز عمل الجهاز الدوري والتنفسي وتعمل علي زيادة قدرة الدم على حمل الاكسجين والوقود اللازم للاستمرار في بذل الجهد مما يعمل علي زيادة أجهزة وأعضاء الجسم علي التكيف للمجهود البدني الدائم .

خصائصها :

١. نسبة شدة التمرينات : تتراوح ما بين ٢٥ - ٧٥ % من أقصى مستوى للفرد الرياضي .

٢. بالنسبة لحجم التمرينات : زيادة حجم التمرينات عن طريق زيادة فترة الأداء إستمرارية الأداء ، أو زيادة عدد مرات التكرار .

٣. بالنسبة لفترة الراحة البينية : لا توجد فترات راحة بينية .

## ٢-٤-٥ طريقة التدريب الفترى

- طريق تتميز بالتبال المتتالي لبذل الجهد والراحة .
- وتنقسم طريقة التدريب الفترى الي نوعين تختلف كل منهما عن الاخرى .

### - طريقة التدريب الفترى المنخفض الشدة

أهدافها وتأثيرها : تهدف إلي تنمية الصفات البدنية التالية :

- التحمل العام ( التحمل الدوري التنفسي ) .

- التحمل الخاص .

- تحمل القوة .

تؤدي هذه الطريقة إلي ترقية الجهازين الدوري والتنفسي وذلك بتحسين السعة الحيوية للرتنين والدفع القلبي وزيادة قدرة الدم علي حمل المزيد من الاكسجين وقدرة الفرد علي التكيف علي المجهود البدني المبذول مما يؤدي الي تأخير ظهور التعب .

خصائصها :

١- بالنسبة لشدة التمرينات : تتميز بالشدة المتوسطة ، قد تصل في تمرينات الجري الي

حوالي من ٦٠ - ٨٠ % من أقصى مستوى للفرد ، وفي تمرينات التقوية الي حوالي

من ٥٠ - ٦٠ % من أقصى مستوى للفرد .

٢- بالنسبة لحجم التمرين : توجد زيادة في حجم التمرينات المستخدمة ، يكرر التمرين

حوالي ( ٢٠ - ٣٠ ) مرة في تمرينات التقوية بإستخدام الأثقال ويمكن التكرار على

هيئة مجموعات لكل تمرين ( كل تمرين ١٠ مرات لثلاث مجموعات).

٣- بالنسبة لفترات الراحة البينية : فترات قصيرة غير كاملة تتراوح ما بين ٤٥ -

٩٠ ثانية للاعبين المتقدمين ( تصل نبضات القلب إلى ١٢٠ - ١٣٠ نبضة في

الدقيقة ) وللناشئين ما بين ٦٠ - ١٢٠ ثانية .

( تصل نبضات القلب إلى ١١٠ - ١٢٠ نبضة في الدقيقة ) .

ويرى بعض العلماء أنه يستحسن إستخدام مبدأ الراحة الإيجابية في غضون فترات

الراحة البينية مثل المشى أو الدرجات الإسترخاء .

### - طريقة التدريب الفترى المرتفع الشدة :

أهدافها و تأثيرها :

١. التحمل الخاص ( مثل تحمل السرعة و تحمل القوة ) .

٢. السرعة .

٣. القوة المميزة بالسرعة ( القدرة العضلية ) .

٤. القوة العظمى .

وفي التدريب مرتفع الشدة نجد أن عضلات الجسم تعمل في غياب الاكسجين

كنتيجة لشدة الحمل المرتفعة .

كما تؤدي هذه الطريقة إلى تنمية قدرة العضلات للتكيف على المجهود البدني المبذول الأمر الذي يؤدي إلى تأخير ظهور التعب .

خصائصها :

١. بالنسبة لشدة التمرينات : تتميز بالشدة المرتفعة . إذ تبلغ تمرينات الجري حوالي

٨٠ - ٩٠ % من أقصى مستوى للفرد ، وتصلفي تمرينات التقوية بإستخدام الأثقال

إلى حوالي ٧٥ % من أقصى مستوى للفرد .

٢. بالنسبة لحجم التمرينات: يرتبط بصورة مباشرة بشدة التمرينات المستخدمة، فالحجم

يقل كنتيجة للزيادة الشدة ، وعلى ذلك يمكن تكرار تمرينات الجري حوالي ١٠ مرات

، وتكرار تمرينات التقوية حوالي من ٨-١٠ مرات لكل مجموعة .

٣. بالنسبة لفترات الراحة البيئية : تزداد فترات الراحة البيئية نسبيا لكنها تصبح غير

كاملة تتراوح ما بين ٩٠-١٨٠ ثانية بالنسبة للاعبين المتقدمين أما للناشئين فتتراوح

ما بين ١١٠-٢٤٠ ثانية .

## ٢-٤-٦ طريقة التدريب التكراري

أهدافها وتأثيرها :

١. السرعة ( سرعة الانتقال ) .

٢. القوة القصوى ( القوة العظمى ) .

٣. القوة المميزة بالسرعة ( القدرة العضلية ) .

ويمكن إستخدامها في تنمية بعض أنواع التحمل الخاص - تحمل السرعة القصوى

خصائصها :

١. بالنسبة لشدة التمرينات: تتراوح شدة التمرينات المستخدمة ما بين ٨٠-٩٠ % من

أقصى مستوى للفرد ، وقد تصل أحيانا إلى ١٠٠ % .

٢. بالنسبة لحجم التمرينات : تتميز بقلّة الحجم ، أى قصر فترة الأداء وقلّة عدد مرات

التكرار ، بالنسبة لتمرينات الجري ما بين حوالي ١-٣ مرات وبالنسبة للتمرينات

بإستخدام الأثقال ما بين ٢٠-٣٠ رفعة في الفترة التدريبية الواحدة ، أوتكرارها بين

٣-٦ مجموعات .

٣. بالنسبة لفترات الراحة البينية : فترات راحة طويلة بالنسبة لتمرينات الجري تتراوح فترة

الراحة البينية ما بين ١٠-٤٥ دقيقة ، وبالنسبة للتمرينات بإستخدام الأثقال تتراوح ما

بين ٣-٤ دقائق . ويمكن إستخدام مبدأ ( الراحة الإيجابية ) أى أداء بعض تمرينات

المشي أو الدراجات ، أوتمرينات التنفس ، أوتمرينات الإسترخاء في غضون فترات

الراحة .

( محمد حسن علاوى ، ١٩٩٩م ، ص ٨٢ - ٨٤ ) .

## ٢-٥-١ أساليب برامج إعداد المدرب الرياضي

١- تصميم البرامج التعليمية للمؤسسات المنوط بها اعداد المدرب بدلالة وظائفها التربوية والرياضية للنهوض بمهنة التدريب والعمل على انمائها انسانيا وثقافيا ومعرفيا اقتصاديا واجتماعيا وتكنولوجيا ، ويمكن تحقيق هذا التوجه باتباع الاجراءات التالية :

أ / تحليل الواقع الرياضي ورصد متغيراته البيئية والاجتماعية والقيمية والتكنولوجية .

ب / تحديد معالم التغيرات الحضارية وتصنيفا في مجالات معرفية او خطوات تعليمية لتحديد مسار البرامج التعليمية وانواعها العملية او الفنية .

ج / تشكيل لجان فنية متكاملة في خبراتنا الاكاديمية والرياضية لتحديد المعلم الاساسية لبنية الخطة الدراسية للبرامج التعليمية لكل مقرر دراسي يدخل في الخطة بصورة نظام متكامل العناصر مكونة من الاهداف والمحتوى وطرائق التدريس وأساليب التقويم .

د / أخرج خطط مناهج المقررات الدراسية في نشرات خاصة وطرحها للمناقشة والنقد من ذوي الاهتمام والاختصاص وفقا لتكنيك معين مثل عقد ندوات خاصة لمناقشة ونقد مشروع البرامج التعليمية .

٢- اللجان الاكاديمية وتصورها لمناهج أعداد وتأهيل المدرب استنادا إلي تخصصاتهم العلمية وخبرتهم في المجال الرياضي ومعرفتهم قي تشخيص وتحديد طبيعة البرامج التعليمية وأساليب تنظيمها وتحديد بنيتها من حيث الاهداف والمضامين المعرفية وطرائق الدريس وعمليات التقويم ، وتتميز البرامج التعليمية التي تضعها اللجان الاكاديمية بالنزعة التخصصية للموضوع بالتنظيم المنطقي للمادة التعليمية .

٣- تبني إستراتيجية البرامج التعليمية القائمة ، ويكون ذلك من خلال المؤسسات المسؤلة عن اعداد المدرب من خلال عملية مسح مناهج وبرامج اعداد المدربين في الجامعات المماثلة أو المعاهد والاكاديميات العالمية ، والعمل على تكييف البرامج المستخدمة في هذه المعاهد العالمية لظروف الواقع الرياضي والاقتصادي والاجتماعي .

٤- أستراتيجية البحث العلمي والتجريب وفيها يقوم الخبراء بأستعرض البحوث والدراسات المتعلقة بالبرامج التعليمية المناظرة والافادة من نتائج هذه البحوث العلمية وتحديد مدخلات البرامج التعليمية من حيث الاهداف والمحتوى والطرائق والانشطة والتقويم ثم إخضاع هذه البرامج التعليمية إلى التجريب على المستخدمين أو فحص هذه البرامج من قبل ذوى الاهتمام والاختصاص في المجال المعني .

وفي هذا الصدد أوصت اللجنة الاولمبية الدولية بمجموع من المقترحات لإعداد

برنامج تطوير المدرب يتضمن النقاط التالية :-

أ- تحديد المطلوب بدقة من حيث :

- إعداد المدربين المطلوبين ( محلي - دولي - قومي ) .

- التسهيلات .

- المصادر المعرفية .

- المحاضرين الأكفاء .

- البرامج الدراسية .

ب- بعد حصر الاحتياجات: تبدأ عملية إعداد البرامج التعليمية ، ويجب توفير

عنصر المرونة في البرنامج لمواجهة كافة إحتياجات المدرب .

ج- السمات الواجب توافرها في البرنامج :

١- يجب أن يتوفر التدريب الجيد والمناسب لكافة المستويات لمختلف الرياضات

على الأقل من ( ٢ - ٤ ) مستويات دراسية .

٢- يجب أن يرتبط البرنامج بثلاث إحتياجات :

\* معرفة فنية متخصصة :

وتشمل الأساليب الفنية - تخطيط فني - خطط تدريبية .

\* نظريات تدريبية وتشمل مواد علم النفس - علم وظائف الأعضاء - تحليل

حركي - إصابات ملاعب .

\* خبرة عملية : وذلك بالتدريب الميداني في الاماكن التي يحددها الإتحاد .

## ٢-٥-٢ تصميم خطط إعداد المدرب من حيث :

- ١- تحديد الكم المعرفي المطلوب ، وأنماطه لكل مستوى ، وكذلك الوقت المطلوب لتغطيتها .
- ٢- تحديد محتويات البرنامج الخاصة لكل مستوى .
- ٣- إعداد وتخطيط البرنامج التدريبي لإعداد المرشد التدريبي لكل مستوى .
- ٤- وضع الهيكل الإداري للبرنامج ، وكذلك مسؤولية الإتحاد للمتابعة والتقييم لضمان جدية البرنامج .

## ٣-٥-٢ سمات المدرب للإعداد بالبرنامج :

- أ- أن يكون زكياً ، لديه الدافع للإرتباط بمهنة التدريب .
  - ب- ذو علاقة تدريبية جيدة .
  - ت- لديه القدرة على حل المشاكل العملية .
  - ث- لديه القدرة على التعلم واكتساب المهارات التعليمية الجديدة .
- ( حازم عبد المحسن ، ١٩٩٧ م ، ص ٢٥ - ٢٦ ) .
- ويرى ( زكي محمد حسن ، ب ت ، ص ٢٢٤ ) أنه يمكن إعداد المدرب :
- عملياً في المعاهد المتخصصة وكذلك الأقسام المختلفة بكليات التربية الرياضية أو معاهد إعداد القادة الرياضيين وجمعيات المدربين أوفي الأكاديميات الرياضية ، أو من خلال الدورات التي تنظمها الإتحادات الدولية للعبة وتم تدريبية عملياً في مراكز تدريب

الناشئين بالأندية وغيرها من المؤسسات الرياضية ، ومن الأفضل أن يتم ذلك تحت إشراف الأساتذة والخبراء ويتطلب الإعداد العلمي والعملية إهتمام خاص فهو يحتاج الى دراسة وتدريب خاص في طرق التدريب ومجالاته المتعددة، وفي المجالات العلمية الدورية التي تهتم بإعداد المدرب والى جانب الإعداد العلمي والعملية يجب الإهتمام بالإعداد المهني الخاص للمدرب الرياضي حسب المؤسسة التي يعمل بها .

## ٦-٢ الدراسات السابقة والمشابهة :-

(١) دراسة : مصطفى عصمت محمد علي، ١٩٨٨ م ، ماجستير، بعنوان : إعداد

مدرب كرة القدم في جمهورية مصر العربية ،

من أهداف الدراسة :

١- التعرف على إعداد مدرب كرة القدم الفني ( التعليمي ) والتربوي في جمهورية مصر العربية .

٢- وضع برنامج مقترح لإعداد مدرب كرة القدم الفني ( التعليمي ) والتربوي في جمهورية مصر العربية طبقا للمستندات النختلفة .

ولتحقيق أهداف الدراسة إستخدم الباحث الإجراءات التالية :

إتبع المنهج الوصفي :-

- إشملة عينة الدراسة ٣٠ مدرب من إجمالي عدد المدربين الذين إجتازوا بنجاح الدورات التدريبية بتقديرعام جيد جدا .

قسم الباحث العينة الى ثلاث مستويات طبقا للموهلات العلمية والمستويات هي:

١ - بكالوريوس التربية الرياضية .

٢ - اثنوية عامة أو ما يعادلها .

٣ - أقل من الثانوية العامة .

إستخدم الباحث في جمع البيانات :-

١- الملاحظة العملية .

٢- المقابلة الشخصية .

٣- الإستفتاء .

وقد توصل الباحث إلى عدد من النتائج منها :-

١- يختلف المدربون في مدى الاستفادة من المواد الدراسية النظرية وذلك طبقا للمؤهل

العلمي ( المدربون الحاصلون على مؤهل أقل من الثانوية العامة هم إستفادوا من

المواد الدارسية ) .

٢- المواد الدارسية العلمية هي ( تدريب رياضي - الإعداد البدني - الإعداد المهاري -

الإعداد الخططي - تحليل المباريات - إصابات الملاعب - الإسعافات الاولية -

التدليك الرياضي ) .

٣-المواد الدراسية النظرية الاتية مساعدة في عمليات التدريب ولا بد للأندية أن تزود

نفسها بالاجهزة والأدوات المساعدة في تطبيقها وذلك حتى يمكن الإستفادة منها .

وتلك المواد هي ( الميكانيكا الحيوية - علم الإحصاء ) .

(٢) دراسة : عمرو زين العابدين محمود ٢٠٠٠ م ، ماجستير ، بعنوان : برنامج

**مقترح لإعداد مدرب كرة القدم في جمهورية مصر العربية .**

من أهداف الدراسة :

- التعرف على برامج إعداد مدربي كرة القدم ومراحل التأهيل في ج . م . ع .

- التعرف على برامج إعداد مدربي كرة القدم في بعض الدول المتقدمة .

- وضع البرامج الحديثة ( البرنامج المقترح ) لإعداد مدرب كرة القدم طبقا لكل مرحلة .

**ولتحقيق أهداف الدراسة إستخدم الباحث الإجراءات التالية :**

- إستخدام الباحث المنهج الوصفي .

- إشتملت عينة الدراسة على ٥٠ مدرب تابع لإتحاد كرة القدم .

- إستخدام الباحث كأداة لجمع البيانات .

**وقد توصل الباحث إلى عدد من النتائج منها :**

- أن المواد العلمية و الإعداد المهني الذي تلقاه المدرب أهم من الخبرة السابقة .

(٣) دراسة : حازم عبد المحسن محمد ، ١٩٩٧ م ، دكتوراة بعنوان : برنامج

**مقترح لتأهيل المدرب الرياضي في جمهورية مصر العربية .**

من أهداف الدراسة :

- تصميم برنامج الأعداد الفني والعملي للمدرب الرياضي ويتطلب ذلك تحقيق الأه  
أ / تحليل آراء واتجاهات الدارسين بالأكاديمية الأولمبية ودرجة إستفادتهم من  
البرنامج الموضوعه حاليا لتأهيلهم .
- ب / تحليل البرامج المنفذة في عينة من الأكاديمية الرياضية التي تقوم بتأهيل  
المدرب الرياضي في عدد من دول العالم .

### ولتحقيق أهداف الدراسة إستخدم الباحث الإجراءات التالية :

- إستخدم الباحث المنهج الوصفي .
- إشتملت عينة البحث على ١٠٠ مدرب .
- إستخدم الباحث الإستبانة كأداة لجمع البيانات .
- قد توصل الباحث إلى عدد من النتائج منها :**
- أن هنالك إستفادة من المعلومات والمعارف النظرية التي تقدمها الأكاديمية ، وإن  
ظلت هنالك حاجة للتدريب الميداني .
- بالرغم من إستفادة الدارسين من المعارف والمعلومات النظرية والعلمية ، إلا أن  
هذه الإستفادة لا تتعدى المعرفة ، وبالتالي غير كافية للإستفادة منها في مجال  
التطبيق العملي للتدريب الرياضي .
- الأساليب المتبعة في تنفيذ غالبية وحدات الدراسة تفتقر إلى إكساب الدارسين  
القدرة على الإستفادة من هذه الخبرات في حل المشكلات .

- عدم مناسبة التخصص العلمي لبعض المحاضرين مع محتوى البرامج الموضوعية . وكذلك عدم الإلتزام مسبقا بمناهج لها محتويات ثابتة مما قد يضعف المستوى التعليمي للدارسين .

- وسائل التقويم المتاحة تقليدية وغير متنوعة .

- عدم وجود أي من عمليات المتابعة والتقويم إجادة لسير برامج التدريس من قبل المسؤولين رغم أهمية ذلك .

(٤) دراسة : أمين أنور الخولي ١٩٨٦م ، بعنوان : التدريب الرياضي بين الواقع الإجتماعي والتطلع المهني .

هدفت الدراسة إلى : توصيف التدريب الرياضي من المنظور المهني والإجتماعي بتعريض معوقات التدريب الرياضي للمحكات المهنية ، ومن ثم التعرف على نقط القوة والضعف المهني في التدريب الرياضي والإقتراح المناسب من خلا البرامج المقترحة التالية:

أ- تحديد الطبيعة الإجتماعية المهنية لمشكلة البحث .

ب- مقابلة وتعريض المقومات الأساسية للتدريب الرياضي لمحكات وخصائص المهن الإجتماعية .

ج- مناقشة كل محك على حدى ، فيما يتصل بنقاط القوة والضعف المهني .

تفيد مثل هذه الدراسات في توجيه الباحث علميا للاستفادة مما توصلت إليه النتائج في مناقشة الباحث لنتائجه بالاضافة إلى أن هذه الدراسات توجه الباحث إلى أنسب الوسائل في إختيار منهج بحثه ، وتحديد أدوات جمع البيانات الخاصة به ، وتقويم نتائجه على ذلك ، فقد قام الباحث بمراجعة البحوث والدراسات المتعلقة بموضوع البحث في العديد من المصادر ، المتثلة في رسائل الماجستير والدكتوراة في النشرات والمجلات العلمية الخاصة بالتربية الرياضية و البدنية .

( ٥ ) دراسة : بسامر هارون ١٩٩٣م ، بعنوان : المشكلات التي تواجه مدربي كرة القدم في الأردن .

#### من أهداف الدراسة :

١- التعرف على طبيعة المشكلات التي تواجه مدربي كرة القدم ضمن المحاور الخمسة التي صورتها الإستبانة أداة البحث .

٢- التعرف على أكثر المشكلات وفق إستجابة عينة البحث على عبارات كل محور من المحاور موضوع البحث .

٣- تحديد أكثر المحاور حده في كل من محاور الإستبانة على حدة .

ولتحقيق هذه الاهداف إستخدم الباحث الإجراءات التالية :

- إتبع المنهج المسحي :

- إشتملة عينة الدراسة على ( ٢٤ ) مدربا مقسین كالتی ١٤ مدربا للدرجة الثانية ،

١٠ مدربين لدرجة الاولى .

- إستخدام الباحث الإستبانة لجمع البيانات و المعلومات .

- وقد توصل الباحث الى عدد من النتائج منها :

١-يسبب تقصير الإتحاد في عقد دورات التدريب وتزويد المدربين بالحديث من

المعلومات والمعارف لتطوير قدراته وضعف إسهام الأندية في إبعث مدربيها الى

الخارج في المدرب من فرض التاهيل اللازم لممارسة واجباته

٢-اللعب في ظل النظام اللاهوية والإعتراف يجعل من الصعب مساءلة اللاعبين

أولزامهم ويحول دون إنتظام برامج التدريب وتنفيذ الخطوط المرسومة .

٣- الشؤون الإدارية التي تعتبر من اساسها المعاونة للمدرب في القيام بواجباته تفوق في

اضررها وانعكاساتها كل العوامل الاخرى ، مما يشير الى التداخلات والضغوطات

على المدرب لتحقيق النتائج دون فهم الظروف التي يمر بها الفريق ، وتمايز معاملة

المدرب الوطني عن الاجنبي بشكل عائق وصعب مما يعطل القدرة على الإنتاج

وتحقيق أهداف التدريب بتحسن المستويات

(٦) دراسة : أحمد متولي ١٩٩٥م ، بعنوان : المشكلات التي تواجه مدربي

المنتخبات القومية الاولمبية بجمهورية مصر العربية .

من أهداف الدراسة :

١-تحديد درجة شيوع المشكلات التي تواجه مدربي المنتخبات القومية الاولمبية

بجمهورية مصر العربية .

٢- تحديد درجة شيوع المشكلات التي تواجه مدربي المنتخبات القومية للألعاب الفردية  
بجمهورية العربية .

٣- تحديد درجة شيوع المشكلات التي تواجه مدربي المنتخبات القومية للألعاب الجماعية  
بجمهورية مصر العربية .

٤- المقارنة بين الرياضات الاولمبية والجماعية والفردية في المشكلات المرطبة بمدربي  
المنتخبات القومية الاولمبية المختلفة قيد الدراسة بجمهورية مصر العربية .

**ولتحقيق الأهداف إستخدم الباحث الإجراءات التالية :**

- إستخدم المنهج الوصفي .
- إشملة عينة البحث على ٩٠ مدرباً تم إختيارهم بالطريقة العمدية من بين مدربي  
المنتخبات القومية الذين يتولون تدريب أعضاء الفرق القومية للألعاب والرياضات  
المدرجة بالبرامج الأولمبية وقد تم توزيع هذه الالعاب الى نوعين رئيسين : ألعاب  
جماعية / ألعاب فردية .

**- أستخدم الباحث في جمع البيانات :**

قائمة مشكلات لتحقيق الغرض من إجراء هذه الداسة والمتمثل في التعرف على  
المشكلات التي تواجه مدربي المنتخبات القومية وذلك وفقاً لسته محاور رئيسية هي

-:

- مشكلات متعلقة بالمكانات .

- مشكلات متعلقة باللاعبين .

- مشكلات متعلقة بالإتحادات الرياضية .

- مشكلات متعلقة باوليا الامور .

- مشكلات متعلقة بالجمهور .

- مشكلات متعلقة بالنواحي الإدارية .

وقد توصل الباحث الي عدد من النتائج منها :-

١-تعتبر المشكلات المتعلقة بمجال الإتحاد الرياضي للعبة من أكثر المشكلات شيوعا

، يليها المشكلات المتعلقة بالنواحي الإدارية ، فالمشكلات المتعلقة باللاعبين

٢-توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي المنتخبات القومية الاولمبية بجمهورية مصر

العربية للألعاب الفردية في عدد ( ٤١ مشكلة ) من مجموع المشكلات الأكثر شيوعا

والتي يبلغ عددها ( ٤٢ مشكلة ) ولصالح مدربي الالعاب الجماعية .

٣-توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي المنتخبات القومية الاولمبية بجمهورية مصر

العربية للالعاب الجماعية والفردية في مشكلة واحدة متمثلة في الصلة الإجتماعية

بين اللاعبين والمدرب خارج نطاق العملية التدريبية وصالح مدربي الألعاب الفردية .

وقد أوصى الباحث بإعداد دورات صقل محلية ودولية للإرتقاء بالمستوى المهني

للمدرب والإهتمام بتنمية المدربين في مجال التدريب الرياضي وذلك عن طريق

الإتصال بالهيئات العملية للحصول على أحدث الأبحاث في مجال التدريب الرياضي

.

(٧) دراسة : علاءالدين إبراهيم صالح ١٩٨٧م ، بعنوان : معوقات عمل المدربين في

بعض الأنشطة الرياضية في جمهورية مصر العربية .

من أهداف الدراسة :

١- تحديد المعوقات من حيث نوعها ودرجة أهميتها التي تواجه مدربي الأنشطة

الرياضية لكل من : كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد - كرة السلة - ألعاب

القوي - السباحة - المصارعة - الملاكمة . في محافظتي القاهرة والجيزة.

٢- تحديد الفروق بين مدربي الأنشطة الرياضية لكل من : كرة القدم - الكرة الطائرة -

كرة السلة - كرة اليد - ألعاب القوي - السباحة - المصارعة - والملاكمة في نوع

المعوقات التي تواجههم بمحافظتي القاهرة والجيزة .

ولتحقيق الأهداف إستخدم الباحث الإجراءات التالية :

- إستخدام الباحث المنهج المسحي

إشتملت عينة البحث على ٤٨٠ مدربا يمثلون ثمانية أنواع من الأنشطة الرياضية ،

ونسبة تمثل حوالي ٥٠ % من مجتمع البحث الأصلي والبالغ عددهم ٨٣٧ مدربا.

- إستخدام في جمع البيانات إستبيان تضمن ثمانية أبعاد وهي :

١- تخطيط وتنظيم اللعبة .

٢- التأهيل المهني .

٣- الإمكانيات المادية والبشرية .

٤- اللاعبين .

٥- الحوافز .

٦- الرعاية الصحية .

٧- وسائل الإعلام .

٨- التحكيم .

وبلغة مجموع العبارات ٩٠ عبارة إشتملت عليها الإستبانة .

- وقد توصل الباحث إلي عدد من النتائج منها :

١- تزداد درجة المعوقات الخاصة بالتأهيل المهني للمدرب لدي مدربي رياضي

المصارعة ، والكرة الطائرة عن درجتها لدي مدربي الأنشطة الأخرى .

٢- تعتبر أكثر المعوقات تأثيرا على عمل مدربي رياضة ألعاب القوي والسباحة هي

تخطيط وتنظيم نوع النشاط الرياضي ، الإمكانيات المادية والبشرية والتأهيل المهني

للمدرب ، بينما جاءت المعوقات المتعلقة بوسائل الإعلام ، الحوافز ، التحكيم اقل

تأثيرا على عمل مدربي هاتين الرياضتين .

( ٨ ) دراسة : الشافعي أحمد أمين ، ٢٠٠٠ م ، بعنوان : تصميم برنامج تدريبي

لتنمية سرعة ودقة أداء بعض المهارات المندمجة الهجومية لناشئي كرة القدم تحت

١٨ سنة . قام الباحث بإختيار عينة عمدية من ناشئي منطقة المنوفية لكرة القدم

والمسجلين بسجلات الإتحاد المصري عن الموسم ٢٠٠٢ - ٢٠٠٣ م والمنطقة

المتثلة في نادي شركة غزل شبين الكوم ، حيث بلغ قوام العينة ٢٥ ناشئي يمثلون

مجموعة تجريبية واحدة ، وطبق البرنامج لمدة ١٢ إسبوع وأحرى الباحث ثلاث قياسات طوال فترة تطبيق البرنامج ، وظهرت نتائج تجربة البحث أن مجموعة المهارات المندمجة الهجومية تتباين من حيث الكم والكيف طبقا لمدى فاعليتها المؤثرة في مباريات ناشئى كرة القدم تحت سن ١٨ سنة ، كما توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى معنوى (٠,٠٥) بين قياس مجموعة البحث في سرعة ودقة أداء فاعلية مجموعة المهارات المندمجة الهجومية قيد البحث ، ولصالح القياس البعدي (الأعلى) .

(٩) دراسة : على ممدوح إبراهيم ٢٠٠٠ م ، بعنوان : وضع برنامج تدريبي للتعرف على تأثير تنمية الأداء الحركي النوعي على مستوى التوافق العصبي العضلي والكفاءة الوظيفية للجهاز الدهليزي لدى ناشئى كرة القدم ، ولتحقيق ذلك قام الباحث بإختيار عينه عمدية من ناشئى نادي الشرقية تحت ١٨ سنة وعددهم ٢٧ ناشئى قسموا إلى ثلاث مجموعات تجريبية وطبق عليهم ثلاث برامج لمدة ستة أسابيع متصلة بواقع ٤ وحدات تدريبية إسبوعية ، حيث أظهرت نتائج التجربة عن أن البرنامج التدريبي المقترح لتنمية الأداء الحركي النوعي في كرة القدم والمتمثل في ( الأداء المنفرد / المركب / الجماعي ) قد أثر إيجابيا على تطوير مستوى التوافق العصبي العضلي ومستوى الكفاءة الوظيفية للجهاز الدهليزي لدى أفراد مجدموعات البحث الثلاث .

(١٠) دراسة : عويضة محمد الحسيني ٢٠٠٢ م ، بعنوان : بناء برنامج تدريبي لتطبيق خلال فترة الإعداد والمنافسات وذلك للإرتقاء بالمتغيرات البدنية والمهارية لناشئ تحت ١٨ سنة في كرة القدم ، وقام الباحث بإختيار عينة عمدية من ناشئ نادي الشرقية الرياضي ، حيث بلغ عددهم ٣٠ ناشئا طبق عليهم البرنامج الذي أستغرق ٨ أسابيع ، من أهم النتائج تحسين القدرات البدنية والمهارية خلال فترة المنافسات عن التحسين الحادث خلال فترة الإعداد . (١١) دراسة : صيام خالد سعيد النبي ١٩٩٧ م ، بعنوان : بناء برنامج لتنمية سرعة ودقة الأداء الحركي بالكرة لدي ناشئ كرة القدم ، وقام الباحث بإختيار عينة عشوائية من ناشئ كرة القدم تحت ١٨ سنة بلغ قوامها ٣٠ ناشئ مطبق عليهم البرنامج المقترح لمدة ٨ أسابيع وقام بمعالجة البيانات إحصائيا من حلال إختيار تحليل التباين وإختيار الفروق ونسب التقدم ، وأظهره نتائج البحث تنمية سرعة ودقة الأداء الحركي بالكرة من خلال جمل حركية تؤدي فيها مجموعة من المهارات الفردية الأساسية بصورة مندمجة وبالطريقة الكلية كما يحدث في المباراة ، كما أدى البرنامج إلى تنمية صفة السرعة الإنتقالية لدى أفراد العينة .

( ١٢ ) دراسة : عوض يسين أحمد ٢٠٠٢ م ، دكتوراة ، بعنوان : معوقات الأعداد البدني لأندية الدرجة الأولى و الممتازة لكرة القدم بولاية الخرطوم .

تناولة هذه الدراسة معوقات الإعداد البدني لأندية الدرجة الأولى والممتازة لكرة القدم بولاية الخرطوم بإستخدام المنهج المسحي ، تمثلة عينة البحث من ١٦ مدرباً توصل الباحث إلى :

- الإمكانيات ، الملاعب ، أجهزة التدريب ، والإمدادات ، مثلت المعوق الأول .
- المعسكر ومتطلباته وتنظيمه جاءت كمعوق ثاني .
- التغذية جاءت في المركز الثالث ، والشئون المالية بما في ذلك التمويل جاءت في المركز الرابع .

التوصيات تضمنت الآتي :

- إلقاء المزيد من الإهتمام بمدرب اللياقة البدنية وتطوير قدراته المهنية .
- وضع خطط علمية للإعداد البدني .
- تعيين أخصائيون تربية بدنية كمدرسين للياقة البدنية .

## ٢-٤-١ التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة

من الملاحظ أن الدراسات السابقة والمشابهة قد تناولت المدرب من حيث الإعداد و التاهيل والصقل ، وأن أغلبها إستخدم المنهج الوصفي، إلا أن الدراسات التي إستخدمة المنهج التجريبي كانت تنفذ البرامج التي صممتها مسبقاً ، لتثبت مدى نجاحها و فاعليتها في تحقيق أهداف البرنامج الموضوع لها .

- إنصبت معظم الدراسات على برامج إعداد مدرس التربية الرياضية فيما عدى دراسة حازم عبد المحسن / ومصطفى عصمت / وعمرو زين العابدين . التي تناولت إعداد وتأهيل المدرب الرياضي ومدرب كرة القدم في جمهورية مصر .
- قلة وندرت الدراسات التي تناولت إعداد وتأهيل مدرب كرة القدم داخل السودان .
- قد أولت الدراسات معظم إهتمامها البحثي إلى عدة موضوعات منها :
  - ١- المشاكل التي تواجه المدربين .
  - ٢- تحليل مناهج الإعداد المهني .
  - ٣- توصيف المدرب الرياضي من المنظور المهني .
  - ٤- إستخدمة معظم الدراسات المنهج الوصفي عدى ثلاث دراسات .
  - ٥- إفتقرت الدراسات إلى محاولة التاريخ أو دراسة التطور التأهيل المهني للمدرب الرياضي ومدرب كرة القدم على وجه الخصوص .
  - ٦- إفتقرت معظم الدراسات إلى وضع نماذج لحل المشكلات التي تواجه المدرب ومدرب كرة القدم بصفة خاصة ، ما عدى الدراسات التي إتبعت المنهج التجريبي على ناشئى كرة القدم في جمهورية مصر العربية .

٢ - ٤ - ٢ الاستفادة من الدراسات السابقة :

إستفاد الباحث من الدراسات السابقة والمشابهة فى النواحي التالية :

١. تحديد منهج البحث .
٢. التعرف على الموضوعات ذات الصلة بموضوع الدراسة .

٣. تحديد مجتمع وعينة البحث .
٤. إختيار أدوات جمع البيانات .
٥. تصميم وبناء الإستبانة ، أداة الدراسة .
٦. التعرف على المعالجات الإحصائية التي تم إتبعها .
٧. إختيار أنسب الطرق لوضع البرنامج المقترح .

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

## الفصل الثالث

### إجراءات الدراسة

#### ١-٣ مقدمة :

يقوم الباحث في هذا الفصل بتوضيح الإجراءات التي تم إتباعها لتنفيذ الدراسة من حيث تحديد منهج الدراسة ومجتمع الدراسة وكيفية إختيار العينة وأدوات جمع البيانات والمعالجات الإحصائية التي تم إتبعها في هذا البحث .

#### ١-٣ منهج البحث :

إستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة وأهداف الدراسة قيد البحث ويعرف:( محمد حسن علاوي ، ١٩٩٨م ، ص ١٤٠ ) المنهج الوصفي بأنه : "يسعي إلى جمع بيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع في متغير أو مجموعة من المتغيرات" وكذلك يري ( علاوي وأسامة كامل راتب ، ١٩٩٩م ، ص ١٣٧ ) " أن الدراسات الوصفية تسهم في إضافة معلومات حقيقة عن الوضع الراهن للظواهر الرياضية المختلفة التي تؤثر سلبا وإيجابا على الرياضات ككل ، ومثل هذه المعلومات تحمل درجة كبيرة من الأهمية في القدرة على تقييم الوضع الراهن " .

### ٢-٣ مجتمع البحث :

يعتبر مجتمع الدراسة هو الذي يحدد المجتمع الأصلي الذي يريد الباحث أن يعمم عليه النتائج ذات العلاقة بالمشكلة ، ويتكون مجتمع الدراسة من تدريبي المستوى الاول الذين يعملون في أندية الدرجات المختلفة لكرة القدم بولاية الخرطوم ، والتي تتبع للإتحاد العام والمحلى لكرة القدم .

#### جدول رقم (١)

يوضح مواصفات مجتمع البحث للعام ٢٠٠٧ - ٢٠٠٩ م

بيانات العينة	العدد	النسبة
مدرب مستوى أولي	١١٠٠	%٤١.٤٤
مدرب مستوى متوسط	٦٧٦	%٢٥.٤٧
مدرب مستوى متقدم	٥٦٥	%٢١.٢٨
مدرب مستوى عالي	٣١٣	%١١.٧٩
المجموع	٢٦٥٤	%٩٩.٩٨

( الإتحاد الرياضي السوداني لكرة القدم / لجنة التدريب . أغسطس ٢٠٠٩ م ) .

### ٣-٣ عينة البحث :

قام الباحث بإختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية لأنها تتناسب مع إجراءات البحث ، لأن إختيار العينة بالطريقة العمدية لا يستوجب أخذها بطريقة إحصائية

وعليه غالباً ما تؤخذ كل العينة المتاحة ، وكانت تتكون من خمس وثلاثون (٣٥)

مدرباً يمثلون مدربي أندية الدرجات المختلفة ، وذلك عن طريق تجمع المدربين بولاية

الخرطوم والذي يبلغ عددهم (١٥٠) وذلك حسب سجلات تجمع المدربين .

وقد حرص الباحث على تنوع عينة البحث من حيث شمولها على :

- مدربين من مختلف الدرجات ( الممتازة - الأولى - الثانية - الثالثة ) .
- مدربين بمختلف المؤهلات الأكاديمية ( أساس-ثانوي- جامعي- فوق الجامعي ) .
- مدربين بمختلف مستويات الدورات التدريب ( أولي- متوسط- متقدم- عالي ) .
- مدربين بمختلف سنوات الخبرة والمشاركة .

جدول رقم (٢) يوضح توصيف العينة من حيث : المؤهل الاكاديمي ، سنوات

الخبرة ، مستوى التدريب .

العدد مدرب	مستوى التدريب	العدد مدرب	سنوات الخبرة	العدد مدرب	المؤهل الاكاديمي
٦	مستوى أولي	٥	أقل من ٣ سنوات	١٢	ثانوي
٢٢	مستوي متوسط/ومتقدم	١٨	أكثر من ٥ سنوات	٢١	جامعي
٧	مستوي عالي/ومافوق	١٢	أكثر من ٧ سنوات	٢	فوق الجامعي

### ٣-٥ أدوات جمع البيانات :

وفي ضوء أهداف البحث وفي حدود ما توفر لدى الباحث من معلومات قام الباحث بإستخدام الإستبانة كأداة رئيسية للبحث في جمع البيانات . والإستبيان " هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات ، ويطلق عليها الإستفتاء أو الإستقصاء " . (حسن أحمد الشافعي ، ٢٠٠٠م ، ص ٥٦) .

- إضافة إلى بعض المقابلات الشخصية .

### ٣-٥-١ مراحل تصميم الإستبانة :

#### - المرحلة الاولى :

قام الباحث باتباع الخطوات التالية كمرحلة اولى لتصميم الاستبانة :

- القراءات النظرية في المراجع العلمية ذات الصلة بإعداد برامج التدريب .
- الإطلاع على الدراسات السابقة والمرتبطة المتمثلة في رسائل الماجستير والدكتوراة للإستفادة منها في تصميم أداة البحث الرئيسية .

#### - ٣-٥-٢ المرحلة الثانية :-

- صمم الباحث إستبيان أولي مبدئى مكون من عدد سبعة محاور .
- قام الباحث بتوزيع الإستبانة في صورتها الأولية مع توضيح أهداف البحث على المحكمين من الخبراء والمختصين في المجال والبالغ عددهم ١٠ محكمين ( ملحق رقم ٤ ) لإبداء آرائهم وملاحظاتهم من حيث :

- مناسبة المحاور لموضوع البحث .
- مناسبة الفقرات لموضوع الإستبانة .
- إتساق الفقرات ومناسبتها لموضوع البحث .
- سلامة صياغة العبارات للفقرات المختلفة من حيث اللغة .
- عرض الباحث الإستبانة على المحكمين وإستجابوا بنسبة ٩٠ % .
- أخضع الباحث إستجابات المحكمين والخبراء إلى التحليل الدقيق ، وكذلك تم إستبعاد أي عبارة إتفقوا على عدم صلاحيتها أكثر من محكم ، وذلك هو المعيار الذي إتخذه الباحث في عملية الحذف والإضافة والتعديل في الإستبانة .
- كما قام الباحث بإستخلاص آراء الخبراء في مجال التربية الرياضية وذلك بإجراء مقابلات شخصية لمعرفة آرائهم في كل محور على وجه الدقة .
- وفقا لآراء الخبراء وملاحظاتهم وتوجيهاتهم قام الباحث بحذف عدد من المحاور السبعة لتصبح خمسة محاور ، حيث تم حذف محور مقترحات للتنفيذ ، ومحور المواد المقترحة إدراجها والجدول ادناه يوضح ذلك .

### جدول رقم ( ٣ ) يوضح

### محاور الاستبانة قبل التعديل

## محاوَر الاستبانة قبل التعديل

رقم المحور	مسمى المحور
• الأول	محتوى البرامج
• الثاني	الفترة الزمنية للبرنامج
• الثالث	المكانات
• الرابع	دوافع الإلتحاق بالتدريب
• الخامس	التقويم
• السادس	مقترحات للتنفيذ
• السابع	المواد المقترحة إدراجها

## جدول رقم ( ٤ )

يوضح التعديلات التي أجراها الخبراء على الاستبانة

عدد المحاور	التعديل	الإضافة	الحذف
الأول: محتوى البرامج	-	-	-
الثاني: الفترة الزمنية للبرنامج	الفترة الزمنية		للبرنامج
	الإمكانات:	*المادية	-

	*البشرية	المادية/اليشيرية	الثالث:الإمكانات
بالبرنامج		دوافع الإلتحاق بالتدريب	الرابع: دوافع الإلتحاق بالبرنامج التدريبي
-	-	-	الخامس:التقويم
مقترحات للتنفيذ	-	-	السادس:مقترحات للتنفيذ
المواد المقترحة	-	-	السابع:المواد المقترح إدراجها

### ٣-٥-٣ المرحلة الثانية : ( لتحكيم الإستبانة )

- على ضوء التوجيهات والإرشادات والتعديلات المقترحة من السادة المحكمين

خلص الباحث للشكل الثاني للإستبانة والجدول أدناه يوضح ذلك

### جدول رقم (٥) يوضح الشكل النهائي للمحاور

مسمى المحور	المحاور
محتوى البرامج	- المحور الأول
الفترة الزمنية	- المحور الثاني
الإمكانات : مادية / بشرية	- المحور الثالث
دوافع الإلتحاق بالتدريب	- المحور الرابع
التقويم	- المحور الخامس

### ٣-٥-٤ المرحلة الثالثة : ( التوصيف النهائي للإستبانة )

- إشتملت الإستبانة فى صورتها النهائية ( ملحق رقم ٥ ) على عدد خمس محاور جاءت على النحو التالي :

( محتوى البرامج - الفترة الزمنية - الإمكانيات: بشرية / مادية

- دوافع الإلتحاق بالتدريب - التقويم ) .

- إشتملة المحاور ال ( ٥ ) على عدد ( ٦٦ ) فقرة .
- تم تحديد إرشادات إستخدام الإستبانة التى توضح أن المعلومات المأخوذة من أفراد العينة سرية وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط .
- تم طباعة الإستبانة توطئة لتوزيعها على أفراد عينة البحث .

### مفتاح التصحيح :

فى ضوء الرجوع لأراء الخبراء الذين فضلوا الإستعانة بمقياس التقدير الثلاثي ذو الرتب الثلاث ، والذي سوف يستخدم كأداة فى هذا البحث وانطلاقاً من تساوى الرتب الثلاث فإن الباحث سيلتزم بالمقياس كما يلي :

لا	إلى حد ما	نعم
١	٢	٣

### ٣-٦ خطوات تقنين الإستبانة :-

#### أ- إختبار صدق المضمون :

- قام الباحث بإختبار صدق الاستبانة للتأكد من أنها تقيس الغرض الذى صممت من أجله وقد إستخدم فى ذلك طريقة صدق المضمون أوالمحتوى التى تهتم بفحص كل استبانة وتحليل مفرداتها لمعرفة مدى تمثيلها للمحور أوالظاهرة المراد قياسها .

- إعتد الباحث على صدق المحكمين بعرض الإستبانة على عدد ثلاثة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية الرياضية ، للتأكد من أن تصميم الإستبانة يتفق مع أهداف البحث ويساعد فى جمع البيانات المراد الحصول عليها من أفراد عينة البحث .

#### ب- قياس صدق الإتساق الداخلى للإستبانة :

وذلك من خلال الدراسة الاستطلاعية بعرض الاستبانة على العينة التجريبية وذلك لإيجاد معامل إرتباط ريتشارد كودر بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمحور الذى تتبعه او تنتمى إليه وذلك للتأكد من ارتباط كل مفردة بالمحور الذى تنتمى إليه وفيما يلى عرض لقيم الارتباط للمفردات بالمحور الذى تنتمى إليه وفقاً لما هو موضوع بالجدول :

## جدول رقم (٦) يوضح

صدق الاتساق الداخلي وفقاً لمعادلة كودر ريتشارد ن=٢

المحور الاول محتوى البرامج	الارتباط	الفترة الزمنية للبرنامج	الارتباط	المحور الثالث دوافع الالتحاق	الارتباط	المحور الرابع الامكانات	الارتباط	المحور الخامس التقويم
١	*،٥١٩	١	*،٤٥٤	١	*،٥٧٨	١	*،٦٢٩	**،٧٥٦
٢	*،٤٩٠	٢	*،٦٦٧	٢	*،٤٨٩٠	٢	*،٦٤٩	*،٥٩٠
٣	*،٤٤٩	٣	*،٣٨٩	٣	*،٤٧٢	٣	*،٥١٦	*،٦٢٩
٤	*،٥٥٩	٤	*،٥٥٩	٤	*،٤٦٣	٤	*،٦٤٩	*،٦٤٩
٥	**،٥٦٨	٥	*،٨٥٩	٥	*،٦٣٥	٥	*،٥٥٢	*،٩٣٩
٦	*،٦٥٤	٦	*،٦٦٠	٦	*،٩٣٩	٦	*،٨٣٣	*،٤٥٤
٧	*،٥٥٢			٧	*،٤٥٤	٧	*،٦٤٥	*،٨٧٨
٨	*،٨٣٣			٨	*،٨٧٨	٨	**،٥٦٨	*،٤٢٠
٩	*،٦٤٥			٩	*،٤٢٠	٩	*،٦٥٤	
١٠	*،٦٣٥						*،٦٢٩	*،٦٢٩
١١	١	*،٦٢٩	١	١٠	*،٦٢٩	١٠	*،٦٢٩	*،٦٤٩
١٢	٢	*،٦٤٩	٢	١١	*،٦٤٩	١١	*،٦٤٩	
١٣		*،٨٣٣	*،٩٣٩	١٢	*،٨٣٣	١٢	*،٩٣٩	

*،٤٥٤	١٣	*،٦٤٥	١٣	*،٤٥٤	*،٦٤٥		١٤
		**،٥٦٨	١٤	*،٨٧٨	**،٥٦٨		١٥
		*،٦٥٤	١٥	*،٤٢٠	*،٦٥٤		١٦

\*معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٥.

\*\* معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.١

يتضح من الجدول السابق أن جميع مفردات المحاور يرتبط كلا بالمحور الذي

تتنمى إليه إذ أن معامل إرتباط بيرسون بين درجة كل مفردة ومجموع

درجات المحور الذي تنتمى إليه ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ .

فيما عدا المفردات التالية والتي كانت دالة عند مستوى ٠.١ في المحور

الاول (٧-٩) في المحور الثانى .

### ج- ثبات الاستبانة :

لتحديد ثبات الاستبانة قام الباحث باستخراج المتوسط الحسابى والانحراف المعياري

ومعامل الخطأ ، والجدول التالى يوضح ذلك

جدول رقم (٧) يوضح :

المتوسط والانحراف ومعامل الخطأ و قيم معامل ثبات الرتب لسبيرمان

رقم المحور	المتوسط	الانحراف	معامل الخطأ	قيمة معامل الثبات
الأول	٢٨	٣,٧٥	١,١٩	٨٨٨,
الثاني	٢٧	٤,١٦	١,٠٦	.٠٩٢
الثالث	٢٢	٣,٤٥	٩٢٥,	٩٣٧.
الرابع	٢٧,٤١	٣,٨٤	١,٣٧	.٠٨٢٥
الخامس	٢٧	٤,١٦	١,٠٩	.٠٩١

يوضح الجدول السابق قيم معامل ثبات الرتب لسبيرمان ويتضح من الجدول

السابق أن قيم معامل الثبات لسبيرمان لكل محور من المحاور يتراوح بين (

٨٢ ،٠ - ٩٣ ،٠) . مما يدل على تمتع كل محور بدرجة عالية من الثبات .

## جدول رقم (٨) يوضح

التباين باستخدام تحليل التباين لعامل واحد (نوبا) بين أفراد عينة البحث

مصدر التباين	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
بين المجموعات	٣٥,٣٦	١١,٩٥	٢٢,٦١	٣١,٦٩	٢٢,٠٦
داخل المجموعات	٣١,٦٩	٣١,٦٩	١٤,٨٧	٢٦,٢٨	٢٦,٦٢
التباين الكلي	٤٩,٥٠	٢٦,٢٨	٢٤,٤٨	٢٤,٤٨	٤٨,٦٨
تباين الخطأ	٣,٥	٣١,٦٩	١٤,٨٧	٢٦,٦٣	٢٤,٤٨
التباين الحقيقي	٤,٥				
ر	٦٨				

بما أن قيمة (ف) الجدولية غير دالة إحصائياً فإن هذا يعنى أنه لا توجد فروق

جوهرية بين أفراد عينة البحث التجريبية مما يعنى إمكانية معالجة بيانات البحث

على أساس تجانس أفراد عينة البحث وبحساب كفاية تطبيق أداة البحث مما يؤكد

إمكانية تطبيق أداة البحث لتمتعها بدرجة عالية من المعاملات العلمية . بحساب

مجموع مربعات فروقات الأفراد عن المتوسط حيث تم تطبيق المعادلة التالية لنوبا

وسوف يقوم الباحث بإجراء المعاملات الإحصائية بإجاد المتوسط ونسبة المتوسط

والإنحراف المعياري للمقارنة بين إستجابات أفراد عينة البحث .

### ٣-٧ تطبيق الإستبانة :

تم تطبيق أداة الدراسة المتمثلة بالإستبانة على عينة البحث فى البرنامج المستخدم من قبل الاتحاد السودانى لكرة القدم فى إعداد مدربى المستوى الاول لكرة القدم بالخرطوم ، وذلك للإستفادة من أجابات المفحوصين فى وضع البرنامج المقترح ، تم توزيع الإستبانة على مدربي كرة القدم المتواجدين بتجمع مدربي ولأية الخرطوم الذي يقام صبيحة يوم الجمعة من كل إسبوع بدار الرياضة بامدرمان وذلك فى الفترة من ٢٦/١٩ ديسمبر ٢٠٠٨م ، حيث إشتملت عينة الدراسة على (٣٥) مدرب بمختلف مستوياتهم من حيث مستويات التدريب والمؤهل الأكاديمي وسنوات الخبرة ، تحصل الباحث على (٣٠) من مجموع (٣٥) إستبانة، وساعد الباحث فى هذا العمل الإخوة فى قيادة تجمع المدربين وعلى رأسهم الخبير جعفر ضرار طه .

وكانت إجابتهم على فقرات الإستبانة على النحو التالي : ( ملحق رقم ٦ ) .

### ٣-٨ الأساليب الإحصائية المستخدمة فى هذا لبحث :

قام الباحث بإستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية ( spss ) .

وذلك بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

- النسب المئوية .
- المتوسط الحسابي .
- الإنحراف المعياري .المقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية .
- وقام الباحث بتقريب النتائج لأقرب ثلاث أرقام عشرية .

## الفصل الرابع

### عرض ومناقشة النتائج

## الفصل الرابع

### عرض ومناقشة النتائج

#### ٤-١ عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الأول :

للإجابة على السؤال الأول للبحث والذي ينص على : ماهو محتوى البرنامج

المقترح لإعداد مدرب المستوى الأول في كرة القدم بولاية الخرطوم ؟

- قام الباحث بإستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لبيانات محور محتوى

البرنامج في الفقرات من ( ١ - ٢٣ ) والجدول التالي يوضح النتائج التي تجيب

على التساؤل الاول للبحث .

#### جدول رقم ( ٩ ) يوضح

الوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة المتوسط لإجابات عينة البحث حول

#### محور محتوى البرنامج

الفقرات	المتوسط	الانحراف	نسبة المتوسط
تعليمات اقرأ الفقرات أدناه ثم أجب على السؤال أعتقد أن أكثر المقررات فائدة هي :			
١- المقررات النظرية في كرة القدم.	٢.٧٥	١,٦٦	٨٥.٧١٤
٢- المقررات العملية في كرة القدم.	٢.٨٩	١,٧٠	٩٦.٤٢٨
٣- مبادي علم وظائف الأعضاء.	٢.٤٦	١,٥٧	٨٢.١٤٢
٤- مبادي علم التشريح.	٢.٣٥	١,٥٣	٧٨.٥٧١
٥- مبادي علم الحركة.	٢.٦٧	١,٦٣	٨٩.٢٨٥

الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	نسبة المتوسط
٦- مبادي علم النفس الرياضي.	٢.٨٩	١,٧٠	٩٦.٤٢٨
٧- علم التدريب الرياضي.	٢.٤٦	١,٥٧	٨٢.١٤٢
٨- إصابات الملاعب.	٢.٧٨	١,٦٧	٩٢.٨٥٧
٩- التغذية الرياضية.	٢.٤٦	١,٥٧	٨٢.١٤٢
- أعتقد أن هنالك مقررات هامة يجب ادراجها في البرنامج			
١٠- الاعداد النفسي.	٢.٨٩	١,٧٠	٩٦.٤٢٨
١١- التدريب العقلي.	٢.٣٥	١,٥٣	٧٨.٥٧١
١٢- إدارة وتنظيم المسابقات الرياضية.	١.٧١	١,١٣	٥٧.١٤٢
١٣- قوانين وتشريعات الرياضية.	٢.٤١	١,٥٢	٧١.٤٢٨
١٤- إدارة الوقت.	٢.٣٥	١,٥٥	٧٨.٥٧١
١٥- هل تعتقد أن هنالك مقررات اخرى يمكن إضافتها.	٢.٠٣	١,٤٢	٦٧.٨٥٧
١٦- أن المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بتنوع المهارات .	٣.٠٠	١,٧٣	١٠٠
١٧- أن المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بإتقان المهارات الأساسية .	٢.٥٧	١,٦٠	٨٥.٧١٤
١٨- المقررات المدرجة في البرنامج تساعد المدرب في تصميم وحدات اللياقة البدنية .	٢.٥٧	١,٦٠	٨٥.٧١٤
١٩- البرنامج المقترح يعد المدرب لتصميم الخطط .	٢.٥٥	١,٥٩	٨٢.١٤٢
٢٠- البرنامج المقترح يعد المدرب للربط بين خطط اللعب والقانون .	٢.٣٥	١,٥٣	٧٨.٥٧١
٢١- البرنامج المقترح يعد المدرب لوضع السجلات .	١.٧١	١,٣١	٥٧.١٤٢
٢٢- البرنامج المقترح يساعد في معرفة التغذية الرياضية السليمة .	١.١٤	١,٠٧	٧١.٤٢٨
٢٣- البرنامج المقترح يساعد في تاهيل مدرب كرة قدم .	٢.٥٧	١,٦٠	٨٥.٧١٤

بالإشارة إلى الجدول رقم (٩) أعلاه يلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات المفحوصين عن فقرات الإستبانة أن المتوسط الحسابي انحصر ما بين (٣,٠ - ١.٧١) والانحراف المعياري ما بين (١,٧٣ - ١,٠٧) ونسبة المتوسط ما بين (٩٦.٤٢٨ - ٥٧.١٤٢).

#### ٤ - ١ - ١ مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الأول :-

فيما يلي عرض بيانات محور محتوى البرنامج التي إعتقد المفحوصين أنه أكثر فائدة والتي تعبر عنها الفقرات من (١ - ٩) ، وأن هنالك فقرات هامة يجب إدراجها وتعبر عنها الفقرات من (١٠ - ١٥) ، والمقرارات المدرجة في البرنامج والتي تساعد المدرب ، تعبر عنها الفقرات (١٦ - ٢٢) ، والفقرة الأخيرة في محور محتوى البرامج تم تأهيلك كمدرّب كرة قدم تعبر عنها الفقرة (٢٣) وبالتالي :-

- بلغ الوسط الحسابي الكلي لمحور محتوى البرامج (٨٦.٩٠) وإنحراف معياري (٦.٢) ونسبت متوسط بلغت (٢.٦٠٧)% وتفاصيل ذلك فيما يلي:

- تراوح متوسط إستجابة المفحوصين عينة البحث على محور محتوى البرنامج متوسط (٣.٠٠ - ١.١٤) وإنحراف معياري (١,٧٣ - ١,٠٧) ونسبة متوسط (٩٦.٤٢٨ - ٥٧.١٤٢) % .

- بلغ متوسط الفقرة الأولى (أن المقررات النظرية أكثر فائدة) متوسط (٢.٨٩) وإنحرف معياري (١,٦٦) ونسبة متوسط (٨٥.٧١٤) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية ( أن المقررات العملية أكثر فائدة ) متوسط (٢.٨٩) وإنحراف معياري (١,٧٧) ونسبة متوسط (٩٦.٤٢٨) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة ( أن مبادي علم وظائف الأعضاء أكثر فائدة ) متوسط (٢.٤٦) وإنحراف معياري (١,٥٧) ونسبة متوسط (٨٢.١٤٢) % .

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة ( أن مبادي علم التشريح أكثر فائدة ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة الخامسة ( أن مبادي علم الحركة أكثر فائدة ) متوسط ( ٢.٦٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٩.٢٨٥ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة السادسة ( أن مبادي علم النفس الرياضي أكثر فائدة ) متوسط ( ٢.٨٩ ) وانحراف معياري ( ١,٧٠ ) ونسبة متوسط ( ٩٦.٤٢٨ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة السابعة ( أن إصابات الملاعب أكثر فائدة ) متوسط ( ٢.٧٨ ) وانحراف معياري ( ١,٥٧ ) ونسبة متوسط ( ٩٢.٨٥٧ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة الثامنة ( ان التدريب الرياضي أكثر فائدة ) متوسط ( ٢.٤٦ ) وانحراف معياري ( ١,٦٧ ) ونسبة متوسط ( ٨٢.١٤٢ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة التاسعة ( أن التغذية الرياضية أكثر فائدة ) متوسط ( ٢.٤٦ ) وانحراف معياري ( ١,٥٧ ) ونسبة متوسط ( ٨٢.١٤٢ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة العاشرة ( أن من المقررات الهامة التي يجب إدراجها الإعداد النفسي ) متوسط ( ٢.٨٩ ) وانحراف معياري ( ١,٧٠ ) ونسبة متوسط ( ٩٦.٤٢٨ ) % (
- بلغ متوسط الفقرة الحادية عشر ( أن من المقررات الهامة التي يجب إدراجها الإعداد العقلي ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية عشر ( أن من المقررات الهامة التي يجب إدراجها إدارة وتنظيم الوقت ) متوسط ( ١.٧١ ) وانحراف معياري ( ١,٣١ ) ونسبة متوسط ( ٥٧.١٤٢ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة عشر ( أن من المقررات الهامة التي يجب إدراجها قوانين وتشريعات الرياضة ) متوسط ( ٢.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٥٥ ) ونسبة متوسط ( ٧١.٤٢٨ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة عشر ( أن من المقررات الهامة التي يجب إدراجها إدارة الوقت ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الخامسة عشر ( مقررات يمكن إضافتها ) متوسط ( ٢.٠٣ ) وانحراف معياري ( ١,٤٢ ) ونسبة متوسط ( ٦٧.٨٥٧ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة السادسة عشر ( المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بتنوع المهارات ) متوسط ( ٣.٠٠ ) وانحراف معياري ( ١,٧٣ ) ونسبة متوسط ( ١٠٠ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة السابعة عشر ( المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بإتقان المهارات الأساسية ) متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثامنة عشر ( المقررات المدرجة في البرنامج تساعد في تصميم اللياقة البدنية ) متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة التاسعة عشر (البرامج التدريبية تساعد المدرب في تصميم الخطط ) متوسط ( ٢.٥٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٢.١٤٢ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة العشرون ( البرامج تعد المدرب للربط بين خطط اللعب والقانون ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الحادية والعشرين ( البرامج تعد المدرب لوضع السجلات ) متوسط ( ١.٧١ ) وانحراف معياري ( ١,٣١ ) ونسبة متوسط ( ٥٧.١٤٢ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية والعشرين ( البرامج التدريبية تساعد المدرب في التغذية الرياضية ) متوسط ( ١.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٠٧ ) ونسبة متوسط ( ٥٧.١٤٢ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة والعشرين ( تم تدريسك وتأهيلك كمدرّب كرة قدم ) متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

ومن خلال الجدول رقم (٨) يتضح إجماع المدربين عينة البحث على أن أكثر المقررات فائدة هي : المقررات العملية لكرة القدم ، ومبادئ علم النفس الرياضي

ومبادي علم الحركة ، ومبادي علم وظائف الأعضاء ، وكذلك علم التدريب الرياضي ،  
، وإصابات الملاعب إذ تراوحت نسبة المتوسطات بين ( ٩٦,٤٢٨ - ٨٢,١٤٢ ) % . وتعتبر هذه المواد ذات أهمية بالغة في رفع  
مستوى المدرب .

وكذلك أظهرت النتائج أن هنالك بعض المقررات الهامة التي يجب إدراجها  
وتمثلت في : الإعداد النفسي، والإعداد العقلي ، وإدارة الوقت ، وقوانين وتشريعات  
الرياضة ، إذ تراوحت نسبها بين ( ٩٦,٤٢٨ - ٧١,٤٢٨ ) % . وهذه النسب ذات  
دلالة إحصائية واضحة على درجة أهمية المواد بالبرنامج ، وكذلك أكثر المقررات  
فائدة ، وأن المقررات تتميز بتنوع المهارات حيث حصلت على أعلى نسبة إستجابة  
للمفحوصين وبلغت ١٠٠ % .

يتضح من هذه النتيجة أن محتوى البرنامج المقترح مناسب ومقبول وفقا لأراء  
المفحوصين مع إضافة بعض المواد حيث إنحصرت نسبة المتوسط لإجابة  
المحوصين ما بين ( ٩٦.٤٢٨ - ٥٧.١٤٢ ) وهي نسبة مقبولة وجيدة .

وقد أكدت هذه النتيجة دراسة كل من (عمر زين العابدين محمود ، ومصطفى  
عصمت محمد ) : على أن هذه المواد ذات أهمية حيث تعمل على رفع مستوى  
المدرب والنهوض به وتطويره عمليا ومعرفيا وتكنولوجيا .

ويتفق الباحث مع هذه النتيجة وذلك لأن هذه المواد من الأهمية بمكان حيث تعمل

على تنمية وتطوير مهارات وقدرات المدرب من مختلف الجوانب التي يسعى إليها

## ٤- ٢ عرض النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني :-

فيما يلي عرض بيانات محور الفترة الزمنية للبرنامج والذي يتضمن الفقرات من

( ٢٤ - ٢٩ ) وذلك للإجابة على تساؤل البحث الثاني والذي ينص على :-

ماهى الفترة الزمنية للبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم بولاية الخرطوم ؟

حيث تضمنت الفقرة ( ٢٤ ) على عدد أيام البرنامج وهي ١٠ أيام لكفاية البرنامج

، والفقرة ( ٢٥ ) على كفاية الجرعة اليومية ، والفقرة ( ٢٦ ) على مناسبة عدد

الساعات و توفر الإستيعاب للمدرب ، والفقرة ( ٢٧ ) على أن عدد الساعات غير

مناسب ومرهق ، والفقرة ( ٢٨ ) عدم كفاية الدورة التدريبية لتغطية كل هذا الكم من

المعلومات وتحتاج إلى فترة أطول ، والفقرة ( ٢٩ ) شعور المدرب بالتعب نتيجة أن

المحاضرات صباحا ومساء والجدول التالي يوضح ذلك

### جدول رقم (١٠) يوضح

إجابات عينة البحث حول محور الفترة الزمنية للبرنامج :

الفقرات	المتوسط	الإنحراف المعياري	نسبة المتوسط
٢٤-الفترة الزمنية للبرنامج ( ١٠ ) أيام كافية .	٠.١١	٠,٣٣	٣.٥٧١
٢٥-الجرعة الزمنية اليومية كافية .	١.٢٨	١,١٣	٤٢.٨٥٧
٢٦-عدد الساعات مناسب ويوفر الإستيعاب .	٠.٤٦	٠.٦٨	٢١.٤٢٨
٢٧-عدد الساعات غير مناسب ومرهق .	٠.٤٦	٠,٦٨	٢١.٤٢٨
٢٨-مد البرنامج غير كافية لتغطية كل هذا الكم من	٢.٣٥	١,٥٣	٧٨.٥٧١

			المعلومات وتحتاج الى فترة أطول .
٤٦.٤٢٨	١,١٨	١.٣٩	٢٩-شعرة بالتعب نتيجة أن المحاضرات صباحا و مساء.

ويتضح من الجدول ( ١٠ ) أعلاه : تراوحت نسبة إستجابات المفحوصين على

محور الفترة الزمنية للبرنامج ( ٠١١ - ٢.٣٥ ) وإنحراف معياري ( ١,٥٣ - ٠,٣٣ ) ونسبة متوسط ( ٣.٥٧١ - ٧٨.٥٧١ ) وتفصيل ذلك على النحو التالي :

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة والعشرين ( الفترة الزمنية للبرنامج ١٠ أيام كافية ) متوسط ( ٠.١١ ) وإنحراف معياري ( ٠,٣٣ ) ونسبة متوسط ( ٣.٥٧١ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة الخامسة والعشرين ( الجرعة اليومية كافية ) متوسط ( ١.٢٨ ) وإنحراف معياري ( ١,١٣ ) ونسبة متوسط ( ٤٢.٨٥٧ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة السادسة والعشرين ( عدد الساعات مناسب ويوفر الإستيعاب ) متوسط ( ٠.٦٤ ) وإنحراف معياري ( ٠,٦٨ ) ونسبة متوسط ( ٢١.٤٢٨ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة السابعة والعشرين ( عدد الساعات غير مناسب ومرهق ) متوسط ( ٠.٦٤ ) وإنحراف معياري ( ٠,٦٨ ) ونسبة متوسط ( ٢٤.٢٨ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة الثامنة والعشرين ( الفترة الزمنية غير كافية كل هذا الكم من المعلومات وتحتاج إلى فترة أطول ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وإنحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة التاسعة والعشرين ( شعرة بالتعب نتيجة أن المحاضرات صباحا ومساء ) متوسط ( ١.٣٩ ) وانحراف معياري ( ١,١٨ ) ونسبة متوسط ( ٤٦.٤٢٨ ) % .

#### ٤ - ٢ - ١ مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني :-

- أن هنالك دلالات إحصائية واضحة على عدم رضا المفحوصين عن الفترة الزمنية للبرنامج وذلك بنسبة متوسط ( ٣.٥٧١ ) % ، و عدد الساعات التي تمثلت في توفير الإستيعاب بنسبة متوسط ( ٢٤.٢٨ ) % وعدم المناسبة الجرعة اليومية ، كذلك لم يتم تغطية جميع المعلومات بنسبة متوسط ( ٤٦.٤٢٨ ) % .

وتجيب هذه النتيجة على التساؤل الثاني بان الفترة الزمنية للبرنامج غير كافية . ولقد تم أخذ التقدير الأول للمحور حيث جاءت معظم فقرات المحور بالنفي . ويرى الباحث عند وضع الفترة الزمنية للبرنامج يجب أن تكون الساعات المقررة كافية بحيث تسمح بتغطية جميع المقررات المدرجة في البرنامج مع توفير الإستيعاب للمدرب ومراعات عدم الإرهاق والتعب حتى يتمكن المدرب من الإستفادة القصوى للبرنامج .

#### ٤-٣ عرض بيانات محور دوافع الإلتحاق بالبرنامج المقترح :

والذي يجب على التساؤل الثالث والذي ينص على ما هي دوافع الإلتحاق بالبرنامج

المقترح لاعداد المدربين ؟ والجدول أدناه يوضح ذلك

## جدول رقم (١١) يوضح

### إجابات عينة البحث حول محور دوافع الالتحاق بالبرنامج

الفقرات	المتوسط	الإحراف المعياري	نسبة المتوسط
- أعتقد أن الالتحاق ببرنامج المقترح للمدربين			
٣٠- يسهم في تطوير مستوى المعرفي .	٢,٥٧	١,٦٠	٥٨,٧١٤
٣١- يسهم في تطوير مستوى الفني .	٢,٤٦	١,٥٧	٨٢,١٤٢
٣٢- يسهم في تأهيلي لمستوي متقدم في التدريب .	٢,٨٩	١,٧٠	٩٦,٤٢٨
٣٣- يسهم في معرفتي لمكونات اللياقة البدنية .	٢,٣٥	١,٥٣	٧٨,٥٧١
٣٤- يسهم في معرفتي لمكونات الخطط .	٢,٢٥	١,٥٠	٧٥,٠٠٠
٣٥- يسهم في معرفتي لقانون اللعبة .	٢,٢٥	١,٥٠	٧٥,٠٠٠
٣٦- يسهم في معرفتي للتغذية الرياضية .	٢,١٤	١,٤٦	٧١,٤٢٨
٣٧- يسهم في معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب.	٢,٢٥	١,٥٠	٧٥,٠٠٠
٣٨-يساعدني في الحصول على شهادة في مجال التدريب	٢,٥٧	١,٦٠	٨٥,٧١٤
٣٩- يساعدني في الحصول على مكانه إجتماعية .	٢,٠٣	١,٤٢	٦٧,٨٥٧
٤٠- يساعدني في التدرج كمدرّب مسجّل بإتحاد كرة القدم .	٢,٧٨	١,٦٧	٩٢,٨٥٧
٤١-يساعدني في الحصول على أكبر كم من الشهادات .	٢,٢٥	١,٥٠	٧٥,٠٠٠
٤٢-يساعدني على حل مشاكل التدريب في كرة القدم .	٢,٣٥	١,٥٣	٧٨,٥٧١
٤٣-يساعدني في العمل مع مراحل سنّية أكبر	٢,٥٧	١,٦٠	٨٥,٧١٤

يلاحظ من الجدول أعلاه تراوح متوسط إستجابات المفحوصين لمحور دوافع

الإلتحاق بالبرنامج المقترح على النحو التالي : ( ٢.٨٩ - ٢.٠٣ ) وانحراف

معياري ( ١,٤٢ - ١,٧٠ ) ونسبة متوسط ( ٦٧.٨٤٧ - ٩٦.٤٢٨ ) % . وذلك على النحو التالي :

- بلغ متوسط الفقرة الثلاثين ( إعتقد أن البرنامج يسهم في تطوير المستوى المعرفي متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الواحدة والثلاثين ( أعتقد أن البرنامج يسهم في تطوير المستوى الفني ) متوسط ( ٢.٤٦ ) وانحراف معياري ( ١,٥٧ ) ونسبة متوسط ( ٨٢.١٤٢ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية والثلاثين ( أعتقد أن البرنامج يسهم في تأهيلي لمستوى متقدم في التدريب ) متوسط ( ٢.٨٩ ) وانحراف معياري ( ١,٧٠ ) ونسبة متوسط ( ٩٦.٤٢٨ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة والثلاثين ( إعتقد أن البرنامج يسهم في معرفتي لمكونات اللياقة البدنية ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة والثلاثين ( إعتقد أن البرنامج يسهم في معرفتي لمكونات الخط ) متوسط ( ٢.٢٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٠ ) ونسبة متوسط ( ٧٥.٠٠ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الخامسة والثلاثين ( إعتقد أن البرنامج يسهم في معرفتي لقانون اللعبة ) متوسط ( ٢.٢٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٠ ) ونسبة متوسط ( ٧٥.٠٠ ) %

- بلغ متوسط الفقرة السادسة والثلاثين ( أعتقد أن البرنامج يسهم في معرفتي للتغذية الرياضية ) متوسط ( ٢.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٤٦ ) ونسبة متوسط ( ٧١.٤٢٨ ) %

- بلغ متوسط الفقرة السابعة والثلاثين ( إعتقد أن البرنامج يسهم في معرفة النواحي النفسية ) متوسط ( ٢.٢٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٠ ) ونسبة متوسط ( ٧٥.٠٠ ) %

- بلغ متوسط الفقرة الثامنة والثلاثين ( يساعدني في الحصول على شهادة في مجال التدبير ) متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) %

- بلغ متوسط الفقرة التاسعة والثلاثين ( يساعدني في الحصول على مكانة إجتماعية ) متوسط ( ٢.٠٣ ) وانحراف معياري ( ١,٤٢ ) ونسبة متوسط ( ٦٧.٨٥٧ ) %

- بلغ متوسط الفقرة الأربعين (يساعد في التدرج كمدرّب مسجّل بإتحاد كرة القدم) متوسط ( ٢.٧٨ ) وانحراف معياري ( ١,٦٧ ) ونسبة متوسط ( ٩٢.٨٥٧ ) %

- بلغ متوسط الفقرة الواحدة والاربعين ( يساعدني في الحصول على أكبر كم من الشهادات ) متوسط ( ٢.٢٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٠ ) ونسبة متوسط ( ٧٥.٠٠ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية والاربعين ( يساعدني على حل مشاكل التريب ) متوسط ( ٢.٣٥ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( ٧٨.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة والاربعين ( يساعدني في العمل مع مراحل سنوية أكبر ) متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

وتجيب هذه النتيجة عن تساؤل البحث الثالث بان للمفحوصين داووع عديدة للالتحاق بالبرنامج المقترح لاعداد المدربين أهمها : في التأهيل لمستوي متقدم في التدريب بنسبة متوسط ( ٩٦,٤٢٨ ) - يساعد في التدرج كمدرّب مسجل بإتحاد كرة القدم بنسبة متوسط ( ٩٢,٨٥٧ ) - يساعد في الحصول على شهادة في مجال التدريب بنسبة متوسط ( ٨٥,٧١٤ ) - يساعد في العمل مع مراحل سنوية أكبر بنسبة متوسط ( ٨٥,٧١٤ ) - يسهم في تطوير المستوى الفني بنسبة متوسط ( ٨٢,١٤٢ ) - يسهم في معرفة مكونات اللياقة البدنية بنسبة متوسط ( ٧٨,٥٧١ ) - يساعد على حل مشاكل التدريب في كرة القدم بنسبة متوسط ( ٧٨,٥٧١ ) - يسهم في معرفة مكونات الخطط بنسبة متوسط ( ٧٥,٠٠٠ ) - يسهم في معرفة قانون اللعبة بنسبة متوسط ( ٧٥,٠٠٠ ) - يساعدني في الحصول على أكبر كم من الشهادات بنسبة متوسط ( ٧٥,٠٠٠ ) - يساعدني يسهم في معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب بنسبة متوسط ( ٧٥,٠٠٠ ) - يسهم في معرفتي للتغذية الرياضية بنسبة متوسط ( ٧١,٤٢٨ ) - يساعدني في الحصول على مكانه إجتماعية بنسبة متوسط ( ٦٧,٨٥٧ )

( - يسهم في تطوير مستوى المعرفي يسهم في تطوير مستوى المعرفي بنسبة متوسط ( ٥٨,٧١٤ ) .

#### ٤ - ٣ - ١ مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثالث :-

- من الجدول ( ١١ ) الذي يوضح آراء عينة البحث في محور دوافع الإلتحاق بالبرنامج :-

يمكن التعرف على الدوافع التي تكمن وراء إلتحاق المدربين بالبرنامج التدريبي أن هنالك دلالات إحصائية واضحة حيث إتفقت في التأهيل لمستوي متقدم في التدريب ، والمساعدة في التدرج كمدرّب مسجّل بإتحاد كرة القدم ، والحصول على شهادة في مجال التدريب ، وتطوير المستوى المعرفي والعمل مع مراحل سنّية أكبر، ومعرفتي لمكونات اللياقة البدنية ، والعمل على حلّ مشاكل التدريب .

- وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من ( عمرو زين العابدين محمود / ومصطفى عصمت محمد / وحازم عبد المحسن ، ٢٠٠٠ م ، ص ٢٥ ) :

حيث أشاروا إلى أن التأهيل لمستوى متقدم والتدرج كمدرّب تابع للإتحاد كرة القدم والحصول على شهادة في التدريب والعمل مع مراحل سنّية أكبر كانت من أهم الدوافع حيث أن الحصول على شهادة في مجال التدريب والتدرج كمدرّب تابع للإتحاد يمثلان الباب الرئسي الذي يمكن من العمل في مجال كرة القدم .

#### ٤-٤ عرض بيانات محور الإمكانيات :-

والذي تم فيه تقسيم محور الإمكانيات إلى جزئين : الإمكانيات المادية / والإمكانيات البشرية - الإمكانيات المادية والتي تضمنت الفقرات ( ٤٤ ) توفر الملاعب التي يتم فيها التدريب ، والفقرة ( ٤٥ ) صلاحية الملاعب ، والفقرات ( ٤٦ - ٤٨ ) في توفر القاعات والأدوات ووسائل العرض والفقرة ( ٤٩ ) وجود مكتبة للإطلاع أثناء وبعد الدورة التدريبية .

والجدول (١٢) أدناه يوضح ذلك :

### جدول رقم ( ١٢ ) يوضح

#### إجابات عينة البحث حول محور الامكانيات

الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	نسبة المتوسط
٤٤-تتوفر الملاعب التي يتمكن تدريب المدربين فيها .	١.٣٩	١,١٨	٤٦.٤٢٨
٥٤-الملاعب صالحة	١.٠٢	١,٠١	٣٤.٢٨٥
٤٦-تتوفر الأدوات القانونية من حيث العدد والصلاحية .	١.٠٢	١,٠١	٣٤.٢٨٥
٤٧-توجد قاعات للدراسة النظرية .	٠.٩٦	٠,٩٨	٣٢.١٤٢
٤٨-القاعات تتوفر فيها وسائل العرض .	٠.٥٣	٠,٧٣	١٧.٨٥٧
٤٩-توجد مكتبة للطلاع أثناء وبعد ونهاية الدورة .	٠.٥٣	٠,٧٣	١٧.٨٥٧

من الجدول رقم ( ١٢ ) أعلاه تراوح متوسط إستجابات المفحوصين على محور

الإمكانيات المادية ( ٠.٥٣ - ١.٣٩ ) وانحراف معياري ( ٠,٥٣ - ١,١٨ ) ونسبة

متوسط ( ١٧.٨٥٧ - ٤٦.٤٢٨ ) % . وتفاصيل ذلك فيما يلي :

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة والاربعين (تتوفر الملاعب التى يمكن التدريب فيها) متوسط ( ١.٣٩ ) وانحراف معياري ( ١,١٨ ) ونسبة متوسط ( ٤٦.٤٢٨ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة الخامسة والاربعين ( الملاعب صالحة ) متوسط ( ١.٠٢ ) وانحراف معياري ( ١,٠١ ) ونسبة متوسط ( ٣٤.٢٨٥ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة السادسة والاربعين ( تتوفر الأدوات القانونية ) متوسط ( ١.٠٢ ) وانحراف معياري ( ١,٠١ ) ونسبة متوسط ( ٣٤.٢٨٥ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة السابعة والاربعين ( تتوفر قاعات الدراسة النظرية ) متوسط ( ٠.٩٦ ) وانحراف معياري ( ٠,٩٨ ) ونسبة متوسط ( ٣٢.١٤٢ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة الثامنة والاربعين ( القاعات توفر وسائل العرض ) متوسط ( ٠.٥٣ ) وانحراف معياري ( ٠,٧٣ ) ونسبة متوسط ( ١٧.٨٥٧ ) % .
- بلغ متوسط الفقرة التاسعة والاربعين ( توجد مكتبة أثناء وبعد الدورة ) متوسط ( ٠.٥٣ ) وانحراف معياري ( ٠,٧٣ ) ونسبة متوسط ( ١٧.٨٥٧ ) % .

وهذه النتيجة تجيب عن سؤال البحث الرابع عن إمكانات البرنامج حيث جاءت النتيجة أن الإمكانيات المتاحة لاتساعد على تنفيذ البرنامج وذلك بنسبة متوسط ( ٤٦.٤٢٨ ) توفر الملاعب ، و( ٣٤.٢٨٥ ) لصلاحية الملاعب ، و ( ٣٤.٢٨٥ ) لقانونية الادوات ، و( ٣٢.١٤٢ ) لوسائل العرض ، ( ١٧.٨٥٧ ) للمكتبة .

٤ - ٢ مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الرابع :-

ومن خلال الجدول (١٢) أعلاه والذي يوضح آراء عينة البحث في محور الإمكانيات

- الإمكانيات المادية يتضح الآتي :

أن نسبة عدم توفر الملاعب وعدم صلاحيتها مع عدم توفر الأدوات القانونية وعدم توفر القاعات ووسائل العرض وكذلك وعدم جود مكتبة أثناء الدورة التدريبية ، أن هنالك دلالة إحصائية واضحة من خلال تقارب نسب المتوسطات تدل على ضعف وأضح في توفير الإمكانيات المادية والتي تدل على ضعف الإجابة على فقرات محور المكانات المادية يدل ذلك على قلة وضعف الإمكانيات المادية .

وتؤكد هذه النتيجة ( عفاف عبد المنعم شحاتة ، ١٩٩٨م ، ص ٢٤ )

أهمية الإمكانيات المادية بقولها :

" أن توفر الإمكانيات وحسن إستخدامها يعتبر أمرا حتميا لاغنى عنه ،

باعتبارها أحد العوامل المؤثرة في نجاح الأنشطة وتحقيق أهدافها " .

ومواصلة لعرض محور الإمكانيات - الإمكانيات البشرية تناولت الفقرات (

٥٠ - ٥٥ ) محاضر الدورة التدريبية من حيث الخبرة والإلتزام بالوقت ، إستخدام

إسلوب المنافسة ، وتضمنت الفقرة ( ٥٦ ) تزويد الدارسين بالكتب في نهاية الدورة

التدريبية .

والجدول رقم ( ١٣ ) يوضح :

نسبة المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الفقرات
-----------------	----------------------	---------	---------

٨٢.١٤٢	١,٥٦	٢.٤٦	٥٠- محاضرى البرنامج لابد ان تتوفر لديهم خبرة تدريبية علمية .
٨٩.٢٨٥	١,٦٣	٢.٦٧	٥١ - المحاضرين فى البرنامج لابد من الالتزام بالحضور في الوقت المحدد للجدول .
٨٥.٧١٤	١,٦٠	٢.٥٧	٥٢- الألتزام بالساعات المحددة لتدريب الدورة .
٣٤.٢٨٥	١,٠١	١.٠٣	٥٣- يستخدم المحاضرين فى البرنامج الوسائل المساعدة ( بروجكتر ) .
٦٠.٨٥٧	١,٣٥	١.٨٢	٥٤- يعتمد المحاضر في أسلوب التدريس على المناقشة والتفاعل مع الدارسين فى البرنامج.
٦٠.٧١٤	١,٣٥	١.٨٢	٥٥- يهتم المحاضر بدرجة إستيعاب الدارسين فى البرنامج.
٤٢.٨٥٧	١,٣٥	١.٨٢	٥٦- يتم تزويد الدارسين بالكتب في نهاية البرنامج .

تراوح متوسط إستجابات المفحوصين على محور الإمكانيات - الإمكانيات البشرية (

٨٩.٢٨٥ ) ونسبة متوسط ( ١,٦٣ - ١,٠١ ) وانحراف معياري ( ١.٠٣ - ٢.٦٧ )

- ( ٣٤.٢٨٥ ) % . وتفاصيل ذلك على النحو التالي :

- بلغ متوسط الفقرة الخمسين ( محاضر الدورة ذو خبرة تدريبية علمية ) متوسط (

٢.٤٦ ) وانحراف معياري ( ١,٥٦ ) ونسبة متوسط ( ٨٢.١٤٢ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الواحدة والخمسين ( المحاضر يلتزم بالحضور في الوقت المحدد

للجدول ) متوسط ( ٢.٦٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٣ ) ونسبة متوسط (

٨٩.٢٨٥ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية والخمسين (الإلتزام بالساعات المحددة لتدريب الدورة)

متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة والخمسون ( يستخدم المحاضر الوسائل المساعدة )

متوسط ( ١٠.٠٣ ) وانحراف معياري ( ١,٠١ ) ونسبة متوسط ( ٣٤.٢٨٥ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة والخمسين ( يعتمد المحاضر على أسلوب التفاعل

والمناقشة ) متوسط ( ١.٨٢ ) وانحراف معياري ( ١,٣٥ ) ونسبة متوسط ( )

. % ( ٦٠.٨٥٧ )

- بلغ متوسط الفقرة الخامسة والخمسين ( يهتم المحاضر بدرجة إستيعاب الدارسين

( متوسط ( ١,٨٢ ) وانحراف معياري ( ١,٣٥ ) ونسبة متوسط

. % ( ٦٠,٧١٤ )

- بلغ متوسط الفقرة الخامسة والخمسين ( تم تزويد الدارسين بالكتب في نهاية الدورة

التدريبية ) متوسط ( ١.٨٢ ) وانحراف معياري ( ١,٥٣ ) ونسبة متوسط ( )

. % ( ٤٢.٨٥٧ )

٤ - 2 - ١ مواصلة مناقشة النتائج الخاصة بمحور الإمكانيات / البشرية :

ومن خلال الجدول ( 13 ) أعلاه والذي يوضح آراء عينة البحث :

حيث أظهرت النتائج إتفاق المديرين عينة البحث على أن محاضر البرنامج

يجب أن يكون ذو خبرة علمية ويلتزم بالحضور في الوقت المحدد مع الإلتزام

بالساعات المحددة ، فيما تراجع آراء المديرين عينة البحث في الإجابة على بقية

الفقرات في المحور يضعف نسب المتوسطات ، في إستخدام الوسائل المساعدة وكذلك  
إعتماد المحاضر أسلوب المناقشة مع إهتمامه بدرجة إستيعاب الدارسين ، ثم يأتي  
بعد ذلك تزويد الدارسين بالكتب في نهاية الدورة التدريبية . ويرى الباحث أن الأهتمام  
بالإستيعاب ، واعتماد أسلوب المناقشة مع حسن إستخدام تكنولوجيا التعلم وكذلك  
الإستفادة من جميع الإمكانيات المتاحة تمثل عاملاً جيداً في نجاح البرنامج التدريبي  
.

ومن خلال ذلك يتضح أن هنالك ضعف وأضح في محور الأماكن بشقيه

المادي والبشري . وتدعم لهذا الرأي يؤكد (عبد الحميد شرف، ٢٠٠٠م، ص ٨٥)

"من الضروري توفير الأدوات والأجهزة اللازمة لممارسة أي نشاط وليس مجرد توفير  
فقط ، بل التوفير على المستوى الجيد وذلك لتحقيق الوصول إلى أعلى النتائج  
المرجوة من البرنامج " .

٤ - ٥ عرض بيانات محور التقويم : والتي تجيب على التساؤل الخامس والذي

ينص على : كيف يتم تقويم البرنامج المقترح ؟

لقد إشتهل محور التقويم على عشر فقرات من (٥٧ - ٦٦) تناولت الفقرة

(٥٧ - ٥٨) عدد الإمتحانات في الدورة التدريبية ، والفقرة (٥٩ - ٦٠ - ٦١)

تم تغطية المقررات مع إدراج نسبة الحضور للتقييم وتقييم الدارسين خلال المحاضرات

، والفقرة (٦٢) على موضوعية الإمتحانات ، وتضمنت الفقرات

(٦٣ - ٦٦) وسائل التقويم وعملية المتابعة للتقويم وصورة الفردية للتقويم وأفضلية

التقويم لمرة واحدة حتى يتمكن المدرب من تصحيح الأخطاء .

### جدول رقم (١٤) يوضح إجابات عينة البحث حول محور التقويم

الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	نسبة المتوسط
٥٧- هنالك إمتحان واحد في نهاية البرنامج .	٢.١٤	١,٤٦	٧١.٤٢٨
٥٨- هنالك أكثر من إمتحان .	١.٢٨	١,١٣	٤٢.٨٥٧
٥٩- يتم تغطية المقررات الدراسية بالكامل .	١.٥٤	١,٢٤	٥١.٥٧١
٦٠- يتم إدراج نسبة الحضور ضمن درجات التقييم النهائي .	٢.١٤	١,٤٦	٧١.٤٢٨
٦١- يتم تقييم الدارسين من خلال المحاضرات فقط .	١.٠٣	١,٠١	٣٤.٢٨٥
٦٢- الإمتحانات النظرية موضوعية .	٢.١٤	١,٤٦	٧١.٤٢٨
٦٣- وسائل التقويم المتاحة تقليدية وغير متنوعة .	١.٨٢	١,٣٥	٦٠.٧١٤
٦٤- عملية المتابعة والتقويم تتم لتطوير الأداء .	٢.١٤	١,٤٦	٧١.٤٢٨
٦٥- عملية التقويم تتم بصورة فردية .	١.٢٨	١,١٣	٤٢.٨٥٧
٦٦- أفضل أن لا تكون عملية التقويم لمرة واحدة حي أتمكن من تصحيح أخطائي .	٢.٥٧	١,٦٠	٨٥.٧١٤

يلاحظ من الجدول رقم (١٤) أعلاه : تراوح المتوسط ( ٢.٥٧ - ١.٠٣ ) وانحراف

معيارى ( ١,٦٠ - ١,٠١ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ - ٣٤.٢٨٥ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة السابعة والخمسين ( هناك إمتحان واحد في نهاية الدورة

التدريبية ) متوسط ( ٢.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٤٦ ) ونسبة متوسط ( )

( ٧١.٤٢٨ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثامنة والخمسين ( هنالك أكثر من إمتحان ) متوسط ( )

( ١.٢٨ ) وانحراف معياري ( ١,١٣ ) ونسبة متوسط ( ٤٢.٨٥٧ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة التاسعة والخمسين ( تم تغطية المقررات الدراسية بالكامل )

متوسط ( ١.٥٤ ) وانحراف معياري ( ١,٢٤ ) ونسبة متوسط ( ٥١.٥٧١ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الستين (تم إدراج نسبة الحضور ضمن درجات التقييم النهائي)

متوسط ( ٢.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٤٦ ) ونسبة متوسط ( ٧١.٤٢٨ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الواحدة والستين ( تم تقييم الدارسين من خلال المحاضرات فقط )

متوسط ( ١.٠٣ ) وانحراف معياري ( ١,٠١ ) ونسبة متوسط ( )

( ٣٤.٢٨٥ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثانية والستين ( الإمتحانات النظرية موضوعية ) متوسط ( )

( ٢.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٤٦ ) ونسبة متوسط ( ٧١.٤٢٨ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الثالثة والستين (وسائل التقويم المتاحة تقليدية وغير متنوعة)

متوسط ( ١.٨٢ ) وانحراف معياري ( ١,٣٥ ) ونسبة متوسط ( ٦٠.٧١٤ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الرابعة والستين ( عملية المتابعة والتقويم تتم لتطوير الأداء )

متوسط ( ٢.١٤ ) وانحراف معياري ( ١,٤٦ ) ونسبة متوسط ( ٧١.٤٢٨ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة الخامسة والستين ( عملية التقويم تتم بصورة فردية ) متوسط ( ١.٢٨ ) وانحراف معياري ( ١,١٣ ) ونسبة متوسط ( ٤٢.٨٥٧ ) % .

- بلغ متوسط الفقرة السادسة والستين ( أفضل أن تكون عملية التقويم لمرة واحدة حتي أتمكن من تصحيح أخطائي ) متوسط ( ٢.٥٧ ) وانحراف معياري ( ١,٦٠ ) ونسبة متوسط ( ٨٥.٧١٤ ) % .

ومن خلال الجدول رقم (١٤) والذي يوضح آراء عينة البحث أظهرت النتائج :  
إتفاق المدرسين عينة البحث على أن لا تكون عملية التقويم لمرة واحدة حتى يتمكنوا من تصحيح الأخطاء ، والتقويم يتم لتطوير الأداء وكذلك يتم إدراج نسبة الحضور في التقييم النهائي ، وموضوعية الإمتحانات وأن هنالك إمتحان واحد نهاية الدورة التدريبية .

كما إتفقت آراء المدرسين عينة البحث على :

- لم يكن هنالك أكثر من إمتحان مما لا يتيح لهم الفرصة لترقية الأداء إلى الأفضل .
- لم تكن عملية التقويم بصورة فردية كما أشارت نتائج المفحوصين عينة البحث .
- ولم يتم تغطية المقررات الدراسية بالكامل مما يدل على عدم أهمية الأجزاء الأخرى المقررة .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ( حازم عبد المحسن ، ١٩٩٧م ، ص١٢٢ ) حيث أشار إلى :

أنه يجب مراعاة أن توضع الدرجات المخصصة للمواد العلمية أو المواد النظرية ودرجات المشاركة الإيجابية والتفاعل خلال المحاضرات حتى يشعر المدربين بأهمية المشاركة في الحوار والمناقشة أثناء المحاضرات .

ويشير ( مفتي إبراهيم ، ١٩٩٩م ، ص ٣ ) إلى أنه قد أصبح التقويم وبرامجه في العصر الحديث قرينا العملية التربوية لأنه وبدونه لا يمكن معرفة أسباب ما تحقق من إنجازات أو ما نواجهه من معوقات وبالتالي لانستطيع القيام بتطوير النظم التعليمية حيث أن عملية التقويم تتأكد من أن ما تم تنفيذه أو ما يتم تنفيذه من الأنشطة يكون مطابقا لما يراد تحقيقه من أهداف في إطار الخطة المقررة .

وتؤكد ( ليلي عبد العزيز زهران ، ١٩٩١م ، ص ١٣٠ ) : على أن التقويم يساعد على توضيح الأهداف والتعرف على مدى تحقيق الخبرات والأنشطة التي تتضمنها المناهج والبرامج .

وأن التقويم له مجموعة من الوظائف أهمها :-

- يساعد كل من مخططي ومنفذي البرنامج على إتخاذ قرارات موضوعية نحو تعديل وتطوير البرامج أو بعض أجزائه .

- يساعد المعلم على مدى كفاية طرق التدريس المستخدمة على تحقيق الأهداف المرجوة .

- يُعين المعلم على معرفة الجوانب السلبية والإيجابية في تنفيذها لوحدات البرامج وأسبابها .

- يساعد المتعلم على تقرير مدى نجاحه في أداء العمل ، ومن ثم يشعر بالرضاء عن

النفس .

# الفصل الخامس

١-٥ الإستنتاجات

٢-٥ التوصيات

٣-٥ البرنامج المقترح

١-٥ الإستنتاجات:

في حدود المنهج المستخدم، وأدوات جمع البيانات وما إتبعه من إجراءات، توصل الباحث

للنتائج التاليه:

١- أن محتوى البرنامج المقترح جيد وفقا لآراء عينة البحث مع إضافة بعض المواد :

علم التدريب الرياضي / علم وظائف الأعضاء / علم التشريح / علم الحركة /

إصابات الملاعب / علم النفس الرياضي / الإدارة والتنظيم / التغذية الرياضية .

٢- أن الفترة الزمنية للبرنامج المقترح كافية .

٣- لعينة البحث دافع عديدة للإلتحاق بالبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم

من أهمها :

التأهيل لمستوي متقدم في التدريب - التدرج كمدرّب مسجل بإتحاد كرة القدم - الحصول

على شهادة في مجال التدريب - العمل مع مراحل سنّية أكبر - تطوير المستوى الفني

- معرفة مكونات اللياقة البدنية - حل مشاكل التدريب في كرة القدم - معرفة مكونات

الخطط - معرفة قانون اللعبة - معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب -

معرفة التغذية الرياضية - تطوير المستوى المعرفي .

٤- أن الإمكانيات المتاحة تساعد على تنفيذ البرنامج المقترح ، توفر الملاعب ، وصلاحيتها،

قانونية الادوات ، وتوفر وسائل العرض .

٥- أن لا تكون عملية التقويم لمرة واحدة حتى يتمكن المدرب من تصحيح الأخطاء ، يتم

التقويم لتطوير الأداء ، يتم إدراج نسبة الحضور في التقويم النهائي ، موضوعية

الإمتحانات ، وهناك إمتحان واحد نهاية الدورة التدريبية .

## ٥-٢ التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج يقدم الباحث التوصيات التالية :

٥- يجب أن يهتم الإتحاد العام لكرة القدم ولجان التدريب الخاصة بإعداد مدرب كرة القدم ، بالعمل على وضع وإعداد دليل نظري يضم مختلف أساليب التدريب .

٦- وضع إستراتيجية واضحة لإعداد المدرب تساعده على إكتسابه الخبرات من مختلف العلوم التي تؤهله للتخطيط الجيد لعملية التدريب ، تربوياً وفنياً وإدارياً بشكل متكامل مع العمل على حلّ المشاكل التي تواجهه في التدريب .

٧- الإهتمام بالجوانب التطبيقية سواء النظرية في المحاضرات أو التطبيقية العملية داخل الملعب

٨- الإهتمام بتوفير أجهزة تكنولوجيا التعلّم وإستخدامها الفعلي في المحاضرات ، والعمل على إنشاء مكتبة متخصصة مزودة بأحدث المراجع العلمية في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة بالمنشط .

٩- تنوع وسائل التقويم وأشكالها المختلفة وإشراك المدرب إن أمكن في هذه العملية الهامة التي قد تكون عاملاً فعالاً في إستثارة دافعية المدربين وبما هو عائد على رفع وتحسين مستوياتهم .

١٠- الإهتمام بمتابعة المدربين خريجي الدراسة خلال فترة الإنتقال إلى المستويات المتقدمة لتأهيل وإعداد المدرب .

١١- أرجوا من القائمين على أمر التدريب تنفيذ البرنامج المقترح ( ملحق رقم ٧ ) .

**٥-٣ ملخص البحث :**

أهمية مدرب كرة القدم باعتباره القائد الفني للاعبين ، مما يتطلب وجود متطلبات معينة في شخصيته وإعداداته وصقله بطريقة علمية محددة قام الباحث بإجراء هذه الدراسة تحت عنوان " برنامج مقترح لإعداد مدرب المستوى الأول في كرة القدم بولاية الخرطوم " وقد إشتهل البحث على خمس فصول ، إحتوى الفصل الأول على خطة البحث والتي تتكون من المقدمة ومشكلة البحث وأهميته ومن ثم الأهداف والتساؤلات ، حيث هدف البحث الى : - إعداد برنامج مقترح لمدرّب المستوى الأول في كرة القدم بولاية الخرطوم وذلك من خلال التعرف على الآتى:

. محتوى البرامج .

. الفترة الزمنية .

. دوافع الإلتحاق بالتدريب .

. الإمكانيات : مادية / بشرية .

. التقويم .

**كما شمل تساؤلات البحث التالية :**

. ماهو محتوى البرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم بولاية الخرطوم ؟

. ماهى الفترة الزمنية للبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم بولاية الخرطوم ؟

. ماهى دوافع الإلتحاق بالبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم ؟

. ماهى الإمكانيات ( مادية / بشرية ) التى يتطلبها البرنامج ؟

. كيف يتم تقويم البرنامج ؟

ثم التعريف بالمصطلحات المستخدمة في البحث .

**الفصل الثاني :** يكون من الإطار النظري للبحث ، وتطرق إلى البرامج وأهميتها وتصميمها والمدرّب وصفاته وسماته وواجباته ومهامه وبعد ذلك تناول التدريب وخصائصه وطرقه وأساليبه ، وتعرض الباحث في هذا الفصل إلى الدراسات السابقة والمرجعية حيث إستفاد الباحث منها في التعرف على منهج البحث المناسب وكيفية إختيار العينة .

**الفصل الثالث :** تضمن الفصل الثالث المنهج المتبع لإجراء الدراسة وكيفية إختيار عينة البحث ومواصفاتها وتصميم الإستبانة وتقنيها وتطبيقها على عينة البحث ثم تطبيق معاملات الصدق والثبات عليها لتحقيق الغرض الذي صممت من أجله ، حيث إشتملت الإستبانة على ٥ محاور و ٦٦ فقرة تم توزيعها على عينة البحث التي بلغ عددها ٣٥ مدرساً من مختلف المستويات وسنوات الخبرة المهنية .

**الفصل الرابع :** إشتمل الفصل الرابع على عرض النتائج ومناقشتها ثم إستخلاص النتائج التي تجيب على أسئلة البحث مع تأيد وتدعيم النتائج بالدراسات السابقة ورأى الباحث .

**الفصل الخامس :** إحتوى الفصل الخامس على الإستنتاجات والتوصيات وكانت النتائج التي توصل إليها الباحث كالتالي :

١- أن محتوى البرنامج المقترح جيد وفقا لآراء عينة البحث مع إضافة بعض المواد :

علم التدريب الرياضي / علم وظائف الأعضاء / علم التشريح / علم الحركة /

إصابات الملاعب / علم النفس الرياضي / الإدارة والتنظيم / التغذية الرياضية .

٢- أن الفترة الزمنية للبرنامج المقترح كافية .

٣- لعينة البحث دوافع عديدة للإلتحاق بالبرنامج المقترح لإعداد مدرب كرة القدم

من أهمها :

التأهيل لمستوي متقدم في التدريب - التدرج كمدرّب مسجل بإتحاد كرة القدم - الحصول

على شهادة في مجال التدريب - العمل مع مراحل سنّية أكبر - تطوير المستوى الفني

- معرفة مكونات اللياقة البدنية - حل مشاكل التدريب في كرة القدم - معرفة مكونات

الخطط - معرفة قانون اللعبة - معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب -

معرفة التغذية الرياضية - تطوير المستوى المعرفي .

٤- أن الإمكانيات المتاحة تساعد على تنفيذ البرنامج المقترح ، توفر الملاعب ، وصلاحيتها،

قانونية الادوات ، وتوفر وسائل العرض .

٥- أن لا تكون عملية التقويم لمرة واحدة حتى يتمكن المدرب من تصحيح الأخطاء ، يتم

التقويم لتطوير الأداء ، يتم إدراج نسبة الحضور في التقويم النهائي ، موضوعية

الإمتحانات ، وهناك إمتحان واحد نهاية الدورة التدريبية .

في ضوء النتائج التي أسفر عنها البحث خلص الباحث إلى أهم التوصيات :

١- يجب أن يهتم الإتحاد العام لكرة القدم ولجان التدريب الخاصة بإعداد مدرب كرة القدم . بوضع إعداد دليل نظري يضم مختلف أساليب التدريب .

٢- وضع إستراتيجية واضحة لإعداد المدرب تساعده على إكتسابه الخبرات من مختلف العلوم التي تؤهله للتخطيط الجيد لعملية التدريب ترويا وفنيا وإداريا بشكل متكامل مع العمل على حل المشاكل التي تواجهه في التدريب.

٣- الإهتمام بالجوانب التطبيقية سواء النظرية في المحاضرات أو التطبيقية العملية داخل الملعب .

٤- الإهتمام بتوفير أجهزة تكنولوجيا التعلم وإستخدامها الفعلي في المحاضرات ، والعمل على إنشاء مكتبة متخصصة مزودة بأحدث المراجع العلمية في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة بالمنشط .

٥- تنوع وسائل التقويم وأشكالها المختلفة وإشراك المدرب إن أمكن في هذه العملية الهمة التي قد تكون عاملاً فعالاً في إستثارة دافعية المدربين وبما هو عائد على رفع وتحسين مستوياتهم .

٦- الإهتمام بمتابعة المدربين خريجي الدراسة خلال فترة الإنتقال إلى المستويات المتقدمة لتأهيل وإعداد المدرب .

٧- أرجوا من القائمين على أمر التدريب تنفيذ البرنامج المقترح ( ملحق رقم ٧ ) .

## المراجع

١. أمراة الله أأمد البساطي ، إسس وقواعد الأربب الرابضى واطببقاها ، منشاء المعارف ، ١٩٩٨ م .
٢. أناى مأمود مأار ، برنامآ الأربب الرابضى ، دار زهران ، ١٩٨٨ م .
٣. أناى مأمود مأار ، الأسس العلمبة فى أربب كرة الأام ، دارالفكر ، ب ت .
٤. أناى مأمود مأار ، مأرب كرة الأام ، دار الفكر ، بدون أاربآ .
٥. زكى مأمود مأمود حسن ، المأرب الرابضى ، دار الفكر ، بدون أاربآ .
٦. شرف الالن عبء الأاملا ، البرامآ الأابآة ، دار الفكر ، ٢٠٠٢ م .
٧. عطباأ مأمود أأاب ، أوفاء الأراآ والأروبآ ، دار المعارف ، ١٩٩٨ م .
٨. مفاى إبراهاى أاماء ، الأربب الرابضى الأابآ ، دار الفكر ، ٢٠٠١ م .
٩. مأمود حسن علاوى ، علم الأربب الرابضى ، دار المعارف ، ١٩٩٤ م .
١٠. لبلل عبء العززال زهران ، الأوصول العلمبة والأابآة لبناء المناآ فى الأرببة الرابضبة ، دار زهران للنشر والأابآ ، ١٩٩١ م .
١١. أازم عبء المأمون ، برنامآ مفاار لأابآل المأرب الرابضى فى أاموربة مصر العرببة ، رسالة أابآة غير منشورة ، ١٩٩٧ م .
١٢. ماصطفى عصما ، إعاءاء مأرب كرة الأام فى أاموربة مصر العرببة ، رسالة مابأسابىر غير منشورة ، ١٩٨٨ م .

١٣. عمرو زين العابدين محمود ، برنامج مقترح لإعداد مدرب كرة القدم في

جمهورية مصر العربية ، رسالة ماجستير غير منشوره ، ٢٠٠٠ م .

١٤. مقبلة شخصية ، (الإتحاد الرياضي السوداني لكرة القدم ، لجنة التدريب ،

أغسطس ٢٠٠٩ م ) .

الملاحق

ملحق رقم ( ٥ )

## التوزع التكراري لإجابات المفحوصين على فقرات الإستبانة

أولاً : محور- محتوى البرامج :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			تعليمات اقرء الفقرات أدناه ثم أجب على السؤال أعتقد أن أكثر المقررات فائدة في البرنامج المقترح هي :
			١- المقررات النظرية في كرة القدم.
			٢- المقررات العملية في كرة القدم.
			٣- مبادي علم وظائف الأعضاء.
			٤- مبادي علم التشريح.
			٥- مبادي علم الحركة.
			٦- مبادي علم النفس الرياضي.
			٧- علم التدريب الرياضي.
			٨- إصابات الملاعب.
			٩- التغذية الرياضية.
			أعتقد أن هنالك مقررات هامة يجب ادراجها في البرنامج المقترح هي:-
			١٠- الاعداد النفسي.
			١١- التدريب العقلي.
			١٢- ادره وتنظيم المسابقات الرياضية.
			١٣- قوانين وتشريعات الرياضية.
			١٤- ادارة الوقت.
			١٥- هل تعتقد أن هنالك مقررات اخرى يمكن اضافتها.
			١٦- أن المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بتنوع المهارات .
			١٧- أن المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بإتقان المهارات

			الأساسية .
			١٨- المقررات المدرجة في البرنامج تساعد المدرب في تصميم وحدات اللياقة البدنية .
			١٩- الوحدات التدريبية في البرنامج تعد المدرب لتصميم الخطط .
			٢٠- الوحدات التدريبية في البرنامج تعد المدرب للربط بين خطط اللعب والقانون .
			٢١- الوحدات التدريبية في البرنامج تعد المدرب لوضع السجلات .
			٢٢- الوحدات التدريبية في البرنامج تساعد في معرفة التغذية الرياضية السليمة .
			٢٣- محتوى البرنامج يساعدك في تدريسك وتأهيلك كمدرب كرة قدم

### ثانياً : محور- الفترة الزمنية للبرنامج :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			٢٤-الفترة الزمنية للبرنامج ( ١٠ ) أيام كافية .
			٢٥-الجرعة اليومية كافية .
			٢٦-عدد الساعات مناسب ويوفر الإستيعاب .
			٢٧-عدد الساعات غير مناسب ومرهق .
			٢٨- مدة البرنامج غير كافية لتغطية كل هذا الكم من المعلومات وتحتاج الى فترة أطول .
			٢٩- البرنامج يشعر الفرد بالتعب نتيجة أن المحاضرات صباحا و مساء .

### ثالثاً : محور- دوافع الإلتحاق بالبرنامج للتدريب

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			أعتقد أن الالتحاق بالبرنامج :-
			٣٠- يسهم في تطوير مستوى المعرفي .
			٣١- يسهم في تطوير مستوى الفني .
			٣٢- يسهم في تأهيلي لمستوي متقدم في التدريب .
			٣٣- يسهم في معرفتي لمكونات اللياقة البدنية .
			٣٤- يسهم في معرفتي لمكونات الخطط .
			٣٥- يسهم في معرفتي لقانون اللعبة .
			٣٦- يسهم في معرفتي للتغذية الرياضية .
			٣٧- يسهم في معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب
			٣٨- يساعدني في الحصول على شهادة في مجال التدريب .
			٣٩- يساعدني في الحصول على مكانه إجتماعية .
			٤٠- يساعدني في التدرج كمدرّب مسجّل بإتحاد كرة القدم .
			٤١- يساعدني في الحصول على أكبر كم من الشهادات .
			٤٢- يساعدني على حل مشاكل التدريب في كرة القدم .
			٤٣- يساعدني في العمل مع مراحل سنّية أكبر

رابعاً : محور- الإمكانيات :

أ- الإمكانيات المادية

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			٤٤- تتوفر الملاعب التي يمكن تدريب المدربين فيها .
			٤٥- الملاعب صالحة
			٤٦- تتوفر الأدوات القانونية من حيث العدد والصلاحية .
			٤٧- توجد قاعات للدراسة النظرية .
			٤٨- القاعات تتوفر فيها وسائل العرض .
			٤٩- توجد مكتبة للاطلاع عليها ضمن محتويات البرنامج .

ب- الأماكن البشرية :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			٥٠- منفذى البرنامج يجب ان يكونوا ذوخبرة تدريبية علمية .
			٥١- المحاضرون يجب ان يكونوا ملتزمين بالحضور في الوقت المحدد للجدول .
			٥٢- المحاضرون يجب الألتزام بالساعات المحددة فى البرنامج
			٥٣- المحاضرون يجب ان يستخدموا الوسائل المساعدة ( بروجكتر ) لتنفيذ البرنامج .
			٥٤- المحاضرون يجب ان يستخدموا فى أسلوب التدريس على المناقشة والتفاعل مع الدارسين .
			٥٥- ان يهتم المحاضرون بدرجة إستيعاب الدارسين .
			٥٦- ان يتم تزويد الدارسين بالكتب فى نهاية كل دورة تدريبية .

خامساً : محور- التقويم :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			٥٧- أن يكون هنالك إمتحان واحد في نهاية البرنامج .
			٥٨- أن يكون هنالك أكثر من إمتحان .
			٥٩- أن يتم تغطية المقررات الدراسية بالكامل للبرنامج.
			٦٠- أن يتم إدراج نسبة الحضور ضمن درجات التقييم النهائي .
			٦١- أن يتم تقييم الدارسين من خلال المحاضرات فقط .
			٦٢- أن تكون الإمتحانات النظرية موضوعية .
			٦٣- أن تكون وسائل التقويم المتاحة تقليدية وغير متنوعة .
			٦٤- أن تكون عملية المتابعة والتقويم فى البرنامج لتطوير الأداء .
			٦٥- أن تتم عملية التقويم للبرنامج بصورة دورية .
			٦٦- أفضل أن لا تكون عملية التقويم لمرة واحده حي أتمكن من تصحيح أخطائى .

ملحق رقم ( ٦ )

التوزع التكراري لإجابات المفحوصين على فقرات الإستبانة

أولاً : محور- محتوى البرامج :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			تعليمات اقراء الفقرات أدناه ثم أجب على السؤال أعتقد أن أكثر المقررات فائدة في البرنامج المقترح هي :
١	٣	٢٤	١- المقررات النظرية في كرة القدم.
-	١	٢٧	٢- المقررات العملية في كرة القدم.
-	٥	٣٢	٣- مبادي علم وظائف الأعضاء.
٢	٤	٢٢	٤- مبادي علم التشريح.
-	٣	٢٥	٥- مبادي علم الحركة.
-	١	٢٧	٦- مبادي علم النفس الرياضي.
-	٢	٢٦	٧- علم التدريب الرياضي.
-	٥	٢٣	٨- إصابات الملاعب.
١	٤	٢٣	٩- التغذية الرياضية.
			أعتقد أن هنالك مقررات هامة يجب ادراجها في البرنامج المقترح هي:-
-	١	٢٧	١٠- الاعداد النفسي.
١	٥	٢٢	١١- التدريب العقلي.
١	١١	١٦	١٢- ادرة وتنظيم المسابقات الرياضية.
٢	٦	٢٠	١٣- قوانين وتشريعات الرياضية.
١	٥	٢٢	١٤- ادارة الوقت.
٣	٦	١٩	١٥- هل تعتقد أن هنالك مقررات اخرى يمكن اضافتها.
-	-	٢٨	١٦- أن المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بتنوع المهارات .
-	٤	٢٤	١٧- أن المقررات المدرجة في البرنامج تتميز بإتقان المهارات الأساسية .
١	٣	٢٤	١٨- المقررات المدرجة في البرنامج تساعد المدرب في تصميم وحدات اللياقة البدنية .

-	٥	٢٣	١٩- الوحدات التدريبية فى البرنامج تعد المدرب لتصميم الخطط .
-	٦	٢٢	٢٠- الوحدات التدريبية فى البرنامج تعد المدرب للربط بين خطط اللعب والقانون .
١	١١	١٦	٢١- الوحدات التدريبية فى البرنامج تعد المدرب لوضع السجلات .
١	٧	٢٠	٢٢- الوحدات التدريبية فى البرنامج تساعد فى معرفة التغذية الرياضية السليمة .
١	٣	٢٤	٢٣- محتوى البرنامج يساعدك فى تدريسيك وتاهيلك كمدرب كرة قدم

### ثانياً : محور- الفترة الزمنية للبرنامج :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
٢٢	٥	١	٢٤-الفترة الزمنية للبرنامج ( ١٠ ) أيام كافية .
٧	٩	١٢	٢٥-الجرعة اليومية كافية .
٩	١٠	٩	٢٦-عدد الساعات مناسب ويوفر الإستيعاب .
٩	١٠	٩	٢٧-عدد الساعات غير مناسب ومرهق .
٣	٣	٢٢	٢٨- مدة البرنامج غير كافية لتغطية كل هذا الكم من المعلومات وتحتاج الى فترة أطول .
٥	١٠	١٣	٢٩- البرنامج يشعر الفرد بالتعب نتيجة أن المحاضرات صباحا و مساء .

### ثالثاً : محور- دوافع الإلتحاق بالبرنامج للتدريب

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
			أعتقد أن الإلتحاق بالبرنامج :-

-	٤	٢٤	٣٠- يسهم في تطوير مستوى المعرفي .
-	٥	٢٣	٣١- يسهم في تطوير مستوى الفني .
١	-	٢٧	٣٢- يسهم في تأهيلي لمستوي متقدم في التدريب .
-	٦	٢٢	٣٣- يسهم في معرفتي لمكونات اللياقة البدنية .
-	٧	٢١	٣٤- يسهم في معرفتي لمكونات الخطط .
-	٧	٢١	٣٥- يسهم في معرفتي لقانون اللعبة .
٢	٦	٢٠	٣٦- يسهم في معرفتي للتغذية الرياضية .
١	٦	٢١	٣٧- يسهم في معرفة النواحي النفسية المؤثر على عملية التدريب
١	٣	٢٤	٣٨- يساعدني في الحصول على شهادة في مجال التدريب .
١	٨	١٩	٣٩- يساعدني في الحصول على مكانه إجتماعية .
١	١	٢٦	٤٠- يساعدني في التدرج كمدرّب مسجّل بإتحاد كرة القدم .
٤	٣	٢١	٤١- يساعدني في الحصول على أكبر كم من الشهادات .
١	٥	٢٢	٤٢- يساعدني على حل مشاكل التدريب في كرة القدم .
٢	٢	٢٤	٤٣- يساعدني في العمل مع مراحل سنّية أكبر

#### رابعاً : محور- الإمكانيات :

##### أ- الإمكانيات المادية

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
١٠	٥	١٣	٤٤- تتوفر الملاعب التي يمكن تدريب المدربين فيها .
٦	١١	١١	٤٥- الملاعب صالحة
٦	١١	١١	٤٦- تتوفر الأدوات القانونية من حيث العدد والصلاحية .

٦	١٣	٩	٤٧- توجد قاعات للدرسة النظرية .
١٦	٧	٥	٤٨- القاعات تتوفر فيها وسائل العرض .
٢٢	١	٥	٤٩- توجد مكتبة للاطلاع عليها ضمن محتويات البرنامج .

#### ت- الأماكن البشرية :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
-	٥	٢٣	٥٠- منفذى البرنامج يجب ان يكونوا ذوخبرة تدريبية علمية .
-	٣	٢٥	٥١- المحاضرون يجب ان يكونوا ملتزمين بالحضور في الوقت المحدد للجدول .
-	٤	٢٤	٥٢- المحاضرون يجب الألتزام بالساعات المحددة فى البرنامج
١٤	٣	١١	٥٣- المحاضرون يجب ان يستخدموا الوسائل المساعدة ( بروجكتر ) لتنفيذ البرنامج .
٤	٥	١٩	٥٤- المحاضرون يجب ان يستخدموا في أسلوب التدريس على المناقشة والتفاعل مع الدارسين .
٣	٨	١٧	٥٥- ان يهتم المحاضرون بدرجة إستيعاب الدارسين .
١٣	٣	١٢	٥٦- ان يتم تزويد الدارسين بالكتب في نهاية كل دورة تدريبية .

#### خامساً : محور- التقويم :

لا	إلى حد ما	نعم	الفقرات
٦	٢	٢٠	٥٧- أن يكون هنالك إمتحان واحد في نهاية البرنامج .
١٥	١	١٢	٥٨- أن يكون هنالك أكثر من إمتحان .

٣	١٠	١٥	٥٩- أن يتم تغطية المقررات الدراسية بالكامل للبرنامج.
٢	٦	٢٠	٦٠- أن يتم إدراج نسبة الحضور ضمن درجات التقييم النهائي .
١٠	٧	١١	٦١- أن يتم تقييم الدارسين من خلال المحاضرات فقط .
٣	٥	٢٠	٦٢- أن تكون الإمتحانات النظرية موضوعية .
٤	٧	١٧	٦٣- أن تكون وسائل التقييم المتاحة تقليدية وغير متنوعة .
٢	٦	٢٠	٦٤- أن تكون عملية المتابعة والتقييم فى البرنامج لتطوير الأداء .
١٠	٦	١٢	٦٥- أن تتم عملية التقييم للبرنامج بصورة دورية .
٢	٢	٢٤	٦٦- أفضل أن لا تكون عملية التقييم لمرة واحده حي أتمكن من تصحيح أخطائى .

ملحق رقم ( ٧ )

### البرنامج المقترح

إسم البرنامج :-

## برنامج مقترح لإعداد مدرب المستوى الأول في كرة القدم بولاية

الخرطوم .

### أهداف البرنامج :

يهدف هذا البرنامج إلى وضع تصور مستقبلي لإعداد مدرب كرة القدم في ولاية

الخرطوم من الناحيتين العلمية والعملية وذلك من خلال تحقيق الاهداف التالية:

- أ- الإعداد كمدرب رياضي يقود عملية التدريب .
- ب- أن يكون المدرب قادرا بعد دراسة البرنامج المقترح على إعداد الشخصية الرياضية المتمثلة في ( لاعب كرة القدم ) إعداد يؤهله للوصول إلى المستويات العليا وذلك في حدود الإمكانيات المتاحة .
- ت- أن يكون المدرب قادرا بعد دراسة البرنامج على حل مشاكل التدريب بصورة سليمة وفق أسس ومبادئ علم التدريب الرياضي ، والعلوم المرتبطة بالرياضة لتحقيق أفضل النتائج المرتقبة .
- ث- إكتساب الخبرات والمعلومات التي تمكن المدرب من الإلتزام بالتخطيط والإعداد العلمي لبرامج التدريب ووحدات التدريب اليومية

### الشروط العامة :

ولضمان تحقيق أهداف البرنامج المقترح يضع الباحث بعض الشروط الهامة :

١- يتم الإلتحاق بالبرنامج التدريبي وفق شروط خاصة للتدريب في كرة القدم بالسودان.

- ٢- الإلتزام بحضور ٩٠ % على الأقل من الوقت المحدد للبرنامج .
- ٣- تفرغ الدارس للدراسة تفرغا تاما ما أمكن ذلك .
- ٤- يتم توفير مكان للتدريب العملي .
- ٥- يتم توفير مكان للمحاضرات النظرية .
- ٦- ينتهي برنامج المستوى الأول للتدريب بتقويم موضوعي لمستوى التحصيل الدراسي ( نظريا / وعمليا ) .

- ٧- يتم إنتقال المدرب للمستوى الدراسي الأعلى ، بعد إكمال عام تدريبي على الأقل
- ٨- في مجال تدريب كرة القدم بإحدى الأندية أو المراحل السنوية المختلفة ، وذلك لضمان إكتسابه الخبرة اللازمة .
- ٩- يتم تحديد دليل دراسي مطبوع يتناول محتوى البرنامج التدريبي الخاص بالمستوى الأول .

### الشروط الخاصة :

- ١- أن يكون المتقدم حاصلاً على مؤهل دراسي (الشهادة السودانية أو ما يعادلها على الأقل) للعمل بمهنة التدبير .
- ٢- أن يكون له سابق الخبرة في مجال كرة القدم ( كلاعب ) .
- ٣- ما يشير إلى إعتزال اللاعب وعدم قيده بأحد الأندية .
- ٤- أن لا يقل عمره عن ٢٥ عاما ولا يزيد عن ٣٥ عاما .

- ٥- شهادة طبية تشير إلى درجة الكفاءة الصحية .
- ٦- إجتيان مقابلة شخصية .
- ٧- سداد الرسوم المقررة للبرنامج .
- ٨- الإلتزام بتنفيذ المتطلبات المادية والدراسية للبرنامج .
- ٩- الإلتزام بالأخلاق والسلوك الحسن بعد وأثناء البرنامج .

## البرنامج المقترح

### المواد النظرية :

- الأسس النظرية في كرة القدم - التدريب الرياضي - مبادي علم النفس
- الرياضي - مبادي علم وظائف الأعضاء - مبادي علم التشريح
- مبادي علم الحركة - إصابات الملاعب - التغذية الرياضية - الإدارة والتنظيم
- إدارة الوقت - قوانين وتشريعات الرياضة - التدريب العقلي .

### المواد العملية :

- . الجانب العملي في كرة القدم ( مهارات كرة القدم - مهارات حارس المرمى ) .
- . التدريب الرياضي ( الإعداد البدني - الإعداد المهاري - الإعداد الخططي ) .
- . إصابات الملاعب .

### الفترة الزمنية للبرنامج :

يجب أن تكون فترة الدراسة ثمانية أسابيع لا يحصل الدارس على المؤهل الدراسي إلا بعد إجتياز الدورة بنجاح .

### التقويم :

يعقد إختبارَ تحريريا وآخر عمليا عن طريق لجنة مكونة من خبرا التدريب في مجال كرة القدم .

### الجانب العملي للتقويم:

أسس ومبادي كرة القدم - طرق وأساليب التدريب الرياضي - قانون اللعبة - كيفية التعامل مع الإصابات .

### الجانب النظري للتقويم:

كرة القدم - التدريب الرياضي - علم النفس الرياضي - إصابات الملاعب - الإدارة والتنظيم - التغذية الرياضية .

## جدول يوضح عدد الساعات بالبرنامج المقترح

المقررات الدراسية	الجانب النظري	الجانب العملي	نسبة الحضور لا تقل عن ٩٠ %
-------------------	---------------	---------------	----------------------------

-	-	٣٠ ساعة	نظري كرة القدم
-	٦٠ ساعة	-	عملي كرة القدم
-	٢٠ ساعة	٢٠ ساعة	علم التدريب الرياضي
-	-	٢٠ ساعة	علم وظائف الأعضاء
-	-	٦ ساعات	علم التشريح
-	-	٦ ساعات	علم النفس الرياضي
-	٢ ساعتين	١٠ ساعة	إصابات الملاعب
-	-	١٠ ساعات	التغذية الرياضية
-	-	٤ ساعات	إدارة الوقت
-	-	٤ ساعات	التدريب العقلي
-	٨٢ ساعة	١١٠ ساعة	مجموع الساعات
١٩٢ ساعة	٨٢ ساعة	١١٠ ساعة	المجموع الكلي