



جامعة آكلي محند أولحاج - البويرة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر  
في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: **تدريب رياضي**.  
الموضوع:

أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في إعداد وتكوين  
فئة 12-16 سنة لكرة اليد

دراسة ميدانية على مستوى أندية كرة اليد لولاية البويرة

\* إشراف الدكتور:

ساسى عبد العزيز

\* إعداد الطالب:

عبد الرحمان علي

السنة الجامعية: 2014-2015

# شكر وتقدير

قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: {من لم يشكر الناس لم يشكر الله}  
- أخرجه ابن أبي الدنيا في كتاب الشكر -

عملا بقوله - صلى الله عليه وسلم - ، أشكر الله عز وجل أن وفقني  
لإنهاء هذا العمل المتواضع، ونتقدم بالشكر لكل من ساعدنا لإنجاز هذا  
البحث سواء من قريب أو من بعيد.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى العائلة التي وقفت معي في دراستي  
كما نتقدم بأسمى عبارات التقدير والعرفان إلى الأستاذ المشرف الدكتور  
ساسي عبد العزيز الذي أفادنا بتوجيهاته التي مهدت لنا الطريق لإنجاز  
بحثنا هذا.

دون أن ننسى شكر كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة آكلي  
محمّد أولحاج بالبويرة.

كما لا يفوتنا أن نشكر مدربي التريص الميداني .

بالإضافة إلى جميع الأصدقاء و الأحباب و إلى كل من ساعدني في هذا  
العمل.

# اهداء

إلى من قال فيهما عز وجل: >> وقل لهما قولاً كريماً واخفض لهما جناح الذل من  
العهمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيراً <<. - الآية 24 - سورة الإسراء .

ومن قال فيهما رسول الله صلى الله عليه وسلم: >> رضا الله في رضاها وسخط الله  
في سخطها <<

- نسأل الله رضاها إلى نبع الحنان وبر الأمان. الذين إذا أهديتهما كنوز الدنيا ما  
وفيتهما حقهما.

إليك يا أعز إنسانة إلى قلبي. كيف لا وأنت من سهرت  
وتعبت حتى وصلت إلى ما أنا عليه.

إليك يا أمي..أمي..أمي >> حفظك الله <<

إليك يا أيها العظيم في عطائك، ويا من علمتنا العز والاعتماد على النفس .

إليك يا أبي...أبي...أبي >>حفظك الله <<

إلى من أدركت معهم معنى الحياة أخواي فاروق و محمد وأختي الصغيرة

سميرة و إلى جدّاي من أبي وأمي حفظهم الله، و إلى خالتي و إلى كل العائلة

الصغيرة و الكبيرة و إلى الدكتور ساسي عبد العزيز.

وإلى جميع الأصدقاء الذين شاركوني حلو الحياة ومرّها إلى سعيد، أحمد، سفيان، محمد، توفيق،

يوسف، محمد. حمزة، أمين، توفيق، يحي، مسعود، وإلى كل من يعرفني من قريب ومن بعيد.

## محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير
ب	- إهداء
ج	- محتوى الدراسة
ز	- قائمة الجداول
ط	- قائمة الأشكال
ي	- ملخص الدراسة
ك	- مقدمة
<b>مدخل عام: التعريف بالبحث.</b>	
02	- الإشكالية
03	- الفرضيات
03	- أسباب اختيار الموضوع
04	- أهمية البحث
03	- أهداف البحث
33	- الدراسات المرتبطة بالبحث
04	- تحديد المصطلحات والمفاهيم
<b>الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة و الدراسات المرتبطة بالبحث</b>	
<b>الفصل الأول : الخلفية النظرية للدراسة</b>	
07	- تمهيد
08	1- المحور الأول: التخطيط و التدريب الرياضي الحديث
08	1-1- مفهوم التدريب الرياضي الحديث.
08	1-2- أهداف و واجبات التدريب الرياضي الحديث.
08	1-3- الأسس و المبادئ العلمية للتدريب الرياضي الحديث.
10	1-4- مفهوم التخطيط الرياضي
10	1-4-2- أنواع التخطيط الرياضي
11	1-4-3- مبادئ التخطيط الرياضي

11	1-4-4- عناصر التخطيط الجيد
12	1-4-5- أهمية و مزايا التخطيط
13	المحور الثاني: متطلبات التدريب الرياضي الحديث.
13	1-2- الإعداد البدني
13	2-2- أنواع الإعداد البدني
14	2-3- الإعداد المهاري في كرة اليد
14	2-3-1- مفهوم الإعداد المهاري
14	2-3-2- مراحل الإعداد المهاري
15	2-4- الإعداد الخططي في كرة اليد
16	2-4-1- أنواع خطط اللعب
16	2-4-2- مراحل الإعداد الخططي
17	2-5- الإعداد النفسي في كرة اليد
17	2-5-1- مفهوم الإعداد النفسي
18	2-5-2- أهداف الإعداد النفسي
18	2-5-3- أنواع الإعداد النفسي
18	2-5-4- مكونات عملية الإعداد النفسي الرياضي
19	2-5-5- طرق الإعداد النفسي الرياضي و الفريق
19	2-6- العلاقة الجدلية بين أنواع الإعدادات السابقة
21	المحور الثالث: متطلبات التدريب الرياضي الحديث في كرة اليد.
21	3-1- المدرب و علاقته بالعملية التدريبية
21	3-2- واجبات المدرب في العملية التدريبية
22	3-3- صفات و قدرات المدرب لقيادة الفريق
22	3-4- خصائص المدرب
23	3-5- الأهداف العلمية للعملية التدريبية
23	3-6- المتطلبات و الإمتيازات الأساسية للمدرب
24	3-7- الإعداد النظري للمدرب
25	3-8- المدرب و علاقته بخصائص و مميزات المرحلة العمرية لفئات الصغرى
26	المحور الرابع: الإنتقاء الرياضي.
26	4-1- مفهوم الإنتقاء الرياضي للناشئين
26	4-2- أهمية الإنتقاء الرياضي
27	4-3- إنتقاء الناشئين الموهوبين

27	4-4- مزايا إنتقاء الناشئين الموهوبين بالأسلوب العلمي
28	4-5- أنواع الإنتقاء
28	4-6- أهداف الإنتقاء الرياضي
29	4-7- محددات الإنتقاء
30	4-8- المحددات السيكلوجية اللازمة لإنتقاء الناشئين الموهوبين رياضيا
30	4-9- العمر المناسب لإنتقاء الناشئين
32	- خلاصة
	<b>الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث.</b> <b>الدراسات السابقة و المشابهة</b>
34	- تمهيد
35	2-1- دراسة أحسن أحمد (1996)
35	2-2- دراسة بوداود عبد اليمين (1996)
35	2-3- دراسة مجدي زكي سيد (1996)
36	2-4- دراسة ياسر محمود عطوة (1997)
36	2-5- دراسة نعيم يوسف عز الدين الديس (2000)
36	2-6- دراسة محمد محسن أحمد (2000)
37	2-7- دراسة وليد عبد النعم شمس الدين (2001)
37	2-8- دراسة بن قاصد علي الحاج محمد (2005)
38	2-9- دراسة سالمينين (1996)
38	2-10- دراسة موسر (1999)
39	- التعليق على الدراسات
40	- خلاصة
	<b>الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث.</b>
	<b>الفصل الثالث: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية.</b>
43	- تمهيد
44	3-1- الدراسة الاستطلاعية
45	3-2- الدراسة الميدانية
51	خلاصة
	<b>الفصل الرابع : عرض وتحليل ومناقشة النتائج</b>
53	- تمهيد
54	4-1- عرض وتحليل النتائج



54	4-1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الأول
60	4-1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثاني
69	4-1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثالث
79	4-2- مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات
80	- خلاصة
81	- الاستنتاج العام
82	- خاتمة
83	- اقتراحات وفروض مستقبلية
85	- البيبليوغرافيا
	- الملاحق
	- الملحق رقم (1)
	- الملحق رقم (2)
	- الملحق رقم (3)
	- الملحق رقم (4)

## قائمة الجداول

رقم الجدول	الجدول
01	يمثل مجتمع البحث و العينة
02	يبين المؤهل العلمي للمدربين
03	يمثل سنوات العمل في مجال التدريب للمدربين
04	يبين الشهادات التدريبية للمدربين
05	يمثل المستوى الذي وصل إليه المدرب كلاعب
06	يبين المستوى التعليمي لرؤساء الأندية
07	يمثل قائمة الأساتذة المحكمين
08	مدى دراية المدربين بالطرق المتعددة في التدريب الرياضي
09	يمثل مدى معرفة المدربين بخصائص و نواحي النمو للفئات الشبانية
10	يبين معرفة المدربين بطرق تعلم المهارات الأساسية
11	يمثل إمكانية إجراء حصص نظرية
12	يبين دراية المدربين بمتطلبات لاعب كرة اليد الحديثة
13	يمثل إجراءات المدربين في حالة إصابة أحد اللاعبين
14	إمكانية وجود برنامج زمني محدد المعالم للمدربين
15	مدى مساعدة التجارب الميدانية و الخبرات الفنية في الإعداد و التكوين
16	يبين إمكانية التخطيط بالإعتماد على العلوم الأخرى
17	يمثل معرفة الجوانب التي يأخذها المدربون عند التخطيط للبرامج التدريبية
18	يبين هل هناك أهداف واضحة خلال فترات الخطة السنوية للمدربين
19	يمثل عدد الوحدات التدريبية المنتهجة خلال الأسبوع لفئة 12-16 سنة
20	يوضح معرفة بماذا يهتم المدربون أثناء إنتقاء الناشئين في كرة اليد
21	يبين مدى الإعتماد على أسس و معايير علمية في إنتقاء الموهوبين
22	معرفة هل هناك معايير موضوعة للتقويم لقياس تحقيق الأهداف
23	يمثل هل الفئة الشبانية لسن 12-16 سنة موجودة و تتدرب بانتظام
24	يبين هل لكل فئة مدرب خاص بها
25	يمثل كيفية تعيين مدربي الفئات الصغرى

72	يبين مدى وجود إدارة رياضية لمتابعة الفئات الشبانية	26
73	معرفة إمكانية وجود مدير تقني يشرف على تخطيط البرامج التدريبية	27
74	يمثل من يقوم بوضع و تخطيط البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة	28
76	يبين هل هناك وسائل بيداغوجية تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي	29
77	يمثل مدى وجود ميزانية مادية خاصة لفئة 12-16 سنة	30

## قائمة الأشكال

الصفحة	الشكل	رقم الشكل
54	مدى دراية المدربين بالطرق المتعددة في التدريب الرياضي الحديث	01
55	يمثل معرفة المدربين بخصائص و نواحي النمو للفئات الشبانية	02
56	يبين معرفة المدربين بطرق تعلم المهارات الأساسية	03
57	يمثل إمكانية إجراء حصص نظرية	04
58	يبين دراية المدربين بمتطلبات لاعب كرة اليد الحديثة	05
59	يمثل إجراءات المدربين في حالة إصابة أحد اللاعبين	06
60	إمكانية وجود برنامج زمني محدد المعالم للمدربين	07
61	مدى مساعدة التجارب الميدانية والخبرات الفنية في الإعداد و التكوين	08
62	يمثل إمكانية التخطيط بالإعتماد على العلوم الأخرى	09
63	معرفة الجوانب التي يأخذها المدربين عند التخطيط للبرامج التدريبية	10
64	يبين هل هناك أهداف واضحة خلال فترات الخطة السنوية للمدربين	11
65	يمثل عدد الوحدات التدريبية المنتهجة خلال الأسبوع لفئة 12-16 سنة	12
66	معرفة بماذا يهتم المدربين أثناء إنتقاء الناشئين في كرة اليد	13
67	يبين مدى الإعتماد على أسس و معايير علمية في إنتقاء الموهوبين	14
68	معرفة هل هناك معايير موضوعة للتقويم لقياس تحقيق الأهداف	15
69	يمثل هل الفئة الشبانية لسن 12-16 سنة موجودة وتتدرب بانتظام	16
70	يبين هل لكل فئة مدرب خاص بها	17
71	يمثل كيفية تعيين مدربي الفئات الصغرى	18
72	يبين مدى وجود إدارة رياضية خاصة لمتابعة الفئات الشبانية	19
73	معرفة إمكانية وجود مدير تقني يشرف على تخطيط البرامج	20
74	يمثل من يقوم بوضع و تخطيط البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة	21
76	يبين هل هناك وسائل بيداغوجية تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي	22
77	يمثل مدى وجود ميزانية مادية خاصة لفئة 12-16 سنة	23

## ملخص البحث

تكمن أهمية بحثنا العلمي هذا في محورين أساسيين، الجانب النظري والجانب الميداني، فالجانب الجانب النظري يتمثل في إضافة مرجع علمي مهم للمكتبة الجامعية الجزائرية بوجه عام و المديرين بوجه خاص للرفع من قدراتهم المعرفية وبالتالي تسهيل عملية إعداد البرامج التدريبية العلمية، أما الجانب الميداني فيتمثل في معرفة أهداف النوادي الرياضية بالنسبة لإعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد، و إكتشاف النواحي القوة و الضعف و إقتراح الحلول المناسبة لها و ذلك للوصول إلى أفضل الأساليب و الأسس العلمية للبرامج التدريبية.

وقد كانت فرضيتنا العامة كالتالي:

- للبرامج التدريبية العلمية دور هام في إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد.
- وأما عينة البحث هي جزء من مجتمع البحث الذي تجمع منه البيانات الميدانية التي تعتبر جزءا من الكلي، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث.
- ولأن مجتمع بحثنا هو كل الأندية التي تنشط ضمن رابطة البويرة و بما أن مجتمع بحثنا صغير و يمكن تحديده فإن عينة بحثنا هي المجتمع الأصلي و هي جميع مدربي و رؤساء فرق الرابطة الولائية للبويرة لكرة اليد لهذا اعتمدنا على العينة القصدية
- إن اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذ يحدد كيفية جمع المعلومات الخاصة بموضوع البحث قمنا باستخدام المنهج الوصفي لكونه الأكثر ملائمة والأيسر تطبيقا للبحث، ولأنه يتم بواسطته الوصول إلى المعرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر المشكلة أو الظاهرة، للوصول إلى فهم أفضل وأدق، ووضع السياسات والإجراءات المستقبلية الخاصة بها .
- كما أن المنهج الوصفي يستهدف جمع الحقائق والبيانات لظاهرة يغلب عليها التحديد وغالبا ما يلجأ إليها الباحث، بعد أن تكون أجريت دراسات كشفية في نفس الميدان .
- ويعرّف المنهج الوصفي على أنه: "...هذا النوع من المناهج البحثية يساعد على الوصف الكمي أو الكيفي للظاهرة".

بحيث أن التعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها ، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقميا يوضح لنا مقدار هذه الظاهرة أو حجمها .

ويعرّفه حسين عبد الحميد على أنه: "دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقع معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة من الأوضاع".

و من خلال هذا جاءت نتائجنا كالتالي:

- المدربين و المسؤولين لا يعتمدون على البرامج العلمية في إعداد و تكوين فئة 12-16 سنة.

-المشرفين على فئة 12-16 سنة أغلبيتهم لا يملكون كفاءة علمية تساعدهم على تخطيط وتطبيق البرامج العلمية الحديثة .

- معظم المدربين لم يستفيدوا من التكوين و تجديد المعارف و لم يشاركوا في ملتقيات و دورات تكوينية.
- معظم المدربين و المسؤولين لا يملكون شهادات تدريبية تساعدهم على مساهرة البرامج الحديثة للتدريب.
- عدم إهتمام المسيرين لسياسة التكوين لفئة 12-16 سنة لكرة اليد مما يؤدي إلى إهمال و نقص الإعداد.

إن التطور الذي عرفته كرة اليد الحديثة راجع بالأساس إلى الإعتناء بعدة جوانب يأتي في مقدمتها المدرب و اللاعب و كذا البرامج التدريبية و المناخ الذي يتم فيه هذه العملية، فالمدرّب هو الذي يوصل العلم و المعرفة إلى اللاعبين من خلال برامج مقننة مبنية على أسس سليمة في مجال التدريب الرياضي الحديث، لقد أثبتت الكثير من الدراسات و البحوث على ضرورة الإهتمام بالفئات الصغرى، فناشئوا اليوم هم لاعبو الدرجة الأولى و المنتخبات الوطنية للغد، و لهذا وجب على القائمين للعبة من إداريين ومدربين الوقوف على أهمية هذه النقطة لضمان مستقبل كرة اليد الجزائرية.

لقد إنقضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين الوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالإعتماد على تجاربهم الميدانية و خبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة و كرة اليد خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث، و لضمان تدريب ناجح و فعال وجب على المدربين القائمين بالعملية التدريبية في كرة اليد إتباع أحسن الطرق و الإلمام بالمبادئ الأساسية لعلوم التدريب ومعرفة خصائص و مميزات المرحلة العمرية للناشئين و تطوير صفاتهم البدنية و المهارية و الخططية و النفسية بأسلوب علمي.

و هذا ما أكدّه (weineck) أن القدرة على الإنتصارات و تحقيق النتائج يتوقف على الحصول على أعلى مستوى ممكن للقدرة البدنية و المهارية و الخططية و النفسية، لذلك وجب أن تكون هناك تخطيط منهجي منظم مبني على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث. (weineck, 1986, p. 309)

و يتفق كل من مفتي إبراهيم و عبيدة صالح 1994، على أن التدريب في كرة اليد يرتكز على خمسة جوانب أساسية و هي الإعداد البدني و الإعداد المهاري و الإعداد الخططي و الإعداد النفسي و الإعداد الذهني، و يجب أن يتكامل جميعها في خط واحد لتحقيق الهدف الأساسي من عملها و هو بناء فريق متكامل الأداء، و هذا لا يأتي إلا من خلال خطة رشيدة طويلة المدى لها أهداف محددة قد تمتد إلى عدة سنوات مبنية على أسس الدراسة المتأنية لمختلف تنبؤات الحاضر و المستقبل مع الإستفادة من الماضي. (إبراهيم، 1994، الصفحات 99-133)

و كل ذلك في دراستنا التي قمنا في بدايتها بالتعريف بالموضوع و ذلك بطرح إشكالية بحثنا و فروضه و أسباب إختيار الموضوع و أهميته و كذا تحديد المصطلحات الخاصة بالبحث، ثم قسمناه إلى بابين، الباب الأول خصصناه للجانب النظري و الذي تناولنا فيه فصلين، الفصل الأول خصصناه للخلفية النظرية للدراسة و قسمناه إلى أربعة محاور، أما الفصل الثاني فخصصناه للدراسات المرتبطة بالبحث و الذي تناولنا فيه الدراسات السابقة و المشابهة.

أما بالنسبة للباب الثاني فقد تناولناه في فصلين، الفصل الأول أبرزنا فيه منهجية البحث و إجراءاته الميدانية، أما الفصل الثاني فخصصناه لتحليل و مناقشة النتائج وكذا مقابلة النتائج بالفرضيات و ختمناه بخاتمة عامة.

مدخل عام  
تعريف بالبحث

مما لا شك فيه أن المستوى الرياضي في مختلف الرياضات المعروفة قد حقق خطوة كبيرة للأمام و هذا ما تؤكدهُ الأرقام القياسية المحطمة يوم بعد يوم، والتي كان تحطيمها حلما يداعب خيال العاملين في المجال الرياضي، و يرجع الفضل في هذا التطور الهائل إلى التطور العلمي الكبير في طرق التدريب و إعداد اللاعبين والذي إستند إلى الحقائق العلمية التي قدمتها مختلف العلوم الأخرى سواء ما كان منها في المجال البيولوجي أو النفسي أو الاجتماعي، و التي يستفيد منها المدرب بفاعلية لتحسين تنفيذ العملية التدريبية.

و رياضة كرة اليد كأحد أنواع الرياضات خضعت للأسس و المبادئ العلمية منذ فترة طويلة، و قد بذلت كثير من الدول المتقدمة في اللعبة جهود مستمرة لإعداد و تنمية الناشئين و الموهوبين على أسس علمية متينة واضحة باعتبارهم القاعدة العريضة التي يعتمد عليها في تطوير اللعبة، و هذا ما أكدهُ Weineck على أن القدرة على الانتصارات و تحقيق النتائج يتوقف على الحصول على أعلى مستوى ممكن من القدرات البدنية و مهارية و الخطئية و النفسية لذلك و جب أن يكون هناك تخطيط منهجي منظم للبرامج.التدريبية على أسس علمية في مجال

التدريب الرياضي الحديث. (weineck، 96، صفحة 309)

و يتفق كل من مفتي إبراهيم و عبدة صالح على أن التدريب يركز على جوانب أساسية و هي الإعداد البدني و المهاري و الخططي و النفسي و الإعداد الذهني، و يجب أن يتكامل جميعها في خط واحد لتحقيق الهدف الرئيسي و هذا لا يأتي إلا من خلال خطة رشيدة طويلة المدى لها أهداف محددة مبنية على أسس علمية. (إبراهيم، 1994 ، صفحة 99)

فلقد انقضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي و الإعتماد على تجاربهم الميدانية و خبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول الى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة و كرة اليد خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث.

إن المدرب هو جوهر و محور العملية التدريبية وهو المنفذ لها لتحقيق أفضل مستوى انجاز و إذا لم يتواجد المدرب المؤهل و الملم بمحتوى العملية التدريبية فإن إقتصادية الجهد و المال و الوقت لن تحقق متغيرات التدريب، فالأمر يتطلب منه أن يكون قائدا متفهما لبرامج التدريب.

فالبرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية و تحترم القوانين و نظريات التدريب الرياضي الحديث هي الكفيلة بوصول اللاعب إلى المستوى العالي.

إن البرامج التدريبية لها دور كبير و حساس في مجال تكوين اللاعبين خاصة الفئات الصغرى حيث أنها الوسيلة التي يمكن من خلالها إكساب اللاعبين القدرات البدنية و مهارية و العقلية و النفسية التي تسهم في الارتقاء بمستواهم بأقصى درجة.

إن المتأمل على مستوى كرة اليد الجزائرية و خاصة الرابطة الجهوية للبويرة يلاحظ منذ الوهلة الأولى افتقار إلى الأهداف الواضحة المعاني سواء على المستوى الاديولوجي أو على مستوى الممارسة في مجال إعداد و تكوين لاعبي الفئات الصغرى.

إن مشكلة البحث قد تبلورت في ذهن الباحث من خلال قيامه لسنوات عديدة في مجال التدريب على مستوى الفئات الصغرى و الأكابر و كذلك متابعتها لطرق التدريب المتبعة و وسائل التنفيذ و الكيفية التي بموجبها بناء برامج تدريبية و عدم مراعاة المراحل العمرية المدربة، إلا أن المتأمل إلى مستوى كرة اليد لفرق رابطة البويرة يلاحظ منذ الوهلة الأولى ضعف النتائج على جميع الأصعدة انطلاقاً من الفئات الصغرى حتى الأكابر و هذا من خلال المشاركة في المحافل الوطنية رغم توفر من الإطارات و لاعبين شباب يمكن لهم مواجهة هذه التحديات، و على هذا الأساس جاءت هذه الدراسة للتعرف على النواحي و الأسباب و المعوقات التي تحول دون تحقيق الفئات الصغرى لأهدافها و لحل مشكلة البحث و يجب علينا طرح التساؤلات التالية:

### التساؤل العام:

- هل البرامج التدريبية العلمية لها أهمية في إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد؟

### التساؤلات الفرعية:

- هل تخطيط البرامج التدريبية العلمية في إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد تحقق الأهداف المرجوة من الإعداد و التكوين؟
- هل يمتلك المشرفين على إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد مؤهلات علمية لتطبيق البرامج التدريبية؟
- هل يفتقر المشرفين على إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد إلى دورات تكوينية و تجديد المعارف؟
- هل يولي المسIRON القائمون على النوادي الرياضية أهمية للتكوين التدريبي العلمي لفئة 12\_16 سنة لكرة اليد؟

### 2-الفرضيات:

- الفرضية العامة:

للبرامج التدريبية العلمية أهمية كبيرة في إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد.

- الفرضيات الجزئية:

- \_ البرامج التدريبية المنتهجة في إعداد و تكوين لفئة 12\_16 سنة لا تؤدي إلى تحقيق الأهداف المرجوة من ذلك
- \_ غياب المؤهل العلمي للمشرفين على فئة 12\_16 سنة يؤدي الى صعوبة تخطيط و تطبيق البرامج التدريبية العلمية.
- عدم استفادة المشرفين على إعداد و تكوين فئة 12\_16 سنة الى التكوين و تجديد المعارف يؤدي إلى عدم مساهمة البرامج الحديثة للتدريب.
- عدم اهتمام المسيرين لسياسة التكوين لفئة 12\_16 سنة يؤدي الى اهمال و نقص عملية الإعداد و التكوين.

### 3-أهداف البحث:

- معرفة أهداف النوادي الرياضية بالنسبة لإعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد.
- الكشف عن أسباب اخفاق النوادي الرياضية بالنسبة للفئات الصغرى في تحقيق أهدافها.
- \_ تقديم مقترحات للنهوض بالعملية التدريبية التكوينية للفئات الصغرى لكرة اليد .

## 4- أهمية البحث:

تتخصر أهمية البحث و الحاجة إليه في محورين أساسيين هما:

**أولا : الجانب النظري:** و يتمثل في إضافة مرجع علمي مهم للمكتبة الجامعية الجزائرية بوجه عام و المدرسين بوجه خاص للرفع من قدراتهم المعرفية و بالتالي تسهيل عملية إعداد البرامج التدريبية العلمية.

**ثانيا : الجانب الميداني:** و يتمثل في معرفة أهداف النوادي الرياضية بالنسبة لإعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد، و اكتشاف نواحي القوة و الضعف و اقتراح الحلول المناسبة لها و ذلك للوصول إلى أفضل الأساليب و الأسس العلمية للبرامج التدريبية.

## 5- تحديد المفاهيم:

**التخطيط:** هو التنبؤ إلى أبعد مدى بجميع ردود الأفعال وأخذها في الاعتبار سلفا بطريقة منسقة وبالاختيار بين مناهج بديلة قابلة للتنفيذ. (الأشول، 1994، صفحة 91)

\***البرنامج:** هو تلك الخيارات التعليمية المتوقعة التي تتبع من المنهج و كل ما يتعلق بتنفيذه و يشمل الزمن و المدرس و التلميذ و الطريقة و الإمكانيات و المحتوى و التنظيم.

\***التدريب الرياضي الحديث:** وهو جميع العمليات التي تشمل بناء و تطوير عناصر اللياقة البدنية و تعلم (التكنيك) المهارات الأساسية و (التكتيك) المهارات الخططية و تطوير القابلية العقلية ضمن منهج علمي مبرمج و هادف خاضع للأسس التربوية بقصد الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة.

\***الفئات الصغرى :** هي مجموعة من اللاعبين ينتمون الى مراحل عمرية محددة من طرف وزارة الشبيبة و الرياضة مقسمة كالتالي:

- \_ فئة الأصاغر: من 12 الي 13 سنة.
- فئة الأشبال: من 14 الي 15 سنة.
- \_ فئة الأواسط: من 16 الي 17 سنة.
- فئة الأكابر: من 18 الي 20 سنة.

الخطاب الوطني  
الخطبة الوطنية  
و الدراسات المرتبطة بها

# الفصل الأول

## مخالفية النظرية للدراسة

## - تمهيد:

يعتبر التخطيط الرياضي و المدرب و المسير من أهم عناصر نجاح العملية التدريبية، ونظرا لهذه الأهمية يسعى المسئولون والمدربون إلى أن يصل اللاعبون في مستواهم إلى أقصى كفاءة ممكنة، ولتحقيق هذا الهدف يعملون على توفير أحسن اللاعبين وأمههم في فرقهم أو الحرص على تدريبهم وإكسابهم الكفاءة اللازمة من أجل رفع المقدرة على الأداء لديهم، وهذا لا يكون إلا من خلال الإلتقاء العلمي و التخطيط الجيد المبني على أسس علمية، فالإلتقاء العلمي يمكن اللاعبين من التقدم بمراحل متوازنة، بالإضافة إلى ذلك يجب أن يكون المدرب و المسير ذو مستوى علمي و كفاءة مهنية، فبدون هذه العناصر لا يمكن للمسؤولين من تحقيق أهدافهم التدريبية.

## المحور الأول: التدريب الرياضي الحديث و التخطيط:

## 1-1- مفهوم التدريب الرياضي:

يعرف مفتي إبراهيم التدريب الرياضي بأنه كل العمليات التعليمية التتموية التربوية التي تهدف الى تنشئة وإعداد اللاعبين و الفريق الرياضي من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية و الميدانية بهدف تحقيق اعلى مستوى و نتائج ممكنة في الرياضة التخصصية و الحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة. (حمادة، 2001، صفحة 21)

أما MATVEIV يعرف التدريب الرياضي على انه ذلك التحضير البدني المهاري الخططي الفكري و النفسي للرياضي بمساعدة تمرينات رياضية. (weineck, 1996, p. 17)

ويعرف علي نصيف قاسم حسن حسين التدريب الرياضي على انه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية و تعلم التكنيك (المهارات الأساسية) و التكتيك (المهارات الخططية)، وتطوير القابلية العقلية ضمن برنامج علمي مبرمج وهاذف خاضع لأسس تربوية بقصد الوصول بالرياضي الى أعلى المستويات الرياضية الممكنة. (نصيف، 1999، صفحة 14)

كما يجب ان نفهم التدريب الرياضي على انه عملية تكاملية وان المدرب و العلاقة بينه وبين اللاعب و الممارسة والسلوك التدريبي وعناصر التدريب جميعها تمثل جزء من عملية التدريب.

وبناء على ذلك فيمكن أن نعرف التدريب الرياضي على أنه ذلك العمل التربوي التعليمي المبني على أسس علمية، يهدف إلى الرفع من مستوى الرياضي من الناحية البدنية - المهارية - الخططية - النفسية إلى أعلى مستوى ممكن.

## 1-2- أهداف وواجبات التدريب الرياضي:

إن واجبات التدريب الرياضي يمكن ان نحددها في الواجبات التربوية والواجبات التعليمية فمن أهم الواجبات التربوية التي يسعى المدرب إلى تحقيقها هو العمل على تربية وتطوير السمات الخلقية من تسامح وتواضع وضبط النفس والخلق الرياضي. (thiopental, 1977, p. 435)

و في هذا النطاق يشير الباحثان HORSKY و KACANI أن من أهم الواجبات التربوية التي يحاول

المدرب تحقيقه هو تطوير الخصائص والصفات الإدارية التي تؤثر على سير المباريات ونتائجها و المثابرة والتصميم والطموح والجرأة و الاعتماد علي النفس و الرغبة في الانتصار، وتربية اللاعبين علي اجتناب الأنانية و العمل الجماعي لرفع مستواهم لخدمة ناديتهم و الوسط الاجتماعي. (الرحمان، 2004، صفحة 32)

أما الواجبات التعليمية التي يحاول المدرب تحقيقها فتتلخص في عملية الإعداد البدني، وهنا يعمل المدرب علي تطوير الصفات البدنية للرياضي من التحمل، القوة، السرعة والمرونة والرشاقة، وكذلك الإعداد المهاري عن طريق تعلم المهارات الأساسية، بالإضافة الى الإعداد الخططي أين يحاول المدرب تعليم خطط اللعب الفردية والجماعية وفق الإمكانيات الحقيقية للاعبين.

## 1-3- الأسس والمبادئ العلمية للتدريب الرياضي:

إن التدريب عملية منظمة لها أهداف تعمل على تحسين ورفع مستوى لياقة اللاعب للفعالية الخاصة أو النشاط المختار، وتهتم برامج التدريب باستخدام التمرينات والتدريبات اللازمة لتنمية المتطلبات الخاصة بالمسابقة، والتدريب

يتبع مبادئ ولذلك تخطط العملية التدريبية على أساس هذه المبادئ التي تحتاج إلى تفهم كامل من قبل المدرب قبل البدء في وضع برامج تدريبية طويلة المدى وتتخلص مبادئ التدريب في:

- إن الجسم قادر على التكيف مع أحمال التدريب.
- إن أحمال التدريب بالشدة والتوقيت الصحيح تؤدي إلى زيادة استعادة الشفاء.
- إن الزيادة التدريجية في أحمال التدريب تؤدي إلى تكرار زيادة استعادة الشفاء وارتفاع مستوى اللياقة البدنية.
- ليس هناك زيادة في اللياقة البدنية إذا استخدم الحمل نفسه باستمرار أو كانت أحمال التدريب على فترات متباعدة.

- إن التدريب الزائد أو التكيف غير الكامل يحدث عندما تكون أحمال التدريب كبيرة جدا أو متقاربة جدا.

- يكون التكيف خاصا ومرتبطا بطبيعة التدريب الخاص. (البصير، 1999، صفحة 158)

بالإضافة إلى ما تم ذكره في أعلاه فهناك القوانين الأساسية للتكيف وهي (زيادة الحمل، المردود العائد، التخصص). وفي كرة اليد يلعب التدريب المخطط طبقا للأسس و المبادئ العلمية دورا هاما وأساسيا للوصول للاعب إلى حالة الفورمة الرياضية في نهاية فترة الإعداد (العام، الخاص) والاحتفاظ بها خلال فترة المنافسات حتى يمكن الحصول على أفضل النتائج فأداء اللاعب في كرة اليد لا يتوقف فقط على حالته البدنية من حيث القوة، القدرة، السرعة، التحمل..... الخ، بل يعتمد أيضا على قدرته في أداء المهارات الأساسية وارتباطها على العمل الخططي داخل الفريق، بالإضافة إلى الخطط الفردية وأيضاً الناحية التربوية والنفسية كالعزيمة، قوة الإرادة، الكفاح .

وتقسم عملية التدريب إلى تقسيمات خلال السنة وتعتبر عدد من الفترات التي تختلف وتتباين بالنسبة للأهداف والواجبات التي تسعى إلى تحقيقها وبالتالي تختلف في مكوناتها ومحتوياتها فالهدف من تقسيم الموسم التدريبي لفترات هو محاولة الوصول للاعب والفريق إلى حالة تدريبية عادية (الفورمة الرياضية) في نهاية فترات الإعداد، والاحتفاظ بها بقدر الإمكان خلال فترة المنافسات لتحقيق أفضل النتائج.

و تنقسم فترات التدريب في غضون الخطة السنوية إلى ثلاثة فترات :

- فترة الإعداد (préparation).

- فترة المباريات (comptions).

- فترة الانتقال (transition).

و تختلف كل فترة من الفترات السابقة من حيث استمرارها، و أهدافها و محتوياتها كل منها و تخطيط الأحمال التدريبية و تشكيلها، كما تقسم كل فترة من الفترات السابقة إلى مراحل تدريبية تحتوي كل مرحلة منها على عدة أسابيع كما تقسم الأسبوع الواحد إلى عدة جرعات تدريبية.

فعليه التدريب السنوي ليست عملية سهلة حيث تتطلب من المدرب تخطيط لبرامجها إختيار و تحديد التنقل النسبي للمكونات الخاصة بكل فترة من الفترات للموسم التدريبي بالشكل الأمثل كذلك إختيار أنسب الوسائل و الظروف لتنفيذ تلك المكونات أثناء فترات الموسم لتحقيق التركيب المثالي لكل من دورات التدريب سواء الصغيرة أو المتوسط أو الكبيرة داخل المراحل و فترات الموسم الرياضي، وذلك بهدف وصول اللاعب إلى حالة تدريب عالية.

## 1-4-4- التخطيط في التدريب الرياضي الحديث:

## 1-4-4-1- مفهوم التخطيط الرياضي:

يلعب تخطيط التدريب الرياضي دوراً أساسياً في تحقيق المستويات الرياضية العالية، سواء في جانبها البدني أو المهاري و التكتيكي و النفسي، وأصبحت نظريات التدريب و طرقها الحديثة مدخلا هاما لإحراز أفضل النتائج في ضوء قدرات اللاعب و إمكاناته، وتعد مرحلة التخطيط لبرنامج التدريب أساس النجاح أو الفشل في العملية التدريبية. (مختار، 1996، صفحة 283)

و ليس معنى ذلك أن التخطيط يرتبط دائماً بفترات طويلة و لكن يتحتم ضرورة التخطيط لفترات قصيرة تحتوي على تحديد الأهداف و الواجبات التفصيلية و التخطيط بين التنبؤ بالمستقبل. (البشتاوي، 2005، صفحة 156)

فالمدرّب الذي يخطط للموسم الرياضي يضع أن التخطيط لعملية التدريب في كرة اليد وسيلة ضرورية لتقدم بالحالة التدريبية للاعبين، حيث يحدد مضمون و محتويات عملية التدريب بطريقة منظمة توصلهم إلى أعلى مستوى أداء خلال المنافسات.

بناء على ما تقدم قوله فإنه بدون تخطيط فعال و هادف مبني على أسس علمية في مجال التدريب لا يمكن لنا في أي حال من الأحوال أن نحقق النتائج العالية و الجيدة و الرفع من مستوى اللاعبين. (الخشاب، 1998، صفحة 201)

و إن وضع خطة تدريبية ليس بالأمر السهل، هذا ما أكده weineck حيث يقول أن الممارسة الرياضية أظهرت بوضوح أن النتائج العالية لا يمكن أن نحققها ما لم يكن بناء قاعدي متين خلال مرحلة الطفولة و المراهقة، هذا يحتم علينا تخطيطاً منظماً طويل المدى في مجال التدريب. (weineck, 1996, p. 309)

و من الناحية التطبيقية في كرة اليد هو عبارة عن إعداد محتويات و شكل و مقدار التدريب من حيث الكم و الكيف خلال فترة معينة لغرض إعداد اللاعب إعداداً شاملاً و الوصول به إلى أعلى مستوى.

## 1-4-4-2- أنواع التخطيط الرياضي: للتخطيط الرياضي ثلاثة أنواع وهي:

- تخطيط طويل المدى.
- تخطيط قصير المدى.
- التخطيط الجاري.

## ' تخطيط طويل المدى:

وهذا التخطيط كقاعدة يتم لسنوات طويلة، ولكن فيما يتصل بنوعية الممارسين والغرض الذي وضع لأجله، وقد تكون هذه المدة (04) سنوات وهي الفترة بين الدورات الأولمبية أو بطولات العالم في كثير من الألعاب أو قد تكون سنتان كالفترّة بين بطولة أوروبا مثلاً أو قد تكون لسنة واحدة وهي الفترة بين بطولة العالم في بعض الألعاب، ويجب أن يراعي التخطيط طويل المدى اتصاله بعملية توزيع الخطة التدريبية على دورة تدريبية واحدة كبيرة، هذه الدورة تمتد لعدة شهور و يجب أن تشمل الفترات الثلاث وهي:

\* الإعداد والتحضير الجيد للممارسين من كل النواحي.

\* الاهتمام بكل صغيرة وكبيرة من أجل اكتساب الثقة لدى الممارسين في كرة القدم، وكذلك أثناء المنافسة وذلك بتقديم كل ما يخص الجوانب سواء البدنية أو المهارية أو التكتيكية، وكذلك في المرحلة الانتقالية التي تلي نهاية الموسم الرياضي (موسم المنافسات)، وتتمثل في الراحة النشطة أو الايجابية.

#### ' تخطيط قصير المدى:

وهو التخطيط الذي يتم في فاصل قصير ومحدد، ففي عملية التدريب الرياضي يتم التخطيط القصير المدى لفترة تدريبية واحدة، ويعتمد التخطيط قصير المدى على مبدأ التحديد والواقعية، ولذلك يلزم أن يكون ملائماً لممارسي هذه اللعبة (كرة اليد)، وذلك مع مراعاة كل الجوانب.

#### ' التخطيط الجاري:

ويعتمد أساساً على التخطيط طويل المدى، ويتميز بوضوح وتحديد الهدف الجاري تنفيذه في المرحلة الراهنة، مثلاً: كيفية التصويب نحو المرمى سواء من الثبات أو من الارتقاع، وكذلك يحدد أكثر الطرق والوسائل اللازمة للعمل. ويتأثر التخطيط بعاملين أساسيين هما: - الواقعية.

- دقة المتابعة . (سليمان، 1999، صفحة 17)

#### 1-4-3- مبادئ التخطيط:

لابد للتخطيط ليكون مجدي أن يلتزم بالمبادئ التالية والتي تشكل الإطار الفكري لمن يقوم بعملية التخطيط:

- أن يعتمد الطريقة العملية في طريقة التنبؤ وفي جمع المعلومات وتحليلها والاستفادة منها في استشراف المستقبل
- التركيز على الهدف المراد تحقيقه وهذا يعني عندما نخطط لشيء يجب أن نوجه كافة طاقتنا في التنبؤ على ذلك الشيء بهدف تحقيقه وعدم الانشغال بالأمر الجانبي التي لا تؤثر وليس لها صلة بالهدف الذي نخطط له.
- شمولية التخطيط وتعني أنه يجب أن يشمل التخطيط كافة الأنشطة والوسائل والأساليب المتعلقة بالهدف الذي نخطط له وأن توفر كافة الإمكانيات الضرورية لتحقيق الغاية أو الهدف.
- فاعلية وكفاية التخطيط وهذا يعني أن يكون التخطيط قابلاً للتطبيق ويخدم الهدف بشكل فعال، ويغطي كافة الأنشطة والوسائل والأساليب والإمكانيات الضرورية لتحقيق الغاية والهدف.
- مرونة التخطيط وهذا يعني أن يكون التصور المستقبلي ذا أطراف واسعة يمكن التحرك خلالها بسهولة في مواجهة التغيرات المستقبلية.

من خلال بدائل محتملة وليس حصر للتخطيط في إطار متحجر لا يستوعب إمكانية التغير المستقبلي. (موسى، 1995، صفحة 107)

#### 1-4-4 عناصر التخطيط الجيد: تكمن عناصر التخطيط الجيد فيما يلي:

- تحديد أنسب أنواع التدريب .
- تحديد واجبات كل فرد وإعطائه كل ماينوط به .
- تحديد التوقيت الزمني للمراحل المختلفة .
- تحديد الأهداف المراد تحقيقها.

ولضمان عامل نجاح التخطيط الرياضي ينبغي أن لا تتعارض في أهداف خطة التدريب مع ميول وحاجات الممارسين ورغباتهم وعليه وجب وضع تخطيط رياضي عملي يهدف إلى تكوين الشخصية الرياضية والارتقاء بالمستوى.

#### 1-4-5- أهمية ومزايا التخطيط:

التخطيط هو الذي يرسم صورة العمل في شتى المجالات ويحدد مساره، وبدون التخطيط تصبح الأمور متروكة للقدر أو العمل العشوائي الغير الهادف، ومن أهم مزايا التخطيط :

- يوضح الطريق الذي يجب أن يسلكه جميع الأفراد عند تنفيذ الأعمال، وكذلك يوضح الأهداف لكي يسهل تحقيقها.

- يبين مقدما جميع الموارد اللازمة إستخدامها كما ونوعا، وبذلك يمكن الاستعداد لكل الظروف والاحتمالات.

- يساعد على التخلص من المشاكل والعمل على تقادي حدوثها مما يزيد الشعور بالأمان والاستقرار. (مطر، 1999، صفحة 62)

## المحور الثاني : متطلبات التدريب الرياضي الحديث.

## 2-1- الإعداد البدني:

يقصد بالإعداد البدني كل العمليات الموجهة لتحسين قدرات البدنية العامة و الخاصة، و رفع كفاءة أجهزة الجسم الوظيفية و تكامل أدائها و تؤدي كفاءات تدريبات الإعداد البدني على مدار السنة بكاملها حيث تدخل ضمن محتويات البرامج التدريبية بشكل أساسي من خلال وحدات التدريب. (بساط، 1996، صفحة 74)

و يعرف حنفي محمود مختار الإعداد البدني أنه كل الإجراءات و التمرينات المخططة التي يضعها المدرب و يتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية، و التي من دونها لا يستطيع اللاعب أن يقوم بالأداء المهاري و الخططي المطلوب منه وفق متطلبات اللعبة. (مختار، 1996، صفحة 60)

فالأداء المهاري و الخططي يعتمد على حد كبير على مدى كفاءة اللاعب بدينا، أو أنه مهما يلفت مهارة اللاعب و إجادته لخطط اللعب فإنه لا يستطيع تنفيذها في المباراة إلا من خلال لياقة بدنية عالية.

و يعرف" تلمان الإعداد البدني في كل التمرينات الذي يضعها كمدرب في اتجاه تنمية و تطوير مجموعة من الصفات البدنية- التحمل القوة السرعة - الرشاقة - المرونة - و بدون هذه الصفات البدنية لا يمكن في أي حال من الأحوال أن يتماشى اللاعب مع متطلبات اللعبة. (rene, 1993, p. 53)

## 2-2- أنواع الإعداد البدني:

## أولاً: الإعداد البدني العام:

يهدف الإعداد البدني العام إلى تسمية الصفات البدنية العامة التي يمكن في أساسها بناء و تطوير الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد. (الرحمان، 2003، صفحة 29)

و يقصد به التنمية المتزنة و المتكاملة لمختلف عناصر اللياقة البدنية و تكييف الأجهزة الحيوية للاعب مع الشيء البدني الواقع عليه. (حمادة، 1990، صفحة 340)

و يهدف هذا الإعداد إلى تنمية الصفات البدنية الأساسية الضرورية لدى اللاعب بشكل متزن و شامل، و هو أساس الإعداد الخاص، و يعني ذلك أن الغرض من التدريب و الإعداد العام هو التواصل إلى التعود على حمل التدريب و السرعة و هما مرتبطان بتحسين قابلية الجهاز العضلي العصبي للجسم و الأعضاء الداخلية كافة.

## ثانياً: الإعداد البدني الخاص:

يهدف الإعداد البدني الخاص إلى تنمية الصفات البدنية الخاصة الضرورية للأداء في كرة اليد و تزويد اللاعب بالقدرات المهارية و الخططية، على أن يكون مرتبط بالإعداد البدني العام ارتباطاً وثيقاً في جميع فترات التدريب. (ابراهيم، 1990، صفحة 340)

و لما كانت الصفات البدنية الخاصة للاعبين كرة اليد قد تاملت و تطورت بشكل ملحوظ نظراً لتطور أداء اللاعبين لظهور كرة اليد الحديثة التي تتميز بجماعية الأداء كهدف للوصول إلى كرة اليد شاملة فقد ألقى ذلك عبئاً كبيراً على اللاعبين دفاعاً و هجوماً إذ أنيطت بهم واجبات حركية تستدعي كمية كبيرة من الحركة يترتب عليها استفاد دائم لطاقت اللاعبين و التي تستلم بدورها وجود أجهزة حيوية تعمل بكفاءة عالية لتلبية هذه المتطلبات.

و يهدف الإعداد البدني الخاص إلى إعداد اللاعب بدنياً و وظيفياً يتمشى مع متطلبات و مواقف الأداء في نشاط كرة اليد و الوصول إلى الحالة التدريبية و ذلك عن طريق تنمية الصفات البدنية الضرورية للأداء والعمل على أداء دوام تطویرها. (الرحمان، 2003، صفحة 30)

### 2-3- الإعداد المهاري في كرة اليد:

المتطلبات الأساسية المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها، و تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي يقوم بها اللاعب و تؤدي في طار قانون لعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة، و يمكن تنمية و تطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد و التكوين المهاري، الذي يهدف إلى وصول اللاعب إلى الدقة و الإتقان و التكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد يجب أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظروف من ظرف المباراة، فكرة اليد تحتل مهما بين جميع الألعاب الرياضية بما يميزها بتعدد المهارات الحركية التي يجب أن يمتلكها اللاعب و بواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من المهارات الفنية عن توفر الحد المطلوب من اللياقة البدنية، و على ذلك فإن جميع اللاعبين لابد لهم من إمتلاك عدد كبير من الخبرات الحركية المتنوعة. (المندلوي، 1989، صفحة 102)

### 2-3-1- مفهوم الإعداد المهاري:

و يقصد به كل الإجراءات التي يتبعها المدرب بهدف الوصول باللاعب إلى الدقة و الإتقان في أداء جميع المهارات الأساسية، بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظروف. و يعرف مفتى إبراهيم الإعداد المهاري بأنه اكتساب اللاعبين المهارات الأساسية من خلال التمرينات و المعلومات و المعارف بهدف الوصول إلى الدقة و الإتقان في أدائه. (المندلوي، 1989، صفحة 103)

### 2-3-2- مراحل الإعداد المهاري:

تمر عملية الإعداد المهاري للتحركات الرياضية بمراحل تعلم أساسية ثلاثة لا يمكن الفصل بينهما حيث تؤثر كل منهما في الأخرى و تتأثر بها. (الرحمان، دروس الإعداد النفسي في كرة اليد، 2003، صفحة 33)

#### ✓ مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية الرياضية:

و تتضح أهمية هذه المرحلة في النقاط التالية:

- تشكل الأساس الأول لتعلم الحركة و إتقانها.
- تهدف إلى اكتساب الرياضي مختلف المعاني و التصورات كالتصور السمعي البصري و الحركي للحركة، حتى يتمكن بذلك ضمان قدرة اللاعب لتعلم الحركة و محاولة التدريب عليها لإتقانها. (حمادة، الجديد في الإعداد المهاري و الخططي، 1994، صفحة 19)

#### \_ بالنسبة للوسائل السمعية:

- يجب أن يتسم التقديم اللفظي و الشرح بالوضوح و أن يتناسب مع مستوى فهم اللاعبين.
- استخدام المصطلحات الصحيحة المتداولة.
- التأكد من أنه في استطاعة جميع اللاعبين الاستماع للشرح.
- يجب أن تبدأ عملية التعليم بالتقدم اللفظي الذي يتناول هدف الحركة و الوصف الجماعي لها بصورة مختصرة.

**\_ بالنسبة للوسائل البصرية:**

- يجب تقديم نموذج في هذه المرحلة من أهم الوسائل المستخدمة خاصة في الرياضيات التكنيكية التي تتصف بمهاراتها بالتركيب والتعقيد.
- كما يستطيع اللاعب أن يأخذ فكرة عامة للشكل العام للحركة و عن سلاسل الأداء و عن التنسيق بين مراحل الحركة. (أحمد، 2005، صفحة 199)

**✓ مرحلة اكتساب التوافق الجيد:**

- و تكمن أهمية هذه المرحلة من تعلم الحركة فيما يلي:
- يمكن استعمال مختلف الوسائل المعنية على التعليم السابق ذكرها على أن تتناسب مع درجة المستوى الذي وصل إليه اللاعب.
- تحتل الوسائل العلمية المكانة الهامة في هذه المرحلة و التي بواسطتها ممكن ممارسة أداء الحركة و التدريب عليها ككل و كأجزاء .
- تحتل عملية إصلاح الإخفاء دورا هاما من خلال عملية التدريب على الحركة.

**✓ مرحلة إتقان و تثبيت المهارة الحركية:**

- تأتي هذه المرحلة بعد المراحل السابقة و خلالها يمكن تثبيت أداء الحركة بمحاولات التدريب و إصلاح الأخطاء تحت الظروف المتعددة و المتنوعة و يجب استخدام المراحل الآتية:
- إتقان الحركة تحت الظروف المبسطة الثابتة.
- تثبيت الحركة بواسطة الزيادة التدريجية لتوقيت الأداء واستخدام القوة.
- تثبيت الحركة مع التغيير في الاشتراكات و العوامل الخارجية.
- تثبيت الحركة في ظروف تتميز بالصعوبة .

**2-4- الإعداد الخططي في كرة اليد:**

- يعرف مصطلح الخطة TACTIC في لغة الحروب بأنه فن الحرب خلال المعركة في حين أنه يعرف في المجال الرياضي بأنه فن التحركات أثناء المباراة أو فن أداء قيادة المباراة الرياضية.
- و يعني الإعداد الخططي حسب مفتي إبراهيم حمادة اكتساب اللاعبين القدرة على أداء خطط اللعب المختلفة و كذلك المعلومات و المعارف المتصلة بها و الذي يمكنهم من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة و المتغيرة خلال المباراة. (حمادة، الجديد في الإعداد المهاري و الخططي، 1994، صفحة 29)
- و تعني التحركات و المناورات الهادفة و الاقتصادية التي يقوم بها اللاعب و الفريق أثناء الهجوم و الدفاع بفرض تحقيق التفوق و الفوز. (الرحمان، الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات و تطبيقات، 2003، صفحة 38)

## 2-4-1- أنواع خطط اللعب:

- **الخطط الهجومية:** تتميز بعنصر المبادرة و التي تشكل نقطة الانطلاق فيها محاولة الهجوم على المنافس مع مراعاة عدم إغفال النواحي الدفاعية كما تتضمن الخطط التي تمهد لإجبار المنافس على البدء بالهجوم ثم محاولة القيام بهجوم مضاد يتميز بعامل المفاجئة لضمان عدم إعطاء المنافس فرصة الاستعداد.

- **الخطط الدفاعية:** و هي خطط اللعب التي يلجأ فيها اللاعب أو الفريق للدفاع و ترك زمام المبادرة و أمر قيادة المباراة للمنافسة، و تستخدم مثل هذه الخطط في حالة تفوق الفريق المنافس أو تمديد بنتيجة المباراة و يمكن تقسيم الخطط الهجومية و الدفاعية إلى ما يلي:

- خطط فردية.

- خطط جماعية.

- خطط مجموعة محددة من لاعبين الفريق.

- خطط الفريق بأكمله. (أخرون، 2003، صفحة 38)

فالمباراة في كرة اليد تجري في مواقف معقدة متتالية، و لتنفيذ الجمل و النشاطات الخططية و اتخاذ القرارات الصحيحة المتعلقة بها، فإن ذلك يستدعي سرعة الاستشارة لتحليل المواقف و تفسيرها، و الاختيار الصحيح للأسلوب و الطريقة لتنفيذ الواجبات و المهام، فصحة تقدير المواقف لتحقيق الفرض المناسب تتحدد في سرعة الإدراك عن اللاعب و الفريق ككل و التي تعتبر جوهر العمل الخططي، فإعداد طرق ناجحة لتربية و تنمية و تطوير هذه القدرة تكون ممكنة فقط عن التفهم الدقيق للأساس النفسي لآلية الموقف الخططي أثناء المباراة في كرة اليد و التي تعتمد في محتواها على نقطتين أساسيتين هما:

- إمكانية استخدام كمية أكبر و أدق من المعلومات.

- إعادة تحقيق هذه المعلومات على أساس تحليلها بطريقة تؤدي إلى وضوح أكثر لتقييم الموقف. (أخرون، 2003، صفحة 36).

## 2-4-2- مراحل الإعداد الخططي:

- تتضمن مراحل الإعداد الخططي المراحل التالية:

- **أولاً: مرحلة اكتساب المعارف و المعلومات الخططية:** و تظهر أهمية اكتساب اللاعب المعارف و المعلومات الخططية في تمكين اللاعب من حسن تحليل اللعب المختلفة و اختيار أنسب الحلول لمجابهة مثل هذه المواقف و بالتالي الإسراع في الأداء و التنفيذ، كما أن تشكيل الخبرات المختلفة للاعب و التي يطلق عليها خبرة المباريات تتأسس على هذه المعارف النظرية يمكن اكتساب المعارف و المعلومات، و وفق رأي شوتكا (choutka) الخططية باستخدام التدرج التعليمي التالي:

- المرحلة الأولى: شرح قواعد و قوانين اللعب الأساسية.

- المرحلة الثانية: وصف طريقة اللعب مع شرح مراكز اللاعبين و واجبات كل منهم.

- المرحلة الثالثة: تحليل كل مرحلة من مراحل اللعب و توجيه النظر إلى أهم الأخطاء التي تحدث أو التي حدثت بالفعل.

- المرحلة الرابعة: معالجة بعض المواقف الخطئية التي تختلف في درجة صعوبتها و وضع أنسب الحلول لها توجيه النظر لأهم الأخطاء الشائعة. (أخرون، 2003، الصفحات 221-223).

### ثانيا : اكتساب و إتقان الأداء الخططي:

يشكل إتقان الفرد أو الفريق للأداء الخططي الصحيح ركنا رئيسيا هاما بالنسبة للمستوى الرياضي العالي و يمكن تحقيق ذلك طريق تقسيم عملية تعليم الأداء في المواقف الخطئية إلى المراحل التالية:

- المرحلة الأولى: تعلم الأداء الخططي تحت ظروف سهلة مبسطة.
- المرحلة الثانية: تعلم نفس الأداء الخططي مع التغيير مع طبيعة الموافقة.
- المرحلة الثالثة: تعلم اختيار نوع معين من الأداء الخططي المناسب لبعض المواقف المعينة.

### ثالثا: مرحلة تنمية و تطوير القدرات:

يتطلب تعلم السلوك الخططي و إتقانه من اللاعب أنماط سلوكية يكون قادرا عل تغييرها و تعديلها طبقا لمواقف اللعب المتغيرة في أثناء المنافسات الرياضية.

و تتأسس القدرات الخلاقة على مدى ما على لدى اللاعب من معارف و معلومات و مهارات و خبرات حركية و خطئية اكتسابها أثناء عملية التعلم، إذ أن اسهام القدرات الخلاقة ينحصر في الفرد استخدام ما لديه من خبرات سابقة بصورة ملائمة و مناسبة لمواقف اللعب المختلفة لكي يحقق أقصى ما يمكن من فائدة.

### 2-5- الإعداد النفسي في كرة اليد:

#### 2-5-1- مفهوم الإعداد النفسي:

يعرف مفتي إبراهيم حمادة الإعداد النفسي على أنه تلك العمليات التي من شأنها إظهار أفضل سلوك كلا من الأداء البدني المهاري - الخططي للاعب و الفريق و الوصول إلى قمة المستويات. (حمادة، التدريب الرياضي الحديث -تخطيط- تطبيق-قيادة، 2001، صفحة 235)

و يعرف محمود كاشف الإعداد النفسي إلى تنمية الصفات الإدارية و تنمية عملية الإحساس و الانتباه و الملاحظة التي تظهر في القدرة على تذكر خصائص الأداء في مواقف اللعب المختلفة و المقدرة على التصور و التوقع الخططي الصحيح. (كاشف، 1991، صفحة 166)

- فنظرا للأداء الحديث في كرة اليد خاصة للاعب كرة اليد ذو المستوى العالي فقد ظهر واضحا خلال المباريات و البطولات العالمية تأثير الجانب التعليمي على أداء اللاعبين و الفرق و بالتالي على الجانب النفسي و الخططي، فقد لعبت العديد من السمات النفسية كضبط النفس و الثقة و توتر الأعصاب و الخوف دورا هاما في حسم نتائج المقابلات.

كما صرح المدرب الروسي "ماكسيموف" أن السبب يرجع إلى عدم قدرة لاعبيه على ضبط النفس في الدقائق الأخيرة، كذلك هزيمة يوغسلافيا من روسيا في مباريات الدور النصف نهائي، حيث علل مدرب الفريق زوران سبب الهزيمة إلى فقد لاعبيه إلى تركيز الانتباه.

كل هذه النتائج حسمت لصالح الفرق التي تتمتع بسمات نفسية مثل ضبط النفس و عدم التوتر و الثقة بالنفس أي وجود توازن نفسي للفريق ككل.

فمنظرا للتطور الكبير في كرة اليد و الذي تعكسه مستويات أداء اللاعبين و الفرق خلال المباريات و التطور في الأداء المهاري و الخططي فقد ظهر بوضوح الذي يقوم به النفسي للاعبين و الفريق، و بذلك أصبح الإعداد النفسي بشكل بجانب الإعداد البدني المهاري و الخططي جزءا لا يتجزأ من عملية تعلم و تربية و تدريب اللاعبين و إعدادهم. (الرحمان، الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات و تطبيقات، 2003، الصفحات 39-40)

#### 2-5-2- أهداف الإعداد النفسي:

من الأهداف الإعدادية النفسية للاعب نجد:

- المساعدة في تحسين العمليات النفسية الهامة التي تهدف إلى الوصول لأعلى مستويات من المهارات الأساسية و الخططية.

- تكوين و تحسين السمات الشخصية للاعب التي تؤثر بوضوح في الثبات المثالي للعمليات العقلية العليا و الاحتفاظ بها مع رفع مستوى الكفاية الحيوية و الحركية.

- تكوين و بناء حالة انفعالية مثالية في و أثناء التدريب و المنافسة.

- تحسين القدرة على تنظيم الحالة النفسية في الظروف الصعبة من التنافس.

- المساعدة في الإعداد النفسي و المعرفي و الوعي الكامل بمتطلبات المباراة.

- تكوين مناخ نفسي إيجابي في الفريق. (علاوي، 1997، صفحة 142)

#### 2-5-3- أنواع الإعداد النفسي:

- يتضمن الإعداد النفسي للاعبين الرياضيين نوعين هامين هما:

- **الإعداد النفسي طويل المدى:** و يهدف إلى توجيه و الإرشاد النفسي للاعبين الرياضيين بهدف الارتقاء بقدراتهم على مواجهة المشكلات و العقبات التي قد تعترضهم طوال فترة ممارستهم الرياضية، و زيادة قدرتهم على حسمها و التحدي لها و مواجهتها و كذلك بناء و تنمية الدفاعية الرياضية و بصفة خاصة دفاعية الإنجاز الرياضي للاعبين و تنمية قدرتهم على تحديد و وضع أهدافهم بصورة واضحة و السعي لتحقيقها، كما يسعى إلى تحقيق و تطوير السمات النفسية الخاصة للاعبين كرة اليد من حيث أنها عوامل هامة ترتبط بالإتقان بمستوى قدراتهم و إمكانياتهم.

- **الأعداد النفسية قصير المدى:** أثار بعض الباحثين إلى أن الإعداد النفسي قصير المدى للاعبين الرياضيين يقصد به الإعداد النفسي المباشر قبيل اشتراكهم الفعلي في المنافسة الرياضية بوقت قصير نسبيا بهدف التركيز على توجيههم و تهيئتهم و إعدادهم بصورة تسمح بتعبئة كل قواهم و طاقتهم لإمكانية استثمارها لأقصى مدى ممكن في المنافسة. (علاوي، علم نفس التدريب و المنافسة، 2002، صفحة 96).

#### 2-5-4- مكونات عملية الإعداد النفسي الرياضي:

و تشمل عملية الإعداد النفسي الرياضي على المكونات التالية:

- **العمليات العقلية العليا:** الإحساس، الإدراك، التصور، التخيل و التذكر التفكير و الانتباه و التي تتضمن سرعة اكتساب المهارات و الخطط و دقة التطبيق لها في المواقف المختلفة، و العمليات العقلية العليا تلعب دورا هاما في امتلاك الكفاءة الرياضية كأحد أسس الإنجاز الرياضي.

- السمات النفسية المكونة لخصية اللاعب: هذه السمات التي يجب أن تتميز بالثبات و الصدق أثناء المباريات و التدريب على أعمال مختلفة الحجم و الشدة، يحددها إلى درجة كبيرة سلوك اللاعبين في اللحظات الصعبة الحرجة و يمكن تحديدها كما يلي:

- القدرة على التنافس و السعي إليه.

- صلابة الشخصية.

- الاستعداد للاستثارة (لقدرات العصبية).

- السمات الإدارية و المظاهر الانفعالية و الحالة المزاجية.

- الحالة النفسية: وهي تعتبر أكثر الأشكال النفسية تغييرا و إهتزازا و هي عملية نفسية مركبة من الانفصال و الانتباه و التفكير و هي تتصف بمستوى محدد من الفعالية و الشدة.

- المهارات النفسية: تلعب دور هام في تحقيق الإنجازات الرياضية حيث أن تنمية المهارات النفسية يسير جنبا مع جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية، إن تعلم هذه المهارات النفسية لا يؤثر فقط على تطوير الأداء الرياضي و لكن إنتقل إلى الحياة العادية مثل مهارات التحكم في الطاقة النفسية و الخطط العظمى و التركيز و الانتباه و تعدد المهارات النفسية لتشمل مهارات التصور، الاسترخاء، تركيز الانتباه، التحكم في الطاقة النفسية، مهارات وضع الأهداف و التحكم في الضغط العصبي. (محمد العربي شمعون، 1996، صفحة 45)

## 2-5-5- طرق الإعداد النفسي للرياضي و الفريق:

تعتبر الطرق التالية للإعداد النفسي من أهم الطرق الصحيحة:

- الطريقة الشخصية: إن استعمال الكلمة لها أهميتها في الإعداد النفسي و تأثيرها على شخصية اللاعب، فالحوار بأسلوب تربوي مع المدرب و الرياضي يؤثر إيجابيا على اللاعب.

- الطريقة التأملية: تتم هذه العملية عن طريق التوضيح للاعب إيجابياته و سلبياته في تنفيذ الواجبات المطلوب منه إذ أصبح من الضروري مشاهدة المقابلات و الصور و تحليل الفيديو لما له من أهمية في الإعداد النفسي.

- طريقة خلق عقبات خاصة: تعتمد هذه الطريقة على خلق أعباء إضافية كإجراء مقابلة بقوانين مكثفة أو إجراء مقابلة بين فريقين غير متساويين عدديا.

- طريقة الجزاء و العقاب: و تعتبر طريقة عامة في الإعداد النفسي غير أنه قد يكون لهذه الطريقة تأثيرات سلبية.

- طريقة المباريات: هذه الطريقة مهمة في الإعداد النفسي و تستخدم لتطوير الحيوية المبادرة و الحفاظ على رسم الفريق و تصحيح سلبياته و تدعيم إيجابياته. (شمعون، 1996، صفحة 88)

## 2-6- العلاقة الجدلية بين أنواع الإعدادات السابقة:

نعني بالعلاقة الجدلية بين الإعدادات السابقة إرتباط الواحد بالآخر بمعنى أن كل إعداد مكمل للآخر، و مهما كان اللاعب معدا إعدادا بدنيا متطورا و انهار نفسيا يوم المنافسة لا يمكن أن يصل إلى المستوى الذي كان يطمح إليه أو الذي يتنافس مع إعداده البدني و الخططي ومهما كان اللاعب معدا إعدادا بدنيا و تكتيكي، و تصرف خلال المنافسة تصرف لا يليق بالمنافسة و قوانينها سوف يؤدي هذا إلى إبعاده من المنافسة، و تذهب فترة إعداده منذ بداية العام التدريبي هباء، و مهما كان اللاعب معدا إعدادا بدنيا و نفسيا و تكتيكي و إستطاع الخصم أن يصنع

أسلوبا تكتيكيا لم يعرفه تمكن الفوز عليه ببساطة لذا أرى أن كل إعداد مرتبط بالآخر ارتباطا جدليا قويا إلى الحد أن الواحد لا يستغني على الآخر، و إذا لم إعداد اللاعب بواحد من الأنواع المذكورة سيبقى الإعداد بشكل عام إعدادا ناقصا و سيكون على حساب الإنجاز، لذلك نقول على المدرب أن يعطي هذا الموضوع اهتماماته لما يعود بالفائدة و هو مرتاح النفس قوي الإرادة و التصميم.

## المحور الثالث: المدرب الرياضي الحديث في كرة اليد.

## 3-1- المدرب وعلاقته بالعملية التدريبية:

تتوقف ممارسة التدريب كمهنة على الاستعداد الشخصي لدى الفرد لتقديم أداء تدريبي عالي الإنتاجية، حيث يستطيع المدرب أن يسخر ما لديه من احتياطات الطاقة والسلطة و المعرفة لمواجهة التحديات التي تواجهها المواقف التدريبية المختلفة، ويصل المدرب لقمة الأداء في مهنة التدريب الرياضي عندما ينجح بالتركيز بشدة على ما يفعله دون أن يفرض رقابة شديدة على نفسه، حيث يجب أن يترك طاقته تتدفق ويشعر بالمسؤولية والسلطة، و يثق في جدوى العملية التدريبية التي يقوم بها. (علاوي، 1992، صفحة 10)

فالمدرّب له القدرة على التأثير على اللاعبين في إختيار و في نمو القيم الشخصية و الصفات المرغوبة، كما يجب على المدرّب أن يتعرف على مساوئ كل شخصية و يساعدها على أن تتمي الثقة وتتعرف على نفسها وعلى الأشخاص الموجدين في البيئة المحيطة بها، وتحدث العديد من الخبرات التي يساهم فيها المدرّب و اللاعب تحت ظروف ضغط العمليات التدريبية التعليمية والمنافسات التي تتطلب النصح وخبرة التعامل معها، هذه الخبرات تحتوي على اللحظات التعليمية التي يشارك فيها المدرّب بالرأي الصائب و يبدي فيها تفهمه و سيطرته التي تؤثر على رد فعل اللاعبين. (علي، 1989، الصفحات 44-45).

## 3-2- واجبات المدرب في العملية التدريبية:

المدرّب الناجح يعرف تماما أن مهنة التدريب الرياضي لها ثلاث واجبات رئيسية، هي الواجبات التربوية و الواجبات التعليمية و الواجبات التنموية، ويدرك ويلم تماما بالواجبات الفرعية لكل واجب من تلك الواجبات.

## 3-2-1- الواجبات التربوية:

فواجباته التربوية تكمن في تربية اللاعبين على الروح الرياضية و حب الرياضة وكذلك تشكيل دوافع وميول و إتجاهات اللاعبين، بحيث تثبت فيهم حب الفريق و الرياضة و الرغبة في تطوير المستوى و تطوير السمات الإرادية من التصميم و الكفاح و القوة والإرادة.

## 3-2-2- الواجبات التعليمية:

ومن بين واجباته التعليمية نجد تعلم كافة الجوانب المعرفية العامة و الخاصة بصحة وتربية اللاعبين، تعلم وإتقان المهارات الحركية اللازمة لوصول اللاعبين لأعلى مستوى ممكن بالتفوق، وهذا مع متطلبات المرحلة السنية في الرياضة التخصصية، تعلم وإتقان اللاعبين الخطط المناسبة و تعلم المهارات النفسية المناسبة للمرحلة السنية لإنتاج أفضل مستوى أداء ممكن للفريق.

## 3-2-3- الواجبات التنموية:

ومن واجباته التنموية نجد تطوير المعارف التربوية العامة و الخاصة بالرياضة لدي اللاعبين، التنمية الشاملة و الخاصة للياقة البدنية الضرورية والتي تتناسب مع مستوى اللاعبين، و تطوير وتكوين المهارات الخطئية و التفكير و السلوك الخططي في كافة المواقف التي تشبه المنافسة، و كذلك دمج وتركيب كافة جوانب الإعداد البدني و المهاري والإعداد الخططي و النفسي الذهني و تطويرها بدرجة تسمح للاعبين و الفريق بإنتاج أفضل أداء. (إبراهيم، 2001، الصفحات 7-9)

## 3-3- صفات وقدرات المدرب لقيادة الفريق:

يعتبر المدرب هو حجر الزاوية في العملية التعليمية و التدريبية، و التي تسهم في بناء و تكوين اللاعبين لتحقيق أعلى المستويات، وقد ثبت من خلال أداء 60% من الدراسات النفسية و التربوية أن نجاح عملية التعلم و التدريب يرجع منها إلى المدرب وحده، وقد يكون إرجاع هذه الأهمية إلى فعالية الدور الذي يقوم به بحكم وضعه القيادي في عملية التدريب. (عبد، 2008، صفحة 28).

و المدرب كشخصية تربوية يتولى مهمة المعلم و المدرب معا و يؤثر تأثيرا مباشرا في تطوير شخصية اللاعبين، كما أنه من أهم العوامل التي تساعد على الوصول باللاعب لأعلى مستوى رياضي. فالتدريب يحتاج الى مدرب كفى يستطيع أن يكون قائدا ناجحا لديه القدرة على العمل التعاوني الجماعي فيما يتعلق باللاعبين و الأجهزة المعاونة الفنية و الإدارية و الطبية التي تعمل معه.

ويعتبر إعداد المدرب لمهنة التدريب من أهم الجوانب الأساسية للارتقاء و التقدم بالعملية التدريبية، فالمتفوق الرياضي هو محصلة لعدة عوامل من أهمها انعكاس الفلسفة التدريبية للمدرب ذو الخبرات العلمية و المعرفية والفنية في انتقاء اللاعبين و إعدادهم و تكوينهم لمستويات البطولة في ضوء الإمكانيات المتاحة، لذا يجب أن يلم المدرب بأحدث التطورات المعرفية والفنية التي يحتاجها أثناء عمله في مهنة التدريب، فهذا التطور المعرفي الفني يسهم في الارتقاء بقدرة المدرب على التأثير الشامل والمتزن في شخصية اللاعب الرياضي بما يحقق المستويات الرياضية العليا، لذا كان لإعداد المدرب الإعداد المتكامل تربويا ومهنيا من خلال تزويد بالخبرات و المهارات و القدرات البدنية و الفنية والنفسية المختلفة الأهمية الكبرى في تكوين الحس المهني لديه خاصة في أداء عمله و مهامه التربوية والتدريبية المهنية). (عبد، 2008, p. 29).

و تستلزم البرامج التدريبية العلمية وجود القيادة الرشيدة المتمثلة في المدرب و لا يأتي هذا إلا إذا حصل المدرب على التدريب المهني الكافي و أصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التدريب، ويكسب المدرب خصائصه المهنية التي تؤهله للقيام بالعملية التدريبية بكفاءة من خلال ما تهيأ له من خبرات ودراسات علمية وعملية تساهم في إعداده إعدادا متكاملًا.

## 3-4- خصائص المدرب:

- أن يكون مؤمنا محبا لعمله مقنعا بقيمته في تدعيم و تربية و تدريب اللاعبين للوصول إلى المستويات العالية.
- أن يكون معدا مهنيا حتى يستطيع التقدم بالاستمرار.
- أن يتمتع بشخصية متزنة و محترمة.
- أن يتمتع بالصحة الجسمية و الروح المرحة.
- أن يكون قادرا على إختيار الكلمات المناسبة المعبرة عن أفكاره تعبيرا واضحا.
- يجب أن يكون قدوة و مثالا يحتذى به لأنه المثل الأعلى للاعبيه.
- أن يتميز بعين المدرب الخبيرة في اكتشاف المواهب.
- أن يكون ذكيا متمتعا بمستوى عالي من الإمكانيات و القدرات العقلية.

- أن يكون قادرا على القيادة و حسن التصرف في مواجهة المشاكل.
- أن ينشئ علاقته على الحب و الاحترام المتبادل مع زملائه في الأجهزة التي يعمل معها (الجهاز الفني، الإداري، الطبي، الحكام، الجمهور) و ذلك بتنفيذ و إحترام القوانين و مراعاة اللعب و التنافس النظيف و الشريف. (عبده، 2008، صفحة 31)

### 3-5- الأهداف العلمية التعليمية للمدرب:

- أن يعمل على إكساب لاعبيه الصفات و القدرات البدنية العامة و الخاصة لمتطلبات الأداء.
- أن يعمل على تعليم و إكساب اللاعبين المهارات الأساسية و القدرات الحركية و الخطئية.
- العمل على تطوير و إكتساب اللاعبين المعلومات و المعارف لنواحي الأداء و الخطط و قانون الرياضة.
- وضع خطة زمنية لتنفيذ برنامج علمي و خطة التدريب على مدار الموسم.
- أن يهتم بالتكوين و التدريب الفردي للاعبين و الاهتمام الجماعي و ذلك بالارتقاء بالمستوى البدني و النفسي للفريق.
- ملاحظة أداء اللاعبين خلال التدريب و المباريات للتعرف على نقاط القوة و حتى لا تتفاقم و تتضاعف هذه الأخطاء.
- أن يراجع المدرب سير خطة التدريب و تقييم العملية التدريبية من خلال الضعف و وضع الحلول لإصلاح أخطاء الأداء البدني و المهاري و الخططي.
- الملاحظة المتقنة و التحليل المستمر و الاختبارات البدنية و الفنية للاعبين بصورة مستمرة أثناء التدريب و المباريات.
- أن يضع المدرب الأسس العلمية لتحليل و دراسة المباراة بنظام علمي خلال الشوطين ليتمكن من التعرف على تنفيذ و تطبيق لاعبيه.

- أن يعد و يجهز سجلات التدريب الخاصة بكل من اللاعب و المدرب و المباريات و تخطيط و توزيع الحمل التدريبي حتى يمكن الرجوع إليها أثناء عملية تقييم أساليب و طرق و خطة التدريب. (عبده، 2008، صفحة 32)

### 3-6- المتطلبات و الامتيازات الأساسية للمدرب:

المدرب الذي يريد الوصول بلاعبيه إلى مستوى متقدم يجب أن يعرف رياضته بشكل واسع و الأشياء الجديدة في طرق التدريب و التكتيك الحديث، و حين اللعب مع المبتدئين على المدرب أن يعير إهتماما شديدا خلال العمل معهم، و إذا لم تتوفر للمدرب معرفة و خبرة جيدة سوف لا يعير هؤلاء انتباها بسبب صغرهم و عدم معرفتهم و لكن عندما تنتقلون إلى مرحلة جديدة من حياتهم الرياضية و يصبحون على معرفة جيدة من رياضتهم يبدؤون في توجيه الأسئلة الكثيرة و المعقدة، و إذا لم يتمكن المدرب من الإجابة على تلك الأسئلة بمعنى هذا أنه بدأ يفقد شخصيته أمام لاعبيه، و لتجاوز هذا الأمر على المدرب خلال تنمية و تطوير مستوى اللاعبين أن يسعى هو الآخر لتطوير نفسه و يزيد من اتساع معرفته، يقول بعض المدربين الهولنديين (ferkeak keac) أن شخصية المدرب مهمة جدا خلال وقت التدريب، عندما تكون شخصية المدرب قوية متمكنة من اختصاصه يؤدي هذا إلى سماع لاعبيه له و هناك شيء أكبر من هذا حيث أن المدرب الذي كان لاعبا يريد أن يستخدم الطرق و الأساليب، و الطريقة التي

كان يستعملها و الطريقة التي كان يستخدمها معه مدربه، فمثل هذه الحالات تمثل قمة الخطأ في العمل التدريبي، لأن طرق و أساليب التدريب و التعليم قد تطورت و أصبحت أكثر حداثة و تطورا مما كانت عليه سابقا. و هناك خطأ آخر لا يقل خطورة عن الخطأ السابق و هو أن المدرب يعرف بأسلوب أو بآخر الأسلوب و الطرق التي إستعملها أحد الأبطال و أن الفرق العالمية و يريد تطبيقا على لاعبيه دون الأخذ بعين الاعتبار أن كل فريق و لاعب له صفات مختلفة عن الآخر. (الريفي، 2004، صفحة 285)

و هناك بعض المدربين يقعون في شكل آخر و هو أن المدرب يريد أن يحصل على الميداليات و الكؤوس دون أن يستعمل الفرق و الوسائل المستخدمة في التدريب و دون الشعور بحالة اللاعبين و ظروفهم البدنية، همه الأول و الأخير هو الحصول على الميدالية.

### 3-7- الإعداد النظري للمدرب:

يتم في هذا الإعداد تطوير معرفة المدرب بحيث يتمكن من تطبيق الأمور النظرية و المعرفية عمليا و يمكننا أن نقسم الإعداد النظري إلى مرحلتين:

#### 3-7-1- المرحلة الأولى:

تتمثل هذه المرحلة في توفير الحد الأدنى من القاعدة الأساسية لبناء التدريب و تطوير الوسائل و الطرق المستخدمة في هذا المجال، حيث أن هناك الكثير من المدربين غير مختصين في عملهم و بالتالي تكون معرفتهم ضعيفة و يكونون غير متمكنين من بناء قاعدة التدريب، و حينما يبدأ بالتدريب يمكن أن يستخدم طرقا و وسائل قديمة لا يمكن أن تطور مستوى الرياضي، مثل هؤلاء المدربين عليهم أن يتوجهوا للدراسة و المطالعة و الإطلاع على تجارب الدول المتقدمة.

#### 3-7-2- المرحلة الثانية:

العمل على تطوير معرفة المدرب و توسيعها تدريجيا و دراسة البحوث العلمية الحديثة في اختصاصه و هذا يتم في كل عام و بقدر ما تكون القاعدة في المرحلة الأولى واسعة بقدر ما تكون معرفة المدرب في المرحلة الثانية أكبر، إضافة لهذا كله و لزيادة المستوى النظري للمدربين لا بد من إقامة دورات تدريبية و إقامة المحاضرات حيث يكون لها أهمية كبرى في تطوير المستوى.

كما على المدرب أن يبرمج وقته و يعطي كل حق حقه عليه أن يقرأ في الأسبوع الواحد من 3 إلى 5 ساعات في مجال تخصصه، و خلال عام يصل عدد ساعات قراءته إلى 200 ساعة دراسية، إضافة على هذا على المدرب أن يعير انتباهه إلى أهم العناصر المؤثرة في عملية التدريب و أن يعمل على استغلالها، و من الوسائل التي تزيد المعرفة عند المدربين من الصحف و الكتب و المجلات و المحاضرات و البحوث العلمية و المشاركة في الدورات التدريبية، بعد هذا يجب على المدرب أن يقوم بتحليل ما قرأه مع الاستعانة بتجارب الآخرين لأن هذا يعزز قدراته و يزيد من إمكانية اكتشافه لكثير من الحاجات الأساسية. (الريفي، 2004، الصفحات 288-289)

## 3-8- المدرب و علاقته بخصائص و مميزات المرحلة العمرية للفئات الصغرى:

إن نمو الفرد لا يتم بشكل متساوي و إنما يتم على مراحل عديدة تختلف بعضها عن بعض من حيث خصائصها و مميزاتها وسماته، لذلك فإنه أصبح لكي يكون المدرب ناجحاً في عمله مع الفريق أو المرحلة العمرية التي يقوم بتكوينها و تدريبها عليه أن يدرك تماماً مميزات هذه المرحلة.

تحتل دراسة النمو أهمية كبيرة بالنسبة للمدرب الرياضي، إذ تساعد على معرفته لمختلف الخصائص الجسمية و العقلية و الاجتماعية و الانفعالية لكل مرحلة من مراحل النمو على نجاحه في تهيئته أفضل الظروف و الفرص التي تسمح للنمو بأنه يبلغ غايته في سرعته دون أن تعجل أو تقف في سبيل تقدمه و هذا يساعد المدرب في أمرين مهمين هما:

- إعداد نواحي الأنشطة الحركية الملائمة للمرحلة السنوية و الجو التربوي المناسب لكل مرحلة من المراحل.
- مساعدة المدرب الرياضي على أن يتوقع سلوك الفرد في مرحلة معينة و عدم مطالبته بمستوى من السلوك بقوة قدرته. (علاوي م،، 1991، صفحة 95).

## المحور الرابع : الانتقاء الرياضي

## 4-1- مفهوم الانتقاء الرياضي للناشئين:

يعرف مفتى إبراهيم حمادة بأنه " عملية يتم من خلالها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين من خلال عدد كبير منهم طبقا لمحددات معينة. (حماد، 1996، صفحة 306)

وترتبط عملية الانتقاء بالناشئين بصورة مباشرة، فممارسة الأنواع المختلفة من الرياضة متاح ومتسع للعديد من الناشئين الراغبين في الممارسة ولكن التفوق فيه يكون من نصيب قلة، وتتضاءل هذه القلة منهم كلما أصبح التمثيل على المستوى الوطني والقاري بالترتيب، ومن ذلك يتضح ان عملية الانتقاء هي عملية مطلوبة في تشييد البناء التكويني للناشئين. (حماد، 1996، صفحة 308).

يقول جلا جر GALLAGER "ان اللاعبين الموهوبين هم أولئك الذين يتم التعرف عليهم من قبل أشخاص مؤهلين و اللذين لديهم القدرة على الأداء الرفيع ويحتاجون إلى برامج تدريبية متميزة وخدمات إضافية تفوق ما يقدمه البرنامج التدريبي العادي. (gallager, 1985, p. 80)

وانطلاقاً من المفهوم السابق فان أحد واجبات الانتقاء الجيد هو تحديد إمكانيات معينة في سن مبكرة بمجموعة عوامل التي تحدد الوصول إلى المستويات الرياضية للناشئ والتي يمكن من خلالها التنبؤ بالمستوى الذي يمكن أن يحققه خلال سنوات ممارسة نوع الرياضة وخاصة كرة اليد.

فالانتقاء يعتبر جوهر العملية التربوية و التدريبية لما يحمله من أهمية بالغة في التحضير والتنبؤ لمستقبل العينة المختارة في هذا النوع من الرياضة، حيث يتم هذا الانتقاء على أساس الإمكانيات البدنية و التقنية والاجتماعية والنفسية و الفسيولوجية و التربوية.

## 4-2- أهمية الانتقاء الرياضي:

يقول ريسان خريبط مجيد وإبراهيم رحمة محمد " أن عملية الانتقاء تساعد في استثمار الجهد البشرية في هذا الميدان، كما أنها تأتي بأفضل العناصر من الناحية الفسيولوجية و النفسية والبدنية و الاجتماعية إلى التدريب المكثف المنقن على أسس علمية مما يساعد في إحراز أفضل النتائج. (رحمة، 1990، صفحة 11)

أما فيصل العيش يقول " ان الانتقاء والتوجيه لا يقتصران على إعداد الأبطال، وإنما يعنى أيضا إختيار نوع النشاط الذي يلاءم الفرد بغرض إشباع ميوله و رغباته عند ممارسة هذه الرياضة. (العياش، 1997، صفحة 40)

إن الانتقاء عملية مهمة و متشعبة الاتجاهات وحلها الصحيح يتطلب عملا جماعيا يشترك فيه المدرب والمدرس و علم النفس على مدى مراحلهم، ويقوم المدرب هنا بالدور الرئيسي عن طريق إتصاله الدائم مع اللاعبين ليكشف الموهوبين منهم من خلال الملاحظات المسجلة والمتابعة الدائمة و الاختبارات المنضمة المتعددة، لا أن ينتظر بروز الموهوبين وتقدمهم من تلقاء أنفسهم.

فإن أهمية الحل الموفق لموضوع الانتقاء يتخذ طابعا توافقيا وإقتصاديا وإجتماعيا، أما ما يتعلق بالأهمية الرياضية فإنه يمكن التأكيد أن وجود الخلل في نوعية الاختيار الرياضي يعد واحدا من الأسباب الأساسية التي تعيق تطور الرياضة والبحث على الرياضيين المناسبين عملية معقدة.

ويقول ريسان خريبط مجيد " أن مستوى الأرقام القياسية الحالي في غالبية الأنواع الرياضية يمكن أن يصل إليه فقط أولئك الرياضيون الذين يتمتعون بمستوى عال جدا في نمو الأغراض النفسية وستتعد عملية البحث عن الموهبة الرياضية التي تمزج تلك المواصفات و القابليات التي تحدد النجاح في هذا النوع من الرياضة. (خريبط، 1998، صفحة 229)

وتعتبر عملية الاختيار للناشئين للتدريب الرياضي الموضوع الأساسي الذي سيصادفه المدرب، ولعل التقويم الفعال لصلاحية الفرد الجديد يتخذ أهمية كبيرة جدا ويعود سبب ذلك إلى القيمة الكبيرة للأخطاء المتوقعة ولنتصور أن الفرد الناشئ وعلى مدى بضع السنوات يبذل جهودا غير قليلة ليحقق النجاح في ذلك النوع من الرياضة. إن عملية الانتقاء تأتي عندما نحصل على فكرة ذات احتمال حول كون هذا الناشئ يمتلك قابلية على مواصلة التدريب مع الناشئين بنجاح في نوع الرياضة، أي أنه سوف يواصل التدريب في المستقبل على المستويات العالية للحصول على المستوى العالي الجيد، وهذا يقصد به المستوى الرياضي العالي في مرحلة سن معينة على أساس تطور عقلي و فسيولوجي معينين وعلى درجة متطورة لخصائص نوع اللعبة الرياضية كالقابلية الجسمية و الفنية والنفسية و التكتيكية والتربوية.

#### 4-3- انتقاء الناشئين الموهوبين:

يتم انتقاء الناشئين الموهوبين على مرحلتين:

4-3-1- المرحلة العامة: وفيها ينتقى الناشئون الموهوبون من خلال كافة قدراتهم الرياضية بشكل عام.

4-3-2- المرحلة التخصصية: وفيها ينتقى الناشئون الموهوبون من خلال القدرات التخصصية.

وقد اشار " هارا " إلى أهمية وضع النقاط التالية في الإعتبار عند القيام بعملية انتقاء الناشئين الموهوبين.

- يجب أن تتم عملية انتقاء الناشئين طبقا لمؤشرات محددة هامة موجودة في أداء المستويات الرياضية العالية للنشاط التخصصي، وهذه العناصر يجب عند اختيارها وضع عنصر الوراثة في الاعتبار، يجب تقييم خصائص الناشئ وقدرته من خلال علاقة هذه الخصائص بمستوى التطور البيولوجي له.

- إن انتقاء الناشئين لا يتم فقط من خلال القدرات البدنية الظاهرة الواضحة بل أن القدرات النفسية و المتغيرات الاجتماعية يكون لها تأثير كبير على إمكانية تفوقهم، ومن أمثلتها الاتجاهات نحو الرياضة في المدرسة ومدى الممارسة الرياضية والمساهمة والمشاركة في الأنشطة الرياضية خارج درس التربية الرياضية وتطور شخصيتهم.

(حماد، التدريب الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة، 1998، صفحة 324)

#### 4-4- مزايا انتقاء الناشئين الموهوبين بالأسلوب العلمي:

إن لإتباع الأسلوب العلمي في انتقاء الناشئين الموهوبين عدد من المزايا هي كما يلي:

- الإنتقاء بالأسلوب العلمي يقصر الوقت الذي يمكن أن يستغرقه الناشئ للوصول إلى أفضل مستوى ممكن للأداء.
- الإنتقاء من خلال الأسلوب العلمي يساعد المدربين في العمل مع أفضل الخامات المتوفرة من الناشئين.
- إنتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي يمكن أن يوفر الفرصة للعمل مع مدربين أفضل.
- الإنتقاء بالأسلوب العلمي يتيح الفرصة للناشئين الموهوبين فعلا للوصول إلى المستويات العالية.
- درجة تجانس الناشئين الموهوبين تكون واحدة تقريبا مما يحفزهم مع تقدم مستويات الأداء.

- إنتقاء الناشئين من خلال الأساليب العلمية يعطيهم ثقة أكبر حيث يؤثر ذلك إيجابيا في التدريب والأداء.

#### 4-5- أنواع الانتقاء

##### 4-5-1- الانتقاء الميداني:

هذا النوع يأخذ وقتا طويلا من الإختيار و المراقبة والمتابعة لعروض ونشاطات الرياضي سواء كان ذلك أثناء التدريب أو المباريات، ومن عيوب هذا النوع أنه يعطى الضمان الأكبر و الدقة العالية لكفاءة وقدرة اللاعب الدائمة، وهذه العيوب يمكن الكشف عنها و ظهورها من خلال المباريات الأولى للرياضي.

4-5-2- الانتقاء التجريبي: هذا النوع هو الأكثر إنتشارا يقوم به المدرب وهو عبارة عن بحث بيداغوجي محدد أو تقديري نتيجة الخبرة و التجربة للقيام بمعايينة، فالمعايينة تتطلب إذا قسم كبير من الخبرة العلمية و النظرية بالنسبة للمدرب لمقارنة اللاعبين مع بعضهم وخاصة مقارنة لاعب مع آخر يعتبر نموذج مثالي في نوعية المعايينة وتتطلب أيضا أسس علمية يستند عليها المدرب لانتقاء اللاعبين ذوي القدرات العالية.

4-5-3- الانتقاء المركب: يعتمد على التصنيف لنوع الفاعلية الجماعية التي تتطلب من الرياضي مميزات خاصة يمكن تحقيقها من خلال الإختبارات الرياضية التي تم إجراؤها على اللاعبين، إذ من الممكن أن تظهر بعض العناصر لم تتحقق في الرياضي أثناء تنفيذ الانتقاء بهذه الحالة أنه يمكن التغاضي عن بعض هذه النواقص مؤقتا لأنه من الممكن تعويضها وتطويرها مستقبلا.

##### 4-6- أهداف الانتقاء الرياضي:

يستخدم الانتقاء إستخدامات واسعة في المجال الرياضي، فهو يستخدم في تكوين الفرق المحلية والقومية و المنتخبات و توجيه اللاعبين وإعداد أبطال المستقبل و توجيه عمليات التدريب، ويمكن تحديد الأهداف الأساسية للانتقاء الرياضي فيما يلي:

- الإكتشاف المبكر للموهبين في مختلف الأنشطة الرياضية وهم الناشئين من ذوي الاستعدادات العالية من الأداء في مجال نشاطهم و التنبؤ بما ستؤول إليه هذه الاستعدادات في المستقبل.
- توجيه الراغبين في ممارسة الرياضة الى المجالات المناسبة لميولهم واتجاهاتهم واستعداداتهم بهدف الترويج و الاستفادة من وقت الفراغ، ويمثل الوصول للمستويات العالية في الأداء هدفا ثانويا بالنسبة لهؤلاء.
- تحديد الصفات النموذجية(البدنية، النفسية، المهارية، الخطئية) التي تتطلبها الأنشطة الرياضية المختلفة لتحديد المتطلبات الدقيقة التي يجب توافرها حتى يحقق التوافق في نوع معين من النشاط الرياضي.
- تكريس الوقت والجهد و التكليف في تعليم وتدريب من يتوقع لهم تحقيق مستويات أداء عالية في المستقبل.
- توجيه عمليات التدريب لتنمية وتطوير الصفات والخصائص البدنية و النفسية للاعب.
- تحسين عمليات الانتقاء من حيث الفاعلية والتنظيم.
- التوجيه المثمر للناشئين نحو الأنشطة الرياضية التي تتفق مع استعداداتهم و قدراتهم.
- إختيار أحسن العناصر من الأفراد المبتدئين لممارسة اللعبة أو من اللاعبين المكونين لفرق ما للاشتراك في مباراة معينة أو للاعبين الأندية لتكوين منتخب قومي.
- التوصل إلى أفضل الناشئين الموهوبين الواعدين في نوع معين من أنواع الرياضة.

4-7-4- **محددات الانتقاء**: تتحدد إمكانات وصول الناشئ إلى المستويات الرياضية العالية بعدة عوامل يجب إتباعها وتوافرها وبعض هذه العوامل يؤثر على المستوى الرياضي للناشئ بطريقة مباشرة والبعض الآخر يؤثر بطريقة غير مباشرة و تتحدد محددات الانتقاء فيما يلي:

#### 4-7-4-1 الجوانب الفسيولوجية:

وتتحدد بإجراء الكشف الطبي لكي يتحدد الوجهة الطبية والحالة الصحية العامة للناشئ.

#### 4-7-4-2 المقاييس الانثرو بومترية:

فقد وجد أن هذا الموضوع لم يدرس حتى الآن دراسة كافية ولكن من خلال الملاحظات العلمية يمكن القول أن الناشئين المتفوقين في قياس الطول ومحيط الصدر و حجم الفخذين يظهرن نتائج إيجابية في كرة اليد، ومع ذلك لايمكن الجزم بأن الناشئين ذوي المقاييس المتوسطة لا يمكنهم تحقيق نتائج أو المستويات العليا.

#### 4-7-4-3 الجوانب النفسية والتربوية:

إن هذا الموضوع يتضمن الخصائص العقلية للناشئ وسمات شخصيته، وقد أثبتت التجارب أن سمات الشجاعة وقوة الإرادة ضرورية عند الانتقاء ويستخدم في ذلك الإختبارات النفسية والاستبيانات و المحادثات الخاصة، إن المدعمات السلوكية بما تتضمنه من سمات شخصية و مستوى الطموح و المثابرة و الهادفية تعد قاعدة الهرم الذي ينعكس عليه كل من الخصائص والمواصفات البدنية و طرق التدريب.

#### 4-7-4-4 الجوانب البدنية:

يشير بعض الخبراء إلى أنه بالإضافة إلى الحاجة لانتقاء اللاعب ذو المهارة الفنية و المعرفة الخطئية، فإنه يلزم إنتقاء اللاعب المتميز بالسرعة في الجري والأكثر تحملا. (النمكي، 1997، صفحة 114)

و يؤكد د. الحما أن المحددات البيولوجية لعملية الإنتقاء والتي تتضمن الخصائص الوراثية (المورفولوجية) كالطول و الوزن ونسب أعضاء الجسم و النمط الجسماني إلى جانب القدرات الحركية و الفسيولوجية، وترتبط الفترات الحساسة للنمو بالفترات الأكثر تأثيرا في تنمية العديد من الخصائص البدنية كالقوة العضلية و السرعة الانتقائية و السرعة الحركية و سرعة رد الفعل، وتقيد دراسات مراحل النمو في تحديد العمر المناسب لتنمية تلك الخصائص البدنية وفقا لمراحل العمر، وكذلك لتنمية الخصائص الفسيولوجية وتحديد العمر المناسب لتحقيق المستويات العالية مع الوضع في الإعتبار مراعاة الفروق الفردية وسنوات الإعداد اللازمة لتحقيق ذلك.

أما **المحدد الثالث** فهو العمر الزمني والعمر البيولوجي وتحديد العمر المناسب لبدئ في ممارسة كل من أنواع الألعاب أو الرياضات المختلفة يؤثر إيجابيا على عمليات التوجيه والتدريب.

**والمحدد الرابع** هو المقاييس الجسمية ولها دور إيجابي في تحقيق المستويات العالية نظرا لما يتطلبه نوع النشاط الرياضي من خصائص بدنية كطول القامة و محيط الصدر و الذراعين و الفخضين و الكتفين و طول الجذع و نمط الجسم و الوزن و نسب أجزاء الجسم و نسبة الدهون و السعة الحيوية، وتعد القياسات الجسمية ذات أهمية لدالاتها في التنبؤ بما يمكن أن يتحقق من نتائج، إذ أن هذه المقاييس تعد من الخصائص الفردية التي لها علاقة إرتباطيه بتحقيق المستويات الرياضية العالية و تتيح الفرصة للتفوق.

ولقد أشارت دراسات العلمية إلى أن المقاييس الانثرو بومترية تختلف باختلاف البيئة الجغرافية نظرا لتأثير كل من المقاييس وشكل وتركيب الجسم بالعوامل البيئية، ويعد (المحور الخامس) الخصائص البدنية الأساسية من الأهمية لتمكين الفرد من القدرة على أداء مختلف المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس ولذا يتم تحديد الخصائص البدنية الأساسية المطلوبة للتمييز في كل نوع من الألعاب الرياضية، في ضوء تلك الخصائص يتم إنتقاء الأفراد وفقا لنوع الألعاب و الرياضات، ويجب أن يتم تحديد الإستعدادات البدنية للناشئين من خلال تقويم معدل نمو هذه الخصائص البدنية و كذلك مستواها وذلك للتنبؤ بإمكاناتهم المستقبلية.

ويؤكد أمر الله أحمد البساطي في ضوء النتائج العلمية للبحوث في هذا المجال يكمن في أن نحدد وصول الناشئ للمستويات الرياضية العالية بعدة عوامل يجب توفرها، بعضها يؤثر على مستوى الرياضي الناشئ بطريقة مباشرة والبعض الآخر يؤثر بطريقة غير مباشرة، وهي " المقاييس الانثرو بومترية و المقاييس الفسيولوجية و العمر البيولوجي و المقاييس النفسية و التربوية و المقاييس العقلية و الجوانب الاجتماعية و البدنية والحس الحركي و الاستعداد للأداء الرياضي. (البساطي، 1994، صفحة 13)

#### 4-8- المحددات السيكلوجية اللازمة لانتهاء الناشئين الموهوبين رياضيا:

إن بعض مؤسسات التنشئة الاجتماعية وبالذات الأسرة و المدرسة و الأندية الرياضية و الاجتماعية و أجهزة الإعلام تستطيع أن تقوم بدور فعال و أساسي للمساعدة على إكتشاف الناشئين الموهوبين، أما الإنتقاء الدقيق للموهوبين رياضيا من بين القاعدة العريضة والتي تم التوصل لها عن طريق الفرز في حالة الناشئين فيتطلب العديد من طرق القياس المختلفة والتي تكمن بعضها البعض والتي تستند على عدد من المحددات الأساسية هي:

4-8-1- المحددات البيولوجية: التي اشتملت على مجموعة العوامل البيولوجية التي يتأسس عليها التنبؤ الجيد بشأن إمكانات الناشئ، ولهذه المحددات جوانب حركية وعصبية وفسيولوجية. (البساطي، 1994، صفحة 323)

4-8-2- الاستعدادات الخاصة: وتعني القدرات البدنية و الحركية.

4-8-3- المحددات النفسية الاجتماعية: وتشير كافة الجوانب اللازم اتخاذها لانتهاء الموهوبين إلى جانب أهم العوامل الاجتماعية الخاصة بهم و بأسرهم قبل عرض التفاصيل المتعلقة بمختلف المحددات السيكلوجية التي يمكن ان تساعد على توجيه انتهاء الموهوبين رياضيا. (خريبط، 1998، صفحة 153)

#### 4-9- العمر المناسب لإنهاء الناشئين:

لتعدد الأسباب و الدوافع حدد السن الأكثر ملائمة لإنهاء و بدء التدريب و التكوين للناشئين الموهوبين يقع بين 12-10 سنة، فإنتهاء العمر الذي يبدأ منه الكشف عن الناشئين الذين يملكون قدرات عالية ويخضعون لعدة أمور عقلانية وهذا إذا وضعنا في عين الاعتبار أنه لتكوين بطل عالمي يلزمنا على الأقل من 06 الى 08 سنوات من التدريبات، وتبعاً لهذا المؤشر الإحصائي فإن الرياضيون في هذه المرحلة يكون يملكون أحسن المهارات، وقبل هذا السن الناشئ يحتاج إلى تغذية للتطور السليم لكل أجهزة الحركة و أيضا أثناء التوقعات لتحقيق أعلى النتائج المستقبلية، فالتخصص المبكر للناشئ في رياضة ما خطأ كبير الذي يضع الناشئ في حلقة من التكرارات للحركات التقنية. (النمكي، 1997، الصفحات 65-66)

ولكن النشاط الرياضي المتنوع بالعكس له فائدة على الاستمرارية وتقوم على تطوير الجانب الحركي المتجانس محافظا بذلك على مراحل تطور الناشئ كما أن إعداد اللاعب بعد ذلك يتطلب فترة من 6 الى 8 سنوات خلال هذه الفترة يمر الناشئ بالمراحل المختلفة للإرتقاء للتأكد من مستويات تقدمه وعلى ذلك يمكن إعتبار عملية الإنتقاء مستمرة من 10 سنوات إلى نهاية مرحلة الناشئين 18 سنة. (حسين، 1998، صفحة 76)

## - خلاصة :

حاولنا من خلال هذا الفصل التعريف بالتدريب الرياضي و أهدافه و أنواعه ومبادئه أهميته و كذلك التخطيط و أهميته و أهدافه و عناصره و هذا من خلال المحور الأول، أما المحور الثاني فتناولنا فيه متطلبات التدريب الرياضي الحديث من خلال الإعداد البدني و الإعداد المهاري و الإعداد الخططي و الإعداد النفسي و من ثم العلاقة الجدلية بين الإعدادات السابقة، أما المحور الثالث فكان المدرب الرياضي الحديث و واجباته في العملية التدريبية وصفات و قدرات المدرب وخصائصه و الأهداف العلمية للمدرب و كذلك المتطلبات و الإمتيازات و الإعداد النظري للمدرب، و في الأخير تناولنا الإنتقاء الرياضي في المحور الرابع من خلال الأهمية و الأنواع و العمر المناسب للإنتقاء.

الفصل الثاني

الأساسيات المرتبطة بالبحر

## - تمهيد:

تكمّن أهمية الدراسات السابقة والمثابفة في المساهمة في معالجة مشكلة البحث ومعرفة الأبعاد التي تحيط به مع الاستفادة منها في توجيه وضبط المتغيرات، وكذا في مناقشة النتائج، ومن خلال الاطلاع على مختلف المراجع المتوفرة تمكن الباحث من تسجيل دراسات سابقة أو مثابفة متعلقة بالموضوع، في حين تم تسجيل الدراسات المذكورة، ومن خلال ما قام به الباحث من مسح العلمي للدراسات والبحوث السابقة المرتبطة بالموضوع والتي تناولت مفهوم الحمل الزائد وعلاقته بالإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم، وبهدف الاسترشاد بها والتعرف على المناهج المستخدمة من الدراسة ووصف مختصر للعينة وكيفية اختيارها و الأدوات المستخدمة وأهم النتائج التي تم توصل إليها، وسيقوم الباحث بتقديم هذه الدراسات ثم التعليق على النتائج مرة واحدة.

الدراسات السابقة و المشابهة:

✓ الدراسات العربية:

- دراسة أحسن أحمد (1996). - أطروحة ماجستير

- موضوع الدراسة: أثر مناهج علمي مقترح في مقياس كرة القدم على تطوير الصفات البدنية و المهارية مقارنة مع المنهاج المقرر .

- الهدف من الدراسة: الكشف عن مستوى الصفات الالبدنية و المهارية لعينة البحث, و التوصل الى معرفة أثر المنهاج المقترح في مقياس كرة القدم على تطوير الصفات البدنية و المهارية.

- عينة الدراسة: طلبة قسم التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم (190 طالب, 66 عينة تجريبية و 58 عينة ضابطة).

- المنهج المستخدم: إستخدم الباحث المنهج التجريبي.

- أدوات جمع البيانات: الإختبارات البدنية و المهارية.

- نتائج الدراسة: إستنتج الباحث أن البرنامج المقترح قد أثر إيجابا على تطوير مستوى الصفات البدنية و المهارية لعينة البحث التجريبية,

- دراسة بوداود عبد اليمين (1996). - أطروحة ماجستير.

- موضوع الدراسة: أثر الوسائل السمعية البصرية (الفيديو) على تعلم المهارات الأساسية في المدرسة الجزائرية لكرة القدم تحت 12 سنة.

- الهدف من الدراسة: معرفة الطريقة الصحيحة و الناجحة التي يمكن إعتماها في تعليم المهارات الأساسية في كرة القدم بواسطة الوسائل السمعية البصرية.

- عينة الدراسة: 120 لاعب مبتدئ بمدرسة كرة القدم الجزائرية.

- المنهج المستخدم: إستخدم الباحث المنهج التجريبي.

- أدوات جمع البيانات: الإختبارات المهارية.

- نتائج الدراسة: أسفرت هذه الدراسة على أن المجموعة التجريبية إكتسبت المهارات الأساسية بواسطة التغذية الراجعة عن طريق الفيديو.

- دراسة مجدي زكي سيد (1996). - أطروحة ماجستير.

- موضوع الدراسة: تأثير إستخدام ملاعب مصغرة على بعض الجوانب البدنية و المهارية الخاصة بالكرة الطائرة من 12-15 سنة.

- الهدف من الدراسة: التعرف على أثر إستخدام ملاعب مصغرة على بعض الجوانب البدنية و المهارية الخاصة بالكرة الطائرة.

- عينة الدراسة: 50 تلميذ من مدرسة الفرير من 12-15 سنة.

- المنهج المستخدم: إستخدم الباحث المنهج التجريبي.

- أدوات جمع البيانات: إختبارات مهارية بدنية.

- نتائج الدراسة: أسفرت هذه الدراسة عن النتائج التالية:
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الجانب البدني.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في الجانب المهاري.
- دراسة ياسر محمود عطوة (1997). - أطروحة ماجستير.
- موضوع الدراسة: برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية لدى ناشئى كرة القدم بإستخدام حائط تدريبي مقترح.
- الهدف من الدراسة: التعرف على تأثير حائط التدريب المقترح على تطوير بعض المهارات الأساسية لدى ناشئى كرة القدم.
- عينة الدراسة: 48 لاعب من أندية الشرقية.
- المنهج المستخدم: إستخدم الباحث المنهج التجريبي.
- أدوات جمع البيانات: الإختبارات المهارية.
- نتائج الدراسة: أسفرت هذه الدراسة على ضرورة إستخدام الحائط التدريبي كوسيلة تدريبية نظرا لدوره الإيجابي في تطوير الجوانب البدنية و المهارية.
- دراسة نعيم يوسف عز الدين الديس (2000). - أطروحة ماجستير.
- موضوع الدراسة : تقويم تدريبي بعض الألعاب الجماعية في مرحلة الناشئين لجمهورية مصر العربية.
- الهدف من الدراسة : هو تقويم المدربين في قطاع الناشئين في ألعاب كرة القدم ، كرة اليد ، كرة السلة و كرة الطائرة.
- المنهج المستخدم : استخدم الباحث المنهج الوصفي كما استخدم عينة قوامها 77 مدربا تمثل 97 فريقا من الأندية الرياضية.
- نتائج الدراسة : إن مستوى تدريبي الناشئين في الألعاب الرياضية الأربعة متوسطة بالنسبة للوظائف و المسؤوليات العامة ، كما توصل الى ارتفاع مستوى تدريبي الناشئين في البعد الفرعي الخاص بمهارات الاتصال و تفوق تدريبي كرة اليد عن تدريبي كرة السلة و تدريبي كرة القدم في البعد الرئيسي الخاص بمعرفة المدرب الرياضي و التقويم و التطبيقات العملية للمبادئ الميكانيكية والفيزيولوجية و تحليل الحركة.
- دراسة محمد محسن أحمد (2000). - رسالة دكتوراء .
- موضوع الدراسة :استخدم بعض الوسائل التدريبية على تطوير بعض المهارات الأساسية المرتبطة بالرشاقة للاعبي كرة القدم تحت 18 سنة .
- الهدف من الدراسة :التعرف على تأثير استخدام بعض الوسائل التدريبية على تطوير بعض المهارات الأساسية المرتبطة بالرشاقة للاعبي كرة القدم.
- عينة الدراسة : 30 لاعب كرة قدم تحت 18 سنة.
- المنهج المستخدم : استخدم الباحث الأسلوب التجريبي.
- أدوات جمع البيانات : الاختبارات المهارية .

- نتائج الدراسة : أسفرت هذه الدراسة على تأثير الدراسة ايجابية للبرنامج التدريبي المقترح على تطوير بعض المهارات الأساسية (الجري بالكرة, ضرب الكرة بالرأس, التحكم بالكرة), و المرتبطة بالرشاقة للاعبين كرة القدم لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت بعض الوسائل التدريبية في تطبيق البرنامج.
- دراسة وليد عبد المنعم شمس الدين(2001). - رسالة دكتوراء.
- موضوع الدراسة : أثر التدريب بالكرة أصغر حجم على رفع المستوى لبعض المهارات الأساسية و الصفات البدنية لناشئي كرة القدم من 12-14 سنة.
- الهدف من الدراسة: التعرف على تأثير التدريب بالكرة الأصغر حجم على المستوى المهاري و البدني لناشئي كرة القدم من 12-14 سنة.
- عينة الدراسة: 30 لاعب قدم تحت 14 سنة.
- المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي.
- أدوات جمع البيانات: الاختبارات البدنية و المهارية.
- نتائج الدراسة: أسفرت هذه الدراسة عن أنه هناك فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية و الضابطة و هي المجموعة التجريبية في تنمية الجانب البدني و المهاري التي استخدمت التمارين بالكرات الأصغر حجما.
- دراسة بن قاصد علي الحاج محمد (2005). - أطروحة ماجستير.
- موضوع الدراسة : تقويم برامج اعداد لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية.
- الهدف من الدراسة : تتمثل في الكشف عن أسباب قصور مدارس كرة القدم عن تحقيق النتائج و تقويم البرامج التدريبية لمدرسي مدارس كرة القدم و كذا تطوير أداء المدربين لاعداد فرقهم.
- عينة البحث : استعمل الباحث عينة مكونة من 54 لاعبا بحيث استخدم مجموعتين مجموعة تجريبية و مجموعة ضابطة بحيث كان الاختبار ب 16 لاعبا من فئة الأصاغر و 20 لاعبا من فئة الأشبال و 18 لاعبا من فئة الأواسط.
- المنهج المستخدم : استخدم الباحث في هذه الدراسة منهجين المنهج المسحي و المنهج التجريبي و كل واحد منهما استخدم في مجال خاص به
- نتائج الدراسة : تتمثل في ضعف الاعداد المهني للمدربين و عدم اهتمام المدربين بالاشتراك في دراسات تدريبية مرتبطة بالتدريب الرياضي و كذا عدم وجود معايير خاصة باختيار مدربي الناشئين و كذا نقص الثقافة التدريبية للمدربين في التخطيط الرياضي.
- ✓ الدراسات الأجنبية:
- دراسة" سالمينين (salminine) 1996. أطروحة ماجستير.
- علاقة المدرب الرياضي و السلوك التدريبي في جلسات التدريب، و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة تتكون من 68 مدربا و 400 رياضي و قد أسفرت الدراسة على أن النموذج الديمقراطي للقيادة عند المدربين يكون

مرتبطا غالبا بالسلوك التدريبي التي تمت ملاحظته، و أن المدربين الذين يهتمون بآراء و أحاسيس الرياضيين هم الذين يملكون أفضل وسائل التخاطب و الاتصال مع الرياضيين.

- دراسة" موسر (moser) 1999. - أطروحة ماجستير.

كيف يحكم الرياضيين على المدرب ؟ و قد شملت الدراسة إعداد مقياس لتقويم و تصنيف أداة المدربين تحتوي على 18فقرة تستهدف قياس بعض الجوانب لمهمة للمدرب مثل الشخصية و سلوك التدريب و الإعداد المهني و غيرها ، و قد أظهر المقياس معاملات صدق و ثبات عندما طبق على 45مدربا للفرق القومية في الترويح.

## التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال ما قمنا به من قراءات و استطلاع لنتائج و تقارير الأبحاث السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة و التي تم تحليلها و دراستها و معظمها يرتبط بالأداء و الأسلوب القيادي المدرب و البعض الآخر يرتبط بالتقويم و إعداد المدرب و البرامج التدريبية المقترحة في شتى مجالات الإعداد. و من خلال تحليل النتائج و الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة أهمية البرامج التدريبية العلمية في تكوين و إعداد الفئات الصغرى لكرة اليد.

فقد تبين للباحث أن المنهج المستخدم في تلك الدراسات هو المنهج الوصفي بأشكاله المختلفة المسحية والتحليلية كما أن المقابلة الشخصية و الاستبيان و تحليل الوثائق كانت من أكثر وسائل جمع البيانات استخداما نظرا لطبيعة تلك الدراسات في التعرف على أداء المدرب السلوكي و القيادي و المهاري. أما فيما يخص الدراسات المتعلقة بتأثير البرامج التدريبية المقترحة فقد استفاد الباحث من حيث المنهج المستخدم و هو المنهج التجريبي و الوسائل و الأدوات المستخدمة في جمع البيانات كالاختبارات البدنية و مهارية عبر المراحل العمرية.

خلاصة القول فإنه من خلال الدراسات السابقة تمكن الباحث من الاستفادة من تلك البحوث و الدراسات حيث شكلت إطارا نظريا لموضوع الدراسة الحالية، كما تم الاستفادة من الإجراءات المستخدمة في تلك البحوث كالمنهجية ، اختيار العينات، أدوات البحث و كذلك الأسلوب الإحصائي المستخدم.

إن الأهمية البالغة للدراسات المشابهة تؤكد للباحث من خلالها تجنب أهم الصعاب التي واجهت الباحث في الدراسات السابقة و بالتالي تكون له دعم للبحث كما تم الاستفادة من مسح علمي للدراسات و البحوث السابقة التي تناولت موضوع التقويم للمدرب الرياضي و التي تبين أن معظم البحوث قد تركزت فقط حول الأسلوب القيادي للمدرب و المشكلات الخاصة بعملية التدريب الرياضي و عدم تناول أدوار وواجبات المدرب و مسؤوليته نحو كل ما يحيط به من جوانب مختلفة لتكوين و إعداد الفئات الصغرى.

كما ان للبرامج التدريبية المخططة و المبنية على أسس علمية صحيحة في مجال التدريب الرياضي الحديث و مميزات المراحل العمرية للفئات الصغرى تسمح بتنمية و تطوير و تكوين متطلبات و قدرات الرياضي عامة و لاعبي كرة اليد خاصة.

## خلاصة:

ترتبط جل الدراسات والبحوث العلمية والأكاديمية بعدد من الدراسات السابقة والمشابهة ذات الصلة المباشرة بالمواضيع المراد دراستها، ولأهمية هذه الدراسات، فإن صاحب البحث قد حاول استعراض جملة من الدراسات في ميدان التدريب الرياضي، بغرض تحديد وضبط بعض المتغيرات الرئيسية في ميدان بحثه. و التي تتسم بإجماع أهم النقاط المشتركة, و التي حاولنا من خلالها تسليط الضوء على النقاط التي تخدم دراسة بحثنا و تدعمها للوصول لنتائج علمية و عملية مبرزاً في ذلك بعض نقاط التشابه والإختلاف بين الدراسات.

# الجلاب الطيفي الدراسة الميدانية

# الفصل الثالث

منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

**- تمهيد:**

إن البحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها و أنواعها تحتاج الى منهجية علمية للوصول إلي أهم نتائج البحث قصد الدراسة وبالتالي تقديم وتزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة و هامة, إن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها, وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة و الوضوح في عملية تنظيم و إعداد الخطوات الإجرائية الميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية و بالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء و استغلال أكثر للوقت و الجهد انطلاقا من اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث و طرق اختيار عينة البحث إلى انتقاء الوسائل و الأدوات المتصلة بطبيعة تجربة البحث.

## 3-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى في البحث و التي تهدف من خلالها على ميدان الدراسة و مدى ملائمتها للأداة المستخدمة. فقد قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على النوادي الرياضية للرابطة الجهوية للبويرة و ذلك لمعرفة آرائهم و اقتراحاتهم حول موضوع البحث و معرفة العراقيل و الصعوبات التي تعيق السير الحسن للدراسة ، و قد وجد الباحث استجابة كبيرة من طرف المسيرين و المدربين للفئات الصغرى على تقديم يد المساعدة في إنجاح هذه الدراسة.

## 3-2- المنهج المتبع:

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي المسحي و الذي يعتبر من المناهج الأكثر استعمالا في البحوث العلمية و الموثوق بنتائجها، و ملائمتها لطبيعة مشكلة البحث و تحقيقا لأهدافه و يمكن بواسطته الحصول على نتائج ذات درجة عالية من الصدق و الموضوعية.

فالمسح عبارة عن دراسة عامة لظاهرة موجودة في جماعة معينة و في مكان معين و تحت ظروف طبيعية وليست صناعية كما الحال في المنهج التجريبي. (عمر، 1993، صفحة 117)

و استخدمنا المنهج المسحي باعتباره واحد من أهم المناهج الأساسية في البحوث الوصفية في الاستمارة الاستبائية المقدمة إلى الهيئة المشرفة على العملية التدريبية و كذا مع المسيرين و القائمين على النوادي الرياضية.

3-3- متغيرات البحث: إن أي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على الأقل على متغيرين أولهما يسمى المتغير المستقل والآخر المتغير التابع.

3-3-1- المتغير المستقل: إن المتغير المستقل هو المتغير الذي يؤثر على المتغير التابع ولا يتأثر به، وفي بحثي هذا تخطيط البرامج التدريبية العلمية" هو المتغير المستقل لأنه يؤثر على إعداد و تكوين الفئات الصغرى بتحسينه وتطويره.

3-3-2- المتغير التابع: حيث أن المتغير التابع هو المتغير الذي يتأثر بالمتغير المستقل ولا يؤثر عليه، وفي بحثي هذا "إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد" هو المتغير التابع لأنه يتأثر بالدافعية بالتطور والتحسين.

3-4- مجتمعات البحث:

يتمثل مجتمع البحث في تدريبي و رؤساء فرق الرابطة الولائية لكرة اليد بالبويرة و البالغ عددهم 11 مدرب و 11 رئيس نادي و تتمثل الأندية كالتالي:

رمز الفريق	فرق صنف أواسط الرابطة الولائية *البويرة*
GSSG	المجمع البترولي سور الغزلان
OSG	أولمبيك سور الغزلان
CAM	أمل مشدالة
AAB	أمال عين بسام
DRBK	جمعية القادرية
IRBC	إتحاد الشرفة
ESL	وفاق الأخضرية
OSA	أولمبيك أغبالوا
OMB	أولمبيك مدينة البويرة
ASTH	أمل حيزر
OR	أولمبيك الرافور

جدول رقم (01): يمثل فرق كرة اليد لفئة 12-16 سنة الرابطة الولائية بالبويرة.

3-5- عينة البحث:

تعتبر العينة في البحوث الوصفية أساس عمل الباحث و هي مأخوذة من المجتمع الأصلي و تكون ممثلة له تمثيلا صادقا، كما تعتبر عنصرا هاما في المرحلة التطبيقية وهذا ماجعل عملية تحديدها عملية حساسة و دقيقة يتوقف عليها نجاح البحث العلمي و صدقه، لقد حاول الباحث ان يحدد عينة لهذه الدراسة تكون تمثيلا للمجتمع الأصلي، هذا ما يخول له الحصول على نتائج يمكن تعميمها ولو بصورة نسبية، ومن ثمة الخروج بنتائج تلازم الحقيقة وتعطي صورة واقعية للميدان المدروس شملت عينة البحث مدرين لفئة 12- 16 سنة على مستوى أندية لرابطة الجهوية لولاية البويرة لكرة اليد و البالغ عددهم 11 وكذلك تم الإعتماد على 11 فرد من رؤساء الأندية وهي تعتبر المجتمع الأصلي للدراسة، و قد تم أخذ العينة بإعتبار مجتمع البحث صغير و يمكن تحديده، حيث تم توزيع عليهم استمارات الاستبيان وتم جمع هذه الاستبيانات بعد مدة محددة من الزمن .

✓ خصائص و مواصفات العينة:

- المدربين:

النسب المئوية	العدد	01- المؤهل العلمي
9,09	01	مستشار في الرياضة
18,18	02	ليسانس تربية بدنية و رياضية
27,27	03	تقني سامي في الرياضة
45,45	05	لاعب سابق
100	11	المجموع

النسب المئوية	العدد	2- سنوات العمل في مجال التدريب للفتات الصغرى
54,54	06	من سنة إلى أقل من 05 سنوات
27,27	03	من 05 إلى أقل من 10 سنوات
18,18	02	أكثر من 10 سنوات
100	11	المجموع

النسب المئوية	العدد	03- الشهادات التدريبية الحاصل عليها
-	00	شهادة دولية
18,18	02	شهادة درجة أولى في التدريب
9,09	01	شهادة درجة ثانية في التدريب
-	00	شهادة درجة ثالثة في التدريب
72,72	08	بدون شهادة
100	11	المجموع

النسب المئوية	العدد	04- المستوى الذي وصلت إليه كلاعب
-	00	لاعب دولي
18,18	02	لاعب قسم ممتاز
27,27	03	لاعب قسم وطني أول
36,36	04	لاعب قسم وطني ثاني
9,09	01	لاعب في البطولة الجهوية
9,09	01	لاعب في مرحلة الفئات الشبانية
100	11	المجموع

- رؤساء الأندية:

النسبة المئوية	العدد	المستوى التعليمي
9,09	01	جامعي
27,27	03	السنة الثالثة ثانوي
18,18	02	رابعة متوسط
45,45	05	شئ آخر
100	11	المجموع

## 3-6- مجلات البحث:

## 3-6-1- المجال الزمني:

أجريت الدراسة المسحية في الفترة الزمنية الواقعة ما بين 10-12-2014 الى غاية 03-05-2015 وفيها تم إعداد الاستمارة الاستبائية في شكلها الأولي و إخضاعها للآراء ومقترحات الأساتذة والدكاترة في مجال التربية الرياضية و التدريب الرياضي، وكذا تصحيح بعض فقرات ومفردات الأسئلة وترتيبها وهذا من خلال التجربة الاستطلاعية، كما تضمنت هذه الفترة التجربة الرئيسية وهذا من خلال توزيع الاستمارة الاستبائية على عينة البحث قصد الدراسة و مناقشة و تحليل نتائجها.

## 3-6-2- المجال المكاني:

وزعت الاستمارة الاستبائية على المدربين و رؤساء الفرق في أماكن تدريباتهم وعند تنقلهم إلى ولاية البويرة.

## 3-7- أدوات جمع البيانات:

استخدم الباحث في عملية جمع البيانات الأدوات التالية:

## 3-7-1- المصادر والمراجع:

وهذا من خلال الاطلاع و القراءات النظرية وتحليل محتوى المراجع العلمية المتخصصة في البرامج التدريبية العلمية و التدريب الرياضي في كرة اليد، و أداء المدرب الرياضي و التي يمكن من خلالها وضع تصور لما يجب ان يكون عليه هذا المدرب في الارتقاء بمستوي اللعبة و اللاعبين, كما تم الاستعانة و الاعتماد على الدراسات السابقة بعملية طرق تنفيذ البرامج التدريبية علي مستوي الناشئين.

## 3-7-2- الاستبيان:

قام الباحث بتصميم وتقنين الاستمارتين على ضوء الدراسات النظرية و المصادر والمراجع المتصلة بالبحث و كذا الدراسات المشابهة، بالإضافة إلى الآراء التي حصل عليها الباحث من قبل خبراء مختصين بما يتماشى ويتفق مع موضوع البحث و اشكاليته و فروضه.

**\*الاستبيان الأول:** قام الباحث بتصميم استمارة جديدة بثلاث محاور أساسية ، حيث شمل المحور الأول الإعداد المهني للمدرب وتم فيه صياغة عدة عبارات تتمحور حول المؤهلات العلمية و سنوات العمل في مجال التدريب الرياضي في فئة الناشئين ، والثقافة التدريبية للمدربين، اما المحور الثاني فشمّل تطبيق وبناء البرامج التدريبية بطريقة علمية وتم فيه صياغة عدة عبارات حول عدد الوحدات التدريبية المنتهجة و الأهداف المسطرة في كل مرحلة من مراحل الخطة التدريبية السنوية.

**\*الاستبيان الثاني:** وهو المحور الثالث الخاص باستطلاع رؤساء الفرق بالنسبة للأهمية البالغة في بناء البرامج التدريبية العلمية بالنسبة للفئات الشبانية والمنشآت الرياضية و الأدوات والإمكانات البشرية.

3-7-3-المقابلة:

➤ أنواع المقابلة:

1- المقابلة الحرة.

2- المقابلة المقننة.

3- المقابلة التأثيرية.

3-8- الأسس العلمية للأداة (سيكومترية الأداة):

3-8-1- صدق وموضوعية الأداة:

للتأكد من صدق الأداة(الاستبيان) وموضوعيتها قمت باستخدام صدق المحكمين بـمقياس للتأكد من الاستبيان، حيث قمت بتوزيع الاستبيان على مجموعة الأساتذة، ليحكموا مدى وضوح العبارات وشكلها، ومدى كفاءة الأسئلة لتغطية كل محور من محاور متغيرات الدراسة.

واستنادا إلى ملاحظاتهم وتوجيهاتهم، قمت بتعديل صياغة العبارات التي اتفق عليها المحكمين، حيث تم تعديل الاستبيان و ذلك بإضافة بعض العبارات لتوجيهات المحكمين على تثبيت المصطلحات التي تتماشى مع الموضوع بالإضافة إلى اقتراحاتهم من تعديل صياغة العبارة أو حذفها أو عبارات جديدة.

قائمة الأساتذة المحكمين:

المحكم	الدرجة العلمية	المعهد	الجامعة
د/ لاوسين سليمان	أستاذ محاضر - أ -	معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية	جامعة البويرة
أ / حاج أحمد	أستاذ محاضر - أ -	معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية	جامعة البويرة
د/ نبيل منصوري	أستاذ محاضر	معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية	جامعة البويرة
أ/ الوناس عبد الله	أستاذ محاضر	معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية	جامعة البويرة
د/ مزاري فاتح	أستاذ محاضر - أ -	معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية	جامعة البويرة

3-9- الوسائل الإحصائية:

اعتمدت على طريقة الإحصاء باستعمال النسبة المئوية من أجل تحليل وترجمة النتائج المحصل عليها بعد عملية تفرغ الاستمارات وفرز الأسئلة المطروحة على العينة.

$$\frac{\text{عدد التكرارات}}{\text{مجموع العينة}} \times 100 = \text{النسبة المئوية } \%$$

\*اختيار كاف تربيع "كا<sup>2</sup>" يسمح لنا هذا الاختيار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المحصل عليها من خلال الاستبيان وهي كما يلي:

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع (ت ح - ت ن)}^2}{2 \text{ ت ن}}$$

\*كا<sup>2</sup>: القيمة المحسوبة من خلال الاختيار.

\*ت ح: عدد التكرارات الحقيقية (الواقعية)، (المشاهد)

\*ت ن: عدد التكرارات النظرية

\*درجة الخطأ المعياري "مستوى الدلالة" a = 0,05

\*درجة الحرية ن = 1 حيث "0" تمثل عدد الفئات.

## خلاصة:

ان نجاح أي بحث مهما بلغت درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءات البحث الميدانية . لان جوهر الدراسة مكنون في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية وعليه فقد حاول الباحث من خلال هذا الفصل وضع خطة محددة الأهداف و الغايات في هذا الاتجاه ، وذلك بتحديد النقاط التي يمكن ان تساعدنا في ضبط حدود البحث . وبالفعل تم ذلك فقد تم تحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث و يخدم مشكلة البحث الرئيسية ، كما تم تحديد عينة البحث والتي تمثل تمثيلا صادقا لمجتمع الأصل ، واختيار الأدوات اللازمة لذلك و تحديد طرق القياس المستخدمة، و ضبط المتغيرات التي من شأنها إعاقة السير الحسن لتجربة البحث الرئيسية ، واختيار الطرق والوسائل الإحصائية الملائمة التي تساعدنا في عملية عرض وتحليل النتائج.

# الفصل الرابع

## ملاحظة وتحليل ومناقشة النتائج

**تمهيد:**

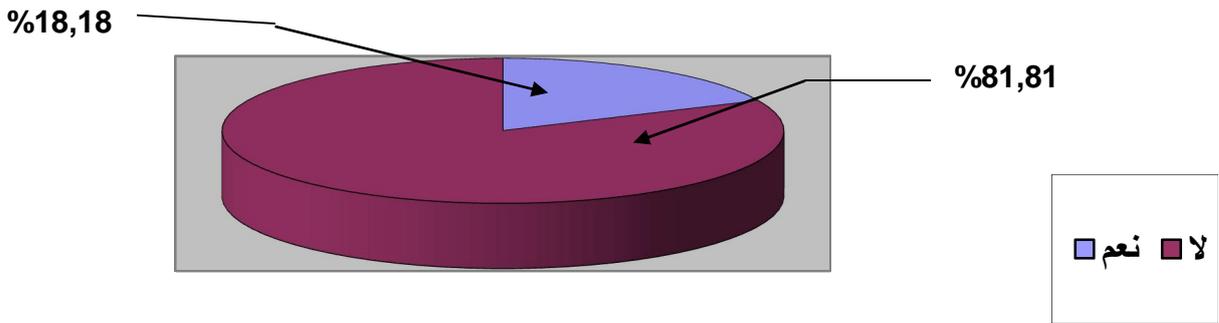
بعد التطرق إلى الجانب النظري و كذا منهجية البحث و إجراءاته الميدانية في هذا البحث لابد من التطرق إلى تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها و تحليلها تحليلًا مفصلاً و مبلورتها في إستنتاج لكل بيان, و من ثم تقديم حوصلة النتائج المتحصل عليها في الدراسة من خلال إستنتاج عام, إضافة إلى إعطاء خاتمة و خلاصة البحث ككل من خلال التطرق إلى أهم النتائج و التفسيرات الأساسية للبحث, و في الأخير تقديم إقتراحات و فروض مستقبلية مناسبة لإنجاح و تطوير هذه الدراسة مع تقديم المراجع و المصادر والملاحق.

المحور الأول: الثقافة التدريبية.

السؤال رقم 01: هل لك دراية خاصة بالطرق المتعددة في التدريب الرياضي الحديث؟  
الغرض من السؤال : معرفة مدى دراية المدربين بالطرق المتعددة للتدريب الرياضي الحديث.  
الجدول رقم 01 : يبين اجابات المدربين حول الطرق المتعددة للتدريب.

هل لك دراية خاصة بالطرق المتعددة للتدريب الرياضي الحديث.							العبارة
الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة (%)	التكرار (ت)	المتغيرات
							المؤشرات
دال	1	0,05	3,84	4.45	18.18%	2	نعم
					81.81%	9	لا

الشكل 4-1: يمثل النسب المئوية للعبارة 1



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم 01: يتبين لنا أن نسبة (81.81%) من المدربين إيجاباتهم عن معرفتهم بطرق التدريب كانت سلبية، أما نسبة (18,18%) من المدربين كانت إيجاباتهم إيجابية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة فإنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

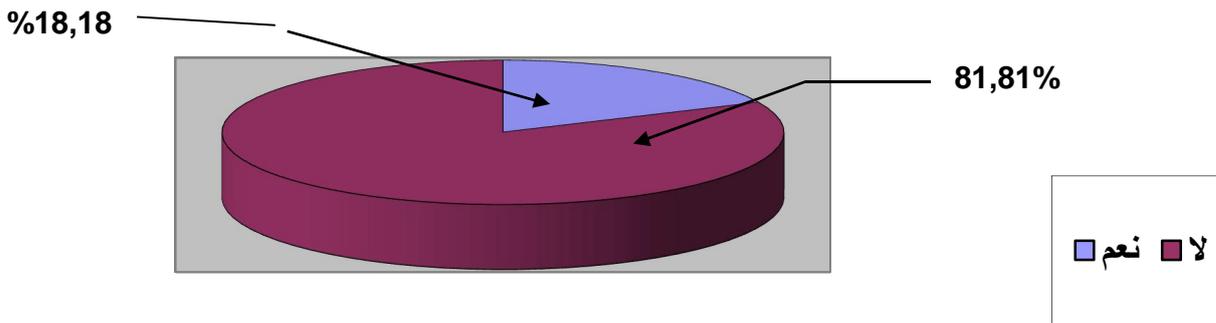
الاستنتاج:

ومنه نستنتج أن معظم مدربي رابطة البويرة لكرة اليد للناشئين ليست لهم معرفة خاصة بالطرق المعتمدة في التدريب الرياضي الحديث، و يرى الباحث أن معرفة المدربين بالعلوم السابقة الذكر لا تتناسب مع ما ينبغي أن تكون عليه ثقافة المدرب، مثلما يقول أسامة كمال راتب(راتب، 2001، صفحة 143)

السؤال رقم 02: هل لك معرفة خاصة بخصائص و مميزات نواحي النمو للفئات الشبانية؟  
الغرض منه : معرفة خصائص و مميزات النمو للفئات الشبانية من قبل المدربين.  
الجدول رقم 02: يبين اجابة المدربين عن معرفة خصائص ومميزات النمو للفئات الشبانية.

هل لك معرفة خاصة بخصائص و مميزات نواحي النمو للفئات الشبانية.							العبارة
الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة (%)	التكرار (ت)	المتغيرات
							المؤشرات
دال	1	0,05	3,84	4.45	18.18	2	نعم
					81.81	9	لا
					100	11	المجموع

الشكل 4-2 : يمثل النسب المئوية للعبارة 2



#### - تحليل ومناقشة نتائج الجدول :

من خلال تحليلنا لنتائج الجدول رقم 02: يتبين لنا أن نسبة (81.81%) من المدربين ليست لهم معرفة بخصائص و مميزات مراحل النمو للفئة الشبانية، بينما نسبة (18.18%) كانت إجاباتهم إيجابية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة اكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة فإنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

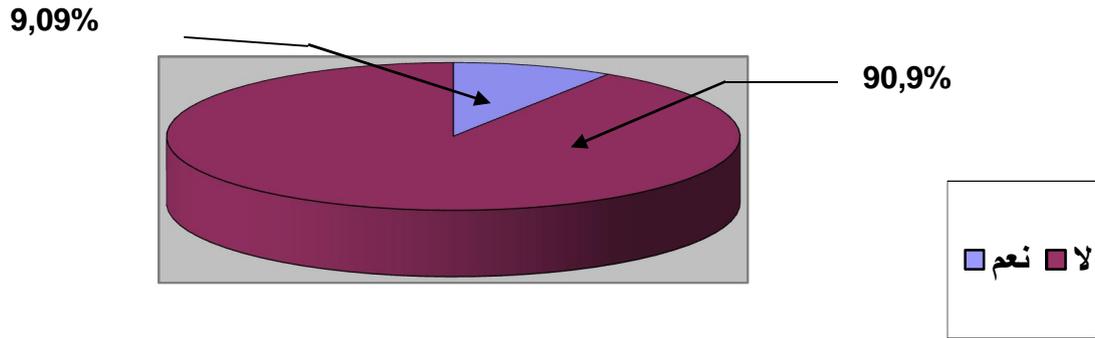
#### - الاستنتاج:

نستنتج أن معظم المدربين لفئة 12-16 سنة ليس لهم معرفة بخصائص و مميزات النمو للفئات الشبانية أي لا يملكون الكفاءة العلمية، و يرى الباحث أن معرفة المدربين بالعلوم السابقة يجب أن تتناسب مع الثقافة التدريبية عامة و معرفة نواحي و خصائص النمو خاصة، كما قال عويس الجبالي.(الجبالي، 2001، صفحة 18)

السؤال رقم 03: هل لك معرفة كاملة بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين؟  
الغرض منه: هو معرفة مدى دراية المدربين بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين.  
الجدول رقم 03: يوضح اجابات المدربين عن معرفتهم بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين.

هل لك معرفة كاملة بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين.							العبرة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	1	9.09	7.36	3.84	0.05	1	دال
لا	10	90.9					
المجموع	11	100					

الشكل 3-4 : يمثل النسب المئوية للعبارة



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليلنا للجدول رقم (03): نلاحظ أن نسبة (90,9%) من المدربين ليست لهم معرفة بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين، أما نسبة (9,09%) كانت اجاباتهم إيجابية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

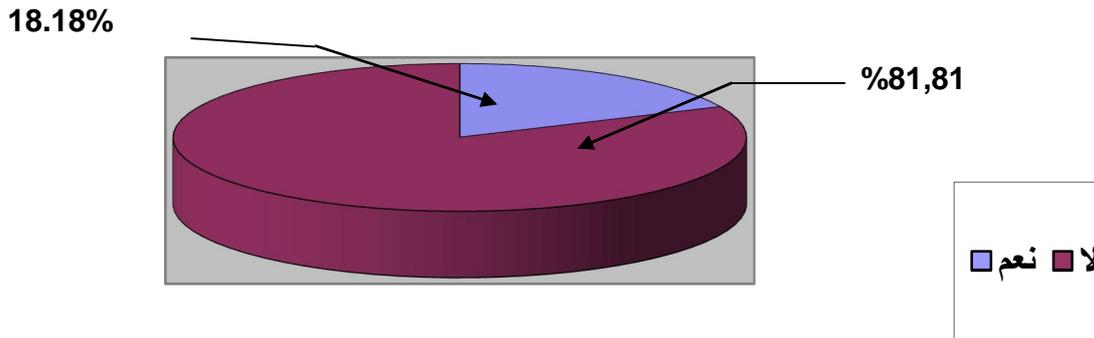
#### الاستنتاج:

من هذا نستنتج أن معظم مدربي الناشئين غير ملمين بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين، و يرى الباحث أن معرفة المدرب بطرق و أساليب تعلم المهارات الأساسية جزء لا يتجزء من الثقافة التدريبية للمدرب و هذا من خلال ما تم التطرق إليه في مختلف المصادر و المراجع العلمية.

السؤال رقم 04: هل يمكنك إجراء حصص نظرية بشكل دوري و متواصل؟  
الغرض منه: معرفة إمكانية إجراء حصص نظرية بشكل دوري و متواصل.  
الجدول رقم 04: يوضح اجابات المدربين عن إمكانية إجراء حصص نظرية بشكل دوري و متواصل.

هل يمكنك إجراء حصص نظرية بشكل دوري و متواصل.							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	2	18.18	4.45	3,84	0,05	1	دال
لا	9	81.81					
المجموع	11	100					

الشكل 4-4 : يمثل النسب المئوية للعبارة 4



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال نتائج الجدول رقم 04: نلاحظ أن نسبة (81.81%) من المدربين لا يمكنهم إجراء حصص نظرية بشكل متواصل، بينما نسبة (18.18%) من المدربين كانت إجاباتهم إيجابية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

#### الاستنتاج

نستنتج ان معظم المدربين يفتقرون للجانب النظري و لا يمكنهم إجراء حصص نظرية بشكل متواصل، و يرى الباحث على ضرورة أداء حصص نظرية بشكل متواصل لأنها أساس الثقافة التدريبية للمدرب

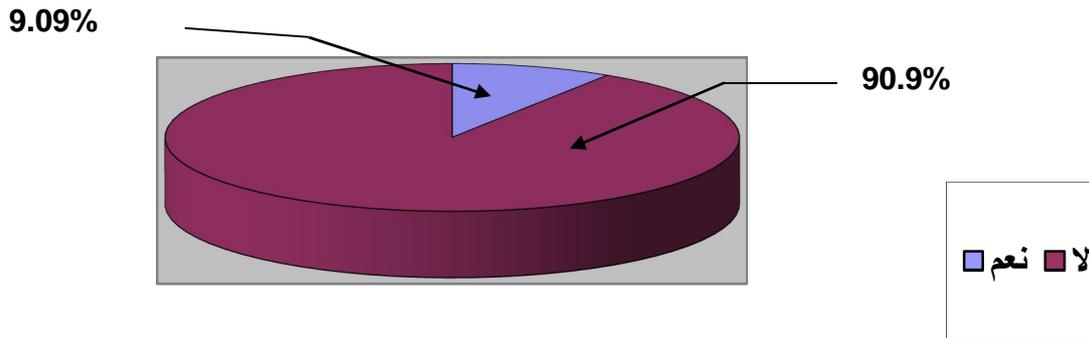
السؤال رقم 05: هل أنت على دراية بمتطلبات كرة اليد الحديثة؟

الغرض منه: معرفة دراية المدربين بمتطلبات كرة اليد الحديثة .

الجدول رقم 05: يوضح مدى دراية المدربين بمتطلبات كرة اليد الحديثة.

هل أنت على دراية بمتطلبات كرة اليد الحديثة.							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	1	9,09					
لا	10	90,9					
المجموع	11	100					

الشكل 4-5 : يمثل النسب المئوية للعبارة 5



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم 05: يتبين لنا أن نسبة (90.9%) من المدربين ليسوا على دراية بمتطلبات لاعبي كرة اليد الحديثة، بينما نسبة (9.09%) كانت إجاباتهم إيجابية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج:

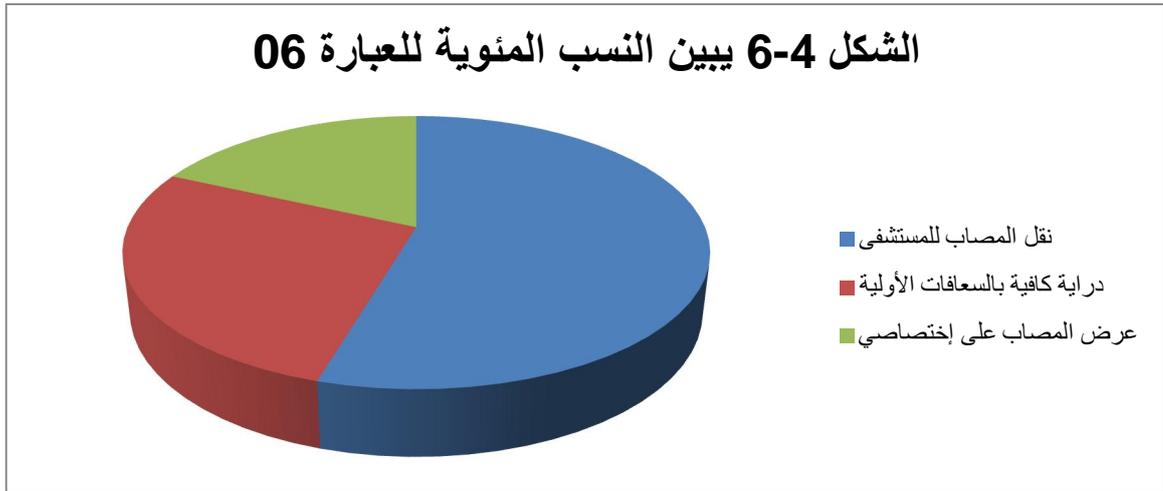
و منه نستنتج أن معظم مدربي الناشئين لكرة اليد يفتقرون للجانب العلمي في التدريب و ليست لهم دراية بمتطلبات لاعبي كرة اليد الحديثة، و يرى الباحث أن المدربين الذين ليست لهم دراية بمتطلبات كرة اليد الحديثة لا يمكنهم النجاح في عملياتهم التدريبية و عدم مسايرة البرامج الحديثة للتدريب، و هذا ما تم التطرق إليه من خلال المصادر و المراجع.

السؤال رقم 06: في حالة إصابة أحد اللاعبين ما هو الإجراء الذي ترونه مناسب؟  
الغرض من السؤال: معرفة إجراءات المدربين في حالة إصابة أحد اللاعبين.

الجدول رقم 06: يوضح النسبة المئوية لاجابة المدربين عن الإجراءات التي يتخذونها في حالة إصابة أحد اللاعبين.

في حالة إصابة أحد اللاعبين ما هو الإجراء الذي ترونه مناسب.							العبارة
الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة (%)	التكرار (ت)	المتغيرات
							المؤشرات
غير دال	2	0.05	5,11	2,37	54,54	6	نقل المصاب للمستشفى
					27,27	3	دراية كافية بالسعافات الأولية
					18,18	2	عرض المصاب على إختصاصي
					100	11	المجموع

الشكل 4-6 يبين النسب المئوية للعبارة 06



تحليل ومناقشة نتائج الجدول: من خلال الجدول رقم 06: يتبين لنا أن نسبة (54.54%) من المدربين أجابوا بأنه يجب نقل المصاب إلى المستشفى، بينما نسبة (27.27%) كانت إيجابتهم بأنهم على دراية كافية بالإسعافات الأولية، أما نسبة (18.18%) من المدربين أجابوا بأنه يجب عرض المصاب على إختصاصي، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أصغر من من كا<sup>2</sup> الجدولة فإنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.  
الاستنتاج:

نستنتج أن معظم المدربين لا يلمون بالإسعافات الأولية و كذلك معظم الأندية ليس لها طبيب خاص بالفريق، و هي متعارضة ما يمكن أن تكون عليه، و يؤكد عزت محمود كاشف أنه يجب على المدرب أن يلم بالمبادئ الأساسية للتدريب إنطلاقاً من تحديد الطرق و الوسائل و وضع الخطط المختلفة. (كاشف، 1994، صفحة 105)

المحور الثاني: تخطيط البرامج التدريبية.

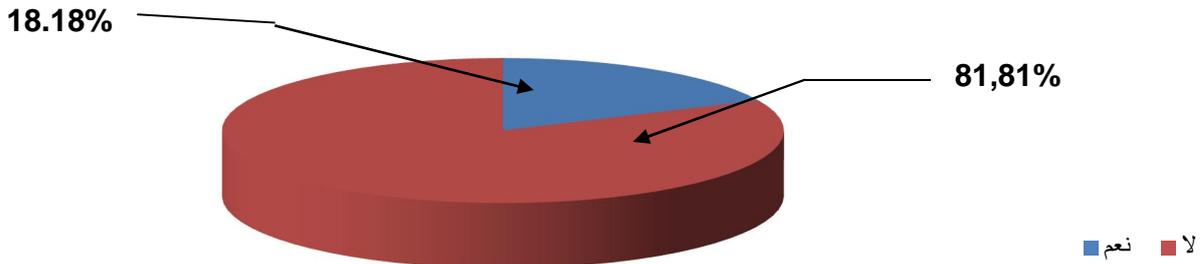
السؤال رقم 07: هل لديك برنامج تدريبي يحقق الأهداف المسطرة لفئة 12-16 سنة؟

الغرض من السؤال : معرفة مدى وجود برنامج تدريبي يحقق الأهداف المسطرة .

الجدول رقم 07: يبين اجابات المدربين حول البرامج التدريبية العلمية لفئة 12-16 سنة .

هل لديك برنامج تدريبي يحقق الأهداف المسطرة.							العبرة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup>	مستوى	درجة	الدلالة	المؤشرات
			المجدولة	الدلالة	الحرية	الإحصائية	
نعم	2	18,18%	4,45	0,05	1	دال	
لا	9	81,81%	3,84				
المجموع	11	100%					

الشكل 4-7 : يمثل النسب المئوية للعبارة 7



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال الجدول رقم (07) الخاص بتطبيق و تخطيط البرنامج التدريبي يتضح لنا ما يلي:

بالنسبة لوجود خطة تدريبية ومحددة المعالم كانت بنسبة (18.18%)، أما نسبة المدربين الذين يعملون بدون تطبيق وتخطيط للبرنامج التدريبي فكانت (81.81%)، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.فانه لصالح الغرض من السؤال.

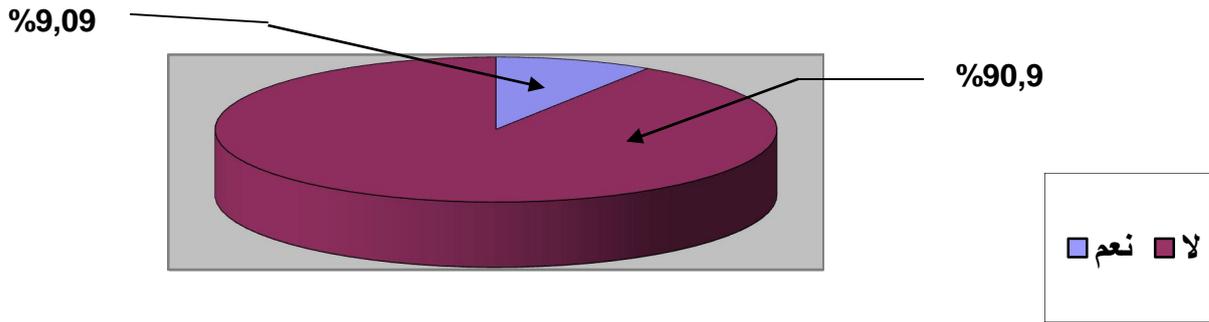
الاستنتاج:

نستنتج أنه من الأهمية وجود خطة تدريبية وبرنامج تدريبي علمي واضح المعالم يتم من خلالها تحقيق أهداف البرنامج وأن يتناسب مع الإمكانيات المتاحة، و هذا ما يتماشى مع ما ذكره مفتي إبراهيم حماد في أن التخطيط و أسس التعلم يعني أن تكون خطة تتماشى و الإمكانيات المادية و البشرية المتوفرة.(حماد، 1994، صفحة 116)

السؤال رقم 08: هل الإعتماد على التجارب الميدانية و الخبرات الفنية تساعد على إعداد و تكوين الفئات الشبانية ؟  
الغرض منه : معرفة الاعتماد على خبرة المدربين في إعداد و تكوين هذه الفئة .  
الجدول رقم 08: يبين إجابة المدربين عن الإعتماد على الخبرة في إعداد و تكوين هذه الفئة.

هل الإعتماد على التجارب الميدانية و الخبرات الفنية تساعد على إعداد و تكوين الفئات الشبانية.							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	1	9.09					
لا	10	90,9	7,36	3,84	0,05	1	دال
المجموع	11	100					

الشكل 4-8 : يمثل النسب المئوية للعبارة 8



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول :

أكدت النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (08): أن نسبة (90.9%) من المدربين المشرفين على الفئات الشبانية 12-16 سنة لكرة اليد يعتمدون على التجارب الميدانية و الخبرات الفنية المساعدة في الإعداد والتكوين للفئة الشبانية، أما نسبة (9.09%) من المدربين كانت إجابتهم سلبية، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

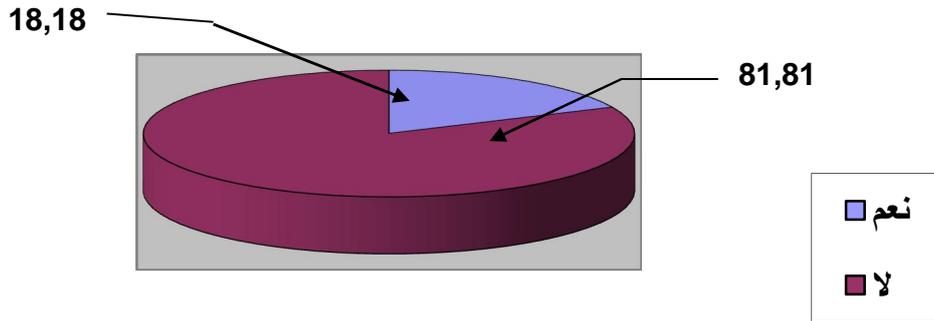
#### الاستنتاج:

يرى الباحث أن الخبرة ليست كافية لتطوير وإعداد الفئات الشبانية بل يجب ان يتوفر المؤهل العلمي الذي يعتبر عنصر جوهري في العملية التدريبية والمشاركة في الملتقيات و الندوات الجهوية والوطنية المرتبطة بالعملية التدريبية والكفاءة بالعمل التربوي.

السؤال رقم 09: هل يتم التخطيط للبرامج بالإعتماد على العلوم الأخرى لفئة 12-16 سنة. الغرض منه: هو معرفة مدى الإعتماد على العلوم الأخرى في تخطيط البرامج التدريبية. الجدول رقم 09: يوضح إجابة المدربين للإعتماد على العلوم الأخرى في التخطيط للبرامج التدريبية.

هل يتم التخطيط للبرامج التدريبية بالإعتماد على العلوم الأخرى لفئة 12-16 سنة.							العبرة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	2	18,18	4,45	3,84	0,05	1	دال
لا	9	81,81					
المجموع	11	100					

الشكل 4-9 : يمثل النسب المئوية للعبارة 9



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال الجدول رقم (09): أكدت النتائج أن نسبة (18.18%) من المدربين يقومون بتخطيط البرامج التدريبية بالإعتماد على العلوم الأخرى، أما المدربين الذين لا يعتمدون على العلوم الأخرى في التخطيط والتدريب فالنسبة كانت (81.81%)، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

#### الاستنتاج:

ومنه نستنتج أن ما يتم تطبيقه في معظم الأندية بالنسبة للمدربين لفئة 12-16 سنة يختلف تماما مع نظريات التدريب الحديث والمناهج والأسس العلمية للتدريب الرياضي، وعليه فإنه من الضروري أن يكون هناك تخطيط علمي للبرامج التدريبية.

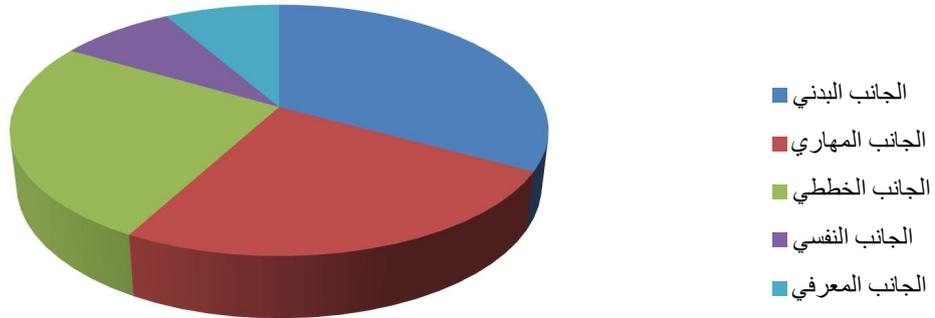
السؤال رقم 10: ماهي الجوانب التي تأخذها بعين الاعتبار عند تخطيطكم للبرامج التدريبية الخاصة بفئة 12-16 سنة ؟

الغرض منه: معرفة الجوانب المهمة عند التخطيط للبرامج التدريبية.

الجدول رقم 10: يوضح اجابات المدربين عن الجوانب المهمة في تخطيط البرامج التدريبية لفئة 12-16 سنة.

ماهي الجوانب التي تأخذها بعين الاعتبار عند تخطيطكم للبرامج التدريبية .							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
الجانب البدني	4	36.36	3,06	9,49	0,05	4	غير دال
الجانب المهاري	3	27.27					
الجانب الخططي	2	18.18					
الجانب النفسي	1	9.09					
الجانب المعرفي	1	9.09					
المجموع	11	100					

الشكل 4-10 يبين النسب المئوية للعبارة 10



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال أجوبة المدربين يتضح أن نسبة (36,36%) يبنون برامجهم التدريبية بنسبة كبيرة على الجانب البدني، أما نسبة (27.27%) يأخذون بعين الاعتبار الجانب المهاري في إعداد اللاعبين، بالنسبة للجانب الخططي فكانت النسبة (18.18%)، أما الجانب النفسي والمعرفي فكانت نسبة (9.09%)، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أصغر من كا<sup>2</sup> الجدولة وعليه فإنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية. لصالح الغرض من السؤال.

#### الاستنتاج:

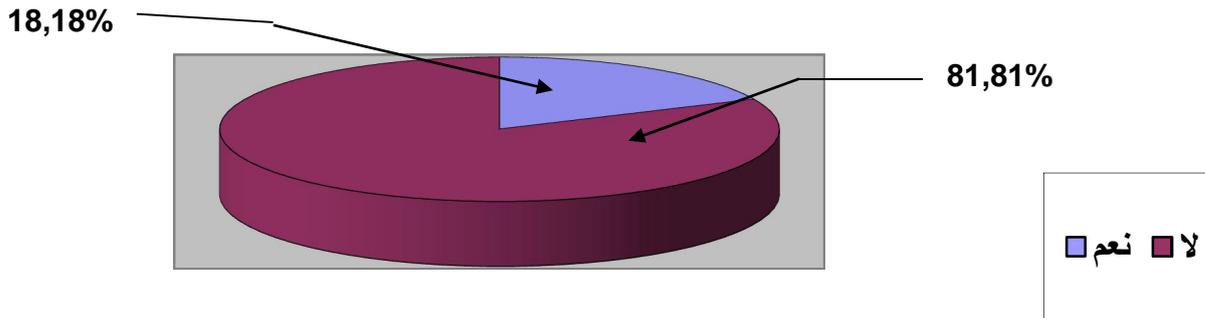
من خلال النتائج نستنتج أنه هناك ضعف كبير للمدربين في تحديد الجوانب المتعلقة بالبرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة، وعليه يجب وضع الجوانب الواضحة المعالم المبنية على أسس علمية وأن تتناسب مع البرنامج والوسائل، وكذلك على ضرورة الإهتمام بتنمية القدرات مهارية والعقلية للاعبين في هذه المرحلة.

السؤال رقم 11: هل هناك أهداف واضحة المعالم خلال كل فترة من فترات الخطة السنوية ؟  
الغرض منه: معرفة هل هناك تسطير للأهداف واضحة المعالم خلال كل فترة من فترات الخطة السنوية التي يعمل البرنامج على تحقيقها.

الجدول رقم 11 : يبين اجابات المدربين عن تسطير الأهداف الخاصة بكل فترة من فترات الخطة السنوية.

هل هناك أهداف واضحة المعالم خلال كل فترة من فترات الخطة السنوية.							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	2	18,18					
لا	9	81,81	4,45	3,84	0,05	1	دال
المجموع	11	100					

الشكل 4-11 : يمثل النسب المئوية للعبارة 11



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال أجوبة المدربين حول وجود أهداف محددة المعالم في كل فترة من فترات الخطة السنوية نجد أن نسبة (81.81%) من المدربين لا يعطون أهمية خاصة للأهداف خلال فترات الخطة السنوية، وبنسبة (18.18%) من المدربين تتكون برامجهم من أهداف خاصة لكل فترة من فترات الموسم الرياضي، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.فانه لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج:

و منه نستنتج أن معظم المدربين لا يضعون أهداف محددة و عليه يرى الباحث أنه عند الشروع في وضع خطة عمل سنوية فإنه من الواجب وضع أهداف محددة المعالم لكل فترة من فترات الخطة السنوية، و هذا ما يؤكد العالم الروسي ماتيفيف أن الخطة السنوية تنقسم إلى ثلاث فترات تختلف فيما بينها من حيث إستمرارها و أهدافها و كل فترة لها أهداف محددة المعالم تعمل لتحقيق هدف البرنامج.

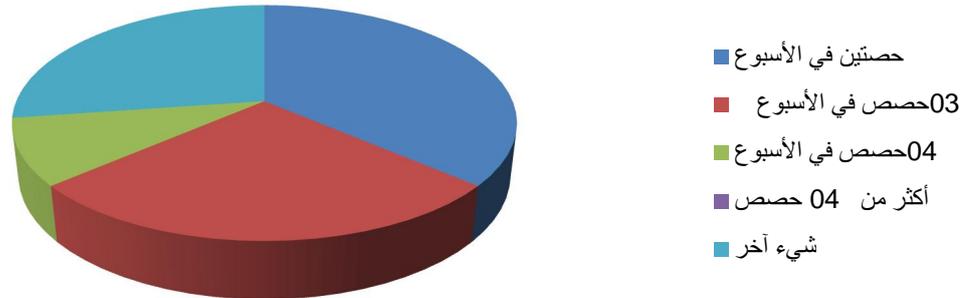
السؤال رقم 12: ما هو عدد الوحدات التدريبية التعليمية المنتهجة من طرف المدربين خلال الأسبوع لفئة 12-16 سنة؟

الغرض من السؤال: معرفة عدد الوحدات التدريبية التعليمية المنتهجة من طرف المدربين خلال الأسبوع لفئة 12-16 سنة.

الجدول رقم 12: يوضح النسبة المئوية لإجابة المدربين عن الوحدات التدريبية المنتهجة خلال أسبوع.

العبارة						
ما هو عدد الوحدات التدريبية المنتهجة من طرف المدربين خلال الأسبوع لفئة 12-16 سنة.						
المتغيرات	المؤشرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى دلالة الحرية
حصتين في الأسبوع		4	36.36	4,9	9,49	0,05
03 حصص في الأسبوع		3	27.27			
04 حصص في الأسبوع		1	9.10			
أكثر من 04 حصص		0	-			
شيء آخر		3	27.27			

الشكل 4-12 يبين النسب المئوية للعبارة رقم 12



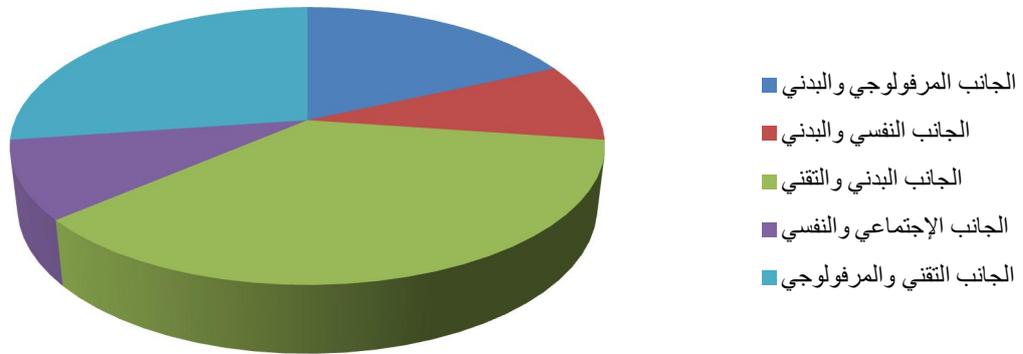
- تحليل و مناقشة نتائج الجدول: من تحليلنا لأجوبة المدربين حول الوحدات التدريبية المنتهجة خلال الأسبوع نجد أن نسبة (36.36%) تتدرب حصتين، ونسبة (27.27%) تتدرب 03 حصص في الأسبوع ، ونسبة (9.09%) تتدرب 4 حصص ، وهذا يرجع من كلام المدربين إلى نقص الإمكانيات المادية ومساحات التدريب بالإضافة إلى تدرس اللاعبين والمحفظات المادية للاعبين، أما نسبة (27.27%) ليست لهم وحدات تدريبية، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.فانه لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج: نستنتج أن ما يتم تطبيقه في معظم النوادي التابعة لرابطة البويرة من طرف الفئات الشبانية يختلف تماما مع نظريات التدريب الرياضي الحديث وعليه من الضروري الزيادة في عدد الوحدات التدريبية، و هذا ما يؤكد عمام عبد الخالق و عبد الباسط محمد.(مجد، 1990، صفحة 62)

السؤال رقم 13: أثناء انتقاء الناشئين الموهوبين في كرة اليد هل تهتمون خاصة ب :  
الغرض من السؤال: معرفة الجوانب المهمة في انتقاء الناشئين .  
الجدول رقم 13: يوضح النسبة المئوية لاجابة المدربين عن الجوانب المهمة في انتقاء الناشئين .

أثناء إنتقاء الناشئين الموهوبين في كرة اليد. هل تهتمون ب :							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup>	كا <sup>2</sup>	مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
الجانب المرفولوجي والبدني	2	18.18	9,49	3,09	0,05	4	غير دال
الجانب النفسي والبدني	1	9.09					
الجانب البدني والتقني	4	36.36					
الجانب الإجتماعي والنفسي	1	9.09					
الجانب التقني والمرفولوجي	3	27.27					
المجموع	11	100					

الشكل 4-13 يبين النسبة المئوية للعبارة رقم 13



تحليل ومناقشة نتائج الجدول: من خلال نتائج الجدول نجد أن نسبة (36.36%) من المدربين يهتمون بالجانب البدني و التقني، أما نسبة (27.27%) يهتمون بالجانب التقني، أما نسبة (18.18%) من المدربين يهتمون بالجانب المورفولوجي و البدني، أما نسبة (9.09%) يهتمون بالجانب النفسي و البدني، و كذلك نفس النسبة التي تهتم بالجانب النفسي والإجتماعي، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أصغر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن نسبة كبيرة من مدربي الفئة الشبانية لرابطة البويرة يهتمون ويعتمدون على الجانب البدني و التقني أكثر من الجوانب الأخرى، و هذا ما يؤكد ريسان خريبط أن الإنتقاء الدقيق للموهوبين رياضيا يتطلب العديد من طرق القياس المختلفة التي تكمل بعضها البعض. (خريبط، 1998، صفحة 53)

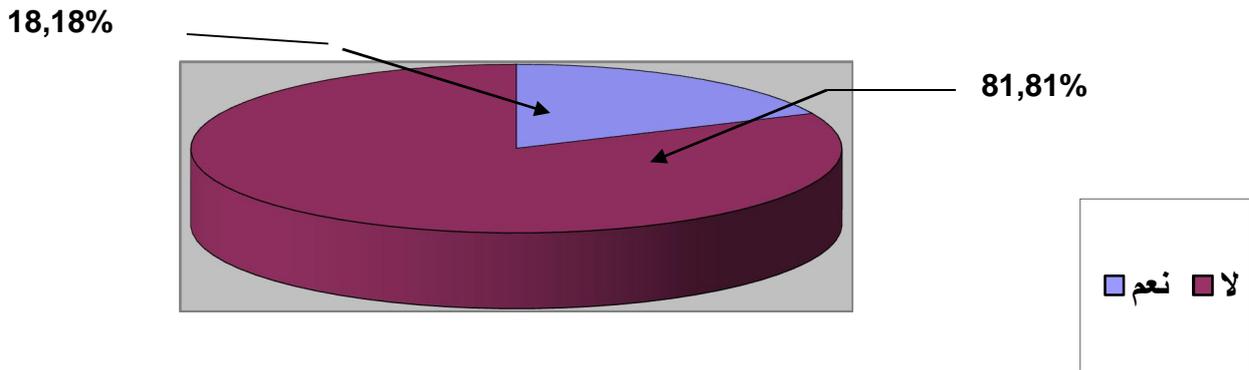
السؤال رقم 14: هل يتم الاعتماد على معايير وأسس علمية في إنتقاء واختبار الموهوبين من خلال البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة ؟

الغرض منه: معرفة مدى الاعتماد على الاختبارات والأسس العلمية في إنتقاء الموهوبين .

الجدول رقم 14: يوضح النسبة المئوية لاجابة المدربين على مدى تطبيقهم للاختبارات العلمية للموهوبين .

هل يتم الإعتماد على معايير و أسس علمية في إنتقاء و إختبار الموهوبين من خلال البرنامج التدريبي لفئة 12-16سنة.							العبارة
المتغيرات المؤشرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup>	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	
			المجدولة	الدلالة	الحرية	الإحصائية	
نعم لا المجموع	2	18,18	4,45	0,05	1	دال	
	9	81,81					
	11	100					

الشكل 4-14 : يمثل النسب المئوية للعبارة 14



تحليل ومناقشة نتائج الجدول :

من خلال تحليلنا للجدول نجد أن نسبة (81.81%) من المدربين لفئة 12-16 سنة ليست لهم معرفة بالأسس العلمية التدريبية الخاصة بالمعايير والاختبارات في إنتقاء الناشئين، أما نسبة (18.18%) من المدربين فكانت إجاباتهم محدودة ومركزة على الجانب البدني والتقني ، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه هناك دلالة احصائية لصالح الغرض من السؤال .

الاستنتاج:

نستطيع القول أن من خلال تحليل النتائج تبين أن معظم المدربين لفئة 12-16 سنة لا يعتمدون في برنامجهم التدريبي العلمي على أسس ومعايير علمية في إنتقاء الموهوبين، بعكس ما يراه ماريان شيفيل الذي يرى أن مجموعة من المعايير الإجتماعية تعتمد على إختيار و إنتقاء الموهوبين.

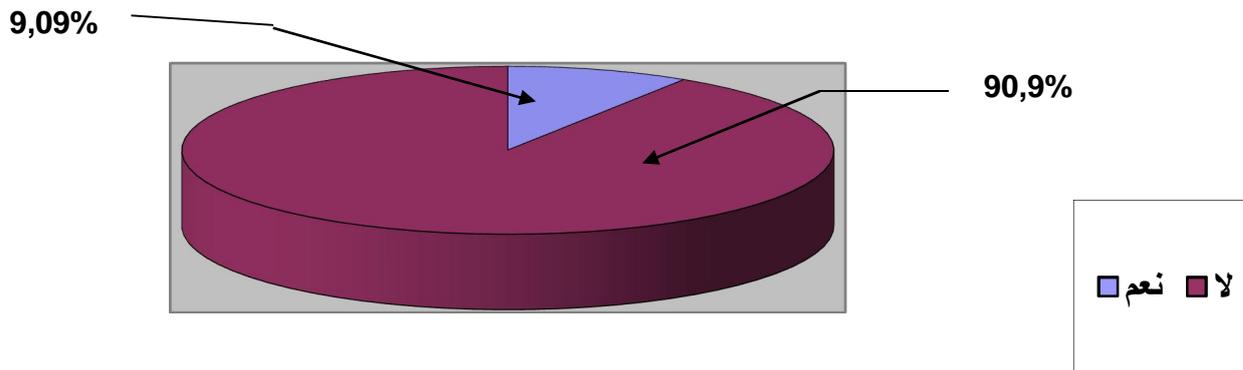
السؤال رقم 15: هل هناك معايير موضوعة بغرض التقويم لمدى تحقيق النتائج و الأهداف الموضوعة في البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة ؟

الغرض منه: هو معرفة وجود أدوات التقويم داخل البرنامج التدريبي .

الجدول رقم 15: يوضح نسبة ايجابيات المدرسين حول وجود معايير التقويم في مضمون البرنامج التدريبي .

هل هناك معايير موضوعة بغرض التقويم لمدى تحقيق النتائج و الأهداف الموضوعة في البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة.							العبارة
المتغيرات المؤشرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup>	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	
			المجدولة	الدلالة	الحرية	الإحصائية	
نعم	1	9.09					
لا	10	90.9	7,36	0,05	1	دال	
المجموع	11	100					

الشكل 4-15: يمثل النسب المئوية للعبارة 15



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليلنا للجدول رقم (15) نجد أن معظم المدرسين ونسبة (90.9%) لا يعطون أهمية خاصة بالنسبة لتقويم البرنامج والأهداف المسطرة في كل فترة من فترات التدريب السنوي، أما نسبة (9.09%) من المدرسين كانت إجاباتهم إيجابية، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.فانه لصالح الغرض من السؤال.

- الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج ان هناك نقص كبير في الإعتماد على المعايير و الإختبارات العلمية ضمن البرنامج التدريبي السنوي، ويرى الباحث أن التقويم عنصر من عناصر التخطيط للبرامج التدريبية المبنية على أسس علمية، و هذا ما يؤكداه عصام الدين عبد الخالق مصطفى. (مصطفى، 1990، صفحة 288)

تحليل و مناقشة الاستبيان الخاص برؤساء الفرق

المحور الثالث: اهتمام رؤساء الفرق بالفئات الشبانية .

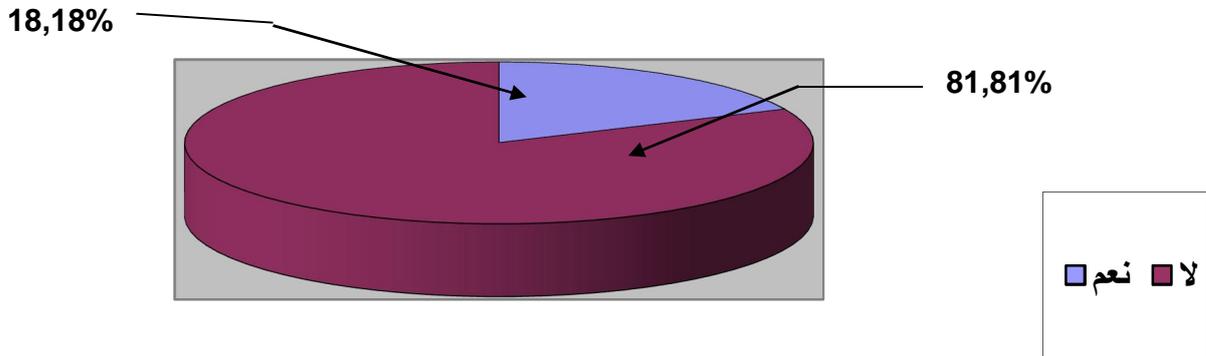
السؤال رقم16: هل الفئة الشبانية لسن 12-16سنة موجودة و تتدرب بصفة منتظمة ؟

الغرض منه: هو معرفة الفئة الشبانية لفئة 12-16سنة تتدرب بصفة منتظمة أو منعدمة .

الجدول رقم16: يوضح اجابة رؤساء الفرق عن تدريب أو انعدام هذه الفئة .

هل الفئة الشبانية لسن 12 - 16سنة موجودة و تتدرب بصفة منتظمة؟							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	2	18,18	4,45	3,84	0,05	1	دال
لا	9	81,81					
المجموع	11	100					

الشكل 4- 16 : يمثل النسب المئوية للعبارة16



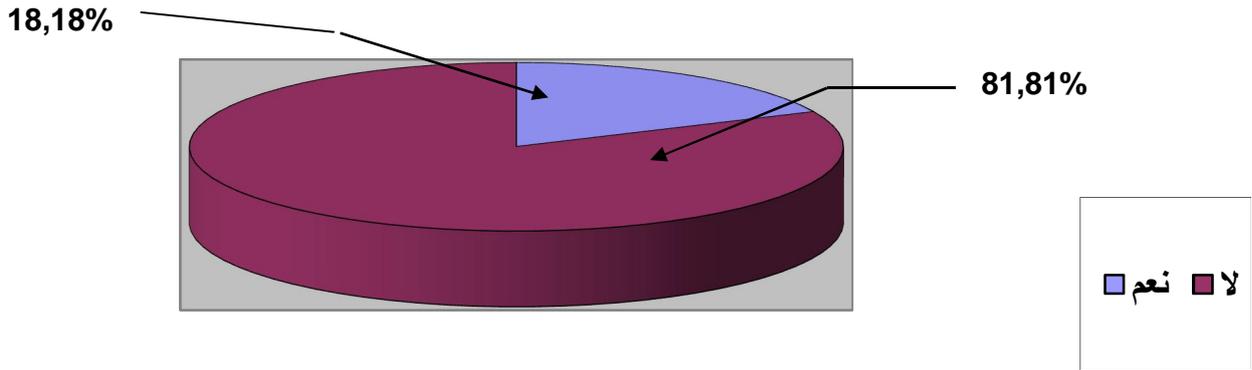
تحليل ومناقشة نتائج الجدول: من خلال تحليلنا للجدول رقم (16) يتبين لنا ما يلي:- نسبة (81.81%) من رؤساء الفرق أكدت لنا أن فئة 12-16سنة من الناشئين في كرة اليد منعدمة أو تتدرب مؤقتا هذا راجع إلى هروب المدربين بسبب المستحقات المادية بالإضافة إلى نقص مساحات التدريب و عدم وجود فرق منخرطة في الرابطة الولائية، أما نسبة (18.18%) من رؤساء الفرق كانت إجاباتهم إيجابية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج: في ضوء ما سبق يتبين لنا أن هناك قصور من طرف رؤساء الفرق في إعداد و تكوين الفئات الشبانية. و يرى الباحث على أن العملية الإعدادية و التكوينية لا بد من توفير الجو المناسب لهذه الفئة و ذلك من خلال توفير الإمكانيات المادية و البشرية و مدربين ذو كفاءة.

السؤال رقم 17: هل لكل فئة شبانية مدرب خاص بها ؟  
 الغرض منه: هو معرفة هل لكل فئة مدرب خاص بها.  
 الجدول رقم 17: يوضح اجابات رؤساء الفرق عن تدريب كل فئة بمدرّب خاص بها.

هل لكل فئة شبانية مدرب خاص بها؟							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	2	18,18	4.45	3,84	0,05	1	دال
لا	9	81,81					
المجموع	11	100					

الشكل 4-17 : يمثل النسب المئوية للعبارة 17



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليلنا للجدول رقم (17) يتبين لنا أن نسبة (81.81%) من رؤساء الفرق كانت إجاباتهم سلبية، أما نسبة (18.18%) فإجاباتهم كانت أنفئة 12-16 سنة لهل مدربها الخاص، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج:

نستنتج أن نسبة كبيرة من رؤساء الفرق لا يعطون أهمية لإعداد و تكوين هذه الفئة، و عليه يرى الباحث أن من الأهم تأطير كل صنف من هذه الفئة بمدرّب خاص لمتابعة و تسطير البرنامج التدريبي، و الدليل على ذلك نسبة المدربين الذين يديرون هذه الفئة، بحيث أن نسبة كبيرة منهم هم لاعبون سابقون في صنف الأكاير، و هذه لا تلبّي حاجيات العملية التدريبية.

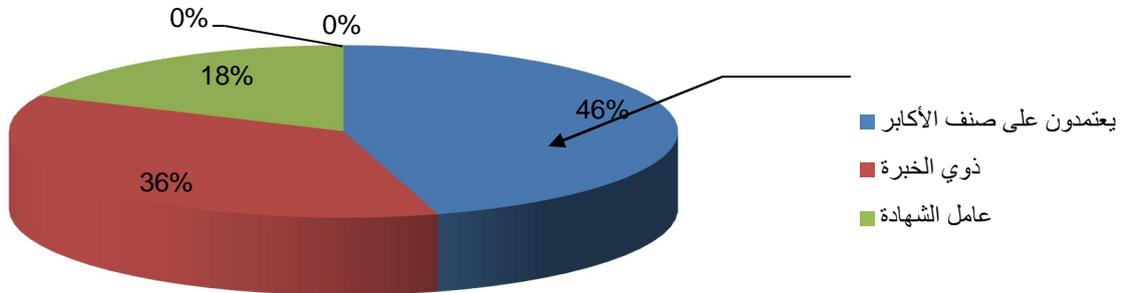
السؤال رقم 18: كيف يتم تعيين مدربي الفئات الصغرى ؟

الغرض منه: هو معرفة كيفية تعيين مدربين لفئة 12-16 سنة .

الجدول رقم 18: يوضح النسبة المئوية لاجابة رؤساء الفرق عن الكيفية في تعيين المدربين لهذه الفئة .

كيف يتم تعيين مدربي الفئات الصغرى؟							العبارة
الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة (%)	التكرار (ت)	المتغيرات
							المؤشرات
غير دال	2	0,05	9,49	5,36	45,45	05	يعتمدون على صنف الأكاير
					36,36	04	ذوي الخبرة في التدريب
					18,18	02	يعتمدون على الشهادة
					100	11	المجموع

الشكل 4-18 : يمثل النسب المئوية للعبارة 18



تحليل ومناقشة نتائج الجدول: من خلال ما تبين لنا في الجدول نجد أن نسبة كبيرة من رؤساء الفرق و المقدره ب(45.45%) يعتمدون في تعيين مدربي فئة 12-16 سنة إلى اللاعبين من صنف الأكاير بالإضافة إلى لاعبين قدامى, أما نسبة (36.36%) من الرؤساء فيعتمدون على المدربين ذوي الخبرة في التدريب, أما نسبة(18.18%) فيعتمدون على عامل الشهادة في مجال التدريب, و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة و عليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

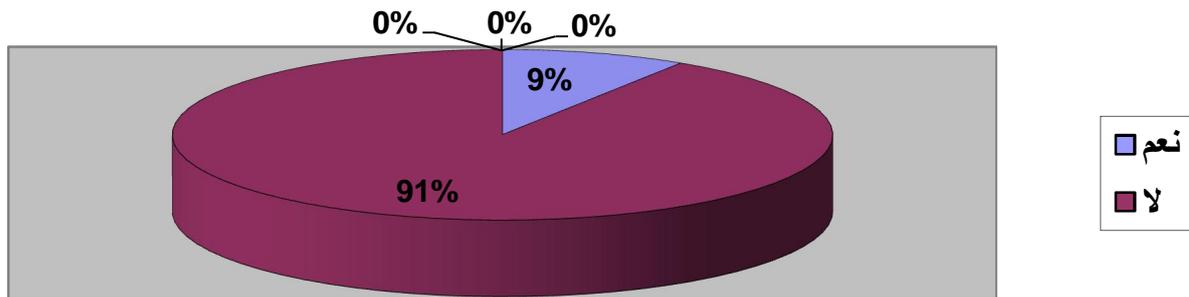
الاستنتاج:

في ضوء ما سبق نستنتج أن هناك تقصير من طرف رؤساء الأندية في كيفية تعيين المدربين لفئة 12-16 سنة, فنسبة كبيرة من المدربين لا يملكون شهادات تدريبية, و يرى الباحث أن هذا التقصير لا يساهم في نجاح التدريب.

السؤال رقم 19: هل هناك إدارة رياضية خاصة لمتابعة الفئات الشبانية؟  
الغرض منه: معرفة هل لهذه الفئة ادارة خاصة بها لمتابعتها و السهر عليها.  
الجدول رقم 19: يبين اجابات رؤساء الفرق عن مدى وجود ادارة رياضية خاصة لفئة 12-16 سنة.

هل هناك إدارة رياضية خاصة لمتابعة الفئات الشبانية؟							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	1	9,09					
لا	10	90,9	7,36	3,84	0,05	1	دال
المجموع	11	100					

الشكل 4-19 : يمثل النسب المئوية للعبارة 19



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال ما تبين في الجدول نجد أن نسبة (90.9%) من رؤساء الفرق لا يعتمدون في منهجية تسييرهم للنادي على إدارة رياضية مختصة في متابعة وتسيير فئة 12-16 سنة، أما نسبة (9.09%) فكانت إجاباتهم جيدة، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولة وعليه فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

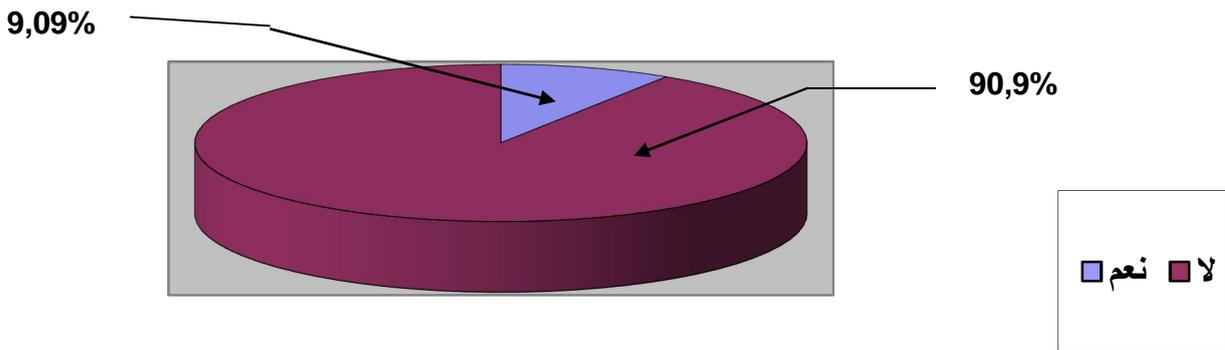
#### الاستنتاج:

و من خلال هذا نستنتج أن هناك قصور من رؤساء الفرق في تنظيم و تسيير هذه الفئة، حيث أن التنظيم يوفر الوسائل التي يحتاجها المدرب و تمكنه من العمل في ظروف جيدة، و هذا ما يؤكد إبراهيم محمود عبد المقصود أن الإدارة الرياضية للفئات الشبانية تهدف إلى استخدام الموارد المتاحة لأكبر قدر من الكفاية. (المقصود، 2003، صفحة

السؤال رقم 20: هل هناك مدير تقني يشرف على متابعة البرامج التدريبية؟  
الغرض منه: هو معرفة وجود مدير تقني يشرف على متابعة البرامج التدريبية.  
الجدول رقم 20: يبين اجابة رؤساء الفرق عن إمكانية وجود مدير تقني يشرف على هذه الفئة.

هل هناك مدير تقني يشرف على متابعة البرامج التدريبية؟							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	1	9,09					
لا	10	90,9					
	11	100	7,36	3,84	0,05	1	دال

الشكل 4-20: يمثل النسب المئوية للعبارة 20



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال ما تبين لنا في الجدول نجد أن نسبة كبيرة من رؤساء الفرق لا يعتمدون في تخطيطهم على مدير تقني يشرف على تخطيط و متابعة تكوين فئة 12-16 سنة و المقدر ب(90.9%)، أما نسبة (9.09%) من الرؤساء كانت إجابتهم جيدة، وبما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة وعليه فإنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

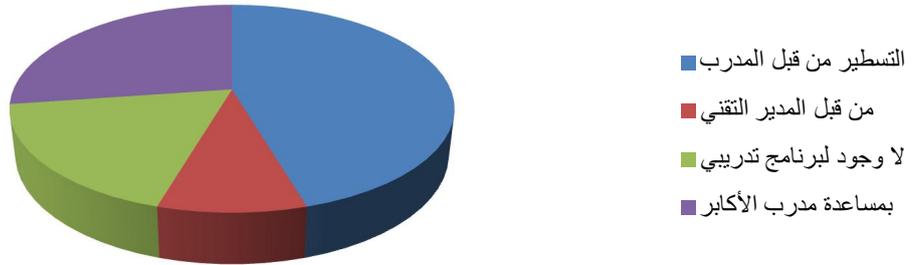
#### الاستنتاج:

من خلال هذا نستنتج أن هناك تقصير من طرف رؤساء الأندية في جلب مدير تقني مختص في كرة اليد لتخطيط البرامج التدريبية و متابعتها مع المدربين، و عليه يرى الباحث أنه لا بد من الضرورة قيام رؤساء الأندية من جلب أو تأهيل مدير تقني مختص في كرة اليد و بناء البرامج التدريبية المبنية على أسس علمية.

السؤال رقم 21: من يقوم بوضع البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة؟  
 الغرض منه: هو معرفة من يقوم بوضع البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة.  
 الجدول رقم 21: يبين إجابة رؤساء الفرق على من يقوم بوضع البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة.

من يقوم بوضع البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة؟							العبارة
الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> الجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	النسبة (%)	التكرار (ت)	المتغيرات
							المؤشرات
					45,45	05	التسطين من قبل المدرب
					9,09	01	من قبل المدير التقني
					18,18	02	لا وجود لبرنامج تدريبي
					27,27	03	بمساعدة مدرب الأكابر
غير دال	3	0,05	7,82	3,17	100		المجموع

الشكل 4-21 يمثل النسب المئوية للعبارة 21



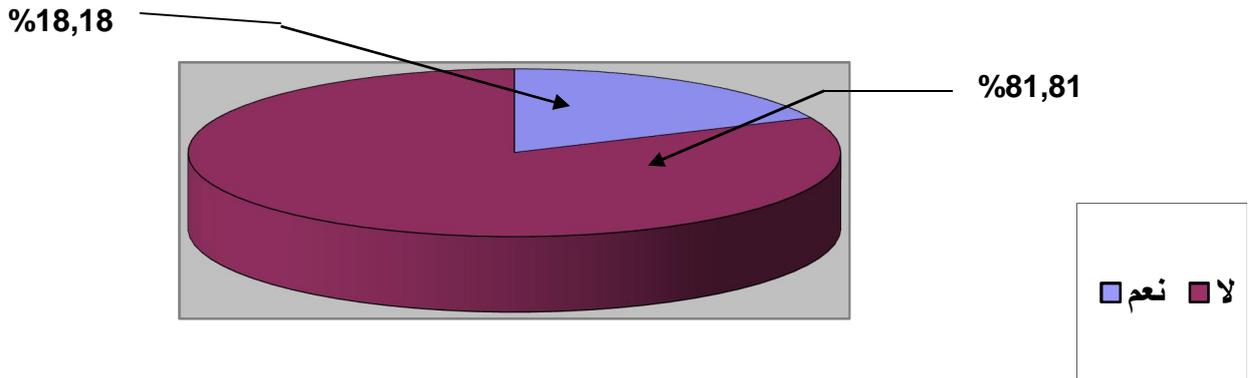
تحليل ومناقشة نتائج الجدول: من خلال الجدول يتضح من أجوبة رؤساء الفرق أن نسبة (45.45%) من المدربين لفئة 12-16 سنة يقومون بتسطين البرنامج التدريبي بمفردهم، أما نسبة (9.09%) من مدراء تقنيين يقومون بتسطين البرامج التدريبية للمدربين، أما نسبة (18.18%) تقول أن لا وجود لبرنامج تدريبي من طرف المدرب، أما نسبة (27.27%) تكون بمساعدة مدرب الأكابر. و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أصغر من كا<sup>2</sup> الجدولة فإنه لا توجد فروق فردية لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج: من خلال تحليلنا نستنتج أنه هناك قصور من طرف رؤساء الفرق في تسطين البرامج التدريبية لفئة 12-16 سنة. و يرى الباحث أنه من الضروري على رؤساء الأندية جلب مدير تقني يشرف على دراسة و بناء برامج تدريبية وفق أسس علمية واضح.

السؤال رقم 22: هل هناك وسائل بيداغوجية ما عدا الكرات تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة؟  
الغرض منه: هو معرفة مدى توفير الوسائل البيداغوجية من طرف رؤساء الفرق.  
الجدول رقم 22: يبين أجابة رؤساء الفرق بالنسبة للوسائل البيداغوجية.

هل هناك وسائل بيداغوجية ما عدا الكرات تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة؟							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	2	18,18	4,45	3,84	0,05	1	دال
لا	9	81,81					
المجموع	11	100					

الشكل 4-22 : يمثل النسب المئوية للعبارة 22



#### تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليلنا للجدول نجد أن نسبة كبيرة من رؤساء الفرق و المقدره ب(81.81%) كانت أجاباتهم سلبية, أما نسبة(18.18%) كانت إجاباتهم إيجابية, و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

#### الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن هناك نقص كبير في توفير الوسائل البيداغوجية من طرف رؤساء الأندية بالنسبة للفئة الشبانية, و يرى الباحث أنه من الضروري توفير الوسائل البيداغوجية من أجل إنجاح العملية التدريبية و تحقيق الأهداف الموضوعية, و هذا ما يؤكد محمد الحما حمى بأنه لا يمكن لبرنامج تدريبي علمي أن يطبق و ينفذ على النحو الكامل مهما بلغ من الجودة في بنائه و تصميمه ما لم تتوفر الإمكانيات و الوسائل. (حمى, 1990,

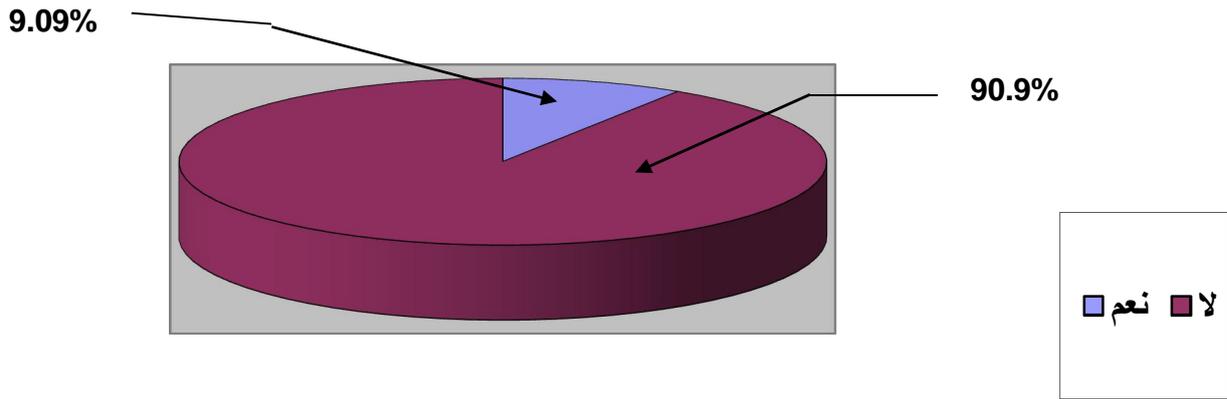
السؤال رقم 23: هل توجد ميزانية مادية خاصة لفئة 12-16 سنة؟

الغرض منه: هو معرفة مدى وجود ميزانية مادية خاصة بالنسبة لفئة 12-16 سنة.

الجدول رقم 23: يبين النسبة المئوية لإجابة المدربين عن وجود ميزانية خاصة لفئة 12-16 سنة.

هل توجد ميزانية مادية خاصة لفئة 12-16 سنة؟							العبارة
المتغيرات	التكرار (ت)	النسبة (%)	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
نعم	1	9,09	7,36	3,84	0,05	1	دال
لا	10	90,9					
المجموع	11	100					

الشكل 4-23 : يمثل النسب المئوية للعبارة 23



تحليل ومناقشة نتائج الجدول:

من خلال تحليلنا للجدول نجد أن نسبة (9.09%) كانت إجاباتهم إيجابية، أما نسبة (90.9%) كانت إجاباتهم سلبية، و بما أن كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> المجدولة فإنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الغرض من السؤال.

الاستنتاج:

من خلال الجدول نستنتج أن هناك نقص فادح في الإمكانيات المادية على مستوى لفئة 12-16 سنة، الشيء الذي يؤدي إلى نقص الوسائل البيداغوجية و هذا ما يعيق المدربين في عملية بناء و تخطيط البرامج التدريبية، و هذا ما يؤكد الدكتور بن قاصد علي على ضرورة توفير الإمكانيات المادية، و هذا عن طريق التقسيم أو الزيادة في

الميزانية المخصصة. (مجدب،، 2005، صفحة 309)

- تحليل و مناقشة المقابلة:

01- المحور الأول: الثقافة التدريبية.

- السؤال الأول: كيف يمكنك تطبيق مختلف أشكال حمل التدريب بكفاءة؟

- الغرض منه: معرفة كيفية تطبيق أشكال حمل التدريب من طرف المدرب.

من خلال إجابات المدربين يتبين لنا أن معظم المدربين يطبقون مختلف أشكال حمل التدريب من خلال خبرتهم السابقة في ميدان كرة اليد، باعتبار معظمهم لاعبين سابقين ولهم تجربة سابقة في الميدان.

و منه نستنتج أن معظم مدربي الفئة الشبانية برابطة البويرة لكرة اليد يطبقون مختلف أشكال حمل التدريب من خلال خبرتهم السابقة في الميدان دون تقنينها وفق أسس علمية.

- السؤال الثاني: كيف يمكنك تطبيق طرق التدريب المناسبة لمختلف الأعمار؟

- الغرض منه: معرفة كيفية تطبيق طرق التدريب المناسبة من قبل المدرب.

و من خلال إجابات المدربين يتبين لنا ضعف مستوى معظم مدربي الرابطة الولائية بالبويرة لكرة اليد للناشئين في تطبيق طرق التدريب الحديثة.

ومنه نستنتج أن هذا الضعف يتجلى من خلال اعتمادهم على الخبرة الميدانية السابقة و عدم تكونهم وفق أسس علمية و عدم إمتلاكهم شهادات تدريبية.

02- المحور الثاني: تخطيط البرامج التدريبية.

- السؤال الأول: أي تخطيط تعتمدون؟

- الغرض منه: معرفة التخطيط الذي يعتمده المدربون.

من خلال أجوبة المدربين تبين لنا أن أغلبية المدربين يعتمدون على التخطيط الشهري، و هناك نسبة قليلة يعتمدون على التخطيط السنوي، بينما النسبة الأقل يعتمدون على التخطيط الأسبوعي.

و من هذا نستنتج أن التخطيط الشهري الأكثر إستعمالا من طرف مدربي الناشئين.

- السؤال الثاني: ماهي المعوقات التي تحول دون تأدية مهامكم على أكمل وجه؟

- الغرض منه: معرفة المعوقات التي تواجه المدرب.

من خلال الإجابات التي تحصلنا عليها لاحظنا أن جل المدربين إتفقوا على مجموعة من الأسباب و التي يرونها معرقله لمهامهم التدريبية ومنها:

- قلة تریصات المدربين.

- إنعدام الإمكانيات كالعناد و الوسائل.

- نقص في التسيير.

- قلة التمويل للأندية.

- نقص الخبرة في ميدان التدريب.

## 03- المحور الثالث: خاص برؤساء الأندية.

- السؤال الأول: كيف هي ظروفكم المادية في النادي؟

- الغرض منه: معرفة الظروف المادية للأندية.

من خلال إجابات رؤساء الفرق يتبين لنا أن كل رؤساء الفرق يشكون من الحالة المادية للنادي, و كان تحليلهم منحصر في عدم تمويل النادي و ضعف الإمكانيات و عدم كفاية المنح.

و منه نستنتج أن الحالة المادية لفرق الرابطة الولائية للناشئين في كرة اليد ضعيفة و لا ترقى لتطلعات الأندية.

- السؤال الثاني: كيف تصنفون حالة الوسائل البيداغوجية الخاصة بالنادي؟

- الغرض منه: معرفة حالة الوسائل البيداغوجية للأندية.

من خلال إجابات رؤساء الفرق تبين لنا أن النسبة الأكبر منهم يصفون حالة الوسائل بالمتوسطة, بينما نسبة أقل من الرؤساء تصنف الوسائل بالسيئة.

و منه نستنتج أن الوسائل البيداغوجية الخاصة بأندية الرابطة الولائية للناشئين في كرة اليد لا تتصف بالجودة.

## مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات:

الاستنتاجات المتحصل عليها خلال عرض ومناقشة النتائج تم مقارنتها بفرضيات البحث وكانت كالتالي:

**الفرضية الأولى:** والتي ينص فيها الباحث ان البرامج التدريبية المنتهجة في تكوين وإعداد فئة 12-16 سنة لا تؤدي إلى تحقيق الأهداف المرجوة من ذلك. و لإثبات صحة هذه الفرضية يتبين لنا من خلال المحور الثاني الجداول رقم 06-07-08-09-10-11-12-13-14-15 و من خلال نتائج المقابلة أن هناك قصور وضعف كبير للمدربين في تحديد ووضع أهداف زمنية واضحة ومحددة المعالم, كما ان البرامج التدريبية المطبقة لا تتماشى ولا تسمح بتطوير المتطلبات الحديثة لكرة اليد (المهارية- التقنية - الخطئية- النفسية والعقلية والبدنية) بالإضافة إلى ضعف المدربين في بناء وتخطيط البرامج التدريبية على أسس علمية, كما تبين نقص عدد وحدات التدريب و ضعف في معرفة الصفات البدنية والمهارية لهذه الفئة بالإضافة إلى عدم إلمام معظم المدربين لطرق التدريب الحديثة كما تبين أن معظم المدربين لا يعتمدون في برامجهم التدريبية على معايير لتقييم وانتقاء الموهوبين, وعليه يمكن القول ان فرضية البحث قد تحققت.

**الفرضية الثانية:** والتي تنص على أن غياب المؤهل العلمي والثقافة التدريبية للمشرفين على فئة 12-16 سنة يؤدي إلى صعوبة تخطيط و تطبيق البرامج التدريبية العلمية. و لإثبات صحة هذه الفرضية يتبين لنا من خلال المحور الأول الجداول رقم 01-02-03-04-05 و من خلال نتائج المقابلة أن هناك نقص في المؤهل العلمي و الإعداد المهني للمدربين المشرفين على فئة 12-16 سنة, بإعتبار أن معظمهم لهم خبرة, إلا أن المستوى مازال متدنيا وعليه فان هذه الخبرة ماهي إلا ممارسة عملية غير مبنية على أسس علمية في التدريب وعليه يمكن ان نقول ان فرضية البحث قد تحققت.

**الفرضية الثالثة:** والتي ينص فيها الباحث ان عدم استقادة المشرفين على إعداد و تكوين فئة 12-16 سنة لكرة اليد الى التكوين و تجديد المعارف و يؤدي إلى عدم مسايرة البرامج الحديثة للتدريب. و لإثبات صحة هذه الفرضية يتبين لنا من خلال المحور الأول الجداول 01-02-03-04-05-06-07 و من خلال نتائج المقابلة أن هناك نقص في الثقافة التدريبية للمدربين بالطرق المعتمدة في التدريب الرياضي الحديث والخصائص ومميزات النواحي العمرية لفئة 12-16 سنة و طرق وأساليب تعلم المهارات الأساسية في كرة اليد و إجراء حصص نظرية تخص كرة اليد والرياضة بصفة عامة وعليه يمكن ان نقول ان فرضية البحث قد تحققت.

**الفرضية الرابعة:** والتي نص فيها الباحث ان عدم اهتمام المسيرين لسياسة التكوين لفئة سنة يؤدي إلى إهمال ونقص فاعلية التكوين والإعداد. و لإثبات صحة هذه الفرضية يتبين لنا من خلال المحور الثالث الجداول رقم 16-17-18-19-20-21-22-23 وقد تبين لنا من خلال النتائج المتحصل عليها عدم اهتمام المسيرين ورؤساء الفرق لسياسة الإعداد و التكوين و النقص الفادح في الإمكانيات المادية و الإمكانيات و الوسائل البيداغوجية لإنجاح العملية التدريبية والأهداف الموضوعية للبرامج التدريبية المسطرة, وعليه يمكن ان نقول ان فرضية البحث قد تحققت.

## - خلاصة:

من خلال عرض النتائج وتحليلها بالاعتماد على الوسائل الإحصائية والبيانات التكرارية التمسنا وجود قيم عالية لأهمية تخطيط البرامج التدريبية في إعداد و تخطيط البرامج ووجدنا أيضا أن البرامج العلمية لها دور كبير في التخطيط الجيد للإعداد و التكوين، وهذا يدل على فاعلية المقياسين ودوره في معرفة أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في إعداد و تكوين الفئات الصغرى.

كما أنه من خلال مناقشة ومقارنة النتائج بالفرضيات تطرقنا إلى توضيح وتبيين معالم الدراسة ومراحلها ومدى تحقيقها للفرضيات المطروحة، حيث وضحنا حيثيات ومراحل الاستجابة من طرف المدربين و رؤساء الأندية، فوجدنا أن الفرضيات محققة بناء على نتائج المدربين و رؤساء الأندية.

## إستنتاج عام:

بعد الدراسة التي تطرقنا إليها و المتمثلة في أهمية تخطيط البرامج التدريبية في إعداد و تكوين فئة 12-16 سنة دراسة ميدانية لأندية ولاية البويرة لكرة اليد.

على ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، ومن خلال الفرضيات المطروحة يمكن أن نستنتج أن أغلبية المدربين و المسؤولين لا يعتمدون على البرامج التدريبية العلمية في إعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد.

ورغم الدور الفعال الذي تلعبه البرامج التدريبية العلمية في إعداد و تكوين فئة 12-16 سنة، إلا أن البرامج المنتهجة من طرف المدربين لا تحقق الأهداف، وهذا ما يفيد أن الفرضية الأولى من البحث قد تحققت.

أما في ما يخص المؤهل العلمي للمشرفين على فئة 12-16 سنة فأغلبيتهم لا يملكون كفاءة علمية تساعدهم على تخطيط و تطبيق البرامج التدريبية العلمية الحديثة، فمعظمهم يعتمدون على الخبرة السابقة في الميدان، ومن خلاله نستنتج أن الفرضية الثانية من البحث قد تحققت.

أما في ما يخص المحور الثالث والمتعلق بإستفادة المشرفين على فئة 12-16 سنة لكرة اليد من التكوين و تجديد المعارف فإن معظم المدربين لم يستفيدوا من التكوين و لم يشاركوا في ملتقيات و دورات تكوينية بإعتبار إن معظمهم للاعبين في صنف الأكابر و لا يملكون شهادات تدريبية، وهذا ما يؤدي بهم إلى عدم مسايرة البرامج الحديثة للتدريب، وهذا ما يثبت صحة الفرضية الثالثة من البحث والتي تنص على أن عدم إستفادة المشرفين على فئة 12-16 سنة لكرة اليد من التكوين و تجديد المعارف يؤدي إلى عدم مسايرة البرامج الحديثة للتدريب.

انطلقت الفرضية الرابعة من فكرة: عدم إهتمام المسيرين لسياسة التكوين لفئة 12-16 سنة يؤدي إلى إهمال و نقص عملية الإعداد و التكوين، فمن خلال هذا نجد أن معظم الأندية لفئة 12-16 سنة لا يملكون الإمكانيات المادية و البشرية، بالإضافة إلى إفتقارهم لمدربين و مدراء تقنيين ذو كفاءة علمية يساعدون في عملية الإعداد و التكوين و هذا ما يؤكد عدم إهتمام المسيرين لسياسة التكوين، ومنه نستنتج أن الفرضية الرابعة قد تحققت.

## خاتمة:

إن التقدم الذي عرفته كرة اليد الحديثة راجع بالأساس إلى إعداد وتطوير المدرب و اللاعب، ولا يتسنى هذا إلا من خلال توفير وبناء البرامج التدريبية بأسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث، ويكون المدرب هو القاعدة الأساسية في نجاح العملية التدريبية، وعليه يجب أن يساير التطور الهائل والتقدم العلمي الكبير الذي وصلت إليه اللعبة من طرق التدريب وإعداد اللاعبين والذي إستند إلى الحقائق العلمية التي قدمتها مختلف العلوم الأخرى. فالبرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية سليمة تحترم القوانين ونظريات التدريب الرياضي الحديث هي الكفيلة الوحيدة بوصول اللاعب خاصة الناشئ إلى المستوى العالي، ومن هنا تطرح فكرة أهمية تخطيط البرامج التدريبية حتى نستطيع الوقوف على نقاط القوة و الضعف فيها، وبالتالي نضمن الإستمرارية في العمل.

فقد انقضي الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالاعتماد على تجاربهم الميدانية و خبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول الى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة اليد خاصة مالم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في إعداد و تكوين الفئات الشبانية في مجال التدريب الرياضي الحديث.

ومن خلال جمع المعطيات النظرية والتطبيقية التي سبقت و إنطلاقاً من مشكلة مطروحة معاشة ميدانيا و بعد عرض النتائج و تحليلها بخصوص أهمية البرامج التدريبية العلمية في إعداد و تكوين فئة 12-16 سنة، فهذه النتائج تبدو منطقية الى حد كبير، فكان الهدف الذي يرمي إليه الباحث هو الكشف عن أهمية وتخطيط البرامج التدريبية بالأسس العلمية الصحيحة في ميدان كرة اليد.

ومن خلال النتائج العامة المتحصل عليها نجد أن هناك قصور في الإعداد المهني للمدرب وبالتالي لا يضمن في بناء وإعداد وتخطيط البرامج ذات فعالية وإيجابية التي تسمح بتطوير مختلف قدرات اللاعب الناشئ، و ضعف مستوى المدربين في الثقافة التدريبية والمعرفية والذي لا يضمن نجاح العملية التدريبية التعليمية و الإلمام بالمبادئ الأساسية للتدريب الرياضي الحديث و العلوم المرتبطة بها، و كذلك قصور وضعف كبير للمدربين في بناء وتخطيط و وضع أهداف واضحة المعالم و محددة للبرنامج، كما أن البرامج التدريبية المطبقة لا تتماشى ولا تسمح بتطوير المتطلبات الحديثة لكرة اليد، بالإضافة إلى عدم إهتمام المسيرين ورؤساء الفرق لسياسة التكوين والإعداد في مجال التدريب الرياضي لكرة اليد و النقص الفادح في الإمكانيات المادية و الوسائل البيداغوجية لإنجاح العملية التدريبية والأهداف الموضوعة للبرامج التدريبية المسطرة.

و كل ذلك في دراستنا التي قمنا في بدايتها بالتعريف بالموضوع و ذلك بطرح إشكالية بحثنا و فروضه و أسباب إختيار الموضوع و أهميته و كذا تحديد المصطلحات الخاصة بالبحث، ثم قسمناه إلى بابين، الباب الأول خصصناه للجانب النظري و الذي تناولنا فيه فصلين، الفصل الأول خصصناه للخلفية النظرية للدراسة و قسمناه إلى أربعة محاور، أما الفصل الثاني فخصصناه للدراسات المرتبطة بالبحث و الذي تناولنا فيه الدراسات السابقة و المشابهة.

أما بالنسبة للباب الثاني فقد تناولناه في فصلين، الفصل الأول أبرزنا فيه منهجية البحث و إجراءاته الميدانية، أما الفصل الثاني فخصصناه لتحليل و مناقشة النتائج وكذا مقابلة النتائج بالفرضيات و ختمناه بخاتمة عامة.

## إقتراحات و فروض مستقبلية:

- إعتمادا على البيانات التي جمعها الباحث و إنطلاقا من الإستنتاجات المستخلصة و في حدود إطار الدراسة يتقدم الباحث بالإقتراحات و التوصيلت التالية:
- 1- نوصي بضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي، وهذا عن طريق المشاركة في الملتقيات العلمية و الدورات التدريبية و الأيام الدراسية تحت إشراف إطارات مختصة.
  - 2- تشجيع وتحفيز المدربين المختصين في مجال كرة اليد على الإهتمام بالفئات الشبانية التي تعتبر قاعدة الجيل المستقبلي لبناء أسس ومعايير علمية تليق بكرة اليد.
  - 3- نوصي ونؤكد على المدربين بضرورة الاطلاع على ماهو جديد في مجال بناء وتخطيط البرامج التدريبية العلمية.
  - 4- نوصي المدربين بضرورة بناء وتخطيط برامج تدريبية علمية وهذا بإشراك إطارات وأساتذة مختصين للوصول بالعملية التدريبية إلى المستوى العالي.
  - 5- ضرورة الإهتمام بعملية الانتقاء والتقويم لفئة 12-16 سنة كجزء لا يتجزء من البرنامج التدريبي العلمي.
  - 6- ضرورة إهتمام رؤساء الفرق بالفئات الصغرى مع توفير الإمكانيات اللازمة للتدريب، وهذا من خلال وضع ميزانية تكفي للصرف على أوجه النشاط و القدرة على تحقيق الأهداف الموضوعة.
  - 7- ضرورة إشراك كل الهيئات و المؤسسات المسؤولة على القطاع بتوفير الملاعب والمنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية للفئات الصغرى.
  - 8- نوصي الرابطات الجهوية و الولائية لكرة اليد بضرورة إلزامية إشراك الفئات الصغرى في المنافسات الولائية والجهوية.
  - 9- نوصي الفدرالية الوطنية لكرة اليد بضرورة قيام لجان من أساتذة دكاترة و خبراء في مجال التدريب الرياضي من كليات ومعاهد التربية البدنية الرياضية بتجديد معارف المدربين ومتابعة و تقييم الفئات الشبانية على المستوى الوطني.

السليو غرافيا

قائمة المراجع:

1. أبو العلا عبد الفتاح و إبراهيم شعلال. (1994). فيزيولوجيا التدريب. القاهرة: دار الفكر العربي.
2. أرنوف و يتيغ:ترجمة عز الدين الأشول. (1994). مقدمة في علم النفس. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
3. السيد أبو عبده. (2008). الإتجاهات الحديثة في تخطيط و تدريب كرة القدم. الإسكندرية: الطبعة 1.
4. السيد أبو عبده. (2008). الإتجاهات الحديثة في تخطيط و تدريب كرة القدم. الإسكندرية: الطبعة 1.
5. أمر الله أحمد البساطي. (1994). أسس و قواعد التدريب الرياضي و تطبيقاته. مصر : منشأة المعارف بالإسكندرية.
6. أمر بساط. (1996). التدريب و الأعداد. مصر: منشأة المعارف.الإسكندرية.
7. سن أحمد الشافعي و أحمد فكري سليمان. (1999). مجلة البحوث و الدراسات. مصر: جامعة حلوان.
8. حنفي محمد مختار. (1996). الأسس العلمية للتدريب. القاهرة: دار الفكر العربي.
9. ريسان خريبط. (1998). النظرية العامة في التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة. عمان: دار الشروق للنشر.
10. ريسان خريبط و إبراهيم رحمة. (1990). طرق إختيار الرياضيين. مصر: دار العلم للملايين.
11. زهير الخشاب. (1998). كرة القدم. العراق: دار الكتب للطباعة.
12. سعد جلال. محمد حسن علاوي. (1992). علم النفس التربوي الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
13. سلوى عز الدين فكري.نبيلة احمد عبد الرحمان. (2004). منظومة التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
14. طلحة حسام علي و عدلة عيسى مطر. (1999). مقدمة في الإدارة الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
15. عادل عبد البصير. (1999). التدريب الرياضي و التكامل بينالنظرية و التطبيق. مصر: مركز الكتاب للنشر.
16. عادل عبد البصير علي. (1999). التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق. القاهرة: مرآة الكتاب للنشر .
17. عبد الغني جمال محمد العربي شمعون. (1996). التدريب العقلي. القاهرة: دار الفكر العربي.
18. عبد علي نصيف.قاسم حسين نصيف. (1999). مبادئ علم التدريب الرياضي. بغداد: مطبعة التعليم العالي.
19. عزت محمود كاشف. (1991). الإعداد النفسي للرياضيين. القاهرة: دار الفكر العربي.
20. عماد الدين أبو زيد و آخرون. (2003). الإعداد في كرة اليد نظريات و تطبيقات. القاهرة: الطبعة 1.

21. عمرو أبو المجد و إسماعيل النمكي. (1997). تخطيط برامج تربية و تدريب البراعم و الناشئين. مصر: مرآة الكتاب للنشر.
22. فيصل العياش. (1997). الإنتقاء الرياضي المجلة العلمية للثقافة البدنية و الرياضية. مستغانم: العدد 2.
23. قاسم المندلوي. (1989). التدريب الرياضي بين النظرية و التطبيق. بغداد: الطبعة 1.
24. قاسم حسن حسين. (1998). أسس التدريب الرياضي. مصر: دار الفكر للطباعة و النشر.
25. كمال جميل الريفي. (2004). التدريب الرياضي للقرن الواحد و العشرين. عمان: الطبعة 1.
26. محمد العربي شمعون. (1996). التدريب العقلي. القاهرة: دار الفكر العربي.
27. محمد العربي شمعون. (1996). التدريب العقلي في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
28. محمد حسن علاوي سعد جلال. (1992). علم النفس التربوي الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
29. محمد حسن علاوي. (1997). سيكولوجية التدريب و المنافسة. القاهرة: دار المعارف.
30. محمد حسن علاوي. (1991). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
31. محمد حسن علاوي. (2002). علم النفس للتدريب و المنافسة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
32. محمد حسن علاوي. كمال الدين عبد الرحمان. (2003). الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات و تطبيقات. القاهرة: الطبعة 1.
33. محمد حسن علاوي. كمال الدين عبد الرحمان. (القاهرة). الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات و تطبيقات. 2003: الطبعة 1.
34. محمد حسن علاوي. كمال الدين عبد الرحمان. (2003). الإعداد النفسي في كرة اليد-نظريات و تطبيقات. القاهرة: الطبعة 1.
35. محمد حسن علاوي. كمال الدين عبد الرحمان. (2003). دروس الإعداد النفسي في كرة اليد. القاهرة: الطبعة 1.
36. محمد زيان عمر. (1993). البحث العلمي مناهجه و تقنياته. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
37. محمد محمود موسى. (1995). التخطيط التعليمي أسسه و مشكلاته. القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.
38. مفتي إبراهيم. (1999). التخطيط الرياضي. مصر: دار الفكر العربي.
39. مفتي إبراهيم. (1994). الجديد في الإعداد المهاري و الخططي. القاهرة: دار الفكر العربي.
40. مفتي إبراهيم. (2001). المدرب الناجح و إدارة التدريب الرياضي. القاهرة: مؤسسة المختار للنشر و التوزيع.
41. مفتي إبراهيم حماد. (1998). التدريب الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة. القاهرة: دار الفكر العربي.
42. مفتي إبراهيم حماد. (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة. القاهرة: دار الفكر العربي.

43. مفتي إبراهيم حمادة. (2001). *التدريب الرياضي الحديث -تخطيط-تطبيق-قيادة*. القاهرة: دار الفكر العربي.
44. مفتي إبراهيم حمادة. (1994). *الجديد في الإعداد المهاري و الخططي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
45. مفتي إبراهيم حمادة. (1999). *الهجوم في كرة القدم*. القاهرة: دار الفكر العربي.
46. مفتي محمود مختار. (1996). *الأسس العلمية لتدريب كرة القدم*. القاهرة: دار الفكر العربي.
47. مفتي محمود مختار. (1996). *الأسس العلمية لتدريب كرة القدم*. القاهرة: دار الفكر العربي.
48. مفتي محمود مختار. (2000). *الأسس العلمية للتدريب*. القاهرة : دار الفكر العربي.
49. مهند حسين البشتاوي. (2005). *مبادئ التدريب الرياضي*. الأردن: دار الفكر العربي.
50. مهند حسين المشتوي أحمد. (2005). *مبادئ التدريب الرياضي* . الأردن : دار وائل للنشر.
51. نبيلة عبد الهادي. (1999). *القياس و التقويم التربوي و استخدامه في مجال التدريس الوصفي*. الأردن: وائل للنشر.

قائمة المراجع بالفرنسية:

52. belk abdene .(1989) .*entrainement sportif* .algerie: a.a.c.s.
- 53.edgar thiopental .(1977) .*manuel de leducation sportif* .paris: edition vigot.
- 54.gallager .(1985) .*teaching the gifted* .boston: allen and boconing.
- 55.gurgon weineck .(1996) .*manuel entrainement* .paris: edition vigot.
- 56.kacani et horsky .(1986) .*entrainement de foot ball* .belgique: edition brood coorens.
- 57.tail man rene .(1993) .*football performonce* .paris: edition amphora.

العلاج

معلق رقم (1)

مطلق رقم (2)

معلق رقم (3)

معلق رقم (4)

جامعة العقيد اكلي امحمد اولحاج البويرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية  
تخصص: تدريب رياضي  
إستبيان خاص بالمدرسين

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تحت عنوان:  
أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في اعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد لفئة 12-16 سنة  
نرجوا منكم إخواننا المدرسين أن تمدوا لنا يد العون بالإجابة على أسئلة هذه الإستمارة من أجل الوصول الى نتائج  
تساهم وتفيد في البحث العلمي، ونحيطكم علما أننا نلتزم بسرية المعلومات ولن تستعمل لأي غرض آخر سوى  
البحث العلمي، ولكم جزيل الشكر والتقدير مسبقا.

ملاحظة : ضع علامة (x) أمام الإجابة المختارة .

مع خالص الشكر والتقدير لمساعدتكم.

تحت إشراف الدكتور:  
ساسبي عبد العزيز

إعداد الطالب:  
عبد الرحمان علي

السنة الجامعية : 2014-2015

استبيان خاص بالمدرين .

المحور الأول: الثقافة التدريبية للمدرب .

01- هل لك دراية معرفية خاصة بالطرق المعتمدة في التدريب الرياضي الحديث؟

لا

نعم

- اذا كان الجواب بنعم اذكرها

02- هل لك معرفة خاصة بخصائص و مميزات نواحي النمو للفئات الشبانية ؟

لا

نعم

- اذا كان الجواب بنعم اذكرها

03- هل لك معرفة كاملة بطرق تعلم المهارات الأساسية للاعبين ؟

لا

نعم

- اذا كان الجواب بنعم اذكرها

04- هل يمكنك إجراء حصص نظرية بشكل دوري ومتواصل ؟

لا

نعم

05- هل انت على دراية بمتطلبات لاعب كرة اليد الحديثة ؟

لا

نعم

06- في حالة اصابة احد اللاعبين ماهو الاجراء الذي ترونه مناسب ؟

.....

.....

.....

المحور الثاني : تخطيط البرنامج التدريبي العلمي.

07- هل هناك برنامج تدريبي زمني محدد المعالم ويحقق الأهداف ؟

نعم  لا

08- هل الاعتماد على التجارب الميدانية والخبرات الفنية تساعد على إعداد و تكوين الفئات الشبانية ؟

نعم  لا

- إذا كان الجواب بلا فما هي الحلول البديلة في رأيكم ؟

09- هل يتم التخطيط للبرامج التدريبية بالإعتماد على العلوم الاخرى بالنسبة لفئة 12-16 سنة ؟

نعم  لا

كيف ذلك

10- ماهي الجوانب التي تأخذها بعين الاعتبار عند تخطيطكم للبرامج التدريبية الخاصة بفئة 12-16 سنة ؟

رتبها حسب الأولوية من 1 الى 5.

- الجانب البدني

- الجانب المهاري

- الجانب الخططي

- الجانب النفسي

- الجانب المعرفي

- شيء آخر

11- هل هناك أهداف واضحة المعالم خلال كل فترة من فترات الخطة السنوية ؟

نعم  لا

12- ماهو عدد الوحدات التدريبية التعليمية المنتهجة خلال الأسبوع لفئة 12-16 سنة ؟

- 02 (وحدتان).

- 03 (وحدات).

- اكثر من 04 (وحدات).

لماذا.....

13- أثناء انتقاء الناشئين الموهوبين في كرة اليد ، هل تهتمون خاصة ب

- الجانب المورفولوجي

- الجانب البدني

- الجانب التقني

- الجانب الاجتماعي

- الجانب النفسي

14- هل يتم الاعتماد على معايير و أسس علمية في انتقاء و اختيار الموهوبين من خلال البرنامج التدريبي لفئة

12-16 سنة ؟

لا

نعم

15- هل هناك معايير موضوعة بغرض التقويم لقياس مدى تحقيق نتائج الاهداف الموضوعه في البرنامج

التدريبي؟

لا

نعم

جامعة العقيد اكلي امحمد اولحاج البويرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية  
تخصص: تدريب رياضي  
إستبيان خاص برؤساء الأندية

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تحت عنوان:  
أهمية تخطيط البرامج التدريبية العلمية في اعداد و تكوين الفئات الصغرى لكرة اليد لفئة 12-16 سنة  
نرجوا منكم إخواننا رؤساء الأندية أن تمدوا لنا يد العون بالإجابة على أسئلة هذه الإستمارة من أجل الوصول الى  
نتائج تساهم وتفيد في البحث العلمي، ونحيطكم علما أننا نلتزم بسرية المعلومات ولن تستعمل لأي غرض آخر  
سوى البحث العلمي، ولكم جزيل الشكر والتقدير مسبقا.

ملاحظة : ضع علامة (x) أمام الإجابة المختارة .

مع خالص الشكر والتقدير لمساعدتكم.

تحت إشراف الدكتور:  
ساسى عبد العزيز

إعداد الطالب:  
عبد الرحمان علي

السنة الجامعية : 2014-2015

المحور الثالث : الخاص برؤساء الفرق.

16- هل الفئة الشبانية لسن 12-16 سنة موجودة وتتدرب بصفة منتظمة ؟

نعم  لا

17- هل لكل فئة شبانية مدرب خاص بها ؟

نعم  لا

18- كيف يتم تعيين مدربي الفئات الصغرى ؟

- عن طريق المسابقة
- عن طريق الشهادة
- عن طريق الخبرة
- شئى اخر

19- هل هناك ادارة رياضية خاصة لمتابعة الفئات الشبانية ؟

نعم  لا

20- من يقوم بوضع وتخطيط البرنامج التدريبي لفئة 12-16 سنة ؟

21- هل هناك مدير تقني يشرف علي متابعة تخطيط البرامج التدريبية لفئة 12-16 سنة ؟

نعم  لا

22- هل هناك وسائل بيداغوجية ما عدا الكرات تساعد في إنجاح البرنامج التدريبي ؟

نعم  لا

23- هل توجد ميزانية مادية خاصة لفئة 12-16 سنة ؟

نعم  لا

## الأسئلة الخاصة بالمقابلة:

### المحور الأول: الثقافة التدريبية.

- السؤال رقم (01): كيف يمكنك تطبيق مختلف أشكال حمل التدريب بكفاءة؟
- السؤال رقم (02): كيف يمكنك تطبيق طرق التدريب المناسبة لمختلف الأعمار؟

### المحور الثاني: تخطيط البرامج التدريبية.

- السؤال رقم (03): أي تخطيط تعتمدون؟
- السؤال رقم (04): ما هي المعوقات التي تحول دون تأدية مهامكم؟

### المحور الرابع: خاص برؤساء الأندية.

- السؤال رقم (05): كيف هي ظروفكم المادية في النادي؟
- السؤال رقم (06): كيف تصنفون حالة الوسائل البيداغوجية الخاصة بالنادي؟

Résumé :

L'importance de cette recherche scientifique en deux fondamentaux, théoriques et côté extérieur, la théorie est une référence scientifique pour la bibliothèque de l'Université le général formé en Algérie et en particulier pour accroître leurs connaissances et de faciliter le processus d'élaboration des programmes de formation scientifique, côté extérieur est de connaître les objectifs des clubs sportifs pour la préparation et configuration des catégories pour handball et découvrez la puissance des moyens et des faiblesses et des proposant des solutions appropriées afin d'atteindre les meilleures méthodes et bases scientifiques pour des programmes de formation.

L'hypothèse générale a été comme suit :

-Programmes de formation scientifiques ont un rôle important dans la préparation et la composition des groupes pour le handball.

Comme l'échantillon appartient à une communauté de chercheurs qui ont recueilli des données de champ qui font partie du total, ce qui signifie qu'un groupe de membres de la Communauté sont considérés comme représentant de la communauté des chercheurs.

-Parce que notre société est de tous les clubs qui sont actifs au sein de l'Association de Bouira, que notre communauté de la recherche est petite et peut être sélectionnée l'échantillon examiné sont la communauté d'origine et sont tous des formateurs et des chefs d'État Ilboerh handball équipe d'Association

Pour cela, nous nous sommes appuyés sur l'échantillon d'intention

Le choix de la méthodologie de l'étude une importante étape dans le processus de la recherche scientifique, qui détermine la façon dont nous recueillons les renseignements nous utilisé descriptive à être la plus pratique et plus facile à rechercher, et celle effectuée par lui à une connaissance exacte et détaillée des éléments du problème ou de phénomène, pour meilleure compréhension et plus précise, élaboration de politiques et de ses actions futures.

Le descriptif vise à recueillir des faits et des données plus précisément et souvent eu recours au chercheur, les études de détective dans le même domaine.

Définit descriptives qui: «... Ce type de programmes de recherche aide description quantitative ou qualitative du phénomène. »

Pour que l'expression qualitative décrit le phénomène et montre ses propriétés, des expressions quantitatives, nous donne un numériquement nous montre comment ce phénomène ou la taille.

Et il savait Hussein Abdul Hamid: « l'étude des réalités actuelles associées le phénomène ou un site spécifique ou un groupe d'individus ou un groupe d'événements ou un ensemble de conditions ».

Et de là est venu nos résultats comme suit :

- Entraîneurs et administrateurs ne reposent pas sur des programmes scientifiques dans la classe d'installation et de configuration de 12 à 16 ans.

- Superviseurs sur 12-16 la majorité n'ont pas de compétences scientifiques pour les aider à planifier et mettre en œuvre de programmes scientifiques modernes.

- La plupart des entraîneurs n'ont pas bénéficié de formation et cours de recyclage et n'a pas participé aux réunions et sessions de formation.

- La plupart des entraîneurs et administrateurs n'ont pas les certificats de formation pour les aider à faire face à des programmes de formation modernes.

- Le manque d'intérêt de l'administration pour la configuration de la stratégie pour la classe 12-16 pour handball conduisant à la négligence et le manque de préparation.