



جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



محاضرات مقياس كرة القدم

الميدان : علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية .

المستوى المستهدف : السنة الثالثة ليسانس .

المقياس: كرة القدم.

من إعداد الدكتور: لوكية يوسف إسلام محاضرة+ أعمال موجهة.

للاتصال على البريد الالكتروني Loukia.youcef.islem@gmail.com

التواجد في القسم يكون كل أيام الأسبوع.

السنة الجامعية 2022/2021

المحاضرة رقم 05

أساليب الاكتشاف و التوجيه والانتقاء الرياضي

إن انتقاء الفرد المناسب لنوع النشاط الرياضي الممارس هو الخطوة الأولى نحو الوصول إلى المستوى البطولة، لذلك اتجه المتخصصون في الأنشطة الرياضية المختلفة إلى محاولة تحديد المواصفات الضرورية الخاصة بكل نشاط على حدي، لأن عملية الانتقاء الجيد للناشئين وهم في بداية مشوارهم مع الرياضة ومن المعلوم أن توجيه الناشئين إلى نوع الرياضة العالية

كما تعد مشكلة الانتقاء من أهم الموضوعات التي لاقى اهتماما كبيرا في السنوات الأخيرة، لأنها تستهدف في المقام الأول الاختيار الأفضل لممارسة الرياضة على أمل الوصول إلى مستويات عليا لتحقيق نتائج مرضية والفوز بالبطولات المحلية والدولية. وظهرت الحاجة إلى عملية الانتقاء نتيجة وجود فروق فردية بين الأفراد في جميع الجوانب البدنية والعقلية والنفسية..... الخ، مما يستوجب اختيار أفضل الأفراد الذين تتوفر فيهم الجوانب المختلفة المناسبة لممارسة الرياضة.

-تعريف الانتقاء:-

التعريف اللغوي: أنتقى، ينتقي، أنتقى، انتقاء الشيء: اختياره

التعريف الاصطلاحي:

يعرف الانتقاء بأنه "اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في نشاط رياضي معين "

-مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي:-

هو عملية اختيار اناس العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقد ارت خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي إختيار من تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط .

-أهداف عملية الانتقاء:-

إن الهدف من عملية الانتقاء هو :

- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.

- تحديد الصفات النموذجية لكل نشاط.

تكريس الوقت والجهد والتكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العليا

أهمية عملية الانتقاء:

بصفة عامة اختيار لأفضل الرياضيين لممارسة نشاط رياضي معين و الوصول إلى مستويات تستهدف عملية الانتقاء في عليا في هذا النشاط وقد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف اللاعبين في استعداداتهم النفسية والبدنية والعقلية وقد أصبح من المسلم له أن إمكانيات وصول الرياضي إلى المستويات العليا في الرياضي تصبح أفضل إذا أمكن من البداية انتقاء الرياضي وتوجيهه إلى نوع الرياضة المناسبة والتي تتلاءم مع استعداداته وقدراته المختلفة والتنبؤ بدقة بمدى تأثير عملية التدريب على نمو وتطوير تلك الاستعدادات و القدرات بطريقة فعالة تمكن اللاعب من تحقيق التقدم المستمر في نشاطه الرياضي وذلك هو جوهر عملية الانتقاء.

- هدف عملية الانتقاء:

يشير عادل عبد البصير "أن الهدف من عملية الانتقاء مايلي:

- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى آلات المناسبة لقدراتهم وميولهم.
- تحديد الصفات النموذجية لكل نشاط.
- تكريس الوقت والجهد و التكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية.
- توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه.

العوامل الأساسية لانتقاء الرياضيين:

إن إنتقاء اللاعبين المميزين يجب أن يأخذ بالحسبان عوامل و خصائص عديدة وهي المحددة للنتائج المستقبلية:

- المعطيات الأنثروبومترية: القامة - الوزن - الكثافة الجسمية.
- خصائص اللياقة البدنية: المداومة - القوة - سرعة رد الفعل
- الشروط التقنية الحركية: التوازن - قدرة تقدير المسافة- الايقاع - قدرة التحكم في الكرة.
- قدرة التعلم : سهولة الاكتساب، قدرة الملاحظة والتحليل والتعلم.
- القدرات الإدراكية والمعرفية : التركيز - الذكاء الحركي، الابداع.
- العوامل العاطفية: الاستقرار النفسي، الاستعداد والتهيأ للمناقشة، مقاومة التأثير الخارجي،

التحكم في التوتر والقلق.

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

مراحل الانتقاء:

يمكن تقسيم مراحل الانتقاء إلى ثلاث مراحل رئيسية هي:

أولاً: الانتقاء الأولي "الجماعي" المبدئي :

- في هذه المرحلة يتم التعرف على الناشئين الموهوبين كلا حسب نوع اللعبة المراد لها لاعبين ناشئين قد تكون أعمارهم من 6-12 سنة ويتم فيها تحديد الحالة الصحية العامة للناشئ من خلال الفحوص الطبية.
- الكشف على المستوى المبدئي للمكونات البدنية والخصائص المورفولوجي والوظيفية والسمات الشخصية ومدى تقاربها أو تباعدها من المعايير المطلوبة لممارسة النشاط الرياضي.

- ينصح في هذه الفترة التركيز على العموم وليس الخصوص في المهارات المطلوبة، إقامة أنشطة عامة متعددة، إعطاء الفرصة للنشء للعب في أكثر من لعبة رياضية.

ثانياً- الانتقاء الثاني (التبويي ، التوجيهي):

وتهدم هذه المرحلة إلى انتقاء أفضل الناشئين ممن اجتازوا اختبارات المرحلة الأولى ومضوا فترة إعداد تراوحت ما بين سنة ونصف إلى السنتين وتراوح أعمار هذه المرحلة ما بين (8-15) سنة. وتستخدم في هذه المرحلة الملاحظة المنتظمة والاختبارات الموضوعية لقياس مدى نمو الخصائص المورفولوجي والوظيفية وسرعة تطور المكونات البدنية والنفسية ومدى إتقان الناشئ للمهارات ومستوى تقدمه في النشاط وتدل المستويات العالية في هذه الجوانب على موهبة الناشئ وإمكانية وصوله للمستويات الرياضية العالية.

ثالثاً- الانتقاء التشخيصي (الدقيق):

وهي المرحلة التي يتم فيها تحديد مقدره المتسابق للوصول لأفضل المستويات العالية وتتزامن هذه المرحلة مع نهاية المرحلة الثانية من الانتقاء مع الإعداد طويل المدى ، حيث يهدف الانتقاء في هذه المرحلة التحديد الدقيق لإمكانات الناشئ للوصول به لأفضل المستويات الرقمية العالية ، ويجب ، يتم التركيز على العناصر المهمة التالية:
 أ. مستويات معدل النمو للخصائص الجسمية والوظيفية.
 ب. ضرورة العلاقة المتبادلة بين معدلات نمو الخصائص البدنية والتطور المهاري بالعبة .
 ج. إعداد وتنمية الخصائص "السمات النفسية" الإرادية والتي تتفق وطبيعة النشاط.
 د. معدلات التطور التكنيكي والخططي للاعب والفريق.

المحددات العلمية لعملية الانتقاء في المجال الرياضي:

- * محددات بيولوجية: وتشمل العوامل والمتغيرات البيولوجية التي يعتمد عليها التنبؤ الجيد في عملية الانتقاء بمراحله المختلفة وهي:
 د. المقاييس الجسمية ج. العمر الزمني والعمر البيولوجية. ب. مراحل النمو أ. الصفات الوراثية "الانثروبومترية"
 *محددات نفسية: تعتبر السمات النفسية من المؤشرات الهامة التي يجب الاعتماد عليها عند انتقاء الناشئين وذلك لامتلاك الناشئ سمات الثقة بالنفس والمثابرة والشجاعة والإصرار.
 *الاستعدادات الخاصة: يقصد بها قدرة الفرد وإمكاناته على ممارسة نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية.

التوجيه والانتقاء في كرة القدم

- التوجيه إلى التدريب الرياضي

- يذهب العديد من الباحثين في علم التدريب إلى أن التوجيه للتدريب الرياضي هو عملية تساعد الرياضي الناشئ على إنماء وتقبل صورة لذاته متكاملة وملائمة لدوره في التدريب والرياضي وكذلك مساعدته على أن يختبر هذه الصورة في الشكل الواقعي وأن يحولها إلى حقيقة واقعة بحيث تكفل له النجاح وللمجتمع التقدم.
 والواقع أن التوجيه نحو التدريب الرياضي يصبح وفقاً لهذا التعريف عملية مايكولوجية تتميز بعدة خصائص هي:
 أ- إن التوجيه نحو التدريب الرياضي عملية ترمي إلى مساعدة الرياضي الناشئ على أن ينمي صورة لذاته، هذه الصورة تتميز بأنها متكاملة، أي خالية من الصراع أو الانحلال ، وأنها صورة تتلاءم مع إمكانيات الرياضي المختلفة، أي مع استعداداته ودوافعه وميوله وظروفه الاجتماعية وغير ذلك.
 ب- إن التوجيه نحو التدريب الرياضي عملية ترمي أيضاً إلى مساعدة الرياضي الناشئ على أن ينمي ويتقبل الدور الذي يقوم به في التدريب الرياضي ، ذلك الدور الذي يتفق مع إمكانياته المختلفة.
 ج- إن التوجيه نحو التدريب الرياضي عملية ترمي إلى مساعدة الرياضي الناشئ على أن يجرب ويختبر الصورة التي كونها عن نفسه وعن دوره في التدريب وفي ميادين الحياة الواقعية.
 د. التوجيه نحو التدريب الرياضي يتيح له فرصة التجريب والاختيار في ظروف ملائمة.
 هـ. إن التوجيه نحو التدريب الرياضي عملية ترمي أخيراً إلى مساعدة الرياضي الناشئ على أن يحقق صورة عن نفسه في ميدان التدريب الرياضي وأن يؤدي ذلك إلى الرغبة والسعادة.
 والتوجيه نحو التدريب الرياضي هو عملية مركبة تتألف من سلسلة من العمليات المتصلة المتكاملة وهي:
 أ- اختيار اللعبة الرياضية على أساس ما لدى الرياضي الناشئ من ميول وقدرات وسمات وإمكانيات بدنية وفنية وخطوية.
 ب- الإعداد والتدريب على اللعبة الرياضية المختارة ، وهذا يتطلب المعرفة بنوع التدريب ومدته ومكانته وشرطه.

ج- الالتحاق بالتدريب، وهذا يتطلب بالإحاطة بمجالات التدريب المختلفة ذو اللعبة الرياضية المختارة، وبوسائل معينة للرياضي الناشئ على الالتحاق بها.

د- التقدم في التدريب الرياضي ويكون ذلك بتبصير الرياضي الناشئ مما يطرأ على فعاليته أو لعبته الرياضية من تقدم وتغير وتطور وتجديد، أو بتعريفه بالطرق التي تساعد على التقدم في لعبته الرياضية وهذا نوع من التدريب تهتم به الدول المتقدمة اهتماماً كبيراً.

ولا تقتصر مهمة التوجيه نحو التدريب الرياضي على مساعدة الرياضي الناشئ على اختيار اللعبة الرياضية التي تناسبه بل تتجاوز ذلك إلى النصح له بالابتعاد عن مزاوله لعبة معينة.

خطوات منهج التوجيه:

يتضح مما تقدم أن التوجيه نحو التدريب الرياضي يتطلب:

أ- دراسة تحليلية شاملة للرياضي الناشئ وتفحص قدراته الجسمية والحسية والحركية واستعداداته العقلية ومستوى طموحه وسماته الاجتماعية والخلفية المختلفة. وكذلك أسلوب حياته أي طريقته الخاصة في تعامله مع الآخرين وفي حل ما يتعرض له من مشكلات وصعوبات وليس فحص الصحة النفسية للرياضي الناشئ بأقل أهمية من فحص صحته الجسمية ذلك أن سوء التوافق بين التدريب الرياضي والعناصر السابقة تعني عجز الفرد عن التأقلم والانسجام مع التدريب الرياضي وبيئته. وقد يرجع إلى اضطراب في شخصيته وليس إلى نقص في اجتهاده أو استعداده، ويشترط أن تكون هذه الدراسة عملية موضوعية تقوم على القياس الكمي ما أمكن لأعلى التقديرات والانطباعات الذاتية. وتحليل اللعبة الرياضية والتدريب الرياضي من الناحية الفنية لمعرفة عملياتها واجباتها أو حركاتها الأساسية وما تتطلب من مؤهلات خلاصة وتدريب خاص ثم تحليلها من الناحية البدنية والسيكولوجية لمعرفة ما تتطلبه من قدرات واستعدادات وسمات خاصة والظروف المحيطة بالتدريب من ظروف اقتصادية لكل لعبة وفرص التقدم وستقبلها في الإنجاز الرياضي، هذا إلى ما قد يحيط بها من مشكلات وما يتعرض له الرياضي من أمراض.

معلومات عامة في اختيار وانتقاء الناشئ:

يقصد بها اختيار (انتقاء) أصح الأفراد وأكفئهم من المتقدمين للانتقاء، وهو من تعريفه هذا يرمي إلى الهدف النفسي والبعيد الذي أرمى إليه التوجيه إلى التدريب ألا وهو وضع الفرد الصالح في المكان المناسب، بيد أن التوجيه يبدأ من الرياضي ويركز اهتمامه فيه من حيث أ، الاختيار يبدأ من لعبة أو مطالبة معينة ويهتم بها في المقام الأول، كما أن التوجيه يؤدي إلى المعرفة والإرشاد وصالح الرياضي، ويقوم على أساس أن كان إنسان يجب أن يجد تدريبه بين مختلف الفعاليات حتى إذا كان غير لائق، في حين أن الاختيار يعمل على التصفية والاستبعاد، ولا يهتم بمصير من يستخدم من الأفراد، أو بمعنى آخر فإن مجال الانتقاء أضيق بكثير من مجال التوجيه، فالانتقاء لا يتطلب إلا معرفة الفعالية أو اللعبة الرياضية التي ستختار له، في حين أن التوجيه يتطلب المعرفة لجميع الألعاب والفعاليات الرياضية، لذا قطع الانتقاء في المجال الرياضي إلى اليوم شوطاً أبعد من التوجيه.

كما يتفق الانتقاء والتوجيه من حيث الهدف البعيد بين التدريب والدراسة وكذلك يتفقان من حيث المنهج الذي يتبعانه لهذه الدراسة (الفرد) دراسة شاملة من ناحية، أو تحليل اللعبة الرياضية تحليلاً متواصلاً لمعرفة متطلباته الفنية والسيكولوجية وغيرها.

- مجال الانتقاء في النشاط الرياضي:

يعتبر مجال الانتقاء في النشاط الرياضي نظاماً خاصاً في اكتشاف الناشئين وتلاميذ المدارس لتوسيع القاعدة الرياضية وزيادة نسب الوصول إلى المستوى العالي مقارنة بما يحصل في الدول المتقدمة، فالوصول إلى متطلبات نوعية عالية جداً تحقق التنبؤ الجيد عند زيادة القاعدة واستخدام انتقاء الناشئ وفقاً للعبة والفعالية الرياضية.

إن مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي بعد "عملية اختيار أفضل الرياضيين على فترات زمنية متعددة بناءً على مراحل الإعداد الرياضي المختلفة، فاكتشاف إمكانات الرياضي الناشئ الملائمة لنوع معين من النشاط الرياضي يتطلب التعرف بدقة على العوامل التي تحدد الوصول إلى مستويات عالية من الأداء في هذا النشاط وكذلك المتطلبات والمواصفات النموذجية التي يجب أن تتوفر في الرياضي لكي يتمكن من تحقيق هذه المستويات.

ويبدو من الدراسات والبحوث الكثيرة على بعض الرياضيين والتي تؤكد أن عنصر السرعة له علاقة وثيقة بنوع جسم الرياضي وصفاته، كما ثبت أن العدائين يختلفون في نوعية أجسامهم طبقاً لنوع الفعالية التي يتخصصون فيها ومستوى الإعداد البدني الذي يحقق النجاح في نوع معين من أنواع الفعاليات، ويظهر أن لكل نشاط فعالية أو لعبة رياضية متطلبات أو مواصفات نموذجية يجب توافرها في الرياضي حتى يمكنه أن يحقق مستويات متقدمة في فعالية أو لعبة رياضية.

إن من واجبات الانتقاء تحديد إمكانات الناشئ التي تسمح بالتنبؤ بالمستوى الذي يمكن أن يحققها وإمكانية استمراره في ممارسة اللعبة أو الفعالية الرياضية بمستوى جيد من الكفاءة بحيث يرتبط صدق ذلك التنبؤ بالنجاح في اكتشاف استعدادات

وقدرات الناشئ في المرحلة الأولى من الانتقاء وخضوع النتائج في المستقبل إلى عدة عوامل وتؤكد البحوث أن تقويم استعدادات وقدرات الناشئ من الصعب الحكم عليها منذ الاختبارات الأولى ودراسة سرعة التقدم في نتائجه الزيادة في حجم التدريب تعد من المؤشرات الجيدة في هذا الاتجاه.

- أهم العوامل التي يجب مراعاتها أثناء الانتقاء:

ويمكن القول أن أهم العوامل التي يجب مراعاتها أثناء الانتقاء هي:

أولاً- إن عملية انتقاء الناشئ في فعالية أو لعبة رياضية تركز على مجموعة المعلومات التي تخص مستوى الصفات الحركية والقدرات والاستعدادات والخصائص والمميزات التشريحية والفسولوجية الخاصة به والتي تدخل ضمن متطلبات الفعالية أو اللعبة ذاتها.

ثانياً- معرفة الحدود الدنيا والعليا للصفات الحركية والخصائص والسمات النفسية التي تتطلبها الفعاليات والألعاب الرياضية المختلفة.

ثالثاً- معرفة الارتباط المشترك التبادلي بين الصفات الحركية: كالقوة والسرعة والتحمل، والخصائص والمعايير المورفولوجية: كالطول والوزن والأطراف والمحيطات، وعلاقة الأطراف العليا بالجدع.

رابعاً- يجب التأكيد على القيم معايير التنبؤ وتأثيرها على المناهج التدريبية التي تعمل على تغيير الصفات والخصائص الحركية إيجابياً أو سلبياً.

خامساً- البدء بعملية الانتقاء في وقت مبكر ورفع مناهج التدريب للتوصل إلى اكتشاف المعايير البدنية والتأكد من تطوير مستوى الأداء أثناء الاختبارات والقياسات الخاصة.

سادساً- توفير الأجهزة والأدوات الخاصة بقياس وتقويم الصفات الحركية وجمع المعلومات الصحيحة.

سابعاً- اعتماد الملكات التدريبية التي تمكن من إجراء الاختبارات والقياسات والعمليات الحسابية والإحصائية التي تعتمد عليها أثناء الاختبارات.

ثامناً- اعتماد نظام خاص في الانتقاء واعتباره جزءاً مهماً وأساسياً في نظام التربية الرياضية.

- فوائد الانتقاء :

لا تقتصر وظيفة الانتقاء على اختيار أكفأ الرياضيين الموجودين في المجال الرياضي، بل يفيد أيضاً في توزيع الأعمال على المدربين والعاملين في مكاتب اللجنة الأولمبية والاتحادات الرياضية، كما يرفع تطور الرياضيين الناشئين إلى مستويات أعلى، ونقلهم من مستوى أو درجة إلى أخرى، أما الفوائد التي يجنبها الرياضي الناشئ من اختيار الفعالية أو اللعبة الرياضية، فهي فوائد التوجيه السليم إلى اللعبة، ويكفي أن بعض الخسائر التي يمكن أن تتكبدها الحركة الرياضية تكمن في إساءة الاختبارات الرياضية:

فالرياضي الناشئ غير الكفء أقل تطوراً في المستوى عن غيره، وقد دلت بحوث ودراسات عديدة لا يرقى إليها الشك على أن استخدام الطر المرفولوجية والفسولوجية والسيكولوجية في الاختيار تؤدي إلى تحسن هائل في المستويات الرياضية، وهذا ليس بمستغرب، فالفروق بين الأفراد في القدرة على أداء عمل معين شائع، ولقد ظهر أن الاختيار العلمي يؤدي إلى زيادة في مستوى الإنجاز من واحد إلى أربعة أمثاله، كما يدل البحث على أن هذا الفارق الكبير لا يرجع إلى الرغبة أو الحماس للتدريب، بل إلى فروق فعلية في القدرات العقلية والبدنية.

والرياضي الضعيف يحتاج إلى مدة أطول من التدريب، ومن ثم إلى نفقات أكثر، ومع هذا فليس هناك ما يضمن وصوله إلى مستوى المهارة المطلوبة.

إن الرياضي الناشئ الضعيف في مستواه يتطلب وقتاً وجهداً أكثر من ذي المستوى الجيد وبذلك تكون خسارة غير منظورة تتحملها الحركة الرياضية.

وكم من أخطاء يرتكبها الرياضي الناشئ غير الكفء مما يؤدي إلى تلف الأدوات والأجهزة الرياضية.

والرياضي الناشئ القاصر مصيره في أغلب الأحيان أن يترك عمله طائعاً أو كارهاً مما يظهر النادي أو المؤسسة أو الاتحاد إلى التفتيش عن البديل والاتفاق على تدريبهم لفترات زمنية قد تطول أو تقصر.

هذا وأن سوء توافق الرياضيين مع فعاليتهم، ولعبتهم قد يجعله مصدراً للمشاكل والمتاعب وانخفاض الروح المعنوية للأخريين.

الخلاصة

إن عملية الانتقاء وخاصة انتقاء الناشئين هي عملية جد حساسة وهمة لأنها كلما كانت دقيقة كانت الفرصة أكبر لظهور وبروز الناشئ.

المراجع

- /01/ مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي./
/02/ الانتقاء و التوجيه الرياضي .د/ زموري بلقاسم – جامعة بسكرة - /
/03/ -انتقاء الموهوبين في كرة القدم. – عبد الله محمد الشريف

loukia youcef islam