

تمهيد :

تعتبر مهنة التدريب عبارة عن تنظيم وإدارة للخبرة التعليمية للرياضة لتصبح خبرة تطبيقية و يتوقف هذا بدرجة أولى على كفاءة و خبرة و ثقافة المدرّب، حيث يجب على المدرّب أن يكون على دراية ومقدرة عالية لفهم التدريب وكذا كيفية استخدام الطرق والأساليب والإجراءات المتصلة بتنظيم و توجيه خانات وقدرات اللاعبين فالتدريب الرياضي الحديث أصبح يعتمد بشكل كبير على مبادئ وأسس علمية استمدت من علم التشريح ووظائف الأعضاء وعلم الحركة وعلم النفس والاجتماع الرياضي و غيرها من العلوم التي تساعد في إعداد المدرّب الكفء الذي يساهم في تطوير كرة الطائرة و الارتقاء بقدرات اللاعبين الفردية و الجماعية .

1 - المدرّب الرياضي

1.1. ماذا تعني كلمة التدريب :

كلمة "التدريب" لا تخص فقط التدريب الرياضي فحسب بل تشمل التدريب على الأجهزة والأدوات المختلفة ، وقد جاءت هذه الكلمة من اللغة الإنجليزية أصلاً (Training)، تعني هذه الكلمة على أداء شيء ما وتستخدم أيضاً في تدريب الحيوانات على ممارسة شيء معين ، وقد جاءت هذه الكلمة من الفعل (Train) ومن الكلمة اللاتينية (Trano) ومن الكلمة أن يسحب الشيء لمسافة معينة أو أن الفرد مغرم بمشاهدة شيء ما، ويرى البعض أن هذه الكلمة تعني (تربوي) وفي الزمن القديم كانوا يستخدمون هذه الكلمة للتدريب الخيل حيث كان الإنجليز يحبون الخيل وسرعان ما انتشرت هذه الكلمة وقد كانت تستخدم أيضاً لجميع الألعاب التي كانت موجودة هناك مثل ألعاب القوى، سباحة.....الخ. (كمال، 2004، ص09).

2.1. تعريف التدريب :

التدريب هو العملية الشاملة للتحسين للمهارة الرياضية والذي يتحقق من خلال برنامج مخطط للإعداد والمنافسات ، وهو عملية ممارسة منظمة تتميز بالديناميكية والتغير المستمر، ولا بد أن يديرها مدرب متخصص يتمثل دوره القيادي في خلق إطار عمل ملائم يستطيع من خلاله اللاعب والفريق تنمية وتطوير قدراته الكامنة. (نبيلة - سلوى عز الدين ، 2003، ص31).

3.1. أهداف التدريب :

☒ الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغيرات الإيجابية للمتغيرات الفيزيولوجية، النفسية والاجتماعية.

☒ محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة بمستويات إنجاز في المجالات الثلاث (الوظيفية، النفسية والاجتماعية).

و يمكن تحقيق أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية ، هما الجانب التعليمي (التدريس والتدريب) ، الجانب التربوي و يطلق عليهما واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب وتطوير القدرات البدنية و المهارة و الخططية والمعرفية، أو الخيارات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس والثاني يتعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع ويهتم بتكامل الصفات الضرورية للأفعال الرياضية معنويًا و إراديا ، ويهتم بتحسين التدوق و التقدير وتطوير الدوافع وحاجات

و ميول الممارس و اكتسابه السمات الخلقية و الإرادية الحميدة كالروح الرياضية وحب الوطن و المثابرة و ضبط النفس و الشجاعة.... إلخ وذلك من خلال المنافسات. (أمر الله، 1998، ص04).

4.1. شخصية المدرّب وخصائصه:

تلعّب شخصية المدرّب الجيّد دوراً في نجاح عمليّة التدرّب، ولا بد لكل من يريد أن يشغل وظيفة مدير في أن يتصف بخصائص ومميزات تتمثل في ما يلي : (أبو العلا، 1997، ص16).

- ✓ الذكاء الاجتماعي وهذا يعني قدرته على التعامل الجيد مع الغير، وخاصة الذين لهم علاقة بعملية التدرّب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والطبية للمعاونة له ومع الحكام والجمهور إلى غير ذلك.
- ✓ الذكاء في وضع خطط التدرّب واللعب الجيدة والذكاء في حل المشاكل التي تقابله خلال العمل.
- ✓ الحكم الصائب على الأمور والعدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والناس .
- ✓ النضج الانفعالي والثقة بالنفس والطموح دون طمع .
- ✓ المعرفة الجيدة بكرة القدم كمعلم والمعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدرّب.
- ✓ الخبرة السابقة كلاعب .
- ✓ المظهر العام الموحى بالاحترام والثقة وقوة تأثيره الايجابي على الغير .
- ✓ اللياقة البدنية والصحة النفسية .
- ✓ الصوت القوي المقنع والواضح .
- ✓ القدرة على التعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه .
- ✓ أن تكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له, مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم، و بذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين . (حنفي، ص04).

5.1. صفات المدرّب الناجح :

ومن بين الصفات التي تميز المدرّب الرياضي الناجح ما يلي :

- الصحة الجيدة والمظهر الحسن والمثل الجيد.
- القدرة على القيادة وحسن التصرف ومجارية المشاكل.
- الاتصاف بروح العطف والمدح وتفهم مشاكل اللاعبين والمشاركة الايجابية في حلها.
- الاقتناع التام بدوره التربوي .
- الثقة بالنفس والاقتناع التام بالعمل الذي يؤديه.

- مجموعة المعارف والمعلومات العامة والخاصة.
- مجموعة القدرات والمهارات الخاصة. (www.elhiwar.info ,18/02/2017 18:13)
- واقعية المستوى، المرونة، الابداع، التنظيم، المثابرة، موضع الثقة، تحمل المسؤولية، القدرة على النقد، القدرة على اصدار الأحكام، الثقة بالنفس، الثبات الانفعالي.

6.1. دور المدرب العام :

- أهم معالم الدور المميز للمدرب العام يمكن أن نلخصها في النقاط التالية :
- القيادة التخصصية لفريق المدربين المساعدين، القيادة العملية في عمليات التوجيه التدريبي الجماعي وغيرها .
 - تشخيص وحل وعلاج المشكلات النفسية والفنية الرياضية المتعلقة باللاعبين .
 - الإشراف على إعداد وسائل وحفظ السجلات الخاصة باللاعبين .
 - العمل على الإرشاد والتوجيه فهو الأخصائي الخبير المسؤول عن هذه العملية وتقديم التوجيه والإرشاد العلاجي بصفة خاصة وخدمات التوجيه الفني بصفة عامة سواء كان ذلك بطريقة تربوية أو اجتماعية .
 - تولى مسؤولية متابعة حالات اللاعبين .
 - مساعدة زملائه أعضاء الجهاز استشاريا فيما يتعلق ببعض نواحي التخصص حيث أنهم أكبرهم تخصصا في الميدان .
 - الاشتراك في عملية التدريب بإيجابية تامة ولا يقف دورة عن مجرد التوجيه وتوجيه النقد فهو أقدر الأخصائيين على تولى هذه المسؤولية .
 - الإسهام في نظرية العملية التدريبية وطرق التدريب وإدماج وتكامل برنامج التدريب فيها .
- (زكي، 2008، ص225).

7.1. واجبات المدرب الرياضي :

1 - تخطيط التدريب:

التدريب الرياضي عملية تهدف إلى الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى ممكن تسمح به قدراته و استعداداته، و كلما تميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي و ازداد إتقانه للمعارف النظرية و طرق تطبيقها، كان أقدر على التخطيط لعملية التدريب بصورة علمية تسهم إلى درجة كبيرة في تطوير و تنمية المستوى الرياضي للاعبين إلى أقصى درجة، و تتطلب عملية التخطيط الإلمام التام بالأسس النظرية و العلمية لعلم التدريب

الرياضي، بالإضافة إلى العديد من المعارف و المعلومات العلمية في عدد من العلوم الإنسانية و الطبيعية .
(<http://www.alhiwar.info / topic.asp>)

2 - أداء عملية التدريب :

يرتكز التدريب على عملية انتقال المعلومات من المدرّب إلى اللاعب حتى يتمكن من اكسابه الأسس الفنية و البدنية التي تسهم في الارتقاء بمستواه إلى أقصى درجة ممكنة .

ففي بعض مواقف الأداء الصعب يصبح المدرّب بمثابة مساعد للاعب، و كلما استطاع المدرّب تقديم التوجيهات إلى اللاعب بصورة صحيحة كلما أصبح اللاعب أقدر على استقبالها و الاستفادة منها و يسعى المدرّب لتكوين اتجاهات ايجابية لدى اللاعب نحو عملية التدريب و ذلك في محاولة للارتقاء بمستوى تركيزه و انتباهه و الارتقاء لمستوى قدراته الفعلية و التأثير بمستوى الدافعية هذا بالإضافة إلى رفع مستوى التفاعل الاجتماعي بين اللاعبين

3 - تقييم النجاح في عملية التدريب:

إن رياضة المستويات العالية بما تتميز به من طابع مركب و معقد لا تقتصر على تقييم عملية التدريب طبقاً للنجاح والفشل في المنافسات الرياضية فقط بل ينبغي استخدام أنواع متعددة من وسائل التقييم مثل اختبارات القدرات البدنية و المهارية و الخططية و الاختبارات النفسية و مقاييس العلاقات الاجتماعية حتى يمكن تحديد نوع ومدى الانحراف عن الأهداف الموضوعة للتدريب .

وبذلك يمكننا تصويب وتصحيح مسار عملية التدريب بصورة مستمرة، هذا بالإضافة إلى ضرورة استعانة المدرّب الرياضي بالمعلومات والتقارير التي يقدمها الطبيب المختص بعلم النفس أو الإداري عن حالات اللاعبين وضرورة مقارنتها بفكرة المدرّب عن كل لاعب في أثناء التدريب أو في المنافسات.

4- رعاية اللاعب:

إن التدريب و المنافسة من المواقف التي تحتاج إلى المزيد من التعب العصبي فقد يستجيب اللاعب لهذه المواقف إما بصورة ايجابية تسهم في تعبئة طاقاته و قدراته أو بصورة سلبية تسهم في خفض مستوى قدراته وطاقاته و ينبغي على المدرّب أن يتعرف إلى المؤثرات المتعددة التي تؤثر على اللاعبين في مختلف مواقف التدريب أو المنافسة حتى يضمن بذلك نجاح عملية الرعاية للاعب .

5 - توجيه اللاعب و إرشاده:

يقصد بالتوجيه كل الأساليب المصاحبة لعملية التدريب و التي يجب أن تساعد اللاعب على فهم نفسه و فهم مشكلاته و استغلال إمكاناته الذاتية من قدرات و مهارات و استعدادات و اتجاهات و استغلال إمكانات بيئته ليحاول تحقيق الأهداف التي تتفق مع هذه الإمكانيات و أن يختار الطرق و الوسائل و الأساليب

الصحيحة التي تحقق له الوصول حتى يتمكن من التغلب على مشكلاته و يستطيع التكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه كي يحقق أقصى ما يستطيع من نمو متكامل في شخصيته.

(<http://www.alhiwar.info/topic.asp>)

ويمكن للمدرّب تحقيق هذه الأهداف عن طريق خدمات التوجيه و عن طريق الإرشاد الفردي الذي يقصد به العلاقة المتبادلة التي تقوم بين المدرّب و اللاعب لمحاولة مساعدة اللاعب وتوجيهه.

(<http://www.alhiwar.info/topic.asp>)

8.1. سلوك المدرّب الرياضي :

في ضوء الدراسة التي قام بها العديد من الباحثين في مجال القيادة الإدارية تم التوصل إلى تحديد نوعين هامين من القادة الإداريين وهما :

✓ سلوك القائد الإداري المهتم – بالدرجة الأولى – بالناس : Concern for people

✓ سلوك القائد الإداري المهتم – بالدرجة الأولى – بالإنتاج : Concern for production

واستطاع كل من روبرت بليك Blake (1985) وجين موتون Mouton تطوير نتائج هذه الدراسات وأشار إلى إن هذين النوعين من السلوك يمكن توضيحهما على هيئة شبكة ذات محورين: المحور الأول الاهتمام بالناس , والمحور الثاني الاهتمام بالإنتاج, وذلك فيما يعرف بنموذج "الشبكة الإدارية Managériat Grid" كما تم التمييز بين خمسة أنواع رئيسية لسلوك القيادة طبقاً لموقعها على الشبكة الإدارية .

✓ وقد قام بعض الباحثين في علم النفس الرياضي (مارتينز Martens 1995) كوكس Cox

(1994)، علاوي، باقتباس مفاهيم نموذج الشبكة الإدارية ومحاولة تطبيقها على القادة الرياضيين في

المجال الرياضي وبصفة خاصة المدربين الرياضيين وفي ضوء ذلك أمكن تحديد نوعين هامين لسلوك المدرّب

الرياضي وهما:

✓ سلوك المدرّب الرياضي المهتم باللاعبين : Concern for athlètes.

✓ سلوك المدرّب الرياضي المهتم بالأداء : Concern for performance.

الاهتمام بالأداء

الإهتمام باللاعبين	9/1								9/9
					5/5				
		1/1							

الشكل (01): يوضح أنواع سلوك المدرّب الرياضي في ضوء نموذج الشبكة الإدارية.

عن بليك و موتون (مع التعديل). (محمد، 2002، ص95).

ومن ناحية أخرى استطاع كل من صالح و "شילה دوراي" salah end chelladurai .

في ضوء دراستهما لتحديد أنواع سلوك المدرّب الرياضي التوصل إلى تحديد خمسة أبعاد رئيسية تمثل أساليب سلوك المدرّب الرياضي.

وفي إطار الدراسات التي قام بها محمد علاوي تم التوصل إلى تحديد أربعة أبعاد رئيسية من الأبعاد التي

أشار إليها "صالح و شילה دوراي" و الأبعاد الرئيسية التي تمثل أساليب السلوك الرياضي هي :

✓ السلوك التدريبي:

وهو السلوك الذي يهدف إلى محاولة تطوير أداء اللاعبين عن طريق التدريب الرياضي الذي يتميز بالتكرار والشدة العالية و الاهتمام الواضح بتعليم المهارات والقدرات الحركية والخطوية ويشرح استراتيجيات اللعب والاهتمام بقيادة اللاعبين في المنافسات الرياضية.

✓ السلوك الديمقراطي:

هو سلوك المدرّب الرياضي الذي يسمح بدرجة كبيرة في اشتراك اللاعبين في تحديد الأهداف وطرق التدريب وخطط اللعب التي يجب يمكن استخدامها في الحالات المختلفة .

✓ السلوك الأوتوقراطي:

هو السلوك الذي يعكس ميل المدرب الرياضي إلى وضع نفسه في مكانة بعيدة عن اللاعبين و يصدر القرارات بمفرده دون مشاركة اللاعبين .

✓ السلوك الاجتماعي المساعد:

و هو سلوك المدرب الرياضي الذي يهتم باللاعبين و رعايتهم و الذي يمنح المزيد من التدعيم و الإثابة للاعبين عن طريق الاعتراف الدائم بأدائهم. (محمد، 2002، ص96).

9.1. المدرب الرياضي كقائد :

يعتمد وصول اللاعب/الفريق الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية بعدة عوامل ، و من بين أهم هذه العوامل المدرب ، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطا وثيقا بمدى قدرات المدرب على إدارة عملية التدريب الرياضي - من تخطيط و تنظيم و تقويم - و على قدراته في إعداد اللاعب للمنافسات الرياضية و إدارته لهذه المنافسات، و كذلك قدرته على رعاية و توجيه و إرشاد اللاعبين/الفريق قبل و بعد و أثناء و بعد المنافسات . (علي - عماد الدين، 2003، ص39).

10.1 المدرب و اتخاذ القرار:

إن جميع الإجراءات أو العمليات التي يقوم بها المدرب الرياضي و تهدف إلى وصول اللاعب و الفريق إلى المستويات الرياضية العالية تحتاج إلى اتخاذ قرارات ، فالمدرب الرياضي - على سبيل المثال - الأهداف المطلوب تحقيقها خلال توليه مهمة تدريب اللاعبين و الفريق ، و يحدد البرامج و الإجراءات و العمليات التي يمكن بها تحقيق هذه الأهداف ، كما أن المدرب هو الذي يقرر كيفية إختيار اللاعبين للاشتراك في المنافسات و مراكزهم و واجباتهم ، و يقرر خطط اللعب و تغييرها إذا استدعى الأمر و غير ذلك من الجوانب التي تحتاج من المدرب اتخاذ القرارات فكأن عمل المدرب ما هو إلا سلسلة متصلة من القرارات ، و كل قرار من هذه القرارات قد يؤثر بصورة واضحة على اللاعبين أو الفريق إيجابا أو سلبا. (علي - عماد الدين، 2003، ص39).

11.1. دافعية المدرب الرياضي:

أشار محمد علاوي (1999) إلى أنه يمكن النظر إلى الدافعية على أنها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الديناميكية بين الشخص وبيئته وتشتمل على العوامل والحالات المختلفة التي تعمل على بدء وتوجيه واستمرار السلوك - وبصفة خاصة - حتى يتحقق هدف ما.

فكأن الدافعية في ضوء التعريف السابق تعتبر بمثابة حالة بادئة و باعثة و موجهة و منشطة للسلوك وتعمل على دفع الشخص نحو محاولة تحقيق هدف أو أهداف معينة و الاحتفاظ باستمرارية هذا السلوك. ومن ناحية أخرى فإن الدافعية ليست شيئاً مادياً أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة ، إنما هي حالات في الشخص يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة و من نشاط الشخص نفسه ، و ليس معنى هذا أن الدافعية هي نوع السلوك الذي نلاحظه ، و إنما هي حالة وراء هذا السلوك ، أي أنها الحالة التي تثير و تنشط و توجه السلوك نفسه و تعمل على استمراريته. (محمد ، 2002، ص28).

وقد أشار كل من أرفن هان Hahn (1996) ، و باومان Bauman (1996) ، و علاوي (1992) إلى الدوافع التالية التي يمكن اعتبارها من بين أهم دوافع المدرب الرياضي أو المدير الفني.

1. دوافع رياضية:

قد نجد بعض اللاعبين الرياضيين يشعرون - عقب اعتزلهم الممارسة الرياضية - أن من واجبه الإسهام في تطوير نوع الرياضة التي تخصص فيها ومحاولة العمل مع الناشئين لإكسابهم خبراتهم الشخصية و الارتقاء بمستوياتهم الرياضية .

2. دوافع مهنية :

كثيراً ما نجد خريجي كليات التربية الرياضية يعملون في مجال التدريب الرياضي كنتيجة لدراساتهم الرياضية التخصصية على أساس أن مهنة التدريب الرياضي هي مهنتهم المناسبة لطبيعة دراستهم.

3. دوافع اجتماعية:

مثل الاتجاه نحو الاشتراك في المجالات الاجتماعية و محاولة تكوين علاقات و صداقات اجتماعية والسعي نحو التقبل الاجتماعي كنتيجة لعملهم في مجال التدريب الرياضي.

4. تحقيق و إثبات الذات :

قد يرى الفرد أن عمله في مجال التدريب الرياضي يحقق له إثبات ذاته في إحدى المجالات التي يرى أنه كفء لها و كذلك الشعور بمدى أهميته. (محمد، 2002، ص29).

خلاصة

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نجد أن المدرّب هو العمود الفقري للفريق فعلى عاتقه تقع مسؤولية وقيادة الفريق ، فالمدرّب هو القادر على حماية أعضاء الفريق من التيارات الفاسدة والأهواء الشخصية وإعدادهم للحياة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي من خلال عملية التدريب التي يتحدد بها أداء فريقه، ويرتبط ذلك بمدى قدرة المدرّب على إدارة وتنفيذ عملية التدريب ونجاحه بالارتقاء وبقدرات لاعبيه وغالبا ما يحتل هذا النوع من المدرّبين مكانة عالية في نفوس أفراد الفريق والجمهور والمسؤولين .