

اعداد

أ.د. وداد كـاظم أ.د. اقبال عبدالحسين م.د. سـجى خالـد

ما هو الانتقاء الرياضي :- هو اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في النشاط الرياضي المعني او هو عملية يتم من خلالها اختيار أفضل اللاعبين على فترات زمنية مبنية على المراحل المختلفة للإعداد الرياضي. الانتقاء بأنه عملية تحديد ملائمة استعداد الناشئ مع خصائص نشاط رياضي معين .

ثم وضع تعريف شامل للانتقاء وأوضح أنه عملية اختيار أنسب العناصر بين الناشئين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط.

وبهذا يرتبط الانتقاء الصحيح باختيار عناصر ذات قدرات ومواهب واستعدادات خاصة وفق نوع النشاط والتنبؤ لهم بمستقبل مرموق في ضوء الإعداد الصحيح لهم.

وعلي ذلك فإن الانتقاء عملية غاية في الصعوبة نظراً لأن المدرب عليه إن يتنبأ للطفل بقدراته الرياضية المستقبلية التي لم تظهر بعد في الوقت الحالي كما أن الانتقاء عملية مركبة لها جوانبها المختلفة . البدنية والمورفولوجية والفسولوجية والنفسية . لذا كان من الضروري مراعاة الأسس العلمية لكافة تلك الجوانب عند إجراء عملية الانتقاء.

مفهوم الانتقاء :-

- يعرف الانتقاء في الرياضة بأنه " عملية مستمرة يتم من خلالها المفاضلة بين اللاعبين من خلال عدد كبير منهم طبقاً لمحددات مبنية"
- كما يعرف بأنه " عملية يتم فيها اختيار افضل العناصر من اللاعبين من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني يتوافق ومراحل برامج الاعداد "

- يعني الانتقاء اختيار افضل اللاعبين في المجموعة المتاحة منهم من خلال الدراسة المتعمقة لجميع الجوانب المؤثرة في المستوى الرياضي اعتماداً على الاسس و المبادئ والطرائق العلمية .

أنواع انتقاء :

عندما يتنوع الانتقاء ستكون مساحة العمل فيه واسعة ومتنوعة وواضحة أمام المختصين في عملية الانتقاء والوقوف على مستوى اللاعبين الموهوبين وأن يقع من عملية التدريب الرياضي، وهذا مما يمكننا من أن نخطو الخطوة الأولى إلى نوع النشاط الذي يجب أن يمارسه مبكراً، ويمكننا التعرف إليه من خلال تقسيمه

- 1- الانتقاء لغرض توجيه .
- 2- الانتقاء لأعداد مجموعات متجانسة في التدريب لاستمرارية عملية التدريب بكفاءة.
- 3- الانتقاء لتكوين المجموعات المتكافئة والمتنافسة للمراحل التدريبية كافة لزيادة الدافعية مراعيًا للحالة النفسية.

- 4- انتقاء للمنتخبات الوطنية من بين اللاعبين ذوي المستويات العليا.
- لذا فإن الانتقاء بأنواعه هو عملية منظمة متسلسلة يمر بها الناشئون عبر المراحل التدريبية للانتقاء ابتداء من توجيه الناشئ إلى النشاط الذي يمارسه مروراً بعملية الانتقاء لأجل التجانس ثم التكافؤ لغرض التنافس وصولاً إلى المستويات العليا.

أهداف الانتقاء :

تهدف عملية الانتقاء الى الاختيار والاكتشاف المبكر لذوي الموهبة والاستعداد الرياضي وتوجيههم الى ممارسة النشاط الرياضي الذي يتماشى مع امكانياتهم واستعداداتهم ويمكن تحديد اهداف الانتقاء في المجال الرياضي بما يلي:

1- تحديد المواصفات والمتطلبات المورفولوجية والبدنية والحركية التي يجب توفرها في الفرد للتفوق في النشاط الرياضي .

2- الاكتشاف المبكر لذوي الاستعدادات والقدرات العالية .

3- توجيه الراغبين في ممارسة الرياضة الى المجالات المناسبة لميولهم واتجاهاتهم .

4- ايجاد قاعدة عريضة من ذوي الموهبة والاستعداد الرياضي لاختيار افضل العناصر على فترات زمنية متعددة .

5- الاقتصاد في الوقت والجهد والمال في عملية التدريب الرياضي ممن يتوقع لهم التفوق في هذا النشاط الرياضي مستقبلا .

6- ترشيد عملية التدريب لتنمية وتطوير الامكانيات والقدرات للفرد في ضوء ما ينبغي تحقيقه .

7- زيادة الدافعية لممارسة الرياضة للتقارب والتجانس لمستويات مجموعة الافراد الواحدة والابتعاد عن التباين بينهم .

8- تركيز عملية التدريب لتطوير امكانيات وقدرات من يتوقع له تحقيق المستويات والانجازات العالية .

9- اختيار افضل الافراد في نشاط رياضي محدد لتكوين فريق في منافسة معينة .

المحددات الخاصة لاختيار الرياضيين لنوع النشاط هناك عدد من المؤشرات والعناصر

التي تدخل في عملية انتقاء الرياضيين لنوع النشاط الممارس او الفعالية الرياضية لذلك من الضروري التركيز على الاتي :

1. طول ووزن الجسم :

يعتبران عنصران اساسيان فالمهم هنا معرفة طول ووزن الاطفال والفتيان عندما يبلغون سن الرشد .

أ. الاطفال الذين يعتبرون طوال القامة قبل مرحلة المراهقة فانهم بصورة عامة يبقون على ذلك بعد سن البلوغ .

ب. الاطفال الذين لديهم ابوان احدهما طويل القامة تصل اطوالهم في الغالب بعد مرحلة النضج فوق المعدل .

2. سرعة الركض :

تعد سرعة الركض احدى المؤشرات ؛ لذا يتطلب الاختيار المبكر للاطفال الذين يملكون سرعة ركض جيدة ويمكن معرفة ذلك من بعض الاختبارات البدنية او التحليلات الفسلجية لنوع الالياف العضلية (الالياف العضلية البيضاء سريعة والالياف العضلية الحمراء تقيد المطاولة والتحمل).

3. المطاولة :

ان ركض المطاولة يظهر لنا مدى التطور او الاساس في مستوى المطاولة مستقبلا وهناك ايضا عدد من الاختبارات البدنية والفسلجية لمعرفة امكانية الرياضي الهوائية او قدرته على التحمل.

4. التوافق الحركي :

ان الالعب التي تحتاج الى تكنيك بحاجة الى رياضيين ذوي مهارة حركية جيدة وقدرة توافق عصبي حركي عالي .

5. قابلية اللعب :

ان قابلية اللعب تتأتى من خلال التوقع المسبق لتصرف اللاعب ويلعب ذلك دورا مهما في الاداء والانجاز وخاصة في فعاليات الكرة (القدم - اليد - السلة).

محددات الانتقاء في الميدان الرياضي

ان امكانات انتقاء الرياضيين من اجل تحقيق نتائج عالية لابد من ان يؤخذ بعدد من العوامل او المحددات التي تسهم بشكل فاعل في عملية الانتقاء للرياضي وهذه المحددات تعد اساسية ولجميع مراحل الانتقاء المختلفة التي يمكن تأشيرها بالاتي:

1. المحددات البيولوجية :

هذا المحدد يعتبر عنصرا اساسيا ومهما اذ يشمل جميع مايطرأ من متغيرات على مستوى

الاجهزة الوظيفية وتطور هذه الاجهزة وعلاقة ذلك بالنشاط لذلك تعتبر المحددات البيولوجية احدى الركائز الاساسية التي يتم عليها الانتقاء الجيد للرياضيين وفي جميع المراحل .

2. المحددات السايكولوجية :

يسهم هذا النوع من المحددات بان يكون احدى الركائز التي تستند عليها عملية الانتقاء ضمن مراحلها المتعددة وهي (الشجاعة - الاعتماد على النفس - القدرة في اتخاذ القرار - الذكاء) يكون لها دور في عملية الانتقاء الرياضي .

3. المحددات الخاصة :

لكل نشاط متطلبات خاصة اذ نشاهد اختلاف في متطلبات نشاط عن اخر لذلك لدى اطلعنا على التخصص في المجال الرياضي يجب علينا ان نهىء الوسائل والمستلزمات التي لها علاقة بنوع الفعالية من اجل خدمة وتحقيق الوصول الى الهدف الاساسي .

4. عوامل الانتقاء للمستويات العالية .:

في ضوء النتائج العالمية للبحوث في هذا المجال يمكن تحديد عوامل انتقاء واختيار الصالحين للمستويات العالية في النقاط الاتية :

- 1- القياسات الانتربومترية (المورفولوجية) .
- 2- المقاييس الفسيولوجية والعمر البيولوجي .
- 3- القدرات البدنية و الحركية .
- 4- القدرات العقلية والجوانب الاجتماعية .
- 5- الاستعداد للاداء الرياضي .
- 6- السن المناسب للانتقاء .

مراحل انتقاء :

ان عملية الانتقاء تعتبر بحد ذاتها من الامور الصعبة والمعقدة ايضا في نفس الوقت لكون هناك العديد من المحددات المتنوعة التي لها علاقة بعملية الانتقاء التي يجب الاخذ والاعتماد عليها في كل مرحلة ، لذا فأن هنالك مهمة كبيرة تواجه المدربين بان يضعوا امام اعينهم هذه المسؤولية وان يتطلب الاستخدام الامثل والدقيق الذي يستند على خطوات علمية لغرض رفع مستوى الانجاز الرياضي اذ يمكن تقسيم مراحل الانتقاء الى:

• المرحلة الاولى : (مرحلة الانتقاء الاول)

من واجبات هذه المرحلة هو التعرف المبدئي والاولي على الرياضيين الموهوبين اذ تعطى لهم سنتان على الاقل من التدريب لكل لاعب من اجل اظهار كفاءاته وقدراته وامكاناته التي تتعلق بالجوانب (البدنية والحركية والوظيفية).

حيث تحديد الحالة الصحية من خلال اجراء الفحوصات الطبية مع استبعاد من لا تؤهلهم لياقتهم الطبية لممارسة النشاط الرياضي. و الكشف عن الصفات البدنية والخصائص المورفولوجية والوظيفية والسمات الشخصية للرياضي ومعرفة قربها او بعدها من المتطلبات الاساسية لممارسة النشاط الرياضي المتوقع الذي يمارسه الناشئون. اذ يراعى هنا العمر البيولوجي المناسب للاعب.

الاختبارات التي يقوم بها المختصون لاكتشاف الموهوبين :

1. اختبارات الفحص الطبي الشامل .
2. اختبارات نسب المقاييس الجسمية واهميتها .
3. اختبارات مستوى الصفات البدنية الاساسية والاختبارات البدنية.
4. اختبارات تحديد العمر البيولوجي.
5. اختبارات حول اتجاهات الناشئ والاختبارات النفسية.
6. القياسات الانثرومومترية
7. انسيابية الحركة
8. اختبار مرونة الحركة

9. اختبار مرونة المفاصل

10. اختبار القدرة الهوائية

• المرحلة الثانية : (مرحلة الانتقاء التوجيهي)

تجري مرحلة الاختيار الثانية بعد مرحلة الاختيار الأولى على نفس الأطفال المرشحين الذين تم اختيارهم في مرحلة الاختيار الأولى حيث تتجزأ خلال وبعد سن البلوغ ، بين الأعمار (9 - 10) سنوات بالنسبة الى رياضة السباحة ، الجمناستيك ، الرقص الفني على الجليد ، (10 - 15) سنة للبنات و(10 - 17) سنة للبنين للألعاب والفعاليات الرياضية الأخرى .

وتمثل هذه مرحلة مهمة جداً لاختيار الموهوبين ، حيث تستعمل هذه المرحلة مع الأطفال الذين تم اختيارهم في المرحلة الأولى وأصبحوا في سن المراهقة وأصبح لديهم خبرة جيدة في التدريب المنظم أن الأساليب المستعملة في مرحلة الاختيار الثاني يجب أن تقيم الآليات المتعلقة بالقياسات الجسمية ، والخصائص الفسيولوجية ، لان جسم الرياضي في هذه المرحلة قد وصلت الى مستوى معين من التكيف على خصوصيات ومتطلبات اللعبة أو الفعالية الرياضية الممارسة . بناءً على ذلك ، فإن الفحوصات الطبية والصحية يجب أن تكون مفصلة جداً وموجهة نحو اكتشاف العوائق التي تحول دون تقدم الإنجاز الرياضي مثل (الروماتيزم ، التهاب الكبد ، والمرض الكلوي الحاد) .

وهناك اختبار مستوى الصفات البدنية مثل (تحمل ، مرونة ، رشاقة ، توافق) الخاصة بالعبة مثل:

1. اختبارات مستوى نمو الكفاءة البدنية.

2. اختبارات مستوى خصائص استعادة الشفاء.

3. اختبارات مستوى الصفات النفسية.

4. اختبارات مستوى المقاييس الجسمية.

5. اختبارات التطور المهاري الخاص بالعبة.

6. اختبار القوة

7. اختبار المقدرة الهوائية

8. زمن الاداء

9. مقارنة نتائج القياسات الانتروومترية بالمستويات المورفولوجية

10. تكرار اختبار المرحلة الاولى ودراسة مدى تطورها

• المرحلة الثالثة : (مرحلة الانتقال النهائي)

إن المرحلة النهائية لاختيار الموهوبين تهتم قبل كل شيء بالمرشحين للفرق الوطنية .
لذلك ، يجب أن تكون متقنة ، صادقة ولها علاقة كبيرة مع خصوصيات ومتطلبات اللعبة
أو الفعالية الرياضية الممارسة . وتجري عملية اختيار المرحلة النهائية من المرشحين
الذين تم اختيارهم في المرحلة الثانية كمرشحين لائقين للبدء بعملية التخصيص الدقيق
للألعاب الرياضية الممارسة ، لأن اختيار هؤلاء المرشحين في هذه المرحلة تمكن
المدربين من التنبؤ بالإنجازات التي يمكن تحقيقها لغرض توجيههم نحو اللعبة أو الفعالية
الخاصة لكل واحد منهم .ويكون الاختيار في الاعداد طويل المدى اكثر دقة وتركيز وكما
يلي :

1. اختبار مستوى نمو الخصائص المورفولوجية والوظيفية للاعب لتحقيق المستويات
العليا.

2. اختبار مستوى نمو الاستعدادات الخاصة.

3. اختبار مستوى نمو واستعادة الشفاء.

4. اختبار مستوى نمو السمات الشخصية المرتبطة بالعبة.

5. اختبار مستوى نمو معدل سرعة التحسن في المهارات الرياضية الخاصة بالعبة او

النشاط التخصصي.