

**تمهيد**

يصل اللاعبون لأعلى المستويات في معظم انواع الرياضة خلال السنوات من الثامنة عشر الى العشرين ويحتاج ذلك منهم الى تدريب وتنافس يتراوح ما بين ثماني الى عشر سنوات، لذا كان من الاهمية ان ننقّي الناشئين الموهوبين خلال السنوات ما بين الثامنة او التاسعة وذلك قبل ان يبدءوا طفرة النمو الثانية.

ان الاختيار والتوجيه الذاتي غير العلمي قد يضيع على اللعبة قدرات فنية فذو، في حين ان استخدام الاسلوب العلمي في انتقاء و توجيه الناشئين او الموهوبين الشبان يضمن وصول افضل العناصر الناشئة موهبة الى مستويات عالية، ففي السنوات الاخيرة تطلب الامر الاهتمام علميا بعمليات اختيار الموهوبين حتى يتمكن من العناية بهم من خلال البرامج العلمية التي تعد لذلك املا في وصولهم لاعلى المستويات الرياضية في اللعبة.

ومن خلال هذا الفصل سنحاول التطرق الى مفهوم او ماهية كل من الاختيار والتوجيه الرياضي كل على حدا، ثم اهدافهما ومزايا اتباع الاسلوب العلمي في الاختيار والتوجيه للناشئين، ثم بعد ذلك طرق عملية الاختيار و التوجيه الرياضي ومعاييرها. ثم اخيرا مراحل الاختيار والتوجيه الرياضي وفق طرق واسس علمية دقيقة.

## 1- ماهية الاختيار والتوجيه الرياضي

### 1-1 تعريف الاختيار الرياضي:

يتمثل الاختيار الرياضي في عملية اختيار الأشخاص الذين يلائمون أكثر ويقام ذلك عن طريق المنافسة والمسابقة بين التلاميذ مصحوبة في احسن الاحوال ببعض من الاختبارات التقويمية للكشف عن الافراد الذين اللياقة الجيد وغير الجيد<sup>1</sup> وذلك لتحديد الرياضيين الاكثر صدارة للابداع في المنافسات، وهو ايضا القرار المتعلق بالتكوين وامكانية الرياضي في الدخول في منافسة رياضية ما.<sup>2</sup>

"كما يعرف على انه كعملية يتم من خلالها اختيار افضل العناصر من اللاعبين من خلال عدد كبير منهم طبقا لمحددات معينة، كما ترتبط عملية الانتقاء بالناشئين بصورة مباشرة فممارسة انواع مختلفة من الرياضيات متاح ومتسع للعديد من الناشئين الراغبين في الممارسة ولكن التفوق فيه من نصيب قلة، ومن يتضح " ان عملية الانتقاء هي عملية مطلوبة في تشييد البناء التكويني للناشئين"<sup>3</sup>.

ويعرف على انه: "اختيار دقيق للاعبين في مراحل الاعداد عن طريق اختيار قدراتهم البدنية والوظيفية والنفسية والذهنية وقياس الخصائص الانثروبومترية الخاصة بنوع النشاط المهاري المعني"<sup>4</sup>.

### 1-2 تعريف التوجيه الرياضي:

ان مجموعة الخدمات التي تهدف الى مساعدة الفرد على ان يفهم مشاكله، وان يشغل امكانياته الذاتية من قدرات ومهارات وايتعدادات وميول، وان يشغل امكانياته البيئية، فيحدث ويحدد اهدافه تتفق مع امكانياته من ناحية وامكانية هذه البيئة من ناحية اخرى نتيجة فهمه لنفسه وبيئته، ويختار الطرق المحققة لها بحكمة وتعقل، فيتمكن من حل مشاكله حلولا علمية تؤدي لتكيفه مع نفسه ومجتمعه، فيبلغ اقصى ما يمكن ان يبلغه من النمو والتكامل في شخصيته<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> - Dictionnaire Encyclopedique Illustré, Larousse, Coll, ligel, P 1439/

<sup>2</sup>- CAJORLA, Test Specifique, F. F. N, Rome, P 07.

<sup>3</sup>- مفتي حماد ابراهيم، التدريب الرياضي للجنسين، دار الفكر العربي، 2ط، مصر، 1996، ص ص 309-310.

<sup>4</sup>- بسطويسي احمد، اسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999، ص 435.

<sup>5</sup>- احمد لطفي بركات، محمود مصطفى زيدان، التوجيه التربوي والارشاد النفسي في المدرسة العربية، المكتبة الانجلو مصرية، ط1، مصر، 1968، ص ص 03-04.

ويرى جي سنوار "ان التوجيه الرياضي عملية فنية تهدف لمساعدة الفرد على اختيار الحل الملائم للمشكلة التي يعلني منها الفرد، ووضع خطط تؤدي لتحقيق هذا الحل والتكيف وفقا للوضع الجديد الذي يؤدي الى هذا الحل"<sup>1</sup>.

كما يعرف التوجيه الرياضي على انه مرحلة من البحث والملاحظة المتضمن تحديد القدرات والمؤهلات التي يمتلكها التلاميذ و التي تؤهلهم وتؤمن لهم الاستقرار في ممارسة النشاط الرياضي للوصول الى احسن المستويات في المستقبل<sup>2</sup>.

واصطلاحا: "يعرف على انه يهتم بمساعدة التلميذ، الفرد، المراهق، الموهوب والناشئ في اختيار نوع الرياضة التي تناسبه والتي تتفق مع ما يوجد لديه من قدرات واستعدادات وميول وسمات وظروف اقتصادية واسرية وما لديه من دافعية وحماس"<sup>3</sup>,

## 2- اهداف الاختيار والتوجيه الرياضي

يشكل تقويم اللعب وقدراته حصيلة يجب القيام بها من اجل مقارنتها بنموذج مثالي، وتبعا للفترة التي يكون الفرد فيها معرض لهته العملية يمكن الوصول لتحقيق الاهداف التالية<sup>4</sup>:

- \* التوصل الى افضل الناشئين الموهوبين الواعدين في نوع معين من انواع الرياضة.
- \* تكوين الفرق المختلفة في البناء التطويري للاعبين في انواع مختلفة من الرياضيات.
- \* توجيه الناشئين الى افضل انواع الرياضيات المناسبة لقدراتهم وميولهم واتجاهاتهم.
- \* تخطيط وتوحيد التدريب حسب مختلف الافراد وحسب امكانياتهم مع الأخذ بعين الاعتبار نقاط ضعف وتفوق كل الرياضيين وفهم البيئة المادية والاجتماعية للفرد وما فيها من امكانيات.
- \* مراقبة تطور امكانيات اللاعبين بمقارنة نتائج التقويم الاول بنتائج التقويم الثاني.
- \* رسم الخطط السلمية المؤدية الى تحقيق اهدافه المسطرة من قبل.
- \* التكيف مع نفسه ومجتمعه والتعامل معه بشكل فعلي.

<sup>1</sup> - دافع عمار، مصدر مذكور، ص5.

<sup>2</sup> - سعد جلال، التوجيه التربوي النفسي والمهني، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، ص ص 504- 505.

<sup>3</sup> - سعد جلال، مصدر مذكور، ص ص 504- 505.

<sup>4</sup> - سعد جلال، مصدر مذكور، ص ص 504- 505.

\* تنمية شخصية الفرد عن طريق الخدمات التي تدخل في برنامج التوجيه من اجل تحقيق الاهداف المرسومة.

\* استغلال الفرد لامكانياته وامكانيات بيئته.

### 3- مزايا اتباع الاسلوب العلمي في عملية الاختيار والتوجيه الرياضي للناشئين

ان لاتباع الاسلوب العلمي في اختيار الناشئين الموهوبين عددا من المزايا هي كمايلي<sup>1</sup>:  
\* ان الاختيار من خلال الاسلوب العلمي يشاعد المدربين في العمل مع افضل الخدمات المتوفرة من الناشئين.

\* ان انتقاء الناشين بالاسلوب العلمي يتيح الفرصة للناشئين الموهوبين فعلا للوصول الى المستويات العالية.

\* ان الانتقاء بالاسلوب العلمي يتيح للناشئين درجة تجانس واحدة تقريبا، مما يحفزهم على تقدم مستويات الاداء.

\* ان اختيار الناشئين من خلال الاساليب العلمية يعطيهم ثقة اكبر حيث يؤثر ذلك ايجابيا في التدريب والاداء.

### 4- طرق الاختيار والتوجيه الرياضي

مما لا شك فيه، ان اختيار الفرد لممارسة النشاط الرياضي المناسب له منذ الطفولة امر بالغ الاهمية لبلوغ المستويات العالية، فمن الصعب تحقيق ذلك دون التدريب منذ الصغر فاختيار الطفل وتوجيهه للنشاط المناسب له لم يعد متوركا للصدفة، بل اصبح عملية لها طرق محددة امكن للتوصل اليها نتيجة الجهود المضمنية لاراء وبحوث المتخصصين في هذا المجال، فعادة ما يلجأ المدربون والمربون الى ثلاث انواع من الاختيارات هي<sup>2</sup>:

#### 4-1 الاختيار التلقائي العفوي:

يكون الاختيار اثناء انتقاء اللاعبين أي اثناء الحركات في الحالات البسيطة للتدريب وفي التدريب الفردي وفي مقابلة غير منتظمة، فهنا يكون الانتقاء عشوائي خالي من الاسس العلمية حيث يكون اختيار اللاعبين بتوفره على مؤهلات وقياسات من الناحية التقنية مثلا

<sup>1</sup> - مفتي حماد ابراهيم، مصدر مذكور، ص ص 312-313.

<sup>2</sup> - AKRAMOV,K.K.PLATNOV, problem des capacités ,edtion NANKA,MOSICOW,1972,p 205.

واهمال الجوانب والمعايير الاخرى، وهذا راجع الى عدم اجراء اختبارات وقياسات تظهر بدورها استعدادات وقابليات اللاعبين والاكتفاء بالملاحظة فقط.

#### 4-2 الاختيار التجريبي التطبيق:

هو اكثر الانواع شيوعا، اذ يقوم به المدربون و المربون وهنا يجب اللجوء الى بحث بيداغوجي محدد او الى تقييم رياضي، تمكن الخبرة والكفاءة في مقارنة اللاعبين المراد اختيارهم مع احسن لاعب بالنسبة للمدرب، نوعية الخبرة مرهونة خاصة بمعارف وتجربة المدرب، فهنا يكون الاختيار ذاتي خاص بالمدرب نفسه لا بغيره<sup>1</sup>.

#### 4-3 الاختيار المعقد او المركب:

يعتبر الاختيار المعقد اوالمركب من اهم الطرق التي تحدد الصفات واسس واستعدادات الطفل من كل النواحي نفسية كانت، اجتماعية، صحية و معرفية، لكون هته الطريقة تشمل مساهمة كل طاقم الفريق من مدرب، طبيب نفسلي وطبيب، فكل هذا يساعد على اختيار الطفل في ممارسة المشاط الرياضي الملائم له على اساس واسس علمية وموضوعية، فعند القيام بعملية الانتقاء للمواهب الشابة يجب ان نحرص على ان تكون عملية الانتقاء طرق نذكر على سبيل المثال: الطريقة البيداغوجية، البيولوجية، طريقة طبية، طريقة فيزيولوجية واخرى سيكولوجية<sup>2</sup>.

#### 5- معايير الاختيار والتوجيه الرياضي

\* عند الكشف عن الاطفال الموهوبين في رياضة ما هناك عدة عوامل تعتبر اساسية تأخذ بعين الاعتبار، وخصائص وعوامل رياضية محددة لعملية الانتقاء بهدف التوجيه نحو الاختصاص المراد تحقيقه، وهذه الخصائص والعوامل الرياضية التي يجب ان تتوفر في الطفل الموهوب هي<sup>1</sup>:

\* خصائص بدنية تتطلب امكانيات خاصة بها هي المداومة بنوعيتها هوائي ولا هوائي سرعة الفعل تسرعة رد الفعل، القوة ومداومة القوة، الرمونة والتنسيق.

<sup>1</sup> - AKRAMOV,K.K.PLATNOV, OP cit, p 90.

<sup>2</sup> - AKRAMOV,K.K.PLATNOV, OP cit, p 90.

<sup>1</sup> - ERWIN HERNAN, Entrainement Sportif des enfants, Edition Vigot, PARIS, 1999, P 99.

- \* خصائص تقنية كالتوازن في المكان والزمان، التحكم في الكرة او الجهاز، حسن التفكير، التعبير النفسي والريتمي، اضافة الى تقدير المسافات والمسارات.
- \* امكانيات معرفية وتحكم ذهني حيث لا يجب نسيان الدور الذي تلعبه المعرفة وامكانياته الذهنية خلال عملية انتقاء الموهوبين كالتركيز، الذكاء الحركي، كاللعب في الميدان الخلق والروح التكتيكية والتأقلم مع الصعوبات اللعوب بمختلفها.
- \* امكانيات نفسية كالاستقرار النفسي (او السيكولوجية) و الرغبة في المنافسة ، التحكم في القلق وتحمل المؤثرات الخارجية اضافة لخصائص اجتماعية كتقبل الفرد للدوار التي تعطى له خلال المقابلات والتدريبات، وقابلية تقييم مساعدات الى الاخرين.
- وحتى تأخذ عملية انتقاء الموهوبين مسارها الصحيح في الاختيار يجي ان تتضمن محددات موضوعية مقننة، بدنية ومهارية وبيولوجية تساعد في عملية الانتقاء والتنبؤ بتحقيق مستويات متقدمة عن طريق القياس والاختبارات الخاصة، وتلك المحددات تكون خاصة ميعها بالمهارة الحركي نذكر منها<sup>2</sup> :
- \* محددات بدنية خاصة بالمهارة حيث ترتبط كل مهارة رياضية بقدرات بدنية خاصة ذات تأثير ايجابي على مستوى تلك المهارة.
- \* محددات بيولوجية خاصة بالمهارة حيث يراعي فيها المربون او القائمون على عملية الانتقاء جانبان هاما هما الجانب الفيوبيولوجي والجانب المرفولوجي المناسبين لمهارات اللاعبين.
- \* محددات جسمية خاصة بالمهارة ن حيث تلعب مكونات البناء الجسمي للاعبين دورا اسايا في انتقاء الموهوبين منهم رياضيا، ومن ثم تقدم المستوى عن طريق التدريب ذي البرامج المقننة والمبنية على اسس علمية سليمة، فتدريب لاعب يتمتع ببناء جسمي مناسب للرياضو لا يصل لمستوى البطولة والعكس صحيح.
- وللوصول الى الهدف المراد تحقيقه والوصول اليه المرور وفق معايير التوجيه بحيث ان هذه المعايير هي الوسائل الاولى التي يؤخذ بعين الاعتبار من طرف استاذ التربية البدنية

<sup>2</sup> - بسطويبي اجمد، مصدر مذكور، ص ص 438 - 442.

والرياضية وهته المعايير مختلفة من معيار الى اخر ومن شخص لآخر فنجد معايير مورفولوجية نفسية، اجتماعية، بدنية،.... الخ نستعرضها في مايلي<sup>1</sup>:

### 5-1 المعايير المورفولوجية:

ترتكز المعايير المورفولوجية على الخصائص الجسمية للتلاميذ، فمن الواضح ان النمو الجسمي له علاقة بالنشاط الرياضي الممارس لما له من متطلبات خاصة من الناحية الجسمية فيجب وضع مقاييس بكل وضوح واكثر دلالة على الرياضة المعنية، والضوابط التي تعكس المعايير المورفولوجية من خاصيتي الطول والوزن واللتان تسمحان على اداء المهارات باحسن حال.

### 5-2 معايير الاستعداد البدني:

المعطيات الفيزيولوجية تثري معايير التقييم العادي وتسمح باداء شكل ملائم لكل رياضي، فالاجتبارات البدنية تعتبر كدلالات تنظم معايير وجهة معينة للرياضيين الذين تجري عليهم الخيارات وتستعمل المقاييس البدنية او الحركية لاختيار مستوى الصفات البدنية مثل السرعة المقاومة، القوة والتحمل والرشاقة، وتحتل بدورها الحركي مكانا هاما في عملية التوجيه واختيار التلاميذ او الرياضيين لنوع النشاط، لان القدرة البدنية او الحركية تشترطها عوامل داخلية و اخرى خارجية مورثة من جانب وظروف الحياة والعمل والبيئة و التربية من جانب ثاني فهذا يجب توجيه الشباب للفروع الرياضية التي تقتضي هذه الملامح بكل جدية منذ البداية.

### 5-3 معايير الصفات البدنية:

مفهومها مختلف من مدرسة لاخرى، حيث نجد علماء التربية في الاتحاد السوفياتي سابقا والكتلة يطلقون اسم او مصطلح الصفات البدنية و الحركية للتعبير عن القدرات الحركية والبدنية للانسان و التي تشمل الصفات الخمس وهي: القوة، السرعة، التحمل، المرونة والرشاقة، وهي تعتبر جزءا من القزمية الرياضية، بينما المدارس الغربية وعلى راسها الولايات المتحدة الامريكية فيطلقون عليها اسم مكونات اللياقة البدنية والتي تشمل بدن الانسان والمكون من مختلف الصفات التي تساعد على مقارنة المرض و تطوير و الجهد

<sup>1</sup> - بسيوني محمد عوض، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، دار النشر العربي، ط2، 1999، ص 160.

العضلي و التحمل الدوري التنفسي بالإضافة للقدرة العضلية والمرونة والسرعة والرشاقة و التوافق والتوازن والدقة<sup>1</sup>.

#### 5-4 المعايير الاجتماعية:

"ما هي الانماط مثالية للسلوكات الاجتماعية أي الفهم المتبادل، وتقدير افراد الجماعة الصواب، والمثول في موقف معين، اما ينبغي ان يكون الفرد مفكرا او يفكر فيه او يشعر به او توحيد هته المعايير في عقول الناس الذين لهم ثقافة واحدة او ان كان من غير الضروري ان يتبعها كل شخص في سلوكه العقلي"<sup>2</sup>. ان اللجوء الى الاوضاع الاجتماعية بكل اشكالها يسمح بتوجيه التلاميذ الى نشاط رياضي يتفق مع امكانيات وسلوكيات الاسرة، ويتمشى مع قوانين واتجاهات المجتمع الذي يعيش فيه.

وبذلك فالنشاط الذي تم توجيهه اليه لا يتعارض مع المجتمع، فهنا بأخذ الصعوبات والنقائص الموجودة في المجتمع، اذت فالمرابي الرياضي في هذه الحالة باستطاعته المساهمة في تغطية النقص بتوجيه التلاميذ الى النشاط الملائم والمناسب، ولكن بشرط ان يكون التوافق بين تغطية القدرات والميول وكذا الامكانيات البيئية من جهة اخرى، ولهذا الاخير نولي اهمية كبيرة في التوجيه التربوي الرياضي.

حيث بإمكان الموجه ان يجد عند التلاميذ الصفات الضرورية لممارسة نشاط رياضي معين، الا ان الامكانيات المتوفرة في بيئته لا تسمح بذلك وغالبا لا يوجد نشاط رياضي معين في البيئة، فلذلك من الاحسن ان يكون التوجيه مبني على اساس متكامل كل الظروف بما فيها الامكانيات البيئية، وضغوط الاسرة، ومن المهم جدا ان يحفز الفرد من طرف اخر لممارسة رياضية معينة، فالاباء مثلا لهم دور كبير في تحفيز اولادهم، فحسب العالم "OGILVI" يؤمن بانه "يجب ان يعرف الكل عن اولادهم والذي يفكر جيدا بإمكانه الحكم على نوع الممارسة الرياضية التي يمارسها اولاده"<sup>1</sup>.

فالاباء نجدهم يعرفون اولادهم في ممارسة النشاط الرياضي في الوسط العائلي لا في الوسط المدرسي، ولهذا على ان ضغوطات الاباء على اولادهم في ممارسة النشاط

<sup>1</sup> - بليونى محمد عوض، فيصل ياسين الشاطي، المصدر السابق، ص161.

<sup>2</sup> - JOHN WALTER CIMEEK, manuel d'entrainement, edition vigot, PARIS, 1983, p183.

<sup>1</sup> - (OGILVI) مذكورة من طرف محمد مصطفى الشعيبي، علم الاجتماع، دار النهضة العربية، القاهرة 1974، ص ص 62-63.

الرياضي، بانتضارهم على ان يصلوا الى اعلى المستويات وتحقيق النجاح بسرعة ما هو الى عكس ما ينتظرونه.

### 5-5 المعايير النفسية:

ان معظم البلدان المتقدمة تولي اهتمام كبيرا للحركة الرياضية حيث انها اثناء انتقاء الرياضيين المؤهلين لممارسة النشاط الرياضي المعين، ناخذ بالدرجة الاولى المعايير النفسية التي تميز بها كل رياضي، وخاصة اذا ما كان هذا الرياضي يمتلك استعداداتهم البدنية وتقنية عالمية، فغالبا ما نلاحظ المدرسين يلجؤون الى اختصاصيين نفسانيين والذين يقومون باختيار اللاعبين وهذا حسب درجة تحملهم الضغط وكذا قوة الارادة، و التحكم الانفعالي و الشروع والسلوكي اخذا بعين الاعتبار ان السمات الشخصية تختلف من رياضة لآخرى نظرا لاهمية تأثيرها على النشاط الرياضي الممارس، و للتعرف على هذه السمات عند التلميذ، يجب ملاحظته ومشاهدته اثناء اداء النشاط الرياضي في كل الحالات ان سمحت الظروف بذلك.

ان العديد من الرياضيين يملكون قدرات هائلة و مهارات حركية عالية، ولكن للأسف فان هته الامكانيات لم تستغل كما يجب حتما، وهذا راجع للضعف من الناحية النفسية وعدم تحكم الرياضي في انفعالاته و عوطفه و منه لا يستطيع التحكم بصفة جيدة في القدرات التي يتمتع بها و المرحلة التي يعيش فيها التلاميذ في هذا التطور تيعبر المرحلة المعقدة والخطيرة لتطور عدة نتائج من هته الصفات البدنية والنفسية، وقد اتفق على ان هذه المرحلة مهمة وملائمة لتطور المؤهلات الايجابية عبر النشاط الرياضي، اذن فتوليه الاهتمام لمثل هذه الخصائص النفسية لها شأن مهم لتحديد النشاط الرياضي المناسب الذي باستطاعة كل تلميذ ممارسته<sup>1</sup>.

### 5-6 المعايير البيولوجية: ان ممارسة أي نشاط رياضي يتطلب حالة صحية جيدة،

فالمقاييس البيولوجية تعكس مزايا الحالة الصحية اللازمة لممارسة نشاط رياضي، وهذا استنادا الى اهم المعطيات الخاصة بالنمو الجسمي والوظائفي للجسم<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>- محمد مصطفى الشعيبي، مصدر مذكور، ص ص 64-65.  
<sup>2</sup>- محمد مصطفى الشعيبي، مصدر مذكور، ص ص 64-65.

نرى احيانا قبل ممارسة أي رياضي او بدني تكون هناك وصفة طبية تحدد حالة الفرد صحيا ويشير ان كان بإمكانه ممارسة الرياضة اولا، والكشف الطبي بحث التغييرات تصرف المري ومسؤولي المدرسة، ومن واجبات او خصائص الكشف الطبي بحث التغييرات في الحالة الصحية للرياضي، معرفة درجة حرارة النمو الفيزيائي بواسطة قياس اجزاء الجسم واخيرا تحديد درجة تأقلم الجسم على الارهاق عن طريق استخدام التجارب الوظيفية، فمن خلال القياسات البيولوجية يمكن التعرف على سلامة الاجهزة الوظيفية و التي نجد من اهمها الاعباء والحمولات، ولا يكون هذا الا باخذ بعين الاعتبار عاملين اساسين يتمثلان في:

**اولهما:** العضلات لا يمكن لها الاستمرار الا بحضور الاوكسجين ( $O_2$ ) والوقود الكافي **ثانيهما:** تقوم الاجهزة الدورية والتنفسية بتحقيق ذلك، أي بنقل ( $O_2$ ) والوقود الى العضلات لكي تستمر في عملها<sup>3</sup>.

اذن تتوقف درجة الاستمرار في ممارسة نشاط رياضي بدني، وكذا قيام العضلات والاجهزة المختلفة بوظائفها على صحة سلامة الجهازين الدوري والتنفسي.

## 6- مراحل الاختيار والتوجيه الرياضي

تعتبر عمليتي الاختيار و التوجيه الرياضي في حد ذاتهما عمليتين معقدتين مع وجود المحددات البدنية والفيزيولوجية والمهارية والنفسية والانثروبومترية الخاصة بهما والتي يمكن الاعتماد عليها عند كل مرحلة من مراحل الانتقاء و التوجيه.

وللوصول الى مراحل الاختيار والتوجيه الرياضي المختلفة لا بد من الاجابة على التساؤلات الاتية:<sup>1</sup>

1- هل نبدأ بالاختبارات والقياس التخصصي عند الانتقاء المبدئي، ام نبدأ باختبارات وقياس عام؟

2- ما هو طول الفترة التي يسمح بها لوقوع المختبرين في نظام تدريبي خاص حتى انتقائهم المبدئي؟

3- ما هي مراحل الانتقاء و ما هي محددات كل مرحلة؟

<sup>3</sup>- محمد عاطف غيث، قانون العلوم الاجتماعية، الهيئة المصرية العامة، بدون طبعة، الاسكندرية، 1979، ص 485.

<sup>1</sup>- بسطويسي احمد، مصدر مذكور، ص 449.

فالإجابة عن هذه التساؤلات ند انها مرتبطة و كنداخلة فيما بينها كمايلي:

1-وقوع من لديهم استعداد رياضي ممن اجتازوا الانتقاء الاولي تحت تدريب منتظم ولفترة كافية من سنة الى سنتين تدريبيين على الأقل حتى تظهر قدراتهم التخصصية حيث يتم اكتشاف ذلك من طرف المدرب بعينه ذي الخبرة، والاستعانة بالاختبارات والقياس الموضوعي المستمر.

2-وضع من وقع عليهم الاختبار تحت تدريب منتظم تخصصي دقيق حتى يثبتوا تتبؤات المدرب من جهة ونتائج الاختبارات والقياس من جهة اخرى، مع اعطاء فرصة لمن لم يحققوا مستوى الانتقاء لفرص اخرى تمكنهم من الاختبار والقياس مرات اخرى.

3-تعتبر المحددات صدقا عند انتقاء الموهوبين رياضيا، حيث ان الرياضي بصفة عامة يتأثر متأثرا كبيرا بما ورثه عن لويه سواء من مقاييسه الجسمية او قدراته الوظيفية، حيث يلعب النمط الجسمي متضمنا الاطوال والاعراض والمحيطات الجسمية بالاضافة للوزن والعمر في الانتقاء دورا اساسيا لارتباط ذلك بمستوى الانجاز البدني والمهاري، وبذلك يمكن تقسيم مراحل الانتقاء الى ثلاث مراحل رئيسية واساسية وهي: اولية توجيهية ونهاية.

### 6-1 مرحلة الاختيار الاولي:

هي مرحلة من مراحل الانتقاء، لذلك يجب ان تعطى قدراته وامكاناته بدنية كانت، وظيفية او حركية والتي على ضوءها يمكن نقله وانتقاله الى المرحلة التوجيهية وهي المرحلة الثانية من الانتقاء واعمار اللاعبين تتوقف حسب متطلبات كل نشاط من نشاط اخر، فمثلا العاب القوى 9 - 10 سنوات، الجمباز و السباحة 4 - 5 سنوات، العاب الكرة (القدرة، السلة، الطائرة، اليد) من 8 - 9 سنوات مع مراعاة العمر البيولوجي المناسب لكل لاعب وكذلك الحالة الصحية و النمط الجسمي و الظروف الاجتماعية، وكذلك مستوى القدرات<sup>1</sup>.

### 6-2 مرحلة الاختيار التوجيهي:

تمثل هته المرحلة أي مرحلة الانتقاء التوجيهي او التخصصي المرحلة الثانية من مراحل الانتقاء، حيث تقع اهمية تلك المرحلة في البدء بتوجيه اللاعبين المنتقين نحو

<sup>1</sup> - بسيوني محمد عرض، فيصل ياسين الشاطي، مصدر مذكور، ص ص 193 - 194.

تخصصاتهم بالنسبة للاعب والفعاليات الخاصة بكل منهم، حيث يقوم المدربون والفنيون بوضع الخطط التدريبية المقننة والإشراف الدقيق حتى يتمكن اللاعب من اخذ الجرعات التدريبية الخاصة كل على حدى واجتيازها بنجاح في ضوء مواصفات المرحلة ومتطلباتها، وبذلك يتوقف بداية اعمار لاعبي تلك المرحلة على اعمار المرحلة الاولى بالنسبة لكل رياضة، فالعاب القوى من 11 الى 13 سنة، و الجمباز والسباحة من 6 - 7 سنوات، وبذلك يمكن استمرار تلك المرحلة من ثلاث سنوات الى اربع سنوات حتى يتمكن اللاعب من اظهار قدراته البدنية و المهارية و الوظيفية والنفسية الاكثر صدقا و ثباتا من المرحلة الاولى. وفي هته المرحلة يجب مراعاة المواصفات التالية كمحددات لتلك المرحلة: الحالة الصحية، اختبارات القدرات الوظيفية الخاصة، الحالة الاجتماعية واختبار السمات النفسية للاعبين كل على حدى<sup>2</sup>.

### 6-3 مرحلة الإختيار الختامي:

اذا كان مرحلة الانتقاء التوجيهي اوالتخصصي بداية مرحلة توجيه اللاعبين نحو تخصصاتهم، بذلك تعتبر مرحلة الانتقاء الختامي او النهائي المرحلة الحاسمة لتوجيه اللاعبين نحو تخصصاتهم الاكثر دقة، فالمهاجمون في الالعاب المختلفة ينتقون على اساس مواقف كل منهم، هذا جناح ايمن وذلك قلب هجوم واخر جناح ايسر وكذلك بالنسبة للمدافعين، وبالنسبة للمسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة في العاب القوى والسباحة يتحدد لاعبو كل مسافة على حدة بالاضافة الى تثبيت اوزان اللاعبين في تلك المرحلة على اعمار المرحتين السابقتين (الاولي والتوجيهي).

فبالنسبة لالعاب القوى تكون من 15 الى 18 سنة، والالعاب ما بين 14 الى 15 سنة والجمباز و السباحة من 10 الى 14 سنة، وبذلك يكفي هته المرحلة من ثلاث الى اربع سنوات حتى تتمكن الصفوة من اللاعبين المنتقين من تحقيق النجاح و يؤهلون نحو مختلف البطولات، ويجب مراعاة المحددات المتمثلة في : متابعة الحالة الصحية و الاجتماعية

<sup>2</sup>- بسيوني محمد عرض، فيصل ياسين الشاطي، مصدر مذكور، ص 195.

للاعب اختبار العلاقة بين القدرات البدنية و الوظيفية، نمط الجيم و اختبار السمات النفسية الخاصة بكل لاعب<sup>1</sup>.

### 7- المحددات الخاصة باختيار وتوجيه الموهوبين رياضيا

وحتى تأخذ عملية انتقاء الموهوبين رياضيا مسارها الصحيح في الاختيار يجب ان تتضمن محددات موضوعية مقننة، بدنية، مهارية، بيولوجية وانثروبومترية و التي تساعد في عملية الانتقاء والتنبؤ بتحقيق مستويات متقدمة عن طريق القياس و اجراء الاختبارات الخاصة، وتلك المحددات يمكن تحديدها في مايلي<sup>2</sup>:

\* المحددات البدنية الخاصة بالمهارة.

\* المحددات البيولوجية الخاصة بالمهارة.

\* المحددات الجسمية الخاصة بالمهارة.

### 7-1 المحددات البدنية الخاصة بالمهارة:

ترتبط كل مهارة رياضية بقدرات بدنية خاصة ذات تاثير ايجابي على مستوى تلك المهارة، وعلى ذلك فعند الانتقاء يجب ان يؤخذ في الاعتبار عند اجراء الاختبارات والقياس الخاص بالمهارة فالفعاليت الرياضية التي تعتمد على القوة العضلية يجب ان يتصف لاعبوها بتلك الصفات البدنية.

ومن ثم يكون تحدى اختبارات الانتقاء الاساسية. والقوة العضلية صفة يمكن تمييزها وتختلف نسبة المستوى بين اللاعبين المتميزين الموهوبين في القوة العضلية وزملائهم ممن تتقصم صفة الموهبة و الذي يبين ذلك الاختبار و القياس بصفة عامة ومستمرة، ونقيس على ذلك المهارات الرياضية التي يعتمد مستواها على صفة السرعة او التحمل او الرشاقة او المرونة.

### 7-2 المحددات البيولوجية الخاصة بالمهارة:

بالنسبة للمحددات البيولوجية الخاصة بالمهارات الرياضية المختلفة و ذلك عند البدء في عملية انتقاء الموهوبين رياضيا، يجب ان يراعي القائمون على ذلك جانبان هامان

<sup>1</sup>- بسطويسي احمد، مصدر مذكور، ص 438.

<sup>2</sup>- بسطويسي احمد، مصدر مذكور، ص 444.

واساسيان هما الجانب الفيزيولوجي و الجانب المورفولوجي المناسبين للنشاط البدني و المهاري للاعبين فبالنسبة للجانب الفيزيولوجي الخاص باللاعبين يجب دراسة اختبار وقياس مستوى وكفاءة الاجهزة الوظيفية داخل الجسم، هذا بالاضافة الى التغيرات البيوكيميائية في الخلية و الجسم و التي لها علاقة بنوع النشاط البدني المختار والخاص بهم، وبذلك يمكن تلخيص المحددات البيولوجية فيمايلي<sup>1</sup>:

أ- قياس النبض الطبيعي و بعد المجهود.

ب- الحد الاقصى لاستهلاك الاوكسيجين.

ج- التهوية الرئوية ( التنفس الخارجي).

د- قياس حجم القلب النسبي.

### 7-3 المحددات الجسمية الخاصة بالمهارة:

تشكل مكونات البناء الجسمي للاعبين دورا اساسيا في انتقاء الموهوبين منهم رياضيا و من ثم تقدم المستوى عن طريق التدريب ذي البرامج المقننة المبنية على اسس علمية سليمة وعلى ذلك فالتدريب للاعب لا يتمتع ببناء جسمي مناسب للنشاط الرياضي المختار لا يصل به الى مستوى البطولة، والعكس صحيح، حيث ان اللاعب الموهوب ببناء جسمي مناسب و لا يحظى بتدريب ذي برامج مقننة لا يصل ايضا الى مستوى البطولة، وعلى ذلك يلعب نمط الجسم متضمنا القياسات الانثروبومترية للاعب الدور الفعال في تقدم المستوى، ويعرف النمط الجسمي على انه محاولة لتقويم البناء البيولوجي الداخلي للفرد من خلال البنين الجسمي<sup>1</sup>.

وعلى ذلك يعتبر نمط الجسم اهم متغيرات و متطلبات البناء الجسمي، حيث يوجه الناشئون والموهوبين الى ممارسة الانشطة الرياضية كل حسب نمطه الجسمي، وهنا تلعب الوراثة دورا ايجابيا في نقل الصفات الوراثية من الاباء الى الابناء و التي لها تأثير كبير على مدى احتفاظ اللاعب الى حد كبير بنمطه الجسمي على مراحل حياته التدريبية.

<sup>1</sup> - بسطويسي احمد، مصدر مذكور، ص 439.

<sup>1</sup> - بسطويسي احمد، مصدر مذكور، ص 441.

## خاتمة

لقد حاولنا من خلال دراستنا للانتقاء والتوجيه الرياضي اعطاء جميع مفاهيم والمصطلحات التي لها علاقة مباشرة بالانتقاء الرياضي بصفة عامة، اذ قمنا بابرار مجموعة من العوامل التي لها تاثير كبير على المردود الرياضي بالتعرف على جميع الصفات والمؤشرات التي يمتاز بها شبان وشابات هته الفترة والممتدة من السنة 12 حتى السنة 16 وتوجيههم الى مختلف الرياضات والاختصاصات حسب تلاؤمهم مع الصفات والمؤهلات بانواعها البدنية، الفكرية، النفسية، المعنوية والاجتماعية باستعمال الاختبارات ووسائل التقييم حيث انه بدون هته الاستعدادات والاختبارات لا جدوى في تحقيق المستويات العليا المتطلبة والتي نصبوا اليها في مجال رياضة المستويات العالية.