

## تصور مقترح للدورات التدريبية والتثقيفية لخططي الاحمال البدنية في كرة القدم بجمهورية مصر العربية

أ.د / ماجد مصطفى احمد أسماعيل

أستاذ تدريب كرة القدم (المتفرغ) - قسم تدريب الرياضات الجماعية

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

أ.د / أسامة احمد عبد العزيز النمر

أستاذ التدريب الرياضي ورئيس قسم تدريب الرياضات الجماعية

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

الباحث/ عمرو وحيد محمد حسن

مدير ادارة التنمية المستدامة - وزارة الشباب والرياضة

Doi: 10.21608/jsbsh.2023.241675.2557

### - مقدمة البحث: Research Introduction

مهنة التدريب الرياضي تتغير باستمرار ويحتاج المدربون وكل المهن المعاونة للتدريب كرة القدم في كل مستوى من مستويات المنافسة الرياضية إلى معرفة أكثر لكي يحققوا النجاح. وباعتبارهم لهم دوراً أساسياً في تطوير الرياضيين ومساعدتهم على تحقيق أهدافهم، يجب على المدربين اكتساب المعرفة العملية في جميع المجالات المرتبطة بتعزيز وتطوير أداء اللاعبين، وان علوم الرياضة علي سبيل المثال " الإدارة الرياضية، والطب الرياضي، والاعداد البدني، وعلم النفس الرياضي" وغيرها من العلوم الاخرى أن تساعد المدربين أثناء تدريب اللاعبين بدنياً وذهنياً و المهارات وإعدادهم لتحقيق أعلى مستوى من الأداء.

تتميز كرة القدم بأنها رياضة جماعية ذات جوانب مهارية وخطوية متعددة، وتتطلب عدداً من القدرات البدنية والفسولوجية العالية لأدائها بنجاح، يجب تطوير لاعبي كرة القدم والحفاظ على مستوى عالٍ من التكيف الهوائي واللاهوائي، والسرعة، والقوة، يتم ذلك التطوير البدني من خلال مخططي الاحمال البدنية الذي لهم دوراً هاماً في تطوير جوانب لاعب كرة القدم و الحفاظ علي مستواه خلال الموسم والحماية من الاصابات العضلية . بشرط ان يكون مخطط الاحمال البدنية مؤهل لذلك المهنة تأهيلاً جيداً .

أن إعداد مدرب كرة القدم لمهنة التدريب من أهم الجوانب الأساسية للإرتقاء والتقدم بالعملية التدريبية فالتفوق الرياضي هو محصلة لعدة عوامل من أهمها إنعكاس الفلسفة التدريبية للمدرب ذي الخبرات العلمية والمعرفية والفنية في إعداد وإنتقاء اللاعبين لمستويات البطولة في ضوء الإمكانيات المتاحة لذا يجب أن يلم مدرب كرة القدم بأحدث التطورات المعرفية والفنية التي يحتاجها أثناء عمله في

مهنة التدريب ، لذا كان لإعداد مدرب كرة القدم الإعداد المتكامل تربوياً ومهنياً من خلال تزويده بالمهارات والقدرات البدنية والفنية والنفسية المختلفة والأهمية الكبرى في تكوين الحس المهني لديه وخاصة في أداء عمله ومهامه التربوية والتدريبية والمهنية ، كما يجب أن تستلزم البرامج التدريبية في كرة القدم وجود القيادة الرشيدة المتمثلة في المدرب ويتي ذلك إذا حصل المدرب على التدريب المهني الكافي وأصبح قادراً على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التدريب ويكتسب المدرب خصائصه المهنية التي تؤهله للقيام بعملية التدريب بكفاءة من خلال ما تهيأ من خبرات ودراسات علمية وعملية (٢ : ٢٨)

ان نجاح المدرب مهمته يتوقف علي عملية الاعداد و التأهيل المهني من تلك الدراسات العلهة والنظرية التي يتلقاها ، والتي تعده اعداداً صحيحاً مبني علي اسس و ثم تأهليه للقيام بعمله بنجاح ، فالمدرّب الجيد لا يصنع بالصدفة بل يجب ان تكون لديه الموهبه والرغبة للعمل كمدرّب ومن خلال فهم واجبات الجسم الانساني لم يافضل واحداث طرق التدريب وحاجات لاعبيه ولذا فان شخصية المدرّب لها اكبر الاثر في تكوين شخصية اللاعب والارتقاء بمستواه (١ : ٢٠٥)

أن هناك قصور في إعداد وتأهيل مجال الأحمال البدنية والإعداد البدني ولا يوجد دورات متخصصة في مجال الأحمال البدنية والمقررات الدراسية لا تتناسب مع متطلبات سوق العمل الرياضي في مجتمع كرة القدم المصري ولا يوجد اهتمام من مؤسسات تأهيل العاملين في المجال الرياضي في وضع برامج خاصة للدورات التدريبية لمخططي الأحمال البدنية تساعده علي الارتقاء وتطوير ادائه المهني في مجال تخطيط الاحمال والاعداد البدني (٥ : ٦) .

#### - مشكلة البحث: Research Problem

وفي الآونة الأخيرة أصبح مستوي الإعداد البدني له دوراً كبيراً في حسم نتائج المباريات وظهر ذلك واضحاً في كأس العالم ٢٠٢٢، من خلال حسم الكثير من المباريات في الدقائق الأخيرة من المباراة ، وهو ما يوضح مدي كفاءة اللاعبين البدنية ، ومستوي الأداء للعناصر البدنية المختلفة ، ومعدلات الجري العالية خلال مدة المباراة، والذي ينعكس إيجابياً علي الجانب المهاري والخططي ، كل ذلك يوضح دور المتخصص لآحد أفراد الجهاز الفني وهو مخطط الأحمال البدنية ، الذي يقوم بدور مهم جدا في رفع كفاءة اللاعبين بدنيا بصورة متوازنة ومتوازنة للعناصر البدنية مع بعضها ، وظهر ذلك في كأس العالم ٢٠٢٢م ، حيث ظهر منتخب الأرجنتين بمستوي عالي بدنياً خلال المباريات ، نتيجة لوجود متخصص في الأحمال البدنية عمل علي ظهور الفريق بمستوي بدني عالي انعكس ذلك علي المستوي الفني للفريق ، وما زال غير واضح دور مخطط الأحمال البدنية في الكرة المصرية ، ونوعية ومعايير من يقوم بهذه المهنة،

أن اخفاقات الكرة المصرية في الفترة الاخيرة ليس علي مستوي الفريق الاول للمنتخب بل منتخبات

الناشئين و الشباب و اذا تم استعراض هذه الاخفاقات بالتحليل الدقيق لمنظومة كرة القدم واهمها الكوادر التدريبية المتمثلة في المدربين و مدربي الاعداد البدني و عدم تأهيلهم مهنيًا بالقدر الكافي في الموضوعات و البرامج العلمية و ما يدور حاليًا من تغيرات في المفاهيم و المصطلحات العلمية الحديثة في مجالات علوم الرياضة و تلاحظ ان الاتحاد المصري لكرة القدم و الهيئات الاخرى المسئولة عن تأهيل الكوادر التدريبية لا يتبع ما هو جديد من برامج التأهيل الحديثة في مجال الاعداد البدني و تخطيط الاحمال . فلابد من اعداد و تأهيل مخططي الاحمال البدنية بدورات تدريبية و تنقيفية تخصصية للاعتماد علي مخططي الاحمال البدنية المصريين دون الحاجة الي اجانب .

الأمر الذي دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة ، وضع تصور مقترح للدورات التدريبية و التنقيفية لمخططي الاحمال البدنية في كرة القدم للتعرف كيفية اعداد و تأهيل مخططي الاحمال البدنية في كرة القدم، و من خلال اهم و أحدث الأساليب و برامج تدريبية معتمدة من قبل مؤسسات و جهات متخصصة في رياضة كرة القدم التي تهتم بتأهيل مخططي الاحمال البدنية على المستوى العلمي و الثقافي، و وضع رخص تدريبية و تقسيم مقترح للعمل المهني بشرط الحصول علي الرخص التدريبية

#### - أهمية البحث و الحاجة إليه: Research Importance

##### أ- الأهمية النظرية للبحث:

قد تساهم هذه الدراسة في تطوير و تأهيل مخطط الاحمال البدنية و الارتقاء بالمستوي المهني لمخططي الاحمال البدنية .

##### ب - الأهمية التطبيقية للبحث:

وضع معايير خاصة لتقييم و تحديد المستوى الفني و تقسيمه الي مستويات Pro. A.B.C.D

#### - أهداف البحث: Research Aims

١. تقسيم مقترح للرخص التدريبية اللازمة لعمل مخططي الاحمال البدنية و تقسيمها الي ( D / C / B / A / Pro ) .

٢. تقسيم مقترح للعمل المهني لمخططي الاحمال البدنية الي مستويات مهنية بشرط الحصول علي الرخص التدريبية الخمس ( D / C / B / A / Pro )

٣. تأهيل و تطوير مخططي الاحمال البدنية في جمهورية مصر العربية من خلال وضع و تحديد المحتوى العلمي للدورات التدريبية و التنقيفية بكل رخصة من الرخص التدريبية الخمس ( D / C / B / A / Pro )

#### - تساؤلات البحث: Research questions

١- ماهو التقسيم المقترح للرخص التدريبية اللازمة لعمل مخططي الاحمال البدنية؟

٢- ماهو المحتوى العلمي للدورات التدريبية و التنقيفية (عدد المقررات الدراسية) بكل رخصة من

الرخص التدريبية لتأهيل مخططي الاحمال البدنية وعدد ساعاتها ؟  
٣- ماهو التقسيم المقترح للعمل المهني لمخططي الاحمال البدنية بشرط الحصول علي الرخص  
التدريبية المقترحة ؟

### - مصطلحات البحث: Research Terminology

#### الدورات التدريبية : training courses

هي الوسائل المهمة لتطوير المهارات والمعرفة الخاصة بالمدرسين و تغطي مجموعة واسعة من علوم الرياضة التي يجب على المدرب معرفتها والإلمام بها مخطط الاحمال البدنية " تعريف اجرائي"

#### - الدراسات المرتبطة: Related studies

قام الباحث بالاطلاع على بعض الدراسات المرتبطة بموضوع البحث بهدف الاسترشاد بها ولتكامل معرفته بالزوايا المتعددة في موضوع البحث والتعرف على المناهج المستخدمة والهدف من البحث ووصف مختصر للعينة والأدوات المستخدمة وأهم النتائج وتم ترتيبها من الأحدث إلى الأقدم.

#### - الدراسات العربية:

١- قام عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) بدراسة بعنوان " برنامج مقترح لاعداد مدرب كرة القدم في جمهورية مصر العربية"، وهدفت الي وضع برنامج لاعداد مدرب كرة القدم في جمهورية مصر العربية، واستخدام الباحث الوصفي المسحي، علي عينة (١٠٠) دراس بالاكاديمية الاولمبية بالطريقة الطبقيّة العشوائية، واستخدام الباحث الادوات التالية ( تحليل الوثائق العلمية - الاستبيان)، وتوصلت النتائج الي وضع خطة واضحة لتأهيل مدربي كرة القدم بمصر، الاهتمام بمناهج علم النفس / الاعداد العقلي /تنظيم المسابقات وادارتها/ قانون اللعبة / ادارة الوقت والازمات(٤).

٢- قام فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) بدراسة بعنوان " برنامج مقترح لتأهيل مدربي كرة القدم بالجمهورية اليمنية في ضوء المهنة"، وهدفت الي وضع برنامج مقترح لتأهيل مدربي كرة القدم بالجمهورية اليمنية وتحليل البرامج المنفذة في الاتحاد اليمني لكرة القدم، واستخدام الباحث الوصفي، علي عينة (٤٦) مدرباً و(٦) حكام دولين، واستخدام الباحث الادوات التالية (الاستبيان)، وتوصلت النتائج الي الوصول الي المقرر المقترح لاعداد مدربي كرة القدم في الجمهورية اليمنية واوصي الباحث بتطبيق البرنامج (٦)

٣- قام حيدر جعفر نقي (٢٠٠٩) بدراسة بعنوان " تقييم الإعداد (التأهيل) المهني لمدربي كرة القدم العاملين بفرق تحت ١٨ سنة بدولة الجزائر وهدفت الي تقييم وضع التأهيل لمدربي كرة القدم واستخدم الباحث المنهج الوصفي علي عينة قوامها (٧٥) مدرباً للمرحلة السنوية ١٨ سنة واستخدم الباحث الادوات التالية (المقابلة الشخصية - الاستبانة ) وتوصلت النتائج الي، ان مدربي كرة القدم للناشئين في الجزائر يحتاجون إلى تحسين مستواهم المهني والعلمي والتربوي والإداري والتكتيكي والفني وأن

هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التأهيل المهني للمدربين ومستوى أداء اللاعبين.(٢)

#### -الدراسات الاجنبية:

١- Zulakbal بن عبد الكريم و علي Md Nadzalan (٢٠١٧) بدراسة بعنوان " تنمية المعرفة التدريبية لدى مدربي كرة القدم الماليزيين المعتمدين" هدفت الى توفير فهم عميق لبعض الطرق التي بنى بها مدرب كرة القدم الماليزي، ويستمر في بناء، معرفته المهنية ،و أستخدم الباحث المنهج الوصفي علي عينه مكونة من (١٢) مدرب كرة قدم بماليزيا يحمل الرخصة (A,B,C) ،واستخدم الباحث الادوات التالية (المقابلة الشخصية - الاستبانة ) وتوصلت النتائج الي مصادر معرفة اساسية لابد ان يكون مدربي كرة يمتلكون هذه المصادر و ان يستمر في حضور الدورات التدريبية

#### - خطة واجراءات البحث :

#### - منهج البحث : Research Method

تم استخدام المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث .

#### - مجتمع البحث : Research Society

يشتمل مجتمع البحث على (مجتمع كرة القدم ) مخططي الأحمال البدنية ومدربي كرة القدم بأندية الدوري المصري الممتاز موسم ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣ بالفريق الاول و القطاعات المختلفة

#### - عينة البحث : Research Sample

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية لعدد (١٥٠) مدرب و مخطط موزعة بين مخططي أحمال بدنية ومدربي كرة قدم بالدوري المصري الممتاز موسم ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣ بالفريق الاول و القطاعات المختلفة (الأهلي-الزمالك-المقاولون -انبي - بيراميدز- فيوتشر- المصري- الاتحاد - فاركو- سموحة- الإسماعيلي- البنك الأهلي - سيراميكا كليوباترا -طلائع الجيش - الداخلية - أسوان - غزل المحلة - حرس الحدود - منتخبات مصر توزيعهم كالاتي :

١- عدد (١٠٠) مدرب كرة قدم ناشئين وشباب بأندية الاهلي و الزمالك وانبي و بيراميدز و فيوتشر و البنك الاهلي و سيراميكا كليوباترا و الداخلية و اسوان و طلائع الجيش.

٢- عدد (١٦) مدرب كرة قدم بالفريق الاول بأندية غزل المحلة و الاسماعيلي و المصري و سموحة و حرس الحدود و فاركو و الاتحاد و المقاولون

٣- عدد (٨) مخططي أحمال بدنية ومعد بدني للفريق الاول من اندية الدوري الممتاز.

٤- عدد (١٠) مخططي أحمال بدنية ومعد بدني بقطاع الناشئين والشباب من اندية الدوري الممتاز

٥- عدد (٨) أخصائي أعداد بدني بقطاع البراعم من اندية الدوري الممتاز.

٦- عدد (٤) مخطط احمال بدنية لمنتخب مصر (ناشئين- شباب -الاولمبي -المنتخب الاول )

جدول (١) توزيع مجتمع البحث

| م | مجتمع العينة                | العينة الاستطلاعية | العينة الأساسية            |
|---|-----------------------------|--------------------|----------------------------|
| ١ | مخطط أحمال/ معد بدني        | (٣) معد بدني       | (٣٠) مخطط أحمال            |
| ٢ | مدربين كرة قدم ناشئون وشباب | (٢٦) مدرب كرة قدم  | (١٠٠) مدرب كرة قدم         |
| ٣ | مدرب الفريق الاول           | (١) مدير فني       | (١٦) مدير فني الفريق الاول |
| ٤ | معد بدني لمنتخب مصر         | -----              | (٤) معد بدني منتخب مصر     |
|   | المجموع                     | ٣٠                 | ١٥٠                        |

يوضح الجدول توزيع عينة البحث الأساسية و بلغت (١٥٠) والعينة الاستطلاعية و بلغت (٣٠)

#### - أدوات البحث : Data collection tools

١- المسح المرجعي والممثل في :

أ- الرسائل العلمية الخاصة بكرة القدم

ب- مراجع كرة القدم

ج- مراجع التدريب الرياضي و الاعداد البدني

د- مواقع شبكة المعلومات الدولية الخاصة بالاتحاد الدولي لكرة القدم والاتحادات القارية و الاتحادات المحلية

٢- المقابلة الشخصية:

استخدام الباحث أسلوب المقابلة الشخصية للحصول على بعض البيانات التي تفيد هذا البحث في تحديد المحاور والعبارات الخاصة بكل محور، وقد شملت المقابلة الشخصية:

▪ مقابلة بعض اعضاء هيئة تدريس بكليات التربية الرياضية  
 ▪ بعض الخبراء في مجال التربية الرياضية من لديهم الخبرة في مجال التدريب بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة.

▪ مقابلة بعض مديري النشاط الرياضي

▪ مقابلة بعض مديري ادارين في مجال عمل كرة القدم

▪ مقابلة بعض رؤساء قطاعات مختلفة

▪ مقابلة بعض مدربي كرة القدم ومخططي الاحمال البدنية ومدربي الإعداد البدني.

٣- تحليل الوثائق العلمية:

٤- الاستبانة:

استخدم الباحث الاستبانة الالكترونية المغلقة كأداة لجمع البيانات والمعلومات، لتحديد المواد الدراسية استخلص الباحث محاور الاستبانة المقترحة عدد (٥) محاور أولية وهي:

١- المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (D)

- الساعات المعتمدة" ١٠٠ ساعة"
- ٢- المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (C) الساعات المعتمدة" ١٥٠ ساعة"
- ٣- المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (B) الساعات المعتمدة" ٢٠٠ ساعة"
- ٤- المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (A) الساعات المعتمدة" ٢٥٠ ساعة"
- ٥- المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (Pro) الساعات المعتمدة" ٣٠٠ ساعة"

واشتمل الاسبيان علي ميزان تقدير ثلاثي (موافق - الي حداً ما - غير موافق)

- المعاملات العلمية للدراسة الحالية:

قام الباحث بحساب المعاملات العلمية للاستبيان على النحو التالي:

أ - الصدق : لحساب صدق الاستبيان استخدم الباحث الطرق التالية :

( ١ ) صدق المحتوى :

قام الباحث بعرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء في مجال التدريب الرياضي قوامها ( ١١ ) خبيراً وذلك لإبداء الرأي في ملائمة الاستبيان فيما وضع من أجله سواء من حيث المحاور والعبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذي تمثله ، و للتعرف على نسبة الموافقة على محاور الاستبيان ومدى كفاية هذه المحاور بالتعديل او الحذف او الاضافة ومدى صياغة العبارات ووضوحها . ، توضيح النسبة المئوية لأراء الخبراء على محاور وعبارات الاستبيان الراي ومعرفة مدى مناسبة محاور وعبارات الاستبيان وتحقيقها لاهداف البحث .

جدول (٢) آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة محاور الاستبيان ( ن = ١١ )

| م | المحور   | رأي الخبير |       |           |
|---|--|------------|-------|-----------|
|   |  | مناسب      | تعديل | غير مناسب |
| ١ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية ( D ) الساعات المعتمدة " ١٠٠ ساعة" | 10         | 0     | 1         |
| ٢ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية ( C ) الساعات المعتمدة " ١٥٠ ساعة" | 11         | 0     | 0         |
| ٣ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية ( B ) الساعات المعتمدة " ٢٠٠ ساعة" | 11         | 0     | 0         |

|       |   |   |    |   |   |
|-------|---|---|----|---|---|
| 100.0 | 0 | 0 | 11 | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (A) الساعات المعتمدة " ٢٥٠ ساعة "   | ٤ |
| 100.0 | 0 | 0 | 11 | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية (Pro) الساعات المعتمدة " ٣٠٠ ساعة " | ٥ |

تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدي مناسبة محاور الاستبيان ما بين ( ٩٠,٩ % ، ١٠٠ % ) ، وبناءا على ذلك تم قبول محاور الاستبيان والتي حصلت علي نسب الموافقة اكثر من ( ٨٥ % ) وهي النسبة التي ارتضاها الباحث ويوضح الجدول رقم ( ٣ ) ما استقر عليه آراء الخبراء حول عبارات الاستبيان . مرفق (١)

جدول رقم (٣) يوضح آراء الخبراء حول العبارات المقترحة للاستبيان ( ن = ١١ )

| المحور الخامس<br>مستوي (pro) |         | المحور الرابع<br>مستوي (A) |         | المحور الثالث<br>مستوي (B) |         | المحور الثاني<br>مستوي (C) |         | المحور الاول<br>مستوي (D) |         |
|------------------------------|---------|----------------------------|---------|----------------------------|---------|----------------------------|---------|---------------------------|---------|
| %                            | العبارة | %                          | العبارة | %                          | العبارة | %                          | العبارة | %                         | العبارة |
| 90.9                         | 1       | 81.8                       | 1       | 90.9                       | 1       | 100.0                      | 1       | 81.8                      | 1       |
| 90.9                         | 2       | 81.8                       | 2       | 90.9                       | 2       | 90.9                       | 2       | 90.9                      | 2       |
| 100.0                        | 3       | 90.9                       | 3       | 100.0                      | 3       | 100.0                      | 3       | 90.9                      | 3       |
| 100.0                        | 4       | 100.0                      | 4       | 100.0                      | 4       | 100.0                      | 4       | 90.9                      | 4       |
| 90.9                         | 5       | 90.9                       | 5       | 90.9                       | 5       | 90.9                       | 5       | 100.0                     | 5       |
| 100.0                        | 6       | 90.9                       | 6       | 100.0                      | 6       | 90.9                       | 6       | 100.0                     | 6       |
| 100.0                        | 7       | 81.8                       | 7       | 100.0                      | 7       | 90.9                       | 7       | 90.9                      | 7       |
| 90.9                         | 8       | 81.8                       | 8       | 90.9                       | 8       | 100.0                      | 8       | 100.0                     | 8       |
| 90.9                         | 9       | 100.0                      | 9       | 90.9                       | 9       | 100.0                      | 9       | 100.0                     | 9       |
| 90.9                         | 10      | 90.9                       | 10      | 90.9                       | 10      | 90.9                       | 10      | 90.9                      | 10      |
| 100.0                        | 11      | 90.9                       | 11      | 100.0                      | 11      | 90.9                       | 11      | 90.9                      | 11      |
| 100.0                        | 12      | 81.8                       | 12      | 100.0                      | 12      | 90.9                       | 12      | 90.9                      | 12      |
| 90.9                         | 13      | 81.8                       | 13      | 90.9                       | 13      | 90.9                       | 13      | 100.0                     | 13      |
| 90.9                         | 14      | 100.0                      | 14      | 90.9                       | 14      | 81.8                       | 14      | 100.0                     | 14      |
| 90.9                         | 15      | 90.9                       | 15      | 90.9                       | 15      | 81.8                       | 15      | 90.9                      | 15      |
| 90.9                         | 16      | 100.0                      | 16      | 90.9                       | 16      | 90.9                       | 16      | 90.9                      | 16      |
| 81.8                         | 17      | 100.0                      | 17      | 81.8                       | 17      | 100.0                      | 17      | 81.8                      | 17      |
| 81.8                         | 18      | 90.9                       | 18      | 81.8                       | 18      | 90.9                       | 18      | 90.9                      | 18      |
| 90.9                         | 19      | 90.9                       | 19      | 90.9                       | 19      | 90.9                       | 19      | 90.9                      | 19      |
| 100.0                        | 20      | 81.8                       | 20      | 90.9                       | 20      | 81.8                       | 20      |                           |         |
| 90.9                         | 21      | 81.8                       | 21      | 90.9                       | 21      | 81.8                       | 21      |                           |         |

|       |    |       |    |  |  |  |  |  |  |
|-------|----|-------|----|--|--|--|--|--|--|
| 90.9  | 22 | 90.9  | 22 |  |  |  |  |  |  |
| 90.9  | 23 | 100.0 | 23 |  |  |  |  |  |  |
| 100.0 | 24 | 90.9  | 24 |  |  |  |  |  |  |
| 100.0 | 25 | 90.9  | 25 |  |  |  |  |  |  |
| 90.9  | 26 | 81.8  | 26 |  |  |  |  |  |  |
| 100.0 | 27 | 81.8  | 27 |  |  |  |  |  |  |
| 100.0 | 28 | 81.8  | 28 |  |  |  |  |  |  |
| 90.9  | 29 |       |    |  |  |  |  |  |  |

- إجراءات البحث: R search Procedures

- الدراسة الاستطلاعية: Exploratory study

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية لحساب صدق الاتساق الداخلي على عينة البحث الاستطلاعية وبلغ عددهم (٣٠) (مرفق 2) اعضاء هيئة تدريس بكليات التربية الرياضية وروؤساء قطاعات (براعم / ناشئين/ شباب) ومديري النشاط الرياضي وقد تم إختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث الكلي وخارج عينة البحث الأساسية ، وذلك بغرض التعرف على:

- مدى ملائمة وصلاحيّة وأدوات جمع البيانات المستخدمة قيد البحث.

- أسلوب تقديم أدوات جمع البيانات وأفضل ترتيب لتقديمها.

- التعرف على بعض المشكلات التي قد تنجم أثناء التطبيق ووضع الحلول المناسبة لها.

- مدى مناسبة الاستمارات المستخدمة والتعرف على مدى ملاءمتها للتطبيق على عينة البحث

جدول رقم (٤) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المحاور والدرجة الكلية للمحور الذي ينتمي اليه ( ن = ٣٠ )

| المحور الخامس |         | المحور الرابع |         | المحور الثالث |         | المحور الثاني |         | المحور الاول |         |
|---------------|---------|---------------|---------|---------------|---------|---------------|---------|--------------|---------|
| مستوي (pro)   |         | مستوي (A)     |         | مستوي (B)     |         | مستوي (C)     |         | مستوي (D)    |         |
| معامل         | العبارة | معامل         | العبارة | معامل         | العبارة | معامل         | العبارة | معامل        | العبارة |
| 0.606         | 1       | 0.487         | 1       | 0.522         | 1       | 0.815         | 1       | 0.552        | 1       |
| 0.494         | 2       | 0.617         | 2       | 0.802         | 2       | 0.680         | 2       | 0.670        | 2       |
| 0.406         | 3       | 0.367         | 3       | 0.862         | 3       | 0.826         | 3       | 0.005        | 3       |
| 0.585         | 4       | 0.392         | 4       | 0.781         | 4       | 0.804         | 4       | 0.542        | 4       |
| 0.421         | 5       | 0.407         | 5       | 0.481         | 5       | 0.654         | 5       | 0.441        | 5       |
| 0.464         | 6       | 0.380         | 6       | 0.757         | 6       | 0.703         | 6       | 0.546        | 6       |
| 0.726         | 7       | 0.399         | 7       | 0.721         | 7       | 0.638         | 7       | 0.379        | 7       |
| 0.365         | 8       | 0.411         | 8       | 0.669         | 8       | 0.799         | 8       | 0.524        | 8       |
| 0.366         | 9       | 0.398         | 9       | 0.800         | 9       | 0.373         | 9       | 0.480        | 9       |
| 0.540         | 10      | 0.406         | 10      | 0.783         | 10      | 0.796         | 10      | 0.666        | 10      |
| 0.383         | 11      | 0.882         | 11      | 0.764         | 11      | 0.692         | 11      | 0.534        | 11      |

|       |    |       |    |       |    |       |    |       |    |
|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|-------|----|
| 0.404 | 12 | 0.683 | 12 | 0.566 | 12 | 0.375 | 12 | 0.661 | 12 |
| 0.468 | 13 | 0.710 | 13 | 0.716 | 13 | 0.624 | 13 | 0.419 | 13 |
| 0.619 | 14 | 0.840 | 14 | 0.586 | 14 | 0.421 | 14 | 0.404 | 14 |
| 0.661 | 15 | 0.759 | 15 | 0.448 | 15 | 0.737 | 15 | 0.469 | 15 |
| 0.452 | 16 | 0.543 | 16 | 0.763 | 16 | 0.645 | 16 | 0.616 | 16 |
| 0.783 | 17 | 0.425 | 17 | 0.780 | 17 | 0.514 | 17 | 0.594 | 17 |
| 0.612 | 18 | 0.382 | 18 | 0.425 | 18 | 0.786 | 18 | 0.403 | 18 |
| 0.469 | 19 | 0.574 | 19 | 0.538 | 19 | 0.512 | 19 | 0.773 | 19 |
| 0.439 | 20 | 0.709 | 20 | 0.551 | 20 | 0.553 | 20 |       |    |
| 0.399 | 21 | 0.441 | 21 | 0.627 | 21 | 0.449 | 21 |       |    |
| 0.717 | 22 | 0.397 | 22 |       |    |       |    |       |    |
| 0.423 | 23 | 0.436 | 23 |       |    |       |    |       |    |
| 0.563 | 24 | 0.392 | 24 |       |    |       |    |       |    |
| 0.432 | 25 | 0.371 | 25 |       |    |       |    |       |    |
| 0.656 | 26 | 0.470 | 26 |       |    |       |    |       |    |
| 0.507 | 27 | 0.697 | 27 |       |    |       |    |       |    |
| 0.704 | 28 | 0.460 | 28 |       |    |       |    |       |    |
| 0.496 | 29 |       |    |       |    |       |    |       |    |

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة ٠,٠٥ = ٠,٣٦١

يتضح من جدول رقم ( 3 ) ان قيم معاملات الارتباط بين عبارات المحاور والدرجة الكلية للمحور داله احصائيا عند مستوي دلالة ٠,٠٥ ، وبذلك يصبح عدد عبارات المحور المحور الاول (١٩) وعبارات المحور الثاني (٢١) وعبارات المحور الثالث (٢١) وعبارات المحور الرابع ( ٢٨ ) و عبارات المحور الخامس (٢٩) والنتائج تدل على ان عبارات المحاور على درجة عليية من الصدق .

جدول (٥) معامل الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية للاستبيان (ن = ٣٠)

| م | المحاور  | معامل الارتباط |
|---|--|----------------|
| ١ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتنقيية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية D   | ٠,٧٠٦          |
| ٢ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتنقيية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية C   | ٠,٦٤٣          |
| ٣ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتنقيية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية B   | ٠,٦١٢          |
| ٤ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتنقيية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية A   | ٠,٨٦٦          |
| ٥ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتنقيية لمخططي الاحمال البدنية للرخصة التدريبية Pro | ٠,٧٢٠          |

قيمة ( ر ) الجدولية عند مستوي ( ٠,٠٥ ) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول ( 4 ) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور الاستبيان والدرجة الكلية للاستبيان ما بين ( ٠,٦١٢ : ٠,٨٦٦ ) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيا مما يشير إلى

الاتساق الداخلي للاستبيان .

ب - الثبات :

للتأكد من ثبات الاستبيان قام الباحث باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (٣٠) ثلاثون فرداً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول التالي (٣٥) يوضح ذلك.

جدول (٦) معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ للاستبيان ( ن = ٣٠ )

| م | الاستبيان   | معامل الفا كرونباخ |
|---|---|--------------------|
| ١ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي D   | ٠,٧٣٧              |
| ٢ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي C   | ٠,٧٨٩              |
| ٣ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي B   | ٠,٦٩٩              |
| ٤ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي A   | ٠,٨٥٣              |
| ٥ | المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي Pro | ٠,٧٤٢              |

قيمة ( ر ) الجدولية عند مستوى ( ٠,٠٥ ) = ٠,٤٢٣

يتضح من جدول ( 5 ) ما يلي :

تراوحت معاملات ألفا لمحاوَر الاستبيان ما بين ( ٠,٦٩٩ : ٠,٨٥٣ ) ، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات الاستبيان .

- الدراسة الأساسية: **Basic study:**

التطبيق النهائي لاستمارة الاستبانة:

بعد تحديد العينة واختبار أدوات البحث والتأكد من صدقها وثباتها قام الباحث أولاً : بتطبيق

استمارة الاستبانة على جميع أفراد العينة قيد البحث (١٥٠) مدرب ومخطط ( مرفق ٣ )

المعالجات الإحصائية: **Statistical treatments:**

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية الملائمة لطبيعة البحث وهي:

١- التكرارات

٢- النسبة المئوية

٣- ٢ كـ بحسن المطابقة

٤- معامل ارتباط بيرسون

٥- معامل ألفا كرونباخ

## - عرض النتائج: View Results

جدول (٧) الأهمية النسبية لعبارات المحاور المحتوي العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي

D/C/B/A/Pro لدي عينة البحث (ن=١٥٠) "مرفق ٣"

| المحور الخامس<br>مستوي (pro) |         | المحور الرابع<br>مستوي (A) |         | المحور الثالث<br>مستوي (B) |         | المحور الثاني<br>مستوي (C) |         | المحور الاول<br>مستوي (D) |         |
|------------------------------|---------|----------------------------|---------|----------------------------|---------|----------------------------|---------|---------------------------|---------|
| %                            | العبارة | %                          | العبارة | %                          | العبارة | %                          | العبارة | %                         | العبارة |
| 96.7                         | 1       | 95.3                       | 1       | 95.3                       | 1       | 94.7                       | 1       | 94.2                      | 1       |
| 96.7                         | 2       | 95.8                       | 2       | 94.9                       | 2       | 95.1                       | 2       | 94.0                      | 2       |
| 96.7                         | 3       | 96.2                       | 3       | 94.4                       | 3       | 94.2                       | 3       | 94.2                      | 3       |
| 96.7                         | 4       | 95.3                       | 4       | 95.1                       | 4       | 94.4                       | 4       | 94.0                      | 4       |
| 96.9                         | 5       | 95.1                       | 5       | 95.1                       | 5       | 94.9                       | 5       | 94.2                      | 5       |
| 96.9                         | 6       | 94.9                       | 6       | 94.9                       | 6       | 94.4                       | 6       | 94.0                      | 6       |
| 96.0                         | 7       | 95.8                       | 7       | 94.9                       | 7       | 94.9                       | 7       | 94.0                      | 7       |
| 97.3                         | 8       | 95.3                       | 8       | 94.4                       | 8       | 94.4                       | 8       | 93.8                      | 8       |
| 97.1                         | 9       | 94.2                       | 9       | 94.9                       | 9       | 94.9                       | 9       | 93.8                      | 9       |
| 96.4                         | 10      | 96.2                       | 10      | 94.9                       | 10      | 94.9                       | 10      | 94.0                      | 10      |
| 96.2                         | 11      | 96.0                       | 11      | 94.4                       | 11      | 94.4                       | 11      | 93.8                      | 11      |
| 96.9                         | 12      | 95.6                       | 12      | 94.2                       | 12      | 94.0                       | 12      | 93.8                      | 12      |
| 97.3                         | 13      | 96.0                       | 13      | 94.7                       | 13      | 94.7                       | 13      | 93.6                      | 13      |
| 96.0                         | 14      | 96.2                       | 14      | 95.1                       | 14      | 94.4                       | 14      | 93.6                      | 14      |
| 97.1                         | 15      | 96.2                       | 15      | 94.7                       | 15      | 93.6                       | 15      | 93.8                      | 15      |
| 96.4                         | 16      | 96.9                       | 16      | 94.7                       | 16      | 93.6                       | 16      | 93.6                      | 16      |
| 96.9                         | 17      | 95.1                       | 17      | 94.9                       | 17      | 94.7                       | 17      | 93.6                      | 17      |
| 96.4                         | 18      | 95.3                       | 18      | 94.9                       | 18      | 94.4                       | 18      | 92.7                      | 18      |
| 95.8                         | 19      | 96.0                       | 19      | 94.7                       | 19      | 94.2                       | 19      | 94.2                      | 19      |
| 96.4                         | 20      | 96.2                       | 20      | 94.7                       | 20      | 94.4                       | 20      |                           |         |
| 96.7                         | 21      | 95.3                       | 21      | 94.2                       | 21      | 93.8                       | 21      |                           |         |
| 96.9                         | 22      | 96.7                       | 22      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.9                         | 23      | 95.3                       | 23      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.4                         | 24      | 95.3                       | 24      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.9                         | 25      | 94.7                       | 25      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.9                         | 26      | 95.1                       | 26      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.2                         | 27      | 94.9                       | 27      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.4                         | 28      | 95.1                       | 28      |                            |         |                            |         |                           |         |
| 96.7                         | 29      |                            |         |                            |         |                            |         |                           |         |

قيمة (كا') عند مستوي (٠,٠٥) = (٥,٩٩)

يتضح من جدول ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث على المحور الاول قد انحصرت

ما بين ( ٩٢,٧ % ، ٩٤,٢ %) والمحور الثاني قد انحصرت ما بين ( ٩٣,٦ % ، ٩٥,١ %) والمحور

الثالث قد انحصرت ما بين

( ٩٤,٢ % ، ٩٥,٣ %) والمحور الرابع قد انحصرت ما بين ( ٩٤,٢ % ، ٩٦,٩ %) و المحور الخامس قد انحصرت ما بين ( ٩٦,٢ % ، ٩٧,٣ %) وجاءت جميع قيم مربع كا دالة احصائيا عند مستوي دلالة ٠,٠٥ على عبارات المحور الاول ولصالح الاستجابة بـ موافق .

#### مناقشة النتائج: Discuss the results:

اتفقت اراء عينة البحث حول عبارات المحاور و تدل النتائج علي الاتي :

- أن محور المحتوى العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي D لتأهيل مخططي الاحمال البدنية ، أن المحتوى العلمي يشمل المواد العلمية اللازمة للمستوي D وهي ١٩ مادة علمية نظرية و تطبيقية لابد من دراستها و اجتياز اختبارها للحصول علي الرخصة التدريبية D و الساعات المعتمدة بها "١٠٠ ساعة" وهذه الرخصة التدريبية شرط العمل كمدرّب لياقة بدنية مؤهل للعمل بالاكاديميات ومدارس الكرة. وتتفق هذه النتائج الي ما اشار اليه عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) ، فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) Zulakbal بن عبد الكريم و علي "Md Nadzalan" (٢٠١٧) ، حيدر جعفر تقي(2009)
- أن محور المحتوى العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي C لتأهيل مخططي الاحمال البدنية ، أن المحتوى العلمي يشمل المواد العلمية اللازمة للمستوي C وهي ٢١ مادة علمية نظرية و تطبيقية لابد من دراستها و اجتياز اختبارها للحصول علي الرخصة التدريبية C و الساعات المعتمدة بها "١٥٠ ساعة" وهذه الرخصة التدريبية شرط العمل كمعد بدني مستوي اول مؤهل لتدريب البراعم بقطاعات الاندية ، وتتفق هذه النتائج الي ما اشار اليه عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) ، فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) ، Zulakbal بن عبد الكريم و علي "Md Nadzalan" (2017) ، حيدر جعفر تقي(2009)
- ان محور المحتوى العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي B لتأهيل مخططي الاحمال البدنية ، أن المحتوى العلمي يشمل المواد العلمية اللازمة للمستوي B وهي ٢١ مادة علمية نظرية و تطبيقية لابد من دراستها و اجتياز اختبارها للحصول علي الرخصة التدريبية B و الساعات المعتمدة بها "٢٠٠ ساعة" وهذه الرخصة التدريبية شرط العمل كمعد بدني مستوي ثاني مؤهل للعمل مع الناشئين و الشباب ومنتخبات الفئة العمرية لهذه المرحلة و تتفق هذه النتائج الي ما اشار اليه عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) ، فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) ، Zulakbal بن عبد الكريم و علي "Md Nadzalan" (٢٠١٧) ، حيدر جعفر تقي(2009)
- أن محور المحتوى العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي A لتأهيل مخططي الاحمال البدنية ، أن المحتوى العلمي يشمل المواد العلمية اللازمة للمستوي A وهي ٢٨

مادة علمية نظرية و تطبيقية لأبد من دراستها و اجتياز اختبارها للحصول علي الرخصة التدريبيه A و الساعات المعتمدة بها "٢٥٠ ساعة" وهذه الرخصة التدريبيه شرط العمل كمخطط احمال بدنية مؤهل للعمل مع الفريق الاول بالاندية، وتتفق هذه النتائج الي ما اشار اليه عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) ، فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) ، Zulakbal بن عبد الكريم و علي Md Nadzalan (٢٠١٧) ، حيدر جعفر تقي(2009)

- أن محور المحتوي العلمي للدورات التدريبيه والتثقيفة لمخططي الاحمال البدنية بالمستوي(Pro) لتأهيل مخططي الاحمال البدنية ، أن المحتوي العلمي يشمل المواد العلمية اللازمة للمستوي(Pro) وهي ٢٩ مادة علمية نظرية و تطبيقية لأبد من دراستها و اجتياز اختبارها للحصول علي الرخصة التدريبيه(Pro) والساعات المعتمدة بها "٣٠٠ ساعة" وهذه الرخصة التدريبيه شرط العمل كمخطط احمال مؤهل للعمل بالمنتهجات ورئيس جهاز تخطيط الاحمال البدنية و البرامج التدريبيه بالقطاعات المختلفة ، وتتفق هذه النتائج الي ما اشار اليه عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) ، فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) ، Zulakbal بن عبد الكريم و علي Md Nadzalan (٢٠١٧)

#### الاستنتاجات: Conclusions of the research

في ضوء أهداف وتساؤلات البحث ، والمنهج المستخدم ، وفي حدود عينة البحث ومن خلال التحليل الاحصائي واستناداً على النتائج التي تم التوصل إليها ، أمكن أستنتاج ما يلي:  
١- الاجابة علي التساؤل الاول وهو ماهو التقسيم المقترح للرخص التدريبيه اللازمة لعمل مخططي الاحمال البدنية؟

وهي الرخص التدريبيه بمستويات (D/C/B/A/Pro)

٢- الاجابة علي التساؤل الثاني وهو (ماهو المحتوي العلمي للدورات التدريبيه والتثقيفة) عدد المقررات الدراسية) بكل رخصة من الرخص التدريبيه لتأهيل مخططي الاحمال البدنية وعدد ساعاتها (؟) و المتمثل في عدد مقررات كل مستوي

- المحتوي العلمي للدورات التدريبيه بالمستوي D ( ١٩ مقرر دراسي - عدد ساعات ١٠٠ ساعة )
- المحتوي العلمي للدورات التدريبيه بالمستوي C ( ٢١ مقرر دراسي - عدد ساعات ١٥٠ ساعة )
- المحتوي العلمي للدورات التدريبيه بالمستوي B ( ٢١ مقرر دراسي - عدد ساعات ٢٠٠ ساعة )
- المحتوي العلمي للدورات التدريبيه بالمستوي A ( ٢٨ مقرر دراسي - عدد ساعات ٢٥٠ ساعة )
- المحتوي العلمي للدورات التدريبيه بالمستوي Pro ( ٢٩ مقرر دراسي - عدد ساعات ٣٠٠ ساعة )

3- الاجابة علي التساؤل الثالث وهو ماهو التقسيم المقترح للعمل المهني لمخططي الاحمال البدنية بشرط الحصول علي الرخص التدريبيه المقترحة ؟

- الرخصة D "مدرّب لياقة بدنية" ( مؤهل للعمل مع الاكاديميات ومدارس الكرة )

- الرخصة C "معد بدني مستوي اول" ( مؤهل للعمل مع البراعم بقطاعات الاندية)
- الرخصة B "معد بدني مستوي ثاني" ( مؤهل للعمل مع الناشئين -شباب ومنتخب الفئة العمرية للمرحلة)
- الرخصة A " مخطط احمال البدنية " ( مؤهل للعمل مع الفريق الاول بالاندية)
- الرخصة Pro " رئيس جهاز تخطيط الاحمال البدنية و البرامج التدريبية ( مؤهل للعمل مع المنتخبات / المخطط البدني للقطاعات )

#### توصيات البحث: Research recommendations:

في حدود نتائج البحث وإطلاقاً من الاستخلاصات والاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحثين بما يلي:

- ١- تفعيل الرخص التدريبية لتأهيل مخططي الاحمال البدنية بمستويات (D/C/B/A/Pro) من خلال الاتحاد المصري لكرة القدم
- ٢- الاستفادة من المقررات الدراسية بمستويات (D/C/B/A/Pro)
- ٣- التزام الاتحاد المصري لكرة القدم و الاندية بالتنسيق المقترح للعمل المهني لمخططي الاحمال البدنية في القطاعات المختلفة و المنتخبات

## قائمة المراجع: List of references

## أولا : المراجع العربية :

- ١ احمد حسين محمد علي (٢٠٠٣) : نموذج مقترح لتطوير أداء المدرب لإعداد الفريق للمنافسات، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
- ٢ حسن السيد أبو عبده (٢٠٠١) : الاتجاهات الحديثة في التخطيط و تدريب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية ط١ ، جامعة الإسكندرية .
- ٣ حيدر جعفر تقي (٢٠٠٩) : ١٨ سنة بدولة الجزائر ،نظريات و تطبيقات مجلة علمية متخصصة في علوم التربية البدنية و الرياضة ، العدد ٧٦ دار الوفاء الإسكندرية
- ٤ علي عبد العزيز علي (٢٠١١) : برنامج مقترح لاعداد مدربي كرة السلة في جمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها.
- ٥ عمرو زين العابدين (٢٠٠٠) : برنامج مقترح لإعداد مدرب كرة القدم في جمهورية مصر العربية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
- ٦ عمرو وحيد محمد (٢٠١٨) : الكفاية المهنية لمخططي الاحمال البدنية في كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان
- ٧ فتحي احمد هادي السقال (٢٠٠٦) : "برنامج مقترح لتأهيل مدربي كرة القدم بالجمهورية اليمنية في ضوء متطلبات العمل المهني" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة اسبوط
- ٨ محمد ابراهيم محمد (٢٠١٩) : استراتيجية مقترحة لتطوير مدربي كرة القدم في جمهورية مصر العربية ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان
- ٩ محمد صبحي حسانين (٢٠٠١) : برامج الصقل والتدريب اثناء الخدمة مدار الفكر العربي ،القاهرة أمين أنور الخولي

## ثانيا : المراجع الانجليزية :

- 10 Favero, T. G., & White, J. (2018). : Periodization in college soccer. Strength and Conditioning Journal, 40(3), 33-44. doi: 10.1519/SSC.0000000000000385
- 11 Gamble, P. (2013). : Strength and Conditioning for Team Sports. 1st ed New York: Routledge
- 12 Zulakbal Bin Abd Karim & Ali Md Nadzalan(2017) : The Development of Coaching Knowledge among Malaysian Accredited Football Coaches2017, Vol. 6 No. 4,ISSN: 2226-6348

ثالثا : شبكة المعلومات الدولي ( الانترنت ):

13- <https://www-isspf-com.translate.goog/courses>

## ملخص البحث

تصور مقترح للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية في كرة القدم  
بجمهورية مصر العربية

أ.د / ماجد مصطفى احمد أسماعيل

أ.د / أسامة احمد عبد العزيز النمر

الباحث/ عمرو وحيد محمد حسن

يهدف هذا البحث الي وضع تصور مقترح للدورات التدريبية والتثقيفية لمخططي الاحمال البدنية في كرة القدم بجمهورية مصر العربية من خلال ، تحديد المحتوى العلمي للدورات التدريبية والتثقيفية بكل رخصة من الرخص التدريبية الخمس (A/ B/ C/ D Pro)، ويتم وضع مقترح للعمل المهني بالقطاعات المختلفة بكرة القدم ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ،تكون مجتمع البحث من (مجتمع كرة القدم ) مخططي الأحمال البدنية ومدربي كرة القدم بأندية الدوري المصري الممتاز موسم ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣ بالفريق الاول و القطاعات المختلفة ،تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية لعدد (١٥٠) مدرب و مخطط أحمال بدنية ومدربي كرة قدم بالدوري المصري الممتاز موسم ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣ بالفريق الاول والقطاعات المختلفة ، وتم الاستعانة بعينة قوامها (٣٠) لاجراء المعاملات العلمية (الدراسة الاستطلاعية) وتم اجراء الدراسة الاساسية في الفترة من (١٥/٦/٢٠٢٣) إلى (١/٨/٢٠٢٣) ثم المعالجة الإحصائية للاستبانة بعد جمعه وتفرغته ومن اهم نتائج الدراسة تم التوصل الي المقترح للرخص التدريبية اللازمة لعمل مخططي الاحمال البدنية بمستويات (D/C/B/A/Pro) و المقترح العمل المهني لمخططي الاحمال البدنية بشرط الحصول علي الرخص التدريبية يكون مؤهل للعمل بمستويات مهنية " اكاديميات كرة القدم /البراعم بقطاعات الاندية/ الناشئين والشباب ومنتخبات هذه الفئة العمرية / الفريق الاول / منتخبات / مخطط احمال بدنية لكافة القطاعات المختلفة بكرة القدم بالاندية

**Abstract****a proposed vision for training and cultural courses for physical load planners in football in the Arab Republic of Egypt****Prof. Majed Mostafa Ahmed Ismail****Prof. Osama Ahmed Abdel Aziz Al-Nimr****Researcher. Amr Waheed Mohamed Hassan**

This research aims to develop a proposed vision for training and cultural courses for physical load planners in football in the Arab Republic of Egypt by determining the scientific content of the training and cultural courses for each of the five training licenses (D / C / B / A / Pro), and a proposal for work is developed. Professionally in the different sectors of football, the researcher used the descriptive approach. The research community consisted of (the football community), physical load planners and football coaches in the Egyptian Premier League clubs for the 2022/2023 season, the first team and the different sectors. The research sample was chosen by a random intentional method for a number of (150). ) Trainer, physical load planner, and football coaches in the Egyptian Premier League for the 2022/2023 season, for the first team and the various sectors. A sample of (30) was used to conduct scientific transactions (exploratory study), and the basic study was conducted in the period from (6/15/2023) to (6/15/2023) (1/8/2023) Then the statistical processing of the questionnaire after collecting and transcribing it. Among the most important results of the study was the proposal for the necessary training licenses for the work of physical load planners at levels (D/C/B/A/Pro) and the proposal for professional work for physical load planners, provided that they obtain with training licenses, he will be qualified to work at professional levels: football academies / buds in the club sectors / youth and youth teams and the