

معوقات تقنين حمولة التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربي كرة القدم

Obstacles of rationing training load in the preparatory stage for football of coaches

كتاب خالد^{1*}، خويلدي الهواري^{2*}

مخبر أبحاث معاصرة في منظومة التدريب الرياضي والحركات الإنسانية

¹ المركز الجامعي نور البشير (الجزائر) ، k.kettab@cu-elbayadh.dz

² المركز الجامعي نور البشير (الجزائر) ، h.khouildi@cu-elbayadh.dz

تاريخ النشر: 2022/11/15

تاريخ القبول: 2022/11/12

تاريخ الإرسال: 2022/07/16

الملخص: تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين والاختصاصيين في مجال التدريب الرياضي والكشف عن هذه المعوقات لدى هذه الشريحة، كما حاولنا من خلال هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات المتعلقة بأهم معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين في هذا المجال ، وبعد التحليل وإثراء متغيرات الدراسة النظرية ، وبالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة ، وباستخدام أداة لقياس معوقات تقنين حمل التدريب في كرة القدم اجرينا البحث على عينة مكونة من 25 مدرب في مجال تدريب كرة القدم، وزع عليهم استبيان حول معوقات تقنين حمل التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربي كرة القدم وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا وعرضها ومناقشتها توصلت نتائج البحث الحالي إلى أن المدربين كرة القدم لديهم كثير من المعوقات التي تصعب عليهم عملية التحضير الجيد والامتثل للاعبين

الكلمات المفتاحية: حمولة التدريب ، المرحلة التحضيرية ، كرة القدم

Abstract:

The current study aims to identify the obstacles to legalizing the training load of trainers in the field of sports training and to reveal these obstacles. We also tried through this study to answer the questions related to the most important obstacles. A tool to measure the obstacles to legalizing the training load in football. We conducted the research on a sample of 25 coaches in the field of football training. A questionnaire was distributed to them, and after data collection, statistical processing, presentation and discussion, the results of the current research concluded that the coaches have many obstacles that make it difficult for them to prepare well and optimally. for players

Key words : Training load ; preparation stage ; football

1- مقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر المستوى الرياضي في مختلف الرياضات المعروفة قد حقق خطوة كبيرة للأمام وهذا ما تؤكد الأرقام الكبيرة المحطمة يوماً بعد يوم , والتي كان تحطيمها حلماً يداعب خيال القائمين على مجال الرياضي ويرجع الفضل في هذا التطور العلمي الكبير في طرائق التدريب والاعداد اللاعبين الذي يستند الى حقائق علمية والتي قد قدمتها مختلف العلوم الاخرى (محمد اسامة، عصام، و كريدش، 2020), إلا أن التدريب يعتبر من أهم السبل لتحقيق النتائج المطلوبة وهذا ما أشار إليه حنفي محمود مختار أن التدريب الرياضي هو " هو العمل على تحسين الأداء الرياضي من الناحية البدنية والمهارية والخطية للاعب ومهمة المدرب هنا هي استثارة حماس ووعي اللاعب حتى يقبل بحب برغبة على التدريب ويجب هنا أن يدرك المدرب واللاعب ان المواظبة على التدريب هو السبيل الوحيد لتحقيق النتائج المطلوبة". (محمود مختار، 1997، صفحة 7)

وقد شهدت كرة القدم كباقي الرياضات تطورات على مر التاريخ في طرق وأساليب اللعب بعد ما كانت عشوائية وبدائية حتى اصبحت الان تدرس في الجامعات والمعاهد الرياضية بمختلف دول العالم , وارتبطت أساليب اللعب بمدارس كره القدم كل مدرسة تتبنى أسلوب لاعب يميزها عن باقي المدارس الاخرى فمثلا : المدرسة الايطالية الاسلوب الدفاعي المتكثف و الهجمات المرتدة , المدرسة الالمانية أسلوب اللعب السريع الكرات الهوائية والعرضية, المدرسة الانجليزية كانت تتبنى اللعب المباشر والكرات الطويلة , واما المدرسة الهولندية والاسبانية اسلوب الاستحواذ على الكرة الضغط العالي(خليفة، 2016، صفحة 9) ,فالتدريب في كرة القدم بهذا المعنى يعتبر وسيلة وليس غاية في حد ذاته فهو يعمل على تحقيق الأهداف المشتركة لكل من المدرب واللاعبين من خلال تادية واجباتهم بأعلى مستوى من الكفاءة أثناءه تنمية وتطوير قدرات اللاعبين البدنية والفنية والذهنية والأخلاقية للوصول بهم الى مستويات عالية في نشاط كرة قدم (عطية فتحي، 2017، صفحة 18) وينطلق التدريب في كرة القدم من المرحلة التحضيرية او ما تسمى بمرحلة الاعداد البدني والتي يقسمها محمد حسن علاوي الى مرحلة تحضير العام التي يتم فيها اكساب الفرد الرياضي الصفات البدنية الاساسية بصورة شاملة ومترنة , اما الاعداد البدني الخاص فيتم فيه تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي (علاوي، 1990، صفحة 80)

يتعامل مدرب اثناء عملية التدريب مع اللاعب على كافة المستويات الفنية بل ومع اجهزته الحيوية والوظيفية , وايضا مع الجهازين الدوري و التنفسي , و اساس المعاملة بين المدرب واللاعبين في الفريق يكون بما يعرف بحمل التدريب , وقد اصبح حمل تدريب هو الاساس الواضح في عمليه الاعداد , كما اصبح استخدام المدرب حمل التدريب المناسب (اي تقنين حمولة التدريب) في كل فترة من فترات الموسم الرياضي له دلالة كبيرة على مستوى المدرب نفسه وامكانياته الفنية وقدراته على اعطاء اللاعبين والفريق الحمل تدريبي المناسب لهم سواء من الناحية الفنية او من ناحية موقع هذا الحمل من الموسم التدريبي (عطية فتحي، 2017، صفحة 249)

ونظرا لاهمية تقنين حمولة التدريب في كل مرحلة من مراحل التدريب الرياضي ونظرا لاهمية مرحلة الاعداد البدني (المرحلة التحضيرية) في الموسم الرياضي , جاء هذا البحث لتسليط الضوء على اهم المعوقات التي تواجه المدربين في تقنين حمولة التدريب في المرحلة الاعداد البدني (المرحلة التحضيرية) لدى لاعبي كرة القدم ومعرفة الاسباب الحقيقية لهذه المعوقات

مما سبق فان البحث الحالي يحاول التعرف على معوقات تقنين حمولة التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربي كرة القدم وهذا من خلال الاجابة على التساؤل العام التالي:

- ماهي معوقات تقنين حمولة التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربي كرة القدم ؟
ويتفرع عن هذا التساؤل الاسئلة التالية:

- هل معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية ؟
- هل معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باسلوب حياة اللاعب ؟
- هل معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد ؟
- هل معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باللاعبين في الفريق ؟

فرضيات البحث:

- معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية .
- معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة اسلوب حياة اللاعب
- معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد في الفريق .
- معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بالتزام اللاعبين في الفريق .

2- الهدف العام من الدراسة:

تهدف هذه الدراسة الى معرفة اذا ما كانت هناك معوقات (متعلقة بالجانب المعرفي, خاصة باسلوب حياة اللاعب, خاصة بامكانيات والعتاد, خاصة باللعبين في الفريق) تعترض تقنين الامثل لحمولة التدريب والتي يراها المدربين هي الحاجز وراء الارتقاء بمستوى اللاعبين بصفة خاصة وباللعبه بصفة عامة في الجزائر .

3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

يعتبر الإطار المفاهيمي أداة أساسية نستخدمها كباحثين لحصر وضبط مضمون الإشكالية البحثية بحيث نعمل كباحثين على ترجمة المشكلة البحثية الى متغيرات تستصاغ فيما بعد الى ارقام واحصائيات علمية ولذلك يتوجب علينا ضبط التصورات المحورية لموضوع دراستنا والتي يمكن حصرها في العناصر التالية :

حمولة التدريب :

يعرفها محمد عثمان بأنها :الجهد البدني والعصبي الواقع على اجهزة الجسم المختلفه كرد فعل لممارسة الأنشطة الرياضية(عثمان، 2000، صفحة 97) ويعرفها علاوي 1990 نقلا عن HARE هو العبيء او الجهد البدني والعصبي الواقع على اجهزة الفرد الرياضي المختلفة(علاوي، 1990، صفحة 51)

التعريف الاجرائي:

هو مقدار الجهد البدني مختلف الشدة المطبق على اللاعبين أثناء القيام بتمارين البدنية أثناء الحصة التدريبية ويوجد تناسب طردي بين عقلانية تطبيق الحمولة التدريب واثرها على اللاعبين أي كلما كانت الحمولة المطبقة مقننة تخضع لمرجعية علمية سليمة مع مراعات ضوابط والفوارق الفردية كلما كان تأثيرها على اللاعبين ذا فاعلية اكبر في ارضية الميدان والعكس .

المرحلة التحضيرية :

او ما تسمى بمرحلة الاعداد البدني والتي يقسمها محمد حسن علاوي الى مرحلة تحضير العام التي يتم فيها اكساب الفرد الرياضي الصفات البدنية الاساسية بصورة شاملة ومتزنة ,

اما الاعداد البدني الخاص فيتم فيه تنمية الصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي (علاوي، 1990، صفحة 80) ويرتبط الزمن الذي تستغرقه الفترة الاعدادية ارتباطا وثيقا بالخصائص المميزة لنوع النشاط الممارس والخصائص الفردية للاعب وكذلك بالنسبة لحالة التدريبيه التي اكتسبها الفرد وبعض الخصائص الاخرى (تميم الحاج، 2017، صفحة 148)

التعريف الاجرائي :

هو عملية تسلسلية لإعداد اللاعبين إعدادا متكاملًا في جميع النواحي البدنية والنفسية والفسولوجية من خلال الارتقاء بمستوى الصفات الأساسية (القوة، السرعة، مداومة، مرونة، التنسيق...). ويعد بمثابة تهيئة جميع مكونات اللياقة البدنية بصورة متكاملة ومتناسقة للفرد الرياضي حسب موقعه في الفريق وينقسم الاعداد البدني العام والذي يقوم به المدرب باكساب اللاعب صفات بدنية اساسية اما الاعداد البدني الخاص فيتم فيه التركيز على الصفات البدنية الخاصة بنوع النشاط وكذا موقع اللاعب في الملعب والمهام المكلف بها .

كرة القدم :

هي لعبة جماعية، المهمة الأساسية فيها هي تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم وفي المقابل يجب المقاومة من أجل الحفاظ على المرمى الفريق نظيف، و لذا فان الصعوبة الكبرى تتعلق اساسا في مهاره معرفه عمل الفريق كمجموعة متكاملة وكذا مهارات اللاعبين وذلك لخلق الظروف الحسنة والملائمة مع محاولة اللاعبين خلق وضعية متنوعه لتنفيذ الوظائف تكتيكية وفقا استراتيجيه معينه. (نطاح، 2016، صفحة 97)

التعريف الاجرائي :

رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من أحد عشر لاعبًا تلعب بكرة مُكوّرة يحاول كل فريق ادخال الكرة في شباك المنافس يضبطها وقت محدد هو 90 دقيقة مقسم الى شوطين كل شوط 45 دقيقة .

الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى : دراسة ابراهيم احمد صالح ادم سنة (2017) السودان بعنوان "معوقات تدريب ناشئي كرة القدم بولاية جنوب دارفور" ، وهدفت الدراسة الى التعرف على المعوقات المادية في تدريب ناشئي كرة القدم، ولقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية حيث بلغت 25

مدرب من اصل 250 مدرب كرة قدم بولاية جنوب دارفور واستخدم الباحث منهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، واستعمل الاستبيان كأداة للبحث، ، وأسفرت الدراسة على انه يوجد معوقات مادية تمثلت في نقص الامكانيات والعتاد الرياضي وكذا البنية التحتية مما تسببت في عرقلة العملية التدريب لدى المدربين

الدراسة الثانية : دراسة عتاب ابراهيم سنة (2009) الجزائر تحت عنوان "أثر العملية التدريبية للمدرب على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم دراسة ميدانية لأندية رابطة الوسط و الجهوي الأول وسط" ، وهدفت الدراسة إلى برز اهم العراقيل التي تواجهها العملية التدريبية والتي تعيق تطور مستوى اداء اللاعبين , واستخدم الباحث منهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، واستعمل المقابلة وايضا الاستبيان كادوات لجمع البيانات، وأسفرت نتائج دراسة عما يلي : ان من اهم العراقيل التي تواجه المدرب هي نقص الوسائل المادية والموارد المالية التي تساهم في تحقيق الاهداف والنتائج كما اسفرت الدراسة على ان للمدربين كفاءة في التدريب ولهم شهادات عليا في المجال

الدراسة الثالثة : دراسة محمد فاروق يوسف صالح سنة (2013) مصر بعنوان "المعوقات المواجهة لمدربي كرة القدم بأندية محافظة الدقهلية" ، وهدفت الدراسة الى التعرف على المعوقات التي تواجه مدربي كرة القدم بأندية محافظة الدقهلية، ولقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من مدربي أندية الدقهلية لكرة القدم بلغت 60 مدرب كرة قدم ناشئين وكبار وممن لديهم خبرة تدريبية لمدة ال تقل عن 5 سنوات , واستخدم الباحث منهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، واستعمل المقابلة الشخصية والاستبيان والمسح المرجعي كادوات جمع البيانات ، ، وأسفرت الدراسة على ان اهم المعوقات كانت تمثلت في الامكانيات والوسائل وكذا عدم الاعتماد على الاسلوب العلمي في وضع الخطط الرياضية

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

4-1 الطريقة والأدوات:

منهج البحث :

يعرف المنهج بأنه الاسلوب او الطريقة او الوسيلة التي يستعملها الباحث بهدف الوصول الى المعلومات التي يريد الحصول عليها بطريقة علمية وموضوعية مناسبة (جبار الضمد،

2002، صفحة 17) لقد اعتمدنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي التحليلي حيث يتناسب هذا المنهج مع هدف دراستنا الحالية.

- الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي يهدف من خلالها الباحث إلى إلقاء نظرة استشرافية على البيئة التي يعمل فيها مجتمع البحث (المدربين) من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية، لذا لا بد من إجراء الدراسة الاستطلاعية كانت بدايتها توجه الباحث إلى بعض الاندية والمركبات الرياضية و معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية حيث قمنا بمقابلة المدربين في مجال التدريب الرياضي من أجل معرفة آرائهم واقتراحاتهم ووجهات نظرهم حول مجموعة من النقاط الأساسية التي لها صلة وثيقة بالموضوع الدراسة ولقد قمنا بهذه الخطوة بغيت الوصول لمجموعة من الأهداف من بينها:

- التحقق من ملاءمة الاستبيان وفهم عينة البحث لفقراته ومصطلحات متواجدة في الاداة

- تحديد الوقت الذي يحتمل أن يستغرقه المبحوث في الإجابة على الاستبيان

- دراسة الخصائص السكيوومترية للاداة

- عينة الدراسة :

المقصود بالمجتمع الدراسة كل عناصر المراد دراستها, انسحب جزء من مجتمع الدراسة يطلق عليه اسم العينة sample , والعملية التي تتم بهذا الشكل يطلق عليها المعاينة sampling (الضامن، 2007، صفحة 160)

العينة الاستطلاعية:

اختيرت بطريقة غير عشوائية (عينة الصدفة) بلغ عددها 15 مدرب رياضي حيث قمنا بتطبيق أداة البحث بهدف التحقق من صلاحيتها من خلال حساب الخصائص السيكومترية لأداة (صدق ، ثبات) ، وقد قمنا باستبعاد أفراد العينة الاستطلاعية من العينة الأساسية للدراسة

العينة الاساسية :

تكونت العينة الأساسية للبحث وبطريقه غير عشوائية (عينة الصدفة) من 25 مدرب في مجال التدريب في كرة القدم

مجالات الدراسة :

مجال الزمني : بداية من جانفي 2022

مجال المكاني : اجريت الدراسة على بعض مدربي ولاية باتنة

المجال البشري : تم توزيع الاستبيان على افراد العينة والتي اشتملت بعض مدربي ولاية باتنة

أداة الدراسة : تم استخدام الاستبيان الذي يحتوي على عبارات مقسمة على اربع محاور مع ثلاث بدائل للاجابة (قليل ، متوسط , كبير) حيث تعبر كبير عن تعرضه لمعوقات بدرجة عالية ومتكررة ، وتعبر المتوسط عن تعرضه لمعوقات بدرجة أقل ، وقليل تعبر عن عدم وجود معوقات، وتم إعطاء الدرجات حسب الترتيب التالي:

كبير = 03 درجات ، متوسطة = 02 درجات ، قليل = 01 درجة واحدة

الجدول رقم 01 : يوضح محاور أداة البحث.

العبارات	المحاور	
12	معوقات متعلقة بالجانب المعرفي	المحور الاول
08	معوقات متعلقة باسلوب حياة اللاعب	المحور الثاني
08	معوقات متعلقة بالجانب الامكانيات والعتاد	المحور الثالث
07	معوقات متعلقة باللاعبين	المحور الرابع
35	استبيان معوقات حمولة التدريب	

السيكومترية الاداة :

الثبات:

الجدول رقم 02 : يبين قيمة الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار لكل محور من محاور الاستبيان , وايضا الاستبيان ككل الخاص بالدراسة

الثبات	عدد العبارات	المحاور
0.85	12	المحور الاول : معوقات متعلقة بنقص الخلفية المعرفية
0.91	8	المحور الثاني : معوقات متعلقة بأسلوب حياة اللاعب
0.82	8	المحور الثالث: معوقات متعلقة بالجانب الامكانيات والعتاد
0.88	7	المحور الرابع : معوقات متعلقة باللاعبين
0.86	35	أداة الدراسة

من خلال نتائج معاملات الثبات التي تتراوح ما بين 0.82 الى 0.91 لكل محور من محاور الأداة والدرجة الكلية للاستبيان التي بلغ ثباتها 0.86 يمكن القول ان الاداة تمتاز بدرجة جيدة من الثبات

الصدق الذاتي : يقصد به الصدق الداخلي للاختبار، هو عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس ويقاس عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الأداة (رضوان، 2006، صفحة 216)

بما ان معامل ثبات الاستبيان يساوي 0.86 فان معامل الصدق الذاتي = $\sqrt{0.86}$ فان الصدق الذاتي يساوي 0.92 , وهذه النتيجة مقبولة جدا .

الصدق الظاهري : من اجل التأكد من صدق اختبار استخدمنا الصدق الظاهري حيث تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في مجال التدريب الرياضي من اجل الاستفادة من ارائهم حول سلامة صياغة العبارات وملائمتها للمحاور, وقد تم استبدال محور من المحاور و حذف بعض العبارات وحذف و اضافة اخرى .

4-2 عرض وتحليل النتائج:

تنص الفرضية الاولى على ان : معوقات تقنيين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية

الجدول رقم 03 : يوضح اجابات المبحوثين على عبارات المحور الاول

رقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة المعوقات	اختبار كا 2	قيمة الدلالة SIG	مستوي الدلالة
1	مدى امكانية تحكم المدرب في استخدام الادوات التدريبية	2.60	0.68	2	كبير	12.40	0.002	0.05
2	توفر البيئة المناسبة للاطلاع والبحث لدى المدربين	2.20	0.63	8	متوسط	6.10	0.047	
3	مدى امتلاك المدربين مستوى تعليمي يؤهلهم للبحث والاطلاع	2.30	0.67	5	كبير	4.90	0.086	
4	الدراسات والمراجع التي تتحدث عن تقنين حمولة التدريب	2.55	0.68	3	كبير	9.70	0.008	
5	مدى معرفة المدرب نظرية التناصب بين الراحة والعمل لكل تمرين	1.55	0.68	11	قليل	6.10	0.047	
6	مدى تمكن المدرب من المادة العلمية	1.60	0.68	10	متوسط	5.20	0.074	
7	حواجز اللغة تمنعك من الاطلاع على الدراسات الاجنبية	2.65	0.48	1	كبير	1.80	0.180	
8	الجانب المعرفي لاستخدام الاجهزة الحديثة لتقنين حمولة التدريب	1.70	0.65	9	متوسط	5.20	0.074	
9	احتكار المعارف التي تتخصص في هذا المجال من قبل المخصصين والمدربين	2.40	0.68	4	كبير	5.20	0.074	
10	التكلفة الباهضة للدورات التكوينية والتدريبية التي تركز على تقنين حمولة التدريب	2.20	0.76	7	متوسط	1.60	0.449	
11	امكانية التحكم في استخدام الادوات التدريبية	1.35	0.58	12	قليل	13.30	0.001	
12	تبني المدربين طرق تقليدية في التدريب لا تتماشى مع التدريب الحديث	2.30	0.57	6	كبير	9.10	0.011	
	المحور	2.11	0.64		كبير	6.71		

يتضح من الجدول التالي أن مجموع المتوسط الحسابي لمحور "معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية" هو (2.11) ، و بانحراف معياري مقداره (0.64) ، كما تبين أن العبارة رقم (07) جاءت في الترتيب الأول وباعلى متوسط حسابي (2.65) ، و بانحراف معياري مقداره (0.48) ، وجاءت العبارة رقم (11) بالترتيب الاخير حصلت على ادنى متوسط حسابي بين العبارات مقداره (1.35) ، وبانحراف معياري مقداره (0.58) ، وكانت درجة المعوقات للعبارة (1،3،4،7،9،1،2) كبيرة، أما العبارات (2،

6, 8, 10) فكانت بدرجة متوسطة , اما درجة المعوقات للعبارة (11) من وجهة نظر المدربين فكانت بدرجة قليلة ونلاحظ من الجدول أن قيمة اختبار "كا²" المحسوبة لمحور "معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية" ان اغلب العبارات كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05

وعليه ومن النتائج المتحصل عليها نستطيع ان نقول ان الفرضية التي نقول ان هناك معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية محققة من وجهة نظر المدربين

تنص الفرضية الثانية على ان : معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باسلوب حياة اللاعب

الجدول رقم 04: يوضح اجابات المبحوثين على عبارات المحور الثاني

رقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة المعوقات	اختبار كا ²	قيمة الدلالة SIG	مستوى الدلالة
1	الراحة الليلية غير كافية	2.65	0.58	2	كبير	13.30	0.001	0.05
2	الحياة اليومية غير منظمة	2.65	0.48	1	كبير	1.80	0.180	
3	تعاطي المشروبات الغازية او الكحولية	2.40	0.50	8	كبير	0.80	0.371	
4	زيادة تعاطي المواد المنبهة مثل مادة الكافيين الموجودة في القهوة	2.45	0.60	7	كبير	7.30	0.026	
5	الحياة الجنسية الغير منظمة	2.60	0.59	3	كبير	10.90	0.004	
6	سوء التغذية	2.50	0.68	5	كبير	7.60	0.022	
7	سوء استخدام وقت الفراغ واوقات الراحة	2.45	0.75	6	كبير	6.70	0.035	
8	سوء الحالة النفسية بسبب المشاكل الاجتماعية	2.55	0.60	4	كبير	9.10	0.011	
المحور		2.53	0.59		كبير	7.18		

يتضح من الجدول التالي أن مجموع المتوسط الحسابي لمحور "معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بأسلوب حياة اللاعب " هو(2.53), و بانحراف معياري مقداره(0.59), كما تبين أن العبارة رقم(02) جاءت في الترتيب الأول وباعلى متوسط حسابي(2.65), و بانحراف معياري مقداره(0.48) , وجاءت العبارة رقم(03) بالترتيب الاخير حصلت على ادنى متوسط حسابي بين العبارات مقداره (2.40) ,وبانحراف معياري مقداره(0.50), وكانت درجة المعوقات للعبارة كلها(1,2,3,4,5,6,7,8). من وجهة نظر المدربين كبيرة

ونلاحظ من الجدول أن قيمة اختبار "كا²" المحسوبة لمحور"معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بأسلوب حياة اللاعب"ان اغلب العبارات كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05

وعليه ومن النتائج المتحصل عليها نستطيع ان نقول ان الفرضية التي تقول ان هناك معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بأسلوب حياة اللاعب محققة من وجهة نظر المدربين

تنص الفرضية الثالثة على ان : معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربي متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد .

الجدول رقم 05 : يوضح اجابات المبحوثيين على عبارات المحور الثالث

رقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة المعوقات	اختبار كا ² 1	قيمة الدلالة SIG	مستوي الدلالة
1	الأدوات والأجهزة المطلوبة لتقنين حمولة التدريب	2.45	0.82	7	كبير	9.10	0.011	0.05
2	الوسائل الاستشفاء المناسبة بالنادي	2.55	0.68	5	كبير	9.70	0.008	
3	الوسائل والمعدات الاستشفائية المتطورة بالنادي	2.75	0.55	1	كبير	19.90	0.000	
4	التغذية المناسبة التي تتماشى مع طبيعة التدريب	2.60	0.59	3	كبير	10.90	0.004	
5	توفر النادي على كوادر طبية لمتابعة والإشراف على اللاعبين	2.40	0.75	8	كبير	4.90	0.086	
6	توفر النادي على اجهزة متطورة لتنبؤ بالاصابات الرياضية على غرار جهاز Inpody	2.55	0.68	4	كبير	9.70	0.008	
7	عوامل الأمن والسلامة والعلاج اثناء التدريب	2.45	0.60	6	كبير	7.30	0.026	

معوقات تقنيين حمولة التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربي كرة القدم

	0.001	13.30	كبير	2	0.58	2.65	توفر النادي على محضر بدني	8
		10.60	كبير		0.65	2.55	المحور	

يتضح من الجدول التالي أن مجموع المتوسط الحسابي لمحور "معوقات تقنيين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد". هو (2.55), و بانحراف معياري مقداره (0.65), كما تبين أن العبارة رقم (03) جاءت في الترتيب الأول وباعلى متوسط حسابي (2.75), و بانحراف معياري مقداره (0.55), وجاءت العبارة رقم (05) بالترتيب الاخير حصلت على ادنى متوسط حسابي بين العبارات مقداره (2.40), وبانحراف معياري مقداره (0.75), وكانت درجة المعوقات للعبارة كلها (1,2,3,4,5,6,7,8). من وجهة نظر المدربين كبيرة

ونلاحظ من الجدول أن قيمة اختبار "كا²" المحسوبة لمحور "معوقات تقنيين حمل التدريب

رقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	درجة المعوقات	اختبار كا ²	قيمة الدلالة SIG	مستوي الدلالة
1	مدى جاهزية اللاعبين لابتعادهم فترة طويلة عن المباريات	2.55	0.60	2	كبير	9.10	0.011	0.05
2	مدى معرفة اللاعبين وامكانياتهم الفنية	2.55	0.60	3	كبير	9.10	0.011	
3	التركيز في فترة التدريب	2.60	0.75	1	كبير	15.70	0.000	
4	معرفة اللاعبين بالأهداف المسطرة في عملية التدريب ومتطلبات الأداء	2.45	0.68	5	كبير	6.10	0.047	
5	استقرار داخل الفريق	2.10	0.91	7	متوسط	1.90	0.387	
6	تقييد اللاعبين في الأوامر والتعليمات المدرب	2.45	0.82	4	كبير	9.10	0.011	
7	العلاقات الاجتماعية بين المدرب واللاعبين	2.20	0.83	6	متوسط	1.30	0.522	
	المحور	2.41	0.74		كبير	7.47		

لدى المدربين متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد" ان اغلب العبارات كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05

وعليه ومن النتائج المتحصل عليها نستطيع ان نقول ان الفرضية التي تقول ان هناك معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد محققة من وجهة نظر المدربين

تنص الفرضية الرابعة على ان : معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باللاعبين في الفريق .

الجدول رقم 06 : يوضح اجابات المبحوثين على عبارات المحور الرابع

يتضح من الجدول التالي أن مجموع المتوسط الحسابي لمحور "معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باللاعبين في الفريق" هو (2.41), و بانحراف معياري مقداره (0.74) , كما تبين أن العبارة رقم (03) جاءت في الترتيب الأول وباعلى متوسط حسابي (2.60) , و بانحراف معياري مقداره (0.75) , وجاءت العبارة رقم (05) بالترتيب الاخير حصلت على ادنى متوسط حسابي بين العبارات مقداره (2.10) , وبانحراف معياري مقداره (0.91), وكانت درجة المعوقات للعبارة (1,2,3,4,6) كبيرة , اما درجة المعوقات للعبارة (5,7) فكانت متوسطة من وجهة نظر المدربين

ونلاحظ من الجدول أن قيمة اختبار "كا²" المحسوبة لمحور "معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باللاعبين في الفريق" ان اغلب العبارات كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05

وعليه ومن النتائج المتحصل عليها نستطيع ان نقول ان الفرضية التي تقول ان هناك معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باللاعبين في الفريق محققة من وجهة نظر المدربين

4-3 مناقشة النتائج وتفسيرها:

مناقشة الفرضية الاولى :

نص الفرضية الاولى هو " معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين راجع الى نقص الخلفية المعرفية " ومن خلال الجدول رقم (03) تبين ان عدد كبير من المدربين يرون ان لنقص الخلفية المعرفية عند كثير من المدربين هو من ابرز عراقل عملية تقنين الامثل

لحمولة في التدريب في رياضة كرة القدم وهذا ما تنافى مع دراسة عتاب ابراهيم (2009) تحت عنوان "اثر العملية التدريبية للمدرب على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم " حيث توصل الباحث الى ان تكوين المدربين في المجال التدريب الرياضي كان ذو مستوى عالي واستدل بذلك على امتلاك المدربين شهادات عليا في مجال التدريب بعكس ما توصلت له دراستنا الحالية الى ان الجانب المعرفي للمدربين كان ضعيف كما اتفقت دراستنا مع دراسة محمد فاروق يوسف صالح (2013) بعنوان المعوقات المواجهة لمدربي كرة القدم بأندية محافظة الدقهلية حيث توصل الباحث الى ان المدربين في المجال الرياضي لا يعتمدون على الاسلوب العلمي في المجال الرياضي وبالتالي نستطيع القول ان الفرضية الجزئية تحققت

مناقشة الفرضية الثانية :

نص الفرضية الثانية هو " معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة اسلوب حياة اللاعب" ومن خلال الجدول رقم (04) تبين ان عدد كبير من المدربين يرون ان لاسلوب حياة اللاعبين دور كبير في نجاح أو فشل العملية التدريبية لهذا اعتبره المدربين انه من اهم معوقات تقنين حمولة التدريب في المجال الرياضي وايضا اشارة عمر موسى ادم محمد في دراسته (2019) " معوقات تنفيذ برامج الاعداد البدني في كرة القدم لاندية الدرجة الاولى من وجهة نظر الفنيين بولاية الخرطوم محلية أمدرمان" بان من اسباب معوقات العملية التدريبية هي سوء التغذية وهذه الاخيرة تدفع اللاعبين للتهرب حيث ان عملية التدريب بشدد متفاوتة وعدم وجود مواد طاقة ومواد بناء تعوض الهدم الذي يحدث في مرحلة التدريب تجعل اللاعب يشعر بالارهاق ومن خلال ما سبق نستطيع القول ان الفرضية الجزئية تحققت

مناقشة الفرضية الثالثة :

نص الفرضية الثالثة هو "معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة بنقص الامكانيات والعتاد" ومن خلال الجدول رقم (05) تبين ان عدد كبير من مدربي كرة القدم يرون ان من اهم معوقات تقنين حمولة التدريب هو نقص الامكانيات والعتاد وهذا ما اشارة اليه العديد من الدراسات على راسها دراسة ابراهيم احمد صالح ادم (2017) بعنوان "معوقات تدريب ناشئي كرة القدم بولاية جنوب دارفور" ان من اهم اسباب عرقلة العملية التدريبية لدى مدربي كرة القدم كان سبب الابرز فيها غياب الامكانيات والوسائل التدريبية كما رأى الباحث

عطاب ابراهيم(2009) في دراسته تحت عنوان " أثر العملية التدريبية للمدرب على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم" انه بالرغم من الكفاءة العالية للمدربين في الجزائر الا ان العائق الاكبر الذي يحول دون الوصول الى الاهداف والنتائج المرجوة كان سببه نقص الوسائل المادية والموارد المالية كما ساندت ايضا دراسة محمد فاروق يوسف صالح (2013) بعنوان "المعوقات المواجهة لمدربي كرة القدم بأندية محافظة الدقهلية" الطرح واكدت ان من ابرز المعوقات العملية التدريبية كان نقص الوسائل والعتاد وبالتالي نقول ان الفرضية الجزئية تحققت

مناقشة الفرضية الرابعة :

نص الفرضية الرابعة هو " معوقات تقنين حمل التدريب لدى المدربين متعلقة باللاعبين في الفريق " ومن خلال الجدول رقم (06) تبين ان مدربي كرة القدم يرون انا من اهم معوقات تقنين حمولة التدريب خاص باللاعبين في الفريق وذلك راجع لاسباب عديدة وقد اتفقت دراسة محمد فاروق يوسف صالح (2013) بعنوان "المعوقات المواجهة لمدربي كرة القدم بأندية محافظة الدقهلية" مع هذه الفرضية بشكل كبير وذلك من خلال تحليل جدول رقم (11) في الدراسة وهو يوضح معوقات التعامل مع اللاعبين حيث ذكر محمد فاروق يوسف صالح العديد من النقاط المهمة والجوهرية التي تساند فرضية بحثنا الحالي كما اشار عمر موسي ادم محمد في دراسته(2019) " معوقات تنفيذ برامج الاعداد البدني في كرة القدم لاندية الدرجة الاولى من وجهة نظر الفنيين بولاية الخرطوم محلية أمدرمان" بان من اسباب معوقات العملية التدريبية هي عدم التزام اللاعبين في الفريق بالحضور لتدريب كما تحدثت الدراسة عن مشكل فترة وتوقيت فترة الاعداد وقصر مدتها ومما سبق نرى ان الفرضية الرابعة قد تحققت

استنتاجات:

من خلال الدراسة التي قام بها الباحثين الموسومة ب معوقات تقنين حمولة التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربين كرة القدم

تم استنتاج ما يلي:

كشفت النتائج الحالية لدراسة ان مدربي كرة القدم لديهم العديد من معوقات تقنين حمولة التدريب وتوزعت حسب اتجاه الدراسة الى اربع عراقيل تبلورة الى اربع محاور كالتالي : معوقات خاصة بالجانب المعرفي للمدرب ومعوقات خاصة بأسلوب حياة اللاعبين و معوقات خاصة بنقص الامكانيات والعتاد وايضا معوقات خاصة باللاعبين في الفريق , وكانت لكل المحور تأثير على تقنين حمولة التدريب بدرجة مختلفة .

جاءت معوقات الخاصة بالامكانيات والعتاد في صدارة ترتيب , تليها معوقات خاصة بأسلوب حياة اللاعب ثم تليها معوقات خاصة باللاعبين في الفريق , وجاءت معوقات الراجعة الى نقص الخلفية المعرفية في مؤخرة الترتيب .

ومما سبق ذكره فان هنالك معوقات تعترض التقنيين الامثل لحمولة التدريب في المرحلة التحضيرية لدى مدربين كرة القدم.

الخاتمة :

تعتبر هذه الدراسة المقدمة محاولة للكشف اهم الاسباب والعوامل التي تعيق المدربين في تقنين حمل التدريب في رياضة كرة القدم وهذا لاجاد حلول اللازمة و المناسبة حتى يتمكن المدربين من الوصول باللاعبين الى مستويات أعلى للدخول في المنافسات وتحقيق النتائج المسطرة

وتعتبر تقنين الحمولة في التدريب الرياضي الحديث جزء هاما للوصول باللاعبين إلى الفورمة الرياضية والمحافظة عليها لاطول فتره ممكنه وراء الباحث بان الوصول الى مستويات عالية لا يتحقق الا في توفر بيئة ملائمة للتدريب والممارسة الأفكار الحديثة , ولا يتم هذا الا بالتعرف على العوائق التي تم التعرض لها من قبل المدربين والتي تحول دون الوصول الى تطبيق الافكار التدريبية الحديثة

اقتراحات :

- ضرورة الاهتمام بالتكوين الامثل والحديث للمدربين من خلال اجراء ايام دراسية وتكوينات لمحاكات عالم التدريب الحديث
- ضرورة مواكبة التكنولوجيات الحديثة في مجال التدريب الرياضي

- ضرورة توفير الجو الملائم من كل الجوانب للوصول برياضيين الى مستويات عالية
 - توفير الحوافز المادية والمعنوية للمدربين وحثهم على نتائج افضل
 - رصد المزايا اللازمة لكل مستويات الرياضية وفق متطلبات كل صنف
- ضرورة تعمق في دراسات من هذا النوع لان الاحاطة المعرفية بالمشكلة هي الخطوة اولى لايجاد الحلول

المراجع المستخدمة في البحث

الكتب:

- الشبلي خليفية. (2016). الالعاب المصغرة لبناء هرم الاستحواذ في كرة القدم (المجلد 1). بيروت، لبنان: مركز الكتاب النشر مكتبة بيروت.
- احمد عطية فتحي. (2017). اساسيات التدريب في كرة القدم (المجلد 2). مصر: جامعة بنها.
- حنفي محمود مختار. (1997). كرة القدم للناشئين. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- خالد تميم الحاج. (2017). اساسيات التدريب الرياضي (المجلد الاولي). عمان، الاردن: الجنادرية للنشر والتوزيع.
- عبد الستار جبار الضمد. (2002). البحث العلمي وتطبيقات الاحصاء الرياضي (المجلد الولي). بنغازي، ليبيا: دار شموع الثقافة لنشر والتوزيع.

- محمد حسن علاوي. (1990). علم التدريب الرياضي (المجلد 11). القاهرة، مصر: دار المعارف
- محمد عثمان. (2000). حمل التدريب والتكيف. القاهرة: دار الفكر العربي.
- محمد نصر الدين رضوان. (2006). المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية (المجلد الولي). القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- منذر الضامن. (2007). اساسيات البحث العلمي (المجلد الاولي). عمان، الاردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

المجلات والدوريات والصحف:

- محمد فاروق يوسف صالح، 2013 سبتمبر، " المعوقات المواجهة لمدربي كرة القدم بأندية محافظة الدقهلية"، مجلة كلية التربية الرياضية -جامعة المنصورة، العدد الواحد والعشرون، 220-203

الموسوعات:

- ابن منظور. (1970). لسان العرب . طبعة دار المعارف.

رسائل الماجستير والدكتوراه:

- ابراهيمي محمد اسامة، سمير عصام، و محمد امين كريدش. (29 ديسمبر، 2020). تأثير برنامج تدريبي مقترح في المرحلة التحضيرية البدنية الخاص على بعض القدرات البدنية (قوه , سرعه, مرونة) في فئة تحت 17 سنة " أشبال " في رياضة كرة الطائرة. مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والفنية ، الصفحات 46-63.

- فتيحة حفحوف. (2008). معوقات البحث الاجتماعي في الجامعة الجزائرية من وجهة نظر الاساتذة الجامعيين - دراسة ميدانية على جامعة سطيف- قسنطينة - مسيلة (المجلد مأكتره ماجستير). سطيف، الجزائر : جامعة سطيف .
- عمر موسى ادم. (2019). معوقات تنفيذ برامج الاعداد البدني في كرة القدم لنادية الدرجة الاولى من وجهة نظر الفنيين بولاية الخرطوم محلية أمدرمان.رسالة ماجستير . السودان. جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- إبراهيم أحمد صالح آدم (2017) . معوقات تدريب ناشئي كرة القدم بولاية جنوب دارفور.ماجستير ،جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا. السودان
- عتاب إبراهيم (2009) . أثر العملية التدريبية للمدرب على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم دراسة ميدانية لأنندية رابطة الوسط و الجهوي الأول (وسط) دراسة متمحورة حول سيكولوجية القيادة.ماجستير ،جامعة الجزائر يوسف بن خدة. الجزائر