وزارة التعليـم العالـي والبحـث العلمي
جـامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

القسم : التدريب الرياضي
الشعبة : تدريب الرياضي
التخصص : تحضير بدني رياضي

الرقم التسلسلي : .....
الرمـــــــز : .....

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر تحت عنوان :

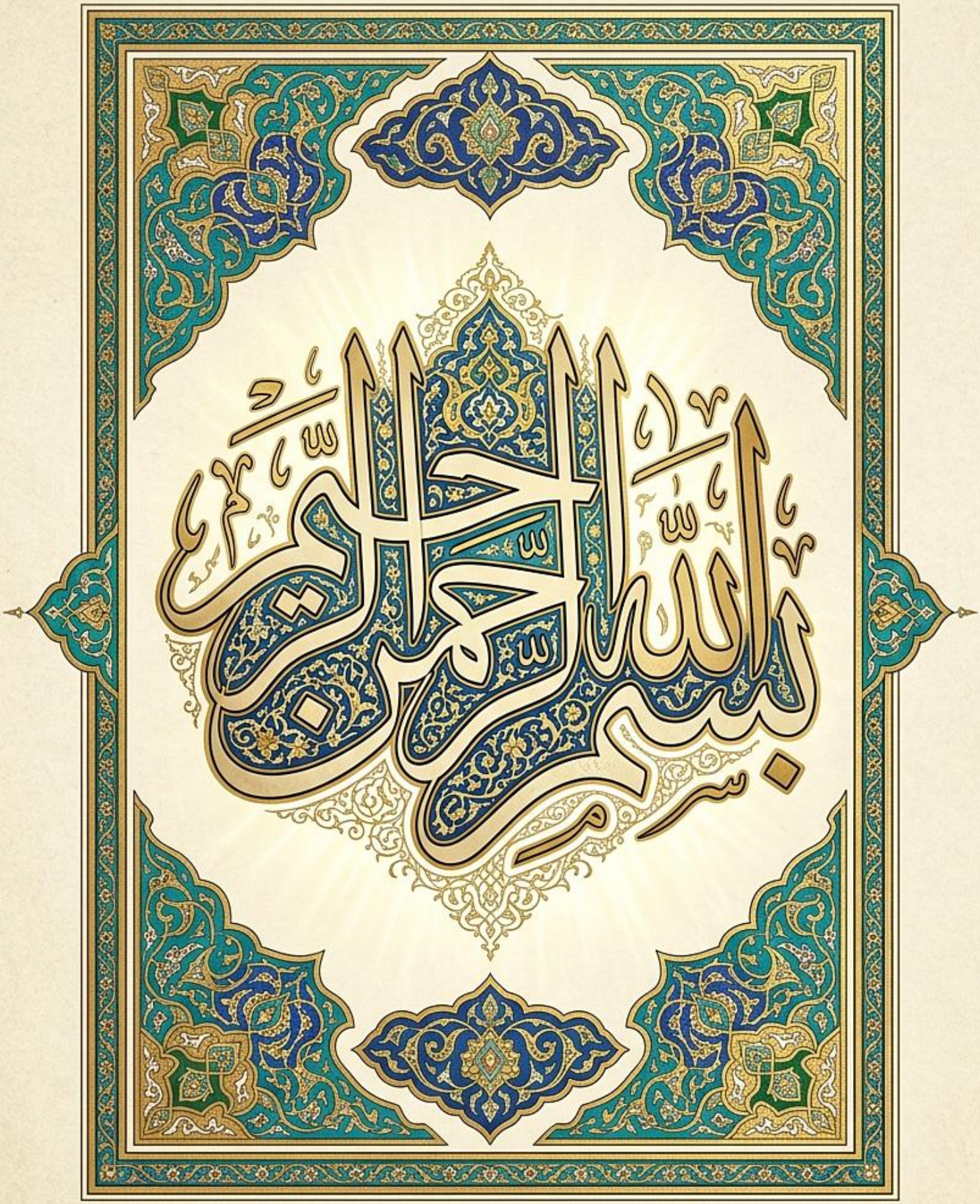
واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة

" دراسة ميدانية لبعض أندية الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم :
النادي الرياضي القسنطيني **(CSC)** والنادي وفاق الرياضي السطايفي **(ESS)** "

إعداد الطالب :
- روان أيـوب

إشـراف الاستـاذ :
- د. شريفي حليم

السنة الجامعية : 2026/2025


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر

الحمدُ لله الذي بنورهِ نقتبسُ المعارف.. وبفضلهِ تستقيمُ الخطى
نحو القمم، والشكرُ له سبحانه أن أودع في النفس العزيمة،
وفي العقلِ الإدراك، حتى تكللت رحلة البحث بهذا الإنجاز.

قال تعالى:

﴿وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾ [سورة إبراهيم: الآية 7]

أما بعد..

على ضفاف هذا الإنجاز، تقف الكلمات عاجزةً عن وصف الامتنان لمن ساندوني،
فبعضُ الشكر لا تُترجمه الأسطر، بل تحمله القلوب.

أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الدكتور **"شريفي حلـيم"**
الذي كان إشرافه نبراسًا أنار طريق البحث، ومصدر إلهامٍ وعطاء.

كما أتوجه بجزيل الشكر إلى أساتذتي الكرام بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية بجامعة المسيلة، وإلى زملائي في قسم التدريب الرياضي،
رفاق الدرب والكفاح.

ولا يفوتني أن أخصّ بالشكر صديقي **"بعزيز رابح"**
على دعمه ومرافقته القيّمة.

ختامًا، لكل من ساندني ووقف إلى جانبي، أهديكم
هذا النجاح، فأنتم شركاء في كل حرفٍ كُتب.

قال تعالى:

﴿رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ
وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي
بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ﴾

[سورة النمل: الآية 19]

صدق الله العظيم.



إهداء

إلى من كانا لي "أرضاً وسماءً"، إلى من تعبوا لأستريح، وسهروا لأنام، وغرسوا فيّ حب الطموح.. إلى والديّ العزيزين..

قال الله تعالى: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا﴾.

سورة الإسراء الآية 23

إلى روح جدي الطاهرة "بشير بن بسعود رحمه الله" الذي تمنيت لو كان حاضراً ليشهد حصاد زرعه،

إلى رفقاء الدرب، وإلى من غمروني بدعمهم وإلهامهم، أهدي ثمرة جهدي هذا، راجياً أن يكون صرحاً يضاف إلى صروح العلم التي نعتز بها.

أهدي هذا العمل لكل يدٍ امتدت لي بالعون، ولكل قلبٍ نبض بالدعاء لي في رحلتي، ولكل من كان جزءاً من نجاحي.. لِـ"عائلة روان" وكل الأصدقاء والأساتذة الأفاضل بجامعة المسيلة.

وإلى كل من يعرف أيوب.

قائمة المحتويات

شكر	
إهداء	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الاشكال	
الملخص باللغة العربية	
الملخص باللغة الإنجليزية **(Abstract)**	
مقدمة	**أ – ب**
الجانب المنهجي	
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	**الصفحة**
1 – 1 – إشكالية الدراسة	01 – 02
1 – 2 – فرضيات الدراسة	03
1 – 3 – أهمية الدراسة	03
1 – 4 – أهداف الدراسة	04
1 – 5 – تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة	04 – 05
1 – 6 – الدراسات السابقة	06 – 09
1 – 7 – مميزات الدراسة الحالية	09
الجانب النظري	
الفصل الثاني : التكنولوجيات الحديثة	**الصفحة**
تمهيد	11
2 – 1 – مفهوم التكنولوجيا	12
2 – 2 – تطور مفهوم التكنولوجيا	12

2 – 3 – خصائص التكنولوجيا	13
2 – 4 – الخصائص والمميزات العامة للأجهزة التكنولوجية في المجال الرياضي	13
2 – 5 – مراحل تطور التكنولوجيا	13 – 14
2 – 6 – دور التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي	14 – 15
2 – 7 – ابرز الوسائل التكنولوجية المستخدمة في تطوير الاداء البدني للاعبي كرة القدم	15
2-7-1- (GPS)	15–16
2-7-2- (LACTATE PRO)	17 –18
2 – 8 – ابرز الوسائل التكنولوجية المستخدمة في تطوير الجانب التكتيكي للاعبي كرة القدم	18
2– 8 – 1– تحليل المباراة**(Matcha Analysis)**	18 –19
2– 8 – 2– برنامج**(Dartfish)**	20 – 22
خلاصة	23
الفصل الثالث : التدريب الرياضي	**الصفحة**
تمهيد	25
3–1– نبذة تاريخية عن التدريب الرياضي	26 – 27
3– 2 – مفهوم التدريب الرياضي	27 –28
3– 3 – مميزات التدريب الرياضي	28 – 29
3–4– واجبات التدريب الرياضي	29
3– 4 – 1 – الواجبات التربوية	29
3– 4 – 2 – الواجبات التعليمية	29
3– 4– 3 – الواجبات التنموية	30
3– 5 – خصائص التدريب الرياضي	30
3– 5 – 1 – تحقيق الانجاز الرياضي	30 – 31

3– 5 – 2 – الاعتماد على المعارف و المعلومات العلمية	31
3– 5 – 3 – الاعتماد على التكنولوجيا	31 – 32
3– 5 – 4 – التنوع في التدريب الرياضي	32
3– 5 – 5 – استمرارية العملية التدريبية	32– 33
3– 5 – 6 – أثر التدريب على حياة الفرد	33
3– 5 – 7 – دور الفرد الرياضي	33
3– 5 – 8 – التحلي بالاخلاق الرياضية الرفيعة	34
3– 9 – مبادئ التدريب الرياضي	34
خلاصة	35
الفصل الرابع : كرة القدم	**الصفحة**
تمهيد	37
4 – 1 – تعريف كرة القدم	38
4 – 2 – نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم	38 – 39
4 – 3 – كرة القدم في الجزائر	39 – 40
4 – 4 – كرة القدم الحديثة	40
4 – 4 – 1 – ملامح كرة القدم الحديثة	40
4 – 4 – 2 – متطلبات كرة القدم الحديثة	40 – 41
4 – 5 – قوانين كرة القدم	41– 42
4 – 6 – مبادئ كرة القدم	42
4 – 7 – صفات لاعبي كرة القدم	42 – 43
4 – 7 – 1 – الصفات البدنية	43

4 – 7 – 2 – الصفات الفيزيولوجية	44 – 43
4 – 7 – 3 – الصفات النفسية	44
4 – 8 – بعض عناصر الناحية النفسية في كرة القدم	44
4 – 8 – 1 – حب اللاعب للعبة	45 – 44
4 – 8 – 2 – الثقة بالنفس	45
4 – 8 – 3 – التحمل وتمالك النفس	45
4 – 8 – 4 – المثابرة	45
4 – 8 – 5 – الجرأة (الشجاعة وعدم الخوف)	45
4 – 8 – 6 – الكفاح	45
4 – 8 – 7 – التصميم	46
4 – 9 – الخصائص النفسية للاعبي كرى القدم	46
خلاصة	47
الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس : منهجية الدراسة	**الصفحة**
تمهيد	49
5 – 1 – الدراسة الإستطلاعية	51 – 50
5 – 2 – منهج الدراسة	51
5– 3 – متغيرات الدراسة	51
5 – 4 – مجتمع وعينة الدراسة	52
5 – 5 – أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات)	53 – 52
5 – 6 – الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق،الثبات،الموضوعية)	54– 53
5 – 7 – تصميم الدراسة والمعالجة الاحصائية	55 – 54
5 – 8 – خطوات إجراء الدراسة الميدانية	55
خلاصة	56

الفصل السادس : عرض و تحليل و مناقشة النتائج	الصفحة
6 – 1 – عرض النتائج	58 – 78
6 – 2 – تحليل النتائج	58 – 78
6 – 3 – مناقشة النتائج في ظل الفرضيات	79 – 81
6– 4 – الإستنتاجات و الإقتراحات	82
7 – 1 – الإستنتاج العام	82 – 83
7 – 2 – الإقتراحات والفرضيات المستقبلية	83 – 84
الخاتمة	85 – 86
– قائمة المصادر والمراجع	
– قائمة الملاحق	

قائمة الجداول

عنوان الجدول	رقم الجدول	الصفحة
يبين نتائج الخصائص السيكومترية لاستبيان الدراسة	01	54
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 01 من المحور الأول	02	58
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 02 من المحور الأول	03	59
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 03 من المحور الأول	04	60
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 04 من المحور الأول	05	61
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 05 من المحور الأول	06	62
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 06 من المحور الأول	07	63
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 07 من المحور الأول	08	64
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 08 من المحور الثاني	09	65
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 09 من المحور الثاني	10	66
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 10 من المحور الثاني	11	67
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 11 من المحور الثاني	12	68
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 12 من المحور الثاني	13	69
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 13 من المحور الثاني	14	70
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 14 من المحور الثاني	15	71
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 15 من المحور الثالث	16	72
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 16 من المحور الثالث	17	73
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 17 من المحور الثالث	18	74

يبين التحليل الإحصائي للعبارة 18 من المحور الثالث	19	75
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 19 من المحور الثالث	20	76
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 20 من المحور الثالث	21	77
يبين التحليل الإحصائي للعبارة 21 من المحور الثالث	22	78

قائمة الأشكال

عنوان الشكل	رقم الشكل	الصفحة
يمثل تقنية التحكم عن طريق **GPS**	01	16
يمثل جهاز **LACTATE PRO**	02	18
يمثل واجهة تطبيق **Dartfish**	03	21
يمثل واجهة التحليل لتطبيق **Dartfish**	04	21
يمثل المزامنة في المشاهد على تطبيق **Dartfish**	05	22
يمثل أدوات التذييل والرسم في تطبيق **Dartfish**	06	22
يمثل كيفية التقطيع والعرض المسلسل والمسلسل المدمج على تطبيق **Dartfish**	07	22
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 01 من المحور الأول	08	58
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 02 من المحور الأول	09	59
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 03 من المحور الأول	10	60
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 04 من المحور الأول	11	61
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 05 من المحور الأول	12	62
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 06 من المحور الأول	13	63
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 07 من المحور الأول	14	64
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 08 من المحور الثاني	15	65
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 09 من المحور الثاني	16	66
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 10 من المحور الثاني	17	67
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 11 من المحور الثاني	18	68

يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 12 من المحور الثاني	19	69
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 13 من المحور الثاني	20	70
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 14 من المحور الثاني	21	71
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 15 من المحور الثالث	22	72
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 16 من المحور الثالث	23	73
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 17 من المحور الثالث	24	74
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 18 من المحور الثالث	25	75
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 19 من المحور الثالث	26	76
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 20 من المحور الثالث	27	77
يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 21 من المحور الثالث	28	78

الملخص باللغة العربية :

واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى
فرق كرة القدم في البطولة المحترفة

" دراسة ميدانية لبعض أندية الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم :
النادي الرياضي القسنطيني **(CSC)** والنادي وفاق الرياضي السطايفي **(ESS)** "

جاءت هذه الدراسة لتسليط الضوء على الركائز الحديثة للتدريب الرياضي المعاصر، حيث تهدف إلى التعرف على واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة. وقد شملت الدراسة الميدانية عينة قصدية بلغت (40) لاعباً من أندية الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم، موزعين بالتساوي بواقع (20) لاعباً من النادي الرياضي القسنطيني (CSC) و (20) لاعباً من نادي وفاق الرياضي السطايفي (ESS) . اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، واستخدم استمارة استبيان موجهة للاعبين .

بناءً على النتائج الميدانية والمعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة، تبين هذه المذكرة جملة من الاستنتاجات العامة التالية : تساهم التكنولوجيات الحديثة في تطوير العملية التدريبية , وتسمح تطبيقات تحليل الأداء بفهم أدق لمستوى اللاعبين كما تتيح أنظمة القياس الرقمية و امكانية متابعة الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين, و تبرز نتائج الدراسة أن للتكنولوجيات الحديثة دورا محوريا في تحقيق الأداء الرياضي المتميز.

وتأسيسا على هذه النتائج ، تُطرح مجموعة من الآفاق والفرضيات المستقبلية التي تفتح المجال أمام دراسات علمية لاحقة، من بينها : ضرورة قيام المدربين باستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في برامجهم التدريبية . كما يجب تفعيل أنظمة القياس الرقمية خاصة الـ **GPS** في الحصص التدريبية لتتبع الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين , ويجب أيضا اعتماد برمجيات تحليل الفيديو بشكل دوري لدراسة خطط المنافسيين , وإستحداث دور مختص تحليل الفيديو كعنصر قار ومستقل ضمن الطاقم الفني للفريق .

Abstract in English :

The reality of using modern technologies in elite sports training among professional football teams

" A field study of some clubs in the Algerian Professional League 1: CS Constantine **(CSC)** and ES Setif **(ESS)** "

This study aims to highlight the modern pillars of contemporary sports training, specifically examining the use of modern technologies in elite sports training among professional football teams. The field study included a purposive sample of 40 players from Algerian Professional League 1 clubs, equally divided between 20 players from CS Constantine (CSC) and 20 players from ES Sétif (ESS). The researcher employed a descriptive methodology and used a questionnaire administered to the players.

Based on the field results and the statistical processing of the study data, this memorandum shows a number of general conclusions: Modern technologies contribute to the development of the training process, and performance analysis applications allow for a more accurate understanding of the players' level. Digital measurement systems also enable the monitoring of the physical and physiological condition of the players, and the results of the study highlight that modern technologies have a pivotal role in achieving outstanding athletic performance.

Based on these results, a range of future prospects and hypotheses are proposed, opening the door to subsequent scientific studies. Among these are: the necessity for coaches to use modern technological means in their training programs; the activation of digital measurement systems, especially GPS, in training sessions to track the physical and physiological condition of players; the periodic adoption of video analysis software to study opponents' strategies; and the creation of a dedicated and independent video analysis specialist within the team's technical staff

المقـــدمة

تُعدّ كرة القدم من أكثر الرياضات شعبية وانتشارًا في العالم، حيث تحظى باهتمام واسع من مختلف الفئات، لما تتميز به من طابع تنافسي وتشويقي عالٍ. ولم يعد نجاح الفرق فيها يعتمد فقط على الموهبة الفردية، بل أصبح مرتبطًا بشكل وثيق بمدى تطور أساليب التدريب الرياضي المعتمدة، والتي تهدف إلى إعداد اللاعب إعدادًا متكاملاً من الناحية البدنية، المهارية، الخططية والنفسية .

وقد شهد التدريب الرياضي في كرة القدم تطورًا ملحوظًا بفضل التقدم العلمي والتكنولوجي، حيث انتقل من الأساليب التقليدية إلى مناهج حديثة تعتمد على أسس علمية دقيقة، مما ساهم في تحسين الأداء الرياضي والوصول إلى مستويات عالية من الاحتراف. وفي هذا السياق، أصبحت التكنولوجيات الحديثة تلعب دورًا محوريًا في دعم العملية التدريبية، من خلال توفير أدوات وتقنيات تساعد المدربين على تحليل الأداء و تقويمه واتخاذ القرارات المناسبة.

في ظل التطورات الراهنة تسعى هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على الركائز الحديثة للتدريب الرياضي المعاصر، حيث تهدف إلى التعرف على واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة.

إن هذا التسارع التكنولوجي فرض حتمية واضحة على الأندية والمدربين في شتى أنحاء العالم، ووضع الكرة الجزائرية أمام تحدٍ حقيقي لمواكبة هذه الطفرة العلمية، لا سيما في ظل التحول نحو نظام الاحتراف الذي يتطلب إدارة لوجستية وفنية على أعلى مستوى. ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية رصد الواقع الفعلي للبطولة المحترفة الأولى، والوقوف على مدى جاهزية الأطقم الفنية والبدنية لاستيعاب وتطبيق هذه الآليات الحديثة في بيئتنا الرياضية المحلية.

فبالرغم من الأهمية البالغة للتكنولوجيات الحديثة وتأثيرها الحتمي في تطوير التدريب الرياضي النخبوي، إلا أننا لاحظنا وجود تفاوتٍ في الاهتمام بها وتطبيقها الميداني عينة البحث. من هذا المنطلق، ركزنا في بحثنا هذا على تشخيص واقع استخدام هذه التقنيات الحديثة في ملاعبنا، مبرزين دورها المحوري والريادي في صقل وترقية الأداء الفني والبدني للاعبي كرة القدم, وهو ما أحطنا بجوانبه وتتبعنا أبعاده عبر دراستنا هذه التي قسمناها لتتكامل فصولها وتترابط جوانبها النظرية والتطبيقية بالاعتماد على المنهج الوصفي, تفرعت عناصرها إلى :

الجانب المنهجي : ويتمثل في فصل أساسي واحد :

– **الفصل الأول** : وتضمن الإطار العام للدراسة وإشكاليتها (بالإضافة إلى الفرضيات وأهداف وأهمية البحث) .

الجانب النظري : وقمنا بتقسيمه إلى ثلاث فصول مستمدة من متغيرات الدراسة, من أجل إعطاء إطار نظري وفكري شامل لموضوع الدراسة , وهي :

– **الفصل الثاني** : وجاء بعنوان "التكنولوجيات الحديثة" .

– **الفصل الثالث** : وجاء بعنوان "التدريب الرياضي" .

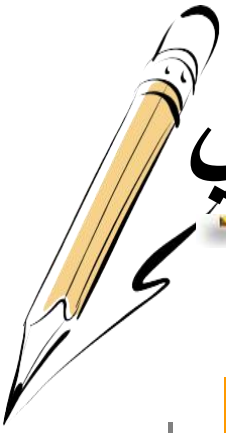
– **الفصل الرابع** : وجاء بعنوان "كرة القدم" .

الجانب التطبيقي : وتناولنا فيه ثلاث فصول ميدانية :

– **الفصل الخامس** : ضم الإجراءات الميدانية للدراسة, أبرزنا فيه الدراسة الإستطلاعية, وكذا المنهج المستخدم, ومجالات الدراسة والعينة, بالإضافة إلى أدوات البحث والأساليب الإحصائية المناسبة لدراستنا .

– **الفصل السادس** : وتم فيه بسط النتائج المحصل عليها, ومن ثم تحليلها ومناقشتها علميا لتأكيد أو نفي فرضيات الدراسة , وتم التطرق في هذا الفصل إلى الاستنتاجات العامة مع تقديم جملة من التوصيات والاقتراحات والفرضيات المستقبيلة .

وقد اعتمدت هذه الدراسة على مجموعة من المراجع والدراسات السابقة ذات الصلة , التي ساهمت في بناء الإطار النظري وتوجيه الدراسة .



الجانب المنهجي

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- الإطار العام للدراسة :

1-1- إشكالية الدراسة :

ان الرياضة من أكثر النشاطات انتشارا في العالم , لما لها من فوائد صحية و ترفيهية فهي عنصر مهم لاعداد الفرد نفسيا و اجتماعيا و بدنيا و هذا ما يأكد ان الرياضة وسيلة تربوية ناجحة اذ ما استحسن استخدامها . **(محمود أبو النعيم,2013,ص05)**

يعتبر المستوى الذي وصلت إليه الرياضة والنشاطات البدنية والرياضية بصفة عامة ، وكرة القدم بصفة خاصة على كل المستويات ، بتطوير وتحسين كل الوسائل والعمليات المستعملة من قبل اللاعب والمدرب لتحسين مستوى الأداء ، كل هذا جعل منها ظاهرة من ظواهر المجتمع .

(عادل تركي , 2009 , ص10)

لقد شهد مفهوم الرياضة تحولا كبيرا من النهج التقليدي الذي كان يعتمد بشكل أساسي على الوسائل التقليدية ، الى النهج الحديث الذي يعتمد بشكل متزايد على التكنولوجيا الحديثة، حيث كانت ممارسة الرياضة تعتمد على الجهود البدنية الثابتة و التدريبات التقليدية مثل الجري و رفع الأثقال ومع تطور التكنولوجيا أصبح المدربون يستخدمون الاجهزة و التطبيقات التكنولوجية المتطورة لقياس أداء الرياضيين بدقة، وتحليل بياناتهم البدنية و التكتيكية ، وتحسين ادائهم بشكل اكبر . بفضل الاجهزة المحمولة و تطبيقات التتبع الرياضي ، اصبح من الممكن مراقبة النشاط البدني و التغذية و النوم وغيرها من العوامل الهامة للأداء الرياضي بشكل مستمر و فعال وبهذا تعتبر التكنولوجيا جزءا حيويا من المفهوم الحديث للرياضة ، حيث تسهم في تحسين الاداء و توفير المزيد من البيانات و التحليل للرياضيين و المدربين ، وبالتالي تعزيز الاداء و تحقيق النتائج المرجوة بشكل افضل.

يعتبر التدريب الرياضي الحديث بمثابة عملية تربوية مخططة مبنية على اساس علمية سليمة تعمل على الوصول بالشخص الى التكامل في الاداء الرياضي ، وما يترتب على ذلك من تحقيق الهدف من عملية التدريب وهو الفوز بالمنافسات، ولتحقيق ذلك وجب على المدربين و المحضرين البدنيين على حد سواء مواكبة التقدم العلمي الكبير الحاصل في طرق التدريب الحديث ، والتي يجب التعامل معها لتحقيق الاقتصادية في الوقت و الجهد و المال ،ومما لا شك فيه ان المستوى الرياضي المتقدم الذي وصلت اليه العديد من الدول هم نتيجة استخدام مختلف الوسائل و الاجهزة التكنولوجية الحديثة وكرة القدم من بين الرياضات التي استفادت من هذا التطور الكبير. **(محمد حسن علاوي ،1990 ،ص95)**

يمثل التدريب الرياضي عملية تربوية منظمة ومخططة طبقا لمبادئ وأسس علمية تهدف إلى تطوير القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية والمعرفية لتحقيق مستوى عالي من الإنجاز في النشاط الرياضي الممارس. **(أمر الله البيسطاني ,1998,ص03)**

ساهم التقدم العلمي في الارتقاء بالمستوى الرياضي، ولعل الامتياز والتفوق الذي يظهر من دول العالم المتقدم هو نتاج المعارف والمعلومات التي توصل اليها العاملون في هذا المجال، بالإضافة الى الخبرات المكتسبة في التطبيق العلمي والتدريب والبحوث والتجارب العلمية التي تؤثر بدرجة كبيرة على المستوى الرياضي ومردوده من خلال المنافسات الرياضية.

إن النقلة المجتمعية التي أحدثتها تكنولوجيا المعلومات، ما هي في جوهرها إلا نقلة تربوية في المقام الأول، فعندما تتوارى أهمية المصادر الطبيعية والمادية تبرز المعلومات كأهم مصدر من مصادر القوة، وتصبح عملية التدريب المتمحورة حول تكنولوجيا المعلوماتية هي العامل الحاسم في تحديد مستقبل الرياضة. **(نبيل علي , 1994 ,ص67)**

إن الهدف الرئيسي من التدريب باستخدام تكنولوحيا المعلومات يكمن في إعادة صياغة فكر المدرب وتوجيهه إلى البحث والإبداع والفهم والإقناع، مع القدرة على حل المشكلات وإيجاد الحلول، ومن هنا يرى "زغلول" أن التدريب باستخدام تكنولوجيا المعلومات لا يعني في واقع الأمر مجرد استخدام أجهزة وأدوات حديثة ومتطورة بقدر ما تعني في الأصل طريقة في التفكير لوضع منظومة تدريبية، أي أنها تعتمد اعتماداً كاملاً على أسلوب اتباع منهج محدد. **(زغلول محمد سعد، وآخرون، 2001، ص 17)**

تعتبر التكنولوجيا الحديثة من الإنجازات العلمية المعاصرة التي أصبح لها تأثير مباشر على حياة الإنسان في وقتنا الحاضر، وإن هذا التطور الهائل في التكنولوجيا الحديثة بات يفرض على عالم التدريب الرياضي في كرة القدم الاستعانة به واستخدامه من أجل بلوغ الأهداف المرجوة والمنشودة. وعليه، فإن بلوغ نتائج جيدة لن يأتي إلا من خلال معرفة أهمية ونجاعة وسائل التكنولوجيا الحديثة في مواكبة أهداف رياضة كرة القدم.

وكرة القدم من أكثر الرياضات استفادة من الوسائل التكنولوجية الحديثة في تطوير طرق تدريبها، حيث وفرت جهداً ووقتاً كبيراً على المدربين والباحثين في شؤون كرة القدم في الوصول إلى المستوى العالي المراد بلوغه في أسرع وقت وأقرب درب يسلكه المدرب واللاعب. **(قاسم,2018)**

وعليه , وفي ظل ما يشهده المجال الرياضي من تطورات متسارعة , تبرز الحاجة إلى دراسة واقع توظيف التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي , وهذا ما جعلنا نطرح

السؤال العام التالي :

ما هو واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة ؟

التساؤلات الجزئية :

1) هل يستخدم تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى ؟
2) هل يستخدم الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة **(مثل أنظمة GPS)** أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة ؟
3) هل يساهم استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى ؟

1-2- فرضيات الدراسة :

- **الفرضية العامة :**
  - يتم استخدام التكنولوجيات الحديثة في تدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة.

✓ **الفرضيات الجزئية :**

- يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى.
- يتم استخدام الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة **(مثل أنظمة GPS)** أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة .
- يساهم استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى .

1-3- أهمية الدراسة :

✓ تقديم إطار نظري حديث حول استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي .

✓ ربط الجوانب النظرية (فيزيولوجيا الجهد, تحليل الأداء) بالتطبيقات التكنولوجيا المعاصرة.

✓ يسعى هذا البحث الى تطوير الفهم العلمي لاستخدام التكنولوجيات الحديثة وعلاقتها بالأداء الرياضي في كرة القدم النخبوية , اعتمادا على معطيات ميدانية.

- ✓ توجيه أندية البطولة المحترفة الجزائرية الأولى نحو الاستثمار الأمثل في الوسائل التكنولوجية المتاحة لتقليص الفجوة الرقمية مع الأندية العالمية.
- ✓ إبراز ضرورة تكوين أطقم فنية متخصصة في تحليل الأداء والبيانات الرقمية داخل الأندية الجزائرية.
- ✓ مساعدة المدربين والمعدين البدنيين في الجزائر على كيفية تحويل البيانات الرقمية الى خطط تدريبية ميدانية ناجحة .

1-4- أهداف الدراسة :

- ✓ التعرف على واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة .
- ✓ التعرف على واقع استخدام تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى.
- ✓ التعرف على واقع استخدام الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة **(مثل أنظمة GPS)** أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة .
- ✓ التعرف على واقع استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى .

1-5- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة :

- **التكنولوجيات الحديثة :**

إصطلاحا : تعرف التكنولوجيات الحديثة على أنها مجموعة من التقنيات المتطورة التي تلعب دورًا مهمًا في تشكيل حياتنا اليومية ومستقبلنا. تشمل هذه التكنولوجيا عدة مجالات مثل الاتصالات والحوسبة والطب والهندسة والنقل. أحد أبرز مكوناتها هو الإنترنت، الذي غير طريقة تواصلنا وتبادل المعلومات بشكل جذري.

(https://www.ultrasawt.com/) 00:14 2026\02\21

إجرائيا : هي مجموعة من العمليات و التقنيات و الوسائل و الأجهزة الحديثة التي تستخدم في العملية التدريبية في كرة القدم, بهدف تحسين جودة التدريب والارتقاء بمستوى الأداء الرياضي. وتشمل هذه التكنولوجيات المنصات الالكترونية ، وأجهزة التحليل الفني ،وأنظمة مراقبة الحمل التدريبي ،إضافة إلى

وسائل القياس و إجراء الاختبارات البدنية و الفنية والفيسولوجية, بما يسهم في تطوير قدرات اللاعبين وتحقيق نتائج رياضي أفضل.

- **التدريب الرياضي :**

اصطلاحا : يعرفه " محمد حسن العلاوي " أنه عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية , وتهدف أساسا إلى اعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية.

(علاوي,1990,ص36)

إجرائيا : هو مجموعة المبادئ و التمارين التي يعمل من خلالها المدرب الى اعداد اللاعب للوصول به الى المستوى العالي من الكفاءة البدنية و الوظيفية و المهارية و الخططية و النفسية، الانجاز عن طريق الاعداد الكامل و المتكامل المعتمد على النظريات و المبادئ التدريبية الحديثة .

- **كرة القدم :**

لغة : كرة القدم (football) هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم "باك" "rugby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي نتحدث عنها تسم "soccer".

اصطلاحا : كرة القدم هي رياضة جماعية ، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل ، كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع. **(جميل,1986,ص50)**

إجرائيا: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف, كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا, تلعب بواسطة كرة منفوخه فوق أرضية مستطيلة وفي نهاية كل طرف من طرفيها مرمى, ويتم تحريك الكرة بواسطة الاقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين, ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط, وحكمان للتماس, وحكم رابع لمراقبة الوقت, بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة, 45 دقيقة لكل شوط وفترة الراحة بين الشوطين 15 دقيقة, وإذا انتهت المباراة بالتعادل في حالة مقابلات الكأس فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة, وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء, 5 ضربات لكل فريق لفصل بين الفريقين.

1-6- الدراسات السابقة :

- **الدراسة الأولى : ماستر 2022**

دراسة الطالبان " العامري حذيفة، موهوب حسام" تحت عنوان : " دور التكنولوجيا الحديثة في التدريب في تطوير أداء لاعبي كرة القدم من وجهة نظر المدربين " .

و قد هدفت هذه الدراسة الى دور الوسائل التكنولوجية في تطوير الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم ، و قد اعتمد الباحثان في هذه الدراسة على المنهج الوصفي كونه مناسب و ملائم لحل المشكلة المطروحة ، و قد استخدم الباحثان استمارة استبيان مكونة من 21 سؤال موجهة للمدربين ، و قد طبقت الدراسة على مجموعة من المدربين و المختصين ، و تكونت عينة الدراسة من 22 مدرب، وقد كانت اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة ، و قد توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

- الفرضية الفرعية الأولى (محققة) : لاستخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب أثر ايجابي في تحسين الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم .

- الفرضية الفرعية الثانية (محققة) : لاستخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب أثر ايجابي في تحسين الجانب التكتيكي لدى لاعبي كرة القدم .

-ومن خلال هذا تم تأكيد صحة الفرضية الرئيسية : لاستخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب دور في تحسين أداء لاعبي كرة القدم .

الدراسة الثانية : ماستر 2020

دراسة الطالب "حريزي علاء الدين " تحت عنوان : " واقع استخدام الوسائل الالكترونية في البرامج التدريبية اثناء الاعداد البدني لدى لاعبي كرة القدم " .

حيث هدفت الدراسة الى التعرف على مدى استعمال الوسائل الالكترونية الحديثة في البرامج التدريبية للاعداد البدني لاعب كرة القدم، حيث استعمل الباحث المنهج الوصفي الذي يتلاءم و طبيعة الموضوع المدروس ، من خلال الاعتماد على عينة مكونة من لاعبي و مدربي فريق ابطال التحدي الحمادية لكرة القدم و الذي وصل عددهم (80) لاعب من مختلف الاصناف ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، كما اعتمد الباحث على استمارة استبيان مكونة من 23 سؤال موجهة للاعبين ة اخرى من 23 سؤال موجهة للمدربين .

و قد توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

– أن الوسائل الالكترونية الحديثة اثناء الاعداد البدني في برامج التدريب للاعبي كرة القدم ضرورية مما لها دور في التقليل من الاخطاء و الابتعاد عن المشاكل التي كانت تواجه المدرب و اللاعبين.

– تساهم الوسائل الالكترونية الحديثة في اتخاذ القرار المناسب و الصحيح في وقت وجيز و بأقل جهد.

– الانسجام و التناسق في الفريق ناتج عن استعمال هذه الوسائل.

– مساهمة الالكترونيات الحديثة في الارتقاء بمستوى كرة القدم الجزائرية.

- **الدراسة الثالثة : مقال 2022**

مقال بعنوان " توظيف الوسائل التكنولوجية الحديثة ضمن العملية التدريبية في الرياضيات الجماعية " دراسة وصفية اجريت على مدربي الرياضات الجماعية (كرة القدم ،كرة السلة ، كرة اليد) بعين الدفلى لكل من " بافة عبد الله ، زمام عبد الرحمان " .

تهدف الدراسة الى التعرف على مدى توظيف و استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في عملية التدريب الرياضي في الرياضات الجماعية من طرف المدربين , حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي تماشيا مع طبيعة الموضوع , اما عن عينة الدراسة فقد تم اختيارها بالطريقة القصدية حيث ضمت مدربي الرياضات الجماعية وكان عددهم (20) مدرب الناشطين غلى مستوى بلديتي خميس مليانة بولاية عين الدفلى , ومن اجل الاجابة على الفرضيات استخدم الباحث استمارة استبيان موجهة للمدربين متكون من 19 سؤال.

وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

– أن عدم امتلاك المدربين للكفايات المعرفية يساهم في عزوفهم على استخدام الوسائل التكنولوجية في التدريب .

– أن استخدام الوسائل التكنولوجية يساهم ايجابيا في الارتقاء بالعملية التدريبية (مجلة المنظومة الرياضية ,المجلد :90 العدد 02,ص 63.51)

- **الدراسة الرابعة : مقال في مجلة المنظومة الرياضية 2021**

دراسة "سويدي ربيحة , شريط محمد الحسن المأمون" . تحت عنوان :" توظيف الوسائل التكنولوجية الحديثة في تكوين و تدريب النوادي الرياضية بين الواقع و المأمول" .

هدفت هاته الدراسة الى معرفة واقع تطبيق مستحدثات التكنولوجيا في ميدان التدريب الرياضي من خلال التعرف على كل من معوقات استخدام هذه الاخيرة وكذا الحلول اللازمة لتطوير الفضاء الرياضي من خلال العمل على توفيرها , وعليه فقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لملائمته طبيعة هذه الدراسة , كما تم توظيف استمارة استبيان كأداة للدراسة حيث وزعت على عينة متكونة من (50) مدربا من ولاية المسيلة.

وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

– أن عدم الاهتمام بالتدريب على تقنيات الاعلام الحاسوبي يعد من اهم المعوقات التي واجهته الوقوف في طريق استخدام وفهم التكنولوجيا .

– جميع معايير الاداء الرياضي تتأثر بطريقة او بأخرى بالتكنولوجيا والتحضير البدني هو اكثر تأثيرا بالمعدات والأدوات الجديدة اما التحضير العقلي يتأثر بشكل غير مباشر .

– لتحقيق الاداء الامثل و الافضل يجب عليك ان تستخدم التكنولوجيا في جميع المجلات و التقليل من اهميتها .

– توقيع الاتفاقيات بين الاتحاديات الرياضية والجامعات من اجل التحكم في معايير الاداء المهمة من اجل تحقيق افضل النتائج.

التعليق على الدراسات السابقة :

إتفقت الدراسات السابقة مع دراستنا الحالية في النقاط التالية :

- **من حيث العنوان** : جل الدراسات تناولت أحد متغيرات البحث وهو التكنولوجيات.
- **من حيث المنهج** : جل الدراسات تناولت المنهج الوصفي في دراسة البحث .
- **من حيث الأدوات** : استخدمت كل الدراسات أداة الإستبيان في جمع المعلومات الميدانية .
- **من حيث المتغيرات** : لم يكن هناك اختلاف كبير في المتغيرات في الدراسات .

- **من حيث الارتباط بالدراسات السابقة :** تأسست الدراسة الحالية بناءا على التراكم المعرفي الذي حققته الدراسات السابقة , مستفيدة من أطرها النظرية ونتائجها للانطلاق نحو تقديم رؤية علمية محدثة .

1-7- مميزات الدراسة الحالية :

تتميز الدراسة الحالية بكونها تتناول موضوع واقع إستخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي من منظور ميداني معاصر, في ظل التطور المتسارع الذي يشهده المجال الرياضي. كما تسعى إلى تحليل درجة توظيف هذه التكنولوجيات داخل العملية التدريبية, والكشف عن المعوقات التي تحد من استخدامها الفعال , إضافة إلى إبراز أهميتها في تحسين الأداء الرياضي. وتكمن قوة هذه الدراسة أيضا في تقديم توصيات عملية يمكن أن تسهم في تطوير أساليب التدريب والرفع من كفاءة المدربين واللاعبين في الرابطة المحترفة الجزائرية لكرة القدم.



الجانب النظري

الفصل الثاني

التكنولوجيات الحديثة

تمهيد:

في ظل التحولات الحاصلة في مجال التكنولوجيا و اتساع استخداماتها التي اصبحت ضرورة حتمية لتحقيق الاهداف المأسومة , فالتطور التكنولوجي رافقه الزيادة في عدد الوسائل التكنولوجية و تشعب استخداماتها , فأصبحت تستخدم في عدة مجلات من بينها مجال الاعداد البدني و التكتيكي , التي تسعى بدورها الى حل العديد من المشكلات و تسهيل عمل المدربي و اجتياز العراقيل التي تواجههم , وبالرغم من الاهمية الكبيرة للوسائل التكنولوجية إلا انه تعنى بعدة تحديات و عراقيل . في استخدام هذا النوع من الوسائل و التقنيات , وفي ذات السياق فان مجال الاعداد البدني و التكتيكي قد استفاد بشكل كبير من ظهور هذه التكنولوجيا وهذا ما سهل عمل المدربين و اختص عليهم الجهد و الوقت , وساهم في تحسين مستوى لاعبي كرة القدم .

2- التكنولوجيات الحديثة :

2-1- مفهوم التكنولوجيا :

تعد كلمة تكنولوجيا **Technology** من المصطلحات التي تواجه الكثير من الالتباس إذ يستخدمها البعض كمرادف للتقنية **Technique** بينما يرى آخرون أن هناك اختلافا واضحا بينهما , ويرجع أصل كلمة التكنولوجيا إلى اليونانية يتكون من مقطعينهما :

Techno : تعني التشغيل الصناعي

Logies : أي العلم أو المنهج , لذا تكون من كلمة واحدة أي علم التشغيل الصناعي .

يعرف معجم **webester** التكنولوجيا بأنها لغة التقنية والعلم التطبيقي , والطريقة الفنية لتحقيق غرض علمي . **(سويدي , و شريط , 2021, ص379)**

التكنولوجيا هي العملية التي يقوم بها الإنسان بغرض تعديل الطبيعة لكي تفي باحتياجاته و لكي يحصل على ما يريد, تفكر الغالبية العظمى من الأشخاص في التكنولوجيا على أنها كل شيء يكون من صنع الإنسان أو من نتاج براعته : الكمبيوتر وبرامجه , الطائرات وغيرها من الأجهزة التي تشير إلى التقدم, إلا أن التكنولوجيا تعني أكثر من ذلك بكثير أكثر من كونها منتجات ملموسة تتضمن التكنولوجيا على كافة أنواع البنية التحتية الضرورية لاعمال التصميم والتصنيع والتشغيل والإصلاح الخاصة بالابتكارات. **(الصيرفي , 2009 , ص14)**

<u>التكنولوجيا</u> : هي جهد إنساني وهي طريقة في استخدام المهارات والخبرات والعناصر البشرية وغير البشرية لحل مشكلات الانسان وإشباع حاجياته وزيادة قدرته انها برمجة للأفكار والمعلومات والمهارات والمعرفة . **(عفاف ,2015،ص24)**

2-2- تطور مفهوم التكنولوجيا :

التكنولوجيا منذ القدم كانت تعني الحرفية وانتقال المهارات البنيوية من جيل لآخر وبالتدريج تطورت التصميمات وأضيفت المواد والأساليب التقنية المبتكرة ,وكلمة تكنولوجيا تعكس كل ما يرتبط بكلمة التغيير, ففي القرن التاسع عشر كانت التكنولوجيا تشير ببساطة الى الفنون العملية المستخدمة في خلق منتجات مادية ملموسة من صنع الملابس القطنية و اطارات السيارات و الهواتف و المحركات التي تعمل بالبخار.

أما في القرن العشرين فقد تطور مفهومها، وأصبحت التكنولوجيا تضم كل شيء يفي باحتياجات الإنسان المادية، وكل ما يريده بدء من المصانع والمؤسسات التي تستخدم المعرفة العلمية والمهارات.الهندسية في عملها بما فيها المنتج النهائي. **(اللامي ,2007,ص27)**

2-3- خصائص التكنولوجيا :

- ✓ التكنولوجيا علم مستقل له اصوله و اهدافه و نظرياته .
- ✓ التكنولوجيا علم تطبيقي يسعى لتطبيق المعرفة .
- ✓ التكنولوجيا عملية تمس حياة الناس.
- ✓ التكنولوجيا عملية تشتمل مدخلات، وعمليات ومخرجات
- ✓ التكنولوجيا عملية شاملة لجميع العمليات الخاصة بالتصميم والتطوير والإرادة .
- ✓ التكنولوجيا عملية ديناميكية، أي أنها حالة من التفاعل والنشاط المستمر بين المكونات.
- ✓ التكنولوجيا عملية نظامية تعنى بالمنظمات و مخرجاتها .
- ✓ التكنولوجيا تهدف للوصول إلى حل المشكلات.
- ✓ التكنولوجيا متطورة ذاتيا، تستمر دائما في عمليات المراجعة والتعديل والتحسين.

2-4- الخصائص و المميزات العامة للأجهزة التكنولوجية في المجال الرياضي :

1- تتميز بالدقة العالية.
2- تخزين البيانات في المعلومات واسترجاعها.
3- توفر الوقت والجهد.
4- تقلل من نسبة الأخطاء.
5- تتناسب مع المستويات المختلفة من المتعلمين.
6- يتم من خلالها القراءات المباشرة والسريعة لكل متغير.
7- يمكن الإرسال بيانات عن طريق البريد الإلكتروني.
8- التعامل مع أعداد كبيرة من المفحوصين.
9- لا تحتاج إلى عدد كبير من المساعدين.
10- تتميز بالمرونة والقابلية، ها للتغيير مع كل موقف.
11- تستخدم لفئات ومراحل مختلفة من المجتمع.
12- تستخدم أكثر من متغير في آن واحد يمكن عن طريقها الحصول على قياسات حديثة في مجالات مختلفة . **(شاكر , 2020 , ص107)**

2-5- مراحل تطور التكنولوجيا :

التكنولوجيا كغيرها من جوانب المعرفة الإنسانية، عبر مراحل تطور تاريخية امتدت لمدة طويلة من الزمن، وأهمها :

- ✓ مرحلة الصناعة اليدوية.
- ✓ مرحلة الآلية والمكننة.

- ✓ مرحلة الإنتاج الواسع.
- ✓ مرحلة التحكم الآلي.
- ✓ مرحلة التحكم الذاتي.

والشيء الملاحظ في أيامنا هذه، أن جميع مراحل التكنولوجيا أعلاه هي مستخدمة وفي مختلف المجتمعات الإنسانية، وفي مختلف مجالات الحياة أيضا، رغم التطورات التي طرأت على المراحل الأولى من التطور، كما أن استخدام الحاسب والتقنيات الحديثة أدى إلى تأثير كبير في عمل. المنظمات المعاصرة.إذا غزا وبشكل مكثف ومتزايد في جوانب الأداء الفني والإداري في المنظمات حسب مستويات استخداماتها للتكنولوجيا.**(علوطي, 2003/ 2004 ,ص 9)**

2-6- دور التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي :

كانت الآثار التي تركتها التكنولوجيا في الرياضة عامة واضحة، إذ طورت جميع مراحل ألعاب و حسنتها بشكل ملحوظ من التدريب إلى التحكيم إلى الملاعب، بل حتى المشاهدين.فلم تترك تكنولوجيا مرفق لم تدخله ابتداء بتحضيرات ما قبل المباراة وانتهاء بالمشجع الذي يتابع اللعبة من المدرجات، وعند النظر إلى التاريخ الموجز للتكنولوجيا في الرياضة، يمكننا أن نرى أولا من مساهمات التكنولوجيا في وقت مبكر.من أواخر عام 1800م عندما تم استخدام التصوير لتحديد الفائز في مسابقات ركوب الخيل، عبر التقاط الصور عند خط نهاية مضمار سباق، ثم في بداية عام 1920 بدأ انتشار المؤقتات الآلية لضبط وقت المتنافسين.في بعض الألعاب القوى، وشهد منتصف الستينات انتشارا واسعا لهذه التقنيات في جميع ألعاب القوى والألعاب الفردية، واستمرت بعد ذلك التكنولوجيا في دفع دفة الرياضة.**(مزور ,وبن حليلو ,2021,ص32)**

وقد كان للتدريب الرياضي الحديث حظا أوفر من هذه التكنولوجيات، فقد كان تدريب الفرق الرياضية في الماضي يتطلب تجهيز أكداس من الأوراق لإعداد الخطط وبذل جهود كبيرة في التدريب من المدرب. وكادره لجميع الملاحظات وتحليلها، ثم تجميعها في مخططات ورسوم بيانية تمثل أداء الفريق، أما الآن العملية أسهل بكثير وتعطي نتائج أكثر دقة، إذ أتاحت الكاميرات والمستشعرات الموجودة في الملابس وتجهيزات اللاعب إعطاء كمية كبيرة من البيانات.تنقل المعلومات في الوقت الفعلي إلى جهاز الكمبيوتر اللوحي الخاص بالمدرب، فتساعده على أخذ فكرة أكبر عن جاهزية اللاعب ومستوى لياقتيه البدنية. كان أيضا لتطبيقات الهواتف الذكية دورا مهما في رفع مستوى الرياضيين.كما يمكن أن تساعد هذه المقاييس المدرب في تحديد الجوانب التي يحتاجها كل رياضي، وبيان نقاط الضعف للعمل، كما يمكن للمدربين في ضوء هذه البيانات تحديد وقدت.الراحة أو التمرين ,ايضا تم دمج أجهزة الليزر، ونظام تحديد المواقع العالمي **(GPS)** في مختلف جوانب عالم التدريب الرياضي، وبدلا من الاعتماد على المؤقتات اليدوية، يمكن مدربين قياس الموقف الدقيق، والمسافة، والسرعة والتسارع للرياضيين.لفهم أفضل للمكان الذي يمكنه التحسن فيه، كما كان لمواقع التواصل الاجتماعي، إذا عززت مواقع مثل **(Youtube)** من رفع

مستوى التدريب، كما تم استخدام طائرات دون طيار كجزء من التدريب، إذ إنها توفر للمدرب نظرا من الجو على توزيع اللاعبين في أرض الملعب.وتوفر رؤية بزاوية 360 درجة لمساعدة الفرق على حد سواء من الناحية التكتيكية أو الخططية، ولعل أهم نتيجة ثانوية لاستخدام التكنولوجيا في التدريب الرياضي أن الإصابات انخفضت بشدة، وأصبح من الممكن الآن تحديدها في وقت مبكر.فتتبع الأداء وإتقان الحركات تساعد في الواقع على خلق بيئة أقل عرضة للإصابة وأكثر أمان. **(شاكر , 2020, ص32)**

2-7- ابرز الوسائل التكنولوجية المستخدمة في تطوير الاداء البدني للاعبي كرة القدم :

يمثل التحضير البدني القاعدة الأساسية للأداء الرياضي في مجال الرياضة التنافسية عامة وكرة القدم خاصة، مما جعله يستحوذ على مكانة مميزة لدى المدربين. وعلى مر العصور لم يفقد التحضير البدني جاذبيته بالرغم من ظهور العديد من المصطلحات.الجديدة التي تصف الحالة البدنية والصحية للفرد، والتي أصبحت تشكل كما هائلا من المفاهيم التي تجعل القارئ في موقف يصعب عليه التمييز بين هذه المفاهيم، ما ساعده على أن لا يفقد مصطلح التحضير البدني جاذبيته.هو ذلك التطور التكنولوجي الكبير الذي لازم وأبرز مكوناته ومجالاته المختلفة.

2-7-1- (GPS) :

نظام تحديد المواقع العالمية **(GPS)** وتقنية ملاحية تعتمد على الأقمار الصناعية تم تصميمها في الأصل لأغراض عسكرية.

تم نشر عدد من المراجعات الفنية والمعلوماتية على نظام تحديد المواقع العالمي **(GPS)** سابقا والتي توضح كيفية تمكين هذه التقنيات تتبع الحركة ثلاثية الأبعاد لفرد أو مجموعة بمرور الوقت في البيئة الجوية.أو المائية أو البرية، سمح التطور الأخير لوحدات **(GPS)** المحمولة بتطبيق أوسع لهذه التكنولوجية في مجموعة من الاعدادات، بما في ذلك الرياضة، وبالتالي توفير وسيلة إضافية لوصف وفهم سياق المكاني للنشاط البدني.

تم استخدام **(GPS)** في الرياضة لأول مرة لتتبع الرياضيين. في عام 1997، ويتم الآن إستخدام **(GPS)** بشكل متزايد في إعدادات الرياضة الجماعية لتزويد علماء الرياضة والمدربين بتحليل شامل وبالوقت الفعلي لأداء اللاعب على أرض الملعب.أثناء المنافسة أو تدريب .(**Cloe, cummins and others. 2013**).

هذه التقنية تعمل من خلال الإشارات التي يقوم بإرسالها الجهاز الصغير الموجود على ظهر كل لاعب داخل السترة، ويستقبل البرنامج التقني الخاص بقراءة البيانات واستقبالها بنظام بلوتوث على الكمبيوتر محلل الآداء الفني والبدني.كما يمكن للبرنامج عمل ملف كامل لكل لاعب موضح فيه معدلات التطور، والأداء بالتفاصيل الفنية والبدنية عن كل فترة .

يساهم النظام **(GPS)** بتشريح الجانب البدني للمنافسة الرياضية، ويمنح المحضر البدني أرقام دقيقة عن الحمل التدريبي الحقيقي للمنافسة الرياضية، وهو ما يمثل خارطة الطريق التي تنظم

الجرعات.التدريبية نوعا، وكما يمنح هذا النظام تكنولوجيا إحصائيات دقيقية لحجم الحمل التدريبي المسجل خلال المقابلات أو الحصص التدريبية من مسافات مقطوعة.مسافة المجهود المبذول عالي شدة , مسافة المجهود العالي جدا من حيث الشدة عدد تسارعات وعدد الفرملات ,عدد السرعات, عدد الإرتكازات.

كما يسمح هذا النظام ببرمجة معالم شدة الحمل التدريبي من خلال وضع مجال السرعة ا,لتسارع، والفرملة وغيرها من المتغيرات التي تدخل في عملية تقنين الحمل التدريبي.

هذا النظام استطاع أن يربط المضمون تدريبي من المتطلبات الحقيقية يوم المنافسة، فاللاعب الذي يقطع مسافة 11000 متر يوم المقابلة يجب أن يقطع 14000 متر خلال مجموع الوحدات التدريبية (الأسبوع التدريبي) التي تسبق هذا اللقاء، كما يواجه نظام **(GPS)** المحضر البدني إلى نوعية المجهودات التي يجب أن تضمها الحصص التدريبية، والتي عادة ما تكون مصنفة في مجالات و مسافات محددة خلال المباريات الرسمية .



الشكل 01 : يمثل تقنية التحكم عن طريق GPS

2-7-2- Lactate pro :

1) ما هو حمض اللاكتيك :

حمض اللاكتيك هو مركب كيميائي يلعب دورًا حيويًا في الجسم البشري، وله وجود أساسي في عمليات التمثيل الغذائي. يتم إنتاجه بشكل طبيعي في الجسم، وخاصةً في العضلات عندما يكون النشاط البدني مكثفًا. في الأوقات التي يفتقر فيها الجسم إلى الأكسجين الكافي لإنتاج الطاقة عن طريق العمليات الهوائية، يتحول الجلوكوز إلى حمض اللاكتيك كجزء من عملية التحلل اللاهوائي.

(/https://wareed.com.sa) 15:10 2026/05/14

ماهو جهاز Lactate pro :

ويعتبر **Lactate pro** جهاز قياس دقيق لتحديد تركيز لاكتات في الدم الكامل يقيس مستوى اللاكتات في 15 ثانية فقط من كمية صغيرة جدا من الدم والتي يمكن أخذها من إصبع المريض أو شحمة الأذن. يمكن استخدام مقياس لاكتاك أثناء التنقل فهو يوفر ما يصل إلى.330 نتيجة اختبار من خلال واجهة USB المدمجة، يمكن نقل جميع البيانات إلى جهاز كمبيوتر وأرشفتها بطريقة منظمة.

يعد تحليل الدم المنتظم باستخدام مقياس اللاكتات مهما بشكل خاص في المجال الرياضي، و تكمن أهميته في :

- ✓ تحدد نوع وشدة تدريب التحمل للرياضيين.
- ✓ يسمح تحديد قيم اللاكتات بتدريب بكثافة مثالية.
- ✓ حرق الدهون المستهدفة .
- ✓ التدريب الفردي للقلب والأوعية الدموية.

❖ **ميزات Lactate pro :**

- ✓ لا يحتاج.إلى معايرة مثل أدوات تحليل الأخرى في السوق.
- ✓ وتمنحك دائما النتائج بسرعة وسهولة (معايرة تلقائية)
- ✓ سهل الاستخدام.
- ✓ حجم العينة الصغيرة : يحتاج فقط 0.3 ميكرولتر من الدم.
- ✓ سريع : يعرض النتائج في 15 ثانية ويقوم بتخزينها.
- ✓ استخدام محمول.
- ✓ خفيف : يزن 50 جرام.
- ✓ صغير: أبعاده 5 X 10 X 1.2 سم.
- ✓ مريح : يناسب راحة يدك تماما.

(https://bermellectromedicina.com) 07:37 2026/03/04



الشكل رقم 02 : يمثل جهاز LACTATE PRO

2-8- ابرز الوسائل التكنولوجية المستخدمة في تطوير الجانب التكتيكي للاعبي كرة القدم :

2-8-1- تحليل المباراة Matcha Analysis :

يعتبر تقييم الأداء وتحليله أثناء المباراة أحد أهم وأصعب واجبات المدير الفني وجهازه المساعد، لقياس وتقدير وتحليل حالة اللاعبين من النواحي البدنية و المهارية والخططية والنفسية للوقوف على الإيجابيات والسلبيات المصاحبة للأداء أثناء الاشتراك في المباراة والعمل على معالجة القصور والسلبيات وتدعيم وتطوير الإيجابيات لرفع كفاءة الفريق الفنية والنفسية .ولما كانت الملاحظة أحد وسائل تقييم الأداء أثناء المباريات لما تحتويه على إمكانية تحليل مستوى اللاعب من حيث ارتفاع مستواه الفني والبدني والنفسي أو هبوطه أو النقص في تنفيذ المهام والواجبات الملقاة على عاتقه في تنفيذ النواحي البدنية و المهارية والخططية بشقيها الدفاعي و الهجومي، لذا وجب على المدير الفني للفريق وجهازه المساعد أن يلمو إلماما علميا وفنيا بأسس تقييم وتحليل المباراة عن طريق الملاحظة سواء لفريقهم أو للفريق المنافس.

(أبو عبدة ,2007 , ص293)

من بين الخطوات التي يعتمد عليها المدرب في تخطيطه هو التحليل الجيد والدقيق المبني على الملاحظة والإدراك الجيد لقدرات اللاعبين كأفراد وجماعة . وللتحليل الجيد يجب أن تكون لدى المدرب الخبرة الكافية والعلم الجيد. والمدربون الخبراء في العالم يقولون "إذا لم تستطع أن ترى ما هو كائن لا يمكنك أن تدرب الفريق" أي لا يمكنك أن تصلح من أخطاء اللاعب أو الفريق أثناء التدريب أو بعد المباراة وهذا ما يعتمد على ما يسمى بـ عين المدرب فهي تستطيع أن ترى الأخطاء وتعالجها خلال عملية

التدريب ، والتحليل الجيد يجعل المدرب يدرك متى يأمر بتمرينات لإصالح أداء اللاعب أو متى يتعامل مع اللاعب لعالجه نفسيا. **(حنفي,2008,ص16)**

إن تسجيل الأداء الخططي أثناء التنافس الفعلي على درجة كبيرة من الأهمية لتحليل الخطط التي يستخدمها اللاعب أثناء التدريب والمباريات، حتى يستطيع التعرف بموضوعية على خصائص الحركات الهجومية والدفاعية التي يستخدمها اللاعب أو الفريق، والوقوف على نقاط الضعف في الأداء وإصلاحيها في المستقبل، حيث إن الأسلوب تحليل المباريات **(match Analysis)** لا يقتصر على تقويم أداء اللاعبين والفريق خلال المباريات أو المنافسات فقط، بل يمتد الأمر إلى إمكانية استخدام هذا الأسلوب في تقويم نفس المتغيرات أثناء العمليات التدريبية.**(فاروق , صالح, 2011,ص39)**

أنواع التحليل :

هناك عدة أنواع لتحليل في كرة القدم، منها:

- ✓ **من ناحية العدد و تشمل :**
  - التحليل الفرد.(لاعب واحد)
  - التحليل المزدوج (لاعبان)
  - التحليل الجماعي(مجموعة لاعبين)
  - التحليل الفرقي (الفريق ككل)
- ✓ **من ناحية الفريق المحلل :**
  - تحليل الفريق الخصم.
  - تحليل فريقنا
  - تحليل الفريق الحيادي(الفرق الاخرى)
- ✓ **من ناحية الأسلوب والطريقة :**
  - التحليل المباشر وتتم عن طريق استمارة خاصة للملاحظات الذاتية الميدانية التي يقوم بها فريق متخصص.
  - التحليل الغير مباشر:و يتم عن طريق الأفلام التلفزيونية، وما كتبته الصحف والمجلات، وتصريحات و آراء المعنيين.

2-8-2- برنامج Dartfish :

تعتبر مجموعة البرنامج **Dartfish** من أكثر البرامج المختصة بتكنولوجيا الفيديو تقدما وتطورا في العالم. يستخدم في التحليل الرياضي للألعاب الفردية والجماعية ويعتمد عليه المحللون الرياضيون لما يتمتع به من إمكانيات واختيارات متاحة لا حصر لها، وقد أصبح البرنامج مصدر دعم منها للمدربين بما له من قدرة على تحليل كم هائل من البيانات بأسلوب يرصد مستويات الأداء ومواطن الضعف والقوة ومتطلبات التطوير، بالإضافة إلى إيضاح التفاصيل الحركية الدقيقة للاعبين.**(Abdennour, 2016)** وهناك ثلاث ميزات مهمة لهذا التطبيق من بين التطبيقات المكررات تحت بيئة الويندوز، وهي :

- ✓ معرفة كيفية الربط بين المفاهيم التحليلية من خلال توظيف الأجهزة الإلكترونية.
- ✓ استخدام وتطوير نظام المراقبة حسب أسلوب المدرب.
- ✓ مناقشة الإمكانيات الفنية ودراسة أساليب اللعب من خلال البرنامج.

وتطرح Dartfish 5 حزم من البرامج لتغطي الاحتياجات المختلفة :

1. Dartfish TeaPrp :

برنامج قوي يستخدم لتسجيل المباريات والألعاب وتحديد الأحداث خلالها، وهو حل مثالي متكامل ورائد للرياضات الجماعية والألعاب الفردية النزلية، أو أي نشاط بحاجة لتحليل تكتيكي خططي. بالإضافة إلى التحديد فإن البرنامج.يحتوي على مجموعة متكاملة من الخصائص والأدوات المتقدمة للغاية، وإمكانيات خاصة للتفاعل الفوري، والاتصال والمشاركة مع الآخرين.

2. Dartfish ProSuite :

برنامج فعال ومتكامل لتحليل الفيديو، محتويا لكل الأدوات والخصائص التي تمكنكم من إجراء تحليل متميز للأداء الفني خلال التدريب، وأثناء المنافسات ,المحترف سوف يستمتع باستخدام أدوات و وسائل.الإتصال المتقدمة سهلة الاستخدام الخاصة بهذا البرنامج التي تمكنكم من تقديم تحليل فيديو مفصل للآخرين للاستفادة من خبراتكم.

3. Dartfish Live :

هو مخصص لهؤلاء الراغبين في تركيز على تقديم مردود مرئي فوري أثناء الأداء في الملعب، يمكنكم إدخال الفيديو كجزء من التدريب، وذلك بدون الحاجة إلى تعطيل الريموت كنترول. سيساعدكم مع التحكم في البرنامج وأيضا الكمبيوتر لتتمكنوا من التركيز الكامل مع الحصة.إن الخواص التي يتميز بها البرنامج ستقدم للرياضي إحساس حقيقي لما هو عليه من مستوى.

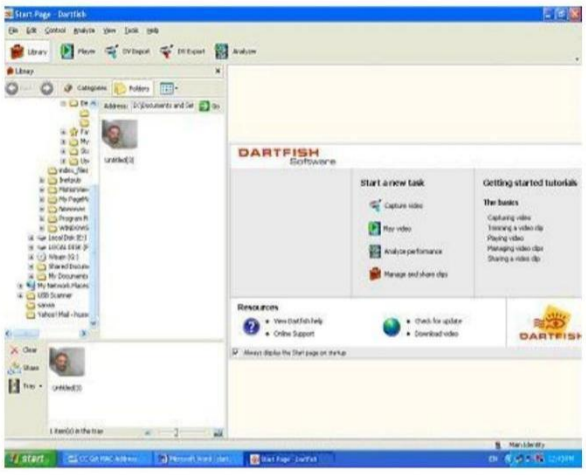
4. Dartfish Connect :

هو برنامج لتحليل الفيديو مصمم ليقدم الأدوات الأساسية اللازمة لأي شخص يريد أن يبدأ استخدام تحليل الفيديو الرقمي المستخدم. سيتمكن من عمل تحليل متعمق وإضافة تعليقه الشخصية على الفيديو.قبل مشاركته مع الآخرين، هذا البرنامج يقدم وسيط سهل الاستخدام لنقل الخبرات، وفتح قنوات جديدة للاتصال والمشاركة.

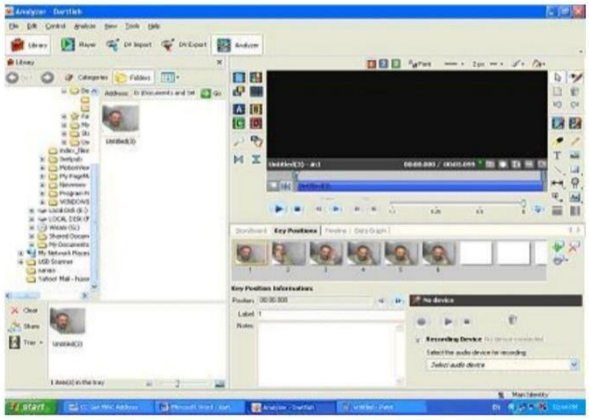
5. Dartfish Classroom :

البرنامج يجمع خصائص دارت فش كونيكت مع رخصة تبادلية للشبكة الداخلية. يسمح صف دارت فش بتنصيب البرنامج على أكثر من جهاز، على أن تشتري الرخصة حسب عدد المستخدمين. التباديلين. في هذه الحالة سوف يتم الاستخدام في المناهج المختلفة، وبسعر معقول لكل مستخدم . **(https://www.sport.ta4a.us) 21:59 2026/04/13**

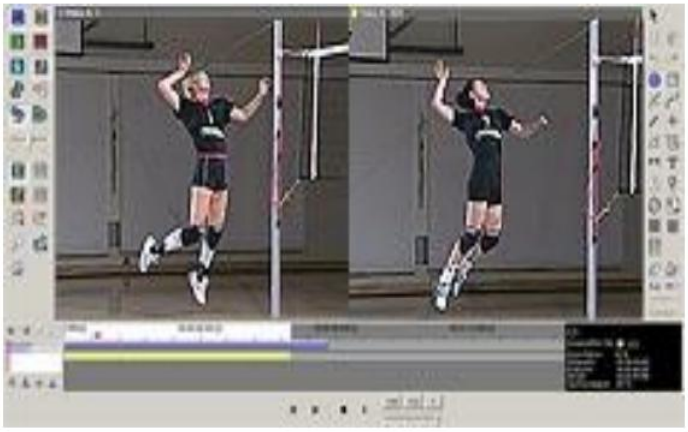
أسس استخدام برنامج Dartfish :



الشكل رقم 03: يمثل واجهة تطبيق **Dartfish**



الشكل رقم 04:يمثل واجهة التحليل لتطبيق **Dartfish**



الشكل رقم 05: يمثل المزامنة في المشاهد على تطبيق **Dartfish**

يسمح بمزامنة 4 فيديوات في نفس النافذة او اربعة مشاهد مختلفة لنفس الرياضي والمقارنة بين كل مشهدين معا بتحديد ومراقبة بمرور الوقت بين كل مشهدين معا وابراز نقاط الاختلاف عن طريق اسقاط صورة من مشهد على صورة لنفس المشهد من محاولة اخرى.وإسقاط الضوء على الأداء والحركة



الشكل رقم 06:يمثل أدوات التذييل والرسم في تطبيق Dartfish

القابلية على القياس المباشر والادوات تتضمن رسم الخط وقياس المسافة والزوايا وامكانية اضافة الشبكات الافقية والعمودية لاغراض التحليل



الشكل رقم 07: يمثل كيفية التقطيع والعرض المسلسل والمسلسل المدمج على تطبيق **Dartfish**

القابلية على التقطيع والعرض المسلسل والتنقيح والكتابة على المشاهد المقطعة والطباعة

خلاصة :

في ختام هذا الفصل، يمكن القول إن إقحام الوسائل التكنولوجية في منظومة التدريب الرياضي لم يعد مجرد خيار ثانوي، بل أضحى عصب العملية التدريبية في كرة القدم الحديثة. فقد خلصنا من خلال الطرح السابق إلى أن التطور التقني قد أحدث ثورة نوعية في مجالي الإعداد البدني والتكتيكي، من خلال تقديم حلول دقيقة مكنت المدربين من تجاوز العقبات التقليدية واختصار الوقت والجهد، مع ضمان مراقبة حثيثة لمستوى أداء اللاعبين وتطويره .

ومع ذلك، فإن هذه الاستفادة القصوى تبقى مشروطة بمدى قدرة القائمين على العملية التدريبية على مواجهة التحديات والعراقيل التي تفرضها هذه التقنيات، سواء كانت مادية، تقنية، أو حتى معرفية.

إن النجاح في استغلال التكنولوجيا لا يكمن في توفير الوسيلة فحسب، بل في كيفية تطويعها لخدمة الأهداف المسطرة، بما يضمن الارتقاء بمستوى كرة القدم والوصول باللاعب إلى الكفاءة العالية في ظل التغيرات التكنولوجية المتسارعة.



الفصل الثالث

التدريب الرياضي

تمهيد :

يُعد التدريب الرياضي حجر الزاوية في بناء وتطوير قدرات اللاعبين، فهو عملية تربوية وعلمية منظمة تهدف إلى الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الممكنة. وفي ظل التنافسية الشديدة التي تشهدها كرة القدم الحديثة، لم يعد التدريب مجرد حصص بدنية مجهدة، بل أصبح علماً قائماً على أسس فيزيولوجية وميكانيكية ونفسية دقيقة، تسعى في مجملها إلى إحداث تكييفات إيجابية في أجهزة جسم اللاعب لتطوير أدائه الميداني.

إن الانتقال من العشوائية إلى المنهجية العلمية في التدريب جعل من الضروري فهم ماهية هذه العملية ومبادئها الأساسية. وفي هذا الفصل، سنقوم بتسليط الضوء على مفهوم التدريب الرياضي وأهدافه، مع التركيز على كيفية تخطيط الأحمال التدريبية وتوجيهها لخدمة الجوانب البدنية والتكتيكية. كما سنحاول استكشاف العلاقة التفاعلية بين النظريات التدريبية الكلاسيكية والوسائل الحديثة التي فرضتها التكنولوجيا، وكيف يمكن للمدرب المعاصر أن يمزج بين "فن التدريب" و"علم التكنولوجيا" لتحقيق التفوق الرياضي المنشود.

3- التدريب الرياضي :

3-1- نبذة تاريخية عن التدريب الرياضي :

في العصور القديمة لم يكن الانسان في حاجة ضرورية لمزاولة التدريب الرياضي بشكله الحالي , حيث كان يؤدي المهارات الاساسية تلقائيا و عفويا ودون قصد او اعداد , متمثلة في الجي وراء الفريسة ليقبض عليها او سباحة مجرى مائي لاجتيازه او تسلق الاشجار لقطف الثمار ..الخ. تلك المهارات الاساسية كانت بهدف كسب قوته .

مما تقدم نجد ان التدريب البدني كان يؤدى من خلال الحركات الطبيعية , والتي كان يزاولها الانسان البدائي كانت تمثل تدريبا طبيعيا للقدرات الاساسية (كالقوة و السرعة و التحمل و المرونة و الرشاقة) , لتطور الانسان القديم في نمط المعيشة الاجتماعية و ظهور القبيلة و العشيرة و اصبح كل فرد مسؤول عن الدفاع , و اصبحت القوة العضلية و السرعة و الخفة من اساسيات بناء الفرد بغرض الدفاع عن القبيلة او السيطرة عليها . زمن هنا اصبح التدريب الرياضي امرا ملحا و ضروريا لكل فرد للاعداد للحرب او الوصول للزعامة وكان هذا التدريب البدني يخص المقاتل , رجل صغير او كبير بطريقة عنيفة متعددة الجوانب و لذلك انات القاعات و الساحات الخاصة في كل مكان وفي متناول كل فرد وفي بلاد المشرق القديم ما قبل (3-4 الاف سنة قبل الميلاد) اهتم المصريون القدماء و البابليون سكان واد الرافدين وكذلك بلاد فارس و الهند و الصين بالتدريب الرياضي و البدني و اصبح ياخذ مظهرا حضاريا لتلك الامم حيث مهد للالعاب الاولمبية القديمة بشبه الجزيرة اليونانية سنة 772 ق.م , واهتم الاغريق القدماء بالتدريب البدني و الرياضي بشكل خاص حتى اصبح يمثل حاجة ضرورية لحياة كل فرد.**(بسطويسي , 1999,ص19)**

واذا ما نظرنا الى "الامير نمنين ساكني لاكت و نيا "في ذلك الوقت فكان كل همه اعداد الفرد ليكون مقاتل بهدف التوسع الاستعماري فكان شعار كل ام اسبرطية تودع ابنائها الى ساحة القتال "عد بدرعك او محموال عليه " وبذلك اهتم قدماء الاغريق بالتدريب البدني و الرياضي حيث انشات قاعات التدريب الخاص بالاحتراف والتي كانوا يسمونها "بالليسيوم" اما الصبيان و الفتيات حتى 15 سنة فكانت لهم اماكن تسمى "الباسترا " وبذلك انتعشت الرياضة عند الاغريق القدماء قدرها عندهم منذ الخمسينات من القرن الـ 20 وحتى الان و التدريب الرياضي في تقدم حيث نهج نهجا علميا سليما مستفيدا من العلوم الطبيغية الاساسية : كالفريزياء و الرياضيات و الميكانيكا و الكيمياء بأنواعها و العلوم الانسانية و التربوية

المختلفة ...الخ. تلك العلوم الاخرى التي اثرت تاثيرا ايجابيا على اسس و نظريات التدريب الرياضي الحديث و يرجع الفضل الى العلماء و الباحثين من الشرق و الغرب امثال :" **ماتفيف** " ,"**هارا**"," **هاتجر** ", ومنذ ذلك الحين و الارقام و المستويات الرياضية المختلفة في تطور مستمر و لقد كان في تلك السنوات التدريب في كل فاعلية و مسابقة او لعبة رياضية على حدا حيث تناولها كثير من علماء الغرب من الولايات المتحدة بالكتابة فخرجت بشكل منفصل عن بعضها البعض و لم توضع لها تلك الاسس و النظريات و تقديمها في الفردية او على شكل مدخل لنظريات التدريب البدني الذي يمكن تطبيقه على جميع الفعاليات الرياضية الجماعية , حيث سخرت المدرسة الشرقية جل امكانياتها في انشاء الاكاديميات الرياضية باعلى مستوى تقني و الحقت بهم مراكز البحوث الرياضية و التدريبية و كانت تنافس العالم في الدورات الاولمبية بأبطالها الممتازين و بذلك كان التنافس بين الكتلتين الشرقية بقيادة الاتحاد السوفياتي و الغربية بزعامة الولايات المتحدة الامريكية و بعد انهيار الاتحاد السوفياتي تاثر المستوى الرياضي للناحية الشرقية ودول العالم الثالث التي تسانده وقل التعاون الرياضي و الثقافي بينهم بصفة عامة الى حد كبير و انفراد الولايات المتحدة الامريكية و حلفائها للسيطرة على العديد من الرياضات ولاننسى انه كان الفضل للاتحاد السوفياتي في اثراء التدريبات للعلوم الاخرى و تطويرها . **(حسين,1987,ص83)**

3-2- مفهوم التدريب الرياضي :

يرى البعض ان كلمة "التدريب Training" مصطلح مشتق من الكلمة اللاتينية Trah ere وتعني يسحب أو يجذب، وقد انتهى الأمر بهذا المصطلح في اللغة الإنجليزية وكان يقصد به قديما "سحب أو جذب الجواد من مربط الجياد لإعداده للاشتراك في السباقات" . **(علاوي.1990)**

وفي لغتنا العربية يقال: درب فلانا بالشيء, وعليه , وفيه , وعوده ,ومرنه, ويقال : درب البعير أي ادبه وعلمه السير في الدروب . **(المعجم الوسيط 1960, ص 276)**

يعتبر التدريب الرياضي عملية تربوية هادفة وموجهة ذات تخطيط عملي لاعدادل اللاعبين بمختلف مستوياتهم ، وحسب قدراتهم إعداد متعدد الجوانب بدنيا ومهاريا وفنيا وخططيا ونفسيا، وليس مقتصرا على إعداد المستويات فقط، فلكل مستوى طريقته وأساليبه الخاصة، وعلى ذلك في التدريب الرياضي عملية.تحسين و تقدم وتطور مستمر لمستوى اللاعبين في المجالات المختلفة .**(الفاتح , والسيد , 2002,ص13)**

يعرفه محمد علاوي "بأنه عمليات تربوية وتعليمية منظمة تخضع للأسس والمبادئ العلمية، وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في المنافسات الرياضية أو في نوع معين من أنواع الرياضة.**(علاوي ,2002,ص24)**

ويشير أيضا مفهوم التدريب الرياضي إلى عملية التكامل الرياضي المدارة وفق المبادئ العلمية والتربوية المستهدفة إلى مستويات. مثل في إحدى الألعاب والمسابقات عن طريق التأثر المبرمج والمنظم في كل من القدرة للاعب وجاهزيته للأداء.**(بسطويسي ,1999,ص24)**

3-3- مميزات التدريب الرياضي :

يتميز التدريب الرياضي بالعديد من الخصائص الجوهرية.المؤثرة التي تلقي بمتطلبات جديدة ومتطورة دائما على العملية التدريبية والقائمين بها، وأهم هذه الخصائص ما يلي

. يهدف التدريب الرياضي بشتى أنواعه إلى تحسين القدرات البدنية والنفسية والعقلية للفرد خلال الممارسة العقلية للنشاط الرياضي المعني ، ومن ثم تحسين الصحة العامة وبناء الجسم وتكامل الشخصية. ويصبح الفرد عضو نافع وفعال في المجتمع.وعلى ذلك يمكن القول أن التدريب الرياضي هدفه الرئيسي محاولة الوصول بالفرد إلى مستوى عالي أو أقصى ما تهيئه له نفسه إلى النشاط الرياضي الممارس.

. يتميز التدريب الرياضي بخاصية الاعتماد على البحث العلمي لتحقيق أعلى مستويات الإنجاز معتمدا على نظريات ومعارف مستخلصة من نتائج البحوث العلمية للعديد من العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي، كعلم النفس، والتربية والاجتماع الرياضي، وعلم الحركة والميكانيك، وعلم التشريح، والفيسيولوجيا، والاختبارات والمقاييس. ولم يعد الوصول إلى أعلى المستويات الإنجاز الرياضي متروك للخبرة و الموهبة فقط، بل أصبح يعتمد بشكل رئيسي على العلم في حل الكثير من مشاكل التدريب الرياضي الحديث الناتج عن الزيادة الهائلة في حجم الأحمال التدريبية وتشكيلها وأكثرها فعالية.

. يتميز التدريب الرياضي بخصوصية التدريب ومراعاة الفروق الفردية من حيث السن والجنس، مراعاة الفروق الفردية بين أفراد الجنس الواحد في نفس النشاط، حيث يختلف تدريب الناشئ عن لاعب الدرجة الأولى كما تختلف طبيعة وخصائص الأنشطة الرياضية بالنسبة لرياضات مختلفة سواء كانت إجتماعية أو فردية.

. يتميز التدريب الرياضي بمراعاة ديناميكية تطور القدرات البدنية للأعمال السنية المختلفة. حيث تتميز كل مرحلة عمرية بتطور طبيعي لبعض القدرات البدنية.ومن ثم، اختلاف نسبة تركيز محتويات التدريب بالنسبة للقدرات بما يتناسب وطفرات نمو هذه القدرة خلال مراحل العمر، والذي يختلف من دولة إلى أخرى تبعا لاختلاف الظروف البيئية والمناخية.

- يتميز التدريب الرياضي بالاستمرارية وتدرج زيادة متطلبات التدريب ونعني هنا الاستمرارية ليس فقط لفترة من فترات التدريب الموسمي أو لموسم تدريبي كامل بالاستمرارية لعدة سنوات من أجل تحقيق أفضل مستويات الإنجاز.
- يتميز التدريب الرياضي بعملية تقييم و لمراقبة الطبية والتربوية الدورية للفرد خلال مراحل التدريب والإعداد، إذا ان تقييم مدى تحمل لاعب لمجهود بدني أمر بالغ الأهمية للارتقاء بمستوى الأحمال التدريبية، وكذلك المراقبة الطبية لضمان استقرار الحالة الصحية للاعب.
- يتميز التدريب الرياضي بتأثيره على أسلوب حياة الفرد من ناحية التغذية والعادات الصحية، وتنظيم الحياة اليومية .
- يتميز التدريب الرياضي بدور المدرب القيادي لعملية التدريب. **(عبد الفتاح , 1998 , ص 14. 19)**

3-4- واجبات التدريب الرياضي :

للتدريب الرياضي مهام وواجبات كثيرة لا تعد ولا تحصى و التي يمكن اعتبارها واجبات للمدرب الرياضي وكما يلي :

3-4-1- الواجبات التربوية :

وتتضمن تربية الرياضي على حب الرياضة، وأن يكون تحقيق المستوى العالي في الرياضة التخصيصية حاجة أساسية من حاجات الرياضي، وتشكيل دوافع وميول الرياضي والارتقاء بها بصور تهدف أساسا إلى خدمة الوطن، بالإضافة إلى تطوير السمات الخلقية الحميدة كحب الوطن والخلق الرياضي والروح الرياضي.

3-4-2- الواجبات التعليمية :

وتتضمن تعلم وإتقان المهارات الحركية في الرياضة التخصوصية اللازمة للوصول لأعلى مستوى رياضي ممكن و تعلم وإتقان المهارات الخططية الضرورية للمنافسة، ويسبق ذلك ويرافقه التنمية الشاملة والمتوازنة للصفات البدنية والقدرات الحركية الأساسية اوالارتقاء بالحالة الصحية.

3-4-3- الواجبات التنموية :

التخطيط والتنفيذ لعمليات تطوير مستوى الرياضي والفريق إلى أقصى درجة ممكنة تسمح بها القدرات المختلفة بهدف الوصول إلى أعلى المستويات في الرياضة التخصصية باستخدام أحدث الأساليب العلمية المتاحة. **(الحاج, 2017)**

3-5- خصائص التدريب الرياضي :

انطلاقا من كون التدريب الرياضي "عملية"، فهي إذا, عملية تحمل معنى الاستمرار والديمومة لها بداية بينهما عمر معين تنشأ وتنمو وتتطور وتحمل في طياتها هدفا محددا تصل إليه.

لذا فإن التدريب الرياضي يتميز بعدة خصائص مميزة وهي :

3- 5- 1 - تحقيق الانجاز الرياضي :

ما من عمل في الدنيا يقوم به كائن حي، ولا سيما الإنسان، إلا ويهدف إلى تحقيق غرض، أو مأرب، أو غاية محددة، ويتميز الإنسان عن سواه من الكائنات الحية بكونه عاقلا، فهو يلاحظ ويحس.ويدرك ويشعر ويفكر، ويتصور، ويخطط، ويضع البرامج للوصول إلى غايته المنشودة، ونعلم جميعا أن تحقيق أي هدف لا يمكن ضمان نجاحها وتحقيقه إذا لم يقم بهذه العمليات بدقى محكمة.

ومن هنا، فإن التدريب الرياضي عملية محكمة تشكل أساسا ما يسمى بـ "الرياضة المستويات العالية " أو "رياضة البطولات "، وبمعنى آخر، فإن التدريب الرياضي هو ممارسة النشاط الرياضي التخصصي بهدف الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى ممكن في المنافسات الرياضية.

وطبقا لهذا المفهوم، فإن ممارسة النشاط الرياضي بغرض ملء وقت الفراغ وبهدف الترويح عن النفس أو كسب اللياقة البدنية العامة، ما هو إلا أسلوب آخر لممارسة النشاط الرياضي الذي يقع تحت عنوان "الرياضة الشعبية أو الجماهيرية."والتي تعني ممارسة غالبية أفراد ناس النشاط الرياضي دون وجود هدف الوصول إلى التفوق الرياضي او دون وجود تخصص دقيق معين من أنواع النشاط الرياضي.

وطالما ان للتدريب هدف أشرنا إليه انفا ، فهو يسعى إلى تنمية وتطوير القدرات كافة, من قدرات بدنية حيوية أساسية:التحمل، السرعة، القوة، المرونة، الإطالة، القدرات التوافقية ,التوازن...الخ.وقدرات حكية هو خططية , وكذلك تنمية وتطوير السمات النفسية والذهنية للفرد الرياضي وتوجيهها والارتقاء بها إلى أعلى مستوى ممكن في نوع من أنواع الأنشطة الرياضية .

ويتضح مما سبق أن الأحمال التدريبية متباينة، فهي تتميز بالارتفاع أو الانخفاض في شدتها وحجمها وراحتها وكثافتها، ويستدعي ذلك استخدام جميع التمرينات أو الأنشطة البدنية أو المنافسات الرياضية التي تتميز بطول فترات تكرارها.أثناء العمل في الوحدات التدريبية، لأن ذلك يتطلب من الفرد الرياضي بذل أقصى ما يمكنه من جهد ودأب حتى يمكن أن يصل بذلك الإسراع في تطوير هذه القوة وتنميتها إلى أقصى درجة ممكنة.

3- 5- 2 - الاعتماد على المعارف و المعلومات العلمية :

يتميز التدريب الحديث في عالم الرياضة اليوم باعتماده على مصادر متنوعة من المعارف والمعلومات العلمية، إذ يستمد مواده الأساسية من العديد من العلوم الطبيعية.و الإنسانية و الأساسية والطبية، وسواها من العلوم والمعارف والمعلومات التي ترتبط تطبيقاتها بالمجال الرياضي.

يكفينا في هذا الصدد أن نشير إلى مدى أهمية علم الفيزيولوجيا والتشريح وما تقدمانه من معارف يتم في ضوءها دراسة البنية البدنية والعضلية والتشريحية للرياضي، ومعرفة خصائص بنيته واستثمارها وتوظيفها بشكل أمثل في التدريب.وتطوير قدراته في نوع ما من أنواع الأنشطة الرياضية لتحقيق النجاح أو الفوز فيها.

أما في القدم، فقد كانت الموهبة الطبيعية الفردية تلعب الدور الحاسم في وصول الفرد إلى تحقيق الفوز في المنافسات، لذلك بات من الصعب، بل من المستحيل اليوم أن يتم تطوير المواهب الرياضية.وإيصالها إلى مستويات عالية دونا تدريبها تدريبا طويل الأمد، وعلى أسس علمية واضحة ودقيقة.

3- 5- 3 - الاعتماد على التكنولوجيا :

يعتمد التدريب الحديث على التقنيات **(التكنولوجيا)** بما توفره من أدوات و وسائل ربط هامة تشكل نظام دعم ومساندة في تحسين عملية التعليم في العملية التدريبية فحصول المؤسسات على هذه التقنيات يمكن المدربين والمتدربين.من ربط ودمج تصوراتهم ورؤاهم المتعلقة بالعمل التدريبي، كما أن وجود مدربين أكفاء يمزجون ما بين التقنيات التدريبية وتطبيقات التكنولوجيا الحديثة يؤدي بالتأكيد إلى رفع مستوى قدرات وظائف الجسم وأجهزته عند الفرد الرياضي إلى أعلى درجة ممكنة.

ويعد استخدام تكنولوجيا في التدريب الرياضي.الحديث مهما في إبراز النمط الإبداعي لمهنة التدريب، وهو يزيد من قدرة المتدرب على مواجهة الصعاب.بطرائق تعليمية مبتكرة، تزيد من عمق العلاقة بين

المدرب والمتدرب، وتجعلها أكثر مرونة وإيجابيا، كما تساهم في زيادة استيعاب المتدرب، و ترفع من ثقته بنفسه وقدراته ومستوى فهمه وتفاعله مع مدربه.الأمر الذي يسهم في تحقيق نتائج رياضية بارزة.

3- 5- 4 - التنوع في التدريب الرياضي :

لتنوع التدريب الرياضي بتنوع الأفراد من حيث الجنس أو العمر لذلك فهوا يحمل صفات " الفردية " لأنه يعنى بها كل فرد رياضي على حدة ويفرد له دراسة خاصة وتامة تتناسب مع نوع النشاط الذي يمارسه الفرد الرياضي .

اذا التدريب الرياضي عملية تربوية تراعي هذه الفروقات مجتمعة وتاخذها بعين الاعتبار لتحقيق النجاح في اعداد الفرد الرياضي وتنمية قدراته و طاقاته للوصول به الى المستوى المطلوب .

فتدريب الذكور لاشك يختلف عن تدريب الإناث من نواحي متعددة تفرضها طبيعة كل منهما من الجوانب النفسية والبدنية وسواها، وكذلك تختلف عملية التدريب في الفريق الرياضي الواحد. إذ تأخذ بعين الاعتبار كل فرد على حدة، وما يتطلبه مركزه الذي يشغله بحسب نوع النشاط من قدرات بدنية ومهارية وحركية أو سمات نفسية.

ومن البديهي أن تراعي عملية التدريب الرياضي الفروقات الخاصة بكل نوع من أنواع الأنشطة الرياضية، من حيث تشكيل الأحمال التدريبية وقدرات الاستشفاء، مثل الوحدات التدريب المطلوبة ومدتها، وسوى.كانت ذلك من المعايير التي تتقدم بالعملية التدريبية.

3- 5- 5 - استمرارية العملية التدريبية :

تتسم العملية.التدريبية بالاستمرار وعدم الانقطاع، فهي ليست موسمية ولا تشغل مدة زمنية معينة، أو موسما محددا، ثم تنقضي وتزول أو تتوقف، إنها عملية مترابطة ومتكاملة في حلقات تتم بعضها البعض الآخر.ولذا فهي عملية مستمرة على مدار السنة، ذلك أن الانقطاع الغير مبرر يؤدي إلى قطع سلسلة التدريب المتكاملة، وإلى هبوط مستوى قدرات الفرد الرياضي، مما يضيع الجهد والوقت. ويتطلب بدء البناء من جديد.في محاولة الرفع من القدرات و وظائف الجسم المختلفة من جديد.

ومن هنا، يجب أن تستمر.عمليات التدريب منذ بدء التخطيط لها، وتنفيذها في مراحلها الأولى المبكرة، مرورا بالانتقال المالمثالي المبكر حتى الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، وذلك دون أي توقف أو انقطاع حتى يصل الرياضي إلى قرار الاعتزال نهائيا، وتوقف عن ممارسة نشاطه الرياضي

إذايمكن التأكيد على أن عنصر الزمن في العملية التدريبية منوط بالخطة التدريبية أساسا، فالتخطيط منظم هو الأساس في العملية التدريبية الرياضية ، لذلك نجد خطط التدريب طويل المدى، وخطط التدريب السنوية، والفترية أو المرحلية، وكذلك خطط التدريب الأسبوعية.إضافة إلى خطط الوحدات التدريبية اليومية.وتتفاوت بناء على ذلك الفترة الزمنية لكل خطة من هذه الخطط، وفق ما تتطلبه العملية التدريبية وسيرها، وتقدمها وفق الخطة الموضوعة للوصول إلى الهدف المرجو.

3- 5- 6 - أثر التدريب على حياة الفرد :

مما لا شك فيه أن الاعداد الرياضي بدنيا ونفسيا ومهاريا وخططيا يتطلب برنامج عمل يومي دقيق للغاية ومنظما بدرجة عالية، لذا فإن التزام الرياضي بهذا البرنامج يعني تخليه عن الكثير من الاهتمامات والممارسات.التي لا لزوم لها، وبالتالي قد تعيق عملية التدريب.وإنما يجب عليه، بإشراف المدرب.أن يعيد تشكيل أسلوب حياته بتفاصيلها الدقيقة، وفق برنامج زمني محدد، فعليه أن يتبع نظاما غذائيا مختلفا، وأن يعتني بصحته عناية فائقة بموجب الإرشادات الطبية التي يتلقاها من المشرف الطبي، وسوى ذلك من النواحي التي تتعلق بطبيعة سلوكه.ونمط حياته الخاصة أو الاجتماعية، نظرا لذلك من أثر بالغ على طبيعة نشاطه الرياضي للوصول إلى أعلى مستوى عال يؤهله للاستمرار والعطاء والتقدم بخطى ثابتة نحو التميز والنجاح.

3- 5 - 7- دور الفرد الرياضي :

يتميز التدريب الرياضي بدور المدرب القيادي.لكن ذلك لا ينفصم البتة عن دور الفرد الرياضي الفاعل، فهما مرتبطان إحداهما بالآخر بشكل وثيق. فإذا كان يقع على كاهل المدرب العديد من المهام التعليمية والتربوية.التي تسهم في تربية الفرد الرياضي، تربية شاملة متزنة للوصول به إلى أعلى المستويات الرياضية، فإن الفرد الرياضي يقع على عاتقه أيضا التفاعل التام والإيجابي مع برنامج العملية التدريبية والالتزام التام به.والتعاون المثمر والمخلص مع المدرب، وتنفيذ ما يطلب إليه بكل أدب ومسؤولية، ليتمكن من تحقيق التقدم المأمول ,وتجدر الإشارة هنا أيضا أن على المدرب الرياضي الاتصال المباشر بالعديد من المؤسسات التربوية المعنية بالفرد الرياضي من المدرسة إلى سواها، وبناء علاقة تعاونية وطيدة معها في سبيل إيجاد الصيغة الأمثل.للتنسيق المجدي لتحقيق الهدف من إعداد الفرد الرياضي وبنائه البناء الامثل.

3- 5 - 8- التحلي بالاخلاق الرياضية الرفيعة :

يتسع هذا العنوان للخوض طويلا في الجانب الأخلاقي عند الفرد الرياضي، لكن الناس جميعا يدركون ويفهمون أن الأخلاق الرياضية تعود من مكارم الأخلاق وأكثرها رفعة و سموا، فلا حياة رياضية.خلاقة متوازنة وفاعلة، إلا إذا تحل الرياض بهذه الأخلاق، و التي من سماتها الامتثال والتواضع والكرم والطاعة عند اللزوم بوعي وإدراك، إضافة إلى تحلية بالسماحة و سعة الصدر، والابتعاد عن تناول المنشطات وسواها من العقاقير التي يمكن أن تؤدي سمعته وتلوث أخلاقه في نظر المعجبين أو العامة من الناس، وبذلك يصل الرياضي إلى الهدف الذي يسعى إليه ويتسم بسمة "النبل "، وهي خاصية من أهم الخصائص.التي يجب أن يتسم بها الفرد الرياضي. **(الرضوان , 2019, ص5)**

3- 6 - مبادئ التدريب الرياضي :

إن التدريب عملية منظمة لها أهداف تعمل على تحسين ورفع مستوى اللياقة اللاعب للفعالية الخاصة أو النشاط المختلط، وتهتم برامج التدريب باستخدام التمرينات والتدريبات اللازمة لتنمية المتطلبات الخاصة للمسابقة والتدريب يتبع مبادئ، ولذلك تخطط.العملية التدريبية على أساس هذه المبادئ التي تحتاج إلى تفاهم كبير من قبل المدرب قبل البدء في وضع برامج تدريبية طويلة المدى.

وتتخلص من مبادئ التدريب في :

- إن الجسم قادر على التكيف مع أحمال التدريب.
- إن أحمال التدريب بالشدة والتوقيت الصحيح تؤدي إلى زيادة استعادة شفاء.
- إن الزيادة التدريجية في أحمال التدريب تؤدي إلى تكرار زيادة استعادة الشفاء وارتفاع مستوى اللياقة البدنية.
- ليس هناك زيادة في اللياقة البدنية إذا استخدم الحمل نفسه باستمرار، أو كانت أحمال التدريب على فترات متباعدة.
- إن التدريب الزائد أو التكيف غير الكامل يحدث عندما تكون أحمال التدريب كبيرة جدا أو متقاربة جدا.
- يكون التكيف خاصا او مرتبطا بطبيعة التدريب الخاص. **(إبراهيم 2001، ص 30)**

خلاصة :

نستخلص في نهاية هذا الفصل أن التدريب الرياضي ليس مجرد مجموعة من التمارين البدنية المكررة، بل هو منظومة علمية متكاملة تخضع لقوانين ومبادئ صارمة تهدف إلى الارتقاء بكفاءة اللاعب الشاملة. فقد تبين لنا أن النجاح في العملية التدريبية يتوقف على مدى قدرة المدرب على الموازنة بين الأحمال التدريبية وفترات الاسترجاع، مع مراعاة الفروق الفردية والخصوصية المهارية للعبة كرة القدم.

كما يتضح مما سبق أن تطور التدريب الرياضي أصبح مرتبطاً ارتباطاً وثيقاً بمدى الاعتماد على المنهج العلمي في التخطيط والبرمجة. فالفهم العميق لأسس التدريب البدني والتكتيكي هو القاعدة التي ينطلق منها المدرب لاستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة (التي ناقشناها سابقاً) بشكل فعال. وبناءً عليه، فإن التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم بات يتطلب مدرباً يجمع بين الخبرة الميدانية والقدرة على تحليل المعطيات العلمية، لضمان استمرارية تطور المستوى الفني والبدني وتجنب الوصول باللاعب إلى مرحلة الإجهاد أو الإصابة.



الفصل الرابع

كرة القدم

تمهيد:

تعتبر كرة القدم من بين الرياضات الجماعية التي تجلب أنظار الجماهير بصفة بالغة الإهتمام, ويمكن القول أنه هناك تتبع واهتمام من طرف الجميع حيث شهدت هذه الرياضة في السنوات الأخيرة تطورا فيما يخص القوانين وطرق التدريب والتكوين , وقد فرضت نفسها على كامل الألعاب الاخرى بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من أجل الوصول إلى المستويات العالية.

وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة وذكر نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم والجزائر كما ذكرنا القواعد والخصائص التي تتضمنها كرة القدم وأيضا المبادئ الأساسية والقوانين المنظمة لها, وكذا الصفات التي يتميز بها لاعب كرة القدم.

4- كرة القدم :

4-1- تعريف كرة القدم:

- **التعريف اللغوي** : كرة القدم"football" هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم فالأمر يكون يعتبرونها بما يسمى عندهم باك"regby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة و التي سنتحدث عنها تسمى "soccer" .**(جميل,1986,ص50)**

- **التعريف الإصطلاحي** : هو غرض كل فريق إحراز هدف في مرمى الفريق المضاد , وأن يمنح الفريق الآخر من الاستحواذ على الكرة أو إحراز هدف, ويجوز الجري بالكرة وتمريرها بالقدمين والرأس وأي جزء من الجسم باستثناء اليدين – لاتنطبق على حارس المرمى – وذلك وفق الأحكام المنصوص عليها في القانةن . **(الجماعيني , وعبد ربه, 2010 ,ص01)**

4-2- نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم :

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم ، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين . نشأت كرة القدم في بريطانيا وأول من لعب الكرة كان عام **1175م** من قبل طلبة المدارس الانجليزية ، وفي سنة **1334م** قام الملك – إدوارد الثاني– بتحريم لعب الكرة في المدينة نظرا للإزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف " إدوارد الثالث " و ردشارد الثاني وهنري الخامس **(1373 – 1453م)** خطر للانعكاس السلبي لتدريب القوات الخاصة . لعبت أول مباراة في مدينة لندن (جاربز) بعشرين لاعب لكل فريق وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية كما لعبت مباراة أخرى في(إتون) Eton بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها **110م** وعرضها **55م** وسجل هدفين في تلك الفترة المباراة ، بدء وضع بعض القوانين سنة **1830م** بحيث تم على اتفاق ضربات الهدف والرميات الجانبية وأسس نظام التسلسل قانون (هاور) Haour كما أخرج القانون المعروف بقواعد كامبرج عام **1848م** والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين الكرة وفي عام **1862م** أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان " اللعبة الأسهل " ، حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة اتجاه خط الوسط حين خروجها ، وفي عام **1863م** أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد و أول بطولة أجريت في العالم كانت عام **1888م** (كأس إتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستخدام الصفارة وفي عام **1889م** تأسس الاتحاد الدنمركي لكرة القدم وأقيمت كأس البطولة بـ **15** فريق دنمركي كانت رمية التماس بكلى اليدين.

في عام **1904م** تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا ، هولندا ، بلجيكا سويسرا ، دانمرك ، أول بطولة كأس العالم أقيمت في الأرغواي **1930م** وفازت بها. **(المولي, 1999 , ص09)**

4-3- كرة القدم في الجزائر :

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت ، و التي اكتسبت شعبية كبيرة و هذا بفضل الشيخ"عمر بن محمود" "علي رايس "، الذي أسس سنة **1895م** أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير)، و ظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام **1917م** و في **07** أوت **1921م** تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية "مولودية الجزائر " غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي القسنطيني **(csc)** هو أول من تأسس قبل سنة **1921م** بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها : الإتحاد الإسلامي الرياضي الجزائر وغالي معسكر والإتحاد الإسلامي لوهران.

و نظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الإنضمام و التكتل لصد الاستعمار فكانت كرة القدم أحد الوسائل المحققة لذلك حيث كانت مقابلات كرة القدم تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين ، و بالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية التي تعمل على زيادة و زرع الروح الوطنية ،و مع هذا تم تفطن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري و تعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع و التظاهر بعد كل لقاء ، حيث و في سنة **1956م** وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت مولودية الجزائر و فريق أورلي من (سانت توجين) بولوغين حاليا التي على أثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في **11** مارس **1956م** تجنبا للأضرار التي تلحق بالجزائريين.

و قد عرفت الثورة الجزائرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في **18** أفريل **1958م** الذي كان مشكّلا من أحسن اللاعبين أمثال : رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سان ايتيان و سوخان ، كرمالي، زوبا، ابرير ، كريمو....

و كان هذا الفريق يمثل الجزائر في كل المنافسات العربية و الدولية ، و قد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الإستقلال مرحلة أخرى،حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة **1962** ، و

كان " محند معوش " أول رئيس لها و يبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من **1100000** رياضي يشكلون حوالي **1410** جمعية رياضية ضمن **48** ولاية و ستة رابطات جهوية.

و قد نظمت أول بطولة في الجزائر موسم **1962/1963** و فاز بها فريق الإتحاد الرياضي الإسلامي الجزائر ونظمت كأس الجمهورية سنة **1963م** وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية، و في نفس السنة أي عام **1963م** كان أول لقاء للفريق الوطني و أول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط سنة **1975م** وحصوله على الميدالية الذهبية.**(كلي , وآخرون,1997,ص46-47)**

4-4- كرة القدم الحديثة :

4-4-1- ملامح كرة القدم الحديثة :

هناك مقولة قديمة تقول أن " الهجوم هو أحسن وسيلة للدفاع " إلا أن تلك المقولة هي نصف الحقيقة ما لم يكن ذلك الهجوم قادر على التحول السريع إلى الدفاع ،ففريق ممتاز في الهجوم لا يعني طبقا للقول حصوله على الامتياز بالدفاع ، فكرة القدم تصبح لعبة راقية جدا حينما يكون التوازن بين الدفاع و الهجوم ، ورغم تأكيد الأخير في المباريات على الطرق الدفاعية إلا أن الهجوم و تسجيل الأهداف يضل الجانب الأكثر تشويقا في الملعب، وفي كرة القدم الحديثة أصبحت التشكيلات الدفاعية صعبة جدا حيث أصبح على المهاجم أن يبذل جهدا كبيرا في سبيل التخلص من الرقابة، و بجانب تطور الخطط الدفاعية فقد تطورت الخطط الهجومية فأصبح الواجب الهجومي لا يقتصر على المهاجمين فقط بل على كل اللاعبين، حتى أصبحت بعض الخطط ترتكز على جعل المهاجمين عناصر لتنفيذ المناورات الهجومية و ترك مهمة التسجيل و التهديف للاعبي الوسط و مدافعي الجناح. **(ثامر محسن, و المولي, ص253)**

4-4-2- متطلبات كرة القدم الحديثة :

لقد اختلف أسلوب كرة القدم منذ **(20)** عاما عن أسلوب اللعب حاليا ، فمنذ سنة **1972م** تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خططيا بالقوة والفهم الصحيح على الأداء القوي و المتولي على مرمى الفريق المنافس مع الابتعاد عن اللعب للخلف و اللعب لعرض الملعب أو البطء في تحضير الهجمات أو المراوغات الغير مجدية ، و هذا للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس ، و لقد ترتب على قانون الإتحاد لجعل الفريق الفائز يتحصل على ثلاث **(3)** نقاط و الفريق

المتعادل على نقطة **(1)** واحدة ، فمنذ ذلك الوقت أصبح كل فريق يبحث عن الفوز الذي ينقله بسرعة إلى مرتبة عالية كما أن الخسارة تجعله في مرتبة أدنى أكثر.

و أثناء المقابلة يكون اللاعبين على اتصال مباشر مع الخصم ، حالات اللعب تتغير بصورة سريعة و في كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب و الفعل في أسرع وقت ممكن ، عن عمل اللاعب ذو طابع تكراري متغير العمليات الحركية متغيرة و تختلف الواحدة عن الأخرى فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز.

و يشير الأخصائيون إلى أن جزء من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله الجري الذي يتطور من البطء إلى السريع ، إضافة إلى الانطلاق الذي يتحول من توقف مفاجئ أو تغيير خاطف للسرعة أو الإتجاه.

و حاليا نشاهد مباريات في كرة القدم يغلب عليها الجانب الفني و الذكاء في اللعب مع التحضير البدني الجيد للاعبين ، فالفرق ذات المستوى العالي لها إتجاه تطوير اللعب مثل ما هو عليه الحال في الرياضات الأخرى، كرة السلة ، كرة اليد ، فالكل يهاجم و يدافع في آن واحد و هذا مما أجبر المدربين على الإهتمام بتحضير اللاعب في شتى جوانبه البدني ، التقني ، التكتيكي ، النظري ،الجانب النفسي و هذا استجابة لمتطلبات الإستراتيجية الحديثة. **(اسماعيل, و المولي, ص179)**

4-5- قوانين كرة القدم :

قانون 01 : ميدان اللعب.
قانون 02 : الكرة.
قانون 03 : عدد اللاعبين.
قانون 04 : معدات اللاعبين.
قانون 05 : الحكم.
قانون 06 : الحكام المساعدون.
قانون 07 : مدة المباراة.
قانون 08 : إستهلال وإعادة إستهلال اللعب.
قانون 09 : الكرة الملعوبة وغير الملعوبة.
قانون 10 : طريقة التسجيل.
قانون 11 : الوضع غير الصحيح.

قانون 12 : مخالفات قواعد اللعبة وسوء التصرف.
قانون 13 : ركلات الحرة.
قانون 14 : ضربة الجزاء.
قانون 15 : الرمية إلى داخل الملعب.
قانون 16 : ركلة المرمى.
قانون 17 : ركلة الزاوية . **(خير الله,2002,ص11)**

4-6- مبادئ كرة القدم :

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير ، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة ، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة ، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيف سليم بمختلف الطرق ، ويكتم الكرة بسهولة ويسر ، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين ، ويحاور عند اللزوم ، ويتعاون تعاونا تام مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق . وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقننا لجميع المبادئ الأساسية إتقانا تاما ، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة ، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة ، كما يجب الإهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب.
وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:
إستقبال الكرة – المحاورة – المهاجمة – رمية التماس – ضرب الكرة – لعب الكرة بالرأس– حراسة المرمى . **(كلي, وآخرون،1997, ص 46)**

4-7- صفات لاعبي كرة القدم :

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة تلاءم هذه اللعبة و تساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان و من هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم و هي الفنية ، النفسية، الخططية ، و البدنية و اللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا و مهاريا عاليا و التعدادات النفسية عالية و إيجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة و نقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن

أن تعوض في متطلبات آخر . يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين و تحليلها خلال المباراة و طبقا لمتطلبات للنشاطات المختلفة و طرق لعب اللاعب للمباريات ، فإن التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص و الإحصائيات المهمة.**(عبد الجواد,1988,ص25-27)**

4-7-1- الصفات البدنية :

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في تناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني ، و لئن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني ،قوي البنية جيد التقنية ،ذكي ، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي ، فلا تندهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل و الأسلوب لنتحقق من أن معايير الاختبار لا ترتكز دوما على الصفات البدنية،فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي ، و ذلك ما يضيف صورة العالمية لكرة القدم ، و يتطلب في الملعب السيطرة على الارتكازات الأرضية، و معرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل التقاط الكرة المحافظة عليها و توجيهها يتناسق بتناسق عام و تام.. **(المولي,1999,ص 09-10)**

4-7-2- الصفات الفيزيولوجية :

تتحدد الإنجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية و الخططية والفيزيولوجية و كذلك النفسية و الإجتماعية و ترتبط هذه الحقائق مع بعضها و عن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخططية له قليلة ، و خلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات المصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت لآخر ، و هذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى ، فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى ، و تحقيق الظروف المثالية فإن هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية و التي يمكن أن تنقسم إلى ما يلي:

- ✓ القابلية على الأداء بشدة عالية
- ✓ القابلية على أداء الركض السريع
- ✓ القابلية على إنتاج قوة (القدرة العالية) خلال وضعية معينة

أن الأساس في إنتاج كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات يتدرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي وكذلك العضلات المتداخلة من الجهاز العصبي.**(المولي,1999,ص62)**

4-7-3- الصفات النفسية :

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم و ما يمتلكه من السمات الشخصية، و من بين الصفات النفسية نذكر ما يلي:

- ✓ **التركيز** : يعرف التركيز على أنه (تضييق الانتباه ، و تثبيته على مثير معين أو الإحتفاظ بالإنتباه على مثير محدد) و يرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي (المقدرة على الإحتفاظ بالإنتباه لمثير محدد لفترة من الزمن و غالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الإنتباه). **(النقيب,1990,ص384)**
- ✓ **الانتباه** : يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة ، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار ، و يتضمن الإنتباه،الإنسجام و الإبتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد إنتباهه، وعكس الإنتباه هو حالة الإضطراب و التشويش و التشتت الذهني.
- ✓ **التصور العقلي** : وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء و يطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب.
- ✓ **الثقة بالنفس** : هي توقع النجاح ، و الأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن و لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الإحتفاظ بالثقة بالنفس و توقع تحسن الأداء.
- ✓ **الإسترخاء** : هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانفعالية بعد القيام بنشاط , وتظهر مهارات اللاعب للإسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر . **(راتب,2004,ص117)**

4-8- بعض عناصر الناحية النفسية في كرة القدم:

هنالك عناصر عديدة يجب أن ينتبه إليها المدرب عند تطويره للناحية النفسية للاعب وأهمها:

4-8-1- حب اللاعب للعبة :

إن أول ما يضعه المدرب في اعتباره هو أن الناشئ يحب اللعبة وهذا الحب هو الذي يدفعه إلى المجيء إلى الملعب وانطلاقا من هذا يجب على المدرب أن يجعل هذا النشء يحس بأنه يتطور وأن هناك فائدة من حضوره التدريب.

4-8-2- الثقة بالنفس :

إن بث الثقة في نفسية اللاعب الناشئ تجعله يؤدي الفعاليات بصورة أدق وبمجهود أقل ، وفي نفس الوقت فإن هذا يؤدي الفعاليات التعاونية بصورة أفضل ، ولكن يجب تحاشي الثقة الزائدة والتي لا تستند على أسس لأنها تظهر على شكل غرور.

4-8-3- التحمل وتمالك النفس :

إن لعبة كرة القدم تلقي واجبات كبيرة على اللاعب ولذلك فعليه أن يتحمل الضغط النفسي الذي تسببه الفعاليات المتتالية وكثيرا من الأحيان لا يستطيع اللاعب أداء ما يريد ، وأن الخصم يقوم بما لا يرضاه بما لا يرغب لتسجيل إصابة ، ولذلك على اللاعب بعد كل نشاط جزئي أن يتمالك نفسه.

4-8-4- المثابرة :

على لاعب كرة القدم أن لا يتوقف إذا فشلت فعالية من فعاليته ، وعليه أن يثابر للحصول على نتيجة أحسن ، وإذا استطاع أن يسجل إصابة في هدف الخصم فإنه يجب أن يستمر على المثابرة لتسجيل إصابة أخرى.

4-8-5- الجرأة (الشجاعة وعدم الخوف) :

تلعب صفة الجرأة دورا هاما في كرة القدم ، ففي هذه الأخيرة تكون الكرة في حيازة اللاعب ويحاول المنافس مهاجمته للحصول عليها ، وهذا يقتضي من المدافع جرأة وشجاعة والعكس صحيح ، وكلما أحس اللاعب بقوته ومقدرته المهارية إزدادت جرأته ولكن يجب أن يلاحظ المدرب ألا تصل هذه الجرأة إلى الإندفاع والتهور.

4-8-6- الكفاح :

أصبح الآن كفاح اللاعب للإستحواذ على الكرة إحدى الصفات الإرادية الهامة التي يجب أن يتصف بها لاعب الكرة الحديث ، وخاصة لاعب الدفاع.

4-8-7- التصميم :

وهي صفة أخرى لها قيمتها في أداء الفريق عامة واللاعب خاصة ، فالتصميم يعني إصرار اللاعب على أداء واجبهم الهجومي والدفاعي في كل لحظة من لحظات المباراة وعدم التأثر بالصعوبات التي

تقابله أثناء المباراة وخاصة إن لم تكن نتيجة المباراة في صالح فريقه ففي مثل هذه الحالة يلعب الإصرار والتصميم دورا هاما في رفع الروح المعنوية للفريق.**(مختار, 1998, ص290)**

4-9- الخصائص النفسية للاعبي كرة القدم :

تتمثل الخصائص النفسية للاعب كرة قدم في الخصائص الخلقية وفي الطباع, وفي مستوى المشاعر (روح الفريق, العمل, العقلانية..... الخ), ومن جهة أخرى في التوازن الإنفعالي يتجلى من خلال القدرة على السيطرة على الدوافع والإنفعالات.

الأفراد يملكون أو يظهرون عادة طباعين أو ثلاثة أو أربعه فهناك :

- ✓ الطباع الممتلك فعلا (ناتجة عن ماضيهم تميل إلى الإحتفاظ في المستقبل).
- ✓ الطباع الظاهر(يوافق الحياة الإجتماعية أي فكرة كل واحد عن نفسه).
- ✓ الطباع المعتقد التحصل عليه(معارضة بين من هم ضده ومن يأملون أن يكونوا ضده)
- ✓ الطباع المراد التحصل عليه (يفوق ويعارض سابقتين).

و للتعرف على الطباع اكثر يجب أن نأخذ بعين الإعتبار الأنظمة التالية :

- ✓ البنيوية (زيارة الطبيب)
- ✓ العاطفيه(حكاية عاطفية)
- ✓ الاجتماعية (المستوى الاجتماعي والاقتصادي)
- ✓ الثقافة (كل ما يلاحظ في عين الملاحظ المتطرف). **(سالم ,1986,ص63)**

خلاصة :

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة أكثر إنتشارا في العالم, وليس هناك ما يستدعي الحديث عنها, فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول التي جعلتها في مقدمة الرياضات.

وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة, والأكيد أن أهم عنصر في هذه الرياضة هو اللاعب, ولهذا يجب الإهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه كي يكون دوره إيجابيا في هذه المعادلة, وإعطاء النتائج المرجوة منه.

وعرفت في الآونة الأخيرة رياضة كرة القدم تطورا ملحوظا في مختلف الجوانب ولا سيما الجانب النفسي, حيث تعتمد كرة القدم على التحضير النفسي مثله مثل باقي التحضيرات الأخرى حيث أصبح جزء لا يتجزأ من العملية التدريبية أو من خلال المنافسات, وذلك من أجل الوصول إلى الإنجاز الرياضي وتحقيق أفضل النتائج الممكنة.



الجانب التطبيقي

الفصل الخامس

منهجية الدراسة

تمهيد :

إن موضوع الدراسة لم يقتصر فقط على الجانب النظري، بل تم تناول المسائل العلمية والتي ترتبط إرتباطا وثيق بالجانب النظري، إذ تعد الدراسة الميدانية جانب مهم في القيام بأي دراسة يمكن من خلالها التوصل إلى حلول للمشكلة المطروحة، ويهدف هذا الفصل إلى التعريف بأهم الخطوات المنهجية المتبعة في هذا البحث وذلك من خلال تحديد منهجه، ومجتمعه، عينته، ومجالاته وكذا أداة البحث وإجراءاته، وأيضا الوسائل الإحصائية التي تم الاعتماد عليها لتحليل البيانات والمعلومات التي تم جمعها.

5- منهجية الدراسة :

5-1- الدراسة الإستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة أولية جوهرية تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة وشاملة حول مختلف جوانب الدراسة الميدانية؛ حيث تهدف أساساً إلى التأكد من مدى ملائمة أدوات البحث وموضوعيته قبل الخوض في التجربة النهائية.

وفي إطار بحثنا هذا، قمنا بإجراء زيارة ميدانية في شهر أفريل 2026، للوقوف على الظروف المحيطة بميدان الدراسة، وقد تمحورت خطواتنا الميدانية حول النقاط الآتية :

التحقق من واقعية إشكالية الدراسة : ومدى مطابقتها للمعطيات الموجودة على أرض الواقع.
إعداد أرضية العمل : التنبؤ بالمشكلات والعقبات المحتملة لوضع استراتيجيات لتجاوزها وتفاديها مستقبلا.
تحديد مجتمع وأفراد العينة : للتعرف على أهم الإجراءات اللوجستية والفنية لتطبيق الدراسة الميدانية.

وبما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية معمقة، استوجب علينا القيام بجولة استطلاعية بدأت بالتوجه إلى إدارة كل من النادي **الرياضي القسنطيني** و **نادي وفاق الرياضي السطايفي**, وذلك للوقوف على الظروف التنظيمية التي سيجرى فيها البحث، والتعرف على الأفراد المستهدفين بالدراسة .

وقد ركزنا خلال هذه الخطوة على قياس مدى استعداد اللاعبين، والأطقم الفنية، والمسؤولين للتعاون معنا. ومن خلال احتكاكنا الميداني، قمنا بالتواصل المباشر مع اللاعبين والمدربين في كلا الفريقين لمعرفة آرائهم ومقترحاتهم حول النقاط الأساسية المرتبطة بموضوع الدراسة.

وقد مكنتنا هذه الدراسة الاستطلاعية من الحصول على معلومات كافية وشاملة حول لاعبي الفريقين الناشطين في الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم للموسم الرياضي 2026/2025 , مما ساهم في بلورة التصور النهائي لأدوات البحث وسبل تطبيقها .

من خلال ما سبق , اتضحت معالم مشكلة الدراسة التي نحن بصدد دراستها , والوقوف على سياقها الزمني والمكاني , كما تم تحديد مجتمع الدراسة وحجم العينة المختارة بدقة , وقد اعتمدت الدراسة الحالية على استبيان موجه للاعبين كأداة رئيسية لجمع البيانات اللازمة والتحقق من صحة الفرضيات المطروحة , ولضمان جودة الأداة علميا, تم الحساب الخصائص السيكومترية لها من خلال التأكد من صدقها وثباتها , حيث تم عرضها أولا على مجموعة من الأساتذة الخبراء ضمن ما يعرف بـ "صدق المحكمين" للتأكد من شمولية ووضوح العبارات.

ولحساب معامل الثبات تم استخدام طريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) من خلال تطبيق الأداة على عينة استطلاعية قوامها 10 لاعبين , تم اختيارهم بمقدار 05 لاعبين من فريق النادي الرياضي القسنطيني و05 لاعبين من فريق الوفاق الرياضي السطايفي , وذلك بفاصل زمني قدره 15 يوما بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق في نفس الظروف , مما سمح بالتأكد من استقرار النتائج وصلاحية الأداة للتطبيق النهائي على عينة الدراسة الأساسية .

5-2- منهج الدراسة :

مما لاشك أن أي عمل علمي يطمح للالتزام بالمعايير الأكاديمية يجد نفسه مطالبا بوضع خطة أو طريقة أو منهجية واضحة , يحدد من خلالها الخطوات الاجرائية المتبعة للوصول إلى النتائج المرجوة , إذ لا يستقيم البحث دون منهج رصين يتسم بالدقة والموضوعية .

وفي ضوء سعي الدراسة الحالية للوقوف على " **واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة** " ولما كانت طبيعة الموضوع هي التي تفرض نوع المنهج المتبع , فقد اقتضت الضرورة العلمية الاعتماد على **(المنهج الوصفي)**. كونه الأنسب لوصف الظاهرة , وجمع المعلومات والبيانات الدقيقة حولها وتحليل واقعها الحالي.

5-3- متغيرات الدراسة :

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث , أهمية كبيرة لهذا يمكن القول أنه كي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانيا , أنه لابد من العمل على صياغة وتجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق إذ أنه لابد أن يحرص كل باحث حرصا شديدا على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها تأثر سلبيا على مسار إجراء دراسته.

- ✓ **المتغير المستقل يتمثل في :** التكنولوجيات الحديثة.
- ✓ **المتغير التابع يتمثل في :** التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم.

5-4- مجتمع وعينة الدراسة :

- ✓ **مجتمع الدراسة :** يمثل مجتمع الدراسة الفئة الإجتماعية المراد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وبما أننا بصدد الدراسة عن " **واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة** " فإن مجتمع الدراسة هو جميع لاعبي **الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم.**
- ✓ **عينة الدراسة :** شملت عينة الدراسة **40 لاعبا** .

20 لاعبا من **النادي الرياضي القسنطيني** و **20** لاعبا من **نادي وفاق الرياضي السطايفي** الناشطين حاليا في **الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم** (صنف أكابر) .

- ✓ **مجالات البحث :**
  - **المجال البشري والمكاني :**

قمنا بتوزيع الاستبيان على عينة قوامها 40 لاعبا .

بواقع **20** لاعبا من **النادي الرياضي القسنطيني** و **20** لاعبا من **نادي وفاق الرياضي السطايفي** , وذلك خلال شهر أفريل 2026 .

  - **المجال الزماني :**

استغرق إنجاز هذه الدراسة في شقيها النظري والميداني فترة امتدت من بداية شهر فيفري الى شهر نهاية شهر ماي 2026 , حيث تم تقسيمها كالتالي :

الجانب النظري : تم انجازه في الفترة الممتدة مابين شهر فيفري الى شهر افريل 2026 .

الجانب التطبيقي : جري تنفيذه خلال شهري أفريل وماي 2026 , وشمل توزيع أداة الدراسة , جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا , وصولا الى استخلاص النتائج .

5-5- أساليب جمع البيانات (أدوات جمع البيانات) :

لكل دراسة أو بحث علمي مجموعة من الادوات والوسائل التي يستخدمها الباحث يكيفها للمنهج الذي يستخدمه ويحاول أن يلجأ إلى الأدوات التي توصله الى الحقائق التي يسعى إليها , وفي موضوع دراستنا اعتمدنا على أداة استبيان .

يعتبر الإستبيان من أدوات البحث الأساسية الشائعة للإستعمال في العلوم الإنسانية حيث يستخدم في الحصول على معلومات دقيقة لا يستطيع الباحث ملاحظتها بنفسه في المجال المبحوث لكونها معلومات لا يملكها إلا صاحب المؤهل قبل غيره على البوح بها, وهو تلك القائمة من الأسئلة التي يحضرها الباحث

في تعبيرها عن الموضوع المبحوث من أجل الحصول على إجابات تتضمن المعلومات والبيانات المطلوبة لتوضيح الظاهرة المدروسة وتعريفها من جوانبها المختلفة.**(أحمد بن مرسلي ,2003, ص220).**

5-6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق،الثبات) :

- **الصدق :** يعرف عبد الحميد الصدق بقوله : أنه صلاحية الأسلوب أو الأداة لقياس ماهو مراد قياسه أو بمعنى آخر صلاحية البحث في تحقيق أهداف الدراسة.**(محمد عبد الحميد ,1985, ص222-229).**
- **الثبات :** عرف (معمرية) الثبات بأنه "مدى الدقة والاستقرار والإتساق في نتائج القياس، وضمان الحصول على نفس النتائج تقريبا إذا أعيد الاختبار على نفس الفرد أو نفس المجموعة من الأفراد، وهذا يعني قلة تأثير عوامل الصدفة على نتائج الاختبار" . **(معمرية , 2012, ص250)**
- **الصدق الظاهري:**

بالنسبة للصدق فقد تم توزيع استمارة الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المختصين والبالغ عددهم 03 أساتذة حيث كانت هناك عدة ملاحظات بالنسبة لصياغة العبارات حيث قمنا بالأخذ بملاحظات الأساتذة المحكمين وبعد تعديلها تمكنا من أخذ الموافقة النهائية من أجل عملية طبع الاستبيان في صورته النهائية حيث اتبعنا خطوات بناء الاستبيان المنشود من حيث:

أولا: مدى مناسبة المحاور المقترحة للاستبيان.

ثانيا: مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.

ثالثا: مدى مناسبة العبارات لكل محور.

رابعا: مدى ارتباط العبارات وانتمائها للمحاور.

خامسا : حذف أو تعديل العبارات التي لا تسهم في إثراء الاستبيان.

- **الصدق الذاتي:**

لمعرفة الصدق الذاتي للاستبيان المستخدم في دراستنا قمنا بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، والجدول رقم (01) يبين الخصائص السيكومترية للاستبيان المطبق على عينة التجربة الاستطلاعية:

جدول رقم (01): يبين نتائج الخصائص السيكومترية لاستبيان الدراسة

الصدق والثبات محاور الاستبيان	الثبات	الصدق الذاتي
المحور الأول	0.87	0.93
المحور الثاني	0.92	0.96
المحور الثالث	0.88	0.94
الاستبيان ككل	0.89	0.94

من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن قيمة معامل الثبات لمحاور الاستبيان والاستبيان ككل تندرج ضمن المجال [0.87، 0.92]، فيما تراوحت قيمة الصدق الذاتي بين 0.93 و0.96 وهذا ما يعني أن استبيان دراستنا يتمتع بمعاملي صدق وثبات عاليين.

5- 7- تصميم الدراسة والمعالجة الاحصائية :

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج استمارة الاستبيان بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة الى أرقام .

تمثلت الوسائل الإحصائية المستخدمة في:

أ. **اختبار كا تربيع:**

يعبر عنه بالمعادلة التالية:

كا^2 = مجموع [(التكرارات المشاهدة –التكرارات المتوقعة)^2 / التكرارات المتوقعة]

(محمد نصر الدين , 2002 , ص186)

ب. معامل الارتباط البسيط لبيرسون :

يستخدم لإيجاد قوة العلاقة بين متغيرين (س, ص) ويرمز له ب (r) ويحتسب وفق القانون التالي:

$$R = \frac{(x-\dot{x})(y-\dot{y})}{\sqrt{\sum (x-\dot{x})^2 - \sum (y-\dot{y})^2}}$$

R : معامل الارتباط البسيط لبيرسون. $\bar{X}$: المتوسط الحسابي للمجموعة 01. X : قيم المجموعة 01.

y: قيم المجموعة 02 . $\bar{y}$: المتوسط الحسابي للمجوعة 02.

(شرف الدين , دون تاريخ , ص82)

5– 8 – خطوات إجراء الدراسة الميدانية :

بعد نيل الموافقة من الأستاذ المشرف، شرعنا في طباعة استمارة الاستبيان الموجهة للاعبي صنف "أكابر" لكل من **النادي الرياضي القسنطيني** و**الوفاق الرياضي السطايفي** .

انتقلنا إلى مقريّ الناديين، حيث حظينا باستقبال من المسيرين والمدربين الذين سهلوا لنا مهمة التواصل مع اللاعبين. قمنا بتوزيع الاستمارات وشرح بعض العبارات التي اعتراها الغموض لضمان دقة الإجابات، مع منح اللاعبين الوقت الكافي لملئها بكل أريحية.

تلي هذه الخطوة الميدانية جلسة عمل مع الأستاذ المشرف لاستشارته حول أنجع الطرق لتحليل البيانات ومناقشة النتائج المتوصل إليها.

خلاصة :

يمكن إعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث , من بين أهم الفصول التي ضمتها دراستنا هذه لأنه يحتوي على أهم العناصر الاساسية التي قادتنا إلى إحتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة.

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول الى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة .

في هذا الفصل تناولنا أهم العناصر التي تهم دراستنا بشكل كبير , منها الدراسة الإستطلاعية , المنهج المتبع , متغيرات البحث , مجتمع وعينة الدراسة, أساليب جمع البيانات...الخ , من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي في دراسته.



الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

6- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

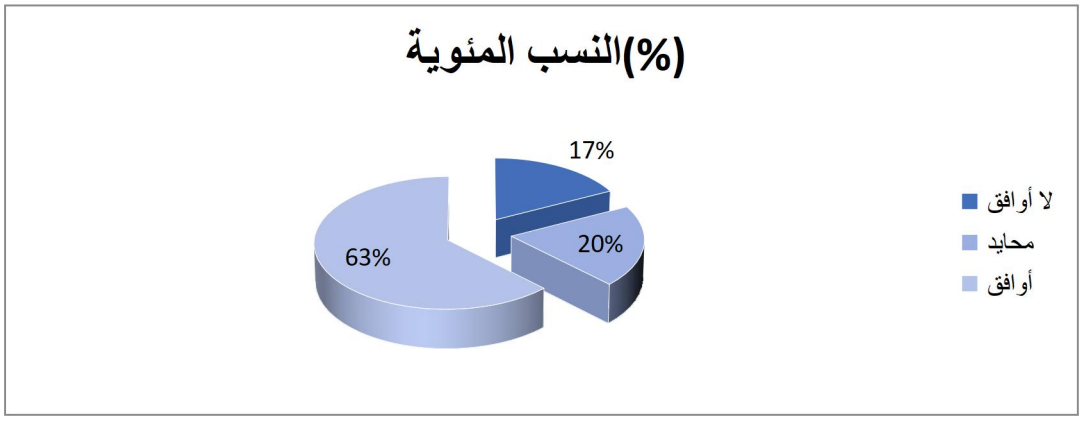
6-1- عرض وتحليل النتائج :

المحور الأول: يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى.

العبارة الأولى: يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في اعداد البرامج التدريبية.

جدول رقم 02: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الأولى من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	07	17	15.35	5.99	0.05	02	دال
محايد	08	20					
أوافق	25	63					
المجموع	40	100					



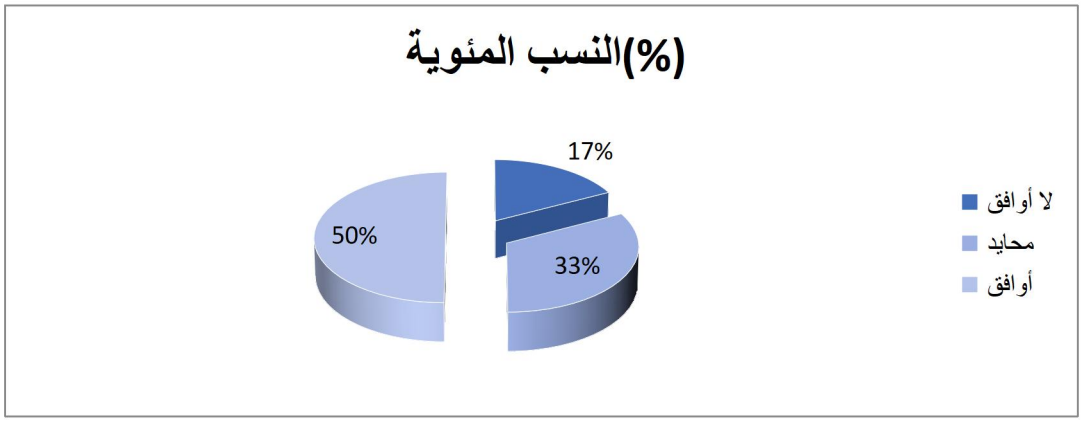
شكل رقم 08: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 01 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 63% يوافقون على أنه يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في اعداد البرامج التدريبية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 17% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 15.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في اعداد البرامج التدريبية.

العبارة الثانية: يتم الاعتماد على تطبيقات تحليل المباريات بعد كل مقابلة.

جدول رقم 03: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثانية من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	07	17	6.35	5.99	0.05	02	دال
محايد	13	33					
أوافق	20	50					
المجموع	40	100					



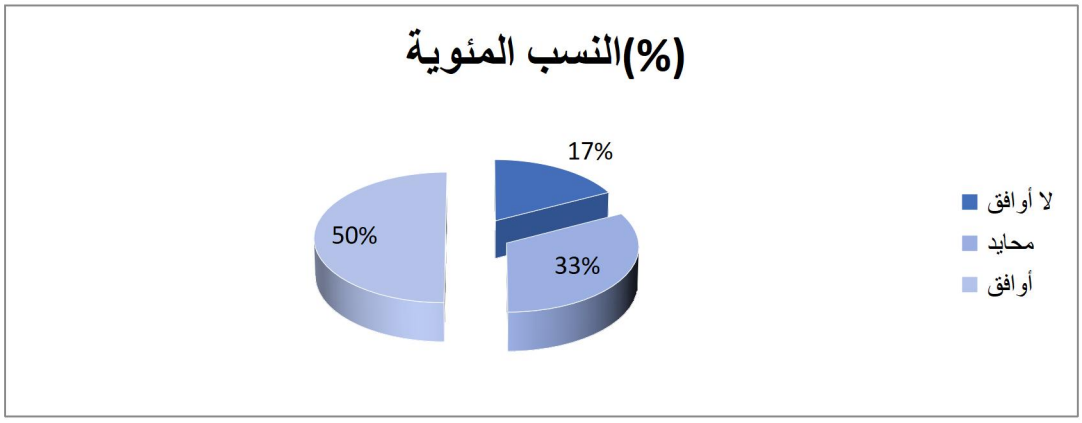
شكل رقم 09: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 02 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 50% يوافقون على أنه يتم الاعتماد على تطبيقات تحليل المباريات بعد كل مقابلة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 17% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 6.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم الاعتماد على تطبيقات تحليل المباريات بعد كل مقابلة.

العبارة الثالثة: يتم استخدام التحليل بالفيديو لتصحيح الاخطاء الفردية.

جدول رقم 04: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثالثة من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	07	17	6.35	5.99	0.05	02	دال
محايد	13	33					
أوافق	20	50					
المجموع	40	100					



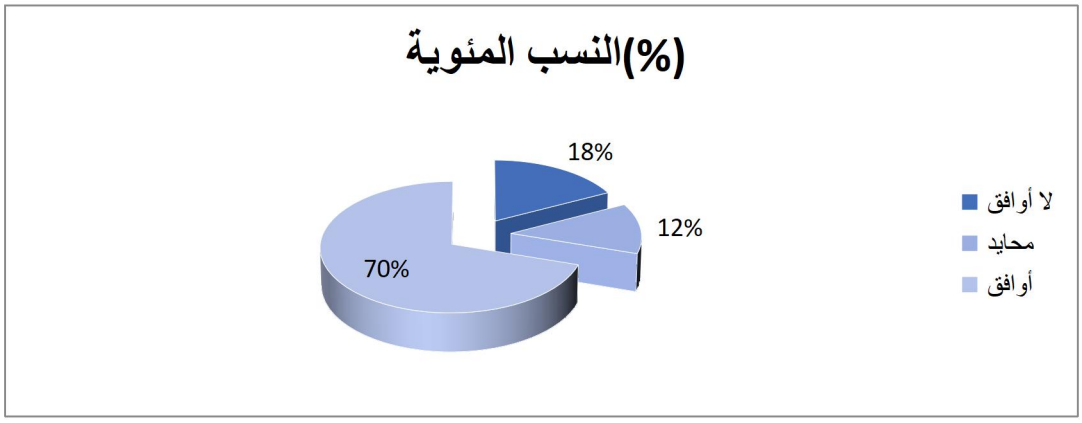
شكل رقم 10: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 03 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 50% يوافقون على أنه يتم استخدام التحليل بالفيديو لتصحيح الاخطاء الفردية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 17% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 6.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم استخدام التحليل بالفيديو لتصحيح الاخطاء الفردية.

العبارة الرابعة: يتم استخدام التحليل الرقمي في دراسة المنافسين.

جدول رقم 05: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الرابعة من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	07	17	24.35	5.99	0.05	02	دال
محايد	05	13					
أوافق	28	70					
المجموع	40	100					



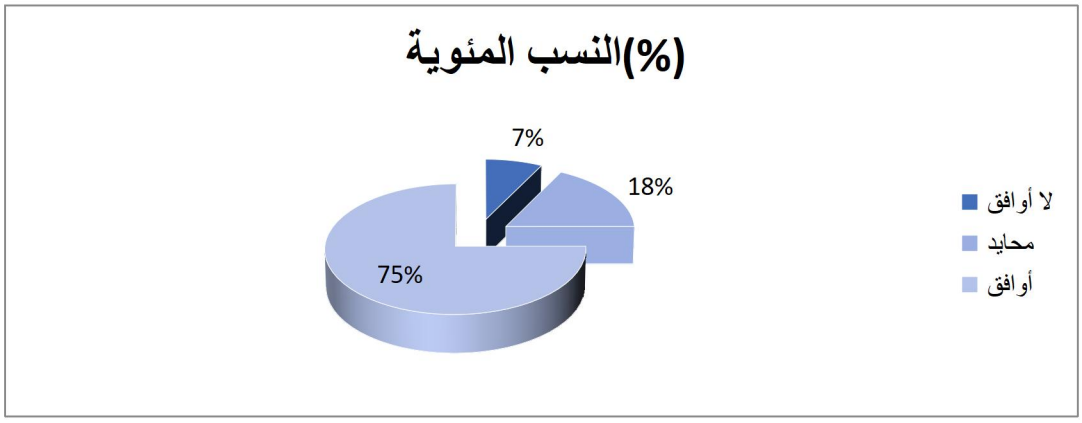
شكل رقم 11: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 04 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 70% يوافقون على أنه يتم استخدام التحليل الرقمي في دراسة المنافسين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 13% التزموا الحياد فيما يخص ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 24.35 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم استخدام التحليل الرقمي في دراسة المنافسين.

العبارة الخامسة: يتوفر ضمن الطاقم الفني مختص في تحليل الفيديو الرياضي.

جدول رقم 06: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الخامسة من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	03	03	31.85	5.99	0.05	02	دال
محايد	07	18					
أوافق	30	75					
المجموع	40	100					



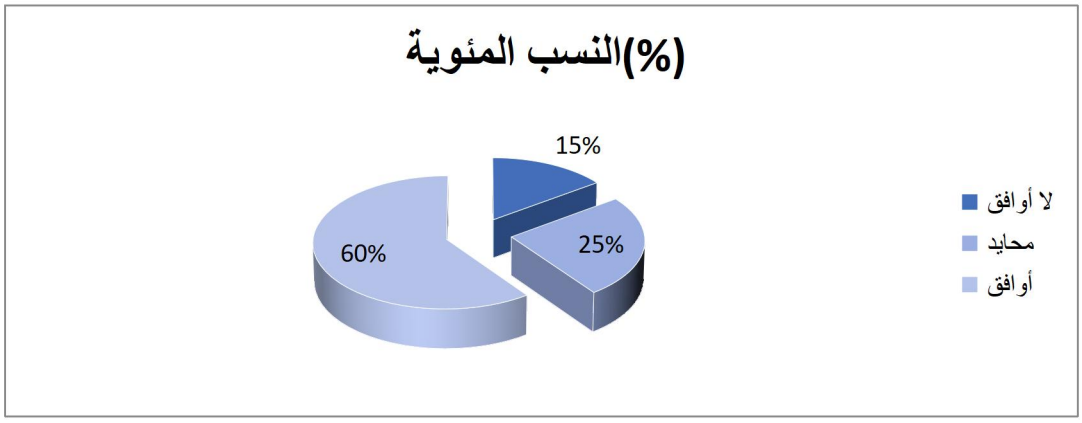
شكل رقم 12: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 05 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 06 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 75% يوافقون على أنه يتوفر ضمن الطاقم الفني مختص في تحليل الفيديو الرياضي، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 31.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتوفر ضمن الطاقم الفني مختص في تحليل الفيديو الرياضي.

العبارة السادسة: يتم الاستعانة بالتحليل بالفيديو في الاجتماعات الفنية.

جدول رقم 07: يبين التحليل الإحصائي للعبارة السادسة من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	06	15	13.40	5.99	0.05	02	دال
محايد	10	25					
أوافق	24	60					
المجموع	40	100					



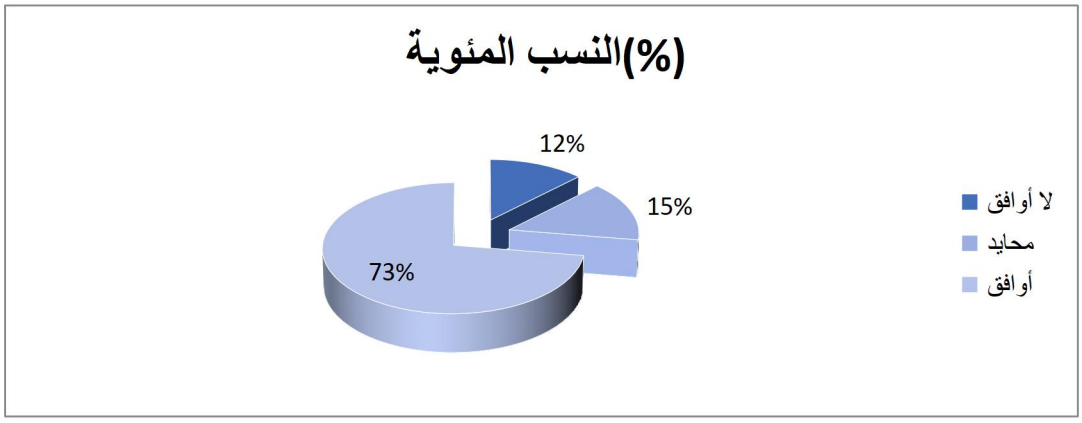
شكل رقم 13: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 06 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 60% يوافقون على أنه يتم الاستعانة بالتحليل بالفيديو في الاجتماعات الفنية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 15% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 13.40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم الاستعانة بالتحليل بالفيديو في الاجتماعات الفنية.

العبارة السابعة: استخدام تطبيقات تحليل الأداء تساعد في رفع جودة التحضير للمباريات.

جدول رقم 08: يبين التحليل الإحصائي للعبارة السابعة من المحور الأول

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	05	12	27.65	5.99	0.05	02	دال
محايد	06	15					
أوافق	29	73					
المجموع	40	100					



شكل رقم 14: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 07 من المحور الأول

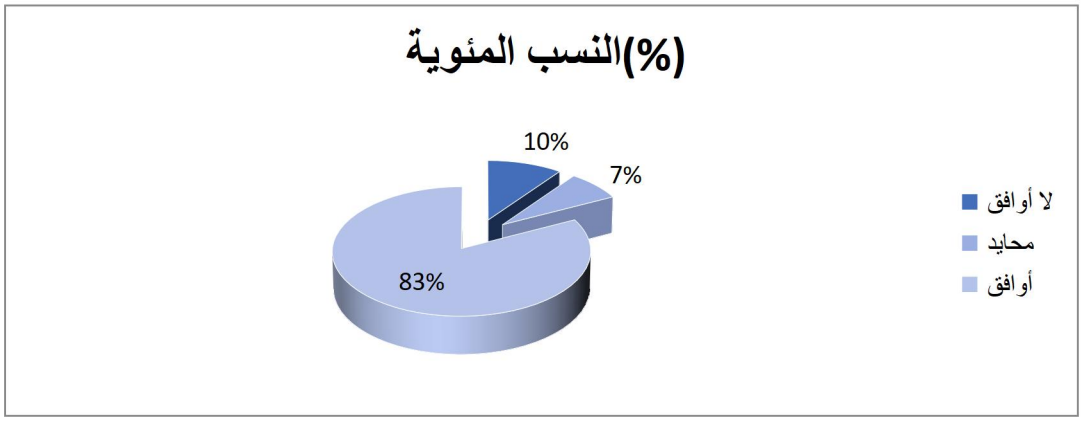
من خلال الجدول رقم 08 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 73% يوافقون على أن استخدام تطبيقات تحليل الأداء يساعد في رفع جودة التحضير للمباريات، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 12% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 27.65 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن استخدام تطبيقات تحليل الأداء يساعد في رفع جودة التحضير للمباريات.

المحور الثاني: يتم استخدام الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة (مثل أنظمة GPS) أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة.

العبارة الثامنة: يوفر فريقك أجهزة تتبع الأداء مثل جهاز (gps) وجهاز مراقبة نبضات القلب.

جدول رقم 09: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثامنة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	04	10	43.55	5.99	0.05	02	دال
محايد	03	07					
أوافق	33	83					
المجموع	40	100					



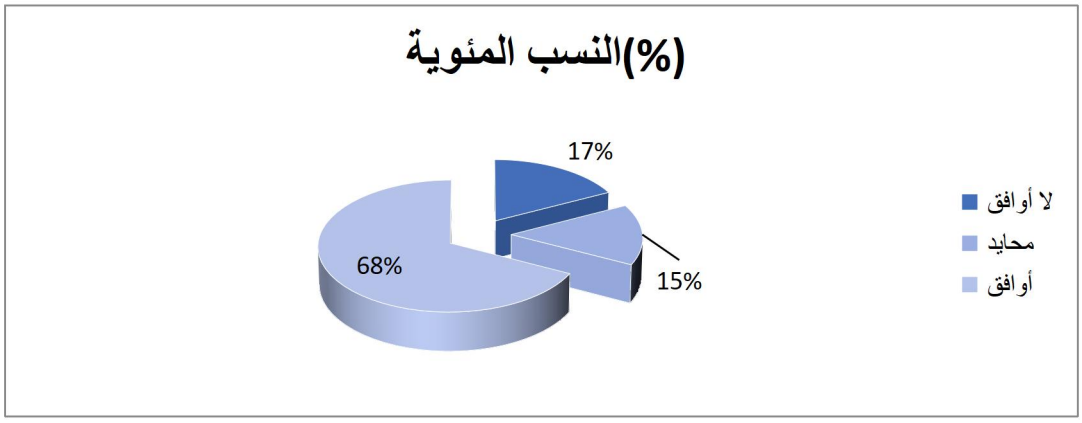
شكل رقم 15: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 08 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 83% يوافقون على أن فريقهم يوفر أجهزة تتبع الأداء مثل جهاز (gps) وجهاز مراقبة نبضات القلب، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% التزموا الحياد فيما يخص ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 43.55 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن فريقهم يوفر أجهزة تتبع الأداء مثل جهاز (gps) وجهاز مراقبة نبضات القلب.

العبارة التاسعة: يعتمد فريقك على أنظمة تتبع الحركة مثل أجهزة (gps).

جدول رقم 10: يبين التحليل الإحصائي للعبارة التاسعة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	07	17	21.05	5.99	0.05	02	دال
محايد	06	15					
أوافق	27	68					
المجموع	40	100					



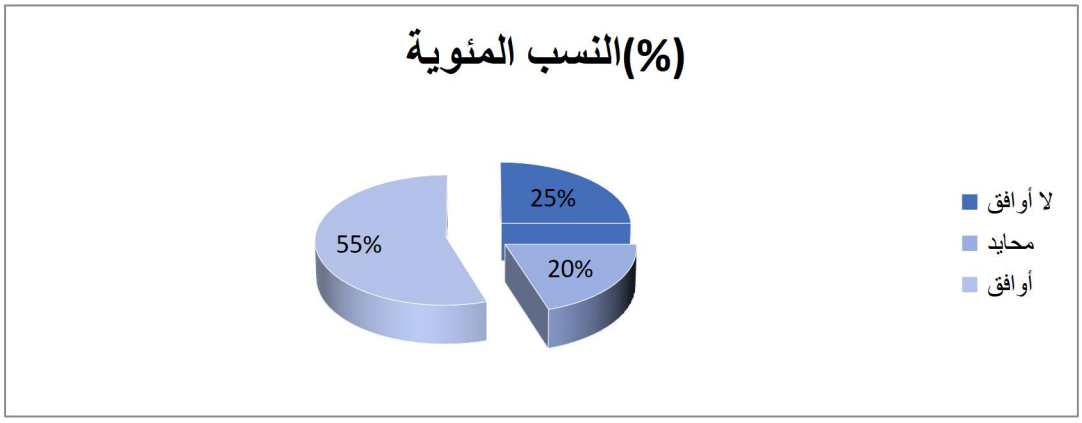
شكل رقم 16: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 09 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 68% يوافقون على أن فريقهم يعتمد على أنظمة تتبع الحركة مثل أجهزة (gps)، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 15% التزموا الحياد فيما يخص ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 21.05 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن فريقهم يعتمد على أنظمة تتبع الحركة مثل أجهزة (gps).

العبارة العاشرة: يتم تحليل بيانات gps بعد كل حصة تدريبية.

جدول رقم 11: يبين التحليل الإحصائي للعبارة العاشرة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	10	20	8.60	5.99	0.05	02	دال
محايد	08	25					
أوافق	22	55					
المجموع	40	100					



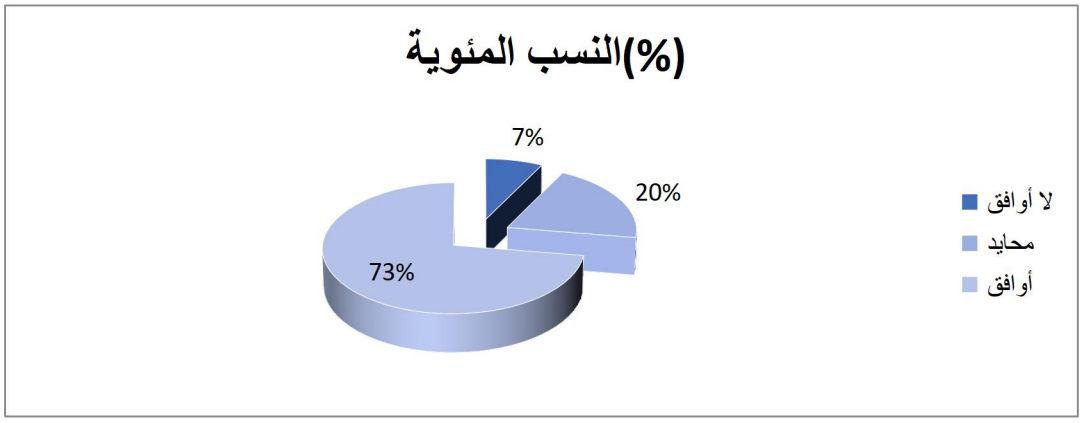
شكل رقم 17: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 10 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 55% يوافقون على أنه يتم تحليل بيانات gps بعد كل حصة تدريبية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 20% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 8.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم تحليل بيانات gps بعد كل حصة تدريبية.

العبارة الحادية عشرة: يتم استخدام الوسائل الرقمية في تقييم اللياقة البدنية للاعبين.

جدول رقم 12: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الحادية عشرة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	03	07	28.55	5.99	0.05	02	دال
محايد	08	20					
أوافق	29	73					
المجموع	40	100					



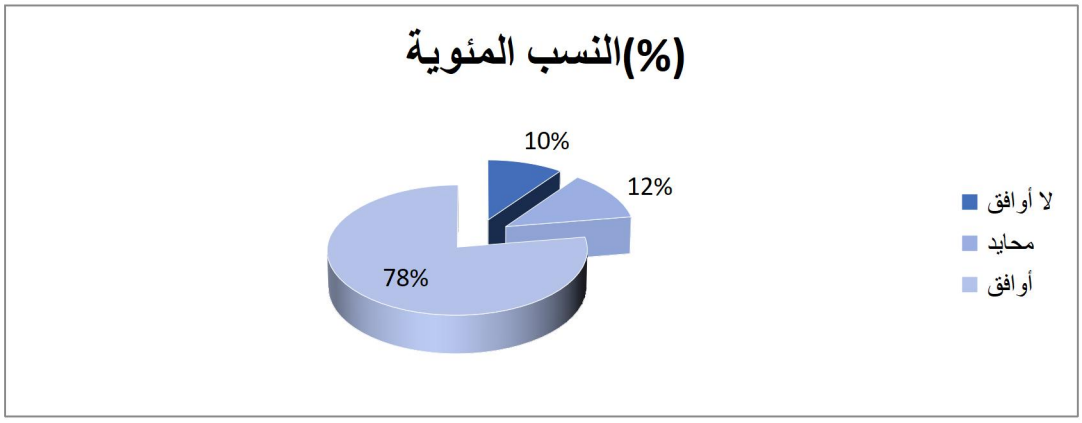
شكل رقم 18: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 11 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 12 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 73% يوافقون على أنه يتم استخدام الوسائل الرقمية في تقييم اللياقة البدنية للاعبين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 28.55 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم استخدام الوسائل الرقمية في تقييم اللياقة البدنية للاعبين.

العبارة الثانية عشرة: يتم تطبيق الاختبارات البدنية الحديثة بشكل دوري داخل الفريق.

جدول رقم 13: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثانية عشرة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	04	10	35.15	5.99	0.05	02	دال
محايد	05	12					
أوافق	31	78					
المجموع	40	100					



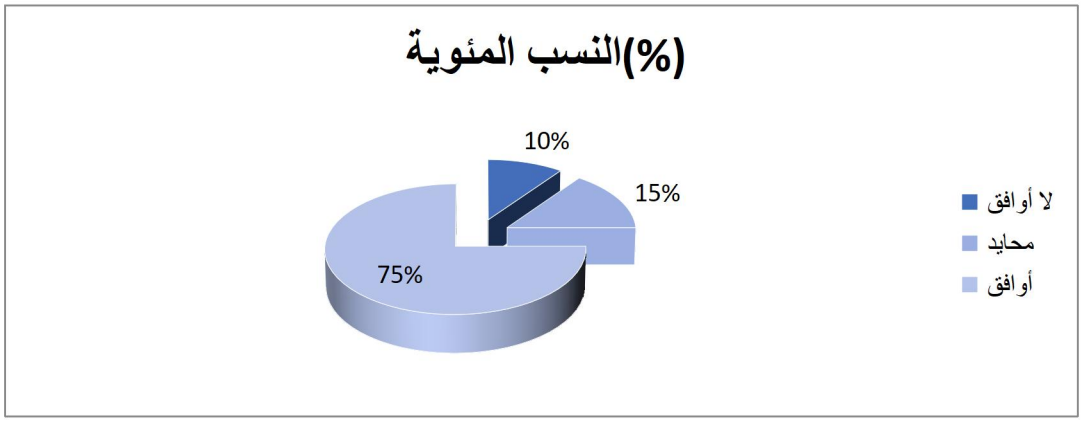
شكل رقم 19: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 12 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 13 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 78% يوافقون على أنه يتم تطبيق الاختبارات البدنية الحديثة بشكل دوري داخل الفريق، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 35.15 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أنه يتم تطبيق الاختبارات البدنية الحديثة بشكل دوري داخل الفريق.

العبارة الثالثة عشرة: يعتمد المدرب على نتائج القياسات الرقمية أكثر من الملاحظة فقط.

جدول رقم 14: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثالثة عشرة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	04	10	31.40	5.99	0.05	02	دال
محايد	06	15					
أوافق	30	75					
المجموع	40	100					



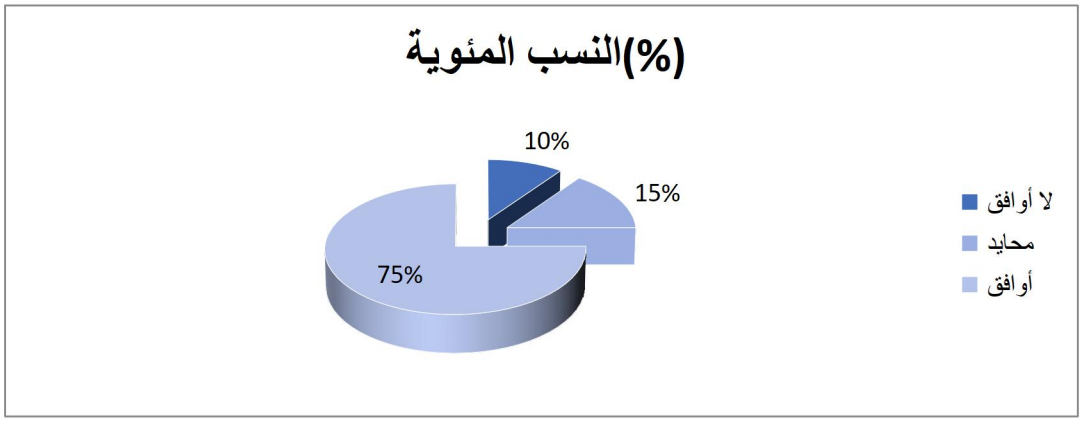
شكل رقم 20: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 13 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 14 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 75% يوافقون على أن المدرب يعتمد على نتائج القياسات الرقمية أكثر من الملاحظة فقط، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 31.40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن المدرب يعتمد على نتائج القياسات الرقمية أكثر من الملاحظة فقط.

العبارة الرابعة عشرة: يستخدم الطاقم الفني تقارير القياسات التكنولوجية في تقييم اللاعبين.

جدول رقم 15: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الرابعة عشرة من المحور الثاني

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	04	10	31.40	5.99	0.05	02	دال
محايد	06	15					
أوافق	30	75					
المجموع	40	100					



شكل رقم 21: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 14 من المحور الثاني

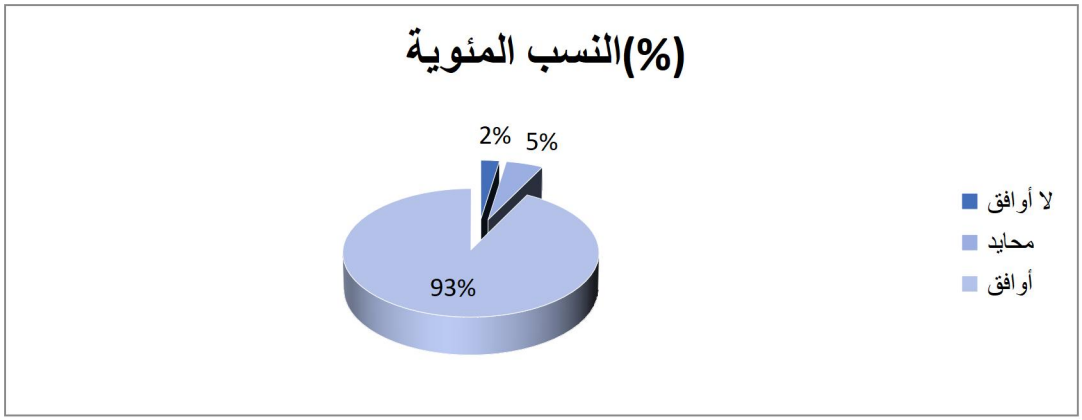
من خلال الجدول رقم 15 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 75% يوافقون على أن الطاقم الفني يستخدم تقارير القياسات التكنولوجية في تقييم اللاعبين، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 31.40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن الطاقم الفني يستخدم تقارير القياسات التكنولوجية في تقييم اللاعبين.

المحور الثالث: يساهم استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى.

العبارة الخامسة عشرة: تساهم التكنولوجيات الرقمية في التشخيص الدقيق لنقاط القوة والضعف لدى اللاعب.

جدول رقم 16: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الخامسة عشرة من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	01	02	63.05	5.99	0.05	02	دال
محايد	02	05					
أوافق	37	93					
المجموع	40	100					



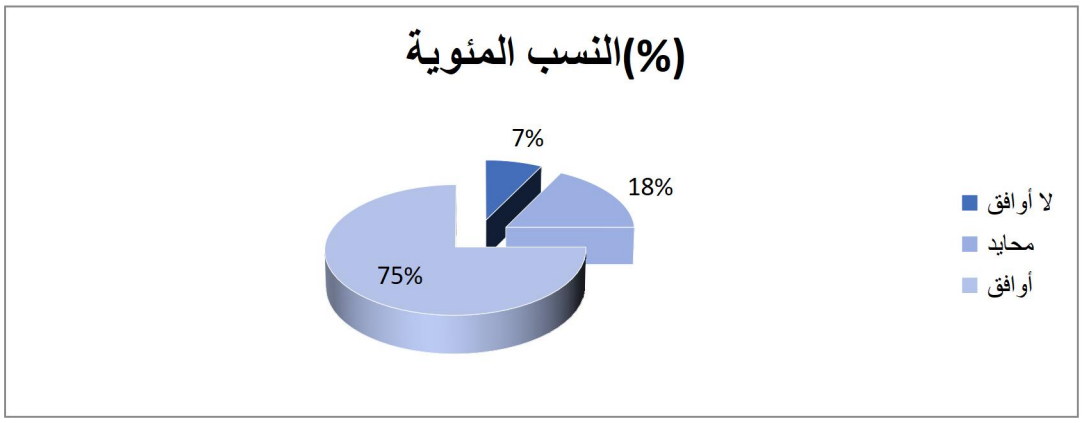
شكل رقم 22: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 15 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 16 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 93% يوافقون على أن التكنولوجيات الرقمية تساهم في التشخيص الدقيق لنقاط القوة والضعف لدى اللاعب، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 02% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 63.05 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن التكنولوجيات الرقمية تساهم في التشخيص الدقيق لنقاط القوة والضعف لدى اللاعب.

العبارة السادسة عشرة: تساعد الأدوات الرقمية في ضبط الأحمال التدريبية بما يقلل من تذبذب المستوى الرياضي.

جدول رقم 17: يبين التحليل الإحصائي للعبارة السادسة عشرة من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	03	07	31.85	5.99	0.05	02	دال
محايد	07	18					
أوافق	30	75					
المجموع	40	100					



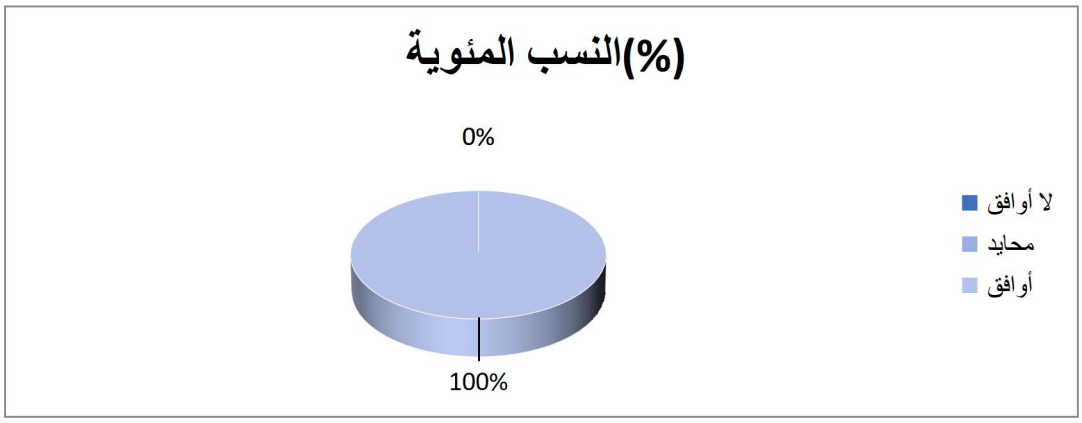
شكل رقم 23: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 16 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 75% يوافقون على أن الأدوات الرقمية تساعد في ضبط الأحمال التدريبية بما يقلل من تذبذب المستوى الرياضي، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 07% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 31.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن الأدوات الرقمية تساعد في ضبط الأحمال التدريبية بما يقلل من تذبذب المستوى الرياضي.

العبارة السابعة عشرة: يسهم استخدام التكنولوجيا الحديثة في تحسين جودة الأداء الرياضي وتنمية الكفاءة البدنية.

جدول رقم 18: يبين التحليل الإحصائي للعبارة السابعة عشرة من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	00	00	80	5.99	0.05	02	دال
محايد	00	00					
أوافق	40	100					
المجموع	40	100					



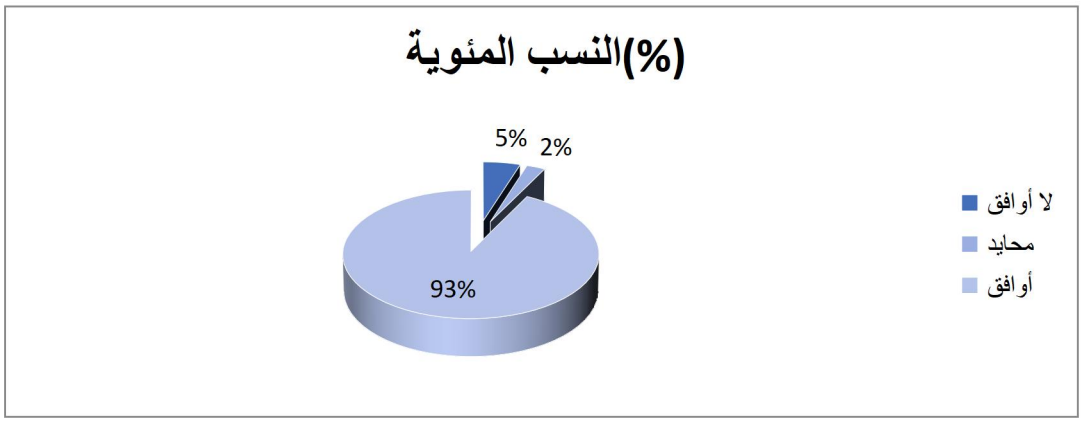
شكل رقم 24: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 17 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 18 نلاحظ أن كل اللاعبين وبنسبة 100% يوافقون على أن استخدام التكنولوجيا الحديثة يساهم في تحسين جودة الأداء الرياضي وتنمية الكفاءة البدنية، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 34.31 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن استخدام التكنولوجيا الحديثة يساهم في تحسين جودة الأداء الرياضي وتنمية الكفاءة البدنية.

العبارة الثامنة عشرة: تعزز الوسائل الرقمية من جودة عمليات الاستشفاء الرياضي وتسرع العودة للمنافسة.

جدول رقم 19: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثامنة عشرة من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	02	05	63.05	5.99	0.05	02	دال
محايد	01	02					
أوافق	37	93					
المجموع	40	100					



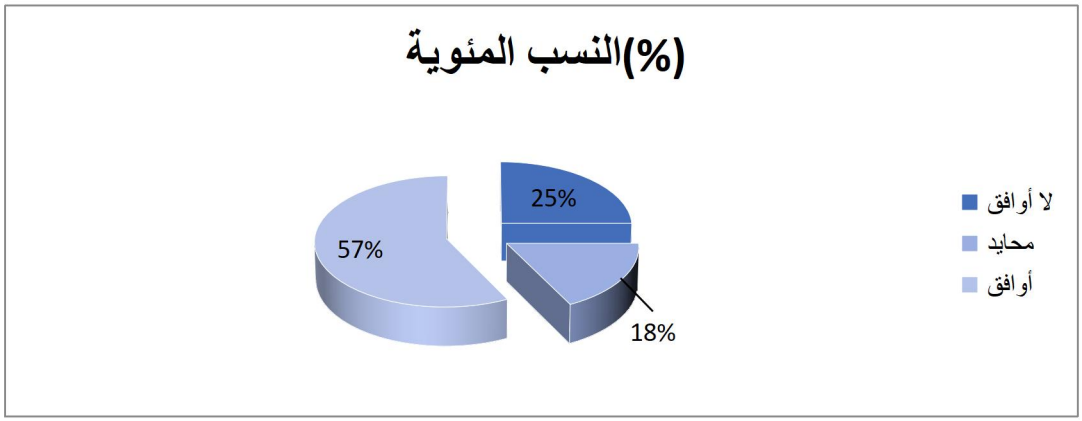
شكل رقم 25: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 18 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 19 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 93% يوافقون على أن الوسائل الرقمية تعزز من جودة عمليات الاستشفاء الرياضي وتسرع العودة للمنافسة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 02% التزموا الحياد فيما يخص ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 63.05 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن الوسائل الرقمية تعزز من جودة عمليات الاستشفاء الرياضي وتسرع العودة للمنافسة.

العبارة التاسعة عشرة: تعمل التقنيات الرقمية الحديثة على تحفيز اللاعبين لبذل أقصى مجهود للوصول للأداء الأفضل.

جدول رقم 20: يبين التحليل الإحصائي للعبارة التاسعة عشرة من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	10	17	10.85	5.99	0.05	02	دال
محايد	07	25					
أوافق	23	58					
المجموع	40	100					



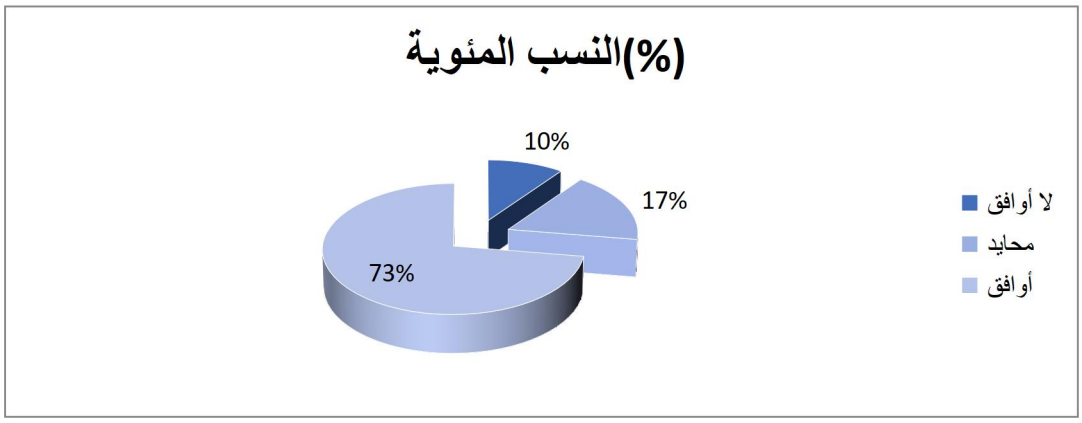
شكل رقم 26: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 19 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 20 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 58% يوافقون على أن التقنيات الرقمية الحديثة تعمل على تحفيز اللاعبين لبذل أقصى مجهود للوصول للأداء الأفضل، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 17% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 10.85 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن التقنيات الرقمية الحديثة تعمل على تحفيز اللاعبين لبذل أقصى مجهود للوصول للأداء الأفضل.

العبارة العشرون: تسمح التكنولوجيا الرقمية بالتنبؤ بمستوى الأداء البدني المتوقع للاعب قبل انطلاق المنافسة.

جدول رقم 21: يبين التحليل الإحصائي للعبارة العشرون من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	04	10	27.95	5.99	0.05	02	دال
محايد	07	17					
أوافق	29	73					
المجموع	40	100					



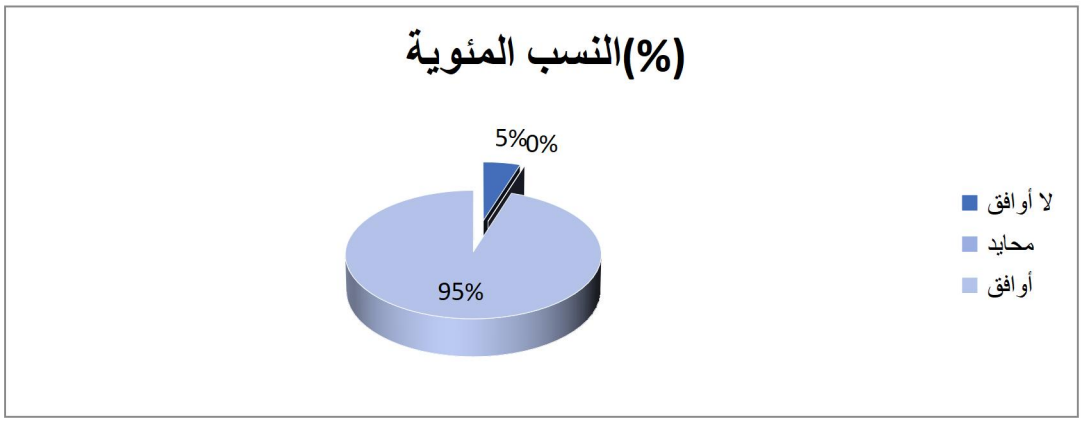
شكل رقم 27: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 20 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 21 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 73% يوافقون على أن التكنولوجيا الرقمية تساهم في التنبؤ بمستوى الأداء البدني المتوقع للاعب قبل انطلاق المنافسة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 10% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 27.95 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن التكنولوجيا الرقمية تساهم في التنبؤ بمستوى الأداء البدني المتوقع للاعب قبل انطلاق المنافسة.

العبارة الحادية والعشرون: يعد الاعتماد على التكنولوجيا الرقمية خيارا استراتيجيا لا غنى عنه لتحقيق الأداء العالي.

جدول رقم 22: يبين التحليل الإحصائي للعبارة الحادية والعشرون من المحور الثالث

	التكرارات	النسب المئوية (%)	قيمة كا^2		نسبة الخطأ	درجة الحرية	دلالة اختبار كا^2
			المحسوبة	الجدولية			
لا أوافق	02	05	68.60	5.99	0.05	02	دال
محايد	00	00					
أوافق	38	95					
المجموع	40	100					



شكل رقم 28: يوضح النسب المئوية لإجابات العبارة رقم 21 من المحور الثالث

من خلال الجدول رقم 22 نلاحظ أن النسبة الأكبر من اللاعبين والتي تمثل 95% يوافقون على أن الاعتماد على التكنولوجيا الرقمية يعتبر خيارا استراتيجيا لا غنى عنه لتحقيق الأداء العالي، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 05% لا يوافقون على ذلك، كما بلغت قيمة كا^2 المحتسبة 68.60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا^2 الجدولية والبالغة 5.99 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات اللاعبين لصالح الذين يوافقون على أن الاعتماد على التكنولوجيا الرقمية يعتبر خيارا استراتيجيا لا غنى عنه لتحقيق الأداء العالي.

6-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضيات :

1- **مناقشة الفرضية الفرعية الأولى :**" :يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى"

من خلال النتائج المتحصل عليها في المحور الأول، يتضح أن أغلب اللاعبين يؤكدون استخدام تطبيقات تحليل الأداء في مختلف الجوانب المرتبطة بالتدريب والمنافسة. حيث سجلت نسب موافقة مرتفعة في جميع العبارات، خاصة في استخدام التحليل الرقمي لدراسة المنافسين (70%)، ووجود مختص في تحليل الفيديو ضمن الطاقم الفني (75%)، إضافة إلى دور هذه التطبيقات في تحسين التحضير للمباريات (73%) .

كما أظهرت النتائج أن التحليل بالفيديو يُستخدم لتصحيح الأخطاء الفردية والاعتماد عليه بعد المباريات، وهو ما يعكس وعيًا متزايدًا بأهمية التحليل الرقمي في تطوير الأداء الفني والتكتيكي . وتدعم القيم الإحصائية (كا²) الدالة هذه النتائج، مما يؤكد أن هذه الفروق ليست عشوائية بل ذات دلالة إحصائية . وتتفق هذه النتائج مع ماتوصلت إليه دراسة الطالبان " **العامري حذيفة، موهوب حسام**" (2022) التي أثبتت أن استخدام التكنولوجيا الحديثة له أثر ايجابي كبير في تحسين الأداء العام للاعبي كرة القدم .

وبناءا على ما تم الوصول إليه من نتائج يمكن القول :

- اعتماد الأندية الجزائرية المحترفة على تطبيقات تحليل الأداء كركيزة أساسية في العملية التدريبية .
- تحول دور محلل الفيديو من خيار ثانوي الى عنصر ضروري ضمن الهيكل التنظيمي للطاقم الفني .
- مساهمة تحليل الفيديو في تقديم تغذية راجعة دقيقة للاعبين , مما يساعد في تصحيح الأخطاء المهارية .
- يساعد تحليل الفيديو على تحديد نقاط ضعف المنافسين ةتحسين التخطيط التكتيكي .

بناءً على ذلك، يمكن القول إن الفرضية الفرعية الأولى **محققة**، حيث يتم فعلاً استخدام تطبيقات تحليل الأداء في التدريب والمنافسة .

2- **مناقشة الفرضية الفرعية الثانية الفرضية :** "يتم استخدام الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة **(مثل أنظمة GPS)** أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة "

أظهرت نتائج المحور الثاني وجود اعتماد كبير على الوسائل التكنولوجية الحديثة في قياس وتقييم الأداء البدني. حيث بلغت نسبة الموافقة 83% فيما يتعلق بتوفر أجهزة GPS وأجهزة مراقبة نبضات القلب، و68% في الاعتماد على هذه الأنظمة أثناء التدريب .كما أكدت النتائج أن المدربين يعتمدون بشكل كبير على القياسات الرقمية بدل الملاحظة فقط (75%)، وأن هذه البيانات يتم تحليلها بعد الحصص التدريبية، رغم أن النسبة هنا كانت أقل نسبيًا (55%)، مما يدل على وجود مجال للتحسين في استغلال المعطيات بشكل أكبر .إضافة إلى ذلك، يتم استخدام هذه الوسائل في تقييم اللياقة البدنية (73%) وتطبيق الاختبارات البدنية بشكل دوري (78%)، وهو ما يعكس توجهًا حديثًا نحو التدريب المبني على البيانات. وتنسجم هذه النتيجة مع **دراسة "سويدي ربيحة , شريط محمد الحسن المأمون"** (2021) التي أكدت أن معايير الأداء الرياضي والتحصيل البدني تتأثر بشكل مباشر بمدى توظيف الوسائل والأدوات التكنولوجية الحديثة .

وبناءا على ما تم الوصول إليه من نتائج يمكن القول :

- الاعتماد الواسع على الأنظمة الذكية **(مثلGPS)** لتتبع الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين .
- دور الوسائل الرقمية في تقنين الأحمال التدريبية وتكييفها مع القدرات الفردية لكل لاعب .
- انتقال منظومة التدريب البدني من التقدير الشخصي إلى القياس الرقمي الدقيق .
- التوجه نحو رقمنة الاختبارات البدنية الدورية لضمان المتابعة الدقيقة لتطور مستوى اللياقة .

بناءً على ما سبق، فإن الفرضية الفرعية الثانية **محققة،** حيث يتم استخدام القياسات الرقمية بشكل واضح في التدريب.

3- **مناقشة الفرضية الفرعية الثالثة الفرضية :** " يساهم استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى"

أظهرت نتائج المحور الثالث اتفاقًا شبه تام بين اللاعبين حول أهمية التكنولوجيات الرقمية في تحسين الأداء الرياضي. حيث بلغت نسبة الموافقة 93% فيما يتعلق بتشخيص نقاط القوة والضعف، و100% حول تحسين جودة الأداء وتنمية الكفاءة البدنية .كما أكدت النتائج أن التكنولوجيا تساعد في ضبط الأحمال التدريبية (75%)، وتحسين الاستشفاء (93%)، والتنبؤ بالأداء البدني (73%)، إضافة إلى اعتبارها خيارًا استراتيجيًا لا غنى عنه (95 %)هذه النتائج تعكس الدور الحاسم

للتكنولوجيا في رفع مستوى الأداء الرياضي، سواء من الناحية البدنية أو التكتيكية أو حتى النفسية (التحفيز). وتؤكد هذه النتائج ما ذهبت إليه دراسة الطالب "**حريزي علاء الدين** " (2020) من أن الوسائل الإلكترونية الحديثة تعتبر ضرورية في برامج الإعداد البدني للمساهمة في الارتقاء بمستوى كرة القدم الجزائرية .

وبناءا على ما تم الوصول إليه من نتائج يمكن القول :

- وجود قناعة راسخة بأن التكنولوجيا الرقمية هي المسار الحتمي للارتقاء بالأداء الرياضي العالي .
- التكنولوجيا تساهم بشكل مباشر في تطوير الكفاءة البدنية والمهارية من خلال التشخيص الدقيق لنقاط الضعف .
- التكنولوجيا الحديثة تساعد في تنفيذ سيناريوهات محددة تطور تحركات اللاعبين داخل الملعب .
- اعتبار التكنولوجيا الرياضية استثمارا استراتيجيا لا يمكن الاستغناء عنه في ظل متطلبات كرة القدم الحديثة .

بناءً على ذلك، فإن الفرضية الفرعية الثالثة **محققة** بدرجة كبيرة جدًا.حيث يساهم استخدام التكنولوجيات الرقمية بشكل فعال وحاسم في بلوغ وتحسين الأداء الرياضي العالي للاعبي الرابطة الجزائرية المحترفة الأولى .

ومن خلال ذلك نستنتج أن الفرضية الرئيسية :

" يتم استخدام التكنولوجيات الحديثة في تدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة" **محققة .**

6-4- الإستنتاجات والإقتراحات :

6- 4-1- الإستنتاج العام :

من خلال دراستنا الميدانية, وبعد تحليل النتائج المتحصل عليها باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة , تبلورت لدينا رؤية علمية شاملة مدعمّة بحصيلة معرفية تربط بين الاطار النظري للدراسة والمعطيات الواقعية الملموسة في الميدان.

وقد توصلت دراستنا إلى جملة من النتائج نذكر منها :

- ✓ وجود قناعة راسخة وتامة لدى اللاعبين بحتمية التحول الرقمي والتكنولوجي في تطوير الأداء الرياضي عالي المستوى .
- ✓ تساهم التكنولوجيات الحديثة في تطوير العملية التدريبية من خلال رفع جودة الأداء وتحسين التحليل والتوجيه التدريبي .
- ✓ تسمح تطبيقات تحليل الأداء بفهم أدق لمستوى اللاعبين , مما يساعد المدربين على تحسين الجوانب المهارية والتكتيكية .
- ✓ يساهم تحليل الفيديو في تحسين الأداء وتصحيح الأخطاء, ودراسة المنافس لوضع خطط أكثر دقة .
- ✓ تتيح أنظمة القياس الرقمية (خاصة **GPS**) امكانية متابعة الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين بشكل مستمر ودقيق .
- ✓ تسمح الوسائل الرقمية الحديثة بالتشخيص الدقيق لنقاط القوة والضعف الفردية والجماعية لتفادي الأخطاء وتعديلها علميا .
- ✓ تسهم الأنظمة الرقمية المتطورة في تسريع وتوجيه عمليات الاستشفاء البدني للاعبين بعد المجهود الشاق .
- ✓ يعد دمج التكنولوجيا الحديثة في البيئة التدريبية خيارا واستثمارا استراتيجيا حتميا لضمان البقاء في دائرة التنافس الاحترافي .
- ✓ تلعب الأجهزة التكنولوجية دورا حاسما في ضبط الأحمال التدريبية المسلطة على الرياضيين وحمايتهم من الإجهاد المفرط .
- ✓ تساعد البرمجيات التكنولوجية الأطقم الفنية في التنبؤ بمؤشرات الأداء البدني المستقبلي ورسم سيناريوهات حركية دقيقة ومحاكية لواقع المنافسة .

- ✓ تبرز نتائج الدراسة أن للتكنولوجيات الحديثة دورا محوريا في تحقيق الأداء الرياضي المتميز , وتشير إلى أن اعتمادها يمثل دعامة أساسية لتطوير الأداء العالي .
- ✓ أكدت المؤشرات الاحصائية الميدانية تحقق وصحة فرضيات الدراسة المطروحة بدرجة كبيرة .

وفي النهاية , يمكننا التأكيد على أن المعطيات الميدانية قد جاءت متطابقة مع فرضيات الدراسة ومؤيدة لها , حيث أثبتت أن التكنولوجيات الحديثة هي المحرك الأساسي لعصرنة التدريب الرياضي في ملاعبنا , وجعلت من العملية التدريبية علما قائما على القياس الدقيق الذي يضمن الارتقاء بمستوى فرق البطولة الجزائرية المحترفة الأولى .

6-4-2- الإقتراحات والفرضيات المستقبلية :

من خلال النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسة , وفي ظل مسار العصرنة والتحول الاحترافي الذي تشهده البطولة المحترفة الجزائرية الاولى (الرابطة المحترفة الاولى) وباعتبار انديتها (مثل فريق وفاق سطيف , وفريق شباب قسنطينة ومولودية الجزائر , وشبيبة القبائل...الخ) هي القاطرة الاساسية لتطوير كرة القدم الوطنية , يتقدم الباحث بجملة من الاقتراحات و الفرضيات المستقبلية.

تأتي هذه المقترحات بهدف تذليل العقبات و توفير بيئة علمية رقمية تسهم في تحسين و تطوير نظام دمج التكنولوجيات الحديثة داخل الأطقم الفنية و الطبية للفرق الجزائرية , بغية الارتباط بمستوى الاداء العالي و مواكبة المعايير الدولية , وفيما يلي تفصيل اهم هذه التوصيات :

- ✓ ضرورة قيام المدربين باستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في برامجهم التدريبية .
- ✓ تفعيل أنظمة القياس الرقمية خاصة الـ **GPS** في الحصص التدريبية لتتبع الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين وتفادي الاصابات .
- ✓ اعتماد برمجيات تحليل الفيديو بشكل دوري لدراسة خطط المنافسيين , وكشف الأخطاء التكتيكية , ووضع استراتيجيات اللعب بناءا على معطيات علمية دقيقة .
- ✓ إدماج التكوين التكنولوجي كعنصر أساسي في برامج إعداد المدرب الجزائري لضمان مواكبته للمستجدات الرقمية .
- ✓ استحداث دور مختص تحليل الفيديو كعنصر قار ومستقل ضمن الأطقم الفنية للأندية الجزائرية لتطوير الأداء البدني والمهاري والتكتيكي .
- ✓ توعية اللاعبين بأهمية التكنولوجيا كعامل مساعد ومكمل للجهد البدني وليس بديلا عنه .

- ✓ إلزام الأطقم الفنية بتقديم تقارير رقمية دورية للإدارة لتقييم المنحنى البياني لتطور أداء الفريق علميا.
- ✓ تحفيز اللاعبين عبر تقارير رقمية تدعم جاهزيتهم النفسية والبدنية .
- ✓ إلزام أندية البطولة المحترفة الجزائرية بإنشاء قاعدة بيانات رقمية **DATA** لتتبع الحالة البدنية والصحية والمهارية لكل لاعب عبر المواسم .
- ✓ عقد ملتقيات علمية دورية بين الجامعة والأندية المحترفة لنقل آخر مستجدات البحوث التكنولوجية إلى أرض الواقع الميداني.
- ✓ إلزام الاتحادية الجزائرية لكرة القدم **FAF** بتوفير الأجهزة والتكنولوجيات الحديثة ومستلزمات التحليل الرقمي للنوادي بالتنسيق مع الرابطة المحترفة لكرة القدم.

الخاتمة

تتويجاً للمسار البحثي والتحليلي الذي تناولته فصول هذه الدراسة ، وانطلاقاً من خطتها المنهجية التي استُهِلّت بضبط الإطار العام للموضوع (من إشكالية، وأهمية، وأهداف، ودراسات سابقة)، مروراً بالبناء النظري المفاهيمي الذي أحاط بأبعاد التكنولوجيات الحديثة، التدريب الرياضي ، وكرة القدم؛ وصولاً إلى المقاربة التطبيقية الميدانية عبر فصولها الثلاثة (الإجراءات الميدانية، عرض وتحليل النتائج، والاستنتاجات والتوصيات) لاستجلاء "واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة"، والتي شملت عينة من لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى النادي الرياضي القسنطيني (**CSC**) ووفاق الرياضي السطايفي (**ESS**) .

لقد سعت هذه الدراسة حثيثاً إلى سبر أغوار الواقع الرقمي في منظومة التدريب الرياضي، واستجلاء مدى مواكبة الأطقم الفنية والمدربين للطفرة التكنولوجية المعاصرة. ومن خلال المعالجة الإحصائية والتحليل الميداني، تبينت الأهمية البالغة والمحورية لإدماج التقنيات الحديثة (كأنظمة التتبع **GPS** وبرمجيات التحليل الرقمي والفيديو) كحجر زاوية لتطوير الأداء، وتقنين الأحمال البدنية بدقة علمية، وتفادي الإصابات. وهذا الواقع يفرض حتمية إعداد وتكوين مدربين ومعدين بدنيين ومختصين على مستوى عالٍ من الكفاءة المعرفية والتقنية، ليكونوا قادرين على قراءة البيانات الرقمية وتحويلها إلى خطط ميدانية ناجحة، فبلوغ النخبوية والتميز الرياضي لم يعد هبة للمصادفة، بل نتاج تكامل طردي بين التكنولوجيا العلمية والجهد البدني.

وقد أفضت الدراسة الميدانية التي قادتنا إلى الأندية المستهدفة، ومن خلال استمارات استطلاع آراء اللاعبين، إلى نتائج علمية دقيقة ثبتت من خلالها صحة الفرضيات الجزئية والفرضية العامة .للدراسة، مما يعكس بوضوح الفجوة القائمة والحاجة الملحة لتحديث آليات التدريب

إن هذا الجهد المتواضع لا يمثل بحال من الأحوال نقطة غلق للموضوع، بل هو لبنة علمية نأمل أن تفتح آفاقاً جديدة ودعوة جادة للباحثين للتعمق في هذا المجال المتشعب والمستحدث في بيئتنا الرياضية .

وفي الختام، نتطلع إلى أن يسهم هذا البحث في لفت انتباه القائمين على كرة القدم والنوادي المحترفة في الجزائر إلى ضرورة تجاوز المقاربات التقليدية، والاعتماد على الرقمنة الرياضية، مع ضرورة إدماج المحللين الفنيين ومختصي البيانات ضمن الأطقم الثابتة. ونتمنى أن نكون قد وفقنا في الإحاطة بجوانب دراستنا، وما كان فيها من نقص فذلك من طبيعة الجهد البشري وضوابط البحث العلمي القائم على الاستمرارية وتكامل المعرفة، وتبقى هذه الدراسة بوابة ممهّدة لبحوث مستقبليّة أكثر عمقاً وتوسعاً.



قائمة

المصـــادر والـمراجـــع

قائمة المصادر والمراجع :

- سورة إبراهيم الآية 07
- سورة الإسراء الآية 23
- سورة النمل الآية 19

الكتب باللغة العربية :

01- أبو النعيم، محمود (2013) : **الألعاب الرياضية** , دار الباروني العلمية للنشر والتوزيع, الأردن.

02- أبو عبده , حسن السيد, (2007) : **الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم** ، مكتبة الإشعاع الفنية، ط7 ,الإسكندرية (مصر).

03- أحمد الجماعيني , ووائل عبد ربه (2010) : **موسوعة كرة القدم** , ط1, دار يافا العلمية للنشر والتوزيع , الأردن.

04- بسطويسي , أحمد , (1999) : **أسس ونظريات التدريب الرياضي** , دار الفكر العربي , القاهرة (مصر) .

05- بلقاسم كلي , وآخرون (1997) : **دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية**, معهد التربية البدنية والرياضية , دالي براهيم (الجزائر) .

06- بن مرسلي , أحمد (2003) : **مناهج البحث العلمي في علوم الاعلام والاتصال** ,ط1, ديوام مطبوعات الجامعية , بن عكنون (الجزائر) .

07- البيسطاني , أمر الله (1998) : **قواعد واسس التدريب الرياضي** , منشاة المعارف , الاسكندرية (مصر).

08- ثامر محسن اسماعيل , و موفق مجيد المولي (1999) : **التمارين التطورية لكرة القدم** , دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع , الأردن .

09- الحاج , خالد تميم , (2017) : **أساسيات التدريب الرياضي** , دار الجنادرية للنشر والتوزيع , عمان (الأردن) .

10- حسين , قاسم حسن , (1987) : **علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة** , دار الفكر العربي , (مصر) .

11- خير الله , عادل (2006) : **الرياضة خطوة خطوة** , ط1, دار المؤلف للنشر والطباعة والتوزيع, لبنان.

12- الرضوان , مي , (2019) : **علم التدريب الرياضي** , دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع , عمان (الأردن) .

13- رومي , جميل (1986) : **كرة القدم** , ط1, دار النفائس , بيروت (لبنان)

14- زغلول محمد سعد، وآخرون (2001) : **تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية** , ط1, مركز الكتاب للنشر , القاهرة (مصر) .
15- شاكر , مهند كامل , (2020) : **اختراع وابتكار الأجهزة في علوم الرياضة** , المطبعة المركزية جامعة ديالي , بغداد (العراق) .
16- شرف الدين , خليل (دون تاريخ) :**الإحصاء الوصفي** , شبكة الأبحاث والدراسات الاقتصادية , دون بلد .
17- الصيرفي , محمد (2009) : **تكنولوجيا المعلومات** , ط1 , دار الفكر الجامعي , الاسكندرية (مصر) .
18- عادل تركي , حسن (2009) : **كرة القدم تعلم وتدريب**, دار الفكر العربي, مصر
19- عبد الجواد , حسن (1988) : **كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي** , ط4, دار العلم للملايين , لبنان.
20- عبد الحميد , محمد (1985) : **تحليل محتوى في علوم الاتصال**, ط4 , ديوان المطبوعات الجزائرية , بن عكنون (الجزائر) .
21- عبد الفتاح , أبو العلا أحمد , (1998) : **بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي** , دار الفكر العربي , القاهرة (مصر) .
22- علاوي , محمد حسن (1990) : **علم التدريب الرياضي** , ط11, دار المعارف , القاهرة (مصر).
23- علاوي , محمد حسن , (2002) : **علم التدريب الرياضي** , دار المعارف , القاهرة (مصر) .
24- فاروق , محمد , صالح , يوسف , (2011) **: فاعلية الأداء الخططي الهجومي في كرة القدم ومستوى الإنجاز في المباريات** ,ط1 , دار الوفاء الدنيا للنشر والتوزيع , الإسكندرية (مصر) .
25- كاظم النقيب , يحي (1990) : **علم النفس الرياضة** , معهد اعداد القادة , السعودية.
26- كامل راتب , أسامة (2004) : **تدريب المهارات النفسية** , دار الفكر العربي ، ط1, القاهرة (مصر).
27- اللامي , غسان قاسم داود (2007) : **ادارة التكنولوجيا مفاهيم ومداخل تقنيات تطبيقات عملية** , ط1 , دار المناهج للنشر والتوزيع , عمان (الأردن) .
28- محمد نصر الدين , رضوان (2002) : **الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية** , دار الفكر العربي , القاهرة (مصر) .
29- مختار , حنفي محمود (1998) : **الأسس العلمية في تدريب كرة القدم** , ط1, دار الفكر العربي , القاهرة (مصر).
30- مختار , حنفي محمود (2008) : **التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم**، دار الفكر العربي ، القاهرة (مصر) .
31- مختار , سالم (1986) : **كرة القدم** , دار النور للنشر ، بيروت (لبنان).

32- معمرية , بشير (2012) : **أساسيات القياس النفسي وتصميم أدواته**, دار الخلدونية للنشر والتوزيع , القبة (الجزائر).
33- المولى , موفق مجيد (1999) : **الإعداد الوظيفي لكرة القدم** , ط1,دار الفكر , لبنان.
34- نبيل , علي (1994) : **العرب وعصر المعلومات** , المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب , الكويت .
35- وجدي , مصطفى الفاتح , و السيد , محمد لطفي , (2002) : **الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب** , دار الهدى للنشر والتوزيع , القاهرة (مصر) .

الرسائل الجامعية (مذكرات التخرج / الأطروحات) :

كراش , عفاف . (2015/2014) . " **إستخدام صحفي الاذاعات المحلية لتكنولوجيا الاعلام والاتصال الحديثة** " ، مذكرة ماستر. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، الجزائر .
علوطي , لمين . (2004/2003) . "**تأثير تكنولوجيا المعلومات والاتصالات على الأداء في المؤسسة الاقتصادية**" , مذكرة ماجيستير , جامعة الجزائر 03 , الجزائر .
مزور, إسلام , بن حليلو , يوسف . (2021) ." **تكنولوجيا المعلومات ومساهمتها في تحسين العملية التدريبية لدى مدربي كرة القدم لولاية أم البواقي**" , رسالة منشورة , معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية , جامعة أم البواقي , الجزائر .

المجلات :

سويدي, ربيحة , شريط , محمد الحسن المأمون (2021) : " **توظيف الوسائل التكنولوجية الحديثة في تكوين وتدريب النوادي الرياضية بين الواقع والمأمول** " , مجلة المنظومة الرياضية , 08 . (03) , 379 .

المعاجم والقواميس :

المعجم الوسيط , (1960) : **الفصل الأول** , (مصر) .

المواقع الالكترونية :

https://web.Facebook.com
https://bermellectromedicina.com
https://wareed.com.sa
https://www.sport.ta4a.us
https://www.ultrasawt.com

المراجع باللغة الانجليزية :

Clo Cummins and outhers .2013. **Global positioning systems (Gps) and micro technologue sensors in tean sports** > Asystematic Review sports medicine .

المراجع باللغة الفرنسية :

Hamici abdnnor.**l'apport du lojique dortfish dans l'analyse du jeu en football** (cas du match Algeria vs Burkina fasoh), revue scientifique specialize du sport n-5 juin 2016 algeria ,52.

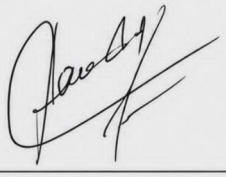


قائمة

الملاحق

قائمة الأساتذة المحكّمين لاستمارة الاستبيان الخاصة بمذكرة ماستر , والموسومة بـ :

" واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة "

الإسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الإمضاء
عبد الرزاق عروسي	أستاذ تعليم عالي	جامعة محمد بوضياف المسيلة	
بشير حمادو	أستاذ مساعد – أ–	جامعة محمد بوضياف المسيلة	
سليمان نمر	أستاذ محاضر – أ–	جامعة محمد بوضياف المسيلة	

وزارة التعليـم العـالـي والبحـث العلمي
جـــامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

إلى السيد : رئيس النادي الرياضي
القسنطيني

الموضوع : تسهيل مهمة

تحية طيبة وبعد ...
في اطاء اجراء التربصات الميدانية لطلبة سنة ثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر وإنجاز مذكرة التخرج نلتمس من سيادتكم تسهيل مهمة الطالب : روان أيوب
للقيام بأعماله على مستوى مؤسساتكم المحترمة في حدود ما يسمح به القانون.
نشكر حسن تعاونكم مسبقا, ووفقكم الله لخدمة ما فيه الخير للعباد و البلاد .

موافقة الهيئة المستقبلة

وزارة التعليـم العالـــي والبحـــث العلمي
جـــامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

إلى السيد المحترم : رئيس النادي وفاق الرياضي السطايفي.

الموضوع : تسهيل مهمة

تحية طيبة وبعد ...
في اطاء اجراء التربصات الميدانية لطلبة سنة ثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر وإنجاز مذكرة التخرج نلتمس من سيادتكم تسهيل مهمة الطالب : روان أيوب
للقيام بأعماله على مستوى مؤسساتكم المحترمة في حدود ما يسمح به القانون.
نشكر حسن تعاونكم مسبقا, ووفقكم الله لخدمة ما فيه الخير للعباد و البلاد .

موافقة الهيئة المستقبلة

ش.ر.ذ.أ
بلاك إيغلس نو لس سطيف
الأمين العام
Secrétaire Général
SSPA
Black Eagle E.S Setif

وزارة التعليـم العالـي والبحـث العلمي
جـامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

إستمارة إستبيان موجهة للاعبي فريق النادي الرياضي القسنطيني وفريق وفاق الرياضي السطايفي الناشطين في الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم

تحية طيبة وبعد...

في إطار بحثنا لإنجاز مذكرة لنيل شهادة ماستر تحت عنوان :

" واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة "

نرجو منكم ملأ استمارة الإستبيان بكل مصداقية و موضوعية, من أجل معرفة آرائكم حول الموضوع .

وفي الأخير تأكدو من أن هذه المعلومات التي نتحصل عليها من طرفكم ستستخدم لغرض البحث العلمي .

ملاحظة :

الرجاء وضع علامة **(X)** أمام العبارات التي تراها صائبة ومناسبة حسب رأيك من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا وشكرا على تفهمكم و مساعدتكم.

إعداد الطالب:
– روان أيوب

إشراف الاستاذ:
– د. شريفي حليم

السنة الجامعية:2026/2025

المحور الأول : يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى .

الرقم	الاسئلة	أوافق	لا أوافق	محايد
01	**يتم استخدام تطبيقات تحليل الأداء في اعداد البرامج التدريبية .**			
02	**يتم الاعتماد على تطبيقات تحليل المباريات بعد كل مقابلة .**			
03	**يتم استخدام التحليل بالفيديو لتصحيح الاخطاء الفردية .**			
04	**يتم استخدام التحليل الرقمي في دراسة المنافسين .**			
05	**يتوفر ضمن الطاقم الفني مختص في تحليل الفيديو الرياضي .**			
06	**يتم الاستعانة بالتحليل بالفيديو في الاجتماعات الفنية .**			
07	**استخدام تطبيقات تحليل الأداء تساعد في رفع جودة التحضير للمباريات .**			

المحور الثاني : يتم استخدام الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة **(مثل أنظمة GPS)** أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة .

الرقم	الاسئلة	أوافق	لا أوافق	محايد
08	**يوفر فريقك أجهزة تتبع الأداء مثل (GPS) و جهاز مراقبة نبضات القلب . جهاز**			
09	**يعتمد فريقك على أنظمة تتبع الحركة مثل أجهزة (GPS) .**			
10	**يتم تحليل بيانات GPS بعد كل حصة تدريبية .**			
11	**يتم استخدام الوسائل الرقمية في تقييم اللياقة البدنية للاعبين .**			
12	**يتم تطبيق الاختبارات البدنية الحديثة بشكل دوري داخل الفريق .**			
13	**يعتمد المدرب على نتائج القياسات الرقمية أكثر من الملاحظة فقط .**			
14	**يستخدم الطاقم الفني تقارير القياسات التكنولوجية في تقييم اللاعبين .**			

المحور الثالث : يساهم استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى .

الرقم	الاسئلة	أوافق	لا أوافق	محايد
15	**تساهم التكنولوجيات الرقمية في التشخيص الدقيق لنقاط القوة والضعف لدى اللاعب .**			
16	**تساعد الأدوات الرقمية في ضبط الأحمال التدريبية بما يقلل من تذبذب المستوى الرياضي .**			
17	**يسهم استخدام التكنولوجيا الحديثة في تحسين جودة الأداء الرياضي وتنمية الكفاءة البدنية .**			
18	**تعزز الوسائل الرقمية من جودة عمليات الاستشفاء الرياضي وتسرع العودة للمنافسة .**			
19	**تعمل التقنيات الرقمية الحديثة على تحفيز اللاعبين لبذل أقصى مجهود للوصول للأداء الأفضل .**			
20	**تسمح التكنولوجيا الرقمية بالتنبؤ بمستوى الأداء البدني المتوقع للاعب قبل انطلاق المنافسة .**			
21	**يعد الاعتماد على التكنولوجيا الرقمية خيارا استراتيجيا لا غنى عنه لتحقيق الأداء العالي .**			

ملخص الدراسة

العنوان : واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة .

أهداف الدراسة :

- ✓ التعرف على واقع استخدام التكنولوجيات الحديثة في التدريب الرياضي النخبوي لدى فرق كرة القدم في البطولة المحترفة .
- ✓ التعرف على واقع استخدام تطبيقات تحليل الأداء في عمليات التدريب والمنافسة لفرق البطولة المحترفة الجزائرية الأولى.
- ✓ التعرف على واقع استخدام الاختبارات والقياسات الرقمية الحديثة **(مثل أنظمة GPS)** أثناء عمليات تدريب فرق كرة القدم الجزائرية المحترفة .
- ✓ التعرف على واقع استخدام التكنولوجيات الرقمية في بلوغ الأداء الرياضي العالي لدى لاعبي الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى .

منهج الدراسة : المنهج الوصفي .

مجتمع الدراسة : لاعبين الرابطة المحترفة الجزائرية الأولى لكرة القدم .

عينة الدراسة : شملت عينة الدراسة **40 لاعبا** .

20 لاعبا من **النادي الرياضي القسنطيني** و **20** لاعبا من **نادي وفاق الرياضي السطايفي** .

أساليب جمع البيانات : استمارة الاستبيان .

نتائج الدراسة :

- ✓ تساهم التكنولوجيات الحديثة في تطوير العملية التدريبية من خلال رفع جودة الأداء وتحسين التحليل والتوجيه التدريبي .
- ✓ تسمح تطبيقات تحليل الأداء بفهم أدق لمستوى اللاعبين , مما يساعد المدربين على تحسين الجوانب المهارية والتكتيكية .
- ✓ تتيح أنظمة القياس الرقمية (خاصة **GPS**) امكانية متابعة الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين بشكل مستمر ودقيق .
- ✓ تبرز نتائج الدراسة أن للتكنولوجيات الحديثة دورا محوريا في تحقيق الأداء الرياضي المتميز , وتشير إلى أن اعتمادها يمثل دعامة أساسية لتطوير الأداء العالي .

الإقتراحات والفرضيات المستقبلية :

- ✓ ضرورة قيام المدربين باستخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة في برامجهم التدريبية .
- ✓ تفعيل أنظمة القياس الرقمية خاصة الـ **GPS** في الحصص التدريبية لتتبع الحالة البدنية والفيزيولوجية للاعبين وتفادي الاصابات .
- ✓ اعتماد برمجيات تحليل الفيديو بشكل دوري لدراسة خطط المنافسيين , وكشف الأخطاء التكتيكية , ووضع استراتيجيات اللعب بناءا على معطيات علمية دقيقة .
- ✓ إلزام الاتحادية الجزائرية لكرة القدم **FAF** بتوفير الأجهزة والتكنولوجيات الحديثة ومستلزمات التحليل الرقمي للنوادي بالتنسيق مع الرابطة المحترفة لكرة القدم.