

المحاضرة الثامنة: أساليب الاكتشاف والتوجيه الرياضي

يعتبر المهويين الرياضيين في كل مجتمع ثروة حقيقة ينبغي الاعتناء بها، لأنها المستقبل لصناعة التفوق والانتصار الرياضي، فتحرص الأمم دائما على اكتشافهم وفسح المجال أمامهم لبروز إمكانياتهم وكفاءتهم البدنية والعقلية والمهارية لتحقيق النجاح.

1. مفهوم الموهبة: إن الموهبة الرياضية مفهوم لا يتعدى كونه القدرة التي تكسب الفرد إمكانية تحقيق الإنجاز عالي المستوى في العمل الرياضي، ويعرف "يوسف ميخائيل سعد": الموهوب أنه الطفل الذي يبدي بشكل ظاهر قدرة واضحة في جانب من جوانب النشاط الإنساني، أي القدرة على توظيف الذكاء بحيث يرتفع بمستوى مسؤولية الفرد على استخدام إمكانيات بأقصى ما لديه من جهد.

2. اكتشاف المواهب الرياضية:

* الاكتشاف هو التعرف على ما هو محباً من أجل معرفة إذا كان بعض الأفراد يمتلكون حظوظ في اكتساب قدرات ملائمة لتحقيق إنجازات ذات مستوى عالي، الشيء الذي يتطلب نوعاً من الوقت، وهذا حسب الرياضة الممارسة، فالفرد الذي يمتلك ويمثل موهبة رياضية ما، يمكن تميزه بخاصية الإمكانية في التطوير إذا ما حظي بالطبع بالعتاية.

* ويين "كازولا" أن الموهبة الرياضية التي تمثل مجموعة من الكفاءات والمهارات العالية، سواء كانت طبيعية أو مكتسبة في نشاط معين ومن قبل شخص معين، وهذه القدرات تشاهد في الفرد الرياضي في سن مبكر، مما يسمح بالتنبؤ باحتمال كبير للوصول إلى تحقيق تجلية عالية وفي أقرب وقت ممكن، شرط تواجد الإدارة الكافية في نفسية الفرد إضافة إلى توفر الشروط المناسبة للعمل.

* إن اكتشاف الموهبة الشابة يتم بنباهة ودقة محكمة وفي وقت مبكر، وذلك من خلال اختيار السن المناسب لعملية الاكتشاف والذي يمتد حسب مختصين من سن (6 إلى 12 سنة)، حيث أن النتائج الجيدة يمكن بلوغها بالنسبة للرياضي وذلك بوضع برنامج تدريبي طويل المدى، وحسب "جوش" فإن مختلف المواهب لا تشكل سوى 3% من بين العناصر التي تعتبر فعلا موهوبة.

3. العوامل الأساسية لاكتشاف الموهبة الرياضية: حسب "هان" فإن اكتشاف المواهب الرياضية يجب أن يأخذ بالحسبان عوامل وخصائص عديدة وهي المحددة للنتائج المستقبلية وأهم هذه العوامل:

* **العوامل الأنثروبومترية:** وهي القامة، الوزن، الكثافة الجسمية، (العلاقة بين الأنسجة) العضلية والأنسجة الدهنية، مركز ثقل الجسم.

* **خصائص اللياقة البدنية:** المداومة الهوائية واللاهوائية، القوة الثابتة والديناميكية، سرعة رد الفعل، سرعة الحركة، الرشاقة، المرونة.

* **الخصائص التقنية والحركية:** مثل التوازن، قدرة تقدير اللياقة، الإيقاع، قدرة التحكم في الحركة، التوازن، التنسيق الحركي.

* **قدرة الاستيعاب والتعلم:** وهي سهولة الاكتساب وقدرة الملاحظة والتحليل والتعلم والتقييم.

* **التحضير أو الإعداد للمستوى:** وهو التطبيق والانضباط في التدريب والتحضيرات لتزويد الجسم بالقدرة المناسبة.

* **المراقبة الذهنية:** مثل التركيز، الذكاء الحركي، الإبداع، القدرة التكتيكية، وهذه القدرات هي قدرات إدراكية معرفية متعلقة بخصائص اللعبة أو الاختصاص الرياضي.

* **العوامل النفسية:** الاستقرار النفسي والاستعداد والتهيؤ للمنافسة ومقارنة التأثير الخارجي والتحكم في التوتر والقلق.

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

4. مفهوم التوجيه:

* التوجيه هو مجموعة من الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم نفسه ويفهم مشاكله، وأن يستغل إمكاناته الذاتية من قدرات، مهارات، استعدادات وميول، وأن يستغل إمكانات بيئته من ناحية أخرى.

5. تعريف التوجيه الرياضي:

هو إرشاد الفرد في ممارسة النشاطات البدنية والرياضية وفق مبادئ علمية، تهدف إلى الكشف عن استعداداته وقدراته ونوع ميوله ورغباته من أجل تحديد الأولوية في النشاطات البدنية والرياضية الممكن ممارستها، والتي تحد فيها توازنه النفسي الاجتماعي ويمكن له الوصول فيها إن توفرت الظروف المناسبة إلى المستويات العليا، وإمكانية استغلال أقصى حدود استعداداته وقدراته المتكيفة مع متطلبات النشاطات البدنية والرياضية الموجه إليها.

6. أهمية التوجيه الرياضي:

التوجيه عملية ترمي إلى مساعدة الرياضي أو اللاعب الرياضي لتحقيق عدة عوامل مهمة وهي:

* فهمه لنفسه عن طريق إدراكه لمدى قدراته واستعداداته وميوله.

* فهم المشاكل التي تواجهه.

* فهم بيئته المادية والاجتماعية بما فيها من إمكانات.

7. أهداف التوجيه في المجال الرياضي:

* مساعدة الرياضي على توجيه حياته الرياضية بنفسه بذكاء في حدود قدراته وإمكانياته.

* توجيه الرياضيين إلى أفضل الطرق للتدريب لتحقيق أقصى درجات النجاح.

* التعرف على الفروق الفردية بين الرياضيين ومساعدتهم على النمو في ضوء قدراتهم.

* فهم بيئته المادية والاجتماعية، بما فيها من إمكانات.

* إدراك المشكلات التي تعترضه وفهمها.

* التوافق مع نفسه ومع مجتمعه.