



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة المستقبل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التحليل الحركي النوعي

م.م. جعفر حمزة كاظم

٢٠٢٤ م

١٤٤٦ هـ

تعريف التحليل الحركي النوعي

- التحليل النوعي يركز على الوصف العام للأداء الرياضي باستخدام المهارات التحليلية للملاحظ، الذي يميز هذا النوع من التحليل هو اعتماده على الملاحظة والتقييم المباشر دون الحاجة إلى أجهزة قياس معقدة. يتيح للمحلل الوصول إلى فهم أعمق لجوانب المهارة الرياضية.

أنواع التحليل النوعي

- **التحليل النوعي المباشر (الملاحظة):** يتم ذلك بدون أدوات أو أجهزة، حيث يعتمد المحلل على ملاحظاته الشخصية لأداء اللاعب وتقييمه بناءً على الخبرة والمعرفة المتراكمة.
- **التحليل النوعي غير المباشر (التسجيل):** يُستخدم هنا تقنيات التسجيل البصري، مثل الفيديو أو الصور المتسلسلة، لتحليل الحركة. يوفر هذا النوع دقة أكبر في التعرف على تفاصيل الأداء من خلال إمكانية إعادة العرض ودراسة الأخطاء بالتفصيل.

مميزات التحليل النوعي غير المباشر

١. **إعادة العرض المتكرر:** يتيح إعادة مشاهدة الأداء عدة مرات، سواء بالسرعة العادية أو بالحركة البطيئة، لتحديد الأخطاء وتصحيحها بشكل أكثر دقة.
 ٢. **دقة التفاصيل:** باستخدام التسجيل، يمكن للمحلل التمعن في تفاصيل الحركة وإجراء تقييمات دقيقة بناءً على الملاحظات المتكررة.
 ٣. **الاعتماد على التكنولوجيا:** يُستخدم هذا التحليل أدوات تصوير وتقنيات حديثة كالتصوير البطيء أو الصور المتسلسلة، مما يوفر فرصة أعمق لملاحظة الأخطاء وتحليلها بدقة.
- يشمل التحليل النوعي خطوات أساسية لضمان دقة الملاحظة، منها:
 - **الاستعدادات الضرورية للملاحظة:** تشمل اختيار الموقع المناسب للمحلل وزاوية الرؤية الملائمة.
 - **تحديد الهدف من المهارة:** يساعد ذلك في توجيه الملاحظة إلى الجوانب الأهم في الأداء الرياضي.

○ تجزئة المهارة إلى عناصر أساسية: بحيث يتمكن المحلل من تحديد الأجزاء التي تحتاج إلى تحسين.

○ تحديد وتصحيح الأخطاء: باستخدام أساليب علمية ملائمة لتحسين الأداء بناءً على نتائج التحليل

يتطلب التحليل النوعي مهارات خاصة وخبرة عالية، حيث يجب أن يمتلك المحلل القدرة على الملاحظة الدقيقة وتفسير الأخطاء بسرعة، بالإضافة إلى معرفة واسعة بتقنيات التحليل وأساليب التقييم لتقديم توجيهات فعالة لتحسين الأداء.

خطوات التحليل النوعي

أسلوب العمل باستخدام التحليل النوعي في تقييم الأداء الرياضي، الخطوات مفصلة تشمل:

١. الاستعدادات الضرورية للملاحظة:

○ تتضمن تحديد المكان المناسب وزاوية الرؤية الصحيحة لضمان وضوح الملاحظة ودقة التحليل.

٢. تحديد الهدف من المهارة:

○ تحديد الأهداف يساعد في توجيه الملاحظة إلى الجوانب الأهم في الأداء الرياضي.

٣. تحديد المميزات الخاصة للمهارة:

○ التعرف على خصائص المهارة الرياضية لتحديد ما إذا كانت هناك عناصر تحتاج إلى التركيز أو التحسين.

٤. تجزئة المهارة إلى عناصرها الأساسية:

○ تحليل المهارة إلى مكوناتها يسهل معرفة الأجزاء التي تحتاج إلى تعديل أو تحسين.

٥. استخدام المعرفة البايوميكانيكية في التحليل:

○ تطبيق المعرفة البايوميكانيكية يساهم في فهم كيفية عمل الجسم أثناء الحركة وتحسين الأداء.

٦. تحديد الأخطاء وتصحيحها:

○ بعد تحديد الأخطاء، يتم اختيار الأساليب المناسبة لتصحيحها، مما يساعد على تحسين الأداء الرياضي باستمرار.

أهمية التحليل النوعي في التدريب

التحليل النوعي يعتمد بشكل كبير على الخبرة والمعرفة التراكمية للمحلل، مما يجعله أداة فعّالة للمدربين والمعلمين في تحسين مهارات اللاعبين من خلال فهم وتقييم أدائهم بشكل مباشر.

يُعد التحليل الحركي في التدريب الرياضي أداةً مهمةً لتحقيق الإنجازات الرياضية العالية، حيث يقدم معلومات دقيقة تساعد المدربين على تحسين أداء اللاعبين. فيما يلي أهم فوائد التحليل الحركي في التدريب الرياضي:

١. **تحديد التفاصيل الفنية:** يمكن للمدرب استخدام التحليل الحركي لتقييم الجوانب الفنية في المهارات الرياضية، مما يساعد على ضبط وتثبيت الأداء الفني لدى اللاعبين.
٢. **بناء البرامج التدريبية:** تساهم معلومات التحليل الحركي في وضع برامج تدريبية دقيقة، سواء في الإعداد البدني أو المهاري أو التكتيكي، بما يتلاءم مع احتياجات كل لاعب.
٣. **تحديد نقاط الضعف وتصحيحها:** يمكن للمدرب التعرف على نقاط الضعف في أداء اللاعبين وتطوير خطة لتعديل وتحسين تلك الجوانب، مما يعزز الكفاءة والأداء الكلي للرياضيين.
٤. **تطوير القدرات البدنية:** يساهم التحليل الحركي في وضع التدريبات المناسبة لتطوير القدرات البدنية اللازمة، وبتيح حساب احتياجات كل لاعب بشكل دقيق.
٥. **التنبؤ بالتطور المستقبلي:** من خلال متابعة أداء اللاعبين المستمرة عبر التحليل الحركي، يمكن للمدرب التنبؤ بإنجازات اللاعبين المحتملة وتوجيههم نحو تحقيق أفضل النتائج الممكنة.

ماهي مؤهلات الشخص القائم بالتحليل النوعي

- المعرفة الفنية العالية: يجب أن يكون المحلل على دراية شاملة بتفاصيل الأداء الحركي الخاص بالرياضة المعنية، إضافةً إلى خلفية متخصصة في هذا المجال (كتاب التحليل الحركي).
- الإلمام بالمعلومات البايوميكانيكية: من الضروري للمحلل فهم المبادئ البايوميكانيكية التي تؤثر على الأداء الرياضي ليتمكن من تفسير حركة اللاعب بشكل دقيق.
- التركيز ودقة الملاحظة: يحتاج المحلل إلى التركيز العالي والقدرة على ملاحظة التفاصيل الدقيقة في الأداء، مع سرعة اتخاذ القرار خلال اللحظات الأولى من المشاهدة.

- التشخيص الفعّال للمناطق القوية والضعيفة: يجب أن يكون المحلل قادرًا على تشخيص نقاط القوة والضعف في الأداء وتحديد العناصر التي تحتاج إلى تحسين
- الخبرة الميدانية: يُفضل أن يمتلك المحلل خبرة كبيرة في المجال الميداني، مما يساعده في تقديم التمارين المناسبة لتصحيح الأخطاء التي تم تشخيصها
- فهم الفروق الفردية: ينبغي للمحلل التمييز بين اللاعبين بناءً على اختلافات القدرات البدنية والشكلية، بما في ذلك الفروقات الفردية التي قد تؤثر على الأداء