

## ٠/٢ المدرب.

١/٢ التأثير على الرياضى.

٢/٢ الموقف ذهنى والتفكير والتجهيز للمباراة.

٣/٢ المدرب كشخصية مستقلة.

obeikandi.com

## ١٠/٢ المدرب The Coach

في هذا الفصل المختصر هناك عدد من القواعد الإضافية التي تكون فيها المسؤوليات المختلفة للمدرب ذاتية في تطبيق مظاهر علم النفس . فكثير من هذه الوظائف ينفذها اللاعبون بدون إرشاد المدرب ولكن على المدرب أن يربط هؤلاء جميعاً، فيوحد الفريق كوحدة وظيفية واحدة متماسكة كما يجب عليه أيضاً أن يواصل اكتساب معرفة الأسس العلمية للرياضة، وأن يتخذ القرارات على قواعد من المنطق العلمي والحكم الجيد .

ويتطيع المدرب استخراج الطاقات الموجودة في الإنسان حيث مواهبه متعددة الأشكال وقابل للاستيعاب وسوف يكون تأثيره على اللاعبين بشتى الطرق لا حدود له .

### ١/٢ التأثير على الرياضي Impression On Athletes :

إن الساعات العديدة التي يقضيها المدرب مع اللاعب توحى بالتأثير المحتمل على تنمية اللاعب، وتنمية اللاعب تتأثر تأثيراً كبيراً بشعوره تجاه مدربه مثل الولاء والإعجاب - ومناطق الاسناد للشخص يتأثر بمداركة الحسية (سلبية - إيجابية) وهي رغبات واتجاهات اللاعب للمدرب .

إذا توافق اللاعب مع سياسة المدرب أو أسلوبه للوصول إلى هدف ما، وإذا أحب واحترم اللاعب مدربه فان اقتراحات المدرب والأهداف التي يسعى للوصول إليها سوف تتحقق ولكن على العكس فإذا لم يحترم اللاعب مدربه أو لا يحبه شخصياً أو لم يقتنع به مهارياً فسوف يجد صعوبة كبيرة في تحقيق أى نتائج إيجابية معه .

ومن الواضح أنه عندما يتفق شخصان في آرائهما ينشأ بينهما نوع من الاحترام المتبادل، ولسوء الحظ التجارب الشخصية السابقة قد تؤثر في الشخص فاللاعب الذي أحب واحترم مدربه السابق عندما يأتي مدرب آخر جديد نرى

اللاعب لا يتوافق معه لأنه حل محل مدربه السابق الذى يحبه ويحترمه، وبالتالي تكون نتائجه أقل بكثير مما سبق .

ويجب على المدرب الناجح أن يتوافق فكرياً ومهارياً مع اللاعبين وعليه أن يحسن من علاقته بهم سواء داخل الملعب أو خارجه .

### ٢/١/٢ كيفية التنبؤ بنجاح الرياضى بمساعد التحليل النفسى

Predicting Success In Athletes With The Aid Of Psychogycal Ressearch.

من أهم المشاكل التى تقابل المدرب كيفية اختياره للاعبين وما هى الصفات التى يمكنه الاعتماد عليها فى الاختيار؟ هل يستطيع المدرب أن يتنبأ بالقدرة المهارية للاعب فيما بعد من مرحلة النمو التى مر بها؟

### ١/٢/١/٢ الوراثة والخبرة :Heredity And Experience

تلعب بعض الصفات الوراثية دوراً هاماً فى اختيار اللاعب المناسب للعبة مثل الطول والوزن وبناء الجسم .

والوراثة لها ارتباط أيضاً بمستوى ذكاء اللاعب لذلك نجد أن بعض اللاعبين الناجحين مهارياً على المستوى الأولمبى يتمتعون لعائلات بها أبطال رياضيين أو يتمتعون بصفات رياضية مميزة، وعلى كل حال فإن الذين ليست لديهم مثل تلك الصفات الوراثية يستطيعون بالمثابرة والتدريب تحقيق التميز الرياضى .

### ٢/٢/١/٢ التكوين الجسمى :Body Type

يستطيع التدريب الجاد بالمثابرة التغلب على أى إعاقة فى التكوين الجسمى للرياضى للتميز فى لعبة معينة .

### ٣/٢/١/٢ الخبرة المبكرة : Early Experince

هناك اعتبار هام لانجاز النجاح فى الألعاب الرياضية يكمن فى أنواع الخبرات المبكرة التى أمتلكها الرياضى أو اللاعب، إن الخبرات الحركية للطفولة تخدم كأساس لتعليم المهارات الأكثر تعقيداً فى الحياة، ولهذا فإن معرفة ما يعلمه الرياضى وانجازاته الرياضية الأخرى تساعد المدرب على التنبؤ بمستواه .

## ٢ / ١ / ٢ : Personality الشخصية

بعض سمات الشخصية التي تظهر وينسب لها النجاح الرياضى هي الاصرار وعدم العدوانية والقيادة، وعندما تنسب المميزات لاختصاص اللاعبين وأمانتهم فى لعبة أو مواقف خاصة فى الرياضة، فان التحليل الإحصائى قادراً على التنبؤ باحتمال نجاح شخص فى فريق أو مواقف أو فى حادثة.

## ٢ / ١ / ٣ القدرات العامة General Abilities:

فى التنبؤ بالإبداع فى الألعاب الرياضية فان الرياضيين الصغار لهم قدرات عامة أكثر من رياضيو الثانوى أو الأكبر سناً، ومع هذا السن تحدث عملية نضج وارشاد وتمييز ويجب أن يكرس الرياضى وقته فى مرحلة النضج لأداء التدريبات والواجبات لكى يبلغ درجة عالية من المهارة.

وتتطلب المحاولات الرياضية للشباب حركات ومجهوداً كبيراً ولكن الشخص الناضج يصبح قادراً على انجاز الواجبات الكثيرة، وليس من المعقول أن يكون اختبار واحد أو عدد من الاختبارات قادراً على الحكم التمييزى بين الرياضيين وبين الرياضات المختلفة.

## ٢ / ١ / ٤ التنبؤ الأولى Prediction From Initial Status:

يجب أن نضع فى الاعتبار أن المستويات العالية للفرد الرياضى ليست بالضرورة قواعد مطبقة للتنبؤ بمستويات الفرد الرياضى فى المستقبل.

وبالرغم من وجود متعلمين بسرعة ومتعلمين ببطء فلا يوجد فرد متعلماً بسرعة باستمرار ولا آخر بطئ التعلم باستمرار، ويعنى ذلك عدم وجود مؤشراً للقدرة على الاستيعاب العام أو معامل للتحسين ويجب أن يكون للمدرب توقعات لانجاز لاعبيه العديدين.

والتحسن النسبى فى الأداء للمهام البسيطة أكثر توقعاً من الأداء للمهام المعقدة.

## ٣ / ١ / ٥ التدريب ومواقف المباراة Practice And Game Situation:

إن التنبؤ المطلوب من الأداء يشابه فى الغالب شروط الاختيار عن قرب بالمناقشة أو الواقعية للشروط.

واللعب فى نصف ملعب كرة السلة يقل قليلاً عن قدرة اللعب بالمثل فى الملعب كاملاً، والتصويب فى التدريب بواسطة الشخص نفسه ليس كمثل الأداء فى المباراة.

#### ١/١/٢ التفكير النهائى Concluding Thought :

التكهن بالحالة الرياضية واختيار أعضاء الفريق والتغيرات فى الأشواط هى قليل من المشاكل التى يواجهها المدرب .

وفى المستقبل سيكون المدرب أكثر تعلماً وبحثاً وأكثر استعداداً كخليط ينتج عنه نجاحاً أكبر فى تدريب الرياضيين الصغار الموهوبين .

#### ٧/١/٢ المعاملة الفردية للاعبين Treatment Of Individual Players :

تحتّم طبيعة اللاعبين على المدرب معاملة الفريق ككل ولكن غالباً ما يكون هناك اهتمام خاص قد يعطى للفروق الفردية . ان مهارة المدرب تتحدد بقدرته على التنبؤ باحتياجات اللاعبين الفردية ، فالمدرب الذى يؤدى إلى مستوى عال بمقاييس غير صلبة ونظرة إيجابية هو الشخص الذى يطور البطل الحقيقى بشرط أن يكون اللاعب مستعداً لأن ينصت ويتعلم إن العلاقات الفردية بين المدرب واللاعب لها تأثير إيجابى للرقى بمستوى اللاعب وعلى المستوى الشمولى لأداء الفريق .

#### ٢/٢ الموقف الذهنى والتفكير والتجهيز للمباراة :

كثيراً من الحكايات والاشاعات قد نجت وكثير من المقالات والتعريفات الرائجة قد كتبت عن المزاج الذهنى للاعب قبل المباراة .

وعلى افتراض شكلها المثالى للفعل فإنها تضع اللاعب فى وضع جيد لانجاز مهاراته جيداً للحفاظ على أقصى أداء .

والموقف الذهنى للاعب نفسه أو للفريق يستطيع المساعد تلافى كثير من العوائق التى تؤدى إلى العيوب غير المتوقعة .

ويتفق المدربون على أن السمات الطبيعية والمهارات والتدريب الرياضى له

أهمية كبرى ولكنهم أيضاً يشيرون إلى التجهيز الذهني الجيد للمنافسة كعنصر هام للفوز.

ولا يتفق المدربون حول كيفية مساعدة اللاعبين وتطوير هذا الموقف، ولكل مدرب تكتيكاته - كثير منها يعتمد على شخصية المدرب وقدرته على التأثير في مواقف أعضاء فريقه، ومع ذلك فإن تطوير موقف ذهني أو تجهيزه هو جزءاً مكمل لشكل اللاعب، ومن يريد أن يفوز يجب أن يثق في نفسه وفي فريقه ويتقن في أن الفوز ليس ممكناً فحسب بل هو احتمال واقع (حتماً) ووجود مثل هذا الموقف ليس فقط مهماً يوم المباراة ولكن اثناء الأسابيع المختلفة وحتى اثناء السنة.

وتعطى كميات من الحماس والطاقة المستهلكة اثناء التدريب - الممارسة - مؤشراً عن ما يخترن ليوم المباراة، والحفاظ على الروح المعنوية عالية لأعضاء الفريق هو مفتاح نجاح المدرب، والمدرب خلال مواقفه وأفعاله يشكل شعور المجموعة.

### ٣/٢ المدرب كشخصية مستقلة :

يتفق معظم علماء التدريب الرياضى على كون المدرب الرياضى شخصية موهوبة ذات أبعاد مميزة فهو يمتلك إمكانات خاصة تفرقه عن أقرانه من عامة البشر.

وفى دراسة أوجليف وتوتكو (١٩٦٦م) التى أجريت على مجموعة مختارة من المدربين وأخرى ممن يدرسون للتعرف على الطبيعة الشخصية للمدرب المثالى . أمكن التوصل إلى الفارق بين مجموعة المدربين والممارسين فيما يلى :

١ - مجموعة ناجحة جداً (من المدربين) عندهم الرغبة لكى يكونوا على القمة .

٢ - منظمون يخططون لكل شئ .

٣ - كانوا يتمتعون بالاختلاط بالناس .

٤ - يتحكمون فى عواطفهم تحت ضغط شديد ..

- ٥ - يميلون للثقة بالنفس .
  - ٦ - سجلوا صفات قيادية عالية .
  - ٧ - يميلون لحب السيادة وتحمل المسؤولية .
  - ٨ - يلومون أنفسهم ويقبلون التأييب إذا ارتكبوا خطأ معين .
  - ٩ - ناجحون عاطفياً .
  - ١٠ - اصرار فى التعبير عن الميل العدوانى لديهم بطبيعة مماثلة لتلك التى يتمتعون بها كمدرسين .
- وعلى الجانب السلبى أظهر المدربون عدم الميل للاعتماد على الآخرين ، وكانوا غير مهتمين بمشاكل أعضاء فرقهم ، ولا يميلون إلى دعم أحد نفسياً عند التعرض لطارئى نفسى . المدربون هم أشخاص ولذلك قد يتعاملون مع بعض المواقف كإى أشخاص آخرين .