

المحاضرة السادسة أساليب الاكتشاف الموجه في كرة اليد

مفهوم الاكتشاف:

هو عملية اكتشاف كل ما هو خفي من استعدادات و قدرات الرياضي وهي عملية من شأنها معرفة ما إذا كان لفرص الوصول إلى اكتساب قدرات تسمح له بالوصول إلى المستويات العليا في الإنجاز الرياضي حسب متطلبات هذا التخصص بعد مرور الوقت.

2. الهدف من الاكتشاف:

يهدف الاكتشاف إلى ما يلي:

- تسهيل عملية التوجيه.
- التنبأ بقدرات الرياضيين المستقبلية.
- الاقتصاد في الجهدو الوقت و المال.
- تكوين قاعدة كبيرة للرياضيين المؤهلين للتكوين في نشاط رياضي معين.
- التحضير الجيد للمنافسة.

3. أنواع الاكتشاف:

توجد نوعان من الإكتشاف هما الاكتشاف العام والخاص ويكمن الفرق بينهما فيما يلي:

- الاكتشاف العام أوسع من الاكتشاف الخاص من حيث عدد الممارسين.
- الاكتشاف الخاص مختص في نوع معين من الرياضات، بينما الاكتشاف العام لكل الرياضات مثل.

4. سن الاكتشاف:

ويكون على النحو التالي:

- يتم حسب نوع الاكتشاف عام أو خاص.
- حسب نوع الرياضة الاختصاص.

- حسب العمر الزمني أو العمر الفسيولوجي يوجد إختلاف بينهما.

5. الطرق المعتمدة في الاكتشاف الرياضي:

وتوجد هناك طريقتين هما:

- الطريقة الفوضوية: تتم في أماكن إجراء المنافسات الرياضية المختلفة أو في الشارع.

- الطريقة المنظمة: تتم في:

*تنظيم أيام خاصة للإجراء الاختبارات الخاصة.

*تنظيم منافسات مختلفة الأشكال.

*تنظيم أيام خاصة للتربص.

6- الصفات البدنية القابلة للظهور والتطور في سنة الطفولة:

حسب دراسة كل من (سيمون، أوستين ويونن، 7980) في بلجيكا (لوفن) أكدوا أن هناك ثبات في مستوى بعض الاستعدادات البدنية عند الأطفال وهذه الاستعدادات هي: القوة الانفجارية، سرعة الجري، قوة الجذع، القوة الديناميكية، القوة الثابتة و المرونة حيث تضمنت العينة في هذه الدراسة 445 طفل.

1. بعض بطاريات الاختبار المعتمدة في مرحلة الاكتشاف:

*بطارية الاختبارات لفليشمان (اكتشاف الاستعدادات العامة:

- التي تعتمد على قياس خمسة عوامل هي: القوة الانفجارية الديناميكية الثابتة، رمي الكرة، قياس قوة قبضة اليد، القوة الثابتة لعضلات الذراعين، قياس قوة عضلات البطن.

- المرونة.

- التنسيق الحركي العام (الجري المتعرج، التوافق بالجبل).

- التوازن العام للجسم.

- المداومة القلبية التنفسية (جري مسافة 655 ياردة).

*بطارية الاختبارات لروجرز:

التي تعتمد على قياس) القدرة الرئوية، قدرة القبضة، عضلات الظهر، عضلات الرجلين (اختبار سيرجن)، العضلات الثابتة للذراعين، العضلات المادية للذراعين.

*بطارية أوروبية 7981 الخاصة بالذكور والإناث:

وتنظم الاختبارات التالية: (ثني الجذع للأمام من وضعية الجلوس، القفز الطويل من الثبات، قفزة سيرجنت) الجري 1x45 متر، (الجري بايقاع متدرج)، المقاييس الأنثروبومترية (الطول، الوزن، كتلة الجسم، بالإضافة إلى بطاقة المعلومات الشخصية).

8. مثال عن نماذج عملية الاكتشاف الرياضي:

*النموذج الفرنسي لكرة اليد:

*المرحلة الأولى:

اكتشاف الممارسين في النوادي في المراحل الأولى من خلال بعض الاختبارات البدنية والقياسات الأنثروبومترية.

*المرحلة الثانية) اكتشاف متخصص:

أحسن النوادي الفدرالية

*المرحلة الثالثة:

اللاعبين المختارين يدمجون في مختلف المنتخبات الوطنية والمنتخبات المدرسية.