

## المحاضرة الأولى:

### 1- مدخل

#### 1-2- مدخل لتحليل الاداء في المجال الرياضي:

كثيرا ما ننبهر عند مشاهدة الحركات والمهارات الرياضية خلال المنافسات، خصوصا عندما يتعلق الامر بالمستويات العليا للأداء في ميدان الانشطة البدنية و الرياضية، فهل يرجع ذلك الى الاعداد و التدريبات الرياضية فحسب؟ ام ان هناك عوامل اخرى لها الاثر في تطوير و تحسين الأداء و الانجازات الرياضية؟

يرى اسامة عبد الفتاح بان تطوير مستوى الانجاز في كافة الانشطة الرياضية يحتاج من المدربين الى ضرورة الالمام بكافة المعلومات المرتبطة بنوع الرياضة الممارسة، بالإفاضة الى الوسائل والبرمجيات التي تساعد ذلك ، كذلك عدم الاعتماد على موهبة فقط لأنها تصبح عديمة الجدوى اذا لم يتم صقلها بالعلم، إضافة الى تشخيص و تقويم الاداء بالاعتماد على الوسائل العلمية و الموضوعية ، و عدم الاعتماد فقط على الملاحظة بالعين المجردة التي لا تتناسب والحركات الرياضية السريعة و المعقدة. ولمثل هذه الاسباب و غيرها يعتبر التصوير و البرمجيات المستخدمة في التحليل من الادوات الاساسية لتحليل الاداء الرياضي و التي تزيد من القيمة العلمية للتحليل، بحيث يكون التقويم موضوعياً. فالتصوير يساعد اللاعب والمدرّب في الارتقاء بالإنجاز الرياضي من خلال المساعدة في تذكر كافة الأحداث بدقة اثناء التدريب او المنافسة، واستخدام تلك الأحداث كأداة قيمة للتدريب التعليم .

#### 1-2 - تطبيقات عملية معالجة الفيديو في المجال الرياضي :

- عرض وإعادة الفيديو بشكل بطيء
- جمع البيانات
- ارشفة الفيديو
- تحليل المهارات ولأداء الحركي و التكتيكي
- تسليط الضوء على النقاط المهم.

بعد عملية التصوير تأتي عملية تحليل الأداء ،حيث يعتبر التحليل بشكل عام وسيلة من الوسائل القياس في الميكانيكا الحيوية، ويتم ذلك من خلال دراسة الحركة الرياضية بطريقة علمية اعتماداً على القوانين و العوامل الميكانيكية المؤثرة في الأداء الحركي للفعاليات الرياضية ،و بالتالي دراستها بصورة أكثر تفصيلاً مما تعطيه العين المجردة.

### 1-3- تعريف تحليل الأداء الرياضي:

تحليل الأداء هو انشاء سجل صحيح و موثق (بالصّور/البيانات الرقمية) للأداء من خلال الملاحظات الموضوعية و استخدام التغير و التطور (التحسن، التخلص من نقاط الضعف ) وبالتالي التنافس بشكل أكثر فاعلية خلال انشاء ما يُعرف بالملف الخاص الذي يحتوي على نوع النشاط الرياضي ،طريقة الأداء التقني و الخططي ،العوامل الخارجية المؤثرة في الأداء ،المتطلبات البدنية، المتطلبات الفسيولوجية، المتطلبات البيو ميكانيكية، والمتطلبات النفسية . وتكمن اهمية هذا الملف بالنسبة للمدربين في انه أداة مساعدة لهم في تطوير فهم افضل للمهارة من خلال تسليط الضوء على نقاط القوة و نقاط الضعف ، وتوفير وسيلة لرصد التقدم المحصّل و رصد فعالية برامج التدريب، بالإضافة الى ذلك يتطلب تحليل الأداء الرياضي الإلمام بالوسائل و البرمجيات العلمية التي تساعد في تحليل الأداء وإعطاء قيمة علمية لهذا التحليل .

يعتبر أداء اللاعبين في المباراة ترجمة حقيقية لمستوى ما وصل اليه اللاعبون من تطوير واتقان لقدرتهم البدنية من خلال الإعداد البدني العام والخاص واستيعاب لمتى التدريب عليه من الناحية التكتيكية والتكتيكية للاعبين كجماعة الفريق وأفراد بالإضافة الى تكوين الشخصية الرياضية وتطوير القدرة على المنافسة وضبط الحالة الانفعالية و النفسية أثناء المباراة .

ويعتبر تقييم الأداء وتحليله أثناء المباراة أحد أهم وأصعب واجبات المدير الفني وجهازه المعاون القياس وتقدير وتحليل حالة اللاعبين من النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية للوقوف على الايجابيات والسلبيات المصاحبة للأداء أثناء الاشتراك في المباراة والعمل على معالجة القصور والسلبيات وتدعيم وتطوير الإيجابيات