

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

المستوى: السنة الثانية ماستر

التخصص: تحضير بدني رياضي

السداسي الثالث

مقياس: تحليل المنافسة الرياضية

أستاذ المقياس: أ.د. قميني حفيظ

التصحيح النموذجي لامتحان التعويض

1. أهمية نظام تتبع اللاعبين (GPS) في البرمجة التدريبية الحديثة: 5/5ن

عبارة عن جهاز صغير مكون من مرسل ومستقبل (Transmetteur-Récepteur) له اتصال مباشر بالأقمار الصناعية، بحيث يوضع خلف السترة السوداء التي يرتديها اللاعب ومن خلال تقنية الإشارات المرسلة يستقبل البرنامج التقني الخاص بقراءة البيانات بنظام البلوتوث على كمبيوتر محل الأداء الفني والبدني، وهنا يصبح بإمكان محل الأداء عمل ملف كامل لكل لاعب موضح فيه معدلات التطور والأداء بالتفاصيل الفنية والبدنية عن كل فترة تدريبية تمت بها المعالجة التحليلية. 2.5ن

يساهم نظام GPS بتحليل المنافسة الرياضية تحليلًا وافيًا بما يمنح المختصين (مدرب، محل أداء ومحضر بدني) معطيات وأرقام دقيقة عن مستويات المنافسة والحمل التدريبي المضبوط بها، وهو ما يمثل خارطة طريق أساسية في تنظيم الجرعات التدريبية كما ونوعًا، والأمر لا يتوقف عند قياس مجهود وأداء اللاعبين فقط بل يمتد إلى تحديد تمرکز اللاعبين داخل الملعب سواء في التدريب أو في المباراة. 2.5ن

2. أسلوب التسجيل الصوري (Audiovisuels): 7.5/7.5ن

يتم من خلال تسجيل أطوار المنافسة أو المباراة عبر شريط فيديو ثم استنتاج واستخلاص كامل المؤشرات الرياضية المراد تحليلها، ويعتبر هذا الأسلوب من أكثر الطرق والأساليب دقة وذلك للأسباب الآتية: 1.5ن

✓ ليس هناك أي مؤثر سلبي خارجي على تسجيل المباراة إلا في حالة انقطاع التيار الكهربائي وإن كان هناك إمكانية لتسجيل المنافسة حتى في هذه الحالة عن طريق الاستعانة بالبطارية، 1.5ن

✓ كل الحركات والتنقلات الرياضية المنجزة خلال المنافسة تسجل وبالتالي تحصيل معلومات دقيقة كما وكيفًا؛ 1.5ن

✓ الخطأ في تقدير الحركة يكون قليل وذلك لإمكانية التحكم في الحساب والعد من خلال الفرصة المتاحة دوريًا في إعادة الحركة أكثر من مرة وتحديدًا بدقة أفضل؛ 1.5ن

✓ يمكن من تسجيل حركات الفريقين بوقت واحد ومن زوايا مختلفة إن شئنا. 1.5ن

3. قيم مؤشرات بدنية لمنافسة كرة اليد في المستوى العالي : 7.5/ن7.5

المؤشر البدني	متوسط المسافة المقطوعة 2.5	الحركات الانفجارية 2.5	نسب السرعات من زمن اللعب الكلي 2.5
متوسط قيمته	500±4151 متر	300 مرة	<5 كم/سا
أقسام وتفصيل المؤشر البدني	3820 متر لاعب جناح	مدتها بين 2 إلى 3 ثواني	31 % جري بطيء
	3161 متر لاعب ظهير	نسبتها 10 % من الوقت الكلي	37 % مشي
	3531 متر لاعب وسط	الراحة بينها من 25 إلى 30 ثانية	25 % جري سريع 7 % عدو سريع جدا

انتهى