

مفهوم التخطيط في التدريب الرياضي

لغرض انجاح عملية اعداد الرياضيين فانه نقول لا يكفي وجود بيانات علمية متوازنة ومتناسقة فيما بينها حول تركيب واعداد هؤلاء الرياضيين وطرق تصنيفهم ومواصفاتهم المختلفة التي تحدد نتائجهم واسلوب تنمية هذه المواصفات ولكن من الضروري ايضا اتباع اعداد موضوعي لتخطيط العملية التدريبية بدءا بعدد الوحدات التدريبية اليومية او الاسبوعية وانتهاء بالاعداد طويل الامد والذي يستغرق سنوات عديدة .

ان مفهوم التخطيط الرياضي لا يخرج عن المفهوم العام للتخطيط كعنصر اساس من عناصر الادارة , ويكتسب أهميته من المستوى العالي والمعقد في ادارة العملية التدريبية وقيادتها وهناك الكثير من التعاريف للتخطيط الرياضي تشترك في عناصر اساسية في مقدمتها القدرة على التنبؤ والنظرة المستقبلية الواعية .

ويعرف التخطيط بأنه تصور للظروف التدريبية واستخدام الوسائل والطرق خاصة لتحقيق اهداف محددة لمراحل الاعداد الرياضي والنتائج الرياضية المستقبلية التي يجب ان يحققها الرياضيون .

ومما تقدم يمكن وصف التخطيط الرياضي بأنه واحدا من الاجراءات التنبؤية التي تعتمد على دراسات كثيرة للواقع مع الاخذ بنظر الاعتبار الخبرات وما هو متوفر من امكانيات وقدرات وما يمكن توفيره لتحقيق هدف معين ، الا هو اعداد الرياضيين للوصول الى اعلى المستويات في الانجاز .

الاسس الرئيسة للتخطيط

1. وجود اهداف محددة .
2. تحديد اولوية الاهداف المراد البدء بتنفيذها او تحقيقها اولاً .
3. توفير قدر كافي من البيانات والدراسات والاحصاءات والمعلومات بكافه انواعها .
4. رصد مبلغ مادي او ميزانية خاصه لتنفيذ برامج الخطة ومشاريعها .
5. تحديد الفترة الزمنية لتنفيذ كل مرحلة من مراحل الخطة .
6. توفير المختصين من الكفاءات والمؤهلين علميا بمجالات التخطيط المتنوعة للقيام بأعباء التخطيط .

فوائد التخطيط السليم

اولا : تحديد الاهداف لابد من تحديد الهدف او الاهداف لأنها النهايات او النتائج المطلوب للأفراد والمرؤوسين الذين سوف يعملون ما يستطيعون لتحقيقها ، ومما لا شك فيه ان الاهداف هي المرشد الذي يهدي المنظمة الى الطريق المنشود والى وضع المعيار السليم لتقويم الاداء الوظيفي بما يؤدي الى زيادة فعالية وكفاءة المنظمة والعاملين فيها.

ثانيا : التنبؤ بالمستقبل ان دراسة العوامل والمتغيرات التكنولوجية والاقتصادية واعداد خطة منظمة منطقية تساعد تقادي ما يحتويه المستقبل من مشكلات .

المحاضرة (5) مدخل للتخطيط الرياضي - الدكتوراه - ا.د. اسراء فؤاد الويس
ثالثا : الترابط المنطقي للقرارات ان الاهداف ووضوحها يؤدي الى الترابط بين القرارات الصادرة من الرئيس الى المرؤوسين وكذلك الترابط بين الاهداف الكلية والاساسية للمنظمة بصفة عامة والهدف الرئيسي للمنظمة ، وبذلك تتضافر الجهود جميعها وتتوحد في سبيل تحقيق الغاية .

رابعا : التنسيق يساعد التخطيط على تنسيق الجهود البشرية بحيث تصب الاهداف الفرعية جميعها في تحقيق الهدف الرئيسي .

خامسا : الاستخدام الامثل للموارد المتاحة يساعد التخطيط على الاستخدام الامثل للموارد المتاحة من عناصر الانتاج (الموارد المالية ، والقوى البشرية ، والمواد الخام ، والادارة) بحيث نحصل منها على اكبر منفعة ممكنة بأقل تكلفة .

سادسا : تقويم الاداء يساعد التخطيط على تقويم الاداء ويرفع من الكفاءة الادارية وفعاليتها ويرشد المدير والقادة الى القرارات الصائبة ، وذلك لتحقيق الاهداف المنوط بها .

عوامل نجاح التخطيط

1. ان تكون الخطة مستهدفة : من المهم ان تكون الاهداف واضحة ومحدده تحديدا دقيقا واهمية ذلك تكمن في ان الاهداف تساعد في توجيه البحوث والدراسات نحو المعلومات التي يجب الحصول عليها , كما ان الهدف يساعد في تحديد الاسلوب لتحقيق ذلك الهدف , اضافة الى ذلك فانه يساعد عند تقييم البرامج لأنه عملية التقييم هي محاولة لقياس النتائج في ضوء ما كان مستهدفا تحقيقه .

2. الاعتماد على الدراسة العلمية : من المعروف ان الخطة يتم وضعها على اساس ما يتوفر من معلومات وبيانات سواء كان لك الشباب الرياضي او عن الامكانيات والمواد المتاحة وغيرها , وان هذه المعلومات اذا اتصفت بالدقة والموضوعية فان ذلك يساعد على نجاح الخطة وحتى تكون المعلومات دقيقة وموضوعي فان هذا يساعد على انجاح الخطة .

3. تصميم الخطة في حدود الامكانيات : ان الخطة تحتاج الى امكانيات وموارد بشرية ومالية لذلك فمن الضروري مراعاة ان تكون الخطة متناسبة مع تلك الامكانيات والمواد المتاحة وبدون ذلك تصبح الخطة عاجزه عن تحقيق الاهداف

4. مراعاة الوقت المناسب لتنفيذ الخطة : ان برامج الخطة لا يتوقف تأثيره على الاعداد الجيد فقط وانما يتوقف ايضا على الشباب الرياضي الذي يتلقى هذه البرامج ولذلك ينبغي اختيار الوقت المناسب لتنفيذ هذه البرامج بحيث يكون الشباب على استعداد لتقبله .

5. استخدام الوسائل الاعلامية المناسبة : وسائل الاعلام ليس لها تأثير متمثل في نفوس الشباب الرياضي ولكنها تختلف من حيث درجة تأثيرها وتختلف ايضا من حيث مدى تناسبها مع الشباب الذي توجه اليهم وهذا يتطلب مراعاة الدقة في اختيار هذه الوسائل .

التخطيط والخطة والمنهج التدريبي

التخطيط : هو (تنبؤ + خطة)

فالتخطيط : عملية اشمل واعم من مفهوم الخطة حيث يعبر عن التخطيط بأنه وضع خطة , فالخطة ناتجة عن التخطيط .

تعرف الخطة : بأنها الاطار العام الذي يحدد المعالم الاساسية للبرنامج او المنهاج التدريبي .

المحاضرة (5) مدخل للتخطيط الرياضي - الدكتوراه - ا.د. اسراء فؤاد الويس
 اما التخطيط : فهو عملية تنبؤ بالمستقبل واستعداد لهذا المستقبل بخطة ، أي تحديد وتعيين طرائق تحقيق هذه الاهداف على وفق المتغيرات التي ستحدث في المستقبل.

اما المنهج التدريبي : فهو الخطوات التنفيذية التي تكون على شكل فعاليات وتمارين بدنية او عقلية تفصيلية من الواجب القيام بها لتحقيق الاهداف .

معوقات التخطيط الرياضي

من اهم العوامل التي تؤثر وتعيق التخطيط الرياضي ما يلي :

1. التغيير المستمر : ان الشباب الرياضي لا يتعرض الى لمؤثر واحد فقط ولكنه يتعرض لمؤثرات متعددة تلاحقه وتؤثر فيه خاصة مع تقدم والتطور في وسائل الاتصال المختلفة والظروف البيئية والاقتصادية ، وهذا من شأنه ان يشكل صعوبة في عمية قياس وتحليل النتائج بين فترة واخرى وبالتالي امام التخطيط للبرامج القادمة التي تعتمد على النتائج التي تسفر عنها مقياس اتجاهات الشباب الرياضي نحو امور معينة والتي تختلف باختلاف هذه الظروف بين خطة سابقة وخطة لاحقة.
2. عدم توفر الوقت للتخطيط : ان افراد الجهاز المعني بالتخطيط قد يكون معظم وقتهم مشغولا بمسؤولياتهم ومشاكلهم اليومية للدرجة التي لاتسع وقتهم للتوجيه الى تخطيط البرامج وخاصة ان هذه العملية تحتاج الى توفير قدر من التفرغ والتعمق في هذا العمل الدقيق اضافة الى الحوادث اليومية والسرعة التي تسير بها.
3. الفهم الخاطئ لأهمية النشاط الرياضي : تتعرض الرياضة والرياضيين الفهم خاطئ من جانب بعض الجهات ويعتبرونها مجرد تسلية ولعب وبالتالي فإن مساندهم ودعمهم للحركة الرياضية قد يأتي في الدرجات الدنيا وعليه فإن هذا الفهم الخاطئ يؤتى منه عدم الاعتراف بإمكانية الأخذ بالتخطيط مما يشكل عقبة امام المسؤولين عن الشباب والرياضة وتكون انعكاساته سلبية الى درجة يصعب فيها الحصول على القناعة بأهمية الشباب الرياضي وهناك مقولة بأن الانفاق على الرياضة والرياضيين عملية مربحة في مفهوم الاقتصاد الحديث .
4. عدم توفر الخبرة الفنية : وهذه النقطة واضحة في تأثيرها على التخطيط .
5. التخفيض المستمر في الميزانية : قلة الاموال تؤثر سلبا على التخطيط .

المتطلبات العامة في تخطيط التدريب الرياضي

أولاً : ان الخطط طويلة الأمد يجب ان تكون ممزوجة بالخطط الحالية : أن الخطة الطويلة الأمد أو ما تسمى بالخطة المستقبلية تمثل المطلب المهم لعملية التدريب التي تكون مستخدمة من قبل المدربين كوسيلة موضوعية لقيادة عملية التدريب الرياضي . فتنظيم لمثل هذه الخطة (الطويلة الأمد) يكون مستندا إلى الحقيقة القائلة بأن كل من أداء المهارات الرياضية وتحقيق الانجاز يجب أن يتحسن بصورة مستمرة . لذا، على المدربين أن يأخذوا بنظر الاعتبار معدل التحسن ومستويات التوقع التي سوف يحققها الرياضيون ، وتوجيه مناهج الرياضيين نحو تحقيق هذه الأهداف . بعد التنبأ بمستوى التحسن المستقبلي ، يقوم المدربون بتعيين الوسائل والطرائق التدريبية المناسبة لتحقيق الأهداف التدريبية ومدى ملائمتها للانجازات الرياضية المقررة .

ثانياً : تثبيت وتأكيد عامل التدريب الرئيسي اثناء عملية التدريب : على المدربين دائما محاولة التركيز بصورة متساوية ، او طبقا لحاجات الرياضيين وإظهار أهمية الحجم أو الشدة التدريبية عند تخطيط المنهاج التدريبي السنوي . فتطور مستوى الرياضيين نادرا ما يكون على نسق واحد . كثيرا ما نشاهد بعض الرياضيين يتحسنون بسرعة أكثر في اتقان اداء مهارة معينة ، أو يتحسنون بصورة أكثر في بعض القدرات البدنية والحركية كالسرعة والمطاولة والقوة والمرونة والرشاقة . فخلال وحدات السباقات والاختبارات ، على المدربين تقييم مستويات تحسن الرياضيين ومقارنة هذه المستويات مع الأهداف المخططة لتلك المرحلة التدريبية . هذه العملية تساعد المدربين ليس فقط في معرفة ما حققه الرياضيون في عامل تدريبي خاص ، بل أيضا تسمح لهم في معرفة ما لم يحققه الرياضيون من تقدم في عوامل التدريب الأخرى .

ثالثاً : تحقيق أهداف الخطة التدريبية بصورة دورية عند بداية كل مرحلة تدريبيه ، يجب على المدربين ملاحظة الأهداف المنجزة او معايير الاختبارات المتحققة خلال تلك الدائرة التدريبية الخاصة أو عند نهايتها لذلك ، يجب على الرياضيين أن ينجزوا اهداف كل مرحلة تدريبيه بصورة دورية ، وهذا بدوره يشير إلى أن الزيادة في مستوى التدريب تسير بصورة متدرجة مع زيادة في قابلية الانجاز أيضا ، هذا من جهة ومن جهة أخرى ، فإن ذلك سوف يضمن الاستمرار في ثبات نوعية المنهاج التدريبي .