

مدى استخدام التخطيط العلمي في التدريب لدى مدربي لعبة كرة القدم

The extent of the use of scientific planning in training by football coaches

د. محمود محمد مزيود

د. ابتسام عمار جبارة

د. علي رمضان المصروب

aliramadan704@gmail.com

تاريخ القبول / 2024/11/28

درجة التقييم (85 %)

تاريخ الاستلام / 2024/10/17

الكلمات المفتاحية: التخطيط - التدريب - كرة القدم

Keywords: planning - training - football

ملخص البحث:

وهدف البحث إلى التعرف على مدى استخدام المدربين للتخطيط العلمي في لعبة كرة القدم ، ولهذا الغرض تم تصميم استمارة استبيان تضمنت عدة مجالات ذات صلة بموضوع الدراسة وتم عرضها على الخبراء والمختصين، وكانت عينة البحث من (27) مدرباً، وتوصل البحث إلى أن المستوى العام لم يصل إلى المتوسط وبالتالي وجود ضعف في استخدام التخطيط العلمي لدى المدربين، وأوصى الباحث بإيجاد الحلول المناسبة لكافة المجالات التي تساعد المدربين من أجل الرفع من مستوى العملية التدريبية.

The research aimed to identify the extent to which coaches use scientific planning in the game of football. For this purpose, a questionnaire was designed that included several areas related to the subject of the study and was presented to experts and specialists. The research sample consisted of (27) coaches. The research concluded that the general level did not reach the average, and thus there was a weakness in the use of scientific planning among trainers. The researcher recommended finding appropriate solutions for all areas that help trainers in order to raise the level of the training process.

مقدمة البحث

لم تعد العملية التدريبية الحديثة بجوانبها الفنية والإدارية والتنظيمية عملية عشوائية يتم تسييرها وفقاً للطلبات، بل أصبحت عملية علمية منظمة لها أسس وقواعد ومضامين ومفاهيم مرتبطة بشكل تام وفاعل مع العلوم التطبيقية المختلفة، بحيث أصبح الترابط بينهما وثيقاً لا يمكن تجاهله أو الإستغناء عنه لتطوير مستوى الأداء الرياضي للاعبين أو الفريق، ووفقاً لهذا المفهوم فإن الإرتقاء بمستوى الأداء الرياضي للاعب والفريق لا يمكن له أن يتحقق إلا من خلال التخطيط العلمي السليم للعملية التدريبية، بحيث يكون لكل مرحلة من مراحل التدريب خطط وأهداف مرحلية ومستقبلية واضحة المعالم داخل الخطة التدريبية السنوية يتم تنفيذها وفق رؤية علمية واقعية مبنية على مستوى اللاعب والفريق والمرحلة العمرية والإمكانات المتوفرة.

(المولى، الكعبي، و مالح، 2017)

إنّ التخطيط الرياضي هو العملية المقصودة المبنية على أساس الدراسات العلمية لمختلف التنبؤات والتصورات للحاضر والمستقبل مع الإستفادة من الماضي، ثم وضع خطة تبين أهداف النشاط الرياضي.

ويعدّ التخطيط العلمي من التحديات الهامة التي تواجه المدربين بشكل عام ومدربي كرة القدم بشكل خاص، كونه شرطاً ومطلباً أساسياً لتحقيق أهداف العملية التدريبية، كما أنّ إمكانية الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ولكافة الأنشطة الرياضية وتوسيع قاعدتها والإرتقاء بها، يأتي من خلال التخطيط الذي يحقق الإنجازات الرياضية. (بجوج، 2017)

مشكلة البحث

يعدّ التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم عملية تربية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة تعمل على الوصول بالرياضي إلى التكامل في كل جوانب الإعداد، وعلى الرغم من أن مستوى الأداء بكرة القدم في أغلب دول العالم قد تطور وإرتفع بصورة واضحة في الأونة الأخيرة ، إلا أنه بمقارنة هذا التطور بواقع الكرة الليبية نلاحظ أن هذه الأخيرة لم ترقى إلى المستوى المطلوب ونتائج المشاركات الخارجية لمنتخباتنا والفرق خير دليل على ذلك، وقد يعزى ذلك للظروف التي مرت وتمر بها البلاد والتي حرمت اغلب المدربين العاملين في الأندية والمؤسسات من المعلومات العلمية وبخاصة في ما يتعلق بتخطيط المناهج التدريبية الخاصة بكرة القدم، وان اغلب الدورات التدريبية التي تقام تهمل الجانب التخطيطي بكرة القدم والتركيز أكثر الأحيان على تدريب المهارات او الجوانب الخطئية بكرة القدم، إلا أن المتابعين والمهتمين والمحليلين وذوي الخبرة يرون عدم وضوح الصورة وبروز العمل العشوائي وإهمال معايير الجودة في إختيار ممن يقومون على الإشراف والعمل في مجال التدريب ووضع وتخطيط روتنامة العمل التدريبي.

ويؤكد الباحثين على أن تخطيط التدريب لا غنى عنه سواء في المجال النظري أو التطبيقي (العملي) في الملعب ، فهو الأساس لأي نشاط تدريبي أو تعليمي وكلما زاد إتقان المدرب للتخطيط نظرياً وتطبيقاً ، كلما كان أقدر على تنفيذ العملية التدريبية بشكل أفضل. وفي حدود ما تمكن الباحثين من الإطلاع عليه من المراجع العلمية والدراسات السابقة التي أجريت في مجال التخطيط العلمي للتدريب لم يجد دراسات إستهدفته لذا ارتأى إجراء هذا البحث للوقوف على مستوى التخطيط الفعلي لمدربي كرة القدم في جوانب الإعداد وكذلك توفير أداة قياس قد تساعد المسؤولين الإداريين في تحديد وتقييم مستوى المدربين العاملين بمجال تدريب كرة القدم .

أهمية البحث

يعتبر توفر المعارف والمعلومات في تخطيط التدريب العلمي لدى المدربين ضرورة هامة من أجل المساهمة في الوصول باللاعبين للمستويات العليا، من خلال بناء اللاعب بطريقة علمية وسليمة من مختلف النواحي البدنية والفنية ، لذا تكمن أهمية هذا البحث في الآتي :

• من الناحية العلمية

يحدد البحث قائمة مصنفة ومنظمة لأهم المعارف التي يحتاجها المدربين ، ومعرفتها والعلم بها قد يساعد في رفع كفاءة المدرب وعمله التدريبي .

• من الناحية العملية

يساهم البحث في تعزيز مواطن القوة والحد من نقاط ضعف كفاءة المدرب المهنية للرفع من مستواه وتحقيق الإنجاز الرياضي للاعبين .

هدف البحث

يهدف هذا البحث إلى: -

- التعرف على مدى استخدام التخطيط العلمي في التدريب لدى مدربي كرة القدم.

- تساؤل البحث

- ما مدى استخدام مدربي كرة القدم للتخطيط العلمي في التدريب؟.

مصطلحا البحث

- **التخطيط** هو " الأسلوب العلمي الذي يكفل أمثل استخدام لكافة الموارد والإمكانات المتاحة بنوعها لتحقيق الأهداف بطريقة علمية وعملية ". (عباس أبوزيد، 2007)
- **المدرب** هو " الشخصية التي تقع على عاتقها القيام بقيادة وتخطيط وتنظيم وتوجيه الخطوات التنفيذية لعمليات التدريب ". (إبراهيم، 2009)

الدراسات السابقة

• دراسة عبدالله حسين اللامي (2004)

- عنوان الدراسة : تخطيط التدريب للإعداد العام والخاص لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارية للناشئين بكرة القدم.
- هدف الدراسة : تخطيط برنامج تدريبي للإعداد العام والخاص لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارية للناشئين بكرة القدم
- المنهج المستخدم : إستخدام الدارس المنهج التجريبي ذو المجموعتان الضابطة والتجريبية.
- عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (22) لاعباً.
- أهم النتائج : وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات الصفات البدنية والمهارية.

• دراسة ضياء ناجي عيود وآخرون (2003)

- عنوان الدراسة :مراحل مقترحة لتخطيط التدريب الرياضي بكرة القدم.
- هدف الدراسة : وضع مراحل مقترحة لتخطيط المناهج التدريبية لمدرربي كرة القدم.
- المنهج المستخدم : إستخدام الدارس المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة .
- عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (26) مدرباً.
- أهم النتائج : أن اغلب المدربين يعتمدون على الفطرة في تخطيط مناهجهم التدريبية بكرة القدم.

الإستفادة من الدراسات السابقة

من خلال الإستعراض السابق يمكننا أن نُخلص مدى إستفادة الباحث في النقاط التالية :

- ساعدت الباحث في تحديد مشكلة بحثه .
- أفادت الباحث في إيجاد العلاقة بين التطور والتخطيط العلمي للتدريب.
- أفادت الباحث في إختيار المنهج المناسب وإختيار العينة .
- تحديد أدوات ووسائل جمع البيانات المناسبة لهذا البحث.
- التعرف على أفضل الأساليب الإحصائية .
- يمكن الإستفادة من نتائج الدراسات السابقة في دعم وتفسير نتائج البحث الحالي.

إجراءات البحث

منهج البحث

المنهج الوصفي المسحي لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

مدربي كرة القدم بالأندية الليبية (الدرجة الأولى - الدرجة الثانية) للموسم الرياضي (2023 / 2024).

عينة البحث

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مدربي كرة القدم بالأندية الليبية (الدرجة الأولى - الدرجة الثانية) بالمنطقة الغربية حيث بلغ حجم العينة (27) مدرباً .

وسائل جمع البيانات

- المقابلة الشخصية
- إستمارة البحث

تم إعداد إستمارة على هيئة إستبيان من قبل الباحث حيث قام بإعداد مجموعة من المجالات تتضمن بعض الأسئلة على مستوى من الوضوح والدقة وأن كل سؤال من أسئلة الإستمارة يمثل مفهوماً أساسياً وقد تركزت على مواضيع أساسية لها إرتباط وثيق بتخطيط وتنفيذ التدريب في كرة القدم، وهذه المجالات هي :

1. التخطيط للتدريب في الموسم الرياضي.
2. تقييم (قياس) المستوى للرياضي.
3. مكونات حمل التدريب خلال الموسم الرياضي.
4. كراسة التدريب الخاصة بالمدرّب والرياضي.

المعاملات العلمية للاستمارة

أولاً : صدق الإستمارة

• صدق المحتوى

إعتمد الباحثين على صدق المحتوى بعرض أسئلة الإستمارة على خبراء من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة طرابلس في مجال (كرة القدم) على أن لا تقل درجاتهم العلمية عن درجة أستاذ لإبداء الرأي في الأسئلة ومدى مناسبتها لقياس ما وضعت من أجله وقد أكدا على صدق محتواه.

ثانياً : ثبات الإستمارة

إعتمد الباحثين على إيجاد معامل الثبات لمجالات الإستمارة من خلال إستخدام معادلة (ألفا) كرونباخ على عينة قوامها (4) مدربين من خارج عينة البحث الأساسية والجدول (1) يوضح معامل الثبات.

جدول (1)

معامل ثبات إستمارة مستوى التخطيط العلمي للتدريب

ن=4

| ت | المجال | معدل الثبات |
|---|---|-------------|
| 1 | التخطيط للتدريب في الموسم الرياضي. | 0.87 |
| 2 | تقييم (قياس) المستوى للرياضي. | 0.79 |
| 3 | مكونات حمل التدريب خلال الموسم الرياضي. | 0.83 |
| 4 | كراسة التدريب الخاصة بالمدرّب والرياضي. | 0.81 |

يتضح من جدول (1) أن قيمة معدل الثبات لكافة المجالات هي أكبر من قيمة معيار كرونباخ (0.70) مما يؤكد

على تميز الإستمارة بدرجة عالية من الثبات.

الصورة النهائية لإستمارة إستخدام التخطيط العلمي للتدريب

في ضوء إتباع خطوات حساب المعاملات العلمية للإستمارة (الصدق - الثبات) توصل الباحث إلى إستخلاص الصورة النهائية للإستمارة مرفق (2) حيث إشمملت على (13) سؤال وتتم الإستجابة من قبل أفراد العينة الأساسية على الأسئلة عن طريق المقابلة الشخصية وفقاً للاتي: -

تم إستخدام مقياس ليكارت الثلاثي Likart scale لدرجة الموافقة حسب التنوع ، وتكون الإجابة على عبارات الإستبيان وفق ثلاثة بدائل وهي (يعرف - إلى حد ما - لا يعرف) وتعطى أوزان الدرجات على التوالي (3 - 2 - 1) لعبارات كل مجال .

- (يعرف) ويقدر لها (3) درجات.
 - (إلى حد ما) (2) درجتان
 - (لا يعرف) ويقدر لها (1) درجة واحدة.
- كما إعتد الباحث في تقييم المستوى وفق آراء الخبراء على النسب المئوية التالية:-

- من 75% فما فوق (مستوى مرتفع)
- من 65% حتى 74% (مستوى متوسط)
- من 64% فأقل (مستوى منخفض)

الدراسة الأساسية

بعد التأكد من صلاحية الإستمارة عن طريق إجراء المعاملات العلمية قام الباحث بتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية عن طريق طرح السؤال بالمقابلة الشخصية لكل فرد من أفراد العينة وذلك في الفترة من 03/ 05 / 2024 لغاية 07/ 06 / 2024 بعد ذلك قام الباحثين بفرز الإستمارات وتفريفها ووضع الدرجات ثم تويب النتائج تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

المعالجات الإحصائية

إستخدم الباحثين الأساليب التالية في معالجة النتائج إحصائياً:

- معامل ألفا كرونباخ.
 - النسبة المئوية.
 - التكرارات.
 - المتوسط الحسابي.
- كما إعتد الباحثين على برنامج (SPSS) الإحصائي في معالجة نتائج البحث.

عرض ومناقشة النتائج

جدول (2)

مجال التخطيط للتدريب في الموسم الرياضي

ن=27

| ت | العبارة | يعرف | | إلى حد ما | | لا يعرف | |
|---------------|---|---------|-------|-----------|-------|---------|-------|
| | | التكرار | % | التكرار | % | التكرار | % |
| 1 | متى يتم التخطيط للموسم الرياضي؟ | 17 | 62.96 | 0 | 0 | 10 | 37.04 |
| 2 | إلى كم جزء تقوم بتقسيم الموسم الرياضي؟ | 11 | 40.74 | 4 | 14.81 | 12 | 44.44 |
| 3 | كيف يتم ترتيب الصفات البدنية خلال الموسم الرياضي؟ | 4 | 14.81 | 2 | 7.41 | 21 | 77.78 |
| 4 | متى تقوم بتنمية التحمل العام و الخاص؟ | 9 | 33.33 | 3 | 11.11 | 15 | 55.56 |
| المتوسط العام | | 37.96 | | 8.33 | | 53.71 | |

يتضح من الجدول (2) أن النسب المئوية للمؤشر (يعرف) تراوحت ما بين (14.81 %) و (62.96 %) وبلغ المتوسط العام نسبة (37.96 %) بينما سجل المؤشر (إلى حد ما) أدنى نسب مئوية وكانت ما بين (0 %) و (14.81 %) وبمتوسط متدني هو الآخر وبنسبة (8.33 %) أما النسب المئوية الأعلى فكانت من نصيب المؤشر (لا يعرف) فتراوحت ما بين (37.04 %) و (77.78 %) وبالتالي إرتفع المتوسط العام ليصل إلى (53.71 %).

وبالنظر إلى إستجابات العينة فإنه وبالرغم من أن هناك نسبة لا بأس بها لديها المعرفة العلمية على تخطيط البرامج التدريبية إلا أن هناك نسبة تفوقها لا تعرف مما يدل على أن الغالبية لا تمتلك تلك المهارة بشكل كاف، وفي هذا الصدد يؤكد يحي السيد الحاوي (2002) على أن عملية تخطيط البرامج التدريبية تعد من الأمور الصعبة والمعقدة، والتي تتطلب من المدرب الجيد الكثير من الإلمام الكافي بالأسس العلمية عند قيامه بتصميم البرنامج التدريبي، لأن ذلك يحدد المهام والأهداف ونظام العمل والأسلوب المتبع كما تعد عملية التخطيط الجيد أحد عناصر البرنامج التدريبي الذي يتحدد بإطار زمني معين. (الحاوي، 2002)

جدول (3)

مجال تقييم (قياس) المستوى الرياضي

ن=27

| ت | العبارة | يعرف | | إلى حد ما | | لا يعرف | |
|---------------|---|---------|-------|-----------|-------|---------|-------|
| | | النكرار | % | النكرار | % | النكرار | % |
| 1 | ما هي أهم القياسات التي تقوم بإجرائها خلال الموسم؟ | 7 | 25.93 | 11 | 40.74 | 9 | 33.33 |
| 2 | ما هي الفترات التي تقوم فيها بتنفيذ جرعات تقويمية بالموسم؟ | 0 | 0 | 6 | 22.22 | 21 | 77.78 |
| 3 | ما هي الصفات البدنية الخاصة للرياضي التي تقوم باختبارها اثناء الموسم الرياضي؟ | 20 | 74.07 | 7 | 25.93 | 0 | 0 |
| المتوسط العام | | 33.33 | | 29.63 | | 37.04 | |

ويتضح من الجدول (3) أن النسب المئوية للمؤشر (يعرف) تراوحت ما بين (0%) و (74.07%) وبلغ المتوسط العام نسبة (33.33%) بينما سجل المؤشر (إلى حد ما) نسب مئوية كانت ما بين (22.22%) و (40.74%) وكان المتوسط بنسبة (29.63%) أما المؤشر (لا يعرف) فتراوحت نسبته ما بين (0%) و (77.78%) وبالتالي سجل المتوسط العام نسبة (37.04%).

وإتصف هذا الجدول من حيث إستجابات العينة بالتقارب في نسب المتوسطات نوعاً ما ولكنه لم يرتقي للدلالة على إظهار مقدرتهم أي العينة على إستخدام الأساليب العلمية لتقييم المحتوى التدريبي.

وفي هذا الصدد يشير علي فهمي البيك وآخرون (2009) بأن علم التدريب الرياضي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالعديد من العلوم الأخرى مثل التربية وعلم النفس والإختبارات والقياس والفسولوجي والتشريح والميكانيكا وغيرها ويعتمد في تثبيت قواعده على العديد من هذه العلوم، حيث تؤثر هذه العلوم (نظرياً) في وضع خطوط رئيسية ونقاط مساعدة وقوانين ومبادئ تساعد في توجيه العملية التدريبية (عملياً) وتمهد الطريق لرفع المستوى وتحسين وتطوير الأداء الرياضي من خلال استخدام الأسلوب العلمي. (البيك، أبوزيد، و عبده، 2009)

وفي مرجع آخر يضيف علي فهمي البيك وآخرون (2009) بأنه يتوقف مستوى الأداء على التخطيط الدقيق لعملية التدريب والتي يجب أن تتضمن محاورها على عمليات القياس نظراً لما للقياس من دور فعال في عمليات الإنتقاء وتحديد الحصيلة والوقوف على المستوى الراهن للاعبين وما يجب أن يكونوا عليه مستقبلاً لذا فهو يعتبر أحد بنود وعناصر برامج التدريب الرياضي وقد يمثل (20%) تقريبا من حجم برامج التدريب . (البيك، أبوزيد، و عبده، 2009)

جدول (4)

مجال مكونات حمل التدريب خلال الموسم الرياضي

ن=27

| ت | العبارة | يعرف | | إلى حد ما | | لا يعرف | |
|---------------|---|-------|---------|-----------|---------|---------|---------|
| | | % | التكرار | % | التكرار | % | التكرار |
| 1 | ما هي أهم الصفات البدنية المركبة بالنسبة للرياضي؟ | 37.04 | 10 | 44.44 | 12 | 18.52 | 5 |
| 2 | كيف ترتب الصفات البدنية عند تشكيل حمل التدريب؟ | 0 | 0 | 29.63 | 8 | 70.37 | 19 |
| 3 | ما هي شدة التدريب المناسبة عند بداية الموسم التدريبي؟ | 40.74 | 11 | 51.85 | 14 | 7.41 | 2 |
| 4 | كيف تقوم بتحديد شدة التدريب؟ | 7.41 | 2 | 22.22 | 6 | 70.37 | 19 |
| 5 | ماهي الأسس العلمية للعلاقة بين الشدة والحجم والراحة؟ | 0 | 0 | 3.70 | 1 | 96.30 | 26 |
| المتوسط العام | | 17.04 | | 30.37 | | 52.59 | |

يتضح من الجدول أعلاه أن النسب المئوية للمؤشر (يعرف) تراوحت ما بين (0%) و (40.74%) وبلغ المتوسط العام نسبة (17.04%) بينما سجل المؤشر (إلى حد ما) نسب مئوية كانت ما بين (3.70%) و (51.85%) وبمتوسط نسبته (30.37%) أما النسب المئوية الأعلى فكانت من نصيب المؤشر (لا يعرف) فقد تراوحت ما بين (7.41%) و (96.30%) وبالتالي يرتفع المتوسط العام ليصل إلى (52.59%).

وفي هذا المجال نلاحظ أن هناك تفاوت كبير نسبياً في نتائج المتوسطات حيث مالت الكفة وللأسف لصالح البديل (لايعرف) ويعزو الباحث انخفاض المستوى المعرفي لأفراد العينة في مجال مكونات حمل التدريب خلال الموسم الرياضي إلى قلة إكتسابهم للخبرات المعرفية المتعلقة بنظريات التدريب الرياضي وقد أوكلت لهم مهمة التدريب من قبل إدارات الأندية التابعين لها، فهم يقومون بإعداد البرامج التدريبية من خلال ما يمتلكونه من معلومات متواضعة دون التعمق في إستخدام المعارف والمعلومات النظرية المتعلقة بأساسيات ومبادئ نظريات التدريب الرياضي وتطبيقها بالعملية التدريبية. ويوضح خالد حدود وأخرون (2018) نقلاً عن علي البيك وآخرون بأنه يجب على المدرب أن يكون ملماً بالأسس الهامة للعلوم المرتبطة بالعملية التدريبية ولا يعتمد على الخبرة فقط في إنجاز عملية التدريب، بل يسعى دائماً لإستكمال هذه الجوانب من خلال دراسته المستمرة المتزامنة مع عملية التدريب. (حدود، المصروب، و عياد، 2018)

جدول (5)

مجال كراسة التدريب الخاصة بالمدرّب و الرياضي

ن=27

| ت | العبارة | يعرف | | إلى حد ما | | لا يعرف | |
|---|--|---------|-------|-----------|-------|---------|-------|
| | | النكرار | % | النكرار | % | النكرار | % |
| 1 | ما هي المعلومات الخاصة بالرياضي التي تقوم بتدوينها في كراسة التدريب. | 9 | 33.33 | 5 | 18.52 | 13 | 48.15 |
| | المتوسط العام | | 33.33 | | 18.52 | | 48.15 |

ويتضح من الجدول (5) أن النسبة المئوية والمتوسط العام للمؤشر (يعرف) كانتا (33.33%) بينما سجل المؤشر (إلى حد ما) نسبة مئوية ومتوسط كان مقداره (18.52%) أما المؤشر (لا يعرف) فكانت نسبته ومتوسطه (48.15%). إن التدريب المنظم وفق منهج علمي، يتطلب جمع بيانات وسيرة حياة الفرد الرياضي، ورصد تطور مستوى أدائه ومراحل حياته الرياضية، وتحمل كل البيانات المتعلقة بأدائه في المنافسات الرياضية والتخطيط لها، وتكييف البرامج التدريبية وفقاً لقدراته، وإدارة أسلوب حياته، وتسجيل كل الملاحظات والتغيرات التي تطرأ على أدائه. وأن ممارسة المدرب لمهنته التدريبية هي عمل معرفي إلى حد كبير، وأن عدم قيام المدرب بتسجيل بيانات لاعبيه وحفظها، واستخدامه لبرامج تدريبية تقليدية معتمداً على البديهة لا يؤدي إلى تحقيق الأهداف المطلوبة في العملية التدريبية. (عبد الرحمن و فكري، 2004)

ويؤكد فتحي السقال (2006) على أهمية السجل الرياضي الخاص بالمدرّب والرياضي، حيث يتضمن محتواه على كافة البيانات والمعلومات المتعلقة بمقومات العملية التدريبية كالألعاب والمنهج التدريبي وتحليل متطلبات المنافسة والرياضي من الناحية البدنية والمهارية والخطية والوظيفية حيث تعتبر هذه النتائج كمرجعية لمعرفة وتعزيز وتعديل وإضافة أنسب الطرق التدريبية ، كما تعد بيانات هامة لقياس نسب تحسن الأداء. (السقال، 2006)

جدول (6)

متوسطات مجالات البحث

| ت | المجال | يعرف | إلى حد ما | لا يعرف |
|---|--|-------|-----------|---------|
| 1 | مجال التخطيط للتدريب في الموسم الرياضي | 37.96 | 8.33 | 53.71 |
| 2 | مجال تقييم المستوى للرياضي | 33.33 | 29.63 | 37.04 |
| 3 | مجال مكونات حمل التدريب خلال الموسم الرياضي | 17.04 | 30.37 | 52.59 |
| 4 | مجال كراسة التدريب الخاصة بالمدرّب و الرياضي | 33.33 | 18.52 | 48.15 |
| | المتوسط العام | 30.42 | 21.71 | 47.87 |

يتبين من الجدول السابق أن أعلى نسبة مئوية تتمركز في البديل (لا يعرف) وفي جميع مجالات الدراسة وهذا مؤشر خطير وجرس إنذار لتدارك الوضع الراهن الذي تمر به عملية تخطيط التدريب وفق الأسس السليمة والتي يُرجى منها النهوض برياضة كرة القدم، وبالمقابل نجد أن النسب لمتوسطات البديل (يعرف) تعتبر نسب متدنية ولا ترتقي حتى للمستوى المتوسط وفقاً للسلم التقييمي الموضوع في الإجراءات لهذا البحث حتى لو قمنا بتجاوزاً بإضافة نسب البديل (إلى حد ما) إليها، ويرى الباحث أن ما تبين سلفاً يمثل مشكلة إدارية وفنية لتطوير العملية التدريبية بكرة القدم وينبغي الوقوف عليها وإيجاد سبل الحل لها ومعالجتها ، وإلا سيؤدي ذلك إلى الحد من تقدم مستوى المدرّب وبالتالي إلى عدم وجود إنجاز رياضي ، وأيضاً أن عدم الإهتمام بمعالجة ذلك القصور وإيجاد الحلول الجدية له سيؤدي إلى إضعاف العملية التدريبية عامة والمدرّب على وجه الخصوص ، وبالتالي سيكون ذلك حجر عثرة أمام إفراز وظهور صفوف متتالية من الرياضيين المميزين للعبة ، ليكونوا نواة لفرق الوطنية وتحقيق الإنجازات الرياضية في البطولات الإقليمية والدولية .

ويوجز علي البيك وآخرون (2009) القول في ملخص يرتقي بأن يوضع في عين الإعتبار مؤكدين على أنه يتوقف مستوى الأداء بجوانبه المختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب الرياضي فالظروف التي يمر بها المدرّبين خلال الموسم الرياضي لا يمكن أن توفر للمدرّب العادي الناقل لبرامج التدريب سبل النجاح، بل يبقى النجاح قاصراً على المدرّب الواعي

المدرک بكل تفاصيل عملية التدريب، والقادر على وضع التخطيط السليم الذي يمكن أن يتماشى مع كل الظروف المعاكسة والمعيقة لسير التدريب الرياضي. (البیک، أبوزید، و عبده، 2009)

الإستنتاجات

في ضوء هدف البحث والخطوات المتبعة فيها للتحقق من صحة التساؤل توصل الباحثين للإستنتاج التالي :-

- أن هناك ضعفاً واضحاً في التخطيط العلمي للتدريب لدى عينة البحث (المدربين) بشكل ملفت للإنتباه في جميع المجالات (التخطيط للتدريب في الموسم الرياضي - تقييم المستوى للرياضي - مكونات حمل التدريب خلال الموسم الرياضي - كراسة التدريب الخاصة بالمدرّب والرياضي)

التوصيات

في ضوء هدف وعينة البحث يوصي الباحثون بما يلي:-

- 1- إقامة دورات تأهيلية من أجل رفع مستوى قدرات المدربين في التخطيط العلمي، والإطلاع على برامج وأساليب التدريب الحديث التي تنتجها الدول المتقدمة.
- 2- إيجاد الحلول المناسبة للصعوبات التي تواجه المدربين في عمليات التخطيط سواء كانت مادية أو معلوماتية أو فنية أو إدارية ، واخضاع العملية التدريبية للتقويم الدوري والمتابعة من قبل المعنيين بذلك.
- 3- على المدربين الإلمام بأسس التخطيط العلمي الفعالة للتدريب والحديثه لتحقيق أهدافهم المنشودة لمواكبة التطور الذي وصلت إليه كرة القدم.
- 4- ضرورة وجود إستراتيجية باتحاد كرة القدم من خلال تصميم خطة واضحة لتطوير المستوى العلمي للمدربين باقامة دورات محددة تلزم المدرّب بقضاءها في مجال التدريب.
- 5- إجراء توأمة بين اتحاد اللعبة والأندية مع كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للاستفادة من الخريجين المتميزين والمتخصصين في التدريب الرياضي .
- 6- اجراء دراسات مشابهة لتقييم المستوى التخطيطي للمدربين في الألعاب الفردية والجماعية الأخرى.

المراجع

- خالد محمد حدود، علي رمضان المصروب، محمد علي عياد. (2018). المستوى المعرفي للمعد البدني في بعض جوانب العملية التدريبية في كرة القدم. المؤتمر العلمي الدولي لكافة التربية البدنية وعلوم الرياضة (صفحة 187). الخمس: جامعة المرقب.
- ضياء ناجي عبود، عماد كاظم خليف، و نزار أنور أشرف. (2003). مراحل مقترحة لتخطيط التدريب الرياضي بكرة القدم. مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد المجلد السابع والعشرون العدد الرابع.
- عبدالله حسين اللامي. (2004). تخطيط التدريب للإعداد العام والخاص لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارية للناشئين بكرة القدم. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية.
- عطاب بن علي إبراهيم. (2009). أثر العملية التدريبية للمدرب على الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم. رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضة، جامعة الجزائر، صفحة 26.
- علي فهمي البيك، عماد الدين عباس أبوزيد، و محمد أحمد عبده. (2009). تخطيط التدريب الرياضي. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- علي فهمي البيك، عماد الدين عباس أبوزيد، و محمد أحمد عبده. (2009). طرق وأساليب التدريب لتنمية وتطوير القدرات اللاهوائية والهوائية. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- عماد الدين عباس أبوزيد. (2007). التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- فتحي أحمد السقال. (2006). إعداد برنامج مقترح لتأهيل مدربي كرة القدم. رسالة دكتوراة جامعة أسيوط ، صفحة 34.
- مراد عطاالله بجبوج. (2017). مدى إستخدام المدربين للتخطيط العلمي لرفع مستوى منافسات ألعاب القوى. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية المجلد 39 العدد 6، صفحة 2.
- موفق مجيد المولى، جبار رحيمة الكعبي، و فاطمة عبد مالح. (2017). المنهجية الحديثة في التخطيط والتدريب بكرة القدم. بغداد: مركز الفيصل للطباعة والنشر.
- نبيلة أحمد عبد الرحمن، و سلوى عزالدين فكري. (2004). منظومة التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- يحي السيد الحاوي. (2002). المدرب الرياضي. القاهرة: المركز العربي للنشر.