

الكفايات الشخصية والمعرفية لمدربي رياضة الإسكواش لكبار السن (دراسة تحليلية)

أ.د/ محمد محمد عبدالسلام

أستاذ ورئيس قسم رياضة كبار السن

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

أ.د/ خالد نعيم على

أستاذ الإسكواش بقسم تدريب الرياضات الجماعية وألعاب المضرب

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

الباحث/ عبدالرحمن أسامة عبدالرحمن

باحث ماجستير

Doi: 10.21608/jsbsh.2024.319294.2821

المقدمة ومشكلة البحث

التدريب الرياضي يعتبر من العلوم الحديثة سريعة التطور الذي أستمده وقواعده من العلوم الطبيعية وأصبح بذلك علما ضروريا للأعدادات المهنية والتدريبية للمدربين في مختلف الأنشطة الرياضية كما أنه عملية تربوية مخططة مبنية على أسس علمية تهدف الى وصول اللاعبين الى التكامل في الأداء الرياضي بصفة عامة ، وبذلك فإنه يتطلب هذا الهدف من المدرب أن يقوم بتنظيم وتطوير قدرات اللاعبين من كافة النواحي البدنية والفنية والمهارية والعقلية والاجتماعية والفسولوجية للوصول من خلال هذه النواحي الى أعلى المستويات الرياضية المطلوبة في التدريب بصفة عامة وخوض المباريات بصفة خاصة .

وتعد رياضة الإسكواش من أسرع الرياضات في العالم ، مما لا يدع مجالا للشك انه يجب على لاعبين وممارسين هذه الرياضة ان يقوموا بعمل حركات سريعة جدا في مساحه صغيره ، والتدريب الحديث في رياضة الإسكواش منظومة متكاملة تقوم على عدد من المحاور التي يأتي في مقدمتها المدرب ثم تتدرج الى اللاعب وصولا بعد ذلك الى برنامج التدريب ، ويجب على كلا من المدرب واللاعب والممارس ان يكونوا على قدر كافيا من فهم متطلبات العملية التدريبية .

وكثير من الناس يجد أن رياضة الإسكواش من أسهل الطرق لإكتساب اللياقة البدنية وضبط الوزن لكلا الجنسين مما تتطلبه اللعبة من الجرى المستمر داخل الملعب و توالى الضربات وعدم وجود فرصة للوقوف أو التكاثر. (14 : 18)

ورياضة الإسكواش واحدة من أسرع الرياضات في العالم ويمكن تعلمها بسهولة، وهي تُكسب ممارسيها صفات بدنية مثل : التحمل الدورى التنفسي والقوة العضلية والسرعة والمرونة والرشاقة والتوافق كما تنمى لديهم نسب الإدراك والانتباه والتركيز وسرعة رد الفعل. (13 : 22)

وتمارس رياضة الإسكواش في ملعب ذات أربعة جوانب بين إثنين من اللاعبين بواسطة مضرب و كرة صغيرة، ويحاول كل منهما ضرب الكرة إتجاه الحائط الأمامي لتكون بعيدة عن متناول منافسة. (15 : 18)

ويري أحمد رمضان عدلي (٢٠١٩م) أن المجتمعات تواجه الان موجة من التغيرات والتحديات التي امتدت لتشمل كافة مجالات وصور الحياة وأصبح كل شئ قابل للتغير والتطور لدرجة لم تجعل للثبات ظهور علي سطح هذا الكون والمتتبع للتغيرات التي واجهت مجتمعات هذا العصر يجدها لم تقف عند حد التغيرات السياسية والاقتصادية والاجتماعية فحسب بل أمتدت لتشمل تغيير في المفاهيم والفلسفات الحاكمة . وفي ظل هذه الموجات السريعة والمتلاحقة من التغير أصبح إعداد الكوادر التدريبية بأبعادها التقليدية الحالية غير قادرة علي مواجهة عالم اليوم بمتغيراته وأفكاره واتجاهاته وفلسفاته ، ومن هنا كان لابد من اعادة التفكير للوصول إلي منهجية علمية وعملية متطورة تساهم في الأرتقاء بمستوي أداء الكوادر التدريبية ووصولهم الي الهدف المنشود واستمرار التطور والتفكير يفرز اتجاهات ومداخل وفلسفات جديدة إلي ان ظهرت مبادئ الكفايات المهنية هذه المبادئ التي تعتبر نتاجا حقيقيا لاعادة التفكير التي ركز عليها الفكر التدريبي المعاصر . (٢ : ٣)

ويشير عمرو وحيد محمد حسن (٢٠١٨م) أن الميدان الرياضي وجد فيه مدربون لم يمارسوا رياضة ما ، أو كان مستواهم الرياضي فيها متوسطا ، ولكنهم أصبحوا من أكبر وأشهر مدربي العالم في هذه الأنشطة ، وكان ذلك بفضل دراستهم ، وإمامهم بالعلوم التي ترتبط ، برفع مستوي أداء اللاعبين ، وأن كان في الواقع بفضل اللاعب الذي وصل الي مستوي جيد في لعبته ، ودرس العلوم التي تتعلق بالتدريب الرياضي الحديث بما فيه الكفاية لعمله كمدرب . (٩ : ٣)

كما يري أحمد شعبان محمود (٢٠١٥م) أن التقدم الرياضي في القرن الحالي والذي يعتبر انعكاساً لمدي الأهتمام بالرياضة في العالم سواء كان بالنسبة للمدربين أو اللاعبين والاهتمام بالمدرب الرياضي وإعداده لمهنة التدريب من أهم جوانب هذا التطور والتقدم. فالمدرب الرياضي يعد من أهم الدعائم الأساسية التي يركز عليها التدريب الرياضي والبطولات الرياضية لما له من دور فعال في توجيه عملية التدريب إعداد اللاعبين وتوجيههم وإرشادهم للارتقاء إلي مستوي البطولات العالمية . (٣ : ٣)

ويؤكد عويس الجبالي (٢٠٠٣م) أن التدريب الرياضي قد تطور تطورا كبيرا منذ خمسينيات من القرن الماضي ، وأصبح التدريب الرياضي علم له أصوله ومناهجه وأبحاثه ودراسته العلمية والمعملية ، وقام العلماء في المجال الرياضي بربط التدريب الرياضي بالعلوم الإنسانية والعلوم الطبيعية ، وأصبح لكل دولة طرقها وأساليبها في تدريب رياضيتها للوصول بهم إلي أعلي مستوي ممكن من الأداء والإنجاز الرياضي ، وترتب علي ذلك أن كثرت طرق التدريب واكتشفت طرق

جديدة للأداء وتطورت خطط التدريب وأساليبها حتى أصبحت سرا من اسرار الدول . (١٠ : ١٨)
ويري أحمد حسين محمد علي (٢٠٠٣ م) أن المدرب يعتبر الوسيط الناقل للخبرات
والمعلومات والمهارات , ولكي يكون هذا الوسيط صحيحا فلا بد أن يكون علي قدر من الكفاءة
والفاعلية للمسئولية التي وقعت علي عاتقه , فالمدرب هو جوهر ومحور العملية التدريبية وهو المنفذ
لها لتحقيق أفضل مستوي انجاز مثالي واذا لم يتواجد المدرب المؤهل والملم بمحتوي العملية التدريبية
فإن اقتصادية الجهد والمال لن تحقق متغيرات التدريب المختلفة , فالأمر يتطلب منه ان يكون قائدا
متفهما لما يدور داخل فريقه لتحقيق اهداف اللاعبين. (١ : ٢, ٣)

أهمية البحث والحاجه إليه :

- دراسة وتحليل الكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .
- توجيه اهتمام الاتحاد المصري للإسكواش نحو مفهوم الكفايات الشخصية والمعرفية لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .
- المساهمة في تعميم ما قد يتوصل اليه الباحث من مقترحات لمختلف الكوادر التدريبية .
- تصميم قائمة للكفايات الشخصية والمعرفية الواجب توافرها لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن
- (الرواد) وذلك لتحقيق افضل النتائج وتلاشي العوائد السلبية التي قد تحدث .

هدف البحث :

- يهدف البحث الى دراسة وتحليل الكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) من خلال مايلي :
- تحديد الكفايات الشخصية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .
- تحديد الكفايات المعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .
- وضع تصور مقترح للكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .

تساؤلات البحث

- ماهي الكفايات الشخصية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) ؟
- ماهي الكفايات المعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) ؟

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث.

إستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي وذلك لملاءمته طبيعة البحث ، ولتحقيق هدف البحث والإجابة عن تساؤلاته وطبيعة إجراءاته .

ثانياً : مجتمع البحث.

اشتمل مجتمع البحث على مدربي رياضة الإسكواش العاملين بالأندية والاكاديميات .

ثالثاً : عينة البحث.

اختيرت العينة عينة البحث بالطريقة العمدية على مدربي رياضة الإسكواش ، والمسجلين في سجلات الاتحاد المصري للإسكواش ومر على تسجيلهم ١٠ سنوات فأكثر بأندية القاهرة والجيزة وكذلك الاكاديميات المعتمدة لدى الاتحاد المصري للإسكواش ، واشتملت عينة البحث على (٨٠) مقسمين على (٢٠) من الاكاديميين المتخصصين في مجال الاسكواش و (٤٠) مدرب من مدربي الاسكواش لمرحلة الرواد و (٢٠) لاعب من اللاعبين الرواد .

جدول (١) التوصيف الإحصائي لعينة البحث (الأساسية - الإستطلاعية) (ن = 80)

وكما هو موضح بالجدول (١) بأن عينة البحث أشتملت على (٨٠) كعينة أساسية و(٥٠)

م	عينة البحث	عدد العينة	النسبة المئوية
١	العينة الإستطلاعية	30	37.61%
٢	العينة الأساسية	50	62.39%
	المجموع	80	100%

كعينة إستطلاعية ، والتي حصلت على (37.61%) من إجمالي عينة البحث ، و(٨٠) كعينة أساسية والتي حصلت على (62.39%) من إجمالي عينة البحث .

رابعاً: أدوات جمع البيانات.

- استمارة الاستبيان : اعتمد الباحث على استمارة الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات وذلك بهدف وضع تصور مقترح للكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .

- تحليل المحتوى والوثائق : قام الباحث بدراسة وتحليل المراجع والكتب العلمية والدراسات المرجعية المتعلقة بموضوع الكفايات بوجه عام و الكفايات الشخصية والمعرفية بوجه خاص .
خامساً : خطوات بناء قائمة الكفايات الشخصية والمعرفية المقترحة.

١- المقابلة الشخصية : قام الباحث بعمل مقابلة شخصية غير مقننة للحصول على البيانات التي تفيد موضوع الدراسة، وقد تمثلت تلك المقابلة الشخصية مع خبراء اكاديميين من قسم تدريب الرياضات

الجماعية وألعاب المضرب بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة .

٢- تحديد المحاور والعبارات الفرعية المقترحة للقائمة: بعد دراسة وتحليل نتائج الدراسات السابقة والاطلاع على المراجع العلمية المرتبطة بموضوع الكفايات الشخصية والمعرفية ، قام الباحث بتصميم قائمة للكفايات الشخصية والمعرفية ، حيث تم تحديد المحاور الرئيسية والعبارات الفرعية الخاصة بالقائمة المقترحة وذلك بعد عمل المقابلة الشخصية مع الخبراء الاكاديمين وبعد عرضها على هيئة الأشراف تم الاتفاق على عدد من المحاور والتوصل الى قائمة مبدئية للكفايات الشخصية والمعرفية في ضوء يساعد على تحقيق هدف البحث ، وبلغ عدد هذه المحاور (٢) وكانت كالاتي :

- المحور الأول : الكفايات الشخصية .

- المحور الثاني : الكفايات المعرفية .

٣- إستطلاع رأي السادة الخبراء : للتحقق من مدى صدق الشكل الأولي للقائمة المبدئية للكفايات الشخصية والمعرفية الواجب توافرها لدى مدربي رياضة الإسكواش لكبار السن ، قام الباحث بعرض استمارة الشكل الأولي للقائمة المقترحة لاستطلاع رأي السادة الخبراء ، واشتملت الإستمارة على القائمة المبدئية المقترحة ، وتم عرض الاستمارة من خلال عمل استبيان على (جوجل فورم) وإرساله الى السادة الخبراء ، وذلك لسهولة الرد على الإستمارة وتفرغ البيانات من خلاله ، وكان عددهم (٥) خبيراً من الأساتذة والأساتذة المساعدين بقسم تدريب الرياضات الجماعية وألعاب المضرب بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية ، وقسم رياضة كبار السن بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان .

جدول (٢) الأهمية النسبية للمحور الأول للقائمة المقترحة وفقاً لاستطلاع آراء السادة الخبراء (ن=٥)

م	العبارات	عدد مرات الاتفاق	النسبة المئوية
١	القدرة على الثبات الانفعالي و ضبط النفس .	5	100%
٢	المهارة في الحوار وتفسير الامور جيدا .	5	100%
٣	القدرة علي التفكير الابداعي .	4	80%
٤	الأهتمام بكل فرد من اعضاء الفريق .	5	100%
٥	الفهم لشخصية كل لاعب من اللاعبين الرواد .	4	80%
٦	التمتع بالاحترام وقوة التأثير علي الغير .	5	100%
٧	التمتع بالذكاء الاجتماعي .	5	100%
٨	التمتع بشخصية قوية ولديه القدرة علي إتخاذ القرار .	5	100%
٩	القدرة على استخدام مهارات الحاسب الآلي .	4	80%
١٠	التمتع بحالة بدنية جيدة وصحة سليمة و ذو مظهر لائق .	5	100%
١١	التمتع بالتقنه بما يفعله .	4	80%

١٢	الإلتزام بالمواعيد المحددة للتدريبات .	5	%100
١٣	التحدث بلغة حوار تصل بسهولة للمتدربين .	5	%100
١٤	الإستخدام الأمثل لوسائل التواصل الاجتماعي .	4	%80
١٥	القدرة على التعامل مع المشكلات المختلفة وإيجاد الحلول المناسبة لها .	5	%100
١٦	القدرة علي الكلام والشرح بشكل بسيط وسهل .	5	%100
١٧	القدرة على إدارة وقت التدريب بفاعلية .	5	%100
١٨	القدرة على فهم اللغات الأجنبية .	4	%80
١٩	القدرة على انجاز الوحدة التدريبية المطلوبة .	5	%100
٢٠	القدرة على اظهار أسلوبه و فلسفته في الحياه بشكل عام وفي عمله التدريبي بشكل خاص .	3	%60

يتضح من جدول (٢) ان النسب المئوية لموافقة الخبراء على المحور الاول قد تراوحت ما بين (٨٠٪ ، ١٠٠ ٪) وقد ارتضى الباحث بقبول العبارات التي تتجاوز نسبة (٧٥٪) فاكثر ، وبذلك تم حذف العبارة رقم (٢٠) القدرة على اظهار أسلوبه و فلسفته في الحياه بشكل عام وفي عمله التدريبي بشكل خاص والتي حصلت على نسبة (٦٠٪) .

جدول (٣) الأهمية النسبية للمحور الثاني للقائمة المقترحة وفقاً لاستطلاع آراء السادة الخبراء (ن=٥)

م	العبارات	عدد مرات الاتفاق	النسبة المئوية
١	التوعية الصحية ونشر العادات الصحية والغذائية السليمة للرواد .	4	80%
٢	المعرفة بنوعية الأطعمة والمشروبات التي تقدم للاعبين الرواد .	5	100%
٣	المعرفة الجيدة لقيمة استخدام السوائل أثناء التدريبات لهذه الفئة العمرية .	5	100%
٤	الفهم الجيد لمرحل التطور الجسمي وأنماطه لفئة كبار السن .	5	100%
٥	المعرفة الجيدة للحالة البدنية والصحية للاعبين الرواد .	5	100%
٦	المعرفة الجيدة بالبحث العلمي وتطبيقه في مجال تدريب الرواد .	4	80%
٧	القدرة علي تطبيق المبادئ الميكانيكية والفسولوجية في مجال تدريب الرواد .	4	80%
٨	القدرة علي تحليل الحركة بكفاءة عالية .	5	100%
٩	الأدراك الجيد بالتركيب التشريحي والوظيفي للجسم في تلك المرحلة .	4	80%
١٠	القدرة علي اختيار الاستراتيجية التدريبية المناسبة لكل فرد .	4	80%
١١	المعرفة الجيدة بنظم إنتاج الطاقة .	4	80%
١٢	الفهم الجيد للحالة البدنية لهذه الفئة العمرية وكيفية التعامل معها .	5	100%
١٣	الأدراك لأهمية الأنشطة الترويحية داخل الوحدات التدريبية للاعبين الرواد .	5	100%
١٤	المعرفة الجيدة للثقافة الرياضية العامة .	4	80%
١٥	البحث في مجال علم التدريب بشكل دائم ومستمر .	5	100%
١٦	التتمة لمعلوماته في المجالات العلمية والثقافية العامة .	4	80%
١٧	القدرة علي الابداع والتفكير في مجال تدريب الرواد .	4	80%
١٨	الحرص على ان يكون صاحب استراتيجية بحثية لتطوير قدراته في العملية التدريبية .	4	80%

يتضح من جدول (٣) ان النسب المئوية لموافقة الخبراء على المحور الثاني قد تراوحت ما بين (٨٠٪ ، ١٠٠ ٪) وقد ارتضى الباحث بقبول العبارات التي تتجاوز نسبة (٧٥٪) فأكثر ، وبذلك لم يتم حذف أي عبارة من عبارات المحور الثاني .

سادساً : الدراسة الاستطلاعية.

قام الباحث بدراسة استطلاعية على العينة الإستطلاعية ، وتم ارسال الإستمارة على العينة الإستطلاعية من خلال (جوجل فورم) ، وذلك لسهولة الرد على الإستمارة وتفرغ البيانات من خلاله ، وكان عدد تلك العينة (٣٠) من أفراد العينة الأساسية كعينة بناء قائمة الكفايات الشخصية والمعرفية ، وقد توصل الباحث من خلال الدراسة الاستطلاعية إلى وضوح عبارات القائمة وإمكانية قراءتها وفهمها وأنها تمثل الكفايات الشخصية والمعرفية لمدربي رياضة الإسكواش لكبار السن .

سابعاً : المعاملات العلمية للقائمة.

- الصدق .
- الثبات .

صدق الاتساق الداخلي : لحساب صدق الاتساق الداخلي للقائمة قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (٣٠) ثلاثون فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الاساسية ولها نفس المواصفات ، ثم قام الباحث بحساب معامل الارتباط بيرسون كما يلي :

- قد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات القائمة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه

- كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية للقائمة ، والجداول التالية توضح النتيجة على التوالي .

جدول (٤) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

المحور الأول: الكفايات الشخصية والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ٣٠)

م	العبارات	معامل الارتباط بالمحور
١	القدرة على الثبات الانفعالي و ضبط النفس .	0.407
٢	المهارة في الحوار وتفسير الامور جيدا .	0.210
٣	القدرة علي التفكير الابداعي .	0.668
٤	الأهتمام بكل فرد من اعضاء الفريق .	0.150
٥	الفهم لشخصية كل لاعب من اللاعبين الرواد .	0.807
٦	التمتع بالاحترام وقوة التأثير علي الغير .	0.155
٧	التمتع بالذكاء الاجتماعي .	0.677
٨	التمتع بشخصية قوية ولديه القدرة علي إتخاذ القرار .	0.759
٩	القدرة على استخدام مهارات الحاسب الآلي .	0.408
١٠	التمتع بحالة بدنية جيدة وصحة سليمة و ذو مظهر لائق .	0.362
١١	التمتع بالثقة بما يفعله .	0.219
١٢	الإلتزام بالمواعيد المحددة للتدريبات .	0.207
١٣	التحدث بلغة حوار تصل بسهولة للمتدربين .	0.407
١٤	الإستخدام الامثل لوسائل التواصل الاجتماعي .	0.372
١٥	القدرة في التعامل مع المشكلات المختلفة وإيجاد الحلول المناسبة لها .	0.657
١٦	القدرة علي الكلام والشرح بشكل بسيط وسهل .	0.208
١٧	القدرة على إدارة وقت التدريب بفاعلية .	0.510
١٨	القدرة على فهم اللغات الأجنبية .	٠.٠٥٤٢
١٩	القدرة انجاز الوحدة التدريبية المطلوبة .	٠.٠٥٩٩

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٤) ان معامل الارتباط بين كل عبارة من العبارات والمجموع الكلي للمحور الاول قد تراوحت ما بين (٠.١٥٠ الي ٠.٧٥٩) وبمقارنة قيمة (ر) المحسوبة بقيمة (ر) الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائيا بين العبارات والمجموع الكلي للمحور فيما عدا العبارات التالية :

- العبارة رقم (٢) المهارة في الحوار وتفسير الامور جيدا .
- العبارة رقم (٤) الأهتمام بكل فرد من اعضاء الفريق .
- العبارة رقم (٦) التمتع بالاحترام وقوة التأثير علي الغير .
- العبارة رقم (١١) التمتع بالثقة بما يفعله .
- العبارة رقم (١٢) الإلتزام بالمواعيد المحددة للتدريبات .
- العبارة رقم (١٦) القدرة علي الكلام والشرح بشكل بسيط وسهل .

وبذلك يصبح عدد عبارات المحور الاول (١٣) عبارة والنتائج تدل على ان عبارات المحور الاول تتسم بدرجة عالية من الصدق .

جدول (٥) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من

عبارات المحور الثاني: الكفايات المعرفية والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ٣٠)

م	العبارات	معامل الارتباط بالمحور
١	التوعية الصحية ونشر العادات الصحية والغذائية السليمة للرواد .	٠٠.١٨٢
٢	المعرفة بنوعية الأطعمة والمشروبات التي تقدم للاعبين الرواد .	0.691
٣	المعرفة الجيدة لقيمة استخدام السوائل أثناء التدريبات لهذه الفئة العمرية .	٠٠.٥٢٢
٤	الفهم الجيد لمراحل التطور الجسمي وأنماطه لفئة كبار السن .	٠٠.٦٦٢
٥	المعرفة الجيدة للحالة البدنية والصحية للاعبين الرواد .	٠٠.٥٢١
٦	المعرفة الجيدة بالبحث العلمي وتطبيقه في مجال تدريب الرواد .	٠١٧2.٠
٧	القدرة علي تطبيق المبادئ الميكانيكية والفسولوجية في مجال تدريب الرواد .	٠٠.٥٠٠
٨	القدرة علي تحليل الحركة بكفاءة عالية .	٠٠.٥٩٢
٩	الأدراك الجيد بالتركيب التشريحي والوظيفي للجسم في تلك المرحلة .	٠٠.٤١١
١٠	القدرة علي اختيار الاستراتيجية التدريبية المناسبة لكل فرد .	٠٠.٤١٩
١١	المعرفة الجيدة بنظم إنتاج الطاقة .	٠٠.٥٢١
١٢	الفهم الجيد للحالة البدنية لهذه الفئة العمرية وكيفية التعامل معها .	٠٠.٧٢٧
١٣	الأدراك لأهمية الانشطة الترويحية داخل الوحدات التدريبية للاعبين الرواد .	٠٠.٦٥٤
١٤	المعرفة الجيدة للثقافة الرياضية العامة .	٠٠.١٢٦
١٥	البحث في مجال علم التدريب بشكل دائم ومستمر .	٠٠.١١٦
١٦	التنمية لمعلوماته في المجالات العلمية والثقافية العامة .	٠٠.٢٠٢
١٧	القدرة علي الابداع والتفكير في مجال تدريب الرواد .	٠٠.٠١٢
١٨	الحرص على ان يكون صاحب استراتيجيات بحثية لتطوير قدراته في العملية التدريبية .	٠٠.٥٦٩

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٥) ان معامل الارتباط بين كل عبارة من العبارات والمجموع الكلي للمحور الثاني قد تراوحت ما بين (٠.٠١٢ الي ٠.٧٢٧) وبمقارنة قيمة (ر) المحسوبة بقيمة (ر) الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائيا بين العبارات والمجموع الكلي للمحور فيما عدا العبارات التالية :

- العبارة رقم (١) التوعية الصحية ونشر العادات الصحية والغذائية السليمة للرواد .
- العبارة رقم (٦) المعرفة الجيدة بالبحث العلمي وتطبيقه في مجال تدريب الرواد .
- العبارة رقم (١٤) المعرفة الجيدة للثقافة الرياضية العامة .
- العبارة رقم (١٥) البحث في مجال علم التدريب بشكل دائم ومستمر .
- العبارة رقم (١٦) التنمية لمعلوماته في المجالات العلمية والثقافية العامة .
- العبارة رقم (١٧) القدرة علي الابداع والتفكير في مجال تدريب الرواد .

وبذلك يصبح عدد عبارات المحور الثاني (١٢) عبارة والنتائج تدل على ان عبارات المحور الثاني تتسم بدرجة عالية من الصدق .

جدول (٦) معامل الارتباط بين المحاور والمجموع الكلي للقائمة (ن = ٣٠)

م	المحاور	معامل الارتباط
١	المحور الأول : (الكفايات الشخصية)	٠.٧٩٤
٢	المحور الثاني : (الكفايات المعرفية)	٠.٧٦٩

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) وعند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٦) ما يلي : تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور القائمة والدرجة الكلية للقائمة ما بين

(٠.٧٦٩ : ٠.٧٩٤) وبمقارنة قيمة (ر) الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائيا بين

المحاور والمجموع الكلي للقائمة مما يدل على ان المحاور تتسم بدرجة عالية من الصدق .

ب - الثبات :

للتأكد من ثبات القائمة قام الباحث باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (٣٠) ثلاثون فرداً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٧) معاملات الثبات باستخدام التجزئة النصفية ومعامل ألفا لكرونباخ للقائمة (ن = ٣٠)

م	المحاور	معامل الفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			سبيرمان براون	جتمان
١	المحور الأول : (الكفايات الشخصية)	٠.٧٩١	٠.٧٨٩	٠.٧٩٢
٢	المحور الثاني : (الكفايات المعرفية)	٠.٧٧٣	٠.٧٨٠	٠.٧٨٦

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٨) مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

جاءت قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئية النصفية لمحاور الاستبيان دالة إحصائياً عد مستوي دلالة ٠.٠٥ علي جميع محاور الاستبيان مما يشير إلى ان محاور الاستبيان تتسم بدرجة عالية من الثبات .

ثامناً : الدراسة الأساسية.

قام الباحث بتطبيق القائمة في صورتها النهائية على العينة قيد الدراسة من مدربي رياضة الإسكواش لكبار السن ، من خلال عمل استبيان على (جوجل فورم) وإرساله الى العينة قيد الدراسة ، وتم تفريغ البيانات في برنامج (اكسل) وذلك لمعالجتها إحصائياً .
تاسعاً: المعالجات الإحصائية.

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- الوسيط .
- (معامل الارتباط سبيرمان وبيرسون) .
- النسبة المئوية .
- (كا)^٢

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض ومناقشة نتائج المحور الأول :

جدول (٨) التكرارات والنسبة المئوية وكا ٢١ آراء العينة بالنسبة لعبارات المحور الأول : (الكفايات الشخصية) (ن = ٨٠)

م	العبارات	الاستجابة						مجموع الدرجات المقدره	%	كا
		أوافق		الي حد ما		لا أوافق				
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	القدرة على الثبات الانفعالي و ضبط النفس .	65	81.3	15	18.8	0	0.0	225	93.8	87.1
٢	القدرة على التفكير الابداعي .	69	86.3	8	10.0	3	3.8	226	94.2	101.5
٣	الفهم لشخصية كل لاعب من اللاعبين الرواد .	75	93.8	5	6.3	0	0.0	235	97.9	132.2
٤	التمتع بالذكاء الاجتماعي .	75	93.8	5	6.3	0	0.0	235	97.9	132.2
٥	التمتع بشخصية قوية ولديه القدرة على إتخاذ القرار .	77	96.3	3	3.8	0	0.0	237	98.8	143.0
٦	القدرة على استخدام مهارات الحاسب الآلى .	26	32.5	24	30.0	30	37.5	156	65.0	0.7
٧	التمتع بحالة بدنية جيدة وصحة سليمة و ذو مظهر لائق .	43	53.8	37	46.3	0	0.0	203	84.6	40.8
٨	الإلتزام بالمواعيد المحددة للتدريبات .	75	93.8	5	6.3	0	0.0	235	97.9	132.2
٩	التحدث بلغة حوار تصل بسهولة للمتدربين .	59	73.8	21	26.3	0	0.0	219	91.3	67.2
١٠	الإستخدام الامثل لوسائل التواصل الاجتماعي .	53	66.3	23	28.8	4	5.0	209	87.1	45.9
١١	القدرة في التعامل مع المشكلات المختلفة وإيجاد الحلول المناسبة لها .	64	80.0	16	20.0	0	0.0	224	93.3	83.4
١٢	القدرة على إدارة وقت التدريب بفاعلية .	78	97.5	2	2.5	0	0.0	238	99.2	148.7
١٣	القدرة على فهم اللغات الأجنبية .	46	57.5	27	33.8	7	8.8	199	82.9	28.6
١٤	القدرة انجاز الوحدة التدريبية المطلوبة .	78	97.5	2	2.5	0	0.0	238	99.2	148.7

قيمة كا ٢١ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٥.٩٩

مناقشة نتائج المحور الأول :

يتضح من جدول (٨) ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث على المحور الأول : (الكفايات الشخصية) قد انحصرت ما بين (٦٥.٠ % ، ٩٩.٢ %) وجاءت قيم مربع كا دالة احصائيا عند مستوي دلالة ٠.٠٥ على عبارات المحور الاول ولصالح الاستجابة بموافق ، وجاء ترتيب العبارات كما يلي :

جدول (٩) ترتيب عبارات المحور الأول (الكفايات الشخصية) ترتيباً تنازلياً وفقاً للنسبة المئوية

النسبة المئوية	العبارات	ارقام العبارات
٪٩٩.٢	القدرة على إدارة وقت التدريب بفاعلية .	١٢
٪٩٩.٢	القدرة على انجاز الوحدة التدريبية المطلوبة .	١٤
٪٩٨.٨	التمتع بشخصية قوية ولديه القدرة علي إتخاذ القرار .	٥
٪٩٧.٩	الفهم لشخصية كل لاعب من اللاعبين الرواد .	٣
٪٩٧.٩	التمتع بالذكاء الاجتماعي .	٤
٪٩٧.٩	الإلتزام بالمواعيد المحددة للتدريبات .	٨
٪٩٤.٢	القدرة علي التفكير الابداعي .	٢
٪٩٣.٨	القدرة على الثبات الانفعالي و ضبط النفس .	١
٪٩٣.٣	القدرة على التعامل مع المشكلات المختلفة وإيجاد الحلول المناسبة لها.	١١
٪٩١.٣	التحدث بلغة حوار تصل بسهولة للمتدربين .	٩
٪٨٧.١	الإستخدام الامثل لوسائل التواصل الاجتماعي .	١٠
٪٨٤.٦	التمتع بحالة بدنية جيدة وصحة سليمة و ذو مظهر لائق .	٧
٪٨٢.٩	القدرة على فهم اللغات الأجنبية .	١٣
٪٦٥.٠	القدرة على استخدام مهارات الحاسب الآلي .	٦

ويرى الباحث أنه من خلال جدول (٩) يتضح ان تحليل نتائج عينة الدراسة علي الكفايات الخاصة بالمحور الأول (الكفايات الشخصية) تلزم مدرب رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) ان تتوافر لديه عدة صفات وهي ، ان يكون قادراً على تقسيم وأدارة وقت الوحدة التدريبية بفاعلية حتى يتمكن من تحقيق اهداف التدريب ، وان يكون قادراً على انجاز الوحدة التدريبية لتحقيق افضل النتائج ، وان يكون صاحب شخصية قوية تمكنه من اتخاذ القرارات الصائبة ، وان يكون قادراً على فهم اللاعبين وذلك لتوصيل المعلومات التي تساعد على تحقيق اهداف التدريب ، وان يلتزم بمواعيد التدريبات لينجز الوحدة التدريبية المطلوبة ، وان يفكر بشكل مختلف لتحقيق الابداع في الوحدة التدريبية ، وان يتحلى بقدر عالي من الثبات الانفعالي وضبط النفس ليتجنب اي ضغط يحدث اثناء التدريب ويتعامل مع المشكلات المختلفة ويجد الحلول المناسبة لها ، وان يتحدث بلغة حوار سهلة وبسيطة لتوصيل المعلومات التي تساعده على تحقيق الهدف المطلوب من الوحدة التدريبية ، وان

بتمتع بمهارات حياتية وهي ان يواكب العصر بأستخدامه الأمتل لوسائل التواصل الأجتماعي وان يكون لديه القدرة على فهم اللغات الأجنبية ، وان يتمتع بحالة بدنية جيدة وصحة سليمة و يكون لديه مظهر لائق به كمدرّب لرياضة الإسكواش ، والجدول التالي يوضح نتائج الدراسات التي تتفق مع هذه الدراسة .

جدول (١٠) نتائج الدراسات التي أتفقت مع المحور الأول (الكفايات الشخصية)

م	أسم الباحث	نوع الدراسة	عنوان الدراسة
١	عبدالرحمن جمال لطفي (٢٠٢٢م) (٧)	رسالة ماجستير	" تصميم قائمة للكفايات (المهنية - التدريبية) لمدرّبي الكاراتيه لمرحلة الرواد "
٢	رونق ناطق محمد علي (٢٠١٨م) (٥)	رسالة ماجستير	" الكفايات الادارية والمهنية لمدرّبي منتخبات العاب القوي بجمهورية العراق "
٣	أحمد شعبان محمود (٢٠١٥م) (٣)	رسالة ماجستير	" دراسة تحليلية للكفايات المهنية لمدرّبي كرة القدم "
٤	مهدي وليد الظهيرات (٢٠١٥م) (١٢)	رسالة ماجستير	" الكفايات التدريبية لدي مدرّبي مراكز اللياقة البدنية في الأردن من وجهة نظر المتدربين "
٥	علي حسين علي (٢٠١٣م) (٨)	رسالة ماجستير	" الكفايات الأدائية لمدرّسات التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية في جمهورية العراق "
٦	سوزان فهيم برسوم (٢٠١٠م) (٦)	رسالة دكتوراه	" الكفايات المهنية للمدرّب الرياضي "

وكما هو موضح بجدول (١٠) ان هذه الدراسات أشارت إلي تحديد الكفايات المهنية للمدرّب وكانت من ضمنها الكفايات الشخصية والتي جاءت في التصنيف الأول من ضمن باقي الكفايات الأخرى لما لها من أهمية كبيرة في تنمية وتطوير المدرّب لأداء عمله بفاعلية .

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني :

جدول (١١) التكرارات والنسبة المئوية وكما ٢١ لآراء العينة بالنسبة لعبارات المحور الثاني : (الكفايات المعرفية) (ن = ٨٠)

م	العبارات	الاستجابة						مجموع الدرجات المقدره	%	٢١
		أوافق		الي حد ما		لا أوافق				
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	المعرفة بنوعية الأطعمة والمشروبات التي تقدم للاعبين الرواد .	65	81.3	15	18.8	0	0.0	225	93.8	87.1
٢	المعرفة الجيدة لقيمة استخدام السوائل أثناء التدريبات لهذه الفئة العمرية .	78	97.5	2	2.5	0	0.0	238	99.2	148.7
٣	الفهم الجيد لمراحل التطور الجسمي وأنماطه لفئة كبار السن .	62	77.5	18	22.5	0	0.0	222	92.5	76.5
٤	المعرفة الجيدة للحالة البدنية والصحية للاعبين الرواد .	79	98.8	1	1.3	0	0.0	239	99.6	154.5
٥	القدرة علي تطبيق المبادئ الميكانيكية والفسولوجية في مجال تدريب الرواد .	51	63.8	20	25.0	9	11.3	202	84.2	35.7
٦	القدرة علي تحليل الحركة بكفاءة عالية .	53	66.3	27	33.8	0	0.0	213	88.8	52.8
٧	الأدراك الجيد بالتركيب التشريحي والوظيفي للجسم في تلك المرحلة .	58	72.5	20	25.0	2	2.5	216	90.0	61.5
٨	القدرة علي اختيار الاستراتيجية التدريبية المناسبة لكل فرد .	76	95.0	4	5.0	0	0.0	236	98.3	137.5
٩	المعرفة الجيدة بنظم إنتاج الطاقة .	70	87.5	8	10.0	2	2.5	228	95.0	106.6
١٠	الفهم الجيد للحالة البدنية لهذه الفئة العمرية وكيفية التعامل معها .	79	98.8	1	1.3	0	0.0	239	99.6	154.5
١١	الأدراك لأهمية الأنشطة الترويحية داخل الوحدات التدريبية للاعبين الرواد .	56	70.0	24	30.0	0	0.0	216	90.0	59.3
١٢	الحرص على ان يكون صاحب استراتيجية بحثيه لتطوير قدراته في العملية التدريبية .	59	73.8	21	26.3	0	0.0	219	91.3	67.2

قيمة كا ٢ عند مستوي دلالة ٠.٠٥ = ٥.٩٩

مناقشة نتائج المحور الثاني : يتضح من جدول (١١) ان النسب المئوية لاستجابات عينة البحث على المحور الثاني : (الكفايات المعرفية) قد انحصرت ما بين (٨٤.٢ % ، ٩٩.٦ %) وجاءت قيم مربع كا دالة احصائيا عند مستوي دلالة ٠.٠٥ على عبارات المحور الثاني ولصالح الاستجابة بموافق ، وجاء ترتيب العبارات كما يلي :

جدول (١٢) ترتيب عبارات المحور الثاني (الكفايات المعرفية) ترتيباً تنازلياً وفقاً للنسبة المئوية

ارقام العبارات	العبارات	النسبة المئوية
٤	المعرفة الجيدة للحالة البدنية والصحية للاعبين الرواد .	٪٩٩.٦
١٠	الفهم الجيد للحالة البدنية لهذه الفئة العمرية وكيفية التعامل معها .	٪٩٩.٦
٢	المعرفة الجيدة لقيمة استخدام السوائل أثناء التدريبات لهذه الفئة العمرية .	٪٩٩.٢
٨	القدرة علي اختيار الاستراتيجية التدريبية المناسبة لكل فرد .	٪٩٨.٣
٩	المعرفة الجيدة بنظم إنتاج الطاقة .	٪٩٥.٠
١	المعرفة بنوعية الأطعمة والمشروبات التي تقدم للاعبين الرواد .	٪٩٣.٨
٣	الفهم الجيد لمراحل التطور الجسمي وأنماطه لفئة كبار السن .	٪٩٢.٥
١٢	الحرص على ان يكون صاحب استراتيجية بحثيه لتطوير قدراته في العملية التدريبية .	٪٩١.٣
٧	الأدراك الجيد بالتركيب التشريحي والوظيفي للجسم في تلك المرحلة .	٪٩٠.٠
١١	الأدراك لأهمية الأنشطة الترويحية داخل الوحدات التدريبية للاعبين الرواد .	٪٩٠.٠
٦	القدرة علي تحليل الحركة بكفاءة عالية .	٪٨٨.٨
٥	القدرة علي تطبيق المبادئ الميكانيكية والفسولوجية في مجال تدريب الرواد .	٪٨٤.٢

ويرى الباحث أنه من خلال جدول (١٢) يتضح ان تحليل نتائج عينة الدراسة علي الكفايات الخاصة بالمحور الثاني (الكفايات المعرفية) تلزم مدرب رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) ان تتوفر لديه عدة صفات وهي ، ان يكون على معرفة جيدة للحالة البدنية والصحية للاعبين الرواد ليكون لديه القدرة على التعامل معها لتحقيق أفضل النتائج ، وان يكون على معرفة جيدة لقيمة استخدام السوائل أثناء التدريبات لهذه الفئة العمرية لتجنب المشاكل الصحية ، وان تتوفر لديه القدرة علي اختيار الاستراتيجية التدريبية المناسبة لكل لاعب ، وان يكون ملم بنظم إنتاج الطاقة ، وأن يكون على معرفة بنوعية الأطعمة والمشروبات التي تقدم للاعبين الرواد ، وأن يكون على معرفة جيدة لمراحل التطور الجسمي وأنماطه لفئة كبار السن ، وأن يحرص على ان يكون صاحب استراتيجية بحثيه لتطوير قدراته في العملية التدريبية ، وأن يكون مدركاً للتركيب التشريحي والوظيفي للجسم في تلك المرحلة ، وأن يدرك أهمية الأنشطة الترويحية داخل الوحدات التدريبية للاعبين الرواد لتجنب الشعور بضغوطات التدريب ، وأن تتوفر لديه القدرة علي تحليل الحركة بكفاءة عالية ، وأن يطبق المبادئ الميكانيكية والفسولوجية في مجال تدريب الرواد ، والجدول التالي يوضح نتائج الدراسات التي تتفق مع هذه الدراسة .

جدول (١٣) نتائج الدراسات التي أتفقت مع المحور الثاني (الكفايات المعرفية)

م	أسم الباحث	نوع الدراسة	عنوان الدراسة
١	محمد يسن محمد (٢٠٢٢م) (١١)	رسالة دكتوراه	" بناء قائمة مقترحة للكفايات الادائية وفقا لتحليل المهام اللازمة لمعلمي الجنود بالقوات الجوية "
٢	عبدالرحمن جمال لطفي (٢٠٢٢م) (٧)	رسالة ماجستير	" تصميم قائمة للكفايات (المهنية – التدريبية) لمدربي الكاراتيه لمرحلة الرواد "
٣	أحمد رمضان عدلي (٢٠١٩م) (٢)	رسالة دكتوراه	" الكفايات المهنية لمدرّب الناشئين في رياضة الجمباز "
٤	عمرو وحيد محمد (٢٠١٨م) (٩)	رسالة ماجستير	" الكفاية المهنية لمخططي الأحمال البدنية في كرة القدم "
٥	رونق ناطق محمد علي (٢٠١٨م) (٥)	رسالة ماجستير	" الكفايات الادارية والمهنية لمدربي منتخبات العاب القوي بجمهورية العراق "
٦	أحمد شعبان محمود (٢٠١٥م) (٣)	رسالة ماجستير	" دراسة تحليلية للكفايات المهنية لمدربي كرة القدم "
٧	إيمان محمد ابو شوارب (٢٠١٦م) (٤)	رسالة دكتوراه	" الكفايات الفنية والادارية لمدربي الالعاب الجماعية والفرق القومية بدولة قطر "

وكما هو موضح بجدول (١٣) ان هذه الدراسات أشارت إلي أنه من المهم أن يمتلك المدرب الكثير من المعارف التي تساعد على تطوير ذاته لكي يتمكن من القيام بعمله بفاعلية وكفاءة . ومن خلال العرض السابق يكون الباحث قد وصل الى هدف البحث وهو دراسة وتحليل الكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) من خلال مايلي :

- تحديد الكفايات الشخصية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .

- تحديد الكفايات المعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) .

- وضع تصور مقترح للكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) ، وذلك من خلال (٢) محاور وهما :

- المحور الأول : الكفايات الشخصية .

- المحور الثاني : الكفايات المعرفية .

الإستنتاجات . في ضوء أهداف و تساؤلات البحث ونتائجه ، تمكن الباحث من الآتي :

- تحديد الكفايات الشخصية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار

السن (الرواد).

- تحديد الكفايات المعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد).

- وضع تصور مقترح للكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة

الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) ، واشتملت تلك الكفايات على الآتي :

١- الكفايات الشخصية : اشتملت تلك الكفايات على (١٣) عبارة تمثلت في المهارات والسمات الشخصية التي يجب على مدرب رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن ان يتسم بهم وذلك للقيام بعملهم بكفاءة وفاعلية .

٢- الكفايات المعرفية : اشتملت تلك الكفايات على (١٢) عبارة تمثلت في المعلومات والمعارف والمهارات العقلية التي يجب على مدرب رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن ان يتسم بهم وذلك لكي تساعدهم على تطوير أداء عملهم .

التوصيات .

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث والإستنتاجات التي تم التوصل إليها ، يوصى الباحث بالآتي:

١- ضرورة اعداد الاتحاد المصري للإسكواش لدورات تخصصية لمدربي مرحلة كبار السن (الرواد) وذلك بهدف كيفية التعامل مع هذه الفئة .

٢- اعداد ندوات تثقيفية عن رياضة الإسكواش لكبار السن بهدف التعرف على مميزاتها وكيفية الوقايه من مخاطرها وذلك للممارسين .

٣- إنشاء جمعيات مصرية متخصصة في مجال رياضة الإسكواش لكبار السن لنشر كل ما هو جديد عن بطولات الرواد .

٤- اعداد الكثير من الدراسات التي تتضمن الحديث عن رياضة الإسكواش لكبار السن .

قائمة المراجع :

أولاً : المراجع العربية

١. أحمد حسين محمد علي (٢٠٠٣م) : نموذج مقترح لتطوير أداء المدرب لأعداد الفريق للمنافسات ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
٢. أحمد رمضان عدلي علي (٢٠١٩م) : الكفايات المهنية لمدرّب الناشئين في رياضة الجمباز ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
٣. أحمد شعبان محمود (٢٠١٥م) : دراسة تحليلية للكفايات المهنية لمدرّب كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
٤. إيمان محمد ابو شوارب (٢٠١٦م) : الكفايات الفنية والادارية لمدرّبى الالعب الجماعية والفرق القومية بدولة قطر، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية.
٥. رونق ناطق محمد علي (٢٠١٨م) : الكفايات الأدارية والمهنية لمدرّبى منتخبات العاب القوي بجمهورية العراق ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية.
٦. سوزان فهمي برسوم (٢٠١٠م) : الكفايات المهنية للمدرّب الرياضي ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان.
٧. عبدالرحمن جمال لطفي (٢٠٢٢م) : تصميم قائمة للكفايات (المهنية – التدريبية) لمدرّبى الكاراتيه لمرحلة الرواد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
٨. علي حسين علي (٢٠١٣م) : الكفايات الأدائية لمدرّسات التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية في جمهورية العراق ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بغداد.
٩. عمرو وحيد محمد حسن (٢٠١٨م) : الكفاية المهنية لمخططي الأحمال البدنية في كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
١٠. عويس الجبالي (٢٠٠٣م) : التدريب الرياضي (النظرية والتطبيق) . ط٥ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
١١. محمد يسن محمد (٢٠٢٢م) : بناء قائمة مقترحة للكفايات الادائية وفقا لتحليل المهام اللازمة لمعلمي الجنود بالقوات الجوية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
١٢. مهدي وليد الظهيرات (٢٠١٥م) : الكفايات التدريبية لدي مدرّبى مراكز اللياقة البدنية في الأردن من وجهة نظر المتدربين ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة اليرموك ، الأردن.

ثانياً : المراجع الأجنبية

13. Heather Machlays (1989): Complete book of squash, New York, U.S.A.
14. Ian Makenzie (1988): Squash The Skills Of The Game, British By The Crowed Press.
15. Jahangir Khan Quotes (1997): Learn Squash in aWeekend . Dorling kind ersley limited . London .

ملخص البحث

الكفايات الشخصية والمعرفية لمدربي رياضة

الإسكواش لكبار السن (دراسة تحليلية)

أ.د/ محمد محمد عبدالسلام

أ.د/ خالد نعيم على

الباحث/ عبدالرحمن أسامة عبدالرحمن

يهدف البحث الى دراسة وتحليل الكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن (الرواد) من خلال مايلي :

- تحديد الكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن .

- وضع تصور مقترح للكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن .

إستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث ، ولتحقيق هدف البحث والإجابة عن تساؤلاته وطبيعة إجراءاته .

اشتمل مجتمع البحث على مدربي رياضة الإسكواش العاملين بالأندية والاكاديميات .

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية على مدربي رياضة الإسكواش ، والمسجلين في سجلات الاتحاد المصري للإسكواش ومر على تسجيلهم ١٠ سنوات فأكثر بأندية القاهرة والجيزة وكذلك الاكاديميات المعتمدة لدى الاتحاد المصري للإسكواش ، واشتملت عينة البحث على (٨٠) كعينة أساسية ، و(٥٠) كعينة إستطلاعية .

الإستنتاجات .

- تحديد الكفايات الشخصية والمعرفية التي يجب ان تتوافر لدى مدربي رياضة الإسكواش لمرحلة كبار السن .

التوصيات .

١- ضرورة اعداد الاتحاد المصري للإسكواش لدورات تخصصية لمدربي مرحلة كبار السن (الرواد) .

٢- اعداد ندوات تثقيفية عن رياضة الإسكواش لكبار السن بهدف التعرف على مميزاتها وكيفية الوقاية من مخاطرها .

Abstract

Personal and Cognitive Competencies of Squash Coaches for Seniors (An alytical Study)

Prof. Mohamed Mohamed Abdel Salam

Prof. Khaled Naeem Ali

Researcher. Abdel Rahman Osama Abdel Rahman

The research aims to study and analyze the personal and cognitive competencies that must be available to squash coaches for the senior stage (pioneers) through the following:

- Determine the personal and cognitive competencies that should be available to squash coaches for the elderly.
- Develop a proposed vision for the personal and cognitive competencies that should be available to squash coaches for the elderly.

The researcher used the descriptive approach with the analytical method because it is suitable for the nature of the research, and to achieve the research objective and answer its questions and the nature of its procedures.

The research community included squash coaches working in clubs and academies.

The research sample was chosen intentionally from squash coaches registered in the records of the Egyptian Squash Federation and whose registration has been 10 years or more in Cairo and Giza clubs as well as the academies accredited by the Egyptian Squash Federation. The research sample included (80) as a basic sample, and (50) as a exploratory sample.

Conclusions.

- Determining the personal and cognitive competencies that must be available to squash coaches for the elderly.

Recommendations.

- 1- The necessity of the Egyptian Squash Federation preparing special courses for coaches of the senior stage (pioneers).
- 2- Preparing educational seminars about squash for the elderly with the aim of identifying its advantages and how to protect against its risks.