

فلسفة التدريب للمستويات العليا
والامكانيات الرياضية

1. د. ماهر احمد العيسوي

المقدمة

- التدريب الرياضي :- مجموعة من الاجراءات والعمليات المخططة والمبنية على اسس علمية يتم تنفيذها على وفق شروط محددة وموجهة لتحقيق هدف او غرض في مجال التخصص الرياضي .

❖ عملية منظمة

❖ مبنية على اسس وقواعد علمية

❖ لها اهداف واغراض

❖ طويلة المدى

فلسفة التدريب في المستويات العليا

❖ فلسفة قيادية تستند الى :-

1. اللاعب الموهوب
2. المدرب الكفوء
3. الرعاية الشاملة

❖ فلسفة بنائية تستند الى :-

1. المدرب المؤهل
2. تحطيط التدريب
3. الامكانيات المادية

فلسفة التدريب الرياضي



الإمكانات في الرياضة

أن التطور الذي شهد في العالم خلال السنوات الأخيرة تطوراً ملموساً تمثل في البنية التحتية للمنشآت الرياضية وكذلك تطور الأجهزة والأدوات التي تستخدم في أداء النشاطات الرياضية المختلفة وكذلك التطور في صناعة الملابس لمناسبتها لطبيعة الفعالية الرياضية كل هذه التطورات التي حدثت في الآلاف من السنين يمكن حصرها بالإمكانات .

وتعرف الإمكانات (facilities) هي جميع الملاعب والأدوات والأجهزة والميزانيات والظروف المناخية والجغرافية والمعلوماتية والكوادر الفنية البشرية المؤهلة والتي يمكن أن تساهم في تحقيق الأهداف المنشودة .

وكذلك تعرف "هي كل الملاعب والأجهزة والأدوات والميزانيات والظروف المناخية والجغرافية والمعلوماتية والكوادر البشرية المؤهلة التي يمكن أن تساهم في تحقيق الهدف المنشود وفقاً للأسلوب العلمي"

والإمكانات : هي جميع العوامل التي تحيط باللاعب والتي تساعد في تحقيق الهدف المطلوب بأسلوب علمي حديث وتتمثل هذه العوامل ب (البشرية والأجهزة والأدوات والطبيعية والتمويل) وتعمل جميعها من أجل خدمة اللاعب من أجل تحقيق الهدف المنشود .

وقد أكد الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضة في المادة الخامسة من ضرورة توفير الإمكانيات والتجهيزات الرياضية المناسبة للقيام بأي نشاط رياضي واستخدامها على النحو الأمثل وعلى نطاق يتيح اشتراك أكبر عدد ممكن من الأفراد في برامج التربية البدنية والرياضية مع وضع خطط للمناطق الحضرية والريفية مع الانتفاع بما تتيحه البيئة الطبيعية من إمكانيات وتسهيلات

ومن هذا المنطلق يجب توفير الإمكانيات المادية والبشرية وجميع الإمكانيات وتوظيفها واستخدامها الاستخدام الأمثل للنهوض والارتقاء بالتربية البدنية والرياضية وتحسين عملية التدريب والتعليم .

وعلىنا أن نتعامل بأقصى الجهد والإمكانيات لاستغلالها وتوظيفها لخدمة الأنشطة الرياضية بأنواعها المختلفة

أذ أن توفر تلك الإمكانيات من أجهزة وأدوات وملاعب بتقنيه عاليه ومتطورة من أهم عوامل نجاح العملية التدريبية للمستويات الرياضية العليا

أهمية الإمكانيات

الإمكانيات هي مكون من مكونات التخطيط في المجال الرياضي وعنصر مهم من عناصره الأساسية بصورة عامة والتدريب بصورة خاصة وهذه العناصر هي :-

الهدف

القياسات

الإجراءات

الإمكانيات

برامج العمل التنفيذية الزمنية

والإمكانيات لا تقل أهمية عن عناصر التخطيط وتعد جزء أساسيا من مكونات التخطيط أن التخطيط لأي خطة رياضية سواء كانت لمنشأة رياضية أو لمنهج دراسي لا بد من توفر الإمكانيات التالية:-

التكاليف اللازمة

الأدوات والأجهزة والمنشأة الرياضية

الأيدي العاملة

الوقت المتيسر

ولذلك تكمن أهميه الإمكانيات في التربيه أرياضيه في أنها تؤثر في نجاح النشاطات أرياضيه المختلفه وتحقيقا لأهدافها المرجوة وتتلخص في الآتي .

1. تحسين فعاليه المنظومه التعليميه اذ انه لا يمكن الاستغناء عن الملاعب والأدوات أرياضيه .

2. تقديم وعرض المهارات أرياضيه وخاصه الصعبه منها يساعد على تثبيت المهارات Skills بذهن اللاعب وبالتالي الوصول إلى مرحله الإتقان (الآليه)

3. العمل على تخريج صفوة من الموهوبين للانضمام للفرق أرياضيه في مختلف جوانب الرياضه .

4. قلة الإمكانيات تضعف البرامج المختلفه للتربيه أرياضيه ولا يمكن من تحقيق أهدافها .

5. توفر الوقت والجهد والمال لكل من اللاعب والمدرّب والاداره.

6. تساهم في تنميه الجوانب الثقافيه أرياضيه لدى المشاهدين .

7. زياده أدافعيه لممارسه النشاطات المختلفه وتقلل من شعور الممارسين

بالمال

9- نشر أتربيه أرياضيه والتعريف بأهميتها وإقبال مختلف فئات الشعب على ممارستها لرفع شعار أرياضه للجميع .

10- تحقيق الأهداف العامه للتربية أرياضيه وبالتالي تحقيق أهداف الدوله .

11- لها الأثر الأكبر في الارتقاء بالمستوى الرياضي للممارسين .

12- مساعدة المؤسسات أاجتماعيه على ممارسة أفرادها لمختلف الانشطه أرياضيه .

13- توفير الإمكانيات أرياضيه في القرى السياحية والفنادق الكبرى والمجتمعات العمرانية الجديدة يعمل على تنشيط الحركة السياحية مما يؤدي إلى زيادة الدخل القومي .

14- تعد احد المظاهر الحضاريه أهامه التي تظهر مدى تقدم الدوله في المجال الرياضي .

15- تسهم في الارتقاء بالبحوث العلميه للتربية أرياضيه .

16- توفير الإمكانيات في أماكن التدريب يساعد على التقدم بمستوى أداء اللاعبين سواء أثناء مرحلة أعدادهم أو في المنافسه .

17- تساعد على انتقاء أفضل العناصر لنوع النشاط الرياضي .

18- توفير الإمكانيات الخاصة من ملاعب وأجهزة وأدوات قانونيه حديثه يساهم في اشتراك اللاعبين والممارسين في البطولات الدولي أو العالميه .

19- عند غياب الإمكانيات لا تستطيع كليات التربيه الرياضييه تحقيق أهدافها في تأهيل الكوادر البشرية المتخصصة في التربيه البدنيه والرياضيه .

أنواع الإمكانيات في التربية الرياضية

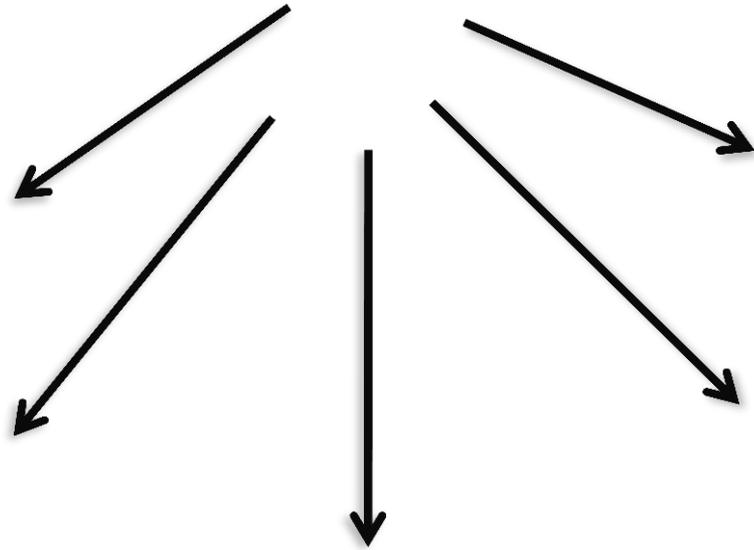
المادية

التمويل

البشرية

الطبيعية

المعلومات



الإمكانات المادية

الإمكانات المادية

الأجهزة والأدوات

أماكن الممارسه

المنشآت

الكرات والشباك
الدراجة الثابتة الأثقال
الترامبولين

الانديه وكليات التربيه
الرياضيه والقرى
أولمبيه والملاعب

لملاعب حمامات
أسباحه الصالات
المتعدده الأغراض
ومراكز الشباب
والساحات

الإمكانات البشرية

```
graph TD; A[الإمكانات البشرية] --> B[الممارسون]; A --> C[المنفذون]; A --> D[الفنيون];
```

الممارسون

المنفذون

الفنيون

إمكانات التمويل

ويقصد به رأس المال وهو مجموعه الموارد المتاحة التي سبق أعدادها وتوفيرها لحسن إدارة وتنظيم الانشطة والمسابقات والبطولات أرياضيه المختلفة.

الإمكانات الطبيعية

تحدد الموارد أطيبيعه نوع النشاط اذ يؤثر كل من الموقع والمناخ في النشاط الرياضي الذي يقوم به الفرد والجماعة والذي تفرضه الموارد أطيبيعه والمناخية .

فضلا عن درجات الحرارة والارتفاع والانخفاض عن مستوى سطح البحر في الطبيعة ونوع ومستوى أداء النشاط الرياضي الممارس .
ان تغير درجة الضغط الجوي فوق المناطق المرتفعة عن مستوى سطح البحر يؤدي إلى تغير كمية الأوكسجين اللازمة للاعب).
وخاصة للفرق التي تذهب للمسابقة في تلك المناطق دون مدة تكيف مناسبة. وهذا يؤدي إلى تغير طبيعة الأداة وتغير نتائج المسابقة

إمكانيات المعلومات

ان لإمكانيات المعلومات دور كبير في تطوير الرياضة وعن طريق هذا المعلومات يمكن أن نصل بالرياضة إلى التطور عن طريق إيصال المعلومات الخاصة بالرياضة إلى جميع المعنيين .

ومن أنواع الإمكانيات المعلومات

الأقمار الصناعية

الفيديو كاسيت

الكمبيوتر

شبكات المعلومات الانترنيت

الفاكس

المراجع ونتائج البحوث

دور نظم المعلومات في التدريب

1- كأداة تدريسية (وسيلة إيضاح)

شكل استخدام الحاسب كوسيلة عرض وإيضاح تساعد في تقريب وتوصيل المعلومات بسهولة لعدد كبير من المتدربين إذ ينعدم في ذلك الداتاشو ، والبروجيكتور.

2-اختيار المتدربين

يستخدم الحاسب كأداة لاختبار المتدربين.

3- المعاونة في الأنشطة الإدارية والمالية

يستخدم الحاسب الآلي في تطوير جميع الأنشطة الإدارية والمالية المتعلقة بعملية التدريب. من خلال تطبيقات وأنظمة مثل مسك السجلات المختلفة . ومتابعة سير النشاطات التدريبية وغيرها.

4- أداة تطويرية للعملية التدريبية

تطبيقات الحاسب المساعدة للتدريب. وهي مكونة من مجموعة من البرامج التي تهتم مباشرة بعملية التدريب ولذلك يمكن اعتبار هذه البرامج كوسائط للعملية التدريبية. ووظيفة هذه التطبيقات هي تزويد المتدرب بالمعارف والمهارات اللازمة لتحسين مستوى أدائه. وهم أنواع الأنظمة والبرامج التي تدخل ضمن هذه التطبيقات.

دور تكنولوجيا المعلومات في زيادة فعالية التدريب

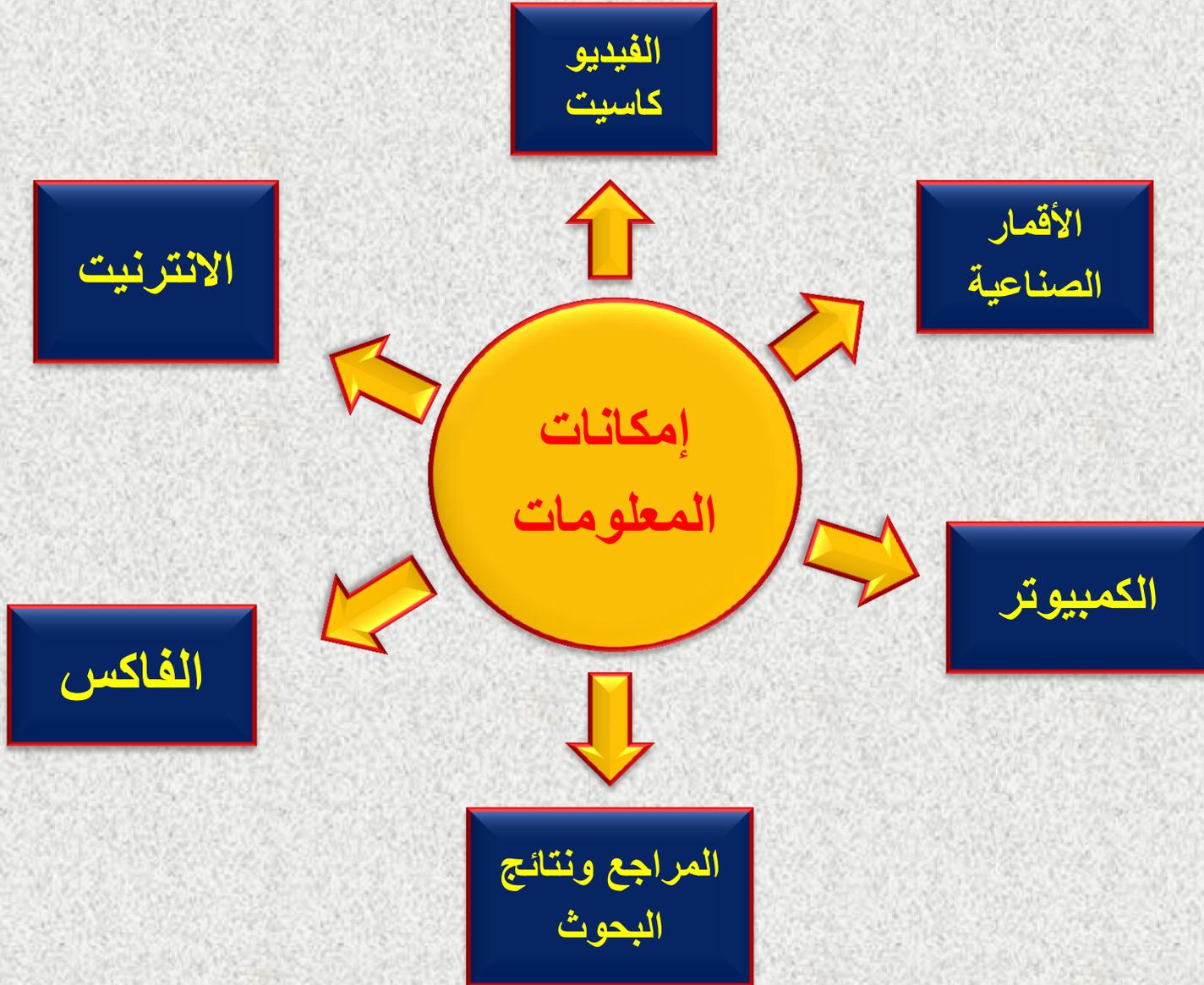
- من أهم نتائج استخدام الحاسب الآلي في التدريب زيادة فعالية العملية التدريبية وتطوير مستوى أدائها من خلال تحقيق الأهداف الآتية:
- تدعيم المدخل الانفرادي في التدريب. يمكن للحاسب استخدام أكثر من طريقة لتقديم نفس المادة التدريبية بشكل يتلاءم مع الفروق الفردية للمتدربين.
- توجيه التدريب في مجال حل المشكلات واتخاذ القرارات: تطبيقات التدريب بواسطة الحاسب يتم تصميمها بشكل يساعد على تنمية مهارات المدربين وتزويد قدراتهم على التحليل الموضوعي للمشكلات وإيجاد الحلول المناسبة لها.
- تشجيع تفاعل الرياضي مع البرنامج التدريبي: يصمم البرنامج التدريبي في الحاسب الآلي على شكل حوار يتم فيه تبادل الأفكار والمعلومات بين البرنامج والرياضي.
- تحفيز الرياضي: ويتم التحفيز بأساليب عديدة منها استخدام الحاسب وهذا في حد ذاته يجعل التدريب عملاً ممتعاً ومشوقاً.

وعلى سبيل المثال في المسابح تمكنت إحدى الشركات من صناعة مادة بديلة عن مادة الكلور الذي يستخدم لتعقيم مياه المسابح إذ يؤدي استخدامه إلى مشاكل صحية كبيرة ممثلة في عيون السباحين . وهذا ما نشاهده عند خروج السباحين من المسبح وعيناه محمرتان والرؤية عنده ضعيفة فضلا عن الالتهاب في الإذن والحنجرة والجيوب الأنفية كل هذه المشاكل نتيجة لمادة الكلور المستخدمة ولكن مع التطور التكنولوجي أدرك أهمية تغير هذه المادة حفاظا على سلامة السباحين دفع الكثير من الباحثين في شركات عالمية كبيرة بإحداث طريقة تكنولوجية جديدة لتعقيم الكوارتز يمكن بها تغطية ماسورة المياه الداخلة إلى حوض المسبح إذ تستطيع اللمبات الستة الموجودة قتل الميكروبات بنسبة تتعدى 98%

نظم المعلومات واستخدامها في البطولات المختلفة

- تتوزع اللجنة المنظمة للبطولة كراسات وكتيبات توضح فية جميع المعلومات والبيانات الخاصة بالمواعيد والاماكن التي سوف يتدرب عليها الفريق او الفرق المشاركة وكذلك مواعيد السباق الرسمي ووقت الحضور الى المكان السباق اي ساعة الانطلاق من الفندق الى الملعب مع شرح موجز على شكل خريطة للوصول الى الملعب من الفندق مؤشرا عليها علامات دالة ونقاط تعريفية لتلافي حدوث اي طارى يعطل وصول الفريق الى مكان السباق في الموعد المحدد وان يهية للفريق او احد اعضاء الفريق لكي يستطيع العودة الى الفندق او الملعب باسهل طريقة
- عرض جميع هذه المعلومات الانفة الذكر على شاشات عرض كبيرة توضع في مقر اقامة الفرق هذه الشاشات مرتبطة باسلوب مركزي تابع الى المركز الاعلامي للبطولة والحصول على المزيد من التفاصيل يمكن الرجوع الى المركز الاعلامي للبطولة
- ينسق العضو الاداري للوفد او الفريق المشارك في البطولة مع مندوب للبطولة الذي يقع على عاتقه مسئولية النقطتين الانفة الذكر وكذلك احاطة الوفد المشارك بكل ما يستجد من التعديلات في المواعيد وتنشر هذه التعديلات ايضا على شاشات العرض
- لكل بطولة استوديوهات للتحليل الخاصة بها يتم فيها تحليل المباريات ونسجيلها يمكن ان يستعين بها اي فريق مشارك في البطولة كما حدث في اولمبياد اثينا 2004 عندما لم يكن احد يتوقع وصول المنتخب الاولمبي العراقي الى المربع الذهبي لفعالية كرة القدم وبالتالي الفريق الذي تقابل مع في المباراة شبة النهائي احتاج الى جميع مباريات العراق في البطولة لكي يعرف كيفية اسلوب لعب الفريق العراقي وبالتالي فهو بحاجة الى الاستعانة بمركز المعلومات الخاص بالبطولة (استوديو التحليل) للحصول على الاشرطة المباريات

كما يمكن الاستفادة باستوديوهات تحليل خاصة بقتوات رياضية موجودة على ارض البطولة لتغطية فعاليتها ونكون هذه التحليلات تملك من المصدقية درجة عالية ما يمثل رصيد مهم من المعلومات الموثوقة الخاصة باساليب لعب الفريق المنافس كان تكون هذه التحليلات لكبار المدربين العالميين لذلك يسعى بعض المدربين الى ان يحصل على هذه التحليلات سيما اذا كان المنافس فريق مجهول بالنسبة لهؤلاء المدربين



العوامل المؤثرة في الإمكانيات

عوامل ذاتية داخلية

- المؤهلات العلمية – المظهر العام – السن – الجنس – الخبرات – الذكاء –
- القدرات البدنية – حسن التصرف – المقاييس- الجسمية – الحال الصحية –
- الشخصية – أدافيه .

عوامل بيئية خارجية

- القيم والعادات والتقاليد – فلسفة المجتمع – ثقافة المجتمع – الظروف
- الاقتصادية – الظروف المناخية – الموقع الجغرافي – نوع وطبيعة النشاط
- الرياضي .

أقسام الإمكانيات

أولاً: الإمكانيات المستديمة

هي منشأة مقامة لممارسة أنواع الأنشطة الرياضية المختلفة وما يتبعها من :

● أماكن الممارسة مثل الملاعب والصالات وحمامات السباحة

● غرف خلع الملابس والحمامات والتدليك

● أماكن المتفرجين " المدرجات "

● أماكن الإعلاميين وأماكن الأطباء

● المخازن وأماكن الصيانة

الأجهزة : هي وحدات متحركة تستبدل بعد مدة طويلة من استخدامها مثل أجهزة الجمباز كالمتوازي – الحصان – عارضة التوازن – العقلة – أجهزة الوثب العالي – الدراجة الثابتة وغيرها .

الأدوات : وتقسم الأدوات إلى (3) أنواع .

1-الأدوات الكبيرة :مثل المقاعد السويدية – سلم القفز – سلالم الحائط – الدراجات .

2-الأدوات الصغيرة :وتنقسم إلى :

أ-أدوات يدوية :تستخدم في الجمباز الإيقاعي او العروض الرياضية والاستعراضات من بعض الرياضات الأخرى مثل الزجاجات الخشبية – الشرائط – الأعلام – الحبال – المضارب – العصي وغيرها

ب-أدوات تستخدم في التمرينات البنائية والغرضية ومن
أمثلتها: الأثقال الحديدية - الكرات الطبية - الكرات الحديدية
- العصا - الخشبية - أكياس الرمل -
ج-أدوات بديلة: إطارات العربات - أطباق البلاستيك - أكياس
الرمل - صناديق الرمل - أعلام صغيرة - صناديق فارغة -
سلالم - بالونات

Steven
Gerrard
www.liverpoolthailand.com

هناك تقسيم آخر للإمكانات

1- إمكانات بشرية : ويقصد بها المدربين (عددهم – تأهيلهم – مواصفاتهم)

2- إمكانات مادية : وتقسم إلى

أ-مساحات ومنشأة : ملاعب مكشوفة ملاعب رملية

• الصالات المغلقة (صالات الألعاب – غرف تدريب بالأثقال)

• ملاعب مغطاة كالملاعب ذات المظلات

ب- الأجهزة

• أجهزة ثابتة كالعقلة والخلق

• أجهزة متحركة كجهاز حسان القفز وجهاز الوثب

ب-الأجهزة

- أجهزة ثابتة كالعقلة والحلق
- أجهزة متحركة كجهاز حسان القفز وجهاز الوثب

ج- الأدوات

- أدوات قانونية (كرات – مضارب)
- أدوات بديلة (كرات طبية)
- أدوات مساعدة على التدريب (متوازي صغير – حائط للتمرير)

د- مرافق وخدمات

- حمامات ودورات مياه
- غرف تغيير الملابس
- غرف للاجتماعات والوسائل التعليمية
- مخزن جاف لتهوية الأجهزة والأدوات

شكرا للاصغاء

