



جامعة مؤتة  
كلية الدراسات العليا

## مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

إعداد الطالب  
عبد الرحمن أحمد شتيوي

إشراف  
الدكتور عصام ناجح قاسم أبو شهاب

رسالة مقدمة إلى كلية الدراسات العليا استكمالاً  
لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في  
التربية الرياضية / قسم التربية الرياضية

جامعة مؤتة، 2022

الآراء الواردة في الرسالة الجامعية لا تعبر  
بالضرورة عن وجهة نظر جامعة مؤتة



قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب  
عبد الرحمن احمد شتيوي الكبيريت  
مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني  
والموسومة بـ:  
لكرة القدم

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة  
التخصص: التربية الرياضية  
الماجستير في التربية الرياضية  
في تاريخ 2022/09/01

من الساعة 12 إلى الساعة 2 قرار رقم

التوقيع

أعضاء اللجنة:

مشرفاً ومقرراً  
عضواً  
عضواً  
عضو خارجي

د. عصام ناجح قاسم ابو شهاب  
د. جمال علي سعيد رابعه  
أ.د سامر نهار سليمان الصعوب  
د. ماجد سليم راغب الصالح

عميد كلية الدراسات العليا

أ.د. مخلص سليمان الطراونة



## الإهداء

الى ذلك الرجل العظيم الذي مهد لي درب ... إلى الذي يأخذني الحنين اليه دوماً ...  
إلى (أبي العزيز) غفر الله له، وتغمد روحه الجنة...

إلى تلك السيدة العظيمة التي منحنتي من حنانها وحبها ... إلى منارة دربي دوماً  
إلى (أمي الحبيبة) أطال الله عمرها وأكرمها برضاه ومتعها الله بموفور الصحة والعافية ...  
الى رموز الخير والمحبة ... أخواني ... وأخواتي ...

وأخص بالذكر أخي الكبير ووالدي الثاني متعهُ الله بموفور الصحة والعافية وآدامه لنا سنداً  
وذخراً.....

إلى شريكة حياتي ونصفي الاخر ... الى أميرتي (زوجتي) الوفيّة التي كانت لي عوناً وسنداً...

إلى قرّة عيني ابني (أوس) وأميراتي بناتي (زينة & وتين) حفظهم الله وأسعدهم...

إلى ذلك الصرح العظيم... الى ايقونة الوزارات " وزارة التربية والتعليم "

أهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع

الباحث

عبد الرحمن أحمد شتيوي

## الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين، وبعد..

فإنني أشكر الله تعالى الذي أعانني على إنجاز هذه الاطروحة، فله الحمد والشكر أولاً وأخيراً....

" ما أجمل أن يكون الإنسان شمعة تُنير دروب الحائرين "

كل الشكر إلى مشرفي الأستاذ الدكتور " عصام ناجح أبو شهاب " صاحب التميز، والأفكار النيرة، انت لك أجمل التحيات وأجملها، وأنداها، وأطيبها أرسلها لك بكل ود، وحب، وإخلاص، حيث يعجز القلم أن يكتب ما يحمله قلبي من شكر وتقدير، واحترام، وإعجاب.

كما أقدم كلمات الشكر والاحترام والتقدير ايضاً... الى قلوب ملؤها الحب والإخاء. وعقول

ملؤها العلم والحكمة والابداع الى أعضاء (لجنة المناقشة)

الدكتور: سامر الصعوب عضواً

الدكتور جمال ربابعة عضواً

الدكتور: ماجد الصالح عضواً خارجياً

على تفضلهم بقراءة الاطروحة وابداء آرائهم ومقترحاتهم حولها.

كما اتقدم بوافر الشكر والامتنان إلى " دائرتي " في وزارة التربية والتعليم، لما ما قدمته لي من تسهيل طريقي الى درب العلم، ومد يد العون والمساعدة في تسهيل مهمتي وأخص بالذكر إدارتي إدارة النشاطات التربوية.

ثم أشكر أولئك الأخيار أصحاب الادب والخلق الرفيع المتمثلين بـ (الاتحاد الاردني لكرة القدم) وأسرتي الثانية (حكام كرة القدم الاردنية) الذين مدوا لي يد المساعدة، خلال هذه الفترة.

كما أتقدم بجزيل الشكر والامتنان والتقدير إلى كل أعضاء الهيئة التدريسية في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة جامعة السيف والقلم.

" أنتم جميعاً لكم الشكر والتقدير "

الباحث

عبدالرحمن أحمد شتيوي

## قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	الإهداء
ب	الشكر والتقدير
ج	قائمة المحتويات
هـ	قائمة الجداول
و	قائمة الاشكال
ز	قائمة الملاحق
ح	الملخص بالعربية
ط	الملخص باللغة الإنجليزية
1	<b>الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها</b>
1	1.1 مقدمة الدراسة
4	2.1 مشكلة الدراسة
5	3.1 أهمية الدراسة
5	4.1 أهداف الدراسة
5	5.1 تساؤلات الدراسة
6	6.1 محددات الدراسة
6	7.1 مصطلحات الدراسة
8	<b>الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة</b>
8	1.2 الإطار النظري
29	2.2 الدراسات السابقة
35	3.2 التعليق على الدراسات السابقة
40	<b>الفصل الثالث: المنهجية والتصميم</b>
40	1.3 منهج الدراسة
40	2.3 مجتمع الدراسة
40	3.3 عينة الدراسة

الصفحة	المحتويات
41	4.3 الدراسة الاستطلاعية
42	5.3 المعاملات العلمية لاختبارات الدراسة
43	6.3 إجراءات تنفيذ الدراسة
44	7.3 متغيرات الدراسة
45	8.3 المعالجة الإحصائية
46	<b>الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات</b>
46	1.4 عرض نتائج الدراسة
55	2.4 الاستنتاجات
56	3.4 التوصيات
57	المصادر والمراجع
67	الملاحق

## قائمة الجداول

الرقم	عنوانه	الصفحة
1.	ملخص نتائج الدراسات السابقة.	37
2.	وصف خصائص العينة وفقاً لمتغيراتها.	40
3.	معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق كمؤشر على ثبات اختبارات الدراسة.	42
4.	الأدوات والأجهزة المستخدمة.	43
5.	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.	46
6.	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.	48
7.	تحليل التباين المتعدد (Multiple Anova) للكشف عن الفروق بمستوى اللياقة البدنية وفقاً لمتغير (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة).	51
8.	نتائج اختبار شافية للمقارنات البعدية للكشف عن الفروقات بمستوى تحمل سرعة الاداء وفقاً لمتغير الدرجة التحكيمية	52
9.	تحليل التباين المتعدد (Multiple Anova) للكشف عن الفروق بمستوى اتخاذ القرار وفقاً لمتغير (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة).	53
10.	معامل ارتباط بيرسون للكشف علاقة بين مستوى اللياقة البدنية باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.	54

## قائمة الاشكال

الصفحة	عنوانه	الشكل
47	التفاوت بمستويات الاداء على اختبارات اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.	.1
49	التفاوت بمستويات اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.	.2

## قائمة الملاحق

الصفحة	عنوانه
67	أ. الاستمارة التي تم عرضها على لجنة المحكمين.
70	ب. أسماء السادة محكمي اختيار عناصر اللياقة البدنية الخاصة لدى حكام الساحة في كرة القدم.
72	ج. استمارة تسجيل نتائج اختبارات عناصر اللياقة البدنية لحكام الساحة في كرة القدم.
74	د. وصف أداء اختبارات عناصر اللياقة البدنية لحكام الساحة في كرة القدم.
78	هـ. أسماء فريق المساعدين.
80	و. صور العينة.

## المخلص

مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة

في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

عبد الرحمن احمد شتيوي

جامعة مؤتة، 2022

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من (18) حكم ساحة، حيث تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة، وتم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين المتعدد، واختبار شافية للمقارنات البعدية، ومعامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية واتخاذ القرار، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم جاءت بنسب مرتفعة تراوحت ما بين (96.88%-97.75%)، وأن مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم وعلى المستوى الكلي جاءت بنسبة أداء (75%) وهي نسبة مرتفعة، كما أظهرت النتائج وجود فروقات دالة احصائياً في اختبار تحمل سرعة الاداء وفقاً لمتغير الدرجة التحكيمية لصالح الحكام الدوليين، وعدم وجود فروق دالة احصائياً في مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)، وأخيراً وجود علاقة ارتباطية طردية ودالة احصائياً بين اختبارات مستويات اللياقة البدنية والمستوى الكلي لاتخاذ القرار.

وأوصي الباحث ضرورة الاستفادة من الاختبارات البدنية المحدثة للحكام وربطها باتخاذ

القرارات من خلال مواقف لعب باستخدام التكنولوجيا الحديثة.

**الكلمات الافتتاحية:** اللياقة البدنية، اتخاذ القرار، حكام الساحة، دوري الأردني للمحترفين، كرة القدم.

## **Abstract**

### **The level of physical fitness and its relationship with decision-making among referees in the Jordanian Pro league of football**

**AbdulRahman Ahmad Shtaiwi**

**Mutah University, 2022**

This study aimed at identifying the impact of the level of physical fitness and its relationship with decision-making among referees in the Jordanian Pro league of football. The study sample was selected randomly and consisted of (18) referees. The researcher used the descriptive survey approach due to its compatibility to the study nature and objectives. The study used means, standard deviations, multiple variance analysis, Scheffe' test for post comparisons, and Pearson correlation coefficient in order to identify the relationship between the level of physical fitness and decision making. The results revealed that the level of physical fitness among referees in the Jordanian Pro league of football was high and ranged between (96.88%-97.75%). The results revealed that the level of decision making among referees in the Jordanian Pro league of football concerning the whole level was high with a percentage of (75%). The results showed that there are statistically significant differences in the test tolerating performance speed according to the variable of refereeing degree in favor of the international referees, while there are no statistically significant differences in the level of decision making among referees in the Jordanian professionals of football attributed to the variables of (refereeing degree, age, experience). The results revealed that there is a statistically significant positive correlation relationship between the tests of physical fitness levels and the overall level of decision making.

In the light of the results, the study recommended the necessity of making advantage of the modified physical tests and linking them with decision making via playing situations using modern technology.

**Keywords:** physical fitness, decision making, referees, the Jordanian Pro league of football .

## الفصل الأول

### خلفية الدراسة وأهميتها

#### 1.1 مقدمة الدراسة:

تُعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شعبية عبر العالم أجمع؛ فهي تحتوي على أكبر عددٍ من المُتابعين واللاعبين الذين يمارسونها، والمتتبع لهذه الرياضة يرى أنها تقدمت بسرعة كبيرة في مختلف جوانبها البدنية، النفسية، المهارية والخططية، حيث يُعتبر الحكام من الركائز الأساسية في المنافسات الرياضية؛ لأنهم يضمنون تطبيق اللوائح والقوانين بعبادلة (Warner et al., 2013)، كذلك يتحمل هؤلاء الحكام مسؤولية ضمان التزام اللاعبين والفرق الرياضية بالقواعد الخاصة باللعبة من خلال التدخل بالوقت المناسب عندما ينتهك اللاعب أو الفريق إحدى هذه القواعد (Rullang et. al, 2017). وعليه فإن الحكم الجيد والصائب في قراراته سيساهم بكل تأكيد في رفع مستوى المنافسات الرياضية مما سيؤدي إلى زيادة متعة الجمهور المتابع للمباريات وعلى العكس من ذلك فالحكم غير الصائب في قراراته سيؤثر سلباً على رياضة كرة القدم (معضور وشرف وبن حمزة، 2012).

أخذت لعبة كرة القدم الاهتمام المتزايد كونها اللعبة الشعبية الأولى في العالم وهناك أدوات اللعبة منها (اللاعبين، الحكام، الملعب، الكرة) ويشكل الحكام الجزء المهم للعبة من خلال اتخاذ القرارات الصائبة والصحيحة مما يتطلب من الحكام لياقة بدنية عالية لكي يكون قريب من الحدث واتخاذ القرارات الصائبة والمقنعة ولذلك عمد الاتحاد الأوروبي إلى زيادة الحكام إلى حكمين إضافيين أي كل حكم خلف أحد المرممين لمراقبة الحدث وهذا مما يتطلب من الحكم الأول الركض القطري المتوازي وكذلك التواصل البصري مع الحكام المساعدين حيث أثبتت الدراسات أن الحكم يقطع في المباراة من (12 إلى 14) كيلو متر في كأس العالم الأخير بجنوب أفريقيا من هنا نكتشف أن حركات الحكم تخضع لأداء الفريقين في الملعب والتي يجب أن يقوم الحكم بقراءتها حتي يتمكن الحكم من مجرات اللعب (النفر، والعويمري، 2016). خاصة أن اللعبة تطورت كثيراً وأصبحت سرعة جداً ويحتاج الحكم إلى جهد إضافي وكذلك إلى تركيز عالي أثناء المباراة ولذلك عمد الاتحاد الدولي لكرة القدم إلى وضع مدرب الخاص للحكام لكي يتمكنوا من أداء الاختبار بصورة صحيحة خاصة أن الاختبار الجديد والحديث هو نفس طريقة سير المباراة وكذلك طريقة

الجري (الركض) يجب أن تكون غير مؤثرة على سير المباراة أي أن الحكم يجب أن يبتعد عن الكرة حوالي (8) متر أقصى حد وكذلك يفتح زاوية رؤية واضحة ومحددة لاتخاذ القرارات الصائبة وفي الدورة الدولية الأخيرة التي جرت في أربيل بإشراف الاتحاد الدولي لكرة القدم أكدوا على تمركز الحكم وعلى طريقة الجري وكذلك التواصل البصري مع الحكام المساعدين وكذلك الحكم الرابع كلها تؤدي إلى اتخاذ القرارات الصحيحة التي تساعد على تقليل القرارات الخاطئة التي تحصل نتيجة بعد الحكم عن الكرة وعن اللاعبين (الجنابي، 2014).

اتخاذ القرار في كرة القدم بالنسبة للحكام أو لأي قائد رياضي آخر مرتبط بمجموعة من الجوانب المعرفية، والتنبؤية وكذلك الخبرة التي تساعده في فصل أمر ما، والبت فيه دون تردد دون أن يشعر الآخرين أن هذا القرار جاء نتيجة عمل عشوائي، أو نتيجة حسابات أخرى. فالقرار المتخذ من الحكام أثناء المنافسات الكروية يكون نابع من خلال النصوص التشريعية لقانون كرة القدم " مرجع قانون التحكيم " 3 قانون اللعبة " وكذا لروح اللعب المتعارف عليه وسط الرياضيين. وبالتالي يمكن اعتبار أن عملية اتخاذ القرار بأنها قلب الإدارة والحكم بأنه متخذ القرارات، فإذا كانت هذه الإدارة متسلطة وغير عادلة ومتخذ القرار لا مبالي وعشوائي في تدخلاته فإن الوضع يكون مشحون وتكثر التدخلات العنيفة وسط المنافسين (شريف وزاوي، 2017).

إن اتخاذ القرارات السليمة يعتمد على عدة عوامل منها الحالة البدنية والتي تمكن الحكم من قطع مسافات خلال مباراة كرة القدم ومماثلة للاعبين، وهذا يساعده في الحصول على أفضل موضع (تمركز) في الملعب وبالتالي يساهم في اتخاذ القرار الجيد وفي الوقت المناسب (Barros et al., 2007 ; Di Salvo et al., 2007; Schenk, 2018). فالحكام يحتاجون لقيادة المباراة إلى قدرات بدنية مرتفعة للحرك بعدة اتجاهات وذلك للحصول على الوضع المثالي ليتمكن من اتخاذ القرار بناءً على الحدث وليس بناءً على ردود الأفعال حيث يقطع حكام كرة القدم النخبة بين (10-12) كم مع (10-15%) نشاط بدني ذات سرعة مرتفعة ويتخذ الحكم العديد من القرارات التي تعد بحوالي (140) قرار خلال المباراة (Helsen and Bulynck, 2004).

فالحكام هم الدعامة التي يعلق عليها المدربون واللاعبون والإداريون وحتى الجمهور أخطاءهم في كثير من الأحيان وفي كثير من المباريات. فيرجع المحللون أو أحد المنحازين إلى الفريق أن سبب الهزيمة كان مرده التحكيم، إن مجال التحكيم في رياضة كرة القدم مجال حيوي خاصة إذا تعلق باللعبة، كذلك إن التحكيم في رياضة كرة القدم ليس بالأمر الهين، وليس من السهل على أي فرد أن يقوم به، إذ لا بد أن يتحلى الحكم الرياضي بمواصفات معينة وقدرات خاصة قد لا تتوفر لديه بالفطرة، ولكن يمكن تنميتها وتطويرها بالتدريب (شريف، 2011).

يعتبر الدور الذي يقوم به حكام المباريات سواء في الرياضات الجماعية أو الفردية ركن أساسي من أركان المنافسة الرياضية، فلا وجود لمنافسة رياضية مكتملة دون حكم يديرها ويقوم بتطبيق القواعد الدولية للعبة، وهذا شأن تختص به هيئة التحكيم فقط، وارتفاع مستوى التحكيم من شأنه أن يترك أثراً إيجابياً لدى اللاعبين والمدربين والإداريين والجمهور، الأمر الذي يبعث في كل عنصر من هؤلاء الطمأنينة، وبالتالي يرتفع مستوى اللعبة. (عباس، 2013).

بناءً على ما ذكر سابقاً نجد أن المهمة المركزية للحكام في إدارة الألعاب الرياضية هي اتخاذ قرارات بشأن المخالفات المتعلقة بقواعد اللعبة والتي تؤثر بنهاية المطاف على نتيجة المباراة وتصنيف الفريق (MacMahon et al., 2015). فالمتتبع لمستويات الفرق الرياضية في رياضة كرة القدم يجد أن المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم آخذة بالازدياد، حيث يُشير العديد من الخبراء أن الأخطاء التي يرتكبها الحكام غالباً ما ترتبط بنقص الاستعداد البدني (Suarez-Arrones, 2013). وعلى الطرف الآخر تشير نتائج الدراسات أن الحكام يرتكبون الأخطاء في الغالب خلال الدقائق الأخيرة من كل شوط، وهذا مرتبط بتراكم التعب الجسدي الذي يؤدي إلى انخفاض مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرارات السريعة (Larkin, 2018; Dell, 2016). حيث يؤدي العبء البدني المرتفع يؤثر على قرارات الحكام من خلال انخفاض مستوى الوظائف التنفيذية ومستوى تركيز الانتباه (Schmidt et al., 2019).

ويرى الباحث أن الحكم أحد الركائز المهمة التي تسهم في رفع مستوى رياضة كرة القدم، لأنه الشخص المكلف بإدارة المباراة، بحيث يتمتع بسلطة كبيرة ومطلقة من لحظة

دخوله ميدان اللعب وحتى مغادرته؛ لذلك لا بد أن يتمتع بمستوى عالٍ من عناصر اللياقة البدنية وخاصة التي يمكن تتميتها من خلال التدريبات المستمرة بحيث يصبح مؤهلاً للقيام بعمله؛ لأن قراراته تعتبر تقيماً لمجهودات كل من المدرب واللاعبين خلال الموسم الرياضي.

## 2.1 مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة الدراسة من خلال خبرة الباحث ومجال عمله في التحكيم وهو من الحكام الساحة المعتمدون في الاتحاد الأردني لكرة القدم (درجة أولى) والذين يشاركون في إدارة وتحكيم دوري المحترفين الأردني لكرة القدم، حيث لاحظ وجود انخفاض في مستوى اللياقة البدنية لبعض الحكام في الثلث الأخير من زمن المباراة، وغالباً ما يرافق ذلك العديد من القرارات الخاطئة، بالإضافة إلى ذلك وجد الباحث عند الاطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة والأدب النظري أن اتخاذ القرارات السليمة في رياضة كرة القدم يعتمد على عدة عوامل منها الحالة البدنية والتي تُمكن الحكم من قطع مسافات خلال مباراة كرة القدم مماثلة للمسافة التي يقطعها اللاعبون حتى يحصل على أفضل تمرکز (Schenk, 2018؛ Di Salvo et al., 2007 ; Barros et al., 2007). كذلك من خلال المناقشات التي تمت مع الحكام الدوليين العاملين والخبراء المتقاعدين العاملين في الاتحادين الدولي والآسيوي ومدربي اللياقة البدنية للحكام أشاروا أن هناك ضعف في مستوى اللياقة البدنية لدى بعض الحكام في الثلث الأخير من زمن المباراة. وبناءً على ذلك قام الباحث بهذه الدراسة من أجل التعرف إلى مستوى اللياقة البدنية لحكام كرة القدم وهل هناك علاقة بين هذا المستوى واتخاذ القرار من أجل لفت عناية القائمين على رياضة كرة القدم بأهمية اللياقة البدنية ودورها في رفع مستوى المنافسات في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.

### 3.1 أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة فيما يلي:

1. أنها ستوفر بيانات عن مستوى اللياقة البدنية لدى حكام دوري المحترفين لكرة القدم.
2. أنها ستوفر بيانات عن علاقة مستوى اللياقة البدنية بقدرة الحكام على اتخاذ القرارات.
3. ستساعد هذه الدراسة في التعرف إلى نقاط القوة والضعف لدى الحكام في مستوى اللياقة البدنية .
4. ستزود المكتبة العربية بدراسة عن اللياقة البدنية للحكام وعلاقة ذلك باتخاذ القرارات.

### 4.1 أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى:

1. مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.
2. الفروق في مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة).
3. مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.
4. الفروق في مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة).
5. علاقة مستوى اللياقة البدنية باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.

### 5.1 تساؤلات الدراسة:

هدفت هذه الدراسة للإجابة عن التساؤلات الآتية:

1. ما مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم؟

2. هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)؟

3. ما مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم؟  
4. هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)؟

5. هل يوجد علاقة بين مستوى اللياقة البدنية باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم؟

#### 6.1 مجالات الدراسة:

1. المجال الجغرافي: محافظة الزرقاء-المملكة الأردنية الهاشمية.
2. المجال البشري: حكام الساحة في دوري المحترفين لكرة القدم والبالغ عددهم (26) حكم ساحة.
3. المجال المكاني: الملعب الزرقاء البلدي.
4. المجال الزمني: تم إجراء هذه الدراسة في الفترة بين 15-2022/8/17.
5. المجال الفني: الاختبارات البدنية واتخاذ القرار.

#### 7.1 مصطلحات الدراسة:

اللياقة البدنية: هي المقدرة على تنفيذ الواجبات اليومية بنشاط ويقضه ودون تعب مفرط مع توافر قدر من الطاقة يسمح بمواصلة العمل والأداء خلال الوقت الحر، ولمواجهة الضغوط البدنية في الحالات الطارئة.  
السرعة: هي مجموعة الخصائص الوظيفية التي تحدد بصورة مباشرة وغير مباشرة سرعة أداء الحركة وكذلك زمن رد الفعل، كما وتعني مقدرة الفرد على أداء حركات معينة في أقصر زمن ممكن (Matveev, 1996)

**تحمل السرعة:** هي قدرة بدنية مركبة من التحمل والسرعة، نعرفها تدريبياً بأنها قدرة الرياضي على تنفيذ الجهد البدني الذي يتصف بارتفاع سرعة الأداء الحركي الأقل من القصى ولفترة زمنية طويلة نسبياً، ونعرفها فسيولوجياً بأنها قدرة أجهزة جسم الرياضي الوظيفية على العمل وفق نظام الطاقة اللاهوائية، ولفترة زمنية تتراوح بين 10-50ث (البشتاوي والخواجا، 2005).

**القوة العضلية:** هي أقصى مقدار للقوة يمكن للعضلة أداؤها في أقصى انقباض عضلي واحد. (Lamb, 1984).

**التحمل:** هي مقدرة اللاعب في الاستمرار طوال زمن المباراة مستخدماً صفاته البدنية والمهارية والخطية بإيجابية وفعالية، دون أن يطرأ عليه التعب أو الاجهاد الذي يعرقل دقة وتكامل الأداء بالقدر المطلوب (Telmane,1991).

**تحمل القوة:** هي قدرة بدنية ثلاثية مركبة من التحمل والقوة والسرعة، حيث تمثل قدرة الرياضي البدنية على القيام بالأداء الحركي في فعاليته أو لعبته الرياضية بمستوى عالي من القوة والسرعة ولفترة زمنية طويلة نسبياً بدون تعب أو إرهاق كبير (Michael, 2003).

**اتخاذ القرار:** نقصد به هو الفصل بين عدة اختيارات متاحة وتفضيل إحداها بناء على معلومات دقيقة، أي أن عملية اتخاذ القرار تنطوي على بديلين أو أكثر وعلى وجود هدف، لأنه إذا لم يوجد إلا بديل واحد فليس هناك من قرار يتخذ، وعلى هذا فإن أساس عملية اتخاذ القرارات هو وجود البدائل (بديلي أو أكثر) (عروسي وسعودي، 2022).

**حكام كرة القدم:** هم الأشخاص الذين يعملون اثناء ادارتهم للمباريات على تطبيق قانون اللعبة في جميع الظروف مع الحفاظ على سلامة اللاعبين ويتكونون من اربعة اشخاص (حكم ساحة/ حكمين مساعدين/ حكم رابع). (زاوي، 2021).

**دوري المحترفين الاردني:** هو دوري احترافي أردني لأندية كرة القدم للرجال ويمثل دوري المحترفين لكرة القدم الأردنية، ويقام تحت إشراف الاتحاد الأردني لكرة القدم، تتكون البطولة من اثني عشر فريقاً متنافساً، عُرف سابقاً باسم دوري المناصير الأردني للمحترفين. (تعريف اجرائي).

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### 1.2 الإطار النظري

##### اللياقة البدنية:

تعدّ اللياقة البدنيّة من أكثر المصطلحات الرياضية انتشارًا وشيوعًا لدى جميع مستويات الأفراد من العامّة والمتقّفين والمتخصصين والعلميين، والاهتمام الشديد الذي أولاه العلماء للياقة البدنيّة من حيث المفهوم والفلسفة والتكوين والأهداف والتدريب والتقييم والقياس ما هو إلا انعكاس طبيعي ومنطقي لأهميّتها (سويدان، 2015).

وتعتبر اللياقة البدنية من المتطلبات الحيوية في عصرنا الحاضر، لما لها من فوائد إيجابية جمّة على بنية الجسم والصحة العامة، حيث تعمل اللياقة البدنية على تخفيض نسبة الكوليسترول والدهون في الدم، وتجعل من الشخص الممارس لها سواء أكان ذكرًا أم أنثى أمرًا بالغة الأهمية من حيث تحسن النفسية العامة للممارس لها، وتعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أحد المطالب الوظيفية والبنوية الأساسية في الجسم البشري، ولا يمكن تحقيق هذه المطالب إلا من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية (الخروف ومجلي، 2004).

وتعدّ اللياقة البدنية العامة بأنها كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة، في حين تعرف اللياقة البدنية الخاصة بأنها كفاءة البدن في مواجهة متطلبات نشاط معين. كما تهدف اللياقة البدنية العامة إلى تنمية المكونات الأساسية: القوة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة وغيرها بصورة متوازنة، بينما تعمل اللياقة البدنية الخاصة على تنمية مكونات اللياقة البدنية الخاصة بطبيعة اللعبة المختارة التي يمارسها الفرد. كما أن مظاهر اللياقة البدنية سواء كانت عامة أم خاصة تتمثل في حالة صحية جيدة، كفاءة حركية، مهارات توافقية، قدرة على أداء مناشط الحياة اليومية، وراثه جيدة، تغذية مناسبة، ممارسة رياضة متزنة، راحة واستجمام، عادات صحية سليمة، حياة خالية من الإصابات والتوترات النفسية المعاصرة، قوام جيد خال من العيوب والتشوّهات، بناء جسمي مناسب، قياسات جسمية متناسقة، قدرة حركية وميكانيكية سليمة، سلوك حركي موفق، خلو من الامراض (العبيدي والمالكي، 2011) (حسانين، 2003).

## تعريف اللياقة البدنية:

يعرفها ( احسان، 2003) هي مستوى الحالة البدنية التي يعتمد عليها الرياضي في مكونات اللياقة البدنية الخاصة برياضته والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنتها بالمستوي الامثل او عبارة عن قدرة الفرد وكفاءته البدنية للقيام بدوره في هذه الحياة دون إجهاد أو تعب.

ويعرف (Matvvev, 1998) اللياقة البدنية على أنها مقدرة الفرد على القيام بعمله دون الشعور بالتعب مع بقاء طاقة للتمتع بوقت الفراغ.

ويعرفها (Hoekey, 1981) على أنها الحالة البدنية التي يستطيع الفرد من خلالها القيام بأعبائه اليومية بكفاءة عالية. ويضيف على أنها مسألة فردية تعني قدرة الفرد نفسه على انجاز أعماله اليومية في حدود إمكانياته البدنية، والقدرة على القيام بالأعمال اليومية تعتمد على المكونات الجسمية والنفسية والعقلية والعاطفية والروحية لهذا الفرد.

## اشكال او انواع اللياقة البدنية:

هناك الكثير من المسميات والأنواع التي أشار إليها خبراء مجال التربية الرياضية والعلماء على مر التاريخ، إلى أن هناك بعض الأنواع الأساسية التي يمكن أن يتم الإشارة إليها في فرعيين أو نوعيين رئيسيين وهما كالآتي: (الهزاع، 2010)

### 1. اللياقة البدنية العامة:

هي اللبنة الأساسية التي يحتاج إليها الرياضي بشكل عام في عملية بناء جسده وهو يعني القدرة العامة لأن يعمل الجسم بكفاءة في مهام الحياة اليومية، فإنه المرحلة الأساسية في مراحل الإعداد التي يبدأ بها الرياضي ويحتاجه الرياضي وهو يزيد من صحته وكفاءته بشكل عام لكي يتمكن من أداء مهامه بالصورة الأكمل، ويتم استخدام العديد من التمارين الرياضية لكي يتم رفع كفاءة الرياضي في اللياقة البدنية العامة دون التركيز على شيء محدد (الميتي، 2009).

## 2. اللياقة البدنية الخاصة:

يمكن أن يتم تعريفها بأنها القدرة والكفاءة الخاصة بقدرة بعض أجهزة الجسم أن تعمل بكفاءة عالية في القيام بمهمة ما أو رياضة ما بشكل محدد بكفاءة عالية. ولا تختلف اللياقة البدنية العامة عن اللياقة البدنية الخاصة من حيث المكونات لكن هناك بعض الأشياء الأخرى التي تختلف عنها مثل التركيب الخاص بها وطريقة تحضيرها والإعداد لها، الوسائل التي يتم استخدامها بها وطريقة تطويرها، لكن الهدف الرئيسي للياقة البدنية الخاصة أن تقوم بالتركيز على إظهار مكونات بدنية خاصة دون غيرها وتكون تلك المكونات مترتبة بالرياضة التي يمارسها الرياضي ويتم الربط بين التمارين التي تساعد على ذلك وبين مراحل تطور عملية البناء في بداياتها بشكل تدريجي للحصول على أفضل صورة (الهزاع، 2010).

### أهمية اللياقة البدنية وأغراضها :

1. أهمية اللياقة البدنية من الجانب الصحي: أول الأشياء التي تقوم بها اللياقة البدنية هي أنها تزيد من القدرة الخاصة للرئتين لاستيعاب قدر أكبر من الهواء، فضلاً عن قدرة القلب أن يعمل بعدد دقات أقل وجهد أقل مع كفاءة عالية للقلب من خلال زيادة حجمه مع الوقت. ويتم تقوية الجهاز العضلي بالكامل والتخلص من أي أمراض قد تؤدي إلى مشكلات في القلب من خلال محاربة السمنة والمظهر النهائي للجسم المتناسق بعد الحصول عليه يستمتع الرياضي بمظهر ملفت ورائع. (أبو العلاء، 2003).

2. أهمية اللياقة البدنية من الجانب النفسي: تزداد ثقة الفرد بنفسه ويزداد عامل الراحة النفسية مع حصول الرياضي على الجسم المتناسق واللائق، تزداد قدرة الفرد في التحكم في الانفعالات وردود الأفعال وكل تلك الأشياء تساعدك التصرف بشكل مثالي في المواقف الطارئة التي تتطلب رد فعل جيد وفي نفس الوقت سريع، إضافة إلى الشعور بالرضا عن الذات وأن الفرد متزن نفسياً بشكل كامل ولا يعاني من أي مشكلات في ثقته في نفسه (الخولي، 1996).

3. الأهمية من الجانب الاجتماعي: تساعد اللياقة البدنية في تنمية الشخصية وتكوين الكثير من الخبرات بها وتنمي لديه الشعور بالانتماء إلى الجماعة، إضافة إلى إعلاء القيم الاجتماعية وزيادة الانخراط والتفاعل بين أفراد المجتمع مع زيادة الأخلاق

السليمة والسوية لديه (العدوي، 2000). وهناك العديد من تلك القيم التي يمكن للرياضي اكتسابها من الرياضة مثل، القيادة القدرة على الانضباط، روح التعاون، الروح الرياضية، النظام والطاعة، تطوير العلاقات الاجتماعية والمواطنة (الخولي، 1996).

4. تطوير العمليات العقلية: تعمل اللياقة البدنية على تطوير العديد من المفاهيم لدى الرياضي والتي من خلالها يتم الحصول على مصطلحات جديدة والتي من خلالها يتمكن الرياضي من تطوير العمليات العقلية الخاصة به، ومن أهم الأشياء التي يتم تطويرها القدرة على التحليل وزيادة معدلات الإدراك والانتباه مع تطوير إمكانية التصوير والتركيب (فرج، 2000).

#### مكونات اللياقة البدنية:

لقد تعددت جهات نظر العلماء والباحثين واختلفت حول مفهوم مكونات اللياقة البدنية فهي تمثل مجموعة العناصر الجسمية ذات الأهمية في العمل والصحة والانجاز الرياضي مضافا إليها الصفات التي تتكون نتيجة اندماج عنصرين أو أكثر مع بعضهما (الخولي، 1996).

#### مكونات (عناصر) اللياقة البدنية لمفهوم المدرستين الغربية والشرقية:

- مكونات اللياقة البدنية بمفهوم المدرسة الشرقية:

القوة العضلية - التحمل - السرعة - المرونة - الرشاقة

- ومكونات اللياقة البدنية بمفهوم المدرسة الغربية:

القوة العضلية والجلد العضلي - مقاومة المرض - القوة العضلية - الجلد الدوري

التنfyسي - السرعة - المرونة - الرشاقة - التوازن - التوافق - الدقة (خنساء، 2011).

وفيما يلي شرح لأهم مكونات أو عناصر اللياقة البدنية:

#### 1. الرشاقة:

تحتل الرشاقة مكانة مهمة بالفعاليات الرياضية، ومكانة بارزة بين الصفات البدنية ولها علاقة بالقوة والسرعة والمهارات الحركية، فهي تمكن اللاعب من أداء مهاراته الحركية بنجاح سواء على الأرض أو في الهواء وهي مرتبطة بالأداء الرياضي بشكل عام

وكرة القدم بشكل خاص، فهي تسهم بشكل كبير في تعلم واتقان المهارات الحركية (كماش، 2002).

ويعرفها مفتي (2001)، بأنها قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه أو سرعته أو اتجاهه على الأرض أو في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت صحيح. وقد أشارت المصادر إلى أن للرشاقة نوعان هما: (مفتي، 2001).

أ. الرشاقة العامة: وهي قدرة الفرد على أداء الواجب الحركي في عدة أوجه مختلفة من ألوان النشاط الرياضي بتصرف منطقي سليم

ب. الرشاقة الخاصة: وهي القدرة على أداء واجب حركي متطابق مع الخصائص والتركيب والتكوين الحركي لواجبات المنافسة في الرياضة التخصصية.

## 2. السرعة:

وهي مكون آخر مهم من مكونات الصفات البدنية وتعرف بأنها " القدرة على القيام بالحركات الدائرية الانتقالية لتحقيق هدف معين في أقل زمن (كماش، 2003).

وتبرز أهمية السرعة في كرة القدم، كونها تمثل قدرة اللاعب على أداء التمارين والمهارات الأساسية وخطط اللعب بأقل زمن ممكن، وترتبط بمستوى تطور المكونات الأولية (فترة الكمون - فترة زمن رد الفعل - التردد الحركي) والعوامل البدنية والنفسية والذهنية المرتبطة بالأداء وتغير الاتجاه وسرعة الأداء والخداع والدرجة وفي تغير المراكز وخلق الفراغ وسرعة التهديد أيضا، وحسب ضرورة الأداء الناجح الذي يحقق متطلبات اللعب (حفاف وبوعمامة، 2017).

## 3. القوة العضلية:

تعد القوة العضلية أساسا في العمل البدني وهي شرط أساسي في قابلية الفرد على انجاز المهارات الرياضية المختلفة، وللقوة العضلية العديد من التعاريف أو المفاهيم إذ تعرف بأنها إحدى الخصائص المهمة في الممارسة الرياضية، وتؤثر على سرعة الأداء والجهد والمهارة المطلوبة (حسانين، 2001). وتعرف أيضا " بأنها إمكانية العضلة أو العضالة في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية (الخشاب، 2000).

وتقسم القوة العضلية إلى:

أ. القوة القصوى: وتعرف بأنها أقصى قوة يستطيع الجهاز العصبي العضلي إنتاجها

في حالة انقباض إرادي

ب. القوة الانفجارية: وتعرف بأنها إطلاق أقصى قوة بأسرع أداء حركي لمرة واحدة.

ج. القوة المميزة بالسرعة: وتعني مقدرة العضلة في التغلب على مقاومات استعمال

سرعة حركية عالية (علاوي ورضوان، 2006).

#### 4. المطاولة (التحمل):

وتعرف بأنها هي قدرة اللاعب على الأداء المهاري والفني بدرجة عالية ولفترة

طويلة (حسانين، 2001).

وتعد المطاولة صفة أساسية للرياضيين في جميع الألعاب الرياضية، إذ إنها من

الصفات المهمة التي تحقق تنمية صفات متعددة أخرى وأجهزة وظيفية في الجسم للوصول

إلى كفاءة في العمل، واكتساب فن الأداء الحركي بصورة توافقية وهي صفة جسمية عامة،

وتسمح للأداء الحركي بالاستمرار دون الهبوط في المستوى، وترتبط بعدة ظواهر معقدة

منها ظاهرة التعب.

وقد أشارت المصادر إلى أن لعب كرة القدم يحتاج إلى نوعين من المطاولة وهي:

أ. مطاولة عامة: قدرة الجهازين الدوري والتنفسي للاعب عند أداء أعمال معتدلة

بفعالية عالية لفترة زمنية معينة دون هبوط بمستوى الأداء.

ب. المطاولة الخاصة: وتعني بها قدرة اللاعب على أداء المباراة بجميع متطلباتها

مستخدماً القدرات البدنية والمهارية والخطيطة بفعالية دون الهبوط في مستوى أدائه

(ذنون وخشاب 2005).

#### 5. المرونة:

تعتبر المرونة من صفات ومكونات اللياقة الأساسية، وتتأثر بحالة المفصل

التشريحي وحالة العضلات العامة حول المفصل من حيث درجة توترها أو ارتخائها ومدى

مطابقتها، وترتبط المرونة بالمكونات البدنية الأخرى كالقوة والسرعة والتي تؤدي إلى الأداء

الجيد للحركات فضلاً عن أهميتها في وقاية العضلات والمفاصل والأربطة من الإصابة،

وهي تعني المدى الحركي للمفصل أو مجموعة من المفاصل (أبو العلا واحمد، 2003).

وللمرونة خصوصياتها في كرة القدم لأنها من القدرات المهمة للأداء الحركي وتشكل مع القدرات الحركية) التحمل، السرعة، القوة، الرشاقة) الركائز الأساسية الذي يتأسس عليها اكتساب واتقان الأداء الحركي الجيد فمن متطلبات الحركة على التمدد الصحيح مع قابلية المفاصل على تأدية الحركة والسيطرة على الجسم، وهي أساس لتعلم الكثير من المهارات المختلفة، والأساس للتدريب على قابلية الرشاقة والقوة العضلية والسرعة وحماية اللاعب من الإصابة بالتمزق أو التقلص العضلي (كماش، 2002).

## 6. التوافق:

يعد التوافق واحد من المكونات الحركية، ويعد أحد أهداف التربية البدنية الرياضية، وتمكن أهميته بتوافق الجهازين العضلي والعصبي، فالتوافق هو قدرة الفرد على إدماج أنواع من الحركات في قالب واحد يتسم بالانسيابية وحسن الأداء. ويرى (Anderson, 2008) التوافق أنها أداء حركات بأجزاء متماثلة من الجسم أو غير متماثلة في اتجاهات مختلفة في وقت واحد، حيث يتطلب مستوى عالياً من التحكم في الإشارات المخية حتى يتم الأداء الحركي بشكل مختلف بالشكل الدقيق. ويعرف (حسانين، 2001) التوافق بأنه قدرة الفرد على تنسيق الحركات المختلفة الشكل والاتجاه بدقة وانسيابية في نموذج أداء حركي واحد. وهناك نوعان من التوافق:

- أ. التوافق بين الأطراف المتعددة ويعرف بأنه القدرة على التنسيق أو التوافق بين حركات مجموعة من الأطراف عندما تعمل معاً في وقت واحد.
- ب. التوافق الكلي للجسم بكونه هو القدرة على التنسيق بين حركات أجزاء الجسم المختلفة عندما تقوم بحركات شاملة. (حسانين، 2001).

## عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة:

### السرعة:

تعتبر السرعة إحدى مكونات الأعداد البدني وأحد الركائز الهامة للوصول إلى المستويات الرياضية العالية، وهي لا تقل أهمية عن القوة العضلية بدليل أنه لا يوجد أي بطارية للاختبارات لقياس مستوى اللياقة البدنية العامة إلا واحتوت على اختبارات للسرعة (السيد، 2013)

ويشير سبرايت (2001 ، spriet) ان صفة السرعة تلعب دورا هاما في معظم الأنشطة الرياضية وخاصة التي يتطلب منها قطع مسافات محددة في اقل زمن، كما في العاب المضمار كجري 100 متر، 1500 متر. بالإضافة الى الألعاب الجماعية ككرة اليد والقدم، او اداء مهارة معينة تتطلب سرعة انقباض عضلة معينة لتحقيق هدف الحركة كركل الكرة بالقدم أو الوثب لأعلى.

مفهوم السرعة: يعتبر مفهوم السرعة من وجهة النظر الفسيولوجية للدلالة على الاستجابات العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي وحالة الاسترخاء العضلي (بيتر، 2009).

وقد ميز (Harra ، 1971) بين ثلاثة اشكال للسرعة وهي :

أ. السرعة الانتقالية

ب. السرعة الحركية

ج. سرعة الاستجابة

وعرف السيد (2013) السرعة: قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقصر زمن ممكن .

ويعرف (Wiston et al ، 2004) السرعة على انها هي سرعة عمل حركات من نوع واحد بصورة متتابعة.

ويؤكد التريكي (2005) أن " السرعة ضرورية للاعب كرة القدم حيث يرى أنها الأساس في سرعة التطبع على ارض الملعب وسرعة التفكير والقدرة الحركية البسيطة والمعقدة لإيجاد الزميل ".

**تحمل السرعة:**

تحمل السرعة هي قابلية بدنية مركبة من السرعة والتحمل تمكن الرياضي من القيام بتنفيذ واجباته الحركية المنفردة أو المتكررة لأكثر عدد ممكن من المرات أو لأطول فترة زمنية بالمحافظة على نوعية وكفاءة ذلك الأداء (Mark, 2000).

عرفها الربضي (2001) الى أن تحمل السرعة تعني قدرة اللاعب في المحافظة على سرعته لأطول فترة زمنية ممكنة .

وعرفها الجبالي (2000) القدرة على مقاومة التعب عند أداء أعمال بدرجة سرعة ابتداء أقل من القصوى حتى القصوى حيث يغلب أثناء أداء هذه الأعمال اكتساب الطاقة عن الطريق اللاهوائي.

ويشير كل من عبيدات والنهار (2011) بأن اللعب الحديث في كرة القدم يفرض على اللاعب التحرك السريع من أجل عملية التغطية والإسناد للزميل ، فضلا عن سرعة التنقلات وسرعة ودقة المناولة وسرعة اتخاذ القرار وتلك هي من خصوصيات اللعب الشمولي بكرة القدم، لذا ظهرت أهمية هذا العنصر المركب للاعب كرة القدم ، فمن خلال عملية.

### تحمل سرعة الاداء :

يعد تحمل سرعة الاداء مؤشر مهم لمستوى الأداء الفني لمهارات اللعبة أو الفعالية الرياضية حيث إن تحسن الأداء الفني للمهارات يؤدي إلى تميز الأداء بالاقتصادية العالية والخفة والسرعة والاستمرار بمستوى سرعة الأداء وبتوافق ودقة عالية وهذا ما يتميز به أداء رياضيين المستويات العليا (عبدالخالق، 2000).

ان تحمل سرعة الاداء من الصفات البدنية التي تتميز بمتطلبات تدريبية معقدة تتمثل بتطوير وظائف أجهزة الجسم الحيوية المرتبطة بعمل أنظمة إنتاج الطاقة الهوائية واللاهوائية ولذلك تعد واحدة من أهم أهداف الإعداد البدني الخاص في مختلف الألعاب الرياضية التي تتطلب الاستمرار بأداء مهارات ذات حركات متكررة أو منفردة (علاوي، 1999).

ويعرف رايلي (Reilly, 2016) تحمل سرعة الاداء بأنه قدرة اللاعب على الاحتفاظ بالسرعة العالية في ظروف العمل المستمر بتنمية مقدرة مقاومة التعب عند حمل ذي درجة عالية شدته (95-100%) من مقدرة الفرد والتغلب على التنفس اللاهوائي لاكتساب الطاقة.

كذلك وتعرف بأنها قدرة أجهزة الجسم على مقاومة التعب أثناء المجهود المتواصل والذي يتميز بطول فتراته وارتباطه بسرعة عالية من دون الهبوط في مستوى كفاءة الأداء (الجبالي، 2000).

## تحمل القوة:

تمكّن القوة العضلية الإنسان من المواجهة، والتحدّي، والقيام بالأنشطة التي تحتاج إلى مجهود وقوة، فلا يمكن الاستغناء عنها لتأدية المهارات بشكلٍ صحيح، وتعبّر القوة العضلية عن القوة التي يمكن إنتاجها من قبل مجموعة معينة من العضلات عند القيام بجهد معين (صالح، 2011).

أن قوة التحمل عند الرياضيين قدرة الرياضي على العمل لفترة طويلة ويعرفه على انه قدرة اجهزة الجسم على مقاومة التعب اثناء المجهود المتواصل الذي يتميز بطول فتراته وارتباطه بمستويات من القوة العضلية (بيتر، 2009).

أن تحمل القوة تعد قدرة مركبة يتميز بمستوى عال من القوة والتحمل ، يعتبر تحمل القوة من القدرات البدنية المهمة والضرورية لجميع أنواع الأنشطة والفعاليات الرياضية التي يستلزم متطلبات خصوصية الفعالية الرياضية قدرا معيناً من القوة العضلية لفترات طويلة (أبو العلا وأحمد، 2003)

ويمكن تعريف " تحمل القوة " بأنها قابلية الأجهزة على مقاومة التعب عند استخدام مستوى القوة لفترة طويلة، أي أنها قابلية مستوى القوة العالية نسبياً بعد ربطها بقابلية المطاولة.

كذلك يعرف عبد المحسن (2010) تحمل القوة قدرة الجهاز العصبي في التغلب على مقاومة معينة الطول فترة ممكنة في مواجهة التعب ، يتراوح فترتها ما بين 6 ثوان الى 8 دقائق.

قسم أبو العلا وأحمد (2003) تحمل القوة وفق المدة التي يستغرقها العمل الى

أ. تحمل قوة قصير الزمن (يستمر اداء العمل بين 2-45 دقيقة)

ب. تحمل قوة متوسط الزمن (يستمر اداء الحمل من 2 - 8 دقائق).

ج. تحمل قوة طويل الزمن (يستمر الأداء أكثر من 8 دقائق)

## اتخاذ القرار

يتخذ الفرد في حياته اليومية عددا من القرارات، سواء في ذلك الطالب حين يختار الشعبة التي يريد أن يتخصص فيها، وسائق السيارة عندما يحدد وجهته ويختار الطريق التي توصل إليها، فهناك العديد غير هؤلاء يفاضلون ويختارون ويتخذون قرارات عديدة،

فإذا وسعنا نطاق الدراسة وتركنا الأفراد وأخذنا الحكام في كرة القدم فإن عملية اتخاذ القرار تصبح أكثر أهمية، ذلك لأن القرار لا يتعلق بشخص واحد وإنما يتضمن عدة أفراد. (عروسي وسعودي، 2022).

وان اتخاذ قدرة الفرد على صنع واتخاذ القرار قد تغير مسار حياته، بل وحياته من يشاركونه بهذه الحياة، وذلك انطلاقاً من المسؤولية الشخصية مما يملكه من خصائص شخصية وامكانيات وقدرات ذاتية، حيث تعد عملية اتخاذ القرار مهارة حياتية يحتاجها الفرد طوال حياته باستمرار سواء في المدرسة أو المنزل أو العمل، أو في أي مكان، فالفرد دائماً يواجه مشكلات وقضايا عليه أن يختار أفضل البدائل والحلول المقترحة لحلها (محمد، 2008).

وتعتبر القدرة على اتخاذ القرار من أهم العناصر في حياة الفرد أو المنظمات، وتبرز أهميتها في العديد من القرارات اليومية الشخصية، أو في حياة المنظمات فإن القرارات تعتبر جوهر عمل القيادات، وهي نقطة الانطلاق بالبشرية لكافة الأنشطة والتصرفات التي تتم داخل المنظمات، أو التي تتم في إطار علاقتها مع البيئة الخارجية (خاضر، 2021).

**القرار لغة:**

هو الفصل أو الحكم في مسألة ما أو قضية أو خلاف، كما عرف القرار على أنه " يعني اختيار الطريق، أو المسلك، أو المنهج، أو الحل الأفضل والأحسن من بين عدة طرق أو مسالك أو مناهج أو حلول متكافئة.

**القرار اصطلاحاً:**

القرار (Decision): هو الاختيار المدرك بين البدائل المتاحة في موقف معين أو هو المفاضلة بين حلول بديلة لمواجهة مشكلة معينة، واختيار الحل الأمثل من بينها (إبراهيم، 1993).

هو اختيار أحسن البدائل المتاحة بعد دراسة النتائج المتوقعة من كل بديل في تحقيق الأهداف المطلوبة. و عرف كذلك بأنه: " اختيار أنسب وليس أمثل البدائل المتاحة بعد دراسة النتائج المتوقعة من كل بديل في تحقيق الأهداف المطلوبة ". كما عرف أيضاً بأنه: " ذلك التصرف الشعوري الذي يرمي إلى اختيار أو استعمال أحسن وسيلة للوصول إلى غايتها أو استخدامها لتحقيق هدف ما " (حسين بلعجوز، 2010)

وعرفه برنارد على أنه عملية تقوم على اختيار المدرك للغايات التي تكون في الغالب استجابات أوتوماتيكية أو رد فعل مباشر (نواف، 2007).

### اتخاذ القرار

يتخذ الفرد في حياته اليومية عددا من القرارات، سواء في ذلك الطالب حين يختار الشعبة التي يريد أن يتخصص فيها، وسائق السيارة عندما يحدد وجهته ويختار الطريق التي توصل إليها، فهناك العديد غير هؤلاء يفاضلون ويختارون ويتخذون قرارات عديدة، فإذا وسعنا نطاق الدراسة وتركنا الأفراد وأخذنا الحكام في كرة القدم فإن عملية اتخاذ القرار تصبح أكثر أهمية، ذلك لأن القرار لا يتعلق بشخص واحد وإنما يتضمن عدة أفراد. (عروسي وسعودي، 2022).

وان اتخاذ قدرة الفرد على صنع واتخاذ القرار قد تغير مسار حياته، بل وحياته من يشاركونه بهذه الحياة، وذلك انطلاقا من المسؤولية الشخصية مما يملكه من خصائص شخصية وامكانيات وقدرات ذاتية، حيث تعد عملية اتخاذ القرار مهارة حياتية يحتاجها الفرد طوال حياته باستمرار سواء في المدرسة أو المنزل أو العمل، أو في أي مكان، فالفرد دائما يواجه مشكلات وقضايا عليه أن يختار أفضل البدائل والحلول المقترحة لحلها (محمد، 2008).

وتعتبر القدرة على اتخاذ القرار من أهم العناصر في حياة الفرد أو المنظمات، وتبرز أهميتها في العديد من القرارات اليومية الشخصية، أو في حياة المنظمات فإن القرارات تعتبر جوهر عمل القيادات، وهي نقطة الانطلاق بالبشرية لكافة الأنشطة والتصرفات التي تتم داخل المنظمات، أو التي تتم في إطار علاقتها مع البيئة الخارجية (خاضر، 2021).

### القرار لغة:

هو الفصل أو الحكم في مسألة ما أو قضية أو خلاف، كما عرف القرار على أنه " يعني اختيار الطريق، أو المسلك، أو المنهج، أو الحل الأفضل والأحسن من بين عدة طرق أو مسالك أو مناهج أو حلول متكافئة.

## القرار اصطلاحاً:

القرار (Decision): هو الاختيار المدرك بين البدائل المتاحة في موقف معين أو هو المفاضلة بين حلول بديلة لمواجهة مشكلة معينة، واختيار الحل الأمثل من بينها (إبراهيم، 1993).

هو اختيار أحسن البدائل المتاحة بعد دراسة النتائج المتوقعة من كل بديل في تحقيق الأهداف المطلوبة.

وعرف كذلك بأنه: " اختيار أنسب وليس أمثل البدائل المتاحة بعد دراسة النتائج المتوقعة من كل بديل في تحقيق الأهداف المطلوبة ". كما عرف أيضاً بأنه: " ذلك التصرف الشعوري الذي يرمي إلى اختيار أو استعمال أحسن وسيلة للوصول إلى غايتها أو استخدامها لتحقيق هدف ما " (حسين بلعجوز، 2010) وعرفه برنارد على أنه عملية تقوم على اختيار المدرك للغايات التي تكون في الغالب استجابات أوتوماتيكية أو رد فعل مباشر (نواف، 2007).

## تعريف اتخاذ القرار:

عملية تفكير أو مهارة عقلية عُليا تُعرّف بأنّها إحدى عمليّات التفكير المركّبة والهادفة إلى اختيار البديل الأفضل، أو الحلّ الأمثل والأكثر ملائمة لتحقيق الهدف بما يتناسب مع خصائص الموقف، وتتوّع البدائل (آل جميلة، 2017).  
قدرة حكم كرة القدم على اختيار أفضل البدائل الحاسمة والصحيحة في الوقت المناسب لمواجهة المواقف أثناء المنافسة الرياضية في ضوء قانون كرة القدم (أسامة، 2004).

وهو العملية التي يقوم بها الفرد او الجماعة في تحديد المشكلات وايجاد أفضل الحلول لها (الحازمي، 2019).

## أهمية اتخاذ القرارات:

يشير كل من (قاسمي، وجغابة، 2021) (خلاصي، 2007)، الى بعض النقاط التي تشير إلى أهمية اتخاذ القرارات، وهي كما يلي:

1. اتخاذ القرارات عملية مستمرة: يمارس الإنسان اتخاذ القرارات طوال حياته اليومية سواء العادية أو العملية ففي مجال العمل في المنظمات ما هو إلا مجموعة مستمرة ومتنوعة من القرارات في مختلف المجالات.
2. اتخاذ القرارات أداة المدير في عمله: اتخاذ القرارات هي أداة المدير التي بواسطتها يمارس العمل الإداري حيث يقرر ما يجب عمله؟ وما يقوم؟ ومتى القيام به؟ وعليه كلما ارتفعت قدرات المدير في اتخاذ القرارات كلما ارتفع مستوى أدائه الإداري.
3. القرارات الإستراتيجية تحدد مستقبل المنظمة: ترتبط القرارات بالمدى الطويل في المستقبل، ومثل هذه القرارات يكون لها أهمية بالغة في التأثير على نجاح المنظمة أو فشلها.
4. اتخاذ القرارات أساس لإدارة وظائف المنظمة: إن الدور الإداري في وظائف المنظمة يحتوي على مجموعة من القرارات الخاصة بإدارة الجوانب المختلفة لهذه الوظائف المتعددة.
5. اتخاذ القرارات جوهر العملية الإدارية: يعتبر اتخاذ القرار أساس و جوهر كل الوظائف الإدارية والمتمثلة في التخطيط و التنظيم والتوجيه والرقابة و ذلك لأن كل من هذه الوظائف تنطوي على مجموعة من القرارات الإدارية الحاسمة.
6. تتبع أهمية اتخاذ القرارات من ارتباطه الشديد بحياتنا اليومية كأفراد وجماعات ومنظمات إدارية صغيرة وكبيره محليه ودوليه هذا بالإضافة الى ان موضوع اتخاذ القرارات يحظى بأهمية خاصة من الناحيتين العلمية والعملية.
7. تؤدي عملية اتخاذ القرارات دورا مهما في تجسيد تكييف تفسير وتطبيق الأهداف والإستراتيجية العامة في المنظمة.
8. تؤدي القرارات الادارية عن طريق عمليه اتخاذ القرار دورا هاما في تجميع المعلومات اللازمة الوظيفية الادارية عن طريق استعمال وسائل علمية وتكنولوجيه متعددة ومختلفة للحصول على المعلومات اللازمة للتنظيمات الادارية.
9. تعتبر القرارات الادارية ميدانا واسعا للرقابة الإدارية. يعتبر اتخاذ القرار من المهارات الهامة التي يجب على الفرد تعلمها وخصوصا في هذا العصر، حيث تتعدد البدائل ويصعب معها اختيار البديل المناسب، كما أن مهارة

اتخاذ القرار يحتاج إليها الفرد عند قيامه بحل مشكلة معينة مما يجعله بحاجة ماسة إليها في هذا العالم الذي نعيش فيه، والحافل بالمشكلات التي تحتاج إلى حلول بسيطة وميسرة، ولا بد من تعليم مهارات اتخاذ القرار (خصاونة، 2011).

### مكونات اتخاذ القرار:

يتكون القرار من عدة عناصر هي: (COX, 2009)

1. متخذ القرار: وهو شخص لديه مهمة تحتاج إلى تنفيذ أو مشكلة تتطلب حلاً ولديه اهتمامات ودوافع ورغبات في تحقيق الأفضل، ومخزون من الخبرة والمعرفة ومصادر للمعلومات وقدرات عقلية ومهارات تفكير محددة.
2. هدف القرار: وهو المبتغى الذي يسعى الفرد إلى انجازه لكن في بعض الأحيان تتعدد الأهداف التي يسعى متخذ القرار إلى تحقيقها، وقد تتناقض مما يجعل العملية صعبة، والأهداف تحدد بحسب الحاجات أو الرغبة في تصحيح واقع معين، أو كبدائية لتحقيق أهداف أخرى لذلك يجب اعتماد مخطط للوصول للهدف، مشابهة لتحديد الهدف، إلا أنه يضاف عند تحديد الهدف عنصر التخيل، أي تخيل نتائج تنفيذ المخطط.
3. ظروف القرار: ويراد بها جميع الجوانب المادية وال نفسية والأوضاع التي تحيط بالفرد بعضها مساندة وبعضها تشكل دوافع وعقبات وبعضها مطالب وحاجات وهي تؤثر تأثيراً مباشراً في نوعيه القرار الذي يتخذه.
4. توابع وأثار القرار الذي يتم اختياره: اتخاذ القرار عملية عقلية ولها توابع وأثار ونواتج مختلفة وخاصة عندما يكون القرار هاماً.

### التحكيم:

التحكيم إحدى الأمور الأساسية التي تسهم في رفع مستوى اللعبة بشكل عام لكون سلطة الحكم مستمدة من قانون اللعبة الذي ينشد العدالة أثناء قيادته للمباراة، والقرارات الصائبة ستزيد من حماس اللاعبين وتشجعهم على بذل المزيد من الجهد لتطوير مستواهم والحصول على نتائج أفضل مما يسهم بشكل فاعل في متعة الجمهور المتابع وعلى العكس من ذلك إذا كان الحكم غير جيد في أدائه للمباراة وغير دقيق في قراراته فان ذلك سوف يفسد المباراة ويؤثر على النتائج ولا يحقق العدالة للفرق (جاسم، 2012).

يعتبر الحكم أحد المقومات الأساسية للنهوض بالرياضة فهو عنصر أساسي من عناصر كرة القدم والذي يساهم في النهوض بمستوى اللعبة وتحقيق أهدافها وذلك من خلال تطبيقه قواعد وقوانين الاتحاد الدولي لكرة القدم خلال المنافسات الرياضية والتي ترتبط بالعديد من الضغوط والمشكلات التي يواجهها الحكم، ومنها الجمهور واللاعبين والجهاز الفني والإداري ووسائل الإعلام الأمر الذي قد يسهم في الانهك البدني والذهني للحكم ويؤثر ذلك بشكل سلبي على قدرته البدنية والنفسية ومستوى أدائه في التحكيم ويضعف قدرته على اتخاذ القرارات أثناء المنافسات (خاضر، 2021).

كما أن الحكم هو ذلك الشخص الذي تتوافر فيه شروط خاصة به والمتضمنة اجتيازه للاختبارات المقررة والبدنية والفنية وفي ضوء نتائج تلك الاختبارات يتم اعتماده من قبل الاتحاد المعني وعند ذلك يصنف إلى فئة أو درجة من درجات الحكام وفق أحكام وتعليمات خاص (سمير، 2010).

يشير (صبحي، 1997) أن الحكم هو الرجل الرياضي الذي يدير المنافسة الرياضية، ويعمل على حماية اللاعبين، كما أنه يمنح السلطة التامة وأحكامه نهائية، ولذلك يجب أن تتوافر لديه الثقة في نفسه وفي قدرته على اتخاذ القرارات وقدرته على الحكم والتحكيم معتمداً على نفسه في أكثر الحالات التي يكون هو قاضياً الأوحد.

وبين (صبري، 1996)، أن الحكم الرياضي يمثل عنصراً مهماً في المجال الرياضي، كما أن التحكيم جانب أساسي لنجاح أو فشل أي برنامج رياضي. وحكم المباراة يجب أن يأخذ قراره بشكل سريع دون فترة تفكير طويلة، فالحكم الممتاز هو الذي يصدر قراره في نفس وقت حدوث الخطأ، وهذا لن يحدث إلا إذا كانت لدى الحكم القدرة على تركيز الانتباه وردة الفعل السريعة للمثيرات المختلفة أثناء أحداث المباراة .

ويري كُُل من (السيد، وحسن، 2000) أن القرارات التي يصدرها الحكام تُشكل في مجموعها الدور الفعال للحكام أثناء المنافسات الرياضية لأنهم يحملون على عاتقهم مجهودات كل من المدرب واللاعب والإداري في ساحة التنافس لأن نتيجة المنافسة لا تتوقف على تفسير القوانين فقط ولكن على دقة تنفيذها أيضاً.

## حكام كرة القدم:

### تعريف حكام كرة القدم:

هو المسئول المباشر الأول لإدارة المباراة وتبدأ سلطته ومزاويلته لاختصاصاته المعطاة له بحكم قوانين اللعبة بمجرد دخوله ميدان اللعب ويمتد نفوذه وسلطته في توقيع العقوبة على الأخطاء التي ترتكب أثناء إيقاف اللعب أو عندما تكون الكرة خارج اللعب، وقراره على الوقائع الحقيقية باللعب يكون نهائياً (ابراهيم، 2015).

ويرى (جاسم، 2012)، بأنهم مجموعة من المحكمين منحهم قانون اللعبة سلطة تنفيذية لقانون كرة القدم أثناء المباراة وقبلها وبعدها عند تكليفهم بإدارة المباراة وهم على نوعين حكم ساحة الذي يؤدي واجباته في وسط الملعب وحكم مساعد الذي يؤدي واجباته من على الخط الجانبي وحكم رابع يؤدي واجباته من خارج الملعب ويصنفون إلى حكام دوليين يعتمدون من قبل الاتحاد الدولي (الفيفا) ويقودون مباريات دولية داخلية وخارجية وحكام درجة أولى ودرجة ثانية ودرجة ثالثة ويعتمدون من قبل الاتحاد الوطني ويقودون مباريات داخلية فقط.

### صفات حكام كرة القدم:

يؤكد (قنديل، ومحمود، 1992)، إن الحكم ذو الكفاءة هو الذي يمنع المشاكل قبل حدوثها وليس الحكم الذي يجد الحل للمشاكل بعد حدوثها بما يؤثر على قراراته بعد ذلك، يشير أيضا إلى أن هناك صفات يجب أن تتوفر في الحكم هي:

1. اللياقة البدنية الممتازة
2. العدالة والحياد التام
3. شجاعته وثقته بنفسه
4. الحزم عند محاولة تكرار مخالفة القانون
5. تطبيق نص وروح القانون
6. تعاونه مع الحكام المساعدين
7. سلوكه واحترامه لنفسه خارج وداخل الملعب
8. المقدرة الكاملة لإدارة المباراة
9. تثقيف نفسه بزيادة الاطلاع على كل ما يدور في محيط كرة القدم

## 10. الاقتناع التام بحسن تقديراته

بالإضافة الى ما سبق يشير (قاسمي، وجغانة، 2021) إلى أنه لكي يظهر الحكم بالصورة المطلوبة، هناك بعض الصفات التي يجب أن يتحلى بها الحكم وهي:

1. أن يكون الحكم قد مارس كرة القدم سابقاً
2. ذو احترام عالي ومؤهل لذلك دراسياً
3. لائقاً بدنياً
4. حسن المظهر ويتمتع بسمات شخصية قوية.

### اهمية القرارات التحكيمية للحكام:

اتخاذ القرار في كرة القدم بالنسبة للحكام أو لأي قائد رياضي آخر مرتبط بمجموعة من الجوانب المعرفية والتنبؤية وكذا الخبرة التي تساعده في فصل أمر ما، والبت فيه دون تردد ، ودون ان يشعر الآخرين أن هذا القرار جاء نتيجة عمل عشوائي أو نتيجة حسابات أخرى ، فالقرار المتخذ من الحكام أثناء المنافسات الكروية يكون نابع من خلال النصوص التشريعية لقانون كرة القدم وكذا لروح اللعب المتعارف عليه وسط الرياضيين، وبالتالي يمكن اعتبار أن عملية اتخاذ القرار بأنها قلب الإدارة والحكم بأنه متخذ القرارات فإذا كانت هذه الإدارة متسلطة وغير عادلة ومتخذ القرار لا مبالي وعشوائي في تدخلاته فان الوضع يكون مشحون وتكثر التدخلات العنيفة وسط المنافسين (خصاونة، 2011).

فقرارات الحكم الجيدة تدعو اللاعبين إلى الإجابة والتركيز في اللعب دون الاحتجاج، والقرارات غير الصائبة في نظر اللاعبين والطاقم الفني والإداري، والجمهور لها مساوئ عديدة تؤدي إلى عدم الاستفادة من ممارسة النشاط الرياضي وقد تنتج حوادث شغب الجماهير وإصابات اللاعبين من سوء التحكيم، كما أن اللعب الخشن قد يلازم التحكيم الرديء ويتبع ذلك انعدام الروح الرياضية فتفقد المباريات قيمتها التربوية والفنية وبالتالي يفقد النشاط الرياضي كله كثيرا من المتعة والروح والسرور . كما تزيد الاحتجاجات وتنعدم روح الرضا، وكذلك الفائدة الاجتماعية التي تعتبر من أهم الأسس التي يقوم عليها النشاط الرياضي (محمد، 2008).

## أهمية اللياقة البدنية لحكام كرة القدم:

يتطلب تطور مستوى أداء الحكام إلى وصولهم إلى مستويات وقدرات بدنية ومهارية ونفسية عالية حتى يمكن الرقي والتقدم بمتطلبات التحكيم في كرة القدم، وهذا يتطلب استخدام البحث العلمي الدقيق المعتمد على التحليل السليم لأي حالة تخص أدائهم في لعبة الكرة القدم، إذ تعتبر هذه اللعبة لما تمتلكه من مميزات خاصة جداً تختلف عن بقية الألعاب بأسلوب اللعب إذ أي خطأ أثناء المباراة يؤدي إلى خسارة أحد الفرق عكس بقية الألعاب الجماعية، وهذا يتطلب أعداد الحكام إعداداً خاصاً من جميع النواحي (البدنية، المهارية، النفسية، العقلية)، لكي يكون الحكم على أتم الاستعداد لتحمل المسؤولية أثناء المباراة، وإن الضعف بأي ناحية يؤدي إلى ضعف وحوادث الكثير من الأخطاء في عملية اتخاذ القرارات التحكيمية أثناء المباراة داخل الملعب والتأثير على نتائج المباريات (الجنابي، 2014).

تعتبر اللياقة البدنية والتدريب جزء أساسي من التحكيم بحيث يستطيع الحكم أن يتابع المباراة بشكل جيد ويأخذ مواقع جيدة مع زاوية رؤية واضحة، فاللياقة البدنية الجيدة تساعد الحكم في اختيار الموقع المناسب لكي يأخذ القرار المناسب وبالتالي يكون قراره مقبولاً في كثير من الأحيان عند اللاعبين والمدربين وذلك لتواجده في موقع صحيح. يمكن تعريف قدرة اللياقة للحكام على أنها القدرة على الحفاظ على الحركة ومتابعة اللعب (بما يتماشى مع متطلبات المباراة) عن طريق تغيير وضعية الحركة من المشي إلى ركض عالي الشدة واختيار المواقع لاختيار الزاوية والرؤية الصحيحة أثناء المباراة من أجل مراقبة سلوك اللاعبين (نعمة، 2020).

إن سيطرة الحكام على أحداث المباراة واحتواء تصرفات اللاعبين، وإلزام الحياد المطلوب في تسيير المنافسات وتمتعهم باللياقة البدنية الكافية في مجارة مستوى تنقلات اللاعبين، والتطبيق السليم للسلطتين التنفيذية والتشريعية المستمدة من القوانين المنظمة لكرة القدم الدولية، وحدها الكفيلة بجعل الحكام يعانقون عالم النجومية وبامتياز ويضيف (كامل، 1999) من أجل كسب الثقة يجب مراعاة ما يلي:

1- الاهتمام باللياقة البدنية الى أعلى مستوى

2- تنظيم فترات العمل والراحة والنوم المبكر

3- عدم تعاطي الممنوعات التي تؤثر على سلوكه وتصرفاته

4- تنظيم حياته الاجتماعية والعائلية وخاصة قبل المباراة

5- الالتزام بنظام التغذية الصحية لاكتساب القوة الحيوية

ينبغي على الحكم أن يتمتع بلياقة بدنية عالية جداً، وهذا يتم بالتدريب المنتظم اليومي، والذي يرفع اللياقة الى درجة فوق التسعين ليحصل على الممتاز، ويفوق الأرقام والأزمنة التي يحققها الحكام حتى يفرض نفسه، كما ينبغي أن يتمتع الحكم بصحة عالية عن طريق إجراء الفحوصات الدورية، والتي تشمل كفاءة عمل القلب والدورة الدموية والجهاز التنفسي والكليتين والكبد والجهاز البولي والخراجي بحيث يكون العمل جماعياً بفاعلية بنية أجهزة الجسم، فضلاً على ضرورة المحافظة على وزن الجسم بحيث يتناسب مع الطول، وان المحافظة على الوزن تعتمد على كمية الطعام ، ولا نغفل عن أهمية الإلمام بكل ما هو جديد في كرة القدم عن طريق متابعة المباريات الدولية والأوروبية والآسيوية ليس للاستمتاع بل لمتابعة الحكام ومعرفة القرارات والجراءة في اتخاذها والاهم من ذلك ان يكون لدى الحكم الطموح للوصول إلى تحقيق هذا الهدف العالي ( الشنطي ، 2010 ) . (ابراهيم، 2015).

إن أداء حكام كرة القدم في أثناء قيادتهم للمباراة تؤثر فيه العديد من العوامل وفي مقدمتها اللياقة البدنية التي يتمتع بها الحكم وتتوقف على حالته التدريبية، لأن الغاية الحقيقية من التدريب هو الإعداد المتزن للحكم من الناحية البدنية والفسولوجية والذهنية كل ذلك من اجل توفير المقدره البدنية التي تعمل على زيادة تفاعل الحكم مع المباراة، كذلك من العوامل المؤثرة ضعف الناحية الصحية والحالة الاجتماعية للحكم والحالة الاقتصادية وضعف الانسجام بين الطاقم التحكيم والمؤثرات الخارجية (علي، 2010).

إن النقص الظاهر في اللياقة البدنية لحكام كرة القدم أصبح سببا واضحا في عدم قدرتهم على تحكيم المباريات على الوجه الصحيح، إذ تم إلحاق الضرر بكثير من الفرق بسبب عجز الحكم من مجارة اللعب (خلف، 2010).

فحكم كرة القدم له متطلبات الكفاية البدنية التي تختلف عن سواها في الفعاليات الباقية، لذا استوجب تطوير صفات بدنية محددة لدى حكام كرة القدم عن سواها حسب

نوع العمل الذي نقوم به، ولهذا يتصف التحكيم بكرة القدم بأنه مهنة معقدة ويعود سبب ذلك إلى صلاحية الحكم وسعة الملعب وعدد اللاعبين ونوعية اللعب ومدة المباراة وظروف المباراة وعمر الحكم (وكذلك الغاية الحقيقية للتحكيم هي تحقيق روح القانون المتمثلة في المبادئ الرئيسية التالية (المساواة، والسلامة، والمتعة)، وعليه أصبح دوره دوراً أساسياً في غاية الأهمية (سمير، 2005).

تعد اللياقة البدنية جزءاً مهماً في سيطرة الحكم على الملعب للتحرك في كل الاتجاهات في ميدان كرة القدم الى جانب التطور الحاصل في اساليب التدريب في مختلف الالعاب وهذا التطور يحتاج الى برمجة التدريب واستخدام وسائل علمية حديثة في التخطيط للتدريب ومن أهم التحديات التي تواجه الحكام بكرة بالإضافة الى قانون اللعبة هو اللياقة البدنية بالإضافة الى شروط القيادة في المباراة (نبيل، 2009). ويلاحظ في السنوات الأخيرة ومع الارتفاع الكبير بالنسبة للإيقاع خلال مباريات كرة القدم بأن أداء كرة القدم الحديثة امتاز بالسرعة، الأمر الذي يتطلب من الحكام ضرورة الاستعداد للمباراة بدرجة لا تقل عن استعداد اللاعبين لها، حتى يكون قادراً على مجارة حركة اللاعبين من الانطلاق السريع والجري السريع المفاجئ وسرعة تغيير الاتجاه، ويتطلب تحقيق ذلك الانتظام في التدريب وفق برنامج مقنن بحيث يمكن من خلاله رفع كفاءة عمل الأجهزة الوظيفية الداخلية ذات التأثير المباشر لإنتاج الطاقة عن طريق العمل الهوائي، إلى جانب استثارة مصادر الطاقة اللاهوائية حتى يتمكن من القيام بأداء الحركات السريعة بأعلى مستوى ممكن منذ بداية المباراة حتى نهايتها، وقد أوضحت الدراسات الحديثة في مجال كرة القدم بأن الحكم يجري ما بين 8 إلى 10 كيلومتر خلال المباراة، وأن ذلك يعني بأنه يخطو ما بين 10.000 إلى 16.000 خطوة؛ كما تبين أن الحكم خلال وقت المباراة يجري حوالي (50%)، ويسير سيراً (40%)، ويجري بسرعة (10%)، (محمود، 2013).

## 2.2 الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة، مقسمة حسب حداثة الدراسات إلى دراسات عربية ودراسات أجنبية وهي:

### أولاً. الدراسات العربية

قام (عروسي، وسعودي، 2022)، دراسة هدفت إلى تحديد مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار وكذلك تحديد العلاقة بينهما لدى حكام كرة القدم بالرابطة الولائية لولاية المسيلة، تم استخدام المنهج الوصفي، على عينة مكونة من (30) حكم من الرابطة الولائية لكرة القدم بولاية المسيلة، توصلت الدراسة إلى أن يوجد مستوى إيجابي لكل من تركيز الانتباه وكذلك مستوى اتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم، وتوجد علاقة ارتباط طردية بين مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم بالمسيلة.

أجرى (نعمة، 2020) دراسة هدفت التعرف إلى تأثير منهج للتعبئة في الطاقة النفسية وبعض القدرات البدنية لحكام كرة القدم التي ترتبط بقرارات الحكم وامكانية التصرف الصحيح اثناء قيادته المباراة وطرق علاجها، تم استخدام المنهج التجريبي، إذ اشتملت على (12) حكماً ليمثلوا نسبة مئوية مقدارها (5.263%) من مجتمع البحث الأصلي، واستخدم الباحث مقياس الطاقة النفسية الذي يتكون من (37) فقرة، وتم تحديد الاختبارات الخاصة بقياس القدرات البدنية المنتخبة والتي حصلت على نسبة اتفاق بلغ (80%)، وهي السرعة الانتقالية ومطاولة السرعة والقوة المميزة بالسرعة والرشاقة والمطاولة، وقام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث لمقياس الطاقة النفسية والقدرات البدنية وإعداد منهج للتعبئة وتطبيقه خلال مدة المنافسات، تم إجراء الاختبارات البعدية ومن الاستنتاجات التي توصل إليها أن المنهج الخاص بالتعبئة النفسية كان ذو فاعلية في تطوير القدرات البدنية والطاقة النفسية لدى أفراد عينة البحث.

وقام (الحازمي، 2019) بدراسة هدفت التعرف إلى مستويات اللياقة النفسية لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية، ومستوى اتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية، والتعرف على مدى العلاقة بين اللياقة النفسية واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية، استخدم الباحث المنهج الوصفي، تم

اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية وقد بلغ قوام عينة البحث (64) حكم من حكام الساحة والحكام المساعدين خلال الموسم الرياضي (2018م-2019م)، واشتملت أدوات البحث على مقياس اللياقة النفسية الإلكتروني، ومقياس إتخاذ القرار الإلكتروني، وتوصل الباحث إلى أنه توجد علاقة ارتباطية طردية داله إحصائياً بين محاور ومقياس إتخاذ القرار ومحاور ومقياس اللياقة النفسية لدى حكام كرة القدم، كما توجد اختلافات في استجابات الحكام وفقاً للفئات العمرية ولصالح الفئة العمرية الأكبر في محور البدائل المتاحة لاتخاذ القرار، ومحور مهارات الحكم في إتخاذ القرار.

أجرى (الفاضي وشكر، 2018) دراسة هدفت التعرف إلى تقويم الأداءات الحركية لحكام كرة القدم كمؤشرات للترشيح للقائمة الدولية من خلال تحديد الأداءات الحركية لحكام كرة القدم في جمهورية مصر العربية، استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته وطبيعة هذه الدراسة وتحقيقاً لهدفها، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من حكام الدرجة الأولى المرشحين للقائمة الدولية وعددهم (30) حكماً، وأستخدم الباحثان الاختبارات التي تقيس الأداء الحركي لحكام كرة القدم كوسيلة لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج أن مؤشر سرعة التحرك الجانبي هو المساهم الأول في مستوى أداء الحكام والحكام المساعدين حيث بلغت نسبة مساهمته (95.43%).

كما أجرى (عبد العزيز، 2017) دراسة هدفت إلى التعرف على متطلبات تطبيق احتراف حكام الاتحاد المصري لكرة القدم من خلال تحديد المتطلبات القانونية لاحتراف حكام كرة القدم المتطلبات الإدارية لاحتراف حكام كرة القدم المتطلبات التمويلية لاحتراف حكام كرة القدم، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي وعمدت الباحثة في تحديد عينة بالبحث على الفئات التالية الحكام الدوليين المصريين لكرة القدم وأعضاء لجنة الحكام الرئيسية في الاتحاد المصري لكرة القدم وأعضاء مجلس إدارة الاتحاد المصري لكرة القدم، اذ بلغ حجم عينة البحث الأساسية (220) فرداً، وأشارت أهم نتائج الدراسة أن من أهم المتطلبات القانونية إجراء الاختبارات البدنية على الحكم قبل بداية كل موسم للتأكد من سلامه لياقته البدنية واجتياز الاختبارات التحريرية قبل بداية كل موسم رياضي في مواد قانون كرة القدم واللغة الأجنبية .

وأجرى (النفر، والعويمري، 2016) دراسة هدفت التعرف إلى الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الأولى بكرة القدم وعلاقتها بمستوى أدائهم. ولتحقيق هدف البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي الأسلوب المسحي على عينة قوامها (27) حكم، وتمثلت أدواته في اختبار اللياقة البدنية، واختبار الخصائص الشخصية، واختبار قلق الحالة، واستمارة تقييم مستوى أداء الحكام، ملعب كرة قدم والمضمار المحيط به، وساعات توقيت، وصافرة، وحاسبة يدوية، وراية حكم للإشارة، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة معنوية (حقيقية) بين اللياقة البدنية لجميع اختباراتها (متغيراتها) ومستوى الأداء للحكام حيث إن كرة القدم الحديثة تتطلب من الحكم أن يكون ذا لياقة بدنية عالية حتى يتمكن من مجارة المباراة وسرعة اللاعبين.

أجرى (الخيكاني، 2015) دراسة هدفت للتعرف على الكفاءة والبدنية والخصائص الشخصية وقلق الحالة لحكام الدرجة الأولى بكرة القدم وعلاقتهم بمستوى الأداء، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (50) حكم من الحكام المعتمدين بالاتحاد العراقي لكرة القدم للموسم 2004-2005، واستخدم الباحث اختبار (كاتل) للشخصية واستمارة تقييم مستوى الأداء للحكام، وكانت أهم النتائج: ضعف مستوى الكفاءة البدنية والالتزام ببعض السمات الشخصية وهي الأكثر ذكاء، والسيطرة، وواثق بالآخرين، ومعتمد على الجماعة، والتميز بانخفاض مستوى القلق، ووجود علاقة ارتباطية بين مستوى الكفاءة البدنية والأداء وعلاقة عكسية بين قلق الحالة ومستوى الأداء.

أجرى (ابراهيم، 2015) دراسة هدفت إلى التعرف على درجة امتلاك حكام كرة القدم للكفايات المهنية من وجهة نظرهم ونظر المدربين، استخدم المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من جميع حكام ومدربي الدرجة المحترفة والأولى البالغ عددهم (111) وبواقع (48) حكماً (63) مدرباً، ولتحقيق هدف الدراسة طور الباحث أداة الدراسة، وأظهرت نتائج الدراسة اتفاق الحكام والمدربين على امتلاك الحكام للكفايات المهنية بتقدير مرتفع بشكل عام، ويرى الحكام أنهم يمتلكون بصورة مرتفعة كل المجالات بينما يرى المدربون أن الحكام يمتلكون ثلاثة مجالات بصورة مرتفعة.

وقام (جواني وبعلول، 2014) بدراسة هدفت التعرف إلى الفرق في المستوى لنتائج الاختبارات البدنية بين حكام الدرجة الولائية والدرجة الجهوية، كذلك التعرف على مكامن

القوة والضعف في مستويات اللياقة البدنية لحكام كرة القدم ولكلا الدرجتين، أيضاً محاولة إيجاد بعض حلول التي تساهم في تحسين نتائج الاختبارات للحكام، تم استخدام المنهج الوصفي. وتمثلت عينة الدراسة من (30) حكماً من الدرجتين، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وإشارات أهم النتائج إلى جود ضعف في صفة السرعة بالنسبة لحكام الدرجة الجهوية وهذا واضح من خلال نتائجهم في الجداول الإحصائية. كذلك وجود ضعف نوعاً ما في صفة تحمل لدى حكام الدرجة الولائية وذلك يظهر من خلال نتائجهم في الاختبارات ونجاح 10 حكام فقط من الأصل.

وأجرى (وليد، 2013) دراسة هدفت لوضع مستويات للصعوبات التي تواجه الحكام الدوليين في إدارة المباريات الرسمية، وبلغ مجتمع الدراسة (183) حكماً من حكام الاتحادات العراقية، استخدم المنهج الوصفي، وعينة البحث (118) حكماً دولياً، تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وأظهرت النتائج تأثير قسم قليل من الحكام بصعوبات وأهمية المباراة وظروفها والنواحي الفنية والبدنية والجوانب الاجتماعية في إدارة المباريات الرسمية، وأوصى الباحث بضرورة إجراء دراسات مشابهة حول حكام كرة القدم بالاتحادات الرياضية العربية.

في حين أجرى (المجدلاوي، 2012) دراسة هدفت إلى التعرف على تقييم أداء حكام كرة القدم في محافظات قطاع غزة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة عمدية قوامها (23) حكماً، هم يمثلون مجتمع الدراسة الأصلي، منهم (13) حكم ساحة و(10) حكام مساعدين وهم الحكام المعتمدون في الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم والذين شاركوا في الدوري الفلسطيني لعام 2010-2011، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها؛ تم استخدام المنهج الوصفي، ومقياس تقييم أداء حكام كرة القدم من تصميم الباحث، وأظهرت نتائج الدراسة أن تقييم أداء حكام كرة القدم بمحافظة قطاع غزة كان جيداً جداً؛ حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لدى حكم الساحة (81.13%)، وكذلك يتضح من نتائج الدراسة أن المعيار المرتبط بالتعاون مع المساعدين احتل المرتبة الأولى، والمعيار المرتبط بالسيطرة على المباراة احتل المرتبة الثانية، والمعيار المرتبط باللياقة البدنية المرتبة الثالثة، و المعيار المرتبط بالدقة في اتخاذ القرار المرتبة الرابعة.

أجرى (نصيف، 2012) دراسة هدفت للمقارنة بين نتائج حكام الدرجة الثانية والثالثة في اختبارات اللياقة البدنية، تكونت عينة الدراسة من ( 20 حكماً درجة ثانية، 20 حكماً درجة ثالثة) واستخدم الباحث المنهج الوصفي ملاءمته لطبيعة المشكلة، وكانت أهم نتائج الدراسة وجود برامج تدريبية جيدة يخضع لها حكام الدرجة الثانية ووجود ضعف في السرعة لدى حكام الدرجة الثالثة بالإضافة إلى عدم اعطاء الراحة الكافية بين الاختبارات الخاصة بالحكام من قبل لجنة الحكام المركزية مما أثر على نتائج الجري الرابعة والخامسة والسادسة في الاختبارات.

أجرى (القحيز، 2002) دراسة هدفت للتعرف إلى مدى مساهمة كل من الجوانب البدنية والنفسية في الأداء الفني لحكم كرة القدم أثناء إدارته المباريات، استخدم المنهج الوصفي التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (33) حكماً متوسط أعمارهم (  $\pm 37$  44.4 سنة)، وتم قياس الجوانب النفسية ( السمات الشخصية - اختبار كاتل، والتركيز- اختبار مهارات التركيز، والقلق-استبانة تقييم الذات) ، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المسافة المقطوعة خلال المباراة والسمات الشخصية مثل ( الذكاء، الشجاعة، الاستقلالية، السيطرة) ، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى أداء الحكام خلال المباراة وسنوات الخبرة للحكم.

أجرى (نبيل، 1990) وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين متغيرات الدراسة (البعد البدني، البعد النفسي، الانفعالي، الاتزان، الشجاعة، القلق، الذكاء العام) ومستوى أداء الحكم في المباراة وفقاً للعمر الزمني وكذلك سنوات الخبرة، استخدم المنهج الوصفي، وشملت عينة الدراسة على (50) حكم من حكام كرة القدم في البطولة المصرية، وتم الاعتماد على أدوات قياس اللياقة البدنية المعروفة ومقياس تقييم الذات لقياس البعد النفسي ويتضمن ثلاث أبعاد: قلق الحالة، السمات الانفعالية والذكاء العالي. وأشارت نتائج الدراسة إن العوامل المساهمة في مستوى أداء الحكام أثناء إدارتهم للمباريات جاء عامل الخبرة في مجال التحكيم العامل المساهم الأول في مستوى الحكام من بين ثمانية عشر عامل في مستوى أداء الحكم، وكانت عوامل الإدارة والسيطرة، أداء واجباته، الصفات الشخصية، اللياقة البدنية، فهم وتطبيق القانون كذلك أكثر العوامل المساهمة في مستوى الحكم.

## ثانياً. الدراسات الأجنبية:

أجرى (Rudzitis, Kalej's, Licis, 2014) دراسة هدفت التعرف إلى القدرات التي تصف الجودة العالية للحكام تم استخدام المنهج الوصفي بصفته المسحية، ولتحقيق هذا الهدف تم اختيار (18) حكماً على المستوى الدولي من جمهورية لاتفيا كعينات لإجراء هذا البحث، ولذلك تم تطبيق مقاييس القدرة الجسدية، الوضع الوظيفي، والخواص النفسية، واستخدام برنامج اختبار بالاستعانة بالكمبيوتر، ويدعى هذا البرنامج (Omega) لتقييم الوضع الوظيفي للجسم، حيث يوضح تغير الظرف والاستقرار النفسي والانفعالي، والمقدرة على التنظيم الذاتي والدافعية بمساعدة اختبارات استخدمت في علم النفس الرياضي، وقياس ردة الفعل البسيطة وسرعة ردة الفعل البديلة باستخدام برنامج كمبيوتر (تحليل الاختبار فنياً). وأظهرت نتائج الاختبارات والتحليلات أن المقدرة النفسية والاستعداد هما صفتان بأهمية كبيرة للحكام لذلك وجد الافتراض أن تطوير الكفاءات التي تتعلق بردة الفعل وبردة الفعل البديلة والمقدرة على اتخاذ القرار والإعداد الناجح من العناصر المهمة لتطوير مكان ألعاب الرياضات، مع ضرورة استخدام التكنولوجيا لمساعدة الحكام على إدارة اللعبة مع التطبيق لمعرفتهم دور التكنولوجيا المناسبة يجب أن يكون مساعداً للحكم من أجل تعزيز اتخاذ القرار الأفضل لتحسين النوعية للعبة ولتقديم المنافسة العادلة .

أجرى (KarademiR, 2012) دراسة هدفت للتعرف إلى العوامل التي تؤدي إلى استنزاف حكام كرة القدم وتقييم العوامل التي تؤثر على ذلك، استخدم المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (272) حكماً من حكام مدينة كرة القدم التابعة للاتحاد التركي لكرة القدم، استخدم الباحث الطريقة العشوائية في اختيارهم، وأظهرت الدراسة أن من أهم العوامل التي تؤثر على استنزاف الحكام هي (اللياقة البدنية، الخبرات المعرفية، هتافات الجمهور)، وأنه يجب تقديم الدعم النفسي للحكام واستشارة علماء النفس المختصين ليساهموا في حل هذه المشكلة.

وأجرى (Westone, 2009) بدراسة العلاقات بين القياسات الميدانية والاداء البدني خلال المباراه لحكام النخبة الرسميين بكرة القدم، وتكونت عينة الدراسة من (77) حكم في مباريات كأس الدوري الانجليزي، استخدم المنهج التجريبي، وقد استخدم الباحث اختبار العدو (6 \* 40م) واختبار (150 م) الفترتي حيث اظهرت النتائج ان العامل

الأكبر للتقييم البدني لحكام كرة القدم كان اختبار العدو لمسافة (40 م) بأقصى سرعة، واوصى الباحث ان يتم تقييم الحكم على اختبار العدو لمسافة (40 م).

في حين أجرى كلين (Klein, 2007) دراسة هدفت إلى التعرف على قدرات التميز والتقدير في اتخاذ القرارات لدى حكام كرة القدم، استخدم المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة من حكام لكرة القدم والبالغ عددهم (70) حكم، وأشارت لأهم نتائجها أن عملية اتخاذ القرار تتأثر بالمواقف الضاغطة، و يتصرف صانع القرار في تلك المواقف بخبرته السابقة المتوقعة في ذهنه وذاكرته، ويقترح كلين تدريب الحكام على اتخاذ القرار المحايد في المواقف الضاغطة، وهذه تتم بالخبرة.

### 3.2 التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال العرض الموجز لمناقشة وتلخيص للدراسات السابقة توصل الباحث الى ما يلي:

#### أولاً: من حيث الفترة الزمنية:

بدأت الفترة الزمنية بدراسة (عروسي وسعودي، 2022) وانتهت بدراسة (نبيل، 1990).

#### ثانياً: من حيث الأهداف:

اختلفت الدراسات السابقة في طبيعة الأهداف التي تسعى الى تحقيقها فيما بينها وقد تم توضيح اغلب الاهداف المشتركة بشكل عام بما يلي:

أ. هناك دراسات هدفت بشكل عام التعرف إلى أثر القدرات البدنية او بعضها وتوضيح اهميتها على عملية اتخاذ القرارات لدى حكام كرة القدم، مثل دراسة: (نعمة، 2020)، (النفر، والعويمري، 2016)، (الخيكاني، 2015)، (جواني، وبعلول، 2014)، (نصيف، 2012)، (Westone, 2009)، (القحيز، 2002)، (نبيل، 1990).

ب. ايضاً كان هنالك دراسات سابقة هدفت الى التعرف الى مستوى او تقييم أداء حكام كرة القدم لمختلف الجوانب والمتغيرات، كذلك الصعوبات التي تواجههم، كدراسة كل من: (المجدلاوي، 2012) (وليد، 2013)، (Karademir, 2012).

ج. وكان هنالك دراسات هدفت الى التعرف على العلاقة بين اتخاذ القرار لدى الحكام وبعض المتغيرات الاخرى المتعددة، مثل (اللياقة النفسية وتركيز الانتباه) كدراسة كل من: (عروسي، وسعودي، 2022) (الحازمي، 2019) كلين (Klein, 2007).

د. كذلك هنالك دراسات هدفت الى التعرف على الشروط الاساسية الواجب توفرها في الحكام عند اختيارهم او التي من شأنها ان تساعد في ادائهم او حسن اختيار قراراتهم، كدراسة كل من: (الفاضي، وشكر، 2018) (عبدالعزيز، 2017) (ابراهيم، 2015) (Rudzitis, Kalej's, Licis, 2014).

### ثالثاً: من حيث المنهجية:

اختلفت المنهجية المستخدمة في الدراسات السابقة بما يتناسب مع طبيعة وخصوصية كل دراسة، وكانت مقسمة على النحو التالي:

1. المنهج الوصفي: (عروسي وسعودي، 2022) (الحازمي، 2019) (الفاضي وشكر، 2018) (عبدالعزيز، 2017) (النفر والعويمري، 2016) (الخيكاني، 2015) (ابراهيم، 2015)، (Rudzitis, Kalej's, Licis, 2014) (جواني وبعلول، 2014) (وليد، 2013) (كاردمير (Karademir, 2012) (نصيف، 2012) (المجدلاوي، 2012) (نبيل، 1990).

2. المنهج التجريبي: (نعمة، 2020) (Westone, 2009) (Klein, 2007).

3. المنهج الوصفي التجريبي: (القحيز، 2002).

### رابعاً: من حيث طبيعة العينات:

تراوحت اعداد العينات للدراسات السابقة ما بين (12-272) حكماً، بمختلف درجاتهم التحكيمية.

### خامساً: من حيث النتائج:

قام الباحث في تحليل اهم النتائج التي توصلت اليها كل دراسة من الدراسات السابقة حيث كان هناك اختلاف في النتائج بين الدراسات السابقة بشكل عام وذلك لاختلاف الأهداف والتساؤلات التي تسعى اليها كل دراسة، وهي كما يلي في الجدول رقم (1):

**الجدول رقم (1)**  
**ملخص نتائج الدراسات السابقة.**

أهم النتائج	الباحث
يوجد مستوى إيجابي لكل من تركيز الانتباه وكذلك مستوى اتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم.	(عروسي وسعودي، 2022)
أن المنهج الخاص بالتعبئة النفسية كان ذو فاعلية في تطوير القدرات البدنية والطاقة النفسية لدى أفراد عينة البحث.	(نعمة، 2020)
أنه توجد علاقة ارتباطية طردية داله إحصائياً بين محاور ومقياس اتخاذ القرار ومحاور ومقياس اللياقة النفسية.	(الحازمي، 2019)
أن مؤشر سرعة التحرك الجانبي هو المساهم الأول في مستوى أداء الحكام والحكام المساعدین حيث بلغت نسبة مساهمته 95.43%.	(الفاضي وشكر، 2018)
أن من أهم المتطلبات القانونية إجراء الاختبارات البدنية على الحكم قبل بداية كل موسم للتأكد من سلامه لياقته البدنية واجتياز الاختبارات التحريرية قبل بداية كل موسم رياضي.	(عبد العزيز، 2017)
أن كرة القدم الحديثة تتطلب من الحكم أن يكون ذا لياقة بدنية عالية حتى يتمكن من مجارة المباراة وسرعة اللاعبين.	(النفر والعويمري، 2016)
وجود علاقة ارتباطيه بين مستوى الكفاءة البدنية والأداء وعلاقة عكسية بين قلق الحالة ومستوى الأداء.	(الخيكاني، 2015)
اتفاق الحكام والمدربين على امتلاك الحكام للكفايات المهنية بتقدير مرتفع بشكل عام	(ابراهيم، 2015)
وجود ضعف نوعا ما في صفة تحمل لدى حكام الدرجة الولائية	(جواني، وبعلول، 2014)
أن المعيار المرتبط بالتعاون مع المساعدين احتل المرتبة: الأولي، و المعيار المرتبط بالسيطرة على المباراة احتل: المرتبة الثانية، والمعيار المرتبط باللياقة البدنية: المرتبة الثالثة، و المعيار المرتبط بالدقة في اتخاذ القرار: المرتبة الرابعة.	(المجدلاوي، 2012)
وجود ضعف في السرعة لدى حكام الدرجة الثالثة	(نصيف، 2012)
تأثر قسم قليل من الحكام بصعوبات وأهمية المباراة وظروفها والنواحي الفنية والبدنية والجوانب الاجتماعية في إدارة المباريات الرسمية	(وليد، 2013)
أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المسافة المقطوعة خلال المباراة والسمات الشخصية مثل (الذكاء، الشجاعة، الاستقلالية، السيطرة).	(القحيز، 2002)
أن العوامل المساهمة في مستوى أداء الحكام أثناء إدارتهم للمباريات جاء عامل	(نبيل، 1990)

الخبرة في مجال التحكيم العامل المساهم الأول في مستوى الحكام من بين ثمانية عشر عامل في مستوى أداء الحكم، وكانت عوامل الإدارة والسيطرة، أداء واجباته، الصفات الشخصية، اللياقة البدنية، فهم وتطبيق القانون كذلك أكثر العوامل المساهمة في مستوى الحكم.

أن المقدره النفسية والاستعداد هما صفتان بأهمية كبيرة للحكام لذلك وجد الافتراض أن تطوير الكفاءات التي تتعلق برده الفعل وبرده الفعل البديلة والمقدره على اتخاذ القرار والإعداد الناجح من العناصر المهمة.

(Kalej's, Licis, 2014 )  
(Rudzitis,

أن من أهم العوامل التي تؤثر على استنزاف الحكام هي (اللياقة البدنية، الخبرات المعرفية، هتافات الجمهور).

(KarademiR, 2012)

ان العامل الأكبر للتقييم البدني لحكام كرة القدم كان اختبار العدو لمسافة 40 م بأقصى سرعه.

(Westone, 2009)

إن عملية اتخاذ القرار تتأثر بالمواقف الضاغطة، ويتصرف صانع القرار في تلك المواقف بخبرته السابقة المتوقعة في ذهنه وذاكرته

(Klein, 2007)

ويشير الباحث ان أوجه الاختلاف في اغلب الدراسات السابقة فيما بينها او بين دراستها، نتيجة خصوصية كل دراسة من حيث الأهداف او التساؤلات التي تحاول تحقيقها او اثباتها، كذلك الى طبيعة عينة ومجتمع الدراسة، او طبيعة المجال او المتغير المراد دراسته.

### مجالات الاستفادة من الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات والأبحاث السابقة بمثابة خبرات علمية وتجريبية فتحت المجال أمام الباحث أثناء خطوات دراسته، وقد استفاد الباحث من هذه الدراسات ما يلي:

1. صياغة أهداف وتساؤلات الدراسة بما يتناسب مع العنوان وطبيعة الدراسة.
2. تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات الدراسة، ووضع الخطوط العريضة للدراسة.
3. التعرف على المشكلات التي قد تواجه الباحث أثناء تطبيقه للدراسة وكيفية التغلب عليها.
4. كيفية بناء ادوات الدراسة.
5. كيفية اختيار الطريقة المناسبة لاختيار منهج وعينة الدراسة.
6. اختيار المتغيرات الملائمة والمناسبة لهذه الدراسة.

## بماذا تميزت الدراسة الحالية عن الدراسات والأبحاث السابقة:

1. تعد من الدراسات الأولى في البيئة الأردنية والتي تناولت مستوى اللياقة البدنية وعلاقتها باتخاذ القرار لحكام كرة القدم.
2. تناولت فئة مهمة جداً ومؤثرة في كرة القدم وهم حكام الدرجة الثانية والأولى والدوليين.
3. جاءت بوقت مهم جداً نتيجة تزايد أخطاء حكام كرة القدم في الدوري الأردني لمحترفي كرة القدم وتأثيرها على ترتيب الفرق.
4. أول دراسة بعلم الباحث تستخدم الاختبارات المعدلة والحديثة في الفيفا على بيئة أردنية وعربية.

## الفصل الثالث المنهجية والتصميم

### 1.3 منهجية الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي والعلاقات الارتباطية وذلك لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة.

### 2.3 مجتمع الدراسة:

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع حكام الساحة المعتمدون في الاتحاد الأردني لكرة القدم لإدارة مباريات دوري المحترفين لكرة القدم والبالغ عددهم (26) حكماً وذلك حسب سجلات الاتحاد الأردني لكرة القدم للموسم الرياضي 2023/2022.

### 3.3 عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية، حيث تكونت العينة من (18) حكماً درجة (دولي، أولى، ثانية) وللموسم الرياضي 2022/2021. والجدول (2) يوضح عينة الدراسة.

#### جدول (2)

##### وصف خصائص العينة وفقاً لمتغيراتها

المتغير	فئات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
درجة التحكيم	دولي	5	27.8
	اولى	9	50.0
	ثانية	4	22.2
	الكلي	18	%100
العمر	اقل من 28	4	22.2
	28-33	5	27.8
	أكثر من 33	9	50.0
	الكلي	18	%100
الخبرة	5-10	13	72.2
	أكثر من 10	5	27.8
	الكلي	18	100.0

### 4.3 الدراسة الاستطلاعية:

أجرى الباحث دراسة استطلاعية على (4) حكام من الدرجة الثالثة تم اختيارهم بالطريقة القصدية، حيث قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية يومي الثلاثاء والأربعاء الموافق (9-10/8/2022) وبحضور فريق من المساعدين، وبمتابعة الدكتور المشرف على الدراسة، حيث تم إخضاعهم للاختبارات المختارة لموضوع الدراسة، والملحق (هـ) يوضح أسماء الفريق المساعد.

#### الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

- 1- التأكد من صلاحية وتوفر الأدوات والأجهزة اللازمة لإجراء الدراسة.
- 2- التأكد من مدى ملائمة الاختبارات المستخدمة لمستوى أفراد العينة.
- 3- التأكد من مدى تنفيذ وتطبيق الاختبارات على أرض الواقع.
- 4- التعرف على المعوقات والصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث والفريق المساعد أثناء تنفيذ الاختبارات، وذلك من أجل تفاديها عن تنفيذ الاختبارات الفعلية (القبلية).
- 5- التعرف على الفترة الزمنية الحقيقية التي يستغرقها كل اختبار.

### 5.3 المعاملات العلمية لاختبارات الدراسة:

#### أولاً: صدق الاختبارات:

قام الباحث بعرض اختبارات الدراسة على عدد من المحكمين والخبراء من ذوي الاختصاص والبالغ عددهم ( 7 ) محكمين، حيث طلب منهم اختيار أهم الاختبارات التي تتناسب مع أهداف الدراسة وذلك بغرض التأكد من هدف هذه الاختبارات ومدى وملاءمتها لقياس متغيرات الدراسة، حيث قام الباحث بعد تفريغ إجابات المحكمين واعتماد الاختبارات التي تم الإجماع عليها من اغلب المحكمين وبنسبة لا تقل عن (90%) من اجابة المحكمين، والملحق (أ) يبين أسماء المحكمين والخبراء وتخصصاتهم العلمية وأماكن عملهم.

## ثانياً: ثبات الاختبارات:

للتحقق من ثبات اختبارات الدراسة قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة استطلاعية بلغ عددها (4) من الحكام من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، كما تم إعادة تطبيق الاختبارات بعد مرور (2) يومين من زمن التطبيق الأول أي يومي السبت والأحد بتاريخ 13-14/8/2022 تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق كمؤشر على الثبات والجدول رقم (3) يوضح نتائج ذلك.

### جدول (3)

معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق كمؤشر على ثبات اختبارات الدراسة

الاختبار	معامل ارتباط بيرسون
اختبار تحمل السرعة	0.80
اختبار تحمل القوة	0.82
اختبار تحمل سرعة الاداء	0.80
اختبار السرعة	0.85
اتخاذ قرار اختبار تحمل السرعة	0.76
اتخاذ قرار اختبار تحمل القوة	0.78
اتخاذ قرار اختبار تحمل سرعة الاداء	0.75
اتخاذ قرار اختبار السرعة	0.80

تظهر البيانات في الجدول (3) الى ان معاملات ثبات الاختبارات البدنية والقرارات قد تراوحت بين (0.75 - 0.85)، وتعتبر مثل هذه القيم مقبولة لأغراض البحث العلمي قيد الدراسة الحالية.

6.3 إجراءات تنفيذ الدراسة:  
الأدوات والأجهزة المستخدمة:

جدول (4)  
الأدوات والأجهزة المستخدمة.

الأداة أو الجهاز	العدد	الهدف أو الغرض
جهاز اللابتوب	2	الحالات التحكيمية
بساط ارضي	5	لاختبار تحمل القوة
شواخص	20	للاختبارات
شريط قياس	2	لتحديد مسافة اختبار السرعة
ميزان طبي	2	قياس الوزن
جهاز الرستاميتز	2	قياس الطول
استمارة تفرغ نتائج الاختبارات	18	تفرغ نتائج الاختبارات
استمارة معلومات العينة	18	التأكد من معلومات أفراد العينة
صافرة	4	بدء الاختبارات البدنية

قسمت إجراءات تنفيذ الدراسة إلى الآتي:

1. قام الباحث بالحصول على كتاب تسهيل المهمة من كلية علوم الرياضة والدراسات العليا من جامعة مؤتة إلى الإتحاد الأردني لكرة القدم/دائرة حكام كرة القدم.
2. تم التواصل مع حكام درجة الدوليين والأولى والثانية وعمل اجتماع مصغر معهم وبوجود المعنيين في الإتحاد الأردني لكرة القدم، لشرح الهدف من الدراسة والاختبارات البدنية واتخاذ القرار وكيفية التطبيق عليهم مع الشرح الكامل وإعطاء الفرصة للأسئلة من قبل الحكام.
3. تم حجز ملعب بلدي الزرقاء ( جناعة ) من أجل إجراء التجربة الاستطلاعية يومي الثلاثاء والأربعاء الموافق (9-10/8/2022) وبحضور فريق من المساعدين، وبمتابعة الدكتور عصام أبو شهاب المشرف على الرسالة.
4. كما تمت إعادة تطبيق الاختبارات بعد مرور (2) يومين من زمن التطبيق الأول أي يومي السبت والأحد بتاريخ 13-14/8/2022 في نفس الملعب وبنفس الظروف.

5. تم حجز الملعب يوم الإثنين الموافق 2022/8/15 ومن الساعة الرابعة مساءً ولغاية الساعة السابعة مساءً لتطبيق الاختبارات البدنية واتخاذ القرار على العينة الأصلية للدراسة.
6. تم اخذ المعلومات والقياسات المتعلقة بعينة الدراسة على نموذج خاص للتسجيل كل حكم له استمارة خاصة متعلقة بالمعلومات الشخصية ونتائج الاختبارات البدنية واتخاذ القرار.
7. تم الالتقاء بعينة الدراسة وشرح وتوضيح اهداف الدراسة والاجراءات المتبعة مرة أخرى للقيام في تنفيذ الدراسة الحالية على أرض الواقع.
8. تم اجراء عمليات الاحماء اللازمة لعينة الدراسة وذلك لتهيئتهم بدنياً ولتجنب حدوث الإصابات من قبل المدرب البدني الخاص لحكام كرة القدم في الاتحاد الأردني لكرة القدم.
9. بدأ الحكام في تطبيق الاختبارات البدنية الخاصة بالدراسة الحالية.
10. بعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات من قبل الحكام، مباشرة يذهب الحكم الى جهاز اللابتوب لمشاهدة بعض الحالات التحكيمية من موقع الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA، ثم يصدر قراره التحكيمي على هذه الحالات.
11. يتم تسجيل قرارات التحكيم لجميع الحكام، ثم بعد ذلك يتم تفريغ القرارات الصحيحة والخاطئة.
12. تم تفريغ بيانات التجربة لتحليلها إحصائياً للتوصل إلى مجموعة من النتائج في نهاية الدراسة.

### 7.3 متغيرات الدراسة:

أ: للأسئلة الأربعة الأولى:

أولاً: المتغير المستقل:

أ. درجة التحكيم ( دولي ، أولى ، ثانية ).

ب. العمر وله ثلاث مستويات ( أقل من سنة 28، من سنة 28 لغاية سنة 33، أكثر من

33 سنة ).

ج. الخبرة التحكيمية ولها مستويان (من 5 لغاية 10 سنوات، أكثر من 10 سنوات).

ثانياً: المتغير التابع:

أ. مستوى اللياقة البدنية.

ب. اتخاذ القرار.

ب. للسؤال الخامس:

أولاً: المتغير المستقل:

مستوى اللياقة البدنية

ثانياً: المتغير التابع:

اتخاذ القرار

### 8.3 المعالجة الإحصائية:

لاختبار صحة فرضيات الدراسة تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام الرزمة

الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وعلى النحو الآتي:

1. للكشف عن مستويات الاداء باللياقة البدنية ومستوى اتخاذ القرار فقد تم استخراج

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

2. للكشف عن الفروقات في كل من مستوى الاداء باللياقة البدنية ومستوى اتخاذ

القرار وفقاً لمتغيرات الدراسة فقد تم إجراء تحليل التباين المتعدد.

3. للمقارنات البعدية وفقاً لمتغير درجة التحكيم فقد تم استخدام اختبار شافية للمقارنات

البعدية.

4. معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق للتحقق من ثبات اختبارات الدراسة.

5. معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية واتخاذ القرار.

## الفصل الرابع

### عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

تضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً لنتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء أسئلتها المطروحة التي هدفت الكشف عن مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم، وفيما يلي عرضاً لنتائج الدراسة ومناقشتها وفقاً لتسلسل أسئلتها على النحو الآتي: -

#### 1.4 عرض نتائج الدراسة:

للإجابة عن التساؤل الأول للدراسة والذي ينص على:

“ما مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم؟”

للإجابة على هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم، والجدول رقم (5) يوضح نتائج ذلك وعلى النحو الآتي.

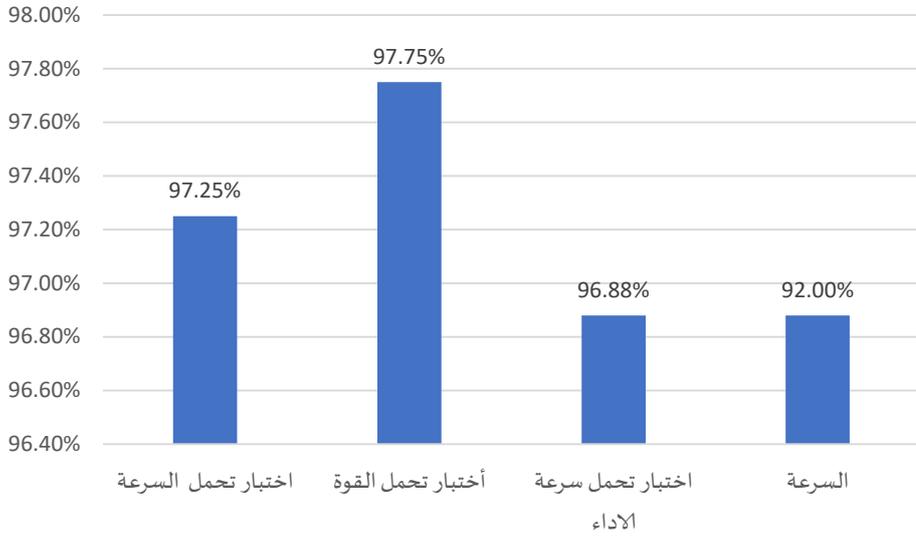
#### جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	نسبة الاداء
اختبار تحمل السرعة/ث	43.28	2.02	2	97.25%
اختبار تحمل القوة/ث	43.50	1.86	1	97.75%
اختبار تحمل سرعة الأداء/ث	43.11	1.64	3	96.88%
السرعة/ث	4.31	2.05	3	92.00%

تظهر البيانات في الجدول (5) ان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستويات اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم جاءت بنسب مرتفعة تراوحت ما بين (92.00%-97.75%) محتلاً المرتبة الأولى اختبار تحمل القوة يليه في المرتبة الثانية اختبار تحمل السرعة، وفي المرتبة الثالثة فقد جاء كل من اختبار تحمل سرعة الاداء وأخيراً اختبار السرعة، والشكل رقم (1) يوضح التفاوت

بمستويات الاداء على اختبارات اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.



شكل رقم (1)

التفاوت بمستويات الاداء على اختبارات اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

ويعزو الباحث هذه النتائج والتي أشارت الى أن مستويات اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم جاءت بنسب مرتفعة، وذلك بسبب أن الحكام يديرون دوري المحترفين من بداية شهر (4) ابريل وهذا يعني مرور (11) جولة من الدوري الأردني للمحترفين، وقام الباحث بإجراء هذه الاختبارات على حكام الساحة خلال مرحلة التوقف ما بين مرحلتي الذهاب والإياب، ومن جهة أخرى يرى الباحث أن حكام الساحة جاءت نتائجهم مرتفعة نظراً لما يتمتعون به من لياقة بدنية عالية نتيجة الخبرة الكافية من خلال مشاركتهم في العديد من المباريات سواء على الصعيد المحلي أو الخارجي ونتيجة متابعتهم للدورات التدريبية المتعلقة في اللياقة البدنية، وأيضاً يعزو الباحث هذه النتائج الى عدة اسباب منها وجود الاختبارات الدورية من الاتحاد الاردني لكرة القدم والاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) والتي يخضع لها الحكام اجبارياً للكشف عن مدى جاهزيتهم للتحكيم، الامر الذي يحتم على الحكام البقاء في حالة ومستوى بدني مناسب لكي يستطيع تجاوز هذه الاختبارات ومما سبق يوضح حصول حكام الساحة على نسب مرتفعة في اللياقة البدنية، واتفقت هذه النتائج مع دراسة كل من (نعمة، 2020) والتي أشارت إلى أن القدرات البدنية لدى حكام كرة القدم جاءت بنسبة مرتفعة، كما اتفقت

مع دراسة (النفر، والعويمري، 2016) والتي أشارت الى وجود مستويات مرتفعة للياقة البدنية لدى حكام الدرجة الأولى في كرة القدم، وأضاف أيضاً إن كرة القدم الحديثة تتطلب من الحكم أن يكون ذا لياقة بدنية عالية حتى يتمكن من مجاراة المباراة وسرعة اللاعبين، كما اتفقت مع دراسة (المجدلاوي، 2012) والتي أشارت أن تقييم أداء حكام كرة القدم في قطاع غزة كان جيد جداً وخاصة بالمعيار المرتبط باللياقة البدنية، ولم تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (الخيكاني، 2015) (جواني وبعلول، 2014) (نصيف، 2012) والتي أشارت نتائجها الى وجود ضعف في مستوى الكفاءة وعناصر اللياقة البدنية لدى حكام كرة القدم.

للإجابة عن التساؤل في هذه الدراسة الثاني والذي ينص على:

"ما مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم؟"

للإجابة عن هذا تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم، والجدول رقم (6) يوضح نتائج ذلك وعلى النحو الآتي.

#### جدول (6)

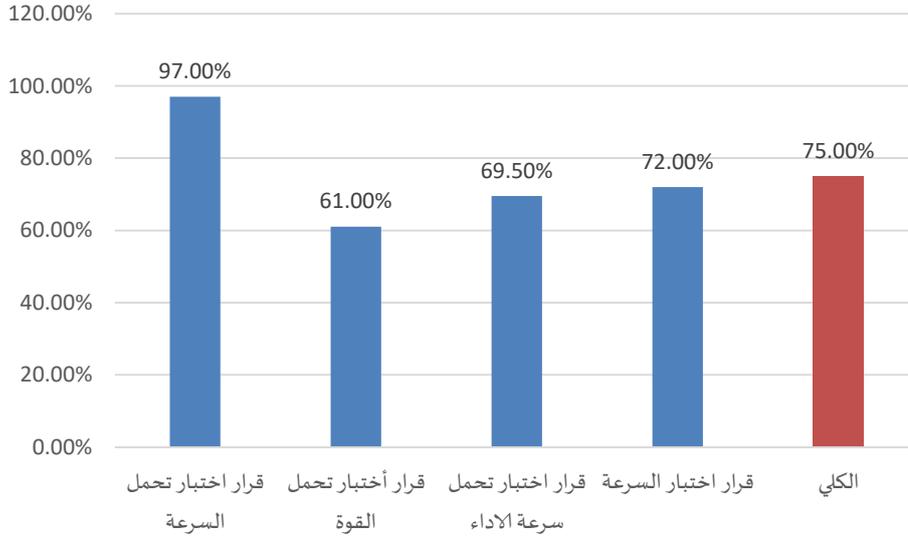
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	نسبة الاداء	المستوى*
قرار اختبار تحمل السرعة	1.94	0.24	1	97.00%	مرتفع
قرار اختبار تحمل القوة	1.22	0.65	4	61.00%	متوسط
قرار اختبار تحمل سرعة الاداء	1.39	0.85	3	69.50%	مرتفع
قرار اختبار السرعة	1.44	0.78	2	72.00%	مرتفع
الكلي	6.00	1.71	-	75.00%	مرتفع

• أقل من 33% منخفض، 33% - 66% متوسط، أعلى من 66% مرتفع

تظهر البيانات في الجدول (6) ان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم وعلى المستوى الكلي جاءت بنسبة أداء (75%) وهي نسبة مرتفعة أما القرارات على مستوى الاختبارات فقد جاء بالمرتبة الأولى قرار اختبار تحمل السرعة بنسبة أداء بلغت (97%)

وفي المرتبة الثانية قرار اختبار السرعة بنسبة اداء بلغت (72%)، وفي المرتبة الثالثة فقد جاء اختبار تحمل سرعة الاداء بنسبة اداء (69.5%) وهو يعكس درجة مرتفعة، وفي المرتبة الرابعة والاخيرة جاء قرار اختبار تحمل القوة بنسبة اداء بلغت (61%) وهو يعكس درجة متوسطة، والشكل رقم (2) يوضح التفاوت بمستويات اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم.



### شكل رقم (2)

#### التفاوت بمستويات اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

ويعزو الباحث هذه النتائج التي أشارت الى أن مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم وعلى المستوى الكلي جاءت بنسبة أداء (75%) وهي نسبة متوسطة، حيث يمكن تفسير ذلك إلى عدة اسباب منها أن فئة الحكم الحكام (دولي) كانت نسبة القرارات لديهم مناسبة ومرتفعة بينما حكام الفئة او الدرجة (الاولى والثانية) كانت نسبت اتخاذ القرار متوسطة الامر الذي ادى الى خروج نتائج مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة بدرجة متوسطة، وهنا يمكن القول أن الحكام الدوليين قاموا بتحقيق نتائج إيجابية ويعود السبب إلى عدد سنوات الخبرة والحالات التحكيمية التي مرت عليهم خلال مسيرتهم التحكيمية في البطولات الخارجية على المستوى المحلي والمستوى الخارجي لإدارة كبرى المباريات ونتيجة الخبرات الكافية التي تلقوها من المدربين والمحاضرين وكثرة التمارين الخاصة بهم والاختبارات النظرية والعملية مثل تلك الحالات التي عرضت عليهم.

ومما سبق وبعد الرجوع الى البيانات الاحصائية الخام التي بينت ان مستوى اللياقة البدنية كان لدى حكام الدرجة (دولي) اعلى بكثير من حكام الدرجة (الاولى والثانية) مما رفع من مستوى اتخاذ القرار لديهم، كما أن عنصر الخبرة والحالات التحكيمية التي مرت عليهم كان لها الاثر الايجابي في عملية اتخاذ القرار بشكل سليم، على خلاف الدرجة الاولى والثانية، والتي اثرت مستوياتهم على النتائج الحالية التي جاءت متوسطة. وتتفق هذه النتائج الدراسة بشكل عام مع دراسة (Rudzitis, Kalej's, Licis, 2014)، (المجدلاوي، 2012) ن (Klein, 2007)، (نبيل، 1990)، والتي اشارت الى وجود مستوى متوسط في اتخاذ القرار لدى الحكام، حيث ان هناك بعض المعايير التي قد تؤثر على مستويات الحكام في اتخاذ القرار، منها درجة الحكم والخبرة وعدد مرات التحكيم، وغيرها من العوامل الداخلية والخارجية، كما أشار إلى أن صانع القرار في المواقف التحكيمية وخاصة الصعبة يعتمد على الخبرات السابقة المتوقعة في ذهنه وذاكرته، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة (عروسي، وسعودي، 2022) والتي أشارت إلى أن مستوى اتخاذ القرار لحكام كرة القدم جاء بدرجة مرتفعة.

**للإجابة عن التساؤل الثالث في هذه الدراسة والذي ينص على:**

"هل يوجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)؟"

للإجابة عن هذ التساؤل تم اجراء تحليل التباين المتعدد (Multiple Anova) والجدول رقم (7) يوضح نتائج ذلك:

جدول (7)

تحليل التباين المتعدد (Multiple Anova) للكشف عن الفروق بمستوى اللياقة البدنية وفقاً لمتغير (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)

الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة f	مستوى الدلالة
اختبار تحمل السرعة	الدرجة التحكيمية	7.393	2	3.696	3.286	.233
	العمر	4.962	2	2.481	2.205	.354
	الخبرة	2.000	1	2.000	1.778	.314
	الخطأ	2.250	2	1.125		
	الكلي	33783.000	18			
اختبار تحمل القوة	الدرجة التحكيمية	10.143	2	5.071	1.844	.352
	العمر	6.87	2	3.435	1.249	.528
	الخبرة	.000	1	.000	.000	1.000
	الخطأ	5.500	2	2.750		
	الكلي	34119.000	18			
اختبار تحمل سرعة الاداء	الدرجة التحكيمية	8.821	2	4.411	35.286	*0.028
	العمر	4.696	2	2.348	18.785	.052
	الخبرة	2.000	1	2.000	16.000	.057
	الخطأ	.250	2	.125		
	الكلي	33500.000	18			
اختبار السرعة	الدرجة التحكيمية	2.143	2	1.071	1.429	.412
	العمر	5.674	2	2.837	3.782	.228
	الخبرة	.500	1	.500	.667	.500
	الخطأ	1.500	2	.750		
	الكلي	33526.000	18			

تظهر البيانات في الجدول (7) عدم وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى اللياقة البدنية للاختبارات المتمثلة ب (تحمل السرعة، تحمل القوة، اختبار السرعة) لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)، في حين اظهرت النتائج وجود فروقات دالة

احصائياً في اختبار تحمل سرعة الاداء وفقاً لمتغير الدرجة التحكيمية وللكشف لصالح من تعود الفروقات فقد تم استخدام اختبار شافية والجدول رقم (8) يوضح نتائج ذلك:

### جدول (8)

نتائج اختبار شافية للمقارنات البعدية للكشف عن الفروقات بمستوى تحمل سرعة الاداء وفقاً لمتغير الدرجة التحكيمية

المتوسطات الحسابية	الفئات	الفروقات	
		اولى	ثانية
43.80	دولي	*0.60	-
43.20	اولى	-	*1.20
42.00	ثانية	*1.20-	*1.80-

تشير البيانات في الجدول (8) الى ان الفروقات بمستوى تحمل سرعة الاداء وفقاً لمتغير الدرجة التحكيمية كانت دالة احصائياً ولصالح الحكم الدولي يليه حكم الفئة الاولى واخيرا حكم الفئة الثانية.

ويعزو الباحث هذه النتائج التي أشارت الى عدم وجود فروق في مستوى اللياقة البدنية للاختبارات المتمثلة ب (تحمل السرعة، تحمل القوة، اختبار السرعة) لدى حكام الساحة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)، الى عدة اسباب منها أن الحكام باختلاف درجاتهم التحكيمية وباختلاف اعمارهم وخبراتهم جميعهم يخضعون لنفس الدورات والتدريبية والى نفس الاختبارات الدورية، كما أن هناك تشابه نوعاً ما في عدد المشاركات التحكيمية في كل موسم، مما قد يؤدي الى عدم وجود فروقات في مستويات اللياقة البدنية بينهم، وكذلك يعزو الباحث وجود فروقات في اختبار تحمل سرعة الاداء وفقاً لمتغير الدرجة التحكيمية ولصالح الحكم الدولي يليه حكم الفئة الاولى واخيرا حكم الفئة الثانية، يعود الى أن الحكم الدولي بسبب درجته وخبرته وممارسته الطويلة المرافقة للتدريبات البدنية قد أصبح لديهم تغيرات وتطورات فسيولوجية في الجهاز الدوري التنفسي، حيث ان عنصر (تحمل سرعة الاداء) لكي يصل الحكم الى مستوى جيد به يحتاج الى كفاءة بدنية عالية وهذه لا يكون إلا بتطوير قدراته الفسيولوجية لكي يستطيع تحمل سرعة الاداء لفترات طويلة.

للإجابة عن التساؤل الرابع في هذه الدراسة والذي ينص على:

" هل يوجد فروق دالة احصائية عند مستوى دلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم اجراء تحليل التباين المتعدد (Multiple Anova) والجدول رقم (9) يوضح نتائج ذلك:

#### جدول (9)

تحليل التباين المتعدد (Multiple Anova) للكشف عن الفروق بمستوى اتخاذ القرار وفقاً لمتغير (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة f	مستوى الدلالة
الدرجة التحكيمية	2.821	2	1.411	3.762	.210
العمر	3.836	2	1.918	5.113	.175
الخبرة	.500	1	.500	1.333	.368
الخطأ	.750	2	.375		
الكلي	698.000	18			

تظهر البيانات في الجدول (9) عدم وجود فروق دالة احصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة).

ويعزو الباحث هذه النتائج التي أشارت إلى عدم وجود فروقات في مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الدرجة التحكيمية، العمر، الخبرة)، إلى أن تشابه النتائج يعود إلى التمارين المشتركة ما بين الحكام بمختلف الدرجات ( دولي، أولى، ثانية ) من خلال التمارين الاسبوعية والتدريبات من خلال الدورات والمعسكرات، بالإضافة الى الاختبارات النظرية والعمل الجماعي خلال التمارين وخلال المباريات، مما كون لديهم صورة واضحة لبعض المواقف والاحداث واختيار المناسب لها، كما أن الجزء النظري من الدورات وضح لديهم ماهي القرارات التي يجيب اتخاذها لبعض الحالات او المواقف التحكيمية، مما ساهم في عدم ظهور أي فروقات في مستوى اتخاذ القرار تبعاً

لمتغيرات الدرجة او العمر او الخبرة، واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (الحازمي، 2019) والتي اشارت الى وجود اختلافات في استجابات قرارات الحكام وفقاً للفئات العمرية ولصالح الفئة العمرية الأكبر.

**للإجابة عن التساؤل الخامس في هذه الدراسة والذي ينص على:**

"هل يوجد علاقة بين مستوى اللياقة البدنية باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم؟"

للكشف عن العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم تم استخراج معامل ارتباط بيرسون والجدول (10) يوضح نتائج ذلك.

### جدول (10)

معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين مستوى اللياقة البدنية باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم

اتخاذ القرار					
الكلي	قرار اختبار السرعة	قرار اختبار تحمل سرعة الاداء	اختبار تحمل القوة	قرار اختبار تحمل السرعة	مستوى اللياقة البدنية
0.373*	.251	.173	.400	.158	تحمل السرعة
0.206*	.121	.093	.147	.067	تحمل القوة
0.314*	.371	.009	.363	.017	تحمل سرعة الاداء
0.434*	.406	.210	.246	.378	السرعة

تظهر البيانات في الجدول (10) وجود علاقة ارتباطية طردية ودالة احصائياً بين اختبارات مستويات اللياقة البدنية والمستوى الكلي لاتخاذ القرار وكانت اعلاها مع اختبار السرعة حيث بلغ معامل الارتباط (0.434) وقلها مع اختبار تحمل القوة بمعامل ارتباط بلغ (0.206\*).

ويعزو الباحث هذه النتائج والتي أشارت الى وجود علاقة ارتباطية طردية ودالة احصائياً بين اختبارات مستويات اللياقة البدنية والمستوى الكلي لاتخاذ القرار أن ارتفاع مستوى اللياقة البدنية يمكن الحكم من مجارة اللعب واللاعبين والكرة واتخاذ مواقع جيدة بسرعة واخذ زاوية رؤية واضحة، ولكي يستطيع اتخاذ القرار التحكيمي بشكل صحيح

لتواجده او قربه من موقع الحدث او المخالفة، كما أن الإعداد المتزن للحكم من الناحية البدنية والفسولوجية، يزيد من القدرات الذهنية وال نفسية للحكم مما يكون لديه الثقة بنفسه والقدرة على ضبط النفس والابتعاد عن مصادر القلق، مما تساعد في عملية اتخاذ القرار، كما ويؤكد كل من دراسة (نعمة، 2020)، (ابراهيم، 2015)، (الجنابي، 2014) الى أنه يجب أعداد الحكام إعداد خاصاً من جميع النواحي (البدنية، المهارية، النفسية، العقلية)، لكي يكون الحكم على أتم الاستعداد لتحمل المسؤولية أثناء المباراة، وإن الضعف بأي ناحية يؤدي إلى ضعف و حدوث الكثير من الأخطاء في عملية اتخاذ القرارات التحكيمية اثناء المباراة داخل الملعب والتأثير على نتائج المباريات، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (نعمة، 2020) (النفر، والعويمري، 2016) (Kalej's, Licis, 2014) (Rudzitis, (الخيكاني، 2015) (Westone, 2009) (القحيز، 2002) والتي أشارت بشكل عام الى وجود علاقة طردية بين مستويات القدرات البدنية للحكام وعملية اتخاذ القرار، حيث انه كلما كانت عناصر اللياقة البدنية مرتفعة أدى ذلك الى القدرة على متابعة مجريات المباراة بشكل أفضل، ورفع الثقة بالنفس وزيادة التعبئة النفسية لديهم، وتجنب القلق والتوتر وكل ما من شأنه ان يوتر على عملية اتخاذ القرار.

#### 2.4 الاستنتاجات:

في ضوء أهداف الدراسة ومن خلال عرض النتائج ومناقشتها استنتج الباحث مايلي:

1. أن مستوى اللياقة البدنية لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم جاء مميزاً وظاهراً وخاصة عنصر تحمل القوة العضلية.
2. مستوى اتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم وعلى المستوى الكلي جاءت بنسبة أداء متوسطة ومقلقة بنفس الوقت.
3. كانت الأفضلية للحكام الدوليين وخاصة في عنصر تحمل سرعة الأداء.
4. وجود علاقة ارتباطية طردية بين مستويات اللياقة البدنية والمستوى الكلي لاتخاذ القرار وخاصة في عنصر السرعة.

### 3.4 التوصيات:

في ضوء استنتاجات الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

1. ضرورة الاستفادة من الاختبارات البدنية المحدثة للحكام وربطها باتخاذ القرارات من خلال مواقف لعب باستخدام التكنولوجيا الحديثة.
2. عمل دورات وورشات عمل من قبل الاتحاد الأردني تساعد على صقل شخصية الحكام وتأهيلهم بدنياً ونفسياً وذهنياً من أجل مساعدتهم على تحليل مواقف المباراة قبل اصدار القرارات النهائية في الملاعب الحقيقية.
3. وضع هذه الدراسة أمام العاملين في مجال تحكيم كرة القدم في مختلف الدول للاستعانة بها لتطوير الأداء البدني واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم بمختلف الدرجات التحكيمية وللجنسين.

## قائمة المراجع:

### أولاً. المراجع العربية:

إبراهيم، يعقوب يوسف (2015). درجة امتلاك حكام كرة القدم للكفايات المهنية من وجهة نظرهم ونظر المدربين في الأردن، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة مؤتة.

أبو العلا أحمد، أحمد نصر الدين (2003). فسيولوجيا اللياقة البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي، مصر.

أبو العلا، عبدالفتاح، واحمد نصر الدين (2003). فسيولوجية اللياقة البدنية، دار الفكر للطباعة، مصر.

أبو العلاء، عبد الفتاح أحمد. (2003). فسيولوجيا اللياقة البدنية. ط1. القاهرة دار الفكر العربي، مصر.

احسان، الحسن (2003). علم الإجتماع الرياضي، ط1، دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع، الاردن.

أسامة كامل راتب (2004). تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي)، (ط-2)، القاهرة، دار الفكر العربي، مصر.

آل جميلة، ظافر (2017). مفهوم اتخاذ القرار، ط1، مقرر، جامعة بابل - كلية الاقتصاد والإدارة، العراق.

البشتاوي، مهند حسين والخوجا، أحمد إبراهيم (2005). مبادئ التدريب الرياضي، ط1، دار وائل للنشر، عمان الاردن.

بلعجوز، حسين (2010). المدخل لنظرية القرار، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

بيتر تومسون (2009). المدخل للتدريب. الاتحاد الدولي للعبة القوى، ديسكارتس للنشر، لبنان.

التركي، اسماعيل (2005)، سيرة إشعاع كرة القدم التونسية عربيا وإفريقيا ودوليا 1955، سوسه : دار المعارف للطباعة والنشر.

- جاسم عباس (2012). السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى أداء حكام كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق.
- الجبالي؛ عويس (2000). التدريب الرياضي (النظرية والتطبيق)، ط1، دار الاهرام للنشر، مصر.
- الجنابي، أكرم حسين جبر براك (2014). علاقة الاستجابة الانفعالية بقرارات حكام كرة القدم الدرجة الثانية محافظة الديوانية، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، مج14، ع1، جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية.
- جواني، مهدي وبعلول، عماد (2014). دراسة مقارنة لنتائج الاختبارات البدنية لحكام كرة القدم الدرجة الجهوية والدرجة الولائية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة العربي بن مهدي، أم البواقي، الجزائر.
- الحازمي، عبد الرحمن زياب (2019). اللياقة النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية، المجلة الدولية للعلوم النفسية والرياضية، المجلد السادس عشر، العدد الثاني.
- حسانين، محمد صبحي(2003). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. دار الفكر العربي. القاهرة.
- حفاف، بلقاسم وبوعمامة، يحي (2017). أثر استخدام أسلوب التدريب الدائري في تحسين بعض المهارات الأساسية لدى ناشئي كرة القدم (دقة التسديد، التمير الطويل، رمية التماس)، شهادة ماجستير غير منشورة، جامعة زيان عاشور- الجلفة.
- خاروف، أمل؛ ومجلي، ماجد. (2004). دوافع ممارسة الأنشطة البدنية لدى المشاركات في مراكز اللياقة البدنية في عمان. المجلة العلمية، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، (13-20)، مصر
- خاضر، صالح (2021). علاقة تقدير الذات باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم للرابطة المحترفة (دراسة ميدانية على حكام كرة القدم للرابطة المحترفة)، مجلة معارف، مج 17، ع1، ص 22.

- الخشاب، زهير قاسم (2000). كرة القدم لطلاب كليات وأقسام التربية الرياضية، ط2: الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، العراق.
- خصاونة، غادة (2011). دراسة مستوى تقدير الذات لدى الطلبة المسجلين لمساق الجمباز في كلية التربية الرياضية، مجلة أبحاث اليرموك " سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 27، العدد 3، ص 226.
- خلاصي، مراد (2007). اتخاذ القرار في تسيير الموارد البشرية واستقرار الإطار في العمل، ط1، قسنطينة: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي - جامعة منتوري.
- خلف، صباح قاسم (2010). واقع مستوى التحكيم في العراق للموسمين 2005 / 2006، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، مج 10، ع 2، جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية.
- خنساء، صبري (2011). أثر الألوان في دقة التصويب لكرة السلة، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 11، العدد 3.
- الخولي، أمين أنور. (1996). الرياضة والمجتمع، الطبعة الأولى، عالم المعرفة، الكويت.
- الخيواني عامر (2015): الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الأولى بكرة القدم وعلاقتها بمستوى أدائهم، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الرابع، العدد الرابع، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العراق.
- ذنون، معتز يونس وخشاب، زهير، قاسم (2005) : كرة القدم مهارات - اختبارات - قانون : جامعة الموصل.
- الربضي، كمال (2001) ، التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين ، (ط1)، عمان : الجامعة الأردنية.
- الربضي، كمال (2004). التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين، ط2، المكتبة الوطنية، عمان، الأردن.
- سمير مهنا (2010). بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمستوى أداء حكام كرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة بابل، العراق.

سمير مهنا عناد (2005). تأثير منهج تدريبي لبعض القدرات التحكيمية في أداء حكام كرة القدم) اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، العراق.

سويدان ،خالد روجي(2015). فاعلية استخدام برنامج تدريبي مقترح على اللياقة البدنية لدى ناشئي كرة القدم تحت سن 14 سنة في الضفة الغربية ،(رسالة ماجستير ) جامعة النجاح، نابلس، فلسطين.

السيد حسن شلتوت، وحسن سيد معوض (2000) التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، (ط- ٨)، القاهرة، دار الكتاب الحديث ،مصر.

السيد، حسن (2013). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم "، ط 1 ، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية. الإسكندرية. مصر.

الشريف، جمال (2011) . تهديد لشعبية الساحقة المستديرة وفتح باب الجدل حولها مجددا، صحيفة تحكيم كوم، الدوحة، زيارة 12 أكتوبر، 2011، على شبكة الانترنت: الموقع 2010 ([www.ta7keem.com/not/news-130/.html](http://www.ta7keem.com/not/news-130/.html)).

شرفي، مسعود وزاوي، عبدالسلام (2016). اتخاذ القرار وتركيز الانتباه لدى حكام كرة القدم أثناء المنافسة الرياضية، علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، مج 8، ع16، جامعة أكلي محند أولحاج.

شرفي، مسعودي (2011). علاقة العدوان الرياضي بقرارات حكام كرة القدم وتركيزهم على ادارة مبارياتها في الجزائر، اطروحة دكتوراه غير منشوره، معهد التربية البدنية والرياضية (سيدي عبدالله زالدة)، جامعة الجزائر 3.

الشريقي، مسعد، والزوي، عبدالسلام (2014). اتخاذ القرار وتركيز الانتباه لدى حكام كرة القدم.

صالح شافي (2011). التدريب الرياضي افكاره وتطبيقاته. دمشق: دار نور ودار العرب للدراسات والنشر والترجمة، سوريا.

صبحي نصير (1997). الحكم والكرة، (ط-٢)، القاهرة، الطبعة الاولى، مطبعة النهضة، مصر.

صبري إبراهيم عطية (1996). دراسة مقارنة للضغوط النفسية لدى العاملين في المجال الرياضي بمحافظة الغربية والمنيا، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية، مصر.

عباس، عبدالرحمن محمد (2013). علاقة القلق بتركيز الانتباه لدى حكام كرة القدم بالسودان، مجلة العلوم الإنسانية، مج14، ع3، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

عبد الحسن، محمد (2010). علم التدريب الرياضي. ط5، جامعة بغداد: منشورات المكتبة الرياضية، العراق.

عبد الخالق، عصام (2000). التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، ط1: دار المعارف، القاهرة، مصر.

عبدالعزیز، دنيا محمد عادل (2017). متطلبات تطبيق احتراف حكام الاتحاد المصري لكرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، ع(6)، جامعة الأسكندرية - كلية التربية الرياضية للبنات، مصر.

عبيدات، رحاب محمد خالد والنهار، حازم نوري (2011). أثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام الكرة لتحسين السرعة وتحمل السرعة على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى لاعبات كرة القدم في الاردن، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية. الاردن.

العبيدي، نوال والمالكي، فاطمة عبد (2011). التدريب الرياضي لطلبة المرحلة الرابعة في كليات التربية الرياضية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان.

العدوي، جمال. (2000). الرياضة في حياتنا، الطبعة الاولى، دار الكتاب الجامعية.

عروسي، عبد الرزاق، وسعودي، الجنيد (2022). مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم (الرابطه الولائية المسيلة)، مجلة التحدي، مج 14، ع1.

علاوي، محمد حسن (1999). علم التدريب الرياضي (المطبعة الثالثة عشر، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد حسن، ورضوان، محمد نصر الدين (2006). القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، مدينة نصر، القاهرة.

علي، ابراهيم (2010). فاعلية تنمية صفة التحمل لدى حكام كرة القدم علي بعض محددات التكوين الجسمي وبعض المتغيرات الفسيولوجية، **المجلة العلمية علوم وفنون**، المجلد الثالث عشر، كلية التربية الرياضية بالجزيرة، جامعة حلوان، مصر. الفاضى، عادل عبدالحميد علي، وشكر، إسلام صابر يس (2018). تقويم الاداءات الحركية لحكام كرة القدم كمؤشرات للترشيح للقائمة الدولية في جمهورية مصر العربية، **مجلة تطبيقات علوم الرياضة**، ع97، جامعة الإسكندرية - كلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير، مصر.

فرج، الدين وديع. (2000). **اللياقة الطريق للحياة الصحية**. منشأة المعارف الإسكندرية، مصر.

فرمان، يوسف (2008). درجة تركيز الإنتباه وعلاقتها بدقة التصويب لدى لاعبي نادي سبل، **مجلة الرافدين للعلوم الرياضية**، ع11، ص5.

قاسمي، أيمن وجغابة، عبد الحليم (2021). **تركيز الانتباه وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم - رابطة المسيلة - ، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي، جامعة محمد بوضياف - المسيلة.**

القحيز، فهد (2002). **العناصر البدنية والسمات الشخصية المساهمة في الأداء الفني لحكم كرة القدم السعودي**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود - المملكة العربية السعودية .

قنديل، علي حسن، ومحمود مصطفى كامل(1992). **قانون كرة القدم والمرشد العالمي للحكام**، ط1، القاهرة، مصر.

كماش، يوسف (2002). **اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم**، ط1، جامعة الناصر، ليبيا. كامل، مصطفى (1999). **الحكم العربي وقوانين كرة القدم الطبعة الثانية** . مصر : مركز الكتاب والنشر .

المجدلاوي، أسعد (2012). **تقييم أداء حكام كرة القدم في محافظات قطاع غزة**. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، 20(1):، 1-38.

المجدلاوي، أسعد يوسف (2012). تقييم أداء حكام كرة القدم في محافظات غزة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، مج20، ع1، الجامعة الإسلامية بغزة - شئون البحث العلمي والدراسات العليا.

محمد، جمال عبد المنعم (2008). بناء مقياس تقدير الذات لدى حكام الأنشطة الرياضية، ط1، دار الكتب القانونية، ص 15.

محمود، عوض يس أحمد (2013). مقارنة الحكام الواعدين لكرة القدم في السودان والمغرب في اختبار السرعة، مجلة العلوم الإنسانية ، مج14، ع2، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

معصور، عادل، وشرف، نبيل، وبن حمزة، زكي (2012). التحكيم ودوره في توليد العنف في ملاعب الكرة الجزائرية، دراسة ميدانية لبعض فرق قسم الجهوي الأول لرابطة ورقلة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة قاصدي رباح ورقلة.

مفتي، إبراهيم حماد (2001) التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادته، دارالفكر العربي، القاهرة، مصر.

الميتي، يحيى (2009). تأثير برنامج تدريبي مختلط (في الوسطين) لتحسين مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية. الاردن: جامعة عمان.

نبيل، خليل ندا (2009). الإعداد النفسي لحكام كرة القدم، الطبعة الاولى، القاهرة، دار الكتاب الحديث، مصر.

نبيل، ندا خليل (1990). العلاقة بين بعض مقومات حكم كرة القدم المصري ومستوى أدائه في المباراة، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة الزقازيق، مصر.

نصيف، صباح (2012). المقارنة بين نتائج حكام الدرجة الثانية والثالثة بإختبارات اللياقة البدنية لكره القدم، مجلد التربية الرياضية، العراق، المجلد الرابع والعشرون، العدد الثاني ص 23-41.

نعمة، علاء عبدالقادر (2020). تأثير منهج للتعبئة في الطاقة النفسية وبعض القدرات البدنية لحكام كرة القدم، مجلة الأطروحة - علوم الرياضة، دار الأطروحة للنشر العلمي، مج 5، ع1، العراق.

النعمة، وليد خالد (2013). تقييم إدارة المباريات للحكام الدوليين لكرة القدم في قارة آسيا، قسم التربية، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، مجلد الثاني عشر، العدد الثالث.

النفر، ميلود عمار محمد، و العويمري، مصطفى محمد (2016). الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الاولى لكرة القدم وعلاقتها بمستوى أدائهم، مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى، ع1، جامعة المرقب - كلية التربية البدنية، ليبيا.

الهزاع، هزاع بن محمد (2010). موضوعات مختارة في فسيولوجيا النشاط والأداء البدني، جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية.

الوقاد، محمد رضا (2003). التخطيط الحديث في كرة القدم، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر.

#### ثانياً. المراجع الاجنبية:

- Anderson, W. (2008): **Jpornal of Teaching Physical Education**, U.S.A., Vol.3, N: 6.
- Barros RML, Misuta MS, Menezes RP, Figueroa PJ, Moura FA, Cunha SA, Anido R, Leite NJ. (2007). Analysis of the distances covered by first division Brazilian soccer players obtained with an automatic tracking method. **Journal of Sports Science and Medicine** 6:233–242 DOI 10.1111/j.1600-0838.1996.tb00097.x.
- COX, G (2009). **Sport Psychology** , Concepts and applications brown and bench mark , Boolevard dabuaut , USA.
- Dell, C., Gervis, M., & Rhind, D. J. (2016). Factors influencing soccer referee's intentions to quit the game. **Soccer and Society**, 17(1), 109-119.
- Di Salvo V, Baron R, Tschan H, Calderon Montero FJ, Bachl N, Pigozzi F. (2007). Performance characteristics according to playing position in elite soccer. **International Journal of Sports Medicine** 28:222–227 DOI 10.1055/s-2006-924294.
- Harra, D (1971), **Introduction into General Theory and Methodology of Sport training competition**, Leipzig : DHFK P 83.
- Helsen. F and Bultynck. G (2015). Physical and Perceptual – Cognitive Demands of Top Class Refereeing in Association Football, **journal, Sport, Sciences**, London.

- Helsen. W and Bultynck, J.B. (2004). "Physical and perceptual-cognitive demands of top-class refereeing in association football," **Journal of Sports Sciences**, vol. 22, pp. 179–189, 2004.
- Hockey, R.V.(1981) Physical fitness. The pathway to healthful living, 4th. ed., London , The C.V. Mosby, O., 1981.
- Karademir Tamer. (2012). The factors that influence the burn- out condition of city football Referees , **Journal of Physical Education and Sports Management** , Vol , 3 ( 2 ) : 27-34.
- Klein. G.T (2007). appreciated excellence in decision-making by football referees, **Journal of sport and. Exercise Psychology**. 312. P(23).
- Lamb , D ,(1984 ), **physiology of Exercise Responses and Adaptations** , Macmillan Publishing Company.
- Larkin, P., Mesagno, C., Berry, J., & Spittle, M. (2018). Video-based training to improve perceptual-cognitive decision-making performance of Australian football umpires. **Journal of Sports Sciences**, 36(3), 239-246.
- MacMahon, C., Mascarenhas, D., Plessner, H., Pizzera, A., Oudejans, R. and Raab, M. (2015). **Sports officials and officiating: science and practice**. Abingon, UK: Routledge.
- Mark,H,(2000).**The Effect of Training Program for Fitness on some Variables Common Perception and Motor Skill Performance in Junior Football. Research Publications. Human Kinetics. press in USA.**
- Matveev, L.B., "(1996). Concepts of physical education curriculum for the basic stage children (9-1)", **Physical culture: Education, Learning, Training** , 19-22, (1996).
- Michael. Doyle (2003) : **Training Manual for competition climbers journal** , May, 16.p : 15.
- Mochamad, Y. Komarudin, K. Herman, S. and Yusuf, H. (2019). **Decision-Making of Football Referees in Indonesia**. 4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019). *Advances in Health Sciences Research*, 21: 376-379.
- Nicolas, B. Jörg, S. Florian, L. and Dirk, B. (2020). Physical Load and Referees' Decision-Making in Sports Games: A Scoping Review.**Journal of Sports Science and Medicine** , 19: 149-157.
- Reilly, Rahnama (2016) , Developing the movement performance speed for the soccer players, **British journal of sports medicine, London**, Oct 2003 , No.(26).
- Rudzitis , O. Kalejs , and R. Līcis . ( 2014 ) , **Model characterizing sports game referees** , SHS Web of Conferences 10 , 00039 , Latvian Academy of Sports Education , Latvia.

- Rullang, C., Emrich, E. and Pierdzioch, C. (2017) Why do referees end their careers and which factors determine the duration of a referee's career? **Current Issues in Sport Science** 2, 1-13.
- Schenk, K., Bizzini, M., & Gatterer, H. (2018). Exercise physiology and nutritional perspectives of elite soccer refereeing. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, 28(3), 782-793.
- Schmidt, S.L., Schmidt, G.J., Padilla, C.S., Simoes, E.N., Tolentino, J.C., Barroso, P.R., Narciso, J.H., Godoy, E.S. and Costa Filho, R.L. (2019) Decrease in Attentional Performance After Repeated Bouts of High Intensity Exercise in Association-Football Referees and Assistant Referees. **Frontiers in Psychology** 10.
- Sharma Raj Kumar 1 and Bahadur Singh<sup>2</sup> and Kanwar Mandeep Singh(2014) Constructing Norms for selected Physical Fitness Test Battery as a Gauge for Sports Potential among Kabaddi Players research **Journal of Physical Education Science** \ Vol. 2(7), 8-12, July.
- Spriet LL. (2001). **Anaerobic metabolism during high - intensity exercise. In Exercise Metabolism** . (pp 1-39) Hargreaves M, ed . Champaign, IL: Human Kinetics.
- Suarez-Arrones, L., Portillo, L. J., Garcia, J. M., Calvo-Lluch, A., Roberts, S. P., & Mendez-Villanueva, A. (2013). Running demands and heart rate response in rugby union referees. **Journal of Strength and Conditioning Research**, 27(11), 2946-2951.
- Telmae Rene,(1991), Football Performance, Edition Amphora, Paris,p26.
- Warner S, Tingle J, Kellett P. (2013). Officiating attrition: the experiences of former referees via a sport development lens. **Journal of Sport Management** 27:316–328 DOI 10.1123/jsm.27.4.316.
- Weston , M. Helsen , W. MacMahon , C. Kirkendallm D ( 2004 ) : The Impact of Specific High - Intensity Training Sessions on Football Referees ' Fitness Levels . **American Journal of Sports Medicine** . vol . 32 no . 1 supply 54S - 61S.
- Weston M , Castagna C , Helsen W , Impellizzeri ( 2009 ) , Relationships among field - test measures and physical match performance in I elitestandard soccer referees . **Journal of Sport Science**, (11), UK.

ملحق (أ)

الاستمارة التي تم عرضها على لجنة المحكمين

## بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

حضرة الأستاذ / الدكتور: .....المحترم :

تحية طيبة وبعد:

يقوم الباحث بأجراء دراسة وصفية بعنوان " مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم "، وذلك استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية في جامعة مؤتة. ولتنفيذ اجراءات الدراسة تم وضع عناصر اللياقة البدنية الخاصة لدى حكام الساحة في كرة القدم، ونظرا لما تتمتعون به من معرفة وخبرة في هذا المجال العلمي يرجى التكرم بتحكيم واختيار العناصر المناسبة للدراسة وذلك بوضع الرقم المناسب داخل الحقل المرقم من (1-10)، علماً إن الرقم كلما كان تصاعدياً يعنى زيادة أهمية عنصر اللياقة البدنية للحكام الساحة في كرة القدم.

ملاحظة: إذا كان هناك أي عنصر بدني لم تذكر، أرجو من حضرتكم التكرم بإضافتها واعطائها الدرجة المناسبة لأهميتها وتكون من (1-10).

شاكراً لكم حسن تعاونكم

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

الباحث

عبد الرحمن شتيوي

البيانات الشخصية:

الجامعة..... الرتبة الأكاديمية .....التخصص العلمي .....

الدرجة حسب الأهمية (10 - 1)	عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بحكام الساحة في كرة القدم	الرقم
	القوة الانفجارية للرجلين	1
	القوة الانفجارية للذراعين	2
	القوة المميزة بالسرعة	3
	القوة العظمى (القوى)	4
	تحمل القوة	5
	السرعة الانتقالية	6
	سرعة رد الفعل	7
	السرعة الحركية	8
	تحمل سرعة	9
	تحمل سرعة أداء	10
	التحمل الدوري التنفسي	11
	الرشاقة	12
	التوازن	13
	المرونة	14
	التوافق	15
	الدقة	16

## ملحق (ب)

أسماء السادة محكمي اختيار عناصر اللياقة البدنية الخاصة  
لدى حكام الساحة في كرة القدم

## أسماء السادة المحكمين

رقم	الاسم	اللقب العلمي	التخصص	مكان العمل
1	بلال الضمورد.	استاذ مشارك	كرة قدم	جامعة مؤتة
2	د. حسن الخالدي	استاذ مشارك	كرة قدم	الجامعة الهاشمية
3	د. محمد المقابلة	استاذ مشارك	كرة قدم	جامعة اليرموك
4	الاستاذ عمر بشتاوي	خبير ومحاضر دولي	حكم كرة قدم	مدير دائرة الحكام/ الاتحاد الأردني لكرة القدم
5	الكابتن إسماعيل الحافي	خبير ومحاضر دولي	حكم كرة قدم	مدير التطوير في FIFA
6	الكابتن عوني حسونة	خبير ومحاضر دولي	حكم كرة قدم	المسئول الفني للحكام/ الاتحاد الأردني لكرة القدم
7	الكابتن وليد أبو حشيش	حكم دولي سابق	مدرب لياقة بدنية	حكام كرة القدم " النخبة "

## ملحق (ج)

استمارة تسجيل نتائج اختبارات عناصر اللياقة البدنية لحكام الساحة في كرة القدم

استمارة تسجيل نتائج اختبارات عناصر اللياقة البدنية لحكام الساحة في كرة القدم

"مستوى اللياقة البدنية وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الساحة في دوري المحترفين الأردني لكرة القدم"

اسم الحكم:	العمر:
الطول/ الوزن:	الخبرة التحكيمية:
الدرجة التحكيمية:	تاريخ الاختبار: _ وقت الاختبار:

### اختبارات عناصر اللياقة البدنية

اولاً. اختبار السرعة: اختبار السرعة القصوى 30م /10م توقيت

المحاولة الأولى	المحاولة الثانية	أفضل المحاولتين
ث	ث	ث

ثانياً. اختبار تحمل السرعة: قياس السرعة الخاصة لمسافة (300م)، من البداية العالية.

المحاولة الأولى	المحاولة الثانية	أفضل المحاولتين
ث	ث	ث

ثالثاً. اختبار تحمل سرعة الأداء: قياس تحمل السرعة للرجلين (180 م).

المحاولة الأولى	المحاولة الثانية	أفضل المحاولتين
ث	ث	ث

رابعاً. اختبار تحمل القوة: قياس صفة تحمل القوة لعضلات البطن والظهر

المحاولة الأولى	المحاولة الثانية	أفضل المحاولتين
تكرار	تكرار	تكرار

## ملحق (د)

وصف أداء اختبارات عناصر اللياقة البدنية لحكام الساحة في كرة القدم

## ❖ وصف أداء اختبارات الدراسة

أولاً: اختبارات اللياقة البدنية الخاصة في الحكام المستخدمة في الدراسة.

### ❖ أولاً. اختبار السرعة:

• هدف الاختبار: اختبار السرعة القصوى 30م /10م توقيت.

• أدوات الاختبار:

- ساحة ملعب كرة قدم
- مؤشر يحدد من خط البداية والنهاية مسافة 30م، ومحدد عالية آخر 10امتار،
- ساعة توقيت، صافرة، شواخص.

• وصف الاختبار: يقف المختبر خلف خط البداية من وضع الوقوف عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالركض بأقصى سرعة ممكنة إلى أن يجتاز خط النهاية.

• التسجيل: يسجل للمختبر، الوقت الذي قطع فيه الأمتار العشرة الأخيرة.

(جواد، 2004)

### ❖ ثانياً. اختبار تحمل السرعة:

• هدف الاختبار: قياس السرعة الخاصة لمسافة (300م)، من البداية العالية.

• أدوات الاختبار:

- مجال ركض قانوني، بطول لا يقل عن 400م ويتم تحديد بداية مسافة 300م.
- صافرة، ساعة توقيت، استمارة تسجيل.

• وصف الاختبار: يقف المختبر خلف خط البداية من وضع الوقوف ويأخذ وضع التهيئة، وعند سماع الصافرة ينطلق بأقصى سرعة ممكنة لقطع المسافة والوصول الى خط النهاية.

• التسجيل: يتم تسجيل للزمن المستغرق لقطع مسافة 300م 100/1 ثانية.

(الدمشقي، 2013)

### ❖ ثالثاً. اختبار تحمل سرعة الأداء:

- هدف الاختبار: قياس تحمل السرعة للرجلين (180) م.
- أدوات الاختبار:
  - مجال ركض قانوني، ويتم تحديد بداية مسافة 180م. والمسافة بين الشاخصة والآخر 15م
  - أربعة شواخص.
  - صافرة، ساعة توقيت، استمارة تسجيل.
- وصف الاداء: بعد اعطاء اشارة البدء يقوم المختبر بالانطلاق من الشاخص الاول (البداية) الى الشاخص الثاني والعودة للبداية والركض نحو الشاخص الثالث والعودة للبداية ثم الركض نحو الشاخص الرابع والعودة للبداية وبهذا يكون قد انتهى الاختبار لمسافة 180م.
- التسجيل: يسجل الزمن بالثانية ولأقرب 1/100 من الثانية.

(الدمشقي، 2013).

### ❖ رابعاً. اختبار تحمل القوة:

- هدف الاختبار: قياس صفة تحمل القوة لعضلات البطن والظهر.
- أدوات الاختبار:
  - بساط
  - استمارة تسجيل
- وصف الاختبار: يقوم كل فرد من افراد عينة البحث من وضع الاستلقاء على الظهر بتقريب الجذع وبدفع الرجلين والذراعين وملامستها حتى غاية التعب.
- التسجيل: يقوم افراد فريق العمل المساعد بتسجيل عدد مرات التمرين للبطن من وضع الاستلقاء لكل فرد من افراد عينة البحث وحتى غاية التعب والتوقف عن الأداء.

(مروان، 2009)

ثانياً: قياس اتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم.

❖ اختبار اتخاذ القرار:

- هدف الاختبار: قياس مدى صحة اتخاذ القرارات التحكيمية للحكام.
- أدوات الاختبار:
  - جهاز لابتوب
  - حالات فيديو من موقع الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA
  - طاولة
  - استمارة تسجيل بيانات
- وصف الاختبار:
  1. يقوم الحكم في تنفيذ اختبار اللياقة الاول (تكرار مرتين).
  2. ثم يذهب مباشرة الى الطاولة لمشاهدة (حالتين) فيديو تحكيمية من موقع الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA.
  3. راحة مدة (15) د.
  4. يقوم بتكرار المراحل السابقة لباقي اختبارات اللياقة البدنية (الثاني والثالث والرابع)، وفي كل مره يشاهد حالتين فيديو تحكيمية مختلفة. مع راحة مدة (15) د بين الاختبارات.
  5. ثم بعد ذلك يتم تدوين وتسجيل القرارات التحكيمية.
- التسجيل: يتم احتساب القرارات الصحيحة والخاطئة، الى (8) حالات فيديو تحكيمية، حيث يكون مجموع القرارات التحكيمية الصحيحة كاملة (8) نقاط.

ملحق (هـ)

أسماء فريق المساعدين

## أسماء فريق المساعدين

عنوان العمل	الاسم
حكم مساعد دولي	أحمد مؤنس
حكم مساعد دولي	محمود ظاهر
حكم ساحة دولي	محمد مفيد
حكم ساحة درجة أولى	إبراهيم سمارة

ملحق (و)

صور العينة

## صور العينة







## المعلومات الشخصية

الاسم: عبد الرحمن أحمد شتيوي

التخصص: الماجستير في التربية الرياضية

الكلية: علوم الرياضة

سنة التخرج: 2022