



جامعة آكلي محند أولحاج - البويرة -



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

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

التخصص: التدريب الرياضي

الموضوع:

أهمية شخصية المدرب في تماسك الفريق  
عند لاعبي كرة اليد - صنف أواسط -

دراسة ميدانية لفرق ولاية البويرة

تحت اشراف:

أ. فرنان مجيد

من اعداد الطلبة:

- درول أسامة

- داود فؤاد

السنة الجامعية: 2015/2014

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# شكر و تقدير

قال تعالى : ((ولئن شكرتم لأزيدنكم))

الآية 04 سورة إبراهيم.

نشكر الله عز وجل الذي وفقنا في انجاز هذا البحث

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من قدم لنا يد المساعدة في إتمام هذا البحث المتواضع ونخص بالذكر أستاذنا الفاضل فرنان مجيد الذي لم يبخل علينا بعبائه العلمي وأرائه وأفكاره ونصائحه وإرشاداته من خلال مراحل هذا البحث منذ أن كان فكرة حتى صار بحث، ولا ننسى أساتذتنا الكرام بجامعة البويرة، ونحن نكن لهم فائق التقدير والاحترام ونشكرهم جزيل الشكر على ما قدموه لنا طوال فترة الدراسة .  
كما لا يفوتنا أن نشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذا العمل المتواضع.

والله في عون العبد ما دام العبد في عون الله.

دروول أسامة ، داود فؤاد

# إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا

إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف ولا تنهرهما، وقل

لهما قولا كريما﴾

صدق الله العظيم

أهدي ثمرة جهدي وتاج عملي

إلى من تحمل في صدرها كل حنان الدنيا إلى أول وجه فتحت عليه عيناني.

إلى روح أمي الطاهرة.

وإلى والدي حفظه الله ورعاه.

إلى إخوتي و أخواتي أدامهم الله.

إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في دفع هذا البحث بكلمة

طيبة أو فكرة نيرة أو بسمة صادقة.

إلى كل أساتذة و طلبة وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة

البويرة.

بتواضع أهدي هذا العمل

دول أسامة

# إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا

إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف ولا تنهرهما، وقل

لهما قولا كريما﴾

صدق الله العظيم

أهدي ثمرة جهدي وتاج عملي

إلى من تحمل في صدرها كل حنان الدنيا إلى أول وجه فتحت عليه عيناني.

إلى روح أمي الطاهرة.

وإلى والدي حفظه الله ورعاه.

إلى إخوتي و أخواتي أدامهم الله.

إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في دفع هذا البحث بكلمة

طيبة أو فكرة نيرة أو بسمة صادقة.

إلى كل أساتذة و طلبة وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة

البويرة.

بتواضع أهدي هذا العمل

داود فؤاد

## محتوى البحث

الورقة	الموضوع
أ	- شكر و تقدير
ب	- إهداء
ث	- محتوى البحث
خ	- قائمة الجداول
د	- قائمة الأشكال
ذ	- ملخص البحث
ر	- مقدمة
<b>مدخل عام : التعريف بالبحث</b>	
2	1- الإشكالية
3	2- الفرضيات
3	3- أسباب إختيار الموضوع
4	4- أهمية البحث
4	5- أهداف البحث
4	6- الدراسات المرتبطة بالبحث
6	7- تحديد المصطلحات و المفاهيم
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول : شخصية المدرب</b>	
10	- تمهيد
11	1- الشخصية
11	1-1- تعريف الشخصية
12	1-2- العوامل المؤثرة في الشخصية
12	1-3- أنواع الشخصية
13	1-4- تعريف المدرب
13	1-5- شخصية المدرب و خصائصه
15	1-6- المتطلبات الأساسية التي يجب أن يمتاز بها المدرب
15	1-7- المدرب الناجح
16	1-8- أهمية شخصية المدرب في إنجاح عملية الإتصال
16	1-9- أهمية شخصية المدرب في بناء الثقة للاعب
17	1-10- أهمية شخصية المدرب في حل و دراسة المشكلات المطروحة

18	11-1- دور المدرب في بناء تماسك الفريق.
21	- خلاصة.
<b>الفصل الثاني : تماسك الفريق</b>	
23	- تمهيد.
24	2- مفهوم الفريق.
24	2-1- بناء الفريق.
24	2-2- مراحل بناء و تكوين الفريق
26	2-3- تماسك الفريق.
28	2-4- تفاعل الفريق.
28	2-5- دور اللاعب في تماسك الفريق.
29	2-6- الخلاقات داخل الفريق.
31	- خلاصة.
<b>الفصل الثالث : كرة اليد</b>	
33	- تمهيد.
34	3- كرة اليد
34	3-1- نبذة تاريخية عن كرة اليد
35	3-2- ميلاد و تطور كرة اليد في الجزائر
36	3-3- تعريف كرة اليد
36	3-4- خصوصيات كرة اليد
37	3-5- أهمية رياضة كرة اليد
37	3-6- قانون لعبة كرة اليد
39	3-7- مكانة كرة اليد في تصنيفات الأنشطة الرياضية
39	3-8- خصائص لاعب كرة اليد
41	3-9- الخصائص الرياضية والفيزيولوجية.
41	3-10- الصفات الحركية.
41	3-11- الخصائص النفسية
42	3-12- دور وأهمية الألعاب الشبه رياضية في كرة اليد
43	3-13- الأبعاد التربوية لكرة اليد.
44	- خلاصة
<b>الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الرابع : منهجية البحث و إجراءاته الميدانية</b>	

47	- تمهيد.
48	4- منهج الدراسة
48	4-1- تعريف المنهج الوصفي
48	4-2- متغيرات البحث
48	4-3- مجتمع البحث
49	4-4- عينة البحث
49	4-5- مجالات البحث
50	4-6- أدوات البحث
50	4-7- ضبط الشروط العلمية للأدوات
51	4-8- وسائل جمع المعلومات و البيانات
51	4-9- الوسائل الإحصائية
54	- خلاصة.
<b>الفصل الخامس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج</b>	
56	- تمهيد.
57	5-1- عرض و تحليل النتائج.
76	5-2- مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات.
79	- خلاصة.
80	- الإستنتاج العام.
81	- الخاتمة.
82	- إقتراحات و فروض مستقبلية.
84	- البيلوغرافيا.
	- الملاحق.
.	- الملحق رقم (1).
.	- الملحق رقم (2).



## قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الرقم
57	الجدول رقم 1: يمثل معرفة درجة العلاقة بين معظم أفراد الفريق.	01
58	الجدول رقم 2: يمثل معرفة قيمة عضوية اللاعب في الفريق.	02
59	الجدول رقم 3: يمثل نوع انتماء اللاعب لعضوية الفريق.	03
60	الجدول رقم 4: يمثل بيان مدى تقارب والانسجام داخل الفريق.	04
61	الجدول رقم 5 : يمثل معرفة نوع الشعور بين أفراد الفريق أثناء نجاحهم.	05
62	الجدول رقم 6: يمثل معرفة مدى توافر القيادة الفنية الفاعلة في الفريق.	06
63	الجدول رقم 7: يمثل مقاومة أعضاء الفريق للعراقيل الخارجية.	07
64	الجدول رقم 8: يمثل مدى تماسك الفريق خلال الأزمات التي تواجهها.	08
65	الجدول رقم 09: يمثل معرفة رغبة بعض أعضاء الفريق في المغادرة.	09
67	الجدول رقم 10: يمثل معرفة مدى حب المدرب للعمل متعدد المهام أو الاقتصار في تخصص واحد.	10
68	الجدول رقم 11: يمثل معرفة ما إذا كان المدرب بسيط في مخاطبة اللاعبين.	11
69	الجدول رقم 12: معرفة مدى سيطرة المدرب على نفسه أثناء الهزيمة.	12
70	الجدول رقم 13 : يمثل معرفة مدى قدرة المدرب السيطرة على أعصابه.	13
71	الجدول رقم 14: يمثل معرفة مدى عدوانية المدرب في التعامل مع اللاعبين.	14
72	الجدول رقم 15: يمثل معرفة مدى شجاعة المدرب في مساعدة اللاعبين في حال تعرضهم للنقد.	15
73	الجدول رقم 16: يمثل معرفة قدرة المدرب في اتخاذ القرار.	16
74	الجدول رقم 17: يمثل معرفة مدى قلق المدرب انطلاقاً من التشاؤم والتفاعل.	17
75	الجدول رقم 18: يمثل معرفة مدى حب المدرب لنفسه من خلال الاهتمام بمظهره.	18

## قائمة الأشكال

الصفحة	موضوع الأشكال	الرقم
57	الشكل رقم 1: يمثل معرفة درجة العلاقة بين معظم أفراد الفريق.	01
58	الشكل رقم 2: يمثل معرفة قيمة عضوية اللاعب في الفريق.	02
59	الشكل رقم 3: يمثل نوع انتماء اللاعب لعضوية الفريق.	03
60	الشكل رقم 4: يمثل بيان مدى تقارب والانسجام داخل الفريق.	04
61	الشكل رقم 5 : يمثل معرفة نوع الشعور بين أفراد الفريق أثناء نجاحهم.	05
62	الشكل رقم 6: يمثل معرفة مدى توافر القيادة الفنية الفاعلة في الفريق.	06
63	الشكل رقم 7: يمثل مقاومة أعضاء الفريق للعراقيل الخارجية.	07
64	الشكل رقم 8: يمثل مدى تماسك الفريق خلال الأزمات التي تواجهها.	08
65	الشكل رقم 09: يمثل معرفة رغبة بعض أعضاء الفريق في المغادرة.	09
67	الشكل رقم 10: يمثل معرفة مدى حب المدرب للعمل متعدد المهام أو الاقتصار في تخصص واحد.	10
68	الشكل رقم 11: يمثل معرفة ما إذا كان المدرب بسيط في مخاطبة اللاعبين.	11
69	الشكل رقم 12: يمثل معرفة مدى سيطرة المدرب على نفسه أثناء الهزيمة.	12
70	الشكل رقم 13 : يمثل معرفة مدى قدرة المدرب السيطرة على أعصابه.	13
71	الشكل رقم 14: يمثل معرفة مدى عدوانية المدرب في التعامل مع اللاعبين.	14
72	الشكل رقم 15: يمثل معرفة مدى شجاعة المدرب في مساعدة اللاعبين في حال تعرضهم للنقد.	15
73	الشكل رقم 16: يمثل معرفة قدرة المدرب في اتخاذ القرار.	16
74	الشكل رقم 17: يمثل معرفة مدى قلق المدرب انطلاقاً من التشاؤم والتفاعل.	17
75	الشكل رقم 18: يمثل معرفة مدى حب المدرب لنفسه من خلال الاهتمام بمظهره.	18

## ملخص البحث :

عنوان البحث: أهمية شخصية المدرب في تماسك فريق كرة اليد \*دراسة ميدانية لفرق ولاية البويرة صنف أواسط\*

تهدف هذه الدراسة إلى إلقاء الضوء على موضوع شخصية المدرب في مجال التدريب الرياضي والوصول إلى ما هو أصلح وناجح في الحصص التدريبية من أجل زيادة تماسك الفريق مع تحديد الضعف والنقص الموجود عند المدربين والذي يتمثل في ضعف الشخصية التي تؤثر بالسلب في تماسك الفريق مع معرفة بعض الأسباب والعراقيل التي تؤثر في شخصية المدرب، وتنقص من إرادته بصفة عامة، وقد صغنا مشكلة الدراسة على النحو التالي: هل لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق؟

وتمثلت عينة الدراسة التي تم إختيارها بشكل عشوائي في 40 لاعبا و4 مدربين ينشطون في الرابطة الولائية للبويرة في رياضة كرة اليد صنف أواسط (4 فرق من كل فريق أخذنا 10 لاعبين و مدرب واحد)، وقد إعتمدنا على المنهج الوصفي وذلك لملائمة طبيعة البحث المراد عمله أو القيام به، كما إستخدمنا في دراستنا إستمارة الإستبيان الموجهة للاعبين بالإضافة إلى مقابلة مع المدربين، وعليه فقد تحصلنا على نتائج ميدانية من أهمها :

- لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق.
- للاعب دور في تماسك الفريق.
- لشخصية المدرب دور إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق.

- كما تحصلنا على مجموعة من الإستنتاجات تمثلت كالآتي :

- إن تماسك الفريق ليست مسؤولية المدرب وحده، ولكن يشترك اللاعب مع المدرب في تحقيق وحدة الفريق وتماسكه.

- تؤثر السمات الشخصية للمدرب الرياضي على تماسك الفريق الذي يشرف عليه.
- هناك علاقة إرتباطية بين أبعاد شخصية المدرب ومقياس تماسك الفريق الرياضي.
- يؤثر الأسلوب القيادي المتبع من طرف المدرب الرياضي بشكل واضح على تماسك الفريق.
- للاعبين دور مهم وفعال في تماسك الفريق.

ومن بين أهم الإقتراحات :

- يجب على المدرب أن يوضح الأهداف والمهام والأدوار لكل عضو في الفريق.
- يجب اعتبار اللاعب ذو شخصية ثلاثية "بدني، فكري، نفسي".
- الإطلاع المستمر على ما هو جديد في مجال الاختصاص.
- يجب على المدرب زيادة على خبرته الفنية والتكتيكية أن يكون ملما بمبادئ السلوك الإنساني.

من أهم الظواهر النفسية الاجتماعية التي استحوذت على اهتمام وفكر الباحثين في المجال الرياضي ظاهرة تماسك الفريق الرياضي حيث تعتبر هذه الظاهرة انعكاسا حقيقيا لطبيعة السلوك الرياضي خلال مواقف التدريب والمنافسة الرياضية.

ويظهر تماسك الفريق وتتضح شدته من شعور اللاعبين وانتمائهم للفريق والولاء له، كما يظهر في انتظام أعضاء الفريق واندماجهم في التدريب.

ومن أهم العوامل تأثيرا على تكوين الفريق الرياضي وبناء تماسكه يتمثل في القيادة الفنية للفريق أي شخصية المدرب الرياضي الذي يعتبر في الرياضات الجماعية العنصر المحوري في عملية التفاعل النفسي البيداغوجي وتؤثر شخصية المدرب في عملية قيادته للفريق حيث تشير الدراسات إلى أن معظم المدربين الناجحين يتمتعون بسمات شخصية قوية إضافة إلى الكفاءة العلمية كالثقة بالنفس وتقدير الذات والثبات الانفعالي والتناغم الوجداني مع اللاعبين بالإضافة إلى سمة القيادة من خلال تقديم المثل العليا والقُدوة الحسنة في سلوك القيادة مما يؤدي إلى التطابق بين الفكر والعمل.

ولهذا قمنا بإنجاز هذه الدراسة عن مدى أهمية شخصية المدرب على تماسك الفريق وتسليط الضوء على الصفات المميزة للمدرب الرياضي وتماسك لاعبي الفريق الذي يشرف عليه وقد تناولنا في بحثنا موضوع أهمية شخصية المدرب في تماسك الفريق عند لاعبي كرة اليد (دراسة ميدانية لبعض فرق ولاية البويرة صنف أواسط).

ولقد قسمنا بحثنا إلى جانبين: جانب نظري (الخلفية النظرية للبحث) وجانب تطبيقي، حيث تناولنا في الجانب الأول ثلاثة فصول رئيسية إضافة إلى الفصل التمهيدي حيث يتضمن هذا الأخير إشكالية البحث من خلال طرح تساؤل حول أهمية شخصية المدرب في تماسك الفريق والتي تم الإجابة عليها مؤقتا من خلال تحديد فرضيات البحث.

حيث انتقلنا إلى عرض الجانب النظري الذي تناولنا فيه ثلاثة فصول هي:

- الفصل الأول: شخصية المدرب.

- الفصل الثاني: تماسك الفريق.

- الفصل الثالث: كرة اليد.

أما الجانب التطبيقي يتمثل:

- الفصل الرابع: ضم منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

- الفصل الخامس: قمنا بعرض وتحليل ومناقشة النتائج (إستبيان، مقابلة مباشرة).



مدخل عام

التعريف بالبحث

## 1- الإشكالية:

إن بناء وقيادة الجماعة كغيرها من العوامل الأخرى، لهما نتائج هامة فيما يتعلق برضاء الجماعة، فإنه في حالة انخفاض الرضى، فإن أفراد الجماعة سيكونون أقل قابلية للقيام بالعمل من أجل تحقيق الهدف الخاص بالجماعة.<sup>1</sup>

هذا ما يبين الدور المهم والصعب في نفس الوقت للقائد داخل الجماعة وهذا ما يطابق الدور الذي يقوم به المدرب داخل الفريق، إذ يشكل السلطة العليا فيه وبالتالي فهو يؤثر بصفة مباشرة في الفريق وعليه فهو مرغم بطبيعة الحال بأن يعمل على إرضاء كل لاعبيه بتطبيقه لمنهجية سليمة في التسيير والزامه يتوحد وتشكيل فريق متماسك وقوي في نفس الوقت إذ يشترط عليه أن يتميز بقوة الشخصية، هذه الأخيرة تركز أساسا على مكونات وخصائص نفسية محددة مثل، الشجاعة بجميع أشكالها، التحكم في الفريق والمبادرة لإيجاد حلول للمشاكل التي يواجهها الفريق، المثابرة واتخاذ القرار المناسب وبالتالي فإن كل هذه الخصائص تمثل الشخصية القوية للمدرب والتي تسمح له السير بالفريق على طريق النجاح، أما في حالة افتقار المدرب لمثل هذه الخصائص الأساسية أو البعض منها، فهذا يحط من شخصيته وينقص من قوتها، الشيء الذي يؤثر بالسلب على تماسك الفريق.<sup>2</sup>

كما يعتبر تماسك الفريق أو الترابط بين أعضائه حركيا واجتماعيا من الموضوعات الهامة في سيكولوجية الجماعات الصغيرة، ذلك أن موضوع التماسك يمثل أهمية كبرى في ديناميات آية جماعة وبالتالي الفريق الرياضي، فالتماسك يمثل الظاهرة الأساسية في استمرارية الأعضاء في الفريق وقوة بنائها وهذا ما يسهل تحقيق أهداف الفريق.

ويظهر التماسك في الفريق وتتضح شدته من خلال " شعور اللاعبين بانتمائهم للفريق والعمل من أجل تحقيق أهدافه والإستعداد لتحمل المسؤولية الموكلة اليهم، والتمسك بعضويته كما يظهر أيضا في مدى انتظام أعضاء الفريق و اندماجهم في أجواء التدريب والمنافسات و كذلك في مشاركتهم الاجتماعية لبعضهم وفي أواصر الحب والصدقة بينهم".<sup>3</sup>

وواقع الفرق الرياضية للمستوى الأول لمختلف الأنشطة الرياضية بالجزائر يكشف عن تفاوت الأندية الرياضية في درجة تماسك أعضائها بالرغم من توفر الإمكانيات المادية والبشرية لمعظم الفرق بما يجعلها قادرة على تحقيق قدر كبير من الإنجاز الرياضي وتمتعها بدرجة عالية من التماسك والتنظيم، ويلاحظ كذلك تغير في درجة تماسك بعض الفرق بمجرد حدوث تغير على مستوى العارضة الفنية، كما ازداد اهتمام رؤساء الفرق الرياضية بالتعاقد مع مدربين ذو شخصيات مؤثرة قادرة على التأثير والتوجيه وتقوية تماسك أعضاء الفريق وعلاقتهم إلا لتمييزهم بالكفاءة العلمية وهذا من منطلق أن تماسك الفريق عامل مهم، كما نلاحظ ظاهرة عدم قدرة فريق رياضي

<sup>1</sup> - الدكتور أبو النيل محمد السيد، كتاب علم النفس الاجتماعي، القاهرة، ط1، 1998، ص32.

<sup>2</sup> -الدكتور باسم فاضل عباس، محاضرة 93/92.

<sup>3</sup> -أحمد أمين فوزي : سيكولوجية الفريق الرياضي، ص96، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

ما على الإحتفاض بالترابط و التعاون بين لاعبيه في التدريب والمباريات، كما نلاحظ ظاهرة تسجيل بعض الفرق الرياضية لسلسلة من الهزائم على الرغم من توفرها على عدد معتبر من اللاعبين ذوي مستوى عال، مقابل تسجيل فرق أخرى لنتائج أفضل بالرغم من تميزها بقلة لاعبيها الممتازين، كما نسجل تقديرات و اعترافات لاعبين ورؤساء أندية بكفاءات وقدرات وعلو بعض مستوى بعض المدربين بالرغم من عدم تحقيق البعض منهم لإجازات أو نتائج تستحق التتويه، وتضطر بعض الفرق أحيانا إلى تغيير مدربيها بمجرد وقوفهم على حقيقة عدم قدرة مدرب الفريق على تحقيق التقارب والتوافق بين اللاعبين من خلال تحسين المناخ النفسي والإجتماعي والإهتمام بتدعيم العلاقات الإجتماعية بينه وبين اللاعبين مما يؤدي إلى نقص جاذبية الجماعة وتماسكها والذي يؤثر سلبا على كيان الفريق ونتائجه.

وهذا ما يجعلنا نتساءل: هل لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق؟

ومن خلال هذا التساؤل يمكن طرح جملة من التساؤلات الجزئية :

هل للاعب دور في تماسك الفريق؟

هل لشخصية المدرب تأثير إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق؟

## 2- الفرضيات:

أ- الفرضية الرئيسية:

- لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق.

ب- الفرضيات الجزئية:

- للاعب دور في تماسك الفريق.

- لشخصية المدرب دور إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق.

## 3- أسباب إختيار الموضوع:

- الأسباب الذاتية:

- محاولة معرفة الحثيات و المعلومات المتعلقة بهذا الموضوع و الذي نراه جدير بالدراسة.

- محاولة معرفة أهمية شخصية المدرب ودورها في تماسك الفريق.

- إمامنا و ميلونا في خوض هذا الموضوع.

- رؤيتنا لبعض الفرق وتأثير شخصية المدرب على تماسكها.

- التجربة الشخصية و معاشتها اليومية طيلة المشوار الرياضي.

- الأسباب الموضوعية:

- لأننا ندرس تخصص كرة اليد.

- إثراء مكتبتنا ببحوث تخص هذه المواضيع.

- الأهمية البالغة التي يوليها الإعلام وباحثي علم النفس الرياضي لشخصية المدرب.

#### 4- أهمية البحث:

يمكن استنتاج أهمية البحث من خلال قراءة مفردات العنوان و المعنى الذي تحمله شخصية المدرب وأهميتها في تماسك الفريق ومن أهمه:

- إبراز مدى تأثير شخصية المدرب في تماسك الفريق.

- محاولة إعطاء تطورات قبلية لدافعية تماسك الفريق من خلال ممارستهم للمنافسات الرياضية، انطلاقاً من شخصية المدرب.

#### 5- أهداف البحث:

تتحدد أهداف البحث في النقاط الآتية :

-إلقاء الضوء على موضوع شخصية المدرب في مجال التدريب الرياضي.

-الوصول إلى ما هو أصلح وناجح في الحصص التدريبية من أجل زيادة تماسك الفريق.

-تحديد الضعف والنقص الموجود عند المدربين والذي يتمثل في ضعف الشخصية التي تؤثر بالسلب في تماسك الفريق.

-معرفة بعض الأسباب والعوامل التي تؤثر في شخصية المدرب، وتنقص من إرادته بصفة عامة.

#### 6- الدراسات المرتبطة بالبحث:

هناك دراسات وبحوث كثيرة إهتمت بدراسة الشخصية في المجال الرياضي، ومن بين هذه الدراسات نجد:

الدراسة الأولى: بعنوان: السمات الشخصية وتأثيرها على الأداء المهاري على لاعبي كرة السلة

(صنف أكابر).

من إعداد الطلبة: منير بن كميشو و زهير قبيوغة و مريخ لمامص.

تحت إشراف الأستاذ: نبيل يفصح.

و كانت الإشكالية كما يلي:



إذا كان الأداء المهاري يتأثر إيجاباً أو سلباً ببعض سمات الشخصية لدى لاعبي كرة السلة ؟

وكان إقتراحهم للفرضية على النحو التالي:

لبعض السمات الشخصية تأثير إيجابي أو سلبي على أداء المهاري للاعبي كرة السلة.

وكان هدف الدراسة هو محاولة إبراز أهمية سمات الشخصية التي تميز بها لاعبي كرة السلة (صنف أكابر)، وتأثيرها على أدائهم المهاري خلال المنافسات الرياضية.

وكان المنهج المتبع هو المنهج الوصفي، وكانت حجم العينة 12 لاعبا، لكل نادي يكمن عدد الأندية 05 أندية، وإستعمل الإستبيان كأداة لجمع البيانات.ومن بين نتائج هذا البحث ومن خلال تحبل ومناقشة معطيات نتائج الإستبيان سمع لهم إعطاء التشخيص التالي:

إن لبعض سمة الشخصية تأثير إيجابي على الأداء المهاري للاعبي كرة السلة، كما وجدوا سمات تأثر سلباً على الأداء المهاري مثل الخوف و القلق.

**الدراسة الثانية: بعنوان: تقدير الأبعاد الأساسية للشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات الوسط غرب**

**من إعداد الطلبة: صاحي إسماعيل وطاجين محمد وحرشوش بلقاسم.**

**تحت إشراف الأستاذ: شريفي علي.**

وكانت الإشكالية على النحو التالي :

ماهي السمات المميزة للشخصية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات الوسط غرب؟

وكانت الإشكالية الجزئية الوحيدة هي على النحو التالي : هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة فيما يخص الأبعاد الشخصية عبر بعض ولايات وسط غرب الجزائر؟.

وقد إقترح في الفرضية الرئيسية الإقتراح التالي: توجد سمات مميزة لشخصية أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي عبر ولايات الوسط غرب.

والفرضية الجزئية هي: الشخصية بمتغيراتها لها دلالة لفروق إحصائية ما بين أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات وسط غرب. وكان هدف الدراسة هو إظهار أهم الأبعاد الأساسية للشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات وسط غرب.

وكان المنهج المتبع هو المنهج الوصفي وكان حجم العينة 60 أستاذاً للتربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي، مقسمين إلى 04 ولايات واستعمل الإستبيان كأداة لجمع البيانات.

ومن نتائج هذا البحث ومن خلال تحليل ومناقشة لمعطيات النتائج ثبت ما يلي : إن قلة الإضطرابات العامة وعدم ظهور المظاهر العصبية والجسمية وهذا يعود إلى الممارسة المعنية ومزاولة النشاط الرياضي.

يجب أن تتوفر صفات ومزايا خاصة تليق بمهنة التدريس، بصفة عامة والتربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، ومن بين هذه الصفات، قوة الشخصية فهي مفتاح نجاحه في عمله.

#### 7- تحديد المصطلحات و المفاهيم :

(أ)-**الشخصية: لغة:** هي اشتقاق من كلمة الشخص ب معنى الظهور والتبدي أمام الآخر والشخص هو سواد العين أي انسانا والشخص هو كل جسم له ارتفاع ولا يختلف الأمر كثيرا بالنسبة لكلمة الشخصية في الكلمات الأوروبية لأنها تشتق من كلمة بيرسون أي القناع وهم الذين يمثلون اليونانيين ويستعملون أدوات معينة وهذا المعنى يدل على أن كلمة شخصية في اللغات الأوروبية تدل على الأدوار التي يؤديها الشخص أمام ناظره وبذلك لا يختلف معناها في العربية عنه في كثير من اللغات.<sup>1</sup>

- **إصطلاحا:** هو ذلك التنظيم الدائم إلى حد ما لطباع الفرد، ومزاجه وتكوينه العقلي الذي يحدد أساليب توافقه في بيئته بشكل مميز.<sup>2</sup>

-**الشخصية إجرائيا:** مجموعة السمات التي تميز فردا ما وهي مجموعة الأنشطة التي يمكن إكتشافها عن طريق الملاحظة الفعلية للسلوك.

(ب)-**المدرّب: لغة:** هو كل ما يعد شخصا أو جماعة ممارسة عمل بواسطة تمارين تعليمية

" مدرس فريق رياضي ، مدرس في التربية البدنية "<sup>3</sup>

-**أما اصطلاحا:** المدرّب عامل أساسي وهام في عملية التدريب، و هو من جهة نظر متخصصين، ما هو إلا محرك في بعض مواقف الأداء الصعب، يصبح المدرّب بمثابة المعلم، كما يشير الآخرون إلى أن المدرّب الرياضي يعتبر كأبي قائد متفرغ لهذا التدريب، و مهنته الأساسية بناء اللاعبين و إعدادهم بدنيا، نفسيا ومهاريا، وكذا فنيا للوصول بهم إلى أعلى مستويات البطولة، وهو أولا وأخيرا يقع على عاتقه العبئ الأكبر من المنهج والنشاط التدريبي.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - <http://ahbab-algerie2010.montadarabi.com/t38-topic>

<sup>2</sup> - محمد رمضان القذافي، الشخصية نظرياتها و اختباراتهما و أساليب قياسها، مطبعة الانتصار، 1993، ص15.

<sup>3</sup> - منجد اللغة العربية، دار المشرق، بيروت.

<sup>4</sup> - زكي محمد حسن، المدرّب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، الاسكندرية، 1977، ص5-16.

-المدرّب إجرائيا: هو الشخص الذي يتولى عملية التدريب الرياضي للاعبين، أو هو المرّب الذي وجب عليه تعليم مهاراته و دراساته و خبراته السابقة للأخرينو يقوم بالتأثير على الرياضيين في مستواهم تأثيرا مباشرا.

(ج) - تعريف الفريق: يمكن تعريف الفريق الرياضي على أنهم مجموعة من الأفراد يتفاعلون مع بعضهم البعض تفاعلا حركيا في إطار معايير محددة من أجل تحقيق هدف رياضي مشترك، ويشير هذا التعريف إلى صفة الجمع بين عدد من الأفراد، كما يشير أيضا إلى صفة التفاعل بينهم ونوعية هذا التفاعل ووظيفته، و إلى وجود معايير تحكم هذا التفاعل، و أخيرا يشير إلى هدف هذا الجمع من الأفراد وبطريقة أخرى الدافع من وراءه، وهذا التصنيف يقودنا إلى مناقشة المفهوم السيكولوجي للفريق الرياضي، وهو جماعة تتميز بجميع الخواص البيانية للجماعات الصغيرة.<sup>1</sup>

-الفريق إجرائيا: هو مجموعة من الأفراد يتفاعلون مع بعضهم البعض تفاعلا حركيا في إطار معايير محددة من أجل تحقيق هدف رياضي مشترك.

(د) - تعريف كرة اليد:

هي لعبة جماعية سريعة جدا تجري بين ناديين أو منتخبين يضم كل منهما 07 لاعبين وتستعمل فيها مهارة الإستقبال و التمير، القذف، المراوغة، بإستعمال الكرة الخاصة باللعبة عن طريق اليد حيث يحاول كل فريق أن يسجل أكبر عدد من الأهداف، الفريق الذي يسجل أكثر يفوز بالمباراة، تجرى المبارات بشوطين مدتهما 30 دقيقة لكل شوط، ووقت راحة بينهما تقدر ب 10 دقائق.<sup>2</sup>

تعريف كرة اليد إجرائيا: هي لعبة جماعية تجري بين فريقين يضم كل منهما 07 لاعبين يتنافسون بكرة خاصة باللعبة عن طريق اليد حيث يحاول كل فريق أن يسجل أكبر عدد من الأهداف لكي يفوز،مدة المباراة 60 د 30 د لكل شوط.

<sup>1</sup>- أحمد فوزين طارق محمد بدر الدين، سيكولوجية التدريب الرياضي، الطبع و النشر و الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى 1421 هـ، ص15.

<sup>2</sup>-[www.google.com-HISTOIR](http://www.google.com-HISTOIR) DE HOND





الفصل الأول  
شخصية المدرب

## تمهيد:

إن النجاح يصبح شبه مؤكد إذا اجتمع مدرب رياضي ذو كفاءة عالية وتكوين جيد (تكوين المعاهد) بلاعبين متميزين مع إدارة جيدة تتفهم دورها الهام في مساعدة المدرب في عمله، فلكل من المدرب واللاعبين دوره في تكوين فريق جيد، فيعتبر المدرب عامل أساسي وهام في عملية التدريب، فالمدرّب الرياضي لا يصنع بالصدفة، ويمثّل أيضاً أحد المشاكل التي تقابل الرياضة والمسؤولين، بفضل شخصية المدرب الرزينة وتأديته لوظيفته بشكل جيد وبفضل أسس القيادة السليمة يمكن الوصول إلى الهدف المرجو والمتوقع، ولكن لا يكفي بحيث تتدخل عدة عوامل أخرى مثل "الوسط الرياضي أو الجماعة الرياضية (الفريق)، كما أن الميل والشعور الصادق للمدرّب الرياضي اتجاه جميع أعضاء الفريق له تأثير إيجابي في عمله التربوي، حيث يجب أن تتأسس علاقة المدرب بأعضاء الفريق على الاحترام والحب والثقة المتبادلة وذلك للوصول إلى تماسك جيد للفريق.

## 1- الشخصية:

### 1-1- تعريف الشخصية :

إعطاء الشخصية تعريفا ثابتا ليس بالأمر السهل، وذلك لوجود عدة تعاريف تختلف باختلاف آراء، الباحثين والباحثات "EYSENCK" يعرفها على أنها " ذلك التنظيم الثابت والدائم إلى حد ما لطباع ، الفرد ومزاجه وتكوينه العقلي والجسمي، والذي يحدد أساليب توافقه مع بيئة بالشكل المميز".<sup>1</sup>

ويعرفها "WASTON" "هي مجموع أنواع النشاط التي يمكن التعرف عليها من سلوك الفرد عبر فترة كافية من الزمن.....، وبمعنى آخر فالشخصية ليست سوى النتائج النهائي للعادات المنظمة لدينا، الشخصية هي مجموع الصفات والمزايا الذاتية التي يمتاز بها الشخص عن غيره سواء كانت تلك الصفات حسنة أو قبيحة، أو هي مجموع الصفات الجسمية والخلقية والعقلية التي يتصف بها الإنسان كما أنها مجموعة الفروق التي تميز الشخص عن غيره.<sup>2</sup>

### 1-1-1- تعريف علماء الاجتماع للشخصية:

يعرف بيسانز "Bessans" الشخصية على أنها تقوم على أساس عادات شخص وسماته، وتنبثق الشخصية من خلال العوامل البيولوجية والاجتماعية والثقافية، أما قرين "agreen" فالشخصية عنده ليست مجرد القيم والسمات بل يضيف صفة مهمة وهي التنظيم الديناميكي والذي له دور في النمو والانتماء إلى جهات متعددة في المجتمع .

### 1-1-2- تعريف علماء النفس للشخصية:

تتعدد تعريفاتهم للشخصية وصفاتهم و ذلك لكونها ميادين بحثهم في مجمل ما تطرقوا إليه، فالمدرسة السلوكية ترى أن الشخصية هي مجموع العادات السلوكية للفرد وهي مجموع أوجه النشاط التي يمكن الكشف عنها بالملاحظة الفعلية، أما مدرسة التحليل النفسي ترى بأن الشخصية هي قوة مركزية داخلية توجه الفرد في حركاته وسكناته. و يرى مورتن برنس "morten Prins" أن الشخصية هي حاصل الاستعدادات والميول والغرائز والدوافع والقوى البيولوجية والفطرية الموروثة و كذلك الصفات والاستعدادات والميول المكتسبة من الخبرة، كما عرفها "ماي فلمج" و"لينك" على أنها مثير .

وهناك من اتجه إلى تعريفها على أنها استجابات الفرد للمثيرات المختلفة وهو ما ذهب إليه وود وورث " Wood Worth" ومركسي "marquis".

ومنهم من ذهب في تعاليمهم على أن الشخصية عبارة يتوسط المثيرات والإستجابات وهو أكثر التعريفات التي وضعت للشخصية.<sup>3</sup>

لكن مما سبق كنظرة للشخصية يظهر على أنها مثير وإستجابة في نفس الوقت لأن الفرد يحدث تأثير في الآخرين وفي المحيط، مهما يكن الأمر فإنه رغم الاختلاف ما بين مختلف التعريفات في تحديد معنى واضح للشخصية إلا أنها تتفق في النقاط التالية:

<sup>1</sup>-رمضان محمد القذافي. الشخصية،نظرياتها،اختباراتهاوأساليب قياسها،منشورات الجامعة المفتوحة،بدون طبعة،1993ص15.

<sup>2</sup>-محمد عطية الابراشي،علم النفس التربوي،الدار القومية للنشر،الطبعة الرابعة،بدون سنة،ص375.

<sup>3</sup>-لاندل وفيررف،مدخل في علم النفس،دار مسروميل،القاهرة،ط1998،3،ص270.

- أن الشخصية مجموعة من الصفات والخصائص.
- هي جهاز مسيطر على السمات يعمل كمنظم لها.
- يساعد هذا التنظيم الكلي في التمييز بين الأفراد.

### 1-2- العوامل المؤثرة في الشخصية:

#### 1-2-1- الخبرة البيئية:

قد يكون لخبرات الشخص داخل نطاق البيئة المحيطة بيه آثارها الرئيسية على خصائص نمو شخصيته، وهذه الخبرات تكون فريدة، تتصل بشخص واحد فقط ، أو قد تكون مشتركة بين العديد من الأشخاص، فتكوين شخصية الفرد تختلف باختلاف المنطقة التي ينمو بها، و تتأثر بعادات وتقاليد وخصائص المنطقة، فنجد أن الشخص الذي ترعرع في مجتمع محافظ يختلف عن الشخص الذي ترعرع في مجتمع متفتح على العصرنة.<sup>1</sup>

#### 1-2-2- تأثير الوراثة:

إن النمط الوراثي الخاص الذي يتكون من اللحظة التي يتم فيها الإخصاب، يؤثر في شخصية الفرد التي سوف تنمو فيما بعد وفي الحالات المتطرفة، نجد أن تلف مخ الموروث أو التشوهات الولادة قد يكون لها تأثيرها الجلي على سلوك الفرد، وفضلا على ذلك ثمة عوامل أخرى مثل: الطول، الوزن، الجلدو فعالية قضاء الحس وما شابه ذلك قد يؤثر في نمو الشخصية.

#### 1-2-3- التفاعل بين الوراثة والبيئة:

ينتج الكثير من صفات الشخصية عن مزج من التأثيرات الوراثية والبيئية، لكن يسهل أن نرى الاثنين معا يعملان في تفاعل.

بصفة عامة كلما كانت العلاقة أوثق بين الفردين من الناس كلما كانت خصائص شخصيتهما أقرب إلى التماثل، ومع ذلك فإن هذا الميل يتأثر بالظروف البيئية وعلى ذلك فإن التوأمن المتماثلين اللذان ينشآن معا يكونان أميل إلى إظهار صفات متشابهة من التوأمن اللذين ينشآن منفصلين كل منهما عن الآخر، كذلك التوأمان اللذان يربيان متباعدين يكونان أميل إلى التشابه من الإخوة غير التوائم.<sup>2</sup>

#### 1-3- أنواع الشخصية:

الشخصية نوعان فكرية وعملية، فكثيرا ما يسأل الإنسان أيهما أفضل الأمور النظرية أم العملية، فالتفريق بين النظريات والعمليات ليس بالأمر السهل، لأنهما متكاملان، وكل منهما متوقف على الآخر، فالأفكار أمهات الأعمال.

#### 1-3-1- الشخصية العملية:

لا شك في الشخصية العملية تظهر في العمل والتنفيذ، مثل ذلك ما يقوم بيه الناس على أرض الواقع، فتتمثل الشخصية العملية في المصلحين والقادة والمربين، الذين ترى آثارهم في عملهم الذين قاموا بيه، و هي التي تحقق

<sup>1</sup>-أنوف أوتيج،مدخل في علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية،ط1994،1،ص250.

<sup>2</sup>- أنوف أوتيج،نفس المرجع ،ص250.



خدمة إنسانية، فالشخصية العملية أكثر تأثيراً من رجال الفكر، فنحن نتأثر بالأعمال النبيلة أكثر ما نتأثر بالأفكار.<sup>1</sup> ومن الضروريات الأساسية للشخصية العملية، العلم بالشيء الذي يراد القيام به، والرغبة في النجاح في، ولا فائدة في العمل إذا لم تصاحبها بقوة التنفيذ، معنوية كانت أم مادية. وكما أن السيارة التي لا تستطيع السير إلا إذا كانت معدة للسير، كذلك هو الإنسان، لا يمكن أن يقوم بعمل عظيم إلا إذا كانت بداخله رغبة وإرادة قوية، وطالما صادفنا أشخاص لديهم و تتوفر فيهم كل الوسائل الضرورية وهي قوة العزيمة والتنفيذ ، فلم ينجحوا في أعمالهم لأنهم يميلون إلى الشك في أنفسهم وكثيرو النقد والتحليل ويضيعون الفرص التي قد لا تعود، ومن أهم وسائل تقوية الشخصية العملية نذكر ما يلي:

- الرغبة في العمل.
- تحديد الفرص والطريق الموصل.
- الشعور بالواجب.

### 1-3-2- الشخصية الفكرية:

وهي التي تصرف في أن الإنسان قوي بروحه، عظيم في خلقه، وأن العالم الذي نراه اليوم بما فيه من تقدم وحضارة ما هو إلا عصارة أذهان تلك الشخصية القوية التي فكرت وتخيلت وتصورت. والشخصية الفكرية تظهر في الشعور والفلسفة والفنون الجميلة، وفي الأعمال الهامة في الحياة تثبت في الإنسان المثل العليا وتزيده قوة، والنشاط الضروري لتنفيذ هذه المهمة والوصول إلى الهدف ومن الصفات المميزة لهذه الشخصية:

- الهدوء العقلي، عدم الاضطراب النفسي، والقلق الذي يكتسب بالتربية والتهديب.
- الرضا بالحياة والفكر، ومعنى أن يرضى بما يجب الرضا به، ويحتج على ما يجب الاحتجاج عليه.<sup>2</sup>

### 1-4- تعريف المدرب:

هو كل ما يعد شخصاً أو جماعة لممارسة عمل بواسطة تمارين تعليمية "مدرب فريق رياضي".  
أما اصطلاحاً: المدرب عامل أساسي وهام في عملية التدريب، وهو من جهة نظر متخصصين، ماهو إلا محرك، وفي بعض مواقف الأداء الصعب يصبح المدرب بمثابة المعلم، كما يشيرون الآخرون إلى أن المدرب الرياضي يعتبر كأى قائد متفرغ لهذا التدريب ومهنته الأساسية بناء اللاعبين وإعدادهم ، بدنيا و نفسيا ومها ريا، وكذا فنيا للوصول بهم إلى أعلى مستويات البطولة، وهو أولاً وأخيراً يقع على عاتقه العبئ الأكبر من المنهج التدريبي والنشاط التدريبي.<sup>3</sup>

### 1-5- شخصية المدرب وخصائصه :

تلعب شخصية المدرب الجيد دوراً هاماً في نجاح عملية التدريب، ولا بد لكل من يريد أن يعمل في مجال التدريب كمهنة أو وظيفة أن يتصف بخصائص ومميزات تتضمن ما يلي:

<sup>1</sup>- محمد يعقوبي، الوجيز في الفلسفة، المؤسسة الوطنية للكتاب، ط1968، 3، ص381.

<sup>2</sup>- محمد عطية الابراشي، حامد عبد القادر، علم النفس التربوي، الدار القومية للنشر، الطبعة الرابعة، بدون سنة، ص381.

<sup>3</sup>- زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، الإسكندرية، 1997، ص05.

### 1-5-1- الصفات الشخصية للمدرب الرياضي:

- أن يكون شخصية رياضية متطورة التفكير، وطني مخلص لوطنه، يعلم دور الرياضة في المجتمع.
- أن يتسم بالشخصية المتزنة، متفعلاً في تصرفاته، ليحوز احترام الجميع.
- أن يتميز بالضبط والاتزان الانفعالي، قادراً على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدق بعيد عن الانفعال والتعصب.

- أن يتمتع بالذكاء الاجتماعي وهذا يعني قدرته على التعامل مع الغير.
- يتمتع بالذكاء في حل المشاكل التي تقابله خلال العمل.
- النضج الانفعالي والثقة بالنفس والطموح دون الطمع.
- أو يكون مظهره العام يوحي بالاحترام والثقة وقوة التأثير الايجابي على الغير.
- أن يكون متمتعاً باللياقة البدنية والصحية والنفسية المتميزة.
- لديه القدرة على بث الحماس وخلق الدافعية لدى لاعبيه.
- شجاعاً لديه القدرة على تحمل المسؤولية.<sup>1</sup>

### 1-5-2- الصفات المهنية للمدرب الرياضي:

- الخبرة السابقة كلاعب بمعنى أن يكون قد مارس اللعبة لعدة سنوات.
- أن يكون حاصلًا على شهادة تعليمية متوسطة على الأقل، حتى يمكن تتبع الدراسات التدريبية المتخصصة في مجال لعبته.

- المعرفة الجيدة بنوع النشاط الممارس والمعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدريب.
- يداوم على الاشتراك في دورات ودراسات تدريبية، محلية أو دولية مرتبطة بمجال تخصصه.<sup>2</sup>

### 1-5-3- الصفات الصحية للمدرب الرياضي:

- أن يكون متمتعاً بالصحة الجسمية ويدل مظهره على النشاط.
- أن يقوم بعمل الفحوص الطبية والدورية بصفة منتظمة في بداية الموسم.
- أن يتمتع بقدر عالٍ من مستوى اللياقة البدنية.
- أن يكون نموذجاً في إتباع البرامج الغذائية والصحية كي يستطيع القيام بمهام عمله، ويقفدي بيه جميع اللاعبين.
- أن يكون ممارساً لأي نشاط رياضي مخالف لنوع الرياضة التي يقوم بتدريبها.<sup>3</sup>

### 1-5-4- الصفات الفنية للمدرب الرياضي:

- لديه القدرة على تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصعبة والمعقدة سواء في التدريب أو المنافسات.
- لديه القدرة على تحليل الأخطاء للاعب بصورة منطقية وموضوعية للاستفادة من أداؤه وقدراته الكامنة.
- القدرة على تحويل الفشل إلى موقف ناجح.

<sup>1</sup>- علي الفهمي البيك، عمار الدين عباس أبو زيد، المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية، ط1، ص16-18.

<sup>2</sup>- علي الفهمي البيك، عمار الدين عباس أبو زيد، نفس المرجع، ط1، ص19-20.

<sup>3</sup>- علي الفهمي البيك، عمار الدين عباس أبو زيد، نفس المرجع السابق، ط1، ص20.

- تحديد متطلبات خطة التدريب من أدوات وأجهزة ومعسكرات.الخ.
- أن يكون لديه القدرة على اختيار أنسب الطرق لتحقيق الأهداف.
- أن يكون شخصا لديه القدرة على الإبداع في إخراج وحداته التدريبية.
- الذكاء في وضع خطط التدريب واللعب الجيد.
- أن يكون لديه الخبرة بحيث يستطيع أن يكشف مواطن الخطأ في أي لاعب، والفريق لا يصلح الأداء وفقا لسير متطلبات المباراة.<sup>1</sup>

### 1-6- المتطلبات الأساسية التي يجب أن يمتاز بها المدرب:

أساس نجاح المدرب في عمله يعتمد على قوة شخصيته وصدقه، واتساع معرفته في اختصاصه وقدرته على ترجمة ذلك أمام اللاعبين، والمدرب الذي يريد أن يصل بلاعبيه إلى مستوى متقدم يجب أن يعرف رياضته بشكل واسع، والأشياء الجديدة في طرق التدريب والتكتيك الحديث.

وحيث العمل مع المبتدئين على المدرب أن يعير انتباها شديدا خلال العمل معهم، وإذا لم تتوفر للمدرب معرفة وخبرة جيدة سوف لا يعير هؤلاء المبتدئين انتباها بسبب صغرهم وعدم معرفتهم، ولكن عندما ينتقلون إلى مرحلة جديدة من حياتهم الرياضية، ويصبح على معرفة جيدة من رياضتهم، يبدؤون في توجيه الأسئلة الكثيرة والمعقدة، إذا لم يتمكن المدرب من الإجابة على تلك الأسئلة يعني أنه بدأ يفقد شخصيته أمام لاعبيه ولتجاوز هذا الأمر على المدرب خلال تنمية وتطوير مستوى لاعبيه أن يسعى هو الآخر لتطوير نفسه، ويزيد من اتساع معرفته، يقول بعض المدربين الهولنديين مثل : (Ferkeak,Reac) "أن شخصية المدرب مهمة جدا خلال التدريب عندما تكون شخصية المدرب قوية وتمكنة من اختصاصه يؤدي هذا إلى سماع لاعبيه له، لأنهم يؤمنون بأقواله ومعلوماته، إلى حد انه إذا قال شيئا غير صحيح أوغير ضروري آمنوا بيه وبأقواله"، وإذا كان المدرب لاعبا قبل أن يكون مدربا، ومر بهذه المرحلة، فسوف يكون هذا مساعدا له في تقوية شخصيته ومعلوماته، ولكن ليس شرطا أن يكون المدرب لاعبا، رغم انه إذا كان كذلك سوف يساعده هذا في عمله إلى حد بعيد، بنفس الوقت ليس كل من كان متسابقا جيدا يمكن أن يكون مدربا جيدا وموفقا، ولكن ليفرض المدرب نجاحه عليه، أن يزيد معارفه ويزيد من قراءته ويعمل على تحليل نتائجه وينظر دائما إلى المستقبل.<sup>2</sup>

### 1-7- المدرب الناجح:

من خلال دراستنا لموضوع المدرب، وجب علينا أن نشير هنا بعض خصائص المدرب الرياضي الناجح، والتي من الممكن أن تكون على النحو التالي:

- أن يكون قادرا على العمل واتخاذ القرارات الصحيحة أثناء المنافسة.
- أن يظهر مظهره أو بيانه الذي أجراه مع أحد المعلقين أو الإعلاميين أنه هادئ وواثق في نفسه.
- أن يكون واثقا من أن جميع التعليمات قبل المباراة وخلال الوقت بين الشوطين، تعطى بطريقة ايجابية

<sup>1</sup> علي الفهمي البيك، عمار الدين عباس أبو زيد، نفس المرجع، ط1، ص20.

<sup>2</sup> عمار جمال الريفي، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، الجامعة الأردنية، 2001، ص267-275.

وحماسية.

- أن يحاول ترتيب تفكيره واتزانته حتى تخرج كلماته مرة أخرى لها مصداقيتها.

- أن يكون يمزح أو يخلط بين هذه النسب المؤوية التي يستعملها في جداوله، أثناء متابعته لعبة وبين الخصائص السيكولوجية الخاصة بتلك اللحظات (لحظات المباراة).

- أن يكون متأكدا من التبديل الذي يجريه وتجنب التغييرات العشوائية.

- أن يكون سهل المعاشرة، يعايش أفراد فريقه حلاوة المباراة كلها من آثاره.

- أن يكون على معرفة بالقدرات الخاصة باللاعبين ويتعرف على حدوده ويدرك ضرورة هامة، وهي أن اللاعبين يحتاجون التشجيع.

- أن يكون على استطاعة من قراءة لاعبيه، فمثلا: أن يعرف بعض اللاعبين سوف يبدأ أدائهم في التحسن بعد لحظة قصيرة.

- أن يكون عليما بالقدرات الغريزية، وحدودها لدى اللاعبين ويساعدهم على الفوز في مبارياتهم<sup>1</sup>.

### 1-8- أهمية شخصية المدرب في إنجاح عملية الاتصال:

إن نجاح عملية الاتصال المزدوج يتوقف على سلامة الجهاز المرسل وسلامة جهاز استقبال المستقبل حيث يكون محتوى الرسالة الخاطيء يمثل عاملا أساسيا في اضطراب عملية الاستقبال لدى مستقبل الرسالة، فيكون عدم الاكتراث والانتباه هو العنصر السائد داخل قنوات الاتصال، الأمر الذي يؤثر في ترجمة وفهم الرسالة من المرسل (المدرب).

### و لذلك على المدرب إتباع ما يلي لتحقيق الاتصال الجيد:

بداية يقع مسؤولية إنجاح الاتصال المزدوج على كل من المدرب (المرسل)، و المتدرب (المستقبل) ويؤدي عدم انتباه المستقبل إلى ضياع وفقدان الاتصال، وكذا الأمر بالنسبة للمدرب (المرسل)، الذي يعتبر بأنه لا يخطئ في رسائله فان هذا جدير بإفشال الاتصال، ولذلك على المدرب مراعاة إشارات وأقواله وحركاته داخل حلقة التدريب أو خارجها، لأن هذا يؤثر على شكل وجدوى الاتصال، فأسلوب الكلام وكيفية الاقتراب من الآخرين تمثل كلها انطباعات ايجابية أو سلبية اتجاه المستقبل، ولذلك على المدرب في كل وقت تنمية مهارة الاتصال الخاصة بيه، حتى يتمكن من صنع تدعيمات وتعزيزات قوية لتقوية الأفعال السلوكية المطلوبة، والتي هدف عليها البرنامج التدريبي، وهكذا يجب أن يكون التشجيع والتحفيز بحساب، مثلما يكون النقد والعقاب بحساب، مما يؤدي إلى تهيئة وخلق داخل وخارج حلقة التدريب، يدفع بالعملية التدريبية إلى النمو والتطور وليكون له أكبر أثر في النهوض بمستوى القدر بين أنفسهم مما ينمي لديهم عمليات تحقيق وتأكيد الذات و الثقة بالنفس (اتصال ايجابي) والعكس صحي<sup>2</sup>.

### 1-9- أهمية شخصية المدرب في بناء الثقة للاعب:

<sup>1</sup> - زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، منشأة المعارف، الإسكندرية، سنة، 1977، ص 43-44.

<sup>2</sup> - رأفت السيد عبد الفتاح، سيكولوجية التدريب و تنمية الموارد البشرية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 144.

التوقعات الايجابية العالية نحو اللاعبين، حيث أثبتت نتائج الدراسات أن التوقعات الايجابية من المدربين نحو اللاعبين تحسن دوماً من أداء اللاعبين، وفي المقابل عندما يدرك اللاعبون انخفاض التوقعات الايجابية والتوقعات السلبية للمدرب نحوهم، فإن ذلك ينقص من الثقة في النفس ويؤثر سلباً على مستوى أدائهم.

- توفير خيارات النجاح المبكر لكل رياضي، فالمصدر الأول للثقة في النفس يتشكل من انجازات للممارسين المبكرة، لذلك من الأهمية تشكيل بيئة المنافسة بما يسمح بتحقيق النجاح في الأداء بصرف النظر عن اختلاف المستويات و القدرات.

- استخدام التغذية الرجعية، فاللاعبون يشعرون بالمزيد من الثقة عندما يقدم المدرب لهم المعلومات اللفظية حول نوعية أدائهم...، وهذا الأسلوب من التعزيز يساعد على تنفيذ الأداء الجيد.

- الاحتفاظ بالبيئة الجيدة قبل المنافسة، فالاستثارة الانفعالية مكون هام للثقة في النفس، ويستطيع اللاعب أن يتميز بحماس وعدم السعادة، في نفس الوقت لذلك يجب التأكد من أن اللاعب يحتفظ بالاستثارة العالية مثل (التحدي، التفوق... الاستمتاع) ، تجنب الاستثارة العالية السلبية مثل (الخوف، القلق، والتوتر).

- تدريب مهارات الثقة...، فالثقة في النفس والأداء يتحسن كل منهما عندما يستمر اللاعب في تعلم مهارات جديدة والتدريب عليها...، المدرب الناجح هو معلم ناجح... يجب التأكد أن اللاعبون يستمرون في اكتساب المهارات والتغلب على الصعوبات.

- تقديم تفسيرات صحيحة لأسباب نتائج الأداء... جيد أو ضعيف، ربما الإستراتيجية الأكثر أهمية التي يجب تجنبها هو تفسير الفشل أو إدراك الفشل، نظراً لضعف المقدرة، حيث ذلك يقود إلى نقص الثقة وربما الانسحاب من المشاركة، و لكن الأفضل تفسير الفشل وإدراك الفشل في ضوء نقص المجهود أو صعوبة مهمة الأداء.<sup>1</sup>

### 1-10- أهمية شخصية المدرب في حل و دراسة المشكلات المطروحة:

إن مهارات المدرب المتخصص والمعد إعداداً علمياً يفيد إفادة غير محدودة للمدربين أثناء معالجتهم للمواقف، التي تواجههم أثناء التدريب، وللاقترب أكثر من حل المشكلة يلجأ العديد من المدربين الأكفاء إلى أن يطلبوا من المدربين أن يفكروا بصوت مسموع وأحياناً يسأل المدربون وهؤلاء عن تفكيرهم فترة معالجة المشكلة، وذلك عقب انتهاء جلسة عرض لحل المشكلة، هذا وتفيدنا الدراسات التجريبية أن علماء النفس وغيرهم من المهتمين بعمليات وميكانيزمات حلول المشكلات من خلال تحليل برنامج الحاسب الآلي، والتي وضعها الخبراء في البرمجة وخاصة بتلك التي تتعلق بإستراتيجية الفوز في ألعاب الشطرنج بما تمثله من وضع سلسلة من العمليات المصممة لتحقيق نتيجة معينة، بحيث يعطي البرنامج صورة واضحة عن أسلوب حل المشكلة عن طريق البرمجة وفي ضوءها هنا يقوم يقوم علماء النفس بمحاكاة هذا الأمر في إعادة بناء حل المشكلة إنسانياً، ومن ثم يمكن للمدرب تدريب الأفراد في حلقة التدريب على المواقف المعقدة وتدريبهم على تتبع خطوات التفكير في الحل وفيما يلي سرد لتلك الخطوات

- تحديد أين تقع المشكلة، وذلك بفهم وقراءة الموقف المشكل.

- تحديد المعطيات والإمكانات المتاحة (المعاونة).

<sup>1</sup>-أسامة كامل راتب، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 2004، ص418.

- استنتاج حلول مناسبة.

-استخدام الرموز المجردة (إذا تطلب الأمر).

-الاهتمام بتركيب الأفكار منطقيا.

هذا وقد أفادتنا الخبرة انه في الكثير من الأحيان، نجد صعوبة في تحديد الموقف المشكل نظرا لتداخل الكثير من العوامل الغير مرتبطة بالشكل المطروح، ولكن ذات طبيعة مؤثرة، في حل المشكلة، الأمر الذي يتطلب من الأفراد بذل الجهد وقراءة المشكلة عدة مرات، للوقوف عليها وتحليلها إلى عناصرها وتحديد معطياتها الأولية، من ثم يمكن الوصول إلى الحل المنطقي، وقد لاحظ السيكولوجيون أن الأفراد ذوي الأداء المنخفض في اختيار الاستعداد المصممة لقياس القدرات العقلية في الكثير من الأحياء يتسرعون لعملية فهم التعليمات.

### 1-11-1 دور المدرب في بناء تماسك الفريق :

#### 1-11-1-1- المدرب و الشد العاطفي:

يعتبر هذا العامل أحد العوامل التي ربما تجرد وتعري أغلب المدربين عن أي شيء آخر، فببساطة إذا كان أحد المدربين يعطي اهتماما كبيرا لفريقه أكثر من اللازم أو بصورة مبالغ فيها، فنجد أن هذا المدرب اتسم بالانفعالية ويصبح أكثر انغماسا ويعطي الكثير من نفسه ووقته للفريق ولهذا فإنه في أغلب الحالات لا يمكن لهذا المدرب أن يجلس أو يقف على الخط الجانبي بدون أن يكون منغمسا كليا والمقصود هنا بالانغماس هو الانفعال العاطفي التام الذي قد لا يشعر بيه ولكن يحس بيه الآخرين ومن العوامل الأخرى التي تسبب الشعور الخاص بالانفعال العاطفي أو الشد العاطفي هو الذي يتعلق بطريقة أداء الفريق سواء أثناء التدريب أو المنافسة، فالمدرب لا يهمله في بعض الأحيان النتيجة بقدر ما تهمله طريقة الأداء.

في الكثير من الأحيان قد يبدو لنا الفريق جاهزا مهاريا وخططيا ونفسيا تماما، ولكن في أحد أوقات اللعب يحدث بعض الانهيار يلعبون وكأنهم لم يتعلموا شيئا على الإطلاق.

وفي بعض الأحيان يكون المدرب قلقا جدا لأنهم في نظره يبدون غير جاهزين، وعندما تبدأ المباراة ينطلقون كالنار ويلعبون مباراة عظيمة ، والسبب في هذا بسيط وبدرجة كافية، فالطريقة التي يلعب بها الفريق بشكل مباشر تظهر على المدربين، فإذا ظهر الفريق سيئا عدة مرات متتالية فإن وظيفة هذا المدرب تكون في مهبط الريح.

وفيما يخص بالمكسب أو الخسارة فالاجتهاد العاطفي دخل كبير عند المدرب، وهذا غالبا ما يحدث تناسب طردي مع طموح المدرب وشعبية الرياضة التي يمارسها المدرب وكذلك اهتمامات المجتمع نحو هذه الرياضة، بمعنى أن إذا زادت شعبية الجمهور والرياضة التي يقوم بتدريبها المدرب تزيد له هذه الانفعالات و الشد العاطفي.<sup>1</sup>

### 1-11-1-2 الاعتراف بالجهد الفردي:

إن اعتراف المدرب الرياضي بالجهد الفردي للاعبين في إطار العمل الجماعي من العوامل التي تقوي ثقة اللاعب في نفسه وتساعد على تقوية الصلات الشخصية بين اللاعبين وتعمل على ترقية مسؤولية اللاعب تجاه

<sup>1</sup>-محمد حسن علاوي، سيكولوجيات الجماعات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، مصر، ط1، 1998، ص75.

الفريق وكلما كان اللاعب الرياضي مطمئنا وشاعرا بالأمان و الرضا كلما كان أكثر ميلا لمساعدة بقية زملاء في الفريق.

### 1-11-3- توجيهات لتنمية تماسك الفريق :

- يمكن تقديم بعض التوجيهات لمحاولة تنمية تماسك الفريق الرياضي على النحو التالي :
- الاستخدام المناسب لتشجيع الفريق الرياضي بصورة لفظية أو غير لفظية سواء لتشجيع الجماعي للفريق أو تشجيع بعض أفراد الفريق عند وضوح بذلهم أقصى جهد لصالح الفريق الرياضي ككل.
- ضرورة الاستخدام المناسب لعوامل المرح والسرور أثناء عملية التدريب الرياضي وهذا الأمر الذي يمكن أن يعكس لدى أفراد الميل لزيادة بذل الجهد بالإضافة إلى أهمية في تحقيق قسوة التدريب عن كاهل الفريق الرياضي.
- إن معرفة المدرب الرياضي لتوقيتات المناسبات السعيدة لكل لاعب مثل الأعياد الميلاد أو النجاح في الدراسة أو الوظيفة أو الخطوبة أو الزواج من الأهمية بمكان لكي يعلنها المدرب ويستجيب لها هو وبقية أفراد الفريق بصورة مناسبة.
- في حالات خيرات الفشل أو الهزيمة بالرغم من بذل المجهود من أطراف الفريق الملحوظ فينبغي عليه التركيز على دروس الاستفادة من هذه الخبرات وتشجيع الأداء الجيد.
- لكي يستطيع المدرب الرياضي تنمية الدافعية والولاء للفريق الرياضي فإنه من المناسب قيام المدرب لاعب بما يمكنه القيام به حتى يستطيع الاستمرار في موقعه أو الارتقاء لموقع أفضل.
- ومن أمثلة ذلك تعريف المدرب الرياضي للاعب بأن موقعه في الفريق حاليا هو لاعب احتياطي ويمكن أن يكون أساسيا في حالة إتقانه لبعض المهارات المعنية أ في حالة إكسابه للمزيد من الصفات البدنية التي يحددها المدرب.
- يجب أن يشعر المدرب الرياضي كل فرد من أفراد الفريق بأن له دور هام بالنسبة للفريق مع قيام المدرب بشرح مدى قيمة هذا الدور ومدى إسهامه في إنتاجية الفريق أو في تعاظه وتماسكه.
- ينبغي على المدرب الرياضي عدم السماح لأي لاعب من أعضاء الفريق الرياضي بمحاولة جرح شعور زميل آخر في الفريق، إذ أنه من الواجبات الملقاة على عاتق المدرب الرياضي حماية حقوق كل لاعب في الفريق، ولذا ينبغي على المدرب الرياضي سرعة مواجهة بعض اللاعبين الذين قد يقومون كل لاعب في الفريق، ولذا ينبغي على المدرب الرياضي سرعة مواجهة بعض اللاعبين الذين قد يقومون ببعض الأدوار.
- ينبغي على المدرب الرياضي الحذر من قيام بعض المجموعات القليلة من اللاعبين بتكوين عصابة أو زمرة "cliques" لمحاولة القيام ببعض الممارسات تجاه بعض اللاعبين الآخرين في الفريق.
- أو محاولة الفوز بالمزايا على حساب الآخرين وأن يبذل قصارى جهده لمحاولة صهر هذه المجموعات الصغيرة في بوتقة الفريق الرياضي.
- ينبغي على المدرب الرياضي التعامل بصورة إنسانية مع جميع اللاعبين سواء كانوا أساسيين أو احتياطيين وأن يسلك اتجاههم جميعا بصورة متكافئة و عادلة.
- إن تماسك الفريق الرياضي يعني في جزء منه الاتصال المفتوح الواضح بين المدرب واللاعبين، وعلى ذلك ينبغي على المدرب الرياضي إكساب طرق الاتصال الفاعل مع اللاعبين.

وبعض النظر عن الحلاقات الإبداعية الأخرى التي يجلبها المدرب لمهنته وبدون أي سؤال فإن العلاقة بين الرياضيين وبعضهم هي العلاقة الأكثر أهمية والتي يجب على المدرب أن يبنها ويقويها، والمدرب احتمال فشله قائم اذا لم تكن له علاقة وطيدة وأصلية مع الرياضيين، ولكن أساسا يجب وضع التوفيق بينه وبين الرياضيين، قبل أي شخص آخر ما في ذلك الأهداف الشخصية للمدرب فعلى المدرب أن يعلم ويدرب اللاعبين لا أن يستخدمهم فقط، وعليه أن يعرف أهم شيء بالنسبة لهم وما يحدث لهم واصل حقل الرياضي وخارجه ولأن هذا سوف ينعكس على أدائهم تحت قيادته.



## خلاصة:

من خلال العرض السابق الذي قمنا فيه بدراسة لشخصية المدرب ذكرنا في البداية مفهوم الشخصية مختلف التعارف التي تطرق إليها علماء الاجتماع وعلماء النفس للشخصية والعوامل المؤثرة فيها وأنواعها، ثم تطرقنا إلى دراسة شخصية المدرب وخصائصها من حيث الصفات الفنية والصحية والشخصية والمهنية، وبعدها قمنا ببيان المتطلبات الأساسية التي يمتاز بها المدرب، كما ذكرنا أيضا المدرب الناجح و مدى أهمية شخصيته في إنجاز عملية الاتصال، وبناء الثقة للاعب، وفي الأخير انتهينا إلى بيان مدى أهمية شخصية المدرب في دراسة وحل المشكلات المطروحة.



الفصل الثاني  
تماسك الفريق

**تمهيد :**

يتفق معظم علماء النفس الاجتماعي على أن الفريق يشير إلى مجموعة من الأشخاص أو الأفراد، يتميزون بالإشتراك في مجموعة شائعة من المعايير والمعتقدات والقيم، كما توجد بينهم علاقات محددة ومعروفة بالنسبة لبعضهم البعض، والمثال على ذلك، أن سلوك كل فرد له نتائج على الآخرين وهذه الخصائص (القيم و المعايير....)، بدورها تظهر وتؤثر في تفاعلات الأفراد والذين هم بالتالي يتحركون لتحقيق أهدافهم، وتتطبق هذه الخصائص والمميزات المتعلقة بمفهوم الفريق على كثير من الفرق.

## 2- مفهوم الفريق:

يمكن تعريف الفريق الرياضي على أنه مجموعة من الأفراد يتفاعلون مع بعضهم البعض تفاعلا حركيا في إطار معايير محددة من أجل تحقيق هدف رياضي مشترك، ويشير هذا التعريف إلى صفة الجمع بين عدد من الأفراد، كما يشير أيضا إلى صفة التفاعل بينهم ونوعية هذا التفاعل ووظيفته، وإلى وجود معايير تحكم هذا التفاعل وأخيرا يشير إلى هدف هذا الجمع من الأفراد وبطريقة أخرى الدافع من واره، و هذا التصنيف يقودنا إلى مناقشة المفهوم السيكولوجي للفريق الرياضي، وهو جماعة يتميز أفرادها بجميع الخواص البيانية للجماعات الصغيرة.<sup>1</sup>

## 2-1- بناء الفريق:

إن المدرب الرياضي يلعب دورا مهما في بناء الفريق، فعلى سبيل المثال قد يلاحظ مدرب رياضي في نشاط ما أعضاء فريقه غير منسجمين و الأعضاء الجدد لم يتعرفوا بعد على زملائهم في الفريق، و كذلك لا توجد صداقات قوية وحميمية بين الأعضاء، في هذه الحالة يستطيع المدرب تطوير مفهوم الفريق، حيث يقوم بوضع خطة لتنمية العلاقات الاجتماعية بين الأعضاء، مثل القيام ببعض الرحلات وتنظيم المسابقات الاجتماعية وإقامة مباريات رياضية في كرة اليد، وكرة السلة وكرة القدم، كذلك تشجيع أعضاء الفريق على إجراء مقابلات شخصية و أيضا تشجيعهم على أن يظهروا لباقي ، مع بعضهم البعض، والتعاون و تبادل المعرفة أعضاء الفريق ما تعلموه، و بهذه الطريقة يستطيع المدرب المساهمة في نمو الوعي الجماعي و الاتصالات و الاهتمام المتبادل بين أعضاء الفريق مما يساهم في مساعدتهم على مواجهة الضغوط التي يواجهونها في أثناء المنافسة، فللاعب يمكن أن يحصل على الأمن النفسي عن طريق المعرفة أن أعضاء الفريق يتفهمون استجابات للمواقف.<sup>2</sup>

## 2-2- مراحل بناء و تكوين الفريق:

### 2-2-1- المرحلة الأولى: تعليم المبتدئين:

و يهتم في هذه المرحلة بتوطيد العلاقة بين المبتدئين و اللعبة، تبدأ من تكوين العلاقة بين المبتدئ والكرة، والتعرف على مستوى اللياقة البدنية والعمل على تحسينها مع محاولة خلق أسس تفاعل العمل الحركي الجماعي.

### 2-2-2- المرحلة الثانية: تعليم الناشئين:

وفي هذه المرحلة يبدأ بتعليم النواحي مهارية الأولية و تعليم بعض من المهارات الحركية، كما يتم تعليم النواحي الخطئية البسيطة.

<sup>1</sup>- أحمد فوزي أمين فوزين، طارق محمد بدر الدين، سيكولوجية التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى، 1425. ص15.

<sup>2</sup>- إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، الاجتماعي الرياضي، القاهرة، الطبعة الأولى، 2001. ص60.

### 2-2-3- المرحلة الثالثة: عملية التدريب:

و تشمل على حجم التدريب، وكيفية أداء هذا التدريب، نوعية التدريب، الأعداد المهاري، تنمية التفاعل الجماعي الحركي.

### 2-2-4- المرحلة الرابعة: الإعداد البدني:

وتشتمل هذه المرحلة على التخطيط للإعداد البدني وأشكال وطريقة أدائه... الخ.

### 2-2-5- المرحلة الخامسة: الفورمة الرياضية:

في هذه المرحلة يحاول المدرب التعرف على المظاهر الأولى لهذه الفورمة وتسجيلها وكذلك التعرف على منحنيات نمو هذه الفورمة، ودراسة تأرجح هذه الفورمة في كل فترة.

### 2-2-6- المرحلة السادسة: فترات التدريب:

في هذه المرحلة يقوم المدرب بدراسة الخطط التدريبية العامة للموسم الرياضي سواء كان طويل المدى، أو خطة نصف سنوية ووضع تصور لكل فترة، وهذه الفترات هي: الفترة الانتقالية، الفترة التدريبية، الفترة التجريبية، فترة المباريات.

### 2-2-7- المرحلة السابعة: برنامج مقترح للناشئ:

إلقاء الضوء على نموذج مقترح لناشئ كرة اليد على سبيل المثال.

### 2-2-8- المرحلة الثامنة: بناء برنامج مقترح للمتقدمين في كرة اليد مثلا:

إلقاء الضوء على نموذج مقترح لبرنامج اللاعب المتقدم في كرة اليد على سبيل المثال.

### 2-2-9- المرحلة التاسعة: مراقبة وإدارة الفريق أثناء المنافسة:

هذه المرحلة تشمل قبل المباريات، فترات الراحة بين الشوطين، الراحة قبل الشوط الحاسم للمباراة.<sup>1</sup>

### 2-2-10- المرحلة العاشرة: الاستطلاع:

الاستطلاع أو الاستكشاف وهذه المرحلة يتم فيها الاكتشاف على فريق المدرب وكذا فريق الخصم.

### 2-2-11- المرحلة الحادي عشر: التبديل و التحويل:

في هذه المرحلة يتم دراسة موقف اللاعبين البدلاء وكذا كيفية تحويل الموقف الدفاعي إلى الموقف الهجومي.

<sup>1</sup> - زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، منشأة المعارف بالإسكندرية، سنة 1979، ص 287-288

## 2-2-12- المرحلة الثانية عشر: مرحلة اختيار اللاعب:

إن عملية التعليم في الألعاب الجماعية، ماهي إلى عبارة عن محاولة تغيير في السلوك الحركي بحيث تنقسم هذه المرحلة إلى:

1-مرحلة تعليم الناشئ.

2-مرحلة تعليم اللاعبين المتقدمين.

3-مرحلة عملية التدريب.

4-مرحلة الإعداد البدني.

5-مرحلة الفورمة الرياضية.

6-فترات الموسم التدريبي.<sup>1</sup>

## 2-3- تماسك الفريق:

إن تماسك الفريق الرياضي يعتبر من أهم عوامل نجاح الفريق، و غالباً مايعزوا اللاعبون والمدربون نجاح أو فشل الفريق إلى مدى عمل الفريق معاً، باعتباره وحدة متماسكة، فحين يهزم فريق على درجة عالية من التفوق والإماتياز من فريق أقل موهبة، فقد يعزوا المدرب ذلك إلى عدم اللعب بطريقة جيدة كفريق متماسك، وإهتمام كل لاعب بإظهار مهارته الفردية، بدلاً من القيام بواجباته المحددة، كعضو من الفريق.

يتضح تماسك الجماعة بين الأفراد المشتركين في البرامج التدريبية، حيث نلاحظ، أن هناك درجة كبيرة من الالتزام اتجاه البارمج، حينما يقوم الأفراد بتكوين صداقات مع الأعضاء الآخرين المشتركين فيها.<sup>2</sup>

وعلى الرغم من أهمية تماسك الجماعة في نجاح الفريق، إلا أنه لا يمكننا في جميع الأحوال أن نعزو النجاح إلى تماسك الفريق، حيث نلاحظ أن بعض الفرق تفوز على الرغم من النقص الواضح في التماسك بين أعضاء الفريق.

وفي المجال الرياضي العديد من الأمثلة الواضحة التي نشاهدها، فقد يفوز فريق لكرة اليد بنادي معين ببطولة الدوري أو الكأس على الرغم من افتقار الفريق إلى التعاون والإنسجام بين اللاعبين بسبب المشاحنات التي تحدث بينهم أو التي تحدث بينهم وبين المدرب، ولذلك نجد أننا أمام سؤال رئيسي: هل الفرق التي تتميز بالتماسك بين أفرادها أكثر نجاحاً من الفرق التي تفتقر إلى التماسك؟ أم لا؟.

وللإجابة على السؤال لا بد إلقاء الضوء على هذا المفهوم الهام، والتعرف على العوامل المؤثرة فيها،

<sup>1</sup>-ركي محمد حسن، مرجع سابق، سنة 1977.ص288.

<sup>2</sup>-إخلاص محمد عبد الحفيظ، التوجيه و الإرشاد النفسي في المجال الرياضي، الطبعة الأولى.2002.ص149.

وكيفية بناء تماسك الفريق.

### 2-3-1- ماهية تماسك الفريق:

تتعدد معاني تماسك الفريق، فنجد أن هذا المفهوم يتضمن شعور الأفراد بانتمائهم إلى الجماعة والولاء لها. وقد قام "كارترين وازندر" بتعريف التماسك إلى أنه مفهوم يشير إلى جاذبية الجماعة إلى أعضائها. كما قام "فستجر و آخرون" (1950) بتعريف التماسك على أنه "المجال الكامل للقوى التي تعمل على الأفراد لكي يضلوا في الجماعة وقد أوضحنا أن هناك قوتان هامتان تؤثر على الأعضاء:

1- تماسك المهمة.

2- التماسك الجماعي.<sup>1</sup>

### 2-3-2- العوامل المؤثرة في تماسك الفريق:

أ-العوامل البيئية:

هي تشير إلى القوى المعيارية التي تجمع جماعة ما معا، مثل اللاعبون الذين يوقعون عقودا مع الإدارة و المكافأة التي يحصل عليها، بالإضافة إلى أن هناك عوامل أخرى مثل العمر،النواحي الجغرافية يمكن أن تجمع الجماعة، وتلعب دورا هاما في تماسك الفريق.

ب-العوامل الشخصية:

إن السمات الشخصية لأعضاء الفريق يمكن أن تؤثر على مقدار التماسك وقد افترض "ايتزن" أن الفريق يصبح أكثر تماسكا حين يكون الأفراد من بيئات إجتماعية متماثلة.

ج-العوامل الجماعية:

هي تشير إلى معايير الإنتاجية الجماعية والرغبة في النجاح الجماعي، واستمرار الفريق ويؤكد "كارون" أن الفرق التي تستمر معا لفترة طويلة، ولديها رغبة قوية في للنجاح الجماعي تظهر مستويات مرتفعة من التماسك الجماعي.

د-عوامل القيادة:

و هي تشمل على أسلوب و سلوكيات القادة وعلاقاتهم مع جماعتهم، وقد يؤثر تفاعل القوى بين المدرب واللاعبين على ظهور التماسك، كذلك ممارسة اللاعبين في اتخاذ القرار تؤدي إلى زيادة تماسك الجماعة (الفريق).

<sup>1</sup>-إخلاص محمد عبد الحفيظ، نفس المرجع.2002.ص150.

**2-4- تفاعل الفريق:**

تتفرد الجماعة بخاصية التفاعل التي تميزها عن التجمع، ففريق كرة السلة مثلا باعتباره جماعة يتفاعل أعضائه فيما بينهم خلال التدريب والمباريات، من أجل تحقيق النتائج المرجوة، و ذلك بخلاف جمهور المشاهدين الذين يتجمعون لمشاهدة المباريات و ينصرف كل منهم إلى حال سبيله فور انتهائها، ولقد استعانت الدراسات السيكولوجية للجماعات بمصطلح التفاعل، لدرجة أنه تأسس عليه مجموعة من التعريفات عن مفهوم الجماعة، ونظرا لأن التفاعل لا يتم إلا عن طريق الاتصال المباشر بين أعضاء الجماعة، فقد ظهر من مفهوم التفاعل مجموعة من التعريفات التي تضمنت الاتصال، حيث ورد عن الجماعة "أنها عدد من الأفراد يتصل كل منهم بالآخرين اتصالا مباشرا عن طريق المواجهة، كما ورد أيضا أن الجماعة مجموعة من الأفراد كل واحد منهم في تفاعل مستمر مع الآخرين من خلال الاتصال وجها لوجه.

كما ورد أيضا عن الجماعة أنها نسق مفتوح من التفاعل يحدد فيه الاتصال بناء النسق الاجتماعي لها، و يأخذ التفاعل الحركي، التفاعل الفكري، التفاعل الوجداني<sup>1</sup>.

**2-5- دور اللاعب في تماسك الفريق:**

إن تماسك الفريق ليست مسؤولية المدرب و حده، ولكن يشترك اللاعب مع المدرب في تحقيق وحدة الفريق وتماسكه، و هناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها تحسين الاتصالات بين أعضاء الفريق من جهة، وبينهم و بين المدرب من جهة أخرى وكذلك بناء وحدة قوية متماسكة وتلك الطرق:

**2-5-1- التعرف على زملاء الفريق:**

يجب أن يتعرف أعضاء الفريق على بعضهم البعض بشكل أفضل لأن ذلك يجعل من السهل ويجب على اللاعبين أن يأخذوا الوقت الكافي من أجل التعرف، عليهم قبول الفروق الفردية بينهم على الأعضاء الجدد للفريق.

**2-5-2- مساعدة زملاء الفريق:**

يجب أن يهتم اللاعبين بمساعدة بعضهم البعض كلما أمكن ذلك، فكلما فريق تعني أن اللاعبين معتمدين على بعضهم البعض بطريقة مشتركة.

**2-5-3- تحمل المسؤولية:**

يجب أن يتعود اللاعبين على تحمل المسؤولية، كذلك عليهم، الاهتمام بالعمل على إحداث تغييرات ايجابية وبناءة، ويجب على المدرب بث روح الجماعة و تحمل المسؤولية بين أعضاء الفريق.

<sup>1</sup>-أحمد فوزين، طارق محمد بدر الدين، مرجع سابق.ص16



## 2-5-4- الاتصال بالمدرّب:

يجب أن يتصل أعضاء الفريق بالمدرّب بطريقة صريحة وواضحة، فكلما استطاع كل فرد فهم الآخر بشكل أفضل، كلما كانت فرص نجاح وانسجام الفريق أفضل.

## 2-5-5- حل الصراعات:

إذا كان لدى أي عضو من أعضاء الفريق شكوى أو صراع مع المدرّب، أو مع أحد الزملاء فيجب أن يأخذ المباراة في حل الموقف وتتيقن جو الخلافات.<sup>1</sup>

## 2-6- الخلافات داخل الفريق:

تعد مشكلة الخلافات داخل الفريق من أعقد وأصعب المشاكل التي يمكن أن يتعرض لها المدرّب خلال فترة الإعداد والنماذج في هذا الصدد كثيرة ومتنوعة وخاصة في الفرق التي تكون الدوافع تأخذ الأشكال التالية:

-الخلافات بين المدرّب وأعضاء الفريق.

-الخلافات بين لاعب وأعضاء الفريق.

-الخلافات بين أعضاء الفريق ومجموعة.

فيما يخص الخلافات التي تظهر بين المدرّب و اللاعبين فهي عادة تنشأ من الأسباب التالية:

-عدم الانسجام الفكري والعاطفي بين اللاعبين.

-عدم قناعة اللاعبين بكفاءة المدرّب.

-المتطلبات التي يطلبها المدرّب أكبر من قدرات اللاعبين، لعدم درايتهم الكافية لمستواهم وربما

قد يتساءل البعض كيف يمكن أن يعطي المدرّب متطلبات أكثر من قدرات اللاعبين.

-شروع المدرّب في الحصول على نتائج ايجابية وإلقاء اللوم على اللاعبين في حالة الفشل.

-توصيل رأي المدرّب حول فكرة معينة وعدم اقتناع اللاعبين بها.

-عدم قدرة المدرّب على الحسم لمختلف المواقف والأحداث.

-عدم تصرف المدرّب في سلوكه وتصرفاته كقدوة.

-خضوع المدرّب بشكل مطلق لإدارة الفريق.

<sup>1</sup>-إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، مرجع سابق. 2002. ص60.

وللتخلص من الخلافات بين المدرب واللاعبين يجب أن يكون المدرب ملما ومدركا لطبيعة هذه المشاكل و خاصة من الناحية النفسية.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>-مصطفى حسين باهي، إخلاص محمد عبد الحفيظ، مرجع سابق، ص 60.

## خلاصة:

من خلال العرض السابق الذي قمنا فيه بدراسة تماسك الفريق، ذكرنا في البداية مفهوم الفريق وكيفية بنائه وكذلك مراحل بنائه و تكوينه، ثم تطرقنا إلى مفهوم تماسك الفريق والعوامل المؤثرة فيه ومدى تفاعل الفريق.

وبعد ذلك تطرقنا إلى دور اللاعب في تماسك الفريق، من حيث التعرف على زملائه في الفريق ومساعدتهم، و كذا تحمل المسؤولية، وكيفية الاتصال بالمدرّب، وحل الصراعات، وفي الأخير عرضنا الخلافات داخل الفريق.

الفصل الثالث

كرة اليد

**تمهيد :**

تجمع كرة اليد كل العوامل والمميزات الرياضية الجماعية، لأنها بسيطة في مضمونها وقواعدها وكذا في تجهيزاتها، وهي تجذب أنظار الكثير من المعجبين بها خاصة من الأطفال والمارهقين البالغين لكلا من الجنسين وتسمح لهم بالمشاركة في هذه المنافسة الرياضية.

إن إنتشار كرة اليد واحتلالها المرتبة الثانية في الرياضات الجماعية، أدى بالكثير من الممارسين والمتفرجين في العالم بالإعجاب المبهر لهذه الرياضة، خاصة في الأداء وطريقة اللعب الفائقة لأفضل اللاعبين الممتازين في رياضة كرة اليد.

## 3- كرة اليد:

## 3-1- نبذة تاريخية عن كرة اليد:

تعتبر كرة اليد لعبة حديثة بالنسبة للألعاب الكبيرة الأخرى التي ظهرت في النصف الثاني من القرن التاسع عشر. فقد خرجت كرة اليد إلى الوجود خلال الحرب العالمية الأولى، ولم يمض وقت طويل حتى احتلت مكانتها بين الألعاب الأخرى، نظرا لما تتميز به هذه اللعبة من سرعة وحماس، وبنظرة سريعة إلى الوسط الرياضي في العالم العربي نجد أن لعبة كرة اليد تسير بخطى حديثة لتصبح قبل مضي وقت طويل من أكثر الألعاب شعبية، نظرا للتقدم الهائل الذي حصلت عليه خلال مدة قصيرة من انتشارها، فقد تكونت لها الكثير من الاتحاديات في البلاد العربية على باقي دول العالم خاصة الأوروبية منها، ونظمت عدة دورات كان لها أثر كبير في تركيز وضع هذه اللعبة وتعريفها للجمهور قصد اعتمادها رسميا لعبة عالمية كباقي الألعاب الرياضية الأخرى.

يختلف المؤرخون في تحديد الوقت الذي ظهرت فيه لعبة كرة اليد، فمنهم من يرجع الفضل في اختراعها إلى مدرب الجمباز "هولقرنلس" وهو دانماركي كان يعمل بمدينة "أوردروب" وكان ذلك عام 1898، وقد أطلق عليها اسم "هاندبولد" ومنهم من يجزم بأنها لعبة معدلة عن لعبة كانت تمارسها "تشيكوسلوفاكيا" في سنة 1902 وتطلق عليها اسم "أزينا" أو "هازينا" وما زال هذا الاسم يطلق على لعبة كرة اليد إلى يومنا هذا في كثير من بلدان أوروبا.<sup>1</sup>

ومنهم من يقرر أن هذه اللعبة ظهرت في أوكرانيا سنة 1919 إلا أن أغلب المؤرخين يرجع فضل ظهور كرة اليد بشكلها الحديث إلى مدرس الجمباز الألماني "ماكس هيزر" خلال الحرب العالمية الأولى، عندما فكر في لعبة تضمن للاعبات الجمباز أثناء برنامج التدريب الشتوي إحماء سريعا وكافيا، فأخرج هذه اللعبة بمساعدة أحد أساتذة معهد التربية الرياضية للمعلمين ببرلين "البروفيسور شلينز" وكان ذلك سنة 1917 ويذكر البعض أن شلينز نفسه هو الذي وضع هذه اللعبة وأخرجها.

وقد اقتصر آنذاك ممارستها على الفتيات في البداية، وأقيمت لها عدة دورات كان أولها سنة 1917، بين ثمانية فرق من الفتيات، وكان ذلك في إحدى قاعات الجمباز بمدينة برلين. وفي سنة 1925 أقيمت أول مباراة دولية لكرة اليد "11 لاعبا" للذكور بين ألمانيا والنمسا، فاز بها النمساويون على مخترعي اللعبة "6 مقابل 3" بألمانيا.

وفي سنة 1926 ظهرت إلى الوجود أول لجنة دولية انبثقت عن المؤتمر الدولي لألعاب القوى والتي أخذت على عاتقها الإشراف على لعبة كرة اليد وتنظيمها وذلك في "لاهاي" بهولندا.

وكان انتشار اللعبة أسرع بكثير من تنظيم إدارتها، فقد تأخر تكوين الاتحاد الدولي لكرة اليد سنة 1927 حين وضعت قوانينها الموحدة والرسمية التي طبقت فيما بعد في جميع المباريات المحلية والدولية.

<sup>1</sup> - إسماعيل مقران: مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل وأثناء المنافسة الرسمية، معهد التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر، 1999-2000، ص 75.

وتم الاتفاق سنة 1934 بين كل الدول المنخرطة في الاتحاد على إدخال لعبة كرة اليد ضمن برنامج الألعاب الأولمبية لسنة 1936 وأصبحت كذلك.

وفي سنة 1935 أقيمت أول مباراة دولية في كرة اليد "7 لاعبين" للشباب بين فريقي الدانمرك والسويد وانتهت للسويديين بـ"12/18".

وجاءت سنة 1938 لتقام أول دورة دولية للشباب في كرة اليد بنوعيتها "11 لاعبا و 7 لاعبين" واعتبرت كأول بطولة عالمية<sup>1</sup>.

وقد بقي نشاط اللعبة محليا، بسبب ظهور الحرب حتى انتهائها عندما أقيمت سنة 1945 أول مباراة دولية بعد الحرب بين السويد والدانمرك، ليحل بعدها بسنة أي في سنة 1946 تأسيس الفيدرالية الدولية لكرة اليد، وكان أول رئيس لها هو السويدي "قوستا بيجواك".

أما بالنسبة للبلاد العربية فقد كانت الجزائر والمغرب من أوائل الدول العربية التي عرفت لعبة كرة اليد، فقد دخلت هذه اللعبة ميدان النشاط المدرسي عن طريق أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين أتموا دراستهم في فرنسا، وانتشرت اللعبة انتشارا سريعا بحيث أنشئت ملاعب كرة اليد في أغلب المدارس الثانوية والإعدادية.

### 3-2- ميلاد و تطور كرة اليد في الجزائر:

لقد كانت البداية الأولى لكرة اليد الجزائرية سنة 1942م وذلك بمراكز المنشطين أما اللعبة بصفة رسمية انطلقت سنة 1949م و ذلك بفرق تتكون من 11 لاعب، أما بالنسبة لكرة اليد بسبعة لاعبين فكانت سنة 1953م و ما إن حلت سنة 1956م حتى نظمت أول بطولة جزائرية لكرة اليد ، ومما يمكن الإشارة إليه أن الفترة 1930-1962م كان عدد الممارسين قليلا وذلك بسبب الاحتلال وحالة التمييز العنصري الذي شهدته البلاد خلال الفترة الاستعمارية.

وقد ظهرت الحركة الرياضية في الجزائر تحت تأثير الصراع من اجل الحرية والتي رافقت الشعب طيلة الفترة الاستعمارية التي لعبت دورا أساسيا في تعبئة الجمهور و تنظيمها للنضال من خلال الممارسة الرياضية .

وبعد الاستقلال مباشرة 1963م تعتبر الانطلاقة الثانية حيث تم تعيين حماد عبد الرحمان وإسماعيل مداوي لغرض إنشاء أول فدرالية وطنية، حيث كان هذا الأخير يرأس الرابطة الولائية لكرة اليد في الجزائر العاصمة والتي كانت تظم أهم الفرق التالية :

.فريق بولوغين O.M.S.E.

.فريق الراسينغ بجامعة الجزائر R.U.A.

.فريق المجموعة اللاتكية للطلبة الجزائريين G.L.E.A.

.فريق نادي الجزائر H.B.C.A.

<sup>1</sup> - إسماعيل مقران: مستويات ومصادر القلق لدجي لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل وأثناء المنافسة الرسمية، مرجع سابق، ص 76.

. فريق غالية الجزائر G.S.A بالإضافة إلى فريق عين طاية و سبارتو وهران.  
و في سنة 1963م انخرطت الجزائر إلى الفدرالية العالمية و أول بطولة جزائرية كانت من نصيب O.M.S.E  
1963 م و الكأس 1964 م.

### 3-3- تعريف كرة اليد:

تعتبر كرة اليد من الألعاب الرياضية القديمة تجرى بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وخمسة احتياطيين، تتصف بالسرعة الأداء والتنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين لها قواعد ثابتة.<sup>1</sup>

### 3-4- خصوصيات كرة اليد:

لم تتوقف كرة اليد عن التطور من حيث اللعب وكفرع معترف بيه دوليا بل عرف هذا التخصص قفزة كبيرة إلى الأمام بالنظر إلى عدد ممارسيها المرتفع بنسبة قليلة الشيء الذي عزز مكانتها كرياضة مدرسية أو كتخصص رياضي على المستوى الوطني.

هذا اللعب الرياضي يمارس فوق ميدان كبير أضحي بتقاليد عريقة في السنوات الأخيرة إلى أن كرة اليد الممارسة على ميدان صغير أو داخل القاعة فرضت نفسها تدريجيا، فقد أصبحت بسرعة كبيرة إحدى الألعاب الرياضية الأكثر ممارسة من بين الرياضات الأخرى.

فالتقل الذي عرفته كرة اليد بمرورها من الميادين الكبيرة إلى الميادين الصغيرة كان له أثر ايجابي في الأوساط المدرسية باحتلالها مكانة أكثر أهمية من التربية البدنية.

إن لعبة كرة اليد هي لعبة أنيقة وتقنية مع التناوب في الهجوم والدفاع هذا التخصص المرتكز على حركات فورية ومتعددة تتطلب تركيزا جيدا ودقيقا.

حسن التحكم التقني والتكتيكي يعد أيضا ضرورة لتحقيق أحسن النتائج ويسمح للشباب باللهو جماعيا وتغيرات عديدة في الرتم.<sup>2</sup>

كذلك من خصوصيات كرة اليد:

- السرعة في الهجمات المضادة.

- التحمل العام الضروري للحفاظ على ارتفاع مستوى القدرات لمدة 60 دقيقة من زمن المقابلة.

- القوة والسرعة للرمي والقذف.

- الانتباه العام والخاص لحسن دقة الرميات والتمريرات.

<sup>1</sup> - اعداد جميل نصيف. المرجع السابق. ص 371.

<sup>2</sup> herst kayler :le hand ball de l'apprentissage a la composition. Ed vigot. Paris. 1989. P25.



- تعد كرة اليد رياضة متكاملة تتطلب جهدا طاقويا كبيرا.<sup>1</sup>

### 3-5- أهمية رياضة كرة اليد:

تعتبر رياضة كرة اليد من الرياضات الجماعية والتي لها أهمية كبيرة في تكوين الفرد من جوانب عديدة كتكوينه بدنيا وتحسين الصفات البدنية كالمداومة والسرعة والقوة والمرونة... الخ, كما أنها تسعى تربية الممارس الرياضي لها سلوكيات وذلك ببث روح التعاون داخل المجموعة الواحدة وكذلك المثابرة والكفاح واحترام القانون وتقبل الفوز أو الهزيمة.

كما أن رياضة كرة اليد لها دور كبير في تكوين الشخصية حيث تنمي في لاعبيها قوة الإرادة والشجاعة والعزيمة والتصميم والأمانة بوجه خاص.

وتعد رياضة كرة اليد وسيلة مفضلة كرياضة تعويضية لأنواع الرياضات الأخرى، فإن الكثير من لاعبي ألعاب القوى مثلا يحرزون نجاحا مرموقا في كرة اليد.

كما أن لاعبي كرة اليد يصلون إلى مستويات عالية بشكل ملحوظ في ألعاب القوى.<sup>2</sup>

وتعتبر رياضة كرة اليد مجالا خصبا لتنمية القدرات العقلية وذلك لما تتطلبه في ممارستها من قدرة على الإلمام بقواعد اللعبة وخطتها وطرق اللعب وهذه الأبعاد تتطلب قدرات عقلية متعددة مثل: الانتباه، الإدراك، والفهم، التركيز، الذكاء، التحصيل.<sup>3</sup>

كل هذه الإيجابيات تجعل من هذه الرياضة ذات أهمية كبيرة غيرها من الرياضات الأخرى وعليه لا بد أن تحظى باهتمام المدربين.<sup>4</sup>

### 3-6\_ قانون لعبة كرة اليد:

#### 3-6-1- الميدان:

شكله مستطيل يضم مساحة تقدر ب 40م طول و 20م عرض الخطوط الكبرى على الجانب تسمى بخطوط التماس والخطوط الصغرى هي خطوط المرمى.

<sup>1</sup> -clavs bayer :formation des joueurs. Ed vigot .paris. 1995. P8.

<sup>2</sup> -جيرد لانجبروف. تيواندرت. كرة اليد للناشئين و تلاميذه المدارس. ط2. دار الفكر العربي: 1978. ص20-22.

<sup>3</sup> -كمال عبد الحميد. محمد صبحي حسنين. القياس في كرة اليد. دار الفكر العربي. 1980. ص21.

<sup>4</sup> -منير جرسى إبراهيم. كرة اليد للجميع. ط4. دار الفكر العربي. 1994. ص103.

**3-6-2- المرمى:**

يوضع وسط خط التهديف طوله 3 أمتار وارتفاعه 2 متر العارضة والقائمين يجب أن يوضع من نفس المادة الخشبية ويكون التلوين بلونين مختلفين بيدوان بوضوح كما يكون المرمى مزود بشباك معلقة بطريقة تحد من سرعة ارتداد الكرة المقدوفة.

**3-6-3- مساحة المرمى:**

تكون محدودة بخط مستقيم 3 متر مسطر لمسافة 6 أمتار أمام المرمى بالتوازن مع خط المرمى ومستمر مع كل طرف مربع دائرة بقياس 6 متر، الخط الذي يحدد مساحة المرمى يسمى خط (مساحة المرمى) علامة من 15 سم طول توضع أمام مركز كل مرمى موازية مع هذه الأخيرة وعلى بعد 4 متر من الجانب الخارجي بخط المرمى الخط المتقطع للرمية الحرة معلم بمسافة تبعد ب 3 متر و 9 متر أمام المرمى والمستمرة مع كل طرف مربع دائرة صاعدة بمرمى خطوط، الخط تقاس ب 15 سم ونفس الشيء بالنسبة للفراغات الفاصلة ب 20 سم.

- علامة 7 أمتار تشكل من خط واحد مسطر أمام المرمى موازي مع خط المرمى على بعد 7 أمتار، خط الوسط يربط بين خطوط التماس في منتصف الطول من كل ناحية ب 3 متر.

- علامة 15 تحدد منطقة التبادل كل الخطوط تنتمي للمساحة التي تحددها، ويبلغ قياسها 5 سم عرضا ويجب أن يتم وضعها جد واضحة.

- بين الأعمدة خط المرمى يوضع بنفس طول الصواعد 8 سم.

**3-6-4- الكرة:**

تصنع بغلاف من الجلد من مادة بلاستيكية أحادية اللون وتحتوي بطبيعة الحال على هوائية من المطاط ويجب أن تكمن مستديرة ولا يجب نفخها كثيرا كما يجب أن يكون سطحها أملس ولا مع.

للرجال الشباب يجب أن يبلغ قياس محيطها ب"58 إلى 60 سم" ووزنها "425 إلى 475 غ"، للرجال الشباب يجب أن يبلغ قياس محيطها ب"54 إلى 56 سم" ووزنها "325 إلى 400 غ".

**3-6-5- اللاعبين:**

الفريق يتكون من 12 لاعب منهم ايطاريين (سبعة لاعبين على الأكثر منهم الحارس يمكنهم التواجد دفعة واحدة على أرضية الملعب)، أما البقية فيكونون احتياطيين على كرسي الاحتياط لا يقبل سوى الاحتياطيين و4 مندوبين رسميين في كرسي الاحتياط.

## 3-7- مكانة كرة اليد في تصنيفات الأنشطة الرياضية:

لقد كان لتعدد أنشطة التربية البدنية والرياضية وتشعبها ما أوجب ظهور من طرق التصنيف CLASSIFICATION، حيث عمد الخبراء إلى إيجاد تصنيفات مختلفة كان هدف معظمها هو محاولة احتواء معظم الأنشطة الرياضية في إطار تصنيف منطقي وفيما يلي نعرض آراء مختلفة لبعض العلماء وبعض الدول حول تصنيف الأنشطة الرياضية ومكانة كرة اليد في هذه التصنيفات.

تصنيف كوديم KODYM للأنشطة الرياضية:

- أنشطة رياضية تتضمن توافقا اليد والعين.
- أنشطة رياضية تتضمن التوافق الكلي للجسم.
- أنشطة رياضية تتضمن الطاقة الكلية للجسم.
- أنشطة رياضية تتضمن لاحتمال الإصابة أو الموت.
- أنشطة رياضية تتضمن توقعا لحركات الغير من الأفراد.

كما صنف تشارلز بوشر كرة اليد ضمن النوع الأول (الألعاب الأولمبية) للأنشطة الرياضية ويشير إلى أن الألعاب تعتبر إحدى المقومات الرئيسية لأي برنامج للتربية البدنية ولذلك كان من واجب مدرس التربية البدنية والرياضية أن يكون ملما إماما تاما بكثير منها، ومن الضروري أن يكون ملما بأهم ملامح الألعاب المختلفة وقوانينها وطرق تنظيمها والفوائد التي تعود على ممارستها كما يجب أن يكون متمتعا بالقدرة على أداء نموذج جيد لمهارات اللعبة لما ذلك من فائدة كبيرة على سرعة تعلم الممارسين.<sup>1</sup>

## 3-8- خصائص لاعب كرة اليد:

ككل نوع من أنواع الرياضة يتميز لاعب كرة اليد بالعديد من الخصائص التي تتناسب مع طبيعة اللاعب وتساهم في إعطاء فعالية أكبر لأداء حركي مميز ومن هذه الخصائص:

## 3-8-1- الخصائص المرفولوجية:

إن أي لعبة سواء كانت لعبة فردية أو جماعية تلعب فيها الخصائص المرفولوجية دورا هاما في تحقيق النتائج أو العكس وتتوقف عليها الكثير من النتائج أو العكس وتتوقف عليها الكثير من النتائج الفرق خاصة إذا تعلق الأمر بالمستوى العالي بحيث أصبح التركيز أكثر فأكثر على الرياضيين ذو القامات الطويلة وكرة اليد مثل أي لعبة أخرى تخضع لنفس التوجه فالطول والوزن وطول الذراعين وحتى بعض المؤشرات الأخرى لها من الإهتمام فلاعب كرة

<sup>1</sup> -كمال عبد الحميد. محمد صبحي حسنين. رباعية كرة اليد الحديثة. مركز الطناب و النشر. القاهرة. مصر. 2001. ص18-20.

اليدين يتميز ببنية قوية وطول قامة معتبرة، كما يتميز كذلك بطول الأطراف وخاصة الذراعين وكذا كتف يد واسعة وسلاميات أصابع طويلة نسبياً والتي تتناسب وطبيعة لعبة كرة اليد.

### 3-8-1-أ- النمط الجسماني:

إن النمط الجسمي أو الجسماني للاعب كرة اليد وهو النمط العضلي الذي يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين مع كبر كف اليد وطول سلاميات الأصابع مما يساعد على السيطرة على الكرة وقوة العضلات تساهم إلى إنتاج قوة التصويب وسرعة التميرير ولأن كرة اليد تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات فإن النمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضة.<sup>1</sup>

### 3-8-1-ب- أولاً: الطول:

يعتبر عامل أساسي ومهم خاصة في الهجوم وتسجيل الأهداف له أثر كبير على الارتقاء وفي الدفاع كذلك (الصد واسترجاع الكرات) ونقصد هنا نماذج للاعبين الفرق المستوى العالي "النخبة" التي يتضح فيها هذه المميزات بصفة كبيرة وبما أن اللاعب يمتاز بالقامة العالية بلا شك أنه يملك ذراعين طويلتين تساعده على تنفيذ تمريرات سريعة ومحكمة والدقة في الأماكن المناسبة.

### 3-8-1-أ- ج ثانياً: الوزن:

إن الوزن عامل مهم جداً في كرة اليد ويظهر ذلك في العلاقة بين وزن الجسم والطول من خلال هذا المؤشر (INDIC).

وزن الجسم \* 1000 / الطول = INDICE DE ROBUSTESSE وكلما كان هذا المؤشر مرتفعاً كلما كان مستوى اللاعب كذلك.

ولكي تحسب الوزن المناسب للاعب عادة أن نطرح 100 من طول اللاعب ونحصل على الوزن وبالتالي نجد أن متوسط الوزن للاعب بالدول الإحدى عشر مناسب بل تميل نوعاً ما إلى خفة اللاعب لصالح سرعة الانطلاق والانتقال خلال التحرك الهجومي والدفاعي.

بمقارنة فترة السبعينات والثمانينات نجد التوجه نحو الاهتمام بعامل الطول حيث نلاحظ تصاعده وتتبعه مناسبة الوزن تساعد في الالتحام والقوة وسرعة الإنجاز.<sup>2</sup>

### 3-8-1-ب المرونة:

<sup>1</sup> - كمال عبد الحميد. زينب فهمي. كرة اليد للناشئين و تلامذة المدارس. دار الفكر العربي. القاهرة. مصر. 1978. ص 25.

<sup>2</sup> - منير جرسى إبراهيم. كرة اليد للجميع. ط 4. دار الفكر العربي. 1994. ص 25.

إن سعة ومدى الحركة لدى لاعبي كرة اليد تكون كبيرة، وخاصة على مستوى الكتف والتي تلعب أهمية كبيرة في جميع أشكال وأنواع التمير، حيث يكون ارتفاع في إمكانيات الأداء الحركي وكذا قوة وسرعة التمير.

### 3-9- الخصائص الرياضية والفيزيولوجية:

اللاعب ذو المستوى العالي (رياضة النخبة) من الجانب الرياضي والفيزيولوجي يتميز بأنه:

- سريع: سرعة تنفيذ كبيرة جدا.

- قدرة امتلاك لاعب كرة اليد للسرعة وقوة تمكنه من أداء تقنية التمير بفاعلية كبيرة.

- قادر على إيجاد مصادر الطاقة التي تسمح له بالمحافظة على قدرته خلال المقابلة وذلك بتأخر ظهور أعراض التعب.

- ممارسة كرة اليد تتطلب من اللاعب قدرات هوائية جيدة.

- بما أن مراحل اللعب في كرة اليد تتميز بالتناوب بين التمرين والراحة (تمارين لا تتعدى عشر ثواني) هذا يتطلب قدرة لا هوائية لا حمضية للاعب.

- لعبة كرة اليد تتطلب قدرات لا هوائية بوجود حمض اللبن ويظهر هذا جليا في بعض مراحل اللعب في مقابلة ما (حيث تكون التمارين بشدة عالية في وقت زمني طويل نسبيا ووقت الراحة قصير جدا).

### 3-10- الصفات الحركية:

إن الصفات الحركية الضرورية لأي لاعب بما فيها كرة اليد حيث تلعب دورا فعلا في الأداء الحركي السليم والصحيح.

- التوازن: ضروري للاعب في كل التحركات والقفزات التي يقوم بها.

- الرشاقة: هي ضرورية في التحكم والتعامل الجيد في الكرة.

- التنسيق: مهم لكل الحركات المركبة والمعقدة.

- التفريق والتمييز بين مختلف الأعضاء: تسمح بأداء حركات دقيقة ومحكمة ومعنى أن يفرق ويميز لاعب كرة اليد ما سيفعله بذراعه.

### 3-11- الخصائص النفسية:

يتميز لاعب المستوى العالي بثلاث صفات نفسية هامة هي:

- المواجهة والمثابرة للانتصار .

يتميز لاعب كرة اليد بحب المواجهة وأخذ المسؤولية وإعطاء كل ما يملك من إمكانيات لتحقيق الانتصار والفوز على المنافس.

- التحكم في كل انفعالاته.

- نظرا لخاصية كرة اليد التي تتميز بالاحتكاك بين اللاعبين فإن ذلك يفرض على اللاعب التحكم في انفعالاته لأن ذلك يجعله أكثر حضوري ذهني وبدني في المقابلة وكذلك التركيز لتحقيق الهدف الجماعي وهو الفوز.

### 3-11-1- الدافعية:

حب الانتصار والفوز يجعل من لاعب كرة اليد أكثر دافعية وتحفز.<sup>1</sup>

ولقد أثبتت الشواهد والبحوث أن اللاعبين الذين يفتقدون إلى السمات الخلقية والإرادية يظهرون بمستوى يقل عن مستوى قدراتهم الحقيقية كما يسجلون نتائج أقل من المستوى في النواحي البدنية والمهارية وكذلك الخطئية.

### 3-11-2- الذكاء :

يقال عادة أن المنافسة الرياضية عبارة عن كفاح بين ذكاء اللاعب وذكاء منافسه ويظهر هذا جليا خلال الألعاب الجماعية، التي تعتمد مواقفها في معظم أوقات المباراة والنجاح فيها يكمل في حسن تصرف اللاعب مع ذاته وزملائه.

جملة هذه الخصائص التي تتميز بها كرة اليد وخصائص اللاعب سواء كانت بدنية أو مرفولوجية أو نفسية تحتم على المدربين الاهتمام بها فيما يخص اختيار اللاعبين التي تتوافق قدراتهم المهارية معا.<sup>2</sup>

### 3-12- دور وأهمية الألعاب الشبه رياضية في كرة اليد:

تعتبر رياضة كرة اليد التي تتسم بالملاحظة المستمرة والتركيز والاستعداد الدائم للتصرف في كل موقف والتي تمتلئ بالتغير المستمر للأحداث الفردية والجماعية واللاعب الحر والمقيد بالإضافة إلى اشتراك المواقف المتغيرة دائما والطموح من أجل تحقيق الفوز والعمل على رفع مستوى الأداء بمثابة أو باعتباره مجال حيوي للغاية، يتم من خلاله تكوين اللاعبين بطريقة اجتماعية تجعلهم يكتسبون خصائص طيبة وشخصية متكاملة.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - منير جرسى إبراهيم. كرة اليد للجميع. المرجع السابق. ص336.

<sup>2</sup> - منير جرسى إبراهيم. كرة اليد للجميع. المرجع نفسه. ص336.

<sup>3</sup> - كمال عبد الحميد. محمد حسن علاوي. الممارسة التطبيقية لكرة اليد. المرجع السابق. ص3.

<sup>4</sup> - كمال عبد الحميد. محمد صبحي حسنين. القياس في كرة اليد. دار الفكر العربي. القاهرة. ص20.

والسعادة هي الدافع الحقيقي للاعبين للمشاركة في الألعاب الشبه رياضية ونحن نكتسب العديد من عناصر رياضة كرة اليد هذه الألعاب الشبه رياضية تنمو لدينا الرغبة في التدريب لتحسين مهارتنا الفنية وقدراتنا الخطئية وكذا قدراتنا البدنية والتي من خلالها أو بدونها لا يمكننا الوصول إلى تحسين هذه المهارات كل ذلك من أجل تحقيق الفوز المرغوب فيه وهو ما يحثنا على تحسين مهارتنا وقدراتنا وإذا بات من الضروري استخدام أسس الألعاب الشبه رياضية بشكل يتناسب مع كل المراحل السنوية ومستوى أداء قدرات اللاعبين.<sup>4</sup>

### 3-13- الأبعاد التربوية لكرة اليد:

نضرا لما توفره كرة اليد من مناخ تربوي سليم للممارسين من الجنسين، لقد أدرجت ضمن منهاج التربية البدنية لجميع مراحل التعليمية، إذ أنها تعتبر منهاج تربوي متكامل يكسب التلميذ من خلال درس التربية الرياضية والنشاط الداخلي والخارجي الكثير من المتطلبات التربوية الجيدة حيث رجع ذلك إلى ما تتضمنه من مكونات هامة لها أبعادها الضرورية لتكوين الشخصية المتكاملة للتلاميذ فهي زاخرة بالسمات الحميدة التي لها انعكاس مباشر على تكوين التربوي للتلاميذ فهي زاخرة بالسمات الحميدة التي لها انعكاس مباشر على التكوين التربوي للتلاميذ فالتعاون والعمل الجماعي وإنكار الذات والقيادة والتبعية والمثابرة والكفاح والمنافسة الشريفة واحترام القانون والقدرة على التصرف والانتماء والابتكار.

تعد صفات وسمات تعمل رياضة كرة اليد على تأكيدها وترسيخها في الممارسين على مختلف مستوياتهم الفنية والتعليمية.<sup>1</sup>

كما تعد رياضة كرة اليد تأكيدا علميا للعلاقات الاجتماعية والإنسانية بين التلاميذ مما يكسبهم كثيرا من القيم الخلقية والتربوية القابلة للانتقال إلى البيئة التي يعيشون فيها.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> - كمال عبد الحميد اسماعيل. محمد صبحي حسنين. المرجع السابق. ص 18.

<sup>2</sup> - كمال عبد الحميد اسماعيل. محمد صبحي حسنين. القياس في كرة اليد. دار الفكر العربي. القاهرة. ص 20.

## خلاصة:

يمكن القول أن كرة اليد التي مرت بتحويلات عدة من نشأتها إلى الآن وهذا من اجل تحسينها وتطويرها كلعبة رياضية مقننة، فكل المراحل التي مرت بها ساعدتها على فرض مكانتها ضمن حضيرة الرياضات وأخذت مكانة مرموقة بينها.

كما أن شعبيتها جعلها محل دراسة للعديد من الباحثين ومحل اهتمام العديد من البلدان لتبنيها ضمن مجالاتها الرياضية، وفي قوانينها وخصوصية لعبها المعروف بالجري وسرعة التنقل حيث أصبحت منتشرة في أغلبية بلدان العالم، ولاقت إقبالا جماهيريا كثيرا عليها، كما أنها أخذت مكان أولي من حيث التتويجات والاهتمام.





## الفصل الرابع

منهية البحث وإجراءاته الميدانية

**تمهيد:**

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناول الرصيد المعرفي الخاص بموضوع بحثنا و الذي احتوى على

ثلاثة فصول و هي على الترتيب :

\* شخصية المدرب.

\* تماسك الفريق.

\* كرة اليد.

سنحاول الإنتقال إلى الجانب التطبيقي (الميداني) قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية، حتى نوفي

المنهجية العلمية حقها، وكذا نحقق المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السالفة الذكر، ويتم ذلك

عن طريق تحليل ومناقشة نتائج الإستبيان، الذي وجهناه إلى لاعبي ومدربي الرابطة الولائية لكرة اليد بالبويرة.

#### 4- منهج الدراسة:

بناء على طبيعة ونوعية الموضوع الذي اخترناه للدراسة قمنا باستعمال المنهج الوصفي.

#### 4-1- تعريف المنهج الوصفي:

يعرف المنهج الوصفي على أنه عبارة عن مسح شامل للظواهر الموجودة في جماعة معينة وفي مكان وعين ووقت محدد، بحيث يحاول الباحث كشف ووصف الأوضاع القائمة والاستعانة بما يصل إليه في التخطيط للمستقبل.<sup>1</sup>

كما انه يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما خاصة في مجال التربية النفسية والاجتماعية ، والرياضية ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره.<sup>2</sup>

#### 4-2- متغيرات البحث :

من خلال بحثنا هذا هناك متغيرين اثنين أحدهما مستقل والآخر تابع.

#### - المتغير المستقل :

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.<sup>3</sup>

- تحديد المتغير المستقل : ويتمثل في أهمية شخصية المدرب.

#### - المتغير التابع :

يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه

كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع.<sup>4</sup>

- تحديد المتغير التابع : يتمثل في تماسك الفريق.

#### 4-3- مجتمع البحث :

من الناحية الاصطلاحية : هو تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة: مدارس،

فرق، تلاميذ، سكان أو أي وحدات أخرى.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> - محمد ريان عمر. البحث العلمي (مناهجه و تقنياته). ديوان المطبوعات الجامعية. القاهرة. سنة 1993 ص113.

<sup>2</sup> - اخلاص محمد عبد الحميد. مصطفى حسين باهر. طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي في المجالات التربوية و النفسية و الرياضية. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 2000. ص83.

<sup>3</sup> -ناصر ثابت. أضواء على الدراسة الميدانية. مكتبة الفلاح. الكويت. 1984. ط1. ص58.

<sup>4</sup> -محمد حسن علاوي. أسامة كامل راتب. البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس. دار الفكر العربي. القاهرة. 1999. ص219.

<sup>5</sup> -محمد نصر الدين رضوان. الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية. دار الفكر العربي. القاهرة. 2003. ص14.

وهي كذلك مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها البحث أو التقصي.<sup>1</sup>

مجتمع البحث : 10 أندية من الرابطة الولائية لكرة اليد البويرة.

#### 4-4- عينه البحث:

تعتبر العينة جزء من المجتمع الإحصائي ويجب اختيار العينة بدقة حيث تمثل أحسن تمثيل للمجتمع الإحصائي.  
- طريقة اختيار العينة:

اعتمدنا في اختيار عينة البحث على الطريقة الاجتماعية العشوائية.

حيث قمنا باختيار 04 فرق ومن كل فريق اخترنا 10 لاعبين ومدرب.

#### 4-5- مجالات البحث:

##### 4-5-1- المجال الزمني: يمكن تقيمه إلى ثلاث مراحل:

• المرحلة الأولى : تم فيها تحديد موضوع البحث وصياغة الإشكالية وفرضيات البحث وهذا امتد من ديسمبر إلى جانفي 2015.

• المرحلة الثانية : تم فيها جمع مفاهيم البحث ووضع جميع الدراسات السابقة لتدعيم الفرضيات ووضع الفصول وتم ذلك بين فيفري ومارس 2015.

• المرحلة الثالثة : تم فيها صياغة الاستبيان و توزيع الاستبيان و إعطاء التوضيحات اللازمة ثم قمنا باسترجاعها للقيام بالمعالجة الإحصائية وتم ذلك بين أفريل إلى غاية ماي 2015.

##### 4-5-2- المجال المكاني: تم توزيع الاستبيان على اللاعبين في الأندية الرياضية المختلفة.

\* فريق آمال عين بسام (AABessm)

\* فريق المجمع الرياضي لسور الغزلان (GSSGhozlane )

\* فريق أولمبي سور الغزلان (OSGhozlan)

\* فريق الوفاق الرياضي للأخضرية (ESLakhdaria)

<sup>1</sup> -موريس أنجرس. منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية. ترجمة بوزيد صحراوي و اخرون. دار القصة للنشر. الجزائر. 2004. ص67.

## 4-5-3- المجال البشري :

لقد قمنا بتوزيع الإستبيان على عدد 10 لاعبين و 4 مدربين للفرق الأربعة، حيث كانت العينة متمثلة في 40 لاعبا و 4 مدربين.

## 4-6- أدوات البحث :

## 4-6-1- الإستبيان :

هو وسيلة لجمع البيانات والمعلومات في ميدان العلاقات الإنسانية لكثف الرأي، القيم، السلوك والاستقرارات. وهو كذلك عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبطة بطريقة منهجية ويعرفها (gravity.m) الاستبيان على أنه وسيلة اتصال أساسية بين الباحث والمبحوث.<sup>1</sup>

## 4-6-1- المقابلة:

وهي من أهم وسائل دراسة الشخصية ومن أشهر أساليب تقييمها المستخدمة حاليا، ويمكن الاعتماد عليها لجمع المعلومات اللازمة على المبحوث، وتختلف أساليب المقابلة فيما بينها بشكل كبير فهناك المقابلة الحرة التي يترك فيها للمفحوص التحدث عن أي شيء يرغب فيها توجيه مجموعة معينة من الأسئلة التي سبق إعدادها إعدادا جيدا

وتتيح المقابلة التعرف على عدد كبير من صفات المبحوث، مثل تحديد مستوى القلق أو التوتر لديه.<sup>2</sup>

## • نوع الأسئلة :

- الأسئلة المغلقة : هي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجاباته مسبقا و غالبا ما تكون ب: نعم و لا.

- الأسئلة نصف مفتوحة : يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي الإجابة فيه مقيدة نعم أو لا.

و النصف الثاني تكون فيه الحرية للمستجوب للإدلاء برأيه الخاص.

- الأسئلة متعددة الأجوبة : و هي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة و يختار المجيب الذي يراه مناسبا.<sup>3</sup>

## 4-7- ضبط الشروط العلمية للأدات :

## - الصدق و الموضوعية :

<sup>1</sup>- GRAVITY.M: : *Méthode des sciences sociales*. édition DLLOZ. Paris 1984 , p 149.

<sup>2</sup>- رمضان محمد القافي الشخصية (نظراتها ، واختياراتها وأساليب قياسها)، يغازي لبيبا، سنة 1993 ، ص 275.

<sup>3</sup>- اخلاص محمد عبد الحميد. مصطفى حسين باهر. طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي في المجالات التربوية و النفسية و الرياضية. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 2000. ص 83.

لقد عرضنا استمارة الاستبيان قبل تقديمها الى العينة التي خصصناها للاعبين و المدربين للجنة التحكيم و التي تضم أساتذة مختصين في هذا المجال و هذا من أجل عرض الأخطاء و تصحيحها لكي يكون الاستبيان مبني على أسس علمية و هي الصدق و تعني مصداقية الأسئلة، و الموضوعية و تعني الوضوح و الدقة.

#### - الأساتذة المحكمين للإستبيان :

- الأستاذ حاج أحمد، أستاذ مساعد قسم أ.
- الأستاذ تسموقة أرزقي، أستاذ مساعد ماجستير.
- الأستاذ لونس عبد الله، أستاذ محاضر.

#### 4-8- وسائل جمع المعلومات و البيانات :

##### - وسائل جمع المعلومات :

- المصادر و المراجع : القرآن الكريم، كتب، قواميس.
- الدراسات السابقة (مذكرات).
- الشبكة الدولية للإنترنت.

##### - وسائل جمع البيانات :

- الإستبيان.
- المقابلة

#### 4-9- الوسائل الإحصائية :

لا يمكن لأي بحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم سواء كانت اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية وغيرها من الدراسات، حيث أن الوسائل الإحصائية هي التي تمد بالوصف الموضوعي الدقيق فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظة لوحدها، لكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج الصحيحة والصادقة، كما تهدف الوسائل الإحصائية إلى محاولة التوصل إلى المؤشرات كمية دالة تساعد الباحث على التحليل والتفسير الموضوعي للنتائج والحكم عليها، كما تمكننا من تصنيف التي تجمع وتترجم بموضوعية.<sup>(1)</sup>

<sup>(1)</sup> محمد السيد- الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية- دار النهضة العربية- ط2- مصر: 1970 ص74.

❖ النسبة المؤوية:

قمنا باستخدام قانون النسبة المؤوية لتحليل النتائج في جميع النقاط المتحصل عليها وذلك بعد جمع تكرارات كل منها، حيث تم حساب النسبة المؤوية بالطريقة الثلاثية كالتالي:<sup>1</sup>

س: تمثل عدد التكرارات  
ع: المجموع الكلي

$$\frac{100 \times \text{س}}{\text{ع}} = \text{النسبة المؤوية}$$

❖ اختبار كا<sup>2</sup> (كاف تربيع):

يسمى باختبار التطبيقي النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يقوم الحصول عليها، كما يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء المقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه، ذلك بمقارنة التكرارات الحقيقية المشاهدة والتكرارات المتوقعة: ويتم حساب الاختبار من خلال العلاقة التالية:<sup>2</sup>

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموعة التكرارات مشاهدة} - \text{التكرارات المتوقعة}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

❖ مستوى الدلالة التي تساوي 0,05.

❖ درجة الحرية تحسب بالعلاقة التالية:

$$\text{عدد الاحتمالات} - 1$$

لحساب التكرارات المتوقعة نقوم بإتباع المعادلة التالية:

$$\frac{\text{العينة}}{\text{عدد الاحتمالات}} = \text{التكرارات المتوقعة}$$

❖ مثال تطبيقي لحساب كاف تربيع:

لدينا عينة تتكون من 10 لاعبين.

<sup>1</sup> -معين امين السيد-المعين في الاحصاء-دار العلوم لنسر والتوزيع-الجزائر : 1998 ص34.

<sup>2</sup> -فريد كمال ابو زيد وعبد الحفيظ الشايب-منهاج البحث العلمي للاحصاء - دار المسيرة-الاردن: 2006 ص213.



السؤال الأول: هل ترى أن ثقة اللاعب بنفسه ترفع من أدائه خلال المنافسة؟

الإيجابية	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
نعم	09	90	6.4	3.84	01	0.05	دالة
لا	01	10					
المجموع	10	100					

الجدول رقم 01: تحليل نتائج الإجابة على السؤال رقم 01.

كيفية حساب اختبار كا<sup>2</sup> :

لدينا إجابات اللاعبين: 9 إجابيات نعم . إيجابية واحدة لا

تعتبر 09 و 01 التكرارات الملاحظة أو المشاهدة ولحساب التكرارات المتوقعة نقوم بالقسمة على أفراد العينة

(10) على عدد الاحتمالات (2) إي: 05=02/10

التكرارات المتوقعة هي: 05

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع التكرارات مشاهدة} - \text{التكرارات المتوقعة}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

$3.2 = \frac{16}{5} = \frac{1-5)}{5} = \text{كا}^2$	$3.2 = \frac{16}{5} = \frac{^2(5-9)}{5} = \text{كا}^2$
---	--

ومنه كا<sup>2</sup> = 6.4 وتعتبر هي كاف المحسوبة.

- مستوى الدلالة : 0.05.

- درجة الحرية تساوي ك عدد الاحتمالات -1 ولدينا 1=1-2 إي درجة الحرية تساوي 1.

- كاف الجدولة تساوي 3.84.

- عندما تكون قيمة كاف تربيع المحسوبة اكبر من كاف تربيع الجدولة نقول بان الدالة إحصائية.

## خلاصة :

يعتبر هذا الفصل بمثابة فصل تمهيدي للمرحلة التطبيقية الذي يعدنا للشرع في انجاز التحاليل والمناقشات والاستنتاجات ويهيئنا بواسطة المعطيات المذكورة في البداية للدخول في المرحلة القادمة لمعلومات مسبقة، و لازمة في هذا الميدان، حيث وضعنا في مستهله المنهج المتبع في هذا الموضوع ووصفنا أدوات وتقنيات البحث وكيفية اختيار العينة و مجالات البحث و الوسائل الإحصائية.

## الفصل الخامس

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

**تمهيد:**

كل بحث يبدأ بمشكلة، ثم جمع المعلومات النظرية لتحليل البيانات وأخيراً ترجمة أو مناقشة النتائج التي تم الحصول عليها من خلال الدراسة الميدانية. إن هذه العملية هي التي تقود أي باحث في أي تخصص كان إلى تحقيق أهداف البحث التي تمّ تسطيرها مسبقاً، وبالتالي استخلاص النتائج ووضع النظريات العلمية، ونحن في هذا الفصل سنعمل على عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي يمكننا الوصول إليها من خلال استعمالنا الاستبيان مع اللاعبين والمقابلة مع المدربين.

5-1- عرض و تحليل النتائج :

5-1-1- استبيان اللاعبين:

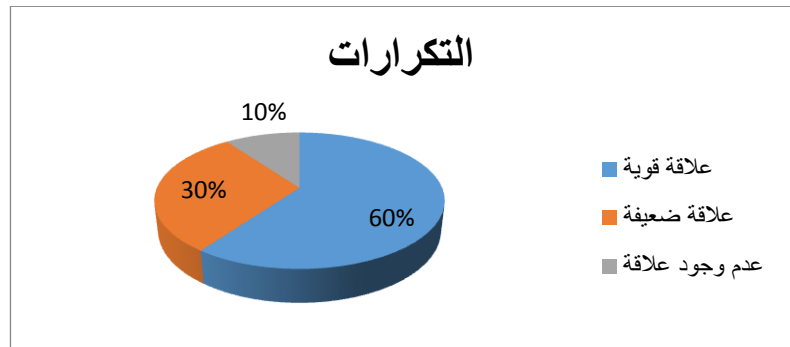
- السؤال الأول: ما هي درجة العلاقة بين معظم أفراد فريقك بعضهم البعض الآخر؟

- الغرض من السؤال : معرفة درجة العلاقة بين معظم أفراد الفريق.

- الجدول رقم 1: يمثل معرفة درجة العلاقة بين معظم أفراد الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
علاقة قوية	24	%60	15.20	5.99	0.05	2	دال
علاقة ضعيفة	12	%30					
عدم وجود علاقة	04	%10					
المجموع	40	%100					

- الشكل رقم 1: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 1.



- العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (1) يتضح لنا أن الإجابة ب (علاقة قوية ) احتلت المرتبة الأولى بنسبة %60, أي أنه توجد علاقة قوية بين معظم أفراد الفريق، أما المرتبة الثانية فقد تمثلت بالإجابة (علاقة ضعيفة) بنسبة %30 وفي الأخير الإجابة بعدم وجود علاقة بنسبة %10.

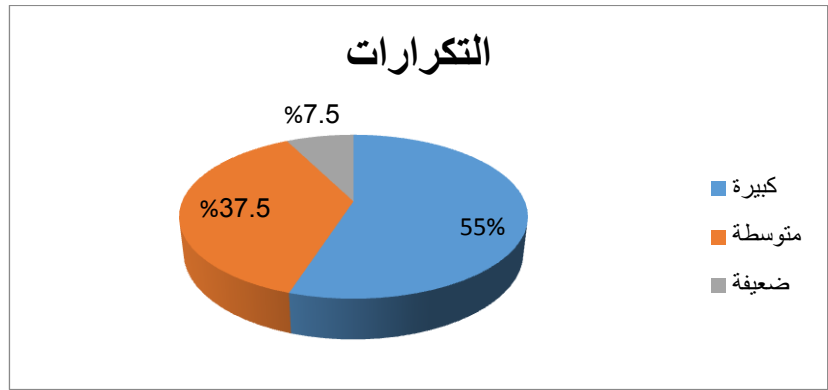
من خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (15.20) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة (5.99)، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2).

الإستنتاج : نستنتج أن درجة العلاقة بين معظم أفراد الفريق هي علاقة قوية.

- السؤال الثاني : ما مدى تقييمك لقيمة عضويتك في الفريق ؟
- الغرض من السؤال : معرفة قيمة عضوية اللاعب في الفريق.
- الجدول رقم 2: يمثل معرفة قيمة عضوية اللاعب في الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
كبيرة	22	%55	13.85	5.99	0.05	2	دال
متوسطة	15	%37.5					
ضعيفة	3	%7.5					
المجموع	40	%100					

-الشكل رقم 2: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 2.



-العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (2) يتضح لنا أن الإجابة ب قيمة كبيرة احتلت المرتبة الأولى بنسبة (55%)، أي أنه توجد قيمة عضوية كبيرة في الفريق، أما المرتبة الثانية فمثلت الإجابة ب قيمة متوسطة مثلت بنسبة (37.5%)، وفي الأخير الإجابة ب أنها قيمة ضعيفة مثلت بنسبة (7.5%).

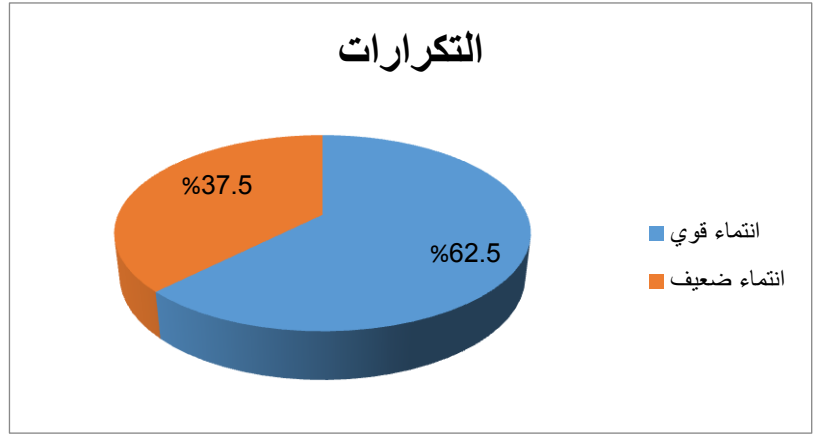
من خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (13.85) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> المجدولة (5.99)، أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2.

الإستنتاج : نستنتج أن قيمة عضوية اللاعب في الفريق هي قيمة كبيرة.

- **السؤال الثالث :** ما إحساسك بالانتماء لعضوية الفريق ؟
- **الغرض من السؤال :** معرفة نوع انتماء اللاعب لعضوية الفريق.
- **الجدول رقم 3:** يمثل نوع انتماء اللاعب لعضوية الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
انتماء قوي	25	%62.5	2.5	3.84	0.05	1	غير دال
انتماء ضعيف	15	%37.5					
المجموع	40	%100					

- **الشكل رقم 3:** الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 3.



- **العرض و التحليل:**

من خلال الجدول رقم (3) يتبين لنا أن الإجابة من طرف أفراد العينة ب انتماء قوي جاء في المرتبة الأولى بنسبة (%62.5)، أي أنه يوجد انتماء قوي للاعب في عضوية الفريق، وهناك فئة قليلة وصفته بأنه انتماء ضعيف حيث جاءوا في المرتبة الثانية بنسبة (%37.5).

من خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (2.5) أصغر من ك<sup>2</sup> المجدولة (3.84)، أي أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية (غير دال) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1.

**الإستنتاج :** نستنتج أن نوع انتماء اللاعب لعضوية الفريق هو إنتماء قوي.

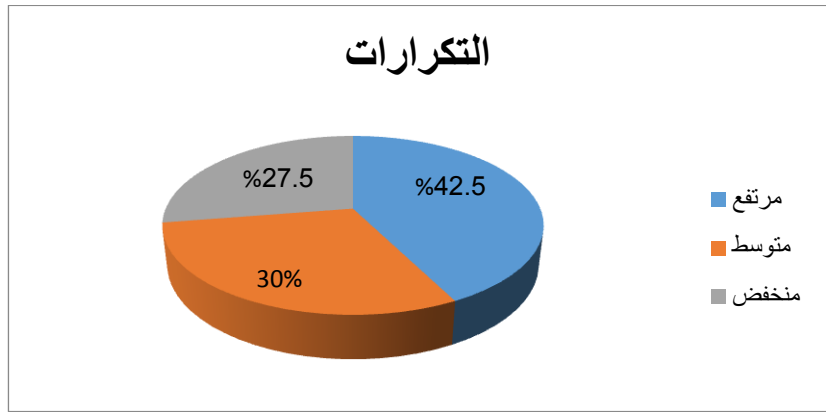
- السؤال الرابع : ما هو تقييمك لمدى التقارب والانسجام داخل الفريق؟

- الغرض من السؤال : بيان مدى تقارب والانسجام داخل الفريق.

- الجدول رقم 4: يمثل بيان مدى تقارب والانسجام داخل الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
مرتفع	17	%42.5	1.54	5.99	0.05	2	غير دال
متوسط	12	%30					
منخفض	11	%27.5					
المجموع	40	%100					

- الشكل رقم 4: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 4.



- العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (4) يتبين لنا أن الإجابة من طرف أفراد الفريق بأن التقارب و الانسجام مرتفع جاء في المرتبة الأولى بنسبة (%42.5)، أي أن هناك ارتفاع في مدى التقارب و الانسجام داخل الفريق، أما في المرتبة الثانية جاءت الإجابة ب متوسط بنسبة (%30)، وفي الأخير كانت الإجابة بأنه منخفض بنسبة (%27.5) .

من خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (1.54) أصغر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة (5.99)، أي أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية (غير دال) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2.

الإستنتاج : نستنتج أن تقييم اللاعبين لمدى التقارب والانسجام داخل الفريق مرتفع.



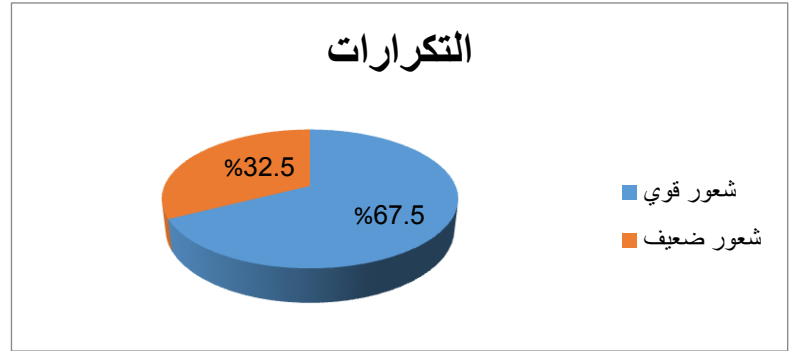
- السؤال الخامس : ما الشعور بين أفراد فريقك بنجاحهم ؟

- الغرض من السؤال : معرفة نوع الشعور بين أفراد الفريق أثناء نجاحهم.

- الجدول رقم 5 : يمثل معرفة نوع الشعور بين أفراد الفريق أثناء نجاحهم.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
شعور قوي	27	%67.5	4.9	3.84	0.05	1	دال
شعور ضعيف	13	%32.5					
المجموع	40	%100					

- الشكل رقم 5: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 5.



- العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (5) يتضح لنا أن الإجابة ب شعور قوي من طرف أفراد العينة احتلت المرتبة الأولى بنسبة (%67.5)، أي أنه يوجد شعورا قويا لدى أفراد الفريق بنجاحهم، أما المرتبة الثانية فتمثلت بالإجابة بشعور ضعيف بنسبة %23.5.

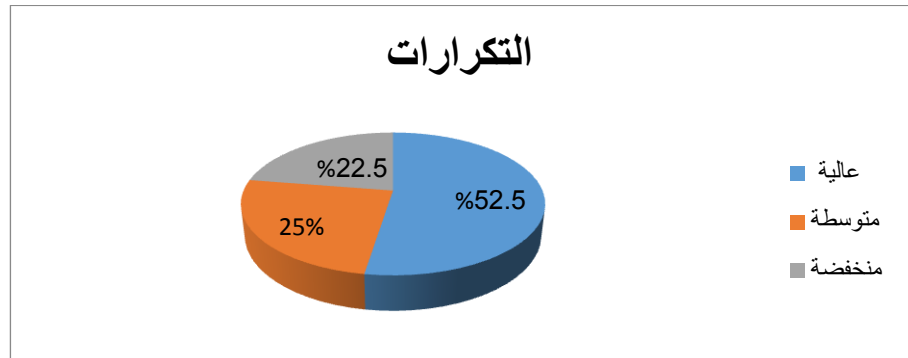
من خلال ما سبق نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة (4.9) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة (3.84)، أي أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية (دال) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1.

الإستنتاج : نستنتج أن نوع الشعور بين أفراد الفريق أثناء نجاحهم هو شعور قوي.

- السؤال السادس : كيف هو رأيك في القيادة الفنية (المدرّب) في فريقك ؟
- الغرض من السؤال : معرفة مدى توافر القيادة الفنية الفاعلة في الفريق.
- الجدول رقم 6: يمثل معرفة مدى توافر القيادة الفنية الفاعلة في الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
عالية	21	%52.5	6.65	5.99	0.05	2	دال
متوسطة	10	%25					
منخفضة	9	%22.5					
المجموع	40	%100					

-الشكل رقم 6: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 6.



-العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (6) يتبين أن الإجابة من طرف أفراد العينة كانت (عالية) في المرتبة الأولى بنسبة (%52.5)، أي أن توافر القيادة الفنية الفاعلة في الفريق عالية، أما في المرتبة الثانية كانت الإجابة بمتوسطة فتمثلت نسبتها ب (%25)، وفي الأخير كانت الإجابة بمنخفضة بنسبة (%22.5).

من خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (6.65) أكبر من ك<sup>2</sup> الجدولة (5.99) أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (دال) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2.

الإستنتاج : رأي اللاعبين في القيادة الفنية (المدرّب) في فريقهم هي قيادة فنية عالية.

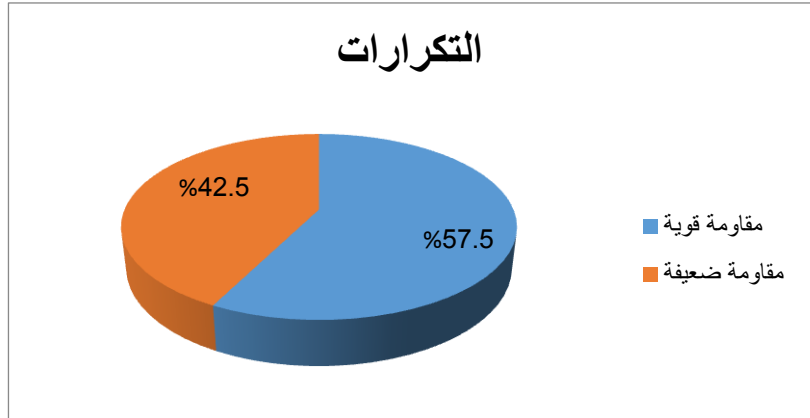
-السؤال السابع : ما مدى مقاومة معظم أعضاء الفريق للقوى المنافسة للفريق ؟

- الغرض من السؤال : ما مقاومة أعضاء الفريق للعراقيل الخارجية.

- الجدول رقم 7: يمثل مقاومة أعضاء الفريق للعراقيل الخارجية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
مقاومة قوية	23	%57.5	0.9	3.84	0.05	1	غير دال
مقاومة ضعيفة	17	%42.5					
المجموع	40	%100					

-الشكل رقم 7: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 7.



-العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (7) يتضح لنا أن إجابة أفراد العينة بمقاومة قوية جاءت في المرتبة الأولى بنسبة (%57.5) , أي أن هناك مقاومة معظم أفراد الفريق للقوى المنافسة، أما في المرتبة الثانية كانت إجابتهم بأنها مقاومة ضعيفة فتمثلت بنسبة (%42.5).

من خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (0.9) أصغر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة (3.84) أي أن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية (غير دال) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1.

الإستنتاج : يتضح لنا أن مقاومة أعضاء الفريق للعراقيل الخارجية هي مقاومة قوية.

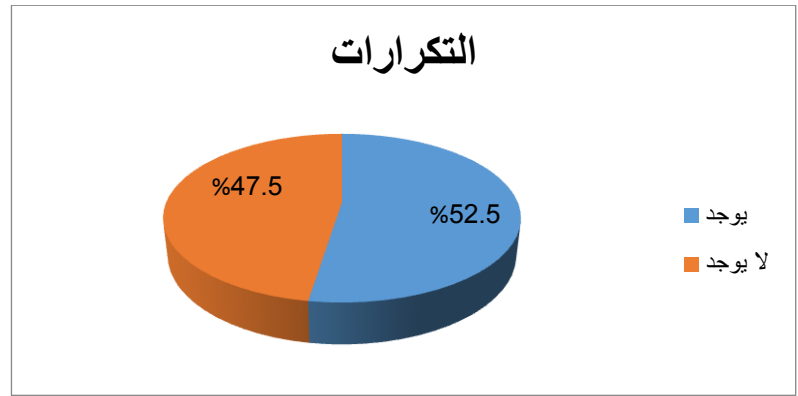
-السؤال الثامن: هل يوجد تماسك الفريق خلال الأزمات (كالهزائم مثلا)؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى تماسك الفريق خلال الأزمات التي تواجهها.

- الجدول رقم 8: يمثل مدى تماسك الفريق خلال الأزمات التي تواجهها.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك <sup>2</sup> المحسوبة	ك <sup>2</sup> المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
يوجد	21	%52.5	0.1	3.84	0.05	1	غير دال
لا يوجد	19	%47.5					
المجموع	40	%100					

-الشكل رقم 8: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 8.



-العرض و التحليل:

من خلال الجدول رقم (8) يتضح لنا أن الإجابة من طرف أفراد العينة كانت بتواجد التماسك حيث احتلت المرتبة الأولى بنسبة (%52.5) أي أنه يوجد تماسك في الفريق خلال الأزمات مثل الهزائم...الخ، أما في المرتبة الثانية أجابوا بقية أفراد العينة أنه لا يوجد تماسك فتمثلت نسبته (%47.5).

من خلال ما سبق وذكرناه نجد أن ك<sup>2</sup> المحسوبة (0.1) أصغر من ك<sup>2</sup> المجدولة (3.84)، أي أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية (غير دال)، عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 1.

الإستنتاج: يتضح لنا أنه يوجد تماسك للفريق خلال الأزمات (كالهزائم مثلا).

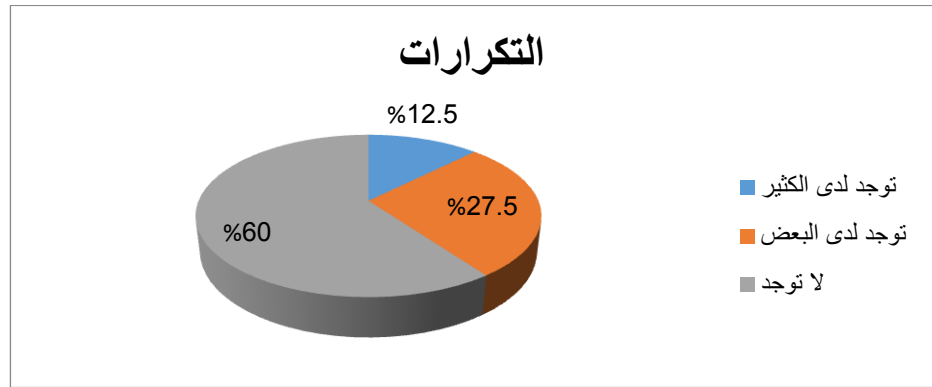
- السؤال التاسع: هل لدى بعض أعضاء الفريق رغبة في مغادرة الفريق؟

- الغرض من السؤال : معرفة هل هناك رغبة لبعض أعضاء الفريق في المغادرة.

- الجدول رقم 09: يمثل معرفة رغبة بعض أعضاء الفريق في المغادرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
توجد لدى الكثير	5	%12.5	14.15	5.99	0.05	2	دال
توجد لدى البعض	11	%27.5					
لا توجد	24	%60					
المجموع	40	%100					

- الشكل رقم 9: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 9.



- العرض و التحليل :

من خلال الجدول رقم (9) نتباين أن الإجابة من طرف أفراد العينة بأنها توجد لدى الكثير شكلت نسبة صغيرة قدرت قدرت ب (12.5%)، وأجاب باقية بعض أفراد العينة بأنها توجد لدى البعض فتمثلت نسبته ب(27.5%)، أما في المرتبة الأولى فتمثلت في إجابة باقية أفراد العينة ب لا توجد فشكلت نسبة كبيرة قدرت ب 60% أي أنه لا توجد رغبة لدى بعض أفراد الفريق في المغادرة.

ومن خلال ما سبق نجد أن قيمة ك<sup>2</sup> المحسوبة (14.15) أكبر من قيمة ك<sup>2</sup> الجدولة (5.99) أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية (دال) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2.

الإستنتاج : نستنتج أنه لا توجد هناك رغبة كبيرة من بعض أعضاء الفريق في المغادرة.

**5-1-2- المقابلة المباشرة :****- السؤال الأول : اختبار حب العمل :**

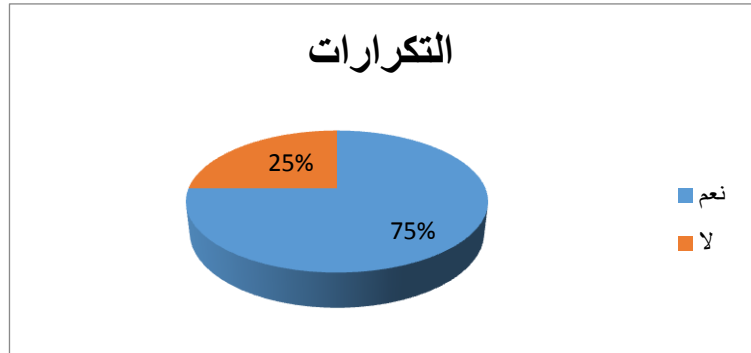
أثناء العمل (التدريب)، هل تفضل القيام بعدد كبير من المهام بدلا من التخصص في مجال واحد؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى حب المدرب للعمل متعدد المهام أو الاقتصار في تخصص واحد.

الجدول رقم 10: يمثل معرفة مدى حب المدرب للعمل متعدد المهام أو الاقتصار في تخصص واحد.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	03	75
لا	01	25
المجموع	04	100

- الشكل رقم 10: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 10.



- العرض و التحليل:

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 10 و الشكل رقم 10 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 75% يفضلون القيام بعدد كبير من المهام بدلا من التخصص في مجال واحد و بنسبة 25% لا يفضلون ذلك.

الإستنتاج: يتضح لنا أن المدربين يفضلون أثناء العمل (التدريب) القيام بعدد كبير من المهام بدلا من التخصص في مجال واحد.

**- السؤال الثاني: اختبار البساطة :**

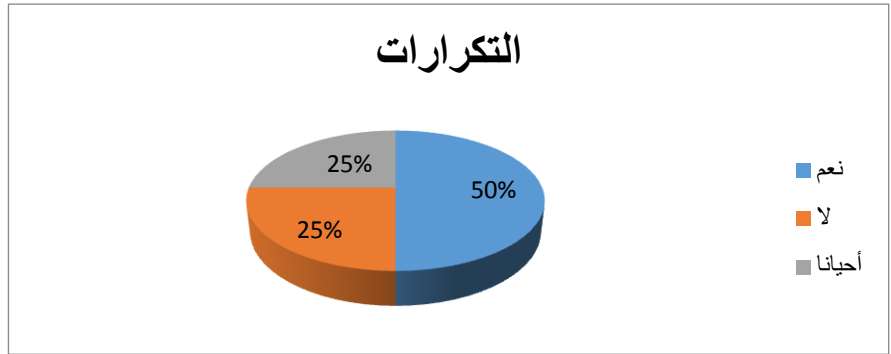
هل تقوم بحركات بيدك عندما تتكلم مع اللاعبين؟

**- الغرض من السؤال :** معرفة ما إذا كان المدرب بسيط في مخاطبة اللاعبين.

**الجدول رقم 11:** يمثل معرفة ما إذا كان المدرب بسيط في مخاطبة اللاعبين.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
50%	03	نعم
25%	01	لا
25%	1	أحيانا
100%	04	المجموع

**- الشكل رقم 11:** الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 11.



**- العرض و التحليل:**

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 11 و الشكل رقم 11 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 50% يقومون بحركات بأيديهم عندما يتكلمون مع اللاعبين و بنسبة 25% أحيانا فقط أما نسبة 25% فلا يقومون بحركات بأيديهم عندما يتكلمون مع اللاعبين.

**الإستنتاج :** نستنتج أن المدربين يقومون بحركات بأيديهم عندما يتكلمون مع اللاعبين.

- السؤال الثالث: اختبار السيطرة على النفس :

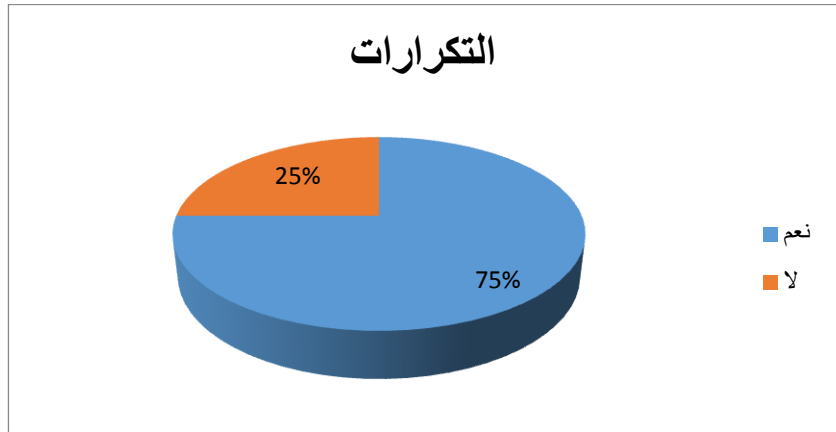
هل تعلمت قبول الهزيمة أحيانا دون مرارة كبيرة؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى سيطرة المدرب على نفسه أثناء الهزيمة.

الجدول رقم 12: معرفة مدى سيطرة المدرب على نفسه أثناء الهزيمة.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
75%	3	نعم
25%	1	لا
100%	4	المجموع

- الشكل رقم 12: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 12.



- العرض و التحليل:

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 3 و الشكل رقم 3 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 75% يتقبلون الهزيمة دون مرارة كبيرة و بروح رياضية و بنسبة 25% لا يتقبلونها و يشعرون بمرارة كبيرة.

الإستنتاج : نستنتج أن المدربين تعلموا قبول الهزيمة أحيانا دون مرارة و نرفزة كبيرة.



- السؤال الرابع: اختبار السيطرة على الأعصاب :

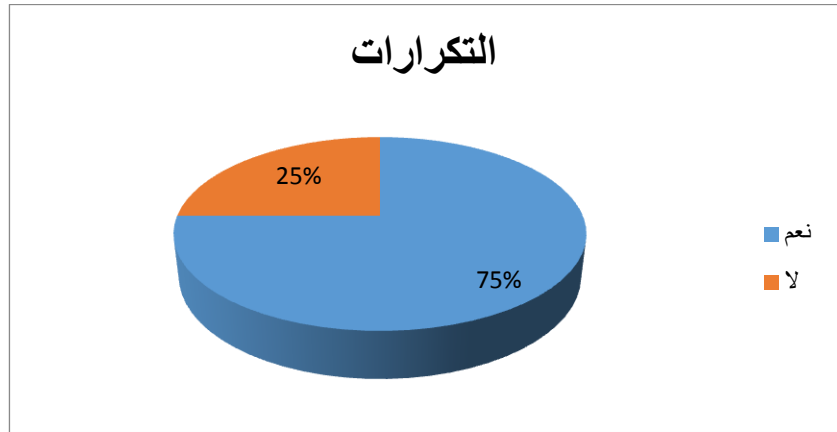
هل تستطيع السيطرة على نفسك عند الغضب والانفعال؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى قدرة المدرب السيطرة على أعصابه.

الجدول رقم 13 : يمثل معرفة مدى قدرة المدرب السيطرة على أعصابه.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
75%	3	نعم
25%	1	لا
100%	4	المجموع

- الشكل رقم 13: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 13.



- العرض و التحليل:

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 13 و الشكل رقم 13 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 75% يسيطرون على أعصابهم عند الغضب و بنسبة 25% لا يسيطرون على أعصابهم و هم سريعو الإنفعال و الغضب.

الإستنتاج : نستنتج أن جل المدربين يستطيعون السيطرة على أنفسهم عند الغضب والانفعال.

**- السؤال الخامس: اختبار العدوانية :**

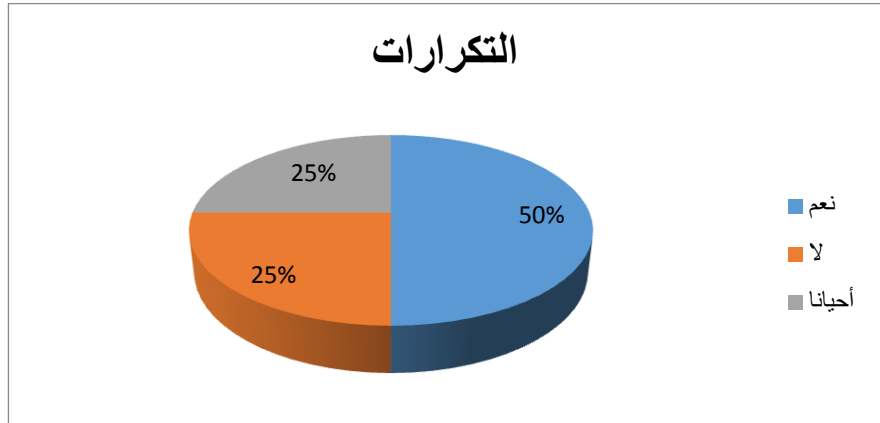
هل تصرخ في وجه اللاعب عندما تختلف معه؟

**- الغرض من السؤال :** معرفة مدى عدوانية المدرب في التعامل مع اللاعبين.

**الجدول رقم 14:** يمثل معرفة مدى عدوانية المدرب في التعامل مع اللاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	2	50%
لا	1	25%
أحيانا	1	25%
المجموع	4	100%

**- الشكل رقم 14:** الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 14.



**- العرض و التحليل:**

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 14 و الشكل رقم 14 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 50% يصرخون في وجه اللاعب عندما يختلفون معه و بنسبة 25% لا يصرخون و كذلك نسبة 25% يصرخون أحيانا أو عندما تقتضي الضرورة.

**الإستنتاج :** نستنتج أن جل المدربين يصرخون في وجه اللاعب عندما يختلفون معه و ذلك لفرض الإنضباط.

**السؤال السادس: اختبار الشجاعة :**

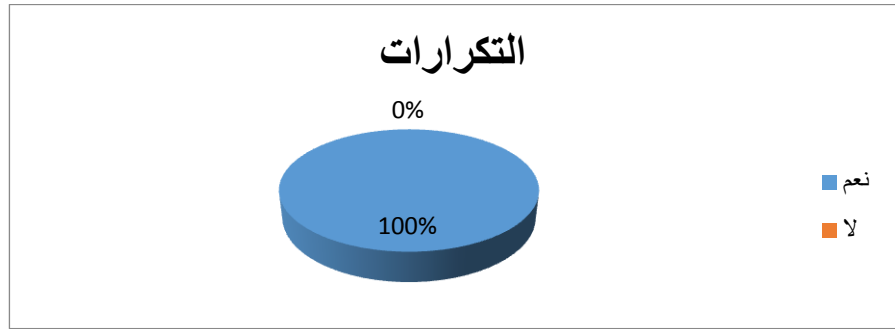
هل تساعد اللاعبين في حالة تعرضهم للهجوم أو النقد؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى شجاعة المدرب في مساعدة اللاعبين في حال تعرضهم للنقد.

الجدول رقم 15: يمثل معرفة مدى شجاعة المدرب في مساعدة اللاعبين في حال تعرضهم للنقد.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	04	%100
لا	00	%00
المجموع	04	%100

- الشكل رقم 15: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 15.



- العرض و التحليل:

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 15 و الشكل رقم 15 يتبين لنا أن جل المدربين بنسبة %100 يساعدون اللاعبين في حال تعرضهم للنقد أما نسبة %00 فلا يساعدون اللاعبين في حال تعرضهم للنقد.

الإستنتاج : نستنتج أن كل المدربين و بدون إستثناء يقدمون المساعدة اللازمة للاعبين في حال تعرضهم للنقد أو الهجوم.

- السؤال السابع: اختبار القدرة على اتخاذ القرار:

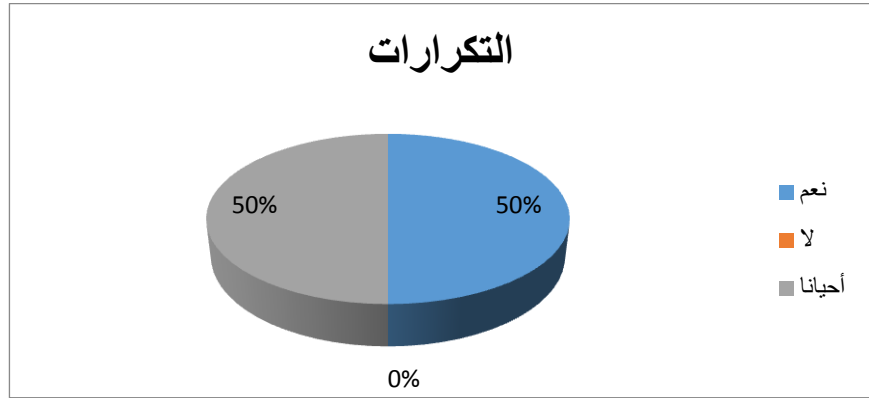
طلب منك أحد أعضاء الفريق نصيحة هل تقدمها ؟

- الغرض من السؤال : معرفة قدرة المدرب في اتخاذ القرار.

الجدول رقم 16: يمثل معرفة قدرة المدرب في اتخاذ القرار.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
50%	2	نعم
0%	0	لا
50%	2	أحيانا
100%	4	المجموع

- الشكل رقم 16: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 16.



- العرض و التحليل:

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 16 و الشكل رقم 16 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 50% يقدمون النصائح للأعضاء الفريق و بنسبة 50% يقدمون النصائح أحيانا أما نسبة 0% فلا يقدمون النصائح.

الإستنتاج : نستنتج أن المدربين لا يبخلون في تقديم النصيحة إذا طلبها منهم أحد أعضاء الفريق.

- السؤال الثامن: اختبار القلق :

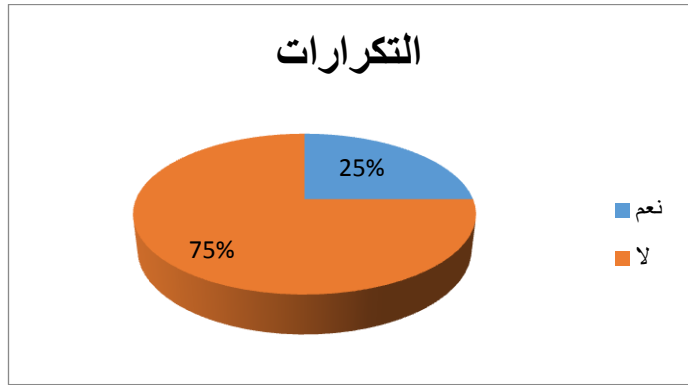
هل أنت متشائم أكثر من كونك متفائل؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى قلق المدرب انطلاقا من التشاؤم والتفاعل.

الجدول رقم 17: يمثل معرفة مدى قلق المدرب انطلاقا من التشاؤم والتفاعل.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	1	%01
لا	3	%75
المجموع	4	%100

- الشكل رقم 17: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 17.



- العرض و التحليل:

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 17 و الشكل رقم 17 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة %75 متفائلون أكثر من ما هم متشائمون أما نسبة %25 فهم أكثر تشائما.

الإستنتاج : نستنتج أن العدد الأكبر من المدربين متفائل و غير متشائم.

- السؤال التاسع: اختبار حب النفس :

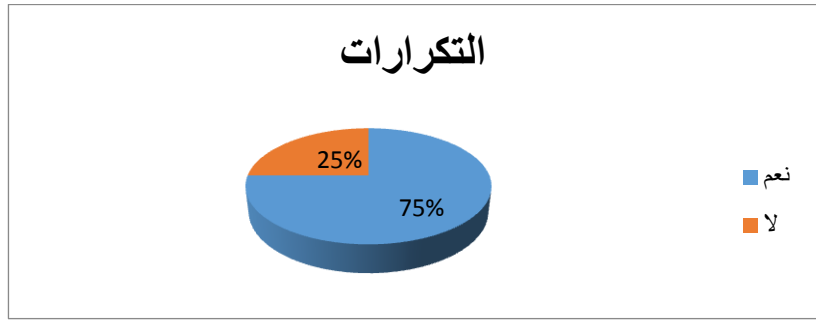
هل تهتم بمظهرك الخارجي؟

- الغرض من السؤال : معرفة مدى حب المدرب لنفسه من خلال الاهتمام بمظهره.

الجدول رقم 18: يمثل معرفة مدى حب المدرب لنفسه من خلال الاهتمام بمظهره.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	3	75%
لا	1	25%
المجموع	4	100%

- الشكل رقم 18: الدائرة النسبية لنتائج الجدول رقم 18.



- العرض و التحليل :

من خلال إجرائنا للمقابلة مع المدربين و من خلال الجدول رقم 18 و الشكل رقم 18 يتبين لنا أن جل المدربين أو بنسبة 75% يهتمون بمظهرهم الخارجي أما نسبة 25% فلا يعيرون أهمية للمظهر الخارجي.

الإستنتاج : نستنتج أن كل المدربين تقريبا يولون المظهر الخارجي أهمية كبيرة.

## خلاصة المقابلة المباشرة :

من خلال دارستنا هذه وبعد عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالمقابلة المباشرة مع المدربين في كرة اليد لمعرفة العوامل الإيجابية والسلبية لشخصية المدرب، والتي تؤثر إيجاباً أو سلباً على تماسك الفريق، ومن بين العوامل الإيجابية التي ذكرناها مثل : السيطرة على النفس والأعصاب ، القدرة في اتخاذ القرار...الخ.

ومن العوامل السلبية نذكر منها: النرفزة ، القلق ، التشاؤم...الخ .

ومن خلال المقابلة نلاحظ أن المدربين يهتمون بالعوامل الإيجابية أكثر من السلبية والتي تؤثر إيجاباً على تماسك الفريق. ولقد استعملنا هذه الطريقة (المقابلة) لما تتميز به من مزايا ولقد راعينا الخطوات التي تسير فيها هذه الوسيلة وإعدادنا للمقابلة بتهيئة المبحوث وتوجيه الأسئلة بتدرج، وكذا تحصلنا على معلومات واستفدنا منها كثيراً في عملنا.

## 5-2- مناقشة و مقابلة النتائج بالفرضيات:

## 5-2-1- مناقشة نتائج البحث في ضوء الفرضية الجزئية الأولى :

بعد تفرغ محتوى الاستبيان وعرضه، نلجأ بعدها إلى مناقشة النتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضية الجزئية الأولى التي وضعناها، ولكي تكون العملية أكثر دقة وموضوعية سنحاول تلخيص ماكان من إجابات من طرف اللاعبين في الاستبيان الذي وضعناه بين أيديهم، فكانت جملة النتائج كالاتي :

- يرى اللاعبون أن درجة العلاقة بين معظم أفراد الفريق هي علاقة قوية و هذا بنسبة 60%.

- أكد معظم اللاعبين أن قيمة عضوية كل لاعب في الفريق قوية وهذا بنسبة 55%.

- إحساس كل لاعب بالانتماء لعضوية فريقه هو إحساس بانتماء قوي وهذا بنسبة 62.5%.

- الشعور بين أفراد الفريق بنجاحهم هو شعور قوي هذا ما أكده معظم اللاعبين بنسبة بلغت 67.5%.

- رأي اللاعبين في القيادة الفنية (المدرّب) في فريقهم هي عالية و بنسبة 52.5%

- لا توجد رغبة لبعض أعضاء الفريق في المغادرة هذا ما أكده معظم اللاعبين و بنسبة 60%.

من خلال النتائج المتحصل عليها من المحور الأول الذي يمثل الفرضية الأولى الخاصة بالرابطة القائمة بين اللاعبين، فإننا توصلنا إلى إثبات الفرضية الأولى والتي مفادها أن للاعب أهمية في تماسك الفريق.

وهذا ما أكده (اخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي) بقولهما: ((يجب أن يهتم اللاعبين بمساعدة بعضهم البعض كلما أمكن ذلك، فكلمة فريق تعني أن اللاعبين يعتمدون على بعضهم البعض)).

فالعلاقات مثل: التعاون، التفاهم، تعمل على توحيد وتنسيق مجهودات الفريق وبالتالي تحقيق التماسك الجيد للفريق.

وفي الأخير يمكن القول إن تماسك الفريق ليست مسؤولية المدرب و حده، و لكن يشترك اللاعب مع المدرب في تحقيق وحدة الفريق وتماسكه، وهناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها تحسين الاتصالات بين

أعضاء الفريق من جهة، وبينهم وبين المدرب من جهة أخرى وكذلك بناء وحدة قوية متماسكة.

## 5-2-2- مناقشة نتائج البحث في ضوء الفرضية الجزئية الثانية :

بعد فرز وتحليل النتائج المحصل عليها من أجوبة الأسئلة والخاصة بشخصية المدرب والتي مفادها أن لشخصية المدرب دور إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق، نلجأ بعدها إلى مناقشة النتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضية الجزئية الثانية التي وضعناها، ولكي تكون العملية أكثر دقة وموضوعية سنحاول تلخيص ماكان من إجابات من طرف المدربين في المقابلة التي أجريناها معهم، فكانت جملة النتائج كالاتي :

- أكد معظم المدربين أنهم يتقبلون الهزيمة بكل روح رياضية بنسبة بلغت 75%.



- أكد معظم المدربين أنهم يسيطرون على أعصابهم أثناء الغضب و الإنفعال بنسبة 75%.
- أكد 50% من المدربين أنهم يصرخون إذا ما تطلب الأمر و ذلك لتحقيق الإنضباط.
- أكد جل المدربين بنسبة 100% أنهم يساعدون اللاعبين في حالة تعرضهم للهجوم أو النقد كما يقدمون النصائح لهم.
- أكد المدربون أنهم أكثر تقائلا.
- أكد 75% من المدربين أنهم يولون أهمية كبيرة لمظهرهم الخارجي.

من خلال النتائج المتحصل عليها من المحور الثاني الذي يمثل الفرضية الثانية، فإننا توصلنا إلى إثبات الفرضية 2 والتي مفادها أن لشخصية المدرب دور إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق. فهي تأثر إيجابا على تماسكه كمساعدة الفريق خلال الأزمات، وتقديم النصائح والتي تشعر اللاعبين بالثقة في النفس، وتزيد من التعاون والانسجام داخل الفريق وكما تؤثر سلبيا في تماسك الفريق فمثلا في حالة صراعات وشجار (عدم تفاهم) مع المدربين مما يتسبب في هدم كيانه واستئصال وحدته وتماسكه. و إن ضغط المدرب على اللاعبين يؤدي إلى تدني مستواهم وعدم ممارسة الضغوطات يؤدي الى تراخيهم، لأن هذا كله يؤدي إلى نتائج سلبية تؤثر على تماسك الفريق.

و هذا ما أكدته (إخلاص محمد عبد الحفيظ) بقوله: إن تماسك الفريق الرياضي يعتبر من أهم عوامل نجاح الفريق، و غالبا ما يعزوا اللاعبون والمدربون نجاح أو فشل الفريق إلى مدى عمل الفريق معا، باعتباره وحدة متماسكة، فحين يهزم فريق على درجة عالية من التفوق و الامتياز من فريق أقل موهبة، فقد يعزوا المدرب ذلك إلى عدم اللعب بطريقة جيدة كفريق متماسك، و اهتمام كل لاعب بإظهار مهارته الفردية، بدلا من القيام بواجباته المحددة، كعضو من الفريق.

يتضح تماسك الجماعة بين الأفراد المشتركين في البرامج التدريبية، حيث نلاحظ، أن هناك درجة كبيرة من الالتزام اتجاه البرامج، حينما يقوم الأفراد بتكوين صداقات مع الأعضاء الآخرين المشتركين فيها.<sup>1</sup>

من خلال دارستنا هذه وبعد عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالمقابلة المباشرة مع المدربين في كرة اليد لمعرفة العوامل الإيجابية والسلبية لشخصية المدرب، والتي تؤثر إيجابا أو سلبا على تماسك الفريق، ومن بين العوامل الإيجابية التي ذكرناها مثل: السيطرة على النفس والأعصاب، القدرة في اتخاذ القرار... الخ.

ومن العوامل السلبية نذكر منها: النرفزة، القلق، التشاؤم... الخ

و هذا ما يؤكد (علي الفهمي البيك، عمار الدين عباس أبو زيد) حيث قال أن المدرب يجب عليه:

<sup>1</sup> -إخلاص محمد عبد الحفيظ، التوجيه و الارشاد النفسي في المجال الرياضي، الطبعة الأولى. 2002. ص.149.

- أن يتسم بالشخصية المتزنة، متعلقا في تصرفاته، ليجوز احترام الجميع.  
 - أن يتميز بالضبط والاتزان الانفعالي، قادرا على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدر رحب بعيد عن الانفعال والتعصب.

- أن يتمتع بالذكاء الاجتماعي وهذا يعني قدرته على التعامل مع الغير.
- يتمتع بالذكاء في حل المشاكل التي تقابله خلال العمل.
- النضج الانفعالي والثقة بالنفس والطموح دون الطمع.
- أو يكون مظهره العام يوحي بالاحترام والثقة وقوة التأثير الايجابي على الغير.
- أن يكون متمتعا باللياقة البدنية والصحية والنفسية المتميزة.
- لديه القدرة على بث الحماس وخلق الدافعية لدى لاعبيه.
- شجاعا لديه القدرة على تحمل المسؤولية<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> --علي الفهمي البيك، عمار الدين عباس أبو زيد، المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية، ط1، ص16-18.

## - خلاصة:

بعد تحليل الأجوبة، وبعد إثبات الفرضيتين الجزئيتين ومن خلالها تم إثبات صحة فرضيتنا والتي مفادها: أن لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق أي كلما كان تأثير شخصية المدرب إيجابيا كلما كان التماسك كبير، وكلما كان التأثير سلبي قل التماسك وتتولد عنه نزاعات وتشتتات داخل الفريق، كما تبين لنا من خلال بحثنا أن للمدرب أهمية كبيرة في بناء العلاقات بين اللاعبين وتفاهمهم يفتح مجال التشاور والمشاركة في بناء أهداف مع تحديد المهام والأدوار داخل الفريق حتى يتوفر جو من التعاون والوحدة والتحدي الفعال بحيث تتوافق طموحات اللاعب مع أهداف المدرب وبالتالي تحقيق تماسك قوي، ومن كل هذا يمكن القول من أن الفرضية العامة محققة ومؤكدة.

## الاستنتاج العام :

حاول الباحث في هذه الدراسة تسليط الضوء على العلاقة بين شخصية المدرب الرياضي وتماسك الفريق، هذا فيما يخص نظرة اللاعبين و المدربين للعلاقة بين شخصية المدرب وتماسك الفريق الذي يشرف عليه، ولقد خلاص الباحث إلى النتائج التالية:

- إن تماسك الفريق ليست مسؤولية المدرب و حده، و لكن يشترك اللاعب مع المدرب في تحقيق وحدة الفريق و تماسكه، و هناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها تحسين الاتصالات بين أعضاء الفريق من جهة، و بينهم و بين المدرب من جهة أخرى وكذلك بناء وحدة قوية متماسكة.
- تؤثر السمات الشخصية للمدرب الرياضي على تماسك الفريق الذي يشرف عليه.
- هناك علاقة إرتباطية بين أبعاد شخصية المدرب ومقياس تماسك الفريق الرياضي.
- يؤثر الأسلوب القيادي المتبع من طرف المدرب الرياضي بشكل واضح على تماسك الفريق.
- للاعبين دور مهم وفعال في تماسك الفريق.
- لشخصية المدرب أهمية كبيرة في تماسك الفريق.
- لشخصية المدرب دور إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق.

**الخاتمة:**

من خلال ما تطرقنا إليه في الجانب النظري وما حصلنا عليه من نتائج في الجانب التطبيقي الذي استعملنا فيه الاستبيان والمقابلة المباشرة ومن خلالها توصلنا إلى أن :

يجب على المدرب مراعاة شخصية اللاعبين كي يضمن شعورهم بالرضى، وبالتالي الرفع من تماسك الفريق فلا تكون نظرة المدرب لمهامه نظرة وظيفية مقتصرة على جوانب تدريبية وتنظيمية يجب القيام بها من خلال توزيع الواجبات على أفراد الفريق، بل يجب أن يراعي خصوصيات المواقف التي تحدد نجاعته في عمله ، فالتماسك الجيد يتولد من انتهاج المدرب لأسلوب قيادي يتوافق مع رغبات اللاعب، من خلال إبداء الرأي خلال التدريب والذي يرفع من درجة تعاونهم وتضامنهم، لذا فعلى المدرب أن ينتهج أسلوب قيادي بيداغوجي تتماشى مع حاجيات الرياضي الذهنية والبدنية والاجتماعية كما عليه محاولة تكوين المجموعة قبل الفريق الرياضي لأنه إذا تمكن من ذلك فإن تلك المجموعة هي التي تضمن تماسك جيد.

إقتراحات وفروض مستقبلية:

بعد تناولنا لدارسة موضوع بحثنا "أهمية شخصية المدرب في تماسك فريق كرة اليد" واستخلصنا ما يمكن استخلاصه من خلال الأسئلة المطروحة حول هذا الموضوع وجب علينا إثراء موضوع بحثنا بمجموعة من الاقتراحات والفروض المستقبلية التي نأمل أن تساهم في إعطاء دفعة قوية للتربية البدنية والرياضية.

- يجب على المدرب أن يوضح الأهداف والمهام والأدوار لكل عضو فريق.
- يجب اعتبار اللاعب ذو شخصية ثلاثية "بدني، فكري، نفسي".
- الإطلاع المستمر على ما هو جديد في مجال الاختصاص.
- العنصر البشري المكون للفريق يجب أن يكون جوهر العملية التدريبية فيه تحقق تماسك الفريق.
- يجب على المدرب زيادة على خبرته الفنية والتكتيكية أن يكون ملما بمبادئ السلوك الإنساني.



1-المصادر :

1-1- سورة إبراهيم. -الآية 04.

1-2- سورة الإسراء. - الآية 23.

1-2- منجد اللغة العربية، دار المشرق، بيروت.

2-المراجع :

2-1- أحمد أمين فوزي : سيكولوجية الفريق الرياضي،ص96، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

2-2- أحمد فوزين طارق محمد بدر الدين، الدكتور أبو النيل محمد السيد، سيكولوجية التدريب الرياضي، الطبع و النشر و الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى 1421 هـ.

2-3- اخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي،الاجتماعي الرياضي، القاهرة، الطبعة الأولى،2001.

2-4- اخلاص محمد عبد الحميد. مصطفى حسين باهر. طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي في المجالات التربوية و النفسية و الرياضية. مركز الكتاب للنشر. القاهرة.2000.

2-5- أسامة كامل راتب، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة،2004 .

2-6- إسماعيل مقران: مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل وأثناء المنافسة الرسمية، معهد التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر، 1999-2000.

2-7- أنوف أوتينغ، مدخل في علم النفس،ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، 1994.

2-8- الدكتور أبو النيل محمد السيد، كتاب علم النفس الاجتماعي، القاهرة، ط1، 1998.

2-9- الدكتور باسم فاضل عباس، محاضرة 93/92.

2-10- رأفت السيد عبد الفتاح، سيكولوجية التدريب و تنمية الموارد البشرية، دار الفكر العربي، القاهرة،2001.

2-11- رمضان محمد القذافي الشخصية (نظراتها ، واختياراتها وأساليب قياسها)، ينغازي .ليبيا، سنة1993.

2-12- زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، الاسكندرية،1977..

2-13- زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، منشأة المعاريف، الإسكندرية، سنة،1977.

2-14- عمار جمال الريفى، التدريب الرياضي للقرن الحادي و العشرين، الجامعة الأردنية،2001.



- 2-15- فريد كمال ابو زيد وعبد الحفيظ الشايب- منهاج البحث العلمي للاحصاء - دار المسيرة- الاردن: 2006.
- 2-16- كمال عبد الحميد. زينب فهمي. كرة اليد للناشئين و تلامذة المدارس. دار الفكر العربي. القاهرة. مصر. 1978.
- 2-17- كمال عبد الحميد. محمد صبحي حسنين. القياس في كرة اليد. دار الفكر العربي. القاهرة.
- 2-18- كمال عبد الحميد. محمد صبحي حسنين. رباعية كرة اليد الحديثة. مركز الطتاب و النشر. القاهرة. مصر. 2001.
- 2-19- لاندل وفيررف، مدخل في علم النفس، دار مسروميل، القاهرة، ط3، 1998.
- 2-20- محمد السيد- الاحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية- دار النهضة العربية- ط2- مصر: 1970.
- 2-21- محمد اليعقوبي، الوجيز في الفلسفة، المؤسسة الوطنية للكباعة، ط1، 1968.
- 2-22- محمد حسن علاوي. أسامة كامل راتب. البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس. دار الفكر العربي. القاهرة. 1999.
- 2-23- محمد حسن علاوي، سيكولوجيات الجماعات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، مصر، ط1، 1998.
- 2-24- محمد رمضان القذافي، الشخصية نظرياتها و اختباراتها و أساليب قياسها، مطبعة الانتصار، 1993.
- 2-25- محمد ريان عمر. البحث العلمي (مناهجه و تقنياته). ديوان المطبوعات الجامعية. القاهرة. سنة 1993.
- 2-26- محمد عطية الابراشي، علم النفس التربوي، الدار القومية للنشر، الطبعة الرابعة، بدون سنة.
- 2-27- محمد نصر الدين رضوان. الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية. دار الفكر العربي. القاهرة. 2003.
- 2-28- معين امين السيد- المعين في الاحصاء - دار العلوم للنشر والتوزيع- الجزائر: 1998.
- 2-29- منير جرسى إبراهيم. كرة اليد للجميع. ط4. دار الفكر العربي. 1994.
- 2-30- موريس أنجرس. منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية. ترجمة بوزيد صحراوي واخرون. دار القصبة للنشر. الجزائر. 2004.
- 2-31- ناصر ثابت. أضواء على الدراسة الميدانية. مكتبة الفلاح. الكويت 1984. ط1.

ب- باللغة الأجنبية :

1- المراجع :

1-1- herst kayler :le hand ball de l'apprentissage a la composition. Ed vigot. Paris. 1989. P25.

1-2 -clavs bayer :formation des joueurs. Ed vigot .paris. 1995. P8

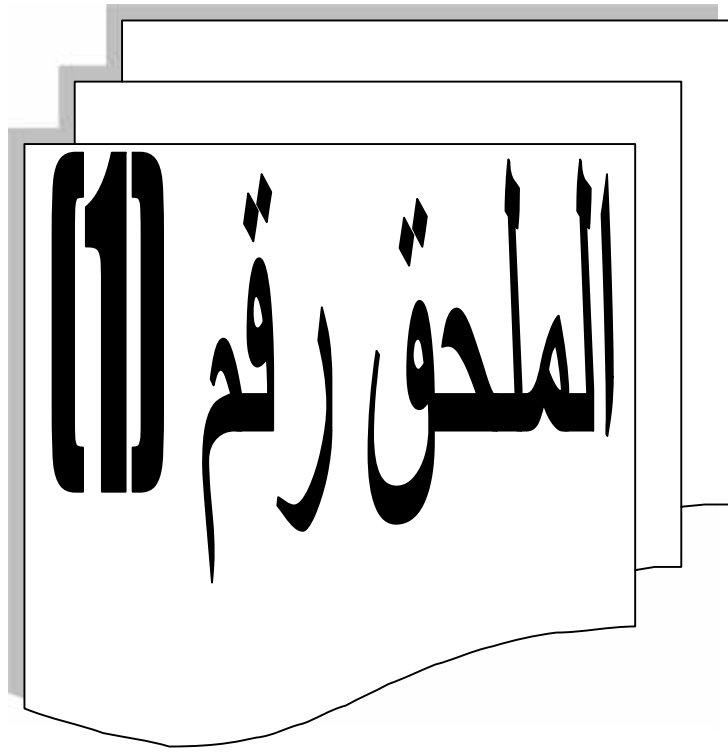
1-3-GRAVITY.M: : Méthode des sciences sociales. édition DLLOZ. Paris 1984 , p 149.

2- المواقع الإلكترونية :

2-2-[www.google.com-HISTOIR](http://www.google.com-HISTOIR) DE HOND

2-3- <http://ahbab-algerie2010.montadarabi.com/t38-topic>





# الأساتذة المحكمين للإستبيان

الإمضاء	الملاحظات	الدرجة العلمية	إسم و لقب الأستاذ
	<p>راضة بعض الأسئلة</p>	<p>أ.م.أ ١٩٩٤</p>	<p>فالح أحمد</p>
	<p>مقبول مع بعض التعليقات</p>	<p>أستاذ مساعد ماهيسس</p>	<p>قاسم تركي أوزنجي</p>
	<p>مقبول بعض التعليقات</p>	<p>أستاذ مساعد</p>	<p>سعيد عبد الله</p>



الرقم:...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): .. رئيس قسم... المراد... البويرة.....

السيد... البويرة... البويرة  
البويرة

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): .. ر.و.ن. أ.س.م.أ.....

- رقم التسجيل: .. K. 1.1. T. 9.9. 8.....

- تاريخ ومكان الميلاد: .. 07 / 03 / 1993..... بالبويرة.

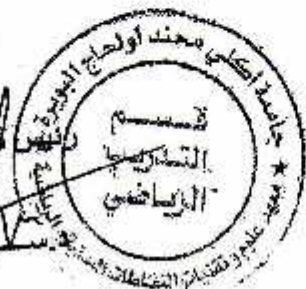
- في إطار إنجاز مذكرة التخرج خلال الموسم الجامعي 2014 / 2015. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم

رئيس قسم التدريب الرياضي بالبويرة

عبد العزيز





## COMMISSION D'ORGANISATION SPORTIVE

### CALENDRIER CHAMPIONNAT DE WILAYA DE BOUIRA

Saison sportive 2014-2015

Catégories : U15 U17 U19 /Garçon

N°	CLUBS	CATEGORIES				
		U.15	U17	U.19	U21	Seniors
01	GSSGhozlane	X	X	X	/	/
02	OSGhozlane	X	X	X	/	/
03	AABessem	X	X	X	X	/
04	CAM'chedalla	X	X	X	/	/
05	OSAaghabalou	X	X	X	/	X
06	IRBChorfa	X	X	X	X	X
07	MHBouira	X	X	/	X	/
08	OMBouyira	X	X	X	/	/
09	ORaffour	X	X	/	/	/
10	ASTeiiouine	X	X	X	/	/
11	DRBKadiria	X	X	X	/	X
12	ESLakhdaria	X	X	X	/	X

LE D.O.S.





الرقم: ...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): **رئيس نادي جامعة جيجع**  
**الرياضة لسور العين**

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطالب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): **أ. سامة**
- رقم التسجيل: **K.7.1.T.99.8**
- تاريخ ومكان الميلاد: **19.03.07** بالبويرة
- في إطار إنجاز مذكرة التخرج خلال الموسم الجامعي 2014 / 2015. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم

القسم التدريبي الرياضي  
جامعة أكلي محمد أوجحاج البويرة  
م. غسيمي  
عبد الموزيز







الرقم: ...../م ع ت ن ب ر

إلى السيد (ة): ...../السيد/السيدة/أ.س.م.

...../...../.....

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): ...../...../...../...../.....

- رقم التسجيل: ...../...../...../...../.....

- تاريخ ومكان الميلاد: ...../...../...../...../.....

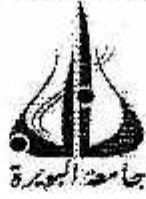
- في إطار إنجاز مذكرة التخرج خلال الموسم الجامعي 2014 / 2015، الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم

رئيس قسم التدريب الرياضي بالنيابة  
عبد العزيز





الرقم: ...../م ع ت ن ب ر.

إلى السيد (ة): .....

.....

الموضوع: تسهيل مهمة.

يشرفني أن أقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة:

- الطالب (ة): ...../...../.....

- رقم التسجيل: .....K.71.T.99.8.....

- تاريخ ومكان الميلاد: ...../...../.....

- في إطار إنجاز مذكرة التخرج خلال الموسم الجامعي 2014 / 2015. الذي يندرج ضمن التحضير لمذكرة تخرج شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم

رئيس قسم التدريب الرياضي بالنيابة

عبد العزيز



meesmarc.s



الملحق رقم (2)

جامعة آكلي محند أولحاج

- البويرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية

1- استبيان خاص باللاعبين

أهمية شخصية المدرب في تماسك الفريق عند

لاعبي كرة اليد

(دراسة ميدانية لبعض نوادي البويرة)

ملاحظة:

في إطار مذكرة لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية تحت عنوان

"أهمية شخصية المدرب في تماسك الفريق عند لاعبي كرة اليد"

(دراسة ميدانية لبعض نوادي البويرة)

نرجو منكم أن تجيبوا على الاستبيان وذلك بوضع علامة (x) أمام الإجابة المناسبة.

ولكم جزيل الشكر

## -الإستبيان : الخاص باللاعبين

1-ماهي درجة العلاقة بين معظم أفراد فريقك بعضهم البعض الآخر؟

- علاقة قوية  -علاقة ضعيفة  -عدم وجود علاقة

2-ما مدى تقييمك لقيمة عضويتك في الفريق؟

- كبيرة  -متوسطة  -ضعيفة

3-ما إحساسك بالانتماء لعضوية الفريق؟

- انتماء قوي  -انتماء ضعيف

4-ما هو تقييمك لمدى التقارب والانسجام داخل الفريق؟

- مرتفع  -متوسط  -منخفض

5-ما الشعور بين أفراد فريقك بنجاحهم؟

- شعور قوي جدا  -شعور ضعيف جدا

6-كيف هو رأيك في القيادة الفنية (للمدرب) في فريقك؟

- عالية  -متوسطة  -منخفضة

7-ما مقاومة أعضاء الفريق للعراقيل الخارجية؟

- مقاومة قوية جدا  -مقاومة ضعيفة جدا

8-هل يوجد تماسك الفريق خلال الأزمات (كالهزائم مثلا)؟

- يوجد  -لا يوجد

9-هل لدى بعض أعضاء الفريق رغبة في مغادرة الفريق؟

- توجد لدى عدد كبير من اللاعبين  -توجد لدى بعض اللاعبين  -لا توجد هذه الرغبة

-المقابلة : الخاصة بالمدرين

1-أثناء العمل (التدريب)، هل تفضل القيام بعدد كبير من المهام بدلا من التخصص في مجال واحد

-نعم  -لا

- إذا كانت الإجابة بلا فكيف.....

2-هل تقوم بحركات بيدك عندما تتكلم مع اللاعبين ؟

-نعم  -لا  -أحيانا

- كيف يكون ردهم.....

3-هل تعلمت قبول الهزيمة أحيانا دون مرارة كبيرة ؟

-نعم  -لا

4-هل تستطيع السيطرة على نفسك عند الغضب والانفعال ؟

-نعم  -لا

- إذا كانت الإجابة بلا كيف تتصرف.....

5-هل تصرخ في وجه اللاعب عندما تختلف معه ؟

-نعم  -لا  -أحيانا

6-هل تساعد اللاعبين في حالة تعرضهم للهجوم أو النقد ؟

-نعم  -لا

7-طلب منك أحد أعضاء الفريق نصيحة، هل تقدمها ؟

-نعم  -لا  -أحيانا

8-هل أنت متشائم أكثر من كونك متفائل ؟

-نعم  -لا

9-هل تهتم بمظهرك الخارجي ؟

-نعم  -لا