

جامعة العربي بن مهيدى – أم البوachi-

# المعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

## تحضير بدني رياضي

# تحليل المنافسة الرياضية

## أجوبة امتحان السادس الأول

## 1. أسلوب التسجيل الصورى (Audiovisuels):

يتم من خلال تسجيل أطوار المنافسة أو المباراة عبر شريط فيديو ثم استنتاج واستخلاص كامل المؤشرات الرياضية المراد تحليلها، ويعتبر هذا الأسلوب من أكثر الطرق والأساليب دقة وذلك للأسباب الآتية:

- ✓ ليس هناك أي مؤثر سلبي خارجي على تسجيل المباراة إلا في حالة انقطاع التيار الكهربائي وإن كان هناك إمكانية لتسجيل المنافسة حتى في هذه الحالة عن طريق الاستعانة بالبطارية، 1ن
  - ✓ كل الحركات والتقلبات الرياضية المنجزة خلال المنافسة تسجل وبالتالي تحصيل معلومات دقيقة كما وكيفاً، 1ن
  - ✓ الخطأ في تقدير الحركة يكون قليل وذلك لإمكانية التحكم في الحساب والعد من خلال الفرصة المتاحة دوريًا في إعادة الحركة أكثر من مرة وتحديدها بدقة أفضل؛ 1ن
  - ✓ يمكن من تسجيل حركات الفريقين بوقت واحد ومن زوايا مختلفة إن شئنا. 1ن

## 2. مرحلتي الملاحظة والتحليل:

هناك مرحلتان في ملاحظة وتحليل المنافسة أو الفرق واللاعبين المشتركين بها وهما المرحلة الحسية الودانية والمرحلة العملية.

- ✓ **المرحلة الحسية الوجدانية:** ظاهرة عفوية لا مفر منها بسبب المحيط العام والاهتمام الكبير باللعبة والمباراة، ينظر المدرب خلالها للمنافسة أو المباراة كمتفرج وهذا ما سيؤدي به إلى ارتكاب عديد الأخطاء التحليلية من جهة وقد يصل الأمر به إلى درجة عدم الملاحظة إطلاقاً لحيثيات التناقض الرياضي. ان

فبحكم ردود الأفعال العاطفية للمدرب فإن ما يراه خلال هذه المرحلة لا يتعدى مجرد معطيات بسيطة عن المنافسة تتمثل في حركة الأداة الرياضية المستعملة كالكرة مثلا في الألعاب الجماعية أو تنقلات اللاعبين في مناصبهم الأساسية، مما يضعف من امكانية إصدار حكم عميق على المنافسة وبالتالي ارتكاب الأخطاء في عملية التقييم واتخاذ القرار المناسب. إن

✓ **المرحلة العملية:** وهي مرحلة العمل الفعلي أين يبتعد خلالها المحلل عن كل المؤشرات الحسية والعاطفية بحكم حاجته الحقيقة إلى تحليل معطيات المنافسة بأكملها وفهم مدى تعقيد الروابط الداخلية بين اللاعبين وللإجابة عن عديد التساؤلات التي قد تطرح على دنه كمدى فعالية لاعب ما مثلًا أو سببية عدم تحرك دوران الكرة بين لاعبي الفريق بشكل آلي... الخ. 1ن

### 3. معالجة أنظمة وتطبيقات تحليل المنافسة الرياضية: 6ن/6ن

✓ **التطبيقات والبرمجيات:** تعد شركة البرمجيات الألمانية & Applications (SAP) (Systems, Products) واحدة من الشركات الرائدة في المجال الكروي عالي المستوى والتي برزت خصوصاً بعد عديد التساؤلات الموضوّعة عن سر القوّة البدنية المميزة للاعب بايرن ميونيخ، حيث اتّضح أن النادي الألماني وقع اتفاقية شراكة معها لأجل تحسين الأداء البدني والمهاري للاعبيه وتبسيط التخطيط التدريبي لطاقمه الفني أثناء العُمُر. 1.5ن

حالياً أصبحت صناعة البرمجيات الرياضية تجارة رائدة في السوق العالمية، بل تفوق إيراداتها مداخيل دول كبيرة والدليل واضح في إيرادات هذه الشركات التي بلغت سنة 2019 ما يوازي 189.1 مليار دولار علماً بأن البرازيل هي أكثر دولة استخداماً لها في العالم. 1.5

✓ **الأنظمة:** في السنوات العشر الأخيرة اتجهت الشركات المتخصصة في تقنية تحليل التحليل والتعقب من التحليل البعدي إلى التحليل الظاهري بحيث أصبح بالإمكان استنباط واستقراء الأرقام التحليلية للمؤشرات البدنية، التقنية والتكتيكية مباشرة خلال الحصص التدريبية والمنافسات الفعلية بحكم الاعتماد على أنظمة حديثة جدًّا متقدمة تعرف بأنظمة التعقب والتحليل التي تشغّل مباشرةً مع الأقمار الصناعية (GPS). 1.5ن

ومصطلح (GPS) يقصد به نظام التموضع العالمي (Global Positioning System) ، وهو نظام ملاحة عبر الأقمار الصناعية يقوم بتوفير معلومات عن الموقع والوقت في جميع الأحوال الجوية وفي أي مكان على الأرض أو بالقرب منها، علماً بأن بداية تطبيقه في الرياضة انطلق من الرقبي (كرة القدم الأمريكية) ثم امتد إلى ملاعب ودوريات كرة القدم. 1.5ن

### 4. قيم مؤشرات بدنية لمنافسة كرة اليد : 6ن/6ن

المؤشر البدني	متوسط المسافة المقطوعة	الحركات الإنفجارية	نسب السرعات من زمن اللعب الكلية
متوسط قيمته	500±4151 متر	300 مرة	<5 كم/سا
أقسام وتفاصيل المؤشر البدني	3820 متر	مدتها بين 2 إلى 3 ثوانٍ	31% جري بطيئ
	لاعب جناح		37% مشي
	3161 متر	نسبة 10% من الوقت الكلي	25% جري سريع
	3531 متر لاعب وسط	الراحة بينها من 25 إلى 30 ثانية	7% عدو سريع جداً