

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMORATIQUE ET POPULAIRE

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Ministère de l'Enseignement Supérieur Et de la Recherche Scientifique

جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي

Université d'Oum El Bouaghi

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

Institut des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

السنة الأولى ليسانس L1

جذع مشترك

المحاضرة الرابعة

# الاتصال الرياضي

إعداد:

د. مرابط مسعود

السنة الجامعية: 2021-2022

## المحاضرة الرابعة الاتصال الرياضي

أولاً: مفهوم الاتصال (تذكير)

العملية التي تتم بين طرفين، مرسل ومستقبل بغرض توصيل رسالة معينة تحمل مضمونا محددا من المرسل عن طريق استخدام وسيلة أو قناة للاتصال.

ثانياً: أهمية الاتصال

يقول سيمون Simon في هذا الشأن: أنه بدون اتصال لا يكون هناك تنظيم. (أي للاتصال دور مهم في عملية التنظيم والإدارة داخل الفرق الرياضية، حيث أن للاتصال دور مهم في تسهيل أو تعقيد أداء الفرد لعمله)

وتوضح أهمية الاتصال من خلال التقاط التالية:

✓ دوره في نقل المعلومات اللازمة لاتخاذ القرارات.

✓ دوره في تنمية روح التعاون بين العاملين والشعور بالترابط والهدف المشترك.

✓ دوره في استثارة الدافعية والتحفيز.

✓ دوره في الرقابة على تطبيق القرارات.

✓ دوره في رفع كفاء الإنتاج.

فكلما كان الرئيس (القائد) على اتصال بمرؤوسيه، كلما أدى ذلك إلى الحصول على المعلومات اللازمة لحل مشاكل العمل ورسم الخطوط والسياسات الجديدة لرفع الكفاءة الإنتاجية.

مثال لتوضيح كيف تتم عملية الاتصال بين المدرب واللاعب:

المدرب يصيح على اللاعب: كم مرة أخبرك بأهمية الأداء الصحيح؟

اللاعب (بخضوع وضعف): آسف لقد نسيت.

هدف المدرب: أن يوضح أخطاء الأداء وأن يشجع اللاعب على تذكر الأداء الصحيح في المستقبل.

تفسير اللاعب (أ): يعتقد المدرب أنني سيء، أريد أن يكون أدائي جيداً، وهناك أشياء كثيرة يجب تذكرها، تزداد صعوبة التذكر وأشعر بزيادة العصبية وهذا يؤدي بي إلى ارتكاب الأخطاء.

إن هدف المدرب جيد وهو (تصحيح الأداء) ولكن الطريقة التي اختارها لنقل الرسالة ليست كذلك.

تفسير اللاعب (ب): قد أخطأت مرة أخرى في الأداء، المدرب متضايق مني وله الحق في ذلك...  
إنه يحاول مساعدتي دائما، يجب أن أصحح من أدائي نحو الأفضل.  
يلاحظ من هذا المثال:

بالرغم من أن المدرب غير ماهر في إرسال رسالته فإن اللاعب (ب) فهم مقصد الرسالة، وفسر الرسالة على نحو إيجابي.

### ثالثا: قنوات الاتصال الرياضي

1. الاتصال الهابط: وهو الاتصال الذي يبدأ من الرئيس إلى المرؤوس، أي الاتصال من الأعلى إلى الأسفل، ومن وسائله: التوجيهات، المعلومات، الأوامر والقرارات....
2. الاتصال الصاعد: وهو الاتصال الذي يبدأ من المرؤوس إلى الرئيس، أي الاتصال من الأسفل إلى الأعلى. ومن وسائله: التقارير، الآراء، المذكرات، الشكاوي، الاقتراحات، الأبحاث.....
3. الاتصال الجانبي أو العرضي: وهو الاتصال في نفس المستوى.

### رابعا: الاتصال عند القائد الرياضي

أن تكون قائدا فاعلا وتستطيع التأثير على الآخرين وتوجيههم ينبغي عليك أن تتقن مهارات الاتصال بأنواعها المختلفة.  
إن النجاح في العمل القيادي الرياضي يعتمد بدرجة كبيرة على قدرة القائد الرياضي على الاتصال الفاعل.

مهارات الاتصال يمكن تعلمها واكتسابها وإتقانها.  
طبيعة عمل القائد الرياضي تتطلب منه العديد من أنواع الاتصال مع أنواع مختلفة من الأشخاص.

فالقائد الرياضي يشرح ويعلم ويوجه ويأمر ويعطي تعليمات وينظم ويناقش ويقرر ويقوم بعملية التقويم.

بعض القادة الرياضيين قد يتحدثون كثيرا في أوقات غير مناسبة.

في بعض الأحيان قد يسهمون بحديثهم في تشتيت انتباه المستقبلين أو الحديث في أمور فرعية.

## خامسا: أساسيات عملية الاتصال الرياضي

أشار مارتنز Marten 1997 إلى أن عملية الاتصال بين القائد الرياضي والمستقبل لرسالته تتضمن 6 خطوات نوضحها على النحو التالي:

**الخطوة الأولى:** أنت كقائد رياضي لديك أفكار أو توجيهات أو إرشادات وتعليمات وغير ذلك مما تود أن ترسله أو تعبر عنه.

**الخطوة الثانية:** عندئذ تقوم بترجمة ما تريد إرساله في صورة رسالة صالحة للإرسال ولتكن مثلا رسالة لفظية. (حديث مباشر).

**الخطوة الثالثة:** بعدها تقوم بإرسال الرسالة من خلال قناة وهي اللسان.

**الخطوة الرابعة:** يقوم المستقبل باستقبال الرسالة في حالة انتباهه واستعداده لاستقبالها.

**الخطوة الخامسة:** عقب استقبال الرسالة يقوم المستقبل بتفسير معنى الرسالة، ويعتمد هذا التفسير على مدى استيعابه وفهمه لمضمون الرسالة.

**الخطوة السادسة:** بعد ذلك يقوم المستقبل بالاستجابة لمضمون الرسالة داخليا (أي إعداد نفسه ذهنيا للاستجابة الفعلية للرسالة).

وفي ضوء هذه الخطوات السابقة يقوم المستقبل بالاستجابة الفعلية لمضمون الرسالة. (في حال فهمه لها وهكذا تتم عملية الاتصال داخل الفريق الرياضي)

## سادسا: تنمية مهارات الاتصال الفعال للقائد الرياضي

لضمان قدرة المدرب الرياضي كقائد رياضي على الاتصال الجيد بالأعضاء أو التابعين أو اللاعبين الذين يشرفهم عليهم ينبغي عليه مراعاة ما يلي:

- ✓ أن تكون الرسالة واضحة.
- ✓ أن تكون الرسالة مباشرة.
- ✓ أن تكون الرسالة نابذة منك أنت.
- ✓ التركيز على موضوع واحد في المرة الواحدة.
- ✓ أن ترسل الرسالة في الوقت المناسب.
- ✓ أن تكون الرسالة مساعدة.
- ✓ أن تتطابق الرسالة اللفظية مع الرسالة غير اللفظية.
- ✓ أن تكون الرسالة مختصرة بقدر الإمكان. أن تكون الرسالة مناسبة لمستوى المستقبل.

✓ استعداد المستقبل لاستقبال الرسالة

✓ أن تحسن استخدام صوتك لإرسال الرسالة.

✓ أن تحسن استخدام المهارات غير اللفظية في إرسال رسالتك.

✓ أن تنمي لديك مهارات الاستماع.

### سابعاً: تحسين مهارة الاستماع الجيد لدى القائد الرياضي

اعترافك بالحاجة إلى إتقان مهارة الاستماع نحو الأفضل.

التركيز وعدم تشتت انتباهك أثناء الحديث مع اللاعب (التعامل النفسي).

التركيز في معنى كلام الذي يقوله اللاعب أكثر من التركيز على التفاصيل ونقاط الاختلاف. تجنب

مقاطعة حديث اللاعب ظناً منك أنك تتوقع وتعرف ما يقوله.

الاستجابة الإيجابية التي تعكس أنك تفهم ماذا ولماذا يقول اللاعب لك هذا الكلام (الاستماع

النشط). مثال على ذلك: اللاعب أحمد قلق من الاشتراك في المنافسة القادمة.

اللاعب: هل تعتقد أننا نستطيع هزيمة هذا الفريق؟

المدرّب: هو فريق ممتاز ولكن فريقنا ممتاز كذلك.

اللاعب: ماذا يحدث إن لم ألعب جيداً؟

في هذا الموقف عليك كمدرّب أن تفسر معنى هذين السؤالين لتعرف المغزى منها: هل اللاعب

أحمد قلق بالنسبة لإمكانية أن يكسب الفريق المنافسة؟ أم أنه قلق على نفسه من عدم

اللعب جيداً.

المدرّب: هل أنت قلق أدائك في المباراة؟

اللاعب: نعم قليلاً.

المدرّب: كلما بذلت أقصى ما في وسعك كنت فخوراً بك.

(هنا أكد المدرّب أن تقدير المدرّب للاعب لا يعتمد على نتائج المباراة وجودة الأداء وإنما يركز

على الجهد الذي يبذله اللاعب خلال المنافسة، ما يعني أن المدرّب فهم المغزى من أسئلة

اللاعب وبالتالي فالمدرّب قد أجابه بصورة جيدة وبشكل بناء ما سيقبل التوتر والقلق لدى

اللاعب قبل المنافسة)

## ثامنا: الاتصال غير اللفظي

هو الاتصال الذي لا نستعمل فيه الكلمات ونستعمل فيه إشارات وإيحاءات أخرى.

### مهارات الاتصال غير اللفظية

- 1- حركة الجسم: حركات اليدين، الرأس، القدمين، والجسم ككل....
- 2- خصائص الجسم: البناء الجسماني والطول، الوزن، الحالة البدنية من حيث اللياقة.
- 3- السلوك اللمسي: تربت (تستند) على كتف أو ظهر اللاعب- مسك يد اللاعب.