أهمية التحضير البدني العام للمدرب في الرفع من مستوى الأداء و النتائج في رياضة كرة القدم(صنف الأكابر)

أ.حطاب ابراهيم أستاذ مساعد أ معهد التربية البدنية و الرياضية

ملخص :

يتلخص بحثنا هذا حول أهمية التحضير البدني العام للمدرب ومدى تأثيره على مستوى الأداء وأهم العوامل الخارجية التي تعرقل المسار التدريبي في مثل هذا المستوى، وباعتبارها محطة أساسية ذات أهمية كبيرة ، سلطنا الضوء على الأسباب التي تحول دون أن يقوم المدرب بعمله على أكمل وجه .

ومن خلال دراستنا المتواضعة أوضحت نوعا ما المكانة التي تحتلها العملية التدريبية خاصه لدى التحضير البدني العام وتأثيره على الرياضيين بشكل عام .حيث يعد التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم عملية تربوية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة ، تعمل على الوصول باللاعبين إلى التكامل في الأداء المهاري و الرياضي

وكذا توضيح أهمية التحضير البدني العام في الرفع من مستوى الأداء و النتائج في اللعبة كرة القدم

Résumé :

cette recherche port sur l'importance de la préparation physique générale et l'ampleur de son impact sur le niveau de jeu et les facteurs externes les plus importants qui ont entravé la formation piste à ce niveau et en tant qu' etape de base de grande importanceva ,aussi cette etude a montré la place qui occupe l'entrainement durante la phase de préparation generale et son impacte sur le rendement de jouens (rendemen optimisé)

Processus de formation privés au cours de la preparation physique et son impact sur les athlètes en général

Compte tenu de l'importance de la préparation physique à élever le niveau de performance et de résultats dans le football

المنارة للاستشارات

مقدمة:

لقد أصبحت الرياضة ظاهرة اجتماعية ، تطورها بعكس تطور المجتمع إذ أصبحت مؤسسة لها هيكل خاص بها على المستوى الوطني و الدولي ذا ت تدرج هرمي ، وتعتبر رياضة كرة القدم اللعبة أكثر انتشار في العالم ، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة ، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدولة جعلتها في مقدمة الرياضيات التي يجب تطويرها و النهوض بها للوصول إلى المستوى العالي و الاحترافية .

وبما أن كرة القدم من الرياضيات الجماعية التي تشكل نشاط جمعيا ذو خصوصيات تفتقد في غيرها من الأنشطة الرياضية فأنها توجب على المدرب إبراز دور بعض الظواهر الملازمة للحياة أفراد الفريق النفسية و الاجتماعية ، وذلك لأن النشاط الاجتماعي يستوجب تكفل ذاتي لكل فرد تتحمل المسؤولية اتجاه الأخرين ، وكذلك الإحاطة بالجوانب الوجدانية و الانفعالية و الاجتماعية بغرض التحكم فيها و السيطرة عليها ثم توجهه بغية زرع علاقة نفسية ، اجتماعية ، وبيداغوجية سوية تؤمن لكل فرد إشباع حاجاته النفسية ، الاجتماعية ، البدنية ، الحركية و الذهنية .

وعلى هذا الأساس تبرز أهمية فهم المدرب لسلوك أفراد الجماعة و التي تتمثل في تحسين العلاقات بين افراد الفريق، وتحقق الوئام و التفاهم والتخفيف من التوترات بينهم، بالإضافة إلى فهم الظاهرة الاجتماعية حتى يتسنى للمدرب تأثير عليها من خلال الفرد وسلوكه وكذلك تأثيرعلى الفرد من خلال الظاهرة الاجتماعية و منه يتبين لنا الدور الكبيرالذي يلعبه مدرب كرة القدم ، فهو بذلك الشخص الذي يربي، يعلم و يشرح ، والتقني الذي يحلل و يعلل، وهو العارف الذي يثبت وجوده بقوة شخصيته، وتجربته و دقة ملاحظته، أي الذي يقوم ويسهر على عملة تدريب جماعة الفريق الرياضي 2.

ومن خلال هذه الخصائص التي يجب توفرها في المدرب ، ندرك كذلك أن المدرب هو بمثابة القائد الحكيم، و القائد في العموم وهو كل من تقلد سلطة الأمر والنهي و التوجيه داخل جماعة الفريق،وهذا الامتياز للمدرب يكون بمثابة المرشد نحوى تحقيق الأهداف المسطرة ، وكذلك من معاني القيادة و القدرة على التأثير في الأفراد وتنسق جهودهم وضرب المثل لهم في الأفعال و التصرفات بما يثبت بذلك ولائهم وطاعتهم وتعاونهم وتنظيم علاقاتهم وذلك بما أن العلاقة المنظمة بين الجماعة الفريق دور مهم جدا و الذي ينجسد في تنسيق جهودهم وإشباع حاجاتهم الاجتماعية في التعاون و الانتماء، و إثبات الذات و المشاركة

المنارة للاستشارات

الوجدانية و الشعور بالأمن و الرضى و الاعتزاز بالجماعة مما يساهم ذلك كله في تحقيق نتائج ايجابية تعود بالفائدة على جماعة الفريق الرياضي .

وعلى هذا الأساس قمنا بتقسيم بحثنا هذا إلى بابين :

الباب الأول : "الجانب النظري " ، حيث تناولا فيه أربعة فصول .

الفصل الأول : قمنا بالتطرق فيه إلى " التدريب الرياضي الحديث "

الفصل الثاني : قمنا بالتطرق فيه إلى " لمحة عامة عن تطور كرة القدم "

الفصل الثالث : قمنا بالتطرق فيه إلى " الأداءالرياضي في كرةالقدم "

الفصل الرابع : خصصناه إلى " التدريب البدني العام"

الباب الثاني : " الجانب التطبيقي " ، حيث قمنا بتقسيمه إلى فصلين :

الفصل الأول : تطرقنا فيه إلى بيان المنهجية المتبعة في البحث

الفصل الثاني : فتناولنا فيه تحليل وتفسير النتائج وفي الأخير خاتمة البحث.

الإشكالية :

يعد التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم عملية تربوية منظمة مبنية على أسس علمية سليمة ، تعمل على الوصول باللاعبين إلى التكامل في الأداء المهاري و الرياضي،و لارتقاء بقدراتهم الفنية و إكسابهم الخبرات المتعددة و المهارات1 ، ولما كان مستوى الأداء في كرة القدم في اغلب دول العالم قد ارتفع بصورة واضحة ، ونظرا لما أصبح يميز كرة القدم الحديثة من تعدد في طرق اللعب الجديدة ، الذي جاء ارتقاء اللاعب الجماعي المنظم وأصبح يتميز به لاعب كرة القدم الحالي من قدرة فائقة على الأداء المهاري الدقيق أثناء التحرك و الجري وإلى جانب السرعة في التحرك و الاستجابة الفائقة فانه أصبح لازما على المدربين ، الإلمام بأسس علمية حديثة وسليمة أثناء التدريب فرقهم واختيار الطرق و الوسائل التدريبية اللازمة و الفعالة لتحقيق أهدافهم المنشودة .

- ورغم هذا التطور الذي شهدته كرة القدم في الآونة الأخيرة في الكثير من دول العالم ألا أن الملاحظة البسطة لواقع كرة القدم الجزائرية أن هذه الأخيرة لم ترقى إلى المستوى المطلوب وهذا حسب رأي الأخصائيين و المدربين ونتائج منتخبنا الوطني لكرة القدم لأخير دليل على ذلك .

ولما كان من الواجب على كرة القدم الجزائرية مواكبة التطور الذي وصلت إليه كرة القدم العالمية ، استوجب على مدربينا اختيار الطرق و الوسائل الكفيلة لمعالجة المشاكل

المنارة للاستشارات

المرتبطة بالنقص في مستوى الأداء التكتيكي و التخطيطي وكذا النقص في التحضير التقني و الأداء المهاري، عموما 2

أن التدهور المخيف و المفاجئ لمستوى الأداء بشكل عام ما فتئ يتراجع خلال منافسات البطولة الوطنية (القسم الجهوي الأول و الرابطات) ، مما جعل اهتمامنا بهذا الموضوع محولين من خلال هذه الدراسة إظهار المكانة الحقيقية من التدريب العام ، ومعرفة أثر السلوك القيادي لمدربي كرة القدم على هذه الرياضة العريقة ، التي كانت خلال السنوات الماضية مجد ومفخرة وطننا بل وقارتنا الإفريقية و التي كانت محل اهتمام ، بل يحسب لها ألف حساب على المستوى القاري و العالمي .

ومن منطلق تحكم في تكنولوجية التدريب الرياضي الذي يهدف إلى إحداث ثورة داخل الوسط الرياضي الذي يهدف إلى إحداث ثورة داخل الوسط الرياضي الجزائري ،لجعله يواكب ركب التقدم وركب المستويات العليا التي تسطع وتظهر مدى نجاح المنظومة الرياضية لهذه البلدان المتقدمة 3 .

وتتركز دراستنا على اهمية التدريب البدني العام في الرفع من مستوى الاداء والنتائج لدى اللاعبين وكذا على التدريب الرياضي الذي يعتبر من أهم العمليات والسير الرياضي وخصائصها الإستراتجية التي تعود باللاعبين على الاستقرار في المستوى ومميزاتها و الارتقاء بمستوى التدريب العام ، وخلقها لشروط مناسبة لحالة التطور المعمول في جانب الأداء في شكل عام مثل الجانب البدني و التقني و التكتيكي و النفسي .. الخ.

ومن أجل أن تكون علاقة اهمية التدريب البدني العام كفيلة بأداء دورها على أكمل وجه قمنا بطرح الإشكالية التالية :

- ما هي الأسباب الرئيسية لعدم الاستقرار في الأداء و النتائج ؟
- هل عدم الاستقرار في الأداء و النتائج راجع إلى إمكانيات المدربين المحدودة ؟

فرضيات البحث :

الفرضية العامة :

التحضير البدني الجيد المبني على طرق واساليب علمية يؤدي الى الرفع من مستوى الاداء و النتائج .

الفرضيات الجزئية :

1. سوء التكوين المدربين و عدم استقرارهم يسبب في عدم استقرار الأداء و النتائج

المنارة للاستشارات

2. عدم توفر الموارد المالية والمادية تؤثر على مستوى أداء اللاعبين ونتائجهم .
3. قدرات اللاعبين المختلفة ومكان إقامة المباريات لها تأثير على استقرار الأداء و النتائج.

أسباب اختيار الموضوع :

نستطيع أن نحدد أسباب اختيارنا لهذا البحث فيما يلي :

- عدم استقرار أداء و النتائج النوادي الرياضية في البطولة الوطنية وكذلك النخبة
- تشخيص حالة الفرق الجزائرية من الجوانب المادية و المنشآت الفنية من خلال تحديد المشاكل الناتجة عدم ونقص كفاءة التسيير .
- عدم استقرار الطاقم الفني في معظم النوادي .
- تحمل المسؤولية في تدني مستوى الأداء و النتائج من طرف المدربين دون طاقم الإداري.

أهمية و أهداف البحث :

تعد دراسة العلمية التدريبية من أهم الطرق التي يمر بها الفريق الرياضي في برنامج السنوي و الذي يكون ملئ بالتحضيرات المختلفة البدنية ، التقنية ، التكتيكية ، النفسية ، وكل هذا يبنى على أسس و مقاييس علمية فكل مرحلة من مراحل التدريب لها مميزات وخصائص نجعل لها قيمة خاصة بعمل لها ألف حساب ، حيث أن في السنوات الأخيرة لفت انتباه التقنيين و الخبراء من التأثير الكبير للعملية التدريبية وانعكاسها على ارتقاء في مستوى العرض لدى لعبي كرة القدم كما تكمن عملية بحثنا على طور العملية التدريبية مع اجاد الحلول و الشروط المناسيب للمحافظة على مستوى الأداء العلم

أهداف البحث :

- **هدف علمي :**

1. إبراز أهمية العملية التدريبية في رفع واستقرار مستوى اللاعبين .
2. البحث على شروط مناسبة والكافية من اجل اقتراح أساليب و انظمة معمول بها دوليا.
3. البحث عن وسائل المحافظة على ارتقاء مستوى اللعب في العالم لحالة التدريب .
4. إثراء المكتبة العميلة بمثل هذه البحوث .

المنارة للاستشارات

5. إبراز أهم العراقيل التي تواجهها العملية التدريبية و التي تعيق تطور مستوى أداء اللاعبين .

- **هدف عملي :**

1- الوصول بالبحث إلى الأمور الميدانية التطبيقية لاكتشاف تجارب وخبرات ،وهذا لا لشيء سوى لسد ثغرة من ثغرات الميدان التطبيقي المتشعب .

الكلمات الدالة :

التدريب البدني العام - الأداء الرياضي - كرة القدم - المدرب

تحيد المفاهيم وشرح المصطلحات :

- **التحضير البدني العام :**

يعتبر الإعداد البدني إحدى عناصر الإعداد الرئيسية أو احد الإعداد العام والموجه نحو تطوير عناصر اللياقة البدنية، ورفع كفاءة أعضاء و أجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها من خلال تمرينات بدنية العامة و الخاصة[1]

الأداء:

هو تلك الحركات التي يؤديها اللاعب كرة القدم وذلك باستعمال الكرة أو بدونها، ويختلف الأداء من اللاعب إلى أخر ،حيث يرجع ذلك إلى اللاعب بحد ذاته أو إلى نوعية التدريب الذي يتلقه . 2

- **المدرب :**

هو الفرد القادر على تعليم الأنشطة الرياضية للرياضي وتكوينه بدنيا ونفسيا وخلقيا وخططيا والوصول به إلى أعلى مستوى من الانجاز في ظل النشاط الرياضي الممارس

- **كرة القدم:**

هي رياضة جماعية يمارسها جميع الناس، كما أشار إليها " روح جميل " بأنه قبل كل شيء هي رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع 4

الجانب التطبيقي :

أهداف الدراسة الميدانية :

إن الهدف من الدراسة الميدانية هو تأكيد من صحة أو خطأ الفرضيات ، ذلك بعد فرز و تحليل النتائج وتأكيد على ما ورد في الجانب النظري حتى نصل إلى نتيجة تفيد القارئ وتساهم في تحقيق الأهداف في هذا البحث .

المنارة للاستشارات

ومن خلال هذه الدراسة نهدف إلى إبراز أثير أو عدم تأثير العملية التدريبية في ارتقاء مستوى أداء لاعبي كرة القدم.

المنهاج العلمي المتب نظرا لطبيعية موضوعنا من اجل تحليل ودراسة المشكلة المطروحة لقد اعتمدنا على منهاج الوصفي الذي يعرف بأنه "كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية ا النفسية ، كما هو قائمة في الحاضر بقصد تشجيعها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها ، أو بينها وبين طواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية أخرى " [1] .

ويلجأ الباحث إلى استخدام هذا الأسلوب لمواجهة المشاكل الاجتماعية و الإنسانية بشكل واسع و الرياضيين بشكل خاص ، ويستخدم أيضا من اجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعاش وهو يريد التواصل إلى معرفة تدقيقية وتفصليه عن عناصر ظاهرة موضوع البحث العلمي التي تفيد في تحقيق فهم لها أو في وضع إجراءات مستقبلية خاصة بها .

الدراسة الاستطلاعية :

قبل التطبيق النهائي لأسئلة الاستبيان التي حصرناها مبدئيا قمنا بدراية استطلاعية على بعض المدربين.

وقد أجريت هذه الدراسات الاستطلاعية من خلال المقابلة مع المدربين وأساتذة وهذا من أجل تحديد أسئلة الاستبيان وضبطها تسلسليا ، ومن خلال مقابلتنا مع هؤلاء المدربين لجأنا إلى شرح أهداف البحث وذلك لدعم الصدق المعلومات التي نتحصل عليها من خلال الإجابة عن أسئلة الاستبيان النهائية ،ومن كل هذا توصلنا إلى صياغة وترتيب الأسئلة وزيادة أخرى حتى انهينا في كتابتها وفقا للاستمارة الموجودة في بحثينا .

أدوات البحث :

لكل دراسة وبحث علمي مجموعة من الأدوات والوسائل التي يستخدمها الباحث ويطورها للمنهاج الذي يستخدمه ويحاول أن يلجأ إلى الأدوات التي توصله إلى الحقائق التي نسعى إليها لنحصل على القدر الكافي من المعلومات التي نفيدنا ، وقد استعملنا في هذا البحث أداتين تتمثل في المقابلة و استمارة الاستبيان ، كون الاستبيان أكثر عملية فهو يسمح بجمع معلومات جديدة ومستمدة من المصدر وبصورة سريعة وسهلة انطلاقا من مجموعة الرضوات ، وهو كما رأي:

المنارة للاستشارات

تعريف الاستبيان :

هو عبارة عن مجموعة من الأسئلة المرتبطة بطريقة منهجية وهو كذلك وسيلة لجمع المعلومات ، يستعمل كثيرا في

البحوث العلوم الاجتماعية ، وهذه الطريقة تستمد المعلومات من المصدر الأصلي وهو عبارة عن جملة من الأسئلة المغلقة ونصف مفتوحة يتم وضعها في استمارة توصل إلى الأشخاص المعنيين وهذا للحصول على الأجوبة للأسلة الواردة فيها ، ويشترط أن تكون واضحة تتميز بعدم التحيز وتجنب الأسئلة الحساسة بالإضافة إلى أن تكون بسيطة ومعروفة وسهلة

أنواع الأسئلة :

الأسئلة المغلقة :

هي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث الإجابة مسبقا وتحديد الإجابة التي تعتمد على أفكار الباحث و أعراض البحث ونتائجه ، وتكون الإجابة في معظم الأحيان بـ (نعم) أو (لا) أو بدون بدأ أي رأي ، و العرض منها تقصي الحقائق المباشرة .

الاسئلة النصف المفتوحة :

يحتوى هذا النوع من الأسئلة على نصفين ، النصف الأول يكون مغلقا أي الإجابة تكون مفيدة ، والنصف الثاني يكون فيه الحرية المستجوب للإدلاء برأيه الخاص

الاسئلة المفتوحة

يعطي كل الحرية للمبحوث للإجابة عليها كما يشاء، أي تكون باختصار أو بالتفصيل ، وكذلك يعطي له مطلق الحرية بذكر أي معلومة يثقد بأنها متعلقة بالسؤال مهما كانت طبيعتها وأعراضها ، ومن فوائد الأسئلة المفتوحة لا تفيد المبحوث بحصر إجابته ضمن الإجابات المحددة له من قبل الباحث وكذلك لها فائدة في تحديد الآراء السائدة في المجتمع [1] .

8- **مجالات البحث :**

- المجال المكاني :

استعملنا في دراستنا الميدانية عشرون (20) استمارة استبيان للمدربين ، وكان توزيع الاستمارات في الملاعب الرياضية التي تخلص مقابلات البطولة وكانت معظمها في

المنارة للاستشارات

الفرق التي تنشط في بطولة القسم الجهوي الأول وسط وهناك بعض المدربين أرسلنا لهم الاستمارة مع اللاعبين الذين التقينا بهم .

المجال الزمني :

استهلتنا الدراسة الميدانية بداية شهر أكتوبر من عام 2011 تم فيها توزيع الاستمارات على المدربين في نهاية الشهر من نفس السنة التي احتوتهم عينة بحثنا ، وكان اتصالنا في ملاعب التدريب عند إشرافهم على فرقهم لتباعد الملاعب استغرق وقت في إعادة استرجاع الاستمارات التي تمت الإجابة عنها ، وكان استلام آخر استمارة في منتصف شهر ديسمبر.

تعين العينة وتحديد أسلوب اختياره :

قمنا باختيار العينة في بحثنا هذا بطريقة عشوائية وذلك لسببين هما :

العينة العشوائية تعطي فرصا متكافئة لكل أفراد المجتمع لأنها لا تأخذ أي اعتبار أو تميز أو صفات أخرى أو مميزات.

+ لأنها من ابسط الطرق لاختيار العينات .

العينة تتكون من عشرون (20) مدرب من بين الرابطات القسم الجهوي الأول الوسط

عرض وتحليل مناقشة النتائج

السؤال الأول : كم هي المدة التي مارستم من خلالها مهنة التدريب ؟

الغرض من هذا السؤال : معرفة الخبرة التي يملكها المدرب في التدريب الجدول (01)

الإجابة	التكرارات	النسبة
أقل من 05 سنوات	04	20%
من 05-إلى 15 سنة	11	55%
أكثر من 15 سنة	05	25%
المجموع	20	100%

عرض و تحليل : نلاحظ من خلال الجدول (01) أن نسبة المدربين التي لها خبرة في التدريب تتراوح بين 05 إلى 15 سنة كانت تمثل نسبة 55 % وهي نسبة معتبرة ، أما المدربين الذين نعتبرهم مبتدئين فكانت نسبتهم تمثل 20% .

المنارة للاستشارات

نستنتج من خلال النتائج المحصل عليها أن أغلبية المدربين المشرفين على الفرق الوطنية لهم خبرة معتبرة في التدريب ، وهذا ليس سوء من المدربين الجدد الذين ينتظرهم حظ وافر في المستقبل القريب .

السؤال الثاني : هل للفرق الوسائل و العتاد اللازمة في عملية التدريب ؟

الغرض من هذا السؤال : معرفة مدى توفر الفريق على الوسائل التي تسهل التدريب الرياضي , الجدول رقم 02

الإجابة	التكرارات	النسبة
متوفرة	08	40%
ناقصة	12	60%
المجموع	20	100%

عرض و تحليل نتائج الجدول رقم 02 :

- بعد الاطلاع على الجدول رقم 02 لاحظنا أن نسبة الفرق التي تتوفر على وسائل التدريب قدرت نسبتها بـ 60% ، وهي نسبة كبيرة مقارنة مع متطلبات المستوى العالي

نستنتج مما سبق أن هناك نقص في الوسائل التي تسهل عملية التدريب ، وهذا غير مسموح في المستوى

السؤال رقم 10: ما هو نوع التخطيط ؟

الغرض من السؤال : معرفة نوع التخطيط المعمول به

- الجدول رقم 10

الإجابة	التكرارات	النسبة
قصير المدى	04	20%
متوسط المدى	06	30%
طويل المدى	10	50%
المجموع	20	100%

عرض وتحليل نتائج الجدول رقم 10 :

نلاحظ من خلال الجدول رقم 10 أن هناك نسبة 50 من الفرق تقوم بتخطيط طويل المدى و 30 هي نسبة التخطيط المتوسط المدى اما التخطيط القصير المدى فهو يمثل نسبة 20

المنارة للاستشارات

نستنتج من هذا أن نصف العينة لا تطبق التخطيط طويل المدى ، وهذا لا يساعد في الرفع من مستوى الأداء و التخطيط الجيد على المدى الطويل وهذا العكس ما هو معمول به لدى أندية كرة القدم الحديثة وذات المستوى العالي .

السؤال الثاني عشر : أ- هل المقابلات التحضيرية كافية لتقييم مستوى لاعبيكم قبل بدأ المنافسة ؟

الغرض من السؤال : معرفة حجم المقابلات التي تلعب قبل المنافسة وإمكانية تحديد مستوى الأداء

الجدول رقم 13

الإجابة	التكرارات	النسبة
نعم	12	60%
لا	08	40%
المجموع	20	100%

- عرض وتحليل النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول رقم 13 أن نسبة الفرق التي تقوم بمقابلات تحضيرية وهي كافية لتقييم مستوى اللاعبين يقدر بـ 60 % ، اما المدربين الذين أقروا على أن المقابلات التحضيرية ليست كافية لتقييم المستوى فكانت نسبهم 40 %

مناقشة الفرضية الأولى

بعد عملية فرز وتحليل النتائج المتحصل عليها من الأجوبة الثمانية للأسئلة من المحور الأول من الاستبيان المتعلق بالإمكانيات المادية و الموارد المالية والشروط التي تؤثر على ارتقاء مستوى اللاعبين ذوي المستوى العالي توصلنا إلى إثبات الفرضية الجزئية الأولى لموضوع بحثنا .

حيث أثبتت النتائج على أن الفرق و النوادي الرياضية في لعبة كرة القدم تعاني من مشكل عدم توفر الموارد المالية و المادية وهذا ما يتبن لنا جليا من الجول رقم (1) و الجدول رقم (2) بنسبة 60 % 60 % على التوالي مما يعكس فقر الشروط المساعدة على العمل التدريبي و التي تساهم بدر كبير في ترقية اللعبة ، نضيف إلى ذلك تأخر دفع مستحقات اللاعبين في الآجال المحددة مما ينتج عنه إحباط معنوي ، ونقص في الدافعية أثناء التدريب أو المنافسة وهذا ما تبين من خلال الجدول رم (5) بنسبة 95

المنارة للاستشارات

أن نقص الموارد المالية يضعف من مستوى لاعب كرة القدم ذوى المستوى العالي ، وهذا راجع لعدم قدرة الفريق استعمال الطرق المستحدثة في الحفاظ على اللياقة من خلال برامج الاسترجاع و التغذية .

مناقشة الفرضية الثانية

بعد تحليلنا للنتائج المتحصل عليها في الأجوبة المتعلقة بالسؤال التاسع من المحور الثاني من الاستبيان و الذي يخص محتوى التخطيط و العوامل الخارجية المعيقة في تطبيقه ، توصلنا إلى إثبات الفرضية الجزئية الثانية لموضوع بحثنا ،

حيث أظهرت النتائج وجود خلل في تسير التخطيط وهذا بدأ بنوع التخطيط الذي في غالبيته قصير المدى كما أظهر بالجدول رقم (10) بنسبة 20% ،30 % على التوالي على عكس ما تطبقه المدارس الكبرى في كرة القدم الحديثة كما أن تسيير التخطيط من حيث الحجم الساعي وعدد الحصص لا تتوافق مع المقاييس المعمول بها دوليا ، فنجد أن فرق المستوى العالي تقوم بتدريب إلى ثلاثة تدريبات في اليوم ما يعادل حجم ساعي يقدر بـ 800 سا سنويا عكس ما وجدناه في الأجوبة التي تحصلنا عليها من السؤال (9- ب- ج) حيث لا يتعد متوسط الجهد الساعي 450 سا سنويا وبحصة واحدة في اليوم بالإضافة إلى أن امتحانات المراقبة لتطوير مستوى اللاعب توضع عشوائيا يعني هذا إذا وفر الوقت للمدرب (توقف البطولة) وتوجد عوامل خارجية سواء كانت مالية أو مادية أو إدارية تفرض على المدرب عدم التحكم الجيد في سير التخطيط لمختلف المراحل ونجد على رأسها التغير المستمر في رزنامة البطولة و الغيرات في البرمجة كما أوضح لنا المدربون في الشطر الأخير من السؤال التاسع

وهذا ما يفقد الفرق استقرارها في الجانب التنظيمي للعملية التدريبية فينعكس سلبا على مستوى الأداء.

مناقشة الفرضية الثالثة

بعد تحليل النتائج المحصل عليها في الأجوبة المتعلقة بالأسئلة التسعة الأخيرة من المحور الثالث من الاستبيان و الذي يخص أهم القوانين و المقاييس العملية المتبعة أثناء

المنارة للاستشارات

العملية التدريبية فتوصلنا إلى إثبات الفرضية الجزئية الثالثة لموضوع بحثنا حيث أظهرت النتائج بعض الفرغات في محتوى العملية التدريبية .

فوجدنا فرق لا تحقق النسب العالية من الأهداف المسطرة في بداية المرحلة التحضيرية وهذا ما تبين لنا في تحليلينا لنتائج على السؤال العاشر ما يعكس عدم بناء قاعدة أساسية للدخول في المراحل التي تليها كما أظهرت النتائج أيضا نقص في المباريات التحضيرية لدخول في جو المنافسة وهو موضح في الجدول رقم (13) وبنسبة 40% بالإضافة إلى نقص في التربصات وهذا راجع لعدم إمكانية النادي أخذ على عاتقه المصاريف اللازمة رغم أهميتها البالغة في السماح للاعبين بالاحتكاك مع المستويات العالية .

كما تبين لنا نوع من الإهمال للجانب النفسي حيث نجد أن معظم الفرق لا تملك مختص نفساني يساعد في وضع برنامج لتحضير اللاعبين معنويا وحتى برامج الاسترجاع التي تلي المرحلة الانتقالية

إن مجمل فرقنا يحاولون تطبيق العملية التدريبية حسب المقاييس العملية و القوانين الدولية وذلك بتكيفها مع إمكانيات المحلية .

مناقشة الفرضية الثالثة

من خلال بحثنا هذا الذي طرحنا فيه عدة أسئلة تتعلق بالعملية التدريبية ومدى تأثيرها على مستوى اللعب وأهم العوامل الخارجية التي تعرقل المسار التدريبي في المستوى العالي و باعتبارها محطة أساسية ذات أهمية كبيرة ، سلطنا الضوء على الأسباب التي تحول دون أن يقوم المدرب بعمله على أكمل وجه .

من تحليلنا للنتائج وجدنا أن معظم المدربين المشرفين على تدريب فرقنا متحصلين على شهادات عليا في الرياضات ولديهم خبرات في مهنة التدريب

إن عملية التدريب لا تتوفر على أهم الوسائل المادية و الموارد المالية التي تساهم في تحقيق الأهداف و النتائج و الإلحاق بالمستويات العالية ، هذا ما يعرقل عمل المدرب على تسليق السكم لتسليط الرياسي بالإضافة إلى مشاكل الإدارية و التنظيمية التي يخص الإدارية و المتمثلة في عدم استقرار رزنامة البطولة و التوقفات المستمرة لها لشتى الأسباب وهذا ما يدعم الفرضيتين الأولى و الثانية

المنارة للاستشارات

أن النوادي التي تنشط البطولة بمها دوليا في تسيير مستوى العملية التدريبية لكن هذه المساعي تزول دون ذلك نظرا لمشاكل المذكورة ، لذا فهي تتكيف بالتكيف مع الإمكانيات المحلية في مواكبة كرة القدم الحديثة .

ومنه دراستنا المتواضعة أوضحت نوعا ما المكانة التي تحتلها العملية التدريبية فيما يخص التحضير البدني العام وتأثيرها على الرياضيين .

الاستنتاج العام :

من خلال بحثنا هذا الذي طرحنا فيه عدة أسئلة تتعلق بالتحضير البدني العام ومدى تأثيرها على مستوى اللعب وأهم العوامل الخارجية التي عرقل المسار التدريبي في مثل هذا المستوى وباعتبارها محطة أساسية ذات أهمية كبيرة ، سلطنا الضوء على الأسباب التي تحول دون أن يقوم المدرب بعمله على أكمل وجه .

من خلال تحليلنا للنتائج وجدنا أن معظم المدربين المشرفين على تدريب فرقنا متحصلين على شهادات عليا في الرياضة ولديهم خبرات في مهني التدريب .

إن عملية التدريب لا تتوفر على أهم الوسائل المادية و الموارد المالية التي تساهم في تحقيق الأهداف و النتائج واللحاق بالمستويات العليا ، هذا ما يعرقل عمل المدرب على تطبيق المحكم للتخطيط الرياضي صف إلى ذلك المشاكل الإدارية و التنظيمية التي تنغص الفدرالية الوطنية الجزائرية لكرة القدم FAF و المتمثلة في عدم استقرار رزنامة والتوقعات المستمرة لشتى الأسباب وهذا ما يدعم الفرضيتين الأولى و الثانية أن النوادي التي تنشط في البطولة ما بين الربطات و القسم الجهوي الأول الأوسط ، تسير محتوى العملية التدريبية لكن هذه المساعي تزول دون ذلك نظرا للمشاكل المذكورة ، لذا في تكتفي بالتكيف مع الإمكانيات المحلية في مواكبة كرة القدم الحديثة

ومن خلال دراستنا المتواضعة أوضحت نوعا ما المكانة التي تحتلها العملية التدريبية خاصة التحضير البدني العام وتأثيرها على الرياضيين بشكل عام .

الخاتمة :

إن فكرة التي يمكننا استخلاصها من بحثنا المتواضع هذا و استنادا إلى نتائج الاستبيان في الجانب التطبيقي وكذلك استنادا على ملاحظتنا الظاهرة المدروسة باعتبارها معاشة من طرف الأسرة الرياضية بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة حيث أن عملية التدريب قد شهدت تهميش من طرف المدربين بالرغم من بعض المساعي المبذولة

المنارة للاستشارات

على مستواهم إلا أنها لا زالت بعيدة عن قواعد العملية للتدريب الرياضي 1 وتضح لنا هذا في عجز المدربين الجزائريين خصوصا المشرفين على الفرق ذات المستوى العالي في لعب الدور الحاسم و الفعال في منح كرة القدم ذات النفس القوي لتخطى المستوى الإفريقي و الوصول إلى المستوى العالمي ، فتكاد الفرق الوطنية سيطرتها وتربعها على عرش الكرة المستديرة ومكانتها المرموقة على الصعيد الإفريقي .

ومن هذا المنطق يؤدي إلى التصريح بأن التطبيق المحكم للعملية التدريبية من طرف المشرفين على هاته الفرق سلاح ذو حدين وإذا احكم استغلالها واستعمالها عقلانية ومبنية على أساس علمية وقوانين دولية ستساهم حتما في عملية التطور التي تمس الميدان الرياضي عامة 2 ، بينما إذا استغلت بطريقة عشوائية دون أسس أو قواعد ذات معيار علمي فأنه حتما سيزيد الطين بلة وتؤدي بالرياضة إلى حلقة مفرغة لا مخرج لها بسبب المشاكل التي يواجهها المدربين .

قائمة المراجع باللغة العربية :

1- د. مفتي إبراهيم حماد "التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة"

2- د. سيد عبد المقصود " نظرية التدريب الرياضي ،

3 - د محمد حسن علاوي " علم التدريب الرياضي " ، ط 10 ، دار المعرف ، مصر ، سنة 1962

04- د. محمد عبد الغني عثمان

05 د. محمد عبد الغني عثمان

06- د. أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة

07- د. عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي " ، دار المعارف ، مصر

08- د. محمود عبد الفتاح عنان "سيكولوجية التربية البدنية والرياضية "، دار الفكر لعربي، القاهر سنة 1995

09- محمد عوض بسيني ، فيصل ياسين : " نظريات وطرق ث.ب.ر. ، ديوان المطبوعات الجامعة ، الجزائر ، 1992

10 - أمين أنور الولي : أصول التربية و الرياضة الهنة والإعداد المهني ، دار الفكر العربي ، مصر ، سنة1997

11- د. جابر محمد النمو النفسي و التكيف الاجتماعي ، دار النهضة القاهرة سنة 1967

المنارة للاستشارات

12-مختار سلم : كرة القدم لعبة الملايين ط 2 ، مكتبة المعارف ، 1988 ،
13- موفق مجيد متولي الإعداد الوظيفي لكرة القدم ، دار الفكر ، بغداد ، 1989
14- إبراهيم علام ، كأس العالم لكرة القدم ، دار القومية لطباعة و النشر ، 1960
15- اسامة كامل راتب " علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، 1997
16- ايمن انوار الخولي " الرياضة والمجتمع " سلسة عالم المعرفة " الكويت سنة 1996
17- أمين احمد فوزي ، طارق محمد بدر الدين " سكولوجية الفريق الرياضي " دار الفكر العربي ، ط1 سنة 2000
18- ابو العلاء احمد " التدريب الرياضي دار المعارف ، 1997
19- حامد زهران " ا" الشخصية و الرياضة " دار الشروق سنة87 19
20- رمضان محمد القذافي " الشخصية ، نظريتها ، اساليب قياسها ، منشورات الجامعية المفتوحة سنة 1983

قائمة المراجع باللغة الفرنسة :

01- Mombaerts .E : L'entraînement performance en football , Ed vignot , paris , 1996

02- Règlement du sports : recueil du textes , Ministère de la jeunesse et des sport Alger , 1992 .

03- code de L'EPS Ministère de la jeunesse et des sport , Imprimer du MJS Alger, 1976

04 Règlement du sports : recueil du textes , Ministère de la jeunesse et des sport Alger

المنارة للاستشارات