

المركز الجامعي نور البشير
معهد العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

*مجلة دورية متخصصة ومحكمة تصدر عن قسم علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضية - المركز الجامعي نور البشير - البيض*

العدد الخاص بالملتقى الدولي العلمي الأول "قضايا
معاصرة في منظومة التدريب الرياضي الحديث بين
الاحتراف والحدثة"

المركز الجامعي نور البشير يومي 05 و 06 مارس 2018

بالتعاون مع:

مديرية الشباب والرياضة لولاية البيض - مديرية الخدمات الجامعية لولاية
البيض.

ومساهمة:

مؤسسة قودجيل صحة EHP Goudjil Santé - مكتبة السعادة

.....

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016

الرقم المعياري الإلكتروني: 6899 - 2602

العنوان: المركز الجامعي نور البشير - طريق آفلو 32000 البيض.

هاتف رقم: 049612739

فاكس رقم: 049612757

توجه جميع المراسلات للنشر إلى: البوابة الجزائرية للمجلات العلمية ASJP

<https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/208>

إدارة المجلة:

الرئيس الشرفي للمجلة:

البروفيسور زعنون عبد الوهاب - مدير المركز الجامعي.

مدير المجلة

منسق اللجنة العلمية:

الدكتور بن الدين كمال

الدكتور محي الدين جمال سليم

سكرتير المجلة

رئيس تحرير المجلة:

الدكتور العربي محمد

الدكتور مسعودي خالد

المحررون المساعدون

الدكتور بن سعيد محمود

الأستاذ الدكتور عطاء الله أحمد

الأستاذ الدكتور بن قوة علي

الهيئة التنظيمية للملتقى

رئيس لجنة الشهادات:

رئيس الملتقى:

الدكتور قزقوز محمد

الدكتور مسعودي خالد

رئيس لجنة متابعة الورشات:

أمين عام الملتقى:

الدكتور العربي محمد

الدكتور بن الدين كمال

رئيس لجنة الجداريات:
الدكتور بن سميشة العيد
رئيس لجنة التوصيات:
الدكتور بن سعيد محمود
رئيس لجنة الإعلام والاتصال:
الدكتور مهداوي الدين

رئيس اللجنة العلمية للملتقى:
الدكتور محي الدين جمال سليم
رئيس اللجنة التنظيمية:
الدكتور خويلدي الهواري
رئيس لجنة الاستقبال:
الدكتور أقروح سليم

تقديم إشكالية الملتقى:

من المؤكد أن هدف عملية التدريب الأساسي هو أن يحقق الفريق أو اللاعبون أرقاماً قياسية شخصية أو على مستوى الدولة أو العالم أو بطولة ما، ومن المؤكد أيضاً أن هذا اللاعب أو الفريق لن يستطيع أن يحقق هذا الهدف أو الإنجاز المطلوب إلا إذا كان في حالة بدنية ومهارية وخطوية ونفسية مثالية ويختص علم التدريب الرياضي بجميع العمليات التدريبية وما يحيط بها من متطلبات أساسية وضرورية للارتقاء بالأداء أو الإنجاز الرياضي ونظراً لتعدد وتعقيد وتركيب تلك المتطلبات والاحتياجات يصبح من الصعب تحقيق الأهداف التدريبية بصورة طبيعية أو ارتجالية إلا عن طريق تنظيم تلك العمليات التدريبية وتنفيذها بالشكل والصورة العلمية الصحيحة والمناسبة لأجل تنمية وتطوير الأداء الحركي والإنجاز الرياضي الفردي أو الفرق في تلك الألعاب أو الفعاليات الرياضية. ولقد ساعدت الدراسات والبحوث والتجارب العلمية التي تناولت الإنجازات الرياضية في الألعاب والأنشطة والفعاليات الرياضية المختلفة وكذلك التطور العلمي الذي صاحب العلوم الأخرى المرتبطة بالتدريب الرياضي على الارتقاء بعلم التدريب الرياضي الذي يعد العمود الفقري للتقدم والتطور الرياضي الذي نشاهده اليوم، حيث أصبحت الناحية العلمية الركيزة الأساسية لتطور هذا العلم بالوقت الحاضر؛ إذ أصبح التدريب الرياضي علماً جديداً ومهماً يدرس في كليات ومعاهد التربية الرياضية في مختلف أقطار العالم اليوم. كما ثمة هناك استراتيجيات تدريب ينبغي للمدرب تمثيلها واستخدامها وتطبيقها، وتمكنه من زيادة دافعية المتدرب نحو التدريب، مما يتطلب منه أن يكون ملماً بكيفية حدوث التدريب من قبل اللاعبين وكيف تؤثر الأساليب المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التدريب، وكذلك توفير طرق وأساليب تدريب مختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين المتدربين.

لكن هذا لا ينفي بروز مشكلة في وضع الأسس والقواعد المهمة في علم التدريب الرياضي وجديرة بالبحث والتقصي وهي تضارب بعض التأثيرات والنتائج المتحققة من قبل الرياضيين نتيجة الخبرة مع النتائج المتحققة من إتباع الطرق والوسائل العلمية في تخطيط العمليات التدريبية، كما برزت مشكلة أخرى وهي استخدام المصطلحات والمفاهيم العلمية جَراء دخول بعض العلوم في المجال التدريبي ومنها (الطبية والميكانيكا الحيوية والنفسية وغيرها)، حيث شكلت صعوبة لفهم وإدراك بعض العمليات الخاصة بها بشكل أثر على فهمها واستيعابها.

محاور الملتقى:

المحور الأول: أنواع التدريب الرياضي الحديث وأشكاله.

المحور الثاني: طرق الراحة والاسترجاع الرياضي.

المحور الثالث: مفهوم وأساسيات التغذية في المجال الرياضي.

المحور الرابع: المنشطات وسبل كشفها والوقاية منها.

المحور الخامس: إسهامات مختلف العلوم في مجال التدريب الرياضي الحديث.

المحور السادس: تجارب حديثة في أنماط التكوين في مجال التدريب الرياضي.

شروط النشر وضوابطه: يجب أن تستوفي جميع الأبحاث والمقالات على الأسس العلمية المنهجية المتفق عليها في ميدان العلوم الإنسانية والاجتماعية ووفقاً لمنهجية الكتابة الحديثة بالخصوص في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وذلك بمراعاة ما يلي:

- يجب أن يتماشى البحث أو المقال وفقاً للحدثة في الطرح والتحليل وتجنب تكرار البحوث السابقة.

- يجب ألا يكون المقال أو البحث قد سبق نشره أو المشاركة به في التظاهرات العلمية المختلفة.

- أن يمد البحث إضافات إلى القارئ من طلبة وأساتذة وباحثين في المجال ذي الصلة.

- يجب أن يراعى في متن البحث الكتابة بنمط **Traditional Arabic** بالبند العريض **حجم 14** في العناوين وبالبند الرقيق **حجم 14** في المحتوى وبفاصل بين الفقرات **بحجم 1**.

- الجداول والأشكال **بحجم 10**.

- يجب قبل إرسال البحث التأكد من حدود الصفحات وفقاً لما يلي:

نمط الصفحة يجب أن يكون **بمقاس 24/16** وحدودها **ب: 2 سم** من الأعلى والأسفل و**2 سم** عن اليمين واليسار.

- تخضع جميع البحوث لشرط التحكيم والخبرة من طرف لجان مختصة تمثل اللجنة العلمية لهذه المجلة ووفقاً للمعايير المعمول بها في البوابة الجزائرية للمجلات العلمية.

- يعاد توجيه المقال أو البحث إلى صاحبه إلا في حالات طلب تعديلات.

- تحتفظ المجلة بحقها في إجراء بعض التعديل اليسير بما يتوافق مع أغراض الصياغة والمنهج العلمي المتبع.

- لا يمكن أن تعبر آراء وأفكار الباحثين إلا عن آرائهم الشخصية المذكورة في أبحاثهم.

أمثلة:

حرف الواو يكون ملتصقاً مع الكلمة "هناك آراء وأفكار"
 الفاصلة تكون ملتصقة في آخر الكلمة "الرياضيين، يجرون"
 النقطة تكون ملتصقة مع الكلمة الأخيرة "في أبحاثهم."
 النقطتان تكونان ملتصقتان في آخر الكلمة "التالي: نحو"
 الأقواس يكونان ملتصقان مع الكلمة أو الأرقام (الفاء) (55).
 الجداول والأشكال تكون بحجم 10 وتكون بالجدول العادية.
 علامة الاستفهام تكون ملتصقة مع الكلمة هل هناك؟
 نفس الشيء بالنسبة للغة الفرنسية إلى الخط بالرقم 12.

ملاحظة: لا يتجاوز البحث 11
 ورقة

كلمة العدد على هامش الملتقى:

بسم الله الرحمن الرحيم

بحمد الله وتوفيقه نظم قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمركز الجامعي نور البشير البيض أول ملتقى دولي علمي موسوم بعنوان: "قضايا معاصرة في منظومة التدريب الرياضي الحديث بين الاحتراف والحدأة" وهذا يومي 05 و06 مارس 2018 حيث شهد هذا الملتقى حضور أساتذة مشاركين من داخل الوطن بمجموع يمثل مشاركة 22 معهد عبر الجامعات التي تضمن التكوين في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ومشاركة باحثين

[5]

الملتقى الدولي العلمي الأول "قضايا معاصرة في منظومة التدريب الرياضي الحديث بين الاحتراف والحدأة" المنظم يومي 05 و06 مارس 2018 بالمركز الجامعي نور البشير البيض

من خارج الوطن ممثلين في أساتذة من جمهورية مصر واليمن الشقيقتين ودولة إسبانيا الصديقة ضف إلى طلبة الدكتوراه الذين فتح لهم المجال لتدخلاتهم وأبحاثهم في صيغة تمثل جانبا تكوينيا لهم وجانبا تحضيريا لهم لولوج عالم التدريس بالجامعة وعلى مدار يومين كاملين تضمنت أشغال الملتقى ست ورشات تماشيا مع محاور الملتقى وجلسة افتتاحية وجلسة ختامية وكذلك ورشة خاصة بالجداريات والملصقات المتعلقة بمحاور الملتقى وتم عرض التوصيات التي قدمها الأساتذة الباحثون تمت قراءتها على هامش اختتام فعاليات الملتقى الدولي.

إننا نتوجه من خلال هذا العدد الخاص بجزيل الشكر والعرفان والتقدير لكل من قدم يد المساعدة وسهر لإنجاح فعاليات الملتقى من المساهمين والممولين وكذا أعضاء اللجنة العلمية والتنظيمية وكذا كل طلبة القسم وكل الموظفين والعمال بمركزنا الجامعي حيث أظهر الجميع حرصه وسعيه الدائم ليسيير الملتقى في أحسن الظروف وما رافق ذلك من وقوفهم الدائم لضمان الاستقبال اللائق بضيوفنا الكرام الذين تحملوا عناء السفر والتنقل لساعات طويلة ليشرفونا بحضورهم ومحاضراتهم القيمة التي أضفت على الملتقى الاهتمام الواسع وما دليل التغطية المستمرة لوسائل الإعلام بمختلف أشكالها إلا دليل على الأهمية البالغة التي اكتسبها موضوع الملتقى الدولي وإني في هذا الصدد أوجه خالص شكري لكل موظفي إذاعة البيض المحلية وكذا مراسلي القنوات التلفزيونية والصحف التي غطت الحدث، دون أن أنسى في هذا المقام كل ممثلي السلطات العسكرية والأمنية والمدنية الذين قاموا بمجهودات جبارة تجلت في التنظيم المحكم واليسير للملتقى الدولي العلمي الأول على أمل اللقاء بكم في تظاهرة علمية أخرى والله الموفق. وشكرا.

رئيس الملتقى: الدكتور مسعودي خالد.

فهرس مقالات العدد الخاص:

- 1- تشخيص نسب التقدم المنوية بتدريبات الأثقال وعلاقته بديناميكية تطور القوة العضلية للاعبي كرة القدم.
الدكتور كوتشوك سيد أحمد¹. الدكتور حجار خرفان محمد². الأستاذ بومدين قادة³.....10
- 2 - تطور تقنيات الانتقاء في ظل التكنولوجيا الحديثة في المجال الرياضي.
الدكتور محمد زروال¹. الأستاذ بومدين قادة².....25
- 3- أثر استخدام التدريبات البليومترية لتحسين القوة الانفجارية للرجلين والانجاز الرقمي في الوثب الطويل.
الأستاذ الدكتور بن زيدان حسين¹. الأستاذ الدكتور بن برنو عثمان². الأستاذ جرورو محمد³.....33

تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية العدد الخاص الأ

- 4- أثر استخدام التدريب بالمستويات في تنمية سرعة الأداء (سرعة التنقل بالكرة وبدونها، سرعة تردد التميريرة) عند ناشئي كرة اليد صنف أقل من 19 سنة. الدكتور فوقية إبراهيم¹. الدكتورة مهور باشا صبيرة². الدكتور مهور باشا مراد³.....40
- 5- أثر التدريب بالحبال المطاطية على تنمية القوة العضلية وعلاقتها بتحسين دقة الضربة الخلفية Tit-chagui للاعبين التايكواندو في مرحلة ما قبل البلوغ. الدكتور حاج أحمد مراد¹. الدكتور بوغربي محمد². الدكتور برجم رضوان³. الدكتور غضبان عبد الوهاب⁴.....50
- 6- استخدام برنامج تدريبي مقترح للتدريب البليومتري لتحسين صفة التوافق الحركي في كرة السلة لدى لاعبين من فئة أقل من 15 سنة. الدكتور جلطي طيب¹. الدكتور بن سالم خالد².....61
- 7- أثر تمرينات خطوية ومهارية مقترحة في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة. الدكتور النذير بوصول¹. الأستاذ نوري بوبكر². الدكتور لونيس نحاوة³.....72
- 8- إسهامات العلوم القانونية في تطوير وترقية التدريب الرياضي. الدكتور بن حامد نور الدين¹. الدكتور أوس عبد العزيز². الدكتور عبد الحميد مختاري³. الدكتور عبد الحميد برادعي⁴.....86
- 9- تدعيم الصفات البدنية باستخدام الطرق التدريبية في لتعليم المهارات الحركية للاعبين كرة القدم. الدكتور شرفي عامر¹. الأستاذ نايل كمال عزيز². الأستاذ قديد عمر³.....97
- 10- استخدام المغطس المائي البارد بعد الجرعات التدريبية الشاقة لتحسين الاسترجاع لدى لاعبي كرة القدم. الدكتور غوال عدة¹. الأستاذ الدكتور بن قوة علي². الدكتور صغير نور الدين³. الدكتور قاضي نور الجيلالي⁴.....106
- 11- أثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام طريقتي التدريب الفترتي والدائري لتنمية بعض الصفات البدنية لدى عدائي 1500 متر أقل من 18 سنة. الدكتور بلعوسي سليمان¹. الأستاذ الدكتور مختاري عبد القادر². الدكتور صابر خالد³.....122
- 12- أثر التدريب الفترتي باستعمال التمارين البليومتريّة على القوة المميزة بالسرعة. الدكتور بوعيشة عبد العزيز¹. الأستاذ الدكتور ناصر محمد².....134
- 13- أثر برنامج تدريب عقلي مقترح في تنمية بعض المهارات العقلية وتحسين مهارة التصويب الأمامي وتطوير مستوى التفكير الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة السلة. الدكتور بن رقية عابد¹.....144

تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية العدد الخاص الأ

- 14- أثر التدريب الفترتي مرتفع الشدة على تحسين السرعة النهائية لدى عدائي المسافات النصف طويلة.
الدكتور بوكراتم بلقاسم¹. الأستاذ غلاب حكيم² . الدكتور يعقوبي فاتح³.....155
- 15- دراسة المحددات النفس والمعرفية المميزة لرياضيي بعض التخصصات الجماعية والفردية في ضوء المراحل العمرية.
الدكتور تيايبيبة فوزي¹. الدكتور سعدي زروقي يوسف² . الأستاذ سعدي زروقي جمال³.....164
- 16- أثر برنامج مقترح باستخدام تقنية الفيديو في اكتساب مهارة التنطيط وسرعة التنقل عند ناشئي كرة اليد صنف أقل من 13 سنة (10-12) سنة.
الدكتور شاقور العربي¹. الدكتور حامق بغداد² . الأستاذ ماهر باشا مراد³.....174
- 17- أثر استخدام المطاولة الهوائية بطريقتي التدريب الفترتي منخفض الشدة والمستمر في عدد من المتغيرات الوظيفية والإنجاز في عدو 800متر.
الدكتور رويح كمال¹. الأستاذ أمجوح نبيل².....184
- 18- الاسترجاع والتعويض البدني بعد الجهد العضلي لدى الرياضي.
الدكتور حرواش لمين¹. الأستاذ عباس لخضر² . الأستاذ نجام خالد³.....197
- 19 -L'entraînement physique en football «Entre l'intervalle et l'intermittent» Différences ou similitudes
الدكتور خروبي فيصل¹. الأستاذ الدكتور واضح أحمد أمين² . الدكتور بومعزة محمد أمين³.....206
- 20 - L'implication de l'entrainement cognitif dans le domaine sportif.
الدكتور شريط عادل¹.....218