

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

## فاعلية الإعداد النفسي للمدرب وأثره على الممارسين في مجال كرة القدم اقل من 17 Effectiveness of the psychological preparation for the coach and its effect on the practitioners in the football field (U 17)

الدكتور العنثري محمد علي، المركز الجامعي تيسمسيلت ، الجزائر  
الدكتور بن ساسي رضوان، المركز الجامعي تيسمسيلت ، الجزائر  
الدكتور عياد مصطفى، جامعة ورقلة، الجزائر

### : ملخص البحث

. أصبح للتدريب الرياضي مفهوم أوسع يقوم على أسس منهجية وعلمية مدروسة تستند على المادة العلمية البحتة، تلك التي تعود على الرياضي بفوائد عديدة تمكنه من ربح الوقت وتفادي الضرر البدني، إلا أن ما يقف حالياً كعائق في طريق المدربين هو الجانب النفسي، عملياً فيما يسمى بجانب الإعداد النفسي أو التحضير النفسي. ويعتبر الإعداد النفسي جملة مكونات، حيث تعتبر الشخصية أحد أهم هذه المكونات، بهدف تثبيت السمات الإرادية وتنمية القيم الخلقية لدى اللاعب كما يجب إعطاء الانفعالات الأهمية البالغة وذلك لأثرها المباشر على مردود الرياضي ولإيجاد الحلول الإيجابية لجمع المشاكل النفسية التي يعاني منها الرياضي، والمتعلقة بالشخصية والتي تتعلق بالسلوك داخل مساحة اللعب والتدريب، كما استخلص الباحث في الأخير أن الإعداد النفسي قبل المباريات هو إيجاد التدابير الضرورية لإثارة المزاج المناسب لدى اللاعب. وبالرغم من أهمية الدور النفسي للمدرب وتأثيره الكبير على اللاعبين إلا أننا لاحظنا أن بعض المدربين لا يولون اهتماماً كبيراً له، لذا قمنا في بحثنا هذا بدراسة أهمية الإعداد النفسي الذي يقوم به المدرب للاعبين.

الكلمات المفتاحية: الإعداد النفسي – المدرب – الفريق – النشاط الرياضي

**Abstract:** Sports training has a broader concept based on studied methodological and scientific foundations based on pure scientific material, those that accrue to the athlete with many benefits that enable him to win time and avoid physical harm, but what currently stands as an obstacle in the way of coaches is the psychological aspect, practically in what is called a side Psychological preparation or psychological preparation.

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

The psychological preparation is considered a group of components, as the personality is considered one of the most important of these components, with the aim of stabilizing the voluntary characteristics and developing the moral values of the player. Emotions must be given great importance due to their direct impact on the athlete's return and to find positive solutions to collect the psychological problems that the athlete suffers from, related to the personality that relate to By conducting within the playing and training space, the researcher also concluded that the psychological preparation before the matches is to find the necessary measures to stimulate the appropriate mood in the player. Despite the importance of the coach's psychological role and its great impact on the players, we have noticed that some coaches do not pay much attention to him, so we have studied in this research the importance of the psychological preparation that the coach performs for the players..

**Keywords: Psychological preparation – coach – team – sports activity**

\* مقدمة:

ويعتبر الإعداد النفسي كل مركب من جملة مكونات، حيث تعتبر الشخصية أحد أهم هذه المكونات، كما يجب إعطاء الانفعالات الأهمية البالغة وذلك لأثرها المباشر على مردود الرياضي. (أسامة - 2000-ص283)

ويرى الدكتور \*حنفي محمود مختار\*:. أن الإعداد النفسي هو كل الإجراءات والواجبات التي يضعها المدرب بهدف تثبيت السمات الإرادية وتنمية القيم الخلقية لدى اللاعب. (حنفي - 1998-ص66)

ويضيف الدكتور \*ناهد روسن سكر\*.. أنه إيجاد الحلول الإيجابية لجمع المشاكل النفسية التي يعاني منها الفرد، والمتعلقة بالشخصية والتي تتعلق بالسلوك داخل مساحة اللعب والتدريب، كما يرى هذا الأخير أن الإعداد النفسي قبل المباريات هو إيجاد التدابير الضرورية لإثارة المزاج المناسب لدى اللاعب. (ناهد - 2002-ص285)

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

وبالرغم من أهمية الدور النفسي للمدرب وتأثيره الكبير على اللاعبين إلا أننا لاحظنا أن بعض المدربين لا يولون اهتماما كبيرا له، لذا قمنا في بحثنا هذا بدراسة أهمية الإعداد النفسي الذي يقوم به المدرب للاعبين.

**1- مشكلة الدراسة:** يهدف التدريب الرياضي أساسا إلى محاولة الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى ممكن من الأداء، وتحقيق هذا الهدف يرتبط ارتباطا وثيقا بتربية الفرد تربية شاملة متزنة، وتطوير مختلف القدرات والمهارات والمعارف الخاصة للفرد الرياضي بصورة تسهم في قدرته على تحقيق أعلى مستويات الرياضة. (عصام عبد الخالق - 1972)

فالمدرب هو المسؤول عن تحديد الحالة النفسية وإثارة التنوع في نظام الفريق أما اللاعب فهو المستجيب لمختلف تصرفات وانفعالات مدربه .

وإذا تتبعنا بدقة منافسة كرة القدم وما يبذله اللاعب خلالها من جهد بدني وعصبي وما يرافق ذلك من انفعالات مختلفة، وإذا اطلعنا على طريقة تدريب اللاعب وإعداده نفسيا وعرفنا الضغوط النفسية الواقعة عليه، من جراء حساسية اللعبة وأهمية المباراة، لأحسنا بأهمية إعداد اللاعب إعدادا نفسيا سليما وعلميا، من أجل أن نستطيع مجابهة كل السلبيات والتغلب عليها وتحقيق النتائج المرجوة.

فالمدرب هو المسؤول على لاعبيه وذلك بتهيئة لاعبيه نفسيا و إثارة انتباههم و تحفيزهم للعطاء أما اللاعب فهو المستجيب لمختلف تصرفات و انفعالات مدربه.

ومن خلال هذا قمنا بطرح الإشكالية التالية:

- هل الدور النفسي للمدرب له تأثير على لاعبي كرة القدم؟

- هل الإعداد النفسي له أهمية بالنسبة للاعبين كرة القدم .؟

**2- فرضيات الدراسة:** من خلال التساؤل الذي أوردناه في إشكالتنا السابقة الذكر قمنا بوضع الفرضية العامة التالية :

- الفرضية العامة: الدور النفسي للمدرب و أثره على لاعبي كرة القدم أثناء المباراة .

- الفرضيات الجزئية: - الإعداد النفسي للمدرب له أهمية كبيرة للاعبين كرة القدم .

- كفاءة المدرب تساعد في رفع الحالة النفسية للاعبين .

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

**3- أهمية الدراسة:** تكمن أهمية البحث الذي يدور موضوعه حول "الأعداد النفسية للمدرب وتأثيره على لاعبي كرة القدم" إلى - تبيان العلاقة القائمة بين المدربين واللاعبين داخل الفريق الرياضي.

- تبيان أثر الإعداد النفسي على أداء اللاعبين .

فكان علينا أن نحاول الكشف عن العلاقة القائمة بينهما من الناحية النفسية لذلك اعتمدنا على الاستبيان والذي هو مجموعة من الأسئلة الموجهة للمدرب واللاعبين.

**4- أهداف الدراسة:** نهدف من خلال بحثنا هذا إلى تحقيق عدة أهداف نلخصها فيما يلي:

- محاولة دراسة وتحليل نوعية العلاقة بين المدرب واللاعبين من الناحية النفسية.

- محاولة معرفة تأثير العلاقات النفسية في تحسين مردود الرياضي.

- إبراز الدور النفسي الذي يلعبه المدرب و تأثيره على لاعبي كرة القدم

**5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:**

**مفهوم الأعداد النفسية:** هو احد المكونات الضرورية الحتمية في الوحدة التدريبية وبدونه يستحيل إحراز النجاحات في الرياضة ,وفي السنوات الأخيرة تكتسب العوامل النفسية للرياضيين أهمية متزايدة. (حفي - 1998 - ص 85)

**كرة القدم: اصطلاحا:** هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس، كما أشار إليها "رومي جميل" كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع

**المدرب:** هو شخصية تربوية الذي يتولى عملية تربوية وتدريب اللاعبين ويؤثر في مستواهم الرياضي تأثيرا مباشرا وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطورا شاملا متزايدا. (وجدي- 2000- ص25)

**المراهقة:** المراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها ، و ظاهرة اجتماعية في نهايتها (فؤاد - 1975 - ص257)

**6- الدراسات السابقة و المرتبطة:**

**الدراسة الأولى:** مذكرة لنيل شهادة لسانس في التربية ب.و.ر. من إعداد: زياني إسماعيل و آخرون بعنوان "الدور النفسي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية نحو تلاميذ المرحلة الثانوية"، دالي إبراهيم، الجزائر، 1993

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

و تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أساليب معاملة الأستاذ لتلاميذه، تبيان العلاقة المتبادلة بين الأستاذ و تلاميذه، و قد تم استخدام استبيان كوسيلة لجمع المعلومات و على عينة تكونت من 200 تلميذ و تلميذة و 20 أستاذ من مختلف ثانويات العاصمة، و من أهم النتائج المتوصل إليها :

- إن كفاءة و دور أستاذ التربية البدنية و الرياضية مهمة في رفع الحالة النفسية للتلاميذ.
- **الدراسة الثانية:** مذكرة لنيل شهادة أليسانس في التربية ب.و.ر. من إعداد: عمر سعدي و آخرون بعنوان "العلاقة بين مدرب كرة القدم و اللاعبين و تأثيرها على النتائج" دالي إبراهيم ، الجزائر، 1993، و تهدف هذه الدراسة إلى :
- تشخيص حالة الفرق الجزائرية من الجوانب النفسية و الاجتماعية
- محاولة دراسة و تحويل نوعية العلاقة بين المدرب و اللاعبين و قد تم استخدام الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات على عينة تكونت من 80 لاعب ينشطون في القسم الوطني الثالث .

ومن أهم النتائج المتوصل إليها :

- وجود علاقة بين المدرب و اللاعبين وتأثيرها على النتائج الرياضية بالايجاب، كما أن مردود الفريق الرياضي يتأثر إيجابا بانتهاج أسلوب قيادي .
- **الدراسة الثالثة :** مذكرة لنيل شهادة لسانس في ت. ب. ر من إعداد منصور نبيل و آخرون بعنوان : " دور التكوين النفسي و البدني لأستاذ ت.ب.ر و أثره على أداء التلميذ المراهق" دالي إبراهيم ، الجزائر 1996.

تهدف هذه الدراسة إلى إبراز مدى انعكاس التكوين النفسي و البدني لأستاذ ت.ب.ر على أداء التلميذ في المرحلة الثانوية و قد تم استخدام الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات على عينة تكونت من 22 تلميذ و 30 أستاذ و من أهم النتائج المتوصل إليها : أن للتكوين النفسي و البدني لأستاذ ت.ب.ر دور ناجع و انعكاس ايجابي على أداء التلميذ المراهق .

#### 8- الطرق المنهجية للبحث:

بعد دراستنا للجانب النظري سنحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثنا و دراسته دراسة ميدانية

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

## 8-1- الدراسة الاستطلاعية

الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث و مدى إصلاحية الأداة المستعملة حول موضوع البحث ، وحتى تتمكن من معرفة مختلف الجوانب المراد دراستها قمنا بزيارة الفرق الرياضية المعنية بالدراسة و ذلك من اجل الإلمام والإحاطة بجوانب المشكلة المعالجة في بحثنا، وذلك من خلال التعرف على طريقة معاملة المدرب للاعبيه أثناء الحصوص التدريبية، وكذا معرفة وقت انطلاق التدريبات .والفرق التي قمنا بزيارتها هي : اتحاد سيدي عيسى ، وفاق المسيلة ، نجم مقرة ، سريع أمل برج الغدير .

## 8-2- مجالات البحث:

### 8-2-1- لمجال المكاني:

لقد اخترنا في دراستنا هذه فرق ولايتي المسيلة و البرج التي تنشط في قسم ما بين الرباطات و هي اتحاد سيدي عيسى ، وفاق المسيلة ، نجم مقرة ن سريع أمل برج الغدير .

### 8-2-2- المجال الزمني:

شرعنا في البحث مباشرة و ذلك بعد الموافقة على الموضوع و قد دامت دراسة الجانب النظري من أواخر شهر جانفي حتى بداية شهر افريل ، إما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد كانت من 25 افريل إلى غاية 15 ماي

### - عينة البحث و كيفية اختيارها :

و نظرا لطبيعة دراستنا فقد اعتمدنا على العينة العشوائية من المجتمع الأصلي للبحث لقسم ما بين الرباطات الاقل من 17 سنة وتعرف على أنها الطريقة التي تعتمد على : " منح فرص متكافئة لكل فرد من أفراد المجتمع وان يكون ضمن أفراد العينة المختارة فهي تتضمن الاختيار العشوائي لعدد أفراد العينة من قائمة المجتمع (- مرجع سابق - ص 144) وقد بلغ عدد العينة 60 لاعبا موزعين كمايلي:

اسم الفريق	عدد اللاعبين
اتحاد سيدي عيسى	15
وفاق مسيلة	15
نجم مقرة	15
سريع أمل برج الغدير	15

ملاحظة : تتكون عينة المدربين من ستة عشر (16) مدربا من مختلف الولاية

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

- المنهج المستخدم يعرف المنهج انه: " مجموعة العمليات و الخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه ( -عثمان حسن 1998 ، ص 29 و تماشيا مع طبيعة الدراسة اتبعنا المنهج الوصفي و يعرف على انه: " المنهج الذي يهدف إلى جمع البيانات و محاولة اختيار فروض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد العينة و الدراسة الوصفية تحدد وتقرر الشيء كما هو عليه في الواقع (نفس المرجع ، ص 30)

## 9- تحليل و مناقشة النتائج :

### 9-1- عرض و مناقشة النتائج الخاصة باللاعبين

**السؤال 01:** هل التحضير النفسي الذي يقوم به المدرب له أثر في تنمية قدراتك ؟

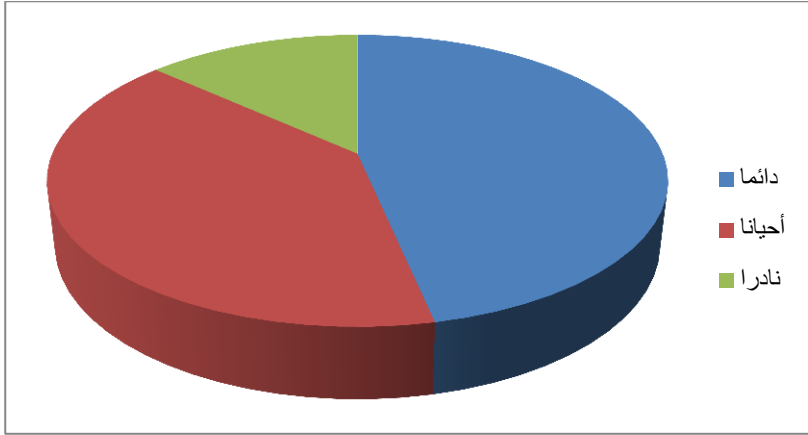
الغرض منه : معرفة أثر التحضير النفسي الذي يقوم به المدرب على اللاعبين

الإجابات	دائما	أحيانا	نادرا	المجموع
التكرار	28	24	08	60
النسبة المئوية	46.67%	40%	13.33%	100%

### جدول رقم (01) يمثل التحضير النفسي للمدرب وتأثيره على اللاعبين

نلاحظ من الجدول أن نسبة 46.67% ترى أن التحضير النفسي الذي يقوم به المدرب يساهم دائما في تنمية قدرات اللاعبين ، في حين أن نسبة 40% ترى بأن التحضير النفسي الذي يقوم به المدرب أحيانا ما يؤثر في قدرات اللاعبين ، وبنسبة أقل تتمثل في 13.33% نادرا ما يكون للتحضير النفسي الذي يقوم به المدرب أثر في تنمية قدرات اللاعبين وهذا ما يدل دلالة واضحة على أن تنمية قدرات اللاعبين تتأثر بمدى قيام المدرب بالتحضير النفسي لهم ، و هذا ما أشار إليه "محمد حسن علاوي" في الفصل الأول، عنصر الإعداد النفسي للاعبين

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020



الشكل البياني : يوضح التحضير النفسي للمدرب و تأثيره على اللاعبين

السؤال الثاني : هل القلق الذي تشعر به قبل المنافسة يؤثر سلبا على أدائك أثناء المنافسة ؟

الغرض منه : معرفة تأثير القلق على أداء اللاعبين

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	49	11	60
النسبة المئوية	81.67%	18.33%	100%

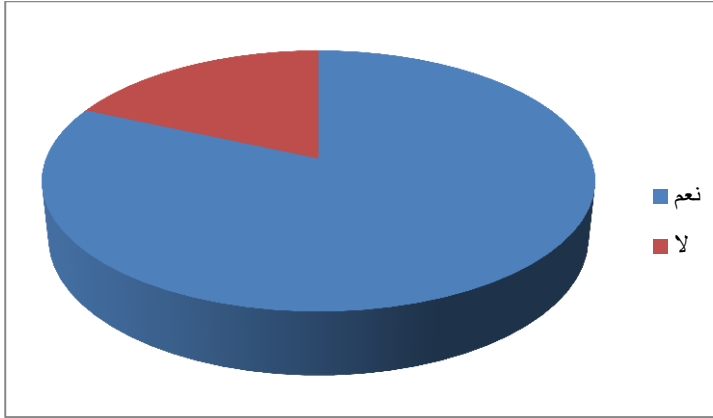
جدول رقم الثاني يمثل تأثير القلق على أداء اللاعبين

نلاحظ من الجدول الثاني أن نسبة 81.67 % من أفراد العينة إجاباتهم تتفق على أن القلق الذي يشعرون به قبل المنافسة يؤثر سلبا على أدائهم أثناء المنافسة، بينما نجد نسبة 18.33% إجاباتهم عكس ذلك .

وما يمكن استنتاجه من خلال الجدول هو أن للقلق تأثير سلبي على لاعبي كرة القدم ، وهذا ما أكدته " أسامة كامل راتب " : إن عدم استقرار مستوى أداء اللاعب يرجع إلى بعض العوامل النفسية مثل القلق الزائد و الخوف من الفشل وعدم المقدرة على التركيز في الأداء ( - أسامة كامل راتب - مرجع سابق - 23ص )



رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602–6899
الرقم المعياري: 2507–7201	العدد العاشر نوفمبر 2020



الشكل البياني الثاني: يمثل تأثير القلق على أداء اللاعبين

السؤال الثالث: رتب حسب رأيك واجبات المدرب التالية؟

الغرض منه : معرفة واجبات المدرب اتجاه لاعبيه.

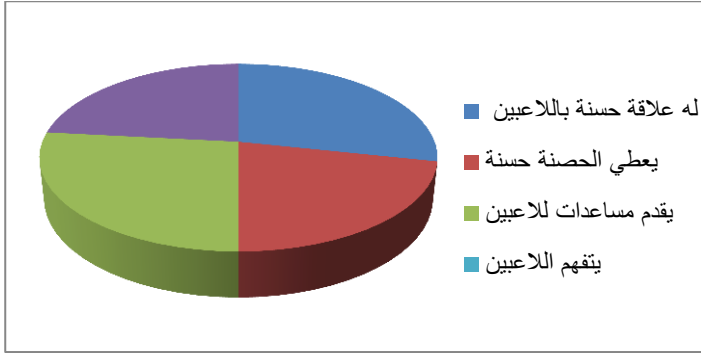
الإجابات	له علاقة حسنة مع اللاعبين	يعطي الحصة الحسنة	يقدم مساعدات متنوعة للاعبين	يتفهم اللاعبين	المجموع
التكرار	17	13	16	14	60
النسبة المئوية	%28.33	%21.67	%26.67	%23.33	%100

جدول الثالث يمثل واجبات المدرب اتجاه لاعبيه.

نلاحظ من خلال الجدول الثالث أن ترتيب واجبات المدرب تكون كالتالي:  
نسبة %28.33 تعطي علاقة حسنة مع اللاعبين، %21.67 يعطي الحصة حسنة  
، %26.67 يقيم مساعدات متنوعة للاعبين %23.33 يتفهم اللاعبين .

و من هذا كله نستنتج أن آراء اللاعبين تختلف في ترتيبهم لواجبات مدرّبهم و يرجع ذلك ربما حسب كيفية معاملة المدرب للاعبيه و طبيعة العلاقة القائمة بينه و بين لاعبيه .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602–6899
الرقم المعياري: 2507–7201	العدد العاشر نوفمبر 2020



الشكل البياني الثالث : يمثل واجبات المدرب اتجاه لاعبيه

السؤال الرابع: في رأيك هل قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب ؟

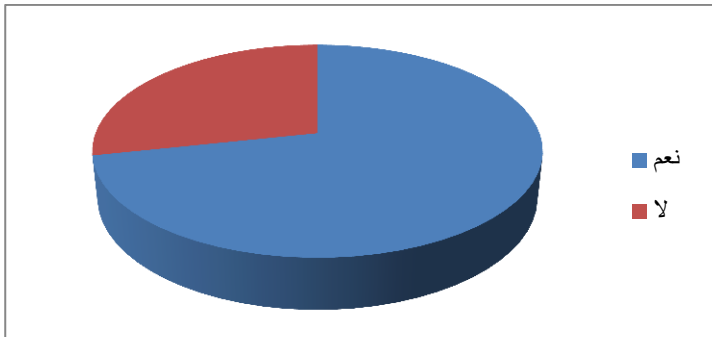
الغرض منه : معرفة نتائج قرارات المدرب على عملية التدريب.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	43	17	60
النسبة المئوية	71.67%	28.33%	100%

جدول الرابع: قرار المدرب ومساهمته في نجاح التدريب

نلاحظ من خلال الجدول الرابع أن نسبة 71.67% يرون أن قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب في حيث نجد نسبة 28.33% لا يرون عكس ذلك .

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن قرارات المدرب تساهم في نجاح عملية التدريب وذلك لما لها من أهمية في تماسك وتوازن الفريق .



الشكل البياني 15 : يمثل قرار المدرب و مساهمته في نجاح التدريب

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 6899-2602
الرقم المعياري: 7201-2507	العدد العاشر نوفمبر 2020

### 9-1-1- خلاصة الاستبيان الخاص باللاعبين

من خلال النتائج المتحصل عليها من أجوبة اللاعبين لأسئلة المطروحة والخاصة بأهمية الإعداد النفسي للمدرب وتأثيرها على لاعبي كرة القدم ولذا كفاءة المدرب ومدى مساهمتها في رفع الحالة النفسية للاعبين .

بينت النتائج أن الإعداد النفسي له أهمية كبيرة للاعبين كرة القدم ذلك انه يساهم في تنمية قدرات اللاعبين ويساعدهم على تجاوز الارتباك والقلق الذي يشعرون به ، قبل المنافسة وأثناءها كما انه سيساعدهم على فهم اللعب وينمي الثقة في النفس، وبينت النتائج أيضا أن كفاءة المدرب تساعد اللاعبين في رفع الحالة النفسية ويكون ذلك من خلال سهره على الراحة الشخصية للاعب وتفهمه لانشغالهم ومساعدتهم وكذلك من خلال القرارات والتوجيهات التي يقدمها لهم وبيانه نقاط الضعف وقوة لاعبيه وتصحيحه للأخطاء التي يقعون فيها . ومن هذا كله توصلنا إلى إثبات صحة الفرضيتين التي قمنا بطرحهما .

### 9-2- عرض و مناقشة النتائج الخاصة بالمدرسين

**السؤال الأول :** هل الإعداد النفسي هو احد عناصر مكونات التدريب في كرة القدم ؟

**الغرض منه :** معرفة أهمية الإعداد النفسي في التدريب

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	16	00	60
النسبة المئوية	%100	%00	%100

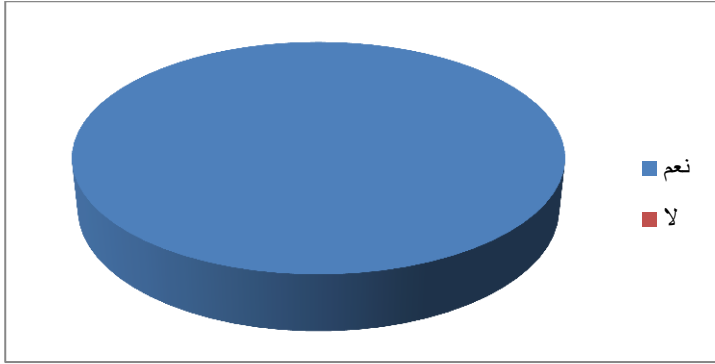
### جدول الاول يمثل أهمية الإعداد النفسي في التدريب.

نلاحظ من الجدول الاول أن نسبة 100 % من إجابات العينة يرى أن الإعداد النفسي هو احد عناصر

مكونات التدريب في كرة القدم.

و من خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أن جميع المدرسين يؤكدون بان الإعداد النفسي يعتبر احد أهم عناصر التدريب الرياضي و ذلك لما له من أهمية كبيرة في رفع مستوى أداء و قدرات اللاعبين.

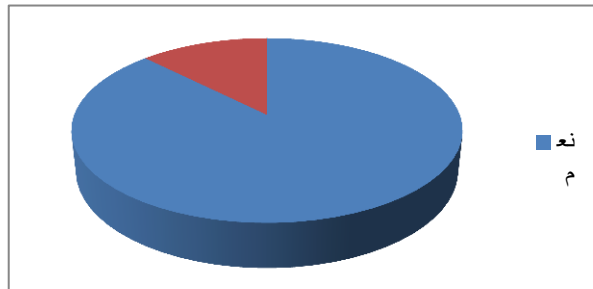
رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602–6899
الرقم المعياري: 2507–7201	العدد العاشر نوفمبر 2020



الشكل البياني الاول : يمثل أهمية الإعداد النفسي في التدريب  
السؤال الثاني : هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يقي اللاعب من التأثير السلبي للمشكلات  
النفسية التي يتعرض لها ؟  
الغرض منه : معرفة أهمية الإعداد النفسي من المشاكل النفسية.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	14	02	16
النسبة المئوية	%87.5	%12.5	%100

جدول الثاني يمثل الإعداد النفسي و أهميته في تجنب اللاعبين من المشاكل النفسية .  
نلاحظ من الجدول الثاني أن نسبة 87.5 % يرون أن الإعداد النفسي يقي اللاعب من التأثير  
السلبي للمشكلات النفسية التي يتعرض لها في حيث نجد أن نسبة 12.5% يرون عكس ذلك .  
و منه نستنتج أن معظم المدربين يؤكدون أن الإعداد النفسي يجنب اللاعبين الكثير من المشاكل  
النفسية التي قد يتعرضون لها.



الشكل البياني الثاني: يمثل الإعداد النفسي و أهميته في تجنب اللاعبين من المشاكل  
النفسية

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602–6899
الرقم المعياري: 2507–7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

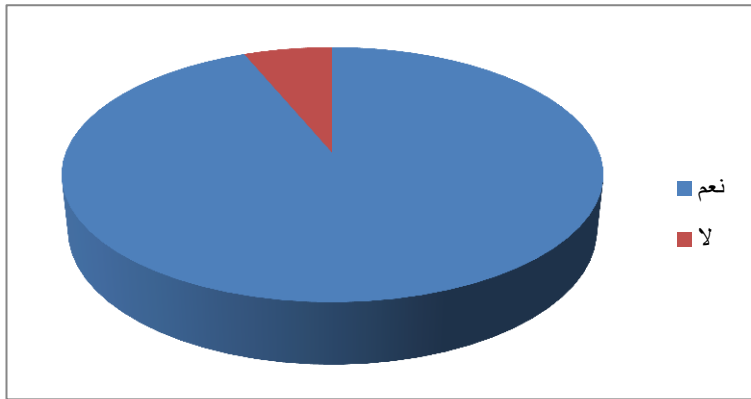
**السؤال الثالث:** هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يعمل على تنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب؟  
**الغرض منه :** معرفة ما إذا كان الإعداد النفسي ينمي الثقة بالنفس لدى اللاعب

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	15	01	16
النسبة المئوية	%93.75	%6.25	%100

**جدول الثالث يمثل الإعداد النفسي و أهميته في تنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب .**

نلاحظ من الجدول الثالث أن نسبة 93.75 % يرون أن الإعداد النفسي يعمل على تنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب في حين أن نسبة 6.25 % يرون أن الإعداد النفسي لا يعمل على تنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب.

و من خلال تحليلنا للنتائج نستنتج أن الإعداد يساعد اللاعبين على تجاوز المشاكل النفسية التي يتعرضون لها مثل الخوف ، القلق ، و يقوم بتنمية الثقة بالنفس و هذا ما أشار إليه أسامة كامل راتب في أهمية الإعداد النفسي عنصر اكتساب المفاهيم التربوية و النفسية ص؟



**الشكل البياني الثالث : يمثل الإعداد النفسي و أهميته في تنمية الثقة بالنفس**

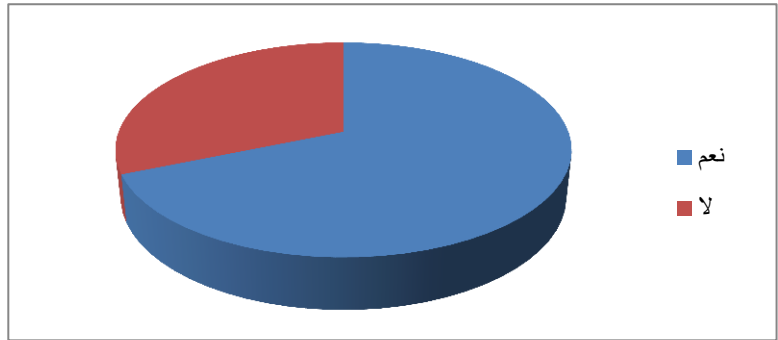
**السؤال الرابع:** هل الإعداد النفسي الذي تقوم به يساعد في تكوين مناخ نفسي ايجابي في الفريق ؟  
**الغرض منه :** معرفة الجو العام للسائد في الفريق من خلال الإعداد النفسي الجيد.

الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	11	05	16
النسبة المئوية	%68.75	%31.25	%100

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602–6899
الرقم المعياري: 2507–7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

### جدول الرابع يمثل الإعداد النفسي و أثره على تكوين الفريق.

نلاحظ من الجدول الرابع أن نسبة 68.75 % يرون أن الإعداد النفسي يساعد في تكوين مناخ نفسي ايجابي في الفريق في حين نجد أن نسبة 31.25 % يرون أن الإعداد النفسي لا يساعد في تكوين مناخ نفسي ايجابي في الفريق نستنتج من خلال النتائج المتحصل عليها أن الإعداد النفسي يبعث في الفريق روح الأخوة و التعاون و الاحترام



الشكل البياني الرابع : يمثل الإعداد النفسي و أثره على تكوين الفريق

**السؤال الخامس:** هل يرتبط تحديد الأهداف بالقدرات و المستوى الذي تريد أن يصل إليه اللاعبون ؟

**الغرض منه :** معرفة ما إذا كان مستوى اللاعبين مهم في تحديد الأهداف .

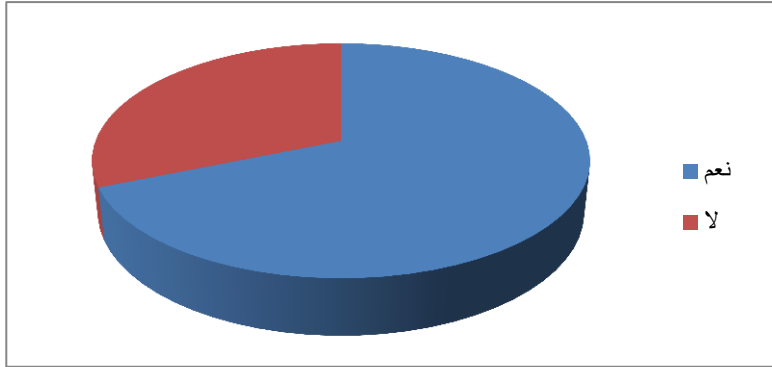
الإجابات	نعم	لا	المجموع
التكرار	11	05	16
النسبة المئوية	68.75%	31.25%	100%

### جدول الخامس يمثل مستوى اللاعبين مهم في تحديد الأهداف.

نلاحظ من الجدول الخامس أن نسبة 68.75 % ترى أن ارتباط الأهداف تحدد بالقدرات و المستوى الذي يريد أن يصل إليه اللاعب في حين نجد ، نسبة 31.25 % ترى أن ارتباط الأهداف لا تحدد بالقدرات و المستوى الذي يريد أن يصل إليه اللاعب .

رقم الإيداع القانوني: 787 – 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

ونفسر هذه النتائج أن تحديد الأهداف يرتبط ارتباطا وثيقا بالمستوى و قدرات اللاعبين ، فالمدرّب يسعى بأهدافه إلى بناء إمكانيات و مستوى لاعبيه.



الشكل البياني الخامس : يمثل مستوى اللاعبين مهم في تحديد الأهداف

5-2-1- استنتاج عام لإجابات المدرّبين :

من خلال النتائج المتحصل عليها من إجابات الأسئلة الموجهة للمدرّبين والخاصة بأهمية الإعداد النفسي للمدرّب ، وتأثيره على لاعبي كرة القدم ، وكفاءة المدرّبين في رفع الحالة النفسية للاعبين .

بينت النتائج أن للإعداد النفسي أهمية كبيرة حيث يعتبر احد أهم عناصر التدريب كما انه يقي اللاعبين من التأثير السلبي للمشكلات النفسية التي يتعرض لها اللاعبين و يساهم في رفع و تنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب و يساعد اللاعبين للوصول إلى أحسن انجاز ممكن و يساعد أيضا على تجاوز الظروف الصعبة من التنافس و هو ما يبيّن أن الإعداد النفسي له أهمية كبيرة للاعبين ففريق كرة القدم ، كما تبين إجابات المدرّبين أن كفاءة المدرّب تساعد في وضع الحالة النفسية للاعبين و يكون ذلك في رفع الحالة النفسية للاعبين و يكون ذلك من خلال الاستماع الجيد للاعبين و القيام بتنمية الصفات النفسية للاعب و اختيار أسلوب يتماشى مع سن اللاعبين . ومن هذا كله توصلنا إلى إثبات صحة الفرضيتين اللتين قمنا بطرحهما .

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

## الخاتمة

تطرقنا في دراستنا المتواضعة هذه إلى احد أهم جانب من جوانب التدريب الرياضي و الذي يأخذ بعين الاعتبار

في وقتنا الحالي والذي له دور كبير و ضروري في إعداد اللاعبين لتحقيق نتائج عالية و التغلب على المشاكل النفسية التي تشكل عائق حاد اتجاه اللاعبين و حالتهم النفسية، ألا و هو الجانب النفسي ، و يعتبر هذا الأخير ذو أهمية بالغة في تطوير الرياضة بصفة عامة و كرة القدم بصفة خاصة ، حيث كل الدول وخاصة الدول المتقدمة تعتمد على هذا الجانب نظرا لما يعطيه من فوائد كبيرة للمردود الرياضي للوصول إلى أعلى المستويات.

و من هذا المنطلق تناولنا في بحثنا هذا "الدور النفسي للمدرب و تأثيره على لاعبي كرة القدم " ولهذا وجب على المدرب التكفل باللاعب من الناحية النفسية وذلك لرفع من قدراته ومعنوياته ليكون مستعدا لخوض أي منافسة دون أعراض أو مشاكل نفسية ، حيث حاولنا إبراز أهمية الإعداد النفسي للاعبي كرة القدم.

ومن النتائج المتحصل عليها استنتجنا أن الدور النفسي للمدرب مهم جدا للاعبين و ذلك لأثره البالغ على نفسية اللاعبين .

وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقا كان واسعا وكل ما بذلناه كانت مساهمتنا ضئيلة رغم تفانينا و إخلاصنا فيه ، كانت غايتنا في ذلك إبراز أهمية الإعداد النفسي الذي يقوم به المدرب على لاعبي كرة القدم.

## الاقتراحات و التوصيات :

- 1- ضرورة قيام المدربين بتشخيص المتطلبات النفسية للاعبين للاشتراك في المباراة .
- 2- يجب على المدربين أن يسهروا على تكوين أنفسهم جيدا في مجال الإعداد النفسي حتى يتسنى لهم التعامل معه بشكل جيد .
- 3- نطلب من جميع المدربين عداد معلومات خاصة عن سيرة حياة اللاعبين لان ذلك مهم جدا في كرة القدم ، فرمما هذا اللاعب يكون منحرفا أو يعيش في ظروف عائلية سيئة وهذا يؤثر على أداء اللاعب
- 4- ضرورة إعداد معلومات خاصة عن الحالة النفسية لكل لاعب .



رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

- 5- يتوجب على جميع المدربين أن تكون لديهم دراية عن الحالة الاجتماعية للاعبين لان هذه الأخيرة لها تأثير كبير على مردود اللاعب ، فهناك من يعيش حالة اجتماعية سيئة ، و هناك من ليس لديه إمكانيات للتنقل من اجل التدريب ، وهناك من يعاني من ضغوطات عائلية و الذي يجب على المدربين أن تكون لهم الدراية الكاملة لهذه الحالات و يجب مساعدة اللاعبين و توفير جميع الإمكانيات لأجل تطوير كرة القدم الجزائرية .
- 6- يجب توفير أطباء نفسانيين للاعبين ، و لهذا ترجوا من الجهات المعنية و الرابطات و رؤساء النوادي ضرورة توفير أطباء نفسانيين .
- 7- يتوجب على المدربين أن يعملوا على أن يكون جميع اللاعبين يفهمون كلمتهم و إرشاداتهم لان لعبة كرة القدم جماعية و فرد واحد يمكن أن يؤثر على الفريق و بالتالي على نتيجة المباراة .
- 8- نوصي المدربين بالابتعاد عن العصبية قبل بدأ المباراة أو أثنائها لان ذلك ليس في صالحه و ل في صالح اللاعبين أو الفريق و يجب عليه أن يكون متفائل حتى يشعر اللاعبون بالراحة في اللعب النرفزة العصبية من قبل المدرب تجعل اللاعب يتخوف من مدربه و بالتالي لا يقوم بأداء جيد في المباراة.
- 9- نوصي المدربين أن لا يمدحوا اللاعب الذي يقوم بأداء جيد أمام زملائه لان بذلك يعتقد بأنه وصل إلى اعلي مستوى و بالتالي يسكنه الغرور و الغرور بالنفس خطير جدا في كرة القدم ، و إضافة إلى ذلك فإن مدح اللاعب إمام زملائه يؤثر على نفسية بقية اللاعبين مما يؤدي إلى شعورهم بالإحباط .

#### قائمة المراجع :

#### اولا: المراجع باللغة العربية

- 1-أسامة كامل رتب:تدريب المهارات العقلية- دار الفكر العربي -القاهرة-مصر- ط1 -2000
- 2-أسامة كامل راتب:علم النفس الرياضي مفاهيم ومصطلحات -دار الفكر العربي-مصر-ط1 -1997
- 3-أسامة كامل راتب:الإعداد النفسي للناشئين -دار الفكر العربي-القاهرة -مصر-ط1-2001
- 4-أسامة كامل رتب:تدريب المهارات النفسية - دار الفكر العربي-مصر-ط1 -2003
- 5-حسن عبد الجواد : المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم -دار العلم للملايين-بيروت- لبنان، ط4- 1977
- 6-حنفي محمود مختار:الأسس العلمية في تدريب كرة القدم- دار الفكر العربي-مصر-ط1 -1998
- 7-طلعت منصور : تنشيط نمو الطفل -مجلة علم الفكر-الكويت- المجلد العاشر-1989

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.	الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899
الرقم المعياري: 2507-7201	العدد العاشر نوفمبر 2020

- 8- يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي -معهد إعداد القادة - السعودية - بدون طبعة-1990
- 9- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات -دار المعارف -القاهرة - مصر-ط1-2000
- ناهد رسن سكر: علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية-دار الثقافة للنشر والتوزيع-عمان-10الأردن-ط1-2002
- عثمان حسن عثمان: المنهجية في كتابة البحوث و الرسائل الجامعية-منشوريه الكتاب-باتنة-الجزائر-1998
- علي فهمي البيك: المدرب الرياضي في الألعاب الجماعية - منشأة المعارف-الإسكندرية - مصر-ط1-2003
- 12- فرج حسين بيومي: بناء اختبارات معرفية في كرة القدم - دار الفكر-عمان-الأردن-ط1-1986
- وجدي مصطفى: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب -دار الهدى للنشر والتوزيع-مصر -2000
- 14- فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية-ديوان المطبوعات الجامعية-الجزائر-1999
- فاطمة عوض صابر -ميرفت علي خفاجة-أسس البحث العلمي-مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية-الإسكندرية-16مصر ط1-2002
- رشيد زرواتي: منهجية تدريبات في مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية- دار هومة-الجزائر-ط1-2000

#### قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

18-Gacque crevoisrer :foot ball et psychologie la dynamique de l'equipe,chiron sport