

## التعرف على استخدام التقنيات الحديثة عند مدربي الدرجة الاولى لكرة القدم بالخرطوم

Learn about the use of modern techniques at the coaches of  
the first level football in Khartoum

عوض يس أحمد محمود	عمر محمد علي	معمرادم بشير
أستاذ محاضر	أستاذ محاضر	أستاذ محاضر
جامعة النيلين (السودان)	جامعة النيلين (السودان)	جامعة النيلين (السودان)

### ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على استخدام التقنيات الحديثة لمدربي الدرجة الاولى لكرة القدم بالخرطوم. استخدم الباحث المنهج الوصفي. عينة البحث عمدية لعدد 16 مدرب. ادوات جمع البيانات الاستبانة.

أهم النتائج: ضعف التعامل مع اجهزة الحاسب الالي نسبة لعدم وجود دورات تدريبية للمدربين. ضعف التعامل مع شبكات ومواقع التواصل الاجتماعي. استخدام التقنيات الحديثة للأجهزة في التدريب وتسجيل معلومات اللاعبين ضعيف جدا. استخدم التقنيات الحديثة في تحليل اداء اللاعبين لا يوجد ولا يستعمله المدربون. ومن اهم التوصيات: اقامة دورات تدريبية في التقنيات الحديثة للمدربين. المساعدة في تملك المدرب اجهزة حاسوب. التعريف من خلال دورات المدرب بأهمية استخدام التقنيات الحديثة في التدريب والثقيف وتسجيل البيانات. توفير الاجهزة الحديثة والتقنيات الخاصة بتحليل الاداء الحركي والمباريات.

الكلمات المفتاحية: التقنيات / المدربون / الحاسوب/ اللاعبين.

### Abstract

The study aimed to identify the uses of modern techniques of the first level soccer coaches in Khartoum. A descriptive approach was taken. The research sample size consisted of 16 coaches, intentionally selected, questionnaires were used for data collection. Important results: poor handling of the computers due to inadequate coaches training courses. poor handling of the networking and social media platforms. the use of modern technologies & equipments and players data recording were found to be very poor. in terms of the use of modern technologies in analyzing the players performance, NONE was found. Important recommendations: Conducting training courses in the use of modern technologies for coaches. to help availing the

computers. raising awareness through the courses about the importance of modern technologies & data recording. availing the modern equipment & the special techniques of analyzing the dynamic performance and matches.

Key words: technology / coaches / computer / players.

#### مقدمة

يتسم هذا القرن بإنجازات علمية تقنية وكلما زادت الحاجة ازداد الاستحداث لتزداد المعلومات التي يتم الحصول عليها واصبحت تتدخل في كل جوانب حياتنا العلمية لذا يشهد العالم تغيرات سريعة متلاحقة وثورة علمية

وتقنية متنامية مذهلة ادت الي تغيير مفهوم التدريس باسلوب حديث والسعي الحثيث الي تطويره بالاعتماد علي التقنيات استخداماً صحيحاً لتزويد الطالب بالمعلومات شاملة المحتوي بطرق تدريس ووسائل تعليم واساليب تتيح له افضل الاساليب والطرق الحصول علي المعرفة لاكتساب خبرات جديدة

يستطيع المدرب الرياضي من الاستفادة الكاملة من التقنية الحديثة والمتطورة في أجهزة التدريب والأجهزة التكنولوجية الاخرى التي يمكن الاستفادة منها بطريقة مباشرة في عملية التدريب للارتقاء بقدرات اللاعبين للمستويات العالية ، لذا كان عليه أن يطلع علي كل مستجدات العصر وان يطور قدراته المعرفية يحصل علي الدورات العلمية المهله لذلك ، وحيث أن التقنية الحديثة في أي مجال متغيرة بين يوم وليلة ، لذا وجب على المدرب والمربي مراعاة مايلي :-

1-الاهتمام بتثقيف أنفسهم والاشترك في الدورات المؤهلة لتشغيل الأجهزة الحديثة باستخدام الكمبيوتر، إلى جانب التعرف على التقنيات الحديثة الأخرى في مجال الاتصالات.

2-ضرورة اهتمام الاتحادات الرياضية ،والجهات المختصة بعمل الدورات المؤهلة لذلك أسوة بما يحدث بالعام

3- ضرورة تثقيف المدربين وخاصة مدربي المستويات العالية والفرق القومية للتعرف على كل ما هو جديد في عالم الكمبيوتر والتدريب على شبكة المعلومات " الانترنت "للاطلاع على الجديد في العالم .

1- المشكلة :

ويعتبر موضوع التدريب بأحدث التقنيات واحدة من أهم عناصر التشويق من الموضوعات المهمة فهو يوثق الصلة بعملية الإدراك والتذكر والتخيل والتفكير والتعلم وتعتبر مشكلة استخدام تقنيات في التدريب والرياضة مهمة جدا لادخال عنصر تشويق ، وكما طرق التدريب بأحدث التقنيات واحدة من أهم عناصر التشويق من الموضوعات المهمة فهو يوثق الصلة بعملية الإدراك والتذكر والتخيل والتفكير والتعلم وتعتبر مشكلة استخدام تقنيات في التدريب والرياضة مهمة جدا لادخال عنصر تشويق والباحث من خلال عمله في تدريب الاندية قد لاحظ انه لا زال ينقص مديرينا الكثير من الاطلاع على اخر المستجدات الحديثة في تدريب كرة القدم. ولم يحاول اغلب المدربين الاستفادة من هذه التقنيات الحديثة الا القلة من القادرون والمؤهلين علميا وتدريبيا ، فيجب علي المدربين الاستفادة من التقنيات الكثيرة المتاحة ولا بد وأن يستجيب للثورة التكنولوجية بحيث يعكس برامجه وأنشطته ويستفيد من مخترعات ومنتجات تلك الثورة في تفعيل تلك الأنشطة وتسهيل مهامها وتحقيق أهدافها أن التغذية الراجعة مصدر مهم للمتعلم فيما يتعلق بالأداء وقد تكون مرتبطة بمعلومات عن النتائج التي تخص أداء بمعنى تحصيل الهدف ، أو معلومات مرتبطة بالأداء كالوعي بصحة الحركة أو كفاءتها ، والأداء الصحيح.

ولا بد من الاعتراف بان ذلك يحتاج الى مجهودا خاصا من قبل اللجنة التدريبية في الاتحاد السوداني لكرة القدم في عمل الدورات التدريبية التطويرية للمدربين وتزويدهم باخر المستجدات في تدريب كرة القدم.. ان تطوير مستوى المدربين في هذا المجال سيجعلهم يوظفوها التوظيف العلمي السليم في مجال التدريب ، كما يجب علي المدربين الاستفادة من التقنيات الحديثة بالاطلاع والمعرفة حيث ان العالم اصبح في ظل العولمة قرية صغيرة فبمكانه الحصول علي احدث التدريبات وانتقاء افضل الاجهزة حيث اصبح ذلك في المتناول للجميع . لذلك تناول الباحث هذه المشكلة للتعرف علي استخدام المدربين تقنيات حديثة تساعد في الارتقاء بالعملية التدريبية .

## 2- هدف البحث :-

التعرف على استخدام مدربي اندية الدرجة الاولي لكرة القدم بولاية الخرطوم للتقنيات الحديثة.

### 3- تساؤل البحث:

ما التقنيات الحديثة التي يستخدمها مدربو اندية الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم

### 4- حدود البحث:

المجال الجغرافي ولاية الخرطوم، المجال البشري مدربو اندية الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم، المجال الزمني 2017م.

### 5- الاجراءات :-

1.5- المنهج :- استخدم الباحث المنهج الوصفي

2.5- المجتمع : مدربو اندية الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم.

3.5- العينة :- عينة عمدية من مدربي اندية الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم وعددهم 16 مدرب

أدوات جمع البيانات :- الاستبانة.

### 6- مصطلحات:

التقنيات الحديثة: هي تكنولوجيا الوسائل والأدوات المخترعة المستخدمة لرفاهية ومعيشة الناس (اجرائي)

### 7- الإطار النظري:

#### 1.7- أهمية الاتصال في المجال الرياضي :-

يعرف الاتصال في المجال الرياضي بأنه وسيلة من وسائل نقل المعلومات بين الإدارة العليا و الجهات التنفيذية ويمثل الاتصال أهمية كبيرة في الارتفاع بمستوى أداء الأفراد والمنظمات المختلفة

وبذلك يمكن توضيح مفهوم الاتصال الإداري بأنه إنتاج أو تجميع أو توفير البيانات والمعلومات الضرورية لاستمرارية العملية الإدارية ونقلها أو تبادلها أو ادعتها بحيث يمكن للفرد أو الجماعة الإحاطة بها أو معرفة الأخبار والمعلومات أو تعديل سلوكهم أو توجيههم إلى وجهة معينة .

وبذلك يقصد بعملية الاتصال في المجال الرياضي تلك الاتصالات التي تتم بين المنظمات المسئولة عن شئون الرياضة بعضها مع بعض سواء على المستوى المحلي أو الدولي أو

القاري لان الاتصال الوسيلة الوحيدة لإبلاغ الآخرين بما نريده ، ومن المهم نجاح عملية الاتصال واكتمالها يرد فعل ايجابي تجاه الرسالة

## 2.7- أهمية الاتصال بين المدرب واللاعب :

تأخذ الاتصالات بين المدرب واللاعب أشكالا كثيرة متعددة منها التعليمات التي يتلقاها اللاعب من المدرب ، والتي تنعكس على آرائهم ومشاعرهم تجاهه فيما ينفذون من مهام ، وفي كثير من الأحيان تستخدم إشارات وانفعالات من المدرب عبر الصوت بطبقاته المختلفة ، يستجيب لها اللاعب فورا كرد فعل ايجابي لما تم استقباله . كما أن تشجيع الجماهير وصياح الدربين وزيادة حماسهم تساهم في زيادة الدافع لدى اللاعبين ليتجاوبوا معها لكي تساهم في تحقيق الفوز ، لذا يكون للاتصال دورا هاما وأساسيا في تحقيق النجاح لعملية التدريب الرياضي . ولعل الذي يرسل يشعر بأهمية العقل والمخ البشري في تنظيم ما يرسله ، وكذلك المستقبل يشعر بأهمية المخ البشري فيما يستقبله ، وينظمه لكي ينظم قدراته ، ويوظفها للأفضل .

لذا كان يجب علينا عدم إهمال وأهمية المخ البشري، فيما يقوم به من وظائف لجسم الإنسان (أبو عودة , 2009م)

الكمبيوتر احد التقنيات الحديثة في عالمنا المعاصر:

مبررات استخدام الكمبيوتر:

أ- مبرر اجتماعي:

اصطنعت المجتمعات بمؤسساتها المختلفة بالروح الكمبيوترية وانجاز البعيد، فأصبحت المعرفة الكمبيوترية مؤشرا لدى التقدم الاجتماعي للأفراد .

ب - مبرر مهني :

أصبح الكمبيوتر من أكبر المجالات المهنية التي تجذب الناس ، وتجعلهم يغيرون من مهنتهم وتخصصاتهم الأصلية ، وتمنحهم مهارات وقدرات تطبيقية تفيدهم في المهن الاخرى .

ج – مبرر تعليمي:

أصبح الكمبيوتر، كأداة من أدوات تكنولوجيا التعليم يستخدم في تطوير أنماط التدريس، وفي تقديم مفردات المناهج المدرسية عن طريق برمجيات تيسر التعليم الفردي في وقت مناسب وبكفاءة عالية.

د – مبرر معلوماتي :

إلى جانب أهمية تصنيع وتجميع المكونات الأساسية للكمبيوتر، فأنة من المهم إعداد كوادرات على كفاءة عالية ومعلوماتية مناسبة لإعداد المكونات البرمجية ، بأساليب تعتمد على متابعة مجريات الأمور، وفي مجال تصنيع تلك الصناعة المتجددة ، مما يؤدي إلى تطور الدول اقتصاديا .

### 3.7- الانترنت:

الانترنت شبكة واسعة لا تتحدد بموقع محدد أووسيلة واحدة، هي وسط رقمي يقدم المعلومات على شكل نص أو رسوم تسجيل صوت وصورة بلغة بسيطة في شكل مقروء للمتصفح ، أصبح الان أكثر من 15 مليون عنوان وموقع الكتروني تحتوى على مئات من الصفحات الفردية على تلك المواقع بإضافة الى آلاف التطبيقات الجديدة التي يمكن أن تضاف.

أن كلمة Internet أصلها هي Network أي الترابط بين الشبكات "الشبكة التي تقوم بين النهايات الطرفية للحواسيب الآلية والنهايات الطرفية المتصلة به في إطار النقل على الخط المباشر One line للبيانات". يُعرف بأنه نظام اتصالات البيانات الذي يربط أجهزة وأدوات مستقلة مثل Hardware ،وملحقاتها كالأقراص الصلبة Hard Disks والطابعة printers ومشغلات الأقراص الضوئية المدمجة CD – ROM Drivers بإضافة إلى مورد البرمجيات Software بغرض المشاركة في المعلومات ونقلها بكفاءة وفاعلية وبطريقة اقتصادية بواسطة استخدام الوسائل الإلكترونية تشمل المعلومات الصور، الرسومات، الأصوات والفيديو . (مصطفى، 2005، ص252) .

يعتبر إحدى وسائل التكنولوجيا المتطورة إذا ما قارناها بجانب وسائل تقليدية مثل الاذاعة والتلفزيون فإن كلفتها أقل بكثير بإضافة الى جذب عدد كبير من المهتمين والمتابعين والمشجعين للألعاب الرياضية. إما في مجال التدريس يوفر العديد من الفرص للمعلم والمتعلم لما له من فوائد تعليمية حيث علق بيل جيتس مدير عام شركة ميكروسوفت بقوله "طريق المعلومات السريع يساعد في رفع مقاييس التعليم لكل فرد يتيح طرق جديدة للتدريس ومجال أوسع للاختيارسوف يمثل نقطة انطلاق نحو تعلم مستمر ويكون مرتاده من أكثر الأشخاص ذو المستقبل الجيد وذلك لامتيازه بعثور على المعلومة والتعليق عليها والتنبيه لأهميتها وأثارة الاهتمام" (الخياط، 2005، ص 25).

4.7- نماذج لبعض وسائل التقنيات الحديثة في التدريب :

#### 1.4.7- مجسات تحليل الحركة :

التقنيات الحديثة أصبحت في خدمة الرياضة أكثر من أي وقت مضى. في ألمانيا، على ملعب تدريب نادي هوفنهايم. اللاعبون يحملون مجسات تحلل حركاتهم ووضعياتهم على الملعب والاحتكاك بالكرة في الوقت الحقيقي.

هذه التقنية هي منجم ذهب للمدربين الذين يسعون باستمرار إلى تحسين أداء لاعبيهم.

يقول رئيس الابتكار وعضو مجلس الإدارة في شركة SAP: ":

مبدئياً يوضع المجس في مكان ما في جسم اللاعب، أعني في الحذاء أو القميص الرياضي. ثم يتم ارسال بيانات في الوقت الحقيقي إلى أعمدة الإرسال الموجودة في الملعب القريب والتي تقوم بتقوية الإشارة، وبالتالي فإن تأثير الأشعة على اللاعبين قليل جداً."

البيانات التي تم جمعها بواسطة المجسات أو أجهزة الاستشعار ترسل عبر هذه الصناديق إلى الحاسوب ليتم استخدامها لاحقاً في تحديد التدريبات اللازمة لكل لاعب، بعدما تعرف مكان ضعفه أو في تحديد تدريبات الفريق ككل، للحد من الإصابات وأخطارها."

يقول مدرب فريق هوفنهايم: "البيانات تعزز ما ألاحظه شخصياً، ولكنها تمدني بأشياء قد لا أستطيع تصورها أو قياسها. على سبيل المثال، إذا أردت قياس مدة استرجاع الكرة إلى حين تسجيل هدف، يمكنني كمدرّب أن أقيس بصفة ذاتية إذا كانت هذه المدة طويلة أو قصيرة نسبياً."

لكن إذا توفر لدي معدل جميع البيانات منذ استرجاع الكرة إلى حين تسجيل الهدف على

كامل فترة التدريب، سيمكنني ذلك من استخلاص نتائج مفيدة وصالحة لأسبوع التدريب المقبل وما يجب علي فعله بالتحديد. [arabic.euronews.com](http://arabic.euronews.com)

#### 2.4.7- غوغل غلاس google glass :

وبفضل غوغل غلاس google glass، تمكن هذه النظارات الذكية مدربي اللياقة البدنية من حساب سرعة اللاعب بدقة ودراسة أدائه على أقراص رقمية. النظارة ذاتها مثل تليفون ذكي ولكن بطريقة متقدمة أكثر، فهي تعرض المعلومات أمام عين مستخدمها كطريقة أفلام الخيال العلمي حسب التطبيقات المحملة عليها، بالتالي فإن العبرة في نظارة بروجوس التي انتشرت صورها إعلامياً يوم أمس تتعلق بالتطبيق المستخدم وليس بالنظارة ذاتها.

التطبيق يقدم نظاماً احصائياً متقدماً جعل نظارة جوجل لأول مرة تدخل عالم كرة القدم، حيث يملك المدرب من خلالها أثناء المباراة احصائيات فريقه ولابعبه بالتفصيل وبشكل حي ومباشر، فيدرك من خلال استنتاجاته موطن الخلل في أداء فريقه فيعمد إلى تصحيحه، كما أنه يملك قاعدة بيانات كاملة عن كافة الخصوم الذين سيواجههم في بطولة الدوري مما سيسهل عليه الاستعداد لهم.

البيانات يتم تحديثها كل 30 ثانية، وهو ما يجعل المدرب مدركاً بشكل رقمي أداء بعض لاعبيه أكثر من اعتماده فقط على الحكم العام من خلال المشاهدة، حيث سيعرف معدل خطأ لاعبيه كأفراد وكفريق بمعايير واضحة ومؤكدة.

ومما يميز وجود التطبيق على هذه النظارة وغيره من التطبيقات المتوفرة على أجهزة ذكية كالموبايل أو الأجهزة اللوحية أن النظارة تمكنك من رؤية البيانات في وقت رؤيتك للعالم الحقيقي، بالتالي فإن المدرب يبقى عينه على الملعب وبنفس الوقت يرى الأرقام ويستطيع إعطاء أوامر لها من دون الحاجة لرفع عينه عن الملعب، لأن الأوامر في نظارة جوجل تعطى بطريقة صوتية أو عبر حركة الرأس.

وللنظارة استخدامات أخرى مفيدة في كرة القدم لكنها ليست متوفرة في تطبيق الدوري الإسباني، حيث يتم الترويج حالياً لتطبيقات تتعلق بتدريبات اللاعبين من حيث المسافة



المقطوعة والزمن، وعدد لمسات اللاعب في التدريبات وأمور أخرى تطور من جودة التدريبات بناء على معايير دقيقة.

الإضافات الأخرى في نظارة جوجل لن تكون مفيدة للمدربين على الأغلب، فالنظارة قادرة على إعطائك الاتجاه الذي تمشي فيه للوصول إلى نقطة تريدها في الطريق، كما أنها تستطيع قراءة الكلمات المكتوبة على اللوحات والإعلانات في الشوارع وترجمتها إلى لغتك المفضلة، ومن المتوقع أن يتواصل تطورها مع طرح المزيد من التطبيقات، ويرى كثيرون أن النظارة الذكية "سواء كانت لجوجل أو غيرها" في طريقها لجعل الأجهزة اللوحية والموبايل الذكية شيئاً قديماً! [digital.argaam.com](http://digital.argaam.com)

### 3.4.7- الفوتبوناوت:

في الوقت الذي تعتمد فيه فرق أميركا الجنوبية على التقنية والمهارات الفردية العالية، يعتمد الألمان على النظام والانضباط والقوة الجسدية لكسب مباريات كرة القدم. ولهذا يصف الصحفيون الفريق الألماني بـ«الماكينة العسكرية» و«كتيبة الدبابات». ويبدو أن المنتخب الألماني ينوي تحويل هذه التسميات إلى حقيقة عن طريق اعتماد جهاز تقني جديد لتدريب اللاعبين. وأعلن اتحاد كرة القدم الألماني عن اهتمامه بجهاز صنعه شاب برليني يضمن تدريب اللاعبين على مساحة صغيرة.

ونظام التمرين الذي وضعه المخترع الشاب كريستيان غوتلر عبارة عن ساحة مساحتها 1414 X مترا، وارتفاعها 5 أمتار، ومحاطة بشبكات الأهداف. ونصب غوتلر عدة أجهزة (مدافع) قاذفة للكرات بهدف تدريب اللاعبين. وتنفذ المدافع الكرة إلى الساحة بسرعات مختلفة، وارتفاعات مختلفة، وبحالات مختلفة، ويفترض أن يوجهها اللاعب بسرعة إلى المكان الذي يقف فيه زميله أو إلى الهدف. ويقول غوتلر أن الجهاز كفيلا بتدريب اللاعبين الألمان بما يكفي، في الأقل، للفوز بكأس أوروبا المقبل في سويسرا والنمسا في يونيو (حزيران) المقبل. وأطلق غوتلر على ساحة التدريب المصغرة اسم «فوتبوناوت» *Footbonaut* أي جهاز تدريب لاعبي كرة القدم الأوتوماتيكي، ولو إنه يود لاحقا استبدال الاسم باسم آخر أسهل. ويحقق التمرين شعار كل مدرب ناجح، كما يقول غوتلر، وهو أن

يكون اللاعب عند مستوى الكرة في أية لحظة ومستعدا لاستقبالها بالشكل الصحيح مهما كانت سرعتها أو دورانها أو ارتفاعها.

وأحاط غوتلر الملعب المصغر بعشرة مدافع قاذفة للكرات من عدة اتجاهات. ويطلق كل مدفع صغيرا ينبه اللاعب، كما لو أن زميله ينميه لاستقبال الكرة، ثم تطلق الكرة باتجاه اللاعب. وهناك 72 هدفا صغيرة في أرجاء الملعب الصغير، كل منها مزود بشبكة، ومساحة كل منها نحو 1.4 متر مربع، ومزود بأضوية إلكترونية. ينطلق الصغير أولا، تنقذ الكرة ثانيا ويضيء فجأة الهدف المطلوب، ويقع على اللاعب المدرب أن يركل الكرة بسرعة إلى الهدف المطلوب. ثم تنطلق كرة أخرى وغيرها، وهناك كومبيوتر يعد للاعب عدد الأهداف التي أصابها وعدد الكرات التي أخطأت الهدف.

واستخدم المخترع لاعبي فريق «يونيون برلين» لكرة لقدم بهدف تجربة الجهاز وتطوير مهارات اللاعبين. ونجح اللاعب توم ترايبول، بعد الكثير من التدريب والعديد من الأخطاء، أن يركل 40 كرة في أهدافها المطلوبة بشكل متسلسل بدون أن يرتكب أي خطأ. وذكر غوتلر أن اللاعب كان يركل الكرات بفرق زمني لا يزيد عن 5.3 ثانية كمعدل بين كرة وأخرى. وترايبول أحد أعضاء المنتخب الألماني لكرة القدم لسن ما تحت 15 ويتدرب مع ثلاثة من زملائه باستمرار في «فوتبوناوت» في شرق برلين. ويقول ترايبول إن مهاراته تقدمت وأنه صار يتحرك بالسرعة ويناولها ويستقبلها بسرعة غير معتادة. وعبر البروفيسور شتيفان نوب، من جامعة كولون الرياضية، عن قناعته بأن على قاذفات الكرات أن تدخل في تدريب لاعبي كرة القدم كما دخلت في تدريب لاعبي التنس وهوكي الجليد. وعبر نوب عن قناعته بأن «فوتبوناوت» سيحدث ثورة في كرة القدم على صعيد استلام الكرة وتوزيعها وتسديد الكرات نحو الأهداف. ويرى الباحث الرياضي إمكانية استخدام النظام لتدريب المسنين الذين يعانون من مشاكل في العضلات وفي التركيز والحركة.

وتستطيع المدافع في «فوتبوناوت» أن ترسل الكرات بسرعة 120 كم/ ساعة، كما يمكنها أن تنقذ الكرات بارتفاعات مختلفة وبحركة دورانية تتطلب الكثير من التركيز والتقنية للسيطرة عليها. ويمكن للكومبيوتر التحكم بقذف الكرة إلى ما لا نهاية من الحالات والسرع. واستثمرت شركة «س غول» 3.8 مليون يورو في تطوير النسخة الأولى من نظام

ال«فوتبوناوت»، وهي شركة يملكها غوتلر وزوجته ويشاركهما مليونير روسي «مجنون بالكرة» لا يرغبان بكشف اسمه. وقال مدير المنتخب الوطني الألماني، أوليفر بيرهوف، إنه كان سيستخدم النظام لو كان هو مديرا لفريق أهلي، لكن تمرير القرار على الاتحاد الألماني سيكون صعبا.

#### 4.4.7- ساعة فيت بيت :

ومن أول الأجهزة التي صدرت في هذا المجال كانت ساعة فيت بيت وقامت بعدها العديد من الشركات باطلاق ساعات وأساور خاصة بمراقبة اللياقة البدنية الخاصة بمرتبديها مثل ساعة ابل ووتش والساعات التي قامت شركة سامسونج باطلاقها. ولكن يوجد بعض الأساور الخاصة بمراقبة اللياقة البدنية و التي لا تقدم خدمات أخرى و تعتبر مثالية لكل من يرغب بالحصول على أفضل نتيجة.

#### 5.4.7- ساعة بولار :

ساعة بولار هي احد أشهر انواع الساعات التي تعمل على حساب السعرات الحرارية وهي ابتكار جديد وفريد من نوعه يساعدك على حساب السعرات الحرارية للتخلص من الوزن الزائد بطريقة بسيطة وبدون مجهود اضافي , فهي جهاز صغير دقيق يقوم بحساب السعرات الحرارية المحروقة بعد النشاط البدني , فعندما تقوم بأي نشاط بدني مثل المشي او القفز او عمل تمرين او استخدام اي نوع من انواع الاجهزة الرياضية تقوم هذه الساعة بحساب عدد السعرات الحرارية التي فقدتها اثناء قيامك بهذا النشاط فبالتالي يمكنك حساب ومعرفة السعرات الحرارية المفقودة للسيطرة على الوزن .

#### فائدة ساعة بولار:

- تقوم بحساب السعرات الحرارية المفقودة بدقة.
- قياس نبضات القلب.
- اثناء اتباعك لرجيم معين بدون رياضة او حتى اذا كنت تريد التخفيف من الاكل العالي السعرات الحرارية وتناول شئ من الحلويات أو المأكولات الدسمة , فكل

ما عليك عمله هو معرفة كمية السرعات الحرارية الموجوده بالوجبة التي ستتناولها وبعد ذلك تقوم بحرق ما اكلته في تلك الوجبة بالتحديد، فتقوم بارتداء ساعة حساب السرعات الحرارية وتبدأ بمزاولة اي نشاط بدني مثل المشي او عمل اي نشاط حتى تحرق كمية السرعات التي تناولتها بالوجبة .  
مثال : قمت بتناول حبة توكس او مارس وهي تحتوي على 250 سعر حراري تقريباً , بعد الانتهاء من تناول هذه الحلوى تقوم بارتداء الساعة والقيام بأي مجهود تريده حتى تصل الى الرقم 250 فتعرف انك فقدت السرعات التي تناولتها وكأنك لم تتناولها .. !

- اذن مع ساعة حساب السرعات الحرارية يمكنك تناول ماتشاء ثم حرق السرعات الحرارية التي تناولتها تحديداً بدون بذل مجهود اضافي .
- بدون عمل رياضة شاقة أو رجيم قاسي يمكنك وببساطة تقليل عدد السرعات الحرارية التي تحتاجها يومياً بارتداء الساعة ومزاولة مشي خفيف او مجهود خفيف ومعرفة كم سعر حراري فقدت خلال اليوم + حساب السرعات الحرارية التي تناولتها بكل وجبة .

( جريدة الشرق الاوسط 15 ابريل 2008 )

## 8- الدراسات السابقة :

1/ دراسة تامر خطاب (1999م) بعنوان تأثير استخدام تقنيات التعليم في الجزء الرئيسي من الدرس على مستوى الأداء المهارى لتلاميذ المرحلة الإعدادية .

هدفت :

الى التعرف على تأثير استخدام تقنيات التعليم في الجزء الرئيسي من الدرس على مستوى الأداء المهارى لتلاميذ المرحلة الإعدادية ،

المنهج :

التجريبي بتصميم تجريبي لثلاث مجموعات ( ضابطة واثنيتين تجريبيتين ) ،

العينة :

وبلغ حجم العينة (45) تلميذا من تلاميذ الصف الأول الإعدادي قسموا إلى ثلاث مجموعات متساوية واستخدام تقنيات التعليم في الجزء الرئيسي من الدرس ،  
ومن اهم النتائج :

تقنيات التعليم تؤثر بصورة إيجابية في عملية التعليم وبخاصة في تعليم المهارات الحركية الصعبة ، كما تعطى تصورا ذهنيا واضحا عن المهارات الحركية أفضل من الطريقة التقليدية مما يؤدي إلى تحسين مستوى الأداء المهارى . تفوق المجموعة التجريبية الثانية على المجموعة الضابطة في مهارة الوقوف على الرأس في الجمباز

2/ Janelle .c.w. : (1997) Maximizing Performance feedback effectiveness .  
exert Othrough videotape reply and self-continued learning environment  
Sport.(84)

الهدف:

1- التعرف على تأثير التغذية المرتدة عن طريق شرائط الفيديو وسط التعليم الذاتي وأجريت هذه الدراسة لبحث هل يمكن للمشارك الذى يحكم موعد أداء التغذية المرتدة أن يحتل عن ذلك الذى يستقبل تغذية مرتدة مكثفة أثناء تعلم حركة مركبة .

المنهج : التجريبي .

العينة :

(48) طالب تم توزيعهم على ثلاثة مجموعات (الاولى تستخدم التغذية المرتدة على فترات من الاداء ) و(الثانية تستخدم التغذية المرتدة المكثفة قبل وبعد الاداء) و(الثالثة الضابطة)

اهم النتائج :

الى اعطاء فرصة للتحكم في التغذية المرتدة فالمتعلم عادة يحتاج الى تغذية مرتدة أقل لاكتساب المهارات والقدرة على الاحتفاظ بها عن المجموعات الاخرى

3/ دراسة شيرين دسوقي (2005م) بعنوان: تأثير استخدام الحاسب الآلي (الكمبيوتر) على تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان .

تهدف :

الى التعرف على تأثير استخدام الحاسب الآلي (الكمبيوتر ) على تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الثانوية .

المنهج : التجريبي .

العينة :

(60) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية ثم قسموا الى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة .

النتائج :

ان استخدام الوسائل التكنولوجية ساعدت طالبات المجموعة التجريبية على اكتساب المهارات في الكرة الطائرة وكان لها تأثير اكبر من الطريقة التقليدية ، كما اثبت فاعلية في توجيه الطالبات نحو التعليم وزيادة دافعيتهن للتعليم

9- إجراءات البحث

1.9- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي .

2.9- مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث من مدربي اندية الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم عينة 3.9- العينة :

عينة عمدية من مدربي اندية الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم وعددهم 16 مدرب

4.9- المعالجات الإحصائية: التكرارات وقوة الاجابة .

## 5.9- اداة جمع البيانات :

استخدم الباحث الاستبانة.

### 1.5.9- خطوات بناء الاستبانة:

صممت على خمس عبارات واستعان الباحث بمدرج (لكرت) الخماسى ووزعت الدرجات على النحو الاتى :بدرجة كبيرة جدا 5 وبدرجة كبيرة 4 والى حد ما 3 درجة ضئيلة 2 ودرجة ضئيلة جدا واحدة. ووزعت الاستبانة على المدربين .

جدول رقم (1) يوضح التوزيع التكراري لإجابات المفحوصين

م	العبارات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	الى حد ما	بدرجة ضئيلة	بدرجة ضئيلة جدا
1	اعرف كيفية تشغيل الكمبيوتر	2	2	1	6	5
2	تلقيت دورات في الحاسب الالى	1	3	-	7	5
3	اتلقي معلومات من الاذاعه والتلفزيون فقط	3	2	1	4	6
4	تأهيلي العلي عانقا في التعامل مع التقنيات الحديثة	6	7	1	1	1
5	اعرف كيف اتعامل مع شبكات الاتصالات	2	4	-	5	5
6	اتلقي معلومات من مواقع التواصل الاجتماعي	3	2	1	4	6
7	استخدم اجهزة حديثة في التدريب	-	-	-	8	8
8	استخدم تقنيات حديثة في تسجيل المستويات البدنية	1	2	-	6	7
9	استخدم الحاسوب في محاضراتي للاعبين	3	2	1	4	6
10	استخدم التقنيات الحديثة في تحليل اداء اللاعبين	-	-	-	-	16

عرض ومناقشة النتائج: للإجابة على استخدام المدربين للتقنيات الحديثة  
جدول رقم (2) يوضح قوة الاجابة

الاجابة الاقرب الى		قوة الاجابة	العبارات
نوع الاجابة	الدرجة		
بدرجة ضئيلة	2	2,38	اعرف كيفية تشغيل الكمبيوتر
بدرجة ضئيلة	2	2,25	تلقيت دورات في الحاسب الالي
الي حد ما	3	2,50	اتلقي معلومات من الاذاعة والتلفزيون فقط
بدرجة كبيرة	4	4	تأهيلي العلمي عائقا في التعامل مع التقنيات الحديثة
الي حد ما	3	2,55	اعرف كيف تعامل مع شبكات الاتصالات
الي حد ما	3	2,50	اتلقي معلومات من مواقع التواصل الاجتماعي
بدرجة ضئيلة	2	1,50	استخدم اجهزة حديثة في التدريب
بدرجة ضئيلة	2	2	استخدم تقنيات حديثة في تسجيل المستويات البدنية
الي حد ما	3	2,50	استخدم الحاسوب في محاضراتي للاعبين
بدرجة ضئيلة جدا	1	1	استخدم التقنيات الحديثة في تحليل اداء اللاعبين
بدرجة ضئيلة	2	2,32	المتوسط الاجمالي

بالنظر الي الجدول رقم (2) نلاحظ ان قوة اجابة (اعرف كيفية تشغيل الكمبيوتر) كانت (2,38)

وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (2) وهي تقابل الاجابة بدرجة ضئيلة ,  
- وقوة اجابة (تلقيت دورات في الحاسب الالي) كانت (2,25) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (2) وهي تقابل الاجابة بدرجة ضئيلة ,  
-وقوة اجابة (اتلقي معلومات من الاذاعة والتلفزيون فقط) كانت (2,50) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (3) وهي تقابل الاجابة الي حد ما ,  
-وقوة اجابة (تأهيلي العلمي عائقا في التعامل مع التقنيات الحديثة) كانت (4) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (4) وهي تقابل الاجابة بدرجة كبيرة ,



-وقوة اجابة (اعرف كيف اتعامل مع شبكات الاتصالات) كانت (2,55) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (3) وهي تقابل الاجابة الي حد ما ,  
-وقوة اجابة (اتلقي معلومات من مواقع التواصل الاجتماعي) كانت (2,50) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (3) وهي تقابل الاجابة الي حد ما ,  
-وقوة اجابة (استخدم اجهزة حديثة في التدريب) كانت (1,50) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (2) وهي تقابل الاجابة بدرجة ضئيلة ,  
-وقوة اجابة (استخدم تقنيات حديثة في تسجيل المستويات البدنية) كانت (2) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (2) وهي تقابل الاجابة بدرجة ضئيلة ,  
-وقوة اجابة (استخدم الحاسوب في محاضراتي للاعبين) كانت (2,50) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (3) وهي تقابل الاجابة الي حد ما ,  
-وقوة اجابة (استخدم التقنيات الحديثة في تحليل اداء اللاعبين) كانت (1) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (1) وهي تقابل الاجابة بدرجة ضئيلة جدا ,  
-(واجمالي المتوسط ) لقوة الاجابة للعبارات (2,32) وهذه القيمة اقرب الي الدرجة (2) وهي تقابل الاجابة بدرجة ضئيلة .

ولمناقشة هذه النتائج يري الباحث ان العبارتين الاولى والثانية الخاصتين بالحاسب الالي وتشغيله والدورات التدريبية جاءت بدرجة ضئيلة نسبة لعدم الاهتمام باقتناء جهاز كمبيوتر نسبة لارتفاع اسعارها وعدم قدرة معظم المدربين الحصول عليه , وبالتالي يحجم المدربون عن الدورات التدريبية نسبة لعدة عوامل منها عدم اهتمام الاتحاد السوداني لكرة القدم باقامة الدورات , عدم وجود الزمن للمدربين للدورات .

ولمناقشة نتيجة العبارة الثالثة اتلقي المعلومات من الاذاعة والتلفزيون الي حد ما كانت اجاباتهم ويعزي الباحث ذلك الي اكتفاء المدربين بمعلومات التدريب من وسائل الاذاعة والتلفزيون لإتاحته عند كل المدربين وسهولة تلقي المعلومات منه .

اما العبارة الرابعة وهي ان تاهيل المدربين العلمي لايقف عائقا في استخدام التقنيات الحديثة وهذه الاجابة تؤكد تاهل معظم المدربين تاهيلا اكاديميا جيدا .وتتفق النتائج مع نتائج شيرين دسوقي (2005م) .

ويعزي الباحث تلقي المعلومات والتعامل مع تقنيات الشبكات والتواصل الاجتماعي الي حد ما وهي درجة وسطية تعبر عن عدد لا بأس به من المدربين من تلقمهم القنيات الحديثة

من الشبكات ومواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك والواتساب وغيرها من تبادل للمعلومات .

وجاء استخدام الاجهزة الحديثة في التدريب وفي تقنيات تسجيل البيانات البدنية بدرجة ضئيلة ويعزى الباحث ذلك لارتفاع اسعارها وعدم تواجدها بالسودان وصعوبة احضارها من الخارج , كما انها تحتاج الي آلية تشغيل قد لايعرفها معظم المدربين , كما ان معظم الاندية لظروفها المالية وعدم فهمها لاهميتها ساهم في هذه النتيجة .

اما استخدام الحاسوب في تقنية توصيل المعلومة للاعبين في المحاضرات الي حد ما غير متاح لمعظم المدربين لانه يحتاج لشاشة عرض وبروجك تر وتقنية تشغيل مما يجعل المدربين يستعيضون بالمحاضرات الشفوية .

وبما ان واجمالي المتوسط يقابل الاجابة بدرجة ضئيلة : يعزى الباحث ذلك الي ضعف استخدام التقنيات الحديثة لمدربي الدرجة الاولى لكرة القدم بولاية الخرطوم .وتتفق النتائج مع نتائج دراسة تامر خطاب (1999م) ونتائج دراسة (1997) : Janelle .c.w.

#### 10- الاستنتاجات :

- 1/ ضعف التعامل مع اجهزة الحاسب الالي نسبة لعدم وجود دورات تدريبية للمدربين .
- 2/ ضعف التعامل مع اشبكات ومواقع التواصل الاجتماعي .
- 3/ استخدام التقنيات الحديثة للاجهزة في التدريب وتسجيل معلومات اللاعبين ضعيف جدا .
- 4/ استخدم التقنيات الحديثة في تحليل اداء اللاعبين لا يوجد ولايستعمله المدربون .

#### 11- التوصيات :

- 1/ اقامة دورات تدريبية في التقنيات الحديثة للمدربين .
- 2/ المساعدة في تملك المدربين اجهزة حاسوب .
- 3/ التعريف من خلال دورات المدربين باهمية استخدام التقنيات الحديثة في التدريب والتثقيف وتسجيل البيانات .
- 4/ توفير الاجهزة الحديثة والتقنيات الخاصة بتحليل الاداء الحركي والمباريات .

## المراجع :

- 1/ فهميم مصطفي، 2005م : الطفل واساسيات التفكير العلي، دار الفكر العربي القاهرة
- 2/ عمر محمد الخياط ، 2005م: استخدام تكنولوجيا المعلومات في الادارة الرياضية ، العراق .
- 3/ محمد أبو عودة ، 2009م : اهمية استخدام الأجهزة الحديثة في التدريب ، فلسطين .
- 4/ جريدة الشرق الاوسط الثلاثاء 15 ابريل 2008 العدد 10731

*arabic.euronews.com/5*

*digital.argaam.com/6*

الدراسات السابقة :

- 1 . تامر أحمد خطاب : (1999م) تأثير استخدام تقنيات التعليم في الجزء الرئيسي من الدرس على مستوى الأداء المهارى لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، حلوان القاهرة.

2/ Janelle .c.w. : (1997) Maximizing Performance feedback effectiveness through videotape reply and self-continued learning environment Oexerts Sport.(84)

- 3/ شرين دسوقي محمد دسوقي : (2005م) ، تأثير استخدام الحاسب الآلي (الكمبيوتر) على تعليم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلميذات المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان .