

عدم استقرار مدربي كرة القدم الجزائرية ودوره في ظهور قلق اللاعبين قبل المنافسة

-دراسة ميدانية لبعض أندية القسم الثاني محترف صنف أكابر-

The instability of Algerian football coaches and his role in the emergence of players' anxiety before the competition

د. خميسي مطرفي

Khemissi.metarfi@univ-msila.dz

Khemissi metarfi

جامعة محمد بوضياف المسيلة

تاريخ النشر: 2021/03/29

تاريخ القبول: 2021/02/10

تاريخ الاستلام: 2021/01/31

الملخص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على ظاهرة عدم استقرار مدربي كرة القدم الجزائرية و دوره في ظهور قلق اللاعبين قبل المنافسة فبعد تحديد العينة والتي تمثلت في 27 لاعب من القسم الوطني الثاني المحترف متمثلة في فرق وفاق المسيلة و أمل بوسعادة وباستخدام المنهج الوصفي من خلال توزيع الاستبيان والتي كانت أداة بحثنا وبعد جمع البيانات ومن خلال المعالجة الإحصائية خلصنا في الأخير إلى أن عدم استقرار المدربين يعرقل تحقيق أهداف الفريق المختلفة فتغيير المدرب ليس دائما حلا لتحقيق أهداف الفريق فللاستقرار لا يزيد الأمور إلا تعقيدا، وعدم استقرار المدربين يؤثر سلبا على مردود اللاعبين العام والنتائج العامة للفريق ، ولتحقيق النجاح وجب ضرورة وضع إستراتيجية دقيقة وواضحة للتدريب على المدى البعيد لضمان الاستقرار والنجاح الذي تتطلبه الكرة في بلادنا.

الكلمات المفتاحية: كرة القدم-التدريب الرياضي- قلق اللاعبين-الاستقرار .

Abstract:

The study aimed to identify the phenomenon of instability of Algerian football coaches and its role in the emergence of players' anxiety before the competition, after determining the sample, which was represented by 27 players from the second national professional division represented by the teams of Wifaq Al-M'sila and Amal Bou Saada, and by using the descriptive approach through the distribution of

the questionnaire, which was Our search tool after data collection and through statistical processing In the end, we concluded that the instability of coaches impedes the achievement of the various goals of the team. Changing the coach is not always a solution to achieving the goals of the team. For stability does not only make matters more complicated, and instability of coaches negatively affects the general players 'returns and the general results of the teams, and to achieve success, a precise and clear strategy for training must be developed In the long run, to ensure the stability and success that football requires in our country.

4-Keywords Football - sports training - players anxiety - stability

- مقدمة:

رغم الأهمية الكبيرة التي تكتسيها الرياضة في الوقت الحالي فإنها لم تبقى حبيسة مجال الترفيه، بل تحولت إلى علم من العلوم، فأنشأت معاهد مختصة في تكوين المدربين والإطارات المختصة في كل الرياضات ومن هذه الرياضات، رياضة كرة القدم التي تعتبر أوسع وأفضل رياضة شعبية في العالم، وقد بدأ انتشارها بعد الحرب العالمية الثانية، ومنذ ذلك الوقت أصبحت هذه اللعبة ظاهرة اجتماعية، كما أصبح أبطالها من ألمع نجوم المجتمع وأكثرهم شهرة ودخلا، كما أنها وصلت مستوى مؤثر في البشر بشكل كبير وأصبحت تمنح الإنسان الذي يشتغل بها ولا نقول الذي يمارسها فقط، هوية المواطن العالمي، وتضعه في مستوى رفيع يفوق مستوى رؤساء الدول وحاكميها، هذا ما أدى إلى جذب الشباب إلى ممارسة هذه الرياضية بقوة أكثر من الرياضة الأخرى. ومن خلال العناية بهذه الرياضة أصبح للتدريب الرياضي مفهوم أوسع يقوم على أسس منهجية وعلمية مدروسة، وهذا ما يقع على عاتق المدرب الرياضي، الأمر الذي دعى إلى ضرورة توافر مجموعة من العوامل التي تضمن النجاح في معادلة التدريب الرياضي في أي فريق كان، ومن عامل الاستقرار على مستوى فرق كرة القدم

الجزائرية، سواء بالنسبة للإدارة أو اللاعبين أو المدربين، فالواقع يوضح لنا أن استقرار هذه العناصر على مستوى أنديةها يعود بالفائدة عليها ويضمن لها النجاح في تكوين فريق قوى وتنافسي مروراً طبعاً بتطوير مستوى أداء لاعبيها.

ولكن ما نلاحظه في كرة القدم الجزائرية هو كثرة تغيير المدربين وسرعة الاستغناء عنهم والذي توافق مع دخول كرة القدم في بلادنا أزمة حقيقة رهنّت مستواها على كل الأصعدة وجعلتها من الدول المتأخرة في هذا الميدان، لهذا ارتأينا أن نبين ما تسببه ظاهرة عدم استقرار المدربين من قلق لاعبي كرة القدم، وهذا لا يعني أنا ما قمنا به الحل المتبقي، لكن تعتبر الانطلاقة لمعالجة البحث العلمي الدقيق في هذا المجال وخطوة من أجل الاهتمام بهذا الجانب، وعلى هذا الأساس نضع بين يدي القارئ الكريم محاولة متواضعة في هذا المجال الواسع والخصب، ولعله يكون دعوة للاهتمام به.

- الإشكالية:

من الملاحظ في الواقع الرياضي، أن المدربين يختلفون باختلاف أفكارهم وطريقة تفكيرهم وعلاقتهم مع اللاعبين من جهة ومع المسؤولين من جهة أخرى، فهذه العلاقة حسب العارفين تبنى في الواقع على التفاهم، الأخوة والتعاون من أجل تحسين سمعة الفريق ورفع مستوى الأداء، أما من ناحية التطبيق في بلادنا، فتعتبر أحد أسباب الاستغناء عن المدربين وكثرة تغييرهم، لذا ارتأينا أن ندرس هذه الحالة وانعكاسها في ظهور القلق الذي يعيق الأداء الأمثل والجيد للاعبين.

وبناء على ذلك نطرح الإشكالية التالية:

هل لظاهرة عدم استقرار مدربي كرة القدم الجزائرية دور في ظهور قلق اللاعبين قبل المنافسة الرياضية؟

الإشكاليات الجزئية :

هل للبعد المعرفي دور في ظهور قلق حالة عالي للاعبين قبل المنافسة ؟

هل للبعد البدني دور في ظهور قلق حالة عالي للاعبين قبل المنافسة ؟

الفرضيات:

من خلال التساؤل الذي أوردناه في الإشكالية سابقة الذكر قمنا بوضع الفرضية العامة والتي نودها كحل أولي لمعالجة بحثنا.

- الفرضية العامة:

- لظاهرة عدم استقرار مدربي كرة القدم الجزائرية دور في ظهور قلق اللاعبين قبل المنافسة لكن قلق الحالة اكبر من قلق السمة .

- الفرضيات الجزئية:

1- للبعد المعرفي دور في ظهور قلق حالة عالي للاعبين قبل المنافسة.

2- للبعد البدني دور في ظهور قلق حالة عالي للاعبين قبل المنافسة.

- مصطلحات الدراسة:

كرة القدم:

لعبة من الألعاب الرياضية التي يمكن فيها تصويب الكرة إلى هدف المنافس في حين ينبغي على حاملي الهدف والفريق المنافس إيقاف الهجوم (قاسم حسن حسين، 1998، ص 669).

ويمكن تعريفها أنها لعبة جماعية يكون فيها التنفس بين فريقين فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة عبر حارس المرمى للحصول على نقطة (هدف)، وللتفوق على منافسه لإحراز النقاط، يتكون كل فريق من 11 لاعبا و03 احتياطيين، تدوم المباراة 90 دقيقة كل شوط 45 دقيقة، وبين الشوطين استراحة تدوم 15 دقيقة

المدرّب الرياضي:

هو الشخص الذي يتولى قيادة عملية تربية الرياضي وتعليمه ويؤثر تأثيرا مباشرا على تنمية مستواهم الرياضي والخلقي، ويعمل على التطوير الشامل المتزن لشخصية الرياضي، وتتأسس تربية الرياضي وتعليمه على مقدار ما يتحلى به المدرّب من خصائص وقدرات ومهارات ومعارف ومميزات معينة.

ويمكن تعريفه على أنه الشخصية التي يقع على عاتقها القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب وتوجيه اللاعبين.

التدريب الرياضي:

التدريب الرياضي الحديث هو جميع العمليات التعليمية والتنموية التربوية التي تهدف إلى تنشئة وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية الميدانية بهدف تحقيق أعلى مستويات ونتائج ممكنة في الرياضة التخصصية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة (مفتي ابراهيم حماد، 2001، ص21).

ويمكن تعريفه انه التحضير الجسمي والفني والتخطيطي والعقلي والنفسي والتربوي بمساعدة التمارين البدنية وبذل الجهود.

الاستقرار:

هو زمان ومحتوى المنهج والأهداف الأساسية التي تستخدم في رفع نتائج الانجاز أثناء استقرار الانجاز العالي، فاستقرار سلوك انجاز الرياضي يعد هدفا رئيسيا في فترة المنافسات المباشرة وتحقيق الاستقرار النفسي وثبات قواعد اللياقة البدنية، فعلا عن استقرار فن الأداء الحركي.

ويمكن تعريفه على أنه مداومة ومواصلة الهياكل الرياضية والمسؤولين والمدربين لعملهم في مناصبهم باستمرار وعلى المدى الطويل.

القلق:

إن القلق هو أحد الانفعالات الهامة والذي ينظر إليه على أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على أداء الرياضي وأن هذا التأثير قد يكون إيجابيا يدفعه إلى بذل المزيد من الجهد أو بصورة سلبية تعوق الأداء (أسامة كامل الراتب، 1990، ص112).

ويمكن تعريفه أنه حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصاحبها خوف غامض وأعراض نفسية جسدية، ورغم أن القلق غالبا ما يكون عرضا لبعض الاضطرابات النفسية إلا أن القلق قد يغلب ويصبح هو نفسه اضطرابا نفسيا أساسيا، ويمكن اعتبار القلق مركب من الخوف والتوقع لتهديد وخوف.

قلق الحالة: يعني خبرة انفعالية مباشرة تتميز بالخوف والتوتر، يصاحبها أحيانا استئثاره فيزيولوجية، درجة القلق التي يشعر بها الفرد نتيجة موقف توتر أو تهديد وهي صفة مؤقتة تتغير من وقت لآخر يطلق عليها كذلك " حالة القلق

'قلق السمة': يعني استعداد شخصي مستقر نسبيا لإدراك مواقف بيئة معينة كمصدر التهديد أو التوتر والميل للاستجابة لهذه المواقف بدرجات عالية من حالات القلق.

الإجراءات الميدانية للدراسة:

المنهج المتبع:

إن اختيار الباحث للمنهج الذي يتبعه في بحثه يعتمد على طبيعة الموضوع الذي يود دراسته، فاختلاف المواضيع من حيث الصعوبة والسهولة يستوجب اختلاف في المناهج المتبعة، وفي دراستنا هذه وتبعاً للمشكلة المطروحة نرى أن المنهج الوصفي التحليلي هو الملائم والمناسب.

ويعرف المنهج الوصفي التحليلي علي انه عبارة عن: "استقصاء ينصب علي ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها".

الدراسة الاستطلاعية:

في بحثنا هذا قمنا بمعاينة الميدان الذي تنصب فيه الدراسة الميدانية وقمنا بتوزيع المقياس على لاعبي بعض نوادي الرابطة الثانية قسم وسط ، إذ اخترنا ناديين هما وفاق المسيلة وأمل بوسعادة اللذان تتحقق فيهما الظاهرة وهي عدم استقرار المدربين .

أدوات البحث:

في بحثنا هذا قمنا بإعداد استمارتين واحد لقياس قلق السمة والثانية لقياس قلق الحالة

اختبار قلق المنافسة الرياضية (اختبار قياس قلق السمة)

"الوصف: اختبار قلق المنافسة الرياضية صممه" رابز مارتنز "Martens" تحت عنوان sport compétition anxety (scat) يهدف توفير أداة قياس صادقة وثابتة لدراسة الفروق الفردية في سمة القلق وذلك لقياس ميل اللاعب الرياضي في كرة القدم أو نزعته نحو إدراك المواقف التنافسية ويعتبر هذا الاختبار صورة مقتبسة من اختبار القلق كسمة وكحالة الذي أعده" تشارلز سبيلبرجر "مع تحوره وتعديله ليصبح مقياسا نوعيا بالمجال الرياضي بدلا من مقياس سبيلبرجر "الذي يرتبط بالمجال العام

اختبار قلق المنافسة الرياضية (قياس قلق السمة):

ويتكون الاختبار من 15 عبارة منها 10 عبارات لقياس سمة قلق المنافسة الرياضية، 5 عبارات تم وضعها لمحاولة إخفاء الصدق الظاهري للاختبار أي لمحاولة عدم إعطاء اللاعب الرياضي فكرة من تحيز استجابات اللاعب الرياضي على العبارات العشر الأساسية للاختبار. ويقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة على جميع عبارات الاختبار طبقا لمقياس ثلاثي التدرج نادرا، أحيانا، غالبا ويراعي كتابة عنوان الاختبار كما يلي قائمة المنافسة الرياضية والذي: قام تعريبه بتعريبه الدكتور محمد حسن علاوي

اختبار قائمة حالة قلق المنافسة:

-القلق المعرفي: ويقصد به التوقع السلبي لمستوى اللاعب وافتقاره للتركيز وتصور

الفشل في المنافسة الرياضية.

-**القلق البدني**: وهو إدراك اللاعب الاستثارة الفيزيولوجية ويتضمن أعراض التوتر

ومتاعب المعدة وغيرها من استجابة الجهاز العصبي.

- **الثقة بالنفس**: وهو البعد الإيجابي في مواجهة القلق

اختبار قائمة حالة قلق المنافسة:

تتضمن القائمة 27 عبارة وفيها يطلب من اللاعب المفحوص وصف شعوره

قبل المنافسة

الرياضية على مقياس مدرج من أربع تدريجات (أبدا تقريبا ، أحيانا،غالبا

،دائما تقريبا) وتشمل على تسعة عبارات لكل بعد.

- أرقام عبارات البعد المعرفي 10 :، 7، 4، 1، 25، 22، 19، 13،16

- أرقام عبارات البعد البدني 26 :، 23، 20، 17، 14، 11، 8، 5، 2

- أرقام عبارات بعد الثقة بالنفس 27 :، 24، 21، 18، 15، 12، 9، 6، 3

وجميع عبارات القائمة في اتجاه كل بعد فيما عدا العبارة رقم 14 في بعد القلق

البدني فإنها عكس اتجاه البعد.

كلما ارتفعت درجة المفحوص على البعد واقتربت من الدرجة العظمى للبعد وقدرها (

36) كلما تميز بالخاصية التي يقيسها هذا البعد

درجات الاختبار:

• **درجات اختبار قلق السمة**

. نادرا درجة واحدة.

أحيانا درجتان

غالبا 3 درجات

• درجات اختبار قلق الحالة:

نادرا درجة واحدة.

أحيانا درجتان

بدرجة متوسطة 3 درجات.

بدرجة كبيرة جدا 4 درجات.

هـ - سلم مستويات القلق:

• سلم اختبار قلق السمة:

0- 10 د :مستوى قلق السمة ضعيف

11- 20 د :مستوى قلق السمة متوسط.

10 — 30 د :مستوى قلق السمة عالي) مرتفع

• *سلم مستوى اختبار قلق الحالة:

0 — 27 د :مستوى قلق الحالة منخفض

28- 54 د :مستوى قلق السمة متوسط.

55 — 81 د :مستوى قلق الحالة عالي) مرتفع

28 — 108 مستوى قلق الحالة عالي جدا) مرتفع جدا

عينة البحث:

تم اختيار العينة بطريقة عشوائية لكونها تتمثل في مجموعة من لاعبي كرة القدم الجزائرية المنتمين إلى الرابطة الثانية المحترفين وقد كان عدد مجتمع البحث 27 لاعبا ، 13 من فريق أمل بوسعادة ، 14 من فريق وفاق المسيلة ، وهو عدد الاستمارات الموزعة والتي عبر من خلالها اللاعبون عن مختلف حالاتهم النفسية قبل المنافسة

المعالجة الإحصائية:

قمنا باستخدام أدوات إحصائية اللازمة لدراسة هذه الاختبارات المطبق على العينة والمتمثلة في :

المتوسط الحسابي: هو حاصل قسمة بين مجموع درجات الاختبار لكل مقياس للقلق الفردي على عدد العينة وصيغتها:

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

س : التكرارات.

ن : عدد اللاعبين

اختبار توزيع Studen:

$$t = \frac{\sum f}{\sqrt{\frac{(\sum f)^2}{n} - \frac{\sum f^2}{n-1}}}$$

ف: الفرق بين المتوسط الحسابي لحالة القلق وسمة القلق.

ف: 2 مربع الفرق بين المتوسط الحسابي لحالة القلق وسمة القلق.

ن: عدد الفرق.

كاي تربيع: χ^2

كما قمنا بحساب الكاف التريبيعي يستعمل لمقارنة النسب المئوية بين الأبعاد

المراد قياس الفروق بينهما وصيغتهما كالتالي:

$$(\chi^2 - \chi^2_M)$$

$$\chi^2 = \sum_{\chi^2_M}$$

χ^2_M : عدد التكرارات المشاهدة.

χ^2 : عدد التكرارات المتوقعة.

: مجموع.

واختارنا χ^2 من اجل المقارنة بين مجموع التكرارات الحقيقية مع مجموع التكرارات

المتوقعة والفرضية.

عرض وتحليل النتائج:

• مناقشة الفرضية العامة:

انطلاقا من دراستنا الميدانية يمكن أن تكون لظاهرة عدم استقرار مدربي كرة القدم الجزائرية دور في ظهور قلق اللاعبين قبل المنافسة الرياضية لكن قلق الحلة اكبر من قلق السمة .

ومن خلال تحاليلنا وصلنا إلى ان المتوسط الحسابي لدرجات قلق الحالة الذي يساوي 63.74 أكبر من المتوسط الحسابي لقلق السمة الذي يساوي 18.74 وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أن اللاعبين في كرة القدم قبل المنافسة الرياضية يتميزون بارتفاع قلق الحالة أكبر من قلق السمة. وهذا راجع لعدم استقرار المدربين في كرة القدم الجزائرية .

ودراستنا التي قمنا بها تتفق تقريبا مع دراسة كل من سيمون مارتينيز 1979 والتي توصل فيها إلى أن الرياضات ذات الطابع الاحتكاكي تؤدي إلى ارتفاع درجة قلق الحالة لدى الممارسين مقارنة بالرياضات التي لا تعتمد على الاحتكاك ومنه فإن دراستنا كانت الطابع الاحتكاكي ألا وهي كرة القدم التي تتميز ايضا بالاندفاع البدني واللعب الخشن .

كل هذا يثبت صدق فرضيتنا العامة والتي صغناها وقد تأكدنا من صحتها بعدما قمنا بالدراسة الميدانية على لاعبي كرة القدم هي أن لظاهرة عدم استقرار مدربي كرة القدم الجزائرية دور في ظهور قلق اللاعبين قبل المنافسة الرياضية لكن قلق الحالة اكبر من قلق السمة.

• مناقشة الفرضيات الجزئية

1- الفرضية الجزئية الأولى :

للبعد المعرفي دور في ظهور قلق حالة عالي للاعبين قبل المنافسة

جدول رقم (01): حساب χ^2 لبعده المعرفي

المجموع	دائما تقريبا	غالبا	أحيانا	ابدا تقريبا	الإجابة البعد
241	30	41	115	55	قيم المشاهدة ك ش
241	60.25	60.25	60.25	60.25	قيم متوقعة ك م
71.53	15.18	6.15	49.75	0.45	(ك ش - ك م) ² / ك م

اتخاذ قرار	المقارنة	كا 2 مجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا 2 محسوبة
دالة احصائية	كا 2 م < كا 2 مج	7.82	3	5%	71.53

● مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

من خلال ما تطرقنا إليه في الفرضية العامة نجد في الجانب التطبيقي أن قلق الحالة يتكون من ثلاثة أبعاد معرفي ، وبدني، وثقة بالنفس، كل هذه الأبعاد لها تأثير على أداء ومردود اللاعب قبل المنافسة .

وبعد إجراء التحاليل الإحصائية التي قمنا بها تحصلنا على أن المتوسط الحسابي لدرجات البعد المعرفي الذي يساوي 19.55 وأثبتت دراستنا باستخدام اختبار كأي تربيعي فتحصلنا على (كا²) المحسوبة 71.53 عند مستوى دلالة 5% ودرجة الحرية 3 أكبر من كا² الجدولة والتي تساوي 7.82 ومنه توجد دلالة إحصائية وبالتالي تحقق الفرضية الجزئية الأولى التي تقول : " للبعد المعرفي دور في ظهور قلق حالة عالي للاعبين قبل المنافسة

وهذه الدراسة تتفق مع الدراسة التي قام بها ل.وين 1980 والتي أظهرت نتائجها أن القلق المعرفي يؤدي إلى تشتت الانتباه على الواجبات المطلوب إنجازها فإنه من المتوقع أن زيادته تؤدي ضعف مستوى الأداء (1).

وهذا ما لاحظناه في دراستنا هذه أن البعد المعرفي ينتاب معظم اللاعبين وهذا راجع إلى الأفكار السلبية.

● الفرضية الجزئية الثانية :

● للبعد البدني دور في ظهور قلق حالة عال للاعبين قبل المنافسة.

حساب كاي تربيعي (كا2) للبعد البدني

جدول رقم (02): حساب كا² للبعد البدني

المجموع	دائما تقريبا	غالبا	أحيانا	ابدا تقريبا	الإجابة البعد
241	09	36	103	93	قيم المشاهدة ك ش
241	60.25	60.25	60.25	60.25	قيم متوقعة ك م
101.48	43.59	9.76	30.33	17.80	(ك ش - ك م) / ² ك م

نتائج الجدول رقم (02)

اتخاذ قرار	المقارنة	كا2 مجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا2 محسوبة
دالة احصائية	كا2م < كا2مج	7.82	3	5%	101.48

• مناقشة الفرضية الجزئية الثانية :

كما قلنا في الفرضية الأولى أن قلق الحالة يتكون من ثلاثة أبعاد وهما البعد المعرفي ، البدني ، والثقة بالنفس ، وأثبتنا في دراستنا هذه أن البعد البدني له دور في ظهور قلق حالة بدرجة عالية قبل المنافسة هو أيضا على لاعبي كرة القدم وهذا البعد يثير بعض الاستشارات الفيزيولوجية الجسمية والوجدانية للقلق كما لهذه الاستشارات أعراض تظهر على الرياضي .

ومن هذا المنطلق قمنا بالتحاليل الإحصائية للفرضية الجزئية الثانية والتي تقول للبعد البدني دور في ظهور قلق الحالة عال للاعبين قبل المنافسة.

تحصلنا على الوسط الحسابي لهذا البعد بـ 16.40 ثم قمنا باستخدام كاي تربيعي فوجدنا أن كا² محسوبة وتساوي كاي²=101.48 عند مستوى دلالة 5% ودرجة حرية 3 أكبر من كا² الجدولة والتي تساوي 7.82 ومنه توجد دلالة إحصائية .

وهذا ينطبق على الأعراض التي نجدها عند اللاعبين عندما يواجهون بعض المثيرات المرتبطة بموقف المنافسة مثلا :

مكان المنافسة ، الجمهور ، مستوى المنافسة ...الخ وهذه الأعراض الجسمية قد يكون مصدرها القلق الذهني والمعروف بالقلق المعرفي ، ومن جهة أخرى فإن البعد المعرفي يكون ناتج عن توقع الفشل الذي تصاحبه بعض مظاهر القلق البدني، وهذا ما ينطبق على نتائج ومناقشة فرضيتها.

وبعد الدراسة التي قمنا بها نجد أ، القلق البدني له دور سلبي أو إيجابي على اللاعب قبل المنافسة ، إلا انه من خلال المنافسة نستطيع القول أن القلق البدني يكون ظاهر للعيان عكس الأبعاد الأخرى كالمعرفي أو الثقة بالنفس ، كل هذا نلاحظه على اللاعب خلال المنافسة والتي تبدأ من حركاته الغير منتظمة وهذا ناتج عن رد فعل وهو فريق الخصم او الجمهور أو بطبيعة المنافسة إذن الفرضية الثانية قد تحققت .

الخاتمة:

من خلال المعطيات النظرية والتطبيقية التي سبقت، وانطلاقا من المشكلة المطروحة والمعاشة مبدئيا حول دور عدم استقرار المدربين على قلق اللاعبين، قمنا بصياغة فرضية عامة تنص على أن التغيير المستمر للمدربين له دور في ظهور قلق لاعبي كرة القدم وللتحقق من صحة فرضيات البحث أجرينا مقياسين الأول لقياس قلق السمة والثاني لقياس قلق الحالة لدى اللاعبين و يحتوي مقياس قلق الحالة على مجموعة من العبارات مقسمة إلى ثلاث أبعاد تدور حول محاور الفرضيات الموضوعية، ووزعناه على مجموعة من أفراد العينة والمقدر عددهم بـ 27 لاعبا توزيعا عشوائيا (13 للفريق الأول 14 للفريق الثاني)، أما المقياس الثاني خاص بقلق السمة ويحتوي على 15 عبارة، وبعد تفريغ النتائج المحصل عليها والتعليق عليها ومناقشتها حصلنا على نتائج أثبتت فعلا صحة الفرضيات المعتمدة في البحث. ومنه فالفكرة الرئيسية والهامة التي استوحيناها من خلال دراستنا هذه هي أن لظاهرة عدم استقرار المدربين دور حالة قلق عند اللاعبين وبذلك تعيق الأداء الأمثل والجيد وتخلق ضغوطات ومشاكل داخلية تؤدي إلى تدهور الحالة النفسية لهؤلاء اللاعبين.

ولهذا يجب أن تأخذ تدابير وقرارات صائبة للحد من نقشي هذه الظاهرة التي تكاد تخنق كرة القدم الجزائرية، والتي لا تعتبر سببا بقدر ما تعتبر نتيجة حتمية لما آلت إليه كرتنا من انزلاقات أخلاقية بدءا بسياسة مسئولي الأندية مرورا بسلوكات اللاعبين والمدربين فوق الميدان.

وفي الأخير نتمنى أن يلقي هذا الجانب الاهتمام الأكبر من المسؤولين عن شؤون كرة القدم الجزائرية، نظرا لأهميته في رفع وتحسين مستوى الحالة النفسية للاعبين

وتقدم وتطور كرة القدم الجزائرية، ونرجو أن نكون قد ساهمنا في تسليط الضوء على هذا الموضوع وذلك لكي يحظى بالاهتمام اللازم من طرف الباحثين من جوانب أخرى.

- الاقتراحات والتوصيات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة لتسليط الضوء على مدى أهمية استقرار المدربين في كرة القدم في تحسين ورفع مستوى حالة قلق اللاعبين لذلك ارتأينا أن نقترح بعض التوصيات التي نأمل أن تلقى صداها لدى مسؤولي هيئة كرة القدم في بلادنا:

- الاهتمام أكثر بتحسين مستوى المدربين و التفكير في وضع برامج رسكلة لإطلاعهم على أحدث الطرق التدريبية التي من شأنها الرفع من مستوى أداء الرياضي من خلال ملتقيات ومحاضر وطنية ودولية.
- الاهتمام بالتكوين القاعدي والنظري و البسيكولوجي و الاجتماعي للاعبين فيما يخص ممارسة كرة القدم الحديثة.
- النظر في بناء العلاقة الصحيحة بين المسؤولين ورؤساء الفرق والمدربين واللاعبين عن طريق إبراز الحقوق والواجبات ووجود الشفافية التامة.
- ضرورة وضع إستراتيجية دقيقة وواضحة للتدريب على المدى البعيد لضمان الاستقرار والنجاح الذي تتطلبه الكرة في بلادنا.
- اختيار المدرب المناسب منذ البداية لتفادي كل العراقيل التي ترهن مستقبل الفريق.
- بناء المركبات والهياكل الرياضية المعمول بها عالميا التي تخدم تطور كرة القدم الجزائرية.
- إن عدم استقرار المدربين هو من أمراض الكرة في بلادنا، فوضعية كرة القدم الجزائرية اليوم تتطلب دراسة جديدة ومسح شامل لكل العقبات واتخاذ القرارات الصائبة، يتطلب استدعاء كافة الإطارات الرياضية الوطنية التي يهملها خدمة المصلحة العامة

وليس المصلحة الخاصة، فالقائمين على الكرة في بلادنا فضلوا مباشرة البناء من فوق وهو أمر غير معقول، فالمسؤولية يجب أن يتحملها المسئولون بدءا من مسيري الفاف والرابطات مروراً بمسيري الأندية والمدربين وانتهاءً باللاعبين.

قائمة المصادر والمراجع:

1. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، ط.2، 2001.
2. مفتي إبراهيم: التدريب الرياضي للجنسين، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
3. أسامة كامل راتب: دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر، القاهرة، 1990.
4. أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، المفاهيم، التطبيقات، دار الفكر العربي، ط.3، 2000.
5. قاسم حسن حسين: أسس التدريب الرياضي، دار الفكر، 1998.
6. قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية البدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، دار الفكر، 1998.