

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:

تخصية التدريب المهني في تمارين كرة اليد

دراسة ميدانية لأندية الرابطة الولائية البويرة

إشراف الدكتور:

د.فرنان عبد المجيد

من إعداد الطالبين:

- عدنان عبد الرؤوف

- دراج زكريا

- ملوك محمد

السنة الجامعية: 2016/2015

شكر و عرفان

أولاً و قبل كل شيء، نحمد الله و نشكره على توفيقه لنا لانجاز هذا العمل

المتواضع

كما نتقدم بالشكر الجزيل و التقدير الكبير إلى الأستاذ المحترم

"فرنان عبد المجيد"

لفضله و دعمه لنا في انجاز هذا العمل

كما لا ننسى كل أساتذة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

و أعمال الإدارة و المكتبة

و الشكر موصول إلى كل من كان عوناً و سندا من قريب أو بعيد في انجاز

هذا العمل .

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

اهدي هذا العمل المتواضع إلى من عانت وصبرته من اجلي وما زال يتدفق حنانها ليملأ
دروبي.

إلى التي تعبته من أجل أن تراني رجلاً، إلى التي وان أهديتها كنوز الدنيا فلن أوفي لها
حقها.

.....إلى " أمي العزيزة " أطال الله في عمرها.

إلى من يساندني ويمدني بالطاقة وكلما احتجت إليه أجده يعلمني ويؤازرني.

إلى الذي علمني كيفية أتحدى مصاعب الحياة، إلى الذي جعل مني رجلاً.

.....إلى " أبي الحنون " أطال الله في عمره.

إلى من رافقتني بدعائها وحبها، إلى التي علمتني الكفاح.

إلى " جدتي " أطال الله في عمرها.

إلى كل إخوتي و أخواتي.

إلى كل الأهل والأقارب.

إلى من شاركني هذا العمل " زكريا".

إلى رفقاء الدرب: توفيق بونة، موهوب مولاي، عثمان، عبد الكريم، عبد الوهاب.....

و إلى كل الأصدقاء

إلى من تذكرهم قلبي ونسيهم قلبي.

عبد الرؤوف

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

أهدي ثمرة جهدي هذا إلى من عطرت حياتي
وأبهرتني إلى من كانت السند لي في كل شدة
إلى من رافقتني طيلة دربي بدعوات الخير
فأحلى كلمة نطق بها اللسان " أمي الحبيبة " أطال الله في عمرها
إلى من رباني على الأخلاق والحب والعطاء

إلى رمز الفخر والاعتزاز إلى الذي حرس فيا روح العمل والمثابرة
إلى الذي تعب من أجل تربيته وضحى بالكثير في سبيل نجاحي وسعادتي

أبي العزيز أطال الله في عمره

إلى كل الأهل والأقارب

إلى الأصدقاء وأخص بالذكر : أمين ، رياض ، إسلام ، يوسف و منير و إسماعيل ، عبد
الرفوف

والى من يقاسمني الحياة شاهيناز

والى كل من نساهم قلبي ولم ينساهم قلبي

زكريا

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

"قال رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي و على والدي و أن أعمل صالحا
ترضاه و أدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" الآية رقم 19 سورة النمل.

أهدي ثمرة جهدي المتواضع:

إلى الذي أبتغى شفاعته يوم الحساب....إلى روح الحبيب محمد صلى الله عليه وسلم.

إلى التي أفتخر بها أمًا وأن دمها في عروقي يجري.

إلى التي علمتني أن طعم الحياة في الكفاح و الصبر.

إلى التي قيادتني بفضلها و جميلها....فمن ذا يذك أسري.

وهل تراني يوما أقدر أن أرك قطرة من ذلك البحر.

إلى روح والدي الغالية

إلى جدتي وأمي الثانية التي علمتني أن الحياة عطاء و وفاء.

إلى أختي ما منحتني الدنيا إخوتي و أخواتي الكرام.

عماد الدين، هشام، دلال، وجهدية.

إلى زملائي وزميلاتي تفضيلا وتكريما وبخاثة "مهدي المتناهي".

عبد الناصر ، سيد علي، فيصل، سفيان، وصادم.

إلى أساتذتي إجلالا و احتراما.

إلى كل من قدم لي يد العون في إنجاز هذا العمل.

إلى كل أحبائي و كل من أعرفهم و الذين لا تسعهم الصفحات ولكن يسعهم القلب.

محتوى البحث

الصفحة	المحتوى
أ	شكر وتقدير
ب	اهداء
ج	محتوى البحث
ط	قائمة الجداول
ي	قائمة الأشكال
ك	ملخص البحث
ل	مقدمة
الفصل التمهيدي	
02	1-الإشكالية
03	2-الفرضيات
03	3- أسباب اختيار الموضوع
03	4-أهمية البحث
03	5- أهداف البحث
04	6- الدراسات السابقة
06	7- المفاهيم الأساسية
الفصل الأول: شخصية المدرب	
09	تمهيد
10	1- الشخصية
10	1-1- تعريف الشخصية
10	1-1-1- تعريف علماء الاجتماع للشخصية
10	1-1-2- تعريف علماء النفس للشخصية
11	1- 2 العوامل العامة المؤثرة في الشخصية
11	1- 2 - 1 المؤثرات الوراثية
11	1- 2 - 2 المؤثرات البيولوجية
11	1- 3 العوامل البيئية المؤثرة على الشخصية
12	1- 4 - التفاعل بين الوراثة و البيئة

12	1 - 5 - دور المدرب في بناء تماسك الفريق
12	1 - 5 - 1 - المدرب و الشد العاطفي
13	1 - 5 - 2 - الاعتراف بالجهد الفردي
13	1 - 5 - 3 - توجيهات لتنمية تماسك الفريق الرياضي
14	1 - 6 - شخصية المدرب الرياضي وتأثيرها على اللاعبين
15	1 - 7 - العلاقة بين المدرب واللاعب
16	1 - 8 - دور المدرب الرياضي في تشكيل و تنظيم الفريق (كرة اليد)
16	1 - 8 - 1 - المدرب في مساعدة و تهيئة اللاعبين و تحديد القائمة
17	1 - 9 - المدرب الرياضي وقيادة الفريق
17	1 - 9 - 1 - قبل المباراة
18	1 - 9 - 2 - أثناء المباراة
19	1 - 9 - 3 - بعد المباراة
20	1 - 10 - دور المدرب في التشجيع و زيادة الحماس الجماعي للفريق (كرة اليد)
21	خلاصة
الفصل الثاني: تماسك الفريق	
23	تمهيد
24	1-2 الفريق الرياضي
24	2-2 - تماسك الفريق
24	2-2-1 - مفهوم تماسك الفريق الرياضي
25	2-2-2 - أنواع تماسك الفريق الرياضي
26	2-2-3 - عوامل تماسك الفريق الرياضي
28	2-3 - مظاهر التماسك في الفريق الرياضي
28	2-3-1 - مشاعر الصداقة والرضا
28	2-3-2 - الانصياع لمعايير الجماعة
28	2-3-3 - عدم التفكك وقت الأزمات
28	2-3-4 - الاتجاه نحو الجماعة
28	2-3-5 - الانتظام في نشاط الجماعة
28	2-3-6 - معدلات الاتصال

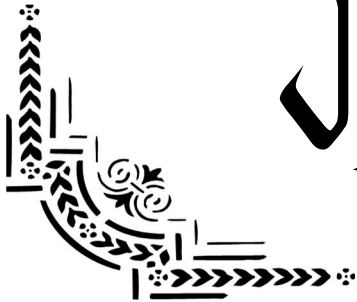
28	2-3-7 - تحقيق الأهداف
28	2-4-4 - مراحل بناء وتكوين الفريق
28	2-4-1 - مرحلة تعليم المبتدئين
29	2-4-2 - مرحلة تعليم الناشئين
29	2-4-3 - مرحلة عملية التدريب
29	2-4-4 - مرحلة الإعداد البدني
29	2-4-5 - مرحلة الفورمة الرياضية
29	2-4-6 - مرحلة إعداد فترات التدريب
29	2-4-7 - مرحلة إعداد برنامج مقترح للناشئ
29	2-4-8 - مرحلة بناء برنامج مقترح للمتقدمين في كرة الطائرة مثلاً
29	2-4-9 - مرحلة مراقبة وإدارة الفريق أثناء المنافسة
29	2-4-10 - مرحلة الاستطلاع
29	2-4-11 - مرحلة التبديل أو التحويل
29	2-4-12 - مرحلة اختيار اللاعب
30	2-5-5 - تفاعل الفريق
30	2-6-6 - دور اللاعب في تماسك الفريق
30	2-6-1 - التعرف على زملاء الفريق
30	2-6-2 - مساعدة زملاء الفريق
31	2-6-3 - تحمل المسؤولية
31	2-6-4 - الاتصال بالمدرّب
31	2-6-5 - حل الصراعات
31	2-7-7 - دور المدرّب في تماسك الفريق
31	2-8-8 - طرق قياس التماسك في الفريق الرياضي
31	2-8-1 - الاختبارات الورقية
32	2-8-2 - الملاحظة المباشرة للفريق في احد أو بعض المؤشرات التالية للتماسك
32	2-8-3 - طريقة الاختبار الإسقاطي
32	2-8-4 - قياس المسافات الاجتماعية
32	2-8-5 - القياس السسيومتري
33	خلاصة

الفصل الثالث: كرة اليد	
35	تمهيد
36	1-3 لمحة تاريخية عن كرة اليد
37	2-3 - مفهوم كرة اليد
38	3-3 أهمية كرة اليد
40	3-4 ميادين كرة اليد
40	3-4-1 كرة اليد للميدان
41	3-4-2 كرة اليد للصالة
41	3-5 اللياقة البدنية في كرة اليد
41	3-5-1 مفهوم اللياقة البدنية
41	3-5-2 اللياقة البدنية الخاصة في كرة اليد
42	3-6 الصفات النفسية للاعب كرة اليد
43	3-7 قواعد اللعب في كرة اليد
45	خلاصة
الفصل الرابع: منهجية البحث	
47	تمهيد
48	4-1 منهج الدراسة
48	4-2 عوامل البحث
48	4-2-1 العامل المستقبل (أهمية شخصية المدرب)
48	4-2-2 العامل التابع (يتمثل في تماسك الفريق)

48	3-4 أدوات البحث
48	1-3-4 الاستبيان
48	4-4 مجالات البحث
48	1-4-4 المجال الزمني
48	2-4-4 المجال المكاني
49	5-4 عينة البحث
49	1-5-4 طريقة اختيار العينة
49	6-4 المعالجة الإحصائية
49	1-6-4 المعالجة الوصفية
49	2-6-4 المعالجة التحليلية
50	7-4 صعوبات البحث
50	1-7-4 صعوبات الجانب النظري
50	2-7-4 صعوبات الجانب التطبيقي
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
52	1-5 عرض الاستبيان
52	1-1-5 إستبيان خاص باللاعبين
60	2-1-5 إستبيان خاص بالمدرين
65	2-5 مناقشة نتائج الفرضيات
65	1-2-5 مناقشة نتائج الفرضيات الجزئية

67	2-2-5 مناقشة نتائج الفرضية الرئيسية
67	3-5 استنتاج عام
68	الخاتمة
69	الاقتراحات والتوصيات
70	البيئيوجرافيا
73	الملاحق
01	الملحق رقم (01)
06	الملحق رقم (02)
07	الملحق رقم (03)
08	الملحق رقم (04)
09	الملحق رقم (05)
10	الملحق رقم (06)

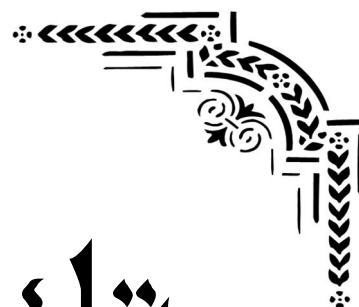
قائمة الجداول



قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج		
52	احساس اللاعبين بالانتماء للفريق	01
53	رغبة اللاعبين في مغادرة الفريق	02
54	روح في الفريق أثناء العمل عند اللاعبين	03
55	دور ديناميكية الجماعة في تحقيق الهدف المنشود	04
56	دور قائد الفريق في تحمل المسؤولية	05
57	تماسك الفريق خلال العمل	06
58	كيفية تولد تماسك داخل الفريق	07
59	دور الخبرة في خلق الانضباط داخل المجموعة	08
60	دور سلوك المدرب في السيطرة على انفعاله في الحصة	09
61	وجهة نظر المدرب أثناء الصراخ على اللاعب في اختلاف الآراء	10
62	دور النصيحة في حل المشكل الواقع داخل الفريق	11
63	السمة الغالبة على المدرب خلال عمله في الميدان	12
64	وجهات النظر للاعب مع مدربه اثناء اختلاف الراي	13

قائمة الأشكال



قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
الفصل الثاني: تماسك الفريق		
25	أنواع تماسك الفريق الرياضي	01
27	المحددات المؤثرة في تماسك الفريق	02
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج		
52	مدى احساس اللاعبين بالانتماء للفريق	01
53	مدى رغبة اللاعبين في المغادرة	02
54	الروح داخل الفريق	03
55	ديناميكية الجماعة داخل الفريق	04
56	دور قائد الفريق في تحمل المسؤولية	05
57	كيفية تماسك الفريق	06
58	كيفية تولد تماسك داخل الفريق	07
59	الخبرة الواسعة في فرض الانضباط داخل الفريق	08
60	السيطرة على النفس عند الغضب والانفعال	09
61	رد فعل المدرب اتجاه اللاعب	10
62	اعطاء النصيحة من قبل المدرب	11
63	السلوك الذي هو عليه المدرب	12
64	كيفية تعامل المدرب مع اللاعب في حالة الاختلاف	13

الملخص:

هدفت هذه الدراسة للتعرف الى دور شخصية المدرب وأهميتها في تماسك الفريق والتعرف إلى درجة تماسك الفريق من وجهة نظر لاعبي كرة اليد، وقد تم استخدام المنهج الوصفي واختيرت عينة دراسة بطريقة عشوائية، حيث تم اختبار أربع فرق مع مدربين ومن كل فريق اخترنا سبع لاعبين، كما تم استخدام استبيانين الأول خاص باللاعبين والثاني خاص بالمدربين.

وكانت أهم نتائج التي توصلت إليها الدراسة أن هناك دورا لشخصية المدرب في تماسك الفريق عند لاعبي كرة اليد، ومن خلال هذه النتائج استنتج الباحثون بأن هناك علاقة طردية بين دور شخصية المدرب في تماسك الفريق من جهة وتماسك الفريق من جهة أخرى. ومن هنا يوصي الباحثون إلى الاهتمام بتماسك الفريق لما له من دور كبير في زيادة كفاءة الفريق الرياضي والحصول على نتائج وإنجازات أفضل فضلا عن تحقيق الرضا والافتخار والانتماء بعضوية اللاعبين بعضوية اللاعبين لفريقهم.

الكلمات المفتاحية: شخصية المدرب، تماسك الفريق الرياضي، كرة اليد.

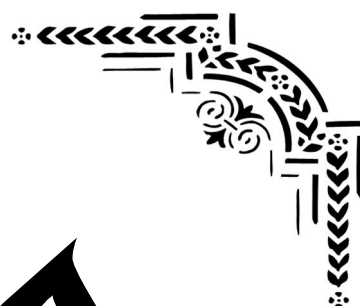
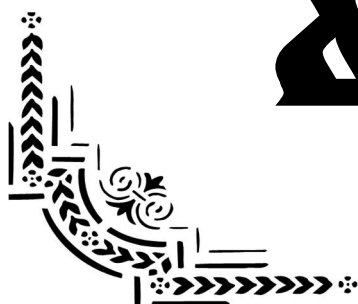
Résumé:

Cette étude visait à connaître le rôle de l'entraîneur personnel et leur importance dans la cohésion de l'équipe et de connaître le degré de cohésion de l'équipe du point de vue des joueurs de handball, a eu recours à la méthode descriptive et sélectionné une étude d'une manière aléatoire, où quatre équipes testées avec des formateurs échantillon et chaque équipe a choisi sept joueurs, comme les deux premiers questionnaires ont été utilisés joueurs spéciaux et les deuxièmes formateurs spéciaux.

Les résultats les plus importants de l'étude qu'il ya un rôle pour un entraîneur personnel dans la cohésion de l'équipe quand les joueurs de handball, et à travers ces résultats, les chercheurs ont conclu qu'il existe une corrélation directe entre le rôle d'un entraîneur personnel dans la cohésion de l'équipe d'une part et la cohésion de l'équipe sur l'autre. Par conséquent, les chercheurs recommandent de prêter attention à la cohérence de l'équipe en raison de son rôle important dans l'augmentation de l'efficacité de l'équipe sportive et obtenir les meilleurs résultats et les réalisations ainsi que la réalisation de la satisfaction et de fierté d'appartenance et d'adhésion joueurs membres des joueurs pour leur équipe.

Mots clés: entraîneur personnel, la cohésion d'une équipe sportive, handball.

مقدمة



تعد الرياضة ظاهرة اجتماعية مرتبطة بجميع المجالات و الميادين المرتبطة بحياة الأفراد في مختلف المجتمعات، حيث أصبحت مجالاً للبحوث النفسية والاجتماعية، خاصة بعد أن ألقى الضوء الكبير على العالم الإنساني وأصبحت مصدراً كبيراً لإشباع الكثير من حاجات الفرد ومجالات التفاعل بينه وبين الآخرين، فقد حظي هذا المجال باهتمام الكثير من الباحثين في علم النفس الرياضي و الذين اهتموا بالعديد من المواضيع من بينها تماسك الفريق الرياضي.

يعتبر التماسك من أهم العمليات الأساسية لاستمرار الأفراد (اللاعبين) في عضوية جماعتهم (الفريق)، أي أن التماسك هو الرابط الذي يربط أفراد الجماعة مع بعضهم البعض، كما يعد التماسك انعكاس حقيقي لطبيعة السلوك الرياضي خلال مواقف التدريب والمنافسة الرياضية، فهو يلعب دوراً فعالاً في تطوير وتنمية الجماعة، إذ يتوقف على المدرب أن يوضح أهمية دوره لكل لاعب والتركيز على تفعيل المشاركة الفعلية لجميع اللاعبين في المباريات التنافسية، لخلق التماسك بين أفراد الفريق و غرس روح الولاء فيهم، والذي يبقى على العلاقات بين اللاعبين، وهذا ما نجده لدى مدرب كرة اليد، فله نمطه وأسلوبه وطريقته ومشاعره وأحاسيسه الخاصة ويتأثر ويؤثر من مجتمع لآخر ومن بيئة لأخرى، وقد ارتبط مصطلح الشخصية بتماسك الفريق وأدائه.

و الحديث عن كرة اليد التي تلعب دوراً هاماً وتترجم مكانة شخصية المدرب في توجيه وتلبية حاجيات ورغبات المتعلمين وفق مناهج تتناسب مع النمو العقلي والبدني والنفسي والاجتماعي، فهي تعتبر بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي تمارس في اللقاءات الدولية والاولمبية وتجذب لعديد من الجمهور المشاهدين وذلك بسبب كونها إحدى ألعاب الكرة التي تميزت بخصائص ميزتها عن باقي الألعاب الجماعية الأخرى، وباعتبارها مظهر من مظاهر التفاعل الاجتماعي، وعلاجاً لبعض الأمراض الاجتماعية، كما أنها تشغل جانباً من جوانب الحياة اليومية للكثير من أفراد المجتمع سواء كانوا ممارسين أو مؤطرين أو متابعين أو أنصار.

ولقد تطورت لعبة كرة اليد تطوراً كبيراً خاصة خلال الحقبة الأخيرة من هذا القرن، حيث اتسع نطاق انتشارها ليشمل بلدان عديدة في أنحاء العالم، بطريقة جعلت هذه اللعبة تنسم بالدينامية التي ينتج عنها ارتفاع مستوى الأداء مع الإثارة، وذلك بسبب تعدد خطي اللعب وكذلك ما يتمتع به ممارسها من متطلبات نفسية ومعنوية عالية جداً، الأمر الذي دعى إلى ضرورة توافر قدرات خلاقية تتفق وذلك العطاء المطلوب أثناء الممارسة الفعلية في ظل المنافسة.

وتأتي هذه الدراسة لمحاولة معرفة علاقة شخصية المدرب بتماسك الفريق مع تسليط الضوء إلى أهم الصفات المميزة للمدرب الرياضي وتماسك لاعبي الفريق الذي يقف عليه، وقد تناولنا في بحثنا موضوع أهمية شخصية المدرب في تماسك الفريق عند لاعبي كرة اليد.

ولقد قسمنا بحثنا إلى جانبين: جانب نظري (الخلفية النظرية للبحث) وجانب تطبيقي ، حيث تناولنا في الجانب الأول 3 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.

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

- الفصل الأول : كرة اليد.
- الفصل الثاني: تماسك الفريق.
- الفصل الثالث: شخصية المدرب الرياضي.

أما الجانب التطبيقي، فيتمثل في:

- الفصل الرابع: يضم منهجية البحث.
- الفصل الخامس: قمنا بعرض وتحليل و مناقشة النتائج .

وختمنا بحثنا ببعض الاقتراحات والتوصيات.



الفصل التمهيدي



1- الإشكالية:

إن الجماعة في مفهومها العام عبارة عن مجموعة من الأفراد يجتمعون في وقت معين ومكان معين من أجل ممارسة نشاط ما، والفريق الرياضي هو جماعة رياضية كونه يتألف من مجموعة من الأفراد يمارسون نشاط رياضي في وقت ومكان محددان وحتى يكون الفريق الرياضي جماعة تؤثر وتتأثر بالمحيط الموجودة فيه، لا بد أن يكون ذو ديناميكية بحيث يكون هناك تفاعل وترابط بين أعضاء الفريق أنفسهم وبين أعضاء الفريق والمدرّب من أجل خلق التماسك والتلاحم بين أعضاء الفريق لكي يستطيع الفريق الوصول إلى غاياته وتحقيق الأهداف المسطرة والمنشودة والتي وجد الفريق أساسا من أجلها، فالتماسك يعتبر من أهم العمليات الأساسية لاستمرار الأفراد في عضوية الجماعة، أي أن التماسك هو الذي يربط أفراد الجماعة ويبقى على علاقاتهم ببعضهم البعض، كما أن 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.⁽¹⁾

وهنا يكمن دور المدرّب باعتباره القائد الأول في جماعة الفريق الرياضي والمسئول عنها فمن خلال الملاحظة يمكن للمدرّب أن يحدد العراقيل والمشاكل التي تحصل في جماعة الفريق مثلا عدم الانسجام بين أعضاء الفريق أو الأناية الموجودة في بعض أعضاء الفريق فهنا يضع المدرّب الحلول المناسبة من أجل تفادي هذه المشاكل وحلها وبث روح الجماعة وخلق جو من التماسك والتعاون والتكاتف وتنمية العلاقات الاجتماعية وتطوير شبكة الاتصالات بين اللاعبين فهذا بالتأكيد سيؤثر إيجابيا على أداء الفريق في الميدان لأن الجماعة المتماسكة هي أفضل حالا وأكثر إنتاجية من الجماعة الغير متماسكة، إلا أن بعض المدرّبين يفشلون في تحقيق التماسك والاستقرار لجماعة الفريق الرياضي وهذا سيؤدي إلى تفكك وتشتت جماعة الفريق وظهور تكتلات داخل الفريق وهذا بالتالي سيؤدي إلى وجود صراعات بين أعضاء الفريق أنفسهم ومع المدرّب ما سيؤثر على أدائهم في الميدان وقد يرجع السبب هنا إلى قوة شخصية المدرّب التي يتبعها كونه القائد الأول في تسيير أمور الفريق والتعامل مع أعضاء جماعة الفريق.

وعلى ضوء ما ذكرناه سابقا نستطيع طرح التساؤل الرئيسي التالي: **هل لشخصية المدرّب أهمية في تماسك الفريق؟**

و من خلال هذا التساؤل يمكن طرح جملة من التساؤلات الجزئية:

- هل للاعب دور في تماسك الفريق؟
- هل لشخصية المدرّب تأثير إيجابي أو سلبي في تماسك الفريق؟

(1) الدكتور أبو النيل محمد السيد، كتاب علم النفس الاجتماعي، القاهرة، ط 1، 1998، ص 32.

2- الفرضيات:

- أ. الفرضية الرئيسية:
 - لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق.
- ب. الفرضيات الجزئية:
 - للاعب دور في تماسك الفريق.
 - لشخصية المدرب تأثير ايجابي أو سلبي في تماسك الفريق.

3- أسباب اختيار الموضوع:

اخترنا هذا الموضوع بحكم التخصص، كذلك لميلنا لدراسة المواضيع المتعلقة بشخصية المدرب، وإدراكنا لأهمية الموضوع خاصة في ظل الرغبة في تشكيل فريق متماسك، وكذلك بسبب عدم إعطاء أهمية كبيرة لشخصية المدرب ودورها في تماسك الفريق رغم أنها حافز رئيسي لتحقيق ذلك.

ومن أسباب اختيارنا كذلك:

- رغبتنا في البحث في مواضيع الساعة التي لها علاقة بتخصصنا؛
- إبراز أهمية شخصية المدرب وتأثيرها على تماسك فريق كرة اليد.

4- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في كونه يتطرق إلى موضوع مهم وحساس بالنسبة لجماعة الفريق الرياضي ألا وهو التماسك، حيث يعتبر التماسك من أهم الركائز التي تساهم في استمرار الفريق، وأيضا كون هذا البحث يتطرق إلى موضوع مهم جدا ألا وهي شخصية المدرب وكيف تؤثر هذه الأخيرة على تماسك الفريق سواء من الناحية الاجتماعية بمعنى الجانب النفسي الاجتماعي وأيضا من الجانب الحركي والأداء بالنسبة لجماعة الفريق الرياضي.

5- أهداف البحث:

نهدف من بحثنا هذا إلى تسليط الضوء على أهمية شخصية المدرب كقائد للفريق ودورها في زيادة مستوى التماسك بالنسبة لجماعة الفريق الرياضي وكيف يلبي هذا الأسلوب الاحتياجات الخاصة باللاعبين سواء كانت احتياجات اجتماعية أو نفسية، وكيف يساعد أعضاء الفريق على التفاعل والاندماج والتعاون من أجل تحقيق الأهداف العامة للفريق، بالإضافة إلى:

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

- الوصول إلى ما هو أصلح ونجح 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 والعراقيل التي تؤثر في شخصية المدرب ، وتقص من إرادته بصفة عامة.

6- الدراسة السابقة :

هناك بحوث و دراسات كثيرة اهتمت بدراسة الشخصية في المجال الرياضي، و من بين هذه الدراسات نجد:

أ. الدراسة الأولى بعنوان : السمات الشخصية و تأثيرها على الأداء المهاري على لاعبي كرة السلة (صنف أكابر) .

- من إعداد الطالبين: منير بن كميث و زهير قبيوغة و مريغ 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 ؟
 - و كان اقتراحهم للفرضية على النحو التالي: لبعض السمات الشخصية تأثير ايجابي أو سلبي على الأداء المهاري للاعبي كرة السلة.
 - و كان هدف الدراسة هو محاولة إبراز أهمية سمات الشخصية التي تميز بها لاعبي كرة السلة (صنف أكابر)، و تأثيرها على أدائهم المهاري خلال المنافسات الرياضية.
 - و كان المنهج المتبع هو المنهج الوصفي، و كانت حجم العينة 12 لاعب، لكل نادي، حيث يكمن عدد
- الأندية 05 أندية، و استعمل الاستبيان كأداة لجمع البيانات.
- و من بين نتائج هذا البحث و من خلال تحليل و مناقشة معطيات نتائج الاستبيان سمح لهم إعطاء التشخيص التالي: إن لبعض سمات الشخصية تأثير إيجابي على الأداء المهاري للاعبي كرة السلة، ما وجدوا سمات تثر سلباً على الأداء المهاري مثل الخوف والقلق.

ب. الدراسة الثانية بعنوان: تقدير الأبعاد الأساسية للشخصية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات الوسط غرب.

- من إعداد الطلبة: صاحي إسماعيل و طاجين محمد و حرشوش بلقاسم.
- تحت إشراف الأستاذ شريقي علي.

- و كانت الإشكالية على النحو التالي: ماهي السمات المميزة للشخصية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات الوسط غرب ؟ و كانت الإشكالية الجزئية الوحيدة هي على النحو التالي: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأساتذة فيما يخص الأبعاد الشخصية عبر بعض ولايات الوسط غرب الجزائر ؟
- و قد اقترح في الفرضية الرئيسية الاقتراح التالي: توجد سمات مميزة لشخصية أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي عبر ولايات الوسط غرب.
- و الفرضية الجزئية هي: الشخصية بمتغيراتها لها دلالة لفروق إحصائية ما بين أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات وسط غرب. وكان هدف الدراسة هو إظهار أهم الأبعاد الأساسية للشخصية لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي لبعض ولايات الوسط غرب.
- و كان المنهج المتبع هو المنهج الوصفي و كان حجم العينة 60 أستاذًا للتربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي، مقسمين إلى 04 ولايات و استعمل الاستبيان كأداة لجمع البيانات.
- و من نتائج هذا البحث و من خلال تحليل و مناقشة لمعطيات النتائج ثبت مايلي: إن قلة الاضطرابات العامة وعدم ظهور المظاهر العصبية و الجسمية و هذا يعود إلى الممارسة المعنية ومزاولة النشاط الرياضي.
- يجب أن تتوفر صفات و مزايا خاصة تليق بمهنة التدريس ، بصفة عامة و التربية البدنية الرياضية و بصفة خاصة ومن بين هذه الصفات قوة الشخصية فهي مفتاح نجاحه في عمله.

• التعليق على الدراسات السابقة:

- نلاحظ من خلال الموجز السابق للدراسات السابقة التي عالجت موضوع الشخصية، أن هناك تشابها بين هذه الدراسات في أهمية الشخصية في التأثير على أداء اللاعب الرياضي. ولقد تمكنا من الاستفادة من هذه الدراسة في تنظيم بحثنا بحيث:
- الاستفادة من هذه الدراسات التي ركزت على الشخصية وأبعادها على جميع الأنشطة الرياضية ودورها في التأثير على تماسك الفريق الرياضي.
 - الاستفادة كذلك من هذه الدراسات فيما يتعلق بالجانب المنهجي للدراسة في تحديد المنهج وأدوات جمع البيانات، وتحديد أسئلة الاستبيان.

7- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

- أ. الشخصية: هو ذلك التنظيم الدائم إلى حد ما لطباع الفرد، و مزاجه وتكوينه العقلي الذي يحدد أساليب توافقه في بيئته بشكل مميز. (1)
- ب. المدرب: هو كل ما يعد شخصا أو جماعة ممارسة عمل بواسطة تمارين تعليمية: "مدرب فريق رياضي، مدرب في التربية البدنية". (2)

أما اصطلاحا:

المدرب عامل أساسي و هام في عملية التدريب، و هو من جهة نظر متخصصين، ماهو إلا محرك في بعض مواقف الأداء الصعب، يصبح المدرب بمثابة المعلم ، كما يشيرون الآخرون إلى أن المدرب الرياضي يعتبر كأى قائد متفرغ لهذا التدريب، و مهنته الأساسية بناء اللاعبين و إعدادهم بدنيا، نفسيا و مهاريا، و كذا فنيا للوصول بهم إلى أعلى مستويات البطولة، و هو أولا و أخيرا يقع على عاتقه العبئ الأكبر من المنهج و النشاط التدريبي. (3)

ج. تعريف الفريق:

يمكن تعريف الفريق الرياضي على أنه مجموعة من أفراد يتفاعلون مع بعضهم البعض تفاعلا حركيا في إطار معايير محددة من أجل تحقيق هدف رياضي مشترك، و يشير هذا التعريف إلى صفة الجمال بين عدد من الأفراد، كما يشير أيضا إلى صفة التفاعل بينهم و نوعية هذا التفاعل، و وظيفته إلى وجود معايير التحكم هذا التفاعل.

و أخيرا يشير هذا إلى الجمع بالأفراد، و هذا التصنيف يقودنا إلى مناقشة المفهوم السيكولوجي للفريق الرياضي، و هو جماعة تتميز بجمع الخواص البيانية للجماعات الصغيرة. (4)

د. تعريف كرة اليد:

كرة اليد، Hand Ball التي تعرف أيضا بكرة اليد الجماعية أو كرة اليد الأولمبية، و كرة اليد الاوروبية هي رياضة جماعية يتبارى فيه فريقان لكلاهما 07 لاعبين (06 لاعبين بحارس مرمى)، يمرر اللاعبون الكرة فيما بينهم ليحاولوا رميها داخل مرمى الخصم، لإحراز هدف، و تتألف المباراة من شوطين، مدة كل منها 30 دقيقة، الفريق

(1) محمد رمضان القذافي ، الشخصية نظرياتها و اختباراتها و أساليب قياسها ، مطبعة الانتصار ، 1993، ص 15.

(2) نجد اللغة العربية ، دار المشرق ، بيروت.

(3) زكي محمد حسن ، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب) ، الإسكندرية ، 1977، ص 16.

(4) أحمد فوزين طارق محمد بدر الدين، سيكولوجية التدريب الرياضي، الطبع و النشر و الفكر العربي ، القاهرة ، الطبعة الأولى ، 1421هـ ،

ص 15.

الذي يتمكن من تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم في نهاية شوطي المباراة هو الفريق الفائز، و في الوقت الحالي عادة ما تقام مباريات كرة اليد صالات داخلية مخصصة لذلك، على العكس من كرة اليد التي كانت في الماضي تقام في أماكن خارجية مثل كرة اليد الملعب التي تقام في ملعب كرة القدم، و كرة اليد الشاطئية و كرة اليد الأمريكية تختلف تماما عن كرة اليد الأوروبية، وعند بدئ المباراة يتحرك . اللاعبون بسرعة كبيرة، و يحدث احتكاك جسدي فيما بينهم، حيثما يحاول مدافعو كل فريق التصدي لهجمات لاعبي الخصم منعهم من الاقتراب من المرمى و الاحتكاك بين اللاعبين غير مسموح إلا إذا كان مدافع أحد الفريقين في مواجهة تامة مع أحد مهاجمي الخصم، أي كان بين المهاجم و المرمى، و أي احتكاك جانبي أو من الخلف يعتبر مخالفا لقواعد اللعب و يترتب عليه جزاءات صارمة، و إذا منع مدافع فريق المهاجم من الوصول إلى المرمى لإحراز هدف، يقوم الحكم بإيقاف المباراة عند هذه النقطة، و تستأنف من جديد و الكرة مع لاعبي الهجوم بداية من نقطة المخالفة، أو من الخط الذي يبعد عن المرمى بمسافة 09 أمتار، و في حين أنه يسمح للاعبي كرة السلة، فمن حق لاعبي كرة اليد ارتكاب عدد غير محدود من المخالفات التي تكون في صالح الدفاع، و لكنها في الوقت نفسه تؤثر على الحركة الإيقاعية لمهاجمين، أما عن عدد مرات إحراز الأهداف في كرة اليد، فمن حق كل فريق إحراز 20 هدفا على الأقل.

و لذا ليس من الغريب أن تكون نتيجة المباراة 33 نقطة مقابل 31 ، بيد أن هذا لم يكن موجودا في تاريخ اللعبة، فقد كان عدد أهداف كرة اليد أشبه بتلك الخاصة برياضة الهوكي على الجليد، و لكنه في تطور أساليب الهجوم، على الأخص استخدام الهجمات المضادة (الهجمات الخاطفة)، بعد فشل فريق الخصم، في شن هجمات زاد معدل إحراز الأهداف.⁽¹⁾

(1) كرة اليد، ويكيبيديا، الموسوعة الحرة.

الجانبة النظري



الفصل الأول:

شخصية المدرس

تمهيد:

إن شخصية المدرب و ثقافته و خبرته و حسن تعامله كل هذا يلعب دورا هاما في نجاحه في مهمته كمدرب، و في احترام جميع من يعملون معه لآرائه و فكره و تنفيذ واجباته، مما يجعل العمل في تنفيذ خطة التدريب العامة تسير بسلا في الاتجاه المرسوم لها و المؤدي لنجاحها، و لشخصية المدرب و سلوكه أكبر الأثر في تكوين اللاعب و الفريق و الوصول بهم للمستويات الرياضية العالية ، فالمدرب الرياضي لا يصنع بالصدفة، بل يجب أن تكون لديه الرغبة للعمل كمدرب، يفهم واجباته، ملم بأفضل و أحدث طرق التدريب وأساليبه، و حاجات لاعبيه، متبصرا بكيفية الاستخدام الجيد لمعلوماته الشخصية و خبراته في مجال لعبته.

1- الشخصية.

1-1 - تعريف الشخصية:

تعتبر الشخصية من أكثر المفاهيم التي لم يتفق عليها العلماء بعد، فقد وضعت عدة تعاريف مختلفة فيما بينها تبعا لاختلاف وجهات النظر التي يؤمن بها الذين وضعوا هاته النظريات، إن كلمة "شخصية" مشتقة من الفعل "شخص" و شخص الشيء يعني أنه ظهر بعد أن كان غائبا، و على هذا الأساس فإن المقصود بالشخصية لغويا هو كل الصفات الظاهرة الخاصة بالفرد و التي كان بعضها خافيا أو داخليا ثم ظهر و كانت بمجموعها تميزه عن غيره من الناس (1).

عادة ما يقصد علماء النفس بالشخصية تلك الأنماط المستمرة المبنية من الإدراك و التفكير و الإحساس و السلوك التي تبدوا لتعطي ذاتيتهم المميزة (2).

1-1-1- تعريف علماء الاجتماع للشخصية:

يرى بيسانز "biansans" أن لكل شخص كما للآخرين و يعرفها بأنها تقوم على أساس عادات شخص و سماته، و تتبثق الشخصية من خلال العوامل البيولوجية و الاجتماعية و الثقافية أما قرين "agreen" فالشخصية عنده ليست مجرد القيم و السمات بل يضيف صفة مهمة و هي التنظيم الديناميكي و الذي له دور في النمو و الانتماء إلى جهات متعددة في المجتمع.

1-1-2- تعريف علماء النفس للشخصية:

تتعدد تعريفاتهم للشخصية و صفاتهم و ذلك لكونها ميادين بحثهم في مجمل ما تطرقوا إليه، فالمدرسة السلوكية ترى أن الشخصية هي مجموع العادات السلوكية للفرد و هي مجموع أوجه النشاط التي يمكن الكشف عنها بالملاحظة الفعلية، أما مدرسة التحليل النفسي ترى بأن الشخصية هي قوة مركزية داخلية توجه الفرد في حركاته و سكناته.

و يرى مورتن برنس "morten prins" أن الشخصية هي حاصل الاستعدادات و الميول و الغرائز والدوافع و القوى البيولوجية و الفطرية الموروثة و كذلك الصفات و الاستعدادات و الميول المكتسبة من الخبرة، كما عرفها "ماي فلمج" و "لينك" على أنها مثير.

و هناك من اتجه إلى تعريفها على أنها استجابات الفرد للمثيرات المختلفة و هو ما ذهب إليه وود وورث "wod worth" و مركيس "marquis".

و منهم من ذهب في تعاليفهم على أن الشخصية عبارة عن متغير يتوسط المثيرات و الاستجابات و هو أكثر التعريفات التي وضعت للشخصية (3).

(1) نزار مجيد الطالب - كامل طه لويس: علم النفس الرياضي، جامعة بغداد، كلية الرياضي، العراق، ط1، 1988، ص78.

(2) سامية حسن السعاتي: الثقافة الشخصية، دار النهضة العربية، لبنان، ط2، 1993، ص119.

(3) لاندل و فيدراف: مدخل في علم النفس، دار ماسروميل، القاهرة، ط3، 1998، ص270.

لكن مما سبق كنظرة للشخصية يظهر أنها مثير و استجابة في نفس الوقت لأن الفرد يحدث تأثير في الآخرين و في المحيط أو بالمقابل يستجيب لمؤثرات هذا المحيط، مهما يكن الأمر فإنه رغم الاختلاف ما بين مختلف التعريفات في تحديد معنى واضح للشخصية إلا أنها تتفق في النقاط التالية:

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

1 - 2 العوامل العامة المؤثرة في الشخصية:

تشير نظريات الشخصية دون استثناء إلى وجود عاملين هامين يؤثران في بناء الشخصية و تطورها هما: عامل داخلي تكويني و عامل خارجي بيئي.

1 - 2 - 1 المؤثرات الوراثية:

إن النمط الوراثي الخاص الذي يتكون من اللحظة التي يتم فيها الإخصاب يؤثر في تكوين شخصية الفرد و على احتمال إصابة الفرد بأحد الأمراض الوراثية أو التشوهات التكوينية أو السمات ذات الطابع المميز مثل نزيف الدم الوراثي و الاضطرابات و مرض السكري مع اختلاف متوسط الدرجة و هناك سمات أخرى مميزة للشخصية و لها علاقة بالعوامل الوراثية و تشمل لون البشرة و القصر و لون العيون.

1 - 2 - 2 المؤثرات البيولوجية:

تؤثر هرمونات الغدد الصماء بوجه خاص على السلوك و على عمليات التكيف و يبدو ذلك واضحا في حالة نقص إفراز الهرمونات من الغدد أو توقفها عن العمل مثل:

- الغدة الدرقية: تؤدي كثرة إفراز هرمون تلك الغدة إلى كثرة الحركة و الشعور بالتهيج و الأرق، أما في حالة نقص الهرمونات تؤدي إلى سهولة الشعور بالتعب و الإرهاق و إلى كثرة النوم
- البنكرياس: يقومك بإفراز الأنسولين لتنظيم مقدار السكر في الدم وتحويله إلى الكبد لتجزئته و في حالة زيادة نسبة السكر في الدم فإن ذلك يظهر على شكل الإصابة بمرض السكري.

1 - 3 العوامل البيئية المؤثرة على الشخصية:

قد يكون لخبرة الشخص داخل نطاق البيئة المحيطة به آثارها الرئيسية على نمو خصائص الشخصية، وهذه الخبرات قد تكون فريدة تتصل بشخص واحد فقط، أو قد تكون مشتركة بين عديد من الأشخاص فتكوين شخصية الفرد تختلف باختلاف المنطقة التي نما بها و تتأثر بعادات و تقاليد و خصائص كل منطقة، فنجد أن الشخص الذي ترعرع في مجتمع يختلف عن الشخص الذي ترعرع في مجتمع متفتح على العصرية⁽¹⁾.

(1) أرنون وتيج: مدخل في علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، 1994، ص256.

1 - 4 التفاعل بين الوراثة و البيئة:

تنتج الكثير من الصفات عن المزج بين التأثيرات الوراثية و البيئية، و في أغلب الأحيان يصعب أن نحدد النسب المئوية لأهمية كل من المؤثرات الوراثية و البيئية و لكن يسهل أن نرى الاثنان يعملان معا في تفاعل.

بصفة عامة كلما كانت العلاقة أوثق بين الناس بين فردين من الناس كلما كانت خصائص شخصيتها أقرب إلى التماثل و مع ذلك فإن هذا الميل يتأثر بالظروف البيئية و على ذلك فإن التوأمين المتماثلين الذين ينشآن معا أميل إلى إظهار صفات متشابهة من التوأمين اللذان ينشآن منفصلين، كذلك التوأمين اللذين يربيان متباعدين يكونان أميل إلى التشابه من الإخوة غير التوائم⁽¹⁾.

1 - 5 دور المدرب في بناء تماسك الفريق:

1 - 5 - 1 المدرب و الشد العاطفي:

يعتبر هذا العامل أحد العوامل التي ربما تجرد و تعري أغلب المدربين عن أي شيء آخر، فببساطة إذا كان أحد المدربين يعطي اهتماما كبيرا لفريقه أكثر من اللازم أو بصورة مبالغ فيها، نجد أن هذا المدرب اتم بالانفعالية و يصبح أكثر انغماسا و يعطي الكثير من نفسه وقته إلى الفريق و لهذا فإنه في أغلب الحالات لا يمكن لهذا المدرب أن يجلس أو يقف على الخط الجانبي بدون أن يكون منغمسا كليا و المقصود هنا بالانغماس هو الانفعال العاطفي التام الذي قد لا يشعر به و لكن يحسه الآخرون و من العوامل الأخرى التي تسبب الشعور الخاص بالانفعال العاطفي أو الشد العاطفي هو الذي يتعلق بطريقة أداء الفريق سواء أثناء التدريب أو المنافسة، فالمدرّب لا يهتم في بعض الأحيان النتيجة بقدر ما يهتم طريقة الأداء.

في كثير من الأحيان قد يبدو لنا الفريق جاهزا مهاريا و خططيا و نفسيا تماما، و لكن في أحد أوقات اللعب يحدث لهم بعض الانهيار يلعبون و كأنهم لم يتعلموا شيئا على الإطلاق.

و في أحيان أخرى يكون المدرب قلقا جدا لأنهم في نظره يبدون غير جاهزين، و عندما تبدأ المباراة ينطلقون كالنار و يلعبون مباراة عظيمة، و السبب في هذا بسيط و بدرجة 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.

و فيما يختص بالمكسب أو الخسارة فلاجتهاد العاطفي دخل كبير عند المدرب، و هذا غالبا ما يحدث تتاسب طردي مع طموح المدرب و¹ شعبية الرياضة التي يمارسها المدرب و كذلك اهتمامات المجتمع نحو هذه الرياضة، بمعنى أن إذا زادت شعبية الجمهور و الرياضة التي يقوم بتدريبها المدرب تزيد لديه هذه الانفعالات و الشد العاطفي⁽²⁾.

(1) أرنون و تيج: مدخل في علم النفس، مرجع سابق، ص257.

(2) محمد حسن علاوي: سيكولوجية الجماعات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، مصر، ط1، 1998، ص75.

1 - 5 - 2 الاعتراف بالجهد الفردي:

إن اعتراف المدرب الرياضي بالجهد الفردي للاعبين في إطار العمل الجماعي من العوامل التي تقوي ثقة اللاعب في نفسه و تساعد على تقوية الصلات الشخصية بين اللاعبين و تعمل على ترقية مسؤولية اللاعب اتجاه الفريق و كلما كان اللاعب الرياضي مطمئنا و شاعرا بالأمان و الرضا كلما كان أكثر ميلا لمساعدة بقية زملاء في الفريق.

1 - 5 - 3 توجيهات لتنمية تماسك الفريق الرياضي :

يمكن تقديم بعض التوجيهات لمحاولة تنمية تماسك الفريق الرياضي على النحو التالي :

- ضرورة الاستخدام المناسب لعوامل المرح والسرور أثناء عملية التدريب الرياضي وهذا الأمر الذي يمكن أن يعكس لدى الأفراد الميل لزيادة بذل الجهد بالإضافة إلى أهمية في تحقيق قسوة التدريب عن كاهل الفريق الرياضي.
- الاستخدام المناسب لتشجيع الفريق الرياضي بصورة لفظية أو غير لفظية سواء للتشجيع الجماعي للفريق أو تشجيع بعض أفراد الفريق عند وضوح بذلهم أقصى جهد لصالح الفريق الرياضي ككل.
- إن معرفة المدرب الرياضي لتوقيتات المناسبات السعيدة لكل لاعب مثل أعياد الملية 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 أفراد الفريق للجهد الملحوظ فينبغي على المدرب الرياضي أن يتجنب الاستجابات السلبية تجاه الفريق أو بعض أفرادها بل ينبغي عليه التركيز على الدروس المستفادة 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 أو في حالة اكتسابه للمزيد من الصفات البدنية المعنية التي يحددها المدرب .
- يجب أن يشعر المدرب الرياضي كل فرد من أفراد الفريق بان له دور هام بالنسبة للفريق مع قيام المدرب بشرح مدى قيمة هذا الدور ومدى إسهامه في إنتاجية الفريق أو في تفاعله و تماسكه⁽¹⁾.
- 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 لا

(1) محمد حسن علاوي: سيكولوجية الجماعات الرياضية، مرجع سابق، ص 80 .

عب 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 .⁽¹⁾

أو محاولة الفوز المزاي 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 أكانوا أساسيين أو احتياطيين وأن يسلك اتجاههم جميعا بصورة متكافئة وعادلة.

- إن تماسك الفريق الرياضي يعني في جزء منه الاتصال المفتوح الواضح بين المدرب واللاعبين، وعلى ذلك ينبغي على المدرب الرياضي اكتساب طرق الاتصال الفاعل مع اللاعبين.

وبغض النظر عن الحلقات الإبداعية الأخرى التي يجلبها المدرب لمهنته وبدون أي سؤال فإن العلاقة بين الرياضيين وبعضهم هي العلاقة الأكثر أهمية والتي يجب على المدرب أن يبينها ويقويها ، والمدرب احتمال فشله قائم إذا لم تكن له علاقة وطيدة وأصلية مع الرياضيين ، ولكن أساسيا يجب وضع التوفيق بينه وبين الرياضيين ، قبل أي شخص آخر ما في ذلك الأهداف الشخصية للمدرب فعلى المدرب ان 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 .

1 - 6 شخصية المدرب الرياضي وتأثيرها على اللاعبين :

" يقصد بها جميع السلوك والاستشارات الانفعالية التي تصدر من المدرب نحو اللاعب او الفريق لرفع معنويات اللاعبين وتحسين الأداء والمردود العام للفريق .

ومما يلفت النظر أننا نلاحظ أحيانا كثير أن المدرب يتعامل من الناحية الانفعالية للاعب بطريقة فجأة ، غير حافية وكما أن أسلوب التحفيز والتشجيع من أهم وسائل الاستشارة الانفعالية التي يستعملها المدرب لرفع معنويات اللاعبين وكذا الفريق وذلك لتحسين الأداء الفردي وبالتالي المردود الجماعي للفريق.⁽²⁾

" إن للمدرب الرياضي تأثير على انفعالات اللاعبين وهذا التأثير له علاقة بالأداء الرياضي ويمكن هذا الأخير أن يساعد على تحسين الأداء ويمكن أن ينعكس سلبا على مردود اللاعبين ويتحول هذا المثير إلى نوع من القلق والخوف والعدوان او الغضب فمن المحتمل أن يقع اللاعب أو الفريق في الأخطاء والنتيجة هو التأثير السلبي على أداء اللاعبين .

(1) محمد حسن علاوي : سيكولوجية الجماعات الرياضية ، ص 80 .

(2) أسامة كامل راتب : دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط1، 1990 ، ص140 .

لذا يجب أن يكون المدرب ملما بأساليب التحكم في القلق ونظرا لان ظروف الأداء الرياضي تتميز خاصة في المناقشة بمواقف ضاغطة ، التي تؤثر على زيادة القلق أو الخوف لدى اللاعب ، ومن هنا يمكن معرفة أو استنتاج أن على المدرب أن يكون حساسا لمظاهر القلق بين اللاعبين وأعضاء الفريق⁽¹⁾ .

1 - 7 العلاقة بين المدرب واللاعب :

هناك قليل من الناس في كل المجتمعات ممن هم أكثر تماسا بالشباب من المدرب الرياضي. إن المدرب في الحقيقة معلم للموهوبين من الشباب من الناحية الرياضية فهو يتعامل مع أناس كثيرين في مجال عمله وإذا أراد أن يهيئ نفسه إلى مهنة التدريب يجب أن يحمل معه قسطا وافيا من الخبرات والمعلومات التكتيكية والفنية المتعلقة بالعبة بالإضافة إلى القابلية على العمل مع أناس على اختلاف أجناسهم كأفراد وكمجموعات ، فادا افتقد المدرب أيا من هاتين الصفتين يمكن أن تتوقع له بعض المشاكل في حياته العملية . فالمدرّب سوف لا يحصل على احترام اللاعبين إذ لا يكن قادرا على إجابة معظم الأسئلة التكتيكية التي يسألها اللاعب وأن تفهم اللاعب لبعض المبادئ الفسيولوجية والميكانيكية والنفسية سوف يساعد على الارتقاء في الفعالية التي يمارسها ، ولكنة على المدرب أن يفهم أن اللاعب في كثير من الأحيان لا يرغب أن يقضي وقت التدريب في دروس طويلة في الميكانيكا والفلسفية والأسس العلمية للحركة خاصة إذا لم يكن لهذه العلوم علاقة مباشرة بالفعالية التي يمارسها .

أن المدرب الرياضي يتعامل مع كثير من الناس من المدربين والصحفيين ولاعبين ومتفرجين فالعلاقة البينية التي يجب أنة تكون بين اللاعب والمدرب والتي تعتمد على قابلية التفهم والمعاملة التي تكتسب عن طريق الاحترام . فالصداقة والعلاقات الحسنة مع اللاعبين يمكن أنة تكسب من خلال المعاملة الصادقة معهم ، فالصداقة تأتي اختيارنا وليمكن أن يجبر عليها الفرد فالمدرّب سيحصل على صداقة اللاعب إذا استمع إلى مشاكل ذلك اللاعب بإذن صياغة وبدون أن يهز أمنه حتى لو كانت مشاكله خفيفة ولا تستحق الاهتمام .

كما أشار علاوي فيكتبه بأن شكل العلاقة بين المدرب ولاعبه تؤثر على عملية التدريب وكذا مستوى اللاعبين أثناء المنافسات فإن كانت هذه العلاقة طيبة ومفيدة أتت بفائدتها على روح الفريق وساهم ذلك على زيادة أواصر المحبة والتعاون بينهما وخفت مثير امن حدة الخلافات والتوتر التي قد تحدث بين المدرب ولاعبه ، وبالتالي تكون نتائجه إيجابية⁽²⁾ .

أما إذا كانت العلاقة سلبية تسير في اتجاه عكسي فإن هذا يؤثر على نتائج الفريق وكذا مستوى أداء اللاعبين وفي أحيان كثيرة تنتهي هذه العلاقة باستبعاد اللاعب من الفريق وتؤدي إلى نتائج سلبية في مصلحة الفريق .

والعوامل التي تؤثر على هذه العلاقة تتعدد فيها النقاط التالية :

(1) أسامة كامل راتب : دوافع الشوق في النشاط الرياضي، مرجع سابق، ص 140.

(2) نزار الطالب : مبادئ علم النفس الرياضي (طبع على نفقة جامعة بغداد) ، مطبعة الشعب ، بغداد ، 1976 ، ص 119 ، 117.

- نوعية أفراد الفريق ومستوى أدائهم.
- حجم الفريق (عدد أفراده).
- طبيعة اللعبة الممارسة و نوعية المهارات الخاصة بها.
- الضغوط النفسية على الفريق.
- مستوى تأهيل المدرب و قدراته المعرفية و الفنية.
- المستوى الثقافي للاعبين و مدى فهمهم لما يعطى لهم⁽¹⁾.

1 - 8 دور المدرب الرياضي في تشكيل و تنظيم الفريق (كرة اليد):

إن الغرض الأساسي من التشكيل الداخلي للفريق هو في المقام الأول غرض تنظيمي بحت، و عليه يجب على اللاعبين أن يتفهموا هذا الغرض بشكل بديهي و ترتيبهم التلقائي و حسب أماكنهم في الفريق حيث لا ضمان هناك ببقاء أحدهم في أي مركز من المراكز، طالما هذا مرتبط بالجهد المبذول في الملعب.

1 - 8 - 1 المدرب في مساعدة و تهيئة اللاعبين و تحديد القائمة:

لكل مدرب له في مساعدة و تهيئة اللاعبين طريقة معينة، و يجب أن تتم هذه التهيئة من خلال الاجتماعات التمهيدية و النهائية، في حين المساعدة يجب أن تتم بين المدرب و اللاعبين منفردة، أي يحاول المدرب أن يقابل كل لاعب على حدة لتفهم مشاكله سواء العائلية أو التي تتعلق بوضعه داخل الفريق، و محاولة حلها و إذا كانت خارج صفوف الفريق فيجب أن يتبعها ليتأكد من حلها.

و يجب على الجهاز الفني أن يتخذ القرار في إعطاء مراكز اللاعبين مسبقا و هذا يعود إلى " دور المدرب في تعيين المكان المناسب لكل لاعب حيث من المهام التي تقع على عاتق مدرب الكرة الطائرة، فهناك الضارب المتخصص، لاعب الصد المتميز، المستقبل الجيد، المدافع المتمكن، اللاعب الشامل، المعد، المهاجم و اللاعب طويل القامة، و كذلك قصير القامة، فتوزيع هؤلاء اللاعبين في الملعب يجب أن يكون ناتج لفهم المدرب لإمكانيات اللاعبين و كيفية توظيفهم في الملعب مما يقلل نقاط الضعف و يزيد من نقاط القوة⁽²⁾.

كما لا ننسى أن القائمة الخاصة باللاعبين الأساسيين هي إحدى المشاكل الرئيسية التي تواجه بعض المدربين، خاصة إذا كان مستوى الأداء الفني متقارب بين اللاعبين بعضهم البعض و عند اختيار اللاعبين، فإن هناك أسسا معينة لا بد أن يفهمها الفريق و هي كالتالي:

- الأساس الأول: هو أنه لا يجب على المدرب أن يترك اللاعبين يلعبون وحدهم دون توجيه، كما أن التعليقات المخزنة يطلقها بعض المدربين، لا شك أن لها تأثيرا سلبيا على اللاعبين كما أن الشيء الهام الذي

(1) يحي السيد الخاوي : المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية ، دار الفكر العربي ، مصر، ط1، ص 26 .

(2) علي مصطفى طه: الكرة الطائرة-تاريخ-تعليم-تدريب-تحليل-قانون، دار الفكر الري، القاهرة، ط1، 1999، ص 335.

يجب توضيحه هو أنه في مرحلة معينة من الموسم مطلوب من اللاعب أن يؤدي وظيفة معينة، فإذا كان لا يؤديها كما يجب، فإن هذا اللاعب يجب إحلال من هو أكفأ منه مكانه.

إن الفوز في المباراة يكون دائماً بسبب اللاعبين الذين يؤديون ما هو متوقع منهم ، و ليس من طريق اللاعبين الذين يؤديون الأداء في أقل مستوى كما أنه من الحكمة ألا يقع الفريق في فخ الاعتقاد بأن المباراة القائمة ستنجح الفرص فيها للذي لم يوفق في المباراة الأولى.

- **الأساس الثاني:** في توجيه (اختيار) للاعبين هو خضوع اختيار اللاعب لقاعدة ما يسمى بالرغبة و المقدره، فلاعبو الفرق ذات المستوى العالي الذين لهم معدل عالي من الرغبة، ليس بالضرورة أن يكون معدل مقدرتهم عالية، و من جهة أخرى فإن الفرق التي لها معدل عالي من المقدره، من الطبيعي أن يكون معدل رغبتهم عالية و على هذا فلا بد من اختيار اللاعبين الذين يجيدون اللعب و من ذوي الرغبة و المقدره العاليه في الفريق، وهنا سر يتعلق بهذا الشأن، و هو أن اللاعبين الناشئين و المتقدمين عادة ما تكون لهم رغبة جامحة في لعب المباراة، و من ثم فمن واجب المدربين وضع اللاعبين أصحاب الرغبة العاليه حتى لو لم تكن قدراتهم كبيرة في صفوف الاحتياط، وذلك لأن الروح العاليه تعوض أحيانا فارق القدره و المهارة

1 - 9 المدرب الرياضي وقيادة الفريق :

تكاثفت الجهود الفنية والإدارية التي قد بذلت لإعداد فريق ما ، هذا بالإضافة إلى جهود اللاعبين والمدربين على مدار الموسم الرياضي وما بذلوه من جهد وعرق ، يتوج في النهاية لخدمة المنافسة وهي الفترة التي لها شكل عمل خاص بالمدرب وكيفية قيادة الفريق أثناء المباراة يجب أن يسبقها التخطيط المناسب ولهذا فقد قسمت فترة المنافسة إلى ثلاث مراحل :

1- 9 - 1 قبل المباراة :

يبدأ الإعداد لها خلال أسبوعاً تقريباً من قبل المباراة، ويهتم فيها المدرب ببعض الاعتبارات التي يجب أن توضح للاعبين منها :

- انه قد تم التعرف على الفريق المنافس من حيث نتائجه ومركزه في الدوري.
- الإطلاع على سجل السنة الماضية الذي قد كتب بواسطة كل مدرب عن المنافسين ليستفيد به في السنة التالية.
- العمل على استكشاف المنافس في أقرب مباراة حساسة أقيمت له (1).
- العمل على استكشاف المنافس في أقرب وحدة تدريبية يزاولها على ملعبه أو في ملعب أو بلد آخر
- العمل على استكشاف المنافس من خلال ورق التسجيل عند تحكيم مبارياته مع فرق أخرى
- التركيز على المهاجمين للفريق المنافس و طريقة ضربهم و أفضل أماكن الهجوم التي يفضلونها.
- التعرف على أفضل لاعب ضد لديهم و أفضل أماكن الهجوم أو الدفاع و أنواعه.

(1) زكي محمد حسن: المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب، مرجع سابق، ص 323 .

- التعرف على خططهم الهجومية و الدفاعية مع الخروج بنتيجة عن نقاط القوة و الضعف.
- التعرف على طبيعة الملعب و جمهور المشجعين.
- التعرف على طبيعة الحكام و شخصياتهم خاصة ما سبق لهم تحكيم مباريات حتى يخوض اللاعب المنافسة و هو على علم بطريقتهم و أسلوبهم التحكيمي.
- الاتفاق مع اللاعبين على خطة الدفاع و الهجوم في الحالات العادية و كذا الحالات المفاجئة.
- التدريب على ما سبق ثم محاولة التطبيق في مباراة تجريبية مع فريق على مستوى المنافس.
- في آخر تدريب قبل المنافسة يتم التأكيد على العمل الخططي عمليا و نظريا.
- يهتم بمراعاة الإعداد النفسي بالرغم من وجود الفروق الفردية بينهم و ذلك من حيث مراكزهم الاجتماعية و ميولهم، و التعرف على مشاكلهم و محاولة حلها للوصول بهم بعيدا عن المشاكل مع تصميم كل منهم على النجاح و الفوز.
- يجب التفهم لموقف و طبيعة حكام المباراة لذا يجب عليه أن يتسم كل منهم بالهدوء وخاصة مع الحكام عند مناقشتهم خاصة إذا كانت المباراة على ملعب المنافس.

1- 9 - 2 أثناء المباراة:

بمجرد وصول الحكام على المدرب أن يقوم بتحية هؤلاء الحكام بطريقة طيبة وحسنة تدل على حسن الخلق الرياضي ثم يتوجه ليجلس بجوار اللاعبين البدلاء في المكان المخصص وذلك لملاحظة سير المباراة، وأثناء المباراة على المدرج ، بمجموعة من الاعتبارات التالية مما يضمن له حسن سير المباراة ومن هذه الاعتبارات الآتية:

- يلاحظ المدرب سير المباراة من خلال الشوط الأول مع تتبع اللاعبين الموافق منهم والغير الموفق.
- لا يتم التعجل بالتبديل لأي لاعب وحتى نعطي لهذا اللاعب الفرص كاملة لإيضاح حالته.
- في المباريات الفرق ذات المستوى العالي يمكن لرئيس الفارق أن يقوم بتوجيه الفريق خاصة في حالة الهجوم بدل من المدرب.
- لا بد أن يكون لكل فريق إشارته أو علامته الخاصة به أو المتفق عليها عمليا و نظريا سواء في حالات الإعداد مثلا أو الهجوم أو الدفاع.⁽¹⁾
- يقوم المدرب بإبداء التوجيهات الأساسية من خلال الوقت المستقطع وغالبا ما يتم ذلك عند نزول البديل.
- الوقت المستقطع مدته (30ثا) في بعض الألعاب مثل كرة الطائرة ، كرة السلة لا يسمح بإعطاء جميع الملاحظات والتوجيهات لذلك يلجأ بعض المدربين إلى إرسال مثل هذه الملاحظات والتوجيهات مع اللاعب البديل ، هنا على رئيس الفريق أن يقبل هذا الوضع الوقتي بصدر رحب
- وقت الراحة قبل الشوط الحاسم يجب أن تستغل في إعطاء التوجيهات دون السماح لمناقشات جانبية.

(1) زكي محمد حسن، المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب، مرجع سابق، ص324 .

- يشارك المدرب، مدرب آخر أو مساعدة أو الإداري الذي له خبرته في تتبع سير المباراة مع اعتباره رأي التسجيل في ورقة مخصص لذلك (الاستطلاع الإحصائي) حتى يمكن الاستعانة بهذا البيانات خلال وقت الراحة بين الأشواط ثم تحليل المباراة بعد ذلك.
- أثناء المباراة على المدرب أن يحدد أفضل اللاعبين لاستمرارهم في المباراة والاستفادة بهم أطول فترة ممكنة.
- أثناء الوقت المستقطع لا يسمح بمناقشات جانبية مع اللاعبين حتى لا تحدث مشاكل بينهم.
- الاستعانة بالملاحظات أساسية للاكتشاف حول ما تم تحقيقه وما لم يتم تحقيقه.
- إذا كانت طريقة الشوط الأول ناجحة نوصي باستمرار خاصة إذا كانت نتائج الشوط طيبة ، مع ملاحظة التغير يكون في حدود ضيقة حتى لا تؤثر على هذه الطريقة .
- عند الخسارة عند خسارة أحد الأشواط على المدرب اتخاذ القرارات الخاصة بالتغيير لإصلاح النتيجة أو ما في حالة الفرق الناشئة على المدرب أن يقوم من خارج الملعب بإعطاء التوجيهات للاعبين أثناء اللعب وبصوت هادئ وبكلمات مختصرة.

1 - 9 - 3 بعد المباراة :

- انتهت المباراة بأحداثها المفرحة أو المؤسفة، فهناك المكسب بفرضته والهزيمة بمرارتها، عموماً مثل هذا الأحداث لا يجب على المدرب أن يقف أمامها مكتوف الأيدي، لذلك سوف نسرق بعض الاعتبارات التي يجب أن يراعيها المدرب بعد المباراة ومنها:
- أن يكون المدرب قريباً من فريقه خاصة في حالات الخسارة قبل المكسب.
- يوصى اللاعب إلى كيفية معالجة بعض الإصابات الخفيفة فور حدوثها أما الإصابات الأخرى فتتحول إلى الطبيب المعالج.
- ما تم في المباراة يترك دون مناقشة لمدة يوم على الأقل من يوم إقامة المباراة
- على المدرب أن يقوم بنقد ذاتها، وذلك بالنسبة لقيادة المباراة من حيث ما تم بنجاح وما لم يوفق فيه.
- يتم تحليل المباراة عند أول وحدة تدريبية مقبلة للفريق وتوجيههم لأخطاء التي وقعوا فيها⁽¹⁾
- الاستعانة بسجل لاستكشاف حيث انه من الطرق الموضوعات لتحليل المباراة وذلك لاحتمال أن يكون نقداً لنفسه شخصاً.
- قد يمتد النقد ليصل اللاعب لزميله ، ويجب على مثل هذا الزميل ان يتقبل هذا النقد بروح رياضية عالية في مصلحة الفريق وهو في عادة ما يمتد ذلك النوع من النقد مع الفرق ذات المستوى العال من التفاهم والانسجام.⁽¹⁾

(1) زكي محمد حسن: المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب ، مرجع سابق ، ص 325 .

(1) زكي محمد حسن: المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب ، مرجع سابق، ص 316.

1 - 10 دور المدرب في التشجيع وزيادة الحماس الجماعي للفريق (كرة اليد) :

- قد يتبادر إلى الذهن من الوهلة الأولى عند تطرقنا لهذا الموضوع هو تشجيع اللاعبين وزيادة حماسهم خلال اللعب أو في مباريات كرة اليد من قبل الجمهور المشجعين ولكن هذا يختلف عن مفهوم التشجيع والحماس الجماعي للفريق ، الذي سوف نتناوله هنا .
- فالمقصود بذلك تلك الامور التي تتعلق بزيادة الشحنة النفسية والحماس المعنوي للاعبين كرة اليد ، وهذا ما سوف نتطرق إليه بشيء من التفصيل .
- إن النواحي الهامة التي يجب أن يتم تحديدها والاهتمام بها تلك المرتبطة بالتشجيع والحماس الجماعي للفريق، والدور الذين يلعبه المدربون المتخصصون فيما يسمى بالتوجيه المعنوي للاعبين.
- إن خلق المواقف المختلفة خلال التدريب لكرة اليد والتي من شأنه رفع الحالة النفسية للاعبين وخاصة مثل المباريات الهامة، هو من الأمور الهامة في تشجيع وزيادة الحماس الجماعي للفريق ، لذا يجب على المدربين العمل باستمرار على خلق هذه المواقف وبصورة مستمرة حتى نضمن ارتفاع معنويات ارتقاء معنويات اللاعبين وزيادة حماسهم الجماعي معا ينعكس على أدائهم في الملعب
- إن الاهتمام بزيادة الحماس ورفع الروح المعنوية والتشجيع للفريق كان دائما محل جدال لأن هناك عادة بضعة ساعات قبل بداية المباراة ، وأي تأثير عاطفي إيجابي يؤثر على الفريق الذي يندمج في الملعب ، قبل بداية وقت المباراة .
- ومن ناحية أخرى فإن بعض المدربين لا يفضل القيام بتشجيع وزيادة حماس اللاعبين على الإطلاق، لأن التأثير العاطفي قد يكون عالي جدا مما يسبب إحباط اللاعبين بعد نهاية وقت المباراة ، وهذا ما يتم الشعور به بوجه عام ، إن لم يكن الفريق قد تم إعداده إعدادا كافيا من الناحية الذهنية طوال الأسبوع والاهتمام بزيادة حماس وتشجيع اللاعبين في آخر لحظة ووقت قصير لا فائدة منه بالمرّة .
- وعلى هيئة التدريب أن يقرروا، إذا ما كانوا سوف يهتمون بمثل هذه الناحية الذهنية طوال الأسبوع، و الاهتمام بزيادة حماس و تشجيع اللاعبين في آخر لحظة و وقت قصير لا فائدة منه بالمرّة. (2)
- و على هيئة التدريب أن يقرروا، إذا ما كانوا سوف يهتمون بمثل هذه الناحية بحماس اللاعبين أم لا و إن كان كذلك فإن هذه المعلومات الخاصة بالتشجيع و الحماس هامة بالنسبة لترتيب مبادئ التدريب و إذا ما تم تحديد مواعيد بدء المباريات و الإعلان عنها، فإن من الواجب على المدرب فورا في التخطيط لنفسه و بشكل تتابعي في عمل البرامج التي تحقق رفع الروح المعنوية للفريق و كذا زيادة حماس اللاعبين. (1)

(2) زكي محمد حسن: المرجع نفسه، ص316.

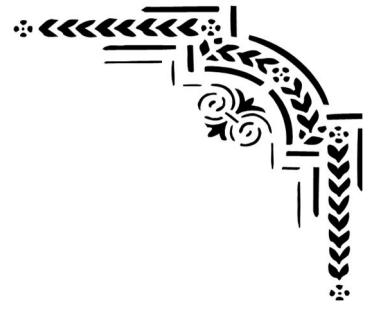
(1) زكي محمد حسن، المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب، مرجع سابق، ص 335.

خلاصة :

من خلال العرض السابق الذي قمنا فيه بدراسة تماسك الفريق، ذكرنا في البداية مفهوم الفريق وكيفية بناءه، وكذلك مراحل بناءه وتكوينه، 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، في الأخير عرضنا الخلافات داخل الفريق.

الفصل الثاني:



تعماسك الفريق



تمهيد:

يعتبر تماسك الفريق أو الترابط بين أعضائه حركيا واجتماعيا من الموضوعات الهامة في سيكولوجية الجماعات الصغيرة، ذلك أن موضوع التماسك له تأثير كبير في ديناميات أية جماعة وبالتالي للفريق الرياضي، فالتماسك يمثل الظاهرة الأساسية في استمرارية الأعضاء في الفريق وقوة بنيانها وهذا ما يسهل تحقيق أهداف الفريق.

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

2-1- الفريق الرياضي: هو مجموعة من الأفراد مجتمعون معا، يجمعهم ويوجههم هدف عام، يعملون من أجل تحقيق نتائج متطابقة، والفريق بمثابة توليد لطاقات كاملة لأن كل فرد فيه يقدم مساهمة فريدة من نوعها، والفريق الجيد هو الذي يعتبر أن الكل أعظم من الجزء.⁽¹⁾

- المفهوم السيكولوجي للفريق الرياضي: 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 المصطلح إلى صفة الجمع بين عدد من الأفراد، كما يشير إلى صفة التفاعل بينهم ونوعيته ووظيفته، وإلى وجود معايير تحكم هذا التفاعل.⁽²⁾

2-2- تماسك الفريق:

2-2-1- مفهوم تماسك الفريق الرياضي: إن تماسك الرياضي يمثل أحد الظواهر الأساسية لاستمرار اللاعبين في عضوية الفريق الرياضي إذ أنه هو الخيط الذي يربط بين أفراد الفريق والذي يبقى على العلاقات بين مختلف أفراد.

وقد أشار بعض الباحثين في مجال دراسة الجماعة الرياضية أو الفريق الرياضي "دون للي Donnelly" و"كارون Carron"، و"شيللا دوراي Chellarai" 1980 إلى أنه يمكن تعريف تماسك الفريق الرياضي من منظورين هما:

المنظور الأول: يشير إلى تعريف تماسك الفريق بأنه محصلة القوى التي توجه اللاعبين نحو الفريق، أو محصلة القوى التي تجذب اللاعبين على الاستمرار في عضوية الفريق الرياضي، أي محصلة جاذبية الفريق لأعضائه، ويركز هذا المنظور على الفرد (اللاعب) من حيث أنه الوحدة المرجعية بدرجة أكبر من التركيز على الجماعة (الفريق الرياضي).

المنظور الثاني: يشير إلى تعريف تماسك الفريق الرياضي أو الجماعة الرياضية بأنه محصلة القوى الدافعة لاستمرار بقاء الجماعة والمحافظة عليها، ويركز هذا المنظور على قوة العلاقة الرابطة بين أعضاء الجماعة أثناء حالات الأزمات، أو مقاومة الجماعة للقوى التي تصدع أو تمزق الجماعة أو في حالات الهزائم المتكررة.⁽³⁾

(1) حسين محمد حسين، العمل في مجموعات في إطار التدريب وتنمية المجتمع، الطبعة الأولى، سلسلة كتاب الحقائق، السلسلة الثالثة، 1999، ص 61.

(2) أحمد فوزي أمين و طارق بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر، 2001، ص 15.

(3) محمد حسن علاوي، سيكولوجية الجماعات الرياضية، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1998، ص 52.

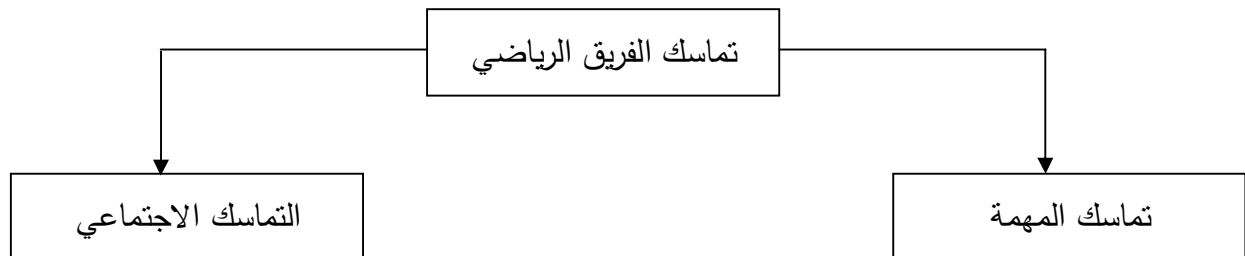
2-2-2 - أنواع تماسك الفريق الرياضي: ينقسم تماسك الفريق الرياضي إلى نوعين هما:

أ- تماسك المهمة: هذا النوع من التماسك يعكس درجة عمل أفراد الفريق معا لتحقيق أهداف مشتركة، فقد يكون الهدف العام للفريق الرياضي الفوز ببطولة معينة والذي يتأسس في جزء كبير منه على تنسيق جهود الفريق الرياضي للعمل معاً، أي العمل الجماعي أو الأداء الجماعي.

ب- التماسك الاجتماعي: وهذا النوع يعكس درجة العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي ودرجة حبهم ومزاملتهم بعضهم البعض ويتأسس بصورة واضحة على جاذبية العلاقات بين أفراد الفريق الرياضي وأشار كارون إلى أن التمييز أو التفريق بين عاملي تماسك المهمة والتماسك الاجتماعي من الأهمية بمكان القدرة على شرح كيفية مواجهة الفريق للصرعات والعقبات والعوائق لإحراز النجاح.

وفي ضوء هذا التمييز تم تعريف تماسك الفريق الرياضي على أنه عملية ديناميكية تتعكس في ميل الجماعة نحو الترابط والالتصاق والاستمرار معا لمواصلة تحقيق أهدافها. (1)

الشكل رقم 01: أنواع تماسك الفريق الرياضي



(1) محمد حسن علاوي، سيكولوجية الجماعات الرياضية، مرجع سابق، ص 56.

2-2-3 - عوامل تماسك الفريق الرياضي: من المشكلات الرئيسية في مجال دراسة الفريق الرياضي هي محاولة الوقوف على الأسباب التي تؤدي إلى تماسك الفريق الرياضي، فكثيرا ما نلاحظ اختلافا واضحا بين الفرق الرياضية المتعددة من حيث تماسك أفراد كل فريق وإقبالهم على التدريب وانتظامهم في الاشتراك في المنافسات الرياضية وتحقيق الأهداف المحددة: (1)

أ- الشعور بالانتماء للفريق الرياضي: إن كل فرد أو لاعب يكون في حاجة إلى الانتماء إلى جماعة الأسرة أو جماعة الأصدقاء أو غير ذلك من الجماعات التي يعتز بالانتماء إليها، فعندئذ تصبح الحاجة إلى الانتماء من الحاجات النفسية الهامة التي تدفع اللاعب إلى الاستمرار في عضوية الفريق الرياضي.

ب- إشباع الحاجات الفردية: لاشك أن كل فريق رياضي يختلف عن الآخر في مدى ما يستطيع أن يقدمه للاعبين لإشباع حاجاتهم الفردية، وكلما استطاع الفريق الرياضي مساعدة اللاعبين على تحقيق حاجاتهم وأهدافهم كلما زاد تماسك اللاعب بالفريق الرياضي.

ت- الشعور بالنجاح: يؤدي نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه أو تحقيق المزيد من الانتصارات والبطولات إلى شعور اللاعبين بالسعادة المشتركة وبالتالي زيادة الرابطة بينهم وولائهم للفريق وزيادة جاذبيتهم نحو الاستمرار في عضويته.

ث- المشاركة: إن الاشتراك في اقتراح تخطيط التدريب الرياضي وتنفيذه وتقييمه تعتبر من العوامل التي تشعر كل لاعب بقيمته ومكانته وبالتالي ارتباطه بالفريق وتحقيق المزيد من الجاذبية.

ج- وجود قوانين ومعايير وتقاليد للفريق: إن وجود لوائح وقوانين معروفة ومحددة للفريق الرياضي من العوامل التي تضمن استمرار هذا الفريق والتي تحدد العلاقات بين أعضاء الفريق الرياضي والأهداف الموضوعية للفريق.

ح- توافر العلاقات التعاونية بين اللاعبين: يزداد تماسك الفريق الرياضي في حالة قيام علاقات بين اللاعبين على أساس تعاوني، فالفريق الرياضي يسعى إلى تحقيق أهداف معينة وكل لاعب في الفريق يبذل قصارى جهده للتعاون مع الآخرين نحو تحقيق الهدف الجماعي وفي هذه الحالة يزداد تماسك الفريق الرياضي.

خ- توافر القيادة المناسبة: إن نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه يرتبط ارتباطا وثيقا بتوافر القيادات التي تلعب دورا هاما في العمل على تماسك الفريق الرياضي ودفع الروح المعنوية له، وبالتالي زيادة جاذبية الفريق لأعضائه.

(1) محمد حسن علاوي، سيكولوجية الجماعات الرياضية، مرجع سابق، ص 57-59.

د- تصنيف كارون (Carron) لعوامل تماسك الفريق: ومن ناحية أخرى قدّم كارون نموذجاً لمحاولة تحديد أهم العوامل المؤثرة على تماسك الفريق الرياضي ويتكوّن هذا النموذج من أربعة عوامل:

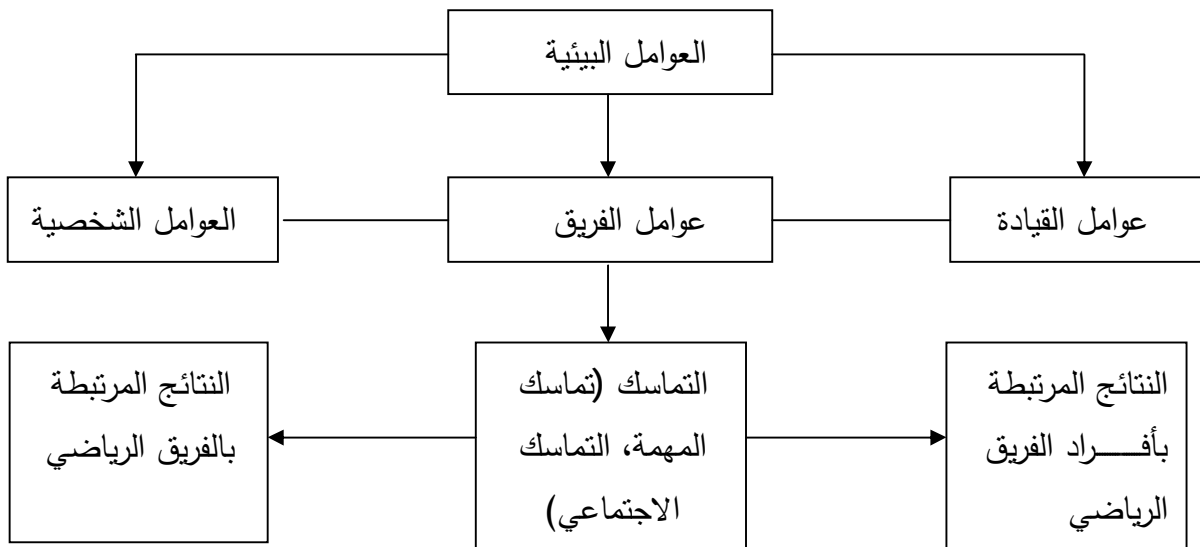
➤ **العوامل البيئية:** العوامل البيئية أو الموقفية هي العوامل التي ترتبط بطبيعة وجود الفريق معاً مثل كونهم أعضاء في نادي معين أو تقاعدهم أو حصولهم على منحة دراسة للعب لفريق معين، أو كنتيجة لعملهم في مؤسسة أو هيئة معينة لدينا فريق رياضي مشارك في المنافسات الرياضية، وغير ذلك من العوامل التي تدخل في نطق المسؤولية التعاقدية أو التعليمية لمختلف المواقف البيئية.

➤ **العوامل الشخصية:** تعزى العوامل الشخصية إلى الخصائص الفردية لأعضاء الفريق الرياضي مثل دوافع الاشتراك في الفريق أو الانضمام إليه ونوعية الانتماء نحوه ومدى جاذبيته للأفراد ودرجة رضاهم عن بقائهم كأعضاء فيه.

➤ **عوامل القيادة:** عوامل القيادة ترتبط بنوعية سلوك القيادة نحو أعضاء الفريق والأساليب المستخدمة في عملية القيادة ومدى مناسبتها للمواقف المختلفة والخصائص المميزة للقيادة والمسؤولين عن الفريق الرياضي من حيث خبراتهم وخلفيتهم العلمية وسماتهم وقدراتهم وأساليبهم القيادية.

➤ **عوامل الفريق:** هي العوامل المرتبطة بخصائص مهمة للفريق ومعايير إنتاجية والفريق واستمراريته وتوجهاته وقدراته على تحقيق أهدافه، وعوامل الفريق تتأثر بصورة واضحة بكل من العوامل البيئية (الموقفية) وعوامل الشخصية وعوامل القيادة.

الشكل رقم 02: المحددات المؤثرة في تماسك الفريق



2-3-3- مظاهر التماسك في الفريق الرياضي: إن جوهر تماسك الجماعة هو الشعور بالوحدة العضوية بين الأفراد، ولأن الجماعة هي الأصل والأفراد هم أجزاء منها، فإذا ظهر هذا الشعور الذي يتلخص في زيادة استخدام كلمة "نحن" على استخدام كلمة "أنا"، يصبح لهذا الشعور قوة الدافعية تنعكس على المظاهر التالية: (1)

2-3-3-1- مشاعر الصداقة والرضا: تزيد مشاعر الصداقة ويزيد الشعور بالرضا عن الجماعة وتبرير أي صعوبات تعترض الأفراد على نحو ايجابي.

2-3-3-2- الانصياع لمعايير الجماعة: تزداد قوة الالتزام بالقاعدة التي تنفق عليها الجماعة وقد يتنافى الأفراد ويضحون بمصالحهم الذاتية في سبيل تحقيق هدف الجماعة والانتصار لقيادتها.

2-3-3-3- عدم التفكك وقت الأزمات: كلما واجهت الجماعة أزمة تهددها تزداد الجماعة في قوة تماسكها، أما الجماعات ضعيفة التماسك فإنها تتفرد وينحوا أفرادها إلى المصالح الفردية.

2-3-3-4- الاتجاه نحو الجماعة: تزداد الاتجاهات نحو الجماعة بزيادة تماسكها، والسؤال الذي يعكس هذا الاتجاه هو ما وجهه "ليبو libo" إلى الجماعات المختلفة وهو: هل تعود الجماعة إذا انحلت وحاولت أحد الأعضاء إعادة تكوينها مرة أخرى؟ وأتضح للباحث فروق دالة بين إجابات الجماعة المتماسكة.

2-3-3-5- الانتظام في نشاط الجماعة: وجد مان- بوم جارتل ارتباطات دالة بين تماسك الجماعة والمهام الموكّلة إليهم.

2-3-3-6- معدلات الاتصال: يتوصل أعضاء الجماعة المتماسكة بشكل أكبر مما يفعله أعضاء الجماعات غير المتماسكة.

2-3-3-7- تحقيق الأهداف: هدف الجماعة يتكون من أهدافها الفردية ليعمل كمنشط ومحفز لقوى الدافعية لدى أعضائها، كما أن الجماعات العالية التماسك أكثر فعالية في تحقيق أهدافها.

2-4- مراحل بناء وتكوين الفريق:

2-4-1- مرحلة تعليم المبتدئين: ويهتم في هذه المرحلة بتوطيد العلاقة بين المبتدئين واللعبه تبدأ من تكوين العلاقة بين المبتدأ والكرة، والتعرف على مستوى اللياقة البدنية والعمل على تحسينها مع محاولة خلق أسس تفاعل العمل الحركي الجماعي.

(1) عبد المجيد صفوت، علم النفس الاجتماعي والتعصب، دار الفكر العربي، مصر، 2000، ص 54.

2-4-2 - مرحلة تعليم الناشئين: وفي هذه المرحلة يبدأ بتعليم النواحي المهارية الأولية وتعليم بعض من المهارات الحركية، كما يتم تعليم النواحي الخطئية البسيطة.

2-4-3 - مرحلة عملية التدريب: وتشمل على حجم التدريب وكيفية أداء هذا التدريب، نوع التدريب، الإعداد المهاري، تنمية التفاعل الجماعي الحركي.

2-4-4 - مرحلة الإعداد البدني: وتشمل هذه المرحلة على التخطيط للإعداد البدني وأشكال وطريقة أدائه.....الخ.

2-4-5 - مرحلة 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.

2-4-6 - مرحلة إعداد 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.

2-4-7 - مرحلة إعداد برنامج مقترح للناشئ: إلقاء الضوء على نموذج مقترح لناشئ كرة الطائرة على سبيل المثال.

2-4-8 - مرحلة بناء برنامج مقترح للمتقدمين في كرة الطائرة مثلاً: إلقاء الضوء على نموذج مقترح لبرنامج اللاعب المتقدم في كرة الطائرة على سبيل المثال.

2-4-9 - مرحلة مراقبة وإدارة الفريق أثناء المنافسة: ففي هذه المرحلة تشمل قبل المباريات، فترات الراحة بين الشوطين، الراحة قبل الشوط الحاسم للمباراة.

2-4-10 - مرحلة الاستطلاع: الاستطلاع أو الاكتشاف وهذه المرحلة يتم فيها الاكتشاف على فريق المدرب وكذا فريق الخصم.

2-4-11 - مرحلة التبديل أو التحويل: في هذه المرحلة يتم دراسة موقف اللاعبين البدلاء وكذا كيفية تحويل الموقف الدفاعي إلى الموقف الهجومي.

2-4-12 - مرحلة اختيار اللاعب: إن عملية التعليم في الألعاب الجماعية ما هي إلا عبارة عن محاولة تغيير في السلوك الحركي، بحيث تنقسم هذه المرحلة إلى:

- مرحلة تعليم الناشئ؛

- مرحلة تعليم اللاعبين المتقدمين؛
- مرحلة عملية التدريب؛
- مرحلة الإعداد البدني؛
- مرحلة الفورمة الرياضية؛
- فترات الموسم التدريبي. (1)

2-5- **تفاعل الفريق:** تتفرد الجماعة بخاصية التفاعل التي تميّزها عن التجمع، ففريق كرة اليد مثلا باعتباره جماعة يتفاعل أعضائه فيما بينهم خلال التدريب على المباريات من أجل تحقيق النتائج المرجوة، وذلك بخلاف جمهور المشاهدين الذين يتجمعون لمشاهدة المباراة وينصرف 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 عن الجماعة "أنها 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، ويأخذ التفاعل الحركي، التفاعل الفكري، التفاعل الوجداني. (2)

2-6- **دور اللاعب في تماسك الفريق:** إن تماسك الفريق ليس مسؤولية المدرب وحده ولكن 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 عن طريق:

2-6-1- **التعرّف على زملاء الفريق:** يجب أن يتعرّف أعضاء الفريق على بعضهم البعض بشكل أفضل لأن ذلك يجعل من السهل عليهم قبول الفروق الفردية بينهم، ويجب على اللاعبين أن يأخذوا الوقت الكافي من أجل التعرّف على الأعضاء الجدد للفريق.

2-6-2- **مساعدة زملاء الفريق:** يجب أن يهتم اللاعبين بمساعدة بعضهم البعض كلما أمكن ذلك، فكلمة فريق تعني أن اللاعبين معتمدين على بعضهم البعض بطريقة مشتركة.

(1) زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، منشأة المعارف، مصر، 1979، ص 287 - 288.

(2) أحمد فوزي أمين و طارق بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، مرجع سابق، ص 156.

2-6-3 - تحمل المسؤولية: يجب أن يتعود اللاعبون على تحمل المسؤولية، وكذلك عليهم الاهتمام بالعمل على إحداث تغييرات ايجابية وبناءة، ويجب على المدرب بث روح الجماعة وتحمل المسؤولية بين أعضاء الفريق.

2-6-4 - 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.

2-6-5 - 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 وتنقية جو الخلافات. (1)

2-7- دور المدرّب في تماسك الفريق: يمكن للمدرّب أن يقوم بالدور الفعال لتحقيق التماسك للفريق وذلك من خلال عدة طرق وهي: (2)

- تفسير الأدوار الفردية في نجاح الفريق؛
- تنمية الاعتزاز بالنفس لدى الفريق؛
- وضع أهداف تثير تحدي الفريق؛
- تشجيع هوية الفريق؛
- تجنب تشكيل أحزاب العصبية الاجتماعية؛
- تجنب التحولات الكثيرة؛
- عقد اجتماعات دورية للفريق لحل الصراع الدائم؛
- الاستمرار في مناخ الفريق؛
- الوعي بالأحداث الشخصية لكل عضو في الفريق.

2-8- طرق قياس التماسك في الفريق الرياضي: تقاس ظاهرة التماسك في الفريق الرياضي بعدة طرق وهي:

2-8-1 - الاختبارات الورقية: والتي تدور أسئلتها حول أحد المحاور التالية:

- إلى أي حد يحب كل عضو في الفريق بقية الأعضاء؛
- إلى أي حد يؤد كل عضو في الفريق أن يستمر في عضويته؛
- ما مدى حرص كل عضو في الفريق على أن يكون فعالاً في نتائجه؛
- ما مدى جاذبية الفريق بالنسبة لأعضائه.

(1) إخلص محمد عبد الحفيظ و مصطفى حسين باهي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001، ص 60.

(2) إخلص محمد عبد الحفيظ، التوجيه و الإرشاد النفسي في المجال الرياضي، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2002، ص

2-8-2- الملاحظة المباشرة للفريق في احد أو بعض المؤشرات التالية للتماسك:

- عدد المرات التي يستخدم فيها الأعضاء كلمة "أنا" وكلمة "نحن" عند الحديث عن الفريق؛
- عدد العبارات المعبرة عن الشعور بالرضا أو عدم الرضا عن الفريق؛
- حجم الاتصال الاجتماعي بين أعضاء الفريق خارج نطاق اللعب.

2-8-2-3- طريقة الاختبار الإسقاطي: وتعتمد هذه الطريقة على الحالة الانفعالية لأفراد الفريق كمؤثر للتماسك وفي هذه الطريقة يطلب من أعضاء الفريق ككل تفسير مجموعة من الصور تعرض عليهم، فإذا كانت تفسيراتهم تعبر عن البهجة والسرور والسعادة والتفاؤل كانت الجماعة متماسكة.

2-8-2-4- قياس المسافات الاجتماعية: وفيه يتم قياس مشاعر كل عضو من أعضاء الفريق نحو زملائه وذلك على درجات متباينة التباعد من 3 إلى 7 درجات.

2-8-2-5- القياس السسيومتري: ويعتمد على التعرف على العلاقات القائمة على المودة والتعاطف والتي يعبر عنها أعضاء الفريق اختياريًا طبقًا لمفردات المقياس. (1)

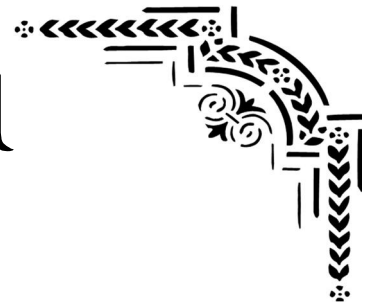
(1) أحمد فوزي أمين و طارق بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، مرجع سابق، ص 115.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في دراستنا هاته إلى كون الفريق الرياضي جماعة رسمية منظمة، بدراسة تماسك الفريق وأنواع هذا التماسك وتفاعل أعضاء فريقه والدور الذي يشغله اللاعب داخل الفريق عن طريق تعريف كل لاعب بمسؤولياته ودوره في تحملها وإدراكه لطبيعة هذا التفاعل مع زملائه الآخرين، ووظائفه المختلفة التي تساهم في بناء تماسك الفريق، هذا التماسك الذي يعتبر الخيط الذي يربط أعضاء الفريق بعضهم ببعض ليستمروا في عضويتهم وتحقيق كبير ومستمر للنتائج.

الفصل الثالث:

حرة اليد



تمهيد:

يشعر اللاعبون من وقت لآخر برغبة قوية بالتعرف عن ما يحيط بهم في متطلبات اللعبة المهارية والبدنية والخطية وهذا ما يتيح لهم إمكانية التعرف على مستوياتهم وكذا معدلاتهم.

إن خطوات نجاح أي نشاط رياضي في أي مجتمع يجب أن يتبع الأسلوب المناسب والصحيح الذي يهدف أساسا إلى الارتقاء بهذه اللعبة ويصبح الامتداد الفعلي لممارسة هذا النشاط وصولا لأعلى مستوى.

وهذا الفصل هو محاولة علمية اشتملت على استعراض تاريخ كرة اليد، كما تطرقنا إلى أهمية كرة اليد ثم عرض التطور من كرة اليد للميدان إلى كرة اليد داخل القاعة، كما تطرقنا إلى مفهوم كرة اليد وكذلك مميزات لاعب كرة اليد.

3-1 لمحة 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، و بنظرة 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 الجمناز "هولقرنلس" وهو دانماركي كان يعمل بمدينة "أوردروب" وكان ذلك عام 1898، وقد أطلق عليها اسم "هاندبول" 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.⁽¹⁾

ومنهم من يقرر أن هذه اللعبة ظهرت في أوكرانيا سنة 1919 إلا أن أغلب المؤرخين يرجع فضل ظهور كرة اليد بشكلها الحديث إلى مدرس الجمناز الألماني "ماكس هيزر" خلال الحرب العالمية الأولى، عندما فكر في لعبة تضمن للاعبات الجمناز 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 الجمناز بمدينة برلين. وفي سنة 1925 أقيمت أول مباراة دولية لكرة اليد "11 لاعبا" للذكور بين ألمانيا والنمسا، فاز بها النمساويين 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.

(1) 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"18 لـ12".

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

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 - مفهوم كرة اليد:

لقد كان تطور كرة اليد منذ نشأتها إلى حد الآن تطورا سريعا ويؤكد ذلك عدد الدول المنظمة إلى الاتحاد الدولي، إذ تعتبر ثاني رياضة الأكثر شعبية بعد كرة القدم، وكذلك من ناحية عدد الممارسين لهذه اللعبة إذ تطورت وأصبحت لعبة أولمبية تحتاج إلى أعلى درجة للتكتيك واللياقة البدنية وطرق التربية، وكرة اليد هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان يتكون كل فريق من 12 لاعبا (10 لاعبين + 2 حراس) و يسمح لسبعة منهم على الأكثر (6 لاعبين + حارس مرمى) بالوجود داخل الملعب أما الآخرين فهم بدلاء، والهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، ويجري الإرسال (ضربة الانطلاقة) من منتصف الملعب عقب إطلاق الحكم صافرة إشارة الانطلاق، وزمن المباراة يختلف حسب السن، فالمباريات ما فوق 16 سنة تكون مدتها (30 x 2).⁽²⁾

كما يقول محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد اسماعيل: " أن كرة اليد لعبة جماعية تلعب باليد، تجرى داخل ملعب خاص، حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل أهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفيدرالية العالمية لكرة اليد".⁽³⁾

(1) إسماعيل مقران: مستويات ومصادر القلق لدجي لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل وأثناء المنافسة الرسمية، مرجع سابق، ص 76.

(2) منير جرجس إبراهيم: كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 1990، ص 17.

(3) محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رباعية كرة اليد الحديثة، دار النشر، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 2001، ص 22.

3-3 أهمية كرة اليد:

لقد كان لتعدد أنشطة التربية البدنية والرياضية وتشعبها ما أوجب ظهور العديد من طرق التصنيف، حيث عمد الخبراء إلى إيجاد تصنيفات مختلفة كان هدف معظمها هو محاولة احتواء معظم الأنشطة الرياضية في إطار تصنيف منطقي.

وفيما يلي عرض آراء مختلفة لبعض العلماء وبعض الدول حول تصنيف الأنشطة الرياضية ومكانة كرة اليد في هذه التصنيفات.

تصنيف كوديوم (KODYM) للأنشطة الرياضية هو:

- 1- أنشطة رياضية تتضمن توافق اليد والعين.
- 2- أنشطة رياضية تتضمن التوافق الكلي للجسم.
- 3- أنشطة رياضية تتطلب الطاقة الكلية للجسم.
- 4- أنشطة رياضية تتضمن احتمال الإصابة أو الموت.
- 5- أنشطة رياضية تتضمن توقعاً لحركات الغير من الأفراد.⁽¹⁾

وتعتبر كرة اليد ضمن أنشطة النوع الأخير، حيث ضمنها "كوديم" مختلف الألعاب الجماعية وهي الألعاب التي تلعب الخطط فيها دوراً بارزاً.

كما يصنف "تشارلز أ. بوتشر" *Charles A. Bucher* الأنشطة الرياضية إلى:

- 1- الألعاب الجماعية.
- 2- الرياضة الفردية والثنائية.
- 3- أنشطة شكلية.
- 4- الرياضة المائية.
- 5- نشاط الخلاء في الشتاء.
- 6- أنشطة لاختبار المقدرة الذاتية.
- 7- ألعاب ذات تنظيم بسيط.
- 8- الجمباز.
- 9- التتابعات.

وتقع كرة اليد ضمن النوع الأول "الألعاب الجماعية" ويشير بوتشر إلى أن الألعاب تعتبر إحدى المقومات الرئيسية لأي برنامج للتربية البدنية، ولذلك كان من واجب مدرس التربية الرياضية أن يكون ملماً بأهم ملامح الألعاب المختلفة وقوانينها وطرق تنظيمها والفوائد التي تعود على ممارستها والأجهزة والتسهيلات اللازمة لها وطرق

(¹) محمد صبحي حسنين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رابعة كرة اليد الحديثة، مرجع نفسه، ص 40.

حث الممارسين، كما يجب أن يكون متمتعاً بالقدرة على أداء نموذج جيد لمهارات اللعبة لما لذلك من فائدة كبيرة على سرعة تعلم الممارسين.⁽¹⁾

وتصنف جمهورية ألمانيا الديمقراطية "سابقاً" الأنشطة الرياضية إلى:

- 1- التمرينات.
- 2- الرقص.
- 3- الجمباز.
- 4- ألعاب القوى.
- 5- السباحة.
- 6- الألعاب.
- 7- الرحلات والسياحة.
- 8- الأنشطة الشتوية.
- 9- صيد الحيوانات.
- 10- الطيران الرياضي.
- 11- رفع الاثقال.
- 12- المنازلات.
- 13- رياضة السيارات والدراجات النارية.
- 14- الدراجات.
- 15- الفروسية.
- 16- الانزلاق.
- 17- الخماسي الحديث.
- 18- الشطرنج.
- 19- الرماية.
- 20- رياضة المعاقين.
- 21- التجديف والمراكب الشراعية.

وتقع كرة اليد ضمن القسم السادس "الألعاب" حيث يضم رياضات كرة اليد والسلة والطائرة.... الخ، وتصنف ألمانيا الاتحادية "سابقاً" الأنشطة الرياضية إلى:

- ألعاب القوى.
- الجمباز.

⁽¹⁾ محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رابعة كرة اليد الحديثة، مرجع سابق ، ص 41.

- الألعاب المائية.
 - الألعاب الكبيرة.
 - الألعاب الصغيرة.
 - الانزلاق.
 - الألعاب الفردية والزوجية
- وتقع كرة اليد ضمن القسم الرابع " الألعاب الكبيرة " حيث تتضمن كرة القدم وكرة اليد والسلة... الخ، وهكذا يتضح من تصنيفات العلماء أو الدول للأنشطة الرياضية أن كرة اليد تقع ضمن أنشطة الألعاب الكبيرة التي تضم كرة اليد وكرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة والهوكي وكرة القدم الأمريكية والكرة الناعمة وكرة القاعدة وكرة اللمس وكرة السرعة... الخ.⁽¹⁾

3-4 ميادين كرة اليد:

تمارس من حيث ميدان اللعب وعدد الممارسين ونصوص مواد القانون في شكلين أساسيين هما:

- كرة اليد للميدان " كرة اليد بأحد عشر فردا"
- كرة اليد للصالة " كرة اليد بسبعة أفراد"

3-4-1 كرة اليد للميدان:

يطلق عليها اسم كرة اليد بأحد عشر فردا، وتعتبر هذه الرياضة هي الأصل الذي اشتق منه فكرة ممارسة كرة اليد للصالة سبعة أفراد .

وتمارس كرة اليد للميدان على ملعب كرة القدم، مع وجود اختلافات في طريقة تخطيط المناطق الداخلية لميدان اللعب طبقا لنصوص مواد القانون الخاص بها.

و ينص قانون كرة اليد للميدان على أن المباراة تلعب بما لا يزيد على أحد عشر لاعبا بما في ذلك حارس المرمى هذا بالإضافة إلى اللاعبين البدلاء، كما أن المباراة تلعب من شوطين كل منهما خمسة وأربعين دقيقة، بينما فترة الراحة عشر دقائق.

ولقد أدرجت كرة اليد للميدان ضمن برامج الألعاب الاولمبية لأول مرة في دورة برلين 1936م، وكان ذلك هو الإدراج الأول والأخير لها في هذه الدورات.

وتكاد تقتصر ممارسة كرة اليد للميدان حاليا على بعض دول أوروبا وبعض الدول الأخرى في فصلي الربيع والصيف، حيث ضعف الحماس نحو ممارستها من الشباب وقل إقبال المشاهدين على مبارياتها، كما أن تنظيم

(1) محمد صبحي حسنين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رباعية كرة اليد الحديثة، مرجع سابق، ص 42.

مبارياتها أصبح محدودا وذلك لاعتبارات كثيرة أدت إلى تحول الممارسين من الجنسين إلى ممارسة كرة اليد للصالة.⁽¹⁾

3-4-2 كرة اليد للصالة:

إن كرة اليد بسبعة أفراد والتي تعرف حاليا باسم كرة اليد للصالة، كانت تمارس تحت اسم كرة اليد للملعب الصغير في الوقت الذي كانت تمارس فيه كرة اليد للميدان في وسط أوروبا.

و تمارس كرة اليد للصالة حاليا داخل ملاعب مغلقة، وذلك على المستويين الدولي والأولمبي وعلى الملاعب المفتوحة على المستوى المحلي في بعض الدول.

وملعب كرة اليد للصالة يبلغ طوله أربعون مترا، وعرضه عشرون مترا، وذلك بالنسبة للمباريات الدولية، وتلعب مبارياتها على شوطين كل منهما ثلاثون دقيقة للرجال، وخمس وعشرون للإناث بينما عشر دقائق للراحة.

وتخطط المناطق الداخلية للملعب لنصوص مواد القانون الخاص بها، كما يتكون الفريق من اثني عشر لاعبا، عشرة منهم للميدان وحارسان للمرمى، وتلعب المباراة بما لا يزيد على سبعة لاعبين منهم ستة للميدان وواحد لحراسة المرمى، وباقي اللاعبين احتياطي للتبديل على أن يكون احدهم حارس مرمى آخر.

3-5-3 اللياقة البدنية في كرة اليد:

3-5-1 مفهوم اللياقة البدنية:

المفهوم العام للياقة البدنية يعني الخلو من الأمراض، وسلامة أجهزة الجسم المختلفة، بالإضافة إلى تناسق الجسم و امتلاك قوام خال من التشوهات. من هذا المنطلق نستطيع أن نضمن اللياقة البدنية في المجالات الثلاثة التالية:

المجال الأول: اللياقة الصحية: و هي تعني سلامة أجهزة الجسم المختلفة " العضلية والعصبية والتنفسية و الغدية.... الخ" و خلوها من الأمراض.

المجال الثاني : المقاييس الجسمية والقوام : تتطلب اللياقة البدنية و جود تناسق بين مقاييس أجزاء الجسم المختلفة، هذا بالإضافة إلى ضرورة توفر قوام معتدل خال منالتشوهات البدنية.

المجال الثالث: اللياقة الحركية: و هي استعداد طبيعي و مكتسب من خلال الإعداد للأداء خاصة في الأنشطة التي تستخدم فيها المجموعات العضلية الكبيرة.⁽²⁾

3-5-2 اللياقة البدنية الخاصة في كرة اليد:

الإعداد البدني الخاص بكرة اليد، فيجب أن يتجه إلى تنمية المكونات الهامة والمتمشية مع طبيعة كرة اليد ومتطلباتها، حيث تعطي أولوية لمكونات دون أخرى في ضوء شروط أساسية هي:

- أن تضمن التدريبات المستخدمة نفس الاتجاه الحركي المستخدم في كرة اليد.

(1) منير جرجس ابراهيم: كرة اليد للجميع، مرجع سابق، ص 30.

(2) كمال عبد الحميد إسماعيل ، محمد صبحي حسنين ، رباعية كرة اليد الحديثة ، الطبعة الأولى 2001 ، ص(55)

- أن تستخدم التدريبات نفس الأجهزة العضوية المستخدمة في كرة اليد.
 - يفضل استخدام نفس الأدوات المستعملة في كرة اليد.
 - أن يتم التدريب لتطوير الصفات البدنية الخاصة تحت ظروف مشابهة لظروف المباريات.
- و بناء على ذلك فإن اللاعب لرياضة كرة اليد يحتاج إلى:
- أ - القوة العضلية:**

حتى يثني اللاعب مواجهة المنافس و مقاومته، حيث أن رياضة كرة اليد تدخل ضمن ألعاب الاحتكاك أي الألعاب التي يحدث فيها احتكاك جسماني مباشر بين المتنافسين، و مما لا شك فيه أن التمريرات لكي تكتسب القوة المناسبة يلزم تزفر القوة العضلية.

ب - القدرة العضلية:

حتى يستطيع اللاعب الوثب "عالي طويل" ليتمكن من الاستحواذ على الكرات العالية و حتى يؤدي التمرير أو التصويب من الوثب، كما أن القدرة العضلية تؤهله لأداء التمريرات القوية أو التصويب بقوة على المرمى.

ج - السرعة الانتقالية والسرعة الحركية:

حتى يستطيع اللاعب الانتقال بسرعة داخل حدود الملعب، سواء للهجوم أو الدفاع و أداء حركات الأطراف بالسرعة المناسبة لأداء اللعب.

د - الجلد الدوري التنفسي والجلد العضلي: حتى يتمكن اللاعب من المحافظة على مستوى الأداء طوال فترة المباراة

هـ - المرونة المفصليّة و المطاطية العضلية: لأنها أساس تعلم الحركات الرياضية.

و - الرشاقة: حتى يتمكن اللاعب من تغيير اتجاهه و أوضاع جسمية بسرعة، و وفقا للغرض الحركي المطلوب.

ي - الدقة : حتى يتمكن اللاعب من تحقيق الأهداف و بالتالي الفوز بالمباراة.⁽¹⁾

3-6 الصفات النفسية للاعب كرة اليد:

من المعروف أن الصفة ثابتة في التكوين النفسي، و ليس من السهل تغييرها ، فلقد اكتسبت على مدى طويل من الممارسات الميدانية في أثناء التعليم والتدريب و المباريات ، و إذا كان هناك صفات سلبية قد اقترنت بنشاط اللاعب و سلوكه فإنها تحد من قدرته على تطوير أدائه و الوصول إلى المستويات العالية، أما الصفات الايجابية فهي مؤشر لمدى تطوير أداء و قدرات اللاعب، و يمكن الاعتماد عليها في تحديد العلاقات و ديناميكيتها داخل الفريق أثناء المباراة أو خارجها ، و لقد أولى الباحثون أهمية كبيرة لهذه الصفات الشخصية و إمكانية تطويرها، و نتائج الدراسات أظهرت أن الصفات الإرادية الأساسية تحتل مكانا بارزا في توجيه حركة و سلوك اللاعب و إعداده النفسي، و لهذا أخذ المعدون النفسيون في قياس هذه الصفات التي أظهرتها نتائج الدراسات المختلفة التي تشكل جزءا أساسيا من المتطلبات النفسية للاعب و فريق كرة اليد:

(¹) محمد صبحي حسنين ، كمال عبد الحميد اسماعيل، نفس المرجع السابق. ص70

أ- **الهادفية و المثابرة:** إن تحديد الأهداف و الواجبات تحدد إلى درجة كبيرة مدى و قدرة استنفار لطاقة اللاعبين، وهي تشكل أساس الارادة للوصول إلى الفوز، فهي عامل حاث للاعبين منذ بداية المباراة و حتى نهايتها بغض النظر عن النتيجة، و المثابرة بجانب الإعداد الجيد خلال فترات الموسم الرياضي تشكل جوهر التحمل الخاص عند لاعبي كرة اليد.

ب - **الجسم:** ويظهر ذلك في قدرة اللاعبين على اتخاذ القرار في التوقيت المناسب، و في اللحظات التي تتميز بروح المسؤولية و بدون تردد في التنفيذ، مع إظهار الشجاعة عند الصراع الفردي للاعبي الفريق المنافس. (1)

ج - **رياضة الجأش و التحكم في النفس:**

هي من الصفات الهامة جدا و الضرورية للتغلب على الحالات الانفعالية السلبية، التي قد يتعرض لها لاعبو الفريق قبل و أثناء المباراة مثل الارتباك و الكآبة و التوتر الزائد ، كما أن هذه الصفة ضرورية أيضا للتغلب على حالات التعب الزائد أو الإجهاد، و مع شدة الانتباه العالية عند حدوث تحولات في مجرى اللعب خلال المباراة، للاعب الذي يمتلك هذه الصفة يكون قادرا على امتلاك زمام نفسه في كل الظروف، حتى في أصعب المواقف وأعقده ، مع الاحتفاظ بمعدل أداء مرتفع طوال زمن المباراة، فأهمية كبيرة يجب أن يوليها المدرب لهذه الصفة الضرورية بالنسبة للاعبين خاصة حراس المرمى الذين يتحملون مسؤولية خاصة في الدفاع عن مرماهم لمنع تسجيل الأهداف في مرماهم.

د - **المبادرة:**

و تتمثل هذه الصفة في قدرة اللاعبين على إيجاد أساليب خطية جديدة مع تنفيذ فني مبدع يتعامل مع التركيبات و الجمل الحركية ، و بناء الجديد منها، مع القدرة أيضا على تغيير الخطة المرسومة و التي تتلاءم مع متطلبات اللعب الفردي للوصول إلى الهدف المطلوب، و اللاعب الذي يمتلك هذه الصفة يعتبر لاعب صانع ألعاب سواء في الهجوم أو الدفاع، و قادر على قيادة لاعبي الفريق مع استحداث أمور غير متوقعة للمنافس.

هـ - **النظام و الطاعة:**

تظهر هذه الصفة في قدرة اللاعب على إخضاع سلوكه و نشاطه الحركي و واجباته بما يتماشى مع قانون و قواعد اللعب، فان أي توتر يتعرض له لاعب و مجموعة من لاعبي الفريق قد يخرجهم بعيدا عن القانون و القواعد التي تحكم اللعب، و بذلك لا يمثل للنظام و لا للطاعة مما يؤثر على نتائج الفريق خلال المباراة. (2)

3-7 **قواعد اللعب في كرة اليد:**

1-مساحة كرة الملعب المصغرة هي:

14×28 (م)

(1) محمد حسن علاوي ، كمال الدين عبد الرحمان ، درويش عماد الدين عباس أبو زيد ، الإعداد النفسي في كرة اليد، نظريات - تطبيقات ، الطبعة الأولى، 2003 ، ص(67)

(2) محمد حسن علاوي ، كمال الدين عبد الرحمان ، درويش عماد الدين عباس أبو زيد ، المرجع السابق، ص(68)

2- مساحة ملعب كرة اليد للكبار هي:

20×40 (م)

3- عرض و ارتفاع المرمى هو:

22م×3م

4- يستمر زمن المباراة لفريق الرجال و السيدات فوق 18 سنة:

30دقيقة (2 X)

5- عند دخول لاعب منطقة المرمى عقب لعب الكرة دون ضرر تحسب:

لا جزاء.

6- يسمح للاعب بالتحرك بالكرة فيما لا يتجاوز:

- خطوة واحدة أو خطوتين أو ثلاث خطوات.

7- يسمح بتنظيم الكرة من جديد و معاودة استلامها إذا:

- لامست لاعبا آخر أو لامست أحد قائمي المرمى، أو لامست المدافع.

8- يسمح للاعب بحجز المنافس:

- بالجسم.

9- لا يسمح للاعب:

- بانتزاع أو ضرب الكرة التي يمسك بها المنافس. أو باستخدام القبضة للعب الكرة بعيدا عن حوذة المنافس.

10- يسمح للبدلاء بدخول الملعب:

في أي وقت أثناء سير المباراة، و لأي عدد من المرات من مكان التبديل الخاص⁽¹⁾.

11- يسمح لحارس المرمى:

- ملامسة الكرة بكل أجزاء جسمه أثناء الدفاع داخل منطقة المرمى.

- التحرك بالكرة داخل منطقة المرمى بلا قيود.

- ترك منطقة المرمى بدون كرة و اللعب مع اللاعبين بالملعب.

12- لا يسمح لحارس المرمى أن:

- يترك منطقة المرمى و هي تحت سيطرته.

- العودة من الملعب إلى منطقة المرمى.

13- عند دخول لاعب منطقة المرمى يحتسب:

- رمية حرة عند دخول لاعب منطقة مرمى و معه الكرة.

(1) كمال عبد الحميد، اسماعيل محمد الصبيحي حسائين، رباعية كرة اليد الحديثة، -الجزء الرابع، الطبعة الأولى، 2002، ص(55-58)

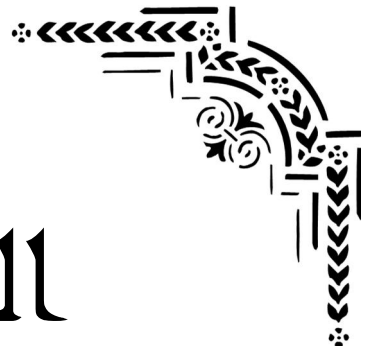
- رمية جزاء إذا تخطى لاعب مدافع منطقة المرمى بغرض الدفاع الواضح.
- 14- تحتسب رمية الحكم:
 - إذا ارتكب الفريقين خطأ في الملعب في نفس الوقت.
 - إذا لامست الكرة سقف الملعبان أشياء أخرى ثابتة فوق الملعب.
 - إذا أوقف اللعب دون وجود مخالفة للقواعد و لم يكن أحد الفريقين مستحوذا على الكرة.
- 15- يسمح للوقوف للاعبين و الإداريين في منطقة التبديل عند:
 - إعطاء إرشادات تكتيكية للاعبين الموجودين في الملعب وإعطاء رعاية طبية.

خلاصة:

يمكن القول أن كرة اليد التي مرت بتحويلات عدة من نشأتها إلى الآن ، و هذا من أجل تحسينها وتطويرها كلعبة رياضية مقننة، فكل المرحل التي مرت بها ساعدتها على فرض مكانتها ضمن حظيرة الرياضة، وأخذت مكانة مرموقة بينهما.

لها شعبية ما يجعلها محل دراسة العديد من الباحثين، و يحل اهتمام العديد من البلدان لتبنيها ضمن مجالاتها الرياضية، وفي قوانينها و خصوصية لعبها المعروفة بالجري و سرعة التنقل ،وأصبحت منتشرة في معظم أقطار العالم، ولفنت إقبالا جماهيريا في جميع البلدان المتواجدة فيها مكانة هامة، فقد ساهمت في ترقية الرياضة الجزائرية و التعرف عليها في المحافل الدولية وهذا عن طريق كل ما حققته الكرة الصغيرة الجزائرية من ألقاب على الساحة الإفريقية ومراتب مشرفة على الساحة العالمية، لذا تعتبر كرة اليد من أهم الرياضيات الممارسة في الجزائر تنوع الرابطات والنوادي أصبح لكرة اليد حضا واسعا في الجزائر، و أصبحت تمارس في النوادي و المعاهد التربوية، و بذلك أصبحت من الركائز الرئيسية.

الجانب التطبيقي



الفصل الرابع:

منهجية البحث

تمهيد:

بعد الانتهاء من الجانب النظري للبحث الذي تطرقنا فيه إلى رياضة كرة اليد وتطرقنا أيضا إلى تماسك الفريق وأخيرا تطرقنا إلى شخصية المدرب الرياضي، واستفادتها بالمعلومات النظرية المختلفة.

يمكننا أن نقوم بالدراسة التطبيقية لهذه الفصول وذلك بعد زيارتنا لبعض الفرق التي تنتمي إلى ولاية البويرة حيث قمنا بتوزيع استبيان موجه للاعبين والمدربين.

4-1 منهج الدراسة:

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

أ- 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.⁽¹⁾

كما انه يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما خاصة في مجال التربية النفسية والاجتماعية ، والراضية ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ، ووصف الوضع الراهن وتفسيره.⁽²⁾

4-2 عوامل البحث :يحتوي البحث على عاملين.

4-2-1 العامل المستقبلي: ويتمثل في أهمية شخصية المدرب.

4-2-2 العامل التابع: يتمثل في تماسك الفريق.

4-3 أدوات البحث:

4-3-1 الاستبيان: هو وسيلة لجمع البيانات والمعلومات في ميدان العلاقات الإنسانية لكثف الرأي، القى ، السلوك والاستفسارات.

وهو كذلك عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبطة بطريقة منهجية ويعرفها M . GRAVITY الاستبيان على أنه وسيلة اتصال أساسية بين الباحث والمبحوث.⁽³⁾

وقد تضمنت الدراسة إستبيان يتشكل من محورين، يضم كل محور مجموعة من الأسئلة تغطي جانبا معينا من موضوع الدراسة، فالمحور الأول موجه الى اللاعبين، أما المحور الثاني فهو خاص بالمدرسين.

كما اعتمدنا في تصميم هذه القائمة على نوعين من الاسئلة:

- أسئلة مغلقة: نورد في هذا النوع من الاسئلة مجموعة اقتراحات يتم اختيار اقتراح واحد من بينها؛

- أسئلة مغلقة-مفتوحة: يتم في هذا النوع من الأسئلة تقديم عدة اجابات عن كل سؤال لاختيار من بينها، وفي الاخير يضاف اقتراح ويترك مفتوحا للإجابة عليه بكل حرية.

4-4 مجالات البحث:

4-4-1 المجال الزمني: يمكن تقييمه إلى ثلاث مراحل:

(1) محمد ريان عمر ، البحث العلمي (مناهجه وتقنياته) ، ديوان المطبوعات الجامعية ، القاهرة ، سنة 1993 ، ص 113

(2) إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي ، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي ، القاهرة ، سنة 2000 ، ص 171

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

المرحلة الأولى :

تم فيها تحديد موضوع البحث وصياغة الإشكالية وفرضيات البحث وهذا امتد من ديسمبر إلى جانفي 2016.

المرحلة الثانية :

تم فيها جمع مفاهيم البحث ووضع جميع الدراسات السابقة لتدعيم الفرضيات ووضع الفصول وتم ذلك بين فيفري ومارس 2016.

المرحلة الثالثة :

تم فيها صياغة الاستبيان وتوزيع الاستبيان وإعطاء التوضيحات اللازمة ثم قمنا باسترجاعها للقيام بالمعالجة الإحصائية وتم ذلك بين أبريل إلى غاية ماي 2016.

4-4-2 المجال المكاني:

تم توزيع الاستبيان على اللاعبين في الأندية الرياضية المختلفة:

_ (A.A.B).أمل عين بسام .

- (M.H.B).بلدية البويرة.

- (I.R.B).الإتحاد الرياضي لبلدية الشرفة.

- (D.R.B.K) النادي الرياضي لبلدية القادرية.

4-5 عينة البحث:

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

4-5-1 طريقة اختيار العينة:

اعتمدنا في اختيار عينة البحث على الطريقة الاجتماعية العشوائية لكونها من أسهل الأساليب تنفيذاً، حيث قمنا باختبار 04 فرق مع مدربين ومن كل فريق اخترنا 07 لاعبين.

4-6 المعالجة الإحصائية:

تستعمل الطريقة الإحصائية في دراسات عينة من العينات وعليه يمكن التعرف على المجموع الكلي للموضوع ، فالدراسة الإحصائية تعطينا أكثر دقة من النتائج الميدانية ، وترجمت هذه النتائج إلى أرقام وقد استعملنا الطريقتين الإحصائيتين التاليتين:

4-6-1المعالجة الوصفية:

عدد التكرارات $100 \times$

$$\frac{\text{النسبة المئوية} = \text{عدد العينة}}{\text{عدد التكرارات}}$$

2-6-4 المعالجة التحليلية:

عند مستوى الدلالة 0.05 حساب K^2 الجدولي لدرجة الحرية
 - في الحالة ما إذا كان K^2 الحسابي أكبر أو يساوي K^2 الجدولي يمكن القول أنه توجد دلالة إحصائية معبرة.
 - في الحالة ما إذا كان K^2 الحسابي أقل من K^2 الجدولي فهنا نستطيع القول أنه لا توجد دلالة إحصائية أي غير
 دل.

وتتمثل صيغة K^2 فيما يلي:

$$K^2 = \frac{(n-1) \chi^2}{2}$$

$$K^2 = \frac{\sum \frac{f_{ij}^2}{n_{i.} n_{.j}} - \frac{(\sum f_{ij})^2}{n}}{2}$$

$n / 1$

Σ : يمثل المجموع.

n : القيم الملاحظة.

n : /القيم المتوقعة.

و لحساب " n " /المتوقعة نستعمل القانون التالي:

العمودالمقابل \times مجموع المقابل

$$n / = \frac{\text{العمودالمقابل} \times \text{مجموع المقابل}}{\text{المجموع الكلي}}$$

المجموع الكلي

7-4 صعوبات البحث:

خلال دراستنا لهذا البحث واجهنا بعض الصعوبات نستطيع أن نقسمها إلى:

1-7-4 صعوبات الجانب النظري:

- قلة الدراسات والمراجع التي تناولت موضوع بحثنا.

- النقص الكبير للكتب في مكتبة المعهد.

2-7-4 صعوبات الجانب التطبيقي:

إن أول وأكبر صعوبة واجهنا في الجانب التطبيقي وكذا في البحث كله، هو توقيت التدريبات لفئة أكابر كرة اليد ،

مما صعب لنا التنقل لإجراء الأستبيان مع المدربين على الأندية الرياضية.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

5-1 عرض الاستبيان

5-1-1 إستبيان خاص باللاعبين:

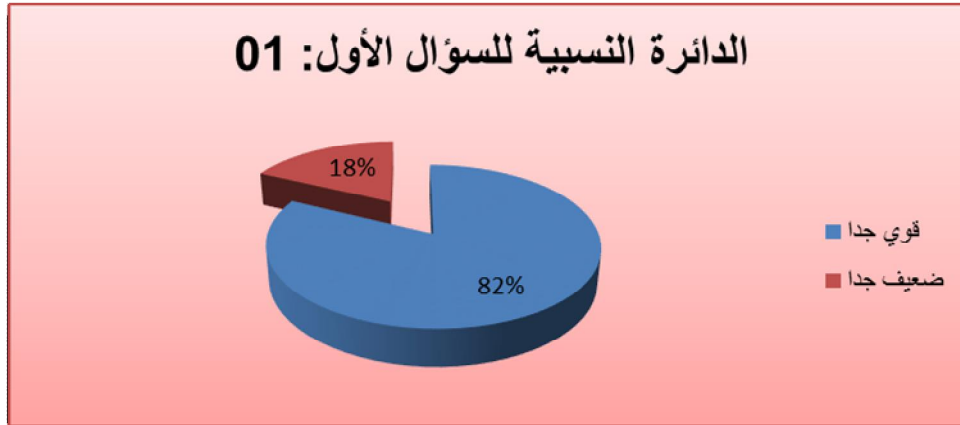
الفرضية الأولى: للاعب دور في تماسك الفريق الرياضي؟

السؤال الأول: ما مدى احساسك بالانتماء للفريق ؟

الغرض من السؤال: معرفة الحالة الاجتماعية الخاصة باللاعبين ومدى فهمهم لدورهم في تماسك الفريق.

الجدول رقم (01): احساس اللاعبين بالانتماء للفريق

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك	ك	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
قوي جدا	23	82.14%	11.56	3.84	0.05	01	دال معنويا
ضعيف جدا	05	17.86%					
المجموع	28	100%					



الشكل البياني رقم (01): يبين مدى احساس اللاعبين بالانتماء للفريق

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) ان النسبة الغالبة في الاجابات كانت قوية جدا بنسبة 82.14%،

تليها ضعيفة جدا بنسبة قدرت بـ: 17.86%، وبالتالي لاحظنا انه يوجد احساس كامل بالانتماء للفريق.

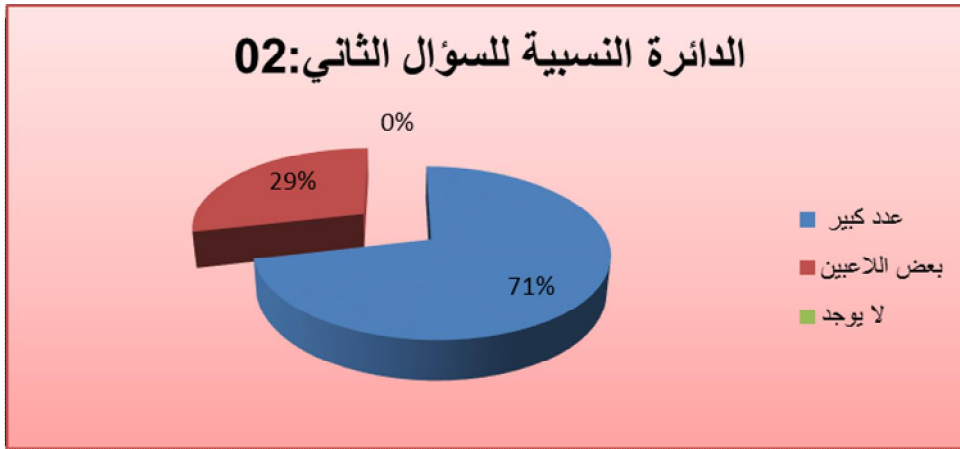
وللتحقق من السؤال وجد ان ك المحسوبة (11.56) أكبر من ك الجدولية (3.84) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنويا.

الاستنتاج: من خلال التحليل السابق نستنتج أن اللاعبين لديهم احساس بالانتماء للفريق والعمل مع بعضهم البعض.

السؤال الثاني: هل لدى بعض أعضاء الفريق الرغبة في المغادرة ؟
الغرض من السؤال: معرفة آراء بعض اللاعبين مدى رغبتهم في مغادرة الفريق .

الجدول رقم (02): رغبة اللاعبين في مغادرة الفريق

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
عدد كبير	20	71.43%	2.72	5.99	0.05	02	غير دال معنويا
بعض اللاعبين	08	28.57%					
لا يوجد	00	00%					
المجموع	28	100%					



الشكل البياني رقم (02): يبين مدى رغبة اللاعبين في المغادرة

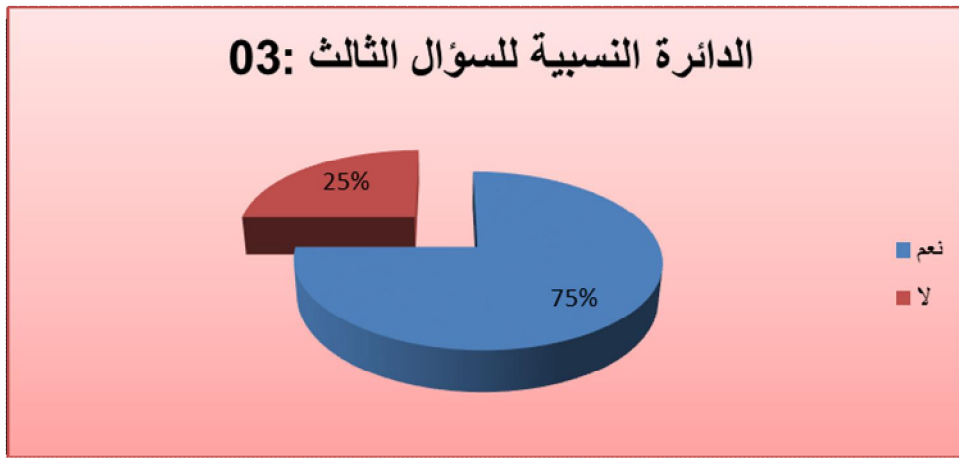
التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) ان النسبة الغالبة في الإجابات كانت عدد كبير بنسبة 71.43%، تليها بعض اللاعبين بنسبة قدرت بـ: 28.57%، وأخيرا لا يوجد بنسبة منعدمة، وبالتالي لاحظنا انه يوجد عدد كبير من اللاعبين يريدون مغادرة الفريق .

وللتحقق من السؤال وجد أن ك المحسوبة (2.7) أصغر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أنه غير دال معنويا.

الاستنتاج : من خلال التحليل السابق نستنتج ان أغلبية اللاعبين يريدون مغادرة الفريق و هذا لأسباب مجهولة.

السؤال الثالث : حسب رأيك هل يوجد لديكم روح داخل الفريق أثناء العمل ؟
الغرض من السؤال : معرفة هل يوجد روح في الفريق أثناء العمل عند اللاعبين .
الجدول رقم (03): روح في الفريق أثناء العمل عند اللاعبين

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
نعم	21	%75	7.00	3.84	0.05	01	دال
لا	7	%25					معنويا
المجموع	28	%100					



الشكل البياني رقم (03): يبين الروح داخل الفريق

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) ان النسبة الغالبة في الاجابات كانت نعم بنسبة 75%، تليها لا بنسبة قدرت بـ: 25%، وبالتالي لاحظنا انه توجد روح داخل الفريق و جو ملائم للعمل .
وللتحقق من السؤال وجد ان ك المحسوبة (7.00) أكبر من ك الجدولية (3.84) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنويا.

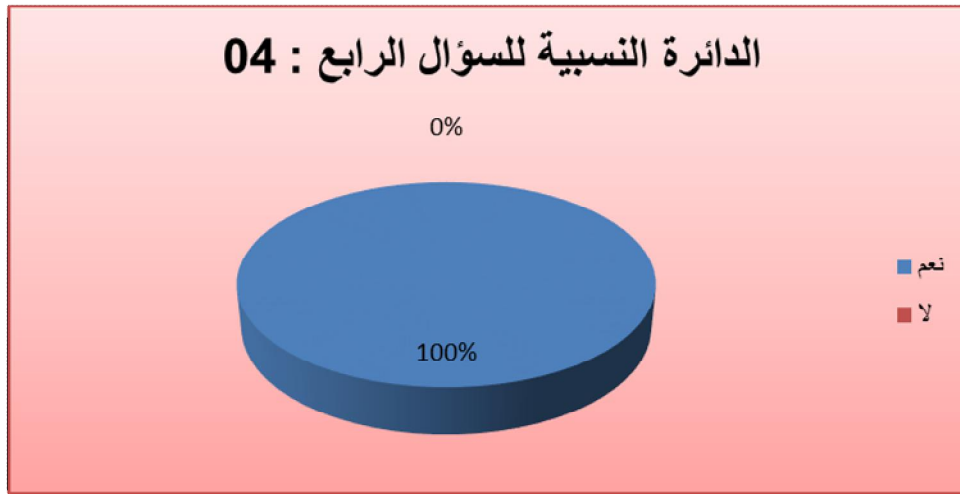
الاستنتاج: من خلال التحليل نستنتج ان للفريق روح كبيرة أثناء العمل .

السؤال الرابع : هل ديناميكية الجماعة تساعدكم على العمل و تحقيق نتائج خلال المنافسات الرسمية؟

الغرض من السؤال : هو معرفة هل لدينامكية الجماعة دور في تحقيق الهدف المنشود .

الجدول رقم (04): دور دينامكية الجماعة في تحقيق الهدف المنشود

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
نعم	28	%100	28.00	3.84	0.05	01	دال معنويا
لا	00	%00					
المجموع	28	%100					



الشكل البياني رقم (04): يبين دينامكية الجماعة داخل الفريق

التحليل : نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) ان النسبة الكاملة في الاجابات كانت نعم بنسبة 100%، تليها لا بنسبة قدرت ب: 00%، وبالتالي لاحظنا انه توجد دينامكية بدرجة كبيرة وهذا ما يساعد المدرب.

وللتحقق من السؤال وجد ان ك المحسوبة (28.00) أكبر من ك الجدولية (3.84) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنويا.

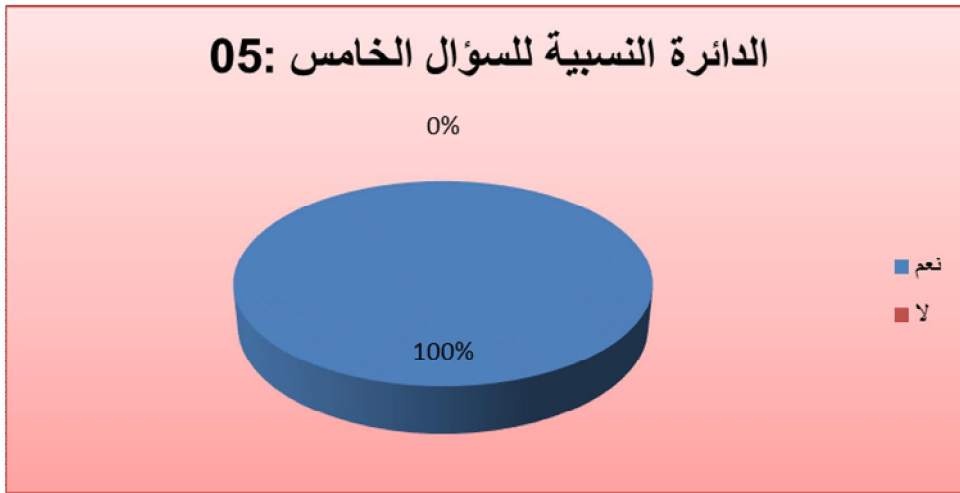
الاستنتاج: من خلال التحليل نستنتج ان المدرب اثناء عمله يجد ايجابية كبيرة وهذا من خلال دينامكية الجماعة.

السؤال الخامس: هل لقائد الفريق دور في تحمل مسؤولية الفريق في لم الشمل ؟

الغرض من السؤال : معرفة العمل الذي يقوم به قائد الفريق لخلق الشمل داخله.

الجدول رقم (05): دور قائد الفريق في تحمل المسؤولية

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
نعم	28	%100	28.00	3.84	0.05	01	دال معنويا
لا	00	%00					
المجموع	28	%100					



الشكل البياني رقم (05): يبين دور قائد الفريق في تحمل المسؤولية

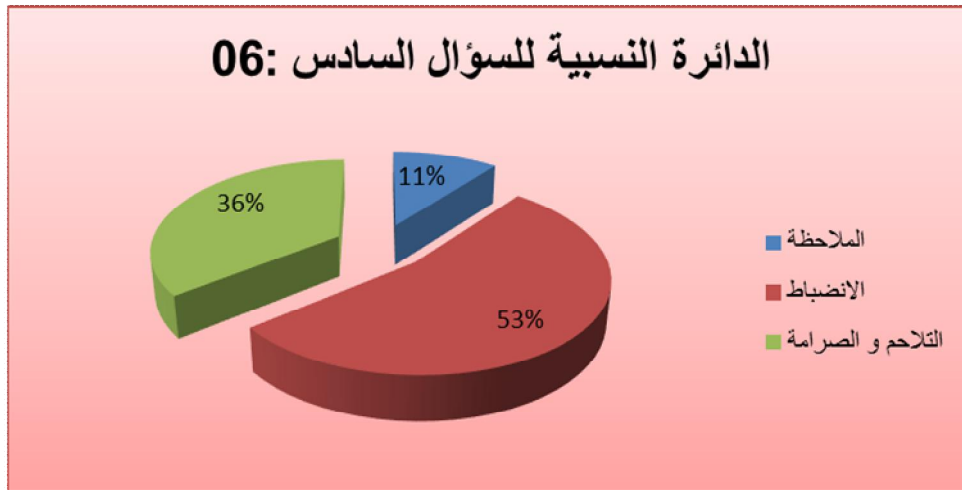
التحليل : نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) ان النسبة الكاملة في الاجابات كانت نعم بنسبة 100%، تليها لا بنسبة قدرت بـ: 00%، وبالتالي لاحظنا ان لقائد الفريق المسؤولية الكاملة للم شمل .
وللتحقق من السؤال وجد ان ك المحسوبة (28.00) أكبر من ك الجدولية (3.84) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنويا.
الاستنتاج: من خلال التحليل السابق نستنتج ان دور قائد الفريق جوهري ويعتبر حجر الاساس للفريق و العمود الفقري له.

السؤال السادس : كيف تلاحظ انه يوجد تماسك للفريق خلال عملكم ؟

الغرض من السؤال : معرفة كيفية تماسك الفريق خلال العمل .

الجدول رقم(06): تماسك الفريق خلال العمل

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
الملاحظة	03	%10.71	7.77	5.99	0.05	02	دال معنويا
الانضباط	15	%53.57					
التلاحم و الصرامة	10	%35.72					
المجموع	28	%100					



الشكل البياني رقم (06): يبين كيفية تماسك الفريق

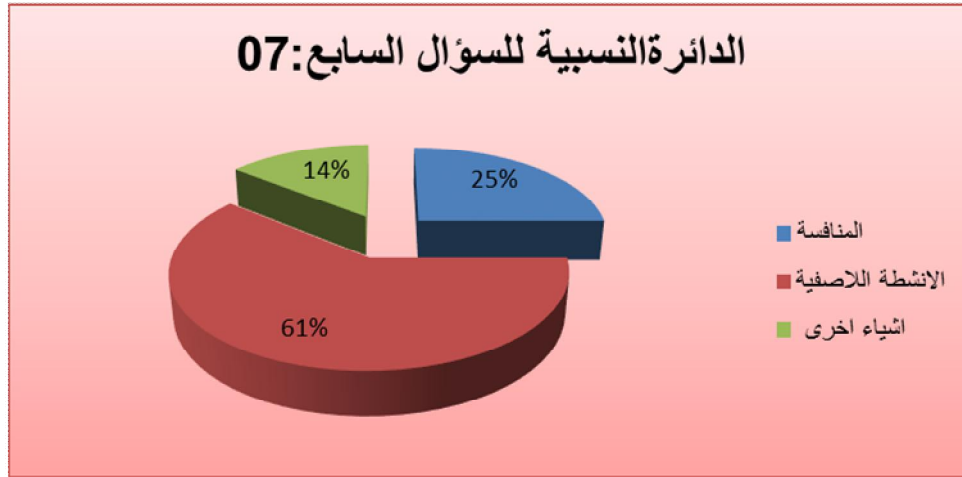
التحليل : نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) ان النسبة الغالبة في الاجابات كانت عن طريق الانضباط بنسبة %53.57، تليها التلاحم و الصرامة بنسبة قدرت ب: %35.72، و أخيرا الملاحظة بنسبة %10.72 وبالتالي لاحظنا ان للانضباط دور في تماسك الفريق و هو الطريقة الناجعة لذلك. وللتحقق من السؤال وجد ان ك المحسوبة (7.77) أكبر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنويا.

الاستنتاج: من خلال التحليل السابق نستنتج ان الكشف عن تماسك الفريق يكون عن طريق الانضباط و كذا الصرامة و التلاحم وهذا ما نراه في الفريق .

السؤال السابع: حسب رأيك ما هي الألعاب أو الأنشطة التي تولد تماسك و روح داخل الجماعة ؟
الغرض من السؤال: معرفة كيفية اختيار درجة التماسك و الروح داخل الجماعة و الفريق ككل.

الجدول رقم (07): كيفية تولد تماسك داخل الفريق

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الاحصائي
المنافسة	07	%25	9.92	5.99	0.05	02	دال معنويا
الانشطة اللاصفية	17	%60.71					
أشياء أخرى	04	%14.28					
المجموع	28	%100					



الشكل البياني رقم (07): يبين كيفية تولد تماسك داخل الفريق

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) ان النسبة الغالبة في الإجابات كانت عن طريق الأنشطة اللاصفية بنسبة 60.71%، تليها المنافسة بنسبة قدرت بـ: 25%، وأخيرا أشياء أخرى بنسبة 14.28% وبالتالي لاحظنا أن لطريقة تماسك الفريق تولدت عن طريق الأنشطة اللاصفية .

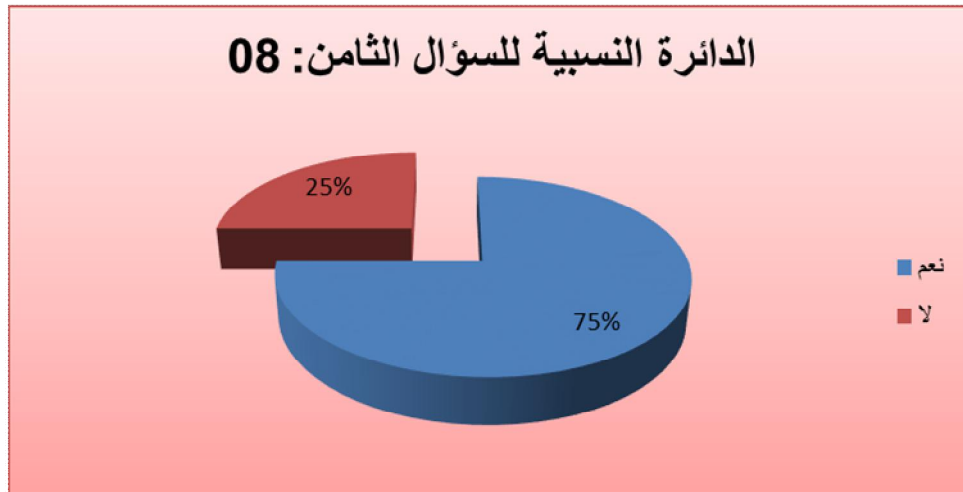
وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (9.92) أكبر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنوياً.

الاستنتاج: من خلال التحليل نستنتج أن للأنشطة اللاصفية دور مهم و رؤية واضحة لتولد التماسك و وجود روح داخل كل لاعب .

السؤال الثامن: هل لديك خبرة واسعة في فرض الانضباط داخل الفريق أثناء المناوشات ؟
الغرض من السؤال: معرفة هل للخبرة دور في خلق الانضباط داخل المجموعة.

الجدول رقم(08): دور الخبرة في خلق الانضباط داخل المجموعة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	21	%75	7.00	3.84	0.05	01	دال معنوياً
لا	07	%25					
المجموع	28	%100					



الشكل البياني رقم (08): يبين الخبرة الواسعة في فرض الانضباط داخل الفريق

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) إن النسبة الغالبة في الإجابات كانت نعم بنسبة 75%، تليها لا بنسبة قدرت بـ: 25%، وبالتالي لاحظنا أن للخبرة أهمية في فرض الانضباط داخل الفريق.

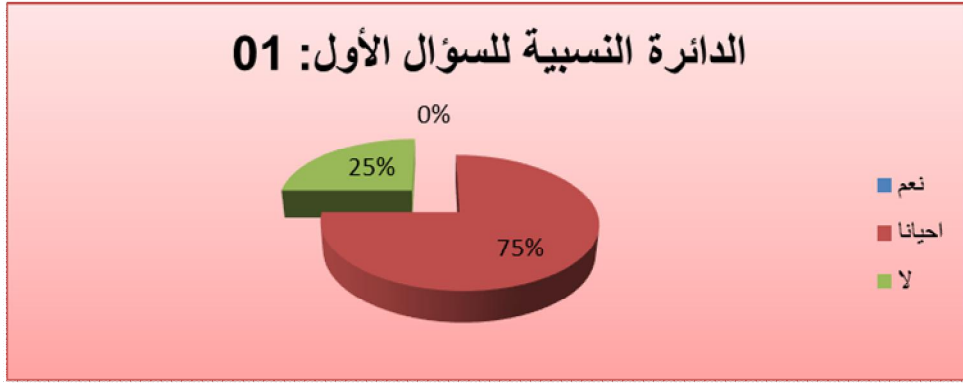
وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (7.00) أكبر من ك الجد ولية (3.84) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أنه دال معنوياً.
الاستنتاج: من خلال التحليل السابق نرى أن الخبرة تعمل على بسط الانضباط والعمل وتدخل تماسك قوي للفريق.

2-1-5 إستبيان خاص بالمدرين:

الفرضية الثانية: لشخصية المدرب تأثير ايجابي أو سلبي في تماسك الفريق

السؤال الأول: هل تستطيع السيطرة على نفسك عند الغضب والانفعال ؟
الغرض من السؤال: معرفة هل سلوك المدرب له دور في السيطرة على انفعاله في الحصة.
الجدول رقم (09): دور سلوك المدرب في السيطرة على انفعاله في الحصة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	00	%00	3.50	5.99	0.05	02	غير دال معنوياً
أحياناً	03	%75					
لا	01	%25					
المجموع	04	%100					



الشكل البياني رقم (09): يبين السيطرة على النفس عند الغضب والانفعال

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) إن النسبة الغالبة في الإجابات كانت أحيانا بنسبة 75%، تليها لا بنسبة قدرت بـ: 25%، وأخيرا نعم بنسبة معدومة، وبالتالي لاحظنا أن السيطرة على النفس كانت أحيانا وفي بعض المواقف، وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (03.5) أصغر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 غير دال معنويا.

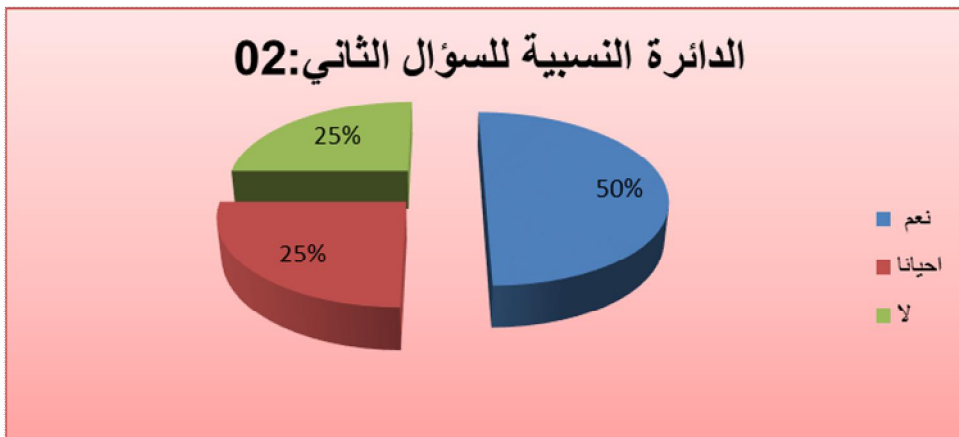
الاستنتاج: من خلال التحليل نستنتج أن المدرب يجب أن يتسم بالهدوء والرزانة وهذا ما نجده في هذا السؤال أن المدرب يكون أحيانا يمكس الغضب وهذا شيء ايجابي.

السؤال الثاني : هل تصرخ في وجه اللاعب عندما تختلف معه ؟

الغرض من السؤال: معرفة وجهة نظر المدرب أثناء الصراخ على اللاعب في اختلاف الآراء

الجدول رقم (10): وجهة نظر المدرب أثناء الصراخ على اللاعب في اختلاف الآراء

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	02	50%	0.49	5.99	0.05	02	غير دال معنويا
أحيانا	01	25%					
لا	01	25%					
المجموع	04	100%					



الشكل البياني رقم (10): يمثل رد فعل المدرب اتجاه اللاعب

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) إن النسبة الغالبة في الإجابات كانت نعم بنسبة 50%، تليها لا و أحيانا بنسبة قدرت بـ: 25%، و بالتالي لاحظنا ردة فعل سلبية من طرف المدرب تجاه اللاعب و تتمثل في الصراخ.

وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (0.49) أصغر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 غير دال معنويا.

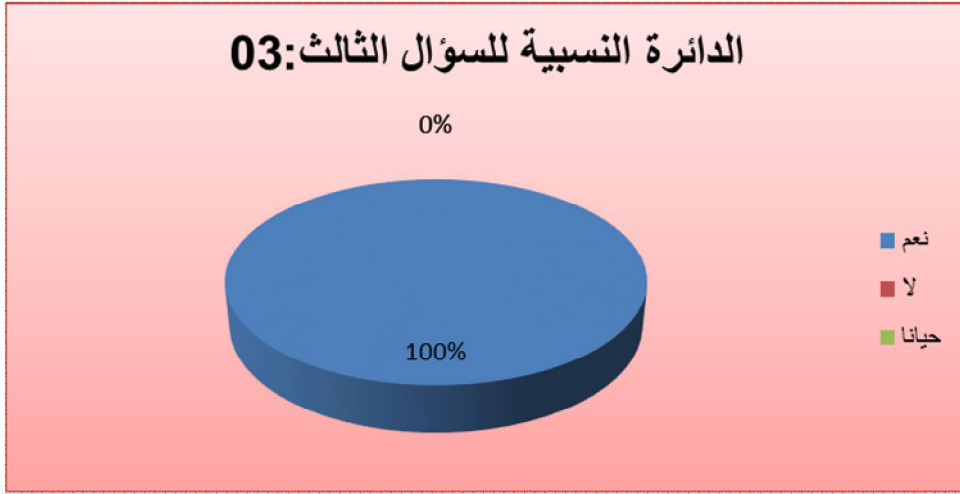
الاستنتاج: من خلال الجدول نستنتج ان اللاعب يخلق لديه خوف و هذا من جراء السلوك العنيف الذي يستعمله المدرب في الادلاء بارائه .

السؤال الثالث: إذا طلب منك أحد أعضاء الفريق نصيحة، هل تقدمها ؟

الغرض من السؤال: معرفة هل للنصيحة حل للمشكل الواقع داخل الفريق وكيفية الادلاء بها.

الجدول رقم (11): دور النصيحة في حل المشكل الواقع داخل الفريق.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	04	100%	8.02	5.99	0.05	02	دال معنويا
لا	00	00%					
أحيانا	00	00%					
المجموع	04	100%					



الشكل البياني رقم (11): يبين اعطاء النصيحة من قبل المدرب

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) إن النسبة الكاملة في الإجابات كانت نعم بنسبة 100%، أما لا و أحيانا كانت منعدمة بـ: نسبة 00% و بالتالي لاحظنا ان المدرب يدلي بأراءه داخل الفريق و يعتمد على جملة من النصائح لكل لاعب

وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (08.02) اكبر من ك الجد ولية (5.99) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 دال معنويا.

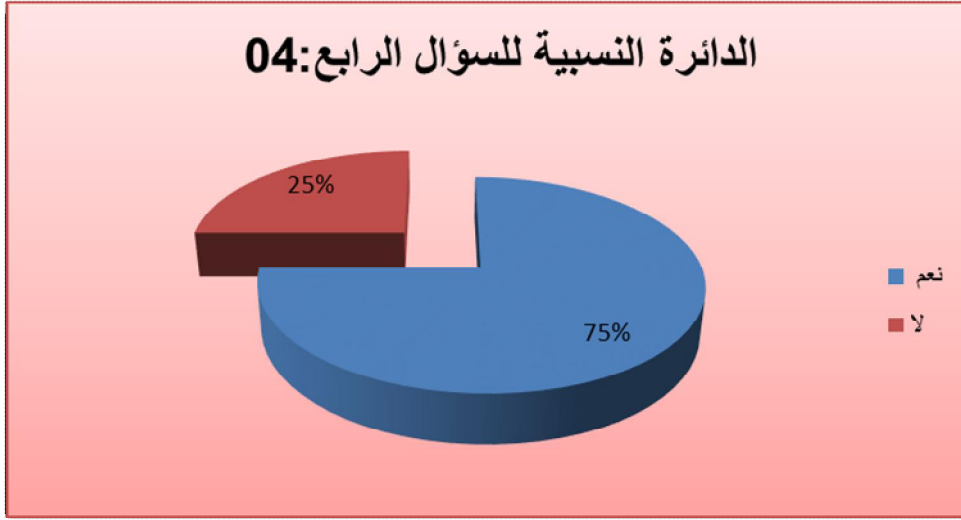
الاستنتاج: من خلال التحليل السابق نستنتج ان النصائح المقدمة من طرف المدرب تعطي تغذية راجعة و تكون حسب الخطا الذي وقع فيه اللاعب

السؤال الرابع: هل أنت متفائل أكثر من كونك متشائم ؟

الغرض من السؤال: معرفة السمة الغالبة على المدرب خلال عمله في الميدان

الجدول رقم (12): السمة الغالبة على المدرب خلال عمله في الميدان

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
نعم	03	75%	01	3.84	0.05	01	دال معنويا
لا	01	25%					
المجموع	04	100%					



الشكل البياني رقم (12): يبين السلوك الذي هو عليه المدرب

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) إن النسبة الغالبة في الإجابات كانت نعم بنسبة 75%، تليها لا ب نسبة 25% و بالتالي لاحظنا ان المدرب يتميز بخاصية التفاؤل و الابتعاد عن التشاؤم في العمل وهذا ما لوحظ في التحليل السابق

وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (01.00) اكبر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 دال معنوياً.

الاستنتاج: من خلال التحليل نستنتج ان سمة التفاؤل ضرورية و مهمة و على المدرب ان يتسم ب تحقيق المبتغى و النتائج المرجوة

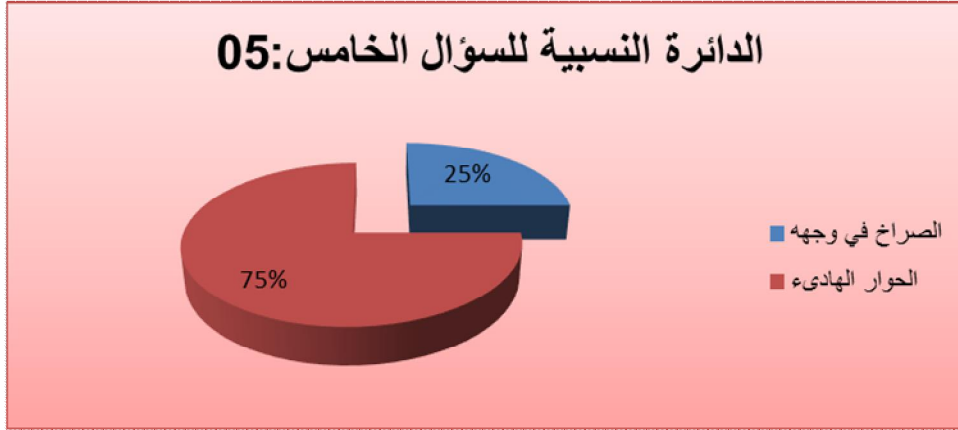
السؤال الخامس: كيف تتعامل مع اللاعب في حالة الاختلاف معه؟

الغرض من السؤال: معرفة وجهات النظر للاعب مع مدربه اثناء اختلاف الراي

الجدول رقم(13): وجهات النظر للاعب مع مدربه اثناء اختلاف الراي

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	ك المحسوبة	ك الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاستنتاج الإحصائي
الصراخ في	01	25%	01	3.84	0.05	01	دال معنوياً

وجهه					
الحوار الهادىء	03	%75			
المجموع	04	%100			



الشكل البياني رقم (13): يبين كيفية تعامل المدرب مع اللاعب في حالة الاختلاف

التحليل: نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) إن النسبة الغالبة في الإجابات كانت عن طريق الحوار الهادىء بنسبة 75%، تليها عن طريق الصراخ في الوجه نسبة: 25% و بالتالي لاحظنا ان المدرب يتميز بخاصية التفاؤل و الابتعاد عن التشاؤم في العمل وهذا ما لوحظ في التحليل السابق وللتحقق من السؤال وجد إن ك المحسوبة (01.00) اكبر من ك الجدولية (5.99) عند درجة الحرية 01 ومستوى الدلالة 0.05 دال معنوياً.

الاستنتاج: من خلال التحليل السابق ان لساي نتيجة كانت يجب على المدرب الالتزام بالهدوء وضبط النفس والاعتماد على المعارف الصحيحة وخلق جو للتفاهم .

السؤال السادس: كيف يكون رد فعلك أثناء إنهزام فريقك داخل الديار؟

الغرض من السؤال: معرفة رد الفعل المدرب خلال الهزائم خارج ملعبه.

وللاجابة على التساؤل المطروح إرتأينا أن نخرج بعدة نقاط أهمها:

1. كسب المزيد من الخبرة أثناء الخروج بالهزيمة وتصحيح الأخطاء الذي وقع فيها اللاعبين.
2. الاتزان في العمل وخلق جو ووضع النقائص وعلاجها.
3. فرض الانضباط داخل المجموعة وتوفير الخطة البديلة لكسب الفريق في ملعبه.
4. التفكير الايجابي والتفائل بالفريق ووتكوينه على كافة الأصعدة.

السؤال السابع: كيف تتعامل مع اللاعبين في الحالات التالية:

الغرض من السؤال: معرفة أوجه الإختلاف في الحالتين (الفوز/الخسارة) من طرف المدرب:

التعامل في حالة الخسارة	التعامل في حالة الفوز
• رفع المعنويات للاعب وإخراجه من الإحباط	• عدم الدخول في دائرة الغرور
• زيادة الدافعية للعمل وتصحيح الإخطاء	• تقادي الضغط الموجه على عاتق اللاعب
• التشجيع المتواصل وإخراج طاقاته الكامنة	• المزيد من الجهد وضمان الامتيازات للعمل

السؤال الثامن: كيف تتعامل مع لاعبي الإحتياط؟

الغرض من السؤال: معرفة العلاقة بين المدرب ولاعبيه الإحتياطيين.

ومن خلال الاجابات نرى أن:

1. المدرب على علاقة جيدة مع لاعبيه.
2. اخضاعهم للعمل أكثر حتى يقتنص مكانة أساسية.
3. تشجيعهم على مساعدة لاعبيه وتوفير الجو للفوز على المنافسين بالنصائح المقدمة.

2-5 مناقشة نتائج الفرضيات

1-2-5 مناقشة نتائج الفرضيات الجزئية:

- مناقشة نتائج الفرضية الاولى:

تقدم اجابات الاسئلة (1), (2), (3), (4), (5), (6), (7), (8) , الموجهة للاعبين مفادها ان للاعب دور في تماسك الفريق الرياضي

من النتائج المحصل عليها من الجداول رقم (01) و (03) و (04) و (05) و (06) و (07) و (08) تبين لنا انه يوجد احساس بالانتماء للفريق , و الذي يساعدهم على التفاعل و الاندماج مع الجماعة و تحقيق نتائج خلال المنافسات , كما نلاحظ ايضا انشاء علاقة قوية بين قائد الفريق و المجموعة في تحمل المسؤولية و هذا ما يبينه الجدول رقم (05) , كما نجد ان للخبرة الواسعة لدى كل لاعب تخلق انضباط اثناء المناوشات و بالتالي تنشئ علاقة صداقة و زمالة لما توفر لهم من جو يساعدهم عليها , و من خلال الجدول رقم (07) نرى ان روح الفريق و تماسكه تكمن خلال الانشطة و الالعاب اللاصفية و تشعره بالحيوية و النشاط و الاستقرار النفسي و تعتبر عاملا في اكساب تماسكه , اما الجدول رقم (02) فتبين انه غير دال وهذا راجع لعدة اسباب تطرق اليها

الباحث من خلال الاستجواب ظهر لنا ان الجانب المالي جاءه بالدرجة الاولى و سوء التسيير داخل الادارة وهذا ما ادى الى رغبة بعض اللاعبين في المغادرة و التخلي عن الفريق .
و عليه فان الفرضية الجزئية الاولى و التي مفادها : " للاعب دور في تماسك الفريق الرياضي " محققة، وبالتالي فان كل لاعب من الفريق له تاثير واضح و مكانة داخل الفريق من خلال المسؤولية الملقاة على عاتقه وكذا العمل كقائد للفريق من اجل فرض الانضباط و الابتعاد عن الفردية في العمل و بالتالي تكون ديناميكية جماعية تسيطر على الفريق ككل .

• مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تقدم اجابات الاسئلة رقم(09), (10), (11), (12), (13), (14), (15), (16) و المتعلقة بالفرضية الجزئية الثانية و التي مفادها ان " للمدرب دور ايجابي او سلبي في تماسك الفريق الرياضي"
من خلال النتائج المحصل عليها في الجداول (11) و (12) و (13) تبين لنا ان جل المدربين لهم تاثير ايجابي في تماسك الفريق وهذا من خلال الادلاء بالنصائح و تقديمها للاعبين في المواقف التي يحتاج اليها اللاعب, و نجد كذلك ان سمة التفاؤل تغطي على عملهم كونها تتجسد لهم كيفية تماسك الفريق و التعامل معهم في مختلف الحالات و تخلق اندماجا و تشكل لهم حب العمل, اما في الجدول رقم(09) و (10) نجد ان السيطرة على النفس عند الغضب و الانفعال و كذا الصراخ في وجه اللاعب جاءت نتيجتهما سالبة وهذا راجع الى الضغط المفروض على المدرب من خلال الخسائر المتتالية و الشعور بالاحباط و عدم تمكن اللاعب من تطبيق الخطة المنتهجة من طرف المدرب و عصيان الاوامر لكن هذا لا يدل على ضعف شخصية المدرب وبالتالي فهو الوحيد الذي يدير سفينة الفريق و هو الأمر الناهي في كل شيء , اما نتائج الاسئلة (14) و(15) و (16) فجاءت مفتوحة على شكل مقابلة و لاحضنا ان كيفية تعامل المدرب مع اللاعبين جاءت ايجابية ويكون رد فعل المدرب خلال الانهزام داخل الديار:

1. كسب المزيد من الخبرة أثناء الخروج بالهزيمة وتصحيح الأخطاء الذي وقع فيها اللاعبين.
2. الاتزان في العمل وخلق جو ووضع النقائص وعلاجها.
3. فرض الانضباط داخل المجموعة وتوفير الخطة البديلة لكسب الفريق في ملعبه.
4. التفكير الايجابي والتفائل بالفريق ووتكوينه على كافة الأصعدة.

و السؤال رقم(16) جاء ايجابيا كذلك و تطرقنا فيه الى نقاط اهمها:

1. المدرب على علاقة جيدة مع لاعبيه.
2. اخضاعهم للعمل أكثر حتى يقتنص مكانة أساسية.
3. تشجيعهم على مساعدة لاعبيه وتوفير الجو للفوز على المنافسين بالنصائح المقدمة.

و عليه نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الثانية التي نصت على : " للمدرب دور ايجابي او سلبي في تماسك الفريق الرياضي"

5-2-2 مناقشة نتائج الفرضية الرئيسية:

وللإجابة على صحة و صدق الفرضية الرئيسية تبين لنا " لشخصية المدرب أهمية في تماسك الفريق " جاءت النتائج كالتالي :

الفرضيات	التحقق
• للاعب دور في تماسك الفريق الرياضي	حققت
• للمدرب تأثير ايجابي أو سلبي على تماسك الفريق الرياضي	حققت

وعليه فالفرضية الرئيسية جاءت ايجابية و محققة و بالتالي فالشخصية (المدرب) لها أهمية كبرى في تماسك الفريق الرياضي

5-3 استنتاج عام:

حصلنا في نهاية دراستنا على نتائج حيث توصلنا إلى إثبات صحة و صدق الفرضيات التي طرحناها في بداية الدراسة و التي تحققت كلها ,حيث تبين لنا ان للاعب دور في تماسك الفريق الرياضي و تساعده على الاندماج في الجماعة و كذا تبين لنا ان لشخصية المدرب تأثير ايجابي على تماسك الفريق الرياضي فالمدرسين لهم تأثير ايجابي في تماسك الفريق وهذا من خلال الإدلاء بالنصائح و تقديمها للاعبين في المواقف التي يحتاج اليها اللاعب, و نجد كذلك ان سمة التفاؤل تطغى على عملهم كونها تتجسد لهم كيفية تماسك الفريق و التعامل معهم في مختلف الحالات و تخلق اندماجا و تشكل لهم حب العمل,ومنه جاءت الفرضية الرئيسية لتبين ان لشخصية المدرب أهمية بالغة في تماسك الفريق.

المخاتمة

خاتمة

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 أسلوب قيادي يتوافق مع رغبات اللاعب، من خلال اقتراحات وإبداء الرأي خلال التدريب والذي يرفع من درجة تعاونهم وتضامنهم ، لذا فعلى المدرب أن ينتهج أسلوب قيادي بيداغوجي يتماشى 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.

اقتراحات وتوصيات:

بعد تناولنا لدراسة موضوع بحثنا شخصية المدرب و أهميتها في تماسك الفريق "واستخلصنا ما يمكن استخلاصه من خلال الأسئلة المطروحة حول هذا الموضوع، وجب علينا إثراء موضوع بحثنا بمجموعة من الاقتراحات والتوصيات 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.



المبطلون رافيا



• باللغة العربية:

أولاً: الكتب

1. أحمد فوزي أمين و طارق بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر، 2001.
2. أرنون وتيج: مدخل في علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، 1994.
3. أسامة كامل راتب : دوافع التفوق في النشاط الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط1، 1990.
4. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي ، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي، القاهرة ، سنة 2000 .
5. إخلاص محمد عبد الحفيظ و مصطفى حسين باهي، الاجتماع الرياضي، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001.
6. إخلاص محمد عبد الحفيظ، التوجيه و الإرشاد النفسي في المجال الرياضي، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2002.
7. حسين محمد حسين، العمل في مجموعات في إطار التدريب وتنمية المجتمع، الطبعة الأولى، سلسلة كتاب الحقائق، السلسلة الثالثة، 1999.
8. زكي محمد حسن، المدرب الرياضي (أسس العمل في مهنة التدريب)، منشأة المعارف، مصر، 1979.
9. عبد المجيد صفوت، علم النفس الاجتماعي والتعصب، دار الفكر العربي، مصر، 2000.
10. علي مصطفى طه: الكرة الطائرة-تاريخ-تعليم-تدريب-تحليل-قانون، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1999.
11. سامية حسن السعاتي: الثقافة الشخصية، دار النهضة العربية، لبنان، ط2، 1993.
12. كمال عبد الحميد، اسماعيل محمد الصبحي حسانين، رباعية كرة اليد الحديثة، -الجزء الرابع، الطبعة الأولى، 2002 .
13. كمال عبد الحميد إسماعيل ، محمد صبحي حسانين ، رباعية كرة اليد الحديثة ، الطبعة الأولى . 2001
14. لاندل و فيدرف: مدخل في علم النفس، دار ماسروميل، القاهرة، ط3، 1998.
15. محمد حسن علاوي ، كمال الدين عبد الرحمان ، درويش عماد الدين عباس أبو زيد ، الاعداد النفسي في كرة اليد، نظريات - تطبيقات ، الطبعة الأولى، 2003 .
16. محمد حسن علاوي : سيكولوجية الجماعات الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، ط1 ، 1998.
17. محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رباعية كرة اليد الحديثة، دار النشر، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 2001.

18. محمد رمضان القذافي ، الشخصية نظرياتها و اختباراتهما و أساليب قياسها ، مطبعة الانتصا ، 1993.
19. محمد ريان عمر ، البحث العلمي (مناهجه وتقنياته) ، ديوان المطبوعات الجامعية ، القاهرة ، سنة 1993.
20. منير جرجس إبراهيم: كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 1990.
21. نزار مجيد الطالب - كامل طه لويس: علم النفس الرياضي، جامعة بغداد، كلية الرياضي، العراق، ط1، 1988.
22. نزار الطالب : مبادئ علم النفس الرياضي (طبع على نفقة جامعة بغداد) ، مطبعة الشعب، بغداد ، 1976.
23. يحي السيد الحاوي : المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية ، دار الفكر العربي ، مصر، ط1.

ثانيا: المذكرات

1. إسماعيل مقران: مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل وأثناء المنافسة الرسمية، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر، 1999-2000.

ثالثا: القواميس

1. منجد اللغة العربية ، دار المشرق ، بيروت.

رابعا: مواقع الانترنت


2. كرة اليد، ويكيبيديا، الموسوعة الحرة.

• باللغة الأجنبية:

1. GRAVITY . M : Méthode des sciences sociales , édition DLLOZ , Paris 1984.



المهلا حقا



ملحق رقم (01)

استمارة الاستبيان

جامعة البويرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

في إطار انجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية فرع تدريب رياضي تحت عنوان:

" شخصية المدرب و أهميتها في تماسك فريق لاعبي كرة اليد "

نتقدم إلى سيادتكم بطلب ملئ هذه الاستمارة مقدمين بذلك يد العون للبحث و نعلمكم أن الهدف من الاستمارة هو إثراء وتوسيع مجالات البحث العلمي، والمعلومات التي تقدمونها ستحظى بكامل السرية و العناية لذا نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة بموضوعية.

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير.

ملاحظة: الرجاء وضع علامة (x) في خانة الإجابة المختارة.

من إعداد الطلبة:

- دراج زكريا

- ملوك محمد

- عدنان ع الرؤوف

الأستاذ المشرف: فرنان عبد المجيد

السنة الجامعية : 2016/2015

استبيان خاص باللاعبين

المحور الأول: يضم الأسئلة من (1-2....08) يخدم الفرضية الأولى

(للاعب دور في تماسك الفريق؟)

1- ما مدى إحساسك بالانتماء للفريق ؟

انتماء قوي جدا

انتماء ضعيف جدا

2- هل لدى بعض أعضاء الفريق الرغبة في المغادرة ؟

توجد لدى عدد كبير من اللاعبين

توجد لدى بعض اللاعبين

لا توجد هذه الرغبة

3- حسب رأيك هل يوجد لديكم روح داخل الفريق أثناء العمل ؟

نعم

لا

4- هل ديناميكية الجماعة تساعدكم على العمل و تحقيق نتائج خلال المنافسات الرسمية ؟

نعم

لا

5- هل لقائد الفريق دور في تحمل مسؤولية الفريق في لم الشمل ؟

نعم

لا

6- كيف تلاحظ انه يوجد تماسك للفريق خلال عملكم ؟

الملاحظة

الانضباط

التلاحم و الصرامة في العمل

إذا كانت أشياء أخرى أذكرها

7- حسب رأيك ما هي الألعاب أو الأنشطة التي تولد تماسك و روح داخل الجماعة ؟

المنافسة

الأنشطة اللاصفية

أشياء أخرى

إذا كانت أذكرها

8- هل لديك خبرة واسعة في فرض الانضباط داخل الفريق أثناء المناوشات ؟

نعم

لا

استبيان خاص بالمدرسين

المحور الثاني: يضم الأسئلة من (09-10.....14) يخدم الفرضية الثانية

(شخصية المدرب تأثير ايجابي أو سلبي في تماسك الفريق)

09- هل تستطيع السيطرة على نفسك عند الغضب و الانفعال ؟

نعم

أحيانا

لا

10- هل تصرخ في وجه اللاعب عندما تختلف معه ؟

نعم

أحيانا

لا

11- إذا طلب منك أحد أعضاء الفريق نصيحة , هل تقدمها ؟

نعم

لا

أحيانا

12- هل أنت متفائل أكثر من كونك متشائم؟

نعم

لا

13- كيف تتعامل مع اللاعب في حالة الاختلاف معه؟

الصراخ في وجهه

الحوار الهادئ

14- كيف يكون رد فعلك أثناء انهزام فريقك داخل الديار؟

.....

15- كيف تتعامل مع اللاعبين في الحالات التالية:

.....: الفوز

.....: الخسارة