

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

أ. خطاب ابراهيم / أستاذ مساعد / معهد التربية البدنية و الرياضية

ملخص :

يتلخص بحثنا هذا حول أهمية التحضير البدني العام للمدرب ومدى تأثيره على مستوى اللاعب، وأهم العوامل الخارجية التي تعوق المسار التدريبي في 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 المكثفة التي تحتلها العمادة التدريبية خاصة لدى التحضير البدني العام وتأثيره على الرياضيين بشكل عام . حيث يعد التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم عملية تربية 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 importance ,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 préparation 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

مقدمة:

لقد أصبحت الرياضة ظاهرة اجتماعية ، تطورها بعكس تطور المجتمع إذ أصبحت مؤسسة لها هيكل خاص بها على المستوى الوطني و الدولي ذات 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 نشاطا جمعيا ذو خصوصيات تفقد في غيرها من الأنشطة الرياضية فأنها نوجب على المدرب إبراز دور بعض الظواهر الملازمة للحياة لأفراد الفريق النفسية و الاجتماعية ، وذلك لأن النشاط الاجتماعي يستوجب تكفل ذاتي لكل فرد تتحمل المسؤولية اتجاه الآخرين ، وكذلك الإحاطة بالجوانب الوجدانية و الانفعالية و الاجتماعية بفرض التحكم فيها و السيطرة عليها ثم توجيهه 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 أفراد الفريق، وتحقيق الولاء و التقاهم والتخفيف من التوترات بينهم، بالإضافة إلى فهم الظاهرة الاجتماعية حتى يتسنى للمدرب تأثير عليها من خلال الفرد وسلوكه وكذلك تأثير على الفرد من خلال الظاهرة الاجتماعية و منه يتبين لنا الدور الكبير الذي يلعبه مدرب كرة القدم ، فهو بذلك الشخص الذي يربي، يعلم و يشرح ، والتقني الذي يحل و يحل، وهو العارف الذي يثبت وجوده بقوة شخصيته، وتجربته و دقة ملاحظته، أي الذي يقوم ويسهر على حصة 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 نحوي تحقيق الأهداف المستمرة ، وكذلك من معاني القيادة و القدرة على التأثير في الأفراد وتنسيق جهودهم وضرب المثل لهم في الأفعال و التصرفات بما يثبت بذلك ولأنهم وطاعتهم وتعاونهم وتنظيم علاقاتهم وذلك بما أن العلاقة المنظمة بين الجماعة الفريق دور مهم جدا و الذي يتجسد في تنسيق جهودهم وإشباع حاجاتهم الاجتماعية في التمارن و الانتماء و إثبات الذات و المشاركة

الوجدانية والشعور بالأمن والرضى والاعتراف بالجماعة مما يساهم ذلك كله في تحقيق نتائج إيجابية تعود بالفائدة على جماعة الفريق الرياضي .

وعلى هذا الأساس قمنا بتقسيم بحثنا هذا إلى بابين :

الباب الأول : "الجانب النظري " ، حيث تناولنا 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 " الأداء الرياضي في كرة القدم "

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 منمطة مبنية على أسس علمية سليمة ، تعمل على الوصول باللاعبين إلى النكامل في الأداء المهاري والرياضي، وارتفاع قدراتهم الفنية وإكسابهم الخبرات المتعددة والمهارات 1 ، ولما كان مستوى الأداء في كرة القدم في أغلب دول العالم قد ارتفع بصورة واضحة ، ونظرا لما أصبح يميز كرة القدم الحديثة من تعدد في طرق اللعب الجديدة ، الذي جاد ارتقاء اللاعبين، لاجتماعي المنظم وأصبح يتميز به لاعتب كرة القدم الحالي من قدرة فائقة على الأداء المهاري الدقيق أثناء التحرك والجرى وإلى جانب السرعة في التحرك والاستجابة الفائقة فإنه أصبح لازما على المدربين ، الإلمام بأسس علمية حديثة وسليمة أثناء التدريب فرقم واختيار الطرق والوسائل التدريبية اللازمة والفعالة لتحقيق أهدافهم المنشودة .

- ورغم هذا التطور الذي شهدته كرة القدم في الآونة الأخيرة في الكثير من دول العالم إلا أن الملاحظة البسيطة لواقع كرة القدم الجزائرية أن هذه الأخيرة لم ترقى إلى المستوى المطلوب وهذا حسب رأي الأخصائيين والمدربين 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 مدربيننا اختيار الطرق والوسائل الكفيلة لمعالجة المشاكل

المرتبطة بالنفس 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 فتى يتراجع خلال منافسات البطولة الوطنية (القسم الجهوي الأول و الابطات) ، 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 وطنينا بل وقارتنا الإفريقية و التي كانت محل اهتمام ، بل وحسب لها ألف حساب على المستوى القاري و العالمي .

ومن منطلق تحكم في تكنولوجيا 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 أهمية التدريب البدني العام في الرفع من مستوى الاداء والنتائج لدى اللاعبين وكذا على التدريب الرياضي الذي يعتبر من أهم العمليات والسير الرياضي وخصائصها الإستراتيجية 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 أهمية التدريب البدني العام كفيلا باداء 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 وعدم استقرارهم يسبب في عدم استقرار الاداء و النتائج

2. عدم توفر الموارد المالية والمادية تؤثر على مستوى أداء اللاعبين وتنتجهم .
- 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 النسبة
 - تشخيص حالة الفرق الجزائرية من الجوانب المادية و المنشآت الفنية من خلال تحديد المشاكل الناتجة عدم ونقص كفاءة التسيير .
 - عدم استقرار الطاقم الفني، فم، معظم النوادي .
 - تحمل المسؤولية في تنني مستوى الأداء و النتائج من طرف المدربين دون طاقم الإداري.

أهمية و أهداف البحث :

تعد دراسة العملية التدريبية من أهم الطرق التي يمر بها الفريق الرياضي في برنامج السنوي و الذي يكون ملئ بالتحضيرات المختلفة البدنية ، التقنية ، التكتيكية ، النفسية ، وكل هذا يبني على أسس و مقاييس علمية فكل مرحلة من مراحل التدريب لها مميزات وخصائص نجعل لها قيمة خاصة يعمل لها ألف حساب ، حيث أن في السنوات الأخيرة لفت انتباه التقنيين و الخبراء من التأثير الكبير للعملية التدريبية وانعكاسها على ارتفاع في مستوى العرض، لده، لعبة كرة القدم كما نكمن عملية بحثنا على طور العملية التدريبية مع ايجاد الحلول و الشروط المناسبة 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 اساليب و أنظمة معمول بها دوليا.
- 3 البحث عن وسائل المحافظة على ارتفاع مستوى اللعب في العالم لحالة التدريب .
- 4 إثراء المكتبة العملية بمثل هذه البحوث .

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

تحديد 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 تمارين بنائية العامة والخاصة⁽¹⁾

الأداء:

هو تلك الحركات التي يؤديها اللاعب كرة القدم وذلك باستعمال الكرة أو بدونها، ويختلف الأداء من اللاعب إلى آخر بحيث يرجع ذلك إلى اللاعب بحد ذاته أو إلى نوعية التدريب الذي يتلقاه . 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 أسمان المجتمع 4

الجانب التطبيقي :

أهداف الدراسة الميدانية :

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

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

المنهاج العلمي المثب نظرا لطبيعية موضوعنا من أجل تحليل ودراسة المشكلة المطروحة لقد اعتمدنا على منهاج الوصفي الذي، يعرف بأنه "كل استقصاء بنصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية، النفسية، كما هو قائمة في الحاضر بقصد تشجيعها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها، أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية أخرى" (1).

ويلجأ الباحث إلى استخدام هذا الأسلوب لمواجهة المشاكل الاجتماعية والإنسانية بشكل واسع والرياضيين بشكل خاص، ويستخدم أيضا من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعاش وهو يريد التواصل إلى معرفة تدقيقية وتفصيلية 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 بدراسة استطلاعية لدى 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 أنهينا في كتابتها وفقا للاستمارة الموجودة في بحثنا.

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 نفيدها، وقد استعملنا في هذا البحث أداتين تتمثل في المقابلة واستمارة الاستبيان، كون الاستبيان أكثر عملية فهو يسمح بجمع معلومات جديدة ومستمدة من المصدر وبصورة سريعة وسهلة انطلاقا من مجموعة الرضويات، وهو كما رأينا:

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 للأسئلة الواردة فيها ، وبشترط 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 وتحدد الإجابة التي تعتمد على أفكار الباحث وأعراض البحث ونتائجه ، وتكون الإجابة في معظم الأحيان بـ (نعم) أو (لا) أو بدون بدأ أي رأي ، والعرض منها تقسم الحقائق المباشرة .

الأسئلة النصف المفتوحة :

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

الأسئلة المفتوحة

يعطي كل الحرية للبحوث للإجابة عليها كما يشاء، أي تكون باختصار أو بالتفصيل ، وكذلك يعطي له مطلق الحرية بذكر أي معلومة يتقد بأنها متعلقة بالسؤال مهما كانت طبيعتها وأعراضها ، ومن فوائد الأسئلة المفتوحة لا تقيد 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 للمدرسين ، وكان توزيع الاستمارات في الملاعب الرياضية التي تخلص مقابلات البطولة وكانت معظمها في

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

المجال الزمني :

استهلنا 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 .

تعيين العينة وتحديد أسلوب اختياره :

قمنا باختيار العينة في بحثنا هذا بطريقة عشوائية وذلك لمبيين هما :
العينة العشوائية تعطي فرصا متكافئة لكل أفراد المجتمع لأنها لا تأخذ أي اعتبار أو تميز أو صفات أخرى أو مميزات.

+ لأنها من أبسط الطرق لاختيار العينات .

العينة تتكون من عشرون (20) مدرب من بين الرابطة 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 (١٠).

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

عرض وتعليق : نلاحظ من خلال الجدول (ب) 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% .

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 والعناد اللازمة في عملية التدريب ؟
الغرض من هذا السؤال : معرفة مدى توفر الفريق على الوسائل التي تسهل التدريب الرياضي ، الجدول رقم 02

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

عرض وتحليل 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 المالي

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

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

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

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

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

• عرض وتحليل النتائج :

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

مناقشة الفرضية الأولى

بعد حماية فرز وتحليل النتائج المتحصل عليها من الأجابة الثمانية للأسئلة من المحاور الأول من الاستبيان المتعلق بالإمكانات المادية و الموارد المالية والشروط التي تؤثر على ارتقاء مستوى اللاعبين ذوي المستوى العالي توصلنا إلى إجابات 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 يثبت لنا جالبا من الجول رقم (1) و الجدول رقم (2) بنسبة 60 % 60 % على التوالي مما يعكس فقر الشروط المساعدة على العمل التدريبي و التي تساهم بدرجة كبيرة في ترقية اللعبة ، ننضيف إلى ذلك تأخر دفع مستحقات اللاعبين في الأجل المحددة مما ينتج عنه إحباط معنوي ، ونقص في الدافعية أثناء التدريب أو المنافسة وهذا ما تبين من خلال الجدول رقم (5) بنسبة 95

أن نقص الموارد المالية يضعف من مستوى لاعب كرة القدم. نرى 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 سير 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 المفاهيم المعمول بها دوليا ، ف نجد أن فرق المستوى العالي تقوم بتدريب إلى ثلاثة تدريبات في اليوم ما يعادل حجم ساعي يقدر بـ 800 ساعة سنويا عكس ما وجدناه في الأندية التي تحصلنا عليها من السؤال (9-ب-ج) حيث لا يتعد متوسط الجهد الساعي 450 ساعة سنويا وبصفة 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 رزمة البطولة والغريبات في اليرمجة 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 المتحصل عليها في الأجوبة المتعلقة بالأسئلة التسعة الأخيرة من السور الثالث من الاستبيان و الذي يخص أهم القوانين و المقاييس العملية المتبعة أثناء

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

فوجدنا فرق لا تحقق النسب العالية من الأهداف المسطرة في بداية المرحلة التحضيرية وهذا ما تبين لنا في تحليلنا 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 جبر المناقشة وهو مرشح في الجدول رقم (13) ونسبة (40%) بالإضافة إلى نقص في التريصات وهذا راجع لعدم إمكانية النادي أخذ على حلقه المساريف 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 تطبيق المنهج لتسليم الرياضيين بالإضافة إلى مشاكل الإدارية و التنظيمية التي يخصص الإدارية و المتمثلة في عدم استقرار رزمة البطولة و التوفقات المستمرة لها لثنى الأسباب وهذا ما يدعم الفرضيتين الأولى و الثانية

أن النوادي التي تنشط البطولة بمها دوليا في تسير مستوى العملية التدريبية لكن هذه المساعي تؤول دون ذلك نظرا لمشاكل المذكورة ، لذا فهي تتكيف بالتكيف مع الإمكانيات المحلية في مواكبة كرة القدم الحديثة .
ومنه دراستنا المتواضعة أوضحت نوعا ما المكافة التي تحتلها العملية التدريبية فيما يخص التحضير البدني العام وتأثيرها على الرياضيين .

الاستنتاج العام :

من خلال بحثنا هذا الذي طرأ فيه عدة أسئلة تتعلق بالتحضير البدني العام ومدى تأثيرها على مستوى اللعب وأهم المراحل 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 واللاحق بالمستويات العليا ، هذا ما يعرقل عمل المدرب على تطبيق المحكم للتخطيط الرياضي صف إلى ذلك المشاكل الإدارية و التنظيمية التي تمنع 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 تؤول دون ذلك نظرا للمشاكل المذكورة ، لذا في تكفي بالتكيف مع الإمكانيات المحلية في مواكبة كرة القدم الحديثة

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

الختام :

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

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

ومن هذا المنطلق يؤدي إلى التصريح بأن التطبيق المحكم للعملية التدريبية من طرف المشرفين على هاته الفرق سلاح ذو حدين وإذا احكم استغلالها واستعمالها عقلانية ومنبئية على أساس علمية وقوانين دولية ستساهم حتماً في عملية التطور التي تمس الميدان الرياضي عامة 2 ، بينما إذا استغلت بطريقة عشوائية دون أسس أو قواعد ذات معيار علمي فإنه حتماً 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 المعارف ، 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 عثمان "ميكولوجية التربية البدنية والرياضية "، دار الفكر لعربي، القاهرة سنة 1995
- 09- محمد عوض بسملي ، فيصل ياسين : " نظريات وطرق ت.ب.ر. ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992
- 10 - أمين أنور الولي : أصول التربية و الرياضة الهنة والإعداد المهني ، دار الفكر العربي ، مصر ، سنة 1997
- 11- د. جابر محمد النمو النفسي و التكيف الاجتماعي ، دار النهضة القاهرة سنة 1967

- 12- مختار سلم : كرة القدم لعبة الملايين ط 2 ، مكتبة المعارف ، 1988 ،
 - 13- موقف مجيد متولي الإعداد الوطني لكرة القدم ، دار الفكر ، بغداد ، 1989
 - 14- إبراهيم علام ، كأس العالم لكرة القدم ، دار القومية لطباعة و النشر ، 1960
 - 15- ا.إمامة كامل راتب " علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، 1997
 - 16- ايمن انوار الخولي " الرياضة والمجتمع " سلسلة 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 " الشخصية والرياضة " دار الشروق سنة 1987
 - 20- رمضان محمد القذافي " الشخصية ، نظريتها ، اساليب قياسها ، منشورات الجامعية المفتوحة سنة 1983
- قائمة المراجع باللغة الفرنسية :
- 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