

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

"دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية لدى حكام كرة القدم بليبيا"

أ. ونيس سليمان عبد الرحيم

(قسم علوم التربية البدنية و الرياضية - كلية الآداب والعلوم / المرج - جامعة بنغازي - ليبيا)

المجلة الليبية العالمية



Global Libyan Journal

"دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية لدى حكام كرة القدم بليبيا"

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية للتعرف على مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية والمتمثلة في السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة وتحمل السرعة لدى حكام كرة القدم وتبعاً لدرجاتهم الثلاثة، وكذلك التعرف على الفروق بين الحكام بدرجاتهم الثلاثة في المتغيرات قيد الدراسة، واعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ملائمته لنوع الدراسة الحالية، وبلغ حجم العينة 30 حكماً للدراسة الأساسية و10 حكام للدراسة الاستطلاعية، من مجتمع حكام كرة القدم في ليبيا، والمقيدين بسجلات الاتحاد العام الليبي، وأسفرت نتائج الدراسة بوجود تميز لحكام الدرجة الأولى عن حكام الدرجة الثانية والثالثة في متغيرات الدراسة الثلاثة، وأن حكام الدرجة الثانية درجاتهم تعادل المتوسط العام للعينة، في حين أن النتائج تظهر أوجه قصور وضعف لدى حكام الدرجة الثالثة في متغيرات الدراسة الثلاثة، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في المتغيرات قيد الدراسة ولصالح حكام الدرجة الأولى على الدرجة الثانية والثالثة.

Study summary:

The current study aims to identify the level of some fitness elements represented in the transition speed and the strength marked by speed and endurance of speed among football referees according to their three degrees, as well as identifying the differences between the three levels of referees in the variables under study. The sample size reached 30 referees for the basic study and 10 referees for the exploratory study from the Football Referees' Society in Libya and registered in the records of the Libyan General Union. In the third and the third study variables, the second-degree rulers have their degrees equivalent to the general average of the sample, while the results show deficiencies and weaknesses of the third-degree rulers in the three study variables, as well as the presence of statistically significant differences between the rulers of the first, second and third degrees in the variables under study And for the benefit of rulers of the first degree on the second and third class.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

1-المقدمة:

1-1 المقدمة ومشكلة الدراسة:

مما لاشك فيه أن التطور والتقدم في المستويات الرياضية الجماعية المختلفة يرجع إلى استثمار العلم في المجال الرياضي، ومن ضمن مجالات التدريب الرياضي التي يتولاها العلم بالاهتمام مجال التحكيم في جميع الأنشطة الرياضية، ويعد قرار الحكم ذو حساسية وأهمية، في تحديد ترتيب الفرق أثناء الموسم الرياضي وإن لم تكن تلك بشكل مباشر، ولكن قرار الحكم قد يقوم على الرفع من شأن مؤسسة ما، أو فريق ما، وقد يكون العكس، وكل ما يتعلق بالقرار التحكيمي هو عبارة عن مجموعة من الإمكانيات، والقدرات التي يتمتع بها الحكام، والتي من شأنها رفع كفاءة الحكم أثناء أداء واجبه التحكيمي في المباريات.

وفي هذا الصدد يؤكد كل من [11] و[22] على أن الحكم هو الذي يدير المنافسة، ويعمل على حماية اللاعبين، كما أنه يمنح السلطة التامة، وأحكامه نهائية، ولذلك يجب أن تتوفر لديه الثقة في نفسه، وفي قدرته على اتخاذ القرارات، معتمداً على نفسه في أكثر الحالات التي يكون هو قاضياً الأوحده، والتحكيم الجيد يدعو اللاعبين إلى الإجادة والتركيز في الملعب دون الاحتجاج، أما التحكيم السيئ فله مساوئ كثيرة ومتعددة، كما أن اللعب الخشن قد يلزم التحكيم الرديء.

ونشير نتائج دراسة [1] أن الحكم يعتبر ركيزة هامة ورئيسية في إدارة المباريات، حيث تشكل قراراته تحدياً لمكانة الفرق في المنافسات والبطولات، ومهمته تكمن في إخراج المباراة بالصورة المطلوبة، حيث تدار المباراة بواسطة الحكام الذين لديهم السلطة لتطبيق جميع لوائح مواد القانون، وتعتبر قراراتهم تقييماً للمجهودات التي يبذلها كل من المدرب ولاعب، وإداري طوال فترات الموسم الرياضي.

كما يتفق كل [5] و[8] أن الجوانب البدنية العالية تعتبر من أهم العوامل التي تساهم في الارتقاء بمستوي أداء الحكام حتى يستطيع أن يقوم بكل المتطلبات الخاصة بإدارة المباريات بكفاءة عالية، حيث تشكل حركة اللاعبين السريعة وانتقالاتهم المستمرة

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

من الهجوم إلى الدفاع وبالعكس عبئا كبيرا يستدعي من الحكم أن يبذل جهدا بدنيا، ووظيفيا، وذهنيا لفترات زمنية تطول وتقصر لكنها تتسم بالاستمرارية، ولذلك فإن التعرف على الأفعال الحيوية، وميكانيزماتها في الجسم أثناء المجهود المبذول يعتبر ذو أهمية ومدخل أساسي يساعد في اختيار أفضل الوسائل لتحسينها والتحكم فيها للعمل على

زيادة فاعليتها مع وجود ظروف صعبة متعددة كطبيعة اللعب المتغيرة والتي تتميز بالسرعة، وزمن المباراة، ومساحة الملعب، والضغط الواقع عليه وخاصة الجمهور والمشاهدين.

ويشير [15] و [9] أن المباريات (المنافسة) تعتبر مصدر خصب للعديد من المواقف الانفعالية المتغيرة، وهي بمثابة موقف اختياري تقويمي لقدرات كل من (اللاعبين - المدربين - الحكام) والتي تحمل في طياتها العديد من مصادر التهديد والضغط النفسية للاعب والحكم حيث مثل هذه الانفعالات تؤثر على الحكم.

ويضيف [2] أن الحكام لديهم وظيفة ملبئة بالتحدي بسبب عدة جوانب خلال شوطي المباراة، التي يجب أن تراعى، لما يترتب على قراراتهم من نتائج، وطبيعة بعض مشاهدي المباراة، لذا فهناك مهام متعددة تشمل التقييم قبل وأثناء وبعد المباراة، وإصدار الأحكام على الأفعال، وحل المشكلات التي قد تحدث في المباراة.

ويشير [17] أن هناك شروط خاصة يجب توافرها في الحكم متضمنة اجتيازه للاختبارات المقررة البدنية، والفنية، ومن الأساليب الحديثة والعلمية حتى يتم في ضوء هذه الاختبارات اعتماده من قبل الاتحاد المعني، وعند ذلك يتم تصنيفه إلى فئة أو درجة من درجات الحكام، لاعتماده من قبل الاتحاد الدولي، وبعدها يتم تكليفهم بإدارة المباراة ويصنف الحكام إلى حكام دوليين يعتمدون من قبل الاتحاد الدولي ويقودون مباراة دولية داخلية وخارجية، وحكام درجة أولى، وحكام درجة ثانية، وحكام درجة ثالثة معتمدون من قبل الاتحاد الوطني ويقودون المباريات الداخلية فقط.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

وتكمن أهمية البحث أنه يجب على الحكم أن يساير في مستوى كفاءته البدنية والفنية مستوى أفضل اللاعبين في الملعب، وذلك لا يتأتى بالإطلاع على التعديلات والتفسيرات التي تطرأ على قانون اللعبة فقط، بل بالمحافظة على مستوى لياقته البدنية وأن يسعى إلى تنمية ثقته بنفسه، وأن يتميز بالتحدي، والتحكم، والالتزام، من خلال تطوير ثقافته القانونية وفكره التحكيمي، ومشاهدة المباريات ذات المستوى العالي وحضور الندوات التي تقيمها لجان الحكام بالاتحاد أو بالمناطق لمناقشة المشاكل القانونية التي تعرض لها الحكام بالملاعب، بالإضافة لمتابعة أحدث الخطط، والطرق الفنية والنفسية التي تحدث داخل

الملعب حتى يتلافى عنصر المفاجأة ويكون متوقفاً لها ومستعداً بالقرار الصحيح، ومن هنا يبرز الدور الحيوي الذي يقوم به الحكم في التقييم الفوري لمجهودات كل من اللاعب والمدرّب، والإداري خلال الدوري وهذا دور خطير له أهميته.

ومما يدعم هذه الملاحظة فقد قام الباحث بالمقابلة الشخصية لبعض حكام كرة القدم في ليبيا، والتعرف على أهم المشاكل التي يواجهها الحكم في مجال التحكيم، أكدوا على أنهم يتعرضون لضغوط نفسية نتيجة للتفكير في الجانب البدني، وكلما بلغت المنافسة شدتها وتقاربت المستويات، زادت مسؤولية الحكام، ووقع عليهم الفصل والحسم وتحديد النتائج، لذا يرى الباحث أن الحكام يجب أن يكون لديهم القدرة على وضع الجانب البدني في ما أكده [12] أن الإنجازات الرياضية تتطور مع إستمرار التفكير الإيجابي البناء والتمتع بالهدوء مع البعد عن الدفاعية وعدم الإستسلام والواقعية في الأداء ولا يتأتى ذلك إلا بتمتع الرياضي باللياقة البدنية العالية، ومن هذا المنطلق يسعى الباحث إلى إجراء الدراسة الحالية والتي هي بعنوان دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية لدى حكام كرة القدم.

1-2 أهداف الدراسة :

- 1- التعرف على مستوى عناصر اللياقة البدنية قيد البحث لدى حكام كرة القدم بليبيا.
- 2- التعرف على الفروق بين حكام كرة القدم تبعاً لدرجاتهم (الدرجة الأولى - الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة).

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

1-3 تساؤلات الدراسة :

- 1- ما هو مستوى عناصر اللياقة البدنية قيد البحث لدى حكام كرة القدم بليبيا.
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين حكام كرة القدم تبعاً لدرجاتهم (الدرجة الأولى - الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة).

1-4 مصطلحات الدراسة :

1. اللياقة البدنية:
تعرف بأنها " مدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة ".(16)
2. السرعة الانتقالية:
تعرف بأنها " محاولة الانتقال أو التحرك مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة ويعني التغلب على مسافة معينة في اقصى زمن ممكن ". (16).
3. القوة المميزة بالسرعة:
تعرف بأنها " المقدرة على إخراج أقصى قوة في أسرع وقت ممكن أو اطلاق أقصى قوة بأقصى سرعة " (16)
4. تحمل السرعة:
تعرف بأنها " مقدرة الفرد على الاحتفاظ بمعدل عالٍ من ثبات الحركة بأقصى سرعة وخلال مسافات قصيرة ولفترة طويلة مع وجود فترات راحة ". (16)

2-الإطار النظري والدراسات المرتبطة:

1-2 الإطار النظري:

عناصر اللياقة البدنية:

يشير [7] أن كرة القدم الحديثة تتطلب الاهتمام بتنمية وتطوير العناصر التالية:

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

1- التحمل.

2- القوة العضلية.

3- الرشاقة.

4- السرعة.

5- المرونة.

ويذكر [3] أن خبراء كرة القدم اتفقوا على أن عناصر القدرات البدنية الضرورية والأساسية للاعب كرة القدم تتمثل في خمسة عناصر هما :

1- التحمل.

2- القوة.

3- السرعة.

4- الرشاقة.

5- المرونة.

بينما يذكر [10] ان الكثير من المهتمين بكرة القدم اتفقوا على ان المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم تتضمن :

(السرعة / تحمل السرعة / تحمل قوة / القوة المميزة بالسرعة / التوافق / الرشاقة / المرونة).

1- السرعة :

يشير [10] أن السرعة هي قدرة اللاعب على أداء حركات معينة في اقل زمن ممكن أي هي اختصار زمن الاستجابات العضلية للإشارات العصب وهي من الصفات الضرورية لكثير من نواحي النشاط الرياضي منها كرة القدم، وتتفاوت من حيث استمرارها فترة طويلة (جلد السرعة). ومن المعروف علميا أن العداء يولد ولا يصنع .

فسرعة اللاعب مرتبطة أساسا بتكوينه العضلي . وتتفاوت نسبة السرعة من لاعب لآخر وفقا لما تحتويه عضلا من الألياف العضلية البيضاء التي تتميز بسرعة انقباضها وقوة العضلات وسيلة هامة من وسائل إكساب السرعة، أو كلما زادت قوة اللاعب كلما ساعد ذلك على ازدياد سرعته، وتعتبر السرعة العنصر الهام في معظم الأداء الرياضي وهي تتأثر بوزن الجسم ولزوجة العضلة، وهيئة الجسم التكوينية والميكانيكية كطول الأطراف ومرونة المفاصل وتقسم السرعة إلى:

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

1- سرعة عدو المسافات القصيرة.

2- سرعة الحركة.

3- سرعة الاستجابة.

ويقسم [18] السرعة إلى :

- سرعة رد الفعل (رد الفعل البسيط _ رد الفعل المركب)

- سرعة الأداء (الحركة الوحيدة).

- السرعة الانتقالية.

2- التحمل :

يشير [20] إلى أن التحمل هو قدرة اللاعب على الأداء طوال زمن المباراة مستخدماً صفاته البدنية وكذلك قدراته الفنية الخطئية بإيجابية وفاعلية مع تأخير ظهور التعب أو الإجهاد والذي يعرقله عن دقة وتعامل الأداء بالقدر المطلوب طوال المباراة.

ويقسم [3] التحمل إلى :

1- تحمل عام

2- تحمل خاص

1- التحمل العام : وهو قدرة اللاعب على الاستمرار في اداء عمل بدني ذو حمل متغير بشدة متوسطة ولفترة طويلة ومتصلة تعمل فيها المجموعات العضلية بصورة ايجابية تؤدي إلى أن يكون مستوى إنجاز الجهازين الدوري والتنفسي عاليا بما يؤثر على الأداء التخصصي في كرة القدم.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

2- تحمل خاص : وهو قدرة اللاعب على القيام بحركات تتصف بنشاط اللعب الصعب بشدة عالية ولمدة طويلة مع المحافظة على هذا النشاط دون هبوط في كفاءة وفاعلية اداء المهارات التكنيكية والقدرات التكنيكية والتي تستلزم عناصر القوة والسرعة والرشاقة والزمن طوال زمن المباراة تحت ضغوط وظروف المنافسة.

ويقسم [10] التحمل الخاص إلى ثلاث أنواع هي الأكثر تناسبا مع متطلبات كرة القدم وهي :

تحمل السرعة (speed endurance)

تحمل القوة العضلي (strength endurance)

تحمل الأداء (performance endurance)

- تحمل السرعة :

يقصد بتحمل السرعة هو قدره اللاعب على تكرار أداء عمل ذو سرعة عالية مع الأخذ في الاعتبار على وجود فتره راحة بسيطة ما بين (10 - 30 ث) ، ويعتبر جلد السرعة من العناصر الحركية المهمة للاعب كره القدم لأنه عبارة عن مقدرة اللاعب على الجري بأقصى سرعة له في أي وقت خلال المباراة وخاصة في الأوقات الصعبة والجرجة (في اللحظات الاخيره من المباراة) أي يكون لدي لاعب كره القدم القدرة على مقاومه التعب عند أداء مباراة ذات شدة عالية تتراوح بين الشدة الأقل من القصوى إلى الشدة القصوى أي من (75 % - 90 % ومن 90 % - 100 %) على أن يكون اكتساب وإنتاج الطاقة في الغالب تحت ظروف لاهوائية (Anaerobic) أي في ظروف نقص الأكسجين داخل العضلات والأجهزة الحيوية.

- تحمل القوة :

هو القدرة على العمل بدون انقطاع مع الاحتفاظ بالقوة العضلية لفترة طويلة بمعنى قدره اللاعب على مقاومه التعب أثناء الجهود الدائم في المباراة التي تتميز بارتفاع درجة القوة العضلية في بعض أجزاء مكوناتها ، ولاعب كره القدم لا بد أن تكون عضلاته قوية لكي يستطيع أداء مهاراته بطريقة ممتازة وحتى يستطيع أن يبذل الجهد المطلوب خاصة في المباريات تحت ضغط الخصم .

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

فالقوة هنا تساعده على التغلب على الخصم ومن جهة أخرى تستطيع أن يؤدي المباراة بالقوة المطلوبة ويظهر ذلك واضحا عند محاولة الوثب أعلى من المنافس لضرب الكرة بالرأس بقوة أو محاولة التصويب مع مكاتفة المنافس أو حجزه عن الأداء.

3 - القوة العضلية:

يشير [4] إلى أن القوة هي قدرة اللاعب في التغلب على المقاومات المختلفة أو مواجهتها وهي واحده من أهم مكونات اللياقة البدنية حيث ترتبط بمعظم المتطلبات البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم وتؤثر في مستواها وتتأثر اتجاهات تدريب القوة العضلية بشده وفترة دوام التدريب (فترة الانقباض العضلي) ومن حيث اتجاهات تدريب القوة يمكن تقسيمها إلى :-

- القوة العظمي :- وتعرف " بأقصى قوة يستطيع الجهاز العضلي العصبي إنتاجها في حالة أقصى انقباض إرادي "
 - قوة التحمل (تحمل القوة) : وتعرف " بقدرة اللاعب على مقاومة التعب أثناء تكرار المجهود أو الأداء المتميز بالقوة "
 - القوة المميزة بالسرعة : وتعرف " بقدرة اللاعب على إخراج القوة بأقصى انقباض عضلي وبمعدل عالي من السرعة "0
- وتعتبر القوة المميزة بالسرعة أهم أشكال القوة والنوع الغالب والأكثر استخداما في أداء لاعب كرة القدم.
- القوة المميزة بالسرعة:

يشير [10] أن تحديد القوة المميزة بالسرعة نال اهتمام العديد من الباحثين والمتخصصين في المجال الرياضي واتفقوا على أهميتها بالنسبة لمعظم الأنشطة الرياضية ، وعلى العموم فان القوة المميزة بالسرعة لها أهمية واضحة على الألعاب بصفه عامه وعلى كرة القدم بصفه خاصة لأنها مهمة في اكتساب وإتقان الأداء الحركي في اللعبة في أسرع وقت مع الاقتصاد في الجهد ويجب أن يكون مفهوما أن القوة والسرعة تكون اقل من القصوى .

وفي كرة القدم حيث مواقف اللعب المتغيرة والغير ثابتة وخاصة في اللعب الحديث الذي يتطلب من اللاعب أن يقرب تحركه وجريه بمقدرته الفائقة على السيطرة على الكرة وتحكمه منها فهو يستطيع أن يمرر ويخدع ويصوب على المرمى أثناء الجري ، ويستطيع الانطلاق والتوقف والدوران والوثب المفاجئ وضرب ومتابعه الكرة سواء بالقدم أو بالرأس.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

3- الرشاقة :

الرشاقة من الصفات البدنية التي تحتل مكانا بارزا في لعبة كرة القدم ولا تقتصر على علاقة الرشاقة بالقوة والسرعة فقط ، وإنما تزداد علاقتها بالمهارة الحركية ولذلك فإن هذه الصفة لها خصائصها المركبة والرشاقة في كرة القدم تعني قدره اللاعب على تغيير أوضاع الأداء بسرعة مناسبة لمتطلبات اللعب مع الادخار في بذل الجهد ، وترتبط رشاقة اللاعب إلى حد كبير بالتوافق العضلي العصبي والقدرة على سلامته التوقيت الحركي ، وتعتبر التمرينات الارضية وتمرينات الجمباز والأداء العكسي للتمرينات والمباريات من أهم الطرق المستخدمة لاكتساب عنصر الرشاقة. [10]

5- التوافق :

يعد التوافق من مكونات اللياقة البدنية الهامة التي ترتبط مباشرة بالأداء البدني وتعليم المهارات الحركية للوصول بها إلى المرحلة الآلية. [10]

ويقسم [19] التوافق إلى :

1- التوافق العام :- وهو من المتطلبات الضرورية لمختلف المهارات الحركية بصرف النظر عن خصائص الرياضة ، ويحتاج اللاعب إلى تنميه التوافق العام بصرف النظر عن خصائص الرياضة ، ويحتاج اللاعب إلى تنميه التوافق العام كضرورة للممارسة النشاط ، ويعتمد في ذلك على الزمن اللازم للتوافق العام لإمكانية استيعابه ويمثل التوافق العام الأساس الأول لتنمية التوافق الخاص.

2- التوافق الخاص : ويعكس قدره اللاعب على الأداء الحركي في الرياضة المختارة بأسرع ما يمكن ، وكذلك بسهولة واقل ما يمكن من أخطاء وبدقة عالية ويرتبط التوافق الخاص بخصائص المهارات الحركية ويعكس مقدره اللاعب على الأداء بفعالية خلال التدريب والمنافسات ويتم اكتساب التوافق الخاص من خلال تكرار أداء المهارات الحركية والمراحل المختلفة للأداء الفني بمهارة عالية.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

ويضيف [2] أن التوافق هو صفة حركية من عدة صفات تشمل الرشاقة والسرعة والدقة ورد الفعل والانتباه بجميع خصائصه من حيث الحجم والتنوع والتركيز ، وهذه الصفات جميعها لا تظهر بشكل منفصل أثناء التدريب أو المنافسة بل تظهر بشكل مركب وبعلاقات متبادلة مع صفات بدنيه أخرى مثل مكونات السرعة المختلفة والقوة والتحمل والمرونة بالإضافة إلى جوانب الإعداد الأخرى كالمهاري والخططي والنفسي.

2-2 الدراسات المرتبطة:

1-2 دراسة [21] والتي هي بعنوان العلاقة بين مقومات حكم كرة القدم المصري ومستوى أدائه في المباراة، حيث هدفت الدراسة للتعرف على العوامل المساهمة في مستوى أداء حكام الدرجة الأولى والدوليين لكرة القدم، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغ حجم العينة 60 حكماً من حكام كرة القدم، وأسفرت النتائج على وجود علاقة طردية بين مستوى الأداء ومتغيرات العمر والذكاء والخبرة في مجال التحكيم، وعلاقة عكسية بين مستوى الأداء ومتغيرات وزن الجسم والنبض والسعة الحيوية وسمّة الاتزان الانفعالي وحالة القلق.

2-2 دراسة [25] والتي كانت بعنوان استخدام الحكام للعوامل المشجعة والتأثير المعادل لمستوى التنافس، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير مستوى تنافس اللاعبين على اتخاذ القرار التحكيمي، واعتمد الباحث المنهج الوصفي، وبلغت العينة 30 مباراة لتقييم أداء الحكام خلال المباراة، وأظهرت النتائج أن الحكام قد أصدروا قرارات أكثر تساهلاً على مستويات التنافس الأعلى ولكن هذا الميل اعتمد على نوعية القرار المتخذ ومدى غموض الاعتداء الحادث، تدعم تلك النتائج فرضية استخدام الحكام لمستوى التنافس كعامل مشجع على الحكم ولكن ب78 درجات متنوعة .

3-2 دراسة [26] وهي بعنوان الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية والقدرة على اتخاذ القرار لدى الحكام، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى اللياقة البدنية والقدرة على اتخاذ القرار لدى الحكام، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتمثلت العينة في

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

الحكام والحكام المساعدين لكرة القدم في الدوري الإنجليزي، وأسفرت النتائج أنه من المتوقع الوصول إلى مستويات عالية من اللياقة البدنية والقدرة على اتخاذ القرار لدى الحكام المحترفين.

4-2 دراسة [16] والتي هي بعنوان دراسة للتعرف على أهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان، حيث هدفت الدراسة للتعرف على أهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغ حجم العينة 130 حكماً من حكام الدرجة الأولى والقوميين والدوليين بالسودان، وكان من أهم النتائج أن أهم المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم السرعة وتحمل السرعة والتحمل والسرعة الإنتقالية والقوة المميزة بالسرعة والتوازن والدقة.

5-2 دراسة [13] والتي كانت بعنوان الكفاءة البدنية وبعض المتغيرات النفسية لحكام الدرجة الأولى بكرة القدم بالعراق وعلاقتها بمستوى أدائهم، هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الكفاءة البدنية ومستوى الأداء لدى الحكام، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغ حجم العينة 50 حكماً من حكام الدرجة الأولى، حصل الحكام على درجات عالية من الزمن لأداء الجهد الخاص باختبارات السرعة والتحمل، وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيرات الكفاءة البدنية وسمات الشخصية وقلق الحالة.

6-2 دراسة [5] حيث كانت بعنوان مشروع إعداد حكام كرة القدم بديناً، هدفت الدراسة إيجاد أسلوب علمي متكامل للارتقاء بحكام كرة القدم من الناحية البدنية، اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي، واشتملت العينة على عدد 50 حكماً، وكان من أهم الاستنتاجات لهذه الدراسة عمل معسكرات لجميع الحكام على هيئة أفواج لمدة 3-4 أيام قبل الموسم وتطبيق أساليب الأعداد البدني للحكام له تأثيراً إيجابياً في الارتقاء بمستوي الأعداد البدني للحكام

7-2 دراسة [23] والتي كانت بعنوان دراسة مقارنة بين نتائج بعض حكام كرة القدم للدرجتين الثانية والثالثة باختبارات يو-تيسر للياقة البدنية، حيث هدفت الدراسة إلى المقارنة بين نتائج الحكام في الدرجتين الثانية والثالثة باختبارات اللياقة البدنية،

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

واستخدم الباحث على المنهج الوصفي، وبلغ حجم العينة 30 حكماً من الدرجتين، ومن أهم النتائج وجود ضعف عام في عناصر السرعة خاصة للدرجة الثالثة.

2-4 مدى الاستفادة من الدراسات المرجعية:

تعتبر الدراسات المرجعية أساساً علمياً فتحت المجال أمام الباحث للاستفادة منها وذلك في:

- استخدام المنهج المناسب لطبيعة أهداف الدراسة.
- اختيار عينة البحث المناسبة التي تتلاءم مع طبيعة الدراسة.
- اختيار وسائل وأدوات جمع البيانات التي تتلاءم مع طبيعة الدراسة.
- التعرف على الأساليب والمعالجات الإحصائية والاستفادة منها في الدراسة الحالية.
- الوقوف على أهم المراجع العربية والأجنبية للاستفادة منها.

3- إجراءات الدراسة:

1-3 منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لملائمته لنوع الدراسة الحالية.

2-3 مجتمع الدراسة: يتمثل مجتمع الدراسة في حكام كرة القدم المسجلين بسجلات الاتحاد الفرعي بالمنطقة الشرقية من ليبيا وبالدرجة الأولى والثانية والثالثة، والبالغ عددهم 173 حكماً للساحة، والجدول رقم (1) يوضح توصيف المجتمع.

جدول (1) توصيف العينة قيد الدراسة

م	توصيف العينة	العدد	النسبة المئوية
1	عينة الدراسة الأساسية	30	17.34%
2	عينة الدراسة الاستطلاعية	10	5.78%
3	المستبعدين	133	73.88%
4	المجتمع الأصلي	173	100%

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

3-3 عينة البحث: استخدم الباحث العينة العمدية وبلغت عينة الدراسة 30 حكماً للساحة وبواقع 10 حكام للدرجة الأولى و10 حكام للدرجة الثانية و10 حكام للدرجة الثالثة والجدول رقم (2) يوضح التوزيع والنسبة المئوية للعينة.

جدول رقم (2) يوضح توزيع العينة والنسبة المئوية

الدرجة	العدد	النسبة المئوية
الدرجة الأولى	10	33.33
الدرجة الثانية	10	33.33
الدرجة الثالثة	10	33.33
النسبة المئوية للعينة	17.34	

جدول رقم (3) يوضح المتوسط والانحراف المعياري والالتواء للعينة

م	المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	السن	33.58	5.14	-0.32
2	الطول	176.55	3.01	0.23
3	الوزن	75.38	2.83	-0.03
4	سنوات التحكم	5.20	2.15	-0.07

يوضح جدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد الدراسة ويتضح اعتدالية البيانات حيث تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين $(3 \pm)$ مما يدل على اعتدالية البيانات.

3-4 أداة الدراسة:

بعد أن قام الباحث بالاطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة والمراجع العلمية لغرض اختيار الاختبارات التي من شأنها تقييم متغيرات الدراسة وهي السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة وتحمل السرعة قام الباحث باستخدام الاختبارات التالية وهي:

1. الجري للجانب (20×2)/ثانية، للسرعة الانتقالية.

2. ثني الركبتين كاملاً من الوقوف/ 15 ثانية، للقوة المميزة بالسرعة.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

3. الجري في محطات (20×5) ثانية، لتحمل السرعة.

كما قام الباحث باستعمال بعض الأدوات:

1. جهاز رستاميتز لقياس الطول (سم) .
2. ميزان طبي لقياس الوزن (كجم) .
3. شريط قياس .
4. ساعة إيقاف .

3-5 الدراسة الاستطلاعية:

أولاً الصدق :

قام الباحث بإستخدام معامل صدق الاتساق الداخلي للتحقق من صدق الاختبارات وكانت النتائج لكل اختبار كما موضح بالجدول رقم (4) الذي يبين درجات صدق الاتساق الداخلي، وكانت على النحو التالي:

جدول رقم (4) يوضح صدق الاتساق الداخلي للاختبارات الثلاثة ن=10

م	المتغير	الارتباط	معنوية الدلالة
1	الجري للجانب (20×2) ثانية	0.68	0.05
2	ثني الركبتين كاملاً من الوقوف / 15 ثانية	0.69	0.01
3	الجري في محطات (20×5) ثانية	0.89	0.01

يوضح الجدول رقم (4) قيمة الارتباط بين كل اختبار وإجمالي الاختبار حيث أن درجة اختبار السرعة الانتقالية القوة

المميزة بالسرعة تعد عالية وكذلك اختبار تحمل السرعة عالٍ جداً، وجميع القيم تدل على الاتساق الداخلي لجميع الاختبارات قيد البحث بالتالي تدل هذه القيم صدق الاختبار.

ثانياً الثبات:

قام الباحث باعتماد معامل ألفا كرونباخ لإيجاد معامل ثبات الاختبار، وذلك بغرض التحقق من ثبات الاختبار وكانت

النتائج موضحة في الجدول رقم (5) وهي على النحو التالي:

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

جدول رقم (5) يوضح صدق معامل ألفا كرونباخ للاختبارات الثلاثة ن=10

معنوية الدلالة	الارتباط	نوع الإحصائي
0.05	0.81	ألفا كرونباخ

يوضح الجدول رقم (5) قيمة المعامل ألفا كرونباخ لاختبار السرعة الانتقالية القوة المميزة بالسرعة وتحمل السرعة وكانت

قيمة ألفا كرونباخ عالية جداً، مما يدل على ثبات الاختبار .

3-6 المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss20) .

1. المتوسط.
2. الإنحراف المعياري.
3. الإلتواء
4. النسبة المئوية.
5. معامل الارتباط بيرسون.
6. ألفا كرونباخ.
7. تحليل التباين.
8. اختبار L.S.D

4- عرض النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج:

أولاً : عرض نتائج التساؤل الأول: ما هو مستوى عناصر اللياقة البدنية قيد البحث لدى حكام كرة القدم بليبيا، وكانت

النتائج كم هو موضح بالجدول رقم (6-7-8) .

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

جدول رقم (6) يوضح المتوسط والانحراف المعياري والالتواء لحكام الدرجة الأولى ن=10

م	المتغير	المتوسط العام	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	الجري للجانب (20×2)/ثانية	11.95	10.36	0.87	0.06
2	ثني الركبتين كاملاً من الوقوف / 15 ثانية	6.26	7.80	1.03	-0.27
3	الجري في محطات (20×5)/ ثانية	20.93	19.33	0.65	0.98

جدول رقم (7) يوضح المتوسط والانحراف المعياري والالتواء لحكام الدرجة الثانية ن=10

م	المتغير	المتوسط العام	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	الجري للجانب (20×2)/ثانية	11.95	11.85	0.70	-0.56
2	ثني الركبتين كاملاً من الوقوف / 15 ثانية	6.26	6.20	0.79	-0.14
3	الجري في محطات (20×5)/ ثانية	20.93	20.92	0.75	0.34

جدول رقم (8) يوضح المتوسط والانحراف المعياري والالتواء لحكام الدرجة الثالثة ن=10

م	المتغير	المتوسط العام	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
1	الجري للجانب (20×2)/ثانية	11.95	13.65	0.68	-1.04
2	ثني الركبتين كاملاً من الوقوف / 15 ثانية	6.26	4.80	0.63	0.13
3	الجري في محطات (20×5)/ ثانية	20.93	22.53	1.30	0.24

ثانياً : عرض نتائج التساؤل الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين حكام كرة القدم تبعاً لدرجاتهم (الدرجة الأولى -

الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة)، وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول رقم (9-10-11).

جدول رقم (9) الفروق بين الحكام في السرعة الانتقالية ن=10

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	الإحتمال
بين المجموعات	54.073	2	27.037	47.283	0.000
داخل المجموعات	15.439	27	0.572	-	-
الإجمالي	69.512	29	-	-	-

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

جدول رقم (10) الفروق بين الحكام في القوة المميزة بالسرعة $n=10$

الإحتمال	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0.000	32.533	22.533	2	45.067	بين المجموعات
-	-	0.696	27	18.800	داخل المجموعات
-	-	-	29	63.867	الإجمالي

جدول رقم (11) الفروق بين الحكام في تحمل السرعة $n=10$

الإحتمال	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0.000	28660	25.616	2	51.232	بين المجموعات
-	-	0.894	27	24.132	داخل المجموعات
-	-	-	29	75.364	الإجمالي

2-4 مناقشة النتائج:

يتضح من الجدول رقم (6) نتيجة تجانس حكام الدرجة الأولى وذلك من خلال درجة الإلتواء التي كانت تتراوح بين $(3 \pm)$ وهي درجة تدل على تجانس عينة حكام الدرجة الأولى، وكذلك نتيجة المتوسط والانحراف المعياري لكل من متغيرات الدراسة الثلاثة، وكذلك المتوسط العام لعينة حكام الدرجة الأولى لكي يتسنى لنا مقارنة متوسط الدرجة الأولى مع المتوسط العام، حيث بلغ المتوسط الحسابي لمتغير السرعة الانتقالية 10.36، وبلغ متوسط القوة المميزة بالسرعة 7.80، كما بلغ متوسط تحمل السرعة 19.33، وهذه الدرجات الثلاثة تعتبر أفضل من المتوسط العام للعينة.

كما يتضح من الجدول رقم (7) نتيجة تجانس حكام الدرجة الثانية وذلك من خلال درجة الإلتواء التي كانت تتراوح بين $(3 \pm)$ وهي درجة تدل على تجانس عينة حكام الدرجة الثانية، وكذلك بلغ المتوسط الحسابي لمتغير السرعة الانتقالية 11.85، وبلغ متوسط القوة المميزة بالسرعة 6.20، كما بلغ متوسط تحمل السرعة 20.92، كما تم إضافة المتوسط العام لعينة حكام

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

الدرجة الثانية لكي يتسنى لنا مقارنة متوسط الدرجة الثانية مع المتوسط العام، ويتضح من الدرجات أنها تكاد تتساوى مع المتوسط العام للعينة.

ويتضح أيضاً من الجدول رقم (7) نتيجة تجانس حكام الدرجة الثالثة وذلك من خلال درجة الإلتواء التي كانت تتراوح بين $(3 \pm)$ وهي درجة تدل على تجانس عينة حكام الدرجة الثالثة، وكذلك بلغ المتوسط الحسابي لمتغير السرعة الانتقالية 13.65، وبلغ متوسط القوة المميزة بالسرعة 4.80، كما بلغ متوسط تحمل السرعة 22.53، كما تم إضافة المتوسط العام لعينة حكام الدرجة الثالثة لكي يتسنى لنا مقارنة متوسط الدرجة الثالثة مع المتوسط العام، ويتضح من الدرجات أنها كانت أقل من المتوسط العام وتعد ضعيفة إذا ما أخذنا بعين الاعتبار أنها أقل من الحكام من الدرجة الأولى والدرجة الثانية وأقل من المتوسط العام، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة [23] حيث توصل الباحث في مجرى مقارنته لحكام الدرجة الثانية والثالثة من خلال إختبار YO في العراق إلى أنه هناك ضعف عام لدى العينة في بعض عناصر اللياقة البدنية وخاصة عنصر السرعة، وما لاشك فيه أن عناصر اللياقة البدنية ذات أهمية لزيادة جودة أداء الحكم وخاصة السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة تحمل السرعة، وكذلك تدعم النتائج الحالية ما توصلت إليه دراسة [16] حيث أظهرت نتائج دراسته أن من أهم العناصر الواجب توفرها في الحكم السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة وتحمل السرعة.

كما توضح الجداول رقم (9-10-11) الفروق بين حكام الدرجات الثلاثة لكرة القدم في متغيرات الدراسة، حيث يوضح الجدول رقم (9) الفروق بين أفراد العينة في عنصر السرعة الانتقالية وتظهر النتائج أن هناك فروق بين الدرجات الثلاثة وبعد إجراء اختبار أقل فرق معنوي LSD بين حكام الدرجات الثلاثة اتضح أن هناك فروق بين الدرجة الأولى والثانية ولصالح الدرجة الأولى وبين الدرجة الثانية والدرجة الثالثة ولصالح الدرجة الثانية.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

كما يوضح الجدول رقم (10) الفروق بين أفراد العينة في عنصر القوة المميزة بالسرعة حيث تظهر النتائج أن هناك فروق بين الدرجات الثلاثة وبعد إجراء اختبار أقل فرق معنوي L S D بين حكام الدرجات الثلاثة اتضح أن هناك فروق بين الدرجة الأولى والثانية ولصالح الدرجة الأولى وبين الدرجة الثانية والدرجة الثالثة ولصالح الدرجة الثانية.

وأظهرت نتائج الجدول رقم (10) الفروق بين أفراد العينة في عنصر تحمل السرعة حيث تظهر النتائج أن هناك فروق بين الدرجات الثلاثة وبعد إجراء اختبار أقل فرق معنوي L S D بين حكام الدرجات الثلاثة اتضح أن هناك فروق بين الدرجة الأولى والثانية ولصالح الدرجة الأولى وبين الدرجة الثانية والدرجة الثالثة ولصالح الدرجة الثانية.

ويعزي الباحث هذه الفروق وخاصة ضعف الدرجة الثانية والثالثة من حكام كرة القدم إلى عدم وجود دورات تدريبية إجبارية واختبارات دورية يخضع لها حكام كرة القدم والتي من شأنها رفع المستوى العام للحكام، كما أن اغلب حكام الدرجتين الثانية والثالثة عادة تكون واجباتهم التحكيمية المكلفين بها خلال فترة الدوري تكون قليلة فلا يكلف الحكم نفسه عناء التدريب والاستعداد للدوري كما هو الحال مع حكام الدرجة الأولى، ولعل نتائج هذا البحث التي أظهرت أوجه القصور لدى حكام كرة القدم تتفق مع نتائج دراسة [23] حيث توصل الباحث في مجرى مقارنته لحكام الدرجة الثانية والثالثة من خلال اختبار YO في العراق إلى أنه هناك ضعف عام لدى العينة في بعض عناصر اللياقة البدنية وخاصة عنصر السرعة، كما لا ننسى أن للحكم دور مهم في التأثير على شكل نتائج المباريات فدرجة اللياقة البدنية التي يتمتع بها الحكم تعتبر عاملاً مهماً في تحديد دقة وصحة القرار حتى مع ظهور تقنية الفيديو في وقتنا الحالي إلا أنه لا مناص من قرار الحكم فهو في النهاية لا بد أن يتحلى بقدر فوق المتوسط من اللياقة البدنية، ولعل ذلك ما ذكرته نتائج دراسة [26] حيث أسفرت النتائج أنه من المتوقع الوصول إلى مستويات عالية من اللياقة البدنية والقدرة على اتخاذ القرار لدى الحكام المحترفين وأن هناك علاقة بينهما، وكذلك دراسة [13] التي تشير أيضاً إلى أهمية العلاقة بين اللياقة البدنية والجانب النفسي الذي بدوره يؤثر سلباً أو إيجاباً على قرارات الحكم حيث أشارت الدراسة بوجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيرات الكفاءة البدنية وسمات الشخصية وقلق الحالة.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

6- الاستنتاجات والتوصيات:

6-1 الاستنتاجات:

1. مستوى حكام الدرجة الأولى أفضل من حكام الدرجة الثانية والثالثة في متغيرات الدراسة الثلاثة.
2. حكام الدرجة الثانية درجاتهم تعادل المتوسط العام للعبة.
3. ظهور أوجه قصور وضعف لدى حكام الدرجة الثالثة في متغيرات الدراسة الثلاثة.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في متغير السرعة الانتقالية ولصالح حكام الدرجة الأولى على الدرجة الثانية والثالثة.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في متغير القوة المميزة بالسرعة ولصالح حكام الدرجة الأولى على الدرجة الثانية والثالثة.
6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في متغير تحمل السرعة ولصالح حكام الدرجة الأولى على الدرجة الثانية والثالثة.

5-2 التوصيات:

1. التأكيد من الاتحادات العامة والفرعية على الاهتمام بجانب اللياقة البدنية.
2. العمل على إجراء اختبارات دورية وإجبارية لحكام كرة القدم.
3. العمل على إقامة العديد من الدورات التدريبية لحكام كرة القدم وتحت إشراف الاتحاد العام لكرة القدم من شأنه رفع الكفاءة البدنية لدى حكام الدرجات الثلاثة.
4. العمل على توعية الحكام بأهمية اللياقة البدنية وعلاقتها بالتأثير على نتائج المباريات وتأثيرها على المستوى العام للدوري.

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

5. ضرورة التأكيد على أن يكون من ضمن شروط قبول الحكم أن يكون من خريجي كليات علوم التربية البدنية والرياضة.
6. تشجيع ودعم البحث العلمي من قبل الاتحادات العامة لتسليط الضوء على جميع جوانب القصور التي تواجه الحكام واللاعبين وتقديم مقترحات حلول المشاكل التي تواجههم في رياضة كرة القدم وغيرها من الألعاب.



العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

المراجع

1. إبراهيم، مدحت حسن (2000) دراسة سيكولوجية لاحتراف حكام كرة القدم، ج.م.ع، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ص46.
2. أبو العلا احمد عبد الفتاح (1985) بيولوجيا الرياضة ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة، ص87.
3. أبو عبده، حسن السيد (2004) الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، ط4 ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية، ص120.
4. البساطي، أمر الله أحمد (2001) الإعداد البدني . الوظيفي في كرة القدم "تخطيط تدريب . قياس" ، دار الجامعة الجديدة للنشر ، الإسكندرية، ص23.
5. البيك، علي فهمي (1996) مشروع إعداد حكام كرة القدم بدنياً، بحث منشور، مجلة علوم التربية البدنية، منشأة المعارف، الإسكندرية، ص115.
6. البيك، علي فهمي (1997) أسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام، منشأة المعارف، الإسكندرية، ص11.
7. حسين، رفاعي مصطفى (2005) أصول تدريب كرة القدم ، ط1 ، عامر للطباعة والنشر . المنصورة.
8. حماد، مفتي إبراهيم (2004) اللياقة البدنية، سلسلة معالم رياضية، ط1، القاهرة، ص2 .
9. راتب، أسامة كامل (2004) تدريب المهارات النفسية (نظريات في المجال الرياضي)، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، ص5.
10. رزق الله، بطرس (1994) متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية ، دار المعارف ، الإسكندرية، ص77 .

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

11. شلتوت، سيد. معوض، حسن (1994) التنظيم والإدارة في التربية الرياضية، دار الفكر للكتاب الحديث، القاهرة، ص146.
12. شمعون، محمد العربي (2007) الصلابة النفسية والإنجازات الرياضية، المؤتمر العلمي السنوي الدولي، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان، الرعاية النفسية للرياضيين، 12 أبريل، ص67.
13. طه، شريف علي (2008) دراسة مقارنة لتحليل الكفاءة البدنية لحكام كرة اليد، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنين جامعة الإسكندرية، جامعة الاسكندرية.
14. عبدالحميد، كمال. حسانين، محمد صبحي (1977) اللياقة البدنية ومكوناتها، الأسس النظرية للإعداد البدني وطرق القياس، دار الفكر العربي، القاهرة، ص166.
15. علاوي، محمد حسن (1998) مدخل في علم النفس الرياضي، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ص179.
16. علي، السر محمد (2016) دراسة للتعرف على أهم المتطلبات البدنية والنفسية والذهنية لحكام كرة القدم بالسودان، رسال دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية والرياضة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان، ص6، ص78، ص100.
17. علي، جاسم عباس (2002) السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى أداء حكام كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ص1.
18. علي، مسعد محمود. البساطي، (2005) محاضرات في التدريب الرياضي، مذكرات غير منشورة، كلية التربية

العدد الثامن والأربعون / يوليو / 2020

- أمر الله. كشك، محمد شوقي. الرياضية ، جامعة المنصورة، ص 87 .
19. عويس الجبالي (2001) التدريب الرياضي . النظرية والتطبيق ، ط2 ، دار. G .M .S ، القاهرة، ص 53 .
20. مختار، حنفي محمود (1994) الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي القاهرة، ص 66.
21. ندا، نبيل خليل (1990) العلاقة بين مقومات حكم كرة القدم المصري ومستوى أدائه في المباراة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنين، جامعة الزقازيق .
22. نصير، صبحي احمد (1997) الحكم والكرة، ط2، القاهرة، مطبعة النهضة، ص 103.
23. نصيف، محسن علي (2017) دراسة مقارنة بين نتائج بعض حكام كرة القدم للدرجتين الثانية والثالثة باختبارات يو-يو تيست للياقة البدنية، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد التاسع والعشرون، العدد 1، جامعة بغداد، ص 76.
- 24 Felix ,Guillen and Deborah, (2011) Aconceptual Model referee efficacy frontiers psychology. P1.
- 25 Souchon, N, G.Coulomb (2009)Referees use of heuristics the moderation impact of standard of competition. Journal of sports sciences,p35.
- 26 Thomas and Warren (2006)Special populations: The Referee and Assistant Referee, Journal of Sports Sciences, Vol.(24), No.(7), July,p102.