

The extent of the use of trainers for scientific planning to raise the level of athletics competitions

Dr. Fouad Ata Allah Bajbouj*

(Received 1 / 10 / 2017. Accepted 20 / 11 / 2017)

□ ABSTRACT □

The main objective of this study is to define the way the trainers use scientific planning in order to raise the level of athletics. For this purpose , a special survey has been designed for specialists and experts. This study included 45 trainers who have followed special high level sessions , and it concluded that , there was a weakness in the use of scientific planning .However , it is the result of the lack of having the needed help of specialists , and being not able to use the technology of sport training , and using the classical means of measurement away from the objective diagnosis to achieve the aim of their already decided plans. Nevertheless , there is no continual following and estimating process by the people concerned , and recommends the researcher to find the appropriate solutions to all the problems that facing the trainers in order to raise the level of athletics competitions.

Keywords: Planning ; Trainer ; athletics .

*Assistant Profecesor- Training Department - Faculty of Physical Education - Tishreen University - Syria.

مدى استخدام المدربين للتخطيط العلمي لرفع مستوى منافسات ألعاب القوى

د. فؤاد عطا الله بجبوج*

(تاريخ الإيداع 1 / 10 / 2017. قُبِلَ للنشر في 20 / 11 / 2017)

□ ملخّص □

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى استخدام المدربين للتخطيط العلمي من أجل رفع مستوى منافسات ألعاب القوى، ولهذا الغرض تم تصميم استبيان وترشيحه على الخبراء والمختصين، وتكونت عينة البحث من 45 مدرباً ممن اتبعوا دورات تدريبية عالية المستوى، وتوصلت الدراسة إلى وجود ضعف في استخدام التخطيط العلمي لدى المدربين، وذلك نتيجة عدم الاستعانة بالخبراء والمختصين، وعدم استخدام تقنيات التدريب الحديث، واستخدام وسائل قياس تقليدية لتحقيق أهداف الخطط الموضوعية بعيداً عن التشخيص الموضوعي، مع عدم وجود خطط طويلة المدى لتحقيق مستويات رياضية عالية، ووجود مشكلات مادية ومعلوماتية وفنية وإدارية تواجه مدربي ألعاب القوى في عمليات التخطيط، إضافة إلى عدم المتابعة والتقييم للخطط التدريبية من قبل المعنيين بذلك؛ ويوصي الباحث بإيجاد الحلول المناسبة لكافة المشكلات التي تواجه المدربين من أجل رفع منافسات ألعاب القوى.

الكلمات المفتاحية: التخطيط؛ المدرب الرياضي؛ ألعاب القوى.

* مدرس - قسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة تشرين - اللاذقية - سورية.

مقدمة:

تتعدد الوظائف والعمليات الإدارية لتشمل التخطيط والتنظيم والتنسيق والرقابة والتقييم والتوجيه؛ ويعدُّ التخطيط أساس العمليات الأخرى، فهو عملية تنظيمية توافقية، بعيدة عن الارتجال والتلقائية لتحقيق الأهداف المنشودة في ضوء الإمكانيات المتاحة؛ فالتخطيط يعمل على توفير الوقت والجهد، وإحداث التغيير والتطوير اللازمين، كما أنه يضمن تقليل الأخطاء. فالتخطيط أصبح لا يقتصر على المجال الاقتصادي لزيادة الدخل القومي للدول بغرض تطويرها، بل يمتد إلى كل المجالات الأخرى وبخاصة المجال الرياضي، ولذا فالهدف من التخطيط يختلف باختلاف المجتمعات، ويتأثر بمتغيرات عديدة كالزمن والبيئة والظروف المختلفة لكل مجتمع.

إنَّ التخطيط الرياضي هو العملية المقصودة المبنية على أساس الدراسات العلمية لمختلف التنبؤات والتصورات للحاضر والمستقبل مع الاستفادة من الماضي، ثم وضع خطة تبين أهداف النشاط الرياضي. كما أنَّ إمكانية الوصول إلى المستويات الرياضية العالية تقع على عاتق الاتحادات الرياضية، حيث الاتحادات الرياضية مسؤولة بالدرجة الأولى عن نشر هذا الأنشطة الرياضية وتوسيع قاعدتها والارتقاء بها، وذلك من خلال التخطيط العلمي الذي يحقق الإنجازات الرياضية.

مما تقدم، تكمن أهمية هذا البحث في أن تحديد نقاط القوة واكتشاف نقاط الضعف في استخدام مدربي ألعاب القوى للتخطيط العلمي، يساهم في رفع مستوى كفاءة العملية التدريبية وتحقيق أهدافها، ويساعد على حدوث تغيير إيجابي في عمليات تخطيط التدريب بغية الوصول إلى مستويات رياضية أفضل في منافسات ألعاب القوى.

مشكلة البحث:

يعدُّ التخطيط العلمي من التحديات الهامة التي تواجه المدربين بشكل عام ومدربي ألعاب القوى بشكل خاص، كونه شرطاً ومطلباً أساسياً لتحقيق أهداف العملية التدريبية، ومن خلال الدراسة الاستطلاعية التي قام بها الباحث على مجموعة من مدربي ألعاب القوى، فقد تبين عدم وضوح الصورة الحقيقية وغياب الإجابة الدقيقة لمدى استخدام مدربي ألعاب القوى للتخطيط العلمي بكافة جوانبه في العملية التدريبية، إضافةً إلى ذلك ندرة الدراسات التي أُلقت الضوء على هذا الجانب، الأمر الذي دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة.

أهمية البحث وأهدافه:

- التعرف على مدى استخدام المدربين للتخطيط العلمي من أجل رفع مستوى منافسات ألعاب القوى.

فروض البحث:

- يستخدم المدربون التخطيط العلمي لرفع مستوى منافسات ألعاب القوى:
- يستعين المدربون بالخبراء والمختصين في مجال التخطيط العلمي.
- يستخدم المدربون تقنيات التدريب الحديث لتحقيق أهداف الخطط الموضوعية.

مجالات البحث:

- المجال البشري: مدربي ألعاب القوى في الجمهورية العربية السورية الذين اتبعوا دورات تدريبية عالية المستوى، كدورة التضامن الأولمبي التابعة للاتحاد الدولي لألعاب القوى والتي مقرها القاهرة.
- المجال المكاني: اللاذقية - جامعة تشرين - كلية التربية الرياضية.

- المجال الزمني: 2017-1-15 ولغاية 2017-9-1.

الإطار النظري للبحث:

مفهوم التخطيط:

التخطيط هو ان تقرر سلفا ما يجب عمله حتى تتفادى الأخطاء والمصاعب التي تواجه تنفيذ العمل وبذلك توفر من الوقت والجهد، وتضمن إحكام عملية إنجاز العمل وإتمامه بدقة عالية. (إبراهيم ومعوض، 2015) والتخطيط في المجال الرياضي بالغ الأهمية لتحقيق الأهداف المطلوبة، وبدونه يصبح العمل ارتجاليا، والقرارات دون تأثير يذكر، وبالتالي لا تتحقق الأهداف المطلوبة، فمن خلال التخطيط يمكن التعرف على المعوقات واكتشافها قبل حدوثها والعمل على تلافيها. (عبد المقصود والشافعي، 2003)

تعريف التخطيط:

من أبرز تعريف التخطيط، الآتي:

- التخطيط هو أقصر الطرق وأكثرها ضمانا وأقلها تكلفة لتحقيق الأهداف والمستويات المرغوبة وفق الأهداف المحددة في مختلف الأنشطة. (حماد، 2001)

أهمية التخطيط:

أن للتخطيط أهمية كبيرة، فهو الطريق لتحقيق الهدف، ويوفر الكثير من الوقت والجهد والمال، ولهذه الأهمية عدة نقاط يمكن إيجازها بما يأتي:

- 1- مواجهة حالة عدم التأكد والتغيير من خلال وضع أهدافه.
- 2- التركيز على الأهداف.
- 3- الاستفادة القصوى من اقتصاديات التشغيل.
- 4- تسهيل عملية المراقبة. (إبراهيم ومعوض، 2015)

مشكلات التخطيط:

هنالك عدة مشكلات تواجه التخطيط، منها:

- 1- كثرة التكاليف، 2- ضياع الوقت، 3- عدم المرونة، 4- الشكل في الافتراضات الموضوعية للمستقبل، 5- النظرة الضيقة للأمر، 6- التخطيط يضعف الابداع والابتكار، 7- عدم دقة المعلومات والإحصاءات التي يقوم عليها التخطيط. (شرف، 1997)

مبادئ التخطيط الرياضي:

للتخطيط الرياضي عدة مبادئ، أبرزها:

- 1- الواقعية، 2- المرونة، 3- الشمول والالتزان، 4- مراعاة الخطة للظروف الخارجية، 5- التكامل. (إبراهيم،

2000)

فوائد التخطيط الرياضي:

من أبرز الفوائد التي يحققها التخطيط، هي:

1- تجنب العشوائية والارتجال، 2- تحديد الأهداف ومحاولة تحقيقها، 3- وضع وتصميم خطة معينة لتحقيق الأهداف، 4- تحديد المراحل التدريبية في الخطة، 5- تشجيع النظرة المستقبلية، 6- تقليل فقدان الوقت والجهد والموارد المالية. (العلي وشغاتي، 2006)

تعريف ألعاب القوى: هي عبارة عن نشاط بدني يتضمن أشكالاً طبيعية للحركة كالمشي والجري والوثب والقفز والرمي، التي تختلف عن بعضها البعض طبقاً للقدرة البدنية والخصائص الفيزيولوجية والسمات النفسية للفرد الرياضي. (Stefanovic, 1992)

نشأة منافسات ألعاب القوى وتطورها:

يرجع أصول منافسات ألعاب القوى وتطورها إلى آلاف السنين، حيث مارسها الإنسان منذ نشأته، واستخدمها في كره وفره وتسلفه واجتيازه للموانع والسواقي، فمشى وجرى ووثب ورمى الرماح دفاعاً عن النفس، وتأقلم مع العيش في الطبيعة.

وقد بدأت منافسات ألعاب القوى بشكل منظم مع أول دورة أولمبية أقيمت في تاريخ البشرية عام 776 ق.م، ثم توقفت لفترة زمنية طويلة، وعادت من جديد كي تكون ضمن البرنامج الأولمبي عام 1896م مع بدء أول دورة للألعاب الأولمبية في العصر الحديث. (ILIC, 1992)

- الدراسات السابقة والمثابرة:

- دراسة سليمان والشافعي (1989) بعنوان: (دور التخطيط للمدرب في النهوض بمسابقات ألعاب القوى). أظهرت الدراسة جملة من النتائج، أهمها: إتباع الأسلوب العلمي للتخطيط لكل من اتحاد ألعاب القوى والمدرب كمنهج أساسي، وإتباع المدرب للتخطيط العام باتحاد ألعاب القوى مع إتباع تخطيط خاص به لتنفيذ خطته التدريبية، وتوفير الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة للتخطيط وذلك عن طريق توفير الاعتمادات المالية اللازمة للتخطيط الجاري والمستقبلي، استمرار إيفاد المدربين المميزين في بعثات خارجية على أحدث وسائل التدريب والتخطيط لمجال ألعاب القوى، وإتباع طرق التقويم وتصميم اختبارات قبلية وبعديّة لتصويب مسار التخطيط في التنفيذ.

- دراسة مسعود (2001) بعنوان: (أهمية التخطيط في ميدان كرة القدم) كان من أبرز نتائج الدراسة أن التحكم في التخطيط يحسن من عمل المدرب عند قيامه بعمله التدريبي؛ كما يمكن اللاعب من تحسين أدائه؛ وبالتالي يحسن من مردود أندية كرة القدم.

- دراسة محمد (2014) بعنوان: أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المدربين في تحسين المردود الرياضي لدى ممارسي كرة القدم (أقل من 17 سنة).

وقد أسفرت نتائج الدراسة تأكيد معظم المدربين على أن التخطيط هو الأسلوب الأمثل للوصول إلى الأداء الجيد؛ وأن تحديد أهداف التدريب والتي تعد أحد عناصر التخطيط الجيد، لها تأثير إيجابي على مردود لاعبي كرة القدم.

منهجية البحث:

المنهج العلمي المستخدم:

تم استخدام المنهج الوصفي، وذلك لملائمته لطبيعة البحث ومشكلته.

عينة البحث:

أجريت الدراسة على عينة مقدارها (45) مدرباً ممن أتبعوا دورات تدريبية عالية المستوى في مركز التضامن الأولمبي التابع للاتحاد الدولي لألعاب القوى والذي مقره القاهرة في جمهورية مصر العربية، وقد شكلت نسبة العينة 47% من المجتمع الأصلي والبالغ عدده (96) مدرباً.

أداة البحث:

استخدم الباحث لإتجاز هذا البحث استبياناً خاصاً من إعداده لدراسة مدى استخدام مدربي ألعاب القوى للتخطيط العلمي لرفع مستوى منافسات ألعاب القوى. ملحق رقم (1).

وسائل جمع البيانات: المقابلة الشخصية (الدراسة الاستطلاعية) والاستبيان.

صدق الاستبيان:

تم عرض عبارات الاستبيان على عشرة خبراء* من أعضاء الهيئة التدريسية المتخصصين في مجال التربية الرياضية، وذلك بغرض التحقق من أن الاستبيان يقيس بالفعل الهدف الذي وضع من أجله، وذلك لإبداء الرأي سواء بالتعديل أو الحذف أو الإضافة، والجدول رقم (1) يوضح قيمة صدق الاستبيان؛ كما أن الملحق رقم (1) يوضح فقرات الاستبيان في صورتها الأولية، والملحق رقم (2) يوضح الشكل النهائي لفقرات الاستبيان. مع التنويه ان كل عبارة من عبارات الاستبيان لم تحقق نسبة (70%) من الموافقات لدى الخبراء (المحكمين) تم حذفها.

جدول رقم (1) يوضح قيمة صدق الاستبيان بمعامل دالة النسبة المئوية

قيمة صدق الاستبيان	الصلاحية	
	غير صالحة	صالحة
%87.9	%12.1	%87.9

*** الخبراء:**

- 1- أ. م. د. بلال محمود : نائب عميد كلية التربية الرياضية للشؤون الإدارية والطلاب، جامعة تشرين.
- 2- أ. م. د. قاسم خليل إبراهيم : مدرس في كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين.
- 3- د. سامح قاسم : نائب عميد كلية التربية الرياضية للشؤون العلمية، جامعة تشرين.
- 4- د. ميسم زهرة: رئيس قسم التدريب الرياضي، جامعة تشرين.
- 5- د. أنجيلا ماضي: رئيس قسم المناهج والتدريس، جامعة تشرين.
- 6- د. عزيز كفا : مدرس في كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين.
- 7- د. خلود علي ديب: مدرس في كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين.
- 8- د. رشا صقر: مدرس في كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين.
- 9- د. رشا ضويوا : مدرس في كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين.
- 10- د. ناهد ناصر : مدرس في كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين.

ثبات الاستبيان: طبق الاستبيان على عينة قوامها (15) مدرباً رياضياً من مدربي ألعاب القوى، وبعد تفريغ الاستبانة، تبين أن معامل ثبات الاستبيان قد بلغ (0.984)، ومعامل صدقها (0.991)، وللتأكد من ثبات وصدق الاستبيان، تم إعادة توزيعه بعد عشرين يوماً على العينة ذاتها، فتبين أن معامل الثبات (0.991) ومعامل صدقها (0.995)، وهذا ما يؤكد مصداقية النتائج المستخرجة لهذه الدراسة. مع التنويه إلى أن الاختلاف بين القيمتين الأولى والثانية لثبات الاستبيان يرجع إلى الفهم الأدق لعبارة الاستبيان من قبل أفراد العينة.

جدول 2/ يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الثبات ومعامل صدق الاستمارة
وتم تحليل هذه النتائج استناداً إلى عدد المدربين الذين أجابوا على المقياس ليكرت الثلاثي: دائماً، أحياناً، أبداً

التجربة الثانية للاستبيان				التجربة الأولى للاستبيان				المتغيرات
معامل صدق الاستمارة	معامل الثبات	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	معامل صدق الاستمارة	معامل الثبات	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
0.995	0.991	0.480	1.590	0.991	0.984	0.501	1.633	

الإجراءات الإحصائية: تم استخدام الوسائل الإحصائية الأتية وذلك لملائمتها مع طبيعة البحث، وهي:
- برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS - النسبة المئوية - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري.

- معامل الارتباط - اختبار كاي سكوير (كا²).

النتائج والمناقشة:

بعد تفريغ البيانات والحصول على تكرارات الإجابة على بدائل الاستمارة (دائماً، أحياناً، أبداً)، استخرجت النسبة المئوية لاختيار كل بديل منها، كما تم معاملة البيانات احصائياً باستخدام كاي مربع، وتم حساب (كا²) لكل فقرة، وذلك للوقوف على معنوية الدلالة للاختيارات المساعدة؛ الجدول رقم (3).

الجدول رقم (3) يبين تكرارات البديل ونسبتها المئوية ويبين قيمة كا² المحسوبة لكل فقرة ومعنوية الدلالة

متغيرات الجدول	البديل (1) دائماً	البديل (2) أحياناً		البديل (3) أبداً		قيمة Asym sig	معنوية الدلالة
		النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
1	55.6%	44.4%	0	0%	0.456	لا توجد دلالة معنوية	
2	62.2%	37.8%	0	0%	0.881	لا توجد دلالة معنوية	
3	53.3%	46.7%	0	0%	0.655	لا توجد دلالة معنوية	
4	57.8%	42.2%	0	0%	0.297	لا توجد دلالة معنوية	
5	37.8%	62.2%	0	0%	0.101	لا توجد دلالة معنوية	
6	33.3%	66.7%	0	0%	0.025	توجد دلالة معنوية	
7	77.8%	22.2%	0	0%	0.00	توجد دلالة معنوية	

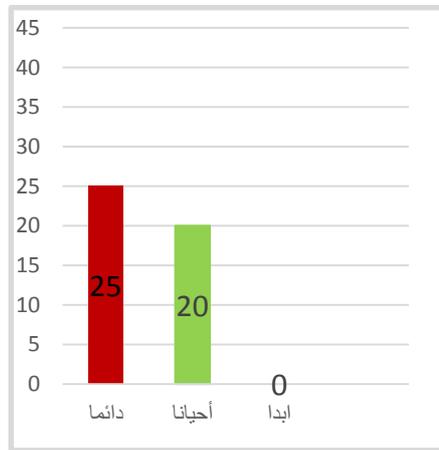
توجد دلالة معنوية	0.022	%51.1	23	%31.1	14	%17.8	8	8
لا توجد دلالة معنوية	0.053	%0	0	%64.4	29	%35.6	16	9
توجد دلالة معنوية	0.002	%0	0	%26.7	12	%73.3	33	10
لا توجد دلالة معنوية	0.456	%0	0	%44.4	20	%55.6	25	11
لا توجد دلالة معنوية	0.180	%0	0	%60	27	%40	18	12
توجد دلالة معنوية	0.011	%0	0	%68.9	31	%31.1	14	13
لا توجد دلالة معنوية	0.057	%46.7	21	%35.6	16	%17.8	8	14
لا توجد دلالة معنوية	0.053	%0	0	%35.6	16	%64.4	29	15
توجد دلالة معنوية	0.014	%51.1	23	%33.3	15	%15.6	7	16

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ أن قيمة Asymp sig أصغر من 0.05 مستوى الدلالة في كل من الفقرات التالية: (6، 7، 8، 10، 13، 16)، وهذا يدل على وجود دلالة معنوية، أما قيمة Asymp sig فقد كانت أكبر من 0.05 لمستوى الدلالة في الفقرات الآتية: (1، 2، 3، 4، 5، 9، 11، 12، 14، 15)، وهذا يدل على عدم وجود دلالة معنوية في كل من هذه الفقرات، ونلاحظ أيضاً أن النسبة المئوية لتكرار البديل (دائماً) في الفقرات (1، 2، 3، 4، 7، 10، 11، 15)، لاختيار عينة المدربين، كانت أعلى من النسبة المئوية للبديلين (أحياناً وأبداً)؛ بينما النسبة المئوية لتكرار البديل (أحياناً) للفقرات (5، 6، 9، 12، 13)، فكانت أعلى من النسبة المئوية لتكرار البديلين (دائماً وأبداً)؛ أما النسبة المئوية لتكرار البديل (أبداً)، فقد كانت أعلى من النسبة المئوية لتكرار البديلين (دائماً وأحياناً)، في الفقرات: (8، 14، 16). ولتوضيح الدلالة الاحصائية للبدائل (دائماً، أحياناً، أبداً)، لكل فقرة من فقرات الاستبيان بأنه (توجد دلالة معنوية)، فيعني بوجود فروق احصائية بين التكرارات النظرية والتكرارات التجريبية، وفي حال قمنا بإعادة توزيع الاستمارة مرة أخرى أو أكثر، فإن النتيجة سوف تبقى نفسها؛ بينما (لا توجد دلالة معنوية)، فيعني بأنه لا توجد فروق جوهرية بين التكرارات النظرية والتجريبية، أي في حال قمنا بإعادة توزيع الاستمارة مرة أخرى أو أكثر، فسوف تبقى النتيجة نفسها دون حدوث أي تغيير. مما سبق، فقد توصلنا من خلال هذا البحث إلى نتيجة هامة مفادها الآتي: إن فقرات الاستبيان التي بلغت فيها (sig) أصغر من (0.05) فيعني ذلك بأنه يوجد دلالة معنوية، أي توجد فروق جوهرية بين التكرارات النظرية والتجريبية، وإن دل ذلك على شيء فإنما يدل على أن الجهات المعنية بواقع ألعاب القوى يجب عليها إيجاد الحلول المناسبة والتغلب على جوانب الضعف التي يعاني منها المدربين نحو فقرات هذا الاستبيان؛ أما بالنسبة لفقرات الاستبيان التي بلغت فيها قيمة (sig) أكبر من (0.05) فهذا يعني بأنه لا توجد دلالة معنوية، أي لا توجد فروق جوهرية بين التكرارات النظرية والتجريبية، وإن دل ذلك على شيء فهو يدل على أن الجهات المعنية بواقع ألعاب القوى عليها تعزيز جوانب القوة لدى مدربي ألعاب القوى تجاه فقرات هذا الاستبيان. مع التنويه، أن التكرارات النظرية: هو عدد آراء مدربي ألعاب القوى المتفقون على رأي واحد تجاه كل مؤشر من مؤشرات بدائل الفقرة من فقرات الاستبيان؛ بينما التكرارات التجريبية: فهي التكرارات المتوقعة في حال تم إعادة تطبيق هذا البحث مرة أخرى

الفقرة الأولى: " الخبرة والتجربة في مهارات التخطيط "

يقصد بمهارة المدرب في التخطيط الرياضي مدى قدرته وكفاءته على تنفيذ واجب معين؛ وبالأحرى قدرته على التخطيط المتقن لتحقيق الأهداف المطلوبة في العملية التدريبية.

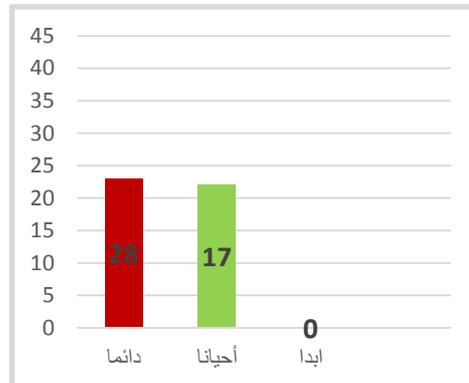
وقد جاءت الإجابات المتعلقة بهذه الفقرة لصالح المؤشر (دائماً)، وذلك بنسبة (55.6%)، بينما بلغت نسبة المؤشر (أحياناً)، (44.4%). انظر الى الشكل رقم (1).
 إذا، في رأي أغلبية المدربين، تعدُّ الخبرة والتجربة الشخصية مهمة دائماً في مهارات التخطيط للعملية التدريبية وهو ما يدل على مدى وعيهم لأهمية الدور الذي تلعبه في المجال التدريبي.
 إن الخبرة والتجربة الشخصية تكسب المدرب الإلمام العميق بنظرية تخصصه وتطبيقها، كما تزيده الخبرة قدرة على الإبداع والتحليل والاستنتاج، وتحفزه على البحث الدائم عن الجديد، وتصميماً على مواصلة تطوير معرفته العلمية وتحصيله المهني (مجيد، 1988)
 ويرى الباحث أن مهارات التخطيط ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتطور مستوى أداء المدرب نتيجة الممارسة العملية، لذا، فإنها نسبتها متفاوتة بين مدربي ألعاب القوى.



الشكل رقم (1) يبين الخبرة والتجربة

الفقرة الثانية: " تخطيط البرامج التدريبية "

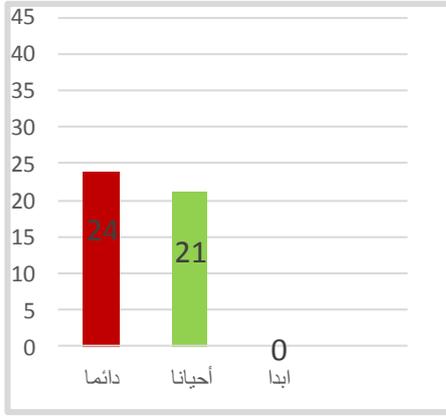
يقصد من تخطيط البرامج التدريبية القدرة على وضع تصور منهجي للعملية التدريبية من حيث المحتوى والتنظيم؛ وبالأحرى قدرة المدرب الرياضي على تحقيق الأهداف المطلوبة من خلال وضع برنامج تدريبي صحيح.
 أما نتيجة الاستبيان، فقد جاءت لصالح المؤشر (دائماً)، بنسبة (62.2%)، بينما بلغت نسبة المؤشر (أحياناً)، (37.8%). والشكل رقم (2) يبين ذلك.



الشكل رقم (2) يبين تخطيط البرامج التدريبية

بالرغم من أن هناك نسبة كبيرة لديها القدرة العلمية على تخطيط البرامج، إلا أن هناك نسبة ليست بقليلة لا تمتلك ذلك بشكل كافٍ - وهذا ما تأكد منه الباحث أثناء قيامه بالدراسة الاستطلاعية - مما يدل على أن عملية تخطيط البرامج التدريبية تعد من الأمور الصعبة والمعقدة، والتي تتطلب من المدرب الجهد الكثير والإلمام الكافي بالأسس العلمية عند قيامه بتصميم البرنامج التدريبي، لأن ذلك يحدد المهام والأهداف ونظام العمل والأسلوب المتبع؛ كما يعد البرنامج التدريبي أحد عناصر عملية التخطيط الجيد، والمجال التنفيذي لعملية التخطيط، التي تتحدد بإطار زمني معين. (الحاوي، 2002)

ويرى الباحث أن المشكلة الرئيسة التي تواجه المدرب الرياضي في منهجية التدريب هو كيفية ضمان تحقيق الأهداف المطلوبة في البرنامج التدريبي؛ ومن أجل ضمان تخطيط البرنامج التدريبي بشكل صحيح، يجب أن يقوم بهذه المهمة مدرب ذو مستوى علمي تخصصي.



الفقرة الثالثة: " المعارف والمعلومات الحديثة في التخطيط "

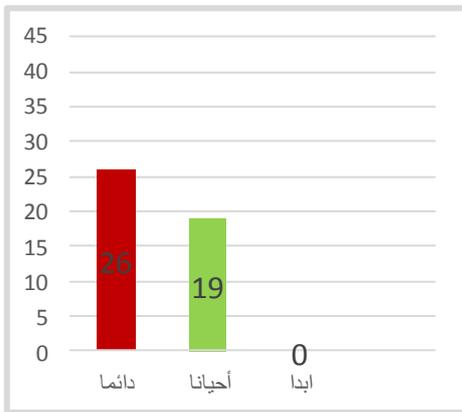
إذا كانت عملية التدريب الرياضي تهدف أساساً للوصول بالرياضيين إلى أعلى مستوى ممكن وفقاً للمرحلة التي يتم تدريبها؛ فإن ذلك يتطلب من المدرب استخدام المعارف والمعلومات الحديثة في عمليات التخطيط الرياضي.

وإذا نظرنا ملياً بنتيجة هذه الفقرة، وكما هو مبين في الشكل رقم (3)، لوجدنا أن نسبة الذين اختاروا المؤشر (دائماً)، بلغت (53.3%)؛ وهي أكبر من نسبة المؤشر (أحياناً)، والتي بلغت (46.7%)؛ مما يعني أن هناك نسبة لا بأس بها من مدربي ألعاب

القوى مدركة بأن نجاح المدرب في أثناء ممارسته المهنة التدريبية

الشكل رقم (3) يبين المعارف والمعلومات الحديثة في التخطيط

يرتبط إلى حد كبير بمستوى معلوماته ومعارفه العلمية في نوع النشاط الرياضي التخصصي؛ وهذا ما أكد عليه (الحاوي، 2002)، أن على المدرب عدم الاكتفاء بدرجة التأهيل المهني، بل يعمل جاهداً على الاستزادة والاطلاع على كل ما يستجد من المعارف والمعلومات الحديثة في عمليات تخطيط التدريب الرياضي. إذاً، كلما تميز المدرب بالتأهيل الرياضي التخصصي العالي، زاد اتقانه للمعارف النظرية وطرائق تطبيقها، وكان أقدر على رفع مستوى أداء الفرد الرياضي.



الفقرة الرابعة: " تنفيذ الخطط التدريبية "

في غياب الخبرة تتسلل العشوائية إلى عمليات تنفيذ الخطط التدريبية، ويكون نتيجة ذلك تعثر العملية التدريبية بأكملها، وتفشل لعدم وجود هدف واضح لمراحلها وكيفية تنفيذ واجباتها.

لذا، جاءت نتيجة الاستبيان المتعلق بهذه الفقرة لصالح المؤشر (دائماً)، والتي بلغت (57.8%)، متفوقة على النسبة المئوية للمؤشر (أحياناً)، والتي بلغت (42.2%). الشكل رقم (4).

الشكل رقم (4) يبين تنفيذ الخطط التدريبية

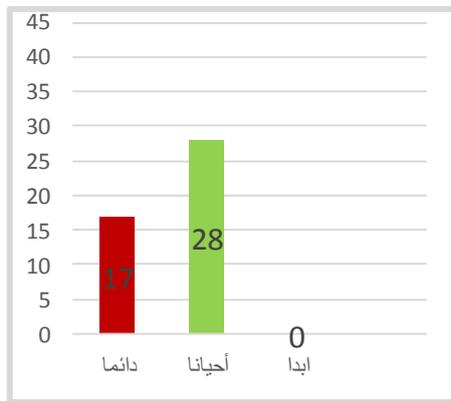
بناء على ذلك، يجب أن يقوم بتنفيذ الخطة مدرب متمكن، لأنه من غير الممكن أن تحقق الخطة أهدافها إذا لم يقوم بتنفيذها

مدرب متمرس ذو خبرة وكفاءة عالية.

كما أن العلم المسبق بأسلوب التنفيذ المناسب، وطريقة التعليم والخبرة الأمثل، وكمية الوقت المتيسر لإنجاز العمل يساعد على عنصر الدقة في تنفيذ الخطط التدريبية. (شرف، 1997) (المدهون والجزراوي، 2002) ويؤكد الباحث هنا على ضرورة استثمار الخبرات العلمية والعملية وتوظيفها على أكمل وجه، كون ممارسة المهنة التدريبية مهمة صعبة، وأن المدرب الفعال هو الذي يمتلك قدرات استثنائية ومعرفة واسعة تمكنه من تدريب وإعداد الأفراد الرياضيين، والوصول بهم إلى أعلى مستوى ممكن.

الفقرة الخامسة: " الاستعانة بالخبراء والمختصين.

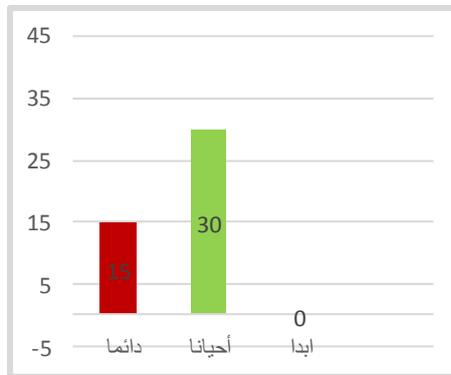
في الإجابة على الاستبيان المتعلق بأهمية الاستعانة بالخبراء والمختصين لتخطيط العملية التدريبية، جاءت إجابات المدربين مفاجئة لتؤكد أن نسبة المؤشر (أحياناً)، والبالغة (62.2%)، أكبر من نسبة المؤشر (دائماً) والتي بلغت (37.8%). انظر الى الشكل رقم (5). وتحليل هذه النتيجة نرى أن هؤلاء المدربين لا يعون بقدرٍ كافٍ أهمية التعاون والاستفادة من الخبراء والمختصين في مجال التخطيط. علماً أن هناك نسبة لا يستهان بها اختارت المؤشر (دائماً).



الشكل رقم (5) يبين الاستعانة

بإختصاص الخبراء والمختصين في العملية التدريبية إذ تستعين وتتشاور مع الخبرات المختصة، كونها مدركة لمهام وواجبات التدريب الرياضي الحديث ومهتمة ومتحمسة لذلك.

إن المخطط قليل الخبرة بالموضوع الذي يقوم بالتخطيط له، يعرض العملية التخطيطية للقصور؛ لذا، يجب أن توكل هذه العملية لأفراد على مستوى علمي تخصص وخبرة كافية في هذا المجال. (عبد الرحمن وفكري، 2004) ويؤكد الباحث هنا على ضرورة ردم الهوة - إن وجدت - بين المدرب والمختصين من خلال اهتمام المدربين بمعالجة المشكلات التي تعترضهم في تخطيط العملية التدريبية هذا من جانب، ومن جانب آخر فإن التعاون هو الضمان الوحيد لكي يتجنب المدرب عواقب سلبية محتملة، وضمان حقيقي لزيادة خبراته، وشرط لإحراز نتائج إيجابية في تخطيط العملية التدريبية.



الشكل رقم (6) يبين الاستفادة من خبرات اللاعبين

الفقرة السادسة: " الاستفادة من خبرات اللاعبين في تخطيط

العملية التدريبية "

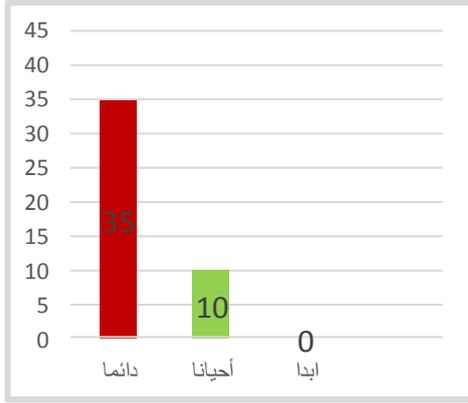
في الاستبيان المتعلق بنظرة المدربين إلى أهمية اشراك اللاعبين في عملية التخطيط للتدريب الرياضي، جاءت الإجابات لصالح المؤشر (أحياناً)، وذلك بنسبة كبيرة، إذ بلغت (66,7%)؛ وتعد هذه النتيجة دليلاً على قلة وعي المدربين لأهمية هذا العامل، وقلة إدراكهم ومعرفتهم بأهمية التخطيط العلمي الصحيح في التدريب الحديث. أنظر إلى الشكل رقم (6).

إن مشاركة الافراد الرياضيين في اتخاذ القرار، واقتناعهم الشخصي بضرورة تنفيذه، تعد من العوامل الهامة في التأثير الإيجابي على سلوكهم وحماسهم في أداء المهام الموكلة إليهم. (علاوي، 1998)

ويرى الباحث أن اشراك الفرد الرياضي في عملية التخطيط، هو ضمان حقيقي لزيادة خبراته ومن حقه المشاركة في التشاور، وبخاصة ذوي المستويات الرياضية العالية، الذي ينبغي على المدرب الاصغاء الى وجهات نظرهم في منهجه التدريبي.

الفقرة السابعة: الاستعانة بسجلات اللاعبين في عملية

التخطيط



هل يستعين مدربي ألعاب القوى بسجلات الافراد الرياضيين في مهنتهم التدريبية؟ في الإجابة على هذا السؤال، جاءت نتيجة الاستبيان مفاجئة ولصالح المؤشر (دائما)، وذلك بنسبة (77.8%)، بينما كانت نسبة المؤشر (أحيانا) ضئيلة جدا، إذ بلغت (22.2%)، ويظهر ذلك جليا في الشكل رقم (7).

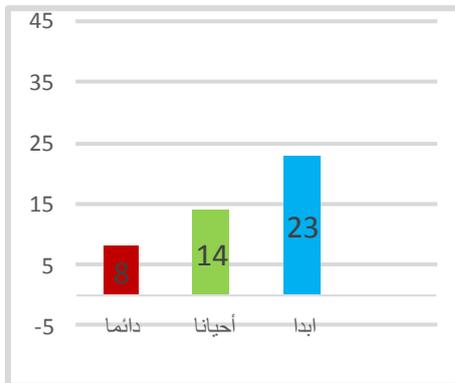
مما يدل بشكل واضح وصريح على وعي هؤلاء المدربين، وبالأحرى دليلا على معرفتهم وإدراكهم بأن ذلك يسهم في زيادة قدرتهم على التخطيط الصحيح في العملية التدريبية.

الشكل رقم (7) يبين الاستعانة

بسجلات اللاعبين في عملية التخطيط

إن التدريب المنظم وفق منهج علمي، يتطلب جمع بيانات وسيرة حياة الفرد الرياضي، ورصد تطور مستوى أدائه خلال مراحل حياته الرياضية، وتحليل كل البيانات المتعلقة بأدائه في المنافسات الرياضية، والتخطيط لها، وتكييف البرامج التدريبية وفقا لقدراته، وإدارة أسلوب حياته، وتسجيل كل الملاحظات والتغيرات التي تطرأ على أدائه. (عبد الرحمن وفكري، 2004)

ويؤكد الباحث هنا على أن ممارسة المدرب للمهنة التدريبية هي عمل معرفي إلى حد كبير، وإن عدم قيام المدرب بتسجيل بيانات لاعبيه وحفظها، واستخدامه لبرامج تدريبية تقليدية معتمدا على البديهة، لا يؤدي إلى تحقيق الأهداف المطلوبة في العملية التدريبية.



الفقرة الثامنة: استخدام تكنولوجيا التدريب الرياضي الحديث

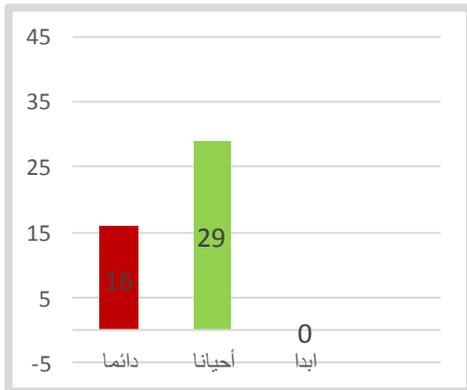
إن وجود مدربين رياضيين يمتلكون القدرة والكفاءة على استخدام التقنيات الحديثة في التدريب الرياضي، كأجهزة التدريب باستخدام الحاسب و أجهزة قياس للتعرف على الحالة البدنية والوظيفية للفرد الرياضي يسهم - بالتأكيد - إلى رفع مستوى منافسات العاب القوى، لكن وللأسف -جاءت نتيجة الاستبيان المتعلق بذلك مخيبة للآمال ولصالح المؤشر (أبدا)، وذلك بنسبة (51.1%)، وهي أكبر من النسبة المئوية للمؤشر (أحيانا)، والتي بلغت (31.1%)، وكذلك نسبة المؤشر (دائما)،

الشكل رقم (8) يبين استخدام التكنولوجيا

والتي بلغت (17.8%). الشكل رقم (8).

بناء على ذلك، تعد هذه النتيجة دليلاً على عدم اهتمام المدربين بهذا العامل، من أجل تحقيق أهداف خططهم التدريبية، لذا، فمن الضروري أن يهتم اتحاد ألعاب القوى باطلاع المدربين على كل ما يستجد في هذا المجال، من خلال إقامة دورات علمية تأهيلية لرفع مستوى قدراتهم المعرفية، وأيضاً توفير الأجهزة والأدوات الحديثة أسوة بما يحدث في العالم الرياضي المتطور، ولما تقتضيه تقنيات التدريب الحديثة بغية الحصول على المعلومات المطلوبة. (الحاوي، 2002)

ويرى الباحث أنه من غير الممكن النهوض بواقع منافسات ألعاب القوى دون استخدام التقنيات الحديثة ميدانياً، ومخبرياً؛ إذ ثبت أن الأسلوب التقليدي المتبع في واقعنا الحالي غير مجد للوصول إلى المستويات العالية.



الفقرة التاسعة: "تاكامل التخطيط"

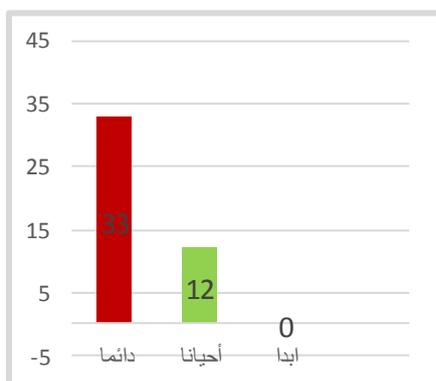
يجب الا يفهم بان التخطيط يرتبط دائماً بالفترات القصيرة، بل أنه من الضروري التخطيط لفترات بعيدة المدى، والتي يمكن من خلالها تحديد الأهداف والواجبات لكل مرحلة من مراحلها.

وفي الإجابة على هذه الفقرة، تضمن الاستبيان نتيجة متباعدة وغير متوقعة بين كل من المؤشرين (أحياناً، دائماً)، فكانت نسبة المؤشر (أحياناً)، (64.4%)، وهذه النسبة أكبر بكثير من نسبة المؤشر (دائماً)، والتي بلغت (35.6%)، بينما لم يحصل المؤشر (أبداً)، على أي نتيجة تذكر. الشكل رقم (9).

الشكل رقم (9) يبين تاكامل التخطيط

إذا نظرنا ملياً في هذه النتيجة، لوجدنا أن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية وتحقيق نتائج متميزة لا يعتمد على المواهب الرياضية وتوافر الإمكانيات وتطويرها فقط، بل استمرار وتكامل تخطيط الإعداد الرياضي والتدريب المنظم. إن التدريب الرياضي لفترة زمنية طويلة عملية بالغة الصعوبة وتتطلب الكثير من الأهداف والواجبات لأن الهدف النهائي للخطط الطويلة المدى ينبغي أن تحقق نتائج رياضية متميزة؛ فالتخطيط طويل المدى هو الذي يرسم الخطوط والمعالم الرئيسة لعمليات التدريب الرياضي، والتي يجب أن تسير على خطاها كل أنواع عمليات التخطيط الأخرى. ولذا، يجب البدء أولاً بهذا النوع من التخطيط، لأنه يؤدي إلى تكامل وترابط الأهداف مع بعضها البعض، بحيث يكون أساساً لكل تحسين أو تطوير. (Malacko, 2010)

ويؤكد الباحث هنا على أن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية لا يأتي جزافاً، بل من خلال التخطيط الصحيح لعمليات التدريب الرياضي، والتي تبدأ منذ ممارسة النشاط الرياضي حتى الوصول إلى أعلى مستوى.



الفقرة العاشرة: "التخطيط المسبق للوحدات التدريبية"

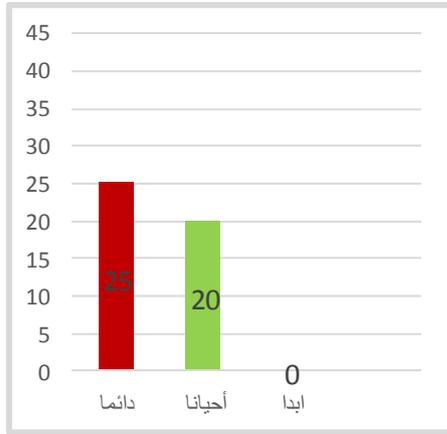
تعدّ الوحدة التدريبية أساس عملية التخطيط اليومي؛ وقد جاءت نتيجة الاستبيان لصالح المؤشر (دائماً)، وذلك بنسبة (73.3%)، متفوقة بشكل واضح على نسبة المؤشر (أحياناً)، والتي بلغت (26.7%)، مما يعني أن هناك نسبة كبيرة من مدربي ألعاب القوى على دراية تامة بالدور الذي يلعبه التخطيط المسبق للوحدات التدريبية، كونه وسيلة ضرورية وفعالة لضمان التقدم الدائم في مستوى أداء الفرد الرياضي. الشكل رقم (10)

الشكل رقم (10) يبين التخطيط المسبق للوحدات التدريبية

ويتمثل التخطيط المسبق للوحدات التدريبية في الخطوات التنفيذية للأهداف والمهام والواجبات التي يجب أن يقوم بها المدرب في الوحدات التدريبية، إذ تكون العملية التدريبية ناقصة وغير فعالة دون ذلك. (عبد الرحمن وفكري، 2004)

ويؤكد الباحث على ضرورة معرفة الأفراد الرياضيين مسبقا بمحتوى الوحدات التدريبية، لأن ذلك يساعدهم على وضع أهدافهم الشخصية، ويمكنهم من تخطيط وإدارة قدراتهم البدنية والذهنية. لذا، يجب أن يعرض المدرب على الفرد الرياضي برنامجا اليومي، ويفضل أن يكون ذلك أسبوعيا، وان ينشر في لوحة الإعلانات المثبتة في حجرات ملابسهم، وأماكن تدريبهم قبل البدء بكل وحدة تدريبية.

الفقرة الحادية عشرة: الاستعانة بالخطط البديلة



جاءت نتيجة الاستبيان المتعلقة بهذه الفقرة في غالبيتها لصالح المؤشر (دائما)، بنسبة (55.6%)، وهي أعلى من نسبة المؤشر (أحيانا)، والتي بلغت (44.4%). الشكل رقم (11).

وتدل هذه النسبة على وعي مدربي ألعاب القوى لأهمية الاستعانة بالخطط البديلة، كون وضع عدد من الخطط البديلة واختيار الأفضل منها، مع وضع برامج التنفيذ وفقا للأولويات والترتيب الزمني، من أبرز فوائد التخطيط في التدريب الرياضي (المدهون والجزراوي، 2002)

إذا، المرونة هي أحد متطلبات التخطيط الجيد، وطرح عدة بدائل يكسب التخطيط المرونة الكافية، وفي حال قلت هذه البدائل،

جعلت التخطيط جامدا غير قادر على التعامل مع هذه المواقف

الشكل رقم (11) يبين

الاستعانة بالخطط البديلة

المتعددة والطارئة والتي قد تظهر في أثناء التنفيذ، وهذا ما يجعل التخطيط ناقصا ومتعثرا. (شرف، 1997)

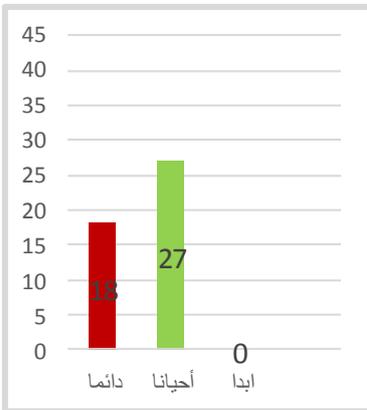
إن القيادة الناجحة في التدريب الرياضي تتوجب ان يتمتع المدرب بالمرونة الكافية لإجراء التصويب المناسب

في المنهج التدريبي بغية تحقيق الأهداف المتوخاة. (الصفار وصالح، 1990)

ويرى الباحث ان المدرب المتميز هو من يمتلك القدرة على وضع البدائل المناسبة وفق ما يتطلبه الموقف،

وذلك من أجل تحقيق الهدف المنشود.

الفقرة الثانية عشرة: " الدقة في التنفيذ "



البرنامج التدريبي هو الذي يحدد تفاصيل العمل بدقة من أجل تحقيق

الأهداف الذي يصبو اليها المدرب الرياضي، ويبين ما يجب فعله، ومتى يتم عمله، وكيف، والوقت اللازم لأداء هذا العمل.

ولفهم مدى أهمية هذا العامل، فقد جاءت غالبية الإجابات لصالح المؤشر

(أحيانا)، بنسبة (60%)، على حساب نسبة المؤشر (دائما)، والتي بلغت (40%)،

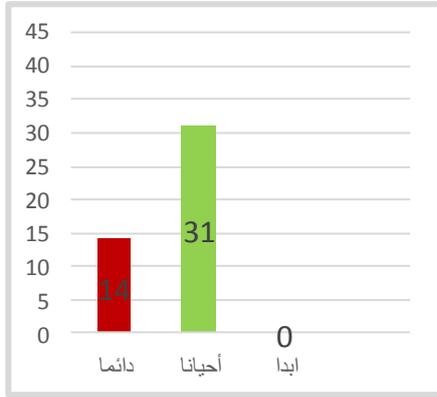
مع انعدام نسبة المؤشر (أبدا). الشكل رقم (12). إن هذه النتيجة تدل على قلة

الالتزام بتنفيذ البرنامج التدريبي، الأمر الذي يسهم في عدم إنجازها بشكل دقيق،

فتصبح العملية التدريبية

الشكل رقم (12) يبين الدقة في التنفيذ

دون جدوى وفاعلية كونها غير مكتملة وهذا ما أشار إليه شرف (1997)؛ كما يجب على المخطط أن يحدد بشكل دقيق الفترة الزمنية للتنفيذ، ويعطي التقدير المناسب لأهداف الخطة. (المدهون والجزراوي، 2002) ويؤكد الباحث على أن غياب الدقة يؤدي إلى العشوائية في عمليات التنفيذ، الأمر الذي يؤدي إلى تعثر البرنامج التدريبي وعدم فاعليته في تحقيق أهداف الخطط الموضوعية.



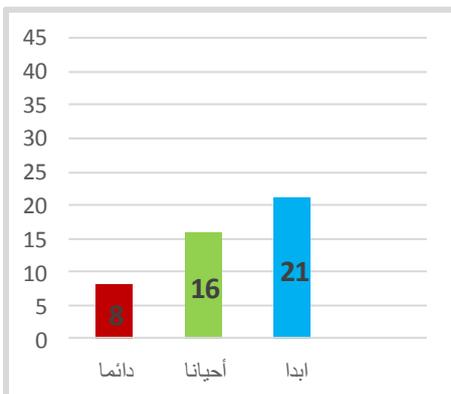
الفقرة الثالثة عشرة: " تخطيط المستويات الرياضية العالية "
إن التخطيط للمستويات الرياضية العالية يعد أولى الخطوات التنفيذية في بناء الهيكل التدريبي مع توجيه وتعديل مساره والذي يؤثر إيجاباً على مستوى الإنجاز الرياضي.
وقد جاءت نتيجة الاستبيان المتعلقة بهذه الفقرة لصالح المؤشر (أحيانا)، وذلك بنسبة (68.9%)، وهي أكبر من النسبة المئوية للمؤشر (دائما)، والتي بلغت (31.3%). الشكل رقم (13). وإذا نظرنا ملياً في نتيجة الذين اختاروا المؤشر (أحيانا)،

الشكل رقم (13) يبين المستويات العالية فنية

وقمنا بتحليلها بشكل دقيق، لوجدنا أن الأسباب قد تعزى إلى الآتي:

إن التخطيط للمستويات الرياضية العالية يعتمد على عوامل التي تتمثل في البحث والدراسة، وهذا يقع على عاتق الخبراء والمختصين في عملية الانتقاء، وعوامل إدارية من خلال دراسة الإمكانيات ووضوح الهدف والتنظيم والقيادة في مجال التدريب، كون الإمكانيات البسيطة لا تحقق متطلبات التدريب العالي، إذ تحتاج إلى أدوات وأجهزة بتقنيات متطورة، إضافة إلى الملاعب والصالات بمواصفات خاصة حتى تتناسب مع متطلبات التدريب الحديث، لذلك من الضروري دراسة الإمكانيات المتاحة حتى تصاغ الأهداف المرجو تحقيقها، وكذلك العامل التنبؤي كونه أساساً في عملية انتقاء المواهب الرياضية، والدور الذي يلعبه الخبراء في مجال التخطيط لعمليات التدريب؛ لذا، إن لم تتوفر هذه العوامل فمن الصعب جدا التخطيط للمستويات الرياضية العالية (أحمد، 1999)
إضافة إلى ما سبق، يرى الباحث أن الوصول للمستويات الرياضية العالية يرتبط أيضاً بقدرة المدرب على إدارة وتخطيط وتنفيذ وتقييم عمليات التدريب.

الفقرة الرابعة عشرة: " وسائل القياس "

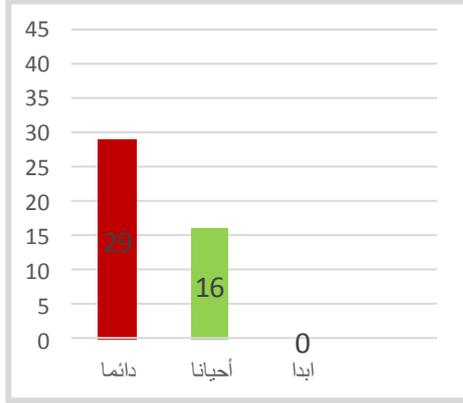


جاءت نتيجة استطلاع آراء المدربين بهذا العامل في غالبيتها لصالح المؤشر (أبدا)، والتي بلغت (46.7%)، وهي أكبر من النسبة المئوية للمؤشر (أحيانا)، (35.6%)، وكذلك نسبة المؤشر (دائما)، والتي بلغت (17.8%).

وبتحليل هذه النتيجة، يتبين لنا أن أغلب مدربي ألعاب القوى يستخدمون وسائل قياس تقديرية " تقليدية " في مهنتهم التدريبية، في حين لا يوجد إلا نسبة قليلة جداً ممن تستخدم وسائل التشخيص الموضوعية لقياس أهداف خططها التدريبية الموضوعية. انظر ملياً إلى الشكل رقم (14).
الشكل رقم (14) يبين وسائل القياس

بناء على ذلك، فإن هذه النتيجة مخيبة للأمل، لأن إجراء القياس بشكل موضوعي من أهم واجبات المدرب الرياضي، كون ذلك يساعده على تحقيق الأهداف ويؤدي إلى تميزه بدرجة عالية من الفاعلية، ووضوح الرؤية وتحديد الأهداف المتوخاة. (علاوي، 1998)

ويرى الباحث أن استخدام الأساليب العلمية في القياس يجعل العملية التدريبية عملية متكاملة؛ وتساعد كلا من المدرب والفرد الرياضي على تفهم مسؤولية كل منهما اتجاه هذه العملية.



الفقرة الخامسة عشرة: "مشكلات التخطيط"

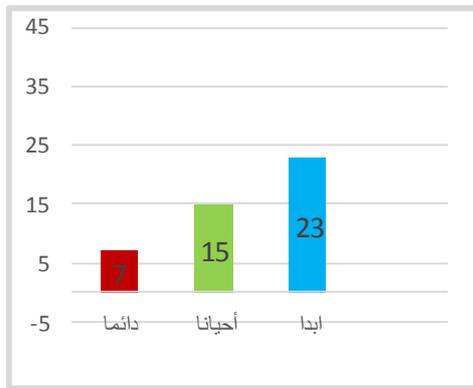
بالعودة إلى نتيجة الاستبيان في الجدول الإحصائي رقم (2)، يتبين لنا أنها جاءت لصالح المؤشر (دائما)، وذلك بنسبة بلغت (64.4%)، وهي نسبة كبيرة إذا ما قورنت بنسبة المؤشر (أحيانا)، والتي بلغت (35.6%)، فيما المؤشر (أبدا)، لم يحصل على أية نسبة تذكر؛ والشكل رقم (15) يبين ذلك. وتحليل هذه النتيجة، يتضح أن نسبة كبيرة من مدربي ألعاب القوى تواجه مشكلات كثيرة

الشكل رقم (15) يبين مشكلات التخطيط

في عمليات التخطيط، وقد يعزى ذلك إلى عدم توفر الإمكانيات المادية، لأن التخطيط الجيد يتطلب تكاليف عالية وجهد كبير؛ أو إلى المشكلات المعلوماتية التي تتمركز حول قلة الوعي بأهمية التخطيط وضعف المعرفة الكافية به، فضلا عن عدم توافر المعلومات الكافية والواقية في أثناء وضع الخطة أو التخطيط، لأن عدم توافر القاعدة المعلوماتية يؤدي إلى عدم توافر الموضوعية والمنهجية العلمية في التخطيط واللجوء إلى المنهج التقليدي. (صقر، 2011)

بالإضافة إلى ما تقدم، فمن الضروري أن يمتلك المدرب مهارات لا بأس بها في استخدام الحاسوب والانترنت، لأن ذلك يساعد على الاطلاع بما هو جديد من تخطيط وخطط وبرامج قد تساعد إلى حد ما في رفع مستوى منافسات ألعاب القوى.

ويرى الباحث أن قلة التدريب على أساليب التخطيط وضعف المعرفة تعد من الصعوبات التي تواجه التنفيذ الناجح للخطط والبرامج التدريبية.



الفقرة السادسة عشر: "المتابعة والتقييم"

جاءت نتيجة الاستبيان لعينة المدربين المتعلق بأهمية المتابعة والتقييم لخطط التدريب غير متوقعة ومفاجئة، فكانت نسبة المؤشر (أبدا)، (51.1%)، في حين بلغت نسبة المؤشر (أحيانا)، (33.3%)، بينما كانت نسبة المؤشر (دائما)، (15.6%)؛ وإن دل ذلك على شيء فإنه يدل على نسبة تزيد عن (50%) من مدربي ألعاب القوى تدرك بشكل كاف أهمية التقييم والمتابعة للخطط التدريبية بشكل دوري، وتعي بأن التقييم والمتابعة من أهم الوسائل الفعالة لضمان عمليات

الشكل رقم (16) يبين المتابعة والتقييم

تحسين الخطط الموضوعية، وحرصهم بأن يقوم اتحاد ألعاب القوى بمتابعة ذلك. أنظر إلى الشكل رقم (16). إن التقويم يمثل أساساً موضوعياً وفعالاً في مجالات التخطيط لإعداد المدرب الرياضي في ألعاب القوى، إضافة إلى أهميته في تقويم اختيار المدرب وتعيينه للقيام بممارسة المهنة التدريبية؛ أما المتابعة فإنها تحقق التأكد من مدى انجاز الأهداف، وتجميع البيانات والمعلومات المتعلقة بالتنفيذ الفعلي للعمل أو النشاط. والكشف عن انحرافات التنفيذ الفعلي، وبالتالي العمل على اتخاذ الإجراءات المناسبة لتصحيح اتجاهات التنفيذ، وعاودتها إلى مسارها الصحيح الذي يتوافق مع الأهداف المنوي إنجازها. (بدوي، 2001)

إن مشكلة عدم الواقعية في تحديد الأهداف، أو عدم بذل الجهد المطلوب في تحديدها، يجعلها أهدافاً هلامية بعيدة عن أي تقويم موضوعي. (علي ديب، 2009).

ويؤكد الباحث هنا على أهمية إخضاع العملية التدريبية للتقويم الدوري، والابتعاد عن الارتجال في اقضاء المدرب أو تعيينه، وأن يكون ذلك كله وفق معايير ثابتة وموضوعية.

مما سبق، وبناء على تحليل ومناقشة كل فقرة من فقرات الاستبيان، تبين لنا مدى استخدام المدربين للتخطيط العلمي، إذ بلغ متوسط نسبة الإجابات لمؤشرات البديل (دائماً)، (44.86%)، مما يدل على أن هذه النسبة منخفضة؛ أي أنها لا تستخدم التخطيط العلمي الشامل والمتوازن؛ ونلاحظ أيضاً أن متوسط نسبة الإجابات لمؤشرات البديل (أحياناً) بلغت (45.83%)، وهذا يدل على الاستخدام غير الدائم - المتذبذب - للتخطيط العلمي و بالأحرى غير المستقر؛ وهذا ما أكدته إجاباتهم التي دلت على استخدام ما هو سهل ومتوفر ومتاح في ميدان العمل التدريبي، دون الأخذ بعين الاعتبار عناصر التخطيط الجيد ومتطلباته؛ بينما متوسط نسبة إجابات مدربي ألعاب القوى لمؤشرات البديل (أبداً)، لم تبلغ سوى (9.31%)، هذا يعني أن عينة البحث تعي وتدرك أهمية استخدام التخطيط العلمي ومداه في تحقيق الأهداف المطلوبة للعملية التدريبية، لكن عدم توافر الإمكانيات والمتطلبات الضرورية، تقف عائقاً أمام قدراتهم على استخدامه من أجل رفع مستوى منافسات ألعاب القوى.

إذاً، نستطيع القول، وبغض النظر عن بعض جوانب القوة التي يمتلكها المدربون في عمليات التخطيط، من حيث الخبرة والتجربة في مهارات التخطيط، والقدرة على وضع البرامج التدريبية وتنفيذها، واستخدام المعارف والمعلومات الحديثة، والاستعانة بسجلات اللاعبين، والتخطيط المسبق للوحدات التدريبية، مع خطط بديلة للظروف الطارئة؛ إلا أنه يوجد ضعف في جوانب أخرى لا تقل أهمية عن الجوانب سابقة الذكر، لكي تصبح عملية التخطيط كاملة متكاملة، ويظهر ذلك جلياً من خلال عدم الاستعانة بالخبراء والمختصين والاستفادة من خبرات الأفراد الرياضيين في مجال التخطيط، وعدم استخدام تكنولوجيا التدريب الرياضي الحديث لتحقيق أهداف الخطط الموضوعية، وكذلك عدم التخطيط الطويل المدى لتحقيق مستويات رياضية عالية، مع عدم تنفيذ الخطط الموضوعية بشكل دقيق، والابتعاد عن استخدام وسائل التشخيص الموضوعية، إضافة إلى العديد من المشكلات التي تواجه المدربين في عملية التخطيط وتحول دون القيام بها على أكمل وجه، مع عدم المتابعة والتقويم من قبل المعنيين بذلك.

نعم، بالتأكيد. يوجد مدربون ذو كفاءة وقدرة على التخطيط العلمي، ولديهم موهبة تدريبية للوصول إلى العالمية، في حال توفرت الإمكانيات والمناخ الملائم للتدريب، وبالتالي رفع مستوى أم الألعاب.

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

- من خلال تحليل نتائج البحث، يمكن استخلاص الاستنتاجات الآتية:
- 1- تمتلك غالبية مدربي ألعاب القوى الخبرة والتجربة في مهارات التخطيط، والقدرة على تنفيذ البرامج التدريبية، وذلك باستخدام المعارف والمعلومات الحديثة.
 - 2- تستعين غالبية مدربي ألعاب القوى بسجلات الأفراد الرياضيين لتخطيط العملية التدريبية، معتمدة على التخطيط المسبق للوحدات التدريبية، والخطط البديلة للظروف الطارئة.
 - 3- غالبية مدربي ألعاب القوى لا تستخدم تقنيات التدريب الرياضي الحديث لتحقيق أهداف خططها التدريبية، وغير واعية لأهمية الاستعانة بالخبراء والمختصين والاستفادة من خبرات لاعبيهم في تخطيط عمليات التدريب.
 - 4- غالبية مدربي ألعاب القوى لا تستخدم أسلوب التكامل الطويل والقصير المدى لعمليات التدريب، ولا تنفذ خططها بشكل دقيق وفق المدة المحددة للبرنامج التدريبي.
 - 5- تستخدم غالبية مدربي ألعاب القوى وسائل قياس تقليدية _غير موضوعية_ لتحقيق أهداف خططها الموضوعية، مع عدم التخطيط للوصول لمستويات رياضية عالية.
 - 6- تواجه غالبية مدربي ألعاب القوى مشكلات كثيرة في عمليات التخطيط منها مادية ومعلوماتية وفنية وإدارية، مع عدم متابعة وتقويم الخطط التدريبية من قبل المعنيين في اتحاد ألعاب القوى.

التوصيات:

- من أجل رفع مستوى منافسات ام الألعاب، يوصي الباحث بضرورة كل مما يأتي:
- 1- استخدام تكنولوجيا التدريب الرياضي الحديث لتحقيق أهداف الخطط التدريبية، والتعاون والتنسيق والتشاور مع الخبراء والمختصين، وربط الأهداف القصيرة والبعيدة المدى ببعضها ببعض.
 - 2- وضع خطط تدريبية تهدف إلى تحقيق مستويات رياضية عالية، واستخدام وسائل التشخيص الموضوعية لجميع مفردات العملية التدريبية.
 - 3- إيجاد الحلول المناسبة للمشكلات التي تواجه المدربين في عمليات التخطيط سواء كانت مادية أو معلوماتية أو فنية أو إدارية مع تثبيت روزنامة المنافسات الرياضية، واخضاع العملية التدريبية للتقويم الدوري والمتابعة من قبل المعنيين بذلك.
 - 4- إقامة دورات تأهيلية من أجل رفع مستوى قدرات المدربين في التخطيط العلمي، والاطلاع على برامج وأساليب التدريب الحديث التي تنتجها الدول المتقدمة.

المراجع:

- إبراهيم، قاسم خليل؛ معوض، وائل مارون. *الإدارة الرياضية، اللاذقية: مديرية الكتب والمطبوعات، جامعة تشرين، 2015. 43، 46.*
- إبراهيم، مروان عبد المجيد. *الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 2000. 87، 107.*

- أحمد، بسطويسي. أسس ونظريات التدريب الرياضي. دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، 372.
- بدوي، عصام. موسوعة التنظيم والإدارة في التربية الرياضية والبدنية. دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، 77.
- حماد، مفتي. علم التدريب الرياضي الحديث. 2 ط، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، 253.
- الحاوي، يحيى السيد إسماعيل. المدرب الرياضي. المركز العربي للنشر، القاهرة، 2002، 27، 104، 222.
- سليمان، أحمد فكري محمد؛ والشافعي، حسن أحمد. دور التخطيط للمدرب في النهوض بمسابقات ألعاب القوى. مجلة بحوث التربية الرياضية. المجلد الخامس والسادس. الأعداد 9، 10، 11، 12، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، مصر، 1988-1989، 194.
- شرف، عبد الحميد. التخطيط في التربية الرياضية. القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997، 40، 58، 86.
- الصفار، سامي؛ صالح، جمال. أسس التدريب في كرة القدم. مطابع التعليم العالي، بغداد، 1990، 212.
- صقر، رشا. المشكلات التي تواجه التخطيط الرياضي والحلول المقترحة من وجهة نظر بعض رؤساء وأعضاء مجالس الاتحادات الرياضية في سورية. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، 2011، 84.
- علي ديب نزار، خلود. بطاقة قياس الأداء المتوازن كمدخل لتطوير الأداء الإداري للاتحاد الرياضي العام السوري. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، 2012، 187.
- عبد المقصود، إبراهيم؛ الشافعي، حسن أحمد. الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية - التخطيط في المجال الرياضي. منشأة المعارف، الإسكندرية، 2003، 27.
- علاوي، محمد حسن. سيكولوجيا القيادة الرياضية. مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، 20، 86.
- عبد الرحمن، نبيلة أحمد؛ وفكري، سلوى عز الدين. منظومة التدريب الرياضي. دار الفكر العربي، القاهرة، 2004، 35، 36، 65.
- العلي، حسين علي؛ شغاتي، عامر فاخر. قواعد تخطيط التدريب الرياضي. مكتب الكرار للطباعة، بغداد، 2006، 62.
- المدهون، موسى توفيق؛ الجزراوي، إبراهيم محمد علي. الإدارة الحديثة منهج علمي تحليلي، المركز العربي للخدمات الطلابية، عمان، 2002، 49، 53، 52.
- مجيد، ريسان خريبط. التدريب الرياضي. مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1988، 20.
- محمد، نجاري بن حاج. أهمية التخطيط الاستراتيجي لدى المديرين في تحسين المردود الرياضي لدى ممارسي كرة القدم (أقل من 17 سنة). رسالة ماجستير غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة خميس مليانة/ عين الدفلى، 2014.
- مسعود، بونلجة. أهمية التخطيط في ميدان كرة القدم. رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2001.
- MALACKO , J . *Osnove sporstskog treninga* . NOVI SAD, 2010,109
- ILIC, S. *Istorija Fizicka Kultura* . Srbija , Beograd, 1992, 20.
- STEFANOVIC, G. *Atletika 2. Narodna Biblioteka* , Srbija, Beograd ,1992 ,11.