

محور رقم 4 أساليب الاكتشاف و التوجيه و الانتقاء الرياضي

المحاضرة رقم 06 الانتقاء والتوجيه الرياضي

حتى نتمكن من بناء قاعدة رياضية (فرق) صلبة تضمن السيورة والديمقراطية لها (لهذه الفرق) لآبد من الاهتمام بالأصناف الصغرى بحيث تمرّ بمراحل متعددة من التكوين طويل المدى، تكوين شامل ومتكامل يخضع فيها المتكون في مرحلة من مراحلها إلى الانتقاء وحتى تكون هذه الأخيرة فعالة وناجحة من الضرورة أن تخضع إلى منهج علمي وموضوعي يضعه الأخصائون في مجال التربية والتدريب وعلم النفس وعلم الاجتماع وفي مجال الصحة بحيث يختص جانب من هذا المنهج بدراسة وتحديد أهم الخصائص التي من خلالها يتم انتقاء واختيار هذه الكفاءات.

مفهوم الانتقاء:

يعرف الانتقاء بأنه "اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات بمقومات النجاح في نشاط رياضي معي وعموما يعرفه "مارتين ويك 1976" هو عملية الملاحظة لأشياء أو تصرفات خارقة يقوم بها كائن بشري

أما في المجال الرياضي فيقول 'روثينك 1983' "بأنه الاختيار الجاري بين الرياضيين من طرف المؤسسات المخولة لذلك في مختلف المستويات بهدف تسهيل تطور الموهبة وتشجيعها" ويقول "ريسان خريط مجيد" إن عملية الاختيار تساعد في استثمار الجهود البشرية في هذا الميدان كما أنها تأتي بأفضل العناصر من الناحية البدنية والنفسية والفيزيولوجية والاجتماعية إلى التدريب المكثف المتقن مما يساعد في إحراز أفضل النتائج

إذن من خلال التعاريف لعملية الانتقاء فهي تهدف إلى اختيار أفضل العناصر التي تتمتع بمقومات محددة سواء كانت موروثية (خصائص ومقومات مورفولوجية) أو كانت مكتسبة طبعا عن طريق

التدريب (الجانب المهاري مثلا) فتعبر كعوامل افتراضية للنجاح في رياضة معينة وهذا عن طريق الانتقاء وعبر مراحل متتالية.

ويؤكد ذلك الأستاذ الدكتور 'عادل عبد البصير علي': يؤدي الانتقاء إلى التعرف المبكر على الافراد ذوي الاستعدادات والقدرات الرياضية العالية

أهداف الانتقاء:

يهدف الانتقاء إلى تحقيق أهداف رئيسية وعامة منها:

توجيه الطاقات من الناشئين إلى نوع من انواع الرياضة المناسبة والتي توافق قدراتهم وميولهم واتجاهاتهم

الاكتشاف المبكر للمواهب الرياضية.

- رعاية المواهب وضمان تقدمها حتى سن البطولة.

- توجيه عملية التدريب الرياضي نحو مفردات التفوق في الفرد الرياضي لحسن الاستفادة منها.

العوامل الأساسية لانتقاء الرياضيين:

حسب 'هان' 1982 فإن انتقاء اللاعبين المميزين يجب أن يأخذ بالحسبان عوامل وخصائص عديدة وهي المحددة للنتائج المستقبلية:

1- المعطيات الانتروبومترية: القامة- الوزن- الكثافة الجسمية (العلاقة بين الانسجة العضلية والانسجة الدهنية)، مركز ثقل الجسم.

2- خصائص اللياقة البدنية : مثل المداومة الهوائية واللاهوائية، القوة الثابتة والديناميكية سرعة رد الفعل والفعل (سرعة الحركة...الخ).

3- الشروط التقنية الحركية : مثل التوازن، قدرة تقدير المسافة، الإيقاع، قدرة التحكم في الكرة...الخ

4 قدرة التعلم : سهولة الاكتساب قدرة الملاحظة والتحليل والتعلم والتقسيم.

5- التحضير أو الإعداد للمستوى:المواضبة أو الانضباط والتطبيق في التدريب.

6- القدرات الإدراكية والمعرفية: مثل التركيز، الذكاء الحركي (ذكاء اللعب) الابداع القدرات التكتيكية.

7 العوامل العاطفية: الاستقرار النفسي، الاستعداد والتهيؤ للمنافسة، مقاومة التأثير الخارجي، التحكم في التوتر والقلق

8- العوامل الاجتماعية: مثل قبول الدور في اللعب ،مساعدة الفريق.

* واقترح الباحث د.عماد صالح عبد الحق خلال بحثه المطروح في الانترنت (أهم القياسات التي التي يجب مراعاتها أثناء عملية الانتقاء هي):

أ- القياسات الجسمية. ب- القياسات الفيزيولوجية. ج- القياسات البدنية.

د- القياسات المهارية والحركية. و- القياسات النفسية

دلائل خاصة بالانتقاء:

هناك طريقتان للبحث عن المواهب الرياضية.

الطريقة الطبيعية: والتي تعتمد على الملاحظة.

الطريقة العلمية: والتي تعتمد على أسس علمية وهي تتعلق بالعالم البولندي 'بليك'

- مراحل الانتقاء:

يمكن تقسيم الانتقاء إلى ثلاثة مراحل:

1- المرحلة الأولى: (الانتقاء المبدئي):

هي مرحلة التعرف المبدئي على الناشئين الموهوبين وتستهدف تحديد الحالة الصحية العامة والتقدير المبدئي لمستوى القدرات البدنية والخصائص الموفولوجية والوظيفية وسمات الشخصية والقدرات العقلية.. ويتم ذلك عن طريق تحديد مدى قرب مستويات هذه الابعاد عن المستويات المطلوبة للمنافسة الرياضية المتوقعة

اختبارات المرحلة الأولى:

أ- تجميع الناشئين المتقدمين في مكان اجراء القياسات.

ب- إجراء مقابلة بين الناشئين وهيئة الاشراف والتدريب تلاحظ

ج- اجراء فحص طبي على الناشئين للتأكد من سلامتهم الصحية لممارسة اللعبة وأداء الاختبارات.

د- اجراء مباريات بين الناشئين بغرض:

* كسب الثقة والطمأنينة.

* إدخال التآلف بين الناشئين خاصة إذا كانوا من أماكن متباينة.

* التعارف بين الناشئين.

* إبعاد الرهبة والخوف من عملية للاختيار وللانتقاء

2 المرحلة الثانية (الانتقاء الخاص):

وفي هذه المرحلة يتم تصفية الناشئين الذين تم اختيارهم في مرحلة الانتقاء الأولى ، حيث يتم توجيه العناصر الأفضل إلى نوع النشاط الرياضي الذي يتلاءم مع استعداداتهم وقدراتهم وذلك وفقا لاختبارات ومقاييس أكثر تقدما والجدير بالذكر أن بداية هذه المرحلة يتم بعد مرور الناشئ بفترة تدريبية طويلة نسبيا قد تستغرق ما بين عام إلى أربعة أعوام تبعا لنوع النشاط الرياضي....وتستخدم في هذه المرحلة الملاحظة المنظمة أوالاختيارات الموضوعية في قياس معدلات نمو الخصائص المورفولوجية والوظيفية وسرعة تطور القدرات والصفات البدنية ومدى اتقان الناشئ للمهارات الأساسية وتدل المستويات العالية في هذه الأبعاد التي يحققها الناشئ على موهبته وامكانية وصوله للمستويات الرياضية العالية

اختيارات المرحلة الثانية:

يعتمد الاختيار في هذه المرحلة على العين المجردة من خلال ممارسة الناشئين المهارات الفردية مثل التنطيط والتصويب بأنواعه والتمرير...الخ، كما يجب اجراء مباريات للتعرف على قدرات الناشئين في إدماج هذه المهارات في شكل مباراة

3 المرحلة الثالثة: (الانتقاء التأهيلي):

تستهدف هذه المرحلة التحديد الأكثر دقة لخصائص الناشئ وقدراته الأكثر كفاءة لتحقيق المستويات الرياضية العالية، ويكون التركيز في هذه المرحلة على قياس مستويات نمو الخصائص المورفولوجية اللازمة لتحقيق المستويات العالية ونمو الاستعدادات الخاصة بنوع النشاط الرياضي، وسرعة ونوعية عمليات استعادة الشفاء بعد الجهد البدني...، كما يؤخذ بعين الاعتبار قياس الاتجاهات الاجتماعية والسمات النفسية كالثقة بالنفس والشجاعة في اتخاذ القرارات إلى غير ذلك من السمات التي يتطلبها النشاط التخصصي باختبارات المرحلة الثالثة:

تجري في هذه المرحلة كل ما يتعلق بالقياسات الأنتروبومترية والبدنية واختبارات القدرات العقلية والسلوكية والمهارات الحركية الرياضية لكرة اليد وتعطي أمثلة:

القياسات الجسمية: الطول والوزن والعمر. أطوال أجزاء الجسم (الذراعين، الرجلين...)

بعض الاعراض (عرض المنكبين، الحوض... الخ) بعض المحيطات (محيط الصدر والوسط والحوض). السعة الحيوية وسمك الدهن في بعض المناطق الهامة.

بعض العلاقات النسبية:

نسبة ارتفاع الجسم (الطول) إلى عرض الجسم والذراعين جانبا. نسبة الطرف العلوي إلى الطول الكلي للجسم. نسبة الطرف السفلي إلى الطول الكلي للجسم. نسبة طول الذراعين إلى الطول الكلي للجسم. نسبة عمق الصدر إلى عرض الصدر

اللياقة البدنية العامة:

تتضمن قياس المكونات اللياقة البدنية العامة عموما، فالمكونات الممكن قياسها هي القوة العضلية والجلد العضلي والجلد الدوري التنفسي والرشاقة والسرعة والتوافق والتوازن والدقة والمرونة وزمن رد الفعل.

وأخيرا تجري اختبارات القدرات العقلية والسلوكية ثم تليها اختبارات المهارات الحركية الرياضية لكرة اليد. وهذا يجب أن يخصص لكل مجال من المجالات المقاسة درجات محددة يمثل مجموعها التقدير

الكلي للناشئ، هذا ويفضل ترتيب الناشئين بناء على الدرجة الكلية من الأعلى إلى الأقل، يلي ذلك اختيار العدد المطلوب ممن حققوا أعلى الدرجات حسب ترتيب درجاتهم

- معايير الانتقاء:

للوصول إلى تحقيق نتائج إيجابية في عملية الانتقاء والتوجيه لا بد من إخضاع هذه الأخيرة إلى منهج علمي، وذلك ما سعى إليه بعض الاخصائيين والباحثين، بحيث أعطوا نماذج تعتبر عن أهم المعايير في عملية الانتقاء والتي يمكن الاستفادة منها، ومن بين هذه النماذج ما يلي:

1 نموذج جيمبل GIMBLE:

- باحث ألماني، حيث أشار إلى أهمية تحليل الناشئين من خلال ثلاثة عناصر هامة وهي:
- القياسات الفيزيولوجية والمورفولوجية. - القابلية للتدريب. - الدوافع وقد اقترح جيمبل الخطوات التالية
- (1) - تحديد العناصر الفيزيولوجية والمورفولوجية والبدنية التي تؤثر في الاداء الرياضي في عدد كبير من انواع الرياضة.
 - (2) - اجراء الاختبارات الفيزيولوجية والمورفولوجية والبدنية في المدارس ثم الاعتماد على نتائجها في تنفيذ برامج تدريب تناسب كل ناشئ.
 - (3) - تنفيذ برنامج تعليمي للرياضة المعنية يتراوح زمنه من 12 إلى 24 شهرا ويتم خلال ذلك اخضاع الناشئ للاختبارات ورصد وتحليل تقدمه وتتبعه.
 - (4) - في نهاية البرنامج التعليمي يتم اجراء دراسة تنبئية لكل ناشئ وتحديد احتمالات نجاحه مستقبلا في الرياضة التخصصية طبقا للمؤشرات الإيجابية والسلبية التي اتضحت من تلك الدراسة.

2 نموذج بار - أور BAR OR:

- اقترح بار - أور خمس خطوات لعملية الانتقاء ومنها :
- (1) - تقييم الناشئين من خلال الخصائص المورفولوجية والفيزيولوجية والنفسية ومتغيرات الاداء.
 - (2) - مقارنة قياسات أوزان الناشئين وأطوالهم بجداول النمو للعمل البيولوجي.
 - (3) - وضع الناشئين في برامج تدريب ذات ضغط يتميز بالشدة لفترة قصيرة، ثم دراسة تفاعلهم معه.
 - (4) - إخضاع الخطوات الأربع لتحليل علمي من خلال نماذج الاداء
- إذن نستنتج من نموذج بار وأور أن اهم المعايير التي تعتمد عليها في عملية الانتقاء هي:
- المعيار النفسي. المعيار المورفولوجي. المعيار الفيزيولوجي.

- مبادئ ارشادية لانتقاء الناشئين الموهوبين:

(1) - المبدأ الأول:

انتقاء الناشئين الموهوبين يعتمد في الأساس على التنبأ طويل المدى لأدائهم.

(2) المبدأ الثاني:

عملية انتقاء الناشئين الموهوبين ليست غاية في حد ذاتها بل إنهاء وسيلة لتحقيق هدف هو تنمية وتطوير أداء هؤلاء الموهوبين للوصول بهم إلى أفضل المستويات، وهو ما يعني أن انتقاء الموهوبين هو عملية ضمن عدة عمليات تكمل بعضها البعض.

(3) المبدأ الثالث:

إن عملية انتقاء الموهوبين يجب أن توضع لها قواعد ومعايير تكون مرتبطة تماما بالوراثة.

(4) المبدأ الرابع:

المتطلبات التخصصية للرياضة المطلوبة للانتقاء لها يجب يوضع يعين الاختبار.

(5) المبدأ الخامس:

الأداء الرياضي متعدد المؤثرات لذا يجب أن تكون عملية انتقاء الناشئين الموهوبين متعددة الجوانب أيضا.

(6) المبدأ السادس:

يجب أن يوضع في الاعتبار خلال عملية انتقاء الناشئين الموهوبين المظاهر الديناميكية للأداء ومن أمثلتها ما يلي:

العناصر المؤثرة في القدرة على الأداء خلال المراحل السنوية المختلفة متطلبات الأداء يمكن تنميتها من خلال التدريب.

- الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية:

هناك عدة صعوبات ونذكر منها:

الاعتماد على الخصائص الجسمية الثابتة لتحديد والتنبؤ بالرياضي الموهوب أثناء عملية التقييم في حين أن هناك عوامل أخرى نفسية، اجتماعية... وهي متغيرة.

عدم وجود قياسات ومعايير ثابتة تحدد قدرات الرياضي الموهوب، فالاختبارات التي تجرى أثناء الانتقاء لا تعبر سوى عن نسبة قليلة من قدرات الرياضي الحقيقية.

أثناء عملية الانتقاء من الصعب الحكم على الرياضي الموهوب نظرا لأن الموهبة هي حالة نادرة.

عدم وجود سن ثابت بالنسبة لظهور الموهبة، فهي مرتبطة بتطور قدرات الرياضي المختلفة والمتواصلة (جسمية، نفسية، حركية...) مما يطرح مشكلة اكتشافها وانتقائها وتوجيهها نحو التخصص

خلاصة:

تعتبر عملية الانتقاء من أهم المواضيع التي يجب على المدرب أو المدرس أن يعرف مدى أهمية عملية انتقاء الأطفال الناشئين، وأيضا معرفة طرق ومراحل الانتقاء في مختلف المهارات البدنية والتكتيكية التي أصبحت تتطور تدريجيا مع مرور الزمن.

إن عملية الانتقاء هي أساس التطور في لعبة كرة اليد إذا أعطيت لها مكانتها حسب التطور العلمي لتكنولوجيا الرياضة والعناية بها.

إن الانتقاء عملية مهمة جدا حيث تتطلب عملا جماعيا يشترك فيه المدرب والطبيب وعالم النفس وتقوم المدرب بالدور الرئيسي لأنه يكون على اتصال دائم ليكشف من بينهم الموهوبين ولا ينتظر بروزهم وتقدمهم إليه من تلقاء أنفسهم.

المراجع :

-EDGARTHIL « manuel d'éducateur Sportif »-10^éme édition-

-WEINICK « manuel d'entraînement »- 4^éme édition -Vigat-

ريسان خريط مجيد وابراهيم رحمة محمد- طرق اختيار الرياضيين - مديرية دار الكتب للطباعة والنشر

عادل عبد البصير علي- التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق - مركز الكتاب للنشر بالقاهرة- ط1-

مفتي ابراهيم حماد- التريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة- دار الفكر العربي- ط1

بن قوة على - رسالة ماجستير - جامعة مستغام